

บวชไม่เสียผ้าเหลือง
สึกไม่เปลืองผ้าหลาย

พระภาวนาวิริยคุณ (เผด็จ ทตฺตชีโว)

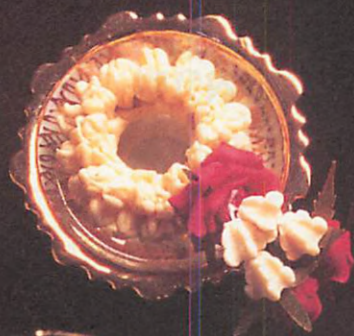


www.kalyanamitra.org

บวชไม่เสียผ้าเหลือง
สึกไม่เปลืองผ้าหลาย

โครงการบวชเรียนฟรี ๓ เดือน
สำหรับนักเรียน นิสิต นักศึกษา
และประชาชนทั่วไป

พระภาวนาวิริยคุณ (เผด็จ ทตฺตชีโว)



สรรพทุกขนิสสรณนิพพานสจจิกรณตุถาย
อิหม์ กาสาว์ คเหตฺวา ปพฺพาเซถ มํ ภาณุเต.

ข้าแต่พระอุปัชฌาย์ผู้เจริญ

ขอท่านจงรับเอาผ้ากาสาวะ แล้วบวชให้ข้าพเจ้าด้วยเถิด
เพื่อข้าพเจ้าจะได้ประพฤติปฏิบัติ กำจัดทุกข์ทั้งปวงให้สิ้นไป
และกระทำพระนิพพานให้แจ้ง



บวชไม่เสียผ้าเหลือง สิกไม่เปลืองผ้าหลาย

พระภาวนาวิริยคุณ (เผด็จ ทตฺตชีโว)

ISBN 978-974-7365-17-7

ที่ปรึกษา ฝ่ายวิชาการ อาศรมบัณฑิต

กองบรรณาธิการ กองวิชาการ ๐๒

พิมพ์ครั้งที่ ๑ ๖ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๔๘ จำนวน ๙,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ครั้งที่ ๒ ๒๒ เมษายน พ.ศ. ๒๕๕๐ จำนวน ๑๐,๐๐๐ เล่ม

ในโอกาส มอบเป็นธรรมบรณการแด่เหล่าลูกบุตร ผู้เข้าร่วมโครงการอบรม
บรรพชาอุปสมบท “ธรรมทายาท” ทุกวัน ณ วัดพระธรรมกาย
และศูนย์สาขาของวัดพระธรรมกายทั่วประเทศ

ลิขสิทธิ์ มูลนิธิธรรมกาย

เอื้อเฟื้อฝ่ายศิลปกรรม บริษัท ศรีเอชโซน จำกัด โทร. ๐-๒๘๘๓-๑๕๑๕

ออกแบบปก ธาดา วงศ์คุณานนท์

ออกแบบรูปเล่ม สันหัด คักดีสาคร

ภาพประกอบ ศูนย์ภาพนิ่ง สำนักสื่อสารองค์กร

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ.

พระภาวนาวิริยคุณ (เผด็จ ทตฺตชีโว).

บวชไม่เสียผ้าเหลือง สิกไม่เปลืองผ้าหลาย. - กรุงเทพฯ:

ชมรมนักคิดนักเขียนเพื่อสันติภาพโลก, ๒๕๕๐.

๑๑๒ หน้า

ISBN 978-974-7365-17-7

พิมพ์ที่ บริษัท รุ่งศิลป์การพิมพ์ (๑๙๗๗) จำกัด

โทร. ๐-๒๒๓๖-๐๐๕๘, ๐-๒๒๖๖-๕๕๘๖

จัดพิมพ์โดย ชมรมนักคิดนักเขียนเพื่อสันติภาพโลก

๑๖/๑๔ หมู่ ๖ ต.คลองสาม อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี ๑๒๑๒๐

โทร. ๐-๒๘๓๑-๑๒๕๐, ๕๑, ๕๘, ๐๘-๙๖๘๗-๒๑๗๖

E-mail: writepeace@hotmail.com,

writepeace2@yahoo.com

สารบัญ



คำนำในการพิมพ์ครั้งที่ ๑	(๘)
คำนำในการพิมพ์ครั้งที่ ๒	(๑๐)
ภาคที่ ๑	

บวชไม่เสียผ้าเหลือง	๑
บวชเพื่อเดินทางไปพระนิพพาน	๗
กิเลส ๓ ตระกูล	๑๐
การถวักกิเลสออกจากใจ	๑๕
ขันติ เป็นสุดยอดแห่งธรรมในการกำจัดกิเลสทั้งปวง	๒๑
งานที่แท้จริงของชีวิต	๒๔
ธรรมะที่แท้จริง	๒๗
โอวาท ๓ และ บุญกิริยาวัตถุ ๓	๓๓
การบ้าน ๑๐ ข้อ	๔๐

ภาคที่ ๒

สิกขาไม่เปลืองผ้าหลาย	๔๕
ฉรวาสธรรม ธรรมะอันทำให้เป็นคนคักดีลัทธ	๔๗
วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น	๗๑
รายชื่อศูนย์สาขาวัดพระธรรมกายทั่วประเทศ	๘๑
รายนามเจ้าภาพร่วมอนุโมทนา	๘๔



คำนำในการพิมพ์ครั้งที่ ๑



การที่พุทธบุตรวัดพระธรรมกาย สามารถครองตนอยู่ในเพศสมณะ ห่มครองกายด้วยผ้ากาสาฬหพัศตร์ และดำเนินชีวิตในพระธรรมวินัยของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จนกระทั่งในปี พุทธศักราช ๒๕๔๘ นี้ มีพุทธบุตรเข้าสู่มหาเถรภูมิ ๑๗ รูป และเถรภูมิ ๗๕ รูป ล้วนต้องอาศัยความเมตตากรุณาของพระอุปัชฌาย์และครูบาอาจารย์ในทางธรรมเป็นที่พึ่งสำคัญในชีวิตสมณะ

อุปมาเหมือนกับ บุคคลตาดีทั้งหลาย จะสามารถมองเห็นความงามของโลกได้แจ่มชัด ล้วนต้องอาศัยดวงอาทิตย์ส่องสว่างในยามกลางวัน และอาศัยดวงจันทร์ส่องสว่างในยามกลางคืน เป็นที่พึ่งแห่งดวงตา ฉะนั้น

บุคคลที่เกิดมาแล้ว ไม่ทันพบพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็เช่นกัน จะสามารถมองเห็นทุกข์ภัยในวัฏสงสาร ออกบวชเป็นสมณะในพระพุทธศาสนาได้ ล้วนต้องอาศัยความสว่างไสวแห่งธรรมของพระอุปัชฌาย์และครูบาอาจารย์เป็นที่พึ่งแห่งการกำจัดกิเลส และส่องสว่างหนทางมรรคผลนิพพานให้แก่ตนเอง ฉะนั้น

คณะพระมหาเถระและพระเถระทุกรูปของวัดพระธรรมกาย ประจำปี พุทธศักราช ๒๕๔๘ ได้ตระหนักถึงพระคุณอันยิ่งใหญ่ของ



พระเดชพระคุณพระภิกษุญาณาวิริยคุณ (เผด็จ ทตตชีโว) ผู้เป็นครูบา-
อาจารย์ในเส้นทางธรรม และได้ทุ่มเทชีวิตเป็นเดิมพัน ให้การ
เคี่ยวเข็ญฝึกฝนอบรมอย่างไม่เห็นแก่ความเหนื่อยยาก เพื่อให้ความ
บริสุทธิ์ในเพศสมณะ บังเกิดขึ้นในกาย วาจา ใจ ของเหล่าศิษยานุศิษย์
เสมอมา

ด้วยเหตุนี้ คณะพระมหาเถระและพระเถระของวัดพระธรรมกาย
ประจำปี พุทธศักราช ๒๕๔๘ นี้ จึงได้พร้อมใจกันรวบรวมปัจจัยนิเทศ
อันทรงคุณค่า ที่พระเดชพระคุณพระภิกษุญาณาวิริยคุณได้ให้ไว้ในแต่ละปี
โดยสรุปรวมเป็นครั้งเดียว มาจัดพิมพ์เผยแผ่เป็นธรรมทาน โดยให้ชื่อ
หนังสือนี้ว่า “บวชไม่เสียผ้าเหลือง”

ขออำนาจบุญกุศลนี้ จงดลบันดาลให้ท่านเจ้าภาพที่ได้ร่วมใจกัน
พิมพ์หนังสือปัจจัยนิเทศเล่มนี้ และทุกท่านที่มีส่วนในการจัดทำต้นฉบับ
มีความเจริญรุ่งเรืองด้วยทานบารมี และแตกฉานในธรรมะของพระ-
สัมมาสัมพุทธเจ้า ยิ่งๆ ขึ้นไปทุกภพทุกชาติ

สำหรับท่านที่ได้อ่านโอวาทนี้แล้ว ขอให้นำไปประพฤติปฏิบัติให้
สมควรแก่ฐานะของตน ทั้งที่เป็นฆราวาสและบรรพชิต ขอให้ทุกท่าน
สามารถทางไปพระนิพพานได้ทั้งกว้างไกลและลุ่มลึกไปตามลำดับ
ได้สมใจนึก บรรลุผลนิพพานเป็นอัครจรรย จนกระทั่งถึงที่สุด
แห่งธรรม เทอญ

ด้วยความปรารถนาดี

คณะผู้จัดทำ

๘ พฤศจิกายน ๒๕๔๘



คำนำในการพิมพ์ครั้งที่ ๒



“บวชไม่เสียผ้าเหลือง สิกไม่เปลืองผ้าหลาย” เป็นหนังสือที่สรุปโอวาทอันทรงคุณค่าของพระภิกษุภววิริยคุณ (หลวงพ่อดัตตชีโว) ที่ใช้เป็นหลักการฝึกอบรมกุลบุตร ผู้เข้าร่วมโครงการอบรมบรรพชาอุปสมบท “ธรรมทายาท” ตั้งแต่วันที่ ๑ ถึงทุกรัฐในปัจจุบัน (พ.ศ. ๒๕๑๕ - ปัจจุบัน) รวมระยะเวลากว่าสามสิบปี

เนื้อหาของหนังสือเล่มนี้ จะแบ่งเป็นสองภาค ได้แก่ “ทางโลก” และ “ทางธรรม” ดังนี้

ภาคที่ ๑ บวชไม่เสียผ้าเหลือง มีเนื้อหาเกี่ยวกับหลักการฝึกฝนอบรมตนเองให้เป็นบรรพชิตที่ดี รู้จักการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องในทางธรรม สามารถบำเพ็ญธรรมอันดีงามให้เกิดขึ้นภายในตน เป็นพระแท้ที่สมควรแก่การกราบไหว้ของมนุษย์และเทวดา

ภาคที่ ๒ สิกไม่เปลืองผ้าหลาย มีเนื้อหาเกี่ยวกับหลักการฝึกฝนอบรมตนเองให้เป็นฆราวาสที่ดีและวิธีการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องในทางโลก สามารถครองตน ครองคน ครองเรือน และครองงานให้อยู่ในศีลธรรมอันดีงาม เป็นต้นแบบความประพฤติที่ดีให้แก่



ชาวโลกได้ สมควรแก่การเป็นบุคคลที่เคยผ่านการบวชเรียนใน
พระพุทธศาสนามาก่อน

การจัดทำครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อมอบเป็นคู่มือการพัฒนา
ชีวิตให้ก้าวไปสู่ความเป็นบัณฑิตในทางโลกและทางธรรมอย่าง
สมบูรณ์แบบ แต่เหล่ากุลบุตร ผู้เข้าร่วมโครงการอบรมบรรพชา
อุปสมบท “ธรรมทายาท” ทุกรุ่น ของวัดพระธรรมกาย และศูนย์
สาขาของวัดพระธรรมกายทั่วประเทศไทย

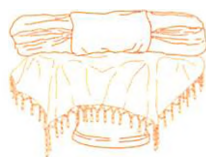
คณะกรรมการหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเล่มนี้จะมีส่วน
สำคัญในการสืบทอดอายุพระพุทธศาสนาให้กว้างไกลและยืนยาว
ตลอดไปตราบนานเท่านาน ขออำนาจบุญกุศล จงดลบันดาลให้ทุก
ท่านพร้อมทั้งประยูรญาติ ผู้มีส่วนร่วมในการจัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้
เป็นธรรมบรรณาการ จะมีแต่ความเจริญสุข ความเจริญด้วยศุภผล คือ
อายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ ธนสารสมบัติ ตลอดกาลทุกเมื่อ
ตราบวันไปถึงที่สุดแห่งธรรม เทอญ

คณะผู้จัดทำ

๒๒ เมษายน ๒๕๕๐



ภาคที่ ๑



บวชไม่เสียผ้าเหลือง



บวชไม่เสียผ้าเหลือง

พระธรรมเทศนา โดย
พระภาวนาวิริยคุณ (หลวงพ่อตตชิโว)

บัดนี้พวกท่านได้บวชมาครบพรรษาและได้รับภุญแล้ว บางรูปก็จำเป็นต้องลาสิกขากลับไปสู่ทางโลก อีกหลายสิบบรูปตัดสินใจบวชทำความเพียรสร้างบารมีต่อไปในเส้นทางธรรม

ใครที่จำเป็นต้องลาสิกขาก็ไม่น่าตำหนิอะไร เพราะการที่ท่านตัดสินใจจากบ้าน จากหน้าที่การงานแบ่งเวลามาบวชได้ ต้องจัดว่าเป็นผู้ที่มีวิริยะอุตสาหะมากอยู่แล้ว ถือว่าเป็นชาวพุทธที่มีปัญญาเข้าใจชีวิตถูกต้องและไม่ประมาท จึงรู้จักตัดใจจากความกังวลต่างๆ มาสร้างบุญกุศลสะสมบุญไว้เป็นเสบียงให้แก่ตนเอง เพราะรู้ดีว่าตราบใดที่ยังต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏสงสาร ก็ยังมีความ



จำเป็นต้องใช้บุญไม่มีที่สิ้นสุด

สำหรับบางรูปที่จำเป็นต้องลาสิกขา เพราะว่ามีภาระทางโลก รออยู่อีกมาก ไม่ว่าจะเป็นภาระเรื่องการทำงาน เรื่องครอบครัว เรื่องลูก เรื่องภรรยาที่คอยให้กลับไปดูแล-แนะนำ-สั่งสอนอบรมอยู่ที่บ้าน ก็ถือว่าเป็นภาระจำเป็นที่ต้องกลับไปดูแลรับผิดชอบตามหน้าที่กันต่อไป

ส่วนบางรูปลาสิกขาการมาบวช มีภารกิจของบ้านเมืองรออยู่ ก็จำเป็นต้องลาสิกขากลับไปทำงานของประเทศชาติ ไปแล้วก็ขอให้ตั้งใจทำงานให้สุดความรู้ความสามารถ และนำธรรมะที่ได้รับการอบรมมาตลอดพรรษา ไปประกอบการปฏิบัติหน้าที่การงานให้จงดี อย่าประมาทขอให้หมั่นสร้างบุญโดยการทำงานในหน้าที่ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นไป

ส่วนบางรูปเมื่อได้รู้แล้วว่าชีวิตพระแท้ไม่ใช่ของพอดีพอร้าย ไม่ใช่อยู่ไปวันๆ พระแท้ต้องเอาจริงเอาจังในการทำความเพียร แก้ไข ปรับปรุงนิสัยตนเองอย่างหนัก เพราะพระแท้เป็นทหารแห่งกองทัพธรรม ที่ต้องสู้รบกับกิเลสในตัวเอง และสู้รบกับกิเลสของชาวโลกที่หนุนเนื่องบีบคั้นเข้ามาเหมือนคลื่นยักษ์ เพราะฉะนั้น ถ้าใครไม่มีกำลังกายและกำลังใจที่เข้มแข็งพอ คิดว่ายังสู้กิเลสไม่ไหว จะลาสิกขาออกไปตั้งสติอบรมอินทรีย์ให้แก่กล้าไปพลาง เป็นฝ่ายเสียบ้าง ทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาไปพลาง ก็ตามสะดวก

อาจมีบางรูปที่ไม่ได้มีภาระทางโลกอะไรมาก แต่ยังไม่อยากจะสึกออกไปทดลองชีวิตในบางสิ่งบางประการที่ค้างคาใจสงสัยอยู่ สำหรับท่านเหล่านั้นอยากจะเตือนว่า อย่าไปนาน เดี่ยวจะพาลกลายเป็นช้างติดหล่ม ภายหลังพอรู้ตัวแล้วอยากจะทำมาบวชใหม่อีกก็สายไป



แล้ว เพราะไปตกหล่ม มีภรรยา มีลูก เป็นโศกคล้องคอให้ต้องรับผิดชอบ พระพุทธรูปเต็มไปหมด เหมือนอย่างกับบางรูปขณะนี้ ซึ่งก็เห็นกันแล้วว่ากำลังติดหล่ม อยากบวชต่อก็อยู่ไม่ได้

ส่วนบางรูปที่รักชีวิตพระ อยากจะบวชอยู่ต่อไปจริงๆ แต่มีภาระต้องลาสิกขากลับไปเลี้ยงดูพ่อแม่ซึ่งแก่เฒ่าเต็มที่ หลวงพ่อก็ขออนุโมทนาในความกตัญญูรู้คุณของท่านและขอให้ตั้งใจเลี้ยงพ่อแม่ให้ดี ให้สมกับที่ท่านเป็นพระอรหันต์ของลูก ต่อเมื่อได้เตรียมทุกสิ่งทุกอย่างให้ท่านได้พร้อมแล้ว จนกระทั่งสามารถวางใจได้ ก็ขอให้รีบกลับมาบวชใหม่ อย่าไปเสียเวลาในทางโลกอยู่นานเลย เพราะเวลาของชีวิตคนเราแต่ละคนสั้นนัก เราสามารถใช้เวลาในแต่ละชาติสร้างบุญกุศลให้แก่ตนเองได้มากน้อยแค่ไหน ก็เห็นได้จากชีวิตของพ่อแม่ที่ให้กำเนิดเลี้ยงดูเรามาเป็นตัวอย่างอยู่แล้ว

อย่างไรก็ดี ไม่ว่าท่านจะเลือกดำเนินชีวิตต่อไปในเส้นทางใด หลวงพ่อขอใช้โอกาสที่ท่านทั้งหลายได้บวชเรียนมาครบพรรษา ได้ผ่านหลักสูตรอบรมการใช้ชีวิตแบบพระแท้มาในระดับหนึ่งแล้วนี้ สรุปรูปธรรมเป็น **ปัจฉิมนิเทศ** เพื่อให้ทุกรูปสามารถนำธรรมะที่ได้เรียนกันมาตลอดทั้งพรรษา มาประติดประต่อกันเป็นหลักการดำเนินชีวิต **ที่ถูกต้อง** และมั่นใจชัดเจนว่างานที่แท้จริงของชีวิตคืออะไร จะได้มีกำลังใจฝึกฝนอบรมตนเองต่อไปไม่หยุดยั้ง ให้คุณงามความดีในตัวเพิ่มพูนยิ่งขึ้นไปเป็นลำดับ จนกระทั่งสามารถปิดนรก เปิดทางสวรรค์ ทางทางพระนิพพานให้แก่ตัวเองได้เต็มที่

สำหรับปัจฉิมนิเทศที่หลวงพ่อนำมาเป็นข้อคิดให้แก่พวกท่านนี้ ใครก็ตามที่น้อมนำไปเป็นหลักการดำเนินชีวิต และสามารถ



ฝึกฝนอบรมตนเองให้เป็นปกติของชีวิตประจำวันได้ ถึงแม้วันนี้
จำเป็นต้องลาสิกขากลับไปอยู่ทางโลก ก็สามารถยึดดอกกุมิใจได้ว่า
เป็นผู้บวชมาแล้วไม่เสียผ้าเหลืองเปล่า ส่วนผู้ที่ตัดสินใจบวชอยู่กับ
หลวงพ่อดีต่อไป เมื่อน้อมนำข้อคิดนี้ไปปฏิบัติแล้ว ก็จะได้ชื่อว่า เป็นผู้
ป่าวประกาศความมั่งคั่งของพระพุทธศาสนาให้ปรากฏแก่ชาวโลก
อย่างแท้จริง บุญบารมีย่อมเพิ่มพูนทับทวีมากยิ่งขึ้นไปอีกทุกวัน
ทุกคืน

บวชเพื่อเดินทางไปพระนิพพาน



หลวงพ่อบอกให้ท่านนึกย้อนกลับไปถึงวันแรกที่บวช พวกท่านทุกรูปได้ปฏิญาณกันต่อหน้าพระประธาน ต่อหน้าพระอุปัชฌาย์ และต่อหน้าคณะสงฆ์ทั้ง ๒๐ รูป ว่า

“สัพพะทุกขะ นิสสละระณะ, นิพพานะ สัจฉิกะระณัตถายะ

อิมัง กาสาวัง คะเหตวา ปัพพาชกะ มัง ภันเต”

แปลว่า “ข้าแต่พระอุปัชฌาย์ผู้เจริญ ขอบทนายรับเอาผ้ากาสาวะแล้วบวชให้ข้าพเจ้าด้วยเถิดเพื่อข้าพเจ้าจะได้ประพฤติดิปฏิบัติกำจัดทุกข์ทั้งปวงให้สิ้นไป และกระทำพระนิพพานให้แจ้ง”

เพราะเราปฏิญาณว่าจะบวชเพื่อกำจัดทุกข์ให้สิ้นไปนี้เอง พระอุปัชฌาย์จึงยอมบวชให้ ขอให้จำฝังใจไว้ให้ได้ว่า ไม่ว่าจะบวชระยะสั้นแค่พรรษาเดียว หรือบวชตลอดชีวิตก็ตาม เป้าหมายการบวชที่แท้จริงคือการบวชเพื่อกำจัดทุกข์ ไม่ใช่บวชเพื่อเล่น ไม่ใช่บวชเพื่อเอาสนุก หรือบวชตามประเพณี แต่บวชแล้วต้องเอาจริงเอาจังมุ่งไปพระนิพพาน ด้วยการฝึกฝนอบรมตนเองตามพระธรรมวินัยอย่างเคร่งครัด

เราอาศัยพระธรรมวินัยปฏิบัติตนเพื่อขจัดกิเลสในตัวให้หมด

ลื่นไปได้เมื่อไหร่ ทุกข์ก็หมดลื่นไปได้เมื่อนั้น แล้วก็เห็นพระนิพพาน
แจ่มสว่างโรจน์ที่สุดในที่สุดโดยอัตโนมัติ

ถ้าถามว่า พระนิพพานมีลักษณะเป็นอย่างไร ?

หลวงปู่ หลวงทวด ท่านตอบไว้ชัดเจนว่า “ลูกเอ๊ย กัมหนำกัม
ตาปฏิบัติไปเถอะ ถ้าดับทุกข์ไปได้มากเท่าไร ก็รู้แจ้ง เห็นแจ้งไป
ตามลำดับขั้นมากขึ้นเท่านั้น ว่าพระนิพพานมีลักษณะเป็นอย่างไร
อย่ามัวเสียเวลาไปเถียงกันว่า นิพพานเป็นอัตตาหรืออนัตตาเลยนะ
ลูกนะ”

เนื่องจากการกำจัดกิเลสกำจัดทุกข์ให้หมดไปนั้นไม่ใช่เรื่องง่าย
แล้วยังมีลักษณะเฉพาะอีกว่า กิเลสนั้นพอกำจัดหมดปั๊บ เผลอปั๊บ
กิเลสก็งอกขึ้นมาใหม่อีก เหมือนหญ้าแพรกหญ้าคา จึงต้องกำจัด
กิเลสกันทุกลมหายใจเข้าออก ถ้าเปรียบเทียบการเข้าไปรู้แจ้งเห็นแจ้งใน
พระนิพพานกับการเดินทาง ก็เปรียบเหมือนเดินบนเส้นทางที่ยาวไกล
ที่แสนจะรกทึบ ต้องใช้เวลาในการฝึกฝนอบรมตนเองข้ามภพข้ามชาติ
บางครั้งหลวงปู่ หลวงทวดท่านถึงกับรำพึงว่า “การบวชเหมือนถางทาง
ไปพระนิพพาน”

ทำไมท่านจึงใช้คำว่า “ถางทาง” กับการทำพระนิพพานให้แจ้ง

มันมีอะไรเป็นความรกร้างทางอยู่หรือ ถึงต้องมาถากมาถาง
ออกไปให้เตียน

คำว่า “ถางทาง” เป็นคำอุปมาเปรียบเทียบที่แสดงออกถึงความ
เอาจริงเอาใจในการสร้างหนทางสายใดสายหนึ่ง เพื่อไปให้ถึงที่หมาย
เราเรียนกันมาแล้วใน “นวโกวาท” ว่าทันทีที่เกิดมา แต่ละคน



ก็มีสิ่งหนึ่งฝังอยู่ในใจเราแล้ว ต่างกันแต่ว่า ใครจะมีอยู่มากน้อยกว่ากันแค่นั้น สิ่งนี้มันเป็นความรกรกอยู่ภายในใจของทุกคน ซึ่งทางธรรมเรียกว่า กิเลส

กิเลสเป็นเสมือนวัชพืชหรือปารกที่อยู่ในใจ

กิเลสมีความรกรกขนาดไหนจึงขวางทางไปพระนิพพานได้ ?

หลวงปู่หลวงทวดท่านพูดเป็นเชิงเปรียบเทียบไว้ว่า แม้เอาความรกรกของป่าทั้งหลายในโลกนี้มารวมกัน ก็ไม่รกรกเทียบเท่ากับป่ากิเลสที่อยู่ในใจของแต่ละคน

นี่คือ ดิกริความรกรกของกิเลสที่ขวางทางไปพระนิพพาน

การที่ใครจะสามารถทำพระนิพพานให้แจ้งได้ ก็ต้องขุดรากถอนโคนป่ากิเลสในใจออกไปให้หมดสิ้น จนกระทั่งมันไม่สามารถงอกกลับคืนมาใหม่ได้อีก

ดังนั้น ใครก็ตามที่บวชเข้ามาในพระพุทธศาสนาแล้ว หากจะเป็นพระแท้ให้สมเจตนาในการบวช จึงต้องเอาจริงในการฝึกฝนอบรมตนเองตามพระธรรมวินัยอย่างเคร่งครัด จะทำเหยาะๆ แหยะๆ ไม่ได้ เพราะงานสำคัญที่สุดในชีวิตนักบวช ก็คือ งานถางกิเลสออกจากใจไปพระนิพพาน

ผู้ที่เอาจริงเท่านั้น จึงสามารถถางป่ากิเลสออกจากใจ แล้วเปิดหนทางไปพระนิพพานให้ตัวเองได้สำเร็จ

ถ้าจะถามต่ออีกว่า แล้วพระนิพพานอยู่ที่ไหน หลวงปู่ หลวงทวดท่านก็ตอบยิ้มๆ ว่า “ก็อยู่ในตัวคุณเองนั่นแหละ ก้มหน้าก้มตาถางทางเร็วเข้าเถอะ”



กิเลส ๓ ตระกูล



เมืองงานสำคัญของชีวิต คือ งานถางกิเลสออกจากใจให้หมด
สิ้นไป

คำถามที่ตามมาก็คือ กิเลส คือ อะไร ?

กิเลสนี้ มีอยู่ในใจเราตั้งแต่เมื่อไหร่ ?

ในทางการแพทย์ มีการค้นพบว่า ร่างกายของแต่ละคน ล้วน
มีโรคฝังติดตัวกันมาแต่กำเนิด หลังจากคลอดแล้วโรคเหล่านี้ก็รอวัน
ที่จะปะทุขึ้นมา มีทั้งโรคเกิดจากตับ จากไต จากไส้ จากปung และจาก
อีกสารพัดอวัยวะ ยิ่งการแพทย์ก้าวหน้าไปมากเท่าไร ก็ยิ่งค้นพบว่า
โรคร้ายเหล่านั้นมันฝังตัวอยู่ลึกในรหัสพันธุกรรมของมนุษย์ที่เรียกว่า
ดีเอ็นเอ (DNA), อาร์เอ็นเอ (RNA) ถ้าเจ้าตัวไม่ระมัดระวัง โรคร้าย
ที่ฝังตัวอยู่ก็จะปะทุขึ้นมาได้ง่าย อาจทำให้ร่างกายพิการ หรือถึงแก่
ชีวิตได้

ในพระพุทธศาสนา พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงค้นพบว่า โรค
ทางกายที่ว่าหนักหนาสาหัสแล้ว ยังร้ายกาจไม่จริง ยังมีโรคอีกชนิด
หนึ่งที่ฝังอยู่ในใจ แต่แพทย์ทั่วไปมองไม่เห็น เรียกว่า กิเลส



กิเลส เป็นโรคร้ายฝังอยู่ในใจที่คอยบีบคั้นให้มนุษย์คิดชั่ว พุดชั่ว ทำชั่ว แล้วผลของความชั่วที่ทำไว้ก็ไม่หายไปไหน มันได้กลายเป็นมารร้ายย้อนกลับมา ตามจ้องล้างจ้องผลาญเราข้ามภพข้ามชาติ ให้เดือดร้อนอย่างแสนสาหัสในอนาคต เด็กเมื่อแรกเกิดดูเหมือนบริสุทธิ์ไร้เดียงสา แต่จริงๆ แล้วมีเชื้อกิเลสฝังลึกอยู่ในใจ รอเวลากำเริบเมื่อพบเหยื่อล่อ กลายเป็นว่าทันทีที่เราทำความชั่ว มันก็จุดให้เราตกเข้าไปสู่วงจรกรรมที่มียู่ประจำโลกนี้ทันที คือต้องเป็นทุกข์ตลอดชาตินี้ ตายไปก็ทุกข์ต่อไปอีกเพราะตกนรก พันโทษจากนรกกลับมาเกิดเป็นคน ก็จะเป็นคนมีทุกข์มาก

นี่คือวงจรของกฎแห่งกรรมที่มันมีอยู่ประจำโลกโดยมีกิเลสในใจแต่ละคนเป็นตัวบีบคั้นให้ผู้นั้นเข้าไปติดอยู่ในวงจร

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเห็นทรงรู้อย่างลึกซึ้งอีกด้วยว่า ถ้าแต่ละคนยังปราบกิเลสในใจได้ไม่หมด ความทุกข์มันจะไม่จบลงง่ายๆ เพราะในขณะที่วิบาก คือผลแห่งกรรมชั่วเก่า กำลังส่งผลให้เป็นทุกข์อยู่นั้น กิเลสในใจก็ยังคอยบีบคั้นให้คนสร้างกรรมชั่วใหม่เพิ่มขึ้นต่อไปอีก

มนุษย์จึงต้องตกอยู่ในสภาพ วิบากกรรมเก่ายังไม่ทันหมดไป วิบากกรรมใหม่ก็กระโจนเข้ามาขย้ำซ้ำอีกอยู่ตลอดเวลา ชีวิตของมนุษย์จึงประสบแต่ความทุกข์เดือดร้อนสารพัดอย่างไม่มีที่สิ้นสุด เพราะตกอยู่ในอำนาจกิเลส สมกับคำที่ว่า **ชีวิตนี้มีแต่ทุกข์**

การที่ใครจะให้ตัวเองหลุดพ้นจากวงจรแห่งทุกข์ได้ จึงมีทางเดียว คือ **ต้องกำจัดกิเลสออกไปจากใจให้หมดโดยสิ้นเชิง**



กิเลสจึงเป็นเสมือนโรคร้ายทางใจที่อันตรายกว่าโรคร้ายทางกายอย่างนับเท่าไม่ถ้วน

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงทราบถึงความร้ายกาจของกิเลสเป็นอย่างดี ตั้งแต่ครั้งยังเป็นพระโพธิสัตว์ ตลอดภพชาติอันยาวนานที่พระองค์ยังทรงเวียนว่ายในวัฏสงสาร พระองค์ทรงรู้ว่าที่ต้องเป็นทุกข์อยู่ตลอดมา เพราะถูกกิเลสในใจบีบคั้นให้คิด พุด ทำ ในสิ่งที่ไม่เหมาะไม่ควร แต่จะหาอย่างไรได้ ในเมื่อพระองค์ยังมองไม่เห็นกิเลสว่า มันมีรูปร่างหน้าตาเป็นอย่างไร ชุกซ่อนอยู่ตรงส่วนไหนของใจ เพราะแม้แต่ใจเป็นอย่างไร พระองค์ก็ยังมองไม่เห็น จนกระทั่งมาถึงพระชาติสุดท้าย เมื่อคืนวันเพ็ญวิสาขบูชา พระองค์ทรงได้เฝ้ามูลมากพอแล้วว่า การจะเห็นใจ เห็นกิเลส กำจัดกิเลสให้หมดสิ้นไปได้นั้นมีทางเดียว คือต้องทำใจให้หยุดให้หนึ่งอย่างถาวรให้ได้ ทำอย่างไรใจจึงจะหยุด? ทรงตัดสินใจพระทัยทุ่มชีวิตเป็นเดิมพันเจริญภาวนา

ทันทีที่ทรงลดพระวรกายลงประทับนั่งขัดสมาธิเจริญภาวนา พระองค์ทรงตั้งสัตยาธิษฐานว่า “แม้เลือดเนื้อในร่างกายต้องแห้งเหือดหายไป เหลือแต่หนังเอ็นหุ้มกระดูกก็ตามที่ หากยังไม่บรรลุนิพพานอันเป็นเครื่องดับทุกข์ทั้งปวงแล้ว ก็จะไม่ขอลุกขึ้นจากที่นี่”

นั่นคือพระองค์ทรงเอาชีวิตเป็นเดิมพันเพื่อกำจัดกิเลสให้สิ้นซาก ในที่สุดพระองค์ก็ทรงสามารถปราบกิเลสให้หมดสิ้น และตรัสรู้ธรรมเป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าได้สำเร็จด้วยพระองค์เอง พร้อมกันนั้นก็เป็นกรณีกำจัดสรรพทุกข์ไปด้วยโดยเด็ดขาด

เมื่อพระองค์ตรัสรู้แล้วก็ได้ทรงวางแผนความรู้ในการกำจัดกิเลสแม้แต่น้อย พระองค์ทรงมีพระมหากรุณาต่อชาวโลกยิ่งนัก ใคร



ที่พอมีแว่วว่าจะสามารถกำจัดกิเลสตามพระองค์ไปได้ แม้อยู่ไกลแสนไกลแค่ไหน พระองค์ก็เสด็จไปสั่งสอนวิธีการขจัดกิเลสให้แก่เขา พระองค์ทรงห่มเทศีวิตตลอดวันตลอดคืน เพื่อช่วยเหลือชาวโลกให้พ้นทุกข์อย่างแท้จริง ดังนั้น ในสมัยพุทธกาล จึงมีชาวโลกที่สามารถกำจัดกิเลสได้หมดสิ้น บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ติดตามพระองค์เข้าพระนิพพานไปจำนวนมาก อาทิเช่น พระปัญจวัคคีย์ พระสารีบุตร และพระโมคคัลลานะ เป็นต้น

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนให้ชาวโลกรู้ความจริงว่า กิเลสที่สิงอยู่ในใจมนุษย์ มีอยู่ ๓ ตระกูลใหญ่

กิเลสตระกูลที่ ๑ เรียกว่า โลภะ

กิเลสตระกูลที่ ๒ เรียกว่า โทสะ

กิเลสตระกูลที่ ๓ เรียกว่า โมหะ

โลภะ คือ กิเลสที่หากำเรบขึ้นแล้ว ย่อมทำให้ใจของผู้นั้น คิดอยากได้ของคนอื่นในทางที่ผิด เช่น คิดลักขโมย หลอกหลวง นอโก่ง เขา เป็นต้น

โทสะ คือ กิเลสที่หากำเรบขึ้นมาแล้ว ย่อมทำให้ใจของผู้นั้น คิดทำลายคนอื่นให้เสียหายย่อยยับ เช่น เมื่อไม่ชอบใครขึ้นมา ก็คิดต่อยตีเขาให้ยับเยิน จนกระทั่งอาจถึงกับคิดฆ่า คิดเผาทำลายทรัพย์ สิ่งของของเขา เป็นต้น

โมหะ คือ กิเลสที่หากำเรบขึ้นมาแล้ว ย่อมทำให้ใจของผู้นั้น ลุ่มหลงในสิ่งผิดว่าเป็นถูก คิดอะไรก็คิดอย่างโง่ๆ ไม่มีความรอบคอบ เช่น คิดอิจฉาตาร้อนเขาบ้าง คิดลุ่มหลงว่าตัวเองเป็นผู้วิเศษกว่าคนอื่นบ้าง เป็นต้น



กิเลสทั้ง ๓ ตระกูลนี้ล้วน หมักดอง-ห่อหุ้ม-เอิบอาบ-แช่อิ่ม-
บีบคั้น-บังคับ-กักกร่อนใจของมนุษย์ให้คิดพูดทำแต่ในสิ่งชั่วช้าต่างๆ
จนกระทั่งผู้นั้นคุ้นเคยต่อความชั่วทั้งหลาย ในที่สุดก็กลายเป็นนิสัย
ไม่ดีติดตัวแต่ละคน ทำความชั่วช้าแล้วซ้ำเล่าจนเป็นสันดาน เป็นเหตุ
ให้ต้องจมอยู่ในห้วงทุกข์มานับภพนับชาติไม่ถ้วน



การถางกิเลสออกจากใจ



ตลอดทั้งพรรษาที่ผ่านมา พวกท่านได้อุตส่าห์ศึกษาเล่าเรียน
ธรรมะกันมาอย่างเข้มข้น ทั้งภาคปริยัติและภาคปฏิบัติ ทุกท่านได้
ทราบแล้วว่า เป้าหมายสูงสุดของธรรมะแต่ละข้อที่เรียนกันมา คือ
นำมากำจัดกิเลสให้หมดสิ้นไปจากใจ

เนื่องจากพระพุทธองค์ทรงเห็นชัดแล้วว่า กิเลสเป็นผู้บังคับ
บัญชามนุษย์ให้ทำความชั่ว โดยเป็นฉากหลังคอยส่งเสริมมนุษย์ ให้
คุ้นเคยกับความชั่วที่ละเล็กทีละน้อยอย่างไม่รู้ตัว จนกระทั่งความชั่ว
เล็กน้อยที่คุ้นเคยเหล่านั้นได้ลุกลามกลายเป็นนิสัยชั่วทั้งน้อยและใหญ่
จนยากที่จะแก้ไขให้หมดสิ้นไปเพียงในชาติเดียว

ดังนั้น ในพระธรรมวินัยของพระพุทธองค์ จึงมีบทฝึกให้ภิกษุใช้
ถางกิเลสออกจากใจด้วยวิธีการแบบง่ายๆ ที่เรียกว่า หนามยอกก็เอา
หนามบ่ง ด้วยการเพาะนิสัยดีๆ ขึ้นมาแทนนิสัยไม่ดี ผ่าน ๓ ขั้นตอน
ต่อไปนี้ ควบคู่กันไปตลอดเวลา คือ

- ๑) การกำจัดกิเลส ผ่านการบำเพ็ญเพียรภาวนา
- ๒) การกำจัดกิเลส ผ่านกิจวัตรประจำวัน
- ๓) การกำจัดกิเลส ผ่านการฝึกความรับผิดชอบต่อหมู่คณะ



ขั้นตอนที่ ๑ การกำจัดกิเลส ผ่านการบำเพ็ญเพียรภาวนา

เนื่องจากกิเลสทั้ง ๓ ตระกูล มันจ้องคอยบีบคั้นใจ ให้เราคิด พุด ทำ แต่สิ่งที่หยาบกระด้าง จนกระทั่งกลายเป็นนิสัยมักง่าย หยาบคายร้ายกาจต่างๆ การกำจัดกิเลสจึงต้องฝึกใจให้พราวจาก กิเลสให้ได้

การฝึกใจให้พราวจากกิเลสต้องทำอะไร ?

- ๑) ต้องตั้งใจศึกษาพระธรรมคำสอนของพระสัมมา-สัมพุทธเจ้า ในภาคปริยัติ ให้เกิดความเข้าใจถูกต้อง ตามเป็นจริงให้ได้
- ๒) เมื่อเข้าใจถูกต้องตามเป็นจริงแล้ว ต้องพยายามหักห้าม ใจไม่ให้คิด พุด ทำความชั่ว เป็นการละเมิดพระธรรม วินัยอีก
- ๓) หมั่นบำเพ็ญเพียรทำภาวนาไม่ให้ขาด เริ่มจากทำภาวนา เป็นครั้งคราว แล้วถี่ขึ้นๆ จนกระทั่งกลายเป็นนิสัยรัก การภาวนาเป็นชีวิตจิตใจ เยี่ยงพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และเหล่าพระอรหันต์ ทั้งนี้ก็เพื่อเพิ่มพูนกำลังใจในการ หักห้ามใจไม่ให้ทำความชั่ว และตั้งใจทำให้ใจละเอียด นุ่มนวล สว่างยิ่งขึ้นไป

ดังนั้น ตลอดทั้งพรรษานี้ พระอาจารย์ และพระพี่เลี้ยง นอกจาก จะจัดการเรื่องการเรียนธรรมะให้อย่างเข้มข้นแล้ว ยังกำหนดเวลาให้ พวกท่านนั่งสมาธิกันวันละหลายๆ ชั่วโมงอย่างต่อเนื่องอีกด้วย ทั้งหมดนี้ก็เพื่อฝึกให้พวกเรามีนิสัยรักการทำภาวนานั่นเอง

ขั้นตอนที่ ๒ การกำจัดกิเลส ผ่านกิจวัตรประจำวันที่เกี่ยวข้อง เนื่องด้วยการใช้สอยปัจจัย ๔

เนื่องจากชีวิตของเราต้องอาศัยปัจจัย ๔ ทั้งส่วนที่เป็นเครื่องอุปโภคและเครื่องบริโภคในการดำรงชีวิต สิ่งเหล่านี้เองจึงเป็นอุปกรณ์การเพาะนิสัยทั้งดีและไม่ดีให้แก่เราได้ ถ้าเราใช้ในทางที่ถูกต้อง มันก็เพาะนิสัยที่ดีให้แก่เรา แต่ถ้าเราใช้ในทางที่ไม่ถูกต้อง มันก็สามารถเพาะนิสัยเลวร้ายให้แก่เราได้

ในพระวินัย พระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงทรงกำหนดกิจวัตรในเรื่องการใช้สอยและดูแลปัจจัย ๔ ให้เป็นบทฝึก เป็นอุปกรณ์สำหรับกำจัดกิเลสไว้หลายข้อ เช่น

กิจวัตรเกี่ยวกับการบิณฑบาต การขบฉันข้าวปลาอาหาร การดูแลรักษาบาตร ฯลฯ

กิจวัตรเกี่ยวกับการดูแลเครื่องนุ่งห่มสบงจีวร การซัก การตาก การพับ ฯลฯ

กิจวัตรเกี่ยวกับการทำความสะอาดดูแลโต๊ะ เตียง เก้าอี้ การปิดกวาดเช็ดถูที่อยู่อาศัย ลานวัด ลานเจดีย์ ฯลฯ

กิจวัตรเกี่ยวกับการใช้ยารักษาโรค แม้ที่สุด การใช้น้ำมูลหรือปัสสาวะของตนเองเป็นยา ฯลฯ

การที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงกำหนดพระวินัยแฝงไว้ในกิจวัตรประจำวันเช่นนี้ เพราะทรงทราบดีว่า กิเลส มันงอกเงยขึ้นในใจผ่านการใช้สอยปัจจัย ๔ ได้อย่างไร พระองค์ก็ทรงแก้ทางกิเลส



ด้วยการใช้หนามบังหนาม คือ การสอนให้พระภิกษุรู้จักใช้ปัจจัย ๔ รอบตัวให้ถูกต้อง เป็นอุปกรณ์ทางกิเลสออกจากใจเสียเลย

สิ่งที่ได้กลับมาจากการฝึกฝนตนเองผ่านเส้นทางนี้ ก็คือ นิสสัย รักการรักษาศีล รู้จักรอบคอบ ระมัดระวังป้องกันไม่ให้กิเลสกำเริบ เลิกลาขึ้นมาในใจของตนเองขณะใช้ปัจจัย ๔

เส้นทางที่ ๓ คือ การกำจัดกิเลส ผ่านการฝึกความรับผิดชอบต่อหมู่คณะ

เนื่องจากการสู้รบกับกิเลสในใจตัวเองเป็นงานใหญ่ และใช้กำลังใจมาก ที่สำคัญก็คือ กิเลสที่บีบคั้นใจเราอยู่นั้น ไม่ใช่มีแค่ลำพัง กิเลสของเราแต่ยังมีคัลลิกิเลสของคนอื่นที่อยู่รอบข้างบีบคั้นเข้ามาด้วย

เพราะฉะนั้น ถ้าหากสิ่งแวดล้อมรอบตัวและบุคคลรอบข้าง ไม่มีส่วนสนับสนุนการฝึกฝนตนเองเพื่อทางไปพระนิพพานเสียแล้ว การกระทบกระทั่งกันอย่างรุนแรงย่อมมีมาก แล้วก็เกิดเหตุให้กิเลสกำเริบเลิกลาเพิ่มมากขึ้นไปอีก

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงทรงบัญญัติพระวินัยให้พระภิกษุมีความรับผิดชอบต่อหมู่คณะด้วยการฝึกให้ดูแลวัดให้เป็นวัดที่มีสิ่งแวดล้อมและบุคคลรอบข้างที่เหมาะสมแก่การประพฤติปฏิบัติธรรม ซึ่งวัดต่างๆ สามารถฝึกโดยผ่านงาน ๕ อย่างต่อไปนี้ นั่นคือ

๑) งานช่วยกันดูแลสถานที่และสิ่งแวดล้อมภายในวัด ให้มีความสะอาดตั้งแต่ปากทางเข้าวัด สะอาดไปจนกระทั่งถึงห้องน้ำ และยังต้องให้มีความสงบวิเวก ร่มรื่น ไม่อึกทึกครึกโครมด้วยเสียงดนตรีขับร้อง หรือเสียงใดๆ ที่เฝ้าชวนกวนใจให้ฟุ้งซ่านด้วยกิเลส



และยังต้องช่วยกันสอดส่องดูแลไม่ให้ใครนำสิ่งที่ไม่ดี หรือสิ่งที่เป็นข้าศึกต่อการประพฤติพรหมจรรย์เข้ามาในวัด

๒) งานช่วยกันดูแลปัจจัย ๔ ทั้งเครื่องอุปโภคและบริโภค ที่ญาติโยมนำมาถวายด้วยศรัทธา โดยต้องรู้จักประมาณในการรับรู้จักประมาณในการใช้ และรู้จักดูแลรักษา

๓) งานฝึกตนเป็นต้นแบบที่ดีให้แก่หมู่คณะ นั่นคือ พระภิกษุที่เป็นครูบาอาจารย์ในวัด ก็ต้องปฏิบัติตนเป็นต้นแบบในด้านการบำเพ็ญภาวนา การใช้สอยปัจจัย ๔ และการป้องกันหมู่คณะ ให้ปลอดภัยจากสิ่งที่เป็นข้าศึกต่อการประพฤติพรหมจรรย์

๔) งานฝึกญาติโยมที่มาทำบุญให้มีความเคารพในธรรม เริ่มจากการแต่งกายมาวัดด้วยเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มที่สุภาพเรียบร้อย รู้จักการลุก การยืน การเดิน การนั่ง ด้วยความสำรวมระวังสมกับที่เป็นชาวพุทธ และแน่นอนว่าพระภิกษุเองก็ต้องเป็นต้นแบบในการนุ่งห่มและกิริยามารยาทต่างๆ ให้แก่ญาติโยมก่อน

๕) งานฝึกหมู่คณะให้มีความพร้อมเพรียงในการปฏิบัติธรรมร่วมกัน คือ พระภิกษุ สามเณร และญาติโยมที่มาทำบุญที่วัด ต้องกำหนดกิจวัตรในการปฏิบัติธรรมอย่างชัดเจน โดยต้องแบ่งเวลาออกเป็น ๔ ช่วง และระบุเวลาให้ชัดเจน ได้แก่

- (๑) แบ่งเวลาสำหรับการเข้าไปศึกษาหาความรู้ธรรมะจากพระภิกษุผู้เป็นครูบาอาจารย์
- (๒) แบ่งเวลาสำหรับสนทนาธรรม เพื่อไตร่ตรองธรรมะที่ได้เรียนมาแล้วให้เข้าใจ จะได้นำมาแก้ไขนิสัยไม่ดีของตนเองอย่างถูกต้อง

(๓) แบ่งเวลาสำหรับทำภาวนาในแต่ละวันอย่างต่อเนื่อง

(๔) แบ่งเวลาสำหรับการหลีกเร้นออกไปทำภาวนาในช่วงยาว

การที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงฝึกให้พระภิกษุมีนิสัยรับผิดชอบต่อหมู่คณะเช่นนี้ ก็เพราะพระองค์ทรงต้องการให้เรา รู้จักสร้างสิ่งแวดล้อมและบุคคลแวดล้อมที่ดี เพื่อให้เราได้มีโอกาสซึมซับรับเอาความดีจากผู้อื่นเข้ามาไว้เป็นนิสัยประจำตัว ในขณะที่เดียวกัน นิสัยที่ไม่ดีในตัวเราก็สามารถถูกกำจัดออกไปโดยอัตโนมัติ แล้วผู้อื่นก็สามารถซึมซับรับเอานิสัยที่ดีของเราเข้าไปเป็นนิสัยประจำตัวของเขาได้เช่นกัน เป็นอันว่า ทนที่ที่ทุกคนในวัดมีความรับผิดชอบต่อหมู่คณะ สมาชิกทั้งหมดของวัดก็กลายเป็นการช่วยเหลือซึ่งและกันในการกำจัดกิเลสให้หมดไปโดยอัตโนมัติ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงตรัสว่า **ความพร้อมเพรียงของหมู่สงฆ์ คือ ความประเสริฐต่อการทำพระนิพพานให้แจ้ง**

เหล่านี้คือ พระอัจฉริยภาพของพระพุทธองค์ในการสร้างยุทธวิธีกำจัดกิเลส แบบหนามยอกหนามบัง คือ กิเลสอกขึ้นจากที่ตรงไหนพระองค์ก็สอนให้ดึงกิเลสออกไปจากใจที่ตรงนั้นเป็นกิจวัตร เราไม่สามารถหาสุดยอดบรมครูเช่นนี้ได้จากที่ไหนอีกแล้ว



ขันติ เป็นสุดยอดแห่งธรรมในการกำจัด กิเลสทั้งปวง



เมื่อพวกเรามีความเข้าใจในเรื่องวิธีการกำจัดกิเลสผ่านเรื่อง
ใกล้ตัว คือ การทำภาวนาโดยตรง ผ่านการใช้ปัจจัย ๔ อย่างถูกต้อง
และผ่านการฝึกความรับผิดชอบต่อหมู่คณะแล้ว

สิ่งที่หลวงพ่อยากจะสรุปให้พวกเราฟังต่อไปอีกก็คือ
ทั้งหมดที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงกำหนดเป็นบทฝึกลงไปเป็น
กิจวัตรในพระธรรมวินัยนั้น แท้จริงแล้ว คือการฝึกความอดทนในการ
กำจัดกิเลสให้แก่เราโดยที่เราไม่รู้ตัว

ในพระรชานี้ ใครที่อดทนปฏิบัติกิจวัตรเคร่งครัดมาก ก็ถึง
กิเลสออกไปได้มาก ใครที่อดทนน้อย ก็ถึงกิเลสออกไปได้น้อย

เมื่อกิเลสถูกถางออกจากใจไปมากเท่าไร คนที่ช่างอดทนก็
กลับได้ความอดทนเพิ่มมากขึ้นเท่านั้น

ใครยังตั้งใจถางกิเลสเป็นกิจวัตรมากขึ้นเท่าไร ความอดทน
ในใจเรา ก็จะถูกยกระดับมากยิ่งขึ้นไปเท่านั้น ตรงกับพุทธพจน์ที่ว่า

ขันติ ประมาัง ตะโปตี ติกขา



ขันติ คือ ความอดทน เป็นสุดยอดแห่งธรรมะที่ใช้กำจัดกิเลส
ทั้งปวงให้หมดสิ้นไป

นั่นก็หมายความว่า กิเลสทั้งหลาย มันยอมแพ้ให้แก่คนที่มี
ความอดทนเป็นสุดยอดแห่งธรรมะประจำใจ

และไม่ใช่ว่าเฉพาะพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเราเท่านั้นที่ตรัสอย่าง
นี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกๆ พระองค์ล้วนตรัสเช่นนี้เหมือนกันหมด

เพราะฉะนั้น หลวงพ่ออยากขอฝากพวกเราทุกรูปไว้ว่า อย่ามอง
ว่า ขันติเป็นแค่ธรรมะ หรือหลักธรรมเท่านั้น แต่ขันติตัวจริงที่ฝึกจน
ฝังใจแล้ว ได้กลายเป็นนิสัยพรหมอดทนมีไว้เพื่อใช้ต่อต้านและกำจัด
กิเลสอีกด้วย ขันติจึงเป็นนิสัยสำคัญที่ต้องเพาะให้มากเอาไว้ เพื่อใช้
กำจัดกิเลสได้ดังใจนึก

สิ่งที่เรารู้สึกว่ายากๆ ในโลกนี้ แต่ที่ยากจริงๆ ก็คือ การถางกิเลส
ออกจากใจนี้แหละ คือ สุดยอดของความยากที่สุดแล้ว

ใครที่ตั้งใจบวชอยู่ต่อไปในเส้นทางธรรม ก็ขอให้ตั้งใจฝึกยก
ระดับความอดทนเพื่อถางกิเลสออกจากใจไปได้เรื่อยๆ ด้วย

เราอดทนฝึกตนตามพระธรรมวินัยเป็นกิจวัตรได้มากเท่าไร
ก็ถางกิเลสออกไปในแต่ละวันได้มากเท่านั้นบุญบารมีก็เพิ่มขึ้นทุกวัน
แล้วในที่สุด การถางทางไปพระนิพพานของเรา ย่อมทำได้สำเร็จ

แม้ใครที่จะกลับไปใช้ชีวิตในโลก ก็ขอฝากไว้ว่า สุดยอด
ของธรรมะที่ใช้เผชิญโลกเผชิญชีวิต ไม่มีอะไรเกิน ขันติ

วิชาการต่างๆ ที่เราเรียนกันมาในทางโลกสารพัด ถ้าขาดขันติ



เสียแล้ว ความรู้ความสามารถเหล่านั้นที่เรียนมา ก็ไม่สามารถใช้ออกมาได้

ความสำเร็จทุกอย่างในโลกนี้ต้องเอาความอดทนต่อการกำจัดกิเลสไปแลกมาทั้งนั้น

เพราะฉะนั้น วันนี้ ท่านได้ ชันติ เป็นอุปกรณวิเศษออกไปจากวัดแล้ว เป็นทั้งอุปกรณที่ใช้ทางปากกิเลสในใจตัวเองให้หมดไป เป็นทั้งอุปกรณที่ใช้เผชิญแรงบีบคั้นสารพัดจากกิเลสในใจของชาวโลก

อย่างไรก็ดี ท่านที่คิดว่าตนเองได้ฝึกขันติมาดีแล้วตลอดทั้งพรรษา พร้อมที่จะออกไปเผชิญโลก ก็ขอเตือนว่า นั้นยังไม่ใช่มิขันติจริง เพราะถ้าท่านมีขันติจริง ท่านต้องไม่ลาสิกขา

ส่วนท่านที่บวชอยู่ต่อก็เหมือนกันขอให้จุกคิดสักนิดว่า ถ้าท่านมีขันติจริง วันนี้พระธรรมกายภายในตัวต้องผุด ปรากฏสว่างไสว เหมือนอย่างกับพระอาทิตย์ยามเที่ยงวัน ณ ศูนย์กลางกายของท่านแล้ว แต่ที่ท่านยังเห็นบ้างไม่เห็นบ้าง ก็เพราะยังมีขันติไม่พอ



งานที่แท้จริงของชีวิต



สิ่งที่หลวงพ่อบอกฝากต่อไปอีกเรื่อง ก็คือ เมื่อตอนต้นพรรษา เราได้มีโอกาสเรียนเรื่อง ชั้นที่ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ซึ่งเป็นชีววิทยาขั้นสูงในพระพุทธศาสนา

รูป คือ กาย

เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ คือ ใจ

การเรียนเรื่องชั้นนี้ ทำให้เรารู้ว่า คนเราประกอบด้วย ๒ ส่วน คือ “กาย” กับ “ใจ”

กาย เมื่อถึงเวลา มันก็จะแตกสลายแยกย่อยกันไป กลายเป็นธาตุต่างๆ หับถมจมดินไป

ใจ ไม่ได้แตกสลายตามกายไปด้วย แต่ยังเวียนว่ายตายเกิดต่อไปอีก

ถ้าถามว่า เมื่อไหร่ “ใจ” จึงจะเลิกเวียนว่ายตายเกิดกันเสียที เราก็เรียนกันมาแล้วว่า ถ้ายังไม่หมดกิเลส ก็ยังต้องเวียนว่ายตายเกิดต่อไปอีก ไม่รู้จบสิ้น

กิเลสเป็นของแปลก อุปมาเหมือนผมบนศีรษะ โกงผมในวัน



นี้ พรุ่งนี้ผมก็งอกขึ้นมาใหม่อีกแล้ว

หรือถ้าอุปมากิเลสเหมือนขี้โคล เราอาบน้ำเมื่อไหร่ ต้องมีขี้โคล ออกมาทุกครั้ง กิเลสมันก็งอกเร็วเหมือนกับขี้โคลนั่นแหละ

พวกเราที่ลาสิกขาออกไป ก็ต้องระมัดระวังให้ดี เพราะตาม ธรรมชาติกิเลสงอกง่ายอย่างนี้ ลำพังกิเลสของตัวเราก็มักพอแล้ว หากเจอกิเลสของชาวบ้านผสมสมทบเข้าไปอีก ถ้าเกิดทนไม่ไหว เดียวก็จะโดนกิเลส มันอัดเสียสะบักสะบอม

เพราะฉะนั้น ดีที่สุด คือ ถ้าเห็นไม่เข้าท่าเข้าทาง รีบกลับมา บวชใหม่อยู่กับหลวงพ่อนี้แหละ อย่าโง่ไปอยู่ทางโลกนานนักเลย ภารกิจทางโลกเสร็จเมื่อไหร่ ให้รีบกลับมาบวชทันที

เมื่อพวกเราก้าวมาถึงวันนี้แล้ว หลวงพ่อยากตั้งคำถามกับ พวกเราว่า ในเมื่อแต่ละคนมีกิเลสคอยจ้องทำร้ายชุกชุมมากถึงเพียง นี้ งานที่แท้จริงของชีวิตคืออะไรกันแน่

ตามความเป็นจริง งานทำมาหาเลี้ยงชีพ ก็ยังเป็นเรื่องรอง ไม่ใช่ เรื่องหลัก ยิ่งงานเลี้ยงลูก เลี้ยงภรรยา นั้นยังเป็นงานที่เราแส่ไปหา มาเป็นภาระให้ตัวเองโดยไม่จำเป็น

เพราะฉะนั้น งานที่แท้จริงของทุกชีวิตในโลก ไม่ใช่เฉพาะงาน ของพระภิกษุ คือ งานทำความเพียรปราบกิเลส ส่วนงานอย่างอื่นนอก นั้นยังเป็นรอง

เรายิ่งปราบกิเลสได้มากเท่าไร นิสัยดีๆ ย่อมเกิดมากขึ้น เท่านั้น เพราะตัวการที่ทำให้เกิดนิสัยเลว คือ กิเลส ได้ถูกกำจัดออกไปจากใจ



เรายิ่งปราบกิเลสได้มากขึ้นเท่าไร ปัญญายิ่งสว่างไสว ความแตกฉานในอรรถในธรรมยิ่งเพิ่มพูน จนกระทั่งเราสามารถเป็น **ครูสอนศีลธรรมแก่ชาวโลกได้** แล้วเราก็จะมีอาชีพใหม่เกิดขึ้นแทน คือ อาชีพครูสอนวิธีปราบกิเลสให้แก่ชาวโลกเมื่อชาวโลกเห็นคุณค่าของเรา เขาก็ให้ข้าวปลาอาหารเป็นการบูชาธรรม เป็นการตอบแทนที่เรามาสอนให้เขารู้จักวิธีปราบกิเลสในตัว

เพราะฉะนั้น งานปราบกิเลส คือ งานหลักของชีวิต คนที่ตั้งใจปราบกิเลส ไม่ต้องกลัวว่าจะไม่มีกินมีใช้ ใครที่จำเป็นต้องลาสิกขาออกไป อย่าไปเสียเวลาอยู่นานเลย รีบกลับมาทำงานปราบกิเลสให้แก่ตัวเอง และเมื่อชำนาญแล้วก็ไปเป็นครูสอนวิธีปราบกิเลสให้ชาวโลกกันต่อไป

เมื่อเรารู้แล้วว่า งานที่แท้จริงของชีวิต คือ งานปราบกิเลสให้หมดไป เราก็มาศึกษาเรื่อง **ขั้น ๕** กันต่อไปอีก

เราเรียนกันมาว่า **ขั้น ๕ คือ กายและใจเป็นภาระหนัก**

หลวงพ่อก็อยากเตือนว่า ใครที่ยังไม่มีภรรยา เมื่อลาสิกขาออกไปแล้ว อย่าโง่ไปรับอาสาแบกขันธุ์ให้คนอื่นอีก กลายเป็นแบกครวาละ ๑๐ ขันธุ์ มีลูกอีก ๑ คนก็เป็น ๑๕ ขันธุ์ เมื่อถึงตอนนั้นระวังจะขันไม่ออก ได้โอกาสเมื่อไรให้รีบกลับมาบวชใหม่กับหลวงพ่อเร็วๆ นะลูก



ธรรมะที่แท้จริง



เรื่องต่อไปก็คือ คำว่า ธรรมะในภาคปฏิบัติ

ถ้าถามว่า ธรรมะคืออะไร ? เราคงสามารถตอบในแง่ทฤษฎีได้อย่างมากมาย

แต่สำหรับความหมายของธรรมะในภาคปฏิบัติ ที่ทุกคนต้องปฏิบัติเพื่อเข้าถึงธรรมะในตัวเองให้ได้ หลวงพ่อขอให้ความหมายไว้ ๓ ประการ ดังนี้

๑) ธรรมะ ตามนัยที่ ๑ หมายถึง ธรรมชาติบริสุทธิ์อยู่ในตัวมนุษย์ทุกคน หากใครเข้าถึงได้แล้ว ย่อมทำให้ใจเกิดความบริสุทธิ์ผุดผ่องตามธรรมะนั้นไปได้ และหากใจของใครสามารถเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับธรรมะที่เข้าถึงนี้ได้ ก็เลยยอมหมดสิ้นไปจากใจ หูขี้ผึ้งทั้งปวงยอมถูกดับจนหมดสิ้นไปด้วย

ใครก็ตามที่เข้าถึงธรรมะในตัวเองได้แล้ว ย่อมทราบถึงคุณวิเศษของธรรมะนี้ด้วยตัวเอง

ส่วนว่าธรรมะหรือธรรมชาติที่บริสุทธิ์ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงรู้ทรงเห็นนี้ มีมากมายขนาดไหน



พระพุทธองค์เคยตรัสว่า มีมากมายยิ่งกว่าธรรมะที่พระองค์
นำมาสอนเสียอีก ธรรมะที่พระองค์ทรงนำมาสอนนั้น อุปมาเหมือน
กับใบไม้แค้ในกำมือ แต่ธรรมะที่พระองค์ทรงรู้ทรงเห็น แต่ไม่ได้นำ
มาสอนนั้น มีมากกว่าใบไม้ทั้งป่าเสียอีก

แล้วธรรมะหรือธรรมชาตินิสรุทธิ์ที่มากมายขนาดนั้น เข้าไป
รวมอยู่ด้วยกันในตัวมนุษย์ได้อย่างไร

พระพุทธองค์ก็ทรงตอบว่า ถ้าใครปฏิบัติมรรคมีองค์ ๘ จน
กระทั่งเข้าถึงธรรมในตัวแล้ว ย่อมเห็นธรรมในธรรม คือเห็นว่าใน
ธรรมะแต่ละดวงนั้น ยังมีธรรมะอื่นอีกหลายดวง ที่ซ้อนต่อๆ กันไป
อีกนับไม่ถ้วน

สำหรับตรงนี้ หลวงพ่อชวยยกตัวอย่างในทางโลกมาเทียบเคียง
ให้ฟัง เมื่อสมัยที่เราเรียนชั้นมัธยมศึกษา เราได้ทดลองวิทยาศาสตร์
ด้วยการฉายแสงเข้าไปในแท่งแก้วปริซึม แล้วเราก็พบว่า แท่งปริซึมนั้น
สามารถแยกลำแสงปกติ ให้ออกมาเป็นสีรุ้งถึงเจ็ดสี ได้แก่ ม่วง คราม
น้ำเงิน เขียว เหลือง แสด แดง

นอกจากนี้ ยังมีส่วนที่ตามองไม่เห็น แต่ว่าถ่ายรูปติด เขาเรียก
ว่า รังสีเหนือม่วง (Ultraviolet-Ray) กับ รังสีใต้แดง (Infrared-Ray)

นั่นคือ ในยามปกติ เราก็เห็นว่าในแสงสว่าง มีเพียงสีเดียว แต่
เมื่อผ่านแท่งปริซึม กลับแยกออกมาได้เจ็ดสี และยังมีแสงสีอื่นๆ อีก
ที่ตามองไม่เห็นอีก แต่เครื่องมือวิทยาศาสตร์สามารถแยกสีออกมา
ได้เยอะ

การที่แสงธรรมชาติซ้อนเอาแสงเจ็ดสีเข้าไว้อยู่ด้วยกันอย่าง



กลมกลืนนี้ ก็อุปมาเหมือนกับ การซ้อนๆ กันอยู่ของธรรมในธรรมที่อยู่ในตัว ซึ่งถึงแม้จะมีมากมายยิ่งกว่าใบไม้ทั้งป่า แต่ก็สามารถซ้อนๆ อยู่ภายในร่วมกันได้อย่างกลมกลืน

และนี่คือลักษณะของธรรมะที่อยู่ในตัวที่เราต้องตั้งใจปฏิบัติ มรรคมีองค์ ๘ เพื่อเข้าไปรู้ไปเห็นของจริงด้วยตัวเองให้ได้

และเมื่อปฏิบัติจนเข้าถึงธรรมะในตัวได้เมื่อไหร่ ก็ต้องเอาใจของตัวไปจรดอยู่ในธรรมที่เข้าถึงนั้น จนกระทั่งเห็นธรรมในธรรม ทำอย่างนี้ต่อไปเรื่อยๆ จนกระทั่งใจของเรากับธรรมชาติบริสุทธิ์ในตัวนั้น สามารถหลอมรวมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เมื่อเป็นเช่นนั้น ก็เลสทั้งหลายย่อมถูกความสว่างภายในที่เกิดจากความเป็นอันหนึ่งอันเดียวของใจกับธรรมนั้น กำจัดให้หมดสิ้นไปตลอดกาล

การอาศัยความสว่างของธรรมะภายในกำจัดกิเลสให้หมดไปนี้ ก็อุปมาเหมือนดวงอาทิตย์ที่มีแสงสว่างเจิดจ้าฆ่าความมืดให้หมดสิ้นไปจากโลก

ถ้าหากการเข้าถึงธรรมะภายในของเรา ยังไม่สามารถฝึกใจให้เป็นเนื้อเดียวกับธรรมชาติบริสุทธิ์ภายในได้ ก็สามารถกำจัดกิเลสออกไปได้เพียงเป็นครั้งเป็นคราว อุปมาเหมือนกับดวงอาทิตย์ที่ส่องสว่างได้แต่ในเวลากลางวัน แต่พอเวลากลางคืน ดวงอาทิตย์ก็ลับโลกไป ทำให้โลกนี้ถูกปกคลุมด้วยความมืดไปตลอดคืน

แต่ถ้าหากการเข้าถึงธรรมะภายในของเรา สามารถหลอมรวมใจให้เป็นเนื้อเดียวกับธรรมชาติบริสุทธิ์ภายในได้ตลอดไป ก็ย่อมสามารถกำจัดกิเลสให้หมดไปจากใจได้อย่างถาวร อุปมาเหมือน



กับดวงอาทิตย์ค้างฟ้าที่ส่องแสงสว่างฆ่าความมืดให้หมดสิ้นไปจาก
โลกได้ตลอดกาล

๒) ธรรมะ ตามนัยที่ ๒ หมายถึง คำสั่งสอนของพระ-
สัมมาสัมพุทธเจ้าที่ทรงสอนให้มนุษย์พ้นจากทุกข์ทั้งปวง โดยสรุป
แล้วสามารถแบ่งเนื้อหาออกเป็น ๓ เรื่องใหญ่ คือ

๒.๑) ทรงสอนให้เข้าใจถูกในเรื่องราวความเป็นจริง
ของชีวิต และลักษณะของธรรมะอันเป็น
ธรรมชาติบิรสุทธิ์ที่อยู่ในตัวดังกล่าวกว่าข้างต้น

๒.๒) ทรงสอนให้ตั้งใจปฏิบัติมรรคมีองค์ ๘ อย่างถูก
วิธี เพื่อให้สามารถเข้าไปรู้ไปเห็นธรรมชาติ
บิรสุทธิ์ที่อยู่ในตัว

๒.๓) ทรงสอนให้สามารถทำให้เป็นอันหนึ่งอันเดียว
กับธรรมชาติบิรสุทธิ์ในตัว เพื่อกำจัดกิเลสที่
หมักหมมอยู่ในใจมาหลายภพหลายชาติให้
หมดสิ้นไปอย่างถาวร

สำหรับธรรมะในความหมายนี้ หมายถึง คำสอนของพระ-
พุทธองค์ที่ได้ถูกบันทึกไว้ในพระไตรปิฎกทั้งหมด ซึ่งหากไม่ตั้งใจ
ศึกษาอย่างจริงจัง เพื่อให้เกิดความเข้าใจถูกในเรื่องราวความเป็นจริง
ของ ชีวิตมาก่อนแล้ว ย่อมเป็นไปได้ยากเหลือเกินที่บุคคลนั้นจะมี
ศรัทธาหักห้ามใจตัวเองออกจากความชั่ว แล้วหันมาทุ่มชีวิตปฏิบัติ
มรรคมีองค์ ๘ เพื่อกำจัดกิเลสให้หมดสิ้นตามรอยบาทของพระ-
พุทธองค์ไป



เพราะฉะนั้น ธรรมะที่บันทึกอยู่ในพระไตรปิฎกนี้ จึงเปรียบเหมือนแผนที่ขุมทรัพย์ที่บอกให้รู้เรื่องราวความจริงของชีวิต บอกวิธีการปฏิบัติเพื่อการพ้นทุกข์ และบอกผลลัพธ์ที่ได้จากการกำจัดกิเลสและทุกข์ทั้งปวงหมดสิ้นไป

ที่สำคัญก็คือ กว่าที่พระพุทธองค์จะสามารถสรุปคำสอนทั้งหมดมาสอนเราได้ ทรงต้องใช้เวลายาวนานถึงยี่สิบสองปีกับแสนมหากัป และการบังเกิดขึ้นของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแต่ละพระองค์ก็ไม่ใช่เรื่องง่าย นานๆ จะมีบังเกิดขึ้นสักพระองค์หนึ่ง ยิ่งกว่านั้น ก็คือโอกาสที่จะได้ยินได้ฟังธรรมะของพระพุทธองค์ก็เป็นเรื่องยาก ก็ขนาดในโลภยุคนี้ พระพุทธองค์ได้มาบังเกิดขึ้นแล้ว แต่ก็ยังมียุคที่ตลอดชีวิตไม่เคยได้ยินได้ฟังคำสอนของพระพุทธองค์มาก่อนเลย

เพราะฉะนั้น พระไตรปิฎกอันเป็นที่บรรจุคำสอนของพระพุทธองค์ที่เปิดเผยความลับประจำชีวิตให้ชาวโลกได้รู้นี้ เราต้องพยายามอ่านพระไตรปิฎกให้จบหลายๆ เที้ยว อ่านให้ซาบซึ้งใจในพระมหากรุณาธิคุณของพระพุทธองค์ แล้วเราจะได้มีกำลังใจทุ่มชีวิตปฏิบัติธรรมตามรอยบาทของพระพุทธองค์ยิ่งขึ้นไป แล้วก็จะเป็นที่เหตุให้เราสามารถเข้าถึงธรรมะภายในไปตามลำดับ จนกระทั่งใจกับธรรมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันได้สำเร็จ

๓) ธรรมะ ตามนัยที่ ๓ หมายถึง นิสัยดีๆ ที่เกิดจากการตั้งใจปฏิบัติมรรคมรรค ๘ อย่างจริงจัง ด้วยการละเว้นความชั่ว ทำความดี กลั่นใจให้ผ่องใส เพื่อการเข้าถึงธรรมชาติบริสุทธิ์ในตัวเอง และการกำจัดกิเลสอันเป็นเหตุแห่งทุกข์ทั้งปวงให้หมดสิ้นไป



ในระหว่างที่เราตั้งใจปฏิบัติมรรคมืองค์ ๘ อยู่ นั่น แม้ว่าตอนนี้ เราจะยังไม่เห็นธรรมะในตัวก็ตาม แต่ว่ากิเลสก็ได้ถูกยับยั้งไม่ให้กำเริบต่อ สิ่งที่ได้กลับมาก็คือ เราได้มีนิสัยดีๆ เกิดขึ้นมาในตัวหลายอย่างโดยอัตโนมัติ โดยเฉพาะนิสัยรักการทำความดี นิสัยรักการรักษาศีล นิสัยรักการทำภาวนา เป็นต้น นิสัยเหล่านี้ มีส่วนสำคัญอย่างมากที่ช่วยให้ใจสงบนิ่งได้เร็ว

เมื่อเราฝึกฝนอบรมตนเองตามเส้นทางมรรคมืองค์ ๘ ไปตามลำดับ นิสัยดีๆ ก็มั่นคงขึ้นเรื่อยๆ ใจก็มีความคุ้นเคยกับศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ โดยอัตโนมัติ พอวางใจถูกส่วนเข้า เดียวก็เห็นธรรมะที่อยู่ในตัว พอเอาใจจรดกับธรรมจนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันได้ ใจก็สว่างโพล่งเหมือนอย่างดวงอาทิตย์ยามเที่ยงวัน ทั้งในยามลืมตาและหลับตา

นิสัยดีๆ ที่ได้จากการฝึกฝนอบรมตนเอง นี้เรียกว่า **นิสัยรักธรรมะ** หรือนิสัยมีความเป็นธรรม หรือนิสัยเป็นคนเที่ยงธรรม เหมือนกัน เพราะล้วนเป็นผลลัพธ์ที่เกิดอย่างค่อยเป็นค่อยไปมาตามลำดับจากการปฏิบัติมรรคมืองค์ ๘ เพื่อเข้าถึงธรรมชาติบริสุทธิ์ที่อยู่ในตัวของเรานั่นเอง

โอวาท ๓ และ บุญกิริยาวัตถุ ๓



พวกเราได้เรียนจากพุทธประวัติแล้วว่า ในวันมาฆบูชา พระพุทธองค์ได้ทรงสรุปหลักพระพุทธศาสนาให้แก่เหล่าพระอรหันต์สาวก ๑,๒๕๐ รูป ว่า

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกๆ พระองค์ทั้งอดีต ปัจจุบันและอนาคต ทรงสั่งสอนเรื่องเดียวคือเรื่องกรรม ประกอบด้วยเรื่องของกรรมดี กับ กรรมชั่ว หรือเรื่องของ บุญ กับ บาป

หลักการสร้างกรรมดีนั้น มีอยู่ ๓ ประการ

๑. หมั่นหักห้ามใจไม่ให้คิดชั่ว พูดชั่ว ทำชั่ว ทุกๆ ชนิด
๒. หมั่นทำแต่ความดีทุกวันให้เต็มที
๓. หมั่นรักษาใจให้มีความผ่องใสอยู่เป็นประจำ

หลักการสร้างกรรมดีทั้ง ๓ ประการนี้ เรียกว่า โอวาท ๓ ประการ

ส่วนว่าเมื่อใครตั้งใจสร้างกรรมดีไปแล้ว สิ่งที่เกิดตามมา หรือผลของกรรมดี คือ บุญ และแน่นอนถ้าใครสร้างกรรมชั่ว ผลของกรรมชั่ว คือ บาป



พระพุทธองค์ทรงห้ามไม่ให้ทำกรรมชั่ว หรือทำบาป เพราะ
ทรงทราบดีว่า ผลของกรรมชั่ว คือ บาป แม้เพียงนิดเดียวก็ทำให้
เป็นทุกข์ได้

วิธีสร้างกรรมดีก็มีอยู่ ๓ ประการ ทรงเรียกว่า บุญกิริยาวัตถุ
๓ ได้แก่ การทำทาน การรักษาศีล การเจริญภาวนา ซึ่งชาวพุทธมัก
นิยมเรียกว่า การทำบุญ

ในการทำบุญตามหลักพระพุทธศาสนานี้ เรื่องใหญ่ที่ชาวโลก
มีความสงสัยกันมาก ก็คือ บุญคืออะไร

บุญ คือ ธรรมชาติบริสุทธิ์ที่เกิดขึ้นในใจมนุษย์ทุกครั้งที่มี
สร้างกรรมดี คือ

๑. หักห้ามใจไม่ให้คิดชั่ว พูดชั่ว ทำชั่ว
๒. ตั้งใจคิดดี พูดดี และทำดี
๓. หมั่นทำใจให้ผ่องใส

เพราะฉะนั้น เมื่อเชื่อมโยงเรื่องโอวาท ๓ ประการ กับ บุญกิริยา
วัตถุ ๓ นี้ เข้าด้วยกันได้แล้ว เราก็สามารถสรุปได้ชัดเจนว่า ทั้งสอง
เรื่องนี้คือเรื่องเดียวกัน คือ การละชั่ว ทำความดี และกลั่นใจให้ผ่องใส
เป็นเรื่องหลักการทำบุญ ส่วนทาน ศีล ภาวนา เป็นวิธีทำบุญ

นั่นก็หมายความว่า เรื่องใหญ่ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกๆ
พระองค์ ไม่ว่าจะมีก่อกองไชยพระองค์ก็ตาม ทุกๆ พระองค์ทรงสั่ง
สอนแต่เรื่องการสั่งสมบุญอย่างสุดชีวิตของพระองค์ซึ่งเรียกว่าอีกอย่าง
ว่า กุศลกรรม



และแน่นอนว่า ในทางตรงกันข้ามก็เท่ากับพระองค์สอนเรื่อง
การไม่ทำบาป หรือ การไม่ทำอกุศลกรรม ไปด้วยในตัว

คราวนี้เมื่อเราตั้งใจละชั่ว ทำความดี กลั่นใจให้ผ่องใส ผ่าน
บุญกิริยาวัตร ๓ คือ ทำทาน รักษาศีล ภาวนาอย่างเต็มที่เป็นประจำ
ทุกวันๆ แล้ว ถามว่าสิ่งที่เราได้นอกเหนือจากบุญคืออะไร

สิ่งที่เราได้ไปด้วยกันกับบุญ ก็คือ การวางกิเลสออกจากใจ

แต่เนื่องจาก กิเลส ไม่ได้เพิ่งมาเกิดในใจของเราเป็นชาตินี้ชาติ
แรกแต่กิเลสมันหมักดองเน่าเหม็นอยู่ในใจเรามา นับภพนับชาติไม่ถ้วน

เพราะฉะนั้น ถ้าจะอุปมาว่าใจของเราเหมือนกับอะไร ก็ต้อง
บอกว่า ใจของเราอุปมาาก็เหมือนอย่างกับปลาร้าคังปี๊บที่หมักจน
กระทั่งเหม็นเน่าเหม็น

เรามาบวชหนึ่งพรรษาเนี่ย ความเหม็นเน่าในใจ เพิ่งลดลงไปได้
นิดหน่อยเท่านั้นเอง อย่าคิดว่าได้อะไรไปมาก เพิ่งถางทางไปพระ
นิพพานได้ไม่เท่าไร เพราะกิเลสมันหมักหมมอยู่ในใจมานาน ก็ต้อง
ตั้งใจแก้ไขตนเอง ผีกลั่นตนเองผ่านการสั่งสมบุญให้เต็มที่กันไปนะ

กิเลสที่หมักดองอยู่ในใจมานาน เวลามันแสดงความเป็น
ออกมานั้น มันจะแสดงออกให้ชาวโลกเห็นทางนิสัยไม่ดีต่างๆ ของเรา

เราจำเป็นต้องก็แก้ไขกำจัดความเน่าเหม็นของมันด้วยการฝึก
มรรคมีองค์ ๘ เข้าไปให้เต็มที่ เพราะมรรคมีองค์ ๘ แต่ละข้อก็คือ
การละชั่ว ทำความดี กลั่นใจให้ผ่องใส นั่นเอง

ดังนั้น มรรคมีองค์ ๘ ก็คือ อกุศลกรรม ซึ่งโดยย่อก็คือ คีล
สมาธิ ปัญญา



สัมมาวาจา สัมมากัมมันตา สัมมาอาชีวะ ก็คือ ศีล

สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ก็คือ สมาธิ

สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ ก็คือ ปัญญา

เมื่อเราฝึกมรรคมืองค์ ๘ ได้มากเท่าไร นอกเหนือจากบุญที่ได้รับแล้ว ผลที่ได้จากการถางกิเลสออกจากใจอีกอย่างก็คือ นิสัยดีๆ โดยเฉพาะนิสัยขันธ์ คือ นิสัยทรหดอดทนต่อการต่อสู้และกำจัดกิเลสให้หมดสิ้นไป

เมื่อเรามีความทรหดอดทนในการถางกิเลสออกจากใจอย่างนี้ การปฏิบัติมรรคมืองค์ ๘ ย่อมก้าวหน้าขึ้นไปทุกวันๆ ความเน่าเหม็นของกิเลสที่ส่งกลิ่นออกมาภายนอกผ่านทางนิสัย ก็จะลดน้อยถอยลงไปทุกวันๆ บุญย่อมเกิดเป็นสายต่อเนื่องกันไปทุกวันเช่นกัน

เมื่อบุญเกิดต่อเนื่องได้มาก ใจย่อมมีความผ่องใสได้มาก

เมื่อถึงคราวลงมือปฏิบัติธรรม ใจที่มีความผ่องใสอยู่มาก ย่อมหยุดนิ่งเป็นสมาธิได้เร็ว ความสว่างภายในย่อมเกิดขึ้นมาตามลำดับๆ ในที่สุดแล้ว ย่อมมองเห็นใจของตัวเอง

ปกติแล้ว ใจที่อาศัยอยู่ในกายของเราเนี่ย มันชอบคิดเที่ยวไป พระพุทธองค์ตรัสว่า การมองเห็นใจได้เป็นเรื่องยาก แต่ไม่ได้หมายความว่าไม่สามารถมองเห็น

ผู้ที่สามารถมองเห็นใจได้ คือ ผู้ที่มีกิเลสน้อย และผู้ที่มีกิเลสน้อย บุญย่อมเกิดเป็นสายได้มาก ใจย่อมมีความผ่องใสอยู่มาก เมื่อลงมือทำภาวนา ใจก็หยุดนิ่งเป็นสมาธิได้เร็ว

ในที่สุดแล้ว ความสว่างภายในที่สะสมมาเรื่อยๆ ตั้งแต่ตอน



ที่ปฏิบัติมรรคมืองค์ ๘ มาตามลำดับจนกระทั่งถึงตอนที่ใจเป็น
สมาธิเต็มที่นี่เอง ความสว่างนั้นย่อมสว่างในระดับที่ทำให้มองเห็น
“ใจ” ของตนเอง

เมื่อความสว่างภายในมากขึ้นไปอีก ก็สามารถมองเห็นธรรมะ
ที่อยู่ในใจได้ชัดเจน แล้วเราก็จะพบว่า ธรรมะที่อยู่ในใจนี้เป็น
ธรรมชาติบริสุทธิ์ เมื่อเข้าถึงแล้วย่อมทำให้ใจเกิดความบริสุทธิ์
ผ่องใสตามไปด้วย

เมื่อเอาใจหยุดนิ่งจรดลงไปในกลุ่มธรรมะที่เห็นนั้นความสว่าง
ภายในก็เพิ่มมากขึ้นไปอีก ทำให้สามารถเห็นดวงธรรมที่ซ้อนๆ อยู่ใน
ดวงธรรมได้อย่างชัดเจนเพิ่มขึ้นไปอีกตรงนี้เองที่ทำให้เราเริ่มเกิดความ
เข้าใจคำที่พระองค์ตรัสว่า การเห็นธรรมในธรรม

เมื่อเอาใจหยุดนิ่งลงไปในกลุ่มธรรมะที่ซ้อนอยู่ข้างในได้
มากเท่าไร ก็เลสก็ถูกกำจัดออกไปได้มากเท่านั้น ยิ่งก็เลสถูกกำจัด
ออกไปได้มากเท่าไร ใจก็สามารถหลอมรวมเป็นอันหนึ่งอันเดียว
กับธรรมได้มากเท่านั้น

ในที่สุด เมื่อใจกับธรรมเป็นอันหนึ่งอันเดียวได้สมบูรณ์ก็เลส
ก็ถูกปราบจนหมดสิ้นเชื้อไม่เหลือเศษ

เพราะฉะนั้น คนที่จะปราบกิเลสได้ ต้องสามารถมองเห็นใจตัว
เองก่อน จึงจะสามารถมองเห็นธรรมะในธรรม แล้วจึงสามารถหลอม
ใจกับธรรมให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวได้ กิเลสจึงถูกขุดรากถอนโคน
ออกไปได้หมดสิ้น

ขอให้เราตั้งใจฝึกมรรคมืองค์ ๘ เข้าไป เราฝึกมากเท่าไร



นิสัยรักเกียรติความชั่ว รักความดี รักการทำให้ผ่องใส ย่อมเพิ่มพูนมากขึ้นเท่านั้น

คนมีนิสัยรักเกียรติความชั่ว ก็เหมือนกับคนที่รังเกียจอุจจาระซึ่งไม่ว่าอุจจาระจะก้อนเล็กก้อนใหญ่ ก็ไม่ยอมเข้าใกล้ เพราะทำให้มีกลิ่นเหม็นติดตัวได้ทั้งนั้น

คนมีนิสัยรักความดี คือ คนที่เมื่อเห็นว่าอะไรเป็นความดี มีโอกาสเป็นต้องทำเต็มที่ เพราะรู้ว่าได้บุญ

คนมีนิสัยรักการทำให้ผ่องใส คือ คนที่หมั่นทำภาวนาให้ใจใสเป็นประจำ จนกระทั่งสามารถเห็นความใสของใจ ผ่านออกมาเป็นความผ่องใสภายนอก คือ ใสจากข้างในจนกระทั่งแผ่ขยายออกมาทางหน้าตาผิวพรรณภายนอก

ใครมีนิสัยรักเกียรติความชั่ว นิสัยรักความดี นิสัยรักการทำให้ผ่องใสมากเท่าไร ย่อมสามารถฝึกมรรคมืองค์ ๘ ได้ตรงเป้ามากเท่านั้น โอกาสที่จะบรรลุธรรมย่อมมากขึ้นเท่านั้น

เพราะฉะนั้น งานที่แท้จริงของทุกคนที่เกิดมาในชาตินี้ ก็คือ เราเกิดมาละชั่ว ทำดี กลั่นใจให้ผ่องใส เราเกิดมาสร้างบุญ เราเกิดมาสร้างกรรมดี

พูดง่ายๆ ก็คือ เราเกิดมาเพื่อขุดรากถอนโคนกิเลสให้หมดสิ้นไปจากใจ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกๆ พระองค์ทรงสอนเหมือนกันอย่างนี้

แต่ในชีวิตประจำวัน เราไม่ค่อยได้ทำกัน ก็คือ การนั่งสมาธิ



ถ้านั่งสมาธิถูกส่วนเมื่อไหร่ มรรคมงคล ๘ ก็ครบถ้วนเมื่อนั้น ปฏิบัติต่อไปจนกระทั่งวางใจได้ถูกส่วนเมื่อไหร่ ก็มองเห็นใจของตัวเองเมื่อนั้น เมื่อเห็นใจแล้ว ก็เห็นธรรม เมื่อเห็นธรรมแล้ว จึงเห็นกิเลส เมื่อเห็นกิเลสแล้ว การถอนรากถอนโคนกิเลส จึงกลายเป็นเรื่องง่ายไป

โดยสรุป ก็คือ การทำสมาธิ ย่อมทำให้มรรคมงคล ๘ ครบถ้วนได้สมบูรณ์ แล้วใจก็เริ่มเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับธรรมมากขึ้น ตามลำดับๆ จนกระทั่ง ในที่สุด ใจกับธรรมก็เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันสนิท กิเลสก็ถูกขุดรากถอนโคนอย่างเด็ดขาด ไม่สามารถงอกขึ้นมาใหม่ได้

ใจที่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับธรรมตลอดเวลาอย่างนี้ ก็อุปมาเหมือน ดวงอาทิตย์ที่สว่างไสวค้ำฟ้าที่ฆ่าความมืดให้หมดไปจากโลกได้ตลอดกาล

การบ้าน ๑๐ ข้อ



เมื่อเรารู้จักหน้าที่แท้จริงของชีวิตอย่างนี้แล้ว ว่าเกิดมาเพื่อ
ปราบกิเลสให้หมดสิ้น ถ้าใครต้องลาสิกขากลับไปจริงๆ ถ้ามีภรรยา
อยู่แล้ว ก็อย่าไปเสียเวลาสร้างลูกเพิ่มอีกเลย ชวนกันมาวัดทุ่มเทใช้
เวลามาทำงานปราบกิเลสดีกว่า

ใครที่ยังไม่มีภรรยา ก็อย่าโง่โง่ไปมี เพราะมันจะทำให้เสียเวลา
ทั้งเรา ทั้งเขา ที่จริงเราก็ต่างคนต่างมา ต่างคนต่างตาย ถ้าภรรยาตาย
ใช้ว่าเราจะกระโดดคองไฟตามภรรยาไปเสียเมื่อไหร่ หรือถ้าเราตาย
ภรรยาก็คงไม่กระโดดคองไฟตามเราไป

ส่วนใครที่ยังไม่มีภรรยา แต่อยากจะไปพักผ่อนเสียก่อน ก็ไม่
ว่าอะไร แต่อย่าไปนาน พรรษาหน้า ให้รีบกลับมาบวชใหม่ แล้ว
พรรษาหน้าบวชแล้วสู้ไม่ไหว จะสึกกลับอีก ก็ไม่มีใครว่าอะไร ฝึกรบ
กับกิเลสที่ละพรรษาก็ได้

พระพุทธองค์เอง เมื่อครั้งที่พระองค์ยังทรงเป็นพระโพธิสัตว์
อยู่ ก็เคยบวชแล้วก็สึก สึกแล้วก็บวชอยู่ถึง ๗ ครั้ง พอครั้งที่ ๗ จึง
ได้คิด เพราะเห็นภรรยานอนหลับกลางวัน ทำทางไม่น่าดูเลย บวช
แล้วก็สึก สึกแล้วก็บวชมาอยู่กับยายปลาธำคังปี เสียเวลาไม่เข้าท่า



ชาตินี้ไม่เอาอีกแล้ว ตัดสินใจบวชครั้งที่ ๗ แล้วไม่สึกอีกเลย

ใครที่ยังไม่มีภรรยา ก็อย่าไปเสียเวลามี รีบกลับมาบวชกับ
หลวงพ่ที่วัดนี้แหละ หลวงพ่อจะรอ แต่อย่าให้นานนัก เดี่ยวหลวง-
พ่อไม่อยู่ แล้วก็จะไม่เจอกัน

เพราะฉะนั้น งานที่แท้จริงของชีวิตอยู่ตรงนี้ ไม่ใช่ในงานมีภรรยา
ไม่ใช่ในงานสร้างครอบครัว งานที่แท้จริงอยู่ตรงนี้ อยู่ตรงที่ปรารถนาความ
เพียร ตั้งใจปฏิบัติมรรคมงคล ๘ ให้แก่กล้า สามารถขุดรากถอน
โคนกิเลสได้เด็ดขาดนี้เอง

ใครที่เกิดมาแล้วได้ทำงานที่แท้จริงของชีวิตอย่างนี้ ถือว่าใช้
ชีวิตคุ้มค่าที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนาแล้ว ส่วนชาติ
ต่อไปจะได้พบกับพระพุทธศาสนาอีกหรือไม่ก็ไม่รู้ ค่อยว่ากันใหม่

เพราะฉะนั้นใครที่ไม่มีภาระอะไรในทางโลกก็อย่าลาลิกขากลับ
ไปเลย ตั้งใจทำงานที่แท้จริงของชีวิตดีกว่า

ส่วนว่าถ้าใครมีภาระรับผิดชอบต้องลาสิกขากลับไปจริงๆ ก็
อย่ามัวไปหาฤกษ์สึกอยู่เลย บางคนไปหาฤกษ์โหรามา บอกว่าฤกษ์ดี
ตอนตีสอง นั้นเวลาพระจำวัตรนะลูก

บางคนยิ่งกว่านั้น ไปเอาฤกษ์สึกมาจากไหนไม่รู้ บอกว่าต้อง
ลาสิกขาตอนอีกสิบห้าวันที่เที่ยง นั้นเวลาพระกำลังฉันเพลอยู่นะลูก

เพราะฉะนั้น อย่าไปเอาฤกษ์ของโหรเลย มาเอาฤกษ์ของพระ-
สัมมาสัมพุทธเจ้าดีกว่า คือ เมื่อรับกฐินแล้ว วันไหนใจสบาย ฉันเพล
เสร็จเรียบร้อย ก็ลงมือนั่งสมาธิให้ใจสบาย ถ้านั่งสมาธิเมื่อยนัก ก็ให้
กลับไปตื่นหนึ่ง ตื่นมาแล้วก็สรงน้ำสรงท่า ปลงอาบัติให้เรียบร้อย

แล้วก็สวดมนต์ให้ใจสบาย เสร็จแล้วให้พนมมืออธิษฐานต่อหน้าพระ
ประธานว่า

ข้าพเจ้าลาสิกขาไปงวตนี้ จะไม่ไปทำเหลวไหลอะไรทั้งนั้น จะ
ตั้งใจปฏิบัติมรรคมงคล ๘ ในเพศฆราวาสต่อไปอีก จะตั้งใจละชั่ว ทำดี
ทำใจให้โล่งๆ ขึ้นไป ตั้งใจถางทางไปพระนิพพานให้ยิ่งๆ ขึ้นไป
แล้วด้วยอำนาจบุญกุศลที่ตั้งใจฝึกฝนอบรมตนเอง ทำความเพียรมา
ตลอดทั้งพรรษา ขออำนาจบุญกุศลนี้ จงส่งผลดลบันดาลให้ไม่ว่าจะ
ประกอบกิจการงานใด จะรับราชการหรือประกอบธุรกิจส่วนตัวก็ตามที่
ขอให้มีความสำเร็จ สำเร็จ สำเร็จเป็นอัศจรรย์

หากจัดการภาระที่ค้างค้ำ รวบรวมทรัพย์สิ้นเงินทองได้
เรียบร้อย จะรีบกลับมาบวชใหม่อีก เพื่อทำงานที่แท้จริงของชีวิต คือ
ขุดรากถอนโคนกิเลสให้สิ้นเชื้อไม่เหลือเศษ ทำพระนิพพานให้แจ้งใน
ชาตินี้ต่อไปด้วย

คนที่เอาบุญที่ตั้งใจฝึกตัวมาทั้งพรรษา มาอธิษฐานให้ตัวเอง
กลับมาบวชได้อย่างนี้ นี่คือ คนฉลาดตัวจริง

หลวงพ่อกุศลและหมู่คณะจะรอเราอยู่ที่วัด แล้วในระหว่างปี งาน
ที่ต้องรับผิดชอบ ก็ตั้งใจทำไป บุญต่างๆ ก็ตั้งใจทำไป แล้วทุกวัน
อาทิตย์ต้นเดือน ให้ตั้งใจมาเอาบุญใหญ่ที่วัด คือ บุญบูชาข้าวพระ
แล้วถั้วน้ำอาทิตย์ธรรมดามาได้ก็มา มาเจอพี่น้องวงบุญ และทุกวัน
ทุกคืนเปิดจันดาวธรรมดูที่บ้าน แล้วหลวงพ่อกทั้งสอง ก็จะได้ไป
เตือนสติของพวกเราถึงที่บ้าน

แล้วไม่ว่างานการจะยุ่งแค่ไหน ก็ต้องปฏิบัติภารกิจที่ครูไม่
ใหญ่สั่งเอาไว้ ๑๐ ข้อ ดังต่อไปนี้



- ข้อ ๑ เมื่อกลับไปถึงบ้าน เอาบุญไปฝากคนที่บ้าน
- ข้อ ๒ จัดบันทึกผลของการปฏิบัติธรรม
- ข้อ ๓ ก่อนนอนให้นึกถึงบุญที่ได้สั่งสมมาทั้งหมด
- ข้อ ๔ เวลานอนหลับ ให้หลับในอุทิศบุญ
- ข้อ ๕ เวลาตื่นนอน ให้ตื่นในอุทิศบุญ
- ข้อ ๖ เมื่อตื่นแล้ว รวมใจเป็นหนึ่งกับองค์พระหนึ่งนาที่ ในหนึ่งนาที่นั้นให้เราคิดว่าเราโชคดีที่รอดมาอีกหนึ่งวัน ขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายจงมีความสุข อันตัวเรานั้นตายแน่ ตายแน่
- ข้อ ๗ ทั้งวัน ให้ทำความรู้สึกทั่ว ตัวเราอยู่ในองค์พระ องค์พระอยู่ในตัวเรา ตัวเราเป็นองค์พระ องค์พระเป็นตัวเรา
- ข้อ ๘ ทุกหนึ่งชั่วโมง ขอหนึ่งนาที่ เพื่อหยุดใจ นึกถึงดวงองค์พระ หรือทำใจนิ่งๆ ว่างๆ ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗
- ข้อ ๙ ทุกกิจกรรมตั้งแต่ตื่นนอน ไม่ว่าจะเป็นการล้างหน้า อาบน้ำ แต่งตัว รับประทานอาหาร ล้างจาน กวาดบ้าน ออกกำลังกาย ขับรถ ทำงาน ให้เรานึกถึงดวงหรือองค์พระไปด้วย
- ข้อ ๑๐ สร้างบรรยากาศให้ดี สดชื่นด้วยรอยยิ้ม และปิยวาจา

การบ้านทั้ง ๑๐ ข้อของครูไม่ใหญ่นี้ คือ การปฏิบัติมรรคมงคล ๘ เป็นกิจวัตร เพื่อเดินทางไปพระนิพพานให้แก่เราตัวเราอย่างต่อเนื่อง ยั่งยืนนั่นเอง



ด้วยอำนาจบารมีทั้ง๑๐ ทศ ที่ลูกหลวงพ่อทุกรูปได้ตั้งใจ
บำเพ็ญอย่างดีแล้วมาตลอดพรรษา ขอให้ลูกทุกรูปสามารถกำจัด
นิสัยอันไม่พึงปรารถนาให้หมดสิ้นไปได้สมใจนี้ภายในเร็ววัน
และขอให้มิกำลังใจอันยิ่งใหญ่ มีจิตใจเข้มแข็งแกร่งกล้าในการที่จะ
ถางทางไปพระนิพพาน สามารถกำจัดสรรพทุกข์ สรรพกิเลสให้สิ้น
เชื้อไม่เหลือเศษได้โดยง่าย トラバจนถึงที่สุดแห่งธรรม

และขอให้ทุกรูปที่จำเป็นต้องลาสิกขาในครั้งนี้ สามารถย้อน
กลับมาบวชสร้างบารมีร่วมกับหลวงพ่อได้ภายในเร็ววัน ส่วนท่านที่
ตั้งใจจะบวชต่อ ขอให้บวชได้ตลอดไป อย่าได้มีอุปสรรคใดมาขวาง
กั้นทำให้ต้องสึกหาลาเพศ และขอให้ทุกท่านมีสุขภาพแข็งแรง
มีอายุชยยืนยาว เมื่อถึงคราวลาโลกให้ลาโลกในผ้าเหลือง และมีผ้า
กาสาหวัดสตรีอันเป็นธงชัยพระอรหันต์ห่อหุ้มกายไปทุกชาติ トラバ
กระทั่งถึงที่สุดแห่งธรรมเทอญ



ภาคที่ ๒



สิกไม่เปลืองผ้าหลาย

ฆราวาสธรรม

ธรรมะอันทำให้เป็นคนศักดิ์สิทธิ์



ขอความเจริญรุ่งเรืองอยู่ในธรรมแห่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จงบังเกิดแก่สาธุชนทุกท่าน

วันนี้จะได้นำธรรมะอันทรงคุณวิเศษหมวดหนึ่งมาฝาก เมื่อใครนำไปปฏิบัติแล้ว จะกลายเป็นคนศักดิ์สิทธิ์ขึ้นมาทันที

เราเคยได้ยินแต่ว่า มีพระศักดิ์สิทธิ์ มีเทวดาศักดิ์สิทธิ์มีอะไรต่ออะไรศักดิ์สิทธิ์ แต่ฆราวาสศักดิ์สิทธิ์ ไม่ค่อยมีใครพูดถึงกัน ที่จริงยังมีธรรมะอยู่หมวดหนึ่ง สามารถทำให้คนธรรมดาๆ ที่ยังครองเรือน มีบุตร มีภรรยา กลายเป็นคนศักดิ์สิทธิ์ได้ ทั้งๆ ยังอยู่กับครอบครัวนี้แหละ

ฆราวาสศักดิ์สิทธิ์เป็นอย่างไร

พระพุทธศาสนาแบ่งคนในโลกนี้ออกเป็น ๒ ประเภท

ประเภทหนึ่งเรียกว่า ฆราวาส คือ คนที่มีครอบครัว ยังครองเรือน มีสามี มีภรรยา มีบุตรอยู่ด้วยกัน

อีกประเภทหนึ่ง เรียกว่า บรรพชิต คือ ผู้ที่ไม่ยินดีในการอยู่ครองเรือน เห็นว่าการมีบุตร มีภรรยา เป็นเรื่องน่าเบื่อหน่าย เอือมระอา



เชิงไปหมด มีแต่ความทุกข์เป็นนิจ จึงอกบวช

พวกบรรพชิตหรือนักบวชไม่ว่าจะอยู่ในศาสนาพุทธหรือ ในศาสนาไหน มีโอกาสที่จะทำตัวให้ศักดิ์สิทธิ์ได้ง่าย เพราะมีเวลาฝึกตัวมาก

เราจึงได้ยินได้ฟังเรื่องของหลวงพ่อกัณฑ์สิทธิ์หลวงปู่กัณฑ์สิทธิ์ พระฤๅษีกัณฑ์สิทธิ์ พระดาบสกัณฑ์สิทธิ์กันบ่อยๆ แต่คนกัณฑ์สิทธิ์ ฆราวาสกัณฑ์สิทธิ์ไม่ค่อยได้ยินกัน นานๆ จะได้ยินสักที บางทีเป็นร้อยเป็นพันปี ยังหาไม่ได้สักคน ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น ตอบได้ว่า เพราะเขาขาดธรรมะที่ชื่อ “ฆราวาสธรรม”

ที่มาของฆราวาสธรรม

ฆราวาสธรรมนี้มีปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก เรื่อง “อาฬวกสูตร” มีความว่า

ในสมัยพุทธกาล มียักษ์ตนหนึ่ง ชื่อ อาฬวกยักษ์ อาศัยอยู่ในเขตเมืองอาฬวี ประเทศอินเดีย ยักษ์ตนนี้มีฤทธิ์มาก ดุร้าย ชอบจับคนกิน

เข้ามีวันหนึ่ง ขณะที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงแผ่ข่ายพระญาณตรวจสอบดูว่า มีสัตว์โลกที่โหนบ้างทีพอจะบรรลุธรรมได้ ปรากฏว่า อาฬวกยักษ์ผ่านเข้ามาในข่ายพระญาณ ทรงทราบว่ามีบุญเก่าในอดีตของยักษ์ตนนี้มีไม่น้อย ถึงคราวบุญนั้นจะส่งผลให้บรรลุธรรม จึงทรงตั้งพระทัยที่จะสงเคราะห์ยักษ์ให้พ้นทุกข์เสียที

ในคราวที่เสด็จมาโปรดอาฬวกยักษ์นั่นเอง พระองค์ได้ทรงแสดงพระธรรมเทศนาเกี่ยวกับฆราวาสธรรมโดยอเนกปริยาย



จนอาฬวกยักษ์ได้บรรลุโสดาปัตติผล

ยักษ์มีจริงหรือ

ผู้ที่เข้าถึงธรรมกายหลายท่านได้ค้นพบแล้วว่ายักษ์มีจริง ๆ แต่กายของยักษ์เป็นกายกึ่งหยาบ กึ่งละเอียด คือ ไม่ละเอียดเท่ากายทิพย์ แต่ไม่หยาบเท่ากายมนุษย์ บางครั้งสามารถปรากฏร่างให้เห็นด้วยกายหยาบอย่างเราๆ นี่ทีเดียว

รูปร่างของยักษ์ล้วนมีกระบองสวยงาม แต่เมื่อนั่งสมาธิดูแล้วกลับพบว่าไม่สวยอย่างนั้น รูปร่างจริงๆ เหมือนไม้ตีพริกขนาดใหญ่กว่ามาก เวลายักษ์จะไม่ไหนที่ต้องลากกระบองนี้ติดไปด้วยทุกครั้ง

ยักษ์มาจากไหน

เดิมยักษ์ก็เป็นคนเหมือนพวกเรา แต่มีข้อเสียตรงที่ว่า เป็นคนเจ้าโทสะ แม้จะทำบุญก็ยังทำด้วยความมีโทสะอารมณ์ขึ้นๆ ลงๆ

ตัวอย่างเช่น จะทำบุญตักบาตร ก็ด้วยความตั้งใจที่อยากจะให้ดี จึงรีบตื่นแต่เช้า รีบเข้าครัวเตรียมข้าวปลาอาหาร ใครมาช่วยก็ไม่ถูกใจ ทำไปก๊บนั่นไป พอถึงเวลา ด้วยความที่เป็นคนเจ้าโทสะ ถ้าพระมาช้าไปบ้าง เร็วไปบ้าง ก๊บนั่น

ขึ้นมาพึ่งเทศน์บนศาลาก็รำคาญคนอื่น คนโน้นอย่างนั้น คนนั้นเป็นอย่างนี้ มีเรื่องยั่วให้เกิดโทสะอยู่ร่ำไป

ใจนะเป็นบุญแต่พื้นใจเป็นคนเจ้าโทสะ เพราะฉะนั้นจะทำบุญให้ทาน ก็ได้บุญเหมือนกัน แต่ได้แบบหกๆ หล่นๆ พอละโลก

ไปแล้ว แทนที่จะได้เป็นเทวดากลับต้องไปเกิดเป็นยักษ์

อำนาจบุญส่งผลให้มีกายทิพย์ แต่กายทิพย์นั้นก็ไม่ใช่เย็ด ไม่ประณีตเหมือนพวกเทวดาเขา เพราะแรงโทสะที่ก่อเอาไว้ กายโตเหมือนกายเทวดา แต่หยาบกว่า ขนแต่ละเส้นหยาบแข็งเหมือนเส้นเชือก ตาแดงก่ำ เหมือนโกรธอยู่ตลอดเวลา ทั้งเนื้อทั้งตัวหาความสุขไม่ได้ แม้กระทั่งเสื้อผ้าก็หยาบยิ่งกว่ากระสอบ

จะนั่งจะนอนก็ไม่ค่อยจะเป็นสุข เพราะทั้งขน ทั้งผม ที่หยาบแข็งเหมือนขนเม่น คอยทิ่มตำตัวเองให้ระคายเคืองไปหมด กระบองที่หนักแสนหนักอยากจะทิ้งก็ทิ้งไม่ได้ ขว้างไปแล้ว เตี้ยม้วนก็กลับมาติดอีก ที่เป็นอย่างนี้ก็เพราะเมื่อเป็นมนุษย์ ความเป็นคนเจ้าโทสะเลยก่อเวรไปตีไปต่อยกับคนนั้นคนนี้อยู่เรื่อยๆ ผลสุดท้ายเลยต้องระวังตัว กลัวเขาจะมาแก้แค้น ต้องพกอาวุธเตรียมเอาไว้

ขนาดไปทำบุญตักบาตรยังต้องเหินตะพดไปด้วย เพราะไม่ไว้วางใจ ผวาไปหมด เป็นคนชอบลากตะพด พอเป็นยักษ์เลยต้องลากกระบอง ใครก่อเวรไว้อย่างไร ก็ได้รับผลอย่างนั้น ดิตัวข้ามภพข้ามชาติไปอีก เมื่อเป็นมนุษย์ถือตะพดอันโต พอเป็นยักษ์กระบองก็โตหน่อย ลากย่ำแย่ไปเลย เพราะฉะนั้นใครชอบพกอาวุธให้เลิกเสีย ไม่อย่างนั้นเกิดชาติต่อไป จะเป็นเหมือนยักษ์ลากกระบองพวกนี้

ยักษ์บางตนมีฤทธิ์เหาะเหินเดินอากาศได้ บางตนเหาะไม่ได้ได้แต่เดิน ยักษ์พวกที่เหาะได้ยังมีฤทธิ์เหาะสูงได้ไม่เท่ากันอีก บางตนเหาะได้เตี้ยๆ แค่น้อยยอดหญ้า บางตนเหาะลอยลี้วไปกลางอากาศเหินยอดไม้ที่เดียว ทั้งนี้ก็ขึ้นอยู่กับว่า ใครสร้างบุญมามาก สร้างบุญมาน้อยเมื่อสมัยเป็นมนุษย์



ไม่เพียงเฉพาะแต่ยักษ์เท่านั้นที่อาศัยบุญ แม้สัตว์อื่นก็ต้องอาศัยบุญเช่นกัน ตัวอย่างเช่น สุนัขตัวไหนมีบุญน้อยก็ได้นั่งรถเบนซ์ชูดอ แต่ประภทบุญก็ไม่ทำ แล้วยังเกะกะเกรเดด้วย พอเกิดเป็นสุนัขก็เป็นสุนัขขี้เรื้อนถูกเขาไล่ส่งร่าไป นี่บุญบาปตามส่งผลอย่างนี้

อาฬวกยักษ์ที่กล่าวถึงนี้ เมื่อครั้งที่เป็นมนุษย์ ได้ทำบุญให้ทานไว้มาก จึงไปเกิดเป็นยักษ์มีฤทธิ์เหาะเหินเดินอากาศได้ แต่ก็ยังมีขอบเขตจำกัดเรื่องบริเวณที่จะหาอาหารคือคนหรือสัตว์ที่จะจับกินได้ ต้องเป็นพวกที่ล่องล่ำเข้ามาในบริเวณร่มต้นไม้ที่มันอาศัยอยู่เท่านั้น พ้นบริเวณนี้แล้ว จับกินไม่ได้

เหตุที่มีขอบเขตจำกัด ก็เนื่องจากบุญที่ทำไว้นั้นเอง ทำนองเดียวกันกับคนเราเหมือนกัน ไม่ว่าใครจะมียศถาบรรดาศักดิ์ใหญ่โตแค่ไหน ก็มีอำนาจจำกัดเฉพาะในที่ของตนเท่านั้น เช่น นายกรัฐมนตรีของประเทศไทย ก็มีอำนาจเฉพาะในประเทศไทย ล่วงข้ามเขตเข้าประเทศมาเลเซียไปก้าวเดียวก็หมดอำนาจ เป็นได้แค่แขกต่างเมืองเท่านั้น ขึ้นไปทำไวยศก็อาจถูกตะพัดชาวบ้านได้

เป็นตำรวจอยู่โรงพักห้องที่ไหนก็สั่งการได้เฉพาะห้องที่นั้นข้ามเขตไป ใครก็ไม่ยอมฟัง แม้ตัวเราเองก็มีอำนาจจำกัดเพียงในบ้านของเราเช่นกัน

บาปต่อบาป

คนชอบก่อเวรอย่างเดียวกัน ย่อมถูกกระแสนบาปดึงดูดเข้าหากันขนาดอาฬวกยักษ์ถูกจำกัดเขตหากินไว้แค่ได้ร่มไม้ในป่าลึก

กษัตริย์เมืองอาฟวี่อยู่ในปราสาทราชวัง พรั่งพร้อมด้วยโภคทรัพย์
ยังไม่วายออกไปก่อเวรล้าสัตว์ จนพลัดหลงเข้าไปที่ร่มไทรอันเป็นที่
อยู่ของอาฟวกัยกษ์ จวนเจียนจะถูกจับกินอยู่แล้ว เเคราะห์ดีที่ยักษ์
มันยังไม่หิว ยอมเชื่อคำสัญญาของกษัตริย์ที่ว่า ขอให้ปล่อยกลับ จะ
ส่งคนในเมืองมาให้กินวันละคน

กษัตริย์อาฟวี่รักชีวิตตัวเอง รักษาจะ แต่ทรงชินชากับการ
ฆ่าสัตว์ จึงไม่ทรงสนใจว่า คนอื่นก็รักชีวิตตัวเองเหมือนกัน ทรงก่อ
เวรทำลายชีวิตนกโห และชีวิตเด็กแบเบาะไปมากต่อมาก แม้ที่สุด
โอรสซึ่งเป็นรัชทายาทเพียงพระองค์เดียว ยังแบเบาะอยู่ ก็ยังจะถูก
ส่งให้ยักษ์กิน

เว้นจากพระพุทธรองค์แล้ว ไม่มีใครเลยจะช่วยได้

ในวันนั้นนั่นเอง ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เห็นอาฟวกัยกษ์ใน
ข่ายพระญาณ ทรงดำริว่า เว้นจากเรตถาคคแล้ว ไม่มีใครจะช่วย
โอรสกษัตริย์นั้นได้ ตถาคคเท่านั้นที่จะปราบทมิฬของอาฟวกัยกษ์
จนพ้นเวรได้บรรลุโสดาปัตติผล

พระพุทธรองค์จึงเสด็จมาทรมานยักษ์ด้วยวิธีต่างๆ อาฟวกัย-
กษ์สิ้นฤทธิ์แล้ว แต่ยังไม่ยอมจำนนง่ายๆ ได้ตั้งปัญหาธรรมะถาม
พระสัมมาสัมพุทธเจ้าหลายอย่าง หลายประการ ด้วยยังหลงว่าตัวมี
ปัญญาเหนือกว่าพระบรมศาสดา เมื่อพระบรมศาสดาทรงเฉลย
ปัญหานั้นๆ ที่ละเอียดๆ อย่างแจ่มแจ้ง จนอาฟวกัยกษ์ ต้มด่าใน
พระธรรมเทศนา ใจหยุดนิ่ง สว่างไสวเข้าถึงธรรมกายพระโสดา
ได้เป็นพระโสดาบันในวันนั้นเอง



ปัญหาที่อาฬวกยักษ์ถามพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามีอยู่ ๕ ข้อดังนี้

ปัญหาของอาฬวกยักษ์

อาฬวกยักษ์ทูลถามปัญหามีใจความว่า

“คนได้ปัญญาอย่างไรหนอ

ทำอย่างไรจึงจะหาทรัพย์ได้

คนได้ชื่อเสียงอย่างไรหนอ

ทำอย่างไรจึงจะผูกมิตรไว้ได้

คนละโลกนี้ไปสู่โลกหน้า ทำอย่างไรจึงจะไม่เศร้าโศก”

พระพุทธองค์ทรงตอบปัญหาที่ละข้อๆ ตามลำดับดังนี้

ปัญหาข้อแรก ที่ว่า “คนได้ปัญญาอย่างไรหนอ”

ทรงตอบว่า “บุคคลเชื่อธรรมะของพระอรหันต์ เพื่อบรรลุ
นิพพานฟังอยู่ด้วยดี ย่อมได้ปัญญา”

ปัญหาข้อที่ ๒ ยักษ์ถามว่า “ทำอย่างไรจึง หาทรัพย์ได้”

ทรงตอบว่า “ผู้ไม่ประมาท มีวิจารณ์ญาณ ทำการต่าง ๆ ได้
เหมาะสม ไม่ทอดธุระ เป็นผู้หมั่น ย่อมหาทรัพย์ได้”

ปัญหาข้อที่ ๓ ที่ว่า “ทำอย่างไร จึงจะมีชื่อเสียง”

ทรงตอบว่า “คนได้ชื่อเสียงเพราะความสัตย์”

ปัญหาข้อที่ ๔ ถามว่า “ทำอย่างไร จึงจะผูกมิตรไว้ได้”

ทรงตอบว่า “ผู้ให้ ย่อมผูกมิตรไว้ได้”

ปัญหาข้อสุดท้าย ยักษ์ถามว่า



“คนละโลกนี้ไปสู่โลกหน้า ทำอย่างไรจึงจะไม่เศร้าโศก”

ทรงตอบว่า “บุคคลใดอยู่ครองเรือน ประกอบด้วยศรัทธา มีธรรม ๔ ประการนี้ คือสัจจะ ทมะ ชันติ จาคะ บุคคลนั้นแล ละโลกนี้แล้ว ย่อมไม่เศร้าโศก” ในตอนท้ายทรงทำนายว่า

“เชิญท่านถามสมณพราหมณ์เป็นอันมากเหล่าอื่นดูซิว่า ในโลกนี้มีอะไรยิ่งกว่าสัจจะ ทมะ ชันติ จาคะ”

ปัญหาข้อที่ ๕ นี้เอง ที่เป็นธรรมะในหมวดฌราวาสธรรมอาฬวกยักษเป็นผู้มีปัญหาอยู่บ้าง เพราะพื้นใจพอจะได้บรรลุโสดาบัน จึงตอบพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทันทีเหมือนกันว่า

“ทำไมหนอข้าพเจ้าจึงจะต้องไปถามสมณพราหมณ์เป็นอันมาก ในบัดนี้ วันนี้อข้าพเจ้ารู้ชัดถึงสัมปรายิกัตถประโยชน์ คือประโยชน์ในโลกนี้และโลกหน้า พระพุทธเจ้าเสด็จมาอยู่เมืองอาฬวีเพื่อประโยชน์แก่ข้าพเจ้าโดยแท้ วันนี้อข้าพเจ้าได้รู้ชัดถึงทานที่บุคคลควรทำในที่ ซึ่งมีผลมาก ข้าพเจ้าจักเที่ยวจากบ้านไปสู่น้ำ จากบุรีไปสู่น้ำ”

พละกมลสมาธิจิตพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระธรรม

ในครั้งนั้นนอกจากอาฬวกยักษจะได้สำเร็จเป็นพระโสดาบันแล้ว บรรดาอริยสงฆ์ทั้งหลายที่อยู่ ณ ที่นั้นด้วย ก็พลอยได้สำเร็จเป็นพระโสดาบันบ้าง เป็นพระสกทาคามีบ้าง เป็นพระอนาคามีบ้าง ตามกำลังบุญ

ที่มีของฌราวาสธรรมเป็นอย่างนี้ สำหรับพวกเราที่เป็นฌราวาสทั้งหลาย ถ้าอยากเป็นฌราวาสศักดิ์สิทธิ์อย่างที่ว่ามา ก็ต้อง



ปฏิบัติตัวให้ตั้งอยู่ในฆราวาสธรรม ๔ ประการคือ สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ ดังกล่าว

คนที่ไม่ศักดิ์สิทธิ์ คือ คนที่ไม่ได้ทำตัวให้อยู่ในคุณธรรมเลย เป็นสามีก็เป็นสามีที่ไม่มีคุณธรรมต้องถูกภรรยาทุบตีโขกสับอยู่เรื่อยๆ เป็นภรรยาก็เป็นภรรยาที่หาคุณธรรมไม่ได้ ถูกสามีเลี้ยงด้วยลำแข้งตลอดมา เป็นลูกก็เกะกะเกร เหลวไหล ผลสุดท้ายพ่อแม่ต้องไล่ออกจากบ้าน ไปติดคุกติดตะรางเสียก็มี แม่ไปเป็นตำรวจ ไปเป็นทหาร ก็จะไม่เอาดีไม่ได้ ไม่ศักดิ์สิทธิ์ ดีไม่ดีก็ติดคุกเสียเอง

แต่ถ้าประกอบด้วยคุณธรรม ๔ ประการนี้ เป็นสามีก็เป็นสามีศักดิ์สิทธิ์ เป็นสามีแก้ว เป็นภรรยาก็เป็นภรรยาศักดิ์สิทธิ์ เป็นภรรยาแก้ว เป็นลูกก็เป็นลูกศักดิ์สิทธิ์ เป็นลูกแก้ว ถ้าเป็นทหารก็เป็นขุนพลแก้ว เมื่อทำการค้าการขายก็ทำได้ดี เรียกว่า ขุนคลังแก้ว ทำอะไรศักดิ์สิทธิ์ไปหมด

ฆราวาสธรรม ทำให้เป็นคนศักดิ์สิทธิ์ได้อย่างไร

ถ้าจะแจกแจงรายละเอียดทั้งในทางทฤษฎี และทางปฏิบัติคุณธรรมทั้ง ๔ ประการ อันได้แก่ สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ ย่อมสามารถทำให้คนธรรมดา กลายเป็นคนศักดิ์สิทธิ์ได้

คุณธรรมข้อที่ ๑ “สัจจะ”

สัจจะแปลตรงๆ ว่า ความสัตย์ ความซื่อ ถ้าขยายความตามศัพท์แยกได้ ๓ ลักษณะคือ มีความจริง ความตรงและความแท้



จริง คือ ไม่เล่น

ตรง คือ ความประพฤติทางกาย วาจา ตรงไม่บิดพลิ้ว ไม่บ่ายเบี่ยง

แท้ คือ ไม่เหลวไหล

แต่ถ้าในเชิงปฏิบัติง่ายๆ ลัทธิจะคือ ความจริงใจ คือ ถ้าจะทำอะไรแล้ว หุ่หมดตัว ไม่ยั้ง ไม่เหยาะๆ แหยะๆ ส่วนคนในโลกมักไม่ค่อยจริงกัน

ลักษณะของความจริงเป็นเรื่องสำคัญที่ต้องรู้ถ้าจะแบ่งออกไปแล้ว ก็มีอยู่ ๕ ลักษณะคือ

ลักษณะที่ ๑ จริงต่อหน้าที่

คือ ใครเป็นสามีก็รับผิดชอบต่อหน้าที่สามี เลี้ยงครอบครัวให้ดี ไม่ปันใจให้หญิงอื่น จริงใจกับภรรยาตรงเผงไปเลย ใครเป็นภรรยาก็จริงใจต่อหน้าที่ของภรรยา ดูแลบ้านช่องห้องหอให้เรียบร้อย ไม่แอบออกนอกบ้าน ไปเที่ยวเตร่ เล่นการพนันเผาผลาญทรัพย์

เป็นลูกก็จริงใจลงไปเลยว่า เราเป็นลูกมีหน้าที่รักษาวงศ์ตระกูลให้ดี ถ้าพ่อแม่แก่เฒ่า ก็ต้องเลี้ยงดูกันไป

เป็นทหารก็จริงใจลงไปในหน้าที่ทหาร เป็นตำรวจก็จริงใจต่อหน้าที่ของตำรวจ ไม่ว่าใครจะเป็นอะไรก็หุ่ไปกับหน้าที่ของตัวให้หมด เช่นนี้จึงเรียกว่า จริงต่อหน้าที่



ลักษณะที่ ๒ จริ่งต่อการทำงาน

พอมีหน้าที่ก็ต้องมีงานตามมาโดยอัตโนมัติ เป็นสามีกี่มีงานของสามี คืองานหาเลี้ยงครอบครัว เป็นภรรยาก็มีงานของภรรยา เป็นลูกก็มีงานของลูก เป็นพระก็มีงานของพระ เป็นอะไรก็มีหน้าที่ และมีงานตามมา ยิ่งอายุมาก หน้าที่ก็ยิ่งมากเป็นเงาตามตัว เมื่อน้ำที่มาก งานก็ตามมาเช่นนี้

ยกตัวอย่างเช่น ทันทีที่เราเกิด หน้าที่ก็ติดตัวมาเลย คือหน้าที่ต้องเป็นลูกที่ดีของพ่อแม่ ลูกที่ดีจะต้องทำอะไรบ้าง งานก็ตามมา ครั้นคุณพ่อคุณแม่มีน้องมาให้เราอีกด้วย หน้าที่ก็เพิ่มมาโดยอัตโนมัติ

โตขึ้นไปโรงเรียน ก็มีหน้าที่ของนักเรียน เป็นอะไรก็มีหน้าที่ และมีงานทยอยตามมาเป็นลำดับ คนที่จริ่งต่อการทำงาน ไม่ว่าจะอยู่ในหน้าที่อะไร ให้ทุ่มทำงานในหน้าที่นั้นให้หมดตัว เมื่อบวชเป็นพระแล้วก็ให้ทำหน้าที่ของพระให้เต็มที่ ไม่ต้องขยักเอาไว้เพื่อลี้ก ประพฤติปฏิบัติธรรมให้สมกับเป็นพระทีเดียว งานของนักปฏิบัติธรรมคืองานรักษาศีล งานเจริญสมาธิ ต้องปฏิบัติกันชนิดทุ่มหมดตัว หมดชีวิตลงไปเลย

ตัวอย่างทางโลกที่รู้ๆ กันอยู่ก็มีเช่น พระเจ้าตากสิน ถึงคราวจะตีเมืองจันทบุรี พระองค์ก็ทรงทุ่มหมดตัวเหมือนกัน เย็นวันนั้นพอทหารกินข้าวกินปลาอิ่มกันดีแล้ว ก็ทรงสั่งให้เผาอาหารที่เหลือทิ้งให้หมด หม้อข้าวหม้อแกงก็ทุบทิ้ง ไม่มีเหลือแล้ว ทรงประกาศอย่างเฉียบขาดว่า



“คืนนี้ต้องตีเมืองจันทน์ให้ได้ แล้วเข้าไปกินข้าวในเมือง แต่ถ้าตีไม่ได้ ก็ตายกันอยู่หน้าประตูเมืองจันทบุรี อดตายกันอยู่ที่นั่นแหละ”

นี่ ทำงานแล้วต้องทำกันอย่างนี้ หุ่หมดตัวลงไปเลย แล้วทำอะไรก็จะศักดิ์สิทธิ์หมด หยิบงานอะไรขึ้นมาแต่ละชิ้น ต้องทำให้ดีที่สุด อย่าทำชู้ๆ ขอไปที เกิดเป็นคนแล้วอย่าชู้

ดีที่สุดในที่นี้ก็มีจำกัดขอบเขตว่า ดีที่สุดเท่าที่เวลาจะอำนวย ดีที่สุดสำหรับอุปกรณ์ที่เขาหามาให้ในตอนนั้น ดีที่สุดเท่าที่งบประมาณที่เขากำหนดมาให้ เมื่อคิดว่าดีที่สุดแล้ว ก็หุ่มเปรี้ยวๆ ลงไปเลย ไม่ต้องขยักไว้ หมั่นทำให้เคย ที่แรกยังไม่ชำนาญงาน ก็อาจติดอาจขัดได้ เพราะเพิ่งเริ่มต้นใหม่ แต่หลังจากทำงานคุ้นหัดเข้าๆ มันจะคล่องตัวไปเอง

พระลัมมาสัมพุทธเจ้าทรงกล่าวถึงเรื่องทำนองนี้ไว้ครั้งหนึ่งว่า

“ราชสีห์เวลาจะตะปบช้างเอามากิน มันจะตะปบด้วยความระมัดระวังอย่างดีที่สุด แม้สัตว์เล็กลงมาหน่อย เช่น เสือ มันก็ตะปบด้วยความระมัดระวังเหมือนกัน ตะปบแมวยังตะปบด้วยความระมัดระวังแม้ที่สุดจะตะปบกระต่ายตัวเล็กๆ ไม่มีเขี้ยวเล็บมากินสักตัว ก็ตะปบด้วยความระมัดระวังเท่าเทียมกัน”

ทำไมต้องทำอย่างนี้ พระพุทธองค์ทรงอธิบายว่า

“ราชสีห์มันนึกอยู่เสมอว่า ราชสีห์ตัวใหญ่อ่างมัน ถึงยังงี้ๆ ก็ต้องไม่ให้เสียเหลี่ยมๆ ชินตะปบกระต่าย แล้วกระต่ายหนีรอดไปได้ เสียศักดิ์ศรีราชสีห์หมด”

อีกอย่างหนึ่ง เรามักได้ยินคำพังเพยว่า “เรือล่มเมื่อจอด” คำนี้ใช้กับผู้ที่เคยทำดีมาแล้ว แต่ประมาทเมื่อปลายมือ เพราะไม่ตั้งใจ ทำให้ดีที่สุดหรือทำสักแต่ทำ อย่างนี้ใช้ไม่ได้ ต้องทำให้ดีพร้อมหมดจนใครๆ ก็ทำให้ดีกว่านี้ไม่ได้อีกแล้ว นี่คือจริงกับงาน

ลักษณะที่ ๓ จริงใจกับเวลา

คือใช้เวลาที่ผ่านมาไปให้คุ้มค่า เรื่องไม่เป็นเรื่องอย่าไปทำเลย เสียเวลาเปล่า เวลาที่ผ่านมาไปมันไม่ได้ผ่านไปเปล่าๆ มันเอาอายุ เอาชีวิตเราไปด้วยนะ

เพราะฉะนั้นถ้าพูดว่า เสียเวลาเปล่าความหมายก็จะเขาไป ต้องพูดว่า เสียชีวิตเปล่า จึงจะชัดดี

ดังนั้นจึงควรเลือกทำแต่เรื่องที่ทำแล้วให้ประโยชน์จริง ๆ อย่าพูดเป็นอันขาดว่า “อยู่ว่างๆ ไม่รู้จะทำอะไร” ถ้าว่างจริง ๆ ก็นั่งหลับตา สัมมาอะระหังชิ ทำไมไม่ทำ คนอย่างนี้ไม่จริงกับเวลา

ลักษณะที่ ๔ จริงต่อบุคคล

คือคบใครขอให้คบกันจริง ๆ ไม่ใช่คบกันแค่มารยาท

คนเรามักชอบบ่น “ผมนะไม่มีเพื่อนจริงสักคน” ความจริงแล้วตัวเรานั้นแหละไม่จริงกับเขาก่อน แล้วเขาจะมาจริงใจกับเราได้อย่างไร เวลาคบกับใครก็บอกเขาว่า

“มีธุระเดือดร้อนอะไรละก็ บอกนะ จะช่วยเต็มที่”



แต่พอเขาจะมาพึ่งพาให้ช่วยเหลือ กลับบิดพลิ้ว สารพัดจะหาเหตุผลมาอ้าง มาแก้ตัว อย่างนี้ไม่มีใครเขาจริงใจด้วยหรอก

มีเรื่องหนึ่งอยากจะเตือนไว้ ถ้ารักจะคบเป็นเพื่อนกันตลอดไป อย่าเล่นแชร์เล่นไพ่กับเพื่อน เพราะสองอย่างนี้พอเล่นจะเอาผลประโยชน์กัน แล้วจะมีความจริงใจอะไร เพื่อนกัน มีอะไรต้องช่วยเหลือจนเจือกัน เพื่อนติดขัดเรื่องเงินเรื่องทอง ก็ตัดเงินส่วนที่ไม่ทำให้ตัวเองเดือดร้อนให้ไปเลย ไม่ต้องไปคิดเรื่องดอกเบี้ย จะคิดถูกคิดแพงก็ถือว่าไม่จริงใจต่อกันทั้งนั้น

ลักษณะที่ ๕ ตรงต่อความดี

คือจริงใจต่อคุณธรรมความดี จะทำอะไรเพื่อช่วยเหลือเพื่อนที่ดี หรือทำตามหน้าที่ที่ดี ต้องมีคุณธรรมกำกับด้วย อย่าให้คนอื่นเดือดร้อน โดยเฉพาะทำให้คนดี ๆ พลายเดือดร้อนไปด้วย

เช่นเป็นทหาร ได้รับคำสั่งไปเคลียร์พื้นที่ที่มีผู้ก่อการร้าย ก็ต้องเคลียร์เฉพาะคนร้าย แยกคนดี ๆ ที่ปะปนอยู่ออกให้ได้ ไม่ใช่ฆ่าทั้งหมดทั้งเด็กทั้งผู้ใหญ่

หรือเป็นตำรวจ จับผู้ต้องหาได้ด้วยความเหนื่อยยาก ก็อย่าไปแก้แค้นด้วยการซ้อมคนไม่มีทางสู้ มีหน้าที่สอบสวน เจอผู้ร้ายปากแข็งซักอย่างไรก็ต้องทน ต้องพยายามใช้ปัญญา อย่าใช้วิธีทารุณบีบบังคับให้เขารับสารภาพ ต้องนึกถึงคุณธรรมความดีให้มาก

เป็นอันสรุปความได้ว่าคนที่มีสัจจะคือคนที่ทำอะไรทุ่มหมดตัว จะทำงานชิ้นใดก็ทุ่มทำให้ดีที่สุด คบใครก็คบกันจริงๆ ไม่ใช่ต่อหน้า



สรรเสริญ ลับหลังนินทา ถ้าจะคบก็คือคบ ถ้าไม่คบก็ตัดบัญชีกันไป
เลย ผีกลุ่มหมดตัวอย่างนี้ ไม่เข้าก็จะได้เหมือนพระสัมมาสัมพุทธ
เจ้าของเรา

จำได้ไหม วันที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ณะ พอนั่งสมาธิคู้
บัลลังก์แล้ว เหนื่อยก็ทรงตั้งสัจจะอธิษฐานทุ่มชีวิตเลยว่า

“แม้เลือดเนื้อในร่างกายจะแห้งเหือดหายไป เหลือแต่หนัง
เอ็นกระดูก ก็ตามที หากยังไม่บรรลุพระสัมมาสัมโพธิญาณแล้ว เรา
จะยอมไม่ลุกขึ้นเป็นอันขาด”

นี่พระบรมศาสดาของเราทุ่มสุดตัวอย่างนี้ เราเป็นลูกศิษย์
ท่านก็ต้องทำตามท่าน พวกนักเรียนนักศึกษาจำไว้นะ ตอนนี้อยู่
เรียนก็ทุ่มเทให้เต็มที่ อย่าไปห่วงกลัวไม่มีเวลาจับแฟน ชินโง่เรียนไม่
จบ เขาไม่หันมามองหน้าเราหรอกนะ

เวลามาวัด ก็ต้องตั้งใจทำกายให้พร้อม จะมานั่งหลับตา ทำ
สมาธิก็ไม่ต้องเขียนคิ้วทาปาก ใส่ผ้าห่มกลืนฟุ้งมารบกวนคนอื่นเขา
เปล่าๆ มาวัดก็มากันจริงๆ มาตักบาตรก็ตักบาตรกันจริงๆ มาฟัง
เทศน์ก็ฟังกันจริงๆ มานั่งสมาธิก็มานั่งกันจริงๆ พอลงมือนั่งแล้ว ฟัว
ถล่มแผ่นดินทลาย ใครคอขาดบาดตายยังงี้ก็ช่าง เรื่องอื่นไม่คิดแล้ว
เรื่องอดีตผ่านไปแล้วก็ไม่ต้องคิด เพราะเรียกไม่กลับ อนาคตก็ไม่คิด
คิดมากเดี๋ยวทุกข์กินเปล่า เพราะมันจะมาถึงหรือไม่ก็ไม่รู้ ตอนน
ี้ที่แน่ๆ คือทุ่มลงไปเลย นึกถึงองค์พระนึกถึงดวงแก้ว ถ้าทำอย่างนี้
เดี่ยวองค์พระก็พริบขึ้นมา ดวงแก้วก็สว่างพริบขึ้นมา



คุณธรรมข้อที่ ๒ “ทมะ”

ทมะ แปลว่า ฝึก เกิดเป็นคนต้องหมั่นปรับปรุงตนเองอยู่เรื่อยไป อย่าอยู่กับที่ ขณะที่คนอื่นเขาวิ่งบ้าง เดินบ้าง แม้ที่สุดกำลังคลานอยู่ ถ้าเรามัวนอนหลับ ก็เท่ากับเราถอยหลังนั่นแหละ

โลกมันหมุนไม่ยอมหยุด วิชาการก็ก้าวหน้าเรื่อยไป เราจึงต้องฝึกตัวให้ก้าวหน้าเรื่อยไปเหมือนกัน

เรื่องฝึกตัวนี้สำคัญ ใครที่มีผู้ไต่บังคับบัญชามากไม่ว่าจะเป็น ตำรวจ ทหาร ข้าราชการ พ่อค้าอะไรก็ตาม ขึ้นไม่ฝึกตัว รับรองไปไม่รอด นอกจากต้องฝึกทางด้านวิชาการตลอดแล้ว ยังต้องฝึกแก่นิสัยใจคอตัวเองอีกด้วย ฝึกแก่นิสัยตัวเอง คือ ฝึกตัวด้านคุณธรรมนั่นเอง

พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวฯ ตรัสไว้ในโคลงโลกนิติว่า

“ฝูงชนกำเนิดคล้าย	คลึงกัน
ใหญ่ย่อมเพศผิวพรรณ	ແผกบ้าง
ความรู้อาจเรียนทัน	กันหมด
เว้นแต่ชั่วดีกระด้าง	ห่อนแก้ ฤาไหว”

ความรู้ทางโลกนั้นถึงจะก้าวไปเร็วอย่างไรก็ตาม ยังสามารถเรียนทันกันได้ไม่ยาก แต่คุณธรรมหรือความประพฤติของเรานี่สิ กว่าจะแก้แต่ละอย่างได้ ยากแสนยาก



ฝึกแก่นิสัยฝึกอย่างไร

การแก่นิสัยไม่ดีแต่ละอย่าง ไม่ใช่จะแก้ได้ง่าย แต่ก็ต้องพยายามแก้จนแก้ได้มากหรือได้น้อยแค่ไหนก็ต้องพยายามแก้กันเรื่อยไป วันหนึ่งย่อมจะแก้หมดเอง

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อครั้งบำเพ็ญบารมีในพระชาติต้นๆ ได้รับความประพฤติของพระองค์ก็ยิ่งหย่อนอยู่เช่นคนทั้งหลาย จึงต้องล้มลุกคลุกคลานไปบ้าง บางชาติก็เกิดเป็นเสือ ช้าง กวาง เก้ง พุดง่ายๆ บางชาติเกิดเป็นสัตว์ บางชาติเกิดเป็นคน เป็นคนยากจนก็มี บางชาติเป็นกษัตริย์ บางชาติเป็นนักปราชญ์ แต่จะล้มลุกคลุกคลานอย่างไร พระองค์ก็พยายามฝึกตัวอยู่ตลอดเวลา สังเกตได้จากเรื่องชาดกต่างๆ

เราประกาศตัวเป็นชาวพุทธ เท่ากับประกาศว่าเป็นลูกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงมีหน้าที่ต้องฝึกตนตามพระองค์ รู้ว่านิสัยอะไรไม่ดีก็รีบแก้ไข ฝืนใจให้ได้ ฝืนใจอยู่บ่อยๆ ทำซ้ำแล้วซ้ำอีกไม่ซ้ำกับคุณค่า

มีปัญหาลำมีแต่วิชาการอย่างเดียว

ปัญหาที่เกิดขึ้นในที่ทำงานหลายแห่งคือผู้บังคับบัญชาไม่ค่อยจะปรับปรุงตัวเองโดยเฉพาะความประพฤติ บางคนปรับปรุงเฉพาะความรู้ ซึ่งความรู้ทางโลก ไม่ช้าเด็กรุ่นหลังก็จะตามทัน เราหนีไม่พ้นหรอกเพราะแก่แล้ว



ความรู้ต้องคู่คุณธรรม

ทางที่ถูกที่ควร คือด้านวิชาการเราต้องพยายามค้นคว้าเพิ่มเติม มากหรือน้อยก็ให้ก้าวหน้าไปเรื่อยๆ พร้อมกันนั้นก็ปรับปรุงคุณธรรมในตัวเราเสียแต่เนิ่น ๆ พอถึงเวลาแล้ว แม้ได้กรุ่นหลังจะตามทันด้วยวิชาความรู้ แต่คุณธรรมนี้ยากที่จะตามกันทัน เมื่อคุณธรรมของเรายังเหนืออยู่ เขาก็ต้องอาศัยเราช่วยชี้แนะ เรื่องการปกครองคนบ้าง เรื่องการถนอมน้ำใจคนบ้าง เรื่องการเข้าสังคมบ้าง เรื่องการติดต่อกับผู้ใหญ่มาก และอีกหลายสิ่งหลายอย่าง เขาจึงยังต้องกราบไหว้เราอยู่ยังต้องยกเราไว้เป็นพระศักดิ์สิทธิ์ประจำที่ทำงานอย่างนี้แล้ว เราจึงจะรอดตัว

แต่ถ้าขาดคุณธรรม ย่อมเกิดปัญหาสารพัด เล่นพรรคเล่นพวก ปัดแข้งปัดขา หมกมุ่นครุ่นคิด ก่อเวร จิตใจขุ่นมัว แล้วในที่สุด ก็มีนรกเป็นที่ไป ตั้งใจฝึกคุณธรรมดีกว่า ยิ่งฝึกใจก็ยิ่งใส แล้วจะเป็นอะไรอื่นไม่ได้หรอก เป็นได้อย่างเดียวคือ พระประจำที่ทำงานให้เขากราบ ให้เขาไหว้ นี่มันศักดิ์สิทธิ์ตรงนี้

เป็นผู้ใหญ่ต้องไม่ลำเอียง

คุณธรรมที่ผู้ใหญ่ต้องฝึกคือ ความไม่ลำเอียง ถ้าลำเอียงแล้ว วินิจฉัยจะเสียตาม บางคนลำเอียงแม้เรื่องเล็กๆ เช่น สุนัขบ้านเราไปกัดแพ่สุนัขข้างบ้าน แค่นั้นแหละ ชักเคืองแทนสุนัขขึ้นมาทีเดียว คือเอาหัวใจไปผูกกับสุนัขเสีย

บางคนเรื่องเล็กไม่ลำเอียง แต่ลำเอียงเรื่องใหญ่ พอลูกตัว



เองไปเล่นกับลูกชาวบ้าน เกิดทุบตีกันขึ้น ไม่ได้ถามเลยว่า ลูกตัวไป
รังแกเขาก่อนหรือไปทำอะไรมา เข้าข้างลูกตัวเองทันที จะไปเล่นงาน
ลูกชาวบ้านอย่างนี้ก็มี

เรื่องความลำเอียงนี้ บางทีแก้กันชั่วชีวิตกว่าจะหาย เพราะ
ฉะนั้นต้องฝึกเป็นคนไม่ลำเอียงให้ได้ การฝึกเช่นนี้ เน้นการนั่งสมาธิ
มากๆ ให้ใจละเอียดอ่อน มีกำลัง แล้วอย่างอื่นเป็นไม่มีทาง เมื่อไม่
ลำเอียง ไม่อคติกับใครแล้ว ก็ลอยลำเลย จะเป็นอย่างอื่นไม่ได้
นอกจากเป็นคนศักดิ์สิทธิ์ประจำสถานที่ ใครจะมีอิทธิพลคับฟ้า ก็
กดไม่ลง

กล่าวโดยสรุป ทมะ คือ ฝึกปรับปรุงตัวเองเรื่อยไป โดย
เฉพาะอย่างยิ่งด้านคุณธรรม ซึ่งนอกจากจะทำให้การทำงานดีขึ้นแล้ว
ยังทำให้ไม่มีเวรมีภัยกับใคร สามารถยับยั้งตัวเอง ตั้งเนื้อตั้งตัวได้
มั่นคง ไปอยู่ถึงไหนก็เย็นถึงนั้น เหมือนพระเดินไปโปรดสัตว์นั้นแหละ

คุณธรรมข้อที่ ๓ “ขันติ”

ขันติ คือ ความอดทน เป็นลักษณะบ่งถึงความเข้มแข็งทางใจ

บางคนดูภายนอกรูปร่างใหญ่โต ทำทางเข้มแข็งอย่างกับยักษ์
แต่เปล่าพรอกใจอย่างกับปลาฉิว ฝนตกแดดออกหน่อยก็บ่นร้อน
นักหนาวนัก ซักไม่ยอมทำงานเสียแล้ว อิ่มนักหิวนัก ก็ไม่ยอมทำงาน
โบราณท่านว่า “คนอย่างนี้ มันแข็งข้างนอก แต่อ่อนข้างใน”

ตรงกันข้ามกับบางคน รูปร่างเล็กนิดเดียว ให้ไปแบกไปหาม
ทำไม่ไหว แต่เมื่อทำงานแล้ว ไม่มีท้อถอย ฝนจะตก แดดจะออก ฟ้า



จะร้อง ยังไงไม่กระเทือน ยังคงทำงานเรื่อยไป โบราณว่า “คนอย่างนี้
อ่อนข้างนอก แข็งข้างใน”

แต่บางคนแข็งทั้งนอกทั้งใน คือ รูปร่างกำยำ ใหญ่โต ทรวด
อดทนทุกรูปแบบ จิตใจก็เข้มแข็ง

คนที่จะแข็งข้างในได้ ต้องมีคุณธรรมอยู่อย่างหนึ่ง คือ ขันติ
ได้แก่ มีจิตใจเข้มแข็ง อาจหาญว่าแจ้งในการทำความดี และสามารถ
ถอนตัวออกจากความชั่วทุกอย่างได้ จะตัวเล็กหรือตัวโต หรือไม่นั้น
ไม่สำคัญ

ขันติ ๔ ลักษณะคือ

๑. อดทนต่อความลำบากตรากตรำ ได้แก่ อดทนต่อสภาพ
ดินฟ้าอากาศนั่นเอง ไม่ว่าฝนตก แดดจะร้อน อากาศจะหนาว ภูมิ
ประเทศจะทุรกันดารอย่างไร ทนได้ทั้งนั้น

๒. อดทนต่อความทุกข์เวทนา คือ ทนต่อความเจ็บไข้ได้ป่วย
บางคนทนต่อสภาพดินฟ้าอากาศได้ดี แต่พอป่วยไข้ เห็นเข็มฉีดยาก็
กลัวตัวสั่นแล้ว บางคนเป็นผีธรมดาก็ผวา กลัวจะเป็นมะเร็ง แต่
บางคนเจ็บป่วยให้แทบตายก็ไม่เคยร้องโอดครวญ

๓. อดทนต่อความเจ็บใจ คือ ทนต่อการกระทบกระทั่งเย็บ
เปรียบเปรย การทำให้เจ็บอกเจ็บใจ

บางคน เพียงถูกคนโน้นกระทบที่ คนนี้กระแทกที่ เขาว่าหน้อย
ก่อนขอذنิน ก็อึดอัดเจ็บใจ



บางคนทนต่อความเจ็บใจได้บ้าง เพราะเขาเป็นผู้บังคับบัญชาของตน ถึงจะทนไม่ได้ก็ต้องทน การทนอย่างนี้ได้ถือว่ายังไม่เก่ง

บางคนทนต่อความเจ็บใจ ต่อคำพูดของคนในระดับเดียวกัน พรรคพวกเพื่อนฝูงในที่ทำงานเดียวกันได้ถือว่า เก่งปานกลาง

ส่วนคนเก่งจริงนั้นต้องทนต่อการกระทบกระทั่งเบียดเบียนเปรยการทำให้เจ็บอกเจ็บใจ จากคนใต้บังคับบัญชาหรือผู้ต่ำกว่าได้

๔. อุดทนต่ออำนาจกิเลส ในที่นี้มุ่งหมายถึง การไม่เอาแต่ใจตัว ไม่ยอมสลายต่อความฟุ้งเฟ้อต่างๆ

บุคคลบางคนทนต่อความลำบากตรากตรำได้ ทนต่อทุกข์เวทนาได้ ทนต่อความเจ็บใจจากผู้ใต้บังคับบัญชา และที่ทนได้ยากที่สุด คือ ทนต่ออำนาจกิเลส

ตัวอย่างเช่น ผู้ชายบางคน ทนแดดทนฝน ทนได้สารพัด แม่ที่สุด เขาเอาเงินมาติดสินบนก็ไม่ยอมรับ เอาปืนมาขู่จะฆ่าบังคับ จะให้ทำผิด ก็ไม่ยอมก้มหัว แต่พอเจอสาวๆ สวยๆ มาออดอ้อน ออชะเอวใจเข้าหน่อย ก็พลอยใจไปหมดทุกอย่าง อะไรที่ผิดก็ยอมทำ “เพื่อเธอ”

เพราะไม่ทนต่ออำนาจกิเลสนี้เอง เมื่อทนต่ออำนาจกิเลสไม่ได้ ก็ไม่ศักดิ์สิทธิ์เสียแล้ว จะเป็นพ่อแก้ว แม่แก้ว ลูกแก้ว หรือขุนพลแก้วไม่ได้ทั้งนั้น ถ้าทนได้ทั้ง ๔ ประการดังกล่าวแล้วจึงจะศักดิ์สิทธิ์

คุณธรรมข้อที่ ๔. “จาคะ”

จาคะ แปลว่า เสียสละ หมายถึงตัดใจ หรือตัดกรรมสิทธิ์ของ
ตน ตัดความยึดถือเสีย

ความเสียสละมี ๒ นัยยะคือ

๑. สละวัตถุ

๒. สละอารมณ์

สละวัตถุ หมายถึงการแบ่งปันกันกิน แบ่งปันกันใช้ รวมทั้ง
การทำบุญให้ทานไปในตัว

ตัวอย่างเช่น เป็นผู้บังคับบัญชาเขา มีลาภอะไรก็แบ่งกันกิน
กันใช้กับลูกน้อง ถือว่าถ้าเลี้ยงลูกน้องไว้ดี เขาก็จะช่วยงานเราเต็มที่
เราก็จะเบาแรง

แม้แต่ฆราวาสมาช่วยงานวัด ถ้าพระเอาแต่ใช้งาน ข้าวปลา
อาหารก็ไม่มีให้กิน เหนื่อยก็เหนื่อย งานทางบ้านก็เสีย แล้วยังต้อง
ควักเงินตัวเองอีก คราวหลัง วัดบออะไร คงไม่มีใครยอมมาช่วยอีก

สละอารมณ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ไม่ผูกโกรธใคร โดยเฉพาะ
เมื่อเป็นผู้ใหญ่ ถึงแม้จะยังไม่หมดกิเลส ยังมีความโกรธอยู่ ถึงใคร
จะทำให้หน้าโกรธก็โกรธไปเถิด แต่มีข้อแม้ว่า ห้ามผูกโกรธ เพราะจะ
ทำให้เสียความเป็นผู้ใหญ่ได้

ถ้าทำให้โกรธ ก็อาจดูต่ำกว่าล้ากันไป แต่อย่าตามจองล้าง
จองผลาญอย่าผูกโกรธข้ามชั่วโม่ง ข้ามวัน



ลูกน้องทำความผิดให้โกรธ ก็ลงโทษกันไป เสร็จแล้วก็ใช้งานต่อให้โอกาสเขาแก้ไขปรับปรุงตัวอีก อย่างนี้ถ้าเขายังไม่รักเราก็ไม่รู้จะไปรักใครอีกแล้ว จะทำให้เราศักดิ์สิทธิ์โดยปริยาย

บางคนไปเจอคู่อริเก่าเคยมีเรื่องกัน เมื่อ ๕ ปี ๑๐ ปีที่ผ่านมา ก็ยังชูดคู้ขึ้นมาว่ากัน คนอย่างนั้นคนไม่ได้ ผูกโกรธกรุ่นๆ ไขว่ข้างในตลอดเวลา

เราฝึกเป็นคนไม่ผูกโกรธได้เช่นนี้ สละอารมณ์ได้เช่นนี้ในที่สุดเราก็จะกลายเป็นคนศักดิ์สิทธิ์ เป็นพระประจำที่ทำงาน เป็นพระประจำบ้านไปโดยอัตโนมัติ

สรุป

ถ้าอยากเป็นคนศักดิ์สิทธิ์ เราต้องทำตัวให้มีคุณธรรมครบ ๔ ประการ

ประการที่ ๑ “สัจจะ” คือ ทำอะไรให้จริงใจและจริงจังได้แก่ จริตกับหน้าที่ จริตกับการงาน จริตกับเวลา จริตกับบุคคลและจริงต่อคุณธรรมความดี

ประการที่ ๒ “ทมะ” คือ ฝึกจิตใจให้ทรงพลัง ปรับปรุงแก้ไขตัวเองเรื่อยไปทั้งทางโลกและทางธรรม

ประการที่ ๓ “ขันติ” คือ มีจิตใจเข้มแข็ง มีความอดทนทุกรูปแบบ โดยเฉพาะอย่างยิ่งความอดทน ๔ ประการได้แก่

ทนต่อความลำบากตรากตรำ



ทนต่อความทุกข์เวทนา

ทนต่อความเจ็บใจ

ทนต่ออำนาจกิเลสความชั่วร้ายต่างๆ

ประการที่ ๔ “จาคะ” คือเป็นคนใจกว้าง ทั้งให้ปันสิ่งของไม่
หวงแหน แล้วทั้งไม่ผูกพยาบาทมาดร้าย

หมั่นฝึกคุณธรรมทั้ง ๔ ประการนี้อย่างสม่ำเสมอ ก็จะเป็นผู้
มีจิตใจผ่องใสเป็นปกติ เมื่อปฏิบัติสมาธิก็จะเข้าถึงธรรมกายโดยง่าย
ทำให้คุณธรรมทั้ง ๔ เกิดขึ้นอย่างมั่นคง

ทำได้เช่นนี้แล้ว แม้ฆราวาสก็จะมีความศักดิ์สิทธิ์ในตัวเอง
เป็นฆราวาสศักดิ์สิทธิ์อย่างแน่นอน

ในที่สุดนี้ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัยซึ่งไม่มีประมาณ และ
อำนาจบุญกุศลอันเกิดจากการที่หลวงพ่อดีแสดงพระธรรมเทศนา
เรื่องฆราวาสธรรมนี้ จงเป็นตบะ เป็นเดชะ เป็นพลวปัจจัย ส่งเสริม
ดลบันดาล อภิบาล ค้ำครอง ปกป้องรักษาทุกท่าน ให้ปราศจากเสีย
ซึ่งสรรพทุกข์ สรรพโรค สรรพภัย สรรพเคราะห์ เสนียด
จัญไรใดใด อย่างมาพ้องพาน ให้มีแต่ความสุข มีแต่ความเจริญ
ปฏิบัติธรรมขอให้เข้าถึงพระธรรมกายโดยง่าย จงทุกท่านเทอญ



วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น



สมาธิ คือความสงบ สบาย และความรู้สึกเป็นสุขอย่างยิ่งที่
มนุษย์สามารถสร้างขึ้นได้ด้วยตนเอง เป็นสิ่งที่พระพุทธศาสนากำหนด
เอาไว้เป็นข้อควรปฏิบัติ เพื่อการดำรงชีวิตทุกวันอย่างมีความสุข ไม่
ประมาท เต็มไปด้วยสติสัมปชัญญะและปัญญา อันเป็นเรื่องไม่เหลือ
วิสัย ทุกคนสามารถปฏิบัติได้ง่ายๆ ดังวิธีปฏิบัติที่ **พระเดชพระคุณ-
พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)** หลวงปู่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ได้
เมตตาสั่งสอนไว้ ดังนี้

๑. กราบบูชาพระรัตนตรัย เป็นการเตรียมตัวเตรียมใจให้
นุ่มนวลไว้เป็นเบื้องต้น แล้วสมาทานศีลห้า หรือศีลแปด
เพื่อย้ำความมั่นคงในคุณธรรมของตัวเอง
๒. คุณเขาหรือนั่งพับเพียบสบายๆ ระลึกถึงความดี ที่ได้
กระทำแล้วในวันนี้ ในอดีต และที่ตั้งใจจะทำต่อไปใน
อนาคต จนราวกับว่าร่างกายทั้งหมด ประกอบขึ้นด้วย
ธาตุแห่งคุณงามความดีล้วนๆ
๓. นั่งขัดสมาธิ เท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย นิ้ว
ชี้ขวาจรดหัวแม่มือซ้าย นั่งให้อยู่ในจังหวะพอดี ไม่ฝืน
ร่างกายมากจนเกินไป ไม่ถึงกับเกร็ง แต่อย่าให้หลังโค้งงอ



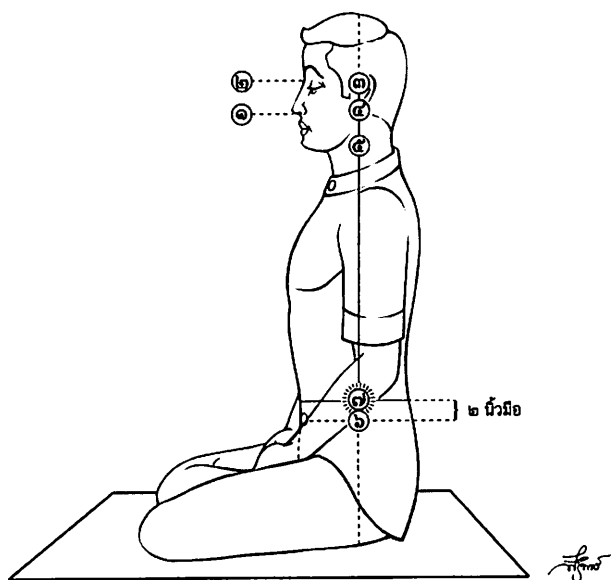
หลับตาพอสบายคล้ายกับกำลังพักผ่อน ไม่บีบกล้ามเนื้อตาหรือว่าขมวดคิ้ว แล้วตั้งใจมัน วางอารมณ์สบาย สร้างความรู้สึกให้พร้อมทั้งกายและใจ ว่ากำลังจะเข้าไปสู่ภาวะแห่งความสงบสบายอย่างยิ่ง

๔. **นีกกำหนดนิมิต** เป็น “ดวงแก้วกลมใส” ขนาดเท่าแก้วตา ดำ ใสสนิท ปราศจากราคะ หรือรอยตำหนิใดๆ ขาวใส เย็นตาเย็นใจ ดังประกายของดวงดาว ดวงแก้วกลมใสนี้เรียกว่า **บริกรรมนิมิต** นึกสบายๆ นึกเหมือนดวงแก้วนั้นมานิ่งสนิทอยู่ ณ ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ นึกไปภาวนาไปอย่างนุ่มนวลเป็นพุทธานุสติว่า “สัมมาอะระหัง” หรือค่อยๆ น้อมนึกดวงแก้ว กลมใส ให้ค่อยๆ เคลื่อนเข้าสู่ศูนย์กลางกายตามแนวฐาน โดยเริ่มต้นตั้งแต่ฐานที่หนึ่งเป็นต้นไป น้อมด้วยการนึกอย่างสบายๆ ใจเย็นๆ ไปพร้อมๆ กับคำภาวนา

อ้อหนึ่ง เมื่อนิมิตดวงใสและกลมสนิท ปรากฏแล้ว ณ กลางกายให้วางอารมณ์สบายๆ กับนิมิตนั้น จนเหมือนกับว่า นิมิตเป็นส่วนหนึ่งของอารมณ์หากดวงนิมิตนั้นอันตรายหายไปก็ไม่ต้องนึกเสียตายให้วางอารมณ์สบาย แล้วนึกนิมิตนั้นขึ้นมาใหม่แทนดวงเก่า หรือเมื่อนิมิตนั้นไปปรากฏที่อื่น ที่มีใช้ศูนย์กลางกาย ให้ค่อยๆ น้อมนิมิตเข้ามาอย่างค่อยเป็นค่อยไป ไม่มีการบังคับ และเมื่อนิมิตมาหยุดสนิท ณ ศูนย์กลางกาย ให้วางสติลงไปยังจุดศูนย์กลางของดวงนิมิต ด้วยความรู้สึกคล้ายมีดวงดาวดวงเล็กๆ อีกดวงหนึ่งซ้อนอยู่ตรงกลางดวงนิมิตดวงเดิม แล้วสนใจเอาใจใส่แต่ดวงเล็กๆ ตรงกลางนั้นไป



เรื่อยๆ ใจจะปรับจนหยุดได้ถูกส่วน แล้วจากนั้นทุกอย่างจะค่อยๆ
ปรากฏให้เห็นได้ด้วยตนเอง เป็นภาวะของดวงกลม ที่ทั้งใสทั้งสว่าง
ผุดซ้อนขึ้นมาจากกึ่งกลางดวงนิมิต ตรงที่เราเอาใจใส่อย่างสม่ำเสมอ



ดวงนี้เรียกว่า “ดวงธรรม” หรือ “ดวงปฐมมรรค” อันเป็นประตู
เบื้องต้นที่จะเปิดไปสู่หนทางแห่งมรรคผลนิพพานการระลึกนึกถึงนิมิต
หรือดวงปฐมมรรคสามารถทำได้ในทุกแห่งทุกที่ ทุกอิริยาบถ เพราะ
ดวงธรรมนี้คือที่พึ่งอันเป็นที่สุดแล้วของมนุษย์



ข้อแนะนำ คือ ต้องทำให้สม่ำเสมอเป็นประจำ ทำเรื่อยๆ ทำอย่างสบายๆ ไม่เร่ง ไม่บังคับ ทำได้แค่ไหน ให้พอใจแค่นั้น อันจะเป็นเครื่องสกัดกั้นใจมิให้เกิดความอยากจนเกินไป จนถึงกับทำให้ใจต้องสูญเสียความเป็นกลาง และเมื่อการปฏิบัติบังเกิดผลแล้ว ให้หมั่นตรึงระลึกนึกถึงอยู่เสมอจนกระทั่งดวงปฐมมรรค กลายเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับลมหายใจ หรือนึกเมื่อใดเป็นเห็นได้ทุกที่ อย่างนี้แล้ว ผลแห่งสมาธิจะทำให้ชีวิตดำรงอยู่บนเส้นทางแห่งความสุขความสำเร็จ และความไม่ประมาทได้ตลอดไป ทั้งยังทำให้สมาธิละเอียดอ่อน ก้าวหน้าไปเรื่อยๆ ได้อีกด้วย



ข้อควรระวัง

๑. **อย่าใช้กำลัง** คือไม่ใช้กำลังใดๆ ทั้งสิ้น เช่น ไม่บีบกล้ามเนื้อตา เพื่อจะให้เห็นนิมิตเร็วๆ ไม่เกร็งแขน ไม่เกร็งกล้ามเนื้อหน้าท้อง ไม่เกร็งตัว ฯลฯ เพราะการใช้กำลังตรงส่วนไหนของร่างกายก็ตาม จะทำให้จิตเคลื่อนจากศูนย์กลางกายไปสู่จุดนั้น
๒. **อย่าอยากเห็น** คือทำให้ใจเป็นกลาง ประคองสติมิให้พลออกจากบริกรรมภาวนาและบริกรรมนิมิต ส่วนจะเห็นนิมิตเมื่อใดนั้นอย่ากังวล ถ้าถึงเวลาแล้วย่อมเห็นเอง การบังเกิดของดวงนิมิตนั้น อุปมาเสมือนการขึ้นและตกของดวงอาทิตย์ เราไม่อาจเร่งเวลาได้
๓. **อย่ากังวลถึงการกำหนดลมหายใจเข้าออก** เพราะการฝึกสมาธิ เจริญภาวนาวิชาธรรมกาย อาศัยการนึกถึง “อาโลกกสิณ” คือกสิณความสว่าง เป็นบาทเบื้องต้น เมื่อเกิดนิมิตเป็นดวงสว่าง แล้วค่อยเจริญวิปัสสนาในภายหลัง จึงไม่มีความจำเป็นต้องกำหนดลมหายใจเข้าออกแต่ประการใด
๔. **เมื่อเลิกจากนั่งสมาธิแล้ว ให้ตั้งใจไว้ที่ศูนย์กลางกายทีเดียว** ไม่ว่าจะอยู่ในอริยาบถใดก็ตาม เช่น ยืนก็ดี เดินก็ดี นอนก็ดี หรือนั่งก็ดี อย่าย้ายฐานที่ตั้งจิตไปไว้ที่อื่นเป็นอันขาด ให้ตั้งใจบริกรรมภาวนา พร้อมกับนึกถึงบริกรรมนิมิตเป็นดวงแก้วใสควบคู่กันตลอดไป



๕. นิमितต่างๆที่เกิดขึ้นจะต้องน้อมไปตั้งไว้ที่ศูนย์กลางกาย
ทั้งหมด ถ้านิमितที่เกิดขึ้นแล้วหายไป ก็ไม่ต้องตามหา
ให้ภาวนาประกอบใจต่อไปตามปกติ ในที่สุดเมื่อจิตสงบ
นิมิตย่อมปรากฏขึ้นใหม่อีก

สำหรับผู้ที่น่าเบื่อพระพุทธรูปศาสนาเพียงอารมณ์ระดับกาย
หรือเพื่อเป็นพิธีการชนิดหนึ่ง หรือผู้ที่ต้องการฝึกสมาธิเพียงเพื่อให้
เกิดความสบายใจ จะได้เป็นการพักผ่อนหลังจากการปฏิบัติหน้าที่
ภารกิจประจำวัน โดยไม่ปรารถนาจะทำให้ถึงที่สุดแห่งกองทุกข์ ยัง
คิดอยู่ว่าการอยู่กับบุตรภรรยา การมีหน้ามีตาทางโลก การท่องเที่ยว
อยู่ในวัฏฏสงสาร เป็นสุขกว่าการเข้านิพพาน เสมือนทหารเกณฑ์ที่ไม่
คิดจะเอาดีในราชการต่อไปอีกแล้ว

การฝึกสมาธิเบื้องต้นเท่าที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ก็พอเป็นปัจจัยให้
เกิดความสุขได้พอสมควร เมื่อชักซ้อมปฏิบัติอยู่เสมอๆ ไม่ทอดทิ้ง
จนได้ดวงปฐมมรรคแล้ว ก็ให้หมั่นประกอบรักษาดวงปฐมมรรคนั้น
ไว้ตลอดชีวิต และอย่ากระทำความชั่วอีก เป็นอันมั่นใจได้ว่าถึง
อย่างไรชาตินี้ ก็พอมีที่พึ่งเกาะที่ดีพอสมควร คือเป็นหลักประกันได้ว่า
จะไม่ต้องตกนรกแล้วทั้งชาตินี้ และชาติต่อไป



ประโยชน์ของการฝึกสมาธิ

๑. ผลต่อตนเอง

๑.๑ ด้านสุขภาพจิต

- ส่งเสริมให้คุณภาพของใจดีขึ้น คือ ทำให้จิตใจผ่องใส สะอาด บริสุทธิ์ สงบ เยือกเย็น ปลอดโปร่ง โล่ง เบา สบาย มีความจำ และสติปัญญาดีขึ้น
- ส่งเสริมสมรรถภาพทางใจ ทำให้คิดอะไรได้รวดเร็ว ถูกต้อง และเลือกคิดแต่ในสิ่งที่ดีเท่านั้น

๑.๒ ด้านพัฒนาบุคลิกภาพ

- จะเป็นผู้มีบุคลิกภาพดี กระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่า มีความมองอาจสง่าผ่าเผย มีผิวพรรณผ่องใส
- มีความมั่นคงทางอารมณ์ หนักแน่น เยือกเย็น และเชื่อมั่นในตนเอง
- มีมนุษยสัมพันธ์ดี วางตัวได้เหมาะสมกับกาลเทศะ เป็นผู้ที่มีเสน่ห์ เพราะไม่มักโกรธ มีความเมตตากรุณาต่อบุคคลทั่วไป

๑.๓ ด้านชีวิตประจำวัน

- ช่วยให้คลายเครียด เป็นเครื่องเสริมประสิทธิภาพในการทำงาน และการศึกษาเล่าเรียน
- ช่วยเสริมให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เพราะร่างกายกับจิตใจย่อมมีอิทธิพลต่อกัน ถ้าจิตใจเข้มแข็ง ย่อมเป็น



ภูมิฐานทานโรคไปในตัว

๑.๔ ด้านศีลธรรมจรรยา

- ย่อมเป็นผู้มีสัมมาทิฐิ เชื่อกฎแห่งกรรม สามารถคุ้มครองตนให้พ้นจากความชั่วทั้งหลายได้ เป็นผู้มีความประพฤติดี เนื่องจากจิตใจดี ทำให้ความประพฤติทางกายและวาจาดีตามไปด้วย
- ย่อมเป็นผู้มีความมักน้อย สันโดษ รักสงบและมีขันติเป็นเลิศ
- ย่อมเป็นผู้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว ย่อมเป็นผู้มีสัมมาการะและมีความอ่อนน้อมถ่อมตน

๒. ผลต่อครอบครัว

๒.๑ ทำให้ครอบครัวมีความสุข เพราะสมาชิกในครอบครัวเห็นประโยชน์ของการประพฤติธรรม ทุกคนตั้งมั่นอยู่ในศีล ปกครองกันด้วยธรรม เด็กเคารพผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่เมตตาเด็ก ทุกคนมีความรักใคร่สามัคคีเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

๒.๒ ทำให้ครอบครัวมีความเจริญก้าวหน้า เพราะสมาชิกต่างก็ทำหน้าที่ของตนโดยไม่บกพร่องเป็นผู้มีใจคอหนักแน่น เมื่อมีปัญหาครอบครัวหรือมีอุปสรรคอันใด ย่อมร่วมใจกันแก้ไขปัญหาให้ลุล่วงไปได้ด้วยดี

๓. ผลต่อสังคมและประเทศชาติ

๓.๑ ทำให้สังคมสงบสุข ปราศจากปัญหาอาชญากรรม และปัญหาสังคมอื่นๆ เพราะปัญหาทั้งหลายที่เกิดขึ้นในสังคม ไม่ว่าจะเป็นปัญหาการฆ่า การข่มขืน โจรผู้ร้าย การทุจริตคอรัปชั่น ล้วนเกิดขึ้นมาจากคนที่ขาดคุณธรรม เป็นผู้ที่มิมีจิตใจอ่อนแอ หวั่นไหวต่ออำนาจสิ่งยั่วยวน หรือกิเลสได้ง่าย ผู้ที่ฝึกสมาธิย่อมมีจิตใจเข้มแข็ง มีคุณธรรมในใจสูง ถ้าแต่ละคนในสังคมต่างฝึกฝนอบรมใจของตนให้หนักแน่น มั่นคง ปัญหาเหล่านี้ก็จะไม่เกิดขึ้น ส่งผลให้สังคมสงบสุขได้

๓.๒ ทำให้เกิดความรักเมตตา และเกิดความประหัด ผู้ที่ฝึกใจให้ตั้งมั่นด้วยการทำสมาธิอยู่เสมอ ย่อมเป็นผู้รักความมีระเบียบวินัย รักความสะอาด มีความเคารพกฎหมายบ้านเมือง ดังนั้นบ้านเมืองเราก็จะสะอาดน่าอยู่ ไม่มีคนมก่ง่ายทิ้งขยะลงบนพื้นถนน จะข้ามถนน ก็เฉพาะตรงทางข้าม เป็นต้น เป็นเหตุให้ประเทศชาติไม่ต้องสิ้นเปลืองงบประมาณ เวลา และกำลังเจ้าหน้าที่ ที่จะไปใช้สำหรับแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากความไม่มีระเบียบวินัยของประชาชน

๓.๓ ทำให้สังคมเจริญก้าวหน้า เมื่อสมาชิกในสังคม มีสุขภาพจิตดี รักความเจริญก้าวหน้า มีประสิทธิภาพในการทำงาน ย่อมส่งผลให้สังคมเจริญก้าวหน้าตามไปด้วย และจะสละความสุขส่วนตน ให้ความร่วมมือกับส่วนรวมอย่างเต็มที่ และถ้ามีผู้ไม่ประสงค์ดีต่อสังคม จะมา

ยุบเหยให้เกิดความแตกแยก ก็จะไม่เป็นผลสำเร็จ เพราะสมาชิกในสังคมเป็นผู้มีจิตใจหนักแน่น มีเหตุผล และเป็นผู้รักสงบ

๔. ผลต่อศาสนา

- ๔.๑ ทำให้เข้าใจพระพุทธศาสนาได้อย่างถูกต้อง และรู้ซึ่งถึงคุณค่าของพระพุทธศาสนา รวมทั้งรู้เห็นด้วยตัวเองว่า การฝึกสมาธิไม่ใช่เรื่องเหลวไหล หากแต่เป็นวิธีเดียวที่จะทำให้พันทุกข์เข้าสู่นิพพานได้
- ๔.๒ ทำให้เกิดศรัทธาตั้งมั่นในพระรัตนตรัย พร้อมทั้งจะเป็นทนายแก้ต่างให้กับพระศาสนาอันจะเป็นกำลังสำคัญในการเผยแผ่การปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง ให้แพร่หลายไปอย่างกว้างขวาง
- ๔.๓ เป็นการสืบอายุพระพุทธศาสนาให้เจริญรุ่งเรืองตลอดไป เพราะตราบไคที่พุทธศาสนิกชนยังสนใจปฏิบัติธรรม เจริญภาวนาอยู่ พระพุทธศาสนาก็จะเจริญรุ่งเรืองอยู่ตราบนั่น
- ๔.๔ จะเป็นกำลังส่งเสริมหนุนบำรุงศาสนา โดยเมื่อเข้าใจซาบซึ้งถึงประโยชน์ของการปฏิบัติธรรมด้วยตนเองแล้ว ย่อมจะชักชวนผู้อื่นให้ทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนาตามไปด้วย และเมื่อใดที่ทุกคนในสังคมตั้งใจปฏิบัติธรรม ทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา เมื่อนั้นย่อมเป็นที่หวังได้ว่า สันติสุขที่แท้จริงก็จะบังเกิดขึ้นอย่างแน่นอน

