



การปฏิบัติอยู่ที่บ้าน

Phnom Penh, Cambodia
Phnom Penh, Cambodia

การบวชอยู่ที่บ้าน

หลักและวิธีปฏิบัติเพื่อการประพฤติพรหมจรรย์



พระธรรมโกศาจารย์ : หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ

เพื่อการปฏิบัติให้มีชีวิตสุขสงบอย่างเยือกเย็น

เพื่อการมีพระนิพพานเป็นจุดหมายปลายทาง

คำนำ

การบวช คือการเว้นหรือไปเสียจากการเป็นอยู่ชนิดที่เป็นทุกข์ โดยอาศัยหลักธรรมะ คืออินทรีย์ทั้ง ๕ ได้แก่ สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ไม่ว่าจะเป็นเพศใด อยู่ในสถานที่ใด ถ้าประพฤติปฏิบัติพรหมจรรย์ก็ถือว่าเป็นผู้ได้บวชแล้ว

พระธรรมเทศนา “การบวชอยู่ที่บ้าน” ของ พระเดชพระคุณ พระธรรมโกศาจารย์ หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ เล่มนี้ ได้กล่าวถึงวิธีการประพฤติซึ่งพรหมจรรย์ อันหมายถึงการประพฤติประเสริฐ ประพฤติอย่างพรหม อย่างเต็มที่หรือโดยเคร่งครัด ในขณะที่อยู่ที่บ้าน โดยที่ไม่ต้องบวชอยู่ในวัด หรือพูดกันอย่างง่ายๆว่า ประพฤติพรหมจรรย์ที่บ้านสำหรับบุคคลที่ไม่อาจจะออกไปบวชอยู่ที่วัดได้

ธรรมสภา เล็งเห็นว่าพระธรรมเทศนาเรื่องนี้มีคุณค่า และจักเกิดประโยชน์อย่างยิ่งแก่พุทธศาสนิกชน จึงได้จัดพิมพ์เผยแพร่ให้กว้างขวางยิ่งขึ้น ด้วยหวังให้ผู้สนใจใคร่ศึกษา ได้นำไปเป็นหลักในการปฏิบัติเพื่อการดำเนินชีวิตประจำวัน ให้เป็นไปอย่างสงบเย็นและเป็นสุขทุกทิวาราตรีกาล

ด้วยความสุจริต หวังดี

ธรรมสภาปรารถนาให้โลกพบกับความสงบสุข

เมื่อบวชฟัง	ชำระใจ	ให้ประเสริฐ
เป็นบ่อเกิด	ปัญญา	มหาผล
ได้พากเพียร	เรียนธรรม	น่าฝึกตน
ให้เป็นคน	มีธรรม	ประจําใจ

เสียดสะท้อนจากกลอนธรรม

สารบัญ



การบวชอยู่ที่บ้าน.....	๗
หลักปฏิบัติในการบวชอยู่ที่บ้าน.....	๑๐
๑. มีศีลธำ : เชื่อในธรรมเป็นเครื่องดับทุกข์.....	๑๑
๒. มีวิริยะ : มีความเพียรและกล้าหาญ.....	๑๓
๓. มีสติ : ต้องใช้สติทุกกรณี.....	๑๕
๔. มีสมาธิ : มุ่งนิพพานเป็นอารมณ์.....	๒๖
๕. มีปัญญา : รู้ความจริงที่ควรรู้.....	๓๕
บวชอยู่ที่บ้าน ทำได้จริงก็มีผลดีเท่าที่ควรได้.....	๔๐
ชาวบ้าน ชาววัด.....	๔๕
อตตดำ หิ อตตโน นำเถ.....	๔๖
บุญเป็นอะไร.....	๔๗

การบวชอยู่ที่บ้าน

หลักและวิธีปฏิบัติเพื่อการประพุดติพรหมจรรย์



พระธรรมโกศาจารย์ : หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ

ท่านสาธุชน ผู้มีความสนใจในธรรมทั้งหลาย

การบรรยายประจำวันเสาร์ แห่งภาคมาฆบูชา เป็นครั้งที่ ๑๒ ในวันนี้ อาตมาก็ยังคงกล่าวถึง คู่มือหรือวิธีการศึกษาเกี่ยวกับการปฏิบัติต่อไปตามเดิม

ขอข้อมความเข้าใจว่า การบรรยายนี้ไม่ได้กล่าวเจาะจงเรื่องใดเรื่องหนึ่งโดยละเอียดโดยเฉพาะ: แต่กล่าวในฐานะเป็นโครงของเรื่อง เป็นเค้าโครงของเรื่อง เป็นวิธีการที่จะศึกษาโดยเค้าโครงของเรื่อง ส่วนรายละเอียดนั้นก็ไปหาศึกษาได้เองเพราะมันยังมีมาก แต่จะมีหัวข้อบรรยายเฉพาะในวันนี้ว่า การปฏิบัติที่เป็นการบวชอยู่ที่บ้าน หรือจะเรียกสั้นๆก็ว่าจะกล่าวเรื่อง การบวชอยู่ที่บ้าน ฟังดูก็แปลก

ข้อนี้ก็จะมีเหตุผลที่จะกล่าว หมายความว่าบางคนมีความน้อยใจเสียใจว่าไม่ได้บวช เพราะว่าเป็นสตรีเพศบ้าง หรือเพราะเหตุอย่างอื่นๆ ทำให้ออกไปบวชไม่ได้ ต้องอยู่ที่บ้าน ดังนี้บ้าง หรือแม้แต่เขาบวชอย่างพรหมจารีกัน ๔ วัน ๑๐ วัน ที่จัดกันขึ้นทั่วไปในขณะนี้ ก็ไปบวชไม่ได้ จึงขอเสนอวิธีบวชชนิดที่อยู่ที่บ้าน เรียกว่า บวชอยู่ที่บ้าน

บางคนจะสงสัยว่า บวชทำไมอยู่ที่บ้าน? มันก็พอจะตอบได้ว่า เราทำอย่างเดียวกัน ในวัตถุประสงค์ที่มุ่งหมายของคำว่าบวช คือคำว่า ปพฺพชฺชา ซึ่งแปลว่า บวช ปพฺพชฺชานี้ มันแปลตามตัวหนังสือก็ว่า ไปหมดจากที่ควรไป เว้นหมดจากที่ควรเว้น ก็คือเว้นหรือไปเสียจากการปฏิบัติหรือการเป็นอยู่ชนิดที่เป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นไปเพื่อความทุกข์ เราจะเว้นเสียโดยเด็ดขาด ไม่ทำในใจว่าอยู่ที่บ้านหรืออยู่ที่วัด แต่ว่าโดยแท้จริงก็อยู่ที่บ้าน แต่ไม่ต้องทำในใจว่าอยู่ที่บ้านหรืออยู่ที่วัด ทำในใจแต่การประพฤติปฏิบัติ ให้ตรงตามความหมายนั้นเท่านั้น คือว่าไปหมด เว้นหมดจากสิ่งที่ควรเว้นควรไป ในทุกๆระดับ

หรือแม้ว่าเราจะอาศัยคำอีกคำหนึ่ง คือคำว่าพรหมจรรย์ แปลว่า การประพฤติประเสริฐ ประพฤติอย่างพรหม ก็ไม่ได้จำกัดว่าที่บ้านหรือที่วัด ถ้าประพฤติได้ก็ประพฤติ อย่าง

จะถือศีลพรหมจรรย์อยู่ที่บ้าน ศีล ๘ ศีล ๑๐ นั้นก็ยังถือได้ คำว่า "พรหมจรรย์" นั้นมีความหมายว่า การประพฤติอย่างเต็มที่ หรือเคร่งครัด ติดต่อกันเป็นระยะยาว เป็นการปฏิบัติตลอดชีวิตอย่างนี้ก็ยังได้ พุทกัณง่าย ๆ ว่า ประพฤติพรหมจรรย์ที่บ้านมันก็ยังทำได้

ที่นี่เมื่อบุคคลบางคนไม่อาจจะออกไปบวช หรือว่าเป็นสตรีไม่อาจจะบวชเป็นภิกษุณี ก็เสียใจหรือน้อยใจอย่างนี้ก็มี หรือด้วยเหตุอย่างอื่นออกไปบวชไม่ได้ อย่างนี้ก็มี ไม่ต้องเสียใจ ไม่ต้องน้อยใจ พยายามประพฤติปฏิบัติในธรรมะ ซึ่งเป็นการปฏิบัติให้ดีที่สุด ให้สูงที่สุดตามที่จะทำได้ ก็จะเป็นการบวชอยู่ที่บ้าน เรียกว่า บวชอยู่ที่บ้าน

ฟังดูให้ดีๆ เพราะบวชนั้นคือการเว้นเสียจากสิ่งที่ควรเว้น พรหมจรรย์นั้นหมายถึง การประพฤติข้อธรรมอย่างจริงจัง เคร่งครัด แม้ในเรื่องเล็กๆน้อยๆ ถ้าทำอย่างเคร่งครัดติดต่อกันจนตลอดชีวิต ก็เรียกว่าพรหมจรรย์ได้เหมือนกัน เดียวนี้เราจะถือเอาหลักปฏิบัติตามที่มีอยู่อย่างไรในพระพุทธศาสนา นั้นเอามาถือไว้เป็นหลักปฏิบัติ ก็จะทำให้เกิดผลอย่างเดียวกันกับพวกที่บวชออกไปอยู่ที่วัด หรือไปอยู่ในป่า และในบางกรณีบวชอยู่ที่บ้านจะทำได้ดีกว่าบางคน หรือบางพวกที่ไปบวชเหลวไหลอยู่ที่วัดหรือแม้อยู่ในป่า ด้วยเหตุนี้แหละ

พอที่จะกล่าวได้ว่า เรื่องสถานที่นั้น ก็ไม่ได้สำคัญเด็ดขาด
อะไรนัก มันสำคัญหรือเด็ดขาดอยู่ที่การประพฤติกระทำ
มากกว่า ซึ่งขอให้ท่านทั้งหลายตั้งใจฟังให้ดี ๆ ว่า บวชอยู่
ที่บ้านนั้นจะบวชกันได้อย่างไร?

หลักปฏิบัติในการบวชอยู่ที่บ้าน

การบวชเพื่ออยู่ที่บ้านนั้น ก็ต้องอาศัยหลักธรรมะที่
เป็นเนื้อแท้ หรือเป็นตัวแท้ของพระพุทธศาสนาที่มีอยู่เป็น
หลักชัดเจนตายตัว

ในที่นี้จะเลือกเอามาสักหมวดหนึ่ง สำหรับยึดเป็นหลัก
ปฏิบัติ แต่ก็มิได้เลือกเอาหมวด เช่น อริยอัฏฐังคิกมรรค
เป็นต้น นั้นมันเป็นหลักทั่วไป ที่วัดก็ได้ ที่ไหนก็ได้ จะเอา
ชนิดที่สูงขึ้นไป ละเอียดขึ้นไปกว่านั้น คือหมวดธรรมที่มีชื่อว่า
อินทรีย์ทั้ง ๕...อินทรีย์ทั้ง ๕ จำไว้ให้ดี

อินทรีย์ทั้ง ๕ คือ สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา
๕ อย่างนี้ แต่ละอย่างเรียกว่าอินทรีย์ คำว่า อินทรีย์ แปลว่า
สำคัญ ตัวการสำคัญ หลักสำคัญ หัวข้อสำคัญ ธรรมะทั้ง
๕ ข้อนี้ จะมีอยู่ในการปฏิบัติทั่วไป จะทำสมาธิหรือเจริญ
ภาวนาอย่างไร ก็ต้องทำให้มีอินทรีย์ครบทั้ง ๕ ขอให้ฟังให้
ดีว่าจะปฏิบัติธรรมะพวกไหนก็ตาม จะต้องปฏิบัติให้มีอินทรีย์

ในคำเหล่านั้นครบทั้ง ๕ ที่เรียกว่า ๕. ๕ นี้ก็คือ สัทธา
วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ดังที่กล่าวแล้ว

๑. มีสัทธา : เชื่อในธรรมเป็นเครื่องดับทุกข์

ข้อแรกคือ สัทธา แปลว่า ความเชื่อ บวชอยู่ที่บ้าน
ก็มีความเชื่อในธรรมะนั้นๆถึงที่สุด เชื่อในอะไร? ถ้าถามว่า
เชื่อในอะไร? ก็คือเชื่อในธรรมที่เป็นเครื่องดับทุกข์ ที่รู้จักัน
ทั่วไปก็เช่น ศีล สมาธิ ปัญญา หรือ อริยอัฏฐังคิกมรรค มี
องค์ ๘ นี้เป็นธรรมที่ดับทุกข์ เราได้ศึกษาแล้ว เห็นแล้ว มี
ความเชื่อว่าธรรมเหล่านี้ดับทุกข์ได้จริง หรือว่าธรรมเหล่านี้
เป็นที่พึ่งได้จริง เชื่อลงไปเสียทีหนึ่งก่อน

แล้วก็เชื่ออีกทีหนึ่ง คือเชื่อตัวเอง ว่าตัวเองนี้สามารถที่
จะปฏิบัติธรรมะเหล่านั้น ในเนื้อในตัวของตน มีความถูกต้อง
เหมาะสมที่จะประพฤติปฏิบัติธรรมะเหล่านั้น นี่ก็เป็นอีก
เชื่อหนึ่ง รวมกันเป็น ๒ เชื่อ : เชื่อในสิ่งที่จะประพฤติปฏิบัติ
ว่าดับทุกข์ได้ แล้วก็เชื่อว่าตัวเองมีคุณธรรมที่จะดับทุกข์
เหล่านั้นได้อย่างเพียงพอ

นี่มีศรัทธาอย่างนี้ แล้วก็อยู่ที่บ้าน บวชอยู่ที่บ้าน มัน
ก็พอที่จะทำให้เกิดอำนาจ เกิดกำลัง กำลังภายในก็ได้ ใช้
คำอย่างนี้กับเขาบ้าง เกิดอำนาจเกิดกำลังในการที่จะปฏิบัติ

ธรรมะเหล่านั้น คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นหลักทั่วไป เช่นว่ารับศีลเอาไป ไปถือที่บ้านก็ต้องทำให้เป็นศีลของบุคคล ผู้มีศรัทธาอย่างแน่นแฟ้น แน่วแน่ โดยเชื่อว่าศีลนั้นเป็น เครื่องดับทุกข์ได้ แล้วก็เชื่อว่าตัวเองสามารถรักษาศีลได้ ให้ความ เชื่ออย่างนี้เกิดขึ้น ก็จะเป็นผู้มีศรัทธา แล้วก็มีการ เหมือนกับว่าเป็นผู้ประพฤติพรหมจรรย์อย่างยิ่ง มีความ หนักแน่น จริงจัง เกร่งเกร็ด ในการปฏิบัตินั้นๆ

ทีนี้ก็ปล่อยให้ศรัทธานั้นแหละดำเนินไปตามที่ควรจะมี ในแต่ละวันๆ อำนาจของศรัทธาทำให้มีการประพฤติจริง ทำจริงถึงที่สุด แล้วก็มีความตั้งใจที่เกิดมาแต่ศรัทธานั้นมากมาย ประพฤติปฏิบัติได้เต็มที่

เดี๋ยวนี้คนมีศรัทธากันแต่ปาก มีศรัทธากันแต่ผิวๆว่า มีศรัทธา มีศรัทธา แต่หาได้มีศรัทธาตัวจริงแท้จริงตามที่ กล่าวนี้ไม่ คือไม่ได้เชื่อแม้ในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ โดยแท้จริง แล้วก็ไม่ได้เชื่อว่าตัวเองจะสามารถประพฤติ ปฏิบัติได้ตามคำสอนเหล่านั้น มาจัดการกันเสียใหม่ มา ชำระสะสางกันเสียใหม่ : อยู่ที่บ้านแต่ให้มีศรัทธาเต็มเปี่ยม ทั้ง ๒ ประการ คือ มีศรัทธาในธรรมะที่จะประพฤติว่า ดับทุกข์ได้จริง แล้วมีศรัทธาในตัวเอง ตัวเองนั้นแหละว่า สามารถที่จะปฏิบัติธรรมะเหล่านั้นได้ รวมกำลังกันเป็น ๒ ฝ่าย

อย่างนี้แล้ว ก็เป็นศรัทธาที่สมบูรณ์ อยู่ที่บ้านก็มีลักษณะ
อาการเหมือนบวชอยู่ที่บ้าน

๒. มีวิริยะ : มีความเพียรและกล้าหาญ

ที่นี้ข้อที่ ๒ มีวิริยะ วิริยะ แปลว่า ความเพียร หรือ
ความกล้าหาญ บวกกันทั้งความเพียรและความกล้าหาญ
เข้าด้วยกัน ก็เรียกว่าวิริยะ ยิ่งมีศรัทธาในธรรมะ หรือใน
ตัวเองมาก่อนแล้ว วิริยะก็จะเข้มแข็งถึงที่สุด อาศัยอำนาจ
ของศรัทธานั้นเป็นพื้นฐาน กระทำอย่างกล้าหาญ อย่าง
พากเพียร ในสิ่งที่จะต้องทำทุกเรื่อง ไม่ว่าเรื่องเกี่ยวกับโลก
หรือเกี่ยวกับเหนือโลก

เรื่องที่เราจะต้องทำ ถ้ากล่าวกันแต่ใจความสรุปสั้นๆ
แล้วก็มีอยู่ ๔ ประการ ด้วยกัน คือ มีความพากเพียร
กล้าหาญในการที่จะป้องกัน พากเพียรกล้าหาญในการที่จะ
เสียสละ พากเพียรกล้าหาญในการที่จะสร้างสรรค์ และ
พากเพียรกล้าหาญในการที่จะรักษา คำ ๔ คำนี้มีความหมาย
คลุมหมดยุติในหน้าที่ของมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอะไรป้องกัน
สละ สร้าง และรักษา

(๑) ป้องกัน คือ ป้องกันไม่ให้สิ่งที่ไม่ควรที่จะเกิดจะมี
นั้น เกิดมีขึ้นมา เช่น คัดรู้อย่างนี้ เราต้องใช้การป้องกัน

ไม่ให้เกิด ไม่ให้มีขึ้นมา ก็เลสเป็นศัตรูร้ายกาจกว่าอะไรหมด
ก็มีการป้องกันอยู่อย่างถูกต้อง ราวกับว่าป้องกันเข้าศึกอัน
ใหญ่หลวง ไม่ให้เกิดขึ้นได้

แล้วก็อันที่ (๒) สละที่เกิดขึ้นแล้ว ถ้าสิ่งที่ไม่พึง
ปรารถนานั้นได้เกิดขึ้นเสียแล้ว ก็ต้องพากเพียร เข้มแข็ง
กล้าหาญ ในการที่จะสละมันออกไปเสีย

ที่นี้ก็มาถึงส่วนที่ (๓) ต้องสร้างสรรค์ ได้แก่อสิ่งที่ยัง
ไม่มีความดี ความงาม กุศล สุจริต ทุกอย่างทุกประการ
ที่ควรจะมีในตน ที่มันยังไม่เคยมี ก็ต้องสร้างให้มีขึ้นมา
ด้วยอาศัยความเชื่อในสิ่งนั้นๆ และเชื่อตัวเองว่าจะปฏิบัติได้
ดังที่กล่าวมาแล้วในข้อศรัทธา ก็สามารถจะสร้างสิ่งที่ยัง
ไม่มีในตน ความดีหรือกุศลที่ยังไม่มีในตน ให้เกิดมีขึ้นมา
ในตนให้จนได้ นี่เรียกว่าในทางสร้างสรรค์

ที่นี้ (๔) ข้อสุดท้ายที่สร้างสรรค์ขึ้นมาได้เท่าไร เพียงไร
ต้องมีการรักษา มีการรักษาหรือจะถึงกับพัฒนาให้เจริญ
งอกงามยิ่งขึ้นไป เป็นหน้าที่สุดท้าย คือรักษาเหมือนกับ
ว่าหาเงินมาได้ มันก็ต้องรักษาให้อยู่ในสภาพที่ถูกต้อง ให้
ใช้จ่ายในลักษณะที่ถูกต้อง ให้มีอยู่อย่างถูกต้อง

เราอยู่ที่เรือน บวชอยู่ที่เรือน แต่มีวิริยะความพากเพียร
หรือกล้าหาญถึงที่สุด ในการที่จะป้องกันไม่ให้ความชั่วร้าย

อกุศลบาปใดเกิดขึ้นในตน ป้องกันได้เต็มที่ แล้วถ้ามีบาป
มีอกุศลที่ได้เกิดขึ้นโดยพลั้งเผลอ ก็ละไปเสียอย่างเต็มที่
แล้วก็สร้างที่มันยังไม่เกิด บุญกุศลความดีที่ยังไม่เกิด ก็
สร้างให้เกิด ทำให้เกิดขึ้นมา ครั้นเกิดขึ้นได้แล้ว ก็รักษา
ให้เจริญรุ่งเรืองยิ่งขึ้นไป นี่เรียกว่ามีวิริยะอยู่ที่บ้านที่เรือน

โดยมากไม่สนใจที่จะจะทำให้จริง คือปล่อยไปตามบุญ
ตามกรรม แต่เดี๋ยวนี้เราต้องการจะเป็นผู้บวช จะเป็นนักรบ
อยู่ที่บ้านก็จะต้องตั้งใจเป็นพิเศษ ในฐานะที่ว่าเป็นนักรบ
แม้ว่าจะอยู่ที่บ้าน มีความระมัดระวังให้เกิดความถูกต้อง
ในการที่จะป้องกัน หรือสละ หรือสร้าง หรือรักษา ดังที่
กล่าวแล้ว

๓. มีสติ : ต้องใช้สติทุกกรณี

ที่นี้ข้อถัดไปก็คือ มีสติ มีสติ สิ่งที่เรียกว่าสตินี้เป็น
ธรรมะพิเศษ เป็นธรรมะจำเป็นสำคัญที่จะต้องใช้ในทุกกรณี
ช่วยจำข้อความนี้ไว้ให้ดีๆว่าธรรมะที่จะต้องในทุกกรณี ไม่ว่าจะ
ที่ไหน อย่างไร ได้แก่สติ ทุกเรื่องมันต้องทำไปหรือเป็น
ไปในความควบคุมของสติ ถ้าไม่มีสติมันก็ทำอะไรไม่ได้
แม้แต่จะลุกขึ้นยืน จะเดินไป มันก็ทำไม่ได้ มันก็หกล้ม
หกลุกชวอนเซไป แม้แต่จะรับประทานอาหาร ถ้ามันไม่มีสติ

เดี๋ยวมันก็ป้อนอาหารเข้าจมูกไป หรือว่าถ้าไม่มีสติ มันก็จะกินอาหารอย่างตะกละ อย่างที่เป็นกิเลส ไปคิดดูเองก็แล้วกันว่าเรื่องอะไร ทุกเรื่องที่อยู่ที่บ้านที่เรือน นับตั้งแต่ว่าจะทำงานชั้นหยาบ ตักน้ำ ผ่าฝืน ล้างหม้อล้างไห ก็ต้องทำไป ด้วยความรู้สึกที่เรียกว่าสติ ถ้ามันเป็นเรื่องของกิเลสแล้ว ก็จะต้องระมัดระวังยิ่งขึ้น ดังนั้นจึงมีหลักในชั้นสูงว่า มีสติในทุกผัสสะ มีสติทุกผัสสะ

สิ่งที่เรียกว่าผัสสะนี้เข้าใจว่าคงจะเป็นที่เข้าใจกันอยู่แล้ว เพราะพูดมามากมายหลายสิบครั้งเต็มทีแล้ว พูดสรุปอีกทีหนึ่ง ก็ว่า เรา คนเราเนี่ย มีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ๖ อย่าง ที่จะกระทบกันเข้ากับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ที่อยู่ข้างนอก ที่เป็นคู่กระทบ เรียกว่ามันมีคู่ติดต่อ หรือคู่กระทบ

ตาเป็นคู่กับรูป หูเป็นคู่กับเสียง จมูกเป็นคู่กับกลิ่น ลิ้นเป็นคู่กับรส ผิวนั่งเป็นคู่กับโผฏฐัพพะที่จะมากกระทบ ผิวนั่ง นี่เป็นฝ่ายกาย เป็นฝ่ายรูปธรรม คู่สุดท้ายเป็นฝ่ายนามธรรม คือ ใจที่จะรู้สึกกระทบต่อความรู้สึกคิดนึกของใจที่เรียกว่าธรรมารมณ์ ใจนี้เป็นคู่กับธรรมารมณ์ จะต้องพบกันอยู่เสมอ คือมันคิดนึกรู้สึกได้ จะอาศัยความจำแต่หนหลัง ที่จำอะไรๆไว้ได้มาก สิ่งเหล่านั้นก็จะมากลายเป็น

สิ่งสำหรับคิดนึกรู้สึกขึ้นมา แล้วก็กระทบใจ นี่ก็เรียกว่ามี
คู่กระทบ

ตาก็มีสิ่งสำหรับกระทบคือรูป หูก็มีสิ่งสำหรับกระทบ
คือเสียง จมูกก็มีคู่กระทบคือกลิ่น ลิ้นมีคู่กระทบคือรส
ผิวหนังก็มีคู่กระทบคือโผฏฐัพพะ ใจก็มีคู่กระทบคืออัมมารมณ
เป็นสิ่งที่อยู่กับเนื้อกับตัว หรือเป็นเนื้อเป็นตัวของตนอยู่แต่
แต่แล้วคนก็ไม่รู้จัก นี่พิจารณาดูกันถึงข้อนี้ก่อนเถอะว่า มัน
เป็นเนื้อตัวของตัวอยู่กับตัวแต่ๆ แต่คนก็ไม่รู้สึก ไม่รู้จัก
ว่ามันมีอยู่อย่างไร ในฐานะอย่างไร

ถ้าจะศึกษาธรรมะให้เป็นธรรมะกันจริงๆแล้ว จะต้อง
รู้จักสิ่งสำคัญ ๖ คู่นี้ ให้แจ่มแจ้งชัดเจนแน่นอน รู้กันให้
ทั่วถึงเกี่ยวกับเรื่องทั้ง ๖ คู่นี้ เพราะว่าอะไรๆมันก็สำเร็จมา
จากอายตนะ ๖ คู่นี้ หรือว่าโลก โลกทั้งหมดมันจะมีปรากฏ
อยู่ได้ ก็เพราะว่าเรามีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ถ้าเราไม่มี ตา
หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มันก็คือไม่มีอะไร มันก็คือไม่มีโลก
ไม่มีอะไรทุกสิ่งทุกอย่าง จงรู้จักสิ่งที่เรามีสำหรับทำให้สิ่ง
ต่างๆมี และเป็นเรื่องเป็นราวขึ้นมา ก็เพราะสิ่งทั้ง ๖ นี้ สิ่ง
ทั้ง ๖ นี้จึงอยู่ในฐานะสำคัญว่า ถ้าจัดการกับมันถูกก็ดีไป
ถ้าจัดการกับมันผิด ก็เป็นเรื่องร้ายเหลือที่จะร้าย ไม่มีอะไร
จะร้ายยิ่งไปกว่านี้

จึงขอชักชวน วิงวอนท่านทั้งหลายว่า จงรู้จักสิ่งทั้ง ๖ คู่ นี้ให้ดีที่สุด ในฐานะที่มันมีอยู่ในตัวเรา หรือมันเป็นตัวเรา อยู่นั่นเอง แล้วก็มิสติเมื่อสิ่งนี้ทำหน้าที่ : มิสติเมื่อตาทำหน้าที่ เห็นรูป มิสติเมื่อหูทำหน้าที่ได้ยินเสียง มิสติเมื่อจมูกทำหน้าที่ดมกลิ่น มิสติในเมื่อลิ้นทำหน้าที่ร่ำรส มิสติเมื่อผิวหนังทำหน้าที่กระทบกับสิ่งที่มากระทบผิวหนัง และมิสติเมื่อใจ ทำหน้าที่กระทบกันเข้ากับธัมมารมณฺ์ คือความรู้สึกคิดนึก ให้ รู้โดยประจักษ์ว่ามันเป็นอย่างไร แล้วมันมีการกระทำสืบทอด ไปอย่างไร ซึ่งก็ควรจะทราบไว้ด้วยเหมือนกัน

ยกตัวอย่างคู่แรก คือตากับรูป พอตากับรูปกระทบกัน มันก็เกิดวิญญานทางตา คือการเห็นแจ้งทางตาขึ้นมา นี้ เรียกว่าวิญญานทางตา ตากับรูปที่มากกระทบ และวิญญานทางตา มีอยู่พร้อมกัน ๓ อย่างนี้ในหน้าที่เดียวกัน นั่นแหละ เรียกว่าผัสสะ ไม่ใช่เพียงแต่ตากระทบรูป นั่นมันพูดหยาบๆ เกินไป พูดตามพระบาลีที่ชัดเจนแล้ว จะต้องมี ๓ เสมอ คือ มีอายตนะภายใน อายตนะภายนอก และวิญญาน ที่เกิด ออกมาจากอายตนะนั้นๆ เหมือนอย่างในทางตาดังที่กล่าว แล้ว พอตาเห็นรูป กระทบกับรูป ก็เกิดการเห็นทางตา คือ จักขุวิญญาน เลยได้เป็น ๓ อย่าง คือ ตาอย่างหนึ่ง รูปอย่างหนึ่ง จักขุวิญญานอย่างหนึ่ง จักขุวิญญานทำหน้าที่

สัมผัสรูปทางตา นี้เรียกว่าจักขุสัมผัส จักขุสัมผัสมีการสัมผัสทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ฯลฯ ก็เหมือนกันแหละ มันมีอยู่ ๓ อย่าง อย่างนี้ ทำหน้าที่รู้สึกอยู่ที่เรียกว่าผัสสะ

ที่นี้ผัสสะมีแล้ว เช่นผัสสะทางตามีแล้ว มันก็จะเกิดเวทนา คือความรู้สึกที่พอใจ หรือไม่พอใจ หรือเฉยๆ เป็นเวทนา ๓ อย่างขึ้นมา เรียกว่าเวทนาที่เกิดมาจากการสัมผัสโดยทางตา นี้เวทนาเกิดแล้ว มันไม่หยุดอยู่เพียงนั้น มันให้เกิดอันอื่นต่อไปอีก ถ้าในขณะที่สัมผัสนั้นเราเป็นคนโง่ คือไม่มีสติ หรือไม่มีปัญญาใดๆ ในขณะที่สัมผัสทางตานั้น มันก็เป็นสัมผัสโง่ มันก็ออกมาเป็นเวทนาโง่ ที่ไม่มีสติควบคุม มันก็ปรุงความคิดนึกต่อไป คือมีความยินดีเมื่อสัมผัสนั้นให้พอใจ ยินร้าย โกรธแค้นขัดเคือง เมื่อสัมผัสนั้นไม่เป็นที่พอใจ หรือเกิดพะวงหลงใหลอยู่ อยากจะรู้แต่ก็ไม่รู้ว่าอะไรอย่างนี้ เมื่อสัมผัสนั้นมันไม่แสดงว่าเป็นที่พอใจ หรือไม่เป็นที่พอใจ เมื่อเวทนานั้นไม่ซัดลงไป ว่าเป็นที่พอใจ หรือไม่เป็นที่พอใจ

นี่มันเกิดโลภะ โทสะ โมหะ ขึ้นมาตรงนี้ ถ้ารับเอาด้วยความพอใจก็เกิดโลภะ รับเอาด้วยความไม่พอใจก็เกิดโทสะ รับเอาด้วยความไม่แน่ใจพอใจหรือไม่พอใจก็เกิดโมหะ

ถ้าเกิดโลภะ โทสะ โมหะ แล้วมันเกิดไฟเสียแล้วนั้น ที่นี้มันก็จะเกิดสิ่งที่เรียกว่า ตัณหา คืออยากต่อไป ในกรณีที่เกิดโลภะ คือเวทนาเป็นที่ถูกใจ เกิดโลภะ มันก็เกิดตัณหาสำหรับจะได้ จะเอา จะมีไว้ หรือจะหามาอีก หรือถ้าหากว่ามันเกิดโทสะคืออารมณ์นั้นไม่น่าพอใจ เกิดโทสะมันก็เกิด ความอยาก คือตัณหา อยากจะฆ่าเสีย อยากจะทำลายเสีย หรืออยากจะทำผลักไสออกไปเป็นอย่างน้อยตามแบบของโทสะ ถ้าว่ามันไม่แน่ว่าอย่างไร มันก็วนเวียนอยู่ที่นั่น เป็นลักษณะของโมหะ

นี่มันเกิดโลภะ โทสะ โมหะ อย่างนี้แล้ว มันก็คือเกิดไฟ เกิดไฟขึ้นในจิตใจ ถ้ามีสติเสียแต่ในขณะที่ผัสสะแล้ว มันไม่เกิดอย่างนี้ มันกลายเป็นเกิดอีกทางหนึ่ง คือทางที่ให้เราว่านี่อะไรนะ นี่อะไรนะ ควรทำอย่างไรนะ นี่ควรทำหรือไม่ควรทำ ควรทำอย่างไรก็ทำไปตามที่ควรจะทำ ไม่มา มัวยินดียินร้ายโกรธแค้นขัดเคืองอะไรอยู่ มันก็เลยไม่เกิดไฟ ไม่เกิดทุกข์ นี่เพราะอำนาจสติแท้ๆ ที่ป้องกันไว้ไม่ให้เกิดไฟขึ้นมา ในเมื่อมีการกระทบทางผัสสะ

เมื่อมีตัณหาเป็นความอยากแล้ว มันก็ปรุงต่อไปเป็นอุปาทาน คือผู้อยาก ความรู้สึกอยากมันก็จะปรุงให้เกิดความรู้สึกว่ามีผู้อยาก ซึ่งเป็นเพียงความรู้สึกเท่านั้น ไม่ใช่

ตัวตนเองอะไร พอมีผู้อยากแล้ว มันก็ถึงที่สุดแล้ว ที่มันจะเป็นเรื่องสำหรับจะเป็นทุกข์ทรมาน คือมันมีความรู้สึกหนัก ด้วยความมีตัวตน ความมีของตน และเมื่อมีตัวตนแล้ว มันก็มีอะไรเป็นของตน

เมื่อเกิดตนขึ้นมาอย่างนี้แล้ว เกิดตนในความรู้สึก ไม่ใช่ตัวจริงอะไร เพียงแต่ในความรู้สึกว่าตัวตน มันเกิดตัวตนอย่างนั้นแล้ว มันก็เอาอะไรๆมาเป็นของตน ทั้งภายนอกและภายใน เช่น ยึดถือเอาความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย เป็นของตน มันก็หนักเท่าไร ทุกข์เท่าไร ร้อนเท่าไร ที่นี้ภายนอกมันก็ยึดถือเอาทรัพย์สมบัติสิ่งของ บุตร ภรรยา สามี เป็นต้นว่าเป็นของตน มันก็หนักเท่าไร มันก็เลยหนักรอบด้าน หนักทุกทิศทุกทาง เพราะมีอุปาทานยึดถือ โดยความเป็นของตนในสิ่งทั้งปวง นี่คือทำผิดเมื่อผัสสะ ทำผิดเมื่อผัสสะ แล้วก็ความทุกข์มันก็เกิดอย่างนี้

ถ้ามีสติเมื่อผัสสะ คือได้ศึกษาฝึกฝนมาดี มีสติ มีปัญญา แล้วก็สติมาทันเวลา ที่มันมีอะไรมากระทบตา มันก็เป็นการกระทบที่ฉลาด เป็นสัมผัสที่ฉลาด คือสัมผัสด้วยสติ มันไม่หลงปล่อยให้กิเลสเกิด แต่มันกลับรู้ว่าควรทำอย่างไร แล้วมันก็ทำไปในทางที่ควรทำ ให้เกิดประโยชน์อย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นมา ไม่เกิดโทษ ถ้าไม่มีสติมันก็ไปเกิด

กิเลส แล้วมันก็เกิดโทษ มันเป็นอย่างนี้ทั้ง ๖ ทาง คือ ทั้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และทางใจ มีวิธีที่จะปรุงแต่งจนเกิดความทุกข์กันอย่างไร

นี่เป็นวิทยาศาสตร์ของธรรมชาติ เรื่องของความทุกข์ในเรื่องของความทุกข์ ตามหลักแห่งพุทธศาสนา เป็นหลักวิทยาศาสตร์ตามธรรมชาติในพระพุทธศาสนา ว่ามีอยู่อย่างนี้ ความสุขและความทุกข์มันเกิดขึ้นเพราะทำผิดหรือทำถูกในขณะแห่งผัสสะมันไม่ได้เกิดมาจากผีสังเวทดา เคาระห์ โชค ดวงดาวอะไรที่ไหน พระองค์จึงตรัสว่า มันไม่ได้เกี่ยวกับผลกรรมแต่ชาติก่อนด้วยซ้ำไป มันเกิดมาจากการกระทำผิดหรือกระทำถูกที่นี้และเดี๋ยวนี้ คือผัสสะนั่นเอง นี่เราก็มีผัสสะชนิดที่มีสติ เราจึงต้องมีสติ เพื่อจะได้ควบคุมผัสสะ

คำว่า สตินั้นมันประกอบอยู่ด้วยปัญญาเสมอ คำว่า สตินั้นต้องประกอบด้วยปัญญาอยู่เสมอ สติคือระลึกได้ ระลึกก็คือระลึกความจริงของความจริง ว่าเป็นอย่างไร นั่นคือปัญญา สติখনเอาปัญญามาทันเวลาที่มีการกระทบทางอายตนะนี้ มันก็รู้ว่าควรทำอย่างไร มันก็เลยทำไปในทางที่ไม่เกิดทุกข์ ไม่เกิดความรัก ไม่เกิดความโกรธ ไม่เกิด ความเกลียด ไม่เกิดความกลัว ไม่เกิดความอิจฉาริษยา ไม่เกิดความหึงความหวง ไม่เกิดความอาลัยอาวรณ์ ไม่เกิด

อะไรต่างๆ ที่เป็นที่ตั้งแห่งความทนทุกข์ทรมาน นี้เรียกว่า
มีสติ

บวชอยู่ที่บ้าน แต่มีสติอย่างนี้ ลองคิดดู คำณวนดู
บวชอยู่ที่บ้านโดยการมีสติอย่างนี้อยู่ที่บ้าน มันดีกว่าที่บวช
อยู่ที่วัดหลายๆองค์ที่ไม่ประสีประสาอะไร ไม่รู้จักแม้แต่ว่า
สติคืออะไรด้วยซ้ำไป นี่ขอให้สนใจว่า ที่บ้านก็บวชได้ บวช
ได้อย่างยิ่ง ถ้ามีสติสมบูรณ์ในลักษณะอย่างที่ยกกล่าวมานี้

เรามีหลักว่า ในขณะที่สัมผัส สัมผัสหรือกระทบต้อง
มีสติ เมื่ออะไรมากระทบจิตทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น
ทางกาย ต้องมีสติ ให้เป็นการสัมผัสสิ่งนั้นๆด้วยสติ ก็เรียก
ว่าสัมผัสด้วยวิชชา สัมผัสด้วยปัญญา มีความลึมหลิมิตา
ไม่หลับหูหลับตา มีการลึมหลิมิตาก็กระทำไปอย่างถูกต้อง
ไม่ผิดพลาดใดๆ ไม่อาจจะเกิดทุกข์ได้ นี้เรียกว่า เราสัมผัส
โลกด้วยสติปัญญาอยู่ทุกวันๆ ทุกวันๆ ทุกวันๆ สัมผัสโลก
คือ สิ่งทั้งปวงที่มากระทบด้วยสติด้วยปัญญาอยู่ตลอดเวลา
ก็ไม่เกิดความทุกข์

บวชอยู่ที่บ้าน เป็นนักบวชอยู่ที่บ้าน ทำได้อย่างนี้ก็
คือปฏิบัติสูงสุดตามหลักพระพุทธศาสนาอยู่แล้ว

นี่จำไว้ว่า ถ้าว่าทำผิดเมื่อผัสสะ คือเป็นสัมผัสด้วย
ความโง่ ด้วยอวิชชา แล้วก็เกิดทุกข์ ถ้าสัมผัสด้วยวิชชา

รู้จริงตามที่เป็นจริงอย่างไร เรียกว่า เป็นสัมผัสด้วยวิชา
แล้วก็ไม่เกิดทุกข์ ฉะนั้นอย่าได้มีการสัมผัสด้วยความโง่
อย่าได้มีการกระทบหรือรับอารมณ์ใดๆด้วยความโง่ แต่ให้
รับหรือรู้สึกอารมณ์นั้นๆด้วยสติด้วยปัญญา และให้ฝึกฝน
อยู่เป็นประจำ

เรื่องนี้พูดมันก็พูดได้ และพูดง่าย แต่พอถึงคราวที่
จะทำ มันไม่่ง่ายนัก มันอาจจะพลั้งเผลอ หรือทำไม่ได้ ต้อง
มีความทุกข์กันเสียก่อน ตั้งหลายครั้งหลายหน แล้วจึงค่อยๆ
ทำได้ จึงค่อยๆทำได้ นี่มันจึงจะสำเร็จประโยชน์ ค่อยๆ
ทำได้ ฉะนั้นจะต้องฝึกฝนอยู่ให้ดีที่สุด เหมือนที่เขาฝึกฝน
อะไรๆที่เขาพอใจ อย่างพวกที่เล่นกีฬา เล่นศิลปะหาเงิน
หาทอง เขาฝึกเหลือประมาณ เช่นว่าจะเตะตะกร้อลอดบ่วง
ได้อย่างนี้ต้องฝึกเหลือประมาณ นี่ก็เหมือนกันแหละ เรา
ก็ฝึกเหลือประมาณ ฝึกที่จะให้มีสติทุกครั้งที่มีผัสสะ แล้วถ้า
มันลืมหเลวเผลอไปก็ละอายๆ ละอายแก่ตัวเองว่าไม่สมควร
แก่เราเลย ที่เป็นผู้ไม่มีสติ ขาดสติพลั้งเผลอจนเกิดความทุกข์
เราไม่ได้เกิดมาเพื่อความทุกข์ แล้วทำไมจึงมากลายเป็นมา
เกิดเพื่อความทุกข์อย่างนี้ ก็เสียใจอย่างยิ่ง ละอายอย่างยิ่ง
ทุกๆคราวที่พลั้งพลาดเผลอไป จนเกิดความทุกข์ ไม่เท่าไร
มันก็จะไม่เผลอ ก็จะเผลอน้อยเข้าจนไม่เผลอ

อุปมาสมมติเหมือนอย่างว่า มันเดินตกลง ตกลง ที่นอกชาน หรือตกลงที่ไหนก็ตาม มันเดินไม่ตี ไม่ดูให้ดี แล้วมันตกลง เดินตกลงนั้นมันทั้งเจ็บด้วย แล้วมันทั้ง น่าละอายด้วย ใครเห็นก็ละอายเขา ถ้าคอยสังวรอยู่ว่ามัน เจ็บด้วย มันละอาย มันน่าละอายอย่างยิ่งด้วย ก็จะระวัง ดีขึ้น เมื่อระวังดีขึ้น มันก็ไม่ตกลงอีกต่อไป นี่แหละการ ที่จะมีสติอย่างดีที่สุด ต่อสิ่งที่เรียกว่าผัสสะนั้น ต้องตั้งใจ อย่างนี้ ต้องอธิษฐานจิตอย่างดียิ่งที่จะไม่ปลั่งเปลอ และ กลัวว่ามันเป็นทุกข์ และละอายว่ามันเป็นสิ่งที่น่าละอาย

เดี๋ยวนี้เราไม่รู้สึกกันเสียทั้ง ๒ อย่าง หรือทั้งทุกอย่าง กลัวก็ไม่กลัว ละอายก็ไม่ละอาย มันก็เลยมีได้มาก แล้วก็ เป็นทุกข์อยู่ข้างใน ก็เพราะว่าไม่มีใครรู้ แม้ว่าไม่มีใครรู้ แต่ มันเป็นทุกข์อยู่ข้างใน ก็ขอให้กลัวและให้ละอายอย่างยิ่ง ยิ่งกว่าที่มันมาข้างนอก จนคนอื่นเขารู้หรือเขาหัวเราะเยาะ

นี่ ผู้ที่มีธรรมะแล้ว ก็จะต้องมีความกลัว และความ ละอายอย่างยิ่งอยู่ประจำตัว มีหิริ มีโอตตปปะ ในธรรมะที่ เป็นภายใน อย่างนี้แหละมีประโยชน์ดียิ่งกว่าที่เป็นภายนอก เป็นเรื่องภายนอก หมายความว่า ที่ใครๆเขารู้เขาเห็น ก็ยัง ไม่สำคัญเท่าที่ไม่มีใครรู้เห็น เรารู้เห็นของเราแต่คนเดียว นี่ มันสำคัญมาก มันเสียหายมาก มันเป็นสิ่งที่จะยอมให้มีขึ้น

มาไม่ได้ นี่ขอให้สนใจ มีสติเท่านั้นแหละมันก็รอดจากความ
ทุกข์ในทุกกรณี มันไม่สร้างความทุกข์ขึ้นมาได้ เป็นเครื่อง
ป้องกันไม่ให้เกิดความทุกข์ขึ้นมาได้ ไม่ต้องไปโทษผีสาม
เทวดา ซึ่งเป็นความโง่งอย่างยิ่งเพิ่มขึ้นอีกเรื่องหนึ่ง มันโง่งจน
ปล่อยให้ความทุกข์เกิดขึ้นแล้ว นี่มันก็โง่งหนึ่งแล้ว ทีนี้มันก็
ไปโทษผีสามเทวดา มันก็เป็นอีกโง่งหนึ่ง มัน ๒ โง่ง ๓ โง่ง ซ้ำ
เข้าไป แล้วมันก็น่าละอายสักเท่าไร ขอได้คิดดู

ความสุขและความทุกข์เกิดขึ้น เพราะเราทำผิดหรือ
ทำถูก เมื่อมีผัสสะ ที่เรียกว่า ตามกฏอิทัปปัจจยตา มีพระ
บาลีตรัสไว้ ซึ่งควรจะนึกถึงด้วยเหมือนกันเกี่ยวกับเรื่องนี้ว่า
สุขทุกข์ไม่ได้เกิดมาจากพระเป็นเจ้า สุขทุกข์ไม่ได้เกิดมาจาก
กรรมเก่า และสุขทุกข์ก็ไม่ใช่ไม่มีเหตุ สุขทุกข์มีเหตุ เหตุ
นั้นก็คือทำผิดหรือทำถูกต้องกฏอิทัปปัจจยตา ถ้าทำผิดต่อ
กฏอิทัปปัจจยตาก็เกิดทุกข์ ถ้าทำไม่ผิดก็ไม่เกิดทุกข์ ทำผิด
ต่อกฏอิทัปปัจจยตาก็ทำเมื่อมีอารมณ์มากกระทบนั่นเอง เมื่อ
มีผัสสะนั่นเอง เป็นเวลาสำคัญที่สุด ที่จะต้องประพฤติกให้
ถูกต้องกฏอิทัปปัจจยตา แล้วมันก็ไม่เกิดความทุกข์

นี่ถ้าทำสติได้อย่างนี้ แม้บวชอยู่ที่บ้านก็ดีกว่าพวกที่
บวชอยู่ที่วัดเป็นไหนๆ นี่พูดอย่างนี้มันก็ชอบกลเหมือนกัน
แล้วมันก็เสี่ยงอยู่ว่าจะอันตราย แต่ขอยืนยันว่าถ้าบวชอยู่

ที่บ้าน แล้วทำได้อย่างนี้ ดีกว่าพวกที่บวชอยู่ที่วัดโดยมาก
ที่ไม่ทำอย่างนี้ ที่ไม่ได้ทำอย่างนี้...บวชละเมอๆอยู่

๔. มีสมาธิ : มุ่งนิพพานเป็นอารมณ์

ที่นี้อีกข้อต่อไปก็ว่า มีสมาธิ กำหนดไว้ให้ดีๆนะ ข้อ
ที่ ๑ มีสังฆาอย่างที่ว่ามาแล้ว ข้อที่ ๒ มีวิริยะ ข้อที่ ๓ มีสติ
นี่ข้อที่ ๔ มีสมาธิ มีสมาธิ

สมาธิคืออะไร? ท่านบัญญัติความหมายไว้ดีที่สุด
สมบูรณ์ที่สุด เป็นสมาธิใหญ่หลวงมหาศาลเลย ว่า สมาธิ
คือ เอกัคคตาจิตที่มีนิพพานเป็นอารมณ์ เอกัคคตาจิตที่
มีนิพพานเป็นอารมณ์ อาตมารู้สึกว่าบางคนฟังไม่ถูกถึง
ไม่รู้ว่าจะอะไร เอกัคคตาจิตที่มีนิพพานเป็นอารมณ์ ก็บอกเสีย
เลย ว่า เอกัคคตาจิตคือจิตที่มีความคิดเพียงสิ่งเดียว มุ่งเพียง
สิ่งเดียว ตั้งอยู่ในสิ่งเดียว เอกัคคะ แปลว่ามียอดเยี่ยมเดียว
เอกัคคตาจิต จิตที่มียอดเยี่ยมเดียว คือมันมุ่งอยู่ที่สิ่งสิ่งเดียว
นี้เรียกว่า เอกัคคตาจิต และมันมุ่งต่อพระนิพพานเท่านั้น
ไม่มุ่งต่ออันอื่น ก็เรียกว่ามันมีนิพพานเป็นอารมณ์

เอกัคคตาจิตที่มุ่งต่อพระนิพพานเป็นอารมณ์นั้นแหละ
คือใจความของสิ่งที่เรียกว่าสมาธิ มันจะทำสมาธิแบบไหน
ก็แบบ ก็สิบแบบ ทำไปเถอะ ต่างๆ แปลกๆกัน ใจความ

ของมันมันก็อยู่ที่ความมุ่งพระนิพพานเป็นอารมณ์ของจิตที่ตั้งไว้ เป็นอารมณ์เดียว เป็นสิ่งเดียว

จะพูดให้ง่ายที่สุดเดี๋ยวนี้ก็พูดว่า หวังพระนิพพานเป็นอารมณ์อยู่ตลอดเวลา นั่นแหละ เมื่อรู้จักพระนิพพานพอสมควรแล้ว การที่หวังต่อพระนิพพานอยู่ตลอดเวลา นั่นแหละคือเอกัคคตาจิตที่มีพระนิพพานเป็นอารมณ์ อยู่ที่บ้านก็ทำได้ เมื่อกำลังเป็นทุกข์อยู่แล้วก็ยิ่งชวนให้ทำ เป็นทุกข์ด้วยเรื่องใดๆอยู่ ก็มุ่งต่อพระนิพพาน คือดับทุกข์เป็นอารมณ์ นี่โดยทั่วไปเราก็มองว่าเรามีชีวิตอยู่ที่นี่ เพื่อจะบรรลุนิพพาน จิตจึงมุ่งจ้องจดอยู่แต่พระนิพพานเพียงสิ่งเดียวเป็นอารมณ์ นี่คือความหมายของสมาธิ

นี่ที่เขาทำสมาธิอย่างนั้นสมาธิอย่างโน้น เป็นขั้นตอนๆ หลากๆขั้นตอนนะ มันแยกซอยให้ละเอียด แต่เมื่อรวมความหมดแล้ว มันมุ่งต่อนิพพานเป็นอารมณ์ เช่นว่าสติกำหนดลมหายใจอยู่ ลมหายใจสั้น ลมหายใจยาว ลมหายใจออก ลมหายใจเข้า ก็ตามเถอะ ทำจิตให้เป็นสมาธิด้วยการกำหนดอย่างนี้ แต่มันมีนิพพานเป็นอารมณ์ที่หวังอยู่ข้างหน้า คือทำสมาธินี้เพื่อจะดับทุกข์สิ้นเชิงในปลายทาง ในจุดหมายปลายทาง ทำเป็นสมาธิขึ้นมาแล้ว ก็ทำเป็นวิปัสสนา เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วก็เบื่อหน่ายคลายกำหนด ก็

หลุดพ้น มีนิพพานเป็นอารมณ์ จะนั้นความหมายนี้ดีที่สุด
แล้วว่า สิ่งที่เรียกว่าสมาธินั้นคือเอกัคคตาจิตที่มีนิพพานเป็น
อารมณ์

ขอให้ทุกคนดำรงจิตไว้ในลักษณะอย่างนี้ ในลักษณะ
อย่างนี้ คือว่ามีพระนิพพานเป็นที่หมาย มีพระนิพพานเป็น
จุดหมาย จะต้องถึงที่นั่นให้จงได้เร็วที่สุด โดยเร็วที่สุด
เท่าไรก็ยิ่งดี นี่คือสมาธิที่มีประโยชน์ สมาธิโดยความหมาย
ที่แท้จริง ที่มันมีประโยชน์ คือความมุ่งต่อพระนิพพาน
เป็นอารมณ์ อยู่ที่บ้านนั่นแหละ ทำอะไรก็ทำไปเถิด แต่
ข้อใหญ่ใจความนั้นไม่ลืม ไม่ลืมน่า เรามีพระนิพพานเป็นที่
จุดหมายปลายทาง ทั้งหมดที่เราทำนี้มันจะรวมกันเข้า แล้ว
ก็ไปสู่จุดหมายปลายทางคือนิพพาน

สมมติว่าจะทำนา มันก็หาข้าวให้ได้กินข้าว ให้ได้กิน
ข้าวแล้วก็มีชีวิตอยู่ แล้วก็ทำพระนิพพานให้แจ้ง แม้แต่
ทำสวนก็ได้เงินมากินมาใช้ ก็เพื่อจะมีชีวิตอยู่เพื่อจะทำ
พระนิพพานให้แจ้ง จะค้าขายหรืออาชีพอะไรอยู่ที่ตาม ต่อ
ให้เป็นอาชีพติดสามล้อ เหนือไหล่ท่วมตัวอยู่ทั้งวันๆ มันก็
สามารถจะมีเอกัคคตาจิตที่มีพระนิพพานเป็นอารมณ์ได้ โดย
มุ่งหวังว่าเราจะเลี้ยงชีวิตให้รอดอยู่ได้ เพื่อทำให้ปรากฏเฉพาะ
ซึ่งภาวะที่ไม่มีความทุกข์เลย ที่เรียกว่า นิพพาน คือชีวิตที่

เยือกเย็น ชีวิตที่เยือกเย็น ไม่มีความทุกข์เลย เรียกว่า นิพพาน เราจะมีที่นั่นเป็นจุดหมาย แม้ว่าจะทำงานอย่างต่ำ ล้างท่อถนน กวาดถนน ถีบสามล้อ แจวเรือจ้าง ก็ยังสามารถที่จะมุ่งพระนิพพานเป็นอารมณ์ ว่าจะต้องได้พบกัน ในโอกาสข้างหน้า

ที่นี่จะพูดให้สิ้นสุดเสียเลยว่า แม้เป็นคนขอทาน นั่งขอทานอยู่ ก็ยังทำได้ เดี่ยวนี้ก็ยังต้องขอทาน ก็ขอทานให้ชีวิตมันรอด ชีวิตมันรอดแล้วก็จะทำต่อไป ปฏิบัติมีสติ ระวังสังวรเรื่อยไป แล้วก็จะมึ้นิพพานเป็นจุดหมายปลายทาง ได้เหมือนกัน นี่ไม่ใช่แต่เป็นชาวบ้านธรรมดาแหละ ให้เป็นขอทานอยู่มันก็มีโอกาส ยังมีความหวังที่จะมีสมาธิ สมาธิเรียกอย่างนี้ แปลว่า เอกัคคตาจิต คือจิตดวงเดียว เดี่ยวโดด หนักแน่น มีพระนิพพานเป็นที่หมาย ฉะนั้น ใครๆทุกคนที่เป็นฆราวาสอยู่ จงดำรงตนให้มีพระนิพพานเป็นที่หมาย เป็นจุดหมายปลายทาง ก็จะเรียกว่ามีสมาธิ เต็มตามความหมายของคำคำนี้

มีสติเป็นเครื่องชักนำให้จิตมีสมาธิ มีสติอย่างที่ว่า มาแล้ว ชักนำให้จิตมีสมาธิ รู้สึกตัวอยู่ เมื่อแรกระลึกได้ แรกระลึกถึงความจริงความรู้อะไรได้ นี่เรียกว่า มีสติ ครั้งระลึกได้แล้ว รักษาความรู้นั้นไว้ให้อยู่ยาวไป ก็เรียกว่า

สัมปชัญญะ สติกับสัมปชัญญะนั้นมันเป็นคู่แฝดกัน สติคือความระลึกได้ สัมปชัญญะคือความรู้ตัว คือรักษาความระลึกได้นั้นให้คงอยู่ เช่น สติระลึกถึงความถูกต้องอย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นมา แวบขึ้นมาได้ แล้วก็รักษาไว้ นั่นก็คือสัมปชัญญะ สติกับสัมปชัญญะก็ต้องทำงานร่วมกันอย่างนี้ ฉะนั้นเรา ถ้ามีสติสัมปชัญญะแล้ว จะไม่ทำอะไรผิดพลาด จะทำอะไรถูกต้อง ได้รับผลดีของสิ่งที่ต้องทำ

ที่นี้ก็มีสมาธิ ก็หมายความว่า จิตมั่นมันคง ตั้งมั่น ขณะนั้นก็ไม่มีกิเลสรบกวน ขณะนั้นจิตก็ว่องไวในการที่จะคิดจะนึกหรือจะทำหน้าที่ของจิต คำว่า ทำสมาธิ ทำสมาธิ ไม่ใช่หมายถึงไปนั่งหลับตาตัวแข็งทื่อเป็นท่อนไม้...ไม่ใช่หมายความว่าอย่างนั้น หมายความว่า ทำทุกอย่างทุกทาง กล่อมเกลาจิตใจให้เป็นจิตที่มีจุดหมายเดียว อารมณ์เดียว ที่เรียกว่าเอกัคคตา แล้วมันก็ปราศจากกิเลส แล้วมันก็เข้มแข็ง มันก็เข้มแข็งเพราะมันรวมแสงรวมกำลัง แล้วมันก็ไวต่อหน้าที่ของมัน จิตมีหน้าที่คิด จิตที่เป็นสมาธิจะไวต่อการคิด จิตที่ไม่เป็นสมาธิมันงุ่มง่ามเคอะคะ มันคิดไม่ได้ หรือมันไม่ไวต่อการคิด สมาธินั้นหมายความว่า จิตมีกำลังเข้มแข็งอยู่ที่จุดเดียว ไม่มีกิเลสรบกวน แล้วก็ว่องไวในหน้าที่ที่จะคิดจะนึก จะคิดจะนึก จะทำอะไรจะตัดสินใจ จะทำ

อะไรก็ตาม ถ้าทำด้วยสมาธิมันทำได้ดี ทำด้วยจิตที่เป็นสมาธิ
ฉะนั้นคนที่มีหน้าที่จะต้องคิด จะต้องนึก จะต้องตัดสินใจ
จะต้องสั่งงานผู้อื่น อะไรก็ตาม จะต้องทำด้วยจิตที่เป็นสมาธิ

ที่นี้ก็ต้องฝึกให้เป็นสมาธิ มีสติชกห่วงงัดจิตให้
ติดอยู่ที่อารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง ตามเวลาที่ต้องการจะทำ
อะไร ตามเวลาที่ต้องการจะทำอะไร ทำด้วยสมาธิเสมอไป
คือว่าจะมีสมาธิจิตตั้งแต่ก่อนทำ แล้วก็เมื่อกำลังทำ และทำ
เสร็จแล้วด้วย ตั้งแต่ก่อนทำก็มีสมาธิในเรื่องนั้น กำลังทำอยู่
ก็มีสมาธิในเรื่องนั้น ทำเสร็จแล้วก็สมาธิในเรื่องนั้น มัน
จะผิดได้อย่างไร ลองคิดดูเถอะ มันไม่มีทางที่จะผิดได้ มัน
มีแต่จะถูกถึงที่สุด

ที่นี้ เราบวชอยู่ที่บ้านก็หาโอกาสที่จะฝึกสมาธิ เวลา
ที่เอาไปใช้เหลวไหลเสียวันหนึ่งๆตั้งมากมาย ขอเปลี่ยนเอา
มาทำสมาธิ และเมื่อกำลังทำการงานอยู่ ก็ทำสมาธิได้ โดย
ทำด้วยจิตที่เป็นสมาธิ ทำการงานอะไรอยู่ก็ตาม ถ้าว่าเป็น
ชานา กำลังไถนาอยู่ กำลังไถนาอยู่ เดินตามหลังควายอยู่
ขอให้จิตมันอยู่ตรงที่ปลายไถที่ตัดดิน เมื่อกำลังไถนาอยู่ จิต
อยู่ที่ปลายไถที่มันแหลมที่มันตัดดินอยู่ตรงนั้นเรื่อยไป มัน
ก็เป็นการทำสมาธิตลอดเวลาที่ไถนา ถ้าทำสวน เมื่อเอาจอบ
ฟันดินลงไปกระทบดินยกขึ้นมาขึ้น ก็สมาธิอยู่ที่จอบตักดิน

เอาที่บ้านที่เรือนกันก็ได้ ที่บ้านที่เรือนกันก็ได้ งาน
อื่นๆนั้นมันมีค่า หรือว่ามันน่าดู แต่เดี๋ยวนี้เราเองงานชั้น
ต่ำสุดนะ ว่าถ้าเราจะต้องกวาดบ้าน กวาดพื้นบ้าน หรือกวาด
ลานบ้าน เมื่อกำลังกวาดอยู่นั้น ขอให้จิตมันกำหนดอยู่ที่
ปลายไม้กวาดที่จดดิน ทำอย่างนั้นไม่ยาก จิตอยู่ที่ปลาย
ไม้กวาดที่จดดินอยู่เรื่อยไปๆ กวาดเรื่อยไป จิตอยู่ตรงนั้น
ตลอดเวลา นี่เป็นสมาธิขั้นดี เป็นสมาธิขั้นดี

หรือว่า เมื่อล้างจาน ล้างจานข้าว ก็ขอให้จิตมันอยู่
ตรงที่ปลายนิ้วที่มันถูจาน เมื่อล้างจานตามธรรมดาสามัญ
คนทั่วไปก็ต้องเอามือถูจาน ให้ปลายนิ้วที่ถูจานแตะจานอยู่
จิตกำหนดอยู่ที่ตรงนั้น จนกว่าจะล้างจานเสร็จ ก็เป็นการ
ทำสมาธิที่ดีที่สุด เมื่อกำลังล้างจาน

ที่นี่ เมื่อล้างหม้อ ล้างกระทะ ก็เหมือนกันแหละ เมื่อ
เอาอะไรมาถูหม้อถูกระทะอยู่ เครื่องถูหม้อนั้นแหละ เมื่อ
มันจดอยู่กับหม้อ หรือจดอยู่กับกระทะ มีจิตอยู่ที่ตรงนั้นสิ
คุณก็เป็นผู้มีสมาธิ เหมือนกับนั่งทำสมาธิอยู่ในป่าแหละ
แต่ว่าเดี๋ยวนี้ทำสมาธิที่บ้าน

ถ้าว่า จะผ่าฟืน เอ้า ผ่าฟืน สมาธิอยู่ที่ความคมของ
ขวาน เมื่อไม้ฟืนมันกระทบนั้นแหละ หรือเมื่อขวานกระทบ
ไม้ฟืน หรือเมื่อไม้ฟืนกระทบขวาน แล้วแต่จะผ่ากันทำไหน

แต่ที่ตรงคมนาวันที่ชำแรกไม่ออกไปนั้น จิตอยู่ที่ตรงนั้น

ทีนี้ถ้าว่า ขับริถยนต์ พุดสำหรับคนขับริถยนต์ ให้จิตอยู่กับล้อรถที่แตะพื้นดิน จิตอยู่กับล้อรถที่แตะพื้นดิน เมื่อกำลังขับริถยนต์นั้นแหละจะเป็นสมาธิอย่างเลิศ

ทีนี้ถ้าว่า เป็นหมอนวด ให้จิตอยู่ตรงปลายนิ้วที่กดลงไปนั้น ปลายนิ้วที่มันกดลงไปลึกนั้น จิตอยู่ที่ปลายนิ้วที่กดลงไปลึกนั้นแหละ ถ้าเป็นหมอนวดนี้มันก็ทำสมาธิตลอดเวลาที่ทำการนวด นี่เรียกว่ามันทำได้ทุกอย่างทุกเรื่องของการงานที่มนุษย์จะต้องทำ

ทีนี้ก็ทำทุกอิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน เมื่อยืนเท้าแตะพื้นตรงไหน กำหนดตรงนั้น เมื่อเดินก็เหมือนกัน มันจดลงไปแล้วมันยกขึ้นมา มันจดลงไปมันยกขึ้นมา จิตอยู่ที่นั่น เมื่อนั่งก็นั่งถูกที่พื้นโดยไม่ได้กำหนดอะไรอื่น กำหนดที่ก้นมันแตะพื้นนั้นแหละ มันก็เป็นสมาธิ แต่เขามีอย่างอื่นหลายวิธี เช่น กำหนดลมหายใจ กำหนดพุทโธอะไรก็ได้ แต่ที่แท้จริงแล้ว มันอยู่ที่สิ่งที่มันเป็นธรรมดา เป็นเจ้าของเรื่อง

ทีนี้จะพุดลงไปต่ำให้ถึงที่สุด อย่าหาว่าหยาบคายว่า เมื่อถ่ายอุจจาระปัสสาวะ ก็มีจิตเป็นสมาธิแน่นแน่นอยู่ที่ เมื่อก่อนอุจจาระมันออกมาอย่างถูกต้อง ถ่ายปัสสาวะก็เหมือนกัน จะถ่ายด้วยสติ ด้วยสมาธิ อย่าทำอย่างลวกๆ เหมือน

กับที่เขาทำกัน ภายอุจจาระปัสสาวะอย่างลวกๆ ล้างกัน
อย่างลวกๆ เดียวนี้เมื่อล้างกันนะมีสมาธิที่ปลายนิ้วที่ถูกัน
มันก็เป็นสมาธิที่สมบูรณ์เหมือนกัน

นี่เรื่องบวชอยู่ที่บ้าน เห็นไหมเล่า พูดเรื่องบวชอยู่ที่
บ้าน บวชแต่อยู่ที่บ้าน มีโอกาสที่จะทำ ประพฤติธรรมใน
เรื่องศีล สมาธิ ปัญญา ได้อย่างมากมาย มีสติประกอบ
กันอยู่กับสมาธิในทุกๆ อิริยาบถ ทุกๆ การงาน นับตั้งแต่ว่า
ไถนา สมาธิจิตอยู่ที่ปลายไถที่ตัดดิน ถ้าพายเรือจิตอยู่ที่
ปลายพายที่มันแต่น้ำ แจวเรือก็เหมือนกัน อยู่ที่แจวมัน
ตัดน้ำ นี่จะเป็นสมาธิจริง สมาธิที่จะเอามาใช้เป็นประโยชน์
อย่างอื่นได้ ทุกๆ ความหมาย ทุกๆ ชนิด

๕. มีปัญญา : รู้ความจริงที่ควรรู้

เข้า ที่นี้ข้อสุดท้าย มีปัญญา มีปัญญา ข้อ ๑ มีศีลธ
ข้อ ๒ มีวิริยะ ข้อ ๓ มีสติ ข้อ ๔ มีสมาธิ ข้อ ๕ มีปัญญา
ปัญญา แปลว่า ความรู้ คือรู้สิ่งที่ควรรู้ รู้ความจริงที่ควรรู้
ความจริงที่ดับทุกข์ได้นั้นเป็นความจริงที่ควรรู้

ขอให้รู้ความจริงนั้นอยู่ตลอดเวลา อยู่ตลอดเวลาด้วย
สติ สติระลึกเอามา แล้วสัมปชัญญะกำหนดเอาไว้ แล้วก็
อยู่อย่างเป็นความรู้รอบ เป็นปัญญาอยู่ตลอดเวลา อย่าให้

เกิดการปรุงแต่งในจิต จนเกิดความคิดชนิดตัวกูของกู นี้ คำพูดมันค่อนข้างจะหยาบคาย แต่มันจำเป็นว่า ความคิดชนิดที่มีความหมายเป็นตัวกู หรือเป็นของกูนั้น เป็นความคิดผิดพร้อมที่จะทำให้เกิดความทุกข์อย่างยิ่ง มันเป็นความคิดที่ผิด เป็นความรู้ที่ผิด เรียกว่าเป็นความผิดนั้นแหละ

นี่ปัญญาต้องรอบรู้ รู้ที่ถูกต้อง มันรู้ทุกอย่างที่ควรจะรู้ รู้ได้ทุกอย่างที่ควรจะรู้ แต่อย่าไปรู้ชนิดที่ว่าเป็นตัวกู เป็นของกู เป็นตัวตน เป็นของตน นี่มันก็เป็นของละเอียด ประณีตลึกซึ้งอยู่มาก คือมันจะต้องรู้จักทำความละเอียด ประณีตในทางจิต ความคิดมันปรุงแต่งกันได้อย่างที่ว่ามีมาแล้วในเรื่องของผัสสะ นี่เราอย่าให้ความคิด หรือความรู้ เกิดขึ้นมีความหมายเป็นตัวกู เป็นของกู

ทำงานด้วยความรู้ถือว่า ควรจะอย่างไร ฟังให้ดีๆ ว่าถ้าทำงาน ทำงานอยู่ที่ออฟฟิศ หรือที่ไหนก็ตาม จงทำด้วยสติปัญญาที่รู้ว่าควรทำอะไร แล้วระวังอย่าให้ความคิดประเภทตัวกูของกู ทำเพื่อกู กูจะได้ กูจะอะไร อย่าให้เกิดขึ้นมา ความคิดความรู้ลึกประเภทตัวกูของกู อย่าได้เกิดขึ้นมา อย่าให้ความอยากจะได้ผลงานเร็วๆเกิดขึ้นมา อย่าให้ความหวังจะได้ผลงานเร็วๆเกิดขึ้นมา นั่นเป็นของผิดทั้งนั้น อันตรายทั้งนั้น มีแต่ความรู้ที่ถูกต้องว่า ทำอย่างไร

ทำอะไร ที่ทำถูกต้องนั้นทำอะไร แล้วก็สนใจทำแต่
อย่างนั้น นี่แหละเรียกว่า ทำงานอยู่ด้วยปัญญาอย่างยิ่ง
ไม่เกิดความผิดพลาด ไม่เกิดความหวัง ไม่เกิดกิเลสตัณหา
ซึ่งมันเป็นเรื่องที่ทำให้เกิดความทุกข์

ฉะนั้นเรามีความรู้ที่ถูกต้องเรื่องอิทัปปัจจยตา ว่ามัน
เป็นไปตามเหตุตามปัจจัยของมัน และว่าตถตา มันจะต้อง
เป็นอย่างนั้น เป็นอย่างอื่นไม่ได้ มีความรู้เรื่องอิทัปปัจจยตา
ตถตาเต็มที แล้วก็ทำงานอยู่ ส่วนความหวังความอยากว่า
จะได้ผล เอาผลมากินมาใช้กันให้สนุกสนานเอร์ดีออร์ยนั้น
อย่าต้องมีเลย ถ้ามีมันเป็นความคิดหรือความรู้สึกประเภท
ตัวกูของกู มันจะต้องเป็นทุกข์

ข้อนี้ก็ในพระบาลีให้ตัวอย่างไว้อย่างดีที่สุด ที่อาตมา
ก็เอามาเล่าบ่อยๆว่า แม่ไก่ฟักไข่ให้ดีก็แล้วกัน ไม่ต้องคิด
ว่าลูกไก่จะออกมา นี่แม่ไก่จะฟักไข่ให้ถูกต้องตามวิธีของ
ธรรมชาติ จะเขี่ย จะกก จะกลับ จะทำให้อุ่นให้เย็นอะไรก็
แล้วแต่ ให้มันถูกต้องตามวิธีของการฟักไข่ แล้วลูกไก่ก็จะ
ออกมาเอง โดยที่แม่ไก่ไม่ต้องหวังว่า ลูกไก่จะออกมา ลูกไก่
จะออกมา ถ้าแม่ไก่ตัวไหนมันหวังว่า ลูกไก่จะออกมา บ่นว่า
ลูกไก่จะออกมา มันเป็นแม่ไก่บ้า มันใช้ไม่ได้ คนนี้ก็เหมือน
กันแหละ จงทำงานให้ถูกต้องด้วยสติปัญญา เกี่ยวกับการ

กระทำนั้น โดยไม่ต้องมีความคิดหวัง เป็นตัวกู ของกู ว่า ออกมา จงออกมา จงได้มา จงได้กำไร จงอย่างนั้น จง อย่างนี้ ซึ่งเป็นเรื่องตัวกูของกู อย่างนั้นมันทำให้เป็นทุกข์ เปล่าๆ แล้วมันก็ไม่ได้ด้วย แล้วมันจะทำให้งานเสียก็ได้

เดี๋ยวนี้เราสอนกันผิดๆอยู่บางอย่าง ที่ว่าให้ใช้ความหวังมากเกินไป ที่จริงถ้าความหวังมากเกินไปแทรกแซงเข้ามาในขณะทำงานแล้ว มันฟุ้งซ่าน ทำไม่ได้ดี มันทำไม่ได้ ถูกต้องอย่างดี มันต้องให้เหลือไว้ มีแต่สติปัญญา ที่จะทำอย่างไรเท่านั้น ให้มีมากที่สุด ให้ทำอย่างดี ส่วนที่จะหวังผลอย่างนั้นอย่างนี้ อย่าให้มันเกิดขึ้นมาในความคิด มันมาทำให้ฟุ้งซ่าน ให้มีสมาธิแน่วแน่อยู่ว่าทำอย่างไร เรื่องนี้ทำอย่างไร เรื่องนี้ทำอย่างไร นั่นแหละเรียกว่ามีชีวิตอยู่ด้วยปัญญา มีจิตว่างจากความคิดนี้ความรู้สึกว่าตัวตนหรือของตน ว่างจากความรู้สึกคิดนี้กว่าตัวกู ของกู แล้วก็จิตว่างแหละ จะคิดอย่างไรก็ได้ จะคิดเรื่องจะทำให้ดีให้มันอย่างไรก็ได้ แต่อย่าให้มันแลบเลยไป ถึงว่าเพื่อตัวกู หรือของกู กูจะเอา กูจะได้ พอความคิดเกิดขึ้นอย่างนั้นมันจะมีดี มันจะกลุ้ม มันจะร้อน มันจะเป็นทุกข์ นี่เรียกว่าเคล็ด หรือศิลปะใน การที่จะทำงานให้ดีที่สุด โดยเฉพาะสำหรับพุทธบริษัท

เดี๋ยวนี้เราจะบวชอยู่ที่บ้าน เราจะบวชอยู่ที่บ้าน ขอให้มีการกระทำงานการด้วยปัญญา มีชีวิตอยู่ด้วยปัญญา ให้ได้ผลดีที่สุดของการที่เกิดมาเป็นมนุษย์ เป็นมนุษย์เกิดมาแล้วจะต้องได้อะไรดีที่สุด ก็ให้มันได้อย่างนั้นแหละ แล้วมันก็จะได้ด้วยการทำงานกระทำด้วยปัญญา อย่าทำด้วยกิเลสตัณหาหวังว่าจะได้อย่างนั้น หวังว่าจะได้อย่างนี้ แก่ตัวกู แก่ของกู นั้นไม่ต้องไปหวังดอก เมื่อทำถูกต้องตามกฎของธรรมชาติ แล้วมันก็ต้องออกผลมาเอง ไปหวังให้มันพุ่งชาน หรือจะเปรียบด้วยตัวอย่างง่ายๆอีกทีหนึ่งว่า ไปซื้อลอตเตอรี่มาแล้วอย่ามาหวังให้มันรบกวนจิตใจเป็นโรคประสาท ซื้อแล้วก็แล้วไป ถึงเวลามันออกก็ไปตรวจดู มันถูกหรือไม่ถูก แต่บางคนเขาไม่ชอบอย่างนั้น เขาชอบซื้อเอามาทำให้มันบ้า ให้มันหวัง ให้มันหวัง ให้มันนอนหวัง นั่งหวัง นอนหวัง แล้วในที่สุดมันจะเป็นโรคประสาทได้จริงเหมือนกันแหละ

เราจงทำงาน หรือมีชีวิตอยู่ด้วยปัญญา อย่าประมาทปัญญา พอกพูนปัญญา คือความรู้สึกรู้คิดนึกที่ถูกต้องอยู่ตลอดเวลา เมื่อจะทำงานก็มีปัญญาในงานที่จะทำ เมื่อจะทำงานก็มีปัญญาในงานที่จะทำ เมื่อทำงานอยู่ก็มีปัญญาในงานที่กำลังทำ เมื่อทำงานเสร็จได้ผลงาน ก็มีปัญญา อยู่ในการได้ผลงาน อย่าให้ได้ผลงานด้วยกิเลสตัณหา แต่ได้ด้วย

สติปัญญา อ้อ มันอย่างนี้เองนี้ ทำอย่างนี้มันก็ได้แบบนี้เอง
ไม่ต้องไปหลงไหลมัวเมาให้มันสูญเสียดิถีปฏิบัติ หรือ
จะเก็บผลงานไว้กินไว้ใช้ รักษาไว้ก็ด้วยสติปัญญา เก็บ
ไว้ด้วยสติปัญญา อย่าให้มันทรمانใจ เมื่อจะเอาผลงาน
มากินมาใช้ ก็ทำด้วยสติปัญญา อย่าให้มันผิดพลาด เมื่อ
จะแบ่งปันให้แก่ผู้อื่นบ้าง ทำบุญทำทาน ก็ทำด้วยสติปัญญา
แปลว่า เป็นฆราวาสที่มีชีวิตอยู่ด้วยปัญญา ทั้งก่อนแต่ทำงาน
กำลังทำงาน ได้ผลงาน เก็บผลงาน ใช้ผลงาน กินผลงาน
แบ่งปันผลงาน อะไรก็ทำด้วยปัญญา ไม่มีกระหืดกระหอบ
ด้วยกิเลสตัณหา

บวชอยู่ที่บ้าน

ทำได้จริงก็มีผลดีเท่าที่ควรได้

นี้จะบวชอยู่ที่บ้าน แล้วจะเป็นพระอรหันต์อยู่ที่บ้าน
พอเป็นพระอรหันต์แล้ว มันก็เลิกหมด ไม่ต้องบวชต้องอะไร
ดอก เมื่อเป็นพระอรหันต์แล้วมันเลิกบวช เลิกความหมาย
ของคำว่าบวช บวชหรือประเพณีพรหมจรรย์ไม่ต้องมีแล้ว
แต่เดี๋ยวนี้ยังไม่เป็นพระอรหันต์ ก็ขอให้เป็นผู้บวชด้วยจิตใจ
ทั้งหมดทั้งสิ้นอยู่ที่บ้าน โดยเฉพาะผู้หญิง ไม่ต้องสนใจว่า
เป็นผู้หญิงบวชไม่ได้ แต่ว่าเราบวชอยู่ที่บ้านได้อย่างนี้แล้ว

เหมือนกัน หรืออย่างเดียวกัน หรือเท่ากัน แม้ไม่มีโอกาส
ไปบวชกับเขาบ้าง เขาบวชกันเกร่อหมด บวช ๙ วัน ๑๐ วัน
ไม่รู้ว่าจะได้ผลอย่างไร

แต่อาตมาขอยืนยันว่า บวชอย่างที่ว่านี้เกิด บวชอย่าง
ที่ว่านี้เกิด มีศีลทา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา อยู่ที่บ้าน
บวชอยู่ที่บ้านบริบูรณ์อยู่ด้วยธรรมะ ๕ ประการ ซึ่งทบทวน
อีกทีหนึ่งว่า :

มีศีลทา เชื่อมั่นในสิ่งที่ตนถือเอาเป็นที่พึ่ง คือการ
ปฏิบัติหรือคำสอนนั้น แล้วก็เชื่อมั่นว่าตัวเองทำได้ เราทำได้
ไม่เหลือวิสัย เราทำได้ แล้วก็ปล่อยให้ทำไปด้วยศรัทธา

พร้อมกันก็มีวิริยะ คือความกล้าหาญ ความพากเพียร
ความบากบั่น สนุกสนานในการทำ พอใจในการทำ เป็น
สุขเสียเมื่อกำลังทำ ไม่ต้องรอต่อผลงานได้มา กำลังทำอยู่
มันก็พอใจและเป็นสุข อิ่มอยู่ด้วยความสุข ได้ความสุขโดย
ไม่ต้องเสียเงิน

ที่นี้ก็มีสติ เฝ้าระวังรักษาป้องกัน ไม่ให้เกิดความ
ผิดพลาดขึ้น ในความคิดความนึกหรือในการกระทำ โดย
เฉพาอย่างยิ่ง เมื่อมีผัสสะทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น
ทางกายและทางใจเอง

มีสมาธิ คือ จิตแน่วแน่ต่อพระนิพพานเป็นอารมณ์ อยู่ตลอดเวลา ตลอดเวลาทุกลมหายใจเข้าออก มีจุดมุ่งมั่น ต่อพระนิพพาน เรียกว่ามีเอกัคคตาจิตมุ่งพระนิพพานอยู่ ตลอดเวลา แล้วก็ทำทุกอย่างที่รักษาจิตชนิดนั้นไว้ ก็คือ แบบสมาธิวิธีต่างๆ มันจะต่างกันอย่างไร มันก็อยู่ที่มีพระ นิพพานเป็นอารมณ์ทั้งนั้น คือมีความหลุดพ้นจากความทุกข์ เป็นอารมณ์ด้วยกันทั้งนั้น

แล้วในที่สุด ก็มีชีวิตอยู่ด้วยปัญญา มีชีวิตอยู่ด้วย ปัญญา คือความรู้อย่างถูกต้องชัดเจน ในสิ่งที่ต้องกระทำ หรือควรกระทำ อย่าให้ความอยาก เช่น กิเลสตัณหาเพื่อ ตัวกูของกู เข้ามาแทรกแซง นั้นมันจะทำให้เสียหมด นี้ เรียกว่า ทำงานทุกชนิดด้วยจิตว่างแหวะ ทำงานทุกชนิด ด้วยจิตว่าง ยกผลงานให้ความว่างทุกอย่างสิ้น กินอาหาร ของความว่างอย่างพระกิน ตายเสร็จสิ้นแล้วในตัวแต่หัวที่ ตั้งแต่ต้นเรื่องจนจบเรื่อง ไม่มีตัวกู ไม่มีของกู มันไม่มี ความทุกข์ ไม่มีปัญหาอะไร มีจิตที่บริสุทธิ์อยู่ด้วยปัญญา และความสงบ นี่คือบวชอยู่ที่บ้าน

ใครเห็นด้วยก็ลองดู บวชอยู่ที่บ้าน ที่ชะง้อหาบวช ที่วัด บวชในปีนั้น บางทีจะเป็นความโง่ ลำบากมากกว่า คนที่บวชอยู่ที่บ้านก็ได้ ระวังให้ดี ถ้ามีความตั้งใจจริง

ระมัดระวัง บวชอยู่ที่บ้านจะได้ผลมากกว่าบวชอยู่ที่วัด หรือในป่าก็ยังเป็นไปได้ เพราะว่าการบวชอยู่ที่วัด หรือในป่า มันยังเหลวไหลอยู่ทุกๆไป มันยังไม่สำเร็จประโยชน์เต็มตามความหมายที่ควรจะได้เลย

เอาละ เป็นอันว่า วันนี้เราพูดกันด้วยเรื่องมาก่อนข้างจะแปลก โดยใช้ชื่อว่า บวชอยู่ที่บ้าน เว้นจากสิ่งที่ควรเว้น โดยประการทั้งปวงอยู่ที่บ้าน แล้วก็ประพจน์หน้าที่ที่ควรประพจน์ปฏิบัติอยู่อย่างดีที่สุด อย่างเต็มกำลัง เต็มสติ ปัญญาสามารถอย่างดีที่สุด ในหน้าที่ของตนๆ แล้วก็มีความสุขอยู่กับการทำหน้าที่ ไม่มีกิเลสตัณหาที่จะหวังผลอย่างนั้น อย่างนี้มาสนองกิเลส เรื่องก็มีเท่านี้ว่าบวชอยู่ที่บ้าน

ไม่ได้หมายความว่าให้เลิกไปอยู่ที่บ้านกันเสียให้หมด แต่หมายความว่าแม้อยู่ที่บ้านก็อย่าน้อยใจ อย่าเสียใจ แม้อยู่ที่บ้านก็สามารถที่จะทำได้ดีที่สุด ที่บ้านนั่นเอง เพราะคนที่อยู่ที่บ้านมันยังมีมากกว่าคนที่อยู่ที่วัด คนเหล่านั้นไม่ควรจะเสียประโยชน์อะไร ควรจะได้ประโยชน์ทุกอย่างทุกประการเท่าที่พุทธบริษัทในพระพุทธศาสนาจะพึงได้

ขอให้ผู้ที่อยู่บ้าน หรือยังอยู่ที่บ้านนั้น จัดแจงปรับปรุงให้ชีวิตการเป็นอยู่ของตนนั้น อนุโลมเข้ากับกำกับการบวช โดยสมาทานสิกขาบท คือสัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา, สัทธา

วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา
ธรรม ๕ ประการนี้ แทรกอยู่ในการปฏิบัติธรรม ตั้งแต่ต้น
จนถึงขั้นสุดท้าย ถ้าปฏิบัตินั้นฐานอยู่อย่างเคร่งครัดในป่า
ในวัด ในดง ก็ตาม เขาก็ระวังให้สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ
ปัญญา ในการปฏิบัตินั้นเป็นไปอย่างเต็มที่ แล้วผลก็แน่นอน
สำเร็จตามความปรารถนา

การบรรยายในวันนี้ก็สมควรแก่เวลา แม้จะว่ามันเป็นเรื่องที่แปลกออกไป ก็ควรจะได้พิจารณาดู จะได้ใช้เวลาที่บ้านให้เป็นประโยชน์มากที่สุด แม้จะต้องยังอยู่ที่บ้าน ก็ไม่เสียเปรียบเสียหาย ไม่เสียเปรียบแก่ผู้ที่จะทิ้งบ้านออกไปได้โดยน้อัจฉรย์ พุดง่ายๆว่า ถ้าทำได้นะ ถ้าทำได้ บวชอยู่ที่บ้านน้อัจฉรย์กว่าบวชอยู่ที่วัด

ขอยุติการบรรยายนี้ ด้วยความสมควรแก่เวลา เป็นโอกาสให้พระคุณเจ้าทั้งหลายสวดบทพระธรรม ในรูปคนสาธยาย เพื่อส่งเสริมกำลังใจของท่านทั้งหลายให้เข้มแข็งในการประพฤติปฏิบัติธรรมะสืบต่อไปในบัดนี้



ชาวบ้าน ชาววัด



อันชาวบ้าน	ทำงาน	เพื่อกามเกียรติ์
จึงเกิดความ	ตั้งเครียด	จนสิ้นเสียว
ส่วนชาววัด	มุ่งขจัด	ไปท่าเดียว
มิให้เกี่ยว	เกียรติกาม	มุ่งงามธรรม
จึงเกิดมี	เครื่องวัด	วัดชาวบ้าน
ด้วย "เงิน" "งาน"	"อดอยาก"	หรือ "อึมหนา"
ส่วนเครื่องวัด	ชาววัด	วัดกิจกรรม
ว่าเขาทำ	ให้ว่างได้	เท่าไรแล
ถ้าชาววัด	ฮึดฮัด	มุ่งกามเกียรติ์
มันน่าเกลียด	แสนกล	คนต่อแหล
ถ้าชาวบ้าน	เกียจคร้าน	งานเชื่อนแซ
ก็มีแต่	ทุกข์ทน	หม่นหมองไป
จึงขอให้	ชาวบ้าน	เป็นชาวบ้าน
ผสมผสาน	เกียรติกาม	ตามวิสัย
ให้ชาววัด	เป็นชาววัด	ขจัดไกล
เพื่อพ้นภัย	เกียรติ กาม	งามนุกเอย ๆ

พุทธทาส อินทปัญโญ

อดตา หิ อดตโน นาโถ



มีใคร	จะฟัง	ซึ่งพระเจ้า
แต่พวกเรา	ชาวพุทธ	ศาสนา
ผู้เชื่อฟัง	โอวาท	พระศาสดา
ฟังธรรมา	คือฟัง	ซึ่งตัวเอง
ประกอบกรรม	นำมา	ซึ่งโมคผล
ตั้งแต่ต้น	ทางธรรม	ก็เหมาะสม
ทั้งทางโลก	ทางธรรม	ก็ยากแครง
ถือเลง	สร้างตัว	อยู่ทั่วกัน
อดตา หิ	อดตโน	นาโถ, แปล
ว่า "ตัว ฟัง	ตัว" แน่	ถ้าบิดผัน
เป็นอื่นไป	วนเวียน	พาเหียรครัน
ฟังเขานั้น	ไม่ "หนึ่ง"	เหมือนฟังตัว ฯ

พุทธทาส อินทปัญโญ

บันทึกการจัดพิมพ์

ธรรมสภา และ สถาบันบันลือธรรม ขอกราบนมัสการ
ขอพระคุณ พระเดชพระคุณท่านเจ้าคุณพระธรรมโกศาจารย์
หลวงพ่อดุสิตคุณวิมลคุณากร องค์บรรยายแห่งหนังสือเล่มนี้ เป็นอย่างสูง
อันกล่าวถึงเรื่องการบวชอยู่ที่บ้าน โดยการประพาศซึ่งพระมหามงคล
ซึ่งเป็นการเว้นหรือการไปเสียจากการปฏิบัติหรือการเป็นอยู่ชนิดที่
เป็นทุกข์ โดยไม่จำกัดว่าที่บ้านหรือที่วัด

ขอกราบขอพระคุณ มูลนิธิ กองทุน โรงเรียน หน่วยราชการ
องค์การ วัด ร้านหนังสือและศูนย์จำหน่ายหนังสือทั่วราชอาณาจักร
ที่กรุณาช่วยเผยแพร่หนังสือเล่มนี้

ท่านที่ปรารถนามีไว้ศึกษาหรือจัดพิมพ์เป็นธรรมทาน

โปรดติดต่อที่...ธรรมสภา

๑/๔-๕ ถ.บรมราชชนนี เขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๗๐
โทร. (๐๒) ๔๔๑๑๕๓๕, ๘๘๘๗๔๔๐ โทรสาร. ๔๔๑๑๕๑๗

•

ธรรมสภาได้รวบรวมหนังสือและสื่อธรรมะไว้บริการแก่ท่านสาธุชน
จากสำนักพิมพ์และสำนักปฏิบัติธรรมทั่วประเทศ ท่านที่สนใจเลือกชมได้ที่

ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา

๒ - ๖ ถนนบรมราชชนนี เขตทวีวัฒนา กทม. ๑๐๑๗๐ โทร. (๐๒) ๔๔๑๑๖๐๔

• สถาบันบันลือธรรม ขอกราบเรียนเชิญท่านสาธุชนร่วมฟังพระธรรมเทศนา
ในรายการ พบพระ พบธรรม ได้ทุกวันเสาร์ ตั้งแต่เวลา ๑๕.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.
ณ ห้องประชุมสถาบันบันลือธรรม อาคารศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา ท่าน
สาธุชนที่สนใจสอบถามองค์บรรยายธรรมได้ทุกวัน ที่ โทรศัพท์ (๐๒) ๔๔๑๑๕๓๕

บุญเป็นอะไร



สิ่งนั้นๆ	เป็นเหมือน	ของเคลื่อนกลาด
ที่เป็นบาป	เก็บกวาด	ทิ้งได้ถุน
ที่เป็นบุญ	มิไว้	เพียงเจือจน
ใช้เป็นคุณ	สะดวงตาย	คล้ายรถเรือ
หรือบ่าวไพร่	มิไว้ใช้	ใช้ไว้แบก
กลัวตกแตก	ใจสั้น	ประหวั้นเหลือ
เรากินเกลือ	ใช้จะต้อง	บูชาเกลือ
บุญเหมือนเรือ	มิไว้ชี้	ไปนิพพาน
มิใช่เพื่อ	ไว้ประดับ	ให้สวยหรู
เที่ยวवादซุ	แบกไป	ทุกสถาน
หรือลอยล่อง	ไปในโลก	โอฆกันดาร
ไม่เอยากข้าม	ขึ้นนิพพาน	เสียตายเรือ

พุทธทาส อินทปัญโญ

เปิด เปิด เปิด

เปิด เปิด ตา	ให้รับแสง	แห่งพระธรรม
ยังมีดคำ	ยิ่งเห็นชัด	ถนัดถนี่
สมาธิมาก	ยิ่งเห็นชัด	ถนัดดี
นี้วิธี	เปิดตาใจ	ใช้กันมา ๑

เปิด เปิด หู	ให้อินเสียง	สำเนียงธรรม
ทั้งเข้าคำ	มีก้องไป	ในโลกหล้า
ล้านล้านปี	ฟังให้ชัด	เต็มอัตรา
คือเสียงแห่ง	สุญญตา	ค่าสุดใจ๑

เปิด เปิด ปาก	สนทนา	พูดจาธรรม
วันยังคำ	อย่าพูด	เรื่องเหลวไหล
พูดแต่เรื่อง	ดับทุกข์ได้	โดยสังขจรรย์
ไม่เท่าไร	เราทั้งโลก	หันโศกแล ๑

พุทธทาส อินทปัญโญ



ขอกราบขอบพระคุณแด่ทุกท่านที่สนับสนุน และสมทบการจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเล่มนี้
โปรดช่วยอุปถัมภ์ค่าจัดพิมพ์เพื่อการเผยแพร่ธรรมะราคาจำนวนเล่มละ ๒๕ บาท