

## ภาวนารู้เท่าทันทุกข์

หลวงปู่หลุย จันทสาโร

เทศน์อบรมพระภิกษุ – สามเณร

วันเพ็ญขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๒

การปฏิบัติธรรมต้องเปลี่ยนอิริยาบถบ่อย ๆ นั่ง นอน ยืน เดิน ต้องเปลี่ยนอิริยาบถนะ พระต้องนั่งภาวนา เดินภาวนา ยืนรำพึง พุทฺโธ แล้วก็นอน แต่ “นอน” นั้นอย่าหลับ นี่แหละแก้ไม่ได้ ในตอนนี้แก้ไม่ได้ ชาติปีทุกข์า พยาธิปีทุกข์า มรณัมปีทุกข์า ชราปีทุกข์า เป็นโรคประจำตัวนะ แม้องค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคก็มีโรคประจำตัว พระองค์ พระสารีบุตรก็คู่เคียงกัน มีโรคโลหิตออกจากทวารหนัก พระสารีบุตรต้องตายด้วยวิธีนี้เทียบนะ โลหิตออกมา เอากระโถนรองไปนะ องค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคก็เหมือนกัน โรคประจำชีวิตนี้

นี่แหละ คนหนึ่ง ๆ เป็นคลังของโรค เป็นเรือนของโรค เขาเรียกว่า อริยสัง ๔ ของจริง แม้อุบาสก อุบาสิกา นั่งภาวนา รู้จักของจริง ต้องวางนะ มันเป็นเรื่องของจริงนะ ชาติทุกข์ ชราทุกข์ พยาธิทุกข์นะ การเจ็บการปวดคนะมี มีอยู่เช่นนั้น เขาเรียก คลังของโรค เรือนของโรค เหตุนี้พระอรหันต์ทั้งหลายท่านรู้เท่า ท่านไม่หวั่นไหว ไม่ถือขลังว่าเป็นตัวเป็นตน ท่านถือเป็นทุกข์ อนิจจัง อนัตตา ของชีวิตนะ จะไปถึงไหนทราบไม่ได้ นะชีวิต

แล้วอีกประการหนึ่ง เรื่องปาณาติบาตนั้น เรื่องอกินนาทานให้ผล เรื่องกาเมให้ผล เรื่องมุสาให้ผล เรื่องสุราให้ผล สิลห้านี้ ควรนักรควรหนาควรที่เราจะรักษา เป็นสมบัติอย่างยิ่งนะ สิลห้านี้ ให้สำเร็จโตคาบัน อริยบุคคลนะ อานาจสิลห้า อานาจสิลแปด ให้สำเร็จอนาคา นื่องอรหันต์นะ

นี่แหละ คนหนึ่ง ๆ มีโรคประจำตัวนะ อย่างท่านอาจารย์มั่นก็มีอยู่ ท่านอาจารย์เสาร์ก็มีอยู่ อาตมาก็มีอยู่ นี่แหละ เป็นเรือนของโรค เป็นคลังของโรค ประเดี๋ยวก็เจ็บ โนนเจ็บนี้อยู่ ป่วยไข้อยู่ ไม่มีอะไรเป็นที่พึ่งแล้วในโลกนะ พึ่งไม่ได้ พึ่งได้แต่สิล ๑ บำเพ็ญทาน ๑ ภาวนา ๑ อบรมดวงจิตนะ อันอื่นพึ่งไม่ได้หมดนะ คลังของโรคนี้เป็นคลังใหญ่ ต้องเปลี่ยนอิริยาบถเรื่อย ๆ นะ นั่งนานก็ไม่ได้ นอนนานไม่ลุกสักทีก็ไม่ได้

ขึ้นให้เลือดลงขานะ เคนนะ ต้องเปลี่ยนอิริยาบถให้เสมอกัน พระโยคาวจรเจ้าองค์ไหน  
เสมอกัน อายุยืน อย่างนั้นนานนะ

เป็นโรคเหน็บชา อัมพาตนะ มั่นมั่นทับโลหิตนะ มั่นเดินไม่สะดวก ร่างกาย  
เมื่อย แล็บ----เป็นโรคได้

นี่แหละ โรคนี้เป็นโรคประจำตัวของเรา ชาตฤกษ์ ชราฤกษ์ พยาธิฤกษ์ มรณาฤกษ์  
นะ

ความเกิดเป็นทุกข์ใหญ่โตนะ เรามาเกิดในท้องมารดานะ แหม....ไอ้ทุกข์อันนี้ไม่ใช่  
เล่น ท่านพุดในพระไตรปิฎกนะ ท่านว่ามี ๓ ชนิด การที่เกิดของมนุษย์นะ หนึ่ง บิดา  
มารดาเคล้าถึงกันนะ สอง สัตว์เข้าสู่สู่น้ำอสุจิประสมกันนะ ให้เมียเลี้ยง เลี้ยงเจ็ดวันแป  
อย่างหนึ่ง เจ็ดวันแปอย่างหนึ่งนะ เป็นห้าแห่ง เป็นคุ่มออกห้าแห่งนะ แขนสอง หัว  
หนึ่ง ขาสอง

ความทุกข์ของมนุษย์ที่เกิดในท้องมารดานั้น ทุกข์มาก คล้าย ๆ ลิ้งหนีฝนเข้าไป  
โพรงไม้ หันหน้าเข้าทางหลังมารดา อาหารของเก่า ของใหม่โพกหัวเด็กนะ นี่แหละ  
ไม่ได้เหยียดขาเหยียดแข้ง คล้าย ๆ กับสัตว์ในโลกกันต์นรก ทุกข์มาก เป็นชาตฤกษ์ ไม่ได้  
เปลี่ยนอิริยาบถ เดินก็ไม่ได้ ขยายตัวก็ไม่ได้ และอีกประการ องค์สมเด็จพระผู้มีพระ  
ภาคทรงตรัสว่า เด็กที่ออกในท้องมารดานั้น มันใหญ่ในท้องแล้วออกมา ไม่ใช่ใหญ่ข้าง  
นอกแล้วกลานเข้าไป มันเหมือนกับว่านายช้างควาญช้างนะ ไล่ช้างออกจากเพดานใน  
ช่องแคบ มันป่วนปั่นเหลือเกิน มารดาก็สละชีวิต เด็กก็ต้องสละชีวิต เป็นตายอย่างไร  
ทราบไม่ได้นะ อาศัยนางพยาบาลมากที่สุด นางผดุงครรภ์เป็นผู้เอาออก คนไหนเอาออก  
ไม่ได้ทางทวาร มันทึคนะ ต้องตัดผ่าออกเพราะเครื่องมือมี แต่ก่อนเครื่องมือไม่มีต้อง  
ตายทั้งแม่ทั้งลูกเจียนะ นี่แหละ....ชาตฤกษ์ แล้วออกมาแล้วนะ นั่นเองแหละเป็นเรือน  
ของโรค เป็นคลังของโรค เวลาเด็กป่วย บิดามารดาไม่ได้นอน รักลูกมากที่สุดนะ! เดียว  
ก็เจ็บนั่นเจ็บนี่ เป็นหวัดเป็นไอ...อะไรทุกอย่าง

นี่แหละกว่าเราจะได้ชีวิตมาถึงขนาดนี้ เป็นพระเดชพระคุณอย่างยิ่งที่สุดนะ ให้  
ระลึกถึงธรรมนะ มันไม่เที่ยงนะ ชีวิตนั้นไม่เที่ยง มันประกอบด้วยทุกข์นะ สิ่งใดมี  
ทุกข์ สิ่งใดมีไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นอนัตตา ไม่ใช่ตนใช่ตัว เราอยู่ทุกวันไม่ว่าพระ ไม่ว่า  
คฤหัสถ์ต้องตาย ต้องเผา ต้องฝังกันนะ

นี่แหละพระอริยเจ้าระลึกถึงตนได้มากที่สุด ขณะอุบาสกอุบาสิกาคนไหน พระ  
เณรคนไหนไม่มีธรรมะเป็นวิหารธรรมอยู่ในจิต เป็นทุกข์มาก ปัญจขันธ์ทุกข ทุกข์  
มากที่สุด หากว่ามีเรือนอยู่ สำเร็จโศคาบัน มีเรือนอยู่

ภavana พุทโธ แล้วถ้าจำศีล บริจาคทาน เรือน ๓ ประการนี้เป็นเรือนใหญ่ อยู่ใน  
ดวงจิต หากว่าความทุกข์มาถึงแล้วเข้าไปหาเรือน มีที่พักนะ มีศีล มีกัลยาณธรรมนะ คน  
ไหนไม่ภavana พุทโธ ไม่รักษาศีล ไม่บำเพ็ญทาน คนนั้นเป็นทุกข์ใหญ่ ไม่มีเรือนที่จะ  
เข้าพึ่งพาอาศัย เหล่านี้ ราคะ โทสะมันร้อน คล้าย ๆ แดดเดือนห้านะ ต้องเข้าพักในต้น  
ไม้ใหญ่ ต้นไม้ในที่นี้เปรียบเหมือน พุทโธ เข้าไปได้ต้นไม้ได้รับอากาศมาลีทิศ สำราญ  
ใจ

เหตุนั้น...ขอให้ตั้งอกตั้งใจให้กับ พุทโธ พุทโธ ไม่ใช่ของหนักนะ โอปนยโก น้อม  
พุทโธเข้ามาในดวงใจนะ ภavana บริกรรม พุทโธ พุทโธ นะ จิตลงสู่ภวังค์ ความสงบอัน  
นี้เกิดมาจากพุทโธ เกิดมาจากการภavana นะ สุขุมมากที่สุด บางคนขนพองสยองเกล้า  
บางคนตัวใหญ่ ปิตินะ บางคนตัวเล็ก หัวตัวไม่เห็นนะ นี้เรียกว่า ปิติ พุทโธ อำนาจพุทโธ  
ล้างหัวใจให้สะอาด

พยาธิทุกข์ เล่า...นี่แหละอย่าไปรังเกียจ พยาธิ อย่าไปรังเกียจนะ ของดี ของพระอริย  
เจ้าเชียวนะ

ไม่มีพยาธิทุกข์ ชาติทุกข์ ขราทุกข์ ไม่มี พระนิพพานก็ไม่มีเสียแล้ว

นี่แหละเป็นเครื่องปรับกัน ชาติทุกข์ ขราทุกข์ มรณาทุกข์ นี่เป็น “มรรค”  
นะ พิจารณาให้เห็นความตายของเราทุกคน อย่ามัวเมาเรื่อง โลภะ โทสะ โมหะ ให้ระลึก  
ถึงตัว มีวิหารธรรมเหมือนว่าฝากเงินไว้กับธนาคารนะ เมื่อเวลาอันจะได้อะไรมาใช้

อีกประการหนึ่ง รักษาศีล ศีลห้าจะได้เมียงาม จะได้ผัวงาม จะได้ลูกหลานงาม แม้  
ความฉลาด พุทโธนี้ โอปนยโก น้อมพุทโธเข้ามาในดวงจิต จับองค์ภavana พุท  
โธ พระพุทธเจ้าไม่ใช่คนโง่นะ คนฉลาด หากว่าพระองค์เข้ามาประทับในจิตใจของพวก  
เรา แม้เรามีหิริโอตตปปะ เกรงกลัวในพระองค์ แล้วภavana พุทโธเข้าไป ความสงบ  
มี เมื่อความสงบมี นั่นแหละเป็นความสุขใหญ่โต ไม่ร้อน มีวิหารธรรมเป็นเครื่องพักอยู่  
ในดวงจิต อุบาสกอุบาสิกาณะ จิตสะอาดนะ จิตใจสูง นี่แหละขอให้ตั้งอกตั้งใจอย่า  
ประมาทนะ อย่า...!!!

การเจ็บการป่วยนี้เป็นของดีของพระอริเจ้าเชียวนะ จิตไม่เพิดเพลิน พิจารณาเรื่อง การตายเสมอ ๆ นะ การตายอันนี้นะเราตายมาเรื่อย ๆ ทุกวันนี้ นั่งอยู่ที่นี้ต้องตายนะ คือ หมายความว่ามาสู่ท้องมารดามันใหญ่ นะ มันออกมา ออกจากท้อง ออกมาเป็นเด็กนะ ตายตอนเป็น

เด็กนะ มาเป็นหนุ่มนะ ตายเมื่อตอนเป็นหนุ่ม มาแก่ชรา ผมหงอกฟันหลุด หนัก เป็นเกลียว กำลังก้น้อยดอยลงไป ให้เห็นในตอนนี้ นะ ให้ภาวนาสังขารในตอนนี้เสีย อวัยวะของเรานะ เกิดมานะ “อัครังมฺนุสเสสุ” นะ มนุษย์เป็นเลิศที่สุดนะ เลิศกว่าพระ อินทร์ พระพรหมนะ มนุษย์นี้นะ เลิศกว่าอบายภูมิทั้งสี่นั้นนั่น มนุษย์นั้นมีทั้งอกุศล และ กุศล ภาวนาเข้าไปนะเลือกเอามนุษย์เป็นพระพุทธเจ้า ไม่เอาพระอินทร์เอา พรหม เพราะมนุษย์เป็นเลิศ เลือกเอาได้ มนุษย์เป็นพระปัจเจกได้ เป็นพระอรหันต์ได้ นั้นนั่น ของดีอยู่ในมนุษย์นะ แต่ของชั่วร้ายก็อยู่ในมนุษย์เหมือนกัน มนุสสรโก มนุสเป โต มนุสเรจจาโน นะ...นั่น ทำไม่ดีเป็นอกุศลนะนั่น ที่เป็นกุศลนะ มนุสพรหมา มนุ สเทวา มนุสโลกุตตร

นี้แหละฉันใดก็ดี ไม่มีที่พึงแล้วในโลกนะ นอกจากพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ไปแล้วนี้ขอให้ตั้งใจนะ การเจ็บการป่วยนั้น เป็นเรื่องธรรมดา แรงความเพียร นะ อย่าประมาทนะ นั้น ใส่บาตรใส่พกนะ นั้น รักษาศีลนะนั่น....ศีลห้า แล้วก็ ภาวนา “พุทโธ”นะ กิเลสของเรา เราชอบมาตั้งแต่อดีตชาติ มันประชุมกับ ปัจจุบัน ปัจจุบันเป็นอนุสัยนะนั่น มันดองกันมานาน ดองกันนานนะนั่น มันคล้าย ๆ กับน้ำทะเลดองกันนานนะ กลายเป็นรสเค็มนะ ใช้ไม่ได้ แม้กิเลสของเรานะ ดองกัน นาน เกิดร่าเคฆ่ากันได้ เกิดโทสะฆ่ากันได้ เกิดโมหะฆ่ากันได้นะ นั้น นี่แหละ ร่าเค โทสะ เป็นของดีของพระอริยเจ้านะนั่น ไม่มีอันนี้ไม่ได้บวชนะ นั่น พระองค์ไม่เอาคน กระเทยบวช คนบวชมานะ คนมีกำลัง มีร่าเค โทสะ โมหะ มีเหตุนะ นั่น มีเหตุนะ จึงใช้ มรรคประหารเข้าไปประหารเข้าไปนะ

ปัญญาเห็นชอบ ดำริชอบ เห็นชอบ เห็นอวัยวะทุกส่วนมันแปรนี้ะ นี้เรียกว่าเห็น ธรรมนะ เห็นชอบเข้าไปแล้วมันทำงานดังตัง ๆ อยู่ นะ เอามือคลำหัวใจเต็นตึก ๆ มัน ทำงานอยู่นั้นนั่น แล้วมันขยายออกนะนั่น อุจจาระปัสสาวะออกจากทั้งเก้าทวารนะ นั้น พระอริยเจ้าท่านเห็นอยู่นี้ นั่น ท่านไม่หวั่นไหว เรายังไม่เห็น เรายังหวั่นไหวกลัว ตายอยู่นี้ นั่น

มันเป็นธรรมดาของมนุษย์ที่เกิดมานะ....อายุน้อยตาย คนนั้นทำปาณาติบาตมาแต่ก่อน...มีเงินมีทองเขาลักเอาไปนะ นั่นเรลักของเขามาแล้วนั้น...มีลูกมีเต้าหรือก็เป็นหญิงโสเภณีไป นั่นผู้หญิงนะ ผู้ชายโจรผู้ร้ายไปนะ เราทำไม่ดีมาแต่ก่อนแล้ว กาเมนะ นั้น...แล้วมูสานะ เขามาหลอกลวงเอาเงินเอาทองไปนะ ไม่ได้ใช้ซะ...แล้วก็สุราดื่มเข้าไปแล้วเสียดินะ กล้าหาญนะนั่น

หนังสือพิมพ์มีอยู่นะ เขาออกข่าวมานะนั่น กินเหล้านะปีใหม่นะ ฆ่ากันหลายรายนะ นี่มีการตายอยู่เรื่อย ๆ นะ นี่แหละเทวทูตมันเตือนอยู่เสมอเช่นนี้แหละ เราไม่ควรประมาทนะ ไม่ควรประมาทนะ ให้ระลึกถึงพุทโธพุทโธ เป็นที่พึ่งนะ...นั่น พึ่งคนอื่นไม่ได้ บิถัมมารดาพึ่งได้ชั่วคราวนะ พึ่งพระราชาก็พึ่งพระองค์ได้ชั่วคราวเมื่อยังมีชีวิตอยู่นะ

การเป็นการตายของเรานี้ฝากไว้ในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์นะ นี่แหละเรือนของโรค คลังของโรคมนุษย์นะ ให้ระลึกเสมอ ให้ภาวนาเสมอเช่นนั้น นี่แหละอย่าส่งออกข้างนอกนะ ใจกล้าหาญ เอ้า...ตายก็ตายนะ ตายเราไม่ต้องจ้องนะ ศีลเรามีแล้วนะ ทานเรามีแล้ว เราตายขณะนี้เราไปเกิดสวรรค์นะ เปลี่ยนอัตภาพมนุษย์ไปเกิดสวรรค์นะ นั่น เรามีบริบูรณ์ ใส่บาตรอยู่เรื่อยนี้ แล้วรักษาศีลเรื่อยนี้นั่น แล้วก็ภาวนาชำระดวงจิตเรื่อย ๆ นะ นี่แหละคนนี้นั่นนะ ไปสู่สุคติโลกสวรรค์นะ คนไหนมัชฌิมาสูตรนี้ เกิดมาในภพใดชาติใดเป็นคนกำพร้าอนาถา ขอดานเขากินนะนั่น มีลูกมีเมียก็ไม่ว่าง่ายสอนง่าย ว่ายากสอนยากนะ เป็นผู้ชายเป็นโจรผู้ร้ายนำความทุกข์มาถึงบิถัมมารดานะนั่น

นี่แหละ องค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคท่านให้ภาวนาพุทโธฉลาดมาก พระองค์ไม่ใช่คนโง่นะ ฉลาดนะ พระองค์ประทับอยู่ในจิตของใคร จึกควาก...ควากลงไป สงบนะ สิ่งไม่รู้ก็รู้ขึ้นมา สิ่งไม่เห็นก็เห็นขึ้นมา อำนาจพุทโธนะ

นี่แหละเมื่อท่านทั้งหลายได้สดับตรับฟังแล้วนะ โอปนยิโก น้อมมาปฏิบัติบูชา พุทธบูชา ธรรมบูชา สังฆบูชา ก็จะเห็นอานิสงส์ในพระพุทธศาสนาโดยง่าย

สมควรแก่เวลา ดังอาตมะอาตมาวิสัยนามา เอวังก็มีด้วยประการฉะนี้.

พิมพ์แจกเป็นทาน

Download จาก <http://se-ed.net/philosophy/libra/index.shtml>