

กรรมฐานแก้ไขปัญหาชีวิตได้อย่างไร

โดย พระราชสุทธินวมงคล

วัดอัมพวัน อ.พรหมบุรี จ.สิงห์บุรี

บรรยาย ณ ศาลาเทวานุกุล สวนจิตรลดา

วันศุกร์ที่ ๑๓ พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๔๑

D012

ขอเจริญพรทุก ๆ ท่าน วันนี้ นับว่าเป็นมหามงคลชีวิตอีกประการหนึ่ง ที่ **ท่านผู้หญิงมณีรัตน์ บุนนาค** ได้ถือโอกาสสร้างคุณงามความดีของท่าน ด้วยการเจริญ วิปัสสนากรรมฐาน เพราะท่านซาบซึ้งในธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว จึงได้ จัดให้มีการบรรยายธรรมและมีการสนทนาธรรม ทุกครั้งที่ผ่านมานับว่าเป็นครั้งที่ ๑๓ ได้ทราบจากคุณฉวีวรรณ ขจรประศาสน์ ท่านทำประโยชน์ต่อประเทศชาติในฐานะ แม่บ้าน ได้เห็นว่าท่านผู้หญิงมณีรัตน์ บุนนาค ท่านมีศรัทธาจะอาราธนาพระสงฆ์ มาแสดงธรรมะบรรยายสัปดาห์ละหนึ่งครั้ง ท่านผู้หญิงก็ได้รับสั่งให้คุณฉวีวรรณจัด พระมาแสดงธรรมะบรรยาย คุณฉวีวรรณมีอัธยาศัย มีวิสัยทัศน์กว้างไกล เห็น ประโยชน์แก่ประเทศชาติ เป็นแม่แบบแม่แบบที่ดีมาก จึงอาราธนาอาตมาภาพมา ฉลองศรัทธา และแสดงธรรมะบรรยายในวันนี้ ท่านผู้หญิงมณีรัตน์ บุนนาค ให้ชื่อ เรื่องว่า **กรรมฐานแก้ไขปัญหาชีวิตได้อย่างไร?** ชีวิตนี้แล้งแค่นจะแก้ได้อย่างไร ขอ ท่านทั้งหลายได้ติดตามฟังว่าจะแก้ไขปัญหาชีวิตได้อย่างไร เรามีสติปัญญาด้วยกัน ทุกคน แต่เสียดายเวลาที่มีประโยชน์อันมีค่าที่ท่านไม่สามารถแก้ปัญหาชีวิตได้ สร้าง แต่ปัญหา พระพุทธเจ้าสอนให้แก้ปัญหา แต่ยุคใหม่สมัยนี้กลับไปสร้างปัญหาให้ยุ่ง วุ่นวาย น่าเสียดายเวลาของท่านมากมาย คุณฉวีวรรณ ขจรประศาสน์ จึงได้

อาราธนาอาตมาโดยที่ท่านผู้หญิงมณีรัตน์ บุณนาค ท่านไม่ได้เจาะจงว่าจะเป็น พระภิกษุรูปใดก็ได้

ทุกคนไม่มีใครว่างงาน “ถ้าคนอยู่ว่าง ห่างผู้ใหญ่ จะหลงทางได้ง่าย” ก็ขอเจริญพรทุกท่านว่าถ้าท่านมีลูก อย่าให้อยู่ว่าง อย่าให้ห่างผู้ใหญ่ จะหลงทางได้ง่าย ไม่จำเป็นต้องลูก แค่นี้ก็หลงทางเยอะ แต่เด็กหลงทางไม่เป็นไร ถ้าผู้ใหญ่หลงทางนี่ซีแย่ กลับไม่ถูก แต่เด็กหลงทาง กลับถูก เพราะพ่อแม่ไปตามกลับ แต่ถ้าผู้ใหญ่หลงทางใครจะไปตาม ถ้าท่านไม่ช่วยตัวเอง ถ้าท่านขาดสติปัญญาท่านจะตามกลับไม่ได้ ฝากไว้ให้คิดในวันนี้ด้วย มาพูดในวันนี้ฝากให้ท่านคิด ให้ท่านมีสติปัญญาแก้ไขปัญหา นี่เขาล้ำลึกกันจะไปดูดาวตก แต่ที่จริงดาวมันตกทุกวัน แต่เพิ่งจะรู้กันหรือ มงคลตื่นข่าวกันไม่เข้าเรื่องเสียงงานเสียงการ ถ้าเป็นราชการต้องลาพักร้อนไปดูดาวตก เสียงงานใหม่ ท่านพี่น้องที่รักน่าจะคิดตีความ วันนี้อาตมาไม่ว่างหรอก เมื่อคืนต้องแจกหนังสือผู้ที่มาอบรมที่วัดอัมพวัน บวชมานี้ ๕๐ ปีแล้ว เราก็ตายไปแล้ว นี่แหละกรรมฐานมันรู้ความตายโอกาสข้างหน้า น่าจะตีความตรงนี้ ไม่ใช่กรรมฐานไปสวรรค์นิพพาน ไปบวชชีพราหมณ์ตามวัด ทวัธบุญกัน น่าจะทวัธบุญในอารมณ์ สร้างกุศลให้แก่จิต ในเมื่อคุณฉวีวรรณได้กล่าวร้องขออาราธนาอาตมาก็ดีใจมาก ได้ทราบว่าท่านผู้หญิงมณีรัตน์ ท่านสนใจกรรมฐาน ก็อยากจะฉลองศรัทธาให้ท่าน ขอฝากข้อคิดอีกว่าใครหนอจะอยู่ว่าง ถ้าคนไหนอยู่ว่าง คนนั้นใช้ไม่ได้ เลว คนจะต้องไม่อยู่ว่าง จะต้องไม่ห่างผู้ใหญ่ จะได้ไม่หลงทางง่าย ฝากท่านไปสอนลูกด้วย ถ้าลูกของท่านอยู่ว่าง จะหลงทาง รับรองท่านจะแก้ลูกท่านไม่ได้ อาตมาอยู่ว่างไม่ได้ ตี ๓ ตี ๔ ต้องรับโทรศัพท์จากต่างประเทศตลอด เดียววันนี้จะต้องรีบกลับชาวฟิลิปปินส์ไหนรถเมล์มาเข้ากรรมฐาน เดือนก่อนก็ทูตกงสุลประเทศเนปาลมาเข้ากรรมฐาน ขากลับก็เอารถตู้ไปส่งถือนสถานทูต เขาก็ดีใจมาก เราต้องเอื้อเพื่อสงเคราะห์เขา คนเราต้องสงเคราะห์ตัวเองก่อนให้ได้ ถ้าสงเคราะห์

ตัวเองไม่ได้ ไปสงเคราะห์คนอื่น ก็โง่ ก็ฝากพี่น้องทุกคนที่อยู่ในสถานที่มงคลชีวิต
แก้ไขไม่พลาดผิดชีวิตในสังคมที่มีระเบียบแบบแผนมีระบบ เพราะฉะนั้นขอฝากทุก
คนอย่าอยู่ว่าง คนไหนอยู่ว่าง คนนั้นจิตใจต่ำ เหมือนน้ำไหลไปสู่ที่ต่ำฉะนั้น ต้องมี
งานทำ งานนั้นต้องถูกโฉลกโชคดีมีปัญญา ทำงานให้มีประโยชน์ต่อตนและ
ครอบครัว ต่อประเทศชาติ

คุณฉวีวรรณ ขจรประศาสน์ ตั้งแต่อาตมารู้จักกันมานานแล้ว ท่าน
ช่วยเหลือวัดวาอารามต่างๆ ช่วยเหลือครอบครัว ช่วยเหลือแม่บ้าน ไม่จำเป็นต้องมี
สามีเป็น มท.๑ ก่อนจะเป็นก็ช่วยมานานแล้ว ปิดทองหลังพระตามพระบรมมหาราชวัง
พระราชสมภารเจ้า สมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ ปิดหน้าพระม้านหล่น
ง่าย ปิดทองหลังพระใครไม่รู้ไม่เป็นไรเรารู้ตัวก็พอใจแล้ว ว่าเราทำประโยชน์ต่อ
ประเทศชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ไม่มีอื่นใดที่จะซึ่งใจเท่ากับข้อนี้ อาตมาซึ่งใจพระบรม
มหาราชสมภารเจ้าอีกข้อหนึ่ง นักบริหารทั้งหลายโปรดทราบ พระบาทสมเด็จพระ
พระเจ้าอยู่หัวฯ รับสั่งว่า “คนกำลังจะจมน้ำตาย ช่วยก่อนได้ไหม” เหมือนอย่างเรา
กำลังจะจมน้ำตาย ถ้าใครมาช่วยเรารอดพ้นจากความตาย เราก็ดีใจ เราจะได้ไป
ช่วยคนอื่นต่อไป

รับสั่งอีกคำหนึ่งอาตมาก็ชอบใจมาเป็นเวลา ๑๕ ปีแล้ว ในวันแม่ สมเด็จพระ
นางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ อาตมาบันทึกไว้ ๒ หน้ากระดาษ ท่านรับสั่งว่า

“พ่อแม่จะสร้างบ้านเมืองให้ยิ่งสุข ลูกต้องสร้างชาติให้ยิ่งใหญ่”

อาตมาจดจำมา โยมเป็นพ่อเป็นแม่สร้างบ้านเมืองให้ลูก ให้ลูกอยู่เย็นเป็นสุข ลูกต้องสร้างชาติให้ยิ่งใหญ่ เรียนหนังสือให้เป็นปริญญาเอก เป็นรัฐมนตรี ช่วยเหลือชาติ ศาสน์ กษัตริย์

พ่อแม่ต้องสร้างบ้านเมืองให้ยิ่งสุข หมายความว่า พ่อแม่ต้องสร้างความดีให้กับลูก ทำถูกให้กับหลาน รักให้มั่นกฎวิธี ทำความดีให้ลูกดู

ลูกต้องสร้างชาติให้ยิ่งใหญ่ หมายความว่า ลูกต้องเรียนหนังสือให้เก่ง กล้าประหยัด ไม่ขาดพวกพรรค รักษาความสะอาด ฉลาดรอบครอบ ชอบระวัง ตั้งใจตรง ดำรงศีลธรรม นำทางถูก ปลูกสติ ดำริชอบ ประกอบกุศล ได้ผลอนันต์ เป็นหลักฐานสำคัญ ชาติคือตัวเรา คุณชาติก็คือคุณลูก รักลูกจึงคิดปลูกฝัง ให้ลูกตั้งตน รับผิดชอบ ให้ลูกได้ดีมีปัญญา ให้ลูกมีวิชาตั้งตนเป็นคนดี นี่แหละได้จาก ธรรมเนียมทั้งหมด ถ้าไม่ได้ธรรมเนียมจะออกมาได้อย่างไร

ก็ขอเจริญพรต่อไป พ่อแม่ปลูก เหมือนปลูกต้นไม้ ปลูกในกระถาง ขึ้นในกระถาง ปลูกถึงขั้นถึ ปลูกห่างขึ้นห่าง ต้นไม้มันโต แล้วเราจะบอกต้นไม้ทำอะไรขึ้น ไม่มีระเบียบ ขึ้นไม่เท่ากัน ห่างบ้าง สั้นบ้าง ถ้าต้นไม้พูดได้จะบอกว่าใครเป็นคนปลูก เดี่ยวนี้สถาบัน ๓ สถาบันทำลายสังคม คือ วัด โรงเรียน ครอบครัว พ่อแม่ ไม่ได้ดูแลลูก ลูกจึงติดยาเสพติดกันมากมาย ถ้าบ้านไหนทำกรรมฐาน ทั้งโรงเรียน ทำกรรมฐาน รับรองไปรอดแน่ ไม่ใช่กรรมฐานแบบไปสวรรค์นิพพาน ญาณ ๑๖ อย่างที่เขาพูดกันในกรุงเทพฯ นี่แหละพ่อแม่ที่เคารพรักของลูก อาตมาจึงได้พบกับ ผู้ว่าราชการจังหวัดสิงห์บุรีว่า กลุ่มบ้าน กลุ่มวัด ต้องช่วยกลุ่มเมือง กลุ่มเมืองต้อง เข้ากับกลุ่มวัด ช่วยกลุ่มบ้านและกลุ่มเมือง เพราะสามัคคีสร้างความคิดร่วมกัน “รัก สามัคคี สร้างความคิดร่วมกัน” ในหลวงท่านรับสั่งไว้ ไม่มีการรักสามัคคี สร้างความ

ดีร่วมกันไม่ได้ แยกแยกกันไปหมด แยกพรรค แยกพวก ควรจะรักสามัคคี สร้าง
ความดีร่วมกัน อย่าเป็นพลูต่างใบ ไม่ร่วมมือกัน นี่แหละความรู้คู่กับความดีมี
ปัญญา ไม่ใช่พระพุทธเจ้าสอนให้นั่งหลับตาตามวัด สถาบันครอบครัวนี้สำคัญ

เช่นที่ศาลเยาวชน จังหวัดราชบุรี เด็กและเยาวชนติดยาเสพติด ๔๐๐ คน
บัดนี้กลับสภาพคืนแล้ว ได้ความว่าพ่อแม่ไม่ได้อยู่ด้วยกัน แล้วลูกก็ไปติดยาเสพติด
อย่างนี้จะแก้อย่างไร นั่งกรรมฐานถึงจะรู้ว่า พ่อแม่นี้ช่วยแก้ลูกได้

สถาบันโรงเรียน น่าจะช่วยกัน แต่ครูกลับมาขายยาเสพติด ครูรู้
วิญญานครูเพราะไม่ได้เจริญพระกรรมฐาน อาตมาสอนเด็กมาปีนี้เป็นดอกเตอร์ ๔๐
คน เป็นนายพลอีกหลายคน สอนตรงนี้ พระที่มาเทศน์ก็จะเทศน์ไปสวรรค์นิพพาน
แต่วิธีปฏิบัติ เชิงปฏิบัติการ เรียกว่าวิทยานิพนธ์ ไม่มีใครมาเทศน์ น่าจะเทศน์ข้อ
ปฏิบัติกันบ้าง วิธีการทำอย่างไร จะได้ผลสมคาศปรารถนาทุกประการ ไม่
จำเป็นต้องเป็นคนรวย

๑) **ครอบครัวไม่มีความสุข** ทะเลาะกันทุกวัน

๒) **ผิดหวังในชีวิต** โดดตึกตาย เป็นโรคทันสมัย คือโรคประสาทกันทั้งบ้าน
ทั้งวัด ทั้งการเมือง กินไม่ได้ นอนไม่หลับ ขอให้นั่งกรรมฐานเถิดประเสริฐที่สุดแล้ว
ไม่ต้องการไม่เป็นไร

๓) **ลูกไม่เรียนหนังสือ** จะแก้ได้อย่างไร ไม่ใช่ไปทำบุญสร้างโบสถ์ สร้าง
ศาลา น่าจะสร้างคน พระพุทธเจ้าสร้างคน อาตมามีโครงการ “ปลูกคนให้ตื่น เสก
คนให้เป็นงาน แก้ปัญหาชีวิตของประชาชน ให้เขาอยู่รอดปลอดภัย” เพราะคนเรา

เดี๋ยวนี้ราคาตก เศรษฐกิจตก ทำให้คนราคาตกหมดราคา น่าจะปลุกเสกตัวเองให้มีราคา “ชีวิตท่านไม่มีค่า เวลาของท่านก็จะมีประโยชน์” ถ้าท่านตีค่าชีวิตของท่านต่ำ เวลาของท่านก็จะมีประโยชน์ ไปซื้อปิ้งที่โน่น ไปซื้อปิ้งที่นี่ เวลานาฬิกาเท่ากันหมด เวลาแม้แต่วินาทีเดียว จะทำให้เป็นประโยชน์และคุ้มค่ากว่ากันไม่ได้ หรือ ถ้าท่านตีราคาตรงนี้ถูก ท่านจะไม่ไปซื้อปิ้ง ท่านจะไม่ไปเที่ยวเสวยรสรวลหวนฮา เสียงานเสียการ เสียเวลายังไม่พอ เสียงานเสียการกิจการในครอบครัว เสียราชการ และหน้าที่ เดี่ยวนี้คนเราขาดกรรมฐานจึงขยันนอกหน้าที่การงาน ไม่มีขยันในหน้าที่การงานเลย ถือแฟ้มไปธุระเรื่อย ไปธุระนั้นไม่ใช่หน้าที่การงาน แต่ไปขายที่ดิน ไปซื้อปิ้ง นี่เรื่องจริง อาตมาชอบพูดตรง ไม่มีคนชอบ ถ้าพูดหลอกลวงจะมีคนชอบมาก

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

เดี๋ยวนี้เศรษฐกิจตก แก้ได้เยอะเยอะ ต้องช่วยกันทุกคน อย่าให้กำลังใจตก เศรษฐกิจตกแต่ราคาคนอย่าให้ตก แต่ถ้ากำลังใจเราสูงขึ้นมา พยายามปลุกศรัทธา ถ้าญาติโยมปลุกศรัทธาตั้งใจให้มัน ด้วยการตั้งใจทำงาน ทำด้วยความตั้งใจ ทำด้วยความเคารพ อย่าเดี๋ยว ถ้าท่านทั้งหลายไม่มีเดี๋ยว รับรองงานเสร็จแน่ อย่าทิ้งคำพูด พูดแล้วต้องทำ เคารพวาจาที่เราพูด เคารพสถานที่ เคารพกติกานัดหมาย เคารพกฎหมายบ้านเมืองเขา ถ้าเราไปกรุงปารีสประเทศฝรั่งเศส ก็ต้องเคารพกฎหมายบ้านเมืองเขา จะเอากฎหมายบ้านเมืองเราไปบังคับเขาไม่ได้ ทำอะไรทำ

ด้วยความสงบ จิตอย่างนุ่มนวล ราคาท่านจะราคาดี ทำอะไรทำด้วยความถูกต้อง ท่านจะมีราคาขึ้น คนที่มีราคามีคุณค่าของชีวิต คนนั้นจะต้องรู้จักตีราคาตัวเอง อย่าตีราคาให้มันต่ำ จะเสียหายอย่างน่าใจหาย มีคนไปถามที่วัด ก็บอกว่าถ้าทุกคนช่วยกันไปรอด ทุกคนไม่เอา ต่างคนต่างตั้ง แบ่งพรรค แบ่งพวก มีแต่ขี้เกียจ ขี้โกง ขี้ฉ้อฉลวิเศษยากัน ถ้าต่างคนต่างรักสามัคคี สร้างความดีร่วมกันแล้ว ไปรอดแน่ ด้วยการเจริญกรรมฐานแก้ปัญหาวีรณนี้ให้ได้

ขอเจริญพรที่อาตมาไปเจอหลวงพ่อในป่าที่จังหวัดขอนแก่น ที่เราจะไปลา สึกกับหลวงพ่อเดิม วัดหนองโพธิ์ ท่านบอกสึกไม่ได้ จะให้คาถาศาตราวิชาข้าง ปู่ย่าตาทวดต่อข้างถวายพระมหากษัตริย์ กรุงศรีอยุธยาราชธานี ไม่มีใครเรียน เราก็ บอกว่าผมไม่เรียนหรอกครับ ผมจะสึก ขอคาถามหาานิยมให้ผู้หญิงรักสักบทหนึ่ง เท่านั้นก็พอ ท่านก็ให้ “หนึ่งอย่าเป็นสอง” พูดแล้วต้องทำ อย่าเดียว มีคนนิยม ชมชอบ ไม่เฉพาะผู้หญิง ผู้ชายก็ชอบ อาตมาใช้อยู่ทุกวันนี้ พูดแล้วอย่าทิ้งคำพูด อย่าเดียว ไม่เสร็จอย่ากินข้าว ไม่เสร็จอย่านอน ทำได้มีคนนิยมชมชอบแน่นอน สรุปลใจความว่าได้เรียนวิชาศาสตรา จึงได้ไปเจอหลวงพ่อในป่าที่จังหวัดขอนแก่น ท่าน ให้ปัญหามา “อยากเรียนรู้ถามหญิงคันทูก อยากทำลูกถามเด็กเลี้ยงควาย คนสาม บ้านอย่ากินน้ำบ่อเดียวกัน เดินทางอย่าเหยียบบรอยกัน นะอยู่หัวสามตัวอย่าละ นะ อยู่ที่ไหนตามไปเอามาให้ได้” ถ้าใครตอบได้ แสดงว่าคนนั้นได้กรรมฐาน อาตมา ถวายพระอาจารย์มา ๕๐-๖๐ องค์ ท่านตอบไม่ได้ อาตมาดีใจมากที่ได้ช่วยเหลือ ประเทศชาติได้มาก ตำรวจเข้ามาอบรมพันกว่าคนแล้ว สามปีใช้เงินไปแล้ว ๒๕ ล้านบาท ไม่เคยเบียดเบียนใครเลย เด็กติดยาเสพติด ๑๑ จังหวัดในภาคอีสาน หายหมดแล้ว พ่อแม่ก็ดีใจกันมากมาย นี่แหละกฎแห่งกรรมแก้ปัญหาวีรณได้ อาตมาจึง ได้ไปเจอท่านดังที่กล่าวแล้ว ท่านบอกให้เจริญสติปัญญา ๔

๑) ระลึกชาติได้

๒) รู้กฎแห่งกรรม

๓) แก้ปัญหาชีวิตได้

ถ้าใครตอบอย่างที่ว่ามาแล้ว แสดงว่าท่านเจริญกรรมฐานได้

“อยากเรียนรู้ถามหญิงคันทุก อยากทำตุ๊กตาดึกเลี้ยงควาย คนสามบ้าน
อย่ากินน้ำบ่อเดียวกัน เดินทางอย่าเหยียบรอยกัน นะอยู่หัวสามตัวอย่าละ นะอยู่ที่
ไหนตามไปเอามาให้ได้” อาตมามากกว่าจะทำได้ใช้เวลาตั้ง ๑๐ กว่าปี ทำได้เจอกับท่าน
ที่เขากุคา จังหวัดน่าน แล้วก็ไปเจอท่านเมื่ออายุ ๔๕ ปี เดินธุดงค์เข้าเบกของพม่า
รามัญจึงได้มีโอกาสใช้คาถาศาสตร์ ช้างตกน้ำมันทำอย่างไร ช้างหุทิพย์เป็นอย่างไร
เมื่อ ๕ ปีที่เขาใหญ่ พระธุดงค์ถูกช้างเหยียบตาย ไม่รู้จักแม่เมตตาให้เทวดาช้าง คน
ที่เรียนศาสตร์ต้องฟังกลิ่นได้ อาตมาประสบปัญหามากมายจึงแก้ปัญหาได้ เสีย
ประหลาดบอกว่า นะโมได้หรือยัง ยังไม่ได้อย่าลืก พุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ
ไม่ได้อย่าลืก รู้แล้วว่าเมื่อก่อนนี้อตมาปากกล้าขาแข็ง เกียงพ่อเกียงแม่คำไม่ตก
ปาก นี่ไม่มีนะโม อาตมาถามพวกนครศรีธรรมราชฎร์ที่ไปที่วัดอัมพวันตอบไม่ได้สัก
คนเดียว กระทั่งที่อยู่ใกล้เกลือกินต่าง พระอรหันต์ ๒ องค์จากศรีลังการเข้าสู่นครศรี
ธรรมราชฎร์ องค์หนึ่งให้เรียนวิชาการ องค์หนึ่งให้เรียนวิปัสสนา ทำให้พวกนครศรี
ธรรมราชฎร์ จากชาวประมงเหี้ยมโหดฆ่าสัตว์ หันมาเรียนธรรมะนั่งกรรมฐาน จึง
เกิดปัญญา จึงทำเครื่องถมลายทอง แหวนนะโม ต้องอ่อนน้อมถ่อมตน เจอผู้ใหญ่
ต้องยกมือไหว้ สอนเด็กนักเรียนเมื่อกันนี้ “หนูไปโรงเรียนไหว้พ่อแม่ ๓ วัน เจอ
ผู้สูงอายุเลี้ยงทางยกมือไหว้ เจอพระนมัสการ” เดียวนี้จะเหยียบหัวคนเฒ่าคนแก่
ไม่มีอ่อนน้อมถ่อมตน กระทั่งเป็นหนุ่มเป็นสาวยืนพูดกับคนแก่คนเฒ่า เจอพระก็จะ
ชน นี่พระพุทธเจ้าสอนตรงนี้ ระเบียบแบบแผนประเพณีไทย ขนบธรรมเนียม

ประเพณีไทย เจอผู้สูงอายุต้องคลาน เพราะฉะนั้นเราทำอะไรก็ต้อง นะโม ตัสสะ
ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ อ่อนนุ่ม ถ่อมตน ปากหวาน ตัวอ่อน
มือเป็นหงอน โปรดกรุณานำไปสอนลูกหลาน

“อดทนเป็นสมบัติของนักต่อสู้

ความรู้เป็นสมบัติของ

นักปราชญ์

ความสามารถเป็นคุณสมบัติของนักประกอบกิจ

ความมีระเบียบทุกชนิดเป็น

สมบัติของผู้ดี”

คนขาดระเบียบ ไม่เปรียบด้วยวินัย เป็นผู้ดีไม่ได้

“ยื่นลูก ยื่นรับ ยื่นค่านับ ผู้บังคับบัญชา”

แสดงถึงฐานะของผู้ใหญ่ ทำไมเป็นผู้น้อยนิดดูตาย อยู่ในพระไตรปิฎก
การไหว้เบญจางคประดิษฐ์ นี่เป็นคำสอนของประเพณีไทยตั้งแต่สุโขทัยราชธานี คน
สุโขทัยได้รับศาสนาจากนครศรีธรรมราชบุรี คนที่มีธรรมะ มีกรรมฐาน จะมี
ปัญญา ความนี้รู้ถึงพระราชแห่งกรุงสุโขทัย จึงมีสารนิมิตพระขึ้นสู่กรุงสุโขทัยราช
ธานี พระราชาทรงผนวชทันที สถูปเจดีย์ที่สุโขทัยจึงเหมือนประเทศศรีลังกา เพราะ
พระสงฆ์มาจากศรีลังกามาประกาศศาสนา แล้วเราก็เอาคีนไปสู่ประเทศศรีลังกา จาก
กรุงศรีอยุธยา คืออุบาลี โดยเฉพาะสมเด็จพระรัตนวดีปาแก้ว ที่เราได้บทพาหุงมหา
กาย ไม่มีใครสวดกัน ไปสวดชินบัญชรของสมเด็จพระโต สมเด็จพระท่านสวดบูชาพระ
อรหันต์ของท่าน บูชาพระธาตุ ไม่ใช่เรามาสวด แต่เราน่าจะสวดพาหุงมหากาย
มารผจญเราแล้ว ขอฝากให้ทุกคนสวดให้เท่าอายุเกิน ๑ มารแพ้มด มารไม่มีบารมี
ไม่เกิด ความพยายามอยู่ที่ไหนความสำเร็จอยู่ที่นั่น อุปสรรคเป็นครู ศัตรูเป็นยากำลัง

อุปสรรคขัดข้องอย่าเอาไปทิ้ง เอามาแก้ปัญหานี้แหละครูของเรา ศัตรูเป็นยากำลัง
เพิ่มบารมีให้เราดี ชีวิตนี้จะเกิดประโยชน์ อย่างเราต้นไม้ใหญ่ลมบนมันแรง อย่าง
ต้นไม้เล็ก ๆ น้ำมันไม่มีลมมาพัด อดทนต่อไป ชีวิตจะไม่แห้งแค่น จะมีแปลนและ
แผนผังอย่างดี บางแห่งประเพณีนอนไหว้ คนจีนกราบสามสามเก้า คนไทยกราบ
เบญจางคประดิษฐ์ ทิเบตนอนกราบ อินเดียบางแห่งนอนกราบ องค์ดาไลลามะ
นอนกราบ มีใช้คำสอนของพระพุทธเจ้าเลย แต่เป็นประเพณีของแต่ละประเทศ
พม่าก็กราบคนละอย่าง แต่พระพุทธเจ้าสอนอะไร ผู้ใหญ่มาให้ยื่น ยืนลุก ยืนรับ
ยื่นค่านับ ผู้บังคับบัญชา แสดงฐานะผู้ใหญ่ ทำไมผู้น้อยนิ่งดูตาย อยู่ทีพระไตรปิฎก
ฝรั่งเอาไปใช้หมด ส่วนคนไทยไม่สนใจ ถ้าเราไม่มีการเคารพผู้ใหญ่จะมีระเบียบ
วินัย ประเพณีไทยก็หมดไปแล้วไม่มีการเคารพผู้ใหญ่ ในเมื่อขาดการเคารพผู้ใหญ่
ประเพณีไทยหมด แต่ทำไมเด็กเสียหาย เพราะไม่เคารพผู้ใหญ่ เถียงพ่อเถียงแม่คำ
ไม่ตักฟาก เสียหายตรงนี้ ก็ขอฝากญาติพี่น้องไว้ในโอกาสนี้

พระพุทธเจ้าเน้นวิชาการ พระพุทธเจ้าก่อนจะไปบวชนั้นท่านสำเร็จ ๑๘
ดอกเตอร์ (เพราะฉะนั้นขอฝากพี่น้องไว้ว่ามีลูกมีหลานขอให้เรียนเก่งเร่งก้าวหน้า)
ทำไมพระพุทธเจ้าต้องออกบวชด้วย เพราะต้องการไปหาวิชาแก้ปัญหาชีวิต วิชานี้ไม่
มีใครสอน จะไปหาที่ไหนได้ต้องไปฝึกเอง จึงได้เสด็จบรรพชา ต้องการจะไปหาวิชา
นี้ให้ได้ แก้ปัญหาชีวิตอย่างไร ทุกคนต้องแก้ปัญหากอง ไม่ใช่ไปหาหมอดู คนไปหา
หมอดูนี้โง่งที่สุด อย่าไปหาผีเจ้าเข้าทรง โง่งที่สุด ผีแก้ปัญหากองไม่ได้ หมอดูจะแก้ได้หรือ
มีลูกสาวจะแต่งงาน ไปหาหมอดูวันได้เดือนถึงแล้วค่อยแต่ง นั่นแหละโง่งที่สุด วิธีแก้
ทำอย่างไร ดูจิตใจเข้ากันได้ไหม นิสัยใกล้เคียงกันได้ไหม ดูกันนานหรือเปล่า หรือว่าดู
เข้าได้เย็น ได้เย็นทั้งเข้าอย่างนั้นหรือ แม้เดี๋ยวนี้ก็ใช้ไม่ได้ ชอบไปหาหมอดู วัดใน
กรุงเทพฯ มีเยอะ น่าจะใช้วิธีการว่า จิตใจเข้ากันได้ไหม ไม่ใช่ปลัดอำเภอแล้วไปได้
ภรรยาเป็นนางเอกลิเก ตัวอย่างที่สิงห์บุรี เมื่อปี พ.ศ.๒๕๐๐ มีลูกศิษย์อยู่คนหนึ่ง

เป็นปลัดอำเภอ จบปริญญาโทจากสหรัฐอเมริกา ไปแต่งงานกับนางลิกเคณะรำพึง
อยุธยา บอกว่านี่ปลัดมันถูกสเปคเดียวกันไหม โอ๊ย หลวงพ่อไม่รู้เรื่อง ผมชอบของ
ผม พอปีเดียวก็เลิกกัน นี่เสียเวลาใหม่ เรียนมาสูง กลับโง่งง พอเลิกกันแล้วก็มา
กราบขอโทษ นางเอกก็เลยต้องไปแต่งงานกับพระเอกอีกที ปลัดอำเภอก็ต้องไป
แต่งงานกับดอกเตอร์สิ พอเลิกกันแล้วก็เสกให้มาบวชแล้วนั่งกรรมฐาน พอ
นั่งกรรมฐานก็เป็นผู้ว่าราชการจังหวัด แล้วก็ไปเป็นปลัดกระทรวง ไปเป็นปลัดกระทรวง
อื่น น่าจะเป็นกระทรวงมหาดไทย แต่กรรมฐานแก้ไขปัญหาที่หลงผิดจากนางเอกก็
เลยมาได้นางเอกเป็นดอกเตอร์ มีลูก ๒ คนก็เป็นดอกเตอร์ รู้เหตุการณ์ล่วงหน้าได้
อย่างฝรั่งจะแต่งงานมานั่งกรรมฐาน รู้ว่าจะต้องได้กับคนง่อยเปลี้ยเสียขา อย่างนี้
เป็นต้น

เพราะฉะนั้นขอสรุปใจความให้สั้นว่า พระพุทธเจ้าเน้นวิชาการ พี่น้อง
ทั้งหลายมีลูกขอให้ช่วยสวดเก่งเรียนหนังสือให้ได้ เพราะเรียนหนังสือนี้ติดตัวลูกไปได้
ญาติโยมมีสมบัติมากมายกายกองก็ไม่สามารถเอาไปได้แน่ มีวิชาตายไปแล้วยังติด
ตัวไปชาติหน้าได้ มีตัวอย่างเยอะ

ต่อไปนั่งกรรมฐานแก้ปัญหาชีวิตได้อย่างไร การกำหนดจิต เป็นการ
แก้ปัญหาชีวิต แต่พวกเราไม่ค่อยสนใจกัน บางทีไปนั่งกรรมฐานกลับมาแล้วทิ้งเลย
เลิกไปเลย แก้ไม่ได้ การตั้งสติสัมปชัญญะเป็นการแก้ปัญหาชีวิต จะได้ว่าเรามี
ปัญหาอะไร เช่นอาตมาไปพบหลวงพ่อบุญในป่า องค์นี้อยู่ในป่า หลวงพ่อบุญในป่าองค์นี้
เป็นผู้ให้กรรมฐานพระเจ้าตากสิน องค์ที่สองเรา และองค์ที่สามพระบัวเหี่ยว ตอนนี้อยู่
ยังอยู่ในป่า แต่ไม่ได้หมายความว่าพระอยู่แบบนี้ อาตมาถึงได้ไปสร้างศูนย์เวฬุ
วันจังหวัดขอนแก่น โดยมีพญานาคมาช่วย ถ้ามันอยู่ที่ศูนย์เวฬุวันไปโผล่ที่แม่น้ำโขง
จังหวัดหนองคาย ถ้าทำดีจะร้อนถึงจักรินทร์เทวราช ร้อนถึงพญานาคมาช่วย ถ้าทำ

ชั่วจะร้อนถึงยมพระบาล จะเอาไซ้ตรวนมาลากไปเมื่อไรใครจะรู้ได้ ที่พระพุทธเจ้าทรงบรรพชา ไปหาตำราแก้ไขปัญหามาให้พวกเรา แต่พวกเราเอาไปทิ้งกันหมด สร้างวัตถุกันมากมาย แต่สร้างคนด้วยวิชาแก้ปัญหาคือกรรมฐาน แก้ปัญหาชีวิตได้ “อยากเรียนรู้ถามหญิงคันทุก” คือยืนหนอ ๕ ครั้ง ในเมื่อยืนหนอ ๕ ครั้งได้แล้ว โดยยืนกลับไปกลับมา มองเห็นคนอื่นนิสัยไม่ดีจะบอกออกมาเอง อ่านตัวออก บอกตัวได้ ใช้ตัวเป็น จะได้เห็นตัวตาย จะได้คลายทิฏฐิ จะได้ดำริชอบ ประกอบกุศลได้ผล อนันต์เป็นหลักฐานสำคัญ ถ้าเราอ่านตัวเองไม่ออกอย่าไปอ่านคนอื่น ยืนหนอ ๕ ครั้ง ตั้งแต่จากศิระชะลงปลายเท้า ก็คือตจปัญจกรรมฐาน ถ้าใครเคยบวชมาจะรู้ อุปัชฌาย์จะให้ผ้ากาสาหวัดสตรีจะต้องให้เรียนกรรมฐานก่อน เกสา โลมา นະชา ทันทา ตะใจ ตะใจ ทันทา นະชา โลมา เกสา ๕ ครั้ง จะรู้วาระจิตของคน อย่างอาตมานี้ทำมา ๑๐ ปีกว่าจะได้ แล้วมาสอนที่วัดอัมพวัน ขอให้พี่น้องเราเอาไปทำกันให้ได้ พอเห็นคนเดินมาจะย่นมาหาเราว่าคนนี้นิสัยไม่ดีคบไม่ได้ มันจะออกมาจากดวงใจของเราเองว่า

คบพาล จะได้ผิด

คบบัณฑิต จะได้ผล

คบคนชั่ว ทำตัวให้อับจน

คบคนดี ให้ผลจนวันตาย

เมาเพศก็หมดค่า

เมาสุรา หมดความสำคัญ

เมาการพนัน หมดตัว

เมาเพื่อนชั่ว หมดดี

เพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้าจึงได้ไปหาวิชานี้ ที่ไม่มีครูสอน เรียกว่าวิชากรรมฐาน แก้ปัญหาชีวิตได้ แล้วนำมาสอนพวกเรา ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา

ศีล แปลว่า ปกติ ไม่จำเป็นต้องมารับกับพระ คนจะปกติได้ต้องมีสติสัมปชัญญะ ถ้ามีสติสัมปชัญญะไม่ได้เป็นคนปกติไม่ได้

สมาธิ คือ จับงานอย่าทิ้งงาน ปรับปรุงตัวเอง เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในทางที่ดี

ปัญญา แปลว่า แก้ปัญหาได้แล้ว

สรุปคือ สติตัวต้น สติตัวกลาง สติตัวปลาย, สติตัวต้น จะทำอะไรก็รู้ก่อน คิดหนอนที่ลึ้นปี่นี้ คิดหนอน... หายใจยาว หายใจตั้งแต่จมูกถึงสะดือ คิดออกมาแล้วก็จดไว้ สติตัวกลางก็คือสัมปชัญญะ ตัวสมาธิ ตัวรู้ ตัวเข้าใจ

เห็นหนอน... ส่งกระแสจิตออกจากหน้าผาก ขอให้ผู้ปฏิบัติสนใจนำไปปฏิบัติ อุณาโลมาปชชายะเต ออกไปนี้ เห็นจากศีรษะลงปลายเท้า ปลายเท้าขึ้นศีรษะ เดี่ยวจะย้อนกลับมาบอก คนนี้นิสัยไม่ดี กำลังมีชู้ ตัวอย่างโดยที่อดีตที่ผ่านมาท่านผู้ว่าราชการจังหวัดปราจีนบุรี นายประมวล รุจนเสรี ท่านนำข้าราชการไปอบรมที่วัดอัมพวัน ถึง ๑๓ รุ่น แก้ไขปัญหาไปได้เยอะ ครูคนหนึ่งมีชู้แล้ว อาตมาก็เห็นหนอน... แล้วก็บรรยายออกไป พอนั่งกรรมฐานผ่านไปก็เลิกได้ ครูคนหนึ่งอยู่อำเภอสระแก้ว ไม่มีลูก มา ๑๐ ปี ครูผู้หญิงนี้ก็กลับไปแล้วมีลูก ก็บอกว่ามีลูกที่วัดอัมพวัน สามีกก็อยากมีลูกผู้ชายต่ออีก จนในที่สุดมีลูก ๓ คน อาตมาก็ตั้งใจบอกผู้ว่าฯ ไว้ว่าอยากจะทำเปลี่ยนอำเภอเป็นจังหวัด เพราะว่าอาตมาเคยไปบรรยายชายแดนแต่ละอำเภออยู่ห่างกันเป็นร้อยกิโลเมตร จนปัจจุบันเปลี่ยนมาเป็นจังหวัดสระแก้ว อาตมาก็ดีใจมาก ข้าราชการจังหวัดปราจีนบุรีมาที่วัดอัมพวันเป็นประจำ ทำให้ได้ข่าวสารจากปราจีนบุรีมาเยอะ ท่านไปเป็นเจ้าของที่แม่ฮ่องสอน พวกกะเหรี่ยงพวกพม่ามาปล้น ท่านก็โทรศัพท์มาให้กองทัพภาคที่ ๓ มาช่วย นี่ก็ได้ก็จุดธูปบูชาพระนเรศวร แล้วพระ

นเรศวรก็ลอยอยู่กลางอากาศ เครื่องบินกองทัพภาคที่ ๓ ต้องกลับฝนก็ตก พม่ากับ
กะเหรี่ยงไปก็ไม่ได้อะไรไปเพราะพระนเรศวรมาช่วย

ลมหายใจคนเรานั้นไม่เหมือนกัน แก๊สที่ลมหายใจ คนที่มีโลภะ หายใจไซ้เกล็นี่
กลิ่นตัวแบบนี้ กลิ่นตัวเหม็นอย่างนี้ คนที่มีโทสะอิจฉาคนเก่ง หายใจไซ้เกล็นี่ กลิ่น
ตัวแบบนี้ คนที่มีโมหะจริต หายใจไซ้เกล็นี่ กลิ่นตัวอย่างนี้ แก๊สได้ คนที่มีโลภะ
หายใจสั้นๆ ยาว หายใจนี้เป็นตัวหนังสือได้ อย่างเด็กลูกเสือตึ๊งเป็นตัวหนังสือได้
แล้วลมหายใจก็เป็นตัวหนังสือได้ ถ้าท่านโมโหร้ายท่านจะหายใจสั้น ขอให้ท่าน
หายใจยาวๆ ตั้งสติไว้ที่ลึนปี รับรองว่าท่านจะอารมณ์ดีทัน อย่าฝากอารมณ์ค้างไว้
ถ้าท่านไปรับราชการจะลำบาก ท่านจะค้าขายไม่ได้อะไร ถ้าเป็นแม่ค้าขายอาหาร
คลื่นไส้ คนกินก็คลื่นไส้หมด เพราะอารมณ์ไม่ดี เพราะฉะนั้นการแก้ไขปัญหาคือ
การเจริญกรรมฐานไม่ยากเลย เข้าวัดให้มันได้ ๓ วัด ไม่ใช่วัดอัมพวัน

๑. วัดอุตรธรรม ถ้าธรรมะท่านมีอยู่ในจิตใจ วัดอุทสะอาด ที่กินสะอาด ที่ถ่าย
สะดวก กินของร้อน นอนในมุ้ง ทุ่งในส้วม สวมรองเท้า

๒. วัดอารมณ์ อย่าให้อารมณ์เสีย ตั้งสติไว้ที่ลึนปีนี้ คิดออกหมด โกรธก็จะ
หายโกรธทันที

๓. วัดจิตวัดใจ

ก็ขอสรุปใจความว่า ถ้าท่านจะแก้ปัญหาคือให้สวดมนต์ก่อน “สวดมนต์เป็น
ยาทา วิปัสสนาเป็นยากิน” สวดพาหุงมหากาฯ เป็นบทสวดที่สมเด็จพระพนรัตน์วัด
ป่าแก้ว สวดถวายพระพรสมเด็จพระนเรศวรไม่เคยแพ้ทัพ แต่เราไม่เคยไปสวด ไป

สวดบทอะไรต่อมิอะไรไม่เป็นเรื่องเป็นราว ถวายพระพรนำมาสวดตอนที่ตักบาตร ใส่บาตรก็สวดบทนี้ รับรองสวดบทนี้ไม่ต้องกลัวอดข้าว ถ้าใครยากจนสวดบทนี้เข้าไว้ เดี่ยวเงินไหลนอง ทองไหลมา รวยแน่ การแก้ไขปัญหามานิจประจำวัน ได้ยินเสียง ตั้งสติไว้ที่หูไว้ให้ได้ อ้อ ! เสียงนี้เขาพูดโกหก สติมีไหม สติมีจะรู้ว่าคนนี่โกหกเชื่อไม่ได้ อ้อ ! เสียงคนนี่เชื่อได้ มีประโยชน์ในการแก้ปัญหามานิจประจำวัน เห็นหนอ... เห็นด้วยปัญญา เห็นหัวขาด จดไว้ได้เลยต้องตายแน่ เพราะอาตมาบันทึกหลักฐานไว้หลายคนตายหมดแล้ว บอกให้เขาอยู่กรรมฐาน ถ้าเขาอยู่กรรมฐานตั้งใจไม่ตายได้ อาตมาก็เล่าให้คุณฉวีวรรณฟังว่า คนอเมริกาจะมาขอบคุณขอขบใจเราที่ช่วยแม่เมตตาให้ลูกเขาที่ตกตึกฟื้นขึ้นมาได้ สลบไป ๓ วัน อย่างนี้เป็นต้น

ในวันนี้ก็ขอฝากพี่น้องทั้งหลายไว้ว่า ให้เจริญพระกรรมฐานแก้กรรมได้ แก้ปัญหาได้

๑) ปาณาติบาต ติดมา ๖๐% ต้องเป็นอัมพาตทุกราย

๒) อทินาทานา ติดมา ๖๐% ต้องโดนจี้ โดนปล้น ไฟไหม้บ้าน

๓) กาเมฯ ติดมา ๖๐% มีผิวเป็นของเขามาก มีเมียก็มีชู้ ครอบครัวยาก ความสุขไม่ได้

๔) มุสาวาทฯ ติดมา ๖๐% ต้องโดนหลอกตลอดชาติ โดนโกง

๕) สุรภาพ ติดมา ๖๐% ต้องเป็นโรคประสาท ๗ ชั่วโมง ถ้าเอาสุรภาพไปกิน
ในวัดกำลังสวดพระอภิธรรม รับรองเป็นบ้าแน่ อย่าพกขยาเสพติด ลูกหลานก็จะ
เป็นบ้า

สุดท้ายนี้ก็ขออนุโมทนาที่ได้บรรยายมา เพื่อฉลองศรัทธาท่านผู้หญิงมณี
รัตน์ บุณนาค พร้อมด้วยวันที่ท่านทั้งหลายได้มีโอกาสมาถวายเป็นพระราชกุศล
ต่อบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้า และสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ

ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย บุญกุศลทั้งหลาย ดลบันดาลให้ท่าน
ทั้งหลายจงประสบแต่ความสุขสันต์นิรันดร ขอเจริญจงเจริญไปด้วยจตุพิธพรชัย ๔
ประการ มีอายุขอให้ยืนนาน วัฒนโณผิพรรณผ่องใส สุขขังขอให้สุขภาพกายอนามัย
ทุกท่านโปรดได้ใจดี โรคภัยไข้เจ็บมีก็โปรดหาย สิ่งทั้งหลายที่คิดไว้ ณ บัดนี้ และจะ
คิดต่อไปในโอกาสหน้า จงพลังงานให้เกิดความสำเร็จผล สมเจตจำนงความมุ่ง
มาดปรารถนาด้วยกันทุก ๆ ท่าน ณ โอกาสบัดนี้เทอญ.

ที่มายุโก โหตุ มหาราช

ที่มายุโก โหตุ มหาราชินี

ขอให้พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ สมเด็จพระนางเจ้าฯ
พระบรมราชินีนาถ ที่ข้าพระพุทธเจ้าทั้งหลายได้บำเพ็ญกุศลถวายเป็นพระราชกุศล
ต่อพระองค์ ๗๒ พรรษา ขอพระองค์จงเจริญด้วยสุขสมบัติ เกษมสำราญในหน้าที่
และพระชนมายุจงทุกประการ ขอพระองค์สุขเกษมเปรมปรีดาอยู่ในจิต ขอเราท่าน
ทั้งหลายจงเจริญสุขทุกวาระกาลด้วยกันทุก ๆ ณ โอกาสบัดนี้เทอญ.