

น ก บ ว ช . . . น ก ร บ

ความโลภ ความโกรธ ความหลง นี่แหละคือข้าศึก การปฏิบัติในทางพุทธศาสนา ทางแห่งพระพุทธเจ้านั้นรบด้วยธรรมะ รบด้วยความอดทน ด้วยความต่อต้านซึ่งอารมณ์สารพัดอย่าง ธรรมะกับโลกมันเกี่ยวข้องกัน มีธรรมก็มีโลก มีโลกก็มีธรรม มีกิเลสก็มีผู้สะสมกิเลส คือรบกับกิเลสทั้งหลาย นี่เรียกว่ารบภายใน รบภายนอกนั้นต้องจับลูกระเบิดจับปืนมาขว้างกันมายิงกัน เอาชนะเอาแพ้กัน **เอาชนะคนอื่นก็เป็นทางโลก ทางธรรมะไม่ต้องรบกับใคร เอาชนะใจของตัวเอง อดทนต่อสู้กับอารมณ์ทุกอย่าง**

ทางธรรมะ ถ้าหากว่าเรามาประพฤติปฏิบัติแล้ว ไม่ต้องก่อกรรมทำเวรซึ่งกันและกัน ปลดปล่อยความชั่วทั้งหลายออกจากกายออกจากใจของพวกเขา ทั้งนั้น พ้นจากการอิจฉา พ้นจากการพยาบาท พ้นจากการจองเวรกัน เวรอันใดจะระงับไปได้ก็เพราะการไม่จองเวรไม่ผูกเวรกัน กรรมกับเวรมันต่างกัน แต่ว่ามันคล้ายกัน กรรมทำแล้วก็แล้วกันไป ไม่ต้องจองล้างจองผลาญกันอีก นี่เรียกว่าเป็นกรรม



เวร หมายถึงการจองกันไว้อีกว่า เอ็งมาทำฉัน ฉันจะต้องทำเอ็งต่อไป มิได้ขาด ต้องแก้แค้นกันไปเรื่อยๆ นี่ เรียกว่าเวรนั้นยังไม่ระงับเพราะการจองเวร เมื่อไรยังเป็นไปอยู่อย่างนั้น มันก็เป็นห่วงโซ่ต่อกันเป็นสาย จึงไม่จบไม่สิ้น ภพไหนชาติไหนก็ดี มันก็เป็นอยู่อย่างนั้น พระบรมศาสดาท่านสอนโลก ท่านโปรดโลกโปรดสัตว์ แต่ว่าโลกก็เป็นอยู่อย่างนี้ ผู้ที่มีปัญญาเกิดมาแล้วก็ต้องพิจารณา เอาอะไรที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งใหญ่ นักรบนักอะไรทั้งหลายทั้งปวงนั้น พระพุทธเจ้าเคยทำมาเหมือนกัน แต่ว่าไม่เกิดประโยชน์เท่าที่ควร มันก็เป็นอยู่เฉพาะโลก มีแต่เรื่องผูกกรรมผูกเวรกันต่อไป

ฉะนั้น การมาอบรมในการบวช ก็เลิกสิ่งชั่วกันไปเลย เลิกอะไรที่มันเป็นกรรมเป็นเวร เอาชนะตัวเอง ไม่เอาชนะคนอื่น รบกับเฉพาะกิเลส มีความโลภเกิดขึ้นมาก็รบบมัน ความโกรธเกิดขึ้นมาก็รบบมัน ความหลงเกิดขึ้นมาก็พยายามละมัน นี่เรียกว่า การรบ การทำสงครามด้านจิตใจกับกิเลสนี้มันยาก แสนยากแสนลำบากที่สุด บวชมาเราก็มาพิจารณาเรียนการรบ รบราคะ รบโทสะ รบโมหะ นี่เป็นหน้าที่ของพวกเราทั้งหลายที่จะต้องพิจารณา

นี่เรียกว่า การรบภายใน คือรบกับกิเลสทั้งหลาย แต่น้อยคนนักที่จะรบกับกิเลส ไปรบกับอย่างอื่นเสียมาก กิเลสส่วนนี้ไม่ค่อยจะรบกัน ไม่ค่อยจะเห็นกัน

พระพุทธเจ้าท่านสอนว่า ให้ละความชั่วทุกอย่าง มาประพฤติความดีทุกประการ เป็นทางที่ถูกต้องแล้ว ท่านบอกอย่างนี้ก็เรียกว่าท่านมาจับตัวพวกเราทั้งหลายมาปล่อยที่ต้นทาง เมื่อถึงทางแล้วเราจะเดินไปหรือไม่เดินไปนั้นเป็นเรื่องของเรา เรื่องของพระพุทธเจ้าก็หมดแค่นั้น ท่านชี้ทางไว้ ทางที่ผิดทางที่ถูกเท่านั้นก็พอแล้ว การประพฤติปฏิบัติเป็นหน้าที่ของพวกเรา

ดังนั้น เมื่อเรามาอยู่ที่ทางนี้ก็เรียกว่า เรายังไม่รู้อะไร ไม่เป็นอะไร เราก็ต้องศึกษา การศึกษานี้จะต้องอดทนต่อทุกสิ่งทุกอย่าง คล้ายๆ กับเราเป็นนักศึกษา



เคยศึกษาทางโลกมา มันยากลำบากพอสมควร ก่อนจะมีความรู้ มีวิชามาพอจะปฏิบัติการทำงานได้ ต้องขมใจตัวเอง เมื่อใจเรามันเห็นผิด เมื่อใจเราไม่ชอบ หรือมันชี้เกียจทั้งหลายนี้ เราจะต้องขมใจความรู้จึงจะเกิดในใจเรา แล้วสามารถนำไปปฏิบัติการทำงานได้ การปฏิบัติการทำงานในทางพระนี่ก็เหมือนกัน ถ้าหากว่าเราตั้งอกตั้งใจประพฤติปฏิบัติพิจารณา คงจะมองเห็นทางพอสมควร

ทิวี่มานะนี้เป็นของสำคัญมาก ทิวี่ คือความเห็น ความเห็นทุกสิ่งสารพัด มันเป็นทิวี่ทั้งนั้น เห็นดีเป็นชั่ว เห็นชั่วเป็นดี สารพัดอย่างแล้วแต่จะเห็น อันนั้นก็ไม่ใช่ประมาณ เป็นประมาณอยู่ที่ความยึดมั่นถือมั่นเรียกว่า มานะ ความเข้าไปยึดมั่นถือมั่นในความเห็นอันนั้นอย่างจริงจัง พาให้เราเวียนว่ายตายเกิด ไม่มีทางจบ เพราะการไปยึดมั่นถือมั่น ดังนั้น พระพุทธเจ้าท่านจึงสอนให้ลดทิวี่ให้ละทิวี่ คือความเห็น อย่างเช่นคนมาอยู่ด้วยกันมากๆ อย่างนี้ มันก็ปฏิบัติได้ง่ายๆ ถ้ามีความเห็นถูกต้องตรงกัน แต่ถึงแม้ว่าจะอยู่องค์เดียว ๒ องค์ ๓ องค์ ก็ปฏิบัติยาก อยู่ลำบาก ถ้าความคิดไม่ถูกต้องความเห็นไม่ดี เมื่อมาน้อมลงเพื่อละทิวี่อันเดียวกัน อยู่หลายองค์ก็ตามเถอะ มันก็ลงสู่พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เหมือนกัน จะว่ามีหลายองค์มันจะเกะกะก็ไม่ได้ คล้ายๆ กับตัวกิ้งกือ ตัวกิ้งกือมันมีขาหลายขาใช่ไหม เรานับไม่ถ้วน มองดูมันก็น่ารำคาญเหมือนกัน ว่ามันจะยุ่งกับขากับแข้งของมัน มันเดินไปเดินมา ความจริงมันไม่ยุ่ง มันมีจิ้งหะ มีระเบียบ ถึงแม้จะมีขามากมันก็ไม่ยุ่งยาก

ในทางพุทธศาสนาก็เหมือนกัน ถ้าปฏิบัติแบบสาวกของพระพุทธเจ้าแล้ว มันก็ง่าย เรียกว่า สุปฏิปันโน เป็นผู้ปฏิบัติดี อสุปฏิปันโน เป็นผู้ปฏิบัติตรง ญายะปฏิปันโน เป็นผู้ปฏิบัติเพื่อพ้นจากทุกข์ สามิฉิปฏิปันโน เป็นผู้ปฏิบัติชอบ เป็นผู้ปฏิบัติถูกต้อง คุณสมบัติทั้ง ๔ ประการนี้ ถ้าตั้งอยู่ในใจของพวกเราทั้งหลายแล้ว คือคุณสมบัติของพระสงฆ์ ถ้าทำอย่างนี้เราจะมีเป็นร้อยเป็นพัน เราจะมีมากแค่ไหนก็ช่างเถอะ มันลงสายเดียวกันแล้ว ถึงแม้พวกเราทั้งหลายจะมาจากทิศต่างๆ ก็เหมือนกันนั่นเองไม่ใช่อื่นไกล ถึงความเห็นมันจะไปคนละทิศละทาง ยัง

ผู้ใดมีสติอยู่ทุกเวลา

ผู้นั้นจะได้ฟังธรรม

ของพระพุทธเจ้าอยู่ตลอดเวลา





เห็นผิอดูยู่ก็ช่างมันเถอะ ถ้ามีความถูกต้องมันก็เหมือนกัน คล้ายกับว่าห้วยหนองคลองบึงต่างๆ ที่มันไหลลงสู่ทะเล เมื่อมันไปตกถึงทะเลแล้วมันก็มีสีครามรสเค็มด้วยกัน มนุษย์เราทั้งหลายก็เช่นกัน เมื่อลงสู่กระแสของธรรมะแล้วมันก็ลงสู่ธรรมะอันเดียวกัน จะอยู่คนละทิศละทางก็ช่าง จะอยู่ที่ไหนก็ตาม มันมารวมกันเป็นอันเดียวกันอย่างนั้น แต่ว่าความคิดที่มันแก่งแย่งซึ่งกันและกันนั้นเป็นทิวี่มานะ ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงสอนว่า เรื่องความเห็นนั้นก็ปล่อยไว้ เรื่องมานะอย่าเข้าไปยึดมั่นถือมั่นจนเกินความเป็นจริง

พระพุทธองค์ท่านสอนว่า ให้มีสติอยู่เสมอ จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน จะอยู่ที่ไหนก็ช่างเถอะ ให้มีสติปกครองอยู่เสมอ เมื่อเรามีสติเราก็เห็นตัวของเรา เห็นใจของเรา แล้วก็เห็นกายในกายของเรา เห็นใจในใจของเราทุกอย่าง ถ้าไม่มีสติเราก็ไม่รู้เรื่อง อะไรมาทกอยู่หน้าบ้านตกอยู่ในกุฏิ เราก็ไม่เห็น เพราะเราไม่มีสติ การมีสตินี้จึงเป็นสิ่งสำคัญ

ผู้ใดมีสติอยู่ทุกเวลา ผู้นั้นจะได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้าอยู่ตลอดเวลา เพราะว่าตามองเห็นรูปก็เป็นธรรมะ หูได้ฟังเสียงก็เป็นในธรรมะ จมูกได้กลิ่นก็เป็นธรรมะ ลิ้นได้รสก็เป็นธรรมะ กายไปถูกไฟถูกน้ำถูกพระกระทบเย็น ร้อน อ่อน แข็ง ก็เป็นธรรมะ ธรรมารมณ์ที่มันเกิดขึ้นกับใจ นึกขึ้นได้เมื่อใดเป็นธรรมะ เมื่อนั้น ฉะนั้น ผู้ที่มีสติได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้าอยู่ตลอดเวลา จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน มันมีอยู่ทุกเวลา เพราะอะไร เพราะเรามีสติ มีความรู้

สติคือความระลึกได้ สัมปชัญญะคือความรู้ อยู่ ตัวรู้ก็คือตัวพุทธโธ ตัวพระพุทธเจ้านั้นแหละ พอมีสติสัมปชัญญะรู้ อยู่ ปัญญาที่วิ่งตามมาเท่านั้น รู้เรื่องต่างๆ ตาเห็นรูป สิ่งนี้ควรไหม ไม่ควรไหม หูฟังเสียง สิ่งนี้ควรไหม ไม่ควรไหม มันเป็นโทษไหม มันผิดไหม มันถูกต้องเป็นธรรมะไหม สารพัดอย่าง ดังนั้น ผู้มีปัญญาแล้วจึงได้ฟังธรรมะอยู่ตลอดเวลา แม้มองเห็นต้นไม้ก็เป็นธรรมะ มองเห็นสิ่งต่างๆ มันเป็นธรรมะหมดทั้งนั้น ถ้าเรารู้จักธรรมะ



พวกเราทั้งหลายให้เข้าใจว่า ในเวลานี้เราเรียนอยู่กลางธรรมะ จะเดินไปข้างหน้าก็ถูกธรรมะ จะถอยไปข้างหลังก็ถูกธรรมะ ธรรมะทั้งนั้น ถ้าเรามีสติอยู่ แม้แต่เห็นสัตว์ต่างๆ ที่วิ่งไป ก็มีปัญญาว่า สัตว์มันก็เหมือนกันกับเรานั่นแหละ มันไม่แปลกไปกว่าเราหรอก มันหนีจากความทุกข์ไปหาความสุขเหมือนกัน อันไหนที่มันไม่ชอบ มันก็ไม่เอาเหมือนกัน มันกลัวสิ่งมีชีวิตของมันเหมือนกัน ถ้าเราคิดไปเช่นนั้นก็เรียกว่า สัตว์ทั้งหลายในโลกนี้กับมนุษย์ก็ไม่แปลกกันที่สัญชาติญาณต่างๆ เมื่อเราคิดไปเช่นนั้นก็เรียกว่าเป็นการภาวนา รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า สัตว์ทั้งหลายก็ดี มนุษย์ทั้งหลายก็ดี มันก็เป็นเพื่อนเกิด เพื่อนแก่ เพื่อนเจ็บ เพื่อนตาย ด้วยกันทั้งนั้น ไม่ใช่อื่นไกล สัตว์ทุกประเภทมันก็เหมือนมนุษย์ มนุษย์ทุกประเภทมันก็เหมือนสัตว์ ทีนี้เมื่อเรารู้เห็นสภาวะตามเป็นจริง จิตเราก็ถอนออกจากสิ่งเหล่านั้น

ฉะนั้น ท่านจึงให้มีสติ ถ้ามีสติแล้วมันจะเห็นกำลังใจของตน เห็นจิตของตน ความรู้สึกนึกคิดของตัวเองเป็นอย่างไรก็ต้องรู้ ตัวรู้นั้นแหละเรียกว่า พุทโธ หรือพระพุทธรเจ้า ผู้รู้ รู้ถึงที่มันแล้วก็รู้แจ้งแทงตลอด เมื่อมันรอบรู้อยู่เช่นนั้น ก็ประพฤติปฏิบัติได้ถูกต้องดีเท่านั้น ไม่ใช่อื่นไกล

ฉะนั้น ปฏิบัติง่ายๆ พิจารณาง่ายๆ เราจึงมีสติอยู่ ผู้ไม่มีสติก็เหมือนเป็นบ้า ไม่มีสติ ๕ นาที ก็เป็นบ้า ๕ นาที ก็ประมาณอยู่ ๕ นาที ถ้าขาดจากสติเมื่อใดก็เป็นบ้าเมื่อนั้น ให้เข้าใจอย่างนี้ สตินี้จึงมีคุณค่า คนมีสติแล้วก็รู้จักว่า ตัวเรามีลักษณะอย่างไร จิตใจของเราอยู่ในลักษณะอย่างไร ความเป็นอยู่ของเราอยู่ในลักษณะอย่างไร นี่ผู้มีปัญญามีความเฉลียวฉลาดแล้วก็ได้ฟังธรรมอยู่ทุกเวลา ออกจากครูบาอาจารย์แล้วก็ได้ฟังธรรมอยู่เสมอ รู้อยู่เสมอ เพราะว่าธรรมมีอยู่ทั่วไป

ฉะนั้น พวกเรานั้น ในวันหนึ่งๆ ให้ได้ปฏิบัติเถอะ ขี้เกียจก็ทำ ขยันก็ทำ เราปฏิบัติธรรมะ ไม่ปฏิบัติตามตัวเรา ถ้าปฏิบัติตามตัวเราไม่เป็นธรรมะ ไม่ว่ากลางวันกลางคืน สงบก็ทำ ไม่สงบก็ทำ เหมือนกับเราเป็นเด็กไปเรียนหนังสือ จะ



เขียนไม่สวยในครั้งแรก มันห่วยๆ ขาวๆ เขียนไปตามเรื่องของเด็ก นานไปก็สวยขึ้นงามขึ้นเพราะฝึกมัน การประพาดิธรรมก็เหมือนกัน ที่แรกก็เกะๆ กะๆ สงบบ้างไม่สงบบ้าง ไม่รู้เรื่องมันเป็นไป บางคนก็ขี้เกียจ อย่าขี้เกียจ ต้องพยายามทำ อยู่ด้วยความพยายาม เหมือนกับเราเป็นเด็กนักเรียน โตมาก็เขียนหนังสือได้ดี จากไม่สวยมาเขียนได้สวย เพราะการฝึกตั้งแต่เด็กนั่นแหละ อันนี้ก็เหมือนกันนั่น

พยายามให้มีสติอยู่ตลอดเวลา จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน พยายามทำให้มันสม่ำเสมอ เมื่อเราทำกิจวัตรอะไรมันคล่องดีแล้ว เป็นต้น เราก็สบายใจ นั่งก็สบาย นอนก็สบาย เมื่อความสบายเกิดขึ้นจากกิจวัตร การนั่งสมาธิก็สงบง่าย เป็นเรื่องสัมพันธ์ซึ่งกันและกันดังนี้

ฉะนั้น จงพากันพยายาม สิ่งที่คุณบาอาจารย์พาทำนี้ ให้พยายามทำเถอะ ตามความสามารถของเรา นี่เรียกว่าการฝึก.

ไม่ใช่จะไปรักษาลิกขาบททุก ๆ ข้อ
เรารักษาคใจอันเดียวเท่านั้นก็พอแล้ว

