

normal

ที่มีอยู่ก่อนแล้ว

จิต
เป็นฐานที่ตั้ง
ของ
กิเลส

“..... สิ่งที่เกิดขึ้นทั้งหมดเป็นสิ่งที่เราจะต้องรู้ และเราจะต้องละ
ไม่ต้องไปสมมุติว่าอันนี้เป็นกุศล ไม่ต้องไปสมมุติว่าอันนี้เป็นอกุศล
ความเกิดทั้งหลายจะเป็นกุศลเป็นอกุศล ล้วนแต่เป็นสิ่งที่จะต้องดับไปทั้งนั้น
กุศลเกิดจากจิต อกุศลก็เกิดจากจิต กุศล อกุศลเป็นภิกขุของจิต หมายถึง จิตที่
เรามีการแสดงอาการออกไป เราจึงต้องศึกษาให้รู้จักเขา ให้รู้จักเวลาเขาเกิด ถ้าหากว่าเรา
ไม่รู้จักเวลาเขาเกิด เราจะไปยึดสิ่งที่เกิดนั้น ไปยึดสิ่งที่เกิดขณะใดก็เป็นเหตุเป็นปัจจัยที่จะ
ทำให้ใจของเรามีความยินดีและยินร้าย
ความยินดีและยินร้าย อันนั้นเป็นเรื่องของกิเลสเป็นเรื่องของตัณหาทั้งนั้น
ความยินดีก็เป็นตัวกิเลสเป็นตัวตัณหา ความยินร้ายก็เป็นตัวกิเลสและเป็นตัว
ตัณหา เกิดเป็นกิเลส เกิดเป็นตัณหา เพราะเราไม่รู้จักความเกิด เราไม่รู้จักความเกิด เราก็
ไม่รู้จักความดับ
ในเมื่ออะไรเกิดขึ้นมาเราจะไปยึดว่าเป็นเราเสียทั้งหมด ยึดว่าเป็นเราแล้วก็ต้องมึ
ความพอใจ และมีความไม่พอใจอยู่ในนั้น คำว่า จิตลักแต่ว่าจิต เราอย่าไปยึดว่าจิตเป็นเรา
อย่าไปยึดว่าจิตเป็นตัวเป็นตน ลักแต่ว่าเท่านั้น”

(ธรรมโอวาท_ หลวงปู่แบน ธนากโร)



“จิต” มีสภาพสะอาด สว่าง สงบ อยู่ก่อนแล้ว
แต่เพราะความไม่รู้.....จึงมี “**สิ่งแปลกปลอม**”
ผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนกันเข้ามาตั้งอาศัยที่ “จิต”

อกุศล



กุศล



อกุศล



โลภะ

อยากทาง
ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ



โทสะ

ไม่อยากทาง
ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ



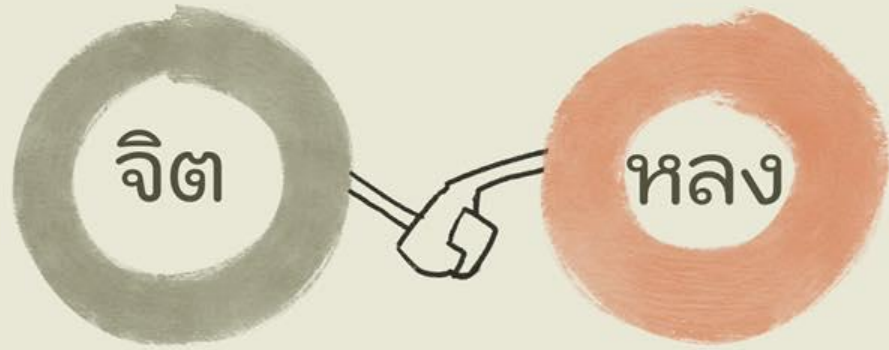
โมหะ

เพลอ เหม่อ
หลงคิด วนคิด
ขาด **สติ**

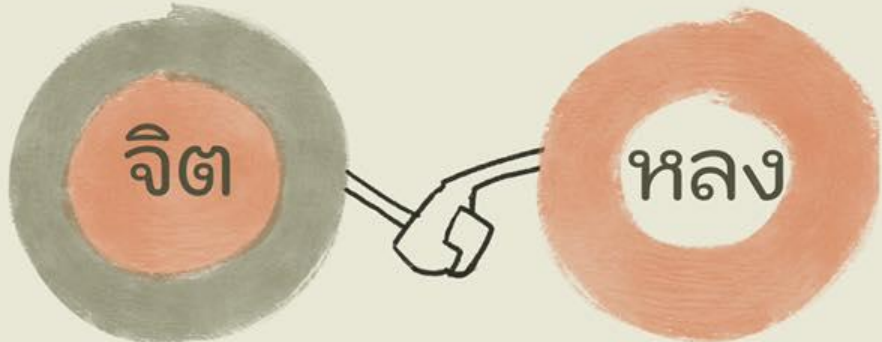
พวกนี้เรียก “กิเลส”

พาให้ “จิต” เศร้าหมอง

ขาดสติ



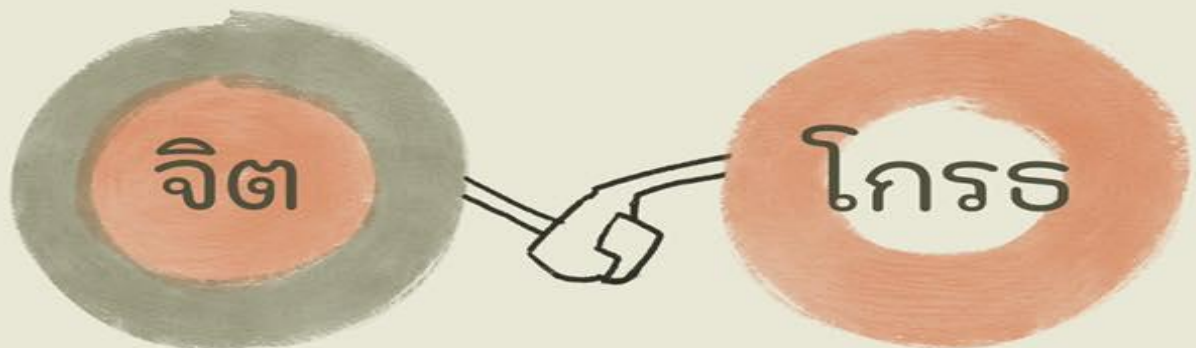
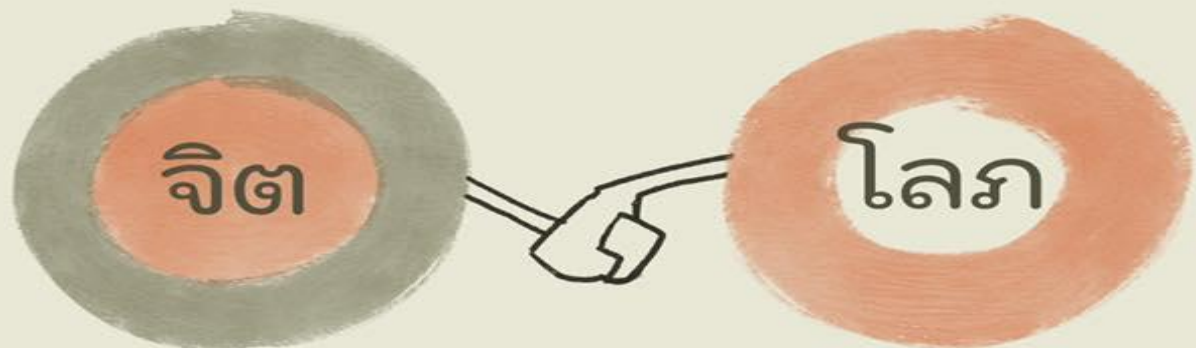
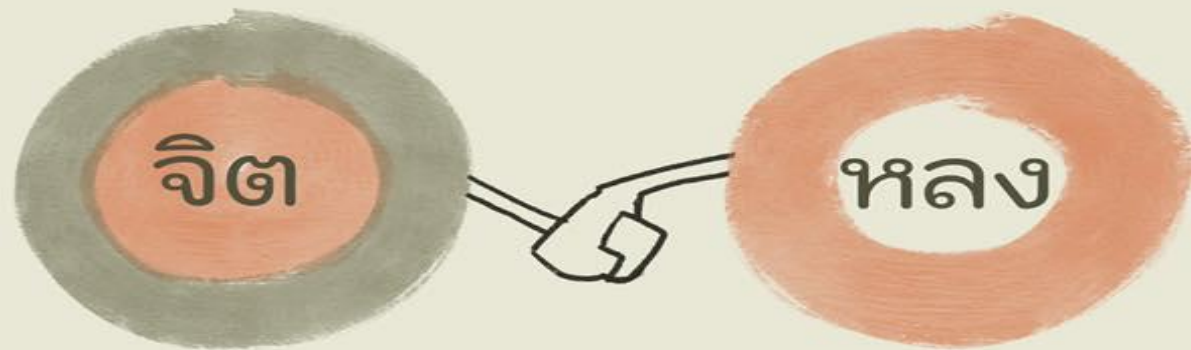
จิต...ตก



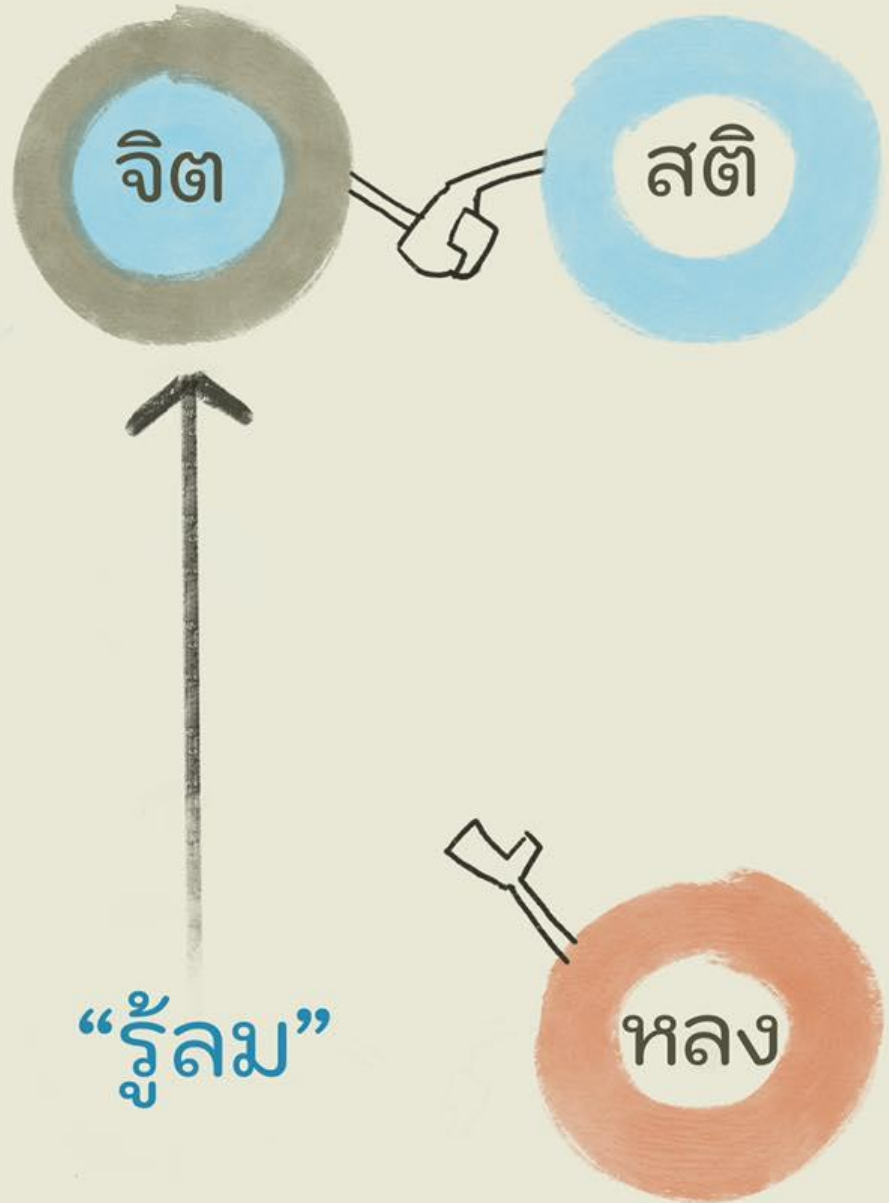
เมื่อถูก “ความหลง”
เข้าประกอบ “จิต”
ก็หนัก

ถามตัวเองดู...

วันๆอยู่กับอะไร.....**อกุศล**



จิตยกระดับมาอยู่กับ.....**กุศล**



“จิต” ล้มพับสได้ทีละอย่าง

..

...

เมื่อ “กุศล” เกิด ก็ไม่มี “อกุศล”

สุคติภูมิ

(สดี) พรหม

(สดี) เทวดา

(สดี) มนุษย์



จิต

เปรต (โลภ)

อสุรกาย (หลง)

เดรัจฉาน (หลง)

สัตว์นรก (โกรธ)

ทุคติภูมิ



จิต

“จิต” ชื่นกับอะไร?



มีศีล 
(ไม่ครบ)

บุคคลิภูมิ

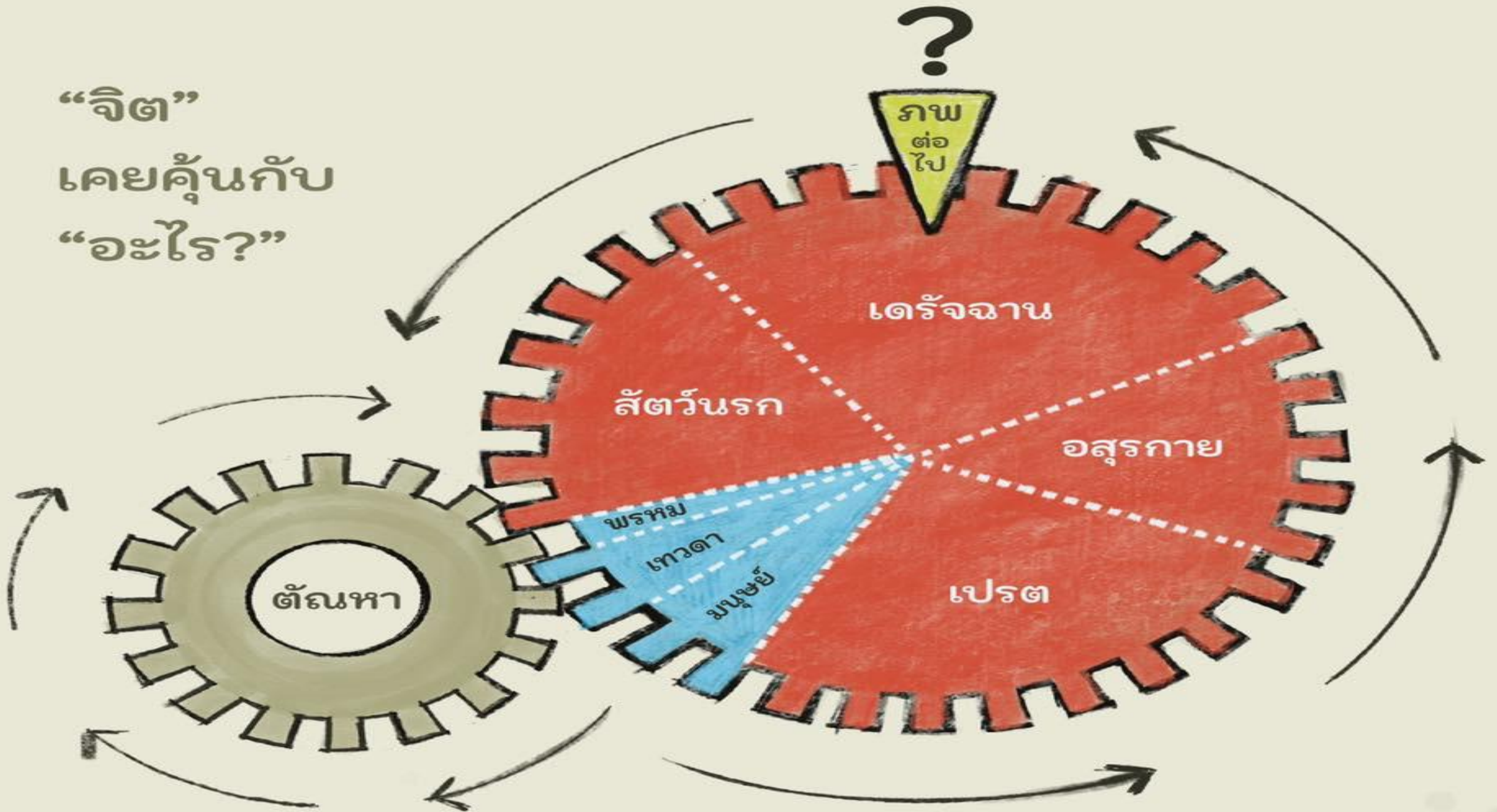
เส้นแบ่งระหว่าง “ภพภูมิ”

สุคติภูมิ

มีศีล 
(ครบ)



“จิต”
เคยคู่กับ
“อะไร?”



“ความยุติธรรม” มีเสมอ ชอบอะไร ได้ไปที่นั่น



ชินแบบไหน ไปแบบนั้น



“เพื่อนเดินทาง” ที่ดีที่สุด แต่ไม่ค่อยมีใครคบ



มีศีล ๕ = ปกติ
(ครบ) (normal)

๑ ไม่ฆ่า

๒ ไม่ขโมย

๓ ไม่ทำผิดในกาม

๔ ไม่พูด...โกหก...ให้คนผิดใจ

...หยาบ...เพื่อเจ้อ

๕ ไม่ดื่มสุรายาเมา

(ตัวรับประกันสุคติภูมิ)

พื้นฐานที่ก่อคุณให้เกิด “สติ”

คือ การรักษา “ศีล”

แค่ “รู้ลม” หนึ่งขณะ ก็มีอานิสงส์
มากมายกว่า การรักษาศีลทั้งชีวิต

แค่ “รักษาศีล” หนึ่งวัน ก็มีอานิสงส์
มากกว่า การสร้างวัดหลังใหญ่โตแล้ว

“สุขันข” บางตัว มีชีวิตที่สุขสบายกว่า
“คน” จำนวนมากมาย เพราะเคยทำ
“ทาน” มาก แต่พลาดตรงไม่ได้
รักษา “ศีล” นี้แหละ

บุญ ๓ ระดับ

ภavana คนดีน้อยคนที่ทำได้

ศีล คนดีเท่านั้นที่ได้

ทาน ใครๆก็ได้

(ภavana)



มี “ศีล” เป็นบาทฐาน ให้ “จิต” มีความ
มั่นคง และชุ่มเย็นอยู่เสมอ

เมื่อ “ความร้อน” เกิดแม้เพียงนิด “สติ”
จะระลึกรเองเป็นอัตโนมัติโดยไม่ต้อง
พยายาม

เมื่อนั้น “อกุศล” จะดับ “กุศล” จะเกิด
ทำแบบนี้บ่อยๆ เนืองๆ ให้เป็นนิสัย...



...จนกระทั่ง เมื่อ “ศีล” เป็นเนื้อเดียวกับชีวิต
หมด “เจตนา” จะรักษา
“สติ” เกิดเองเป็นอัตโนมัติ ไม่ต้องคอย
ประคับประคอง

วันหนึ่ง จะเกิด “ปัญญา” เห็นว่า สิ่งต่างๆ
“เกิด” ได้เพราะ “มีเหตุ” “ดับ” ลงเพราะ
“หมดเหตุ”
เมื่อนั้นจะ “ปล่อย”

“จิต” จะเดินทางเข้าสู่ “ทางสายกลาง”
ไม่ข้องแวะกับ “ทางสุดโต่ง” ทั้งสองสาย

ถอน

ความ “พอใจ”

และความ “ไม่พอใจ”

ใน “โลก” ออกเสียได้



สู่-
ความ
สงบ
เย็น



ทาง
สาย
กลาง



ยัง ยึด อ ยู่

“ทุกข์” คือ ความ “ยึด”
“เหตุแห่งทุกข์” คือ ความ “อยาก”

ยัง เกิด อ ยู่

หมดความยึด

“ที่สุดแห่งทุกข์” คือการ “ปล่อย”

n o r m a l

ที่มีอยู่ก่อนแล้ว

“หนทางให้ถึง” คือ “ทางสายกลาง”

สิ้นสุดการเดินทาง