



การพัฒนา
ศักยภาพตนเอง

ดร.สนอง วรอุไร



การพัฒนา ศักยภาพตนเอง

ดร.สนอง วรอุไร





ชมรมกัลยาณธรรม
หนังสือดีลำดับที่ ๑๗๔

การพัฒนาศักยภาพตนเอง

ดร.สนอง วรอุไร



พิมพ์ครั้งที่ ๑ : พฤษภาคม ๒๕๕๕ จำนวนพิมพ์ : ๗,๐๐๐ เล่ม
จัดพิมพ์และเผยแพร่โดย : ชมรมกัลยาณธรรม ๑๐๐ ถนนประโคนชัย
ตำบลปากน้ำ อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐
โทรศัพท์ ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓, ๐-๒๗๐๒-๙๖๒๔ โทรสาร ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓

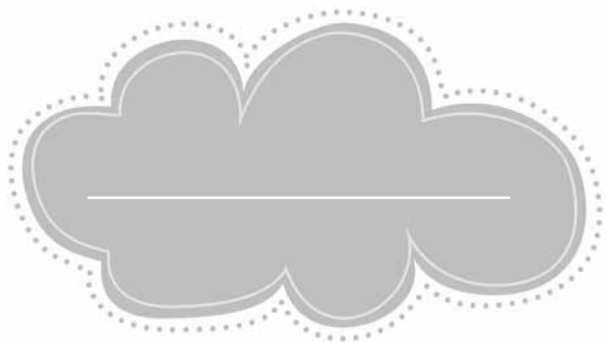
ภาพปก / ภาพประกอบ / รูปเล่ม : สุวดี ฟ่องโสภา
ร่วมด้วยช่วยแถม : คนข้างหลัง
ผู้ถอดความและเรียบเรียง : คุณปัญจกัศ ปุณฺณเจริญสิน
เพลต : Canna Graphic โทรศัพท์ ๐๘-๖๓๑๔-๓๖๕๑
พิมพ์ที่ : บริษัทขุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด
โทรศัพท์ ๐-๒๘๘๕-๗๘๗๑-๓

สัพพทานัง อัมมทานัง ชินาติ
การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง
.....
www.kanlayanatam.com

Dhammaintrend ร่วมเผยแพร่และแบ่งปันเป็นธรรมทาน



ขอมอบเป็นธรรมบรณาการ
แต่



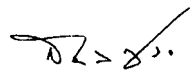
จาก



คำอนุโมทนา

ผู้ที่พัฒนาจิต จนมีสติและเข้าถึงปัญญาเห็นถูกตามธรรมได้แล้ว จิตย่อมมีบุญสั่งสม แล้วส่งผลให้เกิดเป็นคุณธรรม ที่แสดงออกเป็นพฤติกรรมดีงาม ให้ระบบประสาทและจิตที่พัฒนาดีแล้วสามารถสัมผัสได้ ผู้มีปัญญาเห็นถูกและมีคุณธรรมสถิตอยู่กับใจ ย่อมมีชีวิตประสบความสำเร็จ ดังนั้นผู้ไม่ประมาท พึงพัฒนาศักยภาพของตนเอง ให้มีคุณสมบัติดังที่กล่าวข้างต้น

ข้าพเจ้าอ้างเอาอานิสงส์แห่งบุญกุศล จงเป็นพลวปัจจัยบันดาลให้ผู้ร่วมกระทำความ “การพัฒนา ศักยภาพของตนเอง” สำเร็จเป็นรูปเล่ม จงมีชีวิตประสบแต่ความเจริญรุ่งเรือง นับแต่ปัจจุบัน จนถึงนำพาชีวิตไปสู่ความพ้นทุกข์ในกาลอันใกล้ข้างหน้า จงทุกท่านทุกคน เทอญ.



ดร.สนอง วรอุไร



คำนำของ ชมรมกัลยาณธรรม

การได้เกิดมาเป็นมนุษย์ ถือเป็นบุญและโชคลาภอันประเสริฐ ยิ่งได้พบพระพุทธศาสนา ได้มีสัมมาทิฏฐิ ยิ่งนับเป็นนาทีทองในสังสารวัฏก็ว่าได้ เราจึงควรใช้โอกาสอันประเสริฐนี้พัฒนาศักยภาพของตนเอง ไปให้ได้สูงสุด ตามกำลังบุญวาสนา และความพากเพียรพยายาม ซึ่งท่านกล่าวไว้ว่า รุ่งอรุณแห่งความรู้แจ้งนั้น ต้องประกอบด้วยปัจจัยภายในที่สำคัญคือ โยนิโสมนสิการ - การกระทำไว้ในใจให้แยบคาย และปัจจัยภายนอก คือ การมีกัลยาณมิตรผู้ประเสริฐ



ชาวพุทธทุกท่าน มีองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นยอดกัลยาณมิตร โดยพระธรรมคือองค์แทนของ พระบรมศาสดา มีครูบาอาจารย์สืบเนื่องคำสอน การพิสูจน์สั่งจรรยาด้วยตนเอง เป็นวิธีที่ทรงสรรเสริญ แต่การได้รับคำแนะนำชี้ทางจากครูบาอาจารย์ผู้รู้จริงก็เป็นสิ่งจำเป็นที่ช่วยย่นย่อระยะทางได้มาก เราจึงควร พิจารณาด้วยปัญญาก่อนที่จะเชื่อถือและศรัทธาใคร

ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร เป็นครูผู้รู้จริงใน ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยได้ อุทิศตนเข้าพิสูจน์สั่งจรรยาเป็นพุทธบูชา จาก ดร.หนุ่ม ที่เรียนจบทางด้านวิทยาศาสตร์ สาขาเชื้อไวรัส จาก มหาวิทยาลัยลอนดอนมาหมาดๆ ท่านมาอุปสมบทที่ คณะ ๕ วัดมหาธาตุฯ ทำพระจันทร์ ๑ เดือนที่ได้เรียนรู้ ปฏิบัติเต็มที่กับท่านเจ้าคุณโชดกฯ ไม่นานนัก ท่านก็สามารถเข้าถึงธรรม และเปลี่ยนชีวิตมาเป็นผู้ชี้ทาง ธรรม ตอบแทนและกตัญญูต่อพระพุทธองค์ตราบถึง ทุกวันนี้



การพัฒนาศักยภาพของตนเอง เรียบเรียงจากคำ
บรรยายของท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ซึ่งชมรม
กัลยาณธรรม ขอมอบธรรมทานนี้ น้อมบูชาอาจารย์คุณ
แต่ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ในมงคลวาระครบ
รอบ ๗๓ ปีของท่านอาจารย์ได้เวียนมาบรรจบ และ
หวังว่าทุกท่านผู้ได้อ่านได้ศึกษา จะได้รับประโยชน์
แนวทางการพัฒนาศักยภาพของตนเองต่อไป

ทพญ.อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ
ประธานชมรมกัลยาณธรรม



สารบัญ

๑	ย้อนความหลัง.....	๑๑
๒	การพัฒนาศักยภาพให้กับตนเอง.....	๑๗
๓	กลัวเพราะรู้ไม่จริง.....	๑๘
๔	พัฒนาสติ.....	๒๐
๕	ไอน์สไตน์ลืมบ้านตัวเอง.....	๒๒
๖	หน้าที่ของจิต.....	๒๕
๗	ทฤษฏี ๒ ประเภท.....	๓๐
๘	ป่วย ๔ ป่วย ๖.....	๓๒
๙	แม่ของคุณธรรม.....	๓๕
๑๐	พาบุญทิ้งสิบเข้าตัว.....	๓๙
๑๑	ปัญญาสูงสุด.....	๔๔
๑๒	สบายเพราะบุญ.....	๕๑
๑๓	ปลดแอกจิต.....	๕๕

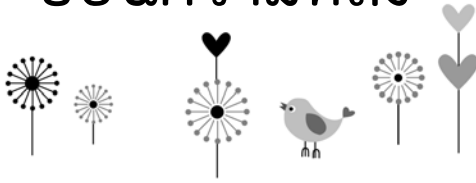


๑๔	สุขเพราะมีก้น้อย.....	๖๐
๑๕	สุขเพราะมีสาระ.....	๖๓
๑๖	สุขเพราะสันโดษ.....	๖๔
๑๗	สุขเพราะจิตสงบ.....	๖๕
๑๘	โทษของกามสุข.....	๖๗
๑๙	เอาแต่ที่ชอบธรรม.....	๗๐
๒๐	ศีลมี สุขมา.....	๗๒
๒๑	พระหนือบาย.....	๗๖
๒๒	หนือบายไปที่สูง.....	๗๙
๒๓	ปิดประตูอบาย.....	๘๑
๒๔	สรุปลงที่จิต.....	๘๕
๒๕	ตายแล้วไปไหน?.....	๘๗
๒๖	คำถาม-คำตอบ.....	๘๙





ย้อนความหลัง



ก่อนจะเริ่มบรรยายในหัวข้อ “การพัฒนาศักยภาพให้กับตนเอง” ผู้บรรยายจะขอเกริ่น ด้วยการเล่าปุมหลังทางธรรมะของตัวเองให้ฟังก่อน เพื่อว่าจะเป็นประโยชน์ เป็นแรงบันดาลใจให้กับบางท่านได้

ผู้บรรยายจบปริญญาเอกด้านวิทยาศาสตร์ มาจากกรุงลอนดอน ประเทศอังกฤษ หลังจากเรียนจบแล้วเป็นคนไม่เชื่อพระพุทธเจ้า ไม่เชื่อหลายเรื่องในพุทธศาสนา เช่น ไม่เชื่อเรื่องตายแล้วเกิดใหม่ เพราะทางวิทยาศาสตร์พิสูจน์ไม่ได้ อดส่ำห์ข้ามทะเลไปเรียนถึงต่างประเทศ ก็ยังพิสูจน์ไม่ได้ จึงไม่เชื่อ เมื่อไม่เชื่อจึงคิดว่าต้องพิสูจน์ด้วยตนเอง ตอนนั้นคือปี พ.ศ. ๒๕๑๘ จึงไปอุปสมบทที่วัดปริณายก แล้วมาฝึกปฏิบัติธรรมที่



วัดมหาธาตุฯ ทำพระจันทร์ เพียงเดือนเดียว ต้องยอม
ก้มศีรษะศิโรราบ เพราะได้เห็นว่ามีจริงเป็นจริงหมด
ทุกอย่าง ตาทิพย์ก็มีจริง หูทิพย์ก็มีจริง รู้ใจคนอื่น เขา
ไปทำอะไรมาก็รู้ เขาคิดอะไรก็รู้ ตายแล้วไปเกิดเป็น
อะไรก็รู้ *อิทธิวิธี* คือเหาะเหินเดินอากาศ มีจริงอีกเช่นกัน
สามารถสัมผัสได้ทั้งหมด ท่านที่นั่งในห้องนี้ทุกคน
ก็สามารถทำได้ แต่เงื่อนไขมีอยู่ว่า ต้องเข้าฌานให้เป็น
พอเข้าฌานได้ เมื่อถอนจิตออกจากฌาน จะได้อภิญา
ทั้ง ๕ ตัวที่บอก ทั้งหมดมีจริง อภิญา ๕ นี้เป็นความ
รู้สูงสุดที่ยังไม่พ้นการเวียนตายเวียนเกิด เขาเรียกว่า
อภิญาโลกียะ คือ

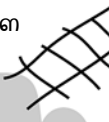
- ๑) แสดงฤทธิ์ได้
- ๒) มีหูทิพย์ เทวดาพูดกันก็ได้ยิน สัตว์ที่อยู่ในป่า
พูดกันก็ได้ยิน
- ๓) มีตาทิพย์เห็นสิ่งมีชีวิตที่มีรูปละเอียด
- ๔) มีเจตปรีชาญาณ คือรู้ใจคน เขาคิดอะไร ไปทำ
อะไรมา สามารถรู้ได้



๕) รู้ว่าก่อนมาเป็นคนในชาตินี้ ชาติก่อนเป็นอะไร
ถอยหลังไปแต่ละชาติเกิดเป็นสัตว์อะไร รู้ได้หมด
(บุพเพนิวาสานุสติญาณ)

ผู้บรรยายเมื่อพิสูจน์ได้ จึงได้เห็นความจริง ได้
เห็นหนหลังของตัวเอง ถึงกับต้องน้ำตาหยดด้วยความ
สงสารตัวเอง ว่าทำไมเราจึงโง่งนั้ก เวียนตายเวียนเกิด
มาแล้วไม่รู้จบ ถ้าเกิดเป็นเทวดานางฟ้า ก็ดีหน่อย แต่
ที่เกิดเป็นหมูเป็นหมา เป็นสัตว์นรก เป็นเปรต นั้นไม่ดี
เลย น่าเศร้า เป็นเพราะความโง่ของเรา จึงทำให้ต้อง
เวียนตายเวียนเกิดไม่รู้จบ

ผู้บรรยายได้ไปเข้าถึงความจริงคือ ธรรมะของ
พระพุทธเจ้า มีเหตุผลถูกต้องตามความเป็นจริง วันนี
จริง อีกหมื่นปีแสนปี ก็ยังจริง และได้เห็นสภาวะของ
ความเป็นปุถุชน คำว่า “ปุถุชน” หมายถึง คนที่มีกิเลส
หนาปัญญาทึบ ผู้บรรยายไม่ได้บัญญัติเอง ธรรมชาติ
ของสังคมมนุษย์เขาบัญญัติไว้ คนที่มีกิเลสหนา ยัง



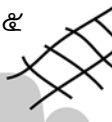
โกรธ ยังอยากได้นั้น อยากได้นี้ ยังขี้โอ้อวด ยังขี้ตระหนี่
นั่นแหละคือกิเลสทั้งสิ้น พอกิเลสเข้าไปทับถมใจใครแล้ว
พฤติกรรมที่ออกมาเป็นการ คิด พูด ทำ ไม่ดีสักราย
อย่างที่เขาบอกว่า “จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว” ร่างกาย
เป็นบ่าวให้จิตใช้งาน นี่เป็นเรื่องจริง ถ้ากิเลสครอบงำ
จิต มีอำนาจเหนือจิต จิตมันก็ใช้งานให้เราโกรธคน
ให้เราไปขี้โกง ไปลักขโมย ไปทำร้ายสัตว์ ล้วนแต่เป็น
บาปทั้งสิ้น นี่คือความจริงข้อหนึ่งที่ผู้บรรยายได้เข้าถึง

นับแต่วันนั้นใน ปี พ.ศ. ๒๕๑๘ เป็นต้นมาจนถึง
ทุกวันนี้ ผู้บรรยายจึงเปลี่ยนวิถีชีวิตจากหน้ามือเป็น
หลังมือ สิ่งทั้งหลายที่ไม่ดี เป็นบาป ก็ไม่ทำอีก เลิก
หมดสิ้น แต่ยอมรับว่าใหม่ๆ ก็เลิกได้ยาก ก่อนเข้าวัด
ร้องเพลงได้เป็นพันๆ เพลง พอออกจากวัด ร้องไม่ออก
สักเพลง ก่อนเข้าวัดกลัวผีสุดจิตสุดใจ แต่ตั้งแต่ออก
จากวัดมา ต่อให้ผีดูอย่างไรก็ไม่กลัว เพราะเรารู้วิธี
อยู่กับผี มันเปลี่ยนทุกอย่าง สิ่งที่ดี พูด ทำ ทั้งหมด
กลายเป็นกุศล เป็นความดีงาม เมื่อทำพฤติกรรมดี



ความดีก็สั่งสมในจิต ให้ผลเป็นบุญ คนมีบุญไปไหน
ย่อมไม่วิบัติ

ตั้งแต่ปี ๒๕๑๘ มาจนถึงทุกวันนี้ก็ ๓๐ กว่าปีแล้ว
ผู้บรรยายเกษียณมา ๑๓ ปีแล้ว แต่ยังไม่ตายไม่ได้ เพราะ
ญาติธรรมขอให้อยู่เผยแผ่ธรรม ครูบาบุญชุ่มท่านบอก
ว่าให้ผู้บรรยายอยู่จนอายุ ๑๒๐ ปี ผู้บรรยายก็ไม่กล้า
รับปาก เอาทีละ ๑๐ ปีก็พอ ผู้บรรยายเคยได้เห็นพระ
ปัจเจกพุทธเจ้าอยู่ในป่า ตั้งแต่เห็นคนเหี่ยวมาในชีวิตนี้
ไม่เคยเห็นใครเหี่ยวเท่านั้นเลย ไม่น่าดูเลย เพราะฉะนั้น
เอาทีละ ๑๐ ปีๆ พวกเราเปื่อยเมื่อไรก็จะไปเมื่อนั้น ❀

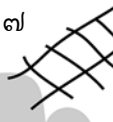




การพัฒนาศักยภาพ ให้กับตนเอง



ต่อไปก็ขอเข้าสู่หัวข้อ “การพัฒนาศักยภาพให้กับตนเอง” คำว่า “ศักยภาพ” หมายถึง พลังอำนาจที่มีอยู่ในสิ่งต่างๆ และสามารถแสดงออกให้เห็นเป็นรูปธรรมได้ คนทุกคนเกิดมามีศักยภาพทั้งนั้น แม้แต่สัตว์ก็มีศักยภาพ ดูเวลาสุนัขแยกเขี้ยว มนุษย์เวลาโกรธก็มีศักยภาพ พระพุทธเจ้าโคดมกล่าวว่า ผู้หญิงถ้าโกรธแล้วน่ากลัวที่สุด ท่านว่าจริงไหม เพาะบ้านเพาะเมืองก็ได้ทำร้ายคนอื่นก็ได้ ฐุพิษแม้ตัวเล็กๆ ถ้ามันกัดจะเป็นอย่างไร น่ากลัวไหม

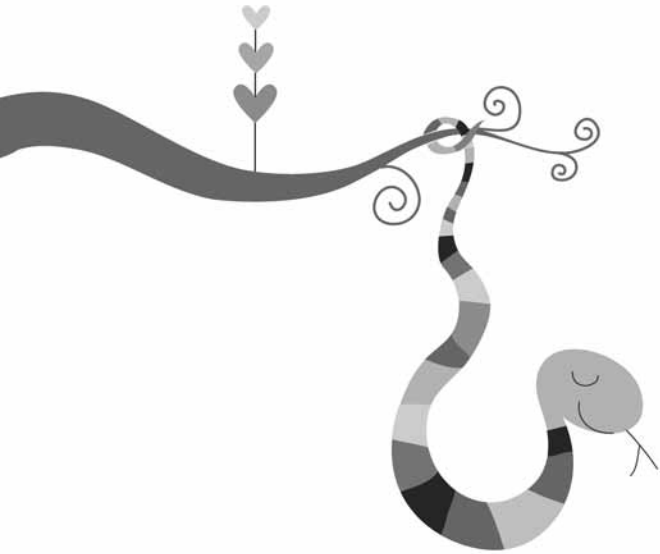


กลัวเพราะรู้ไม่จริง



พูดถึงความกลัว ขอแทรกตรงนี้หน่อยหนึ่งว่า การที่เรากลัวอะไร มักเป็นเพราะเรายังไม่รู้จริงในสิ่งนั้น คนที่กลัวงู กลัวแมงป่อง กลัวผี แสดงว่ายังไม่รู้จริงในเรื่องเหล่านั้น ที่จังหวัดขอนแก่นมีอยู่หมู่บ้านหนึ่ง เขาเลี้ยงงูจงอางกันทั้งหมู่บ้าน ทุกคนแม้แต่เด็กตัวเล็กตัวน้อย เอาจูมาพาดคอเล่น เขาไม่กลัว งูจงอางกัดคนตายได้ ถ้าเป็นเรา เราก็คงไม่กล้าทำ เป็นเพราะเราไม่รู้จริงเรื่องงูจงอาง เราจึงกลัว เช่นเดียวกับตัวผู้บรรยายเอง เดิมเป็นคนกลัวผีมาก แม้ตอนที่ไปบวชเป็นพระปฏิบัติธรรม ก็ยังกลัว วันหนึ่งขณะนั่งปฏิบัติธรรมในวิหารร้าง มีผีมาบิบบคอ ตอนนั้นกลัวสุดชีวิต แต่ในที่สุดก็เข้าถึงสัจธรรมเรื่องผี นับแต่วันนั้นมาจนถึงวันนี้ ไม่กลัวอีกเลย เพราะเข้าใจแล้วว่า โธ่เอ๋ย ผีก็เป็นเพียงรูปร่างนามต่างมิติ

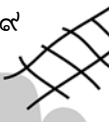




เท่านั้น จะกลัวเขาทำไม กลัวงูพิษทำไม เรากลัวว่าเขา
จะกัดเราตาย แต่เรามีไม้ท่อนหนึ่ง ตีเขาตาย พิษของ
คนยิ่งกว่างู เพราะฉะนั้น เราต้องเข้าใจให้ถูก ถ้าเรา
รู้จริงเรื่องอะไรแล้ว เราจะไม่กลัว ❖



ดร.สนอง วรอุไร ๑๙



พัฒนาสติ



ย้อนกลับมาที่เรื่อง “ศักยภาพ” ซึ่งหมายถึงพลังอำนาจที่มีอยู่ในตัวเราและสามารถแสดงออกให้เห็นได้ มนุษย์มีศักยภาพหลายอย่าง ส่วนคำว่า “เพิ่ม” ก็คือทำให้มากขึ้น ทำให้พลังอำนาจนี้มีมากขึ้น มนุษย์ต้องพัฒนาศักยภาพของตน

คำว่า “พัฒนา” มีความหมาย ๒ อย่าง

- ๑) อะไรที่เดิมไม่มี ทำให้มันเกิดมีขึ้น
- ๒) อะไรที่มีอยู่แล้ว แต่ยังไม่ดี ทำให้มันดีขึ้น



ยกตัวอย่างเช่น สมัยก่อนไม่มีโทรศัพท์มือถือ ไปไหนต้องลากสาย แต่เดี๋ยวนี้สบายแล้ว สมัยที่ผู้บรรยายใช้โทรศัพท์ไร้สายรุ่นแรก ใหญ่เท่ากระดุกวักกระดุกควาย ไปไหนก็ต้องถือหม้อแบตเตอร์หนักๆ เดี่ยวนี้ไม่ต้องแล้ว ถือแค่ชิ้นเดียวเล็กๆ เบาๆ นี่เขาเรียกว่าพัฒนา

ศักยภาพสำคัญด้านหนึ่งที่มีมนุษย์ต้องพัฒนาขึ้นมา คือสติ สติ คือพลังที่มีอยู่ในจิต ทำให้ระลึกได้ นึกได้ ไม่ลืม คนที่ลืมข้าวของนั้นเป็นเพราะขาดสติ เราต้องพัฒนาให้จิตของเรามีสติ ถ้าเรามองผิวเผินหรือคนที่ไม่สนใจไม่ศรัทธา เขาจะนึกว่าสติเป็นเรื่องเล็กที่ไม่ค่อยมีประโยชน์ แต่จริงๆ มีประโยชน์มาก ยกตัวอย่างง่ายๆ เวลาขับรถต้องใช้สติแน่นนอน ถ้าขาดสติเดี๋ยวก็ชนกัน หรือนักเรียนเลิกเรียน เดินกลับบ้าน จำบ้านได้ ก็แสดงว่ายังมีสติ นี่ฟังเหมือนเป็นเรื่องตลกที่พูดกันเล่นๆ แต่เคยมีคนจำบ้านตัวเองไม่ได้จริงๆ



ไอน์สไตน์ ลืมห้างของตัวเอง

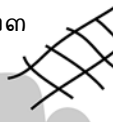


ไอน์สไตน์ ยอดนักวิทยาศาสตร์ของโลก เคยขาดสติถึงขั้นจำบ้านตัวเองไม่ได้ เพราะมัวแต่คิดนึกเรื่องงานของตัวเองมากๆ วันหนึ่งลืมห้างตัวเองจนต้องโทรศัพท์ไปหาลูกของศาสตราจารย์คนหนึ่ง ถามว่า บ้านไอน์สไตน์อยู่ถนนไหน บ้านเลขที่เท่าไร เรื่องนี้ผู้บรรยายก็เคยได้สัมผัสกับตัวเองตอนไปอยู่ที่อังกฤษ ตอนนั้นกำลังเขียนวิทยานิพนธ์ปริญญาเอก เขียนเป็นภาษาอังกฤษ มันยากมาก จิตจดจ่ออยู่แต่เรื่องวิทยานิพนธ์ วันหนึ่งไปตัดผม ลืมเอากระเป๋าสตางค์ไปเพราะขาดสติ ตัดผม ๕ นาทีเสร็จ แล้วถึงรู้ว่าลืมเอากระเป๋าสตางค์ไป จึงต้องจ่ายเงิน



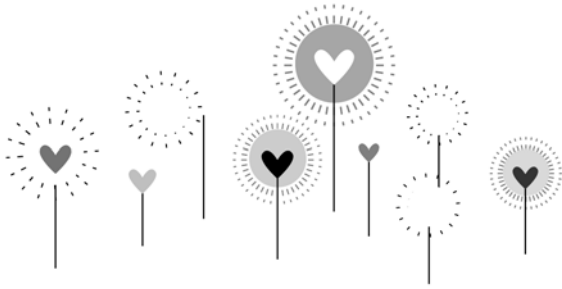


ด้วยการเขียนเช็คให้เขาไป พอเดินออกจากร้านตัดผม จะกลับบ้านพัก ระยะทางเกือบ ๑ กิโลเมตร ก็นึกขึ้นได้ว่าลืมร่มไว้ที่ร้านตัดผม ก็กลับไปเอา เดินออกมาอีกครั้ง อากาศมันเย็น รู้สึกตัวว่าร่างกายหนาว จึงนึกขึ้นได้ว่าเราลืมเสื้อหนาวไว้ที่ร้านตัดผมด้วย ก็เลยต้องกลับไปร้านตัดผมอีกครั้ง ช่างตัดผมเขาบอกว่า หวังว่าคงไม่ลืมอะไรไว้อีกแล้วนะ นั่นล่ะคือการขาดสติ





หน้าที่ของจิต



สติยังเกี่ยวข้องกับอารมณ์ด้วย อารมณ์เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นในจิต นั่นเพราะหน้าที่ประการที่ ๑ ของจิตคือรับสิ่งกระทบเข้าปรุงเป็นอารมณ์ สิ่งกระทบจากภายนอก ได้แก่ เสียงเข้าทางหู ภาพเข้าทางตา กลิ่นเข้าทางจมูก ลิ่นสัมผัสรสรสชาติ ผิวกายรับรู้เย็นร้อนอ่อนแข็ง เหล่านี้เมื่อเข้ากระทบจิต จิตจะรับเข้าปรุงเป็นอารมณ์ต่างๆ เช่น ถ้าได้ยินเสียงที่ดี อารมณ์ก็ดี ถ้าเป็นเสียงด่าว่า อารมณ์ก็ไม่ดี สำหรับคนทางโลกทุกๆ ไป ถ้าอารมณ์ไม่ดี ถือว่าขาดสติ แต่สำหรับนักปฏิบัติธรรม



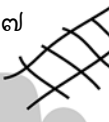
เมื่อใดเกิดอารมณ์ ไม่ว่าจะดีหรือไม่ดี ถือว่าขาดสติทั้งนั้น เราทุกคนล้วนเคยผ่านสิ่งกระทบจากภายนอกมาหมดแล้ว ไม่ว่าจะดีหรือไม่ดี ถ้าเมื่อใดสิ่งกระทบเหล่านี้เข้ามาแล้วเกิดอารมณ์ขึ้น นั่นแสดงถึงความขาดสติ ตัวผู้บรรยายเอง ตอนที่ไปฝึกกับท่านเจ้าคุณโชดกที่วัดมหาธาตุฯ ท่านบอกว่า เรานี้เรียนจบปริญญาเอก แต่มีสติแค่นิดเดียว ผู้บรรยายก็ฟังหูไว้หู แต่หลังจากฝึกเพียงเดือนเดียว จนบัดนี้ ๓๕ ปีกว่าแล้ว รู้เลยว่าสิ่งที่ท่านเจ้าคุณโชดกพูดเป็นความจริง

จิตมนุษย์มีความรวดเร็วมาก ทันทีที่เราตื่น จิตของเราเกิด-ดับ เกิด-ดับเร็วเกินกว่าที่เราจะระลึกได้ทัน เทียบให้ดูกับแสงสว่างจากหลอดไฟลู่ออเรสเซนส์ที่ตาของมนุษย์มองเห็นว่าสว่างจ้าอยู่ตลอดเวลา แต่จริงๆ แล้ว มันเกิดแล้วดับ เกิดแล้วดับ ซ้ำๆ อยู่อย่างนั้น เครื่องมือทางวิทยาศาสตร์สามารถวัดได้ แต่ประสาทตาของคนตามการเกิดดับไม่ทัน จึงเห็นสว่างอยู่ตลอดเวลา จิตก็เช่นกัน เกิด-ดับอยู่ตลอด จะมียกเว้นก็เฉพาะตอน



หลับ ขณะหลับ จิตไม่มีเกิด-ดับ จิตมันสงบ เขาเรียกว่า
ภวังค์ ไม่มีเกิด ไม่มีดับ คนพูดก็ไม่ได้ยิน นั่นเพราะจิต
ตกภวังค์ เมื่อไรพลังงานเกิด-ดับ เกิด-ดับ จะทำงานได้
จิตก็เหมือนกัน ถ้าหลับตา แต่ใจยังไม่หลับ หูก็ยังได้ยิน
ที่เขาบอกว่า คนหลับตายนั้น มี ๒ ประเภท คือหลับตา
แล้วก็ตาย อันนี้มี ส่วนหลับตาแล้วจิตตกภวังค์ อันนี้ไม่มี
เพราะใจจะเคลื่อนออกจากร่างได้ มันต้องเกิด-ดับ เกิด-
ดับ แต่ถ้ามันตกภวังค์อยู่ มันเคลื่อนออกจากร่างกาย
ไม่ได้

เมื่อจิตตื่นอยู่ ไม่ตกภวังค์ จิตจะเกิด-ดับอยู่ตลอดเวลา และทุกการเกิดดับ จิตจะทำหน้าที่ประการที่ ๒
นั่นคือ สร้างร่างกาย สั่งให้คิด พุด ทำ จิตสั่งสมอง สั่ง
ปาก สั่งมือเท้า ซึ่งล้วนแต่เป็นส่วนหนึ่งของร่างกาย
จิตสั่งร่างกายผ่านสมอง ถ้าอารมณ์ดี จิตก็สั่งให้คิดดี
พุดดี ทำดี ตรงกันข้าม ถ้าอารมณ์ไม่ดี เช่น ขณะโกรธ
จิตก็สั่งให้คิดไม่ดี พุดไม่ดี ทำไม่ดี ทุกคนรวมทั้งผู้
บรรยาย ล้วนเคยประสบมาแล้ว ทุกคนเป็นอย่างนั้น



เหมือนกันหมด ฉะนั้น เราคงเห็นแล้วว่าอารมณ์เป็นสิ่งสำคัญ ทุกคนคงอยากมีแต่อารมณ์ที่ดี เพื่อนำไปสู่การกระทำที่ดี เพราะฉะนั้น ถ้าเราอยากรักษาอารมณ์และการกระทำให้ดีตลอด เราต้องไปพัฒนาที่จุดตั้งต้นคือ สติ เพื่อให้สติรักษาอารมณ์ให้ดี



หน้าที่ประการที่ ๓ ของจิตคือ เก็บสิ่งสมกรรม การกระทำต่างๆ ของมนุษย์ ทั้งการคิด การพูด การทำ เรียกว่า กรรม การคิดเรียกว่ามโนกรรม เมื่อพูดออกมาให้คนอื่นได้ยิน เรียกว่าวจีกรรม ถ้าทำออกมาให้เห็น เรียกว่ากายกรรม รวมแล้วก็มีกรรมอยู่ ๓ อย่างที่มนุษย์ ทำ กรรมใดๆ ก็ตาม ทั้งดี ทั้งไม่ดี เมื่อทำแล้ว ย่อมเก็บ สิ่งสมในดวงจิต กรรมดีสิ่งสมเป็นกุศลกรรม กรรมไม่ดี สิ่งสมเป็นอกุศลกรรม เมื่อกรรมดีให้ผล ก็เป็นกุศลวิบาก ทำให้เราสบาย มีความสุข เมื่อกรรมไม่ดีให้ผล เราก็ได้รับอกุศลวิบาก ซึ่งให้ผลเป็นทุกข์ ทั้งทุกข์กาย และทุกข์ใจ ❀



ทุกข์ ๒ ประเภท

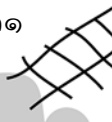


มนุษย์เกิดมามีทุกข์อยู่ ๒ ประเภท คือ ทุกข์ประจำ ซึ่งทุกคนมีเป็นสมบัติติดตัวมา นั่นคือ การเกิดเป็นทุกข์ การแก่เป็นทุกข์ การตายเป็นทุกข์ ตามที่พระพุทธเจ้า โคตมตรัสไว้ ไม่มีใครไม่แก่ ไม่มีใครในที่นี่ที่จะไม่ตาย หาไม่ได้เลยที่จะไม่ตาย ดังที่เราสามารถเอาเป็นคติ สอนใจได้จากเรื่องของนางกัศิสาโคตมี

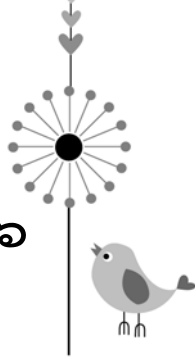


ลูกชายของนางกีสาคอตมีมาตายลงทั้งๆ ที่อยู่ในวัยกำลังน่ารักน่าชัง นางไม่อาจยอมรับความจริง ยังอุ้มลูกไว้ไม่วางด้วยความที่ไม่อยากให้ลูกตาย พระพุทธเจ้าจึงตรัสแก่นางว่า “กีสาคอตมี หากเธอไปถามหาบ้านใดที่ไม่เคยมีคนตายเลย ให้ขอเมล็ดผักกาดมา แล้วตลาคตจะซุบชีวิตลูกให้ฟื้น” นางก็เดินไปทั่วทุกบ้านในเมืองสาวัตถิซึ่งเป็นเมืองใหญ่ ไม่มีบ้านไหนเลยที่ไม่เคยมีคนตาย นางจึงไม่ได้เมล็ดผักกาด แต่จิตกลับสงบลง จึงระลึกได้ว่า โอ...เรานี่ช่างโง่แท้ๆ จึงเลิกอุ้มศพลูกตะลอนไปทั่วเมือง เรื่องนี้ยังแสดงให้เห็นกุศโลบายของพระพุทธเจ้าในการสอนคนอีกด้วย

ความทุกข์ประเภทที่ ๒ คือ **ทุกข์จร** จรมาสู่จิตของเราเป็นครั้งคราว ไม่ได้เกิดอยู่ตลอดเวลาเสมอไป เช่น เมื่ออยากได้แล้วไม่ได้ เป็นทุกข์ หิว เป็นทุกข์ ป่วย ไข้ เป็นทุกข์ เป็นต้น ❀



ป่วย ๔ ป่วย ๖



พูดถึงเรื่องป่วยไข้ ก็จะขอเล่าถึงการเจ็บป่วยของ มนุษย์ในยุคนี้ เทียบกับในยุคอื่น ปัจจุบันนี้เป็นยุคที่ มนุษย์ทั่วโลกมีอายุเฉลี่ยประมาณ ๗๕ ปี ยุคนี้คนเจ็บ ป่วยด้วยสาเหตุ ๔ อย่าง

- ๑) ออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอ
- ๒) เพียรมาก นอนน้อย
- ๓) ฤดูกาลเปลี่ยน
- ๔) โรคกรรม

สามข้อแรก เพียงทำเหตุให้ตรงข้าม หมอรักษา ก็ หายได้ ส่วนข้อสุดท้ายแก้ไม่ได้ ต้องใช้หน้เวยกรรมไป จนกว่าจะหมด

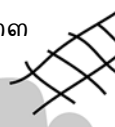
แต่ในสมัยที่คนมีอายุชั้ยยาวนานถึง ๖๐,๐๐๐ ปี การเจ็บป่วยของคนมีสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการเจ็บป่วย



อยู่ ๖ อย่าง ซึ่งไม่เหมือนของคนเราทุกวันนี้ นั่นคือ

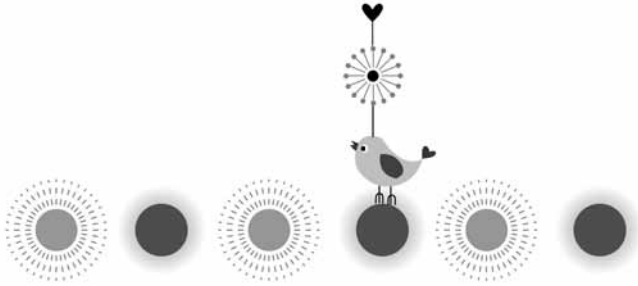
- ๑) รู้สึกหิวข้าว หมายความว่าเกิดอาการเจ็บป่วยขึ้นแล้ว
- ๒) รู้สึกกระหายอยากดื่มน้ำ หมายความว่าเกิดอาการเจ็บป่วยขึ้นแล้ว
- ๓) รู้สึกร้อน หมายความว่าเกิดอาการเจ็บป่วยขึ้นแล้ว
- ๔) รู้สึกเย็น หมายความว่าเกิดอาการเจ็บป่วยขึ้นแล้ว
- ๕) รู้สึกอยากถ่ายปัสสาวะ หมายความว่าเกิดอาการเจ็บป่วยขึ้นแล้ว
- ๖) รู้สึกอยากถ่ายอุจจาระ หมายความว่าเกิดอาการเจ็บป่วยขึ้นแล้ว

อาการ ๖ อย่างนี้เรียกว่าเป็นอาการป่วยของคนยุคนั้น ถ้ามาใช้กับเราสมัยนี้ ก็ต้องเรียกว่าป่วยกันวันละหลายๆ ครั้งเลยทีเดียว





แม่ของคุณธรรม



ย้อนกลับมาสู่เรื่องสติ สติเป็นสิ่งที่เราต้องพัฒนา เพราะเป็นสิ่งที่ถืออุปการคุณมาก เป็นแม่ของคุณธรรม ถ้าใครผู้ใดพัฒนาจิตให้มีสติกล้าแข็งแล้ว อารมณ์ต่างๆ จะไม่เกิด คนที่เกิดอารมณ์ต่างๆ อยู่ตลอด แสดงว่า สติยังไม่พัฒนาเต็มที่ ศักยภาพด้านสติยังด้อย ยังต้องพัฒนาต่อไป อย่างเช่นคนที่โกรธบ่อย คนในเมืองใหญ่มักช้ำโกรธ คนต่างจังหวัดมักไม่ช้ำโกรธ ใจเย็นกว่า แสดงว่ามีสติมากกว่าคนในเมืองกรุง แต่ก็ยังไม่แน่นอนเสมอไป ถ้าตื่นขึ้นมาวันไหนมีอารมณ์ ก็แสดงว่าสติ

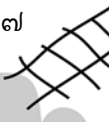


ยังไม่ทัน พระพุทธเจ้าท่านตรัสถามพระอานนท์ “อานนท์ เธอเจริญสติวันละกี่ครั้ง” พระอานนท์ตอบว่า เช้า สาย บ่าย เย็น เจริญอยู่ตลอดเวลา พระพุทธเจ้าตรัสตอบว่า “อานนท์ ตถาคตเจริญสติทุกลมหายใจเข้าออก” ด้วยสติเช่นนี้ อารมณ์ไม่เกิด อะไรกระทบบีบ ดับปั๊บ จิตเป็นอิสระ เพราะฉะนั้น ถ้าใครยังมีอารมณ์ ต้องพัฒนาจิตให้มีสติ

สำหรับนักเรียนและเยาวชน การพัฒนาจิตเป็นเรื่องดีมากๆ และไม่ใช่ว่าเรื่องยาก เมื่อพัฒนาได้แล้ว คุณธรรมความดีงามทั้งหลายจะตามมา วิธีพัฒนาจิตให้มีสติก็คือ ก่อนนอน ให้สวดมนต์ด้วยใจจดจ่อ ถ้ารู้ความหมายของบทมนต์ด้วยยิ่งดี หลังจากสวดมนต์แล้วให้นำจิตมาจดจ่ออยู่กับลมหายใจเข้า ลมหายใจออก เข้า-ออก พุท-โธ ประมาณ ๑๕-๓๐ นาที ทุกๆ วัน ถ้ามีสัจจะ ก็จะทำให้ทุกวัน แต่ถ้าไม่มีสัจจะ ก็อาจยอมแพ้ต่อความขี้เกียจ สัจจะก็เป็นคุณธรรมอีกตัวหนึ่งที่ต้องพัฒนา (ถ้ายังไม่มี) ผู้บรรยายตอนไปฝึกที่วัด



มหาธาตุฯ ก็อธิษฐานว่าจะทำเต็มที่ ๓๐ วัน ได้แค่วัน
ก็เอาแค่นั้น แล้วก็รักษาสัจจะ ทำจริง ฝึกวันละประมาณ
๒๐ ชั่วโมง คนอื่นเขาจะนอนมาก เป็นเรื่องของเขา
ฉะนั้น ถ้าเรารักษาสัจจะ เราก็ต้องทำทุกวัน สวดมนต์
ก่อนนอน จากนั้น “พุท-โธ” ซึ่งเป็นบุญใหญ่ที่ต้อง
กำหนดอยู่เสมอ

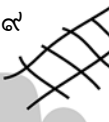




พาบุญทั้งสิบเข้าตัว

ถ้าเรามีสติ บุญจะเข้าสู่ตัวตลอดทุกขณะตื่น เป็น บุญใน ๑๐ ลักษณะ คือ

- ๑) ให้ทาน หมายถึงสิ่งดีงามทั้งหลายที่เราให้แก่คนอื่นได้ เป็นบุญ เป็นบ่อเกิดแห่งบุญ
- ๒) รักษาศีล ศีล ๕ ต้องมีอยู่ในใจทุกขณะตื่น จะปฏิบัติธรรมให้มีสติ ศีล ๕ ต้องครบ ไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ต่าง ไม่พร้อย จิตจึงจะตั้งมั่นเป็นสมาธิ
- ๓) เจริญภาวนาสวดมนต์ ภาวนาก็คือการพัฒนา จิตนั่นเอง สวดมนต์ ภาวนาพุท-โธ พุท-โธ
- ๔) ประพฤติอ่อนน้อม
- ๕) ช่วยเหลือคนอื่น
- ๖) เมื่อมีความดี อุทิศความดีให้คนอื่น
- ๗) เห็นคนอื่นทำความดี อนุโมทนาความดีนั้น เวล่านักเรียนเดินไปโรงเรียน เห็นแม่อยู่ใส่บาตร ถ้าเรามีสติ นึก “สาธุ” (อนุโมทนาบุญ) เราก็



ได้บุญเหมือนกัน เห็นคนจูงคนแก่ข้ามถนน
เรานึก “สาธุ” เราก็ได้บุญเหมือนเวลาเราช่วย
คนอื่น สตินี้คืออย่างนี้เอง

๘) พังธรรม

๙) กล่าวธรรมแก่ผู้อื่น

๑๐) การมีความเห็นถูกต้อง

สิบอย่างนี้ ถ้ามีสติอยู่ บุญจะเข้าตัวทุกขณะตื่น

สติมีอุปการะดีอย่างนี้ อีกทั้งสิ่งดีงามทั้งหลายย่อม
ตามสติมา ยกตัวอย่างเช่น คนที่ประสบความสำเร็จ
ในชีวิต ลองศึกษาเขาดู จะพบว่าเขาใช้ปัญญาทางโลก
ที่เรียนมา (คือ สุตมยปัญญา กับ จินตามยปัญญา)
เพียงร้อยละ ๒๐ แต่ใช้ความดีงาม (คือ คุณธรรม)
มากถึงร้อยละ ๘๐ ถ้าเรามีสติ คุณธรรมจะเกิด เห็น
แม่ลูกบ้านเหนื่อย ถ้าลูกมีสตินึกได้แล้วเข้าไปช่วย ก็ได้
ตอบแทนพระคุณคุณพ่อแม่ เป็นความกตัญญู ซึ่งเป็น
คุณธรรมที่ยอดยิ่ง เป็นการทำความดีที่เยี่ยมยอด แต่
คนส่วนมากไม่มีสติ นอนตื่นมา แม้แต่เก็บผ้าห่ม พับผ้า



ปูที่นอน ก็ยังไม่ทำ เสื้อผ้าใส่แล้วก็กองไว้ให้แม่ซัก คนที่ทำแบบนี้คือคนที่โง่มาก เพราะการใช้แม่เป็นบาป คนมีสติจะไม่ทำอย่างนั้น ฉะนั้น ถ้ามีสติ จะได้รับอานิสงส์ดี แม้เกิดเหตุถึงขนาด ตายลงขณะมีสติกำกับ ย่อมมีสุคติเป็นที่หมาย สุคติคือภพที่เจริญ ได้แก่ มนุษย์ เทวดา พรหม สติมีอานิสงส์มากอย่างนี้ แล้วเหตุใดเราจึงไม่ทำ เราควรเจริญจิตให้มีสติมากขึ้น เมื่อสติมีกำลัง สมาธิจะตั้งมั่น เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามมา

หรือถ้ามุ่งเพียงสมถภาวนา พุท-โธ พุท-โธ ไปจนจิตตั้งมั่นสูงสุด เขาเรียกว่า อัปนาสมาธิ คือฉาน เมื่อออกจากฉาน ก็เกิดความรู้สูงสุด ๕ ประการที่เรียกว่า อภิญญา ๕ คือ

- ๑) แสดงฤทธิ์ได้ เช่น เหาะเหินเดินอากาศ เดินบนผิวน้ำได้ไม่จม ดำดิน หายตัวได้
- ๒) มีหูทิพย์ เทวดาหรือสัตว์ทั้งหลายคุยกันก็ได้ยิน
- ๓) รู้ใจคน เขานั่งเฉยๆ แต่เรารู้หมดว่าเขากำลังคิดอะไรอยู่ เขาไปทำอะไรมา



๔) รู้กำเนิดหนหลังของตัวเอง

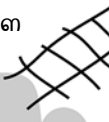
๕) มีตาทิพย์ สามารถมองเห็นเทวดา เห็นผี
ข้างถนน ฯลฯ

ทำประการนี้จะเกิดขึ้นเป็นอัตโนมัติกับผู้ที่พัฒนา
สติจนถึงความตั้งมั่นระดับฌาน หรือที่เรียกว่า ความ
ตั้งมั่นสูงสุดหรือแน่วแน่ ซึ่งทุกคนทำได้ถ้าศิลปวิสุทธิ
(ไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ต่างพร้อย) มีสัจจะ และแรงความเพียร
นี่คืออานิสงส์ประการหนึ่งของสติ ฉะนั้น ศักยภาพ
ตัวนี้ต้องพัฒนา

ชีวิตมนุษย์ต้องการเพียง ๒ เรื่องใหญ่ๆ หนึ่ง *ความ
สะดวกราบรื่น* และ สอง *ความสุข* และถ้าต้องเลือก
เพียงอย่างใดอย่างหนึ่ง คนทั้งหลายย่อมเลือกความสุข
แต่ถ้าใครมีสติมีบุญ จะได้ทั้งสองอย่าง ชีวิตเลือกได้
แน่นอน อยู่ที่เรากำหนดให้ตรง เหตุตรงตัวแรกคือสติ
ทำสติให้กล้าแข็ง แล้วสิ่งดีงามจะตามมา



การจะดูตัวเองว่าเราพัฒนาสติกล้าแข็งแล้วหรือยัง
ก็ให้ถามใจตัวเองว่า อารมณ์ยังมีขึ้นๆ ลงๆ ไหม ยัง
โกรธ ยังดีใจ เสียใจอยู่ไหม ถ้าใช่ ควรต้องพัฒนาสติ
ให้มีมากขึ้น ✦



ปัญญาสูงสุด

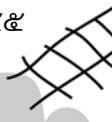


เมื่อพัฒนาสติแล้ว ถัดไปคือปัญญาสูงสุด
อภิปัญญา ๕ ก็เป็นปัญญาสูงสุดที่ยังไม่เห็นแจ้ง แต่ยังมี
ปัญญาสูงสุดอีกตัวหนึ่ง เขาเรียกว่า **ปัญญาเห็นแจ้ง**
การเห็นแจ้งคือ เห็นเหตุและผลถูกต้องตามที่เป็นจริง
วันนี้จริง อีกรมึนปีแสนปี ก็ยังคงจริง ปัญญาเห็นแจ้ง
ไม่เปลี่ยนไปตามกาลเวลา ใครผู้ใดพัฒนาสติกล้าแข็ง
แล้ว ปัญญาเห็นแจ้งจะพัฒนาตามมา ปัญญาเห็นแจ้ง
เป็นศักยภาพที่สำคัญที่สุดในชีวิต ใครผู้ใดพัฒนา
ปัญญาเห็นแจ้งได้แล้ว ใช้ปัญญาเห็นแจ้งส่องนำชีวิต



ชีวิตจะไม่มีวิบัติ มีแต่ความเจริญถ้ายเดียว แต่ถ้าใครผู้ใด
ใช้ปัญญาทางโลก (สุตมยปัญญา กับ จินตามยปัญญา)
นำชีวิต อย่างน้อยก็เกิดหงุดหงิด โกรธ อิจฉา ถ้า
หนักเข้าก็นำตัวเองเข้าคุก เข้าตะราง หรือฆ่าตัวตาย
ทำแท้ง มีแต่ความวิบัติ นำพาไปสู่นรกทั้งนั้น

ตัวอย่างของคนที่ใช้ปัญญานำทางชีวิตไม่ถูกต้อง
ดูได้ที่วัดพระบาทน้ำพุ วันก่อนผู้บรรยายไปบรรยาย
ที่ลพบุรี เมื่อบรรยายเสร็จ เขาพาไปแวะที่วัดพระบาท
น้ำพุ ที่นี้เขาเอาคนที่ตายด้วยโรคเอดส์ ดองฟอร์มาลิน
แล้วทำให้แห้ง มองดูเหมือนเขียดตากแห้งที่คนเอามา
ทอดกิน ห้อยเรียงๆ ไว้ เขาเรียก life museum (พิพิธ
ภัณฑ์ของจริง) ที่นั่นผีไม่ดุหรอก เพราะจิตวิญญาณ
โคจรไปเกิดเป็นสัตว์นรกกันหมดแล้ว เห็นแล้วสงสาร
มากๆ ครั้งหนึ่งจิตเอาร่างนี้มาใช้ แต่ว่าใช้ในทางติดลบ
เป็นโทษ เป็นบาป จึงพากันไปลงนรกหมด เห็นแล้ว
น่าสงสาร มีโรงเรียนพานักเรียนไปดูกันเยอะ ไปดูว่า
นี่นะ เกิดมาทั้งที ได้รูปร่างกายนี้มาใช้ แต่กลับใช้ผิดทาง



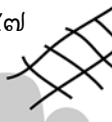
บาปก็เข้าสังขม แทนที่ร่างนี้จะได้ใช้ให้เป็นประโยชน์
กับเจ้าของจิต ก็กลับเป็นโทษ ท่านเจ้าคุณอลงกตท่าน
จึงนำมาห้อยเอาไว้ให้ดูเตือนสติ ถ้าเขาเหล่านั้นมีสติ
เขาย่อมไม่ทำแบบนั้น แต่เพราะเขาขาดสติ เขาจึงทำ
จึงได้ทุกคดีเป็นที่หมาย เกือบทั้งหมดต้องไปปีนต้นจิว
ในนรก นำเวทนา

การพัฒนาปัญญาสูงสุดทำได้โดยถอนจิตออกมา
ตั้งมั่นอยู่ในสมาธิระดับจวนแน่นๆ ที่เรียกว่า อุปจาร-
สมาธิ (ถ้าแน่นๆจะเข้าสู่ฌาน) แล้วเอาจิตระดับนี้ไป
พัฒนาให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง เรียกว่า เป็นการปฏิบัติ
วิปัสสนากรรมฐาน คือใช้จิตที่ตั้งมั่นจวนแน่นๆนี้
พิจารณา ๔ อย่างที่ปรากฏขึ้นในจิต ได้แก่ กาย เวทนา
จิต ธรรม อะไรเกิดขึ้นก่อน ให้พิจารณาตัวนั้น พิจารณา
ว่ามันดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง
อนัตตา อนิจจังคือมันไม่เที่ยง ทุกขังคือมันเป็นทุกข์
อนัตตาคือไม่มีตัวไม่มีตน อย่าใช้สมองคิด ต้องใช้จิต
ตามดู แล้วจะเห็นว่ามันเป็นอย่างนั้นจริงๆ



เมื่อพิจารณาจนเข้าสู่ความเป็นอนัตตา คือไม่มีตัวตนแล้ว ปัญญาเห็นแจ้งในเรื่องนั้นก็เกิดขึ้น ยกตัวอย่างในเรื่องร่างกาย เช่น เราเห็นร่างกายของเราเหี่ยวยุบ เราเข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลง เราใช้จิตพิจารณาตามดูไปเรื่อยๆ ในที่สุด เห็นอนัตตาแล้วมันไม่กลับมาเกิด ปัญญาเห็นแจ้งในผัสสะนั้นมันเกิดทีละหนึ่งๆ

เวลาโกรธก็เหมือนกัน เมื่อเห็นอนัตตา มันไม่มีตัวตน แล้วจะไปโกรธทำไม ทั้งมันไปดีกว่า วิธีกำจัดความโกรธ ต้องใช้สติ เช่น ถ้าคนเขาด่าเรา เราก็คิดว่า เออ...ช่างมันเถอะๆ เดี่ยวไม่นานก็ตายจากกันแล้ว และให้คิดว่า เออ...มันดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์ สรรพสิ่งเกิดขึ้น ตั้งอยู่ เดี่ยวก็ดับไป เรานั่งดูไป เดี่ยวเขาเหนื่อย เขาก็หยุดพูดเอง เราก็สบายถ้าเราดูให้เป็น แต่คนดูไม่เป็น ขาดสติ ก็รับเอาคำด่าเข้ามาใส่ตัว แล้วเกิดเป็นทุกข์ขึ้นมา อย่างนี้จะเรียกว่าโง่หรือฉลาด คิดเอาเอง พระพยอมท่านว่า “โกรธคือโง่ โมโหคือบ้า” จงบอกตัวเองว่า ต่อไปนี้เราจะไม่โกรธอีกแล้ว




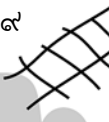
แต่ถ้าสติระลึกรู้ทัน เผลอโกรธไปแล้ว ให้นำ
กระจกเงามาส่องดูตัวเอง จะเห็นว่า โอ...นี่ไม่ใช่เรา
นี่ผีตัวไหนมาเข้าสิง ที่ว่ามีผีมาเข้าสิง ก็เพราะเราขาดสติ
นั่นเอง แต่เมื่อมีปัญหาเห็นแจ้ง จะกำจัดความโกรธได้
ให้อภัยได้ การให้อภัยเป็นทาน เป็นบ่อเกิดแห่งเมตตา
แล้วสั่งสมอยู่ในจิตเป็นเมตตาบารมี คนมีเมตตาบารมี
จะไม่โกรธ หงุดหงิดก็ไม่มี เบื่อหน่ายก็ไม่มี

ฉะนั้น ต่อไปถ้ามีคนยืมเงินแล้วไม่คืน ก็อย่าคิด
โกรธ คิดว่า ช่างมันเถอะ เดียวก็ตายจากกันไปแล้ว
บาทเดียวก็เอาไปไม่ได้ สลึงเดียวก็เอาไปไม่ได้ ทิ้งไว้
หมด แล้วอะไรละที่เอาไปด้วย ก็สิ่งที่สั่งสมไว้ในดวงจิต
ไง นั่นคือบุญและบาป เราก็เอาทั้งสองอย่างนี้ไป สำหรับ
ผู้บรรยายตอนนี้สั่งสมแต่บุญ บุญ บุญ อย่างอื่นเล็ก
สะสม ทั้งหมด

การจะสั่งสมบุญไว้ในจิตให้มาก เกิดจากการ
ใช้ปัญญาสูงสุดคือปัญญาเห็นแจ้งส่องนำชีวิต โดย



พิจารณาดูว่า บุญเกิดได้อย่างไร ก็จะทำให้เห็นว่า ๑๐ ประการ
ที่บอกไปก่อนหน้านี้คือบุญ ได้แก่ ทาน ศีล ภาวนา
ประพจน์อ่อนน้อม ช่วยเหลือคนอื่น มีความดี อุทิศ
ความดีให้คนอื่น เห็นคนอื่นทำดีแล้วอนุโมทนา ฟังธรรม
กล่าวธรรม (อันนี้รวมถึงการสอนให้ความรู้แก่คนอื่น
ด้วย เช่น คนต้ำน้ำพริกเก่ง ช่วยสอนคนอื่นให้ต้ำ
น้ำพริกเป็น ก็ได้บุญ) และข้อสุดท้าย ทำความเห็น
ให้ตรง นั่นคือ เชื่อว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว กฎแห่ง
กรรมมีจริง 





สบายเพราะบุญ



คนจำนวนมากยังสงสัยกลางแกลงในเรื่องกรรม
ส่วนหนึ่งเป็นเพราะกรรมใกล้ๆ มันเห็นง่าย แต่กรรม
ลึกๆ มันเห็นยาก เกิดมารวย จน ดี พิกการ ล้วนมีเหตุ
ทั้งนั้น ไม่มีอะไรนอกเหตุเหนือผล ไม่มีเลย ทุกอย่าง
เป็นเหตุเป็นผล เพียงแต่เราจะตามเหตุผลได้หรือไม่
เท่านั้นเอง เมื่อพัฒนาปัญญาตัวที่ ๓ แล้ว จะตามเห็น
ได้หมด ปรากฏการณ์ทุกอย่างที่เกิดขึ้น ย่อมต้องมีเหตุ
ที่ทำให้เกิด ถ้าปรากฏการณ์ดี แสดงว่าเหตุต้องเกิด



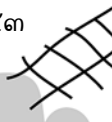
จากการทำดีมาก่อน ในทางตรงกันข้าม ปรากรกฎการณ์
ไม่ดีย่อมเกิดจากเหตุที่ไม่ดี ยกตัวอย่าง คนที่ต้องประสบ
ภavnน้ำท่วม กินอยู่เดินทางลำบาก นั้นเพราะเขากำลัง
เสวยอกุศลวิบากที่กำลังให้ผล ส่วนคนที่ทำบุญไว้
บุญส่งผล ก็แคล้วคลาดไป

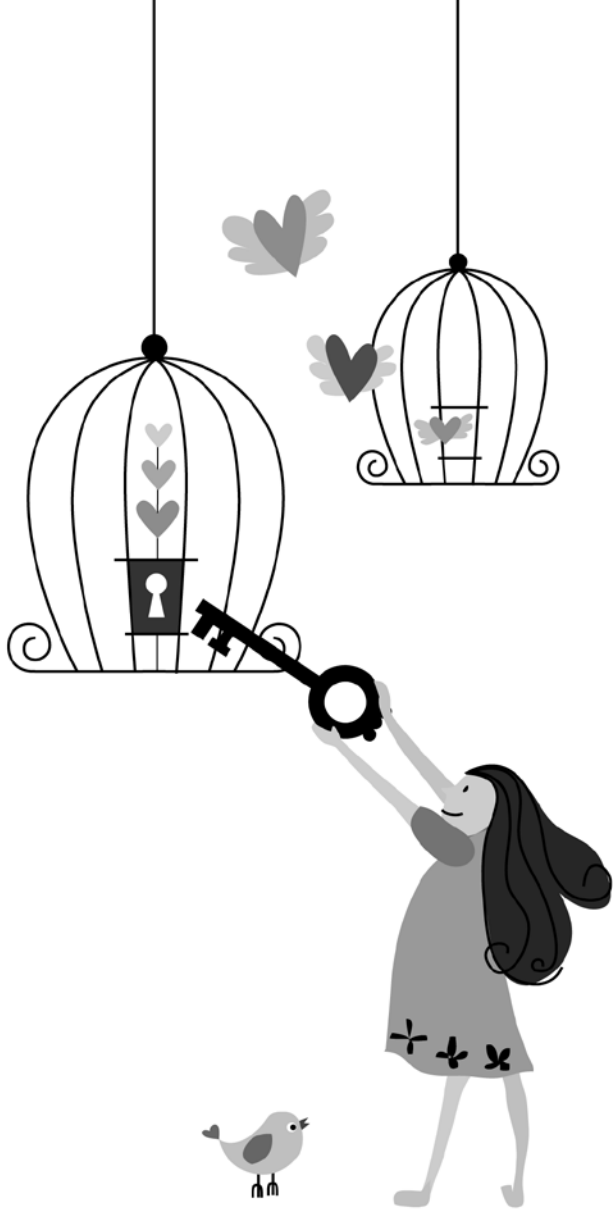
ครั้งหนึ่งผู้บรรยายต้องไปบรรยายที่จังหวัดชัยภูมิ
ปรากฏว่าน้ำท่วมอยู่ มีคนโทรศัพท์มาถามว่า งาน
บรรยายธรรมยกเลิกไหม ผู้บรรยายบอกว่าไม่ยกเลิก
เรามีบุญพอ เมื่อไปถึงไม่มีน้ำเลย แห้งไปหมดแล้ว
อีกเหตุการณ์หนึ่ง ผู้บรรยายได้พบคนรู้จักคนหนึ่ง
ในงานที่กรุงเทพฯ ชื่อคุณดาว เขามาออกโรงทาน
คุณดาวเป็นคนอยุธยา ชอบทำบุญ ตอนนั้นที่อยุธยา
น้ำท่วมสูง ผู้บรรยายถามเขาว่า น้ำท่วมที่บ้านไหม เขา
บอกไม่ท่วม ถามเขาว่าทำไมไม่ท่วม เขาบอกว่า ใกล้เคียง
บ้านเป็นที่ดินของสมเด็จพระเทพฯ ท่านทรงซื้อไว้ เพื่อ
สร้างเป็นโรงสีให้กับหมู่บ้าน แล้วสร้างคันดินล้อมรอบ



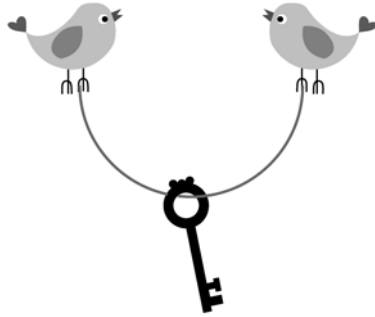
ล้อมเอาบ้านเขาไว้ด้วย น้ำจึงไม่ท่วม นี่คือผลของบุญ

คนมีบุญ ไม่มีตกงาน ไม่มีอดอยาก มีแต่ได้สิ่งดีๆ
ทุกอย่างล้วนมาด้วยบุญทั้งนั้น และการสั่งสมบุญเกิด
ได้เมื่อเราใช้ปัญญาเห็นแจ้งกับสติ แม้แต่เรื่องการเรียน
การสอบของนักเรียนนักศึกษา สติก็ช่วยได้ เมื่อฝึกจิต
ให้มีสติ สมาธิเกิด คลื่นสมองเปลี่ยน ความจำจะดีมาก
เรียนจนจบปริญญาเอกได้สบาย กลายเป็นเรื่องเล็ก
ไปเลย เขาพิสูจน์กันมาแล้วหลายคน

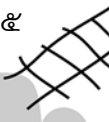




ปลดแอกจิต



บุุคคลยังมีจิตตกอยู่ใด้อำนาจของกิเลสและกาม
กาม ในที่นี้มิได้หมายถึงเรื่องเพศเรื่องหยาบ แต่หมายถึง
สิ่งทีเกิดจากผัสสะ ตาเห็นของสวยๆ เกิดความชอบ
เห็นของไมสวย ไมชอบ หูได้ยินเสียงเพราะๆ ชอบ
ได้ยินเสียงดำ ไมชอบ จมูกได้กลิ่นหอม ชอบ ได้กลิ่น
เหม็น ไมชอบ เหล่านี้คือกาม กามสุข กามทุกข์ ใคร
ผู้ได้ยังมีจิตตกอยู่ใด้อำนาจของกาม ตายแล้วต้องไปเกิด
ในกามภพ คือ นรก เปรต อสุรกาย เดรัจฉาน มนุษย์
และเทวดาอีก ๖ ชั้น นี้คือกามภพ แบ่งเป็นทุกติกามภพ



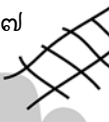
คือ ๔ ภาพแรก กับสุคติกามภาพ คือ มนุษย์ ขึ้นไปจนถึง เทวดาและพรหม เราก็ต้องถามตัวเองว่า ขณะนี้จิต ของเรายังตกอยู่ใต้อำนาจของกามหรือไม่ ถ้ายังไม่พ้น อำนาจกาม รับรองต้องไปพบพญายมแน่นอน ถ้า ไม่อยากพบ ก็ต้องพัฒนาจิตให้เป็นอิสระจากกาม ยกตัวอย่างเช่น เข้าฌานได้และตายในฌาน ไปเกิดเป็น พรหม ไม่ต้องพบพญายม

ปัญญาเห็นแจ้งสามารถชำระจิตของเราให้เป็น อิสระ ปกติจิตเป็นทาสของกิเลส ความโลภ ความ โกรธ ความหลง หลงคือรู้ไม่จริงแล้วไปยึดติด จิตไป ยึดติดสารพัด เราต้องใช้ปัญญาเห็นแจ้งเข้าไปพิจารณา ทำความหลงให้หมดไป เช่น ถ้ามีคนยืมเงินเราแล้ว ไม่คืน เราก็พิจารณาว่าเราเคยสร้างกรรมไม่ดีใน ทำนองเดียวกันไว้ เมื่อโคจรมาพบกันอีกที ก็มีเหตุ ให้เขามายืมเรา และเบี้ยวเรา อย่างนี้เราต้องยอมรับ ความจริงและใช้หนี้เวลานี้กรรมจนกว่าจะหมดสิ้น แบบนี้เราก็จะไม่ทุกข์ใจมาก



จะขอเล่าเรื่องจริงให้ฟังสักเรื่อง มีอยู่วันหนึ่ง มีเสียงคนผู้ชายโทรศัพท์มาหา “อาจารย์ครับ มีคนยืมเงินผมไปแล้วไม่ใช่สิน นี่ผมก็จะเอาปืนไปยิงมัน” นี่โหดมากเลยนะ เขาไปฝึกที่คณะ ๕ วัดมหาธาตุฯ ทำพระจันทร์ มั่นดับความคิดแบบนี้ลงได้ ผู้บรรยายบอกเขาว่า “นี่คุณ ถ้าคุณไม่เคยไปทำอย่างนี้กับเขามาก่อน เขาก็ไม่มายืมเงินคุณหรอก แต่นี่คุณไปเอาของเขามาก่อน แล้วคุณจะเบี้ยวไม่ใช่สินเขาหรือ” เขาเริ่มเข้าใจกฎแห่งกรรม วางหูโทรศัพท์ ไม่เกิน ๑๕ นาที โทรมาอีก “อาจารย์ครับ ผมเข้าใจแล้วครับ ผมไม่ไปยิงเขาแล้วครับ” สติมาแล้ว ไม่ไปยิงใคร คนเราอย่างไรเสียก็ต้องตาย อย่างธรรมดาก็คือแก่ตาย ทั้งคนยัง ทั้งคนถูกยิง จะไปโง่ยิงเขาทำไม พอสติมา ใช้ปัญญา เห็นแจ้ง จิตก็รอดพ้นจากบาปไป

เรื่องความหลงและการยึดติดนี้ ทำให้ผู้บรรยายนึกถึงเรื่องเขาพระวิหาร อันที่จริงมันคืออิฐหินทรายเก่าแก่ที่แกะสลักไว้ คนสร้างเจ้าของเดิมเขาทิ้งไปตั้ง

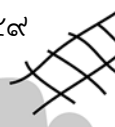


ไม่รู้กี่ปีแล้ว เปลี่ยนมือไปไม่รู้เท่าไรก่อนเราจะเกิดมา
พอดกมาถึงรุ่นเรา เรากลับมาร้องว่า “ของกู ของกู”
พอเราตายไป เราก็ต้องทิ้งไว้ตรงนั้นเหมือนกัน ต่าง
ฝ่ายต่างยึดว่า “ของเรา ของเรา” ทำไมไม่จับมือกัน
เป็นเจ้าของร่วมกัน ก็ได้ประโยชน์ทั้งสองฝ่าย คนฉลาด
เขาไม่ทะเลาะกัน เขาร่วมมือกันเพื่อประโยชน์เขา
ประโยชน์เรา เมื่อเราเห็นถูกต้องตามธรรมอย่างนี้ ก็เรียก
ว่ามีความเห็นตรง เป็นบุญกิริยาวัตถุประการสุดท้าย
(ข้อที่ ๑๐)

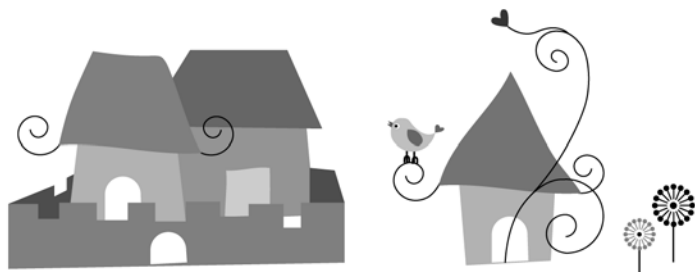
นอกจากนั้นแล้ว เรายังต้องพัฒนาจิตให้เป็นอิสระ
จากโลกธรรม ๘ คือ ลาภ เสื่อมลาภ ยศ เสื่อมยศ สุข
ทุกข์ สรรเสริญ นินทา คนที่ไม่ต้องการตำแหน่งอะไร
ใหญ่โต เป็นเพราะจิตไม่ตกเป็นทาส ของหายไปบ้าง ก็
ไม่ทุกข์ใจ เพราะจิตเป็นอิสระ วัตถุต่างๆ เราไม่อาจเอา
ติดตัวไปด้วยเมื่อตาย เวลามันอยู่กับเรา เราก็ใช้มัน
ถ้ามันหายไป พังไป ก็เป็นเรื่องของวัตถุ เราไม่ทุกข์ตาม
แต่ถ้าข้าวของเสียหายบ้าง แล้วไว้วางใจเดือดร้อนไป



ทั้งบ้าน นั่นเพราะเป็นคนโง่ คนไม่โง่เขาไม่เดือดร้อน
ก็ของมันแตกหักได้ มันเป็นโลกธรรม เป็นธรรมดา
มนุษย์สมบัติก็เป็นสาธารณะแก่โจร แก่น้ำ แก่ไฟ แก่
พระราชา พระพุทธเจ้าผู้รู้จริงท่านก็ตรัสสอนไว้ตั้งนาน
แล้ว ฉะนั้น เราต้องเป็นอิสระจากวัตถุ อยู่กับมันได้
โดยไม่เป็นทาสของมัน เรื่องนี้ทำได้โดยการพัฒนาสติ
กับปัญญาเห็นแจ้ง สองตัวนี้



สุขเพราะมักน้อย



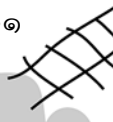
มักน้อย คือต้องการเท่าที่จำเป็นต่อชีวิต มีมากเกินไปก็ทุกข์ ส่วนเกินที่มีเหลือควรนำไปบริจาค เราควรบริโภค (หมายถึงกินดื่ม) และใช้สอยอย่างคนมักน้อย เวลากิน อย่ากินจนท้องป่อง กินเพียงพอหายหิว ตอนผู้บรรยายไปบวชพระเพื่อปฏิบัติธรรม ฉันเพียงวันละ ๑๐ ช้อน ครบ ๑๐ ช้อนปั๊บ อิ่มเลย น้ำหนักลดไป ๕ กิโลกรัม แต่ก็อยู่ได้ ไปพบพระภิกษุบวชใหม่ ไม่ฉันข้าวเลย ฉันแต่น้ำเปล่า ๔๙ วัน น้ำหนักลดไป ๕๐ กิโลกรัม ทำได้เพราะมันไม่หิว เมื่อจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ มันจะ



ไม่ทิว ที่เราทิวเป็นเพราะเราใช้พลังงานไปกับการปรุง
อาหารมณั สุนดูไปๆ ร่างกายจึงต้องการพลังงานเพิ่มจาก
อาหาร ผู้บรรยายตอนบวชนอนวันละ ๔ ชั่วโมง ซึ่ง
นับว่ามากแล้ว พระป่าท่านนอนวันละ ๑ ชั่วโมง บางรูป
นอนแค่ครึ่งชั่วโมง ที่เหลือ ๒๓ ชั่วโมง ทำงาน นับว่า
สุดยอด คนทั่วไปนอนมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับแต่ละวัน
วันไหนจิตปรุงแต่งอารมณ์มากๆ ขึ้นๆ ลงๆ หรือเหนื่อย
มากก็นอนนาน วันไหนจิตนิ่ง สงบดี มีพลังงานเหลือ
เยอะก็นอนน้อย



วันก่อนนี้ผู้บรรยายไปแม่ฮ่องสอน ไปถ้ำจึกต่อที่
พระพุทธเจ้าโคดมประทับฝ่าพระหัตถ์ของพระองค์
บนหินเห็นเป็นรอยนิ้วมือยุบลงไปหิน ที่นี่ ในการจะ
เดินทางไปถ้ำจึกต่อ จะต้องผ่านที่ดินที่นักธุรกิจคนหนึ่ง



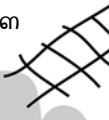
ชื่อเอาไว้แปลงหนึ่งประมาณร้อยกว่าไร่ ตอนนี่เขา
ปลูกงา แต่สมัยก่อนยังไม่มีต้นงา เขาไถดินไว้เฉยๆ
ผู้บรรยายเก็บก้อนหินได้ก้อนหนึ่ง ก็ฝากให้นักธุรกิจ
คนที่น่าทางช่วยถือให้ เขาก็ถือเดินไปถ้ำ เดินไปได้
ตั้งไกลแล้วเขาจึงถามขึ้น “อาจารย์ครับ ที่ฝากให้ผม
ถือก้อนหินนะ ให้ถือไว้ทำไมหรือครับ” “เฮ้อ ถ้าคุณ
เป็นเจ้าของที่ที่เดินผ่านมาเมื่อตะกี้ ตายแล้ว ก้อนหิน
ก้อนนี้คุณเอาไปได้ไหม” เขาได้ฟังก็ปาทิ้งเลย นี่เป็น
วิธีสอนคน อะไรก็ตามทั้งหมด ตายแล้วเอาอะไรไปด้วย
ไม่ได้เลยสมบัติโลก เอาไปด้วยไม่ได้สักไร ฉะนั้นจะ
มักมากไปทำไม



สุขเพราะมีสาระ



นอกจากนั้น เรายังควรบริโภคใช้สอยแต่สิ่งที่เป็น
สาระ สาระคือเป็นประโยชน์แก่ชีวิต เช่น รองเท้า มีไว้
เพื่อใส่ป้องกันการเหยียบของมีคม นั่นคือสาระของ
รองเท้า ไม่จำเป็นต้องใช้เงินทองอะไรมาก แต่บางคน
จะซื้อรองเท้าต้องบินไปเมืองนอก ไปปารีส ต้องซื้อ
แบรนด์เนมต่างๆ อย่างนี้โง่มาก ถูกฝรั่งเขาหลอก ❀



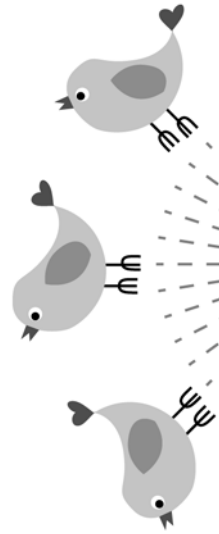
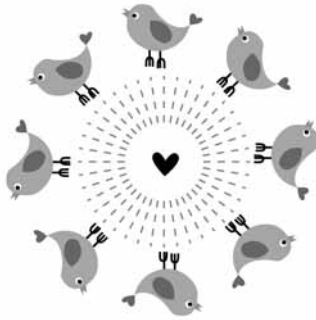
สุขเพราะสันโดษ




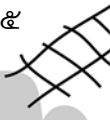
ความสุขง่าย ๆ ของชีวิต คือความสุขจากจิตที่
สันโดษ พอใจในสิ่งที่ตนเป็น ตนมี ตนได้รับ เท่านั้นก็มี
ความสุข คนอื่นเขารวยเป็นพันล้านหมื่นล้าน แม้เรา
จะไม่มีสักล้าน แต่ถ้ามีความสันโดษ ก็จะหาความสุข
ได้ จะเล่าเรื่องจริงให้ฟัง คนสองคน จบปริญญาเอก
ทั้งคู่ มีคนพาไปที่ไร่แห่งหนึ่ง คนพาไปก็จบปริญญาเอก
เหมือนกัน รวมเป็นสามด็อกเตอร์ ไปเห็นกระท่อมอยู่
กลางไร่ โผล่เข้าไปดู เห็นมีเสื่อผ้าห้อยเป็นแถว และมี
กาน้ำก้นดำด้วยเขม่าพิน หม้อหุงข้าวก็ก้นดำเหมือนกัน
คนที่นอนอยู่ในกระท่อมเป็นเด็กหนุ่ม นอนไขว่ห้างเป่า
ขลุ่ย คนพาไปเรียกด็อกเตอร์ ๒ คนให้ดู เราเรียนมา
จนสูงสุด เรียนอย่างหน้าดำคร่ำเครียด แต่เรายังโกรธ
ยังหงุดหงิด เจ้าหนุ่มคนนั้นไม่มีอะไรจะกิน นอนเป่า
ขลุ่ย มองแสงส่องลอดหลังคาตอตึงลงมา มีความสุข
สุขจากความสันโดษ



สุขเพราะจิตสงบ

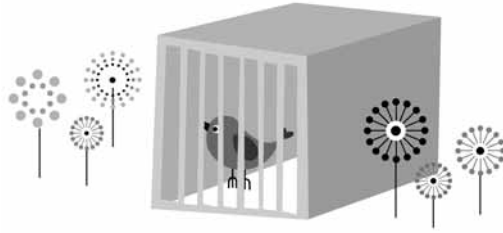


พระพุทธเจ้าโคดมท่านสอนภิกษุให้ลด ละ และเลิก
กามสุข คือสุขที่เกิดจากสัมผัสทางหู ตา จมูก ลิ้น กาย
ใจ แล้วไปแสวงหาความสุขจากจิตสงบแทน ความสุข
จากจิตสงบทำได้โดยการสวดมนต์ ภาวนาพุทโธ เมื่อ
จิตสงบ จะพบกับความสุขที่ละเอียดประณีตที่ยืนยาว
โดยไม่ต้องเสียเงินทองเลย คนฉลาดย่อมรู้จักเลือกหา
ความสุขประเภทนี้ 

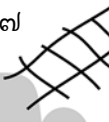




โทษของกามสุข



ตรงกันข้าม กามสุขไม่ใช่ของที่ได้มาถ่ายเดียว ส่วนมากต้องเสียอะไรไปบางอย่างเพื่อแลกมา เช่น สิ่งทั้งหลายที่ต้องใช้เงินซื้อหาเพื่อกามสุข เป็นสิ่งควร เลิกเสีย เพราะการแสวงหากามสุขจะนำทุกข์นำโทษ มาให้ และนำปัญหาตามมาอีกมากมาย ตัวอย่างเช่น ผู้ที่เข้าคุกเข้าตะราง ผู้บรรยายไปบรรยายธรรมะตาม เรือนจำหลายที่ มีหนุ่มคนหนึ่ง พลาดเพราะขาดสติเพียง นิดเดียว ไปขโมยคอมพิวเตอร์โน้ตบุ๊ก แล้วเอาไปขาย ผลคือต้องติดคุก พอได้ฟังผู้บรรยายพูด เขาบอกว่า



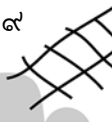
“อาจารย์ครับ ผมเข้าใจแล้วครับ ผมได้ออกจากคุณเมื่อไร จะไม่กลับบ้าน แต่จะไปบวชเป็นพระ จะปฏิบัติธรรมให้ได้อย่างอาจารย์” สาธุนะ ผู้บรรยายยังบอกเขาว่า จะเป็นเจ้าภาพบวชให้ เขาพลาดเพราะหวังแสวงหากามสุขอย่างขาดสติ จึงต้องรับทุกข์โทษอย่างนั้น

หรืออย่างกรณีเด็กทารก ๒,๐๐๒ ศพนะ คนที่ทำแท้งถ้าเขามีสติและไม่ถูกกามสุขครอบงำแล้ว เขาจะไม่คิดอยากเอาชีวิตของตัวเองไปเสี่ยงกับนรกเลย แม้อตอนที่ยังไม่ตาย ชีวิตก็ต้องวิบัติ จะค้าขายก็เจ๊ง อยู่บ้านก็ต้องทะเลาะเบาะแว้ง ไม่มีความสุขไปได้

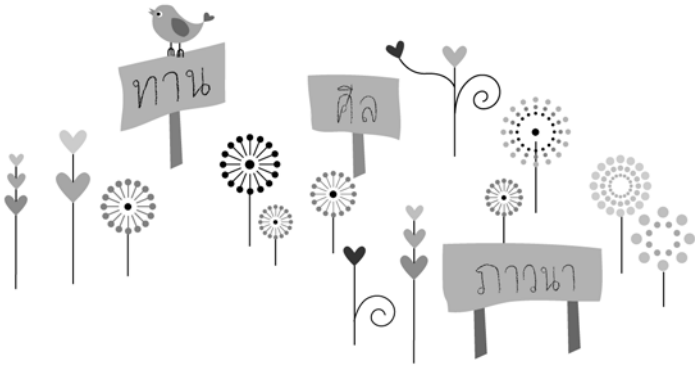
จะเห็นว่า การเอาจิตไปผูกติดกามสุขนำไปสู่การทำอกุศลได้ ดูกว่าๆ เช่น คนที่คอร์รัปชั่นเพื่อให้ได้เงินเยอะๆ มาใช้แสวงหากามสุข เมื่อเป็นเช่นนี้ จิตก็ไม่ใช่อิสระ คุณค่าความเป็นมนุษย์ก็ลดลงเรื่อยๆ พอตายแล้วจะไปไหนได้ นอกจากไปเกิดในที่ต่ำกว่ามนุษย์ คนเหล่านี้



มักสอนยากด้วย เพราะเขายังไม่ยอมทงายภาษาชนะออก
รับ คือยังไม่เกิดศรัทธา จึงยากที่จะเข้าไปสอน เหมือน
พูดกับก้อนหินหรือท่อนไม้ ต่อเมื่อเขายอมโน้มตัวเข้า
มาหา ทงายภาษาชนะเปิดออกรับ เข้ามาพูดคุยใต้ถ้ำ
เมื่อนั้นจึงจะสั่งสอนให้ซ้อคิดได้ เมื่อวันที่ ๒๑ ไปบรรยาย
ที่กรุงเทพฯ มีคนบินมาจากฝรั่งเศส มาหาผู้บรรยาย
โดยเฉพาะ มาดูตัว เพราะหลังจากที่ได้อ่านในเว็บไซต์
แล้วเกิดศรัทธาอย่างมาก จึงลงทุนบินมาฟังบรรยาย
ธรรม ค่าเครื่องบินก็หลายสตางค์อยู่ ที่มาจากอเมริกา
ก็มี อานิสงส์จากการมีสติ ทำให้คนศรัทธา



เอาแต่ที่ชอบธรรม

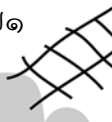


เมื่อมีปัญหาเห็นแจ้ง เราก็จะแสวงหามนุษย์สมบัติ ในทางที่ถูกต้องชอบธรรม ทางโง่งทางทุจริตไม่ทำ ถ้าอยากรวย ให้ทำทานโดยไม่เบียดเบียนตัวเอง มากน้อย ไม่สำคัญ เพราะขึ้นอยู่กับ หนึ่ง ก่อนทำมีศรัทธา สอง ขณะทำตั้งใจ สามเมื่อทำแล้วสบายใจ ได้บุญเต็มที แน่นอน ถ้าคนตำน้ำพริกแกง ไปสอนคนอื่นให้รู้ ก็ได้บุญแล้ว ไม่ต้องลงทุนอะไรเลย คนพูดดีมีสาระ ก็สอนให้



คนอื่นพูดแบบเดียวกันบ้าง ก็ได้บุญ คือมีอะไรที่ให้คุณ
อื่นได้ที่เป็นสิ่งดีๆ ก็เป็นบุญทั้งนั้น

ถ้าอยากรวย ก็ต้องให้ทรัพย์เป็นทาน ถ้าให้อภัย
เป็นทาน ก็เกิดเมตตา พอมีเมตตา ก็ไม่โกรธ ใจสงบเย็น
ถ้ามีเมตตา จะเป็น “พ-ร-ห-ม” อยู่ข้างบน พรหม
ทุกองค์มีเมตตา ถ้าไม่มีเมตตา เป็นได้แค่ “พ-ร-ม” อยู่
ข้างล่างให้เขาเหยียบ ถ้าอยากสวย ต้องรักษาศีล ถ้า
อยากดี ต้องเจริญจิตภาวนา เห็นไหมว่าเราเลือกได้
เจริญจิตภาวนา พุทโธ พุทโธ เมื่อสติมา ทุกอย่างจะดี
หมด



คีลมี สุขมา



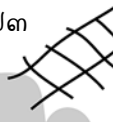
คีล ๕ เป็นคุณธรรม การเว้นฆ่าสัตว์ เว้นลักทรัพย์ ไม่หยิบฉวยเอาของที่เจ้าของไม่ได้ให้ แม้ของตกที่ถนน แต่เจ้าของเขาหวงแหน ไม่ได้ปลงใจให้ใคร ถ้าเราไปเก็บมาเป็นของตัวเอง ก็ถือว่าเป็นอกินนาทานด้วยเหมือนกัน เป็นโทษ เว้นประพฤตีสิดลูกเมียเขา เว้นพูดเท็จ เว้นดื่มสุราเมรัย ต้องเว้นให้ได้ ผลที่ได้คือครอบครัวสงบสุข



ด้วยเหตุนี้ พระพุทธเจ้าโคดมจึงตรัสว่า การตั้งหัวหน้า
ครอบครัวต้องตั้งคนมีศีล ครอบครัวจึงจะสงบ และถ้า
ทุกคนในครอบครัวต่างคนต่างมีศีล ๕ จะเป็นครอบครัว
ที่สงบสุขมาก แต่ถ้าบ้านแตก แสดงว่าบ้านนั้นไม่มีศีล
พ่อบ้านตีแม่เหล่า เป็นต้น “สี่เลนะ โภคสัมปทา” เมื่อ
มีศีล ก็รักษาทรัพย์ไว้ได้ แต่ถ้าไม่มีศีล ทรัพย์วิ่งเข้าปาก
ขูดเหล่าไปหมด

ศีล ๕ ใช่แต่จะคุ้มครองเราตอนมีชีวิตอยู่เท่านั้น
แม้ตอนตาย ศีลก็ยังตามคุ้มครอง นำสู่สุคติด้วย อันนี้
เป็นไปได้อย่างไร?

เมื่อครั้งที่ผู้บรรยายไปฝึกที่วัดมหาธาตุฯ หลังจาก
วันที่เข้าฌานได้แล้ว จิตนิ่ง ก็ได้เห็นจิตที่มีกิเลส มัน
หลุดออกจากร่าง จิตตัวที่เห็นแจ้งได้เห็นจิตตัวที่มีกิเลส
ของตัวเอง เขาเรียก “เห็นจิตในจิต” จึงรู้ว่าจิตเป็น
อย่างนี้เอง ที่นี้มีบางคนเขาถ่ายรูปโดยใช้กล้องดิจิตอล
ถ่ายออกมาเป็นภาพเห็นมีดวงสว่างเรืองๆ เยอะไปหมด



เขาบอกว่ำนั่นคือเทวดา พรหม คนพวกนี้ไม่รู้จริง และดวงๆ แบบนั้นสามารถทำขึ้นได้ ใช้แป้งทาตัวโรยแล้วปล่อยให้หายไป เวลาถ่ายใช้แสงน้อยๆ จะได้ดวงเรืองๆ เต็มไปหมด มันเป็นที่พิเศษของกล้องถ่ายรูป จิตจริงๆ ไม่ใช่อย่างนั้น แต่คนหลงและโง่โดนหลอกกันไป ผู้บรรยายได้เห็นของจริงของแท้แล้ว ทำให้ไม่กลัวตาย เพราะเข้าใจแล้วว่า การตายก็เป็นอย่างนี้เอง เมื่อจิตออกจากร่างเก่าไปแล้ว ก็ไปหาร่างใหม่อยู่อาศัย

ขณะที่จิตกำลังออกจากร่างนี้แหละ ถ้าเป็นจิตที่มีศีล ๕ คຸ້ມครอง ศีลมีพลัง จะผลักดันจิตนั้นให้โฉบไปเข้าร่างที่เป็นมนุษย์ เกิดเป็นมนุษย์อีกครั้งหนึ่ง แต่น่าเสียดายที่คนส่วนใหญ่จะพากันลงไปที่ต่ำหมด ลองมองไปรอบๆ คนที่มีศีล ๕ ครบมีสักกี่คน ใครที่ยังมีศีล ๕ ไม่ครบ ต้องเร่งพัฒนาศักยภาพนี้ให้เกิดขึ้นไม่อย่างนั้นตอนตายจะแย่ คนที่มีศีล ๕ สมบูรณ์ ไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ต่างพร้อย (คือไม่มีกิเลสปนเปื้อน) เป็นศีลที่นำสู่จิตตั้งมั่น เป็นสมาธิ “ศีล สมาธิ ปัญญา” อย่างที่



พระพุทธเจ้าท่านทรงสอนว่า ศีลต้องมาก่อน สมาธิจึง
จะเกิด เมื่อสมาธิเกิด ปัญญาเห็นแจ้งก็เกิด ศีล สมาธิ
ปัญญา ตามหลักไตรสิกขา เป็นอย่างนี้



พระหนือบาย



อบายภูมิ คือภูมิที่ต่ำกว่าภูมิมนุษย์ เช่น เเดรัจฉาน (หมู หมา กา ไก่ ฯ) เปรต อสุรกาย สัตว์นรก เหล่านี้คืออบายภูมิ เราสามารถหนีอบายภูมิได้ มีคนหนึ่นะมีพระรูปหนึ่งเป็นเจ้าอาวาส ท่านเป็นโรคหัวใจ และอยู่รูปเดียวบนยอดดอย กลางดึกคืนหนึ่ง ท่านเห็นคนตัวเบ้อเริ่ม เดินผ่านหน้าต่างแวบไป สงสัยว่าทำไมจึงตัวใหญ่นัก ท่านตะโกนถามว่า “ใครนะ” เสียงตอบว่า “ยมบาล” ท่านเห็นวามุขย์กับเทพไม่ควรพุดกันผ่าน



ช่องหน้าต่าง จึงเปิดประตูกุญแจให้เข้ามาในกลางดึกนั้น
เอง พอยมบาลเข้ามานั่ง ก็สนทนากัน

พระสงฆ์ : ท่านมาทำไมหรือในยามวิกาลเช่นนี้

ยมบาล : จะมาเอาวิญญูณพระรูปหนึ่งที่วัดนี้
ซึ่งจะต้องไปตกนรก

พระสงฆ์ : รูปไหนล่ะ ชื่ออะไร

ยมบาล : ก็ท่านนั่นแหละ

พระสงฆ์ : อาตมาเพิ่งบวชไม่นาน ยังทำความดี
ไม่ถึงที่สุด ยังไปไม่ได้

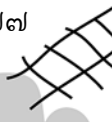
ยมบาล : ตอนนี้เจ้ากรรมนายเวรเขาตามทวง
หนี้แล้ว ถ้าไม่ไปจะต้องทรมาน

พระสงฆ์ : อย่างไรเสีย อาตมาก็ไม่ไป

ยมบาล : ถ้าไม่ไป ท่านจะต้องอยู่อย่างทรมาน


พระสงฆ์ : ทำไมถึงจะต้องทรมาน

ยมบาล : ก็เมื่อตอนเป็นเด็ก ท่านไปฆ่าเขาไว้
เยอะตามท้องไร่ท้องนา ปู หอย กุ้ง
ปลา ที่จับมาต้มมาปิ้ง



พระสงฆ์ : เอาละ ถึงทรมานก็จะอยู่ทำความดี
ยังไงก็ไม่ไป

พระท่านยื่นกรานกระต่ายขาเดียว อย่่างไรก็ไม่ไป
เพราะรู้ว่าถ้าไปต้องลงนรกแน่ๆ ยมบาลจึงตอบว่า
ยมบาล : ได้ ถ้าเช่นนั้น อีก ๑๒ ปีจะมาใหม่
นี่ก็ผ่านไปแล้วหลายปี ถ้าจำไม่ผิด เหลืออีกราว ๓
ปี ก็จะครบ ๑๒ ปี

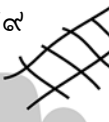
การหนีอบายภูมิทำได้ ถ้าเรามีสติ มีปัญญาเห็นแจ้ง
ทำจิตให้เป็นกุศล มีศีล ๕ อยู่ในใจทุกขณะตื่น ประกอบ
กุศลกรรมอยู่เนื่องนิตย์ กุศลกรรมเป็นบ่อเกิดแห่งบุญ
เมื่อกุศลกรรมให้ผล ก็เป็นบุญ คนมีบุญ ย่อมไม่ตกนรก
ไม่ไปอบายภูมิ 



หนือบายไปที่สูง



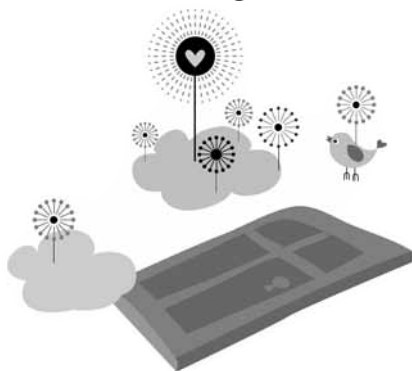
ถ้าจะหนีให้ไกลออกไปอีก ต้องให้ทาน และรักษาศีล
ตลอดชีวิต ไปเกิดเป็นเทวดา ชายเรียกเทพบุตร หญิง
เรียกเทพธิดาหรือเทพนารี หรือถ้าเข้าฌานแล้วตาย
ในฌาน ก็ไปเกิดเป็นพรหม มีอายุยืนยาวถึง ๑/๓ กัป
ไปจนถึงอรุปรหมชั้นสุดท้าย ๘๔,๐๐๐ กัป (อุททก-
ดาบส อาจารย์ของเจ้าชายสิทธัตถะ เป็นพรหมอยู่ใน
ชั้นนี้) กัปหนึ่งมันยาวนานเป็นอนันต์ เกินกว่าที่สมอง
มนุษย์จะคิดตามรู้ได้



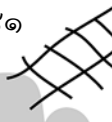
เหล่านี้คือวิธีหนีอบายภูมิ แต่ยังไม่ดีที่สุด ถ้าเพียงแต่หนีๆ ไป เตี้ยชาติใดชาติหนึ่งเกิดพลาดพลั้ง ก็ยังต้องลงไปเกิดในอบายภูมิได้อีก ที่ดีที่สุดและแน่นอนที่สุดคือต้องปิดอบายภูมิเสียเลย ครูบาบุญชุ่มเคยบอกกับผู้บรรยายว่า “ต่อไปนี่โลกจะวิกฤต ขอพวกเราอย่าได้ประมาท จงพัฒนาจิต แล้วปิดอบายภูมิให้ได้” แม้ทุกวันนี้เราก็พบวิกฤตกันแล้ว น้ำท่วม แผ่นดินถล่ม ก็เป็นวิกฤต ดูข่าวคนงานเหมืองที่ต่างประเทศ ติดอยู่ในเหมืองลิกนาน ๖๙ วัน นี่ก็เป็นวิกฤตแบบหนึ่ง เเคราะห์ดีที่หัวหน้าเป็นคนมีสติและจิตนิ่ง ใช้สติส่องนำชีวิตว่าจะแก้ปัญหายังไง ในที่สุดได้นำตัวเองขึ้นมาเป็นคนสุดท้าย นี่คือนิสงส์ของสติ



ปิดประตูบายน



ย้อนกลับมาที่ครูบาบุญชุ่มท่านพูดไว้ เราผ่านมาถึงถึงพุทธกาล ๒,๕๐๐ ปี ก็ยังวิกฤตขนาดนี้ ถ้าทำยุพุทธกาล จะเข้าขั้นกลียุคเลยทีเดียว การพัฒนาจิตเพื่อปิดบายนภูมิ ต้องเริ่มที่ หนึ่งมีสติ สองมีปัญญาเห็นแจ้ง แล้วจึงใช้ปัญญาเห็นแจ้งกำจัดกิเลสที่มีอำนาจเหนือใจ มีทั้งหมด ๑๐ ตัวที่เรียกว่า สังโยชน์ ใครที่กำจัดสังโยชน์ ๓ ตัวแรกคือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส ไม่ให้มีอำนาจเหนือใจตนได้เมื่อไร ก็บรรลุปเป็นโสดาบันบุคคล ตาย-เกิดอีกไม่เกิน ๗ ชาติ ก็



จะเข้าสู่นิพพาน และภายใน ๗ ชาตินี้ จะไม่ลงไปเกิดต่ำ เป็นสัตว์ในอบายภูมิเป็นเด็ดขาด นี่คือการปิดอบายภูมิ ปลอดภัยแล้ว การหนีนั่นยังไม่แน่ แต่ปิดแล้วปลอดภัย แน่แน่นอน ส่วนใครจะปิดหรือไม่ ชีวิตนี้เป็นของท่าน จึง ต้องเลือกเอาเอง

การปิดอบายภูมิต้องกำจัดสังโยชน์อย่างน้อย ๓ ตัวที่ว่า ถ้ามากขึ้นไปกว่านั้น สำหรับใครที่ปรารถนาไป เกิดเป็นพรหมที่เป็นอริยบุคคล อยู่ในสุทธาวาสพรหม โลก ก็ต้องใช้ปัญญาเห็นแจ้งกำจัดกิเลสที่ผูกมัดใจให้ เวียนตายเวียนเกิดในวัฏฏสงสารเพิ่มขึ้นอีก ๒ ตัว รวม เป็น ๕ ตัวคือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามราคะ และ ปฏิฆะ ทำลายให้หมดไป ให้สิ้นอำนาจ เหนือใจ ตายแล้วไปเกิดเป็นอริยพรหมชั้นอนาคามีอยู่ ในชั้นสุทธาวาส ไม่ถอยลงมาเกิดในสวรรค์หรือโลกมนุษย์ อีก มุ่งขึ้นสู่นิพพานอย่างเดียว อย่างนี้ชีวิตปลอดภัย แน่แน่นอน



หรือหากต้องการพันทุกข์ในชาตินี้เลย ก็มีวิธีทำได้
ทุกข์จากการเกิด ทุกข์จากการแก่ ทุกข์จากการตาย ถ้า
เราไม่เกิดเสียอย่างเดียว ก็พันทุกข์ทุกอย่าง ทำอย่างไร
จึงจะไม่มาเกิด? ก็ต้องกำจัดอวิชชาให้หมดไปจากใจ
หรือกำจัดสังโยชน์ทั้ง ๑๐ ตัว อย่างที่พระอรหันต์ท่าน
ทำให้ดู เมื่อกำจัดสังโยชน์ ๕ ตัวแรกแล้ว ก็เหลือ รูป
ราคะ (ความอยากไปเกิดเป็นรูปพรหม) อรูปราคะ
(ความอยากไปเกิดเป็นอรูปพรหม) มานะ อุทธัจจะ
และตัวสุดท้าย อวิชชา



การจะพ้นทุกข์ได้ต้องกำจัดหัวหน้าใหญ่คือ อวิชชา อันได้แก่ปัญญาทางโลก บรรดาความรู้จากสถานศึกษา อันเกิดจากการฟัง การอ่าน การคิดวิจจัย เหล่านี้ ต้องขอภัยที่ต้องพูดว่าเป็นอวิชชา โดยเฉพาะสำหรับผู้ ที่ร่ำเรียนมาสูง ผู้บรรยายเองเมื่อได้รู้เห็นความจริงแล้ว จึงรู้ว่าตัวเองนี้โง่มาก อุตส่าห์ตะเกียกตะกายไปเอา อวิชชามาจากเมืองนอก ๔ ปี เหนื่อยยากแทบล้ม ประดาตาย แต่พอได้ปัญญาเห็นแจ้งแล้ว จึงตั้งเป้าจะกำจัดอวิชชาให้ได้




สรุปสิ่งที่จิต



สรุปว่า จิตเป็นรากฐานของสิ่งทั้งหลาย จิต
ประเสริฐกว่าสิ่งทั้งหลาย สิ่งทั้งหลายสำเร็จด้วยจิต
สำเร็จดีหรือสำเร็จไม่ดีก็ได้ แต่ถ้าเรามีสติและปัญญา
เห็นแจ้ง เราย่อมสำเร็จดี

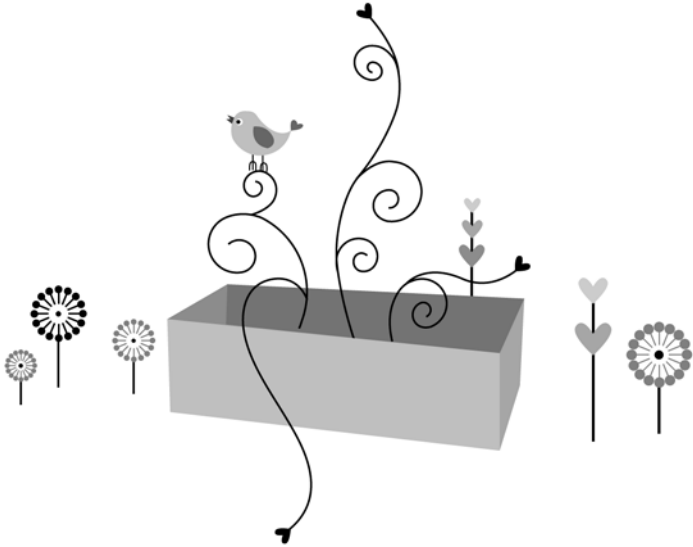
ที่บรรยายมานี้ก็เป็นแนวทาง ถ้าใครผู้ใดกระทำ
ให้สติและปัญญาเห็นแจ้งเกิดขึ้นกับจิตของตัวเอง ก็จะ
สามารถเลือกชีวิตของตัวเองได้ จะดีหรือไม่ดีก็เลือก
ได้ ผู้บรรยายมาจุดเทียนส่องสว่างให้ท่านได้มองเห็น



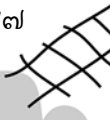
ผู้ที่เกิดปัญญาเห็นถูก มองเห็นจุดอ่อนของตัวเองหรือยัง เห็นกิเลสที่มีอำนาจเหนือใจตนเองหรือยัง ถ้าเห็นแล้ว จะเสียมันไว้ให้เติบโต หรือจะทำให้มันเล็กลงๆ จนกระทั่งบีมันให้ตายหมดสิ้นไป พระพุทธเจ้าโคดมตรัสว่า กิเลสที่อยู่ในใจ ให้กำจัดให้หมด แล้วเติมบุญลงไปมากๆ เพราะฉะนั้น วันนี้มาชี้ให้เห็นตัวเอง เพื่อที่จะพัฒนาตัวเองให้มีศักยภาพ สิ่งที่เราต้องกำจัดให้หมดไปคือ *ความโกรธ* อย่าเลี้ยงไว้ เดี่ยวจะพาไปเกิดเป็นสัตว์นรก *ความหลง* หลงติด หลงวิชา หลงประกาศนียบัตร หลง วัตถุภายนอกต่างๆ จิตที่เป็นทาสของความหลง หรือ เป็นทาสของมนุษยสมบัติ ตายแล้วต้องไปเป็นสัตว์ เดรัจฉาน *ความโลภ* ก็เป็นตัวใหญ่อีกตัวหนึ่ง นำไปเกิด เป็นเปรต แล้วก็ยังมีตัวเล็กๆ น้อยๆ เช่น ความขบใจ ดีใจ เสียใจ อารมณ์ต่างๆ เหล่านี้ เราต้องดูและกำจัด ให้หมดไป มองให้เห็นจุดอ่อนของตัวเอง และเพิ่ม จุดแข็งหรือศักยภาพขึ้นมา 



ตายแล้วไปไหน?



สุดท้าย ต่อคำถามที่ว่า ท่านตายแล้วจะไปที่ไหน? อันนี้ก็ต้องย้อนกลับมาดูตัวเอง ถ้าจิตยังตกอยู่ใต้อำนาจของความโลภ ความโกรธ ความหลง ก็ไม่พ้นต้องลงอบาย ถ้าศีล ๕ ยังไม่ครบ ก็ลงอบาย ใครมีศีลก็ได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ ใครมีศีลด้วยมีทานด้วย ตายแล้ว



ไปเกิดเป็นเทวดา มันบ่งบอกได้ เลือกได้หมด เลือกสร้าง
เหตุให้ตรงก่อน แล้วผลถูกต้องก็จะเกิดขึ้น ผู้บรรยาย
ในฐานะที่ปฏิบัติธรรมมานาน ได้นำศักยภาพของตัวเอง
ไปเผยแพร่ทั่วประเทศ ทั้งทางวิทยุและเว็บไซต์ เป็นต้น
เพื่อให้คนทั้งหลายเขาส่องดูตัวเองออก เพื่อไม่ให้เขา
ลงไปเกิดต่ำในอบายภูมิ ทำด้วยความสงสารทุกคน
เพราะยิ่งดูแล้ว คุณค่าของมนุษย์เดี๋ยวนี้ยิ่งต่ำลงๆ ชีวิต
ที่เป็นอยู่นี้ บางคนก็วิบัติอยู่แล้ว ตายแล้วก็ยังจะต้อง
วิบัติไปใหญ่ น่าสงสาร เพราะฉะนั้น ขอให้ทุกคนดู
ตัวเองให้ออก

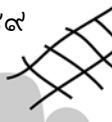


คำถาม-คำตอบ



คำถาม ๑

“ช่วง ๔ ปีมานี้ หนูรู้สึกว่าคุณเองประสบวิกฤตชีวิตบ่อยครั้ง ค่อนข้างหนักและเหนื่อย ทั้งด้านเศรษฐกิจและภาระหน้าที่ซึ่งรับผิดชอบอยู่คนเดียว หนูมีลูกชาย ๑ คน อายุ ๓ ขวบ หนูเป็นลูกคนสุดท้องในบรรดาพี่น้อง ๓ คน ตัวเองเป็นคนขยัน อดทน แต่ทำไมชีวิตไม่รุ่งเรืองเสียที ถ้าใช้ภาษาสมัยใหม่ เขาเรียกว่า ยังไม่ “แจ้งเกิด” เสียที สภาวะที่ตัวเองดิ้นรนอยู่ทุกวันนี้ พอวิเคราะห์ทางวิทยาศาสตร์แล้วไม่เห็นเหตุผล หนูจึงลองมองในทางธรรมว่า หรือว่าเราจะมีบาปกรรมหนักหนา



จึงทำอะไรไม่รุ่งเสียที มีแต่ร่วงๆ อยู่ตลอด จะขออนุญาต
เล่าทำความเข้าใจเรื่องหนึ่ง เป็นเรื่องที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับ
กับแม่ แต่ไม่ใช่คิดกล่าวโทษแม่ เพียงแต่หนูต้องการ
วิเคราะห์เพื่อหาทางแก้ไขค่ะ คือหนูกับแม่มีนิสัย
ตรงกันข้าม แม่ชอบความร่ำรวย ความมีหน้ามีตา
อยากให้ลูกมีรถมีบ้าน ในขณะที่หนูชอบความสมถะ
ความพอเพียง และไม่ต้องการรวย ต้องการแค่ดูแล
ตัวเองและครอบครัวให้มีความสุขตามสมควรเท่านั้น
หนูเป็นคนสงขลา ทุกครั้งที่กลับไปเยี่ยมแม่ กลับไปแบบ
คนไม่รวย จึงโดนแม่ประณามตลอด แม่จะพูดหยาม
หมิ่น ประชดประชัน กระแทกกระที่นอยู่ตลอด จน
สุดท้ายแม่ขับไล่ไสส่ง เวลาหนูจะอธิบายให้แม่ฟัง แม่จะ
ไม่ยอมฟัง ญาติและคนในหมู่บ้านช่วยกันบอกแม่ว่า
ไม่ควรพูดกับลูกแบบนี้ แต่แม่ก็ไม่ฟัง หนูเลยสงสัยว่า
อาจจะเป็นเพราะบุพการีของเราเคยแข่งชกหักกระดูก
กันด่าว่าเราอยู่ตลอดเวลาหรือไม่ ที่ทำให้เราทำอะไร
ไม่สำเร็จ เรื่องนี้เป็นได้จริงหรือไม่คะ”





คำตอบ

พระพุทธเจ้าโคดมท่านตรัสว่า ใครเขาจะพูดอย่างไร เป็นเรื่องของเขา แต่เรื่องของเรายู่ที่การกระทำของเรา เขาว่าเราไม่ดี แต่ถ้าเราทำดี มันย่อมดี ผู้บรรยายเอง ก็เคยผ่านสภาวะเช่นนี้มา สำหรับคุณนี่ ครั้งหน้ากลับบ้าน ถ้าแม่ด่า เราเฉยไว้ ถ้าเรามีสติ เราจะคิดได้ว่า แม่ มีพระคุณ เวลาแม่ด่าเรา ก็เป็นโอกาสให้เราได้เจริญสติ ได้ฝึกขันติ ได้เจริญปัญญา เวลาแม่ด่าเรา บาปของเขา ออกมา แต่ถ้าเราไม่มีสติ เราจะรับเอาคำด่า คำบาป จากปากแม่ มาเป็นบาปในใจเรา อย่างนี้ลองคิดดูว่าโง่ หรือฉลาด ขออภัยที่ต้องพูดตรงๆ แต่มันอยู่ที่เราจริงๆ ต่อไปนี้ถ้าเราพัฒนาจิตให้มีสติกล้าแข็ง เวลาแม่ด่า เราก็อ้าง เราจะเห็นบาปของแม่ที่ออกมากับคำพูด เรา จะเกิดขันติ ให้อภัยต่อแม่ การให้อภัยเป็นทาน ทำให้ เกิดเมตตา เกิดปัญญา โอ...แม่มีพระคุณ เป็นครูใกล้ ตัวเราเท่านั้นเอง ที่เราห่างแม่มาอยู่เมืองอื่นนี่ก็เสียหาย แล้ว ถ้าเรามีสติ มีปัญญา จะเห็นข้อดีเห็นประโยชน์ ตลอด ฉะนั้น ศักยภาพของเราในข้อนี้มันพองแล้วว่า



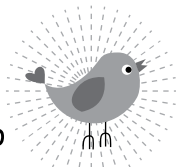
ยังอ่อนด้อย อ่อนทั้งสติและปัญญา แต่วันนี้เป็นโชคดี
แล้วเพราะมองเห็นตัวเองแล้ว ต่อไปนี้เป็นเวลาของเรา
เราจะได้พัฒนาให้กล้าแข็ง ไปหาแม่ครึ่งหน้า ถ้ายัง
กระเพื่อมกลับมา ต้องฝึกอีก ฝึกจนกว่าไม่กระเพื่อม
นั่นแหละจึงจะใช้ได้

ขอเล่าเรื่องจริงให้ฟังสักเรื่อง มีผู้หญิงคนหนึ่ง
โทรศัพท์มาหาผู้บรรยาย เล่าว่า เวลาเขาไปทำงาน เขา
นั่งรถไปกับสามี สามีเป็นคนขับ ภรรยานั่งคู่ข้างหน้า
เวลามีรถแซงหน้าไป สามีก็ด่าคนที่แซง เวลามีรถมา
จ่อท้าย ก็ด่าคนที่มาจ่อท้าย รถคันหน้าไปช้า ก็ด่าเขา
อีก “พวกนั้นไม่ได้ยินหรอกค่ะ หนูเองค่ะได้ยินเต็มหู”
ผู้บรรยายถามว่าทนฟังมานานเท่าไรแล้ว “๒๐ ปีแล้วค่ะ”
ผู้บรรยายสาธุ บอกว่าเขามีบุญคุณกับเรานะ ทำให้เรา
ได้สร้างอันดับบารมีมาตั้ง ๒๐ ปี จงทนฟังไปอีก ๑๐ ปี
เพื่อให้อันดับบารมีกล้าแข็ง คำพูดเหล่านั้นเป็นบาปของ
เขาที่ออกมาจากอารมณ์ ถ้าเรารับเอาบาปของเขามา
เป็นบาปของเรา เรียกว่าฉลาดหรือโง่ เต็มวันนี้ผู้หญิง



คนนี้ทำได้เต็มร้อยเลย เพราะฉะนั้น ใครมีสามปากไม่ดี ปากไว เพราะสติเขาอ่อน ต้องรู้ว่าเป็นคุณประโยชน์ กับตัวเราเอง

ฉะนั้น หนุจพัฒนาสติและปัญญาเห็นแจ้งให้เกิดขึ้นกับตัวเอง แล้วจะเห็นว่าแม่เป็นผู้มีพระคุณอย่างยิ่ง



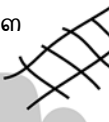
คำถาม ๒

“มนุษย์ที่สามารถรู้ว่าชาติปางก่อนเคยเกิดเป็นอะไร สามารถรู้ได้อย่างไร และถ้าเราต้องการชดใช้ จะสามารถแก้ไขได้อย่างไร จึงจะหลุดพ้น”



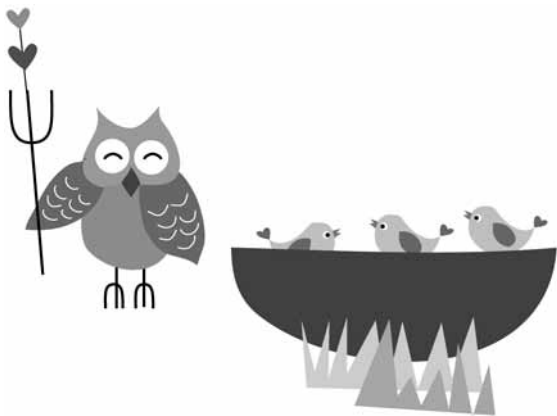
คำตอบ

จะรู้ได้ ต้องเข้ามานั้นให้เป็น เจริญสมถกรรมฐานจนจิตตั้งมั่นสูงสุด เป็นสมาธิแน่วแน่ที่เรียกว่า อัปนาสมาธิ จุดนี้คือมาน จากนั้นถอยจิตออกจากความทรงมาน มาอยู่ที่ชั้นอุปจารสมาธิ จะเกิดอภิปัญญา ๕ ที่เป็นเครื่อง



รู้เห็นสิ่งลึกลับ ฉะนั้น อยากรู้เห็น จะต้องพัฒนาปัญญา
สูงสุดฝ่ายโลกียะขึ้นด้วยตัวเอง เมื่อรู้แล้ว จึงพัฒนา
ปัญญาเห็นแจ้ง ให้รู้ชัดว่ากฎแห่งกรรมมีจริง เหตุดี
ย่อมนำไปสู่ผลดี เหตุไม่ดีย่อมนำไปสู่ผลไม่ดี ต่อไปนี้ก็เพียร
สร้างแต่เหตุดี เพื่อไม่ให้ นำไปเกิดในภพต่ำ เราสลัดความ
หลงที่นำไปเกิดเป็นเดรัจฉาน เพียรสร้างแต่ปัญญาเห็น
แจ้ง ไม่ให้จิตตกเป็นทาสของความหลง ยกตัวอย่าง
โศกนาฏกรรม เมื่อครั้งพุทธกาล เป็นพราหมณ์เศรษฐี
เรียกว่าพราหมณ์มหาศาล หลงสมบัติของตัว เมื่อได้
ทรัพย์มา จะฝังดินตอนที่ลูกเมียและบริวารไม่อยู่ไม่เห็น
ตอนแก่ตาย จิตยังหวังสมบัติที่ฝังไว้ในบ้าน จึงไปเกิด
เป็นลูกหมาเฝ้าสมบัติอยู่ในบ้านตัวเอง นี่คือผลของ
ความหลง นำไปเกิดเป็นเดรัจฉาน ฉะนั้น ใครที่อยาก
แก้ ไม่อยากไปเกิดในที่ไม่ดี ก็จงสร้างเหตุให้ตรง คือ
รักษาศีล ๕ นำเกิดเป็นมนุษย์ ทำทานและรักษาศีล
นำไปเกิดในสวรรค์ เข้าฌานแล้วตายในฌาน ไปเกิดเป็น
พรหม ทำเหตุให้ตรง เราเลือกได้ ❀





คำถาม ๓

ยมทูตเกิดจากอะไร และการที่ยมทูตทรมานสัตว์นรก
ถือเป็นบาปหรือไม่

คำตอบ

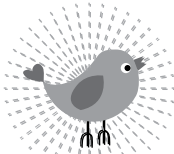
สัตว์ที่เกิดในวัฏสงสาร ตั้งแต่สัตว์นรกไปจนถึงพรหม
ล้วนไปเกิดตามแรงผลึกของกรรม กรรมเป็นตัวกำหนด
ยกตัวอย่าง เป่าบูนจิ้น ทำกรรมคือตัดสินคดีความ
ตัดสินถูกต้องทุกครั้ง ได้ไปเกิดเป็นเทวดา และยังต้อง



ไปทำงานตัดสินคดีชีวิตในนรก นี่เกิดจากกรรม กรรมเป็นตัวกำหนดการกระทำ ส่วนที่ถามว่าบาปใหม่ จะเปรียบเทียบให้เห็นว่า เหมือนกับครูบาอาจารย์ที่สอนหนังสือเรา ออกข้อสอบยากมาก ครูบาปใหม่? ไม่บาป เพราะเป็นการทำหน้าที่ถูกต้อง ต้องการวัดความรู้ของเราว่าสามารถผ่านไปยังขั้นสูงขึ้นไปหรือไม่ การทำหน้าที่ถูกต้องตามที่กำหนด ตามที่ควรจะเป็น ไม่เป็นบาป พญายมและยมทูตก็ทำหน้าที่ถูกต้อง ก็ไม่เป็นบาป

ยมทูตคือคนใช้ของพญายม ซึ่งพญายมใช้ให้ไปเอาชีวิตของสัตว์ทั้งหลาย บางครั้งมีที่ไปเอามาผิดตัว พญายมบอกว่าต้องรีบนำไปคืน ไม่เช่นนั้นจะตกนรก กรณีนี้จึงจะบาป หรืออย่างเช่นรุกขเทวดา ท่านจะเตือนกันเสมอว่าอย่าไปทำร้ายมนุษย์ ไม่เช่นนั้นจะตกนรก แต่ถ้าถูกต้องตามธรรม ย่อมไม่เป็นบาป ❀





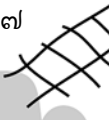
คำถาม ๔

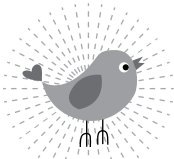
เมื่อนอนหลับแล้วฝันไป ในขณะที่ฝันนั้น สติอยู่ที่ไหน



คำตอบ

สติไปปรุงอารมณ์ในความฝัน การฝันเกิดจากการที่สติรับสิ่งกระทบภายในที่จิตเก็บไว้เป็นสัญญา เมื่อกระทบ จิตก็ปรุงเป็นอารมณ์ เป็นนิมิต บางทีกินอาหารมากๆ ก็ฝันร้าย ตัวผู้บรรยายได้พัฒนาจิตมาจนมีสติระดับนี้ ไม่ฝันเลย หลับง่ายและไม่ฝัน คนมีสติไม่ฝัน มีอะไรก็ตามตาม ก็ไม่สะดุ้งไม่ตกใจ คนสติอ่อนมักสะดุ้งง่าย คนที่สติกล้าแข็ง จะเฉย นี่เป็นวิธีวัด





คำถาม ๕

หนูอยากทราบว่า โรคภัยไข้เจ็บที่ไม่เคยเป็น เกิดขึ้นแล้ว รักษาไม่หายเสียที รักษาที่โรงพยาบาลมา ๑ หนึ่งปีแล้ว ยังไม่หาย มีจุดเลือดสีแดงตามเนื้อตามตัว อยากทราบว่า เป็นเพราะกรรมเก่าหรือเปล่าคะ

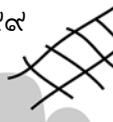


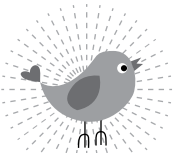
คำตอบ

อย่างที่บอกไปแล้วก่อนหน้านี้ เหตุของความป่วยไข้ของคนในสมัยเรานี้ พระพุทธเจ้าโคดมตรัสไว้ ๔ สาเหตุหนึ่ง ออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอ สอง เพียรมานอนน้อย สาม ฤดูกาลเปลี่ยน สามสาเหตุนี้หาหมอรักษาได้ ทำเหตุให้ตรงกันข้าม ก็หายได้ แต่สาเหตุที่ ๔ คือโรคกรรม จะไม่หายจนกว่าจะชดใช้หนี้เวรกรรมจนหมดสิ้น และผู้รู้ไม่ก้าวล่วงในกรรมของคนอื่น เป็นกฎแห่งกรรม ต้องปล่อยเขา อย่างพระพุทธเจ้า ครั้งที่พระเทวทัตปล่อยช้างตมมันออกมา ให้มาทำร้ายพระองค์ พระอานนท์กระโดดเข้าขวาง พระพุทธเจ้าตรัสว่า “อานนท์ เธอไม่เกี่ยว นี่เป็นหนี้เวรหนี้กรรมระหว่างพระเทวทัต



กับตลาด” แต่เหตุที่พระพุทธเจ้ารอดปลอดภัย เพราะ
พระองค์แผ่เมตตาให้ “เมตตัมพุเสกะวิธินา ชิตะวา
มุนินโท” เป็นสุข เป็นสุข ไม่มีเวรต่อกัน เมตตาจริงๆ
ให้อภัยคนมากๆ จะเห็นข้อพิสูจน์อันแรก คือความโกรธ
ของเราจะหายไป และชั้นต่อมา จะสังเกตว่าสัตว์
เดรัจฉานจะเข้าใกล้ ชั้นต่อมา พวกมีเขี้ยวพิษทั้งหลาย
เช่น แมงป่อง ตะขาบ งู จะกล้าเข้าใกล้ เสือกก็กล้าเข้า
ใกล้ สุนัขจะไม่กัด พิสูจน์ได้ ให้อภัยเป็นทาน ให้จน
กระทั่งความโกรธไม่มี เมตตาบารมีก็จะเกิด





คำถาม ๖

การนั่งสมาธิภาวนานั้น จำเป็นต้องอยู่แต่ในที่สงบ หรือเปล่าครับ จึงจะเกิดสมาธิ ถ้าเจริญภาวนาในที่ที่มีคนเยอะ จะเกิดสมาธิหรือไม่ครับ

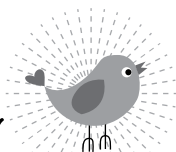


คำตอบ

พระพุทธเจ้าโคดมท่านตรัสว่า การพัฒนาจิตให้ตั้งมั่น เป็นสมาธิ สามารถทำได้ในทุกอิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน เป็นอิริยาบถใหญ่ กิน ดื่ม พุด ฟัง ฯลฯ เป็นอิริยาบถย่อย ผู้บรรยายตอนที่บวชพระ นั่งฉันข้าว กับท่านเจ้าคุณโชดกที่พื้น พอคำไหนอร่อย ท่านเจ้าคุณเตือนให้กำหนด “อร่อยหนอๆ” ให้มีสติรู้ทันมันอร่อย จะดื่มน้ำก็ไม่ใช่ว่าจะดื่มทันทีเลย ต้องกำหนดเสียก่อน “อยากดื่มน้ำหนอๆ” เมื่อจะดื่มน้ำก็กำหนด “ยกมือหนอๆ ยืนมือหนอๆ แตะหนอๆ จับหนอๆ ยกหนอๆ” มีสติกำกับอยู่ทุกอิริยาบถ ตอนนั้นรู้สึกอึดอัดที่สุด และยังได้ครดูๆ ด้วย แต่ทำให้เราได้ดี เพราะครดูๆ ไม่ตามใจกิเลสของเรา เพราะฉะนั้น สรุปลแล้ว ฝึกได้ทุกอิริยาบถ



ฝึกที่ไหนก็ได้ นั่งโคนต้นไม้ก็ได้ นั่งในที่สัปปายะ
เหมาะสม ในครัวก็ได้ถ้ามันเหมาะสม ในห้องน้ำก็ได้
บางคนเขาบรรลุนิพพานในขณะที่นั่งฟังโองาก็มี ❀



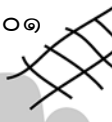
คำถาม ๗

คนที่นั่งกรรมฐาน มองเห็นกรรมของคนอื่น และ
สามารถบอกวิธีแก้ไขให้ผู้อื่นได้ แต่เขาจะรู้เห็นกรรม
ของตนเองที่จะเกิดขึ้นและหลีกเลี่ยงกรรมนั้นได้หรือไม่
ครับ



คำตอบ

ไม่ได้ การจะไปบอกกรรมของคนอื่น ต้องถามก่อนว่า
คนเขาศรัทธาหรือไม่ ถ้าเขาไม่ศรัทธา คนที่รู้จริงเขา
จะไม่บอกไม่สอน แต่ครูที่ไม่ดีชอบสอนไปเรื่อย ครูดีเขา
ไม่แสวงหาศิษย์ ศิษย์ที่ดีต้องแสวงหาครู

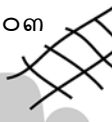


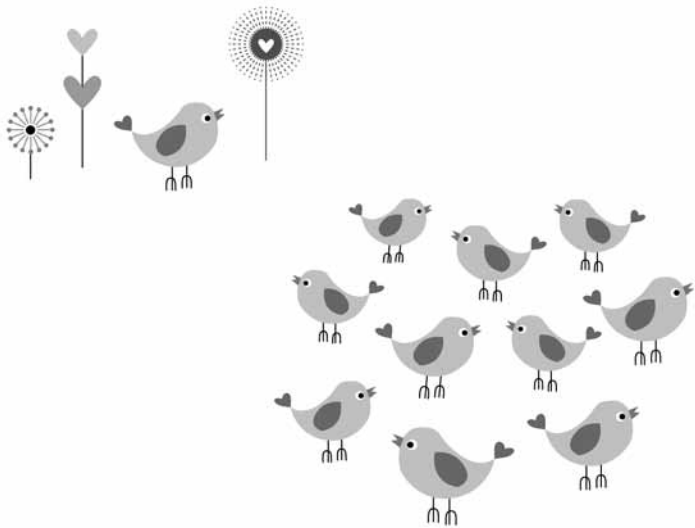
จะเล่าเรื่องจริงให้ฟังเรื่องหนึ่ง มีผู้หญิงโทรศัพท์มา “อาจารย์คะ มีหนุ่มมาชอบหนูหลายคน แต่มีอยู่คนหนึ่งขอหนูแต่งงาน อาจารย์ช่วยตัดสินใจให้หน่อยว่าหนูควรแต่งงานดีหรือไม่คะ” ผู้บรรยายบอกว่า “หนูฟังก่อนนะ พระพุทธเจ้าโคดมท่านตรัสไว้อย่างนี้ มนุษย์มีสมบัติเป็นห่วงผูกขา ไปไหนมาไหนยาก มีสามีภรรยาเป็นห่วงผูกข้อมือ ไม่อิสระ มีบุตรธิดาเป็นห่วงผูกคอ หนูจะเลือกผูกตรงไหนก็เอาที่ชอบๆ นะลูก” ผู้บรรยายไม่ถามว่าเขาตัดสินใจยังไง เพราะคนที่รู้จริงย่อมไม่เข้าไปก้าวล่วง ลูกเรียนนั้น ลูกเรียนนี้ ลูกทำนั้น ลูกทำนี้ ไม่ควรทำ คนที่รู้จริงต้องปล่อยให้เขาเลือกด้วยตัวเอง มันจึงจะถูกต้อง เพราะชีวิตเป็นของตัวเอง ถ้าให้คนอื่นบอก ชีวิตจะไปไม่รอด พ่อแม่ที่บอกให้ลูกเรียนนั้นเรียนนี้ นั้นไม่ฉลาด และจะพาลพาลูกไม่ฉลาดตามไปด้วย

คนที่รู้จริงเป็นอย่างไร ดูพระพุทธเจ้าเป็นตัวอย่าง พระที่ตื้อที่สุดในสมัยพุทธกาลคือใคร เจ้าชายสิทธัตถะ




มีคนเลี้ยงม้าคนหนึ่ง ตอนหลังมาบวช ชื่อ ฉันทะภิกษุ มีอิตตาเต็มที ใครจะพบพระพุทธเจ้า ต้องผ่านพระฉันทะก่อน ปากคอระราน ต่ำว่าพระอัครสาวกและพระมหาเถระอยู่บ่อยๆ อิตตาเยอะ เพราะถือตัวว่าเป็นคนเลี้ยงม้าของเจ้าชายสิทธัตถะมาก่อน ไม่มีใครสอนได้ แม้แต่พระพุทธเจ้า ในพรรษาสุดท้าย ก่อนจะเสด็จดับขันธปรินิพพาน พระพุทธเจ้าเรียกพระอานนท์ไปสั่งความ “อานนท์ เมื่อตถาคตล่วงลับไปแล้ว ให้หมู่สงฆ์ลงพรหมทัณฑ์แก่ฉันทะภิกษุ” พรหมทัณฑ์ หมายถึงไม่เข้าไปพูดด้วย ไม่ตักเตือน ไม่ว่าจะกล่าวสั่งสอน ไม่คบหาสมาคม เมื่อพระพุทธเจ้าปรินิพพานแล้ว มีการสังคายนาพระพุทธศาสนาครั้งแรก ซึ่งพระอานนท์ร่วมด้วย พอแล้วเสร็จ พระอานนท์จึงแจ้งหมู่สงฆ์ว่า ก่อนพระพุทธเจ้าจะเสด็จดับขันธปรินิพพาน ได้สั่งกับข้าพเจ้าไว้ว่า ให้สงฆ์ลงพรหมทัณฑ์แก่ฉันทะภิกษุ หมู่สงฆ์ก็มีมติให้พระอานนท์นำสงฆ์หมู่หนึ่งไปลงพรหมทัณฑ์แก่ฉันทะภิกษุ





ครั้งนั้น พระอานนท้อยู่ ณ แคว้นมคธ อันเป็น
สถานที่ทำปฐมสังคายนา ส่วนฉันทะภิกษุอยู่ ณ โขสิ-
ตาราม เมืองโกสัมพี ครั้นพระอานนท์เดินทางไปถึง
พระฉันทะก็เข้ามากราบ พระอานนท์พูดกับพระฉันทะ
ว่า “บัดนี้ สงฆ์ได้ลงพรหมทัณฑ์แก่ท่านแล้ว” เมื่อได้
ทราบความหมายของพรหมทัณฑ์ พระฉันทะร้องขึ้นว่า
“โอ นี่หมายความว่าหมู่สงฆ์ได้กำจัดข้าพเจ้าออกจาก
หมู่แล้วไซ้ไหม” แล้วถึงกับเป็นลมสลบไป เมื่อฟื้นตื่น



ขึ้นมา ก็พบตัวเองอยู่คนเดียว ไม่มีใครเหลียวแล จึงไป
ที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน แขวงเมืองพาราณสี ไปให้
พระมหาเถระสอนหลักธรรมให้ แต่ก็ไม่บรรลุนิพพาน
จึงกลับมาหาพระอานนท์ “ท่านอานนท์ โปรดเมตตา
ข้าพเจ้าด้วย โปรดสอนธรรมที่ทำให้พ้นทุกข์” พระ
อานนท์สอน *ปฏิจจสมุปบาท* ให้ “เพราะเหตุนี้มี สิ่งนี้
จึงมี” ที่บาลีกล่าวไว้ว่า *อวิชชา* ัจจะยา *สังขาร* (เพราะ
อวิชชาเป็นปัจจัย สังขารจึงมี) *สังขาร* ัจจะยา *วิญญา-*
นัง (เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญาณจึงมี) เป็นต้น
ทุกข์ทั้งหลายล้วนเกิดขึ้นจากอวิชชาเป็นตัวแรก
พระฉันนะนำธรรมนี้ไปประพจน์ปฏิบัติ ไม่นานก็บรรลุนิพ
พานที่ตตผล จากนั้นก็กลับมาหาพระอานนท์ “ท่าน
อานนท์โปรดเพิกถอนพรหมทัณฑ์แก่ข้าพเจ้าด้วย” พระ
อานนท์ตอบว่า “ผู้ใดพัฒนาจิตจนเข้าถึงอรหัตตผล
แล้ว พรหมทัณฑ์เป็นอันถูกเพิกถอนโดยปริยาย” ไม่มี
โทษเหลืออีก 





คำถาม ๘

ในฐานะที่อาจารย์มีประสบการณ์ทางโลกและทางธรรมสูงมาก ในการปฏิบัติธรรม จำเป็นหรือไม่ที่ผู้ปฏิบัติจะต้องมีหุทิพย์ตาทิพย์ เพราะครูบาอาจารย์บอกว่า รู้แล้วจะได้อะไร ให้มุ่งปฏิบัติอย่างเดียว



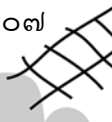
คำตอบ


จุดประสงค์สูงสุดของการปฏิบัติธรรม คือการพ้นทุกข์ การเข้านิพพาน แต่เมื่อปฏิบัติสมถกรรมฐานจนกระทั่งจิตถึงความตั้งมั่นสูงสุด เป็นฌาน จะเกิดอภิญญา คือความรู้สูงสุดที่เป็นฝ่ายโลกียะ ถ้ามว่าดีหรือไม่ ก็เป็นสิ่งดี แต่อาจทำให้การปฏิบัติวิปัสสนาล่าช้า ยกตัวอย่างตัวผู้บรรยายในครั้งที่ไปปฏิบัติธรรมกับท่านเจ้าคุณโชดก หลังจากเข้าฌานได้ ก็เกิดตาทิพย์ ได้เห็นเทวดางดงามมาก เมื่อไปสอบอารมณ์ ก็รายงานท่านเจ้าคุณอาจารย์ว่า ได้เห็นเทวดา สวยงามมาก ท่านเจ้าคุณบอกว่าอย่าไปดูเล่นอยู่ ต้องกำหนด “เห็นหนอๆ” ให้



หายไป สิ่งใดที่ทำให้เราต้องเวียนตายเวียนเกิด ท่าน
เจ้าคุณโชดกจะเตือนเสมอว่าต้องกำจัดไปให้ได้ ทุกวันนี้
ผู้บรรยายรู้ตัวเลยว่า ในอดีตเคยหลงเล่นอภิญญา
ยาวนานถึง ๗ ชาติ เพิ่งมาเปลี่ยนเป็นปัญญาเห็นแจ้ง
ในชาติที่ ๘ นี้เอง ท่านเจ้าคุณโชดกเปลี่ยนให้ หลงมา
ยาวนาน ไม่ได้ทำให้พ้นทุกข์เลย เวียนตายเวียนเกิด
ไม่รู้จบ จนมาถึงชาตินี้จึงมองเห็นทาง เห็นมรรคที่นำ
สู่ความพ้นทุกข์

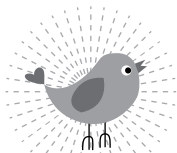
เพราะฉะนั้น การที่ปฏิบัติธรรมแล้วไม่เกิดอภิญญา
ไม่ใช่เรื่องผิดปกติ มันเป็นเรื่องประสบการณ์ของแต่ละ
บุคคล สมาธิขั้นต้นเขาเรียก ขณิกสมาธิ ขั้นที่สอง
เรียกว่า อุปจารสมาธิ สมาธิระดับนี้นำไปใช้พัฒนา
ปัญญาเห็นแจ้งได้ แต่บางคนที่ชำนาญ จะสามารถใช้
ขณิกสมาธิไปพัฒนาปัญญาเห็นแจ้งได้ ไม่จำเป็นต้อง
ขึ้นไปถึงระดับฌาน แต่คนที่สั่งสมประสบการณ์มา
มากหลายภพหลายชาติ ก็สามารถใช้โลกียอภิญญา
ให้เกิดประโยชน์ได้ เช่น พระมหาโมคคัลลานะ เวลา



ท่านบรรยายธรรม ท่านใช้ ๒ อย่างควบคู่กัน คือฤทธิ (โลกียอภิปัญญา) และอนุศาสนีปาฏิหาริย์ ยังผลให้ผู้คนศรัทธากันมาก ส่วนพระสารีบุตรท่านใช้อนุศาสนี-ปาฏิหาริย์กับอาเทศนาปาฏิหาริย์ (รู้ใจคน) ผู้คนก็ศรัทธากันมาก ผู้บรรยายก็ทำตามแบบอย่างของพระสารีบุตรไปบรรยายที่ไหนก็มีคนเข้าฟังกันมาก เพราะว่าขณะบรรยายธรรม ผู้ฟังคิดอะไรอยู่เป็นเชิงคำถาม มันเหมือนเป็นเรดาร์จับคลื่นได้ ถ้าเป็นเรื่องที่ตรงกับเรื่องที่กำลังบรรยายอยู่ ก็จะตอบกลับไปทันที คนก็ศรัทธามาก แต่พระพุทธเจ้าโคดมท่านใช้หมดทุกอย่าง ท่านเก่งมาก 



คำถาม ๙

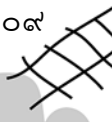


คนที่ทำพิธีแก้กรรมให้คนอื่น แก้ได้จริงหรือไม่ครับ

คำตอบ



เรื่องแก้กรรม ผู้บรรยายอยากจะบอกพวกเราที่เห็นถูกตามธรรม พระพุทธเจ้าโคดมกับพระเทวทัตสร้างเวรสร้างกรรม จองเวรผูกพยาบาทกันมา หลายภพชาติที่พระองค์เกิดเป็นพระโพธิสัตว์ ก็ประสบเหตุพยาบาทจากพระเทวทัตเรื่อย ยกตัวอย่าง ชาติที่ไปเกิดเป็นพญาช้างฉันทันต์ ก็ถูกพระเทวทัตยิงตาย ชาติที่ไปเกิดเป็นพญานาคราชจัมเปยยกะ ก็ถูกพระเทวทัตที่เป็นหมองูจับไปเล่นกล ชาติสุดท้ายที่เกิดเป็นพระเวสสันดร ก็ยังถูกพระเทวทัตซึ่งเป็นชูชกตามไปขอลูก ๒ คนอีก พระพุทธเจ้าท่านต้องบำเพ็ญบารมีถึง ๓๐ ทัศ พระเทวทัตก็ได้จองเวรมาเรื่อย จนกระทั่งพระชาติสุดท้ายที่มาตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า มาเกิดเป็นเจ้าชายสิทธัตถะ และปฏิบัติธรรม ๖ ปี เมื่อตรัสรู้แล้ว ก็ยังไม่พ้นการจองเวรของพระเทวทัต ครั้งหนึ่งพระพุทธเจ้าพักอยู่ที่



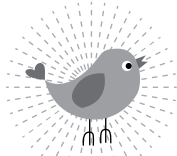
กฤษิบนยอดเขาศิขณภูฏ เมื่อเดินลงมา พระเทวทัตกลิ้ง
ก้อนหินลงมาหมายให้ทับพระพุทธเจ้าให้สิ้นพระชนม์
แต่หินแตกออกก่อน เป็นสะเก็ดกระเด็นมาบาดนิ้วเท้า
ของพระพุทธเจ้าเลือดออก หรืออีกครึ่งหนึ่ง ปล่อยข้าง
นาพาศิริตมันหมายให้แทงพระพุทธเจ้า แต่ก็ไม่อาจ
ทำอะไรท่านได้เพราะท่านมีธรรมคุ้มรักษา แต่เราก็คง
เห็นแล้วว่าเรื่องจองเวรนี้มันแก้ไม่ได้ ขนาดพระพุทธ-
เจ้ายังแก้ไม่ได้ หรือพระอัครสาวก พระมหาโมคคัลลณะ
ฆ่าพ่อฆ่าแม่ที่ตาบอดด้วยการทูปดีแล้ว ผลักตกเขาตาย
หวังจะไม่เลียงดู หลังจากบรรลุธรรมแล้ว กรรมตามให้
ผล โดนโจรทูปดีเสียน่วม แต่ท่านใช้อิทธิฤทธิ์ประสาน
กายขึ้นมา แล้วไปเฝ้าพระพุทธเจ้าเพื่อลาไปนิพพาน

เพราะฉะนั้น หนีเวรหนีกรรมที่ใครเขาพูดว่าแก้ได้
มันถูกของผู้พูด แต่ไม่ถูกของผู้รู้จริงเช่นพระพุทธะ
หรือผู้บรรยาย สำหรับผู้บรรยายแล้ว มีทางเดียว จะ
หมดได้ต้องใช้หนี้ให้หมด ท่านผู้ฟังลองพิสูจน้ง่ายๆ ถ้า
ไปกู้เงินมาจากธนาคาร ๑ แสนบาท ใช้คืนแล้ว ๕ หมื่น



อีก ๕ หมื่นที่เหลือบอกผู้จัดการธนาคารว่ายกเลิกกัน
ขอให้ยกหนี้ให้ เป็นใครเขาก็ไม่ยอม หนี้เวรหนี้กรรม
ก็เช่นเดียวกัน ถ้าเขาไม่ยกให้ ก็ต้องชดใช้ เพราะฉะนั้น
ที่เกิดมาชาติใหม่ โศจรมาเจอกัน มายืมเงินเราไปแล้ว
ไม่ใช่ นั่นแหละ กรรมเก่าของเราละ เคยไปเอาของเขา
มาแล้วไม่ใช่เขา ตัวผู้บรรยายเอง ครึ่งที่บวชที่วัดมหา
ธาตุ วันหนึ่งเดินจงกรมอยู่ มีแมวตัวหนึ่งมาไต่ขา ทีแรก
คิดจะเตะให้พ้นไป แต่ระลึกขึ้นได้ว่าตอนสงครามโลก
เคยจับแมวโยนต้นไม้ มันก็กางเล็บออก ร้องแง้วๆ เรา
สนุกบนความทุกข์ของแมว แมวตัวนั้นตายไปแล้ว แต่
จิตวิญญาณของมันยังผูกพยาบาท ชาตินี้มาเกิดเป็น
แมวอีก ก็ตามมาไต่ขา หนี้เวรกรรมต้องชดใช้ จึงจะหมด
ผู้บรรยายไม่หนี ยอมรับความจริง ใช้มันไปเรื่อยๆ





คำถาม ๑๐

เป็นคำถามจากครูครับ ท่านอาจารย์บอกว่า อวิชาคือความรู้ที่พวกเราจำเรียนมาทุกวันนี้ จากการฟัง คิด อ่าน เขียน แล้วถ้าเด็กๆ ไม่เรียน ไม่ทำงาน ไม่มีความรู้ใช้ประกอบอาชีพเลี้ยงกาย แล้วจะให้ทำอย่างไร

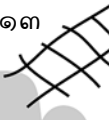


คำตอบ

เมื่อเราเกิดเป็นมนุษย์ มีงานใหญ่ให้เราต้องทำอยู่ ๒ งาน หนึ่ง งานทางโลก เพราะเราเกิดมาเป็นสมาชิกของสังคม ของครอบครัว ของประเทศชาติ เราก็ต้องทำความดีตามที่เรามีความสามารถ คือใช้ปัญญาความรู้ที่เราเรียนทางโลก ทำงานให้กับโลกให้เต็มที่ ให้ดีที่สุด ขณะเดียวกัน เมื่อเราตายแล้ว เราต้องไปเกิดใหม่ ตัวใครตัวมัน ดังนั้น เมื่อเรายังมีชีวิตอยู่ เราจึงต้องทำงานภายใน พัฒนาศักยภาพ คือสั่งสมบุญเอาไว้ให้เยอะๆ ฉะนั้น มนุษย์เราจึงมีงาน ๒ งาน งานทางโลกก็ต้องพัฒนาให้สูงสุด ถ้าตราบใดเราายังต้องทำงานให้กับสังคม เราต้องใช้ความรู้ทำงาน แต่ขณะเดียวกัน เรา



ก็ต้องทำงานภายในเพื่อทำจิตของเราให้มีบุญมากๆ เพราะเราจะไปเกิดในสุคติภูมิ หรือจะพ้นทุกข์ หรือจะเปลี่ยนจากสภาวะปุถุชนเป็นอริยบุคคล ก็ล้วนด้วยบุญทั้งนั้น เพราะฉะนั้น ที่ถามมา ผู้บรรยายก็ตอบว่า ต้องไม่ทำงานทางโลกด้วย แต่ต้องบอกว่าเป็นอริชชา เป็นความหลงจริงๆ ผู้บรรยายก็ผ่านเรื่องนี้มา เรียนไปจนสูงสุด ยิ่งเข้าป่าไปลึกเลย ถ้าไม่ได้ปัญญาตัวสุดท้ายนี้ เห็นทีจะไปเป็นเดรัจฉาน ต้องขอร้องท่านผู้ฟัง แต่มันเป็นอย่างนั้นจริงๆ ❀



คำถาม ๑๑




เวลาดิฉันไหว้พระสวดมนต์หรือนั่งสมาธิ จะเกิดอาการ
หนาวทุกครั้ง จะว่าง่วงก็ไม่ใช่ เกิดจากอะไรคะ

คำตอบ

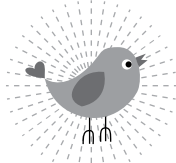


กิเลสสามารมณ์มีอำนาจเหนือใจ ตัวที่ขัดขวางการทำความดี (สวดมนต์หรือนั่งสมาธิ) เขาเรียกว่ามาร จะชนะมารได้ ก็ต้องพัฒนาจิตให้มีกำลังสติและปัญญา กล้าแข็ง ต้องพัฒนาศักยภาพของตนเอง โดยเฉพาะ พละ ๕ เป็นพลังของจิต ได้แก่ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา หัวตัวนี้ต้องพัฒนาให้มีกำลังกล้าแข็ง และปรับสมดุลปัญญากับศรัทธาให้มีกำลังใกล้เคียง กัน สมาธิกับวิริยะให้มีกำลังใกล้เคียง กัน สติให้ใหญ่เอาไว้ ถ้าทำได้อย่างนี้ จะมีอำนาจเหนือมาร มารมีทั้งหมด ๕ ตัวหนึ่ง กิเลสสามาร เช่น ตัวที่ชวนให้หนาว สอง ชั้นธมาร เช่น นั่งแล้วปวด เป็นเหน็บชา สาม อภิสังขารมาร คือ จิตปรุงแต่งแล้วนอนไม่หลับ สี่ เทวปุตตมาร คือ เทวดา เป็นมารมาขัดขวางไม่ให้เราพ้นไปจากกามภพ เพราะ



ท่านมีอำนาจอยู่ในกามภพ และสุดท้าย มัจจุมาร คือ
ความตาย ถ้าลมหายใจไม่เข้าไม่ออก ก็หมดโอกาสทำ
ความดี ผู้บรรยายผ่านมาทั้งห้าตัว ด้วยกำลังของพลัง ๕
พัฒนาอยู่ ๓๕ ปี ต้องทำทุกวัน ใครหาๆๆ เป็นเพราะ
จิตแพ้อำนาจของกิเลสมาร ต่อไปนี้ต้องพัฒนาจิตให้มี
กำลังสติกล้าแข็ง มีปัญญาเห็นแจ้ง หาวเด็ยวมันก็ดับ
ในที่สุดก็เลิกหา 





คำถาม ๑๒


การตั้งสัจจอธิษฐานข้ามภพชาติเป็นเรื่องของสัญญาที่ถูกเก็บบันทึกไว้ในดวงจิต เมื่อเหตุปัจจัยลงตัวแล้วจะได้มาอยู่หรือปฏิบัติธรรม เพื่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งในปัจจุบัน มีไหมครับ

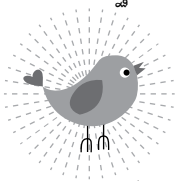


คำตอบ

ถ้าใครผู้ใดพัฒนาจิตจนเข้าถึงอภิญญา ๕ ได้ ก็จะรู้ว่าที่เราได้พบ ได้เห็น ได้มาฟังนี้ เราเคยฟังมาก่อนนะ เคยศรัทธากันมาก่อน เคยเข้าใกล้ เคยสนทนากันมาก่อน ไม่ใช่ว่าโคจรมาเจอกันโดยบังเอิญ มันล้วนมีเหตุมีผล มีคนหนึ่งอยู่ที่หนองคาย วันนั้นอาจารย์จะไปบรรยายที่จังหวัดอุดรธานี ท่านมานอนคอย ๑ คืน พอเจอกัน ต่างคนต่างมองกัน แล้วก็จำกันได้ เพราะท่านผู้นั้นก็มีอภิญญาตาทิพย์เหมือนกัน จึงรู้ว่าเคยเป็นเพื่อนกันสมัยบวชเป็นฤาษีที่ริมแม่น้ำคงคาโน้น ผู้บรรยายยังบอกท่านว่า ให้ไปเล่นนะ ไม่ต้องคอย เพราะผู้บรรยายยังมีสัจจะที่อธิษฐานไว้ว่าต้องช่วยเพื่อนให้พ้นจาก



อบายภูมิ โดยการกำจัดความโลภ ความโกรธ ความ
หลง ไม่ให้มีอำนาจเหนือใจให้ได้เสียก่อน ไม่ใช่โพธิสัตว์
หรอก แต่เป็นสังขะที่อิच्छิฐานไว้ จึงต้องทำให้ได้ 



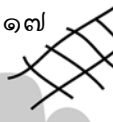
คำถาม ๑๓

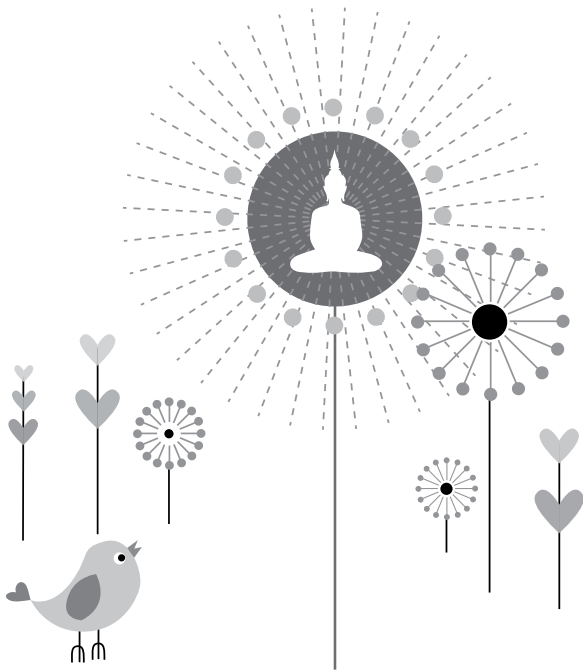
พอพูดถึงคำว่า “โพธิสัตว์” เมื่อคิดได้ดูรายการ เรื่องจริง
ผ่านจอ เกี่ยวกับลามาะหนุ่มที่เขาเคยไปทำเรื่องราวเมื่อ
หลายปีก่อน ที่นั่งวิปัสสนาอยู่ในป่า และไม่ทานอาหาร
เขาไปสัมภาษณ์มา บอกว่า เขาอาจจะเป็นพระโพธิสัตว์
หรือเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ท่านอาจารย์คิดว่าเป็น
ไปได้จริงหรือไม่คะ



คำตอบ

คำว่า “อาจจะ” ไม่มีในพุทธศาสนา เพราะทุกอย่าง
มีเหตุมีผล คำว่า “อาจจะ” นั้นไม่ใช่ ผู้ที่รู้จริงไม่มีคำว่า
“อาจจะ” หรือ “บังเอิญ” หรือ “น่าจะ” ทุกอย่าง
ต้องมีเหตุมีผลทั้งนั้น ที่นี้ ใครดำรงเพศเป็นโพธิสัตว์

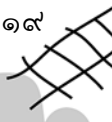


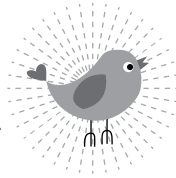


หรือเป็นพุทธสาวก ดูได้จากพฤติกรรมของคนผู้นั้น
ลักษณะของพระโพธิสัตว์ก็ดูอย่างพระเจ้าอยู่หัวของเรา
ให้และช่วยเหลือทุกอย่าง นี่คือลักษณะของพระโพธิ
สัตว์ แต่ถ้าปฏิบัติเพื่อหวังนำตนพ้นทุกข์ อันนั้นเป็นพุทธ
สาวก



โพธิสัตว์ในสมัยเรานี้ ก็มีเช่น ครูบาบุญชุ่ม ท่านเคยลาพุทธภูมิแล้วถึง ๓ ครั้ง คือไม่มุ่งเป็นพระพุทธเจ้าแล้ว แต่พระอินทร์องค์นี้ (คือ มขมาณพที่เป็นโสดาบัน) ไม่ยอมให้ลา เพราะพระพุทธเจ้าองค์ก่อนพยากรณ์ไว้แล้วว่าท่านจะต้องเป็นพระพุทธเจ้าในอนาคตแน่นอน แบบนี้เรียกว่า นียตโพธิสัตว์ แต่ถ้าโพธิสัตว์องค์ใดเหนื่อยหน่ายการบำเพ็ญบารมีอันยาวนานเพื่อจะเป็นพระพุทธเจ้า ก็ลาพุทธภูมิไป เรียกว่า อนียตโพธิสัตว์ โพธิสัตว์ที่ลาพุทธภูมิจะมีลาภสักการะบริวารมาก ฉะนั้น เราจะเห็นว่า อนียตโพธิสัตว์สามารถทำอะไรได้ใหญ่โตมหิทธานุ เช่น สร้างวัด ดูอย่างวัดท่าซุงที่จังหวัดอุทัยธานี วัดบ้านเด่นที่แม่แตงในจังหวัดเชียงใหม่ พระสายพุทธสาวกทำไม่ได้ ❀





คำถาม ๑๔

ในประเทศไทย นอกจากครูบาบุญชุ่มและพระเจ้าอยู่หัวแล้ว ยังมีโพธิสัตว์องค์ไหนอีกคะ ที่ถามคำถามนี้เพราะอยากทราบว่า ในโลกปัจจุบันที่วุ่นวายมากๆ กับวิกฤตต่างๆ ที่พบกันอยู่ ยังมีบุคคลแบบนี้จริงหรือไม่คะ ไม่ได้อยากเป็นพระโพธิสัตว์ แต่อยากศึกษาเพื่อเป็นแรงบันดาลใจว่า มันทำได้จริง และเป็นเรื่องจริงค่ะ




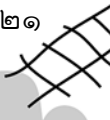
คำตอบ

มีจริง ทำได้จริง นอกจากครูบาบุญชุ่มและในหลวงแล้ว ก็ยังมีอยู่ที่จังหวัดพะเยา แต่อย่าไปเอ๋ยชื่อท่านเลย ผู้บรรยายก็ศรัทธาท่าน มีครั้งหนึ่ง ท่านเล่าว่า พระสงฆ์ดีหัวท่านแตก เลือดไหล ท่านเป็นเจ้าของอาวาส ท่านสั่งพระลูกวัดทุกรูป ห้ามไปตอบโต้พระที่มาตีหัวท่าน เพราะท่านต้องการบำเพ็ญบารมี หลวงปู่ตื้อที่มรณภาพไปแล้ว ก็เป็นโพธิสัตว์ อีกองค์เคยอยู่ที่ป่าภูพาน เสียชีวิตไปแล้ว ท่านบรรลุนิพพานแต่ไม่สอนคน หรือในอดีต ในแผ่นดินไทยก็มีพระยาสิทธิ เจ้ากรุงศรีสัตนาคนหุต พระเจ้า



อยู่หัวรัชกาลที่ ๓ ก็ใช่ ท่านทำอะไรแล้วอธิษฐานขอ
เป็นพระพุทธเจ้าทุกๆ ครั้ง ครุบาศรีวิชัยก็เป็นโพธิสัตว์
เด่นชัดมาก ชีวิตท่านทรหดสมบุกสมบัน

ถ้าใครอยากเป็นโพธิสัตว์ต้องทำอย่างนี้ อันดับแรก
สร้างมหาทาน เช่น เลี้ยงพระทั้งวัดเป็นเวลา ๗ วัน พอ
ครบวันที่ ๗ แล้วอธิษฐานขอให้เป็นพระพุทธเจ้าในกาล
ข้างหน้า จากนั้นต้องดำเนินชีวิตตามแบบโพธิสัตว์ คือ
ให้ทุกอย่าง ช่วยทุกอย่าง ทนต่อความอดอยาก ความ
ลำบากตรากตรำ เจริญบารมีให้ครบ ๓๐ ทัศ 



รายนามผู้ร่วมศรัทธาพิมพ์
หนังสือการพัฒนาศักยภาพตนเอง



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑	คุณวรรณภา คงสวัสดิ์ศักดิ์	๔๕,๒๐๐
๒	คุณสิริการย์ วิบูลศักดิ์	๕๐,๐๐๐
๓	คุณอัจฉริยา แสงงาม	๓๐,๐๐๐
๔	คุณปรีชา ล้อมจั่ว	๑๓,๐๐๐
๕	คุณคเชนทร์ การุณรังษิวงศ์	๑๒,๕๒๐
๖	คุณสมชาย สูงเด่น	๑๐,๐๐๐
๗	ร้านวาสนาเบเกอรี่	๘,๕๐๐
๘	คุณจรรย์ หนูแก้ว	๗,๒๐๐
๙	คุณสุมนา ไฟเข็มศิริมงคล	๖,๒๕๐
๑๐	คุณวรานนท์ เกียรติพานิช	๕,๐๐๐
๑๑	คุณเรวัตร์-คุณวัลยา แสงนิล และครอบครัว	๕,๐๐๐
๑๒	คุณปรีชา ภูพานิช	๔,๓๐๐
๑๓	คุณนรินทร์-คุณธีรประภา เศวตประวีชกุล	๔,๐๐๐
๑๔	คุณพิรุณ จิตรยังยืน	๔,๐๐๐
๑๕	คุณปราณี เมฆวิมล และอาจารย์จินดา มาสมบูรณ์	๓,๗๒๐
๑๖	คุณอโยธัย งดงาม และครอบครัว	๓,๕๐๐
๑๗	สหกรณ์เครดิตยูเนียน ท่ายาง	๓,๕๐๐
๑๘	พญ.วิมล ชินกุลกิจนิวัฒน์	๒,๓๒๐
๑๙	คุณรังสิต-คุณอัญชญา อุดมผล	๒,๐๐๐
๒๐	คุณปัญญา	๒,๐๐๐
๒๑	ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	๒,๐๐๐
๒๒	คุณณรงค์ฤทธิ์ อุบัติ่มภ์ และครอบครัว	๒,๐๐๐
๒๓	คุณนรินทร์-คุณธีรประภา เศวตประวีชกุล	๒,๐๐๐
๒๔	คุณพิรุณ จิตรยังยืน	๒,๐๐๐
๒๕	คุณอำพล	๒,๐๐๐



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๒๖	คุณวรัญญา แวงสวัสดิ์	๒,๐๐๐
๒๗	คุณพวงทิพย์ นิลประดับแก้ว	๒,๐๐๐
๒๘	คุณเล็ก ดิสอน	๒,๐๐๐
๒๙	ร้านนานนันทน์ปากน้ำ, ศูนย์กวดวิชาและศิลปะสถาบัน tutor-one	๒,๐๐๐
๓๐	คุณโชคชัย วิลาวัลย์ และครอบครัว	๒,๐๐๐
๓๑	คุณวลัยทิพย์ ปิติจอมวงศ์ และกัลยาณมิตร อ.ตะพานหิน	๒,๐๐๐
๓๒	คุณรังสิต-คุณอัญชนา อุดมผล	๒,๐๐๐
๓๓	คุณอังกูร-คุณสิริกกร ภาวสุทธิไพศิรุ	๑,๑๘๐
๓๔	คุณทวีวัฒน์ เรื่องทวิทรัพย์	๑,๐๐๐
๓๕	คุณปานิสรา บุณนาต	๑,๐๐๐
๓๖	คุณศิริพร วสุรารากรณ์	๑,๐๐๐
๓๗	พ.ญ.วิมล ชินกุลนิจนิวัฒน์	๑,๐๐๐
๓๘	คุณรังสิมา คงเพ็ง	๑,๐๐๐
๓๙	คุณอุทัยวรรณ ขุนเจริญ	๑,๐๐๐
๔๐	จ.ส.อ.สุรพล เรืองโกษา	๑,๐๐๐
๔๑	คุณกัลยา ชาตะเมธิกุล และครอบครัว	๑,๐๐๐
๔๒	คุณศรีณัยชัย จองวิจิตรกุล	๑,๐๐๐
๔๓	คุณณรงค์ฤทธิ์-คุณรัชดา-ด.ช.นพพรช อุปถัมภ์	๑,๐๐๐
๔๔	คุณอำนวยการ ลิมปิสุต และครอบครัว	๑,๐๐๐
๔๕	คุณสมหมาย เต็มประสิทธิ์ศักดิ์	๑,๐๐๐
๔๖	คุณศิริชัย ลีอกิตไกร	๑,๐๐๐
๔๗	พ.ต.อ.รณรงค์ วิมุกตานนท์	๙๘๐
๔๘	คุณจุไรรัตน์ จงอ่อน	๙๐๐
๔๙	คุณรัฐติชล บุรณะบัญญัติ	๘๒๐
๕๐	คุณอมรรัตน์ เปรื่องบุญ	๗๒๐
๕๑	ผอ.นิกร เสาร์พิน	๗๐๐
๕๒	พ.ต.ต.เดชชาภากร ทิรัญวัฒน์	๗๐๐
๕๓	คุณกรรณิการ์ ยั้งน้อย	๖๐๐
๕๔	คุณสมชาย ตั้งประสิทธิ์โชค	๕๑๐



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๕๕	คุณชมพูนุท มิตรสงเคราะห์	๕๐๐
๕๖	คุณปราณี นัตรสมพร	๕๐๐
๕๗	คุณบรรหาร	๕๐๐
๕๘	คุณสุมานี เลิศวุฒิวงศา และครอบครัว	๕๐๐
๕๙	ดร.อนันต์ ภาวสุทธิไพศิฐ	๕๐๐
๖๐	คุณศิริลักษณ์ รัตนเกียรติ	๕๐๐
๖๑	คุณวรรณรัตน์ จันพิรกุล และด.ช.ปรมีย์ ทรัพย์มี	๕๐๐
๖๒	ดร.อนันต์ ภาวสุทธิไพศิฐ	๕๐๐
๖๓	คุณลักขณา อธิกิจ	๕๐๐
๖๔	คุณสุวรรณา ชินกำธรวงศ์	๕๐๐
๖๕	คุณบุญยัวร์	๕๐๐
๖๖	คุณอุรัตน์ คลังทอง	๕๐๐
๖๗	คุณวรรณวรรณ แก้วเกตุรา	๕๐๐
๖๘	คุณจินณ์ ศิริบุญศรีทธา	๕๐๐
๖๙	อ.ศศิเพ็ญ วิมุกตานนท์	๕๐๐
๗๐	คุณซี ประยงค์	๕๐๐
๗๑	คุณจิตาภา (พีจันทร์)	๕๐๐
๗๒	คุณสุชาดา มุกเตียรย์	๕๐๐
๗๓	คุณวรัญญาภัทร์ ปัญญา	๕๐๐
๗๔	คุณจินตนาการย์ กังวารธรรม	๔๕๐
๗๕	คุณวริษฐพร กลิ้งวิจิตร	๔๐๐
๗๖	คุณสุวิชา พูลเกษ	๓๖๐
๗๗	คุณรัตนา สินธิ์ภาพ	๓๖๐
๗๘	คุณปราโมทย์ ศลิษฐ์อรรถกร	๖๐๐
๗๙	คุณวริษฐพร กลิ้งวิจิตร	๔๐๐
๘๐	คุณอุทัยวรรณ บุญเจริญ	๓๑๐
๘๑	พระชัยพร จันทวิไล	๓๐๐
๘๒	คุณพัชรา ธรรมลิขิตชัย	๓๐๐
๘๓	คุณพีรศักดิ์ชัย ดาศิริ	๓๐๐
๘๔	คุณอุกฤษฏ์-คุณเชคมศักดิ์ อายตวงษ์	๓๐๐



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๘๕	คุณเบญจนุช รัตนมณี	๓๐๐
๘๖	คุณศิริรัตน์-คุณวรรณกร อ่อนรอด และคุณหัตทยา ยกยั้ง	๓๐๐
๘๗	พ.ต.ท.ศักดิ์ดา ทองพิทักษ์	๓๐๐
๘๘	พ.ต.ท.หญิงประณีต เฟิงระนัย	๓๐๐
๘๙	อู๋มิ่งกรการช่าง อ.ผ่าง จ.เชียงใหม่	๓๐๐
๙๐	คุณนนทกร สักกะพลากร	๓๐๐
๙๑	คุณวาสิณี สักกะพลากร	๓๐๐
๙๒	ด.ญ.ปวีณ์กร สักกะพลากร	๓๐๐
๙๓	คุณสุวิทย์ แซ่จิว	๒๘๐
๙๔	คุณทีคำพา พรหมวโร	๒๖๐
๙๕	คุณวาทีณี สุจนการ	๒๕๐
๙๖	คุณสมชาย ตั้งประสิทธิ์โชค	๒๕๐
๙๗	คุณธีระ ชินสุทธิ	๒๔๐
๙๘	คุณฉลองชัย-คุณวรรณกร คงบันเทิง	๒๑๐
๙๙	คุณอุษา สง่างาม	๒๐๐
๑๐๐	คุณท้อ-คุณสุนันทา แผลมไพศาล	๒๐๐
๑๐๑	ร.ต.ท.หญิง วรัชฐพร กลิ่งวิจิตร	๒๐๐
๑๐๒	คุณสิริพัทธ์ อภิมาหาสมุทร	๒๐๐
๑๐๓	พระภิกษุณิรนาม	๒๐๐
๑๐๔	คุณมาลีวรรณ บุญวงศ์	๒๐๐
๑๐๕	คุณธีระ ชินสุทธิ	๒๐๐
๑๐๖	คุณท้อ-คุณสุนันทา แผลมไพศาล	๒๐๐
๑๐๗	คุณจารุวัฒน์ วิเศษสงวน	๒๐๐
๑๐๘	คุณชัชวาล-คุณสุดาทิพย์ ชัยประภา	๒๐๐
๑๐๙	คุณมานะ นาวัน	๒๐๐
๑๑๐	คุณวสุนธ์ วงศรีรัตนพร	๒๐๐
๑๑๑	คุณกรชาล-คุณบุพหลัน กวินภูมิเสถียร	๑๖๐
๑๑๒	คุณวิชัย ตันตินิกุลชัย	๑๖๐
๑๑๓	คุณสิทธิชัย-คุณประภาภรณ์ ปัญควิจานาน	๑๕๐
๑๑๔	คุณเสาวลักษณ์ เพียงอภิชาติ	๑๕๐



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๑๕	คุณมาแข็ง กักศิรัตน์มิตร	๑๔๐
๑๑๖	คุณพลรัตน์ จันทร์เทพ	๑๔๐
๑๑๗	คุณจินนภา ชนะภัย	๑๔๐
๑๑๘	คุณศุภโชค ประธาน	๑๔๐
๑๑๙	คุณกุลนิษฐ์ สุทธิปราโมธานนท์	๑๔๐
๑๒๐	คุณสุพัตรา กลิ่นระคนธ์	๑๓๐
๑๒๑	คุณศศิธร สร้อยสิงห์	๑๒๐
๑๒๒	คุณภคกรณ์ รุจาณนันท์	๑๒๐
๑๒๓	คุณदनัย รัตน์รอด	๑๒๐
๑๒๔	คุณสุจิตรา กอศักดิ์วัฒนา	๑๒๐
๑๒๕	คุณมานะ นาวัน	๑๒๐
๑๒๖	คุณธนภัต วุฒิพงศ์	๑๒๐
๑๒๗	คุณประภิต เล็งอุดมลาภ	๑๒๐
๑๒๘	พ.ต.อ.บุญเสริม-คุณยุพดี ศรีชมภู	๑๒๐
๑๒๙	คุณพัชรินทร์ ผ่องแผ้ว	๑๒๐
๑๓๐	คุณนพรัตน์ ชื่นเกษม	๑๑๐
๑๓๑	ด.ญ.เวธกา สุขแสนไกรสร	๑๑๐
๑๓๒	คุณนุช	๑๑๐
๑๓๓	คุณศิริพร เนตรงามวงศ์	๑๑๐
๑๓๔	คุณสุทธินิ ภาวสุทธิไพศิษฐ์	๑๐๐
๑๓๕	อ.อารี ภาวสุทธิไพศิษฐ์	๑๐๐
๑๓๖	ด.ญ.นภัสวรรณ ภาวสุทธิไพศิษฐ์	๑๐๐
๑๓๗	คุณปรีดา เล็งอุดมลาภ	๑๐๐
๑๓๘	คุณศนิชา สุขภูวิโรจน์	๑๐๐
๑๓๙	คุณสุธินิ ภาวสุทธิไพศิษฐ์	๑๐๐
๑๔๐	อ.อารี ภาวสุทธิไพศิษฐ์	๑๐๐
๑๔๑	ด.ญ.นภัสวรรณ ภาวสุทธิไพศิษฐ์	๑๐๐
๑๔๒	นต.ชัชชัย ทองชื่น	๑๐๐
๑๔๓	คุณนันทรภัทร ปาลกะวงศ์ ณ อยุธยา	๑๐๐
๑๔๔	คุณศิริวรรณ ชาวลา	๑๐๐



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๔๕	คุณชฎานิต แก้วกระจาย	๑๐๐
๑๔๖	คุณฤทธิวงศ์ สาสิทธิ์ทอง	๑๐๐
๑๔๗	คุณอำนาจ สมบูรณ์ทรัพย์	๑๐๐
๑๔๘	คุณแก้วใจ สัจจิกุล	๑๐๐
๑๔๙	คุณวิเนตร เลิศวีระศิริกุล	๑๐๐
๑๕๐	คุณมยุรี ทองใบ	๑๐๐
๑๕๑	คุณอาทิตย์ยา เอื้อชัยกุล	๑๐๐
๑๕๒	คุณวิชัย ต้นตินิกุลชัย	๑๐๐
๑๕๓	คุณดรุณี คำดี และครอบครัว	๑๐๐
๑๕๔	คุณอำนาจ ปลอดภัยโปร่ง	๑๐๐
๑๕๕	คุณพีระศักดิ์ชัย ดาศิริ	๑๐๐
๑๕๖	คุณชานีญา ธรรมสังวาลย์	๑๐๐
๑๕๗	คุณธนุชฌันทรู โชติวีรวงศ์	๑๐๐
๑๕๘	คุณมาลีรัตน์ โสदानิล	๑๐๐
๑๕๙	คุณวิชัย สัมโอชา	๑๐๐
๑๖๐	พ.ต.อ.บุญเสริม ศรีชมภู และครอบครัว	๑๐๐
๑๖๑	คุณอุษา ส่ง่างาม	๑๐๐
๑๖๒	คุณนัยรัตน์ ทวีนันททรัพย์	๑๐๐
๑๖๓	คุณสิทธิชัย ปัญกิจจนวนัน	๑๐๐
๑๖๔	พ.ต.อ.กิตติพงษ์ วิเศษสงวน	๑๐๐
๑๖๕	คุณพวงทิพย์ ไตรตั้งวงศ์	๑๐๐
๑๖๖	คุณกฤษดา ตืดพิณ	๑๐๐
๑๖๗	คุณชัยชัย ทองชื่น	๑๐๐
๑๖๘	คุณอุษา ส่ง่างาม	๘๐
๑๖๙	คุณมณฑิรา เกษมกรกิจ	๘๐
๑๗๐	อ.จันทรา ทองเคียน	๗๐
๑๗๑	คุณอุรรัตน์ คลังทอง	๖๐
๑๗๒	คุณนภาพร ชัยสวัสดิ์	๖๐
๑๗๓	คุณนภาพรค์ ตึกปากเกร็ด	๖๐
๑๗๔	คุณพรทิพย์ พุ่มสุข	๖๐



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๗๖	คุณกรเอก ขจรกรสิริ	๖๐
๑๗๗	คุณวรัตน์ ชัยสวัสดิ์	๖๐
๑๗๘	คุณขาแข็ง กักศิรัตนวัตร	๖๐
๑๗๙	คุณวรัตน์ ชัยสวัสดิ์	๕๐
๑๘๐	คุณสุนีย์ แซ่โอ้ว	๕๐
๑๘๑	คุณเสรี จักษา	๕๐
๑๘๒	คุณขวัญ ภาคยุทธ	๕๐
๑๘๓	คุณปราณี มหารำลึก	๕๐
๑๘๔	คุณวิชัย ดันตินกุลชัย	๕๐
๑๘๕	คุณแก้วใจ สัจจกุล	๕๐
๑๘๖	คุณธัญพร กุ้บงบอน	๔๐
๑๘๗	คุณปัญญา ศรีพรมมา	๔๐
๑๘๘	คุณอำนาจ สมบูรณ์ทรัพย์	๔๐
๑๘๙	คุณสงวน วิเท	๔๐
๑๙๐	คุณทศพล ธรรมศรีมงคล	๔๐
๑๙๑	คุณสุพิศ เปรมมาก	๓๐
๑๙๒	คุณสันติ พรหมบุตร	๓๐
๑๙๓	คุณนภาพร นกแก้ว	๓๐
๑๙๔	คุณเสงี่ยม ประคองสุข	๓๐
๑๙๕	คุณทศพล ธรรมศรีมงคล	๒๐
๑๙๖	คุณสุนีย์ แสงสุริยรังสี	๒๐
๑๙๗	คุณยุพิน แก้วกันเนตร	๒๐
๑๙๘	ด.ญ.นงนภัส ภาวสุทธิไพศิรุ	๒๐
๑๙๙	คุณวรลักษณ์ อร่ามประยูร	๒๐
๒๐๐	คุณเกียรติสิน ลิ้มบุตร	๒๐
๒๐๑	ด.ญ.นงนภัส ภาวสุทธิไพศิรุ	๒๐
๒๐๒	คุณขันติ ลิ้มสัมมาภรณ์	๒๐
๒๐๓	คุณเพิ่มพงศ์-ด.ช.เอกสหัส ธนพิพัฒน์สังจา	๒๐

รวมครัทธาทั้งสิ้น ๒๘๓,๗๒๐ บาท



66

ผู้ที่พัฒนาจิต จนมีสติและเข้าถึงปัญญาเห็นถูกตามธรรมได้แล้ว
จิตย่อมมีบุญสั่งสม แล้วส่งผลให้เกิดเป็นคุณธรรม...
ผู้มีปัญญาเห็นถูกและมีคุณธรรมสถิตอยู่กับใจ
ย่อมมีชีวิตประสบความสำเร็จ
ดังนั้นผู้ไม่ประมาท พึงควรพัฒนาศักยภาพของตนเอง...

99

