



อักษร สื่อสาร

ฉบับสมบูรณ์

พิมพ์แจกเป็นธรรมบรณการด้วยศรัทธาของญาติโยม
หากท่านไม่ได้ใช้ประโยชน์จากหนังสือนี้แล้ว
โปรดมอบให้กับผู้อื่นที่จะได้ใช้ จะเป็นบุญเป็นกุศลอย่างยิ่ง



อักษรสื่อสาร ฉบับสมบูรณ์

ชยสาโร ภิกขุ

ISBN ๙๗๘-๖๑๖-๗๙๓๐-๐๗-๗

สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามคัดลอก ตัดตอน หรือนำไปพิมพ์จำหน่าย

หากท่านใดประสงค์จะพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน โปรดติดต่อ

มูลนิธิปัญญาประทีป หรือ โรงเรียนทอสี

๑๐๒๓/๔๗ ซอยปรีดีพนมยงค์ ๔๑ สุขุมวิท ๗๑ เขตวัฒนา กทม. ๑๐๑๑๐

โทรศัพท์ ๐-๒๗๑๓-๓๖๗๔

www.thawasischool.com, www.panyaprteep.org

จัดทำโดย มูลนิธิปัญญาประทีป

พิมพ์ครั้งที่ ๑ เมษายน ๒๕๕๙ จำนวน ๖,๐๐๐ เล่ม

ผู้เรียบเรียง ศรีวรา อิศสระ

ศิลปกรรม วิชชุ เสริมสวัสดิ์ศรี, ปริญญา ปฐวินทรานนท์

ภาพประกอบ พีรพัฒน์ ตติยบุญสูง, ฤทัย บุญทวีกิจ

พิมพ์ที่ บริษัท โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์ (1987) จำกัด

โทรศัพท์ ๐-๒๔๒๘-๗๕๐๐

ดำเนินการพิมพ์ บริษัท คิว พรินท์ แมเนจเม้นท์ จำกัด

โทรศัพท์ ๐-๒๘๐๐-๒๒๙๒

คำนำ

ช่วงเข้าพรรษาปี พ.ศ. ๒๕๕๒ ที่วัดป่านานาชาติ พระอาจารย์ชยสาโร เคยแสดงธรรมที่ใช้ตัวอักษรในภาษาไทยเป็นแกนนำ โดยในวันพระแรก ได้เริ่มจากอักษร ก. ไก่ ต่อด้วย ข.ไข่ ตลอดพรรษาเทศน์ได้หลายตัวอักษร แต่ยังไม่ครบ

ในปี พ.ศ. ๒๕๕๗ และ ๒๕๕๘ คณะศิษย์ได้ขออนุญาตท่านจัดพิมพ์ธรรมเทศนา ซึ่งท่านตั้งชื่อหนังสือว่า “อักษรล่อसार” โดยแยกพิมพ์เป็นเล่มที่หนึ่งและเล่มที่สอง ในปลายปี ๒๕๕๘ คณะศิษย์ได้ขออนุญาต พระอาจารย์พิมพ์ฉบับรวมเล่มเพื่อเผยแพร่ต่อไปในวงกว้าง

ขออนุโมทนาบุญในกุศลเจตนาของลูกศิษย์และญาติโยมทุกคนที่มีส่วนช่วยให้หนังสือเล่มนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี ขอให้พลังบุญอันเกิดจากการให้ธรรมเป็นทาน จงเป็นพลปัจจัยอำนวยพรให้ญาติโยมเจริญงอกงามในสิ่งที่ เป็นบุญเป็นกุศล ตั้งแต่ระดับ ก. ไก่ ถึงระดับ ฮ. นกฮูก และขอให้ทุกท่าน ใช้ความรู้ที่ได้จากการอ่าน “อักษรล่อसार” ในการประยุกต์ใช้ภาษาของตน เพื่อเข้าถึงสิ่งเลิศประเสริฐที่อยู่เหนือภาษา

ขอกราบนมัสการขอบพระคุณพระอาจารย์ในเมตตาของท่านเป็นอย่างสูง

คณะศิษยานุศิษย์

ธันวาคม ๒๕๕๘



อักษรสื่อสาร

ธรรมะจากตัวอักษรไทย

สารบัญ

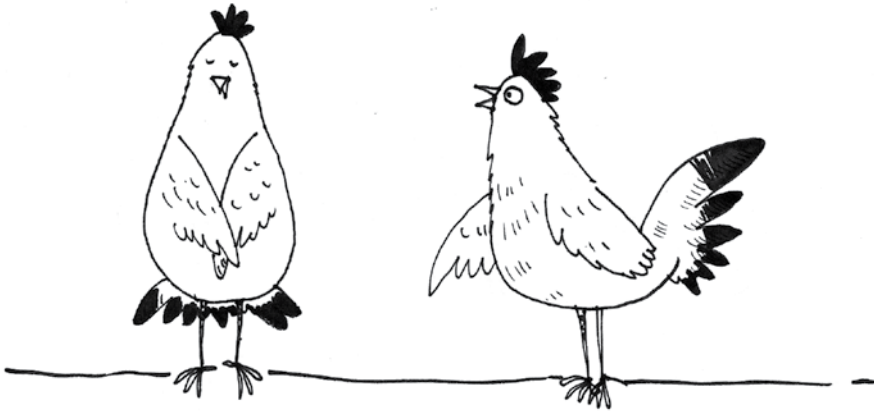
ก. ไก่	๑
ข. ไช้	๑๕
ค. ความ	๒๑
ฅ. ระฆัง	๓๑
ง. งู	๕๑
จ. จาน	๕๙
ฉ. ฉิ่ง	๖๗
ช. ช้าง	๗๕
ญ. หญิง	๙๑
ฐ. ฐาน	๑๐๙
ฒ. ผู้เฒ่า	๑๒๓
ณ. เณร	๑๓๓
ด. เต็ก	๑๔๗
ต. เต่า	๑๕๙
ท. ทหาร	๑๗๑
พ. พาล	๑๘๕
ม. ม้า	๒๑๑
ย. ยักษ์	๒๔๓
ร. เรือ	๒๗๕
ล. ลิง	๒๙๕
ฬ. ฤาษี	๓๑๑



ก . ไก่



มีเรื่องเกี่ยวกับไก่มากมายที่เดียวในพระสูตรและในคำสอนของ
ครูบาอาจารย์ โดยเฉพาะในสายวัดป่า ท่านมักจะใช้สิ่งแวดล้อมทั้งที่
มีชีวิตและไม่มีชีวิตมาเป็นคติธรรม เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ
เรื่องธรรมชาติของตัวเอง โดยอาศัยธรรมชาตินอกตัวเป็นตัวอย่าง
หลวงพ่อบุญมาท่านเมตตาไก่ป่า ไก่ป่าจึงมีบทบาทสำคัญ ท่านมัก
จะชมให้พระเณรฟังว่า ไก่ป่าต่างจากไก่บ้านตรงที่มีความล้ารวม





ระมัดระวังตัวมาก ไม่ใช่ว่าพอมิใครเอาเหยื่อมาแล้วจะวิ่งเข้าไปกิน ซึ่งก็ต้องตายแน่ๆ หลวงพ่อจึงให้เราเอาไก่ป่าเป็นตัวอย่าง ท่านต้องการให้พระระวางตัว ไม่ประมาท ให้มีความรอบรู้ ให้เป็นผู้ที่คิดก่อนทำ คิดก่อนพูด ไม่หุนหันพลันแล่น หรือ อยากทำอะไรก็ทำไปเลย อยากพูดอะไรก็พูดไปเลย ผู้ที่หลงไหลในเหยื่อต่าง ๆ ทางโลก ก็ตายได้เช่นเดียวกับไก่ที่วิ่งเข้าหาเหยื่อ แม้กายอาจจะไม่ตาย แต่ก็ตายจากคุณธรรม ตายจากความดี เราจึงได้ธรรมะจากไก่ป่า เรื่องความระมัดระวัง

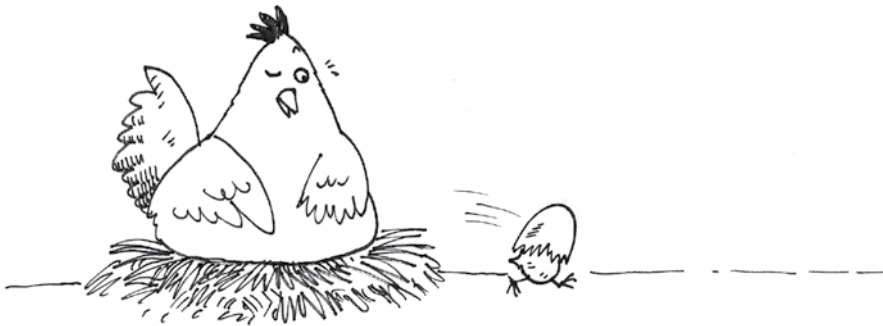
มีพระสูตรหนึ่งที่มีเรื่องเกี่ยวกับไก่ พระพุทธองค์ตรัสถึงหลักการปฏิบัติว่าทำอย่างไรจึงจะเจริญ ต้องอาศัยอะไรบ้าง เพื่อให้การปฏิบัติก้าวหน้า ท่านตรัสว่า การปฏิบัติไม่ได้ขึ้นอยู่กับการอ้อนวอนสิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือการตั้งความปรารถนาไว้อย่างแรงกล้า เช่น ขอให้เราได้พ้นจากความทุกข์ ขอให้เราได้พ้นจากความยึดมั่น

ถ้ามั่นต่าง ๆ ท่านว่าการขออย่างนี้คงไม่ได้ผล ที่จริงการตั้งความปรารถนาก็อาจมีผลอยู่บ้าง แต่เป็นเรื่องทางจิตวิทยามากกว่า คือการตั้งปณิธานหรือขอนั้นขอนี้ อาจช่วยให้จิตใจมุ่งมั่นในทางนั้นมากขึ้น เหมือนเป็นการรวบรวมกำลังใจหรือทำให้เป้าหมายของตัวเองชัดขึ้น ทำให้เราได้ระลึกอยู่ในเป้าหมายของตัวเองมากขึ้น

สมมติว่าเราตั้งปณิธาน ขอให้เราเป็นคนที่ไม่โมโหผู้อื่นเลย ขอให้เราหลุดพ้นจากการโมโห ขอให้เราเป็นคนใจเย็น จากนั้นไปทุกครั้งที่เราเริ่มรู้สึกโมโห เราอาจจะระลึกถึงปณิธานของเรา ซึ่งอาจจะช่วยให้เราระงับอารมณ์ได้บ้าง เป้าหมายที่ชัดเจนว่าจะไม่โมโหหรือจะเป็นคนใจเย็นนั้น จะเป็นที่ระลึกของสติได้ แต่ไม่ใช่ว่าสิ่งศักดิ์สิทธิ์ หรือ เทวดาที่ไหนจะทำให้เราไม่โมโหคนอื่น เพราะมันเหลือวิสัยของสิ่งนอกตัวเรา



พระพุทธองค์ทรงสอนว่ามันอยู่ที่เรา อยู่ที่การปฏิบัติที่ถูกหลัก ถ้าเราปฏิบัติไม่ถูกหลัก ถ้าเรายังหลงใหลอยู่กับรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ยังปล่อยจิตให้วิ่งตามอารมณ์อยู่ตลอดเวลา เป็นผู้ที่หลงอารมณ์อยู่ตลอดเวลา ถึงเราจะปรารถนาแรงกล้าอย่างไร มันก็ไม่ได้ผล แต่ถ้าเราปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ปฏิบัติถูกหลักทั้งในด้านศีล สมาธิ ปัญญา เป็นผู้มีศรัทธา เป็นผู้มีศีล เป็นผู้มีวิริยะ ความพากเพียรพยายามที่ถูกต้อง แม้จะไม่ตั้งความปรารถนา การปฏิบัติก็ย่อมเกิดผลอยู่ดี พระพุทธองค์ทรงอุปมาว่าเหมือนแม่ไก่กับไข่ ถ้าแม่ไก่ไม่กกไข่ด้วยดี ไม่ฟักไข่ด้วยดี จะปรารถนาอย่างไร ลูกไก่ก็ไม่เกิด แต่ถ้าแม่ไก่นอนกกไข่อย่างต่อเนื่องด้วยดี ฟักไข่ด้วยดี แม่ไก่ไม่จำเป็นต้องตั้งความปรารถนาหรืออ้อนวอนขอให้ลูกไก่เกิดโดยสวัสดิ์ แต่มันจะเป็นเอง เพราะแม่ไก่ทำถูกต้องตามหลัก ฉะนั้น ลูกไก่จะเกิดหรือไม่เกิด จะปลอดภัยหรือไม่ปลอดภัย ขึ้นอยู่กับการทำหน้าที่อย่างถูกต้องของแม่ไก่ ไม่ได้อยู่ที่การตั้งความปรารถนา

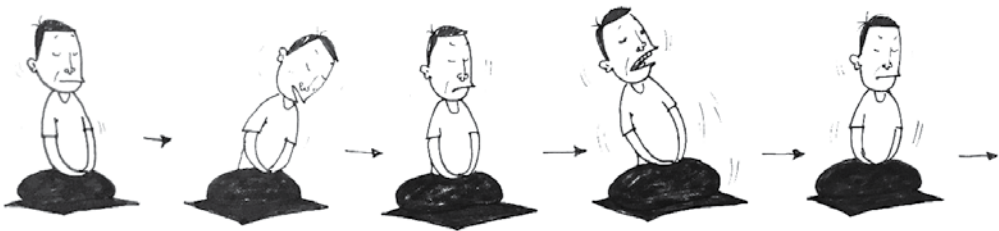


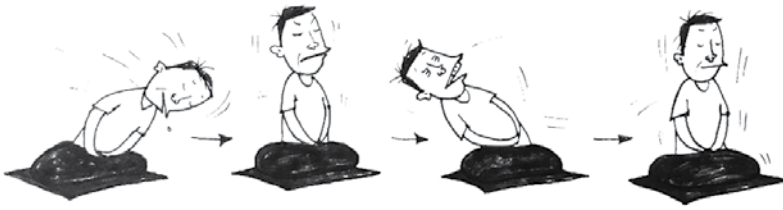
ถ้าเราอยากจะพ้นทุกข์หรืออยากจะทำจิตใจของเราให้สงบ เราต้องปฏิบัติให้ถูกหลัก เราต้องเป็นผู้มีศีลธรรมเป็นฐาน ต้องมีสัมมาทิฐิฐิตะความเห็นชอบ ต้องมีสติความระลึกได้ ต้องมีสัมปชัญญะความรู้ตัว ต้องมีความเพียรพยายามที่จะละเลิกนิสัยที่ไม่ดี ป้องกันจิตใจไม่ให้สิ่งไม่ดีไม่งามเกิดขึ้น พยายามทำสิ่งที่ดีที่งามที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น และเพียรรักษาสิ่งดี ๆ ที่เกิดขึ้นแล้วให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป มันไม่ได้อยู่แค่ที่การตั้งความปรารถนา นี้เป็นพระสูตรที่ท่านเอาแม่ไก่มาอุปมา

ครั้งหนึ่งหลวงพ่อบรมพระฝรั่งที่ชอบนั่งสมาธินาน ๆ ท่านเตือนสติให้ระวัง อย่าหลงว่านั่งยิ่งนานยิ่งดี มันไม่ใช่ว่าจะดีเสมอไป ท่านเปรียบเหมือนกับไก่ ที่แม้จะนั่งนานสักเท่าใด ปัญญาก็ไม่เกิดสักที เราจะเอาแต่ระยะเวลาที่นั่งเป็นประมาณไม่ได้ ท่านบอกว่ามันไม่ได้อยู่ที่อิริยาบถ มันอยู่ที่ว่าในระหว่างที่นั่น จิตใจเราอยู่ที่ไหน หากจิตใจไม่อยู่กับอารมณ์กรรมฐาน หรือจิตใจมัวแต่ไปคิดเรื่องนั้นเรื่องนั้น แม้จะนั่งนานเท่าใด ก็ไม่เกิดประโยชน์ เราจะเอาอิริยาบถเป็นเครื่องวัดการปฏิบัติของเราไม่ได้ ท่านสอนว่า คุณภาพดีกว่าปริมาณ เมื่อจะปฏิบัติ ก็จงปฏิบัติอย่างมีคุณภาพ ถึงแม้ว่าเมื่ออยู่บ้าน เราจะมีเวลาปฏิบัติได้ไม่นานนัก ก็ทำเวลานั้นให้มีคุณภาพ มีคุณภาพด้วยการตั้งอกตั้งใจ ไม่ใช่สักแต่ว่านั่งพอเป็นพิธีหรือไม่ตั้งใจ ปล่อยให้จิตให้ไปหมกมุ่นอยู่กับเรื่องอดีตบ้าง หรือปล่อยให้จิตเพื่อฝันเรื่องอนาคตที่ยังมาไม่ถึงบ้าง นาน ๆ เข้าเราก็จะรู้สึกท้อแท้ใจ นั่งสมาธิ

ไม่เห็นได้เรื่องเลย ปัญหามันไม่ได้อยู่ที่สมาธิ ไม่ได้อยู่ที่คำสั่งสอน และไม่ได้อยู่ที่วิธีการ เพราะสิ่งเหล่านั้นล้วนดีอยู่แล้ว เพราะผู้ที่ใช้ คำสั่งสอนและวิธีการของพระพุทธองค์เป็นเครื่องมือในการฝึก อบรมจิตจนเกิดผลมีมากมายนับไม่ถ้วน

หากการปฏิบัติของเรามักจะไม่ได้ผล เพราะขาดความต่อเนื่องหรือความสม่ำเสมอในการปฏิบัติ ซึ่งขึ้นอยู่กับความตั้งใจของเรา คนบางคนขยันก็ปฏิบัติ ขี้เกียจก็คร้านก็ไม่ปฏิบัติ จิตใจสบายก็นั่งสมาธิบ้าง จิตใจวุ่นวายก็ดกกลุ่มซุ่มเศร้ายิ่งก็ไม่นั่ง เหตุผลที่ไม่นั่ง เพราะคิดว่าถ้านั่งก็คงไม่สงบ นี่เป็นความคิดผิด เพราะถ้าเราไม่ฝึกนั่ง ย่อมไม่มีวันที่เราจะสามารถชนะจิตใจของตนเอง ไม่มีวันที่เราจะ ได้พ้นจากความวุ่นวาย แต่ถ้าเราอดทน จะสงบหรือไม่สงบช่างมัน เราจะต้องนั่งให้ได้ ถ้าเรานั่งอยู่กับอารมณ์ที่ว่าวุ่นซุ่มมัว ก็พยายาม ปล่อยๆๆๆๆ เหมือนกับตุ๊กตาล้มลุก ล้มแล้วก็ลุก ล้มแล้วก็ลุก



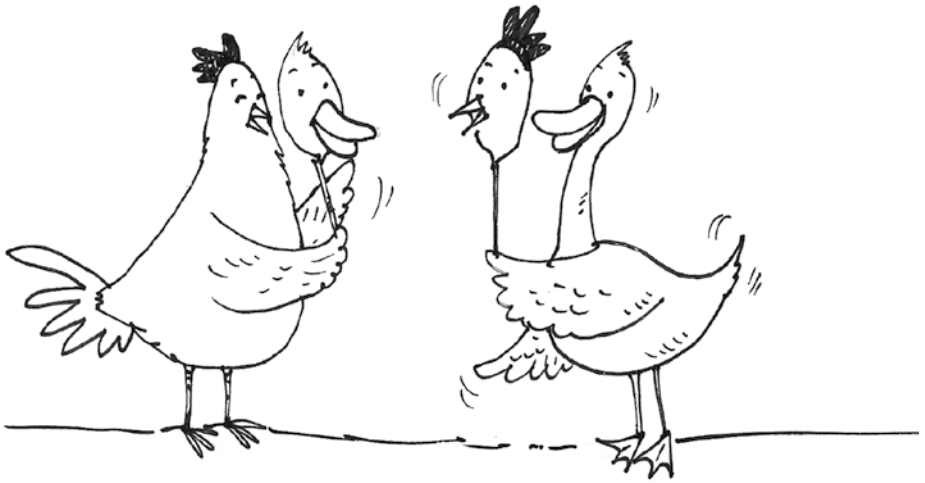


ล้มแล้วก็ลุก ไม่ยอมเบื่อกัน ในที่สุดแล้วเราจะได้พบวันที่จิตใจพ้นจาก
อารมณ์นั้นได้ ซึ่งจะเป็นประสบการณ์ที่สำคัญและมีอันสงส์มากใน
ชีวิต เพราะหลังจากนั้น เราจะไม่ใช่เหมือนแต่ก่อน เราจะ
มีสติปัญญาจำได้หมายรู้ว่า ครั้งหนึ่งเราเคยทุกข์มาก นั่งสมาธิแล้ว
ไม่คิดว่าจะได้ผลดีอะไร แต่ก็นั่งเพียงเพราะครูบาอาจารย์ท่านสอน
อย่างนั้น ก็พยายามนั่งอยู่อย่างนั้น แต่ไม่น่าเชื่อที่จิตใจมันพลิก
พลิกจากความวุ่นวายที่สุดเป็นสงบนิ่ง ไม่รู้ว่าเป็นไปได้อย่างไร เมื่อ
เรามีประสบการณ์อย่างนี้แล้ว จะทำให้เรามีกำลังใจ เวลาจิตใจวุ่นวาย
เราจะไม่ฟังสิ่งอื่น เราจะไม่หนีจากอารมณ์ของตัวเอง แต่จะกล้า
เผชิญหน้ากับอารมณ์นั้น การไม่กล้าเผชิญหน้ากับอารมณ์ของ
ตนเอง เป็นการส่งเสริมความอ่อนแอของจิตใจ เมื่อเกิดความทุกข์
ความเดือดร้อน ก็จะไปหาวิธีกลบเกลื่อนอารมณ์ด้วยกาม คือดูทีวีบ้าง
ไปพูดคุยกับใครบ้างหรือกินอะไรสักอย่าง สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นกาม
หรือเป็นเครื่องกลบอารมณ์

พระพุทธองค์ตรัสว่า หากทุกข์มากๆ ก็ให้เข้าห้องพระหรือหาที่สงบ นั่งขัดสมาธิ คุลมหายใจเข้าลมหายใจออก ยอมอยู่กับอารมณ์ ไม่กลัวอารมณ์ ไม่ต้องหลบอารมณ์ แต่ให้อยู่กับอารมณ์จนอารมณ์นั้นดับไป อารมณ์ก็เป็นแค่สังขารเท่านั้นเอง อารมณ์ส่วนมากเป็นเสื่อกระดาษ ไม่ใช่ของจริงของจริงอะไร แต่เราไปสำคัญมั่นหมาย ปล่อยให้มันเป็นเรื่องใหญ่ เป็นเรื่องน่ากลัว เพราะเราซี้ซลาดจนไม่ยอมจะอยู่กับมัน

ถ้าเราไม่สงบแล้วไม่ยอมฝึกสมาธิเพราะคิดว่านั่งแล้วจะไม่สงบก็เหมือนกับคนที่กำลังไม่สบาย เพื่อนชวนให้ไปหาหมอ ก็บอกว่าไม่ไปหรอก จะไปทำไม มันป่วยมากเกินกว่าที่จะไปหาหมอ ก็ถ้าไม่นั่งสมาธิแล้ว มันจะสงบได้อย่างไร ท่านจึงให้เรานั่ง แต่ให้นั่งด้วยความเพียรพยายาม ไม่ใช่ลักแต่เอาอิริยาบถนั่งอย่างเดียว ถ้าเป็นเช่นนั้น ท่านบอกว่าเหมือนไก่ที่นั่งเฉยๆ แล้วไม่เกิดปัญญาอันใด

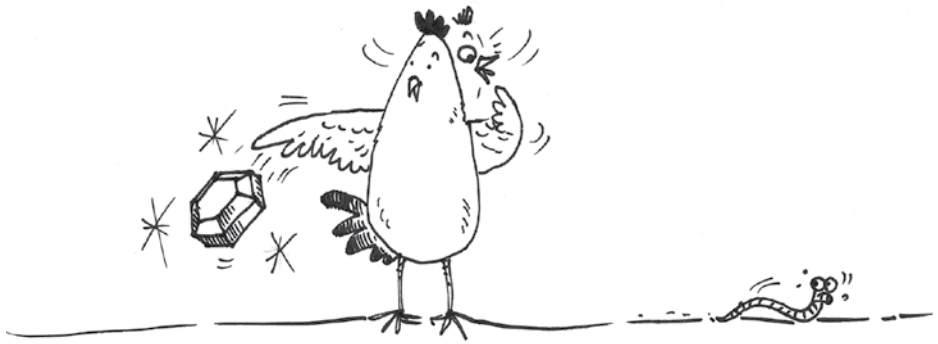
อุปมาที่เกี่ยวกับไก่อีกเรื่องของหลวงพ่อบุชา ท่านว่าคนเรามักไม่ค่อยพอใจกับสิ่งที่มีอยู่ เหมือนมีไก่แต่อยากให้ไก่เป็นเป็ด หรือถ้ามีเป็ดก็อยากให้เป็ดเป็นไก่ ท่านว่าความอยากแบบนี้จะทำให้เป็นทุกข์เปล่าๆ เพราะเป็นไปไม่ได้ที่เป็ดจะเปลี่ยนเป็นไก่หรือไก่จะเปลี่ยนเป็นเป็ด



ท่านสอนให้เรายอมรับความจริง ยอมรับสิ่งที่มืออยู่ว่ามันเป็น
เป็นอย่างนี้แหละ เป็นตามเหตุตามปัจจัยของมัน หากว่าเราไม่
พอใจหรือต้องการให้ดีกว่านี้ เราก็ต้องสร้างเหตุสร้างปัจจัยให้
ค่อย ๆ มีการเปลี่ยนแปลง แต่ถ้าเป็นอย่างนี้แล้วอยากให้เป็นอีก
อย่างหนึ่ง เราก็จะเป็นทุกข์มาก เหมือนที่เราอยู่ในที่เย็นแต่อยาก
ให้มันร้อน หรืออยู่ในที่ร้อนแต่อยากให้มันเย็น มันก็เป็นไปไม่ได้
นอกจากเราจะเปิดแอร์หรือเปิดพัดลม ซึ่งทุกวันนี้คนเรามีโอกาส
มากกว่าคนในสมัยก่อน แต่ถ้าเราอยู่ในธรรมชาติที่ไม่มีไฟฟ้าและ
เครื่องอำนวยความสะดวกสบาย เช่น อยู่เมืองร้อน แล้วมันแต่นั่งคิด
ว่า ทำไมมันจึงร้อนนัก อยากจะให้มันเย็นกว่านี้สักหน่อยก็จะดี โอ...

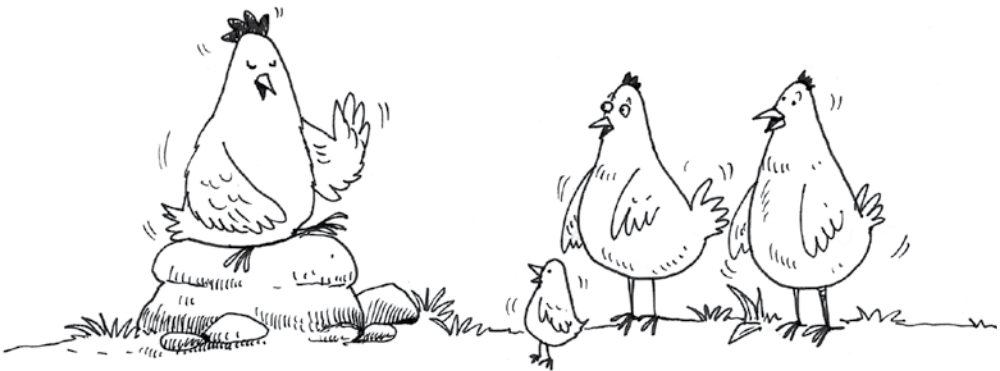
ไม่ไหวๆ อย่างนี้ก็เป็นทุกข์เพราะอยากให้ร้อนเป็นเย็น หรือว่าอยู่ในที่หนาวเย็น โอ...หนาวเหลือเกิน หนาวจริงๆ อยากให้ร้อนกว่านี้สักหน่อย อย่างนี้พระพุทธองค์ตรัสว่า เป็นการสร้างความทุกข์แก่ตนเองโดยใช้เหตุ

เราต้องรู้เท่าทัน ร้อนมันเป็นอย่างนี้แหละ ที่ร้อนเพราะมันเป็นหน้าร้อน หน้าร้อนต้องเป็นอย่างนี้ หน้าหนาวต้องเป็นอย่างนี้ เราารู้เท่าทัน ถ้ารู้สึกไม่สบายจากความร้อน เราก็หาโอกาสที่จะหลบจากความร้อนไปหาความเย็นบ้างถ้าสามารถทำได้ หรือหากว่าเย็นมาก การหาโอกาสหลบจากความเย็นบ้างก็ไม่ใช่ว่าเรื่องผิด แต่ในขณะที่เรายังหลบไม่ได้ และจำต้องอยู่กับความร้อนหรือต้องอยู่กับความเย็นด้วยเหตุผลใดเหตุผลหนึ่ง เราก็ไม่ต้องเป็นทุกข์กับความร้อน ความเย็น ต้องทำใจยอมรับความจริง ไม่ขัดแย้งกับความจริง ความสงบอยู่ที่การยอมรับ แต่ไม่ได้หมายความว่า ถ้ายอมรับแล้วจะต้องปล่อยปละละเลย หากหมายถึงการยอมรับว่า ในขณะที่มันก็เป็นอย่างนี้ ถ้าเราต้องการให้มีความเปลี่ยนแปลง หรือต้องการให้ต่างไปจากนี้ เราก็ต้องค่อย ๆ สร้างเหตุสร้างปัจจัย หากไม่ทำเช่นนั้น ความเปลี่ยนแปลงก็จะเกิดขึ้นไม่ได้ ซึ่งหลวงพ่อบอกว่าเหมือนกับคนโง่ที่ต้องการให้ไก่กลายเป็นเป็ดหรือให้เป็ดกลายเป็นไก่



นอกจากนี้ยังมีสำนวนไทยอีกมากที่เกี่ยวกับคำว่าไก่ เช่น ไก่
ได้พลอย หมายถึงการได้สิ่งที่ดีมีคุณค่าแต่ไม่รู้คุณค่าของสิ่งนั้น ซึ่ง
ทุกวันนี้เป็นกันมาก คนในยุคปัจจุบัน แม้อยู่กับสิ่งที่มีแก่นสารสาระ
แต่ก็ไม่เห็นแก่นสารสาระของมัน ไม่เห็นว่าสำคัญ แต่กลับเห็นสิ่งที่
ไม่มีแก่นสารหรือสิ่งเหลวไหลว่าเป็นสิ่งที่สำคัญ มีคนจำนวนไม่น้อย
ที่เห็นว่าศาสนาไม่มีความสำคัญอะไรต่อชีวิตประจำวัน ลู้การก้มหน้า
ก้มตาทำงานเพื่อให้ได้ลาภได้ยศได้สรรเสริญได้สุขไม่ได้ เขาเห็น
โลกธรรมหรือการละเล่นต่างๆ ว่ามีความสำคัญมากกว่า ทุกวันนี้
การละเล่นหลายอย่างกลายเป็นแก่นสารชีวิตของคนจำนวนมาก
เหลือเกิน พาให้จิตใจตกต่ำ เพราะไม่ยินดีไม่พอใจกับสิ่งที่จะช่วย
พัฒนาจิตใจ แต่กลับไปยินดีไปพอใจกับสิ่งกระตุ้นประสาททั้งหลาย
โดยเข้าใจว่าความสุขอยู่ที่การกระตุ้นประสาท อยู่ที่ความตื่นเต้น
ต่างๆ ที่ผู้แสวงหาความตื่นเต้นอยู่ตลอดเวลา นั้น ย่อมต้อง
ประสบกับความเบื่อหน่ายเป็นธรรมดา เพราะความเบื่อหน่าย
และความเซ็งเป็นเงาตามตัวของความตื่นเต้น

พุทธศาสนามีพระศรีรัตนตรัยเป็นรัตนะ เป็นเพชรพลอย หากทุกวันนี้คนทำตัวเองเหมือนไม่เป็นมนุษย์ แทนที่จะเป็นมนุษย์ ที่เห็นคุณค่าของศรีรัตนตรัย กลับทำตนเป็นไก่ ไก่ได้พลอย ถ้าไก่ได้พลอยหรือได้ศรีรัตนตรัย ก็ไม่สนใจและไม่เห็นคุณค่า ซึ่งเป็นเรื่องที่น่าเสียดายว่า คนเรามีโอกาสได้เกิดเป็นมนุษย์ด้วยความยากลำบากยิ่ง แล้วยังเกิดในเมืองไทยหรือในประเทศที่พระพุทธศาสนายังรุ่งเรืองอยู่ แต่กลับประมาท กลับไม่สนใจ กลับไม่รู้เรื่อง สังคมเราจึงมีปัญหามากมาย



พวกเราที่เป็นพุทธศาสนิกชน เป็นคนเข้าวัด เราต้องเป็นตัวอย่างที่ดี ไม่จำเป็นต้องไปเทศน์ให้ใครฟังหรอก เพียงแค่ว่าเรามีเมตตาใจดีด้วยธรรม มีความสุข มีความใจเย็น มีความรอบคอบ ใช้ชีวิตด้วยสติปัญญา มีความอดทน มีความเอื้อเฟื้อเผื่อ

แผ่ต่อเพื่อนมนุษย์ ผู้ที่ได้เห็นก็เกิดความประทับใจ จะช่วยให้เขาหันมาเห็นความสำคัญของศาสนามากขึ้น เพราะเห็นผลดีที่พระพุทธศาสนาซึ่งเป็นเรื่องของการศึกษาปฏิบัติมีต่อคนเข้าวัด แต่คำที่มักจะได้ยินบ่อย ๆ ก็คือ ไม่น่าเชื่อว่าคนนั้นคนนี้เข้าวัดตั้งหลายปีแล้ว ทำไมเขายังเหมือนเดิม ทำไมเขาเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ได้ ยังคงซี้โกรธซี้โมโหอยู่มาก เข้าวัดฟังครูบาอาจารย์เทศน์ทุกวันพระก็ไม่เห็นเปลี่ยนแปลงดีขึ้น เลยทำให้คนอื่นไม่อยากเข้าวัด ทำให้คนจำนวนมากยังเป็นไปได้พลอยอยู่

ฉะนั้นเราต้องฝึกต้องหัด ถ้าไม่ฝึกไม่หัดมันก็เป็นแค่ใก่อ่อน คือไม่มีประสบการณ์ในการปฏิบัติ เรื่องการปฏิบัตินี้ ไม่มีใครจะทำให้เราได้ ต้องเตือนตัวเองบ่อย ๆ ว่า เราจะก้าวหน้าหรือถอยหลังอยู่ที่ตัวเราเอง ไม่ได้อยู่ที่ใครอื่น เราได้ฟังคำสั่งสอนแล้ว ต้องเอาไปทดลอง ต้องเอาไปปฏิบัติ



บ . ไช้

เรื่องของ ข.ไช้ จะมีน้อยกว่า ก.ไก่ ที่พอนึกได้ก็มีพระสูตรที่ พระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบพระหรือนักปฏิบัติกับผู้เลี้ยงโคหรือ วัว ท่านว่าลักษณะของผู้เลี้ยงวัวที่ดี คือเป็นผู้ **เชี่ยวชาญ** ไช้ข้างใน ภาษาอีสานหมายถึงไช้แมลงวัน ผู้เลี้ยงวัวที่คอยสังเกตวัวที่อยู่ใน ความดูแล ดูว่ามีไช้ข้างที่ตรงไหน ก็รีบเขี่ยทิ้งให้วัว ถือเป็นคนเลี้ยงโค เลี้ยงวัวที่ดี



ท่านว่าพระและนักปฏิบัติที่ดีก็เช่นเดียวกัน ต้องรู้จักเชื่อมโยงทางการเชื่อมโยงของพระและนักปฏิบัตินั้น หมายถึงการเชื่อมความคิดที่ไม่ดี ๓ ประเภท ซึ่งรวมกันเรียกว่า มิจฉาสังกัปปะ อันเป็นความดำริหรือความคิดในทางที่เป็นพิษเป็นภัย เป็นอันตรายต่อจิตใจหรือต่อชีวิตของเรา คือ

๑. ความดำริหรือความคิดในกาม ในเรื่องทางเนื้อหนังหรือในทางที่เป็นอกุศลต่างๆ ไป

๒. ความดำริหรือความคิดในทางมุ่งร้ายด้วยโทสะ

๓. ความดำริหรือความคิดในการเบียดเบียนคนอื่นหรือสัตว์อื่น

สำหรับข้อแรก ความดำริในเรื่องกาม ท่านว่าเมื่อมีความคิดหรือการปรุงแต่งในเรื่องนี้เกิดขึ้น เราต้องรีบจัดการขจัดมันเสียทันทีอย่าปล่อยให้ เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นอันตราย มันจะทำลายบุญกุศลที่อยู่ในจิตใจของเราอย่างรวดเร็ว ความคิดปรุงแต่งในเรื่องสิ่งสวยงามในเรื่องความสุขสำราญทางเนื้อหนัง เรื่องความสนุกสนานต่าง ๆ นานา ถ้าจิตใจชอบคิดในจุดที่สนุกหรือจุดที่สวยงามของสิ่งต่างๆ



จิตใจก็จะพอใจอยู่ตรงจุดนั้น จนไม่มีกำลังใจที่จะหลุดพ้นจากความยึดติดในสิ่งเหล่านั้นได้ ความสนใจหรือฉันทะความต้องการที่จะพ้นจากความยึดมั่นถือมั่นต่างๆ ก็จะไม่ค่อยลง ความตั้งใจจะปฏิบัติธรรมก็จะลดน้อยลง จะเกิดความขัดแย้งขึ้นในใจเรา

ข้อที่สอง ความคิดในทางพยาบาทปองร้าย ท่านว่าเป็นอันตรายมาก เป็นการทำร้ายตัวเอง เมื่อความคิดในลักษณะนี้เกิดขึ้น เราต้องพยายามดับทันที ถ้าไม่สามารถดึงจิตออกจากอารมณ์นี้ด้วยพลังสติและพลังสมาธิ ก็ต้องใช้ปัญญา พิจารณาให้เห็นโทษของความโกรธ โทษของความคิดพยาบาท จนเกิดความละอาย เกิดความเกรงกลัว เกิดความระมัดระวัง พิจารณาให้เห็นว่า การปล่อยจิตใจของเราให้หมกมุ่นอยู่กับความโกรธความไม่พอใจความดุร้ายนั้น เป็นสิ่งที่น่าละอาย ทุกครั้งที่เราปล่อยให้จิตใจคิดปรุงแต่งในจุดที่เราไม่พอใจคนอื่น นั่นเป็นการดึงจิตลงไปสู่ที่ต่ำที่สกปรก เป็นการปล่อยให้จิตเราเองแปดเปื้อน เมื่อเกิดความโกรธความไม่พอใจ ก็พิจารณาให้เห็นว่า มันก็เป็นแค่อารมณ์ มันไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา เป็นการใช้ปัญญาช่วยให้เลิกคิดในทางพยาบาท



ข้อที่สาม ความคิดในทางเบียดเบียนคนอื่นหรือสัตว์อื่น ซึ่งบางครั้งอาจจะไม่ใช่ด้วยความพยายามอย่างเดียว อาจเกิดความคิดที่จะเบียดเบียนเพื่อความสนุกบ้าง หรือด้วยความรู้สึกเฉยๆ ต่อความทุกข์ของคนอื่นหรือสัตว์อื่น เช่น พวกที่ชอบตกปลา เขาตกปลาเบียดเบียนปลา ทำให้ปลาเป็นทุกข์และทำให้ปลาตาย ทั้งๆ ที่เขาไม่ได้โกรธปลา เขาไม่ได้ทำด้วยความดำริในทางพยายาม แต่มีความดำริในทางเบียดเบียน ฉะนั้นความดำริในทางเบียดเบียนจึงตรงกันข้ามกับความกรุณาซึ่งเป็นความคิดที่จะให้สรรพสัตว์ทั้งหลายพ้นจาก

ความทุกข์ ส่วนความพยายามนั้นตรงข้ามกับเมตตาธรรมหรือความหวังดีต่อสรรพสัตว์ทั้งหลาย

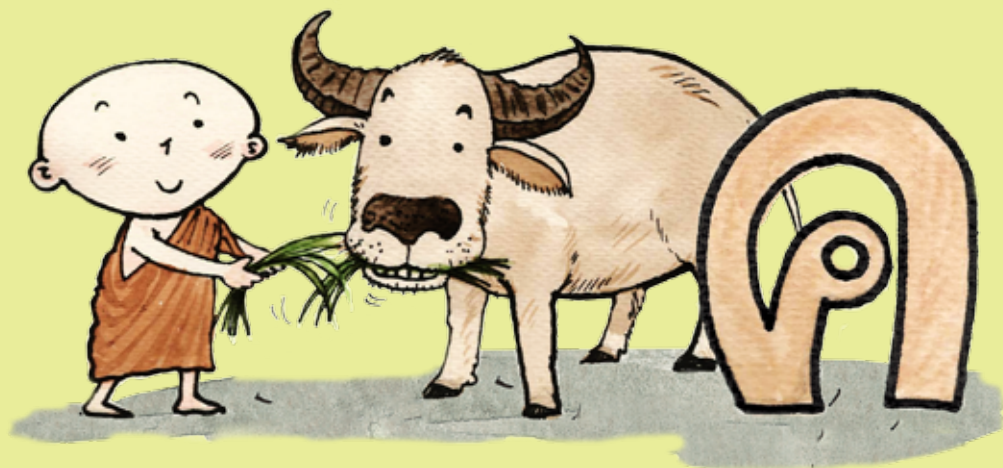
สัมมาสังกัปปะ คือ

๑. **ความคิดที่ออกจากกาม** หรือความคิดที่ปราศจากกาม เป็นความคิดในทางสร้างสรรค์ เป็นความคิดในทางเกื้อกูลเพื่อนมนุษย์ และเป็นความคิดในทางแสวงหาสัจธรรมความจริง

๒. **ความคิดในการไม่พยายาม** คือคิดเมตตา มีความหวังดีต่อสรรพสัตว์ทั้งหลายอย่างสม่ำเสมอ ไม่มีการเลือกที่รักมักที่ชัง

๓. **ความคิดในการไม่เบียดเบียน** คือความดำริในทางกรุณา ความคิดที่จะให้สรรพสัตว์ทั้งหลายพ้นจากความทุกข์โดยสิ้นเชิง

ทุกครั้งที่ความคิดปรุงแต่งในทางไม่ดีเกิดขึ้น ท่านเปรียบเทียบเหมือนกับไข่ข้างบนตัววัว ท่านว่าเราต้องทำตนเหมือนคนเลี้ยงวัวที่ดี ต้องหมั่นเชี่ยไข่ข้างหรือความคิดปรุงแต่งในทางที่ไม่ดีทิ้ง





. ควาย

อาตมามักจะสงสัยว่า ทำไมโดยทั่วๆ ไปแล้ว คนไทยเป็นผู้มีความกตัญญูกตเวทียากพอสมควร จนถือเป็นเอกลักษณ์ของเราได้ โดยเฉพาะคนอีสาน เป็นผู้รู้จักบุญคุณของผู้มีพระคุณมาก อาตมาว่าควายมีบุญคุณมากต่อมนุษย์ทุกยุคทุกสมัย ก่อนที่จะมีเครื่องทุ่นแรงในระยะหลังๆ นี้ หลายร้อยหลายพันปีก่อน เราทำนาได้เพราะมีควาย ควายช่วยมนุษย์ทำนา ช่วยให้เรามีข้าวกิน แต่ดูเหมือนว่าทุกวันนี้คนไม่ค่อยจะคำนึงถึงบุญคุณที่ควายมีต่อมนุษย์สักเท่าใด เห็นได้จากการฆ่าควายทั่วประเทศไทยทุกวัน ไม่รู้ว่าจำนวนสักเท่าไร ปีหนึ่งไม่รู้กี่หมื่นกี่แสนตัว ที่ตำบลบุงหวายของเรานี้ก็ยังมีตลาดขายควาย

อาตมาไม่ค่อยเห็นด้วยกับวลีที่ว่า “สืซอให้ควายฟัง” เหมือนใช้ควายเป็นสัญลักษณ์ของความโง่ “สืซอให้ควายฟัง” หมายถึง “สอนคนโง่ไม่เกิดประโยชน์” อะไรทำนองนี้ เรารู้ได้อย่างไรว่าควายเป็นสัตว์ที่โง่ ใครจะไปรู้ได้ ถ้าเราดูว่าหน้ามันโง่ ก็ไม่ใช่เรื่องแน่เสมอไป คนบางคนดูหน้าแล้วว่าไม่น่าจะฉลาด แต่กลับฉลาดมาก อย่างนี้



ก็มีใช้ใหม่ บางคนดูหน้าแล้วน่าจะเป็นคนฉลาด แต่กลับไม่ฉลาดเลย
ก็มี แล้วทำไมเราดูควายแล้วคิดว่ามันโง่ คิดว่ามันไม่ฉลาด จริงๆ
แล้วมันอาจจะฉลาดก็ได้ การตัดสินใจจากอาการภายนอกอย่าง
เดียว ย่อมไม่แน่นอนเสมอไป

อาตมาว่าควายทำงานให้มนุษย์มานานแล้ว เราควรจะให้
เกียรติมันบ้าง เมื่อมันแก่จนทำงานไม่ไหวแล้ว เราก็น่าจะปล่อยให้
มันได้พักผ่อนในบั้นปลายของชีวิต ทำไมต้องไปฆ่ามันด้วย ทำไมต้อง
ไปกินมัน อาตมาว่านี่ไม่เหมาะสมเลย มนุษย์เราทำบาปเพราะความ
อยากมากเหลือเกิน ให้ความสำคัญกับเรื่องการกินมาก อยากกินเนื้อ
สัตว์ อยากกินลาบ อยากกินอะไรต่อมิอะไร ยอมฆ่าสัตว์เพียงเพราะ
อยากกินของอร่อย

ที่จริงในยุคนี้เรามีสิทธิ์และมีโอกาสที่จะเลี่ยงบาปข้อ
ปาณาติบาตได้มากกว่าคนสมัยโบราณ เพราะทุกวันนี้มีอาหารให้เรา
เลือกมากมายหลายอย่างกว่าสมัยก่อน ฉะนั้น จึงไม่ใช่เรื่องจำเป็น
เลยที่เราต้องไปฆ่าสัตว์มาเป็นอาหาร อาตมาดูสถิติของคนที่แข็งแรง
ที่สุดในโลก แชมป์โลกคนหนึ่งในการวิดพื้น สามารถวิดพื้นโดยไม่
หยุดหนึ่งหมื่นเจ็ดพันครั้ง ทั้งๆ ที่เขาเป็นคนทานเจ ไม่เคยทานเนื้อ
สัตว์เลย นี่เป็นตัวอย่างว่า ไม่ต้องทานเนื้อสัตว์ก็แข็งแรงได้ แต่เรา
ถูกหลอกกันมาว่า ถ้าไม่ทานเนื้อสัตว์แล้วจะไม่แข็งแรง นั่นเป็นการ
หลอกโฆษณาชวนเชื่อมากกว่า

ท่านอาจารย์สุเมโธเป็นผู้หนึ่งที่ชอบควาย ท่านเคยเล่าอย่าง
ติดตลกว่า ตอนที่บวชใหม่ๆ เข้าวันหนึ่งท่านเดินกลับจากบิณฑบาต
จิตใจตอนนั้นยังรู้สึกไม่สงบ คิดมาก ฟุ้งซ่านมาก ท่านเห็นควายยืน
เฉยอยู่ รู้สึกว่ามันสงบเหลือเกิน ท่านก็คิดว่าอยากจะสงบเหมือน



ควายบ้าง หลังจากนั้น บางครั้งที่ท่านนั่งสมาธิ ท่านก็ภาวนาโดยเอาควายและความสงบของมันเป็นนิมิต นึกถึงควาย เห็นหน้าควาย เห็นตัวควาย จนความรู้สึกสงบเกิดขึ้น ท่านก็กำหนดความรู้สึกนั้นไว้ นี่เป็นลักษณะของผู้มีปัญญา คือ ไม่ว่าท่านเดินไปไหนหรืออยู่ที่ไหน ท่านจะสามารถหยิบยกสิ่งนอกตัวมาเป็นคติธรรมสอนจิตใจตนเอง ไม่ใช่ว่าน้อมเข้ามา ย่อมจิตใจให้โลภให้โกรธให้หลง หากสามารถน้อมเข้ามาเพื่อประโยชน์ในการปฏิบัติ

ท่านใช้ปัญญาแก้ปัญหาของตัวเองได้เก่งมาก **จิตใจของคนเราแต่ละคนไม่เหมือนกัน** ไม่ใช่เราจะทำตามแต่ตำราเสมอไป เราต้องฉลาดในการหาวิธีแก้ปัญหาของเราให้ได้ แล้วเราจะรู้ได้อย่างไรว่า วิธีการของเราถูกหรือผิด ก็ให้ดูจากผลที่เกิดขึ้น ถ้าจิตใจกำลังวุ่นวายในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เราก็ลองหาวิธีปฏิบัติดู หากปรากฏว่าปัญหานั้นหมดไป ก็ไม่ต้องไปสงสัยว่า วิธีนี้ถูกไหมหนอ ไม่เคยเห็นใครสอนเรื่องนี้เลย ไม่เคยเจอในพระไตรปิฎกหรือตำราไหนๆ มันจะถูกไหมหนอ เราไม่ต้องสงสัยอย่างนี้ เราดูที่จิตใจของเราเองที่เคยมีอุปสรรค เมื่อใช้วิธีนี้แล้วผ่านอุปสรรคได้ ย่อมแสดงว่า “ใช้ได้”

มีเรื่องตลกเกี่ยวกับควายอีกเรื่องหนึ่ง ชาวตะวันตกที่มาอยู่วัดป่านานาชาติใหม่ๆ มักจะขอตามพระออกบิณฑบาต เมื่อเห็นควายเป็นครั้งแรกในชีวิต หลายคนจะตื่นเต้นมาก จะถ่ายรูปควายกันคน





ละหลายๆ รูป ส่วนพวกเราที่เห็นควายอยู่ทุกวันตั้งแต่เกิด ก็รู้สึก
ประหลาดใจ แหม...จะตื่นเต้นอะไรกันนักหนา ไม่เห็นจะมีอะไร

เราจึงได้เห็นความสำคัญของความเคยชิน สองคนเจอสิ่ง
เดียวกัน คนหนึ่งเห็นทุกวันๆ ก็รู้สึกเฉยๆ ส่วนอีกคนกลับตื่นเต้น
เพราะไม่เคยเห็น ก็เหมือนกับพวกเราที่มีโอกาสไปเมืองนอก จะเห็น
บางสิ่งบางอย่างว่าดีเหลือเกินหรือแปลกเหลือเกิน แต่คนที่อยู่เป็น
ประจำ เขาก็ไม่รู้สึกอะไร ปฏิกริยาทั้งสองอย่างนี้ไม่ใช่ทางสายกลาง
ยังไม่ใช่ความพอดี ทั้งคนที่ตื่นเต้นกับของแปลกใหม่ และคนที่เห็น
ทุกวันจนชิน ล้วนยังไม่เห็นตามความเป็นจริงเหมือนกัน ฉะนั้น เมื่อ
เจอของใหม่ ท่านจึงสอนว่าอย่าตื่นเต้นจนเกินไป ให้พิจารณาว่ามัน
ก็เป็นแค่สังขาร ที่เป็นไปตามเหตุตามปัจจัย อยู่สถานที่นี้ ประเทศนี้
เหตุปัจจัยเป็นอย่างนี้ ผลมันจึงออกมาเป็นอย่างนี้ เหตุปัจจัยในแต่ละ
ประเทศต่างกัน ผลก็ย่อมต่างกันตามเหตุตามปัจจัยนั้นๆ

ขอย้ำในเรื่องนี้ว่า ผู้มีปัญญาจะต้องพิจารณาให้เห็นสิ่งทั้งหลายว่าเป็นผลของเหตุปัจจัย เป็นไปตามเหตุตามปัจจัย ถ้าเข้าใจในจุดนี้แล้ว ความยึดติดและความทุกข์ จะบรรเทาลดน้อยลงทันทีหรืออาจจะหายไปทันที มันเป็นอย่างนี้เพราะมีเหตุมีปัจจัยเป็นอย่างไร ส่วนคนที่อยู่กับสิ่งใดนานๆ ก็ต้องมีสติอยู่ในปัจจุบัน แม้จะอยู่กับสิ่งใดนาน ก็จะไม่ประมาทต่อสิ่งนั้น จะยังซาบซึ้งในสิ่งที่ดีและจะยังระมัดระวังในส่วนที่ไม่ดี

ทำนจึงให้เราสติ ให้เป็นผู้ตั้งอกตั้งใจฝึกฝนจิตใจของเราให้อยู่กับความจริงในปัจจุบัน ไม่เสียดายและห่วงอาลัยถึงเรื่องเก่าที่ผ่านไปแล้ว ไม่เพื่อฝันถึงสิ่งที่ยังไม่เกิด ถ้าเราอยู่กับปัจจุบัน ชีวิตของเราจะเรียบง่ายขึ้นมาทันที ความรู้สึกยุ่งเหยิงเกิดจากความคิดปรุงแต่งในเรื่องต่างๆ เรื่องคนอื่น เรื่องคนนั้นเรื่องคนนี่ เรื่องที่เป็นอดีตนานมาแล้ว ซึ่งเหมือนกับอาหารเก่าที่บูดเน่า แทนที่จะ



เอาไปทิ้ง กลับเก็บเอามาอุ่นใหม่ ถึงอุ่นแล้วก็ยังทานไม่ได้อยู่ดีเพราะมันบูด เราจะเก็บอาหารบูดๆ ไว้ทำไม เราจะเก็บอารมณ์บูดๆ ไว้ทำไม

บางคนผูกโกรธเก่งมาก เรื่องที่เกิดขึ้น ๕ ปี ๑๐ ปี หรือ ๒๐ ปี ที่แล้ว ยังจำได้ทุกประการ จำได้หมดว่าเราพูดอย่างนั้น เขาพูดอย่างนี้ เขาทำอย่างนั้น จำได้แม่นเลย แต่สิ่งที่จำได้แม่นนั้น จะเป็นความจริงหรือเปล่าเป็นอีกเรื่องหนึ่ง เพราะความจำของเรามันหลอกเราได้เหมือนกัน เราอาจจะรู้จักกับใครสองคนที่ผิดใจกันมานานแล้ว ต่างคนต่างยังจำเรื่องที่ทะเลาะขัดแย้งกันได้แม่นยำมาก ต่างคนต่างจำได้อย่างไม่มีวันลืม แต่เมื่อเล่าให้เราฟัง ปรากฏว่าความจำไม่ตรงกัน นั่นเป็นเพราะคนเราพร้อมที่จะเข้าข้างตัวเองอยู่เสมอ ฉะนั้น ในขณะที่เรารับรู้สิ่งใด มันมีกิเลสอยู่ด้วยในขณะนั้น ทั้ง ๆ ที่ความจำของเราดีมาก เรามั่นใจว่าเราจำได้ ความจำของเราอาจจะดีจริง แต่สิ่งที่จำไว้อาจจะไม่ถูกก็ได้

เมื่อมีอารมณ์ เราจะจับแต่ประเด็นที่มันตรงกับใจของเรา เช่น เวลาเราฟังเทศน์ อาจจะมีประเด็นที่เราารู้สึกว่ามันถึงใจจริงๆ หรือเกิดความสงสัยว่า ที่ท่านอาจารย์เทศน์ข้างตรงกับเราจริงๆ ท่านว่าเราหรือเปล่านะ อีกสองวันต่อมา มีคนถามว่า วันก่อนท่านอาจารย์เทศน์เรื่องอะไร เราก็จะจำได้เฉพาะประเด็นที่มันถูกใจเราหรือมีผลต่ออารมณ์และจิตใจของเรา เราจะรู้สึกว่าในการแสดง

ธรรมวันนั้น เรื่องนั้นคือเรื่องสำคัญที่สุดหรือมีน้ำหนักที่สุด เราจึงจำได้แม่น แต่สำหรับคนอื่น ๆ ที่เขาไม่รู้ลึกต่อจุดนั้น แม้จะฟังเทศน์ กัณฑ์เดียวกัน สิ่งที่เขาจำอาจจะไปคนละทางหรือเป็นคนละอย่างก็ได้ เพราะแต่ละคนมักเลือกจำสิ่งที่ตรงกับสิ่งที่เขาสนใจหรือพร้อมที่จะรับ เรื่องคนทะเลาะกันก็เช่นเดียวกัน เขาพูดอย่างนั้น เขาพูดอย่างนี้ สิ่งที่เราจำได้อาจจะเป็นแค่เรื่องปลีกย่อย แต่เรากลับถือเป็นประเด็นใหญ่ จำได้แม่นจริงๆ นี่เป็นการทำร้ายตัวเองอย่างมาก



คนเรามักไม่เมตตาไม่หวังดีต่อตัวเองเท่าที่ควร ชอบคิดชอบพูด ชอบทำสิ่งต่างๆ ราวกับไม่เป็นมิตรกับตัวเอง แต่ตั้งใจจะเป็นศัตรูกับตัวเองเสียมากกว่า สำหรับผู้มีสติมีสัมปชัญญะมีความรู้ตัวทั่วพร้อมอยู่ในปัจจุบัน เมื่อเรื่องในอดีตปรากฏขึ้นในใจ ก็ย่อมรู้เท่าทันว่า นี่คืออดีตอารมณ์ เป็นอารมณ์ซึ่งมีสิ่งที่เกิดขึ้นใน

อดีตเป็นเนื้อหา แต่ตัวอารมณ์นั้นเป็นของปัจจุบันที่เกิดขึ้น
เดี๋ยวนี้ เรื่องอนาคตก็เช่นเดียวกัน ทั้ง ๆ ที่เรื่องที่คิดและ
เนื้อหาของมันเป็นเรื่องที่อยู่ในอนาคต แต่อารมณ์ตัวความคิดนี้
อยู่ในปัจจุบัน ท่านจึงให้เราู้เท่าทันว่า นี่คือสักแต่ว่าความคิด
นี่คือสักแต่ว่าความจำ มันก็แค่นั้นเอง จิตใจจะได้ไม่ยุ่งเหยิงมาก
ไม่ต้องพัวพันกับอารมณ์ต่างๆ มาก ให้มันอยู่ในปัจจุบัน เมื่อจิตใจ
เราเรียบง่ายอยู่ในปัจจุบัน ไม่คิดปรุงแต่ง มันก็จะสดชื่นขึ้นมาทันที
เหมือนกับเราได้วางภาระอะไรๆ ต่างๆ ลง จะรู้สึกเบาสบาย ในกรณี
ที่จำเป็นต้องเอาเรื่องจากอดีตมาคิดเพื่อประโยชน์ในปัจจุบัน
เราก็คิดได้ หรือในกรณีที่ต้องวางแผน เราก็วางแผนได้ แต่ทำอยู่
ในปัจจุบัน

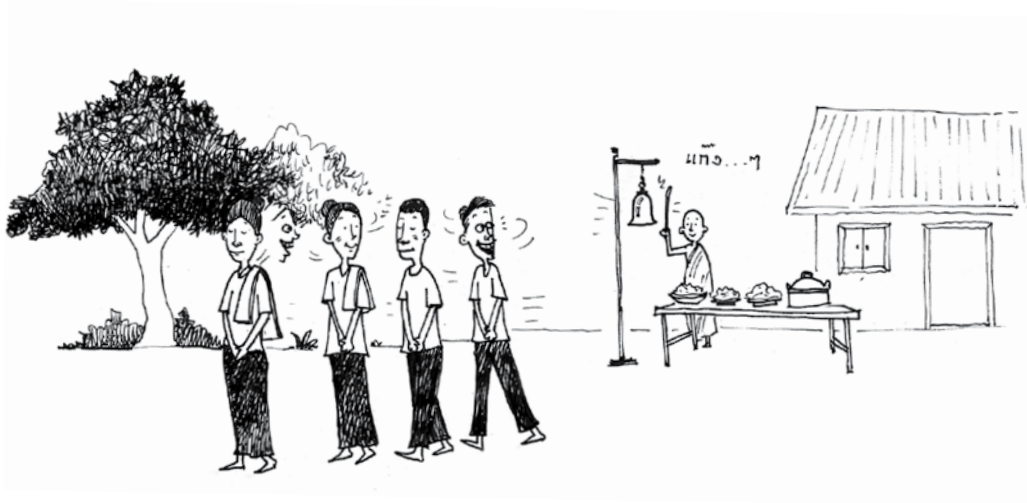


ฆ . ระฆัง

ผู้ที่มาอยู่ในวัดจะมีระฆังเป็นนาฬิกา และระฆังนั้นก็เป็
นเครื่องเปิดเผยความรู้สึกของชาววัดได้ด้วย หมายความว่า ทุกครั้งที่
ได้ยินเสียงระฆัง ก็มักจะมีความรู้สึกเกิดขึ้น จึงเป็นโอกาสดีที่เราจะ
ได้สำรวจความรู้สึกของตัวเองได้ เช่น ได้ยินเสียงระฆังตอนตีสามแล้ว
รู้สึกอย่างไร บางคนฟังแล้วอาจจะเกิดความรู้สึกรำคาญหรือไม่อยาก
ฟัง หรือไม่เชื่อว่า จะถึงตีสามแล้ว รู้สึกยังนอนไม่เื่อม บางคนรู้สึกตัว
แล้วลุกขึ้นทันที บางคนก็ยังไม่อยากลุก อยากจะนอนต่อ แต่ความรู้สึก



ต่อเสียงระฆังมักจะเปลี่ยนแปลงไม่คงที่ บางวันได้ยินเสียงระฆังตอนเช้า ก็ลุกขึ้นทันที บางวันก็ไม่อยากจะลุก ฉะนั้นเสียงระฆังจึงทำให้ได้รู้จักตัวเอง ช่วยผู้ที่มาใหม่ให้มีระเบียบ ให้ตื่นแต่เช้า นอกจากนี้ความรู้สึกล่อเสียงระฆังเดียวกันในเวลาอื่นมักจะไม่เหมือนกัน เช่นเสียงระฆังฉันตอนเช้าหรือเสียงระฆังฉันน้ำปานะตอนบ่าย ความรู้สึกมักจะเป็นไปในทางที่ดี ดังนั้นการใช้ระฆังจึงเป็นวิธีการหนึ่งของครูบาอาจารย์



ตั้งแต่สมัยโบราณ ครูบาอาจารย์จะใช้ความเป็นอยู่ปกติ
ธรรมดาในวัดและข้อวัตรปฏิบัติ ให้นักบวชหรือนักปฏิบัติได้รู้ตัวเอง
ให้มีความเป็นอยู่เพื่อความสงบ แต่ในขณะเดียวกันก็มีบางสิ่งบาง
อย่างที่ไม่ได้มุ่งตรงที่ความสงบ แต่มุ่งที่การกวนกิเลสที่กำลังตก
ตะกอน บางทีพระหรือผู้มาใหม่ยังไม่เข้าใจ ก็มักจะเกิดความรังเกียจ
หรือความไม่พอใจในข้อวัตรปฏิบัติบางอย่าง มักบ่นว่าทำให้ไม่สงบ
หรือทำให้รู้สึกเครียด เป็นสิ่งที่น่าจะเปลี่ยนแปลงแก้ไข เพราะปฏิบัติ
ตามแล้วไม่สงบเลย แท้ที่จริงแล้วข้อวัตรปฏิบัติบางอย่างไม่ใช่เพื่อให้
สงบ แต่ต้องการให้ไม่สงบ ต้องการให้เราเห็นจิตใจ ต้องการให้เรา
เห็นกิเลส เช่น การฉันมือเดียว เป็นต้น ถ้าได้ฉันสองมือก็จะสบาย
และสงบกว่านี้ การฉันมือเดียวก่อกวนกิเลสของชาววัดมาก เราจะ
เห็นความอยาก เห็นความกังวล เห็นความกลัว เราจะเห็นกิเลส
หลายๆ อย่าง เพราะเรารู้ว่าวันนี้เราจะฉันมือเดียว ฉันเสร็จแล้ว
ตั้งอีก ๒๔ ชั่วโมงจึงจะได้ฉันอาหารอีกครั้ง

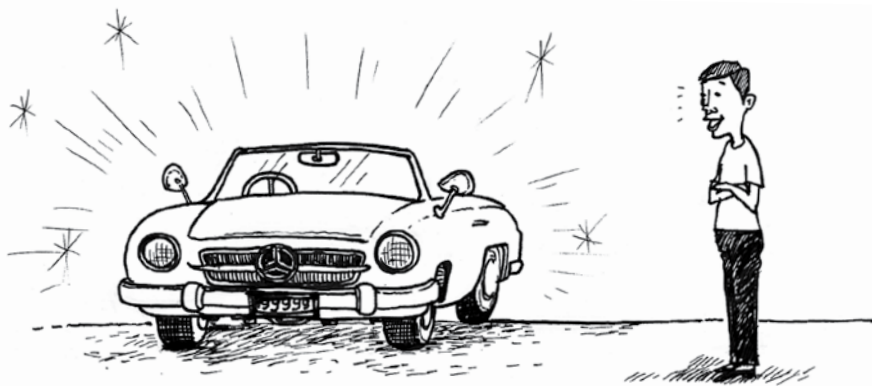
หลวงพ่ोजันเคยเล่าว่า ตอนบวชใหม่ๆ ท่านก็เป็นห่วงเรื่อง
การฉัน ตักข้าวเหนียวใส่บาตรแล้วเกิดกลัวว่าจะไม่พอ กลัวว่าตอน
เย็นจะหิว ก็เลยตักข้าวเพิ่มให้ก้อนใหญ่ขึ้น แต่เมื่อได้ฉัน ข้าวเหนียว
ยังไม่หมดก็อึดเสียก่อน ข้าวที่เหลืออยู่ก็พอดีกับข้าวที่ได้เพิ่มเข้าไป
จริงๆ แล้วเท่าที่ตักไว้แต่เดิมก็พอดีอยู่แล้ว แต่เกิดกลัวว่าจะไม่พอ
จึงเพิ่มเข้าไป แล้วก็ไม่ได้ฉันส่วนที่เพิ่มนั้น มักจะเป็นเช่นนี้บ่อยๆ



ฉะนั้น การฉันทมือเดียวซึ่งเป็นกฎของวัด จึงไม่ได้มุ่งที่จะทำให้พระหรือผู้ถือศีล ๘ สงบ แต่ต้องการจะก่อกวนกิเลสให้หนักปฏิบัติได้ เผลอหูหนวกกับกิเลสของตัวเอง ถ้าจะเอาแต่ความสบายหรือความสงบเป็นหลักเสมอไปก็ไม่ถูกเหมือนกัน เพราะความสงบบางอย่างเกิดขึ้นได้จากการหลับหูหลับตาไม่ยอมรับหรือไม่รับรู้ตัวกิเลส

ถ้าความหมายของชีวิตหรือความสุขของเราขึ้นอยู่กับสิ่งที่ตัวเราเองบังคับไม่ได้ เราก็คงอยู่ในภาวะที่ล่อแหลมต่อความทุกข์อยู่ตลอดเวลา พระพุทธศาสนาจึงสอนให้เราดำเนินชีวิตด้วยสติปัญญา อย่าไปดำเนินชีวิตตามความอยาก หรือด้วยความหวังลม ๆ แล้ง ๆ ให้เราฉลาดในการดำเนินชีวิต แม้ว่าพุทธศาสนามีคำสอนเกี่ยวกับชาติก่อนบ้าง ชาติหน้าบ้าง แต่คำสอนกว่า ๙๐ เปอร์เซ็นต์เป็นเรื่องชาตินี้ เป็นเรื่องคุณภาพชีวิตของมนุษย์ ทำอย่างไรชีวิตของเราก็จะมีคุณภาพ ทำอย่างไรจึงจะมีชีวิตที่เราภูมิใจได้ ทำอย่างไรเราจึงจะมีชีวิตที่เรามั่นใจว่ามีความหมาย

เมื่อเราเริ่มจะสนใจว่าทำอย่างไรชีวิตของเราจึงจะมีคุณภาพ คุณภาพชีวิตที่ดียิ่งขึ้นเป็นอย่างไร เราจะเริ่มสนใจพุทธศาสนา เพราะมีหลักคำสอนที่จะช่วยมนุษย์ในการพัฒนาตนเองให้พ้นจากความทุกข์ ความเดือดร้อนต่าง ๆ และให้ได้สัมผัสความสุขที่แท้จริง ถ้าเราไม่อยากเป็นทุกข์ และอยากมีความสุขมากกว่าที่เรา มีอยู่ทุกวันนี้ เราควรจะสนใจเรื่องพุทธศาสนา ไม่ใช่สนใจแค่ขั้นเปลือก แต่ต้องเข้าถึงแก่นของพระศาสนา เราจึงจะซาบซึ้ง เพราะได้เห็นคุณค่าของศาสนาจริงๆ เหมือนกับการเป็นเจ้าของรถยนต์ดีๆ เช่น รถเบนซ์ รถบีเอ็ม แค่มรูปลักษณ์ภายนอกของมันขณะที่จอดไว้เฉยๆ เราก็อาจจะมีความสุขระดับหนึ่ง แต่การที่ซื้อรถยนต์ดีๆ แล้วไม่ขับขี่ ได้แต่มองเฉยๆ ความประทับใจในคุณค่าและประโยชน์ของมันจะเทียบกันไม่ได้เลยกับความรู้สึกเมื่อได้นั่งในรถแล้วขับออกไป เราจึงจะได้รับรู้ความยอดเยี่ยมจริงๆ ของรถยนต์คันนี้



ฉะนั้น ทุกวันนี้เราเป็นทุกข์เพราะเราคิดมาก คิดไม่หยุด เป็นทุกข์เพราะเรางมงาย งมงายเรื่องอะไร เราเชื่องมงายในความคิดของตัวเอง เชื่องมงายในความรู้สึกของตัวเอง เชื่องมงายในอารมณ์ของตัวเอง สมมติว่าเกิดความรู้สึกขี้เกียจขี้คร้าน ก็เชื่อว่านั่นคือเรา ของ ๆ เรา แล้วก็ทำตามความรู้สึกนั้น นี่ก็เรียกว่างมงาย หรือใครทำอะไรที่เราไม่ชอบ เกิดอารมณ์โกรธขึ้นมา ก็เชื่ออารมณ์ เชื่อความโกรธว่าเป็นของจริงของจริง แล้วก็ทำตามพูดตามอารมณ์นั้น สร้างบาปสร้างกรรมให้ตัวเองต้องเดือดร้อนใจ



จิตใจของคนเรานี้มันอ่อนแอไม่มีกำลัง ยกตัวอย่างหนังสือลี้ภัยนี้ สำหรับคนที่ไม่เคยออกกำลังกาย ไม่ค่อยมีกำลัง ก็จะยกไม่ค่อยไหว ถ้ามานักใหม่ ก็จะไม่หนัก แต่สำหรับคนที่ออกกำลังกายวิดพื้น ทุกวัน การที่จะยกสิ่งนั้นย่อมไม่เป็นปัญหา ถ้ามานักใหม่ ก็จะไม่หนัก ฉะนั้นความหนักมันไม่ได้อยู่ที่สิ่งของอย่างเดียว แต่มัน

อยู่ที่กำลังของคนยกมากกว่า เวลาเราเป็นทุกข์ วิตกกังวล เศร้าโศก เสียใจ จะให้ปล่อยวาง มันก็ปล่อยวางไม่ได้ เพราะเรื่องมันใหญ่ รับไม่ไหว แต่มันไม่ได้อยู่ที่อารมณ์อย่างเดียว มันอยู่ที่จิตใจของเราที่ขาดการฝึกอบรม หากจิตใจได้รับการฝึกอบรมดีแล้ว เรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็จะไม่บานปลายเป็นเรื่องใหญ่ที่ทำให้ทุกข์ทรมานจิตใจเหมือนแต่ก่อน เมื่อเป็นทุกข์ เราก็จัดการแก้ไขเองได้โดยไม่ต้องไปพึ่งใครหรืออะไรรอกตัวเรา เพราะเรามีความเชื่อมั่นในตัวเอง เมื่อเจอปัญหา เราก็จะมีกำลังพอที่จะแก้ปัญหาและปล่อยวางความทุกข์ได้



ชีวิตของเราในโลกนี้ต้องเจอทั้งสมหวังและผิดหวัง อย่าได้คิดเลยว่า ถ้าเราทำดีแล้ว เราจะต้องสมหวังสมปรารถนาในทุกสิ่งทุกอย่าง เพราะมันเป็นไปไม่ได้ คนที่จะก้าวหน้าในอาชีพการงานคือ คนที่ไม่ทุกข์มากกับอุปสรรคที่เกิดขึ้น ไม่ทุกข์มากกับความผิด

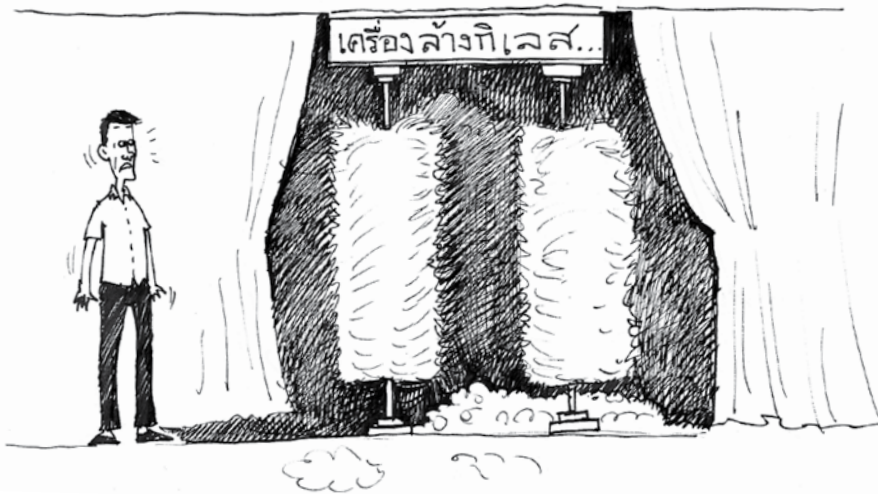
หวังต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เพราะถึงจะฉลาดเพียงใด แต่ถ้าปล่อยจิตให้
กลัดกลุ้มซีมิเคร้ากับอุปสรรคที่เกิดขึ้น ก็จะไม่ก้าวหน้าในอาชีพการ
งาน คนที่เห็นแก่ตัวและเจ้าอารมณ์ ไม่ว่าจะทำงานที่ไหน แม้จะ
ฉลาด มีความคิดสร้างสรรค์และเข้าใจงานทั้งหมด แต่เข้ากับเพื่อน
ร่วมงานไม่ได้ เจ้านายก็ยอมจะไม่อยากได้เหมือนกัน เพราะทุกวันนี้
สิ่งที่บริษัทหรือเจ้านายต้องการมากที่สุด คือ ผู้ที่สามารถทำงาน
เป็นทีมได้ คนที่เอาแต่ใจตัวเอง คิดว่าตัวเองถูกหมด คนอื่นผิดหมด
ก็ไม่มีใครอยากรับ ไม่มีใครอยากได้ เพราะไอคิวหรือความฉลาด
เป็นแค่ส่วนหนึ่งของชีวิตเรา เราต้องมีอีคิวด้วย ซึ่งเป็นความฉลาด
ที่ไม่ได้วัดที่ผลการสอบในสถาบันการศึกษา



อีคิว คือ ความฉลาดทางอารมณ์ที่ทำให้เราเป็นผู้มีวุฒิภาวะซึ่งสำคัญมาก รู้จักควบคุมอารมณ์ตนเอง รู้จักการเอาใจเขาใส่ใจเรา รู้จักตนเอง รู้จักผู้อื่น วางตัวเองได้เหมาะสม รู้จักปรับพฤติกรรมการกระทำต่างๆ ในที่ต่างๆ ให้เหมาะสม โดยไม่เสียหลักการของตัวเอง ถ้าเรามีหลักการมีอุดมการณ์มีอุดมคติของตนเอง แล้วสามารถยืนหยัดอยู่ในหลักการและอุดมการณ์นั้นได้ เราจะสามารถเคารพนับถือตัวเองได้ ถ้าเราเป็นผู้ที่อยู่ในกรอบของศีลธรรม แม้มิเลสจะเกิดขึ้นบ้าง แต่เราบังคับใจตัวเองจนห้ามมันได้ เราก็เคารพนับถือตัวเองได้เช่นกัน เรื่องของศีลเป็นเรื่องของความสมัครใจ ไม่ใช่เรื่องบังคับ ไม่มีใครจะบังคับให้เรารักษาศีลได้ เราเห็นความดีงามที่เกิดขึ้นจากการมีศีลธรรม เราถามตัวเองว่าเราอยากจะอยู่ในชุมชนแบบไหน ต้องการให้คนในชุมชนมีความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ไว้วางใจซึ่งกันและกัน ใจใหม่ บรรยากาศดี ๆ เช่นนี้ไม่ได้เกิดขึ้นเอง หากเกิดจากการช่วยกันสร้างบรรยากาศให้เป็นเช่นนั้น และเครื่องมือในการสร้างบรรยากาศที่ดีก็คือศีลธรรมนั่นเอง

ศีลธรรมจึงมีอานิสงส์ทั้งภายในและภายนอก ด้านภายนอกศีลธรรมเป็นเครื่องรับประกันเกื้อหนุนชุมชนให้มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน มีความเห็นอกเห็นใจกัน มีความสามานสามัคคีกัน ถ้าหากคนในชุมชนไม่มีศีลธรรม ใครอยากทำอะไรก็

ทำไป ใครอยากพูดอะไรก็พูด มันจะสามัคคีกันได้หรือ ทุกคนจึงต้อง
เสียสละบางสิ่งบางอย่าง ไม่ใช่ว่าตัวเองอยากได้อะไรแล้วจะต้องได้
ต้องเป็นอย่างนี้ เป็นอย่างอื่นไม่ได้เป็นอันขาด ถ้าทุกคนคิดอย่างนี้
ก็ย่อมจะมีแต่ความขัดแย้งแก่งแย่งกันอยู่ตลอดเวลา ส่วนด้าน
ภายใน ผู้ที่มีศีลธรรม กิเลสในใจจะไม่กำเริบเลิภษาน จะเป็น
ผู้มีหิริโอตตัมปะ มีความละอายต่อบาป มีความเกรงกลัวต่อบาป
ไม่เป็นอันตรายทั้งต่อตนเองและผู้อื่น เรามีมาตรฐานที่ชัดเจนที่จะ
เป็นผู้ที่ดีงาม กายก็ดีงาม วาจาก็ดีงาม จิตใจก็ดีงาม แต่เราจะดีได้
ก็ด้วยการกระทำและการปฏิบัติของเรา ไม่มีใครจะล้างกิเลสให้



เราได้ นอกจากตัวเราเอง สิ่งสำคัญอีกประการ คือ เราต้องไม่
เกรงใจเพื่อนมากเกินไป ให้ฉลาดในการเลือกเพื่อนที่ดี บาง
ครั้งตัวเราเองอยากทำความดี แต่คบเพื่อนไม่ดีที่ชักชวนไปทำความชั่ว
แล้วเราเกรงใจเขา หากไม่ทำก็กลัวเพื่อนจะรังเกียจ จึงต้องเสีย
หลักการของตนเองเพราะเกรงใจเพื่อนจนเกินไป เราจึงต้องมีขอบเขต
และมีหลักการของตัวเอง

ประเทศชาติของเราต้องการคนมีคุณภาพ เรื่องปริมาณ
นั้นไม่มีปัญหา เพราะมีประชากรมากกว่า ๖๐ ล้านคนและเพิ่มขึ้น
ทุกวัน แต่คนที่มีคุณภาพจะเพิ่มขึ้นทุกวันหรือเปล่าไม่ทราบ คนที่มี
คุณภาพเป็นผู้ที่ใช้ชีวิตให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและต่อสังคม
ต้องเป็นผู้ที่ฝึกอบรมตนเองได้ ห้ามใจตัวเองได้ มีปัญญา
รู้เท่าทันชีวิตในโลกตามความเป็นจริง ไม่ได้เอาความอยาก
หรือความคิดเป็นประมาณ เห็นว่าความคิดก็ลักแต่ว่าความคิด
เมื่อเราคิดชั่วก็ไม่ได้หมายความว่าเราเป็นคนชั่ว เมื่อเราคิดดีก็
ไม่ได้หมายความว่าเราเป็นคนดี ความคิดก็เป็นแค่ความคิดซึ่ง
เป็นสังขาร บางคนเผลอไปคิดชั่วลามกอนาจาร ก็ก่นว่าตัวเองว่าเป็น
คนบาปหนา บางคนคิดดี ก็ภาคภูมิใจว่าตัวเองเก่ง ตัวเองดี ทั้งๆ
ที่มันก็เป็นแค่ความคิดที่ไม่มีแก่นแท้อะไร ประเด็นอยู่ที่ว่า ถ้าเรา
ส่งเสริมความคิดที่ดี ความคิดที่ดีนั้นก็จะเพิ่มขึ้น ๆ แต่ถ้าเรา
ส่งเสริมความคิดชั่วที่ชอบปปรุงแต่งในเรื่องไม่ดีจิตใจก็จะไป

หมกมุ่นอยู่กับความไม่ตีจนกลายเป็นนิสัย แล้วสะท้อนออกมาทางกาย ทางวาจา จนกลายเป็นคนเกเร เป็นคนสร้างความทุกข์ ความเดือดร้อนแก่เพื่อนมนุษย์ พุทธศาสนาสอนว่า เราไม่ได้เกิดมาเพื่อเป็นทุกข์ ไม่ได้เกิดมาเพื่อสร้างความทุกข์ให้กับผู้อื่น ในทางตรงกันข้าม เราเกิดมาเพื่อจะไม่เป็นทุกข์ และไม่สร้างความทุกข์ให้คนอื่น



ขอยกตัวอย่างเศรษฐศาสตร์แนวพุทธสักเรื่อง สมมติว่าเรา
ได้ขนมที่อร่อยมาก การจะทานขนมนี้ใช้เวลาานานสักเท่าไร สมมติว่า
๕ วินาที ขนมที่อร่อยที่สุดในโลกก่อนนี้ให้ความสุขทางปากแก่เรา
๕ วินาที ตามหลักเศรษฐศาสตร์แนวพุทธถือว่าได้กำไร คือได้สุข
เวทนา ๕ วินาที สมมติว่าเราแบ่งขนมก้อนนี้ออกเป็นสองชิ้น เราทาน

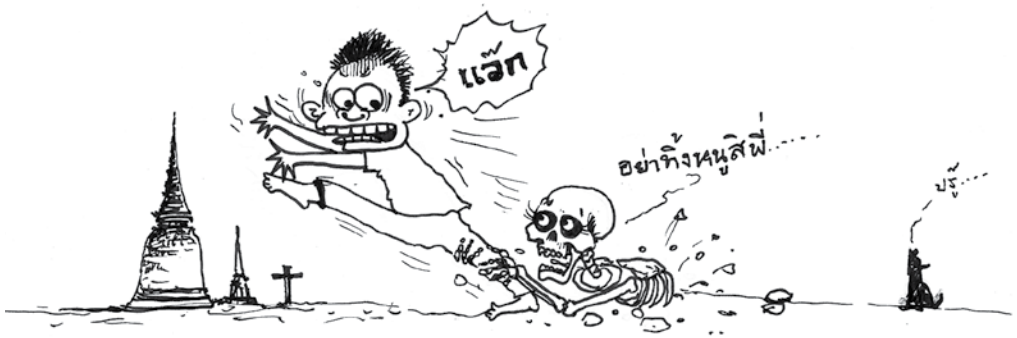
ขึ้นหนึ่ง ถือว่าได้กำไร ๒ วินาทีครึ่ง อีกขึ้นหนึ่งเราแบ่งให้เพื่อนทาน เห็นเขาทานอร่อย เห็นเขายิ้ม เราก็มึนใจตัวเองว่าเราได้สละขนมอร่อย ให้เขาครึ่งหนึ่ง เราก็มีความสุข อาจจะสัก ๑ วินาที เป็นอันว่าเราได้กำไรคือสุขเวทนาเป็นเวลา ๓ วินาทีครึ่ง ต่อจากนั้น เมื่อใดที่คิดถึงวันที่เราสละสิ่งที่เราชอบเพื่อคนอื่น ก็จะเกิดความสุขทันที ทำให้ได้กำไรครึ่งละ ๑ วินาที หรือ ๒ วินาที ถ้านับรวมกันเป็นปี อาจจะได้กำไรสุขเวทนาเป็นชั่วโมง ทานขนมคนเดียวได้กำไร ๕-๖ วินาที แต่ถ้าแบ่งครึ่งให้คนอื่นกลายเป็นมีความสุขได้ตลอดชีวิต นึกถึงเมื่อใดก็มีความสุข เมื่อนั้น หลักเศรษฐศาสตร์แนวพุทธบอกว่า เราควรเลือกที่จะได้กำไรตลอดชีวิต มีของดีก็แบ่งให้คนอื่น อย่าไปเอากำไรสั้นๆ แค่ว่า ๕ วินาที ๖ วินาที พวกเราเคยเรียนเศรษฐศาสตร์แนวพุทธใหม่ น่าสนใจมาก

ตัวอาตมาเอง บางทีนึกถึงเรื่องที่เคยเกิดขึ้นเมื่อ ๒๐ ปี ๓๐ ปี หรือ ๔๐ ปีมาแล้ว ที่เคยสละของๆ ตัวเองให้คนอื่น ทำให้เขามีความสุข บางครั้งก็จิตใจมัวหมอง ได้คิดถึงความดีที่ตัวเองเคยทำไว้ ก็สบายใจขึ้นทันที มีความหวัง มีความพอใจกับความดีที่ตัวเองเคยทำ ถือเป็นกำไรที่ไม่มีใครแย่งชิงไปได้ ทรัพย์สินสมบัติที่มีอยู่มันก็ไม่แน่นอน เงินในธนาคารที่เขาว่าเป็นสิ่งที่เป็นจริงเป็นจังนั้น เป็นของจริงของจริง หรือ สมมติว่ามีเงินในธนาคารห้าแสนบาท ถึงคราวเศรษฐกิจตกต่ำ มันจะเป็นอย่างไร ค่าของเงินห้าแสนบาทจะลดลงเหลือเท่าใด คนที่เคยร่ำเคยรวยกลายเป็นคนติดหนี้ติดสินมากมาย ถ้าเงินเป็นของจริง

ของจริง ทำไมมันจึงเปลี่ยนไปได้ ทำไมค่าของมันจึงขึ้นๆ ลงๆ ได้
พวกเรารู้ใหม่ว่าค่าของเงินขึ้นอยู่กับอะไร ค่าของเงินขึ้นอยู่กับศรัทธา
นี่ก็เป็นเศรษฐศาสตร์แนวพุทธเหมือนกัน ถ้าคนเชื่อมั่นในเงินตราของ
เราแล้ว ราคาหรือค่าเงินของเราก็จะขึ้น ถ้าคนไม่มั่นใจหรือไม่เชื่อ
ค่าของมันก็จะตก ค่าของเงินจึงอยู่ที่ศรัทธาของคน เปลี่ยนแปลงไป
ตามอารมณ์ของคน นักปราชญ์จึงบอกว่าเศรษฐศาสตร์เป็นศาสตร์
ไม่ได้ เพราะเป็นเรื่องที่ขึ้นอยู่กับความรู้สึกของคน แล้วเราวัดความ
รู้สึกของคนไม่ได้ ครั้งที่เศรษฐกิจไทยเกิดปัญหาวิกฤติ ปัญหาในช่วง
วันสองวันแรกหนักกว่าที่ควรจะเป็น นั่นเป็นเพราะอะไร ก็เพราะเจ้า
หน้าที่ธนาคารต่างๆ หรือที่ตลาดหลักทรัพย์ตกใจกลัวจนคุมอารมณ์
ไม่อยู่ ใครโทรเข้ามาสอบถามก็สามารถสัมผัสอารมณ์ของผู้ที่อยู่ใน
ในวงการธนาคารได้ ก็เลยตกใจกลัวกันไปใหญ่ ศรัทธาจึงตกฮวบ
ค่าของเงินก็เลยตกฮวบตามไปด้วย นี่เป็นเรื่องของความเชื่อ เป็นเรื่อง
ของความคิด

กลับมาพูดถึงเรื่องของเรา เมื่อเราเกิดมาแล้ว ก็เรียก
ได้ว่ามีปัญหาแล้ว เพราะอะไร ก็เพราะเกิดแล้วต้องแก่ ต้องเจ็บ
ต้องตาย ทุกคนพึงจำไว้ว่า เกิดก็เกิดคนเดียว แก่ก็แก่คนเดียว
เจ็บก็เจ็บคนเดียว ตายก็ตายคนเดียว เราจึงต้องเป็นที่พึ่งของ
ตนเอง สมมติว่าเราเจอคนที่เรารัก เป็นผู้หญิงในอุดมคติเลย ดีทุก
สิ่งทุกอย่าง ทั้งสวยงามและฉลาด แต่ถึงจะดีหรือจะรักกันเพียงใด





เมื่อเราเจ็บป่วย เขาจะช่วยรับความเจ็บปวดของเราได้บ้างไหม เราก็ต้องเจ็บอยู่คนเดียว แก่ก็แก่คนเดียว เวลาเราจะตาย ใครจะขอว่าอย่าเพิ่งไปเลย อยู่ต่ออีกสักหน่อย อย่าเพิ่งทิ้งหนูไปเลย จะทำได้ไหม เมื่อถึงเวลาไปมันก็ต้องไป เราไม่ไปจากเขา เขาก็จะไปจากเรา มันเป็นไปได้แค่สองทาง เราพลัดพรากจากเขาหรือเขาพลัดพรากจากเรา ไม่เป็นอย่างอื่น มันเป็นไปได้ที่จะอยู่ไปตลอดกาลนาน ท่านจึงสอนว่าอย่าไปงมงายกับอารมณ์ความรู้สึกของตัวเอง มันก็แค่ชั่วคราว มันก็แค่นั้นแหละ ลองนึกดูว่า สิ่งที่เราเคยชอบมากๆ เมื่อ ๓ ปีหรือ ๕ ปีที่แล้ว ทุกวันนี้กลับรู้สึกเฉยๆ มีหลายอย่างใช่หรือไม่ ตอนเป็นเด็ก เด็กผู้หญิงชอบเล่นตุ๊กตา เด็กผู้ชายชอบเล่นปืนหรือของเล่นต่างๆ ใครจะเอาไปไม่ได้ ร้องไห้ร้องไห้ โตขึ้นมาก็ไม่สนใจเสียแล้ว อารมณ์ก็เป็นเช่นนี้ เวลาที่มีต้นหามีความอยาก ก็รู้สึกมันเป็นของจริงของจังทั้งนั้น

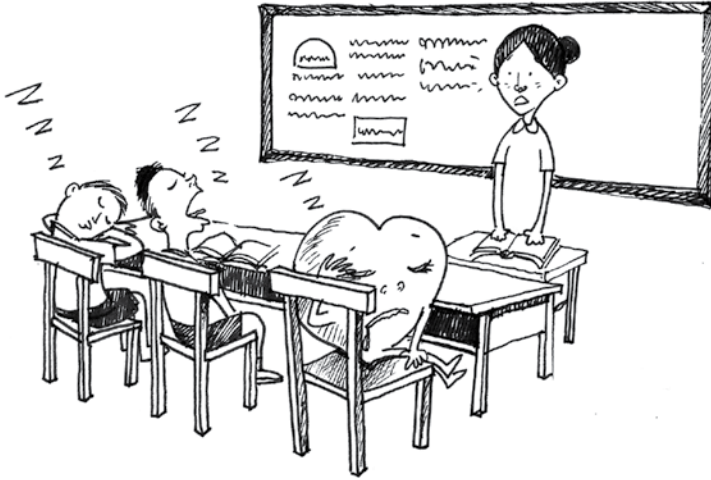
แต่พอความอยากมันเบาบางไป บางทีก็หัวเราะตัวเอง ไม่น่าเชื่อเลย
ว่า เราเคยชอบสิ่งนั้นหรือเคยชอบคนนั้น มันเป็นเรื่องอารมณ์ ท่านจึง
ให้เรา รู้เท่าทันอารมณ์

ท่านสอนให้รู้จักรักษาจิตใจให้ปกติ ถ้าเราเป็นคนชอบเฟื่อง
โทษผู้อื่น รู้ความผิดพลาดของผู้อื่นทุกอย่าง รู้กิเลสคนนั้น รู้กิเลสคน
นี้ รู้ทุกอย่างแล้วจิตใจเราสบายไหม มันไม่สบาย มันเศร้าหมอง ท่าน
จึงให้เรา มองผู้อื่นในแง่ดีบ้าง ให้พยายามคิดถึงสิ่งที่น่ารัก ๓ ข้อของ
คนที่เราไม่ชอบ เพื่อจะได้แก้อารมณ์และไม่ต้องเชื่ออารมณ์ของเรา
เมื่อเราเกิดความรู้สึกมัวเมาหลงใหลในทางกามในสิ่งสวยงาม
เราก็ต้องพยายามฝึกตัวเองให้มองในทางตรงกันข้าม ผู้ชายเห็น



ผู้หญิงสวย ก็ไม่ใช่ว่าจะสวยทุกส่วน ผู้หญิงเห็นผู้ชายหล่อ ก็ไม่ใช่ว่าจะหล่อทุกส่วน ส่วนที่ไม่สวยไม่หล่อมีไหม นางสาวจักรวาลสวยทั้ง ๓๒ ออกรั้วไหม ลำไส้ของนางสาวจักรวาลสวยไหม นางสาวจักรวาลมีซี่หูไหม ก็คงต้องมีนะ เขาต้องเข้าห้องน้ำทุกวันใช้ไหม ต้องมีถ่ายหนักถ่ายเบา ถึงจะสวยที่สุดในโลกก็ต้องเป็นอย่างนั้น สมมติว่าผ่าเอาตับไตออกมา จะรู้ไหมว่าชิ้นไหนเป็นของนางสาวจักรวาล ชิ้นไหนเป็นของคนแก่ มันก็ดูไม่ออก แล้วถ้าไม่อาบน้ำสักวันสองวันมันจะเป็นอย่างไร มันจะเหม็นไหม ไม่ใช่เราจะมองในแง่ร้าย แต่เมื่อจิตเกิดเปลวจนผิดปกติ จะเข้าชั้นหลงไหลเสียแล้ว ก็ให้ใช้ความคิดทำนองนี้เพื่อดึงจิตให้กลับมาอยู่ในทางสายกลาง ปกติคำพูดที่ว่า “รักสนุกทุกข์ถนัด” เคยได้ยินกันไหม ถ้ารักสนุกมาก เวลาเป็นทุกข์จะทุกข์มาก ฉะนั้น รักษาจิตใจของเราให้เป็นกลาง ๆ ไว้จะดีกว่า

หลวงพ่อบอกว่าธรรมะคือพอดี เรียนหนังสือให้พอดี พักผ่อนให้พอดี ถ้าดูทีวีดูบอลโลกตอนตีหนึ่งตีสองแล้วไปเรียนหนังสือ มันก็งงงวยไหม ก็ไม่ต้องดูทุกนัด ลองถามตัวเองว่า อะไรสำคัญกว่า ปริญญาบัตรหรือแมนยู แมนยูเล่นอยู่ทุกปี เรียนจบแล้วค่อยดูก็ได้ ไปเที่ยวไปดิสโก้ไปที่ไหนก็อย่าให้มันดีกมาก ต้องรักษาสุขภาพของตัวเองไว้ ไปเรียนหนังสือไม่ใช่ว่าเขาแต่กายไป ถ้าจิตใจมันยังง่วงก็ไม่เกิดประโยชน์ อาจารย์เองก็หมดกำลังใจที่จะสอน ต้องเห็นใจอาจารย์ ท่านอุทิศส่าห์ทุ่มเทสอนลูกศิษย์ ความขี้เกียจ



ซื้อน้ำมันก็มีกันอยู่ทุกคน ถ้าเราเข้ามาวิทยาลัยโดยใช้ทุนของตัวเองก็อย่างหนึ่ง แต่ถ้าเราใช้ทุนของคุณพ่อคุณแม่แล้วมาซื้อเกี๊ยจซื้อคร้าน ก็เป็นบาปเป็นกรรม ไม่ใช่ว่าท่านจะหาเงินทองมาได้ง่ายๆ นะ ถ้าเราอยากจะทำอะไรด้วยความซื่อสัตย์ซื่อคร้าน ก็จะชนะได้ไม่ยาก มันอยู่ที่ความตั้งใจของเรา

พระเจ้าได้เปรียบในเรื่องนี้ เพราะพระเจ้าจะซื่อสัตย์ไม่ได้ จะเป็นบาปเป็นกรรมหนักหนา ชีวิตของพระเจ้าขึ้นอยู่กับชาวบ้าน ผ้าจีวร ผ้าอื่น ๆ ที่ใช้ทั้งหลาย กุฎิที่อยู่ และอาหารการกินล้วนเป็นของที่ชาวบ้านถวายด้วยความศรัทธา ถ้าพระรับของจากชาวบ้านแล้วไม่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ อย่างนี้ตกรกแน่ๆ พระจึงระลึกอยู่ตลอดเวลา ไม่กล้าซื่อสัตย์



มีใครสงสัยอะไรไหม มีใครอยากจะถามอะไรบ้าง สมมติว่า ถ้ามีใครเหาะเหินเดินอากาศได้มาลงในศาลานี้ แล้วอยากรู้ว่า คนที่อยู่ในศาลานี้มาจากประเทศไหน ง่ายมากเลย เวลาถามว่ามีใครสงสัยอะไรไหม ถ้าเจียบไม่มีคำถาม ก็รู้ได้เลยว่าเป็นเมืองไทย เพราะที่เมืองนอกเขาแย่งกันถาม กลัวจะไม่มีโอกาสถาม ถ้าไม่อยากจะถามอะไร จะสอนอาตมาก็ได้นะ อาตมาเองก็ยังไม่จบ





พระพุทธองค์ตรัสเรื่องงูหลายเรื่องเหมือนกัน หลวงพ่อชาท่านเล่าเรื่องการจับงู ท่านว่าถ้าจับงูผิดวิธี งูจะกัดเรา ถ้าจับงูถูกวิธี งูก็ไม่กัด ธรรมะคำสั่งสอนก็เช่นเดียวกัน ถ้าหากว่าเราจับไม่ถูกต้อง มันก็เป็นพิษกับเราได้มากเหมือนงู คือ บางทีคนเราปฏิบัติธรรมก็มักเลือกจะปฏิบัติเฉพาะข้อที่ถูกใจเรา ไม่ได้ปฏิบัติตลอดกระบวนการของธรรม เราก็คงจะไม่ได้รับผลเท่าที่ควร บางคนชอบเอาธรรมะมาอ้าง เช่น เอาคำสอนที่พระพุทธเจ้าทรงยกย่องการปลีกวิเวกเพื่อทำความเพียรคนเดียวมาอ้าง ทั้งๆ ที่ตัวเองเป็นคนที่เข้าสังคมยาก พูดไม่เป็น ไม่มีความเห็นอกเห็นใจคนอื่น ชอบขัดกับคนอื่นตลอดเวลา ชอบเพ่งโทษคนอื่น คนอย่างนี้จึงมีนิสัยชอบอยู่คนเดียว แต่ไม่ได้เป็นการอยู่คนเดียวที่ถูกต้องตามที่พระพุทธองค์ทรงยกย่อง มันเกิดจากเหตุที่ไม่ชอบอยู่กับคนอื่น เพราะนิสัยไม่ดีต่างๆ ของตัว



เองทำให้ชอบทะเลาะกับคนนั้นคนนี่ การอยู่คนเดียวจึงกลายเป็นการส่งเสริมกิเลสของตัวเองมากกว่าที่จะเป็นการปฏิบัติที่ถูกต้อง เป็นการเอาหลักการที่ถูกต้องมาเป็นข้ออ้างเพื่อการกระทำที่ผิด พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่าบางครั้งธรรมะก็เหมือนงู ถ้าจับไม่ถูก มันก็กัดเราได้

หลวงพ่อบอกว่า ความสุขความทุกข์ก็เหมือนกับงู เราต้องจับงูที่หัวมัน ถ้าจับผิด เช่น ไปจับที่ความทุกข์ มันกัดเราได้ที่ทันที แต่ถ้าจับที่ความสุข แล้วไปยึดติดในความสุข แรก ๆ อาจไม่เห็นโทษ แต่ถ้าไม่ระวัง มันก็กัดเราได้ในภายหลัง คือ ให้เราเป็นสุขก่อน แล้วจึงค่อยกัด



มีคำอุปมาเรื่องหนึ่งเกี่ยวกับงู เล่ากันว่า มีชาวบ้านคนหนึ่งเดินกลับบ้านในความมืด เจองูตัวใหญ่ขวางทางอยู่ ไม่เลื้อยไปสักที เขาเกิดความกลัว ไม่กล้าเดินข้าม กลัวงูจะกัด แล้วเกิดความกังวลว่าจะกลับบ้านได้อย่างไร มันมืดแล้วจะหันกลับก็ไม่ได้ จะไปต่อก็ไปไม่ได้ เกิดความสงสัยว่าจะทำอะไรดี เกิดความพยายาม โกรธงูตัวนั้น เกิดอารมณ์หลาย ๆ อย่างเพราะงูเป็นเหตุ เมื่อพระจันทร์โผล่พ้นจากเมฆ เขาก็เดินไปดูงู ปรากฏว่ามันไม่ใช่งู มันเป็นแค่เชือก ก็เลยหัวเราะตัวเอง แล้วเดินกลับบ้านด้วยความปลอดภัย

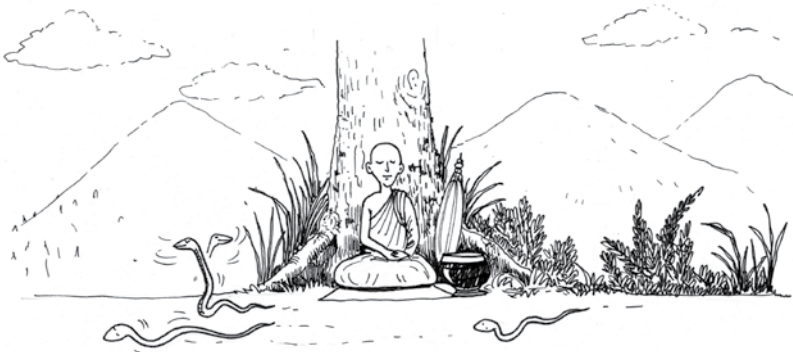
นักปราชญ์ท่านเปรียบเทียบว่า คนเราอยู่ในความมืด คืออยู่ด้วยอวิชชา เราเห็นกายกับใจ เห็นชั้น ๕ ธาตุ ๔ ว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นเราเป็นเขา อารมณ์ทั้งหลายกิเลสทั้งหลายเกิดขึ้นเพราะความรู้สึกยึดมั่นถือมั่นว่ามีอัตตาตัวตน มีเรา มีของเรา เมื่อมีเรา ก็ต้องมีสิ่งที่ไม่ใช่เรา เมื่อมีของ ๆ เรา ก็ต้องมีสิ่งที่ไม่ใช่ของ ๆ เรา จึงเกิดความขัดแย้งขึ้นมาทันที เกิดความโลภอยากได้ เกิดความโกรธ เกิดความหลงประการต่าง ๆ ซึ่งล้วนแต่เกิดจากความเข้าใจผิดหรือการมองผิด สำคัญมันหมายว่ารูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณนั่นคือเรา คือของ ๆ เรา แต่เมื่อแสงสว่างแห่งปัญญาเกิดขึ้น เราจึงได้เห็นว่า ไม่มีอัตตาตัวตน ไม่ได้เป็นอย่างที่คิด เรามองผิด เราคิดผิด แท้ที่จริงแล้ว มันก็เป็นแค่รูป แค่เวทนา แค่สัญญา แค่สังขาร แค่วิญญาณ แค่กายกับใจเท่านั้นเอง ก็เลยหัวเราะตัวเองได้ ปล่อยวางได้ ก็เหมือนกับคนที่เห็นเชือกเป็นงู พอ

เห็นเชือกเป็นงูก็เกิดความกลัว ความกังวลความสงสัยสารพัด แต่เมื่อมีแสงสว่าง ก็มองเชือกว่าเป็นเชือก ไม่ได้เห็นเชือกเป็นงู ฉะนั้นในการปฏิบัติ ไม่ต้องปฏิบัติเพื่อจะทำลายอัตตาตัวตน การพยายามจะทำลายอัตตาตัวตนก็เหมือนคนที่ต้องการจะทำลายงู แต่เขาทำลายงูไม่ได้ใช้ไหม เพราะมันไม่มีงู มันมีแต่เชือก เราทำลายอัตตาตัวตนไม่ได้ เพราะว่ามันไม่มีอัตตาตัวตน มันมีแต่รูป มีแต่เวทนา มีแต่สัญญา มีแต่สังขาร มีแต่วิญญาน ฉะนั้นจะปฏิบัติอย่างไร ก็ปฏิบัติให้เห็นเชือกว่าเป็นเชือก ให้มีแสงสว่างเพื่อจะได้เห็นเชือกตามความเป็นจริง เหมือนเราปฏิบัติกับตัวเราเพื่อให้มีแสงสว่างพอที่จะเห็นตามความเป็นจริงเท่านั้น

จริง ๆ แล้ว การที่เราว่างูว่าเป็นอสรพิษนั้นก็ไม่ต้องนักสมมติว่างูตัวหนึ่งไม่เคยกัดใครเลยในชีวิต อยู่อย่างใจดีและล้ารวมมาตลอดชีวิต มันสมควรที่จะโดนว่าว่าเป็นงูอสรพิษหรือไม่ การที่เราใช้คำว่า “งูอสรพิษ” นั้น เหมือนกับเราเหมาว่างูทุกตัวมีความผิดที่สามารถกัดคนได้ แต่ไม่ใช่ว่างูทุกตัวต้องกัดคน อาจจะแค่บางตัวเท่านั้น ท่านจึงให้เราเปรียบเทียบเรื่องงูกับสิ่งต่างๆ ที่เราต้องเจอในชีวิต ที่ท่านว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวงเป็นทุกข์นั้น ก็ไม่ใช่ที่เราจะต้องทุกข์รำไป แต่ถ้าเราเข้าไปใกล้หรือไปเหยียบงูเข้า นั่นถือว่าเราไปเกี่ยวข้องกับงูในทางที่ไม่ถูกต้อง งูจึงจะกัดเรา แต่โดยทั่วไปแล้ว งูอสรพิษไม่อยากจะกัดใคร และมันก็ไม่ได้ก้าวร้าวด้วย พระป่าเจองูในป่าบ่อยๆ ก็ไม่เห็นมันคิดจะกัดพระหรือกัดใคร มีแต่อยากจะหลบมากกว่า แต่ถ้าใครไปเหยียบ



มันเข้า ไปเหยยมันหรือจะไปจับมัน ก็เป็นไปได้ว่ามันจะกัดเอา เพราะงูมันกลัวคน



เราอยู่ในโลกแห่งความเปลี่ยนแปลง อยู่ในโลกแห่งสังขาร สังขารที่ไม่มีอะไรเที่ยงแท้คงทน เปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ ตามเหตุตามปัจจัยของมัน หากเราไปเกี่ยวข้องกับสิ่งทั้งหลายในทางที่ไม่ถูกต้อง เราก็จะเป็นทุกข์ แต่สิ่งทั้งหลายไม่ได้เป็นทุกข์ในตัวของมัน ปัญหาหรือทุกข์เกิดจากการที่เราเข้าไปจับมันหรือเข้าไปใกล้มันจนเกินไป

ฉะนั้น เราต้องอยู่ในโลกด้วยความระมัดระวัง รู้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างพร้อมที่จะกัดเรา และพร้อมที่จะทำให้เราเป็นทุกข์อยู่เสมอ ถ้าเราขาดสติสัมปชัญญะ แต่ถ้าเรามีสติ มีสัมปชัญญะ อยู่กับธรรมะ มีพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นที่พึ่งภายใน ย่อมไม่มีสิ่งใดที่จะสามารถบังคับจิตใจของเราให้เป็นทุกข์ได้ เราต้องเชื่อมั่นในข้อนี้ ไม่ใช่เราจะต้องเชื่ออย่างเดียว แต่เราสามารถ

สังเกตเห็นจากประสบการณ์ตรงของตนเองว่า วันใดที่จิตใจเราสงบ
วันใดที่เรามีสติ หากเกิดการกระทบกระทั่งอย่างใดอย่างหนึ่ง จิตใจ
รู้สึกหนักแน่นไม่หวั่นไหว ทนได้ ปกติอยู่ แต่ในวันที่จิตใจเราไม่สงบ
และไม่มีสติ เมื่อถูกกระทบ เราจะรู้สึกกระเทือนทำให้เป็นทุกข์ทันที
แต่เราจะกล่าวว่าเราทุกข์เพราะสิ่งนั้นไม่ได้ เพราะถ้าความทุกข์เกิด
จากสิ่งนั้นจริงๆ แล้ว ทุกครั้งที่มีการกระทบหรือมีการสัมผัสสิ่งนั้น
เราจะต้องเป็นทุกข์ทุกครั้ง ซึ่งความจริงไม่ใช่เช่นนั้น เราสังเกตตัวเอง
ได้ว่า บางครั้งเจอปัญหาแบบนี้แล้วทุกข์มาก แต่บางครั้งเจอปัญหา
แบบเดียวกันกลับทุกข์น้อย บางครั้งเกือบจะไม่ทุกข์หรือไม่ทุกข์เลย

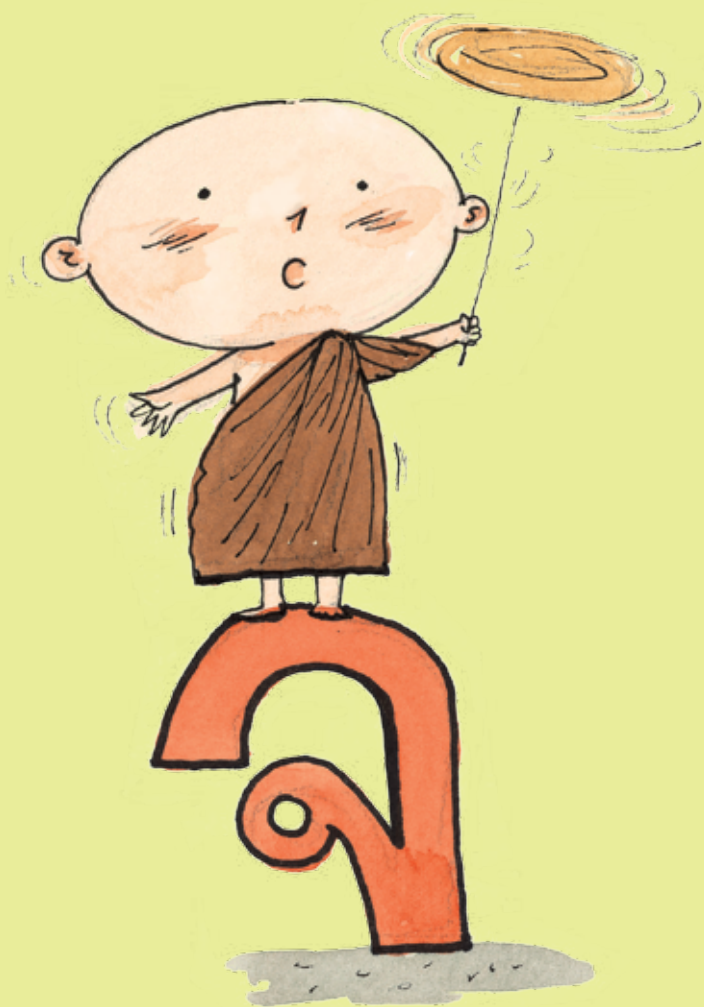
ฉะนั้น เราน่าจะได้บทเรียนแล้วว่า ความทุกข์ไม่ได้อยู่กับสิ่ง
ที่เราประสบ หากความทุกข์อยู่ที่ใจเรามากกว่า เพราะถ้าความ
ทุกข์อยู่กับสิ่งนั้น ย่อมจะต้องทุกข์
เหมือนกันทุกครั้ง เหมือนกับไฟ ถ้าเรา
เอามือจับไฟ ไม่ว่าจะอารมณ์เรากำลังเป็น
เช่นไร มือย่อมไหม้อยู่ทุกครั้ง เพราะมัน
เป็นธรรมชาติของไฟและเป็นธรรมชาติ
ของมือ มันไม่เกี่ยวกับอารมณ์ของใคร
ทั้งสิ้น แต่เรื่องที่เกิดกับจิตใจ ไม่ว่าจะ
เป็นเรื่องค้าขายขาดทุน เป็นเรื่องที่คน
อื่นมาสบประมาท ดูถูกดูหมิ่น หรือมาด่า



มาว่าเรา ทำไมบางครั้งเราทำใจได้ บางครั้งทำใจไม่ได้ ก็เพราะมัน ขึ้นอยู่กับความเข้มแข็งของจิตใจเราใช่ไหม ฉะนั้นเมื่อเราไม่ต้องการ จะเป็นทุกข์กับเรื่องต่างๆ เหล่านี้ แล้วคิดว่าเราจะหนีไปอยู่ ณ ที่แห่ง ใดแห่งหนึ่งที่ปัญหาเหล่านี้จะไม่เกิดขึ้น มันไม่ถูกต้องที่จะคิดอย่างนี้ เราควรจะคิดว่า ทำอย่างไรเราจึงจะอยู่กับธรรมะให้มากขึ้น ให้จิตใจ ของเราแนบสนิทอยู่กับธรรม เพราะเมื่อจิตใจอยู่กับธรรมแล้ว ไม่ ว่าอะไรจะเกิดขึ้น เราจะรู้สึกว่ามันได้ทั้งหมด แต่ที่ยังทนไม่ได้นั้นก็ เพราะว่าเรายังคงย่อหย่อนในการปฏิบัติมากกว่า



นี่คือหนทางที่เราจะดำเนินไป เมื่อเห็นว่า อยู่กับธรรมะมาก ความทุกข์ของเราน้อย อยู่กับธรรมะน้อย ความทุกข์ของเรามาก เราก็ต้องพยายามเร่งการทำความเพียร ทำจิตใจให้มันคงอยู่ในธรรม เมื่อจิตใจของเรามันคงเข้มแข็งอยู่ในธรรม ก็จะไม่เกิดปัญญา จะรู้เท่าทันสิ่งที่เกิดขึ้นอยู่เสมอ เรื่องบาปบุญคุณโทษไม่ต้องถามใคร เพราะจะรู้ได้ด้วยตนเอง สามารถปรับตัวให้เข้ากับเหตุการณ์หรือ สถานการณ์ต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี



จ . จาน

ในพระไตรปิฎกไม่ค่อยจะมีเรื่อง จ.จาน เพราะในสมัยนั้นไม่ทราบว่าใช้จานกันหรือเปล่า แต่ที่พอนึกได้คือเรื่องที่หลวงพ่อบุญสอนแม่บ้านว่า เวลาล้างจานให้ล้างใจไปด้วย ท่านว่าบางคนขยันทำความสะอาดบ้าน ขยันล้างจาน แต่ปล่อยให้จิตใจสกปรก ชุ่มมัวหน้าบูด เอาแต่ทำความสะอาดภายนอก แต่ไม่สนใจเรื่องความสะอาดภายในท่านบอกว่า จานสะอาด แต่จิตใจไม่สะอาด **หลักการสำคัญ**



ทางพุทธศาสนา คือ ความสมดุลหรือความพอดี ต้องมีความ สอดคล้องกันระหว่างเรื่องภายในและเรื่องภายนอก เพราะถ้า เรามัวแต่จัดแจงทุกสิ่งทุกอย่างนอกตัวเราให้เรียบร้อย แต่ปล่อยให้ ปล่อยให้ละเลยในเรื่องจิตใจ ก็ย่อมไม่เกิดประโยชน์

บางคนรักสะอาด บางคนไม่รักสะอาด แต่การรักสะอาดที่ เกินพอดีก็มี คือ รักความสะอาดเสียจนใครไปทำให้สกปรกแม้แต่นิดเดียวก็จะโกรธทันที บางคนทำราวกับบ้านเป็นพิพิธภัณฑสถาน ถ้า ใครมาหนึ่งเล่นมาทำลายความเรียบร้อยในบ้าน ก็จะโกรธ ถ้าเป็นเช่นนั้น ก็เท่ากับว่าเสียหลัก เพราะมัวห่วงแต่ความสะอาดเรียบร้อยทาง วัตถุ จนมองข้ามไปว่า ความหงุดหงิด หรือความรำคาญใจในสิ่งที่ไม่ สะอาดนั้นเป็นมลทินทางใจ ความอยากให้สะอาดอยากให้เรียบร้อย กลายเป็นความสกปรกในใจ ฉะนั้น ท่านจึงสอนว่า ล้างจานก็ ล้างใจไปด้วย พยายามให้หน้าที่ทุกอย่างที่เราทำ เข้ามาเป็น ส่วนหนึ่งของการพัฒนาชีวิต

ในขณะที่คนจำนวนหนึ่งมีความสุขกับการทำกับข้าว คนเรา เกือบทุกคนมีความสุขในการทานอาหารที่มีรสชาติดี แต่คงจะมีน้อย คนที่มีความสุขกับการล้างจานหลังจากทานอาหารเสร็จแล้ว บาง คนบางคนครอครวหลังทานอาหารค่ำ ก็จะคุยกันต่อจนดึก ดึกแล้วก็ ขี้เกียจลุกขึ้นล้างจาน ผลัดไปล้างฟุ้งนี้เข้า ตีนขึ้นตอนเช้า แทนที่จะ



เจอความสะอาดที่จะทำให้จิตใจสดชื่น กลับเห็นแต่จานสกปรกที่
ทิ้งไว้ตั้งแต่เมื่อคืน ก็เลยหงุดหงิดใจตั้งแต่เช้า



ถ้าเรารู้จักจัดเวลาและเปลี่ยนความรู้สึกต่อการล้างจานได้ การ
ล้างจานจะไม่ใช่วิธีกรรมที่น่าเบื่ออีกต่อไป ทุกวันนี้อาตมาไม่ค่อยมี
โอกาสล้างจาน แต่ตอนเป็นนักเรียน อาตมาชอบช่วยโยมแม่ล้างจาน

ที่จริงก็ไม่ได้ล้างเอง โยมแม่เป็นคนล้าง อาตมาเป็นคนเช็ด ยืนคู่กันสองคน รู้สึกมีความสุขมาก จนกระทั่งทุกวันนี้ ทุกครั้งที่กลับไปเยี่ยมบ้าน ก็จะขออนุญาตโยมแม่เช็ดจาน โยมแม่จะบอกว่า “ไม่ต้อง ๆ” อาตมาก็ว่าขอโอกาสเถิด นาน ๆ จะมาเยี่ยมบ้านที ปีสองปีครั้ง อาตมามีความสุขกับการเช็ดจาน สิ่งที่คนส่วนมากไม่ชอบทำ ถือเป็นเรื่องน่าเบื่อ แต่ถ้ารู้จักเปลี่ยนความรู้สึกของเราเสียอย่าง เราก็มีความสุขได้ โดยเฉพาะถ้าสิ่งที่เราทำเป็นการช่วยผู้อื่น เราก็ยิ่งได้บุญ เช่น การทำอะไร ๆ ให้ครอบครัว เราดูว่างานอะไรที่คนอื่นไม่ยอมทำ เบื่อหน่ายที่จะทำ เราทำให้เองดีกว่า แล้วเราก็รีบไปทำสิ่งนั้น นี่เราก็ได้บุญ

หลวงพ่อบุญพาเคยพูดถึงงานอีกครั้งหนึ่ง เมื่อท่านพูดถึงการปฏิบัติทางจิต หรือการทำสมาธิภาวนา ท่านจะพยายามเลี่ยงภาษาเทคนิค พยายามเลี่ยงเรื่ององค์ฌาน ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน อย่างที่เราสวดในอริยมรรคมีองค์ ๘ นาน ๆ จึงจะพูดสักที แต่มีอยู่ครั้งหนึ่งที่ท่านเทศน์เรื่ององค์ฌาน องค์ฌาน หมายถึง คุณธรรมหรือบางสิ่งบางอย่างที่โดดเด่นในฌานแต่ละชั้น เช่น ในปฐมฌาน หรือฌานที่หนึ่งมีวิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา ตามที่เราสวดกัน แต่ไม่ได้หมายความว่า ปฐมฌานมีแต่สิ่งเหล่านี้เท่านั้น เพราะยังมีอะไร ๆ อย่างอื่นอีกหลายอย่าง เช่น มีสติ มีสัมปชัญญะ มีเวทนา มีสัญญา แต่



ท่านเลือกเอา ๕ ข้อนี้เป็นองค์ฌาน เพราะเป็นส่วนประกอบของฌาน
ที่ชัดเจนหรือเด่นกว่าเพื่อน

เอกัคคตาแปลว่าจิตเป็นหนึ่ง หลวงพ่อท่านเปรียบเทียบว่า
วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เป็นเหมือนผลไม้ ส่วนเอกัคคตาเป็นเหมือน
จาน คือความเป็นหนึ่งเหมือนกับเป็นฐานหรือเป็นภาชนะรองรับวิตก
วิจารณ์ ปีติ สุข เหมือนจานเป็นภาชนะรองรับผลไม้ พุทธศาสนา
จะย้ำหรือเน้นในความสำคัญของภาชนะรองรับสิ่งที่ดี หมายความว่า
จิตใจเราจะเข้าถึงสมาธิหรือเกิดความสงบได้ เราจะต้องมีฐานที่
มั่นคงเสียก่อน ซึ่งก็คือศีลนั่นเอง กายวาจาต้องเรียบร้อย ถ้ากาย
วาจาเราไม่เรียบร้อย เราจะมีความรู้สึกตะขิดตะขวงอยู่ตลอดเวลา
รู้สึกว่าตัวเองไม่สะอาด ยังมีสิ่งที่ไม่ดีอยู่ในตัวเรา ในชีวิตประจำวัน
เราอาจจะเก็บกดหรืออาจจะลืมนั่นได้ แต่ไม่ใช่ว่าจะลืมนิไปเลย เพราะ
มันยังตกตะกอนอยู่ใต้สำนึก เมื่อเรานั่งสมาธิหรืออยู่กับตัวเอง
ความรู้สึกนั้นจะปรากฏ เราจะรู้สึกละเอียด รู้สึกผิดในสิ่งที่ได้
ทำหรือสิ่งที่ได้พูด ซึ่งจะเป็นอุปสรรคต่อสมาธิ หรือจิตภาวนา
ของเรา อาจจะทำให้ไม่ได้ผล หรืออาจจะเกิดโทษในการปฏิบัติ
ขั้นสูง ๆ

อย่างไรก็ตาม คนที่นั่งสมาธิแล้วเกิดปัญหาทางจิตใจมีน้อยมาก
เมื่อ ๑๐-๒๐ ปีที่แล้ว มีการพูดกันมากกว่านั่งสมาธิแล้วมีสิทธิจะเป็นบ้า



มีการชู้ว่าอย่างหนึ่งคนเดียว คนจึงกลัวกันมาก คนที่เริ่มพูดอย่างนั้น ได้ทำให้หลาย ๆ คนเสียประโยชน์ที่ควรจะได้จากการประพฤติปฏิบัติ เท่าที่อาตมาประสบมากกว่า ๒๐ ปี คนที่นิ่งสมาธิแล้วเสียจริตมี น้อยมาก ถ้าพบก็มักจะมาจาก ๒ สาเหตุ คือ หนึ่ง เคยทำบาปกรรม อะไรไว้แล้วยังไม่เคยเปิดเผย เก็บกดไว้ไม่ให้ใครรู้ พอนิ่งสมาธิ เรื่อง ที่เคยเก็บกดก็ระเบิดออกมา จึงเกิดปัญหา สาเหตุที่สอง คือ คนที่มี มิจฉาทิฐิ อยากรู้ อยากรู้อยากเห็น อยากรู้อยากเป็น อยากรู้อยากเที่ยวสวรรค์ อยากรู้อยากเที่ยว นรก ภาษาพระเรียกว่ามีความปรารถนาลามก หรือมีความปรารถนา ที่ไม่ถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนา

หากว่าศีลของเราเรียบร้อย ไม่มีอุปสรรคอย่างทีกล่าวมา หรือ ถ้าในอดีตเราเคยทำอะไรไม่ดีไว้ แล้วเราได้เปิดเผยและได้ตั้งอก ตั้งใจว่าจะไม่ทำอีกต่อไป ยอมรับว่าตัวเองผิด แล้วปล่อยวาง

อย่างนี้เรียกว่าภาชนะคือจิตใจสะอาดพอที่จะทานอาหารใจ และสามารถจะเจริญในจิตภาวนาต่อไป ถ้าหากว่าเราไม่ทำเรื่องศีลเรื่อง ทิฐิให้เรียบร้อย ก็เหมือนภาชนะสกปรก เมื่อจานมันสกปรก แม้จะ เอาอาหารดีขนาดไหนมาใส่บนจานนั้น ก็ต้องสัมผัสกับความสกปรก ของจาน และอาจจะเกิดเชื้อโรค แทนที่อาหารจะสร้างประโยชน์ กลับ มีโทษต่อร่างกาย

ฉะนั้นเราต้องทำจิตใจของเราให้เป็นภาชนะที่สะอาด ด้วยการ ควบคุมดูแลรักษากายวาจาให้ดี และทำทิวิให้ตรง ด้วยการศึกษาคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า แล้วน้อมจิตเข้าหาธรรมะ หลวงพ่อ ท่านเตือนอยู่เสมอว่า อย่าไปน้อมธรรมะมาสู่จิตใจเรา หมายถึงว่า อย่าไปดึงเอาคำสอนของพระพุทธเจ้ามาอ้างเพื่อสนับสนุนความคิดเห็นส่วนตัว แต่ให้เราอ่อนน้อมถ่อมตน น้อมจิตเข้าหาธรรมะ ยอมสละความยึดมั่นถือมั่นต่าง ๆ และปล่อยวางความคิดเห็นที่ขัดกับหลักธรรม ทำภาชนะคือจิตใจของเราให้สะอาด เพื่อเราจะ ได้ปฏิบัติต่อไป



ฉ . ฉิ่ง

ฉิ่งเป็นเครื่องดนตรีให้จังหวะ เราควรต้องมีสิ่งที่จะให้จังหวะในการปฏิบัติเช่นกัน ซึ่งก็คือครูบาอาจารย์หรือกัลยาณมิตร ผู้มีความปกติสม่ำเสมอ เหมือนกับเป็นกระจกส่องให้เราได้เห็นความไม่ปกติของตัวเอง ฉิ่งจะให้จังหวะที่สม่ำเสมอ เช่นเดียวกับความสม่ำเสมอในจิตใจของผู้ที่เจริญโดยธรรม เมื่อมีความสม่ำเสมอปรากฏให้เราเห็น เราก็จะสามารถเห็นความเปลี่ยนแปลงได้ชัดขึ้น

เมื่อพูดถึง ฉ.ฉิ่ง เราจะพูดถึงเรื่องดนตรีบ้างก็ได้ดนตรีเป็นสิ่งต้องห้ามสำหรับพระภิกษุและผู้ถือศีล ๘ แต่สำหรับผู้ถือศีล ๕ นั้นดนตรีไม่ใช่ข้อห้าม เพราะศีล ๕ เป็นศีลหรือเป็นสิกขาบทที่เกี่ยวกับความดีความชั่วโดยตรง ฉะนั้นศีล ๕ ในทางพระพุทธศาสนาจึงมีความคล้ายคลึงกับหลักศีลธรรมในศาสนาอื่น แต่ศีลข้อที่ ๖ ถึง ๘ นั้นมุ่งที่จะช่วยให้เราขัดเกลากิเลส เป็นสิกขาบทที่สนับสนุนการประพฤติปฏิบัติ



ดนตรีให้ความสุขกับชาวโลกไม่ใช่น้อย แต่การให้ความสุขนั้น หากมองในแง่ธรรมะ ก็อาจจะพูดให้ชัดขึ้นว่า ดนตรีช่วยลดความทุกข์ของมนุษย์ได้บ้าง คนในสมัยปัจจุบันมักใช้ดนตรีเป็นเครื่องคลายเครียด อาตมาเพิ่งอ่านเจอว่า มีการเก็บสถิติจากการถามคนทั่วโลกว่า เวลาเครียดเขาคลายเครียดอย่างไร มากกว่าครึ่งบอกว่าฟังดนตรี พออายุได้ใหม่ทำอะไรคืออันดับสอง อันดับสองคือการอาบน้ำ คนใช้การอาบน้ำเพื่อคลายเครียดได้เหมือนกัน แต่อันดับหนึ่งคือการฟังดนตรี

แต่ทางพุทธศาสนาของเรานั้น จะแก้ปัญหาเราต้องแก้ที่ต้นเหตุ ไม่ใช่ด้วยการกล่อมจิตใจหรือพยายามกลบเกลื่อนความทุกข์ด้วยวิธีต่าง ๆ คนส่วนมากมักมีความเครียด แต่แทนที่จะหยุดทบทวนวิถีชีวิต และถามตัวเองว่าเรากำลังทำอะไรอยู่ เราเครียดอย่างนี้เพราะอะไร ทำงานหนักเกินไปหรือเปล่า หรือทำงานแบบไม่รู้จักปล่อยวาง ถ้าเราเริ่มถามอย่างนี้ เราอาจจะต้องยอมรับว่าเราดำเนินชีวิตผิดทางเสียแล้ว ทำงานมากเกินไป เพราะอะไร เพราะอยากได้เงิน ได้เงินมากๆ เพื่ออะไร เพื่อจะได้มีความสุขใช้ใหม่

ถ้าอย่างนั้นก็เท่ากับว่า กำลังทำตัวเองให้เป็นทุกข์เพื่อจะได้เป็นสุข ไข่มุขใหม่ มันซัดกันอยู่ในตัว ทำให้ตัวเองเป็นทุกข์ทุกวันเพื่อหวังความสุข แต่ความสุขที่ปรารถนาหรือที่หวังนั้นก็ยังไม่ได้สักที เหมือนคนวิ่งตามเงาตัวเอง หวังจะได้ความร่มเย็น แต่ถึงจะวิ่งเร็วสักเท่าไร ก็ตามมันไม่ทันสักที

โลกปัจจุบันเจริญด้วยวิธีการต่าง ๆ ที่จะช่วยกล่อมประสาท ให้หนีจากตัวเองหรือลืมความทุกข์ ฉะนั้นเมื่อมีความทุกข์ การลืมหรือกลบเกลื่อนความทุกข์จึงเป็นสิ่งที่กระทำได้ง่าย จนน้อยคนนักที่จะยอมหรือกล้าที่จะเผชิญหน้ากับความทุกข์ พิจารณาและกำหนดรู้ความทุกข์ จึงไม่สามารถพ้นจากทุกข์ได้เสียที ครูบาอาจารย์ท่านเตือนเสมอว่า ถ้าอยากจะพ้นทุกข์ ก็ต้องกล้าเผชิญหน้ากับความทุกข์ ไม่ใช่พ้อครีดยขึ้นมาก็เปิดวิทยุเปิดทีวี จะได้ไม่ต้องคิดอะไรสักพักหนึ่ง เปลี่ยนอารมณ์ เปลี่ยนอิริยาบถ เปลี่ยนได้แต่ไม่ได้แก้อะไรเลย นิสัยต่าง ๆ ที่เป็นเหตุให้จิตใจว่าวุ่นงันมัวก็ยังมีอยู่เหมือนเดิม เมื่อเรายังคงดำเนินชีวิตในลักษณะที่ไม่พอดี ความทุกข์ก็จะต้องปรากฏขึ้นมาใหม่ ไม่ช้าก็เร็ว

ฉะนั้นคนเราจึงชอบฟังดนตรี เพราะมันทำให้มีความสุข สำหรับคนที่ไม่ปฏิบัติและไม่สามารถปล่อยวางความคิด เมื่อฟังดนตรี ปล่อยจิตใจให้เคลิ้มตามเสียงเพลง ก็คิดน้อยลง ก็เลยมีความสุข แต่ความสุขนั้นไม่ได้อยู่ที่ดนตรี ความสุขนั้นอยู่ที่การไม่คิดมากไม่ฟุ้งซ่านมาก แต่คนส่วนใหญ่มักคิดว่า ความสุขอยู่ที่เสียงดนตรี เวลาไปเมืองนอก ชาว

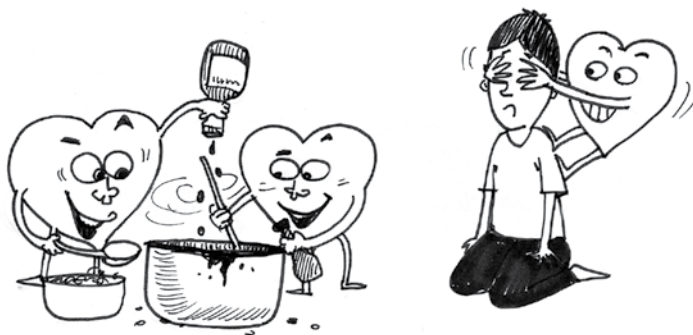


ตะวันตกจะถามเรื่องนี้มาก เช่น ถามว่า ทำไมพระจึงฟังดนตรีเล่นดนตรีไม่ได้ ทำไมต้องรังเกียจดนตรี ไม่เห็นดนตรีจะเป็นเรื่องน่าเกลียดอะไร เขาส่งสารพระมาก เพราะบางคนเชื่อว่า ถ้าไม่มีดนตรีแล้ว เขาจะอยู่ไม่ได้เลย

เมื่อคนเรามีสิ่งใดที่ให้ความสุขแก่ตัวเอง แล้วพยายามวาดภาพหรือจินตนาการชีวิตที่ไม่มีสิ่งนั้น รู้สึกนึกไม่ออกว่าชีวิตจะเป็นอย่างไร คิดได้แต่ว่าคงจะแห้งแล้งเหลือเกิน โดยลืมนึกไปว่า ถ้าเราสละความสุขในสิ่งนี้ เรายังมีโอกาที่จะหาความสุขจากสิ่งอื่น ไม่ใช่สละความสุขอย่างนี้แล้ว จะไม่มีความสุขอื่นเลย ชีวิตของคนเราต้องมีความสุข ขาดความสุขไม่ได้ แม้แต่พระพุทธรูปกรรมฐานผู้ที่อยู่ด้วยความอดทนก็เช่นเดียวกัน ถ้าชีวิตพระไม่มีความสุข ก็คงจะอยู่เป็นพระได้ไม่นาน แต่ความสุขของนักปฏิบัติ ไม่ได้มองเห็นได้ง่าย ๆ เหมือนความสุขของชาวบ้าน ความสุขจากการทำความดี ความสุขจากความไม่ประมาท ความสุขจากการ

ประพตติปฏิบัติเป็นความสุขที่ละเอียด และเมื่อเราตั้งอกตั้งใจปฏิบัติ เราจะเริ่มเห็นว่า การจะได้ความสุขที่ละเอียดนั้น เราต้องยอมสละความสุขที่หยาบเสียก่อน จะเอาความสุขทั้งหยาบทั้งละเอียดไม่ได้ เพราะมันขัดกัน

ดนตรีมีผลต่ออารมณ์ มีผลต่อความรู้สึกปรุงแต่งอารมณ์ต่าง ๆ ความสุขจากการฟังดนตรีมีอยู่ ท่านไม่ได้ปฏิเสธ แต่เราต้องยอมสละความสุขนั้นบ้าง ถ้าต้องการความสุขชั้นละเอียดที่เกิดจากสมาธิภาวนา สำหรับฆราวาส อย่างน้อยในเวลาที่จะตั้งอกตั้งใจปฏิบัติ ก็ควรอยู่แบบเรียบง่ายที่สุด ให้มีสิ่งที่มากระทบและปรุงแต่งจิตน้อยที่สุด



การที่จะเลิกหรือหยุดปรุงแต่งนั้น ไม่ว่าจะเป็นการปรุงแต่งไปในทางบุญหรือทางบาป เราต้องเข้าใจธรรมชาติของการปรุงแต่งว่ามันเป็นอย่างไร ถ้าเราปล่อยจิตไปกับการปรุงแต่ง เราจะมองไม่เห็นการปรุงแต่งของจิต ในขณะที่ปฏิบัติภาวนา เราจึงต้องสร้าง

บรรยากาศให้เรียบง่ายที่สุด เพื่อให้ให้เห็นอารมณ์และการปรุงแต่งได้ชัดเจน สำหรับฆราวาส เมื่อออกจากการปฏิบัติธรรม นอกจากวันพระ ก็ไม่ใช่เรื่องผิดอะไรที่จะฟังดนตรีบ้าง แต่ไม่ใช่ว่าทุกครั้งที่เกิดความเบื่อหรือเกิดเป็นทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่ง ก็ต้องเปิดดนตรีฟังเพื่อจะได้คลายเครียดทุกครั้ง ถ้าเป็นเช่นนั้นก็จะเป็นคนอ่อนแอไม่มีวันสิ้นสุด เพราะเอาแต่หนีจากอารมณ์ตัวเอง

ในฐานะที่เราเป็นนักปฏิบัติ เราต้องรู้ว่าตัวเองกำลังรู้สึกอย่างไร ความรู้สึกนี้มันคืออะไร มันเกิดอย่างไร บางทีเราก็ไม่รู้ใช่ไหม บางทีรู้สึกเศร้าๆ ไม่รู้ว่าเป็นเพราะอะไร พอรู้สึกตัวว่าเศร้าก็ไม่ชอบ ไม่อยากจะเศร้าอย่างนี้ ต้องรีบไปหาอะไรที่จะช่วยทำลายความรู้สึกว่าเศร้า หรือหันไปคิดเรื่องอื่นเสีย นี่ไม่ใช่การปฏิบัติที่ถูกต้อง เมื่อนักปฏิบัติรู้สึกตัวว่าเศร้า ก็ต้องมาดูว่าความเศร้านี้ปรากฏอย่างไร มีอาการทางร่างกายบ้างไหม มีอาการทางจิตอย่างไร ต้องดูเหตุปัจจัยของมัน อะไรคือสิ่งที่สนับสนุนให้อารมณ์นี้คงอยู่ เพราะถ้าไม่มีสิ่งใดสนับสนุน ไม่มีอะไรเป็นอาหารหรือเป็นเชื้อ อารมณ์นี้ก็คงอยู่ไม่ได้ เพราะสิ่งทั้งหลายอยู่ด้วยอาหาร สิ่งทั้งหลายอยู่ด้วยเชื้อ

ฉะนั้น อารมณ์ทั้งหลายทั้งปวงล้วนเป็นบทเรียนบทศึกษาของนักปฏิบัติธรรม เราต้องไม่รังเกียจ ไม่กลัว ไม่ยินดี ไม่ยินร้าย หากพร้อมที่จะรู้เท่าทันและปล่อยวาง เมื่อเกิดความรู้สึกไม่สบาย ไม่ต้องตกใจ ไม่ต้องเสียใจ แต่ให้ดูว่ามันคืออะไร ถ้าเรารีบไปทำอะไร



สักอย่าง ไปเปิดดนตรี เปิดทีวี ไปกินอะไรสักอย่าง ไปซื้อของหรือไป
อะไรก็แล้วแต่ เราก็จะไม่ก้าวหน้าในธรรม

ทุกสิ่งทุกอย่างที่เราได้สัมผัสในชีวิต ท่านให้เราพิจารณา
ว่า เราเกี่ยวข้องกับสิ่งนี้เพื่ออะไร เราได้ทำอะไรบ้างหรือขาดทุน
อะไรบ้าง มันมีคุณมีโทษต่อชีวิตเราอย่างไรบ้าง

การรักษาศีล ศีล ๘ หรือศีลอุโบสถ ย่อมมีอานิสงส์มาก เป็น
โอกาสที่เราจะได้ทดสอบตัวเอง ได้เช็คได้สำรวจความยึดมั่นถือมั่น
ต่างๆ ของเราว่า ทุกวันนี้เรายึดมั่นถือมั่นหรือยึดติดในอะไรบ้าง
เช่น ในวันพระ เราก็ไม่ต้องอ่านหนังสือพิมพ์ ไม่ต้องดูทีวี ไม่ต้อง
แต่งตัว ไม่ต้องแต่งหน้า ไม่ต้องทาครีมอะไรทั้งสิ้น แล้วพิจารณา
ดูว่า แต่ก่อนเคยดูทีวีทุกวัน ฟังดนตรีทุกวัน วันพระไม่ได้ดูไม่ได้ฟัง
เป็นอย่างไร รู้สึกขาดอะไรไหม อึดอัดไหม เป็นทุกข์ไหม การถือศีล
จึงเป็นส่วนหนึ่งของการภาวนา ศีลไม่ใช่เป้าหมายในตัวมันเอง
แต่ถือศีลเพื่อสมาธิ เพื่อปัญญา เพื่อรู้ตัวเอง เพื่อเข้าใจตัวเอง





ช . ช้าง

เรื่องช้างจะมีมากหน่อย เรื่องการฉันอาหาร พระพุทธองค์ให้พระเป็นผู้เลี้ยงง่าย พระองค์ไม่ได้ทรงกำหนดอะไรมากกว่า พระควรจะฉันหรือไม่ควรฉันอะไร ท่านให้เป็นเรื่องของพระแต่ละองค์ตัดสินใจเอาเอง ถ้าพระองค์โตอยากจะฉันเจ ท่านก็ไม่ห้าม พระอยากจะฉันเนื้อสัตว์ ท่านก็ไม่ห้าม ทรงกำหนดเพียง ๒ อย่าง คือ ให้พระเป็นผู้เลี้ยงง่าย และให้รู้จักประมาณในการบริโภค จะฉันอะไรก็แล้วแต่อย่าฉันมากเกินไป ให้ฉันแต่พอดี อย่าไปฉันของแสลง ให้ฉันแต่ของที่ย่อยได้ ไม่ใช่ได้เห็นสิ่งใดอร่อย แม้จะรู้ว่าไม่ถูกต้องกับโรคประจำตัวหรือสังขารของตน แต่ก็อดไม่ได้ อย่างนี้ถือว่าผิด

อย่างไรก็ตาม แม้พระพุทธองค์ทรงถือว่า พระจะฉันเนื้อสัตว์หรือฉันเจเป็นเรื่องส่วนตัว แต่ท่านห้ามพระฉันเนื้อสัตว์ ๑๐ ชนิด ซึ่งถือว่าไม่เหมาะสมที่จะฉัน และเนื้อช้างก็เป็นหนึ่งในนั้น ที่ทรงห้ามเพราะถือว่าสัตว์บางชนิดเป็นสัตว์สูงหรือมีอุปการคุณต่อมนุษย์ สัตว์ป่าบางชนิด เช่น เสือ ถ้าพระฉันแล้วธุดงค์เข้าไปในป่าจะเป็นอันตราย เพราะมันจะมีกลิ่นซึ่งเมื่อเสือได้กลิ่นแล้ว มันจะรู้ว่าคนๆ นี้



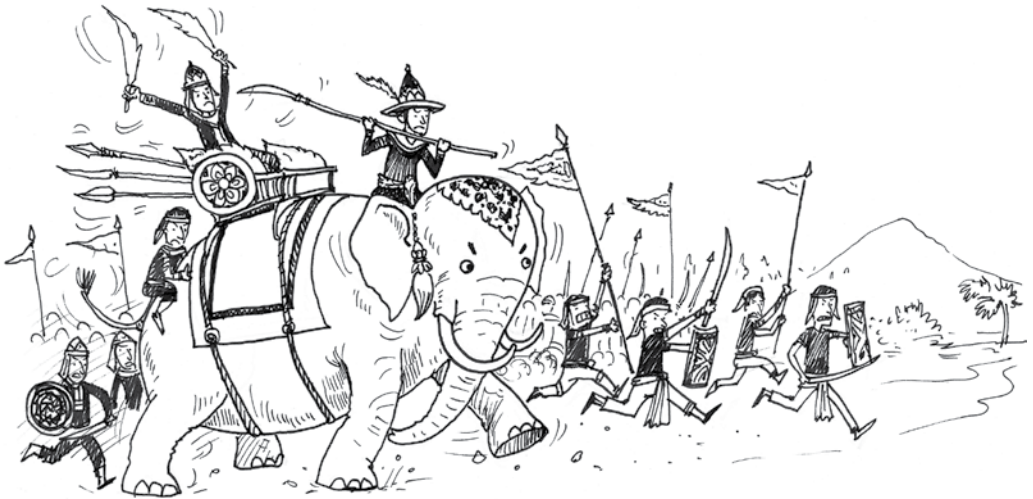
กิณญาติของมัน มันก็ต้องจัดการแก้แค้น ส่วนเนื้อข้างนั้น ท่านไม่ให้ทานเพราะถือว่าเป็นสัตว์สูง ข้างเป็นสัตว์ที่มนุษย์เราประทับใจมากมาตั้งแต่สมัยโบราณ คุณสง่าและมีความน่าเลื่อมใส มีการเปรียบเทียบมนุษย์ที่ได้รับการฝึกฝนอบรมมาดีกับข้างด้วย พระพุทธองค์เองก็ทรงเปรียบเทียบพระอรหันต์กับข้างหลายครั้ง

ญาติโยมหรือผู้ที่เคยเห็นหลวงพ่อชาสมัยที่ท่านยังไม่อาพาธคงจำกันได้ว่า หลวงพ่อท่านเดินเหมือนข้าง มีความสง่าผ่าเผย มีความงามในการเดิน งามมาก จนหลายคนต่างพูดเป็นเสียงเดียวกัน

ว่า ท่านเดินเหมือนช้าง การที่บอกว่าคนเดินเหมือนช้างนี้เป็นคำชมของคนเอเชียหรือคนที่อยู่ในเมืองร้อนที่มีวัฒนธรรมเกี่ยวข้องกับช้างมานานนาน ถ้าเป็นที่อังกฤษ การบอกว่าคนเดินเหมือนช้างจะมีความหมายตรงกันข้าม เวลาพวกฝรั่งตัวหนักๆ เดินเสียงดังอยู่ที่ชั้นบนจนได้ยินมาถึงชั้นล่าง ที่บ้านอาตมาจะว่าเดินเหมือนช้าง ฉะนั้นสัญญาณที่เกี่ยวกับสัตว์ต่างๆ จะต่างกัน ที่อังกฤษไม่มีช้าง มีแต่เฉพาะในสวนสัตว์ สัญญาหรือความคิดความรู้สึกต่อช้างจึงต่างจากคนไทยที่คุ้นเคยกับช้างมาแต่โบราณ ช้างเป็นสัตว์ที่มีอุปการคุณต่อมนุษย์มาก เราใช้ช้างทำงานให้เรามากมาย ช้างเผือกก็เป็นสัตว์ที่ได้รับความเคารพนับถือเพราะถือเป็นสัตว์ที่เป็นมงคล

อาตมาเคยอ่านบันทึกของชาวตะวันตกที่มาค้าขายในเมืองไทย สมัยกรุงศรีอยุธยาว่า เมื่อช้างหลวงตาย พระมหากษัตริย์ในสมัยนั้นซึ่งอาตมาจำไม่ได้ว่าองค์ไหน จัดงานพิธียิ่งใหญ่ เจ้าหน้าที่ผ่าศพของช้างหลวง เปิดท้องซึ่งใหญ่มากออก แล้วนิมนต์พระ ๔ รูปเข้าไปนั่งสวดอภิธรรมทุกวันในตัวช้าง ฝรั่งเห็นว่าแปลก สมัยก่อนช้างได้รับเกียรติมากเพราะถือเป็นสิ่งที่แสดงถึงบารมีของพระมหากษัตริย์

ในพระสูตรมีการเปรียบเทียบพระที่มีความอดทนกับช้าง ท่านว่าช้างหลวง ช้างศึกหรือช้างที่รบเก่งๆ ในสงคราม มีความอดทนต่อรูป คือในสมรภูมिरบ ช้างเห็นข้าศึกศัตรูมากมายก็ไม่พรั่น



ไม่ตกใจกลัว ไม่ท้อแท้ หากยังคงรักษาความเป็นปกติไว้ได้ แล้วยังมี
ความอดทนต่อเสียง ไม่ว่าจะเสียงกลองเสียงสังข์เสียงแตรหรือ
เสียงเครื่องดนตรีของศัตรู ช้างก็ไม่ตกใจกลัว ไม่ย่นระยอ จิตใจยังเป็น
ปกติอยู่ได้

เรื่องของช้างในพระไตรปิฎกก็มีมากมาย เรื่องที่ญาติโยมคง
จำได้ คือ เรื่องช้างชื่อนาฬาคิริซึ่งมีประวัติว่า พระเทวทัตกับพระเจ้า
อชาตศัตรูวางแผนจะฆ่าหรือทำลายพระพุทธเจ้า เพราะพระเทวทัต
อยากจะตั้งตนเป็นพระศาสดา อยากจะเป็นใหญ่ คิดว่าทำอย่างไร
จึงจะทำร้ายพระพุทธเจ้าได้ ในเมืองราชคฤห์ มีช้างที่ตัวใหญ่มาก

และมีชื่อเสียงมากชื่อ นาฬิกาควิรี ในสมัยนั้นเขาจะให้ช่างกินเหล้าซึ่งไม่
แน่ว่าปัจจุบันยังทำกันอยู่หรือเปล่า เหล้านี้เรียกว่า ท้อดดี (Toddy)
ไม่ทราบคนไทยเรียกว่าอะไร ทุกวันนี้ในอินเดียก็ยังมีขายอยู่ เป็นเหล้า
ที่ทำจากมะพร้าว พระเทวทัตให้คนดูแลช่างมอมเหล้านาฬิกาควิรี ให้
กินเหล้ามากกว่าปกติหลายเท่า แล้วปล่อยให้นาฬิกาควิรีวิ่งไปตามถนน
ชาวบ้านพากันวิ่งหนีด้วยความตกใจกลัว

ขณะนั้นพระพุทธองค์กับพระอานนท์กำลังเดินเข้าไป
บิณฑบาตในเมืองราชคฤห์ มีคนวิ่งมากราบทูล นิมนต์ว่าวันนี้ไม่
ต้องเข้าเมืองเพราะอันตรายมาก ช่างนาฬิกาควิรีกำลังอาละวาดอยู่ แต่
พระพุทธองค์และพระอานนท์ก็ยังคงบิณฑบาตตามปกติ เมื่อเข้าไป
ถึงตลาด ช่างนาฬิกาควิรีที่กำลังตกมันก็วิ่งตรงรี่เข้ามาหาสองพระองค์
ทั้งตัวใหญ่ หน้าแดง เม่าเหล้า คุนากลัว่มาก พระอานนท์ซึ่งรัก
พระพุทธเจ้ามากเห็นท่าไม่ดี รีบก้าวออกมายืนบังหน้าพระพุทธเจ้า
ไว้ ถ้าอันตรายมาถึงตัว ท่านก็จะยอมตาย แต่ไม่ยอมให้พระพุทธเจ้า
เป็นอันตราย แต่พระพุทธองค์ก็ไม่ทรงยอม ทรงใช้อิทธิฤทธิ์
ปาฏิหาริย์ ย้ายองค์พระอานนท์ออกจากทาง ขณะนั้นมีผู้หญิง
คนหนึ่งอุ้มลูกวิ่งหนีจนลูกพลัดตก นาฬิกาควิรีกำลังจะเข้าไปกระแทบ
เด็กคนนี้ พระพุทธเจ้าจึงทรงใช้พระเมตตาของพระองค์ แผ่ให้ช่าง
เป็นที่อัศจรรย์ว่าช่างตัวใหญ่นี้หยุดชะงักทันทีแล้วนั่งลงอย่างไม่น่าเชื่อ

ว่าจะเป็นไปได้ ชาวบ้านประทับใจมาก วิ่งออกมาจากบ้าน เอาเครื่อง
ประดับต่างๆ มาใส่ให้นาฬาคิริจนท่วมตัว แล้วตั้งชื่อใหม่ว่าทะนะ
ปาละ หรือผู้รักษาทรัพย์สินของชาวบ้าน เรียกว่าเมตตัม พุสเสกะวิธินา
ชิตะวา มุนินโท ตันเตชะสา ภาวะตุเต ชะยะมังคะลัง เป็นชัยมงคล
ของพระพุทธองค์ข้อหนึ่ง ที่พระเราสวดในบทพาหุงฯ



มีพุทธพจน์บทหนึ่งกล่าวถึงกุศลธรรมหรือคุณธรรมทั้งหลาย ท่านเปรียบเทียบกับรอยเท้าสัตว์ ท่านว่าในบรรดาสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงที่อยู่ในป่า สัตว์ที่ใหญ่ที่สุดคือช้าง และรอยเท้าสัตว์ที่ใหญ่ที่สุดในป่าก็คือรอยเท้าของช้าง ท่านเปรียบรอยเท้าช้างนั้นกับความไม่ประมาท และคุณธรรมทั้งหลายทั้งปวงล้วนแต่เข้าไปอยู่ในกรอบของความไม่ประมาท เหมือนกับที่รอยเท้าของสัตว์อื่นๆ ทั้งหลายทั้งปวงสามารถหาบอยู่ในรอยเท้าช้างได้ พระพุทธองค์ทรงให้ความสำคัญกับความไม่ประมาทมาก คำว่าไม่ประมาทนั้น ที่จริงตามรากศัพท์ มาทเหมือนคำว่ามาทะแปลว่าเมา ไม่ประมาทคือไม่เมา ไม่เมาก็คือมีสติ ความไม่ประมาทจึงหมายถึง การอยู่ด้วยสติ อยู่ด้วยความรู้ตัวทั่วพร้อม รู้ว่าตัวเองกำลังทำอะไร เพื่ออะไร ท่านว่าถ้าคนเราอยู่ด้วยความไม่ประมาทแล้ว กิเลสจะต้องลดน้อยลงไปเป็นธรรมดา กิเลสจะเพิ่มขึ้นไม่ได้ เพราะไม่มีช่องที่มันจะเข้าไปครอบงำจิตใจ ผู้ที่อยู่ด้วยความไม่ประมาท เหมือนอยู่ในใกล้ชิดพระนิพพานย่อมมีแต่จะเจริญก้าวหน้าในธรรมยิ่ง ๆ ขึ้นไป

พวกเราทั้งหลายพร้อมที่จะประมาทอยู่ตลอดเวลา เพราะเรามักจะตื่นตัวเฉพาะเวลาที่เจอสิ่งแปลกใหม่ ตราบใดที่เรายังมีความรู้สึกว่าง สิ่งนี้ยังใหม่อยู่ เราก็จะระวัง จะช่างสังเกต และจะเรียนรู้ แต่เมื่อเวลาผ่านไป เราก็จะเกิดความเคยชิน ถ้าเคยชินนี้เรียกว่าประมาท

.... 3 เดือนต่อมา



เหมือนคนที่ไปต่างประเทศ ทุกสิ่งทุกอย่างแปลกหูแปลกตาไปหมด ก็จะต้องใจสังเกตสิ่งรอบตัวมาก เพราะไม่เคยเห็นมาก่อน จะสังเกต เห็นอะไรหลาย ๆ อย่าง แต่เมื่อเราอยู่ในบ้านเราเอง ก็มักจะไม่ค่อย รู้สึกรู้สึอะไรกับสิ่งแวดล้อมที่เห็นอยู่ทุกวัน ๆ นี้เรียกว่าประมาท หรือ ความลั้มนั่นในครอบครัวเราก็เช่นเดียวกัน อยู่ด้วยกันนาน ๆ เราก็ จะประมาทต่อกัน เมื่อเจอกันใหม่ ๆ รักกันใหม่ ๆ เราก็รู้สึกชื่นชมใน ความดีความน่ารักของเขา รู้สึกว่าเขาดีมากๆ แต่พออยู่ด้วยกันนาน ๆ ก็รู้สึกชิน เพราะเห็นกันทุกวัน ไม่มีอะไรแปลก นี้เรียกว่าประมาท ต่อกัน แล้วคนเรามักจะประมาทในข้อดีของคนอื่นได้ง่ายกว่าข้อ เสียของเขาใช่ไหม ลองสังเกตดูว่า อยู่กันนาน ๆ ไป สิ่งดี ๆ ของเขา เรา รู้สึกชิน แต่นิสัยของเขาที่ระคายเคืองความรู้สึก เรากลับไม่ยอมชิน

ยังงงๆ ก็ยิ่งรำคาญเหมือนเดิม หรือบ่อยครั้งที่ความไม่พอใจอาจ
จะเพิ่มขึ้นด้วยซ้ำไป เพราะว่าตอนแรกๆ เราก็พอใจที่จะมองข้าม
สิ่งนั้น แต่เมื่ออยู่ด้วยกันไปนานๆ ก็จะเริ่มรู้สึกไม่พอใจมากขึ้นๆ
นี่คือความประมาทในการอยู่ร่วมกันเป็นครอบครัว

นอกจากนี้ บางครั้งความรู้สึกเคยชินกับสภาพแวดล้อม
ในหมู่บ้านที่เราอาศัยอยู่ อาจจะทำให้คนบางคนรู้สึกเบื่อ อยากจะให้
มีการเปลี่ยนแปลงใหม่ โดยที่เราอาจจะประมาทในสิ่งดีๆ ที่มีอยู่ก็ได้
ลูกสมัยใหม่มักจะประมาทพ่อแม่มาก เพราะถือว่าสิ่งดีๆ ที่พ่อแม่
ทำให้ เป็นหน้าที่ที่พ่อแม่มีต่อลูก เขาเป็นพ่อเป็นแม่ เขาก็ต้องทำ
อย่างนี้ คนรุ่นใหม่จะคิดอย่างนี้กันมาก อาตมาว่า นี่คือความประมาท

เมื่อบางสิ่งบางอย่างเกิดขึ้นใหม่ๆ บางครั้งเรามองว่าเป็นปัญหา
เล็กปัญหาน้อย เราจึงมองข้าม ไม่คิดแก้ไขเพราะคิดว่า เตี้ยวมันก็จะ
หายไปเอง เตี้ยวมันก็จะหมดไปเอง ไม่ต้องไปยุ่งกับมันจะดีกว่า แต่
แทนที่ปัญหาจะหายไปเอง มันกลับกำเริบเลิບสถาน เรื่องเล็กเรื่อง
น้อยกลายเป็นเรื่องใหญ่ เรื่องที่น่าจะแก้ไขได้ง่ายกลับกลายเป็นเรื่องที่
แก้ยาก เราได้เห็นตัวอย่างบ่อยๆ ไม่ว่าจะปัญหาสังคมหรือปัญหา
ในวัด นั่นเป็นเพราะเราประมาท ปัจฉิมโอวาทของพระพุทธเจ้าคือ
อะไร “จงเร่งทำความเพียรให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาทเถิด”
เห็นหรือไม่ว่าพระพุทธองค์ทรงให้ความสำคัญอย่างยิ่งกับคำๆ นี้

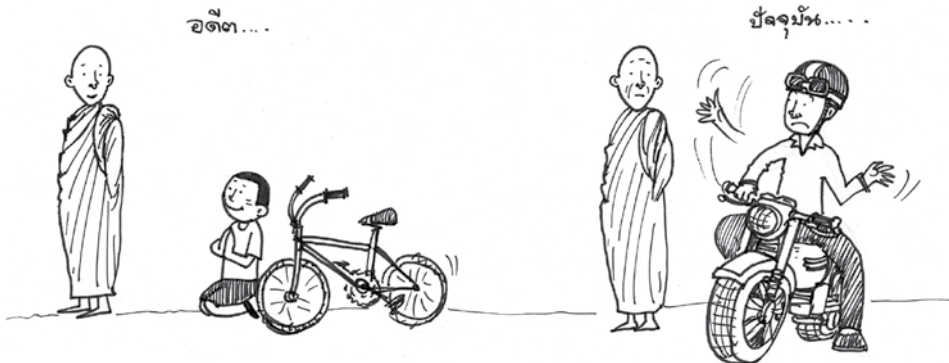
ความไม่ประมาท คือ มีความลึ้มหลึ้มตาอยู่ตลอดเวลา ไม่ใช่จะต้องเป็นของใหม่หรือของแปลกประหลาดมันจึงจะตื่นตัว แต่ฝึกให้เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานกับทุกสิ่งทุกอย่าง แม้จะอยู่กับคนปกติธรรมดาก็ยังตื่นอยู่ ไม่ใช่ว่าอยู่กับสิ่งใดนานๆ ก็เหมือนหลับหรือหลับใหล เมื่อคนมีความทุกข์แล้วต้องการที่พึ่ง ก็จะไปหาพระ แต่พอความทุกข์นั้นบรรเทาลงไปบ้าง ก็ลึ้มพระไปเลย นี่เรียกว่าประมาท ความประมาทมีมากมายหลายรูปแบบ คนสมัยนี้กำลังทำลายธรรมชาติสิ่งแวดล้อมมาก แล้วยังประมาทด้วยการคิดว่าไม่เป็นไร เพราะเดี๋ยวนักวิทยาศาสตร์เก่งๆ ก็จะสามารถผลิตเทคโนโลยีใหม่ๆ ขึ้นมาแก้ปัญหาได้ทัน คือมีความเชื่อองมงายว่า นักวิทยาศาสตร์สามารถแก้ปัญหาของมนุษย์ได้ทุกอย่าง เพราะฉะนั้นถึงเราจะใช้ทรัพยากรธรรมชาติอย่างฟุ่มเฟือยไปเรื่อยๆ ก็ไม่เป็นไร เดี่ยวนักวิทยาศาสตร์เขาจะคิดวิธีแก้ได้ นี่คือการประมาท

ความไม่ประมาท คือ การรับผิดชอบสิ่งที่ตัวเองทำ โดยไม่เข้าข้างตัวเอง มีความรับผิดชอบ มีการคำนึงถึงผลที่จะเกิดขึ้นจากการกระทำ ทั้งผลต่อคุณภาพชีวิตของตัวเอง ผลต่อคนรอบข้าง ผลต่อสังคม แม้แต่ผลต่อคนที่ยังไม่เกิดด้วย พระอรหันต์เป็นผู้ที่มีคุณธรรมในเรื่องที่ว่า ไม่ว่าจะทำอะไร ท่านจะคำนึงถึงอนุชนรุ่นหลัง พระมหากัสสปะ แม้จะอายุมากแล้วก็ตามท่านยังถือธุดงค์วัตรอย่างเคร่งครัด ไม่ยอมมเลิกละทิ้งๆ ที่ท่านบรรลุเป็น



พระอรหันต์แล้ว จิตใจของท่านเป็นจิตใจที่ไม่แปดเปื้อนและไม่เสื่อม ท่านไม่จำเป็นต้องทรมานกิเลส เพราะกิเลสมันตายไปนานแล้ว ท่านจบการศึกษาแล้ว จะอยู่อย่างสบายๆ ก็ได้ แต่ทำไมท่านจึงยังรักษา อดุงควัตรอย่างเคร่งครัดทุกข้อ ท่านว่าท่านต้องการให้เป็นตัวอย่าง ที่ดีแก่นุชนพระรุ่นหลัง เพราะถ้าพระผู้ใหญ่พากันเลิกข้อวัตรปฏิบัติทั้งหลาย หลังจากการปฏิบัติประสบความสำเร็จแล้ว มาอยู่แบบ สะดวกสบาย ท่านเกรงว่า จะทำให้คนเข้าใจว่า การอยู่แบบสุขสบาย เป็นผลพลอยได้หรือเป็นเป้าหมายของการปฏิบัติ

ถ้าปฏิบัติไปถึงขั้นนั้นขั้นนี้แล้วสามารถอยู่สบายๆ ได้ จะกลายเป็นว่า อยากบรรลุเพื่อจะได้สบาย หรือ บางท่านอาจหลงตัวเองว่า บรรลุแล้ว ก็เลยละข้อวัตรปฏิบัติทุกอย่าง อ้างว่าไม่จำเป็นแล้ว ตัวเองหมดกิเลสแล้ว ไม่ต้องทรมานฝึกตัวเองอีกต่อไป ฉะนั้น เพื่อเป็นการป้องกันเรื่องเหล่านี้ หลังบรรลุธรรมแล้ว พระอรหันต์ก็ยังคงรักษา ข้อวัตรปฏิบัติไว้อย่างเข้มงวดกวดขันเหมือนแต่ก่อน ทั้งๆ ที่ท่านไม่จำเป็นต้องทำเช่นนั้น แต่ท่านทำเพื่อเป็นตัวอย่างที่ดี นี่คือความเมตตาและความไม่ประมาทของพระอรหันต์ ท่านสงสารและหวังดี ต่อเพื่อนมนุษย์ โดยเฉพาะเพื่อนมนุษย์ที่ยังไม่เกิด ฉะนั้นเราควรจะเอาพระอรหันต์เป็นแบบอย่าง ไม่ว่าเราทำอะไร เราต้องคิดถึงผลที่จะเกิดขึ้นในอนาคตด้วย



วัฒนธรรมของเราไม่ใช่ของตายตัว มันเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ถ้าเราไม่รักษาหลักการเอาไว้ มันก็จะเสื่อมได้ อาตมาสังเกตว่า ทุกวันนี้วัฒนธรรมของหมู่บ้านเราหลายอย่างเสื่อมไป เด็กวัยรุ่นเห็นพระ แค่ว่าไหว้ก็ยังไม่ไหว้เลย ซึ่งสมัยก่อนไม่ได้เป็นอย่างนี้ ตอนอาตมามาใหม่ๆ ชาวบ้านแม่จะเป็นเด็กวัยรุ่นก็ตาม ถ้าถีบจักรยานอยู่ เมื่อเห็นพระ ก็จะลงจากจักรยานมานั่งลงแล้วไหว้ ทุกคนเห็นพระเดินผ่านก็นั่งลงไหว้ ทุกวันนี้ไม่สนใจเลย จึงไม่แตกต่างอะไรจากกรุงเทพหรือต่างประเทศ แล้วมันเป็นความผิดของใคร พวกเราผู้ที่มีศรัทธาแล้ว เข้าใจในเรื่องบุญที่เกิดจากการแสดงความเคารพต่อผู้ที่ควรเคารพ แต่ถ้าเราไม่เห็นสอนลูกสอนหลาน ไม่อธิบายเหตุผลให้ลูกให้หลานฟัง เขาก็จะไม่มีความรู้ลึกรู้สม บางคนต้องเริ่มต้นจากการปลูกฝังด้านใน ให้เกิดศรัทธา มีความเคารพแล้ว จึงนำไปสู่การแสดงออกทางด้านนอก ซึ่งจะดีที่สุด แต่สำหรับหลายๆ คนที่ยังเข้าไม่ถึงด้านใน ก็ต้องเริ่มจากด้านนอกก่อน ก็สอนให้แสดงความ



เคารพทางกายทางวาจาก่อน เพื่อเป็นฐานให้ค่อยๆ ซึมซับเข้ามาถึงจิตใจ เราก็จะสามารถรักษาความมั่งคั่งของสังคมเราไว้ได้

พระพุทธองค์ทรงสอนว่า **ผู้ที่เคารพและแสดงความเคารพต่อผู้ใหญ่ ผู้นั้นย่อมได้บุญ** ฉะนั้นถ้าเราต้องการให้ตัวเราเองได้บุญ ต้องการให้ลูกให้หลานได้บุญ ก็ต้องมีสัมมาคารวะ อันเป็นเอกลักษณ์ของสังคมไทยโดยเฉพาะสังคมอีสานของเรามาจนนานแล้ว แต่ทุกวันนี้ชักจะเลอะเลือนจนเกือบจะหมดไปเสียแล้ว ท่านจึงต้องการให้เราไม่ประมาทในเรื่องนี้ อย่าได้ปล่อยปละละเลย เพราะวัฒนธรรมที่ดีงามมันเปลี่ยนไปได้ ความรู้สึกนึกคิดของคนย่อมเปลี่ยนได้ ถ้าเราไม่สนใจรักษาไว้ให้ดี

ความไม่ประมาทเป็นคุณธรรมที่พระพุทธองค์ทรงยกย่องมาก อยากให้เราทุกคนพิจารณาในเรื่องนี้ ความไม่ประมาทเป็นอมตะธรรม คือเป็นธรรมสู่ความไม่ตาย ส่วนความประมาทเป็นทางไปสู่ความตาย คนที่ไม่ประมาทเหมือนคนไม่ตาย คนที่ประมาทเหมือนคนที่ตายแล้ว เมื่อประมาทแล้ว ก็จะไม่คิดไม่ทำอะไร ๆ ที่สร้างสรรค์ ไม่ได้ทำอะไรที่เป็นประโยชน์แก่ใครเลย ชีวิตไม่มีคุณค่าอะไร ไม่ต่างจากคนที่ตายแล้ว

เนื่องจากคนไทยมีความสัมพันธ์กับช้างมาก จึงมีศัพท์มีสำนวนเกี่ยวกับช้างมากมาย เช่น **ฆ่าช้างเอางา** คือ ทำลายสิ่งที่มีคุณค่าด้วยความโลภ เพื่อจะได้กำไรเพียงนิดเดียว เรื่องทำนองนี้มีให้

เห็นมากมายในสังคมปัจจุบัน หรืออย่างที่กล่าวถึงทรัพยากรธรรมชาติ การพัฒนาประเทศชาติแบบทุนนิยมหรือแบบอุตสาหกรรม นำมาสู่การทำลายธรรมชาติสิ่งแวดล้อมและทำลายประเทศ เพื่อสร้างกำไรให้แก่คนกลุ่มน้อยไม่กี่คนหรืออาจจะคนกลุ่มเดียวก็เป็นได้ โดยที่คนส่วนใหญ่ไม่ได้ประโยชน์หรืออาจจะสูญเสียด้วย เรียกว่าฆ่าช้างเอางาโดยแท้

นอกจากนี้ยังมีคำพังเพยที่ว่า ช้างสาร ฆูเห่า ช้าเก๋า เมียรักไว้ใจไม่ได้ อาตมาว่าควรจะรวมถึงผัวรักด้วย ไม่ใช่เมียรักอย่างเดียว ช้างสารตัวใหญ่กับฆูเห่านี้ ทุกคนคงกลัวอยู่แล้ว แต่ช้าเก๋ากับเมียรักหรือผัวรัก คนคงคิดว่าจะประมาทได้ ช้าเก๋าคือทาสเก่าคนรับใช้เก่า ซึ่งจะแปรพักตร์หรือทรยศเมื่อไหร่ก็ได้ เมียรักผัวรักก็เช่นเดียวกัน ถ้าลงว่าไม่มีศีลธรรมไม่มีความจงรักภักดี ก็ยอมแปรเปลี่ยนเป็นอื่นได้ จึงต้องระมัดระวังไว้ให้ดี

โบราณว่า เห็นช้างขี้ อย่าไปขี้ตามช้าง คือให้รู้จักความพอดี รู้จักความสามารถของตัวเอง อย่าไปดูคนอื่นที่เก่งกว่าเราหรือมีฐานะดีกว่าเรา แล้วคิดว่าเราจะทำแบบเขาทุกอย่าง เรารู้ของเราอยู่ ไม่ต้องไปเปรียบเทียบกับคนอื่น รู้ความพอดีของตัวเอง ถ้าเรามีความสันโดษ มีความพอใจกับสิ่งที่มีอยู่ จิตใจของเราจะมีเวลาที่จะคิดในทางที่เป็นประโยชน์ แต่ถ้าเราเอาแต่มองคนอื่นที่มีมากกว่าเรา หรือสูงส่งกว่าเรา แล้วมัวแต่คิดหมกมุ่นว่า ทำอย่างไร





จึงจะได้เหมือนเขาหรือจะได้มากกว่าเขา แล้วเกิดความไม่พอใจกับ
สิ่งที่ตนมีอยู่ จิตใจว่าุ่นเต็มไปด้วยความคิดที่เป็นอกุศล ถ้าเรารู้จัก
ทำใจให้พอใจกับสิ่งที่ตัวเองได้มาด้วยความซื่อสัตย์สุจริตแล้ว จึงจะ
นับว่าใช้ได้ พออยู่พอกิน ค่อยเป็นค่อยไป จิตใจเราก็จะสว่างขึ้นมา
มีเวลาที่จะไปคิดในทางที่เป็นบุญเป็นกุศล ประหยัดเวลา ประหยัด
แรงความคิด ประหยัดร่างกาย แรงวาจา แรงใจ เมื่อประหยัดแล้ว เรา
ก็จะมีแรงมีกำลังที่จะสร้างคุณงามความดี ฉะนั้นเห็นเขาทำอะไร
เขามีอะไร ก็ไม่ต้องไปสนใจเขามาก ให้สนใจแต่คุณภาพชีวิต
ของเรา คุณภาพชีวิตที่ไม่ได้อยู่ที่วัตถุ หากอยู่ที่จิตใจ ใจที่เต็ม
ไปด้วยกิเลส พอใจที่จะสั่งสมวัตถุ ย่อมเป็นพิษเป็นภัยแก่เราได้
หากมีกิเลสน้อยและอยู่อย่างเรียบง่าย จิตใจจะมีโอกาสก้าวหน้า
ในธรรม



ณ . หญิง

ในสมัยพุทธกาลมีผู้หญิงที่เก่งเป็นจำนวนมาก อาตมาจะเล่าเรื่องหญิงเก่ง ๒ คน คือ นางสามาวดี และ นางขุขุตตรา ในพระไตรปิฎก มีพระสูตรเพียงเล่มเดียวที่ไม่ได้เริ่มต้นด้วยคำว่า “เอวัมเมสุตัง” ซึ่งเป็นคำกล่าวของพระอานนท์ พระไตรปิฎกเล่มนี้ไม่ได้มาจากความทรงจำอันยอดเยี่ยมของพระอานนท์ หากเป็นบันทึกจากความทรงจำของหญิงชาวบ้านธรรมดาคนหนึ่ง ชื่อ ขุขุตตรา ซึ่งทำงานรับใช้เจ้านายผู้มีนามว่า สามาวดี

สามาวดีอยู่กับพ่อแม่ในชนบท เมื่อเกิดโรคระบาดจึงได้อพยพเข้าเมืองใหญ่ คือเมืองโกสัมพี ต้องอุปถัมภ์จากคุณพ่อคุณแม่เงินทองก็ไม่มี จึงต้องไปขออาหารที่โรงทานซึ่งมี มิตตะ เป็นผู้บริหารโรงทานนี้แจกอาหารให้กับคนที่ไม่ีอาหารกิน แต่การบริหารงานไม่ค่อยมีระเบียบสักเท่าไร วันแรกสามาวดีเข้าไปขออาหาร ๓ ส่วน มิตตะก็ไม่ว่าอะไร วันที่ ๒ ไปขอ ๒ ส่วน วันที่ ๓ ไปขอเพียงส่วนเดียว มิตตะถามนางว่า รู้จักประมาณแล้วหรือ เพราะเขามองคนในแง่ร้ายคิดว่าวันแรกสามาวดีขออาหารปริมาณมาก แล้วก็ทานไม่หมด วันที่ ๒ ยังคงตะกละอยู่ ก็เลยยังขอมากกว่าที่ควร จนวันที่ ๓

ถึงรู้จักขอเท่าที่พอดี สามาวดีจึงบอกว่า วันแรกเรามีกัน ๓ คนพ่อแม่ ลูก แต่คุณพ่อตายในวันแรกนั้น เหลืออยู่สองคนแม่ลูก เมื่อวานจึง มาขออาหารเพียง ๒ ส่วน แล้วคุณแม่เสียชีวิตเมื่อคืนนี้ วันนี้จึงเหลือแต่ ตนคนเดียว มิตตะฟังแล้วเสียใจมากที่ปากไม่ดี มองคนอื่นในแวงร้าย เลยขอรับเลี้ยงสามาวดีเป็นลูกสาวแล้วให้เข้ามาอยู่ในบ้าน

สามาวดีเป็นคนมีความสามารถหลายอย่าง นอกจากเป็นคน หน้าตาดีแล้ว ยังเป็นคนน่ารักและเรียบร้อย เป็นผู้บริหารที่ เก่งด้วย จึงได้ช่วยมิตตะดูแลโรงงาน ในไม่ช้าการบริหารโรงงานก็ มีระเบียบเรียบร้อยราบรื่น การแจกอาหารก็เป็นระเบียบ เจียบสงบ ไม่มีใครพูดใครจา กลายเป็นที่รำลึกกล่าวขานกันทั่ว อำมาตย์ที่อยู่ใน วังชื่อ ไชยสกะได้ยินคำรำลือนี่จึงแวะไปดูโรงงาน เขาเกิดประทับใจเมื่อเห็นสามาวดี รู้สึกรักและอยากจะทำเป็นลูกสาว จึงขอ สามาวดีจากมิตตะ มิตตะเองก็ทุกข์ใจ ไม่อยากจะให้ไชยสกะเอา สามาวดีไป เพราะรักสามาวดีเสมือนเป็นลูกสาวจริงๆ แต่มิตตะ เป็นผู้มีเมตตา ชื่อมิตตะก็หมายถึงผู้มีเมตตา แม้จะเสียชีวิต ลูกสาวมาก แต่เขาก็ต้องการให้ลูกมีความสุข เขาคิดว่าถ้าไป อยู่กับไชยสกะ ซึ่งอยู่ในตระกูลสูง สามาวดีจะมีอนาคตที่ดีกว่า นอกจากนี้ สามาวดีมีเอกลักษณ์ที่เป็นผู้มีเมตตามาก ไม่ว่าจะไปที่ไหน ก็จะเป็นที่รักของผู้พบเห็น มิตตะจึงตกลงยกสามาวดีให้ ไชยสกะ

เมื่อโหมสกะได้เลี้ยงดูสามาวดี เขาได้เห็นนิสัยดี ๆ ของลูกสาว เขาจึงยิ่งรักและเมตตาสามาวดี

วันหนึ่งพระราชาก็ออทเนนได้เห็นสามาวดี ทอดแรกของพระเนตร นี้ราชาศัพท์แบบอาตมา พระองค์เกิดความรักแบบว่า love at first sight คราวนี้ไม่ต้องการขอเป็นลูกสาว แต่พระองค์ต้องการได้สามาวดีเป็นภรรยา เป็นความรักคนละแบบ โหมสกะก็ไม่ยอมยกให้เพราะเสียดายลูกสาว พระเจ้าอุเทนเป็นพระราชาก็ใจร้อนและซีโกธร เมื่อไม่ได้สิ่งที่อยากได้ก็โกรธ จึงสั่งเนรเทศโหมสกะ โดยไม่ให้ลูกสาวติดตามไปด้วย จะยึดทรัพย์และทำทุกสิ่งทุกอย่างด้วยความโกรธเพื่อให้โหมสกะเจ็บใจ สามาวดีสงสารพ่อโหมสกะ จึงบอกว่าสมัครใจจะเป็นภรรยาของพระเจ้าอุเทน เมื่อพระเจ้าอุเทนได้สามาวดีเป็นภรรยา ก็ยกโทษให้โหมสกะและให้กลับมารับตำแหน่งเดิม



สามาวดีเป็นภรรยาที่ ๓ ของพระเจ้าอุเทน ภรรยาเดิม ๒ องค์ พระเจ้าอุเทนไม่ค่อยรักสักเท่าไร โดยเฉพาะองค์ที่ ๒ ที่ชื่อ มาคันทิยา ซึ่งเป็นคนไม่ดี เกลียดชังพระพุทธศาสนามาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งเกลียดชังพระพุทธเจ้า เพราะเดิมนั้นคุณพ่อคุณแม่ของมาคันทิยาต้องการจะยกลูกสาวที่ตนเห็นว่าสวยที่สุดในประเทศให้พระพุทธเจ้า โดยที่ไม่เข้าใจเรื่องวินัยสงฆ์ เขาเห็นว่าพระพุทธเจ้าเป็นผู้ใหญ่ที่ผู้คนเคารพนับถือกันมาก ใครๆ ล้วนกล่าวถึง จึงต้องการยกลูกสาวให้ท่าน พระพุทธองค์ไม่ทรงยอมรับ แล้วทรงกล่าวถึงความน่าเกลียดความสกปรกของร่างกาย ทรงสั่งสอนเรื่องอสุภะอสุภัง ส่งผลให้พ่อแม่ของมาคันทิยาบรรลुธรรมเป็นอนาคามี ส่วนลูกสาวกลับบรรลुความน้อยใจเป็นอย่างยิ่ง ไม่ได้บรรลुธรรม หากบรรลुธรรม เธอโกรธเกลียดและอคติผูกพยาบาทต่อพระพุทธเจ้าและพระพุทธศาสนามาก ด้วยความที่เธอหน้าตาดี ต่อมาจึงได้เป็นภรรยาองค์ที่ ๒ ของพระเจ้าอุเทน

เมื่อแรกที่พระเจ้าอุเทนมีภรรยาคนใหม่นั้น นางมาคันทิยาก็ยังไม่ได้คิดอะไร ถือว่าเป็นเรื่องธรรมดา สามาวดีมีคนรับใช้อยู่คนหนึ่งคือนางขุขุตตรา ซึ่งมีหน้าที่ไปซื้อดอกไม้ที่ตลาดทุกวันโดยสามาวดีให้เงินไปวันละ ๘ กหาปณะ ขุขุตตราเห็นว่าสามาวดีไม่รู้ราคาดอกไม้ จึงซื้อดอกไม้แค่ ๔ กหาปณะ เก็บอีก ๔ กหาปณะไว้ใช้ส่วนตัว แล้วหลอกเจ้านายว่าจ่ายค่าดอกไม้ทั้ง ๘ กหาปณะ

ซึ่งเป็นการโกหก ผิดทั้งศีลข้อ ๒ และข้อ ๔ วันหนึ่งเจ้าของร้านดอกไม้บอกชูชชุดตราบว่า วันนี้ที่บ้านมีงานทำบุญเลี้ยงพระ ได้นิมนต์พระพุทธรูปเจ้ามารับอาหารในร้าน ขอเชิญชูชชุดตราบมาฟังเทศน์ด้วยชูชชุดตราบก็รับคำเชิญ เมื่อได้เห็นพระพุทธรูปเจ้าและพระสาวกชูชชุดตราบก็เกิดความเลื่อมใส และเมื่อได้ฟังพระพุทธรูปโอวาท ก็บรรลุปะเป็นพระโสดาบัน พวกเราสังเกตอะไรไหม ผู้ถือศีลไม่บริสุทธิ์ ชาติทั้งข้อ ๒ และข้อ ๔ ยังมีบุญบารมีเพียงพอที่จะบรรลุปะโสดาบันได้ เพราะฉะนั้น พวกเราทั้งหลายซึ่งเคยผิดพลาดบ้าง เคยผิดศีลบ้าง ถือว่ายังมีหวังที่จะบรรลุปะธรรม เพียงแต่อย่าได้ทำผิดอีกต่อไป

พระโสดาบันมีคุณธรรมข้อหนึ่งคือมีศีลเป็นที่พอใจของพระอรียเจ้า ท่านอาจจะยังผิดศีลข้อปลีกย่อยได้ แต่พระโสดาบันจะไม่ปิดบังอำพรางความผิดของตน นี่เป็นความแตกต่างที่ชัดเจนมาก เมื่อชูชชุดตราบบรรลุปะเป็นโสดาบันแล้ว เมื่อกลับเข้าวังทุกคนสังเกตเห็นความผ่องใสของเธอ เธอเข้าไปกราบสามาวดี แล้วสารภาพว่าดอกไม้ที่ซื้อทุกวันจริงราคาแค่ ๔ กหาปณะ ส่วนอีก ๔ กหาปณะนั้นนางเก็บไว้ใช้เอง เป็นเช่นนี้ทุกวัน อาตมาเชื่อว่าเงินที่เก็บไว้ นั้นนางคงจะส่งไปช่วยคุณพ่อคุณแม่ที่บ้าน ในคัมภีร์ไม่ได้บอกไว้นะ แต่อาตมาสันนิษฐานเองจากประสบการณ์ที่มีในเมืองไทยปัจจุบัน

เมื่อชูชชุดตราบได้เล่าเรื่องราวให้สามาวดีฟัง สามาวดีก็เกิดความเลื่อมใสศรัทธาและสนใจมาก แต่สามาวดีไม่สามารถออก

นอกวังเพราะผิดระเบียบประเพณี จึงตกลงให้ชุชุตตราไปวัดเพื่อฟังพระธรรมเทศนาจากพระพุทธเจ้าทุกวัน แล้วให้จำทุกคำที่ท่านเทศน์เพื่อนำกลับมาถ่ายทอด จึงกลายเป็นธรรมเนียมที่ชุชุตตราจะเข้าวัดทุกวัน ซึ่งในปีนั้นพระพุทธเจ้าทรงจำพรรษาอยู่โกสัมพีเมื่อกลับมาที่วัง ทั้งๆ ที่เป็นเพียงคนรับใช้ แต่ชุชุตตราก็ได้รับเกียรติให้นั่งในที่สูงเพื่อเป็นการให้เกียรติพระธรรม ต่อมาได้มีการนิมนต์พระอานนท์เข้ามาเทศน์ในวัง เมื่อนางสามาวดีได้ฟังธรรมจากพระอานนท์ นางก็บรรลुโสตาบัน ตลอดจนคนอื่นๆ ในวังก็ได้ทะยอยบรรลุธรรมกันถ้วนหน้า

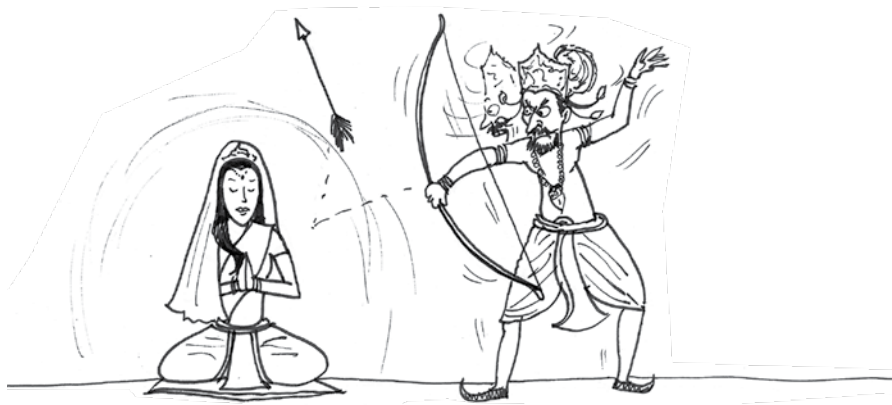


มีเพียงผู้เดียวที่ได้ฟังธรรมแต่ไม่สามารถบรรลุธรรมได้ คือ มาคันทิยา ซึ่งแต่แรกยังไม่ได้คิดร้ายต่อสามาวดี หากบัดนี้เริ่มจะมีอคติเสียแล้ว นอกจากสามาวดีจะเป็นภรรยาที่พระเจ้าอุเทนทำท่าว่าจะรักมากกว่าคนอื่นแล้ว นางยังเป็นลูกศิษย์พระพุทธเจ้าด้วย

แล้วยังพาให้คนอื่นไปหลงพระพุทธรูปเจ้าด้วย มาค้นதியာไม่ได้มองว่าเป็นความเลื่อมใส หากเห็นว่าเป็นความหลง จึงเริ่มคิดวางแผนจะทำลายสามาวดี โดยพูดคุยกับพระเจ้าอุเทนทำเป็นห่วงว่า คนที่หน้าตาดีและท่าทางมีเมตตา แต่ลึกๆ แล้วอาจจะไม่เป็นอย่างที่เห็น สามาวดีอาจจะคิดร้ายกับพระองค์ก็ได้ นางพยายามพูดให้พระเจ้าอุเทนเกิดระแวงหรือรังเกียจสามาวดี แต่วิธีนี้ไม่ได้ผล เพราะพระเจ้าอุเทนรู้ว่าเมียคนนี้เป็นคนใจดีและมีเมตตามาก เมื่อไม่ได้ผล มาค้นதியาก็ใช้วิธีการอื่นๆ เช่น จ้างคนในตลาดไปใส่ร้ายพระพุทธรูปเจ้าและพระสาวก ไม่นานชาวโกสัมพีก็เริ่มรังเกียจพระสงฆ์ กลายเป็นเรื่องอื้อฉาวในตลาด กระทั่งพระอานนท์ยังหวั่นไหว ไปกราบทูลพระพุทธรูปเจ้าว่า เราย้ายไปอยู่ที่อื่นดีไหมพระพุทธรูปเจ้าข้า ทุกวันนี้รู้สึกที่ชาวโกสัมพีไม่ค่อยจะศรัทธา เขาเชื่อว่าเราเป็นผู้ทุศีล พระพุทธรูปองค์รับสั่งให้สงบใจไว้ เรื่องจะคลี่คลายไปในทางที่ดี ซึ่งต่อมาไม่นานก็เป็นไปตามที่พระพุทธรูปทรงพยากรณ์ ประชาชนได้เห็นเองว่า พระเหล่านี้ไม่ได้เป็นอย่างที่ใส่ร้าย จึงกลับมาศรัทธาเหมือนเดิม

มาค้นதியาคิดวางแผนว่าจะทำอย่างไรต่อไปดี ปกติแล้วพระเจ้าอุเทนจะแบ่งเวลาให้ภรรยาคนละหนึ่งสัปดาห์ อาทิตย์หนึ่งท่านจะอยู่กับภรรยาคนที่ ๑ อาทิตย์ถัดไปจะอยู่กับภรรยาคนที่ ๒ ผลัดเวรกันไป เมื่อถึงสัปดาห์ที่จะไปอยู่กับสามาวดี มาค้นதியาก็เอา

งูพิษไปซ่อนไว้ในห้องของสามาวดี พระเจ้าอุเทนพบงูในห้อง จึง
เชื่อว่าภรรยาคนนี้มีเจตนาจะฆ่า และเนื่องจากว่าพระองค์มีนิสัย
เดิมเป็นคนใจร้อนขี้โมโห เวลาเข้าห้องนอนของภรรยาก็ต้องมีธนู
ติดตัวไปด้วย ท่านจึงยิงสามาวดี ในขณะที่สามาวดีซึ่งเป็นผู้มี
เมตตาสูงกำลังแผ่เมตตาอยู่ ท่านจึงยิงนางไม่เข้า ที่นี้มันอาจเป็น
ธรรมชาติอย่างหนึ่งของผู้ชายมาแต่ไหนแต่ไร ได้ฟังธรรมะล้วนๆ
แม้จะลึกซึ้งสักแค่ไหน เขาก็จะเฉยๆ แต่ถ้ามีเรื่องอัศจรรย์แบบยิง
ไม่เข้าอะไรทำนองนี้ จึงจะมีผล พระเจ้าอุเทนจึงทิ้งภรรยาจน
เกิดศรัทธา ทรงขอขมาต่อสามาวดี แล้วเริ่มสนใจพระพุทธศาสนา
คิดอยากจะฟังธรรมะ จึงเสด็จไปที่วัด



ขณะนั้นพระพุทธเจ้าเสด็จจุดงค์ไปที่อื่น แต่ก็มีพระกลุ่มหนึ่ง
จุดงค์มาที่วัด คือ คณะของพระปิณฑโกลการทวาชะ พระเจ้าอุเทน

ได้สนทนาศรรมกับท่านปิลโทลการทวาชะและได้เห็นว่ท่านมีลูกศิษย์หนุ่ม ๆ หลายรูป ก็รู้สึกศรัทธา เนื่องจากว่ท่านเป็นผู้ที่ค่อนข้างจะมักมากในเรื่องของกาม เมื่อเห็นพระหนุ่มจำนวนมากหลายองค์ ก็เกิดความอยากรู้ว่ พระหนุ่ม ๆ อายุเพียงเท่านี้เหล่านี้อ่านสามารถประพฤติพรหมจรรย์กันได้อย่างไร พระปิลโทลการทวาชะจึงอธิบายให้ฟังว่ พระในพุทธศาสนาไม่ใช่ว่บวชแล้วอยู่เฉย ๆ หากมีการพัฒนาจิตใจในทุก ๆ ด้าน มีการเจริญอสุภกรรมฐานเห็นความไม่สวยไม่งามของร่างกาย แล้วก็ยังฝึกจิต พัฒนาสติปัญญาความจำได้หมายรู้ เมื่อเห็นผู้หญิงที่มีอายุมาก ก็ฝึกมองให้เหมือนแม่ เห็นผู้หญิงรุ่นเดียวกันหรืออายุมากกว่านิดหน่อย ก็มองให้เหมือนว่าเป็นพี่สาว ที่อายุน้อยกว่าก็เป็นน้องสาว ฉะนั้นความรู้สึกที่เป็นอกุศลอันเป็นปฏิปักษ์ต่อการประพฤติพรหมจรรย์จะลดน้อยลง พระเจ้าอุเทนฟังแล้วเกิดความเลื่อมใส เกิดศรัทธา ขอถึงซึ่งพระพุทธรูปพระธรรม พระสงฆ์ เป็นที่พึ่ง เป็นสรณะ

จากนั้น ท่านก็มีความคิดขึ้นมาอีกหลายอย่าง ท่านไม่คิดจะปฏิบัติต่อนางสามาวดีเหมือนเดิม คือไม่คิดปฏิบัติต่อนางเหมือนเป็นภรรยา ท่านไม่จำเป็นต้องยุ่งเกี่ยวกับนาง เพราะภรรยาอื่น ๆ ก็ยังมีอยู่ แต่ท่านถือนางเป็นกัลยาณมิตร ปล่อยให้ภรรยาคนนี้ได้ปฏิบัติธรรม เมื่อสามีไม่มาเกี่ยวข้องด้วย สามาวดีก็ปฏิบัติได้ผล นางได้บรรลุเป็นสภิกาคา อนาคา ด้วยเหตุนี้



เพราะเหตุนี้นางมาคันทิยะจึงไม่พอใจมาก นางคิดการว่าจะทำอะไรต่อไปดี เนื่องจากโทษความโกรธมีมาก นางจึงได้วางอุบายทำที่ว่าออกจากวังไปหาญาติ แล้วจ้างคนไปเผาวังส่วนที่พวกผู้หญิงอยู่จนไหม้หมด ทำให้ผู้หญิงทุกคนรวมทั้งสามาวดี ชุชชุตตรา และนางสนมทั้งหลายตายหมด เรื่องนี้ทำให้พระบางรูปเป็นทุกข์มากด้วยความสงสาร พระหลายรูปกราบทูลถามพระพุทธเจ้าด้วยความสงสัยว่า ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น พระพุทธองค์ทรงปลอบใจว่า พวกผู้หญิงในวังที่ตายไปนั้น ไม่มีปุถุชนแม้เพียงคนเดียว ล้วนเป็นพระอริยเจ้าทั้งหมด อย่างต่ำสุดก็เป็นโสดาบัน เป็นสกิทาคา เป็นอนาคา ทรงว่า สามาวดี “ร่างกายตาย แต่ไม่ตาย” ส่วนมาคันทิยะ “ยังมีชีวิตอยู่แต่เหมือนตาย”

พระพุทธองค์ทรงยกธรรมบทเรื่อง “ความประมาทเป็นทางไปสู่ความตาย ความไม่ประมาทเป็นทางไปสู่อมตะ” คนที่ประมาทเหมือนกับตายแล้ว คนที่ไม่ประมาทไม่มีวันตาย นางสามาวดี

เป็นอนาคามี ไปอยู่พรหมโลกชั้นสุทธาวาส และจะบรรลुरुหันต์ที่
นั้น คือไม่ตาย ส่วนมาคันทียะยังมีชีวิตอยู่ แต่ได้ตายไปแล้วจาก
คุณธรรม และจะต้องตกนรกเป็นเวลานาน

หลังจากเกิดเรื่อง พระเจ้าอุเทนทรงเป็นทุกข์อาลัยภรรยาที่รัก
ใครหนอที่กล้าทำเยี่ยงนี้ได้ ในใจก็คิดว่าน่าจะเป็นมาคันทียะ แต่จะ
ทำอย่างไรให้นางสารภาพ จึงทรงปรึกษาเหล่าอำมาตย์ ออกอุบายให้
อำมาตย์ถามขึ้นว่า “โอ้...ใครหนอกล้าทำเรื่องเช่นนี้ได้ล่ะ” แล้วพระเจ้า
อุเทน ทรงตอบว่า “คงจะเป็นคนที่รักเรามากๆ จึงกล้าทำ”

มาคันทียะถึงได้ลืมหิวโผล่ออกมาว่า “ฉันนี่แหละทำ”



พระเจ้าอุเทนจับนางไปทรมานก่อนจะประหารชีวิต แล้วนาง
ก็ตกนรกไป ทรงทำไปเพื่อแก้แค้น แล้วจึงคิดได้ว่า ถ้าสามาวดีรู้

ว่าเราทำอย่างนี้ นางคงจะไม่รู้สึกพอใจเพราะนางไม่เคยโกรธใคร พระเจ้าอุเทนรู้สึกเสียใจ จึงได้ปฏิบัติธรรมมากขึ้น นี่ก็เป็นเรื่องผู้หญิงเก่งที่ชื่อ สามาวดี และ ชุชชุตตรา

ถ้าใครสนใจศึกษาธรรมะที่ชุชชุตตราได้บันทึกไว้และได้เล่าให้ สามาวดีและบริวารในวังฟัง ก็ให้ดูที่อิติวุตตกะในพระไตรปิฎก พระพุทธองค์ทรงยกย่องสามาวดีว่า ในบรรดาอุบาสิกาทั้งหลาย นางเป็นผู้เลิศในทางเมตตา เป็นผู้มีเมตตาสูงยิ่ง

ฉะนั้น เราทุกคนก็เช่นกัน เมื่อจะปฏิบัติก็พยายามให้เป็น ผู้เลิศเหมือนกัน พยายามให้มันเลิศ พยายามให้มันประเสริฐ

-เมตตาธรรมเป็นสิ่งที่ทำให้จิตใจเราไม่คับแคบ

-เมตตาธรรมเป็นสิ่งที่ทำให้จิตใจเราเยือกเย็น

-เมตตาธรรมเป็นธรรมที่ขจัดความโกรธ ขจัดโทสะได้สิ้นเชิง

พระพุทธองค์ให้ความสำคัญกับการเจริญเมตตาภาวนามาก ทรงว่าเมตตาภาวนาเป็นไปเพื่อความเจริญถ่ายเดียว เมตตา นำ ไปสู่ “มรรคผลนิพพาน” อย่าไปกลัวว่า การแผ่เมตตาหรือการเจริญเมตตา จะได้แต่ความสุข พระพุทธองค์ทรงว่า ความสุขที่เกิดจากการเจริญพรหมวิหารเป็นความสุขที่เป็นไปเพื่อนิพพิทา เพื่อการปล่อยวางกิเลส เป็นไปเพื่อ “มรรคผลนิพพาน” ทำให้เราฉลาดในการแผ่เมตตา ฉลาดในการเอาชนะความโกรธ

ในเรื่องนี้พระพุทธรองค์ทรงให้คำแนะนำและให้อุบายมากมาย ถ้าเราอยู่กับคนที่ความประพฤติไม่ดีหรือน่าเกลียด แต่การพูดการจาอ่อนช้อยดี เราจะแผ่เมตตาให้เขาได้ไหม ในกรณีนี้พระพุทธรองค์ทรงแนะนำว่า อย่าใส่ใจหรือไปเพ่งโทษจับผิดในส่วนที่ไม่ดีของเขา ให้เราคิดถึงส่วนที่ดีของเขาซึ่งก็คือ วาจาที่เรียบร้อยใช้ได้ ท่านเปรียบว่าเหมือนกับพระเดินธุดงค์ ต้องการผ้าทำจีวร เมื่อเห็นผ้าบังสกุลซึ่งเป็นผ้าสกปรก ท่านบอกว่า ให้ใช้เท้าซ้ายกดลงบนผ้า ใช้เท้าขวาคลี่ผ้า แล้วฉีกออกเฉพาะส่วนที่ใช้ได้ ปล่อยส่วนที่ใช้ไม่ได้ทิ้งไว้ ท่านว่า เหมือนคนที่มี ความประพฤติไม่ดีนั้น เราไม่ต้องไปคิดมาก ส่วนที่ไม่ดี เราก็ไม่เอา เอาแต่ส่วนที่ดี เพื่อจะแก้โทษะในใจของเรา บางคนการกระทำดี แต่การพูดไม่ดี พูดไม่น่าฟัง พูดหยาบ ท่านก็ว่า อย่าไปใส่ใจ อย่าไประคายเคืองกับคำพูดไม่ดีของเขา ให้ปล่อยมันไป เอาแต่ส่วนที่ดีของเขาไว้ ความประพฤติที่อ่อนช้อยจะดีบางอย่างของเขา เช่น เขามีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เป็นต้น

พระพุทธรองค์ทรงเปรียบเทียบว่า เหมือนกับเราเดินทาง ทั้งร้อนทั้งหิวกระหายอยากดื่มน้ำ แต่เมื่อไปถึงสระน้ำ ก็พบว่า มีสาหร่ายและพืชต่างๆ สีเขียวๆ ปกคลุมน้ำไว้จนมิด แล้วเราจะใช้วิธีอย่างไร เราก็ใช้มือแหวกพวกสีเขียวๆ ออกไป กระทบมือแล้ววกน้ำขึ้นดื่ม ท่านเปรียบเทียบว่า คนที่การกระทำดี แต่การพูดไม่ดี ก็เหมือนพวกสาหร่ายและพืชสีเขียวๆ ที่ปกคลุมน้ำสะอาดที่อยู่เบื้องล่าง ท่านว่า ก็ให้เราแหวกมันออก แล้วเอาแต่ส่วนที่ดีไว้

พระพุทธองค์ทรงสอนให้เราฉลาดในการมอง ท่านว่าบางคน การกระทำไม่ดี การพูดก็ไม่ดี แต่เมื่อได้สังเกตดู ก็พบว่าเขายัง มีความคิดที่ดี ๆ อยู่เป็นครั้งคราว บางครั้งเหมือนกับเขามีความ เมตตาชนิด ๆ หน่อย ๆ เขายังพอมีความดีอยู่บ้าง ไม่ใช่ว่า ไม่ดีร้อย เปอร์เซ็นต์ ฉะนั้น ท่านให้เราพยายามสังเกต แล้วให้ไปคิด ยอมรับ และชื่นชมในส่วนที่ดีของเขา พระพุทธองค์ทรงเปรียบว่า เหมือน กับคนเดินทาง ทั้งร้อนทั้งหิวกระหายอยากดื่มน้ำ สระน้ำก็ไม่มี เห็น แต่รอยเท้าวัว ที่มีน้ำขังอยู่ในรอยเท้าเพียงนิดเดียว ถ้าจะเอามือไป วกน้ำหรือใช้ภาชนะอะไรไปตัก ก็คงไม่ได้เพราะมีน้ำน้อยมาก ถึง จะพยายามตักออกมา น้ำก็จะชุ่นจนดื่มไม่ได้ เราควรทำอย่างไรดี ก็ต้องคุกเข่าลง เอามือยันไว้ข้างหน้า แล้วก้มหน้าเอาปากลงไป กินน้ำเหมือนวัวกินน้ำ ท่านเปรียบเทียบเหมือนคนที่เราไม่เห็นว่ามี ส่วนดีเลย การกระทำการพูดแย่ไปเสียหมด แต่ถ้าเราสังเกตดู ก็ได้ เห็นความดีเพียงน้อยนิด ก็ให้เอาความดีนั้นแหละ เหมือนน้ำน้อย นิดที่ขังอยู่ในรอยเท้าวัว คุกเข่าลง เอามือยัน แล้วเอาปากลงไปกิน เหมือนวัวกินน้ำนั่นเอง

ถ้าเราเจอคนที่ดีทุกอย่าง การกระทำก็ดี วาจาที่ดี จิตใจที่ดี ท่านเปรียบว่าเหมือนเราเดินทาง ทั้งร้อนทั้งหิวกระหายอยากดื่มน้ำ ได้เจอสระน้ำที่มีน้ำใสแจ้ว รอบ ๆ สระเต็มไปด้วยต้นไม้ร่มรื่น ทุกสิ่งทุกอย่างดีหมด เราก็กินไปทั้งอาบทั้งดื่ม แล้วก็นอนพักผ่อน

สบาย เมื่อเราได้เจอคนที่ดีทุกอย่าง เราก็ต้องระวังอย่าไปอิจฉา
เขา อย่าไปเปรียบเทียบกับเขาแล้วรู้สึกว่าเขาไม่ได้ ท่าน
ให้เรารู้จักชื่นชมในสิ่งที่ดี ๆ นั้น

เราเป็นผู้มีกาย มีวาจา มีใจ เราทุกคนสามารถพัฒนากาย
วาจาใจของเราให้มีคุณภาพยิ่ง ๆ ขึ้นไป เพียงแค่เราได้เกิดเป็น
มนุษย์ ก็เรียกว่าเป็นผู้มีบุญบารมีสูงแล้ว มีคุณสมบัติพอแล้ว
ยิ่งได้เกิดเป็นคนไทยอยู่ในเมืองพุทธ มีโอกาสศึกษาปฏิบัติ
ธรรม พุทูปุ่ก็จะเหมือนกับขอย แต่ต้องเรียกว่า มีบุญมาก ๆ ระดับ
ห้าวกะทิลอย น้อยนักที่จะมีโอกาสอย่างนี้ ฉะนั้น ถ้าเรายังมีความ
รู้สึกขัดข้อง ยังรู้สึกว้า แหม! ชีวิตมันยาก มันลำบาก มันต่ำต้อย
ก็ให้รู้ว่าถึงอย่างไรเราก็เป็นผู้มีบุญสูง เรียกว่า ถึงจะรู้สึกว้าต่ำ มันก็
ยังน่าภูมิใจนะ เพราะเป็นระดับต่ำของระดับสูง ซึ่งมันก็สูงมากอยู่แล้ว
ต่ำของสูงก็ย่อมจะดีกว่าสูงของต่ำ ท่านให้เรามองอย่างนั้น

ให้เรามีความหวังว่า ไม่มีอะไรที่เราจะแก้ไม่ได้ เพราะทุกสิ่ง
ทุกอย่าง ไม่ว่าจะนิสัยใจคออะไร ถึงจะรู้สึกว้าฝืดลักษณะไหนก็ตาม
สุดท้ายแล้วมันก็ล้วนเป็นสังขาร มีเกิด มีดับ ไม่ใช่ว่าเมื่อมันเกิด
แล้ว ต้องมีมันทุกภพทุกชาติไป สิ่งใดมีความเกิดขึ้นแล้ว ย่อมดับ
ไปเป็นธรรมดา กิเลสทุกตัวที่เราเห็นอยู่ในใจของเรา มีเกิด มีดับ
นี่คือความหวัง สิ่งที่เราจะต้องทำ คือให้เรารู้สึกสลดสังเวช หรือ
ที่ดี คือไม่ประมาท รู้ว่ากิเลสเกิดแล้ว แต่ยังไม่ดับ โอ้! กิเลสเกิด

ขึ้นเยอะ ยังดับไม่ได้สักอย่าง เห็นอย่างนี้แล้ว ก็ให้ตั้งใจปฏิบัติ แต่ในขณะที่เดียวกัน ก็ต้องเตือนสติตนเองว่า เกิดได้ ก็ดับได้ ไม่มีสิ่งใดที่เกิดได้แล้วดับไม่ได้ มันเป็นของเกิดของดับ เพียงแต่ว่าเรายังไปไม่ถึงขั้นนั้นเท่านั้นเอง เรายังอยู่ในขั้นต่ำของขั้นสูง แต่ไม่เหลือวิสัยที่จะพัฒนาเพื่อยกระดับ

คำสอนของพระพุทธเจ้าแม่ที่ง่ายที่สุดจะลึกซึ้งมาก ยิ่งปฏิบัติก็ยิ่งลึกซึ้ง พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า ที่พระตถาคตสอนให้พวกเธอ ละบาป เพราะเป็นสิ่งที่พวกเธอทำได้ ที่พระตถาคตสอนให้พวกเธอบำเพ็ญกุศล เพราะเป็นสิ่งที่พวกเธอทำได้ ที่พระตถาคตสอนให้พวกเธอชำระจิตใจของตนให้บริสุทธิ์ผุดผ่อง เพราะเป็นสิ่งที่พวกเธอทำได้ ถ้าพวกเธอละบาปไม่ได้ บำเพ็ญกุศลไม่ได้ ชำระจิตใจของตนให้บริสุทธิ์ผุดผ่องไม่ได้ พระตถาคตไม่สอน พระตถาคตเลือกสอนสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่มวลมนุษย์ สิ่งที่พระองค์ไม่สอนมีมากมาย แต่สิ่งที่ทรงสอน คือสอนให้เราเจริญด้วยศีล ด้วยสมาธิ ด้วยปัญญา เพราะเป็นสิ่งที่มนุษย์ทำได้ และเพราะเป็นสิ่งที่ เป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อมนุษย์ไม่ว่ายุคไหนสมัยไหน ฉะนั้น เราต้องเชื่อมั่นในคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ด้วยการเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง

เราไม่จำเป็นที่จะต้องปล่อยให้ความผิดพลาดหรือความประมาทในอดีตมาเป็นตัวกำหนดอนาคตของเรา พระพุทธองค์

ตรัสไว้ว่า ผู้ที่เคยประมาทในกาลก่อน แล้วกลับใจ สำนึกตัว ไม่ประมาทอีกต่อไปนั้น มีความมดงามเสมือนพระจันทร์เต็มดวงที่โผล่พ้นจากเมฆ ฉะนั้น ถ้าพระจันทร์เต็มดวงของเราถูกเมฆปิดบังเอาไว้ เราก็จงปฏิบัติให้มันพ้นจากเมฆเสีย เราย่อมทำได้ เราทุกคนที่เคยทำผิดพลาดสามารถกลับใจได้ จงเรียนรู้จากอดีต แล้วปล่อยวางอดีต เพื่อสร้างอนาคต ด้วยการตั้งอกตั้งใจอยู่ในปัจจุบัน

ให้เราค่อยๆ ดูจิตใจของเรา เวลาจิตใจของเราชี้เกี้ยวชี้คร้าน ก็ต้องพยายามนึกไปในทางที่จะทำให้มีกำลังใจ ถ้าจิตใจของเรามีกำลังใจมากเกินไป ฮึกเหิม หรือว่าเครียด ต้องรู้จักผ่อนคลายบ้าง หาทางสายกลาง หาความพอดี ให้พอดีพองาม ถ้าชี้เกี้ยวชี้คร้าน ต้องสอนตัวเองว่า ถ้าไม่บรรลুক็บรรล้อย แต่ถ้าเครียดจนเกินไป จะคิดอย่างนั้นไม่ได้ ต้องสอนตัวเองว่า ถึงจะยังไม่บรรลুক็จริง แต่ก็ยังดีที่ไม่บรรล้อย ให้หาความพอดีสำหรับตัวเอง ปรับความรู้สึกไปเรื่อย ๆ ให้อยู่บนเส้นทางที่พอเหมาะพอดีกับเรา เพื่อจะได้เจริญก้าวหน้าในทางธรรมต่อไป



จิต . ฐาน

คำว่า **ฐาน**หรือ**ฐานะ** ปรากฏในพระคัมภีร์บ่อยๆ และเป็นหลักการที่สำคัญมาก ซึ่งญาติโยมคงจะคุ้นเคย ในการประพฤติปฏิบัติของเรานั้น อาตมาขอเน้นว่า **ไตรสิกขา** แต่ละชั้นทำหน้าที่เป็นฐานของชั้นที่สูงขึ้นไป ถ้าหากว่าฐานไม่มั่นคง สิ่งที่เราก่อสร้างบนฐานนั้นย่อมจะไม่มั่นคงด้วย และมักจะพังทลายได้ง่าย



ในการเจริญสมาธิภาวนา เราต้องมีฐาน คือ **ศีล** ซึ่งเป็นเรื่องที่เราพูดกันบ่อยๆ แต่ในพระพุทธศาสนาบางนิกาย โดยเฉพาะฝ่าย **มหายาน** ยังไม่ค่อยจะยอมรับในเรื่องนี้สักเท่าไร โดยให้เหตุผลว่า ไม่จำเป็นต้องจุกจิกจู้จี้ด้วย **สิกขาบท** ต่างๆ เพียงขอให้เรามีสติก็พอแล้ว เพราะถ้ามีสติแล้ว กาย วาจาก็จะเรียบร้อยไปเอง หากกังวลเรื่องศีลมาก จิตใจจะอึดอัดไม่ปลอดโปร่ง จิตใจจะไม่ใช่ธรรมชาติ นี่คือทัศนคติของครูบาอาจารย์สายมหายานบางองค์ ส่วนฝ่ายเถรวาทของเราบอกว่า ถ้ามีสติที่ดีถึงขนาดนั้นก็ยอมเป็นเช่นนั้นได้ แต่น่ากลัวว่าโดยทั่วไป สติของเราจะไม่ถึงระดับนั้น และทุกครั้งที่มกิลีสมายั่วชวน เราก็จะลืม ลืมเป้าหมายของตัวเอง ลืมหลักการของตัวเอง สติก็จะหาย และกว่าสติจะคืนกลับมา เราก็มักจะทำได้ทำพลาด สิ่งที่ไม่ดีไม่งามออกไปเสียแล้ว ครูบาอาจารย์ท่านจึงเน้นหนักเน้นหนาในเรื่องศีล ให้เราเป็นผู้ที่อยู่ในกรอบของศีลธรรม

ผลที่เกิดจากการไม่รักษาศีลคือ เราจะไม่ใช่เป็นที่เคารพนับถือของผู้อื่น และเราก็จะเคารพนับถือตัวเองไม่ได้ด้วย ถ้าความผิดพลาดหรือสิ่งไม่ดีไม่งามที่เราทำเป็นสิ่งผิดกฎหมาย เราจะต้องถูกลงโทษ หรือต้องเครียดกังวลกลัวจะโดนจับได้อยู่ตลอดเวลา ถ้าไม่ถึงขั้นผิดกฎหมาย หากเป็นเรื่องที่เราารู้สึกว่าเราจะเสียหายถ้าคนอื่นทราบ เราก็จะเครียด อึดอัด และกลัวว่าคนอื่นจะรู้ความลับของเรา ถ้าเราทำความชั่วบางอย่างแล้วมั่นใจว่าไม่มีใครรู้ เราอยู่กับคนเดียว แต่เรา



ก็เป็นคนเหมือนกัน มีคนมากมายที่ทำความผิดโดยไม่มีใครรู้ แต่นานๆ
ไปกลับทนไม่ได้ ต้องระบายและเปิดเผยกับคนอื่น เพราะการเก็บเรื่อง
นั้นไว้คนเดียวมันหนักเกินไป ในที่สุดแล้วก็ต้องเปิดเผยความจริง

คนทุกศีลจะไม่อยากฟังเทศน์ เพราะไม่อยากจะคิดถึงสิ่งที่ไม่
ดีที่ตัวเองทำไว้ อยากจะลืมมันเสีย ถ้าฟังเทศน์ก็กลัวว่าพระท่านจะ
เทศน์เรื่องความไม่ดีของตัวเอง ก่อให้เกิดความเดือดร้อนใจขึ้นมา
อีกครั้งหนึ่ง ฉะนั้นผู้ทุกศีลหรือผู้ที่เคยทำบาปจะห่างเหินวัด อาจ
จะเอาแคใส่บาตรบ้างโดยไม่ต้องฟังเทศน์ ไม่ต้องรับฟังข้อคิดและคำ
สอนจากพระ เขามักจะเข้าวัดในลักษณะผิวเผิน เพียงแค่ว่าเอาของ
ไปทำบุญหรือไปฝากไว้ แล้วกลับบ้านไปเลย กลัวความจริง กลัว
ธรรมะ เพราะในใจของเขามีสิ่งที่ไม่ดี มีสิ่งที่ไม่ใช่ธรรมะ นี่คือโทษของ
การผิดศีล เรียกว่าไม่มีฐานที่จะรองรับสิ่งที่ดี



ในการทำสมาธิภาวนา เราต้องเป็นเพื่อนกับตัวเอง ต้องเคารพนับถือตัวเอง และต้องยอมอยู่กับตัวเอง โดยไม่มีสิ่งใดมากระตุ้นจิตกระตุ้นอารมณ์ ไม่ต้องกลบเกลื่อนความจริงโดยอาศัยความสนุกสนานจากภายนอก ฉะนั้น ถ้าเรารู้สึกว่าตัวเองไม่ดี ไม่อยากอยู่กับตัวเอง สมาธิจะเกิดได้อย่างไร ท่านจึงกล่าวว่า ศิลเป็นฐานของสมาธิ และในทำนองเดียวกัน สมาธิเป็นฐานของปัญญา ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น เป็นไปไม่ได้หรือที่เราจะไม่ใช้สมาธิเลย จะใช้แต่ความคิดและความฉลาดในชีวิตประจำวันของตัวเอง บางคนอ่านหนังสือมากจนรู้ทุกสิ่งทุกอย่างแล้ว ยังจำเป็นต้องนั่งสมาธิด้วยหรือ ความสำคัญหรือความจำเป็นของสมาธิอยู่ที่ว่า สมาธิทำให้จิตใจนิ่ง แน่วแน่นคงอยู่ในปัจจุบัน นักปราชญ์ท่านหนึ่งเปรียบเทียบจิตใจของเรากับมีด ท่านว่าปัญญาเหมือนความคมของมีด ส่วนสมาธิเหมือนน้ำหนักรของมีด ถ้ามีคมแต่ความคม ไม่มีน้ำหนัก มันจะตัดไม่ลึก ถ้ามีน้ำหนักแต่ไม่มีคม มันก็ตัดไม่ขาด ฉะนั้น สมาธิจึงมีความสำคัญในการเตรียมจิตใจให้ได้ใช้ปัญญาอย่างคล่องแคล่วและได้ผล ถ้าจิตใจขาดสมาธิ ปัญญาก็มักจะเป็นปัญญาระดับความคิด ซึ่งไม่มีพลังพอที่จะถอดถอนกิเลสได้ ศิลเป็นฐานของสมาธิ สมาธิเป็นฐานของปัญญา ปัญญาเป็นฐานของการหลุดพ้นจากความยึดมั่นถือมั่นทั้งหลาย นี่เป็นหลักการสำคัญของเรา

หลายปีมาแล้วมีอุบาสิกาชาวสเปนคนหนึ่งมาปฏิบัติธรรมที่นี่พร้อมสามี ตัวอุบาสิกาปฏิบัติอย่างเอาจริงเอาจังมาก ดูเครียด



แล้วออกอาการบ้าคลั่ง อย่างที่ได้กล่าวมาแล้วว่า สมัยนั้นคนชอบพูดว่านั่งสมาธิแล้วจะเป็นบ้า ซึ่งการพูดอย่างนี้บาปนะ เพราะมีส่วนทำให้คนไม่กล้านั่งสมาธิ ตอนนั้นอาตมาอยู่วัดมาลั๊ก ๒๐ ปี ได้เห็นคนที่มาปฏิบัติแล้วเป็นบ้าหรือคลั่ง ๒-๓ คนเท่านั้น ซึ่งหนึ่งในนั้น คือ ผู้หญิงสเปนคนนี้ ต่อมาจึงทราบว่า ที่เป็นบ้าจากการนั่งสมาธิ นั้น มีเหตุปัจจัยมาจากเรื่องในอดีตสมัยที่เป็นนักศึกษา เขาอยู่ในกลุ่มก่อการร้าย วางระเบิดในเมืองมาดริดและเมืองบาเซโลน่า ซึ่งในสมัยเผด็จการของสเปนนั้น ถือว่าเป็นการกระทำที่มีเหตุมีผล เป็นการต่อสู้เพื่อประชาชน แต่ภายหลังเมื่อคิดถึงคนที่ตายไป เขาก็รู้สึกที่ตัวเองทำความผิด สมอบอกว่าทำด้วยเจตนาดี ทำด้วยความตั้งใจช่วยผู้อื่นให้พ้นจากเผด็จการ แต่ความรู้สึกบอกว่าเป็นผิด ความรู้สึกบอกว่าเป็นบาป จึงมีความขัดแย้งอยู่ในใจ เป็นความขัดแย้งที่ตัวเองเก็บกดไว้ไม่ยอมยอมรับ เมื่อนั่งสมาธิ สิ่งที่เกิดขึ้นก็กำเริบ เกิดอาการเสียจริต



แล้วยังเกิดหลงรักพระองค์หนึ่งถึงกับบุกขึ้นกุฏิท่าน ทำให้พระเกือบ
แย่ ต้องเรียกปะขาวมาช่วยพาไปโรงพยาบาลศรีมหาโพธิ์ โชคดีว่าไม่
เป็นมาก โรงพยาบาลช่วยได้ทัน ฉีดยารักษาสัก ๕-๖ วัน จนเป็นปกติ
จึงได้กลับบ้าน

ท่านจึงว่า เราทำความผิดอะไรไว้ อย่าปิดบังอำพราง
ต้องเปิดเผย เพราะถ้าไม่เปิดเผยแล้ว มันจะเน่า มันจะเป็นปัญหา
และเป็นอุปสรรคในการประพฤติปฏิบัติ บางคนอาจเข้าใจว่า ถ้า
เป็นพระอรียเจ้าแล้วจะไม่มีการทำบาป แต่พระอรียเจ้าระดับต้น คือ
พระโสดาบันนั้น ท่านยังอาจทำผิดวินัยบ้างหรือทำบาปได้ แต่ไม่ใช่
เรื่องหยาบคายร้ายแรง เป็นเพียงบาปเล็กๆ น้อยๆ แต่ถ้าท่านได้ทำ
ผิดศีลไปแล้ว เอกลักษณะหรือธรรมชาติของพระอรียเจ้าคือ ท่านไม่
สามารถหรือไม่เคยคิดที่จะปิดบังอำพราง ท่านต้องรีบชำระด้วยการไป
เปิดเผยกับกัลยาณมิตรหรือครูบาอาจารย์ ฉะนั้นที่ว่าศีลบริสุทธิ์นั้น
ไม่ได้หมายความว่า บริสุทธิ์มาโดยตลอด ไม่เคยทำบาปเลย อย่างนี้
คงหาได้ยากในโลกนี้ แต่เมื่อเราทำความชั่วหรือทำสิ่งที่ไม่ดีแล้ว
ก็ให้เราเปิดเผย ไม่ต้องแก้ตัว ไม่ต้องเข้าข้างตัวเอง ให้ยอมรับ
ว่าตัวเองผิด เปิดเผยความผิดนั้น แล้วตั้งใจว่าจะไม่ทำอย่างนั้น
อีกต่อไป นี่คือการชำระ ถ้าได้ทำเช่นนี้แล้ว ก็เรียกว่าบริสุทธิ์ เรา
ก็ปล่อยวางได้



ถ้ามีบางสิ่งบางอย่างที่เราพยายามที่จะปล่อยวาง แต่ก็ปล่อยไม่ได้สักที การทำพิธีกรรมอะไรสักอย่างอาจจะช่วยได้ เพราะพิธีกรรมมีผลมากทางจิตวิทยา พิธีกรรมที่จะช่วยทำให้เรารู้สึกว่า เรื่องนั้นๆ มันจบลงแล้ว ในกรณีที่พระต้องอาบัติหนัก ท่านต้องอยู่กรรมซึ่งมีข้อวัตรปฏิบัติพิเศษ เช่นไม่ว่าท่านบวชมากี่พรรษา ท่านก็ต้องไปนั่งปลายแถว แล้วถ้ามีพระจากที่อื่นมา ท่านจะต้องไปสรวนทักทายกับพระเหล่านั้นด้วย แล้วยังมีข้อวัตรปฏิบัติอื่นๆ อีก เมื่อปฏิบัติครบถ้วนแล้ว ท่านยังต้องเข้าพิธีกรรมที่เรียกว่าปริวาสกรรม เมื่อผ่านพิธีกรรมนั้นแล้ว จึงจะได้กลับมาเป็นพระปกติอีกครั้งหนึ่ง พระที่ได้ผ่านสังฆกรรมเหล่านี้แล้ว จะรู้สึกว่าเรื่องที่ได้ทำผิดไปนั้น บัดนี้มันเป็นอดีตเสียแล้ว ไม่ต้องคิดถึงอีกต่อไป

ฉะนั้นคนที่ไม่ค่อยเข้าใจเรื่องจิตใจ อาจจะมีอคติต่อพิธีกรรมต่างๆ ว่าเป็นเปลือกของศาสนาบ้าง เป็นเรื่องไร้เหตุผลบ้าง เป็นเรื่องไม่จำเป็นบ้าง แต่ที่จริงแล้วนักปราชญ์ในอดีตท่านทราบว่า พิธีกรรมมีความขลัง ทำให้เกิดความรู้สึกพิเศษที่จะช่วยให้เราได้เปลี่ยนจากสิ่งเก่าไปสู่สิ่งใหม่ เหมือนกับเราได้ปิดประตูแห่งอกุศลจิต เพื่อพร้อมที่จะรับหรือทำสิ่งที่ดีงามต่อไป นี่คือนิสงส์ของพิธีกรรม



ฉะนั้น เมื่อเราวางแผนที่จะทำอะไรในอนาคต เราต้องคำนึงถึงฐานของสิ่งที่เรากำลังจะทำ ถ้าสถาปนิกไม่คำนึงถึงฐานของอาคารที่ตนกำลังออกแบบสร้าง คิดแต่เรื่องความสวยงามของอาคารเป็นหลัก เมื่อสร้างแล้ว อาคารนั้นอาจจะพังทลาย เพราะฐานไม่มั่นคง บ่อยครั้งที่คนเราน้อยใจว่าทำดีไม่ได้ดี นั่นเป็นเพราะยังมิรู้จักความดี หรือยังไม่ฉลาดในการทำความดี หรือทำความดีโดยไม่มีฐานที่ถูกต้อง เอาแต่เจตนาดีเป็นหลัก ยกตัวอย่างเช่น คนบางคนยังมิได้ฝึกอบรมจิตใจของตนเอง จิตใจยังไม่เข้มแข็ง ยังมิรู้จักตัวเองดี แต่คิดอยากจะช่วยคนอื่น ทำไปทำมาเมื่อเจอโลกธรรม มีคนสรรเสริญบ้าง นินทาบ้าง ก็เกิดกิเลส หรือเมื่อทำไปแล้ว หากไม่มีวิหารธรรม ไม่มีหลักใจในการดำเนินชีวิต ก็รู้สึกล้าไปหมด หมดไฟ หมดแรงกำลัง เสมือนว่าทำงานหนักเกินไป การไม่มีวิหารธรรม นั้นมีโทษ เรียกว่าทำดีแต่ไม่รู้จักความดี ไม่รู้จักฐานของการทำความดี

ผู้ที่จะสามารถทำความดีได้อย่างสม่ำเสมอ สามารถสร้างประโยชน์ผู้อื่นได้เต็มที่ คือ ผู้ที่รู้จักสร้างประโยชน์ตนควบคู่กับการสร้างประโยชน์ผู้อื่น ต้องเป็นผู้ที่มีสติ มีสมาธิ และมีปัญญา ถ้าขาดปัญญาแล้วจะมีแต่ความหวัง หวังผล หวังให้เป็นอย่างนั้น หวังให้เป็นอย่างนี้ เมื่อมันไม่เป็นอย่างที่หวัง ก็หมดกำลังใจ เบื่อหน่าย อยากจะเลิกทำ ฉะนั้น ไม่ว่าจะเรามีโครงการอะไรก็ตาม ไม่ว่าจะทางโลกหรือทางธรรม ให้ถามตัวเองว่า อะไรคือฐานที่ต้องการในเรื่องนี้ เมื่อมีฐานที่มั่นคงแล้ว เราจึงค่อยๆ ทำไป หากเราใจร้อน อยากจะเห็นผลเร็ว ผลเร็วๆ นั้นคงจะไม่ยั่งยืนและคงจะไวใจไม่ได้

คำว่า ฐาน ที่ปรากฏในคัมภีร์อีกคำหนึ่งคือ ปทัสถาน แปลเป็นไทยว่า ปัจจัยหรือฐานที่ใกล้ชิด ที่เราว่า ศิลเป็นฐานของสมาธิ แต่ฐานที่ใกล้ชิดของสมาธิไม่ใช่ศิลปะ ฐานใกล้ชิดของสมาธิคือ ความสุข จิตใจของเราจะสงบดังลงไปได้ก็เมื่อมีความสุข สมาธิเกิดขึ้นในจิตใจที่มีความสุข ความสุขเกิดจากผัสสะที่มีความผ่อนคลายทางกายทางใจ ปัสสัทธิเกิดจากปิติ ปิติเกิดจากความปราโมทย์ หรือกล่าวทวนได้ว่า ความปราโมทย์เป็นปัจจัยให้เกิดปิติ ปิติเป็นปัจจัยให้เกิดปัสสัทธิความผ่อนคลายทางกายทางใจ ปัสสัทธิเป็นปัจจัยให้เกิดความสุข และความสุขเป็นปัจจัยให้เกิดสมาธิ ความเข้าใจหรือการเรียนรู้เรื่องความสัมพันธ์หรือการอาศัยกันของคุณธรรมต่างๆ จะช่วยให้การปฏิบัติของเราก้าวหน้าได้เหมือนกัน บางคนกลัวความสุข

เพราะเกรงว่าจะหลง เกรงว่าจะติด แต่ถ้าเรากลัวความสุขจนเกินไป
สมาธิก็จะไม่เกิด ความสุขที่พูดถึงนี่คือความสุขที่ท่านเรียกว่า
นิรามิสสุข คือความสุขที่ไม่ปนด้วยอามิส วัตถุหรือรูป เสียง กลิ่น รส
โผฏฐัพพะ **นิรามิสสุข** เป็นความสุขที่เกิดจากความเป็นหนึ่งของจิต
หรือเกิดจากการที่จิตใจไม่คิดในสิ่งที่เศร้าหมอง

อารมณ์ของจิตในระหว่างการฝึกสมาธิ ท่านเรียกว่า อารมณ์
กัมมัฏฐาน ฐานของกรรม กรรมคือการทำงาน ฉะนั้น ในการฝึกสมาธิ
จะต้องมีที่ระลึกของสติ เป็นเครื่องรู้ของจิต สิ่งนี้ท่านเรียกว่าอารมณ์
กัมมัฏฐาน การปฏิบัติโดยไม่มีที่ยึดเหนี่ยวหรือไม่มีที่เกาะนั้นย่อมไม่
ได้ผล จิตใจจะลอยๆ ไป แม้ว่าจะสบายบ้าง แต่ก็สบายอย่างขาด
สติ ขาดสัมปชัญญะ จิตใจมักจะตกทวิงค์ เราต้องมีความตั้งใจในการ
เจริญสมาธิ ต้องมีการยกจิตไปสู่อารมณ์กัมมัฏฐาน หมายถึงการตั้งใจ
นึก เช่น ในกรณีที่เราเจริญคำบริกรรมว่าพุทโธนั้น การนึก **พุท**
การนึก **โธ** นั่นคือวิตก ส่วนการรับรู้หรือการอยู่กับพุท กับ โธ นี่คือ
วิचार มีวิตกวิचार ถ้าขาดวิตกวิचारในความหมายนี้ จิตใจจะว่าง
หรือตกทวิงค์ ไม่มีทั้งสติ ไม่มีทั้งสัมปชัญญะ จิตใจมืดๆ อยู่อย่างนั้น
จึงจำเป็นที่เราต้องมีฐาน คืออารมณ์กัมมัฏฐาน เป็นเครื่องรู้ของจิต
เป็นเครื่องระลึกของสติ ซึ่งจะเป็นอะไรก็ได้ที่เป็นกุศลหรือที่ไม่ชวน
ให้จิตใจคิดในสิ่งที่ไม่ดี คือสมมติว่าเราโกรธใคร เราไปคิดเรื่องคน
นั้นอย่างต่อเนื่อง คิดด้วยความโกรธแค้นใจ ทั้งๆ ที่คิดแต่เรื่องนั้น





เรื่องเดียว ก็ไม่เรียกว่าสมาธิ เพราะเป็นความคิดในเรื่องที่ไม่ดี แม้จิตจะไม่วอกแวก คิดอยู่แต่เรื่องเดียว ก็ไม่ใช่สมาธิ จะให้เป็นสมาธิ ต้องระลึกลับ้างแต่เรื่องที่เป็นกุศลหรือเรื่องที่เป็นกลางๆ เช่น ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก

เรื่องอารมณ์กัมมัฏฐานนั้น ไม่ใช่ว่ามีถูกมีผิด ถ้าเป็นกุศลหรือเป็นกลางๆ ที่จิตใจพอใจ ถือว่าใช้ได้ แต่เมื่อได้เลือกกำหนดอารมณ์กัมมัฏฐานอันใดแล้ว ท่านสอนว่า อย่าเปลี่ยนแปลงบ่อย มิฉะนั้นจิตใจจะจับจด จะไม่เป็นสมาธิให้ทำไปเรื่อยๆ อย่างน้อยสัก ๖ เดือนถึง ๑ ปี จึงค่อยคิดจะเปลี่ยน ไม่ใช่ทำวัน สองวัน สิบวัน เมื่อรู้สึกเบื่อก็เปลี่ยนใหม่ เราต้องสร้างความเชื่อในอารมณ์กัมมัฏฐานของตัวเอง จึงจะมีกำลังใจ เช่น เราเจริญอานาปานสติ กำหนดลมหายใจ

เข้ลมหายใจออกเป็นอารมณ์กั้มีฏฐาน ก็ต้องระลึกอยู่ว่า พระพุทธองค์เองทรงใช้วิธีนี้ พระอรหันต์พระอริยเจ้าจำนวนมากนับไม่ถ้วน ได้บรรลุธรรมพ้นทุกข์ด้วยการเจริญอานาปานสติภาวนา ระบบลมหายใจของคนในสมัยปัจจุบันกับคนในสมัยพุทธกาลก็ไม่ต่างกัน ถ้าหากว่าท่านกำหนดลมหายใจเข้ลมหายใจออกจนเกิดความสงบรำงับ เกิดดวงตาเห็นธรรมได้ ถ้าท่านทำได้ เราก็ยอมทำได้ เพราะร่างกายของเราก็ไม่แตกต่างจากร่างกายของท่าน ระบบต่างๆ ของร่างกายก็เหมือนกับของท่าน ท่านหายใจเข้ลมหายใจออก เราก็หายใจเข้ลมหายใจออกเช่นเดียวกัน ให้พยายามคิดในทางที่จะสร้างความเชื่อมั่นว่า การกำหนดสติไว้กับลมหายใจเข้ลมหายใจออก เป็นวิธีการที่จะนำเราไปสู่ความดับทุกข์ได้อย่างแน่นอน

เมื่อเราพิจารณาลมหายใจเข้ลมหายใจออก ไม่ต้องไปบังคับให้ลมหายใจยาวหรือสั้น เพียงแค่รับรู้ธรรมชาติของลมทุกขณะจิต ต้นลม กลางลม ปลายลม กำหนดสติอยู่กับลมหายใจตลอดเวลา ทำไปทำมาลมหายใจจะแผ่วเบา มันจะละเอียดเข้ๆ ก็ต้องให้สติของเราละเอียดตาม ถ้าไม่ปรับสติของเราให้พอดีกับความละเอียดของลม จิตอาจจะตกหวังค์ได้ คือมันจะเข้สู่สภาวะมืดๆ สบายๆ แบบมืดๆ ไม่ใช่สบายแบบสว่างไสว แต่หากสติของเราทัน นวัตกรรมต่างๆ ความใคร่ในกาม ความพยายาม ความง่วงเหงาหาวนอน ความฟุ้งซ่านรำคาญ ความลั้ลเสงลั้ก็จะดับไป และเมื่อเราตระหนักชัด



แน่ว่า นិเวรณได้ดับไปแล้ว จะเกิดความรู้สึกที่ดีที่ท่านเรียกว่าความ
ปราโมทย์ เมื่อความรู้สึกนี้เพิ่มขึ้นๆ ก็เกิดปีติ ซึ่งจะตามมาด้วย
ปีติสัทธา ความผ่อนคลายทั้งกายและใจ จะนั่งนานชั่วโมง ๒ ชั่วโมง
๓ ชั่วโมง ก็ไม่เมื่อยและไม่มีการเจ็บปวดเลย จะสบายและมีความสุข
ตรงจุดนี้แหละที่เป็นสุข เป็นจุดที่สมาธิจะเกิดขึ้น นี่เป็นเรื่องฐาน
จฺ. ฐาน



ฒ . ผู้เฒ่า

ญาติโยมส่วนมากก็จะอยู่ในตัวอักษรนี้ เรียกว่าเป็นผู้เฒ่า แต่การเป็นผู้เฒ่า นั้น ควรต้องเป็นผู้เฒ่าที่มีคุณภาพมีคุณธรรม พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า トラบไตที่เรายังมีชีวิตอยู่ เราก็ยังมีโอกาสพัฒนาตนเอง มีโอกาสที่จะละสิ่งที่ไม่ดี บำเพ็ญสิ่งที่ดี ขำระจิตใจของตนให้สะอาด เพราะฉะนั้นทุกคนที่มีชีวิต ควรจะมีความหวังว่า วันนี้เราสามารถได้กำไรจากความเป็นอยู่ของเรา ไม่ใช่หลงคิดว่า คุณค่าของตัวเองอยู่ที่ผลงานทางโลกหรืออยู่ที่เรื่องเศรษฐกิจเรื่องเงินเรื่องทอง ชาวพุทธเราถือว่า คุณธรรมนั้นแหละ เป็นสิ่งที่มีคุณค่าอยู่ในตัวของมัน เป็นสิ่งล้ำค่า และผู้ที่มีคุณธรรม เหมือนเป็นผู้ประดับโลก สิ่งใดที่สวยงาม สิ่งนั้นต้องมีเครื่องประดับ ถ้าถามว่าเครื่องประดับมีคุณค่าอย่างไร มันทำหน้าที่อะไร บ้าง เครื่องประดับไม่ต้องมีหน้าที่ มันเพียงทำให้ดูงาม ทำให้ผู้พบเห็น สบายตา คนเรานี้แม้จะยังไม่ถึงขั้นอริยมรรคอริยผล แต่เราก็สามารถเป็นคนงาม งามด้วยศีลธรรม งามด้วยความสำรวม งามด้วยความรอบคอบ งามด้วยปัญญา ประดับโลกนี้ให้สวยงาม ทำให้โลกนี้ น่าอยู่ ทำให้สังคมร่มเย็น สังคมใดที่ผู้เฒ่ามีคุณภาพ ผู้เฒ่าไม่ปล่อย



ปละละเลยในการพัฒนาตนเอง สังคมนั้นจะน่าอยู่ แต่สังคมใดที่ผู้เฒ่า
ปล่อยปละละเลย สังคมนั้นจะมีปัญหา เช่น ผู้เฒ่าเรียกร้องให้ลูกหลาน
เคารพ แต่ไม่ทำตนให้น่าเคารพ คนสมัยใหม่นี้ไม่เหมือนคนสมัยก่อน
ไม่ใช่ว่าเห็นผ้าเหลืองแล้วต้องไหว้ หรือเห็นคนแก่ต้องเคารพ นี่เป็นยุคที่
คนเน้นหนักไปทางเหตุผล ทุกวันนี้เขาเห็นว่า ถ้าพระไม่เรียบบร้อย ทำไม
ผมจะต้องไหว้ ถ้าคนแก่พูดอะไรไม่มีเหตุมีผล ทำไมผมจะต้องยอม
เขาจะพูดกันอย่างนี้ ซึ่งก็ดีเหมือนกัน ทำให้เราไม่ประมาท ถ้าเห็นว่า
คนแก่พูดอะไรแล้วทุกคนต้องยอม ต้องเชื่อฟังหมดทุกสิ่งทุกอย่าง
เราก็จะประมาทได้ ถ้าพระเราทำอะไรพูดอะไร ญาติโยมต้องยอม
ทุกอย่าง ไม่เช่นนั้นจะเป็นบาป พระเราก็ประมาทได้เหมือนกัน

ทางอีสานเรามีคำที่เขาพูดถึงคนแก่ว่า **แก่เพราะกินข้าว
เฒ่าเพราะอยู่นาน** คือ เราอยู่ในโลกนี้ไปเรื่อย ๆ มันก็แก่เฒ่าไปเอง
สังขารก็แก่ หูตาก็ไม่ค่อยดีเหมือนแต่ก่อนเดินก็ไม่สะดวกบางที่ต้องใช้
ไม้เท้า แต่ก่อนตอนเป็นหนุ่มอยากจะเดินทางทั่วโลก ตอนนั้นแค่จะลูก

จากเตี้ยยังลุกไม่ค่อยไหว คนที่เคยทำงานหนัก พออายุมากขึ้นแล้ว ก็ทำไม่ค่อยไหว ผมที่เคยดำสนิท อยู่ไปอยู่มาก็ขาวขึ้นๆ ผิวหนังก็เหี่ยวย่น ไม่สวย ไม่นิ่ม ไม่นวลเหมือนแต่ก่อน นี่เป็นธรรมดาของความแก่ความฒ่า ถ้าเราเป็นนักปฏิบัติชาวพุทธ เราจะเห็นว่าเป็นเรื่องธรรมดา และเอาความเป็นธรรมดานี้เป็นข้อคิด เป็นที่เตือนสติ แต่สังคมตะวันตกไม่ได้คิดอย่างนี้ แสดงให้เห็นว่าเป็นสังคมที่ยังขาดวุฒิภาวะ เพราะคนของเขากลัวความแก่มาก พยายามสู้ทุกวิถีทาง เพื่อจะไม่ให้แก่ คนอย่างนี้ในเมืองไทยก็มีเหมือนกัน ต้องผ่านนั้น ดั่งนี้ทำอะไรต่อมิอะไร ยอมเสียเงินมากมาย เพื่อจะได้หลอกคนอื่นว่าฉันยังไม่แก่



ในสายตาของนักปฏิบัติ คนที่พยายามหลอกคนอื่นว่าฉันไม่แก่ ทั้งๆ ที่แก่นี้ น่าสมเพชยิ่งกว่าคนที่ปล่อยตัวเองให้แก่ไปตามธรรมชาติของร่างกาย ทำไมเราจะต้องไปสู้กับธรรมชาติ ควรปล่อย

ให้มันเป็นไปตามธรรมชาติสิ คุณค่าของเราไม่ได้อยู่ที่หน้าตา หากมัน
อยู่ที่ด้านใน เมื่อเราแก่ ก็ไม่ใช่ว่าสติปัญญาหรือความคิดความอ่าน
จะต้องเสื่อมไปด้วยเสมอไป อาตมาขอยกตัวอย่างท่านอาจารย์พุทธ
ทาสและหลวงพ่อบัณฑิตที่วัดชลประทาน ท่านอายุมากแต่ความจำ
และสติปัญญาของท่านยังดี ก่อนที่หลวงพ่อบุทธทาสจะมรณภาพ
ท่านอายุมากแล้วและป่วยมากด้วย แต่สติปัญญาของท่านก็ยัง
แหลมคมเช่นเดิม เพราะท่านเป็นผู้ขยันในการฝึกจิต ท่านเป็นผู้ที่มี
ความสุขในการพัฒนาทางจิตใจ ฉะนั้น แม้สังขารของท่านได้เสื่อมไป
ตามธรรมชาติของมัน แต่จิตใจของท่านไม่เสื่อม ท่านได้พิสูจน์ให้พวก
เราได้เห็นว่า ความเสื่อมทางร่างกายนั้นเป็นเรื่องที่ช่วยไม่ได้ แต่
ความเสื่อมของจิตใจเป็นเรื่องที่หลีกเลี่ยงได้ ถ้าหากว่าเราฉลาด
และมีความตั้งใจที่จะดูแลรักษาจิตใจของเราไว้

เมื่อปีที่แล้วที่ฝรั่งเศสมีการเก็บสถิติเรื่องโรคอัลไซเมอร์
ผลปรากฏว่า กลุ่มคนที่เป็นโรคอัลไซเมอร์น้อยที่สุดคือพวกแม่ชี
นักวิจัยสรุปว่า ที่เป็นอย่างนั้นเพราะพวกแม่ชีต้องท่องคำสวดทุกวัน
ถ้าพวกเราทั้งหลายต้องการให้สมองของเราดี ก็ให้ท่องคำบาลี ท่อง
คำสวดทุกวัน ๆ วันละเล็กวันละน้อย เป็นการฝึกสมอง

ผู้เฒ่าทั้งหลายควรต้องสำรวมระวัง จะต้องระวังอะไร ก็ระวังที่
จะไม่หงุดหงิดลูกหลานและคนรอบข้าง ถ้าเราคาดหวังให้เขาทำทุกสิ่ง

ทุกอย่างดีเท่าที่เราต้องการหรือเท่าที่เราเคยทำ เราก็ต้องรู้สึกรำคาญ เป็นธรรมดา ฉะนั้น เมื่อเราอายุมากแล้ว เราต้องมีเป้าหมายในการปฏิบัติ อย่างน้อยๆ เช่น เราจะไม่รำคาญ ไม่หงุดหงิด ไม่พูดเพื่อจ้อ ไม่พูดซ้ำซาก เราต้องมีสติ ไม่ใช่เอาแต่พูดเรื่องเก่าทุกวันๆ ต้องพยายามอยู่ในปัจจุบัน จิตใจจะได้สดชื่น มันเป็นธรรมดาของคนสูงอายุ ที่เรื่องเก่าเรื่องแก่จะแจ่มชัดกว่าเรื่องที่เกิดเมื่อวานนี้หรือเมื่ออาทิตย์ที่แล้ว เพราะจิตใจจะชอบกลับไปอยู่ในอดีต เราจึงต้องพยายามดึงกลับมาให้อยู่ในปัจจุบัน เราไม่ต้องไปเอาสัญญาในอดีตเป็นสิ่งปลอบใจหรือเป็นที่พึ่ง แต่ท่านให้เราเอาสติเอาปัญญาในปัจจุบันเป็นที่พึ่งจะดีกว่า แล้วให้เราระลึกอยู่ในเรื่องความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย อย่างสม่ำเสมอ จิตใจเราก็จะเป็นปกติและมีความสุข แม้ร่างกายอาจจะมีอาการเจ็บไข้ได้ป่วย เราก็จะทนได้ ทำให้เห็นว่าเป็นเรื่องธรรมดา ไม่เป็นไร ส่วนคนที่ไม่ปฏิบัติ จะหงุดหงิด ไม่ชอบนั้นไม่ชอบนี้ ไม่อยากให้เป็นอย่างนั้นอย่างนั้น เวลาไม่สบายนิดๆ หน่อยๆ ก็กลัว ต้องวิ่งไปเอายา ยาเม็ดไม่ทันใจก็ต้องใช้ยาฉีด เห็นว่าการฉีดยานี้ดี แล้วบ้านเราก็บ้าเรื่องฉีดยา เป็นอะไร เล็กอะไรน้อยก็ต้องวิ่งไปฉีดยา ทั้งๆ ที่การฉีดยานี้ถ้าฉีดบ่อยๆ ก็เป็นอันตรายเหมือนกัน



พระพุทธองค์ตรัสว่า คนที่อยู่ในโลกนี้แม้เพียงแค่วันเดียวหรือปีเดียว แต่มีโอกาสได้ทำคุณงามความดี ได้ช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ได้สร้างประโยชน์แก่สังคม แก่ชุมชน และแก่ครอบครัว ชีวิตของเขานั้นมีความหมายยิ่งกว่าคนที่อยู่ในโลกถึงร้อยปี ด้วยความเห็นแก่ตัวหรือเอาแต่ความสุขสบายของตนเป็นหลักสำคัญ สนใจแต่ตัวเอง ขอให้ตัวเองมีความสุขให้มาก โดยไม่สนใจผู้อื่นเลย คนเยี่ยงนี้ถึงจะอยู่ในโลก ๑๐๐ ปี ๒๐๐ ปี ก็ไม่เกิดประโยชน์ ไม่ได้สร้างคุณธรรมอันใดให้เกิดขึ้น ฉะนั้นจึงไม่ใช่ว่า คนเรามีอายุยืนแล้ว มันจะดีเสมอไป อายุที่เป็นมงคลนั้นต้องประกอบด้วยการบำเพ็ญคุณธรรมและประโยชน์ ทั้งเพื่อตนเองและผู้อื่น

อาตมาเคยรับนิมิตไปฉันที่บ้านหลังหนึ่งในเมืองอุบล ไปกับพระผู้ใหญ่รูปหนึ่ง เห็นคุณยายคนหนึ่งนั่งรับน้ำมนต์ด้วยความยินดี เมื่อเสร็จพิธีแล้ว ขณะที่เดินออกไป พระผู้ใหญ่ท่านทักทายคนนั้นว่า ยายอายุเท่าไรแล้ว ยายก็ว่า ๙๒ เจ้าค่ะ ท่านจึงให้พรให้มีอายุถึง ๑๒๐ เตือน ยายก็สา...ตุ ดีใจมากที่พระอวยพรให้อยู่ได้ถึง ๑๒๐ ปี

อาตมาเองคิดว่า ขนาด ๙๒ ปีก็ยังไม่พอยังไม่อึดนะ ยังพอใจจะเอา
อีกตั้ง ๒๐ กว่าปี บางคนนี้ได้เท่าไรก็ไม่พอ



หากว่าเรามีเป้าหมายในชีวิต การจะมีอายุอยู่ถึง ๑๒๐ ปีก็ดี
เหมือนกัน ถ้าเราคิดว่าขณะนี้เรายังเป็นปุถุชนมีกิเลสอยู่ เรายังไม่
ถึงจุดพอดี ยังไม่ถึงจุดปลอดภัย ยังอาจตกนรกได้ อาจเกิดเป็นสัตว์
เดรัจฉานได้ เกิดเป็นตุ๊กแก เกิดเป็นงูเห่า หรืออาจเกิดเป็นมดแดงก็ได้
ถ้าเราเผลอทำบาปทำกรรมเมื่อไหร่ เพราะเรายังไม่ถึงขั้นโสดาบ้น
ถ้าคิดได้แบบนี้ ไม่ว่าจะอายุมากเท่าใด เรายังต้องเร่งทำความ
เพียร เพื่อเราจะได้พ้นทุกข์ คนประเภทนี้แหละจึงจะกล่าวได้
ว่า อยู่ในโลกนี้ยิ่งนานยิ่งดี เพราะเมื่อมีการปฏิบัติ ชีวิตย่อม
มีความหมาย แต่ถ้าเราอยู่ไปวันๆ นอนบ้าง หลับบ้าง ดูทีวีบ้าง

คุยเรื่องเพื่อเจอบ้าง ชีวิตเราก็ยังไม่ค่อยมีคุณค่า ชีวิตจะมีคุณค่าก็ด้วยความเพียรพยายาม แม้ร่างกายจะอ่อนแอก็ไม่เป็นปัญหา เพราะว่าความเพียรไม่ได้อยู่ที่อิริยาบถ หากอยู่ที่จิตใจ ไม่ว่าจะอายุ ๗๐ ๘๐ ๙๐ ปี เราก็ยังปฏิบัติได้ เขาพูดเขาทำอะไรไม่ถูกใจ อยากจะว่าเขา ก็ให้อดทนๆๆ ดูอารมณ์เจ้าของ มันก็แค่อารมณ์ มันก็แค่นั้นแหละ เกิดขึ้นแล้วมันก็ดับไป แค่นี้ก็ชนะได้แล้ว นี่คือการปฏิบัติในชีวิตประจำวัน อยากได้อะไรสักอย่าง โอ...อยากได้เหลือเกิน คิดไปคิดมา แหม...มันก็แค่นั้นแหละ จะเอาไปทำไม ค่อยๆ ปล่อยวางให้เราค่อย ๆ ระวังความโลภ ระวังความโกรธ ระวังความหลงไปเรื่อย ๆ นี่เรียกว่าชีวิตได้กำไรทุกวัน ถ้าหากว่าเราปฏิบัติได้แล้วเป็นคนเยือกเย็น เป็นคนรอบคอบ เป็นคนละเอียดสุขุม เราไม่ต้องไปเรียกใครให้มาเคารพเราหรอก เขาจะเกิดความเคารพของเขาเอง แล้วเขาจะมาปรึกษาหารือเราในเรื่องต่างๆ เพราะนับถือที่เราเป็นผู้มีปัญญา เป็นผู้ที่มีประสบการณ์มาก เวลาที่เขากำลังหาทางออกไม่รู้จะไปปรึกษาใคร เขาก็อยากจะปรึกษาผู้ใหญ่ ปรึกษาผู้มีความรู้ มีประสบการณ์ ถ้าเขามาปรึกษาเรา เราก็ได้บุญมาก ได้ประสานความใกล้ชิดระหว่างคนแก่กับคนหนุ่มคนสาว ซึ่งจะช่วยให้หมู่บ้านเรามั่นคง

การเป็นผู้เฒ่านี้มีทั้งผลดีและผลเสีย สำหรับพระ ก็มีเรื่องราวต่าง ๆ ตั้งแต่สมัยพุทธกาล เกี่ยวกับหลวงตาซึ่งเป็นพระที่มาบวชเมื่อแก่ ในพระไตรปิฎกพระพุทธร่องค์ทรงตรัสว่า เป็นเรื่องลำบากเมื่อผู้

เผ่ามาบวชเป็นพระ การจะรักษาวินัยให้ดีเป็นเรื่องยาก การกำกับให้มีกิจกรรมายาทที่เรียบร้อยก็ยาก การที่จะรับฟังโอวาทก็ยาก การที่จะได้เป็นธรรมกถึกสอนคนอื่นก็ยาก แล้วพระพุทธองค์ยังตรัสว่า ธรรมชาติข้อที่เด่นมากของหลวงตา คือ การไม่ยอมรับฟังคำแนะนำหรือคำตักเตือน เพราะถือว่าตัวเองรู้แล้ว ท่านว่าข้อนี้ต้องระมัดระวังให้มาก อย่าไปหลงคิดว่า เพียงเพราะเราแก่แล้วเราย่อมรู้มากกว่าผู้ที่อายุน้อยกว่า เพราะเขาอาจจะรู้หลาย ๆ เรื่องมากกว่าเราก็ได้ ยิ่งในกรณีที่มีคนมาตำหนิหรือว่ากล่าวตักเตือนเราต้องรับฟังด้วยดีไม่ให้เกิดปฏิกิริยาว่าเขาเป็นใครจึงกล้ามาตำหนิเรา หลวงตาต้องพยายามทำตนเป็นผู้ที่เข้ามาใหม่ ยังมีพรรษาน้อย ถ้าทำได้เช่นนั้น จึงจะเรียกได้ว่าเป็นผู้ใหญ่อย่างแท้จริง แต่ถ้าใครมาว่ากล่าวตำหนิแล้วโมโหโกรธทันที นั่นเรียกว่ายังไม่เป็นผู้ใหญ่ ฉะนั้นเมื่อเราเป็นผู้เฒ่าแล้ว ก็ต้องเป็นผู้ใหญ่ด้วย ต้องเป็นผู้มีคุณธรรม และการมีคุณธรรมนั้น ไม่ใช่ว่าอยู่เฉย ๆ ก็จะมีเอง มันเป็นเรื่องที่เราจะต้องทำให้เกิดขึ้น





ณ . เณร

สามเณรที่มีชื่อเสียงมากที่สุดในประวัติศาสตร์ของพระพุทธศาสนา คือ สามเณรราหุล ซึ่งเป็นพระโอรสของพระพุทธเจ้า มีพระสูตรหลายบทที่พระพุทธองค์ทรงอบรมสามเณรราหุล เช่น สัมยที่สามเณรราหุลยังเป็นเด็ก ท่านคุยเล่นกับเพื่อนแล้วพูดเรื่องที่ไม่จริง พระพุทธองค์ทรงอบรมโดยชี้แก้วน้ำซึ่งมีน้ำล้นเล็กน้อยเหลืออยู่ที่ก้นแก้ว ทรงถามว่า “ราหุล...เห็นน้ำที่เหลืออยู่ที่ก้นแก้วนั้นไม่มากใช่ไหม” “ใช่พระเจ้าข้า” ทรงสอนว่า ผู้ที่กล้าพูดเท็จหรือพูดเรื่องที่ไม่จริงโดยเจตนา ความเป็นสมณะก็จะเหลืออยู่เพียงนิดเดียวเหมือนกับน้ำที่ยังเหลืออยู่ที่ก้นแก้วใบนั้น จากนั้นพระพุทธองค์ทรงเสาดน้ำในแก้วนั้นออกไป จนเหลือติดแก้วอยู่ไม่กี่หยด ทรงถามว่า “น้ำที่ยังเหลืออยู่ในแก้วน้อยมากใช่ไหม” พระราหุลก็ว่า “น้อยมากพระเจ้าข้า” พระพุทธองค์ตรัสอีกว่า “นี่แหละ...

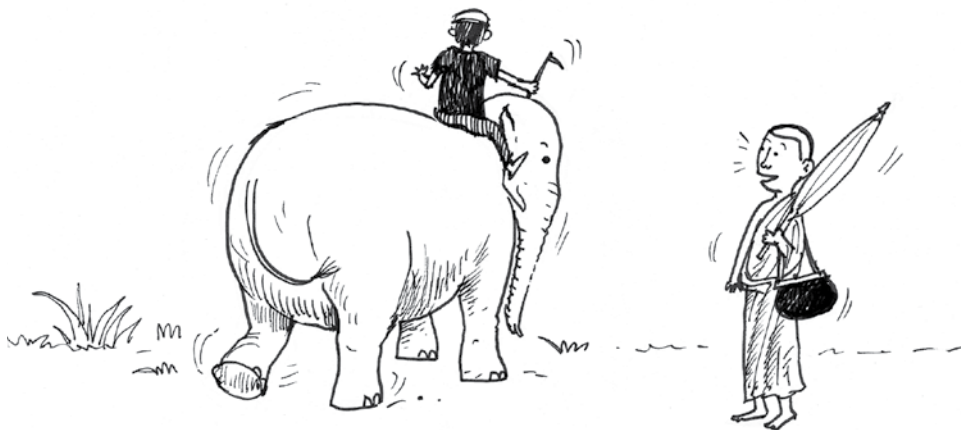


ความเป็นสมณะของผู้ที่กล้าหรือยอมพูดเท็จจะเหลืออยู่แค่นั้น” แล้วท่านได้คว้าแก้วลงจนแทบจะไม่เหลือน้ำอยู่เลย รับสั่งว่า “นี่แหละความเป็นสมณะของผู้ที่ยอมหรือกล้าพูดเท็จ” พระพุทธองค์ทรงสอนว่าการพูดโกหกการพูดเท็จนั้นเป็นกิเลสที่ร้ายแรง เพราะสมณะที่กล้าโกหกกล้าพูดเท็จนั้น จะกล้าทำบาปอื่นๆ ได้ทุกอย่าง ฉะนั้นจึงต้องระวังให้มาก พระพุทธองค์ถามราหุลว่า “ราหุล... กระจกเงามีไว้เพื่ออะไร” พระราหุลตอบว่า “มีไว้เพื่อส่องดูพระเจ้าข้า” จึงทรงสอนว่า “เราต้องส่องดูตัวเองด้วย เอาจิตใจเป็นกระจกเงา ก่อนจะทำ จะพูด จะคิดอะไร ต้องสำรวจตรวจตราว่า ทำเพื่ออะไร พูดเพื่ออะไร คิดเพื่ออะไร จิตใจเป็นบุญหรือเป็นบาป” นี่คือตัวอย่างที่พระพุทธองค์ทรงอบรมสามเณรราหุล

สามเณรที่เก่งๆ ในสมัยพุทธกาลมีมากมาย หลายรูปบรรลุนิเวศน์ ซึ่งเป็นพระอรหันต์ก็มี ขณะที่กำลังโกนศีรษะเป็นครั้งแรกในการบรรพชา ท่านก็รับ ปิณฺณกัมมัญฐาน เกศา โลมา นกขา ทันตา ตะโจ ขณะกำลังพิจารณาเกศาอยู่ ก็มีหลายรูปที่บรรลุดอนนั้นเลยตั้งแต่อายุ ๗ ขวบ สามเณรรูปหนึ่งที่บรรลุดในลักษณะนั้น ได้ไปรับใช้ครูบาอาจารย์ ท่านนอนห้องเดียวกับอาจารย์ แม้จะเพ่งบรรลุดเป็นอรหันต์โดยไม่ได้บอกอาจารย์ ท่านยังนั่ง



สมาธิตลอดคืน ขณะที่อาจารย์หลับไปแล้ว เมื่ออาจารย์ลุกขึ้นตอน
ตี ๓ ตี ๔ ซึ่งยังมีตอยู่ อาจารย์นึกว่าสามแฉกรยังไม่ลุก ก็ถือพัดจะ
ไปปลุกสามแฉกร พัดเกิดทิ่มเข้าตาสามแฉกร สามแฉกรไม่ร้องและไม่พูด
อะไรเลย กลับเอามือข้างหนึ่งปิดตาไว้ แล้วใช้มืออีกข้างหนึ่งอุ้บฏฐาก
อาจารย์ เอน้ำไปถวายอาจารย์ ด้วยมือเดียว อาจารย์ไม่พอใจ
บอกว่าสามแฉกรไม่เรียบร้อย การถวายน้ำต้องใช้ ๒ มือ สามแฉกร
จึงต้องอธิบายว่าทำไมถวายมือเดียว อาจารย์จึงรู้สึกละอายแก่ใจ
ไม่รู้ว่าลูกศิษย์ได้บรรลุเป็นอรหันต์แล้ว จิตใจช่างเยือกเย็นเหลือเกิน
ครุบาอาจารย์ว่าอย่างไรก็ไม่โกรธ เพราะกิเลสท่านไม่เหลือแล้ว



สามแฉกรอีกรูปหนึ่งระหว่างเดินธุดงค์ เห็นความยากำลังฝึก
อบรมช้าง ก็เกิดความคิดขึ้นมาว่า ถ้าคนเราฝึกช้างได้ ทำไมจะฝึก
จิตใจตนเองไม่ได้ ท่านจึงเกิดกำลังใจในการปฏิบัติ จนพ้นทุกข์พ้น

กิเลสได้ในที่สุด จิตใจของผู้ที่มีความพร้อมและสงบแล้ว ไม่ว่าจะเดิน
ดูตงค์หรือในชีวิตประจำวัน สิ่งต่างๆ ที่มากระทบนั้น แทนที่จะรู้สึก
ว่าเป็นอุปสรรค กลับเห็นว่าเป็นสิ่งที่สอนธรรมะเสียมากกว่า เพราะ
จิตใจพร้อมที่จะเห็นความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์และเป็นอนัตตา
ของทุกสิ่งทุกอย่าง สามเณรหลายๆ องค์ไม่ได้บรรลุในขณะที่นั่งสมาธิ
หากการนั่งสมาธิทำให้จิตใจท่านมีกำลัง เมื่อออกไปในโลกภายนอก
การเห็นหรือได้ยินอะไรสักอย่าง อาจเป็นจุดกระตุ้นปัญญาให้เห็น
ไตรลักษณ์อย่างชัดเจนและปล่อยวางกิเลสได้



พระสารีบุตรเป็นอาจารย์สอนเหล่าสามเณร และท่านเมตตา
สามเณรมาก ท่านได้รับการยกย่องว่าไม่ถือตัวถือตน ดังเรื่องที่

อรรถกถาอาจารย์เล่าว่า วันหนึ่งสามเณรน้อย อายุแค่ ๗ ขวบ ไปตัก
เตียนพระสารีบุตรว่า ท่านปล่อยชายผ้าสังฆาฏิให้หย่อนยานและนุ่ง
ผ้าสบงไม่เป็นปริมณฑล พระสารีบุตรรับคำตักเตียนของเณรน้อยด้วย
ความเคารพ โดยไม่ได้ถือตนว่าท่านเป็นอัครสาวกของพระพุทธเจ้า
ทำไมสามเณรน้อย ๗ ขวบ จึงกล้ามาตักเตียนท่าน นอกจากไม่ได้
คิดอย่างนั้นแล้ว ท่านยังกลับขอบคุณผู้มาเตียนด้วยความหวังดีด้วย
ซึ่งเป็นตัวอย่างที่ดีมาก



อาตมาขอเล่าเรื่องส่วนตัวให้ฟังเล็กน้อย เรื่องการบวชเป็น
สามเณรของอาตมา ซึ่งไม่ได้บวชตอน ๗ ขวบ แต่มาบวชที่เมืองไทย
ตอนอายุ ๒๑ ปี คือ เมื่ออายุ ๒๐ ปี อาตมาเป็นปะชาวยุที่อังกฤษ
ตลอดพรรษาเป็นเวลา ๔ เดือน เมื่อมาถึงวัดป่าพง อาตมาจึงอยากจะ

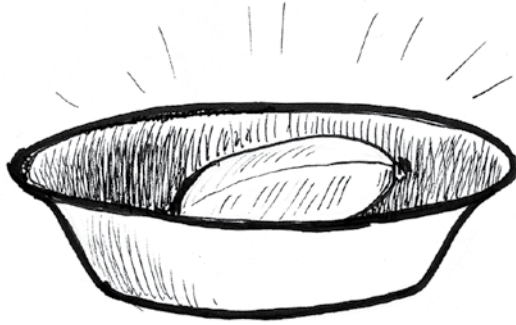
บวชเร็ว ๆ แต่ถ้าใครอยากบวชเร็ว ๆ หลวงพ่อก็จะให้บวชช้า ๆ ท่านถามว่า “ฉอน... ฉอน... อยากบวชไหม” “อยากบวชครับ” “อยากบวชก็ให้บวช” ต่อมาท่านถามอีกว่า “ฉอน... ฉอน... อยากบวชไหม” “ไม่**อยากบวชครับ**” “ไม่**อยากบวชก็ไม่ต้องบวช**” จนในที่สุดเราจึงเกิดปัญญา “ฉอน... ฉอน... อยากบวชไหม” อาตมาจึงบอกว่า “**แล้วแต่หลวงพ่อกับ**” “อืม...” ท่านพอใจ คำๆ นี้มีประโยชน์มากซึ่งอาตมาก็ได้ใช้มาโดยตลอด คือ “**แล้วแต่หลวงพ่อ**”

สมัยนั้นมีปะขาวจำนวนมาก อาตมาเป็นฝรั่งคนเดียวในกลุ่มปะขาว ๗-๘ คนที่จะได้บวชเณรพร้อมๆ กัน นอกจากนั้นเป็นปะขาวชาวไทย กลางคืนต้องไปซ้อมที่กุฏิท่านอาจารย์ชู อาตมาใจร้อนอยากบวชมากจึงท่องคำบวชได้ภายในวันเดียว ทำให้เพื่อนๆ ลำบาก ไปซ้อมแต่ละวันก็ทรมานใจ เพราะอาตมาท่องคล่องแล้วตั้งแต่วันแรก แต่องค์อื่นๆ นี่ท่องได้ไม่กี่คำก็ลืมแล้ว ซ้อมกันคืนหนึ่ง ๒ ชั่วโมง ๓ ชั่วโมง ๔ ชั่วโมง ได้แต่ปลอบใจกันว่า อีกไม่นานเราจะได้เป็นสามเณรกันแล้ว

ในสมัยนั้นมีพระฝรั่งชื่อท่านปมุตโต ญาติโยมบางคนอาจจะจำท่านได้ เป็นชาวออสเตรเลีย เป็นช่างที่เก่งมาก ท่านเป็นผู้ที่สร้างเมรุเผาศพข้างหน้า แล้วก็สร้างกุฏิหลวงพ่อกับที่ถ้ำแสงเพชร ฝีมือท่านดีมาก หลวงพ่อชอบเรียกมาใช้งานที่ละเอียดปราณีต เผิฉวยช่วงนั้นท่านมีนิ้วในไต ต้องลงไปผ่าที่กรุงเทพฯ หลวงพ่อเรียกอาตมาซึ่ง



ตอนนั้นยังเป็นปะชวามบอกว่า อยากจะให้ผมติดตามท่านปมุตโต ไปกรุงเทพฯ ไปเป็นเพื่อนและเป็นลูกศิษย์คอยดูแลท่านที่โรงพยาบาล ซึ่งใจหนึ่งเราก็ภูมิใจว่าหลวงพ่อไว้ใจที่จะให้เราช่วย แต่อีกใจหนึ่งก็เสียใจ เพราะถ้าไปกรุงเทพฯ ก็จะได้บวชสามเณร แต่อาทมาก็ต้องยอม ที่จริงแล้วท่านปมุตโตก็เป็นผู้ที่มีบุญคุณต่ออาตมา เพราะท่านเป็นเหมือนพี่เลี้ยงของอาตมา จึงเป็นโอกาสดีที่จะได้ตอบแทนบุญคุณท่าน อาตมาจำได้ว่าท่านปมุตโตกับอาตมานั่งรถไฟ ชั้น ๓ ลงไปกรุงเทพฯ ประมาณเดือนมีนา อากาศร้อน ท่านปมุตโตต้องทนทรมานด้วยความปวด ท่านอดทนมาก อาตมานั่งอยู่กับท่านในที่แคบมาก คนบนรถไฟก็แน่น มีผู้หญิงผมยาวคนหนึ่งมานั่งด้านหลังอาตมา เขาคงง่วงจึงนั่งเอียงไปมา อาตมากลัวมากกว่าจะไปถูกผมผู้หญิงคนนี้ อาตมายังเป็นปะชวาแต่ก็กลัวจะถูกผมผู้หญิงทำเอานอนไม่หลับทั้งคืนกลัวจะบาปถ้าโดนผมผู้หญิงคนนั้นหลวงพ่อก็นั่งมาในรถไฟขบวนนั้นเหมือนกัน เพราะท่านลงมาตรวจโรคเบาหวาน พอถึงกรุงเทพฯ หลวงพ่อรับนิมนต์ไปฉันที่บ้านลูกศิษย์เราก็เลยได้ไปกับหลวงพ่อ ...นี่ยังไม่ถึงเรื่องบวชเณรนะ เอาเรื่องปะชวาก่อน... อาตมาตื่นเต้นมากที่ได้ไปกับหลวงพ่อ มีพระเถระอีกรูปหนึ่ง กับท่านปมุตโต รวมเป็นพระ ๓ องค์กับอาตมาอีก ๑ คน ต้องนั่งฉันกับหลวงพ่อในห้องที่มีแต่เรา ๔ คน ตื่นเต้นมาก กลัวจนทานไม่ลง แล้วอาตมาก็นั่งตรงข้ามกับหลวงพ่อเสียด้วย ท่านให้พรแล้ว



โยมก็ออกไปข้างนอก อาตมาจะต้องพยายามทำทุกสิ่งทุกอย่างให้ เรียบร้อย อาตมามีกล้วยอยู่ในกาละมัง กำลังจะปอกกล้วยเพื่อตัด เป็นชิ้นเล็กๆ เพราะรู้ว่าถ้าทานกล้วยเหมือนโยมจะผิดข้อวัตร อยาก จะให้หลวงพ่อกับเห็นเหมือนกันว่าเรารู้จักข้อวัตรปฏิบัติ หลวงพ่อกลับ มองตาเขียว “ฉอน... อย่าไปทำอย่างนั้นเลย” เราก็ตกใจ เอ... ทำ อะไรผิดหรือเปล่า แต่คิดว่ามันน่าจะถูกนะ ที่จะหั่นกล้วยเป็นชิ้นๆ ไว้ก่อน ท่านบอกว่า “อย่าไปทำอย่างนั้นเลย อย่าเพิ่งปอกกล้วยเลย” อาตมาถามว่า “ทำไมครับหลวงพ่อกับ” ท่านก็ตอบว่า “มันจะไม่อร่อย” ท่านบอกเคล็ดลับว่า ผลไม้ยังไม่ต้องปอกไว้ก่อน มันจะไม่อร่อย ต้องปอกแล้วทานเลย ท่านพูดแบบยิ้มๆ ล้อเราเล่นนิดๆ

หลังจากพาพระไปศิริราช อาตมาก็ไปพักที่วัดบวรฯ เปลี่ยน ชีวิตจากปะขาวอยู่ในป่า มาเป็นปะขาวอยู่ในป่าคอนกรีตในเมืองหลวง

รู้สึกทรมานใจมาก แต่มีดีอยู่อย่างหนึ่ง คือ มีโยมฝากปัจจัยมาหนึ่ง พันบาท บอกว่าถ้าพระท่านต้องการอะไรก็ให้ช่วยซื้อถวาย ฉะนั้น เราก็เลยมีความสุข ตอนเช้าข้ามแม่น้ำไปอีกฝั่ง ไปซื้อขนมซื้อไอศกรีมถวายพระทุกวัน คือตอนอยู่วัดปะขาวก็ไม่มีสตางค์ ตอนเป็นโยมก็ไม่เคยมีโอกาสดำบุญกับพระ ตอนนี้เป็นปะขาวที่มีสตางค์ ถึงจะไม่ใช้สตางค์ของเรา มันก็มีความสุขที่ได้ทำบุญทุกวัน

แต่ความทุกข์ก็มีอยู่เหมือนกันในช่วงนั้น ปีนั่นหลวงพ่อก็จะไปอังกฤษนาน ๒ เดือน ถ้าเรากลับวัดไม่ทัน ถ้าหลวงพ่อก็ไปอังกฤษก่อนที จะบวชสามเณรให้เรา เราก็ต้องรออีกนาน เป็นปะขาวมานานหลายเดือนแล้ว แหม...อยากจะทำอะไรก็ทำไม่ได้ นอกจากนั้น ยังมีอีกเรื่องที่ทำให้ใจไม่ดี รู้สึกเป็นอับมงคล คือ ขณะอยู่ที่วัดบวรฯ อาตมาได้ขอยืมผ้าจีวรของพระเพื่อไปหัดครองผ้า คิดว่าเป็นการเตรียมตัวให้พร้อมทุกอย่าง ทีนี้ห้องที่อยู่ยุ่งเยอะ อาตมาจึงจุดยากันยุงตอนกลางคืนแล้วเปลือยกลับไป ตื่นขึ้นมาเพราะได้กลิ่นไหม้ รีบเปิดไฟ ตายแล้ว... ผ้าจีวรที่ยืมมากำลังไหม้อยู่ รีบวิ่งไปเอาน้ำมาดับก็ไม่ทัน ไฟไหม้หมดทั้งผืนเลย เกิดน้อยใจตัวเอง คิดว่านี่เป็นกลางไม่ดีหรือเปล่า ชาตินี้คงจะไม่มีบุญที่จะได้ครองผ้าเหลืองเสียแล้ว เกือบจะร้องไห้เลย เป็นบาปเป็นกรรม ได้ผ้าเหลืองมาแค่วันเดียวก็ไหม้หมด ชาตินี้คงจะต้องเป็นปะขาวตลอดชีวิตกรรมมัง

ตอนนั้นท่านปมุตโตผ้าตัดเรียบร้อยแล้ว แต่แผลอักเสบก็เลยต้องอยู่นานกว่าที่คิด อาตมากำลังจะหมดหวัง พอดีอาจารย์ชาโครกับอาจารย์ปุริโสมาเยี่ยม ท่านเพิ่งมาจากออสเตรเลีย อาจารย์ชาโครบอกว่า “ที่จริงผมอนอยู่ที่นี้ก็ได้ทำอะไรแล้ว กลับวัดดีกว่า” อาตมาจึงกราบ ๓ ครั้ง “ครับ” เพราะอาตมาไม่กล้าจะกลับวัดตามอำเภอใจ เพราะหลวงพ่อบอกท่านสั่งให้อยู่ แต่เมื่อมีพระผู้ใหญ่อนุญาต เราจึงรีบกลับไปวัด ก่อนที่หลวงพ่อก็จะไปอังกฤษไม่กี่วัน กลับไปได้วันสองวัน อาตมาไปทำความสะอาดกุฏิหลวงพ่อดอนบาย ท่านก็ว่า “ผมอน... พร้อมหรือยัง” “พร้อมแล้วครับ” “เข้าโบสถ์เสีย” มันปุบปับมาก อาตมาวิ่งกลับกุฏิไปเอาผ้าจีวร วิ่งขึ้นโบสถ์ แล้วก็ได้บรรพชาเป็นสามเณร มีความสุขมาก

เป็นสามเณรได้สักพัก หลวงพ่อก็ไม่อยู่ ท่านก็ให้มาอยู่กับอาจารย์ชาโครที่วัดนานาชาติ อาจารย์ชาโครเป็นเจ้าของาวาสที่นี้ รู้สึกว่าบรรยากาศในวัดคึกคักขึ้น มีอะไรเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีหลายอย่าง ก็เลยเกิดศรัทธา คิดอยากจะมาจำพรรษาที่นี้ ปีนั้นอาตมาเป็นสามเณรจำพรรษาอยู่ที่นี้ หลวงพ่อก็ไปจำพรรษาอยู่บ้านก่อน อาจารย์ชาโครพาไปกราบ อาตมาจึงเรียนท่านว่า ครั้งพรรษาที่เหลืออยู่ ๖ อาทิตย์นี้ จะขออนุญาต ๑. ไม่พูด และ ๒. ฉันทกบาตรตลอด ๔๐ กว่าวันนี้ หลวงพ่อบอกท่านก็ว่า “อย่าเป็นพระอรหันต์เร็วนักนะ เดี่ยวจะไม่มีเพื่อน ใจร้อน คิดว่าจะทำนั่นทำนี่จะได้เป็นเร็ว มันไม่ใช่ออย่างนั้น” แต่เราก็ยังรักษาข้อวัตรนั้นอยู่ดี

อาตมาว่าการงดพูดเป็นข้อวัตรปฏิบัติที่ดีที่สุด เพราะได้อานิสงส์หลายอย่าง เราจะรู้ตัวว่า ๙๐% ของสิ่งที่เราเคยพูดตามปกตินั้น จริงๆ แล้วไม่จำเป็นต้องพูดก็ได้ การงดพูดเรื่องเหลวไหลเรื่องไม่จำเป็น ช่วยให้รู้สึกสงบ ไม่ค่อยคิดอะไร ทำมาได้ ๓-๔ วัน ก็คิดว่าจะสามารถรักษาข้อวัตรนี้ไปเรื่อยๆ จนถึงวันออกพรรษาเพราะมีความสุข สมัยนั้นพ่อสมพรจะเอานมถั่วเหลืองมาชงกาแฟถวายพระที่นี้ทุกเช้า ในวันออกพรรษาพระเถรทุกรูปต้องขึ้นธรรมาสน์เทศน์ให้โยมฟัง เป็นธรรมเนียมที่พ่อสมพรจะต้องชงกาแฟให้แก่เป็นพิเศษเพื่อพระจะได้กล้าขึ้นธรรมาสน์ อาตมางดพูดมาตั้ง ๔๐ กว่าวัน ฉันทกาแฟของพ่อสมพรเข้าไป ๒ แก้ว ตอนดึกๆ นี้นั่งในศาลาไม่ติดเลย ต้องลุกออกไปข้างนอก ต้องหาเพื่อน ต้องการพูดต้องการคุย เพราะยังอีกนานกว่าอาตมาจะขึ้นธรรมาสน์ จะต้องหาพระเถรมาคุยให้ได้ ให้มาฟังเราพูดๆ พูดกับองค์หนึ่งแล้วก็ยังไม่อึด ต้องคุยต่อจะคุยกับใครก็ได้ ขอให้มืหูฟังเราได้ พระเถรก็พอจะทราบว่าอาตมาเกิดอาการต้องพูด เห็นอาตมาอยู่ตรงไหน ก็ต้องหลีกเลี่ยงไปทางอื่นหรือหลบเข้าป่าไป กลัวจะต้องฟังสามเณรชยสาโรเทศน์ หลังจากไม่ได้พูดตั้ง ๔๐ วัน คืนนั้นอาตมาพูดไม่หยุดตั้ง ๖-๗ ชั่วโมง อย่างนี้เรียกว่าไม่พอดี

หน้าหนาวต่อจากนั้น อาตมาก็ไปอยู่ที่นาโพธิ์ เพราะอยากจะไปอยู่ตามสาขาในที่เงียบๆ อยากจะฝึกพูดภาษาไทยภาษาลาว



สมัยนั้นนาโพธิ์เจียบมาก แต่ที่วัดกลับไม่เจียบเพราะมีสามเณรน้อย
จำนวนมาก สามเณรน้อยรูปหนึ่งไม่ชอบอาตมา ไม่รู้ว่าเพราะอะไร
อาจจะเพราะอาตมาเป็นฝรั่งกระมัง พยายามกวณอาตมาทุกอย่าง
อาตมาอยากเดินบิณฑบาตคนเดียวจะได้สงบ ก็จะออกแต่เช้าขณะที่
องค์อื่นยังไม่พร้อม จะได้เดินล่วงหน้าไปคนเดียว พอเณรรูปนี้ทราบ
ก็วิ่งตามจนเกือบจะเหยียบสองเท้าอาตมา บางทีก็จะเอาบาตรมาทำ
เป็นกลอง ทำเสียงดัง วางกระโถนวางกาน้ำ ก็วางให้ทุกองค์แต่ไม่วาง
ให้อาตมา ทำทุกเรื่องที่น่ารำคาญ เราก็พยายามยิ้ม ไม่แสดงอาการ
อะไรออกมา อยู่ด้วยความอดทน ต่อมาอีกเกือบสามปี อาตมาไป
สังฆทานวัดป่าคือ ตอนนั้นเณรรูปนั้นเป็นเณรใหญ่แล้ว พอเห็นอาตมา
ก็วิ่งเข้ามารับบริขาร ล้างเท้าให้แล้วก็ขอขมา เขาลำบากบาปสมัยที่อยู่
ด้วยกัน “สมัยนั้นผมคือ ผมทำบาป ผมขอโทษด้วย” เรื่องก็เลยระงับไป

อาตมายังจำได้ว่าพรรษานั้นมีสามเณรชื่อเขียวที่ไม่อยากบวช แต่แม่ให้บวช เลยไม่ค่อยมีความกระตือรือร้นในการปฏิบัติสักเท่าไร มาถึงกลางพรรษาหลวงปู่คุณก็ยอมแพ้ ให้วิฑูเอาไปฟังคนเดียว ยอมปล่อยให้นอนฟังวิฑูดีกว่าให้ไปกวนคนอื่น คืนวันออกพรรษา หลวงปู่คุณกับพระเณรนั่งล้อมวงแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน มี ตะเกียงเจ้าพายุอยู่ตรงกลาง เราก็นั่งกันอุ่นสบาย ลัทธิเล็กลัทธิน้อย เช่นแมงเม่าก็บินเข้ามาเล่นไฟ สามเณรเขียวที่นั่งอยู่ตรงนั้น คงมีแต่ คิดว่าพรุ่งนี้จะได้ลาสิกขาแล้ว เลยไม่ค่อยมีสติ ฟังไปก็เผลอหยิบ แมงเม่าเข้าปากไปโดยไม่รู้ตัว เราก็นึกขำอยู่

ที่จริงเรื่องในสมัยที่อาตมาเป็นสามเณรยังมีอีกมาก อาตมาเป็นสามเณรอยู่ ๑ ปีกับ ๒ เดือน จึงได้อุปสมบทพร้อมกับสามเณรอีก ๓ รูป องค์ที่หนึ่งคืออาจารย์ญาณธมฺโม อาตมาเป็นองค์ที่สอง อาจารย์วชิโรเป็นองค์ที่ ๓ และอาจารย์เขมะนันโธเป็นองค์ที่ ๔ เรามีความภาคภูมิใจมากกว่าตั้งแต่มีชาวตะวันตกมาอุปสมบทที่นี่ เราเป็นรุ่นแรกหรือรุ่นเดียวที่ไม่มีใครลาสิกขालะ ตอนนั้น ๒๐ พรรษาแล้ว ก็ยังมันคงทั้ง ๔ รูป





ที่เมืองจีน หลวงพ่อองค์หนึ่งอาศัยอยู่ในถ้ำบนเขาสูงหนึ่ง
ชาวบ้านในหมู่บ้านด้านล่างเคารพนับถือท่านมากเพราะเชื่อว่าท่าน
เป็นพระอรหันต์ วันหนึ่งลูกสาวของพ่อค้าคนหนึ่งในเมืองซึ่งแอบรัก
อยู่กับหนุ่มยากจนในตลาดเกิดตั้งท้องขึ้นมา เธอไม่อยากให้พ่อรู้ว่า
ใครเป็นพ่อของลูกในท้อง เพราะกลัวพ่อจะไปทำร้ายเขา เธอจึงโกหก
พ่อว่า หลวงพ่อในถ้ำเป็นพ่อของเด็ก พ่อค้าคนนี้ก็เกรงพระมาก เขาเอา
ท่านไปนิทานเสียทั่วมือง จนผู้คนหมดศรัทธาและรังเกียจหลวงพ่
องค์นั้น คุณถูกห่มินท่านว่าเป็นพระพุทธรูป เพราะทุกคนเชื่อผู้หญิงคนนั้น
เมื่อเด็กคลอดแล้ว พ่อค้าก็อุ้มเด็กขึ้นเขาไปที่ถ้ำ บอกหลวงพ่ว่า “นี่
ลูกของท่าน” แล้ววางเด็กลง พระท่านเฉยมาก ท่านแค่พูดสั้นๆ ว่า
“อย่างนั้นหรือ” เมื่อพ่อค้าจากไป ท่านก็เลี้ยงเด็กทารกคนนั้นไว้
ท่านต้องลงไปหมู่บ้านเพื่อขอนมจากชาวบ้าน คนที่สงสารก็ให้บ้าง
แต่หลายคนก็ตำว่า “พระอลัชชีมาแล้ว ช่างไม่มียางอายเสียเลย
ยังมีหน้ามาขอนมจากเรา” พระท่านก็เฉย



จากวันเป็นเดือน แม่ของเด็กรู้สึกเดือดร้อนใจกลัวบาปขึ้นมา จึงสารภาพความจริงกับพ่อว่า หลวงพ่อในถ้ำไม่ใช่พ่อของลูก พ่อตัวจริงอยู่ในตลาด พ่อค้าก็เลยเดือดร้อนใจกลัวบาปเหมือนกัน รีบวิ่งขึ้นไปที่ถ้ำ กราบขอโทษหลวงพ่อ แล้วขอเด็กคืน หลวงพ่อท่านก็เฉยพูดแค่นั้นๆ ว่า “อย่างนั้นหรือ” แล้วก็ปล่อยให้พ่อค้านำเด็กลงเขาไป ชาวบ้านจึงศรัทธาท่านมากยิ่งขึ้น ทุกคนเห็นชัดแล้วว่า หลวงพ่อองค์นี้ไม่เหมือนคนธรรมดา ท่านมีคุณธรรมสูงจริงๆ เมื่อโดนคนนิินทาวว่า ร้ายใส่ร้ายถึงขนาดว่าเป็นพ่อของลูกชาวบ้าน ท่านก็เฉย ไม่ว่าจะอะไร พ่อค้าเอาเด็กทารกมาทิ้งให้ท่านเลี้ยง ท่านก็เฉย ไม่ว่าจะอะไร ไม่ได้

เสียตายเป็นชีวิตต้องเปลี่ยนจากที่เคยสงบวิเวกอยู่คนเดียว กลับต้องมาเลี้ยงเด็กทารก ท่านก็ปรับเปลี่ยนวิถีชีวิต หน้าที่ของท่านตอนนี้คือการช่วยรักษาชีวิตทารกน้อยคนนี้ ถือว่าเป็นงานกรรมฐานของท่านลงไปขอมจากชาวบ้าน เขาจะด่าจะว่าอย่างไร บางคนถึงกับถ่มน้ำลายใส่ ท่านก็ไม่ว่าอะไร เพราะท่านรู้ตัวเองว่าไม่มีความผิด และรู้ว่าในที่สุดแล้ว ความจริงจะต้องปรากฏออกมา ท่านจึงอดทน

ในขณะที่เดียวกัน ระหว่างที่เลี้ยงเด็กทารกคนนี้ ถ้าเป็นคนธรรมดาโดยเฉพาที่ไม่เคยมีลูกมาก่อน เมื่อได้เลี้ยงและได้เสียสละเพื่อเด็ก ก็คงจะเกิดความรักและความยึดติดในตัวเด็กบ้าง แต่เมื่อพ่อค้ามาเอาเด็กกลับไป หลวงพ่อก็เฉย ไม่ยึดติดอะไร ท่านพร้อมที่จะรับความจริงคือความเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ จากอยู่คนเดียวเป็นอยู่สองคน ท่านก็อยู่ได้ เมื่อต้องกลับมาอยู่คนเดียวอีกครั้ง ท่านก็อยู่ได้ นี่เรียกว่าเป็นผู้มีจิตใจสูง ท่านอดทนเพราะท่านมีหลักการของตัวเอง ท่านรู้ว่าท่านบริสุทธิ์อย่างไม่มีข้อสงสัย ท่านไม่ได้หวังอะไรจากชาวบ้าน ไม่ได้หวังให้เขาเข้าใจ ไม่ได้หวังให้เขาเชื่อ เดี่ยวความจริงก็จะปรากฏออกมาเอง นี่เป็นเรื่องเด็กเรื่องแรก

เมื่อเข้านี้มีอุบาสกคนหนึ่งบอกว่าฟังเทศน์ตอนกลางคืนแล้ววังวนแต่วันแต่ท่านอาจารย์จะเล่าเรื่องส่วนตัวจึงจะไม่วังวน เหมือนเป็นการบังคับให้อาตมาเล่าเรื่องส่วนตัวให้ฟัง ที่จริงอาตมาก็เคยเล่าให้ฟัง

อยู่บ้างแล้วว่า อาตมาเริ่มเจริญอานาปานสติตั้งแต่อายุ ๑๘ เดือน ยังไม่ถึง ๒ ขวบก็เริ่มแล้ว เพราะเป็นโรคหืด หายใจยากมาก ไม่เหมือนคนอื่นเขา

เพราะฉะนั้นทุกครั้งที่หายใจจึงรู้อยู่ หายใจเข้าก็รู้ หายใจออกก็รู้ บางทีคิดว่าจะไม่รอดเหมือนกัน อาตมากลายเป็นเด็กซีโรค การเป็นเด็กซีโรคนี้ดีไหม สำหรับอาตมาแล้ว ก็เป็นเรื่องที่ดีอยู่เหมือนกัน เพราะว่าป่วยจนไปโรงเรียนไม่ได้ อาตมาจึงชินกับการอยู่คนเดียว ชอบอยู่คนเดียว ชอบอ่านหนังสือค้นคว้าหาความรู้ใส่ตัว โดยไม่ต้องไปเรียนรู้อะไรที่โรงเรียน อาตมาก็มีความสุขอย่างนี้

เมื่ออยู่บ้านเงียบๆ เวลาป่วยแล้วคุณแม่ไปตลาด อาตมามีวิธิการบางอย่างหนึ่งซึ่งไม่รู้ว่าคุณคิดขึ้นมาได้อย่างไร ในห้องนอนของคุณพ่อคุณแม่มีกระจกบานใหญ่ บางทีอาตมาจะเข้าไปในห้องนอนของท่าน แล้วไปยืนเพ่งมองหน้าเงาตัวเองในกระจก เพ่งที่ตาจนมันรู้สึกแปลกๆ ขึ้นมา มีอยู่วันหนึ่ง ขณะที่กำลังเพ่งอยู่นั้น รู้สึกเหมือนกับว่า จิตมันลอยออกจากกาย ลอยขึ้นไปข้างบน เหมือนใจกับกายแยกจากกัน เหมือนกับที่เราอยู่ข้างบน มองลงไปเห็นเด็กคนหนึ่งกำลังเพ่งดูเงาของตัวเองในกระจก เป็นเรื่องแปลกประหลาดมาก เป็นเช่นนั้นอยู่เพียงชั่วขณะ แต่ก็ทำให้เราเกิดความเชื่อว่า กายกับใจมันแยกกันได้ เกิดความเชื่อเรื่องจิตเรื่องใจ ทำให้สนใจเรื่องจิตใจมากขึ้น

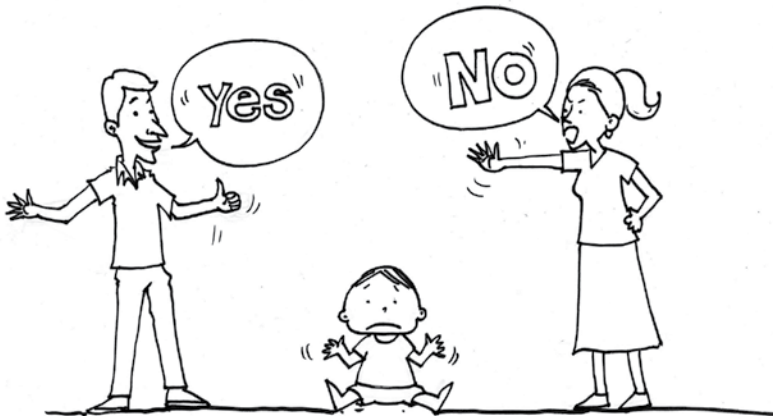


อาตมาแข็งแรงขึ้นเมื่ออายุมากขึ้น แต่ก็ยังชอบคิดชอบศึกษาเรื่องจิตใจ ต้องการจะรู้ว่าจิตใจของเรานั้นคืออะไร ต้องการจะรู้ว่าทำไมทุกคนในโลกนี้ต้องการความสุข แต่ทำไมน้อยคนเหลือเกินที่เข้าถึงความสุขนั้น ทำไมคนเราทั้ง ๆ ที่ต้องการความสุข กลับชอบสร้างเหตุสร้างปัจจัยให้ตัวเองต้องเป็นทุกข์อยู่รำไป คิดสงสัยอยู่อย่างนี้

ตอนเป็นเด็ก อาตมาก็ไม่ค่อยได้สำนึกหรือตระหนักในบุญคุณของพ่อแม่สักเท่าไร เพราะถือว่าเป็นเรื่องธรรมดา เมื่ออายุ ๑๖-๑๗ ปี รู้สึกอยากแต่จะหนีออกจากบ้าน ไม่อยากอยู่กับพ่อกับแม่เลย รู้สึกอึดอัด ทำอะไรก็ไม่ได้ ไม่เป็นอิสระ อยากไปเที่ยวกลางคืนทำน

ก็ห้าม อยากไปไหนๆ ท่านก็ห้ามไปเสียหมด ก็เลยอยากจะเป็นอิสระบ้าง จริงๆ แล้วการที่เราเคยอยู่ในกรอบนั้นก็ยังมีประโยชน์มาก เมื่อได้ออกไปหาประสบการณ์ทางโลกแล้ว เจอผู้คนอื่น ๆ ฟังประวัติความเป็นอยู่ของคนอื่น แล้วเปรียบเทียบกับครอบครัวตัวเอง ก็รู้สึกได้เลยว่า แหม...พ่อแม่ของเรานี้ดีเหลือเกิน โดยเฉพาะในเรื่องการมีกรอบที่ชัดเจน

การเลี้ยงเด็กนี้ต้องมีกรอบที่ชัดเจนนะ เช่น สมมติว่าพ่อแม่เคร่งครัดแต่แม่ไม่เคร่งครัด หรือแม่เคร่งครัดแต่พ่อไม่เคร่งครัด ถ้าพ่อห้ามไม่ให้ทำอย่างนี้ แล้วเด็กรู้ว่าถ้าเข้าไปหาแม่ แม่ก็คงจะให้หรือยอม หรือว่าแม่เป็นคนห้าม แต่ถ้าเข้าหาพ่อแล้ว จะได้สิ่งที่อยากได้ ก็เป็นอันว่าไม่มีกรอบหรือมีกรอบแต่กรอบนั้นไม่มีความหมาย ไม่ได้ทำหน้าที่ของมัน ถ้าพ่อแม่ไม่สามัคคี สอนไม่ตรงกัน เด็กจะสับสนแล้วจะกลายเป็นเด็กที่ชอบซิกแซกหาทางเลี้ยง

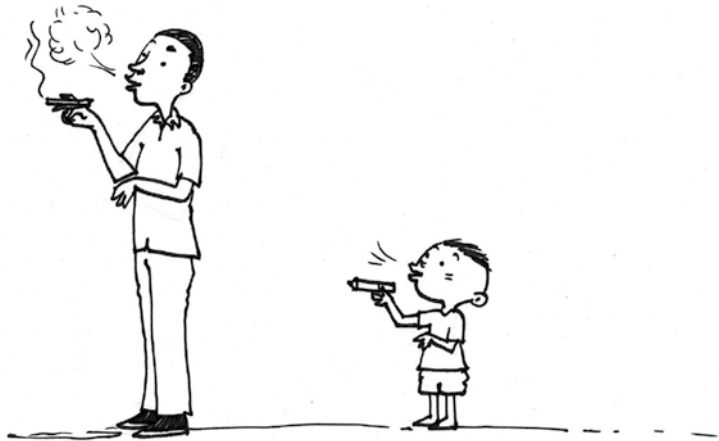


สำหรับครอบครัวเราที่ผ่านมา นั้นนโยบายของพ่อแม่เป็นอันเดียวกัน ลูกๆ รู้ว่าถ้าโยมพ่อท่านเคยสั่งว่าทำไม่ได้ แม้เราจะดื้อนรร้องขออย่างไร ก็ไม่มีประโยชน์ นี่เป็นสิ่งที่ส่งผลต่อจิตใจมาโดยตลอด ถ้ามีหลักการแล้ว ต้องเคารพในหลักการ ไม่เคยคิดที่จะเลียงหรือจะหาทางออกจากหลักการนั้น เป็นเรื่องที่น่าสังเกตว่าประสบการณ์ตอนเด็กจะมีผลตลอดชีวิต

สิ่งหนึ่งที่พ่อแม่ต้องให้กับเด็ก คือความเชื่อมั่นว่าเราเป็นลูกที่พ่อแม่รัก พ่อแม่ต้องให้ความรักที่ไม่มีเงื่อนไข เพราะความรักที่มีเงื่อนไขจะส่งผลเสียต่อจิตใจของเด็ก เช่น ถ้าเด็กรู้สึกว่าจะต้องทำตามใจพ่อแม่ๆ จึงจะรัก ถ้าไม่ทำตามใจพ่อแม่ๆ ก็จะไม่รักอย่างนี้ เด็กจะกลายเป็นคนไม่มั่นคง กลายเป็นคนไม่เชื่อมั่นในตัวเอง เมื่อโตขึ้นแล้ว จะทำอะไรก็ต้องเอาใจคนอื่นมากเกินไป เพราะกลัวว่าคนอื่นจะไม่ชอบ กลัวคนอื่นจะรังเกียจ จะมีความระแวงอยู่ตลอดเวลา เขาต้องพยายามทำทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อจะเอาใจเพื่อน เพราะคิดว่าถ้าไม่ทำตามใจเพื่อนหรือตามใจคนอื่นแล้ว เขาจะไม่เป็นที่รัก นี่เป็นความคิดเดิมที่เกิดขึ้นตั้งแต่เด็ก แล้วคนเราก็มักจะติดแนวความคิดนั้นๆ มาจนโตโดยไม่รู้ตัว มีกรณีที่คนเราติดนิสัยบางอย่างมาตั้งแต่เด็กมากมาย

ดังนั้น พ่อแม่จึงเป็นผู้มีอำนาจต่อลูก การสอนลูกไม่ได้ขึ้นอยู่กับแค่การตักเตือนห้ามปรามอย่างเดียว เด็กจะสังเกตพ่อแม่อยู่ตลอดเวลา เช่น เวลาพ่อแม่ทะเลาะกัน มันเป็นอย่างไรวเวลาพ่อแม่โกรธ ท่านระงับความโกรธได้ไหม จะระบายออกมา หรือใช้ความรุนแรงอย่างไร นี่จะเป็นสิ่งที่ประทับอยู่ในใจของลูก ฉะนั้นพ่อแม่จึงหล่อหลอมจิตใจของลูกด้วยการกระทำของตัวเองอยู่ตลอดเวลา

ไม่ใช่ที่เราจะสอนเด็กเฉพาะเวลาที่เรากำลังตั้งใจจะสอน แต่เด็กเขาดูเราเป็นตัวอย่างอยู่ตลอดเวลา ในขณะที่พ่อแม่เป็นพรหมของลูก หรือเป็นกัลยาณมิตรของลูก พ่อแม่ก็สามารถเป็นป้าปมิตร สร้างบาปสร้างกรรมให้ลูกได้ ถ้าเรารังเกียจหรือเกลียดชังใคร เช่น สมมติว่า เรามีความยึดมั่นไม่ชอบคนเวียดนาม ไม่ชอบคนผิวดำ หรือไม่ชอบแขก แล้วเราสอนหรือปล่อยให้ลูกได้ซึมซับความอคติ หรือความคิดที่ไม่ดีอย่างนี้จากเรา นี้เรียกว่าเราเป็นป้าปมิตรของลูก ถ้าพ่อหรือแม่ตีแม่เหล้าหรือเล่นการพนัน มีผลให้ลูกติดไปด้วย พ่อแม่ก็เป็นป้าปมิตรของลูก ถ้าพ่อหรือแม่ตีแม่เหล้าหรือสูบบุหรี่ แต่สอนลูกไม่ให้ตีแม่ไม่ให้สูบ คำพูดนั้นย่อมไม่มีน้ำหนัก เด็กจะไม่ฟังคำพูด แต่เขาจะดูจากการกระทำของพ่อแม่



การมีลูกนี้ถือเป็นเรื่องใหญ่ เพราะเป็นการช่วยสร้างชีวิตของมนุษย์อีกคนหนึ่ง ลูกก็เป็นมนุษย์คนหนึ่ง สิ่งที่เราทำสิ่งที่เราพูดจะมีผลต่อเขามาก บางทีเรามองเด็กว่าบริสุทธิ์ไร้เดียงสา แต่ความไร้เดียงสากับความบริสุทธิ์นี้ไม่เหมือนกัน ถ้าบริสุทธิ์จะต้องเป็นพระอรียเจ้า ฉะนั้นเด็กจึงไม่บริสุทธิ์ เด็กมีนิเวศน์ใหม่ ความใคร่ในกาม ความพยายาม ความมั่งงั่งเหงาหวานอน ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ ความลึงเลสงสัยก็จะมีอยู่บ้าง และที่มีอย่างแน่นอนก็คือ กิเลสระดับอนุสัยที่นอนเนื่องอยู่ในจิตใจ

เด็กแต่ละคนก็มีกรรมติดตัวมา เป็นสิ่งที่ติดตัวมาโดยที่เรามองไม่เห็น พ่อแม่บางคนตั้งอกตั้งใจเลี้ยงลูกอย่างดี แต่ลูกกลับไม่ดี พ่อแม่บางคนไม่ค่อยตั้งใจเลี้ยงลูกสักเท่าไร แต่ลูกกลับดี บางทีเด็กอาจจะกล้าพูดหรือกล้าทำในบางสิ่งบางอย่างที่ผู้ใหญ่ไม่กล้าทำไม่กล้าพูด ซึ่งบางครั้งอาจจะเป็นการดีหรืออาจจะเป็นโทษก็ได้

เหมือนนิทานเรื่องหนึ่ง จักรพรรดิองค์หนึ่งถือตัวถือตนมาก ถือว่าตนเป็นคนละเอียด ต้องการเสื้อผ้าที่ละเอียดที่สุดในโลก ก็มีคนเก่งคนหนึ่งนำเสื้อผ้ามาถวาย จริง ๆ แล้วไม่มีอะไรเลย แต่เขาบอกว่าเสื้อผ้านี้บางมาก คนหยาบจะมองไม่เห็น มีแต่คนละเอียดเท่านั้นที่จะเห็น จึงถูกจุดของจักรพรรดิ ท่านยื่นมือทำทำลูบคลำ โอ...สวยงาม ๆ อืม...ละเอียดดีจริง ๆ ทั้ง ๆ ที่ไม่มีอะไรเลย ท่านไม่กล้าบอกว่าจะมองไม่เห็น แล้วท่านก็ใส่เสื้อผ้านี้ออกจากวังไปให้ประชาชนชม

ประชาชนทุกคนก็กราบแล้วชมว่า ...อืม...สวยงาม ไม่มีใครกล้าบอกความจริง แต่จู่ ๆ เด็กคนหนึ่งก็ลุกขึ้นยืนหัวเราะ แล้วชี้ไปที่พระองค์ ร้องว่า “จักรพรรดิไม่ใส่เสื้อผ้า จักรพรรดิเปลือยกาย” แล้วก็หัวเราะไม่หยุด

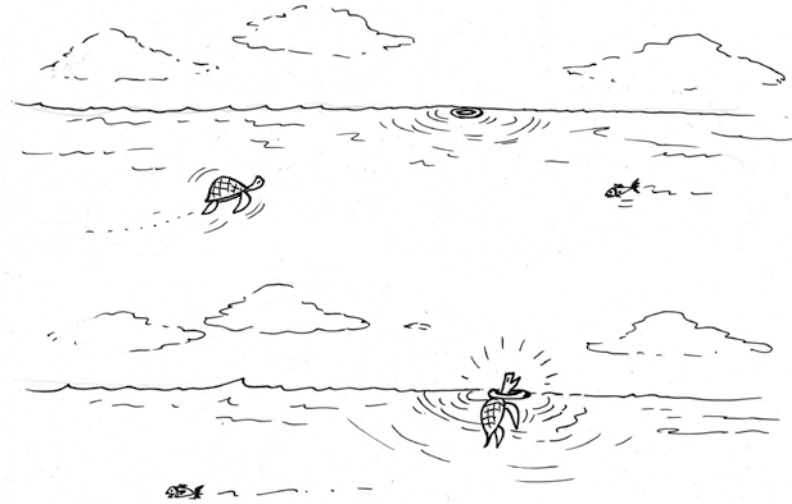


ฉะนั้น บางทีถ้าเราฟังเด็ก เราก็จะได้ข้อคิดเหมือนกัน เด็ก ๆ อาจจะมองเห็นบางสิ่งบางอย่างที่ผู้ใหญ่มองไม่เห็นเพราะความเคยชินหรือเพราะอะไรก็ตาม ไม่ใช่ว่าสายตาของผู้ใหญ่จะชัดกว่าสายตาของเด็กเสมอไป



๓. เต่า

ในพระสูตรพระพุทธองค์ทรงเน้นเสมอว่า การได้เกิดเป็นมนุษย์เป็นสิ่งที่มีความมาก เพราะโอกาสที่จะได้เกิดเป็นมนุษย์นั้นยากเหลือเกิน ทรงเปรียบเทียบโดย สมมติว่าในมหาสมุทร มีห่วงไม้ลอยเคว้งคว้างอยู่หนึ่งห่วง และมีเต่าตาบอดอยู่หนึ่งตัว ทุกๆ ๑๐๐ ปี เต่าตาบอดตัวนี้จะโผล่หัวขึ้นมาเหนือน้ำเพียงครั้งเดียว ในมหาสมุทรที่กว้างใหญ่ไพศาลนี้ โอกาสที่เต่าตัวนั้นจะโผล่หัวขึ้นมาสวมห่วงไม้ นั้นอย่างพอดีพอดี ย่อมจะเป็นไปได้ยากยิ่ง คงไม่มีนักเล่นการพนันคนไหนกล้าพนันแน่



พระพุทธองค์ตรัสว่า การที่พวกเราได้เกิดเป็นมนุษย์ก็ยากยิ่ง เช่นนั้น จึงทรงสอนให้เราเห็นคุณค่าของชีวิต ชีวิตที่ไม่แน่นอน ชีวิตที่สั้นเหลือเกิน เราต้องพยายามใช้ชีวิตนี้ให้เกิดประโยชน์มากที่สุด

ถ้าเราเป็นนักกีฬา เราทุกคนก็ต้องการหรือหวังที่จะเป็นนักกีฬาที่ยอดเยี่ยมที่สุดในโลกถ้าเป็นไปได้ นักมวยก็อยากจะเป็นแชมป์โลก นักวิ่งก็อยากจะได้วิ่งในโอลิมปิก นักบอลลก็อยากจะทำในบอลลโลกอย่างนี้เป็นต้น มันเป็นเรื่องธรรมดา เราทำอาชีพอะไร เราก็อยากจะทำให้ดีที่สุดถ้าเป็นไปได้ ในความเป็นมนุษย์ก็ควรจะเป็นเช่นเดียวกัน เราต้องการเป็นมนุษย์ที่ดีที่สุดเท่าที่เราจะทำได้ เพื่อให้การที่ได้มาเกิดเป็นมนุษย์ซึ่งยากยิ่งของเรานั้นคุ้มค่าที่สุด เราจึงจะมีความภูมิใจในชีวิตของตน

พระพุทธองค์ตรัสว่า การเกิดเป็นมนุษย์จะพอดีแก่การละกิเลส เพราะถ้าเราเกิดเป็นเทวดา มันสุขสบายมากเกินไป ท่านตรัสว่าความอดทนเป็นเครื่องเผากิเลสอย่างยิ่ง เทวดาจะขาดคุณธรรมสำคัญ คือไม่มีความอดทน เพราะสบายเกินไป แม้ในโลกนี้ก็ตามประเทศไหนหรือที่ไหนที่คนอยู่อย่างสะดวกสบายมาก จิตใจจะไม่เจริญในธรรม เพราะจะขาดความอดทน ผู้คนจะตั้งมาตรฐานว่าจะ

ต้องเป็นอย่างนี้ๆ ให้ได้ ถ้าเป็นอย่างอื่นแล้วไม่เอา รับไม่ได้ ทนไม่ไหว จิตใจอย่างนี้จะยากต่อการเจริญธรรมให้ก้าวหน้า

คำว่า ความเจริญ มีความหมายต่างกันระหว่างนักปฏิบัติกับคนที่ไม่ปฏิบัติ สำหรับนักปฏิบัติแล้ว ความเจริญหรือความสมบูรณ์อยู่ที่ การมีบรรยากาศที่ดีที่สุดสำหรับการพันทุกข์หรือสำหรับการพัฒนาตัวเอง ความเป็นอยู่แบบสบายเกินไป ต้องสบายทุกสิ่งทุกอย่าง นักปฏิบัติจะไม่เรียกว่าเจริญ เพราะยากที่คุณธรรมจะเจริญ และง่ายที่คุณธรรมจะเสื่อม คุณธรรมเป็นเรื่องที่สำคัญยิ่งในชีวิตของเรา เพราะเป็นตัวกำหนดความสุขความทุกข์มากกว่าสิ่งอื่น

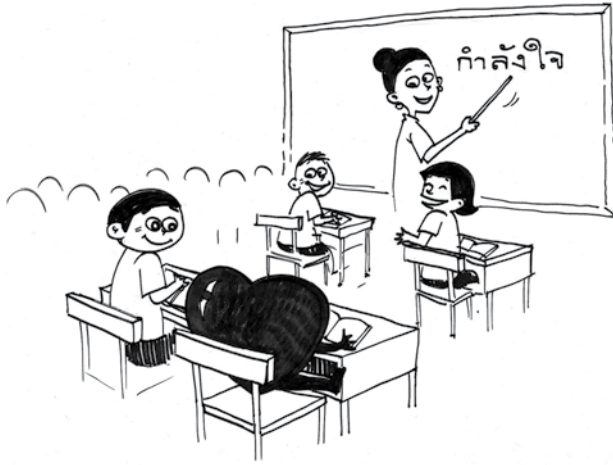
สำหรับมนุษย์นั้น ความสุขความสบายก็มีอยู่บ้าง แต่น้อยคนเหลือเกินที่จะสุขสบายจนถึงขั้นที่ไม่ต้องใช้ความอดทนเลย ส่วนความทุกข์ก็มีอยู่บ้าง แต่ส่วนมากยังอยู่ในเกณฑ์ที่คนเราทนได้ ฉะนั้น สำหรับงานที่เราเรียกว่ากรรมฐานหรืองานฝึกจิตนั้น การเกิดเป็นมนุษย์นี่ดีที่สุด เทวดาได้เปรียบมนุษย์ในเรื่องอายุ วรรณะ สุขะ พละ แต่ในเรื่องคุณธรรมต่าง ๆ ความไม่เห็นแก่ตัว ความกล้าหาญ ความบากบั่น ความเป็นที่พึ่งของตนนั้น ต้องเป็นมนุษย์จึงจะเจริญได้ ปัญญาจะเกิดขึ้นได้ด้วยความพากเพียรพยายาม



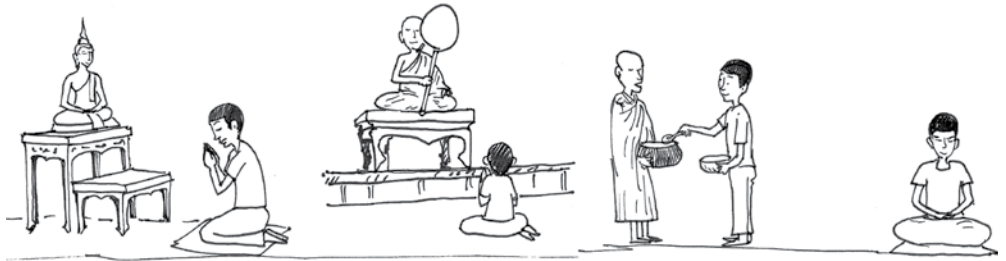
ท่านจึงให้เราต้องสำนึกอยู่เสมอว่า ชีวิตของเราเป็นลาภ
อย่างยิ่ง เป็นโชคอย่างยิ่ง แทนที่จะไปหมกมุ่นอยู่กับข้อบกพร่อง
ของตัวเองมากจนเกินไป หรือหมกมุ่นอยู่ในกิเลสหรือความทุกข์ของ
ตัวเองมากจนเกินไป น้อยใจบ้าง มองตัวเองในแง่ร้ายบ้าง “โอ้ย...เรา

นี่...ใช้ไม่ได้เลย ปฏิบัติมาตั้งนานแล้ว ยังไม่ได้เรื่องอะไร” ที่จริงแล้ว
แค่การได้เป็นมนุษย์ที่ได้เข้าถึงพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์เป็น
ที่พึงเป็นสรวง เป็นผู้ตั้งอกตั้งใจในการให้ทาน รักษาศีล ภาวนา
ก็เรียกว่าได้มากแล้ว นี่ไม่ได้หมายความว่าให้เราหยุดหรือพอใจ
อยู่เพียงแค่นี้ แต่ให้เราไม่ประมาทในสิ่งดี ๆ ที่เราได้แล้ว หรือ
สิ่งที่เราได้ทำแล้ว ถ้าหากว่าเราไม่ได้สั่งสมบารมีมามาก ก็คงไม่มี
โอกาสมานั่งที่นี้ในวันนี้ การที่เราได้เกิดในเมืองที่นับถือพุทธศาสนา
ก็ยากอยู่แล้ว อย่างที่ได้พูดมาแล้วว่า แค่การได้เกิดเป็นมนุษย์ก็ยาก
เหมือนกับเต่าตาบอดโผล่พื้นน้ำตรงหว่งไม้ที่ลอยอยู่กลางมหาสมุทร
นี่ไม่ต้องพูดถึงการได้เกิดในเมืองพุทธ และแม่ได้เกิดในเมืองพุทธ
แล้ว ก็ยังมีสำนักมากมายที่สอนอะไรผิด ๆ ใช้ไหม

อาตมาว่าการที่เรามีโอกาสได้เข้าวัดสายหลวงพ่อบ้าน
ถือว่ามีบุญมาก เพราะท่านสอนตรงไปตรงมาตามหลักคำสั่งสอน
ของพระพุทธเจ้า ไม่มีสิ่งใดชวนให้ญาติโยมมกมายหรือหลงใหล
ท่านห้ามเรื่องเครื่องรางของขลัง เวลาเป็นทุกข์ท่านไม่ให้เรา
หาหมอดู ไม่ให้เราบนบานศาลกล่าว ไม่ให้ไปหลงใหลกับสิ่ง
ศักดิ์สิทธิ์ต่าง ๆ ท่านบอกว่าเราเป็นทุกข์เพราะคิดผิด ให้ทบทวน
ตัวเอง หยุดดูตัวเองว่าตอนนี้กำลังคิดผิดอะไรอยู่ นี่เรียกว่าตรง
กับคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าที่สุด



การสอนจิตใจของเรานั้น ก็เหมือนการสอนเด็ก คือเราต้องค่อยๆ คูจิตใจ ถ้าจิตใจหดหู่หมดกำลังใจ เราก็ต้องเก่งหรือฉลาดในการให้กำลังใจ ไม่ใช่หวังแต่กำลังใจจากครูบาอาจารย์หรือจากหนังสือจากเทป หรือจากสิ่งนอกตัวเรา เราต้องรู้จักให้กำลังใจตัวเอง จากการพิจารณาถึงสิ่งดี ๆ ที่เราได้ เริ่มต้นด้วยการเกิดเป็นมนุษย์เกิดเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์แบบ เกิดเป็นมนุษย์ที่อยู่ในเมืองไทยซึ่งเป็นเมืองพุทธ มีโอกาสทำบุญสุนทาน มีโอกาสฟังเทศน์ฟังธรรม มีโอกาสประพฤติปฏิบัติธรรม นี่จะเป็นการให้กำลังใจตัวเอง แต่ถ้าจิตใจเรายังอีกเหิมหรือหลงตัวแล้ว เราต้องเตือนสติตัวเองว่า โอ...ขนาดมีบุญถึงอย่างนี้ ได้เป็นชาวพุทธ ได้เข้าวัดเข้าวา แต่จิตใจของเราก้ยังหนาด้วยกิเลส เรายังไปไม่ถึงที่ปลอดภัย เราต้องฉวยโอกาสให้ได้คุณธรรม ให้การปฏิบัติของเราได้ผลคัมกับการเป็นลูกศิษย์ของครูบาอาจารย์



ฉะนั้นเวลาจิตใจหดหู่ ก็ต้องสอนแบบหนึ่ง ถ้าจิตใจมีกำลังมากเกินไป กำลังเหลือหรือคึกคะนอง ก็ต้องสอนอีกแบบหนึ่ง เราต้องคอยสังเกตรวมชาติของจิตว่าจะรักษาไว้ให้ดีได้อย่างไร จะปฏิบัติต่อจิตใจเจ้าของอย่างไรจึงจะดี จึงจะได้ประโยชน์ เหมือนการสอนเด็ก เด็กชนก็สอนอย่างหนึ่ง เด็กเชื้อพืงก็สอนอย่างหนึ่ง เด็กกำลังมีความทุกข์ก็สอนอย่างหนึ่ง เด็กกำลังมีความสุขก็สอนอย่างหนึ่ง จิตใจของเรากับจิตใจของเด็กก็ไม่ต่างกันสักเท่าไร

คุณธรรมล้ำค่ามากข้อหนึ่งที่ท่านย่าอยู่เสมอ คือ เรื่องการสำรวมอินทรีย์ ท่านเปรียบเทียบกับเต่า เมื่อมีอันตรายต่อชีวิตหรืออยู่ในที่ไม่ปลอดภัย เต่าจะหดเข้าไปอยู่ในกระดอง หดทั้งหัวทั้งขาเข้าไปข้างใน ศัตรูจะมากัดก็กัดไม่ได้ ในที่สุดศัตรูก็จะเบื่อ แล้วผลไปหากินที่อื่น เช่นเดียวกัน เวลาเราอยู่ในที่อันตราย เราก็ต้องรู้จักทำตัวให้เหมือนเต่าที่หดเข้าไปในกระดองบ้าง ตาเราถึงจะมี

หน้าที่ดู แต่ก็ไม่จำเป็นว่าต้องดูทุกสิ่งทุกอย่างที่ขวางตา ท่านให้เลือกดูสิ่งที่จะทำให้จิตใจเราเยือกเย็น อย่าไปเลือกดูสิ่งที่จะทำให้จิตใจเราร้อน

เราต้องฉลาดในการเลือก ถ้าดูทีวีดูละครที่มีแต่เรื่องอิจฉา พยาบาท ดูแล้วมันจะมีผลเสียต่อสมองของเรา ทำให้จิตใจพลอยหยาบไปด้วย ถ้าเราดูเราฟังสิ่งที่หยาบบ่อ้อยๆ จิตใจเราก็จะหยาบลงด้วย เพราะจิตใจของเรายังเป็นของไม่แน่ไม่นอน ไข้หรือไม่ มันจะเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุตามปัจจัยหรือสิ่งที่มากระทบ ดังนั้น การปฏิบัติจึงมีสองขั้นตอน ขั้นตอนแรก คือ การเลือกรับสิ่งที่มากระทบอายตนะ ขั้นที่สอง คือ การปฏิบัติต่อสิ่งนั้นให้เกิดผลดี

การปฏิบัติตามหลักอินทรียสังวรณ สิ่งที่สำคัญ คือ ตากับหู หูนี้ไม่ต้องฟังทุกสิ่งทุกอย่าง เวลาใครพูดคุยนินทาคนอื่น เราก็ไม่จำเป็นต้องฟังก็ได้ ฟังแล้วมันเศร้าหมองนะ ยิ่งฟังแล้วนำไปเล่าให้คนอื่นฟังต่อ นี่ยิ่งเป็นบาปใหญ่ เราต้องถามตัวเองว่า เราฟังเพื่ออะไร อาจได้คำตอบว่าฟังเพราะสนุก แต่มันสนุกแบบไหนล่ะ มันสนุกแบบเศร้าหมองหรือมันสนุกแบบสะอาด ถ้าเราเห็นว่าสิ่งใดจะทำให้จิตใจเราเศร้าหมองหรือยินดีในกิเลสมากขึ้น เราก็ควรเก็บหัวเก็บขาเข้าไปในกระดอง ไม่ให้มารมาทำลายเราได้ ยอมอยู่ในกระดองอย่างนั้นแหละ จนกว่ามารมันจะผ่านพ้นไป



ฉะนั้น จงอย่าเป็นคนหลุกหลิก จะดูอะไร ก็ดูแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ จะฟังอะไร ก็ฟังแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ ให้ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สัมผัสแต่สิ่งที่มีคุณประโยชน์ต่อชีวิต นี่เป็นการปฏิบัติของเราในชีวิตประจำวัน ให้เราปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ ตลอดเวลา เมื่อจิตใจไม่คิดที่จะออกนอกตัวอยู่ตลอดเวลา เลือกลงเลือกเห็น เลือกได้ยิน จากภายนอก แล้วกลับเข้ามาดูภายใน จะมีความสงบมากขึ้นใช่ไหม จิตที่สงบ คือ จิตที่ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ร่วไหลออกไปตามเรื่องต่าง ๆ หยุดได้ นั่งได้ สงบระงับ

เราจะเป็นคนสำรวมได้ก็เพราะรู้เท่าทันว่า สิ่งที่เราดู ที่เราเห็น ที่เราได้ยิน ที่เราได้กลิ่น ที่เราได้ลิ้มรส มันก็แค่นั้นแหละ คนเราอยู่ในโลก ๑๐ ปี ๒๐ ปี ๓๐ ปี หรือ ๕๐ ปี เราเห็นอะไรบ้าง เราก็เห็นแต่รูปใช้ใหม่ สีต่าง ๆ ไม่ว่าจะสีเขียวสีแดงสีดำ เราก็เคยเห็นมาหมดแล้วไม่ใช่หรือ เราก็น่าจะรู้อยู่แล้วว่าสีดำสีแดงสีชมพู มันเป็น

อย่างไร มันก็แค่นั้นแหละ เสียงเพราะเสียงไม่เพราะ เสียงสูงเสียงต่ำ มันก็แค่นั้นแหละ กลิ่นหอมกลิ่นเหม็น มันก็แค่นั้นแหละ รสหวาน รสขมรสเค็มรสเปรี้ยว มันก็แค่นั้นแหละ แล้วที่เราจะเอานั่นเอานี่ เอาให้มากที่สุด จะเอาไปเพื่ออะไร ไม่ว่าจะได้อะไร มันก็ได้แต่ ของเก่า ได้แต่รูป ได้แต่เสียง ได้แต่กลิ่น ได้แต่รส ได้แต่ใญ่ภูงัฒพะ ได้แต่ธรรมารมณั ถ้าเรารู้เท่าทันสิ่งเหล่านี้ จิตใจก็จะปล่อยและ ปลงได้ จะแสวงหาอะไรก็ได้ แต่เป็นการแสวงหาอย่างรู้เท่าทัน มันก็แค่นั้นแหละ มันก็แค่รูป แค่เสียง แค่กลิ่น แค่รส

ให้เราพยายามเห็นสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง เมื่อเกิด ตัณhamันเป็นอย่างไร เราจะไม่อยากพิจารณาหรือคิดอะไรให้ลึกซึ้ง มีแต่จะอยากได้ ๆ เพราะตัณhamันทำให้เราโง่ ไม่ว่าเราจะฉลาด เพียงใดก็ตามแต่ในขณะที่มีตัณหาเราโง่ส่วนคนที่ไม่มีการศึกษา เลย อ่านหนังสือก็ไม่ออก แต่เมื่อใดที่เห็นตามความเป็นจริง จนสามารถระงับตัณหาได้ ก็นับว่าเป็นคนฉลาด เป็นนักปราชญ์ เป็นบัณฑิต เมื่อนั้น

นี่คือเรื่องของเต่า เต่าสอนให้เราเห็นคุณค่าของชีวิต พยายาม ใช้ชีวิตให้มีคุณค่า ถ้าเราเห็นว่าคุณค่าชีวิตของเราอยู่ที่การ ละบาป การบำเพ็ญกุศล การชำระจิตใจของตนให้สะอาดแล้ว เราจะสนุกกับชีวิตได้จนถึงวันสิ้นลม ตราบใดที่เรายังมีกิเลสและ ยังมีความคิดผิดอยู่ เพราะมีงานให้เราทำทุกวัน ไม่ต้องอยู่เฉย ๆ

หรือเชื่อว่าไม่มีอะไรทำ นอกจากนี้ เรายังสอนเราเรื่องการสำรวจ
อินทรีย์ว่าเป็นทางไปสู่ความปลอดภัย ศัตรูจะทำลายเราไม่ได้
ศัตรูก็คือกิเลสหรือมาร ให้สังเกตดูว่า เวลามันอยากดู แต่เราไม่ให้
มันดู อยากฟัง อยากฟังมากๆ แล้วเราไม่ฟัง มันเป็นอย่างไร จะเป็น
จะตายไหม ก็ไม่เห็นเป็นอะไร ปุถุชนมักมีความคิดผิดว่า ถ้าเราได้ดู
สิ่งสวยงาม หรือได้ฟังเสียงไพเราะ เหมือนกับเราได้กำไร ทั้งๆ ที่
จริงๆ แล้วก็ไม่ได้อะไร มันก็แค่นั้นแหละ



ท. ทหาร

เมื่อพูดถึงทหารแล้ว ก็นึกถึงคำถามที่คนถามกันมากกว่า ทหารไปรบเพื่อชาติบาปไหม ฆ่าศัตรูเพื่อป้องกันประเทศชาติ เป็นการฆ่าศัตรูโดยไม่ได้เกลียดชังกันเป็นส่วนตัว แต่ทำเพราะเป็นหน้าที่ จะเป็นบาปหรือไม่



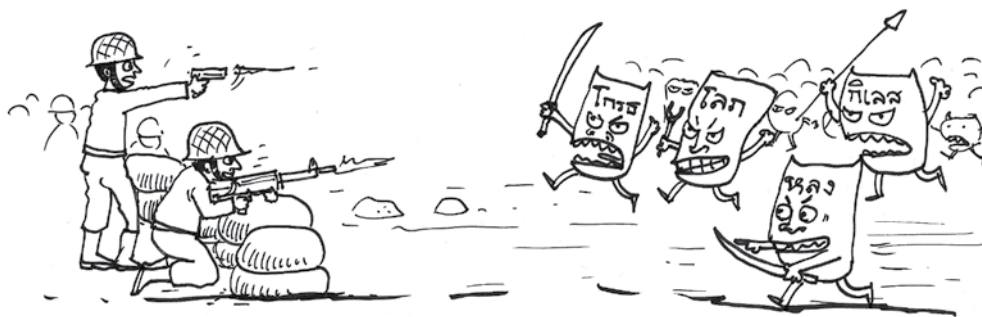
ก่อนอื่นเราต้องทำความเข้าใจกับความหมายของคำว่า บุญ และ บาป กรรมคืออะไร กรรมคือเจตนา เราต้องจำคำนี้ไว้ให้ดี ฉะนั้นการทำอะไรโดยไม่เจตนาก็ไม่ถือว่าเป็นกรรม ส่วนการทำอะไรด้วยความตั้งใจไม่ว่าจะมีเหตุผลอย่างไรก็นับเป็นกรรม

จะเป็นกรรมดีกรรมชั่วก็เป็นกรรมทั้งนั้น เพราะทำด้วยความตั้งใจ ทหารยิงศัตรูตาย เขาตั้งใจยิงไหม ก็ต้องตั้งใจ ตั้งใจยิง ตั้งใจฆ่า แต่ก็มีเหตุผลว่าถูกบังคับให้ทำตามหน้าที่บ้าง ทำเพื่อป้องกันประเทศชาติบ้าง ทำเพื่อป้องกันครอบครัวชุมชนสังคมของเขาบ้าง แต่เหตุผลประกอบนั้นเป็นสิ่งที่ทำให้บาปกรรมเบาลง คือถ้าตั้งใจจะฆ่าเขาอย่างทรมาณ ตั้งใจให้เขาเป็นทุกข์มากๆ คิดวางแผนล่วงหน้าว่าจะทำอย่างไรเราจึงจะฆ่าเขาอย่างเหี้ยมที่สุด ให้เขาทรมาณที่สุด อย่างนี้บาปจะหนักมาก

แต่ถ้าเข้าไปในสนามรบโดยไม่คิดอะไรอย่างนั้น เจ้านายสั่งให้ยิงไปทางไหนก็ยิงไปทางนั้นตามหน้าที่โดยไม่ได้คิดเกลียดเขา การทำตามหน้าที่บาปจะน้อยกว่า แต่ที่จะว่าไม่น่าจะเป็นบาปเพราะทำเพื่อประเทศชาติ นั้นไม่ใช่ประเด็น ประเด็นที่จะเป็นเครื่องตัดสินว่าเป็นกรรมหรือไม่เป็นกรรมอยู่ที่ตัวเจตนา ฉะนั้นการที่ทหารตั้งใจฆ่าฝ่ายตรงข้ามจึงเป็นบาป และกฎแห่งกรรมนี้ไม่สามารถลบล้างได้ด้วยเหตุผลว่า เขาต้องทำเพื่อประเทศชาติ

พระพุทธองค์ทรงสอนให้นักปฏิบัติอย่างเราเป็นทหารนักรบเหมือนกัน ท่านให้เรารบกับกิเลสภายใน เราต้องมีวิญญูณของนักรบ ต้องกล้าหาญ ต้องอดทน กล้าเสียสละความโลภ ความโกรธ ความหลง ซึ่งคนส่วนมากก็อยากจะละทุกข์ คือไม่อยากจะเป็นอย่างนี้ อยากจะให้ภาวะอย่างนี้หายไป แต่กลับไม่อยากจะละเหตุให้เกิดทุกข์ มันก็เลยละทุกข์ ไม่ได้สักที

เวลาที่เป็นทุกข์ วิตกกังวล ปวดหัว ทรमानใจ แทนที่
คนเราจะดูที่สาเหตุของมัน กลับไปดูที่อาการ แล้วพยายามจะ
ละอาการนั้น แต่ถ้าเราจะถอดถอนอาการนั้นๆ ให้ได้ เราต้องดู
ที่เหตุ ซึ่งจะต้องใช้ความกล้า กล้าฝืนใจเจ้าของ กล้าฝืนกระแส
ของกิเลส กล้าทำสิ่งที่ไม่อยากทำ กล้าเสียสละบางสิ่งบางอย่าง
ที่ยังให้ความสุขแก่เราบ้าง ด้วยความเชื่อว่าเป็นการสละความสุข
ที่มีประมาณน้อย เพื่อจะได้เข้าถึงความสุขที่ไม่มีประมาณหรือ
ความสุขสูงสุด เหมือนกับทหารที่ต้องกล้าเข้าไปในสนามรบ เรา
ต้องเห็นกิเลสเป็นศัตรูที่น่ากลัว จงอย่าเสียดายกิเลส เราต้องเป็น
นักรบ จึงจะชนะใจตนเอง พระพุทธองค์ตรัสว่า การชนะใจตนเอง
เป็นชัยชนะที่ยิ่งใหญ่ ยิ่งใหญ่กว่าการรบชนะศัตรูภายนอก



พระพุทธองค์ทรงสอนว่า นักปฏิบัติที่กำลังสู้รบอยู่กับกิเลสนั้น
หากมีปัญหาติดขัด ต้องระลึกถึงคุณพระศรีรัตนตรัย คุณพระพุทธ

คุณพระธรรม คุณพระสงฆ์ จะทำให้มีกำลังใจมากขึ้น เสมือนทหารที่
อยู่ในสนามรบ จะเกิดกำลังใจเมื่อเห็นธงชาติหรือเห็นธงของกองทัพ

เมื่อระลึกถึง**พระพุทธเจ้า** ให้เราระลึกว่า พระพุทธองค์ทรง
เป็นต้นแบบที่ดีที่สุดของนักปฏิบัติ ทรงเป็นผู้เปิดเผยทางไปสู่ความ
ดับทุกข์ เรากำลังปฏิบัติตามหลักที่ทรงฝากไว้ให้พวกเรา เราเป็น
พุทธศาสนิกชน เป็นศิษย์พระพุทธเจ้า เราต้องทำตามที่พระพุทธองค์
ทรงกระทำ

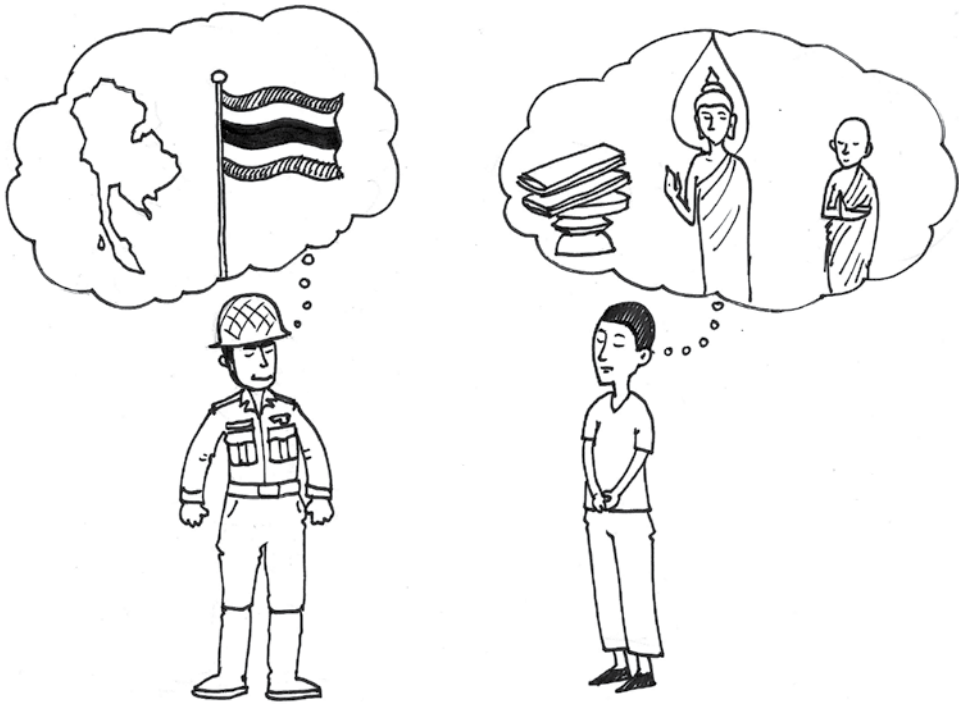
เมื่อระลึกถึง**พระธรรม** ระลึกถึงความจริงที่ทรงสั่งสอนว่า
ตราบใดที่เราปฏิบัติตามคำสั่งสอน โดยไม่ให้เกิดพลาดคลาดเคลื่อน
จากหลักการของธรรมนั้น เราจะไม่เป็นทุกข์ ที่เราเป็นทุกข์เพราะ
เราลืมพระธรรม ฉะนั้น ให้เราระลึกถึงความงามของพระธรรม
ความเป็นสันติภูมิโก อะกาลิโก เอหิปัสสิโก โอบะนะยิโก ปัจจัตตัง
เวทิตัพโพ วิญญูหิ จะทำให้มีกำลังใจเหมือนทหารเห็นธงชาติกลาง
สนามรบ

เมื่อระลึกถึง**พระอริยสงฆ์** ก็ระลึกถึงหลวงปู่มั่น หลวงปู่ชา
และพระผู้ใหญ่ทั้งหลาย ระลึกถึงปฏิปทาของท่าน ระลึกถึงความ
เยือกเย็นความสง่างามของท่าน ระลึกถึงความเมตตาของท่าน ระลึก
ถึงความหนักแน่นของท่าน ก็จะทำให้เกิดกำลังใจเหมือนทหารเห็นธงชาติ
ในสนามรบ เมื่อพระอริยเจ้าท่านทำได้ ทำไมเราจะทำไม่ได้ ไม่ว่า
หลวงปู่มั่น หลวงปู่เทศก์ หลวงตามหาบัว หลวงปู่ขาว หลวงปู่ชา

ก่อนบวชท่านก็เป็นชาวบ้านธรรมดาเหมือนพวกเรา ท่านก็มีกิเลส เหมือนกัน อาตมาเคยฟังเทศน์หลวงตามหาบัว ท่านเล่าว่า ตอน เด็กๆ ท่านเป็นคนนอนเก่ง ตอนเช้าๆ ลูกไม่ตื่นเลย แม่ต้องปลุก ทุกวัน ตอนท่านจะออกบวช ทุกคนในครอบครัวคิดว่าคงจะอยู่ ไม่ไหว อยู่บ้านสบายๆ ยังไม่ยอมลุก อยู่วัดต้องตื่นตั้งแต่ตี ๓ ตี ๔ คงไม่ไหวแน่ แรกๆ ท่านก็มีปัญหาเหมือนกัน แต่ท่านตั้งอกตั้งใจ ตั้งอธิษฐานจิต ท่านจึงทำได้สำเร็จ ครูบาอาจารย์ท่านได้พิสูจน์ ให้พวกเราเห็นว่า คนธรรมดาเปลี่ยนเป็นคนบริสุทธิ์ได้ ท่านได้ พิสูจน์ว่า มรรคผลนิพพานไม่พ้นสมัย ถ้าไม่มีพระอริยเจ้าอย่างนี้ เวลาเราอ่านเรื่องในพระสูตร เราคงจะรู้สึกเหมือนอ่านนิยาย หรือ หากเป็นจริง ก็เป็นเรื่องของคนในสมัยสองพันกว่าปีที่แล้ว คนละยุค คนละสมัยกับคนสมัยนี้

การมีครูบาอาจารย์ในยุคสมัยนี้เป็นพระผู้ที่ได้ปฏิบัติดีปฏิบัติ ชอบ จนเข้าอริยมรรคอริยผลแล้ว ทำให้เรามั่นใจได้ว่า มรรคผล นิพพานยังเป็นที่หวังได้ เราารู้สึกได้ว่า สายสัมพันธ์ระหว่างปัจจุบัน กาลกับพุทธกาลยังต่อเนื่องไม่ขาดสาย ทุกวันนี้เรายังให้ท่าน รักษาศีล และภาวนา ตรงตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า การที่เราการรักษาศีล มาทำสมาธิภาวนา เดินจงกรม เป็นการทำ ตามแบบอย่างที่พระอริยเจ้าทุก ๆ องค์ได้ทำมา

ฉะนั้นการระลึกถึงพระสงฆ์จึงทำให้เราเกิดกำลังใจเสมือนทหารเห็นธงชาติในสนามรบ ทำให้เราปลอบปล้ำว่าเราเป็นสายเดียวกันกับท่าน เป็นลูกศิษย์ลูกหาของพระสงฆ์ ผู้ที่มีจิตใจเปี่ยมไปด้วยความรู้ ความตื่น ความเบิกบาน



เราจึงต้องฝึกคิดฝึกพิจารณาให้เป็น ฝึกคิดพิจารณาเรื่องคุณพระพุทฺธ คุณพระธรรม คุณพระสงฆ์บ่อยๆ ให้เกิดความชำนาญใน

การระลึกอยู่ในพุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณแต่ละข้อ เพื่อเป็นกำลังใจเมื่อรู้สึกท้อแท้หรือเบื่อหน่ายหมดกำลังใจ การปฏิบัติของเราจึงจะสม่ำเสมอและไม่ท้อถอย

เมื่อเราเป็นทหาร เราก็ไม่ได้หวังความสะดวกสบาย หนักก็เอา เบาก็สู้ พร้อมทั้งจะรับทุกสิ่งทุกอย่างอยู่เสมอ เราก็ทราบดีว่า ความจริงไม่ใช่สิ่งที่เราจะเข้าถึงได้ง่าย ๆ เราก็ใจเย็น แต่ไม่ใช่เย็นจนเกินไป ทำอย่างพอดี ๆ ทำไปเรื่อย ๆ กิเลสมันจะค่อย ๆ ลดน้อยลง เราอย่าไปคาดหวังมาก อย่าเอาแต่เปรียบเทียบกับตัวเองกับคนอื่น เราเป็นอย่างนี้แหละ ส่วนคนอื่นเขาจะเป็นอย่างไรก็เป็นเรื่องของเขา แต่เราเป็นอย่างนี้

ที่หมู่บ้านแห่งหนึ่งในญี่ปุ่น มีหญิงชาวบ้านอายุมากคนหนึ่ง ลูกของเธอตายไปแล้ว แต่ทิ้งหลานไว้ให้ยายเลี้ยง ยายรักหลานมาก อยากให้หลานได้ดี แต่ยายคนนี้เป็นคนไม่ค่อยมีเพื่อน ไม่ค่อยชอบสังคมกับใคร คนในหมู่บ้านก็ไม่ค่อยชอบยายด้วย ความรักความห่วงทุกสิ่งทุกอย่างจึงทุ่มเทให้หลาน ยายเคยอุปถัมภ์พระผู้ใหญ่รูปหนึ่ง ท่านเก่งในวิชาเขียนตัวหนังสือของญี่ปุ่น ซึ่งเป็นวิชาที่คนญี่ปุ่นคนจีนยกย่องมาก ยายรู้ว่าท่านพอจะรู้จักกับอาจารย์ที่เก่งที่สุดในด้านนี้ของประเทศที่อยู่ในเมืองหลวง จึงเข้าไปกราบอาจารย์ของยายเพื่อขอให้ท่านช่วยฝากฝังให้หลานได้ไปเป็นศิษย์ของท่านอาจารย์องค์นั้น ท่านจึงเขียนจดหมายถึงอาจารย์ใหญ่ที่เมืองหลวง

ท่านมีปากกาที่สวยงามมากมายหลายด้าม แต่แทนที่ท่านจะเอาปากกามาเขียน ท่านกลับเอาดินสอเก่าๆ มา ใช้มีดเหลา แล้วเขียนจดหมายฝากฝังยื่นให้ ยายขอบคุณอาจารย์แล้วเดินออกจากห้องด้วยสีหน้าบูดบึ้ง ทำไมท่านช่างไม่เมตตาเราเลย ทำไมไม่เอาปากกาดีๆ มาเขียน ทำไมต้องใช้ดินสอเก่าๆ เขียนด้วย



ยายกลัวว่าอาจารย์ใหญ่ในเมืองหลวงเห็นจดหมายที่เขียนด้วยดินสอแล้วจะไม่รับหลานของยาย แต่อย่างไรก็คงจะต้องลองดู อีก ๒ - ๓ วันต่อมา ยายจึงพาหลานไปเมืองหลวง ได้เข้าไปกราบ

อาจารย์ใหญ่ จะขอฝากหลานเป็นศิษย์ ยายยื่นจดหมายจากอาจารย์ ของยายให้ท่าน อาจารย์ใหญ่ดูตัวหนังสือแล้วบอกรับทันที ไม่ได้สนใจ ว่าเขียนด้วยปากกาหรือเขียนด้วยดินสอ แค่เห็นลายมือ ท่านก็จำได้ว่าเคยรู้จักอาจารย์องค์นี้มาก่อน ดูจากลายมือแม้จะเขียนด้วยดินสอ ก็รู้ว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญที่มีฝีมือดีมาก จึงรับหลานของยายเป็นศิษย์ ยายกลับบ้านนอกด้วยความดีอกดีใจยิ่ง

สิ่งที่น่าแปลกใจคือ เมื่อยายกลับบ้านไปอยู่คนเดียว แทนที่จะเหงาและหดหู่ใจคิดถึงหลาน กลับมีความเบิกบาน มีความเมตตา กรุณาต่อคนอื่นมากขึ้น ไม่นานต่อมา ปรากฏว่ามีชาวบ้านคนนั้นคนนั้น แวะเวียนกันมาหายาย มาระบาย มาปรับทุกข์ มาขอคำแนะนำ หรือ มาเยี่ยม จนยายเกือบจะไม่มีเวลาว่างเลย ทุกคนยอมรับว่ายายเป็นผู้ ที่มีเมตตากรุณามาก จนไม่น่าเชื่อว่าจะเป็นคนๆเดียวกับยายคนที่เคย รู้จัก

มีคนถามว่า ทำไมยายจึงเปลี่ยนจากแต่ก่อนไปได้ถึงขนาดนี้ ทำไมทุกวันนี้ยายจึงรู้สึกเบิกบานเหลือเกิน ยายบอกว่า ยายได้ ข้อคิดจากการไปหาท่านอาจารย์ที่วัด ยายหวังมากกว่า ท่านจะเขียน จดหมายด้วยลายมือที่สวยงามให้อาจารย์ใหญ่ในเมืองหลวงได้เห็นแล้ว ประทับใจ ยายตกใจมากที่ท่านไม่หยิบปากกามาเขียน กลับเอาดินสอ เก่าๆ แล้วเอามีดมาเหลามันเพื่อเขียนจดหมาย ปรากฏว่าอาจารย์ ใหญ่ที่เมืองหลวงกลับยิ่งประทับใจ ถ้าหากจดหมายเขียนด้วยปากกา

ท่านคงจะไม่ประทับใจอย่างนั้น ยายเลยมาทบทวนตัวเองว่า เราเห็นดินสอเก่าๆ ก็นึกดูถูกว่าไม่มีประโยชน์ ไม่สวยงาม ไม่มีความหมาย ลู้ปากกาที่สวยงามๆ งามๆ แพงๆ ไม่ได้ แต่ปรากฏว่าเพียงใช้มีดเหล่าๆ ลักหน้อย กลับเขียนได้ดีมาก ยายจึงนั่งคิดทบทวนว่า เอ... ตัวเรานี้เหมือนดินสออันหรือเปล่านะ

อาจารย์ท่านตั้งใจสอนเราหรือเปล่านั้น เราก็เคยดูถูกตัวเองว่าเป็นคนเก่าๆ แก่ๆ เป็นคนไม่มีคุณธรรมอะไรเลย ดูถูกดูหมิ่นตัวเอง ไม่เป็นเพื่อนกับตัวเอง เมื่อไม่เป็นเพื่อนกับตัวเอง ไม่รักตัวเองก็เลยไม่เป็นเพื่อนกับคนอื่นด้วย ไม่รักใครเลย รักแต่หลานคนเดียว พอกลับมาอยู่คนเดียวก็มาคิดพิจารณาว่า อืม... ท่านอาจารย์ก็แค่เอามีดมาแต่งดินสอเก่าๆ นั้นจนเขียนได้อย่างดี เราก็จะทำเหมือนกันเราจะขัดเกลาสิ่งเก่าๆ ที่เป็นคราบในจิตใจของเรา ไม่แน่ว่าเราอาจจะทำให้ตัวเองดีและมีประโยชน์ เหมือนกับที่ท่านอาจารย์ทำดินสอแท่งนั้นให้ดีก็ได้ จากนั้นยายก็พยายามทำวัตรสวดมนต์นั่งสมาธิทุกวัน รู้สึกได้ว่าจิตใจายดีขึ้นๆ แล้วคนนั้นคนนั้นก็มาพูดคุยขอคำปรึกษา ไม่รู้ว่าเขาเห็นอะไรในตัวยาย ยายเคยรู้สึกว่าตัวเองเหมือนดินสอเก่าๆ ที่ไม่น่าใช้เขียนตัวหนังสืองามๆ ได้ แต่เมื่อได้ฝึกฝนขัดเกลาตัวเอง เหมือนท่านอาจารย์เอามีดมาแต่งดินสอสิ่งดีงามภายในก็ปรากฏออกมาให้เกิดประโยชน์ทั้งแก่ตัวเองและคนรอบข้าง

ฉะนั้นเมื่อเราปฏิบัติ อย่าไปน้อยใจว่ามีอุปสรรค อย่าไปน้อยใจว่ามีศัตรู ทั้งศัตรูภายนอกและศัตรูภายใน เพราะมันเป็นเรื่องธรรมดา ทหารย่อมต้องรบกับศัตรู นักปฏิบัติก็ต้องรบกับกิเลส การปฏิบัติไม่ใช่เรื่องง่าย ๆ เวลาเราอ่านพระสูตร แหม...ทำไมคนสมัยนั้นช่างบรรลุกันง่ายเหลือเกิน ฟังเทศน์ฟังธรรมไม่กี่ประโยคก็บรรลุแล้ว อ่านแล้วอาจจะนึกน้อยใจ แต่ถ้าเราอ่านพระวินัย โอ้ย...อาจจะเกิดความรู้สึกที่แตกต่าง พระวินัยจะกล่าวถึงพระที่มีพฤติกรรมไม่เหมาะสม เช่น ชุกชน คิดผิด ลามกอนาจาร หรือ ทำความชั่วร้ายต่าง ๆ จนแทบไม่น่าเชื่อเลยว่า จะอยู่ในวัดเดียวกับพระอริยเจ้าที่เราได้อ่านหรือได้ฟังจากพระสูตรยกตัวอย่างเรื่องพระฉัพพัคคีย์โกธพระทัฬหฬลบุตรแล้วอยากจะหาอุบายใส่ร้ายพระทัฬหฬลบุตร วันหนึ่งพระฉัพพัคคีย์เดินออกไปนอกวัด เห็นแพะตัวผู้ตัวเมียกำลังร่วมเพศกัน เลยตั้งชื่อแพะตัวผู้ว่า ทัฬหฬลบุตร แล้วก็ตั้งชื่อแพะตัวเมียเป็นชื่อภิกษุณีองค์หนึ่ง เมื่อกลับเข้าไปในวัดก็ไปเล่าว่า ทัฬหฬลบุตรเสพเมถุนกับภิกษุณีองค์นี้ พอใครหาว่าโกหกก็ยืนยันว่าไม่ได้โกหก มันเป็นความจริงซึ่งหมายถึงการเห็นแพะ ๒ ตัว แต่เมื่อได้ใช้ชื่อภิกษุภิกษุณีตั้งชื่อให้แพะ ก็เรียกตามชื่อที่ตนเองตั้ง ไม่ได้บอกว่าเป็นแพะ ทำให้เกิดความวุ่นวายในวัด

นี่ก็เป็นตัวอย่างของความซนหรือความคิดผิดของพระในสมัยพุทธกาล ซึ่งอยู่ในวัดเดียวกันกับพระสารีบุตร พระโมคคัลลาและพระผู้ใหญ่อื่นๆ มีตัวอย่างอื่นๆ อีกมากมายที่แสดงว่ามีพระไม่ได้อยู่ปนกับพระที่ดี พระพุทธองค์ตรัสว่า จิตใจนี้ฝึกได้ยากมาก จิตใจนี้กวัดแกว่งอยู่ตลอดเวลา จิตใจนี้รักษายาก การที่ท่านสอนพระอย่างนี้ย่อมแสดงว่า ไม่ใช่พระทุกรูปต้องมีสมาธิดี ต้องปฏิบัติได้ง่ายเหมือนที่บางคนอาจจะคิด

แม้ในสมัยพุทธกาล พระพุทธองค์ยังตรัสถึงความยากลำบากในการฝึกจิต ฉะนั้น นักปฏิบัติหรือนักบวชอย่างเราก็ไม่ต้องเสียใจหรือคิดท้อถอยว่า โอ... กิเลสมันช่างเยอะเหลือเกิน จิตใจนี้ทำไมจึงสอนได้ยากนัก มันเป็นอย่างนี้มาตั้งแต่สมัยพุทธกาลแล้ว แม้กับผู้มีบุญมากพอที่ได้เกิดในมัชฌิมาประเทศ มีบุญมากพอที่ได้ฟังพระพุทธเจ้าเทศน์ หรือได้บวชเป็นพระภิกษุภิกษุณีในสำนักของพระพุทธเจ้า การปฏิบัติก็ยังยากอยู่ นับประสาอะไรกับพวกเรา เราจึงต้องสู้ต่อไป เป็นทหารที่ต้องสู้ตามหน้าที่ ในที่สุดการสู้้นั้นต้องได้ผล ในที่สุดเราก็ต้องชนะอย่างไม่ต้องสงสัย พระพุทธองค์ตรัสไว้ชัดเจนว่า ทำดีได้ดี และการภาวนาคือยอดของความดี เพราะฉะนั้น ผลที่ดีๆ ได้ก็คือยอดของความดี





พ. พาล

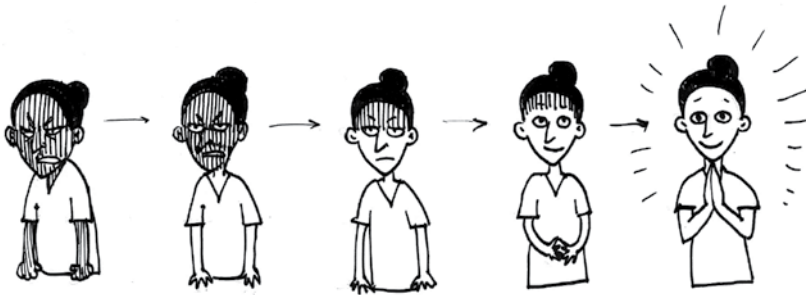
ตัว พ พาน แต่จะขอพิเศษหน่อย คือจะไม่เทศน์เรื่องตัว พ พาน ที่สะกดด้วย น หนู แต่จะใช้ ล ลิง คือพูดถึง พ พาล พูดถึงคนพาล

คนพาลเป็นอย่างไร ใครคือคนพาล ที่ว่าพาลก็มีทั้งภายนอก และภายใน พาลภายนอก คือ ตัวบุคคลชนิดที่มีคำจำกัดความ ง่าย ๆ คือ คนที่ชอบทำชั่ว ชอบพูดชั่ว ชอบคิดชั่ว นั่นคือพาลหรือ คนพาล

ส่วนพาลภายใน คือ กิเลสของเราเอง สิ่งที่ทำให้เราคิดชั่ว พูดชั่ว ทำชั่ว พาลภายในนี้หนักล้นที่สุด หนักล้นยิ่งกว่าพาลภายนอก พระพุทธองค์ทรงแนะนำว่า เราควรจะพยายามอยู่ห่างไกลจาก คนพาล อย่าไปคบค้าสมาคมด้วย การหลีกเลี่ยงจากพาลภายนอก ยังมีหวังที่จะทำได้ แต่การหลีกเลี่ยงจากพาลภายในนั้นยากมาก ท่าน จึงให้เราระมัดระวัง อย่าประมาทในกิเลส แม้แต่ตัวเล็กตัวน้อย แม้แต่เรื่องเล็กเรื่องน้อย ท่านให้เราระมัดระวังอย่าให้บานปลาย อย่าให้เรื่องเล็กๆ เพิ่มขึ้นๆ จนเป็นเรื่องใหญ่ ซึ่งเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ ง่ายสำหรับผู้ที่ไม่ได้เจริญสติในชีวิตประจำวัน

การเรียกใครว่าเป็นพาล อาจจะเป็นคำพูดที่รุนแรง แล้วเราก็ไม่ควรที่จะเรียกใครว่าเป็นพาลอย่างนั้น เพราะไม่มีใครที่จะเป็นพาลตลอดเวลา คนเราทุกคนมักจะสามารบเป็นทั้งพาลทั้งบัณฑิตได้ในตัวคน ๆ เดียว บางครั้งก็ปฏิบัติเหมือนเป็นบัณฑิต แต่บางครั้งก็ปฏิบัติหรือประพฤติเหมือนเป็นพาล

ฉะนั้น เราปฏิบัติก็เพื่อให้ตัวเองเป็นพาลน้อยลงและเป็นบัณฑิตมากขึ้น



เราต้องให้กำลังใจความเป็นบัณฑิตของผู้อื่นและไม่สนับสนุนความเป็นพาลของผู้อื่น ถ้าเรามัวแต่จับผิดหรือเพ่งโทษคนอื่น วิพากษ์วิจารณ์หรือตำหนิติเตียนความเป็นพาลของใคร เขาอาจจะเกิดปฏิกิริยาโกรธหรือน้อยใจ เพราะคนเราส่วนมากอึดตาสุง ถ้ามีใครมาวิพากษ์วิจารณ์ตำหนิติเตียน ก็มักจะต่อต้านหรือไม่ค่อยยอมรับ

ฉะนั้น ผู้ที่หวังดีหรือผู้ที่หวังว่า ถ้าเราชี้ความผิดให้เขาฟัง แล้วเขาจะยินดี เขาจะเข้าใจแล้วกลับตัว ก็มักจะต้องพบกับความผิดหวัง เทคนิคที่จะได้ผลกว่าสำหรับคนส่วนใหญ่คือ แทนที่จะไป

มุ่งพูดถึงเรื่องความเป็นพาลของเขา เราควรจะพยายามหาความเป็นบัณฑิตของเขา มาพูดชมเชยและให้กำลังใจ ให้เขามีความภาคภูมิใจในสิ่งที่ดี เพื่อให้เขาอยากที่จะเป็นคนที่ดียิ่ง ๆ ขึ้นนั้นไม่ได้หมายความว่าเราจะไม่พูดในเรื่องที่ไม่ดี มันจำเป็นที่เราจะต้องพูดอยู่เหมือนกัน แต่ต้องทำให้เขารู้สึกมีความหวังที่จะเปลี่ยนแปลง มีหวังที่จะกลับตัว และมีหวังที่จะดียิ่งขึ้น ๆ ต่อไป

อย่างไรก็ตาม เราต้องยอมรับว่า คนพาลบางคนไม่มีทางที่จะกลับตัว เพราะไม่ใช่ทุกคนจะยอมเปลี่ยนแปลงตัวเอง เราต้องแยกแยะว่าถ้าพูดในแง่ความสามารถ ทุกคนสามารถจะพัฒนาตัวเองได้ ทุกคนมีความสามารถที่จะกลับตัวได้ มันแตกต่างกันอยู่ที่การยอม บางคนยอม แต่บางคนไม่มีทางเลยที่จะยอม แม้แต่พระพุทธองค์เองก็ใช้ว่าจะทรงสามารถฝีกอบรมทุกคน ที่ไปเข้าเฝ้าท่านได้จนประสบความสำเร็จ ไม่ใช่ทุกคนที่ได้ฟังโอวาทจากพระพุทธองค์ได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์บุคคล บางคนก็ไม่เคารพท่าน บางคนไม่ยอมรับฟังคำสอน คนที่โกรธพระพุทธเจ้าไปแล้วก็มี



คนบางคนชอบปิดกั้นตัวเองไว้ ราวกับตั้งอกตั้งใจที่จะตกนรก ใครจะพูดอย่างไรก็ไม่ยอมฟัง คนอย่างนี้คือพาลโดยแท้ พระพุทธองค์เคยตรัสไว้ว่า พาลที่ยอมรับว่าตัวเองเป็นพาลนั้น ก็ถือว่าเป็นบัณฑิตอยู่ในระดับหนึ่ง แต่พาลที่ไม่ยอมรับว่าตัวเองเป็นพาลนั้นแหละ เป็นพาลโดยแท้ ทำไมจึงเป็นอย่างนั้น เพราะถ้าคนเรา ยอมรับว่า ตัวเองมีกิเลส ตัวเองยังไม่ค่อยรู้เรื่องสักเท่าไร หรือตัวเอง ยังแพ้ความโลภ ความโกรธ ความหลงอยู่บ่อยๆ เมื่อมีความคิดเห็นในเรื่องใดก็ตาม ก็มักจะมีความอ่อนน้อมถ่อมตนอยู่บ้าง เพราะยอมรับว่าเรามีกิเลสอยู่ ยอมรับว่าเรายังมีความเป็นพาลอยู่บ้าง เราก็จะไม่เชื่อความคิดของตัวเองจนเกินไป แต่พาลที่เชื่อว่าตัวเองฉลาด พาลที่เอาปริญญาบัตรเป็นเครื่องพิสูจน์ว่าตัวเองเป็นบัณฑิต นั้นแหละอันตราย เพราะเขามองไม่เห็นความเป็นพาลของตัวเอง ที่จริงแล้วอาตมาไม่อยากจะใช้คำว่า “พาล” กับ “บัณฑิต” สักเท่าไร แต่อยากจะใช้คำว่า “ความเป็นพาล” และ “ความเป็นบัณฑิต” เพราะอย่างที่กล่าวมาก่อนแล้วว่า ความเป็นพาลและความเป็นบัณฑิตมีอยู่ในทุกๆ คน เว้นแต่พระอรหันต์ที่ทันทหมดความเป็นพาลโดยสิ้นเชิง สำหรับผู้ที่ยังเป็นปุถุชนอยู่ และผู้ที่กำลังจะเป็นกัลยาณชน ก็ยังต้องมีความเป็นพาลอยู่บ้าง นี่เป็นเรื่องที่ต้องยอมรับ

ฉะนั้น การที่เราได้ดูแลตัวเองบ่อยๆ เผื่อสังเกตการณ์การเคลื่อนไหวของจิตใจบ่อยๆ จนสังเกตเห็นกิเลสของตัวเองแล้วถึงจะยังมีความเป็นพาลอยู่ ก็ไม่หลงว่าตัวเองเป็นบัณฑิต การที่เชื่ออะไรแล้วมั่นคงแน่วแน่ในความเชื่อนั้น ถือเป็นความเสียเปรียบอย่างหนึ่ง เพราะเหมือนกับหมดโอกาสที่จะเรียนรู้ในเรื่องนั้นแล้ว เหมือนเราเห็นคนที่นับถือศาสนาบางศาสนา หน้าตาแจ่มใสเบิกบานดี แต่เป็นความเบิกบานที่อาศัยการปิดกั้น ไม่ยอมฟังและไม่ยอมรับความคิดที่ไม่ตรงกับทฤษฎีหรือความเชื่อถือของตัวเอง มันไม่เหมือนความเบิกบานที่เกิดจากปัญญา มันยังไม่ใช่ของแท้

ผู้ที่มีความเป็นพาลมาก มักจะเห็นสิ่งที่ไม่เป็นสาระว่าเป็นสาระ และเห็นสิ่งที่เป็นสาระว่าไม่เป็นสาระ นี่เป็นเอกลักษณ์ของพาล เช่น เห็นว่าการเข้าวัดเป็นการเสียเวลาเปล่าๆ ไม่รู้จะไปเข้าวัดทำไม นั่งหลับตาไม่เห็นเกิดประโยชน์อะไร อย่างนี้เรียกว่า เห็นสิ่งที่เป็นสาระว่าไม่เป็นสาระ ส่วนการเห็นสิ่งที่ไม่เป็นสาระว่าเป็นสาระ เช่น เห็นเรื่องการบันเทิง เรื่องการไปเที่ยว เรื่องการเล่นกีฬา เรื่องการดูกีฬา เรื่องการซื้อของ เรื่องการแต่งตัว เรื่องเครื่องตกแต่ง ว่าเป็นเรื่องใหญ่ เป็นเรื่องที่สำคัญมาก นี่คือลักษณะของพาล และความเป็นพาลในจิตใจของคน สิ่งที่จะควรจะสนใจ สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ชีวิตของตน ชีวิตครอบครัวของตน ชีวิตของชุมชนนี้ก็กลับไม่สนใจ แล้วยังอ้างว่าไม่มีเวลา หรืออ้างว่าไม่เห็นจำเป็นอะไร เราไม่เคยทำความชั่ว

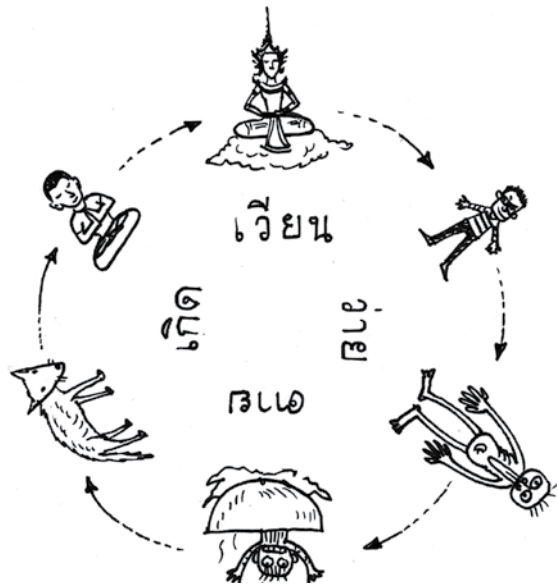
อะไร ไม่เคยสร้างความเดือดร้อนแก่ใคร เราจะต้องไปสนใจมันทำไม นี่คือความเป็นพาลในจิตใจของคนที่ปรากฏออกมาทางวาจา เขาลืมไปเลยว่าชีวิตของคนเราเนี่ยมันสั้นเหลือเกิน แล้วเราเกิดมาก็ไม่ใช่ว่าเกิดแค่ครั้งเดียว ตายแล้วสูญ



พระพุทธองค์ทรงย้ำในเรื่องนี้บ่อยๆ ว่า น้ำตาที่เคยไหลออกมาจากตาของเรา ถ้ารวมกันแล้วจะเป็นมหาสมุทรเลยทีเดียว จะกว้างใหญ่และลึกกว่ามหาสมุทรแปซิฟิกซึ่งเป็นมหาสมุทรที่ใหญ่ที่สุดในโลก ท่านพยายามให้เราได้จินตนาการถึงความยาวนานอย่างยิ่งของการเวียนว่ายตายเกิด เพราะคนเรามักจะไม่คิดในเรื่องนี้ ตายแล้วเราจะไปไหน เราก็ยัง 모르 มันก็เลยไม่อยากจะคิด แต่เราต้องคิดบ้าง ถึงแม้ว่าเราไม่มีทางที่จะรู้อย่างแน่นอน เราก็ควรจะฟังจากนักปราชญ์ ควรจะฟังจากผู้รู้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในฐานะที่เราเป็นชาวพุทธ เราต้องเชื่อว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเราเป็น

ผู้ที่มีปรีชาญาณ และมีปัญญาเฉียบแหลมที่สุดในประวัติศาสตร์ ไม่มีใครจะรู้และเข้าใจเรื่องของมนุษย์ยิ่งไปกว่าพระองค์

พระพุทธเจ้าทรงเลือกกรรมะหรือสิ่งที่เป็นประโยชน์มาสอนมนุษย์ สิ่งใดที่ไม่เป็นประโยชน์ สิ่งใดที่ไม่ควรหรือไม่จำเป็นจะต้องรู้ ท่านก็ไม่สอน เพราะเรื่องที่ทรงหยั่งรู้นี้มากมายเหลือเกิน ท่านจึงเลือกเฉพาะสิ่งที่เป็นประโยชน์ และสิ่งหนึ่งที่ท่านสอนก็คือเรื่องการเวียนว่ายตายเกิด เป็นสิ่งที่ท่านได้เปิดเผยให้เราได้ทราบได้เข้าใจว่า เราไม่ได้เกิดครั้งเดียว ตายแล้วไม่สูญ ตราบใดที่เรายังมีกิเลสอยู่ ตราบใดที่ยังมีเชื้ออยู่ ไฟคือกิเลส ยังจะต้องลามต่อไป เรายังจะต้องเกิด จะต้องแก่ จะต้องเจ็บ จะต้องตายต่อไป



ฉะนั้นในเมื่อเราตายแล้ว เราต้องไปเกิดอีก เราก็ควรจะหยุดคิดหยุดพิจารณาว่า เราควรจะเตรียมตัวอย่างไรสำหรับชาติหน้าจริงอยู่ว่าหัวใจของการประพฤติปฏิบัติอยู่ที่ชาตินี้ อย่างที่อาตมาสอนอยู่เสมอๆ แต่นั่นไม่ได้หมายความว่า เราไม่ควรจะคำนึงถึงเรื่องชาติหน้าเลย ชาติปัจจุบันนี้สำคัญที่สุด ถ้าชาตินี้ดีแล้ว ชาติต่อ ๆ ไปก็ต้องดี นี่เป็นสังขธรรมความจริง แต่บางครั้งเพื่อจะเตือนสติไม่ให้เราประมาท การพิจารณาเรื่องการเวียนว่ายตายเกิดบ้างเพื่อให้เกิดประโยชน์ก็ไม่ผิด

ที่นี้ พาลก็ไม่อยากจะคิดอย่างนี้ พาลไม่อยากจะรับรู้เรื่องความแก่ ไม่อยากจะรับรู้เรื่องความตาย พยายามจะไม่คิด ถ้าใครพูดเรื่องความแก่ ใครพูดเรื่องความตาย จะไม่พอใจทันที ...อย่าเพิ่งพูด ...อย่าเพิ่งพูด ถือว่าเป็นการสาปแช่งบ้าง ถือว่าเป็นอัปมงคลบ้าง ถือว่าเป็นเรื่องไม่น่าฟัง ทำราวกับว่า ถ้าเราตกลงกันว่าจะไม่พูดเรื่องนี้ ไม่เอ่ยชื่อความแก่ ไม่เอ่ยชื่อความตาย ความแก่ก็จะไม่เกิดขึ้น ความตายก็จะไม่เกิดขึ้น ซึ่งที่จริงแล้ว ไม่ว่าจะพูดถึงหรือไม่พูดถึงก็ตาม ความแก่ ความตายต้องเกิดขึ้นตามเหตุตามปัจจัยของมัน เหตุปัจจัยคืออะไร ก็คือการเกิดนั่นเอง เกิดแล้วก็ต้องแก่ ไม่มีใครคัดค้านเรื่องนี้ แก่แล้วก็ต้องตาย

พระพุทธรูปศาสนาเป็นศาสนาที่ให้นุหุขย์เราสนใจในความ
เป็นมनुหุขย์ของตัวเอง ไม่ให้เราเป็นปลาที่ไม่รู้จักน้ำ แต่ให้เรารู้จัก
ความเป็นมनुหุขย์ของเรา คนเรามีอายุอยู่ในโลกนี้อย่างมากที่สุด ลัก
๑๐๐ กว่าปี และน้อยคนนักที่จะอยู่ถึง ๑๐๐ ปี ส่วนมากอายุ ๖๐-๗๐ ปี
ก็เต็มที่แล้วใช้ใหม่ อาตมาเคยถามแม่ออกที่มีอายุมากกว่า อยากอยู่
ถึง ๑๐๐ ปีไหม แม่ออกน้อยคนที่อยากจะอยู่ถึง ๑๐๐ ปี เพราะมัน
ทรมาณเกินไป

ฉะนั้น ในเมื่อชีวิตเรายืนยาวอยู่เพียงแค่นี้ เราก็ควรจะสนใจ
ทำชีวิตของเราให้เป็นชีวิตที่ดี เราทำอะไรส่วนมากก็อยากจะทำให้ดี
ใช้ใหม่ ถ้าเป็นนักเรียนที่ดีก็ต้องตั้งอกตั้งใจเรียนหนังสือ ถ้าเล่นกีฬา
ก็อยากจะเป็นนักกีฬาที่ดี ถ้าทำงานก็อยากทำงานให้ดี ในทำนอง
เดียวกัน เราเป็นมनुหุขย์ เราก็ควรสนใจในการเป็นมनुหุขย์ที่ดีที่มี
คุณภาพ ทำอย่างไรชีวิตของเราจึงจะมีคุณภาพ นี่เป็นข้อคิดหรือ
เป็นข้อสงสัยที่เราควรจะตั้งไว้ถามตัวเอง แต่พาลจะไม่คิดอย่างนี้
พาลจะคิดน้อยมากหรือจะไม่คิดอะไรเลย จะหาแต่ความสุขเฉพาะ
หน้า โดยไม่คำนึงถึงผลที่จะตามมา ชาต “หิริ” ชาต “โอตตปปะ”

หิริ คือความละอายต่อบาป โอตตปปะ คือ ความเกรง
กลัวต่อบาป ทั้งหิริและโอตตปปะเกิดจากปัญญา สมมติว่าเรา
กำลังจะทำความชั่ว แล้วนึกคิดได้ว่า เราเป็นผู้ถือศีล เราเป็นลูก
ศิษย์ครูบาอาจารย์ เราทำอย่างนั้นไม่ได้หรอก มันน่าละอาย หรือ

คิดว่าชาวพุทธทำอย่างนั้นไม่ได้หรอก มันน่าละอาย นี่คือ หิริ ความ
ละอายต่อบาป คือเอาปัญญามาเทียบระหว่างสิ่งที่กำลังคิด
อยากจะทำกับสิ่งที่ควรทำ พิจารณาว่ามันเหมาะสมหรือไม่
สำหรับตัวเราในฐานะที่เป็นมนุษย์ หรือในฐานะที่เป็นชาวพุทธ หรือ
ในฐานะที่เป็นลูกศิษย์ครูบาอาจารย์ หรือเป็นลูกศิษย์วัดป่า ดูว่าสิ่ง
ที่เราอยากจะทำอยากจะทำมันเข้ากันได้หรือไม่กับฐานะที่เราเป็น
หรือต้องการจะเป็น ฉะนั้น การเสริมสร้าง ความละอายต่อบาป
จึงเกิดจากการพิจารณาฐานะของตัวเอง ในฐานะที่เราเป็นมนุษย์
คนหนึ่ง หรือในฐานะที่เราเป็นชาวพุทธคนหนึ่ง เป็นต้น



ส่วนความเกรงกลัวต่อบาปมันเป็นอย่างไ ความเกรงกลัวต่อบาปเกิดจากความเคารพยำเกรงหรือความหวังดีต่อคนอื่น เช่น ครอบครัวของเราหรือสถาบันที่เราทำงานอยู่ เป็นต้น คือ ถ้าเราทำความชั่ว ก็จะทำให้คนในครอบครัวเราเป็นทุกข์ คนเรามากไม่ค่อยจะคิดอย่างนี้ ยิ่งถ้าเป็นพาลก็ยิ่งไม่คิด

ถ้าเป็นพาลแล้ว เรื่องไหนสนุกนี่เอาทั้งหมด ใครจะชวนไปกินเหล้า ชวนไปเล่นการพนัน ก็ไปเพราะต้องการความสนุก แต่ถ้าเป็นบัณฑิต ถึงแม้ว่าจะยังมีความเป็นพาลอยู่บ้าง ยอมรับว่ายังชอบสนุกอยู่ ยังชอบเล่นการพนันอยู่ แต่เมื่อคิดถึงว่า ถ้าเล่นการพนันแล้วเสียเงิน ครอบครัวเราจะเดือดร้อน แม่บ้านต้องไม่ชอบ ลูกหลานก็คงไม่ชอบ ถ้าทำลงไปแล้ว จะทำให้ครอบครัวเราเป็นทุกข์ ทำให้เกิดความกลัวขึ้นมา กลัวว่าครอบครัวจะเป็นทุกข์ กลัวว่าครอบครัวจะเศร้าหมอง เพราะความผิดพลาดของเรา หรือถ้าเราทำอะไรผิดพลาดแล้วถูกตำรวจจับ นี่ก็กลัวเหมือนกัน กลัวถูกตำรวจจับ กลัวคนอื่นดูถูก กลัวว่าครอบครัวเราจะลำบาก คิดอย่างนี้เรียกว่าใช้ปัญญา ยิ่งไปกว่านั้นแล้ว ถ้าเราพิจารณาในกฎแห่งกรรม จนเชื่อมั่นว่าทำชั่วได้ชั่ว ทำความชั่วไปแล้ว ย่อมต้องมีวิบากกรรม เรื่องนี้ไม่ขึ้นอยู่กับสังคมและค่านิยมของสังคม เพราะในที่สุดแล้ว กรรมชั่วนั้นต้องให้ผลที่เป็นทุกข์เป็นร้อนอย่างไม่ต้องสงสัย

สมมติว่าพาลอยู่ในสังคมของคนพาล เมื่อทำความชั่ว คนแวดล้อมก็ถือว่าเป็นเรื่องดี ยกย่องว่าเขาฉลาด เขาไม่ได้สัมผัสกับคนดีที่จะรังเกียจการกระทำของเขา บริวารก็มีแต่คนประจบประแจง มีแต่คนเอาใจ ทำความผิดแล้ว ก็มีแต่คนให้กำลังใจ ให้ทำให้มากกว่านี้ ทำให้เขาหลง ทำให้เขาเชื่อว่าความชั่วของตัวเองนี้ไม่ชั่วหรอก อาจจะเป็นเช่นนี้อยู่นานเป็นปี ๆ ๕ ปี ๑๐ ปี แต่มันจะเหมือนกับมีมะเร็งอยู่ในใจ มีความเศร้าหมองภายใน และความเศร้าหมองก็จะเพิ่มขึ้น ๆ บางคนก็จะเป็นทุกข์ในชาตินี้ เป็นที่เกลียดชังของคนดีหรือคนที่ต้องการให้สังคมดี บางคนก็อาจจะโดนบริวารซึ่งเป็นคนพาลด้วยกันทรยศหักหลัง เมื่อเคยเบียดเบียนคนอื่น ต่อมาก็โดนเขาเบียดเบียนเอาบ้าง บางคนกรรมชั่วอาจจะยังไม่เห็นผลเลยในชาตินี้ แต่ในที่สุดแล้ว ก็จะต้องได้รับผลกระทบอย่างแน่นอน อาจจะในชาติหน้าหรือชาติต่อ ๆ ไป เพราะธรรมชาติมันมีความสมดุลของมันเช่นนั้น

ฉะนั้น ถึงดูเหมือนว่าคนพาลจะได้นั้นได้นี่ แต่ต่อไปก็ต้องเสีย แม้จะมีชื่อเสียงและเป็นที่ยกย่องในหมู่คนพาล แต่ก็ไม่มีสง่าราศีและไม่มีชื่อเสียงในหมู่คนดี ถ้าเราเป็นคนฉลาดหรือเป็นคนที่มีคุณภาพ เราย่อมจะไม่มุ่งหวังหรือยินดีในคำสรรเสริญ และการยอมรับจากคนชั่ว เราควรจะมีมุ่งหวังการยอมรับและความเคารพจากคนดีมากกว่า

ลักษณะของพาลอีกประการหนึ่งคือ คนพาลส่วนมากมักไม่พอใจที่จะเป็นพาลคนเดียว แต่อยากจะทำให้คนอื่นเป็นด้วย เพราะถ้าเป็นพาลคนเดียว ก็จะโดนคนอื่นวิพากษ์วิจารณ์อยู่คนเดียว ถ้าเป็นพาลกันหมดก็จะค่อยเบาใจ เราจะเห็นในหมู่สงฆ์ซึ่งเป็นกลุ่มสังคมของคนดี ท่านจะปวารณาซึ่งกันและกัน หมายถึงว่า พระทุกรูปต้องบอกเพื่อนสหธรรมิกผู้ครองพรหมจรรย์ทุกองค์ว่า ...ถ้าผมทำอะไรผิด พุทธอะไรผิด กรุณาตักเตือนผมบ้าง กรุณาตักเตือนด้วยความหวังดี หรือความสงสารผมบ้าง... นั่นหมายถึงว่า แม้จะเป็นเจ้าอาวาส ท่านก็ปวารณาเช่นนี้ต่อเถรน้อยที่นั่งปลายแถว เถรน้อยมีอะไรก็พูดได้ นี่เป็นระบบเดิมของสถาบันสงฆ์ ซึ่งหายไปมากจากสงฆ์ในสมัยปัจจุบันนี้ แต่เดิมทีในสมัยพุทธกาลเป็นอย่างนี้ พระผู้ใหญ่ยินดีที่จะรับฟังเสียงสะท้อนจากผู้้อย โดยไม่ถือว่ามันเป็นการขาดความเคารพ แต่ถือว่าทุกคนอยู่ด้วยความหวังดีต่อกัน และส่วนหนึ่งของการแสดงออกถึงความหวังดี คือการให้ข้อคิด หรือการให้เสียงสะท้อน แต่ทุกวันนี้เราอ่อนมากในเรื่องนี้



ถ้าเปรียบเทียบระหว่างหมู่บัณฑิตกับหมู่คนพาล มันต่างกันอย่างไร หมู่บัณฑิตจะตกลงกันว่า “เอาอย่างนี้นะ ผมทำอะไรผิด ท่านช่วยบอกผมนะ แล้วถ้าท่านทำอะไรผิด ผมจะช่วยบอกท่าน เราจะช่วยกัน” เพราะทุกคนยอมรับว่า ต่างก็มีจุดบอดด้วยกันทั้งนั้น จึงตกลงร่วมกันที่จะช่วยกันแก้ไข ส่วนคนพาลจะไม่พูดอย่างนั้น คนที่มีความเป็นพาลสูงจะบอกกันว่า “เอาอย่างนี้นะ ฉันทำอะไรผิด คุณไม่ต้องพูดอะไรนะ ทำเฉยๆ เอาไว้ แล้วถ้าคุณทำอะไรผิด ฉันก็จะไม่พูดไม่บอกใครเหมือนกัน” นี่...มันต่างกันอย่างไร ผมเห็นความชั่วของคุณ ผมจะไม่บอกใคร แต่ถ้าคุณเห็นความชั่วของผม ก็อย่าไปบอกใครนะ นี่... คนพาลเขาช่วยกันอย่างนี้ มันตรงกันข้ามกัน

ผมผิดอะไรบอกได้
เตือนได้?



ฉันไม่ได้ทำผิดกฎหมาย
ฉันแค่ทำสิ่งที่กฎหมายห้าม..
อย่าบอกใครนะ...



อาตมาว่าให้เอาแบบพระจะดีกว่า เปิดรับข้อคิดจากคนอื่น บางครั้งคนหวังดีต่อเรา แต่เขายังเข้าใจเราผิดก็มี ก็อย่าเพิ่งน้อยใจ ถ้าเรารู้ว่าเขาหวังดี เราก็ฟังเขาด้วยความอดทน เมื่อมีโอกาสหรือ กาละเทศะที่เหมาะสม เราก็ค่อยชี้แจงให้เขาฟังว่าเขาเข้าใจ จริงๆ แล้วมันไม่ได้เป็นอย่างนั้น หากว่ายังไม่ใช้กาละเทศะที่จะไปชี้แจง เราก็คอดทนเอาไว้ก่อน ซึ่งถ้าเรารู้ว่าเขาพูดด้วยความหวังดี เราก็น่าจะทนได้ แล้วก็ค่อยๆ ปรับความเข้าใจ แต่การที่จะให้ทุกคนเข้าใจ เรา มันเป็นไปได้ยาก หรือมันเป็นไปไม่ได้เลย โลกนี้มันต้องมีทั้ง เข้าใจ เข้าใจบ้างไม่เข้าใจบ้าง และเข้าใจผิด มันเป็นเรื่องธรรมดา เราก็ยอมรับความเป็นธรรมดาของโลกมนุษย์ เราจะได้ไม่ต้อง ไปเป็นทุกข์กับมัน



การที่คนพาลชอบให้คนอื่นเสียตามเขา เป็นสิ่งที่เราต้องระมัดระวัง เราต้องรู้จักปฏิเสธคนบ้าง การปฏิเสธคนอื่นนี้เป็นเรื่องที่ยาก อาตมาพูดในฐานะที่เป็นคนที่ปฏิเสธคนยาก นี่เป็นจุดอ่อนของอาตมาที่กำลังพยายามแก้ แต่อาตมาก็โชคดีที่มีอาจารย์สังฆวโร รองเจ้าอาวาสท่านเก่งมาก อะไรที่ท่านเห็นว่าไม่ถูกต้อง ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นควร หรือท่านไม่ชอบ ท่านก็ “No” ปฏิเสธไปทันที อาตมารู้สึกชมเชยท่านมากในเรื่องนี้ นี่เป็นคุณธรรมของท่าน ซึ่งอาตมาก็ได้เรียนรู้จากท่าน การที่เราได้อยู่ในหมู่บัณฑิต จึงเป็นบุญตรงที่เราสามารถเรียนรู้จากความดีของคนรอบข้างอยู่ตลอดเวลา โดยไม่ต้องไปคิดว่า ใครเป็นผู้ใหญ่ใครเป็นผู้ nhỏ เราเห็นสิ่งใดดีปรากฏที่ตรงไหน ปรากฏกับใคร เราก็เรียนรู้ที่จะพัฒนาสิ่งนั้นให้มีขึ้นในตัวเรา

สังคมไทยเป็นสังคมที่เน้นเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมากกว่าหลักการ เรื่องนี้จะต้องระมัดระวังที่สุด เพราะไม่เช่นนั้น ระบบบุญคุณหรือระบบอุปถัมภ์จะเป็นโทษแก่เรามาก หมายความว่า หากผู้มีบุญคุณต่อเรา ขอให้เราทำความชั่ว เราก็ไม่กล้าปฏิเสธ จริงๆ แล้วเรื่องการตอบแทนบุญคุณ เราไม่ควรจะลืมว่า ผู้ที่มีบุญคุณสูงสุดต่อชีวิตของเราคือพระพุทธเจ้า เพราะฉะนั้น ถ้าผู้มีบุญคุณต่อเรา ไม่ว่าจะป็นเจ้านาย จะเป็นคุณพ่อคุณแม่ หรือเป็นใครก็ตาม ถ้าขอให้เราทำสิ่งที่ผิดศีลธรรม เราก็ไม่ต้องทำตาม ถ้าใครขอให้เราทำความชั่ว ชักนำเราไปในทางเสื่อมเสีย แล้วเรายอมทำตาม แทนที่จะเป็นการตอบแทนบุญคุณเขา เรากลับทำให้เขาสร้างบาปกรรมเพิ่มขึ้น ใช่หรือไม่ เพราะเขาประสบความสำเร็จในการทำให้คนดีทำสิ่งที่ไม่ดี ซึ่งไม่ใช่สิ่งที่ดีควรสนับสนุน เราควรจะแยกแยะระหว่างการตอบแทนบุญคุณของผู้ที่มีพระคุณต่อเรากับการอยู่ในศีลในธรรม เราต้องมีขอบเขต ต้องมีหลักการ และต้องมีจุดยืนของตัวเอง เราจึงจะปลอดภัย

ไม่ใช่ว่าใครจะชวนทำอะไอก็ต้องตามทุกอย่างเพราะเกรงใจเขา หรือเพราะอยากจะทำใจเขา กลัวเขาจะทิ้งเรา กลัวเขาจะรำคาญเรา กลัวเขาจะรังเกียจเรา ถ้าเป็นอย่างนี้ก็เป็นการทำด้วยความกลัว ทำเพราะกิเลส ไม่ได้ทำด้วยสติปัญญา เราต้องเรียนรู้ว่า อะไรควร อะไรไม่ควร อะไรเป็นบุญ อะไรเป็นบาป เพื่อจะมีหลักการ

เพื่อจะมีเครื่องตัดสิน เพื่อจะมีมาตรฐานของตัวเอง ไม่อย่างนั้น
เราก็จะเคืองคว้าง ใครจะพาไปไหนก็ไป มันอันตราย เราก็จะกลายเป็น
พาลไปกับเขาด้วย หรืออย่างน้อยๆ ก็เหมือนกับเราถือห่อปลา
เน่าไว้ ทำให้เราพลอยเหม็นไปด้วย



เราจึงต้องระวังถ้าเราคบค้าสมาคมกับคนไม่ดี ถึงแม้ว่าเราเอง
ตั้งใจจะไม่พาลตามเขา มันก็ไม่แน่ เริ่มต้นอาจจะรักษาหลักการนี้ได้
แต่เมื่อสนิทกันแล้ว อยู่ด้วยกันนานๆ เข้า หลักการของเราจะค่อยๆ
เสื่อมไป เขาจะคอยดึงเราลง ดึงลงๆ ในที่สุดแล้วเราก็จะเสียคน
ไปเลย และแม้ในระหว่างที่เรายังไม่เสียคน แต่คนอื่นที่เรามองว่า
เราสนิทกับคนที่ไม่ดีคนนั้น เขาต้องคิดว่าเรากับคนนั้นเป็นพวก
เดียวกัน มีความชั่วเหมือนกัน เพราะการที่คนดีกับคนชั่วจะอยู่
ด้วยกันนานๆ มันเป็นไปได้ เราจะกลายเป็นที่ติฉินนินทาของ
ใครต่อใครโดยไม่จำเป็น

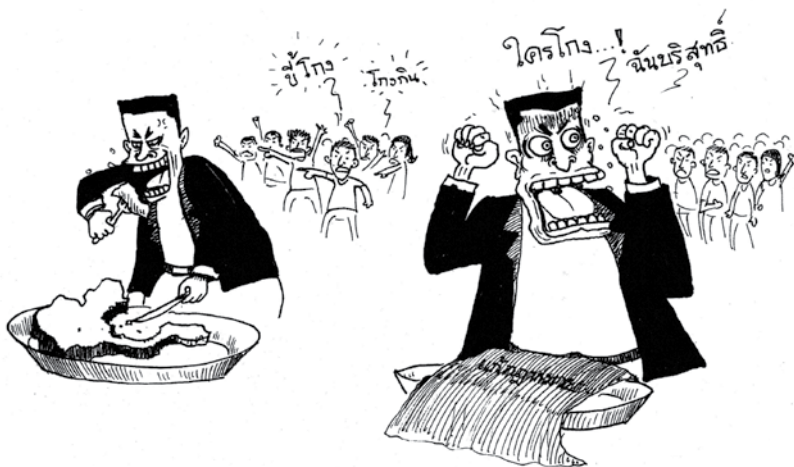
บางครั้งคนพาลก็พาลด้วยความโลภ ความอยากได้ เมื่ออยากได้แล้ว ก็ทำสิ่งที่ไม่ควรทำ พุดสิ่งที่ไม่ควรพูด ใช้หรือไม่ คนพาลอยากได้อะไรบ้าง ก็อยากได้อำนาจ อยากได้ชื่อเสียง อยากได้เงิน อยากได้ทอง นี่คือความบ้าของคน ส่วนจิตใจที่ปกตินั้น จะมีความสุขภายใน มีความสุขกับคุณธรรม ความอยากเหล่านี้จะไม่ค่อยปรากฏ ในขณะที่จิตใจของคนพาลจะว่างเปล่า ไม่มีอะไรอยู่ภายใน เขาจึงต้องหาอะไรสักอย่าง เพื่อจะทำให้รู้สึกว่าคุณมีความหมาย ให้ชีวิตมีความหมาย จิตใจก็เลยวนอยู่กับความอยากได้ อยากได้อำนาจ อยากได้เงิน อยากมีชื่อเสียง อยากได้นั้นอยากได้นี้ แล้วไม่ใช่เพียงแค่อยากได้นั้นอยากได้นี้เท่านั้น ยังมีการเปรียบเทียบกับอยากได้ดีกว่าของเขา อยากได้สูงกว่าของเขา มีการมองเพื่อนมนุษย์ว่าเป็นคู่แข่ง แทนที่จะมองว่าเป็นเพื่อนร่วมเกิดแก่เจ็บตายด้วยกันไปดูแลของๆ เขาแล้วมาเทียบกับของๆ ตัว ถ้าของตัวเองดีกว่าของเขาก็จะภูมิใจ แหม...เราเก่ง เราดี ของเขาสู้ของเราไม่ได้ หรือถ้าเราเห็นว่าคุณของเขาดีกว่าของๆ เรา ก็แหม...อิจฉา ทำไมเราถึงไม่ได้ได้อย่างนั้นสักที โอ... ทำไมจึงสู้เขาไม่ได้ บางทีได้ของดี ๆ มาแล้ว ชอบมาก ใช้ไปๆ จนกระทั่งวันใดวันหนึ่ง เห็นของๆ คนอื่นแล้ว จิตใจเปลี่ยนทันที ...เทียบกับของๆ เขาแล้ว ของๆ เรายังรู้สึกว่ามันหยาบ มันน่ารำคาญ รู้สึกว่ามันโหมม รู้สึกมัน..... แหม... ไม่ถูกใจเลย ทั้งๆ ที่ของๆ เรายังไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลงเลย มันยังเหมือนเดิม แต่จิตใจของเรา

เปลี่ยน เปลี่ยนจากยินดีเป็นยินร้ายภายในไม่กี่วินาที เพียงเพราะเห็น
ของคนอื่นที่เราคิดว่าดีกว่า ความเป็นพาลที่จะทำให้เรากลายเป็นคน
พาลก็เกิดขึ้น วางแผนหาทางที่จะได้อย่างเขา



ที่นี้เรื่องการที่จะได้สิ่งที่อยากได้ บางทีมันไม่ใช่เรื่องง่าย
ใช่ไหม ยิ่งถ้าเป็นคนซื่อสัตย์สุจริตนี่ยิ่งยาก เพราะฉะนั้นคนใจร้อน
คนมักง่าย มักจะคิดหาทางลัด ทางลัดก็คือ เอารัดเอาเปรียบคนอื่น
เบียดเบียนคนอื่น ใช้อุบาย ใช้เล่ห์เหลี่ยมที่จะได้ของๆ เขา หรือที่จะ
เอาสิ่งที่ไม่ใช่ของเราหรือไม่ควรแก่เรา

จากความคิดชั่วก็กลายเป็นการกระทำชั่ว ทีนี้เมื่อเราทำชั่วแล้ว ก็ต้องพูดชั่วบ้างใช้ใหม่ ในการวางแผน ในการสั่ง ในการลงมือกระทำ สิ่งชั่วนั้น ภายหลังถ้ามีการสอบถาม เราก็ต้องปฏิเสธว่าไม่ใช่ๆ ไม่ใช่อย่างนั้น ไม่เคยทำ เห็นนักการเมืองบางคนหรือจะเป็นใครก็ตาม ที่ทุกคนก็รู้ว่าเขาทุจริต แต่ทำไมเวลาโดนกล่าวหาแล้วต้องโกธ โกธ รวากับว่าตัวเองเป็นคนบริสุทธิ์สะอาด ทำไมใครๆ จึงได้มองเราอย่าง นั้น นี่คือความเป็นพาล คนที่เป็นพาลแล้ว ไม่ใช่แค่ทำชั่วอย่างเดียว ยังพูดชั่วอีกด้วย ปิดบังอำพราง ยังแสดงอาการโกรธอาฆาตมาดร้ายเมื่อมีคนนำความชั่วของตนมาเปิดเผย คนพาลจะโกรธง่าย ได้ยินอะไรเล็กๆ น้อยๆ เช่นได้ยินคนตำหนิความชั่ว คนพาลก็ไม่ชอบแล้ว หรือได้ยินใครยกย่องคนดี ก็จจะรำคาญมาก ไม่อยากฟังเลย ความรู้สึกของคนชั่วต่อความดี เปรียบเหมือนคนกำลังเป็นไข้รู้สึกต่อน้ำเย็นหรือน้ำแข็ง ...โอ...ไม่ชอบเลย



ฉะนั้น เราดูความเป็นพาลได้จากการกระทำและจากการพูด เราจะพูดกับเขาด้วยความยากลำบาก เพราะอะไรที่เราพูด เขาจะไม่ยอมรับ เขาจะปกป้องตัวเองทุกสิ่งทุกอย่าง แล้วบางทีเขาก็พาลโกรธเราด้วย ยิ่งถ้าเป็นคนมีอำนาจแล้ว เวลาโกรธใครก็ไม่ใช้โกรธธรรมดาๆ ยิ่งถ้าเป็นเจ้าพ่อ ก็อาจสั่งเก็บเลย มีอี่ปุ่นในเมืองไทยหาไม่ยาก จ้างไม่ยาก ค่าจ้างไม่แพง หรือไม่เช่นนั้นก็ส่งคนไปซ้อมหรืออาจจะไปตีเขาเองก็มี อย่างนี้ก็เป็นพาลด้วยการกระทำ บางคนก็เป็นพาลด้วยความหลง คิดมาก ฟุ้งซ่านมาก ทำอะไรๆ ด้วยความมั่งง่าย ไม่ระมัดระวัง แล้วก็ตามมาด้วยอุบัติเหตุ ไม่ใช่อุบัติเหตุที่เกิดเพราะความตั้งใจ แต่เป็นอุบัติเหตุที่เกิดเพราะความไม่ตั้งใจ

เราทุกคนจึงต้องพยายามลดความเป็นพาลในตัวเอง อย่างไม่ได้กล่าวมาแล้วว่า ไม่ใช่เราจะชี้ว่าคนนี้เป็นพาล คนนั้นเป็นบัณฑิต เพราะคนที่ยังไม่ถึงขั้นพระอรหันต์ ยังมีทั้งความเป็นบัณฑิตและความเป็นพาลอยู่ในตัวเอง บางคนความเป็นบัณฑิตเหนือกว่าความเป็นพาล บางคนความเป็นพาลเหนือกว่าความเป็นบัณฑิตเสียจนเกือบจะมองไม่เห็นความเป็นบัณฑิตของเขาเลย แต่มันก็ต้องมีอยู่บ้าง เพียงแต่ว่าถูกความชั่วทับถมเอาไว้ คือ ไม่ว่าเราจะทำอะไร มันจะเกิดความเคยชิน คนที่ทำความชั่วบ่อยๆ เขาจะทำความชั่วได้ง่ายทำความดีได้ยาก ถ้าพูดปด พูดคำหยาบ พูดส่อเสียดตากถาง

บ่อยๆ มันจะกลายเป็นนิสัย จะพูดได้ง่าย แต่จะพูดในทางที่ดีที่งาม
ได้ยาก ความคิดก็เช่นกัน ถ้าจิตมันตรองบ่อยๆ มันก็จะคิดแต่เรื่อง
นั้นเป็นประจำ ถ้าคิดแต่เรื่องไม่ดี มันจะเปลี่ยนหรือจะหยุดคิดในเรื่อง
นั้นยาก เพราะการคิดบ่อยๆ มันจะกลายเป็นเรื่องลึก พระพุทธองค์
จึงทรงสอนว่า อย่าคบคนพาล

เมื่อเราเข้าไปใกล้ใครก็ตาม แล้วรู้สึกว่ามันจะทำให้เรากล้าทำ
สิ่งที่ปกติจะไม่กล้าทำเพราะรู้สึกว่าไม่เหมาะสม เวลาพูดคุยกับคนๆ
นั้นที่ไร ก็มักจะพูดกันแต่เรื่องเหลวไหล หรือมักจะพูดนินทาคนนั้น
นินทาคนนี้อยู่ตลอดเวลา หรือว่าคุยกับคนๆ นั้นแล้วรู้สึกเซ้าหมอง
ไม่สดชื่นเลย ถ้าเป็นอย่างนี้ แสดงว่าคนๆ นั้นเป็นพาลสำหรับเรา
แต่กับคนบางคน เวลาเข้าไปใกล้แล้วรู้สึกเย็น รู้สึกสบาย พูดคุยเรื่อง
อะไรกันก็รู้สึก...แหม มันมีความสุข คนอย่างนี้แหละที่เป็นบัณฑิต
สำหรับเรา แล้วเราเองก็ต้องพยายามเป็นบัณฑิตสำหรับคนอื่นด้วย
ให้เขามีความสุขสบายในการคบหากับเรา เรามีความรู้อะไร ก็ไม่ต้อง
พูดมากเหมือนคนรื้อนวิชา ไม่ใช่ว่าจะต้องเทศน์ให้เขาฟัง ถ้าเป็น
อย่างนั้น คนส่วนมากจะไม่ชอบ จริงไหม เราพูดอะไรไม่ต้องมาก
แต่ให้เหมาะสมกับผู้ฟังด้วยความหวังดี เรามีความรู้อะไร เราก็พูด
ด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน คือไม่ได้มุ่งที่จะอวดความรู้ของตัวเอง
แต่จะพูดอะไรก็พูดด้วยความต้องการให้เขาได้รับประโยชน์ที่แท้จริง

เหมือนกับอาตมาอยู่ที่วัดนี้ ตอนเช้าหลังฉันเสร็จ ก็นั่งรับแขก พูดคุยกับญาติโยมที่มาวัดจนถึงเที่ยงทุกวัน บางวันก็มีโยมมามาก บางวันก็ไม่มาก แต่ไม่ว่าใครจะมาก็ตาม จะเป็นคนกรุงเทพฯ จะเป็น คนอุบลฯ จะเป็นชาวกรุง จะเป็นชาวบ้าน จะเป็นผู้ใหญ่ผู้น้อย จะเป็น ใครก็ตาม เราก็ตั้งอกตั้งใจว่า จะพยายามพูดสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้ มาเยือน อาตมาอาจจะพูดมากพูดนานกับบางคน พูดน้อยกับบางคน แต่จะพูดมาก หรือพูดน้อยนั้น ก็อยู่ที่สิ่งที่จะเป็นประโยชน์แก่เขา ไม่ใช่ว่ายิ่งพูดมากยิ่งดี บางทีการพูดไม่ก็คำอาจจะเป็นประโยชน์ มากกว่าการเทศน์เป็นชั่วโมง ก็แล้วแต่กรณี

อาตมาเองก็พยายามเหมือนกัน พยายามจะเป็นบัณฑิต พยายามจะทำหน้าที่พระที่ดี ส่วนพวกเราถึงจะไม่ใช้พระ แต่เราก็เป็น บัณฑิตได้ เราเป็นผู้ใหญ่และเป็นคนเข้าวัดเข้าวา เป็นผู้ที่ได้ศึกษา หลักคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามาพอสมควรแล้ว เราเป็นผู้ที่มุ่งมั่น ในการปฏิบัติธรรม และมีประสบการณ์บ้างแล้ว ก็นับว่าเรามีความ เป็นบัณฑิตพอสมควร เราก็ต้องเผยแผ่ความเป็นบัณฑิตบ้าง เราต้อง เป็นตัวอย่างที่ดี เมื่อมีใครมาคุยกับเรา ก็ไม่ใช่ว่าจะต้องชักนำให้คุยแต่ เรื่องธรรมะธัมโมอยู่เสมอ แต่ให้พูดสิ่งที่เป็นประโยชน์ สิ่งที่มีเนื้อหา สาระ สิ่งที่น่าฟัง

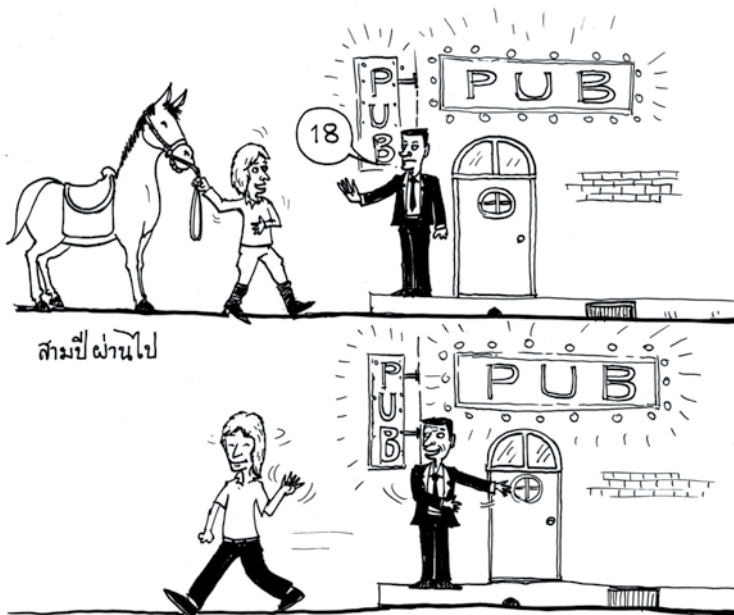




ผ.ม้า

ญาติโยมบางคนคงเคยทราบมาว่า บ้านของโยมพ่อโยมแม่ที่ อาตมาอยู่มาตั้งแต่อายุ ๑๐ ถึง ๑๗ ปีนั้น อยู่ในเมืองที่มีชื่อเสียง เรื่องม้า เพราะมีสนามแข่งม้าที่เก่าแก่ที่สุดของอังกฤษหรือจะของ ยุโรปก็ได้ เมื่อ ๓๐๐ ปีที่แล้ว กษัตริย์อังกฤษชื่อชาลส์ที่ ๒ ชอบ ไปแข่งม้าที่เมืองอาตมาซึ่งชื่อว่า นิวมาร์เก็ต (New Market) แปลว่า ตลาดใหม่ (market แปลว่าตลาด new แปลว่าใหม่) ทั้งๆ ที่จริงๆ แล้วมันเก่าแก่ตั้งหลายร้อยปี นั่นเป็นเพราะมีการย้ายตลาดจากที่เดิม ที่มีโรคระบาดมาอยู่ที่นี้ จึงตั้งชื่อเมืองนี้ว่า นิวมาร์เก็ต ต่อมาเมือง ตลาดใหม่ก็มีชื่อเสียงในเรื่องการแข่งม้า มีคอกม้าหลายแห่ง และที่ พิเศษคือ ในตัวเมืองมีถนนสำหรับม้าโดยเฉพาะ เพื่อให้ม้าที่อยู่ใน คอกได้ออกมาวิ่ง อาตมาจึงเห็นม้าทุกวัน และมีการแข่งม้าอยู่เป็นประจำ คนอังกฤษทั่วประเทศที่อยากจะเป็นนักขี่ม้าแข่งจะต้องมาฝึก ที่เมืองนี้ คุณสมบัติสำคัญของนักขี่ม้าคือต้องเป็นคนตัวเล็ก แล้วที่ เมืองอาตมาก็มีคนตัวเล็กเยอะ สมัยก่อนตอนอาตมาเป็นวัยรุ่นน อยาก ออกไปกินเหล้ากับเขา แต่อายุยังไม่ถึง ๑๘ ปี ก็เลยฉวยโอกาสปลอม ตัว พยายามให้เขาคิดว่าเราเป็นคนต่างจังหวัดมาขี่ม้า ที่ตัวเล็กนี้ไม่ใช่

เล็กเพราะอายุน้อย แต่เล็กเพราะเป็นพวกขี่ม้า เพราะพวกเราวัยรุ่น
ไม่รู้จะไปเที่ยวที่ไหน อากาศมันไม่ร้อนเหมือนเมืองไทย ที่จะไปนั่ง
คุยกันที่ไหนก็ได้ ที่บ้านเมืองอากาศหนาว นั่งคุยกันหน้าบ้าน
ก็ไม่ไหว ผับที่คนไปกินเหล้าจึงเป็นที่เดียวที่จะไปพบปะเพื่อนฝูงได้
อาตมาเลยตัดสินใจกินเหล้ามาตั้งแต่อายุ ๑๔ - ๑๕ พออายุ ๑๗ -
๑๘ ก็เลิก เหตุที่เลิกประการแรก คือ อาตมาออกจากบ้านไปอยู่ต่าง
ประเทศ ข้อที่สอง คือ ที่อาตมาชอบเข้าไปดื่มเหล้าในผับตอนอายุ
๑๔ - ๑๕ เพราะมันผิดกฎหมาย มันตื่นเต้นดี พออายุถึงเกณฑ์ ถูก
กฎหมายเสียแล้ว มันเลยรู้สึกเฉยๆ นี่ก็เป็นนิสัยวัยรุ่นที่ชอบทำอะไรที่
มันผิดกฎหมาย



ที่นี้มาพูดถึงม้าในพระพุทธศาสนา ถ้าพวกเรามีโอกาสหยิบพระไตรปิฎกมาอ่าน จะพบว่า มีเรื่องเกี่ยวกับม้ามากทีเดียว เพราะพระพุทธองค์ทรงชอบเปรียบเทียบมนุษย์กับม้า ทรงว่า มนุษย์ที่ได้รับการฝึกอบรมมาดี เปรียบเสมือนม้าอาชาไนย ซึ่งหมายถึงม้าพันธุ์ดีที่ได้รับการฝึกอบรมอย่างดี พระองค์ตรัสถึงคุณสมบัติ ๓ ข้อ ของม้าอาชาไนย คือ สมบูรณ์ด้วยสี่ สมบูรณ์ด้วยกำลัง และ สมบูรณ์ด้วยความไว พระราชาต้องการม้าที่สวยงาม สีสดี เป็นม้าที่มีกำลัง เป็นม้าที่วิ่งเร็ว พระพุทธองค์ตรัสว่า พระที่ควรแก่ความเคารพนับถือของคฤหัสถ์ หรือพระประเภทที่เรียกว่า เนื่อนาบุญแห่งโลก ต้องมีคุณสมบัติเหมือนกับม้าพันธุ์ดี คือ ต้องสมบูรณ์ด้วยสี่ สมบูรณ์ด้วยกำลัง และ สมบูรณ์ด้วยความไว

ข้อแรก ความสมบูรณ์ด้วยสี่ของพระนั้นเป็นอย่างไร คือ เป็นผู้ที่มีศีลสมบูรณ์ เป็นผู้ที่อยู่ด้วยปาฏิโมกข์สังวรหรือสำรวมอยู่ในพระปาฏิโมกข์ เล็งเห็นโทษแม้แต่ในเรื่องเล็กน้อย หมายถึงพระที่เอาจริง เอาจังกับพระวินัย แม้ในอาบัติเล็กน้อย ท่านก็ยังให้ความสำคัญ เคารพ ให้ความสำคัญ บางทีพระเราเห็นข้ออาบัติเยอะแยะมากมาย บางเรื่องท่านเห็นว่าเป็นแค่อาบัติเล็กน้อย ท่านก็ว่าช่างเถอะ ไม่เป็นไรหรอก อย่างนี้เรียกว่าไม่สมบูรณ์ด้วยศีล พระที่พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญ คือ พระที่ให้ความสำคัญในอาบัติทั้งหมด

ส่วนฆราวาสจะสมบูรณ์ด้วยศีลได้ ก็เมื่อให้ความสำคัญกับศีล
ของตนทุกข้อ ให้ความสำคัญกับศีลในทุกแง่ทุกมุม บางครั้งบางสิ่งบาง
อย่างอาจจะไม่ชัดเจน หรือเราอาจจะรู้สึกว่าจะผิดก็ผิดไม่มาก ไม่
เป็นไรหรอกอย่างนี้เรียกว่าประมาทถือเป็นจุดเลื่อมเพราะความเลื่อม
ในชีวิตของเรามักจะเกิดทีละเล็กทีละน้อย หลวงปู่มั่นเตือนลูกศิษย์
ของท่านเสมอว่า ความเลื่อมเกิดจากความประมาทในอาบัติเล็ก
อาบัติน้อย ท่านบอกว่าเสี้ยนไม้ที่เข้าตาเราจะเป็นเสี้ยนเล็กๆ ไม้ใช้
ไม้ท่อนใหญ่ เสี้ยนเล็กๆ นี่แหละที่จะเกิดปัญหา ท่านบอกว่าศีล
ของเราก็เช่นเดียวกัน เราจะสังเกตได้ว่า สิ่งใดก็ตามที่เรากำลังจะ
ทำ แล้วรู้สึกว่าฝืนความรู้สึกของตัวเอง รู้สึกว่าไม่ดี มีความละอาย
ความเกรงกลัวเกิดขึ้น แต่บางครั้งต้นหาความอยากหรือกิเลสมีกำลัง
มากกว่าหิริโอตตัปปะหรือความละอายและเกรงกลัวของเรา เราจึงทำ
ลงไป เมื่อได้ทำไปแล้วเป็นครั้งแรก ก็เกิดความรู้สึกว่า เราได้เสียไป
แล้วในเรื่องนี้ เมื่อคิดจะทำครั้งที่ ๒ มันจะระงับยาก เพราะว่า แหม...
เราก็เคยทำมาครั้งหนึ่งแล้ว เราก็ไม่บริสุทธิ์ในเรื่องนี้แล้ว ฉะนั้นจะ
เสียไป ๑ ครั้งหรือจะเสียไป ๒ ครั้ง มันก็ไม่ต่างกันสักเท่าไร ครั้งที่ ๓
ก็ยิ่งง่ายขึ้น เพราะกลายเป็นนิสัยไปเสียแล้ว กลายเป็นสิ่งที่ถือว่าเป็น
เรื่องปกติของเรา และไม่รู้สึกรังเกียจ ไม่รู้สึกว่า是一件ที่ไม่ดี คนอื่น
เห็น เขาก็งวว่าทำไมเราจึงกล้าทำเช่นนี้ ทำไมเราไม่มีความละอาย
แต่ตัวเราเองไม่รู้สึกละอายอะไรเลย เพราะทำอยู่ทุกวันๆ ฉะนั้น เมื่อเรา
รู้สึกอยากจะทำบางสิ่งบางอย่างที่รู้ว่าผิด เราต้องพยายามระงับใจไว้

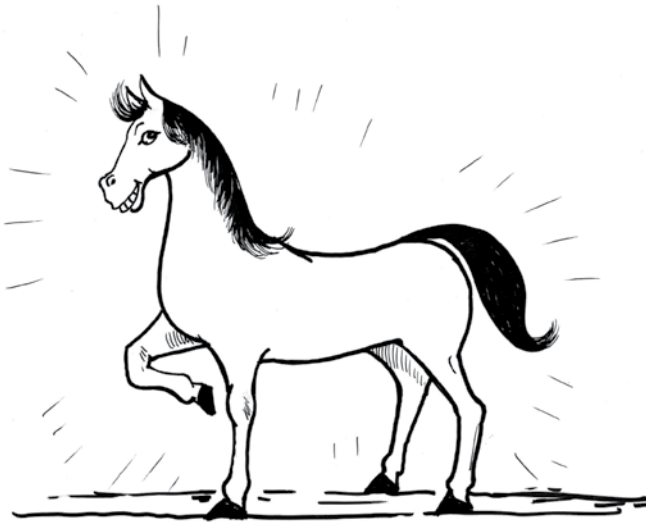
บางครั้งทนไม่ไหว ก็ทำไป แต่เมื่อทำไปแล้ว ต้องระวังอย่างที่สุด อย่าให้เกิดความคิดผิดว่า ช่างเถอะ... ทำไปครั้งหนึ่งแล้ว ก็ทำต่อไปได้

อาตมาเคยพูดคุยกับชาวตะวันตกคนหนึ่ง เขาเล่าถึงเรื่องไม่ดีไม่งามที่เกิดขึ้นในครอบครัวของเขาซึ่งเพิ่งจะได้รับการเปิดเผย มีผู้ใหญ่ในครอบครัวข่มขืนหลานสาวเป็นประจำตลอดระยะเวลา ๕ หรือ ๑๐ ปี เด็กก็กลัว ไม่กล้าพูด เพราะผู้ใหญ่ข่มขู่ว่าจะฆ่าถ้าเปิดเผย หลายปีต่อมาเมื่อเด็กโตเป็นผู้ใหญ่แล้ว เขาทนไม่ได้อีกต่อไป เขาจึงเปิดเผย เรื่องจึงอื้อฉาวขึ้นมา ทุกคนที่ได้ทราบเรื่องต่างรู้สึกชยะแหยง รู้สึกโกรธ นึกไม่ออกว่าเขาทำกับหลานของตัวเองได้อย่างไร

อาตมาเองก็พยายามคิดเหมือนกันว่าเขาทำได้อย่างไร คิดว่า ครั้งแรกเขาคงหน้ามืด คงจะทำเพราะกิเลสครอบงำจิตใจ แล้วก็อย่างที่ว่า เมื่อได้ทำลงไปครั้งหนึ่งแล้ว ครั้งที่สองก็เลยระงับยาก เพราะว่ามันได้เคยทำไปแล้ว ตามมาด้วยครั้งที่ ๓ ครั้งที่ ๔ จนกลายเป็นเรื่องปกติของเขา กลายเป็นนิสัยของเขา

ฉะนั้น สิ่งที่น่าเกลียดน่าชยะแหยงที่สุดในโลก สิ่งที่เราฟังแล้ว สลดสังเวช ไม่เข้าใจว่ามนุษย์เราทำอย่างนั้นได้อย่างไร จริงๆ แล้ว ก่อนที่จะถึงเรื่องรุนแรง มันก็เริ่มมาจากสิ่งที่เกิดขึ้นทีละเล็กทีละน้อย เพราะปล่อยให้จิตใจคิดในทางลามก คิดด้วยกามารมณ์ คิดในทางไม่ดี ปล่อยให้มันคิด มันก็แค่คิดเท่านั้น ยังไม่ได้ทำอะไร แต่นี่คือกรรม เป็นมโนกรรม คิดไปคิดมาก็เลยเกิดความเคยชินที่จะคิดในเรื่องนั้นเรื่องนี้

ในที่สุดแล้วพลังความคิดบังคับการกระทำของเราได้ ยิ่งถ้ากินเหล้าหรือใช้ยาเสพติดซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้ฮอร์โมนของเราลดน้อยลง เลยก้าวทำสิ่งที่แต่ก่อนไม่กล้าทำ แม้จะคิดยังไม่กล้าคิด แต่เพราะปล่อยให้สิ่งไม่ดีไม่งามเกิดขึ้นทีละเล็กทีละน้อย ในที่สุดก็จะทำลงไปได้ ซึ่งจะเห็นได้มากในสังคมปัจจุบัน คนเราไม่สำรวจระวัง เริ่มต้นด้วยความคิดหมกมุ่นแต่ในเรื่องลามกบ่อยๆ ดูหนังลามก คิดว่ามันเป็นแค่ความเพลิดเพลิน ไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดอะไร คิดไปคิดมา ในที่สุดแล้วแรงความคิดก็กลายเป็นการกระทำ เพราะความคิดกับการกระทำ มันสัมพันธ์กันอยู่



พระพุทธรองค์ทรงเปรียบเทียบกับพระที่ดีกับม้าที่สมบูรณ์ด้วยสี่ คือ เป็นผู้ที่ไม่ประมาทในศีลของตน ท่านจะระมัดระวังมากแม้แต่อาบัติเล็กอาบัติน้อย เป็นผู้ที่ไม่เห็นภัยและเห็นความน่ากลัวของการผิดศีลของตัวเอง เราเองก็ต้องพยายามเอาพระเป็นตัวอย่างในเรื่องนี้ เช่นในเรื่องวาจา เรื่องการพูดเท็จ ส่วนมากคนเราจะมีเหตุผลมาอ้างว่าบางครั้งจำเป็นต้องพูดเท็จ เพราะอยู่ในวงการธุรกิจบ้าง เพราะต้องค้าขายบ้าง บางคนก็อ้างว่าจำเป็นต้องพูดเท็จ เพื่อไม่ให้คนอื่นเสียใจหรือเพื่อให้เขาถูกใจ เลยมีการยกเว้น แต่นั่นเป็นการเปิดช่องแล้ว และโดยธรรมชาติช่องที่เปิดนั้นจะค่อยๆ ขยายขึ้นเรื่อยๆ เหตุผลในการพูดเท็จจะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ที่แรกจะพูดเท็จเฉพาะในเรื่องนี้ ต่อมาก็ เออ... อันนี้ก็น่าจะไม่เป็นไร มันจะเพิ่มขึ้นๆ ศีลของเราจะค่อยๆ ต่างพร้อย จนในที่สุดศีลก็จะขาด

ฉะนั้น ศีลจะมั่นคงเมื่อเราถือเป็นมาตรฐานที่ตายตัว คือไม่ขึ้นอยู่กับความคิด ไม่ขึ้นอยู่กับผลประโยชน์ของใคร ไม่ขึ้นอยู่กับความชอบความไม่ชอบ ความกลัว ความกังวล ความอะไรต่อมิอะไร เมื่อศีลของเรามั่นคงตายตัวแล้ว เราก็จะคิดว่า ทำอย่างไรเราจึงจะสร้างประโยชน์หรือทำสิ่งที่ถูกต้องโดยไม่ต้องพูดเท็จ เราต้องพูดอย่างไรจึงจะไม่ทำให้เขาเป็นทุกข์หรือไม่ทำให้เขาเสียใจโดยที่เราไม่ต้องพูดเท็จ เราต้องพยายามอย่างเต็มที่ให้ถึงที่สุด จนถึงจุดที่เราอาจจะต้องยอมรับว่า ในกรณีนี้จำเป็นต้องพูดเท็จ แต่เป็นการพูดเท็จ

โดยที่รู้ว่าตัวเองกำลังผิดศีลและกำลังทำบาป อย่างนี้เรียกว่า เรายังได้ประโยชน์จากศีล เพราะถึงจะต้องพูดเท็จ ก็พยายามพูดให้น้อยที่สุด พูดอย่างระมัดระวังที่สุด ทำอย่างนี้แล้ว เราจึงจะเป็นผู้ที่ทำนทรวงเปรียบกับม้าที่สมบุรณ์ด้วยสีได้

นอกจากพระพุทธรูปองค์ทรงให้พระสังฆารวมในพระปาฏิโมกข์แล้วยังทรงให้สมบุรณ์ด้วยจรณะหรือมารยาทและโคจรด้วย **โคจร** หมายถึงว่า พระต้องระมัดระวังว่า เราไปที่ไหน เราคบกับใคร ถ้าพระไปในสถานที่ที่ไม่เหมาะสม เช่น ไปนั่งพูดคุยอยู่ในร้านกาแฟหรือสถานที่ขายเหล้า หรือผ่านไปในพื้นที่คนเล่นไฟเล่นการพนัน ใครเห็นเข้าก็อาจจะคิดว่าพระท่านยินดีในสิ่งเหล่านั้น นอกจากนี้ยังมีสถานที่ต่างๆ ที่ถือว่าไม่เหมาะสมไม่ควรกับพระ เช่น พระเข้าไปในตลาดก็ถือว่าไม่เหมาะสมไม่ควร เป็นต้น

ศีลที่อยู่ในพระปาฏิโมกข์ทำให้พระมี**จรณะ** หรือมีกิริยามารยาทที่งดงาม อย่างที่ท่านเรียกว่า**สมณสาธูป** คือ เป็นผู้ที่มีความประพฤติตลอดจนการเดินทางในลักษณะที่สงบเสงี่ยม เป็นที่เลื่อมใสของผู้ที่ได้พบเห็น ซึ่งก็เป็นส่วนหนึ่งของการเผยแผ่พุทธศาสนาด้วย เพราะธรรมดาคณเราจะให้ความสำคัญกับสิ่งที่คนทำมากกว่าสิ่งที่คนพูด เรื่องการพูดนั้น ใครๆ ก็พูดได้ แต่สิ่งที่สำคัญคือการกระทำ ศีลจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง เราผู้เป็นฆราวาสก็ให้อาพระท่านเป็นตัวอย่างเช่นกัน ทั้งในเรื่องกิริยามารยาท เรื่องการแสดงออก

ให้มันเหมาะให้มันสม ให้มันควรแก่การเป็นลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า
ให้เรามีความรับผิดชอบการกระทำอย่างสม่ำเสมอ เราจึงจะเป็นผู้ที่
ดงามสมบูรณ์ด้วยดี

ข้อที่สอง เป็นผู้ที่สมบูรณ์ด้วยกำลัง คือ เป็นผู้ที่มีความ
ตั้งอกตั้งใจในการละสิ่งที่ไม่ดีไม่งามและบำเพ็ญสิ่งที่ดีงาม เป็นผู้
ไม่ขี้เกียจขี้คร้าน เป็นผู้ที่มีความยินดีและมีความพอใจที่จะทำ
สิ่งที่เป็นประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น คนขี้เกียจขี้คร้านจะต้อง
มีข้ออ้างอยู่เสมอ มันเข้าเกินไป มันตึกเกินไป มันหิวเกินไป มัน
อึดเกินไป มันร้อนเกินไป มันเย็นเกินไป มันเหนื่อยเกินไป อะไรๆ
มันก็เกินไปอยู่เสมอๆ บางทีถามว่าไม่นั่งสมาธิเพราะอะไร เพราะ
ไม่สงบ ไม่อยากจะนั่งเพราะมันไม่สงบ เหตุผลนี้ฟังไม่ขึ้นใช่หรือไม่
เพราะว่าถ้าสงบแล้วก็คงไม่ต้องนั่งสมาธิ มันต้องนั่งก็เพราะมันไม่
สงบนั่นแหละ เหมือนกับคนป่วยแต่ไม่ยอมทานยาของหมอ ทำไม
ไม่ทานยา ก็เพราะมันป่วยเกินไป แต่ถ้าอยากหาย มันก็ต้องกินยา
อยากสงบก็ต้องทำสมาธิฝึกจิต ฝึกให้สันโดษ ให้จิตใจพอใจอยู่
กับอารมณ์เดียวหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างต่อเนื่อง จิตใจมันคงอยู่ใน
อารมณ์กรรมฐาน นั่นแหละคือสมาธิ จึงจะได้ชื่อว่า เป็นผู้ที่สมบูรณ์
ด้วยกำลัง

ข้อที่สาม ท่านให้เราสมบูรณ์ด้วยความไว ซึ่งหมายถึงความไว
ของปัญญา คือ ไม่ว่าจะอยู่ในสถานการณ์ใด เราก็สามารถใช้ปัญญา

อย่างรวดเร็วทันเหตุการณ์ ไม่ใช่เราพอเกิดเหตุอะไรขึ้น มีการกระทบทางใดทางหนึ่ง เราก็มองหันพลันแล่น พุดอะไรโดยไม่คิด ทำให้ต้องเดือดร้อนใจ ต่อมาจึงค่อยนึกได้ว่า ควรจะทำอะไร ควรจะพูดอย่างไรในเรื่องนั้น แต่ในขณะที่เกิดเหตุนั้นจริงๆ กลับนึกไม่ออก บางคนกลับถึงบ้านแล้วจึงนึกได้ มาหนึ่งนึกทบทวนเหมือนกับเป็นละครหรือเป็นภาพยนตร์ว่า เขาทำอย่างนั้น เขาพูดอย่างนั้น เราต้องทำอะไร ต้องตอบอย่างนี้ๆ ในภาพยนตร์หรือในละครนี่ เหมือนเราเป็นผู้มีปัญญา พุดแต่สิ่งที่ดีที่کمคายน่าฟังทุกคำเลย คือหลังจากเรื่องมันจบไปแล้วก็นึกได้หมดเลยว่า อย่งไรควรอย่างไรไม่ควร นี่เรียกว่ายังไม่สมบูรณ์ด้วยความไว เพราะปัญญาเกิดไม่ทัน ต้องอาศัยการฝึกสติ ต้องฝึกสติบ่อย ๆ เพื่อระงับจิตไม่ให้แล่นไปตามอารมณ์ เพราะอารมณ์มันต้องเกิดแน่นอน เช่น สมมติว่ามีคนมาว่าเราซึ่ง ๆ หน้า ซึ่งนานๆ เราจะเจอเหตุการณ์อย่างนี้สักครั้งหนึ่ง ถ้าหากสติไม่อยู่กับตัว มันจะเกิดอารมณ์ขึ้นมาทันที แล้วเราก็จะพูดอะไรออกไปตามความเคยชินเก่าๆ พุดออกไปแล้วจึงค่อยรู้ตัว อย่างนี้ก็ผิดเสียแล้ว สอดตกเสียแล้ว เราจะเป็นอย่างนี้บ่อยๆ เมื่อเขากลับไปแล้วหรือเราออกจากที่นั่นกลับถึงบ้านแล้ว มีเวลาอยู่คนเดียว คิดทบทวนแล้วรู้สึกเสียใจ แหม... ฟังเทศน์ฟังธรรมจากครูบาอาจารย์ นึกว่าเข้าใจหมดทุกอย่าง แต่ทำไมเมื่อเกิดปัญหาหรือเกิดเหตุการณ์อย่างนี้ เหมือนกับเราไม่รู้อะไรสักอย่าง เวลาฟังเทศน์รู้สึกเหมือนกับบรรลุแล้ว เข้าใจทุก

สิ่งทุกอย่าง สว่างไปหมดทุกเรื่อง แต่ทำไมเมื่อเกิดปัญหา กลับมืดตื๋อ ตื๋อ ลืมทุกสิ่งทุกอย่าง นี่เรียกว่ายังไม่สมบูรณ์ด้วยความไวของปัญญา

ถ้าสามารถรักษาปัญญาให้อยู่กับเราได้ เมื่อเกิดปัญหา อะไรขึ้น ปัญญาที่แหละที่จะออกมาตอบรับ แทนการตอบโต้ด้วย ตัณหา เราต้องคอยแก้ความเคยชินเก่า ๆ แก้นิสัยเก่า ๆ ด้วยการ ฝึกสติให้อยู่กับตัวเรา อยู่กับความรู้สึกทั้งทางกายและทางใจ ของเรา เวลาใครพูดอะไรแล้วมีอารมณ์เกิดขึ้น ก็ให้เรารับรู้ต่ออารมณ์ ที่เกิดขึ้น โดยไม่ไปยึดอยู่ในอารมณ์นั้น แล้วปล่อยให้มันดับไป หาก รู้สึกว่าอารมณ์มันรุนแรงเกินกว่าที่เราจะทำอย่างนั้นได้ ก็อย่าเพิ่งพูด อะไรออกไปเสียดีกว่า ให้นิ่งไว้ก่อน จะดูลมหายใจเข้าลมหายใจออก ก็ได้ หรือจะขอตัวไปเข้าห้องน้ำก็ได้ ปิดประตูนั่งในห้องน้ำ ดูลม หายใจเข้าลมหายใจออกสัก ๒-๓ นาที แล้วค่อยออกไป เป็นการเอา ตัวรอดไว้ก่อน เพราะถ้าเราทำอะไรพูดอะไรออกไปแล้ว มันเอา คืนไม่ได้ นี่เป็นกฎตายตัวของธรรมชาติ มันเป็นอย่างนี้มาตั้งแต่ ไหนแต่ไร ถึงเราจะขอโทษขอโพยว่าเราไม่ได้ตั้งใจที่จะพูดรุนแรงอย่าง นั้น แม้เขาจะพูดว่า ค่ะ ๆ ... ไม่เป็นไร ๆ ... แต่เราก็ไม่รู้ว่าเขาพูดจริง ๆ หรือเปล่า คำพูดว่า “ไม่เป็นไร ๆ ” มันพูดง่ายใช่ไหม คนเราก็มักจะ พูดอย่างนี้ไปตามประสา แต่ที่เขาจะปล่อยวางได้จริงหรือไม่ นั่นก็เป็น อีกเรื่องหนึ่ง ถ้าเขาไม่ได้เป็นนักปฏิบัติ เขาก็คงจะต้องถือสา เขาคงจะ ต้องคิดและโกรธเราแน่ ๆ ฉะนั้น เราจึงต้องระมัดระวังให้มาก

ถ้าเรามีสติ จิตใจก็จะไม่วิ่งตามอารมณ์เหมือนคน
ธรรมดา จึงเป็นโอกาสให้ปัญญาได้เกิดขึ้น ถ้าหากว่าอารมณ์ยัง
ปั่นป่วนอยู่ ก็ไม่ต้องพูดมาก พูดให้น้อยที่สุด ต้องถอยออกมา
เสียก่อน ตั้งต้นใหม่ ต้องรู้จักปล่อยวางอารมณ์

ผู้ที่ควรแก้ความเคารพนับถือ คือพระผู้เป็นเ้าอนาบุญของโลก
หรือพระวาสาที่เป็นนักปฏิบัติ ก็เหมือนม้าอาชาไนยที่ หนึ่ง
สมบูรณ์โดยสี่ งามด้วยศีลธรรม สอง สมบูรณ์ด้วยพลังกำลัง สาม
สมบูรณ์ด้วยความไวแห่งปัญญา

ในพระสูตรอีกตอนหนึ่ง พระพุทธองค์ทรงกล่าวถึงคุณสมบัติ
ของม้าอาชาไนยว่า สมบูรณ์ด้วยความซื่อตรง สมบูรณ์ด้วยฝีเท้า
สมบูรณ์ด้วยความอดทน สมบูรณ์ด้วยความเพียร ซึ่งก็คล้ายๆ กัน
ฝีเท้าในที่นี้ ถ้าเปรียบกับคุณธรรมของพระ ก็หมายถึงญาณหรือหมายถึง
ถึงปัญญานั้นเอง

อีกตอนหนึ่งที่ตรัสถึงคุณสมบัติของม้าพันธุ์ดี ซึ่งควรแก้การ
เป็นราชาพาหนะ หรือเป็นคู่บารมีของราชา ท่านว่าเป็นม้าที่มีความ
อดทน มีความอดทนต่อรูปทั้งหลาย มีความอดทนต่อเสียงทั้งหลาย มี
ความอดทนต่อกลิ่นทั้งหลาย มีความอดทนต่อรสทั้งหลาย มีความ
อดทนต่อการสัมผัสทั้งหลาย มีความอดทนต่ออารมณ์ทั้งหลาย เพราะ
ม้าที่จะเป็นราชาพาหนะ ถ้าหากว่าไม่มีความอดทนต่อรูป เกิดอาการ
วุ่นวายแปรปรวนจากรูปที่ได้เห็นก็จะมีปัญหา หรือเข้าไปในสนามรบ
แล้วเกิดกลัวขึ้นมา ก็จะเป็นอันตรายต่อพระราชาได้

ความอดทนในอายตนะอื่นๆ ก็เช่นเดียวกัน พระเราถึงบอกว่า พระที่เหมือนม้าพันธุ์ดีหรือพระพันธุ์ดี คือ พระอริยะหรือพระที่จะเป็น เนื้อนาบุญของโลกนั้น ต้องเป็นผู้มีความอดทนต่อรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ความอดทนของนักปฏิบัติหรือของพระที่ว่าต้องอดทน ต่อรูปทั้งหลาย ต้องอดทนต่อเสียงทั้งหลายนั้น แปลว่าอะไร ไม่ใช่แปล ว่าทนดูได้ ดูได้ทั้งวันเรียกว่ามีความอดทนใช่ไหม ไม่ใช่ว่าสามารถฟังเสียง ได้ทั้งวัน นั่นไม่ใช่ความอดทนที่ท่านหมายถึง ในกรณีนี้ท่านหมายถึงว่า เห็นรูปแล้ว ไม่ปล่อยให้เกิดความยินดียินร้าย ไม่เกิดการหลงใหล นี่คือความอดทน คืออดทนไม่ให้กิเลสเกิดขึ้นจากรูปที่ให้เห็นด้วยตา

พระหรือใครๆ ก็ตาม ล้วนต้องอยู่ในโลกแห่งรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ แม้แต่พระอรหันต์ท่านก็ยังต้องอยู่กับสิ่งเหล่านี้ พระพุทธองค์ก็ทรงอยู่กับสิ่งเหล่านี้ เราไม่สามารถจะหนีจากสิ่งเหล่านี้ ได้ ถึงหนีได้ก็แค่ชั่วคราวเท่านั้น ความอดทนในที่นี้หมายถึงว่า เมื่อ อยู่กับรูป ทั้งรูปที่ชวนให้รัก ชวนให้หลงใหล หรือชวนให้รังเกียจ ก็ อยู่ด้วยจิตใจที่เป็นปกติ หรือเห็นว่ามันเป็นของไม่เที่ยง เป็นของไม่ แน่นอน ส้ารวมจิต เมื่ออยู่กับเสียง อยู่กับกลิ่น อยู่กับรส อยู่กับการ สัมผัสทางกาย ที่เรียกว่าโผฏฐัพพะ อยู่กับอารมณ์ก็เช่นเดียวกัน ก็ อดทน อดทนในที่นี้หมายถึง อดทนต่อกิเลส อดทนต่อความโลภ ความโกรธ ความหลง รักษาความเป็นปกติของจิตเราไว้ได้ บางครั้ง เราก็ก็นั่งสมาธิในลักษณะที่ว่า ไม่ต้องดูก็ได้ ถ้าเราดูแล้วแพ้ทุกครั้ง

จิตใจเรายังไม่เข้มแข็งพอที่จะเป็นปกติกับรูปเหล่านี้ได้ หรือปกติกับเสียงเหล่านี้ได้ ถ้าเป็นไปได้ เราก็อาจจะต้องงดเว้นจากสิ่งเหล่านี้ไว้ก่อน



ทุกวันนี้เราอยู่ในโลกที่เต็มไปด้วยสิ่งทีกระตุ้นประสาท ชักชวนหรือจูงใจให้เราสนใจข้อมูลข่าวสารมากมายไปหมด ทำให้เราเข้าใจว่าเป็นสิ่งที่สำคัญมาก โดยเฉพาะข่าวที่ไม่มีวันจบสิ้น ทำให้เราเข้าใจว่า ถ้าเราเป็นประชาชนที่ดี เป็นผู้มีการศึกษา เราต้องติดตามข่าวสาร ต้องรู้หมดทุกเรื่อง ไม่ว่าจะอะไรๆ จะเกิดที่ประเทศไหน ควรต้องรู้หมดทุกอย่าง แต่ชีวิตของเรามันก็แค่นี้ สมองของเรามันก็แค่นี้ แล้วถ้าเราไปคิดในเรื่องคนอื่นมาก คิดเรื่องที่ไม่ใช่เรื่องของเราและไม่มีความสำคัญกับชีวิตเราเลย มันจะเกิดประโยชน์อะไรไหม และเกิดประโยชน์มากน้อยแค่ไหน

พระพุทธรองค์ทรงให้เราคิดถึงเรื่องประโยชน์ให้มากที่สุด สิ่งที่เราจะเรียนรู้ได้ในโลกนี้มันเยอะเหลือเกิน หนังสือในโลกนี้มีมากมาย ไม่ทราบว่ายี่ห้อไหนดีของไทยมีหนังสือก็เล่ม แต่ที่อังกฤษเพิ่งสร้างหอสมุดแห่งชาติใหม่ มีหนังสือถึง ๖ ล้านเล่ม คิดดูสิว่าจะต้องใช้เวลานานเท่าไรที่จะอ่านหนังสือ ๖ ล้านเล่ม สมมติว่าอ่านหนังสือเล่มหนึ่ง ๓ วันจบ หนังสือ ๖ ล้านเล่มก็ต้องใช้เวลาอ่าน ๑๘ ล้านวัน ชีวิตของเรามีไม่กี่หมื่นวัน ไม่น่าจะกี่วัน ยิ่งไงก็อ่านไม่จบแน่ สิ่งที่เราจะศึกษาได้ สิ่งที่เราจะเรียนรู้ได้ มันเยอะมาก ฉะนั้น นักปราชญ์จึงต้องเลือก เลือกให้เป็น จะดูจะอ่านข่าว ก็เลือกเฟ้นว่า สิ่งนี้มีคติมีข้อคิดอะไรที่จะเป็นประโยชน์แก่เรา ถ้าไม่มีเลย ไม่ต้องอ่านก็ได้ ไม่ต้องดูก็ได้ เพราะการเรียนรู้ทางโลกส่วนมาก ก็แค่ทำให้สมองเรารกรุงรังเท่านั้น ทุกวันนี้สมองคนเรารกมาก พูดเรื่องอะไรก็รู้ไปหมด คนฟังก็ประทับใจ แต่รู้เพื่ออะไรกลับไม่รู้

ฉะนั้น การสำรวจและการเลือกสิ่งที่จะสัมผัสหรือสิ่งที่จะรับเข้ามา จึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะเราต้องรักษาสมองของเราไว้ ถ้าเรารับข้อมูลความรู้ต่างๆ เข้ามามากมาย ยัดเยียดเข้าไปในสมองอย่างไม่มีระเบียบและไม่มีจุดมุ่งหมายอะไร จะทำให้จิตใจของเราสับสน ไม่สงบ ถ้าเราต้องการชีวิตที่สงบ เราต้องระมัดระวังสิ่งที่เราจะรับเข้ามาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และต้องเป็นผู้ที่มีความอดทน

มีอีกพระสูตรหนึ่งที่เปรียบเทียบมนุษย์กับม้าพันธุ์ดี ซึ่งอาตมา เคยเล่าให้ญาติโยมฟังหลายครั้งเหมือนกัน กล่าวถึงอินทรีย์ซึ่งหมายถึง ความพร้อมหรือวุฒิภาวะของมนุษย์ โดยเปรียบเทียบกับม้าว่า ม้าที่เรียกว่ายอดเยี่ยม เพียงแค่เห็นเงาของปฏัก ยังไม่ทันต้องลงปฏัก ม้าก็ออกวิ่งแล้ว นี่เรียกว่าเก่งที่สุด ม้าพันธุ์ดีระดับที่ ๒ คือม้าที่เห็นเงาปฏัก ยังไม่ออกวิ่ง แต่จะวิ่งเมื่อรู้สึกว่ามีปฏักโดนขุมชน ม้าระดับที่ ๓ ปฏักถึงขุมชนก็ยังไม่วิ่ง ยังไม่เจ็บ สารพัดหรือผู้ขี่ม้าต้องลงปฏักถึงหน้า มันจึงจะวิ่ง แต่ก็ยังถือว่าเป็นม้าพันธุ์ดีได้ ม้าระดับที่ ๔ ต้องลงปฏักถึงกระดูก มันจึงจะวิ่ง

นี่คือม้า ๔ ระดับ ระดับที่ ๑ เห็นแค่เงาของปฏักก็วิ่งแล้ว ระดับที่ ๒ ปฏักต้องถึงขุมชน ระดับที่ ๓ ต้องถึงหน้า ระดับที่ ๔ ต้องถึงกระดูก แล้วท่านเปรียบเทียบกับนักปฏิบัติว่าอย่างไร มนุษย์ระดับยอดเยี่ยมหรือระดับชั้นสูง คือตัวเองยังไม่เป็นทุกข์อะไร ไม่เจ็บไม่ป่วยไม่เดือดร้อนอะไร เพียงแค่ผัสสะหรือฟังเรื่องความทุกข์ของมนุษย์ ความทุกข์ของสรรพสัตว์ทั้งหลาย หรือความทุกข์ของคนอื่น แค่ฟังเรื่องความแก่ ความเจ็บ ความตาย ก็เกิดความสลดสังเวช เกิดความคิดที่จะประพฤติปฏิบัติให้พ้นทุกข์ อย่างเช่นเจ้าชายสิทธัตถะ พระศาสดาของเรา ท่านอยู่ในพระราชวัง สบายทุกอย่าง แต่เมื่อท่านเกิดความสงสัยเรื่องความแก่ ความเจ็บ ความตาย ท่านก็เกิดความคิดที่จะออกผนวชเพื่อแสวงหาโมกขธรรม

ที่คนชอบพูดว่าคนเข้าวัดเพราะเป็นทุกข์ ถ้าพูดว่าคนเข้าวัดเพราะความทุกข์จะตรงกว่า เพราะคนบางคน ตัวเองยังไม่เป็นทุกข์อะไร แต่เมื่อได้ฟังเทศน์หรือพิจารณาเรื่องความทุกข์ของมนุษย์ ก็เลยเห็นว่าชีวิตของตนไม่มีแก่นสารสาระอะไร กลัวที่จะต้องเกิดแก่เจ็บตาย เกิดแก่เจ็บตาย อย่างไม่มีที่สิ้นสุด จึงออกมาแสวงหาธรรมะ แสวงหาความจริง เหมือนม้าพันธุ์ดีที่เห็นแค่เงาของปฏึกก็ออกวิ่งแล้ว

มนุษย์ระดับที่สอง คือ ผู้ที่เห็นญาติหรือคนใกล้ชิดเป็นเอดส์หรือกำลังทุกข์ใจอย่างหนัก แค่นี้ก็เพียงพอแล้วที่จะเกิดความสลดสังเวชจนเกิดความคิดที่จะประพฤติปฏิบัติเพื่อแสวงหาโมกขธรรมให้พ้นจากทุกข์และวิภวสงสาร

นอกจากเรื่องม้าพันธุ์ดีหรือม้าที่ฝึกได้แล้ว ก็ยังมีเรื่องของม้าที่ฝึกไม่ได้ด้วย ครั้งหนึ่ง มีคนเลี้ยงม้าคนหนึ่ง อาตมาจำชื่อไม่ได้ ชื่อเรวีหรือเรวตีประมาณนี้ ไปเฝ้าพระพุทธองค์ แล้วก็สนทนากันเรื่องการเลี้ยงม้า เปรียบเทียบการเลี้ยงม้าหรือการฝึกม้ากับการฝึกพระ พระพุทธองค์ทรงถามโยมคนนั้นว่า การฝึกม้ามีกี่วิธี คนเลี้ยงม้าก็ตอบว่ามี ๓ วิธี คือ ฝึกแบบอ่อนละมุนละไม ฝึกอย่างเข้มขุ่นหรืออย่างหยาบๆ และวิธีที่ใช้ทั้งสองวิธีแรกร่วมกัน

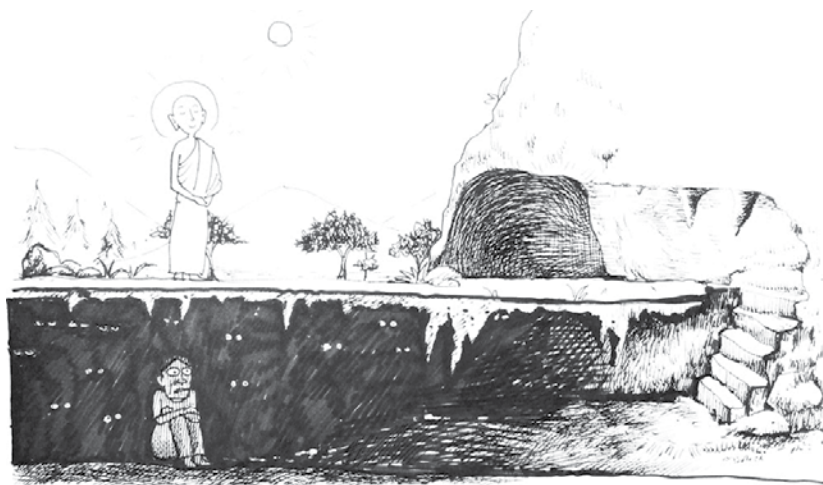
พระพุทธองค์ทรงถามว่า ถ้าใช้ทั้ง ๓ วิธีนี้แล้วยังไม่ได้ผลจะทำอย่างไร เขาบอกว่า เมื่อฝึกไม่ได้ ผมก็จะฆ่ามันเสีย แล้วคนเลี้ยงม้าก็ถามพระพุทธองค์ว่า ทรงใช้วิธีอย่างไรในการฝึกพระ พระพุทธองค์

ก็ว่าเหมือนที่โยมฝึกม้าทั้ง ๓ วิธี วิธีอย่างอ่อนละมุนละไม วิธีอย่าง เข้มข้นตรงไปตรงมา และวิธีผสมผสาน โยมถามต่อว่า มีพระที่ฝึกไม่ได้เลยหรือไม่ พระพุทธองค์ก็ว่ามี นี่ให้เราสังเกตนะ พระพุทธองค์ยังรับว่ามี แม้พระตถาคตเองยังไม่สามารถสอนลูกศิษย์ได้ทุกคน เพราะบางคนนี้ไม่ไหวจริงๆ

โยมก็เลยถามว่า แล้วทรงทำอะไรกับพระที่ฝึกไม่ได้ พระพุทธองค์ทรงตอบว่า ตถาคตก็ฆ่าท่านเสีย โยมก็ตกใจ อ้าว... แล้วไม่ผิดศีล หรือ พระตถาคตฆ่าพระไม่ได้หรือ พระพุทธเจ้าจึงทรงอธิบายว่า นี่คือสำนวนของพระตถาคต การฆ่าของพระตถาคตหมายถึงการไม่สอน นั่นคือการฆ่า ถ้าพระองค์ไหนหัวดีหรือมีทิฐิมาก ไม่ยอมรับฟัง คำสอน เรารู้ว่าสอนอย่างไรก็คงไม่เกิดผล ให้คำตักเตือนให้คำแนะนำ อย่างไม่รับฟัง พูดต่อไปก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร เสียเวลาเปล่าๆ ก็เลิกสอน เลิกตักเตือน เลิกให้คำแนะนำ

นี่คือการฆ่าในพระอริยวินัยหรือในพระธรรมวินัย การมีทิฐิมากหรือดีร้ายมาก เรียกว่าปิดหนทาง ไม่มีทางจะก้าวหน้า ไม่มีทางจะพัฒนาตัวเองได้ และผู้ที่หวังดีต่อเรา เป็นกัลยาณมิตรของเราก็จะหมดกำลังใจ พระพุทธองค์ทรงมีลูกศิษย์ลูกหามากมายใช้ไหม แล้วท่านก็มีเวลาจำกัดด้วย ฉะนั้น ทางไหนที่ไม่เกิดประโยชน์ สอนอย่างไรก็ไม่รับ ก็เลือกมาสอนทางที่จะเกิดประโยชน์ดีกว่า เหมือนที่ดินที่เต็มไปด้วยกรวดหิน ปลูกอะไรไม่ขึ้น ก็เลือกไปปลูกในที่ๆ ดินมันดีจะดีกว่า

เหมือนกับแสงอาทิตย์ที่สว่างแรงกล้า แต่ถ้าเรามุดเข้าไปอยู่ในถ้ำมืด ข้างนอกจะสว่างสักเพียงใดก็ไม่มีความหมาย เมื่อออกจากถ้ำแล้ว เราจึงจะได้เห็นพระอาทิตย์ เราจึงจะได้สัมผัสแสงแดด เช่นเดียวกับคนที่มีความยึดมั่นถือมั่นในความคิดของตน ถือว่าตัวเองถูก คนอื่นผิดหมด ก็เหมือนคนที่มุดเข้าไปอยู่ในถ้ำมืด ย่อมเข้าไม่ถึงความสว่างของนักปราชญ์และบัณฑิต แม้พระพุทธรูปองค์มาโปรดสั่งสอน คนที่ถือมั่นก็ยังไม่ได้รับ



ทิฐิความเห็นจึงเป็นสิ่งที่น่ากลัวมาก ท่านบอกว่า มิจฉาทิฐิเป็นบาปอย่างยิ่ง ไม่มีบาปอันไหนจะหนักและมีผลร้ายเท่ากับมิจฉาทิฐิ เพราะเมื่อมีมิจฉาทิฐิแล้ว ย่อมเห็นถูกเป็นผิด เห็นผิดเป็นถูก ทุกสิ่งทุกอย่างจะไขว้เขวไปหมด อย่างเช่นองค์กรพุทธศาสนาต่างๆ ทุกวันนี้ก็กำลังมีปัญหาในเรื่องทิฐิหรือความยึดมั่นถือมั่นในแนวความคิด

พระพุทธเจ้าทรงมีอารมณ์ขันที่จะพูดบางสิ่งให้คนตกใจ แล้วจึงค่อยอธิบาย ถือว่าเป็นจิตวิทยาของพระองค์ การพูดในลักษณะนี้จะทำให้ผู้ฟังประทับใจ และจำได้นาน เมื่อคนเลี้ยงม้าได้ยินพระตถาคตตรัสว่า จะฆ่าพระที่ไม่ดีเสีย เหมือนกับที่โยมฆ่าม้าที่ไม่ดี เขาก็ตกใจ ไม่คิดว่าพระจะฆ่ากันได้ พระพุทธองค์จึงทรงอธิบายว่า พระตถาคตใช้คำว่า “ฆ่า” ในความหมายพิเศษ ไม่เหมือนที่โยมใช้ เพื่อให้โยมเห็นโทษของการเป็นคนสอนยาก

เรื่องในพระสูตรต่อไปนี้ออกจะยาวสักหน่อย และต้องขอภัยด้วยถ้าอาตมาจำได้ไม่หมด เราเป็นพระวัดป่า บางทีเรื่องเทศน์ตามตำราจะไม่ค่อยสมบูรณ์เท่าไร พระพุทธองค์ทรงเอาคุณสมบัติของม้าพันธุ์ดี ๘ ข้อมาเปรียบเทียบกับพระที่ดี ข้อที่ ๑. เป็นม้าที่เกิดจากพันธุ์ดีหรือเกิดในที่ ๆ ม้าเก่ง ๆ หรือม้ายอดเยี่ยมตัวอื่น ๆ เคยเกิด ๒. เมื่อผู้เลี้ยงเอาอาหารสดอาหารแห้งมาให้กิน ก็กินด้วยความเคารพ หมายถึงกินอย่างเรียบร้อย ไม่หกเลอะ ๓. เป็นม้าที่เรียบร้อยอยู่กับม้าตัวอื่นโดยไม่มีปัญหา ไม่ข่มขู่ม้าตัวอื่น ๔. เป็นม้าที่เปิดเผยความพยศคดโกงให้สารภีได้เห็น เพื่อสารภีจะได้แก้ไข ๕. เป็นม้าที่รังเกียจการนั่งทับหรือนอนทับอุจจาระหรือปัสสาวะของตัวเอง ๖. เป็นม้าที่วิ่งทางตรง ๗. เป็นม้าที่เอาภาระ คือ สารภีจะลั้งอะไร ก็ตั้งอกตั้งใจทำตามคำสั่ง โดยไม่สนใจว่าม้าตัวอื่นทำอะไร และ ๘. เป็นม้าที่มีเรี่ยวแรง

ที่นี้การเปรียบเทียบกับพระที่ดี หรือจะรวมถึงนักปฏิบัติที่ดีก็ได้ เพราะไม่จำเป็นต้องหมายถึงเฉพาะพระ ข้อที่ว่าเป็นม้าที่เกิดจาก พันธุ์ที่ดี เกิดในที่ ๆ ม้าดี ๆ เคยเกิดนั้น ท่านดูที่เรื่องความสมบูรณ์ของ ศิล พระที่มีศิลปะสมบูรณ์ ก็คล้ายกับความหมายของความสมบูรณ์ด้วย ลีในพระสูตรอื่นที่กล่าวมาแล้ว คือ เป็นพระที่สำรวมในพระปาฏิโมกข์ สมบูรณ์ด้วยจรณะโคจร เป็นผู้ que เห็นภัยในโทษแม้แต่เล็กน้อย อาบัติ แม้แต่เล็กน้อยท่านก็ระมัดระวัง เป็นผู้รักเคารพศิลปะของตัวเอง จงรัก รักดีต่อศิลปะของตัวเอง เปรียบเหมือนกับเกิดในพันธุ์ที่ดีหรืออยู่ใน ตระกูลที่ดี เพราะอยู่ในกรอบของศิลปะ ซึ่งเป็นกรอบอันหนึ่งอันเดียวกับ พระอริยเจ้าทั้งหลาย

พระพุทธเจ้าตรัสถึงอานิสงส์ของการรักษาอุโบสถศีลหรือ ศิล ๘ ว่า เป็นการฝึกหรือเป็นการข้อมให้อยู่แบบพระอรหันต์ เพราะธรรมชาติของพระอรหันต์ ผู้มีจิตบริสุทธิ์ เป็นผู้ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ เบียดเบียนสัตว์ ไม่คิดและไม่มีเจตนาที่จะเอาของ ๆ คนอื่น เป็นผู้ ที่ รักษาพรหมจรรย์ แม้แต่ความคิดในเรื่องทางเพศก็ไม่มี ความคิด มันหมดไปแล้ว ไม่มีเจตนาที่จะพูดเท็จ พูดหยาบ พูดล้อเสียด พูด เพื่อจ้อ ไม่กินเหล้าเมายา ไม่ฉันทในเวลาวิกาล ไม่หาความสุขความ เพลิดเพลินจากสิ่งบันเทิง ไม่แต่งตัว ไม่สนใจเรื่องความสวยความงาม ทางกาย ไม่ยินดีในการนอน หรือเพลิดเพลินกับการพักผ่อน นี่คือ ธรรมชาติของพระอรหันต์ ซึ่งท่านเป็นของท่านอย่างนี้โดยอัตโนมัติ

การรักษาศีล ๘ จึงเหมือนกับที่เราได้อยู่ในกรอบอันเดียวกับ พระอรหันต์ แม้จะแค่หนึ่งเดือนหรือแค่ ๔ วันที่เรามาปฏิบัติธรรมนี้ ก็ ยังเป็นการสร้างความคุ้นเคยกับความเป็นอยู่ของพระอรียเจ้า ถ้าเรา เป็นพระอรียเจ้า เราจะเป็นเราจะอยู่อย่างนี้แหละ ผู้ที่อยู่ในตระกูล ของพระอรียะ ไม่ใช่ที่ท่านจะต้องตั้งใจที่จะฝืนใจเอาชนะใจตัวเอง เพื่อให้อยู่ในกรอบ หากการอยู่ในกรอบนั้นจะเป็นโดยอัตโนมัติ จะ เป็นโดยธรรมชาติ เปรียบเหมือนว่าเราไปเป็นแขกพักในบ้านของ ผู้ใหญ่ตระกูลหนึ่ง ที่มีความเป็นอยู่อย่างหนึ่ง ท่านมีระเบียบมีวินัย เราก็ต้องปรับตัว ให้เข้ากับความเป็นอยู่ของตระกูลนั้น เหมือนกับเรา เป็นส่วนหนึ่งของตระกูลนั้นในช่วงที่เราอยู่ที่นั่น เมื่อเรามารักษาศีล ๘ ก็เหมือนเราเป็นแขกของตระกูลพระอรียะ เพราะความเป็นอยู่ของเรา อยู่ในกรอบอันเดียวกับพระอรียะเจ้าทั้งหลาย เรียกว่า เป็นบุญเป็น เกียรติแก่เราอย่างยิ่ง นำปลาบปลื้มที่เราได้มีโอกาสอย่างนี้

พระอยู่ด้วยพระวินัย รัก เคารพนับถือ จงรักภักดีต่อวินัยของ ตน เรารู้ว่าวิถีชีวิตของเรา ความเป็นอยู่ของเรา กรอบของเรา นี้ เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับพระสารีบุตร พระโมคคัลลานะ พระมหา กัสสปะ แม้ว่าคุณธรรมภายในจิตใจของเรายังไม่ถึง แต่อย่างน้อยการ กระทำ และความเป็นอยู่ภายนอกก็อยู่ในกรอบเดียวกัน การได้ใช้ ชีวิตเหมือนพระอรียเจ้าในอดีต เป็นสิ่งที่ทำให้พระเรามีความสุขมาก เรียกว่ามีสายสัมพันธ์ที่ไม่ขาดระหว่างพระอรียเจ้าในสมัยพุทธกาล

กับพระในวัดนี้ ในสมัยปัจจุบัน นี่คือความภาคภูมิใจของสมณะหรือนักบวช ม้าที่เกิดในพันธฺ์ดีเปรียบได้กับผู้ที่อยู่ในขอบเขตขอบข่ายของศีลของตน ถ้าเป็นฆราวาสก็ศีล ๕ ศีล ๘ ถ้าเป็นพระก็ศีล ๒๒๗ ข้อ ในพระวินัยข้อวัตรปฏิบัติและธุดงควัตร

ม้าพันธฺ์ดี เมื่อคนเลี้ยงเอาอาหารสดอาหารแห้งมาให้กิน ก็กินอย่างเรียบร้อยไม่ให้หก พระเราไม่ว่าจะรับอาหารมาจากใคร ก็รับด้วยความเคารพ ไม่ว่าจะป็นอาหารพื้นๆ หรืออาหารปรารถนํ์อย่างไร ก็ถือว่าเป็นอาหารที่เขาถวายด้วยศรัทธา เราก็เคารพในศรัทธาของผู้ถวาย พระเรา เป็นผู้ที่สันโดษหรือพอใจ ไม่จุกจิกจู้จี้เรื่องอาหาร เป็นผู้ระลึกถึงบุญคุณของผู้ที่ได้นำอาหารมาถวายอยู่เสมอ

พระที่ตีที่ควรเป็นเนือนาบุญแห่งโลก จะไม่สนใจเรื่องรสชาติของอาหารสักเท่าไร ท่านฉันเพียงเพื่อประทังชีวิตในอีก ๒๔ ชั่วโมงข้างหน้า เพื่อจะได้ประพฤติปฏิบัติ ก็ไม่ใช่ที่ท่านจะไม่มีความรู้สึกเลยว่าชอบหรือไม่ชอบ อร่อยหรือไม่อร่อย แต่ท่านไม่ได้ให้ความสำคัญมันหมายกับความรู้สึกเหล่านั้นจนเกินไป ถ้ารู้สึกอร่อย ก็ลักแต่ว่ารู้สึกว่ารอร่อยดี ถ้าไม่อร่อย ก็ลักแต่ว่าไม่ค่อยอร่อยเท่าไร ก็แค่นั้น ไม่ใช่จะเจอสิ่งทีออร่อยก็มีความสุข เพลิดเพลินยินดีจนลืมสติ หรือไม่ใช่ว่าเจอสิ่งทีไม่อร่อยและไม่ถูกธาตุขันธ์ จิตใจก็หดหู่หรือหงุดหงิดรำคาญอย่างนี้ไม่ใช่ ท่านก็ลักแต่ว่ารับรู้ จะอร่อยหรือไม่อร่อย ก็ลักแต่ว่าความรู้สึกชั่วแวบเท่านั้น ไม่ได้เอาจริงเอาจ้งกับมันมาก อย่างนี้จึงจะ

เรียกว่า เป็นพระที่เป็นเพื่อนาบุญแก่โลกได้ ม้าพันธุ์ดีก็เป็นม้าที่กินอาหารอะไรก็ได้ ที่เขาให้อย่างเรียบง่ายด้วยความเคารพ พระเราก็เช่นกัน



พระที่ดีหรือนักปฏิบัติที่ดี จะรังเกียจความคิด การพูด หรือ การกระทำที่ประกอบด้วยกิเลส ที่เรียกว่ามิจฉาทิสังขยา ทั้งมิจฉาสังกัปปะ มิจฉาวาจา มิจฉากัมมันโต มิจฉาชีพ พระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบอย่างน่าฟังว่า เหมือนกับม้าพันธุ์ดีที่รักสะอาดและรังเกียจความสกปรก ไม่ยอมนอนทับอุจจาระหรือปัสสาวะของตัวเอง ท่านว่าถ้าเราปล่อยให้จิตใจคิดในทางอยากได้ อยากมี อยากเป็น อยู่ตลอดเวลา คิดวางแผนว่าทำอะไรหนอเราจึงจะได้สิ่งนั้นสิ่งนี้ จิตใจร้อนด้วยความอยาก หรือร้อนด้วยความคิดโกรธแค้น คิดไม่ดี คิดประทุษร้ายคนอื่น แหม... คนนี้น่าเกลียดอย่างนี้น่าเกลียดอย่างนี้

คิดปรุงแต่งในเรื่องความไม่ดีของคนอื่น ปรุงแต่งความโกรธความแค้น ความโมโหให้มันกำเริบเลิปลาน หรือคิดที่จะเอาชนะคนอื่น คิดจะทำลายเขา คิดแต่จะ让他ต้องรับโทษ คิดอยากจะทำแก้แค้น อยากให้เขาเป็นทุกข์

พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า ถ้าเราปล่อยให้จิตใจคิดในลักษณะเช่นนี้ ก็เหมือนเรายอมนอนทับอุจจาระปัสสาวะของตนเอง มันน่าเกลียดขนาดไหน ความคิดที่เป็นมิจฉาสังกับปะ คือ ความดำริในกาม ความดำริในการปองร้าย และความดำริในการเบียดเบียนนั้นเป็นสิ่งที่น่าเกลียดและน่ารังเกียจ เป็นการเบียดเบียนคนอื่นและเป็นการเบียดเบียนตนเองด้วย

ม้าพันธุ์ดีเป็นม้าที่อยู่ร่วมกับม้าตัวอื่นได้อย่างดี ไม่ข่มขู่ม้าตัวอื่น คฤหัสถ์ที่ดีหรือพระที่ดีก็อยู่ร่วมกับคนอื่นได้ดี ไม่สร้างปัญหา ไม่สร้างความทุกข์ความเดือดร้อนในครอบครัวในชุมชน ไม่เห็นแก่ตัว ไม่เอาแต่ใจเจ้าของ ไม่เอาแต่ความคิดเจ้าของ ไม่บังคับให้ทุกคนทำตามใจเราอยู่เสมอ ไม่คิดที่จะควบคุมทุกอย่างให้อยู่ภายใต้อำนาจของตน ไม่สร้างความแตกสามัคคี ไม่ทะเลาะเบาะแว้งกับใคร รู้จักปล่อยวาง เรื่องเล็กเรื่องน้อยก็รู้จักวางเสีย ไม่ถือสา เป็นที่เคารพและเป็นที่ยกย่องของคนรอบข้าง อย่างนี้เรียกว่าอยู่ร่วมกับคนอื่นได้ดี ต้องเป็นผู้ระงับอารมณ์ของตนเองได้ เวลาเป็นทุกข์ก็ไม่ระบายใส่คนรอบข้าง แต่รู้จักแก้อารมณ์ของตัวเองได้ การใช้คนอื่นเป็นที่รองรับ

อารมณ์เสียของเรา เป็นการปลดปล่อยอารมณ์ในทางที่ผิด ทุกคนที่อยู่รอบข้างก็เป็นมนุษย์เหมือนเรา อย่าไปมองหรือใช้คนอื่นเป็นวัตถุ

การมองคนอื่นเป็นวัตถุเป็นอย่างไร ตัวอย่างเช่น คนที่รักกันนั้น ตราบใดที่คุณทำและพูดทุกสิ่งทุกอย่างให้เป็นทีพอใจของฉัน ฉันก็จะรักคุณ แต่ถ้าคุณทำอะไรที่ฉันไม่ชอบ ทำอะไรที่ฉันรับไม่ได้ ฉันก็จะไม่รัก หรือตราบใดที่คุณทำให้ฉันมีความสุข ฉันก็จะอยู่ด้วย แต่เมื่อไหร่ที่ฉันเบื่อหรือไม่มีความสุข เราก็กแยกทางกันดีกว่า หย่ากันดีกว่า สมัยใหม่มันเป็นอย่างนี้ เอาแต่ความสุขในปัจจุบันเป็นสิ่งสำคัญ คนอื่นเป็นเหมือนวัตถุที่จะต้องให้ความสุขแก่เรา ไม่มีความอดทน ไม่มีการฝึกใจเจ้าของ ไม่มีการปล่อยวาง ฉะนั้น การอยู่ร่วมกับคนอื่นได้ดี ถือเป็นศิลปะอย่างหนึ่ง เราต้องฝึกให้อยู่กับคนอื่นได้ ไม่สร้างปัญหา ไม่สร้างความเดือดร้อน หากสามารถให้ความสุขแก่ผู้อื่นได้

มาพันธุ์ดีวิ้งทางตรง มนุษย์ที่ดีและพระที่ดีเดินทางตรง ทางตรงนั้นก็คืทางสายกลางนั่นเอง ทางสายกลาง คื อริยมรรคมีองค์ ๘ ได้แก่ สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ สรูปแล้วอยู่ที่ศีล สมาธิ ปัญญา หรือไตรสิกขานั้นเอง

หมวดศีล คื ๑. สัมมากัมมันตะ การกระทำที่ชอบที่ถูกต้อง ๒. สัมมาวาจา การพูดที่ชอบที่ถูกต้อง ๓. สัมมาอาชีวะ การประกอบอาชีพที่ถูกต้อง

หมวดสมาธิ ได้แก่ ๑. สัมมาวายามะ ความพากเพียรชอบ คือ ความพากเพียรในการละบาป บำเพ็ญกุศล ๒. สัมมาสติ คือ ความระลึกได้ ความรู้ตัวอยู่ในปัจจุบันกับกาย กับเวทนาความรู้สึก กับจิตอารมณ์ กับคุณธรรมหรือกิเลสที่เกิดดับอยู่ในจิตใจเรา ๓. สัมมาสมาธิ การทำให้จิตใจรวมเป็นหนึ่งอยู่ในปัจจุบัน จนถึงขั้นอัปปนาสมาธิ เป็นปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตตฌาน ถ้าเป็นไปได้

หมวดปัญญา คือ ๑. สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ ความเข้าใจชีวิตในโลกตามความเป็นจริง ความเชื่อมั่นในกฎแห่งกรรม ความเชื่อมั่นในการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า ความเชื่อมั่นในศักยภาพของมนุษย์ที่จะตรัสรู้ธรรม ความเชื่อเรื่องสวรรค์นรก ความเชื่อว่าวิฆเนสสารมีจริง การตายไม่ใช่ตายแล้วสูญ ตราบใดที่ยังมีกิเลสอยู่ก็ต้องเกิดใหม่ในวิฆเนสสาร การเชื่อในสิ่งเหล่านี้เป็นพื้นฐานที่มั่นคงของการพัฒนาชีวิตต่อไป ๒. สัมมาสังกัปปะ ความคิดในทางที่ปราศจากกามหรือพ้นจากกาม ความคิดในการไม่มุงร้าย ความคิดในการไม่เบียดเบียน แล้วความเมตตาหวังดีต่อสรรพสัตว์ทั้งหลาย ความคิดด้วยความสงสาร ความคิดอยากจะช่วยสรรพสัตว์ทั้งหลาย ให้พ้นทุกข์ จะเกิดขึ้นเอง

ไตรสิกขา หรือ ศีล สมาธิ ปัญญา ก็เป็นเรื่องเดียวกับอริยมรรค ๘ ซึ่งก็คือ ปัญญา ศีล สมาธิ เราวิ่งตามเส้นทางสายกลางนี้ เป็นทางที่ตรงไปสู่ความพ้นทุกข์

ม้าที่เอาภาระ คือ ม้าที่ไม่สนใจว่าม้าตัวอื่นทำอะไรอยู่ แต่ตัวมันต้องวิ่งตามคำสั่งของสารถีหรือเจ้านาย เหมือนนักปฏิบัติเราไม่ต้องไปสนใจคนอื่นว่าเขาทำหรือไม่ทำอย่างไร แต่ถ้า เอ...ทำไมคนนั้นเขาทำอย่างนั้น ไม่เห็นเรียบบร้อยเลย ครูบาอาจารย์เราไม่เคยสอนให้ทำอย่างนั้น... ถ้าม้าแต่ปล่อยจิตใจให้เศร้าหมองไปกับกิเลสของคนอื่น หรือเห็นแต่ความบกพร่องของคนอื่นไป ๆ มา ๆ เราจะกลายเป็นคนเพ่งโทษคนอื่น คอยจับผิดคนอื่นอยู่ตลอดเวลา ความผิดของคนอื่น ๆ รู้หมดเลย รู้ว่าทุกคนที่เข้ามาในวัดมีความผิดอย่างไร มีกิเลสอย่างไร รู้เรื่องกิเลสของคนอื่นทั้งหมด แต่โปรดรู้เสียด้วยว่า การเพ่งโทษเพ่งกิเลสคนอื่นนั่นแหละคือกิเลสตัวสำคัญ

ถ้าหากว่าเรายังยินดีในการเพ่งโทษคนอื่น จิตใจเราไม่ไปเสียแล้ว ไม่มีทางที่จะเข้าถึงธรรมได้ เราต้องให้อภัยคนอื่น แล้วมุ่งที่จะทำเรื่องของเรา คนอื่นเขาจะทำหรือไม่ทำก็เป็นเรื่องของเขา เรามีหน้าที่ของเรา เมื่อเรากำหนดหนทางของเราแล้ว คนอื่นเขาจะสรรเสริญหรือจะนิินทา จะเข้าใจเราหรือไม่เข้าใจเราก็ตาม ไม่ใช่เรื่องสำคัญ เราฟังเทศน์ฟังธรรมเป็นประจำ ก็คอยทบทวนเทียบเคียงว่า ที่เราคิดที่เราทำตรงกับที่ครูบาอาจารย์ท่านพูดไหม มีอะไรขัดกันไหม เราไม่ควรเชื่อความคิดของตัวเองมากเกินไป การใช้ธรรมะของพระพุทธเจ้าและธรรมะของครูบาอาจารย์ เป็นเครื่องระลึกรเพื่อตรวจสอบตัดกเตือนตนเองอยู่เสมอ เป็นการรับประกันความปลอดภัยหรือความถูกต้องของเรา

การฟังเทศน์ฟังธรรม การอ่านหนังสือธรรมะ หรือฟังเทปธรรมะ แล้วคอยโอปนียโก น้อมเข้ามา น้อมเข้ามาพิจารณา มาทบทวนดู ว่าตรงกับเราไหม ที่ไม่ตรงก็ค่อยๆ ปรับปรุงแก้ไขไปเรื่อยๆ แต่อย่าไปเอาคนอื่นมาเป็นมาตรฐาน มันอาจจะมากเกินไป อาจจะหักโหมเกินไป มันมักจะไม่วอดดีหรอก คนที่ไม่อยากจะทำให้เราได้ดีก็มีนะ คนที่อิจฉาเราก็มี อย่าไปสนใจ หรือบางคนอาจจะชมเราว่า ...โอ.. คุณเก่งเหลือเกิน เก่งจริงๆ ... เราก็อย่าปล่อยให้มันพองให้มันเหิงนะ ให้คำชมนั้นเหมือนเสียงนกเสียงธรรมชาติ



เราก็ทำของเราไป เหมือนม้าพันธุ์ดีที่วิ่งตามคำสั่งของสารถึ โดยไม่สนใจม้าตัวอื่นว่าจะวิ่งหรือไม่วิ่ง คือเวลาสารถึควมรถม้าที่ เทียมม้าหลายตัว ม้าบางตัวอาจจะขี้เกียจไม่ยอกวิ่งหรือไม่มีกำลัง แล้วถ้าม้าตัวที่มีกำลัง เห็นเพื่อนไม่วิ่ง ก็ไม่ยอกวิ่งด้วย รถมันก็ไม่เคลื่อนไปไหน ฉะนั้น คนอื่นเขาทำหรือไม่ทำ เราก็ต้องทำ ไม่ถือว่า เป็นการเสียเปรียบ เพราะเรายอมได้บุญ ย่อมได้ประโยชน์



ม้าที่ดีเปิดเผยความพยศคดโกงให้สารถึเห็น เหมือนกับเราไม่ ปิดบังอำพรางกิเลสที่เรามี เราเปิดเผยให้กัลยาณมิตรหรือครูบา อาจารย์ทราบ เพื่อท่านจะได้ช่วยให้คำแนะนำ จิตใจจะได้ไม่ยึดอัด เก็บกด หรือ เศร้าหมอง

ม้าพันธุ์ดีมีเรียวแรงมีกำลัง นักปฏิบัติก็เช่นกัน ไม่ว่าจะหนักสักเท่าไร เราก็สู้ เพราะไม่ว่าอย่างไร เราก็มาอยู่ในสถานที่ปฏิบัติธรรม

นี่แล้ว ได้เป็นนักปฏิบัติในพุทธศาสนาแล้ว เป็นผู้มีบุญที่ได้เข้าวัด
ในสายหลวงพ่อบุญซึ่งมีคำสอนที่ตรงไปตรงมา ตรงต่อหลักคำสอน
ของพระพุทธเจ้าโดยแท้ จึงสมควรที่เราต้องเอาจริงเอาจัง จะปฏิบัติ
อย่างเหล่าๆ แหละๆ ไม่ได้ นี่เรียกว่ามีเรี่ยวแรง ถ้าคนเราคิดว่าทำ
ไม่ได้ มันก็จะทำไม่ได้นะ มันจะเป็นไปตามความคิด แต่ถ้าเราคิดว่า
ทำได้ มันจะทำได้อยู่เสมอ เราต้องเชื่อมั่นในตัวเอง เชื่อมั่นว่าตัว
เองทำได้





ย. ยักษ์

ภาพพจน์ของยักษ์ที่เรามีกันอยู่ในทุกวันนี้ น่าจะเป็นภาพพจน์จากอรรถกถามากกว่าจะเป็นภาพพจน์ของยักษ์ในพระสูตร ในพระสูตรเองก็ยังไม่ค่อยชัดเท่าไร แต่เข้าใจว่า ยักษ์ส่วนมากอยู่ในสวรรค์ ชั้นจาตุมหาราชิกา เป็นยักษ์ที่ปฏิบัติธรรม มีสัมมาทิฏฐิ หรือเป็นพระอริยเจ้าก็มี เป็นยักษ์ที่ดุร้ายหรือยักษ์ที่กินคนก็มี

อย่างไรก็ตาม วันนี้อาตมาไม่ได้ตั้งใจที่จะเล่าเรื่องของยักษ์ในลักษณะนี้สักเท่าไร อาตมาจะเล่าถึงพระสูตรที่มียักษ์ถามปัญหา พระพุทธเจ้าสัก ๒ เรื่อง เรื่องหนึ่งเป็นเรื่องของยักษ์ ชื่อ อาฬวกะ ซึ่งญาติโยมอาจจะเคยได้ยินชื่อ ในการเจริญพุทธมนต์ บทสวดบทหนึ่งทีกล่าวถึงชัยมงคลในการชนะมาร หรืออุปสรรคต่างๆ ของพระพุทธเจ้า บทที่ ๒ ซึ่งเริ่มด้วย มาราดิเรกะ เป็นเรื่องการทรมานยักษ์ชื่อ อาฬวกะ

คำว่า “ทรมาน” ในภาษาบาลีหรือในภาษาไทยเดิมนั้น ไม่ได้หมายถึงการทรมานเหมือนเช่นทุกวันนี้ แต่หมายถึงการฝึกอบรม โดยเฉพาะมักจะหมายถึงการฝึกคนหรือการฝึกสัตว์ ซึ่งต้องใช้วิธีฝึนความเคยชินและฝึนกิเลสของเขา เรื่องของยักษ์ชื่อ อาฬวกะ ปรากฏ

ในคัมภีร์ชื่อ สุตตนิบาต และในคัมภีร์วรรคเดียวกันนั้น ก็มีพระสูตร
อีกพระสูตรหนึ่งเกี่ยวกับยักษ์ ๒ ตน ตนหนึ่งเป็นพระอริยเจ้า คือ
เป็นพระโสดาบันชื่อ สาตาคิระ ส่วนยักษ์อีกตนหนึ่งชื่อ เหมวตะ
พระสูตรนี้เริ่มด้วยการสนทนา ระหว่างยักษ์สาตาคิระและยักษ์
เหมวตะเรื่องพระพุทธรูปเจ้า คือ สาตาคิระอยากจะให้เหมวตะได้
ปฏิบัติธรรม อยากให้เพื่อนได้เข้าเฝ้าพระพุทธรูป ได้สนทนาธรรม
กับพระพุทธรูป ดังนั้น สาตาคิระจึงกล่าวสรรเสริญพระพุทธรูปให้
เพื่อนฟัง เพื่อเพื่อนจะได้เกิดศรัทธาจนอยากจะไปเฝ้าพระพุทธรูป

ฉะนั้น สองสามบทแรกในพระสูตรนี้ เป็นเรื่องเกี่ยวกับการ
สรรเสริญพระพุทธรูปเจ้า เช่นว่า พระองค์เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาและ
จรณะ เป็นต้น ตามบทพระพุทธรูปที่เราสวดกันทุกวัน และกล่าวว่า
ทรงเป็นผู้ที่พ้นแล้วจากความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นผู้ที่ไม่
ตกเป็นเหยื่อของอภิวรรณ หรือ อนิวัตรวรรณ ซึ่งคำว่า “อภิว” แปลว่า
น่าพอใจ “อนิวั” แปลว่า ไม่น่าพอใจ คำว่า อภิวรรณ หรือ
อนิวัตรวรรณ เรามักจะเจอบ่อยในพระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เวลา
พระเทศน์ ท่านก็จะใช้คำนี้บ่อยๆ เพียงแต่เราอาจจะไม่เข้าใจ มันก็
มีความหมายเพียงแค่ว่า อภิวรรณที่เป็นที่พอใจ อภิวรรณที่ไม่เป็นที่
พอใจ หรือ สิ่งที่น่ายินดี สิ่งที่น่ายินร้าย

พระพุทธรูปเป็นผู้ที่ไม่ตกเป็นเหยื่อของความรู้สึกเหล่านี้ ท่าน
ทำอะไร ท่านก็ทำด้วยความรู้เท่าทัน ทำด้วยปัญญา ท่านไม่ได้ทำ
เพราะความยินดี ท่านไม่ได้ทำเพราะความยินร้าย พระพุทธรูปเป็น

ผู้ที่สำรวจอยู่ในสัตว์ทั้งหลาย หมายถึงว่า ทรงไม่เคยมีความคิดที่จะทำอะไรที่ไม่ถูกต้อง ที่จะเอารัตเอาเปรียบใคร ที่จะทำให้สัตว์ทั้งหลายเกิดความทุกข์ความเดือดร้อน ทรงเป็นผู้ที่ไม่หลงใหลอยู่ในกามคุณ ซึ่งหมายถึง รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ นั้นเอง

ยักษ์สาตาคิระผู้มีศรัทธาแรงกล้าในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ สามารถทำให้ยักษ์เหมวตะเกิดศรัทธาเช่นกัน ยักษ์ทั้งสองจึงพากันไปเข้าเฝ้าพระพุทธองค์ที่วัดเชตวันมหาวิหารเพื่อถามปัญหา สังเกตได้ว่าปัญหาของยักษ์แต่ละครั้งเมื่อเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า มักจะเป็นปัญหาที่มีแก่นสารสาระ เป็นคำถามของนักปราชญ์ผู้ฉลาดพอสมควร



คำถามของยักษ์เหมวตะคือ เพราะอะไรเกิดขึ้น โลกจึงเกิดขึ้น นั่นหมายความว่า อะไรเป็นเหตุ อะไรเป็นปัจจัย ที่ทำให้โลกนี้เกิดขึ้น มันเกิดจากอะไร คนในโลกนี้ชอบยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใดบ้าง คือ ยึดติดว่าสิ่งใดเป็นเราเป็นของเรา และ อะไรเป็นสิ่งที่ทำให้สัตว์ทั้งหลาย

เป็นทุกข์ แล้วยังได้ถามเรื่องการปฏิบัติด้วย ถามถึงแก่นแท้ของ พระพุทธศาสนาเลย แสดงว่ายักษ์เหมวตะเป็นยักษ์ที่เอาจริงเอาจัง พอสมควร

โดยทั่วไปพระพุทธองค์สามารถอธิบายพระธรรมโดยใช้สำนวน มากมาย แต่ในโอกาสนี้ พระพุทธองค์ทรงใช้เรื่องอายตนะมาเป็นหลัก ทรงตรัสว่า “เมื่อมีอายตนะภายใน ๖ และ อายตนะภายนอก ๖ เกิดขึ้น โลกจึงเกิดขึ้น” ให้เราลองเปรียบเทียบคำตอบอย่างนี้กับ คำสอนในศาสนาอื่น ศาสนาอื่นที่เชื่อในเรื่องพระผู้เป็นเจ้า ก็จะบอกว่า พระผู้เป็นเจ้าสร้าง วันแรกท่านสร้างอย่างนี้ วันที่สองท่านสร้าง อย่างนี้ วันที่สามจนถึงวันที่เจ็ดสร้างอย่างนี้ๆ แล้วท่านจึงพักผ่อน ทำเป็นนิยายไปเลย พระผู้เป็นเจ้าสร้างโลกก็ใช้เวลาคล้ายกับที่ มนุษย์เราสร้างบ้านหรือสร้างอะไรต่างๆ

ส่วนคำสอนของพุทธศาสนาหรือคำตอบของพระพุทธองค์ต่อ คำถามของเหมวตะนั้นลึกซึ้งมาก ทรงตอบว่า เมื่ออายตนะภายใน และอายตนะภายนอกเกิดขึ้น โลกจึงเกิดขึ้น ความหมายของพระองค์ ก็คือ โลกที่เรารู้จัก คือ โลกแห่งประสบการณ์ของเรา

คนที่เข้าใจความหมายของพระพุทธองค์ จะต้องถามก่อน ว่า โลกคืออะไร ส่วนมากคนจะตอบตามหลักภูมิศาสตร์ที่เคยเรียน ในโรงเรียนว่า โลกเป็นลูกกลมๆ มีประเทศนั้นประเทศนี้ มีแผ่นดิน มีทะเล มีมหาสมุทร มีอะไรต่อมิอะไร นี่คือโลกในความหมายทั่วๆ



ไป แต่พระพุทธรองค์ไม่ได้ตรัสถึงโลกแบบภูมิศาสตร์เลย หากทรงบอกว่า ประสบการณ์ทั้งหมดในชีวิตของเรา คือ โลกสำหรับเรา โดยโลกของแต่ละคนก็จะไม่เหมือนกัน

ทีนี้ คำว่า ประสบการณ์ ก็เป็นศัพท์ใหม่เหมือนกัน จึงต้องวิเคราะห์และขยายความต่อไปว่า ประสบการณ์ชีวิตคืออะไร “ประสบการณ์ชีวิต” คือ สิ่งที่เราเคยเห็นมาทั้งหมดด้วยตา สิ่งที่เราเคยได้ยินมาทั้งหมดด้วยหู กลิ่นทั้งหมดที่เคยได้รับทางจมูก รสทั้งหมดที่เคยสัมผัสทางลิ้น สิ่งสัมผัสทั้งหลายที่เรียกว่า โผฏฐัพพะ และสิ่งที่เราเคยนึกคิดทั้งหลาย

ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นั้นท่านเรียกว่า อายตนะภายใน ซึ่งมี ๖ ประการ อายตนะภายในแต่ละข้อมีคู่กับอายตนะภายนอก คู่ของตาคือรูป คู่ของหูคือเสียง คู่ของจมูกคือกลิ่น คู่ของลิ้นคือรส คู่ของกายคือโผฏฐัพพะหรือการสัมผัส และคู่ของใจคือธรรมารมณ์หรือความรู้สึกนึกคิดต่างๆ โลกของเราคือสิ่งเหล่านี้ โลกจะปรากฏเมื่อสิ่งเหล่านี้ปรากฏ โลกดับเมื่อสิ่งเหล่านี้ดับ อายตนะเหล่านี้แหละ ที่เราเข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเราเป็นของเรา และเมื่อเรายึดมั่นถือมั่นในอายตนะเหล่านี้ว่าเป็นเราเป็นของเรา ความทุกข์ความเดือดร้อนจะเกิดขึ้นทันที

ดังนั้น พระพุทธรองค์จึงทรงชี้ว่า โลกคืออายตนะ โลกคือประสบการณ์ชีวิต เรื่องโลกทางภูมิศาสตร์อย่าไปพูดถึงเลยในตอนนี้

เราพูดถึงโลกในความหมายของประสบการณ์ คือ อายตนะภายใน
อายตนะภายนอก เราจะยึดมั่นถือมั่น เราก็ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งเหล่านี้
และความยึดมั่นถือมั่นนั้นแหละ เป็นสิ่งที่ทำให้เราเป็นทุกข์และ
เดือดร้อน

จากนั้นยักษ์เหมวตะก็ถามต่อว่า คนเราจะพ้นจากทุกข์ได้อย่างไร
เราต้องมีคุณธรรมอะไรบ้าง จึงจะพ้นจากทุกข์ได้ พระพุทธองค์
จึงตรัสถึง “ศีล สมาธิ ปัญญา” และการมีสติทุกเมื่อ ทุกวันนี้เรา
ชอบยึดติดในสิ่งต่าง ๆ เพราะอะไร ก็เพราะขาดศีล ขาดสมาธิ
ขาดปัญญาเมื่อเราเจริญสติในทุกอิริยาบถ ไม่ว่าเราอยู่ที่ไหนหรือ
อยู่กับใคร ต้องพยายามสร้างความรู้สึกรู้ตัวทั่วพร้อม เป็นการ
เสริมสร้างพื้นฐานแห่งการปล่อยวาง เพราะผู้มีสติย่อมเห็นสิ่ง
ต่าง ๆ ตามความเป็นจริงมากขึ้น

ท่านให้เราเผ่าสังเกตการเคลื่อนไหวในจิตใจของตน สังเกตความ
เปลี่ยนแปลง ความแปรปรวนทางอารมณ์ของเจ้าของ เผ่าสังเกตการ
เห็นรูป การได้ยินเสียง การได้กลิ่น ได้รส ได้โผฏฐัพพะ ให้เห็น
ว่าไม่มีเจ้าของ ตาเราไม่มีเจ้าของ หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่มีเจ้าของ
มันเป็นธรรมชาติของมันอยู่อย่างนั้น

การจะตัดสินว่า อะไรมีเจ้าของ อะไรไม่มีเจ้าของ หรือ
ความเป็นเจ้าของเป็นอย่างไร เราต้องดูที่การบังคับบัญชาหรือ
อำนาจของเรา ถ้าเรามีอำนาจในสิ่งใดและมีอำนาจแต่เพียงผู้เดียว

เรียกได้ว่า เราเป็นเจ้าของสิ่งนั้นได้ เพราะเราสั่งอย่างไร มันก็ต้องเป็นอย่างนั้น คนที่เป็นทาส ต้องอยู่ในอำนาจของเจ้าของ เจ้าของสั่งอย่างไร ทาสต้องทำตามทุกอย่าง ไม่เช่นนั้นก็ถูกลงโทษ แต่ร่างกายและจิตใจของเราไม่ได้เป็นเช่นนั้น แล้วมันเป็นอย่างไร มันก็เป็นไปตามเหตุตามปัจจัยของมันใช่ไหม เราเดินในที่แจ้ง แสงแดดกล้า เราไม่ต้องการให้ร่างกายเราร้อน สั่งไม่ให้อุ่น มันก็ไม่เป็นไปตามคำสั่ง เมื่อเหงื่อออก ไม่อยากให้เหงื่อออก จะไปบังคับไม่ให้เหงื่อออกก็ไม่ได้ เพราะเมื่อร่างกายเราถูกของร้อน มันย่อมมีการเปลี่ยนแปลง มันก็รู้สึกร้อนขึ้น เหงื่อออกเป็นธรรมชาติ จิตใจของเราจะพอใจหรือไม่พอใจอย่างไร ก็ไม่มีผล เพราะมันเป็นธรรมชาติของมัน

พระพุทธองค์ได้ตั้งข้อสังเกตว่า ถ้าร่างกายเป็นของเราจริงๆ เราก็น่าจะบังคับได้ น่าจะสั่งได้ และร่างกายก็น่าจะอยู่ในอโวกา เราสั่งอย่างไร มันก็น่าจะทำตามนั้น แต่ปรากฏว่ามันไม่ใช่อย่างนั้น เรื่องนี้เราต้องใช้ปัญญา ให้เห็นอายตนะภายในอายตนะภายนอกตามความเป็นจริง เรื่องนี้ไม่ต้องอ่านหนังสือมาก เพียงอาศัยการเฝ้าสังเกต หูได้ยินเสียงก็เช่นเดียวกัน ไม่อยากได้ยิน เสียงมาก็ต้องได้ยิน จิตใจจะชอบหรือไม่ชอบอย่างไร หูกับเสียงกระทบกัน ก็ต้องมีวิญญาณเกิดขึ้นตรงนั้น เรียกว่า โสตวิญญาณ

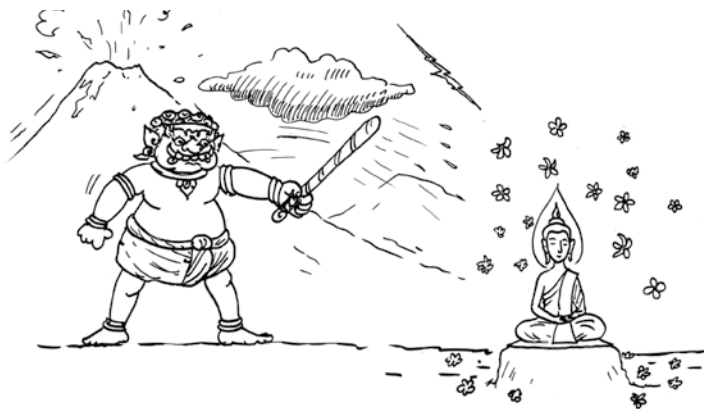
พระพุทธองค์ตรัสเรื่อง que ลึกซึ้งอย่างนี้ให้เหมวตะพัง จนเหมวตะเกิดศรัทธา เมื่อเกิดศรัทธาแล้ว ทั้งยักษ์เหมวตะและยักษ์สาตาคิระได้

ประกาศตนเป็นอุบาสก และประกาศว่า ต่อจากนี้ไป ไม่ว่าจะไปที่ไหน จะต้องเผยแผ่ธรรมะของพระพุทธเจ้า จึงเป็นเหตุว่า ต่อมาท่านได้ เข้าประชุมยักข์ที่หิมวันตประเทศ และได้พบเพื่อนยักข์คนหนึ่งชื่อ อาฬวกะ เป็นยักข์ที่มีฤทธิ์มีเดชมาก คุรร้ายน่ากลัวมาก อาวุธของ อาฬวกะมีชื่อเสียง ร่องลงมาจากอาวุธประจำตัวของพระอินทร์ เป็นอาวุธที่มีฤทธิ์มีเดชมากที่สุด ในคัมภีร์บอกว่า หากอาฬวกะ เอาอาวุธลงไปในน้ำทะเล ทะเลก็จะเหือดแห้งไป ๑๒ ปี หรือถ้าปัก อาวุธของท่านไว้ในแผ่นดินไหน ในแคว้นไหน แผ่นดินนั้นแคว้นนั้นก็ จะเพาะปลูกอะไรไม่ขึ้นไป ๑๒ ปี อย่างนี้เป็นต้น ยักข์ตนนี้มีฤทธิ์ มีเดชมาก จนหลงตัวเองว่ามีฤทธาานุภาพสูง



ยักข์เหมาตะและยักข์สาตาศิระไปพบเพื่อน อยากให้เพื่อน กลับใจ อยากให้เพื่อนเป็นคนดี ก็เลยกล่าวสรรเสริญพระพุทธคุณ ให้ฟัง แต่ยักข์อาฬวกะไม่ศรัทธา ตรงกันข้ามกลับโกรธ ไม่ชอบใจ

พอดีมีข่าวมาว่า พระพุทธองค์ได้เสด็จไปขอค้างคืนที่วิมานของ
อ้าวกะ ซึ่งอยู่ในเมืองอาฬวี ไกลโลกมนุษย์ คนเฝ้าวิมานไม่อยาก
ให้พระพุทธเจ้าประทับค้างคืน เพราะกลัวว่าจะโดนลงโทษถ้าเจ้านาย
ทราบ จึงกราบทูลพระพุทธองค์ว่า... เจ้านายผมดุร้ายมากครับ ผม
ไม่อยากให้ท่านอยู่ เดี่ยวจะเป็นอันตราย ถ้าเจ้านายของผมทราบว่า
ท่านมาอยู่ที่นี่ ท่านจะโกรธมาก ท่านไม่เคารพใครเลย เชื้อมันในตัว
เองสูงมาก ใครจะว่าอะไร จะวิพากษ์วิจารณ์อย่างไรไม่ยอมฟังทั้งนั้น
ถือว่าตัวเองต้องถูกเสมอ ใครให้ข้อคิดใครวิพากษ์วิจารณ์ก็ถือว่าเป็น
ศัตรูทันที จึงไม่อยากให้ท่านพัก สงสารท่าน...



พระพุทธองค์จึงตรัสว่า ...ไม่ต้องเป็นห่วงเรา พระตถาคตไป
ที่ไหนก็ไม่มีอะไรน่ากลัวหรอก ไม่เป็นไร ใจเย็นได้ เมื่อยักษ์อ้าวกะ
ทราบว่าพระพุทธองค์ไปประทับค้างคืนที่วิมานของตัว ก็โกรธมาก
พยายามทำลายพระพุทธองค์ทั้งคืน เพื่อให้ท่านอยู่ไม่ได้ เช่น ใช้อาวุธ

ทำให้ฝนตกหนัก แต่ปรากฏว่าพอมันถึงป่าที่พระพุทธรองค์อยู่ที่วิมานของอาฬวกะ เม็ดฝนก็กลายเป็นดอกไม้ทันที พระพุทธรองค์จึงไม่เปียกเลย อาฬวกะทำให้ภูเขาไฟระเบิด ทำให้แผ่นดินไหว แต่ก็เหนื่อยเปล่า ทุกอย่างไม่ได้ผล ในที่สุดอาฬวกะก็ตัดสินใจว่าจะต้องไปเผชิญหน้ากับพระพุทธรเจ้า

อาฬวกะเป็นยักษ์ที่ชอบกินคนเป็นประจำ ครั้งหนึ่งเคยช่วยชีวิตกษัตริย์อาฬวี แล้วได้บอกให้กษัตริย์อาฬวีส่งเด็กมาให้กินวันละคนทุก ๆ วัน พระพุทธรองค์จึงอยากโปรดยักษ์อาฬวกะ หนึ่ง เพราะสงสารเด็ก ๆ สอง เพราะเห็นว่าอาฬวกะเป็นผู้มีบารมี มีอินทรียกแก้วกล้าพอสมควร แม้จะเป็นยักษ์ที่โหดร้าย แต่ก็ยังมีความหวังอยู่ ท่านจึงเสด็จไปโปรดที่วิมานของอาฬวกะ

เมื่ออาฬวกะไปถึงบ้าน เห็นพระพุทธรเจ้าประทับอยู่ข้างใน จึงร้องสั่งทันทีว่า “สมณะ ท่านต้องออกไปเดี๋ยวนี้” พระพุทธรองค์เห็นท่าทางของยักษ์ชื่อ อาฬวกะ แล้ว ทรงทราบว่ายักษ์ตัวนี้มีนิสัยแข็งกระด้างมาก ถ้าตอบเขาอย่างแข็งกระด้างหรือแสดงอาการไม่ยอมในทันที ก็คงจะไม่ได้ผลดี พระพุทธรองค์ทรงใช้ปัญญา อย่างที่ทุกวันนี้เราเรียกว่า จิตวิทยา เมื่อเห็นว่าอารมณ์หรือท่าทีของคน ๆ นี้ ถ้าสอนธรรมะตอนนี้ เขาคงรับไม่ได้ ทำอย่างไรเราจึงจะเปลี่ยนใจเขาให้อ่อนโยนหรือพร้อมที่จะรับฟัง ท่านจึงใช้วิธีเอาใจเสียก่อน

เมื่ออาฬวกะสั่งพระพุทธรองค์ให้ออกไป ท่านจึงออกไป พอพระพุทธรองค์ออกไปแล้ว อาฬวกะก็คิดว่า ทำไมง่ายอย่างนี้ ไม่คิดว่าจะง่ายอย่างนี้ พระพุทธรเจ้าหรือพระศาสดานี้เป็นคนว่าง่ายสอนง่าย สั่งให้ออกจากบ้านก็ออกทันที อาฬวกะคิดสงสัยว่า ที่พระพุทธรองค์ออกไปทันทีเมื่อก็่นั้นั้น เป็นเพราะว่าง่าย หรือเพราะน้อยใจ หรือเพราะโกรธ เราจะต้องทดสอบ อาฬวกะจึงกล่าวกับพระพุทธรองค์ว่า เข้าไปข้างในเถอะสมณะ พระพุทธรองค์ก็ว่า ดีแล้วท่าน แล้วก็เสด็จเข้าไปนั่งข้างในอีกครั้ง อาฬวกะก็คิดว่า แหม! พระศาสดาองค์นี้ไม่ถือตัว เชื้อฟัง สั่งให้ออกไปข้างนอก ก็ออกไปทันที สั่งให้เข้าไปข้างใน ก็เข้าไปทันที แต่ก็ยังไม่เชื่อ ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ จึงทดลองอีกครั้งหนึ่ง บอก ...สมณะออกไปข้างนอกเถอะ... พระพุทธรเจ้าก็เอาใจ ลูกขึ้นเดินออกไปข้างนอก ทีนี้อาฬวกะก็ยิ้มกว้าง คือ เขาอยากจะทำพิสูจน์ว่า ระหว่างพระพุทธรเจ้ากับตัวเขา ใครจะทรงอำนาจมากกว่ากัน เมื่อพระพุทธรองค์ทรงทำตามคำสั่งของเขาอย่างนี้ อาฬวกะจึงคิดว่า ตัวเองนี้แน่มาก แม้แต่พระพุทธรองค์ก็ยังทรงเชื้อฟัง



เมื่อสิ่งครั้งที่ ๒ ครั้งที่ ๓ พระพุทธองค์ก็ยังคงทรงทำตาม
อาฬวกะจึงใจเย็นลง แล้วกล่าวกับพระพุทธองค์ว่า ต่อจากนี้ ผมจะ
ถามปัญหา ถ้าท่านไม่ตอบหรือตอบไม่ได้ ผมจะควักหัวใจท่านออก
ไปโยนทิ้ง หรือจะฉีกหัวใจ หรือจับขาทั้งสองของท่านขว้างไปที่ฝั่ง
แม่น้ำคงคาเลย พระพุทธองค์ทรงนั่งเฉย ยักษ์โหดร้ายตัวใหญ่ข่มขู่
ขนาดนี้ ท่านก็ไม่หวั่นไหว ตอบด้วยน้ำเสียงปกติว่า “เรายังไม่เคย
เห็นบุคคลใดเลยที่จะสามารถควักหัวใจของเราไปโยนทิ้ง หรือฉีก
หัวใจ หรือจับขาทั้งสองของเราขว้างไปที่ฝั่งแม่น้ำคงคา ในโลกนี้
พร้อมทั้งเทวโลก มารโลก พรหมโลก พร้อมทั้งเทวดาและมนุษย์
ไม่มีใครเลยที่จะทำอย่างนั้นได้ แต่ถ้าอยากถามปัญหาอะไร ก็ถาม
มาเถิด พระตถาคตจะตอบให้”

อาฬวกะจึงถามปัญหาของเขา ซึ่งแท้ที่จริงไม่ใช่ปัญหาของเขา
ในคัมภีร์บอกว่า พ่อแม่ของอาฬวกะเคยเป็นลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า
องค์ก่อน พระนาม กัสสปะ และเคยถามปัญหากับพระองค์บาง
ประการ เมื่อได้รับคำตอบเป็นที่พอใจ จึงมีความภาคภูมิใจมาก
จนถือว่าเป็นเรื่องประวัติศาสตร์และเป็นเรื่องลือรื่องคล้อยยั้ง จึง
ถ่ายทอดให้กับลูกเพื่อจดจำจารึกไว้ ฉะนั้น คำถามที่ยักษ์ชื่ออาฬ
วกะ ถามพระพุทธองค์ในวันนั้นจึงเป็นคำถามเดียวกับที่พ่อแม่เคยถาม
พระพุทธเจ้าชื่อกัสสปะเมื่อหลายกัปหลายกัลป์ก่อน

คำถามเหล่านั้นคือ อะไรคือทรัพย์เครื่องปลื้มใจที่ประเสริฐสุดในโลกนี้ ต้องปฏิบัติอย่างไรจึงจะมีความสุข และการจะมีชีวิตอันประเสริฐต้องอยู่อย่างไรและมีหลักการอย่างไร

พระพุทธองค์ตรัสว่า ศรัทธาเป็นทรัพย์เครื่องปลื้มใจอันประเสริฐ เพราะชีวิตที่ติงาม ย่อมเริ่มต้นด้วยศรัทธา มันจึงเป็นทรัพย์สมบัติอันล้ำค่า เพราะผู้มีศรัทธาในสิ่งที่ติงาม มีศรัทธาในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มีศรัทธาในคุณงามความดีมักจะมีกำลังมีความตั้งอกตั้งใจในการทำมาความดี มักจะเป็นผู้ที่เห็นโทษในสิ่งที่ไม่ดี ผู้มีศรัทธาย่อมเข้าหาผู้รู้ ย่อมได้ฟังธรรมจากผู้รู้ ได้ข้อคิดที่จะเอาไปพิจารณาต่อ เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เพราะฉะนั้น ศรัทธา จึงเป็นทรัพย์ที่เรียกว่า ทรัพย์เครื่องปลื้มใจ เพราะเมื่อมีศรัทธาแล้วจะมีความปลื้มใจภายใน

อาฬวกะยังต้องการจะรู้เรื่องชีวิต เขาไม่ได้ต้องการที่จะระลึกถึงหรือต้องการทราบหรือสงสัยในเรื่องเปลือกและเรื่องผิวเผิน คำถามของคุณพ่อคุณแม่ของอาฬวกะที่เกี่ยวกับการดำเนินชีวิต เป็นคำถามที่สมกับเป็นลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้าองค์ก่อน แต่เป็นคำถามที่เหมาะสมที่สุดในยุคปัจจุบันนี้ เพราะคนเราส่วนมากมักจะสนใจในเรื่องที่ไม่เกี่ยวกับชีวิตของตนโดยตรง เราไม่ได้มีชีวิตอยู่ในโลกนี้ยาวนานเหมือนในยุคของพระพุทธเจ้าพระกัสสปะ ซึ่งตามคัมภีร์บอก ว่า สมัยนั้นคนมีอายุถึง ๒๐,๐๐๐ ปี แต่ทุกวันนี้คนเราอายุสั้นมาก ฉะนั้น เราต้องเลือกคำถาม เลือกสิ่งที่เราจะสนใจศึกษา

แล้วที่ท่านถามว่า ต้องปฏิบัติอย่างไรจึงจะมีความสุข อะไรเป็น
สิ่งที่ทำแล้ว ปฏิบัติแล้ว ประพฤติแล้ว ทำให้ชีวิตมีความสุข อาทิวกะ
ต้องการทราบเรื่องความสุข พระพุทธองค์ทรงตอบว่า การปฏิบัติ
ธรรมนั้นแหละ ทำให้เรามีความสุข การปฏิบัติธรรมนำความสุขมา
ให้ในทุกระดับ

เมื่อเราเป็นผู้เว้นจากการฆ่าสัตว์ เว้นจากการลักขโมย เว้น
จากการประพฤตินอกใจในกาม เว้นจากการเบียดเบียนตนและผู้อื่นด้วย
กาย ด้วยวาจา เราย่อมมีความสุขที่ไม่ต้องมีความเดือดร้อน มีความ
สุขที่เราสามารถเคารพนับถือตัวเองได้ มีความสุขที่เราดำเนิน
ตัวเองไม่ได้ เป็นต้น

ทางด้านกายวาจา ก็ให้ระมัดระวังสิ่งที่ทำคำที่พูด ทางด้าน
จิตใจ ก็ให้เลิกให้ละความคิดอยากได้ในสิ่งที่ไม่ควรแก่ตัวเรา ในสิ่งที่
ไม่มีทางที่จะได้ และในสิ่งที่ไม่เหมาะที่จะเอา เมื่อเห็นของดีของคน
อื่น ก็ไม่คิด ไม่วางแผน ไม่หวังที่จะได้ครอบครองมาเป็นของเรา หรือ
ในกรณีของผู้ที่แต่งงานแล้ว มีสามีภรรยาแล้ว เห็นผู้ชายคนอื่นที่ไม่ใช่
สามีของตัวเอง เห็นภรรยาคนอื่นที่ไม่ใช่ภรรยาของตัวเอง ก็ต้องระวัง
ไม่ให้จิตเกิดกิเลส เกิดความไม่เรียบร้อยทางกายทางวาจา ระงับความ
คิดที่เป็นบาปเป็นอกุศล ถ้าเป็นผู้ชาย เห็นผู้หญิงที่อายุมากกว่า ให้
พยายามฝึกที่จะมองให้เห็นเป็นพ่อเป็นแม่ ถ้าอายุมากกว่าไม่มาก ก็
ให้ถือว่าเป็นพี่ ถ้าอายุน้อยกว่าก็ให้ถือว่าเป็นน้อง ให้ใช้คำว่าพี่ คำว่า

น้อง ในทางที่ปราศจากกาม เหมือนกับเป็นพี่ชายแท้ๆ น้องชายแท้ๆ
น้องสาวแท้ๆ อย่างนี้เป็นต้น

เมื่อเราแต่งงานแล้ว ก็ต้องถือว่าหมดเรื่องที่จะไปยุ่งกับผู้ชาย
คนอื่น ที่จะไปยุ่งกับผู้หญิงคนอื่น เรียกว่าไม่ต้องคิดแล้ว อย่างนี้เรา
จึงจะมีความสุข เป็นความสุขของความเย็น ไม่ต้องร้อน ไม่ต้องคิด ไม่
ต้องปรุงแต่ง ไม่ต้องวางแผน ไม่ต้องมีเล่ห์มีเหลี่ยม ตรงไปตรงมาด้วย
ความหวังดี เป็นที่วางใจของคนอื่นได้ ไม่พยายามปกป้องร้ายคนอื่น
เราก็มีความสุข

ท่านว่าการคิดโกรธแค้นใจคนอื่น เป็นการทำร้ายตัวเอง ท่าน
ให้เหตุผลว่า ถ้าเรามีศัตรู สิ่งที่ศัตรูของเราต้องการมากที่สุด คือ
ต้องการให้เราเป็นทุกข์ ไข้ไหม ทีนี้ ถ้าเรานั่งคิดโกรธเขา พยายาม
เขา เราก็จะเป็นทุกข์ ก็เท่ากับทำสิ่งที่ศัตรูของเราน่าจะพอใจ เรา
ทำร้ายตัวเอง โดยที่ศัตรูของเราไม่ต้องทำอะไรเลย

แต่จริง ๆ แล้ว ผู้ที่เบียดเบียนเราจะเป็นศัตรูหรือไม่เป็น
ศัตรูนั้น ก็อยู่ที่ความคิดของเราเอง ถ้าเรามองเขาเป็นศัตรู เขาก็
เป็นศัตรู ถ้าเราไม่มองเขาเป็นศัตรู เขาก็ไม่ใช่ศัตรู เมื่อเราพิจารณา
ในกฎแห่งกรรม จนมีความเชื่อและเข้าใจว่า คนทำชั่วได้ชั่ว คนทำชั่ว
ต้องรับผลคือความชั่ว หรือความทุกข์ต่อไป การเบียดเบียนคนอื่นก็
คือการเบียดเบียนตนเองนั่นเอง เราก็จะให้ภัย สงสาร และจะไม่
ปล่อยให้เขาทำสิ่งที่ไม่ถูกต้อง ถ้าแก้ไขได้ เราก็ต้องแก้ไขทันที ไม่ใช่

ปล่อยให้เขาเอารัดเอาเปรียบหรือเบียดเบียนเรา แต่เราต้องไม่โกรธ เพราะความโกรธเป็นสิ่งที่ผิดแน่นอน ไม่มีกรณีไหนหรือเหตุการณ์ใดที่การโกรธคนอื่น จะเป็นสิ่งที่ดีหรือเป็นสิ่งที่ เป็นประโยชน์ต่อชีวิตของเรา เพราะความโกรธทำให้เราโง่ ทุกครั้งที่เราโกรธ ก็รู้ได้เลยว่าเรากำลังโง่อยู่ เรากำลังส่งเสริมความโง่ของตนเอง เพราะเมื่อเราอคติ เราโกรธ เราแค่นใจ การคิดพิจารณาทุกสิ่งทุกอย่างจะผิดเพี้ยนไปจากความเป็นจริง ดังนั้น ท่านจึงให้เราละเอียดและเกรงกลัวต่อความโกรธ ถ้าเราส่งเสริมความโกรธภายในใจ เราอาจจะคิดว่า เราคุมได้ที่จะไม่แสดงออกมาให้ใครเห็น แต่อยู่ไปอยู่มา พลังของความโกรธจะเพิ่มขึ้นๆ จนวันใดวันหนึ่งเราก็จะคุมมันไม่ได้

อาตมามีญาติคนหนึ่ง ทำงานเป็นผู้คุมนักโทษในเรือนจำที่อังกฤษ ญาติคนนี้เล่าให้อาตมาฟังว่า บางครั้งเวลานั่งคุยกับฆาตกร จะรู้สึกแปลกๆ เพราะก่อนที่จะเข้าไปทำงานในเรือนจำ เขาารู้สึกว่า คนธรรมดาอย่างเราๆ กับฆาตกรนี้ต่างกันมาก นึกไม่ออกว่า คนที่ฆ่าคนอื่นได้จะคิดอย่างไร แต่เมื่อไปทำงานในเรือนจำ บางครั้งได้พูดคุยกับฆาตกรบ้าง กลับพบว่าเขาก็ไม่มีอะไรแตกต่างจากเรา



ญาติอาตมาเล่าถึงคน ๆ หนึ่ง เป็นคนดี ไม่เคยทำผิดกฎหมาย
อะไรเลย เขาแต่งงานกับภรรยาที่จุกจิกจู้จี้มาก เขารำคาญและเก็บ
กดไว้ไม่ได้ว่าอะไร ปล่อย ๆ ไป แต่มันไม่ใช่การปล่อยวางอย่างแท้จริง
แต่งงานไปประมาณ ๒๐ ปี วันหนึ่ง เกิดทนไม่ไหว โมโหสุดขีด ก็เลย
ฆ่าภรรยาตาย รู้สึกว่าเอาผิดแทงไปไม่รู้กี่สิบครั้ง ด้วยความคลั่ง ด้วย
ความโกรธ ในชีวิตแต่งงานที่อยู่ด้วยกันมา ๒๐ ปี เขาคุมอารมณ์ได้
และไม่เคยลุแก่อำนาจด้วยความโกรธเลย แต่ข้างในมันรู้สึก จนอยู่มา
วันหนึ่ง ความโมโหแค้นไม่กี่วินาทีได้ทำลายชีวิตของเขา เพียงเพราะ
ความประมาท เพียงเพราะหลงอารมณ์แค้นไม่กี่วินาที จึงต้องถูกตรา
หน้าว่าเป็นฆาตกร

อารมณ์ทั้งหลายมันจะเพิ่มขึ้น ๆ ทีละน้อย ๆ จนมีพลัง เมื่อมันแสดงออกมาทางวาจา เราเองก็ตกใจว่ามันมาจากไหน ไม่เคยรู้ว่าตัวเองจะสามารถพูดอะไรรุนแรงอย่างนี้ได้ ฉะนั้น ผู้ที่ต้องการจะมีความสุขอย่างถาวร มีความสุขที่ไว้ใจได้ ต้องระมัดระวังอารมณ์ร้ายของตัวเองอย่างที่สุด และสิ่งที่จะเป็นอันตรายในเรื่องความโกรธมากที่สุด คือ ความเชื่อว่าตัวเองถูก ถ้าเราเชื่อว่าตัวเองถูก ก็ารู้สึกว่าสมควรแล้วที่เราโกรธ หรือ เราโกรธก็เพราะเราถูก เขาผิด ความเชื่ออย่างนี้จะทำให้เรามองไม่เห็นความน่าเกลียดของความโกรธ

เคยสังเกตไหมว่า ความโกรธจะปรากฏร่องรอยบนใบหน้าของเรา ตอนอายุ ๒๐-๓๐ ปี ใจคอคนเราจะเป็นอย่างไร ดูจากหน้ามันยังดูไม่ออก แต่พออายุมากขึ้น ๆ อารมณ์หรือนิสัยของเราจะเริ่มปรากฏบนใบหน้า ถึงอายุ ๕๐ ปีจะเห็นชัดเลย ดูใบหน้า ดูการพูดการจา จะดูออกและรู้เลยว่า นิสัยใจคอของคนๆ นี้เป็นอย่างไร เหมือนจะมีการจารึกจดไว้บนใบหน้า เรื่องนี้มันเห็นชัด มันแก้ไขไม่ได้ โทกใครไม่ได้ อาตมาเชื่ออย่างนั้น



ความโกรธเป็นสิ่งที่น่ากลัวมากที่สุด เพราะเวลาเราโกรธ เราจะไม่รู้ตัว รู้ชั่ว ความรู้สึกต่อความดีความชั่ว บาปบุญคุณโทษ หายหมด เชื่อหรือไม่ หายโกรธแล้วจึงมานึกได้ ท่านว่าคนที่โกรธฆ่าคนได้ ฆ่าพ่อฆ่าแม่ได้ ทำได้ทุกอย่าง ไม่มีสิ่งใดที่คนที่กำลังโกรธทำไม่ได้ ถ้าโกรธจริงๆ ความโกรธมันเป็นพลังอย่างหนึ่งที่อยู่ในใจของเราทุกคน ถ้าเราไม่ปฏิบัติไม่เริ่มฝึกแล้ว เราจะรับรองตัวเองไม่ได้ เราจะไวใจตัวเองไม่ได้ คนอื่นก็จะไวใจเราไม่ได้

ความโลภก็เช่นเดียวกัน บางทีเราอยากได้อะไรสักอย่าง เมื่ออยากได้แล้ว จะไม่คิดถึงสิ่งอื่นเลย คิดแต่ว่าต้องเอาสิ่งนี้ให้ได้ แม้จะมีคนเตือน หรือ อาจจะเป็นสติหรือคุณธรรมภายในใจเตือน ก็ไม่อาจฟัง จะต้องได้สิ่งนี้ให้ได้ ความโลภจึงเป็นอันตรายและไม่นำไปสู่ความสุขในชีวิต

ในกุศลกรรมบถข้อที่ ๑๐ คือ ต้องเว้นจากมิจฉาทิฏฐิ ต้องเป็นผู้มีสัมมาทิฏฐิ ต้องอบรมใจให้เชื่อในสิ่งที่มีเหตุผล เชื่อในการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า เชื่อในความสามารถของมนุษย์ทุกคน ไม่ว่าจะชาวตะวันตก ชาวตะวันออก เป็นผู้ชายผู้หญิง เป็นใครก็ตาม เชื่อว่ามนุษย์เราพันทุกข์ได้ เข้าถึงความสุขที่แท้จริงได้ ด้วยความพากเพียรพยายามของตัวเอง เชื่อในกฎแห่งกรรม เชื่อว่าเราทำอะไร พูดอะไร คิดอะไร ด้วยเจตจำนง ตั้งใจทำอะไร ตั้งใจพูดอะไร ตั้งใจคิดอะไร ล้วนเป็นกรรมทั้งนั้น แล้วเราทำกรรมอะไรไว้ เราจะต้องรับผล

ของกรรมนั้น ไม่มีอะไรจะสูญหายไปได้เลย นี่คือ สัมมาทิฏฐิในทาง พระพุทธศาสนา

ทุกครั้งที่เราปล่อยจิตให้ไปหมกมุ่นอยู่กับกิเลส ให้ปรุงแต่ง อยู่ในทางไม่ดีไม่งาม ล้วนเป็นการสร้างกรรม กรรมจึงไม่ได้อยู่ที่ การแสดงออกด้านนอกอย่างเดียว ทุกครั้งที่เราคิดด้วยความโลภ ด้วยราคะ ทุกครั้งที่คิดด้วยโทสะ ทุกครั้งที่คิดด้วยความหลง เป็น การสร้างมโนกรรม แล้วมโนกรรมนั้นแหละ ที่เป็นแหล่งเกิดของ กายกรรมวจีกรรม มันล้นออกมาจากจิต โดยเฉพาะในเวลาที่เรา เหนื่อย เครียด หรือมีความกดดัน ซึ่งการควบคุมอารมณ์ภายในเอาไว้ อยู่นี้แล้ว มันจึงล้นออกมาให้เราได้เห็นว่า เราเคยสั่งสมอะไรไว้บ้าง

มีนักปราชญ์นักคิดชาวอังกฤษคนหนึ่งเคยตั้งข้อสังเกตว่า เวลา คนโกรธ เขาจะดำ่ว่าเราอย่างเจ็บแสบ พอเขาหายโกรธแล้ว เขาก็ จะขออภัย โดยเขาจะบอกเราว่า ที่พูดไปวันนั้น ฉันกำลังโกรธ อย่า ถือสาเลยนะ แม้ว่าเขาพยายามจะบอกว่า ในขณะที่โกรธ สิ่งที่พูด นั้นไม่เป็นความจริง แต่นักคิดชาวอังกฤษคนนี้บอกว่า นี่แหละ... ถ้า เราอยากจะฟังความจริง อยากจะรู้ว่าเขามองเราอย่างไร ต้องฟังเขา พูดเวลาเขาโกรธ เราจึงจะรู้ เพราะเขาจะพูดสิ่งที่ปกติเขาไม่กล้าพูด ออกมา นี่ก็เป็นทัศนะอย่างหนึ่ง แต่อาตมาว่า มันก็ไม่เสมอไป เพราะ บางทีเวลาโกรธ คนบางคนก็อาจจะพูดเกินความจริง แต่ก็มีส่วนที่เป็นจริงได้เหมือนกัน

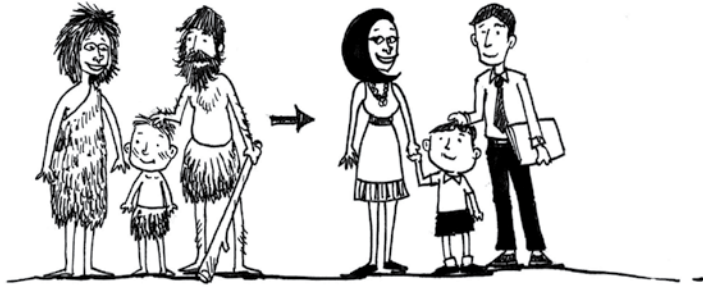
ทุกครั้งที่เราคิด ทุกครั้งที่เราปรุงแต่ง เราก็สั่งสมอะไร ๆ ไว้ทุกวัน ๆ การสั่งสมนั้นแหละที่เรียกว่า การสร้างกรรม สร้างความเคยชิน สร้างนิสัยใจคอ สิ่งเหล่านี้มันเกิดมาจากไหน มันก็เกิดมาจากการสั่งสม เมื่อเราคิดโกรธเขา เราก็ไม่เห็นโทษของความโกรธ จึงไม่คิดจะหยุด คิดไม่พอใจ คิดโกรธ คิดอย่างนี้บ่อย ๆ อยู่ไปอยู่มากก็กลายเป็นคนขี้โกรธ ความขี้โกรธเกิดจากการโกรธบ่อย ๆ ความขี้อิจฉาเกิดจากการอิจฉาบ่อย ๆ เราขี้เล่นก็เพราะเราเล่นบ่อย ๆ คำว่า ขี้ ก็เกิดจากการสั่งสมเช่นกัน



เมื่อเราทำบ่อย พูดบ่อย คิดบ่อย การทำอย่างนั้น ย่อมง่ายกว่า การทำอย่างอื่น เวลาเจออุปสรรค บางคนก็ผิดหวัง เศร้าโศกเสียใจ หดหู่ใจ หรือซึมไปเลย แต่คนบางคนเมื่อเจออุปสรรคหรือผิดหวังในสิ่งที่ตนต้องการ เขาก็ไม่หดหู่หรือโกรธแค้น แต่จะสู้ ไม่ยอมแพ้ ฉะนั้น ทุกครั้งที่เราเจออุปสรรค แล้วปล่อยให้เกิดขึ้นแบบเดิม ๆ ก็จะเป็นการเสริมความเคยชินอย่างนั้น จนเปลี่ยนเป็นอย่างอื่นได้ยาก

อาตมาเองสังเกตว่า ผู้ที่มาขออุปสมบทที่วัดนี้ตอนอายุ ๒๐ ถึง ๒๕ ปี ยังพอจะมีหวัง แต่คนอายุ ๓๐ ปีขึ้นไปเริ่มจะสอนยากแล้ว แค่ ๓๐ ปีเองนะ ทิฐิमानะอะไรๆ มันเริ่มจะแข็งตัวแล้ว ๓๕ ปียิ่งยาก ๔๐ ปียากมาก ๕๐ ปีนี้ไม่ยากจะรับเลย เพราะคนเราสร้างกรรมไว้ อายุที่มากขึ้นทำให้ทิฐิमानะและอะไรต่อมิอะไรแข็งตัวมากขึ้น ๆ จึงมักจะปฏิบัติและแก่นิสัยเก่าได้ยากขึ้น แม้ในสมัยพุทธกาล พระพุทธองค์เองก็ยังมีตรัสถึงเรื่องการสอนยากของผู้มีอายุ ซึ่งบางที่เราเรียกว่า “หลงตา”

ฉะนั้น สัมมาทิฐิเป็นบุญสูงสุด มิจฉาทิฐิเป็นบาปอย่างยิ่ง เพราะคนที่มีความคิดผิด ก็จะไปข้างตัวเอง มองความถูกต้องว่าเป็นความผิดพลาด มองสิ่งที่เป็นแก่นสารสาระว่าไม่ใช่แก่นสารสาระ ถ้าเป็นเช่นนั้นย่อมไม่มีทางเจริญ และไม่มีความสุข แต่เมื่อเราระมัดระวัง และควบคุมไม่ยอมปล่อยให้จิตปรุงแต่งในสิ่งที่ไม่ดี เราจะเริ่มมีความสุขความสบายมากขึ้น ความเชื่อในการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าและความเชื่อในกฎแห่งกรรม ๒ ข้อนี้ เป็นหลักของสัมมาทิฐิ นอกจากนี้ยังมีความเชื่อว่าการให้ทานมีผลจริง เชื่อว่าคุณพ่อคุณแม่มีความสัมพันธ์อันลึกซึ้งกับเรา



พระพุทธองค์ตรัสว่า เราเกิดในโลกนี้ได้เพราะเรามีพ่อแม่ และการที่เราได้เกิดกับท่านทั้งสองนี้ ไม่ใช่เรื่องบังเอิญ มันต้องมีเหตุ เราต้องเคยมีกรรมร่วมกับสองคนนี้มาตั้งแต่ชาติก่อน เราถึงมาเกิดเป็นลูกของท่านได้ อาจจะเป็นกรรมที่ไม่ดีก็ได้ เราอาจจะเคยเบียดเบียนท่านในชาติก่อนก็ได้ ในชาตินี้ท่านจึงเบียดเบียนเราบ้าง หรือมีปัญหาเกี่ยวกับเราบ้าง แต่ถึงจะมีปัญหาระหว่างพ่อแม่กับลูกอย่างไร พระพุทธองค์ทรงเตือนว่า อย่าได้ลืมนำ เรากับท่านมีความสัมพันธ์ที่ลึกกลับที่ผู้ที่เราละเลิกชาติไม่ได้หรือไม่สามารถจะหยั่งรู้ได้ ต้องเชื่อไว้ก่อน

สัมมาทิฏฐิอีกข้อหนึ่งคือ ท่านให้เราเชื่อว่า สมณะผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบมีจริง ซึ่งก็เกี่ยวกับตัวเราด้วย เพราะถือได้ว่า ทุกวันนี้ก็ยังมีผู้บรรลุมรรคผลนิพพาน ยังมีพระอรหันต์ ท่านเป็นตัวอย่างที่ดั่งมาเป็นครูบาอาจารย์ เป็นผู้ให้คำอบรมและฝึกปรือผู้ที่เริ่มปฏิบัติ เราจึงมีหนทาง มีทางปฏิบัติ และมีทางเจริญ

อย่างที่เคยเล่าให้ญาติโยมฟังบ่อยๆ ว่า เมื่ออาตมาไปอยู่ วัดหลวงพ่อบ้างครั้งแรก ยังพูดภาษาไทยไม่ได้ ยังฟังภาษาไทยไม่ออก แต่ไม่ได้รู้สึกเลยว่าตัวเองเสียเปรียบอะไร เพราะมีสิ่งล้ำค่ายิ่ง คือ มี ศรัทธา มีความเชื่อมั่นว่ามรรคผลนิพพานไม่พ้นสมัย ยิ่งเมื่อได้เข้าใกล้ วัดหลวงพ่อบ้าง ก็ยังมีความเชื่ออย่างนั้น ทั้งๆ ที่เราก็ก็น่าจะมีญาณ อะไรที่จะไปรู้ว่า ใครเป็นพระอรหันต์ ใครไม่เป็นพระอรหันต์ อาตมา ไม่รู้หรอก แต่อาตมาศรัทธา ความเชื่อนั้นทำให้มีกำลังใจ

คำถามของยักษ์อาฬวกะที่ว่า ชีวิตอย่างไรเป็นชีวิตที่ประเสริฐ พระพุทธองค์ทรงตอบว่า **ชีวิตที่ประเสริฐสูงสุดนั้น คือ ชีวิตที่ประกอบด้วยปัญญา** เพราะถ้าเราไม่ใช้ชีวิตด้วยปัญญา เราจะใช้ ชีวิตอย่างไร เราก็ก็น่าจะใช้ชีวิตตามอารมณ์ หรือว่าอยู่กันไปวันๆ แล้วแต่ เหตุการณ์จะดึงไป แล้วแต่คนรอบข้างจะดึงมา ไม่มีเป้าหมายชีวิต ที่ชัดเจน หากผู้มีปัญญาจะทำในสิ่งที่ถูกต้องเสมอ ผู้มีปัญญาจะ เรียนรู้จากชีวิตเสมอ ผู้มีปัญญาจะไม่ด่วนสรุปสิ่งใด จะไม่ด่วนสรุป บุคคลใด จะเป็นคนใฝ่รู้ใฝ่ศึกษา คอยรับรู้ ไม่เชื่อความคิดของ ตัวเอง ข้อนี้เป็นข้อที่เราสามารถเอาไปใช้ได้ดีที่สุด และจะทราบว่า ใครมีปัญญา คนที่เชื่อในความคิดของตัวเองสูง ใครที่เชื่อว่าตัวเอง ต้องถูกอยู่เสมอ ตัวเองรู้ดีกว่าคนอื่นทั้งหมด แสดงว่าเป็นคนที่ไม่ค่อย มีปัญญา การเอาความคิดเป็นที่พึ่ง เอาสัญญา เอาสังขาร เอาวิญญาณ ของตัวเองเป็นที่พึ่ง นี่ไม่ใช่ลักษณะของผู้มีปัญญา



ผู้มีปัญญาย่อมรู้เท่าทัน รู้เท่าทันการเข้าข้างตัวเอง รู้เท่าทัน
อคติของตัวเอง ยอมรับด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตนว่า เคยผิด
พลาดมาก่อน หลาย ๆ ครั้งที่ผมแน่ใจว่าถูก ในที่สุดก็ปรากฏว่าไม่ถูก
เมื่อเป็นเช่นนั้น จึงไม่ยอมเชื่อความคิดของตัวเองจนเกินไป ส่วน
คนไม่มีปัญญา เมื่อกล่าวหาคนอื่น คนอื่นรู้สึกว่าจะไม่จริงไม่ถูก แต่
ไม่อยากจะพูดอะไรหรือพูดอะไรไม่ออก ผู้กล่าวหา ก็ถือว่าเป็นเครื่อง
พิสูจน์ว่าตัวเองถูก คนอื่นผิด แต่ถ้าเขาชี้แจงว่า ไม่ใช่อย่างนั้น ๆ มันเป็น
อย่างนี้ ๆ เล่าให้ฟัง ก็หาว่าเขาแก้ตัว ไม่ยอมรับความจริง คือ คนไม่มี
ปัญญาเชื่อความคิดของตัวเองว่าตัวเองเข้าใจถูก ถ้ามีคนคัดค้านก็
หาว่าแก้ตัวหรือไม่รู้จักจริง ถ้าไม่คัดค้านก็ถือว่ายอมรับ เพราะเขาได้
ตัดสินใจและมีข้อสรุปไว้แล้ว

จิตใจอย่างนี้มันแข็งตัว ไม่สามารถยอมรับความจริงที่เปลี่ยนแปลง
ได้ และไม่สามารถยอมรับว่า ตัวเองอาจจะผิดก็ได้ ฉะนั้น ทุก
ครั้งที่มีการสนทนาและถกเถียงกัน ทุกครั้งที่เราออกความคิดเห็น
เราควรจะคิดอยู่เสมอว่า เราอาจจะผิดก็ได้

ยักษ์อาฬวกะถามพระพุทธเจ้าต่อว่า ทำอย่างไรจึงเป็นผู้มีปัญญา
พระพุทธองค์ตรัสว่า ต้องฝึก แต่จะฝึกอย่างไร ต้องเริ่มฝึกด้วยการ
เชื่อ เชื่อในคำสอนของพระพุทธเจ้าก่อน เชื่อแล้วก็ให้เข้าไปฟังเข้าไป
ศึกษาให้มาก ที่ไหนที่มีครูบาอาจารย์สั่งสอน ที่มีการปฏิบัติปฏิบัติชอบ
ก็ให้เข้าไปฟังให้มาก เพื่อเรียนรู้จากท่าน หรือถ้ามีหนังสือหรือมีแหล่ง

ความรู้ที่ไหน ก็ให้เข้าไปศึกษาที่นั่น แต่การได้ฟัง ได้อ่าน แล้วจำได้ ก็เป็นความรู้ที่อยู่ในระดับหนึ่ง ซึ่งพระพุทธองค์ทรงว่า เราอย่าไปพอใจ เพียงแค่นั้น เราควรจะคิดพิจารณาสิ่งที่เราได้ฟังได้อ่านมาทุกแง่ ทุกมุมให้เข้าใจอย่างลึกซึ้ง ยิ่งพิจารณาจะยิ่งซาบซึ้ง เพราะธรรมชาติที่ยอดเยียม

ยักษ์อาฬวกะได้ถามพระพุทธเจ้าต่อว่า อะไรคือรสที่เลิศ ที่สุดในโลกนี้ รสที่ดีกว่ารสทั้งปวง มีประโยชน์กว่ารสทั้งปวงพระพุทธองค์รับสั่งว่า รสแห่งสัจจะความจริงเลิศกว่ารสทั้งปวง เมื่อเข้าถึงความจริงของชีวิตแล้ว จะได้ลิ้มรสที่เลิศที่ประเสริฐที่อัศจรรย์

อาฬวกะถามต่อว่า การข้ามภพ ดับกิเลส พันทุกข์ ต้องอาศัย คุณธรรมใด พระพุทธเจ้าตรัสว่า ความไม่ประมาท ทรงว่าความไม่ประมาทก็คือ การปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง การทำบ่อยๆ นั่นเอง

ต่อจากนั้น อาฬวกะก็ขอลาเรื่องทางโลกบ้าง เพราะได้ถาม เรื่องสูงๆ มาแล้ว จึงขอลาเรื่องธรรมต่างๆ ว่า การหาลาภนี้ จะ ต้องทำอย่างไร จะร่ำรวยได้อย่างไร ซึ่งท่านคงหมายถึง รวยทั้งทาง โลกและทั้งทางธรรม เอาทั้ง ๒ ด้าน จะต้องมีความดีอย่างไร จึง จะประสบความสำเร็จทางโลกก่อน พระพุทธองค์ตรัสว่า คุณธรรม สำคัญในเรื่องนี้ก็คือ ชันติความอดทน ไม่เบื่อบนภาระ ไม่เบื่อบนหน้าที่ ของตน ชันนหมั่นเพียร มีความขยันอย่างต่อเนื่อง ไม่ท้อถอย ไม่เบื่อบน หน้าที่ ทั้งด้วยปัญญา ทั้งอย่างสมควร ภาษาบาลีเรียกว่า “ปฏฐูปการี”

เป็นคนทำสิ่งที่สมควร เช่น ถ้าเป็นพ่อค้าแม่ค้า เวลาควรซื้อก็ซื้อ เวลาควรขายก็ขาย รู้จักตลาด รู้จักสิ่งที่จะถูกกับตลาด ฉลาดในเรื่องตลาด ฉลาดในเรื่องการค้าขาย ต้องเรียนให้รู้ เรียนจากคนรอบข้างที่ประสบความสำเร็จ

แต่การแสวงหาลาภนั้น จะต้องอยู่ในกรอบแห่งศีลธรรมเสมอ ถ้าเราต้องการร่ำรวย ต้องการประสบความสำเร็จ พระพุทธองค์ไม่เคยห้าม เรียกว่า เป็นสิทธิของฆราวาส แต่มีข้อแม้อย่างเดียวว่า ต้องเป็นความรวย ต้องเป็นความสำเร็จ ที่ไม่ขัดกับหลักศีลธรรม การรวยทางลัดด้วยการทุจริตคอร์รัปชัน ด้วยการเอาर्डเอาเปรียบคนอื่น ท่านว่าเป็นบาปเป็นกรรมและต้องมีวิบาก ต้องได้รับผลคือความทุกข์ต่อไป

ยักษ์อาฬวกะถามว่า ทำอย่างไรจึงจะมีชื่อเสียง มันเกิดจากอะไร ในที่นี้ท่านคงหมายถึงชื่อเสียงในทางดี ๆ เพราะทุกวันนี้ คนมีชื่อเสียงกันมากในสังคม แต่เป็นชื่อเสียงในทางไม่ดี เช่น นักการเมืองบางคนหรือคนในข่าวบางคน มีชื่อเสียงคนทั่วประเทศรู้จัก แต่เป็นชื่อเสียงที่ไม่ดี เมื่ออาฬวกะถามพระพุทธองค์ว่าการมีชื่อเสียงที่ดีจะทำได้อย่างไร พระพุทธองค์ตรัสว่า สัจจะ การทำจริงพูดจริง นั่นแหละ เป็นเหตุให้มีชื่อเสียงที่ดีในสังคม รักษาคำพูด ไม่โกหก ไม่พูดเท็จ ไม่ว่าจะด้วยเหตุผลใด ๆ รักษาสัจจะ รักษาความจริง เสียสละทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อความจริง

บางครั้ง คนเราเห็นว่าหน้าสำคัญกว่าใจ หน้าสำคัญกว่าความจริง บางทียอมพูดเท็จเพื่ออะไร เพื่อจะได้ไม่เสียหน้า เพื่อจะได้ไม่ขายหน้า พูดเท็จเพื่อปิดบังอำพรางความไม่ดีของตัวเองกลัวคนอื่นเขาจะรู้ กลัวคนอื่นจะไม่เคารพ กลัวคนอื่นจะดูถูก กลัวคนอื่นจะรังเกียจ พยายามปลอบใจตัวเองว่า ไม่เป็นไร เรื่องเล็กๆ น้อยๆ แต่มันก็เป็นบาปเป็นกรรมทุกครั้ง และในการพูดเท็จ ยากที่จะไม่ให้คนอื่นรู้ที่สุดแล้วความจริงมักจะปรากฏทางใดทางหนึ่ง ทำให้คนอื่นเสียความไว้วางใจในตัวเรา ก็เหมือนเรารู้ว่า เราเคยโกหกคนนั้น เราก็ยอมไม่แน่ใจหรือสงสัยว่า ถ้าเราโกหกเขาได้ เขาก็คงโกหกเราได้เหมือนกัน หรือว่า ถ้าเขาเคยโกหกเราได้ครั้งหนึ่ง ทำไมจะไม่มีครั้งที่สอง ถ้ามีครั้งที่สองแล้ว ทำไมจะไม่มีครั้งที่สาม แต่สำหรับผู้ที่ถูกแต่เรื่องที่เป็นจริง รักษาสิ่งจะ ทุกคนก็เคารพ เรื่องจะชอบหรือไม่ชอบอย่างไรเป็นอีกเรื่องหนึ่ง บางคนอาจจะไม่ชอบ แต่ทั้ง ๆ ที่ไม่ชอบก็ต้องยอมรับ ต้องเคารพ เป็นเรื่องหนึ่งที่ต้องยกให้ ฉะนั้น การมีชื่อเสียงก็จะเกิดขึ้นอย่างนี้

อาฬวกะถามต่อไปว่า ทำอย่างไรคนเราจึงจะผูกมิตรไว้ได้ ทำอย่างไรเราจึงจะมีเพื่อนดี ๆ เมื่อมีเพื่อนแล้ว ทำอย่างไรเราจะไม่เสียเพื่อน ทำอย่างไรเราจึงจะผูกเพื่อนผูกมิตรเอาไว้ได้ ขอให้สังเกตว่า ยักษ์อาฬวกะถามคำถามทุกระดับ ตั้งแต่เรื่องสูงสุดลงมาถึงเรื่องธรรมดา เรื่องชีวิตประจำวัน พระพุทธองค์ก็ทรงตอบได้ทุกระดับเช่น

เดียวกัน พระพุทธองค์ตรัสว่า จาคะ การเสียดละ การให้ ท่านว่า “ผู้ให้ยอมผูกมิตรเอาไว้ได้”

คนเห็นแก่ตัว เอาแต่ใจ ไม่สนใจภาระหน้าที่ของคนอื่น เขาจะหนักจะลำบากอย่างไรก็ไม่สนใจ มองทุกคนราวกับเป็นวัตถุเพื่อความสุขของเรา ใครทำให้เรามีความสุขได้ เราก็คบ ใครไม่เคยชม ไม่เคยให้ความสุขกับเรา เรากก็ไม่คบ หรือคบเขาเพื่อผลประโยชน์ของเราอย่างใดอย่างหนึ่ง อย่างนี้ยอมผูกมิตรไว้ได้ยาก

แต่ถ้าเราทำอะไรหรือให้อะไรใครโดยไม่หวังผลตอบแทน ให้ด้วยเมตตา ให้ด้วยความหวังดี เขายอมต้องคิดที่จะให้เราบ้าง ทุกคนยอมอยากที่จะมีเพื่อนแบบนี้ ไซ้ไหม ฉะนั้น ถ้าเราต้องการมีเพื่อนที่ดี วิธีที่ง่ายที่สุดก็คือ ทำตัวเราให้เป็นเพื่อนที่ดี ถ้าเราเป็นเพื่อนที่ดีกับเขา เขาก็จะชอบ เพราะทุกคนย่อมต้องการเพื่อนที่ดี และเมื่อเขาได้เพื่อนที่ดีแล้ว เขาก็จะพยายามเป็นเพื่อนที่ดีของเราด้วย เรียกว่า อยู่อย่างอบอุ่น อยู่อย่างมีเพื่อน อยู่อย่างมีมิตร

อาฬวกะถามต่อไปว่า จะต้องอยู่อย่างไร ที่เมื่อถึงวันที่เราจะต้องจากโลกนี้ไป เราจะได้ไม่ต้องเศร้าโศกเสียใจ พระพุทธองค์ทรงตอบว่า ต้องเป็นผู้มีปัญญา ต้องเป็นผู้มีศีล ต้องเป็นผู้มีสมาธิ ต้องเป็นผู้มีคุณธรรม มีความไม่ประมาท ถึงพร้อมด้วยสังขะ ด้วยศรัทธา ด้วยจาคะ ด้วยปัญญา คือมีคุณธรรมนั้นแหละ ถ้าไม่มีคุณธรรมแล้ว เมื่อถึงวันตายก็จะอดเสียใจไม่ได้ เสียใจที่

จะต้องพลัดพรากจากสิ่งที่เราเคยเพลิดเพลิน สิ่งที่เราเคยยึดติดเอาไว้ กลัวสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคต เพราะเมื่อเราทบทวนชีวิตที่ผ่านมา ถ้าเราระลึกถึงสิ่งที่ไม่ได้ไม่งามที่ทำได้ คิดจะแก้ แต่ก็ไม่ได้แก้สักที นิสัยใจคออะไรต่างๆ ที่รู้ว่าไม่ดี หรือเรื่องราวกับคนอื่นที่รู้ว่ามันไม่ดีว่าจะแก้ไขว่าจะปล่อยวาง ก็ไม่ได้ทำสักที ไม่มีเวลา โอกาสไม่อำนวย พอถึงวันสุดท้ายของชีวิต เราจะเดือดร้อน ไม่มีโอกาสแล้ว หหมดสิทธิ์หมดเวลา ตอนมีชีวิตอยู่ เราก็ก่เลือนมันไปเรื่อยๆ วันใดวันหนึ่งเราจะต้องแก้เรื่องพวกนี้นะ มีโอกาสเมื่อไหร่ก็จะปรับปรุงเรื่องนั้นเรื่องนี้ แต่วันนั้นมันมาไม่ถึงสักที

เพราะฉะนั้น ผู้ที่ใช้ชีวิตอย่างประมาท เมื่อถึงวันสุดท้ายในชีวิตนี้ จะเศร้าหมองมาก ส่วนผู้ที่เคยทำความดีไว้มาก จะไม่กลัวลูกศิษย์ในวัดเราที่เสียชีวิตไปอย่างผ่อนไสเบิกบานก็มี อาตมาเป็นพยานได้ว่า คุณแม่สำลีเป็นอีกคนหนึ่งถึงวาระสุดท้ายของชีวิตด้วยจิตใจที่เข้มแข็งและเบิกบานพอสมควร เพราะเป็นคนที่เคยทำความดีไว้มาก เมื่อได้ทบทวนอดีตที่ผ่านมา ก็ไม่มีอะไรที่จะรบกวนจิตใจ ทำให้จิตใจว่าุ่นซุ่นมัว เขาจึงทำใจได้ เขาจึงทนได้ และลาจากโลกนี้ไปอย่างสงบ ไม่มีความเสียดายอาลัย

เมื่อยักษ์อาฬวกะได้ฟังพระพุทธองค์อย่างนี้แล้ว ก็เกิดศรัทธา เกิดความปลาบปล้ม เกิดความซาบซึ้ง กราบพูลพระพุทธองค์ว่า ต่อจากนี้ไป จะเลิกพฤติกรรมโหดร้ายทุกอย่าง จะเลิกกินคนจะเลิก

ธรรมดาคน จะเป็นผู้เผยแพร่พุทธศาสนาต่อไป ไปที่ไหนจะต้องกล่าว
สรรเสริญคุณของพระพุทธรองค์ จะถ่ายทอดธรรมะที่ได้ฟังจาก
พระพุทธรเจ้าตลอดกาลนาน พระสูตรเรื่องยักษ์อาฬวกะจึงจบลง
ตรงนั้น

ปัญหาของยักษ์ชื่อเหมวตะกับอาฬวกะที่ได้ถามพระพุทธรเจ้า
แม้จะเป็นปัญหาของยักษ์ แต่ก็ยังเป็นประโยชน์แก่มนุษย์เราด้วย





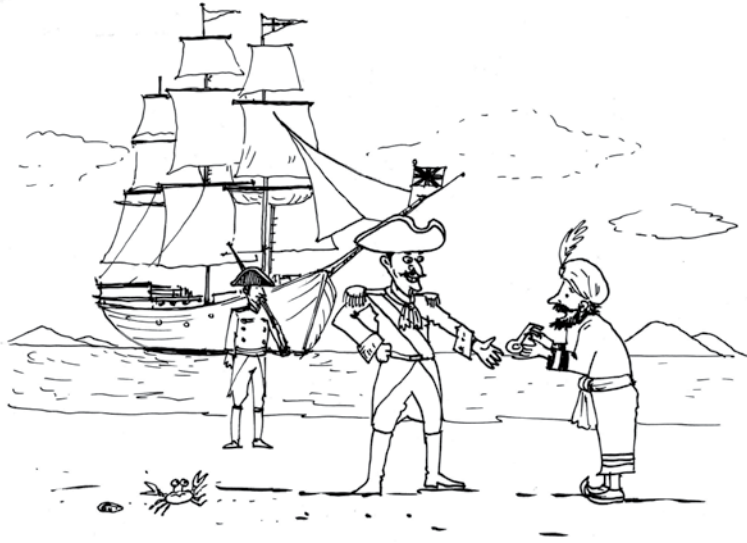
ธ. เรือ

สังคม วัฒนธรรม และความเป็นอยู่ของคน จะขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมไม่ใช่บ่อย ถ้าเปรียบเทียบระหว่างภาคกลางกับภาคอีสานของไทย เราจะเห็นตัวแปรหรือปัจจัยที่สำคัญคือ น้ำ แม่น้ำที่คนอีสานสมัยก่อนสามารถใช้ในการคมนาคมและค้าขาย แม่น้ำมูล แม่น้ำชี และ แม่น้ำโขง ไม่ค่อยเอื้อต่อการค้าขายหรือการเดินทางมากเหมือนแม่น้ำในภาคกลาง ด้วยการเดินทางที่ลำบากภาคอีสานจึงเจริญไม่ทันภาคกลาง อำนาจการเมือง ศูนย์กลางของประเทศอยู่ที่ภาคกลางเสมอเริ่มที่สุโขทัย ต่อมากรุงศรีอยุธยา กรุงธนบุรี และ กรุงเทพฯ ภาคกลางมีวัฒนธรรมความเป็นอยู่ที่เกี่ยวข้องกับเรือและน้ำมาก เช่น พระพายเรือออกบิณฑบาต อาตมายังรู้สึกประทับใจตอนที่เห็นความสามารถในการพายเรือออกบิณฑบาตของพระ มันไม่ง่ายเลย



บ้านของอาตมาเองก็เป็นเกาะ เกาะอังกฤษมีเนื้อที่น้อย ไม่ถึงครึ่งหนึ่งของเมืองไทย แต่มีคนมาก เนื่องจากว่าอยู่ในเกาะเล็กๆ คนอังกฤษจึงสร้างเรือมาตั้งแต่สมัยโบราณ เพื่อตกปลาบ้าง เพื่อเดินทางสำรวจที่อื่นบ้าง ต่อมาอังกฤษได้กลายเป็นเมืองพาณิชย์ และเป็นประเทศที่ต้องมีกองทัพเรือที่ดีเพื่อป้องกันเรือพาณิชย์ ป้องกันผลประโยชน์ของพ่อค้าและผลประโยชน์ของประเทศชาติ สมัยก่อนเรือต้องสร้างด้วยไม้ ฉะนั้น การตัดไม้ทำลายป่าที่อังกฤษจึงเกิดก่อนที่อื่น มีการโค่นต้นไม้ใหญ่ๆ มานานแล้ว เพื่อไปสร้างเรือรบเรือพาณิชย์ หลายร้อยปีมาแล้วที่อังกฤษใช้เรือจมนรวยเพราะเรือ มีอำนาจเพราะเรือ เรืออังกฤษแล่นไปทั่วโลก ไปที่ไหนก็ไปยึดบ้านเมืองเขา แล่นมาถึงอินเดียก็ยึดอินเดียเป็นของอังกฤษ แล่นมาพม่า มาเลเซีย สิงคโปร์ก็ยึดหมด แล่นต่อไปทางใต้ ออสเตรเลีย นิวซีแลนด์ ก็ยึดหมด โดยใช้เรือเป็นกำลังสำคัญ ถ้าไม่มีเรือ อังกฤษก็ไม่มีโอกาสจะเป็นมหาอำนาจ ก็คงเป็นแค่เกาะเล็กๆ เท่านั้นเอง





เรือคืออะไร เรือคือพาหนะที่ใช้ในการข้ามน้ำ หรือพาหนะที่ใช้ในน้ำ เช่น เรือประมง แล่นไปถึงกลางทะเลเพื่อจับปลาแล้วนำกลับเข้าฝั่ง เรือบางประเภทมีไว้เพื่อการบันเทิงและการกีฬา สมัยก่อนคนไทยชอบแข่งเรือ ทุกวันนี้ก็ยังแข่งกันอยู่ แต่เรือส่วนมากมีไว้ใช้ในการนำคนข้ามทะเลข้ามมหาสมุทร หรือเพื่อให้คนเดินทางตามแม่น้ำจากจุดหนึ่งไปอีกจุดหนึ่ง

ในพระพุทธศาสนาของเราหรือในพระไตรปิฎก พระพุทธองค์
ตรัสถึงน้ำอยู่บ่อย ๆ ไม่ว่าจะเป็นม่น้ำ ทะเล หรือมหาสมุทร ทรงชอบ
เปรียบเทียบสิ่งต่าง ๆ และสิ่งที่เป็นนามธรรมกับน้ำหรือลักษณะของน้ำ
เราทุกคนคงจะนึกออกบ้าง เช่น การสอนให้เราทวนกระแสของกิเลส
ทรงเปรียบเทียบกิเลสเหมือนกระแสน้ำที่ไหลเชี่ยว การจะพ้นทุกข์
เราต้องทวนกระแสของกิเลส เหมือนต้องพายเรือทวนน้ำ การปฏิบัติ
ก็ต้องทวนกิเลส



พระพุทธองค์เคยตรัสว่า พระธรรมวินัยเหมือนมหาสมุทร ถ้า
เราเดินจากชายหาดลงสู่มหาสมุทร ไม่ใช่ว่ามันจะตกลงสู่มหาสมุทร



ทันทีหลายๆ ร้อยเมตร แต่มันจะค่อยๆ เป็นค่อยๆ ไป จะค่อยๆ ลึกขึ้นๆ ไปเรื่อยๆ ท่านว่าพระธรรมวินัยก็เป็นอย่างนั้น การปฏิบัติจะค่อยเป็นค่อยไป ท่านได้เปรียบเทียบพระธรรมวินัยกับมหาสมุทรไว้หลายข้อ เช่น พระต้องอาบัติปาราชิก แม้พระองค์อื่น ๆ จะให้อภัยและไม่ไกรธ แต่ท่านก็จะอยู่กับหมู่คณะสงฆ์ไม่ได้ ทรงเปรียบพระผู้ต้องอาบัติปาราชิกเหมือนคนตายที่จะจมอยู่ในมหาสมุทรไม่ได้ เพราะศพจะต้องลอยขึ้นมา แล้วมหาสมุทรก็จะนำศพขึ้นมาทิ้งไว้ที่ชายหาด ไม่ให้อยู่ในน้ำ ท่านว่าเหมือนพระผู้ต้องอาบัติปาราชิกจะอยู่กับคณะสงฆ์ไม่ได้ ต้องลี้กกลับไปสู่เพศฆราวาส

ส่วนมากการเปรียบเทียบที่เกี่ยวกับน้ำมักจะออกไปในทางที่ไม่ดีเสียมากกว่า เช่น โอะชะ ซึ่งเป็นชื่อของกิเลสตัวหนึ่ง ซึ่งหมายถึงน้ำท่วม ท่านว่าเมื่อกิเลสเกิดขึ้นในจิตใจของคน หรือบางทีจะใช้คำพูดว่ากิเลสครอบงำจิตใจ เปรียบเหมือนน้ำไหลมาท่วมจิตใจ จนกระทั่งความคิดความอ่าน เหตุผล ความรู้สึกต่อสิ่งที่ถูกต้องไม่ถูกต้องทั้งหลายจมหายไป ไม่ปรากฏอีกต่อไป เพราะโดนน้ำหรือกิเลสมันท่วมทับเสียจมมิด

พระพุทธองค์มักชอบตรัสถึงวิภวสงสาร หรือภาวะที่คนที่ยังไม่บรรลุนิพพานจำเป็นต้อง เกิด แก่ เจ็บ ตาย เกิด แก่ เจ็บ ตาย เกิด แก่ เจ็บ ตาย ซ้ำๆ ซากๆ อยู่อย่างนั้น ท่านว่าเหมือนเราอยู่บนฝั่งแม่น้ำ

ซึ่งเต็มไปด้วยสิ่งทีอันตรายน่าหวาดเสียว และคนส่วนมากอยู่ฝั่งนี้ ส่วนแม่น้ำอีกฝั่งปลอดภัยน่าที่จะข้ามไปอยู่ แต่แม่น้ำกว้างและน้ำไหลเชี่ยว เราไม่รู้ว่าจะข้ามไปได้อย่างไร หรืออาจจะไม่คิดว่าจะข้ามไปได้ จึงได้แต่หลบไปหลบมาอยู่บนฝั่งนี้จนวันตาย แต่ผู้ที่ฉลาดจะต้องหาวิธีข้ามแม่น้ำจากฝั่งนี้ที่อันตรายไปสู่ฝั่งโน้นที่ปลอดภัยให้ได้ ท่านต้องทำพาหนะอะไรขึ้นมาสักอย่าง จะสร้างเรือก็คงสร้างไม่เป็น จึงเอาไม้เอาใบไม้ เอานั่นเอานี้มาประกอบกันเข้าเป็นแพ แล้วข้ามแม่น้ำโดยอาศัยแพนั้น



พระพุทธองค์ทรงเปรียบพระธรรมคำสั่งสอนของพระองค์เหมือนแพ ซึ่งเป็นพาหนะที่จะนำเราออกจากภัยอันตรายบนฝั่งนี้ไปสู่ความปลอดภัยบนฝั่งโน้น สิ่งที่น่ามาใช้สร้างแพ ก็เป็นสิ่งที่มิอยู่แล้วตามธรรมชาติ เพียงแต่ว่าเราจะต้องเลือกเฟ้น เก็บเฉพาะสิ่งที่เป็นประโยชน์

นอกจากนี้ พระพุทธองค์ยังทรงเตือนพวกเราทั้งหลายด้วยว่า เมื่อข้ามแม่น้ำไปถึงฝั่งที่ปลอดภัยแล้ว ก็อย่าได้แบกแพนั้นอีกต่อไป เราจะแบกมันไว้อีกทำไม เพราะมันก็ได้ทำหน้าที่ของมันเต็มที่แล้ว ไม่จำเป็นต้องใช้มันเป็นพาหนะอีกต่อไป เมื่อถึงบกแล้ว แพก็ใช้ไม่ได้ อุปมาของพระพุทธองค์นี้ ทรงสอนให้เราระมัดระวัง อย่าได้ยึดมั่นถือมั่นในผลสำเร็จของตนเอง ว่าเป็นเราเป็นของเรา เพราะมันเป็นความคิดผิดที่มีผลร้ายมากที่สุด

พระพุทธองค์ทรงสอนว่า แม้สิ่งที่ดีงาม เราก็อย่าไปยึดมั่นถือมั่นเลย เพราะถ้าเรายึดมั่นถือมั่น ก็เหมือนกับเราข้ามน้ำขึ้นฝั่งไปแล้ว แต่ยังคงแบกแพไปด้วย ฉะนั้น แพ คือ คำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นพาหนะที่จะช่วยให้เราข้ามจากฝั่งที่อันตรายไปสู่ฝั่งที่ปลอดภัย พระพุทธองค์ทรงให้เรารู้เท่าทันคำสั่งสอน ให้ใช้พระธรรมคำสอนเพื่อแก้กิเลสของตัวเอง เพื่อชนะกิเลสของตัวเอง ฉะนั้น ให้เราปฏิบัติตามสิ่งที่ท่านสั่งสอนและบัญญัติไว้ ถ้าปฏิบัติอย่างถูกต้องก็

จะได้แต่กำไร ไม่เป็นพิษเป็นภัย แต่จะผิดทันทีถ้ามีความรู้สึกยึดมั่น
ถือมั่นเกิดขึ้น

ความยึดมั่นถือมั่นมีลักษณะต่าง ๆ ที่เห็นได้ง่ายก็คือ การ
ยึดมั่นถือมั่นในความดี แล้วดูถูกดูหมิ่นคนที่ไม่ดีหรือไม่ดีเท่า มีการ
ยกตนข่มท่าน นี่เรียกว่าใช้ธรรมะไม่เป็น เราเจริญสมาธิภาวนา จิตใจ
สงบรวมเป็นหนึ่ง จนได้ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน
อะไรก็แล้วแต่ หากเราเกิดความยินดี ความพอใจและเพติดเพลิน
อยู่กับสิ่งนี้ เราจะติดอยู่ที่สมาธิ พระผู้ใหญ่หรือครูบาอาจารย์ที่เรา
เคารพนับถือมากที่สุดว่าท่านเป็นพระอรหันต์หลายองค์ ก็เคยหลงอยู่
เหมือนกัน โดยเฉพาะในความสุขและความอึดเอิบของสมาธิ ฉะนั้น
เมื่อจิตใจของเราสงบพอสมควรแล้ว เราต้องปล่อยวาง คือไม่ไปยึด
ติดในความสงบนั้น หรือไม่ถือว่าเรามีสิทธิ์ที่จะเข้าถึงความสงบระดับ
นั้น ไม่จำเป็นต้องเอาความดีของเราไปตัดสินหรือไปวัดคนอื่น

เรื่องการเปรียบเทียบกันนั้น มักจะเป็นความคิดที่ฝังลึกอยู่ใน
ใจคน อาตมาคุยกับพระเถระรูปหนึ่งเมื่อคืนนี้ว่า อาตมามีความสุขที่
มีเพื่อนจากต่างประเทศมาเยี่ยม แล้วบอกว่า “รุ่นผมนะ บวชสี่องค์
ไม่มีใครสักแม่แต่องค์เดียว” เลยคุยกันเรื่องพระรุ่นอาตมาว่ามีใครบ้าง
อยู่ที่ไหนบ้าง แล้วพระองค์นั้นก็ถามว่า “แล้วใครภาวนาเก่งกว่ากัน”
อาตมาไม่เคยคิดที่จะไปเปรียบเทียบตัวเองกับเพื่อนอย่างนั้น หรือ



จะไปแข่งขันกันในเรื่องนี้ ต่อมาพระอীগองค์ก็มาร่วมวงสนทนาด้วย ท่านก็ถามว่า “ โอ... ยังอยู่ทั้งสี่องค์นะ แล้วใครแสดงธรรมเก่งกว่ากัน ใครเทศน์เก่งกว่ากัน” อาตมาก็ไม่รู้จะตอบอย่างไร ไม่รู้จะเอาอะไร เป็นเครื่องวัดเครื่องตัดสิน

ทำไมเราจะต้องไปเปรียบเทียบกับคนอื่น เพราะมันไม่มีผลดีอะไร จะมีก็แต่ผลเสียทั้งนั้น มีแต่การยกตนข่มท่านหรือว่ามีแต่การยกท่านข่มเรา บางคนก็จะชอบกลับกัน คือชอบว่าคนอื่นเก่งหมดตัวเองคนเดียวที่แย่ นั่นก็เป็นความยึดมั่นเหมือนกัน เหมือนกับเรามีความคิดว่าเราเป็นคนอย่างนี้ ยึดมั่นถือมั่นในการมองตัวเองอย่างนั้น เราคงเคยรู้จักคนบางคนที่ชอบมองตัวเองในแง่ร้ายอยู่ตลอดเวลา ทุกครั้งที่ทำอะไรผิดพลาด เขาก็จะว่า “เห็นไหม มันเป็นอย่างนี้ เรามันแย่มาก” แต่ทุกครั้งที่ทำอะไรดี ประสบความสำเร็จ กลับไม่ให้ความสำคัญเลย ถือว่าเป็นเรื่องเล็กน้อยหรือเป็นเรื่องง่าย ๆ เวลามองเพื่อนหรือมองคนรอบข้าง เขามีอะไรดี ก็ยกย่องสรรเสริญเขาเสียเหลือเกิน เวลาเขามีอะไรไม่ดี ก็ไม่ค่อยสนใจ ไม่ค่อยพูดถึง อย่างนี้ก็กลายเป็นความยึดมั่นถือมั่นเช่นกัน การเห็นคุณธรรมหรือเห็นกิเลสว่าเป็นของเรจริง ๆ เป็นความยึดติด เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้ว ปัญญาหรือภาวนามยปัญญาอย่า่อมไม่เกิดขึ้น

ฉะนั้น ในการปฏิบัติของเรา เราไม่ต้องสนใจคนอื่นมาก และ สิ่งที่ต้องระมัดระวังอย่างยิ่งคือ การเปรียบเทียบในลักษณะยกตนข่มท่าน ถ้าเราเคร่งในการปฏิบัติ ตั้งอกตั้งใจมาก ให้ลองถามตัวเองว่า เมื่อเห็นคนที่ไม่เก่ง เห็นคนที่ไม่ปฏิบัติ คนที่ไม่มีระเบียบ เรารู้สึกว่าเขาดีกว่าเราไหม เรารู้สึกอย่างไรต่อคนเหล่านั้น เราต้องค่อย ๆ ทบทวนความรู้สึกของตัวเอง มันจึงจะไม่หลง

เมื่อเราทำสมาธิภาวนาจนจิตใจสงบ ได้ความสุขที่เลิศที่ประเสริฐ เราก็ต้องระวัง ไม่ต้องไปคิดเป็นเจ้าของความสุขนั้น เพราะการเป็นเจ้าของความสุขนั้นมันเป็นไปได้อยู่แล้ว ธรรมชาติคือธรรมชาติ มันไม่มีเจ้าของ ไม่มีใครจะบังคับบัญชาให้เป็นไปตามใจเราได้ เราจึงต้องพยายามเรียนรู้เรื่องธรรมชาติของมนุษย์ สิ่งที่ต้องระมัดระวังที่สุดคือการยึดมั่นถือมั่นในหลักคำสอนก็ดี ในการแสดงออกภายนอกก็ดี ทุกสิ่งทุกอย่าง ให้มันอยู่ในขอบเขตของความพอดี ให้มันถูกต้อง

ธรรมะ คือ แพที่จะนำเราไปสู่ความปลอดภัย ที่นี้เราไม่ปลอดภัย เพราะอะไร เพราะตราบใดที่เรายังมีกิเลสอยู่ เรายังทำความชั่วได้อยู่เสมอ ฉะนั้น บางครั้งเราจึงชนะจิตใจของตนได้ แต่บางครั้งก็ชนะไม่ได้ ถ้ามีใครมาคุกคามสิ่งที่เรารักหรือคนที่เรารัก เช่น มาคุกคามชีวิตลูกชีวิตหลานของเรา เราจะทำหรือไม่ทำอะไร



อย่างไร ก็ไม่แน่ว่าเราจะยังคงรักษาศีลข้อที่หนึ่งของเราไว้ได้ เราจะ
ได้เห็นว่าหลักการของเรา บางทีมันก็มีข้อแม้ มีข้อยกเว้นเหมือน
กัน และความต้องการ ความยึดมั่น ความอยากต่าง ๆ ก็อาจ
จะครอบงำหรือท่วมทับความคิดที่มีเหตุผล ความคิดที่ถูกต้อง
เราจึงไว้ใจตัวเองไม่ได้

ฉะนั้น ถ้าเรายังมีกิเลสอยู่ ก็อย่าไปไว้ใจตัวเองมากเกินไป
อย่าไปไว้ใจความรู้สึก อย่าไปไว้ใจความคิด จะเห็นว่าคนเรามักชอบ
เข้าข้างตัวเอง พระบางรูปเกิดเบื่อหน่ายชีวิตพรหมจรรย์ อยากลา
สิกขาออกไป เจอผู้หญิงก็อ้างว่า คงเคยรักกันมาตั้งแต่ชาติก่อนกระมัง
จึงมีความผูกพันอย่างนี้ ไปอ้างเรื่องชาติก่อน มันไม่ใช่เรื่องชาติก่อน
เลย มันเป็นชาติปัจจุบัน เป็นตัณหาปัจจุบัน อย่าเอาคำพูดอย่างนี้มา
ปิดบังกิเลสของตัวเอง เราต้องมีความจริงใจ ต้องกล้าดู กล้าเผชิญ
หน้ากับกิเลสของตัวเอง ดูว่ามันเป็นของไม่แน่นอน มันเชื่อไม่ได้
เหมือนเรามองลงไปใต้น้ำ เราเห็นปลาอยู่ใกล้ ๆ จนรู้สึกอยากจับปลา
คนฉลาดจะรู้ว่าภาพมันลวงตา ปลามันไม่ได้อยู่ตรงนั้น เพราะ
ธรรมชาติของน้ำ จะทำให้ตาเราเห็นว่าปลาอยู่ตรงนั้น ทั้ง ๆ ที่จริง ๆ
แล้ว มันอยู่ตรงนั้น การหักเหของแสงทำให้เห็นเช่นนั้น ฉะนั้น เราต้อง
ใช้ปัญญาเพื่อจะรู้ว่า จริง ๆ แล้วปลาไม่ได้อยู่ตรงนั้น มันอยู่ตรงนั้น
ต้องเพื่อความลึกเอาไว้ มันจึงจะจับปลาได้ เหมือนกับเรามีความคิด

อะไรอยู่ในใจ ถ้าเราฉลาด เราต้องคิดเพื่อไว้ เพราะความคิดของเราอาจจะไม่ใช่ความคิดที่เป็นกลาง อาจจะมีการเข้าข้างตัวเองอยู่ ฉะนั้นการอยู่กับกัลยาณมิตร อยู่กับเพื่อนที่ดี ผู้ที่จะคอยให้ข้อคิด ข้อแนะนำ เป็นสิ่งที่ดีที่จะช่วยให้เราดูตัวเองง่ายขึ้น การอยู่คนเดียว มันสบายและสงบกว่าการอยู่กับหมู่คณะ แต่การเข้าข้างตัวเองของเรามันจะเห็นได้ยาก เพราะไม่มีเสียงสะท้อนจากคนอื่น เมื่อเราได้ยินเสียงสะท้อนจากคนอื่นบ่อย ๆ เราต้องกลับมาดูตัวเอง ไม่ใช่ปิดไป หรือปฏิเสธที่จะรับฟัง

เราอาศัยคำสอนของพระพุทธเจ้าเพื่อจะนำพาเราไป ฟังนี้มัน อันตราย แล้วมันอันตรายตรงไหน มันอันตรายที่จิตใจของเราเอง ที่บางครั้งยังไม่เข้มแข็ง ยังตกเป็นเหยื่อของความโลภ เหยื่อของความโกรธ เหยื่อของความหลงอยู่เรื่อย ๆ พระพุทธองค์จึงทรงว่า ไม่มีศัตรูที่ไหนที่จะน่ากลัวและโหดร้าย ที่จะสามารถทำลายเราได้มากเท่ากิเลสที่อยู่ในจิตใจของตัวเอง แม้ว่าเราได้ทำบุญสุนทานมาโดยตลอด เป็นเวลาหลายปี หลายภพหรือหลายชาติก็ดี แต่ความโกรธเพียงแค่วินาทีเดียวจะสามารถทำลายบุญกุศลทั้งหมดได้ ความโกรธจึงน่ากลัวมาก เราต้องมีความละเอียดมีความเกรงกลัวต่ออำนาจแห่งความโกรธ เราเห็นความน่ากลัวของความโกรธหรือยัง เห็นความน่าอายของมันหรือยัง เราเบื่อหน่ายในความโกรธของเจ้าของหรือยัง



มีคนจำนวนไม่น้อยที่ติดอยู่ในความโกรธ นั่นเป็นเพราะอะไร เพราะเวลาเราโกรธ มันรู้สึกคล้ายๆ มีชีวิตชีวา มีอำนาจ รู้สึกว่ามีพลังอะไรสักอย่างอยู่ในตัวเราเวลาเราโกรธ มันเป็นความรู้สึกหรืออารมณ์อย่างหนึ่งที่คนส่วนมากชอบ นี่แหละคือสิ่งอันตราย นี่แหละคือสิ่งที่น่ากลัว จริงๆ แล้ว ไม่ว่าจะใครจะเบียดเบียนเราทางกาย ทางวาจา หรือจะทำอะไรเราก็ตาม ก็ไม่มีใครจะบังคับให้เราโกรธได้ ไม่มีใครจะบังคับให้เราอยากได้รูป ได้เสียง ได้กลิ่น ได้รส ได้โผฏฐัพพะ อยากมี อยากเป็น ไม่อยากมี ไม่อยากเป็น ไม่มีใครจะบังคับให้ความคิด ความปรารถนาเหล่านี้เกิดขึ้นในจิตใจของเราได้เลย มันเกิดจากเราเองและเราจะต้องเป็นผู้รับผิดชอบ

เรื่องความโกรธ หลายคนยังมีความรู้สึกว่า ความโกรธเป็นเรื่องที่เหมาะสมในบางกรณี หรือความโกรธอาจทำให้เรามีแรงบันดาลใจ แต่โดยหลักธรรมแล้ว เราต้องรู้จักปล่อยวางความคิดเหล่านี้ เราต้องศึกษาคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าให้รู้ ให้เข้าใจ ให้สามารถนำไปใช้เพื่อข้ามน้ำท่วมแห่งกิเลสที่เรียกว่า โธมะ การศึกษาธรรมะเพื่อไปไต่อดหรือใช้ธรรมะเพื่อชนะคนอื่นอย่างนี้ เป็นอีกลักษณะหนึ่งของการแบกแพหลังจากที่ขึ้นบกเรียบร้อยแล้ว บางคนเรียนมาก เรียนพระไตรปิฎก เรียนพระอภิธรรม ความรู้มันมากจนหนักสมอง เลย

ต้องเทศน์ให้คนอื่นฟัง แต่มันไม่ใช่ความรู้ที่สมบูรณ์ เพราะความรู้ที่สมบูรณ์ จะต้องนำไปสู่การปฏิบัติทันที

พุทธศาสนาเราถือว่า การชนะใจเจ้าของเป็นชัยชนะที่ใหญ่หลวงและประเสริฐสุด ฉะนั้น เราทั้งหลายควรจะสนใจในการปฏิบัติ เช่นนี้ สนใจในการที่จะปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นต่างๆ ถ้าเกิดความรู้สึกว่าจำเป็นต้องเป็นอย่างนี้ให้ได้ ถ้าเป็นอย่างอื่นเราไม่ยอมหรือมีความหมายมั่นปั้นมือ นี่แหละคืออาการของความยึดมั่นถือมั่น นักปราชญ์จะไม่คิดอย่างนั้น นักปราชญ์อยากทำอะไร กำหนดแล้ว ว่าสิ่งนี้ควรทำ ก็ต้องพิจารณาอีกที ต้องฉลาดที่จะไม่ให้ความยึดติดครอบงำ ต้องมีสติ สติเป็นตัวป้องกันอันตรายทุกอย่าง สติเป็นสิ่งที่เราต้องทะนุถนอม สติเป็นสิ่งที่ต้องพัฒนาให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป

ในการประพฤติปฏิบัติให้ข้ามจากฝั่งนี้ซึ่งอันตราย ไปสู่ฝั่งโน้นที่ไม่อันตราย ที่ปลอดภัย ที่น่าอยู่ ไม่ใช่จะทำแบบสองจิตสองใจ เราต้องเห็นโทษของการอยู่อย่างนี้ให้ชัดเจน จนยอมที่จะเสียสละทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อธรรม นั่นแหละจึงจะมีหวังที่จะได้ผลเร็ว

ฉะนั้น ขอให้เราทุกคนเฝ้าสังเกตการปฏิบัติของเราในทุก ระดับ ทั้งระดับการให้ทาน ระดับการรักษาศีล และระดับการภาวนา เช่น ตัวเราให้ทานเป็นประจำ แล้วเวลาเราเห็นคนที่ไม่ให้



ทาน เรามีความรู้สึกหรือไม่อย่างไร สงสารเขาไหม หรือไม่ชอบเขาไหม หรือรู้สึกเฉยๆ เรื่องการรักษาศีล เมื่อเห็นคนทุศีล เห็นคนไม่รักษาศีล เคยโกรธไหม แม้เป็นคนที่เราไม่เคยรู้จักเลย เห็นเขาทำอะไรที่เราไม่ชอบไม่พอใจ บางทีนี่ก็อยากจะเทศน์ให้เขาฟัง อย่างนี้จะถูกหรือจะผิด ขอตอบว่าแล้วแต่เหตุการณ์ แล้วแต่ชุมชน แล้วแต่บุคคล แล้วแต่กาลเทศะ มีเหตุปัจจัยหลายอย่าง อย่างไรก็ตาม เราต้องรักษาจิตใจของเราไว้ และต้องฉลาดในการรักษา

พระที่นี้บางองค์บวชแล้วก็ตั้งอกตั้งใจศึกษาพระวินัยจนมีความรู้ดี แต่บางที่เป็นทุกข์มาก เพราะเกิดความรำคาญ เกิดความไม่พอใจ เมื่อเห็นสามเณรและพระบวชใหม่องค์อื่นๆ ยังไม่เรียบร้อยเรียบร้อย เปอร์เซนต์ ยังมีการลืมนิสัยบาบบ้าง จนท่านต้องตำหนิ ท่านมองไม่เห็นกิเลสของท่าน หรือเกือบจะมองไม่เห็น เพราะท่านมั่นใจว่ากำลังพูดความจริง

อาตมาว่าเราต้องดูอาการของเรา ถ้าเห็นคนไม่รักษาศีล เรา รู้สึกรำคาญไหม เราคิดดูถูกเขาหรือเปล่า เราอยากจะเทศน์ให้เขาฟังไหม ถ้าอยากจะเทศน์ให้เขาฟัง มันถูกกาลเทศะหรือไม่ เขาจะยินดีฟังไหม ต้องดูว่าเหมาะสมหรือไม่ เพราะแท้ที่จริงแล้ว ก็มีหลายๆ กรณีที่พระผู้ศึกษาพระวินัยมาก เกิดยึดติดอยู่ในพระวินัยจนเพื่อนพระผิดศีลแม้แต่คนเดียว ท่านก็จะโกรธ ไม่พอใจ ในสายตา

ของอาจารย์แล้ว กิเลสของพระองค์นี้ที่เครื่องแต่โกรธ ยังน่าหนักใจกว่ากิเลสของผู้ที่ยังไม่เรียบร้อย ถ้าหากว่าผู้ที่ยังไม่เรียบร้อยมีความตั้งใจที่จะทำให้มันเรียบร้อย แต่ยังไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร เราก็ควรจะยกย่องในสิ่งที่เขาทำได้ ไม่ต้องไปเพ่งโทษในสิ่งที่เขายังทำไม่ได้ การเพ่งโทษจะทำให้จิตใจของเราไม่ก้าวหน้าในธรรม เหมือนกับวณอยู่ในของเก่า



เมื่อเราสามารถรักษาสติให้ต่อเนื่องจนเข้าถึงความสงบ เราก็พยายามจะจับความรู้สึกนั้นไว้ให้อยู่นานๆ ไม่อยากให้มันเสื่อม หรือเมื่อมันเสื่อมแล้ว หลังเลิกทำสมาธิ ในการนั่งสมาธิครั้งต่อไป ถ้าเรามีแต่อยากจะเป็นอย่างนั้นอีกครั้ง ก็มักจะไม่ค่อยประสบความสำเร็จ มันทำได้ยาก และความอยากที่จะให้มันเป็นเหมือนครั้งก่อนนั้นแหละคืออุปสรรคสำคัญที่จะทำให้มันไม่เป็นอย่างที่หวัง

สมาธิเป็นสังขาร สมาธิเป็นสังขตธรรม เกิดตามเหตุตามปัจจัย ถ้าเหตุปัจจัยไม่พร้อม สมาธิก็ไม่พร้อม ทุกสิ่งทุกอย่างมันต้องพร้อม มันจึงจะเกิด ถ้ายังไม่พร้อม ยังมีเหตุไม่พอ มันก็ไม่เกิด ถ้าเข้าใจอย่างนี้ก็จะปล่อยได้ ปล่อยในทางที่ถูกต้อง แต่ครั้งที่เรานั่งสมาธิจะเป็นอย่างไร ก็ถือว่าเป็นเรื่องของธรรมชาติ ไม่ใช่เรื่องของเรา เรื่องของเราก็คือความพยายาม ผลจะดีจะเลวอย่างไรไม่รู้ แต่ถ้าเราทำอย่างถูกต้องตามหลักคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เรียกว่าเราอยู่ในปัจจุบัน จิตใจที่ปราศจากนิรวันจะเป็นบาทฐานของปัญญา

เมื่อจิตใจเรายังไม่นิ่ง ยังไม่เข้มแข็ง ยังไม่นุ่มนวล ย่อมจะเกิดปัญญาเกิดวิปัสสนาได้ยาก หรือไม่เกิดเลย เราต้องพยายามทำจิตใจให้พร้อมให้เหมาะให้เอื้ออำนวย ถ้าสมาธิเราดีและเราติดสมาธิ บางทีเราก็จะหลอกตัวเองเหมือนกันว่าเราพ้นแล้ว เพราะสมาธิจะข่มกิเลสไว้ได้เกือบทั้งหมด เราจะรู้สึกสว่างไสว มีความสุขจากสมาธิ แต่ว่ามันก็แค่นั้นเอง มันก็เป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงได้ ไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่คุณสมบัติของเรา ไม่ใช่ของๆ เราที่จะบังคับบัญชาได้วันนี้เป็นอย่างนี้ พรุ่งนี้ไม่รู้จะเป็นอย่างไร ได้แค่นี้เราก็ควรพอใจ แต่เราต้องพยายามทำต่อให้สม่ำเสมอ ให้มันดีกว่านี้ ให้มันเกิดปัญญาที่จะรู้เท่าทันโลกและชีวิต จนสามารถปล่อยวางได้อย่างสิ้นเชิง การปล่อยวางของเรายังไม่สมบูรณ์ เพียงปล่อยวางได้ในระดับหนึ่ง แต่ต่อมามันก็ไม่เป็นอย่างนั้น ผู้ที่ทำสมาธิต้องข่มกิเลสได้ แต่บางที

ก็หลง เมื่อสมาธิเสื่อมด้วยเหตุใดเหตุหนึ่งจึงเสียใจ เหมือนกับตกนรกทั้งเป็นเลย เกิดความรู้สึกว่าทำมาได้หลายปีแต่ที่แท้กลับไม่ได้อะไรเลย บางคนก็เลยเลิก ไม่ทำอีกต่อไป

เราจึงต้องรู้เท่าทันชีวิตในทุกๆระดับ พยายามฝึกให้รู้ว่าสมาธิคืออะไร ทำอย่างไร มีผลอย่างไร รู้สมาธิตามความเป็นจริง แล้วก็ปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นต่าง ๆ ปัญญาเป็นเครื่องมืออันสูงสุด เหมือนดาบเพชรดาบวิเศษ ที่สามารถตัดทุกสิ่งทุกอย่างในจักรวาล ไม่มีสิ่งใดเลยที่จะทนต่อการพิสูจน์ด้วยปัญญา ฉะนั้น เราต้องฝึกลูกหลานเราตั้งแต่ยังเด็กยังเล็ก ให้พิจารณาให้เห็นความไม่เที่ยง ความไม่แน่นอนของสังขาร ฝึกให้คุ้นเคยและไม่กลัวความไม่เที่ยง ความไม่แน่นอน แต่อย่าให้ยึดมั่นถือมั่นในความคิดเห็น เพราะเดี๋ยวจะต้องปะทะกับคนอื่น ๆ ที่มีความคิดเห็นไม่เหมือนกับเรา ให้เราใช้ธรรมะเป็นเรือเป็นแพข้ามน้ำ แต่เมื่อเราข้ามฝั่งได้แล้ว ท่านให้เราขึ้นจากเรือ ทั้งเรือทั้งแพไว้ ไม่ต้องแบกต่อไป ถ้าแบกไปมันจะหนัก แบกไปแล้วจะต้องเทศน์ให้ใครต่อใครฟังอยู่ตลอดเวลา หรือไปวิพากษ์วิจารณ์ว่าคนนี่ผิด คนนั้นสอนผิด ซึ่งไม่สมควร ทำเหมือนตัวเราจะรู้ทุกสิ่งทุกอย่าง นั่นคือความหลง แต่การเริ่มฝึกตนเองให้เห็นความไม่เที่ยงนี้สำคัญ ปัญญาที่เห็นความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความเป็นอนัตตา จะเป็นสิ่งที่นำเราไปสู่ความเป็นอิสระที่แท้จริง







ล. ลิง

พระพุทธองค์ทรงเปรียบเทียบจิตใจของคนเราว่าเหมือนลิง คือมีลักษณะอยู่หนึ่งไม่ได้ วิ่งไปวิ่งมาอยู่ตลอดเวลา โดยไม่มีจุดมุ่งหมายอะไรที่ชัดเจน ลิงเป็นสัตว์ที่ซี้เล่น ท่านบอกว่าถ้าเราไม่ฝึกอบรมจิตด้วยสมถกรรมฐาน เราจะพ้นจากความเป็นลิงไม่ได้ จิตที่เป็นลิงเป็นจิตที่มีความฟุ้งซ่านรำคาญอยู่ตลอดเวลา จะคิดอะไรก็คิดไม่ตลอดรอดฝั่ง ไม่เคยคิดอะไรตลอดสายให้ครบวงจรของมัน คิดได้นิดเดียวก็เปลี่ยนไปสนใจหรือไปคิดเรื่องอื่นแทน ไปคิดเรื่องนั้นสักครู่เดียวก็เบื่อ ต้องไปหาเรื่องอื่นมาคิด



การเป็นเช่นนี้มีโทษหลายประการ ที่เห็นได้ชัดก็คือ ไม่มีทางที่จะสงบได้ เพราะจิตที่ฟุ้งซ่านหรือจิตลิ่งนั้นมีความอารมณ์มาก ตรงกันข้ามกับจิตที่สงบ ซึ่งมีความอารมณ์เดียว ผู้ที่ปล่อยจิตใจให้วิ่งไปวิ่งมาอยู่ตลอดเวลา มักจะรู้สึกเหน็ดเหนื่อย เพราะความคิดเผาผลาญพลังงานของเรา ในแต่ละวันเราเสียพลังงานไปกับความคิดมากเกินไป สักเกตได้ง่ายๆ จากผู้ที่กำลังเป็นทุกข์ หรือกำลังหนักใจเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรือกำลังฟุ้งซ่านวุ่นวาย แค่นั้นเฉยๆ ไม่ได้ออกกำลังกายอะไรเลย แต่รู้สึกเพลียหมดแรง มันเพลียเพราะอะไร หมดแรงได้อย่างไร นั่งอยู่กับที่แท้ๆ ไม่ได้ทำอะไรเลย ทำไมจึงเหนื่อยอย่างนี้ มันเหนื่อยเพราะความคิด การคิด คิด คิดอยู่ตลอดเวลา เราต้องใช้พลังงานมาก จึงทำให้เรารู้สึกเหนื่อย

ฉะนั้น จิตลิ่งมีโทษ คือ ทำให้รู้สึกเหนื่อย ไม่มีกำลัง มีโทษ เพราะเป็นอุปสรรค หรือเป็นปฏิบัติ เป็นสิ่งที่ตรงกันข้ามกับความสงบ จิตใจที่ฟุ้งซ่านเยี่ยงลิ่ง มักจะทำให้การกระทำการพูดของเจ้าของขาดความรอบคอบ กลายเป็นคนใจร้อน หุนหันพลันแล่น คิดอย่างไรก็ทำอย่างนั้น ทำแล้วเกิดอุปสรรค ไม่ราบรื่น ไม่ง่าย ไม่สนุก ก็หยุดทำ ไปทางนี้ไม่ได้ แทนที่จะสู้ กลับหยุดเสีย ไปหาทางอื่นที่คิดว่าง่ายกว่า มันก็จะได้แต่วิ่งหาสิ่งที่ย่างกว่าอยู่ตลอดเวลา เหมือนเดินทางในป่า พอเจอที่รกทึบก็ไม่ไหวแล้ว ถอยออกมาหาทางใหม่ เจออุปสรรคเมื่อไหร่ ไม่ยอมมสู้ หาที่ใหม่หาที่ง่ายดีกว่า

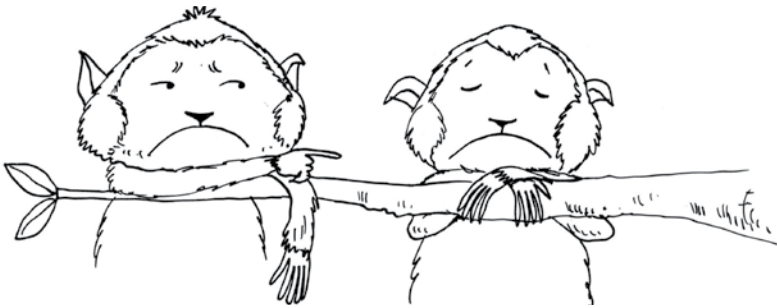
ความคิดที่จะหาทางง่ายที่สุดนั้นล่ะ คือ อันตราย เพราะทาง
ที่ง่ายที่สุด มักจะไม่ใช่ทางที่ดีที่สุด อย่างที่โบราณพูดว่า มั่งง่าย
ได้ยาก ลำบากได้ดี

จิตลิงชอบเที่ยวเพลีน ไม่เคยสอดส่องเข้าไปให้ทะลุปรุโปร่งใน
เรื่องใดเรื่องหนึ่งเลย มีแต่วิ่งหาความสนุก หาความสบายอยู่ตลอดเวลา
เหมือนลิง เมื่อเอาความสนุกและความรู้สึกชั่วแวบเป็นหลัก
ก็มักจะทำสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ มักจะพูดสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์อยู่
เสมอ นี่คือโทษของจิตลิง



ผู้ครองเรือนบางคน เมื่อได้ฟังพระเทศน์ ก็เกิดเบื่อหน่ายใน
ชีวิตฆราวาส คิดจะออกบวช อยากจะเป็นพระ หลวงพ่อชาท่านเคย
วิจารณ์ในเรื่องนี้ว่า ผู้ที่มาวัด มาขออุปสมบทในลักษณะนี้ ส่วนมาก
อยู่ในลักษณะ ลิงเบื่อ ไม่ใช่ว่า เบื่อลิง ท่านแยกแยะระหว่าง ลิงเบื่อ
กับ เบื่อลิง ไว้ลึกซึ้งมาก กระชับ และมีความหมายดี

เป็นอย่างไร ก็คือสิ่งที่หาของเล่นอยู่เรื่อย หาที่สนุก หาที่สบาย อยู่ตลอดเวลา ไม่นานก็เบื่ออีกแล้ว ต้องไปหาของใหม่แทน ท่านบอกว่า บางคนก็เข้าวัดด้วยเหตุผลว่า เบื่อ เบื่อสังคม เบื่อชีวิต ครอบครัว เบื่อนั้นเบื่อนี้ ที่จริงแล้ว ไม่ใช่ความเบื่อที่พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญ แต่เป็นความเบื่อที่ประกอบด้วยโทสะ ความไม่ชอบ ความไม่พอใจ



แต่ความเบื่อหน่ายที่เป็นกุศลก็มีอยู่ ความเบื่อหน่ายนี้ ท่านให้ชื่อว่า นิพพิทา ถ้าเป็นลิงเบื่อ เบื่อได้ไม่นาน ก็เบื่อที่จะเบื่อ แล้วเกิดความสนใจในเรื่องอื่นต่อไป คือเบื่อไม่นาน จะเอาจริงเอาจังกับความเบื่อนั้นไม่ได้ แต่นิพพิทา หรือความเบื่อประเภทที่เป็นกุศลนั้น คือเบื่อการที่ต้องใช้ชีวิตเป็นลิง เบื่อหน่ายที่จะไม่เป็นอิสระ ท่านเรียกว่า เบื่อลิง เห็นความเป็นลิงของจิต เกิดความสลัดสังเวช เกิดความเบื่อหน่ายที่ต้องมีจิตใจที่เป็นอย่างนี้ นี่คือการแตกต่างระหว่าง ลิงเบื่อ กับ เบื่อลิง

การฝึกสมาธิภาวนา เช่นการกำหนดลมหายใจเข้าลมหายใจออก จะช่วยแก้จิตลิงได้ เพราะสมาธิภาวนาช่วยให้เราพอใจกับอารมณ์เดียว เป็นการพิสูจน์ว่า เราอยู่ด้วยอารมณ์เดียวได้ ทำให้เรามีกำลังใจเพียงพอที่จะเสียสละความสุขทางโลก ความสุขที่ทำให้จิตใจเราฟุ้งซ่าน เมื่อเรากลับสละความสุขที่บางครั้งอาศัยความทุกข์ของคนอื่น กลับสละความสุขในการคิด ความสุขในการปรุงแต่ง ความสุขในการแสวงหารูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ จิตใจของเรา ก็จะสงบราบ



เมื่อจิตใจเรามีอารมณ์เดียว เราจะรู้สึกสบาย เป็นความสบายที่หลงพอชาท่านบอกว่า เป็นไปเพื่อความสบายยิ่งๆ ขึ้นไป ไม่ใช่ความสบายที่เป็นไปเพื่อความไม่สบาย ดังนั้น จิตใจฟุ้งซ่านทำให้เราคิดอะไรไม่ออก ถ้าเรามองไม่เห็นตามความเป็นจริง เราจะไม่มี

โอกาสเข้าถึงความอัศจรรย์ของพระธรรม จิตใจฟุ้งซ่านทำให้เรา เหน็ดเหนื่อยเพราะเผาผลาญพลังงานของร่างกาย จิตใจที่ปราศจาก ความฟุ้งซ่านวุ่นวาย เป็นจิตที่สร้างสรรค์ เป็นจิตใจที่เป็นกลาง ไม่อคติ เป็นจิตใจที่สงบ เป็นจิตใจที่มีความพอใจในหน้าที่ของตน จิตใจเช่นนี้ นำความสุขมาสู่ชีวิตของเรา และที่สำคัญคือเป็นบาทฐาน ของปัญญา ฉะนั้น เราจึงต้องพยายามนั่งสมาธิภาวนาทุกวัน ๆ ให้มัน ต่อเนื่อง หากปฏิบัติได้อย่างสม่ำเสมอ จิตใจก็จะสุขสดชื่น

ถ้าเราปล่อยให้จิตใจคิดมาก สิ่งที่เราคิดมักจะเป็นสิ่งไม่ดี มากกว่าสิ่งที่ดี ทำให้จิตใจเราว้าวุ่น ชุ่นมัว ไม่มีความผ่อนคลาย การระงับ ความฟุ้งซ่านก็ไม่มีอะไรมาก เพียงแค่เรากำหนดสิ่งที่เราต้องการคิด กำหนดสิ่งที่เราต้องการพิจารณา แล้วพยายามประคองให้จิตใจอยู่กับ สิ่งนั้น เมื่อเราตั้งอกตั้งใจอย่างนี้ แม้ว่าจิตใจจะยังไหลไปบ้าง พอเรารู้ตัว เราก็ดึงกลับมา วิธีระงับความฟุ้งซ่านมันก็มีแค่นั้น

ที่สำคัญก็คือ เมื่อมีอารมณ์เกิดขึ้นในจิตใจ จะเป็นอารมณ์จาก อดีตหรือเป็นอารมณ์เกี่ยวกับอนาคตก็ตาม เราก็สามารถทำจิตใจ ให้เป็นกลาง เรียบรู้จากประสบการณ์ชีวิต ท่านบอกว่า ผู้ที่มีจิตใจ เป็นลิง ไม่รู้จักค่าของสิ่งต่างๆ ไม่สามารถที่จะจับได้ว่า อะไรมี ประโยชน์ อะไรไม่มีประโยชน์ จึงมีคำพูดว่า ...ลิงได้แก้ว... คือเมื่อ ลิงได้แก้ว ลิงก็ไม่รู้จักคุณค่าของแก้ว เห็นแค่ว่าสวยงาม หยิบขึ้นมา เล่น เล่นไปเล่นมาก็เบื่อ เบื่อแล้วก็ทิ้งแก้วนั้นไป



จิตใจเราต้องหนักแน่นมั่นคง ต้องสละสิ่งที่ทำให้จิตใจเป็นอกุศลทิ้งไป เราต้องมุ่งมั่นในสิ่งที่ดีงาม คอยเฝ้าสังเกตจิตใจของตนเอง การทำสมาธิจะได้ผลทุกคน ถ้าทำตรงตามที่ท่านสอน และเราไม่มีความต้องการสิ่งทีนอกเหนือจากที่ท่านสอน ไม่สนใจเรื่องอิทธิฤทธิ์ปาฏิหาริย์ ไม่สนใจที่จะเห็นนิมิตอย่างนั้นอย่างนี้ ถ้าทำสมาธิด้วยความเข้าใจถูกต้อง ทำอย่างสม่ำเสมอ ความสงบย่อมไม่เหลือวิสัยของเรา

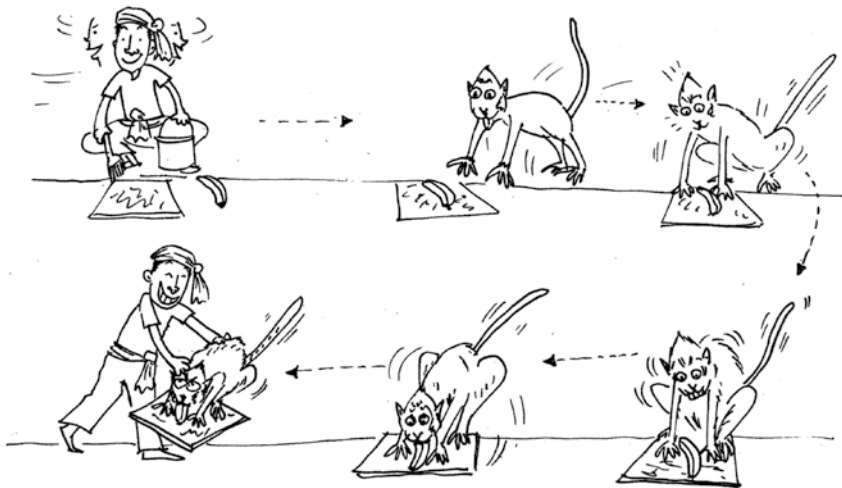
จิตใจของคนในสมัยปัจจุบันนี้ ก็ไม่ได้มีอะไรผิดแผกแตกต่างจากจิตใจของคนในสมัยพุทธกาล ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง สิ่งเหล่านี้ไม่ได้เปลี่ยนตามยุคตามสมัย มันมีอยู่ทุกยุคทุกสมัย เพียงแต่เราต้องเชื่อมั่นว่า ความสงบอยู่ในเอื้อมมือเรา ความสงบไม่เหลือวิสัย ทั้งๆ ที่ในปัจจุบันนี้อาจจะรู้สึกว่ายากไกลเหลือเกิน ที่จริงแล้ว มันไม่ได้ห่างจากเราเลย มันอยู่แค่ตัวเอง แต่เราต้องปฏิบัติ เมื่อเราระงับความคิดฟุ้งซ่านในจิตใจได้ ความเป็นลิงลดน้อยลง สิ่งที่เหลืออยู่จะปรากฏอย่างชัดเจน เราก็จะรู้ว่า สิ่งใดที่

ควรละ สิ่งใดควรรักษาไว้ หรือควรพัฒนาให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป เมื่อเรารู้ เราก็คงทำงานได้คล่องแคล่ว เพราะไม่มีความคิดที่เป็นอคติ ไม่มีความคิดที่ผูกพันกับสิ่งนั้นสิ่งนี้ เมื่อความคิดต่าง ๆ ลดน้อยลงหรือหายไป เราจะสามารถเห็นสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง

คุณธรรมที่สำคัญอย่างยิ่งอีกข้อ คือ ความไม่ประมาท แม้ว่าเราได้ทำสมาธิจนชำนาญแล้ว สมาธิเราดี ท่านสอนให้เราระวังอย่าหลง ไม่ต้องเชื่อความคิดของตน แต่ควรระมัดระวังด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตนว่า มันยังเป็นของไม่แน่นอน ทุกสิ่งทุกอย่างอยู่ชั่วคราวเท่านั้น เกิดแล้วต้องดับ

ผู้ที่เคยเข้าวัดเข้าวาเคยฟังเรื่องจากพระไตรปิฎก ฟังเรื่องอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทุกสิ่งทุกอย่าง ฟังพระสูตรก็พอจะเข้าใจ แต่มันยังไม่ชัด เพราะยังเป็นความรู้ของผู้ไม่สงบ แต่เมื่อจิตใจสงบแล้ว เราจะเข้าใจลึกซึ้งกว่าแต่ก่อนหลายเท่า ทั้ง ๆ ที่ไม่ใช่ความรู้หรือข้อมูลใหม่ ส่วนมากเมื่อบรรลุธรรมในระดับใดระดับหนึ่ง ก็มักจะเกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในสิ่งที่เคยได้ยินได้ฟังมาหลายครั้งแล้ว การทำจิตใจให้พร้อม พร้อมที่จะรับ พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลง จึงเป็นเรื่องสำคัญ เราต้องเจริญสมาธิให้มาก จนจิตใจของเรามีความเข้มแข็งและต้องมีความอ่อนโยนในเวลาเดียวกัน เพื่อความจริงของชีวิตจะได้ประทับไว้ในจิตใจของเราได้

ถ้าจิตใจของเราแข็งเหมือนวัตถุแข็งๆ เมื่อเอาอะไรมากระทบ
ลง มันก็จะกระทบได้แค่ผิวเผิน จะเข้าไปไม่ถึงเนื้อของวัตถุนั้น แต่ถ้า
เป็นวัตถุที่เนื้ออ่อนล็กหน้อยหนึ่ง สิ่งที่กระทบจะเข้าไปอยู่ในเนื้อของ
วัตถุนั้นได้ เช่นเดียวกับจิตใจที่ฝึกแล้ว จะมีความหนักแน่นเข้มแข็ง
ต่อพลังของกิเลสมาก แต่ในขณะเดียวกันก็จะมีความอ่อน คือ
ละเอียดอ่อนต่อความจริง ไม่ใช่อ่อนต่อกิเลส พูดได้ว่า เมื่อสมาธิ
เกิดขึ้น ความเป็นลิงก็จะหมดไป



ในสมัยพุทธกาล มีวิธีจับลิงอย่างหนึ่ง คือ เอายางไม้คล้าย ๆ กาว ทาไว้บนแผ่นไม้อะไรสักแผ่น แล้ววางเหยื่อซึ่งจะเป็นผลไม้หรืออะไรก็ตามที่กินได้ไว้ตรงกลางจุดที่ทา กาว ลิงเห็นของกิน ก็เอามือไปจับ มือก็เลยไปติดกับแผ่นที่วางล่อ ดึงมือออกไม่ได้ จะทำอย่างไรดี ลิงก็คิดว่านวย อันตราย ๆ ใจร้อน จะต้องหนีให้ได้ ไม่คิดวิเคราะห์อย่างรอบคอบ ว่ามือติดเพราะอะไร มันติดเพราะกาว ทำอย่างไรเราจึงจะพ้นได้ มันไม่ได้คิด มันก็เอามืออีกข้างมาดึง มือก็เลยติดกาวไปทั้งสองข้าง ลิงก็เอาเท้าซ้ายมาช่วย เท้าซ้ายก็เลยติดกาวไปด้วย ทีนี้ก็เหลือขาขวาข้างเดียว ในที่สุดเท้าขวาก็ติดเข้าไปอีก แล้วจะทำอย่างไรต่อ คิดอะไรไม่ออก วุ่นวายที่สุด ก็เลยเอาปากลงมาพยายามช่วยดึง ปากก็เลยติดไปด้วย แล้วนายพรานก็เดินออกมาจับลิงไปได้

ท่านว่าพวกเราก็เหมือนลิงนี้แหละ พอเราไปยึดติดในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เหมือนลิงไปจับเหยื่อ เราก็ติดอยู่ในโลก ติดอยู่ในวัฏสงสาร เมื่อติดแล้ว แทนที่จะใช้ปัญญา กลับกลายเป็นการเพิ่มปัญหาให้มากขึ้น นี่คือตัวอย่างของลิง ลักษณะอย่างหนึ่งของลิง ซึ่งไม่ทราบว่าจะเท็จจริงจะเป็นอย่างไร แต่ในนิทานหรือในคำบอกเล่ามักจะบอกว่า ลิงถือตัวว่าตัวเองฉลาด ทั้ง ๆ ที่ไม่ฉลาด จึงเป็นเหตุให้ผิดพลาดบ่อย ๆ

พระพุทธองค์เคยตรัสถึงผู้ที่ขาดปัญญา หรือเรียกตรง ๆ ว่าคนโง่ ท่านว่า คนโง่ที่รู้ตัวเองว่าโง่ รู้ตัวเองว่ามีปัญญาน้อย ก็ต้องยอมรับว่า

เขามีปัญญาอยู่ในระดับหนึ่ง คือมีปัญญาที่รู้ตัวเองตามความเป็นจริง รู้ข้อบกพร่องของตัวเอง ท่านว่า คนที่มีข้อบกพร่องหรือผู้ที่ขาดปัญญาที่รู้จักตัวเอง ยอมรับข้อบกพร่องของตนเอง เป็นผู้ที่น่าสรรเสริญ ส่วนผู้ที่เปิ่นพาล หรือผู้ที่ขาดปัญญา แต่หลงว่าตัวเองเก่ง ตัวเองแน่ ย่อมจะนำความเสื่อมมาให้ตนเองมากที่สุดเท่าที่ตัวเองทำนจึงให้เรารู้จักตัวเอง

ในนิทาน ลิงมักจะหลงว่าตัวเองฉลาด ทั้งๆ ที่จริงๆ แล้วไม่ได้เป็นเช่นนั้น มีนิทานชาดกเรื่องหนึ่ง เล่าว่าที่สวนชานเมืองพาราณสี ผู้ดูแลสวนอยากไปเที่ยวงานในเมือง จึงถามหัวหน้าลิงในสวนว่า เขาอยากจะไปในเมืองสัก ๒-๓ วัน จะขอให้ลิงช่วยรดน้ำต้นไม้ให้ได้ไหม หัวหน้าลิงก็รับปาก ผู้ดูแลสวนจึงเข้าเมืองไป หัวหน้าลิงเรียกประชุมลิงทั้งฝูง บอกว่านี่เป็นโอกาสทองที่เราจะพิสูจน์ความฉลาดของเราว่าไม่แพ้มนุษย์เลย เราอาจจะฉลาดกว่ามนุษย์ด้วยซ้ำไป หัวหน้าลิงบอกกับลูกน้องว่า ต้นไม้ในสวนนี้มีเยอะมาก ที่ปลูกใหม่ๆ ก็มีมาก การตักน้ำมารดต้นไม้ คงต้องใช้เวลามาก เราต้องพยายามหาวิธีที่ฉลาดที่สุด ฝูงลิงก็เลยคิดกันว่า ต้นไม้ที่มีรากลึกต้องรดน้ำมาก ส่วนต้นไม้ที่มีรากตื้นมีรากน้อยไม่ต้องรดน้ำมาก ด้วยวิธีนี้ เราจะได้ประหยัดน้ำและประหยัดเวลาในการตักน้ำ จะได้ไม่ต้องเหน็ดเหนื่อยในการหาน้ำมาก ๆ ก็เลยตกลงกันตามนั้น ที่นี้ลูกน้องลิงเกิดความสงสัยว่า แล้วเราจะรู้ได้อย่างไรว่าต้นไหนรากลึก ต้นไหนรากน้อย หัวหน้าลิงตอบ

ว่า ก็ถอนออกมาดูสิ จะได้เห็นว่ารากมากหรือรากน้อย จะได้รดน้ำถูก
บรรดาลึงทำตามที่หัวหน้าสั่ง ก็เลยถอนต้นไม้เสียหลายร้อยต้น เมื่อผู้
ดูแลสวนกลับมาเห็น ก็ถึงกับช็อกไปเลย ต้นไม้ที่เขาปลูกไว้โดนลึงถอน
มากมาย บางต้นก็ตายไปเลย บางต้นก็จวนเจียนจะตาย



พระพุทธองค์ทรงกล่าวถึงคนที่ยังมีปัญญาไม่มาก แต่หลง
คิดว่าตัวเองเก่ง ทำให้มีปัญหา ท่านจึงให้เราไม่ประมาท ท่านว่า
แม้แต่ลึงยังตักต้นไม้ได้ หมายถึงว่า เราจะฉลาดอย่างไร เราจะเก่ง
อย่างไร ถ้าเราไม่ระวัง เราก็ยังมีโอกาสพลั้งพลาดได้ ท่านจึงให้
เราปฏิบัติเพื่อให้พ้นจากความเป็นลิง ไม่ต้องเป็นลิงต่อไป เพื่อจะได้
เป็นมนุษย์กับเขาบ้าง

ปัจจุบันนี้ เราอยู่ในยุคที่มีข้อมูลข่าวสารมากมายซึ่งส่งผลให้จิตใจของคนฟุ้งซ่าน มีเคเบิลทีวีไม่รู้กี่สิบช่อง จะเปลี่ยนจากช่องหนึ่งไปอีกช่องหนึ่ง ก็ไม่ต้องลุกขึ้นไปเปลี่ยนจากเครื่องเหมือนอย่างสมัยก่อน มีรีโมทก็กดๆ การเปลี่ยนช่องทำได้ง่ายมาก ทำให้เราดูรายการอะไรแค่ ๕ นาที ๑๐ นาที ถ้ารู้สึกที่ไม่สนุก ก็กดหาช่องใหม่ทันที หรือกดๆ หารายการที่อาจจะสนุกกว่า

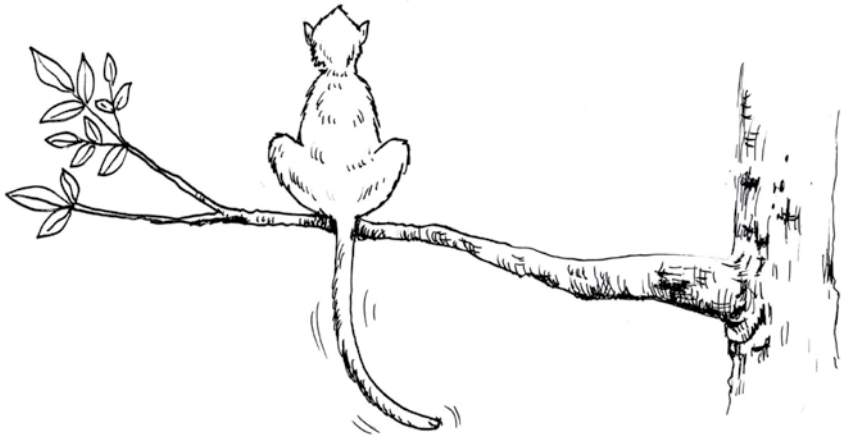
ทุกวันนี้การอ่านหนังสือหรือการทำอะไรให้มันจบให้มันครบถ้วน มีน้อยลงๆ โดยลำดับ เพราะคอมพิวเตอร์ ทีวี และเทคโนโลยีใหม่ๆ นี้ มันตอบสนองความต้องการของเราวดเร็วมาก คอมพิวเตอร์ก็เร็ว ทีวีก็เร็ว คุณนี่เบื่ออยากดูอย่างอื่น ก็แค่กดปุ่ม มันก็เปลี่ยนทันที ทำให้คนใจร้อนและไม่อดทน เมื่อประสบกับสิ่งที่ไม่เป็นไปตามความคิด ไม่น่าปรารถนา หรือจิตใจเกิดมีปัญหาอะไร ก็อยากจะกดปุ่มให้ได้ผลที่ต้องการทันที จะทำอะไร ก็หวังจะให้ได้ผลทันที แต่ความหวังของเราไม่ค่อยมีผลต่อธรรมชาติสักเท่าไร เราต้องเรียนรู้จากธรรมชาติด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตนมากกว่า



ฉะนั้น ขอให้เราทั้งหลายได้ฝึกจิตเพื่อจะไม่ต้องเป็นลิง จะได้พ้นจากความเป็นลิง มีความสำรวมระวังให้มากขึ้น ให้รู้จักเลือก เห็นสิ่งที่มาสัมผัสทั้งทางตา หู จมูก ลิ้น กาย เลือกเฉพาะข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ มิฉะนั้น จิตใจจะอ่อนแอ และเราจะต้องมีความต้องการให้ได้ทุกสิ่งทุกอย่างทันใจเรา แต่โลกนี้วิฎสงสารนี้ไม่ค่อยทันใจเรา ไม่ทันความต้องการและความอยากของเรา

ถ้าเราเบื่อกับการเป็นลิง เราต้องใช้ปัญญา พิจารณาดูว่าเราเป็นลิงเพราะอะไร อะไรคือเหตุ อะไรคือปัจจัย ต้องดูที่เหตุปัจจัย ภายในและเหตุปัจจัยภายนอกด้วย การวิเคราะห์ก็อย่างนี้ไม่เหลือวิสัย เพียงแต่ดูว่าเรื่องนี้มันเป็นอย่างไร สังเกตดูว่า ถ้ามีข้อมูลมาก รู้มาก เหมือนเราทานอาหารมากมายหลายอย่าง เราคิดแต่ว่า เรามีบุญนะที่มีอาหารอร่อยๆ หลากหลายให้เลือก มีบุญมากกว่าคนในสมัยก่อน ที่มีอาหารแค่ไม่กี่อย่าง ข้าว ส้มตำ น้ำพริก ปลา อะไรเล็กๆ น้อยๆ ไม่มาก แต่เมื่อเราทานอาหารที่อร่อยหลากหลายชนิดนั้น แล้วร่างกายเราย่อยอาหารนั้นไม่ได้ แม้ว่าอาหารนั้นจะมีวิตามิน มีโปรตีน มีอะไรสารพัด มันก็ไม่มี ความหมาย ไม่เกิดประโยชน์ และอาจกลับเป็นโทษด้วย

ฉะนั้น ทุกวันนี้ เรารู้อะไรต่อมิอะไรมากเกินไปเสียแล้ว เราจึงต้องสำรวมระวัง พยายามควบคุมไม่ให้เป็นเหตุแห่งความฟุ้งซ่าน





๒. ฤาษี

ก่อนอื่นก็ขอเล่าถึงชีวิตอาตมาเองนิดหน่อยว่า ตอนเด็ก ๆ เมื่ออยู่ที่ประเทศอังกฤษ อาตมาเกิดความศรัทธาเลื่อมใสในฤาษีที่อินเดีย ก่อนที่จะได้ศึกษาพุทธศาสนาด้วย เพราะเคยเห็นรูปและเคยดูหนังแล้วเกิดความประทับใจ จนมีความคิดมาตั้งแต่เด็กว่าอยากเป็นฤาษี ที่ประทับใจมาก คือ รูปฤาษีนั่งสง่าชดสสมาธิเพชรอยู่บนก้อนหิน รอบ ๆ ก้อนหินนี้มีแต่หิมะและน้ำแข็ง แต่ฤาษีนั่งแค่ผ้าฝืนเล็กๆ ฝืนเดียว พอที่จะปกปิดอวัยวะเท่านั้น เราก็รู้สึกประทับใจ



ตอนไปอินเดียก็แสวงหาพวกฤาษี แต่ฤาษีที่แท้จริงนั้นหายาก ส่วนมากเราจะเจอแต่ฤาษีปลอมมากกว่า ที่อินเดียมีเมืองหนึ่งเรียกว่าฤาษีเกช (Rishikesh) เป็นที่ของฤาษี แต่ฤาษีส่วนมากเป็นฤาษีที่หากินกับนักท่องเที่ยว ไม่ใช่ของจริง ฤาษีประเภทที่นอนบนเตียงตะปู

ก็มี หรือที่ทำอะไรแปลกๆ ให้คนเห็นก็มี แต่ก็ไม่ใช่ฤษีที่อาตมาต้องการพบ

ต่อมาอาตมาไปเดินอยู่แถวภูเขาหิมालัยคนเดียว ก็ได้เจอฤษีบ้าง แล้วก็ยังมีความหวังและความต้องการอยู่เสมอว่า วันใดวันหนึ่งเราจะเป็นฤษี แต่เมื่ออาตมาได้หันมาศรัทธาในพระพุทธศาสนา และบวชที่วัดหนองป่าพง ได้ศึกษาและเข้าใจเรื่องระบบการพัฒนาจิตของพระพุทธเจ้ามากขึ้น เข้าใจในเรื่องพระวินัยมากขึ้น จึงได้ทราบว่พระพุทธองค์ไม่ต้องการให้พระในพระพุทธศาสนาเป็นฤษี พระวินัยบางสิกขาบทมุ่งที่จะป้องกันไม่ให้พระเป็นฤษี ดังเช่นสิกขาบทที่กำชับว่า พระเราจะฉันอะไร ต้องมีโยมถวาย และเราเก็บอาหารที่โยมถวายค้างคืนไม่ได้ เราขุดดินไม่ได้ ปลูกข้าวเองไม่ได้ ทำกับข้าวเองไม่ได้ สิกขาบทเหล่านี้ทำให้พระเราช่วยตัวเองไม่ได้ในเรื่องอาหาร เมื่อเราช่วยตัวเองไม่ได้ เราก็ต้องอาศัยชาวบ้าน เราต้องอยู่ในวัดหรืออยู่ในที่วิเวกที่ไม่ห่างจากหมู่บ้านมากนัก อย่างมากที่สุดก็ ๔-๕ กิโลเมตร เพราะเราต้องเดินบิณฑบาตทุกวัน ๔-๕ กิโลเมตร นี่ถือว่าอยู่ในเกณฑ์ที่เดินได้ทุกวัน แต่บางองค์ที่เดินไกลกว่านั้นก็มี แต่ถ้าเกิน ๔-๕ กิโลเมตรแล้ว ส่วนมากจะไม่ไหว หลวงพ่อเลี่ยมเคยเล่าว่า สมัยก่อน เมื่อยังไม่ได้สร้างวัดป่านานาชาติ ท่านก็เคยมาบิณฑบาตที่บ้านบุงหวายเป็นประจำในบางฤดูหรือบางปี





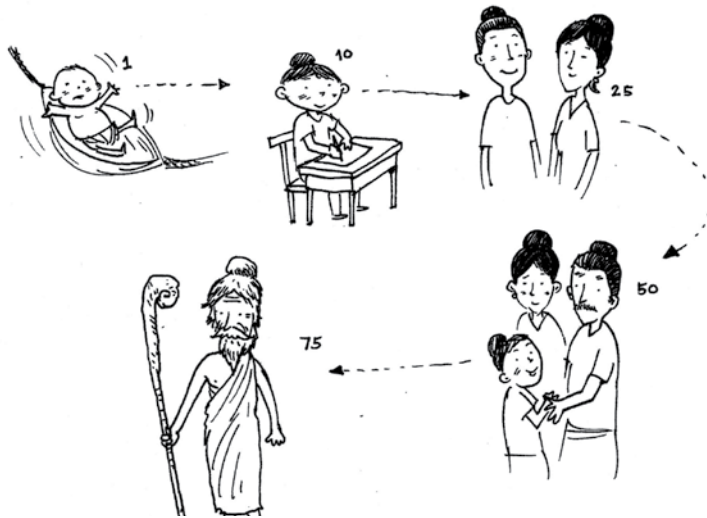
ฉะนั้น พระเราจะไปอยู่ในถ้ำที่ห่างไกลจากชาวบ้านมากไม่ได้ ไม่เหมือนฤๅษี ที่สามารถเก็บเสบียงไว้ในถ้ำและทำอาหารเองทุกวัน เพราะพระวินัยไม่อนุญาตให้พระเก็บข้าวสารอาหารแห้งเอง ถ้ารับพระเคนวันนี้ จะฉันทรงนี้ไม่ได้ ท่านให้พระฉันแค่เพียงพอแก่ความต้องการ และให้เสียสละส่วนที่เหลือไป ฤๅษีบางคนยังมีสวนปลูกข้าวปลูกผักไว้เป็นอาหาร ซึ่งพระเราทำไม่ได้

แล้วทำไมพระพุทธรองค์จึงไม่ต้องการให้พระเป็นฤาษี เพราะพระพุทธรองค์ทรงต้องการให้พระเป็นกัลยาณมิตรกับชาวบ้าน ทรงต้องการให้มีความสัมพันธ์ระหว่างพระกับชาวบ้าน แม้ว่าพระบางองค์อาจไม่มีพรสวรรค์ในการอบรมสั่งสอน หรือท่านยังต้องการวิเวกอยู่ ไม่ต้องการจะคลุกคลีกับชาวบ้าน เพียงแค่การไปบิณฑบาตในหมู่บ้านทุกวัน เราก็ยังถือว่าเป็นการโปรดสัตว์ เพราะอย่างน้อยที่สุดชาวบ้านก็ได้เห็นสมณะผู้สงบระงับเป็นตัวอย่างอยู่ทุกวัน เมื่อเห็นพระทุกวัน ย่อมมีโอกาสนี้ที่จะน้อมนำจิตใจของชาวบ้านไปในสิ่งที่ดีงาม ทำให้ชาวบ้านรู้สึกชื่นใจ ทำให้มีความสบายใจว่า ผู้ที่ยังปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ผู้ที่ยังมุ่งมั่นในการละความโลภ ความโกรธ ความหลง ในการเจริญด้วยความเมตตา กรุณา และปัญญา นี้ ยังมีอยู่ในโลก เขายังมีโอกาสทำบุญและมีส่วนในการบำรุงพระศาสนา พระพุทธรองค์ทรงเห็นว่า ถ้าพระเราเป็นฤาษีที่อยู่ในถ้ำองค์เดียวนาน ๆ หรือไปอยู่ในป่าองค์เดียวนาน ๆ พระจะไม่มีบทบาทในสังคม ไม่สามารถที่จะเป็นผู้นำด้านจิตวิญญาณในสังคม

ฤาษีมีมาตั้งแต่ก่อนพุทธกาล ในระบบเดิมของพราหมณ์นั้น ท่านแบ่งชีวิตของคนออกเป็น ๔ ช่วง ช่วงแรกเรียกว่าช่วงพรหมจรรย์ คือ ๒๕ ปีแรกของชีวิต สมัยนั้นอายุยังไม่ถึง ๒๕ ปี ยังแต่งงานไม่ได้ แต่ตามความเป็นจริงคงไม่เป็นเช่นนั้น เพราะพวกคุณทรและพวกจัณฑาลคงไม่ได้ทำตามนั้น เฉพาะพวกพราหมณ์จริง ๆ ที่ถือว่า



ต้องไม่แต่งงานจนอายุ ๒๕ ปีขึ้นไป เพราะต้องตั้งอกตั้งใจเล่าเรียน วิชาอยู่กับอาจารย์ อายุ ๒๕-๕๐ ปี เป็นช่วงทำงาน แต่งงาน มีลูก มีทายาท อายุ ๕๐-๗๕ ปี เป็นช่วงออกจากโลกไปปฏิบัติธรรม และ ถ้ามีอายุเกิน ๗๕ ปี ก็เป็นช่วงเข้าป่า เป็นฤๅษี อยู่องค์เดียวจนถึงวัน ลี้้นชีวิต ระบบดั้งเดิมของพราหมณ์เป็นอย่างนี้



เพราะฉะนั้น เมื่อพวกพราหมณ์เห็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ดี หรือ เห็นพระสาวกหนุ่มๆ ก็ดี มักจะงงและจะแปลกใจมากกว่า ทำไมคนอายุแค่นี้คิดที่จะออกจากโลก มีปัญหาอะไร

หรือเปล่า เพราะก่อนหน้านั้น มีแต่คนมีอายุที่ผ่านช่วงพรหมจรรย์ ผ่านช่วงทำงานและมีครอบครัวแล้วจึงออกบวช เขาเข้าใจว่า การออกบวชเป็นหน้าที่หรือเป็นธรรมะของผู้มีอายุ ๕๐ ปีขึ้นไป พวกพราหมณ์จึงไม่เข้าใจว่าทำไมในพระพุทธศาสนา คนอายุแค่ ๒๐-๓๐ ปี จำนวนมากมายจึงออกจากโลก ออกจากหน้าที่การงาน ทั้งๆ ที่อายุขนาดนี้ ควรจะได้แต่งงานและมีลูก

มีอยู่ครั้งหนึ่งที่พราหมณ์ถามพระพุทธเจ้าเรื่องนี้ว่า ทำไมพระหนุ่มจึงอยู่ได้ และดูผ่องใสดีด้วย คือเขาคงจะเห็นว่ามันผิดธรรมชาติ ยังหนุ่มเกินไปที่จะปฏิบัติธรรม พระพุทธองค์ตรัสว่า พระหนุ่มท่านอยู่ได้เพราะเมื่อท่านเจอผู้หญิงในวัยไล่เลี่ยกัน ท่านก็จะมองว่าเป็นพี่สาวหรือน้องสาว เมื่อเจอผู้หญิงที่มีอายุมากกว่า ก็มองว่าเป็นแม่ จิตใจของท่านบริสุทธิ์ ตั้งมั่นอยู่ในธรรม ท่านจึงอยู่ได้ ประพฤติพรหมจรรย์ได้ และไม่คิดจะลาสิกขาไปแต่งงาน

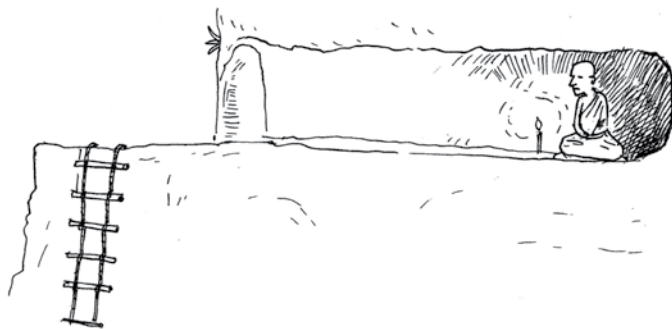
พราหมณ์ยังถามต่อว่า แล้วพระทำได้ทุกองค์หรือ เพราะมันน่าจะเหลือวิสัยของคนหนุ่ม พระพุทธองค์ทรงตอบว่า พระองค์ไหนที่ทำอย่างนั้นไม่ได้ คือไม่สามารถที่จะมองผู้หญิงว่าเป็นแม่หรือเป็นพี่สาวน้องสาว ท่านก็เจริญอสุภกรรมฐาน ให้เห็นความไม่สวยไม่งามของสังขาร ท่านแก้ราคะความกำหนัดด้วยการพิจารณาอสุภกรรมฐาน ท่านจึงอยู่ได้





ที่นี้ความต้องการจะเป็นญาติของอาตมาก็หมดไป แต่ยังไม่ถึงกับดับเสียทีเดียว เพราะมันเป็นความหวังและความปรารถนามาตั้งแต่อายุไม่กี่ขวบ เมื่ออาตมาบวชได้ ๔-๕ พรรษา ก็ได้ข่าวว่า เจ้าอาวาสวัดห้วยเสือที่จังหวัดกาญจนบุรี ท่านสนับสนุนให้พระผู้มีศรัทธาแรงกล้าได้เข้าถ้ามีศกาวนาองค์เดียวโดยไม่ต้องออกบิณฑบาต คือพระเณรกลับจากบิณฑบาตแล้ว จะแบ่งอาหารส่วนหนึ่งสลัดกันไปถวายพระที่อยู่ในถ้ำ ซึ่งท่านไม่ต้องพูดกับใครไม่ต้องไปไหนไม่ต้องทำอะไรทั้งสิ้น เอาแต่ภาวนาอย่างเดียว อาตมาจึงดีใจว่าจะได้มีโอกาสอยู่อย่างญาติสักครั้งหนึ่ง พอครบ ๕ พรรษาแล้ว ก็ได้เดินออกจากวัดปานานาชาติไปเที่ยวรุดงค์กับอาจารย์เขมะนันโททางแม่ฮ่องสอน เชียงราย เชียงใหม่ ลักระยะหนึ่ง แล้วจึงแยกทางกันไป อาจารย์

เขมะนันโทไปอยู่เขาเขียว ที่ชลบุรี อาตมาก็ไปอยู่ห้วยเสือที่จังหวัด
กาญจนบุรี และได้เข้าไปอยู่ในถ้ำตรงกับวันเกิดของอาตมา คือวันที่
๗ มกราคม อยู่จนครบ ๑ ปีพอดี ก็ออกจากถ้ำในวันเกิดปีต่อมา ได้
อยู่เป็นฤๅษีในถ้ำเป็นเวลา ๑ ปี



ออกจากถ้ำแล้ว ก็พูดได้ว่า มีความรู้สึกว่ ชีวิตของฤๅษีนี้ก็
ถูกกับจริตของอาตมาเหมือนกัน ถ้ำจะให้อยู่ต่ออีกปีหรือ ๒ ปีก็อยู่
ได้ ไม่มีปัญหา ถ้าถามว่าคิดถึงเมืองมนุษย์ไหม ต้องตอบตรงๆ ว่า
ไม่คิดถึง อยู่ในถ้ำสบาย หน้าหนาวก็อุ่นดี หน้าร้อนก็เย็นดี แต่ฤๅษีที่
ไม่น่าอยู่คือหน้าฝน มันจะชื้นมาก อาตมาอยู่ในถ้ำนั้น ข้าวของขึ้นรา

หมด หนังสือหรืออะไรก็แล้วแต่ ถ้าวางไว้ข้างนอก มันจะขึ้นรา ผ่าก็ขึ้นรา ต้องเก็บจิวรไว้ในถุงพลาสติก ไม่เช่นนั้นก็ขึ้นรา เราอยู่จนชินก็ไม่ค่อยจะรู้สึกอะไร แต่พระที่นำอาหารมาถวายบ่นว่า โอ้... ที่นี้ขึ้นเหลือกิน แต่เนื่องจากว่าเราอยู่หลายเดือนแล้ว และความชื้นก็เพิ่มที่ละนิดที่ละน้อย เราจึงไม่ค่อยรู้สึก อาตมาตรงน้ำเฉพาะวันอุโบสถ ๑๕ วันต่อครั้ง เพราะอยู่ในถ้ำไม่มีน้ำ วัน ๑๕ ค่ำก็จะออกจากถ้ำลงไปที่ห้วยโกนศิระและตรงน้ำ แล้วขึ้นไปถ้ำใหญ่ ลงปาติโมกษ์กับคณะสงฆ์เสร็จแล้วจึงกลับไปอยู่ที่ถ้ำต่อ

อาตมานึกทบทวนประสบการณ์ที่อยู่ในถ้ำ ที่รู้สึกว่าจะขาดหายไป หรือถ้าหากมีโอกาสจะไปอยู่อย่างนั้นอีกเมื่อไหร่ จะต้องปรับนิดหน่อย คือจะต้องไปบิณฑบาตทุกวัน เพราะรู้สึกว่าการไม่ไปบิณฑบาตนานๆ ทำให้ชีวิตไม่สมบูรณ์ เราเห็นอานิสงส์ของการไปบิณฑบาต คือจะเป็นการเตือนสติให้เราระลึกถึงบุญคุณของญาติโยม ทำให้เรามีความตั้งอกตั้งใจในการประพฤติปฏิบัติ เพราะเรารู้ว่าอาหารที่เราฉันในแต่ละวันนั้นมาจากไหน

นอกจากนี้ การไปบิณฑบาตเป็นการเปลี่ยนบรรยากาศด้วยการเปลี่ยนอารมณ์ ซึ่งเป็นสิ่งที่ดี เพราะการอยู่องค์เดียวนานๆ ในถ้ำในความมืด อารมณ์ที่มีจะอยู่นานกว่าและลึกกว่าเมื่ออยู่กับหมู่คณะ ทั้งอารมณ์ดีและอารมณ์ไม่ดี การไปบิณฑบาตนั้น เมื่อกลับถึงวัดหรือที่พักแล้ว จะเหมือนกับเป็นการตั้งต้นใหม่ เช่นสมมุติว่าเมื่อ

วานนี้ปฏิบัติไม่ค่อยดี มีปัญหา ถ้าไปบิณฑบาต กลับจากบิณฑบาตจะรู้สึกเหมือนเป็นวันใหม่ เป็นโอกาสที่จะตั้งต้นใหม่ มันก็ช่วยจิตใจเราได้เหมือนกัน

ก่อนพุทธกาลชาวอินเดียก็ออกจากบ้านออกจากสังคม ไปอยู่เป็นฤๅษีในป่าในถ้ำ เพื่อแสวงหาโมกขธรรม แสวงหาความสงบ แสวงหาความสุขที่แท้จริง ฤๅษีที่ทำสมาธิจนได้ฌานสมาบัติสงบนิ่งมีมากมาย แต่เนื่องจากพระพุทธเจ้ายังไม่ได้บังเกิดขึ้นในโลกนี้ จึงไม่มีใครสอนเรื่องวิปัสสนา เรื่องการเจริญปัญญา ฤๅษีเหล่านั้นจึงได้แต่สมถะหรือสมาธิอย่างเดียว มีแต่ความสงบ แต่ปัญญายังไม่เกิด

เมื่อพระพุทธองค์ทรงบรรลุธรรมแล้ว คำสอนของพระองค์ไม่เหมือนคำสอนของฤๅษี เพราะทรงค้นพบความจริงและทรงมีความสามารถพิเศษในการแบ่งปันความรู้ความเข้าใจให้เพื่อนมนุษย์ หลวงพ่อชาเคยบอกว่า พวกเราเป็นผู้มีบุญและมีโชคจริงๆ เพราะมีคำสอนของพระพุทธองค์ที่สมบูรณ์บริบูรณ์ที่จะนำเราไปสู่ความดับทุกข์ และเข้าถึงความสุขที่แท้จริง เพียงแต่ว่าเราต้องทำตามเท่านั้นเอง เหมือนสวนผลไม้ที่ทานปลูกต้นไม้ไว้พร้อมแล้ว เราไม่ต้องทำอะไรเลย แค่เดินเข้าไปเก็บผลไม้ทานเท่านั้น

ดังนั้น ก่อนพุทธกาล ฤๅษีมักจะนั่งสมาธิเก่ง จิตสงบ แต่ก็หยุดอยู่เพียงแค่นั้น เพราะขาดปัญญา ไม่รู้ว่าจะไปต่อได้อย่างไร หรือไม่รู้อย่างมีที่ติและสูงไปกว่าจุดที่ได้ แต่ฤๅษีที่มีคุณธรรมที่น่าเลื่อมใส



ก็มีมาโดยตลอด และที่ว่าฤาษีไม่มีปัญญานั้น หมายถึงปัญญาในระดับสูง คือ วิปัสสนาปัญญา ไม่ได้หมายถึงปัญญาในระดับสามัญ

พวกฤาษีส่วนมากจะมีก้น้อยและสันโดษ มีเรื่องเล่าว่า ครั้งหนึ่ง พระราชาองค์หนึ่งไปเยี่ยมฤาษีที่ถ้ำ ซึ่งท่านไม่เคยไปมาก่อน เมื่อถึงถ้ำ พระราชาก็ทั้งแปลกใจทั้งประทับใจว่า ทำไมมันจึงเรียบง่ายเหลือเกิน ไม่มีอะไรเลย ฤาษีอยู่ได้อย่างไร ท่านจึงถามฤาษีว่า ไม่เห็นท่านมีเฟอร์นิเจอร์เครื่องใช้สอยอะไรเลย ฤาษีก็ย้อนถามว่า แล้วมหาบพิตรล่ะ ไม่เห็นท่านมีเครื่องใช้สอยอะไรเลย พระราชาก็ตอบว่า ไม่เห็นต้องมีอะไรนี้ครับ ก็ผมมาเยี่ยมเฉยๆ ฤาษีตอบว่า อ้าว... อาตมาก็แค่มาเยี่ยมเหมือนกัน อาตมาจึงไม่ต้องมีเครื่องใช้สอยอะไรทั้งนั้น



ฤๅษีตนนี้ยังไม่ใช่ผู้มีปัญญาถึงระดับดับทุกข์ได้ แต่ท่านก็มีปัญญาในระดับหนึ่ง ความหมายของท่านฤๅษีก็คือ ท่านมาอยู่ในโลกนี้ ท่านมาอยู่ชั่วคราว เหมือนกับเป็นคนมาเยี่ยมเท่านั้น เมื่อเป็นคนมาเยี่ยม ก็เอาแต่ของที่จำเป็นมา ไม่ต้องสะสมของไว้ที่นี่ เพราะว่าเมื่อจะต้องไปจากโลกนี้ ก็จะเอาของจากที่นี่ไปด้วยไม่ได้ ท่านรู้ว่าอะไรๆ จะเสื่อมจากเราไปเมื่อใดก็ได้ ท่านจึงไม่ประมาท

ถ้าเราคิดว่า เรามาอยู่ที่นี่แล้วเราจะอยู่ตลอดไป หรือ คิดว่าอะไรๆ ก็เป็นของเรา บ้านก็ของเรา ลูกก็ของเรา พระพุทธองค์ทรงว่า การคิดอย่างนี้แสดงว่าไม่มีปัญญา ท่านว่าแม้แต่ตัวเราเองก็ไม่ใช่ของเรา แล้วเราจะไปเอาของอื่นๆ มาเป็นของเราได้อย่างไร

เป็นที่รู้กันว่า ฤๅษีที่อยู่ในป่าในถ้ำนี้ ท่านมักจะมีวิชาและมีของดี ทำให้คนเสาะแสวงหาฤๅษีเพื่อจะขอฝึกวิชา มีเรื่องเล่าเรื่องหนึ่งว่า เด็กหนุ่มคนหนึ่งขอฝากตัวเป็นลูกศิษย์ของฤๅษี ฤๅษีก็จะไม่รับ แต่เขาอ่อนวอนขอร้องมากเหลือเกิน จนในที่สุดฤๅษีก็อนุญาติให้เขาทำงานเป็นผู้อุปัฏฐากรับใช้ท่าน วันหนึ่งเขาลงไปตักน้ำที่แม่น้ำ แล้วไปเห็นผู้หญิงคนหนึ่งซึ่งหลงทางอยู่ในป่า เขาเกิดหลงรัก จึงช่วยพาผู้หญิงคนนั้นออกจากป่าแล้วแต่งงานกัน เขาลืมฤๅษีไปเลย ต่อมาเขามีลูก แล้วลูกคนหนึ่งตายตั้งแต่ยังเด็ก เขารู้สึกทุกข์มาก ต่อมาเกิดสงคราม ความทุกข์สารพัดอย่างเกิดขึ้น จนกระทั่งถึงวันที่จะสิ้นชีวิต เขาก็เลยตื่นขึ้นมา รู้สึกตัวว่ายังเป็นเด็กหนุ่มอยู่ที่ตลิ่งชันริมน้ำ ที่จริงที่



อีกเรื่องหนึ่ง มีฤๅษีตนหนึ่งอยู่ในป่า ชาวบ้านนับถือท่านมาก เมื่อท่านอายุมากขึ้น เดินรับบิณฑบาตในหมู่บ้านไม่ค่อยจะไหวแล้ว ชาวบ้านผู้หวังดีต่อท่านจึงเสนอว่า เขาจะถวายวัวตัวหนึ่งให้ท่านได้ รีดนมทุกวัน ท่านจะได้แข็งแรง ความจริงท่านไม่ต้องการวัว แต่ท่านเกรงใจผู้มีบุญคุณต่อท่าน ท่านไม่รู้จะว่าอย่างไร จึงรับวัวมา



ได้วัวมาไม่นาน ชาวบ้านอีกคนก็อยากทำบุญด้วยการสร้างโรงวัวให้วัวอยู่ แม้ฤๅษีจะไม่ต้องการ เพราะท่านอยากอยู่แบบเรียบง่าย ไม่มีสิ่งก่อสร้างมาก แต่ก็ทนการรบเร้าไม่ไหว ต้องยอมให้เขาสร้างโรงวัวให้วัวอยู่ ต่อมาฤๅษีอายุมากขึ้น บางทีก็เดินไปรีดนมทุกวันไม่ไหว ชาวบ้านก็เลยเอาเด็กผู้หญิงคนหนึ่งมาเป็นผู้ดูแลช่วยรีดนม ตอนนี้มีเด็กมาอยู่ด้วย ก็ต้องดูแลให้เขาได้เรียนหนังสือบ้าง ต่อมาเด็กก็อายุมากขึ้น ต้องแต่งงาน ฤๅษีก็ต้องหาสามีให้เด็ก

ต้องจัดงานแต่งงานให้ ในที่สุดชีวิตของฤๅษีก็ยุ่งเหมือนชีวิตของ
ฆราวาส คือ ชีวิตของท่านเริ่มเปลี่ยนตั้งแต่วันที่ท่านรับวามมา แล้ว
ก็เปลี่ยนทีละเล็กทีละน้อย เกิดความผูกพัน ความยึดมั่นถือมั่นต่าง ๆ
ก็เพิ่มขึ้น ๆ โดยที่ฤๅษีไม่รู้ตัว นี่เป็นนิทานที่สอนเรื่องความผูกพัน
และเรื่องความยุ่งเหยิงที่เกิดขึ้นในชีวิตเป็นอย่างดีว่า สิ่งต่าง ๆ ที่
เกิดขึ้น มันมักจะเกิดขึ้นทีละเล็กทีละน้อย จนวันใดวันหนึ่งเมื่อตื่น
ขึ้นมาก็จะ เอ๊ะ... ทำไมชีวิตของเรามันยุ่งนัก ทำไมมันพัลลึงพัล
เกอย่างนี้ เพราะมันค่อยเป็นค่อยไป ค่อย ๆ ปล่อย แทนที่จะรักษา
จุดยืนของตัวเองไว้ ท่านก็ อ้อ... ไม่เป็นไร เรื่องเล็กเรื่องน้อยอย่าง
นี้ เราพออนุโลมได้ มันก็จะมีเหตุผลที่จะอนุโลมในเรื่องที่ ๒ เพราะ
ถ้าเราอนุโลมในเรื่องที่ ๑ ได้ ทำไมจะอนุโลมในเรื่องที่ ๒ ไม่ได้ มันก็
คล้าย ๆ กัน หรือมันเป็นเรื่องต่อจากเรื่องที่ ๑ พอมีเรื่องที่ ๒ แล้ว ก็
จะมีแรงกดดันในเรื่องที่ ๓ เรื่องที่ ๔ เรื่องที่ ๕ ฉะนั้นจุดยืน หรือหลัก
การอุดมการณ์ของเรา มันได้เสียไปที่ละเล็กทีละน้อย นี่จึงเป็นเหตุผล
ที่บางครั้งเราต้องเคร่งครัดในสิกขาบท เคร่งครัดในศีลของตัวเอง ใน
ลักษณะที่บางคนอาจจะเห็นว่าเกินพอดีหรือว่างมลาย คนข้างนอก
อาจคิดว่า เรื่องแค่นี้ปล่อยไปไม่ได้หรือ ทำไมจะต้องจุกจิกจู้จี้กับเรื่อง
เล็กเรื่องน้อย เหตุผลก็คือ ถ้าเรารักษาเรื่องเล็กเรื่องน้อยไว้ได้ มัน
จะไม่กำเริบให้เป็นเรื่องใหญ่เรื่องโต มันจะอยู่ในเขต อยู่ในกรอบที่
เราควบคุมได้

ภาษาตัวเองไม่ต้องการอะไร อยากจะปฏิบัติธรรมอย่างเดียว แต่พอชาวบ้านจะให้วัวมา เพื่อจะได้มีนมดื่มทุกวัน ท่านก็คิดว่าเรื่องแค่นี้คงไม่เป็นไร แต่เมื่อวัวมาอยู่แล้ว มันก็ต้องมีที่อยู่ ต้องมีผู้ดูแล ภาษา ก็ต้องรับผิดชอบเรื่องการศึกษาเรื่องการแต่งงานของผู้ดูแลวัว ความยุ่งเหยิงก็เพิ่มขึ้นทีละเล็กทีละน้อย ในที่สุดแล้ว ภาษา ก็ใช้ชีวิตเหมือนคนคฤหัสถ์ เหมือนคนธรรมดาทั่วไป

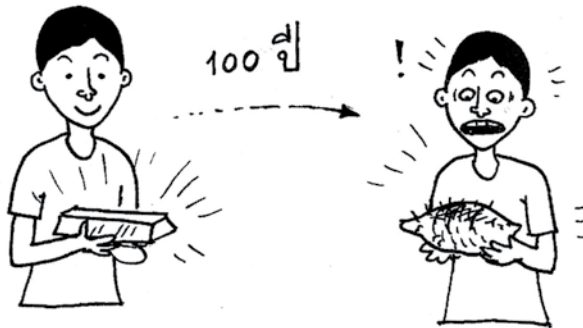
มีเรื่องภาษาอีกเรื่องหนึ่ง ลูกศิษย์ของอาจารย์พรหมมณเฑียรคนหนึ่ง ขออนุญาตไปอยู่ในถ้ำแบบภาษา อาจารย์ก็อนุญาต เขาไปอยู่คนเดียว ในถ้ำตั้ง ๗ ปี สงบวิเวกมาก จนเขารู้สึกว่าประสบความสำเร็จแล้ว วันหนึ่งจึงเดินทางกลับไปเยี่ยมอาจารย์ พอเดินเข้าไปกราบอาจารย์ของเขาในศาลา อาจารย์ถามเขาทันทีว่า เมื่อคืนนี้คุณถอดรองเท้าไว้ที่ข้างซ้ายหรือข้างขวาของรองเท้าผม ภาษาคนนี้ก็อ้าปากค้าง พยายามจะคิด แต่คิดไม่ออก อาจารย์จึงบอกว่าสอบตก เพราะสติยังไม่ดีพอ ให้กลับไปอยู่ในถ้ำต่ออีก ๗ ปี เพราะถ้าสติดีพอแล้ว เจอคำถามแล้ว มีคำตอบทันที ไม่ต้องคิด มีปัญหาเมื่อใด ก็มีคำตอบเมื่อนั้น แล้วพวกเราละ ที่เข้ามาในศาลานี้ จำได้ไหมว่าเราถอดรองเท้าไว้ตรงไหน อย่างไร ในขณะที่เราถอดรองเท้า เรามีสติอยู่ไหม ผู้มีสติไม่ต้องคิด ผู้มีสติจะรู้เอง รู้ทันที





อีกเรื่องหนึ่ง มีภานีหนุ่มคนหนึ่งไปเล่าเรียนวิชากับอาจารย์ เขาเรียนเก่งแล้วก็เรียนได้หลายวิชา ในที่สุดอาจารย์บอกว่าจะสอนวิชาที่ลึกซึ้งที่สุด วิชานี้ถ้าได้แล้วจะมีประโยชน์มาก เพราะเมื่อจับสิ่งของอะไรก็ได้แล้วแต่ ให้ตั้งอธิษฐานจิต สิ่งของนั้นจะเปลี่ยนเป็นทองคำ ภานีหนุ่มเรียนวิชานี้จนได้ผล ไม่ว่าจะจับอะไรก็ได้ตั้งใจ มันเปลี่ยนเป็นทองคำไปหมด ที่วันหนึ่งเขาเกิดความสงสัยขึ้นมา จึงถามอาจารย์ว่า เอ๊ะ... ที่เราจับของอะไรๆ ไว้ เช่น จับภาชนะดินเหนียว หรือว่าจับเหล็ก จับตะกั่ว จับอะไรแล้วมันเปลี่ยนเป็นทองคำ แล้วมันจะเป็นทองคำตลอดกาลหรือเปล่าครับ อาจารย์ก็ว่า ...ไม่หรอก วันหนึ่งมันก็จะกลับมาเป็นอย่างเดิม แต่อีกนานมากนะ อาจจะมีร้อยปีข้างหน้า... ภานีหนุ่มทำท่าคิดหนักลึกลับ

ครู ก่อนจะบอกอาจารย์ว่า อืม... ถ้างั้นผมขอคืนวิชานี้ท่านอาจารย์
นะครับ ผมสงสัยใคร่ที่จะเป็นเจ้าของของพวกนี้ตอนมันเปลี่ยนจาก
ทองคำเป็นวัสดุเดิม ผมไม่อยากให้เขาต้องผิดหวังหรือเสียใจครับ... นี่
เป็นความเมตตาของท่าน



มีอุปมาอย่างหนึ่งสำหรับภาษีที่อยู่ในถ้ำคนเดียวที่จะวัด
คุณธรรมของตนเองและช่วยในการปฏิบัติด้วย คือการใช้กรวดสีขาว
กับสีดำเป็นเครื่องมือ เวลานั่งสมาธิ เมื่อเกิดความคิดที่เป็นอกุศล ท่าน
ก็เอากรวดสีดำมาวางไว้ก่อนหนึ่ง ถ้าเกิดความคิดดีที่เป็นกุศล ก็เอา
กรวดสีขาวมาวางไว้ ก่อนเข้านอนตอนกลางคืนก็จะนับกรวดว่ามีสีขาว
สีดำอย่างละกี่ก้อน นี่ก็เป็นวิธีหนึ่งที่จะติดตามคูจิตใจของตนเอง ถ้า
อยู่คนเดียว เวลาจิตฟุ้ง มันจะฟุ้งนาน ฟุ้งไปไกลโน้น ดึงกลับมายาก
ท่านใช้วิธีนี้เพื่อเวลาจิตฟุ้งจะได้ไม่ฟุ้งไปไกล และไม่ฟุ้งไปนาน ทุกครั้ง
ที่คิดผิดคิดไม่ดี ก็ต้องวางกรวดสีดำไว้ แล้วต้องพยายามให้กรวดสีขาว
มากกว่ากรวดสีดำ ให้กรวดสีขาวเพิ่มขึ้นๆ และให้กรวดสีดำน้อยลงๆ



นิทานชาดกที่เกี่ยวกับฤๅษีก็มีเยอะเหมือนกัน มีอยู่ครั้งหนึ่ง
ที่พระโพธิสัตว์เป็นฤๅษีอยู่ในป่าซึ่งมีอาหารอุดมสมบูรณ์ทุกอย่าง มี
ทุกรสชาติเว้นแต่รสเค็มที่ไม่มี แล้วก็ป็นธรรมดาว่า มนุษย์เราจะ
ชอบและจะอยากได้สิ่งที่ได้มาโดยยาก จะรู้สึกว่ามันมีคุณค่า ฤๅษี
จึงคิดอยากได้อาหารที่มีรสเค็ม รสหวานรสขมรสอื่นๆ ที่ได้ทุกวัน
นี้ไม่สนใจ อยากจะได้รสเค็ม ถึงกับอยู่ในป่านี้ไม่ได้ ต้องออกจาก
ป่า เข้าไปในเมือง เพื่อจะไปหาอาหารที่มีรสเค็ม ฤๅษีก็ไปเจอคนร้าย
ซึ่งเข้าใจว่าเป็นเทวดา เลยโดนฆ่าอย่างเหี้ยมโหด ชาดกเรื่องนี้สอน
ง่ายๆ ว่า จงพอใจกับสิ่งที่มีอยู่

เรื่องที่ฤาษีเสียชีวิตเพราะความอยากก็มีหลายเรื่อง แม้กระทั่งเรื่องที่ฤาษีเหาะไปเห็นผู้หญิงสวยแล้วฉวนหาย ก็เลยตกจากท้องฟ้าลงมาตาย หรือฤาษีที่ไม่พอใจกับอาหารป่า อยากได้อาหารดีๆ เลยเข้าไปในเมืองที่วุ่นวาย จิตตกบ้าง ถูกเขาฆ่าบ้าง หรือเลิกปฏิบัติ กลับมาใช้ชีวิตฆราวาสก็มี



การอยู่อย่างฤาษี การอยู่คนเดียวมานานๆ เป็นอันตรายสำหรับคนไม่มีปัญญา เพราะเรามักจะติดนิสัยชอบทำอะไรต่ออะไรตามใจอยากเดินก็เดิน อยากนั่งก็นั่ง อยากนอนก็นอน คือจะรู้สึกสบาย การ

อยู่คนเดียวน่าจะสบายกว่าการอยู่กับคนอื่น ซึ่งบางครั้งอยากจะนั่งก็นั่งไม่ได้ อยากจะเดินก็เดินไม่ได้ บางที่ท่านจะให้ทำอย่างหนึ่ง แต่เราอยากทำอีกอย่างหนึ่ง การอยู่คนเดียวจะไม่ใช่เป็นเช่นนั้น แล้วเราก็จะมีความรู้สึกที่สามารถปรับการปฏิบัติให้เหมาะกับจริตของเราได้

คนบางคนก็ชอบแต่หนึ่งอย่างเดียว ไม่ชอบเดิน จะเอาแต่นั่ง หรือบางคนอยากตื่นเช้าก็ตื่นเช้า อยากตื่นสายก็ตื่นสายไม่มีใครว่าอะไร มันเป็นความสุขอย่างหนึ่ง แต่ก็ก็เป็นความสุขที่อาจจะเป็นอันตรายได้ ถ้าเราไม่ระวัง เราจะติดในการที่จะทำอะไรตามใจตัวเอง หนีไม่ได้ที่จะมีอะไรมาขวาง เมื่อออกจากการปลีกวิเวกในถ้ำ แล้วต้องอยู่ร่วมกับคนอื่น จะรู้สึกเป็นทุกข์ สำหรับผู้ที่ปฏิบัติในทางที่ถูกต้องแล้ว จะเป็นผู้ที่ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน ท่านก็จะเป็นอย่างนั้น คือ มีความสม่ำเสมออยู่ตลอดเวลา จิตใจของท่านไม่ขึ้นอยู่กับสิ่งนอกตัว จะอยู่คนเดียวก็ได้ อยู่ ๒-๓ คนก็ได้ อยู่ ๒๐-๓๐-๕๐ คนก็ได้ แต่ถ้าหากว่าต้องอยู่คนเดียว เพราะถ้าไปอยู่กับหมู่คณะจะรู้สึกเครียด อึดอัด ไม่ชอบ อย่างนี้แสดงว่าการปฏิบัติมีปัญหาหนักแล้ว

ถ้าอยู่คนเดียวเป็นฤาษีนานๆ เข้า มักจะเชื่อความคิดของตัวเองมาก แต่ก็มีข้อดีที่การปฏิบัติมักจะต่อเนื่องมากกว่าตอนอยู่ในวัดใหญ่ ไม่มีสิ่งใด หรือมีคนมารบกวน การปฏิบัติจะต่อเนื่อง แต่ฤาษีมักไม่อยากจะเจริญปัญญา จึงมองไม่เห็นไตรลักษณ์ จึงยินดีพอใจแค่ความสุขในปัจจุบันเท่านั้น

พระพุทธร่องค์จึงทรงต้องการให้เราปรับตัวได้ คืออยู่คนเดียวก็ได้ ไม่เหงา ไม่คิดถึงใคร ไปอยู่ในหมู่คณะก็ได้ มีคนรอบข้างเราก็อยู่ได้ การอยู่ร่วมกับพระองค์อื่น หรือการอยู่ในชุมชนก็ดี หากมีความคิดเห็นขัดกัน หรือมีความเชื่อถือต่าง ๆ ก็ไม่ค่อยตรงกันนั้น ไม่ใช่จะเป็นข้อเสียเสมอไป แต่อาจจะดีก็ได้ อย่างไรก็ตาม ไม่ว่าเราจะอยู่คนเดียวหรือจะอยู่ในหมู่คณะ ก็ต้องมีการขัดเกลา การอยู่กับหมู่คณะมันดีตรงที่ว่า การขัดเกลาก็มีโดยอัตโนมัติ เมื่อเราอยู่คนเดียว การที่เราจะฝึกกิเลส ฝึนความเคยชิน การที่จะเป็นนักรบย่อมน้อยลง เพราะต้องอาศัยแต่กำลังใจของตัวเองคนเดียว แต่ถ้าอยู่ในวัดและอยู่กับกัลยาณมิตร การขัดเกลามันก็เกิดขึ้นเองโดยเราไม่ต้องไปทำอะไร เพราะการอยู่ร่วมกันในหมู่คณะ ก็มักจะต้องมีปัญหา เป็นโอกาสที่เราจะได้เห็นอัตตา การถือตัวถือตน เห็นความอยาก เห็นทิฐิมานะของตัวเอง

มานะ ความถือตัวถือตน เป็นกิเลสที่ละเอียดอ่อน ฤาษีที่อยู่คนเดียวมักจะไม่มีโอกาสได้เห็นสิ่งเหล่านี้ แต่ถ้าอยู่ในหมู่คณะ เดี่ยวคนนั้นมากระทบ เดี่ยวคนนี้มากระทบ ถ้าเกิดความเจ็บปวดร้าวร้าวจากการกระทบ แสดงว่าเรายังบกพร่องอยู่ เรายังมีปัญหาอยู่ เพราะจิตใจที่เข้มแข็งและอยู่กับธรรมะ ไม่ว่าจะมีการกระทบอย่างไร ก็ไม่เกิดผลเสีย



ฉะนั้นถ้ารู้สึกทุกข์หรือเบื่อตร้อน เราไม่ควรโทษสิ่งที่มากระตุ้นความรู้สึกนั้น เพราะถ้าจิตใจเราตั้งมั่นอยู่ในธรรมแล้ว มันจะต้องไม่มีผลต่อจิตใจของเรา ที่วัดป่านานาชาติของเรา อาตมา มีนโยบายฝึกพระฝึกเณร ให้รู้จักการอยู่คนเดียว ให้รู้จักการอยู่กัน ๒-๓ คน ให้รู้จักการอยู่ร่วมกับคนหลายๆ คน ถ้าจะให้อยู่คนเดียวก็อยู่ได้ อยู่กัน ๒-๓ องค์ก็อยู่ได้ อยู่กัน ๒๐-๓๐ องค์ก็อยู่ได้ นี่เป็นสิ่งที่ต้องการให้พระเราฝึก ไม่ใช่ว่าอยู่ในวัดใหญ่ก็ตั้งอกตั้งใจปฏิบัติ แต่เมื่ออยู่คนเดียวแล้วชี้แจงชี้คร้าน หรือไม่ใช่ว่าเวลาอยู่คนเดียวมีความตั้งอกตั้งใจ แต่พออยู่ในหมู่คณะใหญ่กลับไม่ค่อยตั้งใจ รู้สึกอึดอัด รู้สึกรำคาญ นั่นมันไม่พอดี ต้องพยายามหาจุดที่พอดีของตัวเอง

การฝึกอย่างนี้มีอานิสงส์ บางคนไม่อยากอยู่คนเดียว เหวงคิดถึงเพื่อน ถ้าเป็นอย่างนั้นก็ดีสิ เราจะได้ดูความรู้สึกเหล่านี้ว่าเป็นเรา เป็นของเราหรือไม่ ไม่ต้องไปตามมัน บางคนอยู่คนเดียวก็คิดถึงเพื่อน พออยู่กับหมู่คณะก็คิดถึงความวิเวก เมื่อมันไม่วิเวกก็อยากให้อวิเวก เวลาวิเวกก็อยากไม่ให้อวิเวก คนเรามักจะอยากได้สิ่งตรงข้ามกับสิ่งที่มีอยู่ตลอดเวลา เพราะฉะนั้นเราจึงต้องทดสอบตัวเอง ต้องพยายามฝึกนิสัยของตัวเองอยู่ตลอดเวลา ถ้าเราไม่เคยอยู่คนเดียว ก็หาโอกาสอยู่คนเดียวบ้าง มันจะเป็นอย่างไรใหม่คือเราต้องขอขอบคุณว่าหาความจริงของชีวิต ถ้าเราชอบอยู่คนเดียว การไปอยู่ในหมู่คณะจะเป็นอย่างไร

การเป็นอิสระมากก็มีทั้งผลดีผลเสีย จะมาเป็นผ้าขาว เป็นเณร เป็นพระที่วัดนานาชาติ ต้องมาฝึกปรับตัวอยู่กับหมู่คณะก่อน ๒-๓ ปี และต้องเป็นพระ ๕ ปีแล้ว จึงจะมีโอกาสไปอยู่องค์เดียว เพราะถือว่า จะต้องมีความประพฤติเหมาะสม จึงจะได้ประโยชน์จากการอยู่คนเดียว แต่ถ้าปฏิบัติตามใจ อยากจะอยู่วัดนี้ก็อยู่ เกิดเบื่อกับหรือเกิดทะเลาะกับใคร ไม่ชอบคนนั้น ไม่ชอบคนนี้ ก็ไม่อยู่วัดปานานาชาติแล้ว จะไปอยู่ ภูจ้อมก้อมแทน ไปอยู่ภูจ้อมก้อมแล้วไม่ถูกกับคนนั้นคนนี่ ไม่เอาแล้ว ย้ายไปอยู่เต่าดำ อยู่เต่าดำก็ไม่ชอบอีก ก็ย้ายไปย้ายมาอย่างนี้ ก็เลยไม่เห็นตัวเองสักที

คือถ้าหากว่าไปที่ไหนก็ทะเลาะกันที่นั่น ไปที่ไหนก็มีปัญหาที่นั่น ต้องหยุดถามตัวเองว่า ปัญหามันอยู่ตรงไหน ปัญหามันอยู่ที่คนอื่น หรือปัญหามันอยู่กับสถานที่ หรือปัญหามันอยู่ที่เรา อย่างนี้การเป็นฤๅษีมันดี คือไม่มีใครทำอะไรที่ไม่ถูกใจเรา ไม่มีใครพูดอะไรที่เราไม่ชอบ บางทีก็หลอกตัวเองว่าสงบ หลอกตัวเองว่าหมดกิเลสแล้ว พอออกจากที่วิเวกแล้วไปอยู่กับคนอื่น รู้สึกว่าอะไรเล็กๆ ไร่น้อยมันกระทบกระทั่งเสียเหลือเกิน ถ้าเป็นผู้มีปัญญา จะต้องคิดได้ว่า นี่แสดงว่าเรายังไม่เก่งอย่างที่คิด มันต้องมีอะไรสักอย่าง ก็ต้องเจาะลึกตรงจุดนั้นว่า ทำไมสิ่งนี้ทำให้เราเป็นทุกข์ได้ เรามีความยึดมั่นถือมั่นอะไรบ้าง จึงทำให้เราห่วงต่อเรื่องนี้ ต่อคำพูดอย่างนี้ ต่อการกระทำอย่างนี้ นี่คือการทำของผู้มีปัญญา ที่สนใจจะแก้จุดต่าง ๆ ที่มันยังติดขัดอยู่



ส่วนคนที่ไม่มีปัญญา ออกจากที่วิเวกที่แสนสบาย แล้วไปเจอ
คนพูดอะไรที่มันแสดงหุเหลือเกิน หรือเห็นอะไรที่รู้สึกทนไม่ได้ ก็ไม่
เอาแล้ว กลับไปหาความวิเวกดีกว่า คนอย่างนี้ไม่มีวันที่จะได้ดูตัว
เอง ไม่มีวันที่จะได้ปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นในจิตใจของตัวเอง



การนั่งสมาธิของเราก็เช่นเดียวกัน นั่งสมาธิแล้วจิตสงบนิ่ง พอ
จิตออกจากความสงบนิ่งนั้น ความรู้สึกนึกคิดเริ่มจะปรากฏ นักปฏิบัติ
บางคนเกิดเสียดายความสงบ พยายามจะให้จิตกลับไปสงบเหมือน
เดิม บางคนก็คิดว่าหมดเวลาแล้ว จิตใจไม่สงบแล้วก็เลิกนั่ง การที่จิต
เราสงบแล้ว ถอนออกจากความสงบนั้น ไม่ใช่ความเสื่อม มันเป็น
จังหวะของมัน เหมือนกับเรานอนหลับ หลับอึกพอสมควรแล้ว เราก็

ตื่นขึ้นมา มันเป็นธรรมชาติของมัน ไม่ใช่สิ่งที่ไม่ดี สมาธิก็เหมือนการพักผ่อนของจิต เมื่อจิตถอนออกจากสมาธิ ก็มีกำลังที่จะโน้มไปสู่การพิจารณา จิตใจมันอ่อนโยน เชื้อฟัง มีผู้รู้ จะให้พิจารณาสิ่งใดก็ยอม และเมื่อเริ่มมีความคิดเล็กๆ น้อยๆ ปรากฏ ท่านให้เราเจริญปัญญา ไม่ใช่หยุดนิ่ง ไม่ต้องพยายามบังคับให้กลับไปสู่ความสงบอีกครั้ง มันเป็นโอกาสให้เจริญปัญญา

แต่ถ้าพอจิตถอนออกจากสมาธิ แล้วเราพยายามให้สงบอย่างนั้นอีก หรือว่าเลิกทำสมาธิตรงจุดนั้น ปัญญาระดับวิปัสสนาจะไม่เกิด เรื่องการพิจารณาธรรม หลวงพ่อชาของเราท่านชอบเปรียบเทียบกับแมงมุม แมงมุมที่หนึ่งอยู่เฉยๆ แต่พอมีแมลงวันหรือมีแมงต่างๆ มาติดที่หยากไย่ แมงมุมก็ออกมาจับ เมื่อจัดการเรียบร้อยแล้ว ก็กลับไปอยู่หนึ่งๆ ต่อที่เดิม ท่านบอกว่าถ้ามีเรื่องอะไรเกิดขึ้นเราก็ต้องไปจัดการกับเรื่องนั้น แล้วกลับมาสู่ที่เดิมของเรา ในการทำสมาธิ ถ้าเราต้องการให้มันสงบตลอด ถ้าเป็นอย่างอื่นไม่เอา มันก็เหมือนกับฤาษีที่ชอบอยู่ในถ้ำ พอต้องเจอกับคนหรือเจอกับสิ่งที่ทำให้มีอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ก็ไม่เอาแล้ว นี่จะเป็นการทำลายประโยชน์ของตัวเอง ไม่มีโอกาสได้เจริญปัญญาที่จะได้เห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง



เราฝึกสมาธิภาวนาให้จิตใจปล่อยวางความคิดฟุ้งซ่านต่าง ๆ ถ้าเราทำอย่างสม่ำเสมอ ในที่สุดจิตจะรวมเป็นสมาธิอย่างลึกซึ้ง จิตจะสว่างไสว มั่นคง หนักแน่น เข้มแข็งภายในเมื่อได้เสวยความสุขจากสมาธิพอสมควรแล้ว จิตจะถอนออกมา เราก็มีโอกาสพิจารณาให้เห็นความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความเป็นอนัตตาของสังขาร ขณะที่จิตสงบนิ่ง ไม่มีการเคลื่อนไหวอยู่ในจิต เราจะพิจารณาอะไรไม่ได้ ปัญญาต้องอาศัยการเคลื่อนไหว และเป็นการเคลื่อนไหวในทางที่เป็นกุศล

จึงให้เราเข้าใจว่า ถ้าเราเอาแต่สมาธิอย่างเดียว ก็เหมือนกับเราปฏิบัติเป็นฤาษี แต่พระพุทธองค์ทรงต้องการให้เราเจริญทั้งสมถะ ความสงบและปัญญาด้วย ฉะนั้น บางสิ่งบางอย่างที่ทำให้เราไม่สงบ มันก็มีประโยชน์ในการเจริญปัญญา อย่างเช่น การฉัน พระเราฉันมือเดียว ถ้าพูดถึงความสงบ การฉัน ๒ มือหรือ ๓ มือคงจะช่วยให้สงบขึ้น ไม่ต้องหิว ไม่ต้องเครียด ไม่ต้องคิดอะไร เพราะการฉันมือเดียว โดยเฉพาะพระที่บวชใหม่ จะเกิดความเครียดและความฟุ้งซ่านขึ้นบ่อย ๆ เช่น กลัวว่าอาหารจะไม่พอ กลัวว่าจะไม่อร่อย วิตกกังวลคิดมากเรื่องอาหาร ถ้าได้ฉัน ๒ มือหรือ ๓ มือ ก็คงไม่เครียด ทานอะไรตามสบายโดยไม่เครียด แต่ปัญญามันไม่เกิด

บางทีถ้าพระท่านวิพากษ์วิจารณ์ว่า ทำอย่างนี้ไม่ดี ทำอย่างนี้แล้วไม่สงบ ก็ตอบได้ว่า ใช้...พระพุทธรูปไม่ได้ต้องการให้ทุกสิ่งทุกอย่างทำให้เราสงบ ท่านต้องการให้เราเกิดปัญญาด้วย **สิ่งใดที่มันขัดความรู้สึก** สิ่งนั้นเป็นอาจารย์ที่ดีที่สุดของเรา เป็นขุมทรัพย์ที่ดีที่สุด เราจะรู้ความแรงของกระแสน้ำ ก็ต่อเมื่อเราพายเรือทวนกระแส เราจะรู้จักอารมณ์ของตัวเองเมื่อเราขัดขวางมัน เมื่อเราฝืนความเคยชิน เราจึงจะรู้เท่าทันอารมณ์ของตัวเอง

ฉะนั้น พวกเราทั้งหลายถึงจะไม่ใช่ฤาษี หรือไม่อยากเป็นฤาษี อย่างน้อยที่สุดก็ควรหาเวลาเข้าถ้ำทุกวัน ถ้ำของเราจะอยู่ที่ไหนก็ได้ ถ้ำบ้านเรามีห้องพระ เราก็เอาห้องพระเป็นถ้ำ แต่ถ้ำบ้านเราไม่มีห้องพระ ก็ใช้มุมใดมุมหนึ่งที่เราชอบนั่งเป็นประจำ ให้เหมือนเราเข้าถ้ำ ให้รู้จักปล่อยวางโลก ปล่อยวางสิ่งแวดล้อม ปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่างทุกวัน เป็นการพักผ่อนจากหน้าที่ต่างๆ ของเรา เราต้องสร้างถ้ำของตัวเองขึ้นมาใหม่ โดยการปล่อยวางความสนใจ ความหลงใหลเพติดเพติดอยู่กับ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ หันมาสนใจภายในของเราเอง





ที่มาธรรมเทศนา

ธรรมเทศนา โดย พระอาจารย์ชยสาโร
เทศน์ ณ วัดป่านานาชาติ ช่วงเข้าพรรษา ปี ๒๕๕๒
(เฉพาะหมวด ๓ มาจากเรื่อง *หญิงเก่งในพุทธกาล* เทศน์ ณ บ้านพอ ปี ๒๕๕๖)

ขอบคุณและอนุโมทนา

ผู้ถอดเทปและพิมพ์ต้นฉบับ

คุณสุภาวดี จันทรทัต ณ อโยธยา,
คุณอาทิตย์ดา ณ นคร, คุณอมรมาศ จันทรสภา,
คุณลลิตา อิทธิอมรเลิศ,
คุณพัทธสุดา ณ นคร และ คุณสุรเทพ ตรังจिरะเสถียร

ผู้ตรวจทานต้นฉบับ

คุณจุฑามาศ โกมลวัฒน์ชัย, คุณลิบพร สีหิโสภณ,
คุณวรพฐ ไทยเหนือ, คุณศศิธร ลีลาเอียร,
คุณดวงพร เพ็ชรรัตน์, คุณอรวรรณ โรจนอำไพ,
คุณจริยา สหดิษฐดำรงค์, คุณชนิดา สว่างวารีสกุล,
คุณศศิธร ลีลาเอียร, คุณธรรมสรณ์ คิดการดี,
คุณณิชารัตน์ เอบุญผล และ คุณปองสม เรื่องสวัสดิพิงษ์



ชยสาโร ภิกขุ

นามเดิม	ฌอน ชิเวอร์ตัน (Shaun Chiverton)
พ.ศ. ๒๕๐๑	เกิดที่ประเทศอังกฤษ
พ.ศ. ๒๕๒๑	ได้พบกับพระอาจารย์สุเมโธ (พระราชสุเมธาจารย์ วัดอมราวดี ประเทศอังกฤษ) ที่วิหารแฮมสเต็ด ประเทศอังกฤษ ถือเพศเป็นอนาคาริก (ปะขาว) อยู่กับพระอาจารย์สุเมโธ ๑ พรรษา แล้วเดินทางมายังประเทศไทย
พ.ศ. ๒๕๒๒	บรรพชาเป็นสามเณร ที่วัดหนองป่าพง จังหวัดอุบลราชธานี
พ.ศ. ๒๕๒๓	อุปสมบทเป็นพระภิกษุ ที่วัดหนองป่าพง โดยมี พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภัทโท) เป็นพระอุปัชฌาย์
พ.ศ. ๒๕๔๐-๒๕๔๔	รักษาการเจ้าอาวาส วัดป่านานาชาติ จังหวัดอุบลราชธานี
พ.ศ. ๒๕๔๕ - ปัจจุบัน	พำนัก ณ สถานพำนักสงฆ์ จังหวัดนครราชสีมา

ความเป็นมา

มูลนิธิปัญญาประทีป จัดตั้งโดยคณะผู้บริหารโรงเรียนทอสี ด้วยความร่วมมือจาก คณะครู ผู้ปกครองและญาติโยมซึ่งเป็นลูกศิษย์พระอาจารย์ชยสาโร กระทรวงมหาดไทย อนุญาตให้จดทะเบียนเป็นนิติบุคคลอย่างเป็นทางการ เลขที่ทะเบียน กท. ๑๔๐๕ ตั้งแต่วันที่ ๑ เมษายน ๒๕๕๑

วัตถุประสงค์

- ๑) สนับสนุนการพัฒนาสถาบันการศึกษาวิถึพุทธที่มีระบบไตรสิกขาของพระพุทธศาสนาเป็นหลัก
- ๒) เผยแผ่หลักธรรมคำสอนผ่านการจัดการฝึกอบรม และปฏิบัติธรรม และการเผยแผ่สื่อธรรมะรูปแบบต่าง ๆ โดยแจกเป็นธรรมทาน
- ๓) เพิ่มพูนความเข้าใจในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ และสิ่งแวดล้อม สนับสนุนการพัฒนาที่ยั่งยืน และส่งเสริมการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
- ๔) ร่วมมือกับองค์กรการกุศลอื่น ๆ เพื่อดำเนินกิจการที่เป็นสาธารณประโยชน์

คณะที่ปรึกษา

พระอาจารย์ชยสาโรเป็นองค์ประธานที่ปรึกษา โดยมีคณะที่ปรึกษาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในสาขาต่าง ๆ อาทิ ด้านนิเวศวิทยา พลังงานทดแทน สิ่งแวดล้อม เกษตรอินทรีย์ เทคโนโลยีสารสนเทศ วิทยาศาสตร์สุขภาพ การเงิน กฎหมาย การสื่อสาร การละคร ดนตรี วัฒนธรรม ศิลปกรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น

คณะกรรมการบริหาร

มูลนิธิได้รับเกียรติจากรองศาสตราจารย์นายแพทย์ปรีดา ทัศนประดิษฐ์ เป็นประธานคณะกรรมการบริหาร และมีคุณบุบผาสวัสดิ์ รัชชตาตะนันท์ ผู้อำนวยการโรงเรียนทอสีเป็นเลขาธิการ

การดำเนินการ

- มูลนิธิ เป็นผู้จัดตั้งโรงเรียนมัธยมปัญญาประทีป ในรูปแบบโรงเรียนป่อเพาะชีวิตเพื่อดำเนินกิจกรรมต่างๆ ด้านการศึกษาวิถีพุทธให้บรรลุวัตถุประสงค์ของมูลนิธิ ข้างต้น โรงเรียนนี้ตั้งอยู่ที่ บ้านหนองน้อย อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา
- มูลนิธิ ร่วมมือกับโรงเรียนทอสี ในการผลิตและเผยแพร่สื่อธรรมะแจกเป็นธรรมทาน โดยในส่วนของโรงเรียนทอสี ได้ดำเนินการต่อเนื่องตั้งแต่ ปี พ.ศ. ๒๕๔๕

