

# มีความสุข ทุกวันแม้วันตาย

(เมื่อเราได้สวดมนต์บูชาพระรัตนตรัยกันเสร็จเรียบร้อยแล้ว  
ต่อจากนี้ไปตั้งใจเจริญสมาธิภาวนากันนะ.....)

...ให้ความสำคัญกับการฝึกใจหยุดนิ่ง เพราะสิ่งที่เราทำนี้เป็น  
สิ่งสำคัญที่สุดในชีวิตที่เราทำให้เกิดเป็นมนุษย์

เราควรยึดถือใครเป็นหลักในการดำเนินชีวิตก็ต้องเอาพระสัมมา  
สัมพุทธเจ้าเป็นหลัก ซึ่งแต่เดิมพระองค์ก็เป็นมนุษย์ธรรมดาอย่าง  
พวกเรานี้แหละ แต่ผ่านการฝึกตัวซ้ำ ๆ มาหลายภพหลายชาติ ผ่าน  
ชีวิตมาทุกระดับ เป็นมามากกว่าที่เราเป็น และเป็นมายิ่งกว่าตัวเรา  
ได้เป็นหรือเคยเป็น และพระองค์ก็ไม่เห็นประโยชน์อันใดที่ได้เป็นสิ่ง  
เหล่านั้นมาในอดีต จึงมาสู่เพศภวະนักรบวช คือ ปลีกวิเวกหาที่สงบ  
สงัด แล้วก็หันมาฝึกใจให้หยุดนิ่งอย่างนี้

เพราะฉะนั้น ฝึกใจหยุดนิ่งจึงเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในชีวิต นอก  
นั้นเป็นเรื่องรองลงมา เรื่องการทำมาหากินก็สำคัญเหมือนกัน แต่  
ว่ารองลงมา เพราะเราต้องมีปัจจัย ๔ หล่อเลี้ยงสังขาร เพราะฉะนั้น  
ทำมาหากินก็ทำไป ฝึกใจหยุดนิ่งก็ทำไป ให้ภารกิจกับจิตใจไปคู่กัน  
เราต้องทำความเข้าใจกันให้ดี ถ้าเราเข้าใจแจ่มแจ้งซาบซึ้งมันก็จะ  
สอนตัวเองได้

แต่เดิมความรู้สึกว่าพยายามหรือฝืนที่จะทำสมาธิ ความ  
รู้สึกนี้มันก็จะลุ่มสลายไป เพราะมีความรู้สึกว่ามันจำเป็นเหมือน  
ลมหายใจเข้าออกที่เราต้องหายใจทุกวันเพื่อการดำรงอยู่ ชีวิต  
ภายในก็เช่นเดียวกันจะเจริญก้าวหน้าได้ก็ต้องฝึกใจให้หยุดนิ่งอย่าง  
สม่ำเสมอ

เมื่อเราทราบอย่างนี้ว่าอะไรสำคัญอันดับ ๑ อันดับ ๒ แล้ว  
การจัดระบบระเบียบของชีวิตเราก็จะดีขึ้น จะทำให้ชีวิตเราอยู่เหนือ  
ปัญหา เหนือสิ่งแวดล้อมที่มีความทุกข์ทรมาน แล้วเราก็จะได้เข้าถึง  
ที่พึ่งภายใน เราพึ่งตัวเราเองได้ และเราก็จะเป็นที่พึ่งให้กับผู้อื่นได้  
สังคมก็จะเกิดความสงบร่มเย็น

เราจะมีสุขทุกวันทุกคืนไปจนกระทั่งหมดอายุขัย  
ซึ่งเป็นชีวิตในอุดมคติที่เศรษฐี มหาเศรษฐีต้องการ  
แต่เขาขาดแคลนความรู้ตรงนี้ว่า อะไรจะทำให้เขา  
เกิดความพึงพอใจสูงสุด เมื่อเขาเข้าใจว่าทรัพย์เป็นสิ่งที่ไม่  
จะทำให้เขาได้ความรู้สึกเช่นนั้น เขาก็แสวงหาทรัพย์



แต่เมื่อได้มาแล้วก็อยากได้อีกโดยไม่มีที่สิ้นสุด แล้วก็  
ไม่เจอความพึงพอใจอันสูงสุด ที่เป็นอย่างนี้เพราะเขา  
ยังไม่ว่า เขายังไม่รู้อะไรเลย เขาไม่ว่าตัวเองไม่รู้ ซึ่ง  
เป็นอันตรายอย่างยิ่ง

ทีนี้เมื่อเราได้ถึงจุดที่เราพึงตัวเองได้ เราก็จะเป็นที่พึงกับเพื่อน  
มนุษย์ได้ ชีวิตเราก็จะพบกับความพึงพอใจสูงสุดทุกวันทุกคืน ซึ่ง  
มันจะเพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ ณ จุดที่หยุดนิ่งตรงนั้น เราจะมีคามผุดรู้  
มีดวงปัญญาเกิดขึ้นมาว่า มันมีความสุขยิ่งกว่านี้ มีความนิ่งที่นิ่งกว่า  
นี้อีก ที่เรายังไปไม่ถึง และเราต้องไปให้ถึง ความรู้สึกนี้จะจูงใจให้เรา  
หยุดในหยุด นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ เอง

การแสวงหาจะทำให้เราพบนิ่งในนิ่งเข้าไป หยุดในหยุดเข้าไป  
กลางในกลางเข้าไป แล้วก็จะพบสุขในสุขเพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ ความรู้  
แจ้งเพิ่มขึ้น ความไม่รู้ก็ค่อย ๆ หดหายไป เหมือนดวงอาทิตย์ผุดขึ้น  
มาในยามเช้า แสงเงินแสงทองเกิดขึ้น ความมืดก็ค่อย ๆ หดหายไป  
กระทั่งถึงความสว่างที่สูงสุด ความมืดก็หมดสิ้นไป นี่ก็เช่นเดียวกัน  
เพราะฉะนั้นลูกก็ต้องให้ความสำคัญกับตรงนี้นะ หยุดกับนิ่งนี้แหละ  
สำคัญมาก ๆ

เมื่อเรามีชีวิตที่มีสุขเพิ่มขึ้นทุกวัน อย่างนี้จะไม่เรียกว่าชีวิต  
ในฝันหรือในอุดมคติแล้วเราจะเรียกว่าชีวิตอะไร มีสุขทุกวันกระทั่ง  
ถึงวันที่กายมนุษย์หยาบนี้จะแตกดับไป ซึ่งเป็นปกติธรรมดาของ  
ร่างกาย เช่นเดียวกับสรรพสิ่งทั้งหลาย

แม้ร่างกายจะแตกดับก็รู้สึกว่าเป็นทุกข์ สุขแม้กระทั่งวันตาย และตายแล้วยังมีสุขเพิ่มขึ้นด้วยกายใหม่ที่ประณีตกว่ากายเดิม เหมือนเปลี่ยนภาชนะที่เป็นกระเบื้องเก่า ๆ ผุ ๆ พัง ๆ ไปเป็นภาชนะทองคำที่ประณีตขึ้นไปเรื่อย ๆ

ชีวิตอย่างนี้ถูกทุกคนลองถามตัวเองว่า เราไม่ต้องการหรือ ชีวิตที่มีความสุขตลอดเส้นทางกระทั่งถึงวันตาย และภายหลังจากตายแล้ว เป็นชีวิตในอุดมคติที่มนุษย์ทั้งหลายทั่วโลกเขาไม่รู้กัน

พระอริยเจ้าท่านมีชีวิตอย่างนี้แหละ มีสุขเพิ่มขึ้นทุกวันทุกคืนตลอดเวลา แม้ว่าสังขารจะแก่ จะเจ็บ หรือจะตาย แก่ก็แก่ไปแต่ใจก็ยังเป็นสุข เจ็บก็เจ็บไปแต่ใจก็เป็นสุข ตายก็ตายไปแต่ใจก็เป็นสุข สุขตลอดเลย สุขด้วยวิธีการที่ประหยัดที่สุด ที่ไม่ต้องเสียเงินทองอะไร นอกจากเสียเท่าเดิม ที่เป็นค่าอาหาร ที่อยู่อาศัย เสื้อผ้า ยารักษาโรคเท่านั้น แต่ประโยชน์ที่ได้รับมันยิ่งใหญ่เกินควรเกินคาด

เมื่อเราฝึกมาถึงในระดับหนึ่ง นั่งไปได้นาน ๆ ชั่วโมงหนึ่งแล้ว มันก็เลื่อนเวลาของมันออกไปเอง ออกไป ๒ ชั่วโมง ประเดี๋ยวเดียว



เราลืมหาขึ้นมาอีกว่า ๑๐ นาที แล้วมันก็ขยับเขยื้อนเวลาไปอีก ๓ ชั่วโมง ๔ ชั่วโมง ๕ ชั่วโมง ๖ ชั่วโมง ไปเรื่อย ๆ สุขก็เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ

นี่แหละจะ เป็นเครื่องยืนยันว่าลูกมีบุญมากที่ได้ยินเรื่องราว เหล่านี้ ในขณะที่ชาวโลกทั้งหลายไม่เคยได้ยิน แต่ว่าจะมีวาสนา หรือไม่ อยู่ที่ลูกนำไปปฏิบัติด้วยตัวของตัวเองเท่านั้น มีบุญแล้ว ก็ต้องมีวาสนาที่จะน้อมนำไปปฏิบัติ เพื่อให้มันเกิดผลที่เรียกว่า ปฏิเวธ ให้มีประสบการณ์ภายใน ซึ่งใครทำแทนกันไม่ได้

เพราะฉะนั้นเวลาที่เหลืออยู่นี้ ลูกฝึกไป ฝึกใจหยุดนิ่ง ๆ นุ่ม ๆ ไม่ต้องคำนึงถึงดินอากาศฟ้า มันก็เป็นอย่างนี้ตลอดชาติ เดี่ยว ร้อน เดี่ยวฝน เดี่ยวหนาว หนาวแล้วก็ไปร้อน ร้อนก็ไปฝน ฝนก็ไปหนาว กวนเวียนกันอยู่อย่างนี้ ซึ่งก็เป็นเรื่องปกติธรรมดา เพราะฉะนั้นนั่งไป ทำความเพียรกันไป ให้ลูกทุกคนสมหวังตั้งใจ เข้าถึงพระธรรมกายภายในกันทุกคนนะ

อาทิตย์ที่ ๒๗ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๐



อย่าหายใจทิ้งเปล่าละลูกเอ๋ย  
ออกเข้าเคยหยุดนิ่งดังกลางศูนย์  
ก็ให้ทำอย่างเคยจักจำรูญ  
บุญเพิ่มพูนทับทวีทุกวี่วัน

ตะวันธรรม