



‘... ไม่ประมาทในความเห็นผิด ทำความเห็นถูกให้บังเกิดมี
ไม่ประมาทในความทุจริต ทำความสุจริตให้บังเกิดมี
การไม่ประมาทนั้นจบพระไตรปิฎก คือ
วินัยปิฎก สุตตันตปิฎก ปรมัตถปิฎก
ความดีมีมากน้อยเท่าใด รวมอยู่ในความไม่ประมาทสิ้น
ความชั่วมีมากน้อยเท่าใด รวมอยู่ในความประมาทสิ้น ...’

รวมพระธรรมเทศนา พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)

กัณฑ์ที่ ๒๖

มงคลสูตร

การเว้นขาดจากบาป
การสำรวมจากการดื่มน้ำเมา
ความไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย
๑๘ เมษายน พุทธศักราช ๒๕๕๗

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส (๓ ทน)

อารตี วิรตี ปาปา

มชฺชปาณา จ สยฺมโม

อปฺปมาโท จ ธมฺเมสุ

เอตมฺหํคณฺมตฺตมฺหุตฺย

พ.พ.(บาลี) ๒๕/๖/๔

ณ บัดนี้ อาตมภาพจักได้แสดงธรรมิกถา แก่ด้วยเหตุเครื่องถึงซึ่งความเจริญอัน
สูงสุดในพระพุทธศาสนาและในสากลโลก สมเด็จพระผู้มีพระภาคทรงตรัสเทศนาพระ
สูตรนี้ ก็เพื่อความเจริญรุ่งเรืองและความสูงสุดในหมู่มนุษย์ทั้งหลายว่า ธรรม ๓ ประการ
นี้เป็นมงคลอันสูงสุด มนุษย์ทั้งหลายควรบูชาให้มั่นในชั้นธรรมาสน์

ในวาระพระบาลีเป็นหลักเป็นประธานว่า อารตี วิรตี ปาปา เว้นขาดจาก
ปาณาติบาต ฆ่าสัตว์เป็นให้ตาย อีกนัยหนึ่งว่า เว้นขาดจากชั่ว เว้นขาดจากการ
เบียดเบียนสัตว์และทำลายจนกระทั่งตลอดถึงชีวิต มชฺชปาณา จ สยฺมโม สำรวม
จากการดื่มน้ำที่ทำให้บุคคลที่ดื่มเมา อปฺปมาโท จ ธมฺเมสุ ไม่พลั้งเผลอในธรรม
ทั้งหลาย หรือไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย เอตํ ติวริตฺตํ ข้อมงคลทั้ง ๓ นี้ มงคล
เป็นเหตุเครื่องถึงซึ่งความเจริญ อุตฺตมํ อันสูงสุด ด้วยประการดังนี้ นี้เนื้อความของ
พระบาลีคือความเป็นสยามภาษา ต่อแต่นี้จะอธิบายขยายความเป็นลำดับไป

อารตี วิรตี ปาปา ปาปา เขาแปลว่าความชั่วลามกนัยหนึ่ง อีกนัยหนึ่ง
ปาปา เขาแปลว่าบาป แปลอย่างนี้ะทับศัพท์ เว้นจากความชั่วความลามกนะ เว้น
ทั่วจากความชั่วความลามก ที่เรียกว่า อารตี ปาปา เว้นขาดจากความชั่วและความ



ลามกนี้แหละ **วิรติ ปาปา** เว้นทั่วจากความชั่วความลามก ยังไม่ขาดจากใจ เว้นขาดจากความชั่วความลามก เว้นขาดที่เดียว แต่ทว่าต้องรวมเสียใน ๒ ศัพท์นั้น แปลว่า เว้นทั่ว ขาดจากความชั่วความลามก ๒ ศัพท์นั้นต่อกันเข้า สนธิกันเสียก็ได้ความ ถ้าเห็นว่าความชั่วกันจึงไม่แยกจากกันเสีย แต่ว่าถ้าไม่แยกจากกันตรงนี้แล้วละก็ มงคล ๓๘ ในมงคลสูตรจะได้มงคล ๓๗ เท่านั้น ได้ตรวจดูแล้วไม่รู้จะไปซ่อนอยู่ที่ไหน ถ้าแยก ๒ ข้อนี้ออกไปก็เป็นมงคล ๓๘ เพราะเหตุฉะนั้น การเว้นทั่วจากความชั่วความลามก ความเว้นขาดจากความชั่วความลามก เว้นทั่วนั้นชนิดหนึ่งนะ เว้นขาดนั้นอีกชนิดหนึ่ง เว้นทั่วแต่ยังไม่ขาด เว้นขาดต้องขาดหมดไป เว้นทั่วไม่ขาดลงไปแต่อย่างใดอย่างหนึ่ง ถ้าว่าพิจารณาพิจารณาชาติสัตว์เป็นอย่างนั้น

เมื่อเข้าใจดังนี้ละก็ ฟังรู้ว่าเว้นทั่วขาดจากความชั่วความลามกเว้นอย่างไร ความชั่วความลามกเมื่อเกิดด้วยกาย กายของเราประพฤตชั่ว ฆ่าสัตว์ ลักฉ้อ ประพฤติผิดในกาม กว้างออกไปชั่วทั้งนั้น วาจาชั่วเล่า พูดปด ส่อเสียด คำหยาบ พูดเปล่าประโยชน์ ชั่วทั้งนั้น ใจชั่วเล่า โลภอยากได้ของเขา พยาบาทปองร้ายเขา ให้ผิดจากคลองธรรม ชั่วทั้งนั้น ๑๐ อย่างนี้หมด เว้นทั่วเว้นขาดหมดทีเดียว เรียกกุศลกรรมบถ ๑๐ ทั้งหมด สะอาดสะอาดบริสุทธิ์เป็นอันดีทีเดียว เรียกว่าเว้นทั่วเว้นขาด เว้นทั่วขาดจากความชั่วความลามกนี้ก็นัยหนึ่ง อีกนัยหนึ่ง **อารตี** ตัวนั้นบังคับถึงเจตนาวิรติ เว้นทั่วเว้นขาดตลอดถึงเจตนาวิรติ ที่อาฆาตเบียดเบียนสัตว์ตัวเป็นให้จำตายไม่มีเด็ดขาด เรียกว่าเว้นทั่วเว้นขาดด้วยเจตนา ที่จะคิดฉ้อลักหลอกลวงฉ้อโกงไม่มีเป็นอันขาด เว้นทั่วขาดจากประพฤตผิดล่วงกามมิจจางอย่างใดอย่างหนึ่งไม่มีเด็ดขาด เว้นจากการพูดปดขาดจากใจ ไม่มีเป็นอันขาด มีเจตนาเว้นจากการกล่าวคำส่อเสียดให้เขาแตกร้างจากกัน ให้เขาทะเลาะวิวาทบาดหมางกัน ให้มารักกับตนไม่มีเป็นอันขาด เว้นจากการกล่าวคำหยาบช้า คำชาติคำตาะทรูเป็นต้น ไม่มีเป็นอันขาด เจตนาเว้นดังนี้ หรือเว้นกล่าวคำไม่มีเหตุผล โปรยประโยชน์ ฟังแล้วไม่ได้เรื่องเปลืองเวลา ไม่มีเป็นอันขาด เว้นจากการละโมภอยากได้สมบัติของคนอื่นมาเป็นของตนก็ไม่มีเป็นอันขาดเหมือนกัน เว้นจากการโกรธประทุษร้ายให้เขาถึงความวิบัติพลัดพรากอย่างใดอย่างหนึ่ง ไม่มีเป็นอันขาด ขาดจากใจทีเดียว เว้นจากความเห็นผิด เห็นผิดไม่มีเป็นอันขาด นี่ก็ได้ชื่อว่า **อารตี วิรติ ปาปา** เว้นจากความชั่วความลามกทั้งหมด เกิดจากเจตนาของใจ เจตนาอันนั้นจะเป็นศีลด้วย ที่พระองค์ทรงรับรองว่า **เจตนาหิ ภิกขเว สีลं** ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เจตนาอันนั้นแหละเป็นศีล เจตนาเป็นศีลทีเดียว นี่ให้เว้นเสียอย่างนี้ เป็นอุบาสกอุบาสิกา



ต้องเว้นขาดดังนี้ถึงจะเป็นอุบาสกเป็นอุบาสิกาได้ เป็นภิกษุสามเณรนะพินมาแล้วจากความเป็นอุบาสกอุบาสิกา แต่ว่าต้องเป็นผู้เว้นหนักกว่าอุบาสกอุบาสิกา เพราะสูงขึ้นมาแล้ว จะเหลวไหลเลอะเทอะไม่ได้ บัดนี้ไม่ยอม ปรับโทษทีเดียว ถ้าเว้นไม่ได้ปรับโทษทีเดียว นี่แหละ อารตี วิรตี ปาปา นี่ ปาปา เป็นความชั่วความลามก ความชั่วแต่ไม่ลามก ความลามกแต่ไม่ชั่ว ชั่วกับลามกรวมกันเข้าเป็นข้อที่หนักอยู่ เพราะฉะนั้นต้องเว้นขาด เว้นทั่ว ขาดจากความชั่วลามก ไม่มีเกี่ยวข้องกับใจทีเดียว นี่เป็นอันใช้ได้ ใน อารตี วิรตี ปาปา

มชฺชปาณา จ สญฺญโม สญฺญโม เขาแปลว่า สำรวม มชฺชปาณา เว้นจากน้ำเมา เว้นจากน้ำที่ทำให้บุคคลผู้ดื่มเมา ถ้าไขบทยออกไปก็คือสุราและเมรัย เป็นเหตุที่ตั้งของความประมาทที่เรา รู้กันทั่วอยู่นี้ เรียกว่า มชฺชปาณา จ สญฺญโม สำรวมไม่ดื่มน้ำที่ทำให้บุคคลผู้ดื่มเมาเดือดขาดทีเดียว น้ำที่ทำให้บุคคลผู้ดื่มเมานั้นมีมากหนา ไม่ใช้อย่างเดียวหนา เบียร์นี้ก็ใช้ไม่ได้ ที่เขาใช้กันอยู่ในประเทศไทยนี้ละ เป็นเครื่องดองของเมาเหมือนกัน เพราะทำให้เมาเหมือนกัน เบียร์หรือเหล้าในประเทศนอกก็มีหลายชนิด เหล้าหวานก็มีดื่มเข้าไปแล้วเมา อย่างเบียร์ถ้าดื่มเข้าไปแล้วเมา หรือไม่เช่นนั้น อย่างยานกเขาคู๋ที่ทางรัฐบาลประกาศเลิกกันไปแล้ว นั่นก็สำคัญเหมือนกัน ยานกเขาคู๋ ขายเหล้ากลางเมืองแท้ๆ แต่ว่าเอาชื่อยาเข้าไปเป็นประกันเสียเท่านั้น พระฉันเข้าไปตีกันหัวร้างข้างแตก หน้าเข้าเกิดเรื่องต้องเลิกกัน นกเขาคู๋นะ นั่นก็เป็นน้ำเมาแท้ๆ ไม่ใช่ยา

แต่ว่าเมื่อผู้เป็นโรคภัยไข้เจ็บมุ่งมาดปรารถนาไม่ดื่มสุรา เป็นสุราเข้ากระสายบ้าง แต่ว่าแทรกเล็กน้อยพอให้ยาเริ่มจะทำงานเท่านั้น แต่ว่าเจตนาความดื่มสุราของเจ้าไข้ไม่มี มุ่งที่จะหายโรคภัยไข้เจ็บเท่านั้น นี่ไม่มีโทษ อย่างนี้ไม่มีโทษแท้ๆ เพราะไม่ได้มุ่งดื่มสุราจริงๆ เป็นกระสายเท่านั้น เหมือนสารหนูเป็นของบริโศคตาย ใส่ยาแต่พอเล็กน้อยได้เป็นประโยชน์ทำให้โรคหาย ส่วนสุราก็เหมือนกัน เป็นกระสายยาจริงๆ ไม่ใช่ยาไปเป็นกระสายสุรานะ คนติดสุราปฏิบัติแล้วไม่ดื่มสุราต่อไป หน้าเข้าเวลาอยากจะดื่มสุราเต็มทีเข้า อดไม่ไหว กลัวจะเสียสัตย์ ไปเอายาผงเล็กๆ น้อยๆ ก็ช่างเถอะ หยิบเอาใส่เข้าไปเล็กๆ น้อยๆ นี่เป็นกระสายยา ตั้งเสียอย่างนี้แต่ว่าดื่มสุราแท้ๆ อย่างนั้นงดวันไม่ได้ ดื่มสุราจริงๆ ไม่ใช่เอามาเป็นกระสายยา เอายามาเป็นกระสายสุราเสีย ไม่ใช่เอาสุรามานะเป็นกระสายยา เหตุนี้การนับถือพุทธศาสนา เว้นจากการดื่มน้ำเมานั้น ถ้าจำเป็นขึ้นเหมือนคนคลอดบุตร ไม่ได้มุ่งดื่มสุรา ไม่อยากทีเดียวน้ำเมา แต่วามัน



จำเป็น มันจะตาย เลือดมันจะทำตาย ก็จำเป็นที่จะต้องดื่มสุรालะ เขาก็ดื่มเข้าไปได้
 ข้อนี้อ้างตวงกันเสียเป็นอย่างไร งดเว้นเสียก็ได้ถ้าเขามีวิธีอื่นแก้ ถ้างดเว้นต้องมียา
 วิธีอื่นแก้ ถ้าไม่มีวิธีอื่นแก้ละก็งดเว้นไม่ได้ ชีวิตทีเดียว เมื่อจะป้องกันอันตรายต่อชีวิต
 เช่นนั้น ถ้าประทุษร้ายกันว่ากระไร ประทุษร้ายกันอย่างไร ไม่ได้มุ่งดื่มสุรา เพราะมุ่งแต่จะ
 แก้โรคภัยไข้เจ็บเท่านั้น นี่ควรลดหย่อนก็ต้องลดหย่อนนะเพราะเหตุอะไร เพราะเหตุว่า
 ทางพุทธศาสนา การถือการปฏิบัติไม่ใช่แก้ไขให้ถึงความเดือดร้อน แก้ไขแต่มนุษย์ไม่ให้เดือดร้อน
 ให้พ้นภัยอันตรายด้วยประการใดประการหนึ่ง ข้อที่สมควรไม่เป็นโทษ ข้อที่ไม่สมควรแหละเป็น
 โทษทั้งนั้น อย่าไปสงสัย ถ้าวาข้อที่สมควรละไม่เป็นโทษ ข้อที่ไม่สมควรละเป็นโทษ
 ทั้งนั้น เพราะฉะนั้นการดื่มสุรา ถ้าวาเจตนาดื่มสุราอยู่แล้วก็ใช้ไม่ได้ ถ้าเจตนาจะดื่ม
 ยาละก็ใช้ได้ นี่ดำราเขาก็มี เหมือนแกงเนื้อเขาเอาสุราใส่เพื่อให้มันยู่เท่านั้น นั้น
 สุราก็ใส่ลงไปเหมือนกันในแกงนั้น หรือสิ่งอื่นอีกที่เขาเจือสุรานะมีหลายอย่างที่เขารุง
 อาหารแล้วเจือสุรา แต่ถ้าว่ารสกลิ่นของสุราไม่ปรากฏ เช่นนี้บริโภคได้ หยาบกว่า
 ประกิตธรรมดา ไม่มีโทษมีกรณีอันใด ให้รู้จักผ่อนปรนอย่างนี้ แต่ทว่าเจตนาดื่มสุรา
 อย่าให้มีก็แล้วกัน

การดื่มสุรานะ ไม่ใช่เป็นของพอดิพอร้ายนะ สุรามันเกิดขึ้นในประเทศใด ประเทศ
 นั้นย่อยยับหนา สุรามันไปติดอยู่กับคนใดละคนนั้นก็ย่อยยับหนา หญิงก็ดีชายก็ดี ดื่มสุรา ดื่ม
 สุราก็ย่อยยับหนา เอาตัวรอดไม่ได้ เพราะเหตุไร เพราะสุราเมื่อดื่มเข้าไปแล้วนะ
 ทำคนดีๆ ให้เป็นคนเสีย ทำคนมีสติดีให้เป็นคนมีสติเสีย ทำคนที่มีอารมณ์ดีให้เป็นคนมี
 อารมณ์ฉุนเฉียว ให้อารมณ์ล่อกล่ไปเสียแล้ว สติดีๆ ทำให้เฟลอตัวไปเสียแล้ว ทำ
 ให้ไม่รู้ตัวเสียแล้ว ไม่รู้จักบิดามารดา ไม่รู้จักสมณพราหมณ์ ไม่รู้จักผู้หลักผู้ใหญ่ผู้เฒ่า
 ผู้แก่ ดื่มสุราเข้าไปแล้วเห็นช้างเท่าหมูทีเดียว นี่ร้ายนัก เขาเรียกว่าฆ่าตัวเองทั้งเป็น
 ทำลายตัวเองอย่างตื้อๆ ฆ่าตัวเองทั้งเป็นนะเพราะอะไร ตัวเองดีๆ ทำให้เป็นคนเสีย
 ตัวเองบริสุทธิ์บริบูรณ์อยู่ทำให้ไม่บริสุทธิ์บริบูรณ์ กลายเป็นคนบ้าเสียแล้ว นี่แหละ
 เรียกว่าดื่มสุรालะ มีโทษมากนักเหลือที่จะคณนานับทีเดียว ควรเว้นขาดจากใจ ภิกษุ
 สามเณรนะเว้นขาดทีเดียว ภิกษุดื่มเข้าไปแล้วต้องอาบัติปาจิตตีย์ทีเดียว ถ้าวาอุบาสก
 อุบาสกาดื่มเข้าไปแล้วศีลก็ขาดทีเดียว ศีล ๕ สิกขาบทเป็นข้อสำคัญนัก เณรดื่มอีก
 เดียวแหละศีล ๑๐ สิกขาบทขาดหมด พอสุราล่วงล้ำคอกก็หมดกัน เป็นเณรไม่ได้
 อุบาสกอุบาสการักษาอุโบสถดื่มสุราอีกเดี๋ยวเท่านั้น ศีลหมดแล้ว ไม่เหลือแล้ว ถ้าวา



สมาทานวิริติ เช่นนี้ขาดแต่เฉพาะสุรา ลิกขาบทอื่นไม่ขาด นี่ถ้าว่าสามเณรไม่ได้ ดื่มเข้าไปแล้วขาดหมด มันเป็นปาราชิกของเณร สุรานั้นโทษสูง เหตุนี้ การดื่มน้ำที่ทำให้บุคคลผู้ดื่มเมานะต้องเว้นให้ขาด ต้องเว้นให้ขาดทีเดียว เพราะฉะนั้น ท่านจึงได้ประกาศตามวาระพระบาลีว่า **มชฺชปาณา จ สญฺญโม**

อุปฺปมาโท จ ธมฺเมสุ ไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย ธรรมทั้งหลายนะอะไรบ้าง ไม่ประมาทในการละความชั่ว ทำความดีให้เกิดมี ไม่ประมาทในความเห็นผิด ทำความเห็นถูกให้บังเกิดมี ไม่ประมาทในความทุจริต ทำความสุจริตให้บังเกิดมี การไม่ประมาทนั้น จบพระไตรปิฎก คือ วินัยปิฎก สุตตันตปิฎก ปรมัตถปิฎก ความดีมีมากน้อยเท่าใดรวมอยู่ในความไม่ประมาทสิ้น ความชั่วมีมากน้อยเท่าใดรวมอยู่ในความประมาทสิ้น คำว่าไม่ประมาทคำเดียวเท่านั้น จบสกลพุทธศาสนา มีคำรับรองอยู่ว่า พระบรมศาสดาทรงรับสั่งด้วยพระองค์เองว่า รอยเท้าของสัตว์ทั้งหลายในพื้นชมพูทวีป รอยเท้าสัตว์ใดจะไปใหญ่กว่ารอยเท้าช้าง ไม่มี รอยเท้าอื่นย่อมประจุลงในรอยเท้าช้างทั้งสิ้น แม้ฉันใดก็ดี ความไม่ประมาทในธรรมทั้งหลายนี้ ได้ชื่อว่าครอบไว้ซึ่งความดีในสกลพุทธศาสนาหมดทั้งสิ้น ในสากลโลก ความไม่ประมาทนี้ก็ย่อมครอบงำในสากลโลกทั้งสิ้น เพราะฉะนั้นความไม่ประมาทนี้เป็นข้อสำคัญ คือไม่เผลอดัว ไม่เผลอสติ ไม่เผลอในกิจการทั้งปวง แม้จะทำนา ก็ไม่ประมาทในเรื่องทำนา ทำปรกติดีเรียบร้อยอย่างผู้ทำนาที่ดี แม้จะทำสวน ก็ไม่ประมาทในเรื่องทำสวน ทำสวนอย่างดีย่างบุคคลที่ทำสวนอย่างดีเรียบร้อย ไม่ประมาทในการทำไร่ ทำไร่อย่างเต็มภูมิของผู้ทำไร่ที่ดีเรียบร้อย ไม่ประมาทในการทำหน้าที่ราชการงานเดือนที่ตัวได้กระทำนั้นๆ ทำถูกต้องร่องรอยดี เต็มหน้าที่ของตัว ไม่ขาดตกบกพร่องใดๆ นั่นก็เรียกว่าไม่ประมาท ไม่ประมาทในการหน้าที่อันใด คำขายทุกชนิดไม่ประมาทไม่ขาดทุน มีเสมอกับกำไรเป็นเบื้องหน้า นี่เพราะความไม่ประมาท ถ้ามีความประมาทแล้วทำให้เสียหาย เหตุนั้น ความไม่ประมาทนี้กินความกว้างนัก กว้างทีเดียว

ไม่ประมาทในการรักษาตัว ถ้าว่าประมาทในการรักษาตัว เจ็บไข้เกิดขึ้นบ่อยๆ ถ้าไม่ประมาทในการรักษาตัวแล้ว เจ็บไข้ได้ทุกข์มีน้อย หรือไม่มีเสียเลยก็ได้ หากว่าจะมีก็น้อยเพราะรู้อยู่ การที่จะเกิดโรคในอวัยวะร่างกาย เมื่อไม่ประมาทในการรักษาตัวแล้ว รู้รู้ว่าอาหารนี้เป็นตัวสำคัญ ถ้าเพเลียงพล้าน้อยนักทำให้เกิดโรค มากนักทำให้เกิดโรค เมื่อบริโภคใหม่เข้าไป เกาไม่ออก เกิดโรค ถ้าว่าบริโภคใหม่เข้าไป เกา



ออกเกินส่วนไปก็เกิดโรค นี่เป็นข้อสำคัญในการรักษาตัว ตัวเองเป็นคนฉลาดของตัวเอง คนอื่นฉลาด ฉลาดสู้ตัวของตัวเองไม่ได้ จะเป็นอะไรตัวก็รู้ รู้ทีเดียว แต่ว่าสิ่งที่จะเกิดโรคนะ ในเรื่องอาหารที่เข้าที่ออกในทาง मुखทวาร ในทางปากนั้นแหละ นั้นทางเข้า แล้วก็ทางออกทางอุจจาระ เมื่อเข้าทางปากก็ออกทางกัน นั้นแหละทางเข้าทางออกต้องระวังไว้เถิด อย่าเผลอเลย ถ้าเผลอทางเข้าทางออกอย่างนี้ละก็จะเกิดโรคมีโรคประจำกาย ถ้าว่าไม่เผลอในทางเข้าทางออกของอาหารอย่างนี้ และมีใจสอดเข้าไประวังอยู่ในทางข้างใน นี่ ไปนอนอยู่ที่ไหนอาหารออกอย่างไร มีปัญญฉลาดไหวพริบอย่างนี้ละก็รักษาตัวรอด นี่แหละรักษาได้อย่างนี้แหละ โรคภัยไข้เจ็บไม่ประทุษร้ายร่างกาย

ที่โรคภัยไข้เจ็บประทุษร้ายร่างกาย เพราะรักษาทางเข้าออกของอาหารที่ไปประจำอยู่นั้นไม่ดี ไม่พินิจพิจารณา คั่นตัว เกิดคันขึ้นตามอวัยวะร่างกายต่างๆ หรือเกิดร้อนขึ้นก็ตี หรือเกิดตึงขึ้นก็ตี เกิดขัดเกิดดยอกขึ้นก็ตี เพราะอาหารทั้งนั้นเป็นตัวสำคัญ ไม่ใช่เรื่องอื่น เรื่องอื่นไม่ทำให้ร่างกายเดือดร้อนอาดูรเท่าอาหารที่เข้าออกได้ นั้นแหละเป็นข้อสำคัญ ถ้าว่าฉลาดในการรักษาอย่างนี้เรียกว่าไม่ประมาทในอนามัย เขาว่าฉลาดในอนามัย อนามัยนะไม่ให้มีภัยมีพิษ ไม่ให้มีความทุกข์ในอวัยวะร่างกาย ไม่ให้มีภัยมีพิษ ให้มีความสุขในอวัยวะร่างกาย นี่เรียกว่าฉลาดในเรื่องอนามัย ถ้าฉลาดในเรื่องอนามัยก็ได้รับความสุข ได้รับความสุขเกิดจากอนามัยเพราะเหตุใด เหตุว่าการฉลาดรักษาตัวเช่นนี้ต้องคนมีปัญญา คนโง่ๆ รักษาไม่ถึง คนมีปัญญารักษาถึงรักษาตัวเช่นนี้โรคภัยไข้เจ็บไม่มีใครมี ถ้าว่าโรคภัยไข้เจ็บไม่มี พระมุนีสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงรับสั่งทีเดียว อโรคุยา ปรมา ลภา การไม่มีโรคนี้แหละเป็นลาภอย่างยิ่ง การมีโรคกับไม่มีโรคเป็นของสำคัญ ถ้าไม่มีโรคจะทำอะไรทำสำเร็จหมด ถ้ามีโรคจะประกอบการทำงานอันใดหมดไม่สำเร็จสักอย่างหนึ่ง การปกครองก็ไม่สำเร็จเพราะมีโรคเสียแล้ว การเล่าเรียนก็ไม่สำเร็จเพราะโรคเข้าประจำกายเสียแล้ว ทุกอย่าง ทำกิจการอันใดจะประกอบอาชีพอันใดไม่สะดวกทีเดียว เพราะมีโรคประจำกายเสียแล้ว ถ้าว่าไม่มีโรคก็ได้ชื่อว่าเป็นลาภอย่างยิ่ง

เหตุนี้ ความไม่ประมาทนะ ไม่ประมาทในอะไร ไม่ประมาทในการรักษาสุจริต ละทุจริตเสีย ทำสุจริตให้เกิดมีเสมอไป ไม่ประมาทในการละความเห็นผิด ทำความเห็นถูกให้มีเสมอไป ไม่ประมาทในกายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริต ทำให้กายสุจริต วจีสุจริต มโนสุจริต มีเป็นเบื้องต้นอย่าไม่ขาดสาย ไม่ประมาทในกายบริสุทธิ์ ไม่ประมาท



เหล่านี้เป็นความไม่ประมาทผืนๆ เป็นความไม่ประมาทของคนมีปัญญาไม่ละเอียดยัก มีปัญญาหยาบ ถ้าว่าไม่ประมาทจริง ไม่ประมาทในการทำใจให้หยุดให้นิ่ง ทำใจให้หยุดนิ่ง อยู่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ ไสบริสุทธ์ ทำใจให้หยุดนิ่งจนกระทั่งเห็นดวงใส เทาดวงจันทร์เทาดวงอาทิตย์ ถ้าเห็นแล้วก็ไม่ปล่อยละที่นี้ นิ่ง นอน กิน ดื่ม ทำ พูด คิด อูจจาระ ปัสสาวะ ขำเลียงไว้เสมอ มองอยู่เสมอ ใจจรดอยู่เสมอ ไม่เผลอกันละ ไม่ให้ใจหลุดที่เดียวจาก ดวงธรรมที่เกิดขึ้นนั้น ไม่ให้ใจหลุดที่เดียว ดิตที่เดียว ถ้าติดได้ขนาดนั้นไม่ทำให้หลุดเลย นิ่ง นอน เดิน ยืน เว้นไว้แต่หลับ นั้นประพัตติตนเขาเรียกว่า **สาตติกา นิจุทพหุปรกมา** ผู้มีความเพียรก้าวหน้า หมั่นเป็นนิตย์ มีผลเจริญไปหน้าไม่มีถอยหลังเลยดังนั้น เรียกว่าคนฉลาด นั้นเรียกว่าฉลาดจริงๆ ละ ไม่เผลอจริงๆ ละ การไม่เผลอเช่นนั้นแหละ จะเข้าถึงดวงธรรมเป็นลำดับไป จะเข้าถึงดวงศีลเป็นลำดับไป หยุดอยู่ศูนย์กลางดวงศีลถูกส่วนเข้า ไม่เผลอในการหยุดอยู่นั้น จะเข้าถึงดวงสมาธิ หยุดอยู่ศูนย์กลางดวงสมาธิ ไม่เลินเล่อเผลอตัว เข้าถึงดวงปัญญา หยุดอยู่กลางดวงปัญญาไม่เผลอ เดินหน้าไปอย่างเดียวไม่ถอยหลังกลับ หยุดนิ่งอยู่กลางดวงปัญญาไม่เผลอ แล้วจะเห็นดวงวิมุตติ หยุดอยู่ศูนย์กลางดวงวิมุตติอีกไม่เผลอ แล้วก็จะเห็นดวงวิมุตติญาณทัสสนะ หยุดนิ่งอยู่ในกลางดวงวิมุตติญาณทัสสนะอีกไม่เผลอ แล้วจะเห็นกายมนุษย์ละเอียด ถึงกายมนุษย์ละเอียดแล้ว ใจมนุษย์ละเอียดก็หยุดอยู่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ละเอียด ไม่เผลอเหมือนกัน เห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานอย่างนี้แหละ จนกระทั่งถึงตลอดกายทิพย์ กายทิพย์ละเอียด กายรูปพรหม กายรูปพรหมละเอียด กายอรูปพรหม กายอรูปพรหมละเอียด กายธรรม กายธรรมละเอียด กายโสดา กายโสดาละเอียด กายสกทาคา กายสกทาคาละเอียด กายอนาคา กายอนาคาละเอียด กายอรหัต กายอรหัตละเอียด มาถึงพระอรหัตละเอียดก็รู้ว่า อ้อ พระพุทธเจ้าพระอรหันต์ไปอย่างนี้ ท่านไม่ประมาทอย่างนี้จึงได้ถึงอย่างนี้

เพราะมนุษย์ปุถุชนเหลวไหลเลินเล่อเผลอตัว มีเงินสักเล็กสักน้อยก็ใช้กันเสียอย่างฟุ่มเฟือยทีเดียว เทกระเป๋าคูใช้ทีเดียว ไม่รู้ว่าจะต้องไปหาเงินที่ไหน ไม่รู้ว่าตัวโง่ถึงขนาดนี้จึงได้ลำบาก เป็นนายเงินไม่ได้ ต้องเป็นบ่าวเงินร่ำไปนั้นฉันใด เมื่อเข้าถึงธรรมแล้วปล่อยธรรมเสียแล้วก็ทำใหม่อีกต่อไป อย่างนั้นจะเป็นธรรมสามี จะเป็นเจ้ากรรมไม่ได้ จะต้องเป็นบ่าวกรรมแบบหาเงินนั้นแหละ ต้องปฏิบัติรำไป พอเข้าถึงธรรมแล้วยึดเอาไว้ไม่ปล่อยทีเดียว จนกระทั่งถึงที่สุดทีเดียวอย่างนี้เรียกว่าธรรมสามี พระศาสดาเป็นธรรมสามี เป็นเจ้า



ธรรม พระอรหันต์พิจารณาเมื่อไม่ปล่อยธรรมเช่นนี้เรียกว่าธรรมสามิ ไม่ปล่อยธรรม เช่นนี้เรียกว่า **อปปมาโท จ ธมฺเมสุ** เป็นผู้ไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย ไม่ว่าธรรม หมวดไหน หมู่ไหน ดวงไหน เมื่อเข้าถึงแล้วเป็นไม่ปล่อยกันทีเดียว เด็ดขาดอย่างนี้ ชายก็เรียกว่าชายสามารถ หญิงก็เรียกว่าหญิงสามารถ จะเป็นพี่พี่แกตัวและบุคคล ผู้อื่นทั่วไปในอัตภาพชาตินี้

เหตุนั้น แก้วมาในมงคล ๓ ข้อนี้เป็นเหตุเครื่องถึงซึ่งความเจริญอันสูงสุด ผู้ใด เว้นขาดจากความชั่วด้วยกาย วาจา ใจแล้ว สรรวมอยู่ในความไม่เมาทั้งหลาย สรรวม จากการดื่มน้ำที่ทำบุคคลผู้ดื่มเมา เป็นคนมีสติ ไม่เลินเล่อไม่เผลอตัว เมื่อมีสติไม่ เลินเล่อไม่เผลอตัวแล้ว ก็ตั้งอยู่ในความไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย เมื่อไม่ประมาทใน ธรรมทั้งหลายเหล่านี้ละก็ ไปนิพพานได้แล้วไม่ต้องสงสัย เป็นหลักใหญ่ใจความในทาง พุทธศาสนา โลกก็ดังนี้ เมื่อประกอบการทำงานที่ไหนก็เอาธรรม ๓ ประการนี้เข้าไปสวม เข้า มันก็ทะลุทุกสิ่งทุกประการในการทำงานนั้นๆ

ที่ได้ชี้แจงแสดงมานี้ ตามวาระพระบาลีคือความเป็นสยามภาษาตามมตยาธิบาย พอสมควรแก่เวลา **เอเตน สจฺจุวชฺเชน** ด้วยอำนาจความสัตย์ที่ได้อ้างธรรมปฏิบัติ ตั้งแต่ต้นจนอวสานนี้ **สทา โสตุถิ ภวนฺตุ เต** ขอความสุขสวัสดิ์จงบังเกิดมีแต่ท่าน ทั้งหลาย บรรดาที่มาสโมสรในสถานที่นี้ทุกถ้วนหน้า **สพฺพพุทธานุภาเวน** ด้วย อานุภาพพระพุทธเจ้าทั้งปวง **สพฺพธมฺมานุภาเวน** ด้วยอานุภาพพระธรรมทั้งปวง **สพฺพสงฺฆานุภาเวน** ด้วยอานุภาพพระสงฆ์ทั้งปวง **ปิฎกตฺตยานุภาเวน** ด้วย อานุภาพปิฎกทั้ง ๓ คือ วินัยปิฎก สุตตันตปิฎก ปรมัตถปิฎก **ชินสาวกานุภาเวน** ด้วยอานุภาพชินสาวก สาวกของท่านผู้ชนะมาร จงดลบันดาลความสุขสวัสดิ์ให้อุบัติ บังเกิดมีเป็นปรากฏในชั้นปัญจกแห่งท่านทั้งหลาย ทั้งคฤหัสถ์บรรพชิต บรรดามา สโมสรในสถานที่นี้ทุกถ้วนหน้า อาตมภาพชี้แจงแสดงมาพอสมควรแก่เวลา สมมติว่า ยุติธรรมิกถาโดยอรรถนิยามความเพียงเท่านี้

เอวံ ก็มีด้วยประการฉะนี้ ฯ

