

สารพัดเคล็ด



ชมสารพัด ฤกษ์





สารพัดเคลือบ

๒

ชยสารโ ร กิกกู

พิมพ์แจกเป็นธรรมบรรณการด้วยศรัทธาของญาติโยม
หากท่านไม่ได้ใช้ประโยชน์จากหนังสือนี้แล้ว
โปรดมอบให้กับผู้อื่นที่จะได้ใช้ จะเป็นบุญเป็นกุศลอย่างยิ่ง



สารพัดเจดีย์ ๒

พระเทพพัชรญาณมุนี (ชยสาโร ภิกขุ)

ISBN 978-616-7930-30-5

พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามคัดลอก ตัดตอน หรือนำไปพิมพ์จำหน่าย หากท่านใดประสงค์จะพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน โปรดติดต่อ

มูลนิธิปัญญาประทีป

๑๐๒๓/๔๗ ซอยปรีดีพินมยงค์ ๔๑

สุขุมวิท ๗๑ เขตวัฒนา กทม. ๑๐๑๑๐

โทรศัพท์ ๐-๒๗๑๓-๓๖๗๔

www.jayasaro.panyaprateep.org

พิมพ์ครั้งที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๖๔ จำนวน ๔,๐๐๐ เล่ม

ตรวจทานต้นฉบับ ศรียา อิศสระ

ภาพปก น้ามนต์ รัชชตาตะนันท์

ออกแบบปก นิรนาม

รูปเล่มศิลปกรรม ปริญญา ปฐวินทรานนท์

จัดทำโดย มูลนิธิปัญญาประทีป

พิมพ์ที่ บริษัท โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์ (1987) จำกัด

โทรศัพท์ ๐-๒๔๒๔-๗๕๐๐

ดำเนินการพิมพ์ บริษัท คิว พรินท์ แมเนจเม้นท์ จำกัด

โทรศัพท์ ๐๘-๖๕๐๓-๐๔๐๐

คำอนุโมทนา

วันพุธเป็นวันพระของโรงเรียนปัญญาประทีป ทุกวันพุธตั้งแต่ ๘ โมงถึง ๑๑ โมง อาตมาไปอยู่ที่โรงเรียน กิจกรรมวันพระที่อาตมาชอบที่สุดคือการตอบคำถามนักเรียน นอกจากว่าการตอบคำถามสารพัดเรื่องดูจะถึงใจผู้ฟังมากกว่าการแสดงพระธรรมเทศนา ผู้ตอบรู้สึกว่าคุณถามแต่ละเอียดเหมือนหินลับมีดคือปัญญาของตน

อาตมาขออนุโมทนาทุก ๆ คนที่มีส่วนร่วมในการจัดพิมพ์ ‘สารพัดเฉลย’ เป็นธรรมทานเพื่อเป็นประโยชน์กับสาธุชนในวงกว้าง ขอให้ผู้อ่านทุกคนตั้งมั่นอย่างไม่หวั่นไหวในสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ ซึ่งเป็นพื้นฐานที่ขาดไม่ได้ของความสุขความเจริญที่แท้จริง

พระอาจารย์ชยสาโร

อาศรมชนะมาร

๒๓ เมษายน ๒๕๖๔

คำนำ

โรงเรียนปัญญาประทีป วิถีพุทธปัญญา ได้รับความเมตตาจากพระเดชพระคุณ พระเทพพัชรญาณมุนี (พระอาจารย์ชยสาโร) โดยท่านเจ้าคุณอาจารย์รับเป็นองค์ประธานที่ปรึกษาของโรงเรียนตั้งแต่เปิดดำเนินการในปีการศึกษา ๒๕๕๒ ท่านเจ้าคุณอาจารย์มาที่โรงเรียนทุกสัปดาห์ เพื่อพบปะกับนักเรียน แสดงธรรมหรือสนทนาธรรมอย่างเป็นกันเอง และมีช่วงตบนาปัญหาของนักเรียนทุกระดับชั้นอีกด้วย

สารพัดเฉลย เล่ม ๑ และ ๒ ประมวลคำถามของนักเรียนโรงเรียนปัญญาประทีป ตั้งแต่มัธยมศึกษาปีที่ ๑ ถึงปีที่ ๖ และคำตอบของท่านเจ้าคุณอาจารย์พระเทพพัชรญาณมุนี ระหว่างปีการศึกษา ๒๕๕๘-๒๕๖๐ นับเป็นครั้งแรกที่โรงเรียนได้จัดพิมพ์คำถามที่นักเรียนมัธยมมีประเด็นค้างคาใจ และท่านเจ้าคุณอาจารย์เมตตาให้คำตอบ

โรงเรียนปัญญาประทีป เชื่อว่า สารพัดเฉลย ทั้ง สองเล่มจะเป็นคู่มือไขข้อข้องใจของหนุ่มสาวในหลาย ๆ ประเด็น และเป็นหนังสือที่เป็นประโยชน์ ไม่เพียงสำหรับ นักเรียนระดับมัธยมศึกษา แต่ผู้ปกครองและสาธารณชนทั่วไปก็น่าจะได้ข้อคิดทางธรรมที่เป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิต โรงเรียนปัญญาประทีปจึงได้ขออนุญาต ท่านเจ้าคุณอาจารย์จัดพิมพ์เป็นหนังสือ ซึ่งท่านเมตตา อนุญาตและอนุโมทนานุญทุกคนที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการ จัดทำและในการเผยแพร่ตัวอย่างของการศึกษาพุทธปัญญา เป็นธรรมทาน โรงเรียนปัญญาประทีปขอกราบสำนึกใน พระคุณของท่านเจ้าคุณอาจารย์ในความเมตตาไม่มีที่สุด ไม่มีประมาณของท่าน ที่มีให้แก่ชาวปัญญาประทีป ตั้งแต่ การก่อตั้งโรงเรียนเป็นต้นมา

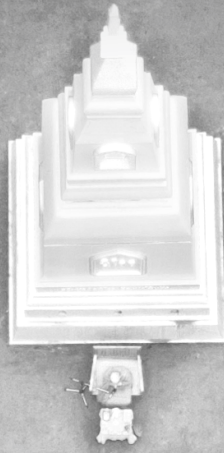
คณะศิษยานุศิษย์

เมษายน ๒๕๖๔



สารบัญ

หมวด ๗	ศีล การเบียดเบียน	๑
หมวด ๘	พัฒนาตน	๗
หมวด ๙	อุดมการณ์ ความหมายชีวิต	๔๑
หมวด ๑๐	ความรักชาติ	๖๑
หมวด ๑๑	พัฒนาความจำ	๖๕
หมวด ๑๒	ทั่วไป	๗๑



การที่ยุงกัดเรา
เท่ากับยุงเบียดเบียนเรา
ยุงจะบาปไหมเจ้าคะ

ถ้ามีคนจะมาทำร้ายเรา
แล้วเราทำร้ายกลับ
ผิดไหมครับ...

การฆ่าสัตว์ที่เราคิดว่ามันตายแล้ว
แต่จริงๆ ยังไม่ตาย
เราบาปไหม

...ถ้าฟังเพลงที่มีความหมายในทางเสื่อม
เราฟังแล้วจะบาปไหมครับ

ศีล การเบียดเบียน

๑ คำถาม: การที่ยุงกัดเรา เท่ากับยุงเบียดเบียนเรา ยุงจะบาปไหมเจ้าคะ

คำตอบ: คือว่าเราต้องเรียนชีวศาสตร์บ้าง จะได้รู้ว่ายุงที่กัดเป็นตัวผู้หรือตัวเมีย แล้วกัดเพราะอะไร เพราะต้องการเลือดของเราไปเลี้ยงลูกมัน ยุงกัดด้วยความรักของแม่นะ เราไม่น่าถือสามากนัก มันกัดเราเพราะมันอยากได้เลือดได้อาหารเพื่อไปเลี้ยงลูกมัน มันไม่มีเจตนาเบียดเบียน การจะเบียดเบียนต้องรู้ว่าสิ่งที่ทำนี้มันเป็นทุกข์ จะทำให้ผู้อื่นเป็นทุกข์ แล้วก็ทำด้วยความเห็นแก่ตัว ถือว่าความสุขของเราสำคัญกว่าความทุกข์ของผู้อื่น แต่ยุงคงไม่มีความคิดถึงขั้นนั้น มันเป็นสัญชาตญาณของแม่เท่านั้นเอง ก็เลยไม่ถือว่าเป็นบาป

๒ คำถาม: ถ้ามีคนจะมาทำร้ายเรา แล้วเราทำร้ายกลับ ผิดไหมครับ ขอบพระคุณครับ

คำตอบ: ตามกฎแห่งกรรมถือว่าผิด หากมีเจตนาจะทำร้ายใครไม่ว่าด้วยเหตุผลใด ๆ อันนั้นถือว่าเป็นบาปกรรม

สำหรับชมราวาสอาจจะถือว่าต้องยอมทำร้ายเขาเพื่อเอาตัวรอด ถ้าไม่สู้กับเขา เขาจะฆ่าเรา สำหรับพระต้องไม่ทำร้ายเขากลับ เพราะศีลของพระสูงถึงขั้นที่ว่าเขาจะฆ่าก็เรื่องของเขา แต่ชมราวาสไม่ต้องคิดอย่างนั้นก็ได้ เพียงแต่ต้องยอมรับว่า หากเราตอบโต้กลับ มันก็เป็นบาปกรรม แล้วอาจจะเกินกว่าที่คิดก็ได้ เช่น มีบ่อยครั้งเหมือนกันที่แค่ชกครั้งเดียว คนล้มหัวฟาดพื้นตายเลย ก็เลยกลายเป็นฆาตกรโดยไม่ได้คิดและไม่ได้มีเจตนา

ตอนอาตมาเรียนหนังสือ เพื่อนบางคนฝึกวิชาป้องกันตัว เป็นวิชาของญี่ปุ่นบ้าง ของเกาหลีบ้าง ฝึกเสียจนมีความพร้อมที่จะสู้ได้ตลอดเวลา และเพราะมีความรู้สึกว่าร่าเริง จึงเป็นเหตุปัจจัยให้เขามีเรื่องบ่อย ส่วนอาตมาไม่เคยและคิดอยากจะหนีมากกว่า ขอยู่ห่างๆ เพราะรู้ว่าถ้าเกิดเรื่องแล้วเอาตัวไม่รอด ก็กลายเป็นคนไม่ค่อยมีเรื่องหรือไม่มีเรื่องเลย เพราะฉะนั้น บางที่เมื่อเรามีความพร้อมจะทำให้เรากลายเป็นคนที่ต้องสู้กับเขา เพราะไม่กลัว เพราะประมาท เพราะเชื่อมั่นว่าถึงจะมีเรื่อง ฉันทันไม่แพ้เขาแน่ อย่างนี้ต้องระวังด้วย

คนที่เป็นอาจารย์สอนวิชาป้องกันตัว เขาบอกว่าเมื่อเราเจอศัตรูหรือคนที่จะทำร้ายร่างกายเรา ถึงแม้จะคิดว่าเราสามารถสู้กับเขาได้ ก่อนอื่นให้วิ่งหนี เชื่อว่าดีที่สุด ไม่ต้อง

อายุ ให้วิ่งไว้อก่อน การฝึกวิ่งเร็วเป็นวิชาป้องกันตัวที่ดีที่สุด เพราะบางครั้งเราคิดว่าเรามีวิชา เราเป็นกังฟู เราจะใช้วิชา กังฟูป้องกันตัว แต่ถ้าเจอคนที่มีอาวุธละ มีมีด อ้าว... แล้วจะทำอย่างไร ตายแล้ว... หลายปีแล้วตอนหลานอาตมา ยังเด็ก ๆ อาตมาไปเยี่ยมบ้าน เราดูหนังด้วยกัน เรื่อง อินเดียน่าโจนส์ มันมีฉากหนึ่งที่ดีมาก คือ มีคนที่มีวิชา กำลังภายในแบบสุดๆ มา อินเดียน่าโจนส์ก็มองเฉย ๆ แล้วชักปืนออกมายิงเขาตายเลย คนเราบางครั้งก็คิดว่าเรา เก่งนะ แต่บางทีอาวุธเขาสูงกว่า เพราะฉะนั้นวิ่งหนีเป็นดีที่สุด

๓ คำถาม : การฆ่าสัตว์ที่เรานึกว่ามันตายแล้ว แต่จริงๆ ยังไม่ตาย เราบาปไหม

คำตอบ : ถ้าคิดว่ามันตายแล้ว เราจะไปฆ่ามันทำไม สมมุติว่าคนตั้งใจจะฆ่าศัตรู หรือยิงศัตรู ตั้งใจจะยิงนาย ก แต่ว่ายิงไม่แม่น เผลอไปโดนนาย ข เข้า อย่างนี้เป็นบาปไหม อ้าว... ก็บอกว่าไม่ได้ตั้งใจ นาย ข นี่เป็นเพื่อนด้วยซ้ำ แต่แม้ จะไม่ตั้งใจเลย มันก็บาปอยู่ในระดับหนึ่ง ถ้าเป็นพระ ไม่ได้ตั้งใจฆ่านาย ก และ นาย ก ตาย พระต้องอาบัติปาราชิก คือออกจากสงฆ์ทันที แต่ถ้าตั้งใจจะฆ่านาย ก แต่นาย ก ไม่ตาย ส่งโรงพยาบาลทัน มันก็ผิดร้ายแรง แต่ตามพระวินัย ไม่ถือว่าปาราชิก เพราะไม่สำเร็จใน ๓ ข้อ คือ (๑) ต้องตั้งใจ

(๒) ต้องยิง (๓) ต้องตายตามความตั้งใจ เมื่อไม่ครบองค์ ก็จะเป็นอาบัติรองลงมาไม่ถึงกับต้องโดนสัก

แต่ในความเป็นจริง กฎหมายบ้านเมืองในประเทศไทย จะมีอำนาจเหนือพระวินัย ฉะนั้น ถ้าพระไปยิงใคร ตำรวจต้องจับสึกออกจากความเป็นพระเพื่อเอาตัวไปขึ้นศาล ตัดคุก ตัดตาราง ทีนี้ในกรณีที่ว่าตั้งใจจะยิงนาย ก แต่ยิงไม่แม่น ไปโดนนาย ข ตาย กฎหมายบ้านเมืองก็ถือว่าผิด จะเป็นเรื่องติดคุกได้ แต่ว่าโทษอ่อนลงไปหน่อยหนึ่ง เหมือนในพระวินัยที่โทษอ่อนลง ถึงแม้ว่าผลของการกระทำเกิดไม่ตรงกับที่ตั้งใจ สิ่งที่เป็นบาปกรรมก็คือ เจตนาที่จะฆ่าคน ถึงแม้ว่าคนนั้นไม่ตายหรือว่าคนอื่นตาย แล้วถ้าไม่ได้ถึงขั้นที่ยิงใครจริงๆ ก็ยังเป็นบาปกรรมที่เรียกว่ามโนกรรม เป็นมโนกรรมที่ร้ายแรง คือกรรมจะออกได้ทางกาย ทางวาจา และทางใจ กรรมซึ่งมีผลถึงตกนรกต้องออกทางกาย ทางวาจา แต่กรรมทางใจที่ร้ายแรงอย่างนี้ มันแทบจะเป็นไปไม่ได้ที่จะไม่ออกมาทั้งทางกายทางวาจา มันจะเป็นแรงกดดันให้แสดงออกซึ่งมันก็สัมพันธ์กันอยู่อย่างนั้น

๔ คำถาม : ผมสงสัยว่า ถ้าฟังเพลงที่มีความหมายในทางเสื่อม เราฟังแล้วจะบาปไหมครับ

คำตอบ : คือคำว่า “บาป” นี้ ต้องเข้าใจนะว่า มันไม่ใช่ที่ว่าบาปจะต้องเป็นเรื่องหนักเรื่องน่าเกลียด น่าสยดสยอง

เสมอไป คือเรามักจะใช้คำว่าบาปเหมือนเป็นคำประณามว่าไม่ดี แย่ ชั่ว อะไรอย่างนี้เป็นบาป แต่ถ้าเทียบบาปกับศีลดำกรณีสมาพ้อสมาแม่มาพระอรหันต์นี้ศีลดำปี่ดำสนิทแน่ แต่มันจะมีบาปแบบศีลดำอ่อน ๆ จนออกเป็นสีเทาเข้มและสีเทาอ่อน ๆ ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของศีลดำ และถือว่าอยู่ในกลุ่มหรือตระกูลของศีลดำนั่นเอง ฉะนั้น บาปมันมีหลายระดับ มีตั้งแต่ทำแล้วตกนรก แล้วก็มีแบบอ่อน ๆ ลงมา

คำว่า “บาป” แปลว่าอะไร บาปก็คือสิ่งที่ทำให้ความทุกข์และทำให้กิเลสซึ่งเป็นเหตุให้เกิดทุกข์เพิ่มมากขึ้น เช่น ถ้าเราทำอะไรหรือพูดอะไรด้วยความอิจฉา มันก็เป็นการบำรุงตัวอิจฉาอยู่ในใจ ทำให้จิตใจของเรามีศีลดำเพิ่มมากขึ้น นั่นเรียกว่าเป็นบาป มันเป็นอกุศล ที่จริงแล้ว คำว่า “อกุศล” มันจะมีความรู้สึกที่เป็นกลาง ๆ มากกว่าบาป แต่ว่ามันเป็นอกุศล คือมันเป็นการเพิ่มสิ่งที่ไม่ดีในใจเรา และเป็นการทำให้สิ่งที่ดีในใจเราลดน้อยลง นี้เรียกว่าเป็นอกุศล ฉะนั้น ถ้าเราฟังเพลงที่มีความหมายในทางเสื่อม แล้วเรายินดีกับมันจนขึ้นสมอง จนมีผลต่อพฤติกรรมของเรา มีผลต่อความคิด มีผลต่อชีวิตของเราในด้านต่าง ๆ มันก็เป็น การเบียดเบียนตัวเอง เป็นการสะสมสิ่งที่เป็นอกุศล อย่างนี้เป็นสิ่งที่เราควรหลีกเลี่ยงเสีย



หนูอยากทราบวิธีการจัดการตัวเองให้ทำอะไรเร็วขึ้น
เพื่อที่จะได้ไม่เป็นตัวถ่วงของคนอื่นเจ้าคะ

เราจะรู้จักความพอดีในการกระทำ
การคิด การใช้ชีวิตของเราได้อย่างไรเจ้าคะ...

...หากคนเราไม่มีความกลัว
จะมีข้อดีข้อเสียอย่างไร

...ถ้าเราเป็นทุกข์มากๆ และไม่หายสักที
เราควรทำอย่างไรครับ

...เราสามารถที่จะทำตัวเองให้มีความสุข
ในขณะที่เราเผชิญกับความทุกข์ได้อย่างไรเจ้าคะ

...การที่เราเล่นโทรศัพท์...มันติดจนหยุดไม่ได้
ทำอย่างไรให้เราสามารถหักห้ามใจตัวเองได้เจ้าคะ

พัฒนาตน

๑ คำถาม: หนูอยากทราบวิธีการจัดการตัวเองให้ทำอะไรเร็วขึ้น เพื่อที่จะได้ไม่เป็นตัวถ่วงของคนอื่นเจ้าค่ะ

คำตอบ: นี่เป็นเรื่องของการฝึกนะ คือปกติเรามีปัญหา เราจะต้องวิเคราะห์อย่างนี้ว่า ทำไมเราจึงช้า มันเป็นเพราะอะไร เป็นเพราะความเคยชิน หรือเป็นเพราะกิเลส หรือเป็นเพราะสิ่งแวดล้อม หรือเป็นเพราะอะไร เราจึงมักจะช้ากว่าเพื่อน ถ้าหากว่าเป็นเพียงแค่ความคล่องตัวของกาย เราอาจจะต้องฝึกตัวเองให้ทำอะไรให้เร็ว ๆ ตั้งเวลาให้กับตัวเอง หรือถ้าเกิดช้า แบบที่ว่าอย่างไร ๆ ก็ยังช้ากว่าเขา ถ้าเป็นอย่างนั้น เราก็ต้องตื่นช้ากว่าเขา ต้องให้เวลาตัวเองมากขึ้น คือถ้าคนทั่วไปเขาใช้เวลาในเรื่องหนึ่ง ๕ นาที เราต้องใช้ ๗ นาที ๘ นาที เรารู้ตัวแล้ว เราก็ต้องเริ่มทำก่อนเขาสัก ๒ นาที เพื่อจะได้จบลงในเวลาเดียวกัน

แต่บางสิ่งบางอย่างมันไม่ใช่ที่เร็วแล้วจะดีเสมอไป แล้วคนเราก็มีนิสัยไม่เหมือนกันทีเดียว เราต้องอยู่ในขอบเขตที่ไม่เป็นที่รำคาญของคนอื่น ฉะนั้น ก็พยายามปรับเท่าที่จะปรับได้

๑. พยายามดูวิธีการของเรา ว่ามีวิธีการอะไรที่สามารถทำให้กระชับกว่านี้ได้บ้างไหม ลองถามเพื่อน บางทีเพื่อนอาจจะมีความแนะนำให้เราได้

๒. เวลาอยู่คนเดียว ก็ฝึกทำอะไรให้มันเร็ว ๆ เพื่อเป็นนิสัยใหม่ ไม่ต้องเงิน ไม่ต้องอายุ สำหรับบางเรื่องที่มันเร็วไม่ได้ ก็ต้องให้เวลาเพิ่มมากขึ้น คิดเผื่อไว้ บางทีทำเร็วทำมากก็ไม่ดีเสมอไป

ตอนเรียนหนังสือ อาตมามีเพื่อนสนิทคนหนึ่ง ในวันสอบครูให้เวลาสัก ๒ ชั่วโมง เขียนบทความ ๒ - ๓ เรื่อง เพื่อนอาตมาไม่เชื่อมั่นในตัวเองว่าจะเขียนได้ เขาจึงกินยาแบบยาม้า ใน ๒ ชั่วโมงนั้น ๓๐ กว่านาทีแรก อาตมายังไม่ได้เขียนอะไรเลย อาตมาใช้เวลาวางแผนว่าจะเขียนอย่างไร ๆ คิดเป็นข้อ ๆ ไว้ ส่วนเพื่อนนั้น ภายใน ๓๐ นาทีแรก เขาเขียนไปตั้ง ๑๐ กว่าหน้า อาตมาเขียนทั้งหมดประมาณ ๔ - ๕ หน้า ส่วนเพื่อนเขียนได้ ๓๐ กว่าหน้า เขียนเร็วมาก แต่เป็นเพราะเขากินยา ครูอ่านที่เขาเขียนไม่รู้เรื่องเลย เขาจึง

สอบตก ส่วนอาตมาค่อยเป็นค่อยไป ค่อยจัดสรรว่า ทำอะไรก่อน ทำอะไรหลัง ไม่ต้องไปมองว่าคนนั้นเขียนได้เยอะแล้ว คนนี้ก็เขียนได้เยอะแล้ว อาตมาไม่สนใจใคร และมีวิธีการที่รู้ว่าเหมาะกับตัวเอง เพราะในบางเรื่องไม่ต้องเอาคนอื่นเป็นหลัก สไตล์ของเราก็สไตล์ของเรา นอกจากมันเป็นเรื่องที่มีผลกระทบต่อคนอื่น เช่น นัดขึ้นรถไฟไปพร้อมกัน หรืออะไรที่ว่า ถ้าทำช้ากว่าเขาแล้ว จะมีผลกระทบต่อส่วนรวม นั้นจะต้องฝึกตนให้ปรับตัว

๒ คำถาม: หนูอยากรู้ว่าถ้าเราอยากทำอะไรอย่างหนึ่ง แต่เรากลัวสิ่งนั้นมาก ๆ เราควรจะทำอย่างไรคะ

คำตอบ: ความกลัวก็เป็นสิ่งที่มีประโยชน์เหมือนกัน ไข้ไหม บางสิ่งบางอย่าง กลัวแล้วไม่ทำก็ดี อย่างเช่น “กลัวบาป” ไม่ทำก็ดีแล้ว บางอย่างเป็นสัญชาตญาณ อย่างเช่น ถ้าเราไปเดินอยู่ริมหน้าผา เกิดความกลัว มันก็ดีเหมือนกัน ปลอดภัยดี ฉะนั้น ความกลัวบางอย่างเกิดจากปัญญา เช่น “กลัวบาป” บางอย่างเกิดจากสัญชาตญาณที่จะรักษาความปลอดภัยของร่างกาย เช่น กลัวตกจากที่สูง เป็นต้น แต่ความกลัวบางอย่างมันเกิดจากกิเลสมากกว่า กิเลส ในที่นี้ เช่น ถ้าจะทำอะไรซึ่งไม่แน่ใจว่าจะได้หรือไม่ได้

ก็กลัว กลัวจะล้มเหลว กลัวจะไม่สำเร็จ กลัวคนอื่นจะดูถูก กลัวผู้ใหญ่จะไม่พอใจ แบบนี้ก็เรียกว่าเป็นทุกข์ที่เกิดจากความคิดผิด เกิดจากความเศร้าหมองในจิตใจ

เราต้องพยายามสำรวจความคิด บางสิ่งบางอย่าง จะรู้ล่วงหน้าว่าจะดีหรือไม่ดี จะสำเร็จหรือไม่สำเร็จ มันรู้ไม่ได้หรอก แต่เมื่อเราคิดดูแล้วว่าสมควรจะทำ ต้องยอมทำ ยอมลำบาก ความกลัวที่ทำให้ชีวิตเราไม่เจริญเท่าที่ควรคือ “กลัวลำบาก” ในวัดป่าพงสมัยก่อนมีข้อธรรมะที่ติดตามต้นไม้ มีข้อหนึ่งที่อาตมาชอบมากตั้งแต่มาอยู่เมืองไทยใหม่ ๆ ที่ว่า “มักง่ายได้ยาก ลำบากได้ดี” คำว่า “ลำบากได้ดี” นี้มันมีประโยชน์มาก คือ ก่อนจะสบายก็ต้องลำบาก เสียก่อน ความสบายที่ได้มาฟรี ๆ มักจะไม่ค่อยมีคุณค่าเท่าไร ฉะนั้น ถ้าคนเรายอมลำบากบ้าง ไม่กลัวลำบาก ความกลัวที่ว่ากลัวทำนั้นกลัวทำนี้ จะลดน้อยลง เพราะเบื้องหลังความรู้สึกว่ากลัวสิ่งนั้นกลัวสิ่งนี้ ก็คือ กลัวลำบาก ดังนั้น ถ้าเราฝึกตนให้เป็นคนอดทน ยอมลำบากในสิ่งที่มีประโยชน์ ความกลัวต่าง ๆ ซึ่งเป็นผลจากความไม่ยอมลำบาก ก็จะหายไป หรือลดน้อยลง

๓ คำถาม : เราจะรู้จักความพอดีในการกระทำ การคิด การใช้ชีวิตของเราได้อย่างไรเจ้าคะ ใช้อะไรตัดสินว่าเราพอดีหรือไม่พอดีเจ้าคะ

คำตอบ : ความพอดีความไม่พอดีในแต่ละเรื่อง มันมีอาการไม่เหมือนกันทีเดียว อย่างเช่น นอนพอดี จะรู้ว่าตื่นขึ้นมารู้สึกสดชื่นเบิกบาน ถ้านอนน้อยเกินไป เมื่อลุกขึ้นมาก็ยังง่วงเจีย ไม่ค่อยรู้เรื่อง เรียนหนังสือก็จะง่วง ถ้านอนมากเกินไปจะกลายเป็นหงุดหงิดรำคาญ ฟุ้งซ่าน ก็ให้เราสังเกตความงอแงงะของจิตใจเวลาเราขาดการพักผ่อน ความฟุ้งซ่านรำคาญเวลาเรานอนมากเกินไป เป็นต้น

แต่ละเรื่องในชีวิต อาการสุดโต่งก็จะมีโทษ มีข้อเสีย มีข้อบกพร่องไม่เหมือนกันทีเดียว ซึ่งเรื่องนี้ต้องเรียนรู้จากประสบการณ์ แต่จะมีคำหนึ่งในภาษาอังกฤษที่อาจจะใช้ได้กับคำว่า “พอดี” นั่นก็คือ “sustainable” มีใครรู้จักคำนี้ไหม มันเป็นสิ่งที่เราสามารถทำได้อย่างต่อเนื่องนาน ๆ อย่างยั่งยืน คือถ้าทำบางสิ่งบางอย่างแบบเต็มที่ เต็มที่ได้ไม่กี่วันแล้วก็หมดแรง เกิดความขี้เกียจขี้คร้านสักพักหนึ่ง พอหายเหนื่อยหายขี้เกียจแล้วก็ตั้งใจทำใหม่แบบสุด ๆ มันไม่เป็นปฏิปทา มันไม่สม่ำเสมอ มันไม่พอดี คือ ถ้าเราทำเกินพอดี

มันจะมีโทษต่อร่างกาย มีโทษต่อจิตใจ แล้วจะทำไมได้นาน ฉะนั้น ก็อยู่ที่การศึกษาและการคอยสังเกตอาการที่เกิดขึ้นกับกายกับใจของตัวเองว่ามีผลต่อเป้าหมายที่เราต้องการหรือไม่

๔ คำถาม : เมื่อความโลภครอบงำจิตใจ และตัดสติใจ ทำอะไรด้วยความโลภ เราจะรู้ตัวได้อย่างไร มีวิธีสังเกตตัวเองอย่างไรบ้างเจ้าคะ ถึงจะรู้ว่าตัวเองกำลังโลภอยู่

คำตอบ : โลภหรือค้นหาในกรณีนี้ มักจะเป็นการมุ่งที่ตัว “ผลของงาน” มากกว่า “ตัวงาน” ทำอย่างไรเราจึงจะได้สิ่งนั้นได้สิ่งนี้ ถ้าได้แล้วมันจะมีความสุขอย่างนั้นอย่างนี้ จิตที่ทำอะไรด้วยความโลภจะขาดฉันทะใน **ตัวการกระทำ** เพราะจะคอยคิดแต่ **ผลของการกระทำ** ที่ต้องการ ซึ่งจะทำงานฉาบฉวยได้ หรือหาทางลัดที่อาจจะเกิดปัญหาในระยะยาว เราจึงต้องแก้ด้วยการเน้นที่คุณภาพของงาน ในกรณีของการเรียน เราต้องคอยสังเกตตัวเองว่า เราจะเรียนอย่างไร ใช้วิธีอย่างไรจึงจะดีที่สุด แทนที่จะคอยคิดถึงผลของการเรียน ควรกำกับให้การทำงานอยู่กับตัวเหตุ มุ่งสร้างเหตุปัจจัย อย่าให้จิตใจหมกมุ่นอยู่กับตัวผลจนเกินไป

๕ คำถาม: ทำอย่างไรถึงจะทำให้ชอบเรียนในวิชาที่ไม่ชอบเจ้าคะ

คำตอบ: อยู่ที่การสังเกตตัวเองว่าความชอบความไม่ชอบนั้น มันเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ถึงจะไม่ชอบ ในความไม่ชอบก็มีดีกรีความรุนแรงไม่เท่ากัน บางวันบางเวลาไม่ชอบมาก บางวันก็ไม่ชอบบ้าง บางวันก็เฉยๆ อาจจะมีบางวันบางช่วงที่ยังชอบในสิ่งที่ปกติมักไม่ชอบ ความชอบความไม่ชอบก็เป็นแค่อารมณ์ อย่าเอาจริงจังกับมันมาก

บางครั้งบางคราว หลวงพ่อชาท่านเคยตักเตือนพระที่ขี้เกียจ ไม่ชอบการภาวนา หรือไม่อยากเดินจงกรมเวลาฝนตก ท่านบอกว่า สมัยทำนา ฝนตกก็ไม่เห็นเป็นอะไร จูงควายออกไปทำนาได้ทั้งๆ ที่เปียก บางครั้งตื่นเช้า เสื้อผ้าที่ตากไว้เมื่อวานยังเปียกอยู่ ต้องใส่เสื้อผ้าที่ยังเปียกอยู่ออกไป ก็ไม่คิดอะไร เพราะเป็นงาน เพราะเป็นหน้าที่ แล้วการเดินจงกรมทำไมถึงจะทำไมไม่ได้

ฉะนั้น ความไม่ชอบถือว่าเป็นอารมณ์หนึ่ง แต่ถ้าเราไม่รู้เท่าทัน มันก็มีโทษมาก ก็เลสมันได้ใจ บางอย่างไม่ทำเพียงเพราะไม่ชอบ คิดเป็นเด็ก ๆ ที่จริงถึงจะไม่ชอบ เราทำก็ได้ ให้เราพยายามหาสิ่งที่เราชอบหรือสิ่งที่ดีที่สุดในสิ่งที่

เราไม่ชอบไว้ก่อน ที่สำคัญคืออย่าให้จิตไปปรุงแต่งในสิ่งที่ไม่ชอบ เพราะยิ่งคิดยิ่งปรุงแต่ง อารมณ์ก็ยิ่งเพิ่มมากขึ้น จนเป็นการเบียดเบียนตัวเอง

๖ คำถาม: กราบนมัสการพระอาจารย์ครับ หากคนเราไม่มีความกลัว จะมีข้อดีข้อเสียอย่างไร

คำตอบ: มีการนิยามคำว่า “วีรบุรุษหรือวีรสตรี” อย่างในสนามรบ วีรบุรุษที่แท้ไม่ใช่ผู้ที่ไม่กลัวศัตรู ไม่กลัวตาย แต่**วีรบุรุษคือคนที่ทำหน้าที่ ทั้ง ๆ ที่กลัว** คนที่ไม่กลัวตาย ไม่กลัวอะไรเลย มักจะประมาท บางครั้งก็ทำให้เพื่อนพลอยตายไปด้วย ทหารนี้จะระแวงมากกับพวกที่ไม่กลัว เพราะพวกนี้จะทำให้วุ่นวาย

ความกลัวเป็นสัญชาตญาณซึ่งมีข้อดี อย่างที่ว่าสิ่งที่อันตรายต่อชีวิต อันตรายต่อตัวเองและส่วนรวม เราไม่ทำ บางครั้งถ้าเอาแต่เหตุผลอาจจะคิดไปคิดมา จนอาจจะไม่ทันการ ส่วนความกลัวมันเกิดขึ้นทันที แต่ความกลัวบางอย่างเกิดจากความคิดผิด อย่างเช่น กลัวจะทำได้ กลัวคนอื่นจะว่า กลัวอะไรต่าง ๆ ซึ่งความกลัวอย่างนี้ มันไม่มีประโยชน์อะไรมาก เป็นความกลัวที่อาจจะเป็นเหตุให้ไม่ได้ทำสิ่งที่ควรทำก็ได้ มันต้องมีสัมมาทิฐิ ต้องมีปัญญาคอยกำกับ อย่างเช่น ความกลัวบาปนี้ไม่มีข้อเสีย กลัวบาปแล้ว

ไม่ทำ อย่างนี้ยิ่งมากยิ่งขึ้นดี แต่ถ้าเป็นการกลัวลำบาก อันนี้ จะทำให้ชีวิตเราคับแคบ หลายสิ่งหลายอย่างที่ดีในชีวิตนี้ จะได้ด้วยความสะดวก ถ้าเรากลัวลำบาก ก็แปลว่าหมดสิทธิ์ที่จะได้สิ่งดี ๆ เหล่านั้น ฉะนั้น เราก็อย่ากลัวลำบาก

ข้อดีของความกลัว อยู่ที่การมีความรู้สึกที่ช่วยเสริม เหตุผลในการห้ามไม่ให้ทำสิ่งที่ไม่ควรทำหรือสิ่งที่เป็นอันตราย ข้อเสียของความกลัวก็คือ ถ้ามีความคิดผิดแล้วไป กลัวในสิ่งที่ไม่ควรกลัว จะทำให้ชีวิตเราคับแคบ ไม่เข้าถึง ในสิ่งที่ควรเข้าถึง

๗ คำถาม: กราบนมัสการพระอาจารย์ครับ อยากทราบว่าถ้าเราเป็นทุกข์มาก ๆ และไม่หายสักที เราควรทำอย่างไร ครับ

คำตอบ: อาตมาไม่เชื่อว่า คนเรานี้จะเป็นทุกข์ตลอดเวลา เราดูผิวเผินเกินไป คือถ้าเราดูตั้งแต่วินาทีแรกที่เราตื่น ขึ้นมาตอนเช้าจนถึงวินาทีสุดท้ายก่อนหลับตอนกลางคืน เราเป็นทุกข์ทุกวินาทีใหม่ ทุกนาาที หรือทุกลมหายใจใหม่ ที่เราบอกว่าเราเป็นทุกข์ตลอด ไม่หายสักที หมายถึงว่าโดย ส่วนรวมในแต่ละวันใช้ใหม่ มองเป็นภาพรวมแล้วไม่สบายใจ หรือว่าทุกข์ใจ

ถ้าเปรียบว่าเราดูในกล้องจุลทรรศน์ ถ้าเราซูมเข้าไปดูชีวิตเป็นนาฬิกาหรือเป็นลมหายใจ จะเห็นว่าแม้แต่ในวันที่เป็นทุกข์โดยภาพรวม มันก็จะมีหลายส่วนที่ไม่ทุกข์เฉยๆ แล้วก็ยังมีบางเวลา ถึงจะเป็นช่วงเวลาสั้นๆ ที่เรามีความสุข แต่เราตัดสินใจไปแล้วว่า เราเป็นคนมีทุกข์เยอะทุกข์มาก เราจึงไม่ค่อยรับรู้ส่วนที่ไม่เป็นทุกข์และส่วนที่เป็นสุขเท่าที่ควร

ฉะนั้น ในการภาวนา เราต้องพยายามรับรู้ความจริงของชีวิตให้มากขึ้น มันไม่ใช่ทุกข์ตลอดเวลาหรอก ที่ไม่ทุกข์ก็มี ที่เป็นสุขก็มี ทีนี้ในส่วนที่เป็นทุกข์ พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า ทุกข์เกิดเพราะตัณหา ทุกข์เกิดเพราะกิเลส ฉะนั้นต้องพยายามดูที่สาเหตุ ทุกวันนี้ในใจเรามีความอยากอะไรบ้างที่ก่อให้เกิดทุกข์ อยากได้ อยากมี อยากเป็น ไม่อยากได้ ไม่อยากมี ไม่อยากเป็น พยายามดูตรงนี้ เพราะถ้าจะแก้ทุกข์ ต้องแก้ที่เหตุของทุกข์ ทุกข์ก็คืออาการซึ่งที่มาของมันคือ ตัณหา

ดังนั้น ถ้าเราทุกข์ แสดงว่าตอนนี้ต้องมีอะไรสักอย่างที่ยอยากได้ แต่เราไม่ได้สิ่งนั้น หรือว่าต้องอยู่กับสิ่งที่ไม่ชอบหรือบุคคลที่ไม่ชอบ พยายามดูความคิดของตัวเอง ถ้าไม่มีความคิดผิดแล้วทุกข์ไม่มี นี่คือทางแก้ แล้วเราจะแก้ได้

๘ คำถาม : กราบนมัสการพระอาจารย์ครับ ผมขอคำแนะนำจากพระอาจารย์ในเรื่องหลักการแบ่งเวลาทำการบ้านครับ ขอบพระคุณครับ

คำตอบ : คงต้องดู ๒-๓ ประเด็น เริ่มต้นควรกำหนดว่า เวลาทำการบ้านในแต่ละวันมีกี่ชั่วโมง เราจะให้เวลานานเท่าไรและในช่วงเวลาใด ให้ดูงานที่เป็นภาคบังคับ แล้วต้องวางแผนว่าจะจัดลำดับงานอย่างไร สิ่งที่สำคัญ สิ่งที่ต้องดู สิ่งที่เป็นข้อบังคับ ต้องทำให้เสร็จภายในเวลานั้น

อย่างที่เคยแนะนำบ่อย ๆ ว่า เราดูงานของการเรียนทุกอย่าง ไม่ใช่เฉพาะงานเขียน ให้แบ่งเป็น ๔ อย่าง (๑) ด่วนและสำคัญ (๒) สำคัญแต่ไม่ด่วน (๓) ด่วนแต่ไม่สำคัญ (๔) ไม่สำคัญ ไม่ด่วน

แล้วเรามาดูงานของเราแต่ละอย่างว่ามันจะอยู่ในข้อไหน สำคัญไหม ด่วนไหม ถ้าสำคัญด้วย ด่วนด้วย นี้จะต้องจัดการก่อนอื่น จะต้องจัดเวลาให้ได้ ข้อที่ ๔ ถ้าไม่สำคัญและไม่ด่วน เอาไว้ทีหลัง พอมีเวลาเมื่อไหร่ เราก็ค่อยทำ แต่เรื่องการจัดลำดับข้อที่ ๒ และ ข้อที่ ๓ นั้น เราต้องใช้ปัญญาพิจารณาระหว่างข้อที่ ๒ สำคัญแต่ไม่ด่วน กับข้อที่ ๓ ด่วนแต่ไม่สำคัญ อันไหนควรจะทำก่อน

อาตมาว่า สำคัญแต่ไม่ด่วน ควรจะเป็นอันดับ ๒ เพราะไม่อย่างนั้นเราก็จะวิ่งตามเรื่องที่เราคิดว่าด่วนอยู่ตลอด

เวลา ทั้ง ๆ ที่อาจจะไม่ค่อยสำคัญ แล้วก็แทบจะไม่ได้ทำ สิ่งที่สำคัญ โดยเฉพาะงานพัฒนาจิตใจหรือการฝึกสมาธิ ที่มันไม่มีผลงานที่วัดได้ง่าย ๆ เรื่องนี้เป็นเรื่องสำคัญ แต่ถามว่าด่วนไหม เมื่อไม่มีการสอบหรือไม่มีการเก็บคะแนน เราก็มักจะมองข้าม แต่ในกระบวนการเรียน กระบวนการทำงาน ในระยะยาว เรื่องสำคัญอย่างนี้จะขาดไม่ได้

หนึ่ง - ก็ให้ดูเวลา สอง - จัดลำดับความสำคัญความ ด่วนของเรื่องที่ต้องเรียน สาม - ดูสิ่งแวดล้อมหรือบรรยากาศ ในเวลาทำงาน หมายถึงความเงียบ หรือจัดสรรสิ่งแวดล้อม ให้เอื้อที่สุดต่อการเรียน ถ้าอยู่ในที่พลุกพล่าน เพื่อนกำลัง เล่นกัน หรือมีเสียงรบกวน ถึงจะให้เวลากับการบ้าน ก็คง ไม่ค่อยจะได้ผล ดังนั้น ทุกคนต้องสังเกตตัวเองว่า เวลา ไหนที่เราเรียนแบบได้ผล เวลาไหนเรียนไม่ค่อยได้ผล แล้วก็ จัดให้ตัวเองให้ไปอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ได้ผล หรือในโอกาสที่ เอื้ออำนวยที่สุด ให้ตัดเรื่องที่รบกวนออกไป

ทางจิตใจก็เช่นเดียวกัน การมีสติและการป้องกัน ไม่ให้กิเลสเข้ามาครอบงำ เช่น เรื่องความขี้เกียจ เรื่องการ อยากไปเล่นอยากไปคุยกับเพื่อน อยากฟังเพลง อยากอะไร ก็แล้วแต่ ที่จะดึงจิตออกจากงาน ซึ่งเรียกว่านิวรรณ์ เราต้อง ฝึกป้องกันและไม่ยอมตามมัน ให้ดูเวลาด้วย ดูว่าเวลาไหน เราเรียนได้ดี บางคนรู้สึกว่ายากตอนเช้าสมองดีที่จะทำงาน

บางคนรู้สึกว่าการงานได้ดีในตอนเย็น บางคนชอบตอนดึก เมื่อเรามีงานสำคัญๆ ถ้าเป็นไปได้ ให้จัดสรรเวลาที่สมควรทำงานดี นี่เป็นเรื่องที่เราต้องช่างสังเกต

๙ คำถาม : กราบนมัสการพระอาจารย์ ทำไมคุณครูบางคนจึงไม่เข้าใจว่า นักเรียนมีเวลาทำการบ้านไม่เพียงพอเจ้าคะ

คำตอบ : อาตมาคงจะตอบแทนคุณครูบางคนไม่ได้ แต่มีข้อแนะนำว่า เวลาเรารู้สึกว่า อะไรมันมากเกินไป เราต้องหยุดคิดก่อนว่า ถ้าเรารู้สึกว่าเวลาไม่พอ มันไม่พอสำหรับนักเรียนทุกคน หรือว่ามันไม่พอสำหรับเราคนเดียว ถ้าหากว่านักเรียนทุกคนหรือเกือบทุกคนมีความเห็นตรงกับเรา ก็สมควรที่จะหาเวลาอันสมควรขอคุยกับคุณครูเรื่องนี้ ที่นี้ในเรื่องมาตรฐานของเวลา เราต้องดูโรงเรียนของเราเอง หรืออาจจะเทียบกับโรงเรียนอื่นด้วยว่า ที่นี้เรามีเวลาน้อยกว่าที่โรงเรียนอื่นหรือเปล่า เวลาทำการบ้านมีมากน้อยแค่ไหนเมื่อเทียบกับโรงเรียนอื่น นี่เป็นวิธีคิดอย่างหนึ่ง คือเทียบกับคนอื่น เขาเหมือนเราหรือเปล่า เขารู้สึกเวลาไม่พอหรือเปล่า เทียบกับโรงเรียนอื่น เพราะอาจจะเห็นว่า พวกเขาอยู่ในกลุ่มซี้เกียจก็ได้ แต่เราก็ต้องมีมาตรฐานข้างนอกมาพิจารณาเปรียบเทียบ แต่ถ้าเรารู้สึกว่าเวลาไม่พอจริงๆ ก็ไปคุยกับคุณครูว่า คุณครูมีเหตุผลอย่างไร ท่านจึงต้องการให้

ทำอย่างนี้ มันมีวิธีที่จะให้การบ้านลดน้อยลงได้ไหม อะไรอย่างนี้เป็นต้น

๑๐ คำถาม: กราบนมัสการท่านอาจารย์ ช่วงนี้การบ้านหนูเยอะมากเลยคะ ต้องทำจนดึกทุกวัน แล้วตื่นตีห้ามาทำต่อ ต้องรีบกินข้าวด้วย หนูเครียดมากเลยคะ บอกคุณครูบางท่านไปว่า ทำไม่ไหว ท่านก็ตอบกลับมาว่า เราจัดการเวลาไม่ดี แต่หนูเชื่อว่าหนูพยายามจนถึงขีดสุดแล้วคะ จัดการแล้ว แต่หนูอยากให้ท่านเข้าใจ หนูควรพูดอย่างไรให้คุณครูเข้าใจดีเจ้าคะ

คำตอบ: ถ้าคุณครูตอบว่า เราใช้เวลาไม่ดี บริหารเวลาไม่ดี เราก็คงจะชี้แจงให้คุณครูทราบว่า ในแต่ละวันเราใช้เวลาว่างของเราอย่างไร แล้วเราจึงบอกเหตุผลว่า ทำไมเวลามันจึงไม่พอ ฉะนั้น อย่าเพิ่งเครียดมาก อย่าเพิ่งสิ้นหวังเรื่องนี้มันแก้ได้ แต่ในขณะเดียวกัน จากประสบการณ์ของท่านอาจารย์เองตอนที่อยู่กับหลวงพ่อบุญมาใหม่ ๆ หลายอย่างที่เราคิดว่า เราคนเดียวถ้าไม่มีครูบาอาจารย์บังคับ เราก็คงไม่ได้ดีเท่านี้ เพราะไม่ใช่เราจะเชื่อใจตัวเองได้ตลอดเวลา นี่ก็เป็นข้อคิดที่น่าเอาไปพิจารณาว่า ในช่วงแรกที่เราต้องทำสิ่งที่ทำยาก บางครั้งบางเวลามันจะมีเสียงร้องอยู่ในใจว่า... ไม่ไหว ๆ ... มันแย่ ๆ ... แต่ถ้าเราอยู่ในที่ ๆ เราไม่มีทางเลือก

อยู่ไปอยู่มา เราก็ชิน แล้วปรากฏว่าเราก็ทำได้ ลองเทียบกับที่อื่นบ้าง พวกที่เคยอยู่โรงเรียนที่นี่ แล้วย้ายไปอยู่โรงเรียนที่เมืองจีน เขาเล่าว่า ต้องเรียนตั้งแต่เจ็ดโมงเช้าถึงสี่ทุ่มทุกวัน มีพักกลางวันบ้างเล็กน้อย มันทหนักมาก แต่เมื่อเขาปรับตัวได้แล้ว เขาก็ทำได้

มีอีกเรื่องหนึ่งที่ท่านอาจารย์เคยพูดบ่อยๆ เรื่องความสำคัญของสติ และ วิธีพัฒนาความจำ เพราะถ้าเราพัฒนาความจำตามข้อคิดที่เคยฝากไว้ ถ้าใครสนใจก็ไปค้นเว็บไซต์เกี่ยวกับการพัฒนาความจำในเน็ต ถ้าเราพัฒนาประสิทธิภาพของความจำ มันจะช่วยให้เราใช้เวลาในการทำงานน้อยลง ไม่ต้องทำซ้ำ เพราะว่าเราจะจำอะไรๆ ได้ง่ายขึ้น

สติก็เช่นกัน ถ้าเราควบคุมอารมณ์ได้ ไม่ปล่อยให้จิตคิดเพื่อฝันเรื่องนั้นเรื่องนี้ ไม่ให้ตรรกะของอารมณ์ซึ่มเศร้า ไม่พอใจคนนั้นคนนี้ ไม่พอใจกับงาน มันจะเป็นการประหยัดเวลาในการเรียนด้วย ฉะนั้น เราประหยัดเวลา บางที่เราวัดด้วยนาฬิกาไม่ได้ แต่เมื่อเราเพิ่มประสิทธิภาพของการทำงาน ทำให้เราได้งานมากขึ้นในเวลาเท่าเดิม ด้วยสติที่ได้รับการฝึกดีแล้ว และด้วยการใช้เทคนิคการจำต่างๆ ซึ่งน่าเรียนรู้อย่างมาก แต่ถ้ามันยังไม่ไหวจริงๆ ก็คงต้องขอนัดพบกับคุณครู

๑๑ คำถาม: หนูอยากจะทราบว่าเราสามารถที่จะทำตัวเองให้มีความสุขในขณะที่เราเผชิญกับความทุกข์ได้อย่างไรเจ้าคะ

คำตอบ: วันนี้จะพูดเรื่องภาษามากสักหน่อย ที่ว่า “มีความสุข” นั้น อยากให้เปลี่ยนเป็นว่า “ไม่มีความทุกข์” ในขณะที่เราเผชิญกับความทุกข์ ซึ่งที่จริงแล้ว เราไม่ได้เผชิญกับความทุกข์หรอก เราเผชิญกับสิ่งที่ชวนให้เป็นทุกข์ต่างหาก

ฉะนั้น อาตมาจะขอเปลี่ยนคำถามนี้เป็นว่า... หนูอยากจะทราบว่าเราสามารถจะทำตัวเองให้ไม่มีทุกข์หรือให้ปลอดทุกข์ ในขณะที่เราเผชิญกับสิ่งที่ชวนให้เป็นทุกข์ได้อย่างไร... มันน่าจะเป็นอย่างนี้มากกว่า คือไม่ใช่ว่าความทุกข์มันอยู่นอกตัวเรา

หลวงปู่สุเมโธท่านเคยเล่าว่า ก่อนที่ท่านจะไปอยู่กับหลวงปู่ชา ท่านอยู่ที่วัด ๆ หนึ่งที่หนองคาย ซึ่งเป็นวัด “เข้าห้อง” หมายถึงว่าไม่มีกิจกรรม ไม่มีทำวัตรเช้า-ทำวัตรเย็น ไม่มีการทำกิจสงฆ์ มีแต่ให้นั่งสมาธิเดินจงกรมอยู่ในกุฏิ และบริเวณกุฏิตลอดเวลา แล้วมีอาจารย์มาสอบอารมณ์เป็นครั้งคราว เมื่อท่านไปอยู่วัดป่าพงใหม่ ๆ มันเป็นคนละอย่าง คนละวัฒนธรรม ท่านก็ชอบเหมือนกันเพราะท่านศรัทธา

แต่ในบางครั้งท่านก็จะเกิดความไม่พอใจหรือความสงสัยอย่างเช่น ช่วงหน้าร้อนหรือหน้าฝน หรือเวลาที่อากาศร้อนอบอ้าวมาก ช่วงบ่ายพระพุทธรูปต้องทำงานปิดกวาด ซึ่งใช้เวลาเป็นชั่วโมง ท่านก็ร้อน พอร้อนแล้วเหงื่อก็ตอก เหงื่อออกแล้วยุกก็มากัด เหนื่อยก็เหนื่อย ร้อนก็ร้อน อะไร ๆ ก็ไม่สบาย ท่านก็สงสัย “โอ๊ย... มันเพื่ออะไรก็ไม่รู้นะ เรามาที่นี่เพื่อบรรลุมรรคผลนิพพาน ไม่ได้มาเพื่อกวาดใบไม้” ท่านรู้สึกเป็นทุกข์ พอดีหลวงพ่อบุญมา ตอนนั้นหลวงพ่อบุญสุเมโธยังพูดภาษาไทยไม่ค่อยได้ หลวงพ่อบุญจึงถามง่าย ๆ ว่า “สุเมโธ... วัดป่าพงเป็นทุกข์ไหม” หลวงพ่อบุญยิ้มแล้วก็เดินจากไป ท่านพูดแค่นั้น ผากไว้เป็นข้อพิจารณา ท่านอาจารย์สุเมโธเลยได้ข้อคิด เออใช่... ความทุกข์มันไม่ได้อยู่ที่วัดป่าพงหรอก ไม่ได้อยู่ที่การกวาดใบไม้ ไม่ได้อยู่ที่ความร้อน ไม่ได้อยู่ที่ยุกกัด มันอยู่ที่ว่าเราไม่ชอบมัน ไม่อยากให้มันเป็นอย่างนี้ มันเป็นเรื่องความไม่อยากที่อยู่ใจเราเอง เพียงแค่เรายอมรับ แล้วทำตามหน้าที่ มันก็หมดเรื่องไป

เรื่องนี้เป็นตัวอย่างที่ดี ท่านอยู่ในเหตุการณ์ที่เผชิญกับสิ่งที่ชวนให้เป็นทุกข์ เมื่อร้อน ไม่สบายกาย ยุกัดอะไร ๆ เป็นต้น เรียกว่ามันชวนให้เป็นทุกข์ แต่การจะเป็นทุกข์ทางใจนั้น มันต้องมีตัณหาและมีความคิดผิดมาผสมโรงกับความไม่สบายกาย มันจึงจะเป็นความไม่สบายใจ

ในชีวิตนี้ มันเป็นไปได้ที่เราจะเลี้ยงสิ่งที่ทำให้เรา
ไม่สบายกาย มันต้องมีอยู่แน่นอน ไม่ว่าจะรวยสักเท่าไร
หรือจะอยู่สบายอย่างไร ก็ต้องเจอสิ่งที่ทำให้เกิดความรู้สึก
ไม่สบายกาย แต่ที่เราจะไม่สบายใจไปด้วยนั้น ไม่ได้ขึ้นอยู่กับ
กับสิ่งแวดล้อม แต่ขึ้นอยู่กับความเข้มแข็งของจิตใจ ขึ้นอยู่กับ
สติและปัญญาของเรา ไม่ปล่อยให้เกิดอาการอแง เกิด
วิจวตถนหา ไม่อยากมีไม่อยากเป็นเข้ามาครอบงำ

๑๒ คำถาม : เวลาที่หนูมีความสุขมาก ๆ หนูได้ค้นพบว่าหลังจากนั้นไม่นาน หนูก็จะมีทุกข์มากเหมือนกัน
เจ้าคะ ซึ่งมักจะเป็นแบบนี้บ่อย ๆ ครั้งต่อ ๆ ไป เวลาที่หนู
มีความสุข หนูเลยมักไม่กล้าที่จะมีความสุขเต็มที่ หนูควร
ทำอย่างไรดีเจ้าคะ แล้วทำไมมันถึงเป็นอย่างนี้เจ้าคะ

คำตอบ : เราต้องพิจารณาเรื่องความสุขก่อน
ความสุขที่มีทุกข์ตามมาทีหลังหรือมีทุกข์เป็นเงาตามตัว
นั่นคือความสุขที่พระเจ้าเรียกว่า **กามสุข** สุขที่ได้จาก
การสัมผัสทางตาหูจมูกลิ้นกายใจ นี่เป็นเหตุที่พระพุทธเจ้า
ทรงว่า อย่าไปฝากความหวังในชีวิตไว้กับความสุขแบบนี้
ความสุขแบบนี้ไม่ใช่เป็นเรื่องชั่วร้าย มันก็มีข้อดีเหมือนกัน
แต่ปัญหาอยู่ตรงที่มันเป็นของเสพติด

ถ้าเราได้ความสุขแบบนี้แล้ว มันมีปัญหาว່ว่าเราจะรักษาความสุขไว้ในสภาพเดิมของมันไม่ได้ หมายถึงว่าถ้าเราได้ความสุขจากตาหูจมูกลิ้นกายในระดับหนึ่ง เรายังรักษาไว้ในระดับนั้นได้ไม่นาน เพราะร่างกายรับไม่ไหว ร่างกายนี้จะทนสุขไม่ได้นานเหมือน ๆ กับการทนทุกข์นะ อีกประการหนึ่งคือร่างกายและจิตใจจะเคยชินกับสิ่งกระตุ้น ความสุขที่เกิดจากการกระตุ้นจึงมีปัญหาว່ว่า ต้องคอยเพิ่มแรงกระตุ้นเพื่อจะได้ความสุขเท่าเดิม เรื่องนี้ดูได้ง่ายที่สุดจากยาเสพติด คนเริ่มเสพยาตีตย์ละเม็ด ต่อมาเป็นวันละเม็ด อยู่นานไปอยู่มาวันละหลายเม็ด เพื่อจะได้ความสุขเท่าเดิม

ความสุขทางโลกเป็นความสุขที่เกี่ยวเนื่องด้วยร่างกายก็จะเป็นอย่างนี้ พอเราเพลินอยู่กับความสุขนั้นมาก เวลามันหายไป เราจะรู้สึกพลัดพราก ความพลัดพรากจากสิ่งที่ชอบทำให้ทุกข์ใจ แต่มันอยู่ที่เรา เมื่อเข้าใจกระบวนการของมัน แล้ว ถ้าเรายังเพลินกับมันมาก ก็ไม่ใช่ว่ามันจะดีเสมอไป แต่ถ้ามีความสุขแล้วก็รู้ว่าสักแต่ว่าสุข เราก็สุขได้ สุขแบบที่ไม่ต้องหลงใหลกับมัน เป็นธรรมดาว่ามีความสุขมันก็ดีอยู่แล้ว แต่ให้สุขด้วยปัญญาที่เห็นว่า ความสุขนี้เป็นของชั่วคราว เป็นของไม่แน่ไม่นอน

ถ้าเราเอาความสุขแบบนี้เป็นเป้าหมายชีวิต มันจะนำไปสู่ความเสียหายได้หลายอย่างเหมือนกัน การเพลินอยู่กับความสุขหรือความต้องการในความสุขนี้ เป็นเหตุให้เกิดการทุจริต เป็นเหตุให้เกิดการผิดศีล เป็นเหตุให้เกิดการคอร์รัปชันได้ เพราะถ้าเราคิดว่าชีวิตของเราต้องมีความสุขอย่างนี้ ทำอย่างไรเราจึงจะมีความสุขอย่างนี้ ทำอย่างไรเราจึงจะไม่ขาดจากความสุขอย่างนี้ ทำอย่างไรจึงจะมีความสุขยิ่ง ๆ ไปกว่านี้ โอกาสที่จะอยู่ในกรอบของศีลธรรมนี้ยากมาก มันจึงอันตรายตรงนี้

ฉะนั้น เมื่อมีโอกาสมีความสุข เราก็สุขได้ เราก็รู้ว่า “เออ... มันก็แค่นั้น” อย่างเวลาเราดูสิ่งที่เรา รู้ว่ามีกำหนดเวลา เช่น ดูกีฬา สมมุติชอบฟุตบอล เราก็รู้ล่วงหน้าว่าเขาเล่นกัน ๙๐ นาที ถ้าไม่มีการต่อเวลา ๙๐ นาทีก็คือ ๙๐ นาที พอครบ ๙๐ นาทีก็จบ เราคงไม่คิดว่า อยากให้เขาเล่นต่ออีก ๙๐ นาที หรือถ้าเล่นสัก ๒ ชั่วโมงได้ยิ่งดี เพราะเรารู้ว่ามันเป็นไปไม่ได้

นี่เป็นตัวอย่างที่เรามีความสุขได้ ถ้าเรามีความสุขด้วยและมีปัญญา รู้ว่ามีเวลาจำกัด ไม่ว่าจะสุขจะมันจะดีขนาดไหน มันก็ได้แค่ ๙๐ นาที ความสุขทั่ว ๆ ไปก็คล้าย ๆ อย่างนั้น มันมีเวลาจำกัด มันก็แค่นั้น

๑๓ คำถาม: ช่วงนี้มีงานเยอะทั้งงานกลุ่มและเดี่ยว รู้สึกเหนื่อย เมื่อยล้า ท้อแท้ใจ จิตใจวุ่นวาย รู้สึกทำเท่าไร ก็ไม่ลดหรือหมดไปสักที ไม่ชอบตัวเองที่เป็นแบบนี้เลยเจ้าคะ หนูควรจะวางใจอย่างไรดีเจ้าคะ

คำตอบ: เรื่องนี้ตัวปัจจัยมีทั้งที่เราแก้ได้หรือเปลี่ยนได้ และปัจจัยที่เราแก้ไม่ได้ เราต้องแยกแยะตรงนี้ ส่วนสำคัญหรือปัจจัยสำคัญที่เรามีสิทธิ์แก้ได้บ้าง ก็คือ ความรู้สึกต่อเวลา คือความเครียดความวุ่นวายมักจะไม่ได้เกิดในขณะที่ทำงานที่เป็นหน้าที่หรือเป็นตัวงาน มันเกิดเวลาเราคิดเรื่องงาน ช่วงเวลาทำงานนี้ไม่ทุกข์นะ มันทุกข์ตอนเราหยุดทำงานแล้วคิดว่า ทำเท่านี้แล้ว ยังเหลืออีกเท่าไร? แล้วเห็นว่ามันยังไม่หมดเสียที เราก็จะเป็นทุกข์ เพราะความคิด

ฉะนั้น ให้ถามตัวเองว่า *ทุกข์เพราะงาน* หรือ *ทุกข์เพราะคิด* อาตมาว่า *ทุกข์เพราะคิด* มากกว่า จึงพยายามพูดเรื่องขอเวลาบ่อยๆ ว่า เราต้องหยุดเพื่อทบทวนเรื่องเวลา เป็นครั้งคราว อย่างการจัดลำดับความสำคัญของงาน ทำอะไรก่อน ทำอะไรหลัง ต้องมีประสิทธิภาพในการทำงาน ไม่เช่นนั้นมันก็จะทำให้เรื่องยาวกว่าที่ควรเป็น ความฉลาดในการทำงานก็ส่วนหนึ่ง แต่อีกส่วนหนึ่งคือการกำหนดว่า

วันนี้เราจะต้องทำอย่างนี้ ๆ เมื่อกำหนดแล้ว เราก็ไม่ต้องคิด
ปรุงแต่งเพิ่มเรื่องที่ว่างานจะลด จะไม่ลด จะหมดเมื่อไหร่
ให้อยู่ในปัจจุบันกับงาน เดินทีละก้าว ๆ

การอยู่ในปัจจุบัน นี้เป็นหลักใหญ่ แต่มันไม่ใช่ว่า
อยู่ในปัจจุบันอย่างเดียว เราจะต้องให้เวลาในการทบทวน
และวางแผนเป็นระยะ ๆ แต่ก็อย่าให้มันเกินไป เพราะถ้า
มากเกินไป มันจะกลายเป็นความวิตกกังวลและท้อแท้
ให้พยายามแบ่งงานออกเป็นช่วงสั้น ๆ เช่น มีช่วงเช้า
ช่วงบ่าย ช่วงเย็น แล้วทบทวนว่าเราได้ทำอะไบบ้าง เราจะ
ได้ภูมิใจในผลงานที่ทำ อย่างนี้จะเป็นกำลังใจ ส่วนความ
ท้อแท้ใจ ความวุ่นวายใจ เกิดเพราะความคิด ไม่ได้เกิด
เพราะงาน

๑๔ คำถาม: ทำอย่างไรจึงจะสามารถลดอดีตตัวตนได้
ในภาวะที่ต้องสอนหรือตักเตือนผู้อื่นหรือศิษย์ ตามหน้าที่
ที่ครูพึงทำ ซึ่งบางครั้งครูเองก็ยังไม่ได้ แต่ต้องพยายาม
มาก ๆ ที่จะไม่นิ่งดูตาย เมื่อพบหรือรู้ว่าเด็กทำไม่ถูกต้อง

คำตอบ: ถ้ายังเป็นปุถุชน ก็ต้องมีอึดตาและความ
ยึดติดต่าง ๆ หน้าที่ของเราคืออาการดูกายดูใจ เรียนรู้จาก
อาการของจิตที่เคล้าหมอง เป็นกิเลส แล้วค่อย ๆ ชัดเงลา
ไม่ใช่ว่ามันจะหายไปง่าย ๆ เพราะมันจะมีเหตุการณ์หรือมี
บุคคลที่มากกระตุ้นกิเลส ให้มันยากขึ้นอีกระดับหนึ่ง

วิธีที่จะช่วยลดอดีตาคือ **การพิจารณาไตรลักษณ์** ดูความเปลี่ยนแปลง ความไม่แน่นอน ทั้งในตัวเราและในตัวลูกศิษย์ การเห็นว่าสิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย จะช่วยได้มากที่สุดในการระงับความร้อนรุ่ม ช่วยให้จิตใจของเราเย็น ยอมรับสภาพ แล้วปล่อยใจให้มันเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย การได้เห็นสิ่งเหล่านี้จะช่วยในการปล่อยวาง เราเป็นครู เราก็เป็นครูโดยสมมุติ เราเป็นครูด้วยเหตุปัจจัยอย่างนี้ๆ แต่การยอมรับจากลูกศิษย์ในความเป็นครูของเราจะมากน้อยแค่ไหน เราควบคุมไม่ได้ การที่ลูกศิษย์บางคนทำท่าไม่เคารพหรือไม่ให้เกียรติครู หรือเมื่อเห็นเรามีปฏิกิริยา เขาก็ยิ่งสนุก มันเป็นกิเลสของเด็ก แต่มันเป็นบาปเป็นกรรม เราเองไม่ได้ต้องการให้เขาเป็นบาปเป็นกรรมอย่างนั้น เราก็ต้องพยายามวางใจเป็นกลาง

ที่โรงเรียนของอาตมาโหดกว่าที่นี้หลายร้อยเท่า จำได้ว่าตอน ม.๒ ครูเข้าไปในห้องเก็บของ พวกเราปิดประตู แล้วล็อกครูไว้เลย ทั้งครูไว้ในห้องเก็บของเป็นชั่วโมง นี่... ทำถึงขนาดนั้น อาตมาทำบาปทำกรรม มาที่นี้จึงมาทำความดีล้างบาปล้างกรรมเก่าด้วย

การเห็นความรู้สึกทุกข์เพราะการพูดและมุมมองของคนอื่นต่อเรา นั่นคือ อาจารย์ ของเรา ถ้าเราไม่มีอะไรอยู่ในใจของเรา เราก็ไม่คงไม่ทุกข์ เขาเป็นคนที่ช่วยให้เราได้

เห็นตัวมิจฉาธิฏฐิ หรือตัวความคิดผิดบางอย่าง หรือกิเลส บางอย่างในใจเรา แล้วเราต้องจำไว้ด้วยว่า เราไม่เคยทุกข์ เพราะคนอื่นหรอก เราทุกข์เพราะความคิดผิดและการมอง คนอื่นผิดไป จากการขาดความเข้าใจในไตรลักษณ์

๑๕ คำถาม : กราบนมัสการพระอาจารย์เจ้าคะ การที่เราเล่นโทรศัพท์หรืออะไรก็ตามในโลก social media นั้น มันติดจนหยุดไม่ได้ ทำอย่างไรให้เราสามารถหักห้ามใจ ตัวเองได้เจ้าคะ

คำตอบ : จะหักห้ามใจอย่างไร ก็กลับมาเรื่องเดิม คือเรื่องการใช้ปัญญา ให้เห็นโทษของการเล่น พยายาม คิดหลาย ๆ ทางว่า มันมีโทษเพราะการหักห้ามใจไม่ได้ อย่งไรบ้าง อย่างเช่น เรื่องการใช้โทรศัพท์ ใครเป็นคน จ่ายค่าโทรศัพท์ เราใช้เงินของพ่อแม่หรือเปล่า ถ้าเราใช้ เลยเถิด ก็เป็นการใช้เงินของพ่อแม่ในทางที่ไม่ถูก นอกจาก นั้น ก็กำหนดเรื่องการใช้เวลาของตัวเอง อยู่ที่บ้านต้อง จับเวลา มันมี application อย่างหนึ่งที่ใช้ในคอมพิวเตอร์ ซึ่งจะบันทึกว่าในระหว่างที่เราใช้คอมพิวเตอร์นั้น เราใช้ เวลาไปกับโปรแกรมไหนบ้าง นี่จะช่วยให้เรารู้ตัวได้ดีขึ้น บันทึก เก็บเวลาในการใช้โทรศัพท์ ใช้ social media แล้วพิจารณาดู ว่าเวลาเท่าไรจึงจะพอดีสำหรับเราในแต่ละวัน เช่น สมมุติ

เราถือว่าไม่ควรจะเกิน ๑ ชั่วโมงต่อวัน ก็ให้มันเป็นข้อวัตรปฏิบัติของเรา จะทำอะไรก็ต้องทำภายใน ๑ ชั่วโมง อย่างนี้เป็นต้น ให้เราหาความพอดี ที่ไม่บังคับจนเกินไปและไม่หย่อนจนเกินไป ให้ตั้งเป็นข้อวัตรปฏิบัติส่วนตัวของเรา แล้วต้องพยายามบริหารการกระทำภายในขอบเขตที่เราตั้งไว้เอง

๑๖ คำถาม: กราบนมัสการพระอาจารย์ครับ เป็นพระต้องรักษาศีลมากมาย ต้องงดเว้นจากการเสพหลายสิ่งหลายอย่างที่คนทั่วไปได้เสพ ได้บริโภคและได้ความสุข พระอาจารย์มีความเห็นอย่างไรครับ

คำตอบ: การงดเว้นจากความสุข นั้นไม่ได้หมายความว่า ท่านหมดสิทธิ์ที่จะมีความสุขในชีวิตท่านได้ เพราะความสุขไม่ได้จำกัดอยู่แค่ความสุขเท่านั้น ความสุขที่เกิดขึ้นในชีวิตพระนั้น เอาเรื่องทาน ศีล ภาวนาเป็นหลักก็ได้ คือพระมีโอกาสให้ธรรมะเป็นทาน ช่วง ๕ ปีแรกพระเราจะไม่สอนใคร เพราะจะเน้นฝึกตัวเองเป็นหลัก แต่พอ ๕ พรรษาขึ้นไปแล้ว ก็เริ่มมีโอกาส ทำหน้าที่เผยแผ่ อบรม สั่งสอน การให้ธรรมะกับญาติโยมนี้ ถือว่าเป็นการทำบุญอย่างสูง และเป็นความสุขอย่างหนึ่ง สมมุติว่าเราจะให้วัตถุสิ่งของกับใคร เราก็ซื้อของขวัญให้เขา เขาก็มีความสุข แต่อาจจะ

ไม่นาน ถ้าให้ของกิน..แต่ไม่กินาก็หมดแล้ว ให้ของใช้สอย..
ไม่กี่ปีมันก็เสื่อมสภาพจนหมดวาระของมัน

แต่การให้ธรรมะ คือการให้สิ่งที่ทำให้ชีวิตคนอื่นดีขึ้น
ให้เขามีความรู้ความเข้าใจในชีวิตของตนมากขึ้น เขาจะรู้วิธี
ป้องกันทุกข์ เขาจะมีความรู้ในการแสวงหาความสุขที่แท้จริง
ในชีวิต นี่เรียกว่าเป็นบุญของพระ แล้วการที่พระมีโอกาสด
เผยแผ่ธรรมะ มันเป็นส่วนหนึ่งในการตอบแทนบุญคุณของ
พระพุทธเจ้า และตอบแทนบุญคุณของครูบาอาจารย์ด้วย
การถ่ายทอดธรรมะที่เราได้รับมา นี่ถือเป็นแหล่งความสุข
ที่สำคัญในชีวิตพระ

นอกจากนั้นแล้ว ยังมีเรื่องการถือศีล คนเรามีความ
ทุกข์ในชีวิตมากเพราะสิ่งที่ทำคำที่พูด ทำไปแล้ว พูดไปแล้ว
รู้สึกเสียดาย เสียใจ รู้สึกละอาย ทำให้มองตัวเองในแง่
ร้ายว่าเราเป็นคนไม่ดี เป็นต้น การไม่ระวางการกระทำและ
การพูด มักจะทำให้เกิดปัญหากับคนรอบข้าง ทำให้ชีวิต
เราไม่ราบรื่น ไม่สงบ ผู้ทรงศีลจึงเป็นผู้มีความสุข ไม่ต้อง
เดือดร้อนเพราะสิ่งที่ทำ คำที่พูด และผู้ทรงศีลจะเป็นที่
เคารพนับถือของคนรอบข้าง การเป็นที่เคารพนับถือของ
คนอื่นเพราะศีลธรรมของเรา ก็เป็นแหล่งความสุขเหมือน
กัน คำพูดของผู้ทรงศีลมีน้ำหนัก คนอยากฟัง ฟังแล้วเขา
ก็เชื่อ เพราะเขารู้ว่าเราเป็นคนไม่โกหก ไม่หลอกลวง ไม่คิด

ที่จะเอาวัดเอาเปรียบใคร ยิ่งถ้าอยู่ในหมู่คนถือศีลที่มีศีลเสมอกัน เช่น ในวัด มีความต้งอกตั้งใจในการงดเว้นจากการกระทำและการพูดที่ไม่ดีต่อกัน มันดี มันมีความสุข ไม่ต้องเครียด ไม่ต้องระแวงใคร เรียกว่าเป็นหมู่เพื่อนที่แท้จริง เพราะไม่มีใครคิดจะเอาชนะใคร อยู่กันด้วยความเมตตา อยู่กันด้วยการให้อภัยซึ่งกันและกัน ด้วยความอดทนต่อกันและกัน ศีลจึงเป็นที่ตั้งของความสุขในชุมชน พระเป็นผู้มีศีลสูง ฉะนั้น ท่านจึงมีความสุขจากการรักษาศีลที่สูงกว่าฆราวาส

หากเรื่องที่สำคัญที่สุดคือ การภาวนา เพราะถ้าเราดูชีวิตของเรา ก็ต้องยอมรับความจริงว่า สิ่งที่ทำให้เราขาดความสุขและสิ่งที่ทำให้เราเป็นทุกข์บ่อยๆ ที่ชัดที่สุด แน่นอนที่สุด คือกิเลสนั่นเอง ฉะนั้น ถ้าเรายังมีกิเลสอยู่ในใจ แม้จะประสบความสำเร็จทางโลก ได้ลาภ ได้ยศ ได้สรรเสริญ ได้กามสุขเพียงใด มันก็ยังไม่มีความสุขที่แท้จริงหรอก เพราะกิเลสจะเข้ามาทวง กิเลสจะเข้ามาครอบงำ

เปรียบเทียบเหมือนเรามีแกงที่อร่อยมากๆ หม้อหนึ่ง มันน่ากินมาก แต่ถ้ามีแมลงวัน หรือแมลงสาปตกลงไปในหม้อแค่ตัวเดียวเท่านั้น...เรายังอยากกินอยู่ไหม ก็คงไม่มีใครกล้ากินใช่ไหม ทั้งๆ ที่เป็นแกงหม้อใหญ่ แล้วแมลงสาบก็แค่ตัวเดียว ตัวเล็กนิดเดียว แต่เราก็ไม่เอาแล้ว รู้สึกว่ามันเสีย

หมดทั้งหม้อ ชีวิตคนเราก็เหมือนกัน ชีวิตที่ควรจะเหมือน
แกงนํ้าอร่อย แต่กิเลสที่เหมือนตัวแมลงสาบที่ตกลงไป
ก็ทำให้ชีวิตเสียหมด พระเราเป็นผู้มุ่งมั่นต่อการชนะกิเลส
ต่อการปล่อยวางกิเลส เมื่อกิเลสน้อยลง ก็ย่อมมีความสุข
มากขึ้น ฉะนั้น พระกรรมฐานพระปฏิบัติจึงมีความสุขใน
การปล่อยวางกิเลส เพราะสิ่งที่เป็นอุปสรรคต่อความสุขที่
แท้จริงอย่างชัดที่สุดก็คือกิเลสนั่นเอง แต่พิจารณาในกรอบ
หรือในแง่ของท่าน ศิล ภาวนา ก็เข้าใจได้ชัดเจนว่า พระท่าน
จะมีความสุขเนื่องด้วยสิ่งเหล่านี้เป็นอย่างมาก

๑๗) คำถาม : หนูมีความตั้งใจอยากทำสิ่งหนึ่ง แต่ไม่
มั่นใจในตัวเองว่าจะสามารถทำได้ เลยไม่กล้าตัดสินใจ
ทำสักที รู้ทั้งรู้ว่ามันดี ทั้งกลัว ไม่มั่นใจ กลัวจะกังวลล่วงหน้า
จะทำอย่างไรให้ข้ามผ่านความรู้สึกความคิดเหล่านี้แล้วกล้า
ลงมือทำเจ้าคะ

คำตอบ : เราต้องคิดหลายด้าน เรื่องแรกก็คือ
สิ่งที่อยากทำ มันเกินวิสัยของเราไหม เป็นสิ่งที่ยากถ้าจะ
ทำจริง ๆ หรือแทบจะไม่มีทางทำได้ คืออุดมการณ์หรือ
เป้าหมายมันสูงเกินไปไหม ถ้าเป็นขนาดนั้น ก็ยังไม่ต้องทำ
ค่อยเป็นค่อยไป แต่ถ้าเป็นสิ่งที่คิดว่าทำยาก ไม่มั่นใจว่าจะ
ทำได้ แต่ไม่ถึงขั้นเหลือวิสัย อาตมาว่าให้ลองเถอะ ถ้ามัน

เป็นสิ่งที่ เป็นบุญ เป็นกุศล ให้เข้าใจว่าการทำสิ่งที่ยาก แต่ควรทำและอยากทำ ถือว่าได้กำไรทั้งนั้น อย่าไปดูที่ผลงานอย่างเดียว แต่ดูชีวิตในระยะยาวด้วย การที่ต้องสู้ ต้องใช้ความอดทน ใช้สติปัญญา ใช้หลาย ๆ อย่าง ในการทำสิ่งที่ยาก ใช้ความใจสู้เป็นคุณธรรมในใจ เรายอมได้ประโยชน์มาก ถึงแม้ว่าผลงานอาจจะยังไม่ตรงกับที่เราต้องการก็ตาม มันไม่มีคำว่าแพ้ทางหรือไม่มีคำว่าไม่สำเร็จประโยชน์ เพราะความพยายามนั้นแหละคือประโยชน์อยู่แล้ว

ท่านอาจารย์อยากให้สังเกตว่า บางครั้งบางคราวสิ่งที่ทำให้เราวิตกกังวล ไม่กล้าทำ ไม่มั่นใจ ไม่ได้อยู่ที่ตัวเรากับงาน แต่อาจจะอยู่ที่ภาพพจน์ของเรามากกว่า คือกลัวคนอื่นเขาจะมองว่าเราไม่เก่ง ทำอะไรไม่สำเร็จ นี่คือตัวกิเลสที่ว่าเราแค้นความรู้สึกและคำพูดของคนอื่นมากเกินไป จนไม่กล้าทำสิ่งที่ควรทำและต้องการจะทำ ฉะนั้น ก็อยากให้คิดด้วยว่า เรื่องอวดตา เรื่องศักดิ์ศรี เรื่องภาพพจน์มีส่วนหรือเปล่า ถ้ามีก็ต้องชำระมันออกไป อย่าไปเอาจริงเอาจัง อย่าไปตามมันเลย สรุปว่าเมื่อทำแล้ว ถ้าประสบความสำเร็จได้ผลงานที่ต้องการก็ดีไป แต่ถึงจะไม่ประสบความสำเร็จเราก็ได้เรียนรู้ ได้ประสบการณ์ ได้ปัญญา หลาย ๆ อย่างที่จะเป็นอานิสงส์ในระยะยาว

๑๘ คำถาม : มีวิธีไหนบ้างเจ้าคะที่ทำให้เราปล่อยวางจากโทรศัพท์ที่ได้ เพราะเวลาหนูหิบบ้านขึ้นมา หนูก็ยาวจนขาดไม่ได้เลยเจ้าคะ

คำตอบ : (๑) ถ้ามาโรงเรียนก็อย่าเอาชาร์จเจอร์มาด้วย แบตหมดก็ให้หมดไป หรือให้เรากำหนดเวลาของตัวเองว่า ชาร์จครั้งหนึ่งเพื่อจะใช้งานกี่วัน ถ้าแบตหมดก่อนถึงเวลาชาร์จใหม่ ก็ต้องงดการใช้จนกระทั่งถึงกำหนดที่จะชาร์จ นี่ก็เป็นวิธีหนึ่ง

(๒) ถ้าจะโทรไปหาคนที่เราชอบคุยด้วยนานๆ ก็ตั้งนาฬิกาปลุกไว้ในโทรศัพท์ด้วย ให้มันปลุกอีก ๑๐ นาที หรือ ๑๕ นาที พอเราคุยไป ๑๐ นาที ๑๕ นาที ก็มีเสียงเตือนดังขึ้นจากโทรศัพท์ เราก็หาวิธีหาเทคนิคต่างๆ อย่างนี้ ถ้าใครมีเทคนิคในเรื่องนี้ก็น่าจะแชร์แลกเปลี่ยนกัน

๑๙ คำถาม : เราสามารถเพิ่มความมั่นใจในตนเองได้อย่างไรบ้างครับ

คำตอบ : ผู้ที่ไม่เชื่อมั่นในตัวเองมักจะเอาเรื่องความผิดพลาดในอดีตมาคิดมาปรุงแต่ง และจิตก็หมกมุ่นอยู่กับความผิดพลาดที่ผ่านมา แน่แน่นอนว่ามันบ่อนทำลายความเชื่อมั่นในตัวเอง ในขณะเดียวกัน บางคนประสบความสำเร็จแม้ในเรื่องเล็กเรื่องน้อย แต่ไม่เคยเอามาคิด จนลืม

มันไปเลย ถือว่าเป็นเรื่องที่ไม่สำคัญ อย่างนี้ก็ทำให้ไม่เชื่อมั่น
ในตัวเองได้เหมือนกัน ฉะนั้น ในแง่ของความคิด...

(๑) อย่างปล່อยให้จิตไปคิดไปปรุงแต่งเรื่องความผิดพลาดที่เคยทำ การคิดทบทวนเพื่อจะได้คติธรรม เพื่อจะได้
บทเรียน เพื่อจะพัฒนาตนเองในอนาคต ก็ไม่ผิด แต่อย่าให้
เกิดความคิดแบบว่า... เราแย่มาก ...เราทำไม่ได้

(๒) ให้รู้จักระลึกถึงเรื่องที่เราเคยทำถูกต้องและ
ประสบความสำเร็จ มีสติจดจำเรื่องที่เราเก่ง เรื่องที่เราทำได้
อย่างไรก็ตาม เรื่องความมั่นใจมันไม่ได้อยู่ที่ตัวเรา
อย่างเดียว มันขึ้นอยู่กับสิ่งที่เราทำด้วย เช่น เป้าหมายที่
เรากำหนดนั้น มันเป็นไปได้มากน้อยแค่ไหน บางทีคนก็
มักใหญ่ใฝ่สูง ตั้งเป้าสูงเกินไป พอตั้งเป้าสูงเกินไปแล้ว ก็
เกิดความไม่มั่นใจในตัวเองว่าจะไปถึงเป้าหรือเปล่า ใน
กรณีเช่นนี้ ความไม่มั่นใจมันก็เกิดได้อยู่แล้ว เมื่อเราทำไม่
ถึงเป้า เราต้องมีปัญญาในการเลือกเป้าหมายที่ไม่เกินวิสัย
เรื่องความไม่มั่นใจนั้น ถ้าเรามีสติ ความไม่มั่นใจจะช่วยให้
เราไม่ประมาท เพราะคนที่มั่นใจมาก มักจะประมาท คิดว่า
ตัวเองถูก คนอื่นผิดหมด เราเข้าใจ คนอื่นไม่เข้าใจ คนที่
เชื่อมั่นในตนเองแล้วไม่ฟังคนอื่นอย่างนี้อันตราย ยิ่งเป็น
ผู้บริหาร ยิ่งอันตรายมาก ฉะนั้น ความไม่เชื่อมั่นในตัวเอง
บ้าง ก็เป็นสิ่งที่ดี แต่ไม่ต้องให้มันแน่นนอนขนาดนั้น

ให้รู้สึกถึงความไม่แน่นอนของสิ่งที่ทำอยู่บ้าง ซึ่งนั่นไม่ได้เป็นกิเลสหรือเป็นปัญหา มันเป็นอาการของปัญญามากกว่า

๒๐ คำถาม: อยากมีวินัยกับตัวเอง ควรทำอย่างไรดีครับ

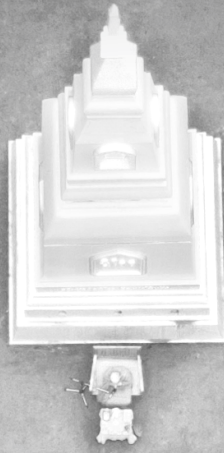
คำตอบ: การมีวินัยกับตัวเองก็เหมือนการกระทำทุกอย่าง ทางไปสู่ความสำเร็จต้องเริ่มต้นด้วย**ฉันทะ..** ความพอใจ เมื่อมีความพอใจแล้ว **วิริยะ..**ความเพียรความพยายามมันจะมาเอง เมื่อมีความพอใจในงาน มีความเพียรในงาน **จิตตะ..**จิตย่อมจดจ่ออยู่ในสิ่งที่ทำ เรียกว่ามีสมาธิได้ในระดับหนึ่ง นอกจากนั้นแล้วก็ต้องมี **วิมังสา** ใช้ปัญญาพิจารณา คอยทบทวน คอยสังเกตตัวเอง ใคร่ครวญข้อดีข้อเสียในระหว่างการทำงาน เพื่อจะได้ปรับปรุงแก้ไขไปเรื่อย ๆ

คุณธรรม ๔ ข้อนี้ จะช่วยให้การทำงานสำเร็จ เราต้องสร้างแรงดลบันดาลใจไว้ก่อน ต้องมีความเพียร ความสู้สืงยาก มีสมาธิในสิ่งที่ทำ แล้วต้องมีปัญญาคอยทบทวน คอยเรียนรู้จากประสบการณ์ เพื่อจะให้งานของเราดีขึ้นเรื่อย ๆ

การมีวินัยเริ่มต้นด้วยการสร้างแรงดลบันดาลใจ เราใช้การคิดพิจารณาใน ๒ เรื่อง คือ (๑) ข้อเสียของการไม่มีวินัย โทษ ทุกข์ ปัญหา ความวุ่นวายที่เกิดเพราะขาดวินัย และ (๒) ข้อดีของการมีวินัย ผล อานิสงส์ของการมีวินัย

ให้พิจารณาอย่างละเอียด ทั้งในกรณีของเรา คนอื่นรอบข้าง คนในครอบครัว คนในสังคมทั่วไป จนกลายเป็นคนอยากมีวินัย อยากทำให้ตัวเองมีวินัย แล้วกำลังความอดทนมันจะไหลมาเอง เมื่อเราได้ตัดสินใจแล้วว่าต้องทำ

เบื้องต้นเมื่อจิตใจเรายังอ่อนแอ เราต้องพยายามห่างไกลจากสิ่งที่ยั่วยุกใจเรา ต้องยอมรับว่า ในเรื่องบางเรื่อง จิตของเรายังไม่เข้มแข็งพอ เราก็อย่าเข้าไปใกล้สิ่งนั้น ต้องถอยออกมาก่อนด้วยความถ่อมตัวว่า เรื่องนี้เรายังไม่ไหว ถ้าเข้าไปกับพวกนี้หรือเข้าไปในสถานที่นี้ หรือยุ่งเรื่องเหล่านี้ เราจะเสีย ก็ต้องถอยออกมาก่อนจะดีกว่า



หนูอยากทราบความคิดเห็นจากพระอาจารย์
เรื่องความเท่าเทียมในสังคม...
คนที่มีเงินทองจะได้รับในสิ่งที่ใครหลายๆ คนไม่มีโอกาสได้รับ...

ความหมายของการเป็นมนุษย์
และความหมายของชีวิตคืออะไรครับ

ถ้าเราอยากประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน
ตั้งแต่อายุยังน้อย พระอาจารย์มีวิธีอย่างไรบ้างเจ้าคะ

...จริงหรือเปล่า ที่ชาวบนโลกนี้ไม่มีคำว่า “สุข”
มีแต่คำว่า “ทุกข์น้อย”...

อุดมการณ์ ความหมายชีวิต

๑ คำถาม : หนูอยากทราบความคิดเห็นจากพระอาจารย์ เรื่องความเท่าเทียมในสังคม เรื่องสถานภาพทางการเงิน ที่คนที่มีเงินทองจะได้รับในสิ่งที่ใครหลาย ๆ คนไม่มีโอกาส ได้รับ เช่น โอกาสสิทธิพิเศษต่าง ๆ พระอาจารย์มีความ คิดเห็นอย่างไร

คำตอบ : เป็นเรื่องใหญ่มากนะ เท่าที่ศึกษาในประเทศ ที่จะมีความมั่นคง แล้วมีความสามัคคีมากที่สุด ปัจจัยหนึ่ง ก็คือ มีความเหลื่อมล้ำในทางการเงินในด้านเศรษฐกิจน้อย เรียกว่ามีความเท่าเทียมกันมาก ฉะนั้นถ้าพูดถึงในทางเป็น อุดมการณ์ก็เป็นสิ่งที่มีข้อดีหลายอย่าง แต่เทคนิคหรือวิธี ที่จะทำให้ได้ความเสมอภาคหรือความเท่าเทียมกันมากขึ้น ตอนนี่ที่จะมีการถกเถียงกันมาก เพราะถ้าเราต้องการจะ สร้างความเท่าเทียมในสังคมนั้น จะต้องให้อำนาจกับทาง รัฐมากขึ้น เพราะมีแต่รัฐเท่านั้นที่จะบังคับได้ เพราะผู้ที่มี เขาก็คงไม่ยอมเสียง่าย ๆ

ประเทศที่เขาทำก็อย่างเช่น จะต้องเก็บภาษีคน รวยมาก มากขึ้น ซึ่งก็ผิดกับทฤษฎีทางเศรษฐศาสตร์ที่ นิยมกันมากในต่างประเทศทุกวันนี้ ฉะนั้นประเทศที่ความ เหลือมล่ำเพิ่มขึ้นมากที่สุด และเพิ่มขึ้นทุกปีอย่างน่าเป็นห่วง ก็คืออเมริกากับอังกฤษ ตอนนี้อเมริกาไม่เท่าเทียมกันใน ประเทศอเมริกานี้ มันเป็นปัญหาที่หนักมาก และก็เพิ่มขึ้น ทุกปี เป็นส่วนหนึ่ง ก็เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้สังคมอเมริกัน ทุกวันนี้ปั่นป่วนมาก

เพราะฉะนั้นไม่ใช่่ว่าประชาธิปไตยหรือว่ามี การเลือกตั้งเป็นระยะ ๆ เป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดความเท่าเทียม ในสังคม เพราะเราศึกษาจากสังคมทั่วโลก ความสัมพันธ์ ระหว่างประชาธิปไตยกับความเท่าเทียมกัน นี่มันไม่เหมือน ที่หลายคนคิด มันจะอยู่ที่นโยบายทางเศรษฐกิจ และอยู่ ที่ระบบทุนนิยม ถ้าทุนนิยมแรงนี่ความไม่เท่าเทียมกันก็ จะมาก

ทีนี้ถ้าต้องการจะสร้างความเท่าเทียมกันก็มีหลาย เรื่องที่เราอาจจะไม่เห็นด้วยก็ได้ อย่างเช่น เรื่องหนึ่งที่ ประเทศฟินแลนด์เขาทำได้ ทำได้ดี แล้วก็มีผลดีต่อระบบ การศึกษาคือ ห้ามไม่ให้มีโรงเรียนเอกชน แล้วเมืองไทยเรา จะยอมไหมนี่ เรื่องนี้ ไม่มีโรงเรียนอินเตอร์ ไม่มีโรงเรียน คาทอลิก เหตุผลก็คือ ความไม่เท่าเทียมกันในสังคมขึ้นอยู่กับ

กับระบบการศึกษาสองมาตรฐาน ถ้ามีระบบเอกชนที่มีเงิน มีทองมาก แล้วสามารถดึงครู ดึงศาสตราจารย์ที่เก่งๆ แล้วก็ไม่ยอมให้งบประมาณกับโรงเรียนของรัฐ ก็จะทำให้ผู้ที่ผ่านการศึกษาแบบเอกชนได้เปรียบในสังคมมาก เป็นการรักษาความเหลื่อมล้ำในสังคมไว้ ช้ามหลายชั่วอายุคน

มันก็จะเป็นเรื่องที่ว่า รัฐมีอำนาจใหม่ที่จะบังคับ ถ้าคนบอกว่า เราอยากจะเรียนที่ไหนเราควรจะมีสิทธิจะเรียน ใช่ว่าพอเราพูดถึงเรื่องสิทธิ ทุกคนควรจะมีสิทธิอย่างนั้น อย่างนี้ การเรียกร้องสิทธินี้แทนที่จะเป็นปัจจัยให้เกิดความเท่าเทียมกันในสังคม ในหลายโอกาสทำให้เกิดความไม่เท่าเทียมกันมากกว่า โดยเฉพาะผู้ที่มีอยู่แล้วก็เรียกร้องสิทธิของเขา

หรือว่าพูดถึงเรื่องการเก็บภาษีคนรวย อย่างตอนอาตมาเด็ก นี่ก็เป็นนโยบายของรัฐบาลของอังกฤษ ถ้าคนระดับสูงนี้ รายได้นี้ต้องเสียกับรัฐบาลถึง ๖๐-๗๐ เปอร์เซ็นต์ สมัยนั้นสวีเดนและอีกหลาย ๆ ประเทศในยุโรปก็ลองทำอย่างนั้น เพื่อมีอุดมการณ์จะสร้างความเท่าเทียมกันในสังคม ผลก็คือคนรวยจำนวนมากย้ายไปอยู่ต่างประเทศเพื่อจะไม่ต้องเสียภาษี หรือว่าให้เงินไปอยู่ offshore อยู่ใน Seychelles เหมือนที่บริษัทใหญ่ ๆ ทุกคนก็ทำกันทุกวันนี้ อย่างที่อเมริกา

ปัจจุบันนี้ ถ้าเป็น CEO เขาว่า CEO จะเสียภาษีอาจจะน้อยกว่าคนที่ทำความสะอาดในออฟฟิศ คือมันมีเทคนิคมีการเลี้ยง มีคอร์รัปชัน ซึ่งปัญหาก็คือ เราจะใช้กฎระเบียบไปข่ม หรือไปแก้ความเห็นแก่ตัวหรือว่ากิเลสของคนไม่ค่อยได้ผล อันนี้ดูจากกลุ่มประเทศคอมมิวนิสต์ก็จะเหมือนกัน

ชาวพุทธเราจึงถือว่า ระบบการปกครองอย่างไร เรื่องจะมีนโยบายอย่างนั้น อย่างนี้ก็เป็นส่วนหนึ่ง แต่ถ้าหากว่าเราไม่มีการพัฒนาทางจิตใจของคน ไม่แก้ที่รากเหง้าของปัญหาก็คือกิเลสคน สุดท้ายมันก็แค่นั้นแหละ ฉะนั้นทางพุทธศาสนาเราถือว่าเราเกิดมามันก็ไม่เท่าเทียมกัน เพราะเรามีกรรมติดตัวมา แต่ละคนนี่ความสามารถ ความฉลาด ความหล่อ หลายอย่างนี้ที่มันไม่เท่าเทียมกัน ถ้าจะให้เท่าเทียมกันในทุกๆ เรื่องเป็นไปได้ แต่เราถือว่าเราให้เกียรติซึ่งกันและกัน ให้ความเป็นมิตรของคนทุกคน ให้โอกาสทุกคน

ถ้าในหลักเดิมในพระไตรปิฎก เมื่อพระพุทธองค์พูดถึงหน้าที่ของรัฐซึ่งจะเป็นหน้าที่ของพระมหากษัตริย์ในประเทศที่ปกครองด้วยระบอบกษัตริย์ หรือว่าในประเทศสาธารณรัฐก็แล้วแต่ พระพุทธองค์บอกว่า รัฐมีหน้าที่ ที่จะให้ปัจเจกชี้ให้ทุกคนในประเทศได้ปัจเจกชี้เท่าเทียมกัน หรือว่าอย่างน้อยก็พออยู่ได้ ไม่ใช่เท่าเทียมกันแต่ว่าพออยู่ได้

เพราะปัจจัยสี่เป็นฐานของความสุขความเจริญของมนุษย์ ถ้าสังคมเรา คนจำนวนมากขาดปัจจัยสี่แม้แต่ข้อเดียว สังคมจะป่วย สังคมมีปัญหา จะเป็นเรื่องอาชญากรรม เรื่องความขัดแย้งอะไรสารพัดจะเกิดขึ้น เพราะฉะนั้นรัฐจะต้องมีกลไกที่จะทำให้ทุกคนในประเทศมีอาหารพอกิน มีที่อยู่อาศัย มีเสื้อผ้าพอใช้ และมียารักษาโรคในยามเจ็บไข้ได้ป่วย

ถ้าเราดูประเทศไหนที่ทำได้ทั้งสี่ข้อ อย่างอเมริกานี้ ก็ไม่สามารถจะให้ในข้อที่สี่ ในอเมริกาคนธรรมดาที่นี่จะเครียดมาก เพราะถ้าเกิดเจ็บไข้ได้ป่วย เข้าโรงพยาบาลนี้หมดตัวเลย ต้องขายบ้าน ทุกคนกลัว ระบบอย่างของเมืองไทยนี้ ข้อนี้เมืองไทยนี้ประสบความสำเร็จมาก ทุกคนในประเทศจนเท่าไรก็ยังมีสิทธิ์ที่จะได้รับการรักษาที่โรงพยาบาล เรียกว่าเป็นชั้นนำของโลกในเรื่องของความเจ็บไข้ได้ป่วยก็ว่าได้

ในเมืองไทยแทบจะไม่มีใครนะที่ไม่มีอาหารกิน ไข้ไหม ต่างจังหวัดนี้ถ้าหิวจริง ๆ ก็ไปขอกินกับพระก็ได้นะ ทุกคน กินกันบาตรพระก็ได้ อย่างที่อังกฤษทุกวันนี้ ก็เรียกว่ามี soup kitchen มีมูลนิธิต่าง ๆ ต้องไปแจกอาหารในเมืองต่าง ๆ เพราะว่าคนไม่มีรายได้ เด็กไม่มีอาหารกินจำนวนมาก รัฐดูแลไม่ทั่วถึง แต่เมืองไทยไม่เคยได้ข่าวว่า

เมืองไทยคนตกงานต้องไปเข้าคิวยาวต้องไปขออาหารจากมูลนิธิ จะน้อยมาก เพราะเรายังมีระบบดูแลทั่วถึง

ฉะนั้นในเรื่องการเหลื่อมล้ำในสังคมมันเป็นเรื่องละเอียดลึกซึ้ง หลายเหตุหลายปัจจัย อย่างเช่น คนที่ต้องการความเท่าเทียมกันมาก ในตะวันตกก็จะรณรงค์ว่า ห้ามไม่ให้ลูกรับมรดกจากพ่อแม่ เพราะถือว่าลูกไม่ได้ทำงานอะไร เขามีสิทธิอะไรที่จะรับจากพ่อแม่ พ่อแม่ก็ทำของพ่อแม่ไป เสร็จแล้วก็สละให้รัฐ รัฐจะได้แจกจ่ายให้คนจน ไม่ทราบว่ามันเห็นด้วยกับข้อนี้หรือเปล่า ไม่รับมรดกพ่อแม่จะเอาไหม เพราะฉะนั้นเรื่องนี้ เรื่องสังคม ความยุติธรรมในสังคม อาตมาก็สนใจตั้งแต่เด็กเหมือนกัน แต่ว่าดูเหมือนเป็นเรื่องละเอียดลึกซึ้ง การที่เมื่อปีที่แล้วมีการประท้วง มีพูดถึงการเหลื่อมล้ำในเมืองไทย อาตมาว่าไม่ค่อยจะถูกจุดเท่าไร หรือดูเหมือนคนที่พูดเขาไม่ได้ทำการบ้าน เขาไม่ได้ศึกษาอะไรเท่าไร

ทุกวันนี้การที่เราจะพูดในที่สาธารณะ อันนี้ก็อยากให้มีเหมือนกัน ให้มีวิธี แต่ว่าทุกวันนี้ เพราะอินเทอร์เน็ตมันทำให้เราต้องทำการบ้าน แล้วก็ไม่มีข้ออ้างจะไม่ทำการบ้าน ทุกวันนี้การที่ทุกคนมีความคิดความเห็นนั้น ดีแล้ว แต่ว่าจะต้องสามารถตอบคำถามที่เราพยายามปลุกฝังที่

ปัญญาประทีปว่า What makes you say that ? อะไรทำให้เธอพูดอย่างนั้น อะไรคือหลักฐาน หนังสือนี้เคยอ่านหรือยัง ข้อมูลนี้เคยอ่านหรือยัง ผลการวิจัยอย่างนี้อ่านหรือยัง ถ้าเรื่องที่สำคัญๆ ไม่เคยอ่าน ไม่เคยรู้เลย ก็ยังไม่ถึงเวลาจะพูด ให้ทำการบ้านให้ดีกว่า

๒ คำถาม: ความหมายของการใช้ชีวิตของพระอาจารย์คืออะไรครับ

คำตอบ: พระสงฆ์เป็นผู้ที่ออกจากเรือน เพื่อมุ่งมั่นในการพัฒนาตนตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่เรียกว่า อริยมรรคมีองค์ ๘ เพื่อบรรลุมรรคผลนิพพาน เป้าหมายสูงสุดคืออมรรคผลนิพพาน แต่ในระหว่างการปฏิบัตินั้น เรามีหน้าที่ในการศึกษาเรียนรู้พระธรรม การปฏิบัติพระธรรม และการเผยแผ่พระธรรม เพราะถือว่าชีวิตที่สมบูรณ์ต้องสร้างประโยชน์ตน สร้างประโยชน์ผู้อื่นให้ถึงพร้อม ดังนั้นการใช้ชีวิตของอาตมาก็เป็นไปตามแนวทางนี้ มีการสร้างประโยชน์ สร้างความสุขให้แก่ตัวเอง การแบ่งปัน และการอบรมสั่งสอนพระธรรมเพื่อคนอื่น เพื่อจะได้รับประโยชน์ จะได้รับความสุขจากพระพุทธศาสนา

๓ คำถาม : ความหมายของการเป็นมนุษย์และความหมายของชีวิตคืออะไรครับ

คำตอบ : ทางพุทธศาสนาเราเน้นเรื่องการเจริญสติเจริญสติเพื่อให้อยู่ในโลกที่เป็นจริง ทุกวันนี้เราไม่ได้อยู่ในโลกที่เป็นจริง เราเหมือนอยู่ในความฝัน ความฝันของอารมณ์ เรื่องความจำ จินตนาการ ความต้องการ ความอยากได้ อยากมี อยากเป็น ฉะนั้น เมื่อจิตใจมันวุ่นอยู่กับสิ่งเหล่านี้ มันจึงไม่ค่อยจะรู้เรื่องชีวิตสักเท่าไร แต่เมื่อเรามาอยู่กับตัวเอง ก้มกายกับใจตัวเองในปัจจุบันมากขึ้น จิตไม่ฟุ้งซ่านไม่วุ่นวาย เราจะเริ่มรู้ว่าอะไรเป็นอะไรมากขึ้น อย่างเรื่อง...มีความเกิดเป็นธรรมดา มีความแก่ ความเจ็บ ความตายเป็นธรรมดา เราต้องพลัดพรากจากสิ่งที่รักทั้งหลายทั้งปวง เรามีกรรมเป็นของของตน เราจะเริ่มเข้าใจความหมายของสิ่งเหล่านี้

เราจะเริ่มเห็นว่าชีวิตนี้มีค่ามาก เพราะมันมีจำกัด อย่างเช่น เพชรพลอยกับเม็ดทราย อย่างไหนมีค่ามากกว่ากัน เม็ดทรายไม่มีค่าเพราะอะไร เพราะจำนวนมันเยอะ ไม่รู้วาก็ล้านล้านเม็ด ไปชายหาดไหนก็มีมากมาย แต่เพชรพลอยนั้นหาได้ยาก ต้องเจียรระไน ต้องทำอะไรๆ หลายอย่าง สิ่งที่มีน้อยๆ ที่ได้มาด้วยความยากลำบาก มีค่ามากกว่าสิ่งที่มีเยอะๆ และหาได้ง่าย ในทำนองเดียวกัน

ชีวิตมนุษย์ถือว่ายาก ก่อนที่จะมาเกิดเป็นมนุษย์ ก่อนที่จะมาอยู่ที่นี่ เราต้องเคยสั่งสมบารมี ทำคุณงามความดีไว้มากหลายภพหลายชาติ จึงจะได้มาอยู่ตรงนี้

ชีวิตมนุษย์ถือว่าเหมือนเพชรพลอย สัตว์ที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารมีมากกว่ามนุษย์นับไม่ถ้วน แต่ที่เรามองเห็นได้ในโลกนี้ มนุษย์ทั้งโลกนี้อย่างมากก็ ๖-๗ พันล้านคน ส่วนมด แคนในประเทศไทยก็คงเกิน ๖-๗ พันล้าน แค่มด แมลง ยุง สรรพัตถ์อย่าง แล้วยังในภพภูมิอื่น มันเยอะมาก จำนวนมนุษย์นั้นน้อยนัก เพราะมันเกิดยาก ดังนั้น เราต้องปฏิบัติตนให้สมเกียรติกับที่ได้เกิดเป็นมนุษย์ ให้มีชีวิตที่ภาคภูมิใจได้

ที่ถามเรื่องความหมายของชีวิต เราต้องสนใจตัวชีวิต สนใจกาย สนใจใจ สนใจด้วยจิตใจที่ไม่ฟุ้งซ่านวุ่นวาย เมื่อจิตมีสติ จะรู้สึกคล้าย ๆ ตื่นขึ้นมาจากหลับ ถ้าเราเจริญสติบ่อย ๆ จนจิตใจเริ่มสงบ การรับรู้ของเราจะเหมือนเรานั่งในรถซึ่งกระจกหน้าเคยสกปรกมาก แล้วเราทำความสะอาดกระจกนั้น สิ่งที่เราเห็นก็ของเดิม แต่มันไม่เหมือนเดิมแล้ว กระจกที่สกปรกทำให้เราไม่ค่อยจะเห็นตามความเป็นจริง ดังนั้น เราต้องฝึกให้รู้ให้เห็นตามความเป็นจริง ไม่ใช่เรื่องความเชื่อในคำสอน แต่ฝึกให้จิตเข้มแข็ง ฝึกให้จิตมีคุณสมบัติที่จะรู้ว่าอะไรเป็นอะไรในชีวิตที่เป็นจริง

๔ คำถาม: กราบนมัสการพระอาจารย์ครับ ความรู้ทางโลกเป็นสิ่งสำคัญ แต่การใฝ่รู้ทางโลก เช่น วิทยุ เลข ศิลปะ เป็นต้น มากจนรู้เรื่องเยอะแยะก็จริง แต่อาจเป็นสิ่งที่เป็นอุปสรรคหรือศัตรูต่อชีวิตของเราได้บ้างไหมครับ

คำตอบ: คืออย่างนี้ การศึกษาของสงฆ์ เรามีหลัก ๓ ขั้นตอน เรียกว่า ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ ปริยัติ คือ ศึกษาหาวิชาความรู้พื้นฐาน เมื่อได้วิชาความรู้แล้ว ต้องนำไปปฏิบัติ ไปทดสอบ ไปทดลอง ว่าจริงหรือไม่ ขั้นที่สามเป็นการบรรลุผลจากการปฏิบัติ เมื่อมองอย่างนี้ จะทำให้เข้าใจว่า การเรียนไม่ใช่เรียนเพื่อเรียนอย่างเดียว แต่เรียนเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติเพื่อได้ประโยชน์ ถ้าเรารักการเรียนมันเป็นสิ่งที่ดีและไม่เป็นปัญหา มีความสุขในการเรียนเพื่อเพิ่มพูนความรู้ในวิชาต่างๆ แต่ในขณะเดียวกัน เราก็ต้องหยุดทบทวนเป็นครั้งเป็นคราว หลังทำสมาธิในช่วงเช้าของแต่ละวันเป็นเวลาเหมาะที่เราจะทบทวน ถ้ารู้สึกว่าการเรียนนี้มันไม่มีทิศทาง มันทำให้ฟุ้งซ่านเกินเหตุ หรือทำให้เกิดปัญหาในส่วนอื่นของชีวิต ก็ควรต้องลดลงหน่อย แต่ในช่วงอายุวัยรุ่น การเรียนการหาความรู้ทางโลกให้เยอะไว้หน่อยมันก็ดี เพราะเราจะได้ค้นหาสิ่งที่จะเหมาะกับเรา สิ่งที่จะถูกกับเรา ท่านอาจารย์เองก็เป็นคนชอบศึกษาหาความรู้มาตั้งแต่เด็ก ตอนจบ ม.๖ รู้สึกว่าสมองมันอัดแน่นมาก เพราะ

เรียนมาก ศึกษามาก ก็เลยหางานทำที่ไม่ต้องใช้สมองเลย จึงไปทำงานยกของในโกดัง ยกของขึ้น ยกของลงจากรถ ใช้แต่กล้ามเนื้ออย่างเดียว ไม่ต้องใช้สมอง ถือเป็นการทำงานแล้ว ก็ไปทำงานเป็นกรรมกรในที่ก่อสร้างด้วย แต่ตอนกลางคืนก็ยังชอบอ่านหนังสือ ช่วงออกเดินทางไปในอินเดีย ถึงแม้ว่าจะไปแบบแบกเป้โบกกรรหรือนั่งรถประจำทาง อาตมาต้องบันทึกไว้ว่า อ่านหนังสืออะไรบ้าง ช่วงนั้นอาตมาคิดว่าในหนึ่งปี อาตมาอ่านหนังสือหลายร้อยเล่มชอบอ่านหนังสือ เวลาเจอฝรั่งระหว่างเดินทางก็จะถามว่ามีหนังสือแลกเปลี่ยนกันไหม เพราะแต่ละคนก็ไม่ว่าจะไปซื้อหนังสือภาษาอังกฤษได้ที่ไหน ฝรั่งพวกนอนหนังสือก็มีมากอยู่ แต่เราไม่มีทางเลือกว่าจะอ่านเรื่องอะไร แล้วแต่ว่าบังเอิญเจอใครที่มีหนังสือเรื่องอะไร อาตมาเป็นคนที่ชอบอ่าน ชอบคิด ชอบศึกษา ชอบหาความรู้ แต่ก็อยากจะมีเวลานั่งสมาธิด้วย มีเวลาให้รู้จักสัดส่วน ให้รู้จักความพอดี

๕ คำถาม: ทุกข์บ้าง สุขบ้าง นี่คือนิเวศ ทางสายกลาง คือชีวิตคนเราใช้ไหมเจ้าคะ

คำตอบ: ทางสายกลางไม่ใช่ทุกข์บ้างสุขบ้าง **ทางสายกลาง** คือทางไปสู่การหลุดพ้นจากความยึดมั่นถือมั่น ในกายในใจ ชีวิตคนเราก็คืออย่างนี้ มีทุกข์กายสุขกาย เป็นธรรมชาติของสิ่งมีชีวิตที่มีเกิด แก่ เจ็บ ตาย ส่วนทุกข์ใจนั้น

เกิดขึ้นเพราะอวิชา เพราะตณหา เพราะกิเลส ถ้าเราปฏิบัติตามทางสายกลาง ทุกข์ทางใจจะไม่มี มีแต่สุขใจหรืออุเบกขาแล้วแต่กรณี ทางสายกลางไม่ใช่ว่าจะต้องมีทั้งสองด้าน เช่น รักบ้างเกลียดบ้างคือทางสายกลาง ถูกบ้างผิดบ้างคือทางสายกลาง อย่างนี้ไม่ใช่

ทางสายกลาง คือทางที่ไม่เอียงไปในทางหลงใหลหรือมองในทางบวกจนเกินไป หรือไม่มองในทางลบจนเกินไป ทางสายกลางเป็นทางที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้น

๖ คำถาม : ถ้าเราอยากประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานตั้งแต่อายุน้อย พระอาจารย์มีวิธีอย่างไรบ้างเจ้าคะ

คำตอบ : เรื่องความสำเร็จในหน้าที่นี้ บางที่จะกำหนดได้ยากเหมือนกัน แต่เอาตมาว่า ดีที่สุดคือ เราต้องเรียนรู้เรื่องหน้าที่การงาน ฟัง อ่าน ปรึกษาผู้รู้ เพื่อจะได้ข้อมูลและจะได้เข้าใจว่า เพื่อความสำเร็จหรือความสมบูรณ์ในหน้าที่นี้ เราต้องทำอะไรบ้าง แล้วจึงดูด้วยตัวเองว่า ทุกวันนี้มีกิเลสตัวไหนหรือมีข้อบกพร่องตรงไหนที่ทำให้เราไม่สามารถทำหน้าที่นี้ให้ดี เราก็ต้องค่อยๆ ปรับปรุงแก้ไขตรงจุดนั้น

ใช้ความจริงใจความตั้งใจเป็นหลัก ถ้าเราจะเอาผลงานเป็นหลัก บางทีอาจจะท้อแท้ใจ เพราะการทำหน้าที่ของเราแต่ละคน มันไม่ได้ขึ้นอยู่กับตัวเราคนเดียว มันขึ้น

อยู่กับคนอื่น ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อมที่เราไม่สามารถควบคุม บังคับบัญชาได้ เพราะฉะนั้น ถ้าจิตใจมุ่งที่ผลงานมากเกินไป ก็จะทุกข์จะเครียด ให้ดูที่ฉันทะความพอใจในการ เรียนรู้ว่าทำอย่างไรจึงจะทำหน้าที่ของเราให้ดีที่สุดเท่าที่จะเป็นได้

๗ คำถาม: กราบนมัสการครับ ผมอยากทราบว่า จริงหรือเปล่า ที่เขาว่าบนโลกนี้ไม่มีคำว่า “สุข” มีแต่คำว่า “ทุกข์น้อย” กราบขอบพระคุณครับ

คำตอบ: เรื่องนี้ต้องขยายความหน่อย คือ คำว่าทุกข์ มีหลายความหมาย ทุกข์ ภาษาบาลีเรียกว่า ทุก-ชะ ซึ่งมีความหมายที่กว้างขวางลึกซึ้งมาก สำหรับทุกข์ที่เราใช้ทั่วไป อย่างทุกข์กายทุกข์ใจนั้น ก็เป็นเพียงประเด็นหนึ่งหรือส่วนหนึ่งของทุกชะ

ถ้าเป็น ทุกชะ จริงๆ ก็คือภาวะที่โลกนี้ขาดความสุขที่แท้จริง พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลาย ท่านสอนให้เราทราบว่า ความสุขที่แท้จริงคือ นิพพาน นิพพานคือภาวะที่ไร้กิเลส ไม่มีกิเลสโดยสิ้นเชิง นั่นคือความสุขที่แท้จริง

ฉะนั้น ถ้าเทียบกับความสุขที่แท้จริง ความสุขอย่างอื่นในโลกนี้ก็เรียกว่าสุขได้ แต่มันเป็นความสุขที่มีข้อบกพร่อง ไม่ใช่ความสุขที่แท้จริง ข้อบกพร่องก็คือ เป็นของ

ไม่เที่ยง เปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา เอาเป็นที่พึ่งไม่ได้ เหตุปัจจัยของความทุกข์ทางเนื้อหนังนี้จะควบคุมไม่ได้ ความสุขบางอย่างก็สุขจริง แต่สุขได้ไม่นาน เมื่อสุขแล้วก็ทำให้เราเกิดความยึดติดมาก พอขาดความสุขนั้นเมื่อไรก็จะเป็นทุกข์ เช่น สุขที่เกิดจากการใช้ยาเสพติด เป็นต้น มันจะมีความสุขเฉพาะระยะสั้น ๆ ขณะเสพและที่ฤทธิ์ยายังปรากฏ แต่เมื่อยาหมดฤทธิ์แล้ว ก็ารู้สึกทุกข์ เพียงไม่นานก็อยากเสพยาอยากสุขอีก เกิดความกระวนกระวาย และมีผลกระทบต่อสุขภาพทันที เกิดความทุกข์ซึ่งเป็นผลจากความสุขชั่วคราวแบบนี้

ดังนั้น เมื่อเรามองเป็นกระบวนการ เราก็จะเห็นว่า สุขกับทุกข์มันแยกออกจากกันไม่ได้ มันทุกข์ก็เพราะสุข ถ้าไม่ได้สุขจากเรื่องนี้ เราก็ไม่ต้องทุกข์เมื่อขาดจากมัน จึงถือว่าเป็นข้อเสียข้อบกพร่องของความสุขทางโลก ยิ่งถ้าเป็นความสุขที่ต้องใช้เงินมาก มันจะมีผลกระทบหลายอย่าง เช่น อาจจะทำให้เราเป็นหนี้เป็นสิน หรือทำให้เราทุจริตคอร์รัปชันเพื่อจะได้เงินได้ทอง เพื่อจะได้เสพความสุขที่เรากำลังหลงติดอยู่ แม้แต่ความสุขทั่วไปที่ไม่ร้ายแรงอะไร มันก็สุขแค่ชั่วคราว ในขณะที่จิตใจลึก ๆ ของมนุษย์ต้องการความสุขที่เที่ยงแท้ถาวร เมื่อเราพยายามแสวงหาความสุขที่เที่ยงแท้ถาวรในสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้ถาวร มันก็ต้องรู้สึกคับข้องใจ รู้สึกไม่อึด และรู้สึกว่าขาดอะไรสักอย่างอยู่ตลอดเวลา

ฉะนั้น คำถามที่ว่าโลกนี้มีแต่ทุกข์ สุขไม่มี มีแต่ทุกข์น้อย นั้นหมายความว่า ความสุข คือ การพักจากทุกข์ หรือเป็นส่วนหนึ่งของทุกข์ที่แยกออกจากทุกข์ไม่ได้ นอกจากสุขที่เกิดจากการปฏิบัติธรรมซึ่งจะมีโทษน้อยลง ๆ จนกระทั่งในที่สุดจะไม่มีโทษไม่มีข้อเสียเลย อย่างนี้ท่านเรียก ความสุขที่แท้จริง

๘ คำถาม : ชีวิตคืออะไรครับ แล้วควรให้ชีวิตเป็นไปอย่างไรครับ

คำตอบ : คำถามนี้เป็นปรัชญามากหน่อยเนอะ เองง่าย ๆ ว่า ชีวิตของแต่ละคนก็คือกายกับใจ ในทางพุทธศาสนา เราแยกกายกับใจออกเป็น ๕ ก้อน หรือที่เรียกว่า ขันธ ๕ ซึ่งก็คือเรื่องกายเรื่องใจนั่นเอง ประกอบด้วย (๑) รูป (๒) เวทนา ความรู้สึกสุข ทุกข์ หรือเฉย ๆ (๓) สัญญา ความจำได้หมายรู้ คำนี้อาจจะเข้าใจยากหน่อย ความจำได้ก็คือ เห็นท่านอาจารย์มา ก็นี้รู้ขึ้นมาได้ จำท่านอาจารย์ได้ หรือสมมุติว่าเราเห็นสิ่งที่ไม่เคยเห็นมาก่อน เช่นเห็นสัตว์ตัวหนึ่งที่ไม่เคยเห็นมาก่อน แล้วก็ไม่รู้จักชื่อของมันด้วย สัญชาตญาณของจิตจะพยายามมองสิ่งใหม่ผ่านของเก่าที่เราเคยรู้อยู่แล้ว เออ! มันมีหางเหมือนหมา ส่วนหัวมันก็คล้ายกับแมว ตัวมันดูเหมือนวัว สรุปแล้ว ตัวอะไรก็ไม่รู้ แต่เราจะพยายามเอาสัญญา คือ ความทรงจำเกี่ยวกับสัตว์

ที่เรา รู้จักในอดีต พยายามแปลความหมายให้เข้ากับสัตว์ตัวใหม่ที่เราเห็น แล้วเราก็อาจจะตั้งชื่อขึ้นมาใหม่ การหมายรู้จะเป็นอย่างนี้ คือเอาความรู้เก่ามาแปลความหมายของสิ่งใหม่ อย่างนี้คือสัญญา ความจำได้หมายรู้ (๔) สังขารเกี่ยวกับกุศลธรรมอกุศลธรรมที่อยู่ไนใจ สิ่งที่เกิดขึ้นพร้อม กับเจตนา มีเจตนาเป็นแกนนำ เช่น ศรัทธา ความอดทน เมตตา ปัญญา ซึ่งจะอยู่ในสังขารชั้นร์ฝ่ายกุศล ส่วนกิเลสต่าง ๆ ความโลภ ความโกรธ ความหลง นั้นจะอยู่ในสังขารชั้นร์ฝ่ายอกุศล (๕) วิญญาณ คือ การรับรู้ทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ พระพุทธองค์ทรงมองว่า ชีวิตคือกายกับใจ แล้วแบ่งใจออกเป็น ๕ อย่างเพื่อเราจะได้วิเคราะห์ดูว่ามันคืออะไร

คำถามเรื่องชีวิตคืออะไร เราตอบได้ในแง่ปรัชญา ในแง่จิตวิทยา ในแง่ชีวศาสตร์ มันตอบได้หลายสำนวน แต่พุทธศาสนาต้องการให้เรารู้เป็นประสบการณ์จริงว่า ชีวิตคืออะไร พอเราสนใจดูสนใจศึกษาจากความเป็นจริงในปัจจุบัน เรื่องที่ว่าอะไรควร อะไรไม่ควร ก็จะปรากฏให้เราเห็นนี่เป็นเรื่องภาคปฏิบัติทางพุทธศาสนา ทำไมเราต้องปฏิบัติธรรม ก็เพราะเราไม่รู้ว่าชีวิตคืออะไร และเพราะเรามีความเข้าใจผิดในเรื่องชีวิต ทั้งชีวิตเราและชีวิตคนอื่น เราปฏิบัติธรรมก็เพื่อจะได้รู้ได้เข้าใจชีวิตตัวเองตามความเป็นจริง

๕ คำถาม: ทำไมคนเราจึงไม่ชอบยอมรับความจริงครับ

คำตอบ: มีนักประวัติศาสตร์ชาวต่างชาติได้เคยกล่าวประโยคหนึ่งที่มีชื่อเสียงมาก บอกว่าเราสรุปจากการเรียนประวัติศาสตร์ของมนุษย์ได้ข้อหนึ่งว่า มนุษย์เราไม่สามารถรับความจริงได้มาก หมายถึงว่ามนุษย์รับความจริงได้น้อยทำไมเป็นอย่างนั้น ส่วนมากเราอยากจะอยู่กับความเพ้อฝันอยู่กับความหวัง แล้วก็ไม่ค่อยจะอยากรับความจริง เรื่องความแก่ ความเจ็บ ความตาย เพราะกลัวทุกข์ กลัวทุกข์ใจ เพราะฉะนั้นเราจะเข้าใจว่า การยอมรับความจริงนำไปสู่ทุกข์ และเพราะไม่ต้องการเป็นทุกข์ ฉะนั้นก็ไม่อยู่กับความจริงดีกว่า ก็แค่นั้น

นักปฏิบัติธรรมเป็นผู้ที่ได้ค้นพบผ่านประสบการณ์ตรงว่า การยอมรับความจริงมันไม่ได้ทุกข์เหมือนที่คิด ตรงกันข้าม อย่างเช่น ในสมัยก่อนหรือแม้แต่สมัยนี้ คนพิการหรือคนที่เป็นโรคจิตที่บุคคลทั่วไปเห็นแล้วจะเกิดความกลัวพยายามจะไม่ต้องเห็น พยายามเก็บไว้ในโรงพยาบาลหรือในที่ ๆ คนอื่นไม่ต้องเห็น หรือเรื่องความตาย ก็ไม่อยากจะให้ใครเห็นคนตาย ไม่อยากจะทำเรื่องความตาย ใครคุยเรื่องความตายก็ถือว่าเป็นอัมมมงคล ทางพุทธศาสนาสอนว่า ถ้าเราไม่คุยเรื่องเหล่านี้ ไม่สนใจศึกษาเรื่องเหล่านี้ มันจะเป็นการเก็บกด ความกลัวก็ยังมีอยู่ แต่อยู่ในจิตใต้สำนึกที่เราคาด

เอาไว้ พระพุทธองค์ทรงให้เราเปิดเผย ให้เราเผชิญหน้า กับความจริง เพื่อจิตใจของเราจะได้โปร่งโล่ง ไม่ต้องปิดบัง อำพราง ให้ถือเป็นเรื่องธรรมดา

๑๐ คำถาม: เราอยู่ที่นี้อย่างมีความสุข แต่อยู่มาวันหนึ่ง มีเหตุการณ์หรือความคิดบางอย่างที่ทำให้เราอาจจะต้อง ย้ายไปที่อื่น เราเองก็อยากย้ายด้วย แต่ก็รู้สึกผูกพันกับที่นี่ มาก เราควรทำอย่างไร

คำตอบ: นี่เป็นเรื่องของการภาวนาอีกนั่นแหละ คือ ผู้ที่ตั้งใจภาวนา เป็นผู้ตั้งใจดูความจริงของชีวิต อย่างที่พูด ไปแล้ว ความจริงของชีวิต คือ ชีวิตมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ ตลอดเวลา ตามเหตุตามปัจจัย ความเปลี่ยนแปลงบางส่วน เราอาจจะป้องกันหรือควบคุมได้ แต่หลายสิ่งหลายอย่างนี้ เราบังคับบัญชาไม่ได้ เราจึงต้องรู้จักแยกส่วน แล้วเมื่อเรา ผูกพันกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ไม่ว่าจะเป็นตัวบุคคล สถานที่ หรือเป็น สิ่งแวดล้อมอะไรก็แล้วแต่ สุดท้ายแล้วเราจะต้องเสียภาษี จะเรียกว่าภาษีความรักภาษีความผูกพันก็ได้ คือเมื่อต้อง พลาดพรากจากสิ่งนั้น มันก็ต้องเป็นทุกข์อยู่บ้างเป็นธรรมดา ฉะนั้น เราจงรู้เท่าทัน เมื่อเรารู้สึกผูกพัน เราก็รู้ว่านี่ คือความผูกพัน มันคือกรรมที่เราจะต้องรับผลกรรมต่อไป แต่ผู้ครองเรือนโดยส่วนมากมักยอมรับผลหรือยอมเสีย เหมือนอย่างเราซื้อของแพงที่มีค่าภาษีสูง เรายอมซื้อเพราะ

อยากได้และเห็นว่าเป็นประโยชน์ เป็นต้น จึงต้องยอมเสียภาษีไปด้วย ความสุขความผูกพันต่าง ๆ ก็เหมือนกัน เราอาจจะเห็นว่าคุ้มค่า แต่ในที่สุดแล้วก็ต้องเสียภาษีเหมือนกัน เมื่อต้องพลัดพราก

ในการดำเนินชีวิต เรื่องที่ต้องตัดสินใจแต่ละเรื่อง เราก็ต้องรู้เท่าทันว่า จะมีความเปลี่ยนแปลงไปจากของเดิม จะมีช่วงหนึ่งที่เรารู้สึกเศร้ารู้สึกทุกข์ในการพลัดพราก ในขณะนั้นเราต้องใช้ปัญญา ถ้าเห็นว่าจะเป็นไปได้เพื่อประโยชน์ เพื่อความสุขในระยะยาว เราก็ต้องยอมเป็นทุกข์ ถ้าเรากลัวลำบากกลัวความทุกข์มาก ในที่สุด ก็จะยึดติดในของเก่า ไม่เติบโตสักที เพราะการเติบโตเป็นมนุษย์นั้น มันย่อมต้องพลัดพรากจากสิ่งเก่า ๆ อยู่เรื่อย ๆ ตอนเราเรียนหนังสือ จบชั้นประถม เราก็ต้องพลัดพรากจากโรงเรียนประถม เมื่อเราเรียนโรงเรียนมัธยม ถ้าอยู่จนจบก็ต้องพลัดพรากจากโรงเรียน ไปเข้ามหาวิทยาลัย จบมหาวิทยาลัยก็ต้องพลัดพรากจากมหาวิทยาลัยไปทำงาน แล้วทุกวันนี้คนที่ทำงานในที่แห่งใดแห่งหนึ่งตลอดชีวิตการทำงานมีน้อยมาก ส่วนมากจะมีการเปลี่ยนงาน เรามีความเปลี่ยนแปลง มีการพลัดพรากหลายครั้งในชีวิต ฉะนั้น เราก็ศึกษาให้รู้ว่า มันเป็นความรู้สึกอย่างหนึ่ง ไม่ต้องกลัวมันมาก แล้วอย่าให้มันเป็นตัวกำหนดการตัดสินใจของเราเท่านั้นเอง



...ความรักชาติเป็นหน้าที่จริงๆ หรือไม่ครับ

ความรักชาติน่าจะเกิดจากความตระหนักรู้ภายในของบุคคล
ไม่ควรนำมาบังคับเป็นหน้าที่ครับ

และหน้าที่ของพลเมืองในพุทธปัญญา
ควรมีอะไรครับ...

ความรักชาติ

คำถาม: กราบนมัสการครับ กระทรวงศึกษาธิการนโยบายให้สอนเรื่องหน้าที่พลเมือง ซึ่งข้อแรกคือ รักชาติ กระผมเลยเกิดความสงสัยว่า ความรักชาติเป็นหน้าที่จริง ๆ หรือไม่ครับ ความรักชาติน่าจะเกิดจากความตระหนักรู้ภายในของบุคคล ไม่ควรนำมาบังคับเป็นหน้าที่ครับ และหน้าที่ของพลเมืองในพุทธปัญญาควรมีอะไรครับ กราบขอบพระคุณครับ

คำตอบ: ใช่ เห็นด้วยกับผู้ถาม อาตมาเองมองว่าความรักชาติไม่น่าจะเป็นหน้าที่ เพราะว่าหน้าที่น่าจะเป็นเรื่องของกาย วาจา การแสดงออกในสังคม แต่ความรักชาติคือความรู้สึก แล้วใครจะไปบังคับความรู้สึกของใครได้ว่าต้องรักชาติ นี้เรียกว่าเป็นการใช้ภาษาที่ยังไม่แตกฉาน

เรื่องความรักชาติ เราควรจะต้องรู้จักแยกแยะ ๒ อย่าง ระหว่าง **รักชาติ** และ **ชาตินิยม** ลัทธิชาตินิยมมีข้อเสียมากมาย เพราะกลายเป็นว่ารักชาติตัวเอง แต่ไม่รักชาติอื่น ชาติเราต้องมาก่อน ฉะนั้นประเทศที่มีวัฒนธรรม

หรือส่งเสริมให้เกิดลัทธิชาตินิยมในชื่อว่า “รักชาติ” เขาไม่ได้ใช้ชื่อว่าลัทธิชาตินิยม หากใช้ชื่อว่ารักชาติเหมือนกัน แต่มีนโยบายเอาวัดเอาเปรียบประเทศอื่น ดูจากสมัยที่ประเทศญี่ปุ่นไปล่าอาณานิคมในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดยไม่ต้องกล่าวถึงประเทศมหาอำนาจตะวันตก เมื่อถือว่าผลประโยชน์ของชาติเป็นสิ่งสูงสุด ผู้รักชาติต้องรักษาผลประโยชน์ของชาติ เมื่อผลประโยชน์ของชาติขัดกับผลประโยชน์ของชาติอื่น เราต้องเอาชาติเราก่อน

คำถามที่เราควรถามคือ ใครเป็นผู้กำหนดหรือตัดสินว่า อะไรคือผลประโยชน์ของชาติ ในเมื่อสิ่งที่กำหนดว่าเป็นผลของประโยชน์ของชาตินั้น มักจะได้รับอิทธิพลจากรัฐบาลและผู้มีอำนาจในสังคม เรื่องนี้เป็นเรื่องใหญ่ที่ต้องใช้เวลามาก อยากให้สังเกตความแตกต่างระหว่าง ความรักชาติ กับ ลัทธิชาตินิยม อย่างง่ายๆ ด้วยมุมมองต่อคนที่ไม่ใช่คนชาติเรา ถ้าเรารู้สึกดูถูกดูหมิ่นประเทศอื่นหรือคนกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง อย่างนี้ก็ไม่ใช่แล้ว

ก่อนที่เราจะรักชาติได้หรือในบริบทของการรักชาติ เราต้องรักพระพุทธพระธรรมพระสงฆ์ รักความถูกต้องดีงาม จึงจะเป็นสิ่งที่แน่นอน เมื่อเราตั้งอยู่ในความถูกต้อง ตั้งอยู่ในศีลในธรรม เราก็รักชาติภายในกรอบของความถูกต้อง

ดิงาม เราจะเสียสละเพื่อชาติ โดยจะไม่เสียสละศีลธรรม
ของตัวเอง

ต้องถามว่า ชาติคืออะไร อะไรคือชาติ เราชักชาติทั้ง ๆ
ที่เรายังไม่ค่อยจะชัดเจนเลยว่า ชาติที่เรารักคืออะไร อะไรคือ
สิ่งที่ทำให้ชาติไทยเป็นชาติไทย สมมุติว่ามีสินามิแล้วส่วน
หนึ่งของประเทศไทยจมหายลงไปในทะเล ความเป็นไทย
ลดน้อยลงไหม หรือยังเป็นเมืองไทยเหมือนเดิม อาตมา
เห็นว่าความเป็นชาติไทยน่าจะอยู่ที่อุดมการณ์ หรือสิ่งที่
เป็นหลักการ สิ่งที่ทำให้เราภูมิใจที่เป็นคนไทย มากกว่าจะ
อยู่ที่ขอบเขตของดินแดนหรือวัตถุต่าง ๆ

สรุปว่าใช่... เราจะบังคับให้คนรักชาติไม่ได้ แต่ถ้า
รัฐบาลจะบังคับ มันก็เป็นได้แค่เรื่องกายเรื่องวาจาบางอย่าง
เท่านั้น อาตมาว่านโยบายที่ต้องการส่งเสริมความรักชาติ
ให้เป็นหน้าที่ของพลเมืองนั้น เมื่อผู้วางนโยบายใช้ภาษาที่
เรียกว่ายังคลุมเครือ จึงใช้คำว่า “หน้าที่” ไม่ถูกที่



...อยากเรียนถามว่า
เราจะมีความจำที่ดีได้อย่างไรเจ้าคะ

พัฒนาความจำ

คำถาม: กราบนมัสการ อยากเรียนถามว่า เราจะมีความจำที่ดีได้อย่างไรเจ้าคะ

คำตอบ: มีใครที่รู้สึกว่าคุณเองมีความจำดีไหม ช่วยยกมือด้วย อยากทราบจำนวนคนที่มีความจำดี ...ไม่มีใครยกมือเลย...

ที่จริงเรื่องความจำนี้ เป็นวิชาการหนึ่งที่เราควรจะสนใจศึกษา เพราะมีผลมากต่อชีวิตของเรา เรื่องจิตวิทยา หรือจิตศาสตร์ก็เป็นสิ่งที่น่าสนใจมากด้วย เกี่ยวกับการค้นคว้าเรื่องความจำ

ความจำมีหลายประเภทใช่หรือไม่ อย่างเช่น ความจำเรื่องถีบจักรยาน กับการจำชื่อคน เราก็เรียกว่าความจำทั้ง ๆ ที่มันเป็นคนละเรื่องกันในสมอง ส่วนหนึ่งของสมองเกี่ยวกับความจำอย่างการแต่งตัวหรือถีบจักรยานอะไรพวกนี้ อีกส่วนหนึ่งของสมองเกี่ยวกับการจำหน้าคน จำชื่อคน ในเมื่อความจำมันมีหลายประเภท ฉะนั้น เวลาคน

บ่นว่าความจำไม่ดี มักจะหมายถึงความจำเฉพาะประเภทนั้น ๆ ใช่มั้ย เช่น จำชื่อเขาไม่ได้ จำหน้าเขาไม่ได้ ซึ่งมันก็เป็นแค่ส่วนหนึ่งของความจำเท่านั้น

อย่างไรก็ตาม สิ่งที่จะช่วยเรื่องความจำ คือการจัดการกับสมอง ไม่ให้สมองนั้นรกมาก มีอารมณ์มาก หรือ ฟุ้งซ่านวุ่นวาย ที่เรียกว่าไม่ค่อยมีสติ ซึ่งความจำมันจะดีได้ยาก พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า ความจำหรือสติที่ดี มีเหตุปัจจัยสำคัญคือสติปัญญาที่ดี มันแปลว่าอะไร สมมุติว่าเราจะวางกระดาศ อาตมาวางกระดาศแผ่นนี้ ไว้ตรงนี้ การที่เรารู้ว่ากำลังวางตรงนี้ นั่นก็คือสติ เหมือนกับการฝากข้อมูลไว้ในสมอง ต่อมาเมื่อมีใครถามว่ากระดาศแผ่นนั้นอยู่ตรงไหน อ้อ... มันอยู่ตรงนั้น ตัวนี้คือสติ เราระลึกได้ เราจำได้ว่าอยู่ตรงนั้น แต่ที่จำได้ก็เพราะในขณะที่วางมัน เราตั้งใจวาง เราจึงจำได้ ถ้าสมมุติว่าขณะที่วางกระดาศเรากำลังพูดคุยอยู่ “เออ ๆ ไซ้ ๆ ๆ” คือไม่มีสติปัญญาในการวางไว้ตรงนั้น เวลาสติจะทำงาน จะพยายามจำว่าเราวางไว้ตรงไหน มันก็ไม่มีข้อมูลอยู่ในสมอง เหมือนไม่มีไฟล์ในคอมพิวเตอร์เลย ฉะนั้น เราจะไปโทษตัวเสิร์ชในสมองหรือตัวสติก็ไม่ถูกนะ เพราะปัญหามันอยู่ที่เวลาเราวาง เวลาที่เราฝากข้อมูลไว้ เราไม่ตั้งใจ

ดังนั้น ถ้าเราไม่ตั้งใจเรียน พุดคุยบ้าง คิดบ้าง วาดรูปอะไรบ้างก็แล้วแต่ จิตไม่ได้อยู่กับสิ่งที่กำลังเรียน แล้วจำอะไรไม่ได้ มันไม่ใช่ว่าความจำไม่ดี แต่ในเวลาที่จะต้องเก็บข้อมูล มันเก็บไม่ได้

นอกจากนั้นแล้ว บางที่เราเก็บข้อมูล แต่เราไม่รู้จักรการเก็บให้เป็นระเบียบ เหมือนห้องที่มีข้าวของรกรุงรัง เต็มไปหมด เวลาจะเข้าไปหยิบอะไรสักหน่อย กว่าจะหาได้ ก็ต้องใช้เวลา นาน เพราะเราเก็บข้าวของไม่เป็นระเบียบ สมองของเราก็เช่นเดียวกัน ถ้าเราเก็บข้อมูลไม่เป็นระเบียบ เวลาเจอคำถามหรือต้องการจะรู้ ก็มักจะดึงข้อมูลมาใช้ไม่ทัน หลายอย่างที่เรานึกไม่ออก คิดไม่ออก แต่ถ้าคำถามเป็นแบบ multiple choice A B C D ก็เหมือนจำได้ แต่ถ้าไม่มี multiple choice มันจำไม่ได้ เพราะอะไร ก็เพราะเราเก็บข้อมูลไว้ไม่เป็นระเบียบ

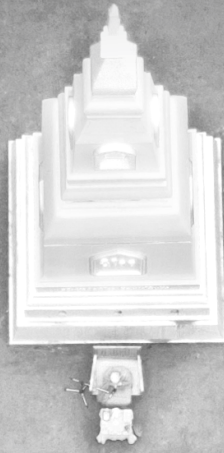
ฉะนั้น วิธีการสร้างสัญญาด้วยเทคนิคต่างๆ ที่เรียกว่า mnemonic ที่ท่านอาจารย์เคยสอนและอยากให้ครูขยายความในเรื่องนี้ เป็นเทคนิคการจัดระเบียบในการจำ คือสัญญา แล้วเก็บไว้ในสมอง เพื่อสติจะดึงออกมาได้อย่างมีประสิทธิภาพ เหมือนข้าวของในห้องที่วางเป็นระเบียบ เราก็รู้ว่าในตู้ชั้นบนนี้มีอะไรบ้าง ชั้นที่ ๒ ที่ ๓ ที่ ๔ ที่ ๕

พอบอกว่าช่วยไปหยิบอันนั้นมา เราก็รู้ทันทีว่าอยู่ข้างบน
ตรงชั้นที่ ๒ อย่างนี้ความจำจะวิ่งมา

มันมีเทคนิคมากมาย เกี่ยวกับสถานที่ด้วย เช่น
สมมุติมีเก้าอี้ ๒ ตัวหรือมีที่ ๒ ที่ เวลาเรียนวิทย์ก็จะนั่ง
ตรงนี้ ถ้าเรียนศิลป์ก็จะนั่งตรงนั้น เวลามานั่งตรงนี้ สัญญา
เรื่องต่างๆ เกี่ยวกับวิทย์ มันจะผุดขึ้นมาง่าย ถ้านั่งตรงนั้น
ความรู้สัญญาเกี่ยวกับศิลป์มันก็ผุดขึ้นมา การที่เราต้อง
เลือกสถานที่โดยเฉพาะสำหรับวิชาการต่างๆ หรือสำหรับ
กิจกรรมต่างๆ ก็มีสวนช่วยให้จำได้ แต่ถ้าจิตใจเราฟุ้งซ่าน
มาก มันก็ยาก

เรื่องสุดท้าย คือ เราแบ่งความจำออกเป็นความจำ
ระยะสั้นและความจำระยะยาว สิ่งที่เราเก็บไว้ในความจำ
ระยะสั้นมีจำกัด เราจึงต้องฉลาด มันมีวิธีที่เขาเรียกว่า
chunking ยกตัวอย่างเช่น เวลาเราจะจำเบอร์โทรศัพท์นี้
เราก็ chunk เป็น ๓ ส่วนว่า ๐๘๑ - ๘๘๙ - ๙๙๕๐ เป็น
การทำงานอย่างฉลาด เพราะความจำระยะสั้นนี้ จะจำ
ได้ง่ายถ้า chunk แบบนี้ โดย chunk ไม่เกิน ๗ ก้อนหรือ
๗ เรื่อง ไม่อย่างนั้นจะจำไม่ได้ ส่วนการจำอะไรในระยะ
สั้นที่จะนำไปสู่ความจำในระยะยาวนั้น ต้องจำซ้ำๆๆ

จนกระทั่งมันประทับอยู่ในสมอง เรื่องความจำนี้ มีหลาย
สิ่งที่น่าเรียนรู้ อาทิว่ามันเป็นวิชาการอย่างหนึ่งที่เรา
ทุกคนควรจะสนใจ



หากมีมโนษย์ต่างดาวจริง
มโนษย์เหล่านั้นต้องขึ้นอยู่กับกฎแห่งกรรมหรือไม่...

...สัตว์ทำบุญไม่ได้
แต่ทำไมบางครั้งสัตว์ถึงเกิดเป็นมโนษย์ได้

ผีหรือวิญญาณมีจริงไหมครับ
ท่านอาจารย์เคยเจอไหมครับ

การคิดบวกช่วยแก้ทุกข์ได้จริงไหมครับ
แล้วมันต่างกับการหลอกตัวเองอย่างไรครับ

...อะไรคือสิ่งที่พระอาจารย์กลัวที่สุด

...อะไรคือความทุกข์ของพระอาจารย์คะ
และพระอาจารย์สามารถผ่านมันไปได้อย่างไร

ทั่วไป

๑ คำถาม: หากมีมนุษย์ต่างดาวจริง มนุษย์เหล่านั้นต้องขึ้นอยู่กับกฎแห่งกรรมหรือไม่ สามารถทกรกขึ้นสวรรค์ได้หรือไม่

คำตอบ: สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงที่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสาร ก็ต้องอยู่ในกฎแห่งกรรมอยู่แล้ว ไม่ว่าจะ เป็นมนุษย์หรือไม่ใช่มนุษย์ก็ตาม ที่เราเรียกว่ามนุษย์นั้น คือผู้ที่รู้จักบุญ รู้จักบาป พัฒนาตัวเองได้ ละบาปได้ บำเพ็ญกุศลได้ ชำระจิตใจของตนได้ เราจึงถือว่าเป็นมนุษย์ แต่ถ้าหน้าตาภายนอกดูเป็นมนุษย์ แต่ขาดคุณสมบัติในใจ ก็ยังไม่ถือว่าเป็นมนุษย์ในความหมายของพุทธศาสนา

๒ คำถาม: หนูเคยได้ยินมาว่า สัตว์ทำบุญไม่ได้ แต่ทำไมบางครั้งสัตว์ถึงเกิดเป็นมนุษย์ได้

คำตอบ: โดยทั่วไปเราถือว่า การเวียนว่ายตายเกิดในภพภูมิต่างๆ เช่น การเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉานเป็นการใช้กรรมเก่า ไม่ใช่การสร้างกรรมใหม่ คือ จะสร้างกรรมใหม่น้อยส่วนมากส่วนใหญ่เป็นเรื่องการใช้กรรมที่ทำให้เกิดเป็นสัตว์

เดรัจฉานในภพภูมินี้ ถ้าเคยทำบุญทำคุณงามความดีมาก่อน พอใช้กรรมเก่ากรรมไม่ดีหมดแล้ว ก็มีโอกาที่จะกลับมาเกิดเป็นมนุษย์ นอกจากนั้นแล้ว สัตว์บางประเภทมีอะไรที่คล้ายคลึงกับมนุษย์มาก ดูเหมือนว่ามีความเมตตา กรุณา มีการเสียสละ มีการช่วยเหลือสัตว์อื่น แม้กระทั่งสัตว์คนละพันธุ์กัน ซึ่งมีตัวอย่างให้เห็นมาก นั่นเป็นคุณงามความดีของสัตว์เดรัจฉาน เพียงแต่ว่ามันไม่ใช่อุดมการณ์ในการทำความดี หรือเป็นปรัชญาชีวิต หรือเป็นแนวทางพัฒนาตัวเอง มันเป็นเพียงแค่สัญชาตญาณที่ยังมีอยู่ในสันดานที่ทำให้มีการเสียสละ มีการช่วยเหลือสัตว์อื่น

บางคัมภีร์บอกว่า ถ้าสัตว์เดรัจฉานใช้ชีวิตใกล้ชิดกับมนุษย์ แล้วซึมซับมนุษยธรรมจากมนุษย์ เลียนแบบมนุษย์ อาจมีส่วนเป็นปัจจัยหนึ่งเหมือนกันที่ทำให้มีโอกาสจะได้เกิดเป็นมนุษย์ต่อไป

๓ คำถาม: ทำไมคนทั่วไปจึงฆ่าตัวตาย ทั้ง ๆ ที่รู้ว่าไม่ดี

คำตอบ: เรื่องนี้เราต้องเข้าใจว่า เหตุผลมันก็มีเกิดมีดับ แม้แต่คนที่มีเหตุผลมาก มีความรู้มาก ไม่ใช่เหตุผลและความรู้จะอยู่ประจำจิตประจำใจทั้งวันทั้งคืน ตลอดทุกลมหายใจ เราทุกคนจะมีบางช่วงที่ลืมเหตุผล ภาษาพระเรียกว่า จิตถูกครอบงำ ถ้าอารมณ์ครอบงำจิต จะทำให้ลืม

ความรู้ได้หมด เกิดสับสนหรือสงสัยทุกสิ่งทุกอย่างชั่วคราว จนกระทั่งอารมณ์นั้นหายไป สิ่งที่เราคิดว่าดีหรือว่าไม่ดี ถ้าไม่ปฏิบัติจริง ๆ ให้มันถึงใจ มันก็เป็นแค่ความทรงจำเฉย ๆ แล้ว เวลาเกิดเจ็บไข้ได้ป่วย หรือเกิดปัญหาชีวิตหนัก ๆ บางทีเราก็ตระลึง ฉะนั้น คนที่ยังบริหารจิตใจตัวเองไม่เป็น ดูแลจิตใจตัวเองไม่ได้ ปกป้องสิ่งเศร้าหมองไม่ได้ แม้แต่ความคิดโง่ ๆ ที่เป็นการทำร้ายตัวเองข้ามภพข้ามชาติ ก็ยังเกิดขึ้นได้

๔ คำถาม : อยากทราบว่ายมทูตหรืออนรมมีจริงหรือเปล่า มันเป็นอย่างไรรึครับ

คำตอบ : อาตมาจะอธิบายอย่างนี้นะ ตามหลักที่ หลวงพ่อชาท่านเคยให้ไว้ ท่านบอกว่า สมมุติว่าเราไปเที่ยว ประเทศที่เป็นทะเลทราย เห็นนั่นเห็นนี้อยู่ในทะเลทราย ซึ่งที่ประเทศตัวเองไม่มี นี่หมายถึงสมัยโบราณที่ยังไม่มีวิดิโอ และกล้องถ่ายรูปนะ เวลากลับไปประเทศหนาว เขาถามว่าประเทศที่ไปเที่ยวนั้นมันเป็นอย่างไร เราจะเล่าให้เขาฟัง เรื่องทะเลทราย อยากจะเล่าถึงอูฐ เล่าถึงสัตว์ต่าง ๆ ที่อยู่ในทะเลทรายซึ่งที่บ้านเขาไม่มี แล้วเราจะอธิบายอย่างไร วิธีอธิบายก็คือ พยายามหาอะไรที่อยู่ในบ้านเขาที่คล้ายที่สุดที่เขาพอจะเข้าใจได้ ก็เลยบอกว่ามันคล้าย ๆ เป็นเมืองเกลือ เพราะมองทุกอย่างอย่างเป็นเกลือไปหมด เดินก็เดินบนเกลือ

อะไร ๆ ก็บนเกลื่อ เขาก็พอนึกภาพได้บ้าง การเดิน การยืน การนอนบนเกลื่อ บนโลกเกลื่อนี้จะเป็นอย่างไร มันก็พอจะคิดตามได้ แล้วจึงอธิบายต่อว่า อูฐมันก็คล้าย ๆ กับสัตว์ที่เขารู้จักอย่างนั้นอย่างนี้ มันไม่เหมือนทีเดียว แต่คล้าย ๆ พอที่จะจินตนาการได้บ้าง

หลวงพ่อบอกท่านอธิบายว่า เวลาจะเล่าถึงเรื่องสวรรค์นรกซึ่งไม่รู้จะอธิบายอย่างไร เพราะมันไม่มีอะไรเหมือนเมืองมนุษย์ ไม่มีอะไรในความทรงจำของคนที่จะระลึกได้ จึงต้องเอาเรื่องทีพอจะคล้าย ๆ กันทีพอจะเข้าใจได้บ้าง เช่น กระทะทองแดงหรือยมทูตอะไรทำนองนั้น ซึ่งเป็นสิ่งที่ผู้ที่อยู่ในโลกมนุษย์จะพอนึกได้ มันก็จริงในลักษณะที่ว่าพอจะสื่อความหมายได้เพราะมีอะไรคล้าย ๆ กัน การเรียกว่าเป็นยมทูตหรือเป็นกระทะทองแดงนั้น จะว่าถูกทีเดียวก็น่าจะไม่ถูก จะว่าผิดทีเดียวก็น่าจะไม่ผิด แต่เป็นสิ่งที่ท่านยกขึ้นมาเพื่ออธิบายและสื่อความหมายของสิ่งที่มนุษย์จะไม่เข้าใจเพราะนึกไม่ออก ท่านอธิบายไว้อย่างนั้น

๕ คำถาม : ผีหรือวิญญาณมีจริงไหมครับ ท่านอาจารย์ เคยเจอไหมครับ

คำตอบ : ผีนี้เคยเจอที่หน้ากุฏิ เยอะมากเลย สีต่าง ๆ มากมาย เขาเรียกว่าผีเสื้อ ผีเป็นตัวหรือวิญญาณรู้สึกจะไม่

เคยเห็น อาจจะได้ยินเสียง แต่เรื่องพวกนี้ ถ้าพิจารณา เรื่องคนที่บอกว่าเคยเห็นผี เราจะเห็นความสัมพันธ์กันมาก ระหว่างการเห็นผีกับการชอบดูหนังผี แล้วถ้าเห็นผีจริง ๆ สถิติไม่น่าจะต่างกันระหว่างคนที่เชื่อเพราะดูหนังบ่อย ๆ กับคนที่ไม่เชื่อ แต่ทำไมคนที่ดูหนังผีบ่อยจนมีเรื่องผีเยอะ เต็มสมองจะเห็นผีมากกว่า ส่วนมากที่เห็นผีมักเป็นอุปาทาน แต่นั่นก็ไม่ใช่ว่าการพิสูจน์ว่าผีไม่มีจริง เป็นการเพียงวิเคราะห์ ว่าการเห็นผีเป็นอุปาทานเสียส่วนใหญ่ แต่ว่าผีมีจริงไหม ก็ต้องว่ามี แต่ผีเป็นปัญหากับมนุษย์ไหม อาตมาว่าไม่ค่อย จะเป็นปัญหาหรอก ผีจะทำอะไรเราได้

พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า **ผู้มีเมตตาธรรม เป็นที่รักของมนุษย์ และเป็นที่รักของอมนุษย์** ขอให้จำไว้ พุทธวจนะแท้ ๆ ผู้มีเมตตาเป็นที่รักของอมนุษย์ทั้งหลาย ผู้มีเมตตาอยู่ในใจ ไม่คิดพยาบาท ไม่คิดเบียดเบียนใคร ไปที่ไหนก็ปลอดภัยจากอมนุษย์ทั้งหลาย ถึงจะมีหรือไม่มี จะมีมากหรือน้อย เราไม่ต้องไปคิดวิเคราะห์มาก เพราะว่า ถัดกันได้ไม่มีที่จบ อีกอย่างหนึ่ง ถ้าผีไม่ขึ้นอยู่กับอุปาทาน ทำไมผีไทยกับผีฝรั่งไม่เหมือนกัน อย่างผีฝรั่งก็คงเคยดู ในหนัง จะชอบหัวหัวมนุษย์ ผีไทยไม่เหมือนกันนะ ที่จะ ถือหัวหัวไปหัวมา ส่วนพวกผีกระสือ ผีปอบ ที่เมืองนอกก็ ไม่มี

๖ คำถาม : โปรดเมตตาอธิบายข้อแตกต่างระหว่าง *ทุกข์ในไตรลักษณ์* และ *ทุกข์ในอริยสัจสี่* โดยสังเขปครับ

คำตอบ : ทุกข์ ทุกขะ ภาษาบาลี เป็นศัพท์สำคัญมาก มีความหมายลึกซึ้งและกว้างขวางมาก แต่คำว่า “ทุกข์” ซึ่งเกิดจาก “ทุกขะ” นั่นเอง ที่เราใช้ในภาษาไทย มันจะไม่ตรงกันทีเดียว เรียกว่าเป็นแค่บางส่วนหรือบางประการของความหมายที่กว้างขวางของคำว่า “ทุกขะ” เพราะฉะนั้นที่ว่า *อะไรมันทุกข์* เรามักจะหมายถึงทุกข์กายทุกข์ใจ ซึ่งนั่นก็เป็นเรื่องของเวทนา เพราะทุกข์มันมี ๓ ความหมายด้วยกัน

ความหมายที่ ๑ - *ทุกข์ในไตรลักษณ์*

ความหมายที่ ๒ - *ทุกข์ในอริยสัจสี่*

ความหมายที่ ๓ - *ทุกข์ที่เป็นเวทนา เรียกว่า ทุกขเวทนา สุขเวทนา*

เมื่อเรากล่าวถึงทุกข์โดยทั่วไปแล้ว มักจะหมายถึงถึงทุกข์ที่เป็นเวทนา แต่ทุกข์ในอีก ๒ ความหมาย *ทุกข์ในไตรลักษณ์* เป็นลักษณะของสิ่งทั้งหลายทั้งปวงในโลก ไม่ใช่เฉพาะมนุษย์อย่างเดียว อย่างถ้าบอกว่ากระดาศนี่เป็นทุกข์ เอ๊ะ กระดาศนี่มันเป็นทุกข์ได้อย่างไร มันไม่มีวิญญาณ ไม่มีความรู้สึกอะไร นี่มันเป็น “ทุกขะ” ใน

ความหมายว่า เป็นสิ่งที่รักษาสภาพเดิมของมันไว้ไม่ได้ เป็นสิ่งที่ถูกบังคับให้เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ไม่มี ความมั่นคง ไม่มีเสถียรภาพ ไม่มีอะไรที่เป็นตัวของตัวที่อยู่ได้ อันนี้คือ **ทุกขะ ในไตรลักษณ์** มีความหมายที่กว้างที่สุด

เมื่อสิ่งทั้งหลายทั้งปวงมีลักษณะเป็น **ทุกขะ** มองเฉพาะในกรณีของชีวิตมนุษย์ ถ้าเรายังมีวิชา คือไม่รู้ ไม่เข้าใจชีวิตและโลกตามความเป็นจริง แล้วยังมีตัณหาอยู่ในจิตใจ เราจะเป็นทุกข์ทางใจกับทุกขะที่เป็นธรรมชาติของสิ่งทั้งหลาย

ถ้าเราฝึกตามหลักอริยมรรคมีองค์แปดหรือทางสายกลางแล้ว เราจะสามารถหลุดพ้นจากทุกข์ทางใจ แม้ว่าทุกข์ของสิ่งทั้งหลายคือ **ทุกขะ...อาการที่เป็นทุกขะยังมีเหมือนเดิม ทุกข์กาย สุขกาย** นี้ก็ยังมีเหมือนเดิม เพราะเป็นธรรมชาติของกายมนุษย์

ฉะนั้น ทุกข์ ๓ อย่าง **(๑) ทุกข์ในไตรลักษณ์ (๒) ทุกข์ในอริยสัจสี่** และ **(๓) ทุกข์ที่เป็นเวทนาของมนุษย์** พุทธศาสนาจะเน้นที่ **ทุกข์ในอริยสัจสี่** เพราะเป็นทุกขะในจิตใจของมนุษย์ และเป็นทุกข์ที่สามารถดับได้ ด้วยการรู้เท่าทันทุกขะที่เป็นไตรลักษณ์และทุกขะที่เป็นเวทนา

๗ คำถาม: ผมสงสัยว่าความหมายที่แท้จริงของบุญและบาปคืออะไร แล้วเราจะใช้เกณฑ์อะไรตัดสินว่าสิ่งที่เราทำนั้นเป็นบุญหรือเป็นบาปครับ

คำตอบ: คำว่า “บุญ” และ “บาป” จะว่าไปแล้ว ก็เหมือนคำว่า “ดี” กับ “ชั่ว” แต่คำว่าบุญและบาป ดีกับชั่วของชาวพุทธ ต้องกำหนดว่าอะไรเป็นสิ่งที่ดีที่สุด สิ่งที่ดีที่สุดในทางพุทธศาสนา คือภาวะที่หมดทุกข์หมดกิเลส หรือเรียกว่าภาวะนิพพาน การเข้าถึงพระนิพพาน มองในทางลบคือไม่มีโลก ไม่มีโกรธ ไม่มีหลง มองในทางบวกจะปรากฏความเมตตา กรุณา และปัญญา

ฉะนั้น เราทำอะไรด้วยความโลภ ด้วยเจตนาที่เป็นโลภ เป็นโกรธ เป็นหลงซึ่งเป็นสิ่งเศร้าหมอง อันนั้นเป็นบาป แต่เมื่อเราทำอะไรเพื่อออกจากโลก ออกจากโกรธ ออกจากหลง หรือเพื่อปลอดจากสิ่งเหล่านี้ชั่วคราว อันนั้นก็บุญ ผลบุญคือความสุขความสดใสนิรมลใจสูงขึ้น ส่วนบาปก็ทำให้จิตใจเราต่ำลง ฉะนั้น ถ้าจะวิเคราะห์ว่าการที่คนถวายเงินพระเป็นบุญไหม ก่อนอื่นเราคงต้องวิเคราะห์ว่า เอาเงินไปถวายพระเพื่ออะไร เพราะอะไร ถ้าตอบว่า... เขาบอกว่าการเอาเงินถวายพระเป็นบุญ อย่างนี้ก็บุญน้อยใช่ไหม เพราะว่าเราไม่รู้เรื่องตัวบุญ เพียงแต่ทำตามที่คนอื่นเขาแนะนำโดยไม่ใช้ปัญญา นี่จะทำให้บุญน้อยลง แต่

ในขณะที่มีการเสียสละทรัพย์สมบัติของตนเพื่อพระศาสนา หรือเพื่อคนอื่น มีการเสียสละ มีการทำให้ความตระหนี่ และความยึดมั่นถือมั่นในเงินในทองลดน้อยลง มันได้บุญ ตรงนั้น เพราะจิตจะสูงขึ้น เราดูตัวบุญจากเจตนา ดูว่ามี คุณธรรมข้อไหนเพิ่มขึ้น มีกิเลสตัวไหนลดน้อยลง นั่นจะเป็นบุญเพราะจิตจะสะอาดขึ้น

ดังนั้น บุญคือสิ่งที่ทำให้จิตใจเราสะอาดขึ้น บาปคือ สิ่งที่ทำให้จิตใจสกปรก มีกิเลส มีทุกข์มากขึ้น ถ้าทำบุญ สมมุติว่าเอาปัจจัยไปถวายพระ เราทำด้วยความเสียสละ ด้วยศรัทธา มันก็จะได้บุญมาก แต่ถ้าทำเพื่อเอาหน้าเอาตา เพื่อให้เป็นที่ยอมรับ ได้ความเคารพนับถือจากคนอื่น ตัว ความสะอาดมันก็น้อยลง เพราะมันมีส่วนเศร้าหมองอยู่ในตัว ฉะนั้น จะทำบุญได้ดี ต้องคอยเฝ้าสังเกตจิตใจ รู้ว่า อากาโร่งใสของจิตเป็นอย่างไร อากาโร่งเศร้าหมองเป็น อย่งไร เราจึงจะมีหลักตัดสินอยู่ในจิตใจของเราเอง

๘ คำถาม : กราบนมัสการพระอาจารย์เจ้าคะ อยากเรียนถามว่าพระถ้ำรูปโดยยี่ใช้กล้องหรือโทรศัพท์ชนิดใหม่เจ้าคะ

คำตอบ : วินัยหรือข้อวัตรเกี่ยวกับเทคโนโลยีใหม่ๆ แน่นนอนว่าไม่มีข้อห้ามในพระวินัยโดยตรง แต่เราก็มีหลักการว่า เมื่อเราจะพิจารณาว่าอะไรควรอะไรไม่ควร พระพุทธองค์

ให้เราเปรียบเทียบกับสิ่งที่พระพุทธเจ้าอนุญาตและสิ่งที่ท่านห้ามในสมัยพุทธกาล ถ้าเราคิดว่าที่เราทำอย่างนี้มันคล้ายกับสิ่งที่พระพุทธเจ้าห้าม เราก็ไม่ทำ ถ้าถือว่ามันเข้ากันได้กับสิ่งที่พระพุทธเจ้าเคยอนุญาต ก็อนุญาตได้ แต่มันก็มีหลายอย่างที่ไม่ชัดเจน

ดังนั้น จะเห็นได้ว่าแต่ละสำนักแต่ละวัดมีข้อตกลงเกี่ยวกับเรื่องนี้ไม่เหมือนกัน ส่วนตัวอาตมาไม่มีกล้องถ่ายรูป และไม่เคยคิดจะมี แต่ตอนหลังมีโทรศัพท์ที่ถ่ายรูปได้ ถ้าอาตมาอยู่ในที่ส่วนตัว บางทีก็เคยถ่ายรูปและชอบถ่ายรูปเหมือนกัน แต่ถ้าอยู่ในที่สาธารณะโดยทั่วไป ถ้าต้องการถ่ายรูป จะฝากโทรศัพท์ไว้ให้ลูกศิษย์ช่วยถ่ายให้ การที่เห็นพระเดินถ่ายรูปไปมา สำหรับอาตมาดูแล้วเหมือนโยม ไม่ดูเหมือนพระ แต่อาตมามีเรื่องสารภาพว่า เมื่อวันอาทิตย์ที่โรงเรียนปัญญาประทีปตอนมืงานเทศน์ อาตมาเพิ่งโทรศัพท์คุยกับโยมแม่ที่อังกฤษ โยมแม่ถามว่าวันนี้มีอะไรบ้าง ก็เลยเล่าให้โยมแม่ฟังว่ากำลังไปไหน โยมแม่สนใจ อาตมานั่งอยู่ตรงนี้เลยแอบถ่ายรูปๆ หนึ่งส่งไปให้โยมแม่ดู อาตมาเองดูว่า เวลาพระถ่ายรูปถ่ายวิดีโอในที่สาธารณะจะดูไม่งาม แต่จะว่าผิดทีเดียวมันก็ไม่ผิด เพราะไม่มีวินัยข้อไหนเกี่ยวกับเรื่องนี้โดยเฉพาะ

๕ คำถาม: ขอถามเรื่องศาสนาอื่น ถ้า Jesus Christ หรือ พระเยซูมีจริง พระเจ้ามีตัวตนจริงหรือเปล่าครับ ศักดิ์สิทธิ์ (Holy) จริงไหมครับ

คำตอบ: คำถามนี้ต้องตอบด้วยการวิเคราะห์ตัวคำถามเสียก่อน เพราะมีปัญหาชนิดหนึ่งในเรื่องการใช้ศัพท์ เรื่องการเขียนนั้น เราควรคิดให้ดีกว่าก่อนว่า เราอยากจะพูดหรือถามว่าอะไร เช่น วลีแรกที่ว่า...ถ้าพระเยซูมีจริง...มันแปลว่าอะไร แปลว่าเคยมีจริงไหม เคยเกิดจริงหรือเปล่า หรือมีพระเยซูตรงตามที่ชาวคริสต์เชื่อจริงไหม ที่ว่าถ้า Jesus Christ มีจริงนั้น อาตมาสันนิษฐานว่า หมายถึงว่าพระเยซูถูกตรึงกางเขนตายไปแล้ว ๓ วัน จึงฟื้นขึ้นมา เป็นลูกพระเจ้าเป็นเจ้าของจะมาโปรดสัตว์อะไรตามความเชื่อของชาวคริสต์ อาตมาเองไม่เชื่อ แต่อาจจะมีผู้ชายคนหนึ่งที่มีประวัติคล้าย ๆ กับที่ปรากฏในคัมภีร์ก็ได้ แล้วมีการผสมผสานกับความเชื่อถือของคนในสมัยนั้น

พระเจ้าเองมีตัวตนจริงไหม อันนี้ก็ไม่รู้ สองประโยคนี้อันนี้สัมพันธ์กัน ทำไม สัมพันธ์กันอย่างไร เราไม่เชื่อหรือว่ามีพระเจ้า พระผู้เป็นเจ้าของผู้สร้างโลก พระผู้เป็นเจ้าของลูกชาย ความเห็นของเราคือ ไม่ใช่พระเจ้าสร้างคน แต่เป็นคนสร้างพระเจ้าเสียมากกว่า สร้างพระเจ้าให้เหมือนพ่อ ให้ความรู้สึกอบอุ่นแบบว่ามีพ่อคอยดูแล

แล้วที่ถามว่าศักดิ์สิทธิ์จริงไหม นี่ก็ตอบยากอีกเหมือนกัน อาตมาไม่แน่ใจว่าคำว่าศักดิ์สิทธิ์ในความหมายของผู้ถามคืออะไร อะไรคือศักดิ์สิทธิ์ ที่วงเล็บว่า Holy นั้น ก็ไม่ใช่คำอธิบาย มันเป็นแค่คำแปลเท่านั้น ดังนั้น ศักดิ์สิทธิ์แปลว่าอะไร สำหรับเราถือว่าศักดิ์สิทธิ์ คือ เหนือธรรมชาติ พระพุทธพระธรรมพระสงฆ์ศักดิ์สิทธิ์ เพราะจะนำไปอุทิศนอกรอกทุกข์ไปสู่โลกุตตรภูมิที่ไม่มีทุกข์ ฉะนั้น ถ้าเราแปล 'ศักดิ์สิทธิ์' ว่าเป็นโลกุตตระของเรา มันก็มีจริงด้วยการปฏิบัติตามอริยมรรคมีองค์ ๘

๑๐ คำถาม: Does god exist, why ? ทำไมอย่างนั้น

คำตอบ: ในทางพุทธศาสนาเราถือว่า god มีมากมายหลายองค์ ไม่ใช่ว่ามีองค์เดียว อย่างพระพรหมก็เป็น god เหมือนกัน บางทีพระพรหมลืมหืมตาก็คิดว่าตัวเองเป็นพระเจ้าสร้างโลกก็มี เรื่องนี้ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก และแม้ว่าพระพรหมมีอายุยาวนานมาก ก็ยังมีความเกิดขึ้นและดับไป

ปัญหาในศาสนาที่เชื่อเรื่องพระเจ้าเป็นเจ้าของสร้างโลกก็คือ ความเชื่อในแต่ละศาสนาไม่เหมือนกันทีเดียว แสดงว่ามีผู้สร้างโลกหลายพระองค์หรือเปล่า และประเด็นที่ตัวท่านอาจารย์เองคัดค้านมาตั้งแต่เด็กก็คือ ถ้ามีพระเจ้าที่เป็นเจ้าที่

เป็นผู้สร้างโลกจริง ท่านเอาวัตถุดิบอะไรมาสร้าง ถ้าก่อนหน้านั้นไม่มีโลก แล้วถ้าพระผู้เป็นเจ้าของจริง ใครเป็นผู้สร้าง พระผู้เป็นเจ้าของ พระผู้เป็นเจ้าของเกิดจากอะไร ถ้าบอกว่าโลกนี้จะต้องมีจุดเริ่มต้น ถ้าอย่างนั้นพระผู้เป็นเจ้าของก็ต้องมีจุดเริ่มต้นเหมือนกันไม่ใช่หรือ ฉะนั้น อาตมาก็ไม่ค่อยจะยอมรับความคิดแบบนี้ แต่เข้าใจความต้องการของมนุษย์ที่จะคิดอย่างนี้ มันเกิดขึ้นได้ในจิตใจของมนุษย์ที่ว่าแห้ว

๑๑ คำถาม: ผมอยากทราบว่าผู้ที่สร้างเจดีย์ในสมัยก่อนได้รับแรงบันดาลใจจากอะไรครับ

คำตอบ: การสร้างพระเจดีย์เป็นธรรมเนียมเป็นประเพณีตั้งแต่ก่อนพุทธกาล และพระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ว่า การสร้างพระเจดีย์เหมาะสมสำหรับจะเป็นที่บรรจุอัฐิธาตุของมหาบุรุษหรือของพระอรหันต์ ฉะนั้นการที่เราสร้างพระเจดีย์ อย่างเช่น เจดีย์ที่วัดหนองป่าพง ก็เพราะเจดีย์เปรียบเสมือนสิ่งที่เป็นรูปธรรมที่แสดงถึงความรักความเคารพในองค์หลวงพ่อบุญญา ที่สำคัญคือภายในพระเจดีย์นั้นเราเก็บอัฐิธาตุของหลวงพ่อบุญญาไว้ ซึ่งแม้จะเป็นเพียงวัตถุก็จริงแต่เป็นที่ระลึกถึงสายสัมพันธ์ระหว่างตัวเรากับองค์ท่านในอดีต เมื่อเราเห็นอัฐิธาตุของท่าน เราก็รู้ว่านี่คืออัฐิธาตุขององค์ท่าน เป็นเรื่องชวนขนลุก ถ้าเราเชื่อว่าท่านเป็น

พระอรหันต์ อัจฉิชาตของท่านจะไม่เหมือนของคนธรรมดา นี่เป็นสิ่งสำคัญที่นักวิทยาศาสตร์ยังไม่เข้าใจ คืออัจฉิชาตของพระอรหันต์มักจะมีการเปลี่ยนแปลงทางเคมี ซึ่งความเปลี่ยนแปลงนั้นจะเป็นมากในกรณีที่ ๑ ท่านผู้นั้นบรรลุนิพพานตั้งแต่เด็กหรือตั้งแต่อายุยังน้อย กรณีที่สอง ท่านพิจารณากายเป็นหลัก ถ้าเข้าหลักสองข้อนี้ พระธาตุจะสวยงาม จะดูเหมือนเพชรพลอย อัจฉิชาตของหลวงพ่อก็สวยงาม ชาวเหมือนปะการัง

ท่านอาจารย์จะเล่าเรื่องที่ภาคภูมิใจมากที่สุดในชีวิต เรื่องหนึ่งให้ฟัง คือตอนที่เราจะตั้งพระธาตุหลวงพ่อกษาไว้ในพระเจดีย์ที่วัดหนองป่าพง ก็ต้องสั่งทำที่บรรจุลักษณะเหมือนระฆัง ทำด้วยแก้วใส ซึ่งทำได้ยากมากและยังทำในเมืองไทยไม่ได้ ต้องสั่งบริษัทที่เบลเยียมทำ เนื่องจากว่ามันเป็นเรื่องที่ต้องประสานงานกับต่างประเทศ อาตมาเป็นผู้รับผิดชอบโดยตรงคนหนึ่ง สุดท้ายเขาก็ส่งของจากเมืองนอกมาที่จากรุงเทพฯ แล้วนำมาที่วัด เราทำพิธีตั้งไว้ในพระเจดีย์พระธาตุของหลวงพ่อกษากว้างไว้ตรงนั้น พระธาตุที่สวยงามมีอยู่หลายองค์ อาตมาเห็นว่าที่ตั้งของพระธาตุอยู่สูง เมื่อนึกถึงพวกแม่ออกพ่อออกตัวเล็ก ๆ กลัวว่าเวลาเขานั่งไหว้ เขาจะมองไม่เห็น แล้วมันมีกฎที่ไม่ให้ใครจับพระธาตุเป็น

อันขาด แต่อาตมาแอบจับ เลือกองค์ที่ใหญ่ที่สุด ตั้งไว้ให้สูง ๆ ให้อยู่ในมุมที่จะช่วยให้ญาติโยมตัวเล็ก ๆ มองเห็นจากตรงที่เขานั่งได้ โอกาสหน้าถ้าไปที่เจดีย์วัดหนองป่าพง ลองสังเกตนะว่ามีพระธาตุองค์หนึ่งตั้งไว้ให้สูงเหมือนกับก้อนน้ำแข็ง สามารถมองเห็นได้เวลานั่งกราบ นี่ละผลงานของท่านอาจารย์ ภาคภูมิใจมากเลย รู้สึกได้บุญ

๑๒ คำถาม: กราบนมัสการครับพระอาจารย์ หากเราได้รับหน้าที่เลี้ยงวัวในตอนเช้าเที่ยง และเย็น ต้องจูงวัวไปกินน้ำกินหญ้า แต่บางครั้งวัวไม่กินน้ำกินหญ้าที่ผมเตรียมไว้ให้ ผมก็จูงมันไปผูกไว้ที่เดิม ผมทำอย่างนี้จะบาปไหมครับ

คำตอบ: มักจะมีคำถามเรื่องบุญเรื่องบาปบ่อยมาก เรื่องนี้เรามีหลักตัดสินใจที่ไม่ยาก คือ บุญ บาป กรรมดี กรรมชั่ว กำหนดและตัดสินได้ด้วยเจตนา สมมุติว่าอยู่ดี ๆ ความคิดผุดขึ้นมาว่า อยากจะด่าใครสักคน..อย่างนี้เป็นบาปไหม นี่ยังไม่ถือว่าเป็นบาปเพราะไม่มีเจตนา ไม่ได้ตั้งใจจะคิด แต่เราเคยตั้งใจจะคิดในอดีต ความคิดแบบนี้จึงค้างอยู่ในสมอง พอมีอะไรมากระตุ้น จึงเกิดคิดขึ้นมา มันสำคัญอยู่ตรงที่ว่า ถ้ามีสติ ไม่ยินดีในความคิดนั้น รู้ว่าการด่าเขาเป็นบาป ไม่เอาดีกว่า ความคิดนี้เป็นขยะสมอง ปล่อยวางไปเสีย ก็เป็นอันว่าจบ

แต่ถ้าเกิดความคิดไม่ดีกับใครคนใดคนหนึ่ง รู้แล้วว่าเกิดความคิดนี้แล้ว แต่ไม่ยอมปล่อย คิดต่อไป ประชดั่งต่อด้วยความเพลลน อย่างนี้เรียกว่า มโนกรรม คือเป็นกรรมระดับจิตใจ กรรมด้วยความเพลลนในความคิด ดังนั้น มันจะต้องมีความตั้งใจหรือเจตนาที่จะคิดต่อ มีความพอใจในความคิด มีความเพลลนในความคิด มันจึงจะเป็นมโนกรรม แต่ถ้าแค่ความคิดไม่ดีผุดขึ้นมาแล้วก็หายไป นี่ไม่เป็นบาปเป็นกรรมอะไร มันต้องมีตัวเจตนา

ถ้าเกิดคิดอะไรไม่ดีกับใครคนหนึ่ง แล้วอดพูดไม่ได้ อย่างนี้ก็ป็นวจักรรม เพราะก่อนที่คำพูดจะออกจากปากเราได้ แม้วว่ามันจะเร็วมาก แต่มันจะต้องมีความตั้งใจจะพูด จะต้องมีเจตนาจะพูด ถึงจะเป็นแค่เจตนาอ่อน ๆ แต่ถ้าเราไม่ตามใจมัน เราก็จะไม่พูดหรือก แล้วถ้าแรงไปกว่านั้น คือมีเจตนาทำอะไรบางสิ่งบางอย่าง มันก็จะเป็นกายกรรม ถ้าพูดกลับกันก็คือ กายกรรม วจักรรม มโนกรรม กรรมระดับจิต กรรมระดับวาจา กรรมระดับการกระทำ แต่หัวใจของมันหรือตัวตัดสินว่าจะใช่หรือไม่ใช่คือ เจตนา

ดังนั้น นักปฏิบัติจึงต้องเฝ้าสังเกตจิตใจตัวเอง เพื่อที่จะได้รู้เจตนาของตน ถ้าเราไม่รู้จักเจตนาของเรา หากมีใครมาว่าเราว่า เราคิดไม่ดี เราเป็นนั่นเป็นนี่ เราก็ตอบเขาไม่ได้ แล้วก็อาจเกิดความสงสัยว่า อาจจะใช้อย่างเขาวงก็ได้อ แต่ถ้

เรารู้เจตนาของเราตลอดเวลา เมื่อมีคนนินทาว่าร้าย จิตใจของเราก็มั่นคง เพราะเรารู้ว่าในขณะที่นั้นเราไม่ได้คิดอย่างนั้น เรามีสติรู้เท่าทันเจตนาตัวเอง คนอื่นจะว่าอะไร จะชื่นชมหรือจะนินทาอย่างไร จิตใจของเราก็มั่นแข็งได้ เพราะเรารู้ความจริง แต่ถ้าเราขาดสติ ไม่รู้เจตนาตัวเอง เขาชื่นชมเราก็หลง เขานินทาเราก็เสียใจบอบช้ำใจ อะไรก็แล้วแต่

ดังนั้น ในกรณีนี้กลับมาถึงคำถามเรื่องเกี่ยวกับการเลี้ยงวัว ก็ต้องถามว่า เจตนาคืออะไร ถ้าเจตนาเป็นบาป คืออยากทรมาณสัตว์ อยากลงโทษสัตว์ เพราะมันทำไม่ถูกใจเราก็จะลงโทษมันบ้าง ทำให้มันเจ็บบ้าง อะไรอย่างนี้ เจตนาที่ประกอบด้วยโทษความโกรธความแค้นใจ อย่างนี้ก็เป็นบาป แต่ถ้าเจตนาของเราคืออยากให้มันกินหญ้า อยากให้มันดื่มน้ำ เพราะถ้ามันไม่กินหญ้าไม่ดื่มน้ำ มันจะไม่สบาย ฉะนั้น เราได้คำนึงถึงหน้าที่ของเราด้วย และคำนึงถึงความอยู่ดีของวัวตัวนั้นด้วย เราจึงทำ อย่างนี้ก็ไม่บาป

ในระหว่างการฝึกสัตว์หรือแม้กระทั่งการฝึกคน มันจะมีบางช่วงที่สัตว์ตัวนั้นอาจจะไม่ชอบ และแสดงอาการไม่ชอบหรือเป็นทุกข์ ซึ่งเราก็ต้องทำใจแข็ง เรารู้ว่าที่ทำอย่างนั้นไม่ใช่ยินดีในความทุกข์ของมัน แต่เพราะเรามองภาพรวมในระยะยาวว่ามันจำเป็น อย่างเช่น เด็กเล็ก ๆ ต้องโดนฉีดยาวัคซีนต่าง ๆ ซึ่งเด็กส่วนใหญ่ไม่ชอบแล้วจะ

ร้องไห้มาก ทั้งกลัว ทั้งเจ็บ ถ้าพ่อแม่พาลูกไปฉีดวัคซีน ลูกเป็นทุกข์ร้องไห้ลั่น พ่อแม่เป็นบาปไหม มันก็ไม่บาป เพราะมีเหตุผลที่จำเป็นต้องทำ ลูกต้องอดทน ดังนั้น เราก็ดูเจตนาของเรา คำตอบมันอยู่ตรงนั้น

๑๓ คำถาม: ถ้าจู่ๆ มีพระพุทธเจ้าเกิดขึ้นในโลกปัจจุบัน อย่างไม่มีใครคาดคิด พระอาจารย์คิดว่าคนบนโลกจะมี ปฏิกริยาอย่างไรครับ

คำตอบ: ถ้าคิดแบบสมมุติ คนจำนวนมากอย่างไรๆ ก็ไม่ยอมรับในความเป็นพระพุทธเจ้า หรือคนที่นับถือศาสนาอื่นอย่างเคร่งครัด ซึ่งก็คงจะครึ่งหนึ่งของประชากรโลก แล้วก็จะมีคนจำนวนหนึ่งที่ไม่เชื่อ จำนวนหนึ่ง que เชื่อแบบมกมาย แล้วก็มีจำนวนหนึ่งที่ว่า ตามคัมภีร์บอกว่ายังไม่ถึงเวลา แล้วเป็นไปไม่ได้ที่พระพุทธเจ้าจะอุบัติขึ้นในโลก ในขณะที่พุทธศาสนาของพระพุทธเจ้าองค์ก่อนยังอยู่ แต่อย่างไรก็ตาม เราก็ควรจะไปดูด้วยตัวเอง ไปเรียนรู้ เพราะเราอาจจะผิดก็ได้ ฉะนั้น ถ้าเอาตามสันนิษฐานว่า มีพระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นในโลกจริง คนมากกว่าครึ่งหนึ่งของโลกจะปฏิเสธทันที จะมีบางส่วนที่คิดแล้ว พิจารณาแล้ว จึงปฏิเสธ บางส่วนที่ไม่แน่ใจ ไม่แน่นอน อาจจะเป็นก็ได้ อาจจะไม่เป็นก็ได้ แล้วจะมีส่วนหนึ่งที่เชื่ออย่างมกมาย แล้วก็จะมปีญญาชน

ที่เป็นพุทธแล้ว แต่ไม่ใช่อะไรง่าย ๆ ก็จะพยายามไปดูเอง ไปพิสูจน์เอง

๑๔ คำถาม: หากพระอาจารย์สามารถเลือกประเทศที่จะเผยแผ่พุทธศาสนา เพื่อแก้ปัญหาต่าง ๆ จะเลือกประเทศไหน และทำไมครับ

คำตอบ: ก็ประเทศไทยนี่แหละ ถึงได้เลือกมาอยู่ประเทศไทย แต่ถ้าอันดับ ๒ รองจากประเทศไทยก็น่าจะเป็นประเทศจีน เพราะว่าศตวรรษนี้ อำนาจทุกสิ่งทุกอย่างกำลังจะย้ายจากทางยุโรปและอเมริกามาอยู่ทางนี้ ต่อไปเรื่องภาษาอังกฤษอาจจะไม่ต้องยุ่งกับมันมาก เอาแค่ภาษาจีนก็พอแล้ว เพราะว่าเป็นศตวรรษแห่งประเทศจีน อาตมามองอย่างนั้น ดังนั้น ในเมื่อพลังและอำนาจในทุก ๆ ด้านจะย้ายมาอยู่ที่นี้ โดยมีประเทศจีนเป็นศูนย์กลาง การที่เราสามารถเผยแผ่หลักพระพุทธศาสนาในหมู่คนจีน ก็น่าจะเป็นสิ่งที่ดี เพราะฉะนั้น ส่วนตัวอาตมาก็เลยถือว่า อันดับที่ ๑ คือประเทศไทย อันดับที่ ๒ คือเมืองจีน

๑๕ คำถาม: ผมอยากทราบว่าก่อนที่พระอาจารย์จะเทศน์ พระอาจารย์เตรียมเรื่องมาก่อนหรือไม่ครับ

คำตอบ: ไม่ อย่างวันนี้ก็เตรียมไม่ได้ ไม่รู้ว่าจะมีคำถามเรื่องอะไร มันเหมือนเรามีอะไรที่ทำบ่อยทุกวัน ๆ

สมมุติว่าเราชอบทำกับข้าว เราเป็นแม่ครัวทำกับข้าว แล้ววันนี้ต้องมาคุยเรื่องการทำกับข้าว เอาเรื่องทำกับข้าวก็แล้วกัน มาเล่าให้เขาฟังว่าทำกับข้าวต้องทำอย่างไร มันก็ไม่ต้องคิดล่วงหน้า เพราะว่าป็นงานประจำที่เราทำทุกวัน

หรือถ้าเป็นเรื่องเด็กนักเรียน อย่างเรื่องการติบจักรยานของเด็กนักเรียน วันนี้ต้องเล่าเรื่องการติบจักรยาน ก็ไม่ต้องเตรียมตัวล่วงหน้า ไซ้ใหม่ พุดไปเรื่อย ๆ เรื่องการติบจักรยานว่า เราเริ่มติบตั้งแต่กี่ขวบ เคยติบที่ไหนบ้าง เคยมีความสุขกับการติบที่ไหนบ้าง เคยทุกข์เพราะการติบจักรยานที่ไหนบ้าง ข้อดีของการติบจักรยาน ข้อเสียของการติบจักรยาน อันตรายในการติบจักรยาน ความหวังในอนาคตเกี่ยวกับการติบจักรยาน เห็นไหม ไม่เห็นจะยาก เพราะพุดเกี่ยวกับเรื่องที่เราคุ้นเคย พระบาทศน์ก็อย่างนี้แหละ เราอยู่กับธรรมะตั้งแต่ตื่นเช้าจนนอนหลับ คือชีวิตของเรา ก็คือธรรมะ เพราะฉะนั้น การพุดจึงไม่ใช่สิ่งที่ต้องเตรียมล่วงหน้า นอกจากบางครั้งบางคราวอาจจะเตรียมหัวข้อใหญ่ว่า วันนี้จะพุดเรื่องนิวรรณ์ ๕ หรือพุดถึงอริยสัจ ๔ อะไรอย่างนี้ อาจจะมีหัวข้ออยู่ในสมอง แต่รายละเอียดก็แล้วแต่จะเล่าออกมา

๑๖ คำถาม: ตอนที่มาเมืองไทยครั้งแรก ตอนบวช พระอาจารย์สื่อสารกับหลวงปู่ชาอย่างไรครับ

คำตอบ: เริ่มต้นต้องมีพระพี่เลี้ยงเป็นล่าม เมื่อท่านสั่งสอนอะไร แต่สำหรับอาตมาถือว่าเป็นเรื่องโชคดี เพราะทำให้ขยันเรียนภาษาไทย อาตมาเรียนภาษาไทยได้เร็วมาก (๑) เพราะอายุน้อย แค่อายุสิบปี (๒) เพราะมีฉันทะสูง คือความอยาก อยากรู้ว่าเวลาหลวงปู่ชาเทศน์ หลวงปู่ชาสอน ท่านสอนว่าอย่างไร อันนี้เป็นแรงดลบันดาลใจมาก (๓) อาตมามีความหวัง มีความฝัน ว่าอาจจะได้เป็นเณรหรือพระอุปฐากรู้ท่าน ถ้าคิดว่าจะรับใช้ท่านเป็นการส่วนตัว ก็ต้องรู้ภาษาดี จึงตั้งอกตั้งใจเรียน

อีกข้อหนึ่งคือ พอเริ่มรู้บ้างเล็กน้อย มันก็จะง่ายขึ้น เพราะหลวงปู่ชาท่านใช้ภาษาง่ายๆ เวลาท่านพูดกับพระฝรั่ง ท่านก็พูดเป็นประโยคสั้นๆ ง่ายๆ อย่างที่จำได้แม่น ท่านจะชอบพูดคำว่า “ทุกข์เพราะคิดผิด” นี้ก็แค่ ๔ คำใช่ไหม คำว่าทุกข์ ทุกข์เรารู้ตั้งแต่ต้นเลย ไม่กี่วันคำนี้ก็พอรู้ แล้วก็คล้ายกับภาษาบาลีที่เราอยู่แล้วว่าทุกข์ มาจากบาลีว่า ทุกข ก็ง่ายแล้ว และคำว่า... เพราะ ...คิด ...ผิด ๔ คำ ๔ พยางค์ มันไม่ยาก แต่ โอ้... ความหมายลึกซึ้งมาก สามารถเอาไปใช้ เอาไปคิดพิจารณา เพราะฉะนั้นในเรื่องการสื่อสารด้วยคำพูด ก็จะเป็นอย่างนี้ไว้ก่อน

แต่ว่าการสื่อสารของคนเรา ไม่ได้ขึ้นอยู่กับแค่การพูด
อย่างเดียว นักวิทยาศาสตร์บอกว่าในการสื่อสาร การสื่อ
ด้วยกับคำพูดอาจจะประมาณ ๓๐ เปอร์เซ็นต์ นอกนั้นก็
ขึ้นอยู่กับอารมณ์ ขึ้นอยู่กับกิริยาท่าทาง ขึ้นอยู่กับสิ่งที่เรียก
ว่าภาษากายมากกว่า ฉะนั้น การที่เราอยู่ใกล้ชิดกับผู้ปฏิบัติ
ดีปฏิบัติชอบ ผู้เป็นครูบาอาจารย์ เราก็ได้สัมผัส ได้สัมผัส
แล้วได้ซาบซึ้งในหลายสิ่งหลายอย่างที่ไม่ได้เกี่ยวกับภาษา
ไทยหรือภาษาอังกฤษ เพราะฉะนั้น การสื่อสารไม่ใช่แค่
เรื่องการพูดอย่างเดียว

๑๗ คำถาม : กราบนมัสการพระอาจารย์ครับ การ
สวดมนต์ช่วยอะไรบ้างครับ

คำตอบ : การสวดมนต์ เป็นวิธีกาวนาอย่างหนึ่ง
เพราะถ้าเราตั้งใจสวด จิตอยู่กับบทสวด จิตก็ไม่วอกแวก
จิตไม่ได้คิดเรื่องอื่น เป็นการฝึกให้จิตอยู่ในปัจจุบัน ถ้าเรื่อง
การนั่งสมาธิยังยากอยู่ จิตยังไม่ค่อยจะสงบ สวดมนต์อาจ
จะง่ายกว่าการนั่งหลับตาด้วยซ้ำไป ก็เป็นวิธีฝึกจิตอีกอย่าง
หนึ่ง ทีนี้ถ้าเราท่องบทสวดมนต์ เหมือนจะมีแหล่งข้อมูล
เหมือนกับมีกัลยาณมิตร มีครูบาอาจารย์ติดตัวเรา หลาย
คนหรือเกือบทุกคนที่ท่องบทสวดมนต์ต่างๆ มักจะบอก
ว่า บางครั้งบางคราวในชีวิตประจำวันกำลังมีทุกข์ กำลัง
มีปัญหา กำลังเจออะไรสักอย่าง บทสวดมนต์ผุดขึ้นมาใน

สมอง เหมือนสิ่งสอนเราเลย อันนี้ก็มีอันสิงส์ อีกข้อหนึ่ง คือ การอยู่กันเป็นกลุ่มใหญ่ อย่างที่บ้านบุญ คนมาจากที่ต่าง ๆ ไม่ค่อยจะรู้จักกัน เป็นคนแปลกหน้ากันเสียส่วนใหญ่ การเริ่มต้นด้วยการทำวัตรสวดมนต์ ต้องประสานเสียงให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เป็นการสร้างความรู้สึกสามัคคีหรือเป็นหมู่คณะได้ง่ายได้เร็วขึ้น ก่อนที่จะนั่งสมาธิ

เวลาเราจะนั่งสมาธิ สังเกตว่าบางครั้งก็มีอะไรต่ออะไรอยู่ในสมองเยอะแยะ นั่งไม่ค่อยจะได้ เพราะฉะนั้น การเปลี่ยนอารมณ์จากอารมณ์ธรรมดาในชีวิตประจำวัน ไปสู่อารมณ์ที่พร้อมที่จะนั่งสมาธิ การสวดมนต์นั้นเป็นสะพานเชื่อมระหว่างโลกกับธรรม ทีนี้ถ้าเราศึกษาไปด้วยปฏิบัติไปด้วย บางทีอาจจะเกิดปีติในบทสวดมนต์ก็ได้ มันเป็นความสุขอย่างหนึ่ง อย่างไรก็ตาม การสวดมนต์ก็เหมือนกับการปฏิบัติธรรมในส่วนอื่น ถ้าสักแต่จะทำพอเป็นพิธี ไม่ตั้งอกตั้งใจ มันก็ไม่ได้ความสุขอะไร พอไม่มีความสุขมันก็เบื่อ พอเบื่อแล้วก็ไม่ตั้งใจ ไม่ตั้งใจก็ไม่มีความสุข ไม่มีความสุขก็เบื่อ นี่เขาเรียกว่าวัฏจักรของมัน สิ่งที้ออกมาจากปากเราในการพูดในแต่ละวัน มันจะมีอะไรดี ๆ มากน้อยสักแค่ไหน..คิดว่ำน้อยนะ น้อยมาก แต่ในบทสวดมนต์ เสียงที้ออกจากปากเรามีแต่สิ่งที่เป็นบุญเป็นกุศล ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ ไม่มีคำไม่ดีเลย นี่ก็เรียกว่าเป็นการทำบุญอย่างหนึ่ง

๑๘ คำถาม : พระพุทธเจ้าสามารถเกิดในดาวที่มีสิ่งมีชีวิตที่ไม่ใช่โลกได้ไหมครับ

คำตอบ : พระพุทธเจ้าท่านปรินิพพานไปแล้ว แต่ในสมัยพุทธกาล พระพุทธองค์จะทรงเดินทางไปไหนท่านก็ไปได้ ไม่ว่าจะจักรวาลนี้ หรือว่าจะขึ้นสวรรค์ ลงนรก ท่านก็ไปได้ ไปที่ไหนก็มีเกิด แก่ เจ็บ ตาย เหมือนกัน พระพุทธองค์เคยตรัสถึงโลกใบนี้ที่อยู่ของพวกเรา ท่านเปรียบเทียบว่าโลกนี้เหมือนสมอลูกหนึ่ง อันนี้น่าคิดมากนะ ในสมัยที่ยังไม่มียานอวกาศ ยังไม่สามารถถ่ายรูปรูปจากอวกาศได้ ทำไมพระพุทธเจ้าจึงทรงรู้ว่าโลกนี้กลม ๆ สีเขียวเหมือนสมอ แสดงว่าท่านก็ต้องสามารถขึ้นไปอยู่ในอวกาศได้ ไม่อย่างนั้นท่านจะรู้ได้อย่างไร

อีกอย่างหนึ่งถ้าดูตัวเลขในพระไตรปิฎก คือในสมัยก่อนเมื่อดูคัมภีร์ของศาสนาอื่นนี้จะมีตัวเลขอยู่บ้าง แต่ตัวเลขอย่างมากก็มีหลักเป็นร้อยเป็นพัน แต่ตัวเลขที่ปรากฏในพระพุทธศาสนาเป็นตัวเลขใหญ่ แบบที่นักวิทยาศาสตร์สมัยนี้เพิ่งทราบว่าเป็นศูนย์ ศูนย์ ศูนย์ ศูนย์ ศูนย์ ศูนย์ ฯลฯ อันนี้เรียกว่าเป็นกัป เป็นกัลป์ คือความเข้าใจในความยาวของเวลา ความยิ่งใหญ่ของจักรวาล เรื่องนี้เท่าที่ทราบมันเริ่มปรากฏกับพระพุทธเจ้า เพราะท่านเป็นผู้ที่มีญาณ มีความรู้

ที่ละเอียดลึกซึ้งเหลือเกิน เหนือเรื่องที่เราคิดได้ เพราะฉะนั้นถ้ามีโลกที่มีสิ่งมีชีวิตอยู่นะ ก็ถ้าไม่ใช่พระพุทธเจ้าองค์นี้ ก็อาจจะมีพระพุทธเจ้าองค์อื่นก็ได้ เราไม่รู้

๑๙ คำถาม: การคิดบวกช่วยแก้ทุกข์ได้จริงไหมครับ แล้วมันต่างกับการหลอกตัวเองอย่างไรครับ

คำตอบ: อันนี้เป็นคำถามที่ดี เพราะอาตมาเองก็มักจะวิจารณ์เรื่องการคิดบวก คือเราต้องแบ่งวาระ อย่างเช่น เมื่อเรากำลังคิดจะทำอะไรสักอย่าง กำลังวางแผน การคิดบวกนั้นอันตรายได้เหมือนกัน ช่วงวางแผนนี้ เราต้องคิดล่วงหน้าว่า จะเป็นไปได้มากน้อยแค่ไหน กำลังทรัพย์ กำลังบุคคล ต้องดูเหตุปัจจัยหลายอย่าง สิ่งแวดล้อมรอบตัว อาจต้องคิดในทางลบมากกว่า ว่ามันมีอะไรใหม่ที่จะเป็นอุปสรรค เป็นข้อจำกัดที่อาจจะเกิดขึ้นได้ ที่เราต้องเตรียมตัวล่วงหน้า ต้องชั่งน้ำหนักระหว่างข้อดีข้อเสียอย่างรอบคอบเสียก่อน จึงตัดสินใจทำ

แต่เมื่อเราตัดสินใจทำแล้ว เริ่มต้นโครงการนี้แล้ว การคิดในทางบวกนี้ก็มีประโยชน์ มีประโยชน์ในสิ่งที่เราตั้งใจอยู่แล้ว อุทิศตนอยู่แล้ว ในการที่จะลดการหมกมุ่นอยู่กับปัญหาที่เกิดขึ้น พยายามมองในทางดี มองเป็นการเรียนรู้

มองเป็นอาจารย์ มองอะไรก็แล้วแต่ เพื่อจะรักษากำลังใจ
ในการทำงาน

ดังนั้นการคิดบวกนี้ ก็เป็นวิธีคิดอย่างหนึ่ง ที่จะรักษา
กำลังใจในการฝ่าฟันอุปสรรคในระหว่างการทำงาน แต่ไม่ใช่
สิ่งที่ดีที่สุด ในขณะที่เรากำลังพิจารณาว่าจะทำอะไร หรือ
จะไม่ทำอะไร มีตัวอย่างในทางโลกมากมาย ที่ชัดเจนที่สุด
เป็นเรื่องทางโลกนิดหน่อย เรื่องทางตะวันตก ที่อเมริกาทำ
อังกฤษไปบุกอิรักเมื่อสิบกว่าปีที่แล้ว บุกอิรักทั้ง ๆ ที่ไม่มี
แผนการชัดเจนว่า ยึดแล้วจะทำอย่างไรต่อ จะปกครอง
อย่างไร เพราะมีความหวังว่า ถ้ายึดแล้วทุกสิ่งทุกอย่างมัน
ก็จะดีไปเอง บางทีก็จะมีความคิดทางศาสนาเข้ามาด้วย
คิดว่าเราไม่ต้องช่วยหรอก พระเจ้าจะช่วย คิดในทางดี เรา
ทำในนามของพระเจ้าเป็นเจ้า หรือเราทำในนามพระอัลลาะห์
(Allah) หรือในนามของศาสนา เพราะฉะนั้นทุกอย่างมันน่าจะ
ดี เชื่ออย่างเดียวพอ

แต่ก่อนนี้ มันมีหนังสือเล่มหนึ่งชื่อ The Secret
ไม่ทราบว่ายังมีขายอยู่หรือเปล่า เคยได้ยืมไหม เล่มนี้
มันน่าตลกทีเดียว อย่างคนไทย ชาวพุทธแท้ ๆ ก็ยังนิยม
หนังสือเล่มนี้ คือ หนังสือเล่มนี้เรียกร้องให้เชื่อมั่นในตัวเอง
อย่างเดียว เชื่ออย่างเดียวก็น่าจะประสบความสำเร็จ แล้วถูก

หรือเปล่าละ ก็ไม่ถูก เพราะอะไร อาตมาตอบแทนว่าการประสบความสำเร็จในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง มันก็ขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยหลายอย่าง ความเชื่อมั่นคือหนึ่งในหลาย ๆ ปัจจัย เป็นประโยชน์จริง แต่ก็ไม่ใช่ว่า มีแค่ความเชื่อมั่นในตัวเอง ความเชื่อมั่นในการกระทำอย่างเดียวกแล้วจะพอ

ตอนที่หนังสือเล่มนี้ออกมาใหม่ๆ ท่านอาจารย์อยู่ที่อุบลฯ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ในสมัยนั้น อ่านหนังสือเล่มนี้แล้วชอบมาก วันปีใหม่ก็แจกให้คุณหมอทุกคนเป็นของขวัญปีใหม่ อาตมาเลยตั้งคำถามกับท่านผู้อำนวยการ สมมุติว่า หมอทุกคนในโรงพยาบาลอยากเป็นผู้บริหาร แล้วก็เชื่อมั่นว่าเขาเป็นได้ มันจะได้ทุกคนไหม จริงไหม ใช่ไหม

ผู้อำนวยการมีได้คนเดียว ถ้าคนทำตามหลักหนังสือ The Secret ยี่สิบคนหรือสามสิบคน ยังไง ๆ ก็ได้แค่หนึ่งคน เพราะตำแหน่งมีหนึ่งเดียว เพราะฉะนั้น ความเชื่อ มันเป็นแค่ปัจจัยหนึ่งเท่านั้นเอง แต่บางทีความเชื่อมั่นในตัวเอง การคิดทางบวก กลายเป็นการมองข้ามข้อบกพร่องที่ควรแก้ไข มันก็นำไปสู่อันตรายได้ แม้แต่ในระหว่างการทำงาน ถ้าพยายามปิดไป ปิดไป อย่าไปคิดมาก อย่าไปมองในแง่ร้ายมาก เดียวสิ่งที่ควรแก้ไขก็ไม่ได้แก้ไข

๒๐ คำถาม: อยากทราบว่าอะไรคือสิ่งที่พระอาจารย์กลัวที่สุด

คำตอบ: สิ่งที่น่ากลัวมากที่สุด คือ โยมที่เข้ามากราบ แล้วถามว่า ท่านอาจารย์จำโยมได้ไหม สำหรับผู้อายุมากแล้ว ความจำเสื่อมนี้จะกลัวที่สุด เพราะเราโกหกเขาไม่ได้ แต่บางทีเราก็กจำไม่ได้จริงๆ เพราะว่าท่านอาจารย์มีหนึ่ง แต่ญาติโยมมีเป็นร้อย ความจำนั้นก็ไม่ได้เหมือนแต่ก่อน มีโยมคนหนึ่งมากราบ แล้วถามว่า จำโยมได้ไหม ท่านอาจารย์ เมื่อแปดปีที่แล้ว โยมเคยไปฟังเทศน์ท่านอาจารย์ที่ประเทศเยอรมัน ใครจะไปจำได้ เพราะฉะนั้นกลัวที่สุดในเรื่องนี้

๒๑ คำถาม: การปฏิบัติธรรมคืออะไรครับ จำเป็นกับชีวิตของทุกคนหรือไม่ครับ ถ้าจำเป็น มันจำเป็นอย่างไรครับ

คำตอบ: จะว่าจำเป็นไหม แม้แต่คำว่าจำเป็นมันก็กำหนดได้ยาก ไม่ปฏิบัติธรรม แล้วมันจะตายเลยไหม มันก็อาจจะไม่ตายจากการไม่ปฏิบัติธรรม แต่ถ้าเราเอาแค่ไม่ตายเป็นมาตรฐาน มาตรฐานอย่างนี้ค่อนข้างจะต่ำนะ ที่นี้เราเริ่มต้นจากว่า ทุกข์ในชีวิตเรามันเกิดเพราะอะไร ทางพุทธศาสนาถือว่าทุกข์เกิดขึ้นเพราะกิเลส ถ้าเรายังมีความโลภ มีความโกรธ มีความหลงอยู่ในใจ มีความอิจฉา

พยายาม มีความกลัว มีความเครียด มีความกังวล มีความ
ซีมเศร้า มีอารมณ์ต่างๆ เหล่านี้อยู่ในใจ ชีวิตเรานี้จะสุข
ได้ยาก เราจะสุขแบบผิวเผิน

ดังนั้น ถ้าเราต้องการชีวิตที่อุดมสมบูรณ์ ชีวิตที่มี
ความสุขที่ไม่ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อม ไม่ถูกกิเลสครอบงำ
บ่อยๆ เราก็ต้องฝึกจิต ฝึกจิตให้อยู่เหนืออารมณ์ ให้อยู่
เหนือกิเลส เมื่อนั้นเรื่องการปฏิบัติธรรมจะชัดเจนมาก ใน
เมื่อเราเห็นกิเลสตัวเอง เราเห็นว่ากิเลสค่อยๆ สร้างปัญหา
กับเราตลอดเวลาอย่างไร ดูคนอื่นก็เหมือนกัน ดูพฤติกรรม
ของใคร ถ้าเราจับไม่ได้ เราารู้สึกว่าน่าเกลียด ก็ดูว่าเบื้องหลัง
พฤติกรรมของคนนั้นกลุ่มนั้น มันคืออะไร มันก็คือกิเลสที่มา
สั่งการนั่นเอง

ที่นี้ถ้ามีหลายสิ่งหลายอย่างในสังคมที่เราไม่ยอมรับ
แล้วรู้สึกไม่เห็นด้วย เราก็น่าจะเห็นว่าสาเหตุสำคัญของ
ความปั่นป่วน ความไม่ยุติธรรม ความทุกข์ในโลก ก็คือกิเลส
ความทุกข์ส่วนตัว ส่วนใหญ่เกิดจากกิเลส ความทุกข์จาก
ปัญหาครอบครัวเกิดจากกิเลสของคนในครอบครัว ปัญหา
ในสังคมเกิดขึ้นเพราะกิเลสของคนในสังคม ดังนั้น งาน
สำคัญที่สุด คือการจัดการกับกิเลส วิธีการจัดการเอาชนะ
กิเลสก็คือหัวใจของการปฏิบัติธรรม

๒๒ คำถาม: อยากทราบว่า “เดจาวู” เกิดขึ้นจากอะไรคะ

คำตอบ: เอ้... แปลกหนอ... รู้สึกเหมือนจะเคยมีคนถามเรื่องนี้มาก่อน พุดยากเหมือนกันเรื่องเดจาวู มีใครเคยมีประสบการณ์บ้างไหม ใครเคยเป็นเดจาวูบ้าง ยกมือโอ้อ! เยอะเนอะ เรื่องนี้ไม่มีคำตอบนะ ต้องยอมรับเลยว่า...ไม่รู้

เอาแค่นี้ว่า เดจาวู เป็นการพิสูจน์ว่า ความเข้าใจในเรื่องเวลา สิ่งที่เราเรียกว่า เวลา มันคงไม่สมบูรณ์ เวลาเป็นเรื่องละเอียดลึกซึ้งที่มีประเด็นหรือมิติบางอย่างที่เรายังไม่เข้าใจ เรื่องนี้ก็ขอพุดเพียงแค่นี้ เพราะจะอธิบายเป็นกลไกหรือเป็นอะไรก็ไม่สามารถอธิบายได้ แต่ตัวเองก็เคยเป็น

๒๓ คำถาม: ผมเป็นห่วงนักเรียนที่เกี่ยวข้องกับสารเสพติดครับ เราจะทำอย่างไรให้นักเรียนเห็นคุณค่าในตัวเอง และห่วงตนเองได้ จากนั้นก็แผ่ความรู้สึกนี้ออกไปให้กับคนรอบข้างครับ

คำตอบ: ที่จริงเรื่องนี้ เราก็ได้พุดกับนักเรียนไปแล้ว ขอทบทวนอีกครั้งว่า

หนึ่ง ยาเสพติดผิดกฎหมาย ดังนั้นเราก็ควรเคารพกฎหมายบ้านเมือง มันผิดกฎหมายและเสี่ยงต่อความเดือดร้อนทั้งของเราและของครอบครัว

สอง เราก็ต้องดูเจตนาเบื้องหลังการใช้ยาเสพติด บางทีก็เป็นแค่ว่า สิ่งใดที่เขาห้ามก็อยากลอง หรืออยากอยู่ในกลุ่มคนที่เขาใช้ยาเสพติด มันเป็นเรื่องของอัตตาตัวตน อยากพิเศษกว่าเขา อยากให้มีความเด่นอะไรบางอย่าง ที่นี้ก็หลงอยู่ในความสุขของการใช้ยาเสพติด ซึ่งที่จริงมันก็ไม่ทำอะไรมาก แต่อย่างที่อธิบายเมื่อภักนี้ ความทุกข์ที่ตามมา ก็มีมาก แล้วที่สำคัญที่สุดที่มนุษย์เราควรจะคำนึงถึงและห่วงหาพันที่สุด คือความเป็นอิสระ

พุทธศาสนาสอนการปฏิบัติธรรม เพื่อเข้าถึงความเป็นอิสระอย่างแท้จริง อิสระอย่างแท้จริง คือการเป็นอิสระจากกิเลส ทุกวันนี้ ความเจริญของสังคมหลายอย่างทำให้ความเป็นอิสระน้อยลงๆ อย่างเช่น ทุกวันนี้เราก็ผูกพันกับเทคโนโลยีมาก ผูกพันกับโทรศัพท์ กับอินเทอร์เน็ต กับอะไรต่ออะไรนี้ ซึ่งแน่นอนว่า สิ่งเหล่านี้มีข้อดีหลายอย่าง มีประโยชน์ ท่านอาจารย์เองก็ใช้

แต่ที่เราต้องระวังก็คือ อย่าไปติดมันมาก เพราะว่าสิ่งเหล่านี้ขึ้นอยู่กับอะไร มันขึ้นอยู่กับพลังไฟฟ้า ถ้าเกิดไฟฟ้าไม่มี เกิดไฟดับ ก็หมดเลยใช่ไหม ถ้าเกิดมีปัญหาอะไรสักอย่าง ซึ่งระบบการสื่อสารหมดไป เราจะเดือดร้อนมากน้อยแค่ไหน เราก็รู้ว่า สิ่งเหล่านี้มันเป็นสิ่งที่ไวใจไม่ได้ ไม่ได้จริง ๆ อย่าไปฝากความหวัง ฝากความสุขไว้กับสิ่งเหล่านี้จนเกินไป

ในกรณีใช้ยาเสพติด ก็คือเราสละความเป็นอิสระ เพื่อเอาความสุขทางเนื้อหนัง อาตมาขอบอกว่า เกิดจากความโง่ ความโง่ที่ถือว่าความสุขที่ได้จากการเสพยาเสพติด มีความหมาย มีคุณค่ามากกว่าการเป็นอิสระจากสิ่งเสพติด อาตมาก็ถือว่าการเป็นมนุษย์ ข้อดีหรือสิ่งที่เราควรหวังที่สุด คือ การเป็นอิสระจากสิ่งเหล่านี้

การตกเป็นข้าทาสของมัน คือการเสียศักดิ์ศรีของความ เป็นมนุษย์อย่างเต็มที่เลย เพราะฉะนั้น อย่าเลยดีกว่า อยากจะให้เรามองอย่างนั้น ถ้าทุกครั้งที่เราเครียด เราเบื่อ เราเศร้า เราก็เอายาเสพติดมากลบเกลื่อนความรู้สึก มันก็เป็นอาการสร้างนิสัยที่ไม่ดี ต่อไปถ้าเราเกิดทุกข์จริงๆ มันจะไม่มีที่พึ่ง มันก็จะวิ่งหามาแก้อาการของความทุกข์ แต่ชาวพุทธเราต้องแก้ทุกข์ที่เหตุ ไม่ใช่แก้ที่อาการของมัน

๒๔ คำถาม: การลดอัตตาและการลดทิฏฐิของตัวเอง ทำได้อย่างไรบ้างเจ้าคะ

คำตอบ: เราลองสรุปเรื่องอัตตา เรื่องทิฏฐิ มานะ อัตตา ภาษาพระเรียกว่า มานะ แต่มานะในภาษาไทย สมัยนี้ ใช้ในความหมายเชิงขยั้น เดิมคำว่ามานะก็มีความหมายเหมือนกับที่คนไทยทุกวันนี้ใช้คำว่าอัตตา คือ ภาษาไทยรับภาษาบาลีมาแล้ว บางคำก็เปลี่ยนไป เพี้ยนไป

บางคำก็ใช้ไม่ตรงเลยกับความหมายเดิม แต่ ลดอัตรา ก็คือ ลดมานะ

มานะ นี่คืออะไร มานะ คือการถือตัวว่า ตัวเรานี่หนึ่ง... ดีกว่าเขา สอง... ต่ำกว่าเขา สาม... เสมอกับเขา มองเห็นตัวเราว่าเป็นเช่นนั้น ทีนี้การที่เห็นความสามารถของเราว่าดีกว่าเขา ต่ำกว่าเขา เสมอกับเขา ตัวนี้ไม่เกี่ยวไม่ใช่ประเด็น แต่เพราะเราไปเป็นเจ้าของมัน อย่างนี้มันจึงเป็นปัญหา มันจึงเป็นทุกข์ขึ้นมา ฉะนั้น การเห็นมานะหรือความรู้สึกว่าตัวเราดีกว่า ต่ำกว่า ด้อยกว่า เสมอกับเขา ต้องดูกายดูใจตัวเอง

จะไปหาตัวเจ้าของนี้ มันอยู่ตรงไหน อย่างที่ท่านอาจารย์อธิบายเรื่องขันธห้า มันอยู่ในกายใหม่ เจ้าตัวเราที่เก่งกว่าเขา ดีกว่าเขา หรือแย่กว่าเขา อยู่ในความรู้สึกใหม่ อยู่ในความจำใหม่ อยู่ในความคิดใหม่ อยู่ในการรับรู้ใหม่ มันหาไม่เจอ พระพุทธเจ้าทรงบอกว่าลองค้นดูสิว่า ตัวนี้ที่มันดีกว่า ที่มันเลวกว่า มันอยู่ตรงไหน นี่เป็นการทำทนายของพระพุทธเจ้าว่า มันหาไม่เจอหรอก

ทีนี้ ถ้าเรามีอัตราว่าเราดีกว่าเขา ก็พยายามดู สิ่งที่เราภูมิใจว่าเป็นเครื่องหมายของความดีของเรา ที่ดีเหนือคนอื่น มันเป็นของเราจริงๆ ไหม หรือมันเกิดมาจากไหน มันก็เกิดมาจากการเรียนรู้ ไข่ใหม่ หลายอย่าง เราอาจจะ

ถือว่าเราเป็นคนเรียนเก่ง ความเรียนเก่งนี้ เราสร้างขึ้นมาด้วยตัวเราเองใหม่ เราเป็นผู้สร้างตัวเองให้เป็นคนเรียนเก่งใหม่ หรือว่ามันเป็นอะไรที่มีตั้งแต่เด็ก

เพราะฉะนั้นมันจะภูมิใจได้อย่างไร มันเป็นธรรมชาติแล้วหลายสิ่งหลายอย่างในชีวิตเราที่ดี ถ้าเราดูให้ชัด จะเห็นว่าเป็นสิ่งที่เรารับมาจากคุณพ่อคุณแม่มากกว่า รับมาจากอาจารย์ จากคุณครูผู้สั่งสอน เพราะฉะนั้น พิจารณาในเรื่องบุญคุณ คำว่า ...บุญคุณ... นี้ จะเป็นตัวละลายตัวอัตตาได้ดี ไม่ใช่ถือว่าเราเก่งคนเดียว

ถ้าถือว่า เราแยกว่าคนอื่น ก็มักจะเกิดจากการคิดผิดบางอย่าง เอาข้อบกพร่องของตัวเองไปคิดปรุงแต่งให้เป็นเรื่องใหญ่ แล้วมองข้ามสิ่งที่ดีของเรา จนกระทั่งเราเชื่อแล้วจิตก็ตกร่อง กลายเป็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่เป็นของดีของเรา เราก็ปิดไป มองข้ามไป อะไรที่มันไม่ดีในตัวของเรา แม้แต่เรื่องเล็กเรื่องน้อย เราก็ยึดมั่นถือมั่นว่านั่นคือตัวเรา เพราะฉะนั้น ตัวมานะนี้ ละลายด้วยการดูความจริงของกายของใจ ทิวฐิ... ความคิดเห็น ก็ถือว่ามันเป็นของไม่แน่ ไม่นอน อย่าให้มีการเป็นเจ้าของ

ทฤษฎีบางอย่าง ถ้าเราอ่านประวัติศาสตร์ของวิทยาศาสตร์ บางทีก็แสดงให้เห็นว่าอุปสรรคต่อความเจริญของวิทยาศาสตร์ในแต่ละยุคแต่ละสมัย คนที่ขัดข้องขัดขวาง

ความก้าวหน้าของวิทยาศาสตร์ คือ นักวิทยาศาสตร์รุ่น
 อารุโธ ท่านหวงแหนทฤษฎีของท่าน ท่านไม่ยอมให้เปลี่ยน
 เพราะว่าท่านได้ชื่อเสียง ท่านได้อุทิศชีวิตไว้กับทฤษฎีนี้
 ไม่ยอมให้มันหายไป นี่ก็กลายเป็นเรื่องของทิวฐิติ ต่อสู้
 เพื่อทิวฐิติ เป็นทิวฐิติของท่าน เป็นความเห็นของท่าน ทฤษฎี
 ของท่าน เพราะฉะนั้น เวลาเราประชุมกัน เราก็แลกเปลี่ยน
 ความคิดเห็น ถ้าแลกเปลี่ยนกันอย่างดี มันจะเป็นประโยชน์
 มาก แต่ถ้าทุกคนสู้เพื่อปกป้องความคิดเห็นของตนเอง ก็เสีย
 เวลาเปล่า ๆ บางคนยึดมั่นถือมั่นทั้ง ๆ ที่ยอมรับว่าคนอื่น
 เขามีเหตุผลที่เหนือกว่า แต่ก็ยังไม่ยอมรับ เพราะเสียตาย
 ทฤษฎีของตนเอง ความคิดเห็นของตนเอง แล้วกลัวว่าตัวเอง
 จะเสียศักดิ์ศรี หรือว่าจะมีคนเคารพนับถือน้อยลง อย่างนี้
 ทำให้คนยึดมั่นถือมั่นในทิวฐิติ แม้แต่ตัวทิวฐิติเอง เราต้องถาม
 ว่ามันมาจากไหน แล้วมีความคิดเห็นนี้เพราะอะไร เพราะ
 ข้อมูล แล้วรู้ไหมว่าข้อมูลของเราครบ พิสูจน์ได้อย่างไร
 หรือในส่วนของข้อมูล เราไม่ได้เก็บข้อมูลเองใช่ไหม แต่เราทำได้
 อยากรู้ว่าคนที่เก็บข้อมูลเชื่อถือได้ถึงร้อยเปอร์เซ็นต์ไหม

บางทีการเก็บข้อมูลอาจจะมีผิดพลาด ในการ
 เลือกรวบรวม ในการวิจัยข้อมูล ก็ผิดพลาดได้ เพราะฉะนั้น ใน
 เรื่องความคิดเห็นเราก็ต้องอ่อนน้อมถ่อมตนบ้าง เราสนใจใน
 ความคิดเห็นนี้ถึงร้อยเปอร์เซ็นต์ไม่ได้ อันนี้ก็ป็นวิธีคิดง่าย ๆ

๒๕ คำถาม: หนูอยากทราบว่า ถ้าเราเปลี่ยนศาสนา จากพุทธเป็นคริสต์ เราจะบาปไหมเจ้าคะ

คำตอบ: คือเราต้องเข้าใจคำว่า บาป บาปคือกรรม ไม่ได้ หมายถึงการกระทำที่เกิดจากโลภ จากโกรธ จากหลง อันนี้ก็เป็นบาป ทีนี้พอเราใช้คำว่าบาป มันฟังเหมือนเป็นคำวิจารณ์ เป็นคำต่อว่า อะไรอย่างนี้ แต่เราถือว่า คนที่บอกว่า เปลี่ยนศาสนาจากพุทธเป็นคริสต์ แสดงว่าไม่เคยเป็นพุทธ เพราะคนที่เปลี่ยนศาสนาได้ แสดงว่าเป็นพุทธแต่ชื่อ ไม่เคยเข้าใจความเป็นพุทธ เพราะฉะนั้น มันเกิดจากความไม่เข้าใจตัวเอง ไม่เข้าใจศาสนาพุทธ แล้วก็มีความต้องการบางสิ่งบางอย่าง จึงเปลี่ยนศาสนา

ในต่างจังหวัดก่อนหน้านี้ ศาสนาคริสต์ก็มีพฤติกรรมหลายอย่างเพื่อชักชวนให้คนเปลี่ยนศาสนา ผ่านการให้ความช่วยเหลือบางอย่าง ซึ่งเหมือนให้สินบน เช่นการให้ทุนการศึกษาบ้าง ให้รักษาโรคฟรี ให้คุณพ่อคุณแม่รักษาโรคฟรี ให้ทุนเรียนภาษาอังกฤษภาษาต่างประเทศฟรี อะไร ๆ อย่างนี้ คือ ถ้าเปลี่ยนศาสนาเพราะอยากได้สินบน อย่างนี้ก็น่าวิพากษ์วิจารณ์ทั้งฝ่ายศาสนาและฝ่ายผู้ที่เข้าศาสนา

การที่คนเปลี่ยนศาสนา มันมีผลต่อครอบครัวด้วย เพราะคนที่เปลี่ยนศาสนาแล้วแต่งงานกับคนต่างศาสนา พอ

มีลูก เขาจะให้ลูกนับถือศาสนาไหน แล้วจะทำให้เสียความสามัคคีในครอบครัวไหม มันก็แล้วแต่ แต่ถามว่าจะบาปไหม ทางพุทธเราถือว่า ทุกคนมีสิทธิที่จะนับถือศาสนาที่ตนพอใจ แต่ในศาสนาอิสลาม ถ้าคนอิสลามเปลี่ยนศาสนาเป็นอย่างอื่น ถือว่าผิดกฎหมาย มีโทษถึงประหารชีวิต หากทางพุทธเราก็ไม่ว่าอะไร แต่สำหรับอาตมา รู้สึกเสียดายที่ว่า ถ้าไม่ใช่เพราะหวังผลประโยชน์บางอย่างหรือถูกขอร้องหรือถูกบังคับไป ก็น่าจะเป็นเพราะว่า เขายังไม่เข้าใจหลักพระพุทธานุศาสนาน่าที่ควร

๒๖ คำถาม : เวลาพระอาจารย์เจ็บป่วยมีความทุกข์ไหมครับ ถ้าเรายังทุกข์กับมันอยู่ ทุณทุรายทรมาน ควรฝึกอย่างไรไม่ให้ทุกข์มากครับ

คำตอบ : เรื่องของร่างกาย หรือความเจ็บป่วยทางกายนี้ ส่วนที่เป็นของกายมันก็ต้องมีทรมานอยู่บ้าง เพราะเป็นเรื่องของเวทนา แต่ส่วนที่เราปรับพิศชอบได้และส่วนที่ไม่จำเป็นต้องมีและที่ทำให้ทรมานใจก็คือ ความไม่อยากป่วย หรือความน้อยใจ หรือวิตกกังวล หรือกลัวตาย หรือกลัวอะไรสักอย่าง ซึ่งถ้าเราปฏิบัติแล้ว ไม่ให้จิตใจกลับไปตรองที่จะเกิดความคิดไม่ดีกับความเจ็บไข้ได้ป่วย หรือว่าเกิดการต่อต้านอย่างใดอย่างหนึ่ง เราก็จะทุกข์น้อยหรือไม่เป็นทุกข์

เรามีเวทนาได้ ทุกข์กายได้ แต่ไม่จำเป็นต้องทุกข์ใจ ฉะนั้น
นี่เป็นหลักที่เราทุกคนควรจะจำไว้เวลาเจ็บไข้ได้ป่วย ถ้าเกิด
ซึมเศร้า เกิดวิตกกังวล กลัว มันเป็นเรื่องที่เราทำเอง ไม่ใช่ส่วน
หนึ่งของโรค เป็นสิ่งที่เราปล่อยให้เกิดขึ้น เพราะขาดสติ

๒๓) คำถาม: พระอาจารย์เจ้าคะ เราจะรู้ได้อย่างไร
ว่าอาชีพที่เราอยากทำในอนาคตจะเป็นประโยชน์ตน
ประโยชน์ท่าน ถ้าไม่ใช่งานอาสาสมัคร

คำตอบ: คงต้องยอมรับว่าในส่วนงานของอาชีพนั้น
งานที่จะได้คุณสมบัตินี้หรือว่าจะได้อานิสงส์ทั้ง ๒ ข้อ ว่า
ประโยชน์ตนประโยชน์ท่าน อาจจะมีไม่มาก คืออาจจะมี
ในวงจำกัดอย่างเช่น สมมุติว่าทำธุรกิจ เราทำให้คนที่ซื้อ
สินค้าของเรา มีความสุขจากการบริโภคอะไรทำนองนั้น
แต่ว่าอาชีพที่นอกจากงานอาสาสมัคร อาชีพที่บอกว่า
โอ้... มันใจได้เลยว่าต้องสร้างประโยชน์ตนสร้างประโยชน์
ท่านไม่มากนักน้อย ก็มีเรื่องการเป็นพระ เป็นครู เป็นหมอ
เป็นพยาบาล ทำงานสังคมสงเคราะห์ต่างๆ อย่างนี้ชัดเจน
ว่าเป็นสัมมาอาชีพโดยสมบูรณ์ แต่ในระบบเศรษฐกิจที่
มีความหลากหลายในปัจจุบันก็คงเอามาตรฐานว่า ไม่ทำ
อะไรที่เป็นการเบียดเบียนตัวเองหรือเป็นการเบียดเบียน
คนอื่น และกิจกรรมหรือธุรกิจอะไรที่เบียดเบียนสุขภาพคน

เบียดเบียนคุณงามความดีในสังคม หรือเป็นการส่งเสริม
 อบายมุข เป็นสิ่งที่ส่งเสริมหรือมีส่วนที่ทำให้สิ่งที่ไม่ค่อยดี
 ในสังคมขยายตัวมากขึ้น อย่างนี้เราควรงดเว้น ควรหลีกเลี่ยง
 ให้ได้ เราเอาแต่งานที่ชื้อสัตย์สุจริต เป็นงานที่เรามี
 ความสุข มีฉันทะ แต่ในเรื่องการสร้างประโยชน์ ถ้าเราดู
 สิ่งที่เป็นผลผลิตของบริษัทหรือองค์กร อาจจะไม่ชัดเจนว่า
 เป็นประโยชน์ สิ่งที่เราต้องเน้นที่สุดก็คือ ลูกน้องหรือคน
 รอบข้าง พยายามสร้างประโยชน์ต่อผู้ที่ทำงานด้วยกัน ทั้งที่
 ระดับเดียวกัน หรือผู้เป็นลูกเป็นน้อง ถ้าเราเริ่มเป็นผู้ใหญ่
 ขึ้นมา นี่ก็จะเป็นบุญเป็นกุศลในการทำงาน เช่น ให้เขาได้
 เงินพอสมควร มีความมั่นคงในงาน มีสวัสดิการ มีความ
 ปลอดภัยในการทำงาน เป็นต้น

๒๘ คำถาม: นิมนต์พระอาจารย์อธิบายคำว่า ตถาตา
 ครับ

คำตอบ: ตถาตาเป็นศัพท์ภาษาบาลี ซึ่งแม้แต่ผู้
 เชี่ยวชาญทางภาษาบาลีก็ไม่สามารถยืนยัน ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์
 ว่าแปลว่าอะไร อย่างมีคำว่า ตถาคตา ซึ่งมาจากรากศัพท์
 เดียวกัน ซึ่งถ้าจะแปลตรงศัพท์ก็จะแปลว่า มาอย่างนั้นหรือ
 ว่าไปอย่างนั้น มันก็แล้วแต่จะแยกส่วนประกอบของคำนี้
 ออกมาอย่างไร

ที่นี้ตถาตา ถ้าแปลง่าย ๆ ก็คือ มันเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยของมันก็ว่าได้ เป็นเช่นนั้นเอง ท่านอาจารย์พุทธทาสใช้คำว่า “เป็นเช่นนั้นเอง” หมายถึงว่าเมื่อเหตุปัจจัยมีอย่างนี้ ผลจะต้องมีอย่างนี้ เพราะฉะนั้น ถ้าเราเอาสิ่งนั้นมาผสมกับสิ่งนี้ เอาสีแดงกับสีชาวมารวมกันก็ได้สีชมพู สีชมพูก็ตถาตา..มันก็เป็นเช่นนั้นเอง เมื่อมีแดงมีชาวมารวมกันก็ต้องเป็นชมพูแน่นอน สิ่งต่างๆ นี้มันเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยของมันทุกสิ่งทุกอย่าง เพียงแต่ว่ามันจะไม่ใช่แค่ ๒ อย่าง แดงกับขาว มันจะมีหลายอย่างสลับซับซ้อนมาก แต่ละอย่างที่เราเห็น มันก็เป็นตถาตา คือเกิดได้ในลักษณะนี้ ในรูปแบบนี้ เพราะมีเหตุปัจจัยเช่นนี้ เรียกว่า เป็นเช่นนั้นเอง หรือว่า เป็นอย่างนั้นเอง ถ้าภาษาลาว ภาษาคูแอสาน หลวงพ่อชา เรียกว่า มันเป็นของมันอยู่ จังชั้น ไฉนนี่มันเป็นของมันอยู่จังชั้น

๒๙ คำถาม: หนูอยากทราบว่าตั้งแต่ที่พระอาจารย์บวชอะไรคือความทุกข์ของพระอาจารย์คะ และพระอาจารย์สามารถผ่านมันไปได้ได้อย่างไร

คำตอบ: อาตมาเป็นคนทุกข์น้อย มีความสุขมากกว่า แต่ว่ามีปัญหาตลอด อย่างที่เพิ่งคุยเรื่องนี้ว่า ชาวพุทธเราเป็นคนไม่รังเกียจปัญหา เราถือว่าปัญญาเกิดจาก

ปัญหา เพราะฉะนั้นเราก็ไม่ถือว่า เออ... มีทุกข์อย่างนั้น การมีสิ่งทำทนายเยอะ มีปัญหาเยอะ มันก็เป็นเรื่องประจำธรรมดาของคนทุกคน แต่สำคัญที่ว่าเราจะรับมือกับมันอย่างไร เราจะปฏิบัติต่อมันอย่างไร

ตอนแรกๆ ปัญหามีตั้งแต่เรื่องของร่างกาย เรื่องดินฟ้าอากาศ เรื่องในอุบลฯ ที่สมัยก่อนนั้นยังไม่มีไฟ มันร้อนอบอ้าวมาก เราก็ทุกข์กับความร้อน หน้าหนาวปีแรกเป็นผ้าขาว แล้วยังไม่มีอังสะกันหนาว มีแค่อังสะ ๒ ผืนบางๆ หน้าหนาวนั่งตอนกลางคืน พระก็ยังมီးจิ๋วมีผ้าสังฆาคคลุมได้ เรามีแต่อังสะขาวบางๆ ก็หนาวมาก ทั้งๆ ที่เรามาจากประเทศหนาวนะ ก็ไม่เคยหนาวมากเท่าอยู่ในวัดในเดือนธันวาคม เพราะโกนหัวด้วย ไม่มีรองเท้า ไม่มีถุงเท้า มีแค่ผ้าบางๆ อย่างนี้ กุฎีก็เป็นพื้นไม้กระดาน มีรูเพื่อให้อากาศถ่ายเท แต่หน้าหนาวนี้ลมเย็นๆ พัดเข้ามา..หนาวมาก เรื่องอาหารก็ต้องปรับตัว ไม่ใช่อาหารที่เราคุ้นเคย สมัยนั้นเชื้อไหม ๕ - ๖ ปีแรกที่อาตมามาเมืองไทยนี้ แทบจะไม่เคยได้ตักอาหารเองเลย นานมากเลย เว้นแต่มีงานใหญ่ๆ เช่น วันมาฆะบูชา วันวิสาขบูชา ที่อาจจะมီးสิทธิ์ได้ตักอาหารเอง แล้วอาหารจะมีทุกอย่างรวมอยู่ในบาตร ทั้งสิ่งที่ชอบสิ่งที่ไม่ชอบ

วันหนึ่งกลับมาหนึ่งหลังจากช่วยแจกอาหาร ก็เห็น... โอย... ทำไมมดแดงเต็มบาตรเลย มันมาจากไหน ตามเพื่อนว่า ทำไมบาตรมดแดงเต็มไปหมด เขาบอกว่ำนั่นไม่ใช่มดแดง เรียกว่ามดส้ม เป็นอาหาร อาตมาว่า แล้วมดแดงกับมดส้มต่างกันยังไง ถ้ายังมีชีวิตก็มดแดง ถ้าตายแล้วก็มดส้ม เรื่องอาหาร มันมีทุกอย่าง ทุกรูปแบบ ถ้าอยู่ปลายแถว เรื่องขนม เรื่องผลไม้แทบจะไม่มีสิทธิ์ได้เลย มันหมดก่อนจะถึงผู้อยู่ปลายแถว ตื่นแต่เช้าบางวันทำงานแบบกรรมกร ยกก้อนหิน ทำงานหนักๆ ตั้งแต่ ๑๐ โมงเช้าถึง ๖ โมงเย็น ๒ ทุ่ม น้ำปานะก็ไม่ค่อยมี มีแค่อาทิตย์ละครั้ง บางทีก็มีส้มอ มีมะขามป้อม อะไรอย่างนั้น พุดถึงร่างกายนี้ทำทนายมาก

เรื่องภาษา เริ่มแรกก็ไม่ค่อยจะรู้ไม่ค่อยจะเข้าใจภาษา มีปัญหาในเรื่องของการภาวนามินิวรรณ์ มีกิเลส เกิดขึ้นคอยรบกวน พอเราอายุมากขึ้นแล้ว สิ่งทำทนายก็เปลี่ยนแปลง มีหน้าที่เป็นผู้นำเรื่องการปกครอง ปกครองพระ ปกครองเณร ปกครองผ้าขาว ปกครองโยมผู้หญิงที่มาพักในวัด เรื่องความสัมพันธ์กับชาวบ้าน กับสังคม มันมีสิ่งทำทนาย มีปัญหา มาก แต่ก็สนุกกับปัญหา เพราะว่าเราพอใจกับความ เป็นพระมาก ไม่ว่าจะอะไรเกิดขึ้น เราก็สู้ สู้ สู้ จนชนะ ชนะแล้ว ก็มีความสุข ภาคภูมิใจ

๓๐ คำถาม: กราบนมัสการพระอาจารย์เจ้าค่ะ อยากทราบว่า ทำไมพระถึงต้องโกนผมและคิ้ว

คำตอบ: การทำให้ตัวเราเป็นที่สนใจหรือที่ชื่นชมของคนอื่น ผมของคนเรานี้มีบทบาทสำคัญมาก คนจะคิดมากในเรื่องทรงผม ในเรื่องตัดผมแบบไหน ผมมันเป็นอย่างไร จะไว้ผมยาวหรือจะไว้ผมสั้น จะไว้ผมอย่างนั้นอย่างนี้เป็นเรื่องใหญ่มาก ผมมีผลต่อภาพพจน์ตัวเองมาก ในการที่ผมมีส่วนในการเสนอตัวเองในโลก ว่านี่คือเรา ไม่เหมือนคนอื่น นี่คือสไตล์ของเรา ผมจึงสำคัญ ในเมื่อพระสงฆ์เป็นผู้ที่ออกจากโลกแล้ว พระไม่ต้องการให้ใครสนใจหน้าตาสนใจว่ารูปหล่อหรือไม่หล่อ เรื่องนี้ท่านสละไปหมดแล้ว ท่านไม่ต้องการให้เป็นที่สนใจของใคร ดังนั้น ท่านก็ต้องดูเหมือนกันหมด แล้วจะให้สไตล์ผมเหมือนกันหมด มันก็ไม่ได้ แต่ถ้าโกนผม มันจะเหมือนกันหมด

นอกจากนั้นแล้ว ตอนอาตมายังหนุ่มอยู่ การโกนผมเป็นสัญลักษณ์ของนักบวช แต่เดี๋ยวนี้มันกลายเป็นแฟชั่นว่า ผู้ชายทุกวันนี้ คนไหนที่รู้สึกหัวจะเริ่มล้านนิด ๆ ก็จะไปโกนผมเลย ไซ้ใหม่ การโกนก็เป็นแฟชั่นผู้ชายไป เพื่อจะไม่ให้เห็นว่าหัวล้าน ซึ่งสมัยก่อนผู้ชายกลุ่มเดียวที่โกนหัวอย่างสม่ำเสมอ ก็มีแต่พระเท่านั้น มันก็เลยเป็นสัญลักษณ์ของ

พระ พอเห็นโกนหัวด้วย แล้วห่มผ้าครองจีวรแบบนี้ ก็จ้ะรู้ว่านี่คือพระในพระพุทธศาสนา พุทธศาสนาของเรานี้ ไม่มีลักษณะการเผยแพร่เพื่อให้นักเปลี่ยนจากศาสนาอื่น หันมานับถือศาสนาเรา ไม่เข้าไปหาใครเพื่อพยายามชักชวนให้เขาเป็นพุทธ ไม่ไปเคาะประตู ไม่ไปยึดเยียดหนังสือธรรมะให้กับคนที่เขาไม่ศรัทธา แต่ในการเผยแผ่นั้น สิ่งที่พระทำได้ออกนอกขอบเขตและเดินรุดงค์ พอคนเห็นว่าแต่งตัวอย่างนี้ โกงผมอย่างนี้แสดงว่าเป็นนักบวชในพระพุทธศาสนา แล้วเขาก็เข้ามาหาเรา การเผยแผ่พุทธศาสนานั้น จุดเริ่มต้นหรือจุดริเริ่มต้องมาจากโยมหรือผู้ที่ศึกษา ไม่ใช่ว่าพระจะไปสั่งสอนใครที่เขาไม่ศรัทธา อย่างนั้นจะผิดพระวินัย

ส่วนเรื่องการโกนคิ้วนั้น ไม่ใช่ข้อบังคับในพระวินัย แล้วถ้าใครเคยไปพม่าหรือศรีลังกา ก็คงได้สังเกตว่าพระไม่โกนคิ้ว เข้าใจกันว่า สมัยก่อนที่ประเทศไทยประเทศพม่ารอบกันบ่อย บางที่ทางกองทัพต้องการจะแยกว่าพระกลุ่มนี้เป็นไทยหรือเป็นพม่า เลยเกิดธรรมเนียมว่าพระไทยโกนคิ้ว จะได้รู้ว่านี่พระไทย ไม่ใช่พระพม่า การโกนคิ้วจึงไม่ใช่ข้อบัญญัติในพระวินัย แต่เป็นธรรมเนียมของพระสงฆ์ไทย อาตมาเคยอ่านบทความที่นักวิชาการชาวศรีลังกาเขียนหาว่าการโกนคิ้วผิดวินัย ซึ่งก็มีเหตุผลเหมือนกัน แต่ตอนนี้ก็ถือว่าเป็นธรรมเนียมของสงฆ์ในประเทศไทย

๓๑ คำถาม: ผมสงสัยเรื่องพระนิพพานครับ

คำตอบ: ความสงสัยเกี่ยวกับพระนิพพานก็มีหลายประเภท เช่นสงสัยว่าพระนิพพานมีจริงหรือ หรืออาจจะสงสัยว่า มนุษย์เราเข้าถึงได้จริงหรือ มันไม่ใช่ว่าจะมีความสงสัยแบบเดียว นิพพานเป็นเรื่องที่ไม่มีใครพิสูจน์ให้ใครได้ แต่มันมีวิธีหนึ่งที่เป็นประสบการณ์ตรง ไม่ขึ้นอยู่กับศรัทธา นั่นคือวิธีการอนุমান ในกรณีนี้คือ ถ้าเราปฏิบัติ เราก็เห็นกิเลส สมมุติเราปฏิบัติหนึ่งปี เห็นได้ว่ากิเลสมันลดน้อยลงบางส่วน เราก็อนุமானว่า ถ้ากิเลสลดน้อยลงแค่นี้ภายในหนึ่งปี ทำไปเรื่อยๆ ลดไปๆ กิเลสมันก็จะหมดไป หรืออนุமானว่า กิเลสตัวนี้ละได้ กิเลสตัวอื่น ๆ มันก็ต้องละได้เหมือนกัน อย่างนี้ก็เป็นเหตุผลแบบอนุமான ถ้าทำในส่วนนี้ได้ ส่วนอื่น ๆ ที่ลักษณะคล้ายกัน มันก็ต้องทำได้เหมือนกัน ความดีที่เราทำได้ ความดีอื่น ๆ ทำไม่เราจะทำไม่ได้ นิพพานคือกิเลสหมด คือภาวะที่ไม่มีกิเลส ถ้าเราเห็นกิเลสลดน้อยลง อนุமானคือถ้าลดน้อยลงได้ มันก็ต้องหมดได้ นี้ช่วยให้เราเกิดความศรัทธาในพระนิพพานได้มากขึ้น

ส่วนมนุษย์จะเข้าถึงพระนิพพานได้จริงหรือ เรื่องนี้ไม่ว่าในพม่า ไม่ว่าในศรีลังกา มีผู้ที่ถือว่ามีผลนิพพานหมดสมัย คือในสมัยพุทธกาล มีพระภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก

อุบาสิกา บารมีสูงบรรลุได้ แต่ตอนนี้ถึงยุคเสื่อมแล้ว ในยุคเสื่อมนี้ไม่มีใครมีบารมีพอ นิพพานหมดสมัยแล้ว คนสมัยนี้หมดโอกาสที่จะเข้าถึงพระนิพพาน เรื่องนี้หลวงพ่อบุญชานเปรียบเทียบว่า เหมือนมีน้ำใต้ดิน คนที่ขี้เกียจขุดบ่อ เขาก็บอกว่าไม่มีหรอก น้ำใต้ดินมันไม่มี มันหมดสมัยแล้ว ท่านบอกว่า ที่คิดอย่างนี้เพราะไม่เคยขุดบ่อ แต่ผู้ที่ขุดบ่อแบบไม่ท้อแท้ ขยันหมั่นเพียร ในที่สุดก็ต้องเจอแน่ ถ้ามนุษย์เราปฏิบัติธรรมถูกต้องอย่างไม่ย่อท้อ อย่างไม่ขี้เกียจขี้คร้านอดทน สุดท้ายก็ต้องเจอแน่คือพระนิพพานเหมือนกัน ในเมืองไทยเราก็ยังมีกระแสเหมือนพระอรหันต์เจ้าที่ไม่ขาดสาย มีผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ เป็นพยานว่ามรรคผลนิพพานนี้มีจริง

๓๒ คำถาม: ขออนุญาตเรียนถามว่า หลักการคิดในการให้โอกาสคนมีอะไรบ้างเจ้าคะ ก่อนที่เราจะตัดสินใจให้หรือไม่ให้โอกาส เราควรพิจารณาอะไรบ้าง

คำตอบ: เรื่องของคน มันก็ขึ้นอยู่กับว่าเป็นโอกาสอะไร ใช้ไหม โอกาสแบบไหน ระดับไหน อย่างไร ถ้าเป็นเรื่องผิวเผิน มาตรฐานของเราก็คงไม่ต้องสูงมาก แต่พอเป็นเรื่องส่วนตัวมากขึ้น เรื่องที่มีผลกระทบต่อชีวิตเรา ต่อชีวิตคนรอบข้างมากขึ้น ก็ต้องมีมาตรฐานสูงขึ้นไป แต่เรื่องที่สำคัญมาก

อันดับหนึ่งคือเรื่องศีลธรรม พระพุทธเจ้าท่านว่า ศีล นั้นแหละที่ทำให้คนน่าไว้วางใจ คนไม่รักษาศีลห้า ไว้วางใจไม่ได้ ไว้วางใจได้ในบางส่วนบางเรื่อง แต่จะวางใจอย่างสบายใจจริงๆ นั้นไม่ได้ เพราะถ้าคนยอมผิดศีล แสดงว่าเขาถือว่า บางทีความต้องการของเขาสำคัญกว่าความถูกต้อง เขาเอาผลประโยชน์ตนเองสูงกว่า ศีลธรรม ถ้าเขาเป็นอย่างนั้น เราจะไว้วางใจได้หรือ ก็ต้องมีความระมัดระวังไว้ด้วย ท่านให้เราดูที่ศีล

สอง อย่าไปให้ความสำคัญกับการพูดมากเกินไป บางคนพูดเก่ง พูดเก่งมาก กิริยาท่าทางก็ชวนให้เชื่อ การพูดการจานี้มันชวนให้เชื่อนะ ต้องระวังให้มาก ก่อนที่จะให้โอกาสใคร ก็ต้องดูพฤติกรรมก่อน ต้องดูจริตนิสัยก่อนให้ดี ในเรื่องของศีลธรรม

สาม ในเรื่องของทิวฐิติ สัมมาทิวฐิติ มิจฉาทิวฐิติ พระพุทธองค์ตรัสสอนว่า ผู้ที่จะเป็นคู่ครองกัน นอกจากต้องการให้ศีลเสมอกันแล้ว ทิวฐิติก็ควรเสมอกันด้วย ทิวฐิติ คือความเห็นว่าจะไร้อะไรผิด อะไรควรอะไรไม่ควร อะไรน่าเกลียดอะไรไม่น่าเกลียด อะไรเป็นสิ่งสูงสุด อะไรเป็นสิ่งสำคัญ อะไรเป็นสิ่งไม่สำคัญ ก็ต้องมีความคิดที่เข้ากันได้ ถึงจะไม่ตรงกันทุกข้อ แต่ต้องสอดคล้องกันได้ ก่อนที่เราจะตกลงอะไร ต้องใช้เวลาดูก่อน อย่างเช่น ฝรั่งที่มาอยู่วัด

ท่านให้อยู่นาน ท่านอาจารย์เองต้องอยู่ในวัดถึงสองปีจึงจะได้บวชเป็นพระ ต้องอยู่เป็นปะขาว ให้ครูบาอาจารย์ได้สังเกต ได้อบรมสั่งสอน ให้ต่างฝ่ายต่างคนได้ดูซึ่งกันและกัน ทำความคุ้นเคย ทำความเข้าใจกันก่อน จึงค่อยให้ออกมาออกบวช ทุกกรณีก็คล้ายกัน ไม่ต้องรีบร้อนอะไรมาก ค่อยๆ ดูไป

๓๓ คำถาม: หนูอยากทราบว่า วิธียอมรับความจริงมีอะไรบ้าง และจะทำได้อย่างไรเจ้าคะ

คำตอบ: การยอมรับนั้น สำคัญว่าต้องแยกเป็นสองประเด็น คือยอมรับว่า เรื่องนี้มันเกิดขึ้นแล้วเพราะมีเหตุ มีปัจจัยให้เป็นอย่างนั้น แต่การยอมรับนั้น ไม่ได้หมายความว่า เพราะมีเหตุมีปัจจัยที่เป็นเช่นนี้ เราก็ต้องยอมรับว่ามันเป็นอย่างนี้แหละ มันจะต้องเป็นอย่างนี้ต่อไป

ประเด็นแรกคือยอมรับว่าเรื่องนี้มันเกิดขึ้นแล้ว อย่าไปเก็บกด อย่าไปหันหลังให้ความจริง อย่าไปปฏิเสธความจริง ให้ออมรับความจริง แต่มันก็เป็นความจริงที่ไม่เที่ยง เป็นความจริงที่ไม่แน่นอน ตรงนี้เราต้องใช้สติ ใช้ปัญญา ที่จะให้ความจริงที่เป็นอยู่ในปัจจุบันออกมาในทางที่ดีที่สุด ถ้าเราคิดว่ายอมรับแล้ว คือจบแล้ว จะกลายเป็นคนอะไรก็ได้ มันก็เป็นแบบนี้แหละ คือไม่คิดจะปรับปรุงแก้ไข กลายเป็นข้ออ้าง แต่ทุกสิ่งทุกอย่างนี้มันเป็นผลของ

อดีต แต่เราก็ยังสามารถทำให้ผลของอดีตที่กำลังปรากฏอยู่ เหมือนกับเป็นวัตถุดิบสำหรับการจัดการกับอนาคต เมื่อวัตถุดิบของเราเป็นอย่างนี้ เราจะเอาไปใช้ทำอะไรได้บ้าง ฉะนั้น ยอมรับว่ามันเกิดขึ้นแล้ว ไม่ต้องไปโทษใคร ไม่ต้องไปอ้างอะไร มันเป็นอย่างนี้แหละ แต่เมื่อจิตใจเรายอมรับความจริง จิตใจไม่ฟุ้งซ่านไม่วุ่นวาย เราจึงจะมีปัญญาคิดว่าเราจะทำอย่างไรต่อไป

๓๔ คำถาม : สมมุติว่า ในชาติก่อนเราได้ทำบุญไว้ในชาตินี้เราจะยังได้บุญใหม่ หากสิ่งที่เราสร้างในชาติก่อนยังคงสร้างประโยชน์มาจนถึงชาตินี้ครับ เช่น เราเป็นหมอดูดคั้นยา และยานั้นรักษาคนไข้ตั้งแต่ชาติก่อนที่เราเป็นหมอดูดคั้นยา มาจนถึงชาติปัจจุบัน ในชาติปัจจุบันเราจะได้บุญใหม่ครับ

คำตอบ : ถามได้ดีนะ ...สมมุติว่า... อาตมาชอบคำนี้มาก พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า บุญคือเรื่องของกรรม บุญคือชื่อของกรรมดี กรรมดีคือบุญ เรื่องบุญนี้ เป็นเรื่องสลบซับซ้อนจนสมองของมนุษย์ไม่สามารถจะเข้าใจรายละเอียดได้ทั้งหมด ไม่อย่างนั้นสมองจะระเบิด ฉะนั้น เรื่องกรรมดีกรรมชั่ว ผลกรรมดีกรรมชั่วมันสลบซับซ้อนมาก เราก็ไม่กล้าจะบอก แต่เราถือว่าการที่เราได้เกิดมาเป็นมนุษย์ในชาตินี้ก็เป็นผลบุญ ไม่อย่างนั้นก็ไม่ได้เกิดเป็นมนุษย์ ไม่ได้เป็นมนุษย์ที่สมประกอบ ไม่ได้เกิด

เป็นมนุษย์ในประเทศอันสมควร เช่น ในประเทศไทย ไม่ได้เกิดในตระกูลนับถือพุทธศาสนา เป็นต้น

แต่เรื่องบุญนี้ มันไม่ได้เป็นเหมือนบัญญัติในธนาคารที่จะมีค้อยๆ เติมเงินได้ อย่างสมมุติว่า ชาตินี้ที่แล้วเราสร้างสะพานให้คนข้ามแม่น้ำ ทุกวันนี้คนก็ยังใช้สะพานนั้นอยู่ มันไม่ใช่ว่าทุกครั้งที่มีคนข้ามสะพานนั้น เราที่เคยสร้างสะพานในชาติก่อนจะได้บุญเพิ่มอีกนิดหนึ่ง มันไม่ได้เป็นเช่นนั้น ที่เราเคยทำงานเป็นหมอในชาติก่อน มันอาจจะมีผลต่อสุขภาพร่างกายเราในปัจจุบัน หรือการได้รับการรักษาที่ดีในปัจจุบัน พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า ผลกรรมจะเกิดในชาติปัจจุบันส่วนหนึ่ง ชาติหน้าส่วนหนึ่ง และชาติต่อไปส่วนหนึ่ง ซึ่งเราไม่สามารถจะแยกได้ว่าจะเกิดส่วนไหนก็เปอรเซ็นต์ในชาติปัจจุบัน ชาติถัดไปก็เปอรเซ็นต์ ชาติต่อไปก็เปอรเซ็นต์ มันพูดชัดๆ ไม่ได้ แต่ถ้าบอกว่าเราทำบุญอะไรไว้มีผล อย่างนี้คือสิ่งที่ตายตัวแน่นอน แต่ผลจะออกมาในรูปแบบไหนมันก็ขึ้นอยู่กับการทำบาปของเราและส่วนอื่นๆ ในชีวิตเราด้วย ก็ดีนะสำหรับเรื่องสมมุติ ในการที่ตั้งคำถามว่า ...สมมุติว่า...นี้สนุกด้วยแล้วก็เป็นการชวนให้คิดอะไรๆ ดีด้วย เวลาสมมุติอะไรขึ้นมาแล้ว จะทำให้มุมมองของเก่าในมุมมองใหม่

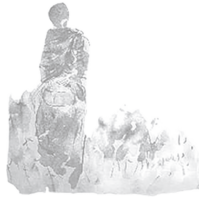
๓๕ คำถาม: นักเรียนที่ช่างสังเกตคงเห็นว่าวันนี้ท่านอาจารย์ไม่ได้มาแบบศิลปินเดี่ยว มีพระอีกรูปมาด้วย คือท่านอาจารย์มุทิตา ท่านเป็นพระสายวัดป่าพง วัดป่านานาชาติเหมือนกัน ท่านเป็นพระชาวบราซิล จำพรรษาอยู่ที่จังหวัดนครนายก และวันนี้ท่านมาเยี่ยมเยียนพวกเรา

วันนี้ท่านอาจารย์มีคำถามจะถามเด็กนักเรียน อะไรเป็นที่มาของคำว่า “นครนายก” ทำไมท่านถึงตั้งชื่อจังหวัดว่า นครนายก เป็นเพราะนายกรัฐมนตรียุคอยู่ที่นั่นหรือเป็นเพราะอะไร มีใครรู้ไหม ...

คำตอบ: ก็คือ ที่ดินที่จังหวัดนี้ว่ากันว่าคุณภาพไม่ค่อยดี ทางกรมในสมัยก่อนจึงอนุญาต ให้เกษตรกรเฉพาะที่นั่นไม่ต้องเสียภาษีที่ดิน เพราะทำมาหากินยาก ให้เป็นนายก คือนาที่ยกเว้นภาษี

หลายปีที่แล้วท่านอาจารย์เคยสนทนาธรรมกับพระผู้ใหญ่จากศรีลังกา ท่านบ้นตฤณรัตนะ เป็นพระมหาเถระชาวสิงหลที่ไปอยู่อเมริกานานกว่า ๔๐ ปี ท่านรับนิมนต์สอนกรรมฐานทั่วโลก หลายสิบประเทศ อาตมาถามท่านว่า ในบรรดาหลายสิบประเทศที่หลวงพ่อกเคยไปสอน ท่านประทับใจชาวพุทธหรือนักปฏิบัติในประเทศไหนมากที่สุด ท่านตอบว่า บราซิลเป็นที่หนึ่งแน่นอน ชาวบราซิลตั้งอกตั้งใจ

ปฏิบัติกันอย่างน่าชื่นใจ ตอนนี้ชมรมพุทธที่บราซิลเข้มแข็ง
พอสมควร เราอยากสร้างวัด ปีนหน้าอาจารย์มุทิโตรับนิมนต์
จะไปสร้างวัดสาขาที่ประเทศบราซิล



วันนี้ท่านอาจารย์ตอบปัญหาหมาพอสสมควรแล้ว จะขอยกไมโครโฟนให้อาจารย์มุทิตา ท่านพูดภาษาไทยได้ดีมาก ใครมีคำถามก็ถามท่านได้ หรือนักเรียนจะสัมภาษณ์ท่านไม่ว่าจะเป็นเรื่องส่วนตัว เรื่องการปฏิบัติ เรื่องประเทศบราซิล เรื่องศาสนาพุทธในประเทศบราซิล หรือโครงการของท่านที่จะไปเผยแผ่ในบราซิลก็ได้

๑ คำถาม : นิมนต์พระอาจารย์มุทิตา แนะนำองค์ท่านว่าบวชตั้งแต่เมื่อไร ที่ไหน ด้วยครับ

พระอาจารย์มุทิตา : เจริญพร อาตมาชื่อพระมุทิตา เป็นชาวบราซิล อายุ ๔๐ ปี บวชมาแล้ว ๑๒ พรรษา (ณ ปี พ.ศ. ๒๕๕๙) ที่วัดป่านานาชาติ ตอนนี้อาตมาอยู่นครนายก ถ้าใครมีคำถามอะไรเกี่ยวกับประเทศบราซิล ก็ถามได้ รู้จักประเทศบราซิลไหม ตอนนี้มีเหตุการณ์พิเศษที่ประเทศบราซิล คือ กีฬาโอลิมปิก ประเทศไทยได้เหรียญทองกีฬารีเบญ

ประเทศบราซิลอยู่อีกฝั่งของโลก ๙ โมงเช้าที่ประเทศไทย ประเทศบราซิลสองทุ่มพอดี ความเป็นอยู่ของชาวบราซิล จริงๆ ก็ใกล้เคียงกับคนไทย อากาศร้อนสบาย คล้ายๆ กัน ตั้งแต่อาตมามาอยู่ประเทศไทย มีข้อสังเกตพิเศษคือ ความเป็นอยู่ของบุคคลเป็นเหตุกำหนดลักษณะของจิตใจจริง ๆ คนอยู่เมืองที่อากาศหนาวก็มีกิริยา

อย่างหนึ่ง คนที่หาเลี้ยงชีพอยู่ในประเทศที่อากาศร้อนก็จะมีกิริยาอีกอย่างหนึ่ง อาตมามาจากประเทศบราซิล มาถึงประเทศไทยแล้วรู้สึกสบาย มีอุปสรรคอย่างเดียวคือภาษา ถ้าเรายังพูดภาษาเขาไม่ได้ ก็ยังไม่เข้าใจกัน แต่ถ้าได้ภาษาแล้ว ก็เข้าใจกันได้สบาย ตอนอยู่วัดปานานาชาติกับชาวฝรั่ง ชาวยุโรป ชาวอเมริกัน รู้สึกว่าไม่ค่อยเข้าใจกันเท่าไร ทำไมอยู่ด้วยกันแต่ไม่ค่อยเข้าใจกัน แม้ว่าอาตมาจะพูดภาษาอังกฤษได้ ก็ยังอยากย้ายไปอยู่วัดไทย รู้สึกเข้าใจกันง่าย แปลกเหมือนกันนะ มันมีลักษณะ มีความคิด มีความรู้สึกคล้ายกัน ระหว่างชาวบราซิลกับคนไทย

อาตมาสงสัยว่าเราคิดไปเองหรือเปล่า จึงไปถามคนไทยที่เคยอยู่ประเทศบราซิลว่า มีความรู้สึกเช่นนี้ไหม เขาก็ว่า... ใช่... มีความรู้สึกอย่างเดียวกัน เหมือนกับว่าประเทศไทยกับประเทศบราซิลเป็นพี่น้องกัน ความรู้สึก ความ เป็นอยู่คล้าย ๆ กัน มีอุปสรรคอย่างเดียวคือภาษา ภาษาบราซิลกับภาษาไทยไม่เหมือนกันเลย ประเทศบราซิลใช้ภาษาโปรตุเกส เพราะเคยเป็นเมืองขึ้นของโปรตุเกส เดียวนี้ก็ยังใช้ภาษาโปรตุเกส

๒ คำถาม: บราซิลมีชาวพุทธไหมครับ

คำตอบ: มีน้อยมาก ส่วนใหญ่นับถือศาสนาคริสต์ นิกายคาทอลิก แต่ประเทศบราซิลเป็นประเทศที่รวมชาติ

หลายชาติเหมือนกัน มีคนแอฟริกัน คนยุโรปทั่วยุโรป ทั้งโปรตุเกส สเปน อิตาลี เยอรมัน อังกฤษ มาอยู่รวมกันที่ประเทศบราซิล จากเอเชียก็มีคนญี่ปุ่นเยอะมาก ๆ เคยมีการสำรวจว่า นอกประเทศญี่ปุ่น ประเทศที่มีชาวญี่ปุ่นอยู่มากที่สุดเป็นอันดับที่สองในโลกคือบราซิล คนจีนก็เข้ามาอยู่มากเหมือนกัน มีวัดจีนด้วย ชาวพุทธที่อยู่ในบราซิล คือคนญี่ปุ่น กับคนจีน แต่ชาวพุทธมีน้อย และไม่ค่อยมีคนไทยสักเท่าไร

เดือนธันวาคมปี ๒๕๕๙ นี้ อาตมาจะกลับไปตั้งวัดไทยที่ประเทศบราซิล ถ้าใครอยากไปเที่ยวก็ได้ อยู่ที่เมืองรีโอเดจาเนโร ที่เขาแข่งโอลิมปิก อาตมาบวชเป็นพระชื่อ มุทิโต แต่ชื่อเดิมคือ Adigro เกิดที่เมืองเซาเปาโล และส่วนใหญ่ก็ใช้ชีวิตอยู่ที่เซาเปาโล อาตมาเรียนภาษาไทยเองนะ ไม่มีใครสอน เพราะฉะนั้น เราเป็นคนไทย ก็น่าจะเรียนภาษาโปรตุเกสได้บ้างนะ ในเมื่อชาวบราซิลเรียนภาษาของเราได้ ทำไมคนไทยจะเรียนภาษาของเขาไม่ได้ละ ยากนะที่จะหาคนไทยพูดภาษาโปรตุเกส ถ้าเรียนได้ก็ไปอยู่บราซิลได้เลย

๓ คำถาม : ทำไมท่านจึงบวชเป็นพระ

คำตอบ : มันอธิบายยาก เป็นความรู้สึกอยู่ในใจ เราอยู่เมืองเซาเปาโลที่บราซิล ตั้งแต่เป็นเด็ก เรารู้สึกว่า มีอะไรที่ยังขาดอยู่ มีอะไรที่มันยังไม่สมบูรณ์ ไม่รู้เป็นอย่างไร มัน

เป็นความรู้สึกอยู่ในใจตั้งแต่เป็นเด็ก เหมือนกับเราเป็นนักแสดงหา หาอะไรบางอย่างที่มันขาดอยู่ แต่ก็ไม่รู้ว่าการหาอะไร เพราะเป็นเด็กยังไม่มีความรู้ เมื่ออายุมากขึ้น ก็ยังแสวงหาอยู่ หาหนังสืออ่าน ไปเรื่อย ๆ วันหนึ่งเห็นหนังสือเกี่ยวกับศาสนาพุทธ พอเห็นแล้วก็... เอ้อ! นี่คือนี่สิ่งที่เรากำลังแสวงหา พอเจอแล้ว ก็รู้ว่ากำลังแสวงหาตัวนี้แหละ เกิดความรู้สึกซาบซึ้งในใจ ที่โน่นมีสมามคมชาวพุทธแล้ว แต่ยังไม่มีการ แต่มีพวกฆราวาสรวมตัวกันนั่งสมาธิ ศึกษา คำสอนของพระพุทธเจ้า อาตมาก็เลยจะไปศึกษาด้วย

ที่ตั้งใจบวชเป็นพระเพราะอะไร สมัยนั้นอาตมาศึกษาอยู่มหาวิทยาลัย จบแล้วอาตมาถามตัวเองว่าอยากทำอะไร ต่อ เราชอบอะไรบ้าง เราเคยมีทุกอย่าง มีแฟน มีรถ ไปเที่ยวเล่นทุกอย่าง แบบคนธรรมดา มีประสบการณ์พอสมควร ก็ถามตัวเองว่า สิ่งต่าง ๆ ที่เราเคยทำ เราชอบอะไรบ้าง คิดอย่างไร ๆ ก็ไม่นึกชอบอะไร.... สุดท้าย..ชอบนั่งสมาธิ เอ๊ะ... นั่งสมาธิแล้วทำอะไรได้บ้าง จะทำอะไรดีหนอ บวชเป็นพระไหม ลองดูไหม ถ้าเราบวชเป็นพระ เราจะมีกุฏิ มีความวิเวก มีความเงียบ มีเวลาว่างทำความเพียร ถ้าเราเป็นคฤหัสถ์ เราต้องดิ้นรนหาเลี้ยงชีพแบบคนทั่วไป ต้องศึกษา ต้องมีครอบครัว ต้องทุกข์ยากลำบากหลายอย่าง จากประสบการณ์ของอาตมา ไปทำงานทั้งวัน มันทนหมดแรง กลับบ้านก็ไม่อยากจะนั่งสมาธิแล้ว อยากจะนอนดูทีวีอย่างเดียว

อาตมาดูภายในใจตนเอง ถ้าเราเป็นอย่างนี้ต่อไป เราไปไม่ไหวแล้ว ไปบวชเป็นพระดีกว่า ก็เลยศึกษาดูว่าที่ ไหนศาสนาพุทธยังเจริญอยู่ อาตมาได้ข่าวว่าประเทศ ศรีลังกา ประเทศพม่า ยังมีอยู่ แต่ประเทศไทยดีกว่า ยังมีพระถือพระวินัยเหมือนเดิม เหมือนสมัยพระพุทธเจ้า ถือ คือพระสายกรรมฐาน หลวงปู่มั่น หลวงปู่ชา อาตมา ดูแล้ว คิดว่าต้องไปประเทศไทย แต่อาตมาไม่เคยได้ยินชื่อ ประเทศไทยมาก่อน นั่นเป็นครั้งแรกที่ได้ยินชื่อประเทศไทย ไม่ทราบว่าจะประเทศไทยอยู่ตรงไหนในโลก ก็ไปดูแผนที่ว่า ประเทศไทยอยู่ไหน ต้องไปไกลเหลือเกิน ไม่รู้ใช้ภาษา อะไร กินข้าวอย่างไร ไม่รู้อะไรเลย อาตมามาด้วยศรัทธา จริงๆ แบบว่าอยากบวชเป็นพระในศาสนาพุทธ อยากมา ประเทศไทยก็มาเลย อาตมารู้สึกว่าโชคดีมากที่ได้พบวัด ป่านานาชาติ เพราะหลายคนที่มาบวชในประเทศไทยก็ ไปวัดอื่นบ้าง ไปนี้ไปโน่น ถึงแม้ประเทศไทยมีศาสนาพุทธ ที่สมบูรณ์มาก บางคนก็ไม่มีบุญได้เจอสถานที่ที่สมบูรณ์ สำหรับการศึกษากรรมฐาน อาตมาไปวัดป่านานาชาติ เป็นที่แรกเลย รู้สึกว่าเป็นบุญเป็นวาสนาของอาตมาที่ได้ หลวงพ่อเลี่ยมเป็นพระอุปัชฌาย์ รู้สึกว่าเป็นบุญพิเศษ ชาตินี้ไม่เสียชาติเกิด ได้บวชเป็นพระ ตามแนวกรรมฐาน ของหลวงปู่ชา คงพอสมควร

ขอขอบคุณและอนุโมทนาหोजดหมายเหตุพุทธทาส อินทปณญ์

ซึ่งได้รวบรวมคณะบุคคลซึ่งมีจิตศรัทธาและจิตอาสาในการถอดไฟล์เสียง
และตรวจทานต้นฉบับ ตาม ตอบ ปัญหาธรรมะทั้ง ๑๖ หมวด

(ปี พ.ศ. ๒๕๕๙-๒๕๖๐)

คุณจารุวรรณ พลเศรษฐเลิศ ผู้ประสานงานกลาง

- หมวด ๑ คุณศรีพันธ์ จันทรักคะ คุณแววดาว กาไชย คุณณิชารัตน์ เอบัญญผล
และ คุณสิบพร สี่หิโสภณ
- หมวด ๒ คุณบุญณิศา วิเศษสินธุ์ และ คุณจุฑามาศ โกมลวัฒน์ชัย
- หมวด ๓ คุณลัดดาวัลย์ รัชตขจรกิจ และ คุณหทัยทิพย์ หอมแสงประติษฐ
- หมวด ๔ คุณอโนมา เหมประสิทธิ์กุล คุณรุ่งฟ้า รังสีมงคล คุณกิริติ นาคประสิทธิ์
และ คุณพัชรินทร์ ประทีปธรรม
- หมวด ๕ คุณรุ่งอรุณ ผลผดุง และ คุณวรพัญ ไทยเหนือ
- หมวด ๖ คุณศศิธร ลีลาเชียร คุณเกรียงยศ ฉัตรกุลจันทร์ และ คุณกิริติ นาคประสิทธิ์
- หมวด ๗ คุณปัทมา จิวแจ่มใส และ คุณศศิธร ลีลาเชียร
- หมวด ๘ คุณอรารา ต้นธนสิน และ คุณหทัยทิพย์ หอมแสงประติษฐ
- หมวด ๙ คุณปัทมา จิวแจ่มใส และ คุณกิตยา ชีระสุตร
- หมวด ๑๐ คุณทศพร พูนพิพัฒนาการ และ คุณกิตยา ชีระสุตร
- หมวด ๑๑ คุณบุญณิศา วิเศษสินธุ์ คุณวารุณี สุขสมหมาย และ คุณวิไล ชีวภูมิพงศ์
- หมวด ๑๒ คุณพรพิมล ต่อประสิทธิ์กุล และ คุณกิตยา ชีระสุตร
- หมวด ๑๓ คุณศรีพันธ์ จันทรักคะ และ คุณธรรมสรณ์ คิตการดี
- หมวด ๑๔ คุณฐิตาลักษณ์ ประติษฐ์ทรัพย์ และ คุณธรรมสรณ์ คิตการดี
- หมวด ๑๕ คุณรุ่งอรุณ ผลผดุง และ คุณศศิธร ลีลาเชียร
- หมวด ๑๖ คุณศนิชา วิสิษฐนวรรช และ คุณธรรมสรณ์ คิตการดี



ขยสารโ ภิกขุ

นามเดิม	ฌอน ชิเวอร์ตัน (Shaun Chiverton)
พ.ศ. ๒๕๐๑	เกิดที่ประเทศอังกฤษ
พ.ศ. ๒๕๒๑	ถือเพศเป็นอนาคาริก (ปะขาว) อยู่กับพระพรหมวชิรญาณ (พระอาจารย์สุเมธ) ที่อังกฤษ ๑ พรรษา แล้วเดินทางมายังประเทศไทย
พ.ศ. ๒๕๒๒	บรรพชาเป็นสามเณร ที่วัดหนองป่าพง จังหวัดอุบลราชธานี
พ.ศ. ๒๕๒๓	อุปสมบทเป็นพระภิกษุ ที่วัดหนองป่าพง โดยมีพระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภัทโท) เป็นพระอุปัชฌาย์
พ.ศ. ๒๕๔๐-๒๕๔๔	รักษาการเจ้าอาวาส วัดป่านานาชาติ จังหวัดอุบลราชธานี
พ.ศ. ๒๕๔๕ - ปัจจุบัน	พำนัก ณ สถานพำนักสงฆ์ อ.ปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา
พ.ศ. ๒๕๖๒	ได้รับพระมหากรุณาธิคุณโปรดเกล้าฯพระราชทาน สมณศักดิ์เป็น พระราชพัชรมานิต
พ.ศ. ๒๕๖๓	ได้รับพระมหากรุณาธิคุณโปรดเกล้าฯพระราชทาน สมณศักดิ์เป็น พระเทพพัชรญาณมุนี



มูลนิธิปัญญาประทีป

ความเป็นมา

มูลนิธิปัญญาประทีป จัดตั้งโดยคณะผู้บริหารโรงเรียนทอสี ด้วยความร่วมมือ จาก คณะครู ผู้ปกครองและญาติโยมซึ่งเป็นลูกศิษย์พระอาจารย์ชยสาโร กระทรวงมหาดไทย อนุญาตให้จัดทะเบียนเป็นนิติบุคคลอย่างเป็นทางการ เลขที่ทะเบียน กท. ๑๔๐๕ ตั้งแต่วันที่ ๑ เมษายน ๒๕๕๑

วัตถุประสงค์

- ๑) สนับสนุนการพัฒนาสถาบันการศึกษาวิถีพุทธที่มีระบบไตรสิกขาของพระพุทธ ศาสนาเป็นหลัก
- ๒) เผยแผ่หลักธรรมคำสอนผ่านการจัดการฝึกอบรมและปฏิบัติธรรม และการเผยแผ่ สื่อธรรมะรูปแบบต่าง ๆ โดยแจกเป็นธรรมทาน
- ๓) เพิ่มพูนความเข้าใจในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์และสิ่งแวดล้อม สนับสนุน การพัฒนาที่ยั่งยืน และส่งเสริมการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
- ๔) ร่วมมือกับองค์กรการกุศลอื่น ๆ เพื่อดำเนินกิจการที่เป็นสาธารณประโยชน์

คณะที่ปรึกษา

พระอาจารย์ชยสาโรเป็นองค์ประธานที่ปรึกษา โดยมีคณะที่ปรึกษาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิใน สาขาต่าง ๆ อาทิ ด้านนิเวศวิทยา พลังงานทดแทน สิ่งแวดล้อม เกษตรอินทรีย์ เทคโนโลยี สารสนเทศ วิทยาศาสตร์สุขภาพ การเงิน กฎหมาย การสื่อสาร การละคร ดนตรี วัฒนธรรม ศิลปกรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น

คณะกรรมการบริหาร

มูลนิธิฯ ได้รับเกียรติจากรองศาสตราจารย์นายแพทย์ปริดา ทักคนประดิษฐ เป็นประธาน คณะกรรมการบริหาร และมีคุณบุบผาสวัสดิ์ รัชชตาตะนันท์ ผู้อำนวยการโรงเรียนทอสี เป็นเลขาธิการฯ

การดำเนินการ

- มูลนิธิฯ เป็นผู้จัดตั้งโรงเรียนมัธยมปัญญาประทีป ในรูปแบบโรงเรียนบ่มเพาะชีวิต เพื่อดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ด้านการศึกษาวิถีพุทธ ให้บรรลุวัตถุประสงค์ของมูลนิธิฯ ข้างต้น โรงเรียนนี้ตั้งอยู่ที่ บ้านหนองน้อย อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา
- มูลนิธิฯ ร่วมมือกับโรงเรียนทอสี ในการผลิตและเผยแผ่สื่อธรรมะ แจกเป็นธรรมทาน โดยในส่วนของโรงเรียนทอสีฯ ได้ดำเนินการต่อเนื่องตั้งแต่ ปี พ.ศ. ๒๕๔๕



โรงเรียนปัญญาประทีป

โรงเรียนปัญญาประทีป เป็นโรงเรียนประจำสหศึกษา ระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๑-๖ ตั้งอยู่ ณ อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา บนเนื้อที่ ๘๒ ไร่ ในสิ่งแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติอันร่มรื่น และภูมิสถาปัตยกรรมที่สวยงาม เอื้อต่อพัฒนาการทั้งทางกายและใจของเด็ก โดยมีการจัดสรรพื้นที่เป็น ๓ ส่วน ได้แก่ ส่วนกลางเป็นส่วนการศึกษาและการเรียนรู้ ส่วนบนด้านทิศเหนือเป็นบริเวณเพื่อการันทนาการและการกีฬา และส่วนล่างด้านทิศใต้เป็นแหล่งเรียนรู้เกี่ยวกับระบบนิเวศ การเกษตร และการพึ่งพาตนเองอย่างยั่งยืน



โรงเรียนปัญญาประทีป ก่อตั้งขึ้นด้วยความร่วมมือร่วมใจของคณะบุคคลในชุมชนโรงเรียนทอสี และเจตจำนงที่ตั้งมั่นของ คุณยายทอสี สวัสดิ์-ชูโต ผู้ให้ความสำคัญกับการศึกษาของเด็กไทยด้วยการสนับสนุนก่อตั้งโรงเรียนทอสี ที่บ่มเพาะเด็กเล็กที่เปรียบเสมือนต้นกล้าแห่งความดี ให้มีคุณธรรม และเป็นอนาคตที่มีคุณภาพของชาติ นำไปสู่การต่อยอด “โรงเรียนปัญญาประทีป” โรงเรียนระดับมัธยมศึกษาที่พุ่มพริกเยาวชนให้เติบโตขึ้นเป็นต้นไม้ใหญ่ที่แข็งแรง พร้อมยืนหยัดอยู่ในสังคมได้อย่างมั่นคงและปลอดภัย



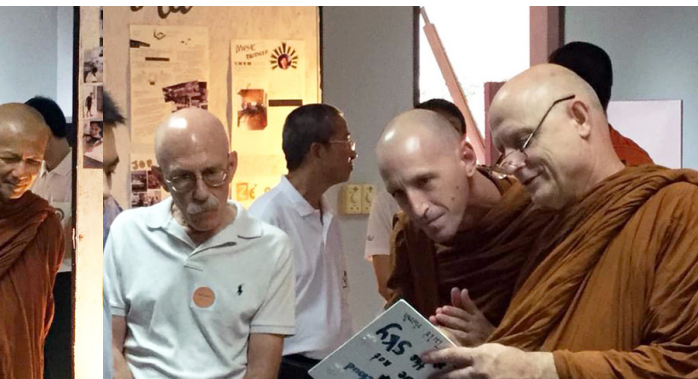
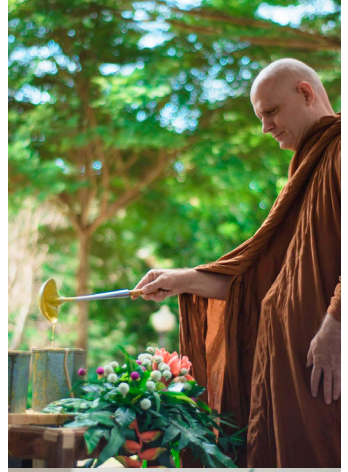
โรงเรียนปัญญาประทีป ภายใต้การดูแลของมูลนิธิปัญญาประทีปได้รับความเมตตาจาก พระเทพพัชรญาณมุนี (ชยสาโร ภิกขุ) เป็นองค์ประธานที่ปรึกษาให้กับทั้งมูลนิธิ และในส่วนของโรงเรียน ซึ่งพระอาจารย์เป็นผู้ที่มีความมุ่งมั่นในการศึกษา (ปริยัติ) ปฏิบัติ และเผยแผ่พระธรรมคำสอนของ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตามรอยของหลวงปู่ชา สุภัทโท ปรมจารย์ที่เคารพบูชายิ่งของพุทธศาสนิกชน ทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศ นอกจากกัลยาณมิตรฝ่ายสงฆ์แล้ว โรงเรียนปัญญาประทีปยังได้รับความเมตตาจากผู้ใหญ่อีกหลายท่าน ที่มีความเชี่ยวชาญทั้งทางศาสตร์และศิลป์ในหลากหลายสาขา เป็นที่รู้จักเคารพยิ่งในแวดวงการศึกษา และการพัฒนาชาติ ร่วมเป็นคณะกรรมการที่ปรึกษาให้กับโรงเรียนอีกด้วย

โรงเรียนปัญญาประทีป จัดการศึกษาในรูปแบบโรงเรียนปมเพาะชีวิต ภายใต้การจัดการวิถีการเรียนรู้ ที่เป็นไปเพื่อการพัฒนามนุษย์แบบองค์รวม (Wholistic Education) ทั้งในส่วนของการพัฒนาเรื่องความรู้ ที่สามารถนำไปประกอบสัมมาอาชีพ คือ เนื้อหาด้านวิชาการและทักษะด้านวิชาชีพ รวมถึงส่วนของการพัฒนาที่สำคัญ คือ พัฒนาชีวิต ของแต่ละบุคคลในชุมชน ในที่นี้หมายถึงภาพรวมทั้ง เด็ก ครู และผู้ปกครอง โดยใช้หลัก “ภาวนา ๔” เป็นแกนกลาง เพื่อสอนวิชาการควบคู่กับวิชาชีวิต



“ภาวนา ๔” เป็นเรื่องของการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับโลกฝ่ายวัตถุ (กายภาวนา) การพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับโลกฝ่ายสังคม (ศีลภาวนา) การพัฒนาจิตใจ (จิตภาวนา) และการพัฒนาปัญญา (ปัญญาภาวนา) โดยหลักสูตรจะช่วยสร้างเสริมภาวนาทั้ง ๔ ด้านควบคู่กันไป เพราะการพัฒนาปัญญาจะเกิดขึ้นได้ จะต้องพัฒนาพฤติกรรม คือ กายและวาจาไปพร้อมๆ กันด้วย ซึ่งหลักการนี้ไม่ได้แตกต่างจากหลักไตรสิกขาของพระพุทธศาสนา คือ พฤติกรรม (ศีล) จิตใจ (สมาธิ) และปัญญา

ดังนั้น จึงเห็นได้ว่า การพัฒนามนุษย์แบบองค์รวมของโรงเรียนปัญญาประทีป จะสามารถพัฒนาให้แต่ละบุคคลในชุมชนแห่งนี้ ค้นพบ และศรัทธาในศักยภาพของตนเอง พร้อมทั้งจะดำเนินชีวิตตามแนวทางที่ตนเลือก ด้วยจิตสำนึกในการดำเนินชีวิตที่สอดคล้องกับความเป็นจริงตามธรรมชาติ มองเห็นคุณค่าของวัฒนธรรม และภูมิปัญญาของบรรพบุรุษ สามารถนำมาปรับใช้ร่วมกับเทคโนโลยีสมัยใหม่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด พร้อมทั้งจะแลกเปลี่ยนแบ่งปันองค์ความรู้และขีดความสามารถซึ่งกันและกัน สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างเป็นสุข และนำพลังศรัทธาภายนอกไปสู่ความดีงาม





“...สิ่งที่จะศึกษาในโรงเรียนปัญญาประทีปอาจแตกต่างจากโรงเรียนทั่วไป และนี่คือเอกลักษณ์ของโรงเรียนปัญญาประทีป ซึ่งเน้นสอนเรื่องของพฤติกรรม ให้กินเป็นอยู่เป็น ศึกษาเรื่องความฉลาดในการวางตัวในสังคมให้ดีและเหมาะสม เน้นการฝึกสติในการจัดการกับอารมณ์ที่เคล้าหมอง ปลุกฝังสิ่งดีงามให้เกิดขึ้น ในจิตใจ และเน้นการพัฒนาปัญญา สอนเด็กให้เป็นคนที่มีรู้จักคิด รู้จักพิจารณา รู้จักถาม รู้จักวิเคราะห์ รู้จักคิดสร้างสรรค์ เกิดความยินดี ความสุข และความกระตือรือร้นในการศึกษาเรียนรู้ โรงเรียนต้องการสอนเด็กให้รู้จักเรียน มีฉันทะในการเรียน และมีความสามารถในการเรียน ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน สังคมสิ่งแวดล้อม จะเปลี่ยนอย่างไร โลกจะร้อนจะเย็น เศรษฐกิจจะดีจะแย่ แต่ผู้ที่ผ่านการศึกษาพุทธปัญญาแล้ว ย่อมพร้อมที่จะได้ประโยชน์ พร้อมที่จะรักษาตัวให้รอดได้ด้วยดี และพร้อมที่จะสร้างประโยชน์และความสุขทั้งกับตัวเองและคนอื่นด้วย นี่คือ อุดมการณ์ของโรงเรียนปัญญาประทีป...



อาตมาหวังว่า ปัญญาประทีปจะเป็นโรงเรียนต้นแบบหรือโรงเรียนตัวอย่างในการสร้างคนตามหลักวิถีพุทธปัญญา ให้ภาครัฐและสังคมทั่วไปได้รู้ได้เข้าใจกันว่า การศึกษาวิถีพุทธปัญญานั้นเป็นอย่างไร ซึ่งถ้าทำได้แล้ว แม้จะเป็นเพียงโรงเรียนเล็กๆ และจำนวนนักเรียนไม่มาก แต่จะสามารถสร้างประโยชน์ได้มาก เพราะความสำคัญอยู่ที่การเป็นตัวอย่างที่จะทำให้ผู้ที่ยังไม่รู้ไม่เข้าใจว่าวิถีพุทธปัญญาเป็นอย่างไร ทำได้อย่างไร เมื่อมาดูที่นี่แล้ว ก็จะได้ความคิด ที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในสถาน

ศึกษาของตน แม้จะไม่เหมือนกันทุกอย่าง แต่ก็สามารถนำบางส่วน นำหลักใหญ่ หรือหลักย่อย ไปใช้ให้เหมาะสมกับบริบทของแต่ละสถานศึกษาได้...

อาตมาสนใจและให้ความสำคัญในเรื่องการศึกษา จึงยินดีสละเวลา มาช่วยพัฒนาและเป็นกำลังใจให้โรงเรียนปัญญาประทีปมาตั้งแต่ต้นถือว่่าเป็น พระอาจารย์ประจำโรงเรียนทั้งๆ ที่ไม่ได้อยู่ในโรงเรียน แต่จะไปรับบิณฑบาต ไปพูดคุยกับนักเรียน อย่างน้อยทุกวันพระ การที่เราจะกลับไปสู่ระบบเดิม ที่ชุมชน กับพระมีความใกล้ชิดกัน เป็นความอบอุ่นซึ่งทุกวันนี้หาได้ยาก จึงหวังว่าเราจะ สามารถสร้างวัฒนธรรมดีๆ เหล่านั้นให้เกิดขึ้นได้..."

พระเทพพัชรญาณมุนี (ชยสาโร ภิกขุ)



"...การที่เราจะมีความสุขได้นั้น เราคิดว่าเราจะทำประโยชน์อะไรเพื่อชาติ และเพื่อสังคมได้บ้าง เมื่อพิจารณาแล้ว ก็เห็นว่าไม่มีอะไรดีไปกว่าการมีส่วนร่วมในการ สร้างเยาวชนที่ทั้งเก่งและดีมีคุณธรรม เพื่อเขาจะได้ช่วยพัฒนาประเทศชาติต่อไป การช่วยสร้างโรงเรียนต้นแบบการศึกษาวิถีพุทธปัญญาที่มีพระอาจารย์ชยสาโร เป็นองค์ประธานที่ปรึกษา โดยมีมูลนิธิปัญญาประทีปที่ไม่แสวงหาผลกำไรเป็น เจ้าของโรงเรียน ถือว่่าเป็นบุญกุศลอย่างยิ่งแล้วสำหรับชีวิต "

คุณยายทอสี สวัสดิ์-ชูโต



“โรงเรียนปัญญาประทีป ตัวอย่างการรวมพลัง บ้าน วัด โรงเรียน (บวร)
บ้าน : คือ ความกลมเกลียวเป็นครอบครัวเดียวกันของนักเรียน ผู้ปกครอง
ครู และชุมชน
วัด : มีพระสงฆ์เป็นหลักใจ และหลักชัย
โรงเรียน : แหล่งพัฒนาตนรอบด้าน และเป็นบ้านที่สองของทุกคน
ทำให้มีปัญญาเป็นประทีปนำทาง คือ เรียนให้รู้ ดูให้เห็น คิดให้เป็น
มุ่งบำเพ็ญความดี”

รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ปรีดา ทัศนประดิษฐ์
ประธานมูลนิธิปัญญาประทีป





