





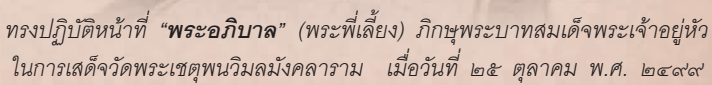
ทรงรับพระราชทานถวายพัดยศจากพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
ทรงพระกรุณาโปรดสถาปนาสมเด็จพระญาณสังวรขึ้นเป็น
“สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก”
เป็นสมเด็จพระสังฆราชพระองค์ที่ ๑๙ แห่งกรุงรัตนโกสินทร์
ณ พระอุโบสถ วัดพระศรีรัตนศาสดาราม เมื่อวันที่ ๒๑ เมษายน พ.ศ. ๒๕๓๒



การศึกษา

บางคนก็ใช้ความรู้ช่วยตัวเองไม่ได้ เพราะยังขาดการศึกษาอีกชั้นหนึ่ง คือศึกษาทางจิตใจที่จะทำให้ มีจิตใจดีและฉลาด คือ ทำสติรักษาใจ รู้จักยกใจ รู้จักข่มใจ รู้จักปลอบใจ รู้จักวางใจ อบรมเมตตากุณานำให้มีไม้อใจ รู้จักทำใจให้มีสมาธิในกิจที่ทำ





ทรงปฏิบัติหน้าที่ “พระอภิบาล” (พระพี่เลี้ยง) ภิกษุพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
ในการเสด็จวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม เมื่อวันที่ ๒๕ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๙





ผู้นำ

คนที่^๑เป็นหัวหน้าเป็นผู้นำของหมู่ชนย่อมนำคนเป็นอันมากให้ทำตามหรือไปตามอีกด้วย ฉะนั้น ถ้าจิตใจไม่ดี ไม่ฉลาด ก็จะทำให้ทำไม่ดีหรือทำอย่างไม่ฉลาด

ถ้าเป็นผู้นำของหมู่ชนก็จะทำคนเป็นอันมากซึ่งเป็นผู้ตามให้วิบัติเสื่อมเสีย แต่ถ้าจิตใจดีมีความฉลาด ก็จะทำให้ทำดีหรือทำอย่างฉลาด ถ้าเป็นผู้นำของหมู่ชน ก็จะทำคนเป็นอันมากซึ่งเป็นผู้ตามให้เจริญสวัสดิ เมื่อจิตใจเป็นผู้นำของคนดังนี้ ความฝึกจิตจึงเป็นการดี





ทรงเป็นพระอภิบาลของภิกษุพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
ทำวัตรเช้าวันธัมมัสสวนะ ในพระอุโบสถวัดบวรนิเวศวิหาร
เมื่อวันที่ ๒๗ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๙๙



เมื่อไม่สมหวัง

ความเสียใจทุกซอกเพียงใด ก็หาอาจทำให้เปลี่ยนแปลงไป
ได้ไม่ นอกจากจะกลับสมหวังขึ้น ในความผิดหวังนั้นไม่ได้แล้ว
ถ้าปลื้มใจ

ให้ทุกซอกมากเกินไป ยังจะเป็นทางให้ความไม่สมหวังใน
เรื่องอื่นเกิดตามมาอีกได้มากมายเพราะความทุกข์จักทำให้กำลัง
ใจอ่อน สติปัญญาไม่แจ่มใส คิดอะไรก็จะเป็นไปอย่างมีดมน
จะแก้ไขอะไรก็ไม่ถูก จะหาทางดำเนินใหม่ก็ยากจะพบ





รับเสด็จพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในการเสด็จพระราชดำเนิน
ถวายพระกฐินต้น ณ วัดเทพสังฆาราม กาญจนบุรี
เมื่อวันที่ ๒๖ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๐๖





จิต ผู้นำที่แท้จริง

ในโลกนี้ ผู้นำที่แท้จริงคือจิตใจนั่นเอง คือนำตนเองของทุก ๆ คนไปในทางตามที่จิตใจปรารถนา ต้องการ ดังจะพึงเห็นได้ว่าทุกคนจะทำอะไร จะไปข้างไหน ย่อมมีจิตใจ เกิดเจตนาที่จะทำไปขึ้นก่อน นำให้เกิดการทำหรือการไปขึ้น





พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงบาตร
ในเทศกาลสงกรานต์ เมื่อพ.ศ. ๒๕๑๓



ความหวัง

ความผิดหวังเป็นคู่กับความสมหวัง เมื่อ
ความสมหวังมีได้ ความผิดหวังก็มีได้ นี่เป็น
ธรรมดาจริง ๆ





ในพระราชพิธีบำเพ็ญพระราชกุศลพระชนมายุเสมอสมเด็จพระราชบิดา
ณ พระอุโบสถวัดบวรนิเวศวิหาร วันที่ ๑๙ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๐๘



๖

เตือนตน

คนเรานั้นจะมีคนเตือนอยู่มากในเมื่อยังเป็นเด็กอยู่ ครั้นเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น ๆ คนอื่นที่จะเตือนก็น้อยเข้า ๆ ยิ่งเป็นคนดิ่งตันด้วยก็เลยไม่มีใครกล้าเตือน ฉะนั้น เป็นผู้ใหญ่ขึ้นเพียงใด ก็ต้องอาศัยวิธีเตือนตนเองมากเข้าเพียงนั้น พระพุทธเจ้าตรัสสอนให้ “เตือนตนด้วยตน สอบสวนตนด้วยตน” และตรัสถึงผลว่า “ผู้มีสติครองตน จักอยู่เป็นสุข”



พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เสด็จฯ ถวายภายพนตรพระราชพิธีทรงผนวช
ณ ตำหนักคอยท่า ปราโมช วัดบวรนิเวศวิหาร



๗

ผู้ตื่นอยู่

ตื่นอยู่ คือมีสติรู้อยู่ตลอดเวลา นั่นก็หมายถึงว่า เป็นผู้รู้ทุกสิ่งตามความเป็นจริงเสมอ ไม่หลงเห็นผิดไปจากความเป็นจริง เช่น เห็นไตรลักษณ์ก็คือ เห็นอนิจจังความไม่เที่ยง ทุกขังเป็นทุกข์ทนอยู่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป อนัตตาไม่อยู่ใต้อำนาจความปรารถนาต้องการของผู้ใด ดังนี้ เป็นต้น ก็เห็นถูกต้องอยู่ตลอดเวลาไม่มีเห็นเป็นอื่น ดังนี้ที่เรียกว่า เป็นผู้ตื่นอยู่



เฝ้าเยี่ยมพระอาการประชวร พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
ณ พระตำหนักจิตรลดารโหฐาน พระราชวังดุสิต
เมื่อวันที่ ๙ กันยายน พ.ศ. ๒๕๒๕



ไร้เจตนายึดติชั่ว จะไม่มีภัย

ภัย คือความร้อนหรือความทุกข์ ที่แปลตามศัพท์ว่า ความกลัวหรือสิ่งที่พึงกลัว จะไม่เกิดแก่จิตใจแก่ผู้ไม่มีเจตนายึดมั่นในการทำของตนอีกต่อไปแล้ว เรียกว่าเป็นผู้ที่ละแล้ว ทั้งดีและชั่ว ทั้งสองประการ ทำดีก็ทำไปธรรมดา มิใช่เจตนาจะทำเพื่อเอาดีเอาเด่น เอาดัง เพื่อตน แต่ทำด้วยเป็นกรณียะคือกิจที่ควรทำเพื่อประโยชน์สุขทั่ว ๆ ไป หรือไม่ทำชั่วก็ไม่ทำไปธรรมดา มิใช่ต้องคิดงดเว้นเพราะใจอยากจะทำเช่นสามัญชนทั้งหลาย





พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงถวายน้ำพระมหาสังข์ทักษิณาวัฏ
ในพระราชพิธีสถาปนาสมเด็จพระสังฆราช เมื่อวันที่ ๒๑ เมษายน พ.ศ. ๒๕๓๒



สัมมาสติและปัญญา

ใช้ปัญญาระลึกโดยรอบคอบ ไม่ลุอำนาจหรือตั้งต้นไปด้วยอำนาจความโลภโกรธหลง ซึ่งจะเป็นเหตุให้พบเหตุผลเป็นเครื่องแก้ไขเหตุการณ์ต่าง ๆ ทั้งที่เป็นส่วนตัวทั้งที่เป็นส่วนรวมได้ดียิ่ง

ความพบเหตุผลที่ถูกต้องดังนี้แหละเป็นตัวปัญญา ซึ่งเป็นผลที่มุ่งหมายสำหรับแก้เหตุการณ์ทั้งหลาย ตามที่กล่าวมานี้จะเห็นได้ว่า สัมมาสติและปัญญา ต่างก็ต้องอาศัยกันและกัน ในที่นี้ยกสัมมาสติขึ้นเป็นประธาน เพราะมุ่งหมายว่า เป็นข้อสำคัญในหน้าที่เตือนใจให้ใช้ปัญญา แทนที่จะใช้อารมณ์และกิเลสแก่กันและกัน ทุก ๆ คนต่างก็มีปัญญาอยู่ด้วยกันแล้ว อาจแต่จะยังผลอปัญญาไปบ้าง เพราะขาดสัมมาสติเท่านั้น





เฝ้าถวายพระพุทธรูป ภปร. แต่สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี
ณ พระตำหนักที่ประทับในเมืองโลซานน์ ประเทศสวิตเซอร์แลนด์
เมื่อวันที่ ๓๐ เมษายน พ.ศ. ๒๕๒๓



ไม่พึงเป็นผู้ติดอยู่

“ไม่พึงเป็นผู้ติดอยู่” ก็คือ ทรงเตือนไม่ให้ติดอยู่ในผลที่ได้รับโดยลำดับ เพราะจะทำให้หยุดอยู่เพียงเท่านั้น ไม่ปฏิบัติก้าวหน้าต่อไป ทุกคนมีความดีที่จะต้องทำต่อไปเพื่อละความชั่วและกิเลสทั้งหลายอีกมาก ยังไม่เสร็จกิจจึงยังหยุดไม่ได้ ต้องทำดีต่อไป





พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เสด็จพระราชดำเนินถวายผ้าพระกฐิน
ณ พระอุโบสถวัดบวรนิเวศวิหาร เมื่อวันที่ ๑๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๔๑



ความกตัญญูกตเวทิมิคุณค่ามาก

ความกตัญญูกตเวทิมิคุณค่ามาก อาจเป็นเครื่องป้องกันความเสื่อมทรมานความชั่วร้าย ความไม่สวัสดีนานาประการได้จริง และนอกจากจะเป็นเครื่องป้องกันแล้วยังเป็นเครื่องส่งเสริมให้เกิดความเจริญรุ่งเรือง ความดีงาม ความสวัสดีทุกประการได้ด้วย ลองพิจารณาให้เห็น ความจริง ซึ่งไม่น่าจะยากจนเกินวิสัยของคนทั่วไป

ผู้มีกตัญญูกตเวทินั้น จะคิดจะพูดจะทำอะไรมีความกตัญญูกตเวทิตุ้มครองรักษา เพราะผู้มีความกตัญญูกตเวทีย่อมมุ่งดีต่อผู้มีพระคุณเต็มเปี่ยม จะไม่คิดไม่พูดไม่ทำอะไรก็ตามที่ไม่ดี เพราะจะเป็นการกระทบกระเทือนเป็นโทษถึงผู้มีพระคุณ





พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
เสด็จเยี่ยมสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก
ณ ตึกเวชระเบียนสามัคคีพยาบาล โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
เมื่อวันที่ ๑๔ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๔๕



๑๒

รักษาใจเมื่อผิดหวัง

รวมใจไว้ที่ปัจจุบันเท่านั้นอะไรที่ควรจัดควรทำก็จัดก็ทำไปให้ดีงามเหมาะสม ไม่ย้อนไปผูกใจถึงอดีต ไม่มุ่งไปผูกใจในอนาคต การทำสมาธิที่ท่านอบรมกันอยู่เพื่อความสงบเย็นใจนั้น ก็เป็นการรักษาใจให้อยู่กับปัจจุบัน มิให้ย้อนไปอยู่กับอดีตหรือล่วงหน้าไปอยู่กับอนาคต ผู้ที่ความไม่สมปรารถนาเกิดขึ้นแล้ว ก็สามารถจะรักษาใจให้คลายความทุกข์หรือไม่เป็นทุกข์ได้ ด้วยการรักษาใจให้อยู่กับปัจจุบันได้เช่นกัน



สมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ เสด็จฯ ถวายสักการะ
ณ พระอุโบสถวัดบวรนิเวศวิหาร



อันตรายของจิต

อันตรายของจิตนั้นมีได้เกิดจากบุคคล หรือจากสิ่งภายนอก
มาทำร้ายคิดร้าย แต่เกิดจากภายในจิตใจเอง

ราคะหรือโลภะ โทสะ โมหะ ทั้งหมดนี้ คืออันตรายของจิต
ที่เกิดขึ้นภายในจิตใจเอง ดังนั้นการระวังรักษาจิตจึงมิใช่ การระวัง
รักษามิให้ผู้ใด หรือสิ่งใดเข้าไปทำร้าย แต่เป็นการรักษาจิตเอง
มิให้ตกอยู่ใต้อำนาจของกิเลส





พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ
ทรงสนทนารธรรมกับสมเด็จพระสังฆราช ณ สำนักสงฆ์ ดอยบุญ จังหวัดเชียงใหม่
เมื่อวันที่ ๑๓ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๓๕



โลกแห่งสวรรค์หรือโลกแห่งนรก

เห็นกันด้วยตาธรรมดานี้เอง คือในที่ใดไม่
เบียดเบียนกัน ช่วยเหลือกัน ก็อยู่ด้วยกันอย่าง
มีความสุข ก็เรียกว่า เป็นโลกสวรรค์





ทรงเป็นพระกรรมวาจาจารย์ของสมเด็จพระบรมโอรสาธิราช
เจ้าฟ้ามหาวชิราลงกรณ สยามมกุฎราชกุมาร ในการทรงผนวช
ณ พระอุโบสถวัดพระศรีรัตนศาสดาราม และเสด็จประทับ ณ วัดบวรนิเวศวิหาร
เมื่อวันที่ ๖-๒๐ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๒๑



ศีลธรรม

คนที่อยู่ด้วยกันได้ ก็เพราะถือศีลธรรมต่อกัน
แม้หม้อโจรจะปล้นคนอื่น ก็ต้องไม่ปล้นตัวเอง จึง
คุมกันเป็นหมู่อยู่ด้วยกันได้ แปลว่าต้องมีศีลธรรม
ต่อกันนั่นเอง





รับเสด็จสมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิรินธรเทพรัตนสุดาฯ
และสมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์ฯ
ณ ห้องประชุมตึกสภากาการศึกษาฬามหาภฏราชวิทยาลัย
เมื่อวันที่ ๗ เมษายน พ.ศ. ๒๕๒๐



จิตที่ตั้งไว้ผิด

จิตที่ตั้งไว้ผิด ย่อมนำไปเกิดบาปวิบัติ ยิ่งไป
กว่าบาปวิบัติภัยอันตราย ที่โจรจะพึงกระทำให้แก่
โจร หรือว่าที่คนมีเวรจะกระทำให้แก่คนมีเวร





ทรงจุดเทียนชัยในพิธีพุทธาภิเษก ณ พระอุโบสถวัดพระศรีรัตนศาสดาราม
เนื่องในวโรกาสที่สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา
กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ ทรงเจริญพระชนมายุ ๘๐ พรรษา
เมื่อวันที่ ๒๐ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๓๙



ผลกับเหตุ

ผลจักไม่เกิดขึ้นโดยไม่มีเหตุ และผลกับเหตุ
จักเป็นสิ่งสมควรกันเสมอ ผลจักไม่เกินกว่าเหตุ และ
จักไม่ผิดจากเหตุ เหตุเป็นเช่นไรผลจักเป็นเช่นนั้น
แน่นอน





พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชาทินัดดามาตุ
และพระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา เสด็จถวายเครื่องสักการะ
ณ ตำหนักคอยท่า ปราโมช วัดบวรนิเวศวิหาร



พูดหรือทำ

การพูดถึงคุณของความคิด โดยไม่ทำความดี นั้นมิใช่เป็นการบริหารจัดการ หรือการพูดถึงโทษของความชั่ว โดยไม่ละความชั่ว ก็มีใช่เป็นการบริหารจัดการ การบริหารจัดการคือการมีสติ มีความเพียร ไม่ทำความไม่ดีทั้งปวง ทำความดีทุกประการและ ทำใจให้ผ่องใส ด้วยละระคาะ โทสะ โมหะเป็นลำดับไป





ขณะเมื่อทรงเป็นสามเณรเจริญ คชวัตร





กรรมเป็นของตน

เรามีกรรมเป็นของของตน เราทำดีจักได้ดี
เราทำชั่วจักได้ชั่ว แต่ว่าสิ่งอื่นนั้นไม่ตรัสว่าเป็นของ
ของตน ชีวิตร่างกายนี้ก็ไม่ใช่เป็นของของตน ทรัพย์
สมบัติทั้งหลายก็ไม่ใช่เป็นของของตน อะไร ๆ ก็
ไม่ใช่เป็นของ ๆ ตนทั้งนั้น แต่ว่ากรรมที่กระทำไว้
นั้นเป็นของ ๆ ตน





เมื่อครั้งทรงเป็นพระมหาเจริญ สุวฑฒโน



จุดหมายของการปฏิบัติธรรม

การปฏิบัติธรรมนั้นเพื่อมรรค ผล นิพพาน
หรือว่าถ้าพูดอย่างสามัญลงมา ก็เพื่อความดี เพื่อ
ความบริสุทธิ์ ไม่ใช่เพื่อสวรรค์





เจ้าพระคุณสมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงชินวราลงกรณมุนี สหวิริยกุล
สำนักเรียนวัดบวรนิเวศวิหาร พ.ศ. ๒๔๘๒
ขณะทรงเป็นพระมหาเจริฎฐ์ ปริยญกรรม ๘ ประโยค



๒๑

กาม

ผิดศีลกันได้ต่าง ๆ ก็เพราะกามนี้แหละ ต้องสร้างบาปสร้างอกุศลกรรมกันต่าง ๆ ซ้ำพันอะไรกันเป็นต้น เบียดเบียนกันต่าง ๆ เพราะกามนี้แหละ รุณวายเป็นก็เพราะกามนี้แหละ ก็เพราะใจนี้แหละ ที่เป็นตัวกรรมภพ สร้างตัวเราขึ้นมา และตัวเราเองก็ท่องเที่ยวไปในกาม แล้วก็ใจนี้เองไม่อิ่มไม่พอในกาม



ขณะทรงเป็น พระมหาเจริญ สุวฑฒโน





สังขารคือการปรุงแต่ง

ปรุงแต่งตั้งแต่ถือกำเนิดเกิดก่อขึ้นในครรภ์
ของมารดา คลอดออกมาก็ปรุงแต่งเรื่อยไปจนถึง
ตายในที่สุด เพราะฉะนั้น อากาโรที่เรียกว่าสังขาร
คือปรุงแต่งนี้ก็เป็นอาการของชีวิต ซึ่งต้องมีการ
ปรุงแต่งกันอยู่ดังนี้ตลอดเวลาไม่หยุด หยุดปรุงแต่ง
เมื่อไหร่ก็ตาย





ขณะทรงเป็นพระราชาคณะที่ พระธรรมวราภรณ์ เมื่อพ.ศ. ๒๕๐๑



จับเหตุจับผล

จับเหตุจับผลตามกฎเกณฑ์แห่งหลักธรรมชาติ
ธรรมดาได้ถูกต้อง ก็สามารถที่จะรู้ได้สามารถที่จะ
นำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ตามที่ต้องการได้





ขณะทรงเป็นพระราชาคณะที่ พระศาสนโศภณ





ธรรมะคือความจริง

ทุกคนจึงสามารถฟังธรรมะของพระพุทธเจ้า
เข้าใจได้ เพราะธรรมะที่ทรงแสดงก็คือตัวธรรมดา
ที่เป็นความจริง และก็เป็นธรรมดา และความจริง
ที่กายใจนี้ของตนเอง





เมื่อครั้งทรงเป็นพระสาสนโสภณ
เมื่อวันที่ ๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๐๙



ยึดทุกข์

เมื่อไม่มองเห็นว่าเป็นทุกข์ก็ยิ่งยึดถือทุกข์อยู่
ไม่ปล่อยทุกข์ เหมือนอย่างเมื่อกำก้อนถ่านไฟไว้ใน
มือ ไฟก็ไหม้มือร้อน แต่ก็ไม่เห็นว่าได้กำก้อนถ่าน
ไฟไว้ ก็ยังกำอยู่นั่นเอง แล้วก็ร้องกันว่า ร้อนอยู่
ร้อน แต่ก็ไม่ปล่อยก้อนถ่านไฟ ก็ไม่พ้นจากความ
ร้อนได้





เมื่อทรงดำรงสมณศักดิ์ที่ พระสาสนโสภณ
หน้าต่าหนักคอยท่า ปราโมช วัดบวรนิเวศวิหาร



ธรรมาธิปไตย

ตรงต่อศีล ต่อสมาธิ ต่อปัญญา รวมเข้า
คำเดียวก็คือว่าตรงต่อธรรมที่เป็นธรรมาธิปไตย คือ
มีธรรมะเป็นใหญ่ ไม่ใช่มีโลกเป็นใหญ่ ไม่ใช่มีตน
เป็นใหญ่ แต่มีธรรมเป็นใหญ่ เป็นธรรมาธิปไตย





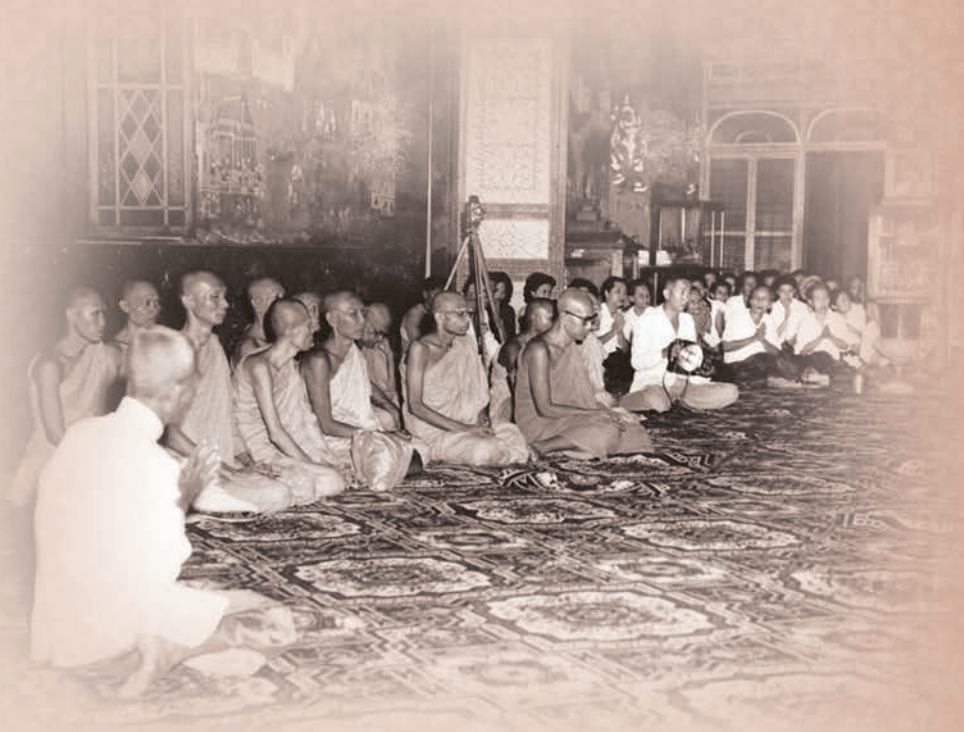
เมื่อทรงดำรงสมณศักดิ์ที่ พระสาสนโสภณ
เสด็จวัดป่าบ้านตาด จังหวัดอุดรธานี ทรงรับบิณฑบาตจากชาวบ้าน



อุเบกขา

อุเบกขานี้แหละ คือมีใจที่เป็นกลาง เป็นกลาง
ได้ก็เพราะว่าปลงลงไปในกรรมได้ ไม่รักเสียจนไม่
รู้ผิดไม่รู้ถูก ซึ่งความรักเช่นนั้นไม่ใช่เป็นความรักที่
เป็นเมตตา





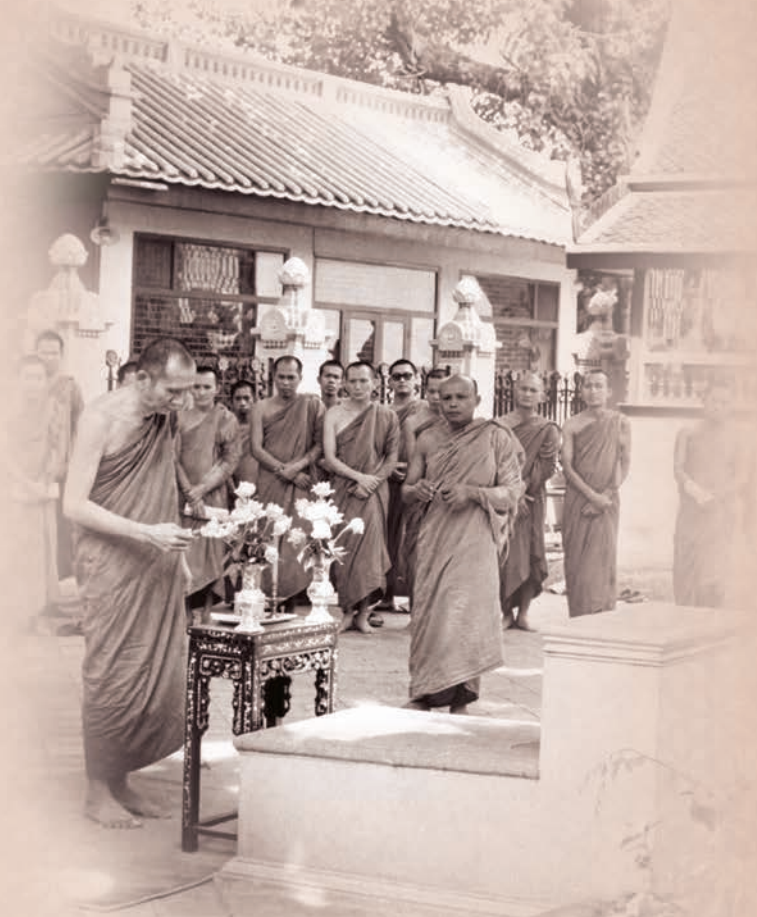
ในวัดพระแก้วจำลองที่กรุงเทพมหานคร
เมื่อครั้งทรงเป็นพระโคกนคณาภรณ์ พร้อมด้วยคณะสงฆ์จากประเทศไทย
ร่วมพิธีสมโภชพระบรมสารีริกธาตุและพระอรหันตธาตุ
เมื่อวันที่ ๕ ตุลาคม พ.ศ. ๒๔๙๕



สติปัญญาตั้งกระจก

เมื่อเกิดความหลงใหล เอาการกระจกส่องดูก็จะ
รู้หน้าของตนเองว่า เป็นอย่างไร ฉันทใดก็ดี เมื่อมี
สติกับปัญญามาเป็นกระจกส่องดูจิตของตนเอง
ก็ย่อมจะรู้จักจิตของตนเองว่าเป็นอย่างไร





ทรงประกอบพิธีก่อนการรื้อถอนแท่นที่ประทับของ
สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาปวเรศวริยาลงกรณ์ เพื่อทำการบูรณะ



นิพพาน

ที่ตรัสสอนเรื่องทุกข์ก็เพื่อให้รู้จักทุกข์ และ
เพื่อปฏิบัติให้พ้นทุกข์ ไม่เป็นทุกข์ ดังที่ตรัสถึง
พระนิพพานว่า นิพพานัง ปรมัง สุขัง นิพพานคือ
ธรรมะเป็นที่สิ้นกิเลสและกองทุกข์ ไม่มีกิเลสและ
กองทุกข์หรือยวัต เป็นบรมสุขดังนี้





เมื่อทรงดำรงสมณศักดิ์ที่ พระสาสนโสภณ
ในการพระราชทานเพลิงศพ นางกิมน้อย ศขวัตร พระชนนี
ณ เมรุวัดเทพสังฆาราม อ.เมือง จ.กาญจนบุรี เมื่อวันที่ ๒๒ เมษายน พ.ศ. ๒๕๑๐



ค้นหาหัวใจ

ค้นหา ความดีนรณะยานอยากเป็นต้น ล้วน
เป็นเครื่องเผาจิตใจทั้งนั้น เพราะฉะนั้น ถ้าไม่เพียร
เผากิเลสเสีย กิเลสก็ย่อมบังเกิดขึ้นเผาจิตใจบุคคล
นั่นเอง





ทรงประกอบพิธีบรรจุสิ่งของภายในพระเจดีย์วัดบวรนิเวศวิหาร
เพื่อถวายเป็นพุทธบูชา



๓๑

มรณสติ

ความรู้ว่าทุกคนเกิดมาแล้วต้องตาย เป็นสิ่ง
ที่เป็นคุณประโยชน์ยิ่งใหญ่มาก แม้ใส่ใจในความรู้นี้ให้
เท่าที่ควร ก็จะสามารถนำไปเกิดคุณเกิดประโยชน์
แก่ตนเองได้มหาศาล ยากจะหาประโยชน์ใดอาจ
เปรียบได้



ฉายภาพร่วมกับพระราชาคณะและกรรมการวัดบวรนิเวศวิหาร เมื่อพ.ศ. ๒๕๒๘



ผูกพันยินดีจึงมีทุกข์

เมื่อมีความผูกพันยินดีติดอยู่ ครั้นสิ่งที่ผูกพัน
นั้นแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป จึงต้องมีความทุกข์
ต่าง ๆ จึงไม่พ้นทุกข์ไปได้





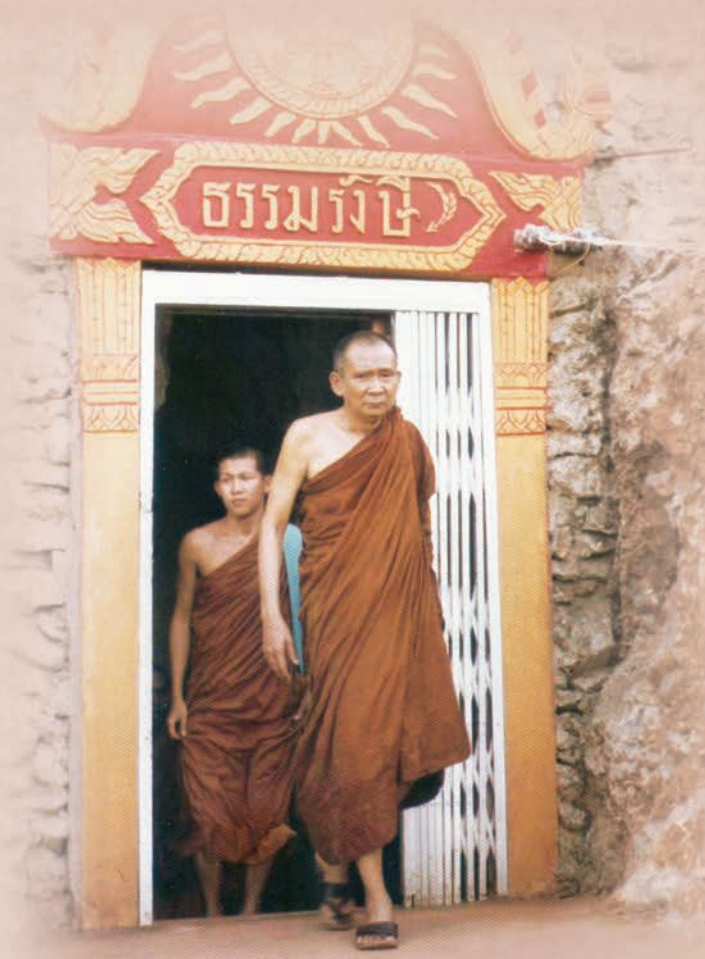
ทรงประทานสิ่งของแก่ชาวบ้านในระหว่างทางเสด็จไป
ปฏิบัติศาสนกิจในภาคอีสาน เมื่อพ.ศ. ๒๕๒๑



ตนสามัญรักกิเลส

คนสามัญนั้นรักกิเลส รักราคะหรือโลภะ รักโทสะ รักโมหะ เป็นกิเลสชั้นอกิเลส เพราะมีได้ หัดข่มจิต แต่ให้กิเลสเองเป็นฝ่ายข่มเหงจิต ข่มขู่จิต ให้กิเลสเองเป็นฝ่ายที่รังแกจิต ซ้ำกลับรักกิเลสซึ่งเป็นผู้ข่มเหงเป็นผู้รังแกอีกด้วย






เสด็จเยี่ยมวัดถ้ำไทรรัตน์ อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา เมื่อพ.ศ. ๒๕๒๑



ปัญญาข่มกิเลส

พระพุทธองค์จึงตรัสสอนให้กลับมาเป็นฝ่าย
ฝึกจิต ข่มจิต คือข่มเหงกิเลส ข่มกิเลสเสียบ้าง
และเครื่องมือที่จะปฏิบัติในการข่มเหงกิเลส หรือ
ข่มกิเลส นั้น ไม่มีอะไรดีที่สุดในปัญญา คือความรู้
ทั่วถึงความจริง





เสด็จตรวจงาน ณ วัดญาณสังวราราม จ.ชลบุรี
เมื่อวันที่ ๖ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๓๓



ศีล สมาธิ ปัญญา

ศีลก็เหมือนอย่างราก สมาธิก็เหมือนอย่างต้น
ปัญญาก็เหมือนอย่างยอด เมื่อเทียบกับต้นไม้ ฉะนั้น
แม้จะยกยอดขึ้นมาแสดง ก็ต้องหมายความว่า ต้อง
มีลำต้น ต้องมีรากอยู่ด้วยกัน





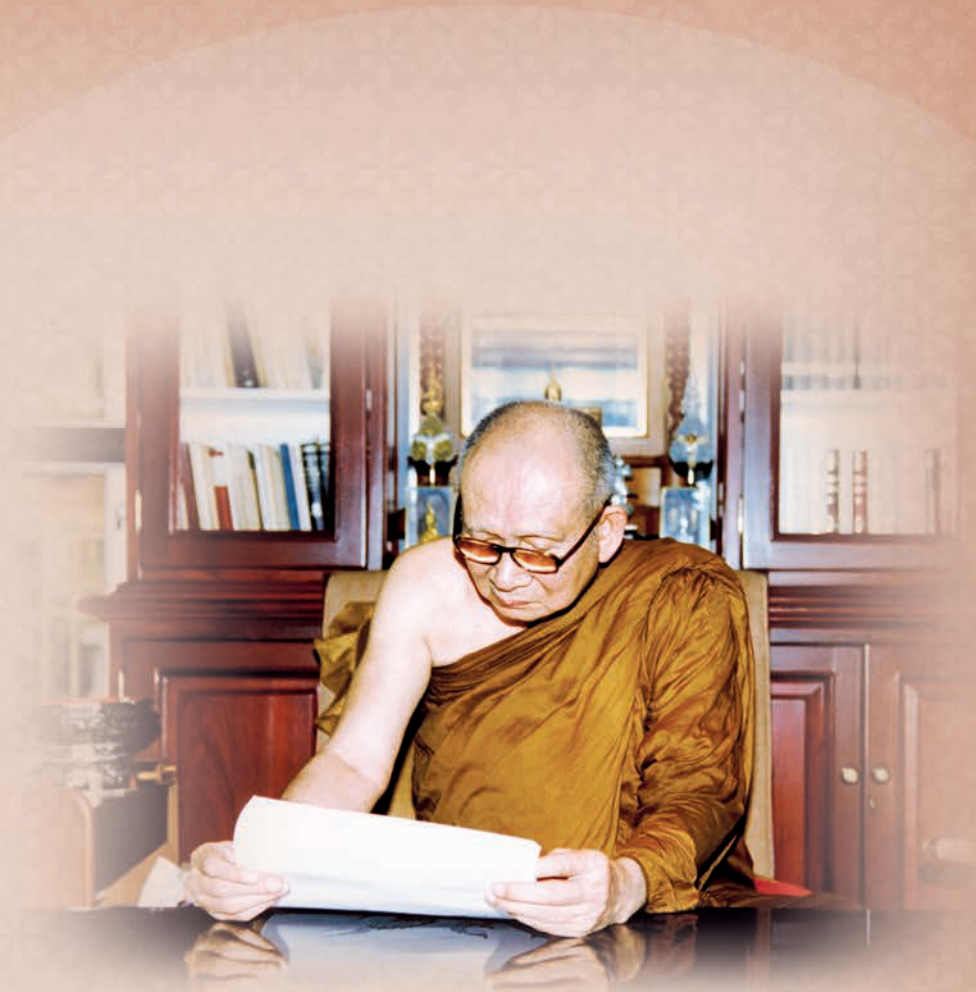
เสด็จรับบิณฑบาต ที่ จ.กาฬสินธุ์ เมื่อเดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๒๐



๓๖

ไม่เบียดเบียน

การที่คิดจะทำ คำที่คิดจะพูด เรื่องที่คิดว่าจะคิด เป็นไปเพื่อเบียดเบียนตน เป็นไปเพื่อเบียดเบียนผู้อื่น เป็นไปเพื่อเบียดเบียนทั้งตนทั้งผู้อื่น เป็นอกุศลให้เกิดโทษทุกข์ มีทุกข์เป็นวิบาก ก็จงเว้นเสีย ไม่ทำ ไม่พูด ไม่คิด



เจ้าพระคุณสมเด็จฯ ทรงเป็นนักอ่าน ทรงอ่านหนังสือหลากหลายประเภท
ทั้งคติโลกและคติธรรม ทั้งที่เป็นภาษาไทยและภาษาต่างประเทศ



พิจารณากาลทั้งสาม

พระพุทธเจ้าตรัสสอนให้พิจารณา ๆ ความ
ประพฤติกาย ทางวาจา ทางใจของตนตั้งนี้
ในกาลทั้งสาม คือในกาลก่อนที่จะทำ ในขณะที่
กำลังทำ และแม้ทำไปแล้ว อันรวมถึงพูดคิดด้วย





คณะสงฆ์วัดบวรนิเวศวิหารถวายสักการะเจ้าพระคุณสมเด็จพระคุณสมเด็จพระเจ้าคุณสมเด็จ
ในพระอุโบสถวัดบวรนิเวศวิหาร



๓๘

ผู้รู้

ผู้ที่เป็นวิญญู คือเป็นผู้รู้ที่นั้นยอมมองเห็นว่า
ทั้งสิ่งที่น่าหัวเราะ ทั้งสิ่งที่น่าร้องไห้ นั้น เป็นทุกข์
ทั้งนั้น เพราะทุก ๆ อย่างนั้นต้องเกิด ต้องดับ
ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลง ต้องไม่ใช่เรา ไม่ใช่
ของเรา



ทรงเป็นพระอุปัชฌาย์ในพิธีบวชสามเณรภาคฤดูร้อน
ณ พระอุโบสถวัดบวรนิเวศวิหาร



กุตล

กุตลที่แปลว่ากิจของคนฉลาด ได้แก่ สามารถ
มีความรู้เปรียบเทียบขาว-ดำ ประณีตหรือเลว
มีโทษ-ไม่มีโทษ ดี-ไม่ดี ขึ้นโดยลำดับ อันเป็น
สัจจะ ที่เป็นความจริงอย่างหนึ่ง ๆ





ท่านจุฬาราชมนตรี,
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก
และพระคาร์ดินัล ไมเคิล มีชัย กิจบุญชู
ในการประชุมสันติภาพแห่งโลกที่อาคารแบชฟีกเพลซ
เมื่อวันที่ ๒๔ เมษายน พ.ศ. ๒๕๔๐



สิทธิชั่วคราว

ทุก ๆ อย่างที่ยึดถือว่าเป็นของเรานั้น แม้ว่า
จะมีสิทธิอยู่ แต่ก็ยังเป็นสิทธิชั่วคราวเท่านั้น ไม่เป็น
สิทธิที่แท้จริง เพราะถ้าเป็นสิทธิที่แท้จริงแล้ว ก็
จะต้องไม่มีความพลัดพราก แต่เมื่อมีความพลัดพราก
ก็ไม่ใช่เป็นสิทธิที่แท้จริง





ทรงตั้งบาตรถวายพระกุศลสมเด็จพระเจ้า
เมื่อวันที่ ๒๒ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๓๘



หลงรักหลงชัง

รักอยู่ที่ไหนชังก็อยู่ที่นั่น มีความใคร่อยู่ที่ไหน
ความโกรธก็มีอยู่ที่นั่น และในขณะเดียวกันความ
หลงก็ย่อมมีอยู่ด้วย อันพึงกล่าวได้ว่าหลงรักหลงชัง
ก็เพราะหลงนั่นเอง จึงเกิดความรักความชังขึ้นมา





เสด็จไปถวายสักการะพระอัฐิ สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส
ณ พระตำหนัก สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระปรมานุชิตชิโนรส
วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม เมื่อพ.ศ. ๒๕๓๒



ใจไม่พอ

ตัวของ ตา หู จมูก ลิ้น กาย นี้องมีพอ
อย่างอาหารที่บริโภคแล้วก็มี มีอิม เรียกว่า ตาก็
มีอิม หูก็มีอิม จมูกก็มีอิม ลิ้นก็มีอิม กายก็มีอิม
คือมีพอ แต่ใจนี่เองที่เป็นตัวไม่พอ ไม่มีอิม ไม่มีเต็ม





ทรงรับผู้มาเข้าเฝ้า ณ ตำหนักคอยท่า ปราโมช
เมื่อพ.ศ. ๒๕๓๓





จิตว่าง

ความไม่มีโรคเป็นลาภอย่างยิ่งทางพุทธศาสนา
จึงมุ่งถึงความที่ไม่มีโรคคือกิเลส ก็คือจิตว่างกิเลส
ที่เรียกว่าจิตว่าง





เมื่อครั้งเสด็จเยี่ยม ๔ จังหวัด ชายแดนภาคใต้
ระหว่างวันที่ ๑๒-๑๔ กันยายน พ.ศ. ๒๕๓๒



ทำบุญทีละน้อย

ฝนตกลงมาทีละหยาด ๆ ก็ย่อมทำภาชนะที่
รองน้ำให้เต็มได้ การทำบุญแม้ทีละน้อย ๆ ก็ย่อม
ทำให้บุญเต็มขึ้นมาได้ มากขึ้นมาได้เช่นเดียวกัน





เป็นประธานเปิดเจริญพระพุทธมนต์เพื่อสันติภาพโลก
ณ ท้องสนามหลวง เมื่อวันที่ ๒๓ กันยายน พ.ศ. ๒๕๔๔



โลกธรรมส่วนเสีย

แม้เมื่อประสบโลกธรรมส่วนที่เสีย คือ ความ
เสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทυχ ก็ใช้ความ
เสื่อมเหล่านี้มาบำเพ็ญบารมีได้ โดยที่มีขันติ คือ
ความอดทน





ขณะทรงดำรงสมณศักดิ์ที่ พระสาสนโสภณ เสด็จเยือนประเทศอิตาลี
เมื่อวันที่ ๔ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๐๙




เพลอสติ จึ่งเพลอปัญญา

การทิ้งของลงในถนนหนทางนั้น ผู้ทิ้งทั่วไปไม่ได้ขาดความรู้ที่พอจะเรียกได้ว่าเป็นตัวปัญญา คือ มีความรู้อยู่แล้วว่าจะไม่ควรทิ้ง แต่ขาดสติที่จะนำปัญญานี้มาใช้และขาดความเพียรสำหรับที่จะทำให้ถูกต้องตามที่รู้ พุดง่าย ๆ ว่า ไม่คิดและเกียจคร้านที่จะเก็บไปทิ้งในที่ควรทิ้งนั่นเอง

มักง่ายในเรื่องอื่น ๆ ก็มักเป็นเช่นนี้ คือ คนมักง่ายมักมีปัญญาในเรื่องนั้น หรือจะมีปัญญาในเรื่องนั้นถ้าใช้ความคิดพินิจก่อน แต่ขาดสติและความเพียร ปัญญาที่มีอยู่หรือที่นำจะมีก็เลยไม่ได้นำออกใช้หรือไม่มี กลายเป็นคนขาดการใช้ปัญญา เป็นคนหลงไปเสีย

ฉะนั้น ความเพลอสติ จึ่งเป็นความเพลอปัญญาไปด้วย นี่เป็นโทษของความมักง่ายที่น่าจะเห็นได้ง่าย ถ้าทำสติสักเพียงเล็กน้อยเท่านั้น ความเพลอสติ จึ่งเป็นความเพลอปัญญาไปด้วย





เสด็จเยือนภูเขาชัยปรั๊ด ประเทศแคนาดา
เมื่อวันที่ ๙ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๓

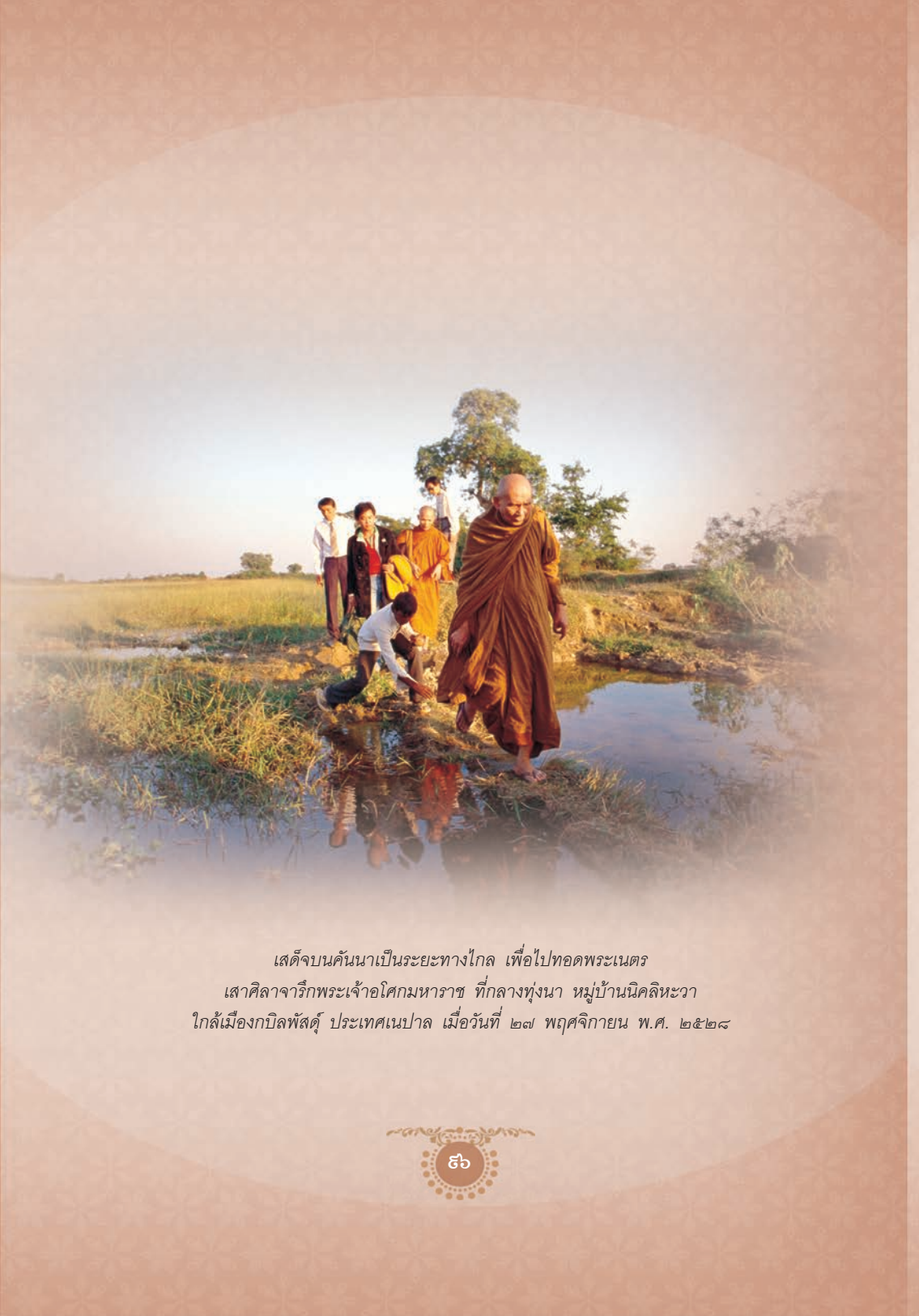


หันหลังให้กิเลส

เปรียบดังผู้ยืนอยู่ในใกล้กองไฟกองใหญ่ที่ร้อนแรง แล้วออกเดินห่างกองไฟกองนั้นออกไปทุกที ย่อมพ้นจากกระแสแห่งความร้อน ร้อนน้อยลงทุกที จนถึงได้เย็นสบายในวาระหนึ่ง

บรรดาผู้มาบริหารจัดการทั้งหลาย คือผู้กำลังเดินหันหลัง ห่างจากกองไฟคือกิเลสแล้ว แม้มีความเพียรประกอบด้วยสติและปัญญา ดำเนินให้ห่างกองไฟคือกิเลส ต่อไปจะเป็นผู้ไม่ประมาท ที่จะไม่เสื่อมจากนิพพาน





เสด็จบนคันทันนาเป็นระยะทางไกล เพื่อไปทอดพระเนตร
เสาศิลาจารึกพระเจ้าอโศกมหาราช ที่กลางทุ่งนา หมู่บ้านนิคฺลิวะวา
ใกล้เมืองกบิลพัสดุ์ ประเทศเนปาล เมื่อวันที่ ๒๗ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๒๘



ไม่ด่วนตัดสินใจ

ฟังแล้วพิจารณา ไม่ด่วนที่จะชอบหรือโกรธเสียก่อน เพราะเมื่อกล่าวถึงปรกติแห่งจิตทั่วไป เมื่อได้ฟังสนับสนุนก็มักจะชอบ เมื่อได้ฟังค้านตึงก็จะไม่ชอบทั้งชอบทั้งไม่ชอบทำจิตใจเกิดความลำเอียงได้ เมื่อมีความลำเอียงเสียแล้ว สติและปัญญาที่จะแสวงหาข้อเท็จจริงมาวินิจฉัยก็อ่อนไป

ฉะนั้น จึงต้องมีสติที่ห้ามใจมิให้ด่วนชอบหรือโกรธเสีย ถ้าทำใจให้มีอุเบกขาเหมือนกันในคำสนับสนุนและในคำค้านตึงได้ก็ยิ่งดี เพราะจะได้มีโอกาสใช้ปัญญาพิจารณาได้เต็มที่





เสด็จเยือนวัดหัวตี่งซื่อ (หัวตี่งซื่อ) คุณหมิง มณฑลยูนนาน สาธารณรัฐประชาชนจีน
เมื่อวันที่ ๒๙ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๓๖



เหตุแห่งความไม่สงบ

เมืองใด ๆ ก็ไม่สงบ หากมีโลภะ โทสะ โมหะ

กิเลสทั้ง ๓ กองนี้ คือ โลภะ โทสะ โมหะ หรือโลก โกรธ
หลง เป็นเหตุแห่งความทุกข์ความเดือดร้อนทุกหนทุกแห่งมาแต่ไหน
แต่ไร ไม่เคยปรากฏว่ากิเลสทั้ง ๓ นี้ได้เคยทำให้มีความร่มเย็น
เป็นสุขเกิดขึ้นที่ไหน ไม่ว่าจะในกาลไหน หรือในประเทศชาติศาสนาใด





ฉายพระรูปบนกำแพงเมืองจีน บริเวณด้านป่าต้าหลิง
เมื่อวันที่ ๒๓ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๓๖



ตวจิตให้เข้าใจ

ตวจิตให้เข้าใจ ใครบริโภค? ใครหลง?

สิ่งที่เป็น “ผู้บริโภค” นั้นก็คือตานี้เอง หูนี้เอง จมูกนี้เอง ลิ้นนี้เอง กายนี้เอง เช่นว่าอรอยก็แค่ลิ้น ลิ้นนั้นเองอรอย...ไม่ใช่ อรอยที่จิตใจ แต่ว่าจิตใจไปหลงยึดเอาความอรอยของลิ้นมาเป็น ความอรอยที่จิตใจ จึงทำให้จิตใจนี้เพิ่มตัวกามที่เป็นกิเลส ความ ใคร่ความปรารถนาต้องการมากขึ้น ต้องการผัสдукาม ต้องการ กามคุณต่าง ๆ มากขึ้น ท่านจึงว่าความอ้อมด้วยตัณหานั้นไม่มี หรือ ความอ้อมด้วยกามนั้นไม่มี





ดร. เกียวเซ เอนชินโจ ผู้นำนิกายเนนบุทซุซุแห่งญี่ปุ่น,
องค์ดาไลลามะ ผู้นำคณะสงฆ์นิกายวัชรยานของทิเบต
และเจ้าพระคุณสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชแห่งประเทศไทย
ทรงร่วมการประชุมสุดยอดผู้นำชาวพุทธ เพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งโลก
ณ เมืองเกียวโต ประเทศญี่ปุ่น
เมื่อวันที่ ๔-๑๐ เมษายน พ.ศ. ๒๕๔๑



ความสำรวมอินทรีย์

“อินทรีย์สังวร” คือความสำรวมอินทรีย์ ตา หู จมูก ลิ้น กายและมโนคือใจ โดยที่เมื่อเห็น อะไร ได้ยินอะไร เป็นต้น ก็ไม่ยึดถือสิ่งเหล่านั้น เพราะเมื่อยึดถือ ความยินดีความยินร้าย บาบ อกุศลธรรมทั้งหลายย่อมไหลเข้าสู่ใจ





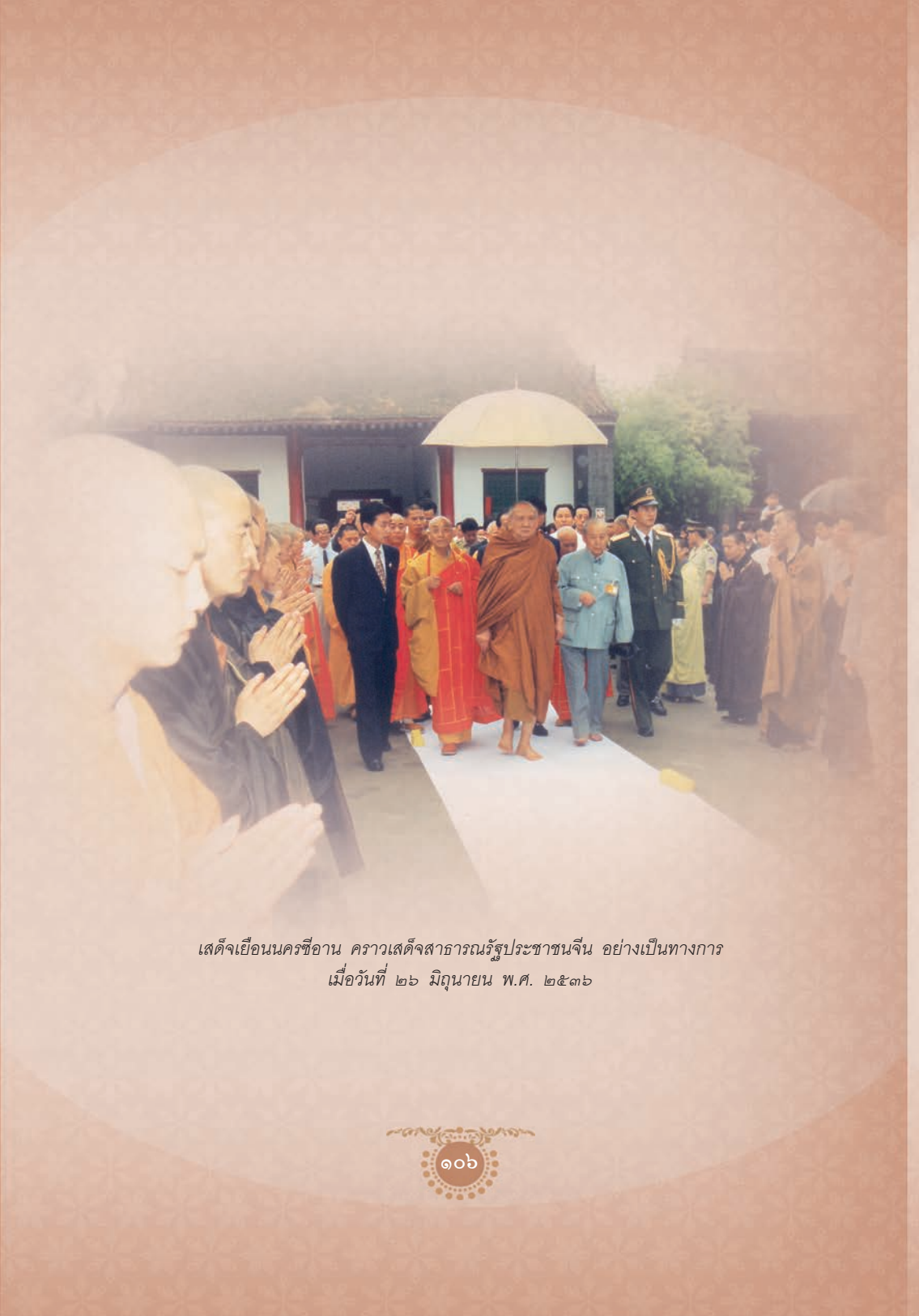
เสด็จเยือนพิพิธภัณฑ์ลูฟวร์ ณ กรุงปารีส ประเทศฝรั่งเศส
เมื่อวันที่ ๒๗ เมษายน พ.ศ. ๒๕๒๓



นิพพานไม่สุดเอื้อม

นิพพานดูเหมือนจะเป็นสิ่งมีดมิด ลึกลับ เข้าใจไม่ได้ และเป็นธรรมะสูงสุดเอื้อม แต่ความจริงแล้วหาเป็นเช่นนั้นไม่ เพราะธรรมะทั้งนั้นที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ล้วนประกอบด้วยลักษณะ ๓ ประการ คือ รู้ได้ มีเหตุที่อาจตรงตามได้ ปฏิบัติได้จริง และนิพพานก็เป็นธรรมะข้อหนึ่งที่ตรัสสอนไว้ จึงเป็นธรรมะที่รู้ได้ มีเหตุที่อาจตรงตามได้ และปฏิบัติให้บรรลุได้






เสด็จเยือนนครซีอาน คราวเสด็จสาธารณรัฐประชาชนจีน อย่างเป็นทางการ
เมื่อวันที่ ๒๖ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๓๖



ลืมตัว

อันความลืมที่สำคัญมาก คือ ความลืมตัว เพราะเมื่อลืมตัวไปเสียอย่างเดียวก็ชื่อว่าลืมข้ออื่น ๆ ไปด้วยอีกมากมาย และเพราะลืมตัว จึงทำให้สำคัญ ตนผิดเป็นต้น ดังได้กล่าวมาแล้ว ความลืมตัวเป็น ความขาดสติ ที่จะระลึกได้ว่าตนเป็นอะไรอย่างไร ตามที่เป็นอยู่





ณ ป่าหิน มณฑลยูนนาน สาธารณรัฐประชาชนจีน
เมื่อวันที่ ๑ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๓๖



ประมวลลักษณะของจิต

ประมวลลักษณะของจิตได้ดังนี้ ๑. ดิ้นรน
๒. กวัดแกว่ง ๓. รักษายาก ๔. ห้ามยาก ๕. ช่ม
ยาก ๖. เบา ๗. มักตกไปสู่อารมณ์ตามที่ปรารถนา
๘. เห็นยากมาก ๙. ละเอียดนัก ๑๐. ไปไกล
๑๑. เทียวไปผู้เดียว ๑๒. ไม่มีสระ ๑๓. มีคูหา
(คือกายนี้) เป็นที่อาศัย





ทรงนำสามเณรศากยกุลบุตรที่ทรงให้การบรรพชา ๗๓ รูป
ออกบิณฑบาต ณ เมืองกีร์ตีปุรี ประเทศเนปาล
เมื่อวันที่ ๒๗ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๒๘



ผู้ทำกรรมดีก็ไม่ควรท้อแท้

แม้ว่าการทำกรรมดีจะมีผู้นินทา เพราะไป
ขัดความพอใจของเขาเข้า ก็ไม่ใช่สิ่งที่คุณทำควร
หวั่นไหว ส่วนเสียงสรรเสริญนั้น...แม้ไม่มี ผู้ทำ
กรรมดีก็ไม่ควรท้อแท้






ที่วัดศรีเกียรติวิหาร ประเทศเนปาล ฯพณฯ เซร บาสะดัวร์ เทวา
นายกรัฐมนตรีเนปาลกล่าวต้อนรับเจ้าพระคุณสมเด็จฯ
ในพิธีเปิดอาคารไทยกীরติ ภาวัน เมื่อวันที่ ๒๐ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๓๘



กฎสังขธรรม

ทุกสิ่งในโลกนี้ตกอยู่ใต้กฎของสังขธรรม คือ
ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ทนอยู่ไม่ได้ต้องแปรปรวน
เปลี่ยนแปลง และไม่เป็นที่ตามอำนาจความ
ปรารถนาพอใจของผู้ใดทั้งสิ้น





เจ้าพระคุณสมเด็จฯ เสด็จนมัสการและประทักษิณ รัชมะกขสถูป
ณ สารนาถ ประเทศอินเดีย เมื่อวันที่ ๒๐ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๔๒



ประมาณ...เพลอตัว

บางที่ได้รับความยกย่องมากเข้า ก็เผลอไป
ว่าเป็นผู้วิเศษเพราะคำที่ยกย่อง ลืมไปว่าความดี
เกิดจากกรรมที่ดีจึงไม่สนใจที่จะทำความดีให้ยิ่งขึ้น
เพราะว่าดีเสียแล้ว





เจ้าพระคุณสมเด็จฯ ทรงฉายพระรูปหน้าหอนาฬิกาบิ๊กเบน
กรุงลอนดอน ประเทศอังกฤษ เมื่อพ.ศ. ๒๕๒๓



จับจิต

จิตอยู่ที่ไหน ก็ตอบได้อย่างง่าย ๆ ว่า อยู่ที่ความคิด ใครต้องการจะจับจิต หรือจะดูจิตก็ให้จับความคิดดู ความคิดของตน

ลักษณะของจิตทั่วไป คือ ดิ้นรน กวัดแกว่ง รักษายาก ห้ามยาก ลักษณะดังกล่าวจะมองเห็นได้ชัดในขณะที่ปฏิบัติอบรมจิต คือ ทำจิตให้เป็นสมาธิ เช่น ให้กำหนดลมหายใจเข้า-ออก ทำความรู้อยู่ที่ลมหายใจ จิตจะดิ้นรนเหมือนอย่างปลาที่เขาจับจากแม่น้ำซัดไปบนบกดิ้นอยู่ คือ จิตจะไม่ยอมสงบง่าย ๆ จะดิ้นรนไปจากสมาธิ คือ ทิ้งอารมณ์ของสมาธิ คิดไปถึงเรื่องต่าง ๆ จิตผูกพันอยู่

เมื่อปฏิบัติอบรมปัญญาในไตรลักษณ์ คืออบรมปัญญาให้เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จิตก็ยิ่งจะดิ้นรน ไม่ยอมพิจารณาให้เกิดปัญญาเห็นธรรมะ เหมือนปลาที่ดิ้นพรวดอยู่บนบก





เจ้าพระคุณสมเด็จฯ เสด็จวัดทิเบต ในบริเวณทลพระเจดีย์โพธินาถ ประเทศเนปาล
เมื่อวันที่ ๒๔ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๒๘



ของมีนเมาสำหรับใจ

อันของเมาสำหรับใจนั้นได้แก่ ลาก ยศ
สรรเสริญ สุขต่าง ๆ อันที่จริงสิ่งทั้งปวงเหล่านี้
มีอุปการะแก่ชีวิต... แต่คนที่มีสติรู้จักประโยชน์รู้จัก
ประมาณ ในการแสวงหาในการใช้เป็นตัวน ย่อม
จะได้รับประโยชน์เต็มที่ สามารถใช้สิ่งเหล่านี้ทำ
ประโยชน์ต่าง ๆ ทั้งแก่ตนและผู้อื่นได้มาก





พระสงฆ์และชาวจีน ถวายการต้อนรับ ณ วัดหยวนทง เมืองคุนหมิง ยูนาน
คราวเสด็จเยือนสาธารณรัฐประชาชนจีน
ระหว่างวันที่ ๒๐ มิถุนายน - ๒ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๓๖





คำว่า บุญ มี ๒

คำว่า บุญ มี ๒ คือ

๑. บุญที่เป็นส่วนเหตุ หมายถึงความดีอันเป็นเครื่องชำระ ฟอกล้างความชั่วทั้งหลาย กับ

๒. บุญส่วนผล อันได้แก่ความสุข

ดังพระพุทธดำรัส แปลความว่า “ท่านทั้งหลาย อย่ากลัวบุญเลย คำว่าบุญเป็นที่ขอของความสุข”





ฉายภาพร่วมกับคณะบาทหลวงในการเสด็จทอดพระเนตรกิจการพระศาสนา

ณ นครซิดนีย์ ประเทศออสเตรเลีย
เมื่อวันที่ ๒๑-๒๔ เมษายน พ.ศ. ๒๕๑๑



เพื่อแพ้ได้เพราะไม่ติดสุข

คนที่มีสุขเพราะมีเครื่องบำรุงความสุขมาก
หากมีสติไม่ติดในความสุข คิดถึงคนอื่นที่มีทุกข์
และเพื่อแผ่ความสุขของตนแก่คนอื่น ก็เป็นประโยชน์





เสด็จทอดพระเนตร อาคารรัฐสภา (The Capitol Hill) วอชิงตัน ดี.ซี.
ประเทศสหรัฐอเมริกา เมื่อวันที่ ๑๑ เมษายน พ.ศ. ๒๕๒๓



เมตตา

เมตตา ก็คือความรักใคร่ปรารถนาให้เป็นสุข
การแผ่เมตตานี้ ก็แผ่ไปด้วยจิตนี้เอง





เสด็จไปประชุม *The Fifth International Geeta Conference at Jodhpur, Rajasthan*
ประเทศอินเดีย เมื่อเดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๒๓



๖๓

มักง่าย...ไม่เจริญ

ถ้าเป็นเด็กมักง่ายก็สังเกตได้ตั้งแต่เครื่องแต่งตัว เครื่องเล่น เรียน และกิริยาที่ประพฤติด่าง ๆ เครื่องแต่งตัวจะไม่สะอาด เรียบร้อยตามสมควร เครื่องเล่นเรียน เช่น สมุดจดวิชาจะสกปรก ไม่เรียบร้อย จะทิ้งเศษกระดาษเป็นต้นเคลื่อนไปในถนนในโรงเรียน

ครั้นเมื่อเติบโตขึ้นทำกรงาน ก็ทำลวก ๆ ง่าย ๆ ถึงจะได้รับการชี้แจงอย่างถี่ถ้วนก็ทำให้เรียบร้อยไม่ได้ เรื่องความมักง่ายนี้มีได้ในเรื่องทั้งปวง ตามที่กล่าวมายกเป็นตัวอย่างเพียงเล็กน้อยเท่านั้น

ถ้าใครปล่อยให้ตนเองให้เป็นคนมักง่าย บ่อย ๆ อาจติดเป็นนิสัยได้ ซึ่งเป็นเครื่องตัดรอนความเจริญของตนเองมากนัก ฉะนั้นผู้ใหญ่จึงอบรมเด็กไม่ให้ทำอะไรอย่างมักง่ายดังกล่าวทั้งในบ้าน ทั้งนอกบ้าน



ทรงร่วมการประชุมสุดยอดผู้นำชาวพุทธโลก เพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนา
ที่ประเทศญี่ปุ่น เมื่อวันที่ ๔-๑๐ เมษายน พ.ศ. ๒๕๕๑



พร

พรที่ให้กันนั้นเป็นเพียงการแสดงความรักปรารถนาดี หรือแสดงความเมตตาดีต่อกัน หรือเป็นอนุโมทนากุศลเหมือนดังที่พระยงลาสพีให้ พรที่แท้จริงเกิดจากเหตุคือ กรรมดีของตัวเอง

ดังบทอนุโมทนาที่แปลความว่า “ธรรม ๕ ประการ คือ อายุ วรรณะ สุขะ พละ ย่อมเจริญแก่ผู้ที่มีปรกตอภิวาท ประพฤติอ่อนน้อมแก่บุคคลผู้เจริญเป็นนิตย์”

ฉะนั้น จึงควรหัดคิดที่จะประพฤติตนในทางดี รู้จักเคารพ นบนอบอ่อนน้อมแก่ผู้ที่ควรเคารพทั้งหลาย ซึ่งเป็นเหตุแห่งพรต่าง ๆ ที่ปรารถนา คือ หัดคิดที่จะปฏิบัติในเหตุที่ดี ไม่ใช่เอาแต่อยากได้ผลดี โดยไม่ต้องทำอะไร หัดให้เกิดความคิดว่า ผลไม่สำคัญ สำคัญอยู่ที่เหตุ ซึ่งควรจะทำและลงมือทำตั้งแต่วินาทีนี้ เวลานี้ที่ได้ยวแล





เจ้าพระคุณสมเด็จฯ ถวายสักการะหลวงพ่อดีในงานสมโภช หิริญฺปฏิที่พระศาสนโศภณ
ณ พระอุโบสถ วัดเทวสังฆาราม จ.กาญจนบุรี เมื่อพ.ศ. ๒๕๐๕



กิเลส

“กิเลส” แปลว่า เครื่องเศร้าหมอง ตรัสว่าเป็นอาคันตุกะ คือ สิ่งที่จรมาอาศัย เหมือนอย่างแขกคือผู้ที่มาหา ไม่ใช่เป็นเจ้าของบ้าน และที่เรียกว่าเครื่องเศร้าหมอง ก็เพราะมาทำให้จิตใจที่ผูกฝังอยู่โดยธรรมชาติต้องเศร้าหมอง เหมือนอย่างผงธุลีที่ปลิวมาทำน้ำที่ใสสะอาดให้สกปรก

เมื่อกิเลสไม่ใช่เป็นเจ้าของบ้าน คือไม่ใช่เป็นธาตุแท้หรือเนื้อแท้ของจิต เป็นเพียงสิ่งที่จรมาอาศัย แม้จะมาอาศัยอยู่นานสักเท่าไร มาถือสิทธิครอบครองอย่างไร ก็คงไม่สามารถละลายธาตุแท้ของจิตได้ ฉะนั้น จึงอาจขัดเกลาชำระจิตให้พ้นจากเครื่องเศร้าหมองทั้งปวงได้





เข้ากราบนมัสการหลวงปู่เทสก์ เทสรังสี วัดหินหมากเป้ง จ.หนองคาย
เมื่อวันที่ ๒๘ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๓๓



๖๖

แพ้วใจ

“ที่เรียกว่าแพ้วใจ คือ ฟ่ายต่อกิเลส” แพ้วใจหรือแพ้วจิตใจนั้น โดยตรงคือแพ้วความอยากความปรารถนาที่ผิด ๆ แพ้วโทสะในใจตนเอง เพราะว่า จิตนี้มีสิ่งที่ไม่บริสุทธิ์ปนอยู่มาก ที่ปนอยู่มานาน จนติดเป็นนิสัยสันดานก็มี ที่ปนเข้ามาใหม่ ๆ ก็มี และที่เคยกล่าว ว่า “จิตเป็นเหมือนนาย กายเป็นเหมือนบ่าว” นั้น ถ้ายกจิตมา วิจัยดูอีกแล้วจะได้พบนายที่ยึดครองจิตใจอยู่อีกชั้นหนึ่ง เช่น ความปรารถนาอยากได้อย่างผิด ๆ ดังกล่าว ซึ่งเป็นผู้กระชับสั่ง จิตใจให้ดิ้นรนไปต่าง ๆ เหมือนอย่างเป็นทาส ดังมีคำเรียกว่า เป็นทาสของตัณหา “จึงจำเป็นโดยแท้ที่จะให้การบริหารแก้จิต เพื่อให้จิตมีพลังที่จะเอาชนะจิต”



ทรงถวายเครื่องไทยธรรมแด่สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ
สมเด็จพระสังฆราช (ปุ่น ปุณฺณสิริ) ณ พระตำหนักเพชร วัดบวรนิเวศวิหาร
เมื่อวันที่ ๒ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๑๖



การบริหารกาย-ใจ

ทำการบริหารทางจิตใจให้เหมาะสมควบคู่กันไปกับการบริหารกาย มิใช่ทุ่มเทเวลาไปในเรื่องที่จะบำรุงทางกายโดยส่วนเดียว ส่วนทางจิตปล่อยให้ตกต่ำจมปลักแห่งกิเลสไปตามเรื่อง

หากได้พากันหันมาเห็นและให้ความสำคัญแก่จิตใจดังนี้แล้ว จิตที่ได้รับการบริหารอบรมแล้วก็จะกลับเป็นผู้ให้ประโยชน์สุขแก่ตัวผู้เป็นเจ้าของจิตใจเองมากอย่างที่ไม่เคยนึกฝันมาแต่ก่อน





ทรงถวายสักการะสมเด็จพระวันรัต (จ๋ับ จิตฺตมฺโม)
วัดโสมนัสวิหาร ในเทศกาลเข้าพรรษา



จิตเป็นสมบัติล้ำค่า

จิตเป็นสมบัติล้ำค่า เป็นแก้วสารพัดนึก
สารพัดรู้ ที่ทุกคนมีอยู่แล้ว หากแต่เจ้าของอาจยังไม่
รู้จัก ยังมีได้เจียระไน ยังมีเครื่องหุ้มห่อปกคลุม
อยู่อย่างหนาแน่น จึงยังใช้การให้เกิดประโยชน์
อย่างคุ้มค่ามิได้ถ้าเจ้าของรู้จักเจียระไนให้ใช้การ
ได้ดี ก็จักเป็นอาการบ่อเกิดแห่งสมบัติและความสุข
ได้ทุกอย่าง





พระพรหมมณี (ผิน สุวใจ)
และสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก
เมื่อครั้งดำรงสมณศักดิ์ที่ พระธรรมวราภรณ์ เมื่อพ.ศ. ๒๕๐๑



น้อมเอาทุกเรื่องเข้ามาสู่ตน

พระพุทธองค์ทรงสอนให้น้อมเอาทุกเรื่องเข้ามาสู่ตน เมื่อเห็นคุณเห็นโทษของเรื่องใด หรือของผู้ใดก็ตาม ให้น้อมเรื่องนั้นของผู้นั้นเข้ามาสู่ตน เหมือนเป็นเรื่องของตน พิจารณาให้เห็นว่าเป็นคุณเป็นโทษอย่างไร ควรทำหรือไม่ ควรทำเพียงไร การมองแต่คุณหรือโทษของผู้อื่น โดยไม่น้อมเข้ามาสู่ตนเพื่อพิจารณาให้เห็นคุณโทษของตน ย่อมไม่เป็นประโยชน์และไม่เป็นการปฏิบัติตามพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ทุกคนต่างก็แลเห็นโทษของความโลภในผู้อื่นด้วยกันทั้งนั้น ทำตามทีพระพุทธองค์ทรงสอน น้อมเข้ามาดูโทษของความโลภในตนเองเสีย จะถูกต้องกว่าออกไปดูโทษของผู้อื่น โทษของผู้ใด ผู้หนึ่งดูให้เห็นก็ให้หาย นั้นแหละเป็นการบริหารจัดการ





ทรงถวายสักการะในเทศกาลเข้าพรรษา
แต่ พระสาสนโสภณ (ใบ ภาทियो) วัดเทพศิรินทราวาส



ความโลภไม่มีคำว่าพอ

เมื่อใจเต็มไปด้วยความโลภหรือความปรารถนาต้องการ แม้จะมั่งมีด้วยทรัพย์สิน เงินทองอยู่แล้วเพียงใด ก็เหมือนไม่มีสมบัติอะไรเลย เหมือนยากจนไม่รู้หาย ไม่มีพอกิน ไม่พอใช้ ต้องดิ้นรนแสวงหา เหมือนที่กำลังขาดแคลนอย่างเหลือเกิน

คิดให้ดีย่อมจักเห็นว่าความโลภตัวเดียวทำให้ทรัพย์สินสมบัติทั้งหลาย แม้มากมายกายกองกลายเป็นสิ่งไม่มีราคาต่างงวดไปได้ทั้งสิ้น

เมื่อตกเป็นของตนแล้วมีเท่าไรก็เหมือนไม่มี ต้องดิ้นรนแสวงหาเรื่อยไป และการแสวงหา นั้นไม่เพียงแต่จะทำให้ตัวเองเดือดร้อนเท่านั้น แต่ย่อมจะทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนด้วย





เสด็จปฏิบัติกรรมฐานกับหลวงปู่ขาว อนาลโย
วัดถ้ำก่องเพชร จ.หนองบัวลำภู เมื่อพ.ศ. ๒๕๒๑




๗๑

ยาพิษ

อะไรเป็นเครื่องทำให้ขาดสติ หากจะตั้งปัญหาขึ้นดังนี้ ก็น่าจะ
จะได้คำตอบว่ามีเหตุผลหลายอย่าง เช่น ความมีทรัพย์ อำนาจวาสนา
ความคะนองลำพองใจ ความยกย่อง สิ่งเหล่านี้เป็นเหมือนยาพิษ
สำหรับผู้ที่ขาดสติ

ดังเช่นเมื่อมีทรัพย์ขึ้น ก็ลืมนฐานะเดิมของตน ลืมญาติมิตร
สหายเก่าที่เรียกว่ากระด้างขึ้นเพราะทรัพย์ มีอำนาจวาสนาขึ้นก็
เช่นเดียวกัน ลืมฐานะเดิมตลอดถึงฐานะปัจจุบันอันเป็นที่ตั้งแห่ง
อำนาจวาสนานั้น เข้าใจตนเองว่า วิเศษยิ่งกว่าที่เป็นอยู่



เสด็จไปปฏิบัติกรรมฐาน ณ วัดถ้ำขาม จ.สกลนคร
ทรงเยี่ยมพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร และทรงร่วมเสวยจังหันกับพระในวัด
เมื่อวันที่ ๑๖ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๑๐



บาป

ผู้ทำบาปย่อมเดือดร้อนในโลกนี้ เดือดร้อน
ในโลกหน้า จึงเดือดร้อนในโลกทั้งสอง เดือดร้อน
อยู่ที่เราทำบาป แล้วไปทุกคติ (คติที่ชั่ว) ย่อม
เดือดร้อนอย่างยิ่ง พระพุทธภาสิต





รับภัตตาหารจากพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร
ณ วัดถ้ำขี้ม จ.สกลนคร



ความโลก

ผู้ยึดมั่นถือมั่นย่อมได้รับความผิดหวัง ย่อมเศร้า เสียใจ
ยึดมั่นถือมั่นมากในเรื่องสำคัญมาก ความผิดหวังและความเศร้า
เสียใจย่อมมาก ยึดมั่นถือมั่นน้อยในเรื่องสำคัญน้อย ความผิดหวัง
และความเศร้าเสียใจก็ย่อมน้อยไปตามส่วน ไม่ยึดมั่นถือมั่นใน
อะไร ๆ เลยย่อมพ้นจากความผิดหวังและความเศร้าเสียใจโดย
สิ้นเชิง พระพุทธองค์จึงทรงสอนมิให้ยึดมั่นถือมั่น โดยได้ทรงกล่าว
ไว้ว่าสิ่งทั้งปวงไม่ควรยึดมั่น





เจ้าพระคุณสมเด็จฯ เสด็จร่วมในงานพระราชทานเพลิงศพ พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร
ณ วัดป่าอุดมสมพร อ.พรรณานิคม จ. สกลนคร
เมื่อวันที่ ๒๑ มกราคม พ.ศ. ๒๕๒๑



เปรียบธรรมเช่นฉัตรตีอร่ม

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเปรียบธรรมเช่นฉัตรตีอร่ม

คือสามารถกันความแปดเปื้อนและความแผดเผาเร้าร้อนได้
แต่ร่มนั้นเป็นเครื่องคุ้มกันภายนอก


ส่วนธรรมะเป็นเครื่องคุ้มกันภายใน

ร่มทำไม่ให้เป็นเปียกกาย ไม่ให้แดดแผดเผากาย

ส่วนธรรมะทำไม่ให้เกิดเครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย

แปดเปื้อนใจ แผดเผาใจ





เสด็จเยี่ยมท่านพุทธทาส ณ สวนโมกขพลาราม จ.สุราษฎร์ธานี
เมื่อวันที่ ๑๗ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๓๒



เปรียบกิเลสเป็นแดดเป็นฝน

ฝนมีหยุดตก แดดมีหยุดออก แต่กิเลสเครื่อง
เศร้าหมองใจ ทั้งภายนอกและภายในของสามัญชน
ทุกคน ไม่มีเวลาสงบระงับเกิดอยู่เสมอ มีอยู่เสมอ
เปรียบกิเลสเครื่องเศร้าหมองใจเป็นแดดเป็นฝน ก็
จะต้องเป็นแดดเป็นฝนที่ออกอยู่ตกอยู่ตลอดเวลาไม่
เลือกกาลสถานที่...และร่วม คือ ธรรมชาติเครื่องคุ้มกัน
ก็เป็นสิ่งจำเป็นที่จะต้องมีการจำใจอยู่ตลอดเวลา
ไม่เช่นนั้นแล้วก็จะเป็นผู้เปียก เป็นผู้ร้อนอยู่เสมอ





เจ้าพระคุณสมเด็จฯ และพระธรรมวิสุทธิมงคล (หลวงตามหาบัว ญาณสมฺปนฺโน)
เมื่อเสด็จไปประทับเจริญภาวนา ณ วัดป่าบ้านตาด อ.เมือง จ.อุดรธานี
เมื่อวันที่ ๒๘ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๑๓



จิตใจอ่อนโยนพร้อมที่จะรับฟัง

“คำว่ามีจิตใจอ่อนโยนพร้อมที่จะรับฟัง หมายถึง
ถึงปราศจากทิฏฐิมานะ และก็ได้หมายความว่า
จะต้องเชื่อก่อนฟัง ไม่ใช่หมายความว่าอย่างนั้น ไม่
ต้องบังคับให้เชื่อก่อนฟัง เป็นแต่เพียงว่าพร้อมที่
จะฟัง พร้อมที่จะพิจารณาธรรมะที่ฟังเท่านั้น”





พระอุดมญาณโมลี (หลวงปู่จันทร์ศรี จันททีโป)
วัดโพธิสมภรณ์ อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี
เข้ากราบสักการะเยี่ยมอาการพระประชวร
ณ ตึกวชิรญาณ สามัคคีพยาบาล โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ เมื่อพ.ศ. ๒๕๔๖



จิต ที่เก็บดีชั่ว

จิตนี้เองยังเก็บดีเก็บชั่วไว้อีกด้วย เมื่อทำดี...กิริยาที่ทำนั้น
ทำแล้วก็เสร็จกันไปเป็นคราว ๆ แต่ว่าความดีที่ทำไว้นั้น
ก็ยังเก็บอยู่ในจิตส่วนลึกเรียกว่า “บารมี” ความดีที่ทำไว้นั้น
ไม่หายไปไหน





หลวงพ่อกุณ ปริสุทฺโธ วัดบ้านไร่ จ.นครราชสีมา
เข้าเฝ้าสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



๗๘

ภูเขาแห่งชราและมรณะ

ทุกคนจะต้องพบภูเขาแห่งชราและมรณะที่
กำลังมาบดชีวิตฉะนั้น ไฉนจะไม่แสวงหาที่พึ่งดังเช่น
“นครสามิ” ในเรื่อง (จิตตนคร) และไฉนจึงจะยอม
อยู่ใต้ให้ภูเขาแห่งชราและมรณะนั้นมาบดขยี้เอา
ข้างเดียว ไฉนจึงจะไม่ปีนขึ้นอยู่เหนือภูเขาแห่งชรา
และมรณะนั้นบ้าง พระพุทธศาสน์ ได้บอกวิธีปฏิบัติ
เพื่อขึ้นอยู่เหนือไว้แล้ว




หลวงพ่ोजรัญ จิตฺตมโม เข้าเฝ้าถวายสักการะเจ้าพระคุณสมเด็จพระสังฆราช
เนื่องในวโรกาสมหามงคลทรงเจริญพระชนษา ๙๐ ปี
ณ ตึกวชิรญาณ สยามคหิทยาบาร โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
เมื่อวันที่ ๑๔ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๔๖



ไม่ยึดมั่นถือมั่น...ไม่ผิดหวัง

ผู้ยึดมั่นถือมั่นย่อมได้รับความผิดหวัง ย่อมเศร้า เสียใจ ยึดมั่นถือมั่นมากในเรื่องสำคัญมาก ความผิดหวังและความเศร้า เสียใจย่อมมาก ยึดมั่นถือมั่นน้อยในเรื่องสำคัญน้อย ความผิดหวัง และความเศร้าเสียใจก็ย่อมน้อยไปตามส่วน ไม่ยึดมั่นถือมั่นในอะไร ๆ เลยย่อมพ้นจากความผิดหวังและความเศร้าเสียใจโดยสิ้นเชิง พระพุทธองค์จึงทรงสอนมิให้ยึดมั่นถือมั่น โดยได้ทรงกล่าวไว้ว่าสิ่งทั้งปวงไม่ควรยึดมั่น





เจ้าพระคุณสมเด็จฯ นำพระนักศึกษาจากสภาการศึกษามหามกุฏราชวิทยาลัย
มาฝึกภาคปฏิบัติ ณ วัดเขาสุกิม จังหวัดจันทบุรี เมื่อวันที่ ๑๕ เมษายน พ.ศ. ๒๕๑๙



รู้แล้วต้องใช้ให้เป็น

รู้มากอาจจะทุกข์มาก เพราะว่าอาจจะใช้
ความรู้ที่ก่อให้เกิดโทษเกิดทุกข์ได้มาก หรือว่า
รู้มาก ยึดถือมาก เกี้ยวเกาะมาก ก็ทุกข์มาก ถ้ารู้
น้อยอาจจะทุกข์น้อยกว่า ก็มีเป็นอันมาก





เสด็จไปถวายสักการะอัฐิสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (เจริญ ญาณวโร)
วัดเทพศิรินทราวาส ในเทศกาลเข้าพรรษา เป็นประจำทุกปี
ในฐานะที่ทรงเคยเป็นศิษย์ศึกษาภาษาบาลีด้วยความกตัญญูตเวทิตา
เมื่อวันที่ ๓๐ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๓๔



รักษาจิต

รักษาจิตนี้ให้เป็นอุเบกขา คือเข้าไปเพ่งเฉย
สงบอยู่ได้ ว่าสิ่งทั้งปวงที่มากกระทบใจมาสัมผัสใจ
ก็ล้วนเป็นสิ่งที่ไม่ควรยินดีไม่ควรยินร้าย ไม่ควรที่จะ
ยึดถือ





ภาพฝีพระหัตถ์ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
ทรงฉาย ณ สำนักสงฆ์ ทักษิณราชนิเวศน์ นราธิวาส
เมื่อวันที่ ๒๖ กันยายน พ.ศ. ๒๕๒๗



ลักษณะจิต

พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสเตือนไว้ว่า จิตดีนั้นรณ
กวัดแกว่งกระสับกระส่ายรักษายากห้ามยาก เพื่อ
เป็นเครื่องสะกิดใจของบุคคล ว่าจิตมีลักษณะเป็น
ดังนี้ และก็เป็นที่รักษายากห้ามยาก ในเมื่อขาด
สติปัญญา





เสด็จเปิดสถานีรถไฟ ญาณสังวราราม จ.ชลบุรี
เมื่อวันที่ ๑๙ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๓๘



วาจาสังวร

วาจาสังวร = การสำรวม ระมัดระวังคำพูด

ถ้อยคำที่พูดจากัน ก่อให้บังเกิดกิเลส
ทั้งหลาย กองราคะบ้าง กองโทสะบ้าง กองโมหะ
บ้าง ดังนี้เป็นวาจาที่ควรเว้น เพราะวาส่อถึงใจที่ไม่มี
“สุญญตา” คือความว่าง จากกามและอกุศลธรรม
ทั้งหลาย





ณ สำนักสงฆ์ดอยบุญ จังหวัดเชียงใหม่
เมื่อวันที่ ๑๓ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๓๕



จิตที่ไม่เคยฝึก

ปลาที่จับขึ้นมาจากน้ำ วางไว้บนบก ปลาก็จะดิ้นลงไป เพื่อจะลงน้ำ ฉะนั้นใด จิตที่จับมาตั้งอยู่ในอารมณ์ของสมาธิก็ฉนั้นนั้น ก็จะไปดิ้นลงไปสู่ น้ำ คือ กามคุณารมณ์ เพราะว่าจิตนี้เคยอยู่กับ กามคุณารมณ์ เพลิดเพลินอยู่กับ กามคุณารมณ์ ทั้งหลายในโลก





เมื่อครั้งเสด็จเป็นองค์ประธานในการประชุมชาวพุทธโลกเพื่อการเผยแผ่ครั้งที่ ๑

The First World Buddhist Propagation Conference

ณ เมืองเกียวโต ประเทศญี่ปุ่น เมื่อวันที่ ๔-๑๐ เมษายน พ.ศ. ๒๕๔๑

ทรงฉาย ณ วัดโทไดจิ เมืองนารา





จิต ผู้รับสุขทุกข์

กรรมที่ตนทำ ตามคำสั่งของจิตใจ เป็นเหตุ
โดยตรงของความเจริญ ความเสื่อม และความสุข
ความทุกข์ ทั้งจิตใจนี้แหละเป็นผู้รับสุขทุกข์ คือ
เป็นตัวผู้เสวยสุขหรือทุกข์





ณ อุโบสถลุมพินี ประเทศเนปาล เมื่อวันที่ ๒๗ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๒๘



การยกฐานะ

ในการยกฐานะคนยากจน ให้มั่งมีนั้น ทำได้ไม่่ง่าย บางคนตลอดชาตินี้อาจทำไม่สำเร็จ แต่การยก “ระดับใจ” ให้มั่งมีนั้น ทำได้ทุกคน แม้มีความมุ่งมั่นจะทำจริง





ขณะทรงสนทนากับท่านพุทธทาสภิกขุที่สวนโมกขพลาราม
ไถ่แจ้ ณ สวนโมกขพลาราม ก็เข้ามาร่วมวงด้วย ทำให้เจ้าพระคุณสมเด็จฯ แยมพระสรวล
เมื่อวันที่ ๑๗ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๓๒



เพลงปัญญา

ทุก ๆ คนต่างก็มีปัญญา อยู่ด้วยกันแล้ว
แต่อาจเผลอปัญญาไปบ้าง เพราะขาด “สัมมาสติ”
เท่านั้น





ทรงฉาย ณ พระราชวังฤดูร้อน กรุงปักกิ่ง สาธารณรัฐประชาชนจีน
เมื่อวันที่ ๒๒ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๓๖





โลก โกรธ หลง ของตนอื่น

แทบทุกคนเห็นไปว่า คนอื่น โลก โกรธ หลง
ไม่ดี แต่ไม่เห็นว่ ตนเอง โลก โกรธ หลง ก็ไม่ดี
เช่นกัน





ณ ตำนกคอยท่า ปราโมช วัดบวรนิเวศวิหาร เมื่อเดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๓๖



รู้เท่าทันปรารถนา

หากทำสติ พิจารณาใจตนเองยามสงบจาก
ความปรารถนาต้องการ เปรียบเทียบกับยามกำลัง
เร้าร้อนด้วยความปรารถนาต้องการ ก็จะได้กำลัง
เข้มแข็งขึ้นในการจะทำความปรารถนาต้องการให้
ลดน้อยลงต่อไป โดยไม่หวงแหนไว้ ก็ผู้ใดเล่าอยาก
จะทุกข์ ไม่อยากเป็นสุข





ณ ดำหนักคอยท่า ปราโมช เมื่อพ.ศ. ๒๕๓๕



อย่าตั้งความปรารถนาให้ต้องเป็นทุกข์

อย่าตั้งความปรารถนาต้องการในสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้ต้องเป็นทุกข์ ดิ้นรนแสวงหาเลย จะได้ก็ให้ได้เองดีกว่านั้น หมายความว่า ไม่ต้องตั้งความปรารถนาต้องการ แต่จงทำเหตุที่ควรแก่ผล แล้วจะได้รับผลนั้นเอง เป็นการได้รับที่ไม่ต้องทุกข์ไม่ต้องร้อน เพราะใจไม่ต้องดิ้นรน ใจรู้มันอยู่แล้วว่า ได้ทำเหตุเช่นนั้น แล้วจะต้องได้รับผลควรแก่เหตุเช่นนั้นแน่ การได้มาด้วยการกระทำเหตุอันควร เช่นนี้ ไม่เรียกว่าเป็นการโลภหรือการปรารถนามิชอบ





หน้าคณะเหลืองรังษี วัดบวรนิเวศวิหาร



ดีแต่พูด

คนโกงทั้งหลาย เมื่อมีโอกาสอบรมสั่งสอนคนอื่นหรือเพียงเมื่อมีโอกาสพูดถึงความโกงกับความซื่อสัตย์สุจริต ก็มักจะพูดได้เป็นเรื่องเป็นราว ว่าความซื่อสัตย์สุจริตเป็นคุณธรรมสูงส่งอย่างนั้นอย่างนี้ ควรอบรมให้มีประจำใจ ส่วนความทรยศ การบริหารทางจิตคดโกงเป็นความไม่ดีอย่างนั้นอย่างนี้ไม่ควรให้เกิดมีขึ้นในจิตใจ คนโกงที่พูดได้เช่นนี้แล้วก็ยังคงเป็นคนโกงต่อไป ไม่นำคำที่ตนพูดมาพิจารณาปฏิบัติตาม คนอย่างนี้แหละที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงกล่าวไว้ในพระธรรมบทว่าเป็น “นรชนกล่าวคำที่มีประโยชน์แม้มาก แต่เป็นผู้ประมาทไม่ทำตามคำนั้น เขาไม่เป็นผู้มีส่วนแห่งสามัญผลคือผลที่เกิดจากการปฏิบัติดีปฏิบัติชอบเหมือนคนเลี้ยงโคของผู้อื่นไม่มีส่วนแห่งเบญจโครส”





ในพิธีถวายสักการะแสดงมุทิตาจิต การสถาปนา
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก
ณ ศาลากลางจังหวัดกาญจนบุรี เมื่อวันที่ ๓๑ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๓๒





เพิ่มพูนปัญญา ลดความทุกข์โศก

ผู้ที่มีปัญญาอยู่แล้ว ย่อมสามารถเพิ่มพูนปัญญาให้สูงยิ่งขึ้น
ได้ด้วยการศึกษาอยู่ในความไม่ประมาท ทำความประมาทให้ลดน้อยลง
อันปัญญาคือ ความเห็นตามเป็นจริงนี้เกิดขึ้นเมื่อใด จะสามารถ
ทำให้พ้นจากความทุกข์โศกได้เมื่อนั้น





ณ ประตูทางเข้าสู่ศาลา ๑๕๐ ปี วัดบวรนิเวศวิหาร



โลกเป็นสิ่งสกปรก

ความปรารถนาต้องการหรือความโลภเป็นสิ่งสกปรก ซึ่งแม้ไม่เพียรพยายามขจัดดูให้สม่ำเสมอ ก็เพิ่มความสกปรกยิ่งขึ้นทุกที แม้ไม่เพียรพยายามดับ ปล่อยให้มันให้เป็นไปตามใจชอบ วันหนึ่งจะเผาไหม้หมดสิ้นทั้งชื่อเสียงเกียรติยศและความสุขกายสบายใจ





ณ วัดญาณสังวราราม จ.ชลบุรี เมื่อพ.ศ. ๒๕๒๗



ละเว้นความชั่ว

คนที่จะเป็นคนดีได้จะต้องมีการละเว้นความชั่วได้ ถึงคนที่มีความดีอยู่ในตน แม้แต่นิดหนึ่ง ก็หมายความว่า เขาสามารถละความชั่วที่ตรงกันข้ามกับความดีนั้นได้นิดหนึ่ง ก็ทุกคนต้องการความดีมิใช่หรือ ฉะนั้น ไม่เป็นการสมควรหรือที่จะบริหารจัดการใจให้สามารถละเว้นการที่ควรละเว้นได้ ให้เป็นคนมีกำลังใจเข้มแข็งที่จะเว้นได้ ทำได้ตามที่ควรเว้น และควรทำจิตใจนี้อาจบริหารให้เข้มแข็งดังนี้ได้ด้วย
กันทุกคน





เสด็จเยี่ยมหมู่บ้านอนุรักษ์วัฒนธรรมชาวเขาเผ่าม้ง ดอยปุย จ.เชียงใหม่
เมื่อวันที่ ๒๙ มกราคม พ.ศ. ๒๕๔๒



ฉลาดสามารถ

การศึกษาที่จะทำให้ฉลาดคือหมั่นพินิจ เพื่อให้ได้ความรู้ทางเจริญ ความรู้ทางเสื่อมและความรู้ทางที่จะหลีกเลี่ยงเสื่อมดำเนินไปสู่ทางเจริญ ดังนี้ เรียกว่าฉลาดสามารถ ที่จะใช้ความรู้ช่วยตนเองได้





เสด็จตรวจดูการก่อสร้างวัดสันติคีรีญาณสังวราราม
ดอยแม่สลอง ดอยตุง จ.เชียงราย เมื่อพ.ศ. ๒๕๓๙



เห็นไตรลักษณ์ทำให้ไม่ยึดมั่น

เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาในเรื่องใด สิ่งใด
ย่อมน้อมไม่มีความยึดมั่นถือมั่นในเรื่องนั้น สิ่งนั้น เห็น
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาในเรื่องทั้งปวง ย่อมไม่
มีความยึดมั่นถือมั่นในเรื่องทั้งปวง สิ่งทั้งปวง





เสด็จทรงงาน สถานที่สร้างศาลาเขาชีโอน วัดญาณสังวราราม จ.ชลบุรี
เมื่อวันที่ ๕ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๓๓



ล้างโมหะด้วยปัญญา

ความสกปรกล้างได้ด้วยน้ำสะอาดฉันใด โมหะความหลงผิด ก็ทำลายได้ด้วยปัญญา ฉะนั้น ปัญญา นั้นเป็นเครื่องทำลาย โมหะได้ ไม่มีอะไรอื่นจะทำลายโมหะได้นอกจากปัญญาเท่านั้น

โมหะคือความมืด ปัญญาคือความสว่าง แสงสว่างส่องเข้า ถึงที่ใดย่อมทำที่นั้นให้สว่าง ย่อมทำที่นั้นให้สิ้นความมืด ผู้มีปัญญา ในเรื่องใดจึงสิ้นโมหะในเรื่องนั้น มากน้อยตามระดับของปัญญา





ทรงมอบตุ๊กตัจฉัยและสิ่งของช่วยเหลือผู้ประสพภัยพายุไซโคลนนาเก็ส
ประเทศเมียนมาร์ แต่พระญาณิสสรเถระ แห่งเมียนมาร์
เมื่อวันที่ ๒๒ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๑



บำรุง

การพยายามบำรุงรักษาร่างกายให้มีกำลัง
แข็งแรงเสมอเป็นการดี แต่การพยายามบำรุงรักษา
จิตใจให้เข้มแข็งสมบูรณ์ด้วยความดียิ่ง ๆ ขึ้นไป
เป็นการดียิ่งกว่า ผู้มีปัญญาเห็นถูกย่อมจะเห็นเช่นนี้





สวามีอเวศานนท์มหาราช จากอินเดีย เข้าเฝ้าถวายสักการะ
เมื่อวันที่ ๒๐ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๔๔



ทุกข์เพราะใคร?

อันความยึดมั่นถือมั่นในเรื่องทั้งปวงก็มีทุกข์โทษภัย เช่นเดียวกับ การจับต้องถ่านไฟอันลุกแดง แต่เพราะทุกคนไม่รู้ซัด จึงไม่กลัว จึงเข้าไปยึดมั่นถือมั่นไว้ และเมื่อได้รับทุกข์โทษภัยเพราะการยึดมั่นถือมั่น ก็มีโมหะทำให้หลงผิดไปว่า ทุกข์โทษภัยทั้งหลายที่เกิดกับตนนั้น เป็นเพราะผู้นั้นผู้นี้หรือสิ่งนั้นสิ่งนี้เป็นต้นเหตุหาได้เห็นความจริงว่า เหตุที่แท้ของทุกข์โทษภัยที่ตนได้รับนั้นคือความยึดมั่นถือมั่นของตนเอง






ในวันที่ ๓ ตุลาคมของทุกปี
จะมีประชาชนมาเฝ้ารับเสด็จที่วัดบวรนิเวศวิหารกันเนืองแน่น



หลงน้อย...สุขเพิ่ม

เมื่อโหมเหะความหลงผิดลดน้อยลง ความยึดมั่นถือมั่นก็ลดน้อยลง ภัย คือ ความทุกข์ร้อนอันเกิดแต่ความยึดมั่นถือมั่นก็จะลดน้อยลงด้วยความเป็นสุขย่อมเพิ่มขึ้น





เจ้าพระคุณสมเด็จฯ ทรงบูชาพระพุทธชินสีห์ในพระอุโบสถวัดบวรนิเวศวิหาร
เสด็จลงทำวัตรเช้า ซึ่งเป็นกิจวัตรประจำวันของพระสงฆ์วัดบวรนิเวศวิหาร
คือทำวัตรเช้า เวลา ๐๘.๐๐ น. และทำวัตรค่ำ เวลา ๒๐.๐๐ น.



ได้ไม่คุ้มเสีย

การได้มาซึ่งสิ่งของหรือทรัพย์สินใด ๆ ก็ตามด้วยวิธีอันมิชอบ นับเป็นการได้ที่ไม่คุ้มเสีย เพราะสิ่งเหล่านั้นเมื่อถึงเวลาก็ต้องหมดสิ้นไปตามธรรมดา แต่ความเสียหายอันเกิดจากการทุจริตย่อมจักคงอยู่ ฉะนั้น เมื่อมีความปรารถนาต้องการเกิดขึ้นในสิ่งใดอย่างมิชอบ ให้ใช้วิธีแก้ไขความปรารถนามิชอบของตนให้ดับด้วยการคิดถึงความจริงว่าเป็นสิ่งที่ไม่คงทนถาวร จะต้องสลายไปเป็นธรรมดา



