

คติธรรมพระกรรมฐาน

พระราชสุตฺถินิพนธ์

๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๒

P14001

เจริญพร ผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลาย พระภิกษุสงฆ์ และ ญาติโยมผู้เป็นอุบาสก
อุบาสิกาทุกท่าน ด้วยการปรารภของ พ.ท. วิง รอดเฉย พร้อมด้วยคณะวิทยากร ท้าวความ
ตั้งแต่เดือนมกราคมมาตามลำดับ ได้จัดให้มีพิธีสวดธรรมจักรถวายเป็นพระราชกุศลบรม
บพิตรพระราชสมภารเจ้า ในวันที่ ๕ ของทุกเดือน ได้จับปัจจัยรวมไว้ร่วมกับของอาตมาที่
ได้รับถวายส่วนตัวในวันนั้น นำทูลเกล้าถวายเป็นพระราชกุศลสมทบทุนมูลนิธิชัยพัฒนา เรา
ทำบุญกันมามากแล้ว แต่ธรรมะยังไม่ปฏิบัติให้ซึ่งใจ เพียงแต่ทำบุญถวายสังฆทาน ใคร ๆ ก็
ถวายได้ แต่ถ้าเราสร้างความดีให้เรามีทองคำอยู่ในจิต หล่อหลอมด้วยความคิด และ ปัญญา
ถวายท่าน ท่านจะพอพระทัยมาก เรามานั่งปฏิบัติธรรมถวายเป็นพระราชกุศล ๗ วันนี้ ต้อง
สร้างความดีให้ได้ทำไรก่อน ท่านต้องลงทุนนะ ท่านต้องมีความเพียร บากบั่น และ เอาความ
ดีให้ได้ ต่อไปนี้จะให้โอวาทคติธรรมพระกรรมฐาน โปรดตั้งใจฟังสืบไป ขอเจริญพร เจริญสุข
โดยทั่วกัน ณ บัดนี้

เราได้มีโอกาสมาสร้างความดีถวายเป็นพระราชกุศลเฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ
ของมหาบพิตรพระราชสมภารเจ้า ควรน้อมนี้ระลึกถึงพระองค์ก่อนว่า พระองค์ทรงเหนื่อย
ยากพระวรกายแค่ไหน เช่น เชื้อนปัสสาวะกลิ่นเหม็น กว่าจะสร้างเขื่อนได้ต้องใช้เวลาตกลงกับ
ชาวบ้านนานถึง ๓ ปี ถ้าเรานึกถึงน้ำพระทัยของพระองค์ว่า ทรงเหนื่อยเช่นนี้ เราจะเหนื่อย
เท่าพระองค์ไหม เรามาสร้างความดีถวายแด่นี้ยังทำไม่ได้อีกหรือ

จะท้าวความหลังถึงพระพุทธเจ้า ทำไมพระองค์จึงต้องเสด็จออกบรรพชา ก็
เนื่องจากว่าพระองค์จะไปหาวิชาที่ไม่มีใครสอน ไม่มีใครเรียน พระพุทธเจ้าท่านเน้นวิชาการ
เป็นอันดับแรก เมื่อครั้งยังเป็นเจ้าชายสิทธัตถะ ท่านเรียนจบถึง ๑๘ ศาสตร์ จากอาจารย์วิ
ศวามิตร ได้แก่

๑. ยุทธศาสตร์ วิชาอักษร รวมทั้งปี่นเล็ก ปี่นใหญ่
๒. รัฐศาสตร์ วิชาการปกครอง
๓. นิติศาสตร์ วิชากฎหมาย และ จารีตประเพณีต่าง ๆ
๔. พาณิชยศาสตร์ วิชาการค้าประกอบอาชีพการงานค้าขาย
๕. อักษรศาสตร์ วิชาวรรณคดี และ ภาษาต่าง ๆ
๖. นิรุกติศาสตร์ วิชาภาษาทั้งของตน และ ชนชาติที่เกี่ยวข้องกัน
๗. คณิตศาสตร์ วิชาคำนวณ
๘. โขติศาสตร์ วิชาดูดวงดาว
๙. ภูมิศาสตร์ วิชาดูพื้นที่ และ รู้จักพื้นที่ของประเทศตนเอง และ ประเทศต่าง ๆ
๑๐. โหราศาสตร์ วิชาโหรา รู้จักพยากรณ์เหตุการณ์ต่าง ๆ
๑๑. เวชศาสตร์ วิชาแพทย์
๑๒. เหตุศาสตร์ วิชาว่าด้วยเหตุผล หรือ ตรรกวิทยา
๑๓. สัตวแพทย์ วิชาดูสัตว์ต่าง ๆ และ รู้เสียงสัตว์ว่าดีหรือร้าย
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 ไม่สามารถจะใช้แก้ปัญหาชีวิตได้ ไม่สามารถจะช่วยตัวเองให้พ้นจาก เกิด แก่ เจ็บ ตาย ได้ การที่จะแก้ปัญหาชีวิตนั้น ไม่ใช่เรียนวิชาการแล้วแก้ได้ วิชาการเรียนมาเพื่อทำงานให้ถูกกับหลักฐานกับงานต่าง ๆ ที่จะต้องทำ เช่น วิชาการค้า ดนตรี ดิดสีตีเป่า

ในวัดวาอารามเมื่อสมัยอาตมาเป็นเด็ก ๑๘ ศาสตร์อยู่ในวัดหมด ทั้งดนตรี กลองยาว เถิดเทิง มายาสาไถยก็เรียนจากสมาธิภาวนา นิสยคนเป็นอย่างไรจะออกมาทางมายา ดูหน้ารู้เลย พระพุทธเจ้าเรียนจบครบปัญญาอันนี้ เรียกว่า สูตร ๕ อย่าง

ภูมิรู้ ภูมิธรรม ภูมิฐาน ภูมิปัญญา และ ภูมิปัจจุบัน ภูมิปัจจุบัน ก็คือ เรามาเรียนกรรมฐานนั่นเอง

เมื่อเจ้าชายสิทธัตถะเป็นนักบวชแล้ว ไม่มีสมบัติพัสถาน ผากชีวิตไว้กับประชาชน หรือ บุคคลทั่วไป จึงได้พิจารณากรรมฐานขึ้นมา ที่อาตมาพูดอยู่เสมอ ไม่มีใครพิจารณา ข้าว ก็แดง แงงก็เค็ม สิทธัตถะ หรือ ต้องเต็มใจกลืน ปฏิสังขยาโยนิโส บิณฑบาตังปฏิเสวามิ ตัก ข้าวมากก็ต้องกำหนด กลืน เคี้ยว ก็กำหนด นี่เป็นกรรมฐาน

จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ คิลานเภสัช เดี่ยวนี้พระไม่พิจารณา จะห่มผ้าก็ไม่พิจารณา นี่เป็นกรรมฐาน จะใส่เสื้อผ้างี้กำหนดทั้งนั้น ตั้งสติไว้ทุกอิริยาบถ นี่คือกรรมฐาน ที่สามารถ จะแก้ปัญหาชีวิตได้ เดี่ยวนี้ฝรั่งเอาไปใช้แล้ว แต่คนไทยเอาไปทิ้ง

ฝรั่งออกตรวจตามโรงงาน ขอเจริญพรว่า จะตรวจอะไรก่อน อาตมาเคยบอกกับ โยมอัญชูลี เจ้าของโรงงานผลิตเสื้อส่งออก ให้ดูแลห้องน้ำให้สะอาด ทั้งที่ห้องรับแขก และ ของคนงานด้วย ฝรั่งมาถึงขอเข้าห้องน้ำก่อน ดูวัดให้ดูถ่าน ดูบ้านให้ดูครัว ถ่าน แปลว่า ส้วม ของพระ ฝรั่งเอาไปกินหมด ทำอะไรละเอียดอ่อน ตำราของพระพุทธเจ้าทั้งนั้น

ตรวจห้องน้ำแล้วตรวจอะไรอีก เห็นหนอ เข็มเย็บผ้าทึงไม่ได้ กีบติดเสื้อก็ทึงไม่ได้ ต้องเก็บต่างหาก ถ้าเข็มไปติดในเสื้อจะทำอย่างไร ดัดไปเขาใส่ขึ้นมา ไปแทงเขา จะไม่เป็น อันตรายหรือ จีวร เภสัช เสนาสนะ ฝรั่งเอาไปกินหมดแล้ว นี่ไม่ใช่พูดเล่นนะ

ฝรั่งบอกโยมอัญชูลีว่า ที่ดูส้วมไม่ใช่อะไร ดูว่ามังกายหรือเปล่า สกปรกหรือเปล่า เข็ม นี่ต้องตรวจแล้วตรวจอีก คือ กรรมฐาน ผ้าจะส่งไปต่างประเทศต้องเข้าเครื่องตรวจ ถ้าตั้งวัด ใช้ไม่ได้ มีเข็มอยู่ในนั้น ใครเย็บผ้าขายระวัง อย่างทึงเข็มส่งเดช ฝรั่งไม่ซื้อ เหมือนพระห่ม จีวร ไม่พิจารณาจีวรัง แมงป่องอยู่ก็แย

นี่แหละกรรมฐานมีความละเอียดอ่อนมาก ท่านทั้งหลายอย่าคิดว่ามานั่งกรรมฐานแล้ว นั่งหลับหูหลับตาหนอ ๆ แหน ๆ เจย ๆ ใช้ไม่ได้ ต้องละเอียดตั้งแต่ เดิน ยืน นั่ง นอน เหลียวซ้าย แลขวา คู่แขน เหยียดขา ปฏิสังขยาโยนิโส บิณฑบาตัง ปฏิเสวามิ อาหารต้อง พิจารณา ก่อน แล้วค่อยรับประทาน เคี้ยวให้ละเอียดก่อนได้ไหม นี่แหละกรรมฐานทำให้คน รับผิดชอบ

โยมที่มานั่งกรรมฐานต้องรับผิดชอบตัวเอง ต้องมาฝึกให้เรารู้จักความอดทน บางคนมานั่งกลับมาพูดให้อาตมาได้ยินว่า ไม่เห็นได้อะไร มีแต่ปวด ปวดแต่ทนได้ใหม่ ศึกษาหรือเปล่า เรียนให้รู้ ดูให้จำ ทำให้จริงได้ใหม่ เรียนให้รู้ว่าปวด คืออะไร เรียกว่า สมณะ โยมมานั่งกรรมฐาน ต้องการสบายใช่ไหม ถ้าต้องการสบายอย่ามา มานั่งกรรมฐานต้องการมาเรียนความทุกข์ ถึงจะเกิดความสุขต่อภายหลัง เราต้องฝึกความอดทน ตายให้ตาย ถึงจะรู้ของจริงของจริงต้องเหนื่อยยาก ต้องอดทนได้

การเจริญกรรมฐานเป็นการสร้างปัญญาในตัว ขอพี่น้องโยมหญิงโยมชาย ทุกคนสร้างปัญญาในตัว ปัญญาในตัวช่วยตัวเองได้ แก้ปัญหาตัวเองได้ และสามารถช่วยคนอื่นได้ด้วย ถ้าโยมมีแต่ปัญญานอกตัว ไม่มีปัญญาในตัว โยมจะช่วยใครไม่ได้เลย ช่วยตัวเองก็ไม่ได้ และไม่สามารถรับผิดชอบได้ ตัวเองก็ไม่รับผิดชอบด้วย

ขอเจริญพรว่า ผู้ปฏิบัติธรรมได้จะสะอาด จะไม่สกปรกและไม่มั่งกายมั่งก็ได้ ถ้าปฏิบัติได้จริงนะ จะอ่อนนุ่มต่อมตนไปเลย จะไม่บังอาจกับผู้อื่น ถ้าทำได้พ่อแม่จะสามารถช่วยลูกได้ ลูกก็สามารถช่วยพ่อแม่ได้ การเจริญกรรมฐานไม่ใช่ของง่าย มาปฏิบัติให้เกิดความสะอาด ความอดทน และจะต้องให้ตัวเองรับผิดชอบตัวเองได้ จะไม่เห็นแก่ตัว จะไม่กลัวลำบาก ความยากจะไม่เกิดขึ้นในอนาคต จะออกมาอย่างนี้ ถ้ายังเห็นแก่ตัวอยู่ ยังกลัวลำบาก ความยากเกิดขึ้นก็ไม่สู้ จะหนีตลอดรายการ ไม่เดินตามหลักคติธรรมของโบราณที่ว่าไว้ *ไม่สู้ไม่หนี สร้างความดีเอาไว้ให้ได้*

นั่งกรรมฐานเกิดปวดเมื่อย ตายให้ตาย ต้องศึกษาหาความรู้ เรียกว่า สมณะ ไม่ใช่วิปัสสนา ปวดหนอ เห็นหนอ ยืนหนอ เป็นสมณะทั้งนั้น ถ้าเห็นสภาพตามความจริงถึงจะเป็นวิปัสสนา ถ้าเห็นปวดเปียกแบบนี้เป็นสมณะ ศึกษาหาความรู้ เห็นเจาะให้ลึก เห็นภายในเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ถึงจะเป็นวิปัสสนา

ปฏิบัติกรรมฐาน พิจารณาอะไรหรือ นี่กาย นี่จิต กายกับจิต เดินคนละเส้นทาง ไม่ใช่เส้นทางเดียวกัน แยกผู้มาเยือนกับที่เราับแขกมีอะไรบ้าง แยกมาเยือนนี้สำคัญมาก เราต้องรับแขกที่มาหาเรา คือ รูป เสียง กลิ่น รส โสภณรูปพะ เราก็คือใคร ที่เป็นสื่อสัมพันธ์กายกับจิต

ให้อยู่ด้วยกัน และแยกประเภทออก รูป นาม ชันท์ห้า เป็นอารมณ์ คือ อายตนะภายใน กับ ภายนอก เรียก อินทรีย์ หน้าที่การงาน ทั้งภายนอกภายใน สัมผัสเกิดจิตตั้งสติเข้าใจ

อาคันตุกะมาหาเรา เสียงไม่ดีมาเยือน เราก็กำหนด เสียงหนอ ตั้งสติเข้าใจมันคงเข้าใจด้วยขันติธรรม เสียงด่าเสียงว่าอะไรก็ตาม มีขันติ ไม่สู้ ไม่หนี สร้างความดีเอาไว้ให้ได้ เสียงหนอ เดี่ยวเสียงที่ด่าก็กลับไปหาเขาเอง อาคันตุกะมาเยือนแล้ว สร้างตรงนี้ให้ได้นะ ถ้าทำไม่ได้แล้วท่านจะได้อะไร สื่อสัมพันธ์ไม่ดี แยกมาเยือนก็โกรธแยกเลย เสียงไม่ดีมาด่ามาว่า เราก็ต้อนรับแขกด้วยปัญญา เอาปัญญา รับ เสียงหนอ จะด่าจะว่าอะไรเราก็ไม่อัดเสียงนี้ไว้ แยกนี้เราไม่ต้อนรับ เขาก็กลับไปหาเขาเอง เท่านั้นเอง สื่อสัมพันธ์เป็นอินทรีย์หน้าที่การงาน

พระพุทธเจ้าท่านสอนพวกที่มีอินทรีย์แก่กล้าก่อน คนที่อินทรีย์ไม่พร้อม ท่านจะไม่สอนเลยนะ ไม่ใช่พบใคร ๆ ก็สอน ไม่ใช่ชนะ เหมือนอย่างเขามาอบรม หลับตาสอนไปเรื่อย เขาไม่พร้อม เลยรับไม่ได้ ขอฝากโยมวิทยากรขอแทนไว้ด้วยนะ อย่าไปสอนส่งเดช พระพุทธเจ้าสำเร็จสัมโพธิญาณ ท่านสอนใครก่อน คนที่พร้อมคนแรกที่ยังมีชีวิตอยู่ขณะนั้น คือ ท่านอัญญาโกณฑัญญะ ซึ่งเป็นพราหมณ์หนุ่มท่านายพระพุทธเจ้าตอนเป็นเจ้าของชาย

ท่านทั้งหลายที่มาปฏิบัติถวายเป็นพระราชกุศล ท่านเตรียมพร้อมหรือยัง เตรียมอดทน ต่อสู้ ตายเป็นตาย เลิกคุยกัน เลิกปรารภเรื่องเดรัจฉานกถา พุดแต่สิ่งที่มีประโยชน์ เท่านั้น ยกตัวอย่าง พระพุทธเจ้า ถ้าถามท่าน ท่านจะต้องสอน ถ้าไม่ถาม ท่านจะไม่สอน แต่ไปขอนิมิตต์ ท่านจะไม่พุด ถ้ารับท่านจะนิ่ง เดี่ยวนี้ไม่มีแล้ว นี้ก็อยากจะพุดอะไรก็พุด เรียกว่า เดรัจฉานกถา

การเจริญกรรมฐาน ไม่ใช่ของง่าย ถ้าญาติพี่น้องตั้งใจ และ ศรัทธาจริง ๆ และอดทน ต่อสู้พิจารณาตัวเอง ต้องได้ผลแน่ เตรียมพร้อมอินทรีย์แก่กล้าไว้ คือ อายตนะ ชาติ อินทรีย์ พร้อมที่จะรับฟังและปฏิบัติตาม ต้องอดทนต่อสู้กับเหตุการณ์ไว้ให้ได้ นี่ปวดใหม่ กำหนดปวดหนอ ปวดหนอ เรียกว่า สมณะ สมณะ แปลว่า ต้องศึกษาหาความจริง อย่าแปลว่าบัญญัติ ๔๐ แปลวิธีปฏิบัติเลย พอพบความจริงแล้ว เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป จิตก็ไม่พะวงสงกาอุปาทานก็ไม่ยึด เมื่ออุปาทานไม่ยึดมันจะปวดได้อย่างไร

การปฏิบัติไม่มีการจบ มีแต่ไหลออกมาหลายชาติ หลายกัปป์หลายกัลป์ กัปป์หนึ่งตั้งหมื่นปี เราเกิดมาก็ชาติหน้ารู้ใหม่ ถ้าอยากรู้ก็ทิ้งไปเรื่อย ๆ เต็มๆตัวเอง บัจฉิตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ รู้ได้เฉพาะตัวใครตัวมัน แต่คนอื่นไม่รู้หรอก เพราะฉะนั้นการปฏิบัติธรรม จึงรู้ตัวใครตัวมัน คือ ปัญญา การสร้างปัญญาในตัวจะแก้ปัญหาคือชีวิตได้ เพราะแต่ละชีวิตมีปัญหาคนละอย่าง

การปฏิบัติธรรมต้องการความบริสุทธิ์ใจ และต้องการช่วยตนเองให้ได้ พระบริสุทธิ์คุณของพระพุทธเจ้า คือ ปัญญาทำให้เกิดบริสุทธิ์ ปัญญาในตัวนี้บริสุทธิ์ ปัญญาในตัวไม่บริสุทธิ์ ดังนั้นต้องสร้างปัญญาในตัวให้ได้ ถึงจะช่วยคนอื่นได้ ถ้าปัญญาในตัวเกิดขึ้นบริสุทธิ์เมื่อใด รักรวมโยมทุกคนจะคิดเงินไหลนอง คิดทองไหลมา ทุกคนจะดีหมด เป็นมรดกธรรมให้แก่ลูก ช่วยลูกให้เป็นคนดีได้ ถ้าเราเป็นลูกก็ช่วยพ่อแม่ได้

ยกตัวอย่างที่กรุงเทพฯ เขาเล่าอดีตมาให้ฟังบอกว่า แม่ของเขาจะตายอยู่ที่ห้องไอ.ซี.ยู. ต้องคอยบีมหัวใจไว้ หมอบอกว่าไม่รอดหรอก ลูกสาวลูกชายพากันมานั่งกรรมฐาน เขาไม่เคยศรัทธา ไม่เคยเข้าวัด แต่อยากให้แม่หายเท่านั้น ไม่ใช่จะมาสร้างบุญกุศลเลย แต่พอมานั่งก็เกิดพบธรรมะ อ้อมันมีความสุขอย่างนี้ ได้จากความทุกข์ที่เราต้องปวดเมื่อยทั่วสภนธ์กายอย่างทรมาณที่สุด พอพบธรรมะความดีอันนั้น ก็แผ่แพร่ขยาย ใจก็ซึ่งเป็นที่ฟังได้ ก็เอาความดีแผ่ให้แม่ แม่กลับฟื้นขึ้นมา

การสร้างความดีนี้แสนจะยาก เขาก็ไม่ทราบว่ามันนั่งเมื่อย ๆ ปวด ๆ อย่างนี้ จะได้อะไรขึ้นมา แต่ต้องการให้แม่หายก็เกิดศรัทธาแรงกล้า ต้องการนั่งโดยไม่รู้เรื่องบุญกุศลว่านั่งกรรมฐานคืออะไร ชาวเล่าลือว่านั่งกรรมฐานแล้วแม่จะหายจากโรคร้าย ความมั่นใจก็เกิดขึ้นเป็นสมาธิ เลยก็เดินจงกรมกันใหญ่ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ปวดเมื่อยหายหมด ยืนนอน ๕ ครั้ง กลับเห็นแม่ฟื้นขึ้นมา หมอที่ศิริราชแปลกใจ บอกว่านี่หัวใจวายไปแล้ว ฟื้นขึ้นมาได้อย่างไร จากคนที่ไม่เคยนั่งกรรมฐาน กลับพาญาติพี่น้องมานั่ง

เอาตมาขออนุโมทนาแก่ท่านทั้งหลาย ผู้ตั้งใจมาปฏิบัติถวายเป็นพระราชกุศล สร้างบุญอันสำคัญยิ่ง ให้เกิดความสุขความเจริญในชีวิตครอบครัว ตลอดกระทั่งลูกหลานและ

บรรดาญาติพี่น้องของเราทุกคน อยู่เย็นเป็นสุขโดยทั่วหน้ากัน เพราะเรามีกุศลบุญราศีที่เรา
จะสร้างต่อไป ณ บัดนี้ และบารมีขององค์บรมบพิตรพระราชสมภารเจ้าปกเกล้าปกกระหม่อม
ชาวไทยมาจนบัดนี้ถึง ๗๒ พรรษา ขอทุกท่านจงสมหวังในชีวิต และเจริญด้วยอายุ วรรณะ
สุขะ พละ ปฏิภาณ ธนสารสมบัติ นี้ก็คิดสิ่งหนึ่งประการใด สมความมุ่งมาดปรารถนาด้วยกัน
ทุกรูปทุกนาม ณ โอกาสบัดนี้เทอญ