

ยากแท้...แต่ไม่เคย

พระภาวนาวิสุทธิคุณ

๗ เม.ย. ๓๕

P6004

วันนี้เป็นวันธรรมสวนะ เป็นวันที่พุทธบริษัททั้งฝ่ายบรรพชิตและคฤหัสถ์ มาสร้างกุศล ด้วยทาน ศีล และภาวนา เป็นการสร้างกุศลให้แก่ชีวิตของตน

การสร้างกุศลผลบุญให้แก่ตัวเองนั้น มีหลักปฏิบัติอยู่ ๓ ประการคือ ทาน ศีล ภาวนา

การที่จะมีทานได้นั้น ถ้าเรามีการปฏิบัติธรรมด้วยแล้วจะเกิดทานอันเป็นส่วนกุศล

ภาวนากุศล คือ ภาวนาให้มันหลุดขึ้นมาจากดวงใจใสสะอาด

การเจริญวิปัสสนากรรมฐานนั้น เป็นการสร้างกุศลอันดับหนึ่ง จะเป็นที่พักของตนเองได้ ท่านจะมีกุศลจิตที่ดี เพราะเจริญจิตภาวนา มีสติสัมปชัญญะดีแล้ว มันจะหลุดออกมาจากดวงใจของเรา

ภาวนากุศลทำให้จิตสบาย ทำให้เรามีสติ ระลึกถึงคุณพระพุทเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้าได้ นี่ถึงความดีขึ้นมาทำให้เรามีสติมั่นคง มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย จิตใจสงบ กุศลอยู่ตรงนี้

หลังจากสวดมนต์ไหว้พระ น้อมจิตเข้ามาหาตน ทำให้น้อมเข้ามาหาคุณงามความดี จิตเราย่อมเป็นกุศล เจริญวิปัสสนากรรมฐานจะได้รับผล อานิสงส์จะเกิดขึ้นจากการกระทำของตน อันนี้ยากมากที่สุด ยากอยู่ที่เราไม่เคยทำ

โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวันธรรมสวนะ ควรหาโอกาสอันเป็นประโยชน์ของท่านมาสร้างบุญสร้างกุศล เจริญวิปัสสนากรรมฐานให้เกิดบุญ เกิดความสุข

ถ้าเรามีความทุกข์อยู่ขณะนั้น ควรเจริญสติปัฏฐาน ๔ จิตใจก็สบายเป็นความสุข จะได้รับความทุกข์ว่ามาจากเหตุใด มีการกำหนดจิตทุกอิริยาบถ แต่ยากแท้...ที่ไม่เคยทำ ถ้าทำแล้วจะง่ายขึ้น

คนเราจะมิกุศลได้ต้องภาวนาให้ใจใสสะอาดออกมาจากดวงใจ จะมีเมตตา
ปรารถนาดีต่อทุกคน จะไม่โอฆาริษยาแต่ประการใด นี่ก็เป็นทานอันสำคัญ ที่เรา
พยายามเสียสละความชั่วออกจากตัวได้

ขอเจริญพรผู้ปฏิบัติธรรมทุกท่าน บางคนไม่เคยปฏิบัติธรรมจนกระทั่งตาย พอ
ใกล้ตายขึ้นมาจะปฏิบัติธรรมได้อย่างไร นี่แหละ ยากแท้...แต่ไม่เคย

ถ้ามาลองปฏิบัติแล้วท่านจะเคย ท่านจะรู้ ท่านจะมีความเข้าใจกับจิตใจของท่าน จะรู้ว่า
ปฏิบัติแล้วได้ผลประโยชน์ประการใด

การปฏิบัติอยู่ตรงจุด ทาน ศีล ภาวนา ถ้าภาวนาไม่ได้ ทานที่ให้จะเป็นทานจอมปลอม
หวังผลตอบแทน หวังว่าบุญกุศลจะช่วยตนเสมอไป ตั้งปณิธานไม่ถูกต้อง

ทำบุญชนิดหนึ่งก็อธิษฐานไปสวรรค์นิพพาน แต่ก็ไปไม่ได้ นี่แหละ ยากแท้...แต่ไม่เคย
ปฏิบัติ

เราควรปฏิบัติทุกวัน ให้มีสติสัมปชัญญะควบคุมจิต เริ่มต้นด้วยการเจริญสติปัฏฐาน ๔

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน กายก็สักแต่ว่ากาย มันผันแปรกลั้มกลอกหลอกหลวงไปตาม
สกลกาย อวัยวะไม่ปกติ เตี้ยวเป็นโน่นเป็นนี่ เจ็บระทวยป่วยไข้อย่างโน้นอย่างนี้มาแทรกซ้อน
กับตัวเราอยู่เสมอ เราจึงไร้สติ ไม่มีสมาธิในการปฏิบัติหน้าที่ของตน

การเจริญสติต้องทำโดยต่อเนื่องตลอดเวลา ทุกลมหายใจเข้าออก เราจะได้มีสติสัมปชัญญะ
ตลอดเวลา ด้วยการกำหนดทุก ๆ อิริยาบถ มันยาก...ที่เราไม่เคยทำ ถ้าเราทำ...แล้วมันก็ง่าย เรา
รีบเดินก็ยิ่งถึง ยิ่งหยุดก็ไม่ถึง

ญาติโยมทั้งหลาย ไม่มีอะไรยากที่สุดในโลก ถ้าเราสร้างความเพียรปฏิบัติได้ มันก็
เกิดเป็นของง่ายและสำเร็จได้

ถ้าใจเราหดหู่เหี่ยวแห้ง ขาดสติสัมปชัญญะแล้ว ใจก็ไม่สู้ งานก็ไม่เสร็จ อุปสรรคก็มีมาก
เรียกว่าปัญหาเกิดขึ้นแก่ญาติโยมเป็นส่วนใหญ่

เรามีปัญหาด้วยกันทุกคน ไม่ต้องถามว่าไปทำงานมีปัญหาไหม เลิกถามได้ เพราะงานดี
ต้องมีปัญหา เข้าในหลักที่ว่า มารไม่มีบารมีไม่เกิด

ชีวิตคือการต่อสู้ทุกกระเบียดนิ้ว ต้องต่อสู้ไปเกิดจะประเสริฐในอนาคต

การเจริญวิปัสสนากรรมฐานเพื่อมาฝึกจิต ให้มีขันติ ความอดทน ฝึกให้ได้กุศล ฝึกให้เห็นความจริงผุดออกมาจากจิตใจของตน เรียกว่า ชีวิตจริงในสังคมของผู้ปฏิบัติธรรม จะเกิดประโยชน์มาก

คนที่เขาปฏิบัติได้ดีแล้ว เขาจะไม่พูดไร้เหตุผล จะพูดแต่สิ่งที่เป็นกุศล จะพูดแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อกันเท่านั้น

การเจริญสติปัฏฐานสี่ไม่มีอะไรยากถ้าทำได้ แต่เราไม่ยอมทำ ไม่ยอมกำหนด ไม่ยอมตั้งสติ ก็หาว่าปฏิบัติธรรมไม่ได้ผล ถ้าเราลงมือทำจริง ต้องได้เหตุผลที่แท้จริงในเรื่องจริงของตัวเอง

การเจริญสติต้องกำหนดตลอดเวลา เอาสติแนบที่จิต เป็นการสอนตัวเอง เป็นการฝึกอบรมตัวเอง คนอื่นจะมาอบรมตัวเราคงไม่ได้ เราเท่านั้นที่เป็นที่พึ่งของตัวเอง สอนตัวเองได้

ตัวยากก็คือตัวขี้เกียจ มันจึงไม่ยอมทำ ไม่อยากปฏิบัติ ไปไหนก็เดือดร้อนที่นั่น คือตัวยากแท้...แต่ไม่เคย

บางคนนำลูกมาฝากบวช ๗ วัน เป็นที่น่าเสียดาย ควรจะปฏิบัติกรรมฐานเลย เพราะถ้าบวชพระให้ถูกต้อง ต้องอยู่วัดก่อน ๗ วัน ต้องท่องหนังสือสวดมนต์ไหว้พระ ต้องรักษาพระธรรมวินัยในพระไตรปิฎก ลงพระปาฏิโมกข์

มีเวลา ๗ วันเท่านั้นควรปฏิบัติธรรมเลย ให้คุ้นเคยต่อธรรมได้คุณธรรมขึ้นมาแล้วจะสมศักดิ์ศรีหน้าที่ของชาวพุทธ จิตใจจะใสสะอาดบริสุทธิ์ภายใน ๗ วัน

บางคนอยากไปนั่งกรรมฐานสำนักที่ไปสวรรค์ นิพพานได้เร็ว จะเร็วได้อย่างไร โลกมนุษย์ยังสับสน บ้านยังลามก จิตใจไม่ตียาเพิ่งไปสวรรค์เลย ครองสมบัติมนุษย์ไว้ให้ได้ก่อน

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้แหละทำให้เกิดสมบัติมนุษย์ ทำให้มนุษย์มีสติดี มีสัมปชัญญะ ครองจิต ทำอะไรไม่พลาดผิดในสังคมของมนุษย์

มนุษย์สมบัตินั้น เขาจะไม่มีการทะเลาะกัน ไม่ทำดีทำต่อย ทำทายเป็นเรื่องกิเลส จะมีน้ำใจ เมตตากรุณา มีความปรารถนาดีต่อชุมชนและบุคคลทั่วไป จะเป็นคนที่มีเหตุมีผล ใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ด้วยการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

บางท่านมาเจริญวิปัสสนากรรมฐาน บอกว่า หลวงพ่อ ดิฉันจะขายที่ดิน ได้ข่าวว่าเขามา นั่งกรรมฐาน ๕ วัน ขายที่ดินได้ อย่างหวังผลอย่างนั้น...สร้างบุญให้เกิดวาสนาก่อน

ถ้าโยมมีบุญมีวาสนาแล้ว ไม่จำเป็นต้องขายที่ดินหรือ แค่กระโถนก็ขายได้ อะไรก็ขาย
ได้

ถ้าไร้บุญขาดวาสนา ทองคำอยู่ในบ้านก็ขายไม่ออก เพชรนิลจินดาราค่าแพงที่ซื้อเอาไว้ก็
ขายไม่ออก ไม่มีคนอยากซื้อ

สร้างบุญไว้กับตนเองก่อน สร้างกุศลไว้ในใจ เกิดมีบุญวาสนา จะขายอะไรก็ออกหมด จะ
ทำอะไรก็ไม่ขัดข้อง มันอยู่ตรงนี้

บางวัดสอนไปสวรรค์ นิพพานหมดแล้ว แต่โลกมนุษย์ยังระอุด้วยความร้อน โลกแห่งหมู่
สัตว์ยังกัดกันทะเลาะกัน แต่ทำไมสอนไปสวรรค์นิพพานกันหลายวัด น่าเสียดายมาก
หญ้าปากคอก ที่พระพุทธเจ้าสอน นำไปทั้งหมด

จิตใจของคนเรายังไม่เป็นคนสมบูรณ์แบบ มีจิตใจเป็นยักษ์เป็นมาร จิตใจไม่เหมือนกัน
อกุศลกรรมไม่เท่าเทียมกัน จึงขัดแย้งกันอยู่เสมอ

โยมที่เป็นพ่อเป็นแม่ผู้มีบุญวาสนา หมั่นเจริญพระกรรมฐาน ลูกจะดีได้ ถ้านำมา
ฝากบวช ก็จะได้ดีมีปัญญาติดตัวไปทุกรูปทุกนาม

พ่อแม่เท่านั้นที่ทำความดีให้กับลูก ทำถูกให้กับหลาน เป็นกฎแห่งกรรมจากการกระทำ
ของพ่อแม่ เป็นเรื่องง่ายๆ แต่โยมเห็นว่าเป็นเรื่องไร้สาระ ทำไม่ได้ **นี่แหละยากแท้...แต่ไม่เคย**