

ธรรมบรรยาย

## กรรมฐานชำระจิต

พระราชสุทธินิพนธ์มงคล (จรัญ ฐิตธมฺโม)

เจ้าคณะจังหวัดสิงห์บุรี และ เจ้าอาวาสวัดอัมพวัน อ.พรหมบุรี

จ.สิงห์บุรี

ผู้มีปณิธานมั่นคง และมีผลงานพัฒนาคนให้สูงด้วยคุณธรรม

พุทธโฆสเถร

42-12

การที่เรามาแสวงหาพระก็คือ การที่เรามาเจริญพระกรรมฐานให้จิตใจได้  
อาบน้ำบ้าง เราอาบน้ำให้จิตใจสะอาด เหมือนไม่ให้ฝุ่นมาขึ้นใบหน้าแต่ประการ  
ใด ซึ่งการจะทำได้นั้นยากมาก ก็เพราะเราไม่สนใจ ไม่ใส่ใจ ย่อมเป็นสิ่งยากอยู่ แต่ถ้า  
เราปฏิบัติจนเคยชินแล้ว มันก็ไม่ยากแต่อย่างใด

ท่านสาธุชนทั้งหลาย พุทธบริษัททุกท่าน การชำระกายเราก็อาบน้ำกันวันละ  
หลายเวลา ชักเสื้อผ้าสะอาดสวยไม่มีด่างดำ ทุกคนต้องการทั้งนั้น แต่ปัญหาอยู่ที่  
จิตใจนั้น เราไม่ได้ชำระ เราไม่ได้อาบน้ำให้มันเลย จิตใจมันก็อาจเป็นฝุ่นอยู่ในจิตใจ  
เรา บ้างตามสมควร

นี่แหละเราจึงมีความทุกข์ไม่เหมือนกัน ทุกข์กายมันก็ไปถึงทุกข์ใจได้ด้วย เรา  
สะอาดอาบน้ำชำระร่างกายให้มันสะอาดหมดจดแล้ว มันก็สวยในด้านร่างกาย ถ้า  
จิตใจถูกอาบน้ำไปพร้อม ๆ กันด้วยการบริหารกายบริหารจิตให้อดทน เวลาที่จะได้มี  
ประโยชน์ในชีวิตในกิจประจำวันของท่านทั้งหลายอย่างสมมาตปรารถนา แต่เราก็ไม่  
เข้าใจ เราอยากจะสวย มีเครื่องเสริมสวย สร้างสรรค์ใบหน้าवलผ่อง สะอาดเหมือน

เราแต่งตัวกันฉันนั้น แต่จิตนั้นไม่มีใครไปแต่ง ทำให้จิตใจเลยร้ายไร้สาระ ถึงกายจะ สะอาดอย่างไรก็จะหาความสุขไม่ได้เลย แต่ก็ยังดีอยู่ที่เราได้ชำระกายอาบน้ำ แต่งตัว ซักผ้าซักผ่อนสะอาดรีดให้สวยงามก็สามารถรีดให้ได้ แต่มันก็ไม่มีความสุข จิตใจก็ไม่ สบาย จะทำอย่างไรดีหนอ จิตใจจึงจะสะอาด อาบน้ำให้จิตใจบ้าง คือ การเจริญพระ กรรมฐาน ชำระให้สะอาด มีหนทางเดียวเท่านั้นที่จะทำให้จิตใจสะอาด เกิดความสุข ท่านจะได้ไม่มีความทุกข์ ท่านจะไม่ชอบหรือประการใด อย่าเอาทุกข์ไปไว้ที่จิตใจ ทุกข์กายก็มากหลาย ทุกข์ใจก็มากมี เราจึงสร้างชีวิตไม่ได้แน่นอนที่สุด

ถ้าท่านไม่สร้างสรรค์ อาบน้ำให้จิตใจให้สะอาดแล้วนั้น ท่านจะไม่พบพระที่อยู่ใน จิตใจ ไปพบพระแต่ภายนอก ไปเห็นพระสงฆ์องค์เจ้าเรียบร้อยสวยงามน่าเลื่อมใส น่า ศรัทธา แต่จิตใจของเราไม่ประเสริฐพอที่จะไปไหว้พระ ถ้าท่านชำระใจให้สะอาด อาบน้ำให้จิตใจของท่านเหมือนอาบน้ำที่กาย ลงพื้นวาดแผนที่ให้สะอาดหมดจดแล้ว ก็สวย แต่มันก็ยังไม่น่ารัก สวยกายยังไม่น่ารัก มันอาจจะน่าเกลียดก็ได้ ถ้าเราชำระ จิตใจสะอาด อาบน้ำให้มันเหมือนเราอาบน้ำให้ร่างกายสังฆารทั้งหลายเหล่านี้ ท่าน จะเกิดพระ ใจจะไม่เลอะเทอะ จิตใจจะไม่เปราะเปื้อน จิตใจจะสะอาด ปราศจาก มลทิน ชีวิตนี้จะอยู่ในถิ่นฐานแห่งความสงบ ได้สุขสร้างชีวิตให้กับตัวเอง ชีวิตของ ท่านก็จะแจ่มใส ใจก็จะสะอาด ท่านจะมีทั้งสุขกายสุขใจ ไม่มีความทุกข์กายทุกข์ใจ อีกแน่นอนที่สุด

ตรงจุดนี้แหละเป็นจุดที่ท่านมาวัดใช่หรือไม่ ไม่ใช่ไปบนบานศาลกล่าว คำว่า “บนบวช” มันตรงกับคำว่า “บน” บนเป็นหมิ่นฝืนแล้วหาที่พึ่งไม่ได้เลย ถ้าเราพึ่ง ตัวเองได้ ก็คือ ชำระกาย ชำระร่างกายสังฆาร

เราท่านทั้งหลายเอ๋ย ถ้าท่านเหงื่อหยดลูกดวงแล้วไม่อาบน้ำ ท่านจะเป็น อยากร่าง เลื้อยผ้าเหนียวเหนอะหนะ ท่านจะไม่มีความสุขสบายแต่ประการใด ถ้าเราได้

อาบน้ำชำระเอาสบู่ถู ขัดเหงื่อขัดโคลให้มันหมดไป เสื้อผ้าซักให้สะอาดหมดจด มันก็สบายกาย แต่จิตท่านยังไม่สบายท่านจะทำอย่างไร บ้านใหญ่โตอย่างกับวัดก็ยังไม่สบายไม่ได้เลย มีแต่ความขัดข้องไปหมด เพราะจิตไม่สะอาด จิตไม่สงบ ขาดความสบาย ถ้าท่านชำระจิตด้วยการเจริญพระกรรมฐาน ชำระกาย สิวฝ้าไม่มีหน้าตาก็ผ่องใส ใจก็สะอาดหมดจด สวยสดงดงาม ใจก็งาม ใจท่านก็ดี ท่านจะไม่เป็นคนใจดำ ท่านจะไม่เป็นคนใจต่ำทราวมอีกต่อไป ท่านจะมีแต่ความสุขสนุกในการทำงาน สามีภรรยาที่รักกันด้วยปัญญา

ท่านสาธุชนพุทธบริษัททั้งหลาย พระพุทธเจ้าสอนเป็นสังฆธรรมให้บริหารกาย เข้มแข็ง ชำระกายอยู่เสมอ ผ้าผ่อนก็ซักอยู่เสมอ นับประสาอะไรผ้าขาวที่นุ่มใส่ ๓ วัน ถ้าไม่ซักมันก็เกิดมัวหมองไม่ผ่องใส จิตใจก็ฉุนฉุน เราไม่ได้ชำระใจกันเลย ไม่อาบน้ำที่จิตใจ เราชำระกันแต่ร่างกาย ขัดสีฉวีวรรณให้ผุดผ่อง นี่หรือจะเป็นทองคำธรรมชาติที่หล่อเหลา จิตใจท่านจะไม่มี ความสบาย มีแต่ความทุกข์ ไม่อาบน้ำที่จิตใจ หาสันติไม่ได้แล้ว ท่านจะสันติได้อย่างไร หนักก็ไม่เอา เบาก็ไม่สู้ ความรู้ก็ไม่มี ความดีก็ไม่ได้ ท่านจะได้อะไรหรือ

ขอให้ท่านมีพระติดตัวไปบ้าง พระประจำใจดีกว่าพระประจำบ้าน มีพระประจำจิตมีชีวิตประจำใจ ท่านจะไปเหนื่อมาได้ใจก็สว่าง ใจก็ประเสริฐล้าเลิศทุกประการ จะทำมาหากินอยู่ในถิ่นฐานใด จะไปอยู่บ้านกระท่อมก็จะมีแต่ความสุข ไปอยู่บ้านใหญ่โตก็มีแต่ความสุข ถ้าดีได้มีพระได้ ท่านจะไปอยู่ที่ไหนดีหมด ไม่ต้องไปเลือกที่อยู่ ไม่ต้องเลือกที่ทำมาหากิน ถ้าคนดีอยู่ที่ไหนดีหมด จะขึ้นบ้านใครบ้านนั้นก็บังมงคล ส่วนคนที่จิตใจเลว ๆ ใจดำอำมหิตเหี้ยมโหดทารุณดุร้ายฆ่าสัตว์ตัวเป็นให้จำตายนั้น จะขึ้นบ้านใครก็มีแต่ความเดือดร้อน ทุกข์ร้อนใจหาความสุขสนุกไม่ได้เลย

เดี๋ยวเราก็ตายจากโลกไปแล้ว หาความสบายให้กับจิตใจบ้างไม่ได้เลยหรือ หาความสุขให้กับตัวเองบ้างไม่ได้หรือ แต่ถ้าไปหาความสุขที่มันเจ็บปนไปด้วยความทุกข์ ไปหาความยากไปหาความลำบากไปให้จิตใจมีทุกข์ ความสุขความเจริญนี้ไม่ยากไม่ลำบากจนเกินไป แต่ก็ยากสำหรับคนที่ไม่สนใจทำความดี ไปสนใจแต่ความชั่ว เอาตัวไม่รอดไม่ปลอดภัย มีแต่กาลิบ้านกาลิเมือง อยู่เมืองไหนก็เดือดร้อนเมืองนั้น เรียกว่า คนกาลิบ้านกาลิเมือง

คนที่ดีมีปัญญา ตกที่ไหนกึ่งอกที่นั่น จะเป็นเขยใคร สะใภ้ใคร บ้านนั้นจะมีแต่ความเจริญรุ่งเรืองตลอดรายการ คนที่เป็นกาลิบ้านกาลิเมืองไปไหนก็มีแต่ขัดเคืองเคียดแค้นแสนจะคิด เขาเหล่านั้นไม่สามารถจะแปลงฤทธิ์กลายเป็นเศรษฐีได้ มีแต่กาลิบ้านกาลิเมือง เรียกว่า คนกาลิกินี หาความดีไม่ได้ คนที่เป็นกาลิกินีไปไหนเอาดีไม่ได้ ถ้าไม่เอากาลิกินีออกจากจิตใจ ตัวท่านจะอยู่ที่ไหนก็มีแต่ความทุกข์ ไม่ต้องไปหาตลาดใหญ่ ๆ ทำการค้า ถึงตลาดใหญ่โตก็ไม่มีคนมาซื้อของ แต่ถ้าเราดีจะอยู่ตลาดเล็กเดี๋ยวก็เป็นตลาดใหญ่ ใหญ่ด้วยจิตใจ จิตใจก็งาม จิตใจก็ดี จิตใจก็มีปัญญา แผลมลึกปักอยู่ในสติปัญญาของตนนั้น ตนก็จะได้รุ่งเรืองเจริญด้วยวัฒนาสถาพร ไปอยู่ที่ไหนบ้านเมืองนั้นก็เจริญรุ่งเรือง

การเจริญพระกรรมฐาน ต้องการเข้าถึงพระพุทธธรรมให้ถึงพระพุทธเจ้า มานั่งใกล้เคียงพระพุทธเจ้า นั่งล้อมวงเรียกว่า พุทธบริษัท ขจัดความชั่ว ที่เรียกว่า พุทธบริษัท เพราะมีพระพุทธเจ้าประจำจิต คือ พระปัญญาคุณ พระวิสุทธิคุณ พระมหากรุณาธิคุณ คุณใจไม่มีความท้อแท้ใจ มีแต่ความอดทน อดกลั้น อดออม ประณีประนอมยอมความ หนักนินทาหนักนินทาทนให้อภัยกันจึงเป็นมณีแก้ว กล่าวแล้วคือ พระอภัยมณี สร้างความดีให้แก่ตัวเป็นต้น

เรามาเจริญพระกรรมฐานต้องการมาสร้างความคิด การจะสร้างความคิดให้จับจิต จับกาย ทำใจให้ผ่องแผ้วเสมอ ทำใจอย่าให้แตกร้างวระราน ด้วยการเจริญสติปัฏฐาน ๔ จะผ่องแผ้วเมื่อนั้น จะปรองดองเหมือนญาติพี่น้องไม่ทะเลาะกัน ถ้าท่านสร้างแต่ ความทุกข์ หาความสุขแต่ชั่วคราวด้วยการดื่มสุราหาความสุขด้วยการเล่นการพนัน นั้นแหละท่านกำลังเดินไปหาความทุกข์ ไปชอปปิ้งที่โน่นที่นี้ นักเข้าก็เกรียบ นักเข้า ก็ครอบหมดเงินทองก็หมดเนื้อหมดตัว พัวกันอยู่ในกิเลส ครอบไม่มีขอบเขต

ผู้ที่สร้างความคิดต้องมีขอบเขต มีระบบมีระเบียบเหมือนแหวนเพชร เอามา หว่านไว้กลางถนน มันจะไม่มีราคา ถ้าท่านนำเอาเพชรมาประดับหัวแหวน มันจะมี ราคาแพงวด เช่นเดียวกัน ความคิดเอาไว้ที่จิตใจอย่าไปทิ้งไปขว้างกลางถนนหนทาง ท่านจะไร้สาระ ท่านจะขาดเหตุผล ท่านจะไม่มีความคิดให้แก่ตน ขอฝากท่านทั้งหลาย ไว้โดยทั่วหน้ากัน

เรามาสร้างความคิดต้องละความชั่ว อย่าไปโกรธใคร อย่าไปมองคนในแง่ร้าย ถ้าจิตใจเราไม่ดีก็มองของดีเป็นของชั่วไปหมด มองของชั่วกลายเป็นของดีไปหมด เข้า ในหลักโบราณท่านว่าไว้ เป็นสังฆธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าแท้แน่นอนที่สุด เห็น กงจักรกลายเป็นดอกบัว เห็นความชั่วกลายเป็นความดี แต่บางท่านจิตใจสะอาดเขา ไม่มองดูของสกปรก เขากลับเสียสายตาของเขา มองในแง่ดีเสมอ ก็ขอเจริญพรอย่าง นั้น

การเจริญสตินี้ดีที่สุดในแล้ว ถ้าคนใดขาดสติไป ครอบงำเวลาถูกล้อหย่อนก็โกรธ เดียวนี้เอาตมาไม่ล้อใครแล้ว เลิกล้อเพราะเขาหนักแน่นไม่พอ คนที่หนักแน่นพอ อดทน มีธรรมะสูงแล้ว ถ้าอารมณ์ดีมีปัญญาจะกล่าวร้ายป้ายสีก็ยังสร้างความคิดได้ ส่วนคนที่ใจต่ำอารมณ์ขึ้น ๆ ลง ๆ สูง ๆ ต่ำ ๆ เดี่ยวอารมณ์เลยเดี่ยวอารมณ์ดีเป็นคน ฝึเข้าเจ้าสิ่ง เป็นคนลมขึ้นลมลง คบไม่ได้ ถึงความดีก็กลายเป็นคราวร้าย เวลาพูดดี

กลายเป็นร้าย อาตมาจึงขอกำหนดจดจำประวัติศาสตร์ต้องบันทึกเป็นหลักฐาน อย่าไปล้อคนอารมณ์ไม่ดี เดียวจะกลายเป็นเกวียน คนที่ดีแล้วล้อก็ไม่โกรธ ตาก็ไม่โกรธ

ญาติโยมทั้งหลายเอ๋ย ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะกำหนดเจริญพระกรรมฐาน มีสติ คบที่คงวาคงศอกได้ ฟังดนตรีไพเราะหมดทุกเพลง ถ้าอารมณ์เสียจิตใจไม่มีสติ ฟังเพลงไม่ไพเราะสักเพลง คนจะพูดเพราะอย่างไรก็หาว่าเขาเยาะเย้ยตลอดรายการ ออกมาอย่างนี้เป็นบทความที่น่าทัศนาศม ถ้าอารมณ์ดีถึงแม้คนเขามาพูดหยาบคาย กับเรา แต่เป็นลักษณะให้เราคิด เป็นลักษณะที่พูดมีประโยชน์ เป็นผลงานให้คิด ให้เรามีสติปัญญาในการฟังได้ เพื่อพิจารณาด้วยปัญญาของตน เราจะได้อ่านตัวออก บอกตัวได้ ใช้ตัวเป็น เห็นตัวตาย คลายทิฏฐิ จะได้ดำริชอบ เพื่อประกอบกุศล ได้ผล อนันต์เป็นหลักฐานสำคัญ

คนที่ถือยศถือศักดิ์ ถือเกียรติยศชื่อเสียงรับรองสร้างความดีได้ยาก ถืออย่างนั้น ถืออย่างนี้ เลี้ยงยากและสอนยาก คนที่ไม่มีทิฏฐิตัดปลิโพธกังวลได้ คนนั้นสอนง่าย คนที่สอนยาก เพราะมีทิฏฐิมาก คนที่ไม่มีทิฏฐิไม่ถือตัว ไม่ถือสอนง่าย จะสอน อย่างไม่ฟัง ปฏิบัติทั้งหมดไม่เคยรังเกียจแต่ประการใด คนประเภทนี้เท่าที่สังเกตมาดี ทุกคนดีถึงลูกหลาน ไม่ถือยศถาบรรดาศักดิ์แต่ประการใด

พระพุทธเจ้าของเรา กระทั่งเป็นจักรพรรดิ มีเงินทองมากมายก่ายกองหลาย ท้องพระคลัง พระองค์ยังไม่ถือเป็นบทบาทอันนั้นแต่ประการใด พระองค์ได้เสด็จออก บรรพชา ผ้าผ่อนท่อนสไบก็หายาก ไปบังสกุลผ้าที่เขาทิ้งไว้ เป็นผ้าขี้ริ้ว เอามาซักให้ สะอาด เย็บย้อมต่อกันเป็นกระทง พระองค์ยังไม่ถือเลย พระองค์จะไม่ไปขอ บิณฑบาตกับพระราชบิดากับพระราชมารดา พระพุทธเจ้าไม่เคยขอใครเลย มีแต่ ให้อภัยให้โยมเป็นคนดี ไม่ต้องการสอนให้คนเรียไรเดือดร้อนแต่ประการใด นี่เป็น วิสัยของพระพุทธเจ้า สำหรับพระสงฆ์องค์เจ้า ถ้ายึดถือตามหลักพระพุทธเจ้า ก็ให้เขา

ช่วยเขา ไม่ต้องการจะเบียดเบียนญาติโยม เป็นคำสอนที่ชัดเจนมาก พระองค์ไม่เบียดเบียนตนเอง และไม่เบียดเบียนคนอื่น จะทำอะไรตัวเองก็ไม่เดือดร้อน และทำไปแล้วคนอื่นต้องไม่เดือดร้อนด้วย

บางคนมาอยู่นั่งกรรมฐาน ต้องขอประทานโทษโปรดอภัยอาตมา บางคนถืออย่างโน้นถืออย่างนี้ อย่าถือเลย บางคนจะให้เหมือนโรงแรมคงไม่ได้หรอกนะ จะเอาอยู่เย็นเป็นสุขเหมือนบ้านเราคงไม่ได้ เพราะวัดปฏิบัติวัดอารมณ์อย่างเดียว วัดธรรมะ วัดจิตวัดใจ วัดนอกวัดใน เอาตาข้างขึ้นมาดู เอาตราฐเข้ามาข้าง วัดแล้ววัดเล่าเฝ้าแต่วัดนี่ถึงจะถูกต้อง โยมจะได้ของดีประจำตัวไป เพราะของดีนี่มันไม่ใช่อยู่นอกตัวเรา ดีในตัวอย่าไปเอาคนอื่นมาดี ข้างนอกมันไม่มีดีเท่าดีในตัว คนเราดีในตัวใช้ได้แล้ว ไปเหนือมาได้ จะขึ้นเครื่องบินไปสหรัฐอเมริกา也不需要แบกหามความดีไป ความดีมันอยู่ที่จิตใจ

เรามาเจริญพระกรรมฐานเพื่อต้องการความดีใส่ตัว จะได้ไม่พัวพันด้วยกิเลสไปเหนือมาได้มีแต่ของดี ถ้าจิตใจท่านดีแล้วดีหมด จะไปค้าขายที่ไหนรวยทั้งหมด จะมีดี จิตใจเป็นแร่ธาตุสามารถดึงดูดของดีเข้าบ้านเราได้ ฟ้าผ่าต้องมีแร่ใต้ดิน กระแสไฟบวกลบคุณธรรมมีพลังงานให้เกิดแสงสว่างได้ ของดีอยู่ที่จิตใจเป็นแร่ธาตุ ถ้าจิตใจท่านดีแล้วจะดึงดูดจิตนำของดีเข้าบ้าน เงินไหลนองทองไหลมา ถ้าจิตเราไม่มีแร่จิตไม่ดีจิตชั่ว มันจะดึงเอาทรัพย์สมบัติพันพัวออกจากบ้านไป สิริมิ่งขวัญอยู่ในบ้าน มันก็ดึงไปออกนอกบ้านหมด จะไม่มีความดีเลย

ยกตัวอย่างให้เห็นบางบ้านสามีไม่เอาไหนเลย ภรรยาดี หน้าเข้าภรรยาก็อยู่กับสามีไม่ได้ ต้องแยกบ้านไปเพราะสามีไม่เอาเหนือเอาได้ ตบตีภรรยาเรื่อย ภรรยาก็สวดมนต์ไหว้พระ ทำบุญ สามีไม่เห็นด้วย มีลูกด้วยกัน ๓ คน ยังต้องเลิกกันแยกไปแล้ว เพราะมันไม่ตรงกัน จะไปว่าเขาไม่ดีก็ไม่ได้ มันดีคนละอย่าง สามีเขาดีอย่างหนึ่ง

ภรรยาดีอีกอย่าง แต่ความดีของภรรยามีคนรับรอง เทพเจ้ารับรอง ภรรยาทำบุญ ไม่  
ด่าว่าใคร ไม่เคยว่าร้ายป้ายสีใคร ไม่เคยนินทาใครเลย แต่สามีบังคับภรรยาไม่ให้  
ทำบุญ ภรรยาก็นั่งกรรมฐาน สามีเขาตามมา ภรรยาก็ส่งซองให้บอกว่าให้จบก่อน  
แล้วจะถวายหลวงปู่ ฝ่ายสามีเอาเท้าเหยียบเลย นี่เรื่องที่เกิดที่วัดอัมพวัน ความรู้ระดับ  
ปริญญาโท สหรัฐอเมริกา อาตมาบอกคนนี้ไว้มารยาทใช้เท้า เลียบอกโยมต้องขอ  
ประทานโทษไม่ต้องประเคน อาตมาจะให้พรโยมเดี๋ยวนี้ เงินหนึ่งหมื่นบาท สตางค์  
เดียวไม่ขอรับ เดี่ยวให้พรไป สามีมานั่งอยู่หน้าตาเหมือนยักษ์ อาตมาดูคนออก โยม  
นั่งกรรมฐานไป กลับไปสามีไล่แห่อย่างไรก็แยกไป เพราะไม่ตรงสเปค ไม่เข้าไซ้เกล็ดกัน  
เลย สามีเกรดอะไร เอ บี ซี ดี หรือเกรดอะไร

นี่ต่อหน้าอาตมา อาตมาจดจำจะไม่รับเงิน โยมนั่งร้องไห้ อาตมาบอกเอาหละ  
หลวงปู่จะให้พรเต็มที่แต่จะไม่รับสตางค์ เพราะสตางค์นี้สามีทำด้วยไซ้ใหม่ แล้วเอา  
เท้าเหยียบของขาดไปหน่อย อาตมาไม่จับซองเพราะเดี๋ยวจะมีเชื้อมาติดมืออาตมา ไว้  
มารยาทเหลือเกิน สามีภรรยาน่าจะจบด้วยกัน มองเห็นได้ชัดไม่ได้เกรงใจอาตมาเลย

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พระองค์ท่านพระราชทานสังฆทานที่วัดอัมพวัน  
หลายครั้ง ราชองครักษ์บอกว่า ก่อนเอามาพระองค์ท่านจะจบก่อน อธิษฐานจิตแล้ว  
จึงพระราชทานสังฆทานมา อธิษฐานด้วยจิตบริสุทธิ์ ได้มาด้วยบริสุทธิ์ ทานท่าน  
บริสุทธิ์ เจตนาบริสุทธิ์ ท่านจะได้บุญบริสุทธิ์ อาตมาได้ตำราที่วัดเยอะมาก มีแปลก ๆ  
สามีจะมานั่งกรรมฐาน ภรรยาไม่ให้มาแต่เป็นส่วนน้อย ภรรยาเขาพูดบอกอย่าไป  
เซียวนะ คนไปที่วัดเป็นพัน เดี่ยวสามีจะไปชอบคนอื่นแล้วทิ้งเขา เอา พูดแปลก ๆ  
ตำราต้องบันทึกไว้ สามีก็เชื่อด้วยเพราะภรรยาเขาเป็น สวญ. เป็นใหญ่ กับอีกอย่าง  
ไม่ให้ภรรยามานั่งกรรมฐาน บอกไม่ต้องมาทำบุญหรือขอของเราเยอะแยะไปแล้ว  
อย่างนี้ก็มีเหมือนกัน จะตรงกันจริง ทั้งสามีภรรยา คู่สร้างคู่สมอบรมกันมาว่าอย่างไร  
ก็ว่าตามกัน จะทำบุญก็ทำด้วยกัน จะไปเหนื่อมาได้ก็ไปด้วยกัน



บางคู่อาจมาเห็นใจ มาวัดด้วยกันทั้งคู่สามีภรรยา นักเข้าก็เอาลูกมานั่ง  
กรรมฐานว่าอะไรก็ว่าตามกัน มันมีความสุขจริง ๆ ไม่มีความทุกข์แต่ประการใด มีแต่  
ความเจริญรุ่งเรืองเท่านั้น อาตมาเห็นหลาย ๆ อย่าง ประวัติศาสตร์ต้องจารึกสอน  
อนุชนรุ่นหลังต่อไป

ฉะนั้นการมาเจริญพระกรรมฐานเพื่อต้องการชำระใจ ใครจะว่าอย่างไรท่าน  
อย่าไปสนใจได้ไหม ใครจะพูดหยาบคายก็ไม่ต้องสนใจ บางคนก็ชอบให้หลอก ยั่วยุ  
และพูดเข้าเหยยและชอบให้พูดยกยอมันไม่เป็นความจริงหรอก แต่พูดตรงไปตรงมา  
เป็นความจริงที่ถูกต้องและออกมาเป็นรูปแบบอย่างนั้น โยมอย่าไปโกรธใครเขาเลย

การเจริญพระกรรมฐานเพื่อต้องการชำระใจ ใครจะว่าอย่างไรอย่าไปสนใจได้  
ไหม ใครจะพูดหยาบคายก็ไม่ต้องสนใจ บางคนก็ชอบให้หลอก ยั่วยุและพูดเข้าเหยย  
และชอบให้พูดยกยอมันไม่เป็นความจริงหรอก แต่พูดตรงไปตรงมาเป็นความจริงที่  
ถูกต้องและออกมาเป็นรูปแบบอย่างนั้น โยมอย่าไปโกรธใครเขาเลย

การเจริญพระกรรมฐานต้องการไม่ให้อยู่ว่าง ต้องว่างอันเดียวคือว่างกิเลส อย่า  
ว่างงาน เป็นผลงานให้แก่ชีวิตของท่านอย่างแน่นอน มีลูกอยู่ใกล้ชิดลูกน้อยนะโยม  
นะ ติดตามผลงานของลูก เดี่ยวจะติดยาเสพติด เป็นผู้นำลูกแล้วต้องไปติดตามดูลูก  
ด้วย จะเสียหายลูกจะไปรักเพื่อนมากกว่ารักพ่อแม่ เดี่ยวนี้ลูกกับพ่อแม่ไม่ค่อยรักกัน  
ลูกเขาไปรักเพื่อนฝูง พ่อแม่ก็เฝ้าจะบ่นตลอดรายการ กินข้าวก็บ่นลูก ลูกดูหนังสือก็  
บ่นลูก เลยลูกก็ไม่ผูกพันกับพ่อแม่ไปรักเพื่อน นำเสียตายกลับไปหลงยาเสพติด ถ้า  
โยมโชคร้ายลูกไปคบอันธพาล ลูกจะเสียหาย ถ้าโยมโชคดีมีบุญวาสนา ลูกจะได้เป็น  
ใหญ่เป็นโต ไปคบบัณฑิต นี่แหละคบพาลได้ผิด คบบัณฑิตให้ผล คบคนชั่วทำตัวให้  
อัปจน คบคนดีให้ผลจนวันตาย เมฆพศหมดค่า เมฆสุราหมดความสำคัญ เมฆการ

พจน์หมดตัว เมาเพื่อนชั่วหมดดี ก็ขอฝากญาติโยมด้วย ถ้าท่านเจริญพระกรรมฐาน จะเห็นด้วย

ญาติโยมผู้ปฏิบัติกรรมฐาน ถ้าอารมณ์ดีก็มีปัญญา ถ้าอารมณ์ไม่ดีอย่าไปทำงาน จะดีใจหรือเสียใจ ทำอารมณ์ให้ดีแล้วจึงไปทำงาน งานจะดีขึ้น ขอฝากไว้ ที่อาตมาพูดอย่างง่าย ๆ ท่านพอจะเข้าใจ แต่วิธีปฏิบัตินี้ยาก แต่ถ้าเราปฏิบัติจนเคยชิน มันก็ง่ายมากขึ้นไม่ยากแต่ประการใด

ฉะนั้นการเจริญพระกรรมฐาน ต้องการตั้งสติสร้างอารมณ์ให้อยู่ในตัวเอง อดทน ใครจะว่าอย่างไรอย่าไปสนใจคนอื่น เราต้องการมาแสวงหาของดี จะมาเอาของชั่วไปทำไมเล่า ของไม่ดีอย่าไปคิด เพียงแต่กำหนดให้มันหายไป แสวงหาของดีของชั่วอย่าไปเอา เราต้องทิ้งของชั่ว ละชั่ว ประพฤติดีประพฤติชอบ เรามาทำบุญก็ละบาปเสีย อย่าเอาบาปใส่ใจไปเลย เดี่ยวบาปต่อบาป บุญต่อบุญ บุญย่อมก่อให้เกิดความสุขความเจริญ จึงควรได้มีโอกาสชำระทั้งกายและจิตไปพร้อม ๆ กัน ท่านจะเกิดความสุขดังที่ได้ชี้แจงแสดงมา...