

คติธรรมพระกรรมฐาน

พระราชสุทธีญาณมงคล

๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๔๒

P1401

เจริญพร ผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลาย พระภิกษุสงฆ์ และ ญาติโยมผู้เป็นอุบาสก อุบาสิกาทุกท่าน ด้วยการปรารภของ พ.ท. วัง รอดเฉย พร้อมด้วยคณะวิทยากร ทำความตั้งแต่เดือน มกราคมมาตามลำดับ ได้จัดให้มีพิธีสวดธรรมจักรถวายเป็น พระราชกุศลบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้า ในวันที่ ๕ ของทุกเดือน ได้จัดปัจจัยรวมไว้ร่วมกับของอาตมาที่ได้รับถวายส่วนตัว ในวันนั้น นำทูลเกล้าถวายเป็นพระราชกุศลสมทบทุนมูลนิธิชัยพัฒนา เราทำบุญกันมานานแล้ว แต่ธรรมะยังไม่ปฏิบัติให้ซึ่งใจ เพียงแต่ทำบุญถวายสังฆทาน ใคร ๆ ก็ถวายได้ แต่ถ้าเราสร้างความดีให้เรามีทองคำอยู่ในจิต หล่อหลอมด้วยความคิด และ ปัญญาถวายท่าน ท่านจะพอพระทัยมาก เรามานั่งปฏิบัติธรรมถวายเป็นพระราชกุศล ๗ วันนี้ ต้องสร้างความดีให้ได้ทำไรก่อน ท่านต้องลงทุนนะ ท่านต้องมีความเพียร บากบั่น และ เอาความ

ดีให้ได้ ต่อไปนี้จะให้โอวาทคติธรรมพระกรรมฐาน โปรดตั้งใจ ฟังสืบไป ขอเจริญพร เจริญสุข โดยทั่วกัน ณ บัดนี้

เราได้มีโอกาสมาสร้างความดี ถวายเป็นพระราชกุศลเฉลิม พระชนมพรรษา ๖ รอบของมหาบพิตรพระราชสมภารเจ้า ควร น้อมนึกระลึกถึงพระองค์ก่อนว่า พระองค์ทรงเหนื่อยยากพระ วรกายแค่ไหน เช่น เชื้อนปลาสักชลสิทธิ์ กว่าจะสร้างเขื่อนได้ ต้องใช้เวลาตกลงกับชาวบ้านนานถึง ๓ ปี ถ้าเรานึกถึงน้ำ พระทัยของพระองค์ว่า ทรงเหนื่อยเช่นนี้ เราจะเหนื่อยเท่า พระองค์ไหม เรามาสร้างความดีถวายแค่นี้ยังทำไม่ได้สักหรือ

จะท้าวความหลังถึงพระพุทธรเจ้า ทำไมพระองค์จึงต้อง เสด็จออกบวรพชา ก็เนื่องจากว่าพระองค์จะไปหาวิชาที่ไม่มีใคร สอน ไม่มีใครเรียน พระพุทธรเจ้าท่านเน้นวิชาการเป็นอันดับแรก เมื่อครั้งยังเป็นเจ้าชายสิทธัตถะ ท่านเรียนจบถึง ๑๘ ศาสตร์ จากอาจารย์วิศวามิตร ได้แก่

๑. ยุทธศาสตร์ วิชากระบี่ รวมทั้งปืนเล็ก ปืนใหญ่
๒. รัฐศาสตร์ วิชาการปกครอง

๓. นิติศาสตร์ วิชากฎหมาย และ จารีตประเพณีต่าง ๆ
๔. พาณิชยศาสตร์ วิชาการค้าประกอบอาชีพการงาน
ค้าขาย
๕. อักษรศาสตร์ วิชาวรรณคดี และ ภาษาต่าง ๆ
๖. นิรุกติศาสตร์ วิชาภาษาทั้งของตน และ ชนชาติที่
เกี่ยวข้องกัน
๗. คณิตศาสตร์ วิชาคำนวณ
๘. โสตร์ศาสตร์ วิชาดูดวงดาว
๙. ภูมิศาสตร์ วิชาดูพื้นที่ และ รู้จักพื้นที่ของประเทศ
ตนเอง และ ประเทศต่าง ๆ
๑๐. โหราศาสตร์ วิชาโหร รู้จักพยากรณ์เหตุการณ์ต่าง
 ๆ
๑๑. เวชศาสตร์ วิชาแพทย์
๑๒. เหตุศาสตร์ วิชาว่าด้วยเหตุผล หรือ ตรรกวิทยา
๑๓. สัตวแพทย์ วิชาดูสัตว์ต่าง ๆ และ รู้เสียงสัตว์ว่าดี
หรือร้าย
๑๔. โยคศาสตร์ วิชาช่างกล สุขภาพอนามัย

๑๕. ศาสนศาสตร์ วิชาศาสนา รู้ความเป็นมา และ
หลักศาสนาทุกหลักศาสนา
๑๖. มายาศาสตร์ วิชามายา
๑๗. คัมภีร์ศาสตร์ หรือ นาฏยศาสตร์ วิชาร้องรำ
ดนตรี ดุริยางคศาสตร์
๑๘. ฉันทศาสตร์ วิชาการประพันธ์

พระพุทธเจ้าทรงเรียนจบ ๑๘ ศาสตร์ แล้วก็ทรงเห็นว่า ไม่สามารถจะแก้ปัญหามืดได้ ไม่สามารถจะช่วยตัวเองให้พ้นจาก เกิด แก่ เจ็บ ตาย ได้ การที่จะแก้ปัญหามืดนั้น ไม่ใช่เรียนวิชาการแล้วแก้ได้ วิชาการเรียนมาเพื่อทำงานให้ถูกกับหลักฐานกับงานต่าง ๆ ที่จะต้องทำ เช่น วิชาการค้า ดนตรี ดีด สีตีเป่า

ในวัดวาอารามเมื่อสมัยอดีตมาเป็นเด็ก ๑๘ ศาสตร์อยู่ในวัดหมด ทั้งดนตรี กลองยาว เถิดเทิง มายาสาไทยก็เรียนจากสมาธิภาวนา นิสสัยคนเป็นอย่างไรจะออกมาทางมายา ดูหน้ารู้เลย พระพุทธเจ้าเรียนจบครบปัญญาอันนี้ เรียกว่า สูตร ๕ อย่าง

ภูมิรู้ ภูมิธรรม ภูมิฐาน ภูมิปัญญา และ ภูมิปัจจุบัน **ภูมิปัจจุบัน ก็คือ เรามาเรียนกรรมฐานนั่นเอง**

เมื่อเจ้าชายสิทธัตถะเป็นนักบวชแล้ว ไม่มีสมบัติพัสถาน ผากชีวิตไว้กับประชาชน หรือ บุคคลทั่วไป จึงได้พิจารณากรรมฐานขึ้นมา ที่อาตมาพูดอยู่เสมอ ไม่มีใครพิจารณา ข้าวก็แดง แงงก็เค็ม สิทธัตถะ หรือ ต้องเต็มใจกลืน ปฏิสังขยาโยนิโส บิณฑบาตังปฏิเสวามิ ตักข้าวมากก็ต้องกำหนด กลืน เคี้ยว ก็กำหนด นี่เป็นกรรมฐาน

จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ คิลานเภสัช เดี่ยวนี้พระไม่พิจารณา จะห่มผ้าก็ไม่พิจารณา นี่เป็นกรรมฐาน จะใส่เสื้อผ้าก็กำหนดทั้งนั้น ตั้งสติไว้ทุกอิริยาบถ นี่คือกรรมฐาน ที่สามารถจะแก้ปัญหาชีวิตได้ เดี่ยวนี้ฝรั่งเอาไปใช้แล้ว แต่คนไทยเอาไปทิ้ง

ฝรั่งออกตรวจตามโรงงาน ขอเจริญพรว่า จะตรวจอะไรก่อน อาตมาเคยบอกกับโยมอัญชูลี เจ้าของโรงงานผลิตเสื้อส่งนอก ให้ดูแลห้องน้ำให้สะอาด ทั้งที่ห้องรับแขก และ ของคนงานด้วย ฝรั่งมาถึงขอเข้าห้องน้ำก่อน **ดูวัดให้ดูถาน ดูบ้าน**

ให้ดูคร่าว ถาน แปลว่า ส้วมของพระ ฝรั่งเอาไปกินหมด ทำอะไร
ละเอียดอ่อน ตำราของพระพุทธเจ้าทั้งนั้น

ตรวจห้องน้ำแล้วตรวจอะไรอีก เห็นหนอ เข็มเย็บผ้าทิ้ง
ไม่ได้ ก็บิดเสื่อก็ทิ้งไม่ได้ ต้องเก็บต่างหาก ถ้าเข็มไปติดใน
เสื่อจะทำอย่างไร ติดไปเขาใส่ขึ้นมา ไปแทงเขา จะไม่เป็น
อันตรายหรือ จีวร เกสัช เสนาสนะ ฝรั่งเอาไปกินหมดแล้ว นี่
ไม่ใช่พูดเล่นนะ

ฝรั่งบอกโยมอัญชูลีว่า ที่ดูส้วมไม่ใช่อะไร ดูว่ามักง่ายหรือ
เปล่า สกปรกหรือเปล่า เข็มนี้ต้องตรวจแล้วตรวจอีก คือ
กรรมฐาน ผ้าจะส่งไปต่างประเทศต้องเข้าเครื่องตรวจ ถ้าตั้งไว้
ใช้ไม่ได้ มีเข็มอยู่ในนั้น ใครเย็บผ้าขายระวัง อย่างที่เข็มส่งเดช
ฝรั่งไม่ซื้อ เหมือนพระห่มจีวร **ไม่พิจารณาจีวร** แมงป่องอยู่ก็
แย

นี่แหละกรรมฐานมีความละเอียดอ่อนมาก ท่านทั้งหลาย
อย่าคิดวามานั่งกรรมฐานแล้วนั่งหลับหูหลับตาหนอ ๆ แหน ๆ
เฉย ๆ ใช้ไม่ได้ ต้องละเอียดตั้งแต่ เดิน ยืน นั่ง นอน เหลียว

ซ้าย แลขวา คู่แขน เหยียดขา **ปฏิบัติสมาธิโยนิโส บิณฑบาตัง ปฏิเสวามิ** อาหารต้องพิจารณาก่อน แล้วค่อยรับประทาน เคี้ยวให้ละเอียดก่อนได้ไหม นี่แหละกรรมฐานทำให้คนรับผิดชอบ

โยมที่มานั่งกรรมฐานต้องรับผิดชอบตัวเอง ต้องมาฝึกให้เรา รู้จักความอดทน บางคนมานั่งกลับมาพูดให้อาตมาได้ยินว่าไม่เห็นได้อะไร มีแต่ปวด ปวดแต่ทนได้ไหม ศึกษาหรือเปล่า เรียนให้รู้ ดูให้จำ ทำให้จริงได้ไหม เรียนให้รู้ว่า **ปวด คืออะไร** เรียกว่า **สมณะ** โยมมานั่งกรรมฐาน ต้องการสบายใช้ไหม ถ้าต้องการสบายอย่ามา มานั่งกรรมฐานต้องการมาเรียนความทุกข์ ถึงจะเกิดความสุขต่อภายหลัง เราต้องฝึกความอดทน ตายให้ตาย ถึงจะรู้ของจริง ของจริงต้องเหนื่อยยาก ต้องอดทนได้

การเจริญกรรมฐานเป็นการสร้างปัญญาในตัวเอง ขอพี่น้องโยมหญิงโยมชาย ทุกคนสร้างปัญญาในตัวเอง ปัญญาในตัวเองช่วยตัวเองได้ แก้ปัญหาตัวเองได้ และสามารถช่วยคนอื่นได้ด้วย ถ้าโยมมีแต่ปัญญานอกตัว ไม่มีปัญญาในตัวเอง โยมจะช่วยใครไม่ได้

เลย ช่วยตัวเองก็ไม่ได้ และไม่สามารถรับผิดชอบได้ ตัวเองก็ไม่
รับผิดชอบต่อด้วย

ขอเจริญพรว่า ผู้ปฏิบัติธรรมได้จะสะอาด จะไม่สกปรกและ
ไม่มั่งง่ายมั่งได้ ถ้าปฏิบัติได้จริงนะ จะอ่อนน้อมถ่อมตนไปเลย
จะไม่บังอาจกับผู้ใหญ่ ถ้าทำได้พ่อแม่จะสามารถช่วยลูกได้ ลูก
ก็สามารถช่วยพ่อแม่ได้ การเจริญกรรมฐานไม่ใช่ของง่าย มา
ปฏิบัติให้เกิดความสะอาด ความอดทน และจะต้องให้ตัวเอง
รับผิดชอบต่อตัวเองได้ จะไม่เห็นแก่ตัว จะไม่กลัวลำบาก ความ
ยากจะไม่เกิดขึ้นในอนาคต จะออกมาอย่างนี้ ถ้ายังเห็นแก่ตัว
อยู่ ยิ่งกลัวลำบาก ความยากเกิดขึ้นก็ไม่สู้ จะหนีตลอดรายการ
ไม่เดินตามหลักคตินิยมของโบราณที่ว่าไว้ **ไม่สู้ ไม่หนี สร้าง
ความดีเอาไว้ให้ได้**

**นั่งกรรมฐานเกิดปวดเมื่อย ตายให้ตาย ต้องศึกษาหา
ความรู้ เรียกว่า สมณะ ไม่ใช่วิปัสสนา ปวดหนอ เห็นหนอ ยืน
หนอ เป็นสมณะทั้งนั้น ถ้าเห็นสภาพตามความจริงถึงจะเป็น
วิปัสสนา ถ้าเห็นปวดเปื่อยแบบนี้เป็นสมณะ ศึกษาหาความรู้**

เห็นเงาให้ลึก เห็นภายในเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ถึงจะ
เป็นวิปัสสนา

ปฏิบัติกรรมฐาน พิจารณาอะไรหรือ นี๋กาย นี๋จิต กาย
กับจิต เดินคนละเส้นทาง ไม่ใช่เส้นทางเดียวกัน แยกผู้มา
เยือนกับที่เราต้อนรับแขกมีอะไรบ้าง แยกมาเยือนนี้สำคัญมาก
เราต้องรับแขกที่มาหาเรา คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ
เราก็คือใคร ที่เป็นสื่อสัมพันธ์กายกับจิต ให้อยู่ด้วยกัน
และแยกประเภทออก รูป นาม ชันธ์ห้า เป็นอารมณ์ คือ
อายตนะภายใน กับ ภายนอก เรียก อินทรีย์ หน้าทีการงาน
ทั้งภายนอกภายใน สัมผัสเกิดจิตตั้งสติเข้าใจ

อาคันตุกะมาหาเรา เสียงไม่ดีมาเยือน เราก็กำหนด เสียง
หนอ ตั้งสติเข้าใจมั่นคงเข้าใจด้วยขันติธรรม เสียงด่าเสียงว่า
อะไรก็ตาม มีขันติ ไม่สู้ ไม่หนี สร้างความดีเอาไว้ให้ได้ เสียง
หนอ เดี่ยวเสียงที่ด่าก็กลับไปหาเขาเอง อาคันตุกะมาเยือนแล้ว
สร้างตรงนี้ให้ได้นะ ถ้าทำไม่ได้แล้วท่านจะได้อะไร สื่อสัมพันธ์
ไม่ดี แยกมาเยือนก็โกรธแขกเลย เสียงไม่ดีมาด่ามาว่า เราก็

ต้อนรับแขกด้วยปัญญา เอาปัญญาไว้ เสียงหนอ จะดำจะว่า
อะไรเราก็ไม่อวดเสียงนี้ไว้ แขกนี้เราไม่ต้อนรับ เขาก็กลับไปหา
เขาเอง เท่านั้นเอง สื่อสัมพันธ์เป็นอินทรีย์หน้าที่การงาน

พระพุทธเจ้าท่านสอนพวกที่มีอินทรีย์แก่กล้าก่อน คนที่
อินทรีย์ไม่พร้อม ท่านจะไม่สอนเลยนะ ไม่ใช่พบใคร ๆ ก็สอน
ไม่ใช่ซะ เหมือนอย่างเขามาอบรม กลับตาสอนไปเรื่อย เขาไม่
พร้อม เลยรับไม่ได้ ขอฝากโยมวิทยากรขอแทนไว้ด้วยนะ
อย่าไปสอนส่งเดช พระพุทธเจ้าสำเร็จสัมโพธิญาณ ท่านสอน
ใครก่อน คนที่พร้อมคนแรกที่ยังมีชีวิตอยู่ขณะนั้นคือ
ท่านอัญญาโกณฑัญญะ ซึ่งเป็นพราหมณ์หนุ่มทำนาย
พระพุทธเจ้าตอนเป็นเจ้าของชาย

ท่านทั้งหลายที่มาปฏิบัติถวายเป็นพระราชกุศล ท่าน
เตรียมพร้อมหรือยัง เตรียมอดทน ต่อสู้ ตายเป็นตาย เลิกคุยกัน
เลิกปรารภเรื่องเดรัจฉานกถา พุทธแต่สิ่งที่มีประโยชน์เท่านั้น
ยกตัวอย่าง พระพุทธเจ้า ถ้าถามท่าน ท่านจะต้องสอน ถ้าไม่
ถาม ท่านจะไม่สอน แต่ไปขอนิมนต์ ท่านจะไม่พูด ถ้ารับท่านจะ

หนึ่ง เดียวนี้ไม่มีแล้ว นี้ก็อยากจะพูดอะไรก็พูด เรียกว่า เดรัจฉาน
กถา

การเจริญกรรมฐาน ไม่ใช่ของง่าย ถ้าญาติพี่น้องตั้งใจ และ
ศรัทธาจริง ๆ และอดทนต่อสัจพิจารณาตัวเอง ต้องได้ผลแน่
เตรียมพร้อมอินทรีย์แก่กล้าไว้ คือ อายตนะ ธาตุ อินทรีย์ พร้อม
ที่จะรับฟังและปฏิบัติตาม ต้องอดทนต่อสัจกับเหตุการณ์ไว้ให้ได้
นี่ปวดใหม่ กำหนด ปวดหนอ ปวดหนอ เรียกว่า สมณะ สมณะ
แปลว่า ต้องศึกษาหาความจริง อย่าแปลว่า บัญญัติ ๔๐ แปลวิธี
ปฏิบัติเลย พอพบความจริงแล้ว เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป จิตก็ไม่
พะวงสงกา อุปาทานก็ไม่ยึด เมื่ออุปาทานไม่ยึดมันจะปวดได้
อย่างไร

การปฏิบัติไม่มีการจบ มีแต่ไหลออกมาหลายชาติ หลาย
กัปป์หลายกัลป์ กัปป์หนึ่งตั้งหมื่นปี เราเกิดมาก็ชาติหนึ่งรู้ใหม่
ถ้าอยากรู้ก็หนึ่งไปเรื่อย ๆ เดี่ยวรู้เอง **ปัจจุตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ**
รู้ได้เฉพาะตัวใครตัวมัน แต่คนอื่นไม่รู้หรอก เพราะฉะนั้นการ
ปฏิบัติธรรม จึงรู้ตัวใครตัวมัน คือ ปัญญา การสร้างปัญญาใน
ตัวจะแก้ปัญหาวีตได้ เพราะแต่ละชีวิตมีปัญหาคนละอย่าง

การปฏิบัติธรรมต้องการความบริสุทธิ์ใจ และต้องการช่วยตนเองให้ได้ พระบริสุทธิ์คุณของพระพุทธเจ้า คือ ปัญญาทำให้เกิดบริสุทธิ์ ปัญญาในตัวเองบริสุทธิ์ ปัญญาในตัวไม่บริสุทธิ์ ดังนั้นต้องสร้างปัญญาในตัวเองให้ได้ ถึงจะช่วยคนอื่นได้ ถ้าปัญญาในตัวเกิดขึ้นบริสุทธิ์เมื่อใด รับรองโยมทุกคนจะคิดเงินไหลนอง คิดทองไหลมา ทุกคนจะดีหมด เป็นมรดกธรรมให้แก่ลูก ช่วยลูกให้เป็นคนดีได้ ถ้าเราเป็นลูกก็ช่วยพ่อแม่ได้

ยกตัวอย่างที่กรุงเทพฯ เขาเล่าอดีตเทพมาให้ฟังบอกว่า แม่ของเขาจะตายอยู่ที่ห้อง ไอ.ซี.ยู. ต้องคอยบิ๊มหัวใจไว้ หมอบอกว่าไม่รอดหรอก ลูกสาวลูกชายพากันมานั่งกรรมฐาน เขาไม่เคยศรัทธา ไม่เคยเข้าวัด แต่อยากให้แม่หายเท่านั้น ไม่ใช่จะมาสร้างบุญกุศลเลย แต่พอมานั่งก็เกิดพบธรรมะ ออมนมีความสุขอย่างนี้ ได้จากความทุกข์ที่เราต้องปวดเมื่อยทั่วสภนธ์กายอย่างทรมาณที่สุด พอพบธรรมะความดีอันนั้น ก็แผ่แพร่ขยาย ใจก็ซึ่งเป็นที่ฟังได้ ก็เอาความดีแผ่ให้แม่ แม่กลับฟื้นขึ้นมา

การสร้างความดีนี้แสนจะยาก เขาก็ไม่ทราบว่ามันง่าย
ๆ ปวด ๆ อย่างนี้ จะได้อะไรขึ้นมา แต่ต้องการให้แม่หายก็เกิด
ศรัทธาแรงกล้า ต้องการนั่งโดยไม่รู้เรื่องบุญกุศล ว่านั่ง
กรรมฐานคืออะไร ชาวเล่าลือว่านั่งกรรมฐานแล้วแม่จะหายจาก
โรคร้าย ความมั่นใจก็เกิดขึ้นเป็นสมาธิ เลยก้เดินจงกรมกันใหญ่
เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ปวดเมื่อยหายหมด ยืนหนอ ๕ ครั้ง กลับ
เห็นแม่ฟื้นคืนมา หมอที่ศิริราชแปลกใจ บอกว่านี่หัวใจวายไป
แล้ว ฟื้นขึ้นมาได้อย่างไร จากคนที่ไม่เคยนั่งกรรมฐาน กลับพา
ญาติพี่น้องมานั่ง

อาตมาขออนุโมทนาแก่ท่านทั้งหลาย ผู้ตั้งใจมาปฏิบัติ
ถวายเป็นพระราชกุศล สร้างบุญอันสำคัญยิ่ง ให้เกิดความสุข
ความเจริญในชีวิตครอบครัว ตลอดจนกระทั่งลูกหลานและบรรดา
ญาติพี่น้องของเราทุกคน อยู่เย็นเป็นสุขโดยทั่วหน้ากัน เพราะ
เรามีกุศลบุญราศีที่เราจะสร้างต่อไป ณ บัดนี้ และบารมีขององค์
บรมบพิตรพระราชสมภารเจ้า ปกเกล้าปกกระหม่อมชาวไทยมา
จนบัดนี้ถึง ๗๒ พรรษา ขอทุกท่านจงสมหวังในชีวิต และเจริญ
ด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ ธนสารสมบัติ นี้ก็คิดสิ่ง

หนึ่งประการใด สมความมุ่งมาดปรารถนาด้วยกันทุกรูปทุกนาม
ณ โอกาสบัดนี้เทอญ