

เทศน์อบรมฆราวาส ณ สวนแสงธรรม กรุงเทพฯ  
เมื่อเช้าวันที่ ๓ พฤษภาคม พุทธศักราช ๒๕๔๗

## กินมากภวานาไม่ดี

ธรรมลีใต้ทองคำ ๑ กิโลกรัม ๒๕ สตางค์ ดอลลาร์ได้ ๓๓ ดอลลาร์ เอาละสาธุพร้อมกัน (สาธุ)

ขอให้พี่น้องทั้งหลายยึดหลักอรรถธรรมทั้งหลายนี้ไปปฏิบัติตัวเองนะ ธรรมเท่านั้นที่จะทำเราให้อบอุ่นตายใจในตัวเองได้ ตลอดครอบครัว ส่วนรวม ธรรมมีอยู่ที่ไหน ๆ ความไว้วางใจ ความสงบร่มเย็นจะมีอยู่ที่นั่น ๆ จะเป็นความสุขในที่ต่างๆ สำหรับผู้มีธรรมไปปฏิบัติ อยู่ในครอบครัวผิวเมียไม่ค่อยทะเลาะกัน คือต่างคนต่างถือความสัตย์ความจริงเป็นหลักใจ ใครผิดก็ยอมรับผิด ฝ่ายใดผิดยอมรับผิด อย่าทะนง อย่าโอ้อวดทูลูมานะจากความผิด มันจะเพิ่มพูนเพิ่มไฟเข้าเผาอีก ใครผิดให้ยอมรับว่าผิด เรื่องราวก็สงบลงทันที อย่าถือว่าใครเป็นใหญ่เป็นน้อย ให้ถือความสัตย์ความจริง เหตุผลนั้นเป็นใหญ่ในตัวของเราทุกคน เรียกว่าถือธรรมเป็นใหญ่

ถ้าจะเอาอำนาจบาตรหลวงว่าเราเป็นผู้ใหญ่ผู้น้อย หรือเป็นเจ้าของนายไปบังคับนี้ คนเราทางร่างกายมันก็แสดงอาการยอมรับ แต่ภายในจิตใจเป็นยักษ์เป็นผี ก่อกรรมก่อเวร เคียดแค้นต่อกันอยู่ภายในใจ ใจไม่ลงกัน ดีไม่ดีหาช่องทางทางแก้ลำกันจนได้แหละ นี่ถ้าเป็นกิเลสเป็นอย่างนั้น ถ้ายอมรับกันเสียอย่างเดียว ไม่ว่าที่ไหนลงกันได้สะดวกสบาย

พอพูดอย่างนี้ เราเอาเราเป็นตัวอย่างให้ท่านทั้งหลายทราบเลย จะว่าตำหนิหรือว่าชมก็แล้วแต่ เราเคยพูดให้ลูกศิษย์ของเราฟัง เราเองคิดว่าเป็นเวลาปิดกวาง แต่ตอนนั้นดูว่าเขียนหนังสืออยู่ มองดูนาฬิกา คือกำหนดกินบាយ ๔ โมง ทราบทั่ววัดบាយ ๔ โมงไม่ต้องมีระฆัง เพราะต่างคนต่างมีนาฬิกาอยู่แล้ว พอเวลาบាយ ๔ โมงก็ต่างองค์ต่างออกปิดกวางพร้อมเพรียงกันเสมอ สำหรับวัดนี้เป็นอย่างนั้นมาตลอด ถึงเวลาแล้วต้องทำบูปบิ๊ๆ ไม่จำเป็นจะต้องคอยหัวหน้าอะไรแหละ สิ่งอะไรแล้วเป็นไปตามนั้น เช่นอย่างปิดกวางเป็นระยะๆ ถ้าตะวันมันค้าง่ายเราก็กำหนดเวลาสั่งให้เลย กำหนดเวลาบาย ๔ โมงปิดกวาง

ทีนี้เราก็เขียนหนังสืออยู่ นาฬิกาก็วางไว้แล้ว พอเขียนหนังสือไปๆ ดูนาฬิกา เราดูผิดนะ ดูนาฬิกามันฟาดไป ๔ โมง ๒๐ นาทีแล้ว เราดูผิดต่างหาก มันยังไม่ถึง ๓ โมงดี โธ่ตาย คือการปิดกวางเช็ดถูทุกอย่างเราจะทำเหมือนพระทั้งหลายตลอดมา ไม่ยั้งไม่หย่อน

กว่ากันในระยะนั้น ที่นี้พอมองดูนาฬิกา โอ้ตาย ทั้งหนังสืออะไรๆ แล้วก็ลงปิดกวาดเลย ปิดกวาดรอบบริเวณกุฏิของเราเสร็จเรียบร้อยแล้วก็ออกไป กวาดออกไปถึงหน้าศาลา ตามธรรมดาหน้าศาลาจะมีพระเต็มอยู่แล้ว เราก็กวาดบริเวณของเราออกไป พระก็กวาดออกมารวมกันที่ศาลาเต็มลานวัดเป็นประจำ

แต่วันนั้นกวาดอะไรเสร็จเรียบร้อย กวาดออกไปมองดูที่ศาลาไม่มีพระเลย ไม่มีพระสักองค์หนึ่ง เรากวาดไปพอดิมองเห็นเงรองค์หนึ่งฝ้าศาลาอยู่ที่นั่น ตอนนั้นแขกคนไม่ค่อยมากนัก เงรถือไม้กวาดออกมา เห็นเราปิดกวาดไปนั้น เราขึ้นอย่างแผดทีเดียวนะ “เงรๆ เป็นยังไงพระวัดนี้มันตายกันหมดแล้วหรือ ใครจะไปกุสลาใคร ทั้งวัดมีแต่พระตายไปหมด ไม่รู้หรือเวล่ำเวลาที่ทราบทั่วกันอยู่แล้วว่า บ่าย ๔ โมงปิดกวาด แล้วทำไมจึงวันนี้ไม่ปรากฏสักองค์ มันตายหมดแล้วหรือพระ ใครจะกุสลาใคร” วังั้น ที่นี้เงรคงจะรำคาญตา คือมันออกมาปิดกวาดเพราะเห็นเราปิด มันถือไม้กวาดออกมา เพราะเราแผดมากจริงๆ นี่ แผดให้พระ ดูพระ แล้วก็เอาเงรเป็นเชิงรับ

หือ มันไปยังไงหมดพระทั้งวัดนี่นะ มันตายกันหมดทั้งวัดหรือ ใครจะกุสลาใคร เราว่า เป็นยังไงเงร เงรก็เลยตอบมา “นี่มันพึ่งได้บ่าย ๓ โมง ๒๐ นาที” วังั้นนะ มันยังไม่ถึงบ่าย ๔ โมง แต่เราดูผิด ทางนี้ก็ เหว ขึ้นทันที “เฮ้อพุดอีกนะ” “เวลานี้มันพึ่งบ่าย ๓ โมง ๒๐ นาที” โอ้ตาย ถ้าอย่างงั้นเงรให้รีบบอกพระ อย่ามาปิดกวาด เดี่ยวจะเป็นบ้ากันทั้งวัดนะ เราจะไปแก้บ้าเรา” เราก็เดินกึกๆ ออกไป เงรคงจะอดหัวเราะไม่ได้ เพราะเสียงมันแผดเหมือนจะเผากันทั้งเป็น วังั้นเถอะ พอว่าพึ่งบ่าย ๓ โมง ๒๐ นาที เหว ขึ้นทันทีเลย แสดงว่าเราผิดเต็มประตู เข้าใจไหม ถ้างั้นหยุดๆ เงรอย่ามาปิดกวาดมันจะเป็นบ้ากันทั้งวัด เราจะไปแก้บ้าเรา พอว่าก็เดินกึกๆ กลับไป เงรคงจะหัวเราะแล้วคงไปพุดให้พระฟัง

นี่เห็นไหมเหตุผล ว่าใหญ่กว่าน้อยที่ไหน ใครผิดต้องบอกว่าผิดใช่ไหม นี่เราเข้าใจว่าพระเงรผิดแล้วขนาดใหญ่เลย ถึงขนาดที่ว่าใครจะมากุสลาใคร มันตายกันทั้งวัด พอเงรตอบมาว่ามันพึ่งได้บ่าย ๓ โมง ๒๐ นาที ยังไม่ถึง ๔ โมง ทางนี้ก็ เหวๆ ขึ้นเลย เงรย้าเข้าอีก พอว่าอย่างนั้นรู้แล้วว่าเจ้าของผิด ถ้าอย่างนั้นหยุดๆ ห้ามไม่ให้พระเงรมาปิดกวาด เดี่ยวจะเป็นบ้ากันทั้งวัด เราจะไปแก้บ้าเรา แล้วปู้บกลับเลย นี่เหตุผลเข้าใจไหม เวลาเข้าใจว่าเป็นความถูกต้องก็ดูเอา คลาดเคลื่อนจากความถูกต้อง ดูกันใหญ่

ที่นี้เราเป็นฝ่ายผิดนะซี เราเป็นฝ่ายผิดเราก็บอกเราจะไปแก้บาเรา ใ้บอกพระเณร อย่างมาปิดกวาดเดี่ยวจะเป็นบ้ากันทั้งวัดนะ นี่คือเหตุผล ท่านทั้งหลายจำเอาไว้ เรานำมา พุดนี้พุดด้วยเหตุผล ไม่ถือว่าเรานี้ใหญ่กว่าพระกว่าเณรทั้งหมด ถือหลักเกณฑ์เป็นสำคัญ บ่าย ๔ โมงเป็นใหญ่ กำหนดกันไว้เรียบร้อย นี่ยังไม่ถึง เราเป็นบ้าอะไรออกมาปิดกวาดคน เดียว แล้วมาขู่พระทั้งวัดให้เป็นบ้าด้วยตัวเองใช้ไหมละ

พอทราบอย่างนั้นก็บอกพระทั้งหมด ห้ามไม่ให้มาปิดกวาดเดี่ยวจะเป็นบ้ากันทั้งวัด เราจะไปแก้บาเราเอง พอว่าอย่างนั้นแล้วก็กลับทันทีเลย นี่หมายความว่าเหตุผล เราเอา เหตุเอาผลต่างหาก เสียงเหมือนฟ้าดินถล่มนั่นแหละ แต่พอเหตุผลลงอย่างนั้นแล้วทางนี้ ยอมทันทีเลย เราผิดร้อยเปอร์เซ็นต์ เพราะฉะนั้นจึงห้ามพระไม่ให้มาปิดกวาดเดี่ยวจะมาเป็นบ้ากันทั้งวัด เราจะไปแก้บาเราคนเดียว กลับเลย นี่ละเราผิดตรงไหนแก้ตรงนั้นๆ ใครเป็นคนผิดยอมรับกัน อย่าทะนงตน อย่าถือทิฐิมานะ จะเป็นการเพิ่มความผิดเข้า อีก แล้วแสดงความร้าวรานแก่กัน ฟืนไฟเผากัน ทะเลาะกัน แดกแยกกันได้ เพราะ การข้ามเกินหลักเกณฑ์

ผิดไม่ยอมรับว่าผิด ต้องยอมรับกันคนเรามันถึงอยู่ได้ ตั้งแต่วงแคบถึงวงกว้าง ถ้ามีอรรถธรรมเป็นเครื่องปฏิบัติแล้วที่ไหนก็สงบร่มเย็น ยอมรับกันโดยเหตุโดยผล อย่างนั้น นี่ก็เป็นคดีอันหนึ่ง ใ้ท่านทั้งหลายนำไปปฏิบัตินะ อยู่ร่วมกันลึนกับฟืนมัน มักจะกัดกันอยู่เรื่อย ๆ นั่นแหละ เราจะไปตำหนิฟืนว่าไปกัดลึนก็ไม่ได้ จะไปตำหนิลึนว่า คึกคะนองไปหาฟืนใ้ฟืนกัดเอาก็ได้ แต่ความผิดอยู่กับใครนั่นซิ มันอยู่กับผู้บดผู้เคี้ยว ต่างหาก ผู้เคี้ยวอาหารนั้นมีสติหรือไม่มี เป็นผู้รับผิดชอบ ถ้ารับผิดชอบอยู่แล้ว ลึนกับฟืน นี้มันอยู่ด้วยกันมาตั้งแต่วันเกิด มันก็ไม่ได้กัดกัน ถ้าเจ้าของผู้รับผิดชอบคือใจ สติเป็นผู้รับผิดชอบไม่เปลอเสียอย่างเดียว ลึนกับฟืนก็ทำงานได้สะดวกสบาย ลึนก็ทำหน้าที่ของ ลึน ฟืนก็ทำหน้าที่ของฟืน บดเคี้ยวอาหารไปเรื่อยก็สำเร็จประโยชน์ขึ้นมา ถ้าสติเปลอเสีย อย่างเดียว ลึนกับฟืนก็กัดกันได้ จะไปตำหนิฟืนก็ไม่ถูก ตำหนิลึนก็ไม่ได้ ต้องตำหนิ เจ้าของผู้เป็นเจ้าของบังคับ คือสติรับผิดชอบอยู่ในนั้น เราเปลอมันถึงเป็นอย่างนั้นได้ ต่อไปเราะวังลึนกับฟืนก็ไม่กัดกัน ถ้าเจ้าของไม่เปลอเสียอย่างเดียว

นี่มันมีเจ้าของอยู่ในนั้น ในร่างกายของเรานี้ก็มีใจเป็นพื้นฐาน สติรับผิดชอบ ปัญญาผู้ไตร่ตรอง ผิดชอบประการใดพิจารณาตามนั้น ไม่ค่อยผิดพลาดคนเรา ทำอะไรทำ เอาตามใจชอบๆ ไม่คำนึงถึงความผิดถูกชั่วดีมักผิดไปเรื่อย ๆ จนเป็นนิสัย ได้รับความถูก ต้องดิงามไม่ได้ จะมีแต่ความผิดเต็มตัว ๆ เคลื่อนไหวไปมาทางใดกระทบกระเทือนไปหมด

เพราะเป็นคนไม่ยอมใคร ความถูกต้องมีไม่มอง มองตั้งแต่ความต้องการของตนเอง ผิดพลาดไปทั้งนั้นแหละ ให้พากันระมัดระวัง

พระพุทธเจ้าเลิศเลอเพราะศีลธรรมนะ บรรดาพระสาวกทั้งหลายที่เป็นสรณะของ พวกเรานี้ท่านเลิศเลอเพราะศีลธรรม ท่านนำมาปฏิบัติตัดกาย วาจา ใจของตนให้เป็นไปตามอรรถตามธรรม แล้วก็สำเร็จผลขึ้นมาเรื่อยๆ จนกระทั่งถึงขั้นบริสุทธิ เพราะความถูกต้องดีงามในการประกอบความพากเพียร ถ้าไม่ถูกแก้กิเลสไม่ได้ ความถูกต้องแก้แล้ว กิเลสก็สลายลงไปๆ เป็นคนดีถึงขั้นดีเลิศดังพระพุทธเจ้าของเรา ท่านนำมาสอนเราให้ได้ เป็นแบบฉบับที่ว่าลูกศิษย์มีครูสอน อย่าปล่อยเนื้อปล่อยตัวแบบสัตว์ไม่มีเจ้าของตายง่าย นะ สัตว์ที่ไม่มีเจ้าของนี้ตายง่ายมากทีเดียว ถ้าสัตว์มีเจ้าของเขาก็ก้าวเจ้าของ สัตว์ก็ปลอดภัย ถ้าสัตว์ไม่มีเจ้าของนี้ตายง่ายมาก

เราก็ทำตัวให้มีสติปัญญาเป็นเจ้าของ หน้าที่การงานของเรา เราอย่าปล่อยให้คิดให้ ทำตามความต้องการจะเป็นความเสียหายมากตลอดไปนะ นี่ละท่านเรียกว่าธรรม ธรรม คือความถูกต้องดีงาม ท่านเรียกว่าธรรม รับรองโลกมานานแสนนานตั้งกัปตั้งกัลป์ ไม่มีใครผิดหวังถ่วงปฏิบัติตามธรรมแล้ว ย่อมได้ผลเป็นที่พอใจตามลำดับลำดับแห่ง ความสามารถของตนที่ทำให้ถูกอรรถถูกธรรมต่อไป ให้พากันจำเอา เฉพาะเรื่องการอยู่การ กินควรจะรู้จักประมาณนะเมืองไทยเรา มันฟุ้งเฟ้อมาก เรื่องการอยู่กินนี้รู้สึกว่ามันฟุ้งเฟ้อ ลืมเนื้อลืมตัวจนเป็นนิสัย กินไม่อิ่มกินไม่พอ กินจืดๆ แจ็บๆ กินตลอดเวลา อันนี้เสียนิสัย เหมือนกัน

ลูกเล็กเด็กแดงเกิดขึ้นมาก็ดูพ่อแม่ซึ่งเป็นแบบฉบับ แล้วเด็กก็เป็นเด็กจืดๆ แจ็บๆ ดีไม่ดียังไม่ตกคลอดออกมา แล้วจะยื่นอาหารไปให้เด็กในท้องแม่แล้วให้จืดๆ แจ็บๆ มา แต่นั่น ฟาดโกโก้กาแฟ น้ำนั้นน้ำนี้กรอกเข้าไปในปากแม่ให้เด็กกิน เด็กก็เลยเป็นเด็ก ฟุ้งเฟ้อมาตั้งแต่ยังไม่ตกไม่คลอดนะ นี่เราพูดนิสัย พ่อเด็กตกคลอดออกมาที่ดูพ่อคุณแม่ ปฏิบัติตัวยังไง เด็กต้องยึดต้องเกาะโดยหลักธรรมชาติ ท่านเรียกว่าบุพพจารย์ อาจารย์ที่ สอนก่อนใครทั้งหมดก็คือพ่อกับแม่สอนลูกของตน เราจึงควรทำตัวเป็นคนดี การอยู่การ กินถึงเวลาแล้วแล้วก็กิน มันจะหิวจะโหยบ้างก็ต้องอดต้องทน จนชินต่อนิสัย

ดังพระท่านฝึกหัดตนของท่านด้วยความเป็นธรรมล้วนๆ ไม่ใช่สักแต่ว่าเป็นพระ เฉยๆ แต่หิริโอตตปะไม่มีในใจก็ไม่ผิดอะไรกับประชาชนและเลยยิ่งกว่าประชาชนเสียอีก ลึกซึ้งทวิญญ์ไม่ค่านึง เอาตามความอยากความต้องการ ส่วนผ้าเหลืองก็เป็นผ้าเหลือง หัวโล้นก็เป็นหัวโล้นไป ไม่เกิดประโยชน์นะ ต้องเป็นผู้รักใคร่ใส่ใจในอรรถในธรรม อย่าง

ฉันอย่างนั้นะ ฉันคนเดียว พอฉันเสร็จแล้วหมดกังวลทุกอย่าง ถึงจะอยากฉันเท่าไรก็ไม่มีความหวัง ไม่พาให้ฉัน นั่น ท่านบังคับของท่านไว้อย่างนั้น

ในครั้งพุทธกาลท่านฉันมือเดียวเท่านั้นแหละ ท่านไม่ได้ฉันสองมือ สามมือ สี่มือ เหมือนสมัยปัจจุบันนี้ ปัจจุบันไม่ทราบว่าที่มือแหละ มันเลอะเทอะไปอย่างไรละเรื่องศาสนา ผู้ปฏิบัติศาสนานั้นแหละทำให้เลอะเทอะ ในครั้งพุทธกาลท่านฉันคนเดียวเท่านั้น อยบุตร ปตฺโต นี่บาตรของเธอ ยื่นบาตรให้แล้ว ไม่ได้บอกว่่านั้นภาชนะ นั้นถ้วยนั้นจาน ชันโตกชัน เตกอะไรท่านไม่ได้ว่่านะ อยบุตร ปตฺโต นี่บาตรของเธอ ยกบาตรให้อันเดียว นี่คือภาชนะ ท่านฉันในบาตรปรกตินะ ฉันมือเดียว แต่ใครจะฉันนอกนั้นท่านไม่มีวินัยบังคับ เพราะฉะนั้นมันถึงลูกกลมไปได้ ในขอบเขตมีวินัยบังคับเอาไว้ คือไม่ฉันตอนเย็น

ไม่ให้ฉันตอนเย็น ก็ตั้งแต่นี้ถึงเที่ยงยังฉันได้ ที่ท่านอนุญาตให้แต่เช้าถึงเที่ยงก็ เพราะว่าการไปมาของพระนี่ถือเอาเที่ยงวันเป็นกฎเกณฑ์ในการขบฉัน จะฉันตอนเช้าถึงเที่ยงนั้นได้ท่านไม่กำหนดกฎเกณฑ์ แต่ปรกติกฉันมือเดียว ตั้งแต่เข้ามาจนกระทั่งถึงเที่ยงจะฉันในระยะใดก็ได้ ที่นี้นานมาๆ มันก็ลูกกลมเข้า ฟาดตอนเช้าแล้วก็ฟาดตอนเพล ฟาดกลางเพลเข้าไป ดีไม่ดีฟาดตอนค่ำอีกก็ได้ มันเป็นอย่างนั้นนะ ที่นี้เวลาท่านฝึกของท่านแล้ว เช่นฉันมือเดียว พอฉันเสร็จแล้วหมด จะมุ่งอะไรจะต้องการอะไรไม่ได้อีกแล้วขึ้นชื่อว่าอาหาร ไม่ฉัน เมื่อมันหมดหวัง ข้อบังคับบีบไว้อย่างเต็มเหนี่ยวแล้ว มันก็ไม่หวังต่อไป ก็เดินตามหลักธรรมหลักวินัย

ครั้งต่อมาๆ ตอนเย็น พอหลังจากฉันเสร็จแล้วหมดภาระ หมดปัญหา หมดความกังวลทั้งหลายเกี่ยวกับการขบการฉันไปเลยทีเดียวนั้นแล้วเลยๆ จะมีอะไรไม่สนใจ นี่ท่านฝึก ฝึกจนกระทั่งหมดกังวล ถึงเวลาเย็นเวลาค่ำจะหิวโหยอะไรไม่มี ถึงหิวก็ไม่ได้ฉัน นี่คือข้อบังคับ ฉันแต่น้อยละดี แต่น้อยภาวนาดี ท่านเอาจุดนี้แหละ ถ้าฉันมากมีกำลังมาก ภาวนาไม่ดี สติล้มเหลว ถ้าฉันมากกินมากเข้าไป มันเสริมกำลังทางร่างกายแล้วทับถมจิตใจ ทับถมสติทับถมปัญญาให้ก้าวออกไม่ได้ ท่านจึงได้ผ่อน เช่นอดนอนก็ผ่อนเรื่องเหล่านี้ ผ่อนอาหารก็เพื่อระงับธาตุขันธ์ บีบธาตุขันธ์เอาไว้ไม่ให้มันเลยเถิด ท่านฉันคนเดียวก็พอแล้ว นี่คือการฝึกของท่าน ฝึกจนพอ

อย่างหลวงตาบวชมา ๗๑ พรรษาที่ เรียนอยู่ ๗ ปีนั้น บางปีก็ฉันคนเดียวตลอด ไม่ได้ฉันสองคน ฉันเพลไม่ฉัน ฉันคนเดียวเท่านั้นตลอดไปเลย ส่วนออกกรรมฐานแล้วไม่ต้องพูดสองคนสามคน อย่างมากคนเดียว หรือมากกว่านั้นก็วันจึงฉัน นั้นฟังซิ ไม่ฉัน อดไปก็วันก็เรียกว่าไม่ได้ฉันแล้ว อย่าว่าแต่ฉันมือเดียวๆ ในวันหนึ่งๆ เลย แม้วันนั้นก็ไม่ได้

ฉัน ก็วันก็ไม่ได้ฉัน ไปหลาย ๆ วันก็มี มันก็ไม่เป็นกังวลกับเรื่องอาหารการกิน เพราะการฝึกใจของเรา

นี่ละที่ว่าบวชมาได้ ๗๑ ปีนี้แล้ว หยุดอาหารค้ำมาตั้งแต่นั้นจนกระทั่งบัดนี้ ๗๑ ปีไม่เคยฉันอาหารค้ำข้าวค้ำเลย ส่วนฉันเพลในเวลาเรียนอยู่ ๗ ปีนั้นบางปีก็ฉันมื้อเดียว ๆ ก็มีแทรกกันอยู่ พอออกปฏิบัติแล้วมื้อเดียวตลอด มีหน้าซำที่วัน ๆ จึงฉันก็มีเรื่อยมา นี่คือการฝึก ใครจะไม่หิวไม่โหยธาตุชั้นธมัตถ์ต้องการ เพราะมันบกพร่องต้องการ เราผู้เป็นเจ้าของธาตุชั้นธ เมื่อฉันลงไปแล้วมีส่วนได้ส่วนเสียอะไรบ้างกับการชำระกิเลสด้วยความพากเพียร ต้องได้มาเทียบเคียงค้ำกันเสมอ

เพราะฉะนั้นเวลานั้นมากภาวนาไม่ดี ต้องลดลง ๆ เมื่อลดลงแล้วสติดีขึ้น ปัญญาที่ดี เห็นผลประจักษ์ใจ มีความดูดดื่มแล้วค่อยผ่อนอาหารไปตามนั้น ๆ นื่อบายวิธีการฝึกตนให้ดี เรื่องความหิวความโหยทำไมจะไม่หิวโหยคนเรา ไม่ใช่คนตาย มันต้องอยากต้องหิว แต่บังคับเอาไว้ให้อยู่ในกรอบแห่งความพอเหมาะพอดีของผู้ประกอบบรรณธรรม มุ่งธรรมมุ่งธรรม อย่าให้มันเลยเถิดเลยแดนเป็นไปตามกิเลสเสียอย่างเดียว ไม่มีฝั่งมีฝา ส่วนมากเสียคน เสียเราเพราะไม่มีการฝึก ที่พูดเหล่านี้เพื่อให้เป็นคติแก่ท่านทั้งหลาย ไม่ใช่มาเพื่ออวด อวดหาอะไร เราไม่มีเรื่องอย่างนั้น ใครจะว่าอะไรเราก็ไม่มี ไม่ว่าจะแสดงอะไรออกมาน้อยเพื่อเป็นคติแก่ผู้ฟังทั้งนั้น ที่จะมาพูดโอ้อวดอวดอย่างนั้นเราไม่มี เรื่องไม่มีเราหากุขึ้นมา ปั้นขึ้นมาว่ามี เราก็ไม่เคยมี

อันใดที่มีที่จริงว่าไปตามหลักความจริงนั้นตลอดมา สอนเจ้าของก็เหมือนกัน ถ้าอะไรไม่ดีปิดออก ๆ พยายามสั่งสมแต่ความดี ทุกข์ยากลำบากก็ทนเอา ๆ เรื่องอดอาหารนี้ทุกข์มากอยู่นะไม่ใช่เล่น ยิ่งธาตุชั้นธกำลังหนุ่มน้อยนี้ด้วยแล้ว โหยแรงมากนะเรื่องอาหาร ฉันลงไปท้องเต็มแล้วปากยังอยาก เป็นได้นะเราเคยเป็นมาแล้ว ฉันลงไปนี่ท้องเต็มแต่ฉันไม่อิ่มนะ ปากยังอยากอยู่อีก ท้องเต็มแล้วปากยังอยาก เป็นขนาดนั้นมันเห็นได้อย่างชัดเจนเวลาธาตุต้องการมาก ๆ

ตั้งแต่เริ่มบวชที่แรกที่มันแรงมากที่สุดก็ในระยะ ๒๔-๒๕ ปี ธาตุชั้นธเร่งเรื่องอาหารมาก ต้องได้บิบบังคับเอาไว้ ๆ จากนั้นมันก็เร่งแต่ไม่มากนัก หากเร่งอยู่ ยิ่งเป็นเวลาออกปฏิบัติด้วยแล้วมันเร่งขนาดไหน เร่งอาหารการกิน เราบิบบมันให้อยู่กับความต้องการที่พอเหมาะพอดีกับการบำเพ็ญธรรม บิบบมาอย่างนั้นตลอดเวลาธาตุชั้นธ ในระยะประกอบความพากเพียรนี้จะอนุโลมตามธาตุชั้นธไม่ได้นะ ต้องได้บิบบังคับไว้เสมอให้ฉันแต่พอดี ๆ ไม่ให้เลยนั้น ถ้าเลยนั้นแล้วมันเป็นอันตรายต่อเรา

ธาตุขันธ์มีกำลังมาก กิเลสตัณหา มาก ราคะมาก มันจะตั้งอยู่ในจิตนะ มันไม่ได้แสดงออกกลดลหายมาภายนอก มันเป็นอยู่ในจิตให้เจ้าของรู้ เพียงเท่านั้น เจ้าของมีสติอยู่แล้วจะหาวิธีบังคับอะไรต้องรีบบังคับ เอ้า ผ่อนอาหารลงไปแล้วสังเกต อดอาหารลงไปสังเกตมันเป็นยังไง เมื่ออะไรมีผลดีก็มักจะเดินตามนั้น ผ่อนอาหารเป็นผลดีก็ผ่อนไปเรื่อย ๆ จากนั้นพอได้โอกาสอดอาหารก็อด ธาตุขันธ์มันก็ไม่กำลัง ไม่บีบจิตใจ การประกอบความพากเพียรสติที่ดี ปัญญาเวลาจะใช้ก็คล่องตัว ท่านจึงได้อุตส่าห์พยายามอดทนอย่างนี้

ถ้าฉันอย่างอิมนี้ไม่เป็นท่า อิมหมีเลยกลายเป็นพีหมาไปเลย ไม่ใช่อิมหมีพีมันนะ อิมหมีพีหมาไปเลย กินแล้วอยากนอน ชี้เกียจชี้คร้าน แล้วราคะตัณหา มักกำเริบอยู่ในใจ นี่เราเอาความจริงออกมาพูดให้พี่น้องทั้งหลายฟัง มันมีอยู่กับทุกคนเรื่องราคะตัณหา นอกจากไม่พูด แล้วเกิดความละอองละอายกันเท่านั้น หัวใจมันไม่ได้ละอาย กิเลสตัณหา มันบีบปัสไฟตัวเองอยู่อย่างนั้นตลอด ทีนี้เราพยายามบำเพ็ญเพียรเพื่อจะบังคับกิเลสตัวนี้หรือ ขับไสมันออก มันแสดงมาน้อยเราก็เห็น ๆ บังคับกันในตัว ชำระกันในตัว จนกระทั่งมันอ่อนลง ๆ สติปัญญามีกำลังมากขึ้น ทีนี้ทางนั้นสติปัญญาเร่งขึ้น

เรื่องการขบการฉันผ่อนลงตลอด ๆ อดไปตลอด แล้วความเพียรยิ่งหนาแน่นขึ้นมา สติปัญญาเฉลียวฉลาดรอบคอบ สติตั้งได้ตลอดไป จิตใจมีความสงบเรียบร้อย แน่นหนา มันคงขึ้นเป็นลำดับ ๆ เพราะอุบายวิธีการฝึกนั้นถูกต้อง ไม่ใช่จะไปเดินจงกรมนั่งสมาธิภาวนาแล้วกินให้ท้องป่อง ๆ ใช้ไม่ได้นะไม่คิดไม่อ่าน นี่ละการฝึกทรมานตนเอง เรื่องความทุกข์ไม่ต้องบอก ทุกข์ความวิหิงสา ยิ่งธาตุขันธ์อยู่ในวัยที่กำลังคึกคะนองด้วยแล้ว ต้องการอาหารนี้มากที่สุดเลย นี่ละต้องบีบบังคับกันตอนนี้ให้มาก ไม่เช่นนั้นไม่ได้ ความเพียรจะก้าวออกไม่ได้

ธาตุขันธ์มันแรงมันหนัก ตั้งแต่อายุ ๒๐ ขึ้นไปถึง ๓๐ มันมีของมันให้เห็นอย่างชัด ๆ เอาธรรมจับตลอดเวลามันก็รู้กัน ๓๐ เลยขึ้นไปแล้วทรงตัว ฟาดกิเลสให้ขาดสะบั้นลงไป แล้วมันจะมีมากมีน้อยก็ไม่มีปัญหาอะไร เพราะธรรมเหนือหมดแล้ว ชำระออกหมดแล้ว ฟาดเสียจนขาดสะบั้นลงไปแล้วธาตุขันธ์มันก็ไม่เห็นมีอะไร มันเป็นกับใจเข้าไปเสริมธาตุขันธ์ให้เกิดราคะตัณหาติดต้นหาหญิงหาชาย คือตัวนี้เองพาดติดต้น ถ้ากิเลสตัวนี้ขาดไปแล้ว มันดินหาอะไร มันก็รู้อเอง ธาตุขันธ์มีกำลังก็มีกำลังอยู่ในวงของมัน มันไม่เป็นกิเลสตัณหาได้เหมือนแต่ก่อน รู้กันอย่างนั้นวิชาการปฏิบัติ

เวลามันสิ้นซากลงไปแล้วจะเอาอะไรมาเป็น มาติดมาดี้นไม่มี มันก็บอกชัดๆ ว่า เกิดจากใจนี้เท่านั้น ธาตุชั้นนี้เป็นเครื่องใช้ก็ใช้ไปตลอดวันตาย ไม่เห็นเป็นพิษเป็นภัยกับอะไร มันเป็นพิษเป็นภัยอยู่ที่หัวใจนี้เท่านั้น จึงต้องได้รับการฝึกฝนอบรม อันนี้เราเป็นฆราวาสญาติโยมไม่ได้ฝึกแบบพระ แต่เราฝึกแบบฆราวาสญาติโยมของเราให้มีชื่อเสียง มีกฎหมายเกณฑ์ ปฏิบัติต่อกัน มีความซื่อสัตย์สุจริตต่อกันระหว่างสามภรรยา อย่าปิ่นเกลียวอย่าเป็นคนมักมาก อารมณ์มาก เสาะแสหาตั้งแต่สิ่งที่จะเป็นพินเป็นไฟมาเผากันอย่างนี้ไม่ถูก เมียก็มีแล้วผัวก็มีแล้วก็เป็นไปได้แล้วสำหรับโลกที่มีกิเลส อย่าดี้นอย่าดีตนนอกฝั่งนอกฝายออกไปจะจมลงทะเลหลวงไม่รู้ตัว ให้ท่านทั้งหลายจำเอาไว้

การฝึกตนให้เป็นคนดีนี้อย่าลดละ อย่าถือว่าเป็นของไม่สำคัญ กิเลสมันจะเหยียบเข้าไปตรงนี้แหละว่าการเสาะแสวงหาความดีงาม การฝึกฝนอบรมตนมันไม่ยากทำ ดีไม่ดีมันว่ามันครี มันล้ำสมัย ไม่ล้ำยุคล้ำสมัยเหมือนกิเลส แล้วก็พาคนจม มีแต่คนล้ำยุคล้ำสมัยทั้งนั้นจะไปเป็นคนชั่ว หาค่าหาราคาไม่ได้ เป็นคนล้ำยุคล้ำสมัยทั้งนั้น ถ้าธรรมมีแล้วยุคไม่ยุคก็ตามอยู่ที่ไหนมันก็ดีในตัวของเราเอง ไม่ต้องไปหาความชมเชยสรรเสริญจากผู้อื่น ติอยู่ภายในตัว ๆ

อย่างในครั้งพุทธกาลพระอรหันต์ พระพุทธเจ้าทรงตั้งสมณศักดิ์ให้ ๘๐ องค์ เป็นพระอรหันต์ล้วน ๆ พระองค์ทรงตั้งสมณศักดิ์ยกย่องให้องค์นี้ดีทางนั้น องค์นั้นเด่นทางนั้น ๆ ความเป็นอรหันต์บริสุทธิ์เสมอกันหมด แต่นิสัยวาสนาเด่นคนละทิศละทางตามนิสัยวาสนาที่ทำความปรารถนาไว้ตั้งแต่กำลังสร้างบารมีอยู่นั้น ที่นี้พอจิตได้ถึงขั้นเต็มสัดเต็มส่วนแล้ววาสนามียังไงก็แสดงออกตามวาสนา เช่นอย่างพระสารีบุตรท่านยกให้เป็นเบอร์หนึ่ง เอตทัคคะทางสติปัญญา เป็นที่หนึ่งของบรรดาสาวกทั้งหลาย

อย่างพระโมคคัลลาน์ ฤทธาศักดานุภาพเป็นที่หนึ่งของบรรดาสาวกด้วยกัน แล้วยกให้คนละทิศละทาง ๆ แต่ที่ว่าผู้นี้เด่นไม่ได้หมายถึงว่าพระทั้งหลายที่ไม่ได้ยกขึ้นในฐานะอันนี้ เช่นสติปัญญา ฤทธาศักดานุภาพ ไม่ใช่พระสาวกทั้งหลายไม่มี ท่านก็มีเหมือนกัน แต่ผู้นี้เด่นกว่าเลยยกผู้นี้เป็นที่หนึ่งให้เลิศในทางนี้เสียเท่านั้น ไม่ใช่พระทั้งหลายเหล่านั้นจะไม่มีสติปัญญาดังพระสารีบุตร มี แต่พระสารีบุตรแหลมคมกว่าเพื่อน เลยยกให้เสีย ๆ

บรรดาพระอรหันต์ท่านได้รับการยกย่องชมเชยจากพระพุทธเจ้า ๘๐ องค์ ท่านไม่ได้ตื่นตื่นนะ พระอรหันต์ทั้งหลายไม่เคยปรากฏพระอรหันต์องค์ใดเมื่อได้รับสมณศักดิ์แล้วเป็นบ้ำขุ่นมาสด ๆ ร้อน ๆ เหมือนพระปัจจุบันนี้ ซึ่งเพียงดินเหนียวเท่านั้นละติดหัวแล้วเป็นบ้ำกันเลย บวชเข้ามาเพื่อเสาะแสวงหาอรรถาหารธรรม มันไม่ได้หาอรรถาหารธรรม

มันหาตั้งแต่ดินเหนียวติดหัวๆ หาซื้อหาเสียง ให้เขายกยอว่าดีอย่างนั้นอย่างนี้ ทั้งๆ ที่เจ้าของเลยยิ่งกว่าหมามันก็ไม่สนใจตัวเองนะ นี่ไม่ได้บวชมาเพื่ออรรถเพื่อธรรม

ถ้าบวชมาเพื่ออรรถเพื่อธรรม ปฏิบัติให้ถูกต้องตามศีลตามธรรมชื่อเสียงอะไร เหล่านี้ยกย่องไม่ยกย่องก็ช่างซี เจ้าของบำรุงเจ้าของ ยกย่องเจ้าของด้วยความดีงาม ตลอดเวลา ใครจะบกพร่อง เมื่อเจ้าของบำเพ็ญอยู่แล้ว เจ้าของนั่นเองเป็นผู้จะสมบูรณ์ ความบกพร่องไม่มี ตั้งไม้ตั้งก็ไม่เห็นเป็นอะไร ขอให้ทำตัวให้ดี อันนี้ไม่เอาอะไรแหละ หาแต่ดินเหนียวติดหัว อันนี้เป็นนี้ อันนั้นเป็นนั้น บวชมาเลยเป็นบ้าไปหมด ดินเหนียวฟุ้งซิมมีค่าอะไร ลมปากตั้งให้เป็นอะไรก็เป็นได้ แต่เจ้าของเป็นเหมือนมูตรเหมือนคุณมันเกิดประโยชน์อะไร เอายศไปประดับมูตรคุณเกิดประโยชน์อะไร

คนชั่ว-พระชั่วเอาศถาบรรดาศักดิ์ตั้งลงปักลงเท่าไร มันก็เหมือนกับว่าเอาดินเหนียวไปปักลงในกองมูตรกองคุณนั้นแหละ เจ้าของเป็นกองมูตรกองคุณ เอาดินเหนียวคือยศนั้นละมาตั้งไว้ปักไว้บนหัวใจเจ้าของ บนตัวเจ้าของซึ่งเป็นตัวมูตรตัวคุณ มันก็เป็นมูตรเป็นคุณไม่เกิดประโยชน์อะไร พวกนั้นจำ เราเอาอรรถเอาธรรมมาพูดตามหลักความจริง เรื่องเหล่านี้ครั้งพุทธกาลเป็นผู้ทรงตั้งมาก่อนจึงได้เอาอันนั้นมายึด ที่นี้มันเลยเถิดไปเสีย พระพุทธเจ้าตั้งสมณศักดิ์ ท่านเป็นพระอรหันต์ทั้งนั้น ๘๐ องค์ ได้รับการยกย่อง ตั้งสมณศักดิ์ให้เป็นผู้เลิศคนละทิศละทาง

แต่เวลามาตั้งใส่พวกลิงพวกค่าง พวกกิเลสเต็มหัวใจอย่างเรา มันก็เลยเห็นว่าดินเหนียวติดหัวกลายเป็นผู้มีหงอนเลิศเลอไปเสีย เลยเป็นบ้ายศไปหมดเลยเวลานี้ มันไม่ได้สนใจกับอรรถกับธรรม เพราะฉะนั้นศาสนาจึงเดือดร้อน ถ้าต่างคนต่างปฏิบัติตามหลักธรรมหลักวินัย ศาสนาไม่ได้สอนให้ใครเดือดร้อนนะ ถ้าปฏิบัติตามหลักธรรมวินัยจะหาความเดือดร้อนไม่ได้ทั้งตัวเองและผู้เกี่ยวข้อง เพราะต่างคนต่างปฏิบัติดีด้วยกัน

อันนี้มันไม่ได้ปฏิบัติตามศีลตามธรรม มันปฏิบัติแบบตรงกันข้าม ทำลายศีลธรรมไปที่ไหนเกิดเรื่องเกิดราว ก่อเรื่องนั้นขึ้นมาก่อเรื่องนี้ขึ้นมา ยุแหย่กันในทางที่เป็นเปรต เป็นผี เป็นกิเลสตัณหา ไม่ได้เป็นอรรถเป็นธรรม เพราะฉะนั้นศาสนาจึงร้อน เวลานี้กำลังร้อนมาก นี่เพราะฟืนเพราะไฟจากพวกเปรตพวกผีมันเที่ยวเผาไปทุกแห่งทุกหน เขาทำดีกันทั้งบ้านทั้งเมือง มันทำชั่วกันเต็มบ้านเต็มเมืองเหมือนกันพวกนี้ มันไม่ได้สนใจกับความดียิ่งกว่าความชั่วของมัน ซึ่งไปเที่ยวหายุแหย่ก่อวุ่น ดบนั่นตีนี้

เขาทำดีเท่าไรมันลบหมด มันว่าไม่ดี การทำชั่วของมัน มันยกกว่าเป็นของดี อะไรๆ ดีหมด ถ้าพวกกองมูตรกองคุณนี้ไปที่ไหนดีหมด มันกำลังยกมูตรยกคุณนี้ขึ้นเป็นของดี

ของดี เป็นเงินเป็นทองไป เป็นของมีค่าไป แล้วเหยียบไปทั่วทุกแห่งทุกหน ให้พากันจำเอานะ มีอยู่เต็มประเทศไทยของเราเวลานี้ มันไม่มีใครสนใจกับธรรมนะ มีแต่เรื่องกิเลส ตัณหาเป็นพื้นเป็นไฟเผาไหม้โลกไป พระก็มีแต่ผ้าเหลืองหัวโล้นๆ ถ้าพระประเภทนี้นะ พระผู้มีศีลมีธรรมท่านดี ไม่ได้ว่าท่าน ว่าท่านหาอะไร ท่านปฏิบัติตามศีลธรรม เอาละท่านี้พอ เสียงรถเสียงราเข้ามา วันนี้พูดให้ฟังขนาดนี้พอดีแล้ว เอาละพอ

ชมถ่ายทอดสดพระธรรมเทศนาของหลวงตามกำหนดการ ได้ที่

[www.Luangta.com](http://www.Luangta.com) หรือ [www.Luangta.or.th](http://www.Luangta.or.th)