



การใส่โคมระย้า: งาน: การใส่โคมที่ขลัง

ประพันธ์
โดย พ.อ.ดร. ประจักษ์ วัฒนศิริ
พิมพ์โดย บริษัท อสมท จำกัด (มหาชน)

การให้ธรรมะ ขณะการให้ตัวเอง

สมเด็จพระญาณสังวร
สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

พระนิพนธ์เพื่อ @ ความสะอาดดี แห่งชีวิต
และพระคติธรรมเพื่อ @ เบื้องหลัง ๕๑ ๕๑ ๑ ๑

พระคตินิธรรม

หน้าที่ของคนเราที่จะพึงปฏิบัติต่อชีวิตร่างกายคือ การบริหารรักษาร่างกายให้ปราศจากโรค ให้มีสมรรถภาพ และประกอบประโยชน์เพื่อให้เป็นชีวิตดี ชีวิตที่อุดม ไม่ให้เป็นชีวิตชั่ว ชีวิตเปล่าประโยชน์ และในขณะที่เดียวกัน ก็ให้กำหนดรู้คตินิธรรมตาของชีวิต เพื่อความไม่ประมาท

พระพุทธเจ้าตรัสห้ามมิให้ทำลายชีวิตร่างกาย ถ้าจะเกิดความอยาก ความโกรธ ความเกลียด ในอันที่จะทำลายชีวิตร่างกาย ก็ให้ทำลายความอยาก ทำลายความโกรธ ทำลายความเกลียดนั้นแหละเสีย

อีกอย่างหนึ่ง ธรรมคือคุณงามความดี ตรงกันข้ามกับอธรรมคือความชั่ว ซึ่งโดยมากก็รู้กันอยู่ ฉะนั้นเมื่อเคารพในความรู้ หมายความว่า เมื่อรู้ว่าไม่ดี ก็ตั้งใจเว้นไว้ เมื่อรู้ว่าดี ก็ตั้งใจทำ ดังนี้เรียกว่า เคารพในธรรมที่รู้โดยตรง ซึ่งทำคนให้เป็นคน กล่าวคือ เป็นมนุษย์โดยธรรม

สมเด็จพระญาณสังวร

สมเด็จพระสังฆราช อภิธรรมสังฆปริณายก

คำนำ

พุทธศาสนาสุภาวชิบพหนึ่ง ซึ่งเป็นที่ค้ำชูค้ำใจคนจำนวนมาก คือบทที่ว่า.. “สพฺพทานํ ธมฺมทานํ ชินาติ แปลความว่า การให้ธรรม ย่อมชนะการให้ทั้งปวง” เพราะพุทธศาสนิกชนจำนวนไม่น้อย มีศรัทธา เชื่อในคุณแห่งการให้ธรรมเป็นทาน จึงแม้สามารถก็จะพากันพิมพ์หนังสือธรรมะแจกเป็นธรรมทาน ซึ่งเชื่อว่าเหนือการให้ทั้งปวง ซึ่งจักเป็นบุญเป็นกุศล ยิ่งกว่าบุญกุศลที่เกิดจากการให้ทานอื่นทั้งปวง นี่เป็นการถูก เป็นการดี เพราะการเผยแพร่ธรรมของพระพุทธเจ้าเป็นความดีอย่างยิ่ง ยิ่งผู้ได้รับนำไปปฏิบัติก็ จะยิ่งเป็นการดีที่สุด

เพราะการปฏิบัติธรรม ทรงธรรม ตั้งอยู่ในธรรม เป็นการนำไปถึงความสวัสดิ์อย่างแท้จริง และไม่เพียง เป็นความสวัสดิ์ดีเฉพาะตนเองเท่านั้น ยังสามารถแผ่ความสวัสดิ์ให้กว้างไกลไปถึงผู้เกี่ยวข้องได้มากมาย

กล่าวได้ว่า *ผู้มีธรรมเพียงคนเดียว ย่อมยังความเย็นความสุขให้เกิดได้เป็นอันมาก ตรงกันข้ามกับผู้ไม่มี ธรรม...แม้เพียงคนเดียว ก็ย่อมยังความร้อนความทุกข์ให้เกิดได้เป็นอันมาก*

สารบัญ

การให้ธรรมะ ขณะการให้ทั้งปวง

○ การให้ธรรมะ ขณะการให้ทั้งปวง	๑
○ ทุกชีวิตมีความตายเป็นเบื้องหน้า	๕
○ ความดีเปรียบประดุจแสงสว่าง	๘
○ ปราชญ์กล่าวว่า ชีวิตนี้น้อยนัก	๑๓
○ ทางแห่งความตาย	๑๙
○ ปลดปล่อยใจ ก่อนถูกความตายบังคับ	๒๓
○ ทุกชีวิตมีเวลาอันจำกัด	๒๗
○ พุทธวิธีเพื่อการหลุดตาย	๓๔
○ ผู้ประพฤติดี ย่อมฝึกตน	๓๙
○ ชัยชนะอันยิ่งใหญ่ของมนุษย์	๔๓
○ ผู้เป็นที่รักของมนุษย์และเทวดา	๕๐

การให้ธรรมะ ขณะการให้ตัวเอง

สมเด็จพระญาณสังวร

สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

การให้ธรรมะ ขณะการให้ทั้งปวง

○ การให้ธรรมะ ขณะการให้ทั้งปวง

พุทธศาสนสุภาษิตบทหนึ่ง ซึ่งเป็นที่คุ้นหูคุ้นใจคนจำนวนมาก คือบทที่ว่า "สพฺพทานํ ธมฺมทานธ ชินาติ แปลความว่า การให้ธรรมะ ย่อมชนะการให้ทั้งปวง" เพราะพุทธศาสนิกชนจำนวนไม่น้อย มีศรัทธาเชื่อในคุณแห่งการให้ธรรมะเป็นทาน จึงแม้สามารถก็จะพากันพิมพ์หนังสือธรรมะแจกเป็นธรรมทาน ซึ่งเชื่อว่าเป็นการให้ทั้งปวง ซึ่งจักเป็นบุญเป็นกุศลยิ่งกว่าบุญกุศลที่เกิดจากการให้ทานอื่นทั้งปวง

นี่เป็นการถูก เป็นการดี เพราะการเผยแพร่ธรรมของพระพุทธเจ้า เป็นความดีอย่างยิ่ง ยิ่งผู้ได้รับนำไปปฏิบัติก็จะยิ่งเป็นการดีที่สุด เพราะการปฏิบัติธรรมทางธรรม ทรงธรรม ตั้งอยู่ในธรรม เป็นการนำไปถึงความสวัสดิ์อย่างแท้จริง และไม่เพียงเป็นความสวัสดิ์เฉพาะตนเองเท่านั้น ยังสามารถแผ่ความสวัสดิ์ให้กว้างไกลไปถึงผู้เกี่ยวข้องได้มากมาย

กล่าวได้ว่า ผู้มีธรรมเพียงคนเดียว ย่อมยังความเย็นความสุขให้เกิดได้เป็นอันมาก ตรงกันข้ามกับผู้ไม่มีธรรม แม้เพียงคนเดียว ก็ย่อมยังความร้อนความทุกข์ให้เกิดได้เป็นอันมาก

○ การให้ธรรมะที่แท้จริง หมายถึงการทำตนเองของทุกคนให้มีธรรม

พิจารณาจากความจริง ที่ว่าผู้มีธรรมเป็นผู้ให้ความเย็น ความสุขแก่ผู้อื่นได้ เช่นเดียวกันกับที่ให้ความเย็นความสุขแก่ตนเอง อาจเห็นได้ว่า การให้ธรรมไม่หมายถึงเพียงการพิมพ์หนังสือธรรมะแจก หรือการอบรมสั่งสอนด้วยวาจา ใ้รู้ให้เห็นธรรมเท่านั้น

แต่การให้ธรรมที่แท้จริง ย่อมหมายถึงการทำตนเองของทุกคนให้มีธรรม ให้ธรรมในตนปรากฏแก่คนทั้งหลายโดยอัตโนมัติ ไม่ต้องมีการแสดงออกเป็นการสั่งสอนด้วยวาจา หรือเช่นด้วยการแสดงธรรมแบบพระธรรมเทศนาของพระ



การสั่งสอนธรรมหรือให้ธรรมด้วยความประพฤติปฏิบัติธรรมด้วยตนเองนั้น มีความสำคัญเหนือกว่าการแจกหนังสือธรรมเป็นอันมากด้วยซ้ำ เพราะการประพฤติปฏิบัติธรรมด้วยตนเองอย่างสม่ำเสมอ จนธรรมนั้นเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับกายกับใจ นั้นแหละเป็นการแสดงธรรมให้ปรากฏแก่ผู้รู้ผู้เห็นทั้งหลายทั้งปวง และจะต้องได้ผลมากกว่าการให้ธรรมที่เป็นข้อเขียนในหน้าหนังสือ

○ ความสูงต่ำ ห่างไกลของธรรมที่ดีและชั่วนั้นมีมากมายยิ่งนัก

อันคำว่าธรรมนั้น ที่แท้จริงมีความหมายเป็นสองอย่าง คือทั้งที่ดีและที่ชั่ว หนังสือธรรมมิได้แสดงแต่ธรรมที่ดี แต่แสดงธรรมที่ชั่วด้วย เพียงแต่แสดงธรรมที่ดีว่าให้ประพฤติปฏิบัติ แสดงธรรมที่ชั่วว่าไม่ควรประพฤติปฏิบัติ และผู้ประพฤติธรรมหรือผู้มีธรรมนั้นก็คือ ผู้ประพฤติธรรมที่ดี ไม่ประพฤติธรรมที่ชั่ว ผู้ประพฤติธรรมที่ดีเรียกได้ว่าเป็นสัตบุรุษ ผู้ประพฤติธรรมที่ชั่ว เรียกได้ว่าเป็นอสัตบุรุษ ความสูงต่ำ ห่างไกลของธรรมที่ดีและที่ชั่วนั้นมีมากมายยิ่งนัก

มีพุทธศาสนสุภาษิตกล่าวไว้ว่า “ฟ้ากับดินไกลกัน และฝั่งทะเลก็ไกลกัน แต่นักปราชญ์กล่าวว่า ธรรมของสัตบุรุษกับของอสัตบุรุษไกลกันยิ่งกว่านั้น”

○ การทำตนที่ชั่ว ให้เป็นคนที่ดีได้ เป็นกุศลที่สูงที่สุด

ผู้ให้ธรรมทั้งด้วยการให้หนังสือธรรม และทั้งการปฏิบัติด้วยตนเองให้ปรากฏเป็นแบบอย่างที่ดีงาม เป็นแบบอย่างของสัตบุรุษ กล่าวว่าเป็นผู้ให้เหนือการให้ทั้งปวง เพราะการพยายามช่วยให้คนเป็นผู้มีธรรมของสัตบุรุษ ละธรรมของอสัตบุรุษนั้น ก็เท่ากับพยายามช่วยให้คนบนดินคือต่ำเตี้ย ได้เข้าใกล้ฟ้าคือสูงส่ง หรือช่วยให้คนชั่วเป็นคนดีนั่นเอง

การช่วยให้คนชั่วเป็นคนดีนั้น ผู้ใดทำได้จักได้กุศลสูงยิ่ง การช่วยตนเองที่ประพฤติไม่ดีให้เป็นคนประพฤติดีนั้น ก็เป็นการช่วยคนชั่วให้เป็นคนดีเช่นกัน และจะเป็นกุศลที่สูงที่สุดเสียด้วยซ้ำ เพราะนอกจากตนเองจะช่วยตนเองแล้ว คนอื่นยากจักช่วยได้นี้หมายความว่า อย่างน้อยตนเองต้องยอมรับฟังการแนะนำช่วยเหลือของผู้อื่น ยอมปฏิบัติตามผู้อื่นที่ปฏิบัติเป็นแบบอย่างที่ดีให้ปรากฏอยู่ คือทำตนเองให้เป็นผู้ประพฤติธรรมของสัตบุรุษ ละการประพฤติปฏิบัติธรรมของอสัตบุรุษให้หมดสิ้น



○ ฟังอบรมปัญญา เพื่อเป็นแสงสว่างขับไล่โมหะ

ผู้มาบริหารจัดการทั้งนั้น ฟังดูจิตตนเองให้เห็นชัดเจนว่า มีความปรารถนาต้องการจะก่อทุกข์โทษภัยให้แก่ตนเองหรือไม่ ถ้าไม่มีความปรารถนานั้น ก็พึงรู้ว่าจำเป็นต้องอบรมปัญญาเพื่อให้ปัญญาเป็นแสงสว่างขับไล่ความมืดมิดของโมหะ ให้บรรเทาเบาบางถึงหมดสิ้นไป

ปัญญาจะช่วยให้เห็นถูกเห็นผิดตามความเป็นจริง และเมื่อเห็นตรงตามความเป็นจริงแล้ว การปฏิบัติย่อมไม่เป็นเหตุแห่งทุกข์โทษภัยของตนเอง และของผู้ใดทั้งสิ้น ทุกข์โทษภัยย่อมไม่มีแก่ตน อาจมีปัญหาวาว่าแม้ตนเองไม่ก่อทุกข์โทษภัยแก่ตนเอง ด้วยกระทำที่ไม่ถูกไม่ชอบทั้งหลาย แต่เมื่อยังมีผู้อื่นอีกเป็นอันมากที่ก่อทุกข์โทษภัยอยู่ แล้วเราจะพ้นจากทุกข์โทษภัยนั้นได้อย่างไร

ปัญหานี้แม้พิจารณาเพียงผิวเผิน ก็น่าจะเป็นปัญหาที่ต้องยอมจำนน คือต้องรับว่าถูกต้อง แต่ถ้าพิจารณาให้ลึกซึ้งอย่างประกอบด้วยปัญญาแท้จริง ย่อมได้รับคำตอบแก้ปัญหาคงได้เป็นอย่างดี เพราะผู้มีความเห็นชอบ ปราศจากโมหะ ย่อมเห็นได้ว่าไม่มีทุกข์โทษภัยใดจะเกิดแก่ตน ถ้าตนสามารถวางความคิดไว้ได้ชอบ เพราะความทุกข์ทั้งปวงเกิดจากความคิด

○ ผู้มุ่งปฏิบัติธรรม ต้องรู้จักพิจารณาเลือกเฟ้นธรรม

ผู้มุ่งมาบริหารจัดการ มุ่งปฏิบัติธรรมเพื่อความพ้นจากกิเลส ต้องพิจารณาใจตนในขณะที่อ่านหนังสือหรือฟัง เรียกว่าเป็นการเลือกเฟ้นธรรม ธรรมใดกระทบใจว่า ตรงกับที่ตนเป็นอยู่ ฟังปฏิบัตินั้นย่อมนำธรรมนั้นเข้าสู่ใจตน เพื่อแก้ไขให้เรียบร้อย

ที่ท่านกล่าวว่า “เห็นบัณฑิตใด ผู้มีปกติซื่อความผิดให้ ดุจผู้บอกชุมทรัพย์ให้ ซึ่งมีปกติกล่าวร้าย มีปัญญา ฟังคบบัณฑิตเช่นนั้น เมื่อคบท่านเช่นนั้น ย่อมประเสริฐไม่เลวเลย” “บัณฑิต” นั่นคือ “คนดีผู้มีธรรม หรือผู้รู้ธรรมปฏิบัติธรรมที่พระพุทธองค์ทรงสั่งสอนนั่นเอง”



การกล่าวธรรมของบัณฑิต คือการกล่าวตามที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ และบัณฑิตนั้นมีพุทธภาชิตกล่าวไว้ด้วยว่า...”บุรุษจะเป็นบัณฑิตในที่ทั้งปวงก็หาไม่ แม้สตรีมีปัญหาเฉียบแหลมในที่นั้น ๆ ก็เป็นบัณฑิตได้เหมือนกัน”

○ สามารถหนีไกลจากกิเลสได้มากเพียงไร ก็สามารถแลเห็นพระพุทธเจ้าได้ใกล้ชิดเพียงนั้น

คนดีมีปัญหา คือคนมีกิเลสบางเบา โลกน้อย โกรธน้อย หลงน้อย

กิเลสนั้นมีมากเพียงไร ก็ทำให้เหลือน้อยได้ ทำให้หมดจดอย่างสิ้นเชิงได้ สำคัญที่ผู้มกิเลสต้องมีปัญญา แม้พอสมควรที่จะทำให้เชื่อว่า กิเลสเป็นโทษอย่างยิ่ง ควรหนีให้ไกล สามารถหนีไกลกิเลสได้มากเพียงไร ก็สามารถเป็นคนดี เป็นบัณฑิตได้เพียงนั้น ทั้งยังสามารถแลเห็นพระพุทธเจ้าได้ใกล้ชิดเพียงนั้นด้วย



ทุกชีวิต มีความตายเป็นเบื้องหน้า

○ ทุกชีวิตมีความตายเป็นเบื้องหน้า

มีพระพุทธศาสนสุภาษิตว่า “ทั้งเด็ก ทั้งผู้ใหญ่ ทั้งคนพาล ทั้งบัณฑิต ล้วนไปสู่อำนาจแห่งความตาย ล้วนมีความตายเป็นเบื้องหน้า” แทบทุกคน เคยได้รับรู้ความหมายของข้อความนี้อยู่ตลอดมาแล้ว แทบทุกคนเคยพูดออกจากปากตนเองมาแล้วนับครั้งไม่ได้ แม้จะไม่ตรงเป็นคำคำ แต่ก็มีความหมายตรงกัน

○ ไม่มีสักคนเดียว ที่จะหนีความตายพ้น

ทุกคนมีความรู้อยู่แก่ใจ ว่าทุกคนเกิดมาแล้วต้องตาย ไม่มีสักคนเดียวที่จะหนีความตายพ้น แล้วทุกคนมีความได้เปรียบอยู่ประการหนึ่ง ที่มีความรู้นี้ติดตัวติดใจอยู่ แต่แทบทุกคนก็มีความเสียเปรียบอยู่ประการหนึ่ง ที่ไม่เห็นค่า ไม่เห็นประโยชน์ของความรู้นี้ จึงมิได้ใส่ใจเท่าที่ควร ปล่อยปละละเลย รู้จึงเหมือนไม่รู้ สิ่งที่เป็นคุณประโยชน์จึงเหมือนเป็นสิ่งที่ไม่มีค่า

○ ความรู้ว่าต้องตาย เป็นคุณประโยชน์ยิ่งใหญ

ความรู้ว่าทุกคนเกิดมาแล้วต้องตาย เป็นสิ่งเป็นคุณประโยชน์ยิ่งใหญ แม้ใส่ใจในความรู้นี้ให้เท่าที่ควร ก็จะสามารถนำไปเกิดคุณเกิดประโยชน์แก่ตนเองได้มหาศาล ยากจะหาประโยชน์ใดอาจเปรียบได้

○ ปราศัญทางพระพุทธศาสนา สอนให้หัดตายก่อนถึงเวลาตายจริง

ปราศัญทางพระพุทธศาสนาทั้งหลาย สอนให้หัดตายก่อนถึงเวลาตายจริง ท่านสอนให้หัดตายไว้เสมอ อย่างน้อยก็ควรวันละครั้ง ครั้งละ ๕ นาที ๑๐ นาที เป็นอย่างน้อย



การหัดตายนั้นบางผู้บางพวกน่าจะเริ่มหัดคิดถึงสภาพเมื่อตนกำลังจะถูกประหารให้ถึงตาย คิดให้ลึกซึ้งถึงความกลัวตายของตนในขณะนั้น แล้วก็คิดจนถึงเมื่อต้องถูกประหารถึงตายจนได้ แม้จะกลัวแสนกลัว แม้จะพยายามกระเสือกกระสนช่วยตนเองให้รอดพ้นอย่างไร ก็หารอดพ้นไม่ต้องตายด้วยความทรมานทั้งกายทั้งใจ

○ การหัดตาย มีคุณเป็นพิเศษแก่จิตใจอย่างยิ่ง

การหัดตาย ด้วยเริ่มตั้งแต่ความกลัวตายอย่างทารุณโหดร้ายเช่นนี้ มีคุณเป็นพิเศษแก่จิตใจ จะสามารถอบรมบ่มนิสัยที่แม้เห็นมโหฬารอำมหิต ปราศจากเมตตากรุณาต่อชีวิตร่างกายผู้อื่น ลัทธิอื่นให้เปลี่ยนแปลงได้ ความคิดที่จะประหารประหารเขา เพื่อผลได้ของตนก็จะเกิดได้ยากหรือจะเกิดไม่ได้เลย

การพยายามหัดตาย ให้รู้สึกหวาดกลัวการถูกประหารประหาร ผลาญชีวิตตนนั้น เมื่อทำไว้เสมอ ก็จะทำให้เกิดผลเป็นความเข้าใจถึงความรู้สึกของผู้อื่นที่จะต้องหวั่นกลัว เช่นเดียวกัน ความเมตตาปราณีชีวิตผู้อื่น ลัทธิอื่น ก็เกิดได้แม้จะไม่เคยเกิดมาก่อน ซึ่งก็เป็นการเมตตาปราณีชีวิตตนเองพร้อมกันไปด้วยอย่างแน่นอน

○ กรรม...ให้ผลเหมือนยาพิษร้าย และลัทธิชื้อยี่งนัก

ผู้ประหารประหารเขา แม้จะได้สิ่งที่มุ่งได้ แต่ผลที่แท้จริงอันจะเกิดจากกรรม คือการประหารประหารที่ได้ประกอบกระทำลงไปนั้น จะเป็นทุกขโทษแก่ผู้กระทำ อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

กรรมนั้นให้ผลลัทธิชื้อยี่งนัก เหมือนผลของยาพิษร้าย กรรมนั้นเมื่อทำแล้ว ก็เหมือนดื่มยาพิษร้ายแรงเข้าไป จักไม่เกิดผลแก่ชีวิตและร่างกายไม่มี ถ้าเป็นกรรมดี ก็จักให้ผลดี ถ้าเป็นกรรมชั่ว ก็จักให้ผลชั่ว



○ พุทธศาสนิกพึงมีปัญญาเชื่อเรื่องกรรมให้ถูกต้อง

เราเป็นพุทธศาสนิกนัับถือพระพุทธศาสนา พึงมีปัญญาเชื่อให้จริงจังถูกต้องในเรื่องกรรม และการให้ผลของกรรม จักเป็นสิริมงคล เป็นความสวัสดิ์แก่ตนเอง

ยุคสมัยนี้น่าจะง่ายพอสมควร สำหรับจะนึกให้กลัวการถูกประหารถึงชีวิต เพราะเหตุการณ์ทำนองนี้เกิดขึ้นแก่ใครต่อใครไม่ว่างเว้น อาจเกิดแก่เราเองวินาทีใดวินาทีหนึ่งก็ได้ หัดคิดไว้ก่อนจึงเป็นการเตรียมพร้อมที่ไม่ปราศจากเหตุผล แต่เป็นความไม่ประมาท

○ ทุกชีวิต...จะถูกลมฤตยูรุกรานเมื่อไร ไม่มีใครรู้ได้

ความตายเกิดขึ้นได้แก่ทุกคน ทุกแห่ง ทุกเวลา พุทธศาสนสุภาษิตกล่าวว่ “เมื่อสัตว์จะตาย ไม่มีผู้ป้องกัน จะอยู่ในอากาศ อยู่กลางสมุทร เข้าไปสู่หลีบเขา ก็ไม่พ้นจากมฤตยูได้ ประเทศคือดินแดนที่มฤตยูจะไม่รุกรานผู้อยู่...ไม่มี” เราจะถูกลมฤตยูรุกรานเมื่อไร ที่ไหน..เราไม่รู้ หายใจออกครั้งนี้แล้ว อาจจะไม่หายใจเข้าอีก เมื่อถึงเวลาจะต้องตาย ไม่มีผู้ใดขัดเพื่อนได้ ไม่มีผู้ใดจะช่วยให้ เพราะเมื่อสัตว์จะตายไม่มีผู้ป้องกัน และความขัดเพื่อนกับมฤตยูอันมีกองทัพใหญ่นั้นไม่ได้เลย

○ ทุกอย่างก้าวของทุกคน นำไปถึงมือมฤตยูได้

ทุกอย่างก้าวของทุกคน ไม่ว่าจะเป็ใคร อยู่แห่งหนตำบลใด นำไปถึงมือมฤตยูได้ ผู้ร้ายก็เคยตกอยู่ในมือมฤตยู ทั้งที่ถุงใส่เงินแสนเงินล้านที่ไปปล้นจี้เขามายังอยู่ในมือ ไม่ทันได้ใช้ ไม่ทันได้เก็บเข้าบัญชีสะสมเพื่อความสมปรารถนาของตน นักการเมืองไม่ว่าเล็กไม่ว่าใหญ่ ก็เคยตกอยู่ในมือมฤตยู ในขณะที่กำลังเหนื่อยกายเหนื่อยใจ ใช้หัวคิดทุ่มเทเพื่อบรรลุจุดมุ่งหมายสูงสุดของตน ผู้ที่กำลังยิ้มแย้มแจ่มใสมีความสุขกับครอบครัว เคี้ยวข้าวอยู่ในปากแท้ ๆ ก็เคยตกอยู่ในมือมฤตยูโดยไม่รู้เนื้อรู้ตัว ผู้เห็นฟ้าอยู่บนเครื่องบินใหญ่โตพารารวกับตึก ก็เคยอยู่ในมือมฤตยูโดยไม่คาดคิด ผู้โดยสารเรือเดินสมุทรใหญ่ ก็เคยตกอยู่ในมือมฤตยูพร้อมกันมากมายหลายร้อยชีวิต นักโต้เขาผู้สามารถ ก็เคยหายสาบสูญในขณะที่กำลังโต้เขา โดยตกเข้าไปอยู่ในมือมฤตยู



ความดีเปรียบประดุจแสงสว่าง

○ กิเลสมีมากเพียงใด ทุกข์มีมากเพียงนั้น

ความทุกข์จะต้องมีอยู่ トラบที่กิเลสทั้งสามกองคือ โลก โกรธ หลง ยังมีอยู่ กิเลสมีมากเพียงใด ทุกข์มีมากเพียงนั้น เมื่อใดกิเลสสามกองหมดไปจากจิตใจอย่างสิ้นเชิงแล้วนั้นแหละ ความทุกข์จึงจะหมดไปจากจิตใจอย่างสิ้นเชิงได้ จึงควรพยายามทำกิเลสให้หมดสิ้นให้จงได้ มีมานะพากเพียรใช้สติใช้ปัญญาให้รอบคอบ เต็มความสามารถให้ทุกเวลานาทีที่ทำได้ แล้วจะเป็นผู้ชนะ

○ ความทุกข์ทั้งสิ้น เกิดจากกิเลสในใจเป็นสำคัญ

เราทุกคนต้องการเป็นสุข ต้องการพ้นทุกข์ แต่ไม่ปฏิบัติเพื่อความเป็นสุข เพื่อความสิ้นทุกข์ แล้วผลจะเกิดได้อย่างไร

ความคิดเราร้อนต่าง ๆ อันเป็นเหตุให้เป็นทุกข์กันอยู่ในทุกวันนี้ ล้วนเกิดจากกิเลสในใจเป็นเหตุสำคัญ ทั้งสิ้น กิเลสนั้นแหละเป็นเครื่องบัญชาให้ความคิดเป็นไปในทางก่อทุกข์ทุกประการ ถ้าไม่มีกิเลสพาให้เป็นไปแล้ว ความคิดจะไม่เป็นไปในทางก่อทุกข์เลย ความคิดจะเป็นไปเพื่อความสงบสุขของตนเอง ของส่วนรวม ตลอดจนถึงของชาติ ของโลก

○ ทำความเชื่อมั่นว่ากิเลสทำให้เกิดทุกข์จริง จักสามารถแก้ปัญหาทุกข์ที่เกิดขึ้นทั้งปวงได้

ความสำคัญที่สุดอยู่ที่ว่า ต้องพยายามทำความเชื่อมั่นให้เกิดขึ้นเสียก่อน ว่ากิเลสทำให้เกิดทุกข์จริง คือ กิเลสนี้แหละทำให้คิดไปในทางเป็นทุกข์ต่าง ๆ เมื่อยังกำจัดกิเลสไม่ได้จริง ๆ ก็ต้องฝืนใจหยุดความคิด อันเต็มไปด้วยกิเลสเราร้อนเสียก่อน



การหยุดความคิดที่เป็นโทษ เป็นความร้อนนั้น ทำได้ง่ายกว่าตัดรากถอนโคนกิเลส ฉะนั้นในขั้นแรก ก่อนที่จะสามารถทำกิเลสให้สิ้นไปได้ ก็ให้ฝึใจไม่คิดไปในทางเป็นทุกข์เป็นโทษให้ได้เป็นครั้งคราวก่อนก็ ยังดี

○ หยุดความคิดที่เกิดด้วยอำนาจของกิเลส

อย่าเข้าข้างตัวเองผิด ๆ ดูตัวเองให้เข้าใจ เมื่อโลกเกิดขึ้นให้รู้ว่ากำลังคิดโลกแล้ว และหยุดความคิดนั้น เสีย เมื่อโกรธเกิดขึ้นให้รู้ว่ากำลังคิดโกรธแล้ว และหยุดความคิดนั้นเสีย เมื่อหลงให้รู้ว่ากำลังคิดหลง และหยุดความคิดนั้นเสีย

หัดหยุดความคิดที่เป็นกิเลสเสียก่อนตั้งแต่บัดนี้เถิด จะเป็นการเริ่มฐานต่อต้านการปราบปรามทุกข์ให้สิ้น ไป ที่จะให้ผลจริงแท้แน่นอน ความคิดของคนทุกคนแยกออกได้เป็นสองอย่าง หนึ่งคือความคิดที่เกิด ด้วยอำนาจของกิเลสมีโลภ โกรธ หลง อีกอย่างหนึ่งคือความคิดที่พ้นจากอำนาจของความโลภ โกรธ หลง ความคิดอย่างแรกเป็นเหตุให้ทุกข์ให้ร้อน ความคิดอย่างหลังไม่เป็นเหตุให้ทุกข์ให้ร้อน

○ นับถือผู้สั่งสอนความถูกต้องดีงามเป็นครู

จะถือผู้ใด สิ่งใดเป็นครูได้ ก็ต้องเมื่อผู้นั้นสอนความถูกต้องดีงามให้เท่านั้น ต้องไม่ถือผู้สอนความไม่ ถูกไม่งามเป็นครูโดยเด็ดขาด และที่ว่าต้องไม่ถือเป็นครูหมายความว่าต้องไม่ปฏิบัติตาม ที่ว่าให้ถือเป็น ครูก็คือให้ปฏิบัติตาม

ทุกคนมีหน้าที่เป็นศิษย์ หน้าที่ของศิษย์ก็คือปฏิบัติตามครู อย่งให้ความเคารพ กล่าวได้ว่าให้เคารพ และปฏิบัติตามคนดีแบบอย่างที่ดี รำลึกถึงคนดีและแบบอย่างที่ดีไว้เสมอ อย่างมีกตัญญูกตเวทิตีคือรู้ พระคุณท่านและตอบแทนพระคุณท่าน การตอบแทนก็คือทำตนเองให้ได้เหมือนครู นั้นเป็นการถูกต้อง สมควรที่สุด จะได้รับความสุขสวัสดิ์ตลอดไป



○ ความดีหรือบุญกุศลเปรียบเหมือนแสงไฟ

ความดีหรือบุญกุศลเปรียบเหมือนแสงไฟ ผู้ที่ทำบุญทำกุศลอยู่เสมอสม่ำเสมอ แม้จะเหมือนไม่ได้รับผลของความดี บางครั้งก็เหมือนทำดีไม่ได้ดี ทำดีได้ชั่วเสียด้วยซ้ำ เช่นนี้ก็เหมือนจุดไฟในท่ามกลางแสงสว่างยามกลางวัน ย่อมไม่ได้ประโยชน์จากแสงสว่างนั้น แต่ถ้าตกต่ำมีความมืดมาบดบัง แสงสว่างนั้นย่อมปรากฏชัดความมืดให้ลึกลงไป สามารถแลเห็นอะไร ๆ ได้ เห็นอันตรายที่อาจมีอยู่ได้ จึงยอมสามารถหลีกเลี่ยงอันตรายเสียได้ ส่วนผู้ไม่มีแสงสว่างอยู่กับตน เช่นไม่มีเทียนจุดอยู่ เมื่อถึงยามกลางคืนมีความมืดมิด ย่อมไม่อาจชัดความมืดได้ ไม่อาจเห็นอันตรายได้ ไม่อาจหลีกเลี่ยงอันตรายได้

○ ผู้มีแสงสว่างอยู่กับตัว สามารถดำรงตนอยู่ได้ด้วยดีที่ทำความดี

ผู้ทำความดีเหมือนผู้มีแสงสว่างอยู่กับตัว ไปถึงที่มืดคือที่คับขันย่อมสามารถดำรงตนอยู่ได้ด้วยดี พอสมควรกับความดีที่ทำอยู่ ตรงกันข้ามกับผู้ไม่ได้ทำความดี ซึ่งเหมือนกับผู้ไม่มีแสงสว่างอยู่กับตัว ขณะยังอยู่ในที่สว่างอยู่ในความสว่าง ก็ไม่ได้รับความเดือดร้อน แต่เมื่อใดตกไปอยู่ในที่มืดคือที่คับขัน ย่อมไม่สามารถดำรงตนอยู่ได้อย่างสวัสดิ ภัยอันตรายมาถึงก็ไม่รู้ไม่เห็น ไม่อาจหลีกเลี่ยง คนทำดีไว้เสมอกับคนไม่ทำดี แตกต่างกันเช่นนี้ประการหนึ่ง

○ การทำความดี ต้องทำให้ยิ่งขึ้นอยู่เสมอ

การทำดีต้องไม่มีพอ ต้องทำให้ยิ่งขึ้นอยู่เสมอ เพราะไม่มีใครอาจประมาณได้ว่าเมื่อใดจะตกไปในที่มืดมืดขนาดไหน ต้องการแสงสว่างจัดเพียงใด ถ้าไม่ตกเข้าไปในที่มืดมืดมากมายนัก มีแสงสว่างมากไว้ก่อน ก็ไม่ขาดทุน ไม่เสียหาย แต่ถ้าตกเข้าไปในที่มืดมืดมากมาย แสงสว่างน้อย ก็จะไม่เพียงพอจะเห็นอะไร ๆ ได้ถนัดชัดเจน การมีแสงสว่างมากจะช่วยให้รอดพ้นจากการสะดุดหล่มลงเหวลงคู หรือตกเป็นเหยื่อของสัตว์ร้ายจนถึงตายถึงเป็น



○ อารมณ์ภาพของความดีหรือบุญกุศล

อารมณ์ภาพของความดีหรือบุญกุศลนั้น เป็นอัศจรรย์จริง เชื่อไว้ดีกว่าไม่เชื่อ และเมื่อเชื่อแล้วก็ให้พากันแสวงหาอารมณ์ภาพของความดีหรือของบุญกุศล

○ นำกิเลสออกจากใจหมดสิ้นเชิง ใจก็บริสุทธิ์สิ้นเชิง เป็นสภาพที่แท้จริงของใจ

ที่จริงนั้นใจบริสุทธิ์ผ่องใส กิเลสเข้าจับทำให้สกปรกไปตามกิเลส ปล่อยให้กิเลสจับมากเพียงไรใจก็สกปรกมากขึ้นเพียงนั้น นำกิเลสออกเสียบ้าง...ใจก็จะลดความสกปรกลงบ้าง นำกิเลสออกมาก..ใจก็ลดความสกปรกลงมาก นำกิเลสออกหมดสิ้นเชิง..ใจก็บริสุทธิ์สิ้นเชิง เป็นสภาพที่แท้จริงมีความผ่องใส

เมื่อใจกับความสกปรกหรือกิเลสเป็นคนละอย่าง ไม่ใช่อย่างเดียวกัน ทุกคนจึงสามารถจะแยกใจของตนให้พ้นจากกิเลสได้ คือสามารถจะนำกิเลสออกจากใจได้

○ การทำใจให้เป็นสุข ต้องทำด้วยตัวเอง

การจะทำใจให้เป็นสุขผ่องใส นั้น ไม่มีใครจะทำให้ใครได้ เจ้าตัวต้องทำของตัวเอง วิธีทำก็คือ เมื่อเกิดโลกโกรธหลงขึ้นเมื่อใด ให้พยายามมีสติรู้ให้เร็วที่สุด และใช้ปัญญาขบขึงเสียให้ทันท่วงที อย่าปล่อยให้เข้าเพราะจะเหมือนไฟไหม้บ้าน ยิ่งดับช้าก็ยิ่งดับยาก และเสียหายมากโดยไม่จำเป็น



○ พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ชี้ชัดได้ว่า สิ่งใดคือดี สิ่งใดคือชั่ว อย่างถูกต้อง

ถ้าไม่รู้จริง ๆ ว่า อะไรคือดี อะไรคือชั่ว ก็ศึกษาพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า แล้วเชื่อตามที่ทรงสอน ก็จะมีรู้ว่าอะไรคือดี อะไรคือชั่ว ที่จริงแล้วทุกคนรู้ว่าอะไรดีอะไรชั่ว แต่ไม่พยายามรับรู้ความจริงนั้นว่าเป็นความจริงสำหรับตนเองด้วย มักจะให้เป็นอย่างอื่นแทนที่นั่น ดังที่ปรากฏอยู่เสมอ ผู้ที่ว่าคนอื่นไม่ดีอย่างนั้นอย่างนี้ และตัวเองก็เป็นเช่นนั้นด้วย โดยตัวเองก็หาได้ตำหนิตัวเองเช่นที่ตำหนิผู้อื่นไม่ ถ้าจะให้ดีจริง ๆ ถูกต้องสมควรจริง ๆ แล้ว ก็ต้องเชื่อพระพุทธเจ้า ทำนทรงสอนให้เตือนตน แก่ใจตน ก่อนจะเตือนผู้อื่น แก่ใจผู้อื่น



ปราชญ์กล่าวถึง ชีวิตนี้น้อยนัก

○ ชีวิตในชาติปัจจุบันนี้น้อยนัก ล้วนนัก

พุทธศาสนสุภาษิตบทหนึ่ง กล่าวว่า “อุปปกณฺฐิหิ ชีวิตมาหุ อีรา...ปราชญ์กล่าวว่าชีวิตนี้น้อยนัก” ทุกชีวิต ไม่ว่าจะคน ไม่ว่าจะสัตว์ มิได้มีเพียงเฉพาะชีวิตนี้ คือมิได้มีเพียงชีวิตในชาตินี้ชาติเดียว แต่ทุกชีวิตมีทั้งชีวิตในชาติอดีต ชีวิตในชาติปัจจุบัน และชีวิตในชาติอนาคต

“ชีวิตนี้น้อยนัก” หมายถึง ชีวิตในชาติปัจจุบันนี้น้อยนัก ล้วนนัก ชีวิตคืออายุ ชีวิตในปัจจุบันของแต่ละคน อย่างยืนนานที่สุดก็เกินร้อยปีได้ไม่เท่าไร ซึ่งก็ดูราวเป็นอายุที่ยืนมากนัก แม้ไม่นำไปเปรียบกับชีวิตที่ต้องผ่านมาแล้วในอดีต ที่นับชาติไม่ถ้วน นับปีไม่ได้ และชีวิตจะต้องเวียนวนเกิดตายต่อไปอีกในอนาคตที่ก็จะนับชาติไม่ถ้วน นับปีไม่ได้เช่นกัน

ที่ปราชญ์ท่านว่า “ชีวิตนี้น้อยนัก” นั้น ท่านมุ่งให้เปรียบชีวิตนี้กับชีวิตในอดีตที่นับชาติไม่ถ้วน และชีวิตในอนาคตที่จะนับชาติไม่ถ้วนเช่นกัน สำหรับผู้ไม่ยุ่งด้วยปัญญา ไม่สามารถพาตนให้พ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิงได้

○ ทุกชีวิตล้วนผ่านกรรมดีกรรมชั่วมากมาย

ทุกชีวิตก่อนแต่จะได้มาเป็นคนเป็นสัตว์อยู่ในปัจจุบันชาติ ต่างเป็นอะไรต่อมิอะไรมาแล้วมากมาย แยกออกไม่ได้ ว่ามีกรรมดีกรรมชั่วอะไรบ้าง ทำกรรมใดก่อน ทำกรรมใดหลัง ทั้งกรรมดี กรรมชั่วที่ทำไว้ในชาติอดีตทั้งหลาย ย่อมมากมายเกินกว่าที่ได้มากระทำในชาตินี้ ในชีวิตนี้อย่างประมาณมิได้ และกรรมดีกรรมชั่วทั้งหลายเหล่านั้น ย่อมให้ผลตรงตามเหตุทุกประการ แม้ว่าผลจะไม่อาจเกิดขึ้นพร้อมกันทุกสิ่งทุกอย่าง และไม่อาจเรียงเรียงลำดับตามเหตุที่ได้กระทำแล้วก็ตาม แต่ผลทั้งหลายย่อมเกิดแน่ แม้เหตุได้กระทำแล้ว



○ ทุกชีวิตล้วนผ่านกรรมดีกรรมชั่วมากมาย

เมื่อมีเหตุย่อมมีผล เมื่อทำเหตุย่อมได้รับผล และผลย่อมตรงตามเหตุเสมอ ผู้ใดทำผู้หนึ่งจักเป็นผู้ได้รับผล เทียบเท่าแน่นอน เมื่อใดกำลังมีความสุข ไม่ว่าผู้กำลังมีความสุขนั้น จะเป็นเราหรือเป็นเขา เมื่อนั้นพึงรู้ความจริงว่า เหตุดีที่ได้ทำไว้แน่ กำลังให้ผล ผู้ทำเหตุนั้นกำลังเสวยผลแห่งเหตุนั้นอยู่

แม้บุคคลจะไม่สามารถหยั่งรู้ให้เห็นแจ้งได้ ว่าทำเหตุดีหรือกรรมดีใดไว้ แต่ก็พึงรู้พึงมั่นใจว่า เหตุแห่งความสุขที่กำลังได้เสวยอยู่เป็นเหตุดีแน่ เป็นกรรมดีแน่ ผลดีเกิดแต่เหตุดีเท่านั้น ผลดีไม่เกิดแต่เหตุไม่ดีได้เลย เมื่อใดกำลังมีความสุขทุกข์ความเดือดร้อน ไม่ว่าผู้กำลังมีความสุขทุกข์ความเดือดร้อนนั้นจะเป็นเราหรือเป็นเขา เมื่อนั้นพึงรู้ความจริงว่า เหตุไม่ดีที่ได้ทำไว้แน่กำลังให้ผล ผู้ทำเหตุไม่ดีนั้นกำลังเสวยผลแห่งเหตุนั้นอยู่

แม้บุคคลจะไม่สามารถหยั่งรู้ให้เห็นแจ้งได้ว่า ทำเหตุไม่ดีหรือกรรมไม่ดีใดไว้ แต่ก็พึงรู้พึงมั่นใจว่า เหตุแห่งความทุกข์ความเดือดร้อนที่กำลังได้เสวยอยู่ เป็นเหตุไม่ดีแน่ เป็นกรรมไม่ดีแน่ ผลไม่ดีเกิดแต่เหตุไม่ดีเท่านั้น ผลไม่ดีไม่มีเกิดแต่เหตุดีได้เลย

○ ทำดีต้องได้ดีเสมอ ไม่มียกเว้นด้วยเหตุผลใดทั้งสิ้น

เมื่อใด มีความคิดว่าเราทำดีไม่ได้ดี หรือเขาทำดีไม่ได้ดี ก็พึงรู้ว่า เมื่อนั้นกำลังหลงคิดผิดจากความจริง กำลังเข้าใจผิดจากความจริง ทำดีต้องได้ดีเสมอ ไม่มียกเว้นด้วยเหตุผลใดทั้งสิ้น

เมื่อใด มีความคิดว่าเราทำไม่ดี แต่กลับได้ดี หรือเขาทำไม่ดีแต่กลับได้ดี ก็พึงรู้ว่า เมื่อนั้นกำลังหลงคิดผิดจากความจริง กำลังเข้าใจผิดจากความจริง ทำไม่ดีต้องได้ไม่ดีเสมอ ไม่มียกเว้นด้วยเหตุผลใดทั้งสิ้น

ชีวิตในชาตินี้ชาติเดียวย่อมน้อยนัก เมื่อเปรียบกับชีวิตในอดีตชาติ ซึ่งนับจำนวนชาติหาถ้วนไม่ ดังนั้นกรรมคือการกระทำที่ทำในชาตินี้ ในชาตินี้ชาติเดียว จึงน้อยนัก เมื่อเปรียบกับกรรมหรือการกระทำที่ทำไว้แล้วในอดีตชาติ อันนับจำนวนชาติไม่ถ้วน



○ ความซับซ้อนของกรรม

การเขียนหนังสือด้วยปากกาหรือดินสอ ลงบนกระดาษแผ่นเดียวนั้น เขียนลงครั้งแรกก็ย่อมอ่านออกง่าย อ่านเข้าใจได้ง่าย แต่ยิ่งเขียนทับเขียนซ้ำลงไปบนกระดาษแผ่นเดียวนั้น ตัวหนังสือย่อมจะทับกัน ยิ่งขึ้นทุกที การอ่านก็จะยิ่งยากขึ้นทุกที จนถึงอ่านไม่ออกเลย ไม่เห็นเลยว่าเป็นตัวหนังสือ จะเห็นแต่รอยหมึกหรือรอยดินสอทับกันไปทับกันมาเป็นสีล้นเท่านั้น ให้เพียงรู้เท่านั้นว่าได้มีการเขียนลงบนกระดาษแผ่นนั้น หาอ่านรู้เรื่องไม่และหาอาจรู้ได้ไม่ว่า เขียนอะไรก่อนเขียนอะไรหลัง นี่ฉันใด

การทำกรรมหรือการทำความชั่วก็ฉันนั้น ต่างได้ทำกันมานับภพนับชาติไม่ถ้วน ทับถมกันมายิ่งกว่าตัวหนังสือที่อ่านไม่ออก รู้ไม่ได้ว่าเขียนอะไรก่อนเขียนอะไรหลัง ทำกรรมใดไว้ก็ไม่รู้ไม่เห็น แยกไม่ออกว่าทำกรรมใดก่อนทำกรรมใดหลัง ทำดีอะไรไว้บ้าง ทำไม่ดีอะไรไว้บ้าง มากน้อยหนักเบาต่างกันอย่างไร มาถึงชาตินี้ไม่รู้ด้วยกันทั้งสิ้น เป็นความซับซ้อนของกรรมที่แยกไม่ออก เช่นเดียวกับความซับซ้อนของตัวหนังสือที่เขียนทับกันไปทับกันมา

○ ผลแห่งกรรมเป็นเครื่องชี้ให้เห็นถึงการกระทำ

ความซับซ้อนของกรรม แตกต่างกับความซับซ้อนของตัวหนังสือตรงที่ตัวหนังสือนั้นเมื่อเขียนทับกันมาก ๆ ย่อมไม่มีทางรู้ว่าเขียนเรื่องดีหรือเรื่องไม่ดีอย่างไร

แต่กรรมนั้น แม้ทำซับซ้อนมากเพียงไร ก็มีทางรู้ว่าทำกรรมดีไว้มากน้อยเพียงไร หรือทำกรรมไม่ดีไว้มากน้อยเพียงไร โดยมีผลที่ปรากฏขึ้นของกรรมนั่นเอง เป็นเครื่องช่วยแสดงให้เห็น ชีวิตหรือชาตินี้ของทุกคน มีชาติกำเนิดไม่เหมือนกัน เป็นไทยก็มี จีนก็มี แขกก็มี ฝรั่งเศสก็มี มีชาติตระกูลไม่เสมอกัน ตระกูลสูงก็มี ตระกูลต่ำก็มี มีสติปัญญาไม่ทัดเทียมกัน ฉลาดหลักแหลมก็มี โง่เขลาเบาปัญญาก็มี มีฐานะต่างระดับกัน ร่ำรวยถึงยากจนก็มี

ความแตกต่างห่างกันนานาประการเหล่านี้ ล้วนเป็นเครื่องชี้ให้ผู้เชื่อในกรรมและผลของกรรม เห็นความมีภพชาติในอดีตของแต่ละชีวิตในชาติปัจจุบัน เกิดมาต่างกันในชาตินี้ เพราะทำกรรมไว้ต่างกันในอดีต



○ อำนาจที่ยิ่งใหญ่ของกรรม นำให้เกิดความแตกต่างของชีวิต

ความแตกต่างของชีวิตที่สำคัญที่สุด ที่แสดงให้เห็นอำนาจที่ใหญ่ยิ่งที่สุดของกรรม คือความได้ภพชาติของมนุษย์ กับความได้ภพชาติของสัตว์ เทวดาอาจมาเป็นมนุษย์ได้ เป็นสัตว์ได้ มนุษย์อาจไปเป็นเทวดาได้ เป็นสัตว์ได้ และสัตว์ก็อาจไปเป็นเทวดาได้ เป็นมนุษย์ได้ ด้วยอำนาจที่ยิ่งใหญ่ของกรรมอันน่าให้เกิดนี่เป็นความจริงเสมอไป ไม่มีอะไรจะเปลี่ยนแปลงให้ผิดไปจากความจริงได้ เชื่อหรือไม่เชื่อก็ควรกลัวอย่างหนึ่ง คือกลัวการไม่ได้กลับมาเกิดเป็นคน ไม่ได้ไปเกิดเป็นเทวดา

เทวดาถือภพชาติเป็นมนุษย์ เป็นที่ยอมรับเชื่อถือกันมากกว่าเทวดาจะไปเป็นอะไรอื่น จึงมีคำบอกเล่าหรือสันนิษฐานกันอยู่เสมอว่า ผู้นั้นผู้นี้เป็นเทวดามาเกิด

○ กรรม...ทำให้เทวดามาเกิดเป็นมนุษย์ได้

ทั้งนี้ก็โดยสันนิษฐานจากความประณีตงดงามสูงส่งของผู้นั้นผู้นี้ บางรายก็มีพร้อมทุกประการ ทั้งชาติตระกูลที่สูง ฐานะที่ดี ผิวพรรณวรรณะที่งาม กิริยาวาจามารยาทที่สุภาพอ่อนโยนไพเราะ เรียบร้อยเฉลียวฉลาด บางผู้แม้ไม่งามพร้อมทุกประการดังกล่าว ก็ยังได้รับคำพรรณนาว่าเป็นเทวดานางฟ้ามาเกิด เพราะผิวพรรณมารยาทงดงาม อ่อนโยน นุ่มนวล นี่ก็คือการยอมรับอยู่ลึก ๆ ในใจของคนส่วนมากว่า เทวดามาเกิดเป็นมนุษย์ได้

เทวดามาเกิดเป็นมนุษย์ มีตัวอย่างสำคัญยิ่งที่ฟังกล่าวถึงได้เป็นที่ยอมรับทั่วไป โดยเฉพาะในหมู่พุทธศาสนิกชนทั้งหลาย นั่นคือสมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า จากสวรรค์ชั้นดุสิต เสด็จลงโลกมนุษย์ ประสูติเป็นพระสิทธัตถะราชากุมาร พระราชโอรสพระเจ้าสุทโธทนะกับพระนางสิริมหามายา

เรื่องหนึ่งในพระพุทธานุชาที่รู้จักกันกว้างขวางคือ เรื่องของเทพธิดาเมขลา เทพธิดาองค์นี้ได้รับแต่งตั้งให้เป็นผู้พิทักษ์รักษามหาสมุทร มีหน้าที่คุ้มครองช่วยเหลือมนุษย์ที่ถือไตรสรณาคมน์ มีศีลสมาธิปฏิบัติชอบต่อบิดามารดา



พราหมณ์โพธิสัตว์เดินทางไปเรือแตกกลางมหาสมุทร พยายามว่ายน้ำเข้าฝั่งอยู่ถึง ๗ วัน เทพธิดาเมขลา จึงแลเห็น ได้ไปแสดงตนต่อพระมหาสัตว์ทันที รับรองจะให้ทุกอย่างที่พระมหาสัตว์ปรารถนา และได้ เนิรมิตสิ่งที่พระมหาสัตว์ของทุกอย่าง คือ เรือทิพย์และแก้วแหวนเงินทอง พระมหาสัตว์พ้นจาก มหาสมุทรได้บำเพ็ญทานรักษาศีลจนตลอดชีวิต

ครั้งเสียชีวิตแล้วได้ไปบังเกิดในเมืองสวรรค์ พระมหาสัตว์ครั้งนั้นต่อมาคือพระพุทธเจ้า เทพธิดาเมขลา ต่อมาคือพระอุบลวันฉัตร และผู้ดูแลช่วยเหลือพระมหาสัตว์ต่อมาคือพระอานนท์ นี่คือเทวดามาถือ ภพชาติเป็นมนุษย์ได้ อย่างน้อยก็ตามความเชื่อ จึงมีการเล่าเรื่องเทพธิดาเมขลาตั้งกล่าว

○ มนุษย์ก็เกิดเป็นเทวดาได้เพราะกรรมที่กระทำ

เทวดามาเกิดเป็นมนุษย์ได้ และมนุษย์ก็เกิดเป็นเทวดาได้ ดังที่สมเด็จพระบรมศาสดาเมื่อประทับอยู่ ณ พระวิหารเชตวัน ได้ทรงนำเรื่องในอดีตมาสาธกว่า เมื่อทรงเสวยพระชาติเป็นพระโพธิสัตว์หัวหน้า พ่อค้าเกวียน ได้ทรงซื้อสินค้าในนครพาราณสี บรรทุกเกวียนนำพ่อค้าจำนวนมากเดินทางไปในทาง กันดาร เมื่อพบบ่อน้ำก็พากันขุดเพื่อให้น้ำดื่ม ได้บรรตนะมากมายในบ่อนั้น พระโพธิสัตว์ทรงเตือนว่า ความโลภเป็นเหตุแห่งความพินาศ แต่ไม่มีผู้เชื่อฟัง พวกพ่อค้ายังขุดบ่อต่อไปไม่หยุดหวังจะได้รัตนะ มากขึ้น บ่อนั้นเป็นบ่อที่อยู่ของพญานาค เมื่อถูกทำลาย พญานาคก็โกรธ ใช้ลมจุมูกเป่าพิษถูกพ่อค้า เสียชีวิตหมดทุกคน เหลือแต่พระโพธิสัตว์ที่มีได้ร่วมการขุดบ่อด้วย จึงได้รัตนะมากมายถึง ๗ เล่ม เกวียน ทำนนำออกเป็นทานและได้สมาทานศีล รักษาอุโบสถจนสิ้นชีวิต ได้ไปเกิดในสวรรค์ เป็นมนุษย์ หนึ่งที่เกิดเป็นเทวดาได้

มนุษย์มีบุญกุศลและความดีพร้อมทั้งกายวาจาใจมากเพียงไร ก็จะเป็นเทวดาชั้นสูงได้เพียงนั้น คือ สามารถขึ้นไปอยู่บนสวรรค์ชั้นสูงได้เมื่อละโลกนี้แล้ว



○ กรรมทำให้มนุษย์เกิดเป็นสัตว์ก็ได้

มนุษย์เกิดเป็นเทวดาได้ และเกิดเป็นสัตว์ก็ได้ ในสมัยพุทธกาล ชายผู้หนึ่งโกรธแค้นรำคาญสุนัขตัวหนึ่ง ที่ติดตามอยู่ตลอดเวลา พระพุทธเจ้าทรงทราบก็ได้ตรัสแสดงให้รู้ว่า บิดาที่สิ้นไปแล้วนั้นมาเกิดเป็นสุนัข นั้น และได้ทรงให้พิสูจน์ โดยบอกให้สุนัขนำไปหาที่ซ่อนทรัพย์ ซึ่งไม่มีผู้ใดรู้ นอกจากผู้เป็นบิดาของชายผู้นั้น และสุนัขก็พาไปจุดพบสมบัติที่ฝังไว้ก่อนสิ้นชีวิตได้

○ อานุภาพของการให้ความเคารพในพระธรรม ก็นำสัตว์ให้เกิดมาเป็นเทวดาและมนุษย์ได้

สัตว์ไปเกิดเป็นเทวดาได้คงจะมีเป็นอันมาก มีเรื่องต่าง ๆ ในพระพุทธศาสนาที่เล่าสืบมา คือในสมัยพุทธกาล มีสัตว์ได้ยินเสียงพระท่านสวดมนต์ ก็ตั้งใจฟังโดยเคารพ ตายไปก็ได้ไปบังเกิดเป็นเทพในสวรรค์ ด้วยอานุภาพของการให้ความเคารพในพระธรรมของพระพุทธเจ้า

สัตว์มาเกิดเป็นมนุษย์ได้ นี่ต้องเป็นที่เชื่อถืออยู่ลึก ๆ ในจิตสำนึก จึงแม้เมื่อพบมนุษย์บางคนบางพวก ก็ได้มีการแสดงความรู้สึกจริงใจออกมาต่าง ๆ กัน เช่น ลิงมาเกิดแท้ ๆ สัตว์นรกมาเกิดแน่ ๆ ทั้งนี้ก็ด้วยเห็นจากหน้าตาท่าทางบ้าง กิริยามารยาทนิสัยใจคอ ความประพฤติบ้าง ซึ่งโดยมากผู้ที่พบเห็นด้วยกัน ก็จะมีความรู้สึกตรงกันดังกล่าว เป็นความรู้สึกที่เกิดจากความเชื่อมั่นเอง ว่าสัตว์มาเกิดเป็นมนุษย์ได้ หรือมนุษย์เกิดมาจากสัตว์ได้



ทางแห่งความตาย

○ ความประมาทปัญญา เป็นทางแห่งความตาย

ความประมาทเป็นทางแห่งความตาย นี่เป็นพุทธศาสนสุภาษิตและความประมาททั้งหลายรวมลงในความประมาทปัญญา ปัญญาคือเหตุผล ผู้ไม่เห็นความสำคัญของเหตุผล ประมาทเหตุผล จึงไม่ใช้เหตุผล ความไม่ใช้เหตุผลนี้แหละ คือความประมาทปัญญา

ผู้ประมาทปัญญา หรือผู้ไม่ใช้เหตุผล คือผู้เดินอยู่บนทางแห่งความตาย

○ ความประมาท : ทางแห่งความตาย

ความตายนั่น มีทั้งตายด้วยสิ้นชีวิต และตายด้วยสิ้นชื่อเสียง เกียรติยศ ทั้งสองอย่างนี้เกิดได้แก่ผู้ประมาทปัญญา

○ ความประมาททางกาย

ความประมาทในการกระทำ ที่เรียกว่าประมาททางกาย เช่น ความประมาทเกี่ยวกับอาวุธร้าย มีปืนและระเบิด เป็นต้น ไม่คำนึงถึงเหตุผลว่าอาวุธเช่นนั้นก็มีโทษร้ายแรง ความประมาทเช่นนี้ทำให้เกิดความตายด้วยสิ้นชีวิตแล้วเป็นจำนวนมาก นี่คือการประมาทเป็นทางแห่งความตายประการหนึ่ง



○ ความประมาททางวาจา

ความประมาทในการพูด คือพูดโดยไม่ระวังถ้อยคำ เรียกว่าประมาททางวาจา ไม่คำนึงให้รอบคอบว่า จะเกิดผลอย่างไรในการพูด พูดไปตามอารมณ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งความโกรธ ความประมาทเช่นนี้ทำให้เกิดความตายด้วยสิ้นชีวิตแล้วเป็นอันมาก ด้วยสิ้นชื่อเสียงเกียรติยศก็เป็นอันมาก นี่คือการประมาทเป็นทางแห่งความตายประการหนึ่ง

○ ความประมาททางใจ

ความประมาทในความคิด คือคิดฟุ้งซ่านไปโดยไม่ระมัดระวัง เรียกว่าประมาททางใจ การฆ่าตัวตายก็เกิดจากความประมาทนี้ ความเสียดสีก็เกิดจากความประมาทนี้ ความทำลายผู้อื่นก็เกิดจากความประมาทนี้ นี่คือการประมาทเป็นทางแห่งความตายประการหนึ่ง

○ ความตายด้วยสิ้นชีวิต

ความตายด้วยสิ้นชีวิต แม้จะเกิดจากความประมาท ก็ยังดีกว่าความตายด้วยสิ้นชื่อเสียงเกียรติยศ ที่เรียกกันว่าตายทั้งเป็น

○ ความตายทั้งเป็น

ความตายด้วยสิ้นชื่อเสียงเกียรติยศ เกิดจากความประมาทปัญญาในเรื่องต่าง ๆ เป็นความประมาททางกาย ทางวาจา ทางใจ ไม่อบรมปัญญาในเรื่องความโลภ ความโกรธ ความหลง



○ ผลที่เกิดจากความประมาทปัญญา

ผลที่เกิดจากความประมาทปัญญา คือความตาย ไม่ว่าจะตายด้วยลึนชีวิต หรือตายด้วยลึนชื่อเสียง เกียรติยศ เป็นความไม่ดีทั้งสิ้น ความประมาทปัญญา หรือความประมาท จะให้ผลดีไม่มีเลย จึงไม่ควรประมาทปัญญา

ความไม่ประมาทปัญญา คือความเห็นความสำคัญของปัญญา ทั้งปัญญาตนและปัญญาผู้อื่น จะเห็นความสำคัญแต่ปัญญาตน ไม่เห็นความสำคัญปัญญาผู้อื่นด้วย ก็ไม่ได้

○ ประมาทปัญญาตนและผู้อื่น ให้ผลเหมือนกัน

ความไม่เห็นความสำคัญปัญญาตนมีโทษอย่างไร ความไม่เห็นความสำคัญปัญญาผู้อื่นก็มีโทษอย่างนั้น ผู้ไม่ประมาทปัญญา จึงหมายถึงผู้ไม่ประมาททั้งปัญญาตนและปัญญาผู้อื่น

ประมาทปัญญาตนเป็นหนทางแห่งความตาย ประมาทปัญญาผู้อื่นก็เป็นทางแห่งความตาย ผู้พ่ายแพ้แก่ผู้อื่น ต้องเสื่อมเสียสูญเสียเป็นอันมาก ต้องเศร้าโศกเสียใจถึงเสียสติก็มี ก็เพราะประมาทปัญญาผู้อื่น

○ ผู้ไม่อบรมปัญญาตนเท่านั้น จะเป็นผู้ที่ประมาทปัญญาของผู้อื่น

ความประมาทปัญญาผู้อื่น ก็คือความประมาทปัญญาตนนั่นเอง ผู้ไม่อบรมปัญญาตนเท่านั้นที่จะประมาทปัญญาผู้อื่น ผู้อบรมปัญญาตนจะไม่ประมาทปัญญาผู้อื่นเลย นั่นก็คือผู้เห็นความสำคัญของปัญญาตน จะแลเห็นความสำคัญของปัญญาผู้อื่นด้วย

ประมาทปัญญาผู้อื่น คือเห็นผู้อื่นไม่มีปัญญา ไม่สามารถ เห็นตนเองมีปัญญามีความสามารถยิ่งกว่าผู้อื่น จะคิดจะพูดจะทำอะไรที่เกี่ยวข้องกับผู้อื่น จึงไม่รอบคอบ ไม่ใช่ปัญญาให้เต็มที่เป็นการประมาทปัญญา เป็นการเดินอยู่บนทางแห่งความตายได้ทั้งสองอย่าง คือ ทั้งอย่างลึนชีวิต และอย่างลึนชื่อเสียง เกียรติยศ



○ การดำรงชีวิตจะสวัสดิ์เพียงไร สำคัญอยู่ที่.....

การประมาทปัญญาตนและผู้อื่นมากน้อยเพียงไร

ความประมาทปัญญา หมายถึงทั้งความประมาทปัญญาตน ความประมาทปัญญาผู้อื่น และความประมาทปัญญาที่เป็นกลาง มิใช่ปัญญาตนหรือปัญญาผู้ใด ความประมาทปัญญาที่เป็นกลาง คือความไม่เชื่อว่าปัญญาเป็นความสำคัญ ปัญญาเป็นความจำเป็นสำหรับประคับประคองชีวิตให้สวัสดิ์ ทั้งที่ปัญญาเป็นสิ่งที่ควรอบรมให้มีเป็นอันมากในตน ก็ไม่เห็นค่าของปัญญา ไม่พยายามทำปัญญาให้เป็นปัญญาตน เปรียบเช่นเห็นสิ่งมีค่าเป็นสิ่งไม่มีค่า ก็ไม่พยายามแสวงหาไว้เป็นสมบัติตน เรียกว่าประมาทสิ่งนั้น ผู้ประมาทปัญญา ย่อมไม่อบรมปัญญา

การดำรงชีวิตจะสวัสดิ์เพียงไร สำคัญที่ประมาทปัญญาตนและปัญญาผู้อื่นมากน้อยเพียงไร **ประมาทปัญญาตนและปัญญาผู้อื่นมาก ชีวิตจะสวัสดิ์น้อย ประมาทปัญญาตนและปัญญาผู้อื่นน้อย ชีวิตจะสวัสดิ์มาก**

○ ผู้ไม่ประมาทปัญญา ย่อมไม่พบกับความตายด้วยลึนชื่อเสียงเกียรติยศ

ผู้ไม่ประมาทปัญญา แม้จะต้องพบความตายด้วยความลึนชีวิต อันเป็นธรรมดาที่ไม่มีผู้หลีกเลี่ยงพ้น แต่ก็ย่อมไม่พบความตายด้วยลึนชื่อเสียงเกียรติยศ

ประมาทปัญญาผู้อื่น คือไม่รอบคอบในการคิดพูดทำเกี่ยวกับผู้อื่น ด้วยเห็นว่าไม่จำเป็นต้องรอบคอบระมัดระวัง อยากคิดอยากพูดอยากทำเกี่ยวกับผู้อื่นอย่างไร ก็คิดก็ทำก็พูด มีความไว้วางใจเป็นเหตุสำคัญบ้าง มีความระแวงสงสัยเป็นเหตุสำคัญบ้าง ผลที่ตามมาจากความประมาทปัญญา อาจเป็นความตาย ตายด้วยลึนชีวิต หรือตายด้วยลึนชื่อเสียงเกียรติยศอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือทั้งสอง



การปล่อยใจ ก่อนถูกความตายบังคับ

○ ปล่อยใจจากสิ่งทั้งหลาย ก่อนถูกความตายบังคับ

ปราชญ์ทางพระพุทธศาสนา คือผู้มีปัญญา สอนให้เร่งอบรมมรณสติ นึกถึงความตาย หัดตายก่อนตายจริง จุดมุ่งหมายสำคัญของการหัดตายก็คือ เพื่อให้ปล่อยใจจากสิ่งทั้งหลาย ก่อนที่จะถูกความตายบังคับให้ปล่อย กิเลสเครื่องเศร้าหมอง ตัณหาความดิ้นรนทะยานอยาก อุปาทานความยึดมั่นถือมั่นทั้งหลายทั้งปวง หัดใจให้ปล่อยเสียพร้อมกับหัดตาย

สิ่งอันเป็นเหตุให้โลก ให้โกรธ ให้หลง ให้เกิดตัณหา อุปาทาน หัดละเสีย ปล่อยเสียพร้อมกับหัดตาย ซึ่งจะมาถึงเราทุกคนเข้าจริงได้ทุกวินาที

○ กิเลสทั้งหลาย ล้วนเป็นโทษแก่ผู้ตาย

อันความโลภ ความโกรธ ความหลง ตัณหา อุปาทานนั้น บางครั้งบางครั้งก็ทำให้ผู้ยังมีชีวิตอยู่ทั้งหลาย ได้รับวัตถุตอบสนองสมปรารถนา เช่น ผู้มีความโลภอยากได้ข้าวของทรัพย์สินเงินทองของเขาผู้อื่น บางครั้งบางครั้งก็อาจขอเขา โกงเขา ลักขโมยเขา ได้สิ่งที่โลกอยากเป็นของตนสมปรารถนา

หรือผู้มีความโกรธ อยากว่าร้ายเขา อยากทำร้ายร่างกายเขา บางครั้งบางครั้งก็อาจทำให้สำเร็จสมใจ แต่ถ้าตกอยู่ในมือมฤตยูแล้ว เป็นคนตายแล้ว แม้ยังมีความโลภ ความโกรธ ความหลง ตัณหา อุปาทาน เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับจิตใจ จะไม่สามารถใช้กิเลสกองใดกองหนึ่ง ให้ผลสนองความปรารถนาต้องการได้เลย

ผู้มีความโลภที่ตายแล้วไม่อาจลักขโมยของของเขาได้ หรือผู้มีความโกรธที่ตายแล้ว ก็ไม่อาจว่าร้ายเขา ทำร้ายเขาได้ กล่าวได้ว่า แม้ใจของผู้ตายจะยังมีความโลภ ความโกรธ ความหลง ตัณหา อุปาทาน อยู่



มากมายเพียงไร ก็จะไม่สามารถก่อให้เกิดผลดีอันเป็นคุณแก่ตน หรือแก่ผู้ใดได้เลย มีแต่ผลร้ายเป็นโทษสถานเดียวจริง

กิเลสเป็นคุณแก่ผู้ตายไม่ได้ แต่เป็นโทษแก่ผู้ตายได้

○ ผู้ละโลกนี้ไปในขณะที่จิตเศร้าหมอง ทุกคติสำหรับผู้นั้น เป็นอันหวังได้

เมื่อลมหายใจออกจากร่างไม่กลับเข้าอีกแล้ว สิ่งที่เป็นนามแลไม่เห็นด้วยสายตาเช่นเดียวกับลมหายใจคือจิต ก็จะออกจากร่างโดยคงสภาพเดิม คือพร้อมด้วยกิเลสเครื่องเศร้าหมองทั้งปวง ที่มีขณะจิตยังอยู่ในร่าง คือยังเป็นจิตของคนเป็น คนยังไม่ตาย พระพุทธองค์ทรงกล่าวไว้ว่า “ผู้ละโลกนี้ไปในขณะที่จิตเศร้าหมอง ทุกคติเป็นอันหวังได้”

○ จิตที่มีกิเลสมาก...ย่อมเศร้าหมองมาก

กิเลสทั้งปวง เป็นเครื่องเศร้าหมองของจิต จิตที่มีกิเลสเป็นจิตที่เศร้าหมอง มีกิเลสมาก...จิตก็เศร้าหมองมาก กิเลสน้อย...จิตก็เศร้าหมองน้อย จิตที่มีกิเลสเศร้าหมอง เมื่อละร่างไปสู่ภพภูมิใด ก็จะคงกิเลสนั้นอยู่ คงความเศร้าหมองนั้นไว้ ภพภูมิที่ไปจึงเป็นทุกคติ คดีที่ชั่ว คดีที่ไม่ดี มากน้อยหนักเบาตามกิเลสความเศร้าหมองของจิต

○ จิตที่เศร้าหมองด้วยกิเลส เป็นจิตที่ไม่บริสุทธิ์

คำว่า “จิตเศร้าหมอง” มิได้หมายถึงจิตที่ห่อหุ้มอยู่ด้วยความเศร้าโศกเสียใจเท่านั้น จิตเศร้าหมองหมายถึง จิตที่ไม่บริสุทธิ์ ผ่องแผ้ว คือเศร้าหมองอยู่ด้วยกิเลส จิตมีกิเลสมากก็เศร้าหมองมาก จิตมีกิเลสน้อยก็เศร้าหมองน้อย



○ กิเลสกองหลง เป็นเหตุแห่งราคะ โโลภะ และโทสะ

อันกิเลสกองหลงหรือโมหะนั้น เป็นกองใหญ่ กองสำคัญ เป็นเหตุแห่งราคะหรือโลภะหรือโทสะ ความหลงหรือโมหะคือความรู้สึกที่ไม่ถูก ความรู้สึกที่ไม่ชอบ ความรู้สึกที่ไม่ควร คนมีโมหะคือคนหลง ผู้มีความรู้สึกไม่ถูก ไม่ชอบ ไม่ควรทั้งหลาย คือคนมีโมหะ คือคนหลง เช่น หลงตน หลงคน หลงอำนาจ เป็นต้น

○ ผู้มีโมหะมาก คือมีความหลงมาก

มีความรู้สึกที่ไม่ถูกไม่ชอบไม่ควรในตน, คน, อำนาจ

คนหลงตนเป็นคนมีโมหะ มีความรู้สึกที่ไม่ถูกไม่ชอบไม่ควรในตนเอง คนหลงตนจะมีความรู้สึกว่าตนเป็นผู้มีความดี ความสามารถ ความพิเศษเหนือใครทั้งหลายเกินความจริง เป็นความรู้สึกในตนที่ไม่ถูกไม่ชอบไม่ควร เมื่อมีความรู้สึกอันเป็นโมหะความหลง ราคะหรือโลภะและโทสะก็จะเกิดตามมาได้โดยไม่ยาก

เมื่อหลงตนว่าดีพิเศษเหนือคนทั้งหลาย ความโลภให้ได้มาซึ่งสิ่งอันสมควรแก่ความดีความพิเศษของตน ย่อมเกิดขึ้นเป็นธรรมดา ความโกรธด้วยไม่ต้องการให้ความดีความพิเศษนั้น ถูกเปรียบหรือถูกลบล้าง ย่อมเกิดขึ้นเป็นธรรมดา ผู้หลงคนเป็นผู้มีโมหะ มีความรู้สึกที่ไม่ชอบไม่ถูกไม่ควรในคนทั้งหลาย

ผู้หลงคนจะมีความรู้สึกว่าคนนั้นคนหนึ่งที่ตนหลง มีความสำคัญ มีความดีพิเศษเหนือคนอื่น เกิดความมุ่งหวังเกี่ยวกับความสำคัญความดีความพิเศษของคนนั้นคนนี้ ความมุ่งหวังนั้นเป็นโลภะ และเมื่อมีความหวังก็ย่อมมีได้ทั้งความสมหวังและความผิดหวังเป็นธรรมดา ความผิดหวังนั้นเป็นโทสะ

ผู้หลงอำนาจเป็นผู้มีโมหะ มีความรู้สึกที่ไม่ถูกไม่ชอบไม่ควรในอำนาจที่ตนมี ผู้หลงอำนาจจะมีความรู้สึกว่าอำนาจที่ตนมีอยู่นั้นยิ่งใหญ่ เหนืออำนาจทั้งหลายเกินความจริง เป็นความรู้สึกที่ไม่ถูกไม่ชอบไม่ควร



ผู้หลงอำนาจของตนว่ายิ่งใหญ่เหนืออำนาจทั้งหลาย ย่อมเกิดความเห่อเหิมทะเยอทะยานในการใช้อำนาจนั้น ให้เกิดผลเสริมอำนาจของตนให้ยิ่งขึ้น ความรู้สึกนี้จัดเป็นโลภะ และแม้ไม่เป็นที่ตั้งความเห่อเหิมทะเยอทะยาน ความผิตหวังนั้นจักเป็นโทษะ

○ บุคคลผู้มีโมหะมาก หลงตนมาก จัดเป็นพวกมีกิเลสมาก มีจิตเศร้าหมองมาก

ผู้มีโมหะมาก คือความหลงมาก มีความรู้สึกที่ไม่ถูกไม่ชอบไม่ควรในตน ในคน ในอำนาจ ย่อมปฏิบัติผิดได้มาก ก่อทุกข์โทษภัยให้เกิดได้มาก ทั้งแก่ตนเองและแก่ผู้อื่น ทั้งแก่ส่วนน้อยและแก่ส่วนใหญ่ รวมถึงแก่ประเทศชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์

บุคคลผู้มีโมหะมาก หลงตนมาก จัดเป็นพวกมีกิเลสมาก จิตเศร้าหมองมาก จะเป็นผู้ขาดความอ่อนน้อม แม้แต่ต่อผู้ควรอย่างยิ่งที่จะได้รับความอ่อนน้อม บุคคลเหล่านี้เมื่อละโลกนี้ไปในขณะที่ยังไม่ได้ละกิเลส คือโมหะให้หาย จิตย่อมเศร้าหมอง ย่อมไปสู่ทุกคติ

○ ผลของกรรมที่เที่ยงแท้ หลังความตาย

ทุกคติของผู้หลงตนจนไม่มีความอ่อนน้อมต่อผู้ควรได้รับความอ่อนน้อมอย่างยิ่ง คือจะเกิดในตระกูลต่ำ ตรงกันข้ามกับผู้รู้จักอ่อนน้อมต่อผู้ควรได้รับความอ่อนน้อม ที่จะไปสู่สุคติ คือจะเกิดในตระกูลสูง เป็นเรื่องกรรมและการให้ผลของกรรมที่เที่ยงแท้

ผู้ใดทำกรรมใดไว้ จักได้รับผลของกรรมนั้น ทำดีจักได้ดี ทำชั่วจักได้ชั่ว ทำเช่นใดจักได้เช่นนั้น การไม่อ่อนน้อมต่อผู้ควรได้รับการอ่อนน้อม เป็นกรรมไม่ดี การเกิดในตระกูลต่ำเป็นผลของกรรมไม่ดี เป็นผลที่ตรงตามเหตุแท้จริง ผู้ที่เกิดในตระกูลต่ำ ปกติย่อมไม่ได้รับความอ่อนน้อมจากคนทั้งหลาย ส่วนผู้ที่เกิดในตระกูลสูง ย่อมได้รับความอ่อนน้อมที่ผู้เกิดในตระกูลสูงมีปกติได้รับ นั้นเป็นผลที่เกิดจากเหตุอันเป็นกรรมดี คือความอ่อนน้อม



ทุกชีวิตมีเวลาอันจำกัด

○ อานุภาพแห่งพระพุทธศาสนา

เราต่างเป็นตัวเป็นตนขึ้นมา...เพราะพระพุทธศาสนาจริง ๆ
ดีได้เพียงนี้ ไม่ดีน้อยกว่านี้...เพราะพระพุทธศาสนา
ร้ายเพียงเท่านี้ ไม่ร้ายไปกว่านี้...เพราะพระพุทธศาสนา
ถ้าไม่มีอยู่ในแวดวงโอบอ้อมอย่างดีที่สุดของพระพุทธศาสนา เราจะไม่เป็นเช่นนี้

พุทธศาสนสุภาษิตบทหนึ่ง กล่าวไว้มีความว่า “ถ้ารู้ว่าตนเป็นที่รัก ก็ควรรักษาตนนั้นให้ดี” เป็นการเตือนด้วยถ้อยคำอันไพเราะยิ่งนัก ครรหนักที่จะได้รับความสนใจอย่างยิ่ง ถ้ารู้ว่าตนเป็นที่รัก ควรรักษาตนนั้นให้ดี ขอให้ทบทวนคำเตือนนี้ให้เสมอ จะรู้สึกว่าเป็นคำเตือนที่สุภาพอ่อนโยน ไพเราะลึกซึ้ง เปี่ยมด้วยเมตตา

เมื่อทบทวนคำเตือนนี้แล้ว ก็น่าจะนึกเลยไปให้ความเข้าใจว่าท่านผู้กล่าวคำเตือนได้เช่นนี้ ต้องมีจิตใจสูงส่ง มีเมตตาปรารถนาดีอย่างที่สุดต่อเราทุกคน จึงควรเกิดทุนความเมตตาของท่าน ให้ความสนใจและปฏิบัติให้เป็นไปตามคำของท่าน เพื่อเป็นการแสดงกตัญญูกตเวทิตอบแทนพระคุณ และน้ำใจงดงามที่ท่านมีต่อเราทั้งหลาย และท่านผู้นั้นคือพระพุทธเจ้า

○ ความจริงที่ควรระลึกถึงอย่างสม่ำเสมอ

เรารักตัวเรา คนอื่นก็รักตัวเขา เราไม่อยากให้ใครทำเช่นไรกับเรา คนอื่นก็ไม่อยากให้เราทำเช่นนั้นกับเขา เราอยากให้คนอื่นทำดีกับเราอย่างไร คนอื่นก็อยากให้เราทำดีกับเขาอย่างนั้น ขอให้พยายามคิดถึงความจริงนี้ให้บ่อยที่สุดเท่าที่จะมีสตินึกได้ จะเป็นคุณแก่ตนเองอย่างยิ่ง การคิดพูดทำทั้งหมดจะเป็นไปอย่างดีที่สุด ไม่เป็นการทำร้ายผู้อื่น ไม่เป็นการเบียดเบียนผู้อื่น



○ เพราะรักตนอย่างยิ่งนั่นเอง จึงเป็นผู้ประพฤติ ปฏิบัติดี เพื่อให้ตนเป็นคนดี

การสามารถรักษาจิตใจ รักษาวาจา รักษาการกระทำ ให้เป็นไปเพื่อไม่ก่อทุกข์โทษภัยแก่ผู้อื่น ไม่เรียกว่าเป็นการทำเพื่อผู้อื่น ไม่เรียกว่าเป็นการถือเอาผู้อื่นเป็นที่รักของตน แต่เป็นการทำเพื่อตนเอง เป็นการถือเอาตนเป็นที่รักของตนอย่างยิ่ง ไม่มีความรักอื่นเสมอด้วยความรักตน

ผู้ที่สามารถรักษากายวาจาใจตนให้ดีได้นั้นก็คือ “ผู้ซึ่งรักตนอย่างยิ่ง” นั่นเอง เพราะรักตนอย่างยิ่งจึงประพฤติดีปฏิบัติดี เพื่อให้ตนเป็นคนดี ผู้ที่ถือเอาการได้มาด้วยวิธีต่าง ๆ ไม่เลือกสุจริต ทุกจริต ไม่ใช่คนรักตนเอง

ผู้ที่มีกิริยาวาจาหยาบคายก้าวร้าว ทิ่มแทงหลอกลวง ไม่ใช่คนรักตนเอง ไม่ใช่คนที่จะทำให้ตนเองสวัสดิ์ได้ ตรงกันข้ามที่ทำเช่นนั้นเป็นการไม่รักตนเอง แม้คนจะคิดว่าการที่ทำเพราะไม่รักผู้อื่นก็ตาม แต่ความจริงแท้เป็นการไม่รักตน เป็นการทำให้ตนต่ำทราม เมื่อคิดจะพูดชั่วทำชั่วเมื่อใด ขอให้นึกถึงตนเอง นึกว่าตนเป็นที่รักของตน จึงไม่ควรทำลายตนเหมือนตนเป็นที่รังเกียจเกลียดชังอย่างยิ่ง จนถึงต้องทำลายเสีย การคิดชั่วพูดชั่วทำชั่ว เป็นการทำลายตนอย่างแน่แท้

○ ความดีความชั่วเป็นปัจจัยสำคัญให้สังคมนุญวาย

สังคมแห่งมนุษยชาติ บางคราวสงบเย็น บางคราวเดือดร้อนวุ่นวาย ก็เพราะมีความดีความชั่วเป็นปัจจัยสำคัญ พระพุทธศาสนาจึงมุ่งแนะนำสั่งสอนให้ประกอบความดี ละเว้นความชั่ว และอบรมจิตใจให้ผ่องแผ้ว ซึ่งจะผลักดันให้ทำความดี ส่วนจิตใจชั่วทรามย่อมนำไปสู่สร้างความชั่วเสียหายทั้งแก่ตนเอง ทั้งแก่ผู้อื่น



○ ทุกชีวิตมีเวลาอันจำกัด จงอย่าช้า รีบเร่งทำความดี

ทุกชีวิตมีเวลาจำกัด อย่างมากไม่เกินร้อยปีจะต้องละร่างนี้ละโลกนี้ไป อย่าผลัดวันประกันพรุ่งที่จะทำความดี เพราะถ้าสายเกินไปเมื่อไร ก็ตนเองนั่นแหละจะต้องได้เสวยผลของการไม่กระทำความดี ไม่มีผู้ใดอื่นจะรับผลของความดีความชั่วที่ตนเองทำไว้ เจ้าตัวเองเท่านั้น จักเป็นผู้รับผลของความดีความชั่วที่ตนทำ

○ อย่ายอมให้ความชั่วมีอำนาจแย่งเวลาในการทำความดี

ความดีก็ตาม ความชั่วก็ตาม เป็นสิ่งที่ทำได้ทุกเวลา แต่จะทำสองอย่างพร้อมกันไม่ได้ ต้องทำทีละอย่าง จึงต้องตัดสินใจเลือกว่าจะทำอย่างไร จะทำความดีหรือจะทำความชั่ว อย่ามีใจอ่อนแอโลเลเพราะจะทำให้พ่ายแพ้ต่ออำนาจของความชั่ว ยอมให้ความชั่วมีอำนาจแย่งเวลาที่เราควรทำความดีไปเสีย ซึ่งไม่สมควรอย่างยิ่ง จะเป็นการแสวงหาทุกข์โทษภัยใส่ตัว อย่างไม่น่าทำ

○ ตนนั้นแหละ เป็นผู้นำพาชีวิตของตน

พุทธศาสนสุภาษิตบทหนึ่ง กล่าวไว้แปลความว่า “ตนเทียวเป็นคตฺติของตน” คือตนนั้นแหละจักเป็นผู้พาตนเองไป ไปดีไปชั่วไปสว่างไปมืด ไปอย่างไรก็ได้ทั้งนั้นแล้วแต่ตนจะพาตนเองไป

ที่มักกล่าวกันว่า คนนั้นพาคนนี้ไปดีไม่ดีนั้น ไม่ถูกต้องตามความจริง ไม่มีผู้ใดจะพาใครไปไหนได้นอกจากเจ้าตัวเองจะเป็นผู้พาตัวเองไป ผู้อื่นเป็นเพียงส่วนประกอบเท่านั้น แม้ตัวเองไม่พาตัวเองไปดีแล้ว ก็ไม่มีผู้ใดอื่นจะสามารถพาไปดีได้อย่างแน่นอน หรือแม้ตัวเองไม่พาตัวเองไปชั่วแล้ว ก็ไม่มีผู้ใดอื่นจะสามารถพาไปชั่วได้อย่างแน่นอน เช่น มีผู้มาชวนไปทำบุญ แม้ตัวเองไม่ทำตาม ก็จะได้บุญ หรือมีผู้มาชวนให้ทำบาป แม้ตัวเองไม่ทำตาม ก็จะได้ทำบาป ไม่ว่าในเรื่องใดทั้งนั้น ถ้าตัวเองไม่เห็นดีเห็นงามตามไปด้วยแล้ว ไม่ทำตามแล้ว ก็จะไม่ผู้ใดมานำได้ ตนเองเท่านั้น จักนำตนเองไปได้ทุกที่ทุกทาง ทั้งที่ดีทั้งที่ชั่ว ตนเองจึงสำคัญนัก ตนจึงเป็นคตฺติของตนจริง



○ ทุกชีวิต ล้วนปรารถนาไปสู่ที่ดีที่สว่าง

ทุกคนควรตั้งปัญหาถามตนเอง ว่าชอบจะพาตนเองไปสู่ที่ดีหรือไปสู่ที่ชั่ว ไปสู่ที่สว่างหรือไปสู่ที่มืด คำตอบน่าจะตรงกันทั้งหมด ว่าทุกคนชอบจะพาตนไปสู่ที่ดีที่สว่าง ไม่ใช่ไปสู่ที่ชั่วที่มืด

เมื่อรู้คำตอบปัญหาเช่นนี้ ก็ต้องรู้ต่อไปว่า ผู้นำคือตนเองนั้นจะต้องรู้ทางไปสู่ที่ดีที่สว่างให้ถนัดชัดแจ้ง ถูกต้อง ไม่เช่นนั้นก็จะพาตนไปไม่ถูกต้องดังปรารถนา นั่นก็คือต้องรู้ว่าทำอย่างไรจึงจะไปสู่ที่ดีที่สว่าง ไม่หลงไปสู่ที่ชั่วที่มืด

เราเป็นพุทธศาสนิก มีโอกาสอย่างยิ่ง มีโอกาสดีกว่าผู้อื่น พระพุทธศาสนาแสดงทางดีทางสว่างไว้ชัดแจ้งละเอียดลออ ดีน้อยดีมาก สว่างน้อยสว่างมาก มีแสดงไว้แจ้งชัดในพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าผู้ทรงตรัสรู้แล้ว ทรงเห็นแจ้งทุกสิ่งทุกอย่าง ได้ทรงมีพระมหากรุณาแสดงไว้ เพื่อพุทธศาสนิกได้ดำเนินรอยพระพุทธบาทได้ถูกต้อง ได้ไปถึงที่ดีที่สว่างโดยไม่ต้องคลำทางด้วยตนเองให้ลำบาก สำคัญที่ว่าพุทธศาสนิกจะต้องศึกษาพระธรรมคำที่พระพุทธองค์ทรงสอนและต้องปฏิบัติตาม

○ ผู้ปรารถนาความดี ความสว่างแห่งชีวิต

พึงดำเนินชีวิตตามพระธรรมคำสั่งสอน

พระพุทธองค์ทรงตามประทีปไว้แล้ว ให้เราเห็นทางดำเนินไปสู่ที่ดีที่พ้นทุกข์ เราจงอย่าปิดตา จงลืมตาดูแสงประทีปนั้น ให้เห็นทางสว่างด้วยแสงแห่งพระมหากรุณา แล้วพากันน้อมรับพระมหากรุณานั้น ดำเนินไปตามทางที่สว่าง จักไม่พบอันตรายที่ย่อมแอบแฝงอยู่ในความมืด

ความสำคัญจึงมิได้อยู่ที่แสงประทีป ซึ่งพระพุทธองค์ทรงจุดประทานไว้ด้วยพระมหากรุณาเท่านั้น แต่ต้องอยู่ที่ตนเองของทุกคนด้วย ถ้าพากันปิดตาไม่แลให้เห็นแสงประทีป ก็อาจจะเดินไปสู่ที่มืดที่ชั่ว ที่มีอันตรายร้ายแสบประการได้ แต่ถ้าพากันลืมตาขึ้นดูให้เห็นทางอันสว่างไสว แล้วเดินไปตามทางนั้น ก็ย่อมจะเดินไปสู่ที่สว่าง ไปสู่ที่ดี พ้นภัยอันตรายมากมีทั้งหลาย



○ พึงอบรมตนให้เป็นคติ คือทางที่ดีของตน

ไม่มีผู้ใดปรารถนาจะมีหนทางชีวิตที่มืด มีแต่ปรารถนาหนทางชีวิตที่สว่าง ดังนั้นต้องอบรมตนให้รู้จักทาง ทางมืดก็ให้รู้ ทางสว่างก็ให้รู้ ทางไปสู่ที่มืดก็รู้ ทางไปสู่ที่สว่างก็รู้ รู้แล้วยังไม่พอ ต้องศึกษาวิธีเดินทางให้ดีขึ้นด้วย เดินทางสว่างนั้นท่านเดินทางอย่างไรต้องศึกษาให้ดี เดินทางอะไรจะเป็นการเดินทางมืด และต้องรู้ว่าขึ้นชื่อว่าทางมืดต้องมีอันตรายแอบแฝงอยู่อย่างไม่ต้องสงสัย ไม่เพียงเดินไปอย่างส่งเดชอบรมใจให้ดีให้ตาสว่าง จะได้เดินถูกทาง สามารถนำไปใช้ได้ ทำตนให้เป็นคติคือทางที่ดีของตนได้

○ ทุกชีวิต ล้วนตกเป็นเครื่องมือของกรรม

ความรังเกียจหรือความนิยมนอกของคนที่ชั่วและคนดี ได้รับเป็นผลแห่งกรรมของตน ไม่ใช่เป็นอะไรอื่น ความรังเกียจที่คนชั่วได้รับ เป็นผลแห่งกรรมชั่ว ความนิยมนอกของที่คนดีได้รับ เป็นผลแห่งกรรมดี คนทั้งหลายรวมทั้งตัวเราทุกคน เป็นเครื่องมือของกรรมที่จะเป็นเหตุให้ผลของกรรมชั่วและผลของกรรมดีปรากฏชัดเจนขึ้นเท่านั้น ผู้มีปัญญาไม่นิยมคำว่า ชั่วช่างซี ดีช่างสงฆ์ เพราะเป็นความไม่ถูกต้อง ความเสื่อมทั้งหลายเกิดจากความนิยมนี้ได้มากมาย

○ ผู้ยินดีในความถูกต้อง พึงอบรมตนให้มีสัมมาทิฐิ

แม้ทำความเข้าใจที่ถูกต้องให้เกิดขึ้นในจิตใจตนได้แล้ว การปฏิบัติที่ถูกต้องก็ย่อมจะต้องตามมาอย่างแน่นอน เพราะใจเป็นใหญ่ ใจเป็นประธาน ทุกสิ่งสำเร็จด้วยใจ คือทุกสิ่งเป็นไปตามอำนาจความเห็นถูก เห็นผิดของใจ การอบรมความเป็นให้ถูก ให้เป็นสัมมาทิฐิ...ความเป็นชอบไม่ให้เป็นมิชฌาทิฐิ.. ความเห็นผิด จึงเป็นความสำคัญที่สุดของผู้ยินดีในความถูกต้อง

ใจของเราทุกคนนี้สำคัญนัก สติก็สำคัญนัก ปัญญาที่สำคัญนัก เมตตากรุณาที่สำคัญนัก ทั้งหมดนี้ไม่ควรแยกจากกัน มีใจก็ต้องให้มีสติ ต้องให้มีปัญญา ต้องให้มีกรุณา ประคับประคองกันไปให้เสมอ อย่าให้มีสิ่งอื่นนอกจากสติปัญญาและเมตตากรุณาเข้ากำกับใจ



สติและปัญญาพร้อมเมตตา กรุณานั้น เมื่อเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับใจ จะทำให้ใจมีสัมมาทิฐิ... ความเห็นชอบได้ ตรงกันข้าม เมื่อใจขาดสติปัญญา และเมตตา กรุณา ก็จะทำให้ใจมีมิจฉาทิฐิ.. ความเห็นผิดได้ง่าย

○ สติปัญญา เมตตา กรุณา สำคัญยิ่งแก่ทุกชีวิต

สติ ปัญญา และเมตตา กรุณา เป็นความสำคัญอย่างยิ่งของทุกคน เป็นสิ่งช่วยให้คนเป็นคนอย่างสมบูรณ์ขึ้น งามพร้อมขึ้น จึงพึงเพิ่มพูนทั้งสติ ปัญญาและเมตตา กรุณา ซึ่งสามารถอบรมได้พร้อมกัน ให้เกิดผลเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันได้

ก่อนจะพูดจะทำอะไร พึงมีสติรู้ว่าแม่พูดแม่ทำลงไป จะเกิดผลอะไรตามมา เป็นความเสียหายแก่ผู้ใดหรือไม่ ต้องใช้ปัญญาในตอนนีให้พอเหมาะพอควร พร้อมทั้งใช้เมตตา กรุณาให้ถูกต้อง เว้นการพูดการทำที่ จะเป็นเหตุแห่งความกระทบกระเทือนใจผู้ฟังโดยไม่จำเป็น

พระพุทธเจ้าทรงยังด้วยพระมหากรุณา ทรงตั้งพระพุทธศาสนา อันเป็นศาสนาเพื่อจิตใจ ผู้เป็นพุทธศาสนิกพึงคำนึงถึงความจริงนี้ให้อย่างยิ่ง จะคิด จะพูด จะทำอะไร มีสติถึงจิตใจผู้เกี่ยวข้องทั้งหลาย อย่าให้ได้รับความชอกช้ำโดยไม่จำเป็น

○ สติปัญญา เมตตา กรุณา สำคัญยิ่งแก่ทุกชีวิต

สติ ปัญญา และเมตตา กรุณา เป็นความสำคัญอย่างยิ่งของทุกคน เป็นสิ่งช่วยให้คนเป็นคนอย่างสมบูรณ์ขึ้น งามพร้อมขึ้น จึงพึงเพิ่มพูนทั้งสติ ปัญญา และเมตตา กรุณา ซึ่งสามารถอบรมได้พร้อมกัน ให้เกิดผลเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันได้

ก่อนจะพูดจะทำอะไร พึงมีสติรู้ว่าแม่พูดแม่ทำลงไป จะเกิดผลอะไรตามมา เป็นความเสียหายแก่ผู้ใดหรือไม่ ต้องใช้ปัญญาในตอนนีให้พอเหมาะพอควร พร้อมทั้งใช้เมตตา กรุณาให้ถูกต้อง เว้นการพูดการทำที่ จะเป็นเหตุแห่งความกระทบกระเทือนใจผู้ฟังโดยไม่จำเป็น



พระพุทธเจ้าทรงยิ่งด้วยพระมหากรุณา ทรงตั้งพระพุทธศาสนา อันเป็นศาสนาเพื่อจิตใจ ผู้เป็นพุทธศาสนิกพึงคำนึงถึงความจริงนี้ให้อย่างยิ่ง จะคิด จะพูด จะทำอะไร มีสติถึงจิตใจผู้เกี่ยวข้องทั้งหลายอย่าให้ได้รับความชอกช้ำโดยไม่จำเป็น

○ ที่พึ่งของชีวิต อันไม่มีที่พึ่งใดเปรียบได้

พระพุทธศาสนา เป็นศาสนาเพื่อจิตใจโดยแท้ เป็นศาสนาที่ทะนุถนอมจิตใจเป็นอย่างยิ่ง มุ่งพิทักษ์รักษาจิตใจเป็นอย่างยิ่ง มุ่งพิทักษ์รักษาจิตใจให้ห่างไกลจากความเศร้าหมองทั้งปวง อันจักเกิดแต่ความโลภ ความโกรธ ความหลง

ศึกษาพระพุทธศาสนาให้รู้จริง ก็จักเห็นพระพุทธเจ้าว่า ทรงมีพระหฤทัยละเอียดอ่อนและสูงส่งเหนือผู้อื่นทั้งปวง ความอ่อนโยนประณีตแห่งพระหฤทัย ทำให้ทรงเอื้ออาทรถึงจิตใจสัตว์โลกทั้งหลาย ทรงแสดงความทะนุถนอมห่วงใยสัตว์น้อยใหญ่ไว้แจ้งชัด สารพัดที่ทรงตรัสรู้อันจักเป็นวิธีป้องกันจิตใจของสัตว์โลก สมเด็จพระบรมศาสดาทรงพระมหากรุณาปราณีแจ่มใสแสดงสอนตลอดพระชนมชีพที่บริสุทธิ์ผ่องแผ้ว เช่นนี้แล้วไม่ควรหรือที่พุทธศาสนิกชนทุกถ้วนหน้า จะตั้งใจสนองพระมหากรุณาเต็มสติปัญญาความสามารถปฏิบัติตามที่ทรงสอน เอื้ออาทรต่อเพื่อนร่วมทุกข์ทั้งหลาย ด้วยการแนะนำบอกเล่าให้รู้จัก ให้เข้าใจว่า สมเด็จพระพุทธศาสดานั้นทรงยิ่งด้วยพระมหากรุณาจิตทรงอบรมพระปัญญา จนถึงสามารถทรงยังให้เกิดพระพุทธศาสนาขึ้นได้ เป็นที่พึ่งยิ่งใหญ่ของสัตว์โลกทั้งหลายได้จนถึงทุกวันนี้ ไม่มีที่พึ่งอื่นใดเปรียบได้

○ ทุกชีวิตมีเวลาอันจำกัด พึงรำลึกในพระคุณและน้ำใจของพระพุทธองค์

ทุกคนที่เคยประสบความขัดข้องในชีวิต ปรารถนาจะได้รับความช่วยเหลืออย่างที่สุด เมื่อมีผู้ใดมาให้ความช่วยเหลือแก้ไขความขัดข้องนั้นให้คลี่คลาย...ช่วยให้ร้ายกลายเป็นดี แม้มีจิตใจที่กตัญญูรู้คุณ ผู้ได้รับความช่วยเหลือด้วยเมตตา ให้ผ่านพ้นความมืดมัวขัดข้อง ย่อมลำนึกในพระคุณและน้ำใจ ย่อมไม่ละเลยที่จะตอบแทน พระมหากรุณาของพระพุทธเจ้า ยิ่งใหญ่เหนือความกรุณาทั้งหลายที่ทุกคนเคยได้รับมาในชีวิต แม้ไม่พิจารณาให้ประณีตก็ย่อมไม่เข้าใจ แต่แม้พิจารณาให้ประณีตด้วยดี ย่อมไม่อาจที่จะละเลยพระคุณได้ ย่อมจับใจในพระคุณพันพรรณนา



พุทธวิธีเพื่อการหลุดตาย

○ พุทธวิธีเพื่อการหลุดตาย

การหลุดตายที่ปราศอยู่ในพระพุทธศาสนาท่านแนะนำ คือการหลุดอบรมความคิด สมมติว่าตนเองในขณะนั้นปราศจากชีวิตแล้ว ตายแล้ว เช่นเดียวกับผู้ที่ตายแล้วจริงทั้งหลาย

○ ฝึกอบรมความคิดว่าเมื่อปราศจากชีวิตแล้ว สภาพร่างกายของตนที่เคยเคลื่อนไหว จักทอดนิ่ง

คิดให้เห็นชัดว่าเมื่อตายแล้ว ตนจะมีสภาพอย่างไร ร่างที่เคยเคลื่อนไหวได้ก็จะทอดนิ่ง อย่างว่าแต่เพียงจะลุกขึ้นไปเก็บรวบรวมเงินทองข้าวของที่อุตสาหกรรมไว้เพื่อนำไปด้วย จะเขยิบไปพ้นแดดพุ่มดลัสนี้ ลักคืบก็ทำไม่ได้ เมื่อมีผู้มายกไปนำไปยังที่ซึ่งเขากำหนดกันว่าเหมาะว่าควร ก็ไม่อาจขัดขืนโต้แย้งได้

แม้บ้านอันเป็นที่รักที่หวงแหน เขาก็จะไม่ให้อยู่... จะยกไปวัด เคยนอนฟูกบนเตียงในห้องกว้าง ประตูหน้าต่างเปิดโปร่ง เขาก็จะจับลงไปในโรงศพแคบทึบ ไม่มีประตู ไม่มีหน้าต่าง ตีตาปูปิดสนิทแน่น ไม่ให้มีแม้แต่ช่องลมและอากาศ จะร้องก็ไม่ดัง จะประท้วงหรืออ้อนวอนก็ไม่สำเร็จ ไม่มีใครสนใจ

○ ถูกทอดทิ้งอ้างว้างตามลำพัง หลังปราศจากชีวิต

สามี ภริยา มารดา บิดา บุตรธิดา ญาติสนิทมิตรทั้งหลาย ที่เคยรักห่วงใยกันนักหนา ก็ไม่มีใครมาอยู่ด้วยแม้สักคน อย่างว่าแต่จะเข้าไปนั่งไปนอนในโรงศพด้วยเลย แม้แต่จะนั่งเฝ้านอนเฝ้าอยู่ข้างโลงทั้งวันทั้งคืน ก็ยังไม่มีใครยอม บ้านเรือนใครก็จะพากันกลับคืนหมด ทิ้งไว้แต่ลำพังในวัดที่อ้างว้าง มีศาลาตั้งศพ มีเมรุเผาศพ มีเชิงตะกอน มีศพที่เผาเป็นเถ่าถ่านแล้วบ้าง ยังไม่ได้เผาบ้างมากมายหลายศพ



○ ทริพย์สมบัติที่สะสมไว้ ในขณะที่มีชีวิต สิ้นสุดลงแล้วพร้อมกับลมหายใจและชีวิตที่สิ้นสุด

ที่นี้เมื่อยังไม่ตาย เราเคยกลัว เคยรังเกียจ แต่เมื่อตายเราก็หนีไม่พ้น เรามีอะไรหรือในขณะนั้น เราไม่มีอะไรเลย มือเปล่าเกลี้ยงเกลาไปทั้งเนื้อทั้งตัว เงินสักบาททองสักเท่าหนวดกุ้งก็ไม่มีติด มีแต่ตัวแท้ ๆ เขาไม่ได้แต่งเครื่องเพชรเครื่องทองมีค่าหรือมอกระเป่าใส่เงินใส่ทองให้เลย อย่างดีก็มีเพียงเสื้อผ้าที่เขาเลือกสวมใส่แต่งศพให้ไปเท่านั้น ซึ่งไม่กี่วันก็จะชุ่มน้ำเหลืองที่ไหลจากตัว มีใครเล่าจะมาเปลี่ยนชุดใหม่ ๆ ให้ ทั้ง ๆ ที่สะสมไว้มากมายหลายสิบชุด ล้วนเป็นที่ชอบอกชอบใจว่าสวยงาม โอกาสที่จะได้ใช้เงินใช้เสื้อผ้าอาภรณ์ เครื่องเพชรเครื่องทองเหล่านั้นสิ้นสุดลงแล้ว... พร้อมกับลมหายใจ พร้อมทั้งชีวิตที่สิ้นสุดนั่นเอง ไม่คุ้มกันเลยกับความเหนื่อยยากแสวงหามาสะสมโดยไม่ถูกไม่ชอบด้วยประการทั้งปวง ที่เป็นบาป เป็นอกุศล เป็นการเบียดเบียนก่อทุกข์ภัยให้ผู้อื่น

○ มองให้เห็นสภาพร่างกายที่ตายแล้ว

หัดมองให้เป็นร่างกายของตนเอง ที่ตายแล้วขึ้นยึดอยู่ในโลก เริ่มปริแตก มีน้ำเหลืองน้ำหนองไหลออกจากชุมชน เส้นผมเปื่อยกแฉะด้วยเลือดด้วยหนอง ลิ้นที่เคยอยู่ในปากเรียบบร้อยก็หลุดออกมาจุก นัยน์ตาถลนเหลือกลาน

รูปร่างหน้าตาของตนเองขณะนั้น อย่าว่าแต่จะให้ใครอื่นจำได้เลย แม้ตัวเองก็จำไม่ได้ อย่าว่าแต่จะให้ใครอื่นไม่รังเกียจสะดุ้งกลัวเลย แม้แต่ตัวเองก็ต้องยากจะห้ามความรู้สึกนั้น ผิพรรณที่อุตสาหพยายามถนอมรักษาให้งดงามเจริญตา เจริญใจ ใส่หยูกใส่ยา เครื่องอบเครื่องลูบไล้ เครื่องประทีนอันมีกลิ่นมีคุณค่าราคาแพงทั้งหลาย มีลักษณะตรงกันข้ามกับความปรารถนาอย่างสิ้นเชิง เมื่อความตายมาถึง



○ ทรัพย์สมบัติสักนิด เมื่อตายไปก็นำไปไม่ได้

เมื่อความตายมาถึง ไม่มีผู้ใดจะสามารถถนอมรักษาทะนุบำรุงรักษาร่างกายของเขาไว้ได้ แม้สมบัติ ทรัพย์สินที่แสวงหาไว้ระหว่างมีชีวิตจนเต็มสติปัญญาความสามารถ แม้ด้วยเล่ห์กล เพื่อใช้ทะนุถนอม รักษาเชิดชูบำรุงตัวของเรา ก็ติดร่างไปไม่ได้เลย

○ แม้ร่างกายของเรา ก็ต้องทิ้งไว้ในโลก

เป็นจริงดังพุทธศาสนสุภาษิตว่า.. ทรัพย์สักนิดก็ติดตามคนตายไปไม่ได้ ให้ความสุข ความสมบูรณ์ ความสะดวกสบาย ความปกป้องคุ้มกันร่างของคนตายไม่ได้ ต้องปล่อยให้ร่างนั้นผุพัง เน่าเปื่อยคืนสู่ สภาพเดิม เป็นต้น น้ำ ไฟ ลม ประจำโลกต่อไป ต้องตามพุทธศาสนสุภาษิตว่า “สัตว์ทั้งปวงจะทิ้งร่างไว้ในโลก”

○ ความเชื่อในชีวิตหลังความตาย

ผู้มีความเข้าใจว่า ตายแล้วจะไปเกิดเป็นอะไร สุขทุกข์อย่างไร เราไม่รับรู้ด้วยแล้ว จึงไม่มีความหมาย **นี่เป็นความเข้าใจผิดอย่างยิ่ง** เป็นโมหะสำคัญ ก็ที่เราเกิดเป็นนั่นเป็นนี่กันชาตินี้ ทำไมเราจึงรู้สึกสุข รู้สึกทุกข์ ทั้ง ๆ ที่เราไม่รู้ว่าเกี่ยวข้องกับชาติก่อนอย่างไร

พุทธศาสนิกชนส่วนใหญ่เชื่อว่าชาติในอดีตและชาติในอนาคต เชื่อว่าก่อนที่จะมาเกิดในชาตินี้ได้ เคยเกิดในชาติอื่นมาแล้ว และก็ต้องเกิดในชาติหน้าต่อไป ไม่รู้ก็ชาติต่อกี่ชาติ ถ้ายังทำกิเลสให้สิ้นไปไม่ได้ อย่างพลอยเป็นไปกับคนเป็นอันมาก ที่มีโมหะหลงเข้าใจผิดอย่างยิ่งว่า จบสิ้นความเป็นคนในชาตินี้แล้ว ก็ไม่รู้เรื่องราวเกี่ยวกับชาติอื่นต่อไป เพราะฉะนั้นความสำคัญจึงอยู่ที่ควรแสวงหาความสุขสมบูรณ์ให้ตนเองให้เต็มที่ในชาตินี้ ผู้ใดมีโมหะหลงผิดเช่นนี้ จะสามารถทำความผิดร้ายได้ทุกอย่างเพื่อประโยชน์ตน ทยศคคดโกง เบียดเบียนทำร้ายแม้กระทั่งถึงชีวิตเขาก็ทำได้ เป็นการสร้างกรรมที่จะให้ผลแก่ตนเอง แน่แน่นอน คนจะต้องเสวยผล เสวยทุกข์เวทนา ทั้งในโลกนี้และเมื่อละโลกนี้ไปแล้วตามกรรมของตน ต้องตามพุทธภาษิตว่า “กรรมของตนเอง ย่อมนำไปสู่ทุกคดี”



○ ชีวิตในชาติข้างหน้ายาวนาน ไม่อาจประมาณได้

ปราชญ์กล่าวว่า ชีวิตนี้น้อยนัก ก็คือชีวิตในชาตินี้ก็น้อยนัก ชีวิตในชาติข้างหน้ายาวนานไม่อาจประมาณได้ ชีวิตในภพข้างหน้าจะสิ้นสุดเมื่อไร ขึ้นอยู่กับความหมกมุ่นจากกิเลสอย่างสิ้นเชิงเท่านั้น เปรียบชีวิตข้างหน้ากับชีวิตนี้แล้ว ชีวิตนี้จึงน้อยนัก

○ แม้รักตนจริง ควรรักไปถึงชีวิตข้างหน้าด้วย

แม้รักตนจริง ก็ควรรักให้ตลอดไปถึงชีวิตข้างหน้าด้วย ไม่ใช่จะคิดเพียงสั้น ๆ รักแต่ชีวิตนี้เท่านั้น หากความสมบูรณ์พูนสุขในชีวิตนี้ ภายในขอบเขตที่ชอบที่สุด ทำนองคลองธรรมเกิด ผลแห่งกรรมทั้งในชาตินี้และชาติหน้าต่อ ๆ ไปที่จะต้องเสวยแน่ จะได้ไม่เป็นผลร้าย ไม่เป็นผลของบาปกรรม ที่ให้ความทุกข์มิได้ให้ความสุข

○ เมื่อชีวิตดับสลาย...ทุกสิ่งที่เคยครอง ก็ต้องสูญสลายพลัดพราก

ชีวิตใคร...ใครก็รัก

ชีวิตเรา...เราก็รัก ชีวิตเขา...เขาก็รัก

ความตาย...เรากลัว ความตาย...เขาก็กลัว

ของของใคร...ใครหวง ของของเรา...เราหวง ของของเขา...เขาก็หวง

จะลักจะโกงจะฆ่าทำร้ายใครสักคน ขอให้นึกกลับกันเสีย ให้เห็นเขาเป็นเรา เราเป็นเขา คือเขาเป็นผู้ที่จะลักจะโกงจะฆ่าจะทำร้ายเรา เราเป็นเขาผู้ที่จะถูกลักถูกโกงถูกฆ่าถูกทำร้าย ลองนึกเช่นนี้ให้เห็นชัดเจน แล้วดูความรู้สึกของเรา จะเห็นว่าที่เต็มไปด้วยโมหะนั้น จะเปลี่ยนเป็นเมตตากรุณา

ชาวผู้พยายามป้องกันสมบัติของตนจนเสียชีวิตนั้น น่าสลดสังเวชยิ่งนัก หรือชาวแม่ผู้กำลังจะสิ้นชีวิตแล้ว แต่ก็ยังพยายามกระเสือกกระสนรักษาสมบัติมีค่าของตนที่ติดตัวอยู่ ก็น่าสงสารที่สุด พบชาวเหล่านี้เมื่อไร ขอให้ถึงใจคนเหล่านั้น อย่าคิดทำร้าย อย่าคิดเบียดเบียนกันเลย



○ ทุกชีวิตต้องตาย...และจะตายในเวลาไม่นาน

ชีวิตของมนุษย์นี้ จะยืนนานเกิน ๑๐๐ ปี ก็ไม่มาก ทั้งยังเหลืออยู่ไม่ถึง ๑๐๐ ปีอีกด้วย คนไม่ได้อายุยืน เพราะทรัพย์ จะทำทุกวิถีทางแม้ที่ชั่วช้า โหดร้ายเพื่อให้ได้มาซึ่งทรัพย์ทำไมเล่า ในเมื่อชีวิตดับสลายแล้ว ทุกสิ่งในชีวิตเคยครอง ก็ต้องสูญสลายพลัดพรากจากไป

ทรัพย์สมบัติติดตามคนตายไปไม่ได้ แต่เหตุแห่งการแสวงหาทรัพย์โดยมิชอบ ซึ่งเป็นกรรมไม่ดี ติดตามคนตายไปได้ ให้ผลเป็นความทุกข์ความเดือดร้อนแก่คนที่ตายไปแล้วได้ ทรัพย์จึงไม่ใช่สิ่งที่พึงแสวงหา โดยไม่คำนึงให้รอบคอบถึงความถูก ความผิด ความควร ความไม่ควร

○ ความโลภไม่มีขอบเขตนั่น เป็นทุกข์หนักนัก

ทรัพย์ที่แสวงหาด้วยความโลภเป็นใหญ่ ได้ทำลายชีวิตและทำลายชื่อเสียงเกียรติยศของใครต่อใคร มาแล้วอย่างประมาณมิได้ ปรากฏให้เห็นอยู่ในชีวิตนี้ ความโลภโดยไม่มีขอบเขตนั่นเป็นทุกข์หนักนัก ทั้งโลกในทรัพย์ ในยศ ในชื่อเสียงล้วนเป็นทุกข์หนักนักทั้งสิ้น ตนเองก็เป็นทุกข์ ทั้งยังแผ่ความทุกข์ไปถึงผู้อื่น อีกด้วย จึงเป็นกรรมไม่ดี

○ ผู้มีปัญหา มีความฉลาด มีสัมมาทิฐิ

จักมุ่งเพียรละกิเลสก่อนความตายมาถึง

ถ้าทุกข์ร้อนเพราะความอยากได้ไม่สิ้นสุดในลาภ ในยศ ในชื่อเสียง จะดับทุกข์ร้อนนั้นได้ด้วยการทำกิเลสให้หมดจด ชีวิตในภพชาติข้างหน้าอันยาวนานนักหนา จะเป็นชีวิตดีมีสุขเพียงไร ขึ้นอยู่กับกรรมที่ทำไว้ แล้วทั้งในอดีตชาติและในชาตินี้เป็นสำคัญ จะฉลาดนักถ้าจะไม่ลืมหูความจริงนี้ จะฉลาดที่สุดถ้าจะไม่คำนึงถึงแต่ความสุขเฉพาะในชีวิตนี้ หรือชีวิตหน้า แต่จะมุ่งคำนึงว่าจะพึงปฏิบัติอย่างไรให้เต็มสติปัญญาความสามารถ เพื่อไม่ต้องมีภพชาติข้างหน้าอีกต่อไป เพราะความเกิดเป็นความทุกข์แท้ ผู้ฉลาดมีสัมมาทิฐิความเห็นชอบ จักมุ่งมั่นเพียรอบรมสติปัญญาให้สามารถทำลายกิเลสคือราคะ หรือโลภะ โทสะ และโมหะ ให้หมดจด เพื่อพาดนให้พ้นได้จากความเกิดอันเป็นทุกข์



ผู้ประพடுத்தี ย่อมฝึกตน

○ บัณฑิต คือคนดี คนที่มีปัญญา คนที่ไม่ใช่พาล

บัณฑิต ตามพจนานุกรมแปลว่า ผู้มีปัญญา นักปราชญ์ แต่ความหมายแท้จริงที่ท่านใช้กัน บัณฑิต หมายถึงคนดี คนที่ไม่ใช่พาล และเมื่อพิจารณากันแล้ว คนดีหรือผู้ที่มีปัญญาก็เป็นคนเดียวกันนั่นเอง **คนที่มีปัญญาจะเป็นคนไม่ดีไปไม่ได้ ถ้าเป็นคนไม่ดีก็เพราะไม่มีปัญญา**

○ บัณฑิตย่อมรู้จัก รู้จริง ว่าความดีคืออะไร ความชั่วคืออะไร

“บัณฑิตย่อมฝึกตน” หมายความว่า คนดีหรือคนที่มีปัญญา ย่อมฝึกตน คืออบรมตนให้เป็นคนดี ในทางหนึ่งคนเรามีสองพวก คือพวกผู้ฝึกตนและพวกผู้ไม่ฝึกตน พวกผู้ฝึกตนคือผู้ที่พยายามศึกษาให้รู้ว่าคุณดีเป็นอย่างไร ทำอย่างไรจึงจะเป็นผู้มีความดี จึงจะเป็นคนดี

บัณฑิตไม่ประมาทว่าคนมีความดีเพียงพอแล้ว บัณฑิตไม่หลงคิดว่าความไม่ดีเป็นความดี แล้วก็ทำ ความไม่ดีอย่างไม่สะดุ้งสะเทือน แต่บัณฑิตย่อมรู้จัก รู้จริง ว่าความดีคืออะไร ความชั่วคืออะไร แล้วก็ ไม่ประมาท ตั้งใจทำความดี ตั้งใจหลีกเลี่ยงความไม่ดีเต็มสติปัญญาความสามารถ

○ การเพ่งโทษตนเอง เป็นการฝึกตนที่ได้ผลจริง

บัณฑิตไม่มีความเพ่งโทษผู้อื่น บัณฑิตจะเพ่งโทษตนเอง การเพ่งโทษตนเองนั้นเป็นการฝึกตนเองอย่างหนึ่งที่จะเกิดผลจริง การเพ่งโทษผู้อื่นเป็นวิสัยของผู้ไม่ใช่บัณฑิต ผู้ที่เพ่งแต่โทษผู้อื่น ไม่เพ่งโทษตนเอง ย่อมไม่เห็นโทษของตนเอง ย่อมไม่เห็นความบกพร่องที่จะต้องแก้ไขให้ดีขึ้น ย่อมไม่รู้ว่ามิโทษเพียงไรในแง่ใด ไม่มีโอกาสจะแก้ไขตนเอง แต่จะมุ่งไปแก้ผู้อื่น ซึ่งจะไม่เป็นประโยชน์แก่ตนเองอย่างใด ผู้อื่นนั้นไม่ใช่



ว่าจะยอมให้แก่ เพราะถ้าเป็นผู้อื่นที่เป็นบัณฑิต ก็ยอมแก้ตนเองอยู่แล้ว ฝึกตนเองอยู่แล้ว ส่วนผู้ที่ไม่เป็นบัณฑิตก็ยอมไม่สนใจที่จะแก้ตนเอง ฝึกตนเองอยู่แล้ว ผู้อื่นจะไปแก้จึงเป็นไปได้ยาก

ทุกคนจะดีหรือชั่ว...สำคัญที่ตนเอง ตนเองมีความดีพอจะยอมรับความไม่ถูกต้องไม่ดั่งงามของตน ย่อมยินดีฝึกตน ย่อมยินดีแก้ไขตน ย่อมมีโอกาสเป็นคนดียิ่งขึ้น

○ ผู้คุ้นเคยกับความดี ทำดีได้โดยง่าย

การที่บุคคลใดบุคคลหนึ่ง ได้ทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งอยู่เสมอ ย่อมมีความชำนาญในสิ่งนั้น มีความคุ้นเคยกับการทำสิ่งนั้น ย่อมทำได้ดี ประพฤติดีเสมอ ก็จะเป็นผู้คุ้นเคยกับความดี คุ้นเคยกับการทำดี จะไม่เกี่ยวข้องกับความไม่ดี ไม่คุ้นเคยกับความไม่ดี

ผู้ที่ประพฤติดีลุ่ม ๆ ดอน ๆ คือบางทีก็ทำดี บางทีก็ทำไม่ดี เช่นนี้ก็จักเป็นคนดีไม่สม่ำเสมอ ถ้าทำดีมากกว่า ทำไม่ดีขึ้นครั้งกว่า ก็จักเป็นคนที่มีโอกาสดีมากกว่าที่ไม่ดี คือคุ้นเคยกับความดีมากกว่า คุ้นเคยกับความไม่ดี เหมือนผู้ที่ติดต่อไปมาหาสู่กับบ้านใดมาก ก็รู้จักคุ้นเคยกับบ้านนั้น และผู้คนในบ้านนั้นมาก ติดต่อไปมาหาสู่บ้านใดน้อย ก็จักคุ้นเคยกับบ้านนั้นและผู้คนในบ้านนั้นน้อย

○ ผู้ที่มีเหตุผล ก็คือผู้มีปัญญา

ผู้ที่อบรมสมาธิ ทำใจให้สงบมาก ก็เท่ากับฝึกใจให้คุ้นเคยกับความสงบมาก มีความสงบมาก ผู้ที่ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่าน วุ่นวายไปกับเรื่องกับอารมณ์ต่าง ๆ มาก ก็เท่ากับฝึกใจให้วุ่นวายฟุ้งซ่านมาก เพราะคุ้นเคยกับความวุ่นวายฟุ้งซ่านมาก ความสงบก็มีน้อย

ผู้อบรมปัญญามาก พยายามฝึกให้เกิดเหตุผลมาก ก็จักคุ้นเคยกับการใช้เหตุผล ไม่ขาดเหตุผล ผู้ที่มีเหตุผลก็คือผู้มีปัญญา ผู้ที่ขาดเหตุผลก็คือผู้ที่ขาดปัญญา เหตุผลหรือปัญญาก็ฝึกได้ เป็นไปตรงตามพุทธศาสนสุภาษิตว่า “บัณฑิตย่อมฝึกตน” และที่ว่า “ผู้ประพฤติดีย่อมฝึกตน”



ทุกคนควรพิจารณาดูใจตนเอง ให้เห็นความปรารถนาต้องการที่แท้จริง ว่าต้องการอย่างไร ต้องการเป็นคนฉลาด มีปัญญา มีเหตุผล ก็ต้องประพฤติคือคิดพูดทำแต่สิ่งที่เป็นไปตามเหตุผล ถูกต้องด้วยเหตุผล ต้องการเป็นคนดีก็ต้องประพฤติดีให้พร้อม ทั้งกาย วาจา ใจ ให้สม่ำเสมอ การคิดดี พูดดี ทำดี เพียงครั้งคราว หากอาจทำตนให้เป็นคนดีได้ไม่ หากอาจเป็นการประพฤติดีที่เป็นการฝีกตนไม่

○ ผู้วางเฉย เป็นผู้ไม่มีกิเลสเครื่องฟุ้ง

ผู้วางเฉย มีอุเบกขา ไม่ยินดียินร้าย เป็นผู้พอ...พอใจในสภาพของตน ไม่ดิ้นรนเพื่อให้ตนสูงขึ้นด้วยประการทั้งปวง ไม่ห่อเหิมว่าตนสูงแล้ว เมื่อความไม่ยินดียินร้ายมีอยู่ ท่านจึงกล่าวว่า ผู้วางเฉย ดังกล่าว เป็นผู้ไม่มีกิเลสเครื่องฟุ้ง

ความพอใจในสภาพของตนเป็นความสำคัญอย่างยิ่ง ความพอใจนั้นเรียกอีกอย่างหนึ่งก็คือความพอ ผู้ที่มีความพอแล้ว ย่อมมีความพอใจในภาวะและฐานะของตน จนกระทั่งไม่เห็นความสำคัญที่ต้องนำตนไปเปรียบกับผู้อื่น ผู้อื่นจะสูงจะต่ำจะดีจะไม่ดีอย่างไร ผู้ที่มีความพอแล้วย่อมไม่นำตนไปเปรียบ ย่อมไม่เกิดความรู้สึกห่อเหิมว่าคนอื่นต่ำกว่า ตนสูงกว่า ไม่ดิ้นรนทะเยอทะยานที่จะยกฐานะของตนให้สูงขึ้น เพราะเห็นว่าผู้อื่นสูงกว่า ตนต่ำกว่า

○ ผู้วางเฉยเป็นผู้มีสติทุกเมื่อ

ผู้ที่ดูถูกผู้อื่นก็ตาม ผู้ที่ตื่นเต้นในความใหญ่โตของผู้อื่นก็ตาม ล้วนเป็นผู้ไม่อยู่ในความหมายของคำว่า “ผู้วางเฉย” แต่เป็นผู้ขาดสติ เพราะผู้วางเฉยเป็นผู้มีสติทุกเมื่อ ผู้วางเฉยเป็นผู้ไม่ดูถูกผู้อื่น เพราะไม่เห็นว่าผู้อื่นต่ำด้อยกว่าตน ไม่เห็นว่าตนสูงกว่าผู้อื่น

ผู้วางเฉยมีสติทุกเมื่อ ย่อมไม่ตื่นเต้นในความใหญ่โตของผู้อื่น เพราะไม่เห็นว่าผู้อื่นสูงกว่าตน ไม่เห็นว่าตนต่ำกว่าผู้อื่น ความสำคัญตนว่าเสมอเขา นั้นมิได้เป็นสองนัย คือสำคัญตนว่าเสมอกับผู้ที่ต่ำด้อย เมื่อมีความสำคัญตนนี้เกิดขึ้น ก็ต้องมีค่าน้อยเนื้อต่ำใจ มีความแพบลงของใจ เพราะยอมสำคัญตนเลยไปถึงว่าตนต่ำกว่าผู้มีภาวะฐานะสูง นี่เป็นนัยหนึ่งของความสำคัญตนว่าเสมอเขา



ความสำคัญตนว่าเสมอเขานั้น มิได้เป็นสองนัย คือสำคัญตนว่าเสมอกับผู้ที่ต่ำต้อย เมื่อมีความสำคัญ
ตนนี้เกิดขึ้น ก็ต้องมีความน้อยเนื้อต่ำใจ เพราะยอมสำคัญตนเลยไปถึงว่าตนต่ำกว่าผู้มีภาวะฐานะสูง นี้
เป็นนัยหนึ่งของความสำคัญตนว่าเสมอเขา

ความสำคัญตนว่าเสมอเขานี้นัยหนึ่งคือ สำคัญตนว่าเสมอกับผู้ที่สูงด้วยภาวะและฐานะ เมื่อ
ความสำคัญตนเช่นนี้เกิดขึ้น ก็ต้องมีความลำพองใจยกตนข่มท่าน มีความพูนขึ้นของจิตใจ เพราะยอม
สำคัญตนเลยไปถึงว่า ตนสูงกว่าผู้ที่มีภาวะฐานะต่ำต้อย

ความไม่วางเฉย ไม่มีสติทุกเมื่อ เป็นเหตุให้เกิดกิเลสเครื่องพูนขึ้นและแพบลงของจิตใจ เพราะความไม่
วางเฉยเป็นทางให้เกิดความสำคัญตนสามประการคือ สำคัญตนว่าเสมอกับเขา ดีกว่าเขา ต่ำกว่าเขา
ความสำคัญตนทั้งสามประการมีแต่โทษสถานเดียว ไม่มีคุณอย่างใด **จึงควรอบรมความวางเฉยให้มาก**
พยายามตัดความรู้สึกสำคัญตนดังกล่าวให้สิ้น จะได้รับความสงบสุขยิ่งนัก



ชัยชนะอันยิ่งใหญ่ของมนุษย์

○ หนีไกลกิเลสได้ด้วยปัญญา เมื่อนั้นเป็นชัยชนะ

ชัยชนะทางใจนั้น ทุกคนมีอยู่เสมอ ในเรื่องนั้นบ้าง ในเรื่องนี้บ้าง เป็นชัยชนะเล็ก ๆ น้อย ๆ และชัยชนะที่ยิ่งใหญ่ต่าง ๆ กัน เมื่อใดความโลภเข้าใกล้ แม้สามารถหนีไกลความโลภได้ด้วยปัญญา คือด้วยเหตุผล...เมื่อนั้นเป็นชัยชนะ

เมื่อใดความโกรธเข้าใกล้ แม้สามารถหนีไกลความโกรธได้ด้วยปัญญา คือด้วยเหตุผล...เมื่อนั้นเป็นชัยชนะ เมื่อใดความหลงเข้าใกล้ แม้สามารถหนีไกลความโกรธได้ด้วยปัญญา คือด้วยเหตุผล...เมื่อนั้นเป็นชัยชนะ

○ ชัยชนะที่ยิ่งใหญ่ที่สุดของมนุษย์

หนีไกลความโลภ หนีไกลความโกรธ หนีไกลความหลง ได้เพียงในเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ด้วยปัญญา คือด้วยเหตุผล ก็เป็นชัยชนะเล็ก ๆ น้อย ๆ แต่แม้หนีไกลความโกรธ หนีไกลความโลภ หนีไกลความหลงที่ยิ่งใหญ่ได้ด้วยปัญญา คือด้วยเหตุผล ก็เป็นชัยชนะที่ยิ่งใหญ่

ชัยชนะที่ยิ่งใหญ่ที่สุด คือสามารถไกลกิเลสทั้งความโลภ ทั้งความโกรธ ทั้งความหลง ทั้งน้อยทั้งใหญ่ ได้สิ้นเชิง ได้แน่นอนเด็ดขาด ด้วยปัญญาคือด้วยเหตุผล กิเลสจักไม่กลับเข้าใกล้ให้เกิดความเศร้าหมองจิตใจได้อีกต่อไป ทำได้เมื่อไร เมื่อนั้นเป็นชัยชนะที่ยิ่งใหญ่จริง ไม่มีชัยชนะใดเสมอเหมือน



○ ผู้ต้องการชัยชนะ ฟังอบรมปัญญาให้ยิ่ง

เมื่อวาระสุดท้ายของทุกคนมาถึง เมื่อไม่อาจสามารถเป็นผู้มีชัยชนะทางกายได้ แต่ก็สามารถมีชัยชนะทางใจได้ แม้เชื่อฟังและปฏิบัติตามที่สมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนไว้ อบรมสติให้ยิ่ง อบรมปัญญาให้ยิ่ง ตั้งแต่บัดนี้ ตั้งแต่วาระสุดท้ายยังมีได้มาถึง

○ ผู้มีปัญญา แม้ในความทุกข์ก็หาความสุขได้

สมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงมีพระพุทธานุศาสนีว่า “ปัญญาเป็นเครื่องวินิจฉัยสิ่งที่ฟังแล้ว ปัญญาเป็นเครื่องเพิ่มพูนเกียรติคุณและชื่อเสียง คนผู้ประกอบด้วยปัญญาในโลกนี้ แม้ในความทุกข์ก็หาความสุขได้”

○ ปัญญาในธรรมเกิดจากจิตที่บริสุทธิ์สะอาด

ปัญญา หรือสัมมาปัญญา มีคุณสถานเดียว เพราะเมื่อใช้คำว่าปัญญาย่อหมายถึงปัญญาในธรรม ซึ่งจะเกิดได้ก็ต่อเมื่ออาศัยจิตบริสุทธิ์ จิตบริสุทธิ์สะอาดระดับใด ปัญญาจะรู้ชัดจริงในระดับนั้น จิตเศร้าหมองขุ่นมัว...ปัญญาก็จะเป็นเช่นนั้นด้วย คือเมื่อจิตเศร้าหมอง ปัญญาก็จะหมอง คือไม่ใสสว่าง

○ เหตุแห่งความมีชัยชนะอันยิ่งใหญ่

จิตที่มีความสงบ มีความบริสุทธิ์ก็ด้วยมีศีลเป็นที่รองรับ หรือเป็นพื้น ท่านจึงเปรียบศีลเป็นเช่นแผ่นดินอันเป็นที่ดำรงอยู่ของสรรพสัตว์ในโลก และของสิ่งทั้งปวง ศีลเป็นเช่นแผ่นดิน เพราะศีลเป็นที่รองรับ กุศลธรรมทั้งปวง แม้ปราศจากศีลเป็นแผ่นดินรองรับ กุศลธรรมก็ตั้งขึ้นไม่ได้ ตั้งอยู่ไม่ได้

นอกจากศีล ความบริสุทธิ์ของจิตต้องมีสมาธิเป็นส่วนสำคัญ เพราะสมาธิจักทำให้จิตบริสุทธิ์จากนิวรณ์ทั้งหลาย ความบริสุทธิ์จากนิวรณ์นั้นเป็นบาทของปัญญา



เปรียบกับทางร่างกาย สมาธิเป็นส่วนเท้า อันเป็นที่ตั้งของลำตัวและศีรษะ ฉะนั้นจึงต้องมีสมาธิเป็นเท้า เป็นที่รองรับลำตัว คือปัญญา เพื่อวิมุตติคือความหลุดพ้น อันเปรียบเป็นเช่นศีรษะ ศีล สมาธิ ปัญญา ทั้งสามนี้เป็นส่วนเหตุ ซึ่งมีวิมุตติ...ความหลุดพ้นจากกิเลสเป็นส่วนผล จึงต้องอาศัยกัน เหมือนตั้ง แผ่นดิน เป็นเท้า เป็นลำตัว เป็นศีรษะ การปฏิบัติจึงต้องปฏิบัติให้มีศีลด้วย มีสมาธิด้วย มีปัญญาด้วย ประกอบกัน

○ กิเลสหนาแน่นเพียงไร ตาปัญญามืดมิดเพียงนั้น

ตาปัญญาที่เหมือนตาธรรมตา คือตาธรรมตานี้ แม้ไม่มีหมอกมัวมาบังก็เห็นสิ่งที่มี อยู่รอบตัวได้ถนัดชัดเจน เช่นตาไม่เป็นต้อก็จะเห็นได้ชัดเจนดี แต่ถ้าตาเป็นต้อก็จะเห็นพร่ามัว จนถึงมืดมิดในที่สุด ตาปัญญาที่ทำนองเดียวกัน ต้อของตาธรรมคือกิเลสของตาปัญญา

แม้มีกิเลสปิดบังอยู่ ตาปัญญาที่หาอาจเห็นสังขารธรรมได้ถนัดชัดเจนไม่ กิเลสหนาแน่นมากเพียงไร ตาปัญญาที่ยังมืดมิดไม่เห็นสังขารธรรมเพียงนั้น แม้กิเลสจะเป็นสิ่งที่ฆ่าไม่ตายทำลายไม่ได้ มีอยู่เต็มโลก ทุกหนทุกแห่ง ทุกเวลาในที่ เหมือนโรคตาต้อที่มีอยู่ในโลก ที่เกิดแก่ใคร ๆ ทั้งหลายเป็นอันมาก

ถ้ารักษาตาไว้ให้ดี ไม่ให้โรคต้อเกิดแก่ตาก็จักเป็นผู้มีตาดี ตาสว่าง เห็นผู้คนสิ่งของถนนหนทางได้ ชัดเจน เช่นนี้ฉันใด ถ้ารักษาใจไว้ให้ดี ไม่ให้กิเลสเข้าใกล้ครอบคลุมบดบังจิต ตาปัญญา ก็จะสว่างให้เห็น ได้ลึกซึ้ง กว้างไกล ชัดเจน ถูกต้อง ฉะนั้น

○ เมื่อใดเห็นสังขารธรรม เมื่อนั้นถึงวิมุตติ...ได้เป็นสุข

จิตมีสมาธิ คือมีความสงบเพียงไร ข้อมมีสติเพียงนั้น สติข้อมสามารถกั้นกระแสแห่งกิเลสไม่ให้เข้าใกล้ จิตได้เพียงนั้น เห็นสังขารธรรมเพียงนั้น เมื่อใดเห็นสังขารธรรมอันเป็นความจริง รู้ถูก รู้พร้อม เมื่อนั้นก็ข้อม วางความยึดถือ ถึงวิมุตติ...หลุดพ้น ได้เป็นสุข

การฟังพระธรรมคำสอนของสมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า นั้น ท่านสอนมิให้ฟังเพื่อจดจำ เท่านั้น แต่สอนให้ฟังเพื่อขัดเกลาจิตใจให้บริสุทธิ์สะอาด เพื่อให้เป็นที่เที่ยวไปของใจอย่างสบาย เพื่อให้



ยังเกิดความหน่ายความสิ้นดีใจยินดี เพื่อดับดับหาความดีนั้นรณะยานอยาก เพื่อความรู้พร้อม เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อที่จะหนีไกลกิเลสให้อย่างยิ่ง ท่านจึงสอนให้ปฏิบัติไปพร้อมกับการอ่านหรือการฟังธรรมให้เกิดปัญญา คือแก้ไขจิตใจตนไปให้เกิดผล พร้อมกับการฟังหรือการอ่านที่เดียว มิใช่พยายามจดจำไว้เท่านั้น

○ ผู้ปรารถนาชัยชนะ ฟังเป็นผู้ไม่ประมาท

มีพุทธศาสนสุภาษิตบทหนึ่งกล่าวไว้ว่า “ไม่ควรสมคบด้วยความประมาท” นั่นก็คือไม่ควรประมาท เพราะความประมาทเป็นเหตุแห่งความตาย หรือความประมาทเป็นทางแห่งความตาย คำเต็มสมบูรณ์ของความประมาท คือความประมาทปัญญา ซึ่งหมายความว่าไม่เห็นความสำคัญของปัญญา หรือไม่เห็นความสำคัญของเหตุผลนั่นเอง

เหตุผลคือปัญญา เป็นเหตุให้พ้นทุกข์ได้ ตั้งแต่พ้นทุกข์น้อย พ้นทุกข์ใหญ่ จนถึงพ้นทุกข์สิ้นเชิง ซึ่งสมเด็จพระบรมศาสดาได้ทรงถึงแล้ว เหตุด้วยทรงถึงพร้อมด้วยพระปัญญาคุณ ทั้งทรงยังพระอรหันตสาวกทั้งหลายผู้มีปัญญา ให้ได้ ให้ถึงตามเสด็จพระพุทธองค์ด้วย ผู้มีปัญญามากหลายที่กำลังดำเนินตามทางที่ทรงชี้แสดงไว้เพื่อไปสู่ความพ้นทุกข์ ต่างก็ได้พบความพ้นทุกข์มากน้อยเป็นลำดับ ตามกำลังแห่งสติปัญญาของตน

○ ผู้ไม่ประมาททางปัญญา เป็นผู้มีความเห็นชอบ

สัมมาทิฐิ...ความเห็นชอบ อันเป็นองค์สำคัญของมรรคมงคล ๘ ทางไปสู่ความพ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิง เกิดได้ด้วยปัญญา ประมาทปัญญาก็พ้นทุกข์ไม่ได้ เพราะเมื่อประมาทปัญญา ไม่ใช่ปัญญา สัมมาทิฐิ..ความเห็นชอบจะไม่มี เมื่อไม่มีความเห็นชอบ สิ่งที่มาตลอดสายย่อมเป็นสิ่งไม่ชอบ

สิ่งใดเป็นสิ่งไม่ชอบ สิ่งนั้นจะเป็นเหตุให้เกิดผลดีผลชอบไม่ได้ แต่จะให้เกิดผลร้ายเป็นโทษเป็นทุกข์ ดังนั้นทุกข์โทษทั้งปวงจึงเกิดแต่เหตุสำคัญเหตุเดียว คือความไม่ใช่ปัญญา หรือความประมาทปัญญานั้นเอง ความไม่ใช่ปัญญา กับความประมาทปัญญา เกือบเนื่องเช่นเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ด้วยเหตุผล



ดังนี้ คือเมื่อประมาทปัญญา ไม่เห็นความสำคัญของปัญญา ข่อมไม่ใช้ปัญญา ไม่อบรมปัญญา ปัญญา
ข่อมน้อย ปัญญาข่อมไม่เจริญ

○ ความไม่ประมาทปัญญา

ความไม่ประมาทปัญญา ต้องเป็นความไม่ประมาทพร้อมทั้งกายวาจาใจ คือไม่ประมาทในการคิด ไม่
ประมาทในการพูด ไม่ประมาทในการดู ไม่ประมาทในการฟัง และไม่ประมาทในการทำ

○ ความไม่ประมาทความคิด เป็นต้นสายของความไม่ประมาททั้งปวง

ในบรรดาความไม่ประมาททั้งหลาย ความไม่ประมาทความคิดเป็นสิ่งสำคัญที่สุด เป็นต้นสายของความ
ไม่ประมาททั้งปวง ความคิดเป็นเรื่องของใจ และใจนั้นท่านก็แสดงไว้แจ่มชัดว่าเป็นใหญ่ เป็นประธาน
ทุกสิ่งสำเร็จด้วยใจ การพูด การดู การฟัง การทำ เป็นไปตามที่ใจคิดทั้งนั้น

ความคิดให้เกิดความเห็นชอบ คือความคิดด้วยอาศัยเหตุผล อาศัยปัญญา ให้ตรงให้ถูกตามความจริง
ความจริงเป็นอย่างไร ต้องอาศัยปัญญา ต้องไม่ประมาทปัญญา คิดให้เห็นตามความจริงนั้น ไม่คิดให้
เห็นผิดจากความจริง

○ ความคิดเห็นชอบ...ปัญญาก็เห็นชอบ

ความคิดให้เห็นชอบในเรื่องทั่วไปทั้งหลาย ก็คิดให้เห็นผิดเป็นผิด ไม่คิดให้เห็นผิดเป็นชอบ
คิดให้เห็นชอบเป็นชอบ ไม่คิดให้เห็นชอบเป็นผิด
คิดให้เห็นชอบเป็นชอบ ไม่คิดให้เห็นชอบเป็นผิด
คิดให้เห็นถูกเป็นถูก ไม่คิดให้เห็นถูกเป็นผิด
คิดให้เห็นคุณเป็นคุณ ไม่คิดให้เห็นคุณเป็นโทษ
คิดให้เห็นโทษเป็นโทษ ไม่คิดให้เห็นโทษเป็นคุณ
คิดให้เห็นเหตุแห่งคุณเป็นเหตุแห่งคุณ ไม่คิดให้เห็นเหตุแห่งคุณ เป็นเหตุแห่งโทษ



คิดให้เห็นบาปเป็นบาป ไม่คิดให้เห็นบาปเป็นบุญ
คิดให้เห็นบุญเป็นบุญ ไม่คิดให้เห็นบุญเป็นบาป
คิดให้เห็นดีเป็นดี ไม่คิดให้เห็นดีเป็นชั่ว
คิดให้เห็นชั่วเป็นชั่ว ไม่คิดให้เห็นชั่วเป็นดี
คิดให้เห็นบัณฑิตเป็นบัณฑิต ไม่คิดให้เห็นบัณฑิตเป็นพาล
คิดให้เห็นพาลเป็นพาล ไม่คิดให้เห็นพาลเป็นบัณฑิต
คิดให้เห็นมิตรเป็นมิตร ไม่คิดให้เห็นมิตรเป็นศัตรู
คิดให้เห็นศัตรูเป็นศัตรู ไม่คิดให้เห็นศัตรูเป็นมิตร
ดังนั้นเป็นต้น คือ “ปัญญาเห็นชอบ”

○ ผู้มีปัญญา ไม่ลำเอียงตามอำนาจของกิเลส

พุทธศาสนสุภาษิตบทหนึ่งกล่าวว่า “คนฉลาดกล่าวว่าปัญญาประเสริฐ เหมือนพระจันทร์ประเสริฐกว่าดาวทั้งหลาย แม้ศีลสิริและธรรมของสัตบุรุษ ย่อมไปตามผู้มีปัญญา” ผู้มีปัญญา คือผู้มีเหตุผล รู้ถูก รู้ผิด รู้ดี รู้ชั่ว รู้ควร รู้ไม่ควร รู้อย่างถูกต้องจริง มิใช่อย่างประมาทไปตามอำนาจของอคติคือโลก โกรธ หลง แม้ประกอบด้วยอคติ ความลำเอียงเพราะโลก เพราะโกรธ เพราะหลง เพราะกลัว ย่อมไม่เป็นไปอย่างถูกแท้

○ พระพุทธศาสนา เป็นศาสนาของปัญญา

พระพุทธศาสนา เป็นศาสนาของปัญญาโดยแท้ สมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเป็นยอดของผู้มีปัญญา ซึ่งมีลัทธิรับรองปรากฏอยู่ ทรงสามารถใช้พระปัญญาตรัสรู้ด้วยพระองค์เอง เสด็จสู่ความพ้นทุกข์พิเศษ คือพ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิงได้ ไม่ทรงกลับพบทุกข์ได้อีก

เมื่อสมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงเป็นยอดของผู้มีพระปัญญาเช่นนี้ ศาสนาของพระพุทธองค์จึงเป็นศาสนาที่สมบูรณ์ด้วยคำสอนที่เป็นปัญญายิ่ง ไม่อาจหาเปรียบได้ ทั้งในอดีตและปัจจุบัน อันจะก้าวสู่อนาคตด้วยเป็นลำดับ



○ พระธรรมคำสอน เป็นไปเพื่อเสริมส่งปัญญา

พระธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนา มิใช่เป็นคำสอนที่เป็นไปเพื่อความขลังความศักดิ์สิทธิ์ มิใช่เพื่อการสวดอ้อนวอน ขอประทานพระเมตตาจากพระพุทธองค์ หรือจากพระอริยสาวกหรือจากพรหมเทพน้อยใหญ่ พระธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนาเป็นไปเพื่ออบรมเสริมส่งปัญญาทั้งสิ้น ปัญญาสูงสุดที่สมเด็จพระบรมศาสดาทรงมุ่งประทานในการแสดงธรรม คือปัญญาเพื่อความพ้นทุกข์เป็นลำดับ ตั้งแต่พ้นทุกข์เล็กน้อย ถึงพ้นทุกข์ใหญ่ยิ่ง จนถึงพ้นทุกข์สิ้นเชิง

ความเข้าใจคำสอนคือธรรมะของพระพุทธเจ้าจึงสำคัญนัก ได้ความเข้าใจเพียงไรก็จะสามารถปฏิบัติได้เพียงนั้น จะได้รับความสงบสุขอันเป็นผลของการปฏิบัติเพียงนั้น ความเข้าใจและปฏิบัติพระธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาจึงสำคัญยิ่งนัก

○ ความเมตตา สามารถชนะความทุกข์ทั้งปวง

พระพุทธศาสนาเกิดแต่พระปัญญาสูงสุด ของสมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า และพระปัญญา ก็เริ่มแต่พระเมตตาเป็นเหตุที่แท้จริง ทรงมุ่งมั่นอบรมพระปัญญาจนรุ่งเรืองเต็มที่ ก็ด้วยทรงมีพระพุทธรูปารธนาจะช่วยทุกข์ของสัตว์โลกเท่านั้น มิใช่ทรงมุ่งมั่นเพื่ออะไรอื่น เมตตาจึงสำคัญที่สุด

ทุกคนมีความแตกต่างไม่เสมอกันด้วยปัญญา และถ้าพิจารณาให้ประณีตจริงแล้วน่าจะเห็นได้ว่า เป็นเช่นนั้นเพราะเหตุใดคือย่อมจะเห็นได้พอสมควรว่า ผู้มีเมตตามาก มีความเย็นมาก มีความสงบมาก ผู้นั้นจะมีปัญญาปรากฏให้เห็นในเรื่องทั้งหลายมากกว่าผู้อื่น จึงควรคิดได้ว่าเมตตาเป็นเหตุสำคัญอย่างยิ่งที่จะนำไปสู่ความมีปัญญาได้

สมเด็จพระบรมศาสดา ทรงพระเมตตาคนทั้งโลก สัตว์ทั้งโลก จึงทรงดำเนินถึงจุดหมายสูงส่งรุ่งเรืองด้วยพระปัญญา สามารถชนะความทุกข์ทั้งปวงได้ ไม่ต้องทรงพบความทุกข์อีกต่อไป แม้ที่เพียงเล็กน้อยเพียงใด และทรงสมพระหฤทัยช่วยสัตว์โลกน้อยใหญ่อีกประมาณมิได้ ให้ห่างไกลทุกข์มากน้อยตามการปฏิบัติ



ผู้เป็นที่รักของมนุษย์และเทวดา

○ ผู้มีขันติ เป็นที่รักของมนุษย์และเทวดา

“ผู้มีขันติ นับว่ามีเมตตา มีลาภ มียศ และมีสุขเสมอ ผู้มีขันติเป็นที่รักที่ชอบใจของเทวดา และมนุษย์ทั้งหลาย” นี่เป็นพุทธศาสนสุภาษิต

ขันติ คือความอดทน เป็นต้นอดทนต่อหนาวร้อนหิวระหาย อดทนต่อถ้อยคำแรงร้าย และอดทนต่อทุกข์เวทนาต่าง ๆ ไม่แสดงอาการผิดไปจากปกติ เมื่อพบความหนาวร้อนหิวระหาย เมื่อได้ยินถ้อยคำแรงร้าย และเมื่อเกิดทุกข์เวทนาต่าง ๆ

○ ความอดทน...เกิดได้ด้วยความเมตตาเป็นสำคัญ

ผู้มีขันติ นับได้ว่าเป็นผู้มีเมตตา เพราะความอดทนจะทำให้ไม่ปฏิบัติตอบโต้ความรุนแรงที่ได้รับ คือจะไม่ทำร้ายแม้ผู้ที่ให้ร้าย จะอดทนได้ สงบอยู่ได้อย่างปกติ ความอดทนได้เช่นนี้มีเหตุสำคัญประการหนึ่ง คือความเมตตา

ความเมตตาจะทำให้ไม่คิดร้าย ไม่พูดร้าย ไม่ทำร้ายผู้ใดทั้งนั้น แม้ว่าผู้นั้นจะคิดร้าย พูดร้าย ทำร้ายตนสักเพียงใด เมตตาจะทำให้มุ่งรักษาผู้อื่น รักษาจิตใจผู้อื่นไม่ให้อดองกระทบกระเทือน เพราะการคิด การพูด การทำของตน ความมุ่งรักษาจิตใจผู้อื่นเช่นนั้น เป็นเหตุให้พยายามระงับกายวาจาใจของตนให้สงบอยู่ ไม่แสดงความรุนแรงผิดปกติให้ปรากฏออกกระทบผู้อื่น นี่คือขันติ...ความอดทน ที่เกิดได้ด้วยอำนาจของเมตตาเป็นสำคัญ



○ ผู้มีขันติ...ความอดทน สงบอยู่ได้ด้วยอำนาจขันติ

ผู้มีขันติ...ความอดทนนั้น ไม่ใช่ผู้ไม่รู้ร้อนไม่รู้หนาว ไม่ใช่ผู้ไม่รู้หิวระหายน ไม่ใช่ผู้ไม่รู้ค้ำหนักค้ำเบา ไม่ใช่ผู้ไม่รู้สุขไม่รู้ทุกข์ ผู้มีขันติก็เช่นเดียวกับใครทั้งหลาย ที่มีสติสัมปชัญญะดีอยู่ คือเป็นผู้รู้ร้อนรู้หนาว เป็นผู้รู้หิวระหายน เป็นผู้รู้ค้ำหนักค้ำเบา เป็นผู้รู้สุขรู้ทุกข์

แต่ผู้มีขันติแตกต่างจากผู้ไม่มีขันติตรงที่ผู้ไม่มีขันตินั้น เมื่อพบร้อนพบหนาวมากไปน้อยไป ก็กระสับกระส่าย กระทบกระชวย แสดงออกถึงความเร่าร้อนไม่รู้อดไม่รู้ทนของจิตใจ ส่วนผู้มีขันติ เมื่อพบร้อนพบหนาวมากไปน้อยไป ก็จะสงบใจอดทน ไม่แสดงออกให้ปรากฏทางกาย ทางวาจา หรือเมื่อหิวระหายน ผู้ไม่มีขันติก็จะงุ่นงาย กระสับกระส่าย แสวงหา ส่วนผู้มีขันติจะสงบกายวาจา หิวก็เหมือนไม่หิว ระหายนก็เหมือนไม่ระหายน ไม่ปรากฏให้ใครอื่นรู้ได้จากกิริยาอาการภายนอก

ค้ำหนักเบาก็เช่นกัน ผู้ไม่มีขันติเมื่อกระทบถ้อยคำถึงตน ที่หนักหนารุนแรง ก็จะเกรี้ยวกราด เร่าร้อน ให้ปรากฏทางกาย ทางวาจา ส่วนผู้มีขันติจะสงบอยู่ได้ด้วยอำนาจของขันติ ได้ยินก็เหมือนไม่ได้ยิน ค้ำหนักก็เหมือนค้ำเบา เสียงตึงก็เหมือนเสียงลมแว่วผ่าน ไม่อาจทำให้ปรากฏเป็นการกระทำ คำพูดที่รุนแรงเป็นปฏิกริยาตอบโต้

○ ขันติ...เป็นเหตุแห่งความลาภยศ และมีสุขอยู่เสมอ

ผู้มีขันติ ไม่หวั่นไหวงุ่นงายกับความเร่าร้อน ความหนาว ความหิวระหายน ไม่เร่าร้อนโกรธเคืองชุ่นแค้นกับถ้อยคำแรงร้าย ไม่คร่ำครวญทวนให้ไม่ทุกข์ระทมกับความทุกข์เวทนา ที่มาประสบพบเข้า เมื่อเป็นเช่นนี้ การดำรงชีวิตอยู่ในโลกของผู้มีขันติ ย่อมไม่สะดุดหยุดยั้งเพราะความหนาว ความร้อน เพราะความหิวระหายน เพราะวาจาแรงร้าย หรือเพราะทุกข์เวทนาต่าง ๆ งานการย่อมดำเนินไปได้เป็นปกติหนาวก็ปกติ ร้อนก็ปกติ หิวก็ปกติ ระหายนก็ปกติ ถูกตำหนิติฉินินทาว่าร้ายก็เป็นปกติ เกิดทุกข์เวทนามก็เป็นปกติ งานการที่ดำเนินไปเป็นปกติตลอดเวลา ไม่เลือกหน้าหนาวหน้าร้อน ไม่เลือกเวลาอื่นเวลาหิว ไม่เลือกเวลาระหายนหรือไม่ระหายน ไม่ว่าทุกข์เวทนาจะกำลังรุมล้อมหรือไม่ เมื่อเป็นเช่นนี้ย่อมมีลาภ มียศ และมีสุขเสมอเป็นธรรมดา



○ เมตตา...เป็นเหตุให้เกิดขันติ คือความอดทน

ผู้มีขันติเป็นผู้มีเมตตา อีกนัยหนึ่งก็คือ เมตตาเป็นเหตุให้เกิดขันติ คือความอดทน เมื่อต้องการจะเป็นผู้มีขันติ ต้องนำเมตตามาใช้ คือต้องคิดด้วยเมตตาเป็นประการแรก แล้วจึงพูดจึงทำด้วยเมตตาตาม ต่อมา เมื่อได้รู้ ได้เห็น ได้ยิน ได้สัมผัส ได้กระทบเรื่องใด สิ่งใด ผู้คนใด ที่รุนแรงหยาบกระด้าง ไม่ประณีตงดงาม แก่ตาแก่หูเป็นต้นของตน แม้ใจหวั่นไหว ไม่ว่าจะมากหรือน้อย เมื่อสติเกิดรู้ตัว เป็นความหวั่นไหว ความเร่าร้อนแห่งจิตของตน อันเกิดแต่ความโกรธก็ตาม ความคับแค้นใจ ความน้อยใจก็ตาม ความเศร้าเสียใจทุกขโทมนัสใจก็ตาม ผู้ไม่มีขันติจะคิดจะพูดจะทำเพื่อระบายความกดดันในใจออก ให้รุนแรงสาสมกับความกระทบกระเทือนที่ได้รับรู้รับเห็น

แต่ผู้มีขันติพอสมควร จะระงับความกดดันให้อยู่แต่ภายในใจ ไม่ให้ระเบิดออกมาเป็นการกระทำคำพูด ไม่ให้รู้ไม่เห็น ไม่ให้ประจักษ์ ไม่ให้กระทบกระเทือนผู้เป็นเหตุให้มีเสียงมีเรื่องเกี่ยวกับตน มาถึงตน

○ ขันติที่แท้ เป็นความเบาสบายแก่ใจและกาย

ใจเป็นใหญ่ ใจมีความสำคัญแก่ทุกชีวิตอย่างยิ่ง การปล่อยใจมีเรื่องเร่าร้อนเข้าเผาผลาญ ย่อมมีผลร้ายแก่ชีวิต ขันติที่แท้จริง เป็นขันติที่ให้ความเบาสบายแก่ใจ เบาสบายแก่กาย เบาสบายแก่ใจคือใจเบิกบาน ปลอดโปร่ง ไม่บอบซ้ำเศร้าหมองด้วยความเสียใจ น้อยใจ เจ็บใจ อันเกิดแต่ความไม่สมหวัง ไม่อาฆาตพยาบาท อันเกิดแต่ความโกรธแค้นขุ่นเคืองอย่างรุนแรง เบาสบายกายคือ จะปฏิบัติหน้าที่การงาน เข้าสังคมสมาคม ได้อย่างสบายใจ มั่นใจ ไม่สะทกสะท้าน ให้ความเย็นแก่ผู้พบเห็นข้องเกี่ยว ใกล้ชิด

เมตตาเป็นเหตุให้เกิดขันติได้ คือเมื่อได้ยินได้ฟัง ได้รู้ได้เห็นอะไรที่ทำให้กระทบกระเทือนความสงบเย็นของใจ ให้คิดถึงผู้ก่อให้เกิดเรื่องเกิดเสียงเหล่านั้นอย่างถูกต้อง ความสำคัญอยู่ที่ความคิดนั้น ถ้าคิดให้ดี คิดให้ถูกต้อง ก็จะให้เกิดผลดีแก่จิตใจ ถ้าคิดไม่ดี ไม่ถูกต้อง ก็จะเกิดผลไม่ดีแก่จิตใจตนเอง

เมื่อใดพบเห็นหรือได้ยินได้ฟังเรื่องใดสิ่งใด แล้วรู้สึกว่าจะไม่ดี คือความเดือดร้อนกำลังเกิดแก่จิตใจตนเอง เมื่อนั้นให้รู้ว่าตนกำลังคิดไม่ดี คิดไม่ถูกต้อง แม้จะอดทนไม่พูดไม่ทำอะไรกระทบตา กระทบหูกระทบใจ



ผู้อื่น แต่เมื่อใจเราร้อนอยู่ นั้นเป็นเพียงขันติที่ไม่ถูกแท้ ฟังแก้ที่ใจ ให้ขันติที่ถูกแท้เกิดขึ้นให้ได้ คือแก้ที่ใจ ให้สงบเย็นได้เมื่อใด เมื่อนั้นมีขันติที่ถูกแท้แล้ว

○ คิดให้ดี คิดให้ถูกต้องดับทุกข์ร้อนในใจได้จริง

คิดให้ดี คิดให้ถูกต้อง จักเกิดเมตตา อันจักเป็นเหตุให้มีขันติที่ถูกแท้ ดับทุกข์ดับร้อนในจิตใจได้จริง ไม่เพียงแต่อดทนบังคับกายวาจาไม่ให้เห็นแสดงออกเท่านั้น แต่ใจเราร้อนอยู่ เมตตา...เหตุแห่งขันติที่ถูกแท้ จะเกิดขึ้นดับทุกข์ดับร้อนในจิตใจได้จริง ก็ต้องคิดให้ถูกต้อง ถึงผู้เป็นเหตุแห่งเสียงทั้งหลาย เรื่องทั้งหลาย อันนำไปเกิดความเราร้อนชุ่มมัว คือต้องคิดให้ตระหนักชัดแก่จิตใจว่า ใจของผู้เป็นเหตุอยู่ในระดับเดียวกับเสียงกับเรื่องที่เขาถกขึ้น เสียงและเรื่องที่ยาบที่รุนแรงเลวร้าย จะเกิดก็แต่ใจที่ยาบรุนแรงเลวร้าย และใจเช่นนั้นที่ก่อให้เกิดเสียงเกิดเรื่องเช่นนั้น ย่อมทำให้เจ้าของใจนั้นหาความสุขสงบไม่ได้ ใจเช่นนั้นจึงควรได้รับความเมตตาจากผู้มีเมตตาทั้งหลาย ไม่ใช่ควรได้รับความโกรธแค้นขุ่นเคือง

○ อุบายรักษาใจไม่ให้หวั่นไหว เราร้อน

แม้ปรารถนาจะรักษาใจไม่ให้หวั่นไหว เราร้อน เมื่อได้ยินได้ฟังได้รู้ได้เห็นเรื่องที่ไม่ประณีตแก่หู หรือแก่ตาแก่ใจ ต้องคุมสติ คุมความคิด เตือนตนให้ตระหนักในความจริงว่า ตนกำลังไม่เมตตา ฟังย้าเตือนตนให้ตระหนักแม้เพียงสั้น ๆ แต่ต้องจริงใจว่า “เราเมตตาไม่พอ เราเมตตาไม่พอ”

เมื่อใจร้อนด้วยความขัดใจ น้อยใจ เสียใจ หรือโกรธแค้นขุ่นเคือง ให้ย้าเตือนตนเองว่ากำลังขาดเมตตา เมตตาไม่พอจึงเราร้อน เพราะโกรธผู้ที่พูดที่ทำเรื่องไม่เจริญหูเจริญใจให้เกิดแก่ตน หรือแก่ผู้เป็นที่รักแห่งตน ถ้าเมตตาพอ...จะเห็นความน่าเมตตาของผู้เป็นเหตุให้เกิดเรื่องเกิดเสียงร้ายแรงทั้งหลาย



○ อบรมเมตตาให้ยิ่ง แล้วขันติจะตามมา

เมตตาเป็นเครื่องค้าจุนโลก คือค้าจุนทุกคน ผู้มีเมตตาคือผู้ค้าจุนทั้งตัวเองและผู้อื่น ค้าจุนตัวเอง ประการสำคัญ คือทำความสงบสบายใจให้เกิดแก่ตนเอง ไม่มีความสบายใด จะเสมอด้วยความสบายใจ และความสบายใจจะไม่เกิดแต่เหตุใดเสมอด้วยเหตุคือเมตตา การอบรมเมตตาจึงสำคัญ จึงจำเป็น

“เมตตา” นั้น เมื่ออบรมเสมอ จะเพิ่มพูนไพศาล แผ่ไปได้ถึงสรรพสัตว์ทั้งหลาย มนุษย์ทั้งปวง และกระทั่งถึงพรหมเทพ ท่านจึงแสดงไว้ว่า “ผู้มีขันติ เป็นที่รักที่ชอบใจของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย” เพราะผู้มีขันติคือผู้มีเมตตา อบรมเมตตาให้ยิ่ง แล้วขันติจะตามมา เป็นผลของเมตตา

○ สติ : ตัวสำคัญในการอบรมเมตตา

การอบรมเมตตาเพื่อให้เกิดขันติ มีสติเป็นตัวสำคัญ เมื่อใจจะหวั่นไหวด้วยความไม่ชอบใจ ด้วยความโกรธ พึงมีสติระลึกรู้ให้ทัน ปรามตัวเองให้ทัน ด้วยบอกแก่ตัวเองอย่างจริงใจว่า มีเมตตาไม่พอ ถ้าเมตตาพอก็จะเมตตาผู้ที่ทำให้ใจเกิดความหวั่นไหว จะเข้าใจที่เขาพูดเขาทำเช่นนั้น อันไม่ถูกไม่ชอบ ว่าเพราะจิตใจเขาอยู่ในระดับนั้น อันจะหลุดจากเขาให้ลำบากสถานเดียว ควรเมตตาเขานัก

○ ไม่มีอำนาจร้ายแรงใด ทานอำนาจแห่งเมตตาได้

ทุกคนจะต้องประสบพบสิ่งไม่ต้องการ ไม่ต้องตา ไม่ต้องใจ มากมายในแต่ละวัน พึงเตือนตนเองให้จริงใจว่า เมตตาของตนยังไม่พอ ต้องอบรมเมตตาให้มากยิ่งขึ้น หยุดโกรธแค้นขุ่นเคืองน้อยใจเสียใจร้อนใจ เพราะเสียเพราะเรื่องที่กระทบได้เมื่อใด เมื่อนั้นจึงแสดงว่ามีเมตตาพอสมควร พอจะช่วยตนเองและช่วยผู้อื่นให้ร่มเย็นเป็นสุขได้ เมื่อนั้นทุกคนจะรู้สึกด้วยตนเองว่า เมตตาค้าจุนโลกจริง เมตตาช่วยตนก่อนจริง เมตตาใหญ่ยิ่งจริง



ช่างนาฬิกาที่กำลังบ้าคลั่งเมามัน ยังพ่ายแพ้แก่พระเมตตาของสมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่มีอำนาจแรงร้ายใดจะทานอำนาจแห่งเมตตาได้ นี่เป็นสัจจะคือ ความจริงที่จะเป็นจริงเสมอไป ไม่มีเปลี่ยนแปลง พลังร้ายภายนอกยิ่งแรง ยิ่งต้องใช้พลังเมตตาที่แรง เมื่อใดพลังเมตตาแรงพอก็จะสยบพลังร้ายได้สิ้น

○ เมตตา เป็นบาทของศีล

เมตตาเป็นบาทของศีล เพราะเมตตาจะทำให้ไม่เบียดเบียนทำความเดือดร้อนให้เกิด ความไม่เบียดเบียนคือศีล ผู้มีศีลเป็นผู้ไม่เบียดเบียนให้เกิดความเดือดร้อน ทั้งมากน้อยหนักเบา การเว้นจากการทำชีวิตสัตว์ให้ตกลง เป็นการไม่เบียดเบียน เป็นเมตตา และเป็นศีล การเว้นจากการถือเอาของที่เจ้าของไม่ยินยอมให้ เป็นการไม่เบียดเบียน เป็นเมตตา และเป็นศีล การเว้นจากประพฤติดุเดือดในบุตรภริยาสามีผู้อื่น เป็นการไม่เบียดเบียน เป็นเมตตา และเป็นศีล การเว้นจากพูดให้เกิดความเข้าใจผิดจากความจริง เป็นการไม่เบียดเบียน เป็นเมตตา และเป็นศีล การเว้นจากลึงทำให้มีนเมา เป็นการไม่เบียดเบียน เป็นเมตตา และเป็นศีล

○ ผู้มีเมตตา ย่อมเป็นผู้มีศีล

เมตตากับศีลเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันเสมอ ยากจะแยกจากกันได้ ผู้มีศีลก็คือผู้มีเมตตา ผู้มีเมตตาย่อมเป็นผู้มีศีล ผู้ไม่มีศีลคือผู้ไม่มีเมตตา เพราะศีลคือความไม่เบียดเบียนด้วยประการทั้งปวง ไม่เบียดเบียนทั้งตนเอง และไม่เบียดเบียนทั้งผู้อื่น ความไม่มีศีล...เป็นความเบียดเบียนให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อน ทั้งแก่ตนเองและแก่ผู้อื่น ซึ่งแม้เป็นผู้มีเมตตาจะไม่อาจละเมิดศีลข้อที่ ๑ คือเว้นจากการทำชีวิตสัตว์ให้ตกลง รวมทั้งไม่อาจทำความทุกข์ทรมานให้เกิดแก่สัตว์

ผู้มีเมตตาจะไม่อาจละเมิดศีลข้อที่ ๒ คือเว้นจากการถือเอาข้าวของที่เจ้าของไม่ยินยอมให้ ของที่เจ้าของให้อย่างจำใจ อย่างไม่ยินดี ผู้มีเมตตาก็จะต้องเว้น จะไม่ละเมิดศีลข้อนี้ เพราะการละเมิดนี้จะเป็นการก่อทุกข์ให้เกิดแก่ผู้เป็นเจ้าของ



ผู้มีเมตตาจะไม่อาจละเมิดศีลข้อที่ ๓ คือเว้นจากการประพฤติผิดประเวณีในบุตธภริยาสามีผู้อื่น อันเป็นการก่อความทุกข์ และผู้มีเมตตาจะไม่อาจละเมิดศีลข้อที่ ๔ คือเว้นจากพูดให้เกิดความเข้าใจผิดจากความจริง อันจักก่อให้เกิดความเสียหาย ความเป็นทุกข์เดือดร้อนได้ ผู้มีเมตตาจะไม่อาจละเมิดศีลข้อที่ ๕ คือเว้นจากสิ่งทำให้มีนเมา อันจักเป็นการก่อให้เกิดความเดือดร้อนวุ่นวายได้ต่าง ๆ

○ การไม่เมตตาผู้อื่น เป็นการไม่เมตตาตนด้วย

ศีลเกิดแต่เมตตา เมตตาเกิดกับศีล ทั้งสองเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ศีลของผู้ใดบกพร่อง เมตตาของผู้นั้นก็บกพร่องด้วย บกพร่องทั้งเมตตาตนเอง และบกพร่องทั้งเมตตาผู้อื่น อันเมตตาตนเองกับเมตตาผู้อื่น เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน แยกจากกันไม่ได้

การไม่เมตตาผู้อื่นก็เป็นการไม่เมตตาตนไปพร้อมกัน พึงคิดถึงลัจจะประการหนึ่งที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ คือ “ทำดีจักได้ดี ทำชั่วจักได้ชั่ว ผู้ใดทำกรรมใดไว้ จักเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น” เมื่อเบียดเบียนเขา เราเองนั้นก็ต้องได้รับผลนั้น เมื่อไม่เมตตาเขา เราเองนั้นก็ต้องได้รับผลนั้น

“เมตตาเป็นเครื่องค้ำจุนโลก” มีพระพุทธศาสนสุภาษิตแสดงไว้เช่นนี้ เมื่อเมตตาเป็นเหตุให้มีศีล ศีลเกิดแต่เมตตา เมตตาเป็นเครื่องค้ำจุนโลก ก็คือศีลเป็นเครื่องค้ำจุนโลกเช่นกัน โลกมิได้หมายถึงเพียงดวงดาวหนึ่งดวงเป็นที่เข้าใจกันอยู่ แต่โลกหมายถึงตนเอง หมายถึงเขาอื่นทั้งหลายทั้งปวง ผู้มีเมตตาหรือผู้มีศีลจึงเป็นผู้ค้ำจุนตนเอง และค้ำจุนผู้อื่นทั้งหลาย

○ โทสะ...เปรียบดั่งไฟ ร้อนทั้งกายและใจ

โทสะคือความโกรธเปรียบได้ดั่งไฟ เพราะเมื่อความโกรธเกิดขึ้นเมื่อไร ความร้อนจะเกิดขึ้นพร้อมกันทันที ไม่ร้อนเพียงที่ใจ แต่ยังร้อนถึงกายได้ด้วย มากน้อยตามแรงแห่งโทสะ แต่ทั้ง ๆ ที่พากันกลัวไฟไหม้ ก็ไม่พากันกลัวโทสะ ทั้งที่ความจริงนั้น โทสะไหม้แรงกว่าไฟทั้งหลายเป็นอันมาก โทสะอาจจุดไฟทั้งหลายให้ลุกโพลงได้ เมื่อความโกรธเกิดถึงจุดหนึ่ง ก็เป็นเหตุให้จุดไฟเผาผลาญอาคารบ้านเรือน ให้



พินาศหมดสิ้นไปได้พร้อมกับชีวิตผู้คนได้ด้วย มีปรากฏให้รู้ให้เห็นอยู่เสมอ เพียงแต่ไม่พากันคิดให้เข้าใจ
ว่านั่นคือโทษของโทษที่รุนแรง นำสะพรึงกลัวยิ่งกว่าพระเพลิงหลายร้อยหลายพันเท่า

○ เมตตาดังน้ำ ดับไฟร้อนแห่งโทษให้มอดลง

เมตตาเปรียบได้ดั่งน้ำจริง ๆ น้ำดับไฟได้ฉับไฉน เมตตาก็ดับโทษหรือความโกรธได้ฉับนั้น เปรียบโทษ
ดั่งไฟ เพราะไฟร้อน และโทษก็ร้อน เปรียบเมตตาดังน้ำ เพราะน้ำเย็น และเมตตาก็เย็น ความร้อนและ
ความเย็นทั้งสองนี้ จะปรากฏได้ในจิตใจ รู้ได้ด้วยตนเอง รู้สึกร้อนที่ใจเป็นประจำ ก็พึงรู้ว่าตนถูกโทษ
ครอบคลุมมาก...มากกว่าเมตตา รู้สึกเย็นอยู่ที่ใจเป็นปกติ ก็พึงรู้ว่าตนมีเมตตาห้อมล้อมอยู่มากกว่า
โทษ

○ หนีพ้นไฟร้อนแห่งโทษ ได้ด้วยสติ

ทุกคนชอบเย็น ทุกคนไม่ชอบร้อน แต่ไม่ทุกคนที่รู้อันจริงว่า ความเย็นเกิดแต่เมตตาจริง ๆ และความร้อนก็
เกิดแต่โทษจริง ๆ จะให้รู้ได้ด้วยตนเองตามความเป็นจริง เพื่อสามารถหนีพ้นความร้อนได้มีความเย็น
ก็ต้องใช้สติ

เมื่อความโกรธคือโทษเกิด ให้รู้ตัวว่ากำลังโกรธแล้ว ขณะเดียวกันก็ให้สังเกตว่า จิตใจหน้าตาเนื้อตัว
ร้อนผิดปกติหรือไม่ จะรู้สึกขัดว่าจิตใจเนื้อตัวหน้าตาเวลาโกรธ..ร้อนผิดปกติ นั่นคือเครื่องยืนยันว่า
โทษให้ความร้อน และเป็นความร้อนที่ไม่มีประโยชน์ มิใช่ความร้อนที่อาจนำไปหุงหาอาหารได้ โทษจึง
ให้แต่โทษ ไฟยังดีกว่าโทษ เพราะไฟให้คุณคือใช้ทำประโยชน์ได้ โทษมีแต่ให้โทษ พึงระลึกถึงความจริง
นี้ไว้ จะเป็นคุณต่อไป



○ “เมตตาไม่พอ เมตตาไม่พอ” คาถาป้องกันโทษ

มีเป็นอันมากที่รู้ความเป็นผู้มักโกรธของตน รู้โทษนั้น เมื่อปรารถนาจะหนีให้พ้นโทษของความโกรธก็พึงรับความจริงว่าเมตตาเท่านั้นที่จะดับความโกรธได้ เมตตาเท่านั้นที่จะป้องกันมิให้ความโกรธรุนแรงได้ บางทีจึงใช้วิธีที่ง่าย คือใช้คำภาวนาเมื่อความโกรธเกิดขึ้น เช่น ท่องพุทโธ แต่แม้จะให้เป็นปัญญาป้องกันความโกรธให้ไกลออกไปเป็นลำดับ ให้เมตตามากขึ้นเป็นลำดับ ก็ต้องเปลี่ยนคำภาวนาอันเป็นสมาธิ ให้มาเป็นคำภาวนาอันเป็นปัญญา คือด้วยการบอกตัวเอง หรือเตือนตัวเองนั้นแหละว่า “เมตตาไม่พอ เมตตาไม่พอ”

ความสำคัญในการภาวนาว่า “เมตตาไม่พอ” อยู่ที่ต้องทำให้ยอมรับความบกพร่องของใจตน ว่าเมตตาไม่พอจริง ๆ นั้นแหละ จึงจะเป็นการค่อยผลักดันโทษะที่มีอยู่เต็มโลก ให้ห่างไกลใจตนได้สำเร็จเป็นลำดับไป “เมตตาไม่พอ เมตตาไม่พอ” นี้เป็นความจริงที่ทุกคนดำเนินได้ ไม่ใช่ไปตำหนิผู้อื่น แม้ใช้ “เมตตาไม่พอ” กับผู้อื่นแทนที่จะเป็นคุณ ก็จะกลับเป็นโทษอย่างแน่นอน พึงสำนึกในความจริงนี้ให้เสมอ

○ ผู้เป็นที่รักของพรหม เทพ มนุษย์ และสัตว์

ผู้มีเมตตา เป็นที่รักทั้งของพรหม เทพ มนุษย์ สัตว์ พระเมตตาของสมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า เห็นได้ชัดกว่าเมตตาของใครทั้งหลายว่า ทำให้ทรงเป็นที่รักทั้งของพรหม เทพ มนุษย์ สัตว์

ผู้มีสัมมาทิฐิ มีสัมมาปัญญา ย่อมไม่ปฏิเสธที่ท่านแสดงไว้ว่าสมเด็จพระบรมศาสดาประทับที่ใด ที่นั้นพรหมเทพจะแวดล้อมเสด็จสู่ที่ใดท่านกล่าวไว้ว่า พรหมเทพที่ล่วงรู้ก่อน จะบอกกล่าวกัน ชักชวนกันลงไปเฝ้า ถ้าไม่ด้วยพระเมตตามหาศาลแล้ว อะไรอื่นจะมีพลังอำนาจเสมอได้

ท่านที่ปรารถนามีไว้ศึกษาหรือพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน โปรดติดต่อที่...ธรรมสภา

๑/๔-๕ ถนนบรมราชชนนี เขตทวีวัฒนา กทม. ๑๐๑๗๐ โทร.๐-๒๔๔๑-๑๕๘๘, ๐-๒๘๘๘-๗๙๔๐