

4

สี่ ร อ บ พ ร ะ นั ก ชั ต ร

วัดบวรนิเวศวิหาร
กุฏิหลวงกัมปนาทแสนยากร



3111102001109

วันที่ ๕ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๑๘ คือวันเฉลิมพระชนม-
พรรษาปีนี้ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวผู้ทรงพระคุณอัน
ประเสริฐทรงมีพระชนมายุครบ ๔ รอบพระนักษัตร ๔๘ พระพรรษา
บริบูรณ์

ปรารถนาพระมหากุณาธิคุณหาที่สุดมิได้ มูลนิธิส่งเสริมการ
ปฏิบัติสมาธิทางพุทธศาสนาปรารถนาจะแสดงออกซึ่งความชื่นชม
โสมนัส ความกตัญญูทวี้ ทอบสนองพระเดชพระคุณตามกำลัง
ความสามารถ จึงจัดพิมพ์หนังสือขึ้นเป็นวรรณานุสรณ์ในมหา
อภิสิทธิ์ตสมัยมิ่งมงคลสูงสุด

ในเล่มนี้ ได้นำ “ธรรมกถาในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทธโ
ธ วัตบวรนิเวศวิหาร” และ “พระธรรมเทศนาในวันมหาปวารณา
ออกพรรษา พุทธศักราช ๒๕๑๘ ซึ่งตรงกับวันพระบรมราชสมภพ
และวันสวรรคตแห่งพระบาทสมเด็จพระปรเมนทรมหาอภินายกฯ พระ
จอมเกล้าเจ้าอยู่หัว” มาพิมพ์ โดยหวังว่าจะเป็นประโยชน์ เป็นเหตุ
ให้เกิดกุศลน้อยใหญ่อันพึงปรารถนา เพื่อขอพระราชทานถวายเป็น
ส่วนแห่งพระราชมหากุศล และเป็นพระพรชัยมงคล

กต. ๗๕๗๗๑๖๑

สมเด็จพระญาณสังวร

ประธานมูลนิธิส่งเสริมการปฏิบัติสมาธิทางพุทธศาสนา

ธรรมกถาในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทธโธ ในวัน
ที่ระลึกมหาจักรี วันที่ ๖ เมษายน พุทธศักราช
๒๕๑๘ ๑

ธรรมกถาในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทธโธ ในวัน
เฉลิมพระชนมพรรษา พระบาทสมเด็จพระ
เจ้าอยู่หัว วันที่ ๕ ธันวาคม พุทธศักราช
๒๕๑๓ ๑๖

ธรรมกถาในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทธโธ อธิษ-
ฐานจิตน้อมเกล้า ฯ ถวายพระราชกุศล ถวาย
พระพรชัยมงคล ปราบปรามเหตุทรงพระประชวร
วันที่ ๘ มีนาคม พุทธศักราช ๒๕๑๘ ๒๖

ธรรมกถาในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทธโธ ในวัน
เฉลิมพระชนมพรรษา สมเด็จพระนางเจ้า ฯ
พระบรมราชินีนาถ วันที่ ๑๒ สิงหาคม พุทธ-
ศักราช ๒๕๑๓ ๓๘

ธรรมกถาในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทธโธ ในวัน
เฉลิมพระชนมพรรษา สมเด็จพระนางเจ้า ฯ
พระบรมราชินีนาถ วันที่ ๑๒ สิงหาคม พุทธ-
ศักราช ๒๕๑๘ ๔๓

ธรรมเนียมในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธ ในวัน
พระราชสมภพ สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ
สยามมกุฎราชกุมาร วันที่ ๒๗ กรกฎาคม
พุทธศักราช ๒๕๑๘ ๖๑

ธรรมเนียมในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธ ในวัน
พระราชสมภพ สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี
วันที่ ๑๕ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๑๘ ๗๕

พระธรรมเทศนา ในวันมหาปวารณา พุทธศักราช ๒๕๑๘ วันที่ ๒๐ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๑๘ เวลา ๙.๐๐ น. ๙๑

พระธรรมเทศนา ในการถวายพระราชกุศลพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ในวันพระบรมราชสมภพและวันสวรรคต วันที่ ๒๐ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๑๘ เวลา ๑๓.๐๐ น. ... ๑๐๓

ธรรมเนียมในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธ
ในวันพระลูกมหาจักรี

วันที่ ๖ เมษายน พุทธศักราช ๒๕๑๘

นโม ตสฺส ภฺลาโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส
นโม ตสฺส ภฺลาโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส
นโม ตสฺส ภฺลาโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส

“สุปฺปพุทฺธํ ปุชฺชณฺเหติ สทา โคตมสาวกา
เยสํ ทิवा จ รตฺโต จ นิจุจํ พุทฺธลตา สติ

สาวกของพระโคตมพุทธเจ้า มีสติระลึกถึงพระพุทธรูป
อยู่เป็นนิตย์ ทั้งกลางวันทั้งกลางคืน ย่อมตื่นอยู่ด้วยดี
ทุกเมื่อ”

บัดนี้ เป็นวันอาทิตย์ที่ ๖ เมษายน ๒๕๑๘ เป็นวัน
แสดงพระธรรมเทศนาวันอาทิตย์โดยปกติ และเป็นวันที่
พุทธศาสนิกสาธุชนทั้งหลายได้ชักชวนกันมาปฏิบัติทำจิต
ภาวนาพุทโธ ปรากรวันจักรีเพื่อถวายพระราชกุศลแด่อดีต
พระมหากษัตริราชเจ้า และเพื่อถวายพระราชกุศลถวาย
พระพรชัยมงคลแด่สมเด็จพระมหากษัตริราชเจ้า รัช-
กาลปัจจุบัน พร้อมทั้งแผ่เมตตาจิตเพื่อความสุขสวัสดิ
แห่งประเทศชาติประชาชนทั้งปวง

เมื่อนับย้อนหลังไป ๑๕๔ ปี สมเด็จพระมหากษัตรา-
 ธิราชเจ้ารัชกาลที่ ๑ แห่งพระราชวงศ์จักรีนี้ ได้เสด็จฯนำ
 ททัพกลับจากเสียมราฐ ประทับพลับพลาหน้าวัดโพธาราม
 เสด็จฯลงเรือพระที่นั่งกราบข้านมาพระราชวัง ประทับ ณ
 ศาลาลูกขุน (ฝั่งธนบุรี) สมณชีพราหมณ์เสนาพฤตมา-
 มาตย์ราชบุตรทั้งปวงกราบทูลอัญเชิญเสด็จขึ้นปราบดาภิ-
 เษกเป็นพระมหากษัตริย์ เมื่อ ณ วันเสาร์แรม ๕ ค่ำ เดือน ๕
 จัตวาศก จุลศักราช ๑๑๔๔ ตรงกับวันที่ ๖ เมษายน พุทธ
 ศักราช ๒๓๒๕ เวลา ๒ โมงเช้า กับ ๖ บาท อาศัยเหตุการณ์
 อันสำคัญนี้ พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว
 รัชกาลที่ ๖ จึงทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้กำหนดวันที่
 ๖ เมษายน เป็นวันจักรีเป็นประเพณีสืบมาเมื่อปี พ.ศ.
 ๒๔๖๒ อนึ่ง ในรัชกาลที่ ๑ นั้นได้โปรดให้สร้างกรุงเทพ
 มหานครนี้ โดยโปรดให้ประกอบพระราชพิธียกเสา
 หลักเมืองเมื่อวันอาทิตย์ ขึ้น ๑๐ ค่ำ เดือน ๖ เวลาบ่าย
 มีเศษ ดังที่ยังปรากฏหลักเมืองอยู่จนบัดนี้ และมาถึง
 สกนซึ่งเป็นเวลาล่วงมาถึง ๑๕๔ ปี ในวันจักรีนี้ตรงกับวัน
 อาทิตย์ แรม ๑๐ ค่ำ เดือน ๕ วันเดือนปีนี้แม้ทางพระพุทธ
 ศาสนาจะสอนให้ปรารภแต่เพียงให้นึกถึงกตัตถรรพดา ที่
 ทุก ๆ สิ่งก็ล่วงไป ๆ เช่น อายุของบุคคลก็ล่วงไป ๆ ตาม
 วันเดือนปี และสอนให้ปรารภกาลเวลาที่ล่วงไปดังนี้
 เป็นผู้ไม่ประมาทรีบเร่งบำเพ็ญกรณียะคือกิจที่ควรทำให้
 ล่วงไป โดยไม่ปล่อยให้วันเดือนปีล่วงไปโดยปราศจาก
 ประโยชน์ ต้องฉวยเอาโอกาสวันเดือนปีบำเพ็ญประโยชน์

แม้ท่านพุทธศาสนิกสาธุชนทั้งหลายก็ได้ปฏิบัติตามพระ
พุทธโอวาท^๕ ได้ปรารภวันจักรีมาประชุมกันทำจิตภาวนา
พุทโธถวายพระราชกุศลและถวายพระพรชัยมงคล แต่
พระมหากษัตริย์ พร้อมทั้งประเทศชาติศาสนา ก็เป็นการ
ที่ฉวยโอกาสแสดงความกตัญญูกตเวทิตาธรรม ในพระ
มหากษัตริย์ ประเทศชาติ ศาสนา ซึ่งได้มีอุปการคุณแก่
ชีวิตของตนทุก ๆ คนอย่างล้นพ้น และได้มาปฏิบัติเป็น
การปฏิบัติการสนองพระคุณ โดยรวมกันทำจิตใจส่งไป
น้อมไปถวายพระราชกุศลถวายพระพรชัยมงคล และแผ่
ส่วนกุศลอำนวยพรมงคล เพื่อความดำรงมั่นสถาพรและ
ความสุขสวัสดิ์แห่งสถาบันนั้น ๆ ซึ่งก็รวมเข้ามาถึง
เพื่อความสวัสดิ์สถาพรของตนเองทุก ๆ คนทุก ๆ ท่านด้วย
เพราะว่าทุก ๆ คนก็ย่อมรวมกันอยู่ในสถาบันทั้งปวงนี้

การทำจิตภาวนาพุทโธ^๕ นี้ ก็เป็นการร่วมกำลังใจกัน
ช่วยอย่างหนึ่ง และนับว่าเป็นการช่วยทางจิตใจที่สำคัญ
เป็นการช่วยด้วยทำจิตใจให้บริสุทธิ์ผุดผ่อง และน้อมไป
ด้วยเมตตาจิตอันบริสุทธิ์ผุดผ่อง ดังนี้ ย่อมเป็นการช่วย
เพื่อสวัสดิ์มงคลแก่ทุก ๆ ฝ่าย เพราะว่าเป็นการช่วยที่แผ่
จิตใจออกไป โดยไม่มุ่งจะเบียดเบียนใครให้เดือดร้อน ไม่
ได้ถือใครว่าเป็นพวกเราพวกเขา ไม่ได้ถือใครว่าเป็นมิตร
เป็นศัตรูที่จะพึงเข่นฆ่าประหัตประหาร หรือทำร้ายกันให้
เดือดร้อนแม้ประการใดประการหนึ่ง แต่เป็นการแผ่ออก
ไปเพื่อความความสุขสวัสดิ์ของทุก ๆ ฝ่าย ผู้ที่เป็นมิตรประกอบ

ด้วยเมตตากุณาอันบริสุทธิ์ก็ขอให้เป็นมิตรมีเมตตา
กรุณาบริสุทธิ์ยิ่ง ๆ ขึ้นไป ผู้ที่เป็นศัตรูก็ขอให้กลับใจจาก
ความเป็นศัตรูก่ออาชญาต กลับมามีจิตใจอ่อนโยนมุ่งสุขประ-
โยชน์แก่กันและกัน ผู้ที่มีความกตัญญูกตเวทีก็ขอให้
ความกตัญญูกตเวทีให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป ผู้ที่ขาดความกตัญญู
กตเวทีก็ขอให้กลับใจมามีความกตัญญูกตเวทีต่อผู้มี
พระคุณทั้งหลาย ผู้ที่ประกอบกรรมที่ดียอยู่แล้วก็ขอให้
ประกอบกรรมที่ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป ผู้ที่ประกอบกรรมชั่วก็
ขอให้เลิกและกลับมาประกอบกรรมที่ดีที่ชอบ แม้จิต
ใจออกไปด้วยเมตตากุณาอันบริสุทธิ์ดังนี้โดยรอบ เมื่อ
เป็นดังนี้แล้วก็เป็นการช่วยอย่างสำคัญอย่างหนึ่ง แม้ว่า
การช่วยด้วยจิตใจจะเป็นเพียงกลุ่มน้อย แต่ว่ากลุ่มน้อย
นี้เอง เมื่อรวมพลังกันเข้าก็ย่อมจะมีพลังรวม แม้ว่าจะ
มีพลังน้อยก็ยังดีกว่าที่จะไม่รวมพลังทางจิตใจเพื่อช่วย
กันในทางที่ชอบดังนี้เสียเลย และจะเป็นทางชักนำให้ผู้อื่น
ที่มีปัญญาเห็นดีเห็นชอบได้ทำจิตของตนให้ดีให้บริสุทธิ์
รวมมากขึ้นอีกด้วย และโดยมากทุก ๆ สิ่งนั้นก็ย่อมตั้งต้น
มาจากจุดน้อย และจุดน้อยนี้เองก็จะชักจูงกันให้มากขึ้น ๆ
จนถึงเป็นกลุ่มมากได้ในที่สุด

อนึ่งวันนั้น เนื่องจากเป็นวันจักรี จึงจะแสดงเรื่องจักร
นำการแสดงธรรมเกี่ยวกับการทำจิตภาวนาพุทโธ จักร
นั้นแสดงโดยย่อมี ๒ อย่าง คือ อาณาจักรหนึ่ง พุทธจักร
หนึ่ง อาณาจักรนั้นได้แก่ดินแดนที่เป็นถิ่นฐานตั้งประเทศ

ชาติ พร้อมทั้งอาณาก้ออำนาจในการปกครองดินแดนอันเป็นที่ตั้งประเทศชาตินั้น ดังเช่นราชอาณาจักรไทย ก็เป็นดินแดนที่ตั้งประเทศชาติไทยและองค์อำนาจที่ปกครองดินแดนประเทศชาตินั้น ส่วนพุทธจักรก็ได้แก่ดินแดนถิ่นฐานที่พุทธธรรมคือธรรมของพระพุทธเจ้าแผ่ไปหรือแผ่มาตั้งอยู่ แต่ก็พึงทราบว่พุทธจักรนั้นโดยตรงตั้งอยู่ในดินแดนคือจิตใจ จิตใจนี้เองเป็นดินแดนที่ตั้งแห่งพุทธจักร ซึ่งพุทธธรรมของพระพุทธเจ้าแผ่มาตั้งอยู่ ส่วนอาณาจักรนั้นเป็นดินแดนที่ตั้งอาศัยของร่างกายประกอบด้วยชีวิตอันนี้ เพราะฉะนั้นจึงกล่าวว่า ทุก ๆ คนเรานี้ อาศัยจักรทั้ง ๒ น้อยู่ คือมีร่างกายอาศัยอาณาจักร มีจิตใจอาศัยพุทธจักร อันร่างกายและจิตใจก็จำต้องอาศัยซึ่งกันและกันเป็นไปฉันใด อาณาจักรและพุทธจักรก็ต้องอาศัยซึ่งกันและกันเป็นไปฉันนั้น เพราะฉะนั้นความเจริญและความเสื่อมของจักรทั้ง ๒ นิ่งเนื่องกันอาศัยกัน เมื่ออาณาจักรมีความเจริญมั่นคง พุทธจักรก็ย่อมเจริญมั่นคงด้วย ก็เหมือนอย่างเมื่อร่างกายผาสุกปราศจากโรค จิตใจก็ย่อมมีความผาสุกด้วย ในทางตรงกันข้าม ถ้าพุทธจักรระส่ำระสาย อาณาจักรก็พลอยไม่สงบ เช่นเดียวกับเมื่อจิตใจระส่ำระสาย ร่างกายก็ไม่สงบ

กล่าวเฉพาะในด้านพุทธจักร ทุก ๆ คนมีหน้าที่จะพึงศึกษาปฏิบัติพุทธธรรม คือธรรมของพระพุทธเจ้า ให้เป็นพุทธจักรตั้งอยู่ในจิตใจ พุทธธรรมนั้นกล่าวได้ว่าเป็น

“พุทฺธอาณานิ” คือเป็นอำนาจของพระพุทฺธเจ้า แต่ว่าเป็น
พุทฺธอาณานิที่ไม่เบียดเบียนทำร้ายใครให้เดือดร้อน ถ้าจะ
กล่าวว่าเบียดเบียน ก็เบียดเบียนเฉพาะกิเลสสมาธิผู้มาผู้ทำ-
ลายคือกิเลสในจิตใจเท่านั้น พุทฺธอาณานิที่มีอำนาจเหนือ
กิเลสสมาธิในจิตใจ แต่ทั้งนี้ทุก ๆ คนก็จำเป็นที่จะต้อง
อบรมพุทฺธธรรมให้เป็นพุทฺธอาณานิ มีอำนาจเหนือกิเลสใน
จิตใจ ขึ้นในจิตใจของตนเอง อันพุทฺธธรรมนั้นเรียกอีก
อย่างหนึ่งว่าธรรมจักร จักรคือธรรม พระสัมมาสัมพุทฺธ
เจ้าได้ทรงหมุนจักรคือธรรมนี้ไปในจิตใจของเวไนยนิกร
ทั้งหลาย และเราทั้งหลายเมื่อนับอยู่ในจำพวกเวไนยนิกร
คือหมู่แห่งสัตว์บุคคลที่พระองค์ทรงพึงแนะนำได้ ก็ย่อม
มีจิตใจรับธรรมจักรที่ได้ทรงหมุนมานั้น อันธรรมจักรนั้น
นักปราชญ์มักจะสร้างขึ้นเป็นวัตถุ เป็นรูปด้อย และมักจะ
มี ๘ ชิ้น ซึ่งหมายถึงมรรคมงคล ๘ อันเป็นมัชฌิมาปฏิบัติ
ข้อปฏิบัติเป็นผลทางกลางที่พระสัมมาสัมพุทฺธเจ้าได้ทรง
ค้นพบ และได้ทรงปฏิบัติดำเนินตั้งแต่เมื่อยังเป็นพระ
โพธิสัตว์ยังมิได้ตรัสรู้ จึงได้ตรัสรู้พระธรรม แล้วแสดง
พระธรรมสั่งสอน ก็ได้ทรงแสดงพระธรรมจักรคือมรรค
มงคล ๘ นั้น ตั้งแต่ในปฐมเทศนา เพราะฉะนั้น ในโอกาส
ที่ท่านพุทฺธศาสนิกสาธุชนทั้งหลายได้ชักชวนกันมาทำจิต
ภาวนาพุทฺธโธในวัณนี้ จึงจะได้แสดงให้เห็นซึ่งมรรคมงคล ๘
นี้สำหรับเป็นทางพิจารณาปฏิบัติ

มรรคมงคล ๘ หมายถึงว่า ทางปฏิบัติกายวาจาและ
จิตใจ ซึ่งเป็นทางเดียว แต่ว่าประกอบด้วยองค์ประกอบ

๘ ประการ องค์ ๘ นี้ไม่ได้หมายความว่า ๘ ทาง แต่ว่า
ทางเดียว มุ่งองค์ประกอบ ๘ ประการ ได้แก่

หนึ่ง สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ ความเห็นชอบนั้น
ได้แก่ญาณ คือความหยั่งรู้ในทุกข์ ความหยั่งรู้ในทุกข์-
สมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์ ความหยั่งรู้ในทุกข์นิโรธ ความ
ดับทุกข์ ความหยั่งรู้ในมรรค คือทางปฏิบัติให้ถึงความ
ดับทุกข์ หยั่งรู้ในทุกข์นั้นอะไรเป็นทุกข์ ได้ตรัสสอนไว้
ว่า เกิดเป็นทุกข์ แก่เป็นทุกข์ ตายเป็นทุกข์ ความโศก
คือความแค้นใจ ความปริเทวะคือความระทมคร่ำครวญ
ใจ ทุกข์ ความไม่สบายกาย โทมนัส ความไม่สบายใจ
อปายาส ความคับแค้นใจ เป็นทุกข์ ความประจวบกับสิ่ง
ที่ไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากสิ่งที่เป็นที่รัก
เป็นทุกข์ ความปรารถนาที่ไม่ได้สมหวังเป็นทุกข์ กล่าว
โดยย่อแล้ว ขันธ์เป็นที่ยึดถือทั้ง ๕ ประการเหล่านี้เป็นทุกข์
นี้คือสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบในข้อทุกข์ สมุทัยเหตุให้
เกิดทุกข์นั้น ตรัสเอาตัณหา คือความดิ้นรนทะยานอยาก
ของใจอันเป็นเหตุให้มีภพคือความเป็นขึ้นใหม่ ไปกับ
นันทิคือความเพลิน ราคะคือความติดใจยินดี มีความ
อกุณฺโณที่ยินดียิ่งขึ้นในอารมณ์นั้นๆ ในสิ่งนั้นๆ ได้แก่กาม
ตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยากไปในกาม กौरูป เสี่ยง
กลิ่น รส โสภณูปพะที่นำใคร่นำปรารถนาพอใจ ภวตัณหา
ความดิ้นรนทะยานอยากไปในภพ คือความเป็นนั้นเป็นนี้
วิภวตัณหา คือความดิ้นรนทะยานอยากไปในวิภพ คือ

ความไม่เป็นนั่นไม่เป็นนี่ หยั่งรู้ในสมุทัย ดังนั้นเป็นสัมมา
ทิฏฐิในข้อสมุทัย ทุกขนิโรธความดับทุกข์นั้นได้แก่ความ
ดับตัณหาโดยความสํารอกออกจากจิตใจโดยไม่เหลือ การ
สละตัณหาเสีย การสละกันปล่อยกันดับตัณหาเสีย ความ
ปล่อยตัณหาเสีย ความไม่มีอาลัยในตัณหา นั่นคือความดับ
ทุกข์ หยั่งรู้ในความดับทุกข์ดังนั้นเป็นสัมมาทิฏฐิในความ
ดับทุกข์

มรรคนั้นก็ได้แก่มรรคมองค์ ๘ ตั้งแต่สัมมาทิฏฐิ เป็น
ต้น จนถึงสัมมาสมาธิเป็นข้อสุดท้าย ความหยั่งรู้ในมรรค
ดังนั้น เป็นสัมมาทิฏฐิในข้อมรรค รวมเข้าก็คือหยั่งรู้ในอริย-
สัจจ์ทั้ง ๔ มีทุกข์เป็นต้น

ข้อที่พึงพิจารณาประการหนึ่งนั้น ก็คือตรัสว่า โดยย่อ
ขันธ^๑เป็นทียึดถือทั้ง ๕ ประการ^๒เป็นทุกข์^๓ ขันธ^๑เป็นทียึด
ถือทั้ง ๕ ประการ^๒ ก็คือ รูปขันธ^๔ กองรูป เวทนาขันธ^๕ กอง
เวทนา ความรู้สึกเป็นสุข เป็นทุกข์ หรือเป็นกลางๆ ไม่
ทุกข์ไม่สุข สัญญาขันธ^๖ กองสัญญา คือความจำหมาย
สังขารขันธ^๗ กองสังขาร คือความคิดปรุงหรือปรุงคิด
วิญญูณขันธ^๘ กองวิญญูณ ความรู้สึกเห็นรูปได้ยินเสียง
เป็นต้น ที่ทุกๆ คนมีอยู่^๙ อันเป็นทียึดถือว่า^{๑๐} นั้นเป็น
ของเรา เราเป็นสิ่ง^{๑๑} สิ่ง^{๑๒}เป็นตัวตนของเรา คือยึดถือว่า^{๑๓}
รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญูณ ของเรา เราเป็นเวทนา
เป็นสัญญา เป็นสังขาร เป็นวิญญูณ รูป เวทนา สัญญา
สังขาร วิญญูณ เป็นอัตตาตัวตนของเรา ขันธ^{๑๔}เป็นทียึด

ถือดังนี้เป็นทุกข์โดยสรุป เพราะฉะนั้น ในการทำจิต
ภาวนาพุทโธก็พึงพิจารณาอริยสัจทั้ง ๔ นี้แต่ละข้อว่า
อะไรเป็นทุกข์ เป็นต้น ตามที่พระพุทธเจ้าทรงแสดง
สั่งสอน

จึงมาถึงข้อที่สอง สัมผัสกับปะ ความดำริชอบ ได้
แก่ดำริในการออก ดำริในการไม่พยายามปองร้าย ดำริ
ในการไม่เบียดเบียน อธิบายสืบเนื่องกันมาว่า ดำริในการ
ออกนั้น ก็คือออกจากทุกข์ ไม่ปองร้ายนั้นก็ถือว่า ไม่
ปองร้ายทุกข์ ไม่เบียดเบียนนั้น ก็ถือว่าไม่เบียดเบียน
ทุกข์ เพราะอะไรจึงว่าอย่างนี้ ก็เพราะว่าโดยปรกตินั้น
เข้าไปหาและติดอยู่ในขันธุ์ทั้ง ๕ เมื่อปองร้ายก็ปองร้าย
ขันธุ์ ๕ เบียดเบียนก็เบียดเบียนขันธุ์ ๕ เหมือนกับคนที่
รักกันติดใจกัน ก็รักกันติดใจกันที่ขันธุ์ ๕ คือที่รูป เวทนา
สัญญา สังขาร วิญญาณ ของกันและกันนั้นแหละ ปอง
ร้ายกันเบียดเบียนกันก็ปองร้ายเบียดเบียนกันที่ขันธุ์ ๕
ฉะนั้นเมื่อเห็นว่าขันธุ์ ๕ เป็นทุกข์ การดำริจึงดำริออกจาก
ทุกข์ โดยตรงก็ดำริออกจากความยึดถือว่า เป็นเรา เป็น
ของเรา เป็นตัวตนของเรา ดังกล่าวนั้น และดำริไม่ปอง
ร้ายทุกข์ ดำริไม่เบียดเบียนทุกข์ เมื่อเกิดความคิดที่จะ
ปองร้ายจะเบียดเบียนขึ้นก็ให้พิจารณาว่า สิ่งที่จะปองร้าย
จะเบียดเบียนนี้เป็นตัวทุกข์อยู่แล้ว เพราะว่าขันธุ์ ๕ ของ
กันและกันเป็นตัวทุกข์อยู่แล้ว ต้องเกิด แก่ ตาย อยู่แล้ว
มีโสกะปริเทวะเป็นต้นอยู่แล้ว แปลว่าทุก ๆ คนก็มีทุกข์

เต็มแปรร้อยด้วยกันแล้วทั้งนั้น ต่างก็แบกทุกข์อยู่ด้วยกัน
เต็มที่แล้ว ไม่ต้องเอาทุกข์ไปใส่ให้อีกก็เป็นทุกข์อยู่พอ
แล้ว ไม่ต้องไปฆ่าเขา เขาก็แก่เองตายเอง เขาต้องเป็น
ทุกข์อยู่แล้ว ฉะนั้น การดำรียอกจากทุกข์ ดำริไม่เบียด
เบียนทุกข์ ดำริไม่ปองร้ายทุกข์ ดังนี้ เป็นสัมมาสังกัปปะ
ความดำริชอบข้อที่ ๓ พุทธศาสนิกสาธุชนทั้งหลายก็พึง
ฝึกปฏิบัติความดำริของตนให้เป็นไปในทางของสัมมา
สังกัปปะ ความดำริชอบ ดังนี้

จึงมาถึงข้อที่สาม สัมมาวาจา เจรจาชอบ ได้แก่เว้น
จากการพูดเท็จ เว้นจากการพูดส่อเสียด เว้นจากการพูด
คำหยาบ เช่น คำว่ากัน ยกเอาเรื่องต่าง ๆ ของกันขึ้นมา
ด่ามาว่ากัน เว้นจากการพูดเพื่อเจ้อเหลวไหลไร้สาระประ-
โยชน์ แม้ข้อนี้เนื่องมาจากความดำริดังกล่าว เมื่อมี
ความดำรียอกจากทุกข์ ไม่ปองร้ายทุกข์ ไม่เบียดเบียน
ทุกข์ ทางวาจาก็ย่อมจะเกิดวิริยขึ้น เป็นความงดเว้นชน
เองจากการพูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ พูดเพื่อเจ้อ
เหลวไหล สัมมาวาจาอันหวัชข้อว่าพูด แต่ว่าอธิบายว่างด
เว้นไม่พูด กล้ายจะขัดกัน แต่ว่าไม่ขัดกันเพราะมีความ
หมายว่าให้พูดนั่นเอง แต่เมื่อพูดก็พูดความจริง พูดก่อ
ให้เกิดสามัคคี พูดสุภาพ พูดมีหลักฐาน โดยที่มีจิตใจงด
เว้นจากการพูดเท็จ เป็นต้น และแม้ไม่พูดนิ่งอยู่ก็ตาม
เมื่อมีวิริยเจตนาอยู่ในใจดังนี้ ก็เป็นสัมมาวาจาได้ทั้งที่นิ่ง
อยู่ไม่พูด ท่านพุทธศาสนิกสาธุชนทั้งหลายก็พึงตรวจ

พิจารณาความจากตอนที่พูดออกไป ถ้าไม่เป็นสัมมาวาจา ก็ให้ตั้งใจดเว้น ตั้งใจพูดแต่ที่เป็นสัมมาวาจา และก็ไม่ ได้หมายความว่า จะต้องพูดเรื่อยไป นั่งอยู่นี้แหละ แต่ว่า เมื่อมีวิริเจตนาตั้งน้อย ก็เป็นสัมมาวาจาได้ และเมื่อ พูดก็ให้พูดถ้อยคำที่จริงและมีประโยชน์เป็นต้น

จึงมาถึงข้อ ๔ สัมมากัมมันตะ การงานชอบ ได้แก่ การเว้นจากการฆ่า เว้นจากการลัก เว้นจากความประ- พหุติผิดประเพณีในทางกามหรืออพรหมจริยกิจ แม้ข้อนี้ ก็เนื่องมาจากสัมมาสังกัปปะเหมือนกัน เพราะเมื่อมีความ ดำริชอบดังนั้น ก็จะไม่ไปฆ่าใคร ไม่ไปลักของของใคร ไม่ไปประพหุติผิดในทางกามแก่ใคร หรือเว้นได้จาก อพรหมจริยกิจ และแม้ไม่ทำอะไรอยู่เฉย ๆ เมื่อมีวิริเจตนาตั้งน้อย ก็เป็นสัมมากัมมันตะได้ และเมื่อจะทำ อะไรทางกาย ก็ให้ทำไปที่เป็นการทำงานชอบดังกล่าว ท่าน พุทธศาสนิกสาธุชนทั้งหลายก็พึงพิจารณาดูกัมมันตะ คือ การงานของตน ว่าเป็นอย่างไร ถ้าหากว่าไม่ชอบก็ตั้งใจ ดเว้นเสีย ตั้งใจสมาทานปฏิบัติการทำงานให้เป็นสัมมา กัมมันตะ การงานชอบ

จึงมาถึงข้อที่ ๕ สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ ก็คือ เว้นจากมิฉณาอาชีวะการเลี้ยงชีวิตในทางที่ผิด ประกอบ สัมมาอาชีวะการเลี้ยงชีวิตในทางที่ชอบ อันนี้ก็เนื่องมา จากสัมมาสังกัปปะความดำริชอบอีกเหมือนกัน เพราะ เมื่อมีความดำริดังนั้น ก็ย่อมไม่ไปประกอบมิฉณาอาชีวะ

ตั้งตนอยู่ในสัมมาอาชีวะ เพราะจะไปทำบาปเพื่อมาเลี้ยง
ทุกข์อยู่ทำไม เมื่อต้องเลี้ยงทุกข์อยู่คือเลี้ยงขันธุ์ ๕ น้อย
อันเป็นตัวทุกข์ ก็ประกอบอาชีวะในทางที่ชอบ ท่านพุทธ-
ศาสนิกสาธุชนทั้งหลายก็พึงพิจารณาอาชีพของตน ว่าเป็น
อย่างไร เป็นมิจฉาอาชีวะอยู่บ้างก็ให้ตั้งใจละเสีย มาประ-
กอบในสัมมาอาชีวะ คืออาชีวะที่ชอบ

จึงมาถึงข้อที่ ๖ สัมมาวายามะ เพียรชอบ ได้แก่
สังวรปธานะ เพียรระวังบาปที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น
ปหานปธานะ เพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้ว ภาวนาปธานะ
เพียรทำบุญกุศลที่ยังไม่เกิดให้บังเกิดขึ้น อนุรักษนา
ปธานะ เพียรรักษบุญกุศลที่เกิดขึ้นแล้วเพิ่มเติมให้
ไพบุลย์ แม้สัมมาวายามะข้อนี้ก็เนื่องมาจากสัมมา
สังกัปปะเป็นต้นดังกล่าวแล้วเหมือนกัน เพราะจะทำให้
เพียรเป็นสังวรปธานะเป็นต้น แม้ในข้อนี้ ท่านพุทธ-
ศาสนิกสาธุชนทั้งหลายก็พึงพิจารณาดูความพากเพียร
ปฏิบัติในตนว่าเป็นอันใด ถ้ายังขาดสัมมาวายามะดังกล่าว
นี้ ก็ให้พยายามทำสัมมาวายามะให้บังเกิดขึ้น ทำสังวร
ปธานะ เพียรระวังบาปมิให้บังเกิดขึ้น ทำปหานปธานะ
เพียรละบาปที่เกิดขึ้นแล้ว ทำภาวนาปธานะ เพียรทำบุญ
กุศลที่ยังไม่เกิดให้บังเกิดขึ้น ทำอนุรักษนาปธานะ เพียร
รักษบุญกุศลที่เกิดขึ้นแล้วทำให้ไพบุลย์

จึงมาถึงข้อที่ ๗ สัมมาสติ ระลึกรชอบ ได้แก่ทำสติ
ระลึกไปในกาย ทำสติระลึกไปในเวทนา ทำสติระลึกไปใน

จิต ทำสติระลึกไปในธรรมคือเรื่องในจิต อาตปปี มีความเพียร สมฺปชาโน มีความรู้ตัว สโต มีสติระลึกได้ วินยฺส โลเก อภิษณโทมนสฺส กำจัดความยินดียินร้ายในโลกเสีย ก็คือสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้ก็เนื่องมาจากสัมมาสังกัปปะเป็นต้นเหมือนกัน แม้ในข้อนี้ ท่านพุทธศาสนิกสาธุชนทั้งหลายก็พึงพิจารณาดูสติในตน ถ้ายังไม่เคยอบรมสติปัฏฐานทั้ง ๔ ก็ตั้งใจอบรมให้มีบังเกิดขึ้น ดังสติระลึกไปในกาย ในเวทนา ในจิต ในธรรม มีความเพียร มีความรู้ตัว มีสติระลึกได้ กำจัดความยินดียินร้ายในโลกเสีย

จึงมาถึงข้อที่ ๘ สัมมาสมาธิ ความตั้งใจชอบ ได้แก่ ความที่ตั้งจิตไว้ในอารมณ์ของสมถกัมมัฏฐาน จะใช้ลมหายใจเข้าออกเป็นกัมมัฏฐานก็ตาม จะใช้พุทโธเป็นกัมมัฏฐานก็ตาม ทำจิตให้สงบสงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายจนจิตตั้งมั่นแน่วแน่ ท่านแสดงว่า จิตที่เป็นอุปปนาสมาธิ สมาธิที่แน่วแน่ เป็นรูปฌาน ฌานที่มีรูปเป็นอารมณ์ ตั้งแต่ปฐมฌาน ฌานที่ ๑ จนถึงจตุตถฌาน ฌานที่ ๔ แต่ว่าแม้ไม่ถึงอุปปนาสมาธิดังกล่าว เป็นอุปจารสมาธิ สมาธิเฉียด ๆ แต่ว่าเมื่อจิตสงบจากกามและอกุศลกรรมทั้งหลายได้ก็ถือว่าเป็นสัมมาสมาธิได้ ก็ย่อมเนื่องมาจากสัมมาสังกัปปะเป็นต้น แม้ในข้อนี้ท่านพุทธศาสนิกสาธุชนทั้งหลายก็พึงตรวจดูจิตใจของตนว่าเคยตั้งจิตไว้จนใด ถ้ายังไม่เคยทำสมาธิก็ฝึกหัดทำสมาธิ ถ้าทำสมาธิอยู่แล้ว ก็ตั้งใจทำให้มากขึ้น ใช้กัมมัฏฐานที่ชอบ หรือจะใช้ทำ

จิตภาวนาพุทโธ อบรมจิตระลึกถึงพุทโธเป็นอารมณ์ ดังนี้
ก็ได้

รวมเป็นมรรคมืองค์ ๘ มรรคมืองค์ ๘ นี้แหละเป็น
ธรรมจักร จักรคือธรรมที่พระพุทธเจ้าได้ทรงปฏิบัติดำเนิน
มาเอง จึงได้ตรัสรู้ และทรงแสดงสั่งสอน รวมเข้า สัมมา
ทิฎฐิ สัมมาสังกัปปะ เป็นปัญญา สัมมาวาจา สัมมากัม-
มันตะ สัมมาอาชีวะ เป็นศีล สัมมาวายามะ สัมมาสติ
สัมมาสมาธิ เป็นสมาธิ จึงรวมเข้าเป็นไตรสิกขาด้วยประ-
การจะนี้ แม้การตรวจพิจารณามรรคมืองค์ ๘ ตามคำสั่ง
สอนของพระพุทธเจ้า และตรวจดูในคนที่ละข้อ และตั้ง
ใจอบรมให้มากขึ้นในตน แม้ดังนี้ก็ชื่อว่าทำจิตภาวนาพุทโธ
ได้ และเป็นการทำจิตภาวนาพุทโธโดยตรง พระพุทธ
เจ้าบังเกิดขึ้นก็ด้วยมรรคมืองค์ ๘ นี้ ธรรมที่ทรงสั่งสอน
อันเป็นปฏิบัติธรรมก็รวมอยู่ในมรรคมืองค์ ๘ นี้ ทุก ๆ
คนจะบรรลุโพธิ์คือความตรัสรู้ หรือแม้ความรู้ธรรมดัง
แต่ขั้นต้น ก็ด้วยมรรคมืองค์ ๘ นี้ มรรคมืองค์ ๘ นี้จึงเป็น
องค์พุทโธโดยตรง สร้างพระพุทธเจ้าขึ้นมา และเป็นพระ
ธรรมที่ทรงสั่งสอนไว้สำหรับที่จะสร้างพระสงฆ์ขึ้นมา และ
สร้างทุก ๆ คนขึ้นมาให้เป็นกัลยาณบุคล ให้เป็นอริย-
บุคลโดยลำดับ ด้วยประการจะนี้

ต่อไปนี้ พระสงฆ์ก็จะได้สวดบทปฏิบัติในกัมมัญฐาน
นำ และต่อจากนั้นก็ขอให้ท่านสาธุชนทั้งหลายได้เริ่ม

ปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธตามอรัญญิก แสดงพระธรรม
เทศนายุติลง เหว่ก็มีด้วยประการฉะนี้

มกุฏานนฺตฐังคิโก เสฎฺโฐ สจฺจนํ จตุโร ปทา
วิราโค เสฎฺโฐ ฌมฺมานํ ทิปทานญจ จกฺขุมา

ทางประกอบด้วยองค์ ๘ ประเสริฐเลิศล้ำทางทั้งหลาย
บทกวีจะ ๔ ประเสริฐเลิศล้ำจะทั้งหลาย
ธรรมเป็นที่สันนิษฐานใจ (นิพพาน) ประเสริฐ
เลิศล้ำธรรมทั้งหลาย

พระตถาคตพุทธะผู้มีจักขุประเสริฐเลิศล้ำรชนทั้ง
หลาย

(ប្រត. ធម្មប្ប. ២៥/៥១)

ธรรมกถาในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธ
ในวันเฉลิมพระชนมพรรษา
พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
วันที่ ๕ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๑๗

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส
นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส
นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส

ขอถวายพระพร เจริญพระราชสิริสวัสดิพิพัฒนามงคล
พระชนมสุขทุกประการจงมีแด่สมเด็จพระบรมบพิตรพระราช
สมภารพระองค์ สมเด็จพระปรมินทรมหามหาราชา
ธิราชเจ้าผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐ

วันนี้เป็นวันเฉลิมพระชนมพรรษา ท่านสาธุชนทั้ง
หลายจึงมาประชุมกันเพื่อปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธ เพื่อ
ถวายพระราชกุศล และเพื่อความสุखสวัสดิ์แห่งประเทศ
ชาติประชาชน

การปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธเป็นกรณียะ คือกิจที่
ควรทำ เพื่อถวายพระราชกุศลและเพื่อความสวัสดิ์แห่ง
ประเทศชาติดังกล่าว เพราะว่าจิตใจนี้เป็นส่วนสำคัญของ
ร่างกาย คนเรามักจะเห็นการปฏิบัติออกทางร่างกาย จึง

สำคัญว่าความสำเร็จอะไรเกิดจากการปฏิบัติออกทางร่างกายเท่านั้น เช่นจะช่วยอะไรกันก็ช่วยกันทางร่างกาย แต่อันที่จริงการปฏิบัติออกทางร่างกายนั้นเกิดจากจิตใจ เมื่อจิตใจมีเจตนาคือความตั้งใจที่จะทำ การปฏิบัติกระทำทางร่างกายจึงบังเกิดขึ้นได้ จิตใจจึงเป็นสิ่งสำคัญในอันที่จะบันดาลการกระทำทุกอย่างให้บังเกิดขึ้น เมื่อจิตใจมีความสำคัญดังนี้ เมื่อท่านสาธุชนทั้งหลายได้มาปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธ และพร้อมกันตั้งใจถวายพระราชกุศลถวายพระพรชัยมงคล พร้อมทั้งตั้งเมตตาจิตแผ่ไปเพื่อความสวัสดิ์แห่งประเทศชาติประชาชนทั้งปวง ก็ย่อมจะบังเกิดผลโดยแน่นอนไม่น้อยก็มาก อีกประการหนึ่งกรรมย่อมเกิดจากจิตใจดังที่กล่าวมา อันความเดือดร้อนวุ่นวายทั้งหลาย ส่วนหนึ่งเกิดจากกรรมของบุคคล จึงเกิดจากจิตใจของบุคคลนั่นเอง เมื่อบุคคลมีใจร้ายก็ก่อกรรมที่ร้ายออกไป เมื่อบุคคลมีใจดีก็ก่อกรรมที่ดีออกไป การทำจิตภาวนาพุทโธนั้นย่อมเป็นการทำจิตใจให้ดี ให้มีความสงบตั้งมั่น ยึดมั่นอยู่ในพระพุทธรูป พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ จึงเป็นการปฏิบัติทำจิตใจให้ดีงามให้สงบโดยแท้ เมื่อเป็นดังนี้ก็เป็นอันรับประกันได้ว่า การมาทำจิตภาวนาพุทโธจะไม่ไปก่อกรรมร้ายเป็นอันตรายแก่ตนเองและผู้อื่นใด ๆ ทั้งสิ้น จะก่อกรรมที่ดีงามเป็นคุณเกื้อกูลเป็นประโยชน์ และแผ่จิตใจที่ดีนั้นออกไปก็ย่อมจะเป็นเครื่องดึงใจผู้อื่นให้หันมาในทางสงบน้อยหรือมาก จึงขอว่าได้มีส่วนสร้างความสงบเรียบร้อยให้บังเกิดขึ้น แม้

ในกลุ่มชนในหมู่ชนที่มีความเดือดร้อนวุ่นวายกันอยู่โดย
มาก และจะเป็นพลังแผ่ความสงบความดีออกไป การ
ทำจิตภาวนาพุทโธจึงเป็นประโยชน์แม้ด้วยประการดังนี้

ในบัดนี้ จะขอกล่าวชี้แจงอธิบายคำว่า “จิตภาวนา
พุทโธ” ออกไป เพื่อเป็นแนวพิจารณาปฏิบัติของท่าน
สาธุชนทั้งหลายตามสมควร คำนี้ประกอบขึ้นด้วยคำ ๓
คำ คือ “จิต” คำหนึ่ง “ภาวนา” คำหนึ่ง “พุทโธ” อีกคำ
หนึ่ง จิตนั้นได้แก่จิตใจ ทุก ๆ คนย่อมมีจิตใจและร่างกาย
ประกอบกันอยู่ ท่านเปรียบจิตใจเหมือนอย่างนาย ร่าง
กายเหมือนอย่างบ่าวหรือผู้รับใช้ เพราะว่าร่างกายนั้นจะ
ประกอบกรรมใด ๆ ออกไป ตามแต่นายคือจิตใจจะเป็นผู้
สั่งให้กระทำ แต่แม้เช่นนั้นทั้งสองนี้ก็ต้องอาศัยซึ่งกันและ
กัน ทุกคนดำรงชีวิตอยู่เป็นบุคคลที่มีชีวิตดังนั้นก็เพราะมี
ร่างกายและจิตใจนี้เองประกอบกันอยู่ ปฏิบัติหน้าที่ร่วม
กันอยู่ แต่จิตใจมีความสำคัญดังกล่าว ฉะนั้นถ้าจิตใจร้าย
ดังกล่าวนี้อันนั้นก็ย่อมจะประกอบกรรมที่ร้าย ถ้าจิตใจดี
ก็ย่อมจะประกอบกรรมที่ดี จึงจะขอขยายความตรงนี้ออก
ไปอีกสักหน่อยหนึ่ง ว่าจิตใจที่ร้ายนั้นคือจิตใจที่ประกอบ
ด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลง อันเป็นตัวอกุศลมูล
คือมูลรากของอกุศลกรรมทั้งหลาย จิตใจที่ร้ายดังนี้เป็น
จิตใจที่มีราศีเศร้าหมอง ร่างกายอันเป็นที่ตั้งของจิตใจที่
มีราศีเศร้าหมองก็พลอยมีราศีเศร้าหมองไปด้วย คำว่า
“ราศี” นี้เรามากเข้าใจกันว่า เป็นลักษณะอย่างหนึ่งที่

เศร้าหมองหรือฟ้องโส ที่ดีหรือไม่ดี อันแสดงออกให้มอง
เห็นได้ทางร่างกายอันเนื่องมาจากจิตใจ กล้าย ๆ จะเป็น
รัศมีเป็นแสงหรืออะไรอย่างหนึ่งดังนั้น แต่อันที่จริง
คำว่า “ราศี” แปลว่า กอง เหมือนอย่างกองผลไม้ กอง
ข้าวเปลือก เป็นต้น คือของหลาย ๆ อย่างรวมกันอยู่ ในที่
นี้ราศีที่เศร้าหมองจึงหมายถึงกองของอกุศลมูล คือกอง
ของความโลภ ความโกรธ ความหลงนั้นเอง เมื่อความ
โลภ ความโกรธ ความหลง ซึ่งมีอยู่ในอารมณ์ทั้งหลาย
กองอยู่ในจิตใจมาก ก็ทำให้จิตใจเศร้าหมอง แสดงออก
มาจนถึงทางกาย เช่น ดูหน้าตาเศร้าไม่สดชื่น ดังนั้นแหละ
เรียกว่าราศีไม่ดี เพราะว่ามีส่วนที่ไม่ดีหลายสิ่งหลายประ-
การรวมกันอยู่กองอยู่ในจิตใจ ออกมาจนถึงในกรรมที่
กระทำ ฉะนั้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงได้ทรงสอนให้ทำ
จิตภาวนา ก็เพื่อที่จะได้ป้องกันอกุศลราศีกองของอกุศล
ไม่ให้เข้ามา เพื่อที่จะละอกุศลราศีกองของอกุศลที่เข้า
มาแล้ว เพื่อที่จะอบรมกุศลราศีกองของกุศลให้บังเกิด
ขึ้นในจิตใจ และเพื่อที่จะรักษากุศลราศีกองของกุศลให้
ตั้งอยู่และให้งอกงามไพบูลย์

จึงมาถึงคำที่ ๒ ว่า ภาวนา ก็แปลว่า การทำกุศลราศี
กองของกุศลให้บังเกิดขึ้น และการรักษากุศลราศีกอง
ของกุศลให้ตั้งอยู่ ไห้งอกงามไพบูลย์ดังกล่าว ภาวนา จึง
ได้แก่การทำให้มันขึ้นให้เป็นขึ้นซึ่งส่วนที่ดีงาม และรักษา
ส่วนที่ดีงามไว้ หรือว่าการอบรมการเจริญกุศลราศีกอง

ของกุศลนั้น ก็ได้แก่ความไม่โลภ ความไม่โกรธ ความ
ไม่หลง อันเป็นกุศลมูล คือมูลรากของกุศล อะไรคือ
ความไม่โลภ ความไม่โกรธ ความไม่หลง ก็ได้แก่ศีล
สมาธิ ปัญญา หรือบรรดากุศลธรรม ธรรมที่เป็นส่วน
กุศลทั้งหลายนั้นเอง เพราะว่า ศีล สมาธิ ปัญญา และ
บรรดากุศลธรรมทั้งปวงนี้ล้วนเป็นความไม่โลภ ความไม่
โกรธ ความไม่หลง เป็นการปฏิบัติเพื่อละความโลภ
ความโกรธ ความหลงทั้งนั้น กุศลราศี^๕ เมื่อรวมกันอยู่
กองกันอยู่ในจิตใจ ก็ทำจิตใจให้ผ่องใสบริสุทธิ์ส่องออก
มาถึงทางกาย เช่นทำให้หน้าตาผ่องใสบริสุทธิ์ แววตา
ผ่องใสบริสุทธิ์ ร่างกายผ่องใสบริสุทธิ์ เพราะว่ากรรมก็
ผ่องใสบริสุทธิ์ จึงเป็นผู้มีราศีดี

พระบรมศาสดาจึงได้ตรัสสอนให้ท่านสาธุชนทั้งหลาย
ปฏิบัติสร้างสมกุศลราศีกองของกุศลให้บังเกิดขึ้น ด้วย
การมาปฏิบัติในศีล สมาธิ ภาวนา และทางปฏิบัติ^๕นั้น โดย
ปริยายคือทางอันหนึ่ง คือตั้งจิตমনัสสิการว่าพุทโธ หรือว่า
ภาวนาว่าพุทโธ จึงมาถึงคำที่ ๓ คือคำว่าพุทโธ พุทโธนั้น
ก็หมายถึงสมเด็จพระบรมศาสดาอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า
เรียกสั้นด้วยคำว่าพุทโธ ด้วยว่าพระองค์เป็นผู้ตรัสรู้ เป็น
ผู้ทรงตื่นเบิกบานแล้ว และเป็นผู้ทรงสั่งสอนให้บุคคลอื่น
รู้ตาม ตื่นเบิกบานตาม จิตภาวนาพุทโธ ก็คือการภาวนา
จิตใจอาศัยพยัญชนะว่าพุทโธอย่างหนึ่ง อาศัยอรรถคือเนื้อ
ความแห่งพุทโธอีกอย่างหนึ่ง ทำจิตภาวนาอบรมจิตใจ

อาศัยพยัญชนะว่าพุทโธนั่นก็คือ ตั้งใจสำรวมกายวาจา
 ใจ เว้นจากการคิดถึงอารมณ์คือเรื่องทั้งหลายภายนอกทั้ง
 ด้าน แต่รวมใจเข้ามาตั้งภาวนาบริกรรมว่าพุทโธ พุทโธ
 พุทโธ.....ดังนี้ เรียกว่า การทำจิตภาวนาพุทโธ อาศัย
 พยัญชนะว่าพุทโธโดยตรง หรือจะอาศัยพยัญชนะพระ
 พุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ ที่เราทั้งหลาย
 สวดกันอยู่ก็ได้ สุดแต่ความพอใจของใคร เมื่อทำจิต
 ภาวนาอาศัยพยัญชนะว่าพุทโธ ไม่คิดถึงอารมณ์คือเรื่อง
 ทั้งหลายอันทั้งหมด รวมใจเข้ามาอยู่ที่พุทโธนี้เท่านั้น ดังนี้
 ก็ย่อมจะทำให้ได้สมาธิ ได้ปีติสุขอันเกิดจากสมาธิ และ
 ทำให้ได้ศรัทธาตั้งมั่นในพระพุทธานิรัตนตรัยอย่างหนึ่ง
 ทำจิตภาวนาอาศัยอรรถ คือเนื้อความแห่งพุทโธ คือ
 คำภาวนาพิจารณาว่าองค์พระพุทโธเป็นพระผู้ตรัสรู้ เป็น
 พระผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ตรัสรู้อะไร? ก็ตรัสรู้แจ้งจะคือความ
 จริง ความจริงที่ไหน? ก็คือความจริงที่ในกายมีใจอันยาว
 วาหนากลับที่นั่นอยู่นี้ ความจริงอะไร? ก็คือตรัสรู้ในทุกข์
 ตรัสรู้ว่าทุกข์นี้ คือชาติทุกข์ ชราทุกข์ มรณทุกข์ เป็นสิ่งที่
 มีประจำอยู่เสมอแก่ชีวิต แก่ฉันท์ห้า หรือแก่นามรูปนี้
 นอกจากนั้นยังมีทุกข์มีโสภปริเทวะเป็นต้น ตรัสรู้ในเหตุเกิด
 ทุกข์ว่า ตัณหา^๕คือความ^๕ดิ้นรนทะยานอยากของจิตใจ อัน
 เป็นกามตัณหา ความ^๕ดิ้นรนทะยานอยากไปในกาม กว-
 ตัณหา ความ^๕ดิ้นรนทะยานอยากไปในภพ ความ^๕เป็นนั่น
 เป็นนี่ วิภวตัณหา ความ^๕ดิ้นรนทะยานอยากไปในวิภพ

คือความไม่เป็นนั่นไม่เป็นนี่ อันหมายถึงอยากให้สิ่งหรือ
ภาวะที่ไม่ชอบสั้นไปหมดไป นี่เป็นเหตุเกิดทุกข์ ดับ
ตัณหาเสียได้แหละเป็นทุกข์นิโรธความดับทุกข์ ทาง
ปฏิบัติให้ถึงทางดับทุกข์ก็คือมรรคมืองค์แปด ย่นลงก็คือ
ศีล สมาธิ ปัญญา อันเป็นกุศลราศีทั้งปวง นี่เป็นทาง
ปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ พระพุทธองค์เป็นพระพุทธโธก็
เพราะได้ตรัสรู้สัจจะคือความจริง และได้ทรงแสดงสัจจะ
คือความจริงนี้สั่งสอนให้เราทั้งหลายได้เป็นผู้รู้ตาม

อนึ่ง พระพุทธองค์ทรงเป็นผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ก็เพราะ
ว่าครั้งได้ตรัสรู้แล้ว ก็เหมือนอย่างตื่นขึ้นจากความหลับ
ในขณะที่ยังหลับอยู่ด้วยกิเลสสินทรา หลับด้วยอำนาจกิเลส
ย่อมเห็นและยึดถือสิ่งที่ไม่เที่ยง ที่เป็นอย่างที่ เป็นทุกข์ ที่เป็นอนัตตา
มิใช่ตัวตน ที่ไม่สวยงาม ว่าเป็นของเที่ยง ว่าเป็นสุข ว่าเป็น
อัตตาตัวตน ว่าเป็นของสวยงาม เหมือนอย่างหลับ
ฝันเห็นสิ่งนั้นสิ่งนั้นเรื่องนั้นเรื่องนั้นต่าง ๆ และก็คิดว่าเป็น
ความจริง หลงดีใจหลงเสียใจอยู่ในขณะที่กำลังฝันเห็น
แต่ครั้งพระองค์ได้ตรัสรู้แล้วก็เหมือนเป็นผู้ที่ตื่นขึ้นทันที
ได้เห็นสัจจะคือความจริงทันที ว่าโดยที่แท้แล้วสิ่งที่เคย
หลงยึดถืออยู่ทั้งปวงนั้นไม่เป็นความจริงทั้งหมด ล้วน
เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง ล้วนเป็นทุกข์ ล้วนเป็นอนัตตามิใช่ตัว
ตน ล้วนเป็นของไม่สวยงาม เหมือนอย่างคนที่ตื่นขึ้น
พ้นจากความหลับก็รู้ทันทีว่า สิ่งทั้งปวงที่เห็นในขณะที่
หลับ ในความฝัน และหลงดีใจเสียใจไปนั้น เป็นเรื่อง

ผ่านไปทั้งนั้น หาได้มีสิ่งที่จะถือความจริงอันใดไม่ พระ
องค์ทรงเป็นผู้ตั้งอยู่ดังนี้ และทรงสั่งสอนให้เราทั้งหลาย
เป็นผู้ตั้งขึ้นด้วยความรู้ตามพระองค์

อนึ่ง พระองค์ทรงเป็นพระพุทโธ คือทรงเป็นผู้
เบิกบานแล้วในคุณธรรมทั้งหลายเต็มที่ คุณธรรมทั้งปวง
อันล้วนเป็นกุศลราศีกองกุศลได้มีอยู่พร้อมบริบูรณ์ ศีล
สมาธิ ปัญญา โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ตั้งต้นแต่สติปัฏฐาน ๔
จนถึงมรรคมืองค์ ๘ วิชชาวิมุตติ ทศพลญาณ เหล่านี้
ทั้งหมดได้มีอยู่บริบูรณ์ในพระองค์ไม่บกพร่อง จึงมีพระ
หฤทัยอันผ่องใสบริสุทธิ์ วิมุตติหลุดพ้นจากกิเลสและกอง
ทุกข์ทั้งปวง ทรงอยู่ด้วยอัญญาหรือวิชาและวิมุตติ ทรง
อยู่ด้วยสุญญตา อนิมิตตเจโตสมาธิ อนิมิตตเจโตวิมุตติ
ถือความหลุดพ้น ด้วยใจไม่มีนิमितแห่งความยึดถือทุกสิ่ง
ทุกประการ จึงทรงเป็นผู้เบิกบานแล้วเต็มที่

การทำจิตภาวนาอาศัยเนื้อความแห่งพุทโธ ว่าพระ
องค์ทรงเป็นผู้ตรัสรู้ ทรงเป็นผู้ตั้ง ทรงเป็นผู้เบิกบาน
แล้วในคุณธรรมทั้งหลายเต็มที่ แม้ดังนี้ย่อมนำให้จิตได้
สมาธิ สงบจากนิวรณ์ จากอกุศลราศีทั้งหลาย และทำให้
เจริญศรัทธาเจริญปัญญาในธรรม

บัดนี้ ได้อธิบายคำว่าจิตภาวนาพุทโธทั้ง ๓ คำ ประ
มวลกันเข้าก็คือ ทำจิตภาวนาอาศัยพระพุทโธโดยพยัญ
ชนะ หรือโดยอรรถะคือเนื้อความ โดยปริยายคือทางอัน

หนึ่ง เพื่อท่านสาธุชนทั้งหลายจักได้พิจารณา และนำไปปฏิบัติแม้ในวันนี้โดยประสงค์

ต่อไปนี้ พระสงฆ์จะได้สวดพระสูตรนำการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธสักตอนหนึ่ง ก็ขอให้ท่านสาธุชนทั้งหลายได้ตั้งใจฟัง และเมื่อพระสงฆ์ได้สวดแล้วก็ขอให้ท่านสาธุชนทั้งหลายได้เริ่มการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธตามกุศลเจตนาต่อไป

ปกฺกสฺสมิทํ ภิกฺขเว จิตฺตํ ตณฺห โข อากนฺตฺตเกหิ
อุปกฺกิลเเสหิ อุปกฺกิลิฏฺฐํ ตํ อสฺสตุวา ปุณฺณชน โข ขถาญฺจํ
นปฺปชานาติ ตสฺมา อสฺสตุวโต ปุณฺณชนสฺส จิตฺตภาวนา
นตฺถิติ วทามิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จิตนี้ปภัสสร (ผุดผ่อง) จิตนั้นแลเศร้าหมองแล้วเพราะอุปกิเลส (เครื่องเข้าไปทำให้เศร้าหมอง)ทั้งหลายที่จรมา ปุณฺณชนผู้มีได้สดับแล้วย่อมไม่รู้จักจิตนั้นตามเป็นจริง เพราะเหตุนี้ เราจึงกล่าวว่า จิตภาวนา (ความอบรมจิต) ไม่มีแก่ปุณฺณชนผู้มีได้สดับแล้ว

ปภสฺสรมิทํ ภิกฺขเว จิตฺตํ ตณฺณ โข อากนฺตฺตเกหิ
อูปกฺกิลเสหิ วิปฺปมุตฺตํ ตํ สุตฺวา อริยสวโก ชลาญฺตํ
ปชานาติ ตสฺมา สุตฺวาโต อริยสวกสฺส จิตฺตภาวนา
อตฺถิติ วทามิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จิตนี้ปภัสสร จิตนั้นแลหลุดพ้น
แล้วจากอุปกิเลสที่จรมา สวากของพระอริยะผู้สดับแล้ว
ย่อมรู้จักจิตนั้นตามเป็นจริง เพราะเหตุนี้ เราจึงกล่าว
ว่าจิตภาวนามีแก่สวากของพระอริยะผู้สดับแล้ว

(อง. เอก. ๒๐/๑๑-๑๒)

ธรรมกถาในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธ
อธิษฐานจิตน้อมเกล้า ฯ ถวายพระราชกุศล
ถวายพระพรชัยมงคลปรารภเหตุทรงพระประหาร
วันที่ ๘ มีนาคม พุทธศักราช ๒๕๑๘

ขอถวายพระพร เจริญพระราชสิริสวัสดิพิพัฒนามงคล
พระชนมสุขทุกประการ จงมีแต่สมเด็จบรมบพิตรพระ
ราชสมภารพระองค์สมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพล
อดุลยเดชเจ้าผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐ พร้อมทั้งสมเด็จพระ
นางเจ้า ฯ พระบรมราชินีนาถ พระราชโอรสธิดาทุก
พระองค์

บัดนี้ ท่านสาธุชนทั้งหลายได้มาประชุมกันเพื่อทำจิต
ภาวนาพุทโธ เพื่อน้อมจิตถวายพระราชกุศลถวายพระ
พรชัยมงคลแด่สมเด็จบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้า เนื่อง
ด้วยได้ทรงพระประหาร และแม้บัดนี้จะได้หายจากทรง
พระประหาร กำลังทรงพักผ่อนพระวรกาย แม้เช่น
นั้นประชาชนชาวไทยทั้งปวงก็ได้อิ่มใจหวงใยวิตกกังวล
และได้รู้สึกดีใจและเบาใจเมื่อได้ทราบข่าวว่าได้ทรงหาย
พระประหารขึ้นโดยลำดับ ก็เชื่อว่าต่างคนได้ส่งจิตน้อม
ถวายพระราชกุศลถวายพระพรเพื่อให้ทรงได้หายพระ
ประหารโดยเร็ว แม้ว่าจะไม่อาจช่วยได้ในทางอื่น การ

น้อมจิตคิดอธิษฐานให้ทรงประสบความสำเร็จตามความเกษมสวัสดิ์ที่ข้อม
เป็นทางที่พึงทำ

การตั้งสัจจาธิษฐาน^๕นี้เป็นกุศลวิธีอย่างหนึ่งในพระ
พุทธศาสนา ซึ่งแม้พระโพธิสัตว์ก็ได้ปฏิบัติมา แม้บุคคล
อื่นอีกไม่น้อยก็ได้ปฏิบัติมา เพราะว่าจิตนี้ข้อมมีอำนาจ
พิเศษดังที่ทุก ๆ คนจะพึงเห็นได้ ว่าเป็นบ่อเกิดของกรรม
ทั้งปวง เป็นบ่อเกิดของสุขทุกข์ทั้งปวง เพราะว่ากรรม
ทั้งปวงนั้นข้อมตั้งต้นขึ้นที่จิต ต้องมีจิตคิดเจตนาจึงจะ
เป็นเหตุให้ประกอบกรรมทั้งปวงออกไป แม้ความคิดทั้ง
ปวงก็เนื่องมาจากจิตเช่นเดียวกัน ฉะนั้นเมื่อได้ตั้งจิตไว้ดี
ประกอบด้วยคุณพระศรีรัตนตรัย คือพระพุทธเจ้า พระ
ธรรม พระสงฆ์ และประกอบด้วยคุณธรรมอื่น ๆ เข้ามา
ประกอบ จิตนี้ก็ยังจะมีอำนาจอาจที่จะตั้งสัจจาธิษฐาน
เพื่อให้ประสบความสำเร็จในสิ่งอันเป็นวิสัยได้ ฉะนั้น
การที่ท่านสาธุชนทั้งหลายได้พร้อมกันชักชวนกันมาทำจิต
ภาวนาพุทโธ จึงเป็นการปฏิบัติอบรมจิตใจอาศัยพระพุทธ
คุณหรือพระพุทธธรรมเป็นหลัก ให้เกิดศีล สมาธิ ปัญญา
เป็นองค์มรรคที่จะขัดเกลาจิตใจให้บริสุทธิ์สะอาด อัน
เป็นธรรมปฏิบัติโดยตรงทางพระพุทธศาสนา

เพราะฉะนั้นในโอกาส^๕นี้จะได้กล่าวถึงจิตภาวนาพุทโธ
พอเป็นแนวปฏิบัติโดยปริยายคือทางอันหนึ่ง จิตภาวนา
คือการอบรมจิต จิตภาวนาพุทโธก็คือการอบรมจิตอาศัย
พระพุทธคุณหรือพระพุทธธรรมดังกล่าว จิตภาวนาพุทโธ

ดังนี้ย่อมมีวิธีทำได้ ๒ อย่าง อย่างหนึ่งอาศัยพยัญชนะ
เป็นทั้งสี่ คือรวมจิตเข้ามาตั้งสติกำหนดว่าพุทโธ จะ
อาศัยลมหายใจเข้าออกเข้าประกอบ หายใจเข้าพุท หาย
ใจออกโธ หรือแม้วิธีอื่นตามต้องการตามถนัด ก็ย่อม
ทำได้ ดังนี้อบรมจิตอาศัยพยัญชนะว่าพุทโธเป็นทั้งสี่

อีกอย่างหนึ่ง จิตภาวนาอาศัยพุทโธโดยอรรถคือเนื้อ
ความ กล่าวคือ อาศัยกัมมัญฐานข้อใดข้อหนึ่ง จะเป็น
สมถกัมมัญฐานก็ตาม วิปัสสนากัมมัญฐานก็ตามเป็นทั้งสี่
ก็เพราะพระสัมมาสัมพุทธเจ้าซึ่งเป็นองค์พระพุทโธได้ทรง
แสดงกัมมัญฐานทั้งปวงนี้ไว้ ฉะนั้น กัมมัญฐานทั้งปวง
จึงเป็นพุทธธรรม จะอาศัยพุทธธรรมกัมมัญฐานข้อใดข้อ
หนึ่งก็ชื่อว่าทำจิตภาวนาพุทโธได้ และการทำจิตภาวนา
นั้นเล่าก็ต้องอาศัยสติและปัญญา ประกอบด้วยสมาธิเป็น
ต้น ธรรมเหล่านี้ล้วนเป็นองค์ประกอบรวมกันเข้าเป็น
พุทธภาพที่เรียกตามศัพท์ธรรมว่า โโพธิ หรือโพชฌะ เป็น
การปฏิบัติทำโพธิหรือโพชฌะ คือความรู้ ให้บังเกิดขึ้น
ในจิตใจ ดังนี้ก็นับว่าทำจิตภาวนาพุทโธได้

พุทธธรรมมีมาก โดยเฉพาะที่เป็นกัมมัญฐานก็มีมาก
ในบัดนี้จะได้ยกขึ้นมาหมวดหนึ่ง คือ โพชฌงค์ ๗
โพชฌงค์นี้ นอกจากเป็นธรรมปฏิบัตินำไปสู่ความตรัสรู้
ยังเป็นธรรมที่นับถือว่าบำบัดโรคาพาธได้อีกด้วย ดังที่
เมื่อพระโมคคัลลานเถระและพระมหากัสสปเถระอาพาธ
พระพุทโธเจ้าทรงแสดงโพชฌงค์ ท่านพระเถระทั้งสองได้

ลำดับ มนสิการในโพชฌงค์ที่ทรงแสดงก็หายจากอาพาธ
แม้สมเด็จพระบรมศาสดาเองประจักษ์ในครั้งหนึ่ง ก็ได้
โปรดให้พระจุนทเถระแสดงโพชฌงค์ถวาย ทรงลำดับ
มนสิการก็หายประจักษ์ดังนี้ ฉะนั้น จึงจะยกเรื่องโพช-
ฌงค์นี้มาแสดงพอเป็นนิตินะ

การทำจิตภาวนาในโพชฌงค์ทำได้ ๓ วิธี วิธีที่ ๑ บริ-
กรรมโดยพยัญชนะว่า สติสัมโพชฌงค์ ธัมมวิจยสัมโพช-
ฌงค์ วิริยสัมโพชฌงค์ ปิติสัมโพชฌงค์ ปัสสัทธิสัมโพช-
ฌงค์ สมาธิสัมโพชฌงค์ อุปกขาสัมโพชฌงค์ หรือว่า
เป็นสำเนียงมคธว่า สติสัมโพชฌังโก ธัมมวิจยสัมโพช-
ฌังโก วิริยสัมโพชฌังโก ปิติสัมโพชฌังโก ปัสสัทธิสัม-
โพชฌังโก สมาธิสัมโพชฌังโก อุปกขาสัมโพชฌังโก
ดังนี้กลับไปกลับมาหลาย ๆ เที้ยว หลาย ๆ จบ

วิธีที่ ๒ ทำจิตภาวนาโพชฌงค์โดยพิจารณาอรรถคือ
เนอความ ก็ได้โดยพิจารณาว่า สติสัมโพชฌงค์ได้แก่องค์
ของความตรัสรู้คือสติ ได้แก่ความตั้งสติมั่นไม่หลงลืม
เป็นไปในกาย เวทนา จิต และธรรม อันเป็นสติปฏิฐาน
ทั้ง ๔ ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ องค์ของความตรัสรู้คือ
ธัมมวิจย ธัมมวิจยคือความเลือกเฟ้นธรรม ได้แก่การ
เลือกเฟ้นธรรมว่า ธรรมนี้เป็นอกุศลมีโทษอันผู้รู้ติเตียน
ธรรมนี้เป็นกุศลไม่มีโทษอันผู้รู้ไม่ติเตียน วิริยสัมโพช-
ฌงค์ได้แก่องค์ของความตรัสรู้คือวิริยะความเพียร ได้แก่
เพียรละอกุศลธรรมอันเรียกว่าปหานะ เพียรอบรมกุศล

ธรรมให้บังเกิดขึ้นเร็วกว่าภาวนา มีการเริ่ม มีการดำเนิน
 ปฏิบัติ มีการปฏิบัติให้ก้าวหน้า ปิติสัมโพชฌงค์ องค์
 ของความตรัสรู้คือปิติ ความอัมกายอัมใจ หมายถึงอัม
 ด้วยความบริสุทธิ์ อัมด้วยสติ อัมด้วยปัญญา เพราะเมื่อ
 มีการเพียรละอกุศล เพียรอบรมกุศลให้บังเกิดขึ้น กาย
 วาจาจิตย่อมจะบริสุทธิ์ เมื่อบริสุทธิ์ก็ผ่องใส ทั้งนี้ก็ด้วย
 อำนาจของสติและปัญญา จึงปรากฏเป็นปิติ ความเิบ
 อัมด้วยบริสุทธิ์ ด้วยสติปัญญา ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์
 องค์ของความตรัสรู้คือปัสสัทธิ ความสงบกายความสงบ
 ใจ เพราะเมื่อกายวาจาจิตบริสุทธิ์ อัมเิบด้วยความบริ
 สุทธิ์ ด้วยปิติและปัญญา ความที่เคยเร่าร้อนกระสับกระ
 ส่ายเพราะกิเลสอกุศลธรรมทั้งหลายก็สงบลงไป กายจึง
 สงบ ใจจึงสงบมีสุข สมาริสัมโพชฌงค์ องค์ของความ
 ตรัสรู้คือสมาธิ ความที่มีใจสงบตั้งมั่นไม่กวัฏแกว่งก็
 เพราะเมื่อกายสงบ ใจสงบ มีสุข จิตก็เป็นสมาธิคือตั้งมั่น
 แน่วแน่ ไม่กระสับกระส่ายวอกแวก มีความสุขเป็นพิน
 ฐาน อุเบกขาสัมโพชฌงค์ องค์ของความตรัสรู้คืออุเบก
 ขา อุเบกขาในที่นี้ได้แก่ความเข้าไปเพ่งสมาธิจิต จิตที่เป็น
 สมานินั้นของตนด้วยดี ประกอบด้วยความวางคือปล่อย
 โดยไม่ยึด ประกอบด้วยความเฉยคือไม่เข้าไปยุ่ง อุเบกขา
 ในที่นี้จึงได้แก่การเข้าไปเพ่งจิตที่เป็นสมานินั้น ประกอบ
 ด้วยความปล่อยวางคือไม่ยึด และเฉยคือไม่เข้าไปยุ่ง แต่
 ว่าอยู่ในปัญญาที่มองดูอยู่รู้อยู่ตลอดเวลา แต่ว่ารู้ปล่อย
 รู้วาง

วิธีที่ ๓ ทำจิตภาวนาพุทโธโดยปฏิบัติ กล่าวคือตั้งสติตั้งปัญญาเข้ามาที่กายอันนี้ เวทนาอันนี้ จิตอันนี้ ธรรมในจิตอันนี้ ของทุก ๆ คน ดังในบัดนี้ก็นำจิตเข้ามาให้เป็นสตिक็คือความระลึก ให้เป็นปัญญาคือความรู้ รวมเข้าก็ให้เป็นความระลึกรู้กาย ว่ากายเป็นอย่างไร เวทนาว่าเวทนาเป็นอย่างไร จิต ว่าจิตเป็นอย่างไร ธรรมในจิตว่าเป็นอย่างไร ให้เป็นสติระลึกรู้ขึ้นที่กาย เวทนา จิต ธรรม ของตนนี้ ให้ทั่วถึง ให้รอบคอบ ไม่ให้ตกหล่น หลงลืม ดังนั้นเป็นการปฏิบัติสติสัมโพชฌงค์ มุ่งความรู้เป็นที่ตั้ง

ต่อจากนี้ก็กำหนดธรรมในจิต อันกาย เวทนา จิต ธรรม นั้นกล่าวได้ว่าเป็นส่วนวิบาก หรือจะเรียกว่าเป็นวิบากขันธ์ เกิดมาก็มีกาย มีเวทนา มีจิต ท่านจึงว่าลำพังกาย เวทนา จิต ไม่เป็นกุศล ไม่เป็นอกุศล แต่ว่าเป็นอัพภาคะ เพราะว่าเป็นส่วนวิบากขันธ์ ส่วนธรรมในจิตนี้ บางอย่างเป็นอกุศลธรรม บางอย่างเป็นกุศลธรรม บางอย่างเป็นอัพภาคธรรม แต่ว่าตัดอัพภาคธรรมออกไปเสียก่อน ก็ให้กำหนดดูให้รู้ ถ้าอกุศลธรรมเกิดขึ้นในจิตก็ให้รู้ว่าเป็นอกุศล เช่นว่านิวรณ์ข้อใดบังเกิดขึ้นในจิตก็ให้รู้ว่าเป็นอกุศล มีโทษ ผู้รู้ดี แต่ถ้าเป็นกุศลธรรมบังเกิดขึ้นในจิตก็ให้รู้ว่าเป็นกุศล ไม่มีโทษ ผู้รู้ไม่ดี ให้รู้กองกุศลธรรมอกุศลธรรมในจิตของตนดังนี้ เป็นอันปฏิบัติในธัมมวิจยสัมโพชฌงค์

ต่อจากนั้นก็ให้ตั้งความเพียรละอกุศล เพียรทำกุศลให้
 บังเกิดขึ้นและรักษาเอาไว้ ก็เป็นอันปฏิบัติในวิริยสัมโพช-
 ฌงค์ ต่อจากนั้นก็ให้กำหนดจิตพร้อมทั้งกายและวาจา ที่
 ประกอบด้วยปหานะและภาวนาดังกล่าว ให้เห็นความ
 บริสุทธิ์ บัณฑิตก็จะบังเกิดขึ้น เป็นความเฝือก้อมด้วยความ
 บริสุทธิ์ ด้วยสติ ด้วยปัญญา ก็เป็นอันปฏิบัติในปัสสั-
 ัมโพชฌงค์ ก็ให้กำหนดดูความสงบกายสงบใจและความ
 สุขอันเป็นผลที่เนื่องกันมา ก็เป็นอันปฏิบัติในปัสนัตถิ-
 สัมโพชฌงค์ ก็ให้กำหนดทำจิตให้เป็นสมาธิ อาศัยความ
 สงบกายสงบใจและสุขเป็นพื้นฐาน ประคองสมาธิสนับ
 สนุนสมาธิให้ตั้งมั่น สุดแต่ว่าจะยกัมมัญฐานข้อใดเป็น
 อารมณ์ก็ให้ตั้งมั่นอยู่ในข้อนั้น ก็เป็นอันปฏิบัติในสมาธิ
 สัมโพชฌงค์ และเมื่อได้สมาธิตามสมควรก็ให้หัดทำ
 อุเบกขา คือหัดเข้าไปเพ่ง เข้าไปมอง เข้าไปดู สมาธิจิต
 ของตน โดยที่มีความปล่อยวาง คือไม่ยึด ไม่ยึดว่าเรา
 จะต้องเห็นนั่นเห็นนี้ เราจะประสบธรรมข้อนั้นข้อนี้ เรา
 จะต้องเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ และประกอบด้วยความเฉย
 คือไม่เข้าไปยุ่ง ให้สมาธิจิตตั้งมั่นอยู่โดยอิสระเสรี ดังนี้
 เป็นอันปฏิบัติในอุเบกขาสัมโพชฌงค์ และเมื่อปฏิบัติอยู่
 ดังนี้ ธรรมก็จะส่งต่อขึ้นไปเอง ธรรมวิจยนั้นก็จะทำให้
 ธรรมที่เป็นสัจจะจำแนกออกเป็นสัจจะทั้ง ๔ ชัดขึ้น นำ
 ให้องค์มรรคดำเนินขึ้นไปโดยลำดับ

ทำจิตภาวนาพุทโธอาศัยโพชฌงค์ ๓ มีวิธีปฏิบัติโดย
ปริยายได้ ๓ อย่างดังนี้

ท่านสาธุชนทั้งหลาย จะทำจิตภาวนาพุทโธโดยปริยาย
อันใด อาศัยพุทธรธรรม หรือกัมมัญฐานข้อใดข้อหนึ่ง ก็
สุดแต่ความประสงค์ ความถนัด ความต้องการ เพราะ
ทุกวิธีล้วนแต่นำให้บังเกิดผล ส่งเสริมศีล สมาธิ ปัญญา
เพื่อผลคือวิมุตติด้วยกันทั้งหมด และเมื่อได้ปฏิบัติทำจิต
ภาวนาพุทโธตามกำหนดที่ประสงค์ ก็ขอเชิญชวนให้ท่าน
สาธุชนทั้งปวงตั้งจิตที่ได้ทำจิตภาวนาพุทโธแล้ว ตั้ง
ตั้งจาธิษฐาน ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย ขออำนาจจิต
ภาวนาพุทโธที่ปฏิบัติ พร้อมด้วยกุศลทั้งปวง ถวายพระ
ราชกุศล ถวายพระพรชัยมงคล แด่สมเด็จพระบรมบพิตรพระ
ราชสมภารเจ้า สมเด็จพระปรมินทรมหาวชิรา
ราชเจ้า พร้อมทั้งสมเด็จพระนางเจ้า ฯ พระบรมราชินีนาถ
และพระราชโอรสธิดาทุกพระองค์

ต่อไปนี้ พระสงฆ์จะได้สวดบทกัมมัญฐานนำต่อไป
ตามสมควร และก็จะขอให้ท่านสาธุชนทั้งหลายได้เริ่มการ
ปฏิบัติตามประสงค์ทุก ๆ ท่านเทอญ

สัมโมทนียกถาหลังการปฏิบัติ

การที่ท่านสาธุชนได้พร้อมกันมาสำรวมจิตทำจิตภาวนา
พุทโธถวายพระราชกุศลถวายพระพรชัยมงคล เพื่อให้
ทรงหายประชวร ทรงประสบความเกษมสวัสดิ์ ตั้งแต่

เวลาเข้ามาจนถึงเวลาบัดนี้ และในเวลาเพลสมเด็จพระนางเจ้า ฯ พระบรมราชินีนาถ ก็ได้พระราชทานอาหารเจเพื่อถวายแด่พระภิกษุสงฆ์สามเณรทั้งวัด และได้พระราชทานเลี้ยงแก่ท่านสาธุชนทั้งปวง นอกจากนั้นก็ได้นิมนต์นำอาหารเจมาถวายพระภิกษุสามเณร และเลี้ยงท่านสาธุชนทั้งหลายโดยเสด็จพระราชกุศล ทั้งได้มีท่านสาธุชนอีกหลายท่านได้ช่วยชวนชวายเป็นเรื่องนั้นบ้างในเรื่องนี้บ้าง ในบัดนี้ถึงเวลาที่จะปิดการประชุมทำจิตภาวนาพุทโธ ก็ขอแสดงความปิติยินดีแจ้งให้ท่านทั้งหลายทราบว่า หลวงปู่โต๊ะ ท่านเจ้าคุณสังวรวิมลเถระ แห่งวัดประดู่ฉิมพลี ได้กรุณาร่วมพิธีทำจิตภาวนาพุทโธครั้งนี้ด้วย จึงได้ขออาราธนาให้ท่านกล่าวธรรมกถา สัมโมทนียกถา แก่ท่านสาธุชนทั้งหลาย และกล่าวถวายพระพรชัยมงคล เมื่อท่านกล่าวจบแล้ว พระสงฆ์ก็จะได้สวดอนุโมทนาถวายพระพรและอำนวยการแก่ท่านทั้งหลายทั่วกัน ขออาราธนาหลวงปู่โต๊ะ ณ บัดนี้

สัมโมทนียกถาของพระสังวรวิมลเถระ

บัดนี้ อาตมภาพได้รับคำเจ้าพระคุณสมเด็จพระญาณสังวรแสดงธรรมกถา เนื่องด้วยพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และสมเด็จพระบรมราชินีนาถได้ทรงบำเพ็ญพระราชกุศลในวันนี้ พร้อมด้วยทวยกทายุิกาสมทบในการพระราชกุศลด้วย ได้ขอว่าเป็นส่วนกุศลอันยิ่งใหญ่ที่ได้ร่วมพระ

ราชกุศลในครั้งนี้ และเจ้าพระคุณสมเด็จพระเจ้าให้ทายกทายิกา
ตำรวมจิตแผ่เมตตาถึงองค์สมเด็จพระบรมบพิตรพระราชสม-
ภารเจ้า พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวและสมเด็จพระบรม
ราชินีนาถ ขอให้พระองค์ปราศจากภัยใดๆ ทั้งหมด ด้วย
อำนาจจิตที่ตั้งไว้ดีแล้ว ซึ่งนับว่าเป็นจิตอันประเสริฐยิ่ง
กว่าจิตที่ไม่ได้อบรม จิตที่อบรมแล้วมีผลมาก เห็น
อรรถธรรมคำสั่งสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
ด้วยตนเอง ความปลาบปลื้มเกิดขึ้นด้วยอาศัยเรา
อบรมจิตของเราให้เป็นสมาธินั่นเอง เป็นกุศลอันยิ่งใหญ่
ยิ่งสมาธิมีมากเท่าใด กำลังใจก็แข็งแรงแก่กล้า ทำให้
เกิดปัญญาเห็นทางของโลกของธรรม ความจริงของโลก
ในลาภยศสรรเสริญสุข นี้เป็นความจริง เมื่อสิ่งเหล่านี้เกิด
ขึ้นต้องมีความเสื่อม เสื่อมลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เมื่อ
สิ่งเหล่านี้เสื่อมไปต้องทำจิตให้เห็นเป็นของธรรมดาเท่า
นั้น ไม่ทำจิตของเราให้หวนไปตามโลกธรรมนั้นๆ เรียก
ว่าจิตเป็นสมาธิ ไม่เป็นไปตามสิ่งที่ดีหรือสิ่งชั่ว เพราะ
ฉะนั้น พระพุทธศาสนาจึงแนะนำภิกษุ ภิกษุณี สามเณร
สามเณรี อุบาสก อุบาสิกา ให้อบรมจิตของตนไว้มาก
กว่าสิ่งอื่น เมื่อเราอบรมจิตของเราให้มากกว่าสิ่งอื่นแล้ว
จิตก็จะแก่กล้าเข้มแข็ง เกิดปัญญาเห็นจริงในทางโลก ใน
ทางธรรม ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย
ความพลัดพรากในของรักนั้นเป็นความจริง มีเกิด แล้ว
ก็มีแก่ มีเจ็บ มีตาย เราไม่เ็นไปตามอำนาจของสิ่งเหล่า

นั้น เห็นว่าเป็นส่วนสภาวะธรรมเท่านั้น จิตไม่หวั่นไหว
จิตแน่นแฟ้น จิตเข้มแข็ง เป็นพละเป็นกำลังอันยิ่งใหญ่
เมื่อบุคคลใดมาอบรมจิตของตนในทางที่ดีเสมอ ๆ แล้ว
ท่านว่าเมื่อทำไป ๆ บุญญาก็แก่กล้าขึ้นเป็นลำดับ จิตก็มั่นคง
อาศัยอะไรจิตจึงมั่นคง อาศัยสติ สติเข้าไปคุมจิต
เมื่อสติเข้าไปคุมจิตจะรู้ว่าจิตเวลานี้ไปเกาะอยู่ที่ใด อยู่
นอกตัวเราหรืออยู่ในตัวของเรา เมื่อไปอยู่ข้างนอกไปอยู่
กับอะไรและไปอยู่ทำไม เมื่ออยู่ข้างในก็ให้รู้ว่าอยู่ที่ใด
กับอะไร จะมีประโยชน์อะไร เหล่านี้ มองให้เห็นชัด
แล้วก็เท่ากับทำบุญญาให้เรื่องขึ้น ๆ โดยลำดับ ทำไป
เรื่อย ๆ ผลที่พึงได้ ทำเข้าได้ผลเข้า ทำสายได้ผลสาย
ทำบ้ายได้ผลบ้าย ทำเย็นได้ผลเย็น แล้วก็ทำเรื่อยไป
เป็นกุศลจิต คิดในทางที่ดีทั้งาม

เพราะฉะนั้น ทายกทายิกาที่มาในวันนี้ เรียกว่ามา
ด้วยกุศลจิต จิตเป็นกุศล แม้จะมีกิจกังวลทางบ้าน ก็สูละ
มาประกอบการบุญการกุศล

พุทฺธานุภาเวน ธมฺมานุภาเวน สงฺฆานุภาเวน

ขออำนาจพระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้า
จงอภิบาลรักษาให้ปราศจากโรคาพาธ แม้จะนึกสิ่งใดให้
สมปรารถนาเทอญ สวสดี

อินทรียสัวโร โข กุณฺฑลีย ภาวิตो พหุลีกโต ตีณิ
สุจริตานิ ปริปุเรติ

ดูก่อนกุณฺฑลียะ อินทรียสังวร (ความสำรวมอินทรีย
๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) แล อันบุคกลอปรมทำให้
มากแล้ว ย่อมยังสุจริต ๓ ให้บริบูรณ์

ตีณิ โข กุณฺฑลีย สุจริตานิ ภาวิตานิ พหุลีกตานิ
จตุตทาโร สติปฏฺฐานเน ปริปุเรนฺติ

ดูก่อนกุณฺฑลียะ สุจริต ๓ แล อันบุคกลอปรมทำให้
มากแล้ว ย่อมยังสติปฏฺฐาน ๔ ให้บริบูรณ์

จตุตทาโร โข กุณฺฑลีย สติปฏฺฐานา ภาวิตา พหุลีกตา
สตุตฺต โพชฌงฺเก ปริปุเรนฺติ

ดูก่อนกุณฺฑลียะ สติปฏฺฐาน ๔ อันบุคกลอปรมทำให้
มากแล้ว ย่อมยังโพชฌงค ๗ ให้บริบูรณ์

สตุตฺต โข กุณฺฑลีย โพชฌงฺกา ภาวิตา พหุลีกตา
วิชฺชาวิมุตฺติ ปริปุเรนฺติ

ดูก่อนกุณฺฑลียะ โพชฌงค ๗ แล อันบุคกลอปรมทำ
ให้มากแล้ว ย่อมยังวิชชาวิมุตติให้บริบูรณ์

วิชฺชาวิมุตฺติผลานิสํโส โข กุณฺฑลีย ตถาคโต วิหฺรติ
ดูก่อนกุณฺฑลียะ ตถาคตมีวิชชาวิมุตติเป็นผลานิสงส์
แลอยู่ (ในอริยาบถทั้ง ๔ ด้วยมีวิชชาวิมุตติเป็นวิหาร
ธรรม)

(สํ. มหา. ๑๕/๑๐๔)

ธรรมกถาในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธ
ในวันเฉลิมพระชนมพรรษา
สมเด็จพระนางเจ้า ฯ พระบรมราชินีนาถ
วันที่ ๑๒ สิงหาคม พุทธศักราช ๒๕๑๗

ขอถวายพระพร เจริญพระราชสิริสวัสดิ์พิพัฒนามงคล
พระชนมสุขทุกประการ จงมีแด่สมเด็จพระนางเจ้า ฯ พระ
บรมราชินีนาถ ผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐ

บัดนี้ เป็นวันมหามงคล ตรงกับวันเฉลิมพระชนม-
พรรษาสมเด็จพระนางเจ้า ฯ พระบรมราชินีนาถ คณะท่าน
สาธุชนทั้งหลายจึงได้ชักชวนกันมาประชุมในที่นี้ เพื่อ
ที่จะได้ทำจิตภาวนาพุทโธ ถวายพระราชกุศล ถวายพระ
พรชัยมงคล พร้อมทั้งแผ่เมตตาจิตเพื่อให้ทุก ๆ คนมี
ความสุข ปราศจากทุกข์ พากันบำเพ็ญกรณียะ คือกิจที่
ควรกระทำทั้งหลาย เพื่อประโยชน์ตน และเพื่อประโยชน์
ผู้อื่น ตลอดถึงเพื่อประโยชน์แก่ส่วนรวมยิ่ง ๆ ขึ้นไป

ในเบื้องต้น ท่านสาธุชนทั้งหลายได้พร้อมใจกันสวด
ทำวัตรสวดคู่พระรัตนตรัย คือ พระพุทโธเจ้า พระธรรม
และพระสงฆ์ ซึ่งเป็นสรณะอันสูงสุดของเราทั้งหลาย ได้
เปล่งวาจาถึงพระพุทโธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ เป็น
สรณะ และสมาทานเบญจศีล เป็นอันว่า ท่านสาธุชน

ทั้งหลายได้เตรียมพร้อมทั้งทางกายทั้งทางจิตเพื่อบำเพ็ญ
จิตภาวนาพุทธโธสืบต่อไป

จึงจะขอแสดงเรื่องการทำจิตภาวนา พอเป็นทางนำ
ความรู้ความเข้าใจในอันที่จะปฏิบัติสืบต่อไป

จิตภาวนา แปลว่า การอบรมจิต หมายถึงการทำจิต
ให้เป็นสมาธิ หรือเรียกว่าการบำเพ็ญสมาธิ และการอบ-
รมวิปัสสนา หรือการอบรมปัญญา สมาธิและวิปัสสนา
ปัญญาหรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าสมถะและวิปัสสนาเป็น
จิตภาวนา คือการอบรมจิต การอบรมจิตคือการทำ
สมาธิและอบรมปัญญาดังกล่าวมานั้นนับเป็นสิกขาที่ ๒ คือ
จิตตสิกขาหรือสมาธิ และสิกขาที่ ๓ คือปัญญาสิกขาใน
พระพุทธศาสนา

สิกขาในพระพุทธศาสนานั้น มี ๓ คือ

๑. สีลสิกขา สิกขาคือปฏิบัติในศีล
 ๒. จิตตสิกขา สิกขาคือปฏิบัติอบรมจิต
 ๓. ปัญญาสิกขา สิกขาคือปฏิบัติอบรมปัญญา
- ทั้ง ๓ นี้ เป็นสิกขาในพระพุทธศาสนา

ในการปฏิบัติ จำต้องปฏิบัติให้มีโดยลำดับ คือต้อง
มีศีลเป็นภาคพื้น เมื่อมีศีลเป็นภาคพื้นจึงปฏิบัติอบรมจิต
ได้สะดวก และเมื่อปฏิบัติอบรมจิตได้ก็ย่อมปฏิบัติอบรม
ปัญญาสืบต่อไปได้ ในการปฏิบัติในสิกขาทั้ง ๓ นี้ สำหรับ

ท่านพุทธศาสนิกชนทั้งหลายผู้นับถือพระพุทธศาสนาย่อม
ปฏิบัติตามคำสั่งสอนของสมเด็จพระบรมศาสดา

ฉะนั้น จึงต้องถึงสรณะคือพระพุทธเจ้า ถึงพระธรรม
ถึงพระสงฆ์ เป็นสรณะ คือที่พึ่งอันเป็นที่เคารพนับถือ
อย่างสูงสุด

พระพุทธเจ้าทรงเป็นสรณะ คือที่พึ่ง ในฐานะที่ทรง
แสดงธรรมคำสั่งสอนชี้ทางปฏิบัติ เหมือนอย่างบุคคลผู้ชู
ประทีปในที่มืดเพื่อที่คนมีจักษุจะได้มองเห็นทาง

พระธรรมเป็นสรณะ คือที่พึ่ง ในฐานะที่เป็นทางดำ-
เนินสำหรับผู้ที่มีจักษุมองเห็นทาง เพราะพระพุทธเจ้าทรง
ชูประทีปส่องให้มองเห็นแล้ว ก็ปฏิบัติดำเนินไปในทาง

พระสงฆ์เป็นสรณะ คือที่พึ่ง เหมือนอย่างเป็นผู้ที่ได้
เดินนำหน้าไปในทางนั้นแล้ว และได้บรรลุถึงที่สุดทาง
อันเป็นแดนเกษมสวัสดิ์แล้ว และกำลังดำเนินไปอยู่ อัน
แสดงว่าทางนั้นเป็นทางที่ไม่วิ้าเหว ไม่เปล่าเปลี่ยว เป็น
ทางที่มีผู้เดินนำไปอยู่ และเป็นทางที่มีความเกษมสวัสดิ์
และได้เป็นผู้ชูประทีปสืบต่อจากพระพุทธเจ้า ชี้ทาง
ปฏิบัติดำเนินสืบต่อมาจนถึงบัดนี้

เพราะฉะนั้น พุทธศาสนิกชนทั้งหลาย จึงถึงพระ
พุทธเจ้า ถึงพระธรรม ถึงพระสงฆ์ เป็นสรณะคือที่พึ่ง มี
พระพุทธเจ้าเป็นสรณะในฐานะที่ทรงเป็นผู้ชี้ทาง มีพระ
ธรรมเป็นสรณะในฐานะที่เป็นทางดำเนิน มีพระสงฆ์เป็น

สละในฐานะที่เป็นผู้เดินไปข้างหน้าและนำทางดำเนินอยู่
จนถึงปัจจุบันนี้ เมื่อมีสละดังนี้แล้วย่อมเป็นผู้ชื่อว่า
เป็นพุทธศาสนิกชน และจะเป็นผู้ไม่ดำเนินผิดทาง จะ
ดำเนินไปในทางที่ถูก จะดำเนินไปในทางของไตรสิกขา
ดังกล่าว

การปฏิบัติในศีลนั้น เมื่อท่านสาธุชนทั้งหลายได้ตั้งใจ
สมาทานศีลดังที่ได้สมาทานนั้นแล้วก็ดี หรือว่าได้ตั้งใจทำ
ความสำรวมกายวาจาใจของตนให้เป็นศีลแม้ในปัจจุบัน
บัดนี้ก็ตาม นี้ได้ชื่อว่ามีศีล และเมื่อมีศีลก็ชื่อว่าได้มีพื้น
ฐานของการปฏิบัติในสิกขาที่ยิ่ง ๆ ขึ้นไป เหมือนอย่างว่า
แผ่นดินเป็นพื้นฐาน เป็นที่รับรองสิ่งของทั้งหลาย บ้าน
เรือนก็ตั้งอยู่บนแผ่นดิน บุคคลผู้นับอยู่โดยปกติก็ย่อมยืน
อยู่บนแผ่นดิน เมื่อมีแผ่นดินจึงจะมีที่เหยียบที่ขึ้นที่ตั้ง
จนใดก็ดี การปฏิบัติในสิกขายิ่ง ๆ ขึ้นไป ก็จะต้องมีศีล
เป็นที่เหยียบเป็นที่ขึ้นเป็นที่ตั้งจันฉนั้น บัดนี้ เมื่อท่าน
สาธุชนทั้งหลายต่างได้สมาทานศีลและต่างได้มีความ
สำรวมกายวาจาใจของตนให้เป็นศีลขึ้นแล้ว ก็สมควร
ที่จะปฏิบัติอบรมในจิตตสิกขา และในปัญญาสิกขา
สืบต่อไป

ในบัดนี้ จะได้กล่าวแนะนำปฏิบัติในจิตตสิกขา คือ
การปฏิบัติอบรมจิต อันหมายถึงว่า ทำจิตให้เป็นสมาธิ
การทำจิตให้เป็นสมาธิจำต้องมี เพราะว่าจะต้องมีจิต
เป็นสมาธิจึงจะประกอบกระทำกรณียะคือกิจที่ควรทำทั้ง

หลายได้ ดังในบัดนี้ท่านสาธุชนทั้งหลายก็ต้องมีสมาธิในการฟัง ก่อตั้งใจฟัง รวมใจเพื่อจะฟัง เงี่ยโสตตะเพื่อฟัง และประมวณใจในอันที่จะฟัง เมื่อเป็นดังนี้การฟังจึงสำเร็จได้ และท่านสาธุชนทั้งหลายก็สามารถที่จะฟังธรรมบรรยายนี้ได้ยินโดยตลอด นช่อว่ามีสมาธิในการฟัง แม้ในการปฏิบัติกรรมชยะอย่างอื่นก็ต้องมีจิตมีสมาธิในการกระทำสิ่งนั้น ๆ ฉะนั้น การหัดทำสมาธิก็คือการทำให้จิตให้สงบตั้งมั่นแน่วแน่ ไม่วอกแวก ไม่ฟุ้งซ่าน แต่ว่าสามารถรวมจิตให้ตั้งแน่วแน่อยู่ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งได้เป็นอย่างดี ดังนี้คือการทำสมาธิ และวิธีการทำสมาธินั้นมี ๒ อย่าง

อย่างหนึ่ง กำหนดใจให้รวมอยู่ในเรื่องหนึ่ง โดยไม่ต้องคิดพิจารณา

อีกอย่างหนึ่ง การคิดพิจารณา โดยรวมใจเข้ามาพิจารณาในเรื่องที่จะทำให้ใจสงบ ให้ผ่องใส

วิธีแรก คือการรวมใจเข้ามาให้ตั้งอยู่ในเรื่องหนึ่งในสิ่งหนึ่งโดยไม่ต้องคิดพิจารณานั้น เช่นการรวมใจเข้ามาสวดพระพุทธคุณพระธรรมคุณและพระสังฆคุณตามที่จำได้ ถ้าจำพระพุทธคุณพระธรรมคุณพระสังฆคุณได้ทั้งหมด ก็คิดสวดในใจว่า

อิติปิโส ภควา อรหัง สมฺมาสมฺพุทฺโธ วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน สุกโต โลกวิทู อนุตฺตโร ปุริสทมฺมสารถิ สตฺถา เทวมนุสฺसानํ พุทฺโธ ภควาติ ฯ

สุวาทิต ภาวตา ฌโม สนฺทิจฺฉิกโก อกาลิกโก
เอหิปสฺสโก โอปนยิโก ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ วิญญูหิตํ ฯ

สุปฏิปนุโน ภาวโต สวากสงฺโฆ อหฺมปฏิปนุโน ภาวโต
สวากสงฺโฆ ฌายปฏิปนุโน ภาวโต สวากสงฺโฆ สามิจิปฏิ-
ปนุโน ภาวโต สวากสงฺโฆ ยทิทํจตฺตาริ ปฺริยฺสุคานิ อหฺม
ปฺริยฺสุคคฺคา เอส ภาวโต สวากสงฺโฆ อาหุเนยฺโย ปาหุ-
เนยฺโย ทกฺขิณฺเนยฺโย อณฺชลิกรณฺเณยฺโย อนุตฺตรํ ปุณฺณกฺขเขตฺตํ
โลกสฺสชาติ ฯ

สวดไปดังนี้โดยที่ไม่ต้องคิดถึงเนื้อความ และตั้งใจจะ
สวดก็จบก็สุดแต่ตั้งใจ เช่นว่า ตั้งใจจะสวด ๑๐๘ จบ
ตั้งใจจะสวดยิ่งขึ้นไปกว่านั้น คราวนั้นเมื่อใช้วิธีนี้จึงมีการ
ใช้เครื่องมือสำหรับนับ เพราะว่าถ้าไม่มีเครื่องมือสำหรับ
นับ จะนับเอาเองว่า สวดได้ ๑ จบ ๒ จบ ๓ จบ ๔ จบ
ดังนี้เป็นการยาก บางทีก็จำไม่ได้

ฉะนั้น แต่โบราณกาลมาจึงมีใช้ลูกประคำ

ลูกประคำนั้นบางพวกมี ๑๐๘ ลูก เมื่อเป็นดังนี้สวด
จบหนึ่งก็ชักไปลูกหนึ่ง เรื่อย ๆ ไปดังนี้ตามต้องการ ก็รู้
ได้ว่าสวดไปถึงจบแล้ว คราวนั้นถ้าจะภาวนาพระพุทฺธคุณ
พระธรรมคุณพระสังฆคุณดังกล่าวนั้น จำไม่ได้ทั้งหมด
หรือว่ายาวไปจะภาวนาว่า “พุทฺโธฯฯฯฯ” หรือจะภาวนา
ว่า “อรหํฯฯฯ” หรือจะภาวนาว่า “พุทฺโธ ฌโม สงฺโฆ”
อย่างใดอย่างหนึ่งก็ได้ เป็นวิธีที่รวมใจเข้ามาให้ตั้งอยู่ใน

เรื่องอันเดียว หรือจะไม่ใช่ภาวนาดังกล่าวจะใช้กำหนด
ลมหายใจเข้าออกอันเรียกว่า “อานาปานสติ” ดังนี้ได้

อีกวิธีหนึ่ง เป็นวิธีพิจารณาในข้อที่จะทำให้สงบ จะ
ทำให้ผ่องใส ดังเช่นกำหนดบทภาวนาว่า “พุทฺโธ” ก็
พิจารณาว่า พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้ตรัสรู้พระธรรม คือ
ทรงตรัสรู้สัจธรรม ธรรมที่เป็นตัวความจริง อันได้แก่
จตุราริยสัจจ์ คือ ทุกข์ เหตุเกิดทุกข์ ความดับทุกข์ ทาง
ปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ทรงเป็นผู้ที่ต้นขึ้นจากกิเลส
นิทรา คือความหลับเพราะกิเลส คือทรงเป็นผู้ต้นจาก
ความหลง ทรงเป็นผู้เบิกบานแล้วในคุณธรรมทั้งหลาย
เต็มที ▶ หรือจะพิจารณาบทอื่น เช่นบทว่า “อรหัง”
ทรงเป็นผู้ไกลกิเลส ทรงเป็นผู้บริสุทธิ์ทางกายทางวาจา
ทางใจ ไม่มีข้อลบลบอันเป็นความชั่วร้ายเสียหาย อันเป็น
โทษเครื่องเศร้าหมองหลบซ่อนอยู่ในภายในแก่น้อยหนึ่ง
นิดหนึ่ง ทรงเป็นผู้บริสุทธิ์สมบูรณ์ด้วยประการทั้งปวง
▶ หรือว่ากำหนดพิจารณาภายในแยกธาตุออกไป ว่าประกอบ
ด้วยธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม ไม่ใช่บุคคลตัวตนเราเขา ดังนี้ เป็น
วิธีพิจารณา และเมื่อพิจารณาไปจิตก็จะสงบ จะผ่องใส
นี่คือวิธีทำสมาธิ อันเป็นข้อปฏิบัติในจิตตสิกขา ซึ่งจะทำ
ได้โดยการที่ตั้งใจไว้ในเรื่องอันเดียว ไม่พิจารณา หรือว่า
โดยการพิจารณาในเรื่องที่จะทำให้จิตให้สงบให้ผ่องใส และ
เมื่อได้ความสงบ จิตตั้งมั่น ก็ชื่อว่าเป็นสมาธิ ที่แปลว่า
ความตั้งจิตมั่น ได้ชื่อว่าสมณะ ความสงบ คือว่าจิตสงบ

จากอารมณ์พุ่งผ่านจากเครื่องเศร้าหมองจิตทั้งหลาย นั่น
คือการปฏิบัติในจิตตสิกขา เมื่อจิตมีความสงบตั้งมั่นดังนี้
ก็เป็นบาทของปัญญาที่จะพิจารณาให้เกิดความรู้ความเห็น
ในสังขารธรรม ธรรมที่เป็นตัวความจริงยิ่ง ๆ ขึ้นไป

การปฏิบัติอบรมปัญญาอันเป็นปัญญาสิกขานั้น ก็คือ
การใช้จิตที่สงบมากำหนดพิจารณาดูนามรูป ให้เห็น
อนิจจตา คือความไม่เที่ยง เกิดดับ ให้เห็นทุกขตา ความ
เป็นทุกข์ ก็ต้องถูกความเกิดดับบีบคั้นให้แปรปรวน
เปลี่ยนแปลงไปอยู่เสมอ และให้เห็นอนัตตตา ความเป็น
ของมิใช่ตัวตน คือไม่ใช่เป็นสิ่งที่พึ่งยึดถือว่าเป็นเรา
เป็นของเรา เมื่อลักษณะอันเป็นสัจจะของนามรูปปรากฏ
ขึ้นแก่ความรู้ ความรู้ที่เข้าถึงสัจจะความจริงดังนี้เป็นตัว
ปัญญา เป็นวิปัสสนา คือรู้แจ้งเห็นจริง ย่อมเป็นเครื่อง
ปลดกิเลสและปลดทุกข์ออกจากจิตใจได้ตามกำลังของ
ปัญญาวิปัสสนาที่รู้ที่เห็นนั้น นี่เป็นการปฏิบัติทางปัญญา
สิกขา คือรวมการปฏิบัติในจิตตสิกขากับการปฏิบัติใน
ปัญญาสิกขาเข้าด้วยกัน ก็เป็นจิตภาวนา ซึ่งเรียกสั้นใน
ที่นี้ว่า “จิตภาวนาพุทโธ”

เพราะฉะนั้น ตามที่ได้กล่าวอธิบายแสดงแนวทาง
ของการปฏิบัติในจิตภาวนาพุทโธมาโดยสังเขป ก็เพื่อ
เป็นเครื่องแนะแนวทางปฏิบัติให้แก่สาธุชนทั้งหลาย
และในต่อไปนี้พระสงฆ์ก็จะได้สวดพระสูตรที่แสดงทาง
ปฏิบัติแก่สาธุชนทั้งหลายสืบต่อไป

สมาธิ ภิกขเว ภาเวธ สมาหิโต ภิกขเว ภิกขุ ขตาทุ
 ปชานาติ ภิกขุ ขตาทุ ปชานาติ รูปสุส สมุทฺทญ
 อตฺตองฺกมฺมญ เวทนาย สมุทฺทญ อตฺตองฺกมฺมญ สญฺญา
 สมุทฺทญ อตฺตองฺกมฺมญ สงฺขารานํ สมุทฺทญ อตฺตองฺกมฺมญ
 วิญฺญาณสุส สมุทฺทญ อตฺตองฺกมฺมญ

ภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงอบรมสมาธิ ภิกษุทั้ง
 หลาย ภิกษุผู้มีจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิแล้ว ย่อมรู้ทั่วถึงตาม
 เป็นจริง รู้ทั่วถึงอะไรตามเป็นจริง รู้ทั่วถึงความเกิดขึ้น
 และความดับไปแห่งรูปตามเป็นจริง รู้ทั่วถึงความเกิดขึ้น
 และความดับไปแห่งเวทนาตามเป็นจริง รู้ทั่วถึงความเกิด
 ขึ้นและความดับไปแห่งสัญญาตามเป็นจริง รู้ทั่วถึงความ
 เกิดขึ้นและความดับไปแห่งสังขารตามเป็นจริง รู้ทั่วถึง
 ความเกิดขึ้นและความดับไปแห่งวิญญาณตามเป็นจริง

(ส. ขนธ. ๑๗/๑๘)

ธรรมเนียมในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธ
ในวันเฉลิมพระชนมพรรษา
สมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ
วันที่ ๑๒ สิงหาคม พุทธศักราช ๒๕๑๘

ขออำนาจพร ขอให้ท่านทั้งหลายตั้งใจนอบน้อม
นมัสการพระผู้มีพระภาค อรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า
พระองค์นั้น ตั้งใจถึงพระองค์พร้อมทั้งพระธรรมและ
พระสงฆ์เป็นสรณะ ในวาระแรกก็ตั้งใจว่า

พุท ธัง สรณัง กัจฉามิ

ข้าพเจ้าถึงพระพุทเจ้าเป็นสรณะ

ธัมมัง สรณัง กัจฉามิ

ข้าพเจ้าถึงพระธรรมเป็นสรณะ

สังฆัง สรณัง กัจฉามิ

ข้าพเจ้าถึงพระสงฆ์เป็นสรณะ

แม้วาระที่ ๒ ก็ตั้งใจว่า

พุทติยัมปิ พุท ธัง สรณัง กัจฉามิ

พุทติยัมปิ ธัมมัง สรณัง กัจฉามิ

พุทติยัมปิ สังฆัง สรณัง กัจฉามิ

แม่วาระที่ ๓ ก็ตั้งใจว่า

ตติยัมปิ พุทฺธัง สรณัง กัจจามิ

ตติยัมปิ ฐัมมัง สรณัง กัจจามิ

ตติยัมปิ สังฆัง สรณัง กัจจามิ

แล้วพึงตั้งใจสมาทานศีลขึ้นด้วยตนเองว่า

ข้าพเจ้าสมาทานสิกขาบทศีล

ปาณาติปาตา เวรมณี

อทินนาทานา เวรมณี

กาเมสุมิจฉาจารา เวรมณี

มุสาวาทา เวรมณี

สุราเมรยมัชชปมาทัฏฐานา เวรมณี

พึงสำรวจกาย วาจา ใจ ของตน และต่อจากนั้นก็พึงทำสมาธิในการฟัง ก่อตั้งใจฟังการแสดงนำในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทฺโธ เนื่องในวันนี้เป็นวันตรงกับวันเฉลิมพระชนมพรรษาแห่งสมเด็จพระนางเจ้า ฯ พระบรมราชินีนาถ เราทั้งหลายจึงได้พากันมาปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทฺโธ เพื่อถวายพระราชกุศลและถวายพระพรชัยมงคล เราทั้งหลายได้เกิดมาในประเทศชาตินี้ ซึ่งได้มีแผ่นดินเป็นที่อยู่อาศัย เป็นที่ตั้งของหมู่ชนชาวไทยเราอันรวมกันเป็นประเทศชาติ มีพระศาสนาเป็นที่นับถือ มีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขแห่งประชาชนและรัฐบาล ได้รับความผาสุกและความเจริญต่าง ๆ ตั้งแต่เกิดมาจนถึงบัดนี้ก็เพราะได้มีสถาบันทั้งหลายดังกล่าวมานี้เป็นหลักฐานมั่นคง บุคคลชั้นมารดาบิดาของเราทั้งหลายหรือว่าชั้นสูงขึ้นไปก็ย่อมเกิดมา

ในหมู่ชนดังกล่าว ประกอบด้วยสถาบันทั้งหลาย และ
บรรพบุรุษสตรีเหล่านั้นก็ได้ช่วยกันทะนุบำรุงรักษาสืบต่อ
มาจนถึงในบัดนี้ ในบัดนี้เองเราทั้งหลายนอกจากเป็นผู้อยู่
อาศัย ก็พึงเป็นผู้มีส่วนช่วยบำรุงรักษาสถาบันทั้งหลายตาม
ทางที่ตนสามารถจะพึงทำได้ เพราะว่าในการบำรุงรักษา
นั้นก็ย่อมมีทางที่พึงกระทำอยู่เป็นอันมาก แปลว่าทุก ๆ
ทางที่พึงทำและทุกคนแต่ละคนที่รวมกันอยู่เมื่อได้ช่วยกัน
บำรุงรักษาในทางนั้น ๆ ตามความสามารถและตามทางที่
จะพึงเป็นไปได้แล้ว ก็ย่อมชื่อว่าได้มีส่วนช่วยกันบำรุง
รักษาตัวเราเองด้วย ได้ช่วยกันบำรุงรักษาส่วนรวมด้วย
ให้ดำรงอยู่อย่างผาสุก และมีความเจริญ และยังได้ชื่อว่า
เป็นผู้มีความกตัญญู รู้อุปการคุณที่ท่านผู้มีพระคุณทั้ง
หลายได้กระทำแล้ว มีความกตเวทิต์ที่ได้อตอบแทนพระ
คุณที่ท่านกระทำแล้วตามสามารถ ได้ชื่อว่ามีความกตัญญู
กตเวทิต์ต่อบรรพบุรุษสตรีผู้มีพระคุณทั้งหลายในอดีตด้วย
ได้ชื่อว่ามีความกตัญญูกตเวทิต์ต่อผู้มีพระคุณทั้งหลายใน
ปัจจุบันด้วย และเมื่อเป็นดังนี้ก็ชื่อว่าได้ปฏิบัติในทางแห่ง
ความเจริญ ในทางของสาธุชนคนดี ตามหลักสัจจะความ
จริง และตามหลักพระพุทธศาสนา

การที่ท่านสาธุชนทั้งหลายได้พร้อมกันมาเพื่อปฏิบัติ
ทำจิตภาวนาพุทธโธ ก็เป็นการปฏิบัติอบรมทางจิตใจ อัน
จิตใจย่อมเป็นมูลฐานเป็นที่ตั้งของกรรมทั้งหลาย ที่จะ

พึงกระทำทางกาย ทางวาจา และทางใจเอง เป็นที่ตั้ง
ของสุขทุกข์ทั้งหลาย ของความเสื่อมความเจริญทั้งหลาย
เพราะฉะนั้น เมื่อได้อบรมจิตใจอันนี้เป็นสิ่งสำคัญ
ที่สุดอันมีอยู่ในตนในทางจิตภาวนาที่พระพุทธเจ้าได้ทรง
สั่งสอนไว้ ก็ย่อมจะอำนวยประโยชน์ทำให้ได้รับความ
สงบและทำให้ได้ปัญญา เมื่อเป็นดังนี้ย่อมได้รับประโยชน์
เนื่องออกไปอีกมากสิ่งมากประการ เป็นต้นว่า เมื่อได้
น้อมจิตที่มีความสงบตั้งมั่นถวายพระราชกุศล ถวายพระ
พรชัยมงคล และแผ่ออกไปด้วยเมตตาปรารถนาความ
สุขแก่มนุษย์และสัตว์ทั้งปวงในภพทั้งหลายเช่นนี้ ย่อม
จะเป็นจิตที่มั่งคั่ง ยังให้สำเร็จประโยชน์ตามที่ต้องการ
น้อยหรือมาก และนอกจากนี้จิตใจที่มีความสงบตั้งมั่น
และมีปัญญา ย่อมทำให้บังเกิดสัมมาทิฐิคือความเห็น
ชอบ ทำให้ปฏิบัติชอบในกรณีะคือกิจที่ควรทำนั้น ๆ
เมื่อเป็นดังนี้ ก็ยังอำนวยประโยชน์ในทางทั้งปวง

ฉะนั้น ในต่อไปนี้จะได้กล่าวแนะนำทางปฏิบัติในการ
ทำจิตภาวนาพุทธโศโดยปริยายในทางอันหนึ่ง และมุ่งที่จะ
แสดงเป็นทางปฏิบัติโดยตรงตามพระพุทธโอวาท ทางหนึ่ง
ซึ่งจะนำไปเข้าถึงพระรัตนตรัย หรือว่าเข้าถึงพระพุทธเจ้า
ดังจะเรียกว่าองค์พระพุทธโศ พร้อมด้วยพระธรรม พระ
สงฆ์ นั่นก็คือทางลม ได้แก่ทางลมหายใจเอง พระพุทธ
เจ้าได้ตรัสไว้ในพระสูตรหนึ่งว่า อานาปานสติ สติที่กำ
หนดลมหายใจเข้าออก เมื่ออบรมให้บริบูรณ์ย่อมจะเป็น

การปฏิบัติอบรมทำสติปัฏฐานทั้ง ๔ ให้บริบูรณ์ และสติ
ปัฏฐานทั้ง ๔ เมื่ออบรมทำให้บริบูรณ์ย่อมจะเป็นการ
ปฏิบัติอบรมทำโพชฌงค์ทั้ง ๗ ให้บริบูรณ์ และโพชฌงค์
ทั้ง ๗ เมื่ออบรมทำให้บริบูรณ์จะเป็นการปฏิบัติทำวิชา
และวิมุตติให้บริบูรณ์

อนึ่ง ท่านแสดงไว้ในพระสูตรนั้นว่า พระพุทธเจ้า
ทรงอยู่ด้วยวิชาและวิมุตติ จึงจะพึงกล่าวได้ว่า องค์
พระพุทธโชนั้นประกอบด้วยวิชาและวิมุตติ [ฉะนั้นการ
ปฏิบัติทางหนึ่งที่จะให้เข้าถึงวิชาวิมุตติ] ให้เข้าถึงองค์
พระพุทธโช ก็คือทางลมหายใจเอง ที่ปฏิบัติให้เป็นสติ
ปัฏฐานขึ้น ให้เป็นโพชฌงค์ขึ้น ก็ย่อมจะนำไปสู่วิชา
วิมุตติ นำไปสู่องค์พระพุทธโชได้ ในที่สุดทางลมหายใจเข้า
ออกนั้นที่เป็นทางดำเนิน การปฏิบัติก็ตั้งต้นแต่การตั้งสติคือ
ตั้งจิตใจเองทำความระลึกรู้เข้ามา ให้รู้ลมหายใจเข้าออก
หายใจเข้ายาวก็ให้รู้ หายใจออกยาวก็ให้รู้ หายใจเข้าสั้น
ก็ให้รู้ หายใจออกสั้นก็ให้รู้ และพึงศึกษาคือพึงสำเนียงก
ปฏิบัติสำเนียงกกระทำให้มีความรู้ทั่วถึงกายทั้งหมด คือ
รูปกายอันประกอบด้วยกองลมนี้ นามกายคืออาการทาง
จิตใจทั้งหลาย ให้รู้ทั้งหมดหายใจเข้าหายใจออก รวมใจ
เข้ามาให้รู้ทั้งรูปกายหรือว่ากาย ที่นามกายหรือว่าใจ คือ
กายใจทั้งหมดนี้ของตนเอง พึงศึกษาคือสำเนียงกทำการ
ปฏิบัติให้สงบระงับการปรุงกาย หรือว่าเครื่องปรุงกายอัน
เรียกว่ากายสังขาร หายใจเข้าหายใจออก

อนึ่ง พึงศึกษาทำความรู้ปฏี คือความอ้อมใจ หายใจ
เข้าหายใจออก พึงศึกษาทำความรู้สุข คือความสบายกาย
สบายใจ หายใจเข้าหายใจออก พึงศึกษาทำความรู้เครื่อง
ปรุงใจ คือปฏีและสุขนี้เอง ให้รู้ว่าเป็นเครื่องปรุงใจแต่ง
ใจ หายใจเข้าหายใจออก พึงศึกษาทำความรู้หรือว่าให้รู้
ทำความสงบระงับเครื่องปรุงใจหรือว่าการปรุงใจ หายใจ
เข้าหายใจออก อันหมายถึงว่า เมื่อรู้ว่ปฏีสุขเป็นเครื่อง
ปรุงใจ ก็อย่าให้ปฏีสุขนี้มาปรุงใจให้คิดฟุ้งซ่าน แต่ว่า
คอยสงบระงับอย่าให้มาปรุงใจได้

อนึ่ง พึงศึกษาให้รู้จิตใจอันนี้ว่าเป็นอย่างไร ว่าเป็น
จิตใจที่สงบหรือไม่สงบ แ่่มชื่นหรือไม่แ่่มชื่น ก็ให้รู้
หายใจเข้าหายใจออก พึงศึกษาทำจิตใจอันนี้ให้บันเทิง
หายใจเข้าหายใจออก พึงศึกษาทำจิตใจนี้ให้ตั้งมั่น หายใจ
เข้าหายใจออก พึงศึกษาทำจิตใจนี้ให้พ้นจากเครื่องผูกพัน
ทั้งหลาย คือค่อยเปลื้องจิตจากสิ่ง^๕ที่เข้ามาพัวพันทั้งหลาย
หายใจเข้าหายใจออก

อนึ่ง พึงศึกษาพิจารณาให้รู้ให้เห็นอนิจจะ คือไม่
เที่ยง ได้แก่ให้เห็นเกิดดับของสิ่ง^๕ทั้งหลาย หายใจเข้าหายใจ
ออก พึงศึกษาให้รู้ให้เห็นความหน่ายคลายหรือสันติ
ใจยินดีในสิ่งทั้งหลาย หายใจเข้าหายใจออก พึงศึกษาให้
รู้ให้เห็นความดับ ดับความ^๕ดิ้นรนทะยานอยากของใจ ดับ
ความทุกข์ หายใจเข้าหายใจออก พึงศึกษาให้รู้ให้เห็นการ
ที่สละสิ่ง^๕กั้นสิ่ง^๕ที่ยึดเอามาทั้งหลาย หายใจเข้าหายใจออก

ในข้อท้ายนี้ เมื่อเคยยึดถือเอาสิ่งใดมาด้วยตัณหาอุปาทาน
เป็นเรา เป็นของเรา เป็นตัวตนของเรา ก็ส่งกันไปกับสิ่ง
นั้น ยึดรูปที่ตาเห็นเอาเข้ามาก็ส่งกันรูปไปที่รูป ยึดเสียง
ที่หูได้ยินเข้ามาก็ส่งกันเสียงไปที่เสียง ดังนั้นเป็นต้น

ในพระสูตร พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงแสดงว่าเมื่อ
ตั้งสติทำความรู้กำหนดลมหายใจเข้าลมหายใจออก ด้วย
อาการดังที่กล่าวมานี้ เมื่อตั้งสติทำความรู้ลมหายใจเข้า
ลมหายใจออก พร้อมทั้งรู้ระยะหายใจยาวหรือสั้น พร้อมทั้ง
ทั้งศึกษาให้รู้กายทั้งหมด ศึกษาสงบหรือระงับกายสังขาร
หรือเครื่องปรุงกายทั้งหมด ก็ชื่อว่าได้เจริญกายนุสสนา
สติปัญฐาน คือตั้งสติพิจารณากาย ก็เพราะตรัสว่าลมหายใจ
เข้าลมหายใจออกเป็นกายอย่างหนึ่ง

อนึ่ง เมื่อตั้งสติทำความรู้ลมหายใจเข้าลมหายใจออก
พร้อมทั้งรู้ปัสสัณ รู้ว่าปัสสัณเป็นเครื่องปรุงใจ และรู้การ
สงบระงับเครื่องปรุงใจอันนี้ คือไม่ให้ปรุงใจขึ้นได้ เมื่อ
ปฏิบัติดังนี้ก็ได้ชื่อว่าปฏิบัติในเวทนานุสสนาสติปัญฐาน
ตรัสว่าการทำมนสิการ คือการกระทำไว้ในใจซึ่งลมหายใจ
เข้าลมหายใจออกด้วยดี เป็นเวทนาอย่างหนึ่ง

อนึ่ง เมื่อหายใจเข้าเมื่อหายใจออก ทั้งทำสติกำหนด
รู้ลมหายใจพร้อมทั้งรู้จิตใจอันนี้ รู้การทำจิตให้บันเทิง
รู้การตั้งจิตคือทำจิตให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิ รู้การเปลื้องจิต
ใจจากสิ่งที่เข้ามาพัวพันทั้งหลาย เมื่อปฏิบัติดังนี้ก็ได้

ชื่อว่าปฏิบัติในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ตรัสว่า ไม่ตรัส
อานาปานสติแก่ผู้ที่หลงลืมสติไม่มีความรู้พร้อมในตน

อนึ่ง เมื่อตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้าออก พร้อมทั้ง
กำหนดพิจารณาให้รู้ให้เห็นอนิจจะ คือความไม่เที่ยง ให้รู้
ให้เห็นวิราคะ คือความคลายหรือความสันตติใจยินดี ให้รู้
ให้เห็นนิโรธคือความดับ ดับที่ใจ ให้รู้ให้เห็นความสละกัน
หรือความส่งกันดังกล่าว ก็ได้ชื่อว่าได้ปฏิบัติในธรรมานุ-
ปัสสนาสติปัฏฐาน ตรัสว่า เห็นการละความยินดีความยิน-
ร้ายด้วยปัญญา ย่อมเข้าไปเพ่งดูเฉยอยู่ด้วยดี ดังนี้

อนึ่ง เมื่อได้อบรมสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้ให้บริบูรณ์ เป็น
ผู้ตั้งมั่นมีสติไม่หลงลืม ก็เป็นอันได้เริ่มปฏิบัติในสติสัม-
โพชฃงค์ องค์แห่งความรู้คือสติ ผู้ที่มีสติอย่างนั้นย่อม
เลือกเห็นธรรมด้วยปัญญา ย่อมรู้ธรรมที่เกิดขึ้นในจิตใจ
ว่าเหล่านี้เป็นกุศล เหล่านี้เป็นอกุศล เหล่านี้มีโทษ
เหล่านี้ไม่มีโทษ เหล่านี้ผู้รู้สรรเสริญ เหล่านี้ผู้รู้ติเตียน
ก็เป็นอันได้เริ่มปฏิบัติในธัมมวิจยสัมโพชฃงค์ เมื่อเลือก
เห็นธรรมอยู่ด้วยปัญญา ความเพียรย่อมบังเกิดขึ้น ไม่
ย่อหย่อน ก็เป็นอันเริ่มปฏิบัติในวิริยสัมโพชฃงค์ ผู้ที่มี
ความเพียรเริ่มขึ้นแล้วอย่างนี้ย่อมได้ปฏิบัติ ย่อมเกิดปฏิบัติที่
เป็นนิรามิส คือไม่มีกิเลสเป็นเครื่องล่อ เมื่อเป็นดังนี้ก็
เป็นอันเริ่มปฏิบัติในปัสสัทธิสัมโพชฃงค์ องค์แห่งความรู้คือ
ปัสสัทธิ ใจที่มีปัสสัทธิย่อมสงบ คือกายก็สงบ ใจก็สงบ ก็เป็นอัน
เริ่มปฏิบัติในปัสสัทธิสัมโพชฃงค์ องค์แห่งความรู้ คือ

บัสสัทธิ บัสสัทธิคือความสงบกายสงบใจ เมื่อมีกายสงบ
มีสุข จิตใจย่อมตั้งมั่นเป็นสมาธิ เมื่อเป็นดังนี้ ย่อมเป็น
อัมปฤทธิในสมาธิสัมโพชฌงค์ องค์แห่งความรู้คือสมาธิ
เมื่อเป็นดังนี้ย่อมเข้าไปเพ่งดูเฉยอยู่ซึ่งจิตที่ตั้งมั่นเป็น
สมาธิอยู่ด้วยดี เมื่อเป็นดังนี้ ก็ย่อมเป็นอัมปฤทธิใน
อุเบกขาสัมโพชฌงค์ องค์แห่งความรู้คืออุเบกขา เมื่อ
ปฏิบัติให้บริบูรณ์ในโพชฌงค์ ๗ ดังนี้ ก็เป็นอันได้ปฏิบัติ
เพื่อให้บังเกิดวิชชาวิมุตติ วิชชาคือความรู้แจ่มแจ้งใน
สัจธรรม วิมุตติคือความหลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์
ขั้นต่อไป

เพราะฉะนั้น ลมหายใจนั่นเองจึงเป็นทางปฏิบัติทำให้
บังเกิดเป็นสติปัฏฐาน เป็นโพชฌงค์ จนถึงวิชชาวิมุตติ จึง
เป็นทางปฏิบัตินำไปสู่วิชชาวิมุตติ นำไปสู่องค์พระพุทโธ
ได้ดังนี้ เพราะฉะนั้นจึงเป็นทางปฏิบัติสำคัญทางหนึ่งที่
พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้ ซึ่งเราทั้งหลายสม
ควรที่จะได้ฝึกหัดปฏิบัติ เริ่มด้วยการตั้งสติ ถือตั้งจิตใจ
อันนั้นนั่นเอง ทำความรู้ รู้ที่ลมหายใจเข้าลมหายใจออก
ของตน ๆ นั้นแหละ รวมจิตใจกำหนดให้รู้ให้เป็นสติขั้น
ในลมหายใจเข้าในลมหายใจออก มนสิการลมหายใจ
แหละให้ค่อยๆ ให้หลงลืม ให้มีความรู้พร้อมอยู่ในตนเอง
จนถึงละอภิชฌาโทมนัสคือความยินดีความยินดีย่ำได้
กำหนดเพ่งดูอยู่กับการละอันนี้ สติก็จะยิ่งตั้งมั่นไม่หลงลืม
ยิ่งขึ้น จึงเป็นสติปัฏฐาน เป็นโพชฌงค์ ขั้นไปโดยลำดับ

การปฏิบัติตั้งต้น^๕นี้จึงเป็นสิ่งที่ไม่ยาก และเมื่อตั้งต้น^๕ขึ้นแล้ว เพียงแต่คุมจิตใจอัน^๕นี้เองให้อยู่ที่เป็นสติขึ้นมาสร้างให้เป็นสติขึ้นมาที่ลมหายใจเข้าลมหายใจออก แล้วธรรมจะเจริญขึ้นมาโดยลำดับเอง โดยที่ผู้ปฏิบัติไม่ต้องกังวล ให้ตั้งใจรวมจิตใจเข้ามา^๕นี้แหละให้แน่นแน่ว ให้รู้ลมหายใจเข้าออก ให้เป็นสติอยู่ที่ลมหายใจเข้าออก

ฉะนั้น ต่อไปนี้พระสงฆ์จะได้สาวตสูตรเป็นแนวปฏิบัติ^๕นำ และต่อจากนั้นท่านสาธุชนทั้งหลายก็จะได้เริ่มปฏิบัติของตนเองสืบต่อไป

สัมโมทนียกถาหลังการปฏิบัติ

บัดนี้ ถึงเวลาที่จะปิดประชุมปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธ ท่านสาธุชนทั้งหลายได้มาปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธ และทำการชวนช่วยในการต่าง ๆ บ้าง ทำจิตภาวนาไป บ้าง และก็อาจที่จะปรารภข้อกัมมัญฐานต่าง ๆ กันหรืออาจที่จะตรงกัน แต่ทั้งนี้ก็กล่าวได้ว่ารวมอยู่ในทางอันเดียวกัน คือทางทำจิตภาวนาของพระพุทธเจ้า และเพื่อวิชาวิมุตติในที่สุดตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงสั่งสอนไว้ ในบัดนี้^๕ก็ขอเชิญชวนให้ทุก ๆ ท่านน้อมจิตระลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณ อันประกอบด้วยพระราชธรรมปฏิบัติแห่งสมเด็จพระบรมพิตรพระราชสมภารเจ้าทั้ง ๒ พระองค์^๕ซึ่งได้ทรงปฏิบัติด้วยกันมาเพื่อความอยู่เย็นเป็นสุข เพื่อความสวัสดิ์ของประเทศชาติ ประชาชน สมณะชีพราหมณาจารย์ในทุกวิถีทาง ได้ทรงอุทิศพระองค์ปฏิบัติพระ

ราชกรณียะแม่ในถิ่นทุรกันดาร แม่ในที่ที่ล่อแหลมอันตราย เมื่อความทุกข์ยากของประชาชนบังเกิดขึ้นหรือเมื่อพระราชกรณียะมาถึงเข้า ก็ไม่ทรงหลบเลี่ยงในทุก ๆ แห่ง อาศัยพระราชบารมีและอาศัยนรานระผู้ภักดีรักษาอีกส่วนหนึ่ง จึงได้ทรงประสบความสำเร็จโดยลำดับ และก็อาจกล่าวได้ว่า เมื่อเราทั้งหลายได้รวมใจกันส่งกระแสนจิตซึ่งได้ปฏิบัติอบรมขัดเกลาให้บริสุทธิ์เท่าที่สามารถจะทำได้ ส่งถวายพระราชกุศลถวายพระพรชัยมงคล ก็ย่อมจะมีพลังช่วยได้อีกสถานหนึ่งแม้ทางจิตใจ ฉะนั้นก็ขอให้ตั้งใจส่งไปด้วยกัลยาณจิต จิตที่งดงาม ด้วยเมตตาจิต จิตที่ประกอบด้วยเมตตาปรารถนาความสุข ถึงสมเด็จพระบรมพิตรพระราชสมภารเจ้าทั้ง ๒ พระองค์ พร้อมด้วยพระราชโอรสธิดา พร้อมทั้งสมเด็จพระบรมราชชนนี สมเด็จพระพันาง ถวายส่วนแห่งกุศลที่ทุก ๆ คนได้ปฏิบัติอบรมมาแม้ในวันนี้ และถวายพระพรชัยมงคลให้ทรงพระเกษมสำราญอุดมผล ทรงประสบความสำเร็จในพระราชกรณียะที่ทรงปฏิบัติ ทรงชนะมวลอริราชศัตรูผู้มุ่งร้ายทั้งปวงโดยชอบ ทรงพระเจริญด้วยพระชนมายุสุขทุกประการ

อนึ่ง ก็ขอให้ตั้งใจแผ่ไปด้วยเมตตาคือความคิดปรารถนาให้เป็นสุข ด้วยกรุณา คือความคิดปรารถนาให้ผู้ที่ทุกข์พ้นจากความทุกข์ ด้วยมุทิตาคือความคิดขอให้ผู้ที่มีความเจริญด้วยสมบัติทั้งปวงให้ดำรงอยู่ในความเจริญ

ด้วยอุเบกขาก่อความวางใจมัธยัสต์เป็นกลาง ไม่ยินดีไม่
 ยินร้าย ปลงลงไปในการและผลของการ แม้ไปในบุ-
 กลในสัตว์ทั้งหลายถ้วนหน้า ไม่มีประมาณคือไม่มีจำนวน
 ชัดกั้น แม้ไปทั้งหมดในทิศเบื้องหน้า ในทิศเบื้องขวา ใน
 ทิศเบื้องหลัง ในทิศเบื้องซ้าย ในทิศเบื้องบน ในทิศเบื้อง
 ล่าง ในทิศเบื้องขวางโดยรอบ ขอให้สัตว์ทั้งปวง ขอให้
 สิ่งที่มีชีวิตมีจิตทั้งปวง ขอให้ผู้ที่เกิดมาทั้งปวง ขอให้
 บุคคลทั้งปวง ขอให้สิ่งที่เนื่องในอัตภาพทั้งปวง จงอย่า
 มีภัยมีเวร จงอย่ามีทุกข์ จงอย่ามีเครื่องเบียดเบียน จง
 พากันมีสุข รักษาตนให้สวัสดิ์ จงพากันพ้นจากความทุกข์
 จงอย่าเสื่อมจากสมบัติที่ได้แล้ว และต่างก็มีกรรมเป็นของ
 ของตน เป็นทายาทรับผลของการ มีกรรมเป็นกำเนิด
 มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย จะกระทำ
 กรรมอันใดไว้ ดีหรือชั่ว ก็จะต้องเป็นทายาทรับผลของ
 กรรมนั้น จึงขอให้พากันละกรรมชั่วประกอบกรรมที่ดี

อนึ่ง ก็ขอให้ได้ตั้งจิตแผ่ส่วนกุศลที่ได้กระทำแล้วแก่
 สัตว์ทั้งหลาย ด้วยตั้งจิตอุทิศให้ ขอให้สัตว์ทั้งหลายไม่มี
 ประมาณ จงมีส่วนแห่งบุญกุศลที่ข้าพเจ้าทั้งหลายได้กระ-
 ทำแล้วในบัดนี้ แลแห่งบุญกุศลทั้งหลายอื่นที่ได้กระทำ
 แล้ว และก็ขอเชิญชวนให้ตั้งใจถวายพระราชกุศลและ
 ถวายพระพรชัยมงคลอีกครั้งหนึ่งแด่ทุก ๆ พระองค์ เรา
 ทั้งหลายได้ปรารภวันเฉลิมพระชนมพรรษาแห่งสมเด็จพระ
 พระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ ได้มาปฏิบัติทำจิตภาวนา

๔๕

พุทธโธในวันนี้ ก็ชื่อว่าได้มาปฏิบัติทำบุญทำกุศลด้วยตนเอง แม้ว่าจะตั้งใจแผ่ส่วนบุญแผ่ส่วนกุศลให้แก่สัตว์ทั้งหลายไม่มีประมาณ บุญกุศลที่ได้กระทำไวเองนั้นก็หาได้บกพร่องไปไม่ แต่อย่างยิ่งจะเพิ่มพูนมากขึ้น ก็เพราะว่าการให้ส่วนกุศลก็เป็นการกระทำบุญอย่างหนึ่ง เรียกว่า “ปัตติทานบุญกิริยา การกระทำบุญสำเร็จด้วยการให้ส่วนกุศล” ยิ่งให้ก็ยิ่งได้บุญ การช่วยขวนขวายประกอบกรณียะทั้งหลายก็เป็นการกระทำบุญอย่างหนึ่ง เรียกว่า “เวียขาวัจฉมัย บุญกิริยา บุญสำเร็จด้วยการกระทำขวนขวายช่วยเหลือ” ยิ่งทำก็ยิ่งได้บุญ เพราะฉะนั้นก็ขออนุโมทนาบุญของท่านสาธุชนทั้งหลายทุกท่าน ซึ่งได้มาร่วมกระทำในทางต่าง ๆ แม้ว่าจะมีทางต่าง ๆ ที่กระทำต่างกันไปบ้างแต่ก็ล้วนเป็นทางบุญทั้งนั้น ไม่มีเป็นทางบาปทางอกุศลเลย จึงเป็นไปเพื่อประโยชน์สุขโดยส่วนเดียว จึงขออนุโมทนาสาธุการในการกระทำบุญของท่านสาธุชนทั้งหลาย เมื่อประมวลเข้าแล้วก็เป็่่นบุญที่สำเร็จด้วยท่านบ้าง ด้วยศีลบ้าง ด้วยภาวนาบ้าง ก็ขอให้ท่านทั้งหลายต่างเป็นผู้ไม่มีภัยมีเวร มีสุขสวัสดิ์รักษาตน เมื่อมีทุกข์ก็ให้พ้นจากทุกข์ และอย่าเสื่อมจากสมบัติที่ได้แล้ว และก็ขอให้พากันตั้งใจละอกุศล ประกอบกุศลให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปทุก ๆ ท่าน

ในที่สุดนี้ พระสงฆ์จะได้สวดถวายพระพรชัยมงคลถวายพระราชกุศล และสวดอนุโมทนาสาธุการแก่ท่าน

สาธุชนทั้งหลายด้วยในต่อไปนี้

อานาปานสติสมาธิ ภิกขเว ภาวโต พหุลีกโต
มหปุณโณ โหติ มหานิสัส

ภิกษุทั้งหลาย สมาธิที่เกิดจากสติกำหนดลมหายใจ
เข้าออก อันบุคคลอบรมทำให้มากแล้วย่อมมีผลมาก มี
อานิสงส์มาก

อหมี สุกฺ ภิกขเว ปุพฺพเพว สมุโพธา อนภิสมฺพุทฺโธ
โพธิสตุโตว สมานอ อิมินา วิหารเณ พหุลํ วิหารมิ ตสฺส มยฺหํ
ภิกขเว อิมินา วิหารเณ พหุลํ วิหโรโต เนว กาโย กิลมตี
น จกฺขุณี อนุปาทนาย จ เม อาสเวหิ จิตฺตํ วิมฺจุจตี

ภิกษุทั้งหลาย ก็แม้เราเมื่อก่อนแต่ตรัสรู้ เป็น
โพธิสัตว์ยังมีได้ตรัสรู้ ย่อมอยู่โดยมากด้วยสมาธิเป็นเครื่อง
อยู่(อานาปานสติสมาธิ) นี้ ภิกษุทั้งหลาย เมื่อเรานั้นอยู่
โดยมากด้วยเครื่องอยู่นี้ กายย่อมไม่ลำบาก จักขุไม่ลำบาก
และจิตของเราก็พ้นจากอาสวะทั้งหลายเพราะไม่ถือมั่น

(ส. มหา ๑๕/๔๐๑)

ธรรมกถาในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธ

ในวันพระราชสมภพ

สมเด็จพระบรมโอรสาธิราช ฯ สยามมกุฎราชกุมาร

วันที่ ๒๗ กรกฎาคม พุทธศักราช ๒๕๑๘

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส

“พุทฺโธ โส ภควา โพธาย ฌมฺมึ เทเสติ

พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น เป็นพระผู้รู้ผู้ตื่นแล้ว
ทรงแสดงธรรม เพื่อให้รู้ให้ตื่น”

บัดนี้ จักแสดงพระธรรมเทศนาสนองกุศลเจตนาของ
ท่านสาธุชนซึ่งปรารถนาฟังธรรม และ การปฏิบัติทำจิต
ภาวนาพุทโธ จึงได้มาประชุมกันเพื่อฟังธรรมและปฏิบัติ
ทำจิตภาวนา

การฟังธรรมนั้น ในที่นี้ก็ได้มีประจำทุกวันอาทิตย์
และโดยเฉพาะในวันนี้ได้มีการชักชวนกันเพื่อมาปฏิบัติทำ
จิตภาวนาพุทโธอีกส่วนหนึ่ง เพื่อถวายพระราชกุศล
ถวายพระพรชัยมงคล แต่สมเด็จพระบรมบพิตรสมเด็จพระ
บรมโอรสาธิราช ฯ สยามมกุฎราชกุมาร ปรารถนาวันพระ

ราชสมภพซึ่งเวียนมาถึงอีกวาระหนึ่งในวันพรุ่งนี้ คือ วันที่ ๒๔ กรกฎาคม แต่โดยที่วันนี้เป็นวันหยุดราชการ หยุดการทำงาน ส่วนวันพรุ่งนี้ไม่ใช่เป็นวันหยุด ฉะนั้นจึงได้มีการชักชวนกันมาปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธถวายในวันนี้ เมื่อเป็นดังนี้ จึงมาตรงกับวันอาทิตย์ซึ่งเป็นวันประชุมกันฟังธรรมโดยปกติ ท่านสาธุชนทั้งหลายจึงได้มีโอกาสมาร่วมฟังธรรมในวันอาทิตย์ด้วย และผู้ที่มีความปรารถนาจะปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธต่อไปได้ด้วย

ก่อนอื่น เราทั้งหลายสมควรจะได้ทำความรู้สึกกตัญญูรู้พระคุณของท่านทั้งหลาย ผู้ที่ได้เอื้ออภัยคุ้มครองป้องกันประเทศไทยนี้ ให้คงมีความสุขสวัสดิ์ ในขณะที่ประเทศไทยทั้งหลายโดยรอบกำลังตกอยู่ในความสับสนวุ่นวาย และมีความทุกข์เดือดร้อนกันโดยทั่วไป แต่ว่าประเทศไทยเรายังมีความสุขสวัสดิ์ รวมทั้งเราทั้งหลาย ทั้งที่เป็นบรรพชิต คือผู้บวช ทั้งที่เป็นคฤหัสถ์ คือผู้ครองเรือน ต่างก็มีความสุข มีอิสระเสรีอย่างเต็มที่ ในอันที่จะปฏิบัติ ในอันที่จะกระทำกิจการต่าง ๆ ในอันที่จะมีการพักผ่อน ดังเช่น ในด้านศาสนาก็มีอิสระเสรีในอันที่จะออกบวชเรียนกัน ในอันที่จะปฏิบัติธรรม ดังเช่นในวันนี้ ทุก ๆ คนผู้มีความปรารถนาต่างก็พากันมาปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธได้ตามประสงค์ แม้แต่ทางบ้านทางเมืองก็เช่นเดียวกัน ทุกคนก็มีความสุข มีอิสระเสรีในอันประกอบอาชีพการงาน ในอันที่จะแสวงหาความ

สุขสนุกสบาย ในอันที่จะกระทำกิจการต่าง ๆ ได้ตาม
ปรารถนา ไม่ใช่แต่ในด้านการกระทำที่เป็นปกติเรียบร้อย
เท่านั้น แม้ในการกระทำในบางด้านบางประการ รวมถึง
ในการที่จะประชุมกันด่าว่าใครต่อใคร ตลอดจนถึงจะด่า
ว่าพระสงฆ์องค์เจ้าก็ยังทำได้ ก็แปลว่าจะหาประเทศ
ถิ่นที่ประชาชนมีความสุขมีอิสระเสรีในอันที่จะกระทำ
อะไรต่ออะไรได้ตามใจเช่นนี้อีกได้ยาก หรือว่าหาไม่ได้
แม้เช่นนี้ประเทศไทยเรานี้ก็ยังไม่เป็นอะไร ก็ยังมีความ
เป็นปึกแผ่น และในกาลสมัยที่คล้าย ๆ กันว่าจะเอียง
เซล้มไป แต่แล้วก็กลับเป็นปกติ ซึ่งดูเหมือนมีความมัน
คงดำรงอยู่ ความที่เกยवादกลั้วต้นตื้นกันในงานคราว
ก็กลับสงบลงได้ ลักษณะที่เป็นไปดังกล่าวนี้น่าใช้ว่าได้
มีเฉพาะในสมัยปัจจุบันนี้เท่านั้น แม้ในอดีตก็ได้เคยมีมา
แล้ว ในคราวที่ประเทศชาติหัวน้ําเหียงเซหรือว่าพิบัติ
ลงในบางครั้งบางคราว แต่ก็กลับคืนเป็นปกติ กลับฟื้น
ขึ้นได้อย่างรวดเร็ว และดำรงอยู่สืบต่อมาได้ เพราะว่าได้
มีบุคคลบ้าง เหตุการณ์ต่าง ๆ บ้าง เข้ามาแก้ไขหรือ
บังเกิดขึ้นแก้ไข เป็นการช่วยเหลือให้มีความรอดพ้นและ
ประสบความสำเร็จในที่สุด ได้เป็นมาดังนี้หลายครั้งหลาย
หน แม้เพราะเหตุนี้ จึงได้มีปรากฏในพงศาวดารรัชกาล
ที่ ๔ ว่า พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ได้ทรง
ปรารถนถึงเหตุการณ์ของประเทศชาติไทยที่เป็นมาดังกล่า
วนั้น ก็ชวนเซเหมือนอย่างจะล้มพินาศลงแต่แล้วก็กลับมี

บุคคลหรือเหตุการณ์มาช่วยผ่อนคลายให้กลับเป็นปกติ
มีความสวัสดิมาเป็นคราว ๆ โดยลำดับ ฉะนั้น จึงได้ทรง
พระราชดำริว่า จะต้องม[ี]ท่านผู้^{ที่}คอยอภิรักษ์ช่วยเหลือ
อยู่ดังกล่าวมานั้น จึงได้ทรงพระกรุณาโปรดสถาปนา
“พระสยามเทวาธิราช” ขึ้นเป็นสัญลักษณ์ถึงท่านที่ได[้]
อภิรักษ์อภิบาลประเทศชาติไทยนี้มาโดยลำดับ สำหรับ
ทรงสักการบูชา และพระสยามเทวาธิราชก็ได้เป็นที่สักการ
บูชาเคารพนับถือ แห่งพระมหากษัตริย์ และประชาชน
สืบต่อมาจนถึงในบัดนี้

ฉะนั้น จึงกล่าวได้ว่า พระสยามเทวาธิราชได้เป็นผู้
อภิบาลบริรักษ์รักษาประเทศชาติประชาชนชาวไทยมาโดย
ลำดับ นี[้]ทางฝ่ายอาณาจักร ส่วนทางฝ่ายพุทธจักรนั้น
ประชาชนชาวไทยเราก[็]ได้รับนับถือพระพุทศาสนาสืบต่อ
กันมาเป็นเวลาช้านาน ได[้]นับถือพระรัตนตรัย คือ พระ
พุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ เป็นสรณะ คือที่พึ่งกำจัด
ทุกขภัยได้จริงมาโดยลำดับ และได้เคารพนับถือธรรม
คำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาประพฤติปฏิบัติ
ธรรมคือคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า^นเองได้เป็น
เครื่องสร้างจิตใจของประชาชนคนไทยให้ประกอบด้วย
ธรรมมานับเป็นพันปี จนกล่าวได้ว่า หลักธรรมของ
พระพุทเจ้า^นได้ซึมซาบเข้าสู่จิตใจเลอดเนื้อของประชาชน
คนไทยเรา จนเป็นเหมือนอย่าง^{ที่}เรียกว่าเป็นกรรมพันธุ์
แต่ในที^นก็ควรจะเรียกว่าเป็นธรรมพันธุ์ คือเป็นพันธุ์ทาง

ธรรมที่สืบทอดกันมา เป็นต้นว่า จิตใจที่ฝังลึกอยู่ใน
คุณแห่งพระรัตนตรัย คือ พระพุทธเจ้า พระธรรม
พระสงฆ์ จิตใจที่ประกอบด้วยความกตัญญูกตเวที รู้จัก
เคารพนับถือพ่อแม่ ครูบาอาจารย์ และผู้มีพระคุณทั้ง
หลาย จิตใจที่ประกอบด้วยความเมตตา กรุณา มักสงสาร
ผู้ตกทุกข์ได้ยาก อดไม่ได้ที่จะช่วยเหลือ ตลอดจน
ถึงความที่มีจิตใจฝังลึกอยู่ในความจงรักภักดีต่อพระมหา
กษัตริย์ผู้ทรงเป็นองค์พระประมุขของประเทศชาติ ก็
เพราะว่า ประเทศชาติไทยเรานี้ได้มีพระมหากษัตริย์เป็น
องค์พระประมุขสืบต่อมาโดยลำดับนับเป็นพัน ๆ ปี และ
หัวหน้าของชาติ คือพระมหากษัตริย์นั่นเอง ก็ได้ทรงนำ
ประชาชนชาวไทยต่อสู้ป้องกันศัตรูที่มารุกรานต่าง ๆ อุป
ถัมภ์บำรุงประชาชนชาวไทยทั้งปวง เป็นที่รวมจิตใจให้
มีความสามัคคีเอकीภาพ คือความพร้อมเพรียงเป็นอันหนึ่ง
อันเดียวกัน แปลว่าเป็นผู้ร่วมทุกข์ร่วมสุขอยู่กับประชาชน
นำประชาชน ประเทศชาติ มาสู่ความสุขสวัสดิ์โดยลำดับ
ทุกกาลทุกสมัยมาจนถึงในบัดนี้

อนึ่งเล่า เมื่อชาติไทยเราได้รับนับถือพระพุทธศาสนา
ก็พระมหากษัตริย์นั่นเองได้ทรงเป็นผู้รับขึ้นก่อน และชัก
นำประชาชนให้รับนับถือปฏิบัติ ส่วนพระมหากษัตริย์
เองเล่าก็ได้ทรงรับหลักธรรมของพระพุทธศาสนามาประ
พฤติปฏิบัติ ดังที่ได้กล่าวกันมาจนถึงในบัดนี้ว่า ได้
ทรงดำรงอยู่ในทศพิธราชธรรม คือธรรมของพระราชา

ซึ่งเป็นผู้ปกครอง ๑๐ ประการ พระมหากษัตริย์ไทยตั้ง
แต่นั้นนับถือพระพุทธศาสนาก็ได้ทรงตั้งอยู่ในทศพิธราช
ธรรมดังกล่าวมานี้โดยลำดับ จึงสมควรจะกล่าวหัวข้อของ
ทศพิธราชธรรมนี้ดังนี้

ข้อ ๑ ทาน การให้ ถือทรงเป็นผู้ให้ ให้ทรัพย์ ให้
การช่วยเหลือต่าง ๆ ตลอดจนให้ปัญญาคือให้ความรู้แก่
ประชาชน ให้ตามที่ต้องการ เมื่อประชาชนต้องการอะไร
ก็ให้สิ่งที่ต้องการนั้น

ข้อ ๒ สีล ถือความประพฤติดีงาม งดเว้นจากการ
ที่ชั่วเสียหาย ไม่ทำอะไรเป็นการไม่เหมาะสมไม่ควร

ข้อ ๓ ปริจาคะ การบริจาค คือ การยอมสละเพื่อ
ประโยชน์ที่ยิ่งกว่า เช่น ยอมสละประโยชน์ส่วนตนเพื่อ
ประโยชน์ของส่วนรวม คือความดำรงอยู่ของชาติและพระ
พุทธศาสนา ดังที่จะเห็นได้ว่า พระมหากษัตริย์ตั้งแต่
อดีตกาลมาได้ทรงออกหน้านำทหารออกรบในสงคราม ดัง
เช่นสมเด็จพระนเรศวรมหาราชเป็นต้น ทรงยอมสละพระ
ชนมชีพเพื่อรักษาประเทศชาติประชาชน

ข้อ ๔ อาชวะ ความเป็นคนตรง ไม่คิดคดทรยศต่อ
ประเทศชาติ ประชาชน

ข้อ ๕ มัททวะ ความสุภาพอ่อนโยน ไม่แข็งกระด้าง
หยาบหมั่น

ข้อ ๖ ตปะ คือ มีความเพียรไม่เกียจคร้าน ปฏิบัติ
กรณีเช่นนั้น ๆ

ข้อ ๗ อโภธะ ความไม่โภธ คือไม่ดูอำนาจของ
ความโภธและกระทำอะไรไปด้วยอำนาจของความโภธ
ซึ่งถ้าเป็นเช่นนั้นก็เป็นกรกระทำที่ไม่ยุติธรรม

ข้อ ๘ อวิหิงสา ไม่เบียดเบียน หมายความว่าไม่ทำ
อะไรเป็นการเบียดเบียนประชาราษฎร มีกรุณาแผ่ไปใน
ประชาชนทั่วไป เมื่อมีความทุกข์เดือดร้อนบังเกิดขึ้นใน
ที่ใด ก็จะต้องเสด็จไปหรือทรงกระทำการช่วยในที่นั้น
แม้จะเป็นถิ่นทุรกันดารใดก็ตาม

ข้อ ๙ ขันติ ความอดทน คือมีความอดทนต่อปัจจัย
ที่จะทำให้เกิดความโลภ ความโกรธ ความหลงทั้งหลาย
อดทนต่อความลำบากตรากตรำทั้งปวง อดทนต่อถ้อยคำ
ที่จบบ้างล่วงเกิน

ข้อ ๑๐ อวิโรธนะ ความไม่ผิด คือจะทำอะไรก็ศึกษา
พิจารณาไตร่ตรองให้มีความรู้ทั่วถึงรอบคอบ เพื่อให้เกิด
ความไม่ผิดพลาด แต่ให้ถูกต้องในเรื่องทั้งปวง

ธรรมทั้ง ๑๐ ประการนี้ แม้เรียกว่าราชธรรมก็มีได้
หมายความว่า เป็นธรรมที่พระราชาพระองค์เดียวพึงประ-
พฤติปฏิบัติ แต่เป็นธรรมสำหรับปกครองแผ่นดินของ
ทุก ๆ ฝ่ายผู้รวมกันอยู่ในแผ่นดินตั้งแต่พระราชาลงมา
ฉะนั้นผู้ปกครองประเทศชาติทุกระดับก็มีหน้าที่จะต้องตั้ง

อยู่ในทศธรรมเหล่านี้ด้วย แม้ประชาชนทั่วไปก็พึงตั้งอยู่ในทศธรรมเหล่านี้ด้วยเช่นเดียวกัน คือสมควรที่จะต้องมีทาน เป็นต้น ฝ่ายผู้ปกครองคือพระมหากษัตริย์และรัฐบาลมีทานแก่ประชาชน ประชาชนก็พึงมีทานแก่พระมหากษัตริย์และรัฐบาล เช่นว่าช่วยเหลือ้วยสาอากร ช่วยทำการให้ในทางต่างๆ ฝ่ายพระมหากษัตริย์และรัฐบาลมีศีลแก่ประชาชน ประชาชนก็พึงมีศีลแก่พระมหากษัตริย์และรัฐบาล ฝ่ายพระมหากษัตริย์และรัฐบาลมีการบริจาคมมีความตรง มีความอ่อนโยน มีความเพียร มีความไม่โกรธ หรือไม่โล่อำนาจของความโกรธ มีความไม่เบียดเบียน มีความอดทน มีการกระทำไม่ผิดแก่ประชาชน ประชาชนก็พึงมีบริจาค เป็นต้น ดังกล่าวแล้วต่อพระมหากษัตริย์และรัฐบาลเช่นเดียวกัน

ธรรมในพระพุทธศาสนาย่อมเป็นกลางอย่างนี้ แม้จะตั้งชื่อว่าทศพิธราชธรรม ซึ่งดูเหมือนว่าเป็นธรรมของพระราชาพระองค์เดียว แต่หาเป็นเช่นนั้นไม่ แต่ในทางปฏิบัติแล้วเป็นสิ่งที่พึงประพฤติด้วยกันทุกฝ่าย ความเสื่อมโทรมทั้งหลาย ความวิบัติทั้งหลาย ที่บังเกิดขึ้นแก่ประเทศชาติประชาชนในอดีตกาลมาเป็นครั้งคราวจนถึงในปัจจุบันนี้ ก็เพราะว่าทุก ๆ ฝ่ายไม่ปฏิบัติตนในทศธรรมเหล่านี้ เช่นว่า ในบางสมัยหรือในบางคราวพระมหากษัตริย์พระองค์เดียว หรือพร้อมด้วยท่านผู้อื่นเพียงบางท่าน ดังเช่นในบัดนี้ ก็เช่นสมเด็จพระนางเจ้า ฯ

พระบรมราชินีนาถ สมเด็จพระบรมราชชนนี เป็นต้น ได้
ทรงปฏิบัติทศพิธราชธรรมเพียง ๒-๓ พระองค์เท่านั้น แต่
ว่าถ้าคนอื่นไม่ปฏิบัติก็เป็นไปไม่ได้ ความสุขสวัสดิ์จะ
บังเกิดขึ้นไม่ได้ ต่อเมื่อพระมหากษัตริย์ รัฐบาลทุกระดับ
ปฏิบัติทศธรรมทั้ง ๑๐ ประการนั้นต่อประชาชน และประ-
ชาชนเล่าก็ปฏิบัติทศธรรมเหล่านี้ต่อพระมหากษัตริย์และ
รัฐบาลดังเช่นที่กล่าวมาแล้ว ก็มีความต่อกัน มีสืลต่อ
กัน ดังนี้ เป็นต้นแล้ว ความสุขสวัสดิ์ก็ย่อมบังเกิดขึ้น
ปรากฏว่าในประเทศไทยเรานี้ต่างก็ได้พยายามปฏิบัติ
ตามธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ากันอยู่โดยลำดับมา
ทุกฝ่าย ดังที่ได้ยกเอาทศพิธราชธรรมที่กล่าวมานี้เป็น
ตัวอย่าง พระมหากษัตริย์และรัฐบาลก็พยายามปฏิบัติ
ทศธรรมต่อประชาชน ประชาชนก็ปฏิบัติทศธรรมนี้ต่อ
พระมหากษัตริย์และรัฐบาล เมื่อเป็นดังนี้ความดำรงอยู่
อย่างผาสุก ความรอดพ้น ความสวัสดิ์ จึงบังเกิดมีขึ้น
ได้ เพราะฉะนั้นเมื่อพิจารณาตามหลักธรรมทางพระพุทธ
ศาสนาดังกล่าวนั้น พระสยามเทวาธิราชก็คือทศพิธราช
ธรรมนั่นเอง ที่ได้ปฏิบัติกันมาตั้งแต่โบราณกาลจนถึงทุก
วันนี้ และเมื่อกล่าวทางอาณาจักรก็เรียกว่าพระสยาม
เทวาธิราช แต่เมื่อจะกล่าวทางพุทธจักรก็อาจจะกล่าวได้ว่า
พระธรรมเทวาธิราชเจ้า อันได้แก่ทศพิธราชธรรมนั่นเอง
และพระสยามเทวาธิราช หรือว่าพระธรรมเทวาธิราช ดัง
กล่าวมานี้ ก็ไม่ได้สถิตอยู่ที่ไหน แต่สถิตอยู่ที่จิตใจและ

ความประพฤติ ทางกาย ทางวาจา ทางใจของทุกๆ คนนี้
เอง กล่าวคือ สถิตอยู่ที่ทาน การให้ การช่วยเหลือแก่กัน
และกัน สถิตอยู่ที่ศีล คือความประพฤติชอบต่อกันและ
กัน สถิตอยู่ที่ปริจาคะ คือการบริจาคยอมสละประโยชน์
ส่วนตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวมและประโยชน์ส่วนใหญ่
เร่งรักษาประโยชน์ส่วนรวม และประโยชน์ส่วนใหญ่ไว้
สถิตอยู่ที่อาชวชะ ความเป็นผู้มี ความตรงไม่คิดคดทรยศ
ต่อกัน สถิตอยู่ที่มัททวะ คือความอ่อนโยนละมุนละไม
ความสุภาพต่อกันและกัน สถิตอยู่ที่ตปะ คือความเพียร
ไม่เกียจคร้านในอันบำเพ็ญกรณียะ คือหน้าที่ของตน
และกิจการที่ควรทำทั้งหลาย สถิตอยู่ที่อโภระ ความไม่
โกรธ คือไม่ลุอำนาจของความโกรธ สถิตอยู่ที่อวิหิงสา
คือความไม่เบียดเบียนกันและกัน แต่มีกรุณาช่วยสง-
เคราะห์กัน ใครมีความทุกข์ร้อนบังเกิดขึ้นก็ช่วยเหลือกัน
ไม่ดูดาบ ไม่ใจแคบไม่ใจดำ สถิตอยู่ที่ขันติ ความอดทน
สถิตอยู่ที่อวิโรธนะ ความไม่ผิด คือพยายามศึกษาไตร่
ตรองในการทำงานที่จะกระทำทั้งหลาย โดยที่ไม่กระทำให้
ผิด ทำให้ถูกต้อง สิ่งใดที่ทำมาและเห็นว่าผิดก็ไม่ตั้งค้ำ
พยายามแก้ไขละเลิกสิ่งที่ผิดนั้น กระทำแต่สิ่งที่ถูกต้อง
จนอยู่เสมอ

พระสยามเทวาธิราช หรือพระธรรมเทวาธิราช เมื่อ
กล่าวตามหลักธรรมทางศาสนาแล้ว ก็สถิตอยู่ในจิตใจใน
ความประพฤติทางกาย ทางวาจา ทางใจ ของประชาชน

คนไทยเราเ็นเองทุก ๆ คน ซึ่งหลักธรรมเหล่านี้ได้ฝังอยู่ในจิตใจ ในสายเลือด เป็นธรรมชาติ พันธุ์ทางธรรม มาโดยลำดับจนถึงบัดนี้ แต่แม้เช่นนั้น เราทั้งหลายก็ควรไม่ประมาทว่ามีอยู่พอแล้ว แต่ว่าควรปฏิบัติรักษาและอบรมเพิ่มเติมอยู่เสมอ เพราะถ้าไม่รักษาสิ่งที่มีอยู่แล้วก็จะเสื่อมลงได้ ไม่อบรมเพิ่มเติมขึ้นก็จะไม่มีความเจริญงอกงามยิ่งขึ้น เพราะฉะนั้น ก็ควรมีความไม่ประมาทควรรักษาธรรมเหล่านี้ และเพิ่มเติมธรรมเหล่านี้ ให้มีปฏิบัติกันอยู่ทุกระดับ ทั้งฝ่ายปกครอง และทั้งฝ่ายผู้อยู่ในปกครอง

หลักธรรมดังกล่าวนี้เอง เป็นเครื่องบริรักษ์อภิบาลรักษาโดยแท้จริง แม้ว่าจะมีเหตุการณ์อะไรรุนแรงโดยรอบ จะทำให้ชวนเซาะส่ำระสายเพียงไรก็ตาม แต่ว่าหลักธรรมเหล่านี้เองเป็นแกนที่ยึดมั่นจิตใจความประพฤติของคนทั้งปวงที่รวมเป็นชาติไทยนี้ ให้มีสามัคคีเอกภาพ คือความพร้อมเพรียงเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันอยู่ อันนี้แหละคือพระสยามเทวาธิราช พระธรรมเทวาธิราช คือธรรมทั้งหลายในส่วนรวมนี้เอง มีสามัคคีเอกภาพ ปฏิบัติธรรมอันชอบต่อกันอยู่ เมื่อเป็นดังนี้แล้ว จะมีความสวัสดิ์ปราศจากภัยตลอดไป ไม่มีภัยอันตรายใด ๆ จะมากลุมคามทำลายได้ เพราะฉะนั้นจึงสมควรที่เราทั้งหลายจะมีความระลึกถึงหลักธรรมดังกล่าวมานี้ และมีความไม่ประมาท ปฏิบัติรักษาอบรมเพิ่มเติมอยู่เสมอ

การปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธในวันนี้ ก็เป็นการสำ-
 รวมจิตให้มีสมาธิ มีจิตตั้งมั่นแน่วแน่ โดยอาศัยพุทธา-
 นุสติ คือระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้าเป็นอารมณ์ชักนำ
 และจะปฏิบัติปรารภก็มีมัญฐานข้อใดข้อหนึ่ง เช่น อานา-
 ปานสติ กำหนดลมหายใจเข้าออก หรือก็มีมัญฐานข้ออื่น
 เช่น ธาตุกัมมัญฐาน พิจารณากายนี้แยกออกเป็นธาตุ จึง
 สักแต่ว่าเป็นธาตุ ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา แม้ประ-
 การใดประการหนึ่งก็ได้ รวมความว่า ปฏิบัติรวมจิตเข้า
 มาให้มีสมาธิตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ที่สงบ เพื่อทำใจให้สงบ
 สงบอารมณ์ คือเรื่องทั้งหลาย สงบนิวรณ์ เครื่องกั้นจิต
 ทั้งหลาย อันได้แก่ รากะ โทสะ โมหะ เป็นต้น การทำจิต
 ให้สงบ สงบอารมณ์ สงบเรื่องทั้งหลาย สงบกิเลสนิวรณ์
 ทั้งหลายดังกล่าวมานี้ ก็ย่อมอาศัยการรวมจิตเข้ามากำ-
 หนดอยู่ภายใน กำหนดกายอันนี้ กำหนดเวทนอันนี้ กำ-
 หนดจิตใจอันนี้ กำหนดธรรมคือเรื่องราวอันนี้ ดังเช่น
 ในบัดนี้ กำหนดธรรมในจิตใจที่กำลังปรารภถึงอยู่ กำลัง
 คิดถึงอยู่ ถ้ากำลังฟังธรรมนี้ ธรรมนี้เองเป็นเรื่องที่
 กำลังอยู่ในจิตใจ ดังที่ได้แสดงมาแล้ว พระสยามเทวาธิราช
 พระธรรมเทวาธิราช ทศพิชราชธรรม ก็เป็นเรื่องธรรม
 เรื่องธรรมนี้กำลังอยู่ในจิตใจก็ให้รู้ จูจิตใจว่าเป็นอย่างไร
 จิตใจเดียวกันเป็นอย่างไร กำหนดรู้ไว้ ถ้าจิตใจพุ่งออก
 ไปก็ให้รู้ ถ้าจิตใจสงบก็ให้รู้ รู้เวทนาว่าเป็นอย่างไร มี
 ความสุขในการฟังนี้หรือไม่ หรือมีความทุกข์ในการฟัง

ถ้ามีความสุขในการฟังก็ให้รู้ มีทุกข์ก็ให้รู้ ดูกายเองว่า
เป็นอย่างไร กายนั่งอยู่เป็นอย่างไร มีลักษณะเป็นอย่างไร
กายที่ประกอบด้วยทุกขเวทนาก็เป็นกายที่กระสับกระส่าย
ถ้าเป็นกายที่ประกอบด้วยสุขเวทนาก็เป็นกายที่สงบ ให้รู้
กาย รู้เวทนา รู้จิต รู้ธรรม คือเรื่องในจิตใจในปัจจุบัน
ดังนี้ รวมใจเข้ามาให้รู้ และในการปฏิบัติกับมัจฉฐฐาน
ทำจิตภาวนาพุทโธ หากว่าจะเลือกกำหนดเอาลมหายใจ
เข้าออก หายใจเข้าก็ให้รู้ หายใจออกก็ให้รู้ และกำหนด
ว่าพุทโธ หายใจเข้าพุท หายใจออกโธ ดังนี้ก็ได้ หรือจะ
กำหนดถึงอรรถ คือเนื้อความว่า พุทโธ พุทธผู้รู้ เพราะ
ฉะนั้นหายใจเข้าก็ให้รู้ รู้วิธีถึงพุทโธ หายใจออกก็ให้รู้
รู้วิธีถึงพุทโธ ดังนี้ก็ได้ แต่ว่าพุทโธนั้นท่านรู้อย่างนี้ ดัง
ที่ท่านแสดงว่า ท่านรู้ถึงเกิดดับ รู้ถึงอริยสัจทั้ง ๔ ทุกข์
สมุทัย นิโรธ มรรค รู้ถึงวิชาวิมุตติ วิชารู้แจ่มแจ้ง วิมุตติ
หลุดพ้น เพราะฉะนั้นถ้าศึกษาพิจารณาไปโดยลำดับดังนี้
ก็ได้ เป็นการกำหนดธรรมภายใน เมื่อกำหนดธรรม
ภายในดังนี้ จิตใจก็จะรวมเข้ามาอยู่กับความสงบ อยู่กับ
ความรู้ที่สงบ รักษาความรู้ที่สงบนี้ไว้ในภายในเสมอ และ
ให้กำหนดว่าผู้รู้เองคือพุทโธ ผู้หลงเป็นสัตว์ ผู้ของผู้
ติดไม่ใช่เป็นพุทโธผู้รู้ แต่ผู้รู้ความเป็นจริง ตั้งแต่รู้ลม
หายใจเข้าออกจนถึงรู้เป็นวิชาวิมุตติ เป็นผู้ที่เห็นพุทโธ
ปฏิบัติกำหนดเข้ามาภายในโดยลำดับนี้ เป็นการปฏิบัติ
ทำจิตภาวนาพุทโธประการหนึ่ง ๆ เพราะฉะนั้นต่อไป

ขอให้ท่านสาธุชนทั้งหลายได้ตั้งใจฟังพระสงฆ์ ที่จะสวด
พระสูตรทางกัมมัฏฐานตอนหนึ่ง และต่อจากนั้นท่านผู้
ประสงค์ที่จะทำจิตภาวนาพุทธโธ ก็พึงอยู่ปฏิบัติสืบต่อไป
โดยประสงค์ มีอรรถาธิบายดังแสดงมาด้วยประการฉะนี้

ธมฺโม หเว รกฺขติ ธมฺมจารี

ฉตฺตํ มหนตฺ วิย วสุตฺถาเล

ธรรมแลย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม

เหมือนอย่างร่มใหญ่ในกาลฝน

(ขุทฺ. ขา. มหาธมฺมปาล. ๒๓/๒๕๐)

ธรรมเนียมในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทธโธ
ในวันพระราชสมภพ

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี
วันที่ ๑๕ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๑๘

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส
นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส
นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส

“เทว ฐมฺมา อภิญฺญา ปริณฺเขยฺยา นามนฺจ รูปนฺจ

ธรรม ๒ ประการพึงกำหนดรู้ด้วยความรู้อย่าง ก้อนาม
และรูป”

บัดนี้ ท่านสาธุชนทั้งหลายได้มาประชุมกันเพื่อปฏิบัติ
กระทำจิตภาวนาพุทธโธ ถวายพระราชกุศลและถวาย
พระพรชัยมงคลแด่สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี
บรมบพิตร และเพื่อฟังพระธรรมเทศนาอันมีประจำใน
วันอาทิตย์ ด้วยว่าวันนี้เป็นวันอาทิตย์ ซึ่งท่านผู้ต้องการ
ธรรมได้มาประชุมกันฟังธรรมเป็นประจำ และในวันอา-
ทิตย์นี้นับว่าเป็นโอกาสจิตกาลพิเศษ ด้วยท่านสาธุชนทั้ง
ปวงผู้ประสงค์ปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทธโธ ก็ได้มาประชุม
กันเพื่อปฏิบัติกระทำจิตภาวนาพุทธโธ ถวายพระราชกุศล

และถวายพระพรชัยมงคลดังกล่าว เนื่องด้วยวันที่ ๒๑ ตุลาคม^{นี้}เป็นวันตรงกับวันพระราชสมภพแห่งสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีบรมบพิตร แต่วันที่ ๒๑ นั้น ไม่ใช่เป็นวันหยุด จึงได้ชักชวนกันมาปฏิบัติทำจิตภาวนา พุทโธถวายในวันนี้ อันตรงกับวันที่ ๑๕ ตุลาคม แม้ว่าจะเป็นวันก่อนวันตรงกับวันพระราชสมภพ แต่ก็มาประชุมกันปฏิบัติถวายได้ และสามารถที่จะมาประชุมกันปฏิบัติถวายได้มากกว่าในวันที่ไม่ตรงกับวันหยุด ฉะนั้น ก็ให้ท่านสาธุชนทั้งปวงผู้มาประชุมกันในวันนี้ ด้วยมุ่งเพียงมาฟังพระธรรมเทศนาวันอาทิตย์ก็ดี มุ่งมาปฏิบัติกระทำจิตภาวนาพุทโธถวายก็ดี ได้พร้อมกันตั้งใจถวายพระรากุศลและถวายพระพรชัยมงคลแด่พระองค์ ประราถวันพระราชสมภพอันจะเวียนมาบรรจบอีกครั้งหนึ่งในวันที่ ๒๑ ตุลาคม^{นี้}

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีบรมบพิตร ได้ทรงปฏิบัติพระราชกรณียะเป็นไปเพื่อประโยชน์สุขแก่หมู่ชนเป็นอันมาก พระองค์มิได้ทรงหยุดอยู่เฉย ๆ แต่ได้ทรงชวนถวายปฏิบัติสิ่งที่เป็นไปเพื่อประโยชน์^{นี้}เกื้อกูลและความสุขแก่ประชุมชนโดยไม่หยุดยั้ง มิได้ทรงคำนึงถึงความสุขสำราญส่วนพระองค์ แม้ว่าพระองค์ทรงอยู่ในฐานะที่จะประทับพักผ่อนอยู่เฉย ๆ ได้ เพราะเหตุที่มีพระชนมายุสูงกว่า ๖ รอบ^{๕๕}ขึ้นไปแล้ว คนโดยมากเมื่ออายุถึงปูน^{๕๕}นี้มักจะหยุดพักกันอยู่เฉย ๆ หรือว่าประกอบ

กรณียะแต่เพียงเล็กน้อย หรือปลีกตนออกปฏิบัติหาความ
สงบสุขเฉพาะตน แต่สมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตร
หาได้ทรงหยุดอยู่เฉย ๆ ตั้งนั้นไม่ ได้ทรงสละอุทิศพระ
ราชทรัพย์พร้อมทั้งกำลังพระราชวรกาย กำลังพระปัญญา
ความคิด เพื่อประโยชน์สุขแก่ประชุมชน และโดยเฉพาะ
แก่ประชุมชนผู้อยู่ในถิ่นห่างไกลกันดาร ตลอดจนได้
พระราชทานอุปการะเกื้อหนุนการตำรวจผู้ปฏิบัติหน้าที่อยู่ใน
ท้องถิ่นทุรกันดาร ทั้งหล่อแหลมต่อภัยอันตรายทั้งปวง
ได้ทรงชวนชวนจัดสร้างโรงเรียนชายแดน คือทรงชวน
ชวนจัดตั้งโรงเรียนขึ้นในท้องถิ่นชายแดนนั้น ๆ เพื่อให้
เด็กได้มีที่เล่าเรียนศึกษา และในที่เป็นอันมากก็ได้อาศัย
เจ้าหน้าที่ตำรวจชายแดนเป็นต้นนั้นแหละ เป็นผู้ส่งสอน
เด็กไปด้วย เป็นการกระชับความคุ้นเคยสนิทสนม กระ
ชับไมตรีจิตในระหว่างเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติราชการ กับ
ประชาชนชาวท้องถิ่น ซึ่งประกอบด้วยชนเหล่าต่าง ๆ อีก
ประการหนึ่งด้วย และได้ทรงจัดหน่วยแพทย์เคลื่อนที่
โดยรับแพทย์พยาบาลผู้อาสาสมัครเคลื่อนที่ออกไปตรวจ
รักษาประชาชนในท้องถิ่นทุรกันดารนั้น ๆ ทั้งได้เสด็จ
พระราชดำเนินออกไปประทับอยู่กับประชาชนในภาค
ต่าง ๆ ของประเทศ เสด็จ ๆ ไปทรงเยี่ยมเยียนประชาชน
ทั้งที่เป็นคนไทยและคนเผ่าต่าง ๆ ถึงท้องถิ่นที่อยู่อาศัย
ของเขา ได้พระราชทานเสื้อผ้าและเครื่องใช้ทั้งหลายแก่
ประชาชนในถิ่นนั้น ๆ พระราชทานเครื่องเล่าเรียนศึกษา
แก่เด็กในท้องถิ่นนั้น ๆ ได้เสด็จ ๆ ไปเยี่ยมทหารตำรวจผู้

ปฏิบัติหน้าที่อยู่ในถิ่นชายแดนถึงที่ปฏิบัติภารกิจของ
พวกเขา ทำให้เป็นที่สนใจและเกิดกำลังใจแก่เจ้าหน้าที่
ทั้งหลายผู้ปฏิบัติงานเสี่ยงชีวิตของตนอยู่ในท้องถิ่นทุร
กันดารและประกอบด้วยอันตรายทั้งปวง ให้เกิดกำลังใจ
เข้มแข็งในอันที่จะปฏิบัติหน้าที่ของตนเพื่อรักษาชาติ
ศาสนา พระมหากษัตริย์ และประชาชนทั้งปวง และทำ
ให้เกิดกำลังใจแก่ชาวท้องถิ่นทั้งปวงที่เสด็จฯ ไปทรงเยี่ยม
อันทำให้เป็นที่รู้สึกได้ว่า แม้แต่บุคคลชั้นสูงสุดของประเทศ
ก็ทรงเป็นสมเด็จพระบรมราชชนนีซึ่งสูงพระชนมายุ
อันควรที่จะประทับอยู่พักผ่อนแสวงหาความสงบสุขลำพัง
พระองค์ แต่ก็ยังได้ทรงมีพระราชหฤทัยรำลึกถึงพสกนิกร
ทั้งปวง เจ้าหน้าที่ราชการทั้งปวงซึ่งอยู่ในถิ่นทุรกันดาร
และอันตราย ได้มาประทับอยู่เหมือนอย่างเป็นเพื่อนบ้าน
เพื่อนท้องถิ่น และได้พระราชทานพระกรุณาทรงเกื้อกูล
อุปถัมภ์ในทางนั้นๆ โดยไม่มีเวลาหยุดยั้ง ดังที่ปรากฏ
อยู่ทราบอยู่แก่ท่านสาธุชนทั้งหลายแล้ว

เพราะฉะนั้น จึงกล่าวได้ว่า อันความสงบสุขเรียบ
ร่อยส่วนหนึ่งหรือว่าส่วนมากอันมีอยู่ในท้องถิ่นชายแดน
ทั้งหลายโดยรอบประเทศไทยเรานี้ ก็ความที่ประชาชน
ทั้งคนไทยและคนไทยเผ่าต่างๆ ในท้องถิ่นทั้งปวงนั้นมีจิต
ใจเคารพรักภักดีรวมอยู่อย่างสงบในถิ่นประเทศไทยส่วน
ใหญ่นี้ ไม่มีจิตใจกระด้างกระเดื่องก่อความวุ่นวายขึ้น
และเจ้าหน้าที่ราชการทั้งหลายก็พากันอุทิศชีวิตร่างกาย

ปฏิบัติกรณียะเพื่อรักษาประเทศชาติ เป็นผลเนื่องมาจากพระราชกรณียะเป็นอันมากที่สมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตรได้ทรงปฏิบัติดำเนินเป็นการช่วยแบ่งเบาพระราชกรณียะแห่งสมเด็จพระบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้าทั้งสองพระองค์ที่ได้ทรงปฏิบัติอยู่เป็นอันมาก และก็ฟังกล่าวได้ว่า ทั้งสมเด็จพระบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้าทั้งสองพระองค์ ทั้งสมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตรได้ทรงร่วมกันปฏิบัติพระราชกรณียะ เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขแก่ประชาชน ตลอดจนถึงในท้องถิ่นทุรกันดาร ประกอบด้วยอันตรายทั้งปวงโดยทั่วไป ทรงร่วมกันยังให้บังเกิดผลเป็นความสงบสุขส่วนใหญ่ ทรงทำให้คนไทยทุกหมู่เหล่าได้มีจิตใจรวมกันอยู่ได้โดยมีที่ยึดเหนี่ยว เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันโดยไม่แตกแยก

เพราะฉะนั้น จึงได้ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณสืบเนื่องมาถึงเราทั้งหลายทุก ๆ คน แม้จะได้มาประชุมกันอยู่ใน^๕นี้ เพราะว่าถ้าหากว่าประเทศชาติบ้านเมืองซึ่งเปรียบเหมือนว่าเป็นเรือนกายระส่ำระสาย พระศาสนาและการปฏิบัติพระศาสนาอันเปรียบเหมือนอย่างเป็นเรือนใจก็ย่อมระส่ำระสายไปด้วย เราทั้งหลายทั้งเป็นบรรพชิตและคฤหัสถ์ก็ไม่อาจที่จะมานั่งปฏิบัติศาสนกิจปฏิบัติธรรมตามศรัทธาปสาทะอยู่ได้ ฉะนั้นการที่เราทั้งหลายได้มีช่องโอกาสมาปฏิบัติศาสนกิจมาปฏิบัติธรรมตามศรัทธาปสาทะของตน ๆ อยู่ได้ดังนี้ ก็เนื่องด้วยเรือนกายคือประเทศ

ชาติบ้านเมืองมีความสุข อันเป็นผลซึ่งเกิดมาจาก
พระราชอุทิศาหะของทั้ง ๓ พระองค์เป็นส่วนใหญ่ เป็น
ส่วนมาก ซึ่งได้ทรงอุทิศพระราชวรกาย ทรงอุทิศความ
สุขทั้งปวง ทรงปฏิบัติพระราชกรณียะทั้งปวง ได้เสด็จฯ
ไปในถิ่นต่าง ๆ แม้อย่างเสี่ยงพระชนม์ชีพ แต่แม้เช่นนั้น
ก็หาได้ทรงย่อท้อหวาดกลัวไม่ แต่ละพระองค์เมื่อได้ตั้ง
พระราชหฤทัยที่จะเสด็จฯ แล้วก็ต้องเสด็จฯ จนได้ ไม่
ทรงทิ้งประชาชนให้ตกอยู่ในความทุกข์ยากลำบาก ให้ตก
อยู่ในความว้าเหวอ้างว้าง ให้ตกอยู่เหมือนอย่างถูกทิ้ง
ขว้างไม่เหลียวแล แต่ได้เสด็จฯ ไปเอง ทรงแสดงให้คน
ทั้งปวงเห็นว่า ได้ทรงเหลียวแลไม่ทิ้งขว้างประชาชนทุก ๆ
คน ทรงช่วยเหลือประชาชนทุก ๆ คน ผู้ตกอยู่ในความ
ทุกข์ยาก ทรงทำให้บังเกิดความรู้สึกว่าได้ทรงเป็นที่พึ่ง
ทางจิตใจอย่างแท้จริง ทรงนำใจนำกายของเขาเหล่านั้น
ให้กลับมาสู่ความเป็นคนไทยส่วนรวม ให้กลับมาสู่ประ-
เทสชาติไทยส่วนรวม ไม่แตกแยกออกไป

ฉะนั้นเมื่อมหามงคลสมัยอันตรงกับวันพระราชสมภพ
เวียนมาบรรจบครบถึงเข้า เราทั้งหลายก็ควรที่จะสำนึก
รู้ในพระกรุณาธิคุณ และปฏิบัติตอบแทนตามสามารถ
แม้ด้วยความตั้งใจฟังธรรม ปฏิบัติศีล สมาธิ ปัญญา ใน
ขณะที่ฟังธรรมนี้ไปด้วย และตั้งใจทำจิตภาวนาพุทโธ
ถวายเป็นพุทธบูชา ถวายพระพรชัยมงคลแด่สมเด็จพระ
บรมราชชนนีบรมบพิตรพระองค์นั้น ด้วยตั้งใจปรารถนา

เพื่อให้ทรงดำรงพระชนมายุอยู่ยืนนาน ประกอบด้วยพระ
วรรณะ พระสุชะ พระพละ เพื่อที่จะได้ทรงเป็นที่พึ่งทาง
จิตใจ ได้โปรดพระราชทานสุขประโยชน์แก่ประชาชนทั้ง
หลายสืบต่อไป

ในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธในวันนี้ ก็ขอให้ท่าน
สาธุชนทั้งปวงได้ตั้งใจสดับธรรมกถา ซึ่งจะแนะนำแนว
ปฏิบัติโดยปริยาย คือทางอันหนึ่ง ในการแสดงธรรมกถา
นี้ก็จะได้ออกกล่าวถึงเรื่องการบริหารทางจิต ซึ่งสมเด็จพระ
พระบรมราชชนนีบรมบพิตรได้พระราชทานคำนี้ และ
ทรงพระกรุณาโปรดให้จัดเป็นรายการหนึ่ง ซึ่งแสดงออก
อากาศทางสถานีวิทยุ อ.ส. ในพระราชวังดุสิต ทุกวัน
อาทิตย์ โดยเรียกว่า“รายการบริหารทางจิต” แบ่งออกเป็น
รายการบริหารทางจิตสำหรับผู้ใหญ่ รายการบริหารทาง
จิตสำหรับเด็กวัยรุ่น รายการบริหารทางจิตสำหรับเด็กเล็ก
รายการย่อยทั้ง ๓ รายการนี้ใช้เวลารายการละประมาณ
๑๐ นาที การที่ได้ทรงพระกรุณาโปรดให้มีรายการบริหาร
ทางจิตขึ้นก็ด้วยมีพระราชปรารภว่า จิตใจนี้เป็นส่วนสำ
คัญยิ่งเพราะเป็นต้นเดิมของกรรมคือการทำงานทางกาย ทาง
วาจา ทางใจ ที่ทุก ๆ คนกระทำ เป็นต้นเดิมของความ
สุขความทุกข์ทั้งปวง ฉะนั้น ถ้าได้มีการอบรมจิตใจให้
เหมาะสมทั้งเด็กทั้งผู้ใหญ่ก็ย่อมจะเป็นประโยชน์ เพราะ
เมื่อจิตใจได้รับการอบรมดีแล้วก็จะนำให้ความประพฤติ
เป็นไปในทางที่ดีที่เหมาะสม นำให้เกิดความสุขความ

เจริญทั้งแก่ส่วนตัวทั้งแก่ส่วนรวม แต่กรั้นจะใช้คำว่าราชการก็มีภูฐาน ก็จะทำให้เข้าใจว่าหนักไปในทางพระศาสนา ในทางพื้นโลก ฉะนั้น จึงได้ทรงพระกรุณาโปรดใช้คำว่า บริหารทางจิต เพราะมีพระราชดำริว่า มุ่งอบรมจิตใจทั้งของเด็กของผู้ใหญ่ ผู้ที่ยังอยู่กับโลกกับครอบครัวบ้านเมือง มิได้ทรงมีพระราชประสงค์ที่จะให้อบรมคนทั้งปวงให้ออกจากครอบครัวบ้านเรือน ให้ออกจากโลก แต่ทรงมีพระราชประสงค์ให้อยู่ในโลก อยู่ในครอบครัวบ้านเมืองนั้นแหละ แต่ว่าให้เป็นผู้มีจิตใจที่จะได้รับการอบรมที่ดี เพื่อที่จะให้มีความประพฤติดี เมื่อเป็นเด็กก็จะได้ตั้งใจศึกษาเล่าเรียนศิลปวิทยาของตนให้เจริญก้าวหน้า และที่จะปฏิบัติตนเป็นเด็กที่ดี เป็นนักเรียนที่ดี เมื่อเป็นเด็กวัยรุ่นนั้นขึ้นจนถึงเป็นผู้ใหญ่ขึ้นก็จะได้ตั้งใจเล่าเรียนศึกษายิ่งขึ้นไป หรือตั้งใจที่จะประกอบอาชีพการงาน เป็นผู้ที่มีจิตใจเข้มแข็งกล้าหาญที่จะต่อสู้อุปสรรคต่าง ๆ ของชีวิตของการงาน และโดยทรงมีจิตใจเข้มแข็งกล้าหาญที่จะต่อสู้กับความชั่วร้ายเสื่อมทรามตลอดจนถึงเครื่องชักจูงไปในทางที่ชั่วที่ผิดต่าง ๆ สามารถที่จะเอาชนะอุปสรรคศัตรูทั้งปวงได้โดยที่มีจิตใจไม่อ่อนแอย่อท้อ แต่ที่จะกล้าเผชิญกล้าต่อสู้อุปสรรคอันตรายทุกอย่าง อย่าง ในอันที่จะนำตนเองตลอดจนถึงส่วนรวมไปสู่ความสวัสดิ์ และความสุกความเจริญ ทรงมีพระราชประสงค์ดังเช่นที่กล่าวมานี้ จึงได้ทรงพระกรุณาโปรดให้ใช้ชื่อว่า ราชการบริหารทางจิต ฉะนั้นพระราชประสงค์นี้จึงเป็นข้อที่ทุก ๆ คนจะพึงคำนึง

ถึง และรับมาพิจารณาไตร่ตรองเป็นประการแรก เพราะ
ว่าท่านสาธุชนทั้งปวงนั้นส่วนมากก็เป็นผู้อยู่ในครอบครัว
อยู่ในบ้านเรือน หรือว่าอยู่ในบ้านเมือง ยังมีได้สละโลก
ออกบวชเป็นบรรพชิต เพราะฉะนั้นก็พึงรำลึกถึงวัตถุประสงค์
แห่งการบริหารทางจิตดังกล่าวมานั้น คือความเป็น
ผู้ที่มีจิตใจเข้มแข็งกล้าหาญในทางที่ดี ในอันที่จะกล้า
เผชิญอุปสรรคอันตรายต่างๆ ในอันที่จะเอาชนะอุปสรรค
อันตรายต่างๆ นำตนเองและส่วนรวมไปสู่ความสวัสดิ
ความสุขความเจริญ นี่เป็นวัตถุประสงค์ที่สำคัญยิ่งที่ทุก ๆ
คนจะพึงรำลึกถึง และในข้อนี้ก็ขอให้ดูสมเด็จพระบรม
ราชชนนีบรมบพิตรนั้นแหละเป็นตัวอย่าง เป็นนิทศนะ
เพราะดังที่กล่าวมาแล้วในเบื้องต้นว่าไม่ทรงย่อท้ออ่อนแอ
ไม่ทรงคำนึงถึงว่าสูงพระชนมายุ ไม่ทรงคำนึงถึงความ
ผาสุกส่วนพระองค์ ไม่ทรงหวงรักษาพระราชทรัพย์ส่วน
พระองค์ แต่ว่าทรงกล้าหาญเด็ดเดี่ยว เสด็จฯ ออกไป
ปฏิบัติพระราชกรณียะดังกล่าวมานั้น โดยต้องทรงเสียสละ
พระราชทรัพย์ส่วนพระองค์ ต้องทรงเสียสละความผาสุก
ตลอดจนถึงต้องทรงเสี่ยงพระชนมชีพ อันแสดงให้เห็น
ถึงว่า ได้ทรงมีการบริหารทางจิตส่วนพระองค์ให้บรรลุ
ถึงความเข้มแข็งกล้าหาญ ไม่ย่อท้อในทางที่ดี เป็นอย่างด
สรุปเข้าในข้อสำคัญประการหนึ่งว่า ไม่ทรงหยุดทำความดี
แต่ทรงทำความดียิ่งขึ้นต่อไป เพราะฉะนั้น หลักของการ
บริหารทางจิตจึงมุ่งผลดังกล่าวมานั้น ก็นอกจากเพื่อ

ความกล้าหาญไม่ย่อท้ออ่อนแอ ยังเพื่อให้เป็นผู้ไม่หยุดทำ
ความดี แต่ทำความดียิ่งขึ้นต่อไปอีกด้วย

การบริหารทางจิตนั้นก็คือ การคุ้มครองรักษาจิตนั้น
เอง เมื่อกล่าวตามคำทางคตินิยมโดยตรงก็ได้แก่การทำ
จิตภาวนาคือการอบรมจิตใจดังที่เรียกว่า จิตภาวนาพุทโธ
นั่นแหละ ฉะนั้น คำว่าการบริหารทางจิตหรือจิตภาวนา
พุทโธจึงเป็นคำมีความหมายอย่างเดียวกัน แม้คำว่า
การบริหารทางจิตจะไม่มีคำว่าพุทโธก็ตาม แต่ว่าโดยความก็
ต้องหมายความว่า การบริหารทางจิตตามหลักคำสั่งสอน
ของพระพุทธเจ้านั่นเอง โดยตรงก็คือ การปฏิบัติทำกัม-
มัฏฐาน อันได้แก่สมถกัมมัฏฐาน วิปัสสนากัมมัฏฐาน
ฉะนั้น จะได้แนะนำวิธีปฏิบัติโดยย่ออีกสักหน่อยหนึ่งตาม
หลักแห่งการทำจิตภาวนา คือจิตใจมุ่งอบรมให้มีความ
สงบตั้งมั่นเป็นสมณะหรือสมาธิประการหนึ่ง อบรมให้มี
ปัญญาารู้แจ้งเห็นจริงเป็นตวิปัญญาหรือวิปัสสนาอีกประ-
การหนึ่ง อันจิตใจปกตินี้ย่อมมีปัญญาสามัญคือความรู้
สามัญอยู่ด้วยกัน แต่ว่าเป็นความรู้อย่างสามัญ หรือ
กล่าวตามคตินิยมก็เป็นความรู้ยึด รู้สิ่งใดก็ยึดถือสิ่งนั้น
ก็คือยึดถือนามรูปอันนั้นว่าเป็นเรา เป็นของเรา เป็นตัวตน
ของเรา นี่เป็นปัญญาสามัญ ทางพระพุทธศาสนาต้องการ
ให้อบรมปัญญาสามัญนี้ เป็นความรู้ที่ยิ่งขึ้นไป เป็นความ
รู้ที่เหนือ เป็นความรู้ที่พ้น คือพ้นจากความยึดถือดังกล่าว
มานั้น โดยเป็นความรู้ที่ปล่อยวาง โดยให้รู้สิ่งใดปล่อยวาง

ดังนั้น ความรู้จริงดังนี้เรียกว่าอภิญญา แปลว่าความรู้ยิ่ง
พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนไว้ดังนี้

ข้อหนึ่ง ธรรม ๒ อย่างควรกำหนดรู้หรือควรทำความ
รู้ให้รอบครอบด้วยอภิญญาคือความรู้ยิ่ง ได้แก่นาม ๑ รูป ๑
นามรูปก็คืออาการของใจและกายอันประกอบด้วยธาตุทั้ง
๔ นี้ ซึ่งโดยปกติย่อมเป็นที่ยึดถือ เป็นเรา เป็นของ
เรา เป็นตัวตนของเรา ดังกล่าว เพราะฉะนั้นก็ให้พิจารณา
ทำความรู้ให้รอบครอบว่า มีเรา มีของเรา มีตัวตนของเรา
อยู่ที่ไหนในนามรูปอันนี้ นามรูปก็เป็นนามรูป เป็นขั้น
เป็นธาตุ เป็นอายตนะ ดูนามให้เป็นนาม ดูรูปให้เป็นรูป
ดังนี้ให้แน่ชัดลงไป ความเป็นสัตว์บุคคลหายไปจากนาม
รูป ความเป็นนามรูปปรากฏชัดเจน ดังนี้เรียกว่าปริณญา
ความรู้รอบหรือความกำหนดรู้ด้วยความรู้ยิ่ง ต่อจากนี้ก็
ได้ทรงสอนให้กำหนดพิจารณาว่า

ข้อสอง ธรรม ๒ อย่างควรละด้วยอภิญญาคือความ
รู้ยิ่ง ได้แก่ อวิชชา ความไม่รู้สัจจะคือความจริง และ
ภวตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยากไปในภวคือความเป็น
นั้นเป็นนี้ ได้แก่ความเป็นเรา เป็นของเราดังกล่าวแล้วนั้น
แหละ ก็ให้กำหนดพิจารณาว่าเพราะความไม่รู้ในสัจจะ
คือความจริง ว่านามรูปเป็นทุกข์คือไม่เที่ยง ต้องแปร
ปรวนเปลี่ยนแปลงไป ไม่ควรที่จะยึดถือว่า เป็นเรา เป็น
ของเรา เป็นตัวตนของเรา สรุปลงว่า เพราะไม่รู้ในอริย-
สัจทั้ง ๔ จึงมีความดิ้นรนทะยานอยากไป เป็นเหตุให้

เกิดความยึดถือดังกล่าวนั้น ฉะนั้นวิชาและภาวตัณหา
ซึ่งควรละด้วยยอกิณฺญาคือความรู้ยิ่ง เป็นปหานะ คือ
การละด้วยยอกิณฺญา แต่ว่าจะละได้ก็ต่อเมื่อได้พบกับวิชา
และวิมุตติ จึงได้มีคำสอนต่อไปเป็นข้อที่สามว่า

ธรรม ๒ ข้อพึงกระทำให้แจ้งด้วยยอกิณฺญาคือความรู้
ยิ่ง คือวิชาความรู้แจ่มแจ้งตามความเป็นจริง และวิมุตติ
ความหลุดพ้น เป็นสัจฉิกิริยา ความทำให้แจ้งด้วยยอกิณฺญา
แต่ว่าจะได้วิชาและวิมุตติก็ด้วยการปฏิบัติในสมณะวิปัส-
สนา จึงได้มีธรรมคำสั่งสอนต่อไปว่า

ธรรม ๒ ข้อควรอบรมให้มากขึ้นให้เป็นขึ้นด้วยยอกิณฺญา
คือความรู้ยิ่ง คือสมณะหนึ่ง วิปัสสนาหนึ่ง เรียกว่า
เป็นภาวนาด้วยยอกิณฺญา สมณะนั้นก็ได้แก่ความที่มาอบ-
รมจิตให้สงบจากนิวรณ์ โดยให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ของ
สมถกับมัญฐานข้อใดข้อหนึ่ง วิปัสสนานั้นก็ได้แก่การ
พิจารณานามรูปนี้แหละ ให้เห็นสัจจะคือความจริงว่า
ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป ไม่ควร
ที่จะยึดถือว่าเป็นเรา เป็นของเรา เป็นตัวตนของเรา
สมณะและวิปัสสนานี้เป็นหลักปฏิบัติในกัมมัญฐานทั้งปวง
จะนำไปประสพวิชาวิมุตติ

ฉะนั้น ก็ขอสรุปจิตภาวนาพุทโธลงเข้าในหลักธรรม
ดังที่กล่าวมานี้ คือให้กำหนดพิจารณานามรูปให้เห็นนาม
รูปให้ชัดขึ้น เป็นปริยญาความกำหนดรู้หรือความรู้รอบ
ขอบประการหนึ่ง ให้ทำการละอวิชชาและภาวตัณหาให้

เป็นปหานะ คือการละด้วยอภิญญา คือความรู้ยิ่งประการ
หนึ่ง ให้กระทำให้แจ้งวิชาและวิมุตติ เป็นสัจฉิกิริยาให้
แจ้งขึ้นด้วยอภิญญา คือความรู้ยิ่งประการหนึ่ง ให้ปฏิบัติ
ทำสมณะและวิปัสสนาให้มากขึ้นให้เป็นขึ้น เป็นภาวนา คือ
การอบรมให้มากขึ้นด้วยอภิญญา คือความรู้ยิ่งประการหนึ่ง
นี่คือจิตภาวนาพุทโธ

ต่อไปนี่ ก็ขอให้ท่านสาธุชนทั้งหลายได้ตั้งใจฟังสวด
นำในการปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธ และท่านผู้ประสงค์
ก็ขอให้อยู่ปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธสืบต่อไป

สัมโมทนียกถาหลังการทำจิตภาวนา

ขออำนาจพรท่านสาธุชนทั้งปวง

บัดนี้ ถึงเวลาที่จะปิดการประชุมปฏิบัติทำจิตภาวนา
พุทโธถวายสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีบรม
บพิตร

การทำจิตภาวนาพุทโธได้เริ่มตั้งแต่เมื่อเวลา ๕.๐๐
นาฬิกาเช้าวันนี้มาจนถึงบัดนี้ ท่านสาธุชนทั้งหลายได้มา
ร่วมทำจิตภาวนาพุทโธ ด้วยมาสดับธรรมกถา นำการปฏิบัติ
และได้นั่งทำจิตภาวนากำหนดกัมมัญฐานตามพอใจตาม
ถนัดของตน การปฏิบัติทำจิตภาวนานี้ก็สงเคราะห์กล่าว
ได้ว่าได้มาปฏิบัติอบรมศีล สมาธิ ปัญญา ความสำรวมกาย
วาจา ใจ ในขณะที่มาปฏิบัติชื่อว่า เป็นศีล ความตั้งจิต
กำหนดอารมณ์ของกัมมัญฐาน อันเป็นฝ่ายสมถกัมมัญฐาน

โดยสงบใจจากอารมณ์ภายนอกทั้งหลาย ได้ชื่อว่าปฏิบัติ
ในสมาธิ และเมื่อมากำหนดพิจารณานามรูปหรือยกเอา
จันท์ อายตนะ ธาตุ ซึ่งก็เป็นอันเดียวกันนี้ ขึ้นพิจารณาให้
เห็นสัจจะ ก็อนิจจตา ทุกขตา อนัตตตา ก็ชื่อว่าได้
ปฏิบัติทางปัญญาหรือวิปัสสนา แม้ว่าจะมิได้กำหนด
อารมณ์ของสมถกัมมัฏฐานโดยตรง แต่มาปฏิบัติกำหนด
พิจารณานามรูปโดยไตรลักษณ์ อันเป็นไปทางวิปัสสนา
กัมมัฏฐานโดยตรง แต่ความที่ได้ตั้งจิตกำหนดลงไปที่นาม
รูปนั้น ก็ชื่อว่าเป็นการปฏิบัติในสมาธิ เป็นสมาธิในวิปัส
สนา อันนำไปสู่สัจจะปรากฏขึ้นเป็นตัวปัญญาต่อไป ฉะนั้น
การปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธ จึงชื่อว่าเป็นการปฏิบัติจัด
เกลากิจ ทำจิตให้บริสุทธิ์ผ่องใส

ในโอกาสนี้ ก็ขอให้ทุกๆ ท่านได้น้อมจิตที่บริสุทธิ์
ผ่องใสนี้ แผ่ถวายพระพรชัยมงคลแด่สมเด็จพระบรมราช
ชนนีบรมบพิตร เพื่อให้ทรงพระเกษมสำราญ ทรงปราศ
จากภัยเวร ทรงเจริญพระชนมายุ พร้อมทั้งพระวรณะ
พระสุชะ พระพละ ทงทางพระราชหฤทัย ทงทางพระราช
วรกาย เสด็จสถิตตลอดจิรกาล ความตั้งใจแผ่ออกไปถวาย
พระพรชัยมงคลดังนี้ ชื่อว่าเป็นการแผ่เมตตาจิต เมื่อได้
แผ่จิตประกอบด้วยเมตตาถวายพระพรชัยมงคล โดยเจาะ
จงดังนี้แล้ว ก็ขอให้ตั้งใจแผ่จิตประกอบด้วยเมตตาไป
โดยเจาะจงและโดยไม่เจาะจงในสรรพสัตว์ทุกถ้วนหน้า
ด้วยตั้งจิตคิดปรารภนาให้สัตว์ทั้งปวง บุคคลทั้งปวง ภูตะ

ผู้เกิดเป็นอย่างไรอย่างหนึ่งทุกชาติกำเนิดทั้งปวง ผู้ที่เนื่อง
 ในอรรถภาพทั้งปวง ไม่มีภัยไม่มีเวร มีความสุข รักษาตน
 ให้สวัสดิ์ ให้พ้นจากทุกข์ อย่าให้วิบัติเสียหายจากสมบัติ
 ที่ได้ และขอให้พากันละกรรมที่ชั่ว ประกอบกรรมที่ดี
 เพราะว่าทุก ๆ สัตว์บุคคลต่างมีกรรมเป็นของของตน ทำ
 กรรมดีจักได้ดี ทำกรรมชั่วจักได้ชั่ว ความคิดแผ่ใจออก
 ไปดังนี้เรียกว่า แผ่ไปด้วยพรหมวิหาร ก็ขอให้แผ่ออก
 ไปด้วยจิตประกอบด้วยพรหมวิหาร ในทิศเบื้องหน้า ใน
 ทิศเบื้องขวา ในทิศเบื้องหลัง ในทิศเบื้องซ้าย ในทิศเบื้อง
 บน ในทิศเบื้องล่าง ในทิศเบื้องขวางโดยรอบ เมื่อได้ตั้ง
 ใจแผ่จิตออกไปด้วยพรหมวิหารดังนี้แล้ว ก็ขอให้ตั้งใจ
 ถวายส่วนแห่งบุญกุศล ที่ได้ปฏิบัติทำจิตภาวนาพุทโธนั้นก็ดี
 แห่งบุญกุศลอื่นใดที่ได้ปฏิบัติมาแล้วก็ดี เป็นพระราชกุศล
 แด่สมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตร และแผ่ส่วนกุศล
 อันนั้นแก่บุคคลและสัตว์ทั้งหลาย ทั้งที่ยังดำรงชีวิตอยู่ และ
 ทั้งที่ล่วงไปแล้ว หรือที่ดำรงอยู่ในกำเนิดอันใดอันหนึ่ง
 เช่นในโอปปาติก กำเนิดภพใดภพหนึ่งทุกถ้วนหน้า และ
 ขอให้ตั้งจิตอธิษฐานขอคุณพระรัตนตรัย คือพระพุทธเจ้า
 พระธรรม พระสงฆ์ และอำนาจแห่งบุญกุศล อำนาจแห่ง
 เทพดาอารักษ์ทุกแห่งหน ได้อภิบาลรักษาประเทศชาติ
 ศาสนา พระมหากษัตริย์ กล่าวคือ สมเด็จพระบรมบพิตรพระ
 ราชสมภารเจ้า พร้อมทั้งสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรม
 ราชินีนาถ พระราชโอรสธิดา พร้อมทั้งสมเด็จพระศรี
 นครินทราบรมราชชนนี พร้อมทั้งพระราชวงศ์ คณะ

รัฐบาล ทหาร ตำรวจ พลเรือน ประชาชนทุกหมู่เหล่า
และพร้อมทั้งท่านสาธุชนทั้งหลายทุก ๆ ท่าน ให้ปราศจาก
ทุกข์ภัยโรคโศกศัตรูปัจจุบันตราย ให้เจริญอายุ วรรณะ
สุขะ พละ และสำเร็จสิ่งที่ปรารถนาโดยชอบประกอบด้วย
ธรรม จงทุกประการ

ในที่สุดนี้ พระสงฆ์จะได้สวดถวายพระพรและสวด
อำนวยการสืบต่อไป

เย ธมฺมา อภิญญา ปริญฺเญยฺหา เต ธมฺเม อภิญญา
ปริหานาติ

ธรรมเหล่าใดพึงกำหนดรู้ด้วยอภิญญา (ความรู้ยิ่ง) ก็
กำหนดรู้ธรรมเหล่านั้นด้วยอภิญญา

เย ธมฺมา อภิญญา ปหาตพฺพา เต ธมฺเม อภิญญา
ปชฺหติ

ธรรมเหล่าใดพึงละด้วยอภิญญา ก็ละธรรมเหล่านั้น
ด้วยอภิญญา

เย ธมฺมา อภิญญา สจฺฉิกาตพฺพา เต ธมฺเม อภิญญา
สจฺฉิกโรติ

ธรรมเหล่าใดพึงทำให้แจ้งด้วยอภิญญา ก็ทำธรรมเหล่านั้น
ให้แจ้งด้วยอภิญญา

เย ธมฺมา อภิญญา กาเวตพฺพา เต ธมฺเม อภิญญา กาเวติ
ธรรมเหล่าใดพึงอบรมด้วยอภิญญา ก็อบรมธรรมเหล่านั้น
ด้วยอภิญญา

(ตํ. มทา. ๑๕/๗๗)

พระธรรมเทศนา
ในวันมหาปวารณา พุทธศักราช ๒๕๑๘
วันที่ ๒๐ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๑๘
เวลา ๙.๐๐ น.

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส
นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส
นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส

เมตฺตาวิหาริ โย ภิกฺขุ ปสนฺโน พุทฺธศาสน
อธิกฺขเจ ปทํ สนฺตํ สงฺขารปสมํ สุขนฺติ

บัดนี้ จักแสดงศาสนธรรม ธรรมคือคำสั่งสอนของ
สมเด็จพระบรมศาสดา เพื่อให้สำเร็จประโยชน์แห่งการ
ฟังธรรมตามสมควรแก่วันธรรมสวนะอันเวียนมาถึงเข้า

ศาสนธรรม ธรรมคือคำสั่งสอนนั้น สมเด็จพระ
บรมศาสดาได้ทรงแสดงไว้ เป็นไปเพื่อประโยชน์เกื้อกูล
เพื่อสุขแก่โลก อันเนื่องมาถึงเราทั้งหลายในบัดนี้ เพราะ
เมื่อได้สดับฟังศาสนธรรม ธรรมคือคำสั่งสอน ปฏิบัติ
ตามศาสนธรรมนั้น ก็ย่อมได้รับผลเป็นประโยชน์เกื้อกูล
และความสุข ฉะนั้น ศาสนธรรมทั้งสิ้นจึงเป็นคำสั่งสอน
เป็นไปเพื่อสุคติ คือความไปได้ ความถึงดี เพราะพระ
สัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงเป็นสุกโต ก็เป็นผู้ไปได้ เป็นผู้

ถึงดี ฉะนั้น ในเบื้องต้นนี้จึงสมควรที่จะระลึกถึงพระ
พุทธคุณบทว่าสุกโตนี

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงเป็นสุกโต ผู้เสด็จไปได้
แล้ว ผู้ถึงดีแล้ว โดยปริยายก็ทางอันหนึ่ง ก็เพราะได้
ทรงเป็นผู้เสด็จไปทรงบรรลุถึงสันติบท กิอบทแห่งสันติ
ความสงบรำงับ หรือสันตบถ บทที่สงบระงับ อันเป็นที่
เข้าไปสงบระงับสังขาร คือความปรุงแต่ง เครื่องปรุงแต่ง
สิ่งปรุงแต่งทั้งหลาย บทที่สงบซึ่งทรงบรรลุถึงแล้วนี้
เป็นบทที่สงบอย่างสูงสุด เป็นบรมสุขคือเป็นสุขอย่างยิ่ง
และสันติคือความสงบหรือว่าบทอันสงบนี้ก็คือสงบระงับ
สังขารดังกล่าว อันธรรมดาว่าสังขารเครื่องปรุงแต่งหรือ
สิ่งปรุงแต่งทั้งหลายนั้น ย่อมประกอบด้วยสังขตลักษณะ
คือลักษณะแห่งสิ่งที่ปรุงแต่ง ได้แก่ อุปุปาโท ปญฺญาติ
ความเกิดขึ้นปรากฏ วโย ปญฺญาติ ความเสื่อมสิ้นไป
ปรากฏ จิตฺตสฺส อณฺเณตฺตํ ปญฺญาติ เมื่อยังตั้งอยู่
ความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปอย่างอื่นปรากฏ บรรดา
กิเลสเครื่องเศร้าหมองใจทั้งหลาย เป็นต้นว่าตัณหา
ความดิ้นรนทะยานอยากของใจ หรือว่าราคะความติด
ความยินดี โลภะความโลภอยากได้ โทสะความโกรธ
แค้นขัดเคือง โมหะความหลง หรือกล่าวโดยต้นแก้วก็ได้
แก้ววิชาคือความไม่รู้ อันหมายถึงไม่รู้ในสัจจะคือความ
จริง แม้จะเป็นความรู้ก็เป็นความรู้ที่ไม่จริง จึงเรียกว่า
ความไม่รู้ ทั้งหมดนี้ก็เป็นสังขาร ก็เป็นสิ่งที่ผสมปรุง

แต่ง ต้องมีความปรุ้งแต่งจึงเกิดเป็นกิเลสขึ้น ยกตัวอย่าง
 เช่น ความคันรณอยากได้ ใจก็ต้องปรุ้งกับอารมณ์คือ
 เรื่อง ได้แก่อะไรก็ต้องคิดถึงสิ่งนั้นสิ่งนั้นอันเป็นที่ตั้งของความ
 อยากได้นั้น เมื่อเป็นดังนี้จึงปรากฏเป็นความอยากได้
 บังเกิดขึ้น โมหะ คือความหลง ก็เป็นความปรุ้งแต่ง
 เช่นความหลงกลัว ยกตัวอย่าง ความกลัวผี ใจคิดปรุ้งผี
 ขึ้น แล้วก็กลัวผีที่ใจปรุ้งขึ้นนั้น สงบความปรุ้งเสียได้
 ก็หายกลัว **ป** ธรรมดาภิเลสทั้งปวงจึงเป็นความปรุ้งแต่งทั้ง
 นั้น กรรม คือการงานที่กระทำทางกาย ทางวาจา ทางใจ
 ก็เป็นสังขารคือเป็นความปรุ้งแต่ง หรือเป็นของปรุ้งแต่ง
 จะต้องมีการทำประกอบด้วยเจตนา คือความจงใจ อาศัย
 กาย วาจา ใจทำขึ้นคือปรุ้งแต่งขึ้น จึงปรากฏเป็นกรรม
 อย่างใดอย่างหนึ่ง วิบากคือผลของกรรมก็เป็นความปรุ้ง
 แต่ง นัตถเตนฺธ คือวิบากชั้น ได้แก่กายและใจของ
 ทุกๆ คนนี้เรียกว่าเป็นวิบากชั้น ก็เป็นความปรุ้งแต่ง
 กายก็ปรุ้งแต่งขึ้นจากธาตุทั้งหลาย มีธาตุดิน ธาตุน้ำ เป็น
 ต้น ใจก็เกิดขึ้นจากความปรุ้งแต่ง จึงปรากฏเป็นอาการ
 ทางใจ เช่น ปรากฏเป็นเวทนาความรู้สึกเป็นทุกข์เป็นสุข
 หรือเป็นกลางๆ ไม่ทุกข์ไม่สุข เป็นสัญญา คือความจำ
 หมาย เป็นสังขาร คือความคิดปรุ้งหรือความปรุ้งคิด เป็น
 วิญญาณ คือความรู้สึกเห็นรูปได้ยินเสียง เป็นต้น ก็เป็น
 สังขารคือเป็นความปรุ้งแต่งหรือเป็นของปรุ้งแต่งทั้งนั้น
 และบรรดาสังขารดังกล่าวมานี้ก็เป็นเหตุบัง เป็นผลบัง
 อาศัยกันเป็นไป เช่นว่ากิเลสเป็นเหตุให้กระทำความ

กรรมก็เป็นผลของกิเลส แต่ว่ากรรมเองก็เป็นเหตุส่ง
วิบากคือผล วิบากก็เป็นผลของกรรม แต่วิบากเองก็เป็น
เหตุอีก คือเป็นเหตุให้เกิดกิเลสขึ้นอีก กิเลสก็กลายเป็น
ผลของวิบาก และกิเลสเองก็กลับเป็นเหตุให้กระทำความ
กวนกันไปเป็นเหตุเป็นผล เป็นผลเป็นเหตุ สืบสายกัน
ไปเป็นวงกลมดังนี้ นี่เป็นสังขารคือความผสมปรุงแต่ง
หรือสงผสมปรุงแต่ง ซึ่งจะต้องมีความเกิดความดับและ
ความแปรปรวนไปทั้งนั้น เพราะฉะนั้นจึงเป็นทุกข์คือ
เป็นสิ่งที่ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป ต้องถูกความ
แปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปบีบคั้นอยู่เสมอ แม้ว่าจะมี
ความสุขอยู่ในระหว่างๆ ก็เป็นเพียงแค่ความสุขเวทนา
ที่บังเกิดขึ้นในระหว่างทุกข์เวทนาที่ทุกข์ๆ คนประสบอยู่
จึงไม่ใช่เป็นความสุขอันแท้จริง พระสัมมาสัมพุทธเจ้า
ได้ทรงเป็นสุกโตคือเป็นผู้เสด็จไปได้ ทรงดีแล้ว ก็
เพราะได้ทรงปฏิบัติจนถึงบทที่สงบระงับสังขารสิ่งปรุง
แต่งหรือความผสมปรุงแต่งทั้งเหตุทั้งผลทั้งหมด เพราะ
ฉะนั้นจึงทรงบรรลุถึงบรมสุขคือความสุขอย่างยิ่ง และก็
ได้ทรงแสดงธรรมสั่งสอน เพื่อให้บุคคลบรรลุถึงบทอัน
สงบด้วยพระมหากรุณา เพราะฉะนั้นเสด็จไปที่ไหนจึง
เป็นการเสด็จไปโปรดในที่นั้น เพื่อให้คนทั้งปวงบรรลุ
ถึงบทอันสงบตามภูมิตามชั้น จึงกล่าวได้ว่า ธรรมคือ
คำสั่งสอนของพระองค์ล้วนเป็นคำสั่งสอนที่จะให้บรรลุ
ถึงบทอันสงบ แต่ว่าบทอันสงบนั้นก็มิเป็นขั้นๆ ความ
บรรลุถึงบทอันสงบคือสงบระงับสังขารทั้งปวงตามที่ทรง

บรรลุนั้นเป็นบทสงบอันสูงสุด แต่ว่าก่อนที่จะบรรลถึง
บทสงบอันสูงสุดนั้น ก็ต้องบรรลถึงบทที่สงบชั้นต้นขึ้นต่ำ
ขึ้นไปก่อน ตั้งต้นแต่สงบกายสงบวาจาสงบใจอันเป็น
ขั้นศีล สงบอารมณ์และนิรณที่กั้นจิตใจอันเป็นขั้นสมาธิ
และสงบกิเลสและวิบากทั้งปวงอันเป็นขั้นปัญญา /

ฉะนั้น บรรดาธรรมปฏิบัติทุกชั้นดังกล่าวจึงเป็นบท
อันสงบทั้งนั้น อันจะพึงเห็นได้ว่า ผู้ปฏิบัติในศีลย่อมได้
ความสงบกายสงบวาจาสงบใจ ในขั้นศีลนั้นก็เห็นอันว่าได้
พบความสงบระงับสังขาร คือความปรุงแต่งกิเลสกรรม
วิบากชั้นหยาบ / ความปรุงแต่งกิเลสกรรมวิบากชั้นหยาบ
นั้นก็คือโลกโกรธหลงชั้นหยาบที่เป็นอกุศลมูล | กรรมชั้น
หยาบก็คือการฆ่าเขาบ้างการลักของเขาบ้างเป็นต้นอันเกิด
จากกิเลสชั้นหยาบนั้น วิบากชั้นหยาบก็คือผลของการ
ฆ่าเขาบ้างการลักของเขาบ้าง ตั้งต้นแต่ทำให้ผู้กระทำ
เป็นคนบาป ✓ แม้ว่าจะยังไม่มีใครลงโทษกล่าวหาแต่ว่าผู้
กระทำนั้นเองก็กลายเป็นคนบาปไปตั้งแต่เมื่อกระทำบาป
แล้ว อันเป็นผลของการกระทำบาปนั้น / เพราะฉะนั้น ศีล
จึงเป็นเครื่องสงบระงับสังขารฝ่ายชั่วอย่างหยาบ คือกิเลส
กรรมวิบากชั้นหยาบดังกล่าวนั้น ส่วนสมาธิและปัญญาก็
เป็นเครื่องระงับสังขารฝ่ายชั่วอย่างกลางและอย่างละเอียด
คือกิเลสกรรมวิบากอย่างกลางและกิเลสกรรมวิบากอย่าง
ละเอียดไปโดยลำดับ และแม้ศีล สมาธิ ปัญญานั้นเอง
ก็เป็นสังขารเหมือนกัน ก็เป็นความปรุงแต่ง / แต่ว่า

เป็นความปรุ้งแต่งในทางที่ดี เพราะว่าจะเป็นศีลขึ้นมา
ก็ต้องปฏิบัติในศีล ต้องมีวิริยเจตนาความตั้งใจจดเว้น
ต้องมีหิริโอตตปปะเป็นต้นประกอบกัน จึงจะสำเร็จเป็นศีล
ขึ้นมา สมาธิก็ต้องปรุ้งแต่ง ก็ต้องมีการปฏิบัติ ต้องมี
ความพากเพียร ต้องมีการกระทำประกอบด้วยองค์สมบัติ
ทั้งปวงอันจะทำให้จิตใจเป็นสมาธิขึ้น ปัญญาก็ต้องปรุ้ง
แต่งก็ต้องอบรม อาศัยการฟังการนึกคิดพิจารณาและ
การปฏิบัติอบรมต่าง ๆ ปัญญาจึงจะมีขึ้นได้ แต่ว่าเป็น
สังขารคือความปรุ้งแต่งในทางที่ดี ความปรุ้งแต่งในทางที่
ดีนั้นเป็นไปเพื่อสงบสังขารคือความปรุ้งแต่งในทางที่ชั่ว

ฉะนั้น ธรรมคือคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าจึงกล่าว
ได้ว่าเป็นคำสั่งสอนให้ปรุ้งแต่งในทางที่ดี รวมเข้ามาก็
ถือว่า ปรุ้งแต่งสันตบพ ก็อบทอันสงบระงับนั่นเอง แม้
ว่าจะเป็นความปรุ้งแต่ง ก็เป็นความปรุ้งแต่งเพื่อความ
สงบระงับ สงบระงับอะไร ก็สงบระงับสังขารคือความ
ปรุ้งแต่งในทางที่ชั่ว และเมื่อได้ปรุ้งแต่งไปในทางที่ดี
นั้นจนบรรลุถึงจุดสุดยอดดังที่เรียกว่าสุดดีแล้ว กำจัด
ความปรุ้งแต่งในทางที่ชั่วได้หมดสิ้นอันเรียกว่าสุดชั่ว เมื่อ
ถึงจุดสุดดีสุดชั่วดังนี้แล้ว ก็เป็นอันว่าสงบระงับความ
ปรุ้งแต่งด้วยประการทั้งปวง ดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า
ได้ทรงบรรลุถึงดังพระนามว่าสุกโตนั่น โดยปริยายคือทาง
อันหนึ่งได้ทรงแสดงธรรมสั่งสอนให้เป็นผู้มีปกติอยู่ด้วย
เมตตา เป็นต้น ดังพระพุทธภาษิตในธรรมบทที่ตรัสไว้ว่า

เมตตาวิหารี โย ภิขุ เป็นอาทิ

ซึ่งแปลความว่า ภิขุใดมีเมตตาเป็นวิหารธรรม
ธรรมเป็นเครื่องอยู่ เลื่อมใสแล้วในพุทธศาสนา ภิขุนั้น
พึงบรรลุดังบทอันสงบ อันเป็นที่เข้าไปสงบระงับสังขาร
ให้เกิดสุขดังนี้

พระพุทธานุศาสน์แม้ว่าจะยกภิขุเป็นที่ตั้ง แต่ก็
คำสั่งสอนทั่วไปแก่บุคคลทั้งปวง คือผู้ใดก็ตามมีเมตตา
วิหารธรรม เลื่อมใสในพระพุทธศาสนา ผู้นั้นก็พึงบรรลु
ถึงบทอันสงบดังกล่าวนั้นได้

ฉะนั้น ก็พึงทำความเข้าใจตามพระพุทธานุศาสน์ในบท
นี้ว่า ทางที่จะให้บรรลุดังบทอันสงบที่ทรงยกขึ้นในพระ
พุทธานุศาสน์ ก็คือ

หนึ่ง เมตตาวิหารธรรม

สอง เลื่อมใสในพระพุทธศาสนา

เมตตาวิหารธรรมนั้น วิหารแปลว่าที่อยู่หรือเครื่องอยู่
มีอยู่ ๒ อย่าง วิหารของกายและวิหารของใจ วิหารของ
กายนั้นได้แก่ที่อยู่ของร่างกาย เช่นบ้านเรือน กุฏิ วิหาร
ที่อยู่ของใจนั้นได้แก่เรือนใจ กุฏิวิหารของใจ จิตใจอยู่กับ
อะไรอันนั้นแหละเป็นวิหารของใจ เมื่อจิตใจอยู่กับโทสะ
พยาบาท โทสะพยาบาทก็เป็นวิหารของใจ อันโทสะ
พยาบาทนั้นเป็นของร้อน เท่ากับว่าเป็นเรือนไฟ ฉะนั้น
เมื่ออยู่ในเรือนไฟก็ต้องร้อน จะพึงเห็นได้ว่าในขณะที่ใจ

มีโทษพยาบาลนั้นมีความเร่าร้อนเพียงไร เท่ากับว่าคน
นรกทั้งเป็น พิจารณาดูให้ดีก็จะเห็นได้ว่านรกนั้นมีอยู่ใน
ปัจจุบันนี้แหละ มีอยู่ที่กิเลสวิหารที่จิตใจอาศัยอยู่ เพราะ
จะต้องเร่าร้อน ร้อนน้อยหรือร้อนมาก แล้วแต่ระดับของ
กิเลส ฉะนั้นจึงพึงเห็นได้ว่า เมื่ออยู่ในเรือนกิเลสแล้ว
จะพบกับความสงบไม่ได้ พบกับความสุขไม่ได้ ต้องเป็น
ทุกข์ต้องเร่าร้อน ฉะนั้น จึงได้ตรัสสอนให้ทุก ๆ คนพากัน
สร้างวิหารของใจคือเมตตา อันเรียกว่าเมตตาวิหาร เมตตา
นั้นก็คือ ความมีจิตใจรักใคร่ปรารถนาให้เป็นสุข มีความ
มุ่งดีปรารถนาดีอันมีลักษณะตรงกันข้ามกับโทษพยาบาล
เมตตานี้ก็ต้องสร้างขึ้นเหมือนกัน ก็เหมือนอย่างการสร้าง
บ้านสร้างเรือน สร้างวิหาร สร้างวัดวาอาราม ต้องมีการ
สร้าง กล่าวคือ ตั้งใจอบรมบ่มปฏิบัติหัดแผ่ใจออกไปด้วย
เมตตา ปรารถนาความสุขปรารถนาความไม่มีภัยไม่มีเวร
แก่บุคคลแก่สัตว์โดยเจาะจง หรือแก่บุคคลแก่สัตว์โดยไม่
เจาะจง คือแผ่ทั่วไป ความที่ตั้งใจหัดแผ่ใจออกไปด้วย
ความมุ่งดีปรารถนาสุขดังกล่าวนั้น ก็ให้เหมือนกับที่ตนเอง
มีความมุ่งดีมีความปรารถนาสุขให้แก่ตนเองฉันใด ก็พึง
มุ่งดีปรารถนาสุขให้แก่ผู้อื่นนั้นนั้น หัดใจแผ่ออกไปดังนี้
ในเบื้องต้นก็หัดแผ่ออกไปแก่บุคคลที่เป็นที่รักใคร่นับถือ
กันอยู่แล้ว ซึ่งมีความมุ่งดีปรารถนาดีกันอยู่เป็นพื้นแล้ว
ซึ่งทำไม่ยาก ต่อไปก็หัดแผ่ออกไปแก่บุคคลที่เป็นกลางๆ
ต่อไปก็หัดแผ่ออกไปตลอดถึงคนที่เป็นศัตรูกันไม่ชอบกัน
เกลียดหน้ากัน ก็หัดแผ่ใจออกไปถึงผู้นั้น ให้ผู้นั้นมี

ความสุข ไม่มีภัยไม่มีเวร ให้มีความสุขดี เช่นเดียวกับ
ตนเองปรารถนาให้ตนเองมีความสุขไม่มีภัยไม่มีเวร รักษ
ชาติให้สวัสดิ์ ความหัดแผ่ใจออกไปอยู่บ่อย ๆ ดังนี้
เป็นสิ่งที่ต้องสร้างขึ้นต้องทำขึ้น เหมือนอย่างการสร้างกุฏิ
วิหารบ้านเรือนดังกล่าวมานั้น ในการสร้างนั้นก็ต้อง
อาศัยเรี่ยวแรงกำลังที่น้อยบ้างมากบ้าง การหัดแผ่เมตตา
ออกไปก็เช่นเดียวกัน หัดแผ่ออกไปในคนที่ชอบกันอยู่
แล้วในคนที่เป็นคนกลาง ๆ ก็ไม่ยากนัก แต่ในคนที่ไม่ชอบ
หน้ากันนั้นเป็นการยากกว่า แต่ว่าเมื่อพยายามหัดแผ่ออก
ไปแล้วก็จะทำได้ และเมื่อทำได้แล้วก็จะมีความสุข
โทสะพยาบาทในใจของตนเองลงไปก่อน เพราะว่าเมื่อ
มีคนที่ไม่ชอบกันเกลียดกัน ก็หมายความว่าเมื่อโทสะพยา
บาทมีความผูกโกรธอยู่ในใจของตนเอง เท่ากับว่าอยู่ใน
เรือนของโทสะพยาบาท เป็นความเร่าร้อนไม่สงบอยู่
แล้ว เมื่อหัดแผ่เมตตาออกไปได้ ก็จะทำให้สงบโทสะ
พยาบาทนั้น เรือนโทสะพยาบาทในใจของตนเองก็จะพัง
ทลายไป ตนเองก็จะได้อาศัยอยู่ในเรือนใหม่ที่สร้างขึ้น
คือเรือนเมตตาหรือเมตตาวิหาร และเมื่อเป็นดังนี้ก็จะพบ
กับความสุข สงบใจตนเองนี้แหละก่อน คือสงบโทสะ
พยาบาท เมื่อสงบโทสะพยาบาทลงได้แล้วก็สงบความ
ปรุ่งแต่งในทางชั่วเพราะโทสะพยาบาทลงได้ ด้วยว่าเมื่อ
มีโทสะพยาบาทเป็นเจ้าเรือนอยู่แล้ว ก็จะต้องคิดปรุ่งคิด
แต่งว่าทำไมจะทำให้คนนั้นเสียหายไปอย่างนั้นเป็นทุกข์
ไปอย่างนี้ได้ คอยปรุ่งคอยแต่งอยู่เสมอ ดังนี้ นี่เป็นสัง-

ขาร เป็นสังขารที่ชั่วร้าย ที่เผาใจตนเอง แต่กรั้นสงบล
ได้ เข้ามาอยู่ในเรือนเมตตาเป็นเมตตาวิหารแล้ว ก็ยอม
จะมีความสุข //

เพราะฉะนั้น ความมีเมตตาวิหารธรรมจึงเป็นสิ่งสำคัญ
ทุก ๆ คนสมควรจะอบรมเมตตาสร้างเมตตาขึ้นให้เป็น
วิหารเป็นเรือนใจของตน เมื่อเป็นดังนี้ก็จะพบกับสันตบพ
หรือสันติบพเป็นประการแรก และเมื่อมีความเลื่อมใสใน
พระพุทธศาสนาคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
ปฏิบัติตนอยู่ในศีล สมาธิ ปัญญา ที่ยิ่ง ๆ ขึ้นไป ก็ย่อม
จะได้พบกับสันตบพที่ยิ่ง ๆ ขึ้นไปโดยลำดับ ดังกล่าวมา
ข้างต้น จนถึงกับพบกับสันตบพอย่างสูงสุดดังที่ตรัสไว้ว่า
พึงบรรลุถึงสันตบพอันเป็นที่สงบระงับสังขารด้วยประการ
ฉะนี้

วันนี้เป็นวันมหาปวารณาออกพรรษาซึ่งพระภิกษุสงฆ์
ผู้จำพรรษาอยู่ในอาวาสนั้น ๆ จะกระทำปวารณาโดย
ขอให้อาศัยความเมตตาอนุเคราะห์ว่ากล่าวตักเตือนซึ่งกัน
และกัน ด้วยได้เห็นก็ดี ได้ยินก็ดี ได้รังเกียจสงสัยก็
ดี เป็นปวารณาสังฆกรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรง
บัญญัติไว้ให้ภิกษุสงฆ์กระทำแทนอุโบสถสังฆกรรมในวัน
มหาปวารณาออกพรรษานี้ และวันมหาปวารณาออก
พรรษายังเป็นโอกาสจิตกาลพิเศษอีกส่วนหนึ่ง ด้วยเป็น
วันอันตรงกับวันพระบรมราชสมภพและวันสวรรคตแห่ง
พระบาทสมเด็จพระปรเมนทรมหาอานันทมหิดลพระจอมเกล้าเจ้า

อยู่หัวรัชกาลที่ ๔ ซึ่งพระองค์ได้ทรงเป็นผู้ฟื้นฟูพระพุทธศาสนาขึ้น ได้ทรงเป็นบุพการีแห่งวัดบวรนิเวศวิหารนี้ แห่งคณะสงฆ์ และแห่งพุทธศาสนิกชนทั่วไป เพราะได้ทรงฟื้นฟูพระพุทธศาสนาขึ้นเป็นแนวทางให้พระมหากษัตริย์และพระมหาเถรานุเถระต่อๆ มาได้ดำเนินการปรับปรุงฟื้นฟูพระพุทธศาสนาขึ้นโดยลำดับจนถึงบัดนี้ เพราะฉะนั้น ก็ขอให้ทุก ๆ ท่านได้น้อมจิตถวายส่วนกุศลแด่สมเด็จพระปรเมนทรมหามกุฏพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว พระองค์นั้นในโอกาสนี้

แสดงพระธรรมเทศนายุติลง เรายกมีด้วยประการฉะนี้

อานิสงส์เมตตาภาวนา ๑๑ ประการ

๑. สุข สุปติ

ย่อมหลับเป็นสุข

๒. สุข ปฏิพัชฺฐติ

ย่อมตื่นเป็นสุข

๓. น ปาปํ สุปินํ ปสฺสติ

ย่อมไม่ฝันลามก

๔. มนุสฺसानํ ปิโย โหติ

ย่อมเป็นที่รักแห่งมนุษย์ทั้งหลาย

๕. อมฺนุสฺसानํ ปิโย โหติ

ย่อมเป็นที่รักแห่งอมมนุษย์ทั้งหลาย

๖. เทวดา รุกขนิติ
เทวดาทิ้งหลายย่อมรักษา
๗. นาสุส อकुลิ วา วิสั วา สตุธั วา กมติ
ไฟ ยาพิษ หรือศาตรา ย่อมไม่กล้ากรายได้
๘. ตูวณฺฑี จิตฺตํ สมาธิยติ
จิตย่อมตั้งมั่นโดยรวดเร็ว
๙. มุขฉณฺโณ วิปฺปสัทธิ
สีหน้าย่อมผ่องใส
๑๐. อสมมุโหห กาลํ กโรติ
เป็นผู้ไม่หลงไหลทำกาละ
๑๑. อุตฺตรํ อปฺปฏีวิชฺชนนฺโต พุรฺหมฺ โลกุปฺโป โหติ
เมื่อไม่แทงตลอดคุณอันยิ่ง ย่อมเป็นผู้เข้าถึงพรหม
โลก

(อง. เอกาทสก. ๒๔/๓๓๐)

พระธรรมเทศนา

ในการถวายพระราชกุศล

พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว
ในวันพระบรมราชสมภพและวันสวรรคต
วันที่ ๒๐ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๔๑๘

เวลา ๑๓.๐๐ น.

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส .

กามสุ นากิสิขุณฺเดยฺย มนฺตานาวีโล สียา

กุสโล สหฺพณฺมณํ สโต ภิกฺขุ ปริพฺพเชติ

บัดนี้ จักถวายวิสาขนาพระธรรมเทศนา จดองพระ
เดชพระคุณประดับพระปัญญาบารมีในการพระกุศล การ
กุศล ที่บพิตรพระนัดดาพร้อมทั้งอุบาสิกอุบาสิกได้ทรง
บำเพ็ญได้บำเพ็ญถวายแด่สมเด็จพระปรเมนทรมหามกุฏ
พระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวในวันมหาปวารณาซึ่งตรงกับวัน
พระบรมราชสมภพและเสด็จสวรรคตแห่งพระบาทสมเด็จพระ
พระปรเมนทรมหามกุฏพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวพระ
องค์นั้น

เนื่องด้วยบพิตรพระนั้ดดา พร้อมทั้งอุบาสกาอุบาสก
ได้ระลึกถึงพระราชคุณูปการ ซึ่งได้ทรงปฏิบัติกระทำแก่วัด
บวรนิเวศวิหาร แก่การพระศาสนา ตลอดถึงแก่ประ-
เทศชาติบ้านเมือง ยังให้เกิดความดำรงมั่นสถิตสถาพร
แห่งประเทศชาติพร้อมทั้งพระศาสนาและพระราชวงศ์
ส่งผลถึงความผาสุกแก่ประชาชนทั้งปวงสืบมาจนถึงบัด
นี้ จึงนับว่าได้ทรงเป็นพระราชบุพการีของวัด ของพระ
ศาสนา และของประเทศชาติ ฉะนั้น เมื่อวันอันตรงกับวันพระ
บรมราชสมภพและวันเสด็จสวรรคตแห่งพระ
องค์ท่านโดยจันทรคติได้เวียนมาบรรจบ จึงเป็นเครื่อง
กระตุ้นเตือนพระหฤทัยและกระตุ้นเตือนใจให้ทรงบำเพ็ญ
และบำเพ็ญกุศลอันอดุติศดวาย อันเป็นทางที่จะ
พึงกระทำได้ในฐานะพุทธศาสนิกชนผู้นับถือพระพุทธ
ศาสนา ฉะนั้นในโอกาสซึ่งสมควรที่จะได้ถวายวิสาขนา
ถึงพระราชประวัติและพระราชคุณูปการบางประการ เพื่อ
เป็นพระราชคุณานุสสติ อันจะพื้่นำให้บังเกิดปสาทจิต
และให้ได้ทราบซึ่งถึงพระราชคุณูปการแต่เพียงบางประ-
การนั้น ๆ ด้วย

พระบาทสมเด็จพระปรเมนทรมหาอานันทมหิดล
เจ้าอยู่หัว ได้ทรงมีพระบรมราชสมภพ ณ วันพฤหัสบดี
ขึ้น ๑๔ ค่ำ เดือน ๑๑ ปีชวด จุลศักราช ๑๑๖๖ พุทธศักราช
๒๓๔๓ อันเป็นวันมหาปวารณาตามปักขกณนาวิธี พระ
องค์ได้ทรงเป็นพระเชษฐาภิโยรสขึ้นเจ้าฟ้าในพระบาทสม-

เด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย รัชกาลที่ ๒ ทรงดำรงอยู่ใน
ฐานะเป็นองค์รัชทายาทโดยพระชาติ จึงได้ทรงรับความ
อบรมและความยกย่องด้วยดีโดยควรแก่พระอิสริยยศักดิ์
มาโดยลำดับ ปรากฏในพระราชประวัติว่า ขณะเมื่อมี
พระชนมายุได้ ๕ พระพรรษา สมเด็จพระบรมชนกนาถได้
ทรงนำเข้าเฝ้า ฯ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ ๑
พระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลก ทรงแสดงว่าได้ทรงจำได้ เมื่อ
มีพระชนมายุได้ ๕ พระพรรษา ทรงรับพระราชพิธีตั้งพระ
นามเจ้าฟ้า ครั้นเมื่อมีพระชนมายุได้ ๑๒ พระพรรษา ได้
ทรงพระกรุณาโปรด ฯ ให้เสด็จออกไปรับক্রมอนุที่จ้ง-
หวัดกาญจนบุรี เมื่อมีพระชนมายุได้ ๑๓ พระพรรษาได้
มีพระราชพิธีโสกันต์ อันจัดเป็นงานใหญ่ตามพระราช
อิสริยยศ เมื่อมีพระชนมายุได้ ๑๔ พระพรรษาได้ทรง
พระผนวชเป็นสามเณร ทรงดำรงอยู่ในภาวะเป็นสามเณร
เป็นเวลา ๑ เดือน ครั้นมีพระชนมายุได้ ๒๑ พระพรรษา
ก็ได้ทรงพระผนวชเป็นพระภิกษุ และเมื่อทรงพระผนวช
ได้ไม่นานนักสมเด็จพระบรมชนกนาถ พระบาทสมเด็จพระ
พุทธเลิศหล้านภาลัยก็ได้เสด็จสวรรคต จึงเปลี่ยน
รัชกาล พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัวได้เสด็จเถลิง
ถวัลย์ราชสมบัติ พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว
ได้ทรงพระดำริเห็นว่า สมควรที่จะทรงพระผนวชศึกษา
พระพุทธศาสนาให้แตกฉานลึกซึ้งสืบไป จึงได้ตกลงพระ
ราชหฤทัยทรงพระผนวช และได้ทรงจับศึกษาพระพุทธ
ศาสนา ด้วยทรงจับศึกษาภาษาบาลีอันเป็นภาษาที่จารึก

พระธรรมวินัยพุทธวจนะแห่งพระบรมศาสดา จนถึงพระ
บาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัวได้โปรดให้ทรงเข้าแปล
ถวายน้าพระที่นั่งอันนับว่าเป็นการสอบไล่ ทรงแปลได้
๕ ประโยคแล้วก็ทรงหยุดเพียงเท่านั้น แต่ว่าความศึกษาที่
ทรงได้ความรู้นั้นแตกฉานยิ่งขึ้นไปกว่านั้นมากนัก เพราะ
ปรากฏว่าได้ทรงรจนารื่องเป็นภาษาบาลีหลายเรื่อง เป็น
ต้นว่า สมณสาส์นที่มีไปยังลังกาทวีป ได้ทรงรจนาเป็น
ภาษาบาลีบันทึกถึงเรื่องราวต่าง ๆ และพระธรรมวินัย เช่น
เรื่องสมาธิวิจารณ์ เป็นต้น ได้อย่างถ่องถ้วนพิสดาร และได้
ทรงพระกรุณาโปรดให้เป็นพระราชกณะเมื่อประทับ ณ
วัดราชาธิวาส และต่อมาจึงได้ทรงพระกรุณาโปรดให้
อัญเชิญเสด็จมาประทับ ณ วัดบวรนิเวศวิหารนั้นขณะเมื่อมี
พระชนมายุได้ ๓๓ พระพรรษา โดยทรงพระกรุณาโปรด
ให้จัดขบวนแห่จากวัดราชาธิวาสมาสู่วัดบวรนิเวศวิหาร
อย่างขบวนแห่พระมหาอุปราช เหมือนอย่างทรงประกาศ
ให้ปรากฏว่า ทรงเป็นองค์อุปราชรัชทายาทโดยพฤตินัย ✓

ขณะเมื่อทรงพระผนวชอยู่นี้ กรันได้ทรงศึกษาภาษา
บาลีทรงมีความรู้เชี่ยวชาญ ได้ทรงอ่านบาลีพระพุททวจนะ
ในพระไตรปิฎก พร้อมทั้งคัมภีร์อรรถกถาฎีกาบรรดาที่มี
อยู่ ก็ได้ทรงจัดปรับปรุงการปฏิบัติพระพุททศาสนา ปรับ
ปรุงความเห็นพระพุททศาสนาในส่วนที่ผิดพลาดบกพร่อง
นั้น ๆ ให้ถูกต้องตามพระพุททพจน์ที่ปรากฏอยู่ในพระไตร
ปิฎก จึงได้เกิดมีคณะสงฆ์ซึ่งเป็นผู้ปฏิบัติตามพระวินัย

อย่างเคร่งครัดขึ้น ได้ทรงแสดงธรรมนำอุบาสกอุบาสิกา
ให้มีความเข้าใจถูก เห็นถูก ปฏิบัติถูก และได้ทรงวาง
ขนบธรรมเนียมประเพณีในการปฏิบัติพิธีกรรมต่าง ๆ ทรง
รจนาททำวัตรเช้าทำวัตรค่ำเป็นต้นขึ้นไว้ ซึ่งในบัดนี้
ก็ได้ใช้กันทั่วพระราชอาณาจักร พระองค์ได้ทรงปฏิบัติ
ฟื้นฟูปรับปรุงพระพุทธศาสนา ปราบกฎเป็นผลให้ได้มีการ
ปฏิบัติพระธรรมวินัยอันถูกต้อง และทำให้ได้ฟังได้รู้ได้
เห็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าอันประกอบด้วยสัจจะ คือ
ความจริงตามเหตุและผล เมื่อเป็นเช่นนี้จึงทำให้บุคคลผู้
ที่มีความต้องการประพฤติปฏิบัติกฎธรรมวินัยได้มาปฏิบัติ
ตามที่ทรงฟื้นฟูเพิ่มขึ้นเป็นอันมาก ต่อมาในสมัยหลังพระ
มหาเถรานุเถระ มีสมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยา
วชิรญาณวโรรส เป็นต้น ก็ได้ปฏิบัติปรับปรุงฟื้นฟูพระ
พุทธศาสนาสืบต่อมา เป็นผลให้การคณะสงฆ์การพระ
ศาสนาดีขึ้น ทั้งในด้านการศึกษาเล่าเรียนและการปฏิบัติ
ดังที่ปรากฏอยู่ในทุกวันนี้ นี่เป็นผลเนื่องมาจากการฟื้นฟู
ปรับปรุงแห่งพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวพระ
องค์นั้น

พระองค์ได้เสด็จทรงพระผนวชอยู่ จนถึงเมื่อมีพระ
ชนมายุ ๔๘ พระพรรษา จึงได้ทรงลาพระผนวชเพื่อเสด็จ
ออกไปเกลี้ยกลัวยุทธราชสมบัติตามคำกราบบังคมทูลอัญเชิญ
เพราะพระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัวได้เสด็จสวรร
คต พระองค์ได้ทรงพิจารณาเห็นความจำเป็นที่จะเสด็จ

ออกไปทรงปกครองประเทศชาติ ได้ทรงรับอัญเชิญและก็เสด็จออกไปเถลิงถวัลยราชสมบัติเป็นรัชกาลที่ ๔ ได้ทรงปฏิบัติพระราชกรณียะยังให้เกิดความวัฒนาสถาพร แก่ประเทศชาติตามควรแก่ยุคสมัยเป็นอันมาก ในรัชสมัยของพระองค์นั้น ได้มีนักประวัติศาสตร์ทั่วไปกล่าวยกย่องเป็นอันเดียวกันว่า ได้ทรงเริ่มเปิดรับยุคใหม่แห่งการปกครองแห่งวัฒนธรรมทั้งปวง โดยที่ได้ทรงมีพระราชวิจารณ์งานทรงทราบอย่างถ่องแท้ ถึงความจำเป็นในอันที่จะเปิดการคบหาสมาคมกับนานาประเทศ โดยเฉพาะในประเทศทางตะวันตก และปรับปรุงประเทศไทยให้วัฒนะตามแบบอันสมควร โดยที่เลือกสรรจากนานาประเทศนั้นๆ อันการที่จะปิดประตูอยู่แต่ผู้เดียวและไม่ปรับปรุงอะไร ๆ ขึ้นให้เหมาะสมแก่กาลสมัยนั้นเป็นสิ่งที่เป็นไปได้และไม่ควรทำ ก็เพราะทรงใช้เวลาในขณะที่ทรงพระผนวชอยู่นั้น ศึกษาภาษาต่างประเทศ เช่น ภาษาทางตะวันตก คบหาสมาคมกับชาวต่างประเทศ ทั้งที่เป็นครู เป็นนักบวช ทั้งที่เป็นหมอ ทั้งที่เป็นข้าราชการ เป็นต้น ผู้ทรงความรู้ในทางนั้น ๆ ได้ทรงศึกษาทราบวิชาการและเหตุการณ์เรื่องราวที่เกิดขึ้นในนานาประเทศทั้งใกล้ทั้งไกล เมื่อเป็นเช่นนี้จึงทรงสามารถที่จะดำเนินการปรับปรุงแก้ไขปฏิบัติพระราชปณิธานนโยบายให้เหมาะสมแก่กาลสมัย จึงเป็นเหตุให้ประเทศชาติดำรงอยู่ได้ด้วยดี มีความเจริญยั่งยืนสืบต่อมา เพราะฉะนั้น พระราชคุณูปการของพระองค์จึงเป็นไปอย่างยิ่งใหญ่ ทั้งในทางพุทธจักรและในทางราชอาณาจักร

พระบาทสมเด็จพระปรเมนทรมหาอานันทมหิดล พระอัฐมรามาธิบดินทร
เจ้าอยู่หัวเสด็จสวรรคตเมื่อวันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๐๑ ปีมะโรง จุลศักราช ๑๒๓๐ พุทธศักราช ๒๕๐๑ ซึ่งตรงกับวันมหาปวารณาโดยจันทรคติ พระชนมายุ ๖๔ พรรษา
พระบรมราชสมภพและวันเสด็จสวรรคตเวียนมาถึงเข้าเช่นนี้ ความระลึกถึงพระราชคุณูปการที่ได้ทรงมี
ทั้งแก่พุทธจักรทั้งแก่ราชอาณาจักรจึงเป็นสิ่งที่ควรกระทำ
อันจะนำไปไม่ลืมพระคุณของผู้ที่มีคุณแก่ตน แม้ว่าจะ
เสด็จสวรรคตมาเป็นเวลานานปีแล้วก็ตาม แต่ว่าชาติ
ศาสนายังดำรงอยู่ ซึ่งเป็นผลมาจากความปฏิบัติรักษา
ทะนุบำรุงให้ดำรงอยู่ของพระองค์ท่านด้วยเป็นส่วนสำคัญ
ในกาลสมัยนั้น เป็นเหตุให้บุคคลรุ่นปัจจุบันนี้ได้รับความ
มั่นคง ความผาสุก มีแผ่นดินอยู่อย่างอิสระเสรี มีพระ
พุทธศาสนาที่ถูกต้องเป็นที่นับถือ และมีพระมหากษัตริย์
ทรงเป็นประมุขสืบต่อมา ดำรงความเป็นคนไทยและเป็น
พระพุทธศาสนาดังที่ปรากฏอยู่

พระบาทสมเด็จพระปรเมนทรมหาอานันทมหิดล พระอัฐมรามาธิบดินทร
เจ้าอยู่หัวพระองค์นั้น ได้ทรงฟื้นฟูพระพุทธศาสนา
ได้ทรงปฏิบัติพระพุทธรูปด้วยพระองค์เองตามสมควร
แก่ภาวะ พระราชประวัติเป็นอันมากแสดงว่า ได้ทรง
เป็นนักปฏิบัติธรรม ทั้งที่เป็นส่วนศีลธรรมทั่วไปและ
ทั้งที่เป็นส่วนกัมมัฏฐาน จึงสมควรที่จะถวายวิสัชนาด้วย

พระบาลีบรรหารที่ได้ยกขึ้นไว้ ณ เบื้องต้นนั้น ซึ่งแปล
ความว่า

“บุคคลไม่พึงติดอยู่ในกามทั้งหลาย พึงเป็นผู้ไม่ขุ่น
มัวด้วยใจ พึงเป็นผู้ฉลาดรู้ธรรมทั้งปวง เป็นผู้ที่มีสติ
เห็นภัยในวัฏฏะ พึงเว้นโดยรอบ” ดังนี้

ตามพระพุทธบรรหารนั้น เป็นพระพุทธบรรหารที่ได้
ตรัสตอบคำถามของอจิตรมานพว่า “บุคคลเหล่าใดผู้มี
ธรรมอันพิจารณาเห็นแล้ว บุคคลเหล่าใดเป็นเสขะ คือ
เป็นผู้ที่ยังศึกษาอยู่ในพระธรรมวินัยนี้เป็นอันมาก พระ
องค์ผู้ทรงมีปัญญารักษาอันข้าพระองค์ถามแล้ว ขอได้
ตรัสตอบความเป็นไปแห่งบุคคลทั้ง ๒ จำพวกนั้น” ดังนี้

พระพุทธบรรหารตอบนั้น เป็นคำตอบที่กล่าวโดย
สรุปกลุ่มไว้ทั้ง ๒ จำพวก คือ บุคคลจำพวกที่เป็นผู้มี
ธรรมที่พิจารณาเห็นแล้วนั้น ก็เป็นท่านผู้เสร็จกิจแล้ว
ได้แก่พระอรหันตปัจฉินาสทั้งหลาย ส่วนบุคคลซึ่งเป็น
จำพวกที่ยังศึกษาอยู่นั้น ก็หมายถึงพระเสขบุคคลทั้งปวง
คำถามนั้นถามถึงว่า ความเป็นไปของบุคคลทั้ง ๒ จำพวก
นั้นเป็นอย่างไร จึงได้มีพระพุทธบรรหารตอบโดยรวม
กันไปว่า ไม่ติดอยู่ในกามทั้งหลาย มีใจไม่ขุ่นมัว ฉลาด
รู้ธรรมทั้งปวง มีสติเห็นภัยในวัฏฏะ พึงเว้นได้โดยรอบ
ดังนี้ เพราะบุคคลทั้ง ๒ จำพวกนั้น จำพวกหนึ่งคือพระ
อรหันตปัจฉินาสย่อมเป็นผู้ไม่ติดอยู่ในกามทั้งหลายแล้ว

ส่วนพระเสขบุคคลย่อมเป็นผู้ปฏิบัติเพื่อความไม่ติดใน
กามทั้งหลายดังนี้

อีกแห่งหนึ่ง ได้มีพระพุทธดำรัสถามท่านพระสารีบุตร
และท่านพระสารีบุตรได้กราบทูลตอบ ก็ได้มีพระพุทธ
ปจฉาถามท่านพระสารีบุตรยกเอาคำถามดังกล่าวมานั้น
ถึงบุคคลทั้ง ๒ จำพวก และให้ท่านพระสารีบุตรตอบว่า
ความเป็นไปของบุคคล ๒ จำพวกนั้นเป็นอย่างไร พระ
สารีบุตรในชั้นแรกได้นิ่ง เพราะว่าไม่ทราบในพระพุทธ
อรรถาธิบายจะให้โปรดตอบโดยยกเอาข้ออะไรมา เพราะ
ข้อที่จะพึงยกขึ้นตอบมีเป็นอันมาก ยกขึ้นชั้นแรกก็ได้ ยก
อายตนะก็ได้ ยกธาตุก็ได้ จึงได้มีพระพุทธดำรัสตรัส
แนะให้แก่ท่านว่า ยกเอาภุตะสิ่งที่เรียบร้อยแล้วคือขั้น ๕
ท่านพระสารีบุตรจึงได้กราบทูลตอบว่า บุคคลผู้มีธรรม
อันพิจารณาเห็นแล้ว คือพระอรหันตปัจฉินาสพนั้น ย่อม
เป็นผู้พิจารณาเห็นด้วยปัญญาอันชอบว่า ๑. ภุตะ คือขั้น ๕
อันได้แก่ นรูป นเวทนา นสัญญา นสังขาร นวิญญาณ
ครั้นรู้ด้วยปัญญาอันชอบแล้ว ก็เป็นผู้มุตติหลุดพ้นแล้ว
จากภุตะคือขั้นนั้น เพราะมีความหน่าย สันติดี สันยินดี
และมีความดับในขั้น ๕ นั้น

อนึ่ง ท่านเห็นด้วยปัญญาอันชอบ ถึงสมภพคือความ
เกิดขึ้นของขั้นที่ว่าเพราะอาหาร โดยความก็คืออวิชชา
ตัณหา อุปาทาน กรรม เป็นต้น ฉะนั้นจึงเป็นผู้มุตติหลุด
พ้นแล้ว เพราะหน่ายสันติดีสันยินดี ดับอาหารอันเป็น

เหตุสมภพแห่งชั้นนั้น ท่านเห็นด้วยปัญญาอันชอบว่า
 เพราะอาหารดับขันธก็ดับ จึงเป็นผู้วิมุตติหลุดพ้น เพราะ
 หน่ายสันตติสันยินดี ดับธรรมที่มีความดับเป็นธรรมดานั้น
 เสียได้ ท่านผู้มีธรรมอันพิจารณาเห็นได้แล้ว ย่อมเป็นผู้
 วิมุตติหลุดพ้นแล้ว ส่วนท่านที่ยังเป็นเสขะ คือผู้ที่
 ปฏิบัติเข้าขั้นแล้ว แต่ยังไม่เสร็จกิจถึงที่สุด ก็เป็นผู้
 ปฏิบัติเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นชอบ และปฏิบัติเพื่อหน่าย
 เพื่อสันตติ สันยินดี เพื่อดับภุตตะ ดับความสมภพแห่ง
 ชั้น ๕ เพราะอาหาร ดับอาหารจึงเป็นอันดับธรรมซึ่ง
 มีความดับเป็นธรรมดานั้นเสียด้วย ย่อมเป็นผู้ปฏิบัติเพื่อ
 ความหน่าย เพื่อความสันตติ สันยินดี เพื่อดับ ดังนี้
 ตามนัยแห่งพระพุทธภาษิตนี้ สำหรับผู้ที่ยังเป็นผู้ปฏิบัติ
 อยู่ยังไม่ถึงขั้นเสขะ ก็เป็นชั้นกัลยาณปุถุชนทั้งหลาย ก็
 พึงปฏิบัติอนุวัตรคำตอบสำหรับเสขบุคคล โดยความ
 พึงจับเอาข้อสำคัญอยู่ที่หมั่นใช้ปัญญาพิจารณา ให้ปัญญา
 ที่พิจารณาเป็นสัมมปปปัญญา คือปัญญาชอบ ไม่ใช่เป็น
 มิจฉปปปัญญา ปัญญาผิด อันมิจฉปปปัญญา ปัญญาผิดนั้น
 ย่อมไม่มองเห็นชั้น ย่อมไม่มองเห็นสมภพของชั้น
 เพราะอาหาร ไม่มองเห็นความดับของชั้นนั้นเพราะดับ
 อาหาร แต่ว่าย่อมมองเห็นความเป็นสัตว์บุคคลตัวตน เรา
 เขา / ย่อมมองเห็นความเกิดขึ้นของสิ่งที่น่าปรารถนาพอใจ
 ทั้งหลายที่เรียกว่ากาม ยังไม่พบกับความดับอันเป็นความ
 ดับทุกข์ เมื่อมาพึงธรรมของพระพุทธเจ้าที่ทรงชี้แจง

แสดงให้มองเห็นอยู่เนื่อง ๆ ในขั้น ๕ / ว่ารูป น เวทนา
 น สัมผัส น สังขาร น วิญญาณ รูป เวทนา สัมผัส สังขาร
 วิญญาณเป็นอนิจจะ ไม่เที่ยงต้องเกิดดับ เป็นทุกข์ต้อง
 แปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป เป็นอนัตตามิใช่ตัวตน เพราะ
 ไม่เป็นไปตามความบังคับตามที่ต้องการปรารถนา จึงเป็น
 สิ่งที่ไม่ควรจะถือเอาว่าเป็นของเรา เราเป็นนี้ น เป็นตัว
 ตนของเรา หมั่นพิจารณาเนื่อง ๆ ตามพระพุทธานุศาสนี
 ที่ทรงสั่งสอนไว้เป็นอันมากดังนี้ เมื่อเป็นดังนี้ก็ย่อมจะ
 ได้สัมมปัปฺปญฺญา ความรู้ที่ถูกต้องว่า น คือขั้น น รูป น
 เวทนา น สัมผัส น สังขาร น วิญญาณ ไม่ใช่ว่านคือเรา น คือ
 ของเรา น คือตัวตนของเรา / เพราะมีแต่รูป เวทนา สัมผัส
 สังขาร วิญญาณ ที่เกิดขึ้นและดับไปอยู่ น เป็นสัมมปั
 ปฺปญฺญาประการหนึ่ง ยิ่งขึ้นไปกว่านั้นก็ให้รู้ว่ สมภพคือ
 ความเกิดขึ้นของรูป เวทนา สัมผัส สังขาร วิญญาณ เหล่านี้
 เพราะอาหารคืออวิชา ตัณหา อุปาทาน กรรม หรือยกขึ้น
 มาเพียงข้อเดียวว่าตัณหาเป็นอาหาร เป็นสมุทัยของรูป
 เวทนา สัมผัส สังขาร วิญญาณ มีความรู้ดังนี้ น เป็น
 สัมมปัปฺปญฺญาอีกขั้นหนึ่ง อีกขั้นหนึ่งอบรมปัญญาให้เป็น
 มรรคปัญญายิ่งขึ้น / มีความรู้ถึงความดับของอาหาร ก็คือ
 ดับตัณหานั่นเอง เมื่อตัณหาดับ ภูตะคือรูป เวทนา
 สัมผัส สังขาร วิญญาณก็ดับ ก็เป็นสัมมปัปฺปญฺญาอีกขั้น
 หนึ่ง สัมมปัปฺปญฺญาตามภยิต^๕นี้จึงเป็นญาณปัญญาในอริย-
 สัจจนั่นเอง ได้แก่ญาณปัญญาในทุกๆ ในเหตุเกิด

ทุกข์ ในความดับทุกข์ ในทางปฏิบัติให้ถึงทางดับทุกข์
ความปฏิบัติอบรมปัญญาให้บังเกิดขึ้นเสมอด้วยข้อนี้เป็น
การปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ เป็นไปเพื่อความหน่าย ความ
สิ้นคิดสิ้นยินดี เป็นไปเพื่อความดับคือความดับทุกข์ในที่
สุด ด้วยประการฉะนี้

พระบาทสมเด็จพระปรเมนทรมหาอานันทมหิดล
เจ้าอยู่หัวพระองค์นั้น ได้ทรงปฏิบัติพระพุทธานุชาจนถึง
วาระสุดท้าย ดังที่ปรากฏว่าขณะที่จะเสด็จสวรรคตก็ทรง
บริกรรมภาวนาว่า พุทโธ พุทโธ สิ้นพระสุรเสียงก็ปรากฏ
ว่าสิ้นพระอัสสาสะปีสสาสะ เสด็จสวรรคตด้วยทรงบริ
กรรมภาวนาว่าพุทโธนั้น อันแสดงถึงว่าได้ทรงเป็นนัก
ปฏิบัติกัมมัฏฐาน แม้ว่าจะเสด็จออกไปเถลิงถวัลยราช
สมบัติได้ทรงปฏิบัติพระราชกรณียะต่าง ๆ เป็นอันมาก ก็
ยังไม่ทรงทิ้งกัมมัฏฐาน ได้ทรงปฏิบัติกัมมัฏฐานจนถึง
ได้ทรงทราบวาระสุดท้ายของพระองค์เอง จึงกำหนดวัน
ที่จะเสด็จสวรรคตได้ถูกต้อง และทรงปฏิบัติพระองค์
เป็นตัวอย่างแก่นักปฏิบัติธรรมโดยทั่วไป

ฉะนั้น การที่บพิตรพระนัดดาพร้อมทั้งอุบาสิกอุบาสิกา
มาระลึกถึงพระราชคุณูปการ และได้มาบำเพ็ญพระกุศล
บำเพ็ญกุศลถวายเป็นพระราชกุศลในอธิกขัตติสมัยพิเศษ
นี้ ชื่อว่าได้ทรงแสดงและแสดงความกตัญญูกตเวทีแด่
พระองค์ผู้ทรงเป็นพระราชบุพการีโดยถูกต้องทุกประการ

ขออำนาจพระกุศลและกุศลที่ได้ทรงบำเพ็ญและ
บำเพ็ญถวายครั้งนี้ จงเป็นผลสัมฤทธิ์เป็นไปเพื่อพระราช
हितสุขแด่พระบาทสมเด็จพระปรเมนทรมหาอานันทมหิดล
จอมเกล้าเจ้าอยู่หัวพระองค์นั้น และขออำนาจคุณพระศรี
รัตนตรัยและอำนาจบุญกุศลโปรดอภิบาลรักษาบพิตรพระ
นัดดาและอุบาสกอุบาสิกาทั้งหลาย ให้ทรงเจริญและเจริญ
ด้วยจตุพิชพร ถึงความเจริญสถาพรในพระบวรพุทธ
ศาสนายิ่ง ๆ ขึ้นไป

ถวายวิสาขนาพระธรรมเทศนาชุดถึง เอวี่ ก็มีด้วย
ประการฉะนี้ ขอถวายพระพร

อาตุรสมิมปี เม กาเย	จิตต์ น เหสุตตาตุร
เอวี่ สิภขามิ พุทธสส	สาสนานนคตี่ กร

เมื่อกายของข้าพเจ้าแม่กระสับกระส่าย
จิตจักไม่กระสับกระส่าย
ข้าพเจ้าศึกษาปฏิบัติอยู่อย่างนี้
กระทำไปตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า

นตฺเตตํ โลกสมิ ยํ อูปาทิยมานํ อนวชฺชํ อสฺส
สิ่งใดที่เข้าไปยึดถืออยู่ จะพึงหาโทษมิได้ สิ่งนั้นไม่มี
ในโลก

วิสุทธิ สัพพเกสเสหิ

โหติ ทุกฺเขหิ นิพฺพุติ

ความบริสุทธิ์หมดจดจากกิเลสเครื่องเศร้าหมองใจทั้งหมด
เป็นความดับจากทุกข์ทั้งปวง

(พระราชนิพนธ์ ร. ๕)

พิมพ์ครั้งแรก

๔๕๐๐ ฉบับ

ด้วยความอนุเคราะห์ของ
นายสวัสดิ์ โอสธานุเคราะห์

กรรมการ

มูลนิธิส่งเสริมการปฏิบัติสมาธิทางพุทธศาสนา

พิมพ์ที่ บริษัทโรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด ๘๙๑ ถนนพระราม ๑
กรุงเทพฯ นางบุญพริ้ง ต. สุวรรณ ผู้พิมพ์โฆษณา พ.ศ. ๒๕๑๘

