

## คำนำ

การก่อเกิดพระธรรมในกึ่งพุทธกาล พญามารได้ทูลถามองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยผ่านพระยาธรรมมิกราชว่า “ก็ในเมื่อองค์พระอรหันต์สาวกของพระพุทธองค์ ยังทรงมีอยู่ ก็ในเมื่อพระพุทธศาสนา ก็ยังคงมีธรรมคำสอนอยู่ ก็ในเมื่อพระคัมภีร์ของศาสนา ก็ยังคงมีอยู่ แล้วเหตุใดเล่า จึงต้องมีการเผยแผ่ธรรมใหม่?” พระพุทธองค์ จึงทรงตรัสตอบกับพญามารว่า

พญามารเอ๋ย.. เหตุที่เราจะต้องเผยแผ่ธรรมอีกครั้งหนึ่ง ก็เพราะว่ายังอยู่ในช่วงเวลาที่เราได้สร้างเหตุเอาไว้แล้ว ด้วยการบำเพ็ญเพียรบารมี และจุดช่วยดวงจิตในวัฏสงสาร ผู้ปรารถนาจะพ้นทุกข์ ให้พ้นทุกข์ จึงจำเป็นที่จะต้องเผยแผ่ธรรมนี้ ไปให้กว้างไกล ตามเหตุที่ทำเอาไว้ทั้งหมด และย่อมแน่นอนล่ะว่า ถึงแม้กาลเวลาจะผ่านไป ถึง 2500 กว่าปี ยังมีองค์พระอรหันต์สาวก ผู้ประพฤติปฏิบัติบำเพ็ญ จนถึงซึ่งความเป็นองค์พระอรหันต์อยู่ เพียงแต่ว่ามีน้อยมีไม่มาก เหมือนยุคของพุทธกาลเท่านั้น

พญามารเอ๋ย.. การที่มีอรหันต์สาวกแห่งเราอยู่นั้น พระธรรมที่จะเผยแผ่ออกไปนั้น ก็ยังกว้างขวางไม่พอ เพราะต่อให้ดวงดาวจะมีมากเต็มท้องฟ้า ก็ย่อมสว่างไม่เท่าดวงจันทร์ สักดวงเลย เราก็เปรียบดังดวงอาทิตย์ ผู้ให้แสงสว่างแก่ดวงจันทร์ คือ อยู่เบื้องหลังการเผยแผ่ธรรมแห่งพระยาธรรมทุกอย่าง เพื่อให้ดวงจันทร์นั้น ได้ส่องแสงสว่าง ที่สวยงามช่วงนี้ให้ดวงดาวทั้งหลายสว่างไสว ทั่วท้องฟ้า ให้แสงอาทิตย์ส่องสว่างสู่ดวงจันทร์และดวงดาว ให้สว่างไสวตามรอบการขวนขวายประพฤติปฏิบัติตามของดวงจิตทั้งหลาย

ฉะนั้น พญามารเอ๋ย ธรรมแห่งเราที่ส่งผ่านพระยาธรรมมิกราช ให้ก่อเกิดขึ้นใหม่ในกึ่งพุทธกาล จึงจำเป็น เพื่อที่จะจุดช่วยดวงจิตทั้งหลาย ผู้ตั้งใจจะพ้นทุกข์ให้ได้มากที่สุด

พญามารเอ๋ย.. ย่อมแน่นอนล่ะว่า พระคัมภีร์ก็ยังมีอยู่ ธรรมคำสอนก็ยังมีอยู่ แต่ว่าพระคัมภีร์ และธรรมสอนเหล่านั้น เป็นสิ่งที่ยากจะเข้าถึง และปฏิบัติได้ จึงจำเป็นที่จะต้องมีการเผยแผ่ธรรมคำสอน ที่ย่อมาจากเล่มที่มี เพื่ออำนวยความสะดวกการเรียนรู้ศึกษา ดวงจิตที่ไม่ได้มีความรู้ในเรื่องของภาษาบาลี เขาก็จะได้เรียนรู้ศึกษาธรรมที่ง่าย และเข้าสู่ความหลุดพ้นทุกข์กันได้ ตามที่ใจของเขาปรารถนา

ฉะนั้น พระธรรมกึ่งพุทธกาล หรือ พุทธธรรมสำหรับนักบวชเล่มนี้ จึงเกิดขึ้นมาเพื่อจุดช่วยดวงจิตทั้งหลาย ให้เอาชนะหมู่มาร ชนะอุปสรรคปัญหาทั้งหลาย ที่จะมาตัดรอนขวางกั้นแห่งมรรคผลนิพพาน



# สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
ตอนที่ 286 ปัญญาธรรม ความเป็นจริงของชีวิต	1
ตอนที่ 287 ปัญญาธรรม ความเชื่อ ความศรัทธา	7
ตอนที่ 288 ปัญญาธรรม จุดมุ่งหมายที่หายไป	12
ตอนที่ 289 ปัญญาธรรม ชนชั้นธมาร	18
ตอนที่ 290 ปัญญาธรรม ชนอะภิสังขารมาร	24
ตอนที่ 291 ปัญญาธรรม ชนกะกิเลสมาร	29
ตอนที่ 292 ปัญญาธรรม ชนมะัจจุมาร	33
ตอนที่ 293 ปัญญาธรรม ชนะเทวปุตมาร	38
ตอนที่ 294 ปัญญาธรรม ชนะมารทั้งห้า	43
ตอนที่ 295 ปัญญาธรรม ชนะนิวรรณ์ กามฉันทะ	48
ตอนที่ 296 ปัญญาธรรม ชนะนิวรรณ์ พยาบาท	54
ตอนที่ 297 ปัญญาธรรม ชนะนิวรรณ์ ถีนมิทชะ	59
ตอนที่ 298 ปัญญาธรรม ชนะนิวรรณ์ ถีนมิทชะ ความง่วง	64
ตอนที่ 299 ปัญญาธรรม ชนะนิวรรณ์ อุทัจจุกุกุจจะ	68
ตอนที่ 300 ปัญญาธรรม ชนะนิวรรณ์ วิจิกิจฉา	73
รายนามผู้พิมพ์หนังสือ	78



## ตอนที่ 286 \*\*ความเป็นจริงของชีวิต\*\*

ในเช้าของวันที่ 3 มีนาคม พ.ศ. 2561 ณ พุทธอุทยานกุสุวรรณ์

ข้าพระพุทธเจ้า เมื่อได้กราบนอบน้อมเข้าเฝ้าต่อองค์พระพุทธรูปดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์ท่านแล้วนั้น..จึงได้เฝ้าทูลถามธรรมกับพระพุทธรูปองค์ท่านไป ดังนี้ว่า...

“ข้าแต่องค์พระพุทธรูปดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าขา.. วันนี้ ลูกจะขอเฝ้าฟังธรรมในหมวดของผู้มีปัญญาธรรมนะเจ้าคะ ลูกอยากจะมีฝักฝืนตัวของลูก ให้มีปัญญาธรรมขึ้นมาบ้าง จึงจะขอเฝ้าทูลถามพระพุทธรูปองค์ว่า.. ความจริงของชีวิตจะค่อยๆ ปรากฏชัดเจนแก่เรา ต่อเมื่อเรานั้นต้องทำอะไรบ้างหรือเจ้าคะ ลูกปรารถนาที่จะฟังธรรมเรื่องนี้เพื่อที่จะได้นำไปประพฤติปฏิบัติตาม ให้เกิดปัญญาบ้างนะเจ้าคะ เพราะลูกเห็นว่า บุคคลผู้มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาจะเข้าใจในสิ่งที่มันเป็น มันเกิดสิ่งเหล่านั้นได้เป็นอย่างดี

ชีวิตคนเรานั้นมีสิ่งที่มีมันซ่อนอยู่ในคำว่า “ชีวิต” เยอะแยะมากมาย ทั้งตัวเรา ทั้งตัวบุคคลผู้อื่น เรื่องราวแต่ละเรื่องมันมีเยอะมากเลยเจ้าคะ เราจะต้องทำแบบไหนยังไงดี หรือเจ้าคะ ขอพระพุทธรูปโปรดทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกได้ฟังด้วยเถิดเจ้าคะ”

**พระพุทธรูป :** ดีแล้วละ พระยาธรรมเอย.. ถ้าอย่างนั้นก็จงทำตามนี้ เสียก่อนนะ ให้หลับตาลง ผ่อนคลาย ทั้งกายและจิตใจของตน เสียก่อนทำจิตให้โล่งๆ ว่างๆ ไม่ต้องกังวล กับสิ่งใดๆ ทำใจให้ว่างๆ โล่งๆ ไม่ต้องสนใจสิ่งใดทั้งหมดทั้งสิ้น แล้วก็พิจารณาธรรมตามนี้ว่า

สิ่งทั้งหลายบนโลกนี้ ล้วนแล้วแต่มี เหตุเกิดของมัน

แล้วก็มีผลที่เกิดขึ้นมาแล้ว ตั้งไว้อยู่

แล้วก็จะต้องดับเสื่อมสูญ เสื่อมสลายตามกาลเวลา

และเหตุ ที่ทำให้หลายสิ่งหลายอย่างเกิดขึ้น

มันก็มีทั้งสิ่งที่ป็นรูปธรรม จับต้องมองเห็นได้

มีทั้งสิ่งที่ป็น นามธรรม จับต้องมองเห็นไม่ได้

เราต้องใช้ ความรู้สึกของเรา ความเข้าใจ สิ่งที่คุณได้ประสบพบเจอ ได้สัมผัส

ด้วยตัวของเรา เข้าไปเป็นตัวตัดสินผิด ถูก ตัดสินจริงไม่จริง ตัดสินหนักหรือเบา ด้วยตัวของเราเอง

เปรียบเสมือนเป็นอาหาร เรามองเห็นว่า นั่นคือ จานกับข้าว นั่นคือ ต้มยำไก่ นั่นคือ ข้าวผัดไข่ นั่นคือ แกงเขียวหวาน เรามองเห็น และจับต้องได้ด้วยตา ด้วยมือ ด้วยตัว ที่เป็นกายหยาบนี้

แต่ว่ารสชาติของมันนั้น เราจะมองเห็น และจับต้องไม่ได้ เราจะไม่สามารถรู้ได้เลยว่า มันมีรสเค็มไป หวานไป จืดไป หรือว่าเผ็ดไป เราจะไม่สามารถที่จะรู้ได้เลยว่า มันมีรสชาติแบบไหน แต่เราจะรู้ ต่อเมื่อเรานั้นได้กินเข้าไป แล้วเอาความรู้สึกรับรู้ผ่านทางลิ้น ที่ทำให้เราเกิดรับรู้ขึ้นมาว่า มันมีรสชาติ หวาน เผ็ด จืด หรือว่าอร่อย ไม่อร่อย ชอบกิน หรือไม่ชอบกิน

มันจะรู้สึกก็ต่อเมื่อเรานั้นได้กินเข้าไป ได้ใช้เครื่องวัด คือลิ้นที่สัมผัส และส่งความรู้สึกเข้าไปสู่กายสู่จิตของเรา เราจึงสามารถที่จะรู้ได้ แล้วเรานั้น ก็จะสามารถที่จะเชื่อได้ เข้าใจได้อย่างแท้จริง

รู้ได้ ตามที่เราได้สัมผัส ได้ลองชิมลองกินดู และเราก็ไม่สามารถที่จะทำให้คนอื่น เขามารับรู้ความรู้สึกแบบเราได้ เราอาจจะบอกคนอื่นไปว่า มันเผ็ดไป มันหวานไป มันเปรี้ยวไป มันอร่อยพอดี แต่นั่นก็คือความรู้สึกของเราอยู่ดี

เมื่ออีกคนหนึ่ง เขาลองชิมดู เขาอาจจะไม่ได้รู้สึกเหมือนกันกับเราก็ได้ เพราะลิ้นของเขาที่รับรส ความรู้สึกความต้องการของเขา อาจจะต่างจากเรา เขาอาจจะบอกว่าไม่เผ็ดไปนะ เพราะเขาสามารถรับความเผ็ดนั้น ได้มากกว่าเรา เขาอาจจะรู้สึกแตกต่างจากเราก็ได้

ฉะนั้น พระยารธรรมเอย.. สิ่งทั้งหลายบนโลกนี้ มันมีเหตุเกิดของมัน มีเหตุดับของมัน มีทั้งสิ่งที่เป็นรูปธรรม และนามธรรม รูปธรรม คือ สิ่งที่มีมองเห็น จับต้องได้ นามธรรม คือ สิ่งที่มีมันเป็นความรู้สึก มันเป็นสิ่งที่เราต้องสัมผัสเข้าไป จึงจะสามารถรู้ได้ว่า นั่นคืออะไร

เช่นเดียวกัน กับการที่เรานั้นจะสามารถรู้ได้ว่า ความจริงของชีวิตนั้น มันเป็นแบบไหน มันจะค่อยๆ ปรากฏขึ้นแก่เรา ต่อเมื่อเราต้องทำอะไร

การพิสูจน์ความจริง มันก็มีการพิสูจน์ในรูปแบบของมัน เรายังสามารถที่จะพิสูจน์เหตุต่างๆ ด้วยวิธี ที่ถูกต้องตามแบบของมัน เราจึงสามารถพิสูจน์ได้ เช่น

จะพิสูจน์รสนชาติ เราก็ต้องใช้ความรู้สึกลิ้นรับรสแล้วก็ส่งความรู้สึกไปสู่ตัว สู่จิตของเรา ถ้าเราจะพิสูจน์แค่นั้นคืออะไร ถ้ามันเป็นสิ่งของที่เป็นรูปธรรม เราก็มองเห็นได้ด้วยตาของเรานี้ละ แล้วก็ตัดสินได้เลยว่ามันเป็นอะไร

**พระยาธรรมเมย..** ฉะนั้น ความจริงของชีวิต มันเป็นสิ่งที่เกิดขึ้น เกิดขึ้นมีอยู่ในเรา ทั้งสิ่งที่เป็นนามธรรม สิ่งที่เป็นรูปธรรม มันเกิดขึ้นกับเรา มันมีอยู่ในเรา และวิธีที่จะทดสอบ ก็คือมองเห็นรูป รูปร่างแห่งเรา รูปร่างแห่งผู้อื่น มองเห็นเหตุที่มันเกิดรูปนั้นขึ้นมา และดับรูปนั้นไป ถ้าเกิดว่าเรามองมัน พิจารณาตามกายของเรา ร่างกายนี้เกิดขึ้นมาจากพ่อแม่อย่างนั้นหรือ ถ้าตามสิ่งที่จับต้องได้ และตามมองเห็น ก็คือ เกิดจากพ่อแม่

แต่ถ้าเกิดว่า สิ่งที่มีมันเป็นความรู้สึก หรือว่าเป็นสิ่งที่มันซ่อน มันซ่อนลึกกว่า สิ่งที่เราคิดว่าเกิดมาจากพ่อแม่ นั่นละ เราต้องพิสูจน์แบบไหน ยังไง เราต้องทำยังไง เราถึงจะรู้ รู้ลึกกว่าแค่คำว่าเกิดมาจากพ่อแม่ เราจะต้องหา เหตุที่เกิด เหตุที่ดับ เหตุทั้งที่เกิด สิ่งที่เป็นรูปธรรม และนามธรรม

ทีนี้ เมื่อเราเกิดข้อสงสัยแล้ว เราก็ต้องเอาเรานี้ละลูก ไปพิสูจน์แสวงหาความเป็นจริง กายนี้ เกิดมาจากพ่อแม่ เกิดแบบไหน กำเนิดมาอย่างไร เมื่อเรามีครอบครัวมีลูก เราก็รู้ว่าเกิดมาอย่างไร นั่นคือเรื่องของกายหยาบ แต่ว่าจิต หรือว่าความรู้สึก เบื้องหลังคำว่า ชีวิต ชะตาชีวิต แห่งเรา เหตุที่มันทำให้ แต่ละคนที่เกิดมานั้น มีรูปร่าง หน้าตา ผิวพรรณ เผ่าพันธุ์ มีชะตาชีวิต ที่สุขและทุกข์ ต่างกันไปมีนิสัยใจคอ ที่ต่างกันไป

เหตุเหล่านี้เล่า มันเกิดมาจากไหน จะว่าเกิดมาจากพ่อแม่ไม่สั่งสอน บางคนสั่งสอนมาก ก็ไม่เห็นว่าจะดีตามคำสั่งสอนนั้นเลย จะว่า เป็นเพราะเกิดมาแล้วไม่ดีตามสั่งคม บางคนไปเกิดอยู่ในสังคมที่แย่มาก แต่เขาก็ยัง คงเป็นคนดีได้

มันมีสิ่งที่มันซ่อน มันซ่อนอยู่ ที่มันมากกว่าแค่คำว่าร่างกาย ทีนี้ เราจึงต้องค้นหา มันด้วยการเอาตนนั้นละ เป็นคนที่จะต้องพิสูจน์

เมื่อเรามองเห็นกับข้าว เปรียบเสมือนร่างกาย ก็เห็นอยู่แล้ว แต่ถ้าเราอยากรู้ว่า รสนชาติเป็นอย่างไร เราก็ต้องกินเข้าไป ไข่ม้อยลูก

มองเห็นร่างกายนี้ ก็รู้แล้วว่ามาจากไหน แต่เราอยากรู้สิ่งที่มันซ่อนอยู่ในคำว่า ร่างกายนี้ มัน เป็นอย่างไร เราก็ต้องเอาความรู้สึกเข้าไปสัมผัส ไข่ม้อยลูก

ฉะนั้น เมื่อเรารู้เช่นนี้ เราก็มองให้เห็นหนทางว่า บุคคลผู้ใดหนอที่รู้เรื่องราวเหล่านี้ ก็คงจะรู้ว่าองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า สอนสั่งธรรมเรื่องเหล่านี้ นั่นละ ท่านสอนให้เรา รู้แจ้ง

ตามความเป็นจริงของชีวิต ที่นี้เราก็ก้อเอาเรานี้ละลูก เข้าไปทดสอบดู ท่านสอนว่าให้รักษา  
ศีล ฟังธรรม ทำสมาธิ แล้วก็ฝึกฝนขัดเกลาสติปัญญาแห่งตน

ที่นี้ ถ้าเราอยากรู้ว่ารักษาศีล แล้วมันเป็นยังไง

เราก็ก้อเอาตัวเรานี้แหละรักษาศีล

อยากรู้ว่าฟังธรรมแล้วมันเป็นยังไง

ทำสมาธิแล้วมันเป็นยังไง

เติมปัญญาเป็นแบบไหน เราก็ก้อเอานั่นละลูกเข้าไปทดสอบดู

แล้วความจริงมันจะปรากฏขึ้น ชัดเจนแก่เราเอง

**ลูกเอ๋ย..** ในเมื่อเราเอาความรู้สึกของเรา เข้าไปสัมผัสกับสิ่งที่มันเกิดขึ้นกับเราเอง  
เหมือนรับรสอาหารนะลูก อธิบายกับคนอื่น อาจคล้ายกัน แต่ก็ไม่เหมือนกัน อาจเหมือน  
กัน แต่ก็ไม่เหมือนอีกนั่นละ ถ้าในความละเอียด เราก็ก้อเอาเราไปศึกษาเรียนรู้ ประพฤติ  
ปฏิบัติ การรักษาศีล เป็นยังไง ฟังธรรม ทำสมาธิ เติมปัญญาเป็นยังไง

ที่นี้ เมื่อเราฝึกฝนสิ่งเหล่านี้ เราก็ก้อค่อยๆ เรียนรู้ เข้าใจคำว่า ชีวิต ความจริงของ  
ชีวิต ก็ก้อค่อยๆ ปรากฏชัดเจนแก่เรา ทำให้เราเชื่อ เชื่อเรื่องกฎแห่งกรรม ทั้งที่มันมองไม่  
เห็น จับต้องไม่ได้ แต่เราเชื่อ เชื่อเพราะว่าเราเอาความรู้สึกของเรา เอาใจของเรา เอาสิ่งที่  
มันเป็นนามธรรม ที่มันเป็นแค่ความรู้สึกของเรา ไปสัมผัสเรียนรู้ และเข้าถึงความรู้สึกนั้น  
เป็นอย่างดี

เมื่อเรานี้เอาเราไปพิสูจน์ เราก็ก้อเชื่อว่า ทุกสิ่งทุกอย่างเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นของ  
แท้แน่นอน

ใครทำกรรมอันใดไว้ กรรมอันนั้นจะส่งผลให้ก่อ ให้เกิดเป็นสิ่งนั้น

เกิดแล้ว ตั้งอยู่ เดี่ยวก้อจะดับไป ตาม กฎแห่งความไม่เที่ยงแท้

กิเลส คือ ความหลง ความรัก ความโลภ และความโกรธ สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ มัน  
ปรากฏขึ้นชัดเจนแก่เรา ทั้งที่มันมองไม่เห็น จับต้องไม่ได้

แต่เรารู้ด้วยความรู้สึก รู้เพราะเราได้สัมผัส ได้ประสบพบเจอ และเราก็ก้อมั่นใจ 100  
เปอร์เซ็นต์ เราเชื่อมั่นว่ามันเป็นอย่างนั้น ด้วยการที่เราได้พิสูจน์ด้วยตัวของเราเอง

เราฝึกฝนศีล ธรรม สมาธิ และปัญญา ไปเรื่อยๆ ที่นี้เราก็ก้อรู้ว่า ในความเป็นจริง  
แล้ว สิ่งที่เป็นความรู้สึก ที่มันผ่านเข้ามาในตัวของเรา ที่มันไม่ใช่รูปธรรม จับต้องไม่ได้  
มันเป็นนามธรรม แต่เรารู้สึกได้ สิ่งเหล่านั้นมันมีอยู่จริงมันปรากฏชัดเจนแก่เรา

เมื่อทำเช่นนี้ เราย่อมรู้ ย่อมเข้าถึงความเป็นจริงของชีวิต  
ความเป็นจริงของชีวิต ย่อมปรากฏชัดเจนแก่เรา  
จนเรารู้และเข้าใจว่า ดวงจิตอันบริสุทธิ์ ชอนลึกลงอยู่ในเรา  
กิเลสและตัณหา ครอบงำให้ลุ่มหลง ไม่รู้ตามความเป็นจริง  
กิเลสและตัณหา สั่งให้เราสร้างกรรม ตามเชื้อของมัน  
กรรมเหล่านั้น ก็เลยส่งมาให้เกิดเป็นเรา  
เราก็เลยมาอยู่ในกายที่เป็นกายนี้บ้าง กายนั้นบ้าง  
กายโน้นบ้าง มันก็เลยเป็นเรา แท้ที่จริงมันเป็นอย่างนี้เอง  
ความจริงของชีวิต ก็เลยปรากฏชัดเจนแก่เรา เช่นนี้ละลูก เราก็จะรู้ว่า แท้ที่จริง  
แล้วกับข้าวจานนั้นที่อยู่ต่อหน้าเรา มันผสมผสานประกอบมาจากวัตถุดิบ สิ่งนั้นบ้าง สิ่งนี้  
บ้าง จัดกันขึ้นมา รวมกันเข้าไว้ แล้วก็มีเครื่องปรุงเข้าไปปรุงแต่ง มันก็เลยมีรสชาติต่างๆ  
และรสชาติต่างๆ นั้น ก็จะต้องพิสูจน์ได้ด้วยความรู้สึก ไม่ใช่พิสูจน์ได้ด้วยตามองเห็น  
เหมือนกายของเรา ที่ประกอบขึ้นมา นอกจากกาย ก็ยังมีความรู้สึกสุข ทุกข์ ที่อยู่  
ข้างในอีก และความรู้สึกเหล่านี้มาจากไหน ก็มาจากเครื่องปรุง คือกิเลสตัณหาเหล่านั้นละ ทุก  
อย่างจะปรากฏชัดเจนแก่เรา ต่อเมื่อเราเอาตัวของเราเข้าไปพิสูจน์  
**ลูกเอ๋ย..** เพราะสิ่งที่ลูก จะแสวงหา คือ เหตุที่ก่อให้เกิดลูก  
ฉะนั้น พิสูจน์ มองเห็นแล้วว่า กายก่อกำเนิดมาจากพ่อแม่ แล้วใจละลูก ความรู้สึก  
สุขทุกข์ละลูก ชะตาชีวิตของเราที่มันเกิดมา แล้วเป็นไปละลูก เหตุที่ทำให้เกิดกายนี้  
เป็นเรานี้ มันต้องมีลึกกว่านั้น  
ฉะนั้น ถ้าพิสูจน์สิ่งที่เป็นรูปธรรม เราก็เอารูปธรรมนั้นละมาพิสูจน์ ถ้าพิสูจน์สิ่ง  
ที่มันเป็นนามธรรม เราก็ต้องเอาความรู้สึก ที่มันเป็นนามธรรม ที่มันจับต้องมองเห็นไม่ได้  
แต่มันรู้สึกจริงๆ เราก็ต้องเอาความรู้สึกนั้นเข้ามาพิสูจน์ เช่นเดียวกัน ความจริงของชีวิต  
ก็จะปรากฏชัดเจนแก่เรา เช่นนี้ละ

**พระยาธรรม..** ความทุกข์นั้น บอกว่าทุกข์เพียงใด ก็มองไม่เห็น จับต้องไม่ได้ แต่  
ก็รู้สึกไข่ม้อยลูก ความสุขนั้น ต่อให้มองไม่เห็น จับต้องไม่ได้ แต่ก็รู้สึกไข่ม้อยลูก กายเรา พิสูจน์  
ได้ด้วยการมองเห็น ธาตุชั้นของมันเป็นตั้งอยู่ตรงนี้ แต่ความรู้สึกของเรา มันก็ต้องมีเหตุที่มา  
แห่งความรู้สึก ที่มันลึกกว่านั้น เราก็แค่เอาตัวของเรา แสวงหาความจริง ตาม ศีล ธรรม  
สมาธิ และปัญญา ความจริงของความรู้สึก ก็เลยปรากฏขึ้นชัดเจนแก่ลูก

ลูกก็จะสามารถเข้าใจทั้งสิ่งที่ป็นรูปธรรม และนามธรรม ที่สมมุติรวบรวมกันมา เป็นตัวของลูกเข้าใจทั้งวัตถุดิบ และรสชาติ ที่มันประกอบมาเป็นชีวิตแห่งลูก เช่นนี้ละ

**พระยารธรรมเอย..** วิธีของการพิสูจน์ และประพฤติปฏิบัติ เพื่อที่จะมองเห็นความเป็นจริงของชีวิต หรือว่าความจริงของชีวิต ที่มันจะต้องค่อยๆ ปรากฏชัดเจนแก่เรา

ฉะนั้น จงใช้ ศีล ธรรม สมาธิ และปัญญา ในการทดสอบคำว่า ชีวิตนะลูก แล้วความจริง จะปรากฏแก่ลูกเอง

**พระยารธรรม :** สาธุเจ้าค่ะ..

กราบขอบพระคุณพระพุทธองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ให้ลูกได้ฟัง นำไปประพฤติปฏิบัติตามเจ้าค่ะ

**สาธุ**



## ตอนที่ 287 \*\*ความเชื่อ ความศรัทธา\*\*

ในเช้าของวันที่ 4 มีนาคม พ.ศ. 2561 ณ พุทธอุทยานภูสวรรค์

ข้าพระพุทธเจ้า เมื่อได้กราบนอบน้อมเข้าเฝ้าต่อองค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ท่าน ในเช้าของวันนี้แล้ว จึงได้เฝ้าทูลถามพระพุทธองค์ท่านไป ดังนี้ว่า...

“ข้าแต่องค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าขา.. วันนี้ ลูกจะขอเฝ้าฟังธรรมในหมวดของผู้มีปัญญาธรรม แต่ว่าลูกมีข้อสงสัยว่า ความเชื่อความศรัทธาของบุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมนั้น เขาเป็นแบบไหนหรือเจ้าคะ จึงเป็นความเชื่อความศรัทธาที่นำพาเขานั้นรู้แจ้ง เข้าถึงความพ้นทุกข์ เป็นผู้มีปัญญาธรรมขึ้นมาได้นะเจ้าคะ ขอพระพุทธองค์โปรดทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกได้ฟังด้วยเถิดเจ้าคะ”

**พระพุทธองค์ :** ดีแล้วละ พระยารธรรมเอ๋ย.. ถ้าอย่างนั้นก็จงตั้งใจฟังไว้ให้ดี ฟังแล้ว ก็นำไปประพฤติปฏิบัติตาม จะได้ก่อเกิดผลสำเร็จอย่างแท้จริง

**พระยารธรรมเอ๋ย..** ความเชื่อของบุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาจะฝึกฝนตนเองให้รู้ ให้เข้าถึง ให้เห็นได้ด้วยตัวของเขาเองว่า มันเกิดผลที่ดี ว่ามันเกิดผลที่ไม่ดี ด้วยตัวของเขา

เขาเชื่อในสิ่งที่ได้ยินได้ฟังมา เชื่อเพื่อเป็นแนวทางของการประพฤติปฏิบัติ แต่เชื่อแบบวางใจไว้เป็นกลางๆ แล้วเขาก็เอาตัวของเขาไปพิสูจน์ด้วยการ ประพฤติปฏิบัติ เข้าให้ถึงในสิ่งที่เขานั้นเชื่อ อย่างมุ่งมั่นตั้งใจ ด้วยสติปัญญา ความหนักแน่น โดยการประพฤติปฏิบัติตามอย่างมุ่งมั่นตั้งใจ จนเขาได้รับคำตอบว่า สิ่งนั้นดี ดีอย่างแท้จริง ด้วยตัวของเขา แล้วเขาก็ค่อยเชื่ออย่างแท้จริง เชื่อโดยไม่มีความลังเลสงสัยใดๆ ทั้งสิ้น

**พระยารธรรมเอ๋ย..** ฉะนั้น.. ความเชื่อของบุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น จึงเป็นความเชื่อที่ไม่นำพาให้หลงทาง เพราะว่าเขานั้นเชื่อแบบวางใจไว้เป็นกลางๆ

**ลูกเอ๋ย..** เช่นเดียวกันกับข้อสมมุติที่จะหยิบยกให้ลูกได้ฟังต่อจากนี้ไป

**พระยารธรรมเอ๋ย..** เมื่อองค์พระพุทธเจ้านั้นมองเห็นว่า การเกิด การแก่ การเจ็บ

และการตาย สิ่งเหล่านี้ มันเป็นทุกข์ แล้วก็มีความคิด คิดว่าเมื่อมีการเกิด การไม่เกิด ก็ย่อมต้องมี

เมื่อคิดได้เช่นนี้ ก็เลยมีความมุ่งมั่น ตั้งใจ ที่จะแสวงหาทางแห่งความพ้นทุกข์ ทางแห่งการดับการเกิดนั้น ให้เจอ แล้วก็มีเชื่อ เชื่อว่ามันต้องมีทางแห่งความทุกข์นั้น แต่เชื่อแบบวางใจไว้เป็นกลางๆ

แล้วก็เอาตน เข้าไปลองทดสอบ พิสูจน์ค้นหาหนทาง จนองค์พระพุทธรูปเจ้านั้น ก็สามารถที่จะหาทางจนเจอ พอหาทางจนเจอแล้ว ก็เลยเป็นความจริงขึ้นมา

เมื่อความเชื่อ กับความจริง มาบวกกัน มาผสมกัน จึงกลายเป็น ความเชื่อที่ไม่ลุ่มหลง เพราะมันเป็นความจริง เชื่อในสิ่งที่มันเป็นจริง ด้วยสิ่งที่ตนนั้นทดสอบ และบัดนี้ องค์พระพุทธรูปเจ้า ก็ได้พ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดแล้ว อย่างแท้จริง

**พระยารธรรมเอย..** ฉะนั้น จึงแสดงให้เห็นลูกทั้งหลาย มองเห็นความเชื่อในพระพุทธรูปศาสนาว่า

ความเชื่อที่ถูกต้องตามหลักของผู้พ้นทุกข์

ก็คือได้ยิน ได้ฟัง แล้วก็เชื่อไว้ แบบวางใจไว้เป็นกลางๆ

ที่นี้ก็เอาตัว เอาตน เอาสติปัญญา

ความรู้ความสามารถของตนเข้ามาพิสูจน์

ให้เข้าถึงความเชื่อนั้นอย่างแท้จริง

เข้าจริง เข้าถึงความเชื่อนั้น ด้วยความจริง

จนกลายเป็นความเชื่อ ที่เชื่อแล้ว ศรัทธาแล้ว ไม่ลุ่มหลงในสิ่งที่ทำ

ศาสนาพุทธไม่เคยสอนให้ใครเชื่อโดยไม่พิสูจน์ เชื่อโดยไม่ประพฤติปฏิบัติให้เข้าถึงศาสนาพุทธเป็นสิ่งที่ลูกทั้งหลาย สามารถเข้าถึงด้วยการประพฤติปฏิบัติของลูก เพราะมันเป็นสิ่งที่พิสูจน์ได้แต่ลูกต้องเอาตัวของลูกเข้าพิสูจน์

**พระยารธรรมเอย..** ความเชื่อของบุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาก็เชื่อเช่นนี้ละลูกคือ เชื่อแบบวางใจไว้เป็นกลางๆ แล้วก็เอาตนเข้าพิสูจน์ อย่างเต็มพลังกำลังความรู้ ความสามารถ มีความหนักแน่นมุ่งมั่นตั้งใจ ในสิ่งที่จะพิสูจน์นั้นด้วยชีวิต แล้วก็แสวงหาจนกว่าจะเจอความจริง ด้วยตัวของเขาเอง

ทำเช่นนี้.. จึงมีความเชื่อ บวกกับปัญญา บวกกับสิ่งที่ตนนั้นมุ่งมั่นตั้งใจ จึงประกอบกันมาเป็นความเชื่อที่ถูกต้อง และนำพาลูกทั้งหลาย ให้พ้นจากความทุกข์จนได้ในที่สุด เช่น

นี่ละลูก บุคคลผู้มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาทำกันเช่นนี้ เขาจึงไม่ไปหลงทางอยู่ในทางที่ตึงเกินไป ไม่ไปหลงทางอยู่ในทางที่หย่อนเกินไป

**พระยารธรรมเอย..** ความเชื่อนั้น หากว่าเรา เชื่อโดยไม่พิสูจน์ เชื่อโดยไม่มีเหตุมีผล เชื่อแค่เพราะเราอยากจะเชื่อ รู้ ไม่รู้ ก็อยากจะเชื่อเอาไว้ก่อน เชื่อโดยปราศจากตัวปัญญา การพิสูจน์ การเข้าถึงในสิ่งที่เชื่อนั้น ความเชื่อนั้นก็จะกลายเป็นความหลง ทันทเพราะเราเชื่อ เชื่อโดยไม่มีเหตุมีผล เชื่อโดยที่เราไม่ได้เข้าถึง เชื่อโดยที่เราไม่รู้ตามความเป็นจริง

เราก็อ้อมมีโอกาสโดนหลอก หลอกไปในทางที่ถูกบ้าง หลอกไปในทางที่ผิดบ้าง บางทีโดนหลอกไปหลอกมา หลอกนำพาไปในทางที่ถูกก็โชคดีไป บางทีโดนหลอกไปหลอกมา หลอกในทางที่ผิดก็หลงทางไป และเราก็จะกลายเป็นบุคคลผู้โง่เขลา

บุคคลผู้ที่โดนหลอกไปหลอกมา เสียเวลาอยู่กับสิ่งเหล่านั้น เพราะว่าเราไม่ใช่สติปัญญา ไม่ใช่ความมุ่งมั่นตั้งใจ ขยันขันแข็งแห่งตน ในการพิสูจน์ให้เข้าถึงความเชื่อนั้น ให้รู้ผลอย่างแท้จริง เข้าถึงความความจริงที่ซ่อนอยู่ในความเชื่อนั้น ก็เลยกลายเป็นความหลง หลงไป ก็หลงมาไปในทางที่ดี ก็หลงดีไป ไปในทางที่ไม่ดี ก็หลงไม่ดีไป มีแต่ความหลงครอบงำ เพราะว่า เราหย่อนเกินไป เชื่อโดยไม่ตรึกตรอง เชื่อโดยไม่มีสติปัญญา ก็เลยกลายเป็นความหลง ทำให้เสียเวลา

แต่ถ้าหากว่าเราไม่เชื่อ เราไม่วางใจไว้เป็นกลางๆ เรานั้น มีแต่ ความไม่เชื่อ มีแต่ ความลังเลสงสัย มีแต่ คิดว่า ไม่จริง ความไม่เชื่อของเรา ความลังเลสงสัยของเรา ความคิดมากคิดเยอะเกินไปของเรานั้น ก็จะทำให้เรานั้น เข้าไม่ถึงความจริง

ไอ้ความไม่เชื่อ ไม่ศรัทธาในสิ่งที่เราได้ยิน ได้ฟัง มีแต่ความลังเลสงสัย มีแต่ความคิดที่คิดขึ้นมาแย่งมัน ถ้าเกิดเราเป็นเช่นนี้ ก็จะกลายเป็นทิวี่ อัดตาดัวตน ความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน ในสิ่งที่ตนรู้ ตนเข้าใจ กลายเป็นการเอาตนขึ้นมาเป็นมาตรฐาน ในการตัดสินผิด ตัดสินถูก ด้วยตัวของตนทั้งทีในความจริง ตนนั้นยังไม่ใช่เป็นผู้รู้แจ้ง

ตนนั้น ก็ถูกกิเลสตัณหาครอบงำ ให้กลายเป็นความลุ่มหลง หลงในอวดตา ในตัวในตน ในความคิดของตน โดยไม่ยอมลุ่มหลุ่มตา พิจารณาความเป็นจริง ไม่ยอมเปิดโอกาสให้กับตนเองพิสูจน์ความจริง ก็เลยกลายเป็น บุคคลผู้โง่เขลา ติดอยู่ จมอยู่ แค่ทิวี่ อัดตาดัวตนแห่งตนเท่านั้น

บุคคลเช่นนี้ ความคิดเช่นนี้ หรือว่าความเชื่อที่มันเป็นเช่นนี้ เชื่อในตนเองไม่เชื่อในสิ่งที่ได้ยินได้ฟัง ไม่เชื่อในผู้อื่น ยึดมั่น ถือมั่น ไม่ยอมพินิจพิจารณาในสิ่งที่คนอื่นแนะนำ มีแต่ความลังเลสงสัย

ความเชื่อที่เป็นเช่นนี้ ความรู้สึกเช่นนี้ ก็กลายเป็นอึดตา ปิดกั้นการเข้าถึงความดีแห่งตนได้ เช่นเดียวกัน แล้วก็จะหลงทาง หลงวนอยู่ตรงนั้นล่ะ ไม่สามารถเดินต่อไปได้

**พระยาธรรมเอย..** ความเชื่อโดยไม่ตรึกตรอง ไม่พินิจพิจารณา ไม่ใช่สติปัญญา ไม่ทำให้เข้าถึงความจริง ในสิ่งที่เชื่อด้วยตัวของเราเอง ก็คือความหลง

ความไม่เชื่อ ไม่มีความศรัทธาในสิ่งที่ได้ยินเลย มีแต่ความลังเลสงสัย มีแต่ตัวมีแต่ตน มีแต่ความคิดของตน ยึดมั่นถือมั่น ก็เป็นการปิดกั้นตน เป็นการมีอึดตา มีตัวมีตน จนไม่เปิดโอกาสให้ตน เข้าไปพินิจพิจารณาความเป็นจริง เข้าใจถึงความจริงได้แต่ปราสาทในสิ่งที่มันมีอยู่จริง ได้แต่สิ่งที่ตนนั้นไม่รู้ตามความเป็นจริง กลายเป็นความเยอหยิ่งจองหองในจิตนั้นไปอีก กลายเป็นทิฐิ เช่นนี้ล่ะ

**พระยาธรรม..** ฉะนั้น บุคคลผู้มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาจะไม่ทำเช่นนี้กันหรอก ลูก เพราะว่า มันมีตั้งไป และมีหย่อนไป เขาจึงใช้จิตใช้ใจของเขา แบบเป็นกลางๆ อะไรก็ตามที่เราได้ยินได้ฟังว่า มันคือเรื่องที่ดี เราก็ควรจะเปิดจิตเปิดใจของเราให้เรานั้น สามารถเข้าถึง เข้าถึงการพินิจพิจารณาในการทำความดีนั้น ให้เข้าใจในความเป็นจริง รู้แจ้งด้วยตัวเอง โดยไม่เชื่อเลย แบบลุ่มหลง โดยไม่ยอมทดสอบ แบบมีทิฐิอึดตาตัวตน ยึดมั่นถือมั่น เขาจะปล่อยใจไว้เป็นกลางๆ ลูก แล้วก็เอาตัวเข้าไปพินิจพิจารณาให้ได้คำตอบด้วยตัวของเขา เช่นนี้ล่ะ

**พระยาธรรม..** คือ ความเชื่อแห่งผู้มีสติปัญญา คือ ความเชื่อที่ถูกต้องตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา หรือว่าขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือ ความเชื่อที่จะนำพาลูกเข้าสู่ความพ้นทุกข์ได้ ในที่สุด

เขาทำกันเช่นนี้ล่ะ พระยาธรรม.. ฟังแล้วตรึกตรองดูนะ พอจะเข้าใจว่าอย่างไรเล่า จงกล่าวธรรมนั้นมาเถิด

**พระยาธรรม :** สาธุเจ้าค่ะ

กราบขอพระคุณพระพุทธองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกได้ฟัง ทำความเข้าใจเจ้าค่ะแท้ที่จริงแล้วทุกอย่างก็ต้องเดินทางสายกลาง เรานั้นก็ต้องไม่ยึดไปในทางใดทางหนึ่ง มากเกินไป เชื่อเลยก็ไม่ดี ไม่เชื่อก็ไม่ดี

ควรปล่อยใจไว้เป็นกลางๆ แล้วก็เอาตนนั้นเข้ามาพิสูจน์อย่างจริงจัง พิสูจน์ให้เข้า  
ถึงความจริง แล้วเราจะได้คำตอบ คือ ความเชื่อแบบไม่ลุ่มหลง

ความเชื่อแบบปราศจากความลุ่มหลงย่อมนำพาให้เราพ้นทุกข์ได้ พระพุทธศาสนา  
เป็นศาสนาที่สามารถพิสูจน์ได้ ด้วยตัวของบุคคลผู้ที่เข้ามา เอาตัวเอาตนพิสูจน์อย่างจริงจัง  
อย่างใช้สติใช้ปัญญาในการพิสูจน์ ก็จะสามารถพ้นทุกข์ได้ สามารถเป็นบุคคลผู้มีปัญญา  
ธรรมได้ เข้าใจอย่างนี้นะเจ้าคะ

**พระพุทธองค์ :** ก็ดีแล้วละ ต่อจากนี้ไปก็จงพากันประพฤติปฏิบัติ เช่นนี้นะลูก  
แล้วลูกทั้งหลาย ก็จะไม่เสียเวลา

**พระยารธรรม :** สาธุเจ้าคะ.. กราบขอบพระคุณที่ทรงเมตตาลูกทั้งหลาย เจ้าคะ  
สาธุ

## ตอนที่ 288 \*\*จุดมุ่งหมายที่หายไป\*\*

ในเช้าของวันที่ 4 มีนาคม พ.ศ. 2561 ณ พุทธอุทยานภูสวรรค์

ข้าพระพุทธเจ้าได้กราบขอบน้อมเข้าเฝ้าต่อองค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ท่าน เพื่อเฝ้าฟังธรรมในหมวดของผู้มีปัญญาธรรม เมื่อข้าพระพุทธเจ้าได้กราบขอบน้อมเข้าเฝ้าต่อพระพุทธองค์ท่านแล้ว จึงได้เฝ้าทูลถามพระพุทธองค์ท่านไปดังนี้ว่า...

“ข้าแต่องค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าขา.. เพราะอะไรหรือเจ้าคะ บุคคลผู้มีปัญญาธรรมนั้น เขาจึงเหมือนบุคคล ผู้ที่ไม่มีจุดมุ่งหมายอะไรอีกต่อไปแล้ว เพราะเหตุใดหรือเจ้าคะ จึงเป็นเช่นนั้น หากว่ามีความรู้สึกเหมือนไม่มีจุดมุ่งหมาย ไม่มีเป้าหมายในชีวิต มันเกิดอะไรขึ้น กับบุคคลที่รู้สึกเช่นนั้นละเจ้าคะ ถ้าหากว่ามันเป็นในเรื่องของทางธรรมนะเจ้าคะ”

**พระยารธรรมเอย..** ลองกล่าวความรู้สึกที่ลูกนั้นพูดมาเถิด กล่าวมาให้เข้าใจในคำถามเสียก่อน ว่าคืออะไรลูก

**พระยารธรรม :** ก็ถ้าสมมุติว่า เรานั้นมีความรู้สึกที่เราไม่มีจุดมุ่งหมาย ไม่มีเป้าหมายในชีวิต และเราก็ไม่รู้ว่าจะต้องทำอะไร แบบไหน ยังไง เพื่ออะไรแบบนั้นนะเจ้าคะ แต่ว่าเราก็มีสติปัญญาว่า วันนี้เราต้องทำความดีสิ่งนี้สิ่งนั้น ควรที่จะทำอะไรบ้าง ควรที่จะจัดสรรอะไรบ้างในแต่ละวัน แล้วก็ทำสิ่งต่างๆ เหล่านั้น ด้วยความมีสติ มีปัญญา ด้วยการรู้เท่าทันในสิ่งที่ทำ แล้วก็ทำแต่ในสิ่งที่ดีส่วนสิ่งไม่ดี เราก็อาจจะทำบ้าง แต่ทำโดยที่เราไม่ได้เจตนา และมันคือสิ่งไม่ดีเล็กๆ น้อยๆ เช่น กรรมวาจาเล็กน้อย หรือการกระทำเล็กๆ น้อยๆ ที่ดูแล้วอาจจะไม่ค่อยสวยงามเท่าไรแบบนั้นนะเจ้าคะ

แต่พอนึกถึงจุดมุ่งหมายแล้ว มันหายไปหมดเลย แม้แต่จุดมุ่งหมายที่จะมุ่งไปสู่พระนิพพาน หรือมุ่งไปสู่หน้าที่ใดหน้าที่หนึ่งที่เราจะต้องทำ อะไรอย่างนี้นะเจ้าคะ มันไม่มีมันหายไปหมดเลย นั่นเป็นเพราะอะไรหรือเจ้าคะ แม้แต่จุดมุ่งหมายที่จะมุ่งหมายที่จะดับกิเลสตัณหา มันก็ยิ่งหายไปนะเจ้าคะ มันก็ทำทุกอย่างไปแบบ สักว่าทำ ทำไปแบบเฉยๆ แต่ก็ทำทำไปแบบเฉยๆ นะเจ้าคะ แบบนั้นคือ ความรู้สึกของอะไรหรือเจ้าคะ

แล้วบุคคลผู้มีปัญญาธรรม ที่เขานั่นบำเพ็ญ ปฏิบัติจนถึงระดับหนึ่งแล้ว ถ้าเกิดเกิดภาวะเช่นนี้ มันเกิดจากอะไรนะเจ้าคะ ลูกก็เลยสงสัยนะเจ้าคะ

**พระยารธรรมเอย..** ถ้าหากว่าเป็นบุคคลผู้ที่ไม่ได้ฝึกฝนสติปัญญาในทางธรรม แล้วก็ไปเจอกับความรู้สึก คือไม่มีจุดมุ่งหมายในชีวิต ก็อาจจะเกิดจากสาเหตุ หลากๆ สาเหตุ อาจจะเป็นเพราะว่า ผิดหวังบ้าง ไม่สมหวังบ้าง อาจจะเป็นเพราะว่า หมดแรงที่จะเดินต่อไปบ้าง มันเป็นเพราะเหตุผลได้มากมายหลายอย่าง เป็นอารมณ์ชั่ววูบในสิ่งที่คิดบ้าง เปื่อโลกบ้าง

มันก็จะเป็นการที่เกิดขึ้นมาจากสาเหตุได้มากมายหลายสาเหตุเลย แต่มันเป็นเรื่องของโลก เป็นเรื่องธรรมดา เป็นเรื่องที่ไม่เกี่ยวกับบุคคลผู้ที่ประพฤติปฏิบัติ จนเข้าถึงความเป็นผู้มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น

**พระยารธรรมเอย..** ที่นี้ก็เลยแบ่งแยกให้ลูกมองเห็นชัดเจนก่อนว่า อาการเหล่านั้น เป็นอาการของผู้ที่ครองโลกอยู่ ส่วนอาการที่ลูกได้กล่าวมาเมื่อครูนั่น มันเป็นการของบุคคลผู้ที่อยู่ในทางธรรม หรือว่าบุคคลผู้ที่ประพฤติปฏิบัติ จนรู้แจ้ง เข้าใจในเหตุ ในสิ่งที่มันเกิด ที่มันดับ เหล่านั้นจนเกิดการวางเฉย วางเฉยในทุกสิ่งลูก มันก็เลยกลายเป็นความรู้สึกว่าไม่มีจุดมุ่งหมาย ไม่มีสิ่งที่ต้องทำ ต้องเป็น ต้องดีนรชนชวนชวย ไม่มีอะไรทั้งหมดทั้งสิ้น

วางทุกอย่างไว้เฉยๆ สักว่ารู้ สักว่าดูอยู่ สักว่าเห็น สักว่าเข้าใจ แล้วก็พิจารณา ทำทุกสิ่งทุกอย่างให้ดีตามเหตุและปัจจัย มันก็แค่ถึงจุดของการทำความดี จนเกิดการวางเฉยในสิ่งที่ทำนั้น แค่นั้นล่ะลูก

อาการที่มันเกิดขึ้น เช่นที่ลูกกล่าวมา ก็แค่การวางเฉยในความชั่ว ความดี ในสิ่งที่ต้องทำ ต้องเป็นต้องไป เพราะว่าเรารู้เหตุของมันจนแจ้งแล้ว เราก็เลยเฉยๆ กับมัน ทำเหตุปัจจุบันให้มันดีที่สุดละ ดีแล้ว มันก็เลยเกิดอาการเช่นนั้นล่ะลูก

มันเป็นธรรมดา และก็ถูกต้องดีแล้ว มันไม่ใช่เรื่องแปลกอะไร มันไม่ใช่เรื่องไม่ดีอะไร ก็เช่นว่า ถ้าเกิดว่าลูกนั้นคิดว่าจุดมุ่งหมายที่จะไปต่ออนั้น คือ ดินแดนพระนิพพานต้องไปให้ถึงต้องทำให้ได้

ลูกนั้น ก็ยังคงเป็นผู้ที่ยังต้อง ยังจะ ยังใช้ความอยาก คืออยากพ้นทุกข์ มันก็เลยกลายเป็นสิ่งที่ลูกนั้นมุ่งมั่นตั้งใจ เป็นจุดมุ่งหมายที่จะต้องทำให้ถึง มันก็เลยมีแรงที่จะซักจูงจิตใจของลูก ไปให้ถึงดินแดนพระนิพพาน เป็นเหตุจูงใจให้ลูกต้องทำความดี ต้องละเว้นความชั่ว

มันเป็นระดับของการทำความดีระดับหนึ่ง มันก็มีอยู่ ดีแล้วที่เป็นเช่นนั้น และก็จะ  
ทำไปเรื่อยๆ เกิดลูก ทำไปๆ จนถึงวันหนึ่ง ที่ลูกนั้นเข้าใจคำว่าพระนิพพาน ได้เป็นอย่างดี

และลูกนั้น เข้าใจการที่จะไปสู่พระนิพพาน โดยรู้แจ้งเห็นจริงแล้วว่า การที่จะไป  
สู่พระนิพพานได้ คือการประพฤติปฏิบัติ อยู่ในกรอบของศีล ธรรม สมาธิ ปัญญา ทำเหตุ  
ปัจจุบันให้มันดีที่สุด โดยปราศจากความอยาก ไม่ว่าจะอยากดีก็ตาม ก็ต้องปราศจาก หาก  
มิเช่นนั้นมันจะกลายเป็นความทุกข์ และลูกก็มองเห็นว่ามันไม่ได้ยากอะไร รู้ทางแล้วก็ค่อยๆ  
ทำไป เต็มมันก็ถึง ปล่อยวางมันเสีย

จุดมุ่งหมายที่ลูกตั้งเป้าเอาไว้ มันก็เลยไม่รู้สีกว่ามิ ไม่รู้สีกว่ามันมีตัวมีตนในความ  
รู้สึกนั้นอยู่ในตัวของลูก มันหายไป เพราะว่าลูกรู้เห็นแล้วว่า ทางเส้นนั้น มันต้องไปให้ถึง  
รู้แล้วว่าไปก็จะต้องถึง แล้วก็รู้แล้วด้วยว่า เห็นแล้ว เข้าใจแล้ว วางเอาไว้ ประพฤติปฏิบัติ  
ไปเรื่อยๆ ทำความดีในปัจจุบันให้ดี ค่อยๆ ทำไป อยู่ในกรอบของศีล ธรรม สมาธิ และ  
ปัญญา เต็มมันก็ถึงเองนั่นล่ะ

ทีนี้ ใจความใส่ใจที่ลูกจะต้องไปใส่ใจว่า พระนิพพานๆ นั้น มันก็วางเอาไว้  
เกิดการวางเฉย ลูกหันกลับมาดูที่ปัจจุบันว่า ตอนนี้อะไรบ้าง ที่เป็นสิ่งที่ดี จะทำ  
อะไรบ้าง ที่เกิดประโยชน์กับตน และผู้อื่น โดยไม่เบียดเบียนผู้อื่นและตนเอง อยู่กับปัจจุบัน  
อย่างมีสติมีปัญญา ไม่ไปนึกถึงอนาคตที่ยังมาไม่ถึง ไม่สนใจ

เห็นแล้ว จุดมุ่งหมาย ที่เราตั้งจุดมุ่งหมายว่า คือ นิพพาน เข้าใจแล้ว และก็วาง  
เฉยแล้ว ความรู้สึกมุ่งมั่นที่จะไปนิพพานนั้นก็เลยหายไป แต่มันก็ยังคงอยู่กับเรา เพียงแต่  
ว่าอยู่แบบไม่ยึดติด ไม่ลุ่มหลง ไม่อยากกับมัน ก็เลยอยู่เฉยๆ เราก็เลยวางใจเป็นกลางๆ  
ปล่อยวางความอยาก ความมุ่งมั่นนั้นไป แต่หันมามุ่งมั่นตั้งใจทำในสิ่ง ที่ตนควรทำ อย่าง  
ดีที่สุด ตามความรู้ความสามารถแห่งตน เช่นนี้ล่ะ

**พระยาธรรม..** ความมุ่งมั่นที่จะไปสู่พระนิพพาน ก็เลยหายไป หายเพราะว่าเรา  
วางเฉยกับมันแล้ว เข้าใจแล้ว เห็นเป็นธรรมดาแล้วถ้าเกิดว่าลูกจะตั้งจุดมุ่งหมายของลูก ก็  
คือ การดับเชื้อกิเลสตัณหาในตัวของลูก ตั้งเป้าหมายไว้ให้พุ่งชน เป้าหมายมีไว้ให้ไปให้ถึง  
เมื่อเราตั้งเป้าหมายไว้เช่นนั้น จิตเราก็จะไปจ่อ จ่ออยู่กับการ ต้องถึง ต้องไปให้ได้ ต้องมุ่ง  
มั่นตั้งใจ ต้องขยัน มีความเพียรพยายาม อุตทน มันก็มีเต็มกำลัง

แต่เมื่อถึงจุดหนึ่งที่ลูกเข้าใจได้มากขึ้น ลูกก็จะมองเห็นเหตุของมันเองนั่นล่ะลูก  
ว่าการที่เรานั้นมีจุดมุ่งหมาย แล้วก็พยายามทำทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อให้ถึง มันก็มีความอยาก



เจือปนอยู่ในนั้นแล้วก็กลายเป็นความทุกข์ กลายเป็นต้นเหตุขึ้นมาในการทำความดี  
ฉะนั้น ความดีที่ต้องอยู่เหนือกว่านั้นอีก หรือว่าที่จะทำให้เราดับกิเลส  
ก็คือ การทำความดี อย่างปล่อยวาง ทำไปสักแต่ว่าทำ มีจุดมุ่งหมายคือดับกิเลส  
นั่นล่ะ

คือ กิเลสแห่งความดี ที่เราหลงเข้าไปเสียแล้ว มีจุดมุ่งหมายคือดับต้นเหตุ  
คือ ต้นเหตุที่เราหลงทางเข้าไปเสียแล้ว  
เพียงแต่มันเป็นกิเลสที่ไปในทางที่ดี มันเป็นต้นเหตุที่ไปในทางที่ดี  
ทีนี้ เมื่อเรารู้เช่นนั้น เราก็ปล่อยวางมันเสียไม่มีกิเลส ไม่มีต้นเหตุ แม้จะเป็นทางที่ดี  
ก็ตาม วางเฉยกับมัน และค่อยๆ ประพฤติปฏิบัติไป

ดูจิตของตนไป ตามเหตุของปัจจุบันนี้นั่นล่ะ มีความหลงมัว มีความโลภมัว มีความ  
โกรธ ความรัก มีความอยาก ความไม่อยาก มากแค่ไหนในวันนี้

เชื้อเหล่านี้มันมากน้อย เราคอยควบคุม ดูตามเหตุตามปัจจัยในแต่ละวัน ในอิริยาบถ  
ต่างๆ กาย วาจา และใจ ที่จะทำไปอย่างมีสติ ปราศจากกิเลสต้นเหตุ เลยกลับมาทำอยู่กับ  
ปัจจุบัน เลยกลายเป็นการวางเฉยไป แม้แต่พระนิพพานที่มุ่งหมายจะไป แม้แต่การดับกิเลส  
ที่มุ่งหมายจะทำในตน แม้แต่การประพฤติปฏิบัติดี ไม่ดี สิ่งเล็กๆ น้อยๆ ที่มันบกพร่องอยู่  
แล้วเรามองเห็นอยู่เหล่านั้น มันก็จะกลายเป็นการวางเฉยไม่มีความอยาก หรือไม่อยาก  
ไม่มีอะไรต้อง จะทั้งนั้น

ลูกก็เลยอยู่เฉยๆ แต่ มีสติ รู้เท่า รู้ทัน มีสติ รู้ผิด รู้ชั่ว มีกำลังใจที่จะทำความดีเต็ม  
ร้อย แล้วก็ทำไปเรื่อยๆ ตามเหตุตามปัจจัย ตามธรรมะจัดสรร อย่างนี้ล่ะ

**พระยารธรรม..** คือความรู้สึกที่ลูกได้กล่าวมา เหตุผลที่ลูกนั้นเป็นเช่นนั้นหรือ บุคคล  
ผู้ที่มีปัญญารธรรม เขาเป็นกันเช่นนั้น ก็เพราะเหตุนี้ล่ะลูก

เหตุก็คือไม่มีความหลงดี ไม่มีความรักดี ไม่มีความโลภในความดี

ไม่มีความยึดมั่นถือมั่น ในความดีเหล่านั้น

รู้ว่าดีก็วางความดีนั้นไว้ ก็เลยไม่ต้องไปยึดไปถือมัน

ให้กลายเป็นกิเลสในทางที่ดี เป็นต้นเหตุในทางที่ดี ปราศจากเชื้อเหล่านี้

ก็เลยสักว่าเห็น ว่ารู้อยู่ แล้วก็ทำอยู่ แล้วก็ทำเฉย

อย่างนี้ล่ะลูก คือความรู้สึกที่ลูกได้กล่าวมา คือการเฉยๆในสรรพสิ่งทั้งหลาย  
ดูเหมือนไม่มีจุดมุ่งหมาย ทั้งที่ตนนั้นก็ทำความดีอยู่ ทำหน้าที่ให้สมบูรณ์ทุกอย่างอยู่

แต่ทำเฉยเพราะอย่างนี้ละ

**พระยาธรรม..** มันไม่ใช่เรื่องแปลกอะไรหรอกลูก เพียงแต่ว่ามันเป็นอีกระดับหนึ่งของการทำความดี

ความดีนะลูก มันเป็นธรรมดา..ลูกเอ๋ย ที่เราจะต้องเริ่มจากการอยากที่จะทำความดี แล้วก็ยึดที่จะทำความดี เอาความอยาก ความยึดดี มาเป็นจุดมุ่งหมายที่จะพาให้เราไปให้ถึง ท่วมเทให้ถึงที่สุด

เมื่อลูกถึงจุดที่ดีแล้วในระดับที่หนึ่งที่มีมันเต็ม ถึงจุดมุ่งหมายสูงสุด ลูกก็จะค่อยๆ สลัดเอาความยึด ความอยากดีนั้นทิ้งไป จนเข้าถึงความดีที่เป็นความดีในระดับที่สูงขึ้นอีก คือดีแบบปล่อยวาง ดีแบบเฉยๆ ดีอย่างไม่สุข ไม่ทุกข์ แต่ก็ดีอยู่ ดีแบบไม่มีอดีต อนาคต ไม่มีต้อง จะอะไรทั้งหมดทิ้งสิ้นแต่ทำดีไป โดยไม่ละการทำความดี มุ่งมันไปสู่การทำความดีแบบปล่อยวาง ทำตามเหตุ ตามปัจจัยเช่นนี้ละ..พระยาธรรม.. พอจะเข้าใจบ้างแล้ว หรือยังเล่า

**พระยาธรรม :** สาธุเจ้าคะ.. พอจะเข้าใจบ้างแล้วละเจ้าคะ หนูก็นึกว่าทำไมถึงไม่มีจุดมุ่งหมายในชีวิต แล้วเราจะไปยังไงต่อดี เพราะมันไม่มีจุดมุ่งหมายนะเจ้าคะ หนูคิดแบบนี้

แต่ที่นี้หนูเข้าใจแล้วละเจ้าคะ ว่ามันไม่ใช่ว่าไม่ดีที่มีอาการแบบนี้ มันดีแล้วที่มีอาการแบบนี้ เพราะเราจะได้ทำทุกสิ่งทุกอย่างไปโดยธรรมะจัดสรร จะได้ไม่ต้องมีความอยาก หรือไม่อยาก ความยึดติดในสิ่งที่ทำ จะได้ไม่ต้องไปใช้ค้นหาเป็นที่ตั้ง ในสิ่งที่ทำทุกอย่าง ก็เลยเป็นความดี ที่ไม่ต้องทุกข์ในสิ่งที่ทำด้วย ก็จะได้เป็นความดีอันสูงขึ้นมา ในอีกระดับหนึ่ง และจะมุ่งมันทำความดีนี้ เพื่อเข้าถึงพระนิพพานในที่สุด

เข้าใจว่า มันเป็นอีกระดับหนึ่งของการทำความดี เข้าใจอย่างนี้แล้วเจ้าคะ กราบขอบพระคุณพระพุทธรองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกได้ฟังเจ้าคะ

**พระพุทธรองค์ :** ดีแล้วละ พระยาธรรม ถ้าหากว่าเราสงสัยสิ่งไหน เราก็ต้องค้นหาความจริงที่มันอยู่ในนั้น เพราะบางที คำตอบมันอาจจะคล้ายกัน หรือเหมือนกัน หากเรามองดูผิวเผิน และคำตอบที่มันไม่ใช่ความจริงนั้น อาจทำให้เราผิดพลาด หลงทางไปก็ได้ลูก

ฉะนั้น เมื่อเราสงสัยในสิ่งใด จงหาคำตอบที่แท้จริงในสิ่งนั้นเถิด เช่น วันนี้ ที่ลูกถามหาคำตอบของลูกที่เป็นเช่นนั้น ความรู้สึกเช่นนั้น อย่างน้อยก็ทำให้ลูกเจอความจริงที่อยู่ในความรู้สึกว่า...

มันคือการทำความดีในอีกระดับหนึ่ง

มันคือการทำความดีอย่างวางเฉย

มันคือการทำความดี อย่างรู้แจ้งในเหตุต่างๆ แล้ว

เพียงแต่เรายังต้องทำต่อไปเรื่อยๆ เพื่อจบกิจของเราเท่านั้น

มันก็เลยทำให้เราเข้าใจเหตุของมันแล้วว่า เหตุที่จะไปสู่พระนิพพาน ต้องทำเช่นไร เข้าใจแล้ว ก็วางเอาไว้ มีหน้าที่แค่ทำต่อไปเรื่อยๆ ตามเหตุ เรามุ่งมั่นที่จะดับกิเลส เราก็มองเห็นแล้ว ว่าวิธีของการดับกิเลสเป็นเช่นไร เราก็วางไว้เฉยๆ และก็แค่ทำตามเหตุ อย่างไม่สุข ไม่ทุกข์ ไม่สนใจอะไร สนใจแค่ทำไปเถิด ในความดี ทำอย่างมีสติ มีปัญญา ตามเหตุของปัจจุบัน

เพราะเรารู้แล้วว่าลูก ว่า ผลของมัน จะเกิดขึ้นจากเหตุ ที่นี้เราหันมาทำที่เหตุ โดยที่ไม่สนใจผลเพราะว่าผลมันย่อมมาตามเหตุอยู่แล้ว ก็เลยเกิดการวางเฉยไม่ใช้การเบื้อหน่ายแบบทางโลก แบบผู้ที่ครองโลกอยู่ที่เบื้อหน่าย เพราะมันมีเหตุอื่นๆ เข้ามาเจือปนเบื้อหน่าย เพราะว่ามันลุ่มหลง มันทุกข์มันทรมาน ไม่ใช่เช่นนั้นหรือลูก จงตั้งใจทำไปๆ ให้ถึง ถึงฝั่งแห่งการข้ามทะเลทุกข์ แล้วลูกนั้นก็จะเป็นผู้ที่ไม่ต้องแสวงหา หรือทำอะไรอีกต่อไป จะเป็นผู้จบกิจแล้วอย่างแท้จริง

**พระยารธรรม :** สาธุเจ้าค่ะ

กราบขอบพระคุณพระพุทธรองค์ ที่ทรงเมตตาเจ้าค่ะ ไว้ลูกจะมาเฝ้าฟังธรรมใหม่ นะเจ้าค่ะ วันนี้ กราบขอมัสการลาก่อนเจ้าค่ะ

**สาธุ**

## ตอนที่ 289 \*\*ขณะชั้นธมาร\*\*

ในเช้าของวันที่ 6 มีนาคม พ.ศ. 2561 ณ พุทธอุทยานภูสวรรค์

ข้าพระพุทธเจ้าเมื่อได้กราบนอบน้อมเข้าเฝ้าต่อองค์พระพุทธรูปดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ท่านแล้วนั้น จึงได้เฝ้าทูลถามพระพุทธรูปองค์ท่านไป ดังนี้ว่า...

“ข้าแต่องค์พระพุทธรูปดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าขา.. วันนี้ ลูกจะขอเฝ้าฟังธรรมในหมวดของผู้มีปัญญาธรรม แต่ว่าลูกนั้นมีข้อสงสัยที่อยากจะเฝ้าทูลถาม เพื่อได้เป็นความรู้ นำไปปฏิบัติตามนะเจ้าคะ ลูกพอจะทราบแล้วว่า การทำความดีของคนเรานั้น มันมีมารทั้งหมด 5 ตัว หรือ 5 ประการ ที่จะมากีดขวางการสร้างความคิด สร้างบุญ สร้างบารมีของคนเรา ลูกจึงอยากจะเฝ้าทูลถามว่า บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาสามารถเอาชนะมารเหล่านี้ เอาชนะมารแต่ละตัวแบบไหน ยังไง นะเจ้าคะ และเมื่อลูกเห็นบุคคลผู้หนึ่งเขาจะสร้างความคิด ลูกก็เห็นพญามารมาเผชิญกับเขา ลูกก็เลยเกิดความสงสัย ในสิ่งเหล่านี้นะเจ้าคะ มารทั้ง 5 ตัว หรือ 5 ประเภท ที่แยกเอาไว้แล้วนั้น ลูกจะขอเฝ้าทูลถามถึงมารแต่ละตัว ว่าบุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมนั้น เขาเอาชนะมารเหล่านี้แบบไหน เขาจึงสามารถประพฤติปฏิบัติ จนถึงความเป็นผู้รู้แจ้งในธรรม ผู้มีปัญญาธรรมนะเจ้าคะ

พระพุทธรูปเจ้าขา บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาชนะมาร คือชั้น 5 ร่างกายที่ไม่อำนวยให้ทำความดี เช่น เจ็บป่วย ทำให้หมดโอกาสดี ๆ หรือ ทำความดีในชีวิตนะเจ้าคะ เขาจะเอาชนะมารตัวนี้ แบบไหน ยังไง หรือเจ้าคะ ขอพระพุทธรูปโปรดทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกได้ฟังด้วยเถิดเจ้าคะ”

**พระยาธรรมเอย..** จงตั้งใจฟังไว้ให้ดี ๆ ค่อย ๆ พิจารณาตามให้เข้าถึง เมื่อลูกเข้าถึงธรรมที่ฟัง ก็จะได้นำไปประพฤติปฏิบัติตาม โดยถูกต้อง

**พระยาธรรมเอย..** การที่บุคคลผู้หนึ่ง เกิดขึ้นมาแล้ว เขาอาจจะมีแต่ความไม่รู้ว่าเกิดมาเพื่ออะไร มีแต่ความคิดว่า กายนี้เป็นตน เป็นของตน และยึดเอากายนี้มาเป็นตัวเป็นตนของตน นี่คือธรรมชาติของสัตว์ และมนุษย์ทั้งหลาย ผู้เกิดขึ้นแล้วในกายใด ก็ยึดเอากายนั้น เป็นตัวเป็นตนของตน

แต่บุคคลผู้มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาจะฝึกฝนจิตของเขา ด้วย ศีล ธรรม สมาธิ และปัญญาคอยรักษาศีล คอยฟังธรรม คอยทำสมาธิ ฝึกฝนปัญญา ขัดเกลากิเลสตัณหา คือความหลง หลงในตัวตน ขัดเกลาสิ่งเหล่านี้ จนดวงจิตของเขา รู้แจ้งเห็นจริงในความ เป็นตัวเป็นตน อย่างนี้ว่า...

แท้ที่จริงแล้ว ร่างกายนี้ ตัวเรานี้ ที่มีชื่อสมมุติว่าอย่างนั้นอย่างนี้ แท้ที่จริงไม่ได้มี เพียงแต่กาย แต่มีดวงจิต ที่ซ่อนอยู่ในกายด้วย เมื่อกายดับ จิตก็ต้องวนไปต่อ ไปเกิดใน กายใหม่ไปเรื่อยๆ ตามกรรมของตน ที่ก่อ ที่ทำเอาไว้ เมื่อครั้งมีกายนี้

เมื่อรู้เช่นนั้น เขาก็ยอมเห็นตามความเป็นจริง

อีกว่า จิตก็คือจิต กายก็คือกาย

ตัวเราที่แท้จริง คือ ดวงจิต

กายนั้น คือ ที่ที่เราลงมาเกิด ลงมาอาศัยร่างกายนี้ในการทำความคิด

อาศัยร่างกายนี้ในการชำระล้างวิบากกรรม ที่ตนได้ก่อได้ทำเอาไว้

ผลบุญ ผลความดีที่เคยได้สร้างได้ทำในส่วนหนึ่งส่งผลให้เกิดเป็นมนุษย์ แต่ว่าเรา ก็จะไม่สามารถเป็นมนุษย์เช่นนี้ตลอดไปได้ เพราะกายของมนุษย์ทั้งหลาย เกิดขึ้นมา ตามเหตุของมัน ตั้งอยู่ตามเหตุของมัน ดับไปตามเหตุของมัน

กายนี้ สามารถอยู่นานที่สุด ก็เพียงแค่ว่าหนึ่งชั่วอายุคน ก็คือ 120 ปี ก็เต็มทีแห่ง การอยู่ แต่โดยส่วนใหญ่แล้วก็จะอยู่ไม่ถึงกันเลยทีเดียว เต็มที่ก็ 80-90 ก็ไม่รู้เรื่อง ทำอะไร ไม่ได้เรื่อง ไม่เกิดประโยชน์กันเสียแล้ว ดวงจิตก็ต้องออกจากกาย และไปตามกรรมของตน

เขาก็จะรู้ว่า กายนี้ เป็นของไม่เที่ยง

กายนี้ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป

การเกิด การแก่ การเจ็บ และการตาย

ยอมมีเกิดขึ้นในกายนี้ เป็นธรรมดา

เมื่อเขารู้ๆ ชัดเจนเช่นนี้แล้ว เขาย่อมไม่ปล่อยให้เวลาที่มีอยู่ของเขา เสียเปล่าไป เขาจะไม่คอยเวลาเลย เพราะ เขาไม่รู้ว่าความตายนั้น มันจะมาถึงตัวของเขาเมื่อไหร่ เขา ไม่รู้ว่ากายนี้จะเสื่อมจะสลาย จะเจ็บ จะป่วย จะหมดโอกาสในการทำความคิดเมื่อไร เขา อยู่อย่างไม่ประมาทในชีวิต เขาจะอายุมาก อายุน้อย ขอเพียงแค่ว่าให้เขานั้นรู้จักกับการ ทำความคิดแล้ว เขาก็จะเร่งรีบทำความดี

โดยไม่รอช้าไม่รอความเจ็บ ความป่วย ไม่รอให้ร่างกายนั้น หูหนวก ตาบอด ร่างกายนั้นทำความเพียรในการสร้างชาติไม่ไหวแล้ว เขาไม่ร้ออะไร เขาจะรีบเร่งทำความดี การรู้ตื่นเช่นนี้ ย่อมเป็นวิธีเอาชนะพญามาร มารแห่งชั้น 5 คือ ร่างกายนี้ได้เป็นอย่างดี

**พระยารธรรมเอย..** เพราะว่าเราได้ฝึกฝนจิตแห่งตนด้วย ศีล ธรรม สมาธิ และ ปัญญา จนรู้แจ้ง เข้าใจในคำว่าชีวิตนั้นแล้ว รู้เข้าใจว่าในนี้ มี 2 คน

หนึ่ง ก็คือ กาย

สอง คือ จิต

และจิตเป็นผู้เวียนวนต่อไปตามกรรม ที่ใช้กายนี้ก่อและทำ ทั้งดีและชั่ว ส่วนกายนั้น ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนของเรา

กายนี้ คือ ของที่หยิบยืมมาใช้ เพื่อสร้างชาติ และชดใช้กรรม

กายนี้ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป

มันไม่ต่างจากเสื้อผ้าชุดหนึ่ง ที่เราซื้อมาด้วยเงินที่ไปหา ไปค้าไปขาย เอาน้ำพัก น้ำแรงของตนแลกให้ได้เงิน เมื่อได้เงิน ก็มาซื้อเสื้อผ้าชุดสวยๆ หล่อๆ สักชุดหนึ่งมาใส่ คลุม กายเอาไว้ ให้สวยงาม ให้ไม่มีความอับอาย ไม่หนาว คลุมกายของเราเอาไว้ เพื่อเกิดประโยชน์แก่กาย

แต่ว่าแท้ที่จริงแล้ว เสื้อผ้าก็คือเสื้อผ้า ตัวเราก็คือตัวเรา แท้ที่จริงแล้ว จิต กับ กาย ก็เป็นเช่นนั้น ร่างกายก็เปรียบเสมือนแค่เสื้อผ้าชุดหนึ่ง ที่เรามาสวมใส่ หุ้มห่อจิตเอาไว้ เพื่อที่จะประกอบกิจหรือทำในสิ่งที่ดีเท่านั้น และเราก็ไม่รู้ด้วยว่า เมื่อไรเสื้อผ้าชุดนั้น มันจะผุ จะพังไปตอนไหน มันจะเสียหายไปเมื่อไร เพราะมันเป็นของไม่เที่ยงแท้ มันไม่ใช่ของยึดอยู่กับตัวเรา ไม่ใช่ของติดอยู่กับเราตลอดไป มันแค่หุ้มห่อจิตเอาไว้เท่านั้น เมื่อเขาเข้าใจ เช่นนี้ เขาย่อมรู้ดีว่าตนต้องทำอะไรบ้าง

**พระยารธรรมเอย..** ย่อมรู้ตื่นในสิ่งที่จะต้องทำความดีโดยไม่ร้อ ไม่รอเวลา และ เมื่อเรานั้น ต้องเผชิญกับความเจ็บป่วยของร่างกาย เผชิญกับความไม่สะดวก ในการทำความดีของร่างกาย เขาก็จะยิ่งรู้ว่า เราควรที่จะชวนชวายทำความดีให้มาก ตามพลังกำลังของเรา ที่พอจะทำได้ เดินไม่ได้ ก็นั่ง นั่งก็ทำความดีได้ ทำความดีแบบไหนได้ก็ทำไป รักษา ศีล ฟังธรรม ทำสมาธิ ฝึกฝนปัญญา

ฝึกฝนไปๆ เห็นความทุกข์ ความเจ็บป่วยในร่างกาย ก็หิบบยกเอามาเป็นธรรมะ หิบบยกขึ้นมา ขัดเกลากิเลสตัณหาแห่งตน ดับความยึดมั่นถือมั่นในร่างกาย จะเจ็บจะปวด ก็ให้มันเห็นทุกข์ในการเจ็บการปวดนั้น เอาใจเจ็บใจปวดนั้น เอาความเจ็บความปวดนั้นแหละลูก หิบบยกขึ้นมาพิจารณาให้เห็นทุกข์ในการครองร่างกาย ถอดถอนกิเลส ความลุ่มหลงในกายนั้นเสีย

เราทำดีด้วยกายได้ เราก็รีบเร่งทำไป ถ้าเราทำดีด้วยร่างกายไม่ค่อยไหวแล้ว เราก็ทำดีด้วยวาจา ด้วยใจ ถ้าเราทำดีด้วยวาจาไม่ไหวแล้ว เราก็ทำดีด้วยใจ อย่างนี้ละ

**พระยาธรรม..** เราก็จะสามารถเอาชนะมาร คือ ชั้น 5 ร่างกายที่ไม่อำนวยความสะดวกให้ทำความดี เราจะเอาชนะมันได้ เพราะว่าเราสร้างสิ่งสม ทำความดีมาตั้งแต่ที่มันยังแข็งแรงแล้ว เราทำได้มากแล้ว เราไม่รอให้มันมาขวางเรา

นี่ก็เป็นเหตุหลักๆ หรือว่าเป็นสิ่งหลักๆ ที่เราสามารถเอาชนะมันได้ เพราะเราทำก่อนมันแล้ว รู้เท่าทันมันแล้ว ว่าเราจะต้องเจ็บต้องป่วย มันเป็นของไม่เที่ยง มันต้องเสื่อม ต้องสลาย ต้องหายไป เราจึงรีบทำก่อน ทำก่อนที่ความเจ็บความป่วย ทำก่อนที่มันจะเข้ามาถึง

เราจึงเอาชนะมารตัวนี้ได้ และถ้าเกิดว่ามันเข้ามาแล้ว เราก็ไม่กลัวมัน ไม่หยุดทำความดี เราก็ทำความดี ตามที่เราพอจะทำได้

และที่สำคัญที่สุด ก็คือ ความดีมันไม่ได้ทำแค่เฉพาะใช้ร่างกายในการทำลูก มันทำด้วยสติ ด้วยปัญญา ด้วยความคิด ความรู้ ด้วยคำพูด

เช่น แม้ว่ากายเราทำไม่ไหว ถ้าเรามีสติปัญญาพร้อมดีแล้ว เราก็ยังคงชี้ทาง บอกรทาง สอนสั่งธรรมแก่บุคคลผู้อื่นได้ เช่นเดียวกันกับองค์หลวงปู่ หลวงพ่อ องค์พระอรหันต์หลายองค์ ที่เจ็บป่วยจนจะสิ้นใจอยู่แล้ว ก็ยังสอนสั่งธรรม กับบุคคลอื่นได้อย่างนั้นใจลูก

ขอเพียงแค่ว่าให้เราฝึกฝนตนเองให้ดี ตั้งแต่แรกเริ่ม ขอเพียงแค่ว่าเรารู้จักความดีแล้ว รู้จักคำสอนขององค์พระพุทธเจ้าแล้ว ก็รีบเร่งเอาไปประพฤติปฏิบัติ อย่ามัวรีรอ ทำก่อนก็ยิ่งได้เปรียบก่อน ทำทีหลัง ก็ได้ ได้น้อยลงแต่ก็ได้ ดีกว่าไม่ทำเลย

**พระยาธรรมเอย..** หากทุกคนพากันทำเช่นนี้ ก็ย่อมสามารถเอาชนะมาร คือชั้น 5 ได้ลูก เมื่อไม่เจ็บไม่ป่วย รีบทำเมื่อเจ็บป่วยแล้ว ก็ทำ อย่าหยุดทำ ทำด้วยวาจาหรือใจ เมื่อวาจาไม่ไหวแล้ว เหมือนคนที่ใกล้จะสิ้นใจแล้ว ก็เอาความคิด คิดดี น้อมถึงสิ่งที่ดีอย่างนี้ละ

**พระยาธรรม..** มาร คือชั้น 5 นั้นจะทำอะไรลูกไม่ได้เลย  
เพราะ จิตก็คือจิต  
กายก็คือกาย  
จงเอาจิตของตน แยกออกจากกาย  
แล้วจงถอดถอนความลุ่มหลง  
ความยึดตัว ยึดตนในกายนั้นออกเสีย  
แล้วลูกก็จะเป็น ผู้มีปัญญารธรรม ผู้ที่อยู่เหนือกาย  
กายมีอยู่ แข็งแรงอยู่ ก็ไม่ยึดติดว่ามันสวยงามมันงาม มันแข็งแรง มันดี ไม่หลงในมัน  
รีบเร่งทำความดี อย่ามัวแต่หลงในความแข็งแรง ความหนุ่ม ความสาว ความสวยความงาม  
นะลูก

เมื่อกายนั้นแก่ชราลง หรือว่าเจอกับความเจ็บความปวด ก็เอาความเจ็บ ความ  
ปวด ความชราลง ความไม่ดี ไม่สวยไม่งามของกายนั้นละลูก มาเป็นธรรมะ มาเป็นสิ่งที่  
ถอดที่ถอน มาเป็นสิ่งที่กำหนดจิตใจ ไม่ยึดติดกับมัน อย่างนี้ละ

**พระยาธรรมเอย..** บุคคลผู้ที่มีปัญญารธรรมดีแล้วนั้น เขาเอาชนะมาร คือ ชั้น 5  
อย่างนี้ละ กายนี้จึงไม่สามารถกิดขวาง ขัดขวางการทำดีของจิตดวงนั้นได้เลย

เพราะจิตดวงนี้รู้แจ้งแล้วว่า กายนี้ เป็นของไม่เที่ยง กายนี้ หยิบยืมมาสร้าง  
ความดี ไม่ลุ่มหลงในกาย จิตดวงนั้น ย่อมได้กำไรอันสูงสุด คือ “การดับการเกิด”

บุคคลผู้ที่มีปัญญารธรรมดีแล้วนั้น เขาแบ่งแยกกันเช่นนี้ละ..พระยาธรรม.. เขาจึง  
เอาชนะมาร คือ ร่างกาย คือความเจ็บความป่วย ร่างกายที่สวยงามก็ขัดขวางการทำความดี  
เพราะตนมัวแต่หลงอยู่ เขาก็เอาชนะได้

ร่างกายที่ไม่แข็งแรง ไม่อำนวยความสะดวก เจ็บป่วย เขาก็เอาความไม่ดี นั้น  
แหละลูก มาพิจารณา แล้วสร้างความดี พิจารณา ยกจิตให้อยู่สูงจากสิ่งเหล่านั้น

ยิ่งเป็นความดีอันสูงกว่า ยิ่งๆ ขึ้นไป เพราะยิ่งเห็นเจ็บ เห็นป่วย ก็ยิ่งเบื่อหน่าย ยิ่ง  
ถอดถอนตัวของเราจากมัน เขายังได้ธรรมะ ได้ความรู้แจ้ง จากการเห็นการเจ็บการป่วย  
นั้นแหละลูก ขอเพียงแค่ให้เราเป็นผู้มีปัญญา เราก็จะสามารถอยู่เหนือสิ่งเหล่านี้

จะมองเห็นชั้น 5 ร่างกายนั้น เป็นเพียงแค่เสื้อผ้าเก่าๆ ชุดหนึ่ง ที่เราพร้อมจะ  
โยนทิ้ง โดยไม่เสียดายอะไรกับมันเลย มันจะขาด ก็ขาดไป มันจะผุ จะพัง จะเนา ก็ให้มัน  
เนาไป มันไม่ใช่เรา



**ลูกเอ๋ย..** บุคคลผู้มีปัญญาธรรมเขารู้แจ้งกันเช่นนี้ล่ะ

**พระยารธรรม..** ก็ลองไปพิจารณาตริกตรองดูบ่อยๆ ลองพิจารณาดูเรื่องของกาย และจิตให้บ่อยๆ ให้มองเห็นความเป็นจริง จนเกิดความรู้สึกเช่นนี้ จนรู้แจ้งตามเช่นนี้ ลูก ก็จะสามารถชนะกาย ชนะมารคือร่างกายนี้ได้ ทำเช่นนี้ล่ะลูก

**พระยารธรรม :** สาธุเจ้าค่ะ

กราบขอบพระคุณพระพุทธองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรมให้ลูก ได้ฟัง ลูกพอจะ เข้าใจแล้วล่ะเจ้าค่ะ ว่ามารคือร่างกายนี้ สามารถเอาชนะได้โดยที่เรานั้น

ประพฤติปฏิบัติให้จิตของเรา กายของเรา แยกออกจากกัน

ให้เรา รู้จักสภาวะธรรมความเป็นเรา ว่ามันมี 2 อย่าง คือ จิต กับ กาย

และให้เรา รู้แจ้งว่า ตัวเราที่แท้จริง คือ ดวงจิต

ส่วนร่างกาย ก็เหมือนเสื้อผ้าที่เราเอาไว้นุ่งห่มให้เกิดประโยชน์แก่เราเท่านั้น ถึงเวลามันจะเก่า และผุพังไป ไม่ว่าจะใหม่ เราก็ต้องใช้ให้มันเกิดประโยชน์คุ้มค่าแก่ เรา มันจะเก่า เราก็เห็นความเก่าของมันเป็นธรรมดา เราจะได้ทิ้งมันไปโดยไม่เสียดาย

เมื่อเราไม่ยึดมันถือมันในกายเรา

ของของเราก็ไม่มี ตัวเราก็ไม่มี

เราก็จะสามารถถอดถอนความลุ่มหลงออกจากเรา คือ ดวงจิตได้

เมื่อนั้น ดวงจิตของเรา ก็จะสว่างไสว สว่างบริสุทธิ์ เข้าสู่พระนิพพานได้ เข้าใจ อย่างนี้แล้วเจ้าค่ะ กราบขอบพระคุณพระพุทธองค์ ที่ทรงเมตตา ลูกสามารถเอาชนะมาร ได้หนึ่งตัวแล้วเจ้าค่ะ

**สาธุ**

## ตอนที่ 290 \*\*ชนะอภิสังขารมาร\*\*

ในเช้าของวันที่ 6 มีนาคม พ.ศ. 2561 ณ พุทธอุทยานกุสววรรค์

ข้าพระพุทธเจ้าได้กราบนอบน้อมเข้าเฝ้าต่อองค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์ท่านเพื่อเฝ้าฟังธรรมในหมวดของผู้มีปัญญาธรรม เมื่อข้าพระพุทธเจ้าได้กราบนอบน้อมเข้าเฝ้าต่อพระพุทธองค์ท่านแล้ว จึงได้เฝ้าทูลถามพระพุทธองค์ท่านไปดังนี้ว่า...

“ ข้าแต่องค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าขา.. วันนี้ ลูกจะขอเฝ้าฟังธรรมถึงบุคคลผู้มีปัญญาธรรม เขานั้นสามารถเอาชนะมาร คือบาปหรือบุญได้เช่นไรหรือเจ้าคะ ขอพระพุทธองค์โปรดทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกได้ฟังนำไปประพฤติ ปฏิบัติตามด้วยเจ้าคะ”

**พระยารธรรมเอย..** มารที่เป็นบุญหรือเป็นบาปนั้น มันก็คือความลุ่มหลง หลงดีบ้าง หลงชั่วบ้างเราก็หลง หลงก็เลยไปทำความชั่ว แล้วก็หลงทำความดีก็หลงในความดี ความลุ่มหลงเกิดขึ้นในที่ใด ย่อมเกิดความไม่รู้ตามความเป็นจริงในที่นั้น เมื่อเราไม่รู้ตามความเป็นจริง เราก็ยังคงถูกครอบให้ลุ่มหลงเวียนวนอยู่อย่างนี้ละ

**พระยารธรรม..** คือ มารแห่งบุญและบาป หลงดีกับหลงชั่ว หลงละเอียดกับหลงหยาบ มันก็เป็นหลงเช่นเดียวกัน

**พระยารธรรมเอย..** บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาก็พิจารณาเห็นแจ้งตามความเป็นจริงเช่นนี้ละลูก เห็นตามความเป็นจริงว่า トラบใดที่เป็นความหลง ยังไงๆ ก็ไม่ดี

เขาจะพิจารณาตามคำสอนขององค์พระพุทธเจ้า ว่าทำการสิ่งใดก็ตาม ทำเพื่อละกิเลส ทำเพื่อดับการหลง หลงในสิ่งที่ทำนั้น ทำดีก็เพื่อละกิเลส ทำชั่วมิควรทำ เพราะสิ่งนั้นคือสิ่งที่ จะเพิ่มให้มีกิเลส

เขาเข้าใจดีเช่นนี้ เข้าใจจุดมุ่งหมายแห่งการทำความดีอย่างถูกต้อง เมื่อเขานั้นทำความดี โดยการทำทาน รักษาศีล ฟังธรรม ทำสมาธิ หรือว่าฝึกฝนปัญญา

เขาก็จะรู้ว่า สิ่งทั้งหลายที่เขาทำเหล่านั้น

ทำเพื่อดับความหลง และความหลงนั้น มันก็มีทั้งหลงดี และหลงชั่ว

ฉะนั้น ทำความดีไป ก็สักว่าทำ ทำแล้วก็อย่ายึดติด ยึดมั่นถือมั่นในความดีที่ตน  
นั้นทำ เมื่อมีสิ่งที่ดีที่ละเอียดประณีต ลาม ยศ สรรเสริญ ลามสักการะ ก่อเกิดขึ้นแก่ตน  
เพราะผลของการทำความดีของตน ก็จงอย่าลุ่มหลงกับสิ่งทั้งหลายที่มันเกิดขึ้นเหล่านั้น

ลาม ยศ สรรเสริญ ลามสักการะต่างๆ สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ คือ ของดี ของละเอียด  
ประณีต คือ ความหลง หลงแบบนี้มนวล หลงแบบเรา อาจไม่รู้ตัวว่าหลง

เราจงตื่น และมีปัญญารู้ให้เท่าทันสิ่งเหล่านี้

อย่าเผลอไปหลงกับมัน เพราะทำที่สุดแล้ว

สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ คือของไม่เที่ยง

สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป

การทำความดีของเรา ไม่ได้ทำเพื่อให้ได้สิ่งเหล่านี้

แต่เราทำเพื่อให้ดับความหลงในตัวเราต่างหากเล่า

เมื่อทำความดีไป แล้วก่อเกิดสิ่งเหล่านี้ขึ้นมาแก่เรา

ตามกฎแห่งกรรม คือ ทำดีย่อมได้ดี เราก็จงมองเห็น มันเป็นเรื่องธรรมดา

อย่าเผลอไปยึดกับความสุข ความสบาย สิ่งดี สิ่งละเอียดประณีตคำสรรเสริญ ลาม  
สักการะต่างๆ เห็นเขาเป็นธรรมดา เกิดขึ้นมา แล้วเราก็เอาสิ่งที่มีมันเกิดขึ้นมานั้น หมุนกลับ  
ไปทำทาน หมุนกลับไปทำความดีทำในสิ่งที่จะเกิดประโยชน์แก่เรา

เราสอบการละกิเลส ตั้งแต่เรื่องเล็กน้อย จนถึงเรื่องใหญ่ จนถึงเรื่องละเอียด  
ประณีต เมื่อก่อนเรานั้นเป็นคนยากจน ก็เลยทำทานเล็กน้อย รักษาศีล ภาวนา สละกิเลส  
อันเล็กน้อย คือ ทร์พัยก้อนน้อยๆ ที่มีอยู่ ตอนนี่เราสอบข้อนี้ผ่าน

มันก็เลยหมุนข้อสอบอันใหญ่โตเข้ามา คือร่ำรวยขึ้น มีคำชม คำสรรเสริญ สิ่งที่ดี  
ลามสักการะเข้ามา ทีนี้ เราต้องสอบสละ ละสิ่งเหล่านี้ สอบความหลง ความยึดติด ก้อน  
ใหญ่ขึ้น

เมื่อเราได้เยอะ ได้มาก มีมากในสิ่งดีงาม เราจะหลงกับมันมึน หรือว่าจะสละมัน  
ออกจากเราได้ โดยไม่เสียดายมัน

เมื่อเราสละ ละได้มากขึ้นกว่าเดิม เราก็จะสอบข้อที่มากกว่าเดิมอีก มีตัวอัตตาขึ้น  
มากกว่าเดิม มีลาม มียศ มีสรรเสริญ ลามสักการะ มากมายเลยทีเดียวเข้ามา ก้อนใหญ่  
กว่าเก่า เราจะสละมันได้มึน หรือเราจะยึด จะถือมันเอาไว้

จงจำเอาไว้ว่า การทำความดีย่อมมีผลของความดีตีกลับมา

ส่งผลกลับมาก่อเกิดกับเรา แต่เราจงอย่าหลงกับสิ่งที่ดี ที่ละเอียดประณีตเหล่านั้น  
เพราะมันกำลังทดสอบความหลง ในระดับที่โตขึ้นเรื่อยๆ เรื่อยๆ คนยิ่งใหญ่ยิ่งโต คนยิ่งมี

ลากสักการะมาก ยิ่งสละออกได้มาก

**ลูกเอ๋ย..** ฉะนั้น อย่าเปลอไปหลงกับมัน มันจะมีน้อย เราก็ไม่หลง มันจะมีมาก ก็ไม่หลง ยังมีชื่อเสียงโด่งดัง มีผู้คนแห่มารายล้อม ลาก และสักการะต่างๆ มากมาย ยิ่งจะทำให้เราเปลอหลงเข้านะลูก รู้ตื่นเช่นนี้ รู้ตัวเช่นนี้ เราก็จะเอาชนะ มาร คือ บุญ มาร คือ ความสุข มาร คือ สิ่งละเอียดประณีต ที่มันเข้ามาทดสอบความหลงของเราได้ลูก

อย่าเปลอไปหลงกับมันเข้าลูก เราทำดีเพื่อหวังนิพพาน ทำดีเพื่อดับความหลง เราต้องเอาชนะมันให้ได้ลูก ทำดีแล้วสิ่งที่ได้เกิดขึ้น สละหลง ทำต่อ ทำไปเรื่อยๆ จนเราสอบผ่าน ในทุกระดับของการทำความดี จนเราสลายตัว สลายตน สลายสิ่งต่างๆ ทั้งหลาย ที่ทำดีจนได้นั้นละลูก

เราจะไปสู่พระนิพพานได้ แต่หากว่าเราไปหลงยึดติดตัวใดตัวหนึ่ง เราก็จะได้ตื่นนั้นแหละลูก แต่ไปได้ดี อยู่ในโลกแห่ง ความไม่เที่ยงแท้ ไปเกิดอยู่ในสวรรค์ชั้นใดชั้นหนึ่ง ไปเสวยสุขอยู่ที่นั่น และเป็นสุขอันจอมปลอม

**ลูกเอ๋ย..** ฉะนั้น จงจำไว้คำว่า ความหลงนั้นมันมี 2 ทาง หลงดี กับ หลงชั่ว แต่ไอ้ตัวชั่วนะลูก มันยังน่ากลัวไม่เท่าไอ้ตัวดี..ลูกเอ๋ย เพราะมันเป็นมาร ที่ทดสอบเราด้วยความอยาก เรามองปุ๊บเราก็เห็นอยู่แล้วนี่ลูกว่ามันคือความชั่ว เรานั้นยังรู้ว่ามันอันตราย เรายังเลือกที่จะหลีกเลี่ยง และไม่ยุ่งกับมันได้

แต่ไอ้ตัวดีนี่สิลูก เราทำไป เกิดสิ่งที่ดี ที่ละเอียดประณีต สิ่งที่มีมันเป็นความสุข ความสบายขึ้นมาหลอกล่อเรา ให้เราหลงดี ยึดดี จนเราทำความดีต่อไม่ได้ หลงดี ยึดดี จนตัวเราเข้าถึงความดีที่แท้จริงไม่ได้ ระวังมันให้ดี

**ลูกเอ๋ย..** บุญ ก็เลยเป็นมารด้วย มารแห่งการหลงดีลูก บาป ก็เช่นเดียวกัน จงพิจารณาให้เห็นการทำบาป เห็นโทษของมันอย่างชัดเจน และคอยระมัดระวังอย่าไปทำมัน

**ลูกเอ๋ย..** กรรมอันใดที่ทำไปแล้ว จะก่อเกิดความทุกข์แก่ตนในภายหลัง ก็จงอย่าทำลูก

ความชั่ว เป็นเหตุตัดรอนสิ่งที่เราจะได้รับความดี

ความดีเป็นเหตุตัดรอนที่จะทำให้เราทำความดีต่อไปได้

เมื่อเราทำดีต่อไปไม่ได้ เราไม่ถึงความดีอันสูงสุด

ฉะนั้น เราต้องระวังทั้งความชั่ว และความดี อย่าเปลอหลงกับมันโดยเด็ดขาด

**พระยารธรรมเอ..** บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขารู้ตื่น เข้าใจคำสอนขององค์พระพุทธเจ้า เช่นนี้ละลูก เขาเข้าใจอย่างชัดเจน และเขาก็โน้มประพฤติปฏิบัติตาม

อย่างเคร่งครัด ไม่เปลืองใจไปหลงดี หลงชั่วเข้า เขาก็เลยสามารถฝึกฝนตน จนเป็นผู้มีปัญญา  
จนเป็นผู้รู้ตื่น ดับการเกิด ดับทุกข์แห่งตนได้

**ลูกเอ๋ย..** ยิ่งเราทำความดีเท่าไร สิ่งที่จะเข้ามาทดสอบเรา ก็ยิ่งละเอียดประณีต  
เท่านั้น อย่าหลงกับมันแม้แต่นิดเดียวเลยนะลูก เราจะได้เข้าสู่พระนิพพาน จะได้เป็นผู้รู้ตื่น  
รู้แจ้งอย่างแท้จริงเช่นนี้ละ

**พระยารธรรม..** พอจะเข้าใจบ้างหรือเปล่าลูก การเอาชนะบุญหรือบาปนั้นว่าบุคคล  
ผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาเอาชนะแบบไหน

**พระยารธรรม :** สาธุเจ้าค่ะ.. ลูกพอจะเข้าใจบ้างแล้วละเจ้าค่ะ ว่าบุคคลผู้ที่มีปัญญา  
ธรรมดีแล้วนั้น เขาเอาชนะพญามาร คือ บุญหรือบาป แบบไหน เขาจึงสามารถเป็นผู้รู้แจ้ง  
ได้ คือ เขาจะพิจารณาฟังคำสอนของพระพุทธองค์ให้เข้าใจอย่างแท้จริง ว่าการที่พระพุทธ  
องค์ทรงเมตตาสอนพวกเราทั้งหลาย ก็เพื่อให้พวกเราดับกิเลส ซึ่งกิเลส นั้นก็คือ “ความ  
หลง” ถ้าเราหลงอยู่ยังไม่ถูกต้องตามธรรมของพระพุทธองค์

ฉะนั้น หลงดี ก็ไม่ดี หลงชั่ว ก็ไม่ดี

ฉะนั้น เราจงอย่าหลงทั้งความดี และความชั่ว

สิ่งที่สมมุติว่าดีหรือชั่ว มันก็เป็นสิ่งที่หลอก ให้เราจมอยู่ในวัฏสงสารนี้เท่านั้น

สิ่งเดียวที่เรามุ่งมั่นทำ ก็คือละเว้นความชั่ว ทำความดี อย่างสุดพลังกำลังความรู้  
ความสามารถ และจงรู้ว่าความดีที่ทำนั้น ก็ทำเพื่อดับกิเลสตัณหาแห่งตนเท่านั้น

แต่ไม่ได้ทำเพื่อจะได้ลาภสักการะ ได้สิ่งที่มีมันดีมันละเอียดประณีต ให้มันเกิดขึ้น  
กับเรา สิ่งทั้งหลายเหล่านั้น ถ้าเราทำได้ความดีไปแล้ว มันก็จะก่อเกิดขึ้นกับเรา เป็นแน่แท้  
เพราะมันอยู่ในกฎแห่งกรรม แต่เราจงรู้ให้เท่าทันมัน อย่าไปหลงกับมัน

มันเกิดมาเราก็สละ ละเสีย เอาสิ่งที่มีลาภสักการะเหล่านั้น ไปทำในสิ่งที่เกิด  
ประโยชน์ที่สุดแก่บุคคลผู้อื่น สังคม สืบทอดศาสนา ทำในสิ่งที่ดี ดีกว่า ดีกว่าหลงยึดมั่นเอา  
ไว้ เป็นต้นเป็นของตน

จงพิจารณาดูตนอยู่เสมอ อย่าให้พลังเปลืองไปหลงกับความดี ความละเอียดประณีต  
เพราะมันน่ากลัวยิ่งกว่าบาป หรือความชั่วนั้นอีก เข้าใจแล้วเจ้าค่ะ

ความดี หรือความชั่ว ไม่ควรหลง เพราะหลงดี หรือหลงชั่ว ก็ตาม มันจะเป็นเหตุ  
ตัดรอนการเข้าถึงพระนิพพานของเราทั้งหลาย มันคือมาร ที่กีดขวางเรา ไม่ให้เข้าพระ  
นิพพาน ลูกพอจะเข้าใจเช่นนี้แล้วละเจ้าค่ะ ลูกจะน้อมไปประพฤติปฏิบัติตาม ระมัดระวัง

ความหลง ไม่ให้ก่อเกิดขึ้น มีอยู่ในตัวลูก และเผยแผ่ให้ญาติธรรมทั้งหลายได้ฟัง พิจารณาธรรมนี้ตามคำสอนขององค์พระพุทธเจ้า จะารู้เท่าทันมารทั้งหลาย และจะได้เข้าสู่พระนิพพานได้เจ้าค่ะ

**สาธุ**

## ตอนที่ 291 \*\*ชนะกิเลสมาร\*\*

ในเช้าของวันที่ 7 มีนาคม พ.ศ. 2561 ณ พุทธอุทยานภูสวรรค์

ข้าพระพุทธเจ้า เมื่อได้กราบนอบน้อมเข้าเฝ้าต่อองค์พระพุทธรูปดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ท่านแล้วนั้น..จึงได้เฝ้าทูลถามพระพุทธรูปองค์ท่านไป ดังนี้ว่า...

“ข้าแต่องค์พระพุทธรูปดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าขา.. วันนี้ ลูกจะขอเฝ้าฟังธรรม ถึงบุคคลผู้มีปัญญาธรรม ที่เขานั้นสามารถเอาชนะกิเลสมาร มารความหลง ความรัก ความโลภ และความโกรธ มารตัวนี้แบบไหน ยิ่งไงนะเจ้าคะ เพราะว่ามารตัวนี้ คือมารที่คิดขวางไม่ให้ผู้คนเข้าถึงการบรรลุธรรม หรือบรรลุผลที่ตั้งมานะเจ้าคะ บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น ท่านทั้งหลายเหล่านั้น เขามีวิธีอะไร ที่เอาชนะมารกิเลสตัวนี้หรือเจ้าคะ ขอพระพุทธรูปโปรดทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกได้ฟัง นำไปประพฤติปฏิบัติตามด้วยเถิดเจ้าคะ”

**พระพุทธรูป :** ดีแล้วละ พระยาธรรม.. ถ้าอย่างนั้นก็ตั้งใจฟัง เอาไว้ให้ดี เพราะมารตัวนี้ เป็นสิ่งที่ทำให้จิตทั้งหลาย ถูกครอบงำ เป็นมารตัวที่คุมให้จิตทั้งหลายเวียนว้าย เวียนวน เป็นมารที่สั่งให้จิตทั้งหลาย สร้างกรรม

**พระยาธรรมเอย..** กิเลสมาร คือ ความหลง ความรัก ความโลภ และความโกรธนั้น เป็นพญามารผู้ที่มีอำนาจต่อดวงจิตทั้งหลาย เพราะว่า คลุมจิตทั้งหลาย ให้ไม่รู้ตามความเป็นจริง ให้หลงยึด หลงนึกว่าตัวว่าตน ว่าสิ่งนั้นสิ่งนี้เป็นของตน ก็เลยมีเหตุให้สร้างกรรมอื่นๆ ทำสิ่งอื่นๆ ที่มันเป็นผลของกรรมไม่ดี ที่ทำไปแล้ว จะส่งผลให้ บุคคลผู้ที่ทำนั้น ต้องตามชดใช้ในภายหลัง

มารตัวนี้ คือ มารที่ไม่รู้ตามความเป็นจริง ทำให้บุคคลผู้ทำความดี ลุ่มหลงในสิ่งที่ทำ ทำให้จิตทั้งหลาย หลงวนอยู่ในวัฏสงสารนี้ แล้วยึดเอาสิ่งสมมุติในโลกนี้ เป็นตนเป็นของตน

**พระยาธรรมเอย..** พญามารตัวนี้ที่ครอบงำจิตทั้งหลายได้อยู่ เหตุก็เพราะว่าจิตทั้งหลายนั้นไม่รู้ตามความเป็นจริง เมื่อไม่รู้ตามความเป็นจริง ก็เลยถูกมันหลอกเอา ใช้ให้เป็นทาสของมัน วนอยู่ในนี้ และมีจิตมากมายเลยที่เดียว..พระยาธรรม..ที่ถูกมารตัวนี้ครอบงำ

**ลูกเอ๋ย..** บุคคลผู้ที่มีปัญญารธรรมดีแล้วนั้น เขารู้ความจริงข้อนี้ รู้ว่าการที่จิตของเรา ยังเวียนว่ายตายเกิดอยู่ นั้นแสดงถึงการที่เรายังตกเป็นทาส ของความไม่รู้ตามความเป็นจริง เมื่อไม่รู้ตามความเป็นจริง ของคำว่าเรา ย่อมต้องเกิดความหลง เมื่อมีความหลงแล้ว ความรัก ความโลภ หรือความโกรธ ก็ย่อมต้องมี เพราะเชื้อเหล่านี้ มันส่งผลให้ก่อ ให้เกิดตัวหนึ่งส่งผล ให้เกิดอีกตัวหนึ่ง แล้วเชื้อ 4 ตัวนี้ ก็ส่งผลให้ความชั่ว ต่างๆ มากมาย เกิดขึ้น ส่งผลความทุกข์ในเรื่องราวมากมาย เกิดขึ้นกับจิตทั้งหลาย

เมื่อเขารู้เช่นนี้ เขาจึงมุ่งมั่นตั้งใจ แสวงหาหนทางที่จะเอาชนะพญามารตัวนี้ให้ได้ โดยการฝึกฝนอบรมจิตแห่งตน ตามรอยขององค์พระพุทธเจ้า ที่ได้สอน ที่ได้บอกทางเอาไว้

เขาจึงเริ่มต้นโดยการรักษาศีล เพราะศีลจะเป็นสิ่งที่ช่วยป้องกันไม่ให้กิเลสตัณหา เข้ามาทำให้จิตของเราเศร้าหมอง ไม่ให้มารแห่งกิเลสนั้น เข้ามาคุกคามดวงจิตของเราได้ เขาจึงตั้งมั่นอยู่ในการรักษาศีล ตามที่เขาได้สืบทอดเอาไว้แล้ว ในแต่ละระดับ

ศีลทุกข้อ ล้วนแล้วแต่มีสิ่งที่ซ่อนอยู่ในนั้น คือ เกราะป้องกันกิเลสตัณหาแต่ละทิศทาง ที่มันจะเข้ามาทำให้เรานั้นต้องไปปนเปื้อนทำกรรมเพิ่ม กิเลสตัณหา มันก็จะเบาบางลงจากเรา เพราะว่าเราไม่เพิ่ม มีเกราะป้องกันคือศีล แล้วก็ค่อยๆ ใช้ธรรม ใช้สมาธิ ในการขัดเกลากิเลสตัณหา ใช้ปัญญาในการดับกิเลสตัณหาที่อยู่ในตัวของตน ให้มันหมดจากจิตของตน

มีศีล เป็นเกราะป้องกัน ไม่ให้กิเลสตัณหาไหลเข้ามาเพิ่ม  
มีธรรม มีสมาธิ และปัญญา คอยถอดถอนกิเลสในตนออก  
และคอยเป็นสิ่งที่ป้องกันรู้เท่ารู้ทันเชื้อแห่งกิเลสตัณหา  
ที่จะเข้ามาทำให้จิตของตนเศร้าหมอง สร้างกรรมและเวียนว่ายตามกรรม อย่างนี้ละ

**พระยารธรรม..** บุคคลผู้ที่มีปัญญารธรรมดีแล้วนั้น เขาก็ทำกันเช่นนี้ละลูก คือ รู้ให้ทันเสียก่อน ว่ากิเลสขันธ์นั้น มันคืออะไร รู้ให้ทันเสียก่อน ว่ามันควบคุม ครอบงำจิตใจของเรามาแล้ว ตั้งนานหลายแสนภพชาติ แล้วก็หาหนทางโดยการเดินตามรอยขององค์พระพุทธเจ้า

มีศีล เป็นเกราะป้องกัน  
มีธรรม เป็นหนทาง ที่จะเดินออกจากกิเลสตัณหา  
มีสมาธิตั้งมั่น เป็นกำลังที่แน่นหนา ที่จะต้านต่อกิเลสตัณหา ไม่ให้มันเข้ามาและขจัด



มันออกไปเสีย

มีปัญหา ที่รู้แจ้ง รู้เท่าทันเหตุที่เกิดขึ้น เหตุที่ดับ รู้ทันสรรพสิ่งทั้งหลาย และเขาก็เกาะ 4 อย่างก้าวนี้เอาไว้ให้แน่น ไม่ปล่อยให้มันมีรูรั่ว ประพฤติปฏิบัติอยู่ในกรอบของ ศีล ธรรม สมาธิ และปัญญา ปฏิบัติอย่างนี้ไปเรื่อยๆ จนดวงจิตดวงนั้นมีพลังแห่งธรรม พลังแห่งความรู้แจ้งก่อเกิดขึ้นเพราะว่ากิเลสและตัณหา ไม่ทำบวมเข้าไปอีก เพราะว่ากิเลสและตัณหา ถูกชำระล้างออก มันเป็นธรรมชาติของจิต

**ลูกเอ๋ย..** ถ้ากิเลสนั้นบดบังจิตอยู่ ก็จะทำให้เศร้าหมอง เป็นทุกข์ ทำให้ลุ่มหลง และจมอยู่ ย่อมตกเป็นทาสของกิเลสมาร แต่ถ้าเกิดว่าลูกนั้นขจัดปิดเป่า ไม่ให้กิเลสตัณหา มาเพิ่ม และก็ชำระสิ่งที่มันมีอยู่ ออกเสียให้ได้ แล้ว ลูกนั้นย่อมมีดวงจิตที่สว่างไสว ย่อมมองเห็นสรรพสิ่งทั้งหลายได้อย่างชัดเจน เห็นทุกอย่างเกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไปตามความจริงของสรรพสิ่งทั้งหลาย

เมื่อรู้เมื่อเห็นเช่นนี้ ความลุ่มหลง ความไม่รู้ตามความเป็นจริงในตัวของคุณยอม ไม่มี ก็ดวงจิตผู้รักษาศีล ฟังธรรม ทำสมาธิ และเติมปัญญา สามารถที่เอาจิตของตน ออกจากความไม่รู้ตามความเป็นจริง คือ กิเลสมาร สามารถที่จะรู้เท่าทันสิ่งทั้งหลายแล้ว การโดนหลอกให้ไม่รู้ตามความเป็นจริง ย่อมไม่มีเกิดขึ้นในดวงจิตดวงนั้น การที่จิตดวงนั้น จะถูกหลอกด้วยเรื่องใดเรื่องหนึ่งยอมไม่มี เพราะว่าจิตดวงนั้น ทรงพลังธรรมอันสว่างไสว รู้เหตุของทุกสิ่งทุกอย่าง ตามความเป็นจริงแล้ว

กิเลสจึงไม่สามารถที่จะทำอะไรเขาได้อีกเลย เช่นนี้ละ

**พระยาธรรม..** บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรม เขานั้นฝึกฝนตนจาก ศีล ธรรม สมาธิ และปัญญา และเอา 4 อย่างนี้มาเอาชนะกิเลสมาร คือ ความหลง ความรัก ความโลภ และความโกรธ ซึ่งเป็นสิ่งที่จิตทั้งหลายไม่รู้ตามความเป็นจริง

**พระยาธรรมเอ๋ย..** กิเลสมนั้น คือ มารตัวที่มีอำนาจครอบงำจิตทั้งหลาย ทำให้ทุกอย่างมันเกิดตามกิเลสตัณหา นั้น จึงไม่ควรยอมแพ้ต่อมารตัวนี้เลยลูก

ฉะนั้น **ลูกเอ๋ย..** จงฝึกฝนตนให้อยู่ในกรอบของ ศีล ธรรม สมาธิ และปัญญา แล้ว จงพิจารณาทุกอย่าง ให้เห็นแจ้งตามความเป็นจริง เพื่อที่จะถอดถอนความหลง

**ลูกทั้งหลาย..** จะได้ไม่ต้องถูกใครหลอก ครอบงำให้เป็นทาสของมันอีกต่อไปเช่นนี้ละ

**พระยาธรรม..** คือ สิ่งที่จะกล่าว จะบอก จะชี้ทาง คือ หนทางแห่งผู้มีปัญญาธรรม

เขาทำกัน จึงสามารถเอาชนะกิเลสamarได้ลูก

กิเลสamar เอาชนะได้ด้วย ศีล ธรรม สมาธิ และปัญญา

จงทำอย่างจริงจัง ทำอย่างมีเกราะป้องกันจิตแห่งตน อย่างแท้จริง ไม่ให้มีรูรั่ว แล้วลูกจะมองเห็นทุกอย่างตามความเป็นจริง ลูกก็จะชนะกิเลสamarได้ในที่สุด

**พระยาธรรม :** สาธุเจ้าค่ะ

กราบขอบพระคุณพระพุทธองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ให้ลูก ได้ฟัง นำไปพิจารณาธรรมนี้ และประพฤติปฏิบัติตาม ลูกจะน้อมตั้งจิตตั้งใจพิจารณาให้เข้าถึงธรรม และประพฤติปฏิบัติตาม รวมถึงเผยแผ่ธรรมนี้ ให้กับญาติธรรมทั้งหลายได้ฟัง ทำความเข้าใจ เพื่อที่จะได้เอาชนะกิเลสamar ตามรอยองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตามรอยพระผู้มีปัญญาธรรม

ลูกทั้งหลาย จะได้ไม่ตกเป็นทาสของกิเลสตัณหาอีกต่อไปเจ้าค่ะ ชัยชนะ คือ ศีล ธรรม สมาธิ และปัญญาที่หนักแน่น ถ้าเรามีสิ่งเหล่านี้อย่างหนักแน่น เราต้องชนะกิเลสamarได้ในสักวัน

กราบขอบพระคุณพระพุทธองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ให้ลูกได้ฟังนะเจ้าค่ะ

**สาธุ**

## ตอนที่ 292 \*\* ชนมะัจจุมาร \*\*

ในเช้าของวันที่ 7 มีนาคม พ.ศ. 2561 ณ พุทธอุทยานกุสุวรรณ์

เมื่อข้าพระพุทธเจ้าได้มีโอกาสสนทนากับเจ้าพี่ต่อองค์พระพุทธรูป องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ท่านแล้วนั้น จึงได้เล่าทูลถามพระพุทธรูปองค์ท่านไป ดังนี้ว่า...

“ข้าแต่องค์พระพุทธรูป องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าขา.. แล้วมาร คือ ความตาย นั้นล่ะเจ้าคะ บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรม เขาสามารถที่จะเอาชนมะัจจุมาร หรือมาร ความตายนั้นแบบไหนยังงั้นล่ะเจ้าคะ ด้วยวิธีใดบ้างนะเจ้าคะ

มาร คือ ความตาย ความตายที่ทำลายทุกสิ่งในชีวิต เช่นบางที เราก็กำลังจะทำในสิ่งดีๆ แต่ดันมาตายเสียก่อน ก็เลยไม่ได้ทำในสิ่งเหล่านั้นนะเจ้าคะ บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรม เขาทำแบบไหนหรือเจ้าคะขอพระพุทธรูปโปรดทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกฟังด้วยเจ้าคะ”

**พระพุทธรูป :** ดีแล้วละ พระยาธรรม.. ถ้าอย่างนั้นก็จงตั้งใจฟังให้ดีนะลูก มาร คือความตายมารตัวนี้ ไม่มีใครหนีพ้น มารตัวนี้ เป็นสิ่งที่ทุกคนต้องยอมให้กับมัน เมื่อยังอยู่ในวัฏสงสารนี้ความตายทำลายทุกสิ่ง ความตายพลัดพรากทุกอย่าง ความตายทำให้ดวงจิตทั้งหลายเป็นทุกข์ และเศร้าหมองกันยิ่งนัก

ความตาย จึงเป็นสิ่งที่เราทั้งหลาย ควรระลึกรู้ถึงมันอยู่เสมอ เพราะว่ามันเป็นสิ่งที่ไม่มีใครหนีพ้นได้เลย มันคือ สิ่งที่ไม่มีความหวังมันได้ เพราะทุกอย่างทุกอย่างในวัฏสงสารนี้ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และจะต้องดับไปเป็นธรรมดา

**พระยาธรรมเอ๋ย..** ฉะนั้น บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาจึงตั้งใจ ตั้งจุดมุ่งหมายอันสูงสุดของเขาว่า เขาจะต้องชนะมาร คือความตายนี้ได้ในวันหนึ่ง คือการทำอย่างไรก็ได้ ขอให้เขานั้นพ้นจากความตาย ขอให้เขานั้นอยู่เหนือความตายทั้งปวงในวัฏสงสารนี้

เมื่อเขารู้เช่นนั้นแล้ว เขาก็เอาความตายนั้นล่ะลูก มาเป็นสิ่งที่ผลักดันจิตของเขาให้ขยันสู้สุดที่พ้นความตาย โดยการพิจารณาอย่างนี้ว่า มีการเกิดครั้งใด การตายย่อมมีแล้วในครั้งนั้น เกิดกับตาย แยกต่างหาก แคร้รู้สึกละต่างกัน แต่ในความเป็นจริงแล้ว มันก็คือหัวกับท้าย มันก็รวมอยู่ในอันเดียวกัน เพียงแต่เรียกต่างหากเท่านั้น เมื่อมีการตาย

ความทุกข์นั้นก็ย่อมต้องมี

และไม่ใช่ว่าเฉพาะเพียงแค่ตัวเรา ตัวเขา หรือใครคนใดคนหนึ่ง ที่จะต้องตายเท่านั้น ของทั้งหลาย ลาม ยศ สรรเสริญทั้งหลาย บุคคลทั้งหลาย บ้านเมืองทั้งหลาย สรรพสิ่งทั้งหลายในโลก ในวัฏสงสารนี้ ล้วนแล้วแต่จะต้องเจอกับความตาย

ฉะนั้น..เราจะมัวแต่ลุ่มหลง ยึดติด พัวพัน มัวเมา กับสิ่งทั้งหลายในโลกนี้ทำไมเล่า จงพิจารณาให้เห็นความเป็นจริงของสรรพสิ่งทั้งหลาย รวมถึงตัวเรานี้ก็ด้วย เกิดแล้วต้องตาย คนก็ตาย สัตว์ก็ตาย สุขก็ตาย ทุกข์ก็ตาย ตายทั้งหมดเลย

ฉะนั้น..เมื่อมีเกิด มีดับ สิ่งที่มี มันเป็นสิ่งสมมุติ ทุกอย่างก็ว่างเปล่า จะยึดมั่นถือมั่นเอาอะไรเล่า จะโลกไปเพื่ออะไรเล่า จะรักไปเพื่ออะไรเล่า จะโกรธไปเพื่ออะไร

สิ่งทั้งหลายเหล่านั้น ล้วนแล้วแต่เป็นสิ่งที่ไม่มีสาระ สิ่งทั้งหลายเหล่านั้น ล้วนแล้วแต่เป็นสิ่งที่ไม่มีอะไรเลยในความเป็นจริง แม้แต่ตัวเราก็เช่นเดียวกัน แล้วเราจะยึดมั่นถือมั่นเพื่ออะไร บุคคลผู้มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาทำความเข้าใจ และพิจารณาความตาย เช่นนี้ละลูก

ดีเสียอีก มาร คือความตายนั้น มันช่วยให้เราระลึกนึกถึงความจริงใจลูก

จะได้ไม่หลง ไม่รัก ไม่โลภ ไม่โกรธ

เมื่อไม่มีสิ่งเหล่านี้ เรานั้นย่อมพ้นจากการเกิด

เพราะเหตุที่ยังเกิดอยู่ คือ ยังมีความหลงอยู่

ยังมีการสร้างกรรมก็เลยต้องตามมาเกิด มาเป็นตามกรรม

หมดกรรมก็เลยต้องดับไป ก็คือ ความตายใจลูก

เมื่อเรารู้ตามความเป็นจริงเช่นนี้แล้ว เราก็ไม่ปรารถนาที่จะเกิดอีกแล้วในเมื่อเกิดแล้ว มันก็ต้องตาย ความตาย คือ ความทุกข์

เมื่อรู้เช่นนี้ บุคคลผู้มีปัญญาดีแล้วนั้น เขาจึงระลึกนึกถึงความตายเป็นอารมณ์ อยู่เสมอเกิดมาแล้ว ต้องตายแน่ การเกิดกับการตาย มันเป็นของคู่กัน ทุกอย่างเกิด ทุกอย่างก็ต้องตาย

ฉะนั้น..ไม่ควรกลัวกับมาร คือความตาย แต่เราควรเอามันมาเป็นที่ทำให้เราระลึกนึกถึงความจริงอยู่เสมอ ต่างหากเล่า เราจะได้ไม่ลุ่มหลง ไม่สร้างเวรสร้างกรรม ไม่ทำให้ตนเองนั้นเป็นทุกข์อีกต่อไป อย่างนี้ละ

**พระยาธรรม..** คือ การเอาชนะมาร คือ ความตาย อย่างแท้จริง และเอาชนะมาร

คือ ความตาย อย่างถาวรไม่มีวันหวนกลับมา ให้มันทำให้เราพ่ายแพ้ต่อมัน คือ ตายตามมันอีก

บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาพิจารณาเห็นความตาย ตามความเป็นจริง เช่นนี้ และเขาก็โน้มเอียงไปถอดถอนความหลงทั้งปวง เป็นผู้รู้ตื่น ตื่นจากการตายลูก

ส่วนถ้าเกิดว่าเป็นระดับของการเอาชนะมาร คือความตาย รองลงมา ก็คือการใช้ชีวิตอย่างมีสติเกิดมาแล้วก็ต้องตายแน่ อย่าไปลุ่มหลง พัวพันมัวเมากับสิ่งทั้งหลายที่มันมีอยู่นี้ จนเพลิดเพลิน จนไม่ได้ทำในสิ่งที่เกิดประโยชน์แก่เรา อย่างแท้จริง วันหนึ่งความตายนั่นย่อมมาถึง

เกิดมาเป็นคนทั้งที ต้องสร้างความดี สร้างสิ่งที่มีนัย เป็นประโยชน์แก่ตนและสังคม เป็นประโยชน์กับตนและโลก เป็นประโยชน์กับตน และบุคคลผู้ที่เขาผู้นั้นมีพระคุณแก่เรา เราต้องเป็นบุคคลผู้มีตำนานที่ดี จารึกเอาไว้ในจิตใจของคนที่อยู่ข้างหลัง

เราต้องคิดดี พูดดี ทำดี อยู่เสมอ เพราะเราไม่รู้ว่า ความตายนั้นจะมาถึงเมื่อไร อย่าไปโกรธใคร ด่าใคร ว่าใคร อย่าไปทำไม่ดีกับใคร ถ้าเกิดว่าเราตายตอนที่ยังไม่ได้ปลดลืออคความไม่พอใจ ปัญหาที่มีต่อกันแล้ว จิตของเราย่อมเศร้าหมองและเป็นทุกข์ อย่าไปเบียดเบียนใคร เพราะถ้าเกิดเราไม่มีโอกาสแก้ไข เราก็จะติดค้างกับเขา แล้วก็ต้องวนกลับมาชาติใช้ในสิ่งที่ติดค้างนั้น เมื่อมาเกิดเดี๋ยวก็ตายอีกอยู่ดี จะได้ใช้ชีวิตอย่างมีสติ

**ลูกเอ๋ย..** ถ้าได้พิจารณาเห็นความตายแล้ว ลูกก็จะสามารถทำความดี และความดีที่ลูกทำนั้น ก็จะสามารถเอาชนะความตาย คือ เกิดมา ตายไป ก็ช่างมันสิ

เราได้ทำความดี ได้สร้างบารมี สร้างกุศลอันดีงามเอาไว้บนโลกแล้ว

การตายนั่น มันก็เลยเป็นการสมมุติมาเกิด เพื่อสร้างความดี

ได้กำไรแห่งความดีแล้ว เราก็กลับไปสู่โลกที่เราผู้นั้นได้สร้างบุญเอาไว้

เมื่อบุญส่งผลให้เราไปเกิดเราก็ย่อมเกิดที่ดี เกิดที่ดีก็ทำดีอีก กลับมาเกิดก็ทำดี

จนถึงที่สุดแห่งการทำดี คือ การเอาชนะความตาย เช่นนี้ละ

**พระยาธรรม..** บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรม เขาก็ตรึกรตรองเช่นนี้แหละลูก เกิดมาแล้ว เราไม่อาจหนีพ้นความตายได้ แต่เราสามารถที่จะประพฤติปฏิบัติ ทำความดี ให้เรานั้นไม่ขาดทุนกับการเกิดการตาย ในคราวครั้งนี้ ให้เรานั้นสามารถที่จะอยู่เหนือความตายนั่น เพราะมันเป็นเพียงแค่สิ่งหนึ่งที่เกิดขึ้นมา เพื่อให้เราได้ใช้ให้เกิดประโยชน์อันสูงสุดแก่ตัวของเรา อย่างนี้ละ

**พระยาธรรม..** เมื่อเราระลึกนึกถึงความตาย เราก็จะสามารถทำความดี จนเราเอาชนะมันได้ หรือ จะเป็นอีกระดับหนึ่งของความคิด ที่ระลึกนึกถึงความตายแล้ว มันก็จะทำให้เราไม่ประมาทกับชีวิต จะรีบเร่งทำความดี จะไม่ปล่อยกาลเวลาให้ผ่านไป เพราะเราระลึกนึกถึงความตายที่จะเข้ามาถึงอยู่ตลอดเวลา มันก็จะทำให้เรารีบเร่งสร้างความคิด โดยไม่รีรอ

ความตาย สามารถทำให้เรา เห็นตามความเป็นจริงของสรรพสิ่งบนโลกนี้ แล้ว ถอดถอน ความลุ่มหลง

ความตาย ทำให้เรารู้ว่ามันเป็นสิ่งที่ไม่น่าคบ เป็นสิ่งที่น่ากลัวไม่น่าตาย เกิดแล้วตาย ไม่ได้อะไร จะเป็นแรงบันดาลใจให้เราประพฤติปฏิบัติ นำพาตนให้อยู่เหนือความตาย

ความตาย เป็นสิ่งที่ทำให้เรารู้ค่าของการมีชีวิตอยู่ และสร้างสิ่งสมทำความดี ให้คุ้มค่าในการเกิด ให้เราได้ผลกำไรที่มากที่สุด

ความตาย ช่วยให้เราไม่ประมาทในชีวิต ไม่รีรอ ช่วยให้เราทำความดีได้อย่างไม่รออย่างนี้ล่ะ

**พระยาธรรม..** บุคคลเหล่านี้ เรียกว่าเป็นบุคคลผู้ที่สามารถเอาชนะความตายได้ ก็ในเมื่อเราเห็น มารแห่งความตาย อยู่ตรงหน้าของเรา มันจะมาเมื่อไหร่ก็ไม่รู้แต่ต้องมาแน่ ต้องตายแน่เราก็จะได้ไม่ลุ่มหลงงมงาย เราก็จะได้รีบทำความดีงมงาย

เมื่อเรารู้ตื่นเช่นนี้ เอาความตายมาเป็นประโยชน์แก่เราเช่นนี้ เราย่อมชนะความตายลูก ชนะได้ตามระดับแต่ละระดับ จนระดับสูงสุดของการสั่งสมบารมี โดยการที่เรานั้นสามารถเอาชนะการตายได้ โดยไม่เกิดอีกแล้ว

เมื่อนั้นล่ะ **พระยาธรรม..** เราก็จะสามารถเอาชนะ มาร คือความตายได้ลูก มันจะไม่สามารถกีดขวาง ตัดรอนอะไรเราได้เลย ถ้าเรารู้ตื่นในความตายอยู่เสมอ มันมีแต่จะช่วยให้เราได้รับผลที่ดียิ่งๆ ขึ้นอีก ด้วยซ้ำไป บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาก็ระลึกเช่นนี้ เขาก็นึกถึงความตายเป็นอารมณ์อยู่เสมอ เช่นนี้ล่ะลูก จึงสามารถช่วยให้เขาเป็นผู้รู้แจ้ง รู้ตื่น เป็นผู้มีปัญญา และ อยู่เหนือความตายได้ อย่างถาวร

**พระยาธรรม :** สาธุเจ้าค่ะ..

กราบขอบพระคุณพระพุทธองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรม ให้ลูก ได้ฟัง ลูกเข้าใจแล้วล่ะเจ้าค่ะ จริงๆ แล้ว มารแห่งความตาย ช่วยให้เราตื่น รู้แจ้ง ช่วยให้เราถอดถอน ความลุ่มหลง รีบเร่งทำความดี มารแห่งความตาย เป็นสิ่งจะช่วยเราด้วยซ้ำไป ถ้าเรามอง

เห็นมันอย่างแท้จริง เราไม่ควรพิจารณาความตาย เป็นอารมณ์อยู่เสมอ จะช่วยให้เราอยู่เหนือความตายได้เจ้าคะ

กราบขอพระคุณพระพุทธองค์ ที่ทรงเมตตา ลูกพอเข้าใจว่าอย่างนี้เจ้าคะ ลูกจะ  
น้อมไปประพฤติปฏิบัติตามนะเจ้าคะ ลูกจะได้ชนะมาร คือความตายได้ในที่สุด  
วันนี้ ลูกกราบขอลาก่อนนะเจ้าคะ ไว้ลูกจะมาเฝ้าฟังธรรมใหม่เจ้าคะ  
สาธุ

## ตอนที่ 293 \*\*ชนะเทวปุตตมาร\*\*

ในเช้าของวันที่ 8 มีนาคม พ.ศ. 2561 ณ พุทธอุทยานกุสุวรรณ์

เมื่อข้าพระพุทธเจ้าได้กราบนอบน้อมเข้าเฝ้าต่อองค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ท่านเพื่อเฝ้าฟังธรรม เมื่อข้าพระพุทธเจ้าได้กราบนอบน้อมเข้าเฝ้าต่อองค์พระบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ท่านแล้วนั้น จึงได้เฝ้าทูลถามพระพุทธองค์ท่านไป ดังนี้ว่า...

“ข้าแต่องค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าขา.. วันนี้ ลูกจะขอเฝ้าฟังธรรมในหมวดของผู้มีปัญญาธรรม และมีคำถามคือ บุคคลผู้มีปัญญาธรรมนั้น เขาสามารถเอาชนะเทวปุตตมาร มารมีฤทธิ์มีเดช แต่เอาไปใช้ในทางที่ผิด และคอยขัดขวางมิให้คนทำความดี อย่างนั้นนะเจ้าคะ บุคคลผู้มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้นเขาเอาชนะมารตัวนี้แบบไหนบ้างหรือเจ้าคะ ขอพระพุทธองค์โปรดทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกได้ฟังด้วยเจ้าคะ”

**พระพุทธองค์ :** ดีแล้วละ..พระยาธรรมเอย ถ้าอย่างนั้น ก็จงทำตามนั้นะนั่งหลับตา วางมือไว้ที่หัวเข่า ผ่อนคลายจิตใจของลูกนั้น ให้มันเบาให้มันสบาย ให้มันว่าง ให้มันโล่ง โปร่ง คลายความกังวลทุกสิ่งทุกอย่างทิ้งไป หายใจเข้าลึกๆ น้อมเอาพลังเย็นๆ เข้าไปสู่ศูนย์กลางกาย ให้มีแสงสว่าง ให้เห็นแสงสว่าง ให้สว่างไสวอยู่ในศูนย์กลางกาย สว่างไสว อยู่ทั้งที่ฝ่ามือซ้ายและฝ่ามือขวา เมื่อปรับจิตปรับใจจนสงบดีแล้ว ก็จงพิจารณาธรรมเช่นนี้เถิดลูก

เทวปุตตมาร มารผู้ที่คอยขัดขวาง มิให้ผู้คนทำความดี  
มารตัวนี้ เขาเป็นผู้ที่ครองจักรวาล ครองวิภูลสงสารนี้ไว้  
ดวงจิตทั้งหลายผู้ที่ยังเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในนี้ ก็ล้วนแล้วแต่ เป็นทาสของมาร  
และดวงจิตทั้งหลาย ผู้ที่คิดว่าจะทำความดี เพื่อที่จะออกจากวิภูลสงสารนี้  
ย่อมต้องพินฝ่าข้ามพินพญามารตัวนี้ไปได้ ซึ่งถ้าเทียบแล้วก็จะต่างจากมารตัวอื่นๆ เพราะ  
ว่ามารตัวอื่นๆ นั้น คือมารที่เกิดขึ้น มีอยู่ในตัวของเรา แต่มารตัวนี้ เป็นมารที่เกิดขึ้น มีอยู่  
ในสิ่งภายนอกด้วย



เขาเป็นมารผู้ที่มีตัวมีตน เป็นบุคคลผู้อื่น มิใช่ว่าอยู่ในเราคือตัวคือตนของเรา เหมือนมารแห่ง ความตาย มารแห่งชั้น 5 มิใช่เช่นนั้นลูก แต่ว่าเขาคือมารผู้ที่อยู่นอกเหนือจากตัวของเรา และเมื่อเราคิดที่จะทำความดี เขาก็จะทำทุกวิถีทาง เพื่อที่จะมา กีดขวางความดีของเรา เขานั้นจะสร้างเหตุต่างๆ มาทดสอบเรา ดูซิว่าเราจะข้ามพ้นได้มั๊ย จะมีสติมีปัญญา รู้เท่ารู้ทันมั๊ย

เขาจะเอาสิ่งที่มีตัวมีตน หรือเรียกว่าเป็นสิ่งที่มันมีเป็นรูปธรรมต่างๆ หรือว่ามีตัวมีตนต่างๆ เหล่านั้น เข้ามาทดสอบเรา เช่น ถ้าเราจะไปทำความดีสักหน่อย เขาก็แฉง และคลจิตคลใจ ยืมร่างกายของผู้อื่นพูดไม่ดี พูดขัดขวางหรือก่อกวน ทำในสิ่งที่ทำให้เรารู้สึกว่าโมโห ว่าโกรธ ว่าไม่ดี หงุดหงิดจิตใจของเรา และล้มเลิกในสิ่งที่เราตั้งใจไว้แล้วนั้นเสีย

บางที เขาเอาทางแข็งไม่ได้ เขาก็เอาทางอ่อน พอเราคิด เรานึกว่าเราจะไปทำในสิ่งที่ดี สิ่งใด สิ่งหนึ่ง เขาจะคลจิตคลใจ หรือว่าทำให้คนที่เรารัก คนที่รักเรา คนรอบข้างของเรา ที่เขานั้นมีจิตใจที่อ่อนแอ หรือว่าไม่แข็งแรงพอ แล้วสามารถให้มารเหล่านี้แฉง จิตได้ เขาก็จะไปแฉง ไปคลจิตคนเหล่านั้น ที่เรารักให้มีเหตุจะต้องมีเหตุจุดเหตุดึงเรา ไม่ว่าจะด้วยวิธีใดก็ตาม เขาก็จะทำทุกวิถีทางให้เราหยุด ให้เราล้มเลิกความคิดดีที่ ดี ที่เราคิด จะทำนั้น อย่างนี้เป็นต้นละ

**พระยาธรรม..** คือ เขาเป็นมาร ที่เป็นมารภายนอก เป็นผู้ที่มีฤทธิ์ เป็นผู้ทีลจิตคลใจ บุคคลผู้ที่อ่อนแอในการทำความดีได้ เขาจะสร้างทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อเป็นเหตุ เป็นสิ่งมาตัดรอน กีดขวาง ขวางกั้นการทำความดี ของเราให้จงได้ อย่างนั้นละ

**พระยาธรรม..** ฉะนั้น มารตัวนี้ เขาจึงแตกต่างจากมารตัวอื่นๆ อีก 4 ตัว ที่ได้กล่าวถึงมาแล้วนั้น

**พระยาธรรมเอย..** ฉะนั้น บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เมื่อเขาารู้เข้าใจชัดเจน เช่นนี้แล้ว เขาก็จะตั้งมั่นในความดีอย่างแข็งแรง ถ้าเกิดว่าเขามุ่งมั่นที่จะทำแล้ว ต่อให้มีอุปสรรคอะไรเข้ามาทดสอบขวางกั้น เขาก็จะใช้สติและปัญญา ให้รู้เท่าทันสิ่งทดสอบเหล่านั้น แล้วฟันฝ่าทำให้จงได้ เป็นเช่นนี้ละ

**พระยาธรรม..** บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรม เขานั้นจึงสามารถเอาชนะเทวปุตตมารเอาชนะได้ด้วยการพิจารณาไตร่ตรอง รู้จักคำว่า เทวปุตตมาร เสียก่อน รู้ที่มาของเขาในแต่ละทิศ แต่ละทาง แต่ละสิ่ง แต่ละอย่าง ที่จะเข้ามา กีดขวาง ขัดขวาง ตัดรอน การทำความดีของเรา เมื่อเขานั้นรู้แล้วเข้าใจแล้ว เขาก็เลยเห็นเป็นธรรมดา

**พระยาธรรมเมย..** เทวบุตรตมารนั้นร้ายนักลูก เขาจะทำทุกวิถีทาง กัดขวางเรา ทั้งสิ่งที่เป็นกายหยาบ หรือสิ่งที่เป็นรูปธรรม จับต้องมองเห็นได้ ทั้งสิ่งที่มีนเป็นเรื่องละเอียด สิ่งที่มีนเป็นเรื่องที่เป็นนามธรรม จับต้องมองเห็นไม่ได้ เช่น ความรู้สึก หรือสิ่งที่เป็นในโลกทิพย์ ที่เรามองเห็นด้วยทางทิพย์ รู้สึกได้เท่านั้น อย่างนั้นเป็นต้นลูก

บางที เขาก็จะปลอมตัวมา เป็นคนนั้นคนนี่ เป็นเทพผู้ใหญ่องค์นั้นองค์นี้ หรือแม้กระทั่งปลอมตัวเป็นองค์พระพุทธรเจ้าด้วยซ้ำไป

บางที เขาก็จะกลั่นแกล้งสภาวะธรรมของจิตต่างๆ ให้นั้นนั้นป่นป่วน ให้นั้นนั้นสับสนวุ่นวาย แต่ลูกเอ๋ย.. เมื่อเรารู้เท่ารู้ทันว่ามันมีมารตัวนี้ด้วย เราก็จงระมัดระวังให้ดีลูก จะทำการสิ่งใด จงตรึกตรอง ทบทวน พิจารณาให้ดี

เมื่อเรานั้น คอยระมัดระวังทุกสิ่งทุกอย่าง สิ่งต่างๆทั้งหลาย ที่จะเข้ามากัดขวางความดีของเราแล้ว เราก็จงรู้เท่าทันมารเหล่านั้น

**พระยาธรรมเมย..** และอีกอย่างหนึ่งก็คือ เทวบุตรตมารนั้น เขาคือ สิ่งที่มีตัวมีตน มีตัวมีตนทั้งสิ่งที่เป็นรูปธรรม และนามธรรม เป็นทั้งตัวเขา เป็นทั้งตัวเราลูก เขาก็อยู่ในความลุ่มหลง ถ้าเราหลงยึดตัวเขา หลงยึดตัวเรา หลงยึดสิ่งต่างๆ ทั้งหลาย บุคคลทั้งหลายที่เป็นเขา ที่เป็นเรา เราก็จงต้องโดนมารตัวนี้ หลอกให้เราจมอยู่ ทุกข์อยู่ เพราะว่าหลงยึดเรา หลงยึดเขา เขาจะเอาลาภ ยศ สรรเสริญ สิ่งละเอียดประณีตต่างๆ มาทดสอบเรา เขาจะเอาสิ่งต่างๆ ทั้งหลายที่เป็นรูปธรรม นามธรรม ที่เรียกว่า ดินนั้น มาทดสอบเรา ทดสอบความยึดติดลุ่มหลงของเรา เท่านั้นล่ะลูก

แต่ถ้าหากว่าเราฝึกฝนปัญญาของตน ตามพระผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เราก็จงรู้ดีว่าสิ่งต่างๆ ทั้งหลายที่เขาหยิบยกขึ้นมาเป็นตัวเป็นตน ยกขึ้นมาเป็นรูปธรรม นามธรรมที่มาหลอกมาล่อเราเหล่านั้น ก็ล้วนแล้วแต่เป็นสิ่งสมมุติขึ้นมา ตัวเราก็จงสมมุติขึ้นมา ตัวเขาก็สมมุติขึ้นมา สิ่งของ ข้าวของต่างๆ ทั้งหลาย ลาภ ยศ สรรเสริญทั้งหลาย ก็ล้วนแล้วแต่เป็นสิ่งสมมุติขึ้นมาทั้งนั้น

ไม่มีอะไรเลย ที่เป็นเรื่องจริง ทั้งเรื่องที่สมมุติ ว่าดี เรื่องที่สมมุติ ว่าไม่ดีสิ่งทั้งหลายบนโลก ว่างเปล่า เรายังควรจะดู ดูที่จิตว่า เรามีความหลงในสิ่งเหล่านั้นหรือเปล่า ถ้าเรานี้มีความหลง ก็ยังเสี่ยงกับการที่เทวบุตรตมาร จะเอาสิ่งนั้นสิ่งนี้ มาหลอกมาล่อให้เรายึดติดลุ่มหลง จมอยู่ หลอกล่อให้เราอยากได้ อยากมี อยากเป็น หลอกให้เรา หลงไปกับสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น

แต่ถ้าเกิดว่าเราไม่มีความลุ่มหลง  
เราก็จะสามารถที่จะถอดถอนตนเอง ออกจากสิ่งทั้งหลาย  
ไม่ว่าเขาจะเอาอะไรมาหลอกล่อก็ตาม  
ไม่ว่าเขานั้นจะเอาอะไรมาทดสอบก็ตาม เราก็จะไม่หลงไปกับเขา  
บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้ว เขาย่อมฝึกฝนจิตของตน จนรู้แจ้งในสรรพสิ่ง  
รู้เหตุของการเกิด การดับ ของทั้งตัวเรา ของทั้งตัวบุคคลที่เรารัก บุคคลที่รักเรา  
สิ่งของข้าวของ ลาภ ยศ สรรเสริญ ต่างๆ  
เขาย่อมเห็นว่าสิ่งเหล่านั้น มันมีเหตุที่เกิดของมัน  
และมันก็จะดับตามเหตุของมันไม่ควรยึดติด ลุ่มหลงกับมัน  
เรามีหน้าที่อย่างเดียว ก็คือ มุ่งมั่นทำความดีโดยปราศจากความลุ่มหลง ต่อให้  
จะมีอะไรมาทดสอบเรา ทำให้เรารู้สึกว่ามันยากเพียงใด เราก็ต้องทำให้ได้ ทำให้ผ่านโดย  
การใช้ศีล ธรรม สมาธิ ปัญญา เข้าช่วยให้เรานี้สามารถอยู่เหนือสิ่งทั้งหลายเหล่านั้นได้  
โดยที่เราไม่ต้องไปพ่ายแพ้ต่อมัน อีกต่อไป

**พระยาธรรมเอย..** เทวบุตรตมารนั้น มีสภาวะธรรมเช่นนี้ละลูก คือมารที่เป็นตัว  
เป็นตน เป็นบุคคล เป็นสิ่งของ มันจะเอาชนะเราได้ ถ้าเรายังมีความหลงอยู่ หลงยึดเรา  
ยึดเขาอยู่ลูก แต่เราจะเอาชนะมันได้ ถ้าเกิดว่าเรารู้เท่าทันมัน อย่างนี้ละ

**พระยาธรรม..** ที่บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้ว เขาพิจารณา และเอาชนะเทวบุตรตมาร  
จนได้ เอาชนะได้ด้วย การ เห็น เข้าใจ ในทุกสรรพสิ่ง เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปไม่ยึดในสิ่ง  
ใด

ต่อให้พญามารจะเอาความชั่ว ความเหน็ดเหนื่อยทุกข์ยากลำบาก เข้ามาทดสอบ  
เราก็สอบผ่าน ต่อให้จะเอาสิ่งสวยงาม ละเอียดยประณีต บุคคลที่รักที่พอใจเข้ามาทดสอบ  
เราก็สอบผ่าน เพราะว่าเราไม่หลงอยู่ในสิ่งใดอีกแล้ว เรามองเห็นทุกอย่างว่างเปล่า

มีหน้าที่เพียงแค่นี้ที่เดียว คือ ฟันฝ่าอุปสรรค เพื่อไปให้ถึงจุดมุ่งหมาย คือ  
พระนิพพาน เท่านั้น เขาจึงสามารถที่จะเอาชนะพญามารได้ ลูก

**พระยาธรรม :** สาธุเจ้าค่ะ

กราบขอบพระคุณพระพุทธองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกได้ฟัง นำไป  
ประพฤติปฏิบัติตาม นำไปฝึกฝนจิตของลูก

เข้าใจแล้วเจ้าค่ะว่าเทวปุตตมารนั้น เขามาแบบไหน เขาทำอะไรมาทดสอบเรา  
บ้าง เราต้องสู้และฟันฝ่ากับเขาแบบไหนนะเจ้าค่ะ  
กราบขอบพระคุณพระพุทธองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกได้ฟังเจ้าค่ะ  
สาธุ

## ตอนที่ 294 \*\*ชนะมารทั้งห้า\*\*

ในเช้าของวันที่ 8 มีนาคม พ.ศ. 2561 ณ พุทธอุทยานภูสวรรค์

เมื่อข้าพระพุทธเจ้าได้กราบนอบน้อมเข้าเฝ้าต่อองค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ท่านแล้วนั้น จึงได้เฝ้าทูลถามพระพุทธองค์ท่านไป ดังนี้ว่า...

“ข้าแต่องค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าขา..ลูกนั้น ฟังธรรมจากพระพุทธองค์แล้ว ก็พอจะเข้าใจว่ามารที่กิดขวางความดี กิดขวางไม่ให้เราเข้าถึงการบรรลุมรรคผลนิพพานนั้น มีอยู่ 5 ประเภท และแต่ละประเภทนั้น เราต้องเอาชนะมันแบบไหนบ้าง ลูกจึงจะขอพระพุทธองค์เมตตา สรุปรื่องของมาร ให้ลูกได้ทำความเข้าใจอย่างละเอียดอีกครั้งหนึ่งนะเจ้าคะ เพื่อลูกจะได้นำไปประพฤติปฏิบัติตาม ฝึกฝนตน และคอยระมัดระวังว่า ลูกจะต้องฟันฝ่าข้ามไป 5 ด้านแห่งมารนี้ เพื่อเข้าถึงพระนิพพานแบบไหนดี แล้วลูกจะระมัดระวังโดยรวมยังงัยบ้าง ทำความเข้าใจในมารแต่ละตัวแบบไหนนะเจ้าคะ”

**พระยารธรรมเอย..** ถ้าอย่างนั้น ก็จงตั้งใจ ตั้งใจพิจารณาตามนี้นะ พระยารธรรม.. การที่เรานั้นตั้งใจว่าจะทำความเพียรฝึกฝนอบรมจิตแห่งตน เพื่อที่ไปสู่ทิศทางที่ดี ทำความดี เพื่อให้ชีวิตของเรา ดีขึ้นเรื่อยๆ ตามระดับ จนถึงความดีอันสูงสุด คือ ดีอย่างแท้จริง คือ ดีแบบที่ไม่มีวันที่จะหวนกลับคืนมา เจอกับสิ่งที่ไม่ดีอีกต่อไปแล้ว คือ ความดีที่สามารถดับการเกิดแห่งตนได้แล้ว

ความดีแต่ละระดับนั้น เมื่อเราคิด เราตั้งใจที่จะทำ สิ่งที่มีนเป็นมาร หรือเป็นด่านกีดขวาง ปิดกั้น ที่ทำให้เราอาจข้ามไม่ได้ไปไม่ถึง หรือเราต้องข้ามให้ได้ ไปให้ถึงนั้น ที่มีนคอยตัดรอน ไม่ให้เราไปถึงจุดมุ่งหมายนั้น มันมีทั้งหมด 5 ด้าน ดังนี้ลูก

ด้านที่ 1 ก็คือร่างกายของเราเอง เพราะว่าเราต้องอาศัยร่างกายนี้ ในการสร้าง ในการทำความดี ทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ ที่ก่อให้เกิดประโยชน์ ส่งผลกลับมาที่จิตของเรา

ตัวของเรา ผู้รับผลของบุญและบาป คือดวงจิต

**ลูกเอย..** แต่ร่างกายนี้ คือสิ่งที่เราต้องอาศัย เพื่อประกอบกิจการงานต่างๆ

ให้ได้มีผลของกรรมดี ส่งผลไปให้เราได้รับผลนั้น คือ ดวงจิต

สุขหรือทุกข์ ก็คือ จิตทุกข์ ไม่ใช่ร่างกายทุกข์ลูก

ร่างกาย จึงเปรียบเสมือนรถคันหนึ่ง ที่เรานั้นซื้อมาด้วยเงิน เปรียบเสมือนเงินเหมือนบุญ มีบุญบ้างอยู่ เลยเกิดเป็นคนได้ เลยซื้อรถคันนี้ คือร่างกายนี้มา เพื่อประกอบกิจที่เกิดประโยชน์ให้กับดวงจิต

ถ้าเกิดเราซื้อรถมาแล้ว รถมันพังบ่อยๆ หรือมันไม่สามารถที่จะใช้งานได้เท่าที่ควร มันก็จะทำให้การทำความดีของเราขัดข้องไปเป็นแน่แท้

ถ้าเกิดว่าเราซื้อรถมา แล้วรถนั้นแข็งแรง แข็งแกร่ง เราจะทำอะไรก็ได้ เพียงพร้อมทุกอย่าง ด้วยระบบของร่างกายที่พร้อม เราก็จะสามารถที่จะนำเอาร่างกายนี้ไปทำในสิ่งที่เราต้องการ ประารถนาได้

**พระยารธรรมเอย..** ชั้น 5 คือ ร่างกาย มันจึงเป็นมารตัวหนึ่ง ที่กีดขวางการทำความดีของเราได้เช่นเดียวกัน เพราะว่ามันอาจจะเจ็บ อาจจะป่วย อาจจะไม่สมบูรณ์ในกำลัง ในสติปัญญา ที่มีเป็นองค์ประกอบอยู่ในสมอง ในร่างกายนี้มันไม่พร้อมนะลูก ที่จะทำความดี มันก็เลยเป็นเหตุตัดรอนความดีของเราได้ด้วยเช่นเดียวกัน

ฉะนั้น.. เมื่อเราทำความรู้จักเข้าใจกับร่างกายแล้ว เราก็จะรู้ว่ามันเป็นมารกีดขวางการทำความดีของเราได้ หากว่ามันไม่แข็งแรง หากว่ามันต้องเจ็บป่วย หรือหุหนวก ตาบอด ขาดแขนขาดขาไป เรานี้อาจจะต้องลำบากหน่อยในการทำความดี แต่ก็สามารถทำได้ลูก หากว่าเรามีจิตใจที่เข้มแข็งแน่วแน่อย่างแท้จริง เพียงแต่เราอาจจะเปลี่ยนรูปแบบของการทำดี มาทำตามที่เราพอจะสะดวกโดยอาศัยร่างกายนั้น ถ้าเกิดว่าเราทำเช่นนี้ คิดเช่นนี้ เราก็สามารถเอาชนะมาร คือ ร่างกายได้ และเราก็จะข้ามพ้นด่านนี้ไปได้ ลูก

ต่อไป ด่านที่ 2 ที่เราต้องข้ามนั้น ก็คือ ด่านแห่งบุญและบาป บางที เราสร้างบุญมากไป หรือว่าสร้างบุญ ความสุข ความดี สิ่งเหล่านั้นเราได้ทำไปแล้ว แต่ถ้าเกิดเราไปแอบยึดถือ ในสิ่งเหล่านั้น มันก็จะทำให้กีดขวางความดี ที่เราพึงจะได้รับ ที่เราควรที่จะทำต่อไปนั้น ถ้าเกิดว่าเราคิดว่าทำดีแล้ว เมื่อนั้น เราก็จะไม่สามารถทำความดีต่อไป จนถึงความดีอันสูงสุดได้ เราก็จะจม จะติดอยู่แค่ความดีนั้น บุญก็เลยเป็นสิ่งกีดขวางเราด้วย

หรือว่าบาป ถ้าเราเคยสร้างบาปไว้มาก พอเราจะทำความดีเข้าสักหน่อย ผลกรรมที่เราเคยก่อในเรื่องที่ไม่ดีนั้น ก็หวนกลับมาตัดรอนเรา ทำให้เราไม่สามารถที่จะเข้าถึงความดีทำความดีตามที่เรที่ตั้งใจไว้ได้

กรรมวิบากเก่า ส่งผลมาเกิดขวางหรือว่า ความคิดชั่วๆ สิ่งชั่วๆ ปัจจุบันที่เราได้ทำ คือ บาปนั้น มาตัดรอน จุดดิ่งให้เราไปในทิศทางที่ชั่ว อันนี้ก็เกิดขวางการทำความดีอันสูงสุด การทำความดี แต่ละระดับ ที่เราจะต้องพัฒนาให้มันเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ มันเลยเป็นกำแพงตัวหนึ่ง ที่เราจะต้องข้ามพ้น ฟันฝ่ามันไปให้ได้

**ลูกเอ๋ย..** จงรู้ให้เท่าให้ทัน

อย่าไปหลงกับบุญ

อย่าไปหลงกับบาป

มุ่งมัน ตั้งใจ เราก็คจะสามารถ ข้ามกำแพงนี้ไปได้ เช่นเดียวกัน

ต่อไปกำแพงแห่งกิเลสมาร ความหลง ความรัก ความโลภ และความโกรธ สิ่งเหล่านี้มันเป็นเหตุตัดรอนเรา ไม่ให้ทำความดี

ความหลงก็ทำให้เราหลงยึดดี นึกดี ถือดี หลงชั่ว หลงผิด หลงตัวหลงตน หลงลาภยศ หลงสรรเสริญ หลงในบุคคลผู้อื่น ในสิ่งของอื่น หลงได้ทั้งนั้นแหละลูก

เมื่อเราเกิดความหลง ความรักก็ผูกมัดรัดเราเอาไว้ ความโลภก็ก่อเกิดขึ้น ความโกรธก็ตามมาเมื่อไม่สมใจ อย่างนี้แหละลูก.. มันเลยเป็นกำแพงอีกตัวหนึ่ง ที่เกิดขวางความดีของเรา คิดจะทำความดี สักหน่อยหนึ่ง ความลุ่มหลง มันเป็นเหตุของสิ่งไม่ดีเข้ามาตัดรอน ทำให้เราทำไม่สำเร็จ

เช่นนั้นละลูก.. สิ่งที่เราควรรู้ ควรระมัดระวัง มันมีทั้งหมด 5 ด้าน

ต่อไป ด้านที่ 4 ความตายลูก เมื่อเราคิดจะทำความดี แต่ความตายนั้นดันมาถึง ทำให้เกิดขวาง ทำให้เราข้ามไม่ได้ ทำให้เราทำความดี ให้ประสบความสำเร็จตามที่ตั้งใจหวังเอาไว้มันยังไม่สำเร็จ แต่ตายเสียก่อน สิ่งนี้ ก็คือสิ่งที่เราต้องพยายามข้ามมันให้ได้ เช่นเดียวกัน โดยการรีบทำ ก่อนที่ความตายนั้นจะมาถึง

เช่น บางคนนะลูก ออกบวชประพฤติปฏิบัติธรรม ตั้งใจจะไปนิพพาน แต่ยังไม่สามารถดับกิเลสหมดได้ ก็เลยทำได้แค่นี้ในระดับหนึ่งแล้วก็ต้องตายจากชาตินั้นไป

ต้องมาเกิดใหม่ เริ่มต้นใหม่ บางทีมาเริ่มต้นใหม่ ก็ล้มเสียแล้วว่า ตนตั้งใจอะไรเอาไว้ เช่นนี้ละ

**พระยาธรรม..** มันเลยเป็นด่านหนึ่งที่เราจะต้องข้ามให้ได้ ไปให้ได้ โดยการทำความดี

ต่อไป มารด่านที่ 5 กำแพงที่เราจะต้องข้ามเพื่อที่จะทำความดี ด้านที่ 5 ก็คือ เหวปุตตมาร มารผู้ที่อาศัยความเป็นตัวเป็นตน ทั้งรูปธรรม นามธรรม ในสิ่งภายนอกด้วย

ในตัวเราด้วย มาทดสอบเรา ไม่ให้เราข้ามพ้นได้

ตัวเรา ตัวเขา ของเขา ของเรา สิ่งเหล่านี้ล่อลูก มารจะสามารถเอาสิ่งเหล่านี้  
หยิบยกขึ้นมาทดสอบเราได้ แต่ขอเพียงแค่นี้ให้เรารู้เท่าทันว่า...

ตัวเราก็คือ ตัวเขาก็คือ สิ่งทั้งหลายที่หยาบก็ดี ละเอียดประณีตก็ดี ล้วนแล้วแต่เป็น  
สิ่งสมมุติ

เรามีจุดมุ่งหมายเดียว ก็คือ ทำความดีเพื่อที่จะเข้าสู่ความดีอย่างแท้จริง คือพระ  
นิพพานเท่านั้น เราจะทำความดีไปเรื่อยๆ ตามพลังกำลัง ความรู้ความสามารถ

ไม่หลงทางไปกับสิ่งทดสอบต่างๆ เหล่านั้น

มุ่งมันตั้งใจอย่างเดียว คือ การดับการเกิดของเราให้ได้ เมื่อเราทำเช่นนี้ คิดเช่นนี้  
เราก็คงเอาชนะเทวบุตรได้เช่นนี้ล่ะ

**พระยารธรรมเอย..** การที่เราตั้งใจจะทำความดี เรามีอุปสรรคทั้งหมด 5 ด้าน คือ  
ร่างกาย คือ ความลุ่มหลงยึดดี ยึดชั่ว คือ กิเลสตัณหา ที่มันเข้ามาสั่งให้เราทำดี ทำชั่ว  
แบบลุ่มหลง คือ ความตาย ที่มันจะพลัดพรากร่างกายนี้ออกจากเรา ทำให้เราไม่มีกาย  
หยาบ ในการอาศัยทำความดี คือ เทวบุตร ผู้ที่เป็นตัวเป็นตนของเรา ของเขา ของ  
สิ่งของข้าวของ ลาก ยศ ต่างๆ

เช่นนี้ล่อลูก มันมีทั้งหมด 5 กำแพง 5 ด้าน เช่นนี้ ลูกทั้งหลาย จงทำความเข้าใจ  
รู้จักกับมันเสีย เมื่อเราทำความเข้าใจ รู้จักกับมันเป็นอย่างดี เราก็คงเอาชนะมันได้ โดย  
ทั้งหมด เราก็คงสามารถข้ามกำแพง ที่ปิดกั้นไม่ให้เราเข้าถึงความดี ในแต่ละระดับ จนถึง  
ความดีอันสูงสุดได้ในที่สุด

ร่างกายเจ็บป่วย เราก็คงรู้ว่าต้องหาทางลดคลื่น ทำความดี อย่านมั้วรื้อหรือยอม  
พ่ายแพ้ต่อการเจ็บป่วยนั้น เมื่อเราต้องทำความดี เราก็คงต้องทำต่อไป โดยอย่าไปยึดว่าทำ  
ดีแล้ว ดีที่สุดแล้ว อย่าไปคิดอย่างนั้น มันเป็นเหตุต้อนเรา เมื่อเราต้องฟันฝ่า กรรมวิบาก  
ที่เคยก่อเคยทำ ฟันฝ่าสิ่งที่เข้ามาทดสอบให้เราทำความชั่ว เราก็คงข้ามความชื่อนั้นให้ได้  
อย่าไปหลงกับมัน

เมื่อเรานี้ทำอะไรก็ตาม จงดูจิตแห่งตน

ให้ปราศจากความหลง ความรัก ความโลภ และความโกรธ

ปราศจากเชื่อเหล่านี้ หรือพยายามทำความดี เพื่อละ เพื่อสลัดเชื่อเหล่านี้  
ออกจากเรา



เมื่อเรารู้ว่าวันหนึ่งต้องตาย และความตายจะมาถึงเมื่อไหร่เราก็ไม่รู้ มันมาได้ทุกเมื่อ ทุกเพศ ทุกวัย สามารถตายได้ทั้งนั้น เราก็อย่าไปรอให้มันมาถึง จงรีบเร่งทำความดี

เทวบุตรตมาร เขาจะเอาลาภ ยศ สรรเสริญ บุคคลที่เรารัก บุคคลที่รักเรา เอาทุกสิ่งทุกอย่าง ทั้งตัวเรา ตัวเขา มาทดสอบ เราก็ให้รู้เท่าทันสิ่งของเหล่านั้น เป็นของไม่เที่ยงแท้ เราต้องมุ่งมั่นตั้งใจทำความดี เพื่อที่จะไปสู่พระนิพพานให้ได้

อย่างน้อยไปไม่ถึงพระนิพพาน.. ก็ขอให้ไปถึงความดีในแต่ละระดับ ให้ได้ เพื่อเราจะได้มีความสุขในชีวิต เพราะการทำความดี ยิ่งงก็พบความสุขลูก เพียงแต่ว่ามันเป็นความสุขในระดับใดและเราจะสั่งสมมันไปจนถึงความดี ความสุขอันสูงสุด คือไม่ทุกข์อีกแค่นั้นล่ะลูก

**พระยารธรรม :** สาธุเจ้าค่ะ

กราบขอบพระคุณพระพุทธรองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกได้ฟัง นำไปพิจารณาธรรม เพื่อที่จะลูกจะได้เข้าใจในธรรมนี้ และนำไปเผยแผ่ นำไปประพฤติปฏิบัติตาม

ลูกฟังในเรื่องของพญามารแล้ว ก็ทำให้ลูกสามารถเข้าใจมารทั้งหลาย ด้านทดสอบทั้งหลาย สิ่งที่เราต้องฟันฝ่า และวิธีแห่งการฟันฝ่า อุปสรรคปัญหา ฟันฝ่าพญามารทั้ง 5 เหล่านี้ให้ได้

ลูกพอจะเข้าใจแล้วละเจ้าค่ะ ต่อจากนี้ไป ลูกจะพยายามรู้ให้เท่าให้ทันว่า มันคือมารตัวไหน เพื่อทำความดีต่อไปเจ้าค่ะ

**สาธุ**

## ตอนที่ 295 \*\*ชนะนิวรรณ์ กามฉันทะ\*\*

ในเช้าของวันที่ 9 มีนาคม พ.ศ. 2561 ณ พุทธอุทยานภูสวรรค์

ข้าพระพุทธเจ้าได้กราบนอบน้อมเข้าเฝ้าต่อองค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ท่านจึงได้เฝ้าทูลถามพระพุทธรองค์ท่านไป ดังนี้ว่า...

“ข้าแต่องค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าขา.. วันนี้ ลูกจะขอเฝ้าทูลถามถึงเรื่องของนิวรรณ์ 5 นะเจ้าคะ ลูกอยากจะทราบว่า บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาเอาชนะนิวรรณ์ 5 เหล่านี้ด้วยวิธีใดนะเจ้าคะ เพราะนิวรรณ์ 5 เป็นเหตุตัดรอน ขัดขวาง การทำความดีเข้าถึงความดี ลูกจึงอยากจะทราบถึงวิธีที่เอาชนะนิวรรณ์ 5 เหล่านี้ด้วยนะ เจ้าคะ ขอพระพุทธรองค์โปรดทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ให้ลูกฟัง เพื่อลูกจะได้นำไปปฏิบัติ และเผยแผ่ เพราะลูกคิดว่านอกเหนือจากมารทั้ง 5 ก็ยังมีเรื่องของนิวรรณ์ทั้ง 5 อย่างนะ เจ้าคะ”

**พระพุทธรองค์ :** ก็ดีแล้ว พระยาธรรม..ที่รู้จักพิจารณา หาสิ่งทีควรจะฝึกฝน เตรียมตัวให้รู้เท่ารู้ทัน

**พระยาธรรมเอย..** ถ้าอย่างนั้น ก็จงกล่าวมาเถิดว่า นิวรรณ์ที่ 1 นั้นคืออะไร และมีอะไรบ้าง

**พระยาธรรม :** สาธุเจ้าคะ

นิวรรณ์ ข้อที่ 1 คือ ความพอใจในกามคุณทั้งหลาย รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัสต่างๆ นะเจ้าคะสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ แท้ที่จริง ตามที่บัญญัติเอาไว้ คือเวลาที่เรากำสมาธิ ก็จะมีอาการเหล่านี้ ผุดขึ้นมาทำให้เราฟุ้งซ่าน ทำให้เรากำสมาธิไม่ได้

แต่ในความคิดของลูกนั้น ลูกคิดว่าอารมณ์เหล่านี้ มันก็มีอยู่ตลอดเวลา และมันเป็นเหตุตัดรอน ความดีของเรา เช่น ถ้าเราหลงในรูป ในรส ในกลิ่น ในเสียง สัมผัส มันก็อาจจะพาให้เราไปทำในสิ่งที่ไม่ดี ตามความลุ่มหลง ตามสิ่งที่เราหลงไปนั้นนะเจ้าคะ

ซึ่งในความเป็นจริงแล้ว เราก็จะควรรู้เท่าทัน อยู่เหนือสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ จึงจะไม่เป็นอันตรายแก่เรา ที่เราจะตกไปสู่จุดที่ต่ำ หรือจุดที่ชั่ว สิ่งที่ไม่ดีนะเจ้าคะ เพราะความหลงในรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัสต่างๆ ย่อมอาจทำให้ก่อกรรมไม่ดีได้เจ้าคะ ลูกจึงปรารภณา

ที่จะทราบว่าบุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น ท่านเอาชนะสิ่งเหล่านี้ได้ยังไงบ้างนะเจ้าคะ ทั้งที่ตอนทำสมาธิอยู่ หรือไม่ได้นั่งกำหนดทำสมาธิก็ตามนะเจ้าคะ

**พระพุทธรองค์ :** ดีแล้วละ พระยาธรรมเอเย.. ที่จริงแล้ว สิ่งที่ถูกกล่าวมานั้น ก็คือ สิ่งที่มีนเป็นความจริง และมันเป็นเรื่องที่เราก็คควรระมัดระวังอารมณ์เหล่านั้นอยู่เสมอ ใช้ว่า แต่เพียงเฉพาะตอนที่เรานั้นทำสมาธิ ก็ถูกแล้วละที่คิดเช่นนั้น

บางคนอาจเข้าใจว่า เราต้องดู พิจารณาอย่าให้อารมณ์เหล่านี้เกิดขึ้น เพียงเฉพาะ ตอนที่เรากำลังจะทำสมาธิเท่านั้น แต่ในความเป็นจริงแล้ว เราก็คควรที่จะรู้ถึงอารมณ์เหล่านี้ ในทุกอิริยาบถ

**ลูกเอเย..** หากมีเช่นนั้นแล้ว เราอาจปลั่งเปลอ พลาดปลั่งไปทำในสิ่งที่มีนไม่ตีได้ อย่างที่ถูกกล่าวมานั้นละ

**พระยาธรรมเอเย..** ฉะนั้น จงตั้งใจฟังให้ดี จะได้น้อมเข้าสู่จิตใจของตน จะได้เข้าใจ อย่างแท้จริงว่า บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาเอาวิธีใดมาประพฤติปฏิบัติ พิจารณา จึงสามารถอยู่เหนือสิ่งที่ทำให้จิตของเขาเข้าไปลุ่มหลง ติดอยู่ใน รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ต่างๆ

**พระยาธรรมเอเย..** บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น

เขาย่อมพิจารณาให้เห็นความเป็นจริงอยู่เสมอว่า

สิ่งทั้งหลายที่เป็นรูปก็ดี เป็นรสก็ดี เป็นกลิ่นก็ดี เป็นเสียง หรือสัมผัสก็ตาม

สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ล้วนแล้วแต่เป็นของไม่เที่ยงแท้

ล้วนแล้วแต่เป็นของที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป

เขาจึงพิจารณาอยู่เสมอว่า รูปสวายนี้นั้น สวยก็จริง แต่ความไม่สวย ก็มีซ่อนอยู่ใน นั้น วันนี้ดูแล้วสวยงาม น่าชื่นชมหลงใหล แต่สรรพสิ่งทั้งหลายที่เป็นรูปอยู่ในโลกสมมุตินี้ ล้วนแล้วแต่มีเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ฉะนั้น ความสวยงามนี้ก็ซ่อนด้วยความไม่สวย ความมี ซ่อนด้วยความไม่มี

ฉะนั้น.. เราจงปล่อยวางใจให้เป็นกลางๆ สักว่าเห็นรูปทั้งหลายที่มีอยู่ เป็นธรรมดา ของมันอย่างนั้น มันมีเหตุให้เกิดขึ้น ประกอบขึ้น ให้มันสวยงามตามเหตุ และมันก็อยู่ตาม เหตุ เลื่อมตามเหตุของมัน

มันเป็นธรรมดาอย่างนั้น ไม่ว่าจะเป็กรูปที่เป็นคน เป็นสัตว์ เป็นสิ่งของข้าวของ หรือเป็นอะไรก็ตาม ที่มันมีรูปขึ้นมาให้มองเห็น จับต้องได้ มันก็อยู่ในความไม่เที่ยงแท้

ทั้งนั้นเลย

จงพิจารณาให้เห็นสิ่งที่ดีกับไม่ดีเหมือนกัน เห็นความสวยงามกับไม่สวยงามเหมือนกัน เห็นมี กับไม่มีเหมือนกัน

เมื่อพิจารณาเช่นนี้แล้ว บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมด้นั้น

เขาก็จะทรงอารมณ์จิตไว้เป็นกลางๆ

ไม่ปล่อยใจให้หลงไปในรูป ไม่ปล่อยใจให้หลงไหล

จมอยู่กับสิ่งสวยงาม หรือสิ่งที่มันจะดับไป

เขาก็จะปล่อยวางใจเป็นกลางๆ เช่นนี้ละ

**พระยารธรรม..** เมื่อเขานั้น ได้พิจารณาเห็นความมีกับไม่มี สวยกับไม่สวย ดีกับไม่ดี อยู่ในสิ่งของสิ่งนั้น จนเห็นเป็นธรรมดา

เห็นเหตุเกิดและเห็นเหตุดับ เห็นความว่าง ความไม่มีในรูปทั้งหลาย

เขาย่อมสามารถถอดถอนตน ออกจากการลุ่มหลงในรูป

ทั้งยามที่ทำสมาธิ ทั้งยามที่ไม่ได้ทำสมาธิ

จิตของเขาก็จะรู้ตื่นอยู่เสมอ จะไม่หลงไหลไปในรูปทั้งหลาย

จิตของเขาก็จะตั้งมั่น อยู่ในความเป็นกลาง

มองเห็นสรรพสิ่งทั้งหลาย เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไปเป็นธรรมดา

จะไม่มีรูปใด ดึงดูดให้จิตของเขา เข้าไปพัวพันข้องเกี่ยว เข้าไปยึดติด ลุ่มหลงและจมอยู่ ตกอยู่ในใต้อำนาจของรูปสวย ของสิ่งที่มองเห็น ด้วยการผ่านรูป ที่มันมีเป็นรูปร่างนั้น

เขาจะสามารถอยู่เหนือการลุ่มหลงในรูปได้ ขอเพียงแค่ให้พิจารณาอยู่เสมอ พิจารณาถึงความไม่เที่ยงแท้ ความไม่สวยไม่งามของรูปทั้งหลาย ร่างกายคน ร่างกายสัตว์ สิ่งของรูปต่างๆ ที่ประกอบขึ้นมา เหล่านั้น

**พระยารธรรมเอย..** ต่อไป บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรม เขาใช้วิธี เอาชนะรส ก็คือรสชาติ ที่ผ่านทางกาย รสชาติของอาหาร หรือรสของการสัมผัส รสของกลิ่น เขาก็จะรู้รสผ่านทางสัมผัสต่างๆ ส่งเข้ามารู้ว่ามันเป็นแบบไหน

เมื่อเขารู้ในรส ทั้งรสชาติของอาหารก็ดี ลิ้มรสของความรัก

ความต้องการต่างๆ สิ่งสัมผัสต่างๆอย่างนั้นๆ ก็ดี

ที่เป็นสิ่งที่จับต้องมองเห็นได้ เช่น รสชาติของอาหาร

หรือวารสของกามคุณต่างๆ ที่เป็นเรื่องอื่นก็ดี ที่ผ่านทางความรู้สึกสัมผัสได้ก็ดี

เขาก็จะมองให้เห็น เห็นความไม่เที่ยง  
เห็นสิ่งที่มันเกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไป ในเรื่องของรสนั้นเช่นเดียวกัน  
มันจะทำให้รู้สึกสุข รู้สึกว่ามันละเอียดประณีต ทำให้รู้สึกว่า มันอร่อย มันดี แต่  
ในความเป็นจริงแล้ว สิ่งทั้งหลายที่ซ่อนอยู่ในความสุข ที่ได้มาจากการลิ้มรสนั้น มันไม่มีอยู่  
จริง มันไม่ได้เกิดขึ้นอยู่ตลอดไป

มันเป็นสิ่งที่ทำให้เราต้องเร้าร้อน ดิ้นรนชวนชวาย เพื่อได้สิ่งทั้งหลายเหล่านั้นมา  
แต่ในความเป็นจริงแล้ว มันก็ไม่ต่างอะไรจากการที่เราต้องการ ทำให้ได้รับกลิ่นอะไรบาง  
อย่าง ที่มันหอมโชยมากับลม แล้วมันก็ผ่านไป โดยที่เราทำอะไรเอาไว้ไม่ได้เลย

การรับรส หรือลุ่มหลงในรสชาติ รสสัมผัสต่างๆ มันก็เป็นเช่นนั้นละ ตอนที่เรา  
ปรารถนา เราก็ดิ้นรนชวนชวาย สูดผละกำลั้ง ความรู้ความสามารถของเรา แต่พอได้มา  
เป็นยังไงละลูก มันก็แค่ผ่านความรู้สึกสัมผัสได้ของเรา แล้วก็จบลง

ฉะนั้น.. เราจะไปหลงอยู่กับสิ่งที่มันเป็นลม สิ่งที่มันจับต้อง จับเอาไว้เป็นเรา  
เป็นของเราไม่ได้ สิ่งที่มันเป็นสุข เพียงแค่ช่วงเวลาสั้นๆ เพียงแค่แป๊บหนึ่ง ตอนที่ได้สัมผัส  
ตอนที่ได้กินแค่นั้นละลูกเราจะไปดิ้นรนชวนชวาย เพื่อที่จะได้สิ่งนั้นมา เพื่ออะไร ก็ในเมื่อ  
สิ่งนั้นมันเป็นสิ่งที่ผ่านเข้ามาแว็บเดียวเท่านั้น

จงอย่าลุ่มหลงไปกับมัน อย่าทุ่มเทไปกับมัน จนเรานั้นดิ้นรนชวนชวาย เร้าร้อน  
เพราะเรื่องเหล่านี้เลย ถ้าวันไหนมีอาหารอร่อยกิน ก็กินไปเถิดกินตามสิ่งที่มันนั้นละ ถ้าวัน  
ไหนที่เราต้องไปอยู่ในที่ที่ไม่ได้มีอาหารละเอียดประณีตกิน เราก็กินไปเถิดกินก็เพื่อมีแรง  
เท่านั้นไม่ว่ามันจะอร่อย ไม่อร่อย เราก็กินไปตามที่มันนั้นละ

และเรื่องรสสัมผัสก็เช่นเดียวกัน เรื่องเหล่านี้เราก็ควรจะรู้ว่า อย่าไปติดกับมันเลย  
เรื่องรส ที่มันเกิดจากสิ่งที่เรามองไม่เห็น จับต้องไม่ได้ แต่รู้สึกได้ว่ามันเป็นรส ที่ทำให้เรา  
สัมผัสทางกายได้เป็นรสชาติอย่างนั้นอย่างนี้ ลิ้มรสความรัก ลิ้มรสกับความสุข ความทุกข์  
อย่างนี้ คือทางความรู้สึกยังเป็นสิ่งเหล่านี้ด้วย ยังเป็นสิ่งที่ไม่จำเป็นอะไรกับเราเลย เพราะ  
ว่าเรามีหรือไม่มี เราก็อยู่ได้

ถ้าเป็นข้าวปลาอาหาร เราก็อาจจะอยู่ไม่ได้ ถ้าเราไม่ได้กิน แต่ก็กินไปอย่างไม่  
สนใจในรสแต่ถ้าเป็นรสที่สัมผัส ที่ผ่านเพียงแค่ความต้องการ ความรู้สึกเท่านั้น มีก็ได้ ไม่มี  
ก็ได้ เพราะไม่มีความจำเป็นอะไรกับเรา และรสที่เราต้องการเหล่านี้ มีแต่ทำให้เราเป็นทุกข์  
เร้าร้อน ดิ้นรนชวนชวายเท่านั้น

อย่าไปสนใจ เสียเวลา กับสิ่งเหล่านี้เลย อย่าไปเอาสิ่งเหล่านี้มาทำให้เรารู้สึกว่า

จะต้องเป็นทุกข์มาก เพียงเพราะแค่ต้องการสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่เหมือนแค่ควัน หรือลม เหมือนแค่หมอก หรือเหมย เหมือนแค่เมฆ ที่เรามองเห็นจับต้องได้ แต่ก็เอาไว้ไม่ได้ มองไม่เห็นแค่รู้สึกสัมผัสรสชาติของมันได้ มันไม่เกิดประโยชน์อะไรเลย

อย่าไปสนใจกับมัน โยกจิตให้อยู่เหนือมันเถิด

สักว่ารู้ สักว่าดูอยู่ เห็นอยู่ เป็นธรรมดา

ไม่ปล่อยจิตปล่อยใจไปหลงในรสนั้น

ต่อไป เป็นการได้กลิ่น บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น กลิ่นที่มาสัมผัส เขาก็จะพิจารณาถึงความไม่เที่ยงแท้ ให้มองให้เห็นสิ่งที่มันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เขาก็จะไม่สนใจในกลิ่นของกามคุณทั้งหลาย เขาจะพิจารณาเห็นแค่ เป็นลมที่พัดผ่าน ไม่ต้องเอาจิตไปจดจ่อตั้งมั่น สนใจลุ่มหลงกับกลิ่นนั้น เสียงก็เช่นเดียวกัน เราได้ยินในสิ่งที่เพราะ ได้ยินในสิ่งที่ไม่เพราะ ในสิ่งที่ถูกใจ หรือไม่ถูกใจก็ตาม จงมองเห็นเป็นธรรมดา ดีกับไม่ดี เหมือนกัน ถูกใจกับไม่ถูกใจ ก็เหมือนกัน เราอย่าไปลุ่มหลงในเสียงเพราะ ลุ่มหลงในเสียงไม่เพราะ

จงมองให้เห็นในสิ่งที่ มันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป เสียงไม่เพราะ ก็ทำให้เรานั้นเป็นทุกข์ ถ้าเราสนใจมัน เสียงเพราะก็ทำให้เราเป็นทุกข์ ถ้าเราหลงใหลในมัน เกิดว่ามันดับไปเมื่อไหร่ เราก็จะเป็นทุกข์ เพราะไม่ได้ยินเสียงเพราะ เสียงที่ไพเราะนั้นอีก มันก็จะมีแต่ความทุกข์ทั้งนั้น เราจึงไม่ควรเอาจิตใจของตนไปพัวพันอยู่กับเสียงเพราะนั้น

หรือว่า จะเป็นสัมผัสทางกาย กายของเรานั้นมีความรู้สึก รับรู้สิ่งที่สัมผัสทุกอย่าง แต่กายของเราไม่เที่ยง กายของเราแค่สร้างขึ้นมาจากธาตุตามธรรมชาติ ตามเหตุของการเป็นมนุษย์ หรือเป็นสรรพสัตว์ทั้งหลาย ที่อยู่ในภุมิต่างๆ ก็ล้วนแล้วแต่มีความรู้สึกนี้ทั้งนั้น รู้สึกสุข รู้สึกทุกข์ รู้สึกดี รู้สึกไม่ดี จากที่เราได้รับสัมผัสจากสิ่งต่างๆ ทั้งรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส มันก็รวมอยู่ในสัมผัสทั้งนั้น

แต่ไม่ว่าจะเป็นสัมผัสกับสิ่งที่ดี สิ่งที่ไม่ดี อะไรก็ตามนะลูก

สิ่งทั้งหลายเหล่านั้น ก็มีดี กับไม่ดี ปะปนกันอยู่เสมอ

และดีก็ไม่เที่ยง ไม่ดีก็ไม่เที่ยง

**พระยาธรรมเมย..** บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น ท่านทั้งหลายเหล่านั้น ก็จะพิจารณาให้เห็น สิ่งที่มีมันไม่ดี ไม่งาม สิ่งที่มีมันเป็นความจริง ที่มีมันซ่อนอยู่ในรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัสต่างๆ นั้นละลูก

ที่สำคัญที่สุด ก็คือ เขาก็แค่มองให้เห็น สิ่งที่มีมันเกิดขึ้น สิ่งที่มีมันตั้งอยู่ และสิ่งที่มีมันจะดับไป มันเกิดขึ้นแล้ว ตามเหตุของมัน มันมีอยู่ ตามเหตุของมัน และมันก็ดับลง ตามเหตุของมัน สิ่งที่มีก็ซ่อนอยู่ในรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส สิ่งที่ไม่มี ก็ซ่อนอยู่ในรูป รส กลิ่น

เสียง สัมผัส สิ่งที่มีมันละเอียดประณีต ก็มีอยู่ในนั้น แต่สิ่งที่มีมันจะเสื่อม จะเนาเหม็น จะกลายเป็นความทุกข์กลับคืนมาในภายหลัง ก็ซ่อนอยู่ในนั้น

ฉะนั้น.. ทั้งรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัสต่างๆ เราจึงไม่ควรเอาจิตของเรา ไปพัวพัน ลุ่มหลงจมอยู่ในสิ่งเหล่านั้น

จึงควรปล่อยใจไว้เป็นกลางๆ

เห็นรูป ก็รู้ทัน เห็นรส หรือว่ากลิ่น เสียง สัมผัสต่างๆ

มองเห็นสิ่งเหล่านั้นเป็นธรรมดา

โยกจิตของตนออก ไม่ข้องเกี่ยวพัวพันมัวเมา กับสิ่งทั้งหลายเหล่านี้

แล้วจิตก็จะเป็นสุข อยู่อย่างรู้ตื่น อยู่อย่างมีสติมีปัญญา

ไม่ลุ่มหลงในทุกอิริยาบถ ไม่ว่าจะลุ่มหลงนั้นจะทำการสิ่งใดอยู่ก็ตาม

หากปราศจากความหลงในรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัสนั้นแล้ว ลุกยอมอยู่อย่างมีความสุข อยู่อย่างมีสติ ไม่พลั้งเผลอไปทำในสิ่งที่ไม่ดีจิตจะสงบอยู่ตลอด ไม่ร้อนรน เช่นนี้ละ

**พระยารธรรม..** บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาประพฤติปฏิบัติกันเช่นนี้ละลูก

**พระยารธรรม :** สาธุเจ้าค่ะ

กราบขอบพระคุณพระพุทธองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกได้ฟัง พิจารณาตาม ลูกพอจะเข้าใจแล้วว่า ไม่ว่าจะป็นรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส มันก็ล้วนแล้วแต่ไม่เที่ยงแท้ ให้เราหมั่นพิจารณาความไม่เที่ยง ที่เกิดขึ้นในทุกอย่าง ความสวยงาม ความละเอียดประณีต กับความไม่สวยงาม ไม่ละเอียดประณีต มันก็คืออันเดียวกัน

เพราะเมื่อมีสวยเกิดขึ้น เต็มมันก็มีไม่สวยเกิดขึ้น ในสิ่งเหล่านั้น ถ้ามันต้องดับไป ไม่ว่าจะป็นสิ่งที่ป็นรูปธรรม หรือนามธรรม เหมือนสิ่งที่เราจับต้องไม่ได้ แต่เรารู้สึกได้

ความรู้สึกดีขึ้น ก็จะมีความรู้สึกไม่ดีเกิดขึ้น เช่นเดียวกัน สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ มันจึงเป็นของไม่เที่ยง ซ่อนด้วย การมีกับไม่มี ดีกับไม่ดี เราจึงควรระมัดระวัง อย่าให้จิตของเราตกเป็นทาสของสิ่งเหล่านี้ จนทำให้เราต้องเป็นทุกข์ เข้าใจแล้วพระพุทธเจ้าค่ะ

ลูกจะน้อมไปประพฤติปฏิบัติ เพื่อไม่ให้สิ่งเหล่านี้ มีอำนาจอยู่เหนือจิตของลูก และเผยแผ่ให้ทุกคนได้ปฏิบัติตาม เพื่อว่าวันหนึ่งจิตทั้งหลายจะอยู่เหนือ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัสต่างๆ เจ้าค่ะ

**สาธุ**

## ตอนที่ 296 \*\*ชนะนิวรรณ์ พยาบาท\*\*

ในเช้าของวันที่ 9 มีนาคม พ.ศ. 2561 ณ พุทธอุทยานภูสวรรค์

ข้าพระพุทธเจ้าเมื่อได้กราบนอบน้อมเข้าเฝ้าต่อองค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ท่านแล้วนั้น จึงได้เฝ้าทูลถามธรรมกับพระพุทธองค์ท่านไป ดังนี้ว่า...

“ข้าแต่องค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าขา.. วันนี้ ลูกจะขอเฝ้าฟังธรรม เรื่อง บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรม เขานั้นมีวิธีเอาชนะนิวรรณ์ ตัวที่ 2 คือ ความโกรธ ความพยาบาท ความไม่พอใจ ความขัดเคืองใจ เขาสามารถที่จะเอาชนะสิ่งเหล่านี้ได้อย่างไรบ้างหรือเจ้าคะ ขอพระพุทธองค์โปรดทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ให้ลูกได้ฟังด้วยเจ้าคะ”

**พระยารธรรมเอย..** บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาย่อมรู้ว่า ความโกรธ ความพยาบาท ความไม่พอใจ ความขัดเคืองใจนั้น มันเป็นเหตุของทุกข์ มันทุกข์ทั้งบุคคลผู้ที่มีความรู้สึกเหล่านี้ ทุกข์ทั้งบุคคลผู้ที่ถูกรู้สึกแบบนี้ มันเป็นสิ่งที่ไม่ดี

ความโกรธ ความพยาบาท ความไม่พอใจ ความขัดเคืองใจ สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ มันคือ เพลิงไฟ ที่พร้อมจะแผดเผาทั้งเรา ทั้งเขา

ยิ่งถ้าเราก็กังขาเอาไว้ในใจของเราเสียแล้ว เราจะไม่มีความสุขเลย ดุจดั่งอมดวงไฟ เข้าไว้ในตัวจะทำให้เราร้อน กระทบกระวาย จะทำให้จิตนั้นรุ่มร้อน นอน กิน อยู่ไม่เป็นสุข

**ลูกเอ๋ย..** เมื่อมองเห็น สิ่งที่มีมันเป็นโทษ สิ่งที่มีมันไม่ดี บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรม เขาก็จะคิดเช่นนี้ ว่าก็ในเมื่อเรารู้ว่ามันไม่ดี แล้วเราจะเอามันไว้กับเรา เพื่ออะไรช่างมันเถิดหนา ปลปล่อยให้มันคลายออกเถิดหนา บุคคลผู้ที่กำลังของโตสิ่งของหนึ่งไว้ในกำมือ คิดว่าสิ่งนั้นดี หรือไม่รู้ว่าเป็นสิ่งนั้นไม่ดี เขาก็จะกำเอาไว้ โดยไม่ยอมทิ้งไปลูก แต่ถ้าเกิดว่าเรารู้ รู้ว่าสิ่งที่เรากำลังกำไว้ในมือเป็นสิ่งที่ไม่ดี และมันเป็นโทษกำไว้มีแต่จะทำร้ายทำลายเรา เขาก็ยอมที่จะโยนมันทิ้งไป

**พระยารธรรมเอย..** ฉะนั้น.. ถ้าเกิดว่าเราจะถอดถอนอารมณ์เหล่านี้ ออกจากตัวของเรให้ได้ เราก็ต้องพิจารณาให้เห็นพิษของมัน เห็นสิ่งไม่ดีในมันที่มันทำร้ายเรา เมื่อพิจารณาเห็นเช่นนี้แล้ว บุคคลผู้ที่มีปัญญา ย่อมไม่ปรารถนากำดวงไฟเอาไว้แน่ เพราะมันเราร้อน มันเป็นทุกข์ มันทรมาณ



**พระยารธรรมเอย..** เมื่อรู้เช่นนี้ ย่อมหาวิธีสลัดมันออกเสีย เปรียบเสมือนมีสิ่งไม่ดี  
สิ่งสกปรกโสโครก สิ่งที่เกิดว่ามันมาโดนตัวของเราส่วนใดส่วนหนึ่งแล้ว มันจะทำให้เรา  
รู้สึกไม่สบายกาย ไม่สบายใจ เขาย่อมหาวิธีสลัดออก

เมื่อหาวิธีสลัดออก เขาย่อมรู้ดีว่าเขาต้องประพฤติปฏิบัติ

ตามทางของการมีศีล มีธรรม มีสมาธิ มีปัญญา

เพราะการรักษาศีล การทำสมาธิ ฟังธรรม หรือ ฝึกฝนปัญญา

จะทำให้จิตใจของเขาชุ่มเย็น สงบสุข

เมื่อจิตใจของเขาชุ่มเย็น สงบสุขแล้ว

เขานั้นจะเอาความเร่าร้อน ความขัดเคืองใจความโกรธ

ความไม่พอใจเหล่านั้น เข้ามาหาเขาได้อย่างไรเล่า

เพราะจิตใจของเขา สงบดีแล้ว

ยิ่งถ้าจิตสงบดีแล้ว เขาก็จะยิ่งมองเห็นความเป็นจริงของสิ่งทั้งหลาย คือ เรื่อง  
กฎแห่งกรรม

ถ้าเกิดว่าจิตใจของเขาสงบดีแล้ว เขาก็ย่อมรู้ เข้าใจเหตุที่เกิดขึ้นได้เป็นอย่างดีว่า  
กรรมใดที่เราไม่เคยก่อ กรรมนั้นจะไม่เกิดขึ้นกับเรา

ฉะนั้น..เราก็ควรที่จะชดใช้กรรมของเราให้จบ ให้หมดเสีย อย่าไปโกรธคนนั้นคน  
นี้ โทษคนนั้น ไม่พอใจคนนั้นเลย เราจงทิ้งความไม่พอใจนั้นไปเถิด อกภัยให้เขาเถิดอย่าผูก  
โกรธ อย่าผูกอาฆาตพยาบาทกับบุคคลผู้อื่นเลย เราจะได้หมดกรรมไป

และกฎแห่งกรรม ก็ยังคงจะส่งผลให้บุคคลเหล่านั้นที่เขาทำในสิ่งที่ไม่ดีกับเรา เขา  
จะได้รับผลที่เขาทำในที่สุดเอง ไม่ว่าเรานั้นจะรู้สึก ดีใจ เสียใจ พอใจไม่พอใจ รู้สึกปล่อย  
วางกับสิ่งที่เขาทำหรือไม่ก็ตาม เขาก็ย่อมได้รับผลของกรรมที่เขาทำ และถ้าหากว่า  
เราผลอไปทำกับเขาด้วย กรรมที่เราควรจะใช้ให้มันจบ ก็สานต่อขึ้นมาทันที ทำให้เราเป็น  
ทุกข์

ที่นี้ ก็จะค่อยๆ ปล่อยวาง ปล่อยวางความโกรธ ความไม่พอใจ ความขัดเคืองใจ  
ปล่อยวางสิ่งเหล่านั้น ที่เป็นเพลิงไฟที่แผดเผาเราลงได้

**พระยารธรรมเอย..** บุคคลผู้ที่มีจิตใจสงบดีแล้ว เขาย่อมมองเห็นความเป็นจริงลูก  
เหมือนน้ำใส ที่นิ่ง ย่อมมองเห็นทะลุว่าใต้น้ำมีสิ่งใด เช่นนั้นล่ะลูก

เมื่อมองเห็นตามความเป็นจริงของกฎแห่งกรรม

เราก็จะไม่เอาอะไรมาโกรธ มาเคือง มาอาฆาต มาไม่พอใจ  
กักขังสิ่งเหล่านี้ไว้ในใจเราอีก เราจะปล่อยทุกอย่างผ่านไป  
รวมถึงเรายังมีสติปัญญามองเห็นอีกว่าสิ่งทั้งหลายไม่เที่ยงแท้  
ความโกรธ ความไม่โกรธ

ความพอใจ ไม่พอใจ เรามายึดเอาไว้เอง

เรามาตั้งมั่นเอาไว้ในตัวเราเอง มันก็เลยมีอยู่ แต่ต่อให้มันจะมีอยู่ยังไง เดียววัน  
หนึ่ง มันก็ต้องดับไป และมีเอาไว้ได้ประโยชน์อะไร ทั้งให้มันดับไปเสียเถิด

สิ่งที่เขากระทำกับเรา เขาทำไปแล้ว ก็จบลง ทุกอย่างไม่เกิดขึ้น ไม่มีอะไร ช่างมัน  
เถิด อย่าเอาเรื่องที่มันผ่านไปแล้ว มากักขังเอาไว้ในจิตใจเรา ทำให้เราเป็นทุกข์ ทำให้เรา  
เราร้อนเลย ไม่เกิดประโยชน์

ปล่อยให้ทุกคน เป็นไปตามกรรมของตน

ทุกคนอยู่ตามเหตุ ดับตามเหตุ แห่งตนเถิด

เขานั้นทำไป เขาก็จะต้องเป็นไปตามสิ่งที่เขาทำ

เราควรที่จะยอมรับ และใช้เหตุที่เราเคยทำมา ให้มันหมดเสีย

อย่าสร้างต่อ อย่าสร้างเพิ่ม

แล้วเราก็จะสามารถข้ามพ้นไปถึงสิ่งที่ดีขึ้นเรื่อยๆ ขึ้นไป อย่างนี้ละ

**พระยารธรรม..** บุคคลผู้ที่มีปัญญารธรรมดีแล้วนั้น เขาพิจารณากันเช่นนี้ละลูก และ  
ยังพิจารณาลึก กลับคืนมาหาตนอีกว่า...

ความโกรธ ก็เกิดขึ้นที่เรา เพราะเรามีเชื้อโกรธ

ความพยาบาท ก็เกิดขึ้นที่เรา เพราะเรามีความพยาบาท

ความไม่พอใจเกิดขึ้น เพราะว่าเราตั้งมั่นไว้ว่าจะไม่พอใจ

ถ้าเกิดว่าเราไม่ต้องโกรธเสียแล้ว เรื่องก็จบ

ถ้าเกิดว่าเราไม่ต้องพยาบาท ไม่พอใจกับใคร เรื่องมันก็จบ

แท้ที่จริงก็มัวแต่มีเรา มีตัวมีตน มีทิฐิ มีอัตตาในตน ยึดมั่นถือมั่น แท้ที่จริงมันเป็น  
กิเลส ที่มันหลงลึก หลงอยู่ในเรา เลยทำให้เราทุกข์ เรานั้นเผลอไป ลืมไป ลืมสิ่งเหล่านี้ไป  
มันก็เลยทำร้ายเราเหลือเกิน

บุคคลผู้อื่นจะทำร้ายเรายังไงก็ตาม ถ้าเราไม่ต้องน้อมเข้ามาทำร้ายเรา เขาก็จะทำ  
อะไรเราไม่ได้เลย เรานั้นเองต่างหากเล่า มัวแต่เอาความโกรธ ความขัดเคืองใจ พยาบาท

เอาความไม่พอใจ มาตั้งมั่น เป็นตัวเป็นตน เป็นทิฐิ เป็นอัตตา ถูกผิด อยู่ในเรา ยึดอยู่นั่นล่ะ เราก็เลยเป็นทุกข์จริงๆ เลย

ทีนี้ เมื่อพิจารณาจนเห็นแจ้ง เห็นตามความเป็นจริง เช่นนี้แล้วบุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมนั้น เขาก็จะเห็นตามความเป็นจริง ในนิวรรณ์ ข้อที่ 2 ว่า ความโกรธ ความพยาบาท ความไม่พอใจ ความขัดเคืองใจ สิ่งต่างๆ ทั้งหลายเหล่านี้ ไม่เกิดประโยชน์แก่เราเลย เรากลับเปิดโอกาสให้บุคคลผู้อื่น สิ่งภายนอก เข้ามาทำลาย ทำร้ายเรา ด้วยสิ่งเหล่านี้ ที่เราเปิดโอกาสให้มันมีเอง

บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรม เขาทั้งหลายเหล่านั้นจึงสามารถที่จะลดละ ขำระล้างสิ่งเหล่านี้ออกจากเขา เมื่อสิ้นเชื้อเสียแล้ว ต่อให้จะจุดไฟยังไง ก็ไม่ติด เพราะไม่มีเหตุ ที่เป็นเชื้อที่ให้ไฟนั้นจุดแล้วติด เขาย่อมอยู่อย่างปราศจากความโกรธ ปราศจากความพยาบาท ความไม่พอใจ ความขัดเคืองใจเหล่านั้นได้

**พระยารธรรมเอย..** และก็เป็นสิ่งที่ดีด้วยลูก ที่สามารถล้างสิ่งเหล่านี้ออกจากใจได้ ดวงจิตผู้ที่ไม่มียังสิ่งเหล่านี้ จะอยู่อย่างมีความสุข ไม่ว่าจะนอน เดิน กิน นั่ง หรือทำอะไรก็ตาม ชีวิตย่อมเป็นสุข เพราะเขาไม่ผูกโกรธ ไม่ผูกความพยาบาท ไม่พอใจ ความไม่พอใจ ความขัดเคืองใจ เขาไม่มีสิ่งเหล่านี้อยู่ในใจของเขา ลูก เขาย่อมอยู่ได้แบบสบายยิ่งนัก ไม่ทุกข์เลย

บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรม เขาย่อมพิจารณาให้เห็นโทษของสิ่งที่มันมีอยู่ แล้วก็พิจารณาให้เห็นสิ่งที่ตนนั้น ควรที่จะประพฤติปฏิบัติตาม เพื่อวางเพื่อละสิ่งที่มันมีโทษ ที่มันอยู่ในเรานั้นลงไป

เมื่อรู้ว่าตนนั้นกำดวงไฟอยู่ ย่อมสลัดทิ้งลงเสีย

จิตที่รู้เช่นนี้ ปฏิบัติเช่นนี้ ย่อมเป็นสุข

ย่อมเป็นผู้มีปัญญาธรรมได้ ไม่ว่าจะทำสมาธิ หรือไม่ทำสมาธิ

ชีวิตของเขาย่อมเป็นสุข และไม่สร้างกรรมเพิ่มอีกในสิ่งที่เป็นกรรมไม่ดี

ไม่ว่าจะด้วยใจ คือความคิด ก็ไม่มี

วาจา คือคำพูดที่ออกจากปากของตน ที่จะไปสร้างกรรมด้วยวาจา ก็จะไม่มีการ

กรรมทางกาย คือ การกระทำนั้น ก็ไม่มีกรรมชั่ว

**ลูกเอ๋ย..** จิตดวงนั้น ย่อมหลุดจากการที่จะพลั้งเผลอไปทำกรรมชั่วได้ จิตดวงนั้น ย่อมเข้าถึงความดีได้ โดยไม่มีนิวรรณ์เหล่านี้ มาขัดขวาง จิตของเขา จะเข้าถึงความสุข ความ

สงบในทุกอิริยาบถ ไม่ว่าจะทำสมาธิ หรือไม่ก็ตาม เช่นนี้ละ

**พระยารธรรม..** นិเวรณข้อที่ 2 นักปฏิบัติ ผู้มีปัญญาธรรมแล้วนั้น เขาปฏิบัติกันเช่นนี้ละลูก จะไม่มีนิเวรณเหล่านี้มากวนเขาเลย

**พระยารธรรม :** สาธุเจ้าค่ะ..

กราบขอบพระคุณพระพุทธรองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ให้ลูกได้ฟัง นำไปประพฤติปฏิบัติตาม ลูกพอจะเข้าใจบ้างแล้วละเจ้าค่ะ ว่าสิ่งที่มันไม่เกิดประโยชน์ เราก็คไม่ควรเก็บเอาไว้ หาวิธีสลัดมันไป แล้วเราก็จะมีความสุข

บุคคลผู้ที่ข้ามนิเวรณเหล่านี้ได้ ในทุกอิริยาบถ ในทุกเวลาของการดำเนินชีวิต เขานั้นก็จะไม่สร้างกรรมเพิ่ม และเป็นสุขอยู่ตลอดเวลา ไม่ใช่เฉพาะเวลาทำสมาธิเท่านั้น เข้าใจอย่างนี้แล้วเจ้าค่ะ

ลูกจะพยายามประพฤติปฏิบัติตาม เพื่อเกิดประโยชน์แก่ตัวของลูก และคนรอบข้าง ลูกจะนำธรรมนี้ไปเผยแผ่ให้ทุกคนรู้จักวิธี พิจารณาเอาชนะความโกรธ ความพยาบาท ความไม่พอใจ ความขัดเคืองใจ ซึ่งเป็นนิเวรณข้อที่ 2 ที่เกิดขึ้นมา เพื่อเกิดขวางความสุข ความเจริญของดวงจิตทั้งหลาย

กราบขอบพระคุณพระพุทธรองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกได้ฟัง วันนี้ลูกกราบขอลาก่อนนะเจ้าค่ะ ไว้ลูกจะมาเฝ้าฟังธรรมใหม่ เจ้าค่ะ

**สาธุ**

## ตอนที่ 297 \*\*ชนะนิวรรณ์ ถิ่นมิทธะ\*\*

ในเช้าของวันที่ 10 มีนาคม พ.ศ. 2561 ณ พุทธอุทยานกุสุวรรณ์

ข้าพระพุทธเจ้าได้กราบขอบน้อมเข้าเฝ้าต่อองค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ท่านเพื่อเฝ้าฟังธรรม เมื่อข้าพระพุทธเจ้าได้กราบขอบน้อมเข้าเฝ้าต่อพระพุทธองค์ท่านแล้ว จึงได้เฝ้าทูลถามพระพุทธองค์ท่านไป ดังนี้ว่า...

“ข้าแต่องค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าขา.. วันนี้ ลูกจะขอเฝ้าทูลถามธรรม ของบุคคลผู้มีปัญญาธรรมดีแล้วนะเจ้าคะ คือว่าลูกปรารถนาที่จะทราบว่าบุคคลผู้มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาสามารถเอาชนะนิวรรณ์ 5 ข้อที่ 3 ได้อย่างไร ด้วยวิธีไหนนะเจ้าคะ

ซึ่งนิวรรณ์ 5 ข้อที่ 3 นี้ แบ่งเป็น 2 หัวข้อ ข้อที่ 1 ก็คือ เกิดความหดหู่ ท้อถอย ข้อที่ 2 ก็คือ เกิดความง่วงเหงาหาวนอนนะเจ้าคะ ขอพระพุทธองค์โปรดทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ให้ลูกได้ฟัง นำไปประพฤติปฏิบัติ และเผยแผ่ด้วยเจ้าคะ”

**พระยาธรรมเอย..** ถ้าอย่างนั้นก็จงตั้งใจฟังให้ดี หายใจเข้าลึกๆ ผ่อนคลายจิตใจ และร่างกายของลูกนั้นเสียก่อน อย่าไปตั้งเครียดกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง แม้ความปรารถนาที่จะรู้ แม้การมุ่งมั่นตั้งใจ ก็ต้องผ่อนลงให้มันสบาย ให้มันโล่งๆ ให้มันเป็นธรรมชาติ หายใจเข้า หายใจออก น้อมพลังที่เย็นจากภายนอกสู่ภายใน รวบรวมจิตใจของตนให้สงบแนบนิ่ง เพื่อจะได้ฟังทุกสิ่งทุกอย่าง ที่ไม่เกี่ยวกับธรรม ที่ตนนั้นปรารถนาที่จะรู้ไป จะได้เหลือแค่อารมณ์หนึ่งเดียว คือ การทบทวน พิจารณาตามเสียงธรรมที่ได้ยิน

**พระยาธรรมเอย..** ในข้อที่ 3 ของนิวรรณ์ 5 ที่มีอาการหดหู่ ท้อถอย และมีอาการง่วงเหงาหาวนอนนั้น เราจะเอาชนะมันได้ ก็ต่อเมื่อเรารู้จักกับมัน เมื่อเรารู้จักกับมันเราจึงสามารถรู้วิธีดับเหตุแห่งมัน ดับเหตุที่ทำให้สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้น เรารู้จักเขาแล้ว เข้าใจเหตุที่เขาเกิดแล้ว เราก็จะรู้เหตุของการดับสิ่งที่เกิด

สิ่งเหล่านี้ คือ ความรู้สึกหดหู่ ท้อถอย กับความรู้สึกง่วงเหงาหาวนอน ที่นี้ เรามาเริ่มที่ความรู้สึกแรกก่อนนะ

**พระยาธรรม..** ความรู้สึกแรก คือ ความหดหู่ท้อถอย

บุคคลผู้ที่มีปัญญารธรรมดีแล้วนั้น เขาจะพิจารณาหาเหตุที่เกิดความหดหู่ท้อถอย ว่า ณ ตอนนั้น ที่เขาเกิดอาการอย่างนั้นเพราะอะไร เพราะว่าเขานั้น เกิดความหลง หลงไปในอะไรบางสิ่งบางอย่างหรือเปล่า เช่น หลงไปในอดีต หลงกลับคืนสู่อดีตในเรื่องนี้ เรื่องนี้ จิตนั้นปรุงแต่งไปเรื่อยๆ ล่องลอยไปยึดถือ ลุ่มหลงจมปลักอยู่กับเรื่องของอดีต จนจิตใจนั้นไม่มีกำลังที่จะประคับประคองตน ให้เกิดความสงบเลย มัวแต่เพ้อไป หลงไหลไป กลับไปอยู่แต่เรื่องของอดีต

นึกถึงเรื่องที่ไม่ดี ที่เคยเกิดขึ้นในชีวิต นึกถึงแต่เรื่องไม่ดี ที่ตนได้เคยพลาดพลั้งทำไป แล้วก็หลงไปในสิ่งที่ไม่ดีนั้น ปรุงแต่งไปถึงเรื่องนั้นเรื่องนี้ มาคิดว่าทำไมต้องพลาดทำอย่างนั้น ทำไมชีวิตต้องเป็นอย่างนี้ จนเกิดความหดหู่ท้อถอย มันเป็นกิเลสแห่งการปรุงแต่ง มันคือความลุ่มหลง หลงไปในอดีต หลงไปในสิ่งที่ไม่ดี ในสิ่งที่ตนได้เคยทำไม่ดีมา หรือเคยเจอสิ่งที่ไม่ดีมาอย่างนี้

**พระยาธรรมเมย..** หรือว่าจะเป็นการหลงอีกแบบหนึ่ง หลงไปในสิ่งที่ดี ปรุงแต่งไปในสิ่งที่ดี นึกถึงสิ่งนั้น สิ่งนี้ ที่ตนเคยทำเอาไว้ นึกถึงแบบลุ่มหลง ฉะนั้นเคยทำความดีอย่างนั้นบ้างอย่างนี้บ้าง ทำให้คนนั้นบ้าง คนนี้บ้าง

ที่นี้ พอนึกไป ก็แอบไปหลงยึดความดีที่เคยทำเอาไว้ แอบไปลุ่มหลงแบกความดีที่ทำนั้น จนตนนั้น เกิดการเหน้อย การหนัก ก็เลยทำให้มีอาการเบื่อหน่าย มีอาการหดหู่ท้อถอยกับชีวิต กับสิ่งที่ตนกำลังจะทำ กับความดีในปัจจุบันที่กำลังจะสร้างจะทำ ก็เลยทำให้ไปต่อไม่ไหว ทำความดีต่อไม่ไหวแล้ว จิตมันปรุงแต่งพาไปหาอดีต พาไปหาเรื่องไม่ดีบ้าง เรื่องดีบ้าง แล้วก็เอามาแบกไว้ จนตนนั้นเหน้อยล้า ก็เลยเกิดอาการหดหู่ท้อถอยขึ้น เช่นนี้ละ

**พระยาธรรม..** การที่คนเรานั้น เกิดอาการหดหู่ท้อถอย ก็มาจากสาเหตุของจิตที่ปรุงแต่ง พาให้จิตนั้นลุ่มหลง ล่องลอย กลับคืนสู่เรื่องนั้นเรื่องนี้ แล้วก็เอามาแบก มายึดติดในสิ่งที่ผ่านมานั้น ว่าเป็นเรา เป็นตัวเป็นตนของเรา ว่าดีของเรา ชั่วของเรา ปรุงแต่งไปเรื่อยๆ ก็เลยเหน้อย ก็เลยหนัก ก็เลยหดหู่ท้อถอย เบื่อหน่าย ไม่มีกำลังใจที่จะทำความดีต่อไป ก็เลยเป็นเหตุตัดรอน ไม่ให้ทำความดีต่อได้

และอีกอย่างหนึ่ง ก็เป็นเช่นนี้ด้วยนะ..พระยาธรรม จิตนั้นหลงปรุงแต่ง ล่องลอยไปกับอนาคต ไปนึกไปคิดปรุงแต่ง ว่าฉันจะทำความดีอย่างนั้น อย่างนี้ เท่านั้นเท่านั้น แล้วฉันจะทำได้มั๊ยนะ ฉันจะทำได้ขนาดไหน ทำได้หรือเปล่า มันยากมากนะ

ปรุงแต่งไปสู่เรื่องของอนาคต แล้วก็เอามาแบกไว้ คิดพะวง เป็นห่วงในเรื่องที่ยังไม่เกิดขึ้น ก็เลยทำให้ตนเกิดอาการเหนื่อยล้า เบื่อหน่าย หดหู่ท้อถอย มันก็เลยเป็นเช่นนั้นล่ะ

**พระยารธรรม..** บางทีก็ปรุงแต่งไปถึงเรื่องของอนาคตที่ดี บางทีก็ปรุงแต่งไปถึงเรื่องของอนาคตที่ไม่ดี แล้วก็คิดไปปรุงแต่งไป ตามกิเลสความลุ่มหลงแห่งตน แล้วก็เลยทำให้จิตนั้นเหนื่อยล้า

เพราะจิตไม่ได้อยู่กับปัจจุบัน มัวแต่ห่วงหน้าพะวงหลัง มัวแต่แบกข้างหลัง แล้วเอาข้างหน้า มาถมตนเอง ก็เลยเกิดความเบื่อหน่าย ก็เลยเกิดอาการหดหู่ท้อถอยขึ้นมา ก็เลยหมดแรงที่จะทำความดี เช่นนี้ล่ะ

**พระยารธรรม..** บุคคลผู้มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาจะค้นหาสาเหตุ ที่ทำให้เขาเกิดอาการหดหู่ท้อถอย แล้วเขาก็ค่อยๆ ถอดถอน

อดีตเป็นสิ่งที่ล่วงไปแล้ว เปลี่ยนแปลงแก้ไขอะไรมันไม่ได้ จะไปสนใจยึดติดเอาไว้ทำไม สิ่งที่ดี ก็ทำไปแล้ว ก็แล้วไป สิ่งไหนไม่ดี ที่เคยพลาดพลั้งทำไปแล้วก็อย่าทำอีก ทุกคนมีโอกาสผิดพลาดกันได้ทั้งนั้น แต่ผิดก็ให้เป็นครู แล้วต่อจากนี้ไปก็อย่าไปทำมันอีก

อนาคตเป็นเรื่องที่ยังมาไม่ถึง บางทีคิดไปก็ไม่เหมือนที่เราคิด อย่าไปนึกถึงมันเลย เอาใจของเรานั้นอยู่กับปัจจุบัน ทำความดีในปัจจุบันอย่างมีสติ มีปัญญาดีกว่าถ้าเรานั้นนึกถึงการทำสมาธิ ถ้าเรานั้นจะเอาดีโดยการทำสมาธิ เราก็ต้องอย่าห่วงหน้าพะวงหลัง อย่าไปนึกถึงอดีตหรืออนาคต ให้จิตของเรา ตั้งมั่นอยู่กับปัจจุบันดีกว่า

ถ้าเราจะประกอบกิจการงานใด ที่เป็นสิ่งที่ทำความดี หรือว่าประกอบกิจใดอยู่กับปัจจุบันนั้น เราก็อย่าเอาอารมณ์แห่งนิรวณ ข้อที่ 3 คือ ความหดหู่ท้อถอยนี้เข้ามา ทำให้เราต้องรู้สึกเหนื่อยล้า เบื่อหน่าย ไม่ทำหรือว่าทำในสิ่งที่ตนกำลังทำนั้นได้ไม่ดีพอ อย่าปล่อยให้อารมณ์เหล่านี้ เข้ามารบกวนการทำความดี สิ่งที่เรา กำลังทำอยู่ในปัจจุบัน ทำสมาธิก็ทำอย่างมีสติมีปัญญา อย่าปล่อยเรื่องอื่นให้เข้ามารบกวน เมื่อเรานั้นจะทำความดีใดก็ตาม ก็อย่าปล่อยให้อารมณ์เหล่านี้ คือ ความหดหู่ ท้อถอย ฟุ้งซ่านไปในอดีต ฟุ้งซ่านไปในอนาคต จิตนั้นปรุงแต่งพาให้แบกอนาคตบ้าง แบกอดีตบ้าง อย่าปล่อยให้เป็นอย่างนี้

เฝ้าดูจิตของตนให้ดี รู้เท่า รู้ทันมัน

ตอนนี้มันกำลังปรุงแต่งอยู่ ดึงมันกลับมาเสีย

ระลึกรู้เท่าทันมัน รู้ว่ามันไม่เกิดประโยชน์อะไรเลย

การหลงไปในอดีตก็ไม่ดี การหลงไปในอนาคตก็ไม่ดี

หลงชั่วก็ไม่ดี หลงดีก็ไม่ดี ปล่อยวางมันเสีย

ปล่อยจิตปล่อยใจให้มันว่างๆ ให้มันโล่งๆ

ให้มันสบายๆ ผ่อนคลาย แล้วทำสิ่งที่กำลังทำอยู่ในปัจจุบันนั้นให้ดี เช่นนี้ละ

**พระยาธรรม..** ที่บุคคลผู้ที่มีปัญญารธรรมดีแล้วนั้น เขาพากันทำ และพิจารณากัน อยู่เสมอๆ จนอารมณ์เหล่านี้ มันหายจากเขาไป คือ อารมณ์ของความหดหู่ ท้อถอย ไม่มี ความเบื่อหน่าย หรือความฟุ้งซ่านต่างๆ ไม่มี เขาจึงสามารถ เป็นผู้ที่มีปัญญา ผู้รู้ตื่น เป็นผู้ ที่อยู่เหนือทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่สนใจอดีต และอนาคต ทำในสิ่งที่มีอยู่ในปัจจุบันได้อย่างมีสติ มีปัญญา

เมื่อเราได้ทำในสิ่งที่มีอยู่ เป็นอยู่ ณ ปัจจุบันนั้นได้เป็นอย่างดี อนาคตของเรา ก็ ย่อมส่งผลสิ่งที่ดี เพราะทุกสิ่งเกิดขึ้นตามกฎแห่งกรรม ไม่มีใครหนีพ้นกฎแห่งกรรมได้ เมื่อ ไม่หลงไปในอดีต จิตไม่ปรุงแต่งฟุ้งซ่านไป ย่อมทำในสิ่งที่มีอยู่ เป็นอยู่ในปัจจุบันได้ดี และ ทำต่อไปได้เรื่อยๆ จึงไม่เหนื่อย ไม่หนัก เพราะไม่แบกเอาไว้ จึงไม่หดหู่ท้อถอย เกิดความ ท้อแท้ในใจ เบื่อหน่าย ชี้เกียด เบื่อ ไม่อยากจะทำอีกแล้ว อาการเหล่านี้จึงหายไป

**พระยาธรรมเอย..** บุคคลผู้ที่มีปัญญารู้แจ้งดีแล้วนั้น เขาทำความเข้าใจ และรู้จัก อารมณ์แห่งความหดหู่ท้อถอยเช่นนี้แหละลูก ว่ามันเกิดมาจากสิ่งนี้ คือ หลงไปในอดีต เรื่อง ดีบ้าง ไม่ดีบ้าง จิตมันพาปรุงแต่ง หลงไปในอนาคตเรื่องดีบ้าง ไม่ดีบ้าง จิตมันปรุงแต่ง จิต มันล่องลอยไม่อยู่กับปัจจุบัน และอนาคตหรืออดีต ก็ไม่ใช่สิ่งที่เราจะแบกเอาไว้ หรือเอา มาทับถมตน มันเป็นสิ่งที่ควรปล่อยมันผ่านไป ควรตั้งสติให้มันอยู่กับปัจจุบัน อย่างนี้ละ

**พระยาธรรม..** เมื่อรู้เหตุ เข้าใจเหตุ ดับที่เหตุ เข้าใจอย่างชัดเจนแล้ว จิตของลูกทั้งหลาย ก็จะอยู่เหนือความหดหู่ท้อถอยเหล่านี้

ไม่ว่าลูกจะทำความดีได้ก็ตาม ลูกย่อมสามารถที่จะอยู่เหนือความฟุ้งซ่านเหล่านี้ ได้ แล้วลูกก็จะทำดี อยู่กับปัจจุบันในหน้าที่ ที่ควรทำนั้นได้เป็นอย่างดี จะข้ามนิรันดรธรรม รู้สึกหดหู่ท้อถอยนั้นได้ ด้วยวิธีเช่นนี้ละลูก

**พระยาธรรม :** สาธุเจ้าค่ะ

กราบขอบพระคุณพระพุทธองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรม เรื่องความหดหู่ ท้อถอย ให้ลูกได้ฟัง แท้ที่จริงแล้ว มันก็เกิดขึ้นเช่นนี้เอง ลูกพอจะเข้าใจบ้างแล้วละเจ้าค่ะ ในหัวข้อ ที่ 1 ของนิวรรณ์ 3 ลูกเข้าใจแล้วเจ้าค่ะ



กราบขอพระคุณที่ทรงเมตตาอุกนะเจ้าคะ แล้วลูกจะขอเฝ้าทูลถาม ถึงความ  
รู้สีก่งวงเหงาหวานอน ในคลิปธรรมะต่อไปนะเจ้าคะ

สาธุ

## ตอนที่ 298 \*\*ชนะนิวรรณ์ ถิ่นมิถระ ความง่วง\*\*

ในเช้าของวันที่ 10 มีนาคม พ.ศ. 2561 ณ พุทธอุทยานกุสุวรรณ์

ข้าพระพุทธเจ้าเมื่อได้มีโอกาสบ่นอ้อมเข้าเฝ้าต่อองค์พระพุทธบิดา องค์พระ  
สัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ท่านแล้วนั้น จึงได้เฝ้าทูลถามพระพุทธองค์ท่านไป ดังนี้ว่า...

“ข้าแต่องค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าขา.. แล้วอาการง่วงเหงา  
หาวนอนละเจ้าคะ ของนิวรรณ์ ข้อ 3 นะเจ้าคะ บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขามีวิธีใด  
พิจารณาเช่นไร จึงสามารถเอาชนะนิวรรณ์ ความง่วงเหงาหาวนอน ได้แบบไหน ยังไงหรือ  
เจ้าคะ”

**พระยารธรรมเอย..** ความรู้สึกง่วงเหงาหาวนอน ที่มันเกิดขึ้นกับตัวของเรา เมื่อครั้ง  
ตั้งใจว่าจะทำความดี ก็เกิดความง่วงไม่อยากจะไปทำ เราก็ต้องพิจารณาให้เห็นตามความ  
เป็นจริงในสิ่งที่มันเกิดขึ้นนั้นเช่นเดียวกัน

**พระยารธรรมเอย..** เราต้องพิจารณาให้ลึกเสียก่อน ว่าอาการที่เราเป็นเช่นนั้น  
เกิดจากการหดหู่ ท้อถอย เบื่อหน่าย หมดกำลังใจ ก็เลยทำให้ขี้เกียจ ก็เลยง่วงนอน อย่าง  
นั้นหรือเปล่า

หรือว่าอาการที่เราง่วงนอนนี้ มันเกิดจากร่างกายของเราที่ไม่พร้อม เช่น ไม่สบาย  
เช่นว่า เราไม่ได้พักผ่อน จนร่างกายของเราไม่ไหวจริงๆ เราก็ต้องพิจารณา ตรึกตรอง  
ทบทวนดูเช่นนั้นะลูก หากว่าเราพิจารณาดูแล้ว แล้วเห็นว่าอาการที่เราง่วงเหงาหาวนอน ไม่  
สามารถทำความดีต่อไปได้นี้ มันเกิดจากความหดหู่ท้อถอย เบื่อหน่าย ขี้เกียจ ไม่อยากจะ  
ทำเลยเคลิ้มไป อยากจะหลับไปขี้เกียจ ไม่อยากที่จะทำแล้ว ถ้าเกิดว่ามันเกิดจากอาการนี้  
เราค่อยไปไล่แก้ไขดังที่ได้กล่าวไปเมื่อตอนที่ 1

แต่ถ้าเกิดว่าเราพิจารณาดูแล้ว อาการง่วง อาการอยากนอนของเรานั้น มันเกิด  
จากร่างกายที่มันไม่ได้พักผ่อนเลย ที่มันเพลียเต็มที่ เราก็ต้องปล่อยให้มันเป็นไปตามเหตุ  
ของร่างกาย ก็ร่างกายมันไม่ไหวนี้ลูก เราก็ปล่อยให้เขาได้พักเสีย ได้พักสักหน่อย ให้มัน  
หายเมื่อย หายเหนื่อยในร่างกาย แล้วเรากค่อยมาทำทำความเพียรต่อไปก็ได้ เดินทางสาย  
กลางดีกว่า

อย่าทรมานร่างกายของเราเลย เพราะสาเหตุที่มันเกิดเช่นนี้ มันเกิดมาร่างกายของเรา เราก็แก้ไขไปตามเหตุของมัน พิจารณาหาเหตุที่ทำให้มันเกิดความง่วงเหงาหาวนอน แล้วก็ค่อยๆ ดูไป แก้ไขไปให้ตรงกับเหตุ

เมื่อเราทำเช่นนี้ จิตเราก็ไม่ลุ่มหลง ไม่หลงว่าการที่ง่วงนอนเนี่ย ต้องเกิดจากจิตที่มันปรุงแต่ง ความหดหู่ท้อถอย ที่ทำให้มันเบื่อ ที่ทำให้มันเหนื่อย มันเลยขี้เกียจ มันเลยไม่อยากทำ มันเลยง่วงนอน เราก็จะไม่ลุ่มหลงว่า มันเป็นเพราะเช่นนั้น ไม่ตัดสินผิตตัดสินถูกเพียงแค่ง่วงนอน เลยมาตัดสินตนว่าเป็นเช่นนั้น ก็เลยมาบังคับตนไม่ให้หลับไม่ให้นอน ไม่พิจารณาถึงความจริง เราก็จะได้ไม่เป็นเช่นนั้น จะได้ไม่ลุ่มหลงเช่นนั้น

หรือว่าบางทีมันก็เกิดจากอาการง่วงเหงาหาวนอนจริงๆ มันก็เกิดจากการที่ร่างกายของเรานั้น พักผ่อนไม่เพียงพอ เลยเกิดอาการอย่างนี้ขึ้น เราก็ไปหลงนึกว่า มันคงเป็นเพราะว่าเราขี้เกียจ เป็นเพราะว่าเราเกิดความหดหู่ ท้อถอย เลยไม่อยากทำ บางทีสิ่งที่มันเกิดขึ้นมันเกิดขึ้น เพราะว่าเรานั้นมีเชื้อแห่งกิเลส คือ ความลุ่มหลงไปในอดีต ลุ่มหลงไปในอนาคต จนเรานั้นไม่สามารถที่จะทำความดีต่อไป เราก็ดันไปหลงว่า ร่างกายอ่อน ร่างกายเพลีย เราก็หลงไปโดยไม่ได้อะไรพิจารณา

ฉะนั้น **พระยารธรรมเอย..** บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาจึง หาเหตุให้เจอเหตุที่แท้จริง ที่มันเกิดอาการเหล่านั้น แล้วเขาก็จะแก้ไขปัญหาต่างๆ เหล่านั้น ตามเหตุของมัน

ที่นี้แหละ **พระยารธรรม..** เขาก็จะสามารถที่จะเอาชนะอาการง่วงเหงาหาวนอนได้ด้วยเหตุ ด้วยผล ด้วยวิธีการแก้ไขอาการนี้อย่างถูกต้อง แก้ที่จิต หรือแก้ที่กายเป็นที่จิต หรือเป็นที่กาย แก้ไขได้ โดยไม่ยึดติดลุ่มหลง เช่นนี้ละ

**พระยารธรรมเอย..** เขาจึงสามารถเอาชนะความง่วงเหงาหาวนอนนี้ได้ลูก เพราะว่าเหตุผลที่เกิดอาการเหล่านี้ขึ้น มันมาจากสาเหตุ ที่แตกต่างกัน เพียงแต่มันส่งผลให้เกิดอาการเดียวกัน ก็คือง่วงเหงาหาวนอน เบื่อหน่าย ง่วงแล้ว ไม่อยากทำความเพียรแล้ว มันทำให้เกิดอาการเดียวกัน แต่สาเหตุที่มาของมันต่างกัน

ต่างกัน เพราะเกิด จากจิตบ้าง เกิดจากกายบ้าง เกิดจากจิต คือ จิตที่ปรุงแต่ง โดนเชื้อกิเลสตัณหาครอบงำไม่ให้อะไรเลย เกิดอาการง่วงเหงาหาวนอน เบื่อหน่าย หรือว่าเกิดจากกาย คือ การที่กายของเรานี้เกิดอาการเมื่อยล้า อ่อนเพลีย จากกิจการงาน จากการทำงานที่ไม่ได้พักผ่อน แต่ก็เกิดเป็นอาการง่วงเหงาหาวนอนอย่างนั้น เช่นนี้ละ

**พระยาธรรม..** บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้ว ท่านทั้งหลายเหล่านั้น เอาชนะนิรวณข้อที่ 3 คืออาการแห่งความหดหู่ท้อถอย หรือว่าง่วงเหงาหาวนอน

นิรวณข้อที่ 3 เขาเอาชนะกันเช่นนี้ละลูก โดยการรู้เหตุของสิ่งที่เกิด แล้วก็แบ่งออกมาเป็น 2 รูปแบบ แล้วก็ตามแก้ไข แต่ละรูปแบบนั้นตามเหตุของมัน ตามความเป็นจริงของมัน จนตนนั้นสามารถเข้าใจ รู้แจ้ง กับอาการเหล่านี้เป็นอย่างดี จึงไม่เผลอหลงไปกับจิตที่ปรุงแต่ง เลยหยุดทำความเพียร จึงไม่เผลอหลงไปกับร่างกายที่มันอ่อนล้า แต่ก็บังคับให้มันทำความเพียร พอมันไม่ทำก็คิดว่านั่นคือการขี้เกียจ ลุ่มหลง เป็นกิเลส แต่จริงๆ มันไม่ใช่กิเลส แต่มันเป็นเรื่องของร่างกายที่ไม่ไหวแล้ว

บุคคลผู้มีปัญญาธรรม เขาตรีกตรองเช่นนี้ ทบทวนเช่นนี้ จนเห็นแจ้งเช่นนี้ เขาจึงสามารถอยู่เหนือ นิรวณข้อ 3 อารมณ์ทั้ง 2 อย่างนี้ ได้ โดยที่ไม่ทุกข์ โดยที่ไม่สนใจกับสิ่งที่มันเกิดขึ้น ไม่ปล่อยให้มันเข้ามาทำลายกิตขวาง ตัตรอน การทำความดีของตน เช่นนั้นละ

**พระยาธรรม..** เมื่อเห็นแจ้งเข้าใจเช่นนี้แล้ว การทำความดียอมทำต่อไปได้ เพราะเราเป็นผู้มีปัญญา รู้เท่ารู้ทันอารมณ์นิรวณข้อ 3 ความหดหู่ท้อถอย เบื่อหน่าย ทำให้ว่างเหงาหาวนอน

อารมณ์เหล่านี้ ก็ทำอะไรเขาไม่ได้ เพราะเขารู้เท่าทัน รู้เหตุ และดับเหตุแล้ว อารมณ์ความว่างเหงาหาวนอน เพราะเกิดจากร่างกาย สิ่งนี้ก็ทำลายกิตขวางความดีเขาไม่ได้ เพราะเขารู้แล้วว่า ต้องพักผ่อนเสียก่อน ไม่ได้เกิดจากกิเลสที่ปรุงแต่งไป

เขาย่อมสามารถใช้การเดินทางสายกลาง เอาชนะ ความว่างเหงาหาวนอน ความเบื่อหน่าย หดหู่ ท้อถอยเหล่านั้นได้ เขาย่อมเข้าถึงความดี ตามระดับต่างๆ ที่เขานั้นกระทำที่เขานั้น ตั้งจุดมุ่งหมายไว้ว่าจะไปให้ถึง เช่นนี้ละ

**ลูกเอ๋ย..** พอจะเข้าใจแล้วหรือยัง ในเรื่องของนิรวณข้อที่ 3 ทั้ง 2 หัวข้อ ที่แบ่งออกมา 2 อาการนั้น สาเหตุที่เกิดอาการนั้น และวิธีของการเอาชนะนิรวณข้อที่ 3 นี้ พอจะเข้าใจบ้างแล้วหรือยังเล่า..พระยาธรรม..

**พระยาธรรม :** สาธุเจ้าค่ะ

พอจะเข้าใจบ้างแล้วละเจ้าค่ะ แท้ที่จริงแล้ว อาการเหล่านั้นก่อเกิดขึ้นมาจากจิตที่ปรุงแต่งไปในอดีต ในอนาคต เรื่องดีบ้าง เรื่องชั่วบ้าง และเกิดขึ้นจากร่างกายของเราที่มันไม่ได้พักผ่อนอย่างเพียงพอ เราจงตรวจดูเหตุที่มันเกิดขึ้นให้ชัดเจน แบ่งแยกให้ชัดเจน ตัวเรานั้นแหละจะเป็นผู้รู้ดีที่สุด ว่าอาการที่เกิดขึ้นแก่เรานั้น มันเกิดจากสาเหตุอะไร

แล้วเราก็หาวิธีดับมัน เท่านั้นแหละก็จะทำให้เราสามารถทำความเพียร ทำความดีต่อไปได้

ไม่ว่าจะเป็นความดีในรูปแบบของการทำสมาธิ หรือเป็นความดีอื่นๆ ไม่ว่าจะเป็นการทำทาน รักษาศีล การภาวนา หรือการฝึกฝนปัญญาธรรมก็ได้ทั้งนั้น ขอเพียงแค่ว่าเราไม่มีอารมณ์เหล่านี้ เข้ามาขัดขวาง ตัตรอนเรา เราก็จะสามารถทำความดี ทำความเพียรได้ในทุกๆ อริยาบถ และจะสามารถไปถึงจุดมุ่งหมายของเรา

แท้ที่จริงแล้ว นิเวศน์ข้อ 3 อารมณ์ทั้ง 2 อย่าง มันก็คือ กำแพงอย่างหนึ่งที่มาปิดกั้น ขัดขวางการเข้าถึงความดี เข้าใจอย่างนี้แล้วพระพุทธเจ้าค่ะ

**พระพุทธองค์ :** ดีแล้วละ พระยารธรรม ดีแล้วที่เข้าใจ ลองตรีกตรองดู แล้วก็นำไปปฏิบัติให้ได้ แล้วลูกนั้นก็จะสามารถเอาชนะอารมณ์เหล่านี้ ข้ามกำแพงนี้ได้อีก 1 กำแพง

**พระยารธรรม :** สาธุเจ้าค่ะ

กราบขอบพระคุณพระพุทธองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ให้ลูกได้ฟังนะเจ้าคะ  
วันนี้ ลูกคงต้องขอกราบลาก่อน เอาไว้ลูกจะมาเฝ้าฟังธรรมใหม่ ในโอกาสหน้านะ  
เจ้าคะ

สาธุ

## ตอนที่ 299 \*\*ชนะนิวรรณ์ อุทัจจกุกุกุจะ\*\*

ในเช้าของวันที่ 11 มีนาคม พ.ศ. 2561 ณ พุทธอุทยานกุสุวรรณ์

ข้าพระพุทธเจ้าได้กราบนอบน้อมเข้าเฝ้าต่อองค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ท่านเพื่อเฝ้าฟังธรรม เมื่อข้าพระพุทธเจ้าได้กราบนอบน้อมเข้าเฝ้าต่อพระพุทธองค์ท่านแล้ว จึงได้เฝ้าทูลถามพระพุทธองค์ท่านไป ดังนี้ว่า...

“ข้าแต่องค์พระพุทธบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าขา.. วันนี้ ลูกจะขอเฝ้าทูลถาม เรื่องของบุคคลผู้มีปัญญาธรรม ที่ท่านทั้งหลายเหล่านั้น สามารถเอาชนะนิวรรณ์ 5 ในแต่ละตัว แต่วันนี้ ลูกจะขอถามถึงวิธีที่บุคคลผู้มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาใช้และสามารถเอาชนะนิวรรณ์ตัวที่ 4 คือ ความฟุ้งซ่านของจิต และความรำคาญใจ ที่เกิดจากความกังวลใจนะเจ้าคะ ขอพระพุทธองค์โปรดทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกได้ฟังด้วยเถิด เจ้าคะ”

**พระพุทธองค์ :** ถ้าอย่างนั้นก็ดีแล้วละ พระยาธรรม..เอาละนะ เตรียมจิตเตรียมใจ ให้พร้อม ทำใจของตนให้สงบ ให้เห็นดวงแก้วดวงธรรมที่สว่างไสวนุ่มสูกุศลกลางกาย เพื่อเป็นฐานของสมาธิ ของจิตที่ตั้งมั่น แล้วก็รวบรวมสมาธินั้น มาพิจารณาธรรมที่ได้ยินได้ฟัง ต่อไปนี้

**พระยาธรรมเอย..** การที่บุคคลผู้ใดผู้หนึ่ง จะเอาชนะศัตรูของตนได้ บุคคลผู้นั้น ต้องรู้ว่าศัตรูของตนนั้น มีสภาวะธรรมเป็นแบบไหน เรานั้นจึงสามารถที่จะเอาชนะศัตรูได้ เพราะเราไปหาวิธีที่จะอยู่เหนือศัตรูผู้นั้น เก่งกว่าเขา อยู่เหนือเขา เตรียมการเอาไว้ก่อนเสียแล้วเมื่อเราเจอกับศัตรูผู้นั้น เราจึงสามารถทำให้เขานั้นพ่ายแพ้ต่อเรา

การที่คนเรา จะข้ามนิวรรณ์ คือสิ่งขวางกั้นความดีได้นั้น เราก็จะต้องรู้ รู้เหตุ รู้สภาวะธรรมของนิวรรณ์แต่ละตัวนั้นให้ดี เช่นที่วันนี้ ลูกได้ถามถึงเรื่องของนิวรรณ์ ข้อที่ 4 คือ ความฟุ้งซ่านของจิต และความรำคาญใจ เราต้องทำความรู้จักกับมันให้ดีเสียก่อน เอาละนะ.. พระยาธรรม.. ถ้าอย่างนั้น เราก็มาดูความฟุ้งซ่านของจิตก่อนก็แล้วกัน

**พระยาธรรมเอย..** ความฟุ้งซ่านของจิตนั้น คืออาการของจิตที่ไม่สามารถตั้งมั่นให้แนบนิ่งให้สงบอยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง ที่เราคิดว่าจะตั้งจิตของเราไว้กับสิ่งนั้น เช่น

คำบริกรรม หรือว่า การเพ่งกสิณต่างๆ หรือการวางจิตของเราไว้ในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ให้จิตสงบ  
อยู่ตรงนั้น

เราไม่สามารถที่จะคุมจิตเช่นนั้นได้ เมื่อเราตั้งทำให้จิตนั้นมันสงบ อยู่กับเรื่องใด  
เรื่องหนึ่งมันก็ไม่ยอมอยู่ เพราะว่ามันจะพุ่งชานไปเรื่องนั้น เรื่องนี้ ควบคุมจิตไม่ได้เลยนั่น  
คือความพุ่งชานของจิตลูก และสิ่งเหล่านั้นที่มันเกิดกับเรา ก็เพราะว่าเรานั้นยังไม่มีฐาน  
ของสมาธิที่หนักแน่น ก็เลยยังถูกสิ่งเหล่านี้รบกวน และที่ฐานสมาธิของเราไม่แน่น ทำสมาธิ  
ไม่ได้ นั่นก็เป็นเพราะว่าเรานั้น มีศีลไม่ครบ มีกรรมวิบากที่ก่อที่ทำ มารบกวน มีกิเลส  
มีตัณหาครอบงำจิตใจอยู่

ก็เลยทำให้คลื่นแห่งความหลงใหล รุ่มร้อน เราร้อน คลื่นกระแสเหล่านั้นครอบงำ  
จิตใจ ทำให้จิตใจของเราไม่สงบ ทำให้จิตใจของเรา คอยแต่จะพุ่งชาน ไปตามคลื่นกระแส  
อันวุ่นวายนั้น

ฉะนั้น..ลูก บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น

เมื่อเขาได้สมาทานศีลใดไว้แล้ว เขาก็รักษาศีลนั้นให้ได้

เพื่อที่จะให้จิตของเขามีเกราะป้องกันกิเลสตัณหา

และเขาก็พยายามทำความเพียร เพื่อชำระวิบากกรรมเก่า

เพื่อขอขมากรรมแผ่เมตตาให้เจ้ากรรมนายเวร

ให้จิตทั้งหลายที่จ่อจิตความทุกข์มาหาเขา

เขาทำทุกอย่าง ให้คลายคลื่นพลังงานที่ไม่ดีออก

ให้จิตของเขานั้นได้รับคลื่นพลังงานที่ดี เขาก็สามารถสงบได้บ้าง

เมื่อสงบได้บ้าง ก็ฝึกฝนไปเรื่อยๆ จนจิตของเขานั้น มีพลังแห่งสมาธิค้ำแล้วใน  
ระดับหนึ่ง ที่เขาสามารถที่จะควบคุมจิตได้ และเขาก็ยังคง ฝึกฝนตน ให้ระลึกรู้ อยู่กับ  
ปัจจุบันอย่างมีสติ เขาจะฝึกเรื่องของสติตั้งมั่นในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ต้องให้มันตั้งมั่นอยู่ในสิ่งนั้น  
ที่เรากำหนดเอาไว้

เขาก็ฝึกเช่นนี้ละ.. **พระยาธรรม..** พอฝึกเช่นนี้ ฝึกบ่อยๆ ฝึกไปๆ เราก็จะเป็นบุคคล  
ผู้ที่ไม่พุ่งชาน ไม่ว่าจะอยู่ในอิริยาบถใดก็ตาม จะนั่ง จะนอน จะเดิน จะกิน จะทำเรื่องอะไรอยู่  
เราก็จะมีจิตตั้งมั่นอยู่ ในสิ่งที่เรานั้น

**ลูกเอ๋ย..** ไม่ใช่แต่เพียงเฉพาะตอนที่ทำสมาธิเท่านั้น จิตของเขาจะสงบ ไม่ส่งไป  
คิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ ไม่สนใจอะไรทั้งหมดทั้งสิ้น

ถ้าหากว่าเขาจะต้องทำอะไรสักอย่างหนึ่ง จิตของเขาจะตั้งมั่นอยู่กับสิ่งที่ทำในทุกสิ่งทุกอย่างที่เขาทำ จึงทำออกมาได้เป็นอย่างดี จึงไม่มีสิ่งใดขวางกั้นเขาได้ เช่นนี้ล่ะ

**พระยารธรรมเอย..** คือวิธีของบุคคลผู้มีปัญญาธรรมที่เอาชนะความฟุ้งซ่านของจิตได้ เพราะว่าเขา<sup>นั้น</sup> ระลึกรู้อยู่กับปัจจุบัน

เพราะว่าเขา<sup>นั้น</sup>มีฐานของสมาธิ มาช่วยจิต

เพราะว่าเขา<sup>นั้น</sup>รักษาศีล

ทำความเพียรในสิ่งที่ดี เพื่อชำระกิเลสตัณหา ชำระวิบากกรรม

จิตของเขาเข้าถึงความสงบ จึงเป็นสมาธิ

สมาธิช่วยหนุนมา จึงเป็นความไม่ฟุ้งซ่านของจิต

จึงเป็นความมีสติ ระลึกรู้อยู่ในสิ่งที่ทำ

และจึงทำสิ่งเหล่านั้นออกมาได้เป็นอย่างดี

จึงประสบกับสิ่งที่ตน<sup>นั้น</sup>ตั้งความหวังเอาไว้ ตั้งจุดมุ่งหมายเอาไว้

จึงสามารถประสบความสำเร็จตามที่ตั้งใจไว้ได้ทุกสิ่งทุกอย่าง อย่างนั้นล่ะ

**พระยารธรรมเอย..** ต่อไป ความรำคาญใจ ความรำคาญใจ แท้ที่จริงแล้ว มันก็คือ จิตฟุ้งซ่าน ด้วยนั้นแหละลูก เพียงแต่เหตุของมันอาจจะมาจากสิ่งที่ตน<sup>นั้น</sup>ไปกังวล กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยที่ไม่ใช่เพราะว่า ถูกคลื่นสิ่งไม่ดี กิเลสตัณหา กรรมวิบากครอบงำซะทีเดียว แต่เป็นความรู้สึกที่รู้สึกว่ กังวลถึงเรื่องที่ผ่านมาแล้วก็ดี เรื่องที่ยังไม่เกิดขึ้นก็ดี กังวลใจยิ่งนัก เดียวก็เรื่อง<sup>นั้น</sup>ผ่านเข้ามา เรื่อง<sup>นี้</sup>ผ่านเข้ามา จิต<sup>นั้น</sup>ไปปรุ่งแต่ง นึกกังวลถึงเรื่องต่างๆ เลยทำให้จิต<sup>นั้น</sup>ฟุ้งซ่านด้วย กังวลด้วย ก็เลยทำให้เกิดความรำคาญใจ

เพราะว่า จิตของตนไม่ตั้งมั่นอยู่ในสมาธิ<sup>นั้น</sup>แหละลูก ก็เลยไปกังวล ถึงเรื่อง<sup>ที่</sup>ตนเคยผิดพลาดกระทำมาในกาลก่อน นั่งสมาธิอยู่ดีๆ ก็ไปนึกถึงเรื่องแต่ก่อนโน้น ที่ตนเคยทำอย่างนั้นอย่างนี้ ที่ไม่ดี ไม่น่าทำเช่นนั้นเลย

ก็ไปนึกถึง แล้วก็เอามากังวล เอามาคิด เอามาทำลายความดีในปัจจุบัน คิดว่าตน<sup>นั้น</sup>จะทำให้ดีกว่า<sup>นั้น</sup> ถ้าย้อนเวลาได้บ้าง คิดว่าตน<sup>นั้น</sup>ทำไมต้องทำอย่าง<sup>นั้น</sup> กรรม<sup>นั้น</sup>ส่งผลมา คงจะเอาดีไม่ได้บ้าง คิดไปต่างๆ นานา หรือบางที มีเรื่องอะไรบางอย่างที่ตนยังสะสางไม่จบ พอ<sup>นั้น</sup>สมาธิไปหน่อยก็ไปกังวลคอยห่วงเรื่อง<sup>นั้น</sup> เรื่อง<sup>นี้</sup> หรือว่ากังวลไปถึงเรื่องในอนาคตว่าจะ<sup>เป็น</sup>แบบไหนเป็นยังไง สารพัดเรื่อง ที่จะทำให้จิต<sup>นั้น</sup>กังวล พอเกิดความกังวลใจ ก็เกิดการรำคาญใจ และไม่<sup>ว่า</sup>จะเกิดจากสาเหตุ<sup>ที่</sup>ทำให้เรานั้นฟุ้งซ่าน เพราะกรรมวิบาก



เพราะกิเลสตัณหา เพราะไม่มีฐานของสมาธิ ก็คือการฟุ้งซ่านนั้นละ ต่อให้จะเกิดจากสาเหตุที่ 2 คือ การกังวลเรื่องนั้นเรื่องนี้ ก็เกิดจากการฟุ้งซ่านนั้นละ เพราะว่าจิตไม่ตั้งมั่น ก็เลยวิ่งไปหาเรื่องนั้นเรื่องนี้

**พระยารธรรมเอย..** ฉะนั้น ในแบบที่ 2 นี้ เราก็ต้องไปหาเหตุของมันให้เจอด้วย ว่ามันเกิดจากอะไร เราจะได้ระมัดระวังแก้ไขถูก ถ้ามันเกิดจากสาเหตุที่ 1 เราก็แก้ไปตามที่ได้อีกว่าไปนั้น ถ้าเกิดว่ามันฟุ้งซ่าน เกิดจากสาเหตุที่ 2 เราก็ต้องหาเหตุของมัน ว่ามันเกิดจากความกังวล ไปถึงเรื่องในอดีต หรืออนาคต เรื่องอะไรที่เรา กำลังกังวลอยู่นั้น

และ จงพิจารณาถอดถอนว่า อดีต เป็นสิ่งที่ล่วงเลยไปแล้ว จงอย่าไปนึกถึงมันเลย จงทำปัจจุบันนี้ให้ดี ที่เราผิดพลาดไป ก็เพราะว่า ณ ตอนนั้นเราไม่มีสติอยู่กับสิ่งที่ทำ มันก็เลยทำให้เราพลาดไป แต่ตอนนี้เราไม่ควรปล่อยให้อีกาสติๆ ตรงนี้พลาดอีก ด้วยความไม่มีสติของเรานั้น ควรที่จะลืมนั้นไปเสีย แล้วเริ่มต้นใหม่อย่าไปนึกถึงมันเลย ถ้าเป็นเรื่องที่ยังไม่สะสางความจนจบ เราก็ปล่อยวางมันเสียก่อน อย่าไปเพ่งไปนึกถึงมัน เอาจิตของเราให้ตั้งมั่นให้สงบ จิตที่สงบ ย่อมมีปัญญาที่แท้จริงเกิดขึ้นในความสงบนั้น แล้วเราก็ค่อยแก้ไขตามเหตุของมัน สิ่งที่ยังมาไม่ถึงถ้าเกิดเราไปกังวลถึงมัน บางทีไอ้ความกังวลของเรา นี่ละมันก็จะส่ง ผลไปทำให้สิ่งที่เรากำลังจะทำนี้ ไม่ดีเท่าที่ควร แล้วก็เลยส่งผลให้ก่อเกิดตามที่เรากังวลเอาไว้ด้วย

ฉะนั้น.. อย่าไปสนใจมันเลย สิ่งที่ผ่านมาแล้วก็ดี สิ่งที่ยังมาไม่ถึงก็ดี ช่างมันเถิดหนา เอาจิตของเราให้ตั้งมั่น ให้มันอยู่กับปัจจุบัน อยู่กับสิ่งที่ทำอยู่ให้ได้ แล้วทำสิ่งนั้นให้ดีที่สุดดีกว่า เพราะในความเป็นจริงแล้ว ชีวิตของคนเรานั้น ไม่ได้เป็นไปตามสิ่งที่เราคอยกังวลนั้น คอยห่วง คอยฟุ้งซ่าน ประจวบต่างๆ ให้มันเป็นอย่างนั้นอย่างนี้

จริงๆ แล้วสิ่งที่มันเกิดขึ้นกับชีวิตของคนเรา มันไม่ได้เกิดจากสิ่งเหล่านั้นเลย แต่มันกลับเกิดตามเหตุที่เราทำต่างหากเล่า ก็เพราะเราทำเหตุไม่ดี ไม่มีสติ ไม่มีปัญญาเลยพลาดพลั้งไป

ตอนนี้ต้องฝึกสติ ฝึกปัญญาให้ได้ เพราะว่าเราไม่ได้ฝึกสติ ฝึกปัญญา เราก็เลยสะสางเรื่องนั้นเรื่องนี้ ให้มันลงตัวให้มันจบไม่ได้

เราก็ต้องฝึกสติ ฝึกปัญญาให้ดี เมื่ออนาคตมันเป็นสิ่งที่ยังไม่มาถึง เราก็จะไปกังวลถึงเรื่องนั้น เรื่องนี้ทำไมเล่า ฝึกสติ ฝึกปัญญาให้ดี เพื่อเราจะได้นำเอาสิ่งที่เราฝึกนี้ละ

ไปเป็นเครื่องช่วยให้เราทำในสิ่งต่อไปให้ดีที่สุด

พิจารณาเช่นนี้.. ให้เห็นตามความเป็นจริงว่า ความกังวลใจนั้น มันไม่เกิดประโยชน์อะไรเลย ทีนี้ เมื่อเราเห็นว่ามันไม่เกิดประโยชน์อะไร และถอดถอนความกังวลใจนี้ออกจากเรา เราก็อาจจะเกิดความสงบ ไม่รำคาญใจ ไม่เดือดร้อนในใจ จิตใจของเราก็จะตั้งมั่นอย่างสงบได้ โดยไม่ฟุ้งซ่านไปทางไหนอีก

**พระยาธรรมเมย..** นีวรณ ข้อที่ 4 ของนีวรณ 5 นั้น ก็มีเหตุอย่างนี้ และดับเหตุอย่างนี้ ดังที่กล่าวมานี้ละ

**พระยาธรรม..** ลูกนั้น ก็จงนำไปพิจารณาตรึกตรองดูให้เข้าใจ แล้วลูกก็ค่อยนำไปเผยแพร่ตามที่ลูกนั้นพอจะทำได้ เพื่อเกิดประโยชน์กับดวงจิตทั้งหลาย

เพราะนีวรณ 5 ใช่ว่าจะเกิดมาขัดขวาง เฉพาะตอนจะทำสมาธิ

แต่มันจะขัดขวางทุกความดี ทุกอริยาบถ ตลอดการดำเนินชีวิตของเรา

ถ้าเกิดเราสามารถเอาชนะอารมณ์เหล่านี้ได้

เราจะเป็นผู้ที่มีสติ มีปัญญา ดำเนินชีวิตไปอย่างสงบสุข

และถูกต้อง ชีวิตย่อมเป็นสุข ลูกเอ๋ย.. ถ้าทำเช่นนี้ได้

**พระยาธรรม :** สาธุเจ้าค่ะ กราบขอบพระคุณพระพุทธองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ ให้ลูกได้ฟังเจ้าค่ะ ลูกพอจะเข้าใจแล้วละเจ้าค่ะ ว่าความฟุ้งซ่านนั้น เกิดจากจิตที่ไม่มีฐานของ ศีล ธรรม สมาธิ และปัญญา

เราต้องคอยฝึกฝนสิ่งเหล่านี้ เพื่อขจัดกิเลสตัณหา จิตเราตั้งมั่นเป็นสมาธิ จิตเราก็จะไม่ฟุ้งซ่าน และความฟุ้งซ่านของจิต ก็สามารถเกิดจากอีกสาเหตุหนึ่งได้ คือ ความกังวล กังวลเรื่องนั้นเรื่องนี้ นั่นก็ทำให้จิตฟุ้งซ่านเช่นเดียวกัน

เราต้องรู้ว่า ความกังวลนั้น ไม่เกิดประโยชน์อะไรกับเรา และไม่ใช้สิ่งที่จะทำให้ชีวิตดีขึ้น มันเป็นเพียงตัวก่อทวน ทำให้เราขาดสติ ขาดปัญญา เข้าไม่ถึงความดี และทำความดีได้ไม่สำเร็จ ทำความดีเพื่อประสบความสำเร็จไม่ได้ เราก็เลยต้องทิ้งมันไป

จิตต้องควรตั้งมั่นอยู่กับสิ่งที่ทำ ณ ปัจจุบัน จึงได้รับผลที่ดี เข้าใจเช่นนี้แล้วเจ้าค่ะ ลูกจะน้อมประพฤติปฏิบัติตาม และเผยแพร่ ตามที่พระพุทธองค์ทรงเมตตาเจ้าค่ะ

**สาธุ**

## ตอนที่ 300 \*\*ชนะนิวรรณ์ วิจิกิจฉา\*\*

ในเช้าของวันที่ 11 มีนาคม พ.ศ. 2561 ณ พุทธอุทยานกุสุวรรณ์  
เมื่อข้าพระพุทธเจ้าได้กราบนอบน้อมเข้าเฝ้าต่อองค์พระพุทธรูปบิดา องค์พระสัมมา  
สัมพุทธเจ้า พระองค์ท่านแล้วนั้น จึงได้ทูลถามพระพุทธรูปองค์ท่านไป ดังนี้ว่า...

“ข้าแต่องค์พระพุทธรูปบิดา องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เจ้าขา.. วันนี้ ลูกจะขอเฝ้า  
ฟังธรรม ถึงนิวรรณ์ 5 ข้อที่ 5 นะเจ้าคะ ว่าบุคคลผู้มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น ท่านทั้งหลาย  
เหล่านั้น เอาชนะนิวรรณ์ 5 ข้อที่ 5 แบบไหนหรือเจ้าคะ ซึ่งนิวรรณ์ 5 ข้อที่ 5 นี้ คือความ  
ลึกลับสงสัย ไม่แน่ใจ ไม่ปักใจเชื่อในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ว่าถูกหรือผิด ว่าใช่หรือไม่ใช่ คอยแต่ลี้เล  
อยู่อย่างนั้น จึงทำลายความดีที่ฟังจะเข้าถึงฟังจะได้รับนะเจ้าคะ บุคคลผู้มีปัญญาธรรม  
ดีแล้วนั้นท่านทั้งหลายเหล่านั้นเอาชนะสิ่งนี้ได้ยังไงหรือเจ้าคะ จึงสามารถเข้าถึงความดีได้  
นะเจ้าคะ”

**พระพุทธรูป :** ดีแล้วละ พระยาธรรม..ถ้าอย่างนั้น ก็จงตั้งใจฟังให้ดี ลูก คนเร  
นั้นเกิดมา ใช้ว่าเราจะรู้ทุกสิ่งทุกอย่างบนโลกนี้ สติและปัญญาของเรา ใช้ว่าเราจะรู้ทะลุทุก  
อย่าง รู้แจ้งทุกสิ่ง ซะที่ไหน

ฉะนั้น **ลูกเอ๋ย..** เราจึงไม่ควรเอาเรามาเป็นที่ตั้ง

เป็นมาตรฐานในการวัดสิ่งนั้นว่าถูก วัดสิ่งนี้ว่าผิด

ไม่ควรที่จะเอาเราเป็นมาตรฐานตัดสินสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ตามความคิดของเรา

และเราก็ควรที่จะเปิดโอกาสให้ตัวของเรา

ศึกษาเรียนรู้ ผิกลั่นในสิ่งที่ตนยังไม่รู้ ตามโอกาสที่ได้รับนั้น

ก็ในเมื่อเรายังไม่ใช่ผู้รู้แจ้งในสรรพสิ่งทั้งหลาย

เราไม่ใช่ผู้ที่ฉลาดที่สุดในโลก

ก็ในเมื่อเรายังเป็นเพียงแต่ ดวงจิตหนึ่ง

บุคคลหนึ่ง ที่ก็ยังมีความสุขทุกข์ ที่ก็ยังมึนงงไม่รู้และไม่รู้

เราก็ควรที่จะเปิดจิตเปิดใจ ลองดู ในสิ่งที่เรานั้นกำลังจะทำ หรือได้รับโอกาสที่จะ  
ทำนั้น ก็ลองดู เพราะว่าในความเป็นจริงแล้ว ทุกสิ่งในโลกนี้ ล้วนแล้วแต่มี เหตุของมัน

ที่มันทำให้เกิด ให้มีอยู่ ให้ดับไป ความจริงของทุกสิ่ง มันซ่อนอยู่ในสิ่งนั้นๆ

หากเราไม่เปิดจิตของเราให้เข้าถึง ไปสัมผัสกับสิ่งนั้น เราก็จะไม่รู้เลยว่าสิ่งนั้น คืออะไร เราต้องเข้าไปสัมผัส เข้าไปให้รู้ ให้ถึงสิ่งเหล่านั้นให้ได้ เราจึงจะรู้ แน่ใจด้วยตัวของเราเอง

ฉะนั้น.. เราทำ ทำสิ่งใดก็ตาม เราจงทำไปเถิด ทำไป เพื่อที่เราจะได้รู้ว่า มันเป็นแบบไหน ยังไง ทำไป ถ้าหากว่าสิ่งนั้นไม่ใช่ความชั่ว ก็ลองดูซักหน่อย เพื่อตนจะได้รับสิ่งที่ดีขึ้น กว้านั้น

**พระยารธรรมเอย..** เราควรพิจารณาเช่นนี้ อย่างนี้ เสียก่อนให้เรานั้นได้เปิดโอกาสให้กับตนเมื่อเราได้เปิดโอกาสให้กับตนแล้ว เราก็ค่อยทำตามในสิ่งที่เราได้ยินได้ฟัง ได้ถูกแนะนำบอกมา ด้วยความล่งเลสงสัยของตน ด้วยการดับความเป็นตนทิ้งเสียก่อน ถ้าไม่อย่างนั้น ก็จะมีแต่ตัวแต่ตน แต่เราแต่เขา จนเรานั้นกลายเป็นอัตตาขึ้นมา และตัวอัตตาของเรา นั้นละ มันจะขวางกั้นความดีอันพึงจะได้รับ รวมถึงการพิจารณาต่อไปนี้ด้วย

**พระยารธรรมเอย..** เราก็ควรจะพิจารณาว่า ถ้าสิ่งที่เราจะทำนั้น หรือมีคนแนะนำเรานั้น ไม่ดีเราก็ต้องดูก่อนว่า บุคคลที่แนะนำเรื่องที่ทำนั้น ดีหรือไม่ เมื่อเรามองเห็นว่าสามารถทำจนได้ดีจริงๆ เราก็ควรที่จะปักใจเชื่อ และปฏิบัติตาม โดยไม่มีความล่งเลสงสัย เช่น ถ้าเกิดว่า ทำสมาธิ แล้วมันไม่ดี มันไม่ดีตรงไหน เราก็ลองดูว่าคนที่ทำสมาธิไม่ดียังไง ทำไมไม่ได้จริง เราก็ลองไปแสวงหาดูว่าคนที่ทำไม่ได้จริงๆ นั้นมันมีอยู่ แล้วมีแบบไหน แล้ว คนที่ทำได้ดีจริงๆ นั้น มันมีหรือเปล่า มีแล้วเขาทำยังไง

การรักษาศีล เราคิดว่าจะดีจริงมั๊ยนะ เราก็ลองคิดดู ด้วยตัวปัญญาของเรา ถ้าเกิดว่าเราไปอยู่ใกล้คนที่เขาไม่เบียดเบียนใครเลย อยู่ในกรอบของศีล 5 ศีล 8 เอาศีลแค่นี้ละ ป้องกันจิตใจของเขา ไม่ทำชั่วมกับเรา เราจะมีสุข หรือรู้สึกทุกข์ เราก็ลองคิดดู

ถ้าเขาไม่เบียดเบียนสัตว์เลย ไม่ฆ่าสัตว์เลย เขาก็สามารถทำให้สัตว์เหล่านั้นมีความสุข

ถ้าเขาไม่ลักทรัพย์ เอาเล็กเอาน้อย ของใครไป คนที่อยู่ด้วย อยู่ร่วมยอมมีความสุข

ถ้าเกิดว่าเขาไม่ประพฤตินิโคตม ฆิณเมียม ฆิณสามีม บุคคลที่อยู่ด้วยอยู่ร่วม ย่อมมีความสุข

ถ้าเกิดว่าเขาไม่พูดโกหก ไม่ดื่มสุราของมึนเมาอาละวาดสร้างความเดือดร้อนยอม

มีความสุข

ถ้าเราพิจารณาเช่นนี้ เราก็จะเห็นนี่ลูก เห็นว่าการรักษาศีล ดีจริงมั๊ย แล้วเราก็ลองรักษาดู จะได้เข้าถึงความดี ด้วยตัวของเราเอง อย่าเพิ่งเอาความลังเลสงสัย ว่าดีจริงไม่จริง แล้วก็อย่าทำอะไร มาตัดรอนความดีของตน อย่าเพิ่งเอาตนเป็นมาตรฐานที่จะมาวัดเรื่องนั้นดี เรื่องนี้ไม่ดี ลูกหรือผิด

**ลูกเอ๋ย..** ลองพิสูจน์ดูเถิด ถ้าหากว่ามันเป็นสิ่งที่ดี ลองทำดู ลองรักษาศีล ลองเป็นผู้ให้ทาน ลองเป็นผู้ฝึกสมาธิ ลองเป็นผู้ฝึกปัญญาเถิด ลองดู แล้วลูกก็จะรู้สิ่งทั้งหลายในโลกนี้นะลูก

สิ่งใดที่เป็นความชั่ว ย่อมบ่งบอกอยู่แล้วว่ามันเป็นความทุกข์ ความชั่ว ใครจะอยากได้รับ ความชั่ว ใครอยากจะทำให้มาถึงชีวิตตนและคนรอบข้าง สิ่งไม่ดี ใครจะอยากให้เข้ามาเมื่อเป็นเช่นนั้น ก็แปลว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งไม่ดี เราไม่ควรลอง

**ลูกเอ๋ย..** แต่ความดี ใครก็อยากรับ ใครก็อยากให้เกิดขึ้นกับชีวิต ฉะนั้น เมื่อสิ่งที่เราได้รับการถูกแนะนำมานั้น เป็นสิ่งที่ดี เราก็ควรที่จะน้อมรับเอาไว้ และพิสูจน์ตามความรู้ความสามารถ ตามสติปัญญา ตามกำลังที่เราพอจะทำได้ เราก็ลองทำดู ก็ไม่เสียหายอะไรเลย

ถ้าเกิดว่าการทำความดีไม่ดีแล้ว เราจะไปหาเอาความดีที่ไหน อย่าเพิ่งเอาตัวเอาตนมาขวางกั้นความดีเลย ทิฐิ อัดตาดัวตนนั้น เป็นสิ่งที่ไม่ดี ปล่อยใจเป็นกลางๆ กลางๆ ก็คือว่างๆ แล้วค่อยพิจารณาตาม สิ่งที่มีคนแนะนำ สิ่งที่เราควรประพฤติปฏิบัติควรทำนั้น อย่างมีสติมีปัญญา ค่อยๆ ทำไปก่อน พอทำได้แล้ว ค่อยเอามาตรึกรตรองทบทวน คัดเอาสิ่งที่ถูกสิ่งที่ผิด สิ่งที่ดี และไม่ดี ที่มีอยู่ในนั้น แต่ไม่ใช่ มัวแต่ลังเลสงสัยว่า ดี ไม่ดี ใช่ ไม่ใช่ ถูก ไม่ถูก จนตนนั้น ยังไม่สามารถที่จะเข้าถึงสิ่งนั้นเลย เข้าถึงเรื่องนั้นเลย แล้วตนจะสามารถรู้ได้อย่างไรเล่าว่าสิ่งนั้นๆ มันดี มันไม่ดีก็ตนไม่ได้เข้าถึงนี่ลูก

โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ถ้าเป็นเรื่องของการประพฤติปฏิบัติด้วยแล้ว ก็ยิ่งสำคัญ.. ลูกเอ๋ย.. เพราะบุคคลผู้ที่ประพฤติปฏิบัติธรรมเท่านั้น จึงสามารถเข้าถึง รู้ได้ เฉพาะตน

**ลูกเอ๋ย..** จึงควรที่จะละตัว ละตน ละทิ้งซึ่งความลังเลสงสัย แล้วลองน้อมเอาสิ่งที่ดีๆ นั้น ไปประพฤติปฏิบัติทำตาม แล้วลูกค่อยตรองดูว่าไม่ดี ไม่ดีแบบไหน ดี ดีแบบไหน แล้วในไม่ช้านั้น มันมีดีอีกมั๊ย ค่อยๆ ตรึกรตรองฝึกฝนตนไปอย่างนี้ แล้วลูกนั้นก็จะสามารถเข้าถึงความดี ความสุข สิ่งที่จะทำให้ลูกดีได้ในที่สุด

**พระยาธรรมเอย..** จงจำกันไว้เช่นนี้เถิดว่า ความลึกลับเลสงสัย นั้น มันคือ ความลุ่มหลง หลงในตนว่าตนดีแล้ว ว่าตนเก่งแล้ว รู้แล้ว ก็เลยมัวแต่ลึกลับเลสงสัย

เลยไม่ยอมที่จะปล่อยให้ตนเข้าไปพิสูจน์ความจริง อย่างเป็นทางการสายกลาง แบบว่าวางใจ เป็นกลางๆ ลองฝึก ลองทำดู การที่เรานั้นลึกลับเลสงสัย ก็คือ ทิฐิ อัตตา และตัวตน ความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งที่ตนรู้ ตนทำ จนไม่ยอมที่จะปล่อยให้ตนเข้าไปพิสูจน์ความจริง เช่นนี้ละลูก ความลึกลับเลสงสัยเป็นเครื่องปิดกั้นไม่ให้ตนเข้าถึงความดี อันพึงจะได้รับ

ฉะนั้น **พระยาธรรมเอย..** บุคคลผู้มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น ควรพิจารณาถึงตนว่า ตนไม่ใช่ผู้รู้แจ้งโลก และไม่อาจรู้ทุกอย่างในโลก

ฉะนั้น.. แปลว่าตนไม่สามารถเป็นมาตรฐานตัดสินทุกอย่าง ถูก ผิด ตามที่ตนคิดตนรู้ได้

ฉะนั้น.. ตนจึงเป็นผู้ที่ควรฝึกฝนอยู่ อะไรก็ตามที่เป็นสิ่งดีงาม ที่มีคนสรรเสริญว่านั่น คือ สิ่งดีงาม ตนก็ควรที่จะเปิดจิตเปิดใจให้เข้าถึง ลองทำดู เพราะมันไม่ใช่การทำชั่วนี้ลูก มันขึ้นชื่อว่าเป็นการทำดี มันขึ้นชื่อว่าเป็นเรื่องที่ดี มันก็ต้องมีสิ่งที่ดีในระดับของมัน ที่ซ่อนอยู่ในเรื่องของมัน

ฉะนั้น.. เราก็ไม่ควรปิดกั้นตัวเองเลย ก็ในเมื่อเป็นสิ่งที่ดี ก็ลองดู ไม่น่าจะเสียหายอะไรหรอก อย่างนี้ละ

**พระยาธรรม..** บุคคลผู้มีปัญญาธรรมดีแล้วนั้น เขาก็ดับความลึกลับเลสงสัย ด้วยการดับตัว ดับตน ดับความยึดมั่นถือมั่น ดับทุกสิ่งทุกอย่าง ปล่อยให้ใจเป็นกลางๆ ลองพิสูจน์ด้วยตัวของเขา ทำสมาธิก็ต้องปล่อยจิตปล่อยใจแห่งตน ให้มันเบา ให้มันว่าง ก็ลองทำดู มีใครแนะนำให้ทำกรรมฐานกองไหน ก็ลองทำดู มีใครแนะนำให้ รักษาศีล ทำทาน ฟังธรรม ฝึกฝนสมาธิ ก็ลองทำดู ลองอย่างที่เรา นั้น ลองอย่างปล่อยจิตปล่อยใจ ปล่อยให้มันเข้าไปสัมผัสสิ่งเหล่านั้นอย่างแท้จริง โดยไม่ต้องเอาอะไรมาขวางกั้นก่อน

จงปักใจเชื่อว่า ความดียอมเป็นสิ่งที่ดี แต่ความละเอียดในสิ่งที่ดี ในแต่ละอย่างมันมีอยู่ เราต้องเข้าไปสัมผัส เรียนรู้ด้วยตัวของเราเอง

อย่างนี้ละแล้วลูกก็จะได้รับการพิสูจน์จากการลอง ดีกว่ามัวแต่ลึกลับเลสงสัย เลยไม่รู้ว่ามันเป็นยังไง ความลึกลับเลสงสัย มันไม่ดีหรอกลูก มันทำให้เราเข้าไม่ถึง สิ่งที่ดีที่ตนของเราควรจะเรียนรู้ ฝึกฝนตน เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ

ตราบใดก็ตามที่ตนนั้นยังไม่ใช่พระอรหันต์ ตราบนั้นตนยังควรเรียนรู้เพิ่มเติม

ในสิ่งที่ดี ความลึกลับสงสัย มันเป็นเหตุตกรอนในสิ่งที่จะทำ ลองทำดู แล้วความสงสัยก็จะหายไป ดีกว่าสงสัยอยู่อย่างนั้น ก็เลยไม่ได้การเสียที ก็เลยเข้าไม่ถึงเสียที ติดอยู่แค่ความลึกลับสงสัยนั้นละ จนหมดเวลา เพราะมัวแต่สงสัย อย่างนี้ละ

**พระยาธรรมเอย..** บุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรมดีแล้ว เขาทำเช่นนี้ละลูก ถ้ามันเป็นสิ่งที่ดี เขาจะชอบลองทำดูก่อน ทำอย่างปล่อยวาง ทำอย่างปราศจากอึดตา และตัวตนของเขา แล้วเขาจึงค่อยเอาสิ่งที่ตนลองทำดูแล้วนั้น มาตรึงตรองด้วยตัวปัญญาอีกทีหนึ่ง แล้วความสงสัยของเขานั้นก็จะหายไป

ความสงสัยของเขา จะมีแต่สิ่งที่ทำให้เขานั้นอยากรู้เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ในสิ่งที่ลึกซึ้งเรื่อยๆ แต่เขาจะไม่ลึกลับสงสัย ในความดี ไม่ลึกลับสงสัยว่าสิ่งนั้นดีจริงมั๊ย ไม่ดีหรือกั้มั๊ยไม่ต้องทำหรือ เขาจะไม่สงสัยเช่นนี้ เขาจะสงสัยว่าเป็นยังไง เราต้องทดลองพิสูจน์ดู จะสงสัยเพียงเท่านั้น

**พระยาธรรม..** พอจะเข้าใจบ้างแล้วหรือยัง การดับความลึกลับสงสัย ของบุคคลผู้ที่มีปัญญาธรรม เขาต้องดับกันเช่นนี้ละลูก

**พระยาธรรม :** สาธุเจ้าคะ

พอจะเข้าใจบ้างแล้วละเจ้าคะ เข้าใจว่าเรานั้นอย่าเอาตนเป็นใหญ่ เพราะตนไม่ใช่ผู้รู้แจ้งในสรรพสิ่งทั้งหลาย ตนนั้นควรที่จะเอาตัวเอาตนยกออกเสีย และปล่อยใจให้เป็นกลางๆ ลองพิสูจน์ดูก่อน แล้วค่อยเอามาตรึงตรองด้วยตัวปัญญา จะได้ไม่เป็นผู้ตัดโอกาสของตน เพียงเพราะเอาตนนั้น ไปตั้งเป็นกำแพงขวางกั้นตน ไม่ให้เข้าถึงความดี เพราะมัวแต่สงสัย ความสงสัยจะอยู่กับเราตลอดชีวิต ถ้าเราไม่ลองดูเจ้าคะ พอจะเข้าใจเช่นนี้แล้วละเจ้าคะ

**พระพุทธรองค์เจ้าขา..** นีรณทั้ง 5 ข้อนี้ เป็นกำแพงขวางกั้นความดีของมนุษย์เราในทุกอิริยาบถ อย่างนั้น ใช่หรือเปล่าเจ้าคะ

**พระพุทธรองค์ :** ถูกต้องแล้ว พระยาธรรม.. นีรณทั้ง 5 นี้ เรา ควรรู้จักกับมัน ควรรู้จักวิธีเอาชนะมัน แล้วจะไม่มีสิ่งใดขวางกั้นความดี ขวางกั้นสิ่งที่เราพึงจะได้รับพึงจะเข้าถึงได้ลูก

**พระยาธรรม :** สาธุเจ้าคะ กราบขอบพระคุณพระพุทธรองค์ ที่ทรงเมตตาแสดงธรรมนี้ให้ลูกได้ฟัง วันนี้ ลูกกราบขอลาก่อนนะเจ้าคะ ไว้ลูกจะมาเฝ้าฟังธรรมใหม่ในโอกาสหน้าเจ้าคะ

**สาธุ**

## รายนามผู้พิมพ์หนังสือพุทธธรรมสำหรับนักบวช เล่ม 19

1. คุณศาทพร ผลทอง พร้อมครอบครัว	2,500 บาท
2. คุณฐานิตา สระสีดา พร้อมครอบครัว	2,500 บาท
3. คุณสุทธิยา จองสว่าง	2,500 บาท
4. คุณแก้วตา คุณประสิทธิ์ เศรษฐสิโรรัตน์ พร้อมบุตรและหลานฯ	30,000 บาท
5. น.ส.สุชาดา เอี่ยมอนงค์ นายพงศ์เลิศ จริงจามิกร และครอบครัว	2,500 บาท
6. นางผกามาศ เมฆศรี พร้อมครอบครัว	2,500 บาท
7. แม่เข็มลฤดี (สนม ปาเส) พร้อมลูกหลาน	2,500 บาท
8. หลวงพีธนิต อานีโฆ	2,500 บาท
9. แม่เข็มฉัตรทิพย์ และครอบครัว	5,000 บาท
10. นายหลิ่ง แสงสุวรรณ นางสาวสังคม สีนนท์ พร้อมครอบครัว	2,500 บาท
11. แม่ชีสมร ศรีสุวรรณ พร้อมลูกหลาน	5,000 บาท
12. คุณแม่น้ำจุก ชาตอุดมเดช-วินัย ชาตอุดมเดช และครอบครัว	2,500 บาท
13. คุณชัยรัตน์ ปรีสพันธ์และครอบครัว	2,500 บาท
14. คุณจารุพรรณ รัตน์วงศ์ตระกูล อุทิศคุณพ่อลิขัย แซ่เฮ้ง คุณแม่ชูเกียง แซ่เล่า	2,500 บาท
15. คุณห้านัย คงทวี พร้อมครอบครัว	2,500 บาท
16. พ.อ.สนาม อ่ำทอง นางนงลักษณ์ อ่ำทอง น.ส.นพิชฎ์ น.ส.สุวิชญา อ่ำทอง	2,500 บาท
17. คุณสุธามัทธัญ ชิตะปัญญา และญาติธรรมทางเฟชบุ๊ก	5,150 บาท
18. คุณศิริยลักษณ์ พฤกษ์ภักดีวงศ์ และคุณพีรญา สนธิ์พุก	2,500 บาท
19. นางสาวศิริวงค์ นางบุญศรี นายวุฒิชัย เหลือสุข พร้อมครอบครัว	2,500 บาท
20. นางแจ่มจันทร์ สระศรีดา พร้อมด้วยลูกๆหลานๆญาติพี่น้อง	2,500 บาท
21. ครอบครัว สุภาพร หยุคงแก้ว	2,500 บาท
22. คุณบุญเกิด ด.ญ.กนกสิริ บุญพา น.ส.จันทร์เพ็ญ แซ่ว่า พร้อมครอบครัว	2,500 บาท
23. ครอบครัวไฉมารา ครอบครัวจีระพงศ์ และครอบครัวชาวฟฟอร์ด	2,500 บาท
24. คุณอรวรรณ ตั้งประดิษฐ์ พร้อมครอบครัว	2,500 บาท
25. คุณวรรณมา จันทนา พร้อมครอบครัว	12,500 บาท
26. น ส ขวัญฤดี ชัยชนะ และครอบครัวญาติมิตร	6,500 บาท



27. ครอบครัววนากร สนธิรักษ์ และญาติมิตร	2,500 บาท
28. คุณวรรณกร (นางฟ้า)	2,500 บาท
29. คุณกัลยา หุณะบุญ อุทิศให้ นายจินดา กอปแป	2,500 บาท
30. คุณณภัทร สระศรีดาและครอบครัว ญาติมิตร	2,500 บาท
31. ตระกูล สมตระกูล	2,500 บาท
32. ตระกูล บำรุงกิจ	2,500 บาท
33. พระประเสริฐ กันตสีโล	2,500 บาท
34. คุณแม่ยี คุณธนพิพัฒน์ คุณวิภาดา บุญก่อ พร้อมบุตรหลานและญาติมิตร	2,500 บาท
35. คุณปานแก้ว สวัสดิราษฎร์ พร้อมครอบครัว	2,500 บาท
36. คุณภัทร์ศรีน สิ่งหเหมลักษณ์และครอบครัว	2,500 บาท
37. คุณแม่สมใจ คุณมนัสนันท์ คุณนิธิศ รัฐตะเสวี	2,500 บาท
38. คุณพิมพ์นชา ฉลาดดี พร้อมครอบครัว	5,000 บาท
39. คุณวรรต จำริญจารุพิภพ	2,500 บาท
40. คุณสมพร จำริญจารุพิภพ	2,500 บาท
41. คุณเบญญาภา จำริญจารุพิภพ	2,500 บาท
42. พ่อทองม้วน กล้ารัมย์	2,500 บาท
43. แม่สง่า กล้ารัมย์	2,500 บาท
44. คุณเพชรมณี กล้ารัมย์	2,500 บาท
45. คุณพิริยากร ฟองอินตา	2,500 บาท
46. คุณสุวิชัย ชุระกิจถาวร	2,500 บาท
47. คุณธัญญพัทธ์ คุณธนิตพงศ์ คุณฐานุพงศ์ คุณรัสรินทร์ เสริมทรัพย์	2,500 บาท
48. คุณอมร ใจภักดี	2,500 บาท
49. คุณนพ.	2,500 บาท
50. นางธัญธรณ์ รัตน์วงศ์ตระกูล นายกิตติศักดิ์ ศิริภักดีวิโรจน์ นางสาวสุวรรณา ศิริภักดีคุณวิโรจน์ นางสาวสุนิษา ศิริภักดีวิโรจน์ นายชัชพงศ์ หมี่ปาน	2,500 บาท
51. บริษัทสตาร์ เน็ตเวิร์ค มาร์เก็ตติ้ง จำกัด คุณธนิตศักดิ์ คุณสืบพงศ์ คุณศรীরวรรณ อรัญนเศรษฐ์ คุณนงนุช คุณชวลี สัมฤทธิ์ประสิทธิ์	2,500 บาท

คุณพัฒน์ หม่องคำมี คุณกุลทรัพย์ รัตน์วงศ์ตระกูล ตุนอัญชิษฐา ภูมิทอง  
นายธนพงศ์ ว่องพานิช

- |   |            |
|---|------------|
| 52. คุณสิทธิชัย สังขบูรณ์   | 2,500 บาท  |
| 53. นางสมพร นนทะกา นายทองคำ ปัญญาวงศ์   | 2,500 บาท  |
| 54. นายชัยฤทธิ์ บุญธนฤทธิ์ พร้อม นางอรุณี มหะศิริ พร้อมตระกูลบุญธนฤทธิ์<br>พร้อมตระกูลมหะศิริ | 2,500 บาท  |
| 55. คุณชนันธร สมตระกูล  | 2,500 บาท  |
| 56. นางวิมล (มนต์.อินเตอร์)   | 500 บาท    |
| 57. ร้านShiny Diamond Shop - BagSpa & Fix   | 1,000 บาท  |
| 58. คุณนันทนาภรณ์ คำเสียง พร้อมครอบครัว   | 1,000 บาท  |
| 59. แม่ชีมลฤดี ปาเส   | 2,500 บาท  |
| 60. ด.ช.ธนพัฒน์ นาคหงษ์ฤดี  | 2,500 บาท  |
| 61. ปู่ชีวกโกมารภัจจ์   | 25,000 บาท |
| 62. คุณวิบูลย์จันทร์ แสดงหาญ  | 2,500 บาท  |
| 63. คุณวิชาญ จำนงนิตย์  | 2,500 บาท  |
| 64. นางสาวชัชชาญา วัฒนรัฐชฎานนท์  | 2,500 บาท  |
| 65. เด็กหญิงเพชรนภา นาคหงษ์ฤดี  | 2,500 บาท  |
| 66. คุณฉាលดา อมรรวศินกุล  | 2,500 บาท  |
| 67. แม่ชีบุญ แม่ชีเมตตา และครอบครัว   | 2,500 บาท  |
| 68. คุณสรรค์ไชย อมรรวศินกุล คุณใหม่ อมรรวศินกุล   | 2,500 บาท  |
| 69. คุณกมลนิตย์ อมรรวศินกุล   | 2,500 บาท  |
| 70. คุณพัสวีสิริ เตมียาเวส  | 2,500 บาท  |
| 71. คุณชาญชิต อมรรวศินกุล   | 2,500 บาท  |
| 72. แม่ชีอภิญญา   | 2,500 บาท  |
| 73. นายชัยรัตน์ ปรัสพันธ์ และครอบครัว<br>อุทิศให้พ่อสัมฤทธิ์ แม่โกศล ปรัสพันธ์                | 2,500 บาท  |
| 74. น.ส.ขวัญฤดี นายสมภาพ นางสุบิน น.ส.นฤทัย น.ส.สุมาพร ชัยชนะ<br>นายสตีเฟ่น ไมเคิล คาร์โดซ่า  | 2,500 บาท  |

75. คุณอภิญา ตีอินทร์ และครอบครัว	500 บาท
76. คุณณัฐาพร พูลสวัสดิ์ และครอบครัว	100 บาท
77. คุณธนกร สนธิรักษ์ และครอบครัว	100 บาท
78. คุณวราสิทธิ์ สืบวงศ์สุวรรณ และครอบครัว	100 บาท
79. คุณชนิตา โอซารส และครอบครัว	200 บาท
80. คุณสุภาพร หนูคงแก้ว	200 บาท
81. นางฐานิตา สระสีดา และครอบครัว	500 บาท
82. นายพลวัฒน์ ครุฑทิน และภรรยา	500 บาท
83. คุณพัชราภรณ์ จ.พะเยา และครอบครัว	500 บาท
84. คุณณภัทร สระสีดา และครอบครัว	1,000 บาท
85. คุณแจ่มจันทร์ สระสีดา และครอบครัว	2,000 บาท
86. คุณสุพิน กำอ่วน และครอบครัว	100 บาท
87. คุณกัญญาภัค ครุฑทิน และครอบครัว	300 บาท
88. นายพวงเพชร กลิ่นสอน	100 บาท
89. พ.อ.สนาม นางนงลักษณ์ น.ส.นพิจัฐ์ น.ส.สุวิชญา อ่ำทอง	2,500 บาท
90. แม่ชีสมร ศรีสุวรรณ	500 บาท
91. คุณสุจิตต์ มั่นพลศรี	500 บาท
92. นายชัยภัทร อัจฉะอ	2,550 บาท
93. คุณบัณฑิต สมสุวรรณ พร้อมครอบครัว	2,500 บาท
94. คุณชนันธร สมตระกูล คุณสุวิทย์ สมตระกูล คุณเมตตา สมตระกูล คุณภาวะพิศุทธ์ สมตระกูล น้องเจน่า ภาวนา ซอง น้องเจนิ มุตติตา ซอง	2,500 บาท
95. น.ส.ชนมนัดดา โอซารส	200 บาท
96. พ่อเอี่ยม สมตระกูล (อุทิศตระกูลสมตระกูลและ แม่กิม สมตระกูล )	2,500 บาท
97. สายบุญคุณธวัช สมตระกูล	2,500 บาท
98. คุณณัฐกาญจน์ ช่อชูโชติ	300 บาท
99. คุณนิเวศน์ ปั่นกัน อุทิศให้พ่อจันทร์แก้ว ปั่นกัน แม่สน ปั่นกัน	4,000 บาท
100. คุณกฤษฎางค์ คำเงิน	2,500 บาท
101. คุณเนือทิพย์ ศรีอุตร พร้อมครอบครัว	2,500 บาท

102. คุณจารุพรรณ รัตน์วงศ์ตระกูล อุทิศให้คุณพ่อลิบฮั่ง แซ่เฮ้ง คุณแม่ชูเกียง แซ่เล่า และ  
คุณสมศักดิ์ จิระวนิชย์วงศ์ คุณฉัตรชัย คุณชรินทร์รัตน์ รัตน์วงศ์ตระกูล คุณราตรี และ  
คุณจิรวุฒน์ แก้วพะไชย 2,500 บาท
103. นางธัญธรณ์ รัตน์วงศ์ตระกูล นายกิตติศักดิ์ นางสาวสุวรรณา นางสาวสุนิษา  
ศิริภักดีวิโรจน์ นายชัชพงศ์ หมี่ปาน คุณธนิตศักดิ์ คุณสีบพงศ์ คุณศรียรรณ  
อรัญธนเศรษฐ์ คุณนงนุช คุณชวลี สัมฤทธิ์ประสิทธิ์ คุณพัฒน์ หม่อมคำมี คุณกุลทรัพย์  
รัตน์วงศ์ตระกูล คุณอัญชิษฐา ภูมิทอง คุณธัญญพัทธ์ คุณธนิตพงศ์ คุณฐานุพงศ์  
คุณรัสรินทร์ คุณณัฐธีร์ คุณณัฐพัชร พีระธำรงสิทธิ์ คุณศิวาภรณ์ ก่อกิจสัมมากุล  
คุณมิชาดา สมประกิจ คุณเพชร เสริมทรัพย์ 2,500 บาท
104. คุณแม่จรรยา เมืองไทยและลูกหลาน นายสุตไผ่ เมืองไทยและครอบครัว 2,500 บาท
105. คุณณัฏฐา จรัสวุฒิเดช และ คุณจุฑารัตน์ ประสานพิมพ์ 2,500 บาท
106. ลูกหลานพ่อพิมพ์ แม่เสงี่ยม ประสานพิมพ์ 2,500 บาท
107. นายสุทธิพงษ์ ประสานพิมพ์ 500 บาท
108. คุณวีระพงศ์ เขียรสงค์ คุณเสาวลักษณ์ เทพสุริวงค์ 2,500 บาท
109. นายมน ยีรัมย์ นางวรรณ โททัสสะ 2,500 บาท
110. แม่ยวนใจ ศุยนัยดำ พร้อมครอบครัว 2,500 บาท
111. พ่อเอี่ยม และแม่กิม สมตระกูล 2,500 บาท
112. คุณสุวิทย์ สมตระกูล 2,500 บาท
113. คุณเมตตา สมตระกูล 2,500 บาท
114. คุณภาวพิศุทธิ์ สมตระกูล 2,500 บาท
115. คุณอนุกุล นุชตะยะ พร้อมครอบครัว 2,500 บาท
116. คุณนิตยา ไพฑูรย์ นายรัตนศักดิ์ ไพฑูรย์ 2,500 บาท
117. ร.ต.ต.ประสาธ อินทร คุณสมพร อินทร ร.ต.อ.หญิงสุภาภรณ์ อินทร 2,500 บาท
118. นางสาวธัญพร เกษมณี นางสาวณัฐกฤตา แก้วสวัสดิ์ นายกิตติภักดิ์  
นายอชิชนัน ด.ญ.ปณิติกา ปัญญาทวีเชียร 500 บาท
119. คุณพรพิมล สถาพรพิทักษ์ 2,500 บาท
120. คุณอรอนงค์ สมตระกูล 2,500 บาท
121. ศ.อัญชลี ตันต์ศุภศิริ อุทิศให้แก่คุณตรีจักร ตันต์ศุภศิริ 20,500 บาท

122. คุณกิตติยา จิตตะญาณ พร้อมครอบครัว	2,500 บาท
123. คุณนวรรตน์ จันทรางศุ	500 บาท
124. นายวีระพล ประสานพิมพ์ นางสาวทิพากร นายทองพูล นางสาวสำราญ นายเกษมสันต์ นางพรมณี หาญหัก นายพลวัฒน์ คูสกุล	2,500 บาท
125. คุณแม่สุณี เจนการ และครอบครัว	2,500 บาท
126. คุณพรทิพย์ - จรูญศักดิ์ เจียมชนะ และครอบครัว	2,500 บาท
127. คุณธวัช สมตระกูล และกัลยาณมิตร	2,500 บาท
128. ร้าน อ.โชคชัย และลูกค้า	5,000 บาท
129. ครอบครัวคุณยายอำนวยการ สีดาดพล คุณจันทร์เพ็ญ มณีจันทร์ คุณศิริพันธ์ คุณฝนทิพย์ คุณกัญญณัฐ คุณวิริยา สีดาดพล	2,500 บาท
130. คุณสุประวีณ์ ภาโสภะ พร้อมครอบครัว อุทิศบุญกุศลให้พ่อสา ภาโสภะ	5,000 บาท
131. คุณมนตรี ศรีวิกุล พร้อมครอบครัว	2,500 บาท
132. คุณแม่เรณู แก้วกลาง พร้อมบุตรหลาน	3,000 บาท
133. นางภาวนา วงศ์สุติน นายจิระ วงศ์สุติน และนายเจมส์ วงศ์สุติน	3,023 บาท
134. แม่ลูกชิ้น ปาลิตา ธนัชพร ฐิติวัฒน์ ธนโชติ แผลมคม	2,500 บาท
135. น.ส.เกวลิน นางกัญจณัณษา นายเรืองฤทธิ์ ธรรมสอน นายภูมินันท์ บุญสร้าง	2,500 บาท
136. นายกฤษดา นางชนิดา น.ส.ชนมน์นัลดดา ด.ญ.กิริษา โอซารส น.ส.จิรารัตน์ สนธิรักษ์	2,500 บาท
137. นายสุเมธ นางวรรณภา นายวิรัช เมฆอนันต์ธวัช และครอบครัว	4,000 บาท
138. หจก.เพ็ญสนองกรุป นายเพ็ญ แก้วหอม นางทองพูน แก้วหอม นางประกาย ดงวัง นายพิทยา ดงวัง	2,500 บาท
139. นายสุกุล พงศ์สว่างพร พร้อมครอบครัว	2,500 บาท
140. คุณพ่อ รุ่งสิทธิ์ เอื้ออำนวยการ คุณแม่พรทิพย์ เอื้ออำนวยการ และครอบครัว	5,000 บาท
141. นายสุชาติ นางปราณี นางฉวีวรรณ น.ส. อัญชลี น.ส. วราภรณ์ หุณะบุญ น.ส. สายฝน ทรงทิพย์	2,500 บาท
142. คุณพิกุล สาริยา	2,500 บาท
143. คุณน้อย (นางฟ้า)	2,500 บาท



หนังสือพุทธธรรมสำหรับนักบวช เผยแพร่โดย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

99 ม.9 ต.ชุมพลบุรี อ.ชุมพลบุรี จ.สุรินทร์ 32190

โทร/ไลน์ 087-945-4622 เฟซบุ๊ก : สวนธรรมศาสตร์ สุรินทร์ ,

มหาวิทยาลัย ธรรมศาสตร์

ร่วมบุญเผยแพร่ธรรม ธ.กรุงไทย สาขาสตึก ชื่อบัญชี แม่ชีกชพร นาคหงษ์ฤดี

เลขบัญชี 330-0-54568-4