

ธรรมะคือธรรมชาติ

พระธรรมสิงหบุราจารย์

วัดอัมพวัน สิงห์บุรี

D003

การเจริญกุศลภาวนาเพื่อการปฏิบัติพระกรรมฐาน ก็คือปฏิบัติธรรมตามคำสอนของพระพุทธเจ้านั่นเอง บางคนเรียกว่าปฏิบัติธรรม แต่ก็ไม่ทราบว่าธรรมะนั้นมาจากไหน ได้แก่อะไร **ธรรมะตัวนี้แปลว่า ที่ตั้งของการทำงานและหน้าที่ที่ถูกต้อง ก็คือกรรมฐาน ธรรมะแปลว่าสร้างความคิด มีเหตุผลไม่มีเหตุร้ายเจือปน นี้ก็เรียกว่าธรรมะ ธรรมะแปลว่าว่าธรรมชาติของความคิด ธรรมะแปลว่าความคิด ธรรมะแปลว่าสติปัญญา ธรรมะแปลว่าแก้ไข ธรรมะแปลว่าเดินไกล ธรรมะแปลว่าละแล้วซึ่งความชั่วทั้งหลาย ถึงจะแปลว่าธรรมะ**

บางท่านมาปฏิบัติแล้วไม่ได้ผล ก็เนื่องจากว่า ตั้งใจมาปฏิบัติ ๗ วัน พออยู่ได้คืนเดียวกลับแล้ว บ่นบอกว่าทำไม่ได้ ปวดหัว ไม่สบาย ข้อเท็จจริงนั้น ถ้าเราไม่สบาย เราไม่ค่อยสบาย ทางด้านกาย ปวดศีรษะ หรือเครียด และเราไม่สบายทางด้านจิตใจ ปฏิบัติธรรมไม่ได้ผลแน่ แต่ก็คนปฏิบัติไม่ได้ผลก็ไม่ได้ความอดทน และก็มีทิฐิมานะนอนเนืองอยู่ในสันดาน อาศัยธรรมะของพระพุทธเจ้าเท่านั้นเองที่จะแก้ไขได้ อย่างอื่นไม่สามารถจะแก้ไขได้แน่นอน

ธรรมะ แปลว่า **ความอดทน** ธรรมะแปลว่ากำปั้นทุบดิน ดีทุบแ่งทุบมุม นั้นเรียกว่าธรรมะ ดีทุบแ่งทุบมุมไม่มีเสีย มีแต่งอกมีแต่งาม ผู้ที่ปฏิบัติธรรมะงอกงาม มันงอกตรงไหนมันงามตรงนั้น มันงอกอยู่ที่จิตใจ จิตใจดีจิตใจมีปัญญาแล้วเรียกว่างอก ถ้าหากว่าคนไร้ธรรมะไม่ได้ปฏิบัติธรรมะแล้ว จิตมันก็จะหดเหี่ยว จิตใจมันจะแห้งแล้ง จิตใจจะตรอม จิตใจไม่กลมกล่อม มันก็ออกมาทำนองนี้ทั้งนั้น แต่ที่ท่านทั้งหลายจะ

เป็นอุบาสกอุบาสิกาหรือจะเป็นพระสงฆ์องค์เจ้าก็ตาม ถ้าไม่ปฏิบัติธรรมแล้วมันก็ไม่อดทน ผู้ที่ถึงธรรมะและปฏิบัติในตัวในขณะนี้และปัจจุบันนี้ มีแต่ความอดทนอดกลั้น และอดออม มีอะไรก็ประนอมยอมความ บัวไม่ขำน้ำไม่ขุ่น ก็เรียกว่าธรรมะ ผู้ที่มีความขยันหมั่นเพียร **วิริเยนะ ทุกขมัจฺเจติ** ก็เรียกว่าธรรมะ เราจะล่องทุกข์ ฟันทุกข์ไปได้ก็เพราะความพยายามและความเพียรของเรา และอุตสาหกรรมพยายามงานต้องสำเร็จและดีและถูกต้อง ก็เรียกว่าธรรมะทั้งนั้น คนไร้ธรรมะคนไม่มีธรรมะประจำใจ ก็คือคนเกียจคร้านในหน้าที่ ไม่รับผิดชอบตัวเอง และตัวเองก็ขาดสัจจะ ไม่มีสัจจวาจา ธรรมะแปลว่าผู้มีสัจจวาจา ก็เรียกธรรมะทั้งนั้น แต่ก็แยกเรียกกันไปตามศัพท์แสงของธรรมะ ก็เรียกว่า ภาวนา ๒ สมถภาวนา วิปัสสนาภาวนา แต่แล้วก็ต้องอดลงทำย ธรรมะไม่ได้ **กรรมฐาน** เรียกว่า **ธรรมะ สมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน** การทำให้ฐานเกาะ ทำให้จิตใจเบิกบาน ทำให้จิตใจยิ้ม ทำให้จิตใจไม่เศร้าหมอง จิตใจปรองดอง สามัคคีกาย สามัคคีจิต ชีวิตจะแจ่มใส ก็คือธรรมะ ถ้าคนมีธรรมะประจำจิตประจำใจ มันก็ต้องงอกบริบูรณ์เพิ่มพูนบริบูรณ์ทุกประการ

ท่านทั้งหลายเราเจริญกรรมฐาน เจริญสติปัญญา ๔ ก็ต้องให้จิตใจนั้นประกอบไปด้วยธรรมะทุกด้านทุกวิถีทางเพื่อขันธ์ธรรมคำแห่งความอดทน เรามีสติควบคุมจิตเมื่อใดมีความรู้เกิดขึ้นเมื่อนั้น คนที่ไร้สติขาดสติแล้ว จิตไม่มีความรู้จริงเลย มันจะรู้ปลอม มันจะรู้ข้อมใจ จะไม่เกิดประโยชน์โสตถิผลแต่ประการใด บางท่านตั้งใจเต็มที่เลย จะปฏิบัติ ๗ วัน สองวันก็กลับแล้ว ไม่อดทนแถมเลือกอาหารอีก คนที่มีธรรมประจำใจนะเขาไม่เลือกอาหาร ส่วนใหญ่จะเป็นคนจีน เราจะเห็นมาจากเมืองจีนนี่จีนมีธรรมะ เขาสามารถรับประทานได้ง่าย ๆ ข้าวเหนียวจิ้มน้ำพริกปลาป่น เขาก็มีธรรมะอดทน คนที่ไม่มีธรรมะ จะเลือกอาหาร กินไม่ได้ ต้องกินอย่างดี คนกินอย่างนี้ไม่ใช่คนมรรยาธอย่างที่พระพุทธเจ้าสอนภิกษุสงฆ์ผู้ทรงศีลสังวรพระวินัย สังวรสำรวมแล้ว ผากชีวิตไว้กับญาติโยม โยมมีเกลือก็ฉันเกลือ โยมมีมะเขือก็ฉันมะเขือ โยมมีน้ำปลา ก็

ฉันน้ำปลา เพราะพระท่านมีธรรมะ เพราะพระท่านใจประเสริฐ ภัณฑะ ข้าแต่พระสงฆ์ผู้
เจริญ คนที่เจริญแล้ว อริยเจ้าด้านจิตใจแล้ว รับประทานอะไรได้ทั้งหมด แต่ของนั้นจะ
เป็นของอะไรก็ตาม จุดมุ่งหมายต้องการให้สะอาดไม่สกปรก ทำให้สะอาดถึงภาชนะ
นั้นจะเป็นกะโหลกกะลาใส่เป็นภาชนะ แต่ก็สะอาดสวยงาม แต่เครื่องโถงลายทอง
เครื่องสังคโลกของแพงแต่สกปรกเปื้อนเปรอะเลอะเทอะไม่สะอาดพอที่จะใส่ของนั้น
ได้ ก็นี่แหละก็เป็นธรรมะ

คนที่มีธรรมะประจำใจ หนึ่ง จะไม่ถือตัว มีอะไรก็รับประทานได้ แต่เท่าที่
อาตมาสังเกตโยมมาอยู่กรรมฐานมาบ่นให้ได้ยินว่า กับข้าวกินไม่ได้ เราอยู่บ้านเคย
กินไอนั้นไอนี้ชื่อเอา แต่มาอยู่กินไม่ได้เราก็ปฏิบัติไม่ได้ อย่างนี้คนไร้ธรรมะ คนไม่มี
เหตุผล พระพุทธเจ้าของเราจะเป็นจักรพรรดิ เจ้าชายสิทธัตถะเป็นพระราชโอรสของ
พระเจ้าสุทโธทนะ เป็นจักรพรรดิราชาธิราชเสด็จออกบรรพชา แล้วก็พวกชาวบ้าน
ชาวเมืองรู้ว่าเจ้าชายเสด็จมาก็ยังไม่ทราบ เพราะตอนนั้นท่านยังไม่ได้ฉายาว่า
พระพุทธเจ้าในโลกเพียงแต่เป็นนักบวช เป็นนักบวชก็แสวงหาโมกขธรรม แสวงหา
ความจริงของชีวิตต้องอยู่ด้วยธรรมชาติ นอนกับดินกินกับทราย นั่นคือพระพุทธเจ้า
เป็นลูกของจักรพรรดิ เป็นลูกของพระเจ้าแผ่นดิน เมื่อญาติโยมเอากับข้าวมาแล้ว แต่
ประเพณีนิยมเขาใช้ทานอะไรเขาก็เอาเขามา บางถิ่นฐานรับประทานข้าวไม่เหมือนกัน
ยกตัวอย่างให้เห็น อย่างโยมภาคเหนือ ภาคอีสาน ก็ชอบรับประทานข้าวจ้าวและข้าว
เหนียวก็ทานน้อย แต่ส่วนญาติโยมประเพณีบางบ้านทานข้าวเหนียวทั้งบ้าน อาตมา
เคยเดินธุดงค์ไปอยู่ในบ้านนั้น ในหมู่บ้านเขาใส่บาตรข้าวเหนียวทั้งนั้น ก็ต้องฉันจะ
เป็นอะไรก็ตามกินได้ไม่เป็นพิษเป็นภัยต่อร่างกายก็แล้วกัน

บางแห่งทำกับข้าวมาถวายเจ้าชายจักรพรรดิพระองค์จะอยู่ในรั้วในวัง จะเสวย
พระกระยาหารยังงี้ก็ได้ ปราสาทมีถึง ๓ ฤดู ฤดูร้อนก็อยู่ปราสาทนี้ ฤดูหนาวก็อยู่

ปราสาทนั้น ฤดูฝนก็ต้องอยู่ปราสาทนั้น มีถึง ๓ ฤดู จะอยู่ยังไงก็ได้สบายจริง ๆ สะดวกสบายจริง ๆ คนที่มีความสบายและสะดวกจะไปพบของจริง มันมีพวกดีด สี ดี เป่า พระเจ้าสุทโธทนะให้นางสนมกำนัลนางมาดีด สี ดี เป่า ร้องรำทำเพลงกล่อมทุก วัน เพื่อจะไม่ให้เจ้าชายเสด็จออกบรรพชา เพราะพราหมณาจารย์ทำนายไว้ พราหมณ์ทั้ง ๘ ได้ทายไว้ พราหมณ์ ๗ ท่านทายว่าเป็น ๒ สถาน ถ้าออกบวชก็จะได้ เป็นพระพุทธรเจ้า ถ้าครองราชสมบัติจะไม่มีใครสู้ได้ เป็นจักรพรรดิ แต่พราหมณ์หนุ่ม ที่สุด คือ **อัญญาโกณฑัญญะ** ทายไว้ในลักษณะเดียว ต้องเป็นพระพุทธรเจ้า ๑๐๐% ไม่ต้องอยู่ครองฆราวาส ครองราชสมบัติ ต้องออกบวช จึงต้องมีนางสนมกำนัลนางมา ร้องรำทำเพลงยั่วยุ สร้างปราสาทถึง ๓ ฤดู ให้แก่เจ้าชายแล้วไม่ให้เสด็จไปทางไหน กลัวจะไปเจอเทวทูตเข้าเดี่ยวจะเบื่อหน่าย จะเสด็จออกบรรพชา แต่แล้วพระองค์ก็ ร้อนรุ่มกลุ้มใจออกเสด็จไปประพาสป่า ประพาสทุกยาม ทำให้เจอเทวทูต คนกำลัง เกิด แก่ แล้วก็กำลังเจ็บ เหลือแต่กระดูก แล้วก็ใกล้จะตาย แล้วก็เห็นคนตายหามไป หามมานำไปเผาไหม้หลาย ทำให้พระองค์คิดได้ ทบทวนจิตนี้แหละเกิด แก่ เจ็บ ตาย มันแก้ไม่ได้ แก้ไม่ได้เลย แต่ของแก้ได้ก็ควรจะแก้ มีของแก้บ้างมัย มียาชนิด ไหนมัยกินไม่แก้ แก้ไม่ให้อายุ แก้ไม่ให้อายุ มันไม่มีเลย ทรงเล็งเห็นเช่นนั้น เลยก็จะมี ยาอีกชนิดหนึ่ง วิชาชนิดหนึ่งต้องไปแสวงหาเอาเอง คือวิชามาแก้ไม่ให้เกิด แก่ แก้ไม่ ให้ แก่ แก้ไม่ให้อายุ แก้ไม่ให้อายุ พระองค์ก็ออกเสด็จบรรพชาต้องการวิชาเหล่านั้นเพื่อ ช่วยชาวโลกทั้งหลายลืมนตาอำปากเห็นโลกสว่างไสว ทำจิตให้เบิกบาน ท่านทั้งหลาย ไม่ต้องกลัวตายกลัวเจ็บ เพราะทุกคนไหน ๆ มันก็เกิดมามันก็ต้องตายทุกคน มันก็ต้อง เจ็บด้วยกันทุกคน มันก็ต้องพลัดพรากจากของอันเป็นที่รักของที่ชอบใจด้วยกันทุกคน แก้ไม่ได้ ส่วนที่แก้ได้เราก็แก้ ที่แก้ไม่ได้อย่าไปแก้มันเลย โยมอบาสกอบาสิกามันแก้ ไม่ได้ ไม่ต้องไปแก้มัน มันจะต้องแก้แล้วมันก็ต้องเจ็บ มันก็ต้องจากมันก็ต้องตาย สู สัมปรายภพ อย่าไปหลงใหลไซชนอนยั่ว เอามาแก้เลย

บางทีคนแก่ก็อยากจะให้สวย ปกปิดความแก่ แล้วมันก็ต้องเจ็บ มันก็ต้องจาก
สู่สัมปรายภพ อย่าไปหลงใหลไซ้ชอนยั่วยุ เอามาแก้เลย สิ่งใดแก้ได้ก็แก้ซะ สิ่งใดแก้
ไม่ได้ อย่าไปแก้ให้มันเสียเวลาไปเปล่า จะไปหาอายุวัฒนะที่ไหนเล่า กินไม่ให้อ้วน
ไม่ให้ตาย ไม่มีทางแล้ว อย่าไปแก้มันเลย วิชาที่พระพุทธเจ้าแก้ไม่ให้เกิด ก็วิชา
กรรมฐาน วิชาโมกขธรรม พระองค์ได้ไปเห็นของจริงมาแล้วอยู่ถึง ๖ พรรษา นอนกับ
ดินกินกับทราย ถึงจะเห็นของจริง เดียวนี้นั่งกรรมฐานในห้องแอร์กันในกรุงเทพฯ ของ
ปลอมทั้งนั้น หนาวก็ทนไม่ได้ ร้อนก็ทนไม่ได้ ทนไม่ได้ทั้งนั้น ร้อนจัดก็เลิกทำ หนาวจัด
ก็เลิกเร็ว เร็วไปสายไป บ่ายไป เย็นไปทั้งนั้นเลย เป็นสิ่งที่เราควรระวัง ก็คืออยแก้ แก้
ไม่ได้ก็ไม่ต้องไปแก้ ถ้าเกิดเจ็บไข้ถ้าไม่ถึงวาระและเวลามันก็แก้ได้ คนนั้นถึงวาระชั้น
สุดท้ายก็ต้องตาย ให้หมอเทวดาก็เอาไว้ไม่ได้ ยาเทวดาก็เอาไว้ไม่ได้ เทวดาก็ต้องจุติ
พระอินทร์ก็ต้องจุติ ก็ต้องตายด้วยกันทั้งนั้น หลักเกณฑ์วิธีการเป็นเช่นนั้น

ในเมื่อเป็นเช่นนี้แล้ว ท่านทั้งหลายเอ๋ย เราจะหาอะไรมาแก้ มันไม่มีอีกแล้ว พัน
นอกเหนือจากการเจริญพระกรรมฐานดีที่สุด จะได้ไม่ต้องกลัวตาย ไม่ต้องกลัวแก่ ไม่
ต้องกลัวเจ็บ ถึงคราวเจ็บก็ต้องเจ็บ ถึงคราวตายก็ต้องตาย นึกถึงความตายไว้ให้มัน
เคยชิน นึกถึงความตายไว้ให้เคยชินวันละหลาย ๆ ครั้ง หายใจเข้าออกในขณะนี้ เรา
อาจจะตายคืนนี้ เราอาจจะตายวันพรุ่งนี้ใครจะรู้ได้ ถ้าเราเคยชินกับความตาย เราจะ
ได้ไม่ต้องกลัวตาย จิตใจจะได้เข้มแข็ง จิตใจจะได้มีแรงขยันอดทนต่อไป **ถ้าท่าน
ทั้งหลายกลัวตาย ต้องตายแน่ ๆ และตายไวด้วย จิตตกทับก็ยิ่งซ้ำเป็นโรคมะเร็งไป
เลย ตายไวเลย** นี่แหละพระพุทธเจ้าสอนให้ชินเสีย เคยชินกับความแก่ ความเจ็บ
ความตาย เคยชินต่อการที่จะต้องพลัดพรากจากของอันเป็นที่รัก ของที่ชอบใจด้วยกัน
ทั้งสิ้น ไม่มีใครจะอยู่กับของที่รักตลอดไป มันก็ต้องจากกันไป บางคนไม่จากเป็นมันก็
ต้องจากตาย บางคนเสียตายเหลือเกินจากกันตอนเป็นสามีภรรยาทิ้งขว้างกัน ทิ้งลูก

ทั้งครอบครัว เป็นที่น่าเสียดาย ถ้ายังงี้ก็ต้องทิ้งกันได้แน่นอนคือตาย แต่ยังไม่ตายนี้ ไม่น่าจะทิ้งกัน น่าจะช่วยเหลือกันไปก่อนนะอย่างนี้เป็นต้น

ท่านทั้งหลาย คนที่มาที่นี่ทุกประเภทที่วัดเรานี้ละ ก็ขอฝากความจริงใจไว้ บางคนพูดให้ได้ยินเลย กับข้าวกินไม่ลง ที่บ้านเรากินหมูเห็ดเป็ดไก่ อย่างนี้กินกับเขาไม่ได้หรอก ไม่ใช่วิสัย พระพุทธเจ้าเสียอีก เราเป็นลูกตถาคต โยมเป็นอุบาสกอุบาสิกา ก็เรียกว่าลูกตถาคต ก็เรามาเนกขัมมปฏิบัติก็เรียกว่า **ลูกตถาคต** เราเป็นลูกของพระพุทธเจ้ากันทั้งนั้นทุกคน แต่ว่าเป็นพระสงฆ์องค์เณร ก็เป็นญาติโยม ก็เราเป็นลูกท่านทั้งนั้นแต่ไม่เชื่อพ่อไปเชื่อใคร จะกินหมู เห็ด เป็ด ไก่ บางคนก็รับประทานเจก็ได้ ก็ไม่ได้ห้าม พระพุทธเจ้าก็ไม่ได้ห้าม มังสวิรัต พระองค์ก็ไม่ได้ห้ามพระภิกษุเลยนะ แต่ท่านห้ามไว้อย่าฉันเนื้อมนุษย์ เนื้องู เนื้อเสือ ก็ว่าไปตามเรื่องห้าม เพราะสัตว์ประเภทนี้ไม่ควรจะไปฉัน แต่บางท่านก็ตีพระเณรว่า ยังฉันเนื้อสัตว์อยู่เลยแล้วจะเป็นพระได้อย่างไร พูดกันเยอะแยะ ข้อเท็จจริงพระไตรปิฎก ดูพระธรรมวินัยให้ครบไม่มีข้อบัญญัติเลยว่าห้ามไม่ให้ฉัน แต่ปัญหาได้อยู่อันหนึ่ง ถ้าเราไปบ้านเขา เขาไปเอาไก่มาฆ่าต่อหน้า แล้วก็เอามาแกงให้พระ ถ้ารักษาวินัยฉันไม่ได้ เขาฆ่าเพื่อเรา เราก็บาปด้วยซิ แต่ของที่เขามีอยู่แล้ว เราไปที่บ้านเขา เขาแกงไว้ก่อน ตั้งแต่เข้าแล้ว เขาก็ไม่หมายความว่ามาถวายพระหรือไม่ เราไปเขามาถวายเราก็ฉันได้ ไม่ใช่เราไปให้เขาฆ่า พอพระมาบ้านไม่หากับข้าวไม่ได้

เราเคยไปผจญมา โยมก็ขยิบขยิบตาให้ลูกไปเอาไก่เอามาฆ่าแล้วมาแกง เราก็ยังอุตส่าห์ขอบิณฑบาตเขาอย่าเลย น้ำปลาก็ได้โยม น้ำพริกก็ได้โยม อย่าสร้างบาปอาตมามาโปรดโยมนะไม่ได้มาทำให้โยมเป็นบาปเป็นเปรต เคยประสบด้วยตนเองแล้วอย่าบอกที่ท่านรู้ได้ยังไง ก็เรามีจิตวิทยารู้ได้บ้างเขาสั่งลูกให้ไปเอาไปฆ่า ไม่มีอะไรเลยวันนี้ กับข้าวไม่มี ในครัวเขาน้ำพริกปลาร้า มีผัก ไม่มีกับข้าวถวายก็อ้ายก็

ต้องการเอาไก่มาฆ่า เอาเปิดมาฆ่าถวาย แล้วเราก็ขอบิณฑบาต บอกเขาน้ำปลาถ้วยเดียวก็ได้ ไม่เป็นไรหรอกนะ

นี่แหละท่านภิกษุทั้งหลาย เราฝากชีวิตไว้กับญาติโยมทั้งนั้น โยมมีเกลือฉันเกลือ โยมมีมะเขือฉันมะเขือ ไม่มีไม้ฉัน ถึงจะได้ธรรมะ ถึงจะได้ความอดทน เห็นแก่ปากเห็นแก่ท้องไม่สำเร็จมรรคผลหรอก นี่แหละพระพุทธเจ้าท่านก็เสด็จอรุณราวป่า อรุณวาสี แล้วนั้นไปแสวงหาที่ชอบ ที่ต้องการแสวงหาวิชาแก้ไขปัญหากับแก้ไขทุกข์ ชาวบ้านก็เห็นว่าพระองค์เสด็จมาก็เอาของมาถวาย ข้าวก็แดง แกงก็เค็ม สิทธิตถะ หรือจะเต็มใจกลืน กลืนไม่ลง ในเมื่อกลืนไม่ลงเช่นนี้แล้วเราอยู่ในปราสาทราชวัง เสวยพระกระยาหารยังงี้ก็ได้ แต่แล้วเจ้าชายพิจารณาปัจจัย ๔ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ คิลานเภสัช จะมีหลักขึ้นมา เวลารับพระเคนก็ **ยถาปัจจุเวกขณะ** เวลาจะฉันก็ **ปฏิสังขาโยนิโส ปิณฑปาตัง ปฏิเสวามิ** ก็ออกมาในรูปแบบนี้ให้พิจารณา ข้าวก็แดง แกงก็เค็ม สิทธิตถะต้องเต็มใจกลืน สันโดษมักน้อย โยมมียังงี้ก็ฉันอย่างนั้น ไม่ใช่ว่า หลวงพ่อลูกฉันมาบวชที่นี้ฉันไฉนฉันไม่ได้นะ อาหารก็ต้องมีไฉนฉันนะ ต้องมีไฉนฉันนะ ลูกฉันจะฉันได้ บอกถ้าอย่างนั้นก็ไปบวชที่อื่นเลย ใครจะหามาให้ฉัน จะไปฆ่ากุ่มฆ่าหมูที่ไหนล่ะ

ท่านทั้งหลายเอ๋ย เราเป็นนักบวชแล้วมีอะไรฝากชีวิตไว้กับญาติโยม ภิกษุแปลว่า ว่านอน สอนง่าย ไม่ดีอรันเลี้ยงง่าย มีอะไรก็ฉัน ไม่มีก็ไม่ต้องฉัน โยมเขาไม่มีเราก็ไม่ต้องฉัน ถ้าอย่างนี้ลูกตถาคตแน่ นี่แหละท่านทั้งหลายเอ๋ย นอนกับดินกินกับทรายเดี๋ยวนี้ลูกผู้ดีมันไม่ใช่ผู้ดีนะสิ ไม่ใช่ลูกสัตยชาติผู้ดี แต่เป็นลูกที่พ่อแม่เอาใจมาเลี้ยงด้วยความเอาใจตามใจลูกตลอดมา โตขึ้นว่านอนสอนยาก ถ้าไปตั้งหลักฐานหางานก็เลี้ยงงานเก่ง หนักไม่เอาเบาไม่สู้ตลอดรายการ ได้ตำราที่วัดนี้ก็มาก บางที่เต็มใจจะมานั่งกันมีศรัทธามาจากบ้านกันเต็มที อยู่ได้คืนเดียวเช้าลาแล้วลาบอกเหตุใด

จึงกลับ ลูกเขากินไม่ได้แล้วก็ปวดหัว นี่แหละคนตามใจตัวไข่ม้อย ตามใจตัวไม่ได้พบ
ธรรมะ ตามอารมณ์ตัวไม่พบธรรมะเลย พ่อแม่เลี้ยงมาอย่างดีแต่ไม่รู้เลยว่าพ่อแม่จน
มาก่อน พอเรามีเงินทองได้ลูกมันเกิดมา เกิดมาในกองเงินกองทองที่พ่อแม่ต้องเหนื่อย
ยาก ก็ขอเจริญพรญาติโยมว่า คนที่มีเงินมีทองนี้ เขาจนมาก่อนทั้งนั้น ไม่มีใครรวยมา
จากท้องแม่หรือก มีเงินมีทองมาจากท้องแม่แต่ประการใด

ท่านพระภิกษุณวกะทั้งหลาย ดูจักรพรรดิพ่อของเรานั้นนอนอยู่โคนไม้รุกขมุล
ทั้ง ๆ ที่เป็นจักรพรรดิ สมบัติมากมาย ก็เปรียบเทียบกับอีกครั้งหนึ่ง ก็คือพระโพธิสัตว์
พระเวสสันดรกับนางมัทรี สีกษัตริย์ตราตลอดก็ต้องซาลี้และกัณหาโนนอยู่ป่าหิม
พานต์ ต้องเดินเท้าตลอดรายการ ต้องไปหาผลหมากรากไม้มาฉัน ข้าวปลาอาหารก็
ไม่มีจะรับประทาน นั่นคือพระพุทธเจ้าที่เสวยพระชาติเป็นพระเวสสันดร ลำบากลำ
บนก่อน คนที่จะได้ดิบได้ดีนั้น มีความสุขต้องเกิดจากความทุกข์ ต้องระทมขมขื่นมา
ก่อน หนักก็เอาเบาที่สู้ ความรู้ก็ดี พอไปตั้งหลักฐานก็จะอดทนต่อผู้ต่อไป เดียวนี้ผู้
ปฏิบัติธรรมไม่ใช่ผู้ดีหรือก ผู้ดีต้องมีระเบียบแบบแผน ผู้ดีต้องเลี้ยงง่ายไปบ้านใครก็ไม่
ถือตัว บ้านนั้นมีเฉพาะน้ำปลาร้ากับน้ำพริกไม่ถือตัว ง่าย ๆ ยกตัวอย่างให้เห็น
สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาสยามบรมราชกุมารี ข้าราชการบริพารในสำนักพระราชวังที่
ตามเสด็จไปเล่าให้อาตมาฟัง เสด็จเมืองจีน เมืองจีนเอาตุ๊กแกเอามาให้เสวยก็เสวยได้
เขาให้ยังงี้ออย่างนั้น ทานอย่างนั้น ถึงเข้าจิตเข้าใจกันได้ รู้จิตรู้ใจกันได้ ถึงจะเป็น
เพื่อนที่ดี เป็นมิตรภาพที่ดีออกไปแบบนั้น นี่พระพุทธเจ้าของเราท่านจึงมิให้พระสงฆ์
องค์เจ้าพิจารณาปัจฉัย ๔ จะห่มจีวร บิณฑบาต เสนาสนะ คิลานเภสัช ต้องพิจารณ
าก่อน ก่อนจะฉัน เวลารับประทานนั้นแหละคือกรรมฐาน ไม่ใช่รับประทานสงเดช แล้วก็
ฉันเลยนะเป็นอภิติโทษ เป็นบาปเป็นกรรม นี่แหละท่านทั้งหลายที่มานั่งกรรมฐาน
บางคนก็บ่นว่ากับข้าวไม่อร่อยไม่มีอะไรเลย แต่อย่าลืมว่า เป็รียว หวาน มัน เค็ม ต้อง
กำหนดว่า รสหนอ รสหนอ เป็นต้น เราฉันเพื่อยังชีวิตไปวันหนึ่ง โภชนะ มัตตัญญูตา

รู้จักประมาณการอาหารพอสมควร ไม่มากเกินไปและไม่น้อยจนเกินไป ให้มันสะอาด
อย่าให้สกปรก ก็พอรับประทานได้ พวกที่ไม่ถือนิยั้งก็กินอย่างนั้น

บางทีพระท่านออกอุตุรงค์เดินกลางดงกลางป่าก็ฉันทหัวเผือก หัวมัน ฉันทอดไม้
ผลหมากรากไม้ โยคี ฤาษี ซีไพร ก็มีมากหน้าหลายตา ยกตัวอย่างพระมหากษัตริย์
เมืองหนึ่งไปบวชเป็นฤาษีซีไพร ก็ไม่มีข้าวปลาอาหาร มันอยู่ในดงในป่าอยู่ป่าหิม
พานต์มีแต่ผลหมากรากไม้ที่จะต้องฉันทเท่านั้น เรียกว่า **โยคีฤาษีซีไพร** ผู้ที่มาปฏิบัติ
กรรมฐานนี้เรียกว่า **โยคี** ผู้บำเพ็ญเพียร ไม่ใช่ผู้ขี้เกียจ โยคี ผู้บำเพ็ญเพียร ผู้ขันธ์
ความอดทน คนที่มีขันธ์ความอดทนและบำเพ็ญเพียรไปนั้น จะสำเร็จมรรคผลได้
แน่นอนทุกคน คนที่อดทนไม่ได้ไม่มีความเพียร อาหารก็เลือก กินไม่ได้ กินไม่ลง
รับรองก็ร้อยกิโลชาติก็ไม่สำเร็จ ทำอะไรก็ไม่สำเร็จแต่ประการใด เราจะเห็นคนมาจาก
เมืองจีนอยู่เมืองไทย ก็เล่าให้อาตมาฟัง บอกหลวงพ่อดี ผมกว่าจะรวบมาเป็น ๑๐๐
ล้าน ๑,๐๐๐ ล้าน กินข้าวปุกเค็ม กินข้าวกับปลาทูลาคาตุก ๆ บางครั้งก็กินข้าวกับ
น้ำปลา บางครั้งเลยก็กินข้าวกับเกลือ บัดนี้ผมเป็นเศรษฐีแล้ว คนที่ถือตัวและถือ
อาหารเป็นอะไรไม่ได้เลยนะ เข้ากับใครก็ไม่ได้ด้วย อดทนไม่ได้ โยมหญิงโยมชาย
มนุษย์อะไรกันทดสอบอะไรบ้าง บางคนก็ไม่รู้จักไม่มีความเข้าใจแต่ประการใด มี
ความหมายอยู่ไม่ใช่บ่อย นี่แหละความอดทนอดกลั้น อดออม **ทองคำต้องสู้ไฟ ไม้
ใหญ่ต้องสู้ลม** ขันธ์ความอดทนนั้นเองมีประโยชน์มาก

พระพุทธเจ้าของเราเป็นจักรพรรดิ ไม่ทรงถือพระองค์แต่ประการใด เข้ากับเด็ก
ได้ผู้ใหญ่ดี กระทั่งโสเภณีงามเลิศงามโฉม นำข้าวอาหารบิณฑบาตท่านยังไปรับ ไป
เสวยพระกระยาหารโสเภณี เพื่อต้องการจะไปโปรดให้โสเภณีกลับร่ายกมลชาติได้ ไม่
เคยถือพระองค์แต่ประการใด อันนี้ก็ขอฝากพวกโยคีนักปฏิบัติไว้ด้วย ต้องอดทน ต้อง
มีความเพียร ถึงจะได้ผล อาหารการบริโภคนี้เรารับประทานเพื่อยังชีวิตให้อยู่ในวัน

หนึ่งเท่านั้นเองนะ ไม่ใช่รับด้วยกามคุณ ๕ หรือรับอาหารไปเพื่อกาม เพื่อบำรุงร่างกายให้แข็งแรงเท่านั้น โยคีผู้บำเพ็ญเพียร รับอาหารเพื่อยังชีวิตให้อยู่ไปวันหนึ่งเท่านั้น แล้วจะสร้างความคิด และอดทนต่อไปด้วย

อาตมาไปรุดงค์กับหลวงพ่อกว้างใหญ่ในป่า ท่านบอกรับบิณฑบาตวันนี้ไม่ได้ข้าว อยู่ในป่าดงพงไพร วิธีปฏิบัติของท่านทำอย่างไร ท่านบอกว่าเอาน้ำสะอาดใส่บาตรเข้า พิจารณาปฏิสังขารโย แต่ไม่ใช่เสกคาถา พิจารณาที่เราจะฉันนะ ก็ดื่มน้ำไปเต็มบาตรฉันให้หมดไปให้อิ่มเลยทีเดียวก็นั่งเดินไปได้วันหนึ่ง ขาดน้ำไม่ได้ ทำสนบบอกต้องอดทนนะ คนที่จะดีได้ต้องอดทนได้ กระทบกระเทียบไม่ต้องโกรธ ไม่ต้องอะไรใคร อดทนตลอดต้นชนปลาย รับรองได้ดีแน่ ๆ ความอดทนเป็นสมบัติของนักสู้ ความรู้เป็นสมบัติของนักปราชญ์ ความสามารถเป็นสมบัติของนักประกอบกิจ ความมีระเบียบทุกชนิดถึงจะเป็นคุณสมบัติผู้ดี กินอะไรไม่หลง อดทนก็ไม่ได้เป็นผู้ดีได้อย่างไร เป็นผู้ดีนะอดทนยิ้มสู้ตลอดรายการ หน้าเขาเบาสู้ทั้งนั้น ปฏิบัติหน้าที่ เดียวนี้ไม่มีแล้ว หาผู้ดีเต็มขั้นไม่ได้เลย ดูในครัวเขามีกัลยน้ำว่า มีปลาทูปูเค็มแล้วมีผักกาดดอง หอมดอง กระเทียมดอง จิ้มน้ำพริก จิ้มเต้าเจี้ยว บางคนไม่ทานน้ำพริกปลาร้า ก็ใช้เต้าเจี้ยวหลน เคยไปดูในครัวคนที่เขาจนมาก่อน แล้วเขาก็รวยมา ณ บัดนี้ นี่แหละคนรวยมาจากความจน ท่านมีความสุข รู้ว่าความสุขแท้จริงท่านต้องผ่านทุกข์มาก่อน เหมือนพระพุทธเจ้าไปอยู่ในกลางป่าไปทรมานอยู่ในกลางป่า ไม่มีอะไรจะเสวยเลยนะ อดทนต่อสิ่งเพราะของกินแน่ ๆ เราหิวแล้วหายนั่นก็เจ็บ มีแต่เวทนาตลอดรายการ ก็ต้องกำหนดจิตตั้งสติปัญญาไว้อดทนอดกลั้นไว้ เดียวนี้คนอดทนไม่ได้

อาตมานี้มานึกดูไอ้คนนี้มีบุญจริง ๆ คนมีบุญนะอดทน อดอยากปากแห้งก็ต้องทน คนมีบุญ คนไร้บุญวาสนาเหมือนสำรวยสรวยหุ้พัฒนาเนาดีพิลึก ชอบสังคมชอบเที่ยว ชอบแต่งตัวไปในสังคม แล้วเวลาจะทานอาหาร ข้าว ๕ แกลง ๕ ทานไม่ได้ ต้อง

ไปนั่งโต๊ะนั่งเหลา ต้องกินอาหารราคาเป็นพันเป็นหมื่น คนประเภททุกวันนี้ รวยถึงขนาดไปนั่งกินเหลา คนที่ดีมีปัญญานั้นข้าวแกงข้างถนนเขาก็กินได้ ข้าวตักเข้าเอาแกงราด น้ำปลาใส่พริกชี้หนูหน้อย เขายังกินได้ นั่นคนรวย คนเศรษฐี แต่เดี๋ยวนี้ไม่ใช่เศรษฐี แต่ไม่มีคำว่ารวยอยู่ในจิตใจ รวยจิตใจจะต้องรวยธรรมชาติ ธรรมะนี้ทำให้คนรวย รวยแล้วก็สวยงามดูชม อุดหนุนตลอดไปถึงจะถูกต้อง เดี่ยวนี้ไม่อุดหนุนแล้ว บางทีหนุ่ม ๆ สาว ๆ รุ่น ๆ มากับแม่บอกจะอยู่ ๗ วัน บอกอยู่ได้นะ อยู่ได้ค่ะ เอานะต้องอุดหนุนนะ เขาอยู่บ้านตื่น ๒ โมงเช้าแม่เขาตามใจ ต้องทำกับข้าวให้พร้อมก่อนแล้วไปปลุกลูกมากินก็ทำให้เคยชินเช่นนี้ ไม่ต้องมาปฏิบัติหรอก เขาตื่นมาตี ๓ ตี ๔ ลูกเขตื่น ๒ โมง ๓ โมงเช้า แล้วพ่อแม่ก็ต้องปลุกลูกให้ตื่นขึ้นมา อุดหนุนไม่ได้ แยกห้ามไม่เป็น อย่างนี้มีมากในวัดเรานี้แหละ ก็ขอฝากญาติโยมไว้ด้วย เป็นตำราให้อาตมาแล้วถูกต้องเป็นของจริง ไม่มีปลอมแล้ว คนที่รักต้องการจะสร้างชีวิตจริง ต้องนอนอยู่ใต้โคนไม้ที่ขอบเนินจกรมได้ ปฏิบัติอดทน ปวดกำหนด เสียใจกำหนด ดีใจกำหนด ตั้งสติอดทนรับรองได้ผลอย่างแน่นอน

บางคนไม่เอา นั่งไม่ได้ขอกลับ บอกมันเป็นยังไงหรือ นั่งแค่ ๕ นาที ฉันจะตายไม่เคยอดทน ถ้ามไปถามมา อยู่บ้านเขาไม่ค่อยเอางานเอาการ พ่อแม่ทำให้หมดเลยนะ แล้วมันจะอดทนอะไรได้ จะเป็นโยคีได้อย่างไร โยคีผู้บำเพ็ญเพียร จึงเรียกว่า โยคีหรือโยคาวจร พวกสัจจกร พวกโยคีปฏิบัติหน้าที่อดทนตลอดรายการมีน้อยเหลือเกินแล้วไหนเล่าจะสำเร็จมรรคผล ทำงานจะสำเร็จได้อย่างไร ออกมารูปแบบนี้ ไม่มีความอดทนเลย แล้วก็กินไม่ได้ เมื่อสามปีมานี้ จำได้ชัดยังจดไว้ หลวงพ่อวัดนี้อดมัยกับข้าวอย่างงั้นมีมัย กับข้าวอย่างนี้มีมัย ให้แม่ครัวทำให้ลูกฉันด้วยนะ เพราะว่าลูกฉันกินยาก เอ บวชแล้วต้องกินง่ายสิ ข้าวคลุกน้ำปลาก็กินได้ ถ้าหากว่าอดไม่ได้นะทนไม่ได้ไปบวชวัดอื่น ไปบวชอยู่กลางตลาดนุ่น มันมีข้าวแกงขาย บวชอยู่กลางตลาดเลย วัดอยู่กลางตลาดเลย อย่างสิงห์บุรี มีอยู่วัดหนึ่ง วัดโพธิ์แก้ว อยู่กลางตลาดเลยก็

ซื้อปืนโตเข้ากินอย่างดีเลย กินกุ้งเผา ปลาหมึกแม่ลา จะกินหมู เห็ด เบ็ด ไก่ สบายมาก ถ้าประเภทนี้แล้วเอาปูนหมายหัวไว้ก่อน เอาดีไม่ได้เลย ไม่ได้ดีแน่นอน ก็ขอฝากญาติ โยมไว้ในวันนี้ ได้ตำราจริงหลายราย

บางคนพากันมา ตั้งใจจะกำหนดว่ามีความทุกข์ เข้างานก็มีคนอดใจ ไปทำงาน ไลน์อดใจลาออกมา มาบริษัทนี้ก็โดนอดใจ ไปที่ไลน์ก็โดนอดใจ ก็จะหนีไปไหนเล่า อดทนซี ใครอดใจใครด่า ใครว่า อดทนหน่อยได้ไหม กำหนดจิตมีสติ ก็มานั่ง กรรมฐานแล้วยังใช้ไม่ได้ แล้วก็ยังมาบอกกับเราให้แผ่เมตตาหน่อย เจ้านายเกลียด ผู้บังคับบัญชาเกลียด ก็ทำให้เขารักง่ายนิดเดียว อย่าไปขัดคอเขา อย่าไปว่ากล่าวร้าย เขา พุดดี ๆ พุดให้เพราะ อ่อนน้อมถ่อมตนต่อท่านผู้ใหญ่ไว้ ผู้ใหญ่จะได้เมตตา มานั่ง กรรมฐานไม่ได้มาอยู่ ว่าจะอยู่ ๗ วัน ที่วัดเราตั้งกติกาไว้ว่า ๗ วันนั้น เนื่องจากว่า ถ้า ทำเก่งทำดี อดทนต่อก็ไม่มีปัญหา สำคัญมาอยู่ยังไม่ทัน ๗ วัน ออกไปแล้วซี ประเภท นี้ เขาจึงตั้งกติกาไว้ ไว้ให้คนอื่นที่เขาทำ คนที่ไม่สนใจไม่มีศรัทธาจะได้ออกไป คนที่มี ศรัทธา มีขันติความอดทนเขาจะได้อยู่ปฏิบัติไป เพราะมันเป็นการถ่ายเทไม่ใช่อยู่ ประจำ ถ้าอยู่ทุกห้องทุกกุฏิเลยละก็ คนใหม่ก็มากันไม่ได้ ก็ไม่หมายความว่าให้โยม อยู่แค่ ๗ วันเท่านั้นนะ ถ้าโยมตั้งใจมีศรัทธาต่อ ทำเก่ง แล้วก็ไม่ให้คนอื่นเดือดร้อน มี อะไรกินอย่างนั้น มีเกลือกินเกลือ มีมะเขือกินมะเขือ ไม่มีไม่กิน ก็ให้ต่อได้ อยู่ต่อไป อีก ๗ วันก็ได้ ไม่ได้มีปัญหาอะไร

แต่ปัญหานั้นจะอยู่แค่นั้นก็เนื่องจากว่า บางคนไม่ยอมทำกรรมฐาน มาเสียง เอ็ดเสียงดังต่อผู้บำเพ็ญสมณธรรม เดี่ยวเที่ยวไปตลาด เดี่ยวออกไปนุ่งออกมาที่นี้ ไม่นั่งเจริญกรรมฐานก็ให้เขาออกไป หลักกติกาจึงมีความหมายอย่างนั้น ก็ไม่ หมายความว่าห้ามเสมอไป ต้องมีกรณีพิเศษเหมือนกัน ถ้าตั้งใจทำอย่างดีบางคนเด็ก เล็ก ๆ อดทนปฏิบัติให้แม่หายจากโรคมะเร็งได้ พ่อล้มลงไปอยู่ห้อง ไอ ซี ยู ลูกมา ๒

คน อุดทนทำตลอดเราให้ทานอะไรก็ไม่ค่อยจะทาน บอกไม่เป็นไรหลวงพ่อบอกหาทานได้
ทั้งนั้น ปฏิบัติซึ่งปฏิบัติจริง ก็ได้ผลได้ธรรมะจริง พ่อพี่น้องเลย จากห้อง ไอ ซี ยู บัดนี้ยัง
อยู่ ๘๐ กว่าแล้วอายุมาก ขอฝากญาติโยมไว้

มันอยู่ที่ความจริงใจและอดทน บางทีพระมาบวชก็ไม่อดทน ไม่อยากจะได้ของ
ดี ของดีนี่มันทำยากหายาก ของไม่ดีนี่ง่ายนิดเดียวหลังไหลไปสู่ที่ต่ำตลอดรายการ
ของดีนี่ถ้าเราดีก็ได้บุญ ถ้าเราไม่ดีมันจะได้ของดีได้อย่างไร ไม่อดทนอดกลั้นตลอด
รายการ เติบจนกรรมก็ไม่เอา นิ่ง ๕ นาทีก็เลิกแล้ว แล้วจะไม่พบของดีและของจริงใน
ตัวเองแต่ประการใด

ขอฝากญาติโยมไป กลับไปบ้านแล้วทำต่อไป เติบจนกรรมนิ่งเข้าก็มีประโยชน์
มาก มีบริษัทหนึ่งอย่าไปออกชื่อเขา บอกหลวงพ่อบอกนี้แยะแล้ว สามี่ไม่ดูแลห้าง
หุ้นส่วนจำกัด ก็เที่ยวไป หนูมีลูกตั้ง ๕ คน จะทำอย่างไร อดทนต่อไปนั่งกรรมฐาน มา
เจริญกรรมฐาน ๕ วัน อดทนทุกอย่าง กลับไปนี่หลวงพ่อบอกจะสู้ต่อไป ถึงสามี่ไม่มา
ช่วยดูแลหนูก็จะจัดการด้วยตนเอง บัดนี้บริษัทห้างหุ้นส่วนจำกัดดีขึ้นเยอะแล้ว มี
บริวารมากมายกายกอง แต่สามี่ไม่เอาไหนเลย นี่ก็ได้ผลจากกรรมฐานให้อดทน ทำให้
เกิดปัญญาแก้ไขปัญญา สามารถจะดูแลได้ถึง ๕ คน เข้ามหาวิทยาลัยได้ เป็นผู้หญิง
แม่บ้านมันมีตัวอย่างมากมาย แต่เราจะอดทนได้หรือไม่ได้มันอยู่ที่โยมแล้ว ถ้าโยมไม่
สนใจตัวเองนะก็น่าสงสารที่เกิดมาเสียชาติเกิด ไม่มีความสนใจตัวเองแต่ประการใด
ต้องทนทุกข์ทรมานก่อน บางคนกำพรว้าพ่อกำพรว้าแม่ อยู่กับน้ำ ต้องอดทนทุกอย่าง
ล้างถ้วยล้างชามทำงานอดทนไปเป็นลูกจ้าง ไปเรียนหนังสือ บัดนี้มีเงินมีทอง
มากมายกายกอง นี่กำพรว้าพ่อแม่แต่เล็ก พ่อแม่ตายหมดเพราะอะไรรู้มั๊ย รถชนตาย
พ่อแม่ตายทั้งคันรถ เลยก็ต้องอาศัยน้ำอยู่ตลอดรายการ บอกหลวงพ่อบอกคะ หนูกำพรว้า
พ่อกำพรว้าแม่มา พ่อแม่ตาย บอกเป็นอะไรตายละหนู พ่อแม่ถูกรถชนตาย ขับรถไปพ่อ

เป็นคนขี้บ่นนี่นั่น หมดเลยตายหมดทั้ง ๒ คน พ่อก็ตายแม่ก็ตาย บอกว่าหนูนี่เอาตัวไม่รอดแล้ว เลยก็นำรับเลี้ยงต่อไป ก็ดูแลเรียนหนังสือ เจียมตัว เจียมตนว่าพ่อแม่ไม่มีกำพร้าพ่อแม่ตั้งแต่เล็ก ๆ บัดนี้กิจการงานใหญ่โตมาก เลยน่านี่ก็เป็นคนดูแลเป็นที่พึ่งของเขามาจนบัดนี้ นี่แหละก็ได้จากขันติความอดทน

การเจริญกรรมฐานต้องฝึกให้อดทน ฝึกให้มีสติ ฝึกให้มีปัญญา ฝึกให้แก้ปัญหา มีอะไรก็ได้ผลอันสมมาตปรารถนา จิตตรงนี้เป็นหลักสำคัญ เดี่ยวนี้ไม่อดทนกันเลย นี่เมื่อวานขึ้นกลับบ้านไป ๒ คน ตั้งใจเต็มที่เลยออกไปแล้วคืนเดียวโดดนะ บอกว่าฉันเคยตื่นสาย ที่นี้เขาตื่นแต่เช้ากัน ก็หัดตื่นซิ หัดตื่นตี ๔ กับเขา ตี ๓ ครั้งเขาตีระฆังแล้ว ตื่นซิจะได้เคย ไม่ได้ ทำไม่ได้ขอกลับ ไม่เป็นไรนะ เสียสัจจะแล้วทำอะไรไม่ขึ้นแน่นอน ทำอะไรไม่ได้ผลเพราะเสียสัจจะ นี่ตัวนี้ตายแน่ ๆ ขอฝากญาติโยมไว้ด้วยในที่นี้ ทำอะไรทำให้จริงหน่อย ทำไม่จริงไม่มีความอดทน พอเดินเข้าห้องก็ขี้เกียจแล้ว พอนั่งห้องก็ขี้เกียจทำขี้เกียจกำหนดจิต เพราะจิตมันเคยตามใจมันมาตามใจตัวเองมาตลอด ในเมื่อตามใจตัวเองเช่นนี้แล้วไม่มีโอกาสที่จะดีได้ คนจะดีได้ต้องละชั่วได้หมด ละทิวี่มานะจะทานอะไรเลี้ยงก็ง่าย ไปไหนก็ถือกันเอง มีอะไรก็หยิบกินหยิบใช้กัน มันก็ไม่เสียหายประการใด เราไม่ไปหวังกันกินหวังกันใช้แต่ประการใดขอให้ตั้งใจและอดทน แล้วสร้างความเพียรให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ต้องได้สำเร็จแน่ เคยบอกพระภิกษุณวกะที่บวชน้อย ๆ ตั้งใจปฏิบัติเต็มที่แล้วก็ให้ศึกษา **นวโกวาท** แล้วก็ตั้งใจทำ ตั้งใจปฏิบัติกิจวัตร รับรองได้ผลแน่ ๆ ถ้าหากว่าเธออยู่เฉย ๆ ระวังบาปนะบาปแล้วก็สึกหาลาเพศหนักติดหลังไปด้วย เลยก็ทำอะไรไม่ขึ้น

ถ้าเสียสัจจะในโรงอุโบสถ หรือเสียสัจจากที่ตั้งใจมากก็กลายเป็นกฎแห่งกรรม จะทำอะไรไม่ขึ้น คนอื่นเขาค้าขายร่ำรวย เราค้าขายขาดทุน นี่มันไม่ตรงกัน บางคนรับราชการตำแหน่งวิ่งฉูดเลย บางคนเป็นเพื่อนกันแท้ ๆ ก็ได้แค่นี้เองนะ เข้าขอฝากญาติ

โยมไว้ เป็นหลักปฏิบัติด้วยการเจริญกรรมฐานต้องการฝึกให้อดทน ฝึกให้เรามีกุศลจิต ฝึกให้เราเกิดเมตตา ฝึกให้มีเมตตา เพื่อแผ่เมตตาให้ศัตรูเป็นมิตรกันให้หมด เราจะไม่มีโอกาสริษยา จะไม่มีศัตรูในตัวเองอีกต่อไป ถึงใครจะเป็นศัตรูกับเรา แต่เราก็แผ่เมตตาไป ให้เขาเหล่านั้นมาเป็นมิตรกับเราเถิด ด้วยการอุทิศส่วนกุศลและแผ่เมตตาดังกล่าวมาขออนุโมทนาสาธุการแก่ท่านทั้งหลาย ผู้มีขันติธรรม ความอดทนสำคัญมากเป็นยารักษาโรคจิตดีที่สุด ความอดทน วิริยะความเพียรเป็นยาอันหนึ่งที่ทำให้เราอายุยืนได้เหมือนกัน สติปัญญาทำให้คนอายุยืน

คนที่มีอารมณ์ดีทำให้อายุยืน คนมีอารมณ์ร้ายโอกาสริษยา อายุสั้น อายุสั้นตัดทอนบ่อนทำลายตัวเอง ตัวเองก็เอาดีไม่ได้ตลอดรายการ นี่แหละขอฝากอายุวัฒนะ ขอให้สร้างอารมณ์ดี อย่าให้อารมณ์ร้าย ทำอะไรอย่าผูกความโกรธเข้าไว้ อย่าผูกพยาบาทคาดพยาเวรเจ้ากรรมนายเวร เจ้าเวรนายกรรมอีกต่อไป อายุยืนจะทำอะไรก็สำเร็จ ไม่มีศัตรูในตัวเอง ไม่มีศัตรูในหมู่บ้าน มีแต่ญาติสนิทมิตรสหาย โดยทั่วไปคือสายธารธรรม ธรรมะแปลว่าอย่างนั้น ไม่ใช่แปลว่าอ่านหนังสือเป็นธรรมะ ไม่ใช่อย่างนั้น

สุดท้ายนี้ก็ขอฝากไว้ ไปลามาไหว้ อโหสิกรรมหมดเวรหมดกรรมกันได้ ไม่มีเวรกรรมติดตัวไปแน่นอน ก็ขออำนาจบุญกุศล อำนาจพระกรรมฐาน และอำนาจบุญกุศล ทาน ศีล และภาวนา โปรดประสาทพรให้แก่ผู้ปฏิบัติธรรม ทั้งฝ่ายบรรพชิตและฝ่ายคฤหัสถ์ จงมีแต่ความสุขความเจริญรุ่งเรืองวัฒนาสถาพร และจงเจริญไปด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณธนสารสมบัติ นึกคิดสิ่งหนึ่งประการใดสมความมุ่งมาดปรารถนา ด้วยกันทุกรูปทุกนาม ณ โอกาสบัดนี้เทอญ

๑๙ มีนาคม ๒๕๓๙