

กรรมฐานแก้ไขปัญหาชีวิตได้อย่างไร

พระราชสุภทฺธิญาณมงคล

บรรยาย ณ ศาลาเทวาบุกุล สวนจิตรลดา

วันศุกร์ที่ ๑๓ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๔๑

P13008

ขอเจริญพรทุก ๆ ท่าน วันนี้ นับว่าเป็นมหามงคลชีวิตอีกวาระหนึ่ง ที่ท่านผู้หญิง
มณีรัตน์ บุณาค ได้ถือโอกาสสร้างคุณงามความดีของท่าน ด้วยการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน
เพราะท่านซาบซึ้งในธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว จึงได้จัดให้มีการบรรยายธรรมและ
มีการสนทนาธรรม ครั้งนี้นับว่าเป็นครั้งที่ ๑๓ ท่านผู้หญิงมณีรัตน์ บุณาค ได้รับสั่งให้
คุณฉวีวรรณ ขจรประศาสน์ นิมนต์พระมาแสดงธรรมะบรรยาย โดยไม่ได้เจาะจงว่าจะเป็น
พระภิกษุรูปใด คุณฉวีวรรณมีอหยาตัย มีวิสัยทัศน์กว้างไกล เห็นประโยชน์แก่ประเทศชาติ
เป็นแม่แบบแม่แปลนที่ดีมาก จึงอาราธนาเอาตมภาพมาฉลองศรัทธา และแสดงธรรมะ
บรรยายในวันนี้ ท่านผู้หญิงมณีรัตน์ บุณาค ให้ชื่อเรื่องว่า **กรรมฐานแก้ไขปัญหาชีวิต
ได้อย่างไร?** ขอท่านทั้งหลายได้ติดตามฟังกันต่อไป

ทุกคนไม่มีใครว่างงาน “ถ้าคนอยู่ว่าง ห่างผู้ใหญ่ จะหลงทางได้ง่าย” ก็ขอเจริญพร
ทุกท่านว่าถ้าท่านมีลูก อย่าให้อยู่ว่าง อย่าให้ห่างผู้ใหญ่ จะหลงทางได้ง่าย ไม่จำเป็นต้อง
ลูก แคะโตๆ ก็หลงทางเยอะ แต่เด็กหลงทางไม่เป็นไร ถ้าผู้ใหญ่หลงทางนี่ซิแย่ กลับไม่ถูก
แต่เด็กหลงทาง กลับถูก เพราะพ่อแม่ไปตามกลับ แต่ถ้าผู้ใหญ่หลงทางใครจะไปตาม ถ้า
ท่านไม่ช่วยตัวเอง ถ้าท่านขาดสติปัญญาท่านจะตามกลับไม่ได้ ผากไว้ให้คิดในวันนี้ด้วย
มาพูดในวันนี้ผากให้ท่านคิด ให้ท่านมีสติปัญญาแก้ไขปัญหานี้เขาล่ำลือกันจะไปดูดาวตก
แต่ที่จริงดาวมันตกทุกวัน แต่เพียงจะรู้กันหรือ มงคลตื่นข่าวกันไม่เข้าเรื่องเสียงานเสียการ
ถ้าเป็นราชการต้องลาพักร้อนไปดูดาวตก เสียงานไหม ท่านพี่น้องที่รักน่าจะคิดตีความ
วันนี้เอาตมาไม่ว่างหรอก เมื่อคืนต้องแจกหนังสือผู้ที่มาอบรมที่วัดอัมพวัน บวชมานี้ ๕๐ ปี
แล้ว เราก็ตายไปแล้ว นี่แหละกรรมฐานมันรู้ความตายโอกาสข้างหน้า น่าจะตีความตรงนี้
ไม่ใช่กรรมฐานไปสวรรค์นิพพาน ไปบวชชีพราหมณ์ตามวัด ทวัตรบุญกัน น่าจะทวัตรบุญใน
อารมณ์ สร้างกุศลให้แก่จิต ในเมื่อคุณฉวีวรรณได้กล่าวร้องขออาราธนาเอาตมาก็ดีใจมาก
ได้ทราบว่าท่านผู้หญิงมณีรัตน์ ท่านสนใจกรรมฐาน ก็อยากจะฉลองศรัทธาให้ท่าน ขอผาก
ข้อคิดอีกว่าใครหนอจะอยู่ว่าง ถ้าคนไหนอยู่ว่าง คนนั้นใช้ไม่ได้ เลว คนจะต้องไม่อยู่ว่าง

จะต้องไม่ห่างผู้ใหญ่ จะได้ไม่หลงทางง่าย ผากท่านไปสอนลูกด้วย ถ้าลูกของท่านอยู่ว่าง จะหลงทาง รับรองท่านจะแก้ลูกท่านไม่ได้ อาตมาอยู่ว่างไม่ได้ ที ๓ ที ๔ ต้องรับโทรศัพท์จากต่างประเทศตลอด เดียววันนี้จะต้องรีบกลับชาวฟิลิปปินส์ไหนรถเมล์มาเข้า ธรรมเนียม เดือนก่อนก็ทูตกงสุลประเทศเนปาลมาเข้าธรรมเนียม ขากลับก็เอารถตู้ไปส่งถึง สถานทูต เขาก็ดีใจมาก เราต้องเอื้อเพื่อสงเคราะห์เขา คนเราต้องสงเคราะห์ตัวเองก่อนให้ได้ ถ้าสงเคราะห์ตัวเองไม่ได้ ไปสงเคราะห์คนอื่น ก็โง่ ก็ฝากพี่น้องทุกคนที่อยู่ในสถานที่ มงคลชีวิต แก่ไข่ม่มผลาดผิตชีวิตในสังคมที่มีระเบียบแบบแผนมีระบบ เพราะฉะนั้นขอฝาก ทุกคนอย่าอยู่ว่าง คนไหนอยู่ว่าง คนนั้นจิตใจต่ำ เหมือนน้ำไหลไปสู่ที่ต่ำจะนั้น ต้องมีงาน ทำ งานนั้นต้องถูกโฉลกโชคมีปัญญา ทำงานให้มีประโยชน์ต่อตนและครอบครัว ต่อ ประเทศชาติ

คุณฉวีวรรณ ขจรประศาสน์ อาตมารู้จักกันมานานแล้ว ท่านช่วยเหลือวัดวาอาราม ต่างๆ ช่วยเหลือครอบครัว ช่วยเหลือแม่บ้าน ไม่จำเป็นต้องมีสามีเป็น มท.๑ ก่อนจะเป็นก็ ช่วยมานานแล้ว ปิดทองหลังพระตามพระบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้า สมเด็จพระนางเจ้า ฯ พระบรมราชินีนาถ ปิดหน้าพระมันหล่นง่าย ปิดทองหลังพระใครไม่รู้ไม่เป็นไรเรารู้ตัวก็ พอใจแล้วว่าเราทำประโยชน์ต่อประเทศชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ไม่มีอื่นใดที่จะซึ่งใจเท่ากับข้อ นี้ อาตมาซึ่งใจพระบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้าอีกข้อหนึ่ง นักบริหารทั้งหลายโปรด ทราบ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ รับสั่งว่า **“คนกำลังจะจมน้ำตาย ช่วยก่อนได้ ไหม”** เหมือนอย่างเรากำลังจะจมน้ำตาย ถ้าใครมาช่วยเรารอดพ้นจากความตาย เราก็ดีใจ เราจะได้ไปช่วยคนอื่นต่อไป

รับสั่งอีกคำหนึ่งอาตมาก็ชอบใจมาเป็นเวลา ๑๕ ปีแล้ว ในวันแม่ สมเด็จพระนางเจ้า ฯ พระบรมราชินีนาถ อาตมาบันทึกไว้ ๒ หน้ากระดาษ ท่านรับสั่งว่า

“พ่อแม่ต้องสร้างบ้านเมืองให้ยิ่งสุข ลูกต้องสร้างชาติให้ยิ่งใหญ่”

อาตมาจดจำมา โยมเป็นพ่อเป็นแม่สร้างบ้านเมืองให้ลูก ให้ลูกอยู่เย็นเป็นสุข ลูก ต้องสร้างชาติให้ยิ่งใหญ่ เรียนหนังสือให้เป็นปริญญาเอก เป็นรัฐมนตรี ช่วยเหลือชาติ ศาสน์ กษัตริย์

พ่อแม่ต้องสร้างบ้านเมืองให้ยิ่งสุข หมายความว่า พ่อแม่ต้องสร้างความดีให้กับ ลูก ทำถูกให้กับหลาน รักให้มันถูกวิธี ทำความดีให้ลูกดู

ลูกต้องสร้างชาติให้ยิ่งใหญ่ หมายความว่า ลูกต้องเรียนหนังสือให้เก่ง กล้า ประหยัด ไม่ขาดพวกพรรค รักษาความสะอาด ฉลาดรอบครอบ ชอบระวัง ตั้งใจตรง

ดำรงศีลธรรม นำทางถูก ปลุกสติ ดำริชอบ ประกอบกุศล ได้ผลอันดีเป็นหลักฐาน สำคัญ ซาติคือตัวเรา ดูซาติก็คือดูลูก รักลูกจึงคิดปลุกฝัง ให้ลูกตั้งตนฝึกการศึกษา ให้ลูก ได้ดีมีปัญญา ให้ลูกมีวิชาตั้งตนเป็นคนดี นี่แหละได้จากกรรมฐานทั้งหมด ถ้าไม่ได้ กรรมฐานจะออกมาได้อย่างไร

ก็ขอเจริญพรต่อไป พ่อแม่ปลุก เหมือนปลุกต้นไม้ ปลุกในกระถาง ขึ้นในกระถาง ปลุกที่ขึ้นที่ ปลุกห่างขึ้นห่าง ต้นไม้มันโต แล้วเราจะบอกต้นไม้ทำอะไรขึ้นไม่มีระเบียบ ขึ้นไม่เท่ากัน ห่างบ้าง สั้นบ้าง ถ้าต้นไม้พูดได้จะบอกว่าใครเป็นคนปลุก เดียวนี้สถาบัน ๓ สถาบันทำลายสังคม คือ วัด โรงเรียน ครอบครัว พ่อแม่ไม่ได้ดูแลลูก ลูกจึงติด ยาเสพติดกันมากมาย ถ้าบ้านไหนทำกรรมฐาน ทั้งโรงเรียนทำกรรมฐาน รับรองไปรอด แน่ นี่แหละพ่อแม่ที่เคารพรักของลูก อาตมาจึงได้พูดกับผู้ว่าราชการจังหวัดสิงห์บุรีว่า กลุ่มบ้าน กลุ่มวัด ต้องช่วยกลุ่มเมือง กลุ่มเมืองต้องเข้ากับกลุ่มวัดและช่วยกลุ่มบ้าน ใน หลวงรับสั่งไว้ให้ “**รักสามัคคี สร้างความดีร่วมกัน**” ถ้าไม่มีการรักสามัคคี จะสร้างความ ดีร่วมกันไม่ได้ แยกแยกกันไปหมด แยกพรรค แยกพวก ควรจะรักสามัคคี สร้างความดี ร่วมกัน อย่าเป็นพลูต่างใบ ไม่ร่วมใจกัน นี่แหละความรู้คู่กับความดีมีปัญญา

สถาบันครอบครัวนี้สำคัญ เช่น ที่ศาลเยาวชน จังหวัดราชบุรี เด็กและเยาวชนติด ยาเสพติด ๘๐๐ คน บัดนี้กลับสภาพคืนแล้ว ได้ความว่าพ่อแม่ไม่ได้อยู่ด้วยกัน แล้วลูกก็ ไปติดยาเสพติดอย่างนี้จะแก้อย่างไร หนึ่งกรรมฐานถึงจะรู้ว่า พ่อแม่นี้ช่วยแก้ลูกได้

สถาบันโรงเรียน น่าจะช่วยกัน แต่ครูกลับมาขายยาเสพติด ครูไว้วิญญาณครู เพราะไม่ได้เจริญพระกรรมฐาน อาตมาสอนเด็กมาปีนี้เป็นดอกเตอร์ ๘๐ คน เป็นนายพล อีกหลายคน สอนตรงนี้ พระที่มาเทศน์ก็จะเทศน์ไปสวรรค์นิพพาน แต่วิถีปฏิบัติ เชิง ปฏิบัติการ เรียกว่าวิทยานิพนธ์ ไม่มีใครมาเทศน์ น่าจะเทศน์ข้อปฏิบัติกันบ้าง วิธีการทำ อย่างไม่ได้ผลสมคณาปรารถนาทุกประการ ไม่จำเป็นต้องเป็นคนรวย

๑) **ครอบครัวไม่มีความสุข** ทะเลาะกันทุกวัน

๒) **ผิดหวังในชีวิต** โดดตึกตาย เป็นโรคทันสมัย คือโรคประสาทกันทั้งบ้าน ทั้งวัด ทั้งการเมือง กินไม่ได้ นอนไม่หลับ ขอให้หนึ่งกรรมฐานเถิดประเสริฐที่สุดแล้ว

๓) **ลูกไม่เรียนหนังสือ** จะแก้ได้อย่างไร ไม่ใช่ไปทำบุญสร้างโบสถ์ สร้างศาลา น่าจะสร้างคน พระพุทธเจ้าสร้างคน อาตมามีโครงการ **“ปลุกคนให้ตื่น เสกคนให้เป็น งาน แก้ปัญหาชีวิตของประชาชน ให้เขาอยู่รอดปลอดภัย”** เพราะคนเราเดี๋ยวนี้ราคา ตก เศรษฐกิจตก ทำให้คนราคาตกหมดราคา น่าจะปลุกเสกตัวเองให้มีราคา **“ชีวิตท่าน**

ไม่มีค่า เวลาของท่านก็จะไม่มีประโยชน์” ถ้าท่านตีค่าชีวิตของท่านต่ำ เวลาของท่านก็จะไม่มีประโยชน์ ไปช้อปปิ้งที่โน่น ไปช้อปปิ้งที่นี่ เวลานาฬิกาเท่ากันหมด เวลาแม้แต่วินาทีเดียว จะทำให้เป็นประโยชน์และคุ้มค่ากว่ากันไม่ได้หรือ ถ้าท่านตีราคาตรงนี้ถูก ท่านจะไม่ไปช้อปปิ้ง ท่านจะไม่ไปเที่ยวให้เสียเวลา เสียงานเสียกิจการในครอบครัว เสียราชการและหน้าที่ เดียวนี้คนเราขาดกรรมฐานจึงขยันนอกหน้าที่การงาน ไม่มีขยันในหน้าที่การงานเลย ถือแฟ้มไปธุระเรื่อย ไปธุระนั้นไม่ใช่หน้าที่การงาน แต่ไปขายที่ดินไปช้อปปิ้ง นี่เรื่องจริง อาตมาชอบพูดตรง ไม่มีคนชอบ ถ้าพูดหลอกลวงจะมีคนชอบมาก

“ออกแขกไม่ดี บอกเรื่องไม่ดี ไม่ดีตลอดชีวิต” ลีเกละครจะต้องออกแขกก่อนว่าจะเล่นเรื่องอะไร ใครเป็นพระเอกนางเอก ต้องออกแขกก่อน เล่นดีหรือไม่ดี ตัวเองจะไม่รู้หรือว่าเล่นดีหรือไม่ดี ต้องดีที่คนดูเขา คนดูจะบอกเราว่าเล่นไม่ดี ไม่มีใครดู ถ้าออกแขกบอกหน้าปากภัยดี รับรองว่าเล่นดีตลอดจนกระทั่งตาย ดีทั้งลูก ดีทั้งหลาน ดีทั้งการงานจะแจ่มใส

เดี๋ยวนี้เศรษฐกิจตก แก้ได้เยอะเยอะ ต้องช่วยกันทุกคน อย่าให้กำลังใจตก เศรษฐกิจตกแต่ราคาคนอย่าให้ตก แต่ถ้ากำลังใจเราสูงขึ้นมา พยายามปลุกศรัทธา ถ้าญาติโยมปลุกศรัทธาตั้งใจให้มัน ด้วยการตั้งใจทำงาน ทำด้วยความตั้งใจ ทำด้วยความเคารพ อย่าเดี๋ยว ถ้าท่านทั้งหลายไม่มีเดี๋ยว รับรองงานเสร็จแน่ อย่าทิ้งคำพูด พูดแล้วต้องทำ เคารพวาจาที่เราพูด เคารพสถานที่ เคารพกติกานัดหมาย เคารพกฎหมาย บ้านเมืองเขา ถ้าเราไปกรุงปารีสประเทศฝรั่งเศส ก็ต้องเคารพกฎหมายบ้านเมืองเขา จะเอากฎหมายบ้านเมืองเราไปบังคับเขาไม่ได้ ทำอะไรทำด้วยความสงบ จิตอย่าวุ่นวาย ราคาท่านจะราคาดี ทำอะไรทำด้วยความถูกต้องท่านจะมีราคาขึ้น คนที่มีราคามีคุณค่าของชีวิต คนนั้นจะต้องรู้จักตีราคาตัวเอง อย่าตีราคาให้มันต่ำ จะเสียหายอย่างน่าใจหาย มีคนไปถามที่วัด ก็บอกว่าถ้าทุกคนช่วยกันไปรอด ทุกคนไม่เอา ต่างคนต่างดึง แบ่งพรรคแบ่งพวก มีแต่ขี้เกียจ ขี้โกง ขี้ฉ้อฉลริษยากัน ถ้าต่างคนต่างรักสามัคคี สร้างความดีร่วมกันแล้ว ไปรอดแน่ ด้วยการเจริญกรรมฐานแก้ปัญหาชีวิตนี้ให้ได้

ขอเจริญพรที่อาตมาไปพบหลวงพ่อบุญในป่าที่จังหวัดขอนแก่น ที่อาตมาจะไปลาสิกขา หลวงพ่อบุญ วัดหนองโพธิ์ ท่านบอกสักไม่ได้ จะให้คาถาศาสตราวิชาช่าง ปู่ยาตาหวดต่อช่างถวายพระมหากษัตริย์ กรุงศรีอยุธยาราชธานี ไม่มีใครเรียน อาตมาก็บอกว่าผมไม่เรียนหรอกครับ ผมจะสัก ขอคาถาหานิยามให้ผู้หญิงรักสักกับทหนึ่งเท่านี้ก็พอ ท่านก็ให้ **“หนึ่งอย่าเป็นสอง”** พูดแล้วต้องทำ อย่าเดี๋ยว มีคนนิยมชมชอบ ไม่เฉพาะผู้หญิง ผู้ชายก็ชอบ อาตมาใช้อยู่ทุกวันนี้ พูดแล้วอย่าทิ้งคำพูด อย่าเดี๋ยว ไม่เสร็จอย่ากินข้าว ไม่เสร็จ

อย่างนอน ทำให้มีคนนิยมชมชอบแน่นอน สรุปลใจความว่าได้เรียนวิชาคชสาร จึงได้ไปพบ หลวงพ่อในป่าที่จังหวัดขอนแก่น ท่านให้ปัญหาว่า “**อยากเรียนรู้ถามหญิงคันทุก อยาก ทำถูกถามเด็กเลี้ยงควาย คนสามบ้านกินน้ำบ่อเดียวกัน เดินทางเดี่ยวอย่าเหยียบ รอยกัน นะอยู่หัวสามตัวอย่าละ นะอยู่ที่ไหนตามไปเอามาให้ได้**” ถ้าใครตอบได้ แสดงว่าคนนั้นได้กรรมฐาน อาตมาถามพระอาจารย์มา ๕๐-๖๐ องค์ ท่านตอบไม่ได้ อาตมาดีใจมากที่ได้ช่วยเหลือประเทศชาติได้มาก ตำรวจเข้ามาอบรมพันกว่าคนแล้ว สามปี ใช้เงินไปแล้ว ๒๕ ล้านบาท ไม่เคยเบียดเบียนใครเลย เด็กติดยาเสพติด ๑๑ จังหวัดใน ภาคอีสาน หายหมดแล้ว พ่อแม่ก็ดีใจกันมากมาย นี่แหละกฎแห่งกรรมแก้ปัญหาวินิตได้ อาตมาจึงได้ไปพบหลวงพ่อในป่าดังที่กล่าวแล้ว ท่านบอกให้เจริญสติปัญญา ๔ ถ้าปฏิบัติ ได้จะทำให้

๑) ระลึกชาติได้

๒) รู้กฎแห่งกรรม

๓) แก้ปัญหาวินิตได้

อาตมากว่าจะทำได้ใช้เวลาตั้ง ๑๐ กว่าปี ทำได้เจอกับท่านที่เขากูคา จังหวัดน่าน แล้วก็ไปเจอท่านเมื่ออายุ ๔๕ ปี เดินชุดงค์เข้าเบงกอมมารามัญจึงได้มีโอกาสใช้คาถาคช สาร ช้างตักน้ำมันทำอย่างไร ช้างหูกพิพเป็นอย่างไร เมื่อ ๕ ปีที่เขาใหญ่ พระชุดงค์ถูก ช้างเหยียบตาย ไม่รู้จักแม่เตตาให้เทวดาช้าง คนที่เรียนคชสารต้องฟังกลิ่นได้ อาตมา ประสบปัญหามากมายจึงแก้ปัญหาคือ เสี่ยงพลาดบอกวา นะโมได้หรือยัง ยังไม่ได้อย่า ลีลิก พุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ ไม่ได้อย่าลี้ลิก รู้แล้วว่าเมื่อก่อนนี้อตมาปากกล้าขาแข็ง เถียงพ่อเถียงแม่คำไม่ตกปาก นี่ไม่มีนะโม

อาตมาถามพวกนครศรีธรรมราชที่ไปที่วัดอัมพวันว่า ที่นครศรีธรรมราชมีดีอะไรตอบ ไม่ได้สักคนเดียว พระอรหันต์ ๒ องค์จากศรีลังกาเข้าสู่นครศรีธรรมราช องค์หนึ่งให้เรียน วิชาการ องค์หนึ่งให้เรียนวิปัสสนา ทำให้พวกนครศรีธรรมราช เปลี่ยนจากชาวประมง เขี่ยมโหดฆ่าสัตว์ หันมาเรียนธรรมะนั่งกรรมฐาน เกิดปัญญา จึงทำเครื่องถมลายทอง แหวนนะโม ต้องอ่อนน้อมถ่อมตน พบผู้ใหญ่ต้องยกมือไหว้ สอนเด็กนักเรียนเมื่อคืนนี้ “**หนูไปโรงเรียนไหว้พ่อแม่ ๓ หน พบผู้สูงอายุเสี่ยงทางยกมือไหว้ พบพระนมัสการ**” เดี่ยวนี้จะเหยียบหัวคนเฒ่าคนแก่ ไม่มีอ่อนน้อมถ่อมตน โตจจนเป็นหนุ่มเป็นสาวยังยืนพูด กับคนแก่คนเฒ่า พบพระก็จะชน พระพุทธเจ้าสอนตรงนี้ ขนบธรรมเนียมประเพณีไทย พบผู้สูงอายุต้องคลาน เพราะฉะนั้นเราทำอะไรก็ต้อง นะโม ตัสสะ ะคะวะโต อะระหะ

โต สัมผัสสัมพุทฺธสสะ อ่อนน้อม ถ่อมตน ปากหวาน ตัวอ่อน มือเป็นหงอน โปรด
กรุณานำไปสอนลูกหลาน

**“อดทนเป็นสมบัติของนักต่อสู้
นักปราชญ์**

ความรู้เป็นสมบัติของ

**ความสามารถเป็นสมบัติของนักประกอบกิจ
สมบัติของผู้ดี”**

ความมีระเบียบทุกชนิดเป็น

คนขาดระเบียบ ไม่เพียบด้วยวินัย เป็นผู้ดีไม่ได้

“ยีนลูก ยีนรับ ยีนค้ำหับ ผู้บังคับบัญชา”

แสดงถึงฐานะของผู้ใหญ่ ทำให้ไม่เป็นผู้หนึ่งผู้เดียว อยู่ในพระไตรปิฎก การไหว้
เบญจางคประดิษฐ์ นี่เป็นคำสอนของประเพณีไทยตั้งแต่สุโขทัยราชธานี คนสุโขทัยได้รับ
ศาสนามาจากนครศรีธรรมราช คนที่มีธรรมะ มีกรรมฐาน จะมีปัญญา ความนี้รู้ถึง
พระราชแห่งกรุงสุโขทัย จึงมีสารนิมนต์พระขึ้นสู่กรุงสุโขทัยราชธานี พระราชาทรงผนวช
ทันที สถูปเจดีย์ที่สุโขทัยจึงเหมือนประเทศศรีลังกา เพราะพระสงฆ์มาจากศรีลังกา มา
ประกาศศาสนา แล้วเราก็เอาคัมภีร์ไปสู่ประเทศศรีลังกา โดยส่งพระอุบาลีจากกรุงศรีอยุธยา
ไปประกาศศาสนา โดยเฉพาะสมเด็จพระนเรศวรมหาราช ที่เราได้บทพาทรงมหากาพย์ ไม่มี
ใครสวดกัน ไปสวดชินบัญชรของสมเด็จพระเจ้าสุทนต์มณีท่านสวดบูชาพระอรหันต์ของท่าน
บูชาพระธาตุ ไม่ใช่เรามาสวด แต่เราน่าจะสวดพาทรงมหากาพย์ มารผจญเราแล้ว ขอฝากให้
ทุกคนสวดให้เท่าอายุเกิน ๑ มารแพ้หมด

มารไม่มีบารมีไม่เกิด ความพยายามอยู่ที่ไหนความสำเร็จอยู่ที่นั่น อุปสรรคเป็นครู
ศัตรูเป็นยากำลัง อุปสรรคขัดข้องอย่าเอาไปทึง เอามาแก้ปัญหานี้แหละครูของเรา ศัตรู
เป็นยากำลังเพิ่มบารมีให้เราดี ชีวิตนี้จะเกิดประโยชน์ อย่างเราต้นไม้ใหญ่ลมบนมันแรง
อย่างต้นไม้เล็ก ๆ นี้มันไม่มีลมมาพัด อดทนต่อไป ชีวิตจะไม่แร้นแค้น จะมีแปลนและ
แผนผังอย่างดี บางแห่งประเพณีนอนไหว้ คนจีนกราบสามสามก้าว คนไทยกราบเบญจาง
คประดิษฐ์ ธิเบตนอนกราบ อินเดียบางแห่งนอนกราบ องค์ดาไลลามะนอนกราบ มีใช้คำ
สอนของพระพุทธเจ้าเลย แต่เป็นประเพณีของแต่ละประเทศ พม่าก็กราบคนละอย่าง แต่
พระพุทธเจ้าสอนอะไร ผู้ใหญ่มาให้ยีน ยีนลูก ยีนรับ ยีนค้ำหับ ผู้บังคับบัญชา แสดง
ฐานะผู้ใหญ่ ทำให้ไม่ผู้หนึ่งผู้เดียว อยู่ที่พระไตรปิฎก ฝรั่งเศสเอาไปใช้หมด ส่วนคนไทยไม่
สนใจ ถ้าเราไม่มีการเคารพผู้ใหญ่จะไม่ระเบียบวินัย ประเพณีไทยก็หมดไปแล้วไม่มีการ

เคารพผู้ใหญ่ ในเมื่อขาดการเคารพผู้ใหญ่ประเพณีไทยหมด เด็กเสียหาย เพราะไม่เคารพผู้ใหญ่ เถียงพ่อเถียงแม่คำไม่ตกปาก เสียหายตรงนี้ ก็ขอฝากญาติพี่น้องไว้ในโอกาสนี้

พระพุทธรเจ้าเน้นวิชาการ พระพุทธรเจ้าก่อนจะไปบวชนั้นท่านสำเร็จ ๑๘ ดอกเตอร์ (เพราะฉะนั้นขอฝากพี่น้องไว้ว่ามีลูกมีหลานขอให้เรียนเก่งแรงก้าวหน้า) ทำไมพระพุทธรเจ้าต้องออกบวชด้วย เพราะต้องการไปหาวิชาแก้ปัญหาชีวิต วิชาที่ไม่มีใครสอน จะไปหาที่ไหนได้ต้องไปฝึกเอง จึงได้เสด็จบรรพชา ต้องการจะไปหาวิชานี้ให้ได้ แก้ปัญหาชีวิตอย่างไร ทุกคนต้องแก้ปัญหาเอง ไม่ใช่ไปหาหมอดู คนไปหาหมอดูนี้โง่งที่สุด อย่าไปหาผีเจ้าเข้าทรง โง่งที่สุด ผีแก้ปัญหาไม่ได้ หมอดูจะแก้ได้หรือ มีลูกสาวจะแต่งงาน ไปหาหมอดูวันได้เดือนถึงแล้วค่อยแต่ง นั่นแหละโง่งที่สุด วิธีแก้ทำอย่างไร ดูจิตใจเข้ากันได้ไหม นิสัยใกล้เคียงกันได้ไหม ดูกันนานหรือเปล่า หรือว่าดูเข้าไต่เอ็น ได้เอ็นทึงเข้าอย่างนั้นหรือแม่เตียนนี้ก็ใช้ไม่ได้ ชอบไปหาหมอดู วัดในกรุงเทพฯ มีเยอะ น่าจะใช้วิธีการว่า จิตใจเข้ากันได้ไหม ไม่ใช่ปลัดอำเภอลงไปแล้วไปไต่ภรรยาเป็นนางเอกลิเก ตัวอย่างที่สิงห์บุรี เมื่อปี พ.ศ.๒๕๐๐ มีลูกศิษย์อยู่คนหนึ่งเป็นปลัดอำเภอลงไปปฏิบัติหน้าที่จากสหรัฐอเมริกา ไปแต่งงานกับนางลิเกคณะรำฟิ่ง อยุธยา บอกว่านี่ปลัดมันถูกสเปคเดียวกันไหม โอ๊ย หลวงพ่อไม่รู้เรื่อง ผมชอบของผม พอปีเดียวกันเลิกกัน นี่เสียเวลาใหม่ เรียนมาสูง กลับโง่งลง พอเลิกกันแล้วก็มาราบขอโทษ นางเอกลิเกก็ต้องไปแต่งงานกับพระเอกลิเก ปลัดอำเภอก็ต้องไปแต่งงานกับดอกเตอร์ซี พอเลิกกันแล้วก็เสกให้มาบวชแล้วนั่งกรรมฐาน พอตั้งกรรมฐานก็เป็นผู้ว่าราชการจังหวัด แล้วก็ไปเป็นปลัดกระทรวง ไปเป็นปลัดกระทรวงอื่น น่าจะเป็นกระทรวงมหาดไทย แต่กรรมฐานแก้ไขปัญหาที่หลงผิดจากนางเอกลิเก เลยมาได้ นางเอกเป็นดอกเตอร์ มีลูก ๒ คนก็เป็นดอกเตอร์ รู้เหตุการณ์ล่วงหน้าได้ อย่างฝรั่งจะแต่งงานมานั่งกรรมฐาน รู้ว่าจะต้องได้กับคนง่อยเปลี้ยเสียขา อย่างนี้เป็นต้น

เพราะฉะนั้นขอสรุปใจความให้สั้นว่า พระพุทธรเจ้าเน้นวิชาการ พี่น้องทั้งหลายมีลูกขอให้รวยสววยเก่งเรียนหนังสือให้ได้ เพราะเรียนหนังสือนี้ติดตัวลูกไปได้ ญาติโยมมีสมบัติมากมายกายกองก็ไม่สามารถเอาไปได้แน่ มีวิชาตายไปแล้วยังติดตัวไปชาติหน้าได้

ต่อไปนั่งกรรมฐานแก้ปัญหาชีวิตได้อย่างไร การกำหนดจิต เป็นการแก้ปัญหาชีวิต แต่พวกเราไม่ค่อยสนใจกัน บางทีไปนั่งกรรมฐานกลับมาแล้วทิ้งเลย เลิกไปเลย แก้ไม่ได้ การตั้งสติสัมปชัญญะเป็นการแก้ปัญหาชีวิต จะได้ว่าเรามีปัญหาอะไร เช่นอาตมาไปพบหลวงพ่อบุญมา องค์นี้อยู่ในป่า หลวงพ่อบุญมาองค์นี้เป็นผู้ให้กรรมฐานพระเจ้าตากสิน องค์ที่สองอาตมา และองค์ที่สามพระบัวเหี่ยว ตอนนี้ยังอยู่ในป่า แต่ไม่ได้หมายความว่า

พระอยู่แบบนี้ อาตมาถึงได้ไปสร้างศูนย์เวฬุวันจังหวัดขอนแก่น โดยมีพญานาคมาช่วย ถ้าอยู่ที่ศูนย์เวฬุวันไปโผล่ที่แม่น้ำโขง จังหวัดหนองคาย ถ้าทำดีจะร้อนถึงจักรินทร์เทวราช ร้อนถึงพญานาคมาช่วย ถ้าทำชั่วจะร้อนถึงยมบาล จะเอาโซ่ตรวนมาลากไปเมื่อไรใครจะรู้ได้ ที่พระพุทธเจ้าทรงบรรพชา ไปหาดำராแก้ไขปัญหามาให้พวกเรา แต่พวกเราเอาไปทึ่งกันหมด สร้างวัตถุกันมากมาย แต่สร้างคนด้วยวิชาแก้ปัญหาคือกรรมฐาน แก้ปัญหาชีวิตได้ “อยากเรียนรู้ถามหมิงคันทุก” คือยืนหนอ ๕ ครั้ง ในเมื่อยืนหนอ ๕ ครั้งได้แล้ว โดยยืนกลับไปกลับมา มองเห็นคนอื่นนิสัยไม่ดีจะบอกออกมาเอง อ่านตัวเอง บอกตัวเอง ใช้ตัวเป็น จะได้เห็นตัวตาย จะได้คลายทิฏฐิ จะได้ดำริชอบ ประกอบกุศลได้ผลอันดีเป็นหลักฐานสำคัญ ถ้าเราอ่านตัวเองไม่ออกอย่าไปอ่านคนอื่น ยืนหนอ ๕ ครั้ง ตั้งแต่จากศีระลงปลายเท้า ก็คือ **ตจปัญจกรรมฐาน** ถ้าใครเคยบวชมาจะรู้ อุปัชฌาย์จะให้ผ้ากาสาว่าสวดจะต้องให้เรียนกรรมฐานก่อน **เกสา โลมา นะชา ทันทา ตะโจ ตะโจ ทันทา นะชา โลมา เกสา ๕ ครั้ง** จะรู้วาระจิตของคน อย่างอาตมาทำมา ๑๐ ปีกว่าจะได้ แล้วมาสอนที่วัดอัมพวัน ขอให้พี่น้องเราเอาไปทำกันให้ได้ พอเห็นคนเดินมาจะย้อนมาหาเราว่า คนนี้นิสัยไม่ดีคบไม่ได้ มันจะออกมาจากดวงใจของเราเองว่า

คบพาล จะได้ผิด

คบบัณฑิต จะได้ผล

คบคนชั่ว ทำตัวให้อับจน

คบคนดี ให้ผลจนวันตาย

เมาเพศก็หมดค่า

เมาสุรา หมดความสำคัญ

เมาการพนัน หมดตัว

เมาเพื่อนชั่ว หมดดี

เพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้าจึงได้ไปหาวิชาที่ ไม่มีครูสอน เรียกว่าวิชากรรมฐาน แก้ปัญหาชีวิตได้ แล้วนำมาสอนพวกเรา ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา

ศีล แปลว่า ปกติ ไม่จำเป็นต้องมารับกับพระ คนจะปกติได้ต้องมีสติสัมปชัญญะ ถ้ามีสติสัมปชัญญะไม่ได้เป็นคนปกติไม่ได้

สมาธิ คือ จับงานอย่างทึ่งงาน ปรับปรุงตัวเอง เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในทางที่ดี

ปัญญา แปลว่า แก้ปัญหาได้แล้ว

สรุปคือ สติตัวต้น สติตัวกลาง สติตัวปลาย, สติตัวต้น จะทำอะไรก็รู้ก่อน คิดหนอที่ลึ้นปี่นี้ คิดหนอ... หายใจยาว ๆ หายใจตั้งแต่จมูกถึงสะดือ คิดออกมาแล้วก็จดไว้ สติตัวกลางก็คือสัมปชัญญะ ตัวสมาธิ ตัวรู้ ตัวเข้าใจ

เห็นหนอ... ส่งกระแสจิตออกจากหน้าผาก ขอให้ผู้ปฏิบัติสนใจนำไปปฏิบัติ อุณาโลมา ปจชายเต ออกไปนี้ เห็นจากศีระลงปลายเท้า ปลายเท้าขึ้นศีระ เดี่ยวจะ

ย้อนกลับมาบอก คนนี้นิสัยไม่ดี กำลังมีซู้ ตัวอย่างโดยที่อดีตที่ผ่านมาท่านผู้ว่าราชการจังหวัดปราจีนบุรี นายประมวล รุจนเสรี ท่านนำข้าราชการไปอบรมที่วัดอัมพวัน ถึง ๑๓ รุ่น แก้ไขปัญหาไปได้เยอะ ครูคนหนึ่งมีซู้แล้ว อาตมาก็เห็นหนอ... แล้วก็บรรยายออกไป พอนั่งกรรมฐานผ่านไปก็เลิกได้ ครูคนหนึ่งอยู่อำเภอสระแก้ว ไม่มีลูก มา ๑๐ ปี ครูผู้หญิงนี้ก็กลับไปแล้วมีลูก ก็บอกว่ามีลูกที่วัดอัมพวัน สามีก้อยากมีลูกผู้ชายต่ออีก จนในที่สุดมีลูก ๓ คน อาตมาก็ตั้งใจบอกผู้ว่าฯ ไว้ว่าอยากจะเปลี่ยนอำเภอเป็นจังหวัด เพราะว่าอาตมาเคยไปบรรยายชายแดนแต่ละอำเภออยู่ห่างกันเป็นร้อยกิโลเมตร จนปัจจุบันเปลี่ยนมาเป็นจังหวัดสระแก้ว อาตมาก็ดีใจมากข้าราชการจังหวัดปราจีนบุรีมาที่วัดอัมพวันเป็นประจำ ทำให้ได้ข่าวสารจากปราจีนบุรีมาเยอะ ท่านไปเป็นเจ้าเมืองที่แม่ฮ่องสอน พวกกะเหรี่ยงพวกพม่ามาปล้น ท่านก็โทรศัพท์มาให้กองทัพภาคที่ ๓ มาช่วย นี่ก็ได้ก็จุดธูปบูชาพระนเรศวร แล้วพระนเรศวรก็ลอยอยู่กลางอากาศ เครื่องบินกองทัพภาคที่ ๓ ต้องกลับฝนก็ตก พม่ากับกะเหรี่ยงไปก็ไม่ได้อะไรไปเพราะพระนเรศวรมาช่วย

ลมหายใจคนเรานั้นไม่เหมือนกัน แก้ที่ลมหายใจ คนที่มีโลภะ หายใจไซเกิลนี้ กลิ่นตัวแบบนี้ กลิ่นตัวเหม็นอย่างนี้ คนที่มีโทสะอิจฉาคนเก่ง หายใจไซเกิลนี้ กลิ่นตัวแบบนี้ คนที่มีโมหะจริต หายใจไซเกิลนี้ กลิ่นตัวอย่างนี้ แก้ได้ คนที่มีโลภะหายใจสั้นๆ ยาว หายใจนี้เป็นตัวหนังสือได้ อย่างเด็กลูกเสือดีตรงเป็นตัวหนังสือได้ แล้วลมหายใจก็เป็นตัวหนังสือได้ ถ้าท่านโมโหร้ายท่านจะหายใจสั้น ขอให้ท่านหายใจยาวๆ ตั้งสติไว้ที่ลึนปี รับรองว่าท่านจะอารมณ์ดีขึ้น อย่าฝากอารมณ์ค้างไว้ ถ้าท่านไปรับราชการจะลำบาก ท่านจะค้าขายไม่ได้อะไร ถ้าเป็นแม่ค้าขายอาหารคลื่นไส้ คนกินก็คลื่นไส้หมด เพราะอารมณ์ไม่ดี เพราะฉะนั้นการแก้ไขปัญหาด้วยการเจริญกรรมฐานไม่ยากเลย เข้าวัดให้มันได้ ๓ วัด ดังนี้

๑. วัดอุทธรณ์ ถ้าธรรมะท่านมีอยู่ในจิตใจ วัดอุทธรณ์ ที่กินสะอาด ที่ถ่ายสะอาด กินของร้อน นอนในมุ้ง พุงในส้วม สวมรองเท้า

๒. วัดอารมณ์ อย่าให้อารมณ์เสีย ตั้งสติไว้ที่ลึนปีนี้ คิดออกหมด โกรธก็จะหาย โกรธทันที

๓. วัดจิตวัดใจ

ก็ขอสรุปใจความว่า ถ้าท่านจะแก้ปัญหา ให้สวดมนต์ก่อน **“สวดมนต์เป็นยาทา วิปัสสนาเป็นยากิน”** สวดพาหุงมหากา เป็นบทสวดที่สมเด็จพระพนรัตน์วัดป่าแก้ว สวดถวายพระพรสมเด็จพระนเรศวรพระองค์ไม่เคยแพ้ทัพ แต่เราไม่เคยสวด ไปสวดบทอะไร

ต่อมิอะไรไม่เป็นเรื่องเป็นราว ถวายพรพระนำมาสวดตอนที่ตักบาตร ใส่บาตรก็สวดบทนี้
รับรองสวดบทนี้ไม่ต้องกลัวอดข้าว ถ้าใครยากจนสวดบทนี้เข้าไว้ เดี่ยวเงินไหลนอง ทอง
ไหลมา รวยแน่ การแก้ไขปัญหาในกิจประจำวัน ได้ยินเสียงตั้งสติไว้ที่หูไว้ให้ได้ อ้อ !
เสียงนี้เขาพูดโกหก สติมีไหม สติมีจะรู้ว่าคนนี้โกหกเชื่อไม่ได้ อ้อ ! เสียงคนนี้เชื่อได้ มี
ประโยชน์ในการแก้ปัญหาในชีวิตประจำวัน เห็นหนอ... เห็นด้วยปัญญา เห็นห้วงชาติ
จดไว้ได้เลยต้องตายแน่ เพราะอาตมาบันทึกหลักฐานไว้หลายคนตายหมดแล้ว บอกให้เขา
อยู่กรรมฐาน ถ้าเขาอยู่กรรมฐานตั้งใจไม่ตายได้ อาตมาก็เล่าให้คุณฉวีวรรณฟังว่า คน
อเมริกาจะมาขอบคุณขอบใจเราที่ช่วยแม่เมตตาให้ลูกเขาที่ตกตึกฟื้นขึ้นมาได้ สลับไป ๓ วัน
อย่างนี้เป็นต้น

ในวันนี้ก็ขอฝากพี่น้องทั้งหลายไว้ว่า ให้เจริญพระกรรมฐานแก้กรรมได้ แก้ปัญหาได้

- ๑) ปาณาติบาต ติดมา ๖๐% ต้องเป็นอัมพาตทุกราย
- ๒) อทินาทานา ติดมา ๖๐% ต้องโดนจี้ โดนปล้น ไฟไหม้บ้าน
- ๓) กาเมช ติดมา ๖๐% มีผิวเป็นของเขมหมด มีเมียก็มีชู้ ครอบครัวยุ
ความสุขไม่ได้
- ๔) มุสาวาทช ติดมา ๖๐% ต้องโดนหลอกตลอดชาติ โดนโกง
- ๕) สุราช ติดมา ๖๐% ต้องเป็นโรคประสาท ๗ ชั่วโมง ถ้าเอาสุราไปกินในวัด
กำลังสวดพระอภิธรรม รับรองเป็นบ้าแน่ พวกชายยาเสพติด ลูกหลานก็จะเป็นบ้า

สุดท้ายนี้ก็ขออนุโมทนาที่ได้บรรยายมา เพื่อฉลองศรัทธาท่านผู้หญิงมณีรัตน์
บุญนาถ พร้อมด้วยวันที่ท่านทั้งหลายได้มีโอกาสมาถวายเป็นพระราชกุศล ต่อบรมบพิตร
พระราชสมภารเจ้า และสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ

ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย บุญกุศลทั้งหลาย ดลบันดาลให้ท่านทั้งหลายจง
ประสบแต่ความสุขสันต์นิรันดร ขอจงเจริญไปด้วยจตุพิชพรชัย ๔ ประการ มีอายุขอให้ยืน
นาน วัฒนโณผิวพรรณผ่องใส สุขขังขอให้สุขภาพกายอนามัย ทุกท่านโปรดได้ใจดี โรคภัย
ไข้เจ็บมีก็โปรดหาย สิ่งทั้งหลายที่คิดไว้ ณ บัดนี้ และจะคิดต่อไปในโอกาสหน้า จง
พรรณนาให้เกิดความสำเร็จผล สมเจตจำนงความมุ่งมาดปรารถนาด้วยกันทุก ๆ ท่าน
ณ โอกาสบัดนี้เทอญ.

ที่มายุโก โหดุ มหาราชา ที่มายุกา โหดุ มหาราชนี

ขออำนาจบุญกุศลที่ข้าพระพุทธเจ้าทั้งหลายได้บำเพ็ญกุศลถวายเป็นพระราชกุศลต่อ
พระองค์ ๗๒ พรรษา แต่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ สมเด็จพระนางเจ้าฯ
พระบรมราชินีนาถ ขอพระองค์จงเจริญด้วยสุขสมบัติ เกษมสำราญในหน้าที่และ
พระชนมายุจงทุกประการ ขอพระองค์สุขเกษมเปรมปรีดาอยู่ในจิต ขอเราท่านทั้งหลายจง
เจริญสุขทุกวาระกาลด้วยกันทุก ๆ ท่าน ณ โอกาสบัดนี้เทอญ.