

คำสอน คุณครู ไม่ใหญ่

เล่ม 3
หลวงพ่อรับมชโย

<https://dhamma01.blogspot.com>



คำสอนคุณครูไม่ใหญ่ เล่ม 3

โดย หลวงพ่อธัมมชโย (ไชยบูลย์ ธมฺมชโย)

ที่ปรึกษา	พระครูใบฎีกาอานวยศักดิ์ มุนิสโก พระมหาธรรมสถิต ธมฺมจิตฺโต ป.ธ.9 พระมหาสุวิทย์ ธมฺมิกมฺุณี ป.ธ.9 พระมหาสันติ เนปโกโก พระมหาพุทธศักดิ์ รตนชโย ดร.ชนิดา จันทราศรีไศล บ.ศ.9	พระครูสมุห์ณรงค์ ทนฺตจิตฺโต พระไชยยศ ยสวโร พระมหาวิริยะ ธมฺมสารี ป.ธ.9 พระประคอง ภทฺวิโร พระมหาวรวิทย์ วิสุทฺธิชโย
บรรณาธิการบริหาร	ขวัญจิตต์ จิตสินธุ	
เรียบเรียง	จารุวรรณ วคินสกุล	
กองบรรณาธิการ	ไพบูลย์ สืบสาย ศุภลักษณ์ พฤทธิพงษ์ศิริ ทัศนีย์ เจริญศรีเศรษฐ์ สรียา ลือฤทธิกุล สุพิชญา ศรีสกุล	ระพีพรรณ ใจภักดี สุธิดา จินดาภิจนกุล อรอนงค์ สาสีผล จินดา ช่วยเกิด อภิขญา ฮวดชัย
ประสานงาน	วลัยลักษณ์ มงคลกาวิล	สุดปรารธนา จารุชาติ
ภาพ	ศูนย์ภาพนิ่ง วัดพระธรรมกาย	
ศิลปกรรมและปก	เมตตา สุวิตวงศ์ และ DM&S Advertising Co.,Ltd	
รูปเล่ม	สุดปรารธนา จารุชาติ	
พิมพ์ครั้งที่ 1	วันวิสาขบูชา 29 พฤษภาคม พ.ศ. 2561	
จำนวนพิมพ์	8,000 เล่ม	
ลิขสิทธิ์ / ผู้จัดทำ	มูลนิธิธรรมกาย อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี 12120	
พิมพ์ที่	บริษัท รุ่งศิลป์การพิมพ์ (1977) จำกัด	

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

National Library of Thailand Cataloging in Publication Data

หลวงพ่อธัมมชโย (ไชยบูลย์ ธมฺมชโย)

คำสอนคุณครูไม่ใหญ่ เล่ม 3. - ปทุมธานี : มูลนิธิธรรมกาย, 2561

200 หน้า

1. ธรรมะกับชีวิตประจำวัน. I. ชื่อเรื่อง

294.3144

ISBN : 978-616-8188-02-6

คำสอน คุณครูไม่ใหญ่

<https://dhamma01.blogspot.com>

หลวงพ่อร่มมชโย



คำนำ

การเกิดมาเป็นมนุษย์นั้นยากแสนยาก อุปมาเหมือนเต่าตาบอด ดำผุดดำว่ายอยู่ในทะเล ทุกร้อยปีจะโผล่หัวขึ้นมาครั้งหนึ่ง โอกาสที่จะโผล่หัวแล้วสอดหัวเข้าไปในห่วงเล็ก ๆ ซึ่งมีอยู่เพียงอันเดียว ในมหาสมุทรนั้นยากเพียงใด โอกาสเกิดเป็นมนุษย์นั้นยากยิ่งกว่า

ในเมื่อการเกิดมาเป็นมนุษย์ยากอย่างนี้ เราจึงควรศึกษาเรียนรู้ว่า จะดำเนินชีวิตอย่างไรให้สมกับที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ เพื่อที่เราจะได้ใช้ชีวิตให้ได้ประโยชน์สูงสุด ไม่เกิดมาแล้วตายฟรีไปชาติหนึ่ง

ความจริงของชีวิตที่เราจำเป็นจะต้องศึกษาเรียนรู้ คือ คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า อาทิ กฎแห่งกรรม การทำความดี ละเว้นความชั่ว และทำใจให้ผ่องใส เป็นต้น ซึ่งล้วนเป็นเรื่องที่ใกล้ตัวและเกี่ยวข้องกับชีวิตของเราทั้งสิ้น คำสอนเหล่านี้ คุณครูไม่ใหญ่ (หลวงพ่อัมมชโย) ได้หยิบยกมาเทศน์สอนให้ง่ายต่อการเข้าใจและปฏิบัติตาม ทำให้เราสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้องและมีความสุข อีกทั้งยังช่วยปิดอบายและเปิดประตูสวรรค์ได้ด้วย

จากคำเทศน์สอนของคุณครูไม่ใหญ่ในวาระต่าง ๆ ทางทีมงานได้นำมาเรียบเรียงเป็นตอนสั้น ๆ และนำมาเผยแพร่ทางอินเทอร์เน็ตใช้ชื่อว่า “คำสอนคุณครูไม่ใหญ่” ใน <https://dhamma01.blogspot.com> และได้นำเนื้อหาจากบล็อกมาจัดพิมพ์เป็นหนังสือเพื่อมอบเป็นธรรมบรรณาการในวาระสำคัญต่าง ๆ

หวังว่า “คำสอนคุณครูไม่ใหญ่” จะเป็นยอดกัลยาณมิตรชี้ทางให้เราดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้องและถูกวัตถุประสงค์ของการเกิดมาเป็นมนุษย์ เฉกเช่นบัณฑิตนักปราชญ์หรือผู้รู้ในกาลก่อน ซึ่งอาศัยพระธรรมคำสอนเป็นแสงส่องทางชีวิต คຸ້ມคຸ້ມกับการได้เกิดมาเป็นมนุษย์ที่ได้มาโดยยาก

ด้วยความปรารถนาดี
กองวิชาการ 01



สารบัญ

● บัณฑิตย๋อมฝึกตน

- 16 1. หัวใจพระบรมโพธิสัตว์
- 18 2. ชนะด้วยการคิดดี พุดดี ทำดี
- 20 3. วันนี้คุณทำความดีแล้วหรือยัง
- 22 4. มาปลูกเมตตาธรรมในใจกันเถอะ
- 24 5. สังฆมณฑลปริสสุทธีในตัวเรา
- 26 6. อดีตที่ผิดพลาด...ลืมให้หมด
- 28 7. อารมณ์ใส อย่าปล่อยยให้เสีย
- 30 8. การแก้แค้นที่ถูกวิธี
- 32 9. ทำตัวประดุจผ้าขี้ริ้ว
- 34 10. อันตัวเรานั้น...ตายแน่ ๆ
- 36 11. เจริญมรณานุสติ

● ถอยหลังลงคลองธรรม

- 42 12. ศีลธรรมช่วยคุ้มครองโลก
- 44 13. สาเหตุภัยพิบัติต่าง ๆ และวิธีแก้ไข
- 46 14. มาถอยหลังลงคลองกันเถอะ
- 48 15. ทำไมต้องเร่งฟื้นฟูพระพุทธศาสนา
- 54 16. พุทธบุตรต้องเป็นหนึ่งเดียวกัน
- 56 17. เข้า ๆ ตื่นมาใส่บาตรกันเถอะ
- 58 18. วันนี้ "วันพระ"
- 62 19. จุดประทีปสว่าง...ทุกวันพระ
- 64 20. วิสาขบูชา
- 70 21. วัดไม่ใช่วิก
- 72 22. คนโบราณเขาขนทรายเข้าวัดกันนะ





- 
- 114 | 34. อย่ารวยฟรี !
- 116 | 35. ทำบุญใหญ่แล้วอายุสั้นจริงหรือ
- 120 | 36. อย่าลืมหำหน้าที่กัลยาณมิตร
- 122 | 37. เจ้าของบ้าน เจ้าของวัด

● เราเกิดมาสร้างบารมี

- 126 | 38. คนเราเกิดมาทำไม
- 128 | 39. โลกแห่งการสร้างบารมี
- 130 | 40. ไม่ว่าจะรวยหรือจน...เราต่างเกิดมาสร้างบารมี
- 132 | 41. สร้างบารมีอย่างไม่มีข้อแม้ ข้ออ้าง เงื่อนไข
- 134 | 42. คุณค่าของชีวิตอยู่ที่ไหน
- 136 | 43. ปีใหม่นี้...เราต้องทำความดีให้ได้ทุกวัน
- 138 | 44. จับผิดตัวเอง



172	57. อานุภาพการเจริญพุทธานุสติ
174	58. การแผ่เมตตาทำให้ใจเป็นสุข
176	59. ศาสนาแห่งสันติภาพ
180	60. สันติภาพโลกเกิดจากสันติสุขภายใน
182	61. สันติภาพโลกไม่ใช่เรื่องเพ้อฝัน
186	การบ้าน 10 ข้อ
189	วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น







1

หัวใจพระบรมโพธิสัตว์

https://dhamma01.blogspot.com/2016/09/blog-post_0.html

บุคคลโดยทั่วไป

มักคิดถึงตนเองมากกว่าผู้อื่น

แต่พระบรมโพธิสัตว์จะคิดถึงคนอื่นมากกว่าตัวเอง

และถือว่า การที่คิดถึงคนอื่นนั้น ก็คือคิดถึงตนเอง

เพราะไม่ได้มีความรู้สึกแตกต่างกันเลย

เรารักตัวเองอย่างไร...ก็รักผู้อื่นอย่างนั้น

รักผู้อื่นอย่างไร...ก็รักตัวเองอย่างนั้น

ดังนั้น จึงมีความรู้สึกว่า

การทำเพื่อผู้อื่น ก็คือการทำเพื่อตัวเอง

นี่คือหัวใจของยอดนักสร้างบารมี

และพระบรมโพธิสัตว์ทั้งหลาย

3 ธันวาคม พ.ศ. 2545



2

ชนะด้วยการคิดดี พูดดี ทำดี

https://dhamma01.blogspot.com/2016/08/blog-post_16.html

ต้องคิดดี พูดดี ทำดี
แล้วสิ่งดีๆ จะเกิดขึ้นแบบสวนกระแส

ไม่เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อม ดิน อากาศ ฟ้า จะเป็นอย่างไร
โลกจะเป็นอย่างไร

เราสามารถฝ่าวิกฤตสวนกระแสไปได้

ถ้าหากเราไม่ให้ออกาสมาได้ช่องส่งผลผ่านตัวของเรา

แต่ถ้าเราปล่อยไปคิดไม่ดี พูดไม่ดี ทำไม่ดี

กลุ่มมอกกลุ่มใจ วิตกกังวล เป็นต้น

มารก็จะได้ช่องส่งผล



แต่ถ้าเราไม่สนใจสิ่งแวดล้อมนั้น
ใจนิ่งอยู่ในบุญกุศลที่เราได้สั่งสมมา
อยู่ในธรรมที่เราได้ประพฤติปฏิบัติธรรมกันอย่างสม่ำเสมอทุกวัน
มารก็ไม่ได้ช่อง เมื่อมารไม่ได้ช่อง
บุญก็ได้ช่องส่งผล ส่งผลสำเร็จให้บังเกิดขึ้น
เราเกิดมาสร้างบารมีในเส้นทางนี้
ก็ต้องทำให้ถูกหลักวิชา

1 มกราคม พ.ศ. 2559

3

วันนี้คุณทำความดีแล้วหรือยัง

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_86.html

อย่าลืมว่า เราเกิดมาสร้างบารมี และจะสร้างบารมีได้เฉพาะ
กายมนุษย์เท่านั้น กายอื่นสร้างไม่ได้

เรามีชีวิตอยู่ในเมืองมนุษย์แค่ช่วงสั้น ๆ เท่านั้น ความตายไม่มี
นิमितหมาย จะตายวันไหนก็ไม่รู้ เพราะฉะนั้นต้องเตรียมตัวของเรา
ให้พร้อมเสมอ

ผู้ที่ไม่หวั่นวิตกในมรณภัย นอกจากพระอริยเจ้าแล้ว ก็มีผู้ที่สั่งสม
บุญด้วยการให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนามาก มากพอจนกระทั่ง
เราปลื้มอกปลื้มใจ อิ่มอกอิ่มใจ จะละโลกไปตอนไหนก็ได้ไม่วิตกกังวลเลย

แต่คนที่กลัวตาย คือ ผู้ที่ไม่ได้เตรียมตัวเอาไว้ ไม่ได้สร้างบุญ มัวแต่
ทำมาหากินอย่างเดียว หรือมัวแต่สนุกสนานเพลิดเพลินในทางโลก หรือ
มัวแต่ไปเบียดเบียนกัน แก่งแย่งชิงดีในลาภยศสรรเสริญทางโลก พอใกล้
จะตาย พวกนี้จะกลัวมาก ๆ ทั้ง ๆ ที่ปากแข็งว่า นรกสวรรค์ไม่มี ที่กลัว
เพราะถ้าเผื่อมีนรกเข้า ยุ่งละสิ! เพราะตัวไม่ได้ทำบุญเอาไว้ เมื่อไม่ได้
ทำบุญเอาไว้ ก็ไปทำบาปอกุศล เบียดเบียนกันทุกวัน แล้วการทำมาหากิน
ทางโลกจะให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ 100 เปอร์เซ็นต์ มั่นยาก มั่นกับบริสุทธิ์บ้าง
ไม่บริสุทธิ์บ้าง บางคนก็บริสุทธิ์มากกว่าไม่บริสุทธิ์ ที่จะบริสุทธิ์ล้วน ๆ
หายากมาก ๆ ชีวิตจริงมันเป็นอย่างนี้นะ

ชาวโลกทั่วไปเขาก็จะเป็นอย่างนี้ ทำมาหากินด้วยการเบียดเบียน
กันบ้าง หรือสร้างบุญปนธุรกิจ สร้างบุญมีสิ่งแอบแฝงซ่อนเร้นเอาไว้
เพื่อชื่อเสียงบ้าง เพื่อหาเสียง เพื่ออะไรต่าง ๆ เหล่านี้ บุญก็ไม่บริสุทธิ์
พอถึงเวลาใกล้ละโลกจะกลัวมาก และภาพกรรมนิมิตที่มาปรากฏจะ
เป็นภาพที่ตัวได้ทำเอาไว้ ก็จะเป็นภาพที่ตัวไม่ได้สร้างบุญนั้นแหละ เมื่อ
ไม่ได้ทำบุญก็ต้องทำบาป มันก็จะมาโผล่ให้เห็นตอนนั้น ลำบากจะ

28 เมษายน พ.ศ. 2545

4

มาปลูกเมตตาธรรมในใจกันเถอะ

https://dhamma01.blogspot.com/2016/09/blog-post_15.html

เป็นคนซื่อตรง

จะปรารภนาดีกับใคร

ก็ให้ปรารภนาดีอย่างแท้จริง ด้วยความจริงใจ

ไม่ใช่แสร้งทำ หรือมีมายา

ไม่มีเหลี่ยมไม่มีคูกับใครทั้งสิ้น

อยากให้ทุกคนเขามีความสุขจริง ๆ

ให้อภัยก็ให้อภัยกันจริง ๆ

เจอหน้าเขาก็พูดกับเขาก่อนได้

ยิ้มแย้มแจ่มใสกับเขาก่อนได้

นี่คือเมตตาธรรม ที่จะต้องปลูกเข้ามาในใจของเรา

11 มีนาคม พ.ศ. 2531



5

สังสมธาตุบริสุทธิ์ในตัวเรา

https://dhamma01.blogspot.com/2017/09/blog-post_29.html

ต้องรักษาใจใส ๆ นะ เลื่อนความชุ่มมัวออกไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุดเลย ให้เหลือแต่ธาตุที่บริสุทธิ์อยู่ในตัวของเรา ในใจเราก็มีแต่ธาตุบริสุทธิ์ ในกายของเราก็มีแต่ธาตุบริสุทธิ์ทุกอณูล้วนเนื้อเนียนะ แล้วก็สิ่งแวดล้อม ตั้งแต่ผิวกายเราออกไปก็มีแต่ธาตุบริสุทธิ์ให้เกิดขึ้น เมื่อธาตุบริสุทธิ์ทั้งหลายมารวมกัน จะเกิดมวลแห่งอานุภาพ ที่จะทำให้เกิดสิ่งอัศจรรย์ขึ้น กับชีวิตของเรา และโลกใบนี้ด้วย

ตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป อย่าลืมสังสมธาตุบริสุทธิ์กันให้เยอะ ๆ ความชุ่มมัวไม่เอานะ เราทิ้งไปก่อน ใช้วิธีสั่งหมองก่อน เหมือนเราสั่งน้ำมูกทิ้งไปอย่างนั้นนะ พอมันเริ่มจะจุกจิกใจ ก็รีบสั่งหมองเลย ใจเราจะได้เหลือแต่ธาตุที่บริสุทธิ์ เพราะใจเราเข้ามาได้ทีละอย่าง

ถ้าบุญเข้า บาปไม่เข้า

ถ้าบาปเข้า บุญไม่เข้า

ถ้าใจใส ความหมองไม่เข้า

ถ้าใจหมอง ความใสไม่เข้า

เพราะฉะนั้น เราต้องเอาแต่สิ่งดีๆ บรรจุให้เต็มในตัวเราให้โอกาสโลก
ชั้นธโลก สัตว์โลก ใสสะอาดบริสุทธิ์

สัตว์โลก ได้แก่ จิตใจ ชั้นธโลก คือ ชั้น 5 ร่างกายของเรา และ
โอกาสโลก คือ สิ่งแวดล้อม ตั้งแต่ผิวกายเราออกไปถึงแสนโกฏิจักรวาล
อนันตจักรวาลโน้น ให้บริสุทธิ์เลย

1 พุทธกิจายน พ.ศ. 2557

6

อดีตที่ผิดพลาด...ลืมให้หมด

https://dhamma01.blogspot.com/2017/06/blog-post_889.html

ชีวิตของเราแต่ละคนล้วนเคยพลาดพลั้งกันมาทั้งนั้น ไม่มากก็น้อย
ชีวิตต่อไปอย่าให้พลาดพลั้งอีก แล้วก็จำ 5 ข้อเอาไว้ คือ

ข้อ 1 อย่าไปตอกย้ำซ้ำเติมสิ่งที่ผิดพลาด เดี่ยวดวงบาปมันจะโต
ให้ลืมไปเลย เหมือนเราไม่เคยเจอมาก่อน

ข้อ 2 สิ่งที่เป็นบาปอกุศลทุกชนิดไม่ทำเพิ่มอีก

ข้อ 3 หมั่นนึกถึงบุญที่ได้สั่งสมมาทั้งหมด

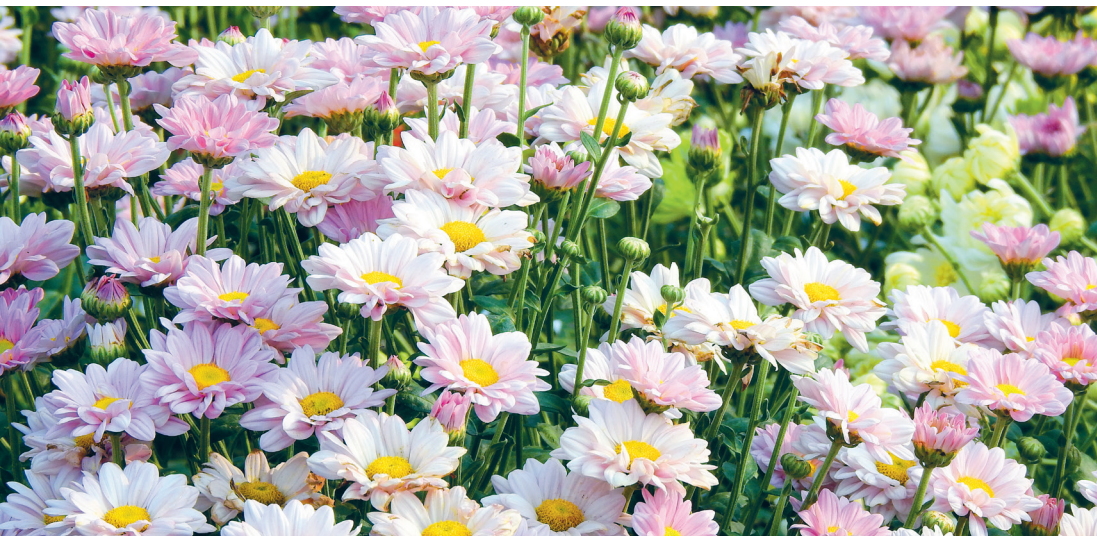
ข้อ 4 สั่งสมบุญให้เยอะ ๆ ทั้งทาน ศีล ภาวนา เป็นต้น

ข้อ 5 ปลอดภัยที่สุด คือ ปฏิบัติธรรมให้เข้าถึงพระธรรมกายภายใน หรืออย่างน้อยต้องได้ดวงใส ๆ เพราะว่าตอนสุดท้ายจิตของเราจะได้ผ่องใส ไม่เศร้าหมอง สดดีจะได้เป็นที่ไป

ถ้าได้เข้าถึงพระธรรมกายละก็ เราเลือกไปเกิดในภพภูมิไหนก็ได้ เพราะพระธรรมกายมีอานุภาพไม่มีประมาณ เพราะฉะนั้นต้องขยันทำความเพียรกันทุกคน

บุญอะไรที่มีอยู่ทุกบุญ อย่าให้ตกเลยแม้แต่บุญเดียว ทั้งทำด้วยตัวเองและชวนคนอื่นทำด้วย อย่างนี้จึงจะถูกหลักวิชา

1 กันยายน พ.ศ. 2545



7

อารมณ์ใส อย่าปล่อยให้เสีย

https://dhamma01.blogspot.com/2016/07/blog-post_27.html

สมมติว่า เราไปเจอสิ่งที่กำลังทำให้อารมณ์ขุ่นมัว เราต้องมีสติอยู่กับตัวของเรา รักษาใจไว้ ใจของเรา รักษาใจให้ใส ๆ

หากอยู่บริเวณนั้น โอกาสจะใสยาก ก็เปลี่ยนบริเวณ เปลี่ยนทิศ เปลี่ยนทาง เปลี่ยนสถานที่ แล้วก็นิ่ง ๆ เอาไว้ เพราะอารมณ์ที่ทำให้ขุ่นมัวจะอยู่กับเราไม่นาน พอเราไม่สนใจ มันก็ไม่ขุ่น ใจจะเริ่มใส

และแทนที่จะนึกถึงภาพบุคคลนั้น เรื่องราวเหล่านั้น เราก็มานึกถึงดวงใส ๆ องค์พระใส ๆ บุญใส ๆ ที่เราได้กระทำผ่านมาด้วยความปิติ เบิกบาน ภาคภูมิใจ หรือนึกถึงคำภาวนา สัมมาอะระหัง มาแทนที่ นับไปเรื่อย ๆ เดี่ยวใจจะใสเอง

ใจใสนี้แหละเหมาะสมที่จะเป็นภาชนะรองรับบุญใหญ่ และเหมาะสมที่จะเข้าถึงพระรัตนตรัยภายใน

1 พฤศจิกายน พ.ศ. 2545



8

การแก้แค้นที่ถูกต้อง

https://dhamma01.blogspot.com/2016/07/blog-post_37.html

การแก้แค้น...ไม่ใช่การเอาคืนอย่างสาสม
แก้แค้นอย่างนี้ ยิ่งเป็นการผูกโกรธ
ยิ่งผูก ก็ยิ่งทุกข์ ยิ่งยุ่งเหยิง

คำว่า “แก้แค้น”

ครูไม่ใหญ่ว่า หมายถึง
ความแค้นที่ผูกไว้กับเขาถูกแก้ออก

“แก้” คือ ทำให้หลุด หรือทำให้คลาย

เช่น เราแก้เชือกที่ผูกมัดอะไรออก

หรือแก้เชือกห่อกล้วยเตี๋ยออกมาเปิดกินกัน เป็นต้น

ดังนั้น แก้วแค้น จึงหมายความว่า

แก้ให้ความแค้นคลายออก

จนหายโกรธหายแค้นไปเลยด้วย “สันติวิธี”

พอแก้ออกได้ ความเจ็บใจ คับใจก็หายไป

ใจก็จะเย็นสบาย

สุดท้ายจะมีความสุขกันทุกฝ่าย

อย่างนี้จึงจะเรียกว่า “แก้แค้น”

11 กันยายน พ.ศ. 2545



9

ทำตัวประดุจผ้าขี้ริ้ว

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_3.html

คุณยายอาจารย์¹ ตอนท่านมีชีวิตอยู่ จะบอกหลวงพ่อยู่เรื่อย ๆ ว่า ต้องเป็นผ้าขี้ริ้วเช็ดเท้านะ ใครเขาจะเหยียบย่ำเรากี่ข้างเขาเถอะ ใจเราจะได้สบาย ไม่หงุดหงิด ไม่งุ่นง่าน ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่รำคาญใจ ใจจะได้ใส ๆ ศึกษาวิชาธรรมกายได้ละเอียด

แล้วท่านก็บอกอีกว่า ตึกใหญ่ ๆ ทั้งหลัง จะก๊อปปี้ร้อยชั้นก็ตาม ลงทุนสร้างกันเป็นพัน ๆ ล้าน หมื่น ๆ ล้าน ถ้าไม่มีไม้กวาด ไม่มีผ้าขี้ริ้วเช็ดเท้า ตึกทั้งตึกก็ไร้ความหมาย มันจะมีฝุ่น มีหยากเยื่อ หยากไย ความสกปรกอะไรต่าง ๆ เหล่านั้น

เพราะฉะนั้น ผ้าขี้ริ้วเช็ดเท้าสำคัญนะ ต้องทำตัวให้เหมือนผ้าขี้ริ้วเช็ดเท้า ทำกันได้หรือเปล่าจ๊ะ

11 ธันวาคม พ.ศ. 2545

¹ คุณยายอาจารย์มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง (ผู้ให้กำเนิดวัดพระธรรมกาย)



10

อันตัวเรานั้น...ตายแน่ ๆ

https://dhamma01.blogspot.com/2017/07/blog-post_24.html

ความตายไม่มีนิमितหมาย

เป็นสิ่งที่เราจะต้อง

เตือนใจของเราบ่อย ๆ ทุกวันเลย

เวลามา มันปู้ปี้ปามา โดยที่เราไม่รู้เนื้อรู้ตัวเลย ถ้าหากเราได้สั่งสมบุญเอาไว้อย่างเต็มที่แล้ว เราก็มีความพร้อมเสมอว่า จะไปตอนไหนที่ไหน เวลาใดก็ได้ แต่ถ้าหากเราสั่งสมบารมีกันยังไม่เต็มที่ละก็ นึกแล้วหวาดเสียวนะ

ดูอย่างคุณยายอาจารย์ของเรา ขนาดท่านสั่งสมบุญมาอย่างสม่ำเสมอ ท่านยังมีความรู้สึกว่าจะทำบุญไปได้นิดเดียวเท่านั้น ท่านมักจะพูดให้หลวงพ่หรือผู้ใกล้ชิดฟังบ่อย ๆ ว่า ยายมีความรู้สึกเหมือนยายเพิ่งได้

บุญไปนิดเดียว ฟังดูแล้วเหมือนท่านถ่อมตัวนะ ท่านบอกไม่ได้ถ่อมเลย
มันรู้สึกอย่างนั้นจริงๆ ท่านอยากจะทำบุญให้มาก ๆ ทั้ง ๆ ที่ตลอดชีวิตของ
ท่านเป็นไปเพื่อการสร้างบารมีอย่างเต็มที่เลย ท่านยังมีความรู้สึกอย่างนั้น

14 กันยายน พ.ศ. 2545



11

เจริญมรณานุสติ

https://dhamma01.blogspot.com/2017/10/blog-post_14.html

บางคนพอพูดถึงเรื่องตาย เกิดความกลัวขึ้นมา อย่างกับตัวจะไม่ตายอย่างนั้นแหละ ขอยืนยันว่า กลัวก็ตาย ไม่กลัวก็ตาย ไม่อยากเจอความตาย ก็ต้องเจอ ทุกสถานที่ในโลกนี้ เราปฏิเสธไม่ไปไม่ได้ แต่ปรโลกปฏิเสธไม่ได้ เพราะฉะนั้นเราต้องซ้อม ๆ กันเอาไว้

ซ้อมตายทุกคืนเลย ทำง่าย ๆ โดยสมมติว่า เราจะไปคืนนี้ เราจะนึกอะไรดี...การนึกคิดอย่างนี้ ไม่ใช่เป็นการแข่งตัวเองนะ ตรงกันข้ามกลับเป็นการเพิ่มบุญ เพราะจิตดวงนี้ประกอบไปด้วยปัญญา เขาเรียกว่า **“เจริญมรณานุสติ”** คือ เอาดวงปัญญามาพิจารณาถึงความตาย ซึ่งเป็นสิ่งที่เที่ยงแท้ถาวรของทุกชีวิตว่า ถ้าเราตายตอนนี้ และเราอยู่คนเดียว เราจะเตรียมตัวอย่างไร เป็นการวอร์ม ๆ ไว้ก่อน

เราต้องหมดหวัง คือ ตัดหวัง จะหวังอะไรก็ตัดใจไปเสียก่อน ตัดใจ
แม้อาลัยใจแทบขาด ต้องตัดอาลัย ตัดหวังให้หมดเลย ไม่ว่าจะเป็นคน
สัตว์ สิ่งของ ทรัพย์สินสมบัติที่เรามีกันตั้งพันล้านเอาทิ้ง ๆ ไป เอว้างไป
ให้คนโน้น คนนี้ แจกจ่ายไป หนี้ที่มีเอาให้คนโน้นบ้าง คนนี้บ้าง เฉลี่ย
แจกจ่าย ถ้าเรามีหนี้เขาไม่ค่อยมาแย่งกันเท่าไรนะ

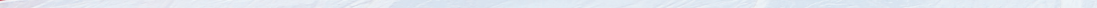
พอตัดเรื่องคนสัตว์สิ่งของไปแล้ว ทำความรู้อีกว่า เหมือนเราอยู่ตัว
คนเดียวในโลก คราวนี้ก็นึกถึงบุญที่เราเคยทำ ถ้าบุญที่เรานึกไม่ชัดเจน
ก็นึกรวม ๆ ว่า ขอบุญทุก ๆ บุญที่ข้าพเจ้าได้ทำเอาไว้ให้มารวมอยู่ใน
ศูนย์กลางกาย ฐานที่ 7 ส่วนบุญไหนที่ชัดเจน เราก็นึกถึงบุญนั้นเป็นหลัก
บุญที่ชัดเจน ส่วนมากมักเป็นบุญที่เราทำแล้วปลื้ม ลืมไม่ลง คงไม่ลืม
ปลื้มทั้งชาติ นึกเมื่อไรก็ปลื้ม

พอนึกบุญนี้และทุก ๆ บุญ มารวมกันเลย อยู่ในศูนย์กลางกาย
ให้เป็นดวงใส ๆ อารธนาพระธรรมกาย พระรัตนตรัย ให้ลงคมเรา
อารธนาให้ท่านคุ้มครองเรา ภายในให้มีพระ พระเป็นเรา เราเป็นพระ
เราอยู่ในพระ พระอยู่ในเรา ผึกซ้อมอย่างนี้ไปเรื่อย ๆ แล้วก็ทำใจสบาย ๆ
ปล่อยใจให้หลับไปในอุ้งแห่งทะเลบุญ แล้วใจมุ่งอยากจะไปสวรรค์ชั้นไหนก็
นึกอธิษฐานเอา เช่น ขอให้ข้าพเจ้าได้ไปดุสิตบุรี อย่างนี้เรียกว่า ผึกซ้อม
ซ้อมอย่างนี้ทุกวัน แพ้ชนะกันวันเดียวเท่านั้น

หมั่นซ้อมไปเรื่อย ๆ ต่อไปนี้เราจะเป็นสหายกับความตาย เป็น
เกลอกัน พอเป็นสหายกันแล้วความกลัวตายก็ค่อยๆ หายไป พอความ
ไม่หวาดหวั่นมีในใจ ความวิตกกังวลก็ไม่มี เพราะเรารู้ที่ที่เราจะไปแล้ว
คนที่กลัวเพราะไม่รู้ตายแล้วจะไปไหน แล้วก็ไม่ได้เตรียมตัว บุญก็ไม่ได้ทำ
แต่เราสั่งสมบุญเป็นนิจ และเรารู้ว่าจะไปอยู่ที่ไหน อย่างนี้ควรกลัวไหม

28 กันยายน พ.ศ. 2545







าตรา ปีที่ ๖

12

ศีลธรรมช่วยคุ้มครองโลก

https://dhamma01.blogspot.com/2017/10/blog-post_13.html

“โลกจะเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับกระแสใจของชาวโลก”

ช่วงไหนกระแสใจของมนุษย์ตั้งมั่นอยู่ในคุณงามความดีไม่ประมาท ในชีวิต ให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา สังคมบุญอยู่เป็นนิจ ในยุคนั้น บ้านเมืองก็จะอยู่เย็นเป็นสุข เศรษฐกิจเฟื่องฟู ฝนฟ้าตกต้องตามฤดูกาล โรคภัยไข้เจ็บน้อย ผู้คนมีอายุยืนยาว ผิวพรรณวรรณะผ่องใส ทุกสิ่งทุกอย่าง จะมีสภาพคล่อง ต่างก็มีความสุขกายสบายใจกันถ้วนหน้า

แต่ในยามใดที่จิตสำนึกของมนุษย์ถูกกระแสบาปเข้าบังคับบัญชา อยู่ภายใน ให้คิดชั่ว พูดชั่ว ทำชั่ว ใช้ชีวิตอย่างประมาท เมื่อนั้นเศรษฐกิจ ก็จะตกต่ำ ดินอากาศฟ้าแปรปรวน โรคภัยไข้เจ็บที่ไม่เคยมีก็จะเกิดขึ้น ยาที่ใช้รักษาก็หาได้ยาก

เพราะฉะนั้น ศีลธรรมเท่านั้นที่จะเป็นเครื่องช่วยคุ้มครองโลกให้ปลอดภัย ดังนั้นให้ทุกคนตั้งใจกันให้ดีที่จะเป็นผู้นำบุญ เป็นผู้นำศีลธรรม ชี้นำทางชีวิตจิตวิญญาณของมวลมนุษยชาติทั้งหลายให้ไปในทิศทางที่สูงขึ้น

แม้ใคร ๆ จะเห็นแก่ตัว แต่เราไม่เห็นแก่ตัว

ใครสร้างบาป เราสร้างบุญ

ใครหวั่นไหว เราไม่หวั่นไหว

ใครกำลังใจตกต่ำ เรากำลังใจสูงขึ้น

หมั่นสั่งสมบุญบารมีเรื่อยไป

หากวันใดทุกคนในโลกคิดอย่างนี้ ทำอย่างนี้ และทุกคนมีศีลธรรม ประจักษ์ใจ เมื่อถึงวันนั้น โลกก็จะกลับมาพบกับสันติสุขอีกครั้งอย่างแน่นอน

4 มกราคม พ.ศ. 2541

13

สาเหตุภัยพิบัติต่าง ๆ และวิธีแก้ไข

https://dhamma01.blogspot.com/2017/10/blog-post_17.html

ภัยต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในโลกนี้ ไม่ว่าจะเป็น อุทกภัย วาตภัย อัคคีภัย โจรภัย ภัยทุกชนิด ล้วนแต่มีเหตุทั้งสิ้น สาเหตุหลัก ๆ ก็คือ เพราะคนทำหายนอกจากศีลธรรมนั่นเอง

ดังนั้น ดีที่สุดคือ เราทุกคนทั่วโลก ต้องทดลองทำแตกต่างจากที่เคยทำที่ผ่านมา โดยพร้อมใจกันฟื้นฟูศีลธรรมโลกให้หวนกลับคืนมาอีกครั้ง

โดยเว้นจากการฆ่า เว้นจากการลักทรัพย์ เว้นจากการประพฤติดินในกาม เว้นจากการพูดปด เว้นจากการดื่มสิ่งมีเมา เว้นจากอบายมุข เว้นสิ่งที่ไม่ดีให้หมด แล้วก็มาทำความดี ทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนา เจริญศีล สมาธิ ปัญญาให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป ให้เป็นอริศีล อริจิต อริปัญญา ถึงระดับปฐมมรรค มรรคจิต มรรคปัญญา



ถ้าได้อย่างนี้เป็นอย่างน้อย สิ่งดี ๆ จะค่อย ๆ เกิดขึ้น เราจะได้เห็นโลก
ยุคพระศรีอริยเมตไตรยในยุคนี้อยู่

4 ตุลาคม พ.ศ. 2554

14

มาถอยหลังลงคลองกันเถอะ

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_36.html

บัณฑิตนักปราชญ์ในกาลก่อนกล่าวไว้ว่า

ยุคใด สมัยใด ถ้าคนห่างเหินจากศีลธรรม ภัยพิบัติต่าง ๆ ก็เกิดขึ้น
เช่น ฝนตก น้ำท่วม ลมพายุ แผ่นดินไหว ไฟไหม้ เป็นต้น

ภัยพิบัติต่าง ๆ จะเกิดขึ้น ถ้าคนเสื่อมจากศีลธรรม เพราะฉะนั้น
เราทุก ๆ คนทั่วประเทศมาสำรวจตรวจตราดูตัวเองว่า เราห่างเหินจาก
ศีลธรรมหรือเปล่า ห่างจากการให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนาไหม ห่างการ
ดูแลผู้มีศีลมีธรรมไหม หรือไปรังแกผู้มีศีลมีธรรมหรือไม่ เราก็ไปทบทวนดู

ถ้าหากว่า เราทำ เราก็ปรับปรุงแก้ไขเสีย แล้วเข้าใกล้ศีลธรรมให้
มาก ๆ เข้า สิ่งดี ๆ จะเกิดขึ้น ดินอากาศฟ้าจะไม่แปรปรวน ฝนจะตกต้อง

ตามฤดูกาล ผลหมากรากไม้มีรสโอชา มนุษย์จะมีโรคภัยไข้เจ็บน้อย อายุยืนยาว เศรษฐกิจดี ซึ่งง่ายขายคล่อง กำไรงาม เป็นต้น

นี่เป็นเรื่องที่เราต้องหันกลับมาทบทวน มาถอยหลังเข้าคลองธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพราะเราเลยคลองกันไปเยอะแล้ว ออกนอกถู่ นอกทางกันไปเยอะแล้ว มาเข้าสู่ในถู่ของบัณฑิตนักปราชญ์ ลงคลองแห่งธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเถอะ อย่างนี้เรียกว่า ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม ถอยหลังลงคลอง แต่ต้องคลองธรรมนะ คลองอื่นเราไม่เอา

20 พฤศจิกายน พ.ศ. 2549



15

ทำไมต้องเร่งฟื้นฟูพระพุทธศาสนา

https://dhamma01.blogspot.com/2017/08/blog-post_2.html

ถ้าสังเกตให้ดี เราจะพบว่า โลกของเราในยุคปัจจุบันไม่เหมือนโลกในยุคพุทธกาลหรือยุคอดีต เพราะในยุคนี้มีโรคภัยไข้เจ็บที่เป็นสายพันธุ์ใหม่ ๆ และมีความรุนแรงเกิดขึ้นมามากมาย แม้วิทยาการทางการแพทย์จะเจริญก้าวหน้ามากมายเพียงใดก็ตาม แต่สำหรับโรคบางโรคก็ยังหายาหรือวิธีการรักษาโรคไม่ได้ ที่เป็นแบบนี้เพราะอะไร

เราอาจไม่เชื่อว่า โรคทุกโรคล้วนเป็นผลมาจากการกระทำของมนุษย์ทั้งสิ้น เพราะเมื่อมนุษย์ประกอบอกุศลกรรมมากขึ้นเรื่อย ๆ ไม่ตั้งมั่นในศีล 5 มีการฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม พุดโกหก เพ้อเจ้อ คำหยาบ ส่อเสียด ดิฉสุราเมรัย สุกเสพสิ่งเสพติดต่าง ๆ มัวเมาในอบายมุขเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ เป็นต้น พญามารก็จะได้ช่องเอาบาปของมนุษย์ทั้งหลาย

ทั่วโลกมาประมวลรวมกัน จากนั้นก็ซ้อนบาปศักดิ์สิทธิ์เข้าไปประกอบใน
โอกาสโลก ชั้นธโลก และสัตว์โลก

โอกาสโลก คือ สิ่งแวดล้อม ตั้งแต่ร่างกายเราออกไป รวมไปถึง
บรรยากาศภายนอกจนกระทั่งถึงดวงอาทิตย์ ดวงจันทร์ ดวงดาว จักรวาลต่าง ๆ

ชั้นธโลก คือ ชั้นธ 5 ร่างกายของเรา มวลมนุษยชาติ และสรรพสัตว์
ทั้งหลาย

สัตว์โลก คือ จิตใจของเรา ของมวลมนุษยชาติ และสรรพสัตว์

พญามารจะเอาบาปนี้ซ้อนประกบตั้งแต่โอกาสโลก ชั้นธโลก
สัตว์โลก จากข้างนอกมาหาข้างใน แล้วประกอบธาตุที่เป็นอันตรายต่อ
กายหยาบของมนุษย์ขึ้นมา เข้าไปปรุงแล้วดึงดูดฝังที่เขาเซตโปรแกรมไว้
ดูดเข้ามาประกอบธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ วิญญาณ อากาศ ที่จะเป็นอันตราย
ต่อกายหยาบของมนุษย์ทั่วโลกขึ้นมา

เมื่อมนุษย์คนใดเคยสร้างกรรมที่พ้องกับธาตุที่พญามารประกอบขึ้น
วิบากกรรมของบุคคลนั้นก็จะดึงดูดธาตุวิบัติเหล่านี้ให้เข้าไปทำงานใน
ร่างกายของตน เมื่อร่างกายของใครได้รับธาตุวิบัติเหล่านี้ไปแล้วก็จะ
ทำให้ร่างกายเกิดภาวะผิดปกติ จนทำให้อวัยวะภายในทำงานผิดพลาด
คลาดเคลื่อนและส่งผลให้เป็นโรคร้ายต่าง ๆ ในที่สุด

ดังนั้น ถ้าบุคคลใดมีเศษกรรมปาณาติบาต เช่น ฆ่าสัตว์ ฆ่ามนุษย์ มี
เศษกรรมกาเมฯ หรือเศษกรรมอื่น ๆ ติดตัวมา นี่แค่เศษ ยังไม่ใช่ส่วนนะ
ถ้าส่วนไม่ต้องพูดถึง เศษกรรมเหล่านี้จะทำให้หน้าตาเหมือนเป็นสถานีรับ
ธาตุวิบัติที่เขาส่งมาทำงานในร่างกาย จนส่งผลให้บุคคลนั้นเกิดอาการ
เจ็บป่วยล้มตาย แล้วแต่ละรูปแบบของธาตุวิบัติ และกรรมที่แต่ละคน
ได้ทำเอาไว้

โรคทั้งหลายเกิดขึ้นจากการกระทำของมนุษย์ ความคิด คำพูด และ
การกระทำ ทางกาย ทางวาจา และใจ เพราะฉะนั้นเรื่อง Law of Karma
คำสอนพระสัมมาสัมพุทธเจ้า กุศลกรรมบถ และอกุศลกรรมบถ เป็นต้น
เราไม่ศึกษาเรียนรู้ ไม่ได้ เพราะมันเกี่ยวกับตัวของเรา เกี่ยวข้องกับผู้ที่
เป็นที่รักของเรา ไม่ว่าจะเป็นบุตร ภรรยา สามี หมู่ญาติ หรือใครก็แล้วแต่
แล้วก็เพื่อนร่วมโลกของเราทั้งหมด เราจะต้องเรียนรู้ เพราะว่าการกระทำ
ของแต่ละคนมีผลไปถึงมวลรวม ภาพรวมของสรรพสัตว์และสรรพสิ่ง
ทั้งหลาย มันสำคัญตรงนี้

ถ้ายุคใดสมัยใด คนทั้งโลกมีศีลมีธรรม ยุคนั้นมนุษย์จะอายุยืน
มีกายโตใหญ่ มีฤดูสบาย ดิน อากาศ ฟ้า ก็สบายสบาย อาหารจะมีรสโอชา
ผลหมากรากไม้ก็ออกดอกออกผลดี มีแต่สิ่งดี ๆ เกิดขึ้นมาหล่อเลี้ยงชีวิต
ของมนุษย์ในยุคนั้น

เพราะฉะนั้น ถึงเวลาแล้วหรือยังที่เราจะต้องฟื้นฟูศีลธรรมขึ้นมาในโลกใบนี้ โดยมีเราเป็นจุดเริ่มต้น และเริ่มต้นที่ศูนย์กลางกาย ฐานที่ 7 ของเรา และถ้าทุกคนมาอยู่ในตำแหน่งเดียวกัน ใช้ศูนย์กลางกาย ฐานที่ 7 ร่วมกัน โอกาสโลก ชันธโลก สัตวโลก จะดีทีเดียว

นี่แหละเป็นเรื่องสำคัญ ทำไมเราจะต้องจัดบวชกันขนาดนี้ และทำไมต้องบวชบ่อย ๆ ทำไมเราต้องเร่งฟื้นฟูพระพุทธศาสนา เพราะคำสอนนี้มีอยู่เฉพาะในพระพุทธศาสนา เรื่อง Law of Karma หรือ เรื่องกฎแห่งกรรม ไปศึกษา จะได้ช่วยกันขยายความรู้ โดยเริ่มต้นที่ตัวเราแล้วขยายออกไป

19 กันยายน พ.ศ. 2554



ธรรมยาตรา

เส้นทางพระผู้ป

ถวายเป็นพุทธบูชาและ



รามาธิบดี ปีที่ 6 “รักษบวร รักษาศีล 5”

บุชาธรรมมหาปุษนีอาจารย์ เนื่องในเทศกาลมาฆบูชา



16

พุทธบุตรต้องเป็นหนึ่งเดียวกัน

<https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post.html>

พุทธบุตรต้องเป็นหนึ่งเดียวกัน

เหมือนดวงตะวันที่มีดวงเดียว

เพื่อเราและโลก

จะได้พบสันติสุขที่แท้จริง

เราจะต้องรวมกันให้เป็นหนึ่งเดียว เลิกแบ่งพรรคแบ่งพวก มันหมดสมัยแล้ว แล้วก็หันมาปรองดอง มารู้จักสามัคคีเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน มาสร้างบุญ สร้างบารมี มาแสวงหาหนทางพระนิพพาน แล้วทำประโยชน์ให้แก่เพื่อนมนุษย์กันจะดีกว่า เดียวกันวัน เดียวกันคืน เดียวกันจะหมดเวลาจากโลกนี้ไปแล้ว



โลกมนุษย์ คือ โลกแห่งการสร้างบารมี ไม่ใช่โลกแห่งการเสวยบุญ
ละโลกไปแล้ว เราหมดสิทธิ์ที่จะสร้างบารมีได้เหมือนกายมนุษย์ เพราะเป็น
ภพภูมิแห่งการเสวยผล ไม่ว่าบุญหรือบาป ดีหรือชั่วก็ตาม นี่เป็นสิ่งที่เรา
จะต้องตอกย้ำซ้ำเติมกันทุก ๆ วัน แล้วทำความเข้าใจกันให้ดี

30 มกราคม พ.ศ. 2547

17

เข้า ๆ ตื่นมาใส่บาตรกันเถอะ

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_42.html

การให้ข้าว ให้น้ำ ให้อาหารหวานคาว และจตุปัจจัยไทยธรรม แต่พระภิกษุสามเณร ผู้ประพฤติดุธรรม เราจะได้รับอานิสงส์ 5 ประการ คือ ได้อายุ วรรณะ สุขะ พละ และปฏิภาณ

1. อายุ การเป็นผู้มีอายุยืนยาว ไม่มีโรค ถือว่าเป็นลาภอันประเสริฐ

2. วรรณะ การมีวรรณะ ความผ่องใสของผิวพรรณ ก็จะเป็นที่ดึงดูดตา ดึงดูดใจ น่าเลื่อมใส แลดูงามทุกวัย เหมือนอย่างมหาอุบาสิกาวีสาขา

3. สุขะ ได้ความสุข คือ มีความสบายกาย สบายใจ เข้มแข็ง เบิกบาน

4. พละ มีพละกำลังแข็งแรง

5. ปฏิภาณ มีปฏิภาณไหวพริบเฉลียวฉลาด

ทั้งอายุ วรรณะ สุขะ พละ และปฏิภาณก็จะเป็นของเรา

19 มกราคม พ.ศ. 2547



18

วันนี้ “วันพระ”

https://dhamma01.blogspot.com/2017/06/blog-post_81.html

วันพระ คือวันที่พระจะมาทบทวนสิกขาบทว่า 7 วันที่ผ่านมาได้ปฏิบัติถูกต้องตามธรรมวินัยครบถ้วนบริบูรณ์ไหม ถ้าครบถ้วนบริบูรณ์ก็ปลื้ม ถ้าขาดตกบกพร่องก็ต้องแก้ไขกัน ตักเตือนตัวเองบ้าง เตือนซึ่งกันและกันบ้าง เพราะวัตถุประสงค์หลักของการบวชเพื่อมุ่งหวังจะทำพระนิพพานให้แจ้ง เพราะฉะนั้นสิ่งอะไรที่ขาดตกบกพร่องจะต้องรีบปรับปรุงแก้ไข

ส่วนญาติโยมทั้งหลายก็ถือโอกาสในวันพระ ไปบำเพ็ญบุญ ไปฟังธรรม ปฏิบัติธรรมร่วมกัน

แต่ในปัจจุบันนี้ การให้ความสำคัญของวันพระรู้สึกจะลดน้อยถอยลงไปเรื่อย ๆ เราจะต้องช่วยกันฟื้นฟูวันแห่งความสว่างให้ฟื้นคืนชีพขึ้นมาใหม่ แล้วให้เจริญรุ่งเรืองขึ้นในยุคของเรานี้แหละ แม้ว่าจะเริ่มต้นจาก

กลุ่มเล็ก ๆ ต่อไปก็จะค่อย ๆ ขยับขยายกันไปเรื่อย ๆ ก็จะเป็นทางมา
แห่งบุญของเรา

เพราะฉะนั้น เมื่อลูกทุกคนได้รับป้าย **พຼ່ຽ່ນີ້ “วันพระ”**
วันนี “วันพระ” ไปแล้ว มีป้ายแล้ว ก็ต้องเอาไปติดไว้ที่หน้าบ้านหรือ
ที่ทำงานของเราละ แล้วอย่าลืมเอาลงด้วย รวมทั้งประพฤติตัวของเรา
ให้เป็นตัวอย่างที่ดี เพราะโลกขาดแคลนตัวอย่างที่ดี ๆ เราจะได้เป็นต้นบุญ
ต้นแบบกัน

2 มกราคม พ.ศ. 2546

พຼ່ຽ່ນີ້ “วันพระ”

วันนี “วันพระ”

ต้องละนิวรณ





19

จุดประทีปสว่าง...ทุกวันพระ

https://dhamma01.blogspot.com/2017/06/blog-post_706.html

ทุกวันพระ หลวงพ่อขอเชิญชวนให้จุดประทีปเอาไว้หน้าบ้าน เพื่อจะได้บอกให้ทุกคนได้รับทราบว่า วันนี้เป็นวันพระ เพราะว่าวันพระ ถูกหลงลืมกันไป จนกระทั่งไม่มีใครสนใจหรือให้ความสำคัญมากเพียงพอ เหมือนบรรพบุรุษของเรา

แต่ในยุคของเรา ที่เรามาเกิดเพื่อมาสร้างบารมี มาเป็นต้นบุญ ต้นแบบ มาเป็นแสงสว่างต่อเพื่อนมนุษย์ เพราะฉะนั้นเราก็จะต้องจุดประทีปเอาไว้เพื่อเป็นเครื่องเตือนใจให้ผู้ที่ผ่านไปผ่านมา ได้ระลึกนึกถึงพระรัตนตรัย นึกถึงว่า วันนี้เป็นวันพระ ควรจะทำแต่สิ่งที่เป็นกุศลธรรม และจะได้เป็นหัวข้อสนทนา เพราะเมื่อเขาเห็นแล้ว ก็จะเกิดคำถาม เอ๊ะ! มีอะไรหรือ ทำไมถึงจุด เราก็จะได้อธิบายให้เขาฟัง

อีกประการหนึ่ง อยากให้บ้านเมืองของเราสว่างไสว เพราะดูเหมือนว่าเดี๋ยวนี้สิ่งที่ผิด ๆ กำลังจะทำให้ถูกต้อง หลวงพ่อคุณแล้วสลดใจนะ ถึงเวลาที่เรากำลังจะไปชักชวนกันมาถอยหลังลงคลองกันเถอะ แต่เป็นคลองธรรม คือความถูกต้องดีงามที่บรรพบุรุษของเราประพาสสืบทอดกันมา เดี่ยวนี้มันจะสูญหายกันไปหมดแล้ว

เพราะฉะนั้น พอถึงวันพระ ไม่ว่าวันพระเล็ก วันพระใหญ่ ไปจุดประทีปดวงเล็ก ๆ ไว้ที่หน้าบ้านของเรา เอาที่ไม่ต้องลงทุนสูงนะ จุดเอาไว้พอที่จะเป็นเครื่องหมายหรือสัญลักษณ์ให้เขาเห็นว่า อ้อ...วันนี้วันพระนะ

1 กันยายน พ.ศ. 2545



20

วิสาขบูชา

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_0.html

วันวิสาขบูชา (วันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 6) เป็นวันสำคัญและอัศจรรย์อย่างยิ่งในทางพระพุทธศาสนา และเป็นวันสำคัญสากลของโลก ที่พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงประสูติ ตรัสรู้ และปรินิพพาน มาพร้อมกันในวันเดียวกัน

การมาประสูติของพระพุทธองค์ก็อัศจรรย์ ก่อนที่จะมาประสูติ เทวดาพรหมทั่วหมื่นโลกธาตุได้ไปกราบอาราธนาพระบรมโพธิสัตว์บนสวรรค์ชั้นดุสิต เมื่อพระองค์พิจารณาเห็นสมควรจึงรับอาราธนา

จากนั้นทรงตรวจตราดูปัญจมหาวิโลกนะ คือ ทรงพิจารณาดู กาล ชาติ ชาติ ชาติ และพุทธมารดาที่เหมาะสมต่อการลงมาเกิดสร้างบารมี เพื่อจะได้ตรัสรู้อนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณโปรดสัตว์ให้หลุดพ้นจากทุกข์ภัยในวัฏสงสาร

ครั้นประสูติก็ถึงพร้อมด้วยลักษณะมหาบุรุษครบถ้วนทุกประการ และในทันทีที่ประสูติทรงพระดำเนินไปได้ 7 ก้าว ทุกย่างก้าวจะมีดอกบัว ผุดขึ้นมารองรับ จากนั้นทรงเปล่งอาสภิวาจาว่า

“เราเป็นผู้เลิศในโลก เราเป็นผู้ประเสริฐที่สุดในโลก ภพชาตินี้เป็นชาติสุดท้ายของเราแล้ว”

ครั้นเมื่อเจริญวัย ก็เป็นผู้เลิศกว่าใคร ๆ ในโลก ทรงมีพระปัญญา สว่างไสว สามารถสำเร็จความรู้ในศิลปศาสตร์ 18 ประการ ภายใน 7 วัน ต่อมาเมื่อทรงเห็นภัยในวัฏสงสารก็ทรงออกผนวช เพื่อแสวงหาทางพ้นทุกข์ ทรงบำเพ็ญเพียรอย่างกลั่นกล้ำ จนกระทั่งได้ตรัสรู้ ณ ภายใต้ควงไม้ พระศรีมหาโพธิ์

ในวันตรัสรู้นั้น พระองค์ทรงมีพระทัยตั้งมั่น ใจหยุดนิ่งได้อย่าง สมบูรณ์ที่ศูนย์กลางกาย ฐานที่ 7 ของพระองค์

ยามต้น เข้าถึงกายธรรมพระโสดาบัน บรรลุพุพนิวาสนุสติญาณ สามารถระลึกชาติหนหลังได้

ยามสอง เข้าถึงกายธรรมพระอนาคามี บรรลุจุตูปปาตญาณ รู้แจ้ง เห็นแจ้งการเกิด ดับ และการเวียนว่ายตายเกิดของสรรพสัตว์ทั้งหลาย





ยามสุดท้าย บรรลואสวัชฌญาณ สามารถกำจัดกิเลสอาสวะหมดสิ้นเชื่อไม่เหลือเศษ พร้อมกับได้ตรัสรู้เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า

ต่อมา พระพุทธรองค์ทรงเผยแผ่พระพุทธศาสนามาตลอด 45 พรรษา ทรงบำเพ็ญพุทธกิจโปรดสรรพสัตว์ ทรงแสดงธรรมพร้อมอรรถและพยัญชนะ งดงามทั้งเบื้องต้น ท่ามกลาง และเบื้องปลาย จบจบวาระสุดท้ายทรงปลงอายุสังขาร และประทานปัจฉิมโอวาทเอาไว้ว่า

“สังขารทั้งหลาย มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลาย จงยังประโยชน์ตนและผู้อื่นให้ถึงพร้อม ด้วยความไม่ประมาทเถิด”

จากนั้นทรงข้ามหาสมาบัติไม่ข้ามหาสมาบัติ แล้วก็เสด็จดับขันธปรินิพพานเข้าสู่อายตณนิพพาน

ภายนอกทรงประสูติ ณ สถานที่หนึ่ง ตรัสรู้ที่หนึ่ง และปรินิพพานอีกที่หนึ่ง แต่ในแง่การปฏิบัติภายใน ประสูติ ตรัสรู้ และปรินิพพานอยู่ที่เดียวกัน คือ ที่ศูนย์กลางกาย ฐานที่ 7 ของพระองค์ ดังนั้นศูนย์กลางกาย ฐานที่ 7 จึงเป็นตำแหน่งที่สำคัญที่สุดในโลก เป็นทางไปของพระอริยเจ้า พระอรหันต์ เป็นทางบรรลุมรรคผลนิพพานของทุก ๆ คนในโลก ที่จะต้องเอาใจมาหยุดนิ่งอยู่ที่ตรงนี้

เพื่อให้ได้บรรลุธรรม บรรลุวัตถุประสงค์ของชีวิตที่เกิดมาเป็นมนุษย์
มาพบพระพุทธศาสนา ได้มีดวงตาเห็นธรรม

เพราะฉะนั้น วันนี้จึงเป็นวันที่มีความหมายต่อตัวเราและชาวโลก
เป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากเพราะมีวันนี้เกิดขึ้น เราจึงมีโอกาสได้ยินได้ฟัง
พระธรรมคำสั่งสอนของพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า และได้รู้
เรื่องราวความเป็นจริงของชีวิต ได้รู้ถึงหนทางดับทุกข์ รวมทั้งได้ลงมือ
ปฏิบัติเพื่อให้พ้นจากทุกข์ เข้าถึงธรรม

1 มิถุนายน พ.ศ. 2558



21

วัดไม่ใช่วัด

<https://dhamma01.blogspot.com/2018/04/blog-post.html>

“วันพระ” ให้ไปเข้าวัดใกล้บ้านเราละ ไปฟังธรรม ปฏิบัติธรรม แล้วก็บําเพ็ญบุญ ทำอย่างนี้ให้เป็นเรื่องปกติเลย แล้วพาลูกหลานตัวเล็กตัวน้อยเข้าวัดฟังธรรม ปฏิบัติธรรม บําเพ็ญบุญด้วย อย่างนี้จึงจะถูกหลักวิชา ในฐานะที่เราเป็นพุทธศาสนิกชนที่ดีเพื่อจะได้เป็นการฟื้นฟูวัฒนธรรมชาวพุทธ ปักหลักให้ยั่งยืนยิ่งขึ้นไป

“วัด” เป็นสถานที่ประดิษฐานเฉพาะพระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เท่านั้น ญาติโยมเข้าไปก็เพื่อไปเคารพสักการบูชา พระรัตนตรัย ไปฟังธรรม ปฏิบัติธรรม บําเพ็ญบุญ

วัดจึงควรเป็นสถานที่ที่สงบ สงัด วิเวก อย่าเอาเสียงอะไรที่อีกทีก็เข้าไปในวัด หรือสิ่งที่ไม่ถูกต้อง เช่น ภาพยนตร์ หรือการละเล่นต่าง ๆ เข้าไปในวัด เพราะแค่อุโบสถศีล (ศีล 8) เขายังไม่ดูการละเล่นกันเลย แต่พระท่านถือศีล 227 ข้อ เพราะฉะนั้นในฐานะที่เราเป็นญาติโยม เราก็ไม่ควรนำสิ่งเหล่านี้เข้าไป เมื่อนำเข้าไปแล้ว เราจะไปโทษว่า พระณรรดูก็หาควรไม่ เพราะฉะนั้นขึ้นอยู่กับเรา

ดังนั้น ให้เอาหนัง เอาละคร การละเล่นต่าง ๆ ไปไว้ที่วิก ไม่ใช่ที่วัด และสิ่งไม่ดีทั้งหลาย อย่างนำเข้าไปต้องช่วยกันทำวัดให้เป็นสถานที่ที่เหมาะสมต่อการบำเพ็ญสมณธรรมของพระภิกษุสามเณรในวัด เป็นสถานที่ที่เราจะไปฟังธรรม ไปปฏิบัติธรรม แล้วก็บำเพ็ญบุญของเราและลูกหลานกันนะ

6 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553

22

คนโบราณเขาขนทรายเข้าวัดกันนะ

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_33.html

ต้องช่วยกันรักษาพระพุทธศาสนาให้สืบทอดกันต่อไปนะ

นี่เป็นเรื่องที่สำคัญมากเลย

ครูไม่ใหญ่รักพระพุทธศาสนามาก

ปู่ย่าตายายของเราสมัยก่อน

ท่านรักพระพุทธศาสนามาก

แม้แต่เวลาเข้าวัด เดินเข้าไปในวัด

ท่านจะไม่เอาศาสนสมบัติออกมาเลยแม้แต่นิดเดียว

ไม่ว่าจะเป็นเม็ดกรวดเม็ดทรายที่ติดเท้ามา

เพราะท่าน “**กลัวบาป**” มาก มีแต่จะนำทรายเข้าวัด
ที่มีการจัดงานก่อพระเจดีย์ทราย เพื่อขนทรายเข้าวัด
สมัยก่อนเขาทำอย่างนั้นกันนะ

นั่นแค่เม็ดกรวดเม็ดทราย ท่านยังไม่กล้าเอาเลย

ใหญ่กว่านั้น ท่านยังไม่เอา

เพราะฉะนั้น ต้องช่วยกันรักษาพระพุทธศาสนากันไปให้ดีนะ

10 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2558



สำเร็จ ด้วย บุญ





23

เคล็ดลับความสุขความสำเร็จในชีวิต

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_54.html

บุญที่เราทำในวันนี้ จะติดไปในภพเบื้องหน้า ติดไปหลายชาติ ให้เราสมบุญไปด้วยสมบัติทั้งสาม มนุษย์สมบัติ ทิพย์สมบัติ นิพพานสมบัติ

มนุษย์สมบัติ คือ เราจะสมบุญไปด้วยรูปสมบัติ ทรัพย์สมบัติ และคุณสมบัติ เป็นต้น ติดไปหลายภพหลายชาติเลย เหมือนเสาไฟฟ้าที่เรียงรายข้างถนน พอเราสับสวิตช์ไฟ ไฟฟ้าก็สว่างพรึบไปหมดเลย บุญที่เราทำก็เช่นเดียวกัน จะตามส่งผลต่อ ๆ กันไปอย่างนั้น

ที่เราประสบความสำเร็จในปัจจุบันนี้ เพราะอาศัยบุญเก่า
ที่เราสั่งสมมาในอดีต ทำให้เราสมบุญไปด้วยสมบัติทั้งสาม แต่ถ้าเราไม่
ทำบุญใหม่ในชาตินี้ เพื่อเอาบุญเก่าต่อบุญใหม่ เป็นบุญต่อบุญ สมบัติต่อ
สมบัติ บุญเก่าก็มีวันหมดสิ้นไปได้ เพราะฉะนั้นเราจะเห็นได้ว่า อดีตคน
เคยรวย อดีตเศรษฐี กลายเป็นยากก็เยอะแยะ เพราะไม่ได้สั่งสมบุญ
ใหม่เพิ่ม เพราะฉะนั้น

บุญ...จึงเป็นสิ่งที่ต้องทำ

3 มีนาคม พ.ศ. 2545



24

เกิดมาอีกครั้ง “ต้องพร้อม”

<https://dhamma01.blogspot.com/2017/10/blog-post.html>

ความสมบูรณ์พร้อมของชีวิต

คือ ถึงพร้อมด้วย

รูปสมบัติ ทรัพย์สมบัติ และคุณสมบัติ

จะเกิดขึ้นได้

ต้องอาศัย “บุญ” อย่างเดียวเท่านั้น

บุญที่เกิดจากการทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา แล้วก็มาเทียบเคียงกับบารมี 10 ทศ มี ทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมมบารมี ปัญญาบารมี วิริยบารมี ขันติบารมี สัจจบารมี อธิษฐานบารมี เมตตาบารมี และอุเบกขาบารมี

ค่อย ๆ ทบทวนทีละข้อว่า มีอะไรที่เรายังขาดตกบกพร่องบ้าง เพื่อจะได้เติมให้ครบถ้วนบริบูรณ์ระหว่างที่เรายังมีกายมนุษย์อยู่ ซึ่งจะส่งผลให้ดีขึ้นในปัจจุบันนี้ด้วย แล้วก็ขั้นตอนที่เราจะละโลกไปสู่ดุสิตบุรี วรบุณยพิเศษ ซึ่งภูมินี้ไม่ใช่ไปกันง่าย ๆ นะ แค่นี้ไปสวรรค์ชั้นต้น ๆ ยากแล้ว แต่ไปสวรรค์ชั้นดุสิตยิ่งยากกว่า แล้วดุสิตบุรีวรบุณยพิเศษยิ่งยากมาก ๆ

8 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2547



25

สมบัติจักรพรรดิตกไม่พรวง

https://dhamma01.blogspot.com/2017/10/blog-post_19.html

เราอยากได้บุญมาก...ก็ทำมาก
อยากได้บุญปานกลาง...ก็ทำปานกลาง
อยากได้บุญน้อย...ก็ทำเล็กน้อย
ทุกอย่างขึ้นอยู่กับเรา
เพราะเราเป็นผู้ออกแบบชีวิต
อยากเป็นอะไร ก็แล้วแต่ใจของเรา

ถ้าอยากเป็นบรมเศรษฐีในระดับที่มีสมบัติจักรพรรดิตกไม่พรวง
อย่างท่านชฎิลเศรษฐี เมณฑกเศรษฐี ก็ต้องทำบุญในแหล่งเนื่อนาบุญ
และทำแบบสุด ๆ ไปเลย แล้วต้องปลื้มทั้งก่อนทำ กำลังทำ และหลังจาก
ทำไปแล้ว

ผู้มีบุญมาก ๆ เวลาเกิด สมบัติจะมารถ่านะ ไม่ต้องเหนื่อย
เป็นสมบัติอัศจรรย์ สมบัติอจินไตย คือเราจะนึกไม่ถึงเลย อย่างท่าน
ชฎิลเศรษฐี เมณฑกเศรษฐี โชติกเศรษฐี ที่มีสมบัติจักรพรรดิตักไม่พร่อง
ที่จริงมีเยอะแยะเลยในภพนี้ มีมากมายในทุกยุค ทุกพุทธันดร

ถ้าบุญปานกลางจะหย่อน ๆ ลงมา ต้องเหนื่อยนะ แต่ประสบความสำเร็จ
สำเร็จ ได้ทรัพย์มากกับความภาคภูมิใจว่า เราเหนื่อย แต่เราทำได้

ถ้าหากมีบุญระดับล่าง ก็จะลดลงไปอีก จะมีความเหนื่อยเพิ่มขึ้น
แต่สำเร็จ

ทีนี้เราก้เทียบกับชีวิตของเราที่ผ่านมา เราเข้าข่ายประเภทไหน
จุลเศรษฐี มหาเศรษฐี หรือบรมเศรษฐี ไปลองศึกษาดู
แล้วภพชาติต่อไป เราควรจะเป็นอย่างไร ก็แล้วแต่เรา
เพราะเราคือผู้ออกแบบชีวิต เราคือผู้ลิขิตชีวิตเราเอง

25 กันยายน พ.ศ. 2551





26

สายสมบัติ

https://dhamma01.blogspot.com/2017/10/blog-post_89.html

พระเดชพระคุณหลวงปู่วัดปากน้ำ พระผู้ปราบมาร
ท่านได้กล่าวกับอุปัชฌาย์ของท่านว่า

“ไอ้ผง มึงมีเงิน 25 บาทไหม

มาทำบุญกับกู จะสร้างโรงเรียนปริยัติธรรม

ที่จนตานี้ก็เพราะว่า สายสมบัติมันไม่มี

เดี๋ยวจะเอาเงินที่ทำบุญ

ที่ถูกจุดแห่งบุญนี้ มาต่อสายสมบัติ”



“สายสมบัติ” สำคัญนะลูกนะ

สมบัติมันผ่านไปผ่านมาตลอดเวลา มุ่งเข้าหาผู้มีบุญ
ถ้าใครมีบุญก็จะครอบครองได้
ใครไม่มีบุญก็ผ่านไป

เพราะฉะนั้น บุญที่เราทำในวันนี้ ให้นึกบ่อย ๆ
นึกให้ได้ตลอดเวลาเลย
แล้วก็ประกอบสัมมาอาชีวะ
ที่ว่าจะตกต่ำเป็นไม่มี มีแต่จะสูงยิ่งขึ้นไป

3 สิงหาคม พ.ศ. 2544

27

อันตรายของความตระหนี่

https://dhamma01.blogspot.com/2017/10/blog-post_20.html

พญามารจะกันสมบัติได้อีกอย่างคือ เขาเอาความตระหนี่ซึ่งเป็นธาตุสำเร็จมาปิดมาบังช่องทางที่จะให้สมบัติมาถึงตัวเรา ตัดสายสมบัติได้ด้วยความตระหนี่ ทั้งตัด ทั้งปิด ทั้งบังให้มาไม่ถึงเลย ตัดด้วย ปิดด้วย บังด้วยสารพัด

ความตระหนี่ เป็นธาตุสำเร็จสี่ตำมิตสนิท มีฤทธิ์มาก เวลาหุ้มเห็น จำ คิด รู้ ละก็ คิดที่จะ “ให้” ไม่เป็นเลย เมื่อไม่ให้...ก็ไม่ได้ บุญเขาก็ไม่ได้ช่องทางที่จะสอดสายสมบัติมาถึงเรา เพราะถูกกำแพงแห่งความตระหนี่หุ้มล้อมไว้หมดแล้วทุกด้านเลย นี่คือนันตรายสำหรับชีวิตทั้งในปัจจุบันนี้และในอนาคตด้วย

ความตระหนี่ทำงานตลอด 24 น. และเช่นเดียวกัน บุญก็ทำตลอด 24 น. เพื่อหาช่องที่จะทำให้ลายความตระหนี่ในใจ แต่กายมนุษย์ของเรา ช่วยด้วยอีกแรงหนึ่ง คือ มีความตั้งใจจะเอาชนะความตระหนี่ บุญเขาก็ได้ช่อง แวบเดียวความตระหนี่หายไปเลย สายสมบัติก็เชื่อมมาถึงเราได้ เป็นสมบัติละเอียดที่มองไม่เห็นด้วยตาเปล่า แต่เห็นได้ด้วยธรรมกาย เชื่อมติดแล้วจะเป็นกระแสดึงดูดสมบัติหยาบมาถึงตัวเรา แผ่ไปทุกทิศ ทุกทางเลย ดึงดูดตามกำลังบุญ

บุญมาก...ก็แรงมาก

บุญน้อย...ก็แรงน้อย

นี่คือความจริงของชีวิตนะ

13 ตุลาคม พ.ศ. 2545





28

ทำบุญให้ลูกหลักวิชา

https://dhamma01.blogspot.com/2017/08/blog-post_21.html

การทำบุญอย่าดูเบานะ

ต้องทำให้ลูกหลักวิชา

อย่าหงุดหงิด ชุ่นมัว

ทั้งก่อนทำ กำลังทำ และหลังจากทำแล้ว

บุญจะได้ไม่หก เราจะได้บุญบริสุทธิ์เต็มที่

อย่างนี้กว่า เรามีเงินแล้วเรามาทำบุญ เราต้องนึกว่า กว่าจะได้ปัจจัยมา มันเหนียวนะ ต้องเอาชีวิตเป็นเดิมพัน ต้องใช้ทุกวิธีการ กว่าจะได้ทรัพย์มาได้มาแล้ว เรามีกุศลศรัทธาเลื่อมใสในพระรัตนตรัย อยากจะสร้างมหาทานบารมี

ความเลื่อมใสศรัทธาก็ไม่ใช่เกิดขึ้นง่าย เกิดยากมาก ขนาดเรา
เลื่อมใสศรัทธา บางครั้งยังอ่อนแอ บางครั้งก็เลื่อมใสมาก บางครั้งก็
เลื่อมใสปานกลาง บางครั้งน้อย บางครั้งไม่มีเลย เห็นไหมว่า มันเกิดขึ้นยาก
แต่สลายง่าย พอจะเลื่อมใสทีไร มันจะเสียเงินทุกที เกิดความเสียหาย เพราะ
กว่าจะได้มามันยาก คิดแล้วคิดอีก จะถูกความตระหนี่ซึ่งเป็นเครื่องมือ
ของพญามารเหนี่ยวรั้งเอาไว้ จะช่วงชิงทรัพย์เอาไว้ไม่ให้บริจาค ไม่ให้สร้าง
มหาทานบารมี ชาติต่อไปจะได้จน

พอไม่สร้างทาน เขาจะได้เอาผังจนถาวรเสียบเข้าไปได้ สอดเข้าไป
จะได้บังคับเราได้ต่อไปในอนาคต อยู่ในกำมือเลย พอชาติต่อไปเรา
ยากจนเสียแล้ว บังคับให้ทำชั่วง่าย เพราะชีวิตต้องดิ้นรนเพื่อความอยู่รอด
เพราะฉะนั้นทำอย่างไรให้อยู่รอด ก็เอาทั้งนั้น ก็จะตกอยู่ในเงื้อมมือเขา

แล้วก็เนื่อนาบุญที่เป็นทักษิณียบุคคล ที่มีเฉพาะในพระพุทธศาสนา
ก็เกิดขึ้นยาก ไม่ใช่เกิดขึ้นง่าย เพราะกว่าจะมีทักษิณียบุคคล ก็ต้องมี
พระพุทธศาสนา จะมีพระพุทธศาสนาได้ ก็ต้องมีพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
แล้วกว่าท่านได้เกิดมา ต้องละชั่ว ทำความดี ทำใจให้ใส่นับภพนับชาติ
ไม่ถ้วน กว่าจะเหลือแต่ความบริสุทธิ์ล้วน ๆ มาเป็นผู้นำมวลมนุษยชาติ
และเทวดาทั้งหลายได้ก็ยากมาก

เพราะฉะนั้น เวลาเราจะสร้างมหาทานบารมี ต้องทำให้ถูกหลักวิชา ถ้าทำไม่ถูกหลักวิชา เราจะถูกปล้นบุญ หรือพุดง่าย ๆ คือ บุญหก

คำว่า **“บุญหก”** ก็ไม่ได้มีอาการเหมือนน้ำกระฉอกนะ มันจะหก เช่น เวลาเราทำบุญ ระหว่างทำนั้นหงุดหงิด ปัดไธ่ กว่าจะได้ ปฏิภาณหักขีณยบุคคลก็คอยอยู่ ทรัพย์ก็อยู่ในมือ ศรัทธาก็เกิด แต่โดนเขาเสียบเอาความหงุดหงิดเข้ามาในใจ นั่นก็ไม่ถูกใจ นี่ก็ไม่ถูกใจ ทั้งคนสัตว์สิ่งของอะไรก็ไม่ถูกใจหมด อย่างนี้บุญหก นั่นเขาเข้ามาแย่งชิง ตั้งแต่เกิดความคิดหงุดหงิดแล้ว

ยกตัวอย่างเหมือนในท้องนี้คนเต็มท้องแน่นหมดเลย ถ้าใครจะเข้าไปแทนที่ 10 คน ก็จะต้องดึง 10 คนในท้องนั้นออก หรือเหมือนปลาอยู่ในกระป๋อง จะเอาปลาใหม่เข้าไป ต้องเอาของเก่าออก บุญก็เช่นเดียวกัน กำลังเต็มอยู่ในใจ แต่ถูกกิเลสในตระกูลโทสะ ทำให้ขัดเคืองขุ่นมัวเข้าไปเสียบ ถ้าเสียบได้ แสดงว่ามันมีช่องว่าง เพราะฉะนั้นบุญนั้นก็ไม่สะอาด 100 เปอร์เซ็นต์ ถูกบาปผสมเข้าไปแล้ว อย่างนี้แหละที่เรียกว่า **“บุญหก”**

ความขุ่นมัว ความขัดเคือง ใครทำอะไรก็ไม่ถูกอกถูกใจทั้งนั้น แม้พระให้พร ก็ยังไม่ค่อยถูกใจ องค์กรนี้เสี่ยงอย่างนี้ ทำไมไม่เอาองค์กรนั้นเสี่ยงดี ๆ มาให้พร คือมันมีปัญหาไปหมดเลย นั่นแหละเขาจะเสียบมาทางความคิด คำพูด และการกระทำ กิริยาท่าทางของเรา



เวลาหงุดหงิดนี้ อาการจะออกมาทางระบบประสาทกล้ามเนื้อที่ชัดเจน คือบนใบหน้า หน้าก็จะยุ่ย ปากก็เป้ เสียงที่ออกมาทางปากก็ไม่น่าฟัง และทำให้คนข้าง ๆ ไม่สบายใจ เพราะความเครียดระบาดแผ่ซ่านไปในบรรยากาศ อย่างนี้เรียกว่า ไม่ฉลาดในการทำบุญ แล้วก็ไม่ได้ศึกษาให้เข้าใจว่า ทำอย่างไรจะได้บุญ 100 เปอร์เซ็นต์ 200 เปอร์เซ็นต์ 500 เปอร์เซ็นต์หรือ 1,000 เปอร์เซ็นต์ หรืออยากได้ 100 แต่ได้ 20, 30, 40 นี่เพราะความขุ่นมัว ต้องระวังนะลูกนะ

ทีนี้ ถ้าภาพที่เราหงุดหงิดไปเกิดเป็นกรรมนิมิต ให้เห็นตรงรอยต่อก่อนจะถอดกาย ตอนนั้นเราอนหมดแรง อยู่คนเดียวคนป่วย ไม่ว่าจะด้วยโรคอะไรก็ตาม สรุปว่าไม่มีแรง เสียงก็ไม่มีจะพูด แต่เห็นภาพตัวเองกำลังหงุดหงิด หน้าตาหยุกหยิก เสียงอย่างนั้น พูดอย่างนี้ เอาไฟหรือคำพูดร้อนใจไปใส่ในหูคนโน้นคนนี่รอบ ๆ ข้าง คตินิมิตเกิดขึ้นเลยไปเกิดเป็นยักษ์ชั้นจาดๆ อย่างนี้สู้ไปเกิดเป็นมนุษย์ยังจะดีกว่า

ถ้าหากทำบุญด้วยใจที่ขุ่นมัว หงุดหงิด โง่เงาคนโน้นคนนี้ มีสิทธิ์ไปเกิดเป็นยักษ์

เวลามาเกิดเป็นมนุษย์ สมบัติจะเจือวิบัติ คือ ความโกรธ ความขุ่นมัวนั้นแหละที่เข้าไปสิงไปแทรกในบุญนั้น

เวลามาเกิด รูปสมบัติก็จะมีวิบัติเจืออยู่ในรูปสมบัตินั้น สมมติ
ไปประกวดนางงามจักรวาล งามทุกส่วนแต่เกือบได้ หน้าตา รูปร่าง
ตอบคำถามฉฉฉฉ แต่ตาเอก ตาส่อน คือมันจะมีเชื้อวิบัตินิด ๆ

จะได้เสื้อผ้า ข้างหน้าสวย แต่ข้างหลังโดนแมลงสาบแทะไปหน่อย
กางเกงก็เหมือนกัน ดีแต่ขาดหน่อยหนึ่ง หนูแพะบ้างอะไรอย่างนี้

ถอยรถใหม่มา พอขับพ้นอุโมงค์โดนเจมเลย ไม่ใช่หลวงปู่หลวงตาเจมนะ
แต่โดนรถคันอื่นเจม ทำให้เราไม่สบายใจ

มีลูกน้องบริวาร ก็ชอบทำให้หงุดหงิด กว่าจะงานจะสำเร็จได้ เขาช่วย
เราเหมือนกันนะ แต่ช่วยให้หงุดหงิดด้วย กับช่วยให้ได้ทรัพย์ด้วย

จะได้บ้านก็ปลวกขึ้น อย่างนี้

เราลองนึกดู คือมันได้บ้าง แต่จะมี **but “แต่”** คือต้องมีอะไรแถม ๆ

มีแว่นตา ปากกา ก็ชำรุด คอนแทกเลนส์ก็แข็งไป ตาต้องกะพริบ ๆ
อยู่เรื่อย

จะใส่รองเท้า ก็มีรอยตำหนิ ของกินของใช้ดี **but** แต่แตก แต่บิน
แต่หัก



หรือเวลาจะรับประทานอาหาร นั่งร่วมโต๊ะอยู่ในหมู่ชนชั้นสูง เศรษฐี
ทั้งนั้น กำลังรับประทานอย่างเอร็ดอร่อย ก็! เจอก่อนกรวดอยู่ในนั้น คนอื่น
เขาทานกันดีดี ไม่เป็นไร แต่ของเราตักมาเจอก่อนกรวด นี่เพราะมีเชื้อโทสะ

คุณสมบัติ ทำข้อสอบ ดวงปัญญาดี กำลังจะดี อ้าว! หมดเวลา ทำได้
แค่ครึ่งเดียว ดวงปัญญามันส่งได้แค่นั้น

เพราะฉะนั้น เวลาทำบุญ ควรทำบุญแบบไหน อารมณ์ดีหรืออารมณ์เสีย ต้องอารมณ์ดีอย่างเดียวนะ ดูเหมือนเป็นเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ แต่ยิ่งใหญ่อย่าดูเบา

มีอีกตัวอย่าง เมื่อ 20 กว่าปีที่แล้ว ท่านเป็นนายทหาร ถูกส่งไปรบ ที่ภูหินร่องกล้า ได้รับคำแนะนำจากผู้บังคับบัญชาว่า เมื่อกลับมาถึงที่พัก ไม่ว่าจะดึกตื่นแค่ไหน ก่อนนอนต้องทำความสะอาดกระบอกรป็นให้สะอาด ทั้งข้างนอกข้างใน เพราะว่าถ้าไม่สะอาด ลูกกระสุนจะไม่มีอารมณ์ออก มันจะติดล้ากลิ้ง ชัดล้ากลิ้งอย่างนั้น

คืนนั้นไปรบกลับมาดึก ต่างก็เหน็ดเหนื่อย คนอื่นมาถึงก็นอนพัก เอาแรงกันก่อน คิดว่าตอนเช้าค่อยทำความสะอาดปืน แต่นายทหารท่านนี้ อยู่ในโอวาท ทำความสะอาดปืนทั้งนอกในก่อนนอนทุกครั้ง ปรากฏคืนนั้น เพิ่งพักไปได้แค่ 45 นาที ได้รับคำสั่งด่วน ให้ออกไปที่สนามรบ พวกเพื่อนทหารนึกว่าพักถึงเช้า ไม่ได้ทำความสะอาดกระบอกรป็น พอไปถึงสมรภูมิ ปืนยังไม่ออก แต่รอดมาได้เพราะปืนของนายทหารท่านนี้ ยังออกกระบอกรเดียว ข้าศึกเห็นว่าทำอะไรไม่ได้จึงถอยไป

แล้วท่านก็ยังได้รับคำแนะนำอีกว่า เชือกผูกรองเท้าต้องยัดเข้าไปข้างในทุกครั้ง อย่าให้สายรุ้งริงออกมาข้างนอก ท่านอยู่ในวินัยแม้เรื่องเล็กน้อย ๆ อย่างนี้ แต่มีทหารบางท่านไม่สนใจ คิดว่าแค่เชือกผูกรองเท้าจะอะไรหนักหนา อยู่ข้างนอกข้างในก็เหมือน ๆ กัน พอเข้าสู่สมรภูมิ ต้องปีนเขา เชือกผูกรองเท้าที่อยู่ข้างนอกรองเท้าไปเกี่ยวกิ่งไม้ คลานต่อไปไม่ได้ ก็โดนสอยร่วงตรงนั้น ส่วนใครที่ยัดเข้าไปข้างในก็คลานต่อไปได้ ดังนั้นเราดูเหมือนว่า แค่เชือกผูกรองเท้ากับการทำความสะอาดป็นเป็นเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ แต่นั่นหมายถึงชีวิตทีเดียว

การทำบุญก็เช่นเดียวกัน เงินก็หายาก พุทธศาสนาก็เกิดยาก เนื่อนาบุญก็เกิดยาก ศรัทธาก็เกิดยาก แต่เวลาทำบุญเรากลับมองข้ามสิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ เพราะไม่ได้ศึกษาไว้ คือ ความขุ่นมัว หงุดหงิด มีโทษในช่วงจังหวะสำคัญ เพราะฉะนั้นต้องระมัดระวัง อย่าดูเบา

อดีตใครทำไปแล้ว ก็แล้วกันไป มันผ่านมาแล้ว ย้อนกลับไปแก้ไขไม่ได้ อดีตให้ติดทิ้งไปเลย แล้วบาปกรรมทุกชนิดอย่าทำเพิ่มอีก ความดีทำซ้ำ ๆ นึกซ้ำ ๆ ส่วนบาปอย่าไปนึกซ้ำ ๆ เดี่ยวดวงบาปโต แล้วจะไปดึงดูดบาปในชาติอดีตที่เราเวียนว่ายตายเกิดมานับภพนับชาติไม่ถ้วนติดกันมาเป็นพวงเลย แล้วจะมีผลที่เผ็ดร้อนมาก เดือดร้อนทีเดียว

ส่วนบุญ ทำบ่อย ๆ นึกบ่อย ๆ ซ้ำแล้วซ้ำอีกจนกว่าเราจะหมดอายุขัย และอย่าดูหมิ่นบุญเล็กบุญน้อย ทำทุก ๆ บุญ อย่าให้ตกบุญเลย แม้แต่เพียงบุญเดียว แล้วหมั่นนึกบ่อย ๆ เท่าที่เราจะนึกได้ ใจจะได้ชุ่มอยู่ในบุญ นึกถึงบุญที่เราปลื้มที่สุดแล้วจะไปดึงดูดบุญอื่นตามกันมาเป็นพวง เช่น นึกถึงบุญสร้างมหาธรรมกายเจดีย์ พระธรรมกายประจำตัวเราปลื้ม เดี่ยวบุญทอดกฐิน ทอดผ้าป่า สร้างมหาวิทยาลัยพระมงคลเทพมุนี สร้างสมาธิธรรมกายสากล บุญพิมพ์พระ กระทั่งบุญเล็ก ๆ น้อย ๆ เช่น จักรองเท้าก็ดี ก็จะมาตามกันเป็นพวงเลยนะ

สำคัญที่สุด คือ ปฏิบัติธรรมให้ได้อย่างน้อยดวงใส ๆ ดวงใส ๆ ทำให้ใจเราใส อารมณ์ดีมีมาก ๆ เข้า อารมณ์ไม่ดีต่าง ๆ ที่เราทำผ่านมานในอดีตก็จะค่อย ๆ ลบเลือนไป และดีที่สุดคือเข้าถึงพระธรรมกาย ถ้าเข้าถึงพระธรรมกายได้ วิชากรรมต่าง ๆ ที่ติดมาเป็นผังสำเร็จ จะค่อย ๆ หลุดล่อนไปเรื่อย ๆ

5 กันยายน พ.ศ. 2545

29

สำคัญที่...ใจใส

https://dhamma01.blogspot.com/2017/07/blog-post_20.html

Trick หรือเคล็ดลับของการทำบุญ มีอยู่นิดเดียวเท่านั้น
คือ ต้องใจใส ๆ

“ใจใส” ตรงกันข้ามกับ “ใจหมอง” เช่นเดียวกับ ศีกชิงภาพ
ปดงบุตุลชีวิต มีเทคนิคอยู่นิดเดียว ให้ใจใสๆ เข้าไว้

ใจใส ๆ อย่าให้ขุนมัว ไม่ว่าจะเรื่องอะไรก็ตาม จากภาพที่ได้เห็น
จากเสียงที่เราได้ยิน เราไม่ต้องไปขุนมัว ขณะที่เราทำบุญนั้น เป็นช่วงที่
เราจะต้องตัดดวงบุญของเราให้เต็มที

ถ้าใจเราใส ๆ แล้ว บุญมันไม่หก พญามารก็ไม่ได้ช่อง เพราะฉะนั้น

ดวงบุญของเราจะเป็นบุญล้วน ๆ ที่ใสสะอาดบริสุทธิ์ติดอยู่ในกลางกาย จะมีอานิสงส์คือ เราจะได้ไปเกิดในภพภูมิที่ประณีต สะอาด สวยสดงดงาม ตามกำลังแห่งบุญที่เราได้กระทำเอาไว้

เมื่อลงมาเกิดเป็นมนุษย์ รูปสมบัติ ทรัพย์สมบัติ คุณสมบัติ เราจะไม่มีวิบัติเจือเลย จะได้ทรัพย์มาอย่างเย็น ๆ สบาย ๆ จะไม่ได้แบบทุกลาก คือ ต้องเดือดร้อนก่อนแล้วจึงได้ หรือได้ทรัพย์มาแล้ว ทรัพย์กระจาย หายไปแทนที่ทรัพย์นั้นจะเพิ่มพูน เวลาใช้ทรัพย์ก็ปีติเบิกบาน มีเหตุมีผล สมควร แล้วก็ไปเพื่อเป็นบุญต่อบุญ สมบัติต่อสมบัติ

จะมีพวกพ้องบริวาร มีญาติที่ดีคอยปกป้องผองภัย อะไรที่จะร้อนอก ร้อนใจ ร้อนหูร้อนตา เขาจะไม่ให้เราได้รับรู้ได้เห็นเลย จะไปแก้ไขกันให้เสร็จ เรียบร้อยก่อน ให้เราเจอแต่สิ่งที่สวยงาม ๆ เสียงที่ไพเราะ รสที่อร่อย กลิ่นที่หอม ๆ สัมผัสที่นุ่มนวล ใจก็เบิกบานแจ่มชื่น นี่จะเป็นวิบากที่เป็น กุศลติดตามตัวเราไปทุกภพทุกชาติ

นอกจากนี้ ยังมีผลมาถึงอริยทรัพย์อีก เวลาปฏิบัติธรรมจะง่าย ปฏิบัติสะดวก รู้ได้เร็ว จะเข้าถึงธรรมตั้งแต่ยังเยาว์วัย แล้วธรรมนี้จะติด ไปกระทั่งเราเป็นชาวสวรรค์หรือเทวโลก กายข้างนอกเป็นกายทิพย์ แต่ข้างในเป็นธรรมกาย

หลวงพ่อดีดาบุญนะ ถ้าหากว่า มันหก ๆ หล่น ๆ อยากจะพยายามประคับประคองให้ลูก ๆ ทุกคนทำบุญเป็น ให้ได้บุญกันเต็มเม็ดเต็มหน่วย ต้องฉลาดในการสร้างบุญ ในการหาบุญ ในการรักษาบุญ ในการใช้บุญ ต้องทำให้ลูกหลักวิชา ที่ผ่านมาก็แล้ว ๆ ไป แต่ที่จะมาถึงในอนาคต ต้องทำให้เป็น ถึงแม้ต้นคดแต่ปลายมันต้องตรง ๆ บุญต้องเต็มเม็ดเต็มหน่วย

เรื่องนี้ยายจะสั่งสอนอบรมนัก เกี่ยวกับเรื่องการหาบุญ การใช้บุญ ต้องประณีต ต้องละเอียด เพราะฉะนั้นท่านจะทำทุกสิ่งทุกอย่างด้วยความประณีต แล้วอธิษฐานจิตล้อมคอกรัดกุม ไม่มีช่องว่างช่องโหว่ ที่พญามารจะได้ช่องเอาสิ่งไม่ดีมาสอดละเอียดให้ไปเป็นวิบัติได้เลย

ท่านเล่าให้หลวงพ่อฟัง และพูดถึงคติในอนาคตของท่านว่า

“ภพชาติต่อไป ยายต้องเป็นผู้ชาย ยายจะได้บวช ยายจะได้สมบัติมาอย่างเย็น ๆ ยายจะได้ทำวิชา ยายจะได้ไปรู้ไปเห็น ใครจะมาปิดมาบังอะไรยายไม่ได้เลย ในนิพพาน ภพสาม โลกกันต์หรือที่ไหน จะมาบังญาณทัสสนะของยายไม่ได้เลย ยายจะไปรู้ไปเห็นหมด เพราะชาตินี้ยายบริสุทธิ์ ทั้งกาย วาจา ใจ ทั้งการสร้างบุญสร้างบารมีทุกอย่างเลย”



เวลาท่านเล่าเรื่องนี้ ท่านจะเบิกบาน มีความปิติ หลงพ้ออยากให้
ลูกทุกคนเป็นอย่างนี้นะ เป็นอย่างที่ยายท่านเป็น แล้วยายก็อยากจะให้
เราเป็นด้วย เพราะฉะนั้นเจอสิ่งอะไรที่ทำให้ใจเราชุ่มฉ่ำ เราก็ต้องไม่ชุ่มฉ่ำ
ต้องใสอย่างเดียว

trick มีอยู่นิดเดียว ให้ใจใส ๆ เข้าไว้

10 กันยายน พ.ศ. 2545

30

นึกถึงบุญบ่อย ๆ

คำคำใดเกินควรหรือไม่

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_1.html

การนึกถึงบุญบ่อย ๆ ไม่ใช่การคำคำใดเกินควร
เพราะไม่มีใครเสียหาย

การคำคำใด ต้องเกี่ยวกับเรื่องธุรกิจ มีได้ มีเสีย
แต่นึกถึงบุญแล้ว ทำให้เราปลื้ม

ทำให้ใจเราห่างจากบาปอกุศล

ยิ่งนึก ยิ่งปลื้ม

บุญก็ยิ่งขยาย ใจก็ยิ่งบริสุทธิ์

ยิ่งอธิษฐานจิตตอนที่ใจบริสุทธิ์

ความปรารถนาของเราก็จะสมหวัง

อธิษฐานเข้าไปเถิด ไม่ได้ทำให้ใครเสียหาย
สิ่งที่เราอธิษฐาน
เป็นการตั้งเป้าหมายในการทำความดี
เป้าหมายที่จะให้บรรลุผลนิพพาน

18 พฤศจิกายน พ.ศ. 2546



31

ทำบุญมาเยอะแล้ว “ขอพังก่อน”

https://dhamma01.blogspot.com/2017/10/blog-post_6.html

เราต้องไม่ประมาทในการสร้างบารมี

อย่าคิดว่า

ทำบุญมาเยอะแล้ว “ขอพังก่อน”

แค่ความคิดคำนึงว่า ขอพังก่อน

แสดงว่าจิตดวงนี้ถูกพญามารเข้าสิงแล้ว

ทำให้เกิดความคิดวิปริตอย่างนี้

แต่เราไม่รู้ตัว ไม่รู้จัก และไม่เข้าใจด้วยว่า

ความคิดอย่างนี้จะเป็นพิษเป็นภัยต่อตัวเรา

เพราะเมื่อเราหยุดพัก บุญก็พักด้วย
แล้วบุญกับบาปชิงช่วงชิงกันอยู่ตลอดเวลา
เมื่อบุญพัก บาปก็จะได้ช่องเสียบเข้ามาทันที
เดี๋ยวก็จะไปกันใหญ่ จะฉุดดึงไปโน่นไปนี่
ไปทำอกุศลอะไรต่ออะไรอีกมากมาย

เพราะฉะนั้น วันหนึ่งคืนหนึ่งที่ผ่านมาไป อย่าประมาท
เราต้องสร้างบุญให้เต็มทุกวัน

เพราะเราเกิดมาเพื่อ...

ทำพระนิพพานให้แจ้ง

แสวงบุญ

และสร้างบารมีนะลูกนะ

8 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2547

32

เราต้องสร้างบุญทุกอนุวินาที

https://dhamma01.blogspot.com/2017/09/blog-post_38.html

เราจะต้องสร้างความดี
ให้ยิ่งกว่าทุกปีที่ผ่านมา
ทั้งทาน ศีล ภาวนา
รวมทั้งบุญในบุญกิริยาวัตถุ 10 ประการ
แล้วก็เว้นอกุศลกรรมบถ 10
เราเกิดมาสร้างบารมี
จะปล่อยเวลาให้ว่าง ๆ ไปเปล่า ๆ ทำไม่

ทำไมเราจะต้องสร้างบุญเยอะ เพราะเราอยากได้บุญ ถ้าบุญเยอะ
อุปสรรคก็น้อย ถ้าบุญน้อย อุปสรรคก็เยอะ มีแต่บุญกับบาปเท่านั้นที่

จึงช่วงช่วงชิงกันอยู่ในชีวิตประจำวันของเรา ไม่ว่าเราจะมีชีวิตอยู่ หรือ
ละโลกไปแล้ว ก็ยังช่วงช่วงชิงกันอยู่เรื่อย ๆ อย่างนี้

เพราะฉะนั้น ต้องสร้างบุญบารมีกันให้เยอะ ๆ อย่าเสียเวลาคิดว่า
โอ ! ทำบุญอีกแล้ว เพิ่งทำไปหยก ๆ ชวนอีกแล้ว

“บุญ” ต้องทำกันทุกอนุนิภาที่ ด้วยทาน ด้วยศีล ด้วยภาวณา
อย่าไปเสียตายเป็นสิ่งที่มีอยู่ ปัจจัยที่มีอยู่ เขามีเอาไว้สำหรับใช้เลี้ยงชีวิต
กับใช้สร้างบารมี ถ้าเราไม่ใช่สร้างบารมี ก็ต้องเอาไปใช้สร้างอย่างอื่น
ไม่เชื่อลองดูสิ ลองไม่เอามาสร้างบารมี เต็มมันจะมีทางออก มันจะไปเรื่อย
ไม่รู้เป็นยังงั้นนะ ถ้าไปใช้อย่างอื่น สนุกสนานเพลิดเพลิน ชื้อสิ่งของอะไร
ต่าง ๆ ก็ไม่ได้เป็นบุญ ก็จะถูกสูญเปล่ากันไป ได้แค่สิ่งของมาใช้ในโลกนี้เท่านั้น

ความสุขของมนุษย์¹ คือ มีทรัพย์ แล้วก็ได้ใช้จ่ายทรัพย์ ที่จริงมี 4 ข้อ
แต่หลวงพ่อบอกมาแค่ 2 มีทรัพย์แล้วได้ใช้จ่ายทรัพย์ ถ้ามีแล้วได้ใช้นี้ ปลื้ม
ถ้ามีแล้วไม่ได้ใช้ ไม่ปลื้ม แต่จะใช้อย่างไรถึงจะปลื้มมากกว่ากัน ผู้มีปัญญา
ต้องคิดให้ดี ๆ

3 มกราคม พ.ศ. 2546

¹ 1 สุขจากการมีทรัพย์ 2 สุขจากการใช้ทรัพย์ 3 สุขจากความไม่เป็นหนี้ 4 สุขจากการงานที่ไม่มีโทษ (ไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีลธรรม)

33

อย่าคิดว่า...ทำบุญมาเยอะแล้ว

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_80.html

ถ้าตอนมีชีวิตอยู่ เราสร้างบุญกุศลเอาไว้
บุญก็จะนำเราไปสู่สุคติภาพ
หล่อเลี้ยงให้เรามีความสุขในสุคติ โลกสวรรค์
ถ้าบาปหล่อเลี้ยง ก็ต้องไปอบายภูมิ
ไปเกิดเป็นสัตว์นรก เป็นอสุรกาย
เป็นเปรต เป็นสัตว์เดรัจฉาน เป็นต้น
ทุกข์ทรมานอยู่ยาวนานนัก

เมื่อความตายไม่มีนิमितหมาย ดังนั้นเราไม่ควรประมาท ชะล่าใจ ต้องมีความพร้อมเสมอ

เราจะพร้อมและไม่กลัวต่อมรณภัยได้ ต่อเมื่อเราได้สั่งสมบุญกุศลเอาไว้ ด้วยการให้ทาน รักษาศีล แล้วก็เจริญภาวนาอยู่เป็นนิจ คือทำสมาธิเสมอทุกวัน ไม่ให้ขาดเลยแม้แต่เพียงวันเดียว ทำมากบ้าง น้อยบ้าง เราก็ทำไป

แต่ว่าบุญ ควรจะทำให้มาก ๆ ทั้งทาน ศีล ภาวนา ทั้งทำหน้าที่กัลยาณมิตร ต้องทำให้ครบถ้วนบริบูรณ์

เมื่อเราสั่งสมบุญเต็มที่แล้ว เราก็จะมีความพร้อมอยู่ในตัว จะมีปิติ มีมหาปีติเกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา พร้อมเสมอไม่ว่าจะละสังขารด้วยอาการใดที่ไหน ก็ไม่หวั่นไหว เพราะเรามีบุญเป็นที่พึ่ง

ยิ่งเราเข้าถึงพระรัตนตรัยในตัว ก็ยังมีพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง พอถึงพระรัตนตรัยในตัวแล้ว เราจะเลือกเกิดในสุคติภพ ภพภูมิไหนก็ได้ เหมือนเศรษฐี มหาเศรษฐีที่มีทรัพย์มากจะไปอยู่ในสถานที่ที่สวยงามประณีต สะดวกสบายตรงไหนก็ได้ เพราะมีทรัพย์มาก เรามีบุญมากก็เช่นเดียวกันนะลูกนะ

บุตธธรรมยาตรา

อ.บางเลน วันที่ 18-25 มีน



เพราะฉะนั้น ต้องหมั่นสั่งสมบุญ อย่าชะล่าใจว่า เราทำบุญมาตั้งเยอะแยะแล้ว ถ้าบุญเราเยอะ เราก็ต้องสมหวังตั้งใจในทุกสิ่ง แต่เนื่
บางครั้งเราก็สมหวัง บางครั้งเราก็ไม่สมหวัง บางครั้งชีวิตก็ราบรื่น บางครั้ง
ชีวิตก็ซลุกซลัก บางครั้งก็ซลุกซลัก นี่ก็เป็นเครื่องบ่งชี้ว่า เรายังสั่งสมบุญ
มาไม่มาก อย่าไปคิดว่า เราทำกันมามากมายแล้ว ยังนะลูกนะ

พระเดชพระคุณหลวงปู่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ และคุณยายอาจารย์
ของเรา ท่านสั่งสมบุญไม่ขาด ทั้งทาน ศีล ภาวนา ทั้งทำหน้าที่กัลยาณมิตร
ทั้งทำวิชาปราบมาร ไปรู้ไปเห็นวิชาธรรมกาย ปราบพญามารมุ่งไปสู่
ที่สุดแห่งธรรม เพื่อตัวเองจะได้พ้นจากการเป็นบ่าวเป็นทาสของพญามาร
สรรพสัตว์ก็จะพลอยหลุดพ้นไปด้วย ท่านยังรำพึงอยู่เรื่อย ๆ ว่า ท่านเพิ่ง
สร้างบุญมาได้นิดเดียว

เพราะฉะนั้น อย่าเพิ่งชะล่าใจนะลูกนะว่า

เราได้สั่งสมบุญกันมาเยอะแล้ว

เรายังทำไปได้หน่อยเดียวเท่านั้น

เดี๋ยววัน เดียวคืน เดียวก็จะหมดเวลาแล้ว

14 เมษายน พ.ศ. 2545

34

อย่ารวยฟรี !

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_91.html

สั่งสมบุญเข้าไป
สร้างไปเรื่อย ๆ
ยิ่งล้ำเค็ญ...
ยิ่งสร้างหนักเข้าไปอีก

บางคนเกิดมารวยฟรีในโลกนี้ เขาไม่รู้เลย เขารวยไปทำไม ทรัพย์เขา..
เหมือนทรัพย์พุทพลาพ เหมือนทรัพย์พิการ มีเหมือนไม่มี แค่ปิตินดี
ในสเตทเมนต์เท่านั้นว่า เรามีเท่าคนอื่น หรือมากกว่าคนอื่น หรือเรายังมีอยู่
มันก็ได้ปลื้มแค่ไม่กี่ปี

แต่ของเรานักสร้างบารมี สัมสมบุญเข้าไป ทำไปเรื่อย ๆ แล้วเราจะ
ได้เต็มก้นปีติสุข เมื่อใกล้จะละโลก ภาพเหล่านี้จะฉายให้เราเห็น เรากลับ
ดุสิตบุรีได้อย่างสบาย

มาเกิดอีกที บุญนี้แหละจะเป็นบ่อเกิดแห่งสมบัติที่ไม่ต้องทำมา
หากิน ไม่ต้องทำมาค้าขาย ไม่ต้องลำเค็ญเหมือนชาตินี้ แต่เป็นชีวิตที่
เกิดมาสร้างบารมี เพราะสมบัติมากอยท่า เอาอย่างนี้นะลูกนะ เพราะ
ฉะนั้นอย่าไปห่วงไหว

ชาตินี้มาเจอกันแล้ว ก็ให้ตั้งใจสร้างบารมีให้เต็มที่ในทุกบุญ
แล้วอธิฐานจิตตามติดไปดุสิตบุรี วังบุญพิเศษ เขตบรมโพธิสัตว์ อย่าได้
พลัดกันเลย

22 พฤษภาคม พ.ศ. 2549

35

ทำบุญใหญ่แล้วอายุสั้นจริงหรือ

<https://dhamma01.blogspot.com/2018/02/blog-post.html>

เตี๋ยเป็นสมาชิกสมาคมต่าง ๆ อยู่หลายสมาคม แล้วก็เข้าร่วมกิจกรรมอย่างเต็มที่ ท่านชอบช่วยเหลือผู้อื่นอยู่เสมอ เป็นที่นับหน้าถือตาของสังคมในอำเภอเป็นอย่างมาก นิยมทำบุญกับโรงพยาบาล โรงเรียน ทำบุญกับสมาคมงานเจ้าพ่อเจ้าแม่อย่างเต็มที่

ในช่วงสุดท้ายของชีวิต เตี๋ยป่วยเป็นมะเร็งลำไส้ระยะสุดท้าย ลูกได้ชวนให้เตี๋ยสร้างพระธรรมกายประจำตัว เตี๋ยร่วมบุญมาบางส่วน แล้วลูกก็ได้ทำให้เตี๋ยจนเต็มองค์ โดยบอกให้เตี๋ยทราบ แต่เตี๋ยเป็นกังวลว่า จะทำให้อายุสั้น เพราะทำบุญใหญ่



คุณครูไม่ใหญ่ : ก็ยังเป็นความเข้าใจผิดอย่างนี้อยู่หลายท่านนะ
ว่า ถ้าทำบุญใหญ่แล้ว เดี่ยวอายุจะสั้น ขนาดสมภารจะยกข้อฟ้าโบสถ์
ที่อุตส่าห์สร้างมาจนเสร็จแล้ว เหลือแต่ยกข้อฟ้า ไม่กล้ายก ออกจากวัด
ไปไกล ให้คนอื่นยกแทน นั่นแหละบุญใหญ่เลย เราทำเสร็จ เราก็กยกเสีย
ที่ไม่ยกเพราะกลัวตาย เข้าใจว่าทำบุญใหญ่แล้วอายุจะสั้น

ความตาย ไม่ได้เกี่ยวกันนะว่า

ถ้าทำบุญใหญ่แล้วต้องตาย

ทำบุญปานกลางก็ตาย บุญน้อยก็ตาย ไม่ทำบุญก็ตาย

ทำบาปน้อยก็ตาย บาปปานกลางก็ตาย บาปมากก็ตาย

ถ้าหมดอายุขัย ล้วนตายหมด แต่ผลที่ได้ต่างกัน

ถ้าทำบุญใหญ่แล้วบังเอิญหมดอายุขัยตอนนั้น

ตายแล้วก็ไปดี

แต่ถ้าทำบาปใหญ่ หมดอายุขัยตอนนั้น

ตายแล้วไปอบาย

เราก็เลือกเอา เมื่อเราต้องตายจะเอาแบบไหน

เพราะฉะนั้น ขอคำแนะนำว่า ทำบุญใหญ่แล้วไม่เกี่ยวกับอายุสั้นหรือยาว กลับตรงกันข้ามด้วยซ้ำ บุญปัจจุบันที่ทำความช่วยต่ออายุที่ควรจะสั้นให้ยืดออกไปเสียอีก ไปเปลี่ยนรหัสชะตากรรมใหม่ที่จะต้องสั้นให้ยืดออกไปอีก มันตรงกันข้ามกันนะ

2 ตุลาคม พ.ศ. 2546



36

อย่าลืมทำหน้าที่กัลยาณมิตร

https://dhamma01.blogspot.com/2017/10/blog-post_16.html

บางคนไม่เคยทำหน้าที่กัลยาณมิตรเลย เพราะมีความรู้สึกว่าเขาหนึ่งในหงสา ไม่ใช่ที่สองในตองอู ไม่เคยไปขอใคร อย่างเราต้องมีพร้อม คือ มีความรู้สึกว่าเขากำลังไปขอเขา ก็เลยเกิดความไม่สบายใจ เพราะไม่เคยทำอย่างนี้

บางท่านก็รู้สึกเกรงใจเขา ไปคิดแทนเขาว่า ในสถานการณ์อย่างนี้ ปัจจัย 4 มีความจำเป็นอย่างยิ่งต่อชีวิตทุก ๆ คนภายในครอบครัว เกรงว่าจะไปรบกวนเขา และอีกหลาย ๆ สาเหตุ

ที่ผ่านมาจึงทำบุญตามลำพังด้วยตัวเองมาตลอด ไม่ว่าหลวงพ่จะพร่ำบอกแค่ไหนก็ตามว่า เราทำด้วยตัวเองตามลำพัง สมบัติเรามี แต่เรา

จะขาดพวกพ้องบริวาร ถ้าหากทำด้วยตัวเองด้วย ไปชักชวนคนอื่นด้วย
เราก็จะสมบูรณ์พร้อมทั้งทรัพย์สินสมบัติและบริวารสมบัติ จะมีพวกพ้องเต็ม
ไปหมดเลยในทุกหนทุกแห่ง

ให้สังเกตดูเถอะว่า ยามใดหรือสถานที่ใด ที่เราไม่มีพรรคไม่มีพวก
ความสะดวกล้มลุกคลุกคลาน ไม่มี มันมีอุปสรรคเกิดขึ้น และที่เราจะต้องเดินทางไกล
ไปถึงที่สุดแห่งธรรมนั้น จำเป็นจะต้องสร้างบารมีอย่างสะดวกสบาย ไม่ใช่
ว่ามีทรัพย์สินสมบัติของเราในระดับที่ตกไม่พรั่งแล้วจะสะดวกสบายไปทุกสิ่ง
มันได้บางสิ่ง แต่ไม่ได้ทุกสิ่ง

ถ้าได้สมบัติจักรพรรดิด้วย

มีบริวารสมบัติด้วย มีพวกพ้องด้วย

ความสะดวกในการสร้างบารมีถึงจะเกิดขึ้น

เมื่อความสะดวกในการสร้างบารมีเกิดขึ้น

บุญบารมีของเราก็เพิ่มขึ้น

เมื่อบุญบารมีเพิ่มขึ้นมาก...

หนทางที่จะไปสู่ที่สุดแห่งธรรมก็ใกล้เข้ามา

26 มกราคม พ.ศ. 2544

37

เจ้าของบ้าน เจ้าของวัด

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_11.html

สมบัติพระศาสนา...ต้องช่วยกันรักษาเอาไว้

ภาพกิจกรรมที่เป็นกุศล

จะติดที่กลางตัวของเรา

จะมาฉายให้เราดู ให้เราเห็น ตอนเวลาจำเป็น

คือ ในช่วงสุดท้ายของชีวิตเรา

หลวงพ่อดีใจนะ ที่ทุกคนทำหน้าที่เป็นลูกหลานยาย เป็นเจ้าของวัดกันอย่างจริง ๆ เราควรจะทำอย่างนี้กันตั้งนานแล้ว ถ้าทำกันได้ทุกอาทิตย์ก็จะดีมาก ๆ เลย แล้วจะปลื้ม จะรักวัด รักทุกสิ่งทุกอย่างที่เราช่วยกันสร้างขึ้นมาให้เป็นสาธารณประโยชน์ เป็นห้องเรียนศีลธรรมที่ใหญ่ที่สุด

ในโลก ให้ทุกคนในโลกจิตใจสว่างไสว มีศุคติเป็นที่ไป เรียกว่า ปิดประตู
อบายภูมิ ตอกตะปูไว้หลายชั้น ไม่มีสิทธิ์ไปอบายกันเลย

1 มกราคม พ.ศ. 2546



เราเกิดมา สร้างบารมี





38

คนเราเกิดมาทำไม

https://dhamma01.blogspot.com/2016/07/blog-post_9.html

ทุกชีวิตที่เกิดมาในโลกนี้
ล้วนมีวัตถุประสงค์เดียวกัน
คือ เกิดมาเพื่อมุ่งความหลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ
จากความโลภ ความโกรธ ความหลง
ซึ่งเป็นรากเหง้าแห่งอกุศลมูล
ที่ทำให้กาย วาจา ใจของเราไม่บริสุทธิ์
และผลแห่งความไม่บริสุทธิ์
จะทำให้เราทุกข์ทรมานในวัฏสงสาร
ไปเกิดในมหานรก อสุรตนรก ยมโลก

ไปเกิดเป็นอสุรกาย เป็นเปรต เป็นสัตว์เดรัจฉาน
กว่าจะกลับมาเป็นมนุษย์อีก ยากมาก
มาเป็นมนุษย์ ก็เป็นมนุษย์ที่มีชีวิตลำบาก ผิดเคือง
อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เกื้อหนุนให้ทำบาปซ้ำไปอีก
เมื่อทำบาปซ้ำก็ลงไปนอบายอีก
วนกันไปวนกันมาอย่างนี้

27 เมษายน พ.ศ. 2546



39

โลกแห่งการสร้างบารมี

<https://dhamma01.blogspot.com/2018/03/blog-post.html>

โลกมนุษย์เป็นโลกแห่งการสร้างบารมี ไม่ใช่โลกแห่งการเสวย
ผลบุญ เสวยสุข เราต้องเกิดมาสร้างบารมี สร้างความดีให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป
ให้ใช้ทุกอนุวินาทีที่ยังมีชีวิตอยู่สร้างบุญสร้างบารมีให้เต็มกำลังไปเลย

อย่าทำตามกำลัง ทำให้เต็มกำลัง

ทำหมดใจ แต่ไม่ใช่หมดตัว

ทำหมดใจ ไม่มีวันหมดตัว

เวลาในโลกมนุษย์นี้ประเดี๋ยวเดียวเท่านั้น และความตายไม่มีนิมิต
หมาย เราจะตายวันไหน เวลาไหน ที่ไหน ด้วยอาการอย่างไร ยากที่จะรู้ได้
นอกจากเรามีรู้มีญาณทัสสนะอันบริสุทธิ์ เราถึงจะรู้ได้

แต่โลกชีวิตใหม่หลังจากการตายแล้วนั้นแหละ เป็นชีวิตที่เสวยผลยาวนานทีเดียว

ถ้าทำบาป ก็ไปเสวยผลทุกข์ในอบายยาวนานมาก ไม่ใช่เป็นร้อย เป็นพัน เป็นหมื่นปี แต่เป็นกัปปี หลาย ๆ กัปทีเดียว ในสวรรค์ก็เช่นเดียวกัน ถ้าเป็นมนุษย์ได้สร้างความดี ตายแล้วไปสู่เทวโลก ก็ไปเสวยผลบุญที่เรา ได้ทำเอาไว้ยาวนาน

ชีวิตหลังจากตายแล้วยาวนานนัก เป็นชีวิตแห่งการเสวยผล ไม่มีการทำมาหากิน ไม่มีการทำมาค้าขาย ไม่มีธุรกิจการงานอันใด นอกจาก เสวยผลบุญบาปที่ทำไว้

เมื่อเราทราบอย่างนี้ ให้ใช้วันเวลาที่มีจำกัดในโลกนี้สร้างบุญสร้าง บารมีให้เต็มที่ ด้วยทาน ศีล ภาวนา เป็นต้น ทำทุกวัน ทำบ่อย ๆ ทำให้ เป็นนิสัย เป็นกิจวัตร เหมือนทุก ๆ เช้าเราต้องอาบน้ำล้างหน้าแปรงฟัน อย่างนั้น หรือเหมือนลมหายใจเข้าออกเป็นอัตโนมัติ อย่างนี้จึงจะถูก หลักวิชาที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงทำผ่านมาแล้ว และตรัสสรรเสริญ ในการทำเช่นนี้ เพราะฉะนั้นทำความเข้าใจให้ตื้นะ

3 มีนาคม พ.ศ. 2545

40

ไม่ว่ารวยหรือจน...

เราต่างเกิดมาสร้างบารมี

https://dhamma01.blogspot.com/2016/07/blog-post_7.html

ถ้าหากชาตินี้เราเกิดมาร่ำรวย มียศถาบรรดาศักดิ์ มีอำนาจวาสนา ก็อย่าเพ่งชะล่าใจ อย่าลิ่งโลดใจ อย่าประมาทในการดำเนินชีวิต ใช้สิ่งที่ตัวมีตอนนี้ ทั้งทรัพย์ก็ดี ลาภ ยศ สรรเสริญ ตำแหน่งหน้าที่การงาน พวกพ้องบริวาร ให้เป็นไปเพื่อการสร้างบารมี

ส่วนผู้ที่มีชีวิตลำเค็ญ ก้อนหินเอา เพราะเราทำกรรมของเราอย่างนี้ เราก็ต้องเจออย่างนี้ เมื่อเรามีความตระหนี่ ไม่สั่งสมบุญจากในอดีต ปัจจุบันเราก็ลำบากยากเข็ญ นี่เป็นสิ่งที่เราจะต้องอดทน แล้วก็ไม่ใช่ปล่อยไปตามยถากรรม ให้อดทนอดกลั้น แล้วก็สร้างบุญบารมีเท่าที่เราจะทำได้ อย่างเต็มกำลังนั้นแหละ

22 กันยายน พ.ศ. 2547



41

สร้างบารมี

อย่างไม่มีข้อแม้ ข้ออ้าง เงื่อนไข

https://dhamma01.blogspot.com/2016/08/blog-post_66.html

เรื่องการสร้างบารมี

เราต้องทำให้ครบทุกอย่าง

เวลาเราอยู่ในโลกนี้...มีน้อย

ที่มีน้อย เพราะเราไม่รู้ว่า

วันพรุ่งนี้จะมีเราอยู่หรือไม่

เพราะฉะนั้น วันนี้ต้องสั่งสมบุญให้มากๆ

กิจอะไรที่ยังไม่ได้ทำ ที่เป็นความดี

ก็ต้องรีบทำให้บริสุทธิ์ บริบูรณ์

เวลาใกล้จะละโลก
บุญก็จะมารวมประชุมกันอย่างหนาแน่น
ทำให้เราได้เข้าถึงองค์พระ
แล้วก็เห็นหนทางที่จะไป
จะมีชาวสวรรค์มาอัญเชิญเรา
เราจะตายก่อนตาย คือ ถอดกายไปก่อน
ขณะกายเนื้อมันนุ่มนวลอยู่ แต่ข้างในถอดไปแล้ว
เรียกว่า ตายก่อนตาย มีความสุขสบาย
เราจะไม่หวาดหวั่นในมรณภัย
ซึ่งใคร ๆ ก็หวาดหวั่น วิตก
เพราะไม่รู้ว่าจะตายแล้วไปไหน

ความไม่รู้ ทำให้กลัว ถ้าเกิดนรกมีจริง
ก็กลัวไปตกนรก นี่กลัวอย่างนี้
เพราะฉะนั้น สิ่งสมบุญเอาไว้ให้เยอะ ๆ นะลูกนะ

17 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2545

42

คุณค่าของชีวิตอยู่ที่ไหน

https://dhamma01.blogspot.com/2016/08/blog-post_79.html

คุณค่าของชีวิตอยู่ตรงที่

- ใครทุ่มเทสร้างบารมีได้มากกว่ากัน
- ได้ปรับปรุงแก้ไขฝึกฝนอบรมตนเอง จนกระทั่งสามารถเข้าถึงพระรัตนตรัยในตัวได้
- ได้ทำหน้าที่กัลยาณมิตร เป็นผู้ให้แสงสว่างแก่โลก นำพาเพื่อนมนุษย์ให้เข้าไปถึงจุดแห่งความสมปรารถนา ให้เขาได้เข้าถึงความสุขที่แท้จริง ที่เกิดจากการได้เข้าถึงพระรัตนตรัยในตัว



ได้รู้จักเป้าหมายชีวิตที่แท้จริง แล้วก็มีกำลังใจที่จะก้าวเดินต่อไป
สู่เป้าหมายนั้นได้ตลอดรอดฝั่งโดยไม่หวาดหวั่นต่ออุปสรรคใด ๆ
กระทั่งมีชัยชนะ ถึงจุดหมายปลายทาง

9 มิถุนายน พ.ศ. 2545

43

ปีใหม่นี้...

เราต้องทำความดีให้ได้ทุกวัน

https://dhamma01.blogspot.com/2016/12/blog-post_36.html

อย่าลืมว่า...

ทุกลมหายใจเรากำลังใช้บุญเก่าอยู่

ดังนั้น ปีใหม่นี้เราก็ต้องทำความดีให้ได้ทุก ๆ วัน

แล้วก็ทำให้อย่างยิ่ง ๆ ขึ้นไปกว่าเดิม

ให้ใช้วันเวลาให้คุ้มค่า

เพราะเรามีเวลาอยู่อย่างจำกัดในโลกนี้

เราต้องฉลาดในการชิงช่วงเอาเวลามาสร้างบารมี

ทำให้กฎวัฏประสงค์ของชีวิตที่เกิดมาเป็นมนุษย์
เพราะว่าการเกิดมาเป็นมนุษย์นั้นยาก

ชีวิตในสังสารวัฏที่ผิดพลาดไปแล้ว
กว่าจะกลับหวนคืนมาเป็นมนุษย์อีกนั้นยาก
แล้วที่ยากหนักเข้าไปกว่านั้นอีก
คือ เกิดมาแล้วได้พบพระพุทธศาสนา
มีกุศลศรัทธา ได้ยิน ได้ฟังธรรม
ได้ปฏิบัติธรรม กระทั่งได้เข้าถึงธรรม
มันยากยิ่งขึ้นไปตามลำดับ

แต่ตอนนี้เราเป็นผู้มีบุญ
เราจึงได้ในสิ่งที่ได้มาโดยยากเหล่านั้นแล้ว
เพราะฉะนั้น ต้องรีบใช้เวลาก่อนที่จะทุกอย่าง
จะกลายเป็นอดีตที่แก้ไขไม่ได้
ด้วยการทุ่มเทสร้างบารมีให้เต็มที่นะลูกนะ

31 ธันวาคม พ.ศ. 2537

44

จับผิดตัวเอง

https://dhamma01.blogspot.com/2017/07/blog-post_15.html

วันนี้ก็เป็นวันแห่งการสร้างบารมีของเรา
สิ่งที่เราทำเอาไว้จะติดอยู่ในศูนย์กลางกายเป็นดวงใส ๆ
แล้วก็เป็นของเราอย่างแท้จริง
สิ่งใดที่เรายังไม่ได้ทำ ก็ยังไม่ใช่ของเรา
ภพชาติในอนาคต
จะต้องสว่างไสวกว่าภพนี้ ชาตินี้
ให้สังเกตดูตัวเอง ตั้งแต่เกิดมาจนกระทั่งปัจจุบันนี้
เรามีข้อบกพร่องอะไรบ้าง



เมื่อเราพบข้อบกพร่องแล้ว
สังสมบุญของเราให้เยอะ ๆ
ทั้งทาน ศีล ภาวนา
แล้วอธิษฐานจิต
ขจัดสิ่งที่เปื้อนข้อบกพร่องให้หมดสิ้นไป

8 กันยายน พ.ศ. 2545





45

การปฏิบัติธรรม

จำเป็นสำหรับทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย

https://dhamma01.blogspot.com/2017/06/blog-post_383.html

ถ้าเราปฏิบัติธรรมเข้าถึงดวงธรรมหรือองค์พระได้ ชีวิตจึงจะปลอดภัยจากภัยในอบาย ภัยในวิภวสงสาร เราจะมีความสุขในปัจจุบันทันทีที่เข้าถึง ไม่ต้องไปคอยภพหน้า หรือชีวิตใหม่หลังจากตายแล้ว

สุขทันทีที่เข้าถึง มีความเบิกบาน แ่มชื่น รู้สึกเกลี้ยงเกลา เป็นอิสระแล้วก็จะเสียดายวันเวลาที่ผ่านมา รู้อย่างนี้ทำมาเสียตั้งนานแล้ว เพราะไม่เคยมีความรู้มาก่อนเลย หรือไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อนเลยว่าความสุขที่แท้จริง เกิดจากหยุดกับนิ่งนี้เอง

สิ่งที่ผ่านมาแค่ความสนุก ความเพลิน เพราะเราไม่รู้ มันก็สนุก แต่เหนื่อย เพลีย มี side effect มีผลข้างเคียง ไม่ว่าจะไปเที่ยวทะเล น้ำตก ภูเขา ไปต่างประเทศ จะดื่มเหล้าคนเดียว หรือดื่มเป็นทีม จะเล่นไพ่ เล่นการพนันหรือจะทำอะไรก็ตาม ก็เพลิดเพลินแค่ชั่วคราว ยิ่งเกี่ยวกับการพนันด้วยแล้ว ยิ่งมีความหายนะครอบงำ หัวใจตื่นเต้นขึ้นลงสูบฉีดตลอดเวลา มีได้ มีเสีย มีลุ้นระทึกใจ พอเสียทรัพย์สินก็เสียดายทรัพย์สิน แล้วคิดจะไปแก้ตัวใหม่ ก๊วนไปวนมาอยู่อย่างนี้แหละ เสียเงินเสียทอง เสียเวลา ไม่ได้ความสุขเลย

เมื่อมาเปรียบเทียบหยุดกับนิ่งแล้วต่างกันราวฟ้ากับดิน สุขที่เกิดจากใจหยุดนิ่งมันกว้างขวาง ตัวขยาย ใจขยาย สดชื่น มีชีวิตชีวา ทั้งระบบประสาทกล้ามเนื้อ ทั้งตื่นหลับฝันก็จะสดชื่น ผิวพรรณวรรณะผ่องใส

ใครเข้าใกล้ก็เยือกเย็น เหมือนเข้ามาอยู่ใต้ร่มไม้ใหญ่ รู้สึกอบอุ่นสบายใจ เป็นผู้เฒ่าก็จะเป็นผู้เฒ่าที่ลูกหลานอยากอยู่ใกล้ อยากลูบเนื้อลูบตัว จับแขนจับขา รู้สึกอบอุ่นใจที่เข้าใกล้ผู้เฒ่าอย่างนี้ ผู้เฒ่าที่มีศีล มีธรรม มีความสว่างภายใน มีดวงใส องค์พระใส ใครก็อยากเข้าใกล้ ลูกหลานก็อยากเข้าใกล้ เข้าใกล้แล้วเย็น เย็นอย่างที่คุณเฒ่าก็ยังไม่ต้องทำอะไรเลย แค่อุ่เฉย ๆ อย่างนั้น มันเกิดกระแสแห่งความเย็นแผ่ซ่านไป



ในบรรยากาศ คำพูดคำจาออกมาก็เย็น เป็นคำพูดที่ใส ๆ ฟังแล้วชื่นอก
ชื่นใจ มีกำลังใจที่จะสู้ชีวิต ที่จะทำความดี

ผู้เฒ่าก็มีที่พึ่งภายใน ไม่ต้องไปหวังพึ่งลูกพึ่งหลาน มีอาหารไปมือ ๆ
หนึ่ง มีที่อยู่เล็ก ๆ ที่นั่งที่นอนก็เพียงพอแล้ว เพราะว่าสิ่งที่ตัวอยากได้
มันมีอยู่เต็มบริบูรณ์ในดวงใจ ในองค์พระใส ๆ หรืออยู่ที่ใจที่หยุดนิ่ง
นั่นแหละ มีทุกสิ่งที่ต้องการ จนกระทั่งไม่ปรารถนาอยากจะได้สิ่งใดอีกเลย

ผู้เฒ่าก็จะอยู่อย่างไม่เจียบเหงา ไม่เศร้าสร้อย ไม่มีความรู้สึกว่
ขาดแคลนหรือต้องการอะไร อยู่ในป่าในเขาก็มีความสุข อยู่คนเดียวก็มี
ความสุข ไม่มีใครมาคุย เราก็คุยกับพระในตัวก็ได้ กายภายในก็ได้ ไม่มี
เหงา ไม่มีเศร้าสร้อยเลย

พระธรรมกายนี้แหละ จะเป็นที่พึ่งอย่างสำคัญสำหรับทุกเพศ
ทุกวัย เพราะฉะนั้นต้องพยายามปฏิบัติให้ได้นะ ต้องขยันหมั่นเพียร ทำใ้
ถูกวิธี ทำทุกวัน อย่าให้ขาดเลยแม้แต่วันเดียว สักวันหนึ่งเราจะสมหวัง
ดังใจ

3 กันยายน พ.ศ. 2545

46

มานั่งสมาธิกันเถอะ

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_15.html

ถ้ามนุษย์ทุกคนในโลกรู้ว่า

เป้าหมายชีวิตคืออะไร

โลกจะเกิดสันติสุข

สันติภาพโลกจะเกิดขึ้นอย่างแน่นอน

แต่ทุกคนในโลกที่เกิดมา ไม่ค่อยจะรู้เป้าหมายของชีวิต ชีวิตจึงไม่มีเป้าหมาย การดำเนินชีวิตก็สะเปะสะปะไปอย่างนี้

เพราะฉะนั้น เมื่อเรารู้เป้าหมายของชีวิต การดำเนินชีวิตก็ต้อง
ปิดอบาย ไปสวรรค์ มีสุขในปัจจุบันแล้วก็ได้ทุกขก็ได้ และเป้าหมายของ
ชีวิตนี้ก็ได้อมาจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ที่ทรงบรรลุเป้าหมายของชีวิต
แล้ว และทรงสั่งสอนอบรมเรื่อยมาตอกทอดมาถึงพวกเรา

ครูไม่ใหญ่ก็นำคำสอนของพระองค์มาถ่ายทอดต่อว่า เป้าหมายชีวิต
คือ การทำพระนิพพานให้แจ้ง สลัดตนให้พ้นจากกองทุกข์ เพราะชีวิตมี
ทุกข์ ไม่ว่าจะเป็นเกิดเป็นชนชั้นล่าง ชั้นกลาง ชั้นสูง ล้วนมีทุกข์

ชนชั้นล่าง...ก็ทุกข์แบบชนชั้นล่าง

ชนชั้นกลาง...ก็ทุกข์แบบชนชั้นกลาง

ชนชั้นสูง...ก็ทุกข์แบบชนชั้นสูง

ไม่มีใครที่ไม่มีทุกข์เลย มีทุกข์ทุกคน เพราะฉะนั้นการสลัดตนให้
พ้นจากกองทุกข์จึงเป็นเป้าหมายชีวิตที่สำคัญ สมานินี้แหละจะช่วยได้
และต้องนั่งสมาธิด้วย ดูอย่างพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงผ่านวิธีการต่าง ๆ มา
มากมายที่จะดับทุกข์ สุดท้ายมาพบตอนนั่งสมาธิที่ได้โคนต้นโพธิ์นั้นแหละ

13 กันยายน พ.ศ. 2552

47

ทางพ้นทุกข์...อยู่ในตัวเรา

https://dhamma01.blogspot.com/2016/09/blog-post_2.html

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงค้นพบว่า การเกิดในวัฏฏะมีภัยมาก การไปสู่อายไม่ได้เลย จะหลุดพ้นได้ต้องเข้าถึงพระรัตนตรัยในตัว ถึงที่พึ่งที่ระลึกที่แท้จริง

เพราะว่าไปถึงพระรัตนตรัยในตัวแล้ว จะเปลี่ยนเราจากผู้ไม่รู้ มาเป็นผู้รู้ สิ่งที่เป็นความลับของชีวิตก็ถูกเปิดเผย ทำให้เราเข้าใจอะไรได้แจ่มแจ้งขึ้น



มองเห็นกิเลสอาสวะ ซึ่งเป็นสาเหตุแห่งความทุกข์ เห็นได้ด้วย
พระรัตนตรัยในตัว ซึ่งท่านมีธรรมจักษุและญาณทัสสนะ เมื่อใจหลุด
ออกมาจากนิวรณ์ธรรม และความมืดที่มาห่อหุ้มดวงจิต จะเห็นอะไร
ไปตามความเป็นจริง ไม่มีผิดเพี้ยนเลย รู้อะไรก็รู้ไปตามความเป็นจริง
เมื่อถึงพระรัตนตรัยแล้ว เห็นกิเลสแล้ว ก็เห็นวิธีที่จะหลุดพ้นจากกิเลส
จากอาสวะ

20 กรกฎาคม พ.ศ. 2546

48

ใครมีบุญมากบุญน้อยวัดกันที่ไหน

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_12.html

ลูกเณรมีบุญนะ ตอนหลวงพ่อบุญขนาดนี้
ไม่มีโอกาสได้รู้จักกรรมกายเลย เสียตายจัง
ถ้าตายแล้ว อยากจะเกิดมาเป็นแบบนี้
แต่ลูกเณรไม่รู้ตัวว่า...มีบุญมาก

การมีบุญมาก บุญน้อย เขาวัดกันว่า
ใครจะได้ยินได้ฟังหนทางแห่งการตรัสรู้ธรรม
ที่จะทำให้ชีวิตของเราเป็นชีวิตที่สมบูรณ์ พ้นจากความทุกข์
เข้าถึงความสุขที่แท้จริงได้ เขาวัดกันตรงนี้
ส่วนทรัพย์ภายนอกเป็นเครื่องประกอบเล็ก ๆ น้อย ๆ เท่านั้น
ตรงนี้สำคัญกว่า

ถ้าให้หลวงพ่เลือกชีวิตได้นะ จะเลือกชีวิตอย่างลูกเณร
เวลามองดูลูกเณร นึกถึงตัวเอง มีความรู้สึกว่
เหมือนเพิ่งบวชมาได้ไม่กี่วัน
ห้ ๆ ที่บวชมาได้ตั้ง 23 พรรษาแล้วนะ ลืมไปเลย

9 พฤษภาคม พ.ศ. 2535



49

กฎของการเข้าถึงธรรม

https://dhamma01.blogspot.com/2017/07/blog-post_83.html

ใจละเอียดเท่านั้น

จึงจะไปถึงสิ่งที่ละเอียดได้

ถ้าใจไม่ละเอียด...มันเข้าไม่ถึง

เพราะฉะนั้น วันทั้งวันในระบบความคิด คำพูด และการกระทำของเรา ต้องวนเวียนกับสิ่งที่ละเอียด ถ้าเราคิดเรื่องละเอียด พูดเรื่องละเอียด แล้วกัวนเวียนอยู่กับสิ่งที่ละเอียด ใจจะละเอียดตาม

นึกถึงองค์พระ นึกถึงดวง นึกถึงธรรมะ นึกถึงบุญ ซึ่งเป็นสิ่งที่ละเอียดบริสุทธิ์ สะอาดเกลี้ยงเกลา นึกบ่อย ๆ ใจของเราก็จะพลอยเป็น

อย่างนั้นแหละ บริสุทธิ์ สะอาด เกลี้ยงเงลาเหมือนกันกับวัตถุสิ่งของ
ที่เราจะนึก จะคิด จะพูด หรือจะทำ นี่คือกฎของการเข้าถึงธรรมที่ลูก
ทุกคนจะต้องจำเอาไว้

ถ้าเราอยากเข้าถึงได้เร็ว แม้จะไม่มีทางลัดก็ต้อง

คิด สิ่งทีละเอียดย่อย สิ่งทีสะอาด สิ่งทีบริสุทธิ์

พูด ก็ต้องละเอียดย่อย สะอาด บริสุทธิ์

ทำ ก็ละเอียดย่อย สะอาด บริสุทธิ์

ทางกาย ทางวาจา ทางใจ 3 ทางนี้แหละ บ่อย ๆ เนื่อง ๆ ที่ภาษา
บาลีเขาใช้คำว่า **“ภาวิตา พหุลีกตา”** บ่อย ๆ เนื่อง ๆ ซ้ำ ๆ มีเวลาเป็นนึก
มีเวลาเป็นทำ มีเวลาเป็นพูด คิด พูด ทำ อย่างนี้

พูด อยู่คนเดียวจะพูดกับใคร ก็พูดกับตัวเราเองด้วยคำภาวนา
“สัมมาอะระหัง” นั้นแหละ

หรือสอนตัวเราเองว่า เราต้องเป็นผู้บริสุทธิ์ ต้องเป็นผู้สะอาด
ต้องเป็นผู้เกลี้ยงเงลา แล้วก็ลงมือทำปฏิบัติ อย่างนี้นะลูกนะ

9 กันยายน พ.ศ. 2545

50

1 ชั่วโมง ขอ 1 นาที

<https://dhamma01.blogspot.com/2017/08/1-1.html>

มีคำถามผ่านผู้ประสานงานมาว่า เนื่องจากเป็นคนมีความรับผิดชอบ เวลาทำงานก็จะจริงจัง เอาใจใส่งาน ใจก็เลยหมกมุ่นอยู่กับงาน มักจะเกิดความเครียด อย่างนี้จะเป็นความหมองไหม

อย่างนี้ก็จัดว่าเป็นความหมองนะ แต่เป็นความหมองที่เราองไม่ค่อยเห็น มันก็ไม่ใช่ดี ไม่ใช่ชั่ว แต่จะไปมีผลตอนใกล้ละโลกนั้นแหละ หมกมุ่นกับงานอะไร ภาพงานนั้นจะมา และที่เกิดความเครียด ก็เพราะมันคิดไม่ออก ไม่รู้จะเอาอย่างไร ดวงปัญญาไม่สว่าง

เพราะฉะนั้น จึงให้ทำการบ้านข้อนี้ **1 นาที 1 ชั่วโมง**¹เอามาช่วย
ตรงนี้

1 ชั่วโมง ขอแค่ 1 นาที ซึ่งไม่ได้เสียเวลามาก ดึกว่าเรมานั่งคิด
วนไปวนมา เอ๊ะ จะเอาอย่างไร เอากับใคร เอาที่ไหน เอาเวลาใด แล้วก็ไม่รู้
จะอย่างไร

ปัญหาที่เกิดขึ้น บางอย่างแก้ได้ บางอย่างก็แก้ไม่ได้ บางอย่างแก้
ตอนนั้นได้ บางอย่างต้องใช้เวลาแก้ แต่บางอย่างใช้เวลาแก้ก็แก้ไม่ได้
เราก็ต้องคำนึงถึงความจริงของชีวิต ความจริงของงานนั้นด้วย

สมมติเราหัวโน เอายาหม่องทาได้ คันเราก็เกาได้ สามารถแก้ปัญหา
ตอนนั้นได้เลย

ถ้าแขนขาที่ต้องใช้เวลา ต้องมีอุปกรณ์ มีแขนเทียมมาต่อ
แต่ถ้าคอขาด อย่างนี้แก้ไม่ได้ ต้องไปเกิดใหม่อย่างเดียว

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงสรุปว่า ปัญหา มี 2 อย่าง สเตจิจฉา กับ
อเตจิจฉา คือ ปัญหาที่แก้ได้ กับปัญหาที่แก้ไม่ได้ ที่แก้ได้ก็มี 2 อย่าง
แก้ตอนนั้นได้ กับต้องใช้เวลาค่อย ๆ แก้

¹ ทุก 1 ชั่วโมง ขอ 1 นาที เพื่อหยุดใจ นึกถึงดวง องค์พระ หรือทำใจนิ่ง ๆ วาง ๆ ที่ศูนย์กลางกาย ฐานที่ 7



ต้องทำความเข้าใจว่า เราไม่ใช่ซูเปอร์แมน หรือแม่เป็นซูเปอร์แมน
ก็ยกแก้มไม่ได้ เช่น คอขาด ซูเปอร์แมนก็ยกแก้มไม่ได้ ต้องยอมรับความจริงตรงนี้
ศึกษาให้เข้าใจ จะได้ไม่เครียดมาก เครียดพอประมาณ แล้วก็ใช้สูตร 1 นาที
ล้างใจ

เมื่อเราคิดอะไรไม่ออก ก็ให้ออกจากความคิด

ทำจิตให้สงบ เดียวก็พบทางออก

คือ 1 นาที ที่ให้ใจของเราหนีถึงท่านผู้รู้ภายใน ผู้มีอำนาจอันไม่มีประมาณ คือพระรัตนตรัยในตัว สมมติเราเครียดกะโหลกบานมาตั้ง 1 ชั่วโมง เราหยุดนิ่งแค่ 1 นาที แล้วเกิดปิ๊งไฉยตอนนั้น มันคุ้มเกินคุ้ม

อย่าลืมนะว่า ผู้รู้ภายในหรือพระรัตนตรัยในตัวไม่ธรรมดา เราต้องหนีถึงท่านบ่อย ๆ พอหนีถึงท่าน ท่านก็หนีถึงเรา พอถึงตอนนั้น เราทำใจนิ่ง ๆ ป้อนข้อมูลเข้าไป เดียวก็ปิ๊ป! คำตอบออกมาเลย จึงบอกให้ทำการบ้านข้อนี้ไง แล้วก็แกล้งพูดเรื่อย ๆ ว่า “ทำไม่ได้” ความจริง “ไม่ได้ทำ” ต่างหาก ทุกอย่างถ้าได้ทำก็ทำได้ และห้ามตกเบิกนะ ไม่ได้ทำมา 5 ชั่วโมงเลยนะ 5 นาที ไม่เหมือนกันนะ ฟังให้ดี จำให้ดี

26 กันยายน พ.ศ. 2545

51

การปฏิบัติธรรมต้องใจเย็น ๆ

https://dhamma01.blogspot.com/2016/09/blog-post_97.html

การปฏิบัติธรรมเพื่อให้เข้าถึงธรรมนั้น เราจะเร่งรีบ เร่งร้อนไม่ได้ เหมือนต้นไม้ เหมือนร่างกายของเรา มันจะค่อย ๆ เจริญเติบโตไปตามลำดับ

ทางจิตใจ เมื่อเราทำสมาธิทุกวัน ปฏิบัติธรรมทุกวัน ฝึกใจหยุด ใจนิ่ง ให้มีชั่วโมงหยุด ชั่วโมงนิ่ง ชั่วโมงกลางให้มาก ๆ เหมือนนักบิน มีชั่วโมงบินอย่างนั้น

เมื่อเราปฏิบัติธรรมทุกวัน สมาธิก็จะค่อย ๆ ถูกสะสมไปที่ละเล็ก
ทีละน้อย ใจของเราที่หยาบก็จะค่อย ๆ ถูกขัดเกลาให้ละเอียดไปที่ละเล็ก
ทีละน้อย สิ่งที่เป็นมลทินของใจที่ไม่บริสุทธิ์ก็就会被ขัดเกลาไปที่ละเล็ก
ทีละน้อยเช่นเดียวกัน

ในที่สุดใจก็บริสุทธิ์ขึ้น ละเอียดขึ้น แล้วสักวันหนึ่งเราจะสมหวัง

6 มิถุนายน พ.ศ. 2536



52

อย่าเอาสังขารไปถล่มทลาย

https://dhamma01.blogspot.com/2017/07/blog-post_29.html

กายมนุษย์มีความสำคัญมาก เราจึงต้องสงวนเวลาเอาไว้ สงวนสังขารเอาไว้ อย่าเอาไปถล่มทลาย ปกติร่างกายก็มีโรคภัยไข้เจ็บมาเบียดเบียนอยู่แล้ว เพราะสังขารเป็นรังแห่งโรค เพราะฉะนั้นโรคอื่นอย่าไปแส่หาเข้ามา ที่มันมาจากสุราเมรัย ยาเสพติด ยาบ้า ยาม้า เทียวกลางคืน หมกมุ่นการพนัน อะไรต่าง ๆ เหล่านั้น จนลืมเวลาที่จะเอาไปทำกิจอย่างอื่น

อย่าเอาสังขารไปถล่มทลาย เอามาศึกษาความรู้ภายใน ซึ่งจะทำให้เราพ้นจากความทุกข์ความทรมาน เข้าถึงความสุข เป็นความสุขที่แตกต่างจากที่เราเคยเจอ แล้วก็กว้างขวางกว่าหลายล้านเท่า มันเทียบกันไม่ได้เลย



พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงผ่านมาหมดแล้ว ถึงได้สรุปว่า
นตฺถิ สนฺติปรํ สุขํ
สุขอื่นนอกจากหยุดกับนิ่งไม่มี
ลองหยุดนะลูกนะ
แล้วจะรู้ว่า สุขอื่นนอกจากหยุดนิ่งไม่มี

16 กันยายน พ.ศ. 2545

53

บริหารเวลาให้เป็น

https://dhamma01.blogspot.com/2017/07/blog-post_27.html

สงวนเวลาให้ดี บริหารเวลาให้เป็น ช่วงไหนทำมาหากิน ช่วงไหนบริหารชั้นรื้อ ช่วงไหนพักผ่อน ช่วงไหนออกกำลังกาย แต่ช่วงที่จะเอาไปเสียเวลา ไปกินเหล้าเมายา เที่ยวบาร์ เที่ยวผับ เล่นการพนัน อบายมุขอะไรต่าง ๆ เหล่านั้น มันเสียเวลานะลูกนะ

เสียเวลาของชีวิตที่เราเกิดมาไม่ใช่เพื่อการนั้น เพราะสิ่งเหล่านั้นมันมีแต่ความหายนะครอบงำเราอยู่ ไม่ได้มีความสุขอะไรเลย มีแต่ความเพลิน เสียเวลา เสียเงิน เสียทอง เสียอารมณ์ เสียสุขภาพ เสียทุกสิ่งทุกอย่างเลย คุณภาพจิตก็เสียไป

ที่สำคัญ คือ **เวลา** ซึ่งเงินตราซื้อไม่ได้ มันจะเสียไป เราจะต้องสงวนเวลาไว้สร้างบารมี ให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนาให้เข้าถึงพระธรรมกาย จะได้พบความสุขที่แท้จริง จะได้มีที่พักภายใน จะได้รู้ความจริงของชีวิต และเราจะได้ศึกษาความรู้ในพระพุทธศาสนา มีสิ่งที่เรายังไม่รู้อีกมากมาย ที่เรายังสงสัยอยู่เกี่ยวกับเรื่องกฎแห่งกรรม เรื่องทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว นรกสวรรค์มีจริงไหม ชาตินี้ที่แล้วที่ผ่านมากับชาติหน้าที่ยังมาไม่ถึง ยังมีสิ่งที่จะต้องศึกษาอีกเยอะ จะใช้ทั้งชีวิตนี้ก็ยิ่งศึกษากันไม่หมด แล้วทำไมเราจะต้องเสียเวลาหมกมุ่นมัวเมากับสิ่งเหล่านั้น ไม่เกิดประโยชน์อะไรเลย

เพราะฉะนั้น จะทำมาหากินก็ทำไปเถอะ นั่นจำเป็นที่จะให้ได้ปัจจัยสี่มาเลี้ยงชีวิต พักผ่อนนอนหลับเราก็ต้องพัก จะได้มีเรี่ยวแรงทำมาหากิน รับประทานอาหาร ขับถ่าย อาบน้ำ ล้างหน้า แปรงฟัน ออกกำลังกาย นี่จำเป็นสำหรับการบริหารชั้นนี้ นอกนั้นต้องสงวนเวลาเอาไว้ เอามาปฏิบัติธรรม ทำหยุดทำนิ่ง

16 กันยายน พ.ศ. 2545

54

อย่ารอให้แก่ก่อน...แล้วค่อยเข้าวัด

https://dhamma01.blogspot.com/2017/07/blog-post_28.html

เลิกคิดไปเลยว่า ให้แก่ ๆ เสียก่อนแล้วค่อยเข้าวัด ค่อยมาศึกษาธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ค่อยมาปฏิบัติธรรม คิดอย่างนี้ประมาท เพราะเราจะมีชีวิตถึงแก่ชราหรือเปล่าก็ไม่รู้ อีกอย่างความแก่ความชรา ไปถามคนแก่ดูเถอะ ไม่ชอบเลย เพราะว่าสังขารมันเสื่อม ความคิด คำพูด การกระทำ กาย วาจา ใจ เสื่อมหมด ปฏิบัติธรรมะก็ง่วง เตี้ยหวัด เตี้ยเมื่อย เตี้ยก็หลับ เตี้ยก็เผลอฟุ้ง

เพราะฉะนั้น อย่าไปคิดนะ อย่าไปเชื่อคำสอนของพญามารที่สอนอยู่ในใจเรา มันมาสิงอยู่ในใจ แล้วสอนให้เราคิดอย่างนี้ว่า เอาเวลาเป็นหนุ่มเป็นสาวไปหาประสบการณ์ของชีวิตทางโลกให้ช้าเสียก่อน พอช้าแล้วค่อยมาแสวงหาธรรมะ อย่างนั้นลูกนะ

16 กันยายน พ.ศ. 2545



55

อยากเห็นองค์กรต้นแบบ

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_2.html

ให้ปฏิบัติธรรมควบคู่กับการกิจไปด้วย

เพราะ..ถ้ารอให้ภารกิจเสร็จ

แล้วค่อยมาปฏิบัติธรรม

เราอาจจะ “ซี” (ตาย) ก่อน

เหมือนเวลาเรากินกล้วยเตี้ยก็ต้องหายใจไปด้วย ไม่ใช่กินกล้วยเตี้ยเสร็จ แล้วค่อยมาหายใจ ถ้าเรารองานหยาบเสร็จ เตี้ยเราจะซีก่อนที่จะ

ได้ปฏิบัติธรรมกัน เพราะที่เราเข้ามาสู่องค์กร เพื่อจะมาปฏิบัติธรรม หาพระรัตนตรัยภายในตัว เพื่อศึกษาวิชาธรรมกาย เราจึงมาอยู่ตรงนี้

ปีนี้หลวงพ่อ 72 แล้ว เราทุกคนต้องหวนกลับไปทบทวนมโนปณิธานดั้งเดิม ก่อนเข้ามาสู่องค์กรว่า ไม่ใช่เราไม่มีทางไป เราจะไปใช้ชีวิตทางโลกก็สามารถทำได้ แต่เราเลือกมาทางนี้

ซึ่งตอนนี้ถึงเวลาแล้ว ถ้าอายุมากขึ้น ความแข็งแรงจะลดลง จะมารอให้งานหยาบเสร็จ แล้วค่อยทำงานละเอียด มันไม่ได้ เราต้องทำควบคู่กันไป ในจังหวะที่ยังแข็งแรงอยู่

ถ้าหากองค์กรเราใจหยุดได้ ใจสบายได้ มีความสุขจากการปฏิบัติธรรม การกระทบกระทั่งสูญพันธุ์เลย จะทำภารกิจกันอย่างมีความสุข สนุกสนาน บุญบันเทิง **“ข้างนอกเคลื่อนไหว แต่ข้างในหยุดนิ่ง”** ได้อย่างสมบูรณ์ จึงต้องมีโครงการดิวิธรรมะที่กำลังจะเกิดขึ้น เพราะจะเป็นจุดเริ่มต้นที่ดี ที่จะให้เราทุกคนเข้าถึงธรรมได้อย่างง่าย ๆ หลวงพ่อก็ได้สมหวังเสียที



พอทุกคนในองค์กรมีความสุขจากผลของการปฏิบัติธรรม ก็จะมี
ความยิ้มแย้มเบิกบาน ถ้าใครเห็นหมู่คณะเรา ก็จะเกิดคำถามว่า ทำไม
สมาชิกในองค์กร ถึงดูเบิกบานเหมือนชาวสวรรค์ ก็อยากจะมาอยู่ด้วย
อยากทำบุญด้วย ซึ่งจะเป็นองค์กรต้นแบบเลย



เมื่อทุกคนมีความสุข คำว่า **“สวรรค์บนดิน”** ไม่ใช่คำขำขันหรือ
แต่มีให้ดูจริง ๆ แล้วจะเป็นแรงบันดาลใจที่จะขยายไปสู่องค์กรอื่น
การ change the world ก็เกิดขึ้น

3 ตุลาคม พ.ศ. 2559

56

นรกสวรรค์มีจริง...พิสูจน์ได้

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_4.html

มีเรื่องราวหลาย ๆ อย่างที่บันทึกเอาไว้ในพระไตรปิฎก แต่ก็ยังเป็นข้อสงสัย

เช่น เรื่องกฎแห่งกรรม เรื่องนรกสวรรค์ว่า มีจริงไหม แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงยืนยันว่า...มีจริง

พระเดชพระคุณหลวงปู่ พระมงคลเทพมุนี (สด จนทสโร) บอกว่า ถึงธรรมกายแล้ว ไปนรกก็ได้ ไปสวรรค์ก็ได้ ไปนิพพานก็ได้

แค่ไปนรกสวรรค์ เราก็ยากต่อการเชื่อ แต่ในสมัยท่าน หรือผู้ที่เข้าถึงพระธรรมกาย เขาทำได้เป็นปกติ เป็นเรื่องธรรมดา แล้วยังไปนิพพานได้ด้วย

ตรึงนี้แหละที่เป็นข้อถกเถียงกัน มีนानาทัศนะ บ้างว่านิพพาน
สูญหมด บ้างก็ว่าสูญแต่เฉพาะกิเลสเท่านั้น แต่กายรองรับบรมสุขยังอยู่
แล้วภพที่รองรับก็มี

เมื่อได้ยินได้ฟังอย่างนี้ เราก็วางใจเป็นกลาง ๆ ไม่ใช่ให้ “เชื่อ” หรือ
“ไม่เชื่อ” แต่ให้เฉย ๆ แล้วมาพิสูจน์ด้วยการปฏิบัติ หยุดนิ่งเข้าไว้ทำตาม
หลักวิชา เตียวเราก็พิสูจน์ได้ ไม่ต้องมานั่งถกเถียงกัน

ถ้าไปได้ มันก็พิสูจน์คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่มีใน
พระไตรปิฎกได้

พอพิสูจน์ได้ ก็หายสงสัย พอหายสงสัย ก็เกิดความเลื่อมใส ทำให้
มีศรัทธา อยากปฏิบัติธรรม ก็จะทำความเห็นให้ตรงต่อเป้าหมายของชีวิต
คือ ไปนิพพาน

จะหายสงสัย เมื่อเข้าถึงพระธรรมกาย ถ้ายังไม่เข้าถึงพระธรรมกาย
แม้เลื่อมใส แต่ก็ยังสงสัย แต่ถ้าเข้าถึงพระธรรมกายแล้ว จะมีแต่เลื่อมใส
ไม่สงสัย แล้วจะหมดความสงสัยอย่างสมบูรณ์ เมื่อเข้าถึงกายธรรมอรหัต
นั่นแหละ เพราะว่ากิจที่จะต้องทำให้หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะหมดแล้ว
มีกายธรรมอรหัตปรากฏอยู่ นี่คือ คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
ที่พระองค์ทรงสอนมนุษย์ทุกคนในโลก

2 พฤศจิกายน พ.ศ. 2546

57

อานุภาพการเจริญพทุธานุสติ

https://dhamma01.blogspot.com/2016/05/blog-post_13.html

การเจริญพทุธานุสติ คือ
การระลึกถึงพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นอารมณ์
มีอานิสงส์ใหญ่
จะปิดประตูบาปภูมิ ทำให้ไม่ต้องไปเกิดในนรก
ไม่ต้องไปเป็นเปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน
แม้ในปัจจุบัน ถ้าเข้าถึงได้ หรือเพียงแต่นึกได้ตลอดเวลา
ก็ทำให้เรามีความสุข สดชื่น เบิกบานทันทีที่ระลึกถึง

เมื่อระลึกจนเป็นชีวิตจิตใจ ทุกลมหายใจเข้าออก จนกระทั่งท่าน มาปรากฏอยู่ในกลางใจเรา เห็นองค์พระได้ใสแจ่มตลอดเวลาแล้ว ย่อม มีอานุภาพยิ่งใหญ่ ไม่มีประมาณ ใจเราจะผ่องใสเกลี้ยงเกลาตลอดเวลา กระแสกรรมที่ทำมาในอดีตจะตามไม่ทัน แม้ยังไม่หมดก็ตาม เหมือนเรา ชีจรวดหรือนั่งเครื่องบิน แต่วิบากกรรมนั้นซึ่งจักรยานหรือเดินด้วยเท้า เพราะเมื่อจิตผ่องใส ไม่เศร้าหมอง ก็มีสุคติเป็นที่ไป หลังจากละโลกไปแล้ว เราจะมีกายใหม่เป็นกายทิพย์ที่สวยงาม มีรัศมีสว่างไสว มีสมบัติอันเป็นทิพย์ มีวิมานและบริวารเกิดขึ้นมากมาย

กระแสบุญแห่งการระลึกถึงพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามิใช่สิ่งเล็กน้อย จะส่งต่อเนืองกันไปเรื่อย ๆ เหมือนระลอกคลื่นที่ส่งต่อกันไปลูกแล้ว ลูกเล่า เราจะไปเป็นสหายแห่งเวทดาเป็นเวลายาวนาน และเมื่อถึงคราวที่ ต้องมาเกิดในมนุษย์ ก็จะได้เกิดในตระกูลที่ดี มีโภคทรัพย์สมบัติเพียบพร้อม รอคอยให้เราได้ใช้สร้างบารมี และนำเราเข้าไปถึงกระแสธรรมได้ในที่สุด

ดังนั้น ให้ตั้งใจเจริญพุทธานุสติ นึกถึงพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็น อารมณ์ โดยนึกถึงพระแก้วขาวใสบริสุทธิ์เป็นสิ่งแทนองค์ท่าน ทำให้ใส เยือกเย็น นิ่ง หยุตให้ถูกส่วน ประสานใจของเรากับพระผู้มีพระภาคเจ้า ให้เป็นหนึ่งเดียวกัน ให้ในใจเรามีแต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตลอดเวลา แล้วไม่นานสิ่งอัศจรรย์ก็จะเกิดขึ้นกับตัวของเรา

2 พุทธกิจายน พ.ศ. 2540

58

การแผ่เมตตาทำให้ใจเป็นสุข

https://dhamma01.blogspot.com/2016/09/blog-post_19.html

การแผ่เมตตาทำให้ใจเราเป็นสุข

แผ่กระแสแห่งความปรารถนาดีของเรา

ไปยังสรรพสัตว์ทั้งหลายที่ไม่มีประมาณ

ให้สรรพสัตว์ทั้งหลายอยู่เย็นเป็นสุข

พ้นจากทุกข์โศกโรคภัยพิบัติต่าง ๆ

ใครที่เคยทำให้เราชุ่นข้องหมองใจ ชุ่นมัว

เราก็ให้อภัยเขา ไม่โกรธตอบ

ไม่ผูกโกรธ ไม่ผูกพยาบาท

การผูกโกรธ ผูกพยาบาท
เป็นเหตุให้ใจเราเศร้าหมอง ชุ่นมัว เป็นทุกข์
หลักก็ไม่เป็นสุข ตื่นก็ไม่เป็นสุข
เหมือนคนป่วยอย่างนั้น

11 มีนาคม พ.ศ. 2531



59

ศาสนาแห่งสันติภาพ

https://dhamma01.blogspot.com/2017/05/blog-post_47.html

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ตรัสว่า “พระนิพพานเป็นเยี่ยม”
นี่คือ คำยืนยันของท่านผู้รู้แจ้งเห็นแจ้งแทงตลอดในธรรมทั้งปวง เพราะ
ฉะนั้นที่เราเวียนว่ายตายเกิดกันมานับภพนับชาติไม่ถ้วน เป้าหมายของเรา
คือ ทำพระนิพพานให้แจ้ง ถ้ายังไม่แจ้งก็ต้องทำกันต่อไป

นิพพานจะแจ้งได้นั้น จะต้องอาศัยกำลังบุญบารมีที่เราได้สั่งสม
อบรมมาในแต่ละภพแต่ละชาติ มากบ้างน้อยบ้าง กลั่นกายวาจาใจ
ธาตุธรรมเห็นจำคิตรูของเรา ให้สะอาด ให้บริสุทธิ์ พอบริสุทธิ์มากเข้า
ใจก็หยุดนิ่ง หยุดนิ่งเพราะว่า ทำซ้ำแล้วซ้ำอีกมานับภพนับชาติไม่ถ้วน

พอใจบริสุทธิ์มันจะหยุดนิ่ง ไม่วิ่งไปที่ไหน ไม่วิ่งไปในทางตา คือ ไม่ออกไปทางนั้น เห็นอะไรก็ติดอกติดใจ เกิดความยินดียินร้าย ใจไม่แล่นไปทางนั้น ทางหู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่แล่นไปรับสิ่งเหล่านั้น

พอใจหยุดนิ่งถูกส่วน ก็จะเห็นต้นทางแห่งความบริสุทธิ์ผุดเกิดขึ้น เป็นดวงสว่าง

อย่างเล็กก็ขนาดดวงดาวในอากาศ

อย่างกลางก็ขนาดพระจันทร์ในคืนวันเพ็ญ

อย่างใหญ่ก็ขนาดพระอาทิตย์ยามเที่ยงวัน

ความบริสุทธิ์ของดวงธรรมนี้มาพร้อมกับความสุขและความเข้าใจ ชีวิตที่ดีขึ้นกว่าเดิมมากมาย

หากมนุษย์ทุกคนในโลกมีเป้าหมายเดียวกัน คือ จะทำพระนิพพานให้แจ้ง หรือมีมรรคผลนิพพานเป็นแก่นสาร มุ่งแสวงหา มรรคผลนิพพาน โลกนี้ก็จะเกิดสันติภาพที่แท้จริง สันติสุขที่แท้จริง ก็จะเกิดขึ้น จะไม่มีการทะเลาะเบาะแว้งกันเลย การขัดแย้งก็ไม่มี การเบียดเบียนกันก็ไม่มี มีแต่การแบ่งปัน เอื้อเฟื้อเอื้ออาทรซึ่งกัน และกัน มีแต่การให้สิ่งดี ๆ ทั้งทางความคิด คำพูด และการกระทำ



แต่การที่จะให้เข้าใจตรงนี้ มันต้องสั่งสมดวงปัญญา มา ได้พบ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอรหันต์ ผู้รู้ บัณฑิต นักปราชญ์ทั้งหลาย ที่เราคงเคยได้ยินคำว่า เป็นอุปนิสัยแห่งพระนิพพาน ก็คือ จะต้องสั่งสมอุปนิสัย จริตอัธยาศัยนี้จากท่านผู้รู้เหล่านั้น มีพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นต้น มากเพียงพอจึงจะเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องนี้ได้

แต่คนที่มาเกิดในโลกนี้ ผ่านผู้รู้มาในจังหวะที่ไม่ตรงกัน

บางคนผ่านมามากก็เข้าใจง่าย

ผ่านมาน้อยก็เข้าใจได้น้อย

ถ้าไม่ได้ผ่านมาเลย ก็ไม่เข้าใจเลย

และเพราะความไม่เข้าใจนี้แหละ ที่ทำให้โลกยุ่งเหยิงกันอยู่ในปัจจุบัน เพราะมาไม่ตรงกัน แต่ถ้ายุคใดสมัยใดผู้ที่มีอุปนิสัยพระนิพพาน มาเกิดร่วมกันเยอะ ๆ ยุคนั้นสมัยนั้น สันติสุขอันไพบูรณ์หรือสันติภาพของโลกก็จะบังเกิดขึ้น

24 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2545

60

สันติภาพโลก

เกิดจากสันติสุขภายใน

https://dhamma01.blogspot.com/2016/05/blog-post_11.html

ครูไม่ใหญ่ไม่อยากให้มนุษย์ตายฟรี อยู่กันไปวัน ๆ หรืออยู่กันไปอย่างนั้นเอง ไม่อยากให้มนุษย์มีชีวิตอยู่บนความทุกข์ทรมาน แม้เราไม่อาจจะหลีกเลี่ยงปัญหาหรือแรงกดดัน ซึ่งสิ่งแวดล้อมมันเป็นอย่างนี้ก็ตาม แต่เราสามารถหาแหล่งที่พักพิงของใจได้ภายในตัว ด้วยวิธีที่ง่าย ตรง ลัด ประหยัดสุด ประโยชน์สูง ไม่ต้องลงทุน ไม่มีค่าใช้จ่ายอะไรเลย นั่นคือการทำสมาธิ

ถ้ามนุษย์ทุกคนในโลก
เข้าถึงธรรมภายในได้
สิ่งดี ๆ จะเกิดขึ้นกับโลกใบนี้

ครูไม่ใหญ่ยังยืนยันว่า สันติภาพของโลกต้องเกิดจากสันติสุขภายในของมวลมนุษยชาติ เพราะว่าเมื่อเข้าถึงสันติสุขภายในแล้ว ความคิดที่จะไปขัดแย้งกันก็จะหมดไป จะมีความรักและปรารถนาดีต่อเพื่อนมนุษย์อย่างแท้จริงเกิดขึ้น จะเกิดความรู้สึกรักอยากให้ อยากแบ่งปัน มากกว่าอยากเอา

6 ตุลาคม พ.ศ. 2550

61

สันติภาพโลกไม่ใช่เรื่องเพื่อฝัน

https://dhamma01.blogspot.com/2016/05/blog-post_6.html

สันติภาพที่แท้จริงของโลกจะเกิดขึ้นได้ มีวิธีเดียวเท่านั้น คือให้เข้าถึงสันติสุขภายใน เข้าถึงพระธรรมกาย ซึ่งเป็นทุกสิ่ง เป็นแหล่งกำเนิดแห่งความสุข แหล่งกำเนิดแห่งความบริสุทธิ์ แหล่งกำเนิดของสติ ของปัญญา ของความรู้แจ้งในชีวิต เป็นที่สุดแห่งการแสวงหา เป็นที่ดับความสงสัย เป็นที่พึ่งที่ระลึกของบุคคลที่เข้าถึงได้ จะเป็นผู้เบิกบานเป็นนิจสว่างไสวเป็นนิจ เหมือนดวงอาทิตย์ดวงจันทร์ที่ไม่ตกเลย

เพราะฉะนั้น สันติภาพโลกสามารถเป็นจริงได้ไม่ใช่เพื่อฝัน ถ้าหากว่าทุกคนเข้าถึงพระธรรมกายได้

30 พฤษภาคม พ.ศ. 2542



วัดพระธรรมกาย
Wat PhraDhammakāya





พิธีเวียนเทียนรอบ
พระพุทธรูปทองคำ
พุทธมณฑลเมืองไทย 1,134 รูป
โดยพุทธมณฑลเมืองไทย
ถนนพหลโยธินหน้าวัด 566
กรุงเทพฯ 31 มีนาคม พ.ศ. 2561

การบ้าน 10 ข้อ

ข้อ 1. เมื่อกลับไปถึงบ้าน เอาบุญไปฝากคนที่บ้าน

ข้อ 2. จดบันทึกผลของการปฏิบัติธรรม

ข้อ 3. ก่อนนอนให้นึกถึงบุญที่ได้สั่งสมมาทั้งหมด

ข้อ 4. เวลานอนหลับ ให้หลับในอุ้งทะเลบุญ

ข้อ 5. เวลาตื่นนอน ให้ตื่นในอุ้งทะเลบุญ

ข้อ 6. เมื่อตื่นแล้ว รวมใจเป็นหนึ่งกับองค์พระ 1 นาที ใน 1 นาทีนั้น ให้เรานึกว่า เราโชคดี ที่รอดมาอีกหนึ่งวัน ขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายจงมีความสุข อันตัวเรานั้นตายแน่ ๆ

ข้อ 7. ทั้งวันให้ทำความรู้สึกว่า ตัวเราอยู่ในองค์พระ องค์พระอยู่ในตัวเรา ตัวเราเป็นองค์พระ องค์พระเป็นตัวเรา

ข้อ 8. ทุก 1 ชั่วโมง ขอ 1 นาที เพื่อหยุดใจนึกถึงดวง องค์พระ หรือทำใจนิ่ง ๆ ว่าง ๆ ที่ศูนย์กลางกาย ฐานที่ 7

ข้อ 9. ทุกกิจกรรมตั้งแต่ตื่นนอน ไม่ว่าจะเป็นการล้างหน้า อาบน้ำ แต่งตัว รับประทานอาหาร ล้างจาน กวาดบ้าน ออกกำลังกาย ขับรถ ทำงาน ให้เรานึกถึงดวง หรือองค์พระไปด้วย

ข้อ 10. สร้างบรรยากาศให้ดี สดชื่น ด้วยรอยยิ้ม และปิยวาจา

ภาพแสดงที่ตั้งจิตทั้ง ๗ฐาน

ฐานที่ ๑ ปากช่องจมูก { หูข้างซ้าย
ชายข้างขวา

ฐานที่ ๒ เพลตา { หูข้างซ้าย
ชายข้างขวา

ฐานที่ ๓ จอมประสาท

ฐานที่ ๔ ช่องเพดาน

ฐานที่ ๕ ปากช่องลำคอ

ฐานที่ ๗ ศูนย์กลางกายที่ตั้งจิตถาวร

ฐานที่ ๖ กลางท้องระดับสะดือ

๒

๑

๓

๔

๕

๓

๖

} ๒ นิ้วมือ



วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น

สมาธิ คือ ความสงบ สบาย และความรู้สึกเป็นสุขอย่างยิ่ง ที่มนุษย์สามารถสร้างขึ้นได้ด้วยตนเอง เป็นสิ่งที่พระพุทธศาสนากำหนดเอาไว้เป็นข้อควรปฏิบัติ เพื่อการดำรงชีวิตประจำวันอย่างเป็นสุข ไม่ประมาท เต็มไปด้วยสติ สัมปชัญญะ และปัญญา อันเป็นเรื่องไม่เหลือวิสัย ทุกคนสามารถปฏิบัติได้ง่าย ๆ ดังวิธีปฏิบัติที่พระเดชพระคุณ พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) หลวงปู่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ได้เมตตาสั่งสอนไว้ดังนี้

1. กราบบูชาพระรัตนตรัย เป็นการเตรียมตัวเตรียมใจให้นุ่มนวลไว้เป็นเบื้องต้น แล้วสมาทานศีล 5 หรือศีล 8 เพื่อย้ำความมั่นคงในคุณธรรมของตนเอง

2. คุณเข้าหรือนั่งพับเพียบสบาย ๆ ระลึกถึงความดีที่ได้กระทำแล้วในวันนี้ ในอดีต และที่ตั้งใจจะทำต่อไปในอนาคต จนวนรากับว่าร่างกายทั้งหมดประกอบขึ้นด้วยธาตุแห่งคุณงามความดีล้วน ๆ

3. นั่งขัดสมาธิ ขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย นิ้วชี้ของมือข้างขวาจรดนิ้วหัวแม่มือข้างซ้าย นั่งให้อยู่ในท่าที่พอดี ไม่ฝืนร่างกายมากจนเกินไป ไม่ถึงกับเกร็ง แต่อย่าให้หลังโค้งงอ หลังตาพอสบาย

คล้ายกับกำลังพักผ่อน ไม่บีบกล้ามเนื้อตา หรือขมวดคิ้ว แล้วตั้งใจมั่น
วางอารมณ์สบาย สร้างความรู้สึกให้พร้อมทั้งกายและใจว่า กำลังจะ
เข้าไปสู่ภาวะแห่งความสงบสบายอย่างยิ่ง

4. นึกกำหนดนิมิต เป็น **“ดวงแก้วกลมใส”** ขนาดเท่าแก้วตาดำ
ใสบริสุทธิ์ ปราศจากรอยตำหนิใด ๆ ขาวใส เย็นตาเย็นใจ ดังประกายของ
ดวงดาว ดวงแก้วกลมใสนี้ เรียกว่า บริกรรมนิมิต นึกสบาย ๆ นึกเหมือน
ดวงแก้วนั้น มานิ่งสนิทอยู่ ณ ศูนย์กลางกาย ฐานที่ 7 นึกไป ภาวนาไป
อย่างนุ่มนวล เป็นพุทธานุสติว่า **“สัมมาอะระหัง”** หรือค่อย ๆ น้อมนึก
ดวงแก้วกลมใสให้ค่อย ๆ เคลื่อนเข้าสู่ศูนย์กลางกายตามแนวฐาน
โดยเริ่มต้นตั้งแต่ฐานที่ 1 เป็นต้นไป น้อมนึกอย่างสบาย ๆ ใจเย็น ๆ
ไปพร้อม ๆ กับคำภาวนา

อนึ่ง เมื่อนิมิตดวงแก้วกลมใสปรากฏแล้ว ณ กลางกาย ให้วาง
อารมณ์สบาย ๆ กับนิมิตนั้น จนเหมือนกับว่า ดวงนิมิตเป็นส่วนหนึ่งของ
อารมณ์ หากดวงนิมิตนั้นอันตรายหายไป ก็ไม่ต้องนึกเสียดาย ให้วาง
อารมณ์สบาย แล้วนึกนิมิตนั้นขึ้นมาใหม่แทนดวงเก่า หรือเมื่อนิมิตนั้น
ไปปรากฏที่อื่น ที่มีใช้ศูนย์กลางกายให้ค่อย ๆ น้อมนิมิตเข้ามาอย่าง
ค่อยเป็นค่อยไป ไม่มีการบังคับ และเมื่อนิมิตมาหยุดสนิท ณ ศูนย์กลางกาย



ให้วางสติลงไปยังจุดศูนย์กลางของดวงนิมิต ด้วยความรู้สึกคล้าย มีดวงดาวดวงเล็ก ๆ อีกดวงหนึ่ง ซ้อนอยู่ตรงกลางดวงนิมิตดวงเดิม แล้วสนใจ เอาใจใส่แต่ดวงเล็ก ๆ ตรงกลางนั้นไปเรื่อย ๆ ใจจะปรับ จนหยุดได้ถูกส่วน เกิดการตกศูนย์ และเกิดดวงสว่างขึ้นมาแทนที่ ดวงนี้ เรียกว่า **“ดวงธรรม”** หรือ **“ดวงปฐมมรรค”** อันเป็นประตูเบื้องต้น ที่จะเปิดไปสู่หนทางแห่งมรรคผลนิพพาน

การระลึกนึกถึงนิมิตสามารถทำได้ในทุกแห่งทุกที่ทุกอิริยาบถ ไม่ว่าจะนั่ง นอน ยืน เดิน หรือขณะทำภารกิจใด ๆ

ข้อแนะนำ คือ ต้องทำให้สม่ำเสมอเป็นประจำ ทำเรื่อย ๆ ทำอย่างสบาย ๆ ไม่เร่ง ไม่บังคับ ทำได้แค่ไหน ให้พอใจแค่นั้น ซึ่งจะเป็นการป้องกันมิให้เกิดความอยากจนเกินไป จนถึงกับทำให้ใจต้องสูญเสีย ความเป็นกลาง และเมื่อการฝึกสมาธิบังเกิดผลจนได้ **“ดวงปฐมมรรค”** ที่ใสเกินใส สวยเกินสวย ติดสนิทมั่นคงอยู่ที่ศูนย์กลางกายแล้ว ให้หมั่น ตรีกระลิกนึกถึงอยู่เสมอ

อย่างนี้แล้ว ผลแห่งสมาธิจะทำให้ชีวิตดำรงอยู่บนเส้นทางแห่งความสุข ความสำเร็จ และความไม่ประมาทได้ตลอดไป ทั้งยังจะทำให้สมาธิละเอียดลุ่มลึกไปตามลำดับอีกด้วย

ข้อควรระวัง

1. อย่าใช้กำลัง คือ ไม่ใช่กำลังใด ๆ ทั้งสิ้น เช่น ไม่บีบกล้ามเนื้อตา เพื่อให้เห็นนิมิตเร็ว ๆ ไม่เกร็งแขน ไม่เกร็งกล้ามเนื้อหน้าท้อง ไม่เกร็งตัว ฯลฯ เพราะการใช้กำลังตรงส่วนใดของร่างกายก็ตาม จะทำให้จิตเคลื่อนจาก ศูนย์กลางกายไปสู่จุดนั้น

2. อย่าอยากเห็น คือ ทำให้ใจให้เป็นกลาง ประคองสติ มิให้เผลอ จากบริกรรมภาวนาและบริกรรมนิมิต ส่วนจะเห็นนิมิตเมื่อใดนั้นอย่า กังวล ถ้าถึงเวลาแล้วย่อมเห็นเอง การบังเกิดของดวงนิมิตนั้น อุปมา เสมือนการขึ้นและตกของดวงอาทิตย์ เราไม่อาจเร่งเวลาได้

3. อย่ากังวลถึงการกำหนดลมหายใจเข้าออก เพราะการฝึกสมาธิ เพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกายภายใน อาศัยการนึกถึง “**อาโลกสิณ**” คือ กสิณความสว่างเป็นบทเบื้องต้น เมื่อฝึกสมาธิจนเข้าถึงดวงปฐมมรรคแล้ว ฝึกสมาธิต่อไป ผ่านกายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปร-พรหม จนกระทั่งเข้าถึงพระธรรมกายแล้ว จึงเจริญวิปัสสนาในภายหลัง ดังนั้นจึงไม่มีความจำเป็นต้องกำหนดลมหายใจเข้าออกแต่ประการใด

4. เมื่อเลิกจากนั่งสมาธิแล้ว ให้ตั้งใจไว้ที่ศูนย์กลางกายทีเดียวไม่ว่าจะอยู่ในอิริยาบถใดก็ตาม เช่น ยืน เดิน นอน หรือนั่ง อย่าย้ายฐานที่ตั้งจิตไปไว้ที่อื่นเป็นอันขาด ให้ตั้งใจบริกรรมภาวนา พร้อมกับนึกถึงบริกรรมนิมิตเป็นดวงแก้วใสควบคู่กันตลอดไป

5. นิมิตต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น จะต้องน้อมไปตั้งไว้ที่ศูนย์กลางกายทั้งหมด ถ้านิมิตเกิดขึ้นแล้วหายไป ก็ไม่ต้องตามหา ให้ภาวนาประคองใจต่อไปตามปกติ ในที่สุดเมื่อจิตสงบ นิมิตย่อมปรากฏขึ้นใหม่อีก

การฝึกสมาธิเบื้องต้นเท่าที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ ย่อมเป็นปัจจัยให้เกิดความสุขได้ เมื่อซัดซ้อมปฏิบัติอยู่เสมอ ๆ ไม่ทอดทิ้ง จนได้ดวงปฐมมรรคแล้ว ก็ให้หมั่นประคองรักษาดวงปฐมมรรคนั้นไว้ตลอดชีวิต ดำรงตนอยู่ในศีลธรรมอันดี ย่อมเป็นหลักประกันได้ว่า ได้ที่พึ่งของชีวิตที่ถูกต้องดีงาม ที่จะส่งผลให้เป็นผู้มีความสุข ความเจริญ ทั้งในภพชาตินี้ และภพชาติหน้า เด็กเคารพผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่เมตตาเด็ก ทุกคนมีความรักใคร่สามัคคีเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน หากสามารถแนะนำต่อ ๆ กันไป ขยายไปยังเหล่านมนุษยชาติอย่างไม่จำกัดเชื้อชาติ ศาสนา และเผ่าพันธุ์ สันติสุขอันไพบูรณ์ที่ทุกคนใฝ่ฝันก็ย่อมบังเกิดขึ้นอย่างแน่นอน

ประโยชน์ของการฝึกสมาธิ

1. ผลต่อตนเอง

1.1 ด้านสุขภาพจิต

- ส่งเสริมให้คุณภาพของจิตใจดีขึ้น คือ ทำให้จิตใจผ่องใส สะอาด บริสุทธิ์ สงบ เยือกเย็น ปลอดโปร่ง โล่ง เบา สบาย มีความจำและสติปัญญาดีขึ้น
- ส่งเสริมสมรรถภาพทางใจ ทำให้คิดอะไรได้รวดเร็ว ถูกต้องและเลือกคิดแต่ในสิ่งที่ดีเท่านั้น

1.2 ด้านพัฒนาบุคลิกภาพ

- ทำให้เป็นผู้มีบุคลิกภาพดี กระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่า มีความองอาจสง่างามแผ่แผ่ มีผิวพรรณผ่องใส
- มีความมั่นคงทางอารมณ์ หนักแน่น เยือกเย็น และเชื่อมั่นในตนเอง

- มีมนุษยสัมพันธ์ดี วางตัวได้เหมาะสมกับกาลเทศะ เป็นผู้มีเสน่ห์ เพราะไม่มักโกรธ มีความเมตตากรุณาต่อบุคคลทั่วไป

1.3 ด้านชีวิตประจำวัน

- ช่วยให้คลายเครียด เป็นเครื่องเสริมประสิทธิภาพในการทำงาน และการศึกษาเล่าเรียน
- ช่วยเสริมให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เพราะร่างกายกับจิตใจ ย่อมมีอิทธิพลต่อกัน ถ้าจิตใจเข้มแข็ง ย่อมเป็นภูมิคุ้มกันโรคไปในตัว

1.4 ด้านศีลธรรมจรรยา

- ทำให้เป็นผู้มีสัมมาทิฐิ เชื่อกฎแห่งกรรม สามารถคุมครองตน ให้พ้นจากความชั่วทั้งหลายได้ และเนื่องจากจิตใจดี จึงทำให้ความประพฤติทางกาย และวาจา ดีตามไปด้วย
- ทำให้เป็นผู้มีความมกน้อย สันโดษ รักสงบ และมีขันติเป็นเลิศ
- ทำให้เป็นผู้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นประโยชน์ส่วนรวม มากกว่าประโยชน์ส่วนตัว เป็นผู้ที่มีสมาคารวะ และมีความอ่อนน้อมถ่อมตน

2. ผลต่อครอบครัว

2.1 ทำให้ครอบครัวมีความสุข เพราะสมาชิกในครอบครัวเห็นประโยชน์ของการประพฤติธรรม ทุกคนตั้งมั่นอยู่ในศีล ปกครองกันด้วยธรรม เด็กเคารพผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่เมตตาเด็ก ทุกคนมีความรักใคร่สามัคคีเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

2.2 ทำให้ครอบครัวมีความสุขเจริญก้าวหน้า เพราะสมาชิกต่างก็ทำหน้าที่ของตนโดยไม่บกพร่อง เป็นผู้มีใจคอหนักแน่น เมื่อมีปัญหาครอบครัว หรือมีอุปสรรคอันใด ย่อมร่วมใจกันแก้ไขปัญหานั้นให้ลุกล่วงไปได้

3. ผลต่อสังคมและประเทศชาติ

3.1 ทำให้สังคมสงบสุข ปราศจากปัญหาอาชญากรรม รวมถึงตลอดจนปัญหาสังคมอื่น ๆ เพราะปัญหาทั้งหลายที่เกิดขึ้นนั้น ไม่ว่าจะเป็นปัญหาการฆ่า การข่มขืน โจรผู้ร้าย การทุจริตคอร์รัปชัน ล้วนเกิดขึ้นมาจากคนที่ขาดคุณธรรม เป็นผู้ที่มีจิตใจอ่อนแอ หวั่นไหวต่ออำนาจ สิ่งยั่วยวนหรือกิเลสได้ง่าย ผู้ที่ฝึกสมาธิย่อมมีจิตใจเข้มแข็ง มีคุณธรรม

ในใจสูง ถ้าแต่ละคนในสังคมต่างฝึกฝนอบรมใจของตนให้หนักแน่น มั่นคง ปัญหาเหล่านี้ก็จะไม่เกิดขึ้น ส่งผลให้สังคมสงบสุขได้

3.2 ทำให้เกิดควมมีระเบียบวินัย และเกิดความประหยัด ซึ่งผู้ที่ฝึกใจให้ตั้งงามด้วยการทำสมาธิอยู่เสมอ ย่อมเป็นผู้รักควมมีระเบียบวินัย รักควมสะอาด มีความเคารพกฎหมายของบ้านเมือง ทำให้บ้านเมืองของเราสะอาดน่าอยู่ ไม่มีคนมกง่ายทิ้งขยะลงบนพื้นถนน จะข้ามถนนก็เฉพาะตรงทางข้าม เป็นต้น เป็นเหตุให้ประเทศชาติไม่ต้องสิ้นเปลืองงบประมาณ เวลา และกำลังเจ้าหน้าที่ที่จะไปใช้สำหรับแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากความไม่มีระเบียบวินัยของประชาชน

3.3 ทำให้สังคมเจริญก้าวหน้า เมื่อสมาชิกในสังคมมีสุขภาพจิตดี รักควมเจริญก้าวหน้า มีประสิทธิภาพในการทำงานสูง ย่อมส่งผลให้สังคมเจริญก้าวหน้าตามไปด้วย และเมื่อมีกิจกรรมของส่วนรวม สมาชิกในสังคมก็ย่อมพร้อมที่จะสละความสุขส่วนตนให้ควมร่วมมือกับส่วนรวมอย่างเต็มที่ แม้มีผู้ไม่ประสงค์ดีต่อสังคม จะมายุแหยให้เกิดควมแตกแยก ก็จะไม่เป็นผลสำเร็จ เพราะสมาชิกในสังคมเป็นผู้มีจิตใจหนักแน่น มีเหตุผล และเป็นผู้รักสงบ

4. ผลต่อศาสนา

4.1 ทำให้เข้าใจพระพุทธศาสนาได้อย่างถูกต้อง และรู้ซึ่งถึงคุณค่าของพระพุทธศาสนา รวมทั้งรู้เห็นด้วยตัวเองว่า การฝึกสมาธิไม่ใช่เรื่องเหลวไหล หากแต่เป็นวิธีเดียวที่จะทำให้พันทุกข์เข้าสู่นิพพานได้

4.2 ทำให้เกิดศรัทธาตั้งมั่นในพระรัตนตรัย พร้อมทั้งจะเป็นนายแก่ต่างให้กับพระพุทธศาสนา อันจะเป็นกำลังสำคัญในการเผยแผ่การปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องให้แพร่หลายไปอย่างกว้างขวาง

4.3 เป็นการสืบอายุพระพุทธศาสนาให้เจริญรุ่งเรืองตลอดไป เพราะตราบใดที่พุทธศาสนิกชนยังตั้งใจปฏิบัติธรรมเจริญภาวนาอยู่ พระพุทธศาสนาก็จะเจริญรุ่งเรืองอยู่ตราบนั่น

4.4 จะเป็นกำลังส่งเสริมทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา เพราะเมื่อเข้าใจซาบซึ่งถึงประโยชน์ของการปฏิบัติธรรมด้วยตนเองแล้ว ย่อมจะชักชวนผู้อื่นให้ทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนาตามไปด้วย

เมื่อใดที่ทุกคนในสังคมตั้งใจปฏิบัติธรรม ทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา เมื่อนั้นย่อมเป็นที่หวังได้ว่า สันติสุขที่แท้จริงก็จะบังเกิดขึ้นอย่างแน่นอน