

ธรรมะเข้าใจ

คติธรรม
สมเด็จพระพุฒาจารย์
(โต พรหมรังสี)

เคล็ดลับสู่ความสำเร็จ

ท่านเจ้าประคุณสมเด็จพระพุฒาจารย์ (โต พรหมรังสี) กล่าวว่า เคล็ดลับสู่ความสำเร็จสุดยอดในทางธรรม คือ จะต้องมึลัจจะอันแน่วแน่ และมีขันติธรรมอันมั่นคง จึงจะฝ่าฟันอุปสรรค บรรลุความสำเร็จได้ อาตมามีกฎอยู่ว่า เข้าตีห้าไม่ว่าฝนจะตก ฟ้าจะร้อง อากาศจะหนาว ต้องตื่นทันที ไม่มีการผัดเวลา แล้วเข้าสรงน้ำ ชำระกายให้สะอาด แล้วจึงได้สวดมนต์และปฏิบัติสมถกรรมฐานหนึ่งชั่วโมง พอหกโมงตรงก็ออกบิณฑบาต เพื่อปฏิบัติตามปฏิปทาขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ฝึกจิตให้ได้ผลต้องตรงต่อเวลา

กลับจากบิณฑบาตแล้ว ก็เอาอาหารตั้งไว้ ตักน้ำใส่ตุ่ม เสร็จแล้วฉันอาหารเช้า โดยปกติอาตมาฉันมือเดียว เว้นไว้เมื่อมีกิจนิมนต์ จึงฉันสองมือ สี่โมงเช้าถึงเที่ยง ถ้ามีรายการไปเทศน์ ก็ไปเทศน์ตามที่นัดไว้ วันไหนไม่ติดเทศน์ก็จะปิดประตูกุฏิทันที ไม่ให้ใครๆ เข้าไป ในช่วงเวลานั้นเป็นเวลาศึกษาตำรา เวลาบ่ายโมงจึงออกรับแขก บ่ายสามโมงไม่ว่าใครจะมาอาตมาจะให้ออกจากกุฏิไปหมด เพราะถึงเวลาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ฉะนั้น จุดสำคัญจงจำไว้ เราจะปฏิบัติเพื่อหลุดพ้น ต้องมึลัจจะเพื่อตน โดยไม่เห็นแก่หน้าใคร ถึงเวลาทำสมาธิต้องทำ ไม่มีการผัดผ่อนใดๆ ทั้งสิ้น

หลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

1. จะต้องมึลัจจะต่อตนเอง
2. จะต้องไม่คล้อยตามอารมณ์ของมนุษย์
3. พยายามตัดงานในด้านสังคมออก และไม่นัดหมายใครในเวลาปฏิบัติกรรมฐาน ดังนั้นเมื่อจะเป็นนักปฏิบัติธรรมจำเป็นจะต้องมีกฎเกณฑ์ของเรา เพื่อฝึกจิตให้เข้มแข็ง

ทางแห่งความหลุดพ้น

เจ้าประคุณสมเด็จพระพุฒาจารย์ มักจะกล่าวกับสานุศิษย์ทั้งหลายอยู่เสมอว่า ชีวิตมนุษย์อยู่ได้ไม่ถึงหนึ่งร้อยปีก็ต้องตายและถูกหามเข้าป่าช้า ดังนั้น จึงควรประพฤติปฏิบัติอยู่ในศีล สมาธิ และปัญญา เพื่อให้หลุดพ้นจากสังสารวัฏ ท่านเปรียบเทียบกับ มนุษย์อาบน้ำ ชำระกายวันละสองครั้ง เพื่อกำจัดเชื้อโคลนสิ่งโสโครกที่เกาะร่างกาย แต่ไม่เคยคิดจะชำระจิตให้สะอาดแม้เพียงนาที ด้วยเหตุนี้ ทำให้จิตใจของมนุษย์ ยุคปัจจุบันเศร้าหมองเศร้าเศร้างและดุดัน ก่อให้เกิดปัญหาความพิการในสังคมความแก่งแย่งชิงดีชิงเด่นกัน จนกระทั่งเกิดความขัดแย้ง และกลายเป็นสงครามมนุษย์ฆ่ามนุษย์ด้วยกัน

แต่ใจ

ขอให้ท่านได้พิจารณาไตร่ตรองให้จงดีเถิดว่า ร่างกายของเราที่ใจนี้จึงต้องชำระทุกวันทั้งเช้าและเย็น จะขาดเสียไม่ได้ทั้งที่หมั่นทำความสะอาดอยู่เป็นนิจ แต่ยังมีกลิ่นไม่น่าอภิรมย์ออกมา แม้จะพยายามหาของหอมมาทาทัບ ก็ปกปิดกลิ่นนั้นไม่ได้ใจของเราละ ซึ่งเป็นใหญ่กว่าร่างกาย เป็นผู้สั่งบัญชาขางาน ให้กายแท้ๆ มีใครเอาใจใส่ชำระสิ่งสกปรกออกบ้าง ตั้งแต่เล็กจนเติบโตเป็นผู้ใหญ่ มันสั่งสมสิ่งไม่ดีไว้มากเพียงใด หรือว่ามองไม่เห็นจึงไม่มีความจำเป็นที่จะต้อง ทำความสะอาดหรือ?

กรรมลิขิต

เราทั้งหลายเกิดมาเป็นมนุษย์ชาติแล้ว ล้วนแต่มีกรรมผูกพันกันมาทั้งสิ้น ผูกพันในความเป็นมิตรบ้างเป็นศัตรูบ้าง แต่ละชีวิตก็ย่อมที่จะเดินไปตามกรรมวิบากของตนที่ได้กระทำไว้ ทุกชีวิตล้วนมีกรรมเป็นเครื่องลิขิต

“อดีตกรรม ถ้ากรรมดี เสวยอยู่
ปัจจุบันกรรม สร้างกรรมชั่ว ย่อมลบล้าง
อดีตกรรม กรรมแห่งอกุศล วิบากตน
ปัจจุบัน สร้างกรรมดี ย่อมผดุง”

เรื่องกฎแห่งกรรม ถ้าเป็นชาวพุทธแล้ว เขาถือว่าเป็นกฎแห่งปัจจังตัง ผู้ที่ต้องการรู้ ต้องทำเอง รู้เอง ถึงเอง แล้วจึงจะเข้าใจ

นักบุญ

การทำบุญก็ดี การทำสิ่งใดก็ดี ถ้าเป็นการทำตนให้ละทิฐิฐิมานะ ทำเพื่อให้จิตเบิกบาน ย่อมเสวยบุญนั้นในปรภพ มนุษย์ทุกวันนี้ทำแบบมีกิเลส ดังนั้น บางคนนึกว่าเข้าสร้างโบสถ์เป็นหลังๆ แล้วเขาจะไปสวรรค์หรือเปล่า เขาตายไปอาจจะต้องตกนรก เพราะอะไรเล่า? เพราะถ้าเขาสร้างด้วยเจตนาไม่บริสุทธิ์ เป็นการทำเพื่อเอาบุญ บังหน้าในการเสวยความสุขส่วนตัวก็มี บางคนอาจเรียกได้ว่าหน้าเนื้อใจเสือ คือข้างหน้าเป็นนักบุญ ข้างหลังเป็นนักปล้น

ละความตระหนี่มีสุข

ดังนั้นบุญที่เขาทำนี้ถือว่า ไม่เป็นสุข หากมาจากการก่อกกรรม บุญนั้น จึงมีกระแสคลื่นน้อยกว่าบาปที่เขาทำเอาไว้หากมีใครเข้าใจคำว่า บุญ นี้ดีแล้ว การทำบุญนี้ จุดแรกในการทำก็เพื่อไม่ให้เรานี้เป็นคนตระหนี่ รู้จักเสียสละเพื่อความสุขของผู้อื่น ธรรมดาเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน เมื่อมีทุกข์ก็ควรจะช่วยด้วย เมื่อมีความสุขก็ควรสุขด้วยกัน

อย่าเอาเปรียบเทวดา

ในการทำบุญ สิ่งที่จะได้ก็คือ ระหว่างเราผู้เป็นมนุษย์ เรารู้ว่าสิ่งที่เราทำนี่จะเป็นมงคล ทำให้จิตใจเบิกบานดี นี่คือการเสวยผลแห่งบุญในปัจจุบัน ที่นี้การทำบุญเพื่อจะเอาผลตอบแทนนั้น มนุษย์นี่ออกจะเอาเปรียบเทวดา ทำบุญครั้งใด ก็ปรารถนาเอาวิมานหนึ่งหลังสองหลัง การทำบุญแบบนี้เรียกว่า ทำเพราะหวังผลตอบแทนด้วยความโลภ บุญนั้นก็ย่อมจะไม่มีผล ท่านอย่าลืมว่า ในโลกวิญญูญาณเขามีกระแสทิพย์รับทราบในการทำของมนุษย์แต่ละคนเขามีห้องเก็บบุญและบาปแห่งหนึ่งอันเป็นที่เก็บบุญและบาปของใครต่อใครและของเรื่องราวต่างๆ กรรมของใครก็จะติดตามความเคลื่อนไหวของตนๆ นั้น ไปตลอดระหว่างที่เขายังไม่สิ้นอายุขัย

บุญบริสุทธิ์

การที่สอนให้ทำบุญโดยไม่ปรารถนานั้น ก็เพื่อให้กระแสบุญนั้นบริสุทธิ์เป็นขั้นที่หนึ่ง จะได้ตามให้ผลทันในปัจจุบันชาติ แต่ถ้าตามไม่ทันในปัจจุบันชาติ ก็ติดตามไปให้เสวยผลในปรภพ คือ เมื่อสิ้นอายุขัยจากโลกมนุษย์ไปแล้ว ฉะนั้น เขาจึงสอนไม่ให้ทำบุญเอาหน้า ทำบุญอย่าหวังผลตอบแทน สิ่งดีที่ท่านทำไปย่อมได้รับสนองดีแน่นอน

สังฆบารมี

โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สำหรับนักปฏิบัติธรรมแล้ว การทำบุญทำทานย่อมเป็นการส่งเสริมการปฏิบัติจิตให้บรรลุธรรมได้เร็วขึ้น เป็นบารมีอย่างหนึ่ง ในบารมีสิบทัศที่ต้องสั่งสม เพื่อให้สำเร็จมรรคผลนิพพาน

เมตตาบารมี

การทำบุญให้ทานเพียงแต่เรียกว่า ทานบารมี หากบำเพ็ญสมาธิจิตจนได้ญาณบารมี และโดยเฉพาะการบำเพ็ญทุกอย่างนั้น ถ้าท่านให้โดยไม่มีเจตนาแห่งการให้ ให้สักแต่ว่าให้เขา ท่านก็ย่อมได้กุศลเรียกว่าไม่มากและทัศนคติของอาตมาว่าการบำเพ็ญเมตตาบารมีในภาวนาบารมีนั้นได้กุศลกรรมกว่าการให้ทาน

แม่เมตตาจิต

ทุกสิ่งทุกอย่างที่จะสัมฤทธิ์ผลนั้น เกิดจากกรรม 3 อย่าง คือ มโนกรรม เป็นใหญ่ แล้วค่อยแสดงออกมาทางวจีกรรม หรือกายกรรมที่เป็นรูป การบำเพ็ญสมาธิจิตเป็นกุศลดีกว่า เพราะว่า การแม่เมตตา 1 ครั้ง ได้กุศลมากกว่าสร้างโบสถ์ 1 หลัง ขณะจิตที่แม่เมตตานี้ จะเกิดอารมณ์แจ่มใส สรรพสัตว์ไม่มีโทษภัย ตัวท่านก็ไม่มีโทษภัย ฉะนั้น เขาจึงว่านามธรรมมีความสำคัญกว่า

อานิสงส์การแม่เมตตา

ผู้ปฏิบัติธรรมนั้น ต้องรู้จักคำว่า แม่เมตตา คือต้องเข้าใจว่า ความวิเวก ว่างแห่งการคิดนึกของเราแต่ละบุคคลนั้น มีกระแสแห่งธาตุไฟผสมอยู่ในจิตและ วิญญาณกระจายออกไป เมื่อจิตของเรามีเจตนาบริสุทธิ์ เมื่อจิตของเราเป็นมิตรกับทุกคน เมื่อนั้นเขาก็ยอมเป็นมิตรกับเรา เสมือนหนึ่งเราให้เขากินอาหาร คนที่กินอาหาร นั้นย่อมคิดถึงคุณของเรา หรืออีกนัยหนึ่งว่าเราผูกมิตรกับเขาก็ยอมเป็นมิตรกับเรา แม้แต่คนอันธพาล เราแม่เมตตาจิตให้ทุกๆวัน ลักวันหนึ่งเขาก็ต้องเป็นมิตรกับเราจนได้ เมื่อจิตเรามีเจตนาดีต่อดวงวิญญาณทุกๆดวง ดวงวิญญาณทุกๆดวงย่อมรู้จักกระแส แห่งจิตของเรา เรียกว่ามนุษย์เราที่มีกระแสธาตุไฟออกจากสังขาร เพราะเป็นพลังแห่ง การนั่งสมาธิจิต วิญญาณจะสงบ ธาตุทั้ง 4 นั้น จะเสมอกันแล้วจะเปล่งเป็นพลังงาน ออกไป ฉะนั้น ผู้ที่นั่งสมาธิปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ จิตแน่วแน่แล้ว โรคที่เป็นอยู่มันจะ หายไป ถ้าสังขารนั้นไม่ใช่จะพังเต็มทีแล้ว คือไม่ถึงวาระสิ้นอายุขัย หรือว่าสังขารนั้น ร่วงโรยเกินไปแล้ว ก็จะรักษาให้มันกระชุ่มกระชวยได้หรือจะให้มันสบายหายเป็นปกติ ตั้งเดิมได้

ประโยชน์จากการฝึกจิต

ผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จนมีสมาธิแน่วแน่ เมื่อจิตนิ่งก็รู้ตน เริ่ม พิจารณาตน รู้ตนเองได้ ปัญญาก็เกิดขึ้น ปัญญาที่เรียกว่า ปัญญาภายในจากจิต วิญญาณ ซึ่งเราจะใช้ปัญญานี้ได้แน่นอน เมื่อเกิดมีปัญหาขึ้นในชีวิตตลอดเวลา อันยาวนานข้างหน้า นี่คือประโยชน์ของการฝึกจิตแล้ว คุณของสมาธิยังเป็นพลัง ป้องกันไม่ให้เกิดโรคภัย เจ็บป่วยได้ กล่าวคือ การบำเพ็ญจิต จนจิตสงบนิ่งแล้ว ระบบ ต่างๆทางประสาทจะได้รับการพักผ่อน เป็นการปรับธาตุในกายให้เกิดพลังจิตเข้มแข็ง กายเนื้อก็จะแข็งแรงกระชุ่มกระชวยด้วย โลหิตในร่างกายจะหมุนเวียนสะดวกขึ้น ความ ตึงเครียดตามร่างกายและประสาทต่างๆ จะผ่อนคลายเป็นปกติ โรคต่างๆจะลดน้อยลง โดยเฉพาะผู้ที่ป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูง หายป่วยได้ด้วยการฝึกจิตและเดินจงกรม

คัดลอกจากหนังสือ **เรียนธรรมะบูชาพระสุปฏิปันโน**
เล่มของคติธรรมสมเด็จพระพุทธาจารย์ (โต พรหมรังสี)

ที่มา : <http://www.dhammadjak.net/forums/viewtopic.php?f=7&t=27768>

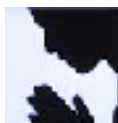
ประโยคทิ้งท้าย :

เคล็ดลับสู่ความสำเร็จสุดยอดในทางธรรม คือ จะต้องมึ ลัจจะอันแน่วแน่ และมีขันติธรรมอันมั่นคง จึงจะฝ่าฟันอุปสรรค บรรลุความสำเร็จได้ อาตมามีกฎอยู่ว่า เช้าตีห้าไม่ว่าฝนจะตก ฟ้า จะร้อง อากาศจะหนาว ต้องตื่นทันที ไม่มีการผัดเวลา แล้วเข้า สรงน้ำ ชำระกายให้สะอาด แล้วจึงได้สวดมนต์และปฏิบัติสมถ กรรมฐานหนึ่งชั่วโมง พอหกโมงตรงก็ออกบิณฑบาต เพื่อปฏิบัติ ตามปฏิปทาขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

กลับจากบิณฑบาตแล้ว ก็เอาอาหารตั้งไว้ ตักน้ำใส่ตุ่ม เสร็จแล้วฉันอาหารเช้า โดยปกติอาตมาฉันมือเดียวเว้นไว้มีกิจ นิมนต์ จึงฉันสองมือ สี่โมงเช้าถึงเที่ยง ถ้ามีรายการไปเทศน์ ก็ไป เทศน์ตามที่นัดไว้ วันไหนไม่ติดเทศน์ก็จะปิดประตูกุฏิทันที ไม่ให้ ใครๆเข้าไป ในช่วงเวลานั้นเป็นเวลาศึกษาตำรา เวลาบ่ายโมงจึง ออกรับแขก บ่ายสามโมงไม่ว่าใครจะมาอาตมาจะให้ออกจากกุฏิไป หมด เพราะถึงเวลาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

ฉะนั้น จุดสำคัญจงจำไว้ เราจะปฏิบัติเพื่อหลุดพ้น ต้องมีลัจจะเพื่อตน โดยไม่เห็นแก่หน้าใคร ถึงเวลาทำสมาธิต้องทำ ไม่มีการผัดผ่อนใดๆ ทั้งสิ้น

“คุณสมเด็จพะพุฒาจารย์ (โต พรหมรังสี)”



อุบาสิกา... ณชเล

สมัคร/ยกเลิกรับอีเมลธรรมะเข้านี้ส่งอีเมลมาที่ : nachale.s@gmail.com