

ธรรมะ  
เป็นหัวใจ.



เพราะ  
จิตตก  
ลง  
แล้ว  
กลัว  
จะพ่น.



พุทธ  
ทาส  
ภิกษุ

ธรรมะเล่มน้อย  
๓/๑๒

**ผลของจิตตภาวนา คือ มรรค ผล นิพพาน.**  
พุทธทาสภิกขุ

ISBN 978-616-94009-4-3

พิมพ์ครั้งแรก กันยายน ๒๕๖๕

จำนวน ๒,๐๐๐ เล่ม

การบรรยาย คำบรรยายวันเสาร์ ภาคมาฆบูชา ๒๕๒๖  
วันที่แสดง ๑๕ มกราคม ๒๕๒๖

ภาพปกกันเดียวโดย กะว่าก้า

ที่ปรึกษา พระครูธรรมรัต (ธัญชัย เตชปญฺโญ) และกลุ่มงานสื่อสารงานธรรม  
ผู้ถอดเสียง กลุ่มงานสโมสรธรรมทาน  
บรรณาธิการ นันทรัตน์ ศุภวราพงษ์  
ปก/รูปเล่ม Art and Soul  
พิสูจน์อักษร กลุ่มงานจดหมายเหตุ  
พิมพ์ที่ บริษัท พิมพ์ดี จำกัด โทร. ๐ ๒๕๐๑ ๙๕๐๑

จัดพิมพ์และจัดจำหน่ายโดย

มูลนิธิหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ  
สวนวชิรเบญจทัศ (สวนรถไฟ) ถนนนิตยมรดิฟไสย ๒  
แขวงจตุจักร เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐

สมทบหนังสือ



ไลน์ @codhammaspace

โทร. ๐ ๒๙๓๖ ๒๘๐๐ ต่อ ๕๐๑๐

อีเมล cds@bia.or.th

## ธรรมทาน กับ การทำหนังสือ

ที่ใครจะรู้ว่า ต่างกันอย่างไร ลองแยกเล่มหนังสือ ออกดู จะเห็นว่า มีอยู่สองอย่าง คือ กระดาษที่ใส่พิมพ์ กับกระดาษ หรือปกหนังสือ ที่ร้อยในหนังสือเล่มนั้น. การทำหนังสือ ย่อมหมายถึง การทำกระดาษ ด้วยขาดตามตัวอย่าง การ พร้อมทั้งกระดาษ กระดาษ และ ~~กระดาษ~~ <sup>งาน</sup> ในกรณี หนังสือหนึ่ง อย่างก็พอ ทั่วไป.

ส่วนการธรรมทาน ย่อมไม่เป็นเช่นนั้น ความรู้ นั้นให้เปล่า ก็แล้ว, ส่วนกระดาษ หรือ <sup>และกระดาษ</sup> วัสดุ ที่ใส่ ตำนานนั้น มัก ต้อง ขอคืน เช่นเดียวกับกระดาษที่ ใส่ ให้ใส่แกวไปถวายพระที่วัด. ขอคืน เพราะคน ต้อง ใส่วางถวาย อีกหลายครั้ง! จนกระทั่งถึงครั้งที่สุด.

งานธรรมทาน มักถูกมองว่าเป็นการทำหนังสือไป ขอ ขอบพิจารณาด้วย ดี ทั้งสองอย่าง, จะได้เห็นใจ กันดี, และร่วมมือกันได้.

# ธรรมะ เล่มเดียวจบ.

เล่มเดียวจบ.

๑.ภาวะธรรมตาแห่งชีวิตมนุษย์ ๒.จิตตภาวนา  
คือชีวิตพัฒนา ๓.ผลของจิตตภาวนาคือ มรรค  
ผล นิพพาน ๔.ผลของจิตตภาวนาคือ มรรค ผล  
นิพพาน (ต่อ) ๕.จิตตภาวนาในแง่ของไสยศาสตร์  
๖.แนวสังเขปต่างๆ ไปของการพัฒนา ๗.มอง  
ดูปริทัศน์แห่งชีวิตในทุกแง่ทุกมุม ๘.พฤษชา  
แห่งชีวิตชนิดสมบูรณ์แบบ ๙.อะไรๆ ในชีวิต  
สักแต่ว่าเป็นเรื่องของจิตสิ่งเดียว ๑๐.อะไรๆ  
ก็เป็นสักแต่ว่าธาตุ ๑๑.สังขารและวิสังขาร  
๑๒.สรุปความธรรมะเล่มน้อย

---

\* เล่มเดียว บรรยายหลายครั้ง รวมเข้าเป็นหนังสือเล่มเดียว,  
จบ คือครบทุกเรื่องที่ดีควรจะมี

## สารบัญ

ความหมายของคำ มรรค ผล นิพพาน.	๙
วินิจฉัยคำว่าจิตตภาวนา.	๑๙
จิตนี้ฝึกอบรมพัฒนาได้.	๒๒
จิตพัฒนาตัวเองได้ ถ้าอบรมให้ถูกวิธี.	๒๖
การพัฒนาผิดทาง, หลงวัตถุจึงต้องศึกษาธรรมะให้พอ.	๓๐
การพัฒนาจิต ต้องมี ศีล สมาธิ ปัญญาไม่แยกกัน.	๓๔



ท่านสาธุชน ผู้มีความสนใจในธรรม ทั้งหลาย,

การบรรยายประจำวันเสาร์แห่งภาคมาฆบูชาเป็นครั้งที่ ๓  
ในวันนี้ อาตมาก็ยังคงกล่าวคำบรรยายในลักษณะ *ธรรมะเล่มน้อย*  
ต่อไปตามเดิม แต่มีหัวข้อย่อยเฉพาะในวันนี้ว่า ผลของจิตตภาวนา  
คือ มรรค ผล นิพพาน.

ในครั้งแรกที่สุด พูดถึง *ธรรมชาติธรรมดาของจิต* ว่ามันเป็น  
อย่างไร, จะเป็นอะไรได้บ้างเท่าไร, เพื่อให้รู้จักสิ่งที่เรียกว่าจิต ให้  
สมควรแก่การที่เราจะพัฒนาจิต. ในครั้งที่สอง พูดถึงจิตตภาวนา คือ  
การพัฒนาจิต นั้นเอง. ขอให้สังเกตดูให้ดี ๆ ว่า มันเนื่องกันอย่างไร  
จะไม่แยกจากกัน. ในวันนี้ก็จะกล่าวโดยหัวข้อว่า ผลของจิตตภาวนา  
นั้น คือ มรรค ผล นิพพาน, กล่าวถึงผลของจิตตภาวนา ในฐานะที่  
เป็น มรรค ผล นิพพาน.

ท่านทั้งหลายบางคนอาจจะสั่นหัว ว่าจิตตภาวนาก็เป็นสิ่งที่  
รู้จักแล้ว, มรรค ผล นิพพาน ก็เป็นคำที่ฟังแล้วฟังเล่าจนเบื่อหูแล้ว,  
ทำไมจะต้องเอามาพูดกันอีก. แล้วก็พูดว่า ผลแห่งจิตตภาวนาคือ  
มรรค ผล นิพพาน นี่มันเป็นสิ่งที่เด็ก ๆ ก็จะได้รู้ได้เสียแล้ว, ทำไมจะ  
ต้องเอามาพูดกันอีก. ถ้าท่านผู้ใดรู้สึกอย่างนี้ ก็ขอให้ตั้งอกตั้งใจ  
ฟังให้ดีเป็นพิเศษ, มันไม่ได้เป็นเรื่องชนิดที่ว่า รู้แล้ว และเอามาพูด  
กันอีกแล้ว ๆ เล่า ๆ, มันยังมีสิ่งที่ยังไม่ได้รู้ คือมันอยู่ลึกกว่าหรือไกล  
ออกไปกว่า ที่จะต้องรู้ไปถึงนั้น. นี่จึงขอร้องให้ฟัง หรือให้ทนฟัง  
สิ่งที่ได้ยินได้ฟังมาแล้วเกือบจะตลอดเวลา คือ จะขยายความของ  
คำว่า "จิตตภาวนา" หรือการอบรมจิตนี้ ให้ยิ่งขึ้นไป ให้ละเอียดออกไป  
โดยรอบ, และขยายความของคำว่า มรรค ผล นิพพาน ให้ละเอียดออกไป,  
จนครอบคลุมไปหมดในทุกสิ่งที่มนุษย์พึงปรารถนา. มันไม่ใช่สิ่งที่จะ  
มาพูดกันอย่างซ้ำ ๆ ซาก ๆ, ถ้าท่านฟังให้ดีจะรู้สึกว่า ไม่มีเรื่อง  
ซ้ำ ๆ ซาก ๆ.



## ความหมายของคำ มรรค ผล นิพพาน.

เอ้า, ทีนี้ก็จะได้พูดต่อไปตามที่ตั้งใจไว้ ในขั้นแรกนี่ก็คือ ความหมายของคำแต่ละคำที่พูดนั่นเอง; คำว่า มรรค ผล ท่านก็จะ ได้ยินแต่ว่ามันเป็นเรื่องสูงสุด อยู่ที่วัดอยู่ในป่า เป็นการบรรลุมรรคผล เพื่อเป็นพระอรหันต์ไปเลย, ไม่รู้ว่า คำว่ามรรคผลนี้เป็นคำธรรมดาๆ, อยู่ที่บ้านที่เรือนก็มีการบรรลุมรรคผล ในความหมายของคำว่า มรรคผล, ไม่ต้องไปเป็นพระอรหันต์. มันมีใจความสำคัญอยู่ที่ว่า ทำอะไรต้องให้สำเร็จ. คำว่า นิพพาน ก็เหมือนกันอีก คนได้ยิน คำว่านิพพานก็นึกไปถึงที่ไหนก็ไม่รู้, ที่ตายแล้วไปนิพพาน โลกอื่นไป จากนั้นที่ไหนก็ไม่รู้ แล้วก็ไปนิพพาน, หรือว่านิพพานชนิดที่พระอรหันต์ ท่านบรรลุ, จนไม่รู้ว่า นิพพานในบ้านเรือนมันก็ยังมิ และจำเป็นกว่า จำเป็นก่อน ที่เราจะต้องมีให้ได้. ถ้าเราไม่มีนิพพานในบ้านเรือน หรือ อยู่ที่เนื้อที่ตัวเป็นปกติพอสมควรแล้ว ย่อมไม่มีทางที่จะเข้าใจคำว่า พระนิพพานอันสูงสุดเต็มความหมาย ที่ว่าบรรลุพระนิพพาน คือเป็น พระอรหันต์. ที่พูดนี้ หมายความว่า จะบอกให้ทราบ ว่า คำว่า มรรคผล นี้ ในภาษาคน ภาษาชาวบ้านนี้ ก็มีความหมายหนึ่ง ระดับหนึ่ง ซึ่งเราจะต้องรู้. นิพพาน ก็เหมือนกัน ในภาษาคน ภาษาชาวบ้าน

นี่ก็จะต้องรู้ ว่ามันมีความหมายอีกระดับหนึ่ง.

คำว่า มรรคผล นั้น ขอให้นึกถึงคำที่ว่า บางทีคนไม่รู้อะไร มันก็พูด มันยิ้มมาพูด, หรือพูดต่อๆ กันมาจนชินว่า ทำอะไรต้องให้ บรรลุ มรรคผล, จนอาจจะพูดได้ว่า ทำนานปีนี้ไม่ได้มรรคผล เพราะ การทำนานปีมันเสียหายหมด หรือมันไม่ได้เต็มที่ ไม่เป็นมรรคเป็น ผล คือมันไม่ได้เต็มที่; มรรคผลอย่างนี้ควรจะสนใจเป็นเบื้องต้น. และคำว่านิพพานนี้ก็เหมือนกัน, คำว่า นิพพาน แปลว่า เย็น, ต้อง ปรากฏที่ชีวิต ให้เป็นชีวิตเย็น, ความเป็นอยู่กันอย่างเยือกเย็นที่บ้าน ที่เรือน ไม่มีความเร่าร้อน เย็น ตามที่คนธรรมดาทั่วไปจะพอใจ. นี่ คือความหมายของคำว่าเย็นหรือนิพพาน ซึ่งเป็นคำเดียวกันในภาษา คน; แต่ว่าดูไม่ออก ก็เลยไม่มีในภาษาคน, คำว่านิพพานในภาษาคน เลยกลายเป็นนิพพานที่เข้าใจไม่ได้ไปเสียอีก.

คนธรรมดาครั้งโบราณนั้น เขาพูดถึงคำว่านิพพานกันอยู่ ทั่วไป ในเรื่องนั้น ในเรื่องนี้ ในเรื่องโน้น เป็นประจำวันในบ้านเรือน, ถ้าว่ามันเป็นเรื่องที่ต้องทำให้เย็น : ทำไฟให้ดับนี้ก็เรียกว่าทำไฟให้ นิพพาน, เอน้ำมาสาดให้ไฟดับ อย่างนี้ก็เรียกว่าทำไฟให้นิพพาน, หรือว่าช่างทองเขาเผาทอง แล้วเขาชุบน้ำให้สีมันดี เขาก็เรียกว่าทำ แห่งทองให้นิพพาน, อะไรๆ ก็ตามแม้แต่ในครัว ถ้ารอให้ข้าวมันเย็น เสียก่อน แกงเย็นเสียก่อน จึงจะกินได้ ก็ใช้คำว่านิพพานหมด. ฉะนั้น

คำว่า นิพพาน ในความหมายธรรมดาทั่วไปนั้น ก็คือว่า เย็น หรือ ทำให้เย็น.

ท่านเข้าใจความหมายของคำพูดแต่ละคำไว้ให้สมบูรณ์ ทั้ง ภาษาคนและทั้งภาษาธรรม นั้นแหละจึงจะเข้าใจพระธรรมได้อย่าง เต็มที่ คือเป็นประโยชน์ได้จริง. เดียวนี้เข้าใจ เรียนมากแล้วบอกว่า เข้าใจ แต่ไม่เห็นมีประโยชน์อะไรเลย; นั้นมันเท่ากับไม่เข้าใจ จึงต้อง เอามาพูดกันอีก. อย่าเพ่อรำคาญ ว่าเอาเรื่องที่พูดกันอยู่ก่อนนั้น มาพูดอีก เพื่อให้รู้จนมันเป็นประโยชน์, จนใช้ให้เป็นประโยชน์ได้, เช่นคำว่ามรรคผลนี้ ขอให้มันอยู่กับเราอยู่ตลอดเวลา, ทำอะไรจะให้ มันสำเร็จประโยชน์เต็มที่หรือดีที่สุด. บางทีแม้แต่ว่าจะทำกับข้าวสัก อย่างหนึ่ง ก็ขอให้มันสำเร็จประโยชน์ดีที่สุด, ดีที่สุดที่มันจะดีได้. นี้ ก็เรียกว่ามันเป็นมรรคเป็นผลด้วยเหมือนกัน, แล้วมันมีผลสบายใจ เย็นใจได้ มันก็มีความหมายแห่งนิพพาน.

ภาษาธรรมะล้วนแต่ยืมไปจากภาษาชาวบ้าน หรือคนธรรมดา ภาษาธรรมะจะมีอยู่ในพระบาลีพระคัมภีร์ก็ร้อยคำเถอะ, แต่ละคำนั้น ยืมไปจากภาษาที่ชาวบ้านเขาพูดกันอยู่ก่อนทั้งนั้น; ข้อนี้ขอให้เข้าใจ และมองเห็นเถอะ แล้วก็จะเห็นอะไรต่อไปอีกมาก. พวกที่ไปค้นทาง ธรรมะ ครั้นรู้ธรรมะแล้ว เขาไม่อาจจะตั้งชื่อขึ้นใหม่มาได้ เขาตั้ง ชื่อใหม่ขึ้นมาไม่มีใครฟังถูก; แต่ถ้าเอาชื่อที่ชาวบ้านเขารู้กันอยู่แล้ว

นั่นแหละ มาเป็นชื่อและพูด ชาวบ้านเขาก็รู้สิ.

ยกตัวอย่าง เช่นคำว่า นิพพาน อย่างนี้ มันแปลว่า เย็น; ไปอยู่ป่าเสียนานไปค้นพบธรรมะ ที่เป็นความเย็นแห่งจิตใจ, แล้วพอกลับเข้ามาในเมือง ก็มาบอกชาวบ้านว่า ฉันพบความเย็นแล้ว ซึ่งหมายถึงความเย็นใหม่ ที่ชาวบ้านยังไม่เคยรู้เรื่อง. เขามาแสดงความเย็น ชาวบ้านก็สนใจ เพราะว่าชาวบ้านก็ต้องการความเย็นอยู่ และความเย็นที่มีอยู่ตามธรรมดานั้นไม่เพียงพอ ไม่เป็นที่น่าพอใจ ยังไม่สูงสุด จนกระทั่งคนที่หลังพบดีไปกว่านั้น ก็ยังใช้คำว่าความเย็นอยู่นั่นเอง มาบอกคนในเมืองว่า พบความเย็นที่ดีกว่า.

นี่คำว่านิพพาน มันก็เลื่อนขั้นตัวเองได้ คือเย็นๆ จนเย็นที่สุดที่ไม่มีเย็นกว่านั้น คือหมดกิเลส. ก่อนนี้เขาเอาความได้ตามอารมณ์ที่ต้องการ ว่าเป็นนิพพาน ก็มี, แล้วมันก็ไม่รอด เพราะมันเย็นเดียวเดียว แล้วมันเย็นชนิดที่หลอกๆ จนกระทั่งมีคนพบเรื่องสมาธิ เรื่องฌาน เรื่องสมาบัติ ว่าเป็นนิพพาน ว่าเย็น ก็ไปกันได้พักหนึ่ง พักใหญ่แหละ เพราะมันมีหลายระดับ, ฌานสมาธิมีหลายระดับ ก็เป็นความเย็นไปได้หลายทอด. เย็นคนสุดท้ายก็คืออาจารย์ของพระพุทธเจ้านั่นเอง คืออาฬารดาบส อุทกดาบสนั่นเอง ที่เขาพบความเย็นในระดับ อากิญจัญญายตนะ, เนวสัญญานาสัญญายตนะ อย่างนี้เป็นต้น.

แต่พระพุทธเจ้าท่านไม่ยอมรับว่ามันเย็นเพียงเท่านั้น, ท่าน

ต้องไปค้นหาของท่านเองจนพบว่า สิ้นกิเลส, สิ้นความยึดถือว่าตัวตนที่เป็นที่ตั้งแห่งกิเลส, สิ้นกรรม ถ้าสิ้นความยึดถือว่าตัวตน มันก็สิ้นกิเลสด้วย สิ้นกรรมด้วย ทั้งกรรมเก่าและกรรมใหม่, กรรมทั้งหลายเลิกล้างกันไปหมด เพราะความสิ้นความยึดถือว่าตัวตน, นี่กรรมมันเลิกละลาบไปเอง เมื่อหมดความยึดถือว่าตัวตน. นี่ นิพพานแท้จริงสูงสุดครั้งสุดท้ายที่พระพุทธเจ้าท่านพบ แล้วก็นำมาสอน แล้วก็ใช้ชื่อเดิมนั่นเอง ชื่อเดิมอีก, แท้จริงครั้งสุดท้าย คำว่านิพพาน นิพพาน.

พวกอื่น เขายังถือลัทธิตามแบบของเขา, เขาก็เอานิพพานตามแบบของเขา ก็มีคำว่านิพพาน—นิพพาน. ฉะนั้นมันจึงมีคำว่านิพพานเต็มไปหมด, หรือกลุ่มไปหมด แต่มีความหมายเฉพาะพวก. ที่ต่ำที่สุดก็ เรื่องกิสาคอดมี ใช้คำว่านิพพานในฐานะความเย็นนอกเย็นใจ, ความเย็นนอกเย็นใจที่เราพูดถึงกันอยู่ตามธรรมดา นั่นแหละ; ถ้าเย็นนอกเย็นใจได้แล้วก็ใช้คำว่านิพพานเหมือนกัน. เช่นประโยคที่ว่า บุรุษนี้ถ้าเป็นลูกของใคร บิดามารดาของเขา ก็จะนิพพาน, นิพพุโตคือนิพพาน ในที่นั่นหมายความว่าเย็นนอกเย็นใจ. ถ้าพูดเป็นไทยๆ ก็ว่า บุรุษนี้เป็นลูกของใครพ่อแม่ของเขา ก็จะเย็นนอกเย็นใจ; คำว่าเย็นนอกเย็นใจนั่นคือนิพพาน. นิพพานภาษาธรรมะที่ใช้กันอยู่แล้วในบ้านเรือนก็มีอยู่ก่อนแล้วอย่างนี้เป็นอย่างต่ำ จนกว่าจะพบเป็นลัทธิที่สูงขึ้นไป—ขึ้นไป.

นี่ขอให้เรารู้ว่ามันเป็นอย่างนี้ แล้วเราก็จะหาพบชนิดที่ต้องหาให้ได้ หรือตามที่เราควรจะต้องการ, คือ อย่างน้อยก็เป็นนิพพานชนิดที่อาจจะมิได้จริง อยู่กะเราได้จริง, แล้วก็อยู่ได้ตลอดไป. นี่ขอให้รู้จักและเอามาให้ได้ แม้จะยังไม่ใช่นิพพานสูงสุด คือสิ้นกิเลสอาสวะ ก็ขอให้มีความเย็นอกเย็นใจอยู่ที่นี่, อย่าให้อยู่ด้วยความร้อน หรือความรบกวนของกิเลสเลย.

นี่คำว่า มรรคผล กิติ, คำว่า นิพพาน กิติ มีความหมายตั้งแต่ต่ำที่สุดจนถึงสูงที่สุด; แม้ว่าจะเป็นอย่างที่ว่าถูกต้องแท้จริง ก็ยังมีตั้งแต่อย่างต่ำที่สุด จนถึงอย่างสูงที่สุด. ถ้าจะเป็นเรื่องที่เกิดพลาดไม่ถูกต้องก็ไม่ต้องเอา, เราก็ไม่ต้องเอา ซึ่งมันก็มีหลายอย่างหลายแบบ ออกไปอีก. แต่ที่ถูกต้องที่ควรจะเอา มันก็ยังมีหลายอย่างหลายแบบ; เช่นคำว่า นิพพาน มีความหมายหลายระดับ ขอให้อยู่กับพระนิพพานอันแท้จริงระดับใดระดับหนึ่ง อย่างน้อยก็ขอให้เป็นอย่างบ้านที่มีความเย็นอกเย็นใจ. อย่าไปนึกถึงหมดกิเลสเป็นพระอรหันต์เลย อยู่ที่บ้านที่เรือนกะวักกะควายกะไร่กะนานั้นแหละ, ขอให้ฉลาดกว่าคนอื่น ๆ อยู่อย่างที่มีความเย็นอกเย็นใจ สูงสุดในประโยชน์ในโลกนี้ ตามที่ควรจะได้ควรจะมี, แล้วก็มี ความหมายแห่งพระนิพพานอันแท้จริง เป็นที่มุ่งหมายปลายทาง.

อย่างที่ พระพุทธเจ้าท่านได้ตรัสแก่ฆราวาสทุกๆ พวกหนึ่ง

มีลูกมีเมียจูงลูกจูงหลานไปด้วยกัน ไปเฝ้าพระพุทธเจ้าขอให้แสดงธรรมะที่เป็นประโยชน์แก่ชาวรามามากที่สุด. พระพุทธองค์ก็ทรงแสดงสุดต้นตะอันเกี่ยวกับสุญญาตา: สุตตนะตา สุนณตปะปฏิสยุตตะตา ตถาคต-ภาสิตา—คือ ความรู้เรื่องสุญญาตา นี้ตรัสแก่ชาวบ้าน ชาวไร่ชาวนามีลูกมีบ้านมีเรือนมีอะไรอยู่. ก็ขอให้อยู่อย่างมีความรู้เรื่อง สุญญาตา, ไม่ต้องร้อนใจ ไม่มีความเร่าร้อนเป็นทุกข์เพราะสิ่งเหล่านั้น. เรื่องวัวควายไร่นาก็เป็นไปตามเรื่องของวัวควายไร่นา; ถ้ามันเกิดอะไรขึ้นมา ก็ไม่ต้องร้อนใจ, แก้ไขไปโดยไม่ต้องร้อนใจ. นี้ ความรู้เรื่อง สุญญาตา ที่สูงสุดในพระพุทธศาสนาเทียบชั้นนิพพาน กลับมาทรงสอนแก่ชาวบ้าน ชั้นต่ำชั้นธรรมดา, เป็นชาวไร่ชาวนา ให้รู้เรื่องสุญญาตา ว่า สิ่งทั้งปวงมันเป็นธรรมชาติ เป็นไปตามธรรมชาติของมันเช่นนั้นเอง; อย่าเอามาเป็นตัวกู เป็นของกู ก็จะไม่เกิดความร้อนหรือความทุกข์ชนิดใด.

นี่เมื่อเราพูดอย่างนี้ คนบางพวกเขาหาว่า พูดไม่จริงบ้าง, หลอกชาวบ้านบ้าง. ชาวบ้านที่นี้ก็จะถูกหลอกมากกว่าใครที่สุด ที่ได้ยินได้ฟังคำว่า เรื่องนิพพาน เรื่องหลุดพ้นนี้, มันมิได้ระดับหนึ่งแก่ชาวบ้านทั่วไปในระดับธรรมดาทั่วไป. ใครจะว่าอย่างไรก็ตามใจ แต่ยังขอบอกกล่าวท่านทั้งหลายอย่างนี้อยู่เสมอ ว่าพวกชาวบ้านนี้แหละอยู่อย่างชาวบ้าน ชาวไร่ชาวนาชาวสวนตามธรรมดา แต่ให้

อยู่ด้วยความรู้เรื่องสุญญตา คือความว่างจากตัวตนตามธรรมชาติของ  
มันเอง, แล้วอย่าไปยินดียินร้าย เมื่อมันเปลี่ยนแปลง, มันเปลี่ยนแปลง  
ก็เป็นไปตามที่มันเปลี่ยนแปลง เราไม่ต้องยินดียินร้ายให้ใจ; นี่จะเป็น  
ชีวิตที่เยือกเย็น. อย่าทำอะไรด้วยความหวัง ด้วยกิเลสตัณหา หิว  
กระหาย; อย่างขาวนาทำนา ทำให้ถูกต้อง ทำให้ดีที่สุด สนุกเมื่อทำ  
ด้วย เมื่อทำก็สนุก แล้วก็บอกว่ามันจะออกรวง ก็รออยู่ด้วยความสนุก,  
มันออกรวงก็เก็บเกี่ยวได้ด้วยมีความสุข. อย่าไปหวังชนิดที่ให้มันออก  
วันนี้ให้มันออกพรุ่งนี้, หรือหวังว่ามันจะต้องได้เต็มที่, หรือหวังอย่าง  
ใดอย่างหนึ่ง ให้เป็นขาวนาเิ่งที่อยู่ด้วยความหวัง.

จำนิทานเรื่องแม่ไก่ไว้ให้ดีๆ พระพุทธเจ้าท่านเล่าเอง แม่ไก่  
พักไข่ให้ถูกต้องก็แล้วกัน, ไข่ก็ออกเป็นลูกไก่เอง ตามกำหนดเวลา.  
ถ้าแม่ไก่ตัวไหนมีความคิดความหวังทุนทุรายอยู่ในใจ ว่าลูกไก่จะ  
ออกมา, ลูกไก่จะออกมา นี่มันเป็นแม่ไก่บ้า. นี่ระวังให้ดี, อย่าเป็น  
แม่ไก่บ้า อย่าเป็นขาวนาบ้า, ให้มันเย็นไปตั้งแต่ต้นจนปลายตลอดปี  
—ตลอดปีเพราะรัฐธรรมนูญที่เื่องอยู่กับสุญญตา. พระบาลีนั้นมีว่า  
สุญญตปปฏิสยุดตา—เื่องเฉพาะอยู่ด้วยสุญญตา.

ความรู้นั้นทำให้เรามองเห็นว่ามันเป็นสุญญตา คือว่างจาก  
ความหมายแห่งตัวตนหรือของตน ที่เราจะบังคับบัญชามันได้; เมื่อมัน  
เป็นไปอย่างนั้น ก็อย่างนั้นสิ ก็อย่างนั้นสิ, ก็อย่างนั้นเอง, จะต้องเป็น  
ทุกซ์ท่าไม. เราทำให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ มันก็ต้องเป็นตามที่มีมันควร



จะได้; ถ้ามันพลาดไปบ้างก็ช่างมัน สี่ครั้งห้าครั้งมันจะพลาดสักครั้งหนึ่งก็ช่างมันสิ. เราอยู่โดยที่ว่า ได้มาก็อย่างนั้นเอง, ไม่ได้มาก็อย่างนั้นเอง, ได้สมหวังก็อย่างนั้นเอง, ได้ไม่สมหวังหรือไม่ได้มาก็อย่างนั้นเอง. ฉะนั้นอย่าอยู่ด้วยความหวัง, หรือถ้าหวังก็หวังด้วยสติปัญญา ก็ไม่เรียกว่าความหวัง หวังต้องด้วยความโง่, หวังอย่างกระหายอย่างหิวกระหายหวัง นี้เรียกว่าความหวัง เป็นกิเลส มาจากอวิชชา.

ถ้าต้องการด้วยสติปัญญา ไม่ต้องหวัง ไม่มีหวัง, จะต้องการก็ได้ ต้องการด้วยสติปัญญาที่ควรจะต้องการ รู้ว่าทำอะไรแล้วก็ทำ ทำแล้วก็ไม่ต้องหวัง. อย่างนี้ ไม่เรียกว่าความหวัง ไม่เรียกว่าค้นหา ไม่เรียกว่าอาสา เป็นต้น ซึ่งแปลว่าความหวัง, ก็เรียกว่าสังกับไป; เหมือนเขาให้พร เมื่อพระให้พร ถวายทานนั้น สังกับปะของท่านทั้งหลาย คือความต้องการความดำริของท่าน จงบริบูรณ์เหมือนพระจันทร์ในวันเพ็ญ อย่างนี้เป็นต้น.

ถ้าหวังก็ต้องเป็นทุกข์ เพราะหวังด้วยความโง่ด้วยกิเลส; ถ้าต้องการด้วยสติปัญญามันไม่อยู่ในรูปของความหวัง. ถ้ามันจะออกมาในรูปที่ผิดจากความต้องการของเรา เราก็หัวเราะเยาะไว้ล่วงหน้าแล้ว, ต้อนรับได้ด้วยความหัวเราะเยาะ. บางทีจะบอกให้มันผิดหวังดูบ้าง ถ้ามันจะผิดหวังแล้วก็ส่งเลย, เอ้อผิดหวังก็ดีเหมือนกันให้มันผิดหวังไปเลย. ถ้ามันแสดงออกมาว่าจะผิดหวังตามที่เราหวังไว้ อย่าให้มันกัดเรา ผิดหวังก็ผิดสิ มันเป็นธรรมดาอย่างนี้.

นี่ชีวิตที่เยือกเย็น พุดกันมาตั้งยี่ดียวนี้ เพื่อจะบอกเพียง  
คำเดียวว่า มันเป็นชีวิตเยือกเย็น, **ชีวิตที่ไม่ร้อน** เพราะว่าเราได้จัด  
ได้ทำไว้อย่างถูกต้อง ก็อยู่เป็นสุขเต็มที่ที่ควรจะอยู่ได้, **จะไม่เกิด**  
**โรคประสาท และเป็นบ้าในที่สุด** เหมือนที่เป็นกันอยู่บ่อยๆ นั้นมันอยู่  
ด้วยชีวิตร้อน ทนทานอยู่ตลอดเวลา ไม่เท่าไรก็ต้องเป็นบ้า, อย่าง  
น้อยก็เป็นโรคประสาทคุ้มดีคุ้มร้ายไปทีเดียว.

นี่คำว่ามรรคผลนิพพานนี้ ขอให้ขยายความหมายกว้าง  
ออกไป จนเป็นสิ่งที่มิได้ประจำบ้านประจำเรือน จะเลี้ยงไก่จะเลี้ยงหมู  
ขอให้มันเป็นมรรคเป็นผล. นี่ฟังดูให้ตึชี่ จะเลี้ยงไก่เลี้ยงหมู ขอให้  
เป็นมรรคเป็นผล คือมันสำเร็จดีที่สุดในตัวเอง, หรือว่าจะทำนา ก็ให้เป็น  
มรรคเป็นผล ให้มันสำเร็จดีที่สุดในนี้เราต้องการชีวิตชนิดนี้ จึงชวนกัน  
มาอธิบายกันใหม่ ในความหมายของคำว่า **มรรค ผล นิพพาน** ซึ่ง  
เป็นผลของจิตตภาวนา.

# วินิจฉัยคำว่า จิตตภาวนา.

ที่นี้ จิตตภาวนา ก็เป็นคำที่ต้องวินิจฉัย เช่นเดียวกัน เพราะว่าท่านทั้งหลาย จะได้ยินคำว่าจิตตภาวนามาแต่ในทางที่บำเพ็ญจิตของพวกอยู่ป่าอยู่ดง ทำสมาธิ ทำวิปัสสนา ทำกัมมัฏฐานอะไรเหล่านั้นเท่านั้น นั้นเรียกว่าจิตตภาวนา. นั้นมันรู้แคบๆ มันมุ่งหมายแคบๆ, มันก็แคบจนไม่เอามาใช้เป็นประโยชน์ได้.

คำว่า จิตตภาวนา ต้องให้หมายความหมดจดสิ้นเชิง ว่าเราทำจิตให้มันดีขึ้นได้อย่างไรเท่าไร ก็เป็นจิตตภาวนาหมด, แม้แต่จะทำจิตให้ดีขึ้นสักชนิดหนึ่ง ก็เรียกว่าทำจิตตภาวนา, แม้ไม่ได้ทำกัมมัฏฐานภาวนา ออกท่าออกทางเหมือนที่เขาทำๆ กันอยู่ ก็ยังได้, เราทำตามแบบของเรา ที่ใครเห็นแล้วไม่เชื่อ ไม่ยอมรับว่าเป็นจิตตภาวนา. แต่เราสามารถทำให้จิตของเราดีขึ้น, ให้จิตของเราในวันนี้มันดีขึ้นกว่าจิตเมื่อวานนี้, ให้มันแจ่มแจ้งในอะไรดีกว่าวานนี้, ให้มันอดกลั้นได้ ให้มันเฉยๆ ได้ ให้มันแก้ปัญหาได้ดีกว่าจิตเมื่อวานนี้. เพียงแต่เท่านั้นก็เรียกว่าเป็นจิตตภาวนาแล้ว ถ้าว่าเราทำ, ถ้าเป็นผลของการกระทำของเรา, ถ้ามันดีของมันเองตามธรรมชาตินี้ ไม่เรียกว่าจิตตภาวนา เพราะว่าเราไม่ได้ทำ, แต่ถ้ามันดีขึ้นเพราะ

การกระทำของเรา เพราะการศึกษาอบรมของเรา ก็ต้องเรียกได้  
ทั้งนั้นแหละว่าจิตตภาวนา, คือว่ามันฉลาดขึ้นก็แล้วกัน.

ในการงานทุกชนิดไม่ว่าการงานอะไร ถ้าผู้ทำคอยสังเกตดู  
ให้ดี ๆ แล้วทำให้ดีขึ้น ฉลาดขึ้นกว่าที่แล้ว ๆ มา, อย่างนี้ก็เรียกว่า  
จิตตภาวนาได้เหมือนกัน. ฉะนั้นคนที่เป็นคริบาลปิน ทำงานฝีมือคิดนึก  
อะไรต่าง ๆ นี้ เขาก็มีจิตตภาวนาโดยอัตโนมัติ อยู่ใน การกระทำของ  
เขา.

คนที่ต้องใช้สติปัญญาทุกคนจงมองให้เห็นว่า มีจิตตภาวนา  
คือทำให้จิตมันดีขึ้น; จะเป็นขาวนาก็ได้, เป็นพ่อค้าก็ได้, เป็นหมอ  
เป็นแพทย์เป็นทนายความเป็นอะไรก็ตามเถอะ, ถ้าเขากระทำชนิด  
ที่ว่าจิตของเขาดีขึ้น ฉลาดขึ้น นั่นก็รวมอยู่ในคำว่าพัฒนาจิต หรือ  
ทำให้จิตเจริญขึ้นได้ด้วยกันทั้งนั้น. เพราะฉะนั้นให้พยายามเข้าใจ  
ความหมายของคำสำคัญ ๆ ต่าง ๆ ที่เคยเข้าใจกันมาอย่างแคบ ๆ  
ให้ถูกต้องเสียใหม่, ให้กว้างขวางเต็มตามความหมายของคำคำนั้น;  
เช่นว่าทำภาวนา จิตตภาวนา ไม่ใช่ไปนั่งพิมพ์ทำอยู่ในป่า, ที่ไหนก็ได้  
—ที่ไหนก็ได้ เมื่อไรก็ได้ ถ้าทำให้จิตมันดีขึ้น.

ฉะนั้น คนที่ทำอะไรด้วยความระมัดระวังอย่างสุ่มรอบคอบ  
อยู่ตลอดเวลาทั้งวันทั้งคืนนั้น คนนั้นเป็นจิตตภาวนา, ทำจิตตภาวนา,  
มีจิตตภาวนาอย่างดี. แต่คนที่ทำอะไรโง่เขลา พรวดพราด ชุ่ย ๆ  
หวัด ๆ อย่างนี้ มันไม่มีดอก มันไม่มีแก่คนชนิดนั้น. ส่วนที่ไปทำเป็น

พิธีรีตอง ในที่สงบสงัดตามแบบฉบับที่วางไว้สำหรับกัมมัฏฐานสำหรับ  
วิปัสสนา นั่นก็เป็นจิตตภาวนาถูกแล้ว แต่มันเฉพาะเรื่องมากเกินไป.  
หรืออยู่ในระดับที่ชาวบ้านทำไม่ได้. ต้องขยับขยายปรับปรุงลงมา ให้  
ถึงระดับที่ชาวบ้านเขาจะทำได้, ให้เวลาของเขาสามารถปรับปรุงจิต  
ให้สูงขึ้นไปก็แล้วกัน. พุดอย่างหยาบคายที่สุด เมื่อนั่งอยู่บนโถส้วมนั้น  
แหละ ก็ทำจิตตภาวนาได้ ไม่เชื่อไปลองดู อดมารับประกัน มันเป็น  
สิ่งที่ทำได้ แล้วบางทีจะดีหรือง่ายกว่าเวลาอื่นด้วยซ้ำไป เพราะเมื่อ  
คนที่นั่งอยู่บนโถส้วมนั้น วิตกกังวลมันหายไปไหนหมดไม่รู้. บางที  
ความที่มันจะถ่ายออกมา นั่น มันกลายเป็นนิมิตหรืออารมณ์อย่างเดียว  
ให้, แล้วคนก็คิดนึกอะไรได้ดี เพราะว่าจิตมันเป็นอารมณ์เดียวได้เอง.  
ขอให้ใช้ประโยชน์ในทางจิตตภาวนาทุกขณะ ทุกระยะเวลา แม้ที่สุด  
แต่ว่ากำลังนั่งอยู่บนโถส้วม. พุดแล้วมันก็ไม่น่าฟัง แต่ถ้าไม่พุด มัน  
ก็ไม่มีทางที่จะรู้เหมือนกัน จึงต้องพุดว่ามันมีอะไรบ้าง.

นี่คำที่เราเอามาพุดกันให้มันกว้างขวางออกไป คือคำว่า  
มรรคผลกิติ นิพพานกิติ จิตตภาวนากิติ.

## จิตนี้ฝึกอบรม พัฒนาได้.

เอ้า! ทีนี้มาถึงคำว่าจิตแล้ว ก็ต้องพูดกันต่อไปใน เรื่องที่เกี่ยวกับคำว่าจิต เคยพูดมาหลายครั้งหลายหนเต็มทีแล้ว จนบางคนเบื่อแล้วสิ้นหัวแล้ว, ไม่อยากจะฟังแล้ว มันซ้ำๆ ซากๆ คือคำพูดที่ว่า จิตนี้เป็นสิ่งที่ปรับปรุงได้, จิตนี้เป็นสิ่งที่ปรับปรุงได้ หมายความว่าฝึกฝนอบรมได้; แต่มีคนโง่จำนวนมากเกือบจะทั้งหมดของจำนวนคน เขาว่าไม่ได้ เขาว่าไม่ได้. แต่เราว่าได้, จิตนี้เป็นสิ่งที่ปรับปรุงได้ นิสัยสันดานก็เป็นสิ่งที่แก้ไขได้ เลิกเพิกถอนได้, อย่าหลงใหลไปว่ามันเปลี่ยนแปลงไม่ได้, จิตนี้มันเปลี่ยนได้ ถ้าทำให้ถูกวิธี.

สิ่งที่เรียกว่า นิสัยก็เป็นสิ่งที่แก้ได้, เพิกถอนได้. คนโง่เท่านั้น มันพูดอย่างตันหลังหลับตา ว่านิสัยเปลี่ยนแปลงไม่ได้, นิสัยเปลี่ยนแปลงไม่ได้. นี่มันสำหรับคนโง่พูด ก็ให้มันพูดไปก็แล้วกัน; แต่ที่จะพูดกันอย่างหลักธรรมะกฎอภิปัจจยตาเป็นต้นแล้ว ไม่มีอะไรที่เปลี่ยนแปลงไม่ได้, นิสัยสันดานก็เปลี่ยนได้. แต่มักจะยึดถือกันเสียว่า เปลี่ยนไม่ได้. เอ้า, เปลี่ยนไม่ได้ก็ตายไปกะอันนั้นสิ; แต่ถ้าใครคิดว่าเปลี่ยนได้ ก็อาศัยหลักธรรมะที่ถูกต้องกัน มันก็เปลี่ยนได้ แล้วมันก็ได้รับผลประโยชน์.

นิสัยที่เท่านั้น มันก็เป็นความเคยชินที่เพิ่มเข้า เพิ่มเข้าๆ ถ้า

เราลดเสีย, ไม่เพิ่มเข้าๆ มันก็ลดถอยลงและเปลี่ยนได้. นี่เป็นหลัก  
ในพระบาลีเอง ไม่ใช่ว่าเอาเอง; เช่นเรามีความโลภมีความรักที่หนึ่ง  
มันก็มีนิสัยเช่นนั้น หน่วยหนึ่งอันหนึ่งทีหนึ่ง. พอมีอีกมันก็เพิ่มเข้า  
มาอีก, พอมีอีกมันก็เพิ่มเข้าอีก ไปจนเป็นนิสัยเช่นนั้น. เช่นบางคน  
ขี้โกรธยิ่งกว่าคนบ้า เพราะว่ามันเพิ่มนิสัยอย่างนั้นเข้าไปจนเป็นนิสัย  
เช่นนั้น. นี้เราจะรู้จะถอนทิ้งก็ได้ ถ้าเรารู้วิธี, คือเมื่อถึงคราวมันยั่ว  
ให้โกรธ มาให้โกรธ ไม่โกรธ มันก็ลด—ลดไปหนึ่ง, มาอีกก็ควบคุมได้  
ไม่โกรธ มันก็ลดทีหนึ่ง, มันก็ลดไปเรื่อยๆ จนมันหมดนิสัยที่จะโกรธ,  
หมดอุปนิสัยหรือหมดอนุสัยที่โกรธ.

อนุสัยหมวดความโลภ เรียกว่า ราทานุสัย, อนุสัย หมวด  
ความโกรธ เรียกว่า ปฏิฆานุสัย, อนุสัย หมวดความโง่ เรียกว่า  
อวิชชานุสัย. นี้พระพุทธรเจ้าได้ตรัสไว้ในฐานะเป็นสิ่งที่ลดได้ ถอนได้,  
ถอนออกได้ที่ละนิดทีละนิด ด้วยการที่ไม่ยอมทำ หรือไม่ปล่อยให้ทำ  
ชนิดนั้น ทุกครั้งที่มันมาสำหรับจะให้ทำ: มันมาให้รักให้โลภให้อยาก  
ได้, เอ้า,ไม่เอากะมัน นิสัยนั้นมันจะลดลงไปนิดหนึ่ง, ทีหลังมาอีกก็  
ไม่เอากะมัน มันก็ลดลงไปอีกนิดหนึ่ง, ทีหลังมาอีกก็ไม่เอากะมัน,  
มันก็ลดไปอีกนิดหนึ่ง; นี้เรียกว่ามันถอนได้อย่างนี้. ที่ทำให้โกรธให้  
เกลียดก็เหมือนกัน ก็ไม่เอากะมัน มันก็ลดลงไปนิดหนึ่ง, ที่ให้โง่ที่ให้  
กลัว ที่ให้อะไรต่างๆ ที่เกี่ยวกับความโง่นั้น โง่โง่กะมัน ไม่ไปกลัว

กะมัน, สิ่งที่มาให้กลัวเมื่อไรก็ไม่กลัวมัน—ไม่กลัวมัน—ไม่กลัวมัน มันก็ลดนิสัยกลัวลงไป, ลงไป จนไม่กลัวอะไร.

นี่ขอให้อู่ว่า จิตเป็นสิ่งที่ปรับปรุงได้ จนเหมือนกะว่าผิดตรงกันข้ามไปจากเดิม ที่เคยรักเคยอยากเคยโลภ ก็ไม่, ที่เคยโกรธเคยเกลียด ก็ไม่, ที่เคยกลัวเคยโง่เคยหลงหรือเคยสะเพร่าอะไรก็ไม่; นี่มันเป็นสิ่งที่ปรับปรุงได้ จนกระทั่งว่าร้อยทั้งลงไปหมดเลย, ร้อยทั้งออกไป ไม่ให้เหลืออยู่ในจิตใจเลย ที่จะรักจะโกรธจะเกลียดจะกลัวนี้. แต่มันสูงขึ้นไป มันก็ต้องทำด้วยวิธีการที่สูงขึ้นไป.

เดี๋ยวนี้ในระดับธรรมดานี้ แม้แต่เด็ก ๆ ก็ทำได้. พ่อแม่อย่าโง่, พ่อแม่อย่าเป็นคนโง่ ทำให้เด็กเพิ่มความรักเพิ่มความเกลียด ความกลัวความอะไรจนเป็นนิสัยขึ้นมา, หลอกให้เด็ก ๆ หลงใหลในของรักของสวยงาม, หลอกให้เด็กกลัวนั่นกลัวนี่ กลัวจิ้งจกตุ๊กแก. นี่เป็นเรื่องความโง่ของพ่อแม่ทั้งนั้นแหละ, มันเป็นความยากแก่เด็ก, มันก็เป็นปัญหาที่เกิดขึ้นอยู่กับเด็ก ที่ทำให้เราที่หลังนี้พลอยลำบาก เพราะว่ามันทำผิดพลาดมาตั้งแต่ที่แรก.

เอาละ, เป็นอันว่า ขอให้มองชัดว่า จิตเป็นสิ่งที่ปรับปรุงได้ นั่นแหละคือ จิตเป็นสิ่งที่พัฒนาได้; เมื่อรู้อย่างนี้แล้ว จิตตภาวนาจะมีแก่บุคคลนั้น. ถ้าบุคคลนั้นไม่ยอม มันโง่มันปากหลักตายตัวว่า จิตเปลี่ยนไม่ได้ดังนี้แล้ว, จิตตภาวนาก็ไม่มีแก่บุคคลนั้น. ฉะนั้น



บุคคลใด จะมีจิตตภาวนา เขาต้องมีความเข้าใจอย่างพื้นฐานถูกต้อง เพียงพอเสียก่อน. ขอย่าให้พ่อแม่สอนลูกเด็ก ๆ ผิดวิธีทาง จนเด็ก ไปรักไปโกรธไปเกลียดไปกลัวอะไรหนาแน่นจนแก้ไขยาก. นั่นนะพ่อแม่ นั่นเอง เป็นผู้ทำความเสียหายให้แก่เด็ก ๆ, ทำให้เกิดปัญหาที่แก้ไขยากแก่เด็ก ๆ. ถ้าพ่อแม่อบรมสั่งสอนมาถูกต้องตั้งแต่เด็ก ๆ, ปัญหาเหล่านี้ก็จะไม่มี.

นี้สรุปความว่า มันมีข้อเท็จจริงของธรรมชาติ ตามธรรมชาติ ว่าจิตเป็นสิ่งที่ปรับปรุงได้, หรือสามารถจะรื้อทิ้งออกไปหมดได้ ในส่วนที่ไม่พึงปรารถนา. ที่เรียกว่านิสัยที่ไม่พึงปรารถนาของจิต ที่ทำมาผิด ๆ แต่อ่อนแต่ออกนั้น เป็นสิ่งที่รื้อทิ้งได้, อยากรจะพูดว่า แม้ติดมาจากชาติก่อนก็รื้อทิ้งได้. แต่เดี๋ยวนี้ไม่อยากจะพูด เพราะมันเอามาให้เห็นไม่ได้, เรื่องชาติก่อนมันเอามาให้เห็นไม่ได้, มันเป็นการบังคับให้เชื่อตามคนอื่น นี่ไม่ถูกตามหลักพุทธศาสนา. ฉะนั้น สิ่งที่เราเอามาให้เห็นไม่ได้ เราไม่พูด, เราไม่เอามาบังคับให้ใครเชื่อ. คนอื่นเขาทำกันก็ตามใจ เราไม่ทำ เราจะพูดแต่สิ่งที่เรามองเห็นได้ ว่ามันเป็นอย่างนั้น. นิสัยอะไรที่สร้างกันขึ้นมาตั้งแต่เป็นทารกแต่อ่อนแต่ออก มันแก้ไขได้ มันปรับปรุงได้, กระทั่งมันรื้อทิ้งเสียได้ จนมันเปลี่ยนนิสัยเป็นตรงกันข้าม แล้วเขาก็จะไม่มีความทุกข์เลย.

# จิตพัฒนาตัวเองได้ ถ้าอบรมให้ถูกวิธี.

ที่นี้จะให้ดูโดยละเอียดต่อไปอีก สำหรับสิ่งที่เรียกว่าจิต คือจิตที่จิต ซึ่งมีความแปลกประหลาดมหัศจรรย์. จิตนี้มีอะไรๆ ที่มีความประหลาดน่าอัศจรรย์มาก, จนเรียกว่ามหัศจรรย์ เพราะมันอัศจรรย์มาก น่าอัศจรรย์มาก.

ตามธรรมชาติแท้ๆ ของจิต ธรรมชาติแท้ๆ ของจิตนั้นมันก็น่าอัศจรรย์ คือว่า จิตนี้มันเป็นธาตุชนิดหนึ่ง แต่ไม่ใช่เอาไปธาตุปฐมธาตุ วาโยธาตุ เตโชธาตุ มันเป็นธาตุอีกชนิดหนึ่ง, เขาเรียกว่า มโนธาตุ หรือจิตตธาตุ หรืออรูปรธาตุ เป็นต้น, มันเป็นธาตุชนิดหนึ่ง. ธาตุตัวนี้ธาตุจิตนี้ มันก็เป็นธาตุเหมือนกับธาตุทั้งปวง, แต่ว่าคุณสมบัติของมัน มันต้องผิดจากธาตุอื่นๆ มิฉะนั้นจะมาเรียกว่าธาตุจิตได้อย่างไร. จิตตธาตุ หรือ มโนธาตุ นี้มันมีหน้าที่สำหรับรู้, สำหรับรู้สึก และมันจะรู้สึกต่อทุกสิ่งได้, มันจะรู้ทุกอย่างได้ ถ้าอบรมมันให้ถูกวิธี. เดียวนี้มันอาจจะรู้สึกได้แต่บางอย่าง มันอาจจะรู้ได้แต่บางอย่าง หรือในวงจำกัด; ถ้าเราอบรมให้ถูกวิธี มันก็จะรู้ได้หมด ได้เต็มทีเหมือนกัน.

เด็กทารกพอดคลอดออกมาแล้ว มันก็เริ่มรู้, มันไปจับอะไรเข้า มันกัดเอา ต่อไปมันก็ไม่จับ, ไปจับไฟเข้ามันร้อน ต่อไปมันก็ไม่จับ

แหละ. นี่เป็นคุณสมบัติของธาตุจิตที่มันจะรู้อะไรของมันตัวเอง, แล้วมันก็รู้จักเลือก รู้จักคิด รู้จักนึกสูงขึ้นไปตามลำดับ ของเวลาของอายุของเด็กทารกนั้น. มันรู้สัมผัสได้ แล้วมันก็รู้ผลของสัมผัสได้ รู้สึกสุข รู้สึกทุกข์ รู้สึกทุกข์ของการสัมผัสได้ แล้วมันก็รู้จักเข็ดหลาบต่อการที่จะสัมผัสสิ่งที่เป็นทุกข์. ถ้ามันเอามือไปจับไฟ มันก็ร้อนมันก็เข็ดหลาบ มันรู้จักเข็ดหลาบได้เอง พ่อแม่ไม่ต้องสอน, พ่อแม่สอนมันก็ยังไม่เชื่ออะ บอกว่าอย่าจับไฟ ลูกเด็ก ๆ มันก็ไม่เชื่อ มันไปจับเข้า แล้วมันก็ร้อน, ทีหลังมันก็เชื่อตัวมันเองได้. ฉะนั้นเด็ก ๆ มันไม่ไปจับแมลงที่กัดต่อย เพราะมันเคยถูกมาแล้ว, ทีแรกมันไม่รู้มันไปจับแมลงที่กัดต่อยเจ็บปวด, ทีหลังมันก็รู้จักเข็ดหลาบเองได้.

ฉะนั้น ขอให้สนใจว่า จิตนี้มันรู้อะไรได้ มันรู้สึกได้ แล้วมันเข็ดหลาบได้. ความรู้สึกอย่างนี้ คือการที่จิตมันเจริญพัฒนาขึ้นมาตามลำดับ; ดังนั้นจิตมันจึงมีความรู้ที่จะระมัดระวัง. เช่นเด็กมันจะระมัดระวังไม่จับไฟ หรือไม่เผลออกไปเหยียบไฟ, หรือไม่เซไปหาไฟ, มันจะรู้จักระมัดระวัง, แล้วมันจะรู้จักที่ต้องปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นด้วยตัวเอง. ทำอย่างไรดีก็ว่า, ทำอย่างไรดีก็ว่านี้ เด็กเล็ก ๆ มันก็ค่อย ๆ รู้ขึ้นมาเองหลายอย่างหลายประการ. ที่ว่าบิดามารดาครูบาอาจารย์สอนไม่ได้, หรือไม่มีโอกาสจะสอน, แต่เด็ก ๆ เขารู้สึกได้เอง นี่ความน่าอัศจรรย์ของสิ่งที่เรียกว่าจิต.

บังคับตัวเอง ก็เริ่มมีขึ้นมา บังคับร่างกาย บังคับตัววัตถุ ก็

เริ่มมีขึ้นมา เพราะว่าสัมผัสแล้วมันรู้, แล้วมันรู้จักขีดทลอบ. ที่น่า  
อันตรายก็รู้จัก พอใจที่เป็นผลดี, เรียกว่ารู้จักสิ่งที่ดีกว่าๆ เพิ่มขึ้นๆ.  
นี่เป็นสิ่งที่น่าอัศจรรย์ของสิ่งที่เรียกว่าจิต. ไม่ต้องพูดรายละเอียด  
อย่างอื่นก็ได้ มันมากไป; เช่นว่ามันมีตา มีหู มีจมูก มีลิ้น มีกาย  
มีผิวหนัง ที่จะสัมผัสรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ, แล้วมาเกี่ยวข้องกับ  
กับจิต, จิตก็รู้ เฉลียวฉลาดในสิ่งเหล่านี้มากขึ้น, แล้วมันจึงมีการ  
พัฒนามากขึ้น พร้อมกันไปในทุกทางโดยอิทธิพลของจิต. เมื่อจิต  
น้อมไปอย่างไร กายก็จะน้อมไปตาม; เรื่องนี้ละเอียดมากขอให้สังเกต  
ต่อไปข้างหน้า, หรือว่าถ้าเคยเรียนวิทยาศาสตร์ เคยเรียนอะไรมาบ้าง  
แล้วก็ดี, ว่าจิตมันน้อมไปอย่างไร กายนี้มันก็จะน้อมไปตาม.

ที่น่าสังเกตอยู่อย่างหนึ่งในปัจจุบันนี้ ก็คือว่า ทารกที่เกิดมา  
รุ่นหลังๆ นี้ จะสวยจะน่ารักน่าเอ็นดูยิ่งกว่าทารกยุคแรกๆ ยุคเก่าๆ.  
พูดง่าย ๆ ว่า เด็กยุคนี้มันเกิดมาสวยกว่าเด็กยุคก่อน, เด็กยุคก่อน  
มีหน้าตาน่าเกลียดน่าชังมากกว่า เด็กยุคนี้จะมีเด็กที่หน้าตาน่าเกลียด  
น่าชังน้อย, จะมีเด็กที่สวยหน้าตาน่ารักน่าเอ็นดูมาก ไม่ว่าในกรุง  
ไม่ว่าบ้านนอก, บ้านนอกมันอาจจะลำหลังอยู่. แต่ถึงอย่างไรก็ดี เด็ก  
ที่เกิดสมัยนี้มันหน้าตาสะสวย และจะสวยยิ่งขึ้น, มันเพราะการ  
น้อมไปแห่งจิตของบิดามารดากระทั่งว่าของทารกนั่นเอง; มันมีจิตที่  
น้อมไปเพื่อความสะสวย ลูกคลอดออกมาสวย, ลูกเองมันก็ต้องการ  
จะสวย, พ่อแม่ก็ต้องการให้สวย. ฉะนั้น ทารกเกิดมายุคนี้มันจึง

สวยกว่ายุคก่อนๆ แล้วก็เรื่อยๆ มา, ที่หน้าตาไม่น่าดูน้ำมันจะน้อยๆ ไป, น้ำมันจะน้อยหายไป เพราะมันไม่มีใครต้องการ เพราะมันไม่มีจิตชนิดไหนที่ต้องการ. เดียวนี้จิตที่พัฒนาแล้วมันต้องการแต่ที่มันสวย.

นี่ขอให้รู้เถอะว่า จิตนี้มันน่ามหัศจรรย์, เป็นสิ่งที่มหัศจรรย์. ฉะนั้นเราถือเอาประโยชน์ของความเป็นที่มันทำอะไรได้น่าอัศจรรย์ นั่นแหละ ให้ได้รับประโยชน์ให้มาก. มันเป็นที่น่าอัศจรรย์มาก, เราก็ถือเอาประโยชน์ ที่มันน่าอัศจรรย์ นั่นแหละให้ได้มากที่สุด ก็จะเป็นการดี.

นี่เรื่องพัฒนาจิต หรือจิตตภาวนานี้ เป็นสิ่งที่มีหวังที่จะทำได้ ด้วยเหตุผลอย่างทีกล่าวนมา. ฉะนั้นขอให้เราสามารถที่จะถือเอาประโยชน์อันนี้ให้ได้ คือพัฒนาสิ่งที่เรียกว่าจิตให้ได้ ของเราเองโดยตรง และของผู้อื่นโดยอ้อม, โดยเฉพาะของลูกหลานที่จะเกิดตามมา ให้ได้รับการพัฒนาในทางที่จะเป็นประโยชน์ เพราะว่าถ้าไม่พัฒนามันก็เปะปะ, ถ้าพัฒนาผิดมันก็เดินทางผิด ก็กลายเป็นมิจฉาทิฏฐิ, เป็นอันตรายแก่ตัวมันเองหรือแก่ทุกคน.

ฉะนั้น จึงเป็นสิ่งที่จะต้องรู้ จะต้องเข้าใจ จะต้องพยายามในการพัฒนาจิตให้ถูกวิธี แล้วมันก็จะได้ในสิ่งที่เรียกว่ามรรค ผล นิพพาน ในทุกความหมาย ในทุกชั้นในทุกระดับ ที่เราจะได้กล่าวกันต่อไป.

## การพัฒนาผิดทาง, หลงวัตถุ จึงต้องศึกษาธรรมะให้พอ.

ดูให้ดีว่า ถ้าจิตของมนุษย์ได้รับการพัฒนาอย่างถูกต้องเรื่อยๆ มาเรื่อยๆ มา ตั้งแต่สมัยเป็นคนป่าแรกมีขึ้นในโลก เมื่อโลกมนุษย์แรกมีคนเป็นคนป่าครั้งแรกนั้น, ถ้าได้รับการพัฒนาจิตให้ถูกต้อง และเรื่อยๆ มา จนกระทั่งถึงทุกวันนี้แล้ว โลกนี้ก็จะดีกว่านี้มาก, จะประเสริฐวิเศษกว่าที่มีอยู่ในบัดนี้มาก ซึ่งเต็มไปด้วยความเลวร้าย คือมนุษย์มันมีขึ้นมาในโลกแล้ว มันก็พัฒนาตามธรรมชาติเป็นส่วนใหญ่, พัฒนาโดยสติปัญญา ของมนุษย์เองนั้นมันมีน้อย แล้วมันยังผิดทางเสียอีก ที่มันนำเคราะห์นำเสียใจ ก็คือว่ามันพัฒนาผิดทาง.

เมื่อมนุษย์มีขึ้นมาในโลก รู้จักทำมาหากินเป็นมนุษย์แล้ว, รู้จักความก้าวหน้าทางวัตถุแล้ว มันก็หลงไหลแต่ในด้านฝ่ายวัตถุ ไม่ได้หลงไหลในด้านฝ่ายพัฒนาจิตใจ. มนุษย์ก็เลยพัฒนามาแต่ในทางวัตถุ โดยไม่รู้สีกตัว คือบูชาเรื่องทางวัตถุโดยไม่รู้สีกตัว, ยิ่งถูกใจยิ่งเอากันใหญ่. ฉะนั้นความพัฒนาในทางวัตถุมันก็มาก ๆ จนมนุษย์มันหลง: แม้จะมีการพัฒนาทางจิตใจก็น้อย หรือจะมีผู้ค้นคว้าการพัฒนาทางจิตใจ มันก็สู้พวกที่พัฒนาทางวัตถุไม่ได้. เมื่อเป็นดั่งนี้การพัฒนาทางวัตถุมันก็เหนือกว่ามีอำนาจกว่า แล้วพอพัฒนาวัตถุขึ้นมาได้อย่างหนึ่ง มันก็มีความดึงดูดมาก เอ็ดดอรรอยสนุกสนาน มี

อะไรมาก มีความยั่วยวนมาก ก็เฮกันมาพัฒนากันแต่ในทางวัตถุ. ฉะนั้น ความเจริญในทางวัตถุ มันจึงวิ่ง, วิ่งเร็วมาก คือเจริญมาก นับตั้งแต่คนป่าชนิดที่ชี้ควายก็ไม่ใช่, จนมาเป็นมนุษย์ยุคนี้ ที่เขาชี้เครื่องบินไอพ่น หรือเขาจะชี้อะไรที่ตึกว่านั่น. นี่เพราะว่ามันมีแต่พัฒนาทางวัตถุยิ่งขึ้นๆ ทางจิตใจมันสู้ไม่ได้, มันสู้ไม่ได้ เพราะมันไม่อร่อยสนุกสนานเหมือนกับทางวัตถุ แม้ว่าจะมีคนบางคนหรือคนบางพวกในยุคที่แล้วมานั้น เขาพิจารณารู้สึกได้เองว่า ความสนุกสนานทางวัตถุนี้เป็นเรื่องหลอกๆ, เขาไปค้นคว้าทางจิตใจ เป็นฤๅษีเป็นมุนีอะไรขึ้นมา, พบความสุขทางจิตใจก็มีเหมือนกัน. แต่แล้วมันก็สู้การพัฒนาทางวัตถุไม่ได้, การพัฒนาทางวัตถุมันจึงนำมา—นำมา—นำมา จนกระทั่งบัดนี้, แล้วก็ไม่มีใครชอบความสุขทางฝ่ายจิตใจ ซึ่งมันสงบเงียบ, มันไม่ร่าเริงประสาธน์ มันไม่ปลุกความรู้สึกของกิเลสตัณหา มันสู้กันไม่ได้.

การพัฒนาทางจิตใจมันสู้การพัฒนาในทางวัตถุไม่ได้, มันเป็นความผิดพลาดของมนุษย์มาตั้งแต่แรก. เราจึงคำนวณเอาไว้ ถ้าว่ามนุษย์มีการพัฒนาทางจิตมาตั้งแต่แรกเริ่มเดิมที สมัยคนป่าโน้นแล้ว โลกมันก็จะเต็มไปด้วยความเจริญทางจิต แล้วก็จะมีจิตธรรม, แล้วโลกนี้ก็จะไม่มีความเลวร้ายใดๆ เป็นโลกที่น่าดูน่าเลื่อมใส. แต่แล้วจะทำอย่างไรได้ เพราะว่าโลกมันเป็นมาในลักษณะที่ว่า หลงใหลในการพัฒนาทางวัตถุ.

ขอให้ดูข้อนี้เถอะ ดูให้มาก ๆ เอะอะจะพบว่า เรากำลังอยู่ใน ความเลวร้ายหรือความบาป ที่เราทำขึ้นเอง ที่มนุษย์ทำขึ้นเอง. มนุษย์ นิยมความก้าวหน้าทางวัตถุ จนลุ่มหลงกันไปหมดทั้งโลก ความสนใจ ทางธรรมทางจิตนั้นก็สู้ไม่ได้, มันก็ไม่ทัน เพราะว่ากิเลสตัณหาของ มนุษย์มันรุนแรง จึงไปบูชาแต่เรื่องทางวัตถุ ที่จะสนองกิเลสตัณหา ของมนุษย์, เราก็ต้องได้รับผลกระทบอย่างนี้. ในโลกที่มันงังนี้ หลงบูชาวัตถุ แล้วมันก็เกิดความเห็นแก่ตัว—เห็นแก่ตัว—เห็นแก่ตัว มากขึ้น ๆ, จนการแย่งชิงทำร้ายเบียดเบียนอิจฉาริษยา เป็นของ ธรรมดาเต็มไปทั้งโลก เพราะโลกมันไม่เห็นคุณค่าของความเจริญ ทางจิตใจ โลกส่วนใหญ่มันเป็นอย่างนั้น; นี้คนส่วนน้อยไม่กี่คน มันก็พลอยลำบากไปด้วย.

ฉะนั้นเราจะต้องหาวิธีสักอย่างหนึ่ง ที่เราจะต้องไม่ถูกฟวง ติดเข้าไปในวงใหญ่นั้น เราจะมึวิธีทำจิตใจของเราให้ปลื้มออกมา ได้ และแม้ว่าทุกคนมันจะเป็นบ้ากันหมด, เราก็ไม่บ้า, เราก็ยังอยู่ ให้เป็นคนที่ถูกตัดองได้ต่อไปตามเดิม. นี้ มีความจำเป็นที่จะต้อง รู้ธรรมะให้เพียงพอ ถึงขนาดที่ว่า ทุกคนในโลกจะเป็นบ้าทางวัตถุกัน ไปหมด เราก็ไม่เป็นบ้า เราก็จะอยู่ได้. เดียวนี้ปัญหามันได้เกิดขึ้นแล้ว โลกกำลังบูชาวัตถุหมุนจีไปเลย แล้วเราจะอยู่กับเขาได้อย่างไร? ถ้ามี ธรรมะพอ มันก็ได้, มันก็แก้ปัญหาได้. ถ้ามีธรรมะไม่พอ มันก็ต้อง กระโจนตามเขาไป.



นี่เป็นปัญหาหรืออุปสรรค ของการที่จะมีจิตตภาวนา, คือ การที่จะทำจิตให้เจริญยิ่งขึ้นไป มันมีปัญหาและอุปสรรคอย่างนี้; แต่แล้วมันก็ต้องต่อสู้ จะยอมแพ้ไม่ได้. พุทธบริษัทของพระพุทธเจ้า มันยอมแพ้ไม่ได้ มันจะต้องรักษาไว้ซึ่งความเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ไว้ให้ได้อยู่ตลอดไป. จิตตภาวนาจะต้องมีอยู่ตลอดไปสำหรับ พุทธบริษัท, ขาดจิตตภาวนาเมื่อใด ความเป็นพุทธบริษัทจะสูญหาย หมดไม่มีเหลือ, ยิ่งมายุคนี้สมัยนี้ จะต้องต่อสู้กับความหลงผิดของคน ในโลกซึ่งมากขึ้นๆ นี้, มันก็ทำยากแหละ; แต่มันก็ต้องทำได้ เพราะว่า ไม่ตายดีกว่า; ถ้าทำไม่ได้มันก็ต้องตาย คือจิตเลว จิตทรมาน จิตต่ำ ไปตาม จนหมดไม่มีเหลือ; อย่างนี้เรียกว่า ตาย ไม่ใช่ตายทางวัตถุ มันเป็นการตายทางจิต. เราต้องอยู่อย่างไม่ตาย, ยังเป็นพุทธบริษัท อยู่ได้ คือมีความเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน, รู้ว่าอะไรเป็นอย่างไร, ไม่โง่ แล้วเอาชนะได้, มีความสุขอยู่ ก็เรียกว่าเบิกบาน, มีชีวิตที่ เย็นอยู่ ก็เรียกว่าเป็นผู้เบิกบาน.

## การพัฒนาจิต ต้องมี ศีล สมาธิ ปัญญาไม่แยกกัน.

ขอย้ำการพัฒนาจิต หรือจิตตภาวนา ในรูปแบบของศีล สมาธิ ปัญญา ชนิดที่ไม่แยกกัน ซ้ำอีกทีหนึ่ง, ทั้งที่เคยพูดมาแล้วเมื่อครั้งที่แล้วมานี้ จิตตภาวนาที่แท้จริง ที่จริงแท้ ที่เป็นพื้นฐานที่สุด ก็คือ ศีล-สมาธิ-ปัญญา ชนิดที่ไม่แยกกัน. เราเล่าเรียนจดจำไว้ชนิดที่มันแยกกัน เป็นศีล เป็นสมาธิ เป็นปัญญา นั้นมันสำหรับเรียนและสำหรับพูด; แต่ถ้าสำหรับการปฏิบัติแล้ว มันไม่อาจจะแยกกัน, ถ้าแยกกันมันก็เป็นไปไม่ได้ มันก็ล้มเหลวหมด.

ในชีวิตประจำวัน ของเราแต่ละวันๆ จะต้องอยู่ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา ชนิดที่ไม่แยกกัน; นับตั้งแต่ที่เป็นธรรมชาติธรรมดา ในบ้านเรือนชีวิตประจำวัน, จะต้องมีความเป็นระเบียบเรียบร้อย ถูกต้องทางศีล คือพัสดุสิ่งของ เนื้อหนังร่างกาย มรรยาท การพูดจา นี้ต้องถูกต้องนะ, นี้ ส่วนศีล คือความถูกต้องของทุกเรื่องที่ฝ่ายร่างกาย, วัตถุสิ่งของทรัพย์สมบัติที่มีในบ้านเรือน ต้องมีอย่างถูกต้อง, ต้องมีอย่างถูกต้อง. ใช้คำว่าถูกต้อง พอดีไม่มากไม่น้อย ไม่เกิน ไม่เป็นบ้า, วัสดุสิ่งของที่เป็นทรัพย์สมบัติ ต้องมีต้องกินต้องใช้อย่างถูกต้อง, บ้านเรือนต้องมีต้องใช้อย่างถูกต้อง, เนื้อหนังร่างกายต้องบริหารอย่าง

ถูกต้อง, มรรยาททางกาย มรรยาททางวาจาต้องถูกต้อง, นี้ขาดไม่ได้แน่. ช่วยดูให้ดี ว่าชีวิตประจำวันของคนระดับธรรมดาทั่วไปนี้จะต้องมีศีลอย่างไร; นี้ศีลจริง, ไม่ใช่ศีลปาณาติปาตา ว่าตั้งร้อยครั้งพันครั้งแล้วไม่เห็นมีศีลสักที, รับศีลปาณาติปาตานี้ก็ร้อยครั้ง ไม่เห็นมีศีลสักที, แล้วมันก็ไม่มีความถูกต้องทางวัตถุ ทางบ้านเรือน ทางสิ่งของทางมรรยาท ทางการพูดจา.

แล้ว คนธรรมดาในบ้านเรือนนี้ คนคนนี้เจ้าของบ้านนี้ จะต้องมิจิตปรกติ. เขาต้องมิจิตปรกติ, มีจิตที่อยู่ในความถูกต้องของจิต, มีความมั่นคงของจิตเพียงพอ, มีสมาธิในการทำงานทุกอย่างไม่ว่างานเล็กงานใหญ่, มีสมาธิในการทำ. แม้ที่สุดแต่ไถนากับควายคนนั้นก็ต้องมีสมาธิเพียงพอสำหรับไถนาให้ดีที่สุด, นี้มันแยกจากศีลไม่ได้. ในส่วนศีลก็ถูกต้องอย่างที่ว่ามาแล้ว, ในส่วนสมาธิก็ต้องถูกต้อง อย่างที่กล่าวแล้ว ก็อยู่ด้วยกันกับความถูกต้องทางศีล.

ที่นี้ ทางปัญญา เขาก็ต้องได้ยินได้ฟัง ได้รับการศึกษาเล่าเรียนมาอย่างถูกต้อง ว่าเราจะต้องทำอะไร, อย่าได้มีมิัจฉาทิฏฐิ, อย่ามีมิัจฉาทิฏฐิชนิดเห็นกงจักรเป็นดอกบัว, แล้วก็ไปทำสิ่งที่ไม่ควรทำ ไปสะสมสิ่งที่ไม่ควรสะสม ไม่ควรจะเอามา, นี้เพราะว่ามันขาดปัญญาสำหรับจะควบคุมการกระทำการทำงาน ในที่ทุกแห่งในที่ทุกสถานทุกเวลา. เราจะต้องมีปัญญา รู้จักความถูกต้องทุกอย่างทุกประการ

ที่มันเกี่ยวข้องกับบ้านเรือนของเรา ครอบครัวของเรา ชีวิตของเรา.

นี่ศีล สมาธิ ปัญญาที่แท้จริง, จริงยิ่งกว่าที่ท่องที่พูดกันอยู่  
สวดมนต์กันอยู่; นั่นก็เป็นเรื่องท่อง แล้วก็ไม่เห็นจะเอามาทำให้เป็น  
ประโยชน์ได้. ส่วนที่จะทำให้เป็นประโยชน์ได้ ในชีวิตประจำวัน  
ในบ้านเรือน มันก็ไม่ได้ทำ.

ฉะนั้น พ่อบ้านแม่บ้านที่ดีที่เป็นพุทธบริษัท จงพยายาม  
ทำความเข้าใจในข้อนี้ ให้มันมีศีลจริง สมาธิจริง ปัญญาจริง ประกอบ  
อยู่ในชีวิตประจำวัน ในบ้านเรือนของเรา. พวกคนโง่เขาไม่เอา  
ก็ตามใจเขาเถอะ, เราบังคับเขาไม่ได้ เขาก็ไม่เป็นพุทธบริษัทดอก,  
มันเป็นแต่ปากว่า ไม่เป็นพุทธบริษัทที่แท้จริง. ถ้าเขาเป็นพุทธบริษัท  
ที่แท้จริง มันต้องมีศีลอย่างที่ว่า, มีสมาธิอย่างที่ว่า, มีปัญญาอย่าง  
ที่ว่า, อยู่ในตัวเอง อยู่ในครอบครัว ทุกคนในครอบครัวในลักษณะ  
อย่างนี้ คือมี ศีล สมาธิ ปัญญา ชนิดที่แฝดติดกันอยู่ไม่แยกกันได้.  
ถ้าแยกกันมันเป็นไปไม่ได้ดอก, ในสามอย่างนี้มันขาดไม่ได้แม้แต่  
เพียงอย่างเดียว.

เราரிบอบรมให้ลูกเด็ก ๆ ของเรารู้จักสิ่งทั้งสามนี้ และรู้จัก  
ทำให้มันมีอยู่อย่างที่ไม่แยกกัน; ถ้าแยกกันแล้วมันล้มเหลว, เหมือนกับ  
ไม้สามขา; ไม้สามขาเมื่อพิงกันก็ยืนอยู่ได้ เอาออกเสียขาหนึ่ง  
มันล้ม, แล้วมันทำอะไรไม่ได้เมื่อไม่ครบสามขา. ชีวิตจะต้องมี

ไม้สามขา คือศีล สมาธิ ปัญญา อยู่ในตัวชีวิตประจำวัน. คำว่าประจำวัน, ประจำวันนี้ มันเป็นภาษานักประพันธ์บ้า ๆ บอ ๆ อะไรอยู่ แต่ไม่รู้จะใช้คำอะไรดี ก็ต้องใช้ละ, ชีวิตประจำวันจะต้องมีศีล ความถูกต้องทางวัตถุ ทางบ้านเรือน ทางร่างกาย ทางทุกอย่างที่มันเนืองอยู่กับร่างกาย เช่นมรรยาทที่ดี การพูดจาที่ดี นี่เป็นศีล ต้องมีเว้นไม่ได้ ขาดไม่ได้แม้แต่วินาทีเดียว, แล้วมีสมาธิ มีจิตใจถูกต้อง มีจิตใจที่ถูกต้อง ไม่วิปริตไม่บ้าบอ แล้วมีความแน่วแน่มั่นคง ไม่ออกแวก ไม่ฟุ้งซ่าน, แล้วก็มปัญญา หลักเกณฑ์ต่างๆ อย่างถูกต้อง ถือเป็นหลักประจำใจอยู่.

นี่ ชีวิตชนิดนี้ เรียกว่า มีศีล สมาธิ ปัญญา แท้จริงครบถ้วน อยู่ในตัวมันเอง, อันนี้เป็นจิตตภาวนาอยู่ในตัวมันเอง; เมื่อเป็นอยู่อย่างนี้ มันก็มีความเจริญในทางจิตใจอยู่ในตัวมันเอง. เรื่องนี้พูดแล้วครั้งก่อนแต่ก็เอามาพูดอีก ว่าขอให้ทุกคนสนใจ ให้มีศีล สมาธิ ปัญญาที่แท้จริง, ไม่ใช่ที่สอนกันอยู่ตามโรงเรียนตามวัดแล้วเลิกกันไป ไม่เอามาใช้อะไรได้. เดียวนี้มันมีอยู่จริงตามธรรมชาติ ที่มันต้องมี ถ้ามันไม่มีมันล้มละลาย; แม้แต่สัตว์เดรัจฉาน มันก็ต้องมีอยู่ในระดับหนึ่ง มิฉะนั้นมันจะต้องตาย. แม้แต่สัตว์เดรัจฉาน มันก็ต้องมีความถูกต้องที่เราเรียกว่าศีล สมาธิ ปัญหานี้อยู่ในระดับหนึ่ง ตามธรรมชาติของมัน เท่าที่มันจะทำได้ มิฉะนั้นมันจะต้องตาย. เดียวนี้ คนเรามันดี

กว่าสัตว์เดรัจฉานมาก มันผิดกันมาก มันต้องมีมากอย่างที่จะต้องมี, ควรจะพอใจได้ว่ามันเป็นมนุษย์.

ฉะนั้น ขอให้เห็นให้ชัดว่าตามธรรมชาตินี้ต้องมีนะ แล้วมีชนิดที่รวมกันอยู่นะ ไม่แยกจากกัน คือจะต้องมีศีล สมาธิ ปัญญา อยู่ในเนื้อหาชีวิตประจำวัน, แล้วมีอย่างที่รวมกันอยู่ ร่วมกันทำงานอยู่ ไม่แยกจากกัน; ถ้าแยกจากกันแล้ว มันก็ล้มละลายหรือไม่อาจจะมีอยู่ได้.

นี่เราจะเรียกได้ว่า เรามีชีวิตพัฒนา มีการภาวนาชีวิต เหมือนหัวข้อในครั้งที่แล้วมาที่ว่า จิตตภาวนาก็คือชีวิตพัฒนา. การพัฒนาชีวิตก็คือการพัฒนาจิต, การเจริญของจิตก็คือการเจริญของชีวิต มันประกอบอยู่ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา ที่ถูกต้องเพียงพอ แล้วไม่แยกกัน, นี่เราจะได้ชีวิตที่ถูกต้อง, จะเรียกว่าชีวิตใหม่ก็ได้เพราะก่อนหน้านี้ไม่เคยมี. พระศาสดาบางศาสนา อ้อออกชื่อก็ได้หลายศาสนาทีเดียวแหละ ท่านจะพูดว่า เราจะบอกชีวิตใหม่ให้แก่ท่านทั้งหลาย เพราะแต่ก่อนนี้ท่านทั้งหลายเป็นอยู่อย่างโง่เขลา, เดียวนี้เราจะบอกชีวิตใหม่ให้แก่ท่านทั้งหลาย. ถึงแม้พระพุทธเจ้าของเรา ถ้าท่านจะตรัสในเรื่องนี้ ท่านก็ต้องตรัสอย่างนี้แหละ แต่เราไม่เคยพบเท่านั้นแหละ. แต่ท่านได้ตรัสข้อความไว้มากมายในความหมายอย่างนี้ ว่าเราจะบอกชีวิตใหม่ให้แก่พวกเธอ, ชีวิตที่เต็มไป

ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา อยู่ตามธรรมชาติ อย่างสมบูรณ์ อย่างถูกต้อง, แล้วก็ใช้ชีวิตใหม่.

ก็ลองปฏิบัติดูตามนี้สิ มันจะเป็นชีวิตจริงๆ. ชีวิตก่อนหน้านั้นมันเป็นชีวิตมืด, มันเป็นชีวิตร้อน มันเป็นชีวิตที่ไม่เป็นอิสระ. เดียวนี้เราจะใช้ชีวิตใหม่ที่ไม่มืด ไม่ร้อน และเป็นอิสระ. มองดูกันง่ายๆ ก็เป็นชีวิตอิสระ, ก่อนนี้ชีวิตนี้ไม่เป็นอิสระ ก็เลสมันมากกระชากหัวเอาไปทำตามอำนาจของกิเลส. อิสระอย่างไร ถ้าเรามีชีวิตอยู่อย่างทีกิเลสมากกระชากหัวเอาไป, เอาไปในกรณีในโลกก็ไปโลก, ในกรณีทีโกรธก็ไปโกรธ, ในกรณีทีให้ทำอย่างไรตามอำนาจของกิเลส มันเป็นอย่างนั้น. นี่เราเรียกว่าชีวิตไม่เป็นอิสระ. เมื่อถูกกระทำอย่างนี้แล้วมันก็ร้อน ไม่ใช่ชีวิตเบาสบาย, เป็นชีวิตหนัก. เดียวนี้เราจะให้ชีวิตใหม่แก่เธอ เธอไม่ต้องมีลักษณะชนิดนั้นอีกต่อไป ชีวิตใหม่นี้เป็นชีวิตเย็น ไม่มีภาระหนัก, เป็นชีวิตทีกิเลสหรือนิเวศน์ไม่อาจจะเรียกร้องได้, ไม่อาจจะเรียกร้องได้.

ก่อนนี้ชีวิตไม่เป็นอิสระ กิเลสมาเรียกร้องมาเรียกตัว เอาไปให้ทำอะไรก็ได้ แม้แต่นิเวศน์, ไม่ต้องถึงกับกิเลส เป็นโลหะโทสะโมหะเต็มตัวดอก; แม้แต่นิเวศน์ซึ่งเป็นอุปกิเลส เป็นเพียงอุปกิเลส เป็นเพียงธรรมดาสามัญตามธรรมชาติ มันยังเรียกร้องได้, ยังมาสะกิดหลังรบกวนได้. นิเวศน์เรื่องกามฉันทะ เดียวก็มาเรียกร้องเอาจิตไปวุ่น

อยู่กับเรื่องกามารมณฺ์, มันเรียกร้อง กิเลสมันเรียกร้องตัวเอาไปได้ ให้  
ไปหลุกอยู่กับกามารมณฺ์, เดี่ยวก็เรียกร้องไปหลุกอยู่กับความพยาบาท  
เกลียดชังศัตรู, เดี่ยวก็เอาไปทำให้จิตหดหู่ ห่อเหี่ยว แฝบ เกือบจะ  
ไม่มีอะไรเหลือ, เดี่ยวก็เรียกร้องเอาไปทำให้ฟุ้งซ่านเหมือนกับเป็นบ้า  
เดี่ยวก็เรียกร้องเอาไปทำให้เป็นคนล้มเหลว จนไม่รู้ว่าจะเกิดมาทำไม, เกิด  
มาทำไมก็ไม่รู้ เกิดมาทำไรดีก็ไม่รู้, จนไม่รู้ว่าจะไรดีหรือดีไปหมด  
จนไม่รู้จะทำอะไรนี่. กิเลสชั้นเล็กตัวเล็กที่เรียกว่านิเวรณฺ์นี้ ก็ยังมา  
เรียกร้องได้ มาสะกิดบอกมา, มาพาไป, เป็นชีวิตที่ไม่อิสระอย่างนี้.  
เดี๋ยวนี้เราจะอยู่เหนืออำนาจของสิ่งเหล่านั้น, ไม่มีอะไรมารบกวนได้  
แม้ในเวลาที่จะเกิดกิเลส.

เรื่องนี้มีกรณสนทนาระหว่างพระพุทธเจ้ากับพระเจ้าปเสนทิ-  
โกศล ตอนหนึ่งมีการคุยกันถึงว่า นอนหลับสบายไหม? พระเจ้า  
ปเสนทิโกศลบอกว่านอนหลับไม่สบาย กิเลสมาเรียกร้องเรื่อยไปหา  
กามารมณฺ์. ส่วนพระพุทธเจ้าตรัสว่าฉันไม่มีอย่างนั้น, ฉันไม่มีใคร  
เรียกร้องไปหากามารมณฺ์ ฉันทนอนหลับสบาย. แต่พระเจ้าแผ่นดิน  
องค์นั้นมีกิเลสมาเรียกร้องเรื่อย ไปหากามารมณฺ์ จนแทบจะไม่ได้หลับ  
ไม่ได้นอน. นี้เรียกว่ากิเลสมันมาเรียกร้องอย่างนี้, บางทีก็มาสะกิด  
เบาๆ ว่าต้องไปกับมัน, บางทีมันก็กระซอกหัวไปเลย ก็ต้องไปกับ  
มัน. นี้ชีวิตที่ไม่เป็นอิสระ เป็นชีวิตแบบเก่า, จะดีอย่างไรก็ดีสำหรับ



จะอยู่ใต้อำนาจกิเลสเท่านั้น. เดียวนี้เปลี่ยนเป็นชีวิตใหม่ อย่างที่  
พระศาสดาผู้มีความกรุณาบอกว่า ฉันจะบอกหรือจะให้ชีวิตใหม่  
แก่เธอ; แม้พระพุทธเจ้าของเราที่อยู่ในประเภทนี้ แต่ว่าเรามันไม่รับ  
เอาเอง. ระบบชีวิตใหม่ในพระพุทธศาสนานี้ก็มีอยู่ โดยตรงคือศีล  
สมาธิ ปัญญา อย่างที่ว่ามานี้.

ขอให้มีชีวิตอย่างที่มีศีล สมาธิ ปัญญา อยู่ในชีวิตเหมือนอย่าง  
ที่ว่ามาแล้วนั้น ก็เป็นชีวิตใหม่แล้ว, จะขยายออกไปเป็นอริยมรรค  
มีองค์แปดหรืออะไรก็ได้ มันก็แล้วแต่จะขยายจะอธิบาย. แต่ว่าเนื้อแท้  
ที่เป็นสาระเป็นแก่น ก็คือชีวิตที่ประกอบอยู่ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา  
ในความหมายอย่างนั้น, แล้วเราก็ได้ชีวิตใหม่ ในนั้นจะเป็น มรรค ผล  
นิพพาน ซึ่งจะอธิบายให้เห็นชัด ในความหมายของคำว่า มรรค ผล  
นิพพาน มีอยู่ในชีวิตประจำวัน ชนิดที่เป็นชีวิตใหม่ ในการบรรยาย  
ครั้งต่อไป.

การบรรยายครั้งนี้ก็เรียกว่าหมดเวลาแล้ว แล้วก็พูดลำบาก  
แล้ว มันจะโง่เสียเรื่อย. ฉะนั้นต้องยุติไว้สำหรับเรื่องนี้ ยังจะต้อง  
พูดกันอีกครั้งในโอกาสหน้า. นี้พูดกันไว้แต่ครั้งหนึ่งว่า ผลของ  
จิตตภาวนา คือ มรรค ผล นิพพาน, จะเป็นมรรค ผล นิพพาน  
อย่างไร จะพูดกันให้ละเอียดลออในการบรรยายครั้งต่อไป, ในคราวนี้  
มันสมควรแก่เวลา และสมควรแก่คอกที่มันพูดไม่ได้แล้ว.

เป็นอันว่า ขอยุติการบรรยาย ให้พระคุณเจ้าทั้งหลายท่าน  
ได้สวดบทธรรมคณสาธยาย เพื่อเป็นกำลังใจส่งเสริมให้ท่านทั้งหลาย  
สามารถประพฤติปฏิบัติธรรมะนั้นสืบต่อไปในบัดนี้.

คนที่ทำอะไรด้วยความระมัดระวัง  
อย่างสุขุมรอบคอบอยู่ตลอดเวลาทั้งวันทั้งคืนนั้น  
คนนั้นเป็นจิตตภาวนา,

การเจริญของจิตก็คือการเจริญของชีวิต  
มันประกอบอยู่ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา  
ที่ถูกต้องเพียงพอ แล้วไม่แยกกัน

ชีวิตที่ประกอบอยู่ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา  
ในความหมายอย่างนั้น, แล้วเราก็ได้ชีวิตใหม่  
ในนั้นจะเป็น มรรค ผล นิพพาน

รายชื่อเจ้าภาพ

## เผยแพร่ธรรมะใกล้มือ

กันยายน ๒๕๖๕

- |                                |  |
|--------------------------------|--|
| ๑. กุลวดี หวังดีศิริสกุล       | ๑๘. วรवीร์ โพธิ์อุบล                           |
| ๒. จรัชยา อรุณรุ่งสันติชัย     | ๑๙. ศิริพร เขียววัฒนากุล                       |
| ๓. จารุกิตต์ พันธุ์เมธาทิर्थ   | ๒๐. ศิริวิดี ประศาสน์อินทาระ                   |
| ๔. จุฑาทิพย์ ต้นสกุล           | ๒๑. สุกัญญา พันธุ์เกตุมงคล                     |
| ๕. ณ์ภูธรนิชา เผื่อนพินิจ      | ๒๒. สุธีร์ คันธารวงสกุล                        |
| ๖. ณ์รัฐนิญา ทองทิพย์          | ๒๓. สุรศักดิ์ ศิริจรรยา                        |
| ๗. เทอดเทพ - กานดา นนทศรี      | ๒๔. สุรียา วิรุฬห์บัณฑิตกุล                    |
| ๘. ธนภัส สนธิรักษ์ และครอบครัว | ๒๕. คุณแม่สุวรรณิ ดิเรกบุษราคัม                |
| ๙. ธนวัฒน์ บุญยะ               | ๒๖. เสาวลักษณ์ พันธุ์เมธาทิर्थ                 |
| ๑๐. ธนุ ขาติธนานนท์            | ๒๗. อภिरดา ชินประทีป                           |
| ๑๑. นิรมิตา บุญเกิด            | ๒๘. อารี พันธุ์เกตุมงคล                        |
| ๑๒. บรรจง สงวนกุลชัย           | ๒๙. กลุ่มเพลินธรรมนำชม                         |
| ๑๓. บุญสิน เบญจวาณิชย์         | ๓๐. ครอบครัวเล็กสมบูรณ์                        |
| ๑๔. ไพฑูรย์ นัถฤทธิ            | ๓๑. บริษัท มิ นิ แอดเวอร์ไทซิง จำกัด           |
| ๑๕. รัตติยา สุพัฒน์ศิลป์       | ๓๒. ลูกทางธรรมอุทิศแด่<br>อาจารย์นรินทร์ ขโยดม |
| ๑๖. รุ่งพร มีศิลป์             |  |
| ๑๗. ลัคนา อุยสอาด              |  |


รายชื่อเจ้าภาพ

## เผยแพร่ธรรมะใกล้มือ


ร่วมกับตักบาตรเดือนเกิดกันยายน ๒๕๖๕

๑. ชุตินา ถิรมานิต
๒. ศิพินณา บรูเซอร์แฟนเกอร์โน
๓. ดิเรก กาญจนาคพันธ์
๔. ปานนวัต จานทอง



 ธรรมะใกล้มือ



 ธรรมะใกล้มือ



ธรรมะเล่มน้อย  
English Version

สหุพทาน์ ธมฺมทาน์ ชินาติ  
การให้ธรรมะ ชนะการให้ทั้งปวง

: นอนหลับสบายไหม ?

: นอนหลับไม่สบาย ก็เลสมาเรียกร้อง  
เรื่อยไปหากามารมณ

: ฉันทไม่มีอย่างนั้น, ฉันทไม่มีใครเรียกร้อง  
ไปหากามารมณ ฉันทนอนหลับสบาย



ธรรมะใกล้มือ

