

คำนำ

การพิมพ์หนังสือเล่มนี้ มีจุดประสงค์อยู่ ๓ อย่าง

๑. เพื่อให้ท่านผู้อ่านได้รู้ชีวประวัติของผู้เขียนว่าเป็น
มาอย่างไร เริ่มเอาแต่กำเนิดเกิดมา แล้วได้มาบวชในพระพุทธ-
ศาสนาตั้งแต่วัยหนุ่มถึงวัยชรา

๒. เพื่อให้ท่านผู้อ่านได้รู้ความเป็นมาของการสร้าง
อุโบสถ วัดอรุณวราราม ๓. บ้านหม้อ ๔. ศรีเชียงใหม่
๕. หนองคาย

๓. เพื่อให้ท่านผู้อ่านได้พบธรรมะป่าของพระผู้อยู่ป่าว่า
พระผู้อยู่ป่ามีความคิดเห็นอย่างไรในพระธรรมคำสอนของพระ-
พุทธเจ้า เมื่อผู้อ่านได้พิจารณาเห็นว่าป็นนิยานิกรรม คือนำผู้
ปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ได้จริง ก็จะได้ลงมือปฏิบัติตามอย่าง
เต็มความสามารถ แล้วก็จะได้รับผลจากการปฏิบัตินั้นไม่มากก็
น้อย ส่วนธรรมะที่พิมพ์นี้ ผู้รับพิมพ์ให้คือ คุณสมชาย ยุวนนท์
หัวหน้าชมรมพุทธศาสตร์เอสไอ ได้ถอดเอามาจากม้วนเทปที่

(๒)

ผู้เขียนได้แสดงและบันทึกเอาไว้ในมาลงพิมพ์ ธรรมเนียมการ
พูดด้วยวาจากับการพิมพ์เป็นตัวหนังสือสำหรับอ่าน ก็คงจะมี
ขาดตกบกพร่องอยู่บ้าง หวังว่าคงได้รับอภัยจากท่านผู้รู้หรือ
ท่านผู้อ่านด้วย ถึงอย่างไรก็ขอให้ถือเอาแต่ที่เป็นสาระแก่นสาร
ก็แล้วกัน

๔. เพื่อแจกแก่พุทธศาสนิกชนที่ไปในงานฝังลูกนิมิต
และผูกพัทธสีมาวัดอรุณวรารามในครั้งด้วย เพราะพิจารณา
เห็นว่าเป็นประโยชน์กว่าการแจกวัดลู่อื่น

วรเวลาโก

พระอาจารย์เหรียญ วรเวลาโก
(พระครูญาณปรีชา)

พิมพ์ครั้งที่ ๑	วันที่ ๔ มีนาคม ๒๕๒๘	๑๐,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๒	วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๒๘	๑๐,๐๐๐ เล่ม
(ชมรมพุทธศาสตร์เอสไอจัดพิมพ์ถวาย)		
พิมพ์ครั้งที่ ๓	วันที่ ๕ ธันวาคม ๒๕๓๑	๑๐,๐๐๐ เล่ม

มรณานุสติ

หลวงปู่ชอบ ฐานสโม

ให้พิจารณาความตาย...

นั่งก็ตาย...

นอนก็ตาย...

ยืนก็ตาย...

เดินก็ตาย...

เรากำลังรอความตายอยู่ด้วยกันทุก ๆ คนนะ

ไม่ช้าก็เร็ว อย่าได้ประมาท

จงพยายามบำเพ็ญคุณธรรมความดีให้ถึงที่สุดด้วยกันทุก ๆ คนนะ

ยันตระอมโร ภิกขุ

ร.พ. แสงสุทธิการพิมพ์ 88/8 ถนนเอกชัย บางขุนเทียน กรุงเทพฯ
โทร. 4152049 นายสมโภชน์ เขียวสุทธิ ผู้พิมพ์และผู้โฆษณา 2531

ควรรับทำความเพียรในวันนั้น

ใครเล่าจะรู้ว่าความตายจะมีมาในวันพรุ่งนี้

ต้องพิจารณาให้เห็นภัยในสังสารวัฏ หรือพิจารณา
เห็นภัยในทุกข์และกำเนิดสัตว์ดิรัจฉานว่า ผู้ที่ประมาท
แล้วนั้นต้องเวียนเกิดในวัฏฏะ ๓ เป็นเขตแดนแห่ง
มัจจุราช คือ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ตายแล้วไปเกิด เกิด
แล้วก็แก่เจ็บตายไม่มีที่สิ้นสุด เวียนอยู่ใน ๓ ภพ ภพนั้น
ลำบากมาก เพราะประกอบด้วยชาติ ชรา มรณะ
สมัยใดเสพอสังขารและผัสสะก็ทำกรรมเป็นบุญจึงได้
เกิดในสุคติ สมัยใดเสพอสังขารก็ทำกรรมเป็นบาป
เพราะผู้ที่ยังละอาสวะไม่ได้ก็ทำกรรมเป็นบาป ต้องไป
เกิดในทุกข์และกำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน เสวยทุกข์เวทนา
หยาบกล่าเผ็ดร้อนเหลือที่จะพรรณนา เพราะยังไม่ปิด
ประตูบารมี คือยังไม่บรรลุนิพพาน เราจะไม่ประมาท
ปฏิบัติได้ก็ในเวลาที่มีชีวิตอยู่เท่านั้น ถ้าความตายมา
ถึงเขาก็ก็นึกถึงโอกาสที่จะทำความดีได้ และลมหายใจก็
ไม่ได้ติดกับเราว่า จะหยุดลงวันใด เพราะฉะนั้นเราจึง
ควรพากเพียรให้ถึงซึ่งมรรคและผล จะได้พ้นภัยใน
อบายและภัยในสังสารวัฏ ◻

กตธรรม

ของ

พระนิโรธรังสีกัมภีรปัญญาจารย์

(พระอาจารย์เทศก์ เทศรังสี)

ประธานกรรมการผูกพัทธสมาธิปลุกนิมิต

วัดอรุณยุพราช อ. ศรีเชียงใหม่ จ. หนองคาย

ถ้าผู้มาว่าเสียดสี ก็ต้องให้สติกำหนดอยู่ใน
ลมหายใจเข้าออก หรือจะเพ่งอยู่กับพุทโธก็ได้ เพื่อ
ไม่ให้จิตของเราไปเก็บเอาอารมณ์ที่ไม่ดีนั้นมา ทำให้
จิตของเราเศร้าหมอง ขุ่นมัว วุ่นวาย ต้องให้สติ
ประคองจิตไว้อย่างมั่นคง ไม่ให้จิตเคลื่อนไหวเอนเอียง
ไปตามดีและชั่ว เรื่องที่มันเกิดขึ้นนั้นมันดับไปเอง
เพราะว่าเราไม่ได้ติดต่อไว้ ก็ไม่มีอะไรจะมาเกี่ยวข้อง
กับเราได้เลย จิตจะได้ว่างจากเครื่องกระทบกระเทือน
เพราะว่าเรามีหลักยึดได้แล้ว สติก็จะเฝ้าเข้า
สมาธิก็มั่นคงยิ่งขึ้นไป มีบทความเอิบอิ่มสบาย ภาย
ก็เบา จิตก็สะอาดเชือกเย็น อย่างนี้เรียกว่าให้อาหารจิต.

พระครูญาณปรีชา
(พระอาจารย์เหรียญ วรลาโภ)

ญัตติเป็นธรรมยุต พ.ศ. ๒๔๗๖

- พรรษาที่ ๑ ' ๒๔๓๖ จำพรรษาวัดป่าสาละวัน
๒ ๒๔๓๓ วัดอรุณญวาสี
๓ ๒๔๓๘ วัดป่าสาละวัน
๔-๕ ๒๔๓๘-๓๙, ๔๐ วัดอรุณญบรรพต
๖ ๒๔๔๑ อำเภอพร้าวน เชียงใหม่
๗-๙ ๒๔๔๒-๒๔๔๔ วัดสันตน์เปา เชียงใหม่
๑๐ ๒๔๔๕ สำนักสงฆ์แม่หนองหาร เชียงใหม่
๑๑-๑๔ ๒๔๔๖-๒๔๔๙ สำนักสงฆ์สันกำแพง เชียงใหม่
๑๕ ๒๔๕๐ อ. เกิน ลำปาง
๑๖ ๒๔๕๑ เชียงใหม่
๑๗-๑๙ ๒๔๕๒-๒๔๕๓ อ. เกิน ลำปาง
๑๙-๒๐ ๒๔๕๔-๒๔๕๕ สำนักสงฆ์ตะกั่วทุ่ง จ. พังงา
๒๑-๒๖ ๒๔๕๖-๒๕๐๑ วัดประชาสันติ พังงา
๒๗-๔๖ ๒๕๐๒-๒๕๓๑ วัดอรุณญบรรพต

พระครูญาณปรีชา
(พระอาจารย์เหรียญ วรลาโภ)

วัดอรุณยูบรรพต

ต. บ้านหม้อ อ. ศรีเชียงใหม่ จ. หนองคาย



อัตโนประวัติ

นามเดิม เหยี้ยน นามสกุล ใจพาน เกิดเมื่อวันที่ ๘
มกราคม ๒๔๕๕ ตรงกับวันพุธ ขึ้น ๒ ค่ำ เดือนยี่ ปีชวด ณ
บ้านหม้อ ตำบลบ้านหม้อ อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย
บิดาชื่อ ผา มารดาชื่อ พิมพา ปฐมวัยครอบครัวย้ายมาจำ
อาชีพทำนา ทำสวน เลี้ยงสัตว์ มีพี่น้องเกิดด้วยกัน ๗ คน
ข้าพเจ้าเป็นคนที่ ๒ บรรดาพี่น้องที่เกิดร่วมบิดามารดาเดียวกัน
๖ คนนั้น ได้ตายเสียตั้งแต่ยังเล็กทุกคน จึงไม่มีชื่อปรากฏอยู่ใน
หนังสือ ส่วนมารดานั้นได้ตายจากไปตั้งแต่ข้าพเจ้าอายุได้ ๑๐ ปี
ครั้นอยู่ต่อมาไม่กี่เดือนบิดาก็ไปมีภรรยาใหม่ ข้าพเจ้าจึงได้อยู่
กับคุณยายมาจนอายุได้ ๑๓ ปี และเรียนหนังสือไทยจบในปี
นั้น ต่อจากนั้นจึงได้ไปอยู่กับบิดา มารดาใหม่นั้นมีลูกกับสามี
ก่อน ๕ คน ซึ่งบังเอิญสามีก็ตายไปในปีเดียวกันกับมารดา
ข้าพเจ้าเหมือนกัน ต่อมาได้มีลูกกับบิดาข้าพเจ้าอีก ๒ คน รวม

ข้าพเจ้าด้วยเป็น ๘ คนพอดี เมื่อข้าพเจ้ามาอยู่ด้วยก็ได้ทำ
 การงานช่วยบิดามารดาพร้อมกับพี่น้องทั้งหลายตลอดมา และ
 เคารพนับถือกันฉันพี่น้องที่เกิดร่วมท้องเดียวกัน ไม่เคยมีการ
 ทะเลาะวิวาทเกิดขึ้นอย่างรุนแรงจนถึงกับแตกสามัคคีกันเลย
 ข้าพเจ้านั้นมีนิสัยชอบทำการงาน และทำจริงไม่ทำหละหละ
 เหลวไหล ทำการงานอย่างใดก็ให้เสร็จไปอย่างนั้น ไม่ทอดทิ้ง
 การงานและไม่ชอบเอาเปรียบผู้อื่น ไม่ชอบทะเลาะกับใคร ๆ
 ถ้าจะมีเหตุให้ทะเลาะกันก็ต้องหาทางหลีกเลี่ยง และมีความ
 อุดหนุนต่อกันว่าดีเตียนต่าง ๆ ไม่ถ่มน้ำไว้ในใจ

พูดถึงความรักแล้วนับว่าข้าพเจ้ามีความรักมาก เช่น รักพ่อ
 แม่ ลูกพี่ น้อง และผู้อื่นที่เกิดร่วมวงศ์ตระกูลเดียวกัน
 นอกจากนั้นแล้วยังรักษายอกไปถึงเพศตรงข้ามซึ่งอยู่ในวัยเดียวกัน
 ในทางซุสาว และฝ่ายตรงกันข้ามก็รักข้าพเจ้าเช่นเดียวกัน
 โดยเข้าใจว่าเขาคงจะมองเห็นคุณธรรมอันมีอยู่ในใจของข้าพเจ้า
 คือความอดทนต่อความชั่วร้ายดังกล่าวมานั้นหน้ และอดทน
 ต่อหน้าที่การงานนั้น เขาจึงได้มีความรักอย่างจริงใจต่อข้าพเจ้า

จิตมรรมปรารณาอกบวช

ในคราวนั้นข้าพเจ้าก็คิดว่าจะครองเรือนเช่นเดียวกับคน
ทั้งหลายที่เขาครองกันมาแล้วนั้น ครั้นเมื่ออายุย่างเข้า ๒๐ ปี
เห็นจะเป็นด้วยบุญบารมที่ข้าพเจ้าได้สร้างมาแต่ชาติก่อน มาดล
จิตให้ถึงถึงความทุกข์ในชีวิตอันเป็นปัจจุบัน โดยคิดเห็นว่า
เกิดมาแล้วต้องทำงานและงานที่ทำนั้นก็ไม่มีจักจบสิ้น เช่น
ทำนา ทำป่าแล้วได้ข้าวใส่ยุ้งไว้รับประทานบ้างขายบ้าง ครั้น
ถึงปีใหม่มาข้าวในยุ้งก็จวนจะหมดแล้ว ต้องทำนาอีกต่อไป
อย่างนั้นทุกปี จึงถามตัวเองว่าเมื่อไรจึงจะได้ยุติจากการทำนา ทำ
สวนเล่า ตอบตนเองว่าไม่มีทางยุติได้ถ้าไม่วางมือหนึ่งไปบวชเสีย
การทำนาทำสวนมีแต่ทุกข์ หลังสู้ฟ้าหน้าสู้ดิน และก็ไม่มี
อะไรเป็นแก่นสารสักอย่างเดียว ตายแล้วก็ไม่ได้อะไรติดตัวไป
มีแต่ทิ้งไว้ในโลกนี้ทั้งหมด และก็ได้ตั้งปัญหาถามตนเองต่อไป
อีกว่า แล้วทำไมคนทั้งหลายจึงชอบใจกับความเป็นอยู่เช่นนั้น
ตอบว่าเพราะคนทั้งหลายไม่ได้ใช้ปัญญาพิจารณาเหตุผลในเรื่อง

นี้ให้รู้เห็นโดยแจ่มแจ้งตามความเป็นจริงจึงไม่เบื่อหน่าย อนึ่ง
 สงทงปวงในโลกนี้มีไว้จะอำนวยความสะดวกให้เท่านั้น บาง
 ที่มันก็อำนวยความสะดวกให้เหมือนกัน ดังนั้นคนจึงติดมัน แต่
 บรรดานักปราชญ์ผู้มปัญญาทั้งหลายท่านพิจารณาเห็นว่า
 มันเป็นความสุขชั่วคราวไม่ยั่งยืน ถ้าพิจารณาโดยสรุป
 แล้วก็เป็นทุกข์นั้นแหละมากกว่าความสุข อันความสุข
 ที่มันเป็นเพียงเหยื่อล่อให้ติดอยู่ในทุกข์เท่านั้น ไม่
 ใช่เป็นสุขยั่งยืนแต่อย่างใด เพราะคนเราเกิดมาแล้วที่
 สุดก็ต้องตาย ร่างกายนี้เมื่อจิตละไปแล้วก็ต้องแตก
 สลายออกจากกัน ไม่มีอะไรเป็นชนเป็นอันเลย

เมื่อพิจารณาถึงตอนนี้ปรากฏในใจว่าร่างกายนี้แตกกระจาย
 ออกไปหมด เพิ่งไปไหนก็เห็นแต่อากาศว่างไปหมด ทั้งโลก
 อันนี้ปรากฏว่าไม่มีสัตว์ไม่มีคนเลย ดังนั้นจึงเกิดความสังเวช
 สลดใจเป็นอย่างยิ่งว่า โอหนอโลกนี้ช่างไม่จริงยั่งยืนจริงๆ ทำ
 อย่างไรหนอ เราจึงจะพ้นจากโลกนี้ไปได้ ตอบตนเองว่า มีแต่
 บวชเท่านั้นที่จะพอมันทางพ้นได้

ต่อจากนั้นจึงเกิดศรัทธาอยากบวชขึ้นมาในใจอย่างรุนแรง จนถึงกับเบื่อหน่ายต่อการงานทุกอย่าง จึงได้ขอลามารดาบิดา ออกบวช บิดาขอร้องไว้ให้ช่วยทำยุ่งใส่ข้าวเสียก่อนจึงค่อย บวช เพราะยุ่งแก้ไขมานานมันชำรุดมาก ตอบท่านว่า เห็นจะ ช่วยทำไม่ได้ดอก มือไม้อะไรอ่อนหมด ไม่สามารถจะทำงาน ต่อไปได้ดอก ท่านเห็นว่าข้าพเจ้าอยากบวชอย่างรุนแรงมาก จึง ได้อนุญาตให้ไปบวชตามประสงค์

ออกบวช

ข้าพเจ้าดีใจมากได้กราบลาท่านทั้งสองเข้าวัด เรียนครอง บวชอยู่สิบห้าวันก็ได้บวชที่อุโบสถวัดบ้านหงษ์ทอง อำเภอท่าบ่อ จังหวัดหนองคาย ในคราวนั้นเข้าบวชด้วยกันประมาณ ๘ รูป ซึ่ง ท่านพระครูวาปีภูวัตตร เป็นพระอุปัชฌาย์ พระ- อาจารย์พรหม เป็นพระกรรมวาจาจารย์ เมื่อบวชแล้วก็ได้ กลับมาอยู่วัดโพธิ์ชัย บ้านหม้อ บวชเมื่อเดือนมกราคม พ.ศ. ๒๔๗๕ อาจารย์วัดโพธิ์สอนให้ภาวนาอนุสสติ ๑๐ ข้าพเจ้าทำทอง

เอา แล้วก็บริกรรมในใจว่า พุทธานุสสติ ธรรมานุสสติ
สังฆานุสสติ ไปจนถึง อุปमानุสสติ จบแล้วตั้งใหม่
เรื่อยไป รู้สึกว่าจิตสงบเบิกบานดีพอสมควร ไม่เฉพาะแต่
นั่งสมาธิเท่านั้นที่บริกรรม แม้แต่ยืน เดิน นอน ก็บริกรรมเป็น
อารมณ์ติดต่อกันไป.

พรรษาแรกจำพรรษา ณ วัดศรีสุมัง

ครั้นถึงเดือนพฤษภาคมปีนั้นเองก็ได้ไปจำพรรษาที่วัดศรีสุมัง
อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย เพื่อเรียนนักธรรมต่อไป เมื่อ
จำพรรษาอยู่วัดศรีสุมังนั้น ข้าพเจ้าได้เรียนถามเรื่องภาวนากับ
ท่านอาจารย์บุญจันทร์ รองเจ้าอาวาส และได้เรียนท่านว่า ผม
ภาวนาอนุสสติ ๑๐ อยู่ทุกวันนี้ไม่ทราบว่ายูกหรือไม่ ท่านตอบว่า
ถ้าให้ถูกตามหลักจริงๆ ก็คงไม่ถูก เพราะว่าการเจริญบริกรรม
ภาวนา ท่านสอนให้เลือกเอากรรมฐานบทใดบทหนึ่งที่ถูกกับจิต
ของตนแล้วบริกรรมแต่เฉพาะบทเดียวเท่านั้นจิตจึงจะสงบเป็น
หนึ่งได้เร็ว ท่านได้แนะนำให้บริกรรมพุทโธเป็นอารมณ์ ข้าพเจ้า
จึงได้บริกรรม พุทโธ ตั้งแต่นั้นมา ในพรรษานั้นมีทั้งเรียนนัก
ธรรมและทั้งภาวนาไปพร้อมกัน ตอนกลางวันเข้าเรียนนักธรรม

ตอนกลางคืนแต่เช้าไปทำวัตรสวดมนต์ เสร็จแล้วก็นั่งท่อง
หนังสืออยู่ตามลานวัดไปจนถึงเที่ยงคืนจึงหยุดการท่องบ่นสาธยาย
ต่อจากนั้นก็เข้าเฝ้าหัวพระส่วนตัว เสร็จแล้วก็นั่งขัดสมาธิ เอา
ขาขวาทับขาซ้าย เอามือขวาวางทับมือซ้าย ตั้งกายให้ตรงดำรง
สติเฉพาะหน้า หลับตาแล้วอธิษฐานใจนึกถึงคุณพระพุทธ พระ-
ธรรม พระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่งอันประเสริฐ ด้วยความสัจจนขอให้
จิตของข้าพเจ้าสงบลงเป็นหนึ่งอย่าได้ฟุ้งซ่านไปทางอื่น ขอให้
ข้าพเจ้ารู้แจ้งในธรรมที่ควรรู้ควรเห็น คือ อริยสัจสี่ที่พระผู้มี
พระภาคเจ้าแสดงไว้แล้ว

ครั้นอธิษฐานเสร็จแล้วก็บริกรรมแต่ “พุทโธ” อย่างเดียว
ครั้งแรกพุทโธไม่ได้อยู่กับตัวเลย มันวิ่งไปไกลแสนไกล แต่
สติก็ตามรู้ไปเสมอ และพยายามนึกพุทโธให้ใกล้ตัวเข้ามาโดย
ลำดับ ในที่สุดพุทโธก็เข้ามาอยู่ทักทายแล้วน้อมเข้าไปที่ใจ เมื่อ
พุทโธเข้าไปถึงใจแล้ว ใจก็ค่อยสงบลงโดยลำดับ เมื่อรู้ว่จิต
สงบแล้วจึงจำวัดถึงเวลาตีสี่รุ่ง เสียงระฆังดังขึ้นทักผู้เฒ่า-
อาวาส พระเถระก็พาไปรวมกันทำวัตรเช้า เสร็จแล้วก็เลิก
กันไป ตอนเช้าก็ออกบิณฑบาต ฉันเช้าแล้วก็ดูหนังสือนักธรรม

พอเที่ยงครึ่งก็ไปเรียนนักระรบทวดอนซึ่งอยู่ใกล้กัน กำลังก็ไป
รวมกันทำวัตรสวดมนต์ในอุโบสถ หมุนเวียนกันไปอย่างนั้น
ตลอดออกพรรษา และถึงเดือนธันวาคม ก็สอบนักระรบท เสร็จ
แล้วได้ลาเจ้าอาวาสกลับวัดเดิม คือวัดโพธิ์ชัย

ในระหว่างนั้นโยมบิดาเอาหนังสือธรรมะมาถวายเล่มหนึ่ง
เป็นหนังสือเกี่ยวกับการเจริญสมณะและวิปัสสนาของ พระ-
อาจารย์สิงห์ ขนดฺยาคโม เป็นผู้เรียบเรียง เมื่อได้อ่านดู
แล้วรู้สึกเกิดความสนใจขึ้น ในหนังสือเล่มนั้นท่านได้อธิบาย
เรื่อง สติปัฏฐานสี่ โดยเฉพาะเรื่อง กายานุปัสสนา

ท่านได้แนะนำให้พิจารณาร่างกายโดยให้เพ่งดูร่างกาย
แล้วแยกออกเป็นส่วนๆ เช่น ผม กองหนัง ขน กองหนัง
เล็บ กองหนัง ฟัน กองหนัง หน้าง กองหนัง เป็นต้น จน
ถึงอาการสามสิบสอง เสร็จแล้วให้ถามตัวเองดูว่า ไหนที่ว่า
ตัวตนของเรานั้นอยู่ไหน นั่นก็กองผม นั่นก็กองขน เป็นต้น
ในที่สุดตัวเราไม่มี เมื่อไฟเผาแล้ว ก็ยังเหลือแต่เถ้ากับกระดูก
เท่านั้น กำหนดเอากระดูกใส่ครกบดให้ละเอียดแล้วเอาช้อนตาม
ลม ลมพัดหายไปหมด แล้วสติรู้ได้ว่า ร่างกายนี้ไม่มีอะไร

เป็นของตนสักอย่างเดียว มีแต่เกิดแล้วดับไปดังปรากฏแล้วนั้น
แล้วใครเป็นผู้รูปร่างกายเป็นอย่างนั้น ก็จิตตนสเป็นผู้ เมื่อสติ
กลับมารู้จิต จิตก็จะรวมลงเป็นหนึ่ง แสดงว่า จิตปล่อยวาง
ร่างกายได้ตามสภาพ จึงประกอบจิตให้สงบอยู่ต่อไปนานเท่าที่
จะอยู่นานได้ ในขณะที่นั้นจะมีความรู้สึกว่า กายก็เบา จิตก็เบา
ไม่หนักหน่วงเลย เมื่อได้รับความรู้สึกเบากายเบาจิตเช่นนั้นแล้ว
ก็ควรจะไปอยู่ป่าจึงจะเหมาะสม

พอดำริที่จะออกไปอยู่ป่าเท่านั้น มาร คือ กิเลส มันก็
แสดงอาการขัดขวางไม่ให้ออกไปอยู่ป่าได้ ต่อจากนั้นจึงเกิด
ความรู้สึกนึกคิดขึ้นเป็นสองทาง ทางหนึ่งอยากสึกออกไป
ครองเรือน อีกทางหนึ่งอยากออกปฏิบัติเจริญสมถวิปัสสนา
ตามที่ตั้งใจไว้ พอตั่งใจจะออกไป กิเลสก็มาสกัดไว้ไม่ให้ออก
เป็นอยู่อย่างนั้น วันแล้วก็วันเล่า ไม่สามารถตัดสินใจลงทางใด
ทางหนึ่งได้ จึงตัดสินใจไม่ฉันทว่าหนึ่งวัน พอตกตอนค่ำลง
เวลาประมาณสามทุ่ม ก็ห่มผ้าพาดสังฆาฏิแล้วทำวัตร เสร็จแล้ว
อธิษฐานในใจว่า “บัดนี้ข้าพเจ้าจะนั่งสมาธิภาวนาเพื่อ
พิจารณาตัดสินใจลงทางใดทางหนึ่งให้จงได้” ก็จะสัก

หรือจะออกปฏิบัติ ถ้าหากข้าพเจ้าตัดสินใจลงทางใด
ทางหนึ่งไม่ได้ ก็จะไม่ลุกจากที่นั่งเลย”

เมื่ออธิษฐานเสร็จก็นั่งขัดสมาธิเพ่งจิตให้เข้าถึงความสงบ
พอจิตสงบไปได้หน่อยเดียว นางตัณหาที่มากกระชิบจิตนี้ให้สีก
ออกไปครองเรือนดีกว่าน่า ครั้นแล้วจิตก็ปรุงแต่งไปในเรื่อง
การครองเรือน ก้อต้องมเมีย เมอมเมียแล้วไม่นานก็ต้องมีลูก
ก็ต้องแสวงหาข้าวของเงินทองมาเลี้ยงเมียเลี้ยงลูก ทนการ
แสวงหาทรัพย์นั้น ไม่ใช่จะหาได้แต่โดยทางสุจริตเท่านั้นก็หา
ไม่ ต้องหาโดยทางทุจริตด้วย เช่นฆ่าสัตว์ตัดชีวิตบ้าง นอโกง
หลอกลวงเอาทรัพย์ของคนอื่นมาเป็นของตนบ้าง เป็นต้น
เหล่านั้นล้วนแต่เป็นบาปทางนั้น คนเราจะอยู่ในโลกนี้ไม่ถึง
ร้อยปีก็จะตาย ครั้นตายแล้วก็จะไปตกนรกอยู่ยาวนานแสนนาน
กว่าจะได้พ้น พอคิดมาถึงตรงนี้ จิตก็คลายความกระสันอยาก
สีกลง เพราะเชื่อว่านรกมีจริง ดังที่พระพุทธเจ้าได้แสดงไว้นั้น
กลัวจะไปเสวยทุกข์อยู่ในนรกนานแสนนาน ครั้นสงบจิตไปได้
หน่อยหนึ่ง มารก็มาเบียดเบียนอีกแล้ว จิตก็พุ่งไปตามอำนาจ
ของมารนั้น กลับไปกลับมาอยู่อย่างนี้ ไม่รู้ว่าจะนานเท่าไร เพราะ

สมัยนั้นยังไม่มาพิจารณาใช้ ความปวดเมื่อยแข้งขาที่เป็นไปอย่าง
แรง แต่เราเคารพต่อความสัจที่ตั้งเอาไว้ ถ้าตัดสินใจไม่ลงทาง
ใดทางหนึ่งโดยเด็ดขาด ก็ไม่ลุกจากที่นั่งจริงๆ ตายเป็นตาย ใน
ที่สุดก็ตัดสินใจลงทางไม่สู้ก็แน่นอน ได้ถามตัวเองถึงสามครั้ง
ก็ยืนยันอยู่อย่างนั้นทั้งสามครั้ง ต่อจากนั้นจึงคลายจากสมาธิ.

พอรุ่งเช้า ญาติโยมมาแจ้งหนักก็ได้รำลือญาติโยมออกไปอยู่ป่า
แล้วนับแต่บัดนั้นไป ก็ได้เตรียมบริวาร เช่นกลด มุงเบ็นต้น เสร็จ
แล้ว พ.ศ. ๒๔๗๕ เดือนสาม แรมสองค่ำ ก็ได้จากวัดโพธิ์ชัย
ไปอยู่ป่าที่ชาวบ้านเรียกกันว่า “ผาชัน” ริมแม่น้ำโขง ซึ่ง
ใกล้กับวัดตองอยู่เดยวัน ออกไปอยู่ด้วยกันสองรูป พระรูปนั้น
อยู่ป่าได้ ๓ วันเท่านั้นก็กลับวัดเดิม ทงนเพราะเกิดความกลัวจน
อย่างแรง เพราะเกิดนิมิตร้ายที่น่ากลัวจน เพื่อนเล่าให้ฟังว่า
เมื่อก่อนผมนั่งภาวนาอยู่ ที่แรกก็ปริกรรมพุทโธเป็นอารมณ์
กรันไปๆ ก็เกิดความกลัวขึ้นมา จึงสาธยายเวทมนต์ที่เรียนมาแต่
ก่อนเพื่อป้องกันตัว ที่ไหนได้ ในขณะที่ปริกรรมภาวนานั่นอยู่
ก็ปรากฏเห็นเป็นกษัตริย์องค์หนึ่ง ถอดบาเล่หมองเดินเข้ามาหา
แล้วถามว่ามาทำอะไรอยู่ ผมก็ได้ตอบเขาว่า อาตมากำลังภาวนา

อยู่ เขากล่าวว่า ภาวนาอะไรอย่างนี้ ทำให้ผู้คนอื่น ท่าน
 ไม่ต้องเจริญภาตอันนั้นดอก ข้าพเจ้ารู้หมดแล้วภาตที่เจริญ
 จงหนีไปเดี๋ยวนี้ ถ้าไม่หนีจะเอาดาบเล่มนี้ฟันให้ขาดเป็นท่อน
 ไปเลย ผมได้คิดว่าการสาธยายภาตนั้นเห็นท่าจะไม่ได้ผล จึง
 หวนนึกถึงเมตตาและเจริญเมตตาว่า สัพเพสัตตา สุขิตาโหนด
 สัพเพสัตตา อเวราโหนดฯ สัพเพสัตตา สัพพทุกขาปมฺญ-
 จันตุ พอเจริญเมตตาไปเรื่อย ๆ กษัตริย์องค์นั้นได้พูดขึ้นว่า
 ภาวนาอย่างนี้ถูกทางจะอยู่ก็อยู่ไปเถิดไม่เป็นไร แต่ถึงกระนั้น
 เมื่อออกจากสมาธิแล้วก็ยังไม่หายกลัว “ผมเห็นท่าจะอยู่ไม่ได้
 ดอกจะกลับวัดเดิมแล้ว” ข้าพเจ้าจึงแจ้งให้ฟังเท่าไรเพื่อนก็
 ไม่เชื่อ โดยพูดว่า “ทีนี้แล้วมาท่านสาธยายภาตนั้นไปกระทบ
 กับจิตของภูมิเทวดาซึ่งอาศัยอยู่ในสถานนั้นเขาจึงเป็นเช่นนั้น
 ถ้าท่านงดสาธายมนต์เสีย ก็คงไม่มีนิมิตเช่นนั้นเกิดขึ้นอีก
 ผมเองภาวนาแต่พุทโธอย่างเดียวโดยมอภายถวายเป็นบูชาพระ-
 พุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ หมดทุกส่วนในกายอันนี้ ใคร
 จะเอาไปจับไปย่ำกินที่ไหนก็แล้วแต่ ไม่เห็นมีนิมิตร้ายอะไรเกิด
 ขึ้นเลย จิตก็สงบเยือกเย็นดี นับว่าได้ผลคุ้มค่าที่เราสละความ
 สุขจากวัดที่เคยอยู่ มาอยู่ป่าเช่นนั้น ได้ชื่อว่าปฏิบัติตามแนวทางที่

พระพุทธเจ้าดำเนินมาเป็นตัวอย่างของชาวโลกทั้งหลาย” ในที่สุดพูดอย่างไรท่านก็ไม่ยอมอยู่ป่าต่อไป ได้กลับไปอยู่วัดตามเดิม ส่วนข้าพเจ้าได้พูดกับเพื่อนว่า “ผมเองไม่กลับไปอยู่วัดเดิมแล้ว อาศัยชาวบ้านเขาเพราะได้รำลาเขามาแล้ว ถ้าอยู่ไม่ได้ก็จะสึกอยู่ในบ้านแหละ ถ้าอยู่ได้ผู้เดียวก็จะอยู่” เพราะตอนนั้นกำลังเกิดปฏิกิริยาในธรรมเนียมปฏิบัติ จิตกล้าหาญเต็มที่ ไม่ได้กลัวอะไรทั้งหมด กลัวแต่กิเลสมันจะครอบงำเอาเท่านั้นจึงได้เร่งทำความเพียรโดยไม่ย่อท้อ

เมื่อได้ความมั่นใจที่จะประพฤติพรหมจรรย์ต่อไปแล้ว จึงได้แสวงหาครูบาอาจารย์ผู้พอจะแนะนำได้ ครั้งแรกก็พบกับพระอาจารย์กู๋ ชุ่มหินโน บ้านเดิมของท่านอยู่ที่อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร ท่านเที่ยวธุดงค์ขึ้นไปทางจังหวัดหนองคาย และได้ไปพักอยู่หัววัดซึ่งข้าพเจ้าอยู่เคยวันเอง แต่คราวนั้นยังไม่ได้ก่อสร้างถาวรวัตถุอะไร เป็นแต่ทำกุฏิอยู่ชั่วคราวเท่านั้น เมื่อได้พบท่านครั้งแรก ก็มีความเลื่อมใสในปฏิปทาของท่าน จึงได้เรียนถามอุบายภาวนาสมาธิกับท่าน ท่านก็ได้อธิบายให้ฟังจนเข้าใจได้ดี แต่ก็ไม่ได้ติดตามท่านไปในที่อื่นเมื่อท่านย้ายไป เพราะมีอุปสรรคบางอย่าง

ญาติเป็นธรรมยุต

ครั้นต่อมาในปี พ.ศ. ๒๔๗๖ ข้าพเจ้าได้พบกับ ท่าน
อาจารย์บุญมา ฐิตเปโต ซึ่งต่อมาท่านอยู่วัดสิริสาละวัน
บ้านโนนทัน อำเภอนองบัวลำภู จังหวัดอุดรธานี เดียวกัน
ท่านมรณภาพไปแล้วโดยอุบัติเหตุเครื่องบินตก ท่านอาจารย์
องค์นั้นแหละได้พาข้าพเจ้าไปบวชเป็นพระธรรมยุตที่วัดโพธิสม
ภรณ์ อุดรธานี เมื่อบวชเป็นพระธรรมยุตแล้ว ท่านอาจารย์
ถามว่า “คุณจะศึกษาเล่าเรียนปริยัติธรรมหรือว่าจะปฏิบัติ
วิปัสสนาธุระต่อไป” ตอบท่านว่า จะเอาทั้งสองอย่าง ส่วนการ
ศึกษานั้นจะดูตามคำราเอา ท่านก็ยินดียด้วย

พรรษาแรก จำพรรษาวัดป่าสาละวัน (พ.ศ. ๒๔๗๖)

ในพรรษาแรกปี พ.ศ. ๒๔๗๖ ได้จำพรรษาที่วัดป่าสาละวัน
บ้านค้อ อำเภอหอ จังหวัดอุดรธานี ซึ่งท่านพระอาจารย์นั้น
เคยไปจำพรรษา ได้ตั้งใจทำความเพียรอย่างเต็มที่ รู้สึกว่าได้
ความสงบใจมาก แต่การเจริญวิปัสสนายังไม่แก่กล้า ส่วนมาก
ได้แต่สมณะ เมื่อออกพรรษาแล้วได้เที่ยวรุดงค์ขึ้นไปจังหวัดเลย

ได้ไปพักวิเวกอยู่ถ้ำผาปู่ และถ้ำผาบัง รู้สึกว่าได้รับความ
สงบสงัดมาก

พรรษาที่ ๒ จำพรรษาวัดอรุณวาสี (พ.ศ. ๒๔๗๗)

พ.ศ. ๒๔๗๗ ได้จำพรรษาที่วัดอรุณวาสี อำเภอท่าบ่อ
จังหวัดหนองคาย ซึ่งมีพระอาจารย์กู๋ ธรรมทินโน เป็นหัวหน้า
และพระอาจารย์บุญมา วิฑูรย์โม เป็นรองๆ ในพรรษานี้ข้าพเจ้า
ตั้งใจทำความเพียรจริงๆ และได้สมาทานฉันอาหารเพียงเล็กน้อย
เท่านั้น คือเมื่อมีบาตรกลับมาแล้วเทข้าวและกับใส่กะละมัง
จนหมด แล้วก็หยิบเอาข้าวจ้าวใส่ฝ่ามือข้างขวาพอเต็มฝ่ามือ
แล้วเออลงในบาตร แล้วก็ฉันและอมก่อนเพื่อนทั้งหมด เพราะ
อาหารมีน้อยเดี๋ยว เสร็จแล้วนั่งคอยหมอยู่ไม่ได้ลุกไปก่อน
เพราะมีพระวินัยห้ามไว้ เมื่อพระอาจารย์ฉันเสร็จแล้วก็รับเอา
บาตรของท่านไปล้าง ทำอย่างนั้นไปตลอดจนออกพรรษา แต่
ก็ไม่ได้เจ็บป่วยไข้อะไรเลย เป็นแต่ร่างกายซูบผอมลงเท่านั้น
เพราะอาหารน้อย แต่ก็ทำข้อวัตรปฏิบัติกับหมู่เพื่อนได้ตามปกติ
ไม่มีบกพร่องแต่อย่างใด พุถึงการทำสมาธิเพียรส่วนตัว ใน

พรรษานั้นได้ตั้งใจไว้ว่า ๑. จะไม่นอนกลางวัน ๒. เมื่อคําลงจะทำความเพียร คือเดินจงกรมบ้าง นั่งสมาธิบ้าง ไปจนถึงสัปดาห์จ้าวัด และก่อนเวลาจะจ้าวัด ก็กำหนดใจไว้ว่า เมื่อนอนหลับไปถึงตีสองแล้วจะตื่นลุกขึ้นมาทำความเพียรต่อไปจนสว่าง โดยทำนองนี้จนตลอดออกพรรษา เมื่อออกพรรษาแล้วก็เที่ยวธุดงค์กันไปทางจังหวัดเลยอีกครั้งหนึ่งไปบำเพ็ญอยู่ถ้ำผาบังอีกเป็นครั้งที่สอง พอถึงเดือนหกก็เดินทางกลับมาเพื่อจำพรรษาที่วัดป่าบ้านค้อตามเดิม

ในระหว่างเดินทางกลับจากจังหวัดเลยมาถึงเขตจังหวัดอุดรธานีกับเพื่อนภิกษุรูปหนึ่ง ได้มาพักอยู่ที่สำนักสงฆ์บ้านนาหมื่น อำเภอโนนสะอาด จังหวัดอุดรธานี ในขณะนั้นไม่มีพระอยู่ ก็พอดีกับวันเพ็ญขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๖ ซึ่งเป็นวันวิสาขบูชา บรรดาญาติโยมชาวบ้านนาหมื่นได้พากันนำดอกไม้ธูปเทียนมาร่วมกันทำสังฆกรรมเพียร เพื่อทำพิธีเวียนเทียนตามประเพณีนิยมและเป็นการระลึกถึงองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้ประเสริฐในโลก เพราะพระองค์ประสูติ ตรัสรู้ และปรินิพพานตามสมัยกาลตรงกัน ซึ่งไม่มีมนุษย์ใดในโลกจะมีเช่นนี้ เหตุ

นั้น นักปราชญ์ท่านจึงกล่าวว่า เป็นอันจริยบุคคลที่น่าอัศจรรย์
เป็นอย่าง

เมื่อได้เวลาแล้ว ข้าพเจ้าและเพื่อนกันไปบนศาลาการ-
เปรียญ พอกราบพระเสร็จนั่งลงเท่านั้นชำเลองตาไปดูญาติโยมที่
มาจนเต็มศาลาอยู่นั้น ทันใดนั้นเหตุการณ์ที่ไม่คิดว่าจะเกิดขึ้น
มันก็เกิดขึ้น กล่าวคือข้าพเจ้าเหลือบตาไปเห็นหญิงสาวคนหนึ่ง
นั่งอยู่ในท่ามกลางฝูงชนนั้น ทันทีที่เกิดความรักในหญิงสาวคน
นั้นทันที อันความรักในครั้งนั้นนับว่ารุนแรงมาก ซึ่งไม่เคยมีมา
แต่ก่อนเลยตั้งแต่บวชมา มันตัดผิวหนังจนขนลุกซู่ซ่า แล้วตัด
เนื้อเลยเข้าหัวใจ ใจเต้นไม่เป็นจังหวะ อันกรรมฐานที่เจริญเห็น
แจ้งมาแต่ลาผาบังไม่ทราบว่ามันหายหน้าไปไหนหมด มีแต่รัก
อย่างเดียวอยู่ในหัวใจเต็มไปหมด เข้าใจว่าหญิงสาวคนนั้นสวย
งามน่ารักทุกส่วนดี ทั้งที่ไม่เคยได้พบเห็นกันมาแต่ก่อนเลย
นั้นแหละอันความรักมันเขาจึงกล่าวกันว่าไม่มีพรมแดน เมื่อทำพิธี
เวียนเทียนเสร็จแล้วได้แสดงธรรม ๑ ถิ่นท์ แล้วสนทนาปราศรัย
กับญาติโยมผู้เฒ่าผู้แก่พอสมควรแล้วก็เลิกกันไป ปรากฏว่าคน
นั้นทั้งคนนอนไม่หลับเลย คิดอยากจะสึกไปแต่งงานกับหญิง

สาวคนนั้นอย่างเดียว แต่ก็รักไม่ลง เพราะบางครั้งก็ถึง
กรรมฐานได้อยู่บ้าง

พอรุ่งเช้าวิมลพาตมานั้นแล้วก็ชวนเพื่อนองค์นั้นเดินทาง
มาสู่สำนักเดิมก่อทวดอริยบุรพตน์เอง และได้เล่าความใน
ใจให้เพื่อนองค์นั้นฟังโดยตลอด และว่าถ้าขอยู่ในที่นั้นต่อไป
อีก มีหวังได้สักแน่ ๆ ครั้นมาถึงที่พักเดิมแล้ว ต่อมาความรักและ
ความรู้สึกนั้นก็หายไปหมด แต่แล้วก็มาก่อรักใหม่ขึ้นที่บ้านตัว
เอง โดยคราวนั้นเขานิมนต์ไปฉันภัตตาหารในบ้าน ที่บ้านหม้อ
พอเหลือบไปเห็นหญิงสาวคนหนึ่งก็ไฉไลเรื่อย ก็เกิดความ
รักขึ้นเหมือนคราวก่อนนั้นอีก ทั้งที่ไม่คุ้นเคยกันมาแต่ก่อนเลย
ได้แต่รู้จักกันเท่านั้นเพราะเป็นคนบ้านเดียวกัน คราวนั้นได้
น้อยเต็มที นอนก็น้อยมาก จนถึงกับตัดสินใจจะไปลาอุปัชฌาย์
สึก และก็เดินทางไปจริงๆ โดยไปกับเพื่อนองค์เดิมนั้นแหละ
สมัยนั้นมันแต่เดินไปอย่างเดียว เพราะไม่มีรถเหมือนสมัยนี้ เดิน
จากที่พักนั้นไปกว่าจะถึงอำเภอทำอยู่อีกค่าพอดี การเดินไปใน
วันนั้นไปได้ช้า ทั้งนั้นเพราะอ่อนเพลียมากเนื่องจากนั้นไม่ได้ และ
นอนไม่หลับมาหลายวัน จึงเป็นเหตุให้อ่อนเพลียอย่างมาก

ในคืนวันนั้นเองได้พิจารณาเห็นความทุกข์ในโลกน้อยอย่าง
มหันต์ทีเดียว จึงได้ปรารภกับตัวเองว่า เมื่อความทุกข์มัน
เป็นภัยใหญ่ของชีวิตดังนี้ ก็ไม่ทราบว่าจะสีกออกไป
ทำไม เมื่อบวชช้อยกยังเป็นทุกข์ลงขนาดนี้ ถ้าสีกออกไป
มันจะไม่ใช่ทุกข์ยิ่งไปกว่านหรือ เพราะความทุกข์
ของผู้ครองเรือนนั้นมร่อยแปดพันอย่าง พอปรารภกับ
ตัวเองมาถึงตรงนี้ จิตก็กลายความกระสันอยากสีกลงทันที ใน
ที่สุดก็ตัดสินใจว่าไม่สีกละทน และในขณะนั้นอุปัชฌาย์ได้
เดินทางไปอยู่ที่จังหวัดอุดร จึงได้กลับมาโดยไม่ได้ติดตามไป
เพื่อขอลาสิก

พรรษาที่ ๓ จำพรรษาที่วัดป่าสาละวัน

ต่อจากนั้นได้เดินทางไปจำพรรษาที่วัดป่าสาละวัน บ้านก่อ
อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานีนอกเป็นครั้งที่สอง เป็นพรรษาที่
๓ ในพรรษานี้ระหว่างต้นพรรษา ได้ตั้งใจทำความเพียรอย่าง
เต็มที่ โดยปรารถนาความตายเป็นอารมณ์ ทั้งนี้เพราะจำพรรษา
อยู่ในป่าช้า ก็นับว่าได้รับความเย็นใจพอสมควร พออย่างเข้า
เดือน ๑๐ ได้ป่วยด้วยโรคเหน็บชาอย่างแรงถึงกับเดินไม่ได้

ออกพรรษาแล้วโยมบิดากับญาติพี่น้องได้ทราบเข้าจึงเอาเรือล่อ
ไปรับกลับมารักษาอยู่ ณ ที่ซึ่งเป็นวัดอรุณวรารามปัจจุบันเอง
(แต่ก่อนนั้นเป็นเพียงที่พักสงฆ์เท่านั้น) โดยล่องเรือมาตาม
ลำน้ำโม่งออกสู่มแม่น้ำโขงแล้วล่องขึ้นไปยังที่พักสงฆ์ดังกล่าว

ชนเชื่อว่าโรคเหน็บชาแล้วมันทนทุกข์ทรมานจริงๆ เพราะ
ว่ามือเท้าเป็นง่อยหมดจนเดินไม่ได้ ขยับเขยื้อนไม่ได้เลย มือ
จะหยิบอาหารใส่ปากก็ไม่ได้ ต้องอาศัยผู้อื่นบ่อนให้เหมือนเด็ก
แรกเกิด

การเจริญภาวนาในระยะที่ป่วยอยู่นี้ ได้กำหนดเอาทุกข์
เป็นอารมณ์ เพราะว่าโรคชนิดนี้กำเริบวันละหนึ่งครั้ง กำเริบ
ที่ไรใกล้ต่อความตายทุกที แต่แล้วเมื่อยังไม่ถึงเวลาตายมันก็ฟื้น
คืนมาอีก มีอยู่วันหนึ่งจำได้ว่าวันนั้นเป็นวันเพ็ญเดือน ๑๒ โรค
ได้กำเริบขึ้นเต็มที่ โดยลมพัดขึ้นเบื้องบนมาก พัดเอาเสลด
ขึ้นไปอุดช่องลมหายใจเข้าออกเสีย จิตตอนนั้นมาอยู่ที่ต้นคอ
จนจะตายอยู่เต็มที่แล้ว แต่ขณะนั้นมันเกิดความคิดขึ้นในใจ
ว่า เออ วันนั้นเป็นวันอุโบสถ ก่อนตายเราต้องสมาทานอุโบสถ
เสียก่อน ก็อธิษฐานว่า อชฺชเม อุโปสถโถปณณะระโส

แปลว่า วันนั้นเป็นวันอุโบสถที่ ๑๕ คำของเรา เมื่ออธิษฐานอุโบสถ
แล้ว ใจมันวิตกไปถึงผาจิรวผืนหนึ่ง เขาถวายเมื่อวันออกพรรษา
ตั้งใจไว้ว่าจะให้แก่สามเณรผู้ปฏิบัติก็ยังไม่ได้ให้ ในขณะนั้น
พูดไม่ได้แล้ว ขยับตัวก็ไม่ได้เลย แต่มันรู้ตัวขึ้นมาทันทีว่า เอ
ทำไมจึงส่งจิตไปผูกพันกับสิ่งที่ไม่เป็นแก่นสารนั้นเล่า
เมื่อเราตายแล้วเขาก็แยกกันเองแหละไม่ต้องห่วง จึงได้
กำหนดวางอารมณ์อันนั้นเสีย และมานึกขึ้นได้ว่าถึงอย่างไร
ก่อนตายเราต้องฉันยาเสียก่อนเป็นครั้งสุดท้ายแล้วจึงตาย

พอนึกขึ้นได้เท่านั้น บังเอิญแขนที่เป็นง่อยอยู่นั้นกลับมี
กำลังแข็งแรงขึ้นกว่าเดิม สามารถยกขวดน้ำยาที่วางอยู่ใกล้ตัว
รินใส่แก้วจนเต็ม แล้วยกแก่น้ำยาขึ้นใส่ปากดมลงไปจนหมด
แก้ว น้าอัสจรรย์ เพราะตามธรรมดาแขนทั้งสองยกไม่ขึ้นเลย
วันนั้นกลับสามารถช่วยตัวเองได้ เมื่อฉันยาเสร็จแล้วก็ตั้งสติ
สำรวมจิตว่าจะตายแล้ว พอกำหนดจิตลงไป ปรากฏว่ามีแสง
เหมือนแสงหิ่งห้อยแล่นลงไปสู่หทัยวัตถุ พอแสงนั้นวิ่งลงไปถึง
หัวใจแล้ว ทันใดนั้นก็อาเจียนเสลดออกได้ประมาณเกือบครึ่ง
กระโถนแล้วก็หายใจได้ เป็นอันว่ารอดตายมาได้ด้วยอาการ

อย่างนั้น ต่อจากนั้นก่อนเพลยมาก แต่ได้อุตส่าห์กำหนดจิต
 เตอนสติญาติโยมทนงรองให้เฝ้าดูอาการอยู่นั้นชวขณะหนึ่ง แล้ว
 ก็ตั้งสติกำหนดจิตเพ่งลมหายใจเข้าออกอยู่เฉยๆ ไม่ได้พูดอะไร
 ในขณะนั้นเวลาประมาณทุ่มเศษมีคนมาหาปลาอยู่เลียบฝั่งโขง
 แลวนรู่เข้า กลับไปถึงบ้านบอกชาวบ้านว่าข้าพเจ้าตาย
 แล้ว ญาติพี่น้องชาวบ้านได้ยินข่าวก็ตกอกตกใจพากันออก
 มาเยี่ยมเป็นจำนวนมากเมื่อเห็นข้าพเจ้ายังไม่ตายก็ดีใจ ต่อ
 จากนั้นโรคก็ค่อยบรรเทาไปโดยลำดับทีละน้อย

บัดนี้ย้อนหลังคืนไปดูว่าโรคนี้หายได้ด้วยอาการอย่างไร
 เมื่อเริ่มป่วยลงนั้นก็มิรู้เฝ้าดูอาการมาให้ฉันหลายขนาน มันก็ไม่หาย
 เพียงแต่บรรเทาเท่านั้น ครั้นเมื่อมาอยู่วัดอรุณบรรพตแล้ว ใน
 คืนวันหนึ่งได้เกิดความคิดขึ้นว่า โรคที่เกิดขึ้นครั้งนี้จะเป็นด้วย
 ผลกรรมที่ตนทำมาแต่ชาติก่อนตามมาสมองหรืออย่างไรหนอ
 ทำไมจึงทรมาณยิ่งนัก จะตายก็ไม่ตาย จะหายก็ไม่หาย และก็ไม่
 สามารถรู้ได้ในขณะนั้น จึงดำริในใจว่า “ข้าพเจ้ามาบวชใน
 พุทธศาสนามุ่งแสวงหาทางพ้นทุกข์โดยตรง ไม่ได้มุ่งหวังลาภ
 สักการะใดๆ ทั้งสิ้น ด้วยความศรัทธา ถ้าหากอายุของข้าพเจ้า

จะหมดลงในครึ่งวันแล้วไซ้ร้ ก็ขอให้แตกดับไปโดยเร็วเถิด
 เพราะว่าได้รับทุกข์ทรมานมานานแล้ว หากว่าไม่ใช่กรรมเวร
 แต่หนีหลังตามสนองแล้ว ถ้าข้าพเจ้ายังจะมีอายุต่อไปอยู่อีก
 ก็ขอใหม่ผู้มาบอกข่าวหมอจะรักษาโรคนี้ให้หายได้ ภายใน ๓
 วันหรือ ๗ วันด้วย”

พอรุ่งเช้ามาเวลาประมาณเที่ยงวัน ก็มีญาติโยมผู้หญิงคน
 หนึ่งมาเยี่ยมและบอกข่าวให้ทราบว่ามีพระองค์หนึ่งเป็นหลวงพ่อบุ
 ญวัดบ้านใกล้เคียงกันเอง เป็นหมอยาสามารถรักษาโรคเห็บชา
 รักษาให้คนป่วยด้วยโรคชนิดนี้หายมาแล้วหลายราย ควรจะไป
 นิมนต์ท่านมารักษาดูบ้าง พอได้ทราบเช่นนั้น ก็นึกคิดว่าโรคนี้
 จะหายได้แน่นอน ไม่ใช่โรคกรรมเวรอะไรตามมาสนอง ครั้น
 แล้วจึงบอกโยมบิดาเอาเรือล่องลงไปนิมนต์ท่านขึ้นมาตรวจรักษา
 ดูบ้าง เมื่อท่านมาถึงตรวจดูอาการแล้วส่ายหัว บอกว่า โรคนี้หนัก
 มากไม่สามารถจะรักษาได้ ข้าพเจ้าจึงพูดกับท่านว่า “ไม่เป็นไร
 ดอกหลวงพ่อบุญวัดรักษาไปเถิด ถ้าผมตาย ก็ขอโอสถกรรม
 ให้หลวงพ่อบุญไม่ต้องเป็นบาปกรรมอะไรทั้งสิ้น ขอให้คิดดู หาก
 เห็นว่ายายนานใดจะพอรักษาโรคนี้ให้หายได้ก็นิมนต์เถิดครับ”
 ต่อจากนั้นท่านจึงพิจารณาดูยาที่จะรักษาโรคนี้ ครั้นแล้วก็เรียก

ญาติโยมมาหาแล้วส่งให้ไปเอายาสมุนไพรตามป่า และตามบ้าน
 คน นำมาต้มเคี่ยวสามนา เอนาหนึ่งให้ลองฉันดู ญาติโยมก็
 รับประทานทันที และจัดการต้มเคี่ยวอยู่ทงคนจนสว่างจึง
 เสร็จแล้วเอามาให้ฉัน พอฉันลงไปแก้หนึ่งเท่านั้นปรากฏว่ามี
 เสียงดังในท้องและพร้อมกับเบ้าหน้าอกทันที แต่ก่อนนั้นแน่น
 หน้าอกหายใจไม่สะดวกเนื่องจากปอดบวม จึงรู้ว่ายาขนานนี้
 ถูกกับโรค ได้พยายามฉันยานั้นเรื่อยมาได้ประมาณเดือนหนึ่ง
 เกิดอาการคอแห้งไม่มีน้ำลาย เมื่อหอมมาเยี่ยมได้เล่าให้หมอฟัง
 หมอจึงสั่งให้โยมไปเอาต้นอ่อนของไม้กะบกมาต้มให้ฉัน ที่ไหน
 ได้ พอฉันแล้วทำให้สดเห็นขาวๆไม่ออกเลย เรืองนแหละ
 เป็นเหตุให้ลมดีสดชื่นอุดช่องลมหายใจ เกือบจะตายไป
 ดังกล่าวมาแล้ว ถ้าระลึกลังยาไม่ได้ก็มหัศจรรย์แต่ครั้ง
 นั้นคงไม่ได้มาเขียนชั่วประวัติ ให้ท่านผู้สนใจได้อ่านกันอย่าง
 น่แล้ว

พระราช ๔-๕ จำพรรษาทวศรณญบรรพต

ในครั้งนั้นการภาวนาก็พอเป็นไปได้ แต่มีเรื่องที่ไม่ตก
 อยู่เรื่องหนึ่ง คือเมื่อกาณาทำจิตให้สงบลงไปแล้ว ก็พิจารณา

ขันธ์หาเป็นอารมณ์ จนเห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ตาม
 สภาพความเป็นจริง แล้วปล่อยวางไว้ตามสภาพ ในขณะที่
 รู้สึกว่าจิตสงบพร้อมกับความรู้เป็นอย่างดี คล้ายกับว่ากิเลส
 หมดไปแล้ว ครั้นอยู่ต่อไป เมื่อเวลามีเรื่องต่างๆ มากระทบ
 เช่น ทางตาเป็นต้น ก็มีความรู้สึกผิดปกติไป จิตหวั่นไหวใน
 อารมณ์นั้นๆ อยู่บ้าง แต่ไม่รุนแรง อย่างไรก็ตามถึงไม่รุนแรง
 แต่มันก็แสดงว่ากิเลสยังไม่หมดสิ้นไปโดยเด็ดขาด พยายามแก้ไข
 อย่างไรก็ไม่ตก จึงนึกในใจว่าใครหนอจะช่วยแก้ไขให้ได้ ใน
 ขณะนั้นจึงนึกไปถึง พระอาจารย์มั่น ภูริทัตตเถระ ว่าจะ
 สามารถแก้ไขข้อข้องใจต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้ ทั้งที่ไม่เคยเห็นท่าน
 มาก่อนเลย ได้ยินแต่กิตติศัพท์กตติคุณของท่านเท่านั้นว่าท่าน
 เป็นผู้ปฏิบัติดี และเก่งทางอภิญญาด้วย จึงชวนกันกับเพื่อน
 ภิกษุรูปหนึ่งที่อยู่ด้วยกัน เดินทางขึ้นไปหาท่านอาจารย์มั่น โดย
 ลงเรือจากหลวงพระบางขึ้นไปอำเภอเชียงแสน จังหวัดเชียงราย
 จากเชียงแสนเดินทางไปเรื่อย ๆ คำไหนนอนที่นั่น.

นิมิตถึงท่านพระอาจารย์มั่นและได้พบท่าน

ในคืนวันหนึ่งเดินทางไปไม่ถึงหมู่บ้าน จึงนอนอยู่กลางป่าข้างทางเดิน ปรากฏว่า คณนั้นเองได้นิมิตเห็นท่านอาจารย์มั่น ปรากฏภาพท่านยืนอยู่ตรงหน้า ท่านยิ้มเฉยๆ ไม่ได้กล่าวพูดอะไรด้วย ข้าพเจ้ารู้สึกความบดเป็นอย่างย่งที่ได้นิมิตเห็นท่าน อาจารย์ผู้ทรงคุณประเสริฐ แม้จะเห็นภาพท่านเฉยๆ ไม่ได้พูดด้วยก็นับว่าเบ็นมงคลอย่างย่ง รุ่งเช้าได้ปรารภขึ้น ก็ปรากฏว่าเพื่อนภิกษุก็ได้นิมิตเห็นท่านอาจารย์เช่นเดียวกัน เมื่อซักถามถึงลักษณะที่ปรากฏ ก็ได้ความว่าเป็นอย่างเดียวกัน จึงทำให้มั่นใจอย่างย่งว่า ท่านได้เมตตามาปรากฏให้เห็นและเราต้องได้พบท่านแน่นอน.

พบท่านอาจารย์มั่น พ.ศ. ๒๔๘๑

ครั้นเมื่อเดินทางไปถึงจังหวัดเชียงใหม่ ได้ไปวัดเจดีย์หลวง หลวงตาเกิดซ่งเป็นสัทธาวิหริกของท่านอาจารย์มั่น ทราบว่าเราประสงค์จะไปพบท่านอาจารย์ ได้เมตตาวาไปพบท่านที่ป่าละเมาะใกล้ๆ โรงเรียนแม่ใจ อำเภอสันทราย ซึ่งเบ็นที่นา

อัศจรรย์ยิ่งนัก เพราะรูปร่างหน้าตาของท่านนั้นเหมือนกับที่ได้
 นิमितเห็นทุกประการ เมื่อเข้าไปกราบไหว้ท่าน ท่านก็สนทนา
 ปราศรัยด้วยเป็นอย่างดี เมื่อได้โอกาสจึงเรียนถามเรื่องภาวนา
 ที่ท่านมาแล้วว่าถูกหรือไม่ ท่านไม่ตอบว่าผิดหรือถูก ท่าน
 กล่าวว่านักภาวนาทั้งหลาย พวกกันติดความสุขที่เกิดจากสมาธิโดย
 ส่วนเดียว เมื่อทำจิตให้สงบแล้ว ก็สำคัญว่าความสงบนั้นแหละ
 เป็นความสุขอันยอดเยี่ยม จึงไม่ต้องการพิจารณาค้นคว้าหาความ
 จริงของชีวิตแต่อย่างใด ท่านชักรูปเปรียบเทียบให้ฟังว่า ธรรมดา
 เขาทำนาทำสวน เขาไม่ได้ทำไถ่บนอากาศเลย เขาทำ
 ไถ่บนพื้นดินนั้นแหละจึงได้รับผล ฉะนั้นโยคาวจรผู้
 บำเพ็ญเพียรทั้งหลาย ควรพิจารณาร่างกายนั้นแหละเป็น
 อารมณ์ จนเกิดนิพพิทาความเบื่อหน่ายในนามในรูปนี้
 ด้วยอำนาจแห่งปัญญาอันนั้นแหละ จึงจะเป็นทางหลุดพ้น
 ได้ ไม่ควรติดอยู่ในความสงบโดยส่วนเดียว.

เมื่อท่านอาจารย์ให้โอวาทแล้วจึงพิจารณาตัวเองในภายหลัง
 จึงรู้ว่าตนเองเพียงแต่เจริญสมณะเท่านั้น ไม่ได้เจริญวิปัสสนา
 เพื่อความรู้แจ้งในธรรมที่ควรรู้ควรเห็น คืออริยสัจสี่ ถึงเจริญ

ปัญญาบ้างก็ขึ้นไปเพียงเล็กน้อยเท่านั้น ไม่มากพอที่จะรู้อย่างได้
ดังนั้นข้าพเจ้าจึงได้เร่งทำความเพียรให้ยิ่งไปกว่าเดิม.

ในคืนวันหนึ่งเมื่อเดินจงกรมตอนหัวค่ำแล้วก็เข้านอน ทำ
วัตรสวดมนต์เสร็จแล้วก็อธิษฐานในใจว่า บัดนี้ข้าพเจ้าจะ
นั่งสมาธิภาวนาเพื่อทำให้สงบและเพื่อความรู้แจ้งเห็น
จริงในธรรมที่ควรรู้ควรเห็นดังกล่าวนั้น ถ้าหากว่า
ข้าพเจ้าทำจิตให้รู้อย่างเห็นจริงไม่ได้กว่าเดิม จะไม่ลุกจาก
ที่นั่งนี้เป็นเด็ดขาด เมื่ออธิษฐานเสร็จแล้ว ก็เริ่มดำเนิน
ภาวนาต่อไปโดยลำดับ ในขณะนั้น ก็ปรากฏในนิมิตเห็นท่าน
อาจารย์มั่นจูมมาอาชาไนยตัวหนึ่งมาขึ้นต่อหน้าแล้วพูดว่า “นิ
แหละคือม้าอาชาไนยอันประเสริฐ ท่านจงทำตัวให้
เหมือนม้าอาชาไนยตัวนี้ คือธรรมดาม้าอาชาไนยเป็นม้า
ที่ฝึกง่ายและเข้มแข็งไม่อ่อนแอ ท่านจงดูนะ” ว่าแล้ว
ท่านก็ก้าวขึ้นบนหลังม้าอาชาไนยตัวนั้น ครั้นแล้วมันก็พาท่าน
วิ่งไปอย่างรวดเร็วเหมือนกับลมพัดก็พานกันหายวับไปจากสายตา
ต่อจากนั้นก็ทวนกระแสจิตเข้ามาสู่ปัจจุบัน พิจารณาดูนิมิตนั้น
ได้ความรู้ความเข้าใจในธรรมได้อย่างตลอดไปว่า ม้าอาชาไนย

นั้นเปรียบเหมือนดวงปัญญา กิริยาทั้งปวงนั้น ได้แก่ปัญญา
พิจารณาเห็นสังขารนามรูปนั้นว่าเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา
ตามสภาพความเป็นจริงอย่างรวดเร็ว ฉะนั้น ต่อจากนั้นก็พิจารณา
ดูธาตุสังขันธ์ห้าอย่างพิศดารกว้างขวาง จนเห็นแจ้งประจักษ์โดย
ประการทั้งปวง หมายความว่า ได้เห็นธาตุทั้งสังขันธ์ทั้งห้าขังไป
กว่าเดิม จึงได้ออกจากการนั่งสมาธินับว่านานพอได้

วันต่อมาก็ได้กราบเรียนเรื่องความเป็นไปของจิตให้ท่าน
ทราบ ท่านก็ชมว่าเก่ง อย่างนั้นแหละจึงเรียกว่าเป็นผู้เห็นทุกข์ภัย
ในวัฏสงสารมีความต้องการอยากพ้นทุกข์จริง ๆ และท่านก็ได้
แนะนำอุบายเรื่องการเจริญวิปัสสนาให้ยิ่งขึ้นไป นับว่าได้ผล
เกินความคุ้มค่าที่ได้เดินทางมาด้วยความเหนื่อยยากเพื่อไปหาท่าน

พรรษาที่ ๖ จำพรรษาที่สวนผลไม้อำเภอฟราว

ในพรรษาที่ ๖ คิดว่าจะขอจำพรรษากับท่านอาจารย์มั่น
บังเอิญท่านได้รับนิมนต์จากเจ้าอาวาสวัดเจดีย์หลวงให้จำพรรษา
ที่วัด ที่วัดเจดีย์หลวงที่อยู่ไม่เพียงพอ ประกอบกับญาติโยมทาง
อำเภอฟราวมานิมนต์พระจากท่านอาจารย์มั่น ไปจำพรรษาที่

อำเภอร้าว ท่านอาจารย์จึงแต่งให้พระสามรูปไปฉลองศรัทธา
 ของเขา คือพระอาจารย์เนียม พระอ่อนศรี และข้าพเจ้า เมื่อ
 ออกพรรษาแล้ว ญาติโยมอำเภอร้าวจึงแต่งคนไปนิมนต์ท่าน
 อาจารย์นั้นมาร่วมในงานทอดกฐิน ครั้นเสร็จงานกฐินแล้วไม่
 นานท่านอาจารย์ได้พาไปวิเวกอยู่บนเขาชื่อว่าดอยพระเจ้าในเขต
 อำเภอร้าวนั่นเอง อยู่กัน ๖ รูป มีท่านอาจารย์นั้น ท่าน
 อาจารย์เนียม พระอ่อนศรี ท่านอาจารย์บุญธรรมเป็นต้น ข้าพเจ้า
 ไปอยู่บนยอดเขาชื่อว่า ชาติแม่โกนกับท่านอาจารย์เนียม เข้า
 ขึ้นเนินลงมาบริเวณเขาเป็นระยะทางประมาณ ๒ กิโลเมตร การ
 ปฏิบัติธรรมอยู่บนเขานับว่าได้ผลมาก เกิดปีติอยู่ทั้งกลางวัน
 และกลางคืน

พรรษาที่ ๗-๘ จำพรรษาวัดสันตน์เปา

พรรษาที่ ๗ จำพรรษาอยู่ที่สำนักสงฆ์อำเภอสันกำแพง
 จังหวัดเชียงใหม่ เนื่องจากญาติโยมนิมนต์จำพรรษาอยู่กับท่าน
 อาจารย์กู ทุมมทินโน ซึ่งเคยเป็นอาจารย์มาแต่ก่อนและอาจารย์
 สิมด้วย จำอยู่ที่นี่ ๔ พรรษา อยู่วัดสันตน์เปา เขตอำเภอ
 สันกำแพง ห่างจากอำเภอ ๘ กิโลเมตร จำอยู่ ๓ ปี

พรรษาที่ ๑๐ จำพรรษาสำนักสงฆ์แม่หนองหาร

จากนั้นแล้วก็ไปจำพรรษาอยู่ที่สำนักสงฆ์แม่หนองหาร อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ๑ พรรษา ร่วมกับหลวงปู่ชอบ ฐานสโม

ในพรรษานั้นหลวงปู่ชอบชวนไปเที่ยววิเวกที่ประเทศพม่า ท่านว่าท่านเคยไปมาครั้งหนึ่งแล้ว ท่านมีถามภิกษุเขาเป็นท่จริยสมณธรรมมาก ได้เรียนท่านว่า “กระผมขอพิจารณาดูก่อน ถ้าไม่ขัดข้องก็จะไป” ต่อจากนั้นก็เริ่มเข้าสมาธิพิจารณาเรื่องที่ว่าจะไปพม่าว่าจะสะดวกหรือไม่ เมื่อพิจารณาดูไปทางพม่าปรากฏว่า “มีคน” ไม่แจ่มใสในกระแสนจิต เข้าสมาธิที่ไร้มืดมืดต่อไม่ปลอดโปร่งเลย จึงรู้ได้ว่า ถ้าไปก็ไม่เป็นมงคล เห็นจะได้ไปประสบกับอุปสรรคอย่างร้ายแรง ครั้นวันต่อมาหลวงปู่ชอบถามว่า เป็นอย่างไรพิจารณาแล้วได้ความอย่างไรการไปวิเวกที่พม่าข้าพเจ้าเรียนท่านว่า “ผมพิจารณาแล้วได้ความว่า การไปพม่าคราวนี้จะมีอุปสรรค ไม่สะดวกแก่การบำเพ็ญสมณธรรม” ท่านพูดว่า “เมื่อผมพิจารณาปรากฏว่าสะดวกก็ไม่มีอะไรขัดข้อง” ข้าพเจ้าพูดว่า “ถ้าเช่นนั้นก็นิมนต์ท่านอาจารย์ไปเถิด สำหรับ

ผมไม่ไปแล้ว” พอออกพรรษาแล้ว ท่านก็เดินทางไปพม่าจริงๆ โดยได้พระสองรูปกับพ่อชาวเผ่าคนหนึ่งติดตามไป เมื่อไปถึงพม่าแล้วไม่นานพระหนุ่มสองรูปกับพ่อชาวเผ่าได้ลาท่านกลับเมืองไทยตกลงว่าท่านต้องอยู่องค์เดียว และเมื่อออกพรรษาแล้วท่านก็กลับเมืองไทย มาจำพรรษาสำนักสงฆ์ บ้านห้วยน้ำริน อำเภอมะริม จังหวัดเชียงใหม่ ออกพรรษาแล้วข้าพเจ้าได้พบกับท่านได้เรียนถามถึงการไปอยู่พม่าคราวนั้นว่าเป็นอย่างไร ท่านได้เล่าให้ข้าพเจ้าฟังว่า ได้พบกับทหารจีนที่เขายกเข้ามาพม่าเพื่อต้านทานกับญี่ปุ่น เพื่อไม่ให้ญี่ปุ่นล่วงล้ำเข้าไปในเขตจีน ในปี พ.ศ. ๒๔๘๒ ญี่ปุ่นได้ยกทัพเข้ามาเมืองไทยและส่งทหารเข้าไปในประเทศพม่า พวกจีนเขาถือว่าคนไทยเข้ากับญี่ปุ่น ดังนั้นเมื่อทหารจีนพบกับคนไทยอยู่ในพม่า เขาจะต้องจับเป็นเชลย ท่านอาจารย์เล่าว่าพวกไทยใหญ่ที่นับถือท่าน เขาพาท่านไปซ่อนอยู่ตามถ้ำแล้วเขาไปถวายอาหารให้ท่านฉัน ไม่ให้ท่านไปบิณฑบาตกลัวทหารจะจับท่าน ท่านเล่าให้ฟังว่า ไปพักอยู่ที่ไหนถ้ำที่นั้นจะมีกองทหารจีนผ่านไป เวลานั้นภาวนาจะมีนิมิตปรากฏให้เห็น เมื่อปรากฏเช่นนั้นแล้วท่านก็ย้ายที่ทันที แล้วปรากฏว่ามีกองทหารจีนผ่านมาจากทางนั้นจริงๆ เป็นเช่นนี้อยู่หลายครั้ง

ต่อมาวันหนึ่งตอนเช้าญาติโยมไทยใหญ่เขาพากันไปถวายอาหาร
 เขามีอาวุธติดตัวไปด้วย เวลานั้นท่านนั่งฉันอาหารอยู่หน้าถ้ำ
 พวกญาติโยมก็ยื่นอาหารถวายอยู่โดยรอบ ปรากฏว่าเห็นทหารจีน
 หนึ่งคนเดินมาหาท่านห่างกันประมาณสามวา เขาก็หยุดยืนจ้องดู
 ท่านอยู่เฉยๆ ไม่แสดงกิริยาอาการที่จะทำร้ายแต่อย่างใด ใน
 ขณะนั้นท่านก็นึกในใจว่า ชีวิตของเราเห็นจะมาจบลงในที่
 แหะละ ท่านก็สำรวจจิตใจอย่างมั่นคงแล้วก็นั่งขำไปเรื่อยๆ ทำ
 เหมือนกับไม่มีอะไรเกิดขึ้นเลย ทหารเหล่านั้นจ้องดูท่านอยู่ชั่ว
 ขณะหนึ่งแล้วก็เดินผ่านไปเฉยๆ ไม่ได้ทำอะไรแก่ท่าน ท่าน
 ก็นึกว่าเราพ้นภัยแล้วบัดนี้ ที่ไหนได้สักครูหนึ่ง ทหารจีนอีก
 พวกหนึ่งก็เดินทางมาทางเดียวกันกับพวกก่อนหน้านี้แหละ แล้วก็
 มาขึ้นจ้องดูท่านอีกไม่พูดอะไรเพราะพูดเขาก็ไม่มีใครเข้าใจ
 ท่านก็วิตกเหมือนเดิมอีก เขาจ้องดูอยู่ครู่หนึ่งแล้วก็เดินผ่านไป
 และก็ไม่มีทหารหมื่นมาอีก ภายหลังท่านคิดว่าถ้าท่านอยู่มา
 ต่อไป อาจจะถูกจับเป็นเชลยแน่นอน เพราะเหตุนี้ ท่านจึง
 เดินทางกลับมาประเทศไทยพร้อมกับคนลาวคนหนึ่งซึ่งเขาไป
 ทำงานป่าไม้อยู่กับชาวอังกฤษ เมื่ออังกฤษยกพม่าให้เป็นเอกราช
 แล้วเขาก็ยังอยู่ในพม่า ดังนั้นท่านอาจารย์ชอบจึงได้เพื่อนเดินทาง

กลับเมืองไทย ท่านได้จำพรรษาสำนักสงฆ์ห้วยน้ำริน จังหวัด
เชียงใหม่ ในพรรษานั้นท่านเป็นไข้ตลอดพรรษา ทงนเพราะ
ได้รับความบอบช้ำจากการเดินทางจากพม่ามาประเทศไทยในปี
นั้น การพิจารณาเรื่องการเดินทางไปพม่าของข้าพเจ้านับว่าถูก
ต้อง ไม่เช่นนั้นแล้วข้าพเจ้าคงได้รับความลำบากเช่นเดียวกับ
ท่านอาจารย์ชอบนั้นแล

พรรษา ๑๑ - ๑๔ จำพรรษาสำนักสงฆ์ อำเภอ สันกำแพง

เมื่อออกพรรษาแล้วได้ไปเที่ยววิเวกในเขตอำเภอแมริม
จังหวัดเชียงใหม่ บังเอิญได้ไปพบกับหลวงปู่ชอบ และ
หลวงปู่ขาว ได้พากันไปวิเวกตามเขาและถ้ำซึ่งอยู่ใกล้กับหมู่
บ้านพอบิณฑบาตถึงได้ เขาถูกหนามถ้ำอยู่สองถ้ำ แต่เป็นถ้ำที่อยู่
สูงจากต้นเขาขึ้นไปประมาณ ๑๕ วา ประกอบกับชั้นชันมาก
เวลาขึ้นไปต้องเอามือเหนี่ยวต้นไม้ขึ้นไป ข้าพเจ้ากับพระองค์
หนึ่งขึ้นไปอยู่บนถ้ำ หลวงปู่ชอบกับหลวงปู่ขาวอยู่ห้วยเขาข้าง
ล่าง ไปอยู่ทนมรุกขกาวนาถพอสสมควร เพราะอากาศดีและ
สงบด้วย ส่วนชาวบ้านที่ใกล้เขาถูกหนามเมื่อได้ทราบข่าวว่ามี

พระกรรมฐานมาพักอยู่ในถ้ำและเขานั่น ก็พากันชั้นชมยินดี
ชักชวนกันมาทำที่พักอาศัยให้ ส่วนน้ำใช้นั้นเขาเอาไม้ไผ่มา
ทำเป็นรางต่อกันมาแต่ข้างเขา เอนาที่ออกข้างเขานั่นให้ไหล
ตามรางมาไว้ที่หัวเขา นับว่าสะดวก แต่นั่นผสมกับหินปูน
ต้องดื่มให้เดือดแล้วปล่อยให้เย็น เมื่อตกตะกอนแล้วจึงกรอง
เอามาฉัน

ครั้นอยู่ต่อมาพระที่อยู่ในบ้านเขาพากันสีกหมด คนในหมู่บ้าน
เจ็บป่วยลง กำนันตำบลนั้นเกิดความเห็นผิดขึ้นมาว่า พระ-
กรรมฐานไปอยู่ในถ้ำนั้น ผิดอยู่ในถ้ำนั้นกลัวพระกรรมฐาน
อยู่ไม่ได้จึงมารบกวนชาวบ้านให้เจ็บป่วย กำนันตำบลนั้นจึง
เที่ยวประกาศห้ามไม่ให้ชาวบ้านท่หมู่บ้านซึ่งกำนันอยู่นั้นทำบุญ
ตักบาตร วันหนึ่งไปบิณฑบาตในหมู่บ้านนั้นไม่มีใครใส่บาตร
สักคนเดียว เมื่อไปบ้านอื่นซึ่งอยู่ใกล้กันจึงมีผู้ใส่บาตรให้ น
แหละชนเชื่อว่าความเห็นผิด ความเชื่อผิด ทำให้คนเรากระทำ
แต่สิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ เป็นไปเพื่อโทษโดยส่วนเดียว วันต่อ
มารางนาทชาวบ้านผู้ที่เขาเลื่อมใสต่อมาให้ใช้ยังที่พักถูกฟันเสีย
หายเป็นบางตอน ญาติโยมรู้เข้าเขาก็พากันไปซ่อมแซมให้ใช้
ได้ตามเดิม ต่อมาหลวงปู่ขาว ขวนข้าพเจ้าขึ้นไปวิเวกบนดอย

แม้ว ส่วนหลวงปู่ขาวกับหลวงพ่อดังอยู่เดิม เมื่อเดิน
 ทางขึ้นไปถึงบ้านแม้วแล้วก็ไปหาผู้ใหญ่บ้าน แนะนำให้เขา^๕รู้ว่า
 เราเป็นนักบวช ^๕ คือเป็นพระในพระพุทธศาสนา ^๕ ทั้งนเพราะเขา
 ไม่เคยเห็นพระมาก่อนสักคนเลย สำหรับการพูดจากันนั้นผู้ชาย
 เท่านั้น พอพูดรู้เรื่องกันบ้าง ส่วนผู้หญิงพูดไม่รู้เรื่องกันเลย โดย
 พูดกับเขาว่า พวกเรามา^๕ไม่ได้มาหาเงินทองอะไร เรามาพัก
 ภาวนาหาความสงบทางจิตใจเท่านั้น หวังว่าคงไม่ขัดข้อง ผู้ใหญ่
 บ้านตอบว่าไม่ขัดข้องยินดีให้ความช่วยเหลือทุกอย่างที่พวกท่าน
 ต้องการ ถ้าเช่นนั้นก็ขอให้พาไปหาสถานที่พักในป่าบ้าง ที่ไหน
^๕ เป็นที่สงบและร่มรื่นพอได้อาบและฉัน ผู้ใหญ่ก็เรียกลูกบ้านมา
 ๔-๕ คน แล้วพาไปหาที่พัก ทำที่พักถวายแล้วก็กลับกัน รุ่ง
 เข้าไปบิณฑบาต เขาไม่ได้ทำอาหาร มีแต่หุงข้าวไว้เท่านั้น
 เขาก็เอาเนื้อหมูที่ลวกน้ำเกลือกันเน่าที่เก็บไว้มาใส่บาตรให้ ^๕ ได้
 ซ้ำให้โยมที่ติดตามไปรับแทนไม่ให้ใส่ในบาตร เมื่อบิณฑบาต
 เสร็จแล้ว ก็ให้โยมผู้ติดตามขอยืมหม้อกะทะขนาดเล็กของเขา
 ไปสุกที่พัก แล้วโยมก็จัดการทำให้สุกแล้วฉันกัน ในวันต่อไป
 ชาวบ้านที่ไปจากข้างล่างแนะนำเขาจึงทำอาหารสุกใส่บาตรให้

การบำเพ็ญภาวนารู้สึกว่าเป็นไปได้ดี อากาศก็เย็นสบาย
 ไม่ร้อนมากลมพัดอยู่เสมอ บำเพ็ญอยู่ได้ ๑๐ วัน หลวงปู่ขาว
 ไม่ค่อยสบายผิวดอกาศต้องกลับมาพักอยู่หัวเขาที่เดิม อยู่ต่อมา
 หลวงปู่ชอบชวนขึ้นไปอีก คราวนี้ไม่สัญญาติโยมไปด้วย ต้องจ้าง
 คนสองคนหาบบริขารขึ้นไปช่วย และประสงค์จะให้เขาไปทำที่
 พักให้บนเขาสูงลูกหนึ่ง ซึ่งอยู่ข้างล่างมองเห็นอยู่คิดว่าจะวิเวก
 ดี เดินทางไปวันยังค่ำถึงต้นเขาลูกนั้น ที่ต้นเขานั้นมีบ้านน้อย
 หลังหนึ่ง ได้สนทนากับเจ้าของบ้านและบอกความประสงค์ให้
 เขาทราบ ว่า เราต้องการจะไปพักภาวนาอยู่หลังเขาลูกนี้จะขัด
 ข้องประการใด เขาตอบว่าอย่าไปเลยท่าน ผิดมากที่เขาลูก
 นั้นถามเขาว่า รู้ได้อย่างไรว่าผิด เขาบอกว่าพวกผู้ชายแม่สามคน
 มาเที่ยวเขาลูกนี้เมื่อไม่กี่วันมานี้ ผมนำเอาตายไปสองคน อีก
 คนหนึ่งมาหาผมขอให้ผมไปพูดกับผี ให้ผมไปเจรจากับผีให้จึง
 ไม่ตาย ข้าพเจ้าพูดว่าคนเหล่านั้นไปทำอย่างใดอย่างหนึ่งให้เขา
 ไม่พอใจกระมัง เขาพูดว่า แม่เหล่านั้นเขาดักอินหินได้ตกลง
 ในเหวลึกซึ่งอยู่ข้างหัวเขานั้นเอง ทำเอาเสียงดังสนั่นหวั่นไหวใน
 บริเวณนั้นเอง แล้วผีพากันร้องเอ๊กเกร็กแสดงความสนุกสนาน

กันเต็มที่ ข้าพเจ้าจึงว่า ก็เพราะเหตุนี้จึงเกิดความวิตกกัน
 เนื่องจากพวกภูตผีปิศาจที่อาศัยอยู่ตามท่อนเขาชอบสงบ เมื่อ
 ใครไปทำวุ่นวายเขาไม่ชอบและเขาถือว่าไปล่วงเกินเขาโดยไม่
 ยำเกรงจึงทำร้ายเอา สำหรับพวกอาตมาไปอยู่อย่างสงบคงไม่
 เป็นไรหรอก ขอให้โยมพาไปบ้างเถิดจะได้เป็นบุญกุศลของ
 โยมด้วย เขาตอบว่า ถ้าพวกท่านไม่กลัวผมก็จะพาไป เขาก็
 พาขึ้นไป พอถึงหลังเขาก็ก่อบคำ วันรุ่งขึ้นก็ไปบิณฑบาต
 บ้านเดิมที่มาอยู่คราวก่อนนั้นแหละ แต่ระยะทางไกลมากประมาณ
 สี่กิโลเมตรเห็นจะได้ คราวนี้ไม่ลำบากเพราะเขาเคยใส่บาตรแล้ว
 พอเป็นวันใหม่ก็ไป เมื่อกลับมาถึงที่พักก็ประมาณสามโมงเช้า
 โยมสองคนที่หาบของไปส่งนั้นเขาก็ช่วยทำกระท่อมให้รูปละ
 หลังทำกันอยู่สามวันเสร็จแล้วก็กลับไปบ้าน ต่อจากนั้นก็ตั้งใจ
 ประกอบความเพียรกันเต็มที่ คืนวันหนึ่งนั่งสมาธิอยู่เกิดความ
 รุขในจิตว่า “ระวังอย่าประมาณกันนเสื่อใหญ่มา” เอน
 อะไรกัน ความคิดหลอกตัวเองหรืออย่างไร เชื่อบ้างไม่เชื่อบ้าง
 แต่ก็นึกปลงสังขารลงว่า เอาเถิดเสื่อจะกินก็กินเถิดเราวายุชีวิต
 บุษยาพระรัตนตรัยแล้วจึงมาสู่สถานทีเช่นนั้น ถ้ากรรมเวรหากมี

จะขอรับกรรมไปไม่ขัดข้อง ถ้าหากกรรมเวรไม่มีก็ขอให้ปลอด
 ภัย คิดเท่านั้นแล้วก็สงบจิตคอยฟังอยู่ว่าเสี้ยนจะมาทำอย่างไร
 นิ่งสมาธิอยู่นานเท่านั้นก็เงิบไม่มีเสียงอะไรดังขึ้นเลย เหนื่อย
 มากก็จำวัดลงไป โดยคิดว่ามันจะเอาไปกินในเวลานอนหลับ
 ก็แล้วแต่มัน ต่อจากนั้นก็หลับไป พอตื่นขึ้นก็ลุกนั่งสมาธิฟังอยู่
 ก็ไม่ปรากฏว่ามีปฏิกิริยาอะไรบังเกิดขึ้น พอสว่างก็ไปปฏิบัติ
 ท่านอาจารย์ชอบและเรียนถามท่านว่า “ขอโอกาส เมื่อก่อน
 ท่านอาจารย์ได้เห็นอะไรบ้าง.” ท่านตอบว่า “ได้สิ” พอ
 ภาวนาเสร็จแล้วก็จำวัด พอเคลิ้มไปเท่านั้นแหละก็ปรากฏว่ามี
 อุบาสกหนุ่มชาวคนหนึ่งมาบอกว่า “คุณเสื่อใหญ่มานะท่าน
 อย่าประมาทนะ” พอทราบอย่างนั้น ก็รีบลุกขึ้นนั่งสมาธิคอย
 ฟังอยู่ว่ามันจะมาอย่างไรกัน นิ่งอยู่ตงนานก็ไม่เห็นเสื่อมาสักที
 ก็จำวัดต่อไป ตื่นขึ้นนั่งสมาธิฟังอยู่ก็ไม่เห็นมันมาเลย ไม่
 ทราบว่านิมิตมันจะหลอกเล่นหรืออย่างไร ข้าพเจ้าจึงเรียนท่าน
 ว่า “ผมก็ปรากฏเหมือนกัน แต่ก็ไม่เห็นมันไปหาเลย” เพื่อ
 พิสูจน์ความจริง ข้าพเจ้าก็เข้าไปในป่าหญ้าแฝกซึ่งล้อมรอบ
 ที่พักอยู่ ทันใดนั้นก็เห็นรอยเสื่อคุ้ยดินเป็นขุม ๆ เป็นระยะ

ไปในป่าหยาญ์เผ่นนั่นเอง จึงได้เรียนให้ท่านอาจารย์ทราบ
ท่านเข้าไปดูท่านจึงว่า “แหมมันมานั่งเฝ้าพวกเรายู่ตลอดคืน
กระมัง แต่มันไม่สามารถจะทำอะไรกับเราได้” ครั้นแล้วก็พา
กันห่มผ้าไปนิมิตบาท พอเดินตามทางไปเห็นรอยของเสือใหญ่
ปรากฏไปเรื่อย ๆ พอลงเขาไปถึงลำธารปรากฏว่าน้ำในลำธาร
ตรงข้ามยังขุ่น ๆ อยู่ จึงพูดว่ามันฟังข้ามน้ำไปไม่นานนี้ บางที
อาจจะพบกันระหว่างทางนี่ก็ได้ ต่อจากนั้นก็ตั้งสติสำรวมจิต
อย่างเต็มที่และก็ไม่ลืมเมตตา เจริญเมตตาไปเรื่อย ๆ เจริญ
อย่างไร “ก็นึกในใจว่า ขอให้สัตว์ทั้งหลาย จงเป็นสุข
เป็นสุขเถิด อย่าได้มีเวรต่อกันและกันเลย จงมีความ
สุรักษัตนให้พ้นจากภัยอันตรายเถิด” ดังนี้ พอเดินไป
ถึงป่าเหล่าแก่แห่งหนึ่งเห็นรอยมันแหวะเข้าไปในบ้านนี้ จึงพูด
ว่าแกจงไปเป็นสุขเถิดอย่ากลับไปหาเราอีกน้อ ตั้งแต่วันนั้นมา
มันก็ไม่ไปหาเลย

อยู่มาวันหนึ่งท่านอาจารย์ชอบเล่นนิมิตให้ฟังว่า ภาวนาไป
จิตสงบลงเกิดแสงสว่างพุ่งไปสู่ทางจงกรม ขณะนั้นปรากฏเห็น
พญานาคตัวหนึ่งโผล่ขึ้นมาที่หัวทางจงกรมนั้น ท่านถามพญา-

นาคว่ามาจากไหน พญานาคตอบว่า มาจากเชิงเขาลูกนี้ ข้าพเจ้า
 อยู่เชิงเขาลูกนี้แหละ ในเขาลูกนี้มีลำธารผ่านเชิงเขาออกมาแล้ว
 ไหลไปสู่ท้องนาของชาวบ้าน พวกท่านเดินทางมาก็คงได้ข้าม
 ลำธารมาแล้วหลายครั้งไม่ใช่หรือ ท่านอาจารย์ถามว่า “ท่านชื่อ
 ว่าอย่างไร” พญานาคตอบว่า “ข้าพเจ้าชื่อเทพนาคา” ท่าน
 อาจารย์เล่าว่าพญานาคเมื่อโผล่หัวขึ้นที่ทางจกรมแล้วก็เอาหาง
 พาดเขาก็กดก้นให้ท่านดู รู้สึกว่าตัวยาวมาก ข้าพเจ้าถามว่า
 ลักษณะตัวของพญานาคเป็นอย่างไร ท่านบอกว่าพญานาคนั้น
 มีหงอนสีแดงและมีแผงเหมือนกับของม้าเช่นนั้น และลำตัว
 เป็นเกล็ดสีดำเลื่อม แสดงตัวให้ดูอยู่ครู่หนึ่งแล้วก็จมลงไปที่
 เติมน้ำเอง เรื่องพญานาคก็เป็นอย่างนั้นว่าจบลงเท่านี้

ต่อมาอีกสองวันข้าพเจ้านั่งสมาธิในคืนวันนั้นรู้สึกว่ารุด
 ไปรุ่งดีพอสมควร เมื่อออกจากสมาธิแล้วก็นอนตะแคงข้างขวา
 ลงเป็นการเปลี่ยนอิริยาบถ และมีสติสัมปชัญญะให้ตั้งมั่นอยู่
 ภายในตามเดิม ในขณะนั้นกระแสดิจที่พุ่งใส่นั้น ครั้นแล้ว
 ก็ปรากฏเหมือนมีเงาเม็ดไหลเข้าสู่กระแสดิจที่พุ่งใส่นั้นในที่สุด
 เข้าที่ละน้อย เหมือนก้อนเมฆไหลเข้าสู่ดวงจันทร์ระยิบระยับ จึง

ดำริในใจว่า “เรื่องนี้เป็นเรื่องอะไรหนอ” ก็ไม่รู้ว่าเป็นเรื่องอะไรในขณะนั้น จึงเกิดความรู้นมาว่า ทุกสิ่งทุกอย่างคงไม่พ้นไปจากนามรูป จึงบริกรรมจนในจิตว่า “นามรูป อนิจจัง นามรูป ทุกขัง นามรูป อนัตตา” พอบริกรรมเท่านั้น ก็ปรากฏว่า กระแสจิตหมดอยู่นั้น ค่อยสว่างออกทีละน้อยๆ เหมือนกับก้อนเมฆไหลออกจากพระจันทร์ระยิบระยับนั้น ต่อจากนั้นจึงเคลื่อนไหวร่างกายได้ ปรากฏการณ์เช่นนั้นไม่เคยมีมาแต่ก่อนเลย เพิ่งปรากฏเป็นครั้งแรก จึงเลขนึกไปถึงเรื่องพญานาคที่ท่านอาจารย์ชอบนิมิตเห็น ชะรอยว่าพญานาคจะมาเยี่ยมหรืออย่างไรก็เป็นเรื่องที่รู้ไม่ได้ด้วยตนเอง แต่ว่าถ้าโดยธรรมาธิฐาน ค่อยยกเอาธรรมเป็นที่ตั้งแล้วก็ได้ความว่า เรื่องของอวิชชาตัณหาแล้วมันมีลักษณะมืดมน เมื่อมันครอบงำจิตจึงทำให้จิตมืดหมองไม่พองใส แต่เมื่อเจริญวิปัสสนาให้เกิดขึ้นแล้ว ความมืดก็จะหายไป

การบำเพ็ญสมณธรรมอยู่บนเขาสูงนั้นรู้สึกว่าได้ผลดีมาก ต่อจากนั้นมาก็ไม่มีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้นอีก จนวันเวลาผ่านไปได้ ๒๒ วัน ท่านอาจารย์ชอบเกิดไม่สบายคือเจ็บเสียดมีลมในท้อง ไม่สามารถจะเดินบิณฑบาตได้เพราะมันโกล ท่านจึงชวนกลับไปวัด บิณฑบาตที่สำนักสงฆ์อำเภอสันกำแพง การจำพรรษาอยู่ที่จังหวัดเชียงใหม่รวมแล้วได้ ๓๐ ปี

พรรษา ๑๕ พรรษา ๑๗-๑๘ จำพรรษาอำเภอดิน จังหวัดลำปาง

เมื่อปี พ.ศ. ๒๔๕๓ ข้าพเจ้าได้รุดลงมาทางจังหวัดลำปาง และจำพรรษาอยู่ที่สำนักสงฆ์อำเภอดินสองพรรษา ในพรรษาแรกถูกเจ้าของถนเขาขับไล่ให้หนีไปไม่ให้จำพรรษา แต่ญาติโยมผู้ทักเลื่อมใสเขาไม่ยอมให้หนี เพราะเขาได้นิมนต์ให้อยู่จำพรรษาที่นั่นแล้ว และเขาก็จัดเสนาสนะถวายอยู่ ข้าพเจ้ากับหมู่คณะได้รับนิมนต์เขาแล้ว ดังนั้นจึงไม่ควรหนีไปที่อื่น ในที่สุดก็ได้จำพรรษาที่สำนักสงฆ์แห่งนั้น ซึ่งผู้ใหญ่ว่านเป็นผู้ถวายที่ดินสวนให้อยู่จำพรรษา ข้าพเจ้าจำพรรษาอยู่ที่สำนักนั้นก็ได้แนะนำสั่งสอนญาติโยมชาวอำเภอดินให้มีความเลื่อมใสในพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ ตลอดจนรู้จักแนวทางปฏิบัติที่ถูกต้องตามคำสอนของพระพุทธเจ้าพอสมควร ที่สำคัญอีกเรื่องหนึ่งคือ ได้พาโยมบิดาไปบวชเป็นพระภิกษุที่วัดเซตวัน อำเภอมือง จังหวัดลำปาง และอุปการะท่านมาโดยลำดับ ต่อมาเมื่อออกพรรษาแล้วในเดือนมกราคมได้นำนาคไปบวชที่วัดเซตวัน และ ณ ที่วัดนั้นเองได้พบ

กับ พระมหาวลย์ ฐิตังกูร ซึ่งเดินทางมาจากวัดเจดีย์-
หลวง จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อฝึกหัดเจริญสมณะและวิปัสสนา
จึงได้ชวนกันไปเที่ยวหาวิเวกที่จังหวัดเชียงราย โดยไปด้วยกัน
สามรูป ได้ไปพักภาวนาอยู่ตามโบราณสถานต่าง ๆ ที่อำเภอ
เชียงแสน ซึ่งแต่ก่อนเป็นเพียงตำบลเท่านั้น นับว่าได้รับความ
สงบกายสงบใจพอสมควร

พรรษาที่ ๑๖ จำพรรษาในจังหวัดเชียงใหม่

ในพรรษานี้ได้จำพรรษาอยู่ที่บ้านว่างของคนอังกฤษที่
จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งญาติโยมได้นิมนต์ไปจำพรรษาอยู่ เพื่อได้
อบรมสั่งสอนแนวทางปฏิบัติธรรม ได้แนะนำสั่งสอนแก่ญาติ-
โยมและบำเพ็ญสมณธรรม ณ ที่นั้นอยู่จนตลอดพรรษา ได้ผลดี
และมีความเจริญในธรรมเป็นอย่างดี

ธุดงค์ประเทศลาว

ครั้นอยู่ทนทนพอสมควรแล้ว พระมหาวลย์ ฐิตังกูร ก็ขอ
ร้องให้พาไปจังหวัดหลวงพระบาง ประเทศลาว เพราะไม่เคย
เห็นมาแต่ก่อน จึงตกลงพาเพื่อนไปจังหวัดหลวงพระบาง การ

ไปประเทศลาวครั้งนั้นนับว่าลำบากมาก เพราะประชาชนลาว
กำลังรวมตัวกันขอเอกราชจากฝรั่งเศส เมื่อฝรั่งเศสไม่ยอมให้
เอกราชจึงเกิดการรบกันขึ้นทั่วไปในประเทศลาว โดยเฉพาะเลียบ
ฝั่งแม่น้ำโขงเขาตั้งด่านตรวจเรือขนถ่ายตามลำน้ำโขงเป็นแห่งๆ
บรรดาเรือทชนกิด ล่องกิด ระหว่างเวียงจันทน์กับหลวงพระบาง
เมื่อถึงด่านไหนต้องจอดเรือที่ด่านนั้น บรรดาผู้โดยสารเรือต้อง
ขึ้นไปแจ้งต่อเจ้าหน้าที่เขา และถ้าเป็นคนไทยต้องขออนุญาต
จากเจ้าหน้าที่ฝรั่งเศสที่ด่านทางเสียก่อน เมื่อได้รับใบอนุญาต
แล้วจึงจะไปได้ ดังนั้นพวกเราจึงข้ามเรือไปขอใบอนุญาตจาก
เจ้าหน้าที่ฝรั่งเศสแล้วจึงติดต่อขอโดยสารไปกับเรือพ่อค้า เขาก็
ไม่ขัดข้อง โดยเสียค่าโดยสารให้เขาตามที่เขาเรียกเอา และได้
มีเรือทหารสองลำล่องติดตามให้อารักขาไปด้วย พวกเราพยายาม
นั่งสมาธิภาวนาอธิษฐานขอย้ำให้มีเหตุร้ายอะไรเกิดขึ้นเลยใน
ระหว่างทาง และก็ปลอดภัยจริงๆ จนถึงนครเวียงจันทน์

นิมิตเกี่ยวกับอนาคตของประเทศลาว

เมื่อถึงนครเวียงจันทน์แล้วได้ไปพักอยู่วัดป่าแห่งหนึ่งใน
เขตนครเวียงจันทน์นั้นเอง ณ ที่นั้นได้พบกับพระอาจารย์ผู้
ซึ่งเป็นเจ้าอาวาสอยู่วัดนั้น ท่านอาจารย์ผู้รูปนั้นก็เป็นผู้
ปฏิบัติสมณะและวิปัสสนาเหมือนกัน ครั้นอยู่ต่อมาท่านได้ชวน
ฉันไปวิเวกบนภูเขาซึ่งอยู่ทางด้านตะวันตกของนครเวียงจันทน์
ห่างจากนครเวียงจันทน์ประมาณ ๑๕ กิโลเมตร เขาเรียกว่า
ดำนนาเกลียง หลังเขาเป็นที่ราบและเป็นลานหินล้วน ๆ
สะอาดดี ณ ที่นั้นแหละข้าพเจ้าภาวนาอธิษฐานในใจว่า ต่อไป
ในอนาคตนครเวียงจันทน์ประเทศลาวจะมีความสุขหรือจะมี
ความไม่สงบอย่างไรก็ขอให้เกิดกรรมนิมิตอย่างใดอย่างหนึ่งด้วย
เมื่อภาวนาแล้วก็นอนหลับไป ปรากฏเห็นดวงพระจันทร์ตกลง
มาแต่ท้องฟ้า ตกกลงตรงกลางนครเวียงจันทน์เสียงดังเปรี้ยง
เหมือนฟ้าผ่า ในขณะนั้นนึกในใจว่าอะไรหนอเกิดขึ้น

ความรูสึกในใจขณะนั้นว่า ฟ้าผ่าเมืองเวียงจันทน์แล้ว
เห็นจะย่อยยับไปแล้วกระมัง

ทันใดนั้นปรากฏเห็นรถไฟขบวนหนึ่งวิ่งผ่านหน้าแล้วหยุด
 อยู่ต่อหน้า ครั้นแล้วก็มคนทั้งหญิงทั้งชายลงจากรถรูกันมาหา
 ข้าพเจ้าเป็นจำนวนมาก และแสดงอาการเกรงกลัวกันระตำระสาย
 แล้วก็พากันนั่งลงกราบ ข้าพเจ้าจึงถามว่า พวกญาติโยมเป็น
 อย่างไม่รู้จักระสับกระส่ายกันอย่างไร เขาก็ตอบว่า พี่ผ่า
 เมืองเวียงจันทน์พึ่งทลายหมดแล้ว พวกกระผมรอดตาย
 มาได้นับว่าเป็นบุญอย่างมาก พวกกระผมจะมาขอพึ่ง
 บารมีของท่านอาจารย์

ข้าพเจ้าจึงตอบเขาว่า ถ้าเช่นนั้นก็ขอให้ญาติโยมตั้งใจ
 สมาทานเอาซึ่งพระไตรสรณาคมน์ และศีลห้าประการ
 เสีย ข้าพเจ้าได้ประกาศพระไตรสรณาคมน์และศีลห้าให้แก่คน
 เหล่านั้น จบแล้วก็ได้ชี้แจงให้เขาฟังว่า พระไตรสรณาคมน์และ
 ศีลห้าประการนี้เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของสัตว์โลกทั้งหลาย ขอ
 ให้ท่านทั้งหลายจงรักษาไว้ให้ดี อย่าประมาท และต่อไปขอให้
 พากันนั่งสมาธิ เอาขาขวาทับขาซ้าย เอามือขวาทับมือซ้าย ตั้ง
 กายให้ตรง หลับตาแล้วตั้งสติสำรวมจิตเข้าไว้ภายใน แล้ว
 บริกรรม “พุทโธ” ไปเรื่อย ๆ จนกว่าใจจะสงบ คนเหล่านั้นก็

พากันนั่งสมาธิอยู่ได้สักครูหนึ่งจึงออกจากสมาธิแล้วพากันกราบ
ลาขณรรถไฟเดินทางต่อไป

พิจารณาณิมิต

ครันรูตักตนชนกพิจารณาณิมิตที่ปรากฏเห็นนั้น ได้ความว่า
ต่อไปเบื้องหน้านานประเทศลาวจะหาความสงบได้ยาก ประชาชน
จะระส่ำระสาย มีแต่ความหวาดกลัวภัยต่างๆ อยู่เสมอ เมื่อ
กลับจากภูเขาลงมาพักที่วัดในเมืองเวียงจันทน์อีก ญาติโยมผู้ที่มี
ความเลื่อมใสศรัทธาได้นิมนต์ให้อยู่จำพรรษาที่นครเวียงจันทน์
นั้น ถ้าชอบอยู่ที่ไหนเขาจะสร้างถวายเป็นที่อยู่มั่น ข้างเจ้าไม่
รับนิมนต์เขา เพราะพิจารณาเห็นแล้วว่าไม่เป็นมงคล จึงได้
ข้ามแม่น้ำโขงมาสู่ประเทศไทยที่อำเภอท่าบ่อ

ได้พบพระอาจารย์เทศก์ที่อำเภอท่าบ่อ

สาเหตุที่จะพบกับท่านอาจารย์เทศก์เพราะท่านกลับจาก
จังหวัดพังงามาพักอยู่ที่นั่น ท่านได้เล่าให้ฟังว่าท่านได้ไป
จำพรรษาอยู่ที่พักสงฆ์ ตำบลโคกกลอย อำเภอตะกั่วทุ่ง จังหวัด

ฟังว่า รุสกว่าประชาชนสนใจในทางธรรมปฏิบัติมากพอสมควร
ถ้าหากมีพระผู้ใหญ่มากองค์ไปช่วยกันเผยแพร่แนวทางปฏิบัติ
ดังที่พวกเราทำกันมาทางภาคอีสานก็จะประโยชน์แก่คน
เหล่านั้นมาก เมื่อได้ฟังท่านอาจารย์ชยเหตุผลของการไปอยู่
ภาคใต้ให้ฟังเช่นนั้น พิจารณาเห็นว่าจะเป็นประโยชน์จริง จึง
ตัดสินใจเดินทางลงไปภาคใต้โดยทางรถไฟบ้าง รถยนต์บ้าง
และเรือยนต์บ้าง จนถึงภูเก็ต การเดินทางนี้ทั้งพระทั้งฆราวาส
แล้ว ๘ รูปด้วยกัน

เจอกับมรสุม

เวลา ๒๒.๐๐ น. (สี่ทุ่ม) เรือออกจากท่าอำเภอกันตัง วิ่ง
ไปถึงปากอ่าวก็สว่างพอดี พอถึงปากอ่าวแล้วก็เจอกับมรสุม คือ
คลื่นลมแรงกระทบกับเรืออย่างแรงจนเรือเอียงไปเอียงมาเหมือน
มันจะคว่ำลงไป แต่มันก็ไม่คว่ำ ถึงเวลานั้นภัตตาคารเขาก็เอา
อาหารมาถวาย ในขณะที่ฉันอยู่นั้นเรือถูกคลื่นกระทบเอาโคลงไป
มาอย่างแรง ทำเอาถั่วแระกว่าเหลือนึ่งครึ่งถ้วย นับว่าขบขัน
มาก เมื่อฉันแล้วประมาณสักสองชั่วโมง พระเถรพากันเมาคลื่น
อาเจียนกันออกหมด เหลือแต่ข้าพเจ้าและ อาจารย์คำพอง

เท่านั้นที่ไม่เมาคลื่นและไม่อาเจียน เธอต้องต่อสู้กับมรสุมตลอด
ทั้งวันจนคำจิ้งค้อยสงบลง

ธรรมะเกิดในขณะที่เรือผาคล่น

ในขณะที่เรือผาคล่นลมแรงอยู่นั้น ได้มองเห็นลูกคลื่น
วิ่งมากระทบกับหัวเรือเข้าแล้วก็แตกกระจายไป แล้วไม่นานลูก
คลื่นกลางมากระทบหัวเรืออีก แล้วก็แตกกระจายไปอีกอยู่เช่นนั้น
ตลอดทั้งวัน จึงเกิดความคิดเป็นธรรมขึ้นมา

“เรือทนายช่างต่อได้แล้วอย่างแข็งแรง เมื่อถูก
คลื่นกระทบแล้วไม่เสียหายฉันใด จิตของบุคคลใดเมื่อ
ฝึกฝนให้ดีแล้ว คลื่นของกิเลสกระทบเข้าย่อมไม่หวั่น
ไหวก็ฉันนั้น”

อธิบายว่า เมื่อบุคคลใดฝึกจิตให้มั่นอยู่ในศีลอยู่ในสมาธิ
อยู่ในปัญญาเต็มที่แล้วย่อมไม่หวั่นไหวต่อโลกธรรมแปดประการ
ฉันนั้น คือ เมื่อบรรยากาศ มียศ มีสรรเสริญ และมีความสุขกาย
สบายใจ ก็ไม่เพลิดเพลินมัวเมาในลาภ เป็นต้น และเมื่อ
ลาภ เสื่อมยศ ถูกนินทา ถูกทุกข์ครอบงำกาย และจิตก็ไม่หวั่น

ไหว คือไม่เศร้าโศกเสียใจ ทั้งนี้เพราะมีปัญญาเห็นแจ้งตาม
เป็นจริงว่า สิ่งเหล่านั้นแต่เป็นของไม่เที่ยงแท้แน่นอนอะไร
เลย มิเกิดขึ้นแล้ว แปรปรวนแตกดับไปเป็นธรรมดา เหมือน
กับเรือทรายช่างตอดแล้ว ย่อมไม่หวนไหวต่อคลื่นนั้น

พระราชที่ ๑๙-๒๐ จำพรรษาสำนักสงฆ์

อำเภอดะกั่วทุ่ง จังหวัดพังงา

เมื่อชนจากเรือไปถึงที่พักแล้วก็ได้พบกับ ท่านมหาปิ่น
ชติโต (พระครูวิโรจน์ธรรมาจารย์) ซึ่งท่านคอยต้อนรับอยู่
แล้ว คือท่านเป็นผู้เดินธุดงค์ไปก่อนคณะของอาจารย์เทศก์
เทศรังสี แต่ในบัดนี้ด้วยกันเอง ท่านองค์นี้มาเฝ้าอยู่ที่อำเภอดะ
กั่วทุ่ง จังหวัดนครปฐม พอไปถึงที่พักท่านก็นิมนต์ให้แสดง
ธรรมให้ญาติโยมซึ่งคอยต้อนรับอยู่ฟังทันที และก็ได้อ่านเรื่อง
กลอนกระทบทันทีแสดงให้ญาติโยมฟังดังกล่าวนั้น ต่อจาก
นั้นก็ได้ออกเดินทางไปสมทบกับท่านอาจารย์เทศก์ยังที่พักสงฆ์ตำบล
โคกกลอย อำเภอดะกั่วทุ่ง จังหวัดพังงา ซึ่งเป็นสถานที่ท่าน
จำพรรษาครั้งแรก พระราชที่สองท่านอาจารย์เทศก์ไปจำพรรษาที่

สงฆ์หลังศาลจังหวัดภูเก็ต ซึ่งปัจจุบันนี้ได้ออญญาตสร้างเป็น
วัดเรียบร้อยแล้ว โดยตั้งชื่อว่า “วัดเจริญสมณกิจ” และ
ท่านมหาปิ่นก็ไปจำพรรษาพร้อมกับท่านอาจารย์ด้วย ส่วนข้าพเจ้า
นั้นท่านอาจารย์ให้ไปจำพรรษาที่พัทธสงฆ์อำเภอตะกั่วทุ่ง จังหวัด
พังงา ซึ่งเป็นสถานที่ท่านมหาปิ่นจำพรรษามาก่อนแล้ว

ข้าพเจ้าจำพรรษาอยู่ทนสองพรรษา เมื่อออกพรรษาแล้ว
ก็ได้ไปเจริญสมณธรรม ตามถ้ำตามภูเขาในเขตอำเภอเมืองพังงา
เพราะว่าตัวเมืองพังงานั้นมีภูเขาล้อมรอบ จึงมีถ้ำอยู่หลายแห่ง
ญาติโยมก็ไปพึ่งเทศน์และฝึกหัดนั่งสมาธิภาวนากันมากพอ
สมควร

เกี่ยวกับพระเจ้าหลักเมือง

เมื่อใกล้จะเข้าพรรษา ญาติโยมผู้มีความเลื่อมใสได้นิมนต์
ให้จำพรรษาอยู่ในเมืองพังงา ในขณะที่ข้าพเจ้ากำลังพักบำเพ็ญ
อยู่ถ้ำหลักเมืองนั้น ทหารหลักเมืองมีศาลเจ้าอยู่ ชาวเมือง
เขาเรียกว่า เจ้าพ่อหลักเมือง ทั้งชาวไทยและชาวจีนนับถือมาก
พากันไปไหว้บ่อย ๆ ยิ่งไปกว่านั้น ยังได้พากันทรงไปทำพิธีเข้า
ทรงกัน แล้วก็ขอพรขอเบอร์กัน ตลอดถึงฆ่าสัตว์ไปสังเวย

เป็นประจำทุกปี เมื่อข้าพเจ้าเดินเข้าไปดูถ้ำวันแรก ก่อนจะ
 เข้าถึงถ้ำ ต้องไปถึงศาลเจ้าพ่อหลักเมืองเสียก่อน เข้าไปใน
 ศาลนั้นเห็นมีหินสองก้อนฝังดินอยู่ แต่พื้นดินอยู่ส่วนหนึ่ง ข้าพ-
 เจ้าสวมรองเท้าเข้าไปเหยียบหินสองก้อนนั้นแล้วกล่าวว่า ได้
 ยินว่าเจ้าพ่อหลักเมืองมาอาศัยอยู่ที่นี่หรือ ถ้ามาอยู่ที่นี่
 จริงขอให้เจ้าพ่อคอยฟังธรรมะนะ อาตมาจะแสดงธรรม
 ให้ญาติโยมฟังอยู่หน้าถ้ำแหละ

ครั้นแล้วก็เดินเข้าไปสำรวจดูในถ้ำเห็นว่าพออยู่ได้ จึงให้
 ญาติโยมยกแคร่มาล้อมธารน้ำไหลในถ้ำนั้น เพราะในถ้ำนั้นมีธาร
 น้ำไหลจากปากเขาทางโน้นมาทะลุออกทางหน้าถ้ำทางนี้ แล้ว
 ไหลลงสู่คลองลงทะเลไป ข้าพเจ้าได้อาศัยบำเพ็ญสมณธรรม
 อยู่ในถ้ำนั้นได้สองเดือน ญาติโยมได้ยกศาลาน้อยหลังหนึ่งชว
 คราวพอได้นั่งฉันภัตตาหารและแสดงธรรม สำหรับญาติโยมนั้น
 เอาเสื่อปูลงบนพื้นดินแล้วนั่งกัน ต่อจากนั้นญาติโยมก็ติดต่อขอ
 เอาสวนของคนหนึ่งซึ่งอยู่หลังโรงเรียนช่างไม้ จัดทำเสนาสนะ
 ให้อยู่จำพรรษา มีพระจำพรรษาด้วยกัน ๕ รูป ในระหว่าง
 พรรษามีญาติโยมไปฟังธรรมและนั่งสมาธิทุกคน อย่างมากไม่
 เกินตามสัปดาห์

ในวันอุโบสถวันหนึ่งมีโยมผู้ชายคนหนึ่งซึ่งมาจำศีลอุโบสถ
อยู่ในวัด ได้ไปดูเขาทำพิธีเข้าทรงขอหวยกัน ทันทีที่เจ้าพ่อเข้า
ทรงคนแล้วเขาก็ขอเบอร์กัน เจ้าพ่อในร่างคนทรงก็บอกว่า
ต่อไปท่านทั้งหลายอย่ามาขอเบอร์จากเจ้าพ่ออีก เจ้า
พ่อไม่ให้แล้วเพราะมันเป็นบาป และการฆ่าสัตว์มา
สังเวยก็เป็นบาปเช่นเดียวกัน

มีคนถามว่า แต่ก่อนเจ้าพ่อยังบอกลูกหลานอยู่ มา
บัดนี้ทำไมจึงว่ามันเป็นบาป

เจ้าพ่อตอบว่า แต่ก่อนเจ้าพ่อไม่รู้ว่ามันเป็นบาป
อะไรเพราะไม่ได้ฟังธรรม เมื่อเจ้าพ่อได้ฟังธรรมจาก
พระกรรมฐานรูปหนึ่งที่มาแสดงอยู่หน้าถ้ำ จึงได้รู้ว่า
มันเป็นบาป และถ้าลูกหลานจะบวงสรวงเจ้าพ่อ ก็ให้
เอาขนมบ้าง ผลไม้บ้างมาบวงสรวงเจ้าพ่อก็พอแล้ว ทุก
วันเจ้าพ่อจำศีลภาวนาอยู่เสมอ

ตั้งแต่บัดนั้นมาคนทั้งหลายก็ไม่ฆ่าสัตว์ไปบวงสรวง และไม่
นำคนไปเข้าทรงขอเบอร์อีกต่อไป นับว่าได้ผลมากพอสมควร
ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาในครั้งนั้น

พรรษาที่ ๒๑-๒๖ จำพรรษาวัดประชาสันติ

ข้าพเจ้าบำเพ็ญศาสนกิจอยู่ในสำนักสงฆ์แห่งนั้นโดยลำดับ
มาจนขออนุญาตสร้างวัดได้สำเร็จ และตั้งชื่อว่าวัดประชาสันติ
และอยู่วัดนั้นได้ ๖ ปี อยู่วัดสันติวราราม ๒ ปี รวมเป็น ๘ ปี
ข้าพเจ้าได้จากวัดประชาสันติจังหวัดพังงา ไปอยู่วัดอรุณ-
พรพตปัจจุบันนี้ ตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๐๒

มูลเหตุของการมาอยู่วัดอรุณพรพต

หลวงพ่อดา ปากโร ซึ่งเป็นบิดาของข้าพเจ้าได้ไป
บวชอยู่กับข้าพเจ้า ในขณะนั้นท่านอายุได้ ๘๖ ปี พรรษาได้ ๑๓
พรรษา ตาของท่านมีมากแทบจะมองอะไรไม่เห็น ท่านปรารภ
กับข้าพเจ้าว่า อยากจะให้พาไปเยี่ยมบ้าน ข้าพเจ้าหวังเหินยว
ไว้ไม่อยากพาท่านไปบ้าน เพราะหนีจากบ้านมาแล้วจะหวังบ้าน
ทำไม เป็นนักรบขโมยไม่ควรหวังบ้านไม่ได้ ท่านก็อ่อนนวยอบอยู่บ่อยๆ
อดสงสารท่านไม่ได้ก็เลยพาท่านกลับไปเยี่ยมบ้าน และพาท่าน
มาพักอยู่วัดอรุณพรพตปัจจุบันนี้เอง ได้พาท่านมาลอมตาที่
จังหวัดอุดรธานีพอมองเห็นอะไรได้บ้าง และได้อุปการะท่านมา

โดยลำดับ จนถึง พ.ศ. ๒๕๑๕ ท่านจึงมรณภาพจากไป เมื่ออายุ
ได้ ๘๓ ปี พรรษาได้ ๒๓ พรรษา นับเป็นมูลเหตุหนึ่งที่ทำให้ได้
มาอยู่วัดอรุณญบรรพต

แต่ก่อนที่จะมาอยู่วัดอรุณญบรรพตนั้น ได้พาท่านจาก
เมืองเหนือไปอยู่ทางบักย์ใต้ คือจังหวัดพังงาที่วัดประชาสันติ
อำเภอเมืองพังงาอยู่ทนนได้ ๘ ปี จึงได้พาท่านขึ้นมาอยู่วัด
อรุณญบรรพตจนอวสานแห่งชีวิตของท่าน

ข้าพเจ้าได้ปฏิบัติต่อบิดาตามมงคลสูตร หมวดสามที่ว่า
“มาตาปิตุอุปัฏฐานัง” ท่านกล่าวว่า เป็นมงคลอันสูง ส่วน
มารดานั้นไม่ได้อุปัฏฐากเพราะท่านล่องลับ ไปตั้งแต่ข้าพเจ้ามีอายุ
ได้ ๑๐ ปีเท่านั้น จึงน่าเสียดายมาก

อีกมูลเหตุหนึ่งก็เพราะวัดนั้นเป็นสถานที่สงบห่างไกลจาก
หมู่บ้านประมาณสองกิโลเมตร เหมาะสำหรับบำเพ็ญสมถ-
วิปัสสนา ทั้งอากาศก็ดี และมีโบราณสถานคือ เจดีย์เล็กองค์หนึ่ง
เป็นเครื่องหมายว่า สถานที่นี้เป็นสถานที่มีผู้มาบำเพ็ญเพียรทาง
จิตใจมาแล้วแต่อดีต หากไม่ทราบว่าเป็นเมื่อไร เพราะไม่พบคำ
จารึกเป็นตัวหนังสือไว้เลย มีแต่เจดีย์เล็ก ๆ องค์หนึ่งซึ่งชำรุด

มากแล้วเป็นเครื่องหมายพอให้รู้เท่านั้น และบริเวณเจดีย์นั้น
 เวลานี้ได้รื้อออกแล้ว ได้สร้างศาลาการเปรียญแทนไว้ นับว่า
 เหมาะสำหรับผู้แสวงหาความสงบทางจิตจะพึงไปพักผ่อนได้
 ตามประสงค์เพราะเวลานี้ทางวัดได้จัดสร้างศาลาการเปรียญขึ้น
 หลังหนึ่ง ซึ่งกว้าง ๑๖ เมตร ยาว ๔๘ เมตร เพื่อดอนรับ
 พุทธศาสนิกชนผู้เฝ้าสดับดังกล่าวนั้น โดยสร้างที่บนหลังเขาซึ่ง
 อยู่ทางทิศใต้ของอุโบสถนั้น มีห้องนำตลอดจนไฟฟ้าพร้อม
 บริบูรณ์ทุกอย่างไม่ขัดข้องแต่ประการใด

เวลานี้อายุของข้าพเจ้าได้ ๗๔ ปี (๒๕๒๕) พรรษาได้ ๕๔
 พรรษา ดังนั้นจึงขอจบอัตโนประวัติไว้แต่เพียงเท่านี้

ปราโมทย์

พระอาจารย์เหรียญ วรลาโภ

(พระครูญาณปรีชา)

วัดอรุณวราราม ตำบลบ้านหม้อ
 อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย

ประวัติความเป็นมาของการสร้างอุโบสถ

ข้าพเจ้าได้มาอยู่วัดอรุณวรารามตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๐๒ เพราะพิจารณาเห็นว่าเป็นที่สงัด และห่างจากหมู่บ้านประมาณสองกิโลเมตร ครั้นนั้นยังไม่มีทางรถยนต์ เป็นแต่ทางคนและทางเกวียนเท่านั้น หน้าฝนเดินบิณฑบาตลำบาก เพราะทางมีแต่โคลนตม ต้องเดินย่ำโคลนไปบิณฑบาตตั้งแต่เดินย่ำโคลนอยู่สองปี จึงมีญาติโยมทางนครเวียงจันทน์มาทำบุญ เมื่อทราบว่าเป็นบิณฑบาตลำบากจึงได้จ้างคนต่อเรือขนาดเล็ก และนำเครื่องเรือติดท้ายมาใส่เข้า แล้วถวายให้นั่งเรือไปบิณฑบาต ค่อยสะดวกขึ้นหน่อย ครั้นต่อมาทางการทำทางรถยนต์จากอำเภอท่าบ่อผ่านมาทางหน้าวัด จึงได้มีบุญมนต์นั่งรถยนต์ตอนกลับจากบิณฑบาต ตั้งแต่นั้นมาจนถึงบัดนี้ผมผู้ข้าบรรณาสังอยู่เป็นปกติ

เมื่อมาอยู่วัดครั้งแรกข้าพเจ้าไม่ได้คิดว่าจะสร้างอุโบสถเลย เพราะพิจารณาดูแล้วมันเป็นเรื่องยุ่งยากมาก เนื่องจากเห็น

วัดต่าง ๆ สร้างมาหลายปีกว่าจะเสร็จ บางวัดนานถึงสิบปีขึ้นไป
 กว่าเสร็จ ข้าพเจ้าคิดว่าตนเองมีบุญน้อย การก่อสร้างก็ถ่วงนาน
 จนกว่าจะแล้วเสร็จเช่นเดียวกับวัดต่าง ๆ นั้น การทำอะไรให้ถ้าง
 ไว้นาน ข้าพเจ้าไม่ชอบเลย มูลเหตุที่จะได้สร้างโบสถ์หลังนี้เกิด
 ขึ้นจากญาติโยมที่มาทำบุญในวัดพากันบ่นให้ฟังว่า “วัดตอนเพือน
 ยังสร้างโบสถ์กันเป็นส่วนมากแล้ว ทำไมวัดเรานี้หลงพอจึงไม่
 พากญาติโยมสร้างบ้าง” ดังนี้ เมื่อได้ยินบ่อย ๆ เขาก็มาดำริในใจ
 ว่า เมื่อญาติโยมเขาพอใจอยากสร้างเช่นนั้น หากลงมือทำไปก็ถ้ง
 จะเป็นประโยชน์แก่คนหมู่มากไม่ใช่น้อย การทำอะไรข้าพเจ้า
 มุ่งให้เป็นประโยชน์แก่คนหมู่มากเป็นต่ง ดังนั้นเมื่อมองเห็น
 ว่าจักเป็นประโยชน์ดังกล่าว ข้าพเจ้าจึงอธิษฐานถึงบุญถึงคุณลง
 ใจว่า ถ้าข้าพเจ้าลงมือสร้างโบสถ์หลังนี้จะเสร็จเร็วหรือไม่หนอ
 ถ้าจะเสร็จเร็วข้าพเจ้าจึงจะทำ ถ้าไม่เสร็จเร็วก็จะไม่ทำ ถ้าจะ
 เสร็จเร็ว เมื่อข้าพเจ้าเรียกชาวบ้านมาประชุมตั้งกรรมการ
 ก่อสร้างโบสถ์ในวันไหน ขอให้รวบรวมเงินให้ได้หนึ่งแสนบาท
 รวมทงของวัดด้วยวันนั้น นับว่าเป็นไปตามเป้าหมายจริง ๆ
 เพราะสามารถรวมทุนในการก่อสร้างได้แสนหนึ่งจริง ๆ ในวัน

นั้นเอง ดังนั้น ข้าพเจ้าจึงได้เริ่มลงมือดำเนินงานทันที ที่แรก
 ว่าจะสร้างที่เข่งเขา จนถึงกับจ้างรถแทรกเตอร์มาปรับดินตรง
 ดินเขานั้นเอง ครั้นเมื่อหลวงปู่เทศ์มาเห็นเข้า ท่านจึงแนะนำ
 ให้ไปสร้างบนหลังเขาโน้น มันเหมาะดี กราบเรียนท่านว่า
 กระผมก็เห็นว่าหลังเขานั้นแหละเหมาะดีจริง ๆ แต่ต้องลงทุน
 มากกว่าทำข้างล่าง กระผมท้อใจเพราะทุนมีไม่มาก ท่านพูดว่า
 ทำลงไปเถิดท่านจะช่วย จึงได้ตัดสินใจทำบนหลังเขา และ
 ท่านก็ได้ช่วยด้วยเงินจำนวนหนึ่งจริง ๆ

อุโบสถหลังนี้ได้ทำพิธีวางศิลาฤกษ์เมื่อวันที่ ๑ มิถุนายน
 ๒๕๒๓ มาเสร็จถึง พ.ศ. ๒๕๒๗ รวมเวลาก่อสร้างสามปีครึ่ง
 นับว่าเสร็จเร็วอยู่เมื่อเทียบกับบางแห่งที่ท่ามาตังสิบบชนไปจึง
 เสร็จ การที่อุโบสถหลังนี้เสร็จเร็ว ก็เพราะได้รับการสนับสนุน
 จากหลายฝ่ายทั้งภุคหุสัถและบรรพชิต ทั้งกำลังกาย กำลังทรัพย์
 และกำลังความคิด กำลังกาย เช่นญาติโยมบ้านหม้อและบ้าน
 ไกลเคียง ได้พร้อมใจกันมาเทปูนทุกครั้งที่ช่างตแบบเสร็จแล้ว
 จนโบสถ์หลังนี้เสร็จโดยไม่ได้คิดค่าแรงงานแต่อย่างใด โบสถ์
 หลังนี้ไม่ได้ก่ออิฐ มีแต่เทคอนกรีตทั้งหมด ได้ใช้ไม้เฉพาะแต่

ไม้กลอนกับไม้ระแนงเท่านั้นเพื่องกระเบื้อง กำลังความคิด
นั้นได้นัดประชุมกันเป็นครั้งคราว เพื่อดูความคิด เพื่อแก้ไข
ข้อขัดข้องบางอย่างที่เกิดขึ้น เช่น เกี่ยวแก่แบบแปลนของโบสถ์
ว่าจะทำอย่างไรจึงจะเหมาะสม ที่ประชุมลงมติขอให้นายช่าง
ออกแบบมาเสนอที่ประชุม เมื่อที่ประชุมลงมติกันอย่างไรก็
ดำเนินอย่างนั้น เพราะฉะนั้นโบสถ์หลังนี้จึงทำการก่อสร้างได้
โดยสะดวก ไม่มีอุปสรรคร้ายแรงอะไรถึงกับแตกสามัคคีกัน

ในคณะกรรมการควบคุมการก่อสร้าง

ทางด้านกำลังทรัพย์ก็ได้รับการสนับสนุนจากพุทธศาสนิก-
ชนทั่วไปทั้งใกล้และไกล โดยเฉพาะพุทธบริษัททางกรุงเทพ-
มหานครนั้นมีส่วนร่วมในการสร้างโบสถ์หลังนี้เป็นอย่างมาก
ทีเดียว เช่น ทอดผ้าป่าบ้าง และส่งมาทางไปรษณีย์ธนาณัติ
บ้าง ทำให้การก่อสร้างโบสถ์หลังนี้ดำเนินต่อเนื่องกันมาโดย
ลำดับ เพราะไม่ขัดข้องเรื่องการเงิน โดยใช้เวลาก่อสร้าง
อยู่ตามปีครกก็เสร็จลง ซึ่งนับว่าเร็วกว่าบางแห่งซึ่งสร้างมาเป็น
สิบปีขึ้นไปยังไม่เสร็จก็มี และโบสถ์หลังนี้ก็ตั้งอยู่ในที่ราบสูง
และอยู่ใกล้ถนนใหญ่ด้วย ดังนั้นประชาชนที่ผ่านไปมาจึงชอบ
หยุดรถแวะเข้าไปชมอยู่แทบทุกวัน เมื่อขึ้นไปแล้วก็เข้าไป

ในโบสถ์เพื่อกราบไหว้พระประธานในโบสถ์ สำหรับพระประธาน
 ในโบสถ์นั้น พล อ.อ. หาริน หงสกุล อดีตประธานรัฐสภา
 พร้อมด้วยครอบครัวมีศรัทธาสร้างตั้งแต่เริ่มลงมือสร้าง โบสถ์ที่
 เดียว ส่วนพระอัครสาวกทั้งสององค์นั้น คุณจริยาแห่งดอนเมือง
 กรุงเทพมหานคร พร้อมด้วยเพื่อนร่วมทุนกันสร้างถวาย ส่วน
 พระพุทธรูปองค์รองนั้นจำชื่อเจ้าภาพไม่ได้ แต่ก็เป็นผู้ที่อยู่ใน
 กรุงเทพฯ ๑ นั้นเองเป็นเจ้าของภาพ และดาวที่ติดอยู่บนเพดานโบสถ์
 ทั้งข้างในและข้างนอกโบสถ์นั้น สำหรับพวกใหญ่อยู่ตรงกลาง
 โบสถ์นั้นคณะญาติโยมกรุงเทพฯ ซึ่งมีคุณชาย ปีม (ม.ร.ว.
 ทองศิริ ทองแถม) เป็นหัวหน้า เป็นเจ้าภาพราคาสองหมื่นบาท
 ส่วนไฟพวงขนาดเล็กนั้นญาติโยมบ้านหม้อบ้าง อำเภอสรี-
 เชียงใหม่บ้างเป็นเจ้าของภาพ ส่วนอุปกรณ์อื่นๆ เช่น หินผสมปูน
 คุณธนศรี เอียสกุล พร้อมครอบครัวบริจาคบ้าง และบริษัท
 พรชัยหนองคายบริจาคบ้าง และขอเอาบ้าง ส่วนพระพุทธรูป
 ของโบสถ์นั้น คุณเฉลียว อยู่วิทยา เจ้าของบริษัทผู้ผลิตกระทิ-
 แดงเป็นผู้บริจาค ๑๕๐,๐๐๐ บาท (หนึ่งแสนห้าหมื่นบาทถ้วน)
 ส่วนนายช่างผู้ควบคุมงานก่อสร้างนั้น คือพ่อวาท อำเภอสรี-
 เชียงใหม่ เป็นทั้งช่างออกแบบและผู้ควบคุมคนงานทำการก่อ

สร้างมาโดยลำดับจนเสร็จเป็นตัวโบสถ์เรียบร้อย ส่วนลวดลายต่าง ๆ นั้นได้จ้างช่างจังหวัดเชียงใหม่บ้าง จังหวัดเชียงรายบ้าง ทำการวาดภาพ ภาพพระพุทธรูปประวัติที่ฝาผนังโบสถ์ข้างในเป็นฝีมือช่างเมืองเชียงใหม่ ส่วนการแกะสลักลวดลายบานประตูหน้าต่างนั้นเป็นช่างเมืองเชียงราย สำหรับซ่อมประตูกำแพงโบสถ์และรั้วกันยี่ ตลอดถึงบันไดนาคก็เป็นช่างเมืองเชียงใหม่ นับว่าฝีมือการช่างเมืองเชียงใหม่ก็ไม่เลวนัก จัดว่าอยู่ในชนิดที่เดียว ทั้งจะเห็นได้จากประชาชนที่ไปดูกันต่างก็ชมเชยว่าทำได้ดีสวยงามมาก ฉะนั้นจึงมาคิดว่าการสร้างโบสถ์หลังนี้นอกจากจะทำให้ประชาชนได้บุญกุศลมิใช่น้อย

กำหนดการผูกพัทธสีมาและฝังลูกนิมิตนั้น ได้กำหนดเอาวันที่ ๔ ถึง ๕ มีนาคม ๒๕๒๘ เป็นวันดำเนินงาน ดังนั้นจึงขอเชิญชวนพุทธศาสนิกชนผู้มีศรัทธาในพระพุทธศาสนาไปบำเพ็ญกุศลร่วมกันในครั้งนั้นด้วย

พระครูวิจิตร

พระอาจารย์เหรียญ วรลาโภ
(พระครูญาณปรีชา)

ท่านพระครูญาณปริชา
(พระอาจารย์เหรียญ วรลาโภ)

วันที่ ๑๓ มีนาคม ๒๕๒๕

୧୫

กันเข้า เราทั้งสองจะดำเนินการได้เป็นอย่างดีนั้น ชีวิตของคนเรา
 เป็นของหาค่ามิได้เลย ถ้าพูดกันยืดยาว ทำไมจึงว่าอย่างนั้น
 ทั่วอย่างนี้ ก็เพราะว่าถ้าเมื่อบุคคลประกอบคุณงามความดีให้
 เกิดขึ้นในตนแล้ว ก็สามารถช่วยเหลือผู้อื่น สามารถทำ
 ประโยชน์แก่โลกอันนี้ได้มากมาย อำนวยความสุขให้แก่คน
 ทั้งหลายได้เป็นส่วนมาก นับตั้งแต่พระพุทธเจ้าอันลงมา พระ
 พุทธเจ้าพระองค์เป็นนักเสียสละชั้นเยี่ยม ไม่มีใครที่จะเป็น
 นักเสียสละยิ่งไปกว่าพระองค์เลย เสียสละเพื่อประโยชน์ตน
 บ้าง ประโยชน์ผู้อื่นบ้าง มาในสงสารนี้ พระองค์ได้ทรง
 บำเพ็ญมามากต่อมาก สำหรับผู้มีความเลื่อมใสในพระพุทธเจ้า
 พระธรรม พระสงฆ์ มาแต่ก่อน ก็ได้ดำเนินชีวิตตามพระ
 พุทธองค์มา เมื่อพระองค์ได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า คนเหล่านั้น
 ก็ได้มาเกิดร่วมศาสนาของพระองค์ แล้วได้ฟังคำสอนของ
 พระองค์ แล้วปฏิบัติตามก็บรรลุถึงความพ้นทุกข์ไปได้ตามกำลัง
 วิชาบาปกรรมของตน อันสำหรับพวกเราที่เกิดมาสุดท้ายภายหลัง
 แต่ศาสนาของพระองค์ก็ยังมียุค ก็ได้พบพุทธศาสนาของพระองค์
 อย่างนี้ก็ต้องถือว่าเป็นบุญลาภอยู่แล้ว ถึงจะไม่พบองค์พระ

พุทธเจ้าก็ตาม เราก็ยังได้มาพบคำสอนของพระองค์ และได้พบ
 พระสงฆ์ผู้เป็นสาวกของพระองค์ ผู้ปฏิบัติตามคำสอนของ
 พระองค์ก็ยังมีอยู่ พอที่จะให้ได้พบได้เห็น ก็ยังมีอยู่ พอที่จะ
 เป็นผู้นำในการฝึกอบรมจิตใจ ก็ยังมีอยู่ อย่างนแหละ ฉะนั้น
 เมื่อมีโอกาสอย่างว่านั้นอำนวยให้แล้ว ก็สมควรแล้วที่พวกเรา
 จะพึงลงมือปฏิบัติได้เลย เพราะฉะนั้น ต่อขึ้นไปก็น่าจะสมารถกัน
 เลยทีเดียว

วันหนึ่งก็เห็นวันเสาร์เห็นว่าว่างจากธุรกิจพักผ่อนกัน ก็ควร
 อบรมจิตใจให้มันสงบระงับ หันหน้าออกไปทางนั้น นั่งสมาธิ
 หันหน้าไปทางนั้น จบลงไปแล้วใครสงสัยอะไรก็จึงค่อยถาม
 ต่อไป ในตอนนั้นก็ฟังพากันตั้งสติให้แน่วแน่อยู่ภายใน พยายาม
 ควบคุมจิตอย่าให้มันหลงคิดหลงนึกไปในอารมณ์ที่มันเคยคิด
 เคยนึก เคยเกาะ เคยข้องมาแต่ก่อน ให้กำหนดลงเอาปัจจุบัน
 นเป็นที่ตั้งเลยทีเดียว ชีวิตนั้นจะมีอยู่เฉพาะลมหายใจเข้าหายใจ
 ออก อยู่ปัจจุบัน ๆ เท่านั้น ให้กำหนดจำกัดลงเลย เพราะว่า
 หลงมาแล้ว มันก็หลงมาแล้วนะชีวิต แล้วอนาคตก็ยังไม่ได้
 ไปถึง มันก็ยังไปไม่ถึง ไม่ต้องไปคำนึงหามัน การงานอะไร

ทำล่วงมาแล้วผิดหรือถูก มันก็ได้ล่วงมาแล้ว ไม่ต้องไปคำนึง
 หามัน เวลาน^๕เป็นเวลาพักผ่อนของจิตใจ ขอให้เตือนตนอย่าง^๕
 เวลาน^๕เป็นเวลาพักผ่อนของจิตใจ ในขณะนั้น เบื้องตน^๕ ก็อยาก
 คิดอยาก^{๑๕}กรุ่น^{๑๕} รุน^๕ เห็น^๕นั้น เห็น^๕ก่อน^๕ ก็พยายาม^๕ตั้ง
 สติกำหนดลมหายใจเข้า หายใจออก อธิษฐานจิตถึงพระพุทธ
 พระธรรม พระสงฆ์^๕ ว่าเป็น^๕ทพ^๕ ที่ระลึก^๕ของตนแล้ว ก็
 พยายามประกอบจิต^๕ ให้หยุดคิดหยุดนึก ให้กำหนดรู้เฉพาะ
 แต่ลมหายใจเข้า หายใจออกเท่านั้น^๕ เพราะเวลาน^๕ให้เข้าใจ
 ว่าเราพักผ่อนจิตใจ คำว่าพักผ่อนคือหยุดคิดหยุดนึกในการทำงาน
 ต่างๆ เลย วางจิตลงให้สบาย สบาย ไม่ต้องกังวลข้างหน้า
 ข้างหลังอะไรเลย กำหนดรู้^๕อยู่แต่ปัจจุบัน^๕เท่านั้น เอาปัจจุบัน^๕
 เป็น^๕หลัก^๕เลย ชีวิต^๕นี้ให้กำหนด^๕ความ^๕อยู่^๕แก่^๕ปัจจุบัน^๕ๆ^๕เท่านั้น^๕
 แลละ ใน^๕เบื้องหน้า^๕เรารู้^๕ไม่ได้^๕ว่าจะ^๕ไปถึง^๕ไหน^๕ เบื้องหลัง^๕
 มันก็ล่วงมาแล้ว ดังนั้น เราต้องกำหนดรู้เฉพาะ^๕ปัจจุบัน^๕เท่านั้น^๕
 คือการทำสมาธิ^๕ ถ้า^๕อยู่^๕ที่^๕สติ^๕นั้น^๕แหละ ขอให้^๕ได้^๕พากัน^๕จำ
 เอาไว้^๕ให้ดี สติแปลว่าความระลึกได้ คือระลึกเข้าไปในจิตเลย
 ที่เดียว ระลึกให้^๕ยัง^๕เข้าไป^๕ให้^๕มัน^๕ถึง^๕จิต^๕ อย่า^๕ให้^๕มัน^๕ระลึก^๕เฉไป

ทางอื่น จิตมันตงมันอยู่ไม่ได้ ก็เพราะมันขาดสติ สติไม่ได้
 เข้าไปควบคุมอยู่ใกล้จิต สตินั้นระลอกออกไปทางอื่นห่างออกไป
 จากจิต เมื่อจิตปราศจากสติแล้ว มันก็ว่าเหว เร่ร่อนหา
 อารมณ์อย่างอื่นคิดส่ายไปตามความชอบใจ มันเป็นอย่างนั้น
 แต่จิตนั้นะ ถ้ามีสติเป็นเครื่องสอนอยู่แล้ว ไม่ไปไหนเลย
 ไม่ไปไหนแล้ว ที่มันอยากคิดเพราะคิดอะไรมาแต่ก่อนนั้น สติ
 ห้ามไว้แล้วมันก็หยุด ขอให้สติมันเข้มแข็งเสียอย่างเดียว
 หายใจเข้าก็กำหนดรู้ หายใจออกก็กำหนดรู้ อยู่ในปัจจุบัน
 นั้นเลย อย่างนั้น ไม่ได้รู้อะไรอื่น ๆ ใดทั้งหมด ถ้าหากว่าใคร
 สามารถที่จะเพ่งเข้าไปภายในให้เกิดแสงสว่าง เหมือนอย่างเรา
 ฉายไฟเข้าไปในถ้ำมืด ๆ อย่างนั้น แสงไฟฉายนั้นมันจะเป็นลำ
 สว่างเข้าไปภายใน จะมีอะไรอยู่ในนั้นก็มองเห็นได้เลย อันนั้น
 ก็เหมือนกันแหละ ถ้าเราสามารถที่จะกำหนดตั้งสติ แล้วเพ่ง
 ตามลมหายใจเข้าออก เข้าไปภายในให้มันสว่างเข้าไปถึงจิตใจ
 และก็มองเห็นอวัยวะร่างกาย อวัยวะน้อยใหญ่ภายในร่างกายได้
 ยิ่งละเอียดทำได้อย่างไร ถ้าหากว่าไม่สามารถจะทำได้อย่างไร ก็
 ตั้งสติเพ่งเข้าไปหาความรู้สึกอย่างเดียวกันนี้ รู้อยู่ตรงไหน สติก็

ให้หยั่งเข้าไปถึงนั้น ก็ใช้ได้เหมือนกัน เมื่อจิตมันสงบ มัน
 คลายจากอารมณ์ต่าง ๆ ออกไปแล้ว มันปลอดโปร่ง ถึงแม้ว่า
 มันจะไม่สว่างไสวเต็มที่ แต่มันก็มีเงาแห่งความสว่างปรากฏอยู่
 ในจิตนั่นเองแหละ จิตไม่เศร้าหมอง หมายความว่าอย่างนั้น
 แหละ เบิกบาน ถ้าหากว่ามันคลายอารมณ์ต่าง ๆ ออกไปแล้วนะ
 ลักษณะอาการของจิตนี้จะเบิกบานผ่องแผ้ว ไม่มีกังวลใด ๆ อึด
 อยู่ภายใน ไม่ปรารถนาอยากจะทำอะไรไปไหนมาไหนแล้วทั้งนี้ ถ้า
 จิตมันคลายอารมณ์เก่าออกไปหมดแล้วนะ แต่การที่จิตมันจะ
 คลายอารมณ์เก่าออกไปได้ ก็ต้องอาศัยสติมันแหละ เข้าไป
 ควบคุมจิตไม่ให้คิดไปในอารมณ์ต่าง ๆ อันเมื่อจิตมันไม่มีโอกาส
 จะได้คิดไปในอารมณ์ต่าง ๆ แล้ว มันก็คลายทั้งไปหมด อารมณ์
 ที่เราเก็บเอาไว้มันเป็นอย่างนั้น เพราะว่ามันไม่มีที่ต่อ มันก็คลาย
 ออกไปเท่านั้นเอง ดังนั้น อย่าไปเข้าใจวิธีอันเลย พระพุทธเจ้า
 ทรงสอนให้กำหนดลมหายใจเข้าออกนี้ เพ่งกำหนดรู้แต่ลม
 หายใจเข้าออกนี้แหละ แต่ความคิดฟุ้งซ่านต่าง ๆ มันค่อย
 เบาไป ๆ หมดไปโดยลำดับ เพราะว่าจิตเราไม่ส่งเสริมมันแล้ว
 จิตเรามาอยู่เฉพาะแต่ลมนี้ จิตนี้ไม่ส่งเสริมความคิดเสียแล้ว

ขันธ์ห้าเป็นตนแล้ว เมื่อขันธ์ห้ามนวิบัตถ จิตมันก็
 ไม่เป็นทุกข์ เพราะมันไม่ได้ถือว่าตัวเจ็บ ไม่ได้ถือว่าตัวป่วย
 ไม่ได้ถือว่าตัวจะแก่จะตาย มันกำหนดว่าขันธ์ห้า มันกำลังจะ
 แรกจะดับอยู่เท่านั้นเอง เมื่อจิตมันรู้อย่างนั้นแล้ว จิตมันก็ไม่
 เป็นทุกข์กับขันธ์ห้า ในสาเหตุที่พระพุทธเจ้าท่านทรงสอนให้
 เจริญปัญญาวิปัสสนา ยกขันธ์ห้าธาตุสขณแยกแยะพิจารณาให้รู้
 สภาพความเป็นจริงของมัน แล้วก็จะได้ปล่อยวางไว้ตามสภาพ
 ไม่ได้ถือมั่นว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นของของตน แต่ถึงไม่รู้แจ้ง
 วางไว้ตามสภาพอย่างนั้นแล้ว แล้วทั้งรู้ว่าไม่ใช่ของตนก็ตาม
 แต่ก็ต้องได้ปรนปรีอและปฏิบัติรักษาดูแลมันไปก่อน ได้อาศัย
 มันส่งสมกุศลคุณงามความดี บำเพ็ญอินทรีย์ให้แก่กล้าขึ้นไป
 ก็เพราะอาศัยร่างกายนั้นแหละไปก่อนเป็นอย่างนั้น ไม่ใช่เราพอรู
 ว่าไม่ใช่ของเราแล้ว เราจะไม่เหลียวแลมันเสียเลย ไม่ปฏิบัติ
 ปรนปรีอมันเสียเลย อย่างนั้นก็ไม่ได้ถูก เพราะว่าบุญกรรมมันยัง
 ไม่หมดเขตของมัน บุญกรรมมันยังให้ผลอยู่ ยังรักษายู่ ยัง
 ให้มันหลอหลางใจเข้าออกอยู่ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องปฏิบัติดูแลมันไป
 ให้มันทำคุณงามความดีไป ส่งสมบุญกุศลให้มากขึ้นไป ถ้า
 ไม่มีร่างกายแล้ว เราก็จะทำบุญอย่างว่านั้นไม่ได้เลย เป็น

อย่างนั้น ผู้เข้าใจถูกแล้วอย่างนั้น มันก็ได้ทำคุณงามความดีได้
 มากทีเดียว เรียกว่าทำความดีเลือนขนขนไปเรื่อย ๆ ได้ ทนนะ
 เมื่อเราพิจารณาธาตุสี่ ขันธ์ห้า เห็นลักษณะอาการของมันตาม
 เป็นจริง มันไม่เที่ยง มันเป็นทุกข์ มันเป็นอนัตตา ไม่ใช่เรา
 ไม่ใช่ของของเรา อย่างนั้น เมื่อเห็นชัดได้ด้วยปัญญาอย่างนั้นแล้ว
 ก็ปล่อยวางตามสภาพ และทวนกระแสเข้ามาหาจิต ระวังความ
 คิดความหมายความปรุงแต่งต่างๆ หหมดเลย ปัญญามันทำหน้าที่
 ของมันเสร็จเรียบร้อยแล้ว มันก็ดับไป เรายังเหลือแต่จิตเท่า
 นั้นเอง จิตคือความรู้ คือผู้รู้ ผู้รู้ ผู้ฉลาด จิตนั้นเมื่อปัญญา
 อบรมเขาไปแล้ว มันก็เกิดความฉลาดเฉลียวขึ้น ไม่ยึดมั่นถือ
 มั่นสิ่งใด ๆ แล้วมันก็ไม่มทุกข์ เป็นอย่างนั้น เพราะฉะนั้น ใน
 ขณะนั้นแหละ ก็ให้วางให้ตรงลงไป ลองดูซิว่ามันจะตรงได้ไหม
 ลองวางลงเลยให้เหลือแต่ความรู้อย่างเดียวเท่านั้น พร้อมด้วย
 สติอยู่ภายใน ไม่ถือสำคัญว่าอะไรเป็นของเรา ของเขา ไม่มีใน
 ขณะนั้น นั่นเดียวเดี๋ยวมันจะเอาอะไรมาลงได้ มันต้องแก้ไข
 อารมณ์ที่เคยยึดเคยถือมา ปล่อยมันเป็นเปาะ ๆ ไป เมื่ออารมณ์
 ต่าง ๆ คลายออกจากจิตใจไปแล้ว มันจึงรวมลงได้ทีใจ ไม่อย่าง
 นั้นมันไม่ยอมหยุดหยุด หยุตไม่ได้.

๑ อันสติสัมปชัญญะนี้ ก็สมมติเป็นโทษเพื่อผู้
 กำพองมาลัย ได้แก่เป็นมมัสติคอยระมัดระวังกาย วาจา
 จิต อยู่เสมอๆ คอยระวังเรื่องต่างๆ ที่มันจะกระทบ
 กระทั่งจะทำให้เกิดความเสียหาย ดีใจ ความโกรธ ความ
 เกล็ดต่างๆ ระมัดระวังไปเรื่อย ๆ แต่ก็มิได้หมายความว่า
 เราต้องเที่ยวประกาศ ห้ามมิให้ใครมาตีมาชมเรา
 อย่างนั้นอย่างนั้น ไม่ได้หมายความว่าระวังใน
 หมายเหตุนั้นว่า เมื่อมีเรื่องเช่นนั้นกระทบกระ
 ทั่งเข้ามา เราจะรู้ทัน ทันที เราจะห้ามจิตไม่ให้มันหวั่น
 ไหวไปตามนั้นๆ เราระวังอย่างนั้นต่างหาก เราจะระวัง
 ไม่ให้คนนั้นทำร้าย หรือพดจาเสียดแทงต่างๆ นานา
 ห้ามไม่ได้เลย เพราะว่ามันก็เป็นเรื่องของเขา เขา
 มีสิทธิ์ที่จะพด แต่เราก็มีสิทธิ์ที่จะรู้เท่าทัน เช่นเดียว
 กัน มันก็ต้องเข้าใจอย่างนั้นจะทำให้จิตใจของเราไม่
 ฉุนเฉียวง่าย ที่เป็นเช่นนั้น ไม่ใช่ใช้อย่างอื่น ค่อมันขาด
 สติ คือสติสัมปชัญญะ ควบคุมจิตไม่ได้ เรียกว่าสติ
 มันห่าง สติการควบคุมจิตมันห่างไป มันไม่ถนัด ดังนั้น
 เราจะต้องกระชับสติสัมปชัญญะให้มันถนัดเข้า

พระอาจารย์เหรียญ วรลาโภ

ถวายเป็นบูชาคุณพระรัตนตรัย

แสดงโดย

ท่านพระอาจารย์เหรียญ วรลาโภ

ต่อไปนี้ให้ฟังพากันตั้งใจถึงคุณพระพุทธเจ้า คุณพระธรรม คุณพระสงฆ์ ว่าเป็นทพพระลคของตน เพราะเราเป็นชาวพุทธ เราต้องนึกถึงคุณพระรัตนตรัย น้แหละบ่อย ๆ ก็อย่างที่เคยพูดมาแล้วว่า ทุกสิ่งทุกอย่างมันเกิดจากการกระทำ การกระทำทางกาย การกระทำทางวาจา การกระทำทางใจ จะคิด กัด หรือจะชวกัด มันเกิดชนจากการกระทำ เพราะฉะนั้น การที่เราจะได้คุณพระรัตนตรัยเป็นทพอันประเสริฐ ก็เพราะเราหมั่นนึกถึงบ่อย ๆ การที่เรานึกถึงบ่อย ๆ ก็แสดงว่าเรามีความเชื่อ ความเลื่อมใสจริง ๆ ไม่ใช่ว่าเลื่อมใสอย่างลอย ๆ เราอบกย ถวายเป็นบูชาคุณพระรัตนตรัยอย่างเดียวเท่านั้น ชีวิตนคเป็นทรักของใครของมัน แต่มาหวนนึกถึงชีวิตนคเป็นของไม่เที่ยงไม่ยั่งยืนแล้ว ดังนั้นเราจึงต้องสมมุติเอาอตัภาพรางกายอนัน เป็น

ดอกไม้รูปเทียนถวายบูชาแด่พระรัตนตรัย เราไม่ห่วงใยอะไร
 ว่าเป็นของ ๆ ตน เพราะรู้แล้วว่ามันไม่เที่ยงมันจะแตกจะดับ
 อยู่แล้ว อันนี้ก็เป็นอย่างอื่นหนึ่งสำหรับละอุปาทานความยึดมั่น
 ถือนั่น ไม่ใช่ว่าเป็นเรื่องตน ๆ มันมีความหมายลึกอยู่ บุคคล
 ผู้มีความห่วงใยอยู่ในนามรูปอันนี้ ก็จะไม่ยอมสละ ไม่ยอม
 สละบูชาพระรัตนตรัย เมื่อไม่ฝึกฝนอบรมจิตใจให้เพียรปล่อย
 เพียรวาง เช่นว่านี่จะต้องได้ประสบกับความทุกข์อย่างมากมาย
 เพราะคนเราถ้าหากว่าไม่ปล่อยวางมันก็ยึดถือเท่านั้นเองแหละ
 มันจะไปไหนกันล่ะ เมื่อยึดถือแล้วมันก็ทวงแทน อันเมื่อเวลา
 มันวิบัติผันแปรไปก็เป็นที่ทุกข์เศร้าโศก ก็เพราะความเสียดาย
 นั้นเองแหละความอาลัย ดังนั้นอุบายที่สอนใจให้ปล่อยให้วาง
 ขั้นที่ ๕ อันนี้ มันจึงมีอยู่หลายอย่างหลายประการ แต่บางที่
 คนอาจจะคิดไม่ถึงก็ได้ เพราะมันคิดไม่ถึงนั้นแหละ มันถึง
 ได้ผลไม่คุ้มค่าการประกอบความดีต่าง ๆ

เริ่มแต่การให้ทานนั้นมา มันก็เป็นอุบายละอุปาทานทั้งนั้น
 แหละ ต้องคิดให้ลึกซึ้ง บุคคลที่จะสละสิ่งของอันเป็นทรัพย์
 ที่ทวงแทนของตนให้ทานได้ มันจะต้องพิจารณาเห็นเหตุผล

ต่าง ๆ หลายอย่าง มาปรากฏในจิตใจเสียก่อน มันจึงสละออกไปได้

เช่น พิจารณาเห็นว่า ชีวิตนี้^๕เป็นของไม่เที่ยง ไม่ยั่งยืน เงินทองข้าวของ^๕ที่หามาได้ก็^๕เป็นของไม่เที่ยง ไม่ยั่งยืนเช่นเดียวกัน ถ้าหากว่าจะหวังไว้บริโภครหรือบำรุงอรรถาพร่างกาย^๕อย่างเดียว ไม่จำแนกแจกทาน มันก็จะไม่เกิดประโยชน์อะไรแก่ส่วนรวม ก็จะมีแต่ประโยชน์ตนอย่างเดียวเท่านั้น ประโยชน์ตนก็ได้ชั่วระยะ^๕ที่ชีวิต^๕เป็นอยู่เท่านั้น มันไม่ได้อำนวยผลให้ในการต่อไปอีก นักปราชญ์ท่านจึงกล่าวว่า การที่เราใช้จ่ายเงินทองข้าวของสำหรับบริโภคส่วนตัว^๕ เราก็มองเหมือนอย่างว่าเราไปทิ้งลงในน้ำนั่นเอง แล้วมันก็หายไป หายไปเท่านั้น มันไม่เกิดประโยชน์อัน^๕ยืดยาวนานอะไร แล้วก็ทำให้เกิดโทษเกิดทุกข์ในเมื่อบุคคล^๕มาห่วงใยอะไรในทรัพย์สินสมบัติเหล่านั้นมากมาย เวลาจะพลัดพรากจากมันก็^๕เป็นทุกข์เดือดร้อน น้^๕แหละเหตุผลต่าง ๆ เหล่านี้มันมาปรากฏในจิตใจของบุคคล^๕ผู้ใดแล้ว บุคคลผู้นั้นก็จึงแบ่งกินแบ่งทานได้แบ่งใช้สอยได้ตามกำลังทรัพย์^๕ที่หามาได้ อย่าง^๕นี้มันก็เป็นอุบายละอุปาทาน ความยึดมั่นถือมั่นในวัตถุ

สิ่งของอันเป็นเครื่องขອງอยู่ในโลก ผู้จะไปสวรรค์ได้นั้น มันก็
จะต้องละความห่วงใยต่าง ๆ ในโลกนี้เสียก่อน มันก็จะไป
สวรรค์ได้ ถ้าหากว่าจิตยังขອງอยู่ในโลกนี้มากมาย ก็ไป
สวรรค์ไม่ได้ อย่าว่าแต่จะไปนิพพานเลย

ดังนั้นผู้เป็นชาวพุทธทั้งหลาย การมีโยนิโสมนสิการ
พิจารณาให้เข้าใจเหตุผลในพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า
โดยถ่องแท้ พิจารณาแต่เรื่องการให้ทานเท่านั้น ถ้าหากว่าใช้
ปัญญาพิจารณาแล้ว มันก็สามารถที่จะหยั่งลงไปถึงข้อปฏิบัติ
อย่างอื่นติดตามกันไปได้เลย เพราะว่าการให้การบริจาคนี้มันก็
เกิดจากดวงจิตที่ประกอบไปด้วย เมตตา กรุณา คือเราปรารถนา
จะให้ผู้อื่นเป็นสุขนั้นแหละพูดง่าย ๆ

เราจึงสามารถสละข้าวของเงินทองให้เป็นทานได้ ทน
เมื่อในใจของเรามันปรารถนาจะให้บุคคลอื่นและสัตว์อื่นเป็นสุข
อยู่อย่างนั้นเป็นนิสัยแล้ว โฉนเดါถึงจะไปเบียดเบียนบุคคลอื่น
และสัตว์อื่นได้ ก็เบียดเบียนไม่ได้ เมื่อเบียดเบียนบุคคลอื่น
และสัตว์อื่นไม่ได้ ก็ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีศีล นั้นแหละเพียงแต่ทาน
อย่างเดียวเท่านั้น ถ้าหากว่าบุคคลใช้ปัญญาเดินหน้า แล้วทำบุญ

ทำทานไป มันก็ลามไปถึงศีล ไปถึงภาวนาเนื่องกันไปหมดเลย
 เป็นอย่างนั้น แต่ถ้าบางคนที่มีแต่ศรัทธาอย่างเดียวไม่ได้ใช้
 ปัญญาประกอบด้วยเช่นนั้น ส่วนมากก็มีแต่การให้ทานเท่านั้น
 แหะ ให้ทานก็เรียกว่าให้ไปตามประเพณีนิยม คนส่วนมาก
 เขานิยมให้ทานว่าฤดูไหน เวลาใด วันใด ก็เห่อไปตามเขา
 เป็นครั้งเป็นคราวไปแล้วก็แล้วไป ไม่ได้คิดคำนึงถึงการให้ ซึ่ง
 เป็นผลประโยชน์ส่วนใหญ่ในพระพุทธศาสนา ไม่คิดคำนึงเลย
 เช่นอย่างว่าผู้เป็นอุบาสก อุบาสิกา ได้นามว่าศาสนูปถัมภก
 เรียกว่าเป็นผู้ยกย่องพระศาสนา หรือว่าเป็นผู้อุปถัมภ์บำรุง
 พระพุทธศาสนาให้เจริญยั่งยืนสืบต่อกันไปโดยไม่กำหนด ทน
 การทะนุบำรุงพระพุทธศาสนาได้แก่การบริจาคปัจจัยทั้ง ๔ น
 เองแหละ ในทางด้านวัตถุเช่นนั้น เพราะว่าพระพุทธานัน
 จะดำรงยืนอยู่ได้จะต้องอาศัยบริษัท ๔ ดังที่เคยพูดมาแล้ว ภิกษุ
 สามเณร อุบาสก อุบาสิกา ภิกษุสามเณรนั้นเป็นผู้สละบ้าน
 เรือนออกบวช ไม่มีการทำมาค้าขายหาเลี้ยงชีพด้วยตนเองเลย
 มีชีวิตเป็นอยู่กับญาติโยมชาวบ้านผู้ศรัทธาทั้งหลายบริจาคให้
 พระภิกษุ สามเณร ก็มีชีวิตเป็นอยู่อย่างชาวบ้านนั้นแหละ คือ

ต้องบริโภคอาหารทุกวันไปเลยอย่างนั้นะ แล้วก็ต้องอาศัยเสนา-
สนะเป็นที่อยู่ป้องกันสัตว์ร้ายต่างๆ ป้องกันหนาว ป้องกันร้อน
ต้องอาศัยผ้าถุงผ้าห่ม ต้องอาศัยหูกยาแก้โรคลงไขเจ็บในเวลา
เจ็บป่วยเหมือนกันกับชาวบ้านนั่นเอง

ดังนั้นถ้าหากว่าใครมีศรัทธาเลื่อมใสในการให้ทานตาม
ประเพณีเสียส่วนมาก แล้วพระภิกษุ สามเณรที่บวชมาใน
พระพุทธศาสนานี้ก็จะอยู่ไม่ได้เลย จะมีชีวิตเป็นอยู่ในพรหม-
จรรย์ไม่ได้ ฉะนั้นการที่พระสงฆ์สามเณรจะมีชีวิตเป็นอยู่ใน
พรหมจรรย์ได้ก็เพราะอาศัย อุบาสก อุบาสิกา เป็นผู้ศรัทธา
ประกอบไปด้วยปัญญา มองเห็นเหตุผลในการทะนุบำรุงพระ-
พุทธศาสนาว่าอย่างไรพระพุทธศาสนาจึงจะยั่งยืนต่อไปได้
โดยอาศัยที่ว่าพยายามชวนชวายเป็นทานการกุศลนี้ให้มากที่สุด
เท่าที่จะมากได้อย่างนี้แหละ เพื่ออุปถัมภ์บำรุงพระสงฆ์สามเณร
ให้มีชีวิตเป็นอยู่ไปได้ อย่างนี้ หรือว่าชวนชวายเป็นปัจจัยทั้ง ๔
นี้ให้เป็นไปตามกำลังความสามารถ ไม่ได้คิดว่าจะทำบุญตาม
ประเพณีนิยมเท่านั้น กรณีก็อันใดที่ควรทำความบำเพ็ญให้เป็น
ไป ก็พยายามกระทำความบำเพ็ญให้เป็นไปได้ อย่างนี้แหละการให้
การบริจาคทานมันก็มีผลมากจึงมีอันสงฆ์มาก แล้วก็ทั้ง

เป็นนิสัยเป็นบัจฉยให้ได้บรรลุถึงซึ่งพระนิพพาน แน่นอน
 ที่เดียว เช่น อย่างว่าผู้หมัศรัทธาบริจาควัธฐบริหาร ๘ อย่าง^๕
 อานิสสแห่งการถวายบริหาร ๘ ให้แก่พระภิกษุสามเณร
 ที่ติดสอยห้อยตาม เกิดไปชาติใดถ้าได้ไปพบศาสนาของ
 พระพุทธเจ้า พระองค์ใดพระองค์หนึ่งมีศรัทธาออกบวช
 ขอบวชกับพระพุทธเจ้าพระองค์นั้น พระองค์พิจารณาเห็นว่าคน
 ๖^๕ ได้ถวายวัธฐบริหารมาแต่ชาติก่อน อานิสสอันนั้นจะมาให้ผล
 วัธฐบริหารอันเป็นทิพย์จะเลื่อนลอยมาไม่ต้องไปแสวงหาให้ลำบาก
 เมื่อทรงพิจารณาเห็นอย่างนั้นจึงเหยียดพระหัตถ์ออกไปเรียกว่า
 เอหิภิกขุอุปสัมปทา ท่านทั้งหลายจงมาเป็นภิกษุในพระพุทธ-
 ศาสนาน พระธรรมวินัยเราดลาคดแสดงไว้ดีแล้ว จงประพฤติ
 พรหมจรรย์เพื่อทำที่สุดแห่งทุกข์โดยชอบเถิด เมื่อพระองค์ทรง
 แปลงพระวจาอย่างนั้นจบลง วัธฐบริหาร ๘ ก็เลื่อนลอยมาสวมเอา
 ท่านเหล่านั้น ผมเผ้าหนวดเคราก็ปลิวไป ท่านเหล่านั้นก็สำเร็จ
 เป็นพระภิกษุภาวะในพระพุทธศาสนาทันที นอานิสสการถวาย
 วัธฐบริหารเป็นทานก็เป็นเช่นนั้นเองแหละ และการถวายอย่างอื่นๆ
 ๘ ก็อำนวยผลให้เป็นผู้สมบูรณ์บริบูรณ์ด้วยบัจฉยทั้ง ๔ ดังกล่าว

มาแล้วนั่นเองแหละ เพราะว่าจะเป็นภคหัตถ์หรือเป็นนักบวช
 ชู้^๕ชื่อว่าเกิดมารูปมีนามมาแล้ว ก็ต้องได้อาศัยบัจจัย^๕ ๔ นิจ
 เป็นอยู่ได้ อันบัจจัย^๕ ๔ นี้จะสมบุรณ^๕บริบูรณ์^๕ได้ก็ต้องอาศัยผลบุญ
 ๔ ทัพบุคคลกระทำมาแต่ชาติก่อนมาอำนวยให้ ถ้าหากว่าบุคคลนั้น
 ไม่ได้บำเพ็ญบุญให้ทานมาแต่ชาติก่อนแล้ว เกิดมาชาติ^๕นี้ถึงแม่
 จะมาสุข ทำมาหาเลี้ยงชีพขยันหมั่นเพียรสักปานใด ก็ไม่
 มีทางที่จะร่ำรวยได้ ไม่มีทางที่จะอุดมสมบูรณ์ด้วยบัจจัย^๕ ๔
 นั้นได้ ได้ก็เพียงแต่พอยังชีพให้เป็นอยู่ไปวัน ๆ เท่านั้นเอง
 คนผู้บุญน้อย อันผู้บุญมากเมื่อทำบุญเข้าไปมาก ๆ เข้า
 ไปแล้วมันอิ่มไปในตัวเลย มันมีความสุขในโลกนี้ไปในตัว
 เลย ไม่เหมือนอย่างคนบุญน้อย คนทำบุญน้อยมันไม่รู้
 จักอิ่มเลย เกิดไปชาติใดก็ไปหิวแต่ความสุขอยู่อย่างนั้น ดันรณ
 หารความสุข ส่วนมากก็เป็นความสุขในกามนั้นเอง เพราะ
 ฉะนั้นคนทุกข์คนจนทั้งหลายนี้จึงปรากฏว่าเป็นผู้ผลิตเพลิน
 มัวเมาในกามคุณมากเหลือเกิน หาเงินหาทองมาได้เล็กน้อย
 เท่านั้นแล้วก็พากันไปแสวงหาความสนุกสนานร่าเริงบันเทิง
 จ่ายเงินหมดแล้วก็หาเอาใหม่ สำหรับคนผู้บุญมากเขา
 ร่ำรวยบัจจัย^๕ ๔ สมบูรณ์บริบูรณ์อย่างนั้นมันชักจะอิ่ม

ไปหมดในเรื่องความเพลิดเพลินมัวเมาในการละเล่นต่าง ๆ ใน
 มหุรต^๕เรื่องนั้นมัวไปหมดเลย เพราะว่ามันได้เพลิดเพลินมา
 พอแรงแล้วในสงสาร แล้วก็อันสงส์แห่งบุญกุศลที่สั่งสมอบรม
 มามากต่อมากมันอำนวยความสะดวกความเย็นใจให้แล้ว คนเราเมื่อ
 มีความสุขความเย็นใจ แล้วมันก็ไม่ค้นรณทะเขยอะอะไร
 มากนัก คนที่ค้นรณทะเขยอะยานไปไม่หยุดยั้ง^๕ ก็เพราะว่ามัน
 ไม่มีความสุขความเย็นใจ มีแต่กิเลสตัณหาเผาผลาญให้เราร้อนอยู่
 อย่างนั้น เพื่อให้เราร้อนไปในรูป เสียง กลิ่น รส เครื่องสัมผัส
 หิวไม่รู้จักอิ่ม เหตุ^๕นั้นแหละมีเงินเพียงเล็กน้อยก็จึงได้เดินไปให้
 เขาหลอกเอาเงินเอาทองหมดแล้วก็มาหาใหม่ เป็นทุกข์ทณ
 ทรมานไปอยู่อย่างนั้น เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้วพุทธบริษัทไม่ควรที่
 จะประมาท ควรสั่งสมบุญกุศลให้มาก ไม่ควรที่จะปล่อยปละ
 ละเลย ชีวิตไม่ควรที่จะไปเพลิดเพลินมัวเมาไปในกามคุณเกิน
 ขอบเขต เพราะว่าสิ่งเหล่านั้น ถ้าจะว่าอย่างหนึ่งมันก็เป็น
 เหมือนกับผีหลอก อย่างโบราณท่านว่า มีผีหลอก^๕นั้นแหละ
 เหมือนกับผีหลอกให้หลงให้เมาให้เป็นทุกข์ทณทรมานอยู่ในโลก^๕
 เปลา ๆ ไม่ได้อะไรเป็นที่อุุ่นใจเลย

แต่คนส่วนมากนั้นไม่ตื่นตัว ทั้งนี้เพราะว่าไม่เคารพต่อ
พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า พอพระท่านแสดงธรรมแนะ
นำสั่งสอนให้ละกามคุณ เบื่อแล้วไม่ชอบฟังเลย เบือนหน้าหนี
หรือลุกหนีไปเลย อย่างนี้แหละแสดงว่าผู้นั้นจะตกเป็นทาสแห่ง
กามคุณแล้วร้อยเปอร์เซ็นต์ แล้วทนมันจะเอาความสุขมาแต่ไหน
มันจึงได้มีแต่ความหิวอยู่อย่างนั้นตลอดเวลา หิวมากๆ เข้าก็ไป
ทำความชั่ว เพราะว่าบุญตัวไม่มี หาทำไรมันก็ไม่ได้ หาโดย
ทางที่ชอบทำไรมันก็ไม่ได้ ดังนั้นมันดาลไปหาทางทุจริต จ้ะเอา
ปล้นเอา ชำเจ้าเอาของ ในที่สุดก็ต้องได้รับโทษทัณฑ์ต่าง ๆ นานา
ชีวิตก็อัปมงคลไปเหมือนกับพระจันทร์ในข้างแรม ด้วยเหตุนี้
แหละ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้ทรงมีพระมหากรุณา-
ธิคุณอันยิ่งใหญ่ไพศาล พระองค์จึงได้ตรัสสาธิตไว้ว่า (อนุ-
ภูกอโลโล อัฐทะภูโต อังกโลโก ตนุเคตตะ วิปัสสติ สักกุนา
ซารมุตโตวะ อัมโปสัคคากคัสสติ) โลกคือหมูสัตว์ อุโมหะ
คือความหลงเข้าครอบงำย้ายแล้วไม่รู้จักตน น้อยคนนักจะเห็น
แจ้งในโลกนี้ น้อยคนนักจะไปสวรรค์ เหมือนอย่างนกที่ติดข่าย
ของนายพรานแล้ว น้อยตัวนักที่จะรอดพ้นจากตาข่ายไปได้

พระพุทธเจ้าตรัสถามดังนี้ไว้ ก็เพื่อที่จะเตือนใจของพุทธ-
 ศาสนิกชนทั้งหลายให้พากันตื่นตัวให้มาคำนึงถึงตัวของตัวเองว่า
 ตนนั้นตกอยู่ในโลกมืด คือถูกอวิชชาตัณหาหุ้มห่อจิตใจอยู่ มืด
 ๘ ด้านไม่รู้จักทางออกจากทุกข์เลย ตรัสถามดังนี้เตือนพุทธ-
 บริษัทเพื่อให้มารู้ตัวอย่างนี้ ดังนั้นพุทธบริษัทควรจะตื่นตัว ควร
 รู้ตัวว่า เรายังเป็นคนหลงคนเมาอยู่ ถ้าผู้ใดตื่นตัวได้อย่างนี้ ผู้
 นั้นก็จะแสวงหาทางออกจากความมืดเหล่านั้น คนที่ไม่แสวงหา
 ทางออกจากความมืดเหล่านั้นนั้น ก็เพราะมันไม่ตื่นตัว มันไม่รู้ตัว
 ว่าตนนั้นตกอยู่ในความมืด ไม่รู้จักทางออกจากทุกข์ ไม่รู้ตัวเลย
 หมายความว่า เกิดมาแล้วก็อยู่ไปตามยถากรรมไปอย่างนั้นแหละ
 สุดแล้วแต่กรรมกิเลสมันจะชักจูงให้ทำให้พูดให้คิดไปอย่างไร
 ก็ทำไป พูดไป คิดไปอย่างนั้นแหละ เป็นบุญบ้างเป็นบาปบ้าง
 ดีบ้างชั่วบ้างปนเปกันไปอยู่อย่างนั้น นี่คนเมาคนหลงไม่รู้จักคัด
 เลือกเลยว่า อันนั้นบาปควรละอย่างนั้นรู้ไม่ได้ อันนั้นกอบุญกุศล
 ควรกระทำให้เกิดใหม่ก็รู้ไม่ได้ นี่แหละคนส่วนมากเป็นอย่างนี้
 เหตุนี้ พระองค์เจ้าจึงว่าเป็นผู้มืดเป็นผู้บอด ควรแสวงหา

ประทีปคือดวงปัญญาโดยการมาเจริญ สีด สมาธิ ปัญญา นี้ให้
 บังเกิดมโนในตนของตน ดังที่ได้เคยอธิบายขแจ้งให้ฟังมาแล้ว
 นั้นแหละ สีด คือเจตนาวิริติ ละเว้นในการเบียดเบียนคนอื่น
 และสัตว์อื่น นึกเอาแต่ใจความ สมาธิคือพยายามตั้งสติสัมป-
 ชัญญะ พยายามเพ่งจิตของตนให้เข้าถึงความสงบ ละอารมณ์
 ภายนอกเสีย ที่เป็นอดีต อนาคต ปัญญาคือพยายามอบรม
 ความคิดความนึกให้มันเป็นไปด้วยเหตุด้วยผล อย่าไปคิดไป
 ตามอารมณ์ความชอบใจเปล่าๆ คิดอะไรพิจารณาอะไรต้องให้
 มีเหตุผล จับเหตุได้แล้วก็สาวไปหาผล อย่างนี้จึงเรียกได้ว่า
 กัมมปัญญา คือว่าเมื่อจับเหตุอันนี้ได้แล้ว เมื่อเราทำเหตุอัน
 ลงไปแล้ว ผลมันจะเกิดขึ้นเป็นอย่างไร น้อย่างนั้นแหละ จึง
 เรียกว่าเป็นผู้มีปัญญาในทางธรรม อันบุคคลผู้ไม่มีปัญญาที่เกิด
 จากสมาธินี้ คิดอะไรก็มักจะคิดไปตามอำนาจของกิเลส สุดแล้ว
 แต่กิเลสมันจะกระชับใจให้คิดไปอย่างไร ก็คิดไป หมุนไป
 ตาม มันเป็นอย่างนั้น ดีชั่วไม่ว่า ที่ความคิดที่เกิดจากสมาธิ
 ไม่เป็นอย่างนั้น มันเลือกมันรู้จักเลือกกว่า เรื่องนครคิด จึงได้
 จับเอามาวินิจฉัยเลย แล้วเม่อวินิจฉัยแล้วก็วินิจฉัยไปจนถึงผล

ที่จะได้รับอย่างที่ว่านั้นแหละ หรือวินิจฉัยไปจนถึงความจริง
ของเรื่องนั้น ความจริงของเรื่องนั้น ในทางธรรมแล้วมันก็ไม่
นอกเหนือไปจาก อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นอย่างนั้น

สรุปแล้วตรงนั้นเลยจะเป็นปัญญาวิสังขารก็ดี อปปัญญา
วิสังขารก็ตามแหละ ถือว่าจะเป็นความคิดที่เป็นบุญก็ตาม เป็น
บาปก็ตาม มีความเกิดขึ้นแล้วก็แปรปรวนแตกดับไป ไม่คงที่
ไม่มีอะไรเป็นชนเป็นอันเป็นตัวเป็นตนเลย อ้าวถ้าอย่างนั้น เรา
คิดเป็นบุญขึ้นมา บุญจะไม่หายไปหรือ ถ้าไปลงความเห็น
อย่างนั้นบางทีก็จะมีผู้ตั้งปัญหาถาม ก็จะขอวินิจฉัยให้ฟังในทันที
เลยเล่าว่า

เมื่อเราสรุปความจริงของสังขารเหล่านั้นลงแล้ว รวมใจให้
สงบลงเป็นหนึ่งอย่างนั้นแล้ว บรรดาคุณสมบัติทั้งหลายมันไป
รวมลงอยู่ที่จิตสงบอยู่นั้นหมดเลย ความคิดนั้นเป็นบุญกุศล
อะไรมันเป็นของดับไป แต่ตัวบุญกุศลจริง ๆ มันอยู่ที่จิตที่สงบ
อยู่นั่นเองแหละ ที่นินบาปอันใดที่เรากำหนดละลงไปแล้วนั้น
อารมณ์อันนั้นมันก็ดับไป พร้อมทั้งความยึดมั่นในบาปนั้นก็
หมดไปตามกัน

ส่วนบุญกุศลนั้น มันก็หลอมตัวเข้าเป็นความรู้เป็นญาณ
 ความรู้อันวิเศษเกิดขึ้นในดวงจิตนั้นมันเป็นอย่างนี้ ให้ฟังพากัน
 เข้าใจ การบำเพ็ญบุญกุศลถ้าบุคคลประกอบไปด้วยศรัทธา
 ประกอบไปด้วยปัญญา ดังแสดงให้ฟังมานี้ ก็จะเป็นผู้ได้รับผล
 อันเป็นที่พึงพอใจ และเรียกว่าได้รับผลอันสุขุมลุ่มลึก เริ่มตั้งแต่
 การให้ทานมา ดังที่อธิบายตามลำดับนั้นแหละ หวังว่าผู้ฟัง
 ก็คงจะพอใจได้

ถ้าหากว่าได้วินิจฉัยเรื่องราวของการให้ทานที่แสดงให้เห็นทั้ง
 มาโดยลำดับนั้นะ ก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขอยุติลงเพียงเท่านี้

๑ อย่าไปสงสัยกลางแกลงใจว่า เอ๊ะ! ทำไมเรา
 จึงปฏิบัติไปไม่ได้? ทำไมใจจึงไม่สงบ? กำหนดลม
 หายใจที่กำหนดแล้ว มันก็ยังไม่สงบอย่างนี้ อย่าไป
 สงสัย ให้นึกว่า เราทำยังไม่พอก็แล้วกันแหละ เราทำ
 ยังไม่มากพอ คือว่าเรายังกำหนดลมหายใจเข้า หายใจ
 ออกกันยังไม่พอ เราจะต้องทำอีก

พระอาจารย์เหรียญ วรลาโภ

ความรักก่อนเสมอด้วยรักตนไม่มี

แสดงโดย

ท่านพระอาจารย์เหรียญ วรลาโภ

ต่อไปนี้ฟังพากันตั้งใจสำรวมจิตใจของตนให้ดี การสำรวม
จิตคือการตั้งสติกำหนดรู้อยู่ที่กาย กายนั้นอยู่อย่างไรก็กำหนด
รู้อยู่อย่างนั้น รู้นอกกายแล้วก็กำหนดเข้าไปรู้อยู่ภายในจิต อันนี้
เป็นวิธีสำรวมจิต อาศัยสติ ถ้าขาดสติเสียแล้ว จิตนั้นก็ไม
นิ่งอยู่ได้เลย มันจะไหลไปตามอารมณ์ต่าง ๆ บรรดาผู้ทศนใจใน
ธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ก็สมควรที่จะต้องศึกษาและรู้ให้
เข้าใจในวิถชีวิตของตนเอง เพราะว่าตนนี้เป็นทุกข์ของตนอย่าง
ยิ่ง ความรักก่อนเสมอด้วยตนไม่มี อันนี้เป็นอมตะ คือเป็นคำที่
เรียกว่า ยืนยันได้เลย ใครจะไปรักคนอื่นยิ่งกว่าตัวไม่มีในโลก
น ก่อนที่จะไปรักคนอื่น ก็เพราะมันรักตัวเองนั้นแหละก่อน
แต่มันรักไม่ถูก เมื่อรักตัวเองแล้ว ก็ยังไม่พอ ก็ยังคิดว่า ความ
รักที่เดียวดายอยู่อย่างนี้ มันไม่เพียงพอ ต้องเอารักก่อนเข้ามา

สมทบเข้า จึงจะมีความสุข นั่นเรียกว่าการเข้าใจผิด ความเข้าใจถูกนั้น หมายความว่า เมื่อตนเป็นทริกของตนอย่างยิ่งเช่นนี้ ก็ควรที่จะทะนุถนอมจิตใจตนให้น้อยด้วยบุญด้วยกุศล ไม่ควรที่จะให้มันไปตั้งมันอยู่ในความรักสิ่งอื่น นอกไปกว่าการรักบุญรักกุศล เราต้องทำความรักในบุญกุศลความดีนั้นแหละให้มากกว่าสิ่งอื่นทั้งหมด เพราะว่าบุญกุศลนั้นจะนำตนให้พ้นจากทุกข์ไปได้ ส่วนความรักอย่างอื่นนั้นมันไม่พาตนให้พ้นทุกข์ไปได้ อย่างที่ความรักที่เขารักกันทั่วๆ ไปในโลกนี้แหละ เช่น ชายหนุ่มรักหญิงสาวอย่างนั้น เมื่อรักเข้าไปพอๆ แล้ว มันก็ก่อให้เกิดความทุกข์นานาประการ บางรายก็ถึงกับฆ่าตัวตาย เมื่อรักเข้าไปพอๆ แล้ว มันไม่สมหวังในความรัก อย่างนั้นทำให้เกิดความคับแค้นใจอย่างแรงแล้วก็ฆ่าตัวตาย นี่พูดถึงความรัก ถ้ารักไม่เป็นที่นำมาซึ่งทุกข์ ถ้ารักเป็นที่นำมาซึ่งความสุข เพราะว่าเราเป็นชาวพุทธ เราก็ต้องเชื่อในพระปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า คือเชื่อต่อคำสั่งสอนของพระองค์ หมายความว่าอย่างนั้นหรืออย่างไร เชื่อว่าตนทำได้ ทำชั่วได้ชั่ว พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้อย่างนี้เป็นหลักของการดำเนินชีวิต พระองค์ไม่ได้ทรงสอนให้เชื่อส่ง่อนว่าจะอำนวยความสุขให้แก่ตน พระองค์ไม่ได้สอน

เลย ดังพุทธภาษิตที่ทรงตรัสไว้ว่า อตฺตาหิ อตฺโนนาโ
โกหิโนโถ ปโลสียา อตฺตาหิ สุตฺตันเตนะ นาถังลลทิตฺตํ ทูลลภัง
ตนแลเป็นทพของตน บุคคลค้นหาเป็นทพของตนได้ไม่ เมื่อ
ตนฝึกฝนอบรมตนให้ดีแล้ว ก็ย่อมได้ทพซึ่งหาได้ด้วยยากดังนี้

พระพุทธองค์ทรงแสดงภาษิตนี้ไว้ ก็เพื่อให้พุทธบริษัท
ทั้งหลายได้หวนนึกถึงตนของตนยังกว่าที่จะไปในกิจผู้อื่น เพราะ
ว่าตนของตนเป็นทรัพย์อย่างยิ่ง ความรักอย่างอ่อนเสมอด้วยความ
รักตนไม่ เมื่อเรารักตนอย่างว่าแล้ว เราก็คควรที่จะทำตนของ
ตนให้เป็นสุขไม่ใช่หรือ ทำอย่างไรตนถึงจะมีความสุข แล้วก็
ต้องทำแหละ ธรรมดาผู้รักตนแต่ไม่เป็นอย่างว่า คนรักตน
แล้วบางคนก็รักไม่ถูกทาง รักตนแล้วนำตนไปประพฤติชั่วด้วย
กาย วาจา ใจ นอกศีลนอกธรรมนอกคำสอนของพระพุทธเจ้า
โดยเข้าใจว่ามันจะนำมาซึ่งความสุข เรียกว่าเข้าใจผิด บุคคลใด
ก็ตาม ถ้าหากว่าประพฤตินอกศีลนอกธรรมนอกคำสอนของพระ
พุทธเจ้าแล้ว ไม่มีทางหรือว่ามันจะมีความสุขความเจริญไปได้
เพราะว่าพระพุทธเจ้านั้น พระองค์รู้แจ้งหนทางแห่งความเสมอ
มหนทางแห่งความเจริญของชีวิตตนเป็นอย่างดี ไม่มีใครที่จะรู้แจ้ง
เท่าพระองค์เลยในโลกนี้ ดังนั้นพระศาสดาจึงได้ทรงแนะนำ
พร้าสอนให้คนเรารู้จักว่า นกคือความชั่ว นกคือความดี อันความ

ชั่วนี้ ควรละเว้น ไม่ควรสั่งสมไว้ในกาย วาจา จิต อันความ
 คณนี้ ควรสั่งสมไว้ในกาย วาจา จิตของคน เพราะว่าในชีวิต
 ของคนเราเนี่ย มันมีทั้งดั่งชั่ว ติดตัวมาแต่เอนกชาติ พระศาสดา
 จึงได้ตรัสอย่างนี้ แต่คนเราไม่ได้ใส่ใจกับชีวิตจิตใจของ
 ตัวเองโดยแน่นอน ถือว่าไม่ได้กิน ไม่ได้เพ่งพิจารณาดูกาย
 ดูจิตอันนี้ให้เข้าใจโดยแจ่มแจ้งได้ ด้วยปัญญาอันชอบ เหตุ
 ฉะนั้นจึงไม่รู้จักรูปาปหรือบุญนั้นติดตามตนมาตั้งแต่เอนกชาติ
 หรือว่ากิเลสตัณหาอันนั้นติดตามตนมานับเป็นเอนกชาติ กิเลส
 ตัณหาเหล่านั้นเป็นสอชักจูงจิตใจให้ทำชั่วพูดชั่ว คิดชั่ว
 บุคคลก็ไม่รู้ตัวเลย ไม่ได้เอามาพิจารณาในจิตใจ ถึงไม่รู้ได้ มี
 แต่ตั้งใจไปตามอารมณ์ที่น่ารัก น่าพอใจในโลกเพียงส่วนเดียว
 ถ้าเรื่องใดเป็นที่น่าเกลียดน่าชัง ก็เกลียดชังไม่อยากจะได้พบได้
 เห็น ไม่อยากจะไต่ยื่น ถ้าสิ่งใดเป็นที่น่ารักใคร่พอใจนั้น อยาก
 เห็นอยากไต่ยื่นได้ฟังมากมายหนักหนา เพราะเหตุนี้พวกหา-
 เงินหาทองเขาจึงสร้างภาพยนตร์ขึ้น เพราะว่าเขาตั้งใจดำของ
 คนถือว่า คนเรานั้นมันต้องรักสวรั้งกันแล้วกรีกสนุกสนานรัก
 การต่อสู้อย่างนั้นแหละ ดังนั้นเขาจึงได้สร้างภาพยนตร์บน
 มามทั้งรัก มทั้งโสภ มทั้งบู ให้มันถูกใจพระเดชพระคุณผู้ผู้ชม
 เพื่อจะได้เก็บเอาเงินจากคนเหล่านั้น และผู้ผู้ชมก็ไม่ได้ใช้

อย่างนั้นแล้ว พิจารณามัน ก็รู้ได้เลย ทุกรูปนั้นมันไม่เป็นมงคล
 มันไม่ก่อให้เกิดบุญกุศลอะไร เสียงนั้นก็เหมือนกันไม่เป็นมงคล
 ไม่เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดบุญกุศลเลย หรือเกิดความสงบใจแต่อย่างใด
 เช่นเสียงร้องรำทำเพลง อะไรต่ออะไรอย่างนั้นแหละ มันรู้ตั้งแต่
 เป็นเครื่องล่อจิตใจให้พลัดเพลีนมัวเมาอยู่ในโลกนี้ กันจิตไม่ให้
 เข้าถึงความสงบได้อย่างนั้นแหละ รูปก็เหมือนกันแหละ รูปที่เขา
 ประดิษฐ์ประดอยขึ้น หรือเขาตกแต่งขึ้น และอย่างนั้นไปเห็นเข้า
 ก็ว่าสวยว่างาม สิ่งจิตไปหมายเพลิดเพลีนอยู่อย่างนั้น ที่เขาเรียก
 ว่าดารา ดาราภาพยนตร์อย่างนั้นแหละ ที่จริงไม่ใช่รูปนั้นสวยงาม
 อะไรหรอก มันงามเพราะการตกแต่ง งามเพราะสี งามเพราะ
 แสงต่างหาก ถ้าไม่มีสิ่งเหล่านั้นประกอบแล้ว มันก็ธรรมดาๆ
 นั่นเอง คนเรามันหลงมันเป็นอย่างนั้นแหละ ก็ต้องพิจารณาให้มัน
 เห็นชัดเจนในใจ เมื่อมันเห็นแจ้งประจักษ์ด้วยเหตุผลแล้ว มัน
 ก็หายสงสัย หายหวัง หายความยินดีพอใจในสิ่งที่ไม่เป็น
 ประโยชน์ ถ้าเป็นเสียงที่ปรารภถึงเรื่องประโยชน์ตนประโยชน์
 ผู้อื่นเกิดจากคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เสียงอย่างนั้นเป็นเสียง
 ที่ควรฟัง เพราะว่าตนมันก็ยังไม่วุ่นทุกข์ ทนทานผู้ใดสามารถ
 ที่จะขจัดเจหนทางออกจากทุกข์ให้แก่ตนได้ ตนก็ควรสนใจกับ
 เสียงเช่นนั้น ควรน้อมเข้าไปพินิจพิจารณาให้มันเห็นแจ้งด้วย

จิตใจของตนเองอีกครั้งหนึ่ง และอย่างนั้นเป็นมงคลทีเดียว เสียง
 เหล่านั้นทำให้เกิดเป็นมงคลแก่ตนของตน เพราะว่าตนได้ฟังแล้ว
 ได้เกิดความรู้ความฉลาดขึ้นในใจ รู้ว่านาคบาป นาคบุญ น
 คอคุณคือโทษ รู้แจ้งด้วยตนเองได้ เมื่อรู้ได้อย่างนั้นแล้วมันก็
 ละบาปได้เลย และเราก็สามารถบำเพ็ญบุญกุศลให้เกิดขึ้นในตน
 ได้อย่างมากมายทีเดียว เหมือนอย่างบุคคลรู้แนวทางแห่งการ
 แสวงหาเงินทองข้าวของอย่างนั้นแหละ เมื่อรู้ว่าการทำมาค้าขาย
 อย่างนั้นมันจะมั่งกำไรดี ร่ำรวยอย่างนั้น เมื่อรู้แล้วทำลงไปมันก็ต้อง
 รวยเพราะมองเห็นหนทางล่วงหน้าเอาไว้แล้ว อันนั้นก็เช่นเดียวกัน
 นั้นแหละ เมื่อเรารู้ว่าทำให้สงบระงับจากกิเลสบาปกรรม
 เหล่านั้นเป็นบุญกุศลอันยิ่งใหญ่ไพศาล ไม่มีบุญอันใดเสียยิ่งไป
 กว่านั้น รุ้อย่างนั้นแล้ว ผู้นั้นก็พยายามสำรวมจิตใจของตนให้
 สงบหรือให้ตั้งมั่นอยู่ในบุญในคุณเรื่อยไป ไม่ให้ใจนั้นมันหลง-
 ไหลไปในทางบาปอกุศลคือไม่ให้จิตมันไปเกิดความโลภเพ่งเล็ง
 อยากได้สมบัติผู้อื่นมาเป็นของตนโดยทางทุจริต พยายามสอนจิต
 ห้ามจิตไม่ให้มันไปโกรธแค้นบุคคลหรือแก้ตัวสิ่งของใด ๆ ก็ตาม
 แทะหรือแก้ตัวใคร่จะฉ้อฉลก็ตาม เราต้องมีเมตตากรุณาต่อ
 มนุษย์สัตว์ทั้งหลาย เมื่อทำใจอยู่อย่างนั้นแล้ว ก็ขอว่าเป็นผู้เพียร
 พยายามละบาปออกจากจิตใจ ในขณะเดียวกัน เมื่อบาประงับไป

บุญเกิดชนแทน บุญคือเมตตากรรมนั่นเอง จิตที่มีเมตตา
 กรุณาเกิดขึ้นนั้นแหละคือบุญมันเกิดขึ้น ธรรมดาจิตที่ประกอบ
 ด้วยเมตตากรรมนั้น มันชุ่มเย็นอยู่ทงวันทงคืนไม่เศร้าหมอง ไม่
 ขุ่นมัว ไม่หงุดหงิด ธรรมดาแห่งรสชาติแห่งเมตตาธรรม กรรม
 ธรรมนั้น เป็นคนใจคอเยือกเย็นไม่หงุดหงิดไม่เร่าร้อนด้วย
 อารมณ์แห่งความโกรธ นี่แหละจึงได้เรียกว่าบุญมันเกิดขึ้นใน
 ดวงจิต บุญแปลว่าสิ่งที่ชำระใจให้ผ่องใสสะอาด เมื่อเราทำใจ
 ให้ผ่องใสสะอาดได้ ก็ชื่อว่าได้ทำบุญจริง บุญก็ย่อมเกิดขึ้น
 ด้วยอาการอย่างนี้ อ้าวแล้วการให้ทานรักษาศีลนั้น ไม่ทำหรือ
 ทำอยู่ ถ้าหากว่าจิตใจประกอบไปด้วยเมตตากรรมอย่างว่านี้แล้ว
 บุคคลนั้นจะไม่ให้ทานไม่มี จะไม่รักษาศีลก็ไม่มี เพราะว่าการ
 รักษาศีลนั้น ก็หมายความว่า เจตนางดเว้นไม่เบียดเบียนมนุษย์
 และสัตว์ทั้งหลาย ถ้าหากว่าเรามีเมตตากรรมเปี่ยมอยู่ในใจแล้ว
 จะไปเบียดเบียนมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายได้หรือนั้นแหละ เพราะ
 ฉะนั้นจึงว่า ถ้าอบรมจิตใจให้เปี่ยมไปด้วยเมตตากรรมแล้ว
 ทานก็มี ศีลก็มีไปพร้อมกันเลยเป็นอย่างนั้น เพราะฉะนั้นแหละ
 บุคคลผู้ถือว่าตนเป็นทรกของตนอย่างนี้แล้วอย่างนั้น มาฝึกฝน
 จิตใจของตนให้ตั้งมั่นอยู่ในบุญในคุณ ไม่ปล่อยตนให้ตกเป็น
 ทาสของกิเลสต่าง ๆ ดังกล่าวมาอย่างนี้ พระศาสดาทรงยกย่อง

สรรเสริญว่าเป็นผู้รักตนโดยแท้ ผลที่จะได้รับก็คือความสุขความ
 เป็นใจ อันนั้นแน่นอนเลยทีเดียวไม่มีผิดพลาด และก็เป็นที่ถูก-
 ฎีกาของผู้ปฏิบัติยอมรับเองเห็นเองขึ้นมาโดยไม่ต้องให้ใครพยากรณ์
 เลยแหละว่า ท่านนั้นมีความสุขสบายดั่งอย่างโน้นอย่างนี้ ไม่
 ต้องไปหาหมอดูให้ลำบาก เป็นหมอดูดูตนเองเลยอย่างนี้ รูเรื่อง
 ของตนเองได้เลยว่า ตนเองมีความสุขสบายใจอย่างไรก็รูเลย
 อันนั้นก็เรียกว่ามันเป็นความสุขสบายของตนกว่าได้ ความจริง
 เราจะต้องให้มีความสุขอย่างนั้นแหละไปก่อน ถ้าไม่ทำให้สุข
 สบายอย่างนั้นแล้วจะไปเจริญปัญญาให้ยิ่งไปกว่านั้นก็ทำไม่ได้
 บุคคลที่จะเจริญปัญญาวีรยัสสนาให้สูงขึ้นไปกว่านี้ได้ ก็ต้อง
 ทำให้เป็นสุขสบายประกอบด้วยเมตตากรุณานั่นแหละไปก่อน

เมื่อใจมันเปี่ยมด้วยคุณธรรมดังกล่าวมาแล้วนั้นย่อมลงสู่ความ
 สงบ มันก็สงบได้ง่ายเป็นอย่างนั้น เพราะว่าคนที่มีใจเยือกเย็น
 แล้วมันไม่ค่อยมีกังวลอะไรมากมาย ถ้ามันจะคิดถึงเรื่องผิดหวัง
 เรื่องที่มันทำให้ตนเดือดร้อนมาแต่ก่อนอันนั้น มันก็มีปัญญา
 เกิดขึ้นว่า เรื่องต่างๆ ที่เบียดเบียนมันล่วงแล้ว มันเป็นอดีต
 ไปแล้ว เราไม่ควรที่จะเอามาคิดถึง คิดได้มันก็ไม่สำเร็จประโยชน์
 อะไรเลย มีแต่ทุกข์ใจเปล่าๆ เวลาเช่นนั้นไม่ใช่เวลาที่เราจะเอา
 เรื่องเช่นนั้นมาคิด เรื่องเช่นนั้นเราต้องเอาวางไว้เสียก่อน ทั้งไว้

เสียก่อน ก็มัสตเตอนตนของตนบ่อย ๆ เข้าไปนั่น มันก็สามารถที่จะวางลงได้ชั่วระยะหนึ่ง ถ้าหากว่าใครไม่มีสติเตอนตนอย่างนั้นบ่อย ๆ พอนกถึงเรื่องนั้นมาแล้วก็ปรุ่งแต่งไปเลย อย่างนั้นมันก็ยิ่งซ้ำใจไปใหญ่ ยิ่งกับแค้นใจไปใหญ่เลยทีเดียว ดังนั้นควรฉลาดคนเราไม่ควรที่จะไปเอาเรื่องไม่ดีมาเผาจิตตัวเองให้เดือดร้อน เพราะว่าสิ่งใดซึ่งมันเหลือวิสัยเราไม่สามารถที่จะแก้ไขได้แล้ว เราก็ต้องโยนให้กรรมไป ก็สุดแล้วแต่กรรมมันจะแต่งไป เพราะว่าว่ามันเหลือวิสัยแล้ว เราไม่สามารถจะแก้ไขได้อย่างนั้น เมื่อเราโยนให้กรรมลงไปได้แล้ว เราก็วางอุเบกขาลงได้เลย ถ้าเราทำผิดกฎหมาย ถ้าเขาจะเอาเราติดคุกติดตาราง เอาติดก็ติดก็เพราะกรรมของตนมันจะอย่างไรก็ได้ ถ้ากรรมเวรไม่มีตนก็ไม่ได้ไปติดตารางใครจะไปมีอำนาจเหนือกรรมเหนือเวรไปได้ไม่มีเมอรูแจ้งอย่างนั้นแล้ว มันก็ไม่ต้องเศร้าโศกแหละ เอาไปติดตารางก็ติดอย่างสบายดี ถ้าหากว่าเมอรูว่าตนมีโทษจะต้องติดคุก ติดตาราง เอาแหละไปมัดเศร้าโศกเสียใจไปนั่งรำพันต่าง ๆ นานาอยู่นั่นก็เป็นทุกข์เปล่า ๆ ไม่สามารถจะพ้นจากคุกตารางไปได้ มีแต่หอบเอาทุกข์ไปเข้าอยู่ในตารางโน่น ดังนั้นผู้มีปัญญาผู้ได้สดับคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้าแล้ว ก็ต้องมีอุบายแบบกายสอนจิตของตนให้ปล่อยให้วางสิ่งที่มันก่อให้เกิดความทุกข์

ความเดือดร้อนใจ เพราะว่าทุกสิ่งทุกอย่างมันไม่เที่ยง ถ้าหากว่า
มันเที่ยงแล้ว มันก็ไม่ใช่อย่างนั้น เราก็สอนใจเขาไปอย่างนั้นแหละ
ก็เพราะเหตุมันไม่เที่ยงนั้นแหละ มันจึงพลิกแพลงเปลี่ยนแปลง
ไปได้ โลกสันนิบาตอันนั้น ก็เพราะจิตมันมีอวิชชาหุ้มห่อ
มันไม่รู้เหตุผลในเรื่องนั้นโดยแจ่มแจ้ง มันถึงได้ทำไปแล้วมัน
เกิดความผิดพลาดขึ้นมาอย่างนั้น ก็เมื่อตอนมันมีอวิชชาตัณหา
ครอบงำอยู่จะไม่ให้ผิดพลาดได้อย่างไรเล่า เมื่อผิดพลาดขึ้นมา
เราก็ยินดีรับผลของความผิดพลาดอันนั้นไปเสียแล้วก็สบายใจ
ไปอย่างหนึ่ง

ถ้าเราไม่ยอมเสวยผลของความผิดพลาดอันนั้น มีแต่วิตก
วิจารณ์ หาแต่ทางแก้ไขที่จะให้ลุล่วงไปทีเดียว ถึงคิดอย่างไรมันก็
แก้ไม่ได้ เราก็ยังคิดก็ยังทุกข์ยังโศกอยู่นั้น เช่นเราเรียกว่า
คนไม่มีปัญญา มันก็ต้องมีแต่ทุกข์นั้นแหละเป็นเจ้าเรือน เรา
เป็นบริษัของพระพุทธเจ้า เป็นลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า

ฉะนั้นเราต้องมีปัญญาจักเอาตัวรอด อันนั้นแหละพระพุทธ-
ภัสตรบอกชนเบองตนนั้นว่า อตตาทิ สันนัตตะ นาถัง-
ลลทัง ทลลกัง เมื่อบุคคลฝึกฝนอบรมตนให้ได้แล้วย่อมได้ทพ
ซึ่งหาได้ด้วยยากดังนี้ ทนบุคคลผู้จะได้ศีลธรรมหรือจะได้
บุญกุศล ได้คุณพระรัตนตรัยเป็นทพพา ก็โดยอาศัยการที่เรา

ฝึกจิตใจ ให้เราเตือนจิตสอนจิตของเราให้มีความเชื่อมั่นใน
 คุณพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ว่า เป็นที่พึ่งอันประเสริฐ
 จริงๆ จิตนี้ ถ้าสติไม่เข้าไปเตือนแล้ว มันไม่ตื่นนะ ไม่เข้าใจ
 มันไม่ตื่น มันไม่ชันบานต่อความดีต่างๆ ดังนั้นในอนุสติ ๑๐
 ประการนั้น พระพุทธเจ้าได้ทรงสอนให้หมั่นระลึกคุณพระพุทธ-
 เจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่งที่ระลึกของตน ระลึก
 ถึงศีล ระลึกถึงทานการกุศลที่ตนได้บำเพ็ญมา หมั่นระลึกถึง
 คุณงามความดีที่ตนได้บำเพ็ญมา ให้บุคคลถึงซึ่งความสุขความเจริญ เช่น
 เป็นมนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ ได้เป็นพวกเทวดา อะไร
 อย่างนั้นนะ เมื่อเราระลึกถึงคุณเหล่านั้นมาแล้ว ก็จะทำให้เราเกิด
 นันทะพอใจในการทำที่จะประกอบคุณงามเหล่านั้น.

๑ บุญทำ
โดย หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ
ณ บ้านบางพลัด บางกอกน้อย
เช้าวันอาทิตย์ที่ ๓ สิงหาคม ๒๕๒๕

เนื่องด้วยในวันนี้ พวกเราได้มาประชุมกันในบ้าน
คุณสมชาย ขุวานนท์ เพื่อทำบุญ ถวายทาน ตักบาตรซึ่งเป็น
อันดับหนึ่ง หลังจากนั้นแล้ว ก็พร้อมใจกันมานั่งสงบกาย
สงบจิต เพื่อฟังธรรมทนต์ เป็นการบำเพ็ญบุญขั้นที่สอง
ฉะนั้นขอให้พากันตั้งใจสำรวมจิตใจของตนให้แน่วแน่ การ
บำเพ็ญบุญในพุทธศาสนานี้ จึงต้องมีหลายประเภท ประการ
ที่ ๑ นั้นได้แก่ การสละวัตถุข้าวของให้เป็นทาน ประการที่ ๒
นั้นได้แก่ การปฏิบัติธรรม คือ ความประพฤติดุจจริตด้วย
กาย วาจา ใจ ทั้ง ๒ ประการล้วนแต่เป็นการบำเพ็ญบุญกุศล
ทั้งนั้น ขอให้ท่านพากันเข้าใจ ไม่ใช่ว่าการบำเพ็ญบุญจะมี
แต่การให้วัตถุ ข้าวของ เงินทอง เป็นทานเท่านั้นหามิได้

อันนี้เป็นบุญส่วนหนึ่ง แต่ยังมีอีกเกี่ยวกับความประพฤติดัง
 ภาย วาจา ใจนี้ ให้ตรงต่อคำสอนของพระพุทธเจ้า อันนี้
 เรียกว่า “บุญกิริยาวัตถุ” เป็นวัตถุที่ทำให้เกิดบุญกุศลขึ้นมา
 คือ การกราบ การไหว้ การทำความเคารพ นอบน้อมต่อ
 คุณพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ต่อครูบาอาจารย์
 ต่อมารดา บิดา ต่อลุง ป้า น้าอา ต่อผู้คุณ อุปการะคุณ
 แก่ตนของตนเหล่านี้ ล้วนแต่เป็นบุญ เป็นกุศล ทั้งนั้น

การแสดงความเคารพนอบน้อม แก่บุคคลที่กล่าวมานั้น
 ถ้าหากยังต้องเกิดวนเวียนอยู่ในวัฏสงสารนี้ เกิดในชาติใด
 บุญกุศลก็จะให้ไปเกิดในตระกูลสูง เพียบพร้อมไปด้วย
 สมบัตินานาประการ ทั้งเกียรติยศชื่อเสียงก็จะรอบไป อันนี้
 เรียกว่าเป็นอันสูงส่งแห่งการเจริญความเคารพนอบน้อมต่อบุคคล
 ที่ควรเคารพ ที่พูดสั้นๆ ว่า บุญกรรมนี้จะบังเกิดตบแต่ง
 ให้เกิดในตระกูลอันสูง เมื่อได้ไปเกิดในตระกูลต่ำ ซึ่งตรง
 กันข้ามกับบุคคล ผู้ที่มกาย วาจา ใจ แข็งกระด้าง ไม่รู้จัก
 เคารพนอบน้อมต่อบุคคลที่ควรเคารพนอบน้อม ไม่รู้จักกาลเวลา
 ไม่รู้จักบุคคล ไม่รู้จักสถานที่ ควรเคารพกราบไหว้ก็

กราบไหว้ไม่เป็น ซึ่งอย่างเข้าไปวัดวาอาราม เข้าไปในโบสถ์
ในวิหาร กราบพระก็ไม่เป็น บางคนนะ เข้าไปดูเฉยๆ
แล้วก็แล้วไป เป็นบุคคลผู้^๑ กาย วาจา ใจ แข็งกระด้าง
ดังกล่าวนั้น บุญกรรมอันนั้น^๒ จะชดให้ไปเกิดในตระกูล
อันต่ำ ในตระกูลขอลาน ซึ่งกิจของการกระทำ^๓ นั้นว่า
เป็นตัณหาสนองแก่บุคคลผู้กระทำโดยแท้จริง บุคคลผู้ไม่รู้^๔
ไม่เข้าใจแจ่มแจ้งด้วยปัญญาของตนแล้ว ก็ไปเชื่อหมอดู
หมอเดา เวลาเจ็บไข้ได้ป่วย ถึงคราววิบัติอะไรมา หมอดูเขา
ก็ทักท้วงว่าสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในทันทนั้นมาบีบบังคับ^๕ อะไร
ต่ออะไรอยู่นั้นนะ แล้วก็ทำการเซ่นสรวง บูชา ด้วยฆ่าสัตว์
ตัดชีวิต ทำอย่างนั้นชื่อว่า^๖ เป็นความหลง ความเข้าใจผิดของตน
คนที่ไม่รู้แจ้งในกรรม คือการกระทำของตัวเอง

เพราะฉะนั้นในทางพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าสอนให้
คนเราเชื่อต่อการกระทำของตัวเอง ไม่ทรงสอนให้เชื่ออย่าง
อื่นเลย ความสุข ความเจริญ ในขั้นไหนๆ ก็ขึ้นอยู่กับ^๗
การกระทำของตัวเองโดยแท้จริง แต่ว่า การกระทำใน
ปัจจุบันนั้นะ ไม่ใช่จะทำให้ผลในปัจจุบันทุกอย่างไป อย่า

เข้าใจผิดไป การที่เราทำความดีทุกวันนี้ ความดีนั้นมันจะ
 ส่งผลให้ไปเสวยสุขในชาติหน้าต่อไป มันจะให้ผลทางด้านวัตถุ
 ในชาติหน้าต่อไปนะ แต่ส่วนกรรมดีที่ทำอยู่ทุกวันนี้คงจะ
 ให้ผลทางด้านจิตใจในปัจจุบันนี้ เมื่อเราได้ทำความดีอะไร
 ลงไปแล้วนะ เรามาประเมินดูผลแห่งความดีนั้น ว่ามันมี
 ประโยชน์ต่อตนและผู้อื่นได้จริง ๆ อย่างนั้นะ ตนเองก็อดคิดใจ
 ปลื้มอกปลื้มใจต่อการกระทำของตัวเอง การที่เราดีใจ
 ด้วยการทำความดีของเราเนี่ย คือ บุญกุศลที่มันเกิดขึ้น
 ในดวงจิตนั้น เราจะเห็นผลทุกวันนี้ทางด้านจิตใจ การทำ
 ความดีต่าง ๆ ในโลกทุกวันนี้เนี่ย แต่ว่าทางด้านวัตถุยังให้ผล
 ไม่ได้ เช่นอย่างผู้ให้ทานไปทำการค้าขายอะไร ขอให้ร่ำรวย
 หรือว่าทำนา ทำสวนอะไร ก็ขอให้ได้ผลเต็มเม็ดเต็มหน่วย
 ทุกครั้งทุกครั้งไปอย่างนั้นมันเป็นไปไม่ได้ ทางด้านวัตถุ
 ยังให้ผลไม่ได้ก่อน เพราะอะไรเล่า ก็เพราะกรรมดีหรือ
 กรรมชั่ว ที่แต่ละบุคคลกระทำมาข้างต้น มันกำลังให้ผลอยู่
 ทุกวันนี้ ให้พากันเข้าใจให้ถูกต้อง ในเมื่อกรรมดี กรรมชั่ว
 ตนทำมาแต่ชาติก่อน มันกำลังให้ผลอยู่อย่างนั้น กรรมดีที่ทำอยู่

ทุกวันมันไม่มีโอกาสจะให้ผลกันลงไปได้ มันเป็นกฎธรรมดา
 เหมือนอย่างกฎระเบียบในโลกนี้แหละ มันจะไปก้าวก่ายหน้า
 การงานของมันและกันไม่ได้เลย ใครได้รับแต่งตั้งให้ทำหน้าที่
 เป็นรัฐมนตรีอะไรอย่างนี้ รับผิดชอบในกระทรวงที่ตนได้รับ
 แต่งตั้งนั้น คนอื่นจะมาก้าวก่ายไม่ได้ อย่างนั้นแหละ อันนั้นก็
 กันได้ก็อย่างนั้นแหละ เมื่อกรรมดี การมั่ว ทดั่วทำมาแต่
 ชาติก่อน กำลังให้ผลอยู่ หรือว่าจะเป็นฝ่ายกรรมชั่วที่บุคคล
 กระทำอยู่ทุกวัน มันจะให้ผลอยู่ทุกวันยังไม่ได้เลย เพราะ
 ว่ากรรมดีมันยังให้ผลอยู่ กรรมดีที่เขาทำมาแต่ชาติก่อนมันกำลัง
 ให้ผลอยู่ กรรมชั่วนั้นมันถึงให้ผลไม่ได้ เราจะเห็นได้บางคน
 นะ มาเขาตายมาแล้วกฎหมายขณมอเข้ามาไม่ถึง เขาก็อยู่เย็น
 เป็นสุขไปอย่างนั้นแหละ บางคนยังร่ำรวยไปเสียอีก อย่างนี้
 มันน่าฉงนจริง ๆ นะ มันเคยวิจารณ์กันอยู่ทั่วไปแหละ คนนี้มา
 คนมาไม่รู้รักคนมาแล้ว ทำไมเขาจึงมั่งมี ร่ำรวย เขาไม่เห็น
 เจ็บป่วยไข้อะไรเลย อันนั้นแหละ ผู้ที่ไม่รู้เหตุผลชีวิตตาม
 ความเป็นจริงแล้ว ก็อาจจะเข้าใจผิดไปได้ เข้าใจไปว่า
 กรรมชั่วนั้นมันไม่มีโอกาสจะให้ผลแก่บุคคลผู้กระทำได้เลย

อาจจะเข้าใจไปอย่างนั้นก็ได้ เรื่องนั้นละ ดังนั้นพุทธบริษัท
ควรจะเข้าใจให้มันแจ่มแจ้งไว้ ในเมื่อกรรมดีที่ให้ผลนะมัน
หมดอายุลงเมื่อใด เมื่อนั้นกรรมชั่วที่บุคคลนั้นกระทำ จึงให้
ผลสืบต่อไปได้ เพราะกรรมดีเขามีมาก มันให้ผลถึงวันตาย มัน
จะหมดอายุลง กรรมชั่วมันก็ให้ผลสืบต่อไปในชาติต่อไป มัน
เป็นอย่างนั้น

กรรมชั่วก็ดูคร่าไปสู่สำนักยมบาล ยมบาลสอบสวนว่า
คนนี้ได้ความชั้อย่างนั้นจริง เจ้าตัวสารภาพว่าจริง ยมบาลก็
ตัดสินลงไปว่า กรรมชั้อย่างนี้ ไม่มีใครทำนะ เอ็งทำเองนะ
เอ็งก็ต้องเสวยผลของมันเอง ยมบาลรับส่งออกไปอย่างนั้นแทน
แหละ นายนิรยบาล คือเจ้าหน้าที่ ก็ดูคร่าเอาชีวิตของคน ๆ
นั้นโยนลงไปในนรกเลย มันเป็นอย่างนั้น ประเภทของ
กรรมชั่วเป็นอย่างนั้นแหละ กรรมดีก็เหมือนกันแหละ บุคคล
ที่ทำกรรมดีอย่างไร ๆ ก็ตาม ถ้ากรรมชัวยังให้ผลอยู่ ยังไม่หมด
กรรมดี ก็ให้ผลต่อไปไม่ได้ เหมือนกับคนทำกรรมชั่วลงไปก็
อย่างที่ว่ามาแล้วนั้นแหละ เมื่อกรรมดียังให้ผลอยู่ กรรมชัวก
ให้ผลสืบต่อไปไม่ได้ ทำอย่างไร ที่นั้นะ พระพุทธเจ้า

สอนอย่างไร พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า ทุกคนให้พิจารณาดู
ตัวเอง ว่าตนเองได้ทำกรรมชั่วอะไรมาบ้าง เมื่อตนเองได้ทำ
กรรมชั่วอะไรมา รู้ตัวแล้ว ก็ยอมรับสารภาพผิด ไม่ปกปิด
ไม่ปฏิเสธว่าไม่ได้ทำกรรมชั่ว ยอมรับผิดว่าได้ทำจริง ว่าได้
พลั้งเผลอไปทำจริง แล้วเห็นโทษของกรรมชื่อนั้น แล้ว
ตอนนี้ไป จะไม่ทำอีกต่อไป อธิษฐานใจละเว้น แล้วก็สมาทาน
ศีลกับพระเจ้าไป เพื่อให้พระท่านเป็นสักขีพยานว่า อุบาสก
อุบาสิกา คนนี้นะเข็ด สำนึกตัวได้แล้ว สำนึกผิดแล้ว
ยอมรับสารภาพผิด จะพยายามสังวรระวังความผิดนั้นต่อไป
จะไม่ล่วงเกิน ไม่ทำมันอีกต่อไป ต่อจากนั้นไปก็ตั้งหน้าทำ
แต่ความดีมันเรื่อย ๆ เพื่อรักษากาย วาจา ใจ ของตนให้
ดีงามเรื่อยไป

เมื่อไม่ล่วงศีลที่สมาทานมาแล้ว เมื่อไม่ล่วงธรรมที่ตน
ได้สดับตรับฟังมา ศีลกับธรรมนั้น จะมีลักษณะอาการต่าง
กันอยู่สักหน่อย ธรรมนั้นหมายถึงความเหมาะสม หรือความดี
ทำอะไรลงไปแล้วถ้ามั่นพอเหมาะพอดี มันไม่กระทบกระเทือน
บุคคลอื่นและตนเอง ให้เป็นทุกข์เดือดร้อน การกระทำนั้น

เรียกว่าเป็นกรรม ให้เข้าใจอย่างนั้น จะพูดอีกนัยหนึ่ง ความ
 เป็นผู้เห็น มีจิตใจตกอยู่ภายใต้อำนาจแห่งความโลภ โกรธ
 หลง และมีจิตดำเียงไปอย่างนี้ ไม่ทำจิตของตนให้เป็นกลาง
 ต่อเรื่องดี เรื่องชั่วต่างๆ ต่อบุคคลที่ดี เช่นอย่างว่า ร่วมการ
 ร่วมงานค้าขายด้วยกัน ลงทุนก้อนเดียวกัน แล้วเวลาได้ผล
 กำไรมา ผู้ที่มีจิตพลนินแบ่งเอามากกว่า ผู้มีอำนาจน้อยได้
 น้อยกว่า อย่างนั้นะ เรียกว่าประพฤตินี้ไม่เป็นธรรมต่อกัน เป็น
 อย่างนั้น เมื่อได้ล่วงศีลอันนี้ ล่วงพุทธบัญญัติที่พระพุทธองค์
 ทรงบัญญัติห้ามไว้ ๕ ข้อ หรือ ๘ ข้อ สำหรับทายกทายิกา เมื่อ
 ได้ล่วงพุทธบัญญัติข้อใดข้อหนึ่งแล้ว อันนี้ไม่มีการยกเว้น จะ
 ต้องมีโทษ แต่ถ้านั้นลหุกรรม อย่างนั้นะ การล่วง
 พุทธบัญญัติ ไม่มีจริง เป็นโทษจริงที่ล่วงมาแล้วนั้น เนื่อง
 จากวามัวเมาประมาท ไม่ได้คิดให้ละเอียดถี่ถ้วน จึงไม่
 กลัวต่อผลแห่งกรรมชั่วที่ตัวทำ อย่างนั้นมาคิดอ่านหรือสดับรับ
 ฟังมาแล้ว เห็นว่าการทำความชั่วอย่างนั้นเป็นบาปจริง เป็น
 โทษจริง เมื่อรู้ตัวอย่างนั้นแล้ว ก็สละสภาพความผิวนั้นลงไป
 อธิษฐานใจละเว้น ไม่ทำมันขึ้นมาอีกต่อไป ทำแต่ความดีเรื่อย

ไป หากความดีนั้นมีอิทธิพลสูงขึ้นไปเรื่อย ๆ กรรมชั่วที่เรา
 ไปส่งเสริมมันนั้นนะ ก็อ่อนกำลังลง มันจะตามให้ผลไม่ได้
 เลย เพราะจิตเราไม่ยินดีกับมันแล้ว ในที่สุดมันก็ดับไปเอง
 แหะละ ถ้าจิตไม่ส่งเสริมมันนะ เห็นเป็นอย่างนั้น ยกตัวอย่าง
 เช่น การฆ่าสัตว์อย่างนั้นนะ พระศาสดาก็ทรงกล่าวว่า มัน
 เป็นบาป เป็นโทษจริง ๆ ถ้าใครรู้ตัวแล้ว อย่างนั้น มาอธิบาย
 ใจจะเว้นเสีย แล้วก็มาเจริญเมตตาภาวนาทุกวันทุกคืนเลย คือ
 ทำความรู้สึกในสรรพสัตว์ทั้งหลาย ทั้งบุคคลทั้งสัตว์เดรัจฉาน
 ทั้งหลาย ที่เกิดร่วมโลกกันอยู่นี้ เราถือว่าเป็นเพื่อนร่วมทุกข์
 เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งนั้นเลย ไม่มีใครจะรอดพ้น
 ธรรมชาติเหล่านี้ไปได้ เมื่อเราก็จะตาย เขาก็จะตาย จะไป
 เบียดเบียนกันทำไม ถึงเราไม่ฆ่ามัน มันก็จะตายอยู่เอง ปล่อย
 ให้มันตายไปเองไม่ดีหรือ จะได้ไม่เป็นกรรมเป็นเวร ถ้าเรา
 มาคิดได้อย่างนั้นมันก็เว้น ไม่เบียดเบียนคนสัตว์จำพวกนั้นต่อไป
 เมื่อเราเจริญเมตตาให้มากขึ้นไป ความเอ็นดูกรุณาสัตว์ทั้งหลาย
 ก็มากขึ้นในใจ อันนั้นแหละเป็นเหตุให้บาปกรรมความชั่วทูลุม
 หลงกระทำมามันหมดไปสิ้น

การเจริญเมตตาธรรม กรุณาธรรม ให้แก่ผู้อื่นทุกวัน
 ทุกคน ธรรมดาคนที่มีเมตตาธรรม กรุณาธรรมอยู่ในใจนั้น
 จะไม่โกรธ จะไม่มีความโกรธขึ้นรุนแรงอยู่ในใจเลย หรือ
 ว่าใครจะมากระทบกระทั่ง มาข่มขู่ชวนให้โกรธ จะไม่โกรธ
 ไม่เอา เพราะรู้ว่าความโกรธนั้นมันมีพิษภัยต่อตนเองและผู
 อื่น เมื่อหาทางหลบหลีก ไม่สู้ ขอมแพ้ดีกว่า อันนี้เรียกว่า
 เปี่ยมไปด้วยเมตตากรุณา ที่ไม่ต้องการให้คนอื่นเป็นทุกข์
 เดือดร้อนเพราะตน ตนจึงยอมแพ้เสียเลย เป็นอย่างนั้น จะ
 ยอมแพ้กันตั้งแต่การโต้ตอบกันอย่างเดียวกันนั้น แต่ภายในจิต
 ใจนั้นเราไม่แพ้ คือเราไม่ผูกพยาบาทอาฆาตจองเวรใคร อันนี้
 แหะละจึงเรียกว่าชนะ คือชนะกิเลสได้ ชนะความโกรธ ความ
 พยาบาทได้ เราชนะอันนี้ แต่ถ้าหากว่าเราไปตอบโต้เขา
 ทะเลาะเบาะแว้งเขา เราจะเป็นฝ่ายชนะ เราก็เป็นผู้แพ้ แพ้
 อะไร แพ้กับกิเลส บาป ธรรม ที่เรียกว่า บาปธรรม มัน
 ก็มีอำนาจครอบงำจิตใจได้เลย ความโกรธ ความพยาบาท
 เป็นตัวบาป ตัวอกุศล ฉะนั้นทุกคนให้มันสติเตือนตนไว้เสมอ
 คิดจะโกรธขึ้นมา ให้เตือนตนว่า อย่างนี้เรากำลังที่จะตอกอกุศล

ให้เกิด^{ขึ้น}ในใจ ให้รู้ตัวได้^{มี}เมื่อเตือนตนได้ในขณะนั้น
 มันก็^งด มันจะไม่โกรธ^{ขึ้น}มา จะไม่โกรธ^{ขึ้น}มาทางนั้นเลย
 เป็นอย่าง^{นี้} การที่คนเราเกิดมามีรูปร่างกายไม่เหมือนกัน บาง
 คนก็มี^{รูปร่าง}กายไม่สมประกอบ วิบัติ^{ขึ้น}ของอะไรต่ออะไร บาง
 คนก็มี^{รูปร่าง}กายสมบูรณ์ไม่^{มี}ขาด^{ขึ้น}ของ ไม่^{มี}วิบัติ^{ขึ้น}ของ ล้วนมาจาก
 กรรมดี กรรมชั่ว ที่บุคคลกระทำขึ้นมา^{นั้น}เอง ผู้มี^{รูปร่าง}กาย
 ดี หมายความว่า คนผู้นั้นแต่ชาติปางก่อน ไม่ชอบอภิจาริยา
 เบียดเบียนใคร ไม่ผูกอาฆาตของเวรใคร ไม่ด่าแข่งใคร ไม่
 ใช้อำนาจข่มขู่ใคร อานิสงส์เหล่านั้นตามตบแต่งให้มี
 อุดมภาพ^{รูปร่าง}กายสมบูรณ์พูนสุข ไม่มีโรคภัยเบียดเบียน แล้วยัง
 มี^{รูปร่าง}สวยงามอีกด้วย อานิสงส์ที่มี^{รูปร่าง}สวยงามนั้นก็คือ
 เป็นคนไม่โกรธ^{ขึ้น}แหละ ไม่กล่าววาจาเหยียดหยามดูหมิ่นผู้อื่น
 ไม่สาปแช่งผู้อื่น อานิสงส์อัน^{นี้}แหละ ทำให้มี^{รูปร่าง}สวย รูปร่าง
 ตรงกันข้าม คนที่มี^{รูปร่าง}ขรุขระ เมื่อชาติก่อนเป็นคน
 ใจดำ อารมณ์ไม่ดี ไม่มีเมตตากรุณา พอโกรธใครมาก็ด่าแข่ง
 อย่าง^{นี้} พูดเสียดแทงคนอื่น พูดล้อเลียนต่าง ๆ นานา ผู้ที่กล่าว
 วาจาไม่ดีไม่งามต่อผู้อื่น ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน กรรมอัน^{นี้}แหละ

ตบแต่งให้เกิดมาล้นไถ่ไม่มี บางคนกลั่นปากก็ همین เกี้ยว
 กับการกล่าววาทาที่ไม่ดีไม่งามกับผู้อื่น นี่แหละต้องพากันตำรวม
 ระวังไว้ วาจานั้นไม่ใช่ธรรมดาณะ มีทั้งคุณ มีทั้งโทษ ถ้า
 พูดดี ก็เป็นศรีปาก มีคนรักสรรถ้อย อร่อยจิต ถ้าพูดชั่วตัวตาย
 ทำลายมิตร จะชอบผิดในมนุษย์ เพราะพูดจา มีนักปราชญ์
 ท่านกล่าวเป็นคำโคลงไว้อย่างนี้นะ ลองพิศุจน์ดูซิ ใครกล่าว
 วาจาไม่ดี ถูกเขามาตายมาเยอะทีเดียว คนเรานะเป็นอย่าง
 แหะละ ถ้าไม่ถึงกับถูกฆ่าตาย ก็เรียกว่า ถ้าหากเป็นเพื่อน
 เป็นมิตร เป็นทหาร ก็แตกสามัคคีกัน รวมกันไม่ติดเลย ถ้า
 เป็นเพื่อนร่วมการร่วมงานกัน ก็แตกสามัคคีกัน มองหน้ากัน
 ไม่สนิทเลย ความเป็นผู้ที่ไม่สำรวม กาย วาจา ต่อกันและกัน
 มันมีโทษมากมาย ทำให้อยู่ด้วยกันดื้อๆ แดกร้าวสามัคคีกัน
 ไปได้ เป็นอย่างนั้น เป็นระหว่างครอบครัว เช่น สามภรรยา
 หย่าร้างกัน เพราะต่างคนต่างถ่มในทีฐึมานะ เอาแต่ความ
 เห็นของตัวเอง ตนเองเห็นอย่างไร อยากให้ผู้อื่นทำตามอย่างนั้น
 เมื่อเขาไม่ทำตามก็โกรธ กล่าววาทาเสียดแทงอะไรต่ออะไร
 สารพัดไป อย่างนี้ ก่อให้เกิดทะเลาะวิวาทกันเข้าไป ก็หย่าร้าง

กันไป มีอยู่ลงไป ต่างคนต่างสำรวจ กาย วาจา ของตนไม่
ให้กระทบกระทั่งซึ่งกันและกัน อดอดมกัน ลดละทิวามานะ
อันนั้นลง อย่าไปถือเอาแต่ความเห็นของตนเองฝ่ายเดียว ให้
คนอื่นเขาบ้าง เรื่องความคิดความเห็น คนเราคิดความ
เห็นจะตรงกันทุกอย่างไม่มี อย่าว่าแต่คนอื่นเลย ดูตัวเอง
ลองสังเกตดูซิ

บางคราวความคิดของตัวเองยังเป็นสองแง่สองมุม ใจหนึ่ง
คิดไปทางกุศล อีกใจหนึ่งคิดไปทางอกุศลมันมีอย่างนั้นนะ อย่า
ไปมองใจคนอื่นเลย ดูแต่ใจตัวเองมันยังพลิกแพลงไปมาได้
อย่างนั้นนะ แล้วจะให้คนอื่นมีความเห็นตรงกับเราทุกแง่ทุกมุมไป
ไม่ได้เลย ขอให้รู้ไว้เป็นกฎธรรมดาอันหนึ่ง ดังนั้น เราต้อง
ผ่อนผัน สันยวาทกัน อนุโลมปฏิโลมต่อกัน เวลาอีกฝ่าย
หนึ่งคุณเฉียวขึ้นมา อีกฝ่ายหนึ่งก็ต้องสงบ เมื่อฝ่ายนั้นสงบ
เป็นปกติดีแล้ว มีเรื่องอะไรค่อยพูดกันอย่างนั้นนะ มันต้อง
ทางแก้ไขได้ แต่ถ้าไปพูดกันในขณะที่อีกฝ่ายหนึ่งคุณเฉียวอยู่
นั้นไม่ได้เลย มันจะไม่ตกลงกันได้เด็ดขาด เรื่องเหล่านี้มัน

ต้องฉลาด การอยู่ร่วมกันที่จะไม่ให้เกิดเรื่องระหองระแหง
 ต้องอาศัยความฉลาด แต่ละคนต้องใช้ปัญญาเป็นอย่างนั้น พุทธ-
 ศาสนาสอนให้คนมีปัญญา ไม่ใช่สอนให้เชื่อตามกันไป ไม่
 ใช้อย่างนั้น สอนให้มีความรู้ ความฉลาดคนที่
 ตนเอง ก็มองเห็นปัญหาของชีวิตที่เกิดขึ้นในเฉพาะหน้าได้
 ชัดเจนเลย อย่างนี้แหละ ชีวิตที่มันเกิดยุ่งเหยิงจะแก้ไขอย่างไร ๆ
 ถ้าคนมีปัญญาแล้วเขามองเห็นทางแก้ไขได้ แล้วก็เห็นทาง
 สันตินะ ก้อย ๆ แก้ไป ในทางยุ่งยากลำบากอันนั้นไม่ใช่คน
 มีปัญญาหรอก คนไม่มีปัญญานึกว่า เมื่อเขาโกรธมา เราก็
 ต้องโกรธตอบ ต้องเอาชนะเขาให้ได้ ถ้าเรายังไม่ชนะเขา
 เราจะมีอะไรไม่ได้เลย เข้าใจอย่างนั้นแล้ว จึงได้วางแผน
 คนอื่น ไม่ยอมให้คนอื่นเขามาได้เลย แล้วคนอื่นเขาก็มี
 หัวใจเหมือนกัน มีกลเลศเหมือนกัน มันไม่ยอมกันหรอก มัน
 ก็ต้องดุด่ากัน ตอบโต้กันไปมา ในที่สุดก็เป็นการสร้างกรรม
 สร้างเวรกันไปอย่างนี้ เป็นบุคคลผู้ดูอำนาจต่อกิเลสตัณหา
 มันยอมหาความสงบระงับไม่ได้ อย่างนี้แหละ อย่างที่ขแข็ง

ให้ฟังอย่างนั้นนะ เพราะฉะนั้น ทุกคนให้เห็นโทษของกิเลส
 อย่าไปสะสมมันไว้ สำรวมจิตได้เสียอย่างเดียวแล้ว เป็น
 การสำรวมได้ทุกอย่างเลยนะ ขอให้เข้าใจกันง่ายๆ อย่างนี้
 ก่อน เรามีสติควบคุมจิตอยู่ตลอดเวลา เดิน ขึ้น นั่ง นอน
 กิน พุด อยู่ในที่ไหนๆ เรามีสติสัมปชัญญะ ระมัดระวังตัว
 อยู่เสมอ ระมัดระวังตัวเรื่องชวมันจะเกิดขึ้น จะตกหลุมแห่ง
 ความชั่วเหล่านั้นไป ถ้าระวังอยู่อย่างนี้แล้ว มันก็ไม่มีเรื่องชั่ว
 อะไรเกิดขึ้นได้ การที่เรื่องชั่วเกิดขึ้นบ่อยๆ ก็เพราะว่า ไม่
 สำรวมระวังตน ไม่รักษากิจใจตนเอง ปล่อยจิตของตนให้
 ไหลไปตามกระแสของกิเลสตัณหาสารพัด.

๒ กรรมแต่ง

โดยหลวงปู่เหรียญ วรลาโภ

ณ ที่พักสงฆ์ ในพระราชวังจิตรลดา

บ่ายวันอาทิตย์ที่ ๓ สิงหาคม ๒๕๒๕

ขอให้พากันตั้งใจฟังธรรมะเพื่อเป็นอุบาย ฝึกฝนจิตใจ
ของตนเอง เราไปวัดก็ไม่มีอะไรหรอก วัดก็หมายถึงศาสนา
เป็นสถานที่รวบรวมไว้ซึ่ง พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า
ผู้รวบรวมพระธรรมนั้น ก็ได้แก่พระสงฆ์ การที่พวกเรา
เข้าไปหาพระทุกวันนั้นะ ก็ไม่ค่อยมีเรื่องธรรมะ ธรรมโม
เท่าไรแล้ว จะเป็นเรื่องอันเสียดาย เรื่องสนทนาปราศรัยกัน
พวกเขาวัดเลยไม่ได้ความรู้ในทางธรรม ที่สังเกตดูมาเป็น
อย่างนั้น เพื่อไม่ให้มันเสียเวลาอันมีค่าที่เราสละกิจบ้านการ
เมืองมาหาพระเจ้าพระสงฆ์ในวัดวาอาราม ก็ควรจะได้ความรู้
ในทางธรรม คิดไม่ติดมือไป เพราะธรรมะนี้ นาน ๆ ถึง
จะได้ยิน ได้ฟังทีหนึ่ง ไม่เหมือนอย่างเรื่องราวของบ้านเมือง

เรื่องราวของทางบ้านทางเมือง ได้ยินได้ฟังทุกวัน เรื่องดกมี
เรื่องชวักมอยู่อย่างนั้นแหละ แต่เรื่องธรรมะนี้ไม่ค่อยมีใครมา
พูดกัน สนทนากัน แม้แต่พวกเราที่อยู่ร่วมกัน ส่วนมากก็
ไม่ค่อยปรารภเรื่องธรรมะกัน

เพราะฉะนั้นเราผู้สนใจในธรรมะนี้ จะอยู่ที่ไหน หากว่า
เมื่อว่าง ๆ จากกิจการงานต่าง ๆ แล้ว หากได้ชุมนุมกันควรจะ
ปรารภเรื่องธรรมะขึ้น ใครคิดเห็นอย่างไรในเรื่องธรรมะ
คำสอนของพระพุทธเจ้าก็แสดงออกมาให้ที่ประชุมได้ฟัง ความ
คิดความเห็น เกี่ยวกับพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า
พระพุทธเจ้าสอนว่าอย่างไร สอนให้พุทธบริษัท ประพฤติตน
อย่างไร ปฏิบัติตนอย่างไร เป็นหน้าที่ของเราที่จะศึกษาปรารภกัน
พรุสสอง นองรุหน่ง เมื่อเราหมั่นสนทนาปราศรัย ออกความคิด
ความเห็นกัน จิตใจก็มักจะน้อมไปในทางธรรมะมาก แต่ถ้า
หากเราไม่หมั่นปรึกษาหารือ ไม่สนทนาปราศรัยกันนั้น เรา
พูดกันแต่เรื่องอื่น ใจมันก็น้อมไปในเรื่องอื่น เรื่องธรรมะ
เรื่องบุญ เรื่องกุศลอะไรต่าง ๆ เหล่านั้นนะ ตามประวัติในครั้ง
พระพุทธเจ้าในเมืองกุรุราช พระศาสดาเสด็จไปแสดงสติ-

บัญญัติธรรมทั้ง ๔ ให้ชาวเมืองกรุงราชพัง ชาวเมืองกรุงราช
 ขอบใจมากธรรมสูตรนี้ ในเรื่องสติบัญญัติ ๔ พังเข้าไปแล้วเขา
 ก็จำได้ พอจำได้ก็เอาไปเจริญกัน คนเหล่านั้นไปเก็บผักหักฟัน
 ในป่าอะไร ทำไร่ ทำนา ทำสวนอะไร คุยกันก็คุยในเรื่อง
 นี้แหละ เรื่องภาวณา เรื่องสติบัญญัติ ๔ ว่าพระพุทธเจ้า
 สอนให้พิจารณา ร่างกาย อย่างนั้นอย่างนี้ เจอกันเขาก็พูดกัน
 คุยกันเป็นประจำ อันนั้นหลวงปู่มัน ท่านเล่าให้ลูกศิษย์ลูกหาฟัง

ท่านว่าก่อนที่จะมาเกิดในเมืองไทย ท่านเกิดเป็นชาว
 เมืองกรุงราช แล้วก็ได้ฟังธรรม สติบัญญัติ ๔ จากพระพุทธเจ้า
 นั้นเอง ท่านก็เจริญสติบัญญัติกับชาวเมืองมา แต่ว่าท่าน
 ประารถนาจะเป็นพระพุทธเจ้า ก็เลยไม่ได้สำเร็จมรรคผลอะไร
 ในชาตินั้น ๕๕๕ ๕๕๕ ๕๕๕ ทนเมื่อยหมดอายุธาตุขันธ์จากชาตินั้นแล้ว ก็
 มาเกิดในเมืองไทย เมื่อเกิดมาแล้วก็อาศัยคุณธรรมที่ท่านได้
 บำเพ็ญมา ก็มาดลบันดาลให้ท่านมีศรัทธาออกบวช ตั้งแต่นั้น
 หนุมยังน้อยโน้น เรื่อยมาจนหมดอายุสังขารไป ท่านมารู้สึก
 ตัว ในตอนระหว่างวัยแก่เข้าว่าการปรารถนาพระพุทธเจ้านี้ทำ
 ให้ชักช้ามากเหลือเกิน ไม่ทราบเมื่อไรบารมีจะเต็มสักที คิด

แล้วก็เลยเหนื่อยหน่าย ในการที่จะสร้างบารมีเป็นพระพุทธเจ้าต่อไป จึงได้อธิษฐานใจกลับจิต ขอเป็นพระสาวก ท่านจึงได้บำเพ็ญเพียรภาวนา เพื่อให้หลุดพ้นจากกิเลสตัณหาต่อไป ตามชีวิตประวัติของหลวงปู่มีท่านแสดงไว้ ให้ลูกศิษย์ลูกหาฟัง เป็นอย่างนี้

หมายความว่า ชาวพุทธทั้งหลายในครั้งนั้น สนใจธรรมะกันแล้วไม่ประมาณ เมื่อไม่มีเหตุจำเป็นที่จะพูดถึงเรื่องกิจบ้านต่าง ๆ นานาแล้ว ก็พูดแต่เรื่องธรรมะ ทำอย่างไร เราจึงจะพ้นจากทุกข์ได้ เราปรารถกัน รักษาดี รักษาอย่างไร จึงจะบริสุทธิ์ การให้ทาน ให้อย่างไร จึงจะมีผลมาก มาปรารถกัน ใครรู้อย่างไร เห็นอย่างไร ก็มาแสดงออกไปมันก็ได้ความรู้ ความฉลาดเพิ่มขึ้นอีก เป็นอย่างนั้น ก็เคยพูดให้ฟังอยู่แล้วว่า การให้ทานนั้นผลมาก เพราะไม่หวังผลตอบแทนใดๆ ให้แล้ว แล้วไปเลย ผู้รับจะเอาโทษทานของตนบริจาคไปทำอย่างไร โยนทิ้ง หรือไปทำอะไรก็แล้วแต่ เราไม่หวังแล้ว อย่างนี้ผลมาก บางคนไม่เป็นอย่างนั้น การให้ทานกันเท่าที่สังเกตดูทุกวันนี้ เมื่อตนให้สิ่งของอะไรแก่พระ

การให้คบฟุ้งเฝ้าเห็นแล้วว่า เป็นผู้สลดธรรมอันดงาม
มีคุณธรรมอันสูง อย่างนั้นพอเห็นเข้าแล้วเกิดความยินดี บัด
เกิดความเลื่อมใสในความเป็นอยู่ของท่านผู้นั้น อย่างนั้น เมื่อ
เรารู้ความเลื่อมใสยินดี ท่านผู้รับทานของเราเนี่ย เราให้ไป
อย่างนั้น เมื่อหลังจากให้ไปแล้วยังมีความยินดีอยู่ มีความ
เลื่อมใสอยู่นั้นแหละ อันสูงส่งมาก เพราะเหตุนี้

พระพุทธเจ้ายังทรงแสดงไว้เรื่องหนึ่ง คือเรื่องกุกุบุตร ๒ องค์
ที่เข้าไปเฝ้าพระองค์ ตอนที่พระองค์เสด็จไปจำพรรษาที่เมือง
ดาวดึงส์ กุกุบุตรองค์หนึ่งเข้าไปเฝ้าพระองค์ได้ แต่อีกองค์หนึ่ง
นั้นอยู่ท้ายของบริษัทนิน พระองค์จึงได้รับส่งถามองค์ที่อยู่
บริษัท ทำไมเมื่อท่านเข้ามาเฝ้าเราตลาคต จึงได้อยู่ท้ายบริษั
ทนิน กุกุบุตรองค์หนึ่งจึงได้ทูลพระองค์ว่า เมื่อข้าพเจ้าเป็น
มนุษย์ก็เกิดมายุ่นในสมัยนั้นตง ๒ หนนับ แต่ว่าไม่ได้พบ
พระพุทธศาสนาในระยนั้น พระพุทธเจ้า ไม่ได้อุบัติบังเกิด
ขึ้นในโลก แต่ว่ากุกุบุตรองค์หนึ่งก็มีศรัทธาบริจาคทาน แล้ว
บริจาคทานแก่ คนยาก สาราพัด คนเดินทางไปมา ใครมา
ขอให้ทงนนเลย ได้ทำทานอยู่อย่างนั้นตง ๒ หนนับ เมื่อหมด

อายุสังขาร บุญกุศลนั้นส่งให้ไปเกิดเป็นเทวบุตร อยู่บน
สวรรค์ชั้นดาวดึงส์ แต่ทว่าไม่ได้เข้าใกล้พระศาสดา ก็เพราะ
เหตุว่า อานิสงส์ทานการให้ของข้าพระองค์นั้นมันน้อย มัน
ไม่มาก เพราะข้าพระองค์ให้ทานแก่คนไม่มีศีลธรรม

ส่วนเทวบุตรองค์ที่อยู่ใกล้พระองค์นั้น พระองค์ก็รับสั่ง
ถามว่า เหตุใดจึงได้อยู่ใกล้เราตถาคต เทวบุตรองค์นั้นก็ทูล
ตอบพระองค์ว่า ตั้งแต่เป็นมนุษย์ ข้าพระองค์ได้ใส่บาตร
ให้พระสารีบุตรเถระเจ้าทัพพหนึ่ง แต่เข้าใจว่าคงจะให้ทานมาก
กว่านั้น แต่ท่านพิจารณาเห็นว่า การใส่บาตรให้พระอัคร-
สาวกเบื้องขวานั้นะ มีผลมาก จึงได้ทูลตอบพระองค์ว่า
ข้าพระองค์เป็นมนุษย์ได้ใส่บาตรพระสารีบุตรเถระเจ้าทัพพหนึ่ง
อานิสงส์อันนั้นมันแรงมาก จึงได้ส่งให้ข้าพระองค์ไปเกิดบน
สวรรค์ เวลาได้เข้ามาเฝ้าพระองค์ ข้าพระองค์จึงมีสิทธิ์ได้
เข้าใกล้พระองค์มากกว่าบรรดาเทวบุตรเทวดาทั้งหลาย

แล้วพระองค์จึงได้ทรงรับสั่งว่า นี่เป็นความจริงทีเดียว
แหละ พระองค์จึงได้เปรียบว่า นาทั้งหลายมีหญ้าเป็นโทษ
หมูสัตว์มีมราคะ โทสะ โมหะ เป็นโทษ เพราะฉะนั้นทาน

ทำให้ในท่านผู้สนราคะ โทสะ โมหะ แล้วจึงได้ชื่อว่ามผลมาก
พระศาสดาตรัสไว้อย่างนี้ แสดงว่า อันบุคคลผู้มกเลส
หนาแน่นอยู่ในใจนี้ ไม่มีคุณความดี อุปมาเหมือนกับบุคคล
ปลูกข้าวลงในนาแล้วปล่อยให้หญ้าขึ้นท่วมอย่างนี้ ข้าวนั้นก็ไม
งอกงามเจริญได้เต็มที่ เพราะหญ้ามันไปแย่งกินอาหารของข้าว
หมด

ฉันใด บุคคลผู้มกเลสหยาบนี้บุญญาหยาบ ก็ไม่มีคุณสมบัติ
อันดีงามอะไรเลย เมื่อรับทานจากผู้อื่นไปแล้วนั้น จะตอบบุญ
แทนคุณแก่ผู้เขาให้มาอย่างสมน้ำสมเนื้อ อย่างนี้ก็เป็นไป
ไม่ได้ เพราะไม่มีคุณธรรมอันสูงส่งอะไร พอที่จะเผื่อแผ่แก่ผู้ให้
ผู้บริจาคเลย การอุปมาเหมือนอย่างปลูกข้าวลงในนาแล้วปล่อยให้
หญ้าท่วมนานนเองเป็นอย่างนี้

ดังนั้นการให้ทานจะมีผลมาก จะต้องพร้อมด้วยองค์สาม
คือ—

๑. ผู้ให้จะต้องเป็นผู้มีศัลบริสุทธ
๒. วัตถุไทยทานที่แสวงหามานั้น ก็แสวงหามาด้วย
ความบริสุทธ ไม่ฉ้อ ไม่โกง ไม่หลอกลวงเอาทรัพย์สินสมบัติ
ของผู้อื่นมาให้ทาน

๓. ผู้บริหารนักเป็นผู้นิยมศิลปกรรมอันงดงาม มีคุณธรรม
อันสูงส่งอยู่ในใจ

ถ้าหากว่าพร้อมด้วยองค์ ๓ อย่างนี้แล้ว การให้การบริจาค
นั้น จะมีผลมาก ฉะนั้นขอให้พุทธบริษัทเข้าใจไว้ ในเรื่อง
การให้ทำอย่างไรถึงจะมีผลมาก เราก็ตกลงไปแหละ ตามหลัก
ตามองค์ประกอบดังที่กล่าวมานี้แหละ

การให้ทาน กับการศึกษาศีล นั้นดูเหมือนจะคู่กันไป
ธรรมดาผู้ให้ทานนั้นจะต้องเป็นผู้เปี่ยมไปด้วย เมตตา กรุณา ก็ว่า
เรามีจิตตั้งมั่นลงไปว่า เราปรารถนาจะให้ตนและผู้อื่นเป็นสุข
ไม่ได้ปรารถนาจะให้ตนเป็นสุขฝ่ายเดียว ยังต้องการจะให้ผู้อื่น
เป็นสุขด้วย การที่เราตั้งใจลงอย่างนี้ จึงเรียกว่าเมตตา เรียก
ว่าเมตตาธรรมอยู่ในใจ ถ้าหากว่าเรามีเมตตาสูงอยู่อย่างนี้
แล้วมันก็จะไม่เบียดเบียนใคร และสัตว์จำพวกใด ก็จะเป็น
บันไดให้รักษาศีลได้บริสุทธิ์

ส่วนคนที่ไม่มีอินดีในการบริจาคทานนั้น เป็นคนใจดำ นอก
จากเป็นคนตระหนี่แล้ว ยังเป็นคนขาดความเมตตา กรุณา ใน
บุคคลอื่นและสัตว์อื่นอีกด้วย ใครจะตกทุกข์ได้ยากอย่างไร

ไม่สน ไม่เกี้ยว ข้าจะกอบโกยเอาสมบัติมาเป็นของตัวข้า ก็
 แล้วยกให้แก่ละ ฉะนั้นเมื่อเป็นคนใจดำ อย่างนี้แล้ว จะไม่
 เบียดเบียนบุคคลอื่น และสัตว์อื่นเป็นไม้มิ จะต้องเบียดเบียน
 แน่แน่นอน

ดังนั้น จึงว่าท่านสนับสนุนสัตว์ ทำให้สัตว์ไปเรื่อย ๆ
 คนยินดีในการบริจาคทาน หนักไปเท่าไร เมตตาจิตมันก็
 แยกต่างกันไปเท่านั้น ทำให้สัตว์บริสุทธไปเรื่อย ๆ เป็นอย่าง
 นั้น คนผู้มั่งคั่ง และมีทานอยู่ในใจเช่นนั้น เป็นผู้บรรเทาเสีย
 ชะงักความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นอย่างนั้น ถ้า
 บรรเทา ความโลภ ความโกรธ ความหลง ลงได้อย่างนั้นะ
 จะเป็นผู้ไม่ทะเยอทะยาน แสวงหาทรัพย์สิ้นเงินทองไปในทาง
 ทุจริต ก็คือถือความยินดีตามมีตามได้ เมื่อตนแสวงหาใน
 ทางสุจริตได้เท่าไรก็ยินดีบริโภคใช้สอยอยู่เท่านั้น ไม่ทะเยอ
 ทะยานไปเกินกว่านั้น เพราะว่า ถ้าทะเยอทะยานไปเกินกว่า
 นั้น ก็ไปเบียดเบียนคนอื่น ไปเบียดเบียนสัตว์อื่น เป็นอย่าง
 นั้นไป

การให้ทานก็ การรักษาศีลก็ ก็ได้ชื่อว่า เป็นการ
 บรรเทากิเลสบาปธรรม ดังกล่าวมานั้นะ ไปพร้อม ๆ กัน
 ไปเลย ทำให้กิเลสเหล่านั้นเบาบางไปจากจิตใจของเราได้
 ถ้าได้ภาวนาเข้าไปอีก ก็ยังเป็นคุณ เป็นประโยชน์ต่อชีวิต
 ของเรามากมาย เพราะว่า ภาวนานั้นเป็นกิจส่วนตัว
 แท้ ๆ ไม่ได้เกี่ยวกับคนอื่นเลย คือพูดง่าย ๆ ว่า การภาวนา
 เป็นการรักษากิจ เป็นการฝึกจิตโดยตรงเลย ไม่ได้เกี่ยวกับคนอื่น
 ส่วนการรักษาศีลให้ทาน ยังเกี่ยวกับคนอื่นอยู่นะ เพราะการ
 รักษาศีล คือ รักษากาย วาจา ใจดี ไม่ให้ไปเบียดเบียน
 บุคคลอื่นและสัตว์อื่นนั่นเอง การให้ทานก็เกี่ยวกับคนอื่น ผู้
 รับทาน

แต่ส่วนการภาวนานี้ เกี่ยวข้องกับตัวเองโดยเฉพาะเลย
 แล้วทำอะไร เราจึงทำให้สงบลงไปได้ เราก็ทำลงไป
 พยายามทำ การที่ปล่อยจิตให้ฟุ้งซ่าน เลื่อนลอย ไม่เป็นผลดี
 แก่ตัวเองเลย มีแต่ทุกข์

คนที่เป็นอย่างนั้นนอนไม่หลับเพราะอะไรล่ะ ก็เพราะมันคิด
 มากนั่นเอง ความคิดมันหยุดไม่ได้เลย พอเรื่อนั้นหมดไป

୧୩୭

[illegible]

บางคนส่วนมากไม่เป็นเช่นนั้น พอเรื่องชวมากระทบเข้า
ก็ยัดถอเอาไว้ ทั้งที่รู้ว่ามีมันโทษ อย่างนกยัดถอเอาไว้
มันจะไม่ทุกข้ออย่างไรเล่า พอเรื่องตมาถึงยัดถอเอาเรื่องดไว้
ปนปนกันเข้าไป เรื่องชั่วเรื่องดก็ยัดเอาไว้ เมื่อเป็นเช่นนั้นต่อไป
หาความสุขที่ไหนได้ จิตใจฟุ้งอยู่อย่างนั้น หากความเย็นไม่ได้
เพราะฉะนั้นการภาวนานักขอให้เข้าใจเสียว่า อาศัยสติสัม-
ปชัญญะ ควบคุมจิตให้ได้ บังคับจิตตัวเองให้ได้ อย่าไปอ่อนแอ
ต่อเหตุต่ออำนาจของกิเลส คนเราถ้าไม่รู้จักบังคับจิตตัวเอง
แล้วไม่ได้เลย จะภาวนา พุทโธ พุทโธ ไปอย่างไรก็ตามนะ
แต่พุทโธ ก็นึกได้แต่เวลาที่ไม่มีเหตุอะไรมากระทบกระทั่ง
อย่างนั้น แต่เมื่อมีเหตุอะไรมากระทบกระทั่ง ไม่ทราบพุทโธ
ไปไหน เรื่องนี้ใช้ไม่ได้นะ

การภาวนา พุทโธ พุทโธ อย่างนี้ ต้องรู้ความหมาย
ของ พุทโธ ไว้ พุทโธ แปลว่า ผู้รู้ ผู้ฉลาด พระพุทธเจ้า
หมายถึง พระพุทธเจ้านั้นแหละ พระองค์มีความรู้ ความ
ฉลาดเต็มที่ สามารถลงความยึด ความถอ ในเรื่องต่างๆ
ในโลกอันนั้นได้โดยเด็ดขาดไปแล้ว แล้วก็ทรงแนะนำสั่งสอน

ผู้หนึ่งให้ละ ให้เว้นตามได้ จนกว่าผู้นั้นได้ยินได้ฟังแล้วก็
ปฏิบัติตาม หลุดพ้นตามพระองค์ก็มีเยอะแยะ เมื่อพระองค์
พิจารณาคุณผลการกระทำของพระองค์ มันสำเร็จไปได้อย่าง
พระองค์มีพระทัยเบิกบาน จึงได้ทรงพระกรุณาอุปพทุช

พวกเราที่เป็นบริษัทของพระองค์ ถ้าหากว่าเราพยายาม
สกัดกั้นจิตใจของเราให้ตงมันลงไป เป็นหนึ่งลงไปได้แล้ว
เวลามองอะไรกระทบกระทั่งเข้ามา เรารู้เท่าทัน เรื่อง
ไม่ดี ไม่ควรยึด เราก็กำหนดละได้เลย ไม่ต้องไปมัวเสียใจ
ดีใจกับเรื่องต่างๆ หรือกนะ ถ้าหากเรื่องดี เรื่องที่เป็นประโยชน์
มาถึงเข้าอย่างเรากำหนดพิจารณา เรื่องนั้นดีมีประโยชน์
ควรทำตาม เราก็ลงมือทำไปพูดไปตามมัน มันก็มีประโยชน์
ไม่มีโทษเลย.

การทำความเพียรอย่างกำหนดเวลา ให้กำหนดสติ
ถ้าสติพลอสื่อใดก็รู้ว่า ความเพียรของเราขาดไปแล้ว
เมื่อนั้น

เมื่อสติตั้งลงที่ตรงไหน ย่อมเป็นธรรมขึ้นมาที่ตรง
นั้น ถ้าไม่มีสติแล้วก็จะไม่เป็นธรรมทั้งคืนทั้งวัน

อาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน

เหตุ^{๔๕๖}ก็ต้อง^{๔๕๖}ได้รับ^{๔๕๖}ผล^{๔๕๖}
เหตุ^{๔๕๖}ชั่ว^{๔๕๖}ก็ต้อง^{๔๕๖}ได้รับ^{๔๕๖}ผล^{๔๕๖}ชั่ว^{๔๕๖}
มันจะสูญ^{๔๕๖}หายไป^{๔๕๖} - - - ไม่มี^{๔๕๖}!

ธรรมชาติของหลวงปู่ขาว อนาลโย

ใจ^{๔๕๖}ดี^{๔๕๖}ก็^{๔๕๖}เป็น^{๔๕๖}สวรรค์^{๔๕๖} ใจ^{๔๕๖}ร้าย^{๔๕๖}ก็^{๔๕๖}เป็น^{๔๕๖}นรก^{๔๕๖} ทำ^{๔๕๖}สติ^{๔๕๖}สัมปชัญญะ^{๔๕๖}ให้^{๔๕๖}
รู้^{๔๕๖}ตัว^{๔๕๖}อยู่^{๔๕๖}ทุก^{๔๕๖}เมื่อ^{๔๕๖} คือ^{๔๕๖} ความ^{๔๕๖}รู้^{๔๕๖}ตัว^{๔๕๖}ใน^{๔๕๖}การ^{๔๕๖}กระทำ^{๔๕๖} ก่อน^{๔๕๖}ทำ^{๔๕๖}อะไร^{๔๕๖}
ลง^{๔๕๖}ไป^{๔๕๖} ให้^{๔๕๖}คิด^{๔๕๖}เสีย^{๔๕๖}ก่อน^{๔๕๖}ว่า^{๔๕๖}มัน^{๔๕๖}ได้^{๔๕๖}ผล^{๔๕๖}ดี^{๔๕๖}หรือ^{๔๕๖}อย่าง^{๔๕๖}ไร^{๔๕๖}ต่อ^{๔๕๖}ไป^{๔๕๖}ข้าง^{๔๕๖}หน้า^{๔๕๖}
ระ^{๔๕๖}ล^{๔๕๖}ก^{๔๕๖}ร^{๔๕๖}ว่า^{๔๕๖}เมื่อ^{๔๕๖}ม^{๔๕๖}เหตุ^{๔๕๖}ก็^{๔๕๖}ต้อง^{๔๕๖}ม^{๔๕๖}ผล^{๔๕๖} เหตุ^{๔๕๖}ก็^{๔๕๖}ต้อง^{๔๕๖}ได้^{๔๕๖}รับ^{๔๕๖}ผล^{๔๕๖}ดี^{๔๕๖} เหตุ^{๔๕๖}ชั่ว^{๔๕๖}
ก็^{๔๕๖}ต้อง^{๔๕๖}ได้^{๔๕๖}รับ^{๔๕๖}ผล^{๔๕๖}ชั่ว^{๔๕๖} มัน^{๔๕๖}จะ^{๔๕๖}สูญ^{๔๕๖}หายไป^{๔๕๖}... ไม่มี^{๔๕๖}

การ^{๔๕๖}ปฏิบัติ^{๔๕๖}ธรรม^{๔๕๖}นั้น^{๔๕๖}ไม่มี^{๔๕๖}โทษ^{๔๕๖} มี^{๔๕๖}แต่^{๔๕๖}คุณ^{๔๕๖} คือ^{๔๕๖}จิต^{๔๕๖}ไม่^{๔๕๖}ขุ่น^{๔๕๖}มัว^{๔๕๖}
จิต^{๔๕๖}ผ่อง^{๔๕๖}ใส^{๔๕๖} จิต^{๔๕๖}เบิก^{๔๕๖}บาน^{๔๕๖} การ^{๔๕๖}ทำ^{๔๕๖}ความ^{๔๕๖}เพียร^{๔๕๖} เมื่อ^{๔๕๖}สมาธิ^{๔๕๖}เกิด^{๔๕๖}มี^{๔๕๖}
ขึ้น^{๔๕๖}แล้ว^{๔๕๖}จะ^{๔๕๖}ไม่^{๔๕๖}มีความ^{๔๕๖}หวน^{๔๕๖}ใจ^{๔๕๖} ไม่^{๔๕๖}มี^{๔๕๖}ความ^{๔๕๖}เกียจ^{๔๕๖}คร้าน^{๔๕๖}ต่อ^{๔๕๖}
การ^{๔๕๖}งาน^{๔๕๖}ทาง^{๔๕๖}โลก^{๔๕๖}ทั้ง^{๔๕๖}ทาง^{๔๕๖}ธรรม^{๔๕๖} ปัญญา^{๔๕๖}ที่^{๔๕๖}จะ^{๔๕๖}มา^{๔๕๖}เป็น^{๔๕๖}กำลัง^{๔๕๖}
เมื่อ^{๔๕๖}ปัญญา^{๔๕๖}เกิด^{๔๕๖}ขึ้น^{๔๕๖}แล้ว^{๔๕๖}รู้จัก^{๔๕๖}ใช้^{๔๕๖}ให้^{๔๕๖}เป็น^{๔๕๖}ประโยชน์^{๔๕๖}

จะ^{๔๕๖}เรียน^{๔๕๖}ทาง^{๔๕๖}โลก^{๔๕๖}ก็^{๔๕๖}สำเร็จ^{๔๕๖} จะ^{๔๕๖}ทำ^{๔๕๖}ทาง^{๔๕๖}ธรรม^{๔๕๖}ก็^{๔๕๖}สำเร็จ^{๔๕๖}

อริยสัจ ๔ ให้พิจารณาให้รู้ให้เห็นตามเป็นจริง

ทุกข์ ควรกำหนดรู้

สมุทัย ควรละเสีย

นิโรธ ควรทำให้แจ้ง

มรรค ควรทำให้เกิดใหม่

ชาติ-ความเกิด ชรา-ความแก่ พยาธิ-ความเจ็บ มรณะ-ความตาย นี่ ทุกขสัจ ทุกข์มันเกิดมาจากไหน ทุกข์ เป็นตัวผล สมุทัย เป็นตัวเหตุ สมุทัย คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา ความใคร่ในรูปที่สวຍทั้งามในวัตถุคามต่าง ๆ มีเงินทองข้าวของเป็นต้น เรียกว่า กามตัณหา ความอยากมี อยากเป็น อยากเป็นโน้นเป็นนี้ อยากเป็นเศรษฐี ครอบครองเป็นต้น เรียกว่า ภวตัณหา ความไม่พอใจ ของได้มาแล้วหายไปก็เกิดความไม่พอใจ ร่างกายของตนก็ด้ ของคนอื่นก็ด้ เมื่อแกล้งมาด้วยความขำรดทรุดโทรม

ตัณหามันเกิดขึ้นจากไหนต้องค้นหาเหตุมัน เหตุมันเกิดจากอายตนะภายในและอายตนะภายนอกมาสัมผัสกัน ตาเห็น

คติธรรม

ของ

พระครูญาณปริชา (เหรียญ วรลาโภ)

ถ้าจิตนั้นมันสงบลงไป มีกำลังแล้วเรียกว่ามัน
พักผ่อนมันมีกำลังเต็มที่แล้ว มันก็เกิดผลอย่างหนึ่งขึ้น
มาละทีนี้ คือต้องการอยากรู้แล้วบัดนี้ มันมันเป็นอย่าง
นั้น มันมีกำลังแล้วนี้ เหมือนอย่างคนเรานี้แหละ ทำ
งานเหนื่อยแล้วพักผ่อนนอนหลับไปมีกำลังรู้สึกตนขึ้น
มาแล้ว อยากทำงานแล้วทีนี้ มีกำลังแล้วนั้นก็เหมือน
กันแหละ จิตใจนี้เมื่อมันไปสู่ความสงบได้เต็มกำลัง
ของมันแล้ว มันก็อยากจะรู้แจ้งเห็นจริงในสิ่งที่ควรจะ
รู้แจ้งเห็นจริง มันก็ต้องกำหนดหาเรื่องที่ควรจะรู้ สิ่งใด
ที่เรายังไม่รู้ เราก็จะต้องกำหนดพิจารณาทีนี้ อย่างที่ยก
ตัวอย่างให้ฟังว่า เรื่องกำหนดพิจารณาทุกข้ออย่างว่ามา
แล้วนั้นแหละ เมื่อมันกำหนดในขณะที่ปัญญามันเกิด
ขึ้นอย่างนั้น มันก็เห็นทุกข้อแจ่มกระจ่างไปเลย เมื่อเห็น

ทุกข์มันก็เบื่อในทุกข์เท่านั้น เบื่อในทุกข์ ปัญญา มันก็
 ย่อมมองเห็นว่า ทุกข์นั้นมันเป็นเรื่องของขันธ์ ๕ ทุกข์
 นี้ไม่ได้มีในตน ตนไม่ได้มีในทุกข์ไปแล้ว ทน
 ปัญญามันเกิดขึ้น และมันก็เป็นความจริง ทน ทุกข์ไม่
 ได้มีในตนจริงๆ เพราะว่าตนละเหตุแห่งทุกข์แล้ว มี
 ทุกข์นั้นเป็นเรื่องของขันธ์ ๕ ต่างหาก ทำไมจึงว่าเป็น
 เรื่องของขันธ์ ๕ ก็เพราะขันธ์ ๕ มันไม่เที่ยง เมื่อ
 ขันธ์ ๕ มันไม่เที่ยงแล้วมันแปรปรวน มันกระทบกระทบ
 กัน หวั่นไหว อาการที่มันหวั่นไหวกระทบกระทบกัน
 ไปมานั่นแหละ เรียกว่า ทุกขลักษณะ เป็นลักษณะ
 ของทุกข์ เราก็โยนให้เป็นเรื่องของขันธ์ ๕ ไปเสียอย่าง
 นั้น เมื่อโยนให้เป็นเรื่องของขันธ์ ๕ แล้ว จิตจะเป็น
 อย่างไร ทนเอง ทนเห็นเองแหละ ถ้าไปยึดเอาของ
 ที่ไม่เที่ยงมาเป็นของตัว ไม่มีอิสระเลย ก็ต้องหวั่นไหว
 ไปตามของไม่เที่ยงนั้นแหละ มันเป็นอย่างนั้น เรื่อง
 ของเรื่อนะ.

สติ เป็นแก่นธรรม

หลวงปู่ขาว อนาลโย

แก่นของธรรมแท้อยู่ที่สติ ให้พากันหัดทำสติ
ให้

กรรมมีสติแก้กลัดแล้ว ทำก็ไม่พลาด พุดก็ไม่
พลาด คิดก็ไม่พลาด

กุศลธรรมทั้งหลาย คุณงามความดีทั้งหลาย จะเกิด
ขึ้นเมื่อบุคคลอยู่กับสติแล้ว สติเป็นใหญ่ สติมีกำลังดี
แล้วจิตมันจึงรวม เพราะสติคุ้มครองจิต

โลกนี้มีอยู่แค่นั้น

หลวงปู่ดูลย์ อตุโล

ขอให้ท่านทั้งหลายจงสำรวจดูความสุขว่า ตรงไหน
ที่ท่านเห็นว่ามันสุขที่สุดในชีวิต ครั้นสำรวจดูแล้วมันก็
แค่นั้นแหละ แค่นั้นเราเคยรู้เคยพบมาแล้วนั่นเอง ทำไม
จึงไม่มากกว่านั้น มากกว่านั้นไม่มี โลกนี้มีอยู่แค่นั้น
เอง แล้วก็ซ้ำๆ ซากๆ อยู่แค่นั้น เกิดแก่เจ็บตายอยู่
รำไป มันจึงน่าจะมีสุขชนิดพิเศษกว่า ประเสริฐ
กว่านั้น ปลอดภัยกว่านั้น พระอริยเจ้าทั้งหลายท่านจึง
สละสุขส่วนน้อยนั้นเสีย เพื่อแสวงหาความสุขอันเกิด
จากความสงบกาย สงบจิต สงบกิเลส เป็นความสุขที่
ปลอดภัยหาสิ่งใดเปรียบมิได้เลย