



วารสาร
พรทิชาลัย

ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๒๕ เดือนกรกฎาคม ๒๕๖๐

ฉบับ
ปฏิบัติธรรม
ในชีวิตประจำวัน



- ❖ วิสัยนาธรรม : ฆานยกวัตร วิชาจากแดง
- ❖ ปรากรธรรม : สำนักปฏิบัติธรรมที่สมนาม (๑)
- ❖ สัมภาษณ์ : ขอวงฟากนักปฏิบัติธรรม
- ❖ ปิณฑุภาควิณนี : รสมะ ๓๓ (๒)
- ❖ ปิณฑุภาควินะ : สิลลขธรรม (๒)



- ❖ ชวนคิด : Less is More พอคือดี
- ❖ เรื่องชุดพุทธบริษัท : ปฏิบัติธรรมอยู่ที่ใจไม่ใช่แค่รูปแบบ
- ❖ ทักนะ : ปฏิบัติธรรมนำชีวิตประจำวัน
- ❖ มอวเทศ - มอวไทย : พระมาลัย (๔)



สุขทางโลก ไม่เคยพอ
สุขทางธรรม คือความพอ

— ❦ —
โลกเบียดเบียนไป แต่หัวใจ ฉันไม่เบียดเบียน
โลกอนาถาใจ ฉันพิทักษ์ เวียนศึกษา
โลกเป็นไฟ ฉันอุกภัย ให้เมตตา
โลกไม่เว้นฉัน ใจฉันพัก รู้จักพอ ๗

— ❦ —
ปัญญา



เปิดเล่ม

วารสารโพธิyalยฉบับนี้ เป็นฉบับแรกของปีที่ ๓
ชื่อฉบับว่า “**ปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน**”

คำว่า ปฏิบัติธรรม คนทั่วไปมักเข้าใจว่า คือการไป
เข้าวัดเพื่อไปถือศีล เจริญภาวนา ซึ่งในความเป็นจริง
แล้ว ความเข้าใจดังกล่าว เป็นการจำกัดความที่แคบ
มาก และไม่ถูกต้องทั้งหมด ในเรื่องนี้ท่านเจ้าประคุณ
สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ดำริถึง
ประเด็นนี้ว่า เป็นเรื่องน่าเป็นห่วง เพราะเป็นความ
เข้าใจที่ไม่ถูกต้องทั้งหมด ถูกเพียงส่วนเดียว เพราะ
การปฏิบัติธรรมนั้น สามารถทำได้ในชีวิตประจำวัน
หากมีความรู้ ความเข้าใจธรรมะ อย่างถูกต้องตามหลัก
การในพระพุทธศาสนา

ด้วยเหตุนี้เอง โพธิyalย จึงได้คัดเลือกเรื่องราว
ที่เกี่ยวกับหัวข้อนี้มาเผยแพร่ให้เป็นที่เข้าใจอย่างถูก
ต้องโดยทั่วกัน นับตั้งแต่เรื่อง **สำนักปฏิบัติธรรมที่สม
นามฯ** ซึ่งแสดงโดย เจ้าประคุณสมเด็จฯ เอง แต่เรื่องนี้
มีความยาวเกินกว่าจะลงพิมพ์ในครั้งเดียว จึงต้องคอย
ติดตามต่อในฉบับหน้า

นอกจากนั้น ก็ยังมีเรื่องอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการ
ปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน เช่น เรื่องชุดพุทธบริษัท
ตอน **ปฏิบัติธรรมอยู่ที่ใจ ไม่ใช่แค่รูปแบบ** ที่จะเผยแพร่
แง่คิดและวิธีการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน หาก
ผู้ใดทำได้ การดำเนินชีวิตก็คือการปฏิบัติธรรมไป
ในตัว ปฏิบัติอยู่ทุกขณะจิต ผลก็คือ จิตใจที่สบาย
ไม่ทุกข์ร้อน มีเมตตา กรุณา เป็นสิ่งแวดล้อมที่ดี
ในสังคม ใครอยู่ใกล้ก็จะได้รับรู้ เป็นแบบอย่างให้
ผู้อื่นได้ประพฤติตาม เป็นเรื่องเรียบง่าย อ่านสบาย
และนำมาใช้งานได้จริง

อีกเรื่องหนึ่งที่ภูมิใจนำเสนอ คือเรื่อง **ของฝาก
นักปฏิบัติธรรม** บทสัมภาษณ์ พระโสภณภาวานาวิเทศ
(พระอาจารย์แดน กัลยาโณ) แห่งวัดพุทธโพธิวัน

เมืองเมลเบิร์น ประเทศออสเตรเลีย ท่านเป็นชาว
อังกฤษ ลูกศิษย์หลวงพ่อชา (พระโพธิญาณเถร)
วัดหนองป่าพง จังหวัดอุบลราชธานี ท่านเดินทางกลับ
มาประเทศไทยเพื่อทำภารกิจบางประการ คณะผู้จัด
ทำได้ส่งรองบรรณาธิการของเราไปสัมภาษณ์ท่าน
เกี่ยวกับเรื่องการปฏิบัติ เพื่อมาตีพิมพ์ในวารสารฉบับ
นี้โดยเฉพาะ หวังว่าท่านอ่านเรื่องนี้แล้วผู้อ่านจะรู้สึกชื่นมื่น
เพราะความมองโลกในแง่ดีของครูบาอาจารย์

เรื่องที่ยากจะขอเชิญชวนให้อ่านมากที่สุด
คือ **งานยกฉัตร พระธาตุสมันตมหาปฏิฐานเจดีย์
วัดจากแดง** บทสัมภาษณ์พระอาจารย์มหาประนอม
ธมมาลงกาโร รองเจ้าอาวาสวัดจากแดง บรรณาธิการ
อำนวยการของวารสารโพธิyalย ในเรื่องนี้ผู้อ่านจะได้
เข้าใจความหมายของคำว่า **ฉัตร** ได้อย่างลึกซึ้ง เข้าใจ
ว่าทำไมต้องมีฉัตร

เรื่องที่น่าประทับใจสำหรับงานยกฉัตรที่
วัดจากแดงก็คือ งานนี้เป็นความร่วมมือ ร่วมใจ
ร่วมศรัทธา ของพุทธบริษัทถึง ๓ ประเทศ คือ ไทย
เมียนมาร์และลาว ซึ่งท่านจะพบรายละเอียดเรื่องนี้
ได้จากบทความ

งานนี้เป็นงานใหญ่ที่น่าตื่นตะลึง เพราะมีผู้มา
ร่วมงานนับหมื่นคน เฉพาะชาวเมียนมาร์ก็กว่าสี่พันคน
ชาวเมียนมาร์ เป็นชาวพุทธที่น่ารัก น่าประทับใจมาก
ไม่ว่าเขาจะอยู่ที่ใดของโลก เขาจะยังคงรักษาความรัก
และศรัทธาในพระพุทธศาสนาอย่างมั่นคง แน่นหนัก
ไม่เสื่อมคลายลงไป แม้ว่าจะตกอยู่ในวัฒนธรรมอื่น
ที่ไม่ได้เหมือนกับที่บ้านเมืองของตน ถึงวันสำคัญใน
ทางพระพุทธศาสนา เขาจะรวมตัวกันมาวัด ถึงจะ
ยากจน ก็ทำทาน ตั้งโรงทานแจกอาหาร น้ำดื่ม ไม
น้อยหน้าคนไทย และพวกเขาจะแสดงความเคารพ
พระศาสนาและบูชาพระธรรมด้วยการแต่งตัวที่

สวยงามตามประเพณีของเขา
คนไทยอย่างเราเห็นแล้วอด
ชื่นชมไม่ได้ เป็นภาพประทับใจ
สุดจะบรรยาย

ประเทศที่เป็นเถรวาท
ตอนนี้มีเหลืออยู่ไม่กี่ประเทศ
นับเป็นเรื่องที่ดีที่ได้มารวมตัว
กันทำกิจกรรมในทางพระพุทธ
ศาสนา เพื่อสืบทอดประเพณี
อันดีงามร่วมกัน พูดได้ว่า นี่
คือการปฏิบัติธรรมอย่างหนึ่ง
ในพระพุทธศาสนา นั่นก็คือ
กิจกรรมเสริมสังฆกิจใน
พระพุทธศาสนา ยกระดับ
จิตใจให้น้อมระลึกถึงแต่พระ
รัตนตรัยอยู่เสมอ

ในสังคมที่วุ่นวาย สับสน
ผู้คนประสบปัญหาต่างๆ มาก
มาย ไม่มีทางออก เครียด เป็น
โรคประสาท ตลอดจนฆ่าตัว
ตาย ซึ่งปรากฏเป็นข่าวอยู่ทุก
วัน จึงถึงเวลาแล้ว ที่เราควร
นำเอาการปฏิบัติธรรมมาใช้ใน
ชีวิตประจำวัน ไม่ใช่คอยแต่
เวลาไปวัดเพียงอย่างเดียว

โพธิยาลัยฉบับนี้ จะเป็น
คู่มือเล่มน้อยอีกเล่มหนึ่ง ที่
อาจช่วยให้ผู้อ่านได้รับแง่คิด
เพื่อการนำไปประยุกต์ใช้ตาม
สมควรแก่กรณี

คณะผู้จัดทำ

ประธานที่ปรึกษา

พระครูธรรมธรสมนัต นนทิโก
อัครมหาบัณฑิต

บรรณาธิการอำนวยการ

พระมหาประนอม ธมมาลังกาโร

บรรณาธิการบริหาร

พนิดา อัจฉรินทร์เพ็ญ

panitaang@gmail.com

รองบรรณาธิการ

ทพญ. อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ

Acharak7153@gmail.com

ประสานงาน

พระครูประคุณสรกิจ

(พระมหาการุณย์ กุศลนนโท)

pk.krun21@gmail.com

กองบรรณาธิการ

คณะสงฆ์วัดจากแดง

สำนักงาน : วัดจากแดง

๑๖ หมู่ ๖ ถ.เพชรหึงษ์

ช.เพชรหึงษ์ ๑๐

ต.ทรงคนอง อ.พระประแดง

จ.สมุทรปราการ ๑๐๑๓๐

โทรศัพท์. ๐๒-๔๖๔-๑๑๒๒

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : กรกฎาคม ๒๕๖๐

จำนวน ๕,๐๐๐ เล่ม

ปก

รุ่งอรุณที่สุคะโต

ภาพปก

Neng Tiao, คนข้างหลัง

เครดิตภาพ

มหาบ้านนอก, Cagino bhikkhu,

เขมา เขมะ

ศิลปกรรม

สหมิตรกรูปีพิมพ์

อุปกรณ์อุปกรณ์คอมพิวเตอร์

โดยคุณพัชรพิมล ยังประภากร

ประธานกรรมการสินค้าแบรนด์

‘สุวิมล’

จัดพิมพ์โดย

สหมิตรพริ้นตังแอนด์พับลิซซิง

โทร. ๐๒ ๙๐๓ ๘๒๕๗-๙

- ❁ งานยกฉัตร วัดจากแดง.....๓
- ❁ สำนักปฏิบัติธรรมที่สมนาม ตอน ๑.....๑๐
- ❁ ของฝากนักปฏิบัติธรรม.....๑๕
- ❁ ธรรมะ ๓๗ ตอน ๒.....๑๙
- ❁ สัปดาห์ธรรม ตอน ๒.....๒๗
- ❁ Less is More. พอดีดี.....๓๐
- ❁ ปฏิบัติธรรมอยู่ที่ใจไม่ใช่แค่รูปแบบ.....๓๔
- ❁ ปฏิบัติธรรมนำชีวิตประจำวัน.....๓๘
- ❁ พระมาลัย ตอน ๔.....๔๔
- ❁ กวีนิพนธ์ : เช็ด ขันน้ำ.....๔๘

หากท่านผู้อ่านมีความประสงค์จะติดต่อ
กองบรรณาธิการวารสารโพธิยาลัย หรือ
ต้องการแสดงความเห็น ทิชม หรือคำแนะนำใดๆ
กรุณาติดต่อได้ที่อีเมลล์ pk.krun21@gmail.com
(พระครูประคุณสรกิจ หรือพระมหาการุณย์
กุศลนนโท)

วารสารโพธิยาลัยจัดพิมพ์ด้วยปัจจัย
บริจาคของท่านผู้มีจิตศรัทธา โดยเลือกใช้
กระดาษถนอมสายตาเพื่อรักษาสุขภาพของ
ผู้อ่าน เปี่ยมด้วยคุณค่าทางปัญญาที่คัดสรร
เพื่อแจกเป็นธรรมทานและบริจาคไปตามห้อง
สมุด หากท่านอ่านจบแล้ว ต้องการแบ่งปันธรรม
ทาน โปรดส่งต่อให้ท่านอื่นที่เห็นคุณค่า หรือ
มอบให้ สถาบัน ห้องสมุด วัด หรือสถานปฏิบัติ
ธรรมต่างๆ เป็นต้น เพื่อให้เกิดประโยชน์ทาง
ปัญญากว้างขวางต่อไป

ท่านสามารถติดตามอ่านวารสารโพธิยาลัย
ทุกฉบับย้อนหลังได้ทาง เว็บไซต์วัดจากแดง
www.watchakdaeng.com, เว็บไซต์ชมรม
กัลยาณธรรม www.kanlayanatam.com
และ Facebook Page : Kanlayanatam

ขออนุโมทนาบุญผู้ร่วมจัดพิมพ์วารสารฉบับนี้

๑. ชมรมกัลยาณธรรม
๒. คุณจิรวรรณ ศิริจิตร และครอบครัว
๓. คุณสุวพร หทัยสุทธิธรรม และครอบครัว
๔. คุณพ่อวัชร - คุณแม่ทองสุข โลหารักษ์พงศ์



งานยกฉัตร พระธาตุสมันตมหาปฎฐฐานเจดีย์ วัดจากแดง

ปูจจา : วันที่ ๑๖ มิถุนายนที่ผ่านมา วัดจากแดงของเรามีงานใหญ่ มีสาธุชนเข้าร่วมงานนับหมื่นคน คืองานยกฉัตร บูรณะฉัตร พระธาตุสมันตมหาปฎฐฐานเจดีย์ จึงอยากกราบเรียนถามที่มาของการบูรณะฉัตรในครั้งนี้ เกิดจากเหตุใดบ้าง ฉัตรเดิมชำรุดหรือว่ามีเหตุอื่นเจ้าคะ

วิสาขนา : สาเหตุของการยกฉัตรใหม่ครั้งนี้ มีหลายประการ ประการแรกเลย ในส่วนของตัวฉัตรเดิมชำรุด แล้ววัดเราอยู่ใกล้น้ำกร่อยน้ำเค็ม ทองที่ปิดไว้เจอความเค็มก็หลุดออกจากฉัตรหมด ประการที่ ๒ คือมีนกเอี้ยงเข้าไปทำรังเกิดไฟช็อต นกตายคารังนั้นแหละ ไฟก็ดับหมดนี้ส่วนหนึ่ง

ฉัตรนี้ เริ่มสร้างเมื่อปี ๒๕๔๘ พอปี ๒๕๕๐ ก็ยกฉัตรขึ้นครั้งแรก มาถึงปีนี้ก็ครบ ๑๐ ปี ตอนแรกคิดว่า ๔ ถึง ๕ ปีก็จะเปลี่ยน เพราะว่าเราอยู่ใกล้น้ำกร่อย โอน้ำเค็มขึ้นไป ก็ทำให้ฉัตรชำรุดได้เร็วขึ้น เคยขึ้นไปทาสีใหม่ เมื่อ ๔ - ๕ ปีที่แล้ว สียังใช้ได้ แต่ฉัตรรู้สึกว่ามันหมอง ไฟบนยอดฉัตรก็ดับหมดแล้ว เมื่อก่อนไฟติดเห็นยอดฉัตรสว่างไสว

อีกเหตุหนึ่ง เห็นว่าน่าจะมีการเปลี่ยนฉัตร เช่นที่เมียนมาร์เขาจะมีการเปลี่ยนฉัตรกันตอน ๕ ปี ๖ ปี ฉัตรเก่าหรือชำรุดก็จะซ่อมแซม ได้เตรียมการไว้เมื่อ ๒ ปีที่แล้ว ไปดูฉัตรว่าจะ

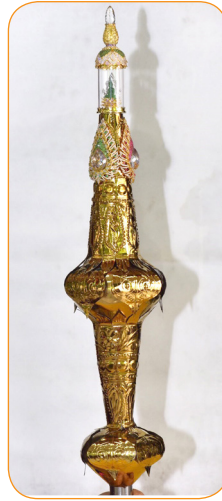
ทำอย่างไรที่สีทองจะไม่ชำรุด ก็เอาสแตนเลสสีทองมาลงเลย ไปสั่งทำที่เมียนมาร์ ราคา ๓ แสนบาท ก็เตรียมเอาไว้ แต่ยังไม่มีความทำยอดฉัตร รออยู่ระยะหนึ่งก็มีญาติโยมจากประเทศลาวเห็นทางวัดเอาฉัตรมาวางไว้ จึงขอเป็นเจ้าของภาพทำยอดฉัตรถวาย พอทำเสร็จเรียบร้อยแล้ว ๕ - ๖ เดือนแรก ก็ยังไม่มีเวลา ยังไม่มีโอกาสที่จะยกฉัตร เพราะยังไม่ปรึกษาหารือหมู่คณะ และยังไม่ได้ปรารถนาเหตุใดๆ ในการเอาฉัตรเดิมลงแล้วก็ยกฉัตรใหม่ขึ้นมา หาเหตุที่พอสมควรมากกว่าแค่เอาลงมาซ่อมยังไม่ได้ว่ามีเหตุอื่นที่สำคัญอย่างไรอีกไหม

มาพิจารณาว่า ในช่วงนี้พระศาสนาของเรา ก็มีปัญหาหลายอย่าง อยากช่วยฟื้นฟูพระศาสนา



และด้วยวาระที่พระมหากษัตริย์พระองค์เดิมสวรรคตไป ก็เห็นเป็นกาลสมควรจะเปลี่ยนฉัตร เพราะเปลี่ยนรัชกาลพระองค์ใหม่ ก็เอาเหตุผลหลายอย่างมาพิจารณาประกอบกัน

แต่เหตุผลที่สำคัญก็คือ อาศัยการยกฉัตรครั้งนี้ประสานความสัมพันธ์ระหว่างประเทศไทย เมียนมาร์ ลาว แล้วก็พหุติโยมจากประเทศลาวอยากจะทำฟื้นฟูพระพุทธศาสนา มีความคิดให้พระสงฆ์ลาวมาดูรูปแบบการศึกษาพระพุทธศาสนาในไทย ในเมียนมาร์ และทางพระผู้ทรงพระไตรปิฎกจากเมียนมาร์ก็จะไปเยี่ยมทางประเทศลาว ขอให้เอาตมาไปเป็นลุ่มให้เอาตมาก็ไปช่วยเป็นลุ่ม แล้วก็ได้ช่วยแนะนำต่างๆ แล้วก็มีความที่รู้ว่าวัดจากแดงมีพระลาวมาเรียนอยู่หลายรูป ญาติโยมส่วนหนึ่งก็เลื่อมใสศรัทธาจึงพิจารณาทำยอดฉัตรถวาย เพราะฉะนั้นงานนี้จึงเป็นการเชื่อมความสัมพันธ์ ๓ ประเทศ มี ไทย เมียนมาร์ ลาว โดยที่มี



วัดจากแดงเป็นแกน แล้วก็ก็มีสมาคมไทย-เมียนมาร์ เพื่อมิตรภาพ (ครบรอบ ๑๐ ปีที่ได้ก่อตั้งมา), สมาคมไทย - ลาว เพื่อมิตรภาพ และสมาคมไทย - เวียดนาม มีท่านทูต อดีตทูตหลายประเทศมาร่วมงาน ได้นิมนต์พระผู้ทรงพระไตรปิฎกองค์ที่ ๑๐ จากเมียนมาร์ มายกฉัตรที่เคยมายกฉัตรครั้งแรก ในปี ๒๕๕๐ ก็องค์นี้แหละ (พระภิกษุทันตะ - สุนทร)

ปุจฉา : ที่พระอาจารย์บอกว่าไปทำด้วยสแตนเลสสีทอง อันนั้นคือตัวฉัตรใช้ไหมเจ้าคะ

วิสัชนา : ใช่ๆ เหตุผลคือสีทองจะคงทนอยู่นาน ไม่ต้องปิดทอง มีตรงไหนที่อาจจะลอกบ้างก็ทำสีให้มันลอกออกยาก มองไกลๆ เหมือนกับสีทองจริงๆ จะแวววาว อยู่ตลอดเวลา เอาตมาไปสั่งทำที่เมืองมะละแหม่ง ประเทศเมียนมาร์เลย

ปุจฉา : ก็สรุปว่าตัวฉัตร เราใช้ช่างของเมียนมาร์เลย ส่วนของยอดฉัตรล่ะเจ้าคะ

วิสัชนา : ส่วนยอดฉัตรเป็นของพี่น้องชาวลาว ตัวฉัตรเป็นของเมียนมาร์ ก็เลยเอา ๓ ประเทศนี้ มาร่วมกันจัดงานครั้งนี้ คือ ไทย เมียนมาร์ ลาว

ปุจฉา : แล้วเวียดนาม มีส่วนเกี่ยวข้องอย่างไรเจ้าคะ



วิสัยทัศน์ : ทางเวียดนามมีส่วนที่ว่ามีพระเวียดนามมาเรียนที่วัดจากแดง แล้วกลับไปเผยแผ่พระพุทธศาสนาที่บ้านเกิดได้ แล้วก็ญาติโยมทางเวียดนามก็มาจองทำกุฏิที่วัดอยู่เนืองๆ แต่ทางเจ้าภาพหลักก็คือไทย เมียนมาร์ และลาว

ปจว : แล้งงบประมาณในการจัดทำฉัตร และจัดงานครั้งนี้ รวมประมาณเท่าไรเจ้าคะ

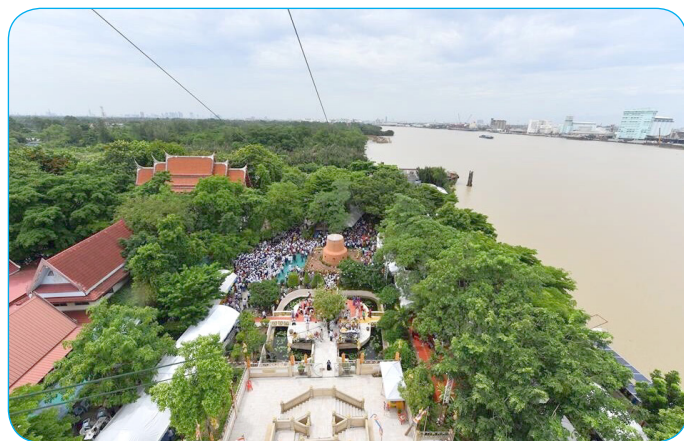
วิสัยทัศน์ : งบประมาณการทำฉัตร ในส่วนตัวฉัตร ที่เอาตมาไปสั่งทำเองก็ ๓ แสนบาท ในส่วนยอดฉัตร มีประดับด้วยอัญมณีต่างๆ ทางประชาชนชาวลาวช่วยกันเป็นเจ้าภาพถวาย ทั้งร้านพลอยของลาวก็ร่วมเป็นเจ้าภาพทำถวายทั้งหมด ฉะนั้น การเปิดงานก็ดี การจัดกิจกรรมการจัดชบวนแห่ต่างๆ จากเมียนมาร์ จากไทย จากลาว ก็มาผสมผสานกัน รวมงบประมาณในการจัดงานครั้งนี้ก็ประมาณ ๑ ล้านบาท ค่าจัดการ ค่าของต่างๆ ก็ประมาณ ๕ แสน ค่าจัดทำพิธี เชิญท่านที่มาทำพิธีจากประเทศเมียนมาร์ และจากไทยด้วย รวมกันแล้วประมาณ ๑ ล้านบาท

ปจว : บรรยากาศในวันงาน ทั้งขั้นตอนพิธีการ อยากให้พระอาจารย์เล่าให้ฟังหน่อยได้ไหมเจ้าคะ

วิสัยทัศน์ : ก่อนจะเล่าถึงบรรยากาศคร่าวๆ ของวันงาน อยากจะเล่าถึงเรื่องฉัตรก่อน อาตมาเคยพิมพ์หนังสือเรื่องฉัตรไว้ ๒ หมื่นกว่าเล่ม ฉัตร มีหลายประเภท ฉัตรของพระราชินี ฉัตรของพระพุทธเจ้า ฉัตรในพระพุทธศาสนา ฉัตรในพระศาสนาที่เกี่ยวกับธรรมะก็คือ **วิมุตติฉัตร** ฉัตรคือโลกุตตรธรรม ๙

ถ้าพูดถึงการยกฉัตรพระเจดีย์ ก็มีอันสังสัปกป้องกัน คุ่มครอง ให้ได้รับความปลอดภัย ในสมัยก่อน มีพระภิกษุรูปหนึ่งได้ทำบุญยกฉัตรก็ได้เป็นใหญ่ในหลายภพหลายชาติ สุดท้ายก็ได้วิมุตติฉัตร คือได้โลกุตตรธรรม ๙ พร้อมกับปฏิสัมภิทา ๔ ด้วย

แต่การยกฉัตรที่วัดจากแดงครั้งนี้ อยากจะให้เห็นไปถึงวิมุตติฉัตร ฉัตรเงิน ฉัตรทอง หรือฉัตรที่เป็นศาสนฉัตร คือฉัตรของพระศาสนา เพื่อจะเอาฉัตรที่เป็นวัตถุนี้ มาเป็นปริศนาธรรมให้เข้าถึง **“ฉัตรธรรมะ”** เพื่อมาปกป้องคุ้มครองให้สัตว์โลกอยู่ร่มเย็นเป็นสุข คืออาศัยงานยกฉัตรนี้สื่อไปถึงฉัตรคือธรรมะขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ให้ธรรมะแผ่ขยายออกไปให้คนได้ทำทั้ง ทาน ศีล ภาวนา ซึ่งเป็นเรื่องของปัญญา คือให้เข้าใจเรื่องฉัตร ไม่ใช่สักแต่ว่ายกฉัตรเอาบุญเอากุศลเท่านั้น





ปจฺฉา : ท่านที่มาในงานนี้คงสงสัยว่าแท้จริงแล้ว ฉัตรคืออะไร ฉัตรคือธรรมะที่คุ้มครองเราให้มีความร่มเย็น ไข้ไหมเจ้าคะ

วิสัยนา : ไข้ ฉัตรคือองค์ธรรม ตัวฉัตรนี้คือศีล ตัวโครงฉัตรคือสมาธิ ยอดฉัตรคือปัญญา ต้องการให้ตัวฉัตรคือ ศีล สมาธิ ปัญญา ปกป้องคุ้มครองสัตว์โลกให้อยู่เย็นเป็นสุข สุดท้ายเราจะได้ทั้งชุดที่เรียกว่าวิมุตติฉัตร ฉัตรคือความหลุดพ้น คือความหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง นั่นคือวัตรอุประสงค์สูงสุด ต้องการให้เชื่อมไปถึงจุดนั้น โดยอาศัยการยกฉัตรนี้เพื่อแสดงให้เห็นว่า ทานกุศล ศีลกุศล ภาวนากุศล อาศัยทานเป็นฐาน อาศัยศีลเป็นฐาน ขยับไปสมาธิ อาศัยสมาธิเป็นฐาน ขยับไปที่ปัญญา

คนไทยก็มาร่วมทอดผ้าป่ายกฉัตรด้วยในช่วงบ่าย อาตมาก็เทศน์เรื่องการยกฉัตรให้เข้าใจความหมายว่าฉัตรนี้คืออะไร พระผู้ทรงพระไตรปิฎกจากเมียนมาร์ก็เทศน์ให้ญาติโยมชาวเมียนมาร์ได้ฟังให้เข้าใจด้วยกัน แล้วก็ให้ธรรมะกับญาติโยม คือช่วงเช้าเป็นพิธีกรรมในเรื่องของการสร้างศรัทธาด้วยการแห่ฉัตรจากสะพานภูมิพล ยกฉัตร และการเจริญพระพุทธมนต์ แต่ช่วงบ่ายเป็นเรื่องของการให้ปัญญาไปจนถึงเย็นญาติโยมที่มายกฉัตร จะได้ศีล สมาธิ ปัญญา ได้เห็นว่าทำไมต้องมีศีล ทำไมต้องมีสมาธิ

ทำไมต้องมีปัญญา นั่นคือเอาฉัตรที่เป็นนามธรรมมาอธิบายให้ทุกคนเข้าใจถึงเหตุผลว่า “ศาสนฉัตร” คือพระธรรมคำสอนนี้ ต้องปกครองต้องปกป้องโลก เพราะโลกเราร้อนไปด้วยไฟราคะ ไฟโทสะ ไฟโมหะ จนร้อนระอุ แต่ถ้ามีศาสนฉัตรคือพระสัทธรรมคอยปกป้องคุ้มครองชาวโลก โลกก็จะสงบร่มเย็น แต่ถ้าวันไหนได้ฉัตรที่สูงที่สุดคือ “วิมุตติฉัตร” วันนั้นความหลุดพ้นก็จะเกิดขึ้นแก่สัตว์โลกทั้งมวล คือให้ตั้งปรารถนาเอาไว้ เข้าใจทั้งคุณค่าประโยชน์ของฉัตรที่เป็นวัตถุ และฉัตรที่เป็นนามธรรม เข้าใจทั้งสองอย่าง

ปจฺฉา : ทางพระพุทธศาสนา เราให้ความสำคัญกับเรื่องการยกฉัตรนี้อย่างไร แล้วมีอานิสงส์อย่างไรเจ้าคะ

วิสัยนา : ก่อนอื่นให้เข้าใจคำว่า “เจตีย์” แปลว่า สิ่งที่ควรเคารพกราบไหว้ เจตีย์มี ๔ ชนิด ๑. ธาตุเจตีย์ คือ เจตีย์ที่บรรจุพระธาตุ ๒. อุทเทสิกเจตีย์ คือ พระประธาน ๓. บริโภคเจตีย์ ต้นโพธิ์และอัฐบริขาร ๔. ธรรมเจตีย์ คือ พระธรรมคำสั่งสอน รวมทั้งพระไตรปิฎก ดังนั้นเจตีย์ ๔ ชนิดนี้ คือสิ่งที่ควรเคารพกราบไหว้ ตอนนีเรากำลังทำเรื่อง “ธาตุเจตีย์” คือเจตีย์ที่บรรจุพระธาตุ ซึ่งตั้งอยู่กลางแจ้ง เราจะทำอย่างไรให้เจตีย์ที่ตั้งอยู่





กลางแจ้งมีความร่มเย็น ให้ความร่มเย็นแก่เจดีย์ ก็ต้องมีการยกฉัตร เพื่อประดับ เพื่อเป็นร่มเงา ของยอดพระเจดีย์ ดังนั้น ฉัตรนี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้เกิดร่มเงา

ในสมัยโบราณ พ่อแม่ก็ตี ครูบาอาจารย์ก็ตี เปรียบเสมือนฉัตรที่ปกเกล้าลูกหลาน มีการตั้ง ฉัตร วางฉัตร ถ้าไปเมืองพาราณสีจะเห็นชัด มีการจัดแสดงฉัตรหินที่อยู่ในพิพิธภัณฑ์สารนาถ แต่ฉัตรที่ยิ่งใหญ่กว่านั้นคือ พระพุทธศาสนา เป็นร่มฉัตร ฉัตรนี้ ทางพระพุทธศาสนาจะนิยม ๙ ชั้น คือ โลกุตตรธรรม ๙ ถ้ามองข้างนอก จะเห็น ๓ ชั้น หมายถึง ศีล สมาธิ ปัญญา แต่ถ้ามองไปถึงข้างในจะเห็นเป็น ๙ ชั้น ก็คือ โลกุตตรธรรม ๙

ฉัตร แปลว่า ร่ม ร่มสำหรับธวายพระ ราชาเรียกว่า เสวตฉัตร หรือฉัตรขาว ส่วนร่ม ที่มากางพระเจดีย์ เรียกว่า โลกุตตรฉัตร หรือ วิมุตติฉัตร ฉัตรแห่งความหลุดพ้น เสวตฉัตร สำหรับพระราชา วิมุตติฉัตรสำหรับพระศาสนา ดังนั้นจะมีฉัตร ๒ ประเภท แล้วก็อุปมาให้เห็น ภาพว่า ทำไมต้องยกฉัตร เพราะพระเจดีย์ตั้งอยู่ กลางแจ้ง กลางแดด ลม ฝน ถ้ามีฉัตรก็ช่วยลด ความร้อนให้พระเจดีย์และได้บูชาด้วย สำหรับ อุทเทสิกธาตุเจดีย์ คือพระพุทธรูป หรือพระ ประธานก็มีฉัตร แขนงจากข้างบนลงมาเลย โดย

มากก็จะอยู่กลางอาคาร พระพุทธรูปที่อยู่นอก อาคารก็สร้างฉัตรธวาย นิยมธวายต่างหาก เพื่อ มิให้ตากแดดตากฝน ใครมาเห็นพระพุทธรูป นิ่งตากแดด ก็จะมาบ่นมาตำหนิว่า ทำไมปล่อยให้ พระพุทธเจ้า นั่งตากแดดตากฝน ไม่เหมาะสม ก็จะมีการยกฉัตร พอยกฉัตรเสร็จ คนก็ไปกราบ ไหว้พระพุทธเจ้า

ปจฉา : แล้ววันงานที่วัดเราจัดนั้น มีอะไร ติดขัดหรือมีปัญหาอะไรบ้างไหมเจ้าคะ

วิสัชนา : (หัวเราะ) ในส่วนที่ติดขัดก็ติดขัด ในส่วนที่ราบรื่นก็ราบรื่น ตอนแรกว่าจะทำแบบ ชาวบ้าน ก็ไม่น่ามีปัญหาอะไรถ้าเราทำตามปกติ แบบชาวบ้าน แต่พอจัดงานขึ้นมา สมาคม มิตรภาพไทย - เมียนมาร์ ชาวเมียนมาร์ซึ่งอยู่ใน



สมาคมนี้ กรมเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ กระทรวง การต่างประเทศ ก็บอกว่ายกฉัตรทั้งที่ก็ขอมา ร่วมด้วย ก็มีทูตไทยประจำประเทศเมียนมาร์ ทูตเมียนมาร์ประจำประเทศไทย แล้วก็อดีต ทูตต่างๆ ที่มาทำงานในที่นี้ก็จะมาร่วม ทูตานุทูต จะมาร่วมงานกันหลายท่าน และก็อธิบติกรม เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ก็จะมา ท่านส่งข่าวมาทาง จังหวัด ทางจังหวัดก็ต้องจัดประชุมเตรียม ความพร้อมเรื่องความปลอดภัยด้วย ว่าถ้า ผู้หลักผู้ใหญ่มาจะจัดใครมาดูแล ที่ตั้งใจจะ จัดงานเล็กๆ ก็เป็นงานใหญ่ขึ้นมาทันที มีการ

ประชุมฝ่ายความมั่นคง ประชุมกันกระทันหัน ก็เพื่อความปลอดภัยนั่นแหละ มีอัครราชทูต เอกอัครราชทูตมาร่วมงาน งานจึงมีความ ชลุกหลักในเรื่องเตรียมการต้อนรับนั้น ก็ เนื่องจากว่าคนที่จะมาร่วมงานนี้เป็นบุคคล ระดับ VIP ทั้งนั้น ทูตานุทูตก็มา แล้วก็ ผู้ว่าราชการจังหวัดก็มา นายอำเภอท่านไม่ว่า ก็ส่งปลัดอำเภอมาแทน เจ้าหน้าที่ความมั่นคง ก็ต้องมาดูแลให้ ตำรวจและทหารก็ยกกำลัง กันมาเต็มที

ส่วนประชาชนนั้น ตอนแรกก็คาดการณ์ว่า จะมาสัก ๔ - ๕ พัน พอมาจริงๆ แล้ว ไม่มีที่เดิน เลย มาเป็นหมื่นคน ก็เลยเต็มไปด้วยหมดเลย ก็ ชลุกหลักบ้าง อะไรที่เตรียมไว้มันก็เกินคาด แล้วก็เกินวิสัยที่จะแก้ไข คนแน่นขนัด แหก VIP จะ เข้ามาตั่งฉัตรยกฉัตรก็เข้ามาไม่ได้ ขยับเขยื้อน ไม่ได้เลย ก็มีปัญหาชลุกหลักเรื่องการที่จะ ช่วยกันยกฉัตรแต่ละฉัตร ทั้งหมด ๘ ชั้น แต่ก็ ทำจนได้ ปัญหาที่มีตลอด แต่ก็แก้ไขจนลุล่วง ไปด้วยดี งานใหญ่มากเลย

ปจฉา : งานมหามงคลนี้ผ่านไปแล้ว มี เสียงสะท้อน จากประชาชน และผู้มาร่วมงาน อย่างเป็นทางการบ้างเจ้าค่ะ

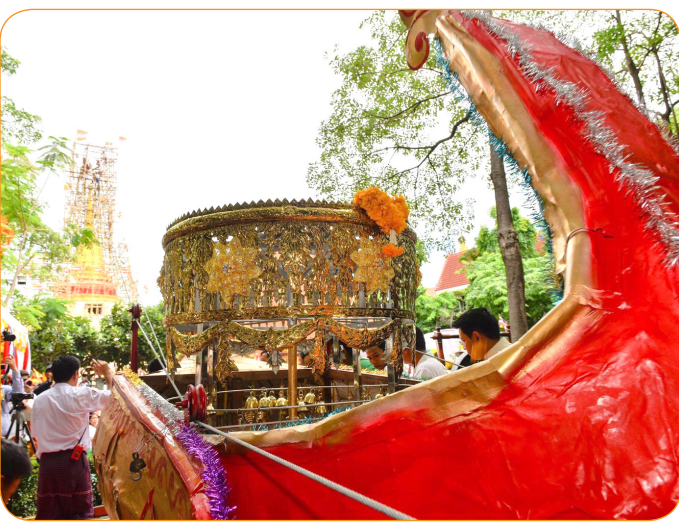
วิสัยชนา : ผลที่ได้รับ ในส่วนหนึ่งก็คือ วันนั้นทั้งวันรถติดมาก คนที่อยากจะมาร่วมงาน



มีจำนวนมากมาย เพียงแค่วัดแจ้งชาวเท่านั้นแหละ ทำให้การเดินทางไม่สะดวก แต่ก็ถือว่า ประสบความสำเร็จ ในเชิงความสัมพันธ์ระหว่าง ประเทศ ทั้งลาว เมียนมาร์ เวียดนาม เป็นการ เชื่อมสัมพันธ์ บางคนอาจจะมองเห็นภาพว่า คนต่างชาติมาร่วมงานมากกว่าคนไทย อาจจะ รู้สึกไม่พอใจก็ได้ว่าวัดจากแดงเป็นวัดต่างชาติ ไปแล้วหรือ คนไทยมีสักพันกว่าคนแต่ต่างชาติ มาเป็นหมื่น คนไทยก็ดูโหรงเหรง ต่างชาติเยอะ มากที่สุดคือเมียนมาร์ เพราะมีพระผู้ทรง พระไตรปิฎกมาด้วย เมียนมาร์เขาชอบยกฉัตร พระเจดีย์ ก็มากขึ้นท่วมท้น เรียกว่าพื้นที่ไม่เพียงพอ นี่เราบอกชาวกระชั้นชิด ถ้าบอกก่อนเวลา เป็นปีก็จะแห่กันมามากกว่านี้ คนได้บูชา ฉัตร เขาก็ชอบที่จะยกฉัตร นานๆ จึงจะมีงาน แบบนี้สักที จึงถือกันว่างานยกฉัตรสำคัญมาก

ปจฉา : พระอาจารย์ประทับใจอะไรใน งานนี้บ้างเจ้าค่ะ

วิสัยชนา : ประทับใจที่สุดก็คือความสามัคคี ทุกคนให้เต็มที่ ปัญหาไม่เคยเยอะแยะ อาตมาเองก็ ทุ่มเทเต็มที่ พระช่วยงานก็ท่วมเทเต็มที่ ทุกคน ทุ่มเทอย่างมาก ตอนแรกว่าจะเอาครุฑมายก ฉัตรแต่โยมไม่เห็นด้วย บอกว่าภาพดูไม่สวย มันง่ายเกินไป จึงช่วยกันตั้งนั่งร้านไม้ไผ่หลาย พันลำ เตรียมทุกอย่างพร้อมภายในเดือนเดียว



งานใหญ่มากทุ่มเทกันสุดๆ มีปัญหาไหม? มีเยอะ แต่ทุกคนสามัคคีกัน ร่วมใจกัน ทำให้ผ่านปัญหา มาด้วยความราบรื่นตั้งแต่การประชุม แต่พอ ถึงเวลางานจริงๆ ผ่านไปด้วยดี เป็นกุศล ไม่คิดว่างานจะใหญ่ งานใหญ่โดยขยายออกไปเอง ควบคุมไม่ได้ ก็เลยกลายเป็นงานระดับจังหวัด กลายเป็นงานระดับประเทศไป

ปจฺฉา : ที่วัดเราจัดงานบ่อยๆ แต่งานนี้ ถือว่าใหญ่กว่างานอื่นๆ หรือเปล่า มีงานไหนที่ใหญ่กว่านี้ไหมเจ้าคะ

วิสัณฺหา : ที่ผ่านมาก็ยังไม่มีนะ เมื่อก่อน ตอนครั้งแรกที่มีงานยกฉัตร (ปี ๒๕๕๐) อาตมาก็จัด ๗ วัน ๗ ค่ำ แต่คราวนี้เรื่องเศรษฐกิจ



สงสารญาติโยม จึงจัดวันเดียว ครั้งแรกนั้นเรา จัด ๗ วัน ๗ ค่ำ มีการปฏิบัติธรรมตลอด ๗ วัน มีพระจุดธูปมาร้อยกว่ารูป ในงานมีแต่ให้กับ ให้ จัดหนังสือ จัดของชำร่วยหลายชิ้น แจกแก่ ญาติโยมที่มาตลอด ๗ วัน แพทย์พยาบาลจาก โรงพยาบาลศิริราชมาคอยดูแลเรื่องสุขภาพ พระจุดธูปร้อยกว่ารูปมาปักก่อด มีปฏิบัติธรรม คือยกฉัตรปฏิบัติธรรมตลอด ๗ วัน ๗ ค่ำ มา ปิดทอง ฟังเทศน์ นั่งสมาธิ ใหม่ๆ ที่งบประมาณ ก็ไม่มี สุดท้ายคนนั้นคนนี้ก็มาช่วย ทั้ง ๗ วัน ๗

คืบ แต่ในงานครั้งนี้ ทุกอย่างเสร็จหมดภายใน วันเดียว แต่ยิ่งใหญ่ไม่แพ้กัน ที่น่าภูมิใจคือการ ประสานความสามัคคีระหว่างประเทศ การ ประสานความร่วมมือในการเผยแผ่พระศาสนา โดยมีวัดจากแดงเป็นแกนกลาง

ตามที่พระอาจารย์ได้อธิบายถึงเหตุผล ความสำคัญ และความเป็นมาของงานยก ฉัตร บูรณะฉัตร พระสมันตมหาปฎฐฐานเจดีย์ วัดจากแดงครั้งนี้ เชื่อว่าผู้อ่านทุกท่านคงได้ สัมผัสความยิ่งใหญ่ รู้สึกอึ้งและปลื้มใจไปด้วย ซึ่งนอกจากจะเป็นงานบุญใหญ่ที่หาโอกาส ทำได้ยาก ยังเป็นงานที่เกิดจากความร่วมมือ ร่วมใจของทั้งสามประเทศ คือ ไทย ลาว และ เมียนมาร์ ซึ่งเป็นนิมิตหมายที่ดีในการร่วมใจกัน พัฒนาและฟื้นฟูพระพุทธศาสนา ให้เป็นที่พึ่ง เป็นความร่มเย็นเป็นสุขของพุทธศาสนิกชนทั้ง หลาย โดยมีวัดจากแดงเป็นแกนกลาง ที่มีส่วน ช่วยหล่อหลอมความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันของ ชาวพุทธในประเทศภูมิภาคนี้

นอกจากนั้น เรายังได้เห็นศักยภาพของ ชาววัดจากแดงทั้งคณะสงฆ์และศรัทธาญาติ โยม ที่มีความสามัคคีสามัคคี ร่วมแรง ร่วมใจกัน จัดงานบุญครั้งสำคัญ ที่ได้กลายเป็น งานระดับจังหวัดจนถึงระดับนานาชาติ ซึ่ง สิ่งสำคัญที่สุดคือ การให้ปัญญาแก่สาธุชน เพื่อให้เข้าถึงความหมายทางธรรมคือวิมุตติฉัตร อันเป็นเป้าหมายสูงสุดที่พึงได้พึงถึงโดยทั่วกัน





สำนักปฏิบัติธรรมที่สมนาม ๑

สำนักปฏิบัติธรรมที่เรียกได้เต็มคำเต็มปาก

มีเรื่องหนึ่ง ที่น่าจะต้องช่วยกันโดยเร็ว เพราะเวลานี้ชาวพุทธทำท่าจะพลาดจะพลั้งไป ดีไม่ดีจะเสียหลัก ถ้าไม่จัดให้เข้าที่ตามธรรม อาจจะเป็นการบั่นทอนทำลายตัวเอง เดียวนี้จะได้ยินกันว่า มีสำนักปฏิบัติธรรมอะไรต่างๆ ซึ่งก็เป็นเรื่องที่ดีเมื่อมองในแง่ว่า มีการสนใจเอาใจใส่พระพุทธศาสนามากขึ้น แต่บางทีก็เดินหน้าเพลिनไปโดยไม่รู้ตัวว่าเป็นการทำอะไร เรื่องราวก็เป็นไปด้วยเจตนาดี แต่ไม่ทันนึก หรือมองไม่ทั่ว เดียวนี้ถึงขั้นเป็นทางการ มีกฎหมาย มีคำจำกัดความ เป็นข่าวว่ามีสำนักปฏิบัติธรรมขึ้นที่นั่นที่นี้ เจ้าวัดเจ้าคณะนั้นๆ จะสร้างสำนักปฏิบัติธรรม ก็ขออนุญาต แล้วก็ได้รับอนุญาตตั้งขึ้นมา

สมัยก่อน ไม่ได้เรียกอย่างนี้ ไม่ได้ยินว่ามีสำนักปฏิบัติธรรม แต่ท่านเรียกว่า สำนักกรรมฐานบ้าง สำนักวิปัสสนาบ้าง ก็เรียกให้ตรงว่าปฏิบัติธรรมอะไร ให้ชัดเจนไป สำนักกรรมฐานก็คือ ปฏิบัติธรรมระดับที่เรียกว่ากรรมฐาน เป็นเรื่องจิต เรื่องปัญญา ที่นี้ พอมาเรียกว่าสำนักปฏิบัติธรรม ก็เป็นการเรียกแบบเหมารวม หรือคลุมๆ ไป แต่ลักษณะการจัดรูปแบบ และขอบเขตการปฏิบัติ กลายเป็นจำเพาะลงไปในเรื่องสมณะ เรื่องวิปัสสนา หรือที่สมัยก่อนชอบเรียกกว้างๆ ว่า “กรรมฐาน”

ที่ท่านหันมาใช้เป็นสำนักปฏิบัติธรรมนี้ ก็เห็นได้ว่าท่านมีเจตนาดีจริงๆ คือเห็นว่าคนสมัยนี้พบคำว่ากรรมฐาน ว่าวิปัสสนาก็ไม่คุ้น รู้สึก

*พูดแก่ญาติโยม ซึ่งไปเยี่ยมที่ ร.พ. ศิริราช วันที่ ๒๖ เม.ย. ๒๕๖๐ (เพิ่มเติมให้ชัดขึ้น) คือคุณหมอกฤษณา คุณพงษ์สวัสดิ์ คุณฉวีวรรณ คุณแป้ว มีพระเกตุญาณ ร่วมปฏิบัติถาวร ซึ่งได้จัดพิมพ์เป็นหนังสือ ชื่อ “สำนักปฏิบัติธรรมที่สมนาม คือพื้นฐาน พื้นถิ่น พื้นไทย”

ไกลตัว หรือยาก ท่านอยากให้คนหันมาสนใจปฏิบัติกันให้มาก จึงใช้คำว่า สำนักปฏิบัติธรรม แต่เมื่อลักษณะ รูปแบบและขอบเขตของการปฏิบัติในสำนักนั้น ค่อนข้างจำเพาะ แต่เรียกด้วยคำคลุมว่า “ปฏิบัติธรรม” ก็เปิดช่องให้คนสับสน คนทั่วไป ซึ่งมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องธรรมะไม่ชัดเจน หรือรู้พราๆ มั่วๆ พอมาเห็นมารู้จักสำนักปฏิบัติธรรม ที่จัดกันอย่างนี้ เวลาผ่านไป ความคิดความเข้าใจก็จะจับตัวแล้วก็มองลักษณะ มองความหมายว่า อ้อ.. ต้องอย่างนี้ จึงเรียกว่าปฏิบัติธรรม คนอย่างนี้คือมาปฏิบัติธรรม ที่ว่าปฏิบัติธรรมคือทำอย่างนี้มีกิจกรรมอย่างนี้ อาจจะต้องแต่งตัวอย่างนี้

ที่นี่ พวกชาวถิ่นชาวบ้านที่อยู่รอบๆ เมื่อมองเห็นและเข้าใจไปอย่างนี้ ก็จะบอกจะพูดกันว่า เรื่องการปฏิบัติธรรมนี้พวกเราไม่เกี่ยวนะ การปฏิบัติธรรมคืออย่างที่เขากำหนดที่นั่น พวกเราอยู่ข้างนอก เป็นคนนอก ชีวิตเราไม่เกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม ไปๆ มาๆ เลยกลายเป็นว่า ชาวบ้านมองธรรม มองการปฏิบัติในพระพุทธศาสนาว่าไม่เกี่ยวอะไรกับเขา การปฏิบัติธรรมเป็นเรื่องของคนพวกอย่างโน้น ที่มีวิธีทำไปอย่างหนึ่งของเขา

ในระยะยาว ชาวบ้านในท้องถิ่น ซึ่งค่อยๆ เลื่อนรangs ธรรม ห้างเนื้อตัวของพระพุทธศาสนา มาไกลไม่น้อยแล้ว ก็จะไม่รู้ว่าที่เขาเป็นชาวพุทธนั้น เกี่ยวข้องอะไรกับธรรม เขาจะ



ต้องปฏิบัติธรรมด้วยไหม ไปๆ มาๆ ชาวบ้านก็ไม่ต้องทำอะไร พระพุทธศาสนาหมดความเกี่ยวข้อง เขาก็หลุดไปจากพระพุทธศาสนา ก็เลยจะกลายเป็นการแยกชาวถิ่นชาวบ้านออกจากพระพุทธศาสนา ถ้าปล่อยไปแล้ว เขาเป็นกันเข้าใจกันอย่างนี้ ก็โค่นเลย ถ้าชาวถิ่นชาวบ้านหลุดหายไป ก็จะถึงกับเป็นการถอนรากถอนโคนพระพุทธศาสนา

ตอนนี้จึงควรต้องเน้น บอกกันว่าไม่ได้แล้วนะ ต้องให้ชัดกันว่า ไม่ใช่ะ ที่มีสำนักปฏิบัติธรรมนั้นแล้ว ใครจะปฏิบัติธรรมต้องไปที่นั่น ต้องแต่งตัวอย่างนั้น ต้องเป็นอยู่อย่างนั้น ต้องทำอย่างนั้น ไม่ใช่อย่างนั้น แต่ปฏิบัติธรรมเป็นเรื่องของทุกคน ทุกเวลา ทุกสถานที่ ธรรมมีในทุกระดับ ไม่ว่าจะ เป็นชาวบ้าน เป็นพ่อบ้านแม่บ้าน เป็นลูก หรือเป็นอะไรๆ มียศมีตำแหน่ง จะเป็นนายอำเภอ เป็นผู้ปกครอง เป็นครูอาจารย์ เป็นพ่อค้า เป็นแม่ค้า ต้องให้ปฏิบัติธรรมทั้งนั้น เริ่มตั้งแต่ทำหน้าที่ของตัวเองไป ทำให้มันถูกต้อง ทุกคนต้องปฏิบัติธรรมอยู่ในชีวิตประจำวันของเขา ทุกที่ทุกเวลา เราต้องเน้นว่า ทำอย่างไรจะให้ชาวบ้านรู้หลักธรรมและปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน เป็นพ่อบ้านแม่เรือนจะอยู่กันอย่างไร พ่อแม่จะเลี้ยงลูกอย่างไร ลูกจะปฏิบัติต่อพ่อแม่อย่างไร ไปเรียนหนังสือจะฟังครูสอนอย่างไร เป็นนายอำเภอ เป็นผู้ใหญ่บ้าน ควรปฏิบัติตัวอย่างไร ปกครองอย่างไร ปฏิบัติธรรมต้องทั่วถึงหมด

การไปสำนักปฏิบัติที่โบราณเรียกว่า สำนักกรรมฐาน ก็เป็นการปฏิบัติธรรมระดับหนึ่ง ระดับจิตใจที่เรียกว่าสมณะ และระดับปัญญา รู้แจ้งสภาวะ ที่เรียกว่าวิปัสสนา ก็เรียกตรงไปตรงมาได้ ไม่ต้องว่าปฏิบัติธรรม เพราะจะ

ทำให้คำที่คลุมทั้งหมดกลายเป็นมีความหมาย
แคบจำเพาะ นี่ก็คือท่านหวังดี แต่โดยไม่ทัน
นึก ก็กลายเป็นปิบแคบโค่นตัวเอง นึกว่าดี
มีสำนักปฏิบัติธรรมเยอะ ไปๆ มาๆ จะกลายเป็น
แยกชาวบ้านออกจากพระพุทธศาสนา ต้อง
รีบแก้ แนวคิดที่ว่า ถ้าจะปฏิบัติธรรมเมื่อไรก็
คือต้องเข้าไปที่สำนัก พระจะเพลินไปว่า เรา
มีสำนักปฏิบัติธรรมมากมาย พระพุทธศาสนา
กำลังรุ่งเรือง แต่ที่ไหนได้ กำลังจะหลุดลอย
ค่อยๆ ทำให้ชาวถิ่นชาวบ้านหมดความรู้สึก
ร่วมในความเป็นชาวพุทธ แยกตัวออกจากการ
ประพาสปฏิบัติธรรม โดยถือว่าเขาไม่เกี่ยว



แก้ไขอย่างไร คือว่า ใครที่เราจะพูดได้
ต้องให้เข้าใจ อย่างน้อยสำนักปฏิบัติธรรมนะ
เป็นที่ปฏิบัติเจาะลึกเข้มข้น ให้เข้าใจว่าที่จริง
เหมือนมีวงเล็บว่า เป็นสำนักปฏิบัติธรรม
(ระดับกรรมฐาน) หรือ (ระดับสมถวิปัสสนา)
หรือ (ระดับจิตตภาวนา ปัญญาภาวนา) ฯลฯ
มีวงเล็บอยู่ในตัว แต่ละไว้ในฐานเข้าใจ ถ้ามี
โอกาสก็พูดชี้แจงต่อไปอีกว่า โบราณมีอยู่แล้ว
เขาเรียกตรงไปตรงมาว่า สำนักกรรมฐาน บางที
บางสำนักจะให้เด่นจำเพาะขึ้น ก็เรียกว่าสำนัก
วิปัสสนา อันนี้ต้องช่วยกัน มิฉะนั้นจะแย่ ตอน
นี้สำนักปฏิบัติซึกจะเคลื่อน ถ้าไม่ระวัง พอตั้ง
ที่หนึ่ง ก็แยกชาวบ้านออกไปที่หนึ่ง เรื่องที่ต้อง
ทำคือรีบเอาชาวบ้านเข้ามา ทำอย่างไรชาวบ้าน

จะรู้จักพระพุทธศาสนา จะได้ใกล้ชิดวัด จะได้
เรียนรู้ปฏิบัติธรรม

พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้อย่างนี้นะ คนที่จะ
เป็นชาวพุทธ หรือที่จริงก็คือมนุษย์ทั้งหลายนี้
แหละ ต้องปฏิบัติธรรม ท่านจัดไว้ ๓ ระดับ คือ

๑. ทิฏฐธัมมิกัตถ์ คือ ธรรมเพื่อประโยชน์
ปัจจุบัน ซึ่งว่าตามศัพท์คือประโยชน์ที่ตาเห็น
เริ่มด้วยเรื่องเศรษฐกิจการเงินการทอง อันนี้
พระพุทธเจ้าตรัสก่อนเป็นข้อแรก แล้วก็ตรัสว่า
ทิฏฐธัมมิกัตถ์ นั้นจะสำเร็จด้วย *อุฏฐานสัมปทา*
ทำมาหาเลี้ยงชีพด้วยความขยันหมั่นเพียร
โดยใช้ปัญญา ต่อด้วย *อารักขสัมปทา* ได้มารู้จัก
เก็บรักษา แล้วก็ *กัลยาณมิตตตา* คบหาคนดี
ที่จะพาให้ชีวิตและกิจการเจริญงอกงาม และ
ต้องมี *สมชีวิตา* คือเลี้ยงชีพแต่พอดี

นี่คือพระพุทธเจ้าทรงเริ่มที่เศรษฐกิจ แต่
พระเดี๋ยวนี้ ถ้าไม่ระวัง ไม่มองธรรมให้ทั่วรอบ
ไม่ดูคนในสถานการณ์ จู่ๆ จะชวนชาวบ้านไป
เดินจงกรมอย่างเดียว ก็ด่วนเลย นั่นด้านจิตใจ
ก็ไม่ว่า แต่ด้านชีวิตประจำวัน ก็ต้องสอนให้เขา
รู้จักที่จะเป็นอยู่ให้ได้ให้ดี ไม่ใช่ได้แค่พูดเสริม
พูดประกอบในสำนักปฏิบัติธรรม

ตั้งที่ว่าแล้ว พระพุทธเจ้าตรัสเริ่มข้อแรก
ทิฏฐธัมมิกัตถ์ประโยชน์หรือจุดหมายปัจจุบัน
ว่าด้วยเรื่องเศรษฐกิจให้พึ่งตัวเองได้ แล้วก็
เรื่องสังคม คนอยู่ร่วมกันให้มีศีล ไม่เบียดเบียน
กัน และให้มีสังคหวัตถุ ช่วยเหลือกัน แล้วเรื่อง
ครอบครัว เรื่องเกียรติ เรื่องยศ เรื่องพื้นฐาน
เหล่านี้ ต้องทำให้ถูกต้อง นี่คือปฏิบัติธรรมทั้ง
นั้น เป็นขั้นทิฏฐธัมมิกัตถ์ สำหรับชาวบ้านต้อง
เน้นอันนี้ก่อน

ทีนี้ ถ้าคุณพร้อมด้วยทิฏฐธัมมิกัตถ์แล้ว ก็
ให้มีสัมปรายิกัตถ์มาคุม นี่คือประโยชน์เลยตา

เห็นมาแล้ว คือสัมปรายะ ที่แปลว่า เบื้องหน้า ภาพหน้า เรื่องจิต - ปัญญา ถ้าปฏิบัติระดับนี้ได้ ก็ไปถึงภาพหน้าด้วย แล้วก็แน่นอนว่าไม่ต้องกลัวตายแล้ว ต้องไปตีแน่นอน

๒. สัมปรายิกัตถ์ ประโยชน์เลยตาเห็น ไปถึงภาพหน้า นี่ก็มาถึงเรื่องศรัทธา การบำเพ็ญทาน ทำบุญกุศล อะไรพวกนี้ แล้วก็ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา นี่เป็นระดับจิตใจ เรื่องศีลธรรม ก็ทำให้ดี สัมปรายิกัตถ์ ก็มาคุมทิวรรุธัมมิกัตถ์ คือเมื่อลึกล้ำเลยจากเรื่องที่เราเห็นไป ถ้าเขามีจิตใจดี เขาก็จะปฏิบัติต่อเรื่องวัตถุในทิวรรุธัมมิกัตถ์ได้ดีขึ้น ก็ต่อกันไปว่า ทำงานหาเลี้ยงชีพ สุจริต รู้จักเก็บรักษา ไม่เลี้ยงชีวิตฟุ้งเฟ้อ ไม่ทำอะไรเสียหาย แล้วก็รู้จักวางใจต่อวัตถุ ต่อสิ่งทั้งหลาย รู้จักว่ามีแล้วไม่ทุกข์ ไม่ต้องทุกข์ จากสิ่งเหล่านี้มากเกินไป นี่มาถึงขั้นสัมปรายิกัตถ์ จากนั้นก็ปรมัตถ์ ถึงขั้นหมดกิเลส หมดทุกข์สิ้นเชิง ซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสรวมไว้ต่อสุดท้ายในสัมปรายิกัตถ์

นี่คือปฏิบัติธรรมให้ได้ครบทุกขั้น เริ่มจากระดับของชีวิตที่เขาเป็นอยู่ ซึ่งนับละเอียดก็เป็น ๓ ขั้น ทิวรรุธัมมิกัตถ์ สัมปรายิกัตถ์ ปรมัตถ์ แต่พระพุทธเจ้าตรัสรวมปรมัตถ์ต่อท้ายไว้ในสัมปรายิกัตถ์ จึงเป็น ๒ ขั้น ทิวรรุธัมมิกัตถ์ กับสัมปรายิกัตถ์



ชาวบ้านอยู่กับวัดดีมาก มุ่งเอาทิวรรุธัมมิกัตถ์ ก็ให้เขาทำให้ดี ต้องเอาค่านี่ขึ้นนี้ให้ดี ให้มันใจ แต่ที่นี้พระทำท่าว่าจะไม่เอาตามที่พระพุทธเจ้าตรัส อยู่ๆ จะมาตั้งสำนักปฏิบัติธรรม แต่บำเพ็ญสมณะ เจริญวิปัสสนา แล้วก็ไปเรียกเป็นปฏิบัติธรรม แฉมบางที่ทำท่าจะไปผูกขาดว่าปฏิบัติธรรมต้องอย่างนี้ ก็จบสิ นี่คือไม่รู้ตัวว่าเป็นการกันชาวบ้านออกไป ตัดเขาออกไปเลย ชาวบ้านก็เลยรู้สึกเหมือนกับว่าตัวเขาไม่เกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม

ในขอบเขตที่เอาตามรู้เห็นได้ ไม่มีสำนักปฏิบัติธรรม อาตมาเกิดมาตั้งนานกว่าจะเจอสำนักปฏิบัติธรรม ก่อนนั้นมีแต่สำนักกรรมฐาน สมัยก่อนนี้ ปฏิบัติธรรมเป็นชีวิตของเรา การนำธรรมมาใช้ เรียกว่าปฏิบัติธรรม แต่ตอนนี้ สำนักปฏิบัติธรรมเคลื่อนเลย เรื่องการทำดีมีมาก ก็น่าอนุโมทนา แต่ให้ถูกหลักให้ตรงพอดี มิฉะนั้นจะกลายเป็นโค่นตัวเองไปเสีย

ต้องรีบฟื้นการปฏิบัติธรรมให้เต็ม ต้องสร้างความเข้าใจให้รู้ว่า ปฏิบัติธรรมไม่ใช่แค่นั้นนะ อย่างนั้นคือสำนักปฏิบัติธรรม ที่มีวงเล็บว่ากรรมฐาน แต่ในสมัยโบราณไม่ต้องวงเล็บให้มากเรื่อง เอาละ เรื่องนี้ต้องรีบ ต้องจับชาวบ้านให้ได้ก่อน คือโบราณนั้นท่านจับที่ชาวบ้าน ชีวิตพระสัมพันธ์กับชาวบ้าน พระออกมาบิณฑบาตแต่เช้าชาวบ้านก็ไปวัด มีปัญหาอะไรก็ปรึกษาหลวงพ่

แม้แต่ในครอบครัว เด็กทะเลาะกัน อะไรต่ออะไร ก็ไปหาหลวงพ่อบวชบวชน้อย ช่วยตัดสิน อะไรอย่างนี้ ชีวิตพันอยู่กับวัด พระศาสนาอยู่ในชีวิตประจำวัน พระเป็นครูหลักครูสำคัญ แล้วก็มีโรงเรียน หลวงพ่อเป็นผู้ตัดสินหมด แต่ก่อนมีงานวัด ทะเลาะกันตีกัน พอบอกว่าหลวงพ่ามาแล้ว ก็เจียบกริบ


ต้องเอาชีวิตเอาความสัมพันธ์ในระดับพื้นฐานนี้ก่อน ไม่ใช่จู่ๆ ก็เน้นไปที่สำนักปฏิบัติเลย ถ้าพื้นฐานนั้นหายไปแล้ว ก็หมดกัน ถ้าเสียฐานไป พระพุทธศาสนาก็หมด และพอฐานหมด สำนักปฏิบัติก็ลอย พร้อมที่จะโค่น จึงต้องรีบ ซ้ำไม่ได้ โดยเฉพาะนักกฎหมายต้องรู้เข้าใจ และก็ต้องบอกญาติโยมให้มีความรู้เข้าใจว่าอะไรอยู่ตรงไหน...

ที่นี่ มองไปอีกแง่ ก็มีทางแก้ไขให้กลับร้ายกลายเป็นดี และจะดีมาก ๆ ด้วย คือถ้าจะตั้งเป็นสำนักปฏิบัติธรรม ก็ทำให้เต็มความหมายจริงๆ ไปเลย ทำอย่างไร ? ก็ทำให้ครบ ๒ ตอน ให้เต็มทั้ง ๒ ชั้น คือ มีสำนักปฏิบัติธรรมอย่างที่ทำอยู่นี้ ที่จัดให้ผู้ศรัทธาจากที่ต่างๆ ทั้งใกล้และไกล มาเข้ากรรมฐาน มาเจริญสมถะ วิปัสสนาบำเพ็ญจิตตภาวนา ปัญญาภาวนากันเพื่อ *สัมปรายิกัตถ์* ถือเป็นขั้นเจาะลึกหรือเข้มข้น ก็เป็นอันว่าได้ไปขั้นหนึ่ง ก็ดีละ (ในสำนักปฏิบัติธรรมขั้นเจาะลึก ที่มาเข้าปฏิบัติเข้มข้นในขั้นจิตตภาวนา ปัญญาภาวนานี้ ถ้าคนที่มาเข้าปฏิบัติเป็นคฤหัสถ์ น่าจะจัดให้เรียนหลักธรรมทั่วไปสำหรับอุบาสกอุบาสิกา ก่อน ในช่วงหนึ่งสัปดาห์ แล้วจึงเข้าปฏิบัติ และหลังจากนั้น ผู้ที่สามารถ ก็อาจให้ไปช่วยสอนธรรมขั้นเบาๆ แก่เด็กและเยาวชนในถิ่นได้ด้วย)

พร้อมกันนั้น ก็เอาสำนักปฏิบัติธรรมนั้น



เป็นศูนย์กลางเผยแพร่ธรรมของชุมชนของท้องถิ่นนั้นๆ ด้วย โดยนำพาส่งเสริมให้ชาวบ้านชาวท้องถิ่นนั้น ปฏิบัติธรรมขั้น *ทิวฐธัมมิกัตถ์* ในบ้าน ในครอบครัว ในที่ทำงาน ในเรือกสวนไร่มา ในชีวิตประจำวัน ให้เป็นพ่อแม่ที่ดี เป็นครูดี เป็นลูกดี เป็นศิษย์ดี เป็นเจ้าหน้าที่ดี ทำงานทำหน้าที่ขยันหมั่นเพียร ซื่อสัตย์สุจริต และมีปัญญา รู้เหตุปัจจัย ทันทเหตุการณ์ ทำถิ่นทำชุมชนของตนให้ดีงาม เจริญพัฒนา อยู่พอดีมีความสุข ความมั่นคง อันนี้ก็ขั้นหนึ่ง เป็นขั้นพื้นฐาน ถ้าจะให้ดีจริง ก็ช่วยฟื้นฟูการบวชเรียน ให้กุลบุตร ลูกถิ่นได้เรียนธรรมเรียนวินัย รู้วัฒนธรรมไทย ได้ฝึกอบรมให้เป็นบุคคลที่มีคุณค่าน่านับถือ เป็นผู้นำของบ้านของถิ่นได้

สำหรับชาวบ้านนั้น *ทิวฐธัมมิกัตถ์* ต้องทำให้ได้ และ *สัมปรายิกัตถ์* ถ้าถึงได้ ก็จะสามารถ รวมแล้วก็คือ **ต้องฟื้นฟูการบวชเรียนที่จริงจังและความอยู่ดีมีธรรมของคนถิ่นขึ้นมาเป็นฐานหรือเป็นแกน** จะว่าเหมือนเป็นองค์พระเจดีย์ก็ได้ แล้วให้การปฏิบัติของสำนักปฏิบัติธรรมนี้เป็นส่วนเสริม เหมือนเป็นยอดพระเจดีย์ ถ้าทำได้อย่างนี้ ก็จะเป็นสำนักปฏิบัติธรรมสมนาม เต็มความหมาย ได้สองชั้น ได้ทั้ง *ทิวฐธัมมิกัตถ์* และ *สัมปรายิกัตถ์* ที่โยงตลอดไปถึงปรมาตถ์ เรียกได้เต็มปาก แล้วก็จะหมดปัญหา 

โปรดติดตามอ่านต่อ ตอน ๒

“สำนักกรรมฐานไป สำนักปฏิบัติธรรมมา”



พระโสภณภวานาวีเทศ (พระอาจารย์แดน กัลยาโณ)
เจ้าอาวาสวัดพุทธโพธิ์วัน นครเมลเบิร์น ประเทศออสเตรเลีย

ของฝากนักปฏิบัติธรรม

กราบนมัสการเรียนถามพระอาจารย์เกี่ยวกับความเข้าใจผิดเรื่องความหมายของการปฏิบัติธรรม สมัยนี้คนมักเข้าใจว่า การปฏิบัติธรรมนี้จะต้องไปเข้าสำนัก เป็นคอร์ส ๗ วัน ๑๐ วัน นั่งสมาธิอะไรอย่างนี้ ตีความหมายอย่างนี้ก็เหมือนกันคนอื่นที่ไม่ได้ทำอย่างนี้ กลายเป็นว่าพวกนี้ไม่ได้ปฏิบัติธรรม ขอความเมตตาพระอาจารย์อธิบายคำว่า “ปฏิบัติธรรม” ให้เข้าใจอย่างถูกต้อง และสามารถจะเอาธรรมะมาใช้ในชีวิตประจำวันได้

เส้นทางที่ปฏิบัติธรรมอยู่ที่ไหน ? อยู่กับใจกับกายในปัจจุบัน เราอยู่ที่ไหนก็ปฏิบัติธรรมที่นั่น ถ้าเข้าคอร์ส ๗ วันก็ดี ก็ส่งเสริมทำแบบเต็มที่ เข้มขัน แต่เราออกจากคอร์ส กายกับใจก็ออกจากสถานที่นั้น ไปไหนก็ปฏิบัติต่อ รักษาใจ พิจารณาธรรม ปฏิบัติธรรมทุกวัน เราอยู่

ที่ไหนก็ปฏิบัติที่นั่น ถ้าเข้าใจอย่างนี้ ทุกอย่างก็เป็นการปฏิบัติธรรม ทำงานก็ปฏิบัติธรรมไปด้วย ดูแลลูกก็ปฏิบัติธรรมไปด้วย ถ้าเป็นเด็กเข้าโรงเรียนก็ปฏิบัติธรรมไปด้วย ถ้าเข้าใจอย่างนี้ก็ถูกต้อง เป็นธรรมชาติ ก็เป็นวัฒนธรรม จะต้องเข้าคอร์ส เรียนรู้การปฏิบัติ ก็ไม่ผิด แต่ว่าถ้าเอาแค่นั้น เป็นการปฏิบัติเพื่อผ่าน การเข้าคอร์ส ๑๐ วัน แล้วก็ออกมาใช้ชีวิตธรรมดา ๑๑ เดือน ไม่ทำอะไรเลย ก็เสื่อมหายไปหมด อันนี้ก็ไม่ได้เป็นการปฏิบัติธรรม เข้าคอร์สแต่ละครั้งก็เพื่อส่งเสริมการปฏิบัติในชีวิตประจำวัน อยู่ในศีลในธรรม ทุกวันๆ

หลวงปู่ชาท่านสอนเรื่องการปฏิบัติธรรม โดยให้เข้าใจทุกอริยาบถ อยู่สถานที่ไหน เราก็ปฏิบัติที่นั่น ต้องรักษาใจทุกที ทุกเวลา ถ้าเข้าใจอย่างนี้ เราจะตื่นตัว จะมีกำลังใจในการ

ปฏิบัติตลอดทุกแห่ง ถ้าเป็นพระสงฆ์ เรื่องวินัยเราก็รักษา ๒๔ ชั่วโมง ธรรมเนียมเราก็ถือทุกวัน สติสัมปชัญญะต้องฝึกทุกวัน เป็นธรรมดาบางทีก็สติขาดหายไป แต่เราต้องพยายาม ถ้าอยู่กับครูบาอาจารย์ที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบอย่างหลวงปู่ชา จะเน้นสติในปัจจุบัน หากพูดมาก ใจลอย หลงลืมหน้าที่ ก็จะไม่โดน แค่นิดๆ หน่อยๆ สายตาก็บอกว่า คุณทำอะไร ไม่พูดนะ สายตามองว่าคุยกัน เหมือนเตือนว่าลืมตัวเองไหม จะให้เราสำนึกตัวเองว่ากำลังปฏิบัติอยู่ คือมีหลายวิธีที่ท่านจะบอก ถ้าเป็นหลวงปู่ชาท่านก็จะมีความชำนาญ รู้จักคน รู้จักการฝึกฝน มุ่งให้คนเห็นใจของเขาเอง ไม่ใช่แค่ถ่ายทอดด้วยการพูดและ



อธิบายอย่างเดียว พยายามให้เห็นและมองตัวเอง วิธีการปฏิบัติก็คือมองตัวเอง ไม่ใช่แค่จำในสิ่งที่ครูบาอาจารย์พูด จะให้พยายามเข้ามามองที่ใจของตน ท่านจะเก่งในเรื่องนี้ สามารถให้เราหันกลับมาดูตัวเอง

บางที่รู้จักการพูดคุย บางที่ยังไม่ทันพูดคุยก็รู้แล้ว นี่คือความพิเศษของท่าน เราจะพูดอะไรก็ให้เกิดสติกับตัวเองและเข้าใจ ดังนั้นครูบาอาจารย์จึงมีความสำคัญมากเลย เราต้องมีกัลยาณมิตร มีครูบาอาจารย์ที่เข้าใจแนวทาง ต้องมีที่พึ่งภายนอกก่อนก็จะช่วยได้มาก ทุกคนก็มีที่มา มีพื้นฐานของตน ครูบาอาจารย์ช่วย

ปรับช่วงแรก แต่ว่าสุดท้าย เราก็ต้องกลับมาดูของเราเอง รับผิดชอบของเราเอง จะไปยึดครูบาอาจารย์ตลอดก็ไม่ถูก ท่านพาเราไปถึงนิพพานไม่ได้ ก็แค่ให้เครื่องมือ ความรู้ ให้เราพาตัวเองไป

ถ้าเป็นพระปฏิบัติดี ท่านจะให้ “เมตตา-อัปมัญญา” เมตตาไม่เลือก เมตตาแบบกว้าง เจอใคร ท่านก็จะมีเมตตาเสมอ และมีปัญญาเสมอ กับคนนี่คนนั้น ถ้าเป็นระดับหลวงปู่ชา คล้ายๆ กับปฏิสัมภิทาญาณ ท่านจะรู้ว่า คนนี้เราควรพูดอะไร จะทำแบบไหน หรืออาจจะเพ็งเจอกัน หรือมาจากต่างประเทศ ต่างท้องถิ่น ก็ยังมีวิธีสื่อสารได้ ไม่ต้องใช้ภาษาก็ได้ ฝรั่งเศสพูดอังกฤษไม่ได้ก็ยังมีศรัทธา คนไทยก็มีหลายระดับ ตั้งแต่ชาวนา จนถึงเจ้านาย ผู้ใหญ่จากกรุงเทพฯ ก็ยังมีศรัทธาท่าน ท่านก็ต้องรู้จักปรับเข้ากับแต่ละคนให้เกิดประโยชน์ ไม่ให้เกิดอคติ ในใจพระอริยเจ้าไม่มีอคติ มีแต่เมตตาที่บริสุทธิ์ พูดในสิ่งที่เป็นประโยชน์ เพราะที่จริงมนุษย์เรามาจากชาติไหนๆ ในสังคมระดับไหน ปัญหาที่เท่าๆ กัน เหมือนๆ กัน คือ เกิด แก่ เจ็บ ตาย เหมือนกัน

พระปฏิบัติดีจะไม่ค่อยติดในสมมติภายนอกเท่าไร ใจท่านถึงวิมุตติไปแล้ว ไม่หลงในเรื่องสมมติภายนอก คนไม่ค่อยปฏิบัติ มีสมมติตลอด ตอนอาตมาอยู่กับหลวงพ่อก็ไม่ค่อยมีอะไรพิเศษ อาตมาในช่วงปลายๆ มาเป็นอุปัฏฐากท่านอยู่ ๕ ปี ตอนปลายนั้นท่านไม่ได้แสดงธรรมแล้ว ไม่ได้พูดแล้ว แต่ว่าจิตใจท่านก็ยังมีพลัง บรรยากาศ ความสงบของท่าน ทำให้เราเกิดความเชื่อมั่นว่า ความบริสุทธิ์มีจริง เมตตาจริง ก็อาศัยอ่านหนังสือด้วย ฟังธรรมด้วย มีลูกศิษย์ลูกหาช่วยอธิบายผลที่เห็น



ประจักษ์ด้วย ก็มีหลายทางที่จะรู้ ปัจจุบันนี้ ก็รู้ได้ด้วย ดูลูกศิษย์ลูกหา เห็นลูกศิษย์ลูกหา ก็เหมือนเห็นหลวงปู่ชา แต่ละองค์ก็มีส่วนหนึ่งของหลวงปู่ชา ก็ไม่ร้อยเปอร์เซ็นต์ แต่ว่ามีส่วนหนึ่ง กิริยามารยาท คำพูด ภูมิปัญญา ความคิดเห็น หลายสิ่งหลายอย่าง ก็จะทำให้กลับมาระลึกถึงหลวงปู่ชา ก็เลยมองภาพกว้างเหมือนหลวงปู่ชานั่งอยู่ตรงนี้ แบ่งออกเป็นหลายองค์ ก็เหมือนพระพุทธเจ้าปรินิพพานแล้ว ธรรมวินัย ก็เป็นศาสดาต่อไป หลวงปู่ชาก็เหมือนกัน พระสงฆ์ลูกศิษย์ลูกหา ก็ยังมาประชุมร่วมกันเป็นประจำ รักษาธรรมวินัย เป็นพิธีการสืบเนื่องทั้งในประเทศ ต่างประเทศ ลูกศิษย์ลูกหา พยายามช่วยกันรักษาของดีที่มีอยู่ในหลวงปู่ชา

พระก็ทุกข์ ทุกคนทุกข์ ถ้าเราอยากจะพ้นทุกข์ก็ต้องจริงใจต่อการปฏิบัติ ต้องมีความรู้สึกอยากปฏิบัติ อยากรู้จริง เห็นจริง เราต้องหาเวลาของเรา แทนที่จะออกไปทางโลกอย่างเดียว เข้าสังคมสนุกสนาน หรือโรงแรมหรูๆ ก็ต้องหาเวลาอยู่กับพระธรรม เลิกงาน ก็พักผ่อนด้วยการฟังธรรม อ่านหนังสือ ธรรมะหลวงปู่ชาก็ยังเต็มตู้ อยากจะรู้ว่าหลวงปู่ชาสอนอะไรก็

อ่านได้ ฟังได้ทุกวัน ทั่วโลกถึงกัน อ่านแล้ว ฟังแล้ว ทบทวน เราไปวัดเจอพระสงฆ์ ได้ฟังธรรม แม้ไม่ได้ไปนอนวัด เราก็ดู เขาปฏิบัติกันยังไง ก็จะเริ่มเข้าใจ ฟังด้วย ดูด้วย ศึกษาด้วย

ถ้าไปวัดหนองป่าพง เดือนมกราคมก็จะมี การปฏิบัติธรรม ๕ วัน เป็นงานอาจริยบูชา คนหลายพันคนนั่งฟังธรรม สวดมนต์ นั่งสมาธิ คนต่างชาติเข้าไปเห็น โอ้ มีคนเยอะขนาดนี้ยังไม่ค่อยมีเสียงดัง บรรยากาศดีมาก นอนในเต็นท์ในป่า ต้นไม้ก็ให้ความร่มเย็น บรรยากาศก็เย็น ความเคารพต่อพระสงฆ์ เคารพต่อพระธรรม ฟังธรรม สวดมนต์พร้อมๆ กัน เวลาสวดมนต์พร้อมกัน ฟังแล้วเสียงไพเราะดี มีสวดมนต์บาลีแล้วแปลไทยด้วย รู้ความหมาย มีองค์ประกอบ เหตุปัจจัยหลายอย่างที่จะทำให้คนรู้สึกมีพลัง มีความเชื่อที่จะทำในสิ่งที่ดี คนภายนอกเข้ามาดูก็ชื่นชม ไม่มีใครบังคับ ทุกคนไปด้วยศรัทธา

ไปอย่างนี้ หรือไปเข้าคอร์ส ๕ วัน ๗ วัน อะไรก็ตาม แต่กลับบ้านแล้วเราก็ต้องพยายามเอาสิ่งที่เราเรียนรู้ปฏิบัติไปทำต่อที่บ้าน เอาบ้านเป็นวัด เป็นสถานที่ปฏิบัติ ที่สำนักงานเราไปทำงานแต่ละวัน ก็ยังเอาธรรมะไปใช้ได้ ในชีวิตประจำวัน รักษาศีล มีสติในการพูดจา ในการตัดสินใจ ว่างๆ เราก็มานึกถึงคำสอนของพระพุทธเจ้า ของหลวงปู่ชา เราก็มีอุปการณ เรามีห้องทำงาน มีโต๊ะทำงาน มีรูปครูบาอาจารย์ ตั้ง ถ้าผลออกดีขาดสติ ผลออกไปนอกคุล เราเห็นรูปท่าน เราก็รักษาใจให้ได้ ก็พยายามทำอย่างนี้

ในสมัยพุทธกาลเป็นอย่างนี้ พระพุทธเจ้าท่านสอน แล้วคนเจอกันก็จะทักทาย ถามว่าวันนี้คุณกำหนดสติยังงัย ตอนนี่กรรมฐานพิจารณาอะไร ก็ต้องมีอย่างนี้บ้าง แต่สมัยนี้เมื่อเจอกัน ก็คุยแต่ทางโลกมากทางธรรมน้อย


ในสมัยนี้จะมีคำพูดว่า คนนี้ไปปฏิบัติธรรมไม่เห็นจะนิสัยดีขึ้นเลย ก็ยังซี้โมโหเหมือนเดิมจะไปทำไม อยากถามว่า คนพูดเคยดูตัวเองบ้างไหม ส่วนใหญ่เรามองคนอื่น เคยมองตัวเราเองบ้างหรือเปล่า คนที่พูดอย่างนี้ส่วนใหญ่เป็นข้ออ้าง เราเองก็ไม่ปฏิบัติอะไร แค่มองคนอื่น หาวิธีแก้ไขคนอื่น เวลาเจอคนอื่นก็ถามว่า คุณปฏิบัติทำไม ปฏิบัติแล้วไม่เห็นจะดีขึ้น ก็เลยยังหนา พูดได้แต่ไม่ได้ดูตัวเอง แต่สุดท้ายถ้าเราเองมีศรัทธา เห็นประโยชน์ เราก็ต้องปฏิบัติของเราไป จะรอคนอื่นก็ต้องรอทั้งชีวิต อาจจะไม่เข้ามาปฏิบัติก็ได้ ใครจะไปคุมคนอื่นได้ ให้รับทำของเราเอง เพราะเราจะอยู่ในโลกนี้อีกนานเท่าไรไม่รู้ไหม จะมีชีวิตอีกกี่ปีไม่รู้ไหม ตั้งใจว่าให้รับทำ ความดีตั้งแต่วันนี้ ส่วนคนอื่นเขามีความคิดเห็นยังไงก็เรื่องของเขา เอาตัวเราให้รอด เขาไม่ได้ปฏิบัติให้เรานะ เขาก็ทำอะไรของเขาไป เรื่องของเขา เราไม่ต้องไปสนใจมาก **วิธีช่วยคนอื่นก็คือเราเองปฏิบัติเป็นแบบอย่าง** คนในโลกนี้เจ็ดพันล้านคน จะไปรอให้เขาทำความดีก่อน โอ้ รอหลายภพหลายชาตินะ คนฉลาดคือเราทำของเราก่อน ไม่ต้องรอคนอื่น

สำคัญคือเราต้องระลึกถึงความดีที่ได้ทำมา ศีลที่เราเคยรักษา ทานที่เคยให้ สิ่งที่ดีเราก็ต้องพยายามจำไว้ด้วย จะเกิดปิติและความสุข สำคัญนะ ระลึกถึงอดีตด้วยสติ นึกถึงสิ่งที่ดีที่เราเคยทำ จะได้เป็นพื้นฐานให้ตั้งใจทำต่อ ฝึกหัดให้เพิ่มขึ้น คนที่คิดว่าเรามีบุญน้อยไม่ค่อยจะได้ปฏิบัติ หรือทำแล้วได้ผลน้อย ใครเป็นผู้พูด ใครเป็นผู้มีบุญน้อยปฏิบัติน้อย เขาเป็นใคร กายกับใจนี้หรือ กายกับใจนี้เขาก็ไม่รู้ว่าเป็นผู้มีบุญมากบุญน้อย นี่เป็นความคิดเห็นต่างหาก ที่ทำให้เราปิดกั้นตัวเองว่าเราบุญน้อย



ไม่ได้เป็นความจริงอะไร เป็นความคิดเห็นต่างหาก เราก็ต้องพยายามมีสติ แยกอันนี้ออกจากกาย แล้วเราก็ทำต่อเนื่อง ไม่ต้องไปนึกถึงเหตุผลอะไร ไม่ต้องไปคิดว่าเคยทำมากทำน้อย เราเป็นคนดี ไม่ดี ไม่ต้องไปคิด นั่นมันเป็นแค่ความคิด

ในการปฏิบัติเราต้องระวังความอยาก ถ้าเข้าคอร์สจริง มีความจริงใจ ตั้งใจนั่งสมาธิ ฟังธรรม สวดมนต์ ๕ วัน ๗ วันก็ต้องได้บางอย่าง อาจจะได้ไม่ได้ทั้งหมดที่เราต้องการ แต่ก็ต้องได้ของดีแน่นอน เราต้องพยายามมองแบบกว้างๆ สิ่งที่ดีๆ ที่เราอยากพัฒนายังมีอยู่ แต่ไม่ใช่ว่าที่เราทำมาแล้ว มันไม่มีคุณค่า ไม่มีประโยชน์ มันก็มีเหมือนกัน ต้องมองแบบใช้สติปัญญา

แล้วอย่าไปมองคนอื่นเขา เรื่องของเขาอย่าไปมอง เรื่องของเรา เราจะสละ เราจะพากเพียร เอาแค่ตื่นเช้าปฏิบัติธรรมก่อนที่จะออกจากบ้าน ทำได้ไหม เอาแค่นี้ก่อน ถ้าทำได้ อันนี้เป็นสิ่งที่ดีมาก แล้วก็ออกจากบ้าน เราจะรักษาศีลในชีวิตประจำวันได้ไหม ยังเป็นสิ่งที่ดีมาก เวลาว่างโยมก็ช่วยงานวัด ช่วยงานเผยแผ่ธรรมก็ดีมาก ต้องมองอย่างนี้. 



ธรรมะ ๓๗

(ตอน ๒)

ฉบับที่แล้วได้เสนอ ธรรมะ ๓๗ ที่บ่งบอกถึงโพธิปักขิยธรรม และ ตถาคตธรรม ไปแล้ว ฉบับนี้ก็ใกล้วันเข้าพรรษาเข้าไปทุกที หลายคนคงอยากจะทำออกจากนิสัยที่ไม่ดีบางอย่างเช่น ติดเหล้า ติดบุหรี่ ติดอินเทอร์เน็ต หรืออยากจะทำออกจากกิเลสด้วยการปฏิบัติธรรม เจริญกรรมฐานให้เข้มข้นขึ้น ก็จะได้มีโอกาสอธิษฐานปฏิบัติร่วมไปกับพระที่วัดด้วย จึงขอแนะนำธรรมะ ๓๗ ที่ซ่อนอยู่ใน **เนกขัมมธรรม** มาให้พิจารณากัน เผื่อจะเป็นกำลังใจให้ออกจากกามกันดูบ้าง

มาลองมองตัวเลข ๓๗ ที่ซ่อนไว้ตามนัยยะของชาดกกันก่อน โดยขอแนะนำเรื่องของ**มขเทว** ที่มาใน**อรรถกถา**มขเทวชาดก ซึ่งเป็นอดีตชาติของพระตถาคตเจ้ามาแล้วให้ฟังดังนี้

มขเทวชาดก

พระศาสดาเมื่อประทับอยู่ในพระเชตวันวิหาร ก็ในกาลนั้น ภิกษุทั้งหลายนั่งพรณณาการเสด็จออกบรรพชาของพระทศพล ลำดับนั้น พระศาสดาเสด็จมายังโรงธรรมสภา ประทับนั่งบนพุทธอาสน์ ตรัสเรียกภิกษุทั้งหลายมาถามว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บัดนี้ พวกเธอนั่งสนทนากันด้วยเรื่องอะไร ?” ภิกษุทั้งหลายกราบทูลว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์ทั้งหลายมิได้นั่งสนทนากันด้วยเรื่องอย่างอื่น แต่นั่งพรณณาการเสด็จออกบรรพชาของพระองค์เท่านั้น” พระศาสดาตรัสว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ตถาคตออกเนกขัมมะในบัดนี้เท่านั้นก็หามิได้ แม้ในกาลก่อน ก็ได้ออกเนกขัมมะแล้วเหมือนกัน” ภิกษุทั้งหลายจึงอาราธนาพระผู้มีพระภาคเจ้าเพื่อตรัสเรื่องนั้นให้แจ่มแจ้ง พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงกระทำเหตุอันระหว่างภพปกปิดไว้ให้ปรากฏ ดังต่อไปนี้

ในอดีตกาลในกรุงมิถิลา วิเทหรัฐ ได้มีพระราชานามว่า **มขเทวะ** เป็นพระมหาธรรมราชาผู้ดำรงอยู่ในธรรม พระเจ้ามขเทวะนั้นทรงให้กาลเวลาอันยาวนานหมดสิ้นไป วันหนึ่งตรัสเรียกช่างกลบ (ช่างตัดผม) มาว่า “ดูก่อนช่างกลบผู้สหาย ท่านเห็นผมหงอกบนศีรษะของเราในกาลใด ท่านจงบอกแก่เราในกาลนั้นเถิด” ฝ่ายช่างกลบก็ได้ทำให้เวลาอันยาวนานหมดสิ้นไป วันหนึ่งเห็นพระเกศาหงอกเส้นหนึ่งแทรกในระหว่างพระเกศาทั้งหลายที่มีสีดังดอกอัญชันของพระราชานามว่า **มขเทวะ** จึงได้กราบทูลว่า “ข้าแต่สมมติเทพ พระเกศาหงอกเส้นหนึ่งปรากฏแก่พระองค์” พระราชาตรัสว่า “สหาย ถ้าอย่างนั้น ท่านจงถอนผมหงอกเส้นนั้นของเราเอามา



วางในฝ่ามือ” เมื่อพระราชชาติสร้อยอย่างนั้น ช่างกลีบกลีบจิ้งจอกแหวนทองถอนพระเกศาหงอกแล้วเอาวางลงในฝ่าพระหัตถ์ของพระราชินี ในกาลนั้น พระราชายังมีพระชนมายุเหลืออยู่ ๘๔,๐๐๐ ปี แม้เมื่อเป็นอย่างนั้น พระราชาได้ทรงเห็นผมหงอกแล้ว ก็ทรงสำคัญประหนึ่งว่าพระยามัจจุราชมายืนอยู่ใกล้ๆ และประหนึ่งว่า ตนเองเข้ามาอยู่ในบรรณศาลาอันไฟติดโพลงอยู่ฉะนั้น ได้ทรงถึงความสังเวชแล้วจึงดำริเตือนตนเองว่า “ดูก่อน มฆเทวะผู้โง่เขลา เจ้าไม่อาจละกิเลสเหล่านั้นจนตราบเท่าผมหงอกเกิดขึ้น” เมื่อพระเจ้ามฆเทวะนั้นทรงรำพึงถึงผมหงอกที่ปรากฏแล้ว ความเร่าร้อนภายในก็บังเกิดขึ้น พระเสโท (เหงื่อ) ในพระสรีระไหลออก ผ้าสาฎกได้ถึงอาการที่จะต้องปิด (เอาพระเสโท) ออก พระเจ้ามฆเทวะนั้นทรงพระดำริว่า “เราควรออกบวชในวันนี้แหละ” จึงทรงประทานบ้านชั้นดีอันเป็นที่ตั้งขึ้นแห่งทรัพย์เจ็ดพันแก่ช่างกลีบ แล้วรับสั่งให้เรียกพระโอรสพระองค์ใหญ่มาตรัสว่า

“ดูก่อนพ่อ ผมหงอกปรากฏบนศีรษะของพ่อแล้ว พ่อเป็นคนแก่แล้ว ก็กามของมนุษย์พ่อได้บริโภคนแล้ว บัดนี้ พ่อจักแสวงหากามอันเป็นทิพย์ นี่เป็นกาลออกบวชของพ่อ เจ้าจงครอบครองราชสมบัตินี้ ส่วนพ่อบวชแล้ว

จักอยู่กระทำสมณธรรมในอัมพวันอุทยานชื่อ มฆเทวะ” อำมาตย์ทั้งหลายเข้าไปเฝ้าพระราชินีนั้นผู้มีพระประสงค์จะบวชอย่างนั้นแล้วทูลถามว่า “ข้าแต่สมมติเทพ อะไรเป็นเหตุแห่งการทรงผนวชของพระองค์” พระราชาทรงถือผมหงอกตรัสพระคาถานี้แก่อำมาตย์ทั้งหลายว่า

“อุตตะมังคะรุหา มัยหัง
อิเม ชาตา วโยหระ
ปาตภูตา เทวะทุตตา
ปีพพิชชาสะมะโย มะมาติ”

“เกิดมีผมที่หงอกบนศีรษะของเราแล้ว เป็นเหตุนำวัยไป

เทวทูตปรากฏแล้ว นี่เป็นสมัยแห่งการบรรพชาของเรา”

มัจจุ ชื่อว่า เทวะ ที่ชื่อว่า เทวทูต เพราะเป็นทูตแห่งเทวะนั้น จริ่งอยู่ เมื่อผมหงอกทั้งหลายปรากฏบนศีรษะ บุคคลย่อมเป็นเหมือนยืนอยู่ในสำนักของพญามัจจุราช เพราะฉะนั้นผมหงอกทั้งหลายท่านจึงเรียกว่า ทูตของเทวะคือมัจจุ ที่ชื่อว่า เทวทูต เพราะเป็นทูตเหมือนเทวะ ดังนี้ก็มี เหมือนอย่างว่า บุคคลย่อมเป็นเหมือนผู้อันเทวดาผู้มีทั้งประดับและตกแต่งแล้วยืนในอากาศกล่าวว่า “ท่านจักตายในวันชื่อนั้น” ฉันทใด เมื่อผมหงอกทั้งหลายปรากฏแล้วบนศีรษะย่อมเป็นเช่นกับเทวดาพยากรณ์ ฉันทนั้นเหมือนกัน เพราะฉะนั้น ผมหงอกทั้งหลาย ท่านจึงกล่าวว่าเป็นทูตเหมือนเทพ ที่ชื่อว่าเทวทูต เพราะเป็นทูตของวิสุทธิเทพทั้งหลาย (พระอรหันต์) ดังนี้ก็มี จริ่งอยู่ พระโพธิสัตว์ทุกพระองค์ทอดพระเนตรเห็นคนแก่ คนเจ็บ คนตาย และบรรพชิต นั้นแหละ ก็ถึงความสังเวชเสด็จออกบวช สมดังที่ตรัสไว้ว่า

ฉินฉินจะ ทิสวา ทุขิตัญจะ พยาธิตัง
มะตัญจะ ทิสวา คตะมายฺสสังขะยัง
กาสายะวัตถัง ปัพพะชิตัญจะ ทิสวา
ตัสมา อะหัง ปัพพะชิตุมหิ ราชาติ

ดูก่อนมหาบพิตร เพราะอาตมภาพเห็น
คนแก่ คนป่วยใช้ได้ความทุกข์ คนตายอันถึง
ความสิ้นอายุ และบรรพชิตผู้ครองผ้ากาสาจะ
จึงได้ออกบวช ดังนี้

โดยปริยายนี้ ผมหงอกทั้งหลาย ท่านจึง
เรียกว่าเทวทูต เพราะเป็นทูตแห่งวิสุทธิเทพทั้ง
หลาย

พระเจ้ามขเทวะนั้น ครั้นตรัสอย่างนี้แล้ว
จึงสละราชสมบัติออกผนวชเป็นฤๅษีในวันนั้น
เอง ประทับอยู่ในมฆอัมพวันนั้นนั้นแหละ เจริญ
พรหมวิหารสี่อยู่ ๘๔,๐๐๐ ปี ดำรงอยู่ในฌาน
อันไม่เสื่อม สวรรคตแล้วบังเกิดในพรหมโลก
จุดิจากพรหมโลกนั้น ได้เป็นพระราชอาชวราช
ว่า **เนมิ** ในกรุงมถิลานันนั้นแหละอีก สืบต่อวงศ์
ของพระองค์ที่เสื่อมลง จึงทรงผนวชในอัมพวัน
นั้นนั้นแหละ เจริญพรหมวิหาร กลับไปเกิดใน
พรหมโลกตามเดิมอีก

แม้พระศาสดาก็ได้ตรัสว่า “ดูก่อนภิกษุ
ทั้งหลาย ตถาคตออกมหาภิเนษกรมณีนบัดนี้
เท่านั้นก็หามิได้ แม้ในกาลก่อนก็ได้ออกแล้ว
เหมือนกัน” ครั้นทรงนำพระธรรมเทศนานี้มา
แสดงแล้ว จึงทรงประกาศอริยสัจ ๔ ในเวลา
จบอริยสัจ ภิกษุบางพวกได้เป็นพระโสดาบัน
บางพวกได้เป็นพระสกทาคามี บางพวกได้เป็น
พระอนาคามี พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสเรื่องนี้
สืบต่ออนุสนธิกันด้วยประการดังนี้แล้ว ทรง
ประชุมชาดกว่า ช่างกลับกลกในครั้งนั้น ได้เป็น

พระอาณนทีในบัดนี้ บุตรในครั้งนั้น ได้เป็นพระ
ราหุลในบัดนี้ ส่วนพระเจ้ามขเทวะได้เป็นเรา
ตถาคตแล

มฆเทพ กับ มัคคมาณพ

แล้วเรื่องชาดกนี้จะเกี่ยวกับตัวเลข ๓๗
ยังงัย ? ก่อนอื่นให้สังเกตชื่อ มฆเทพ นี้ว่า
เป็นชื่อเดียวกันกับ มฆมาณพ อันเป็นชื่อเดิม
ของพระอินทร์ ที่ครองสวรรค์ชั้นดาวดึงสะ
(ดาวดึงส์) ในปัจจุบัน (พระอินทร์จึงมีอีกชื่อ
หนึ่งว่า มฆวาน) จริงๆ ชื่อ มฆะ นั้นมีที่มาที่
น่าสนใจมาก ในที่นี้ขอสันนิษฐานไว้ว่ามาจาก
มัคคะ นั่นเอง (เห็นตัวอักษรอาจจะดูต่างกัน
แต่ขอให้ลองออกเสียงดังๆ ให้เพื่อนข้างๆ ฟังดู
จะพบว่าเสียง “มฆะ” กับเสียง “มัคคะ”
ใกล้เคียงกันมาก) ชื่อ มฆะ นี้จึงน่าจะเป็นชื่อ
ที่สื่อแสดงถึงบุพพภาคของมรรค ให้สังเกตว่า
มฆมาณพที่เป็นชื่อเดิมของพระอินทร์นั้นได้
ชำระที่ กวาดทาง สร้างถนน บำเพ็ญสาธารณ-
ประโยชน์ จนได้มาเกิดเป็นพระอินทร์ในที่สุด
พูดอีกอย่างหนึ่งได้ว่า เขาคือมัคคมาณพนั่นเอง
(มรรค แปลว่า ทาง บาลีใช้ มัคคะ) คือเขาได้
ชักชวนเพื่อนๆ ให้ช่วยกันทำทาง ที่เป็นรูปธรรม
จนถึงทางที่เป็นนามธรรม หรือทำทางโลกียมรรค
มาเป็นลำดับ จนถึงทางโลกุตตรมรรคได้ใน
ที่สุด - เรื่องนี้ต้องเขียนอธิบายอีกยาว แต่สำหรับ
บทความนี้ขออธิบายสั้นๆ ไว้แค่นี้ก่อน รอ
โอกาสหน้าจะเขียนอธิบายโดยละเอียดต่อไป
จะเห็นได้ว่าเริ่มจะมาสัมพันธ์กับตัวเลข (๓๓)
(ดาวดึงสะ) และเลข (๔) (จาดมมหาราชิกา)
รวมกันเป็นเลข (๓๗) ซึ่งเกี่ยวพันกับพระอินทร์
โดยตรง เพราะพระอินทร์เป็นผู้ครองความเป็น
ใหญ่อยู่ในเทวโลกทั้งสองนี้

นอกจากนี้ ถ้าพิจารณาดูความสำคัญของตัวเลขจากช่วงปีอายุ ถ้าผมเทพเป็นมนุษย์ (ซึ่งพระโพธิสัตว์ก่อนที่จะตรัสรู้ต้องมาเกิดเป็นมนุษย์เท่านั้น) ตามธรรมเนียมในสมัยก่อนผู้ชายที่อายุครบ ๑๖ ปีบริบูรณ์ ถือว่าเป็นหนุ่มเต็มตัว ศึกษาศิลปวิทยาเสร็จ ก็มักจะเลือกคู่แต่งงาน แล้วมีลูก พอได้อายุ ๑๗ ก็จะมีลูกชายคนแรกแล้ว และเมื่ออายุครบ ๓๓ ลูกชายคนโตก็จะมีอายุครบ ๑๖ ปีพอดี เป็นผู้ใหญ่พอที่จะรับภาระดูแลเรื่องต่อไปได้ ซึ่งก็พออายุเข้าปีที่ (๓๓) นี้แหละ ที่ผมจะได้พบผมหงอกของตนเป็นเส้นแรก เป็นการเริ่มทำความรู้จักกับเทวดาทั้ง (๔) (คือ ชรา พยาธิ มรณะ และ สมณะ) พอได้ (ให้สังเกตว่า $๓๓ + ๔ = ๓๗$) ดังนั้น ตัวเลข ๓๗ นี้ จึงสามารถแทนการที่มีเหตุปัจจัยพร้อม (อายุ ๓๓ + เทวดา ๔) ที่ทำให้ตัดสินใจออกบวชหรือเนกขัมมะได้อีกด้วย

อัยยาศัยของพระโพธิสัตว์

ตามคติอาศรมเดิมของพวกพราหมณ์ ซึ่งแบ่งช่วงชีวิตไว้สี่ช่วงด้วยกัน ช่วงแรกคือ **พรหมจารี** ศึกษาศิลปวิทยา ช่วงที่สอง **กามโกศิ** ครองเรือนบริโภคกาม ช่วงที่สาม **วนปรีส** ออกบวชไปอยู่ป่า ช่วงสุดท้าย **สันยาสี** นำความรู้กลับมาสั่งสอนประชาชน จะเห็นได้ว่าชาดกนี้แสดงให้เห็นอัยยาศัยของพระโพธิสัตว์คือ ไม่ติดในสุข แต่ชอบออกจากกาม แสวงหาวิเวก เพื่อโมกขธรรมความหลุดพ้น อัยยาศัยของพระโพธิสัตว์มี ๖ อย่าง (ตามวิสุทธิมรรค) ดังต่อไปนี้ คือ

๑. **อโโลกะ** พระโพธิสัตว์ทั้งหลายมีอัยยาศัยประกอบด้วยความไม่โลภ เป็นผู้มีปกติเห็นโทษของความโลภ จึงยินดีพอใจในการให้ทาน

และเสียสละ ๒. **อโทสะ** พระโพธิสัตว์ทั้งหลายมีอัยยาศัยประกอบด้วยความไม่โกรธ เป็นผู้มีปกติเห็นโทษของความโกรธ ๓. **อโมหะ** พระโพธิสัตว์ทั้งหลายมีอัยยาศัยประกอบด้วยความไม่หลง เป็นผู้มีปกติเห็นโทษของความหลง จึงมีปกติชอบแสวงหาความรู้ ๔. **เนกขัมมะ** พระโพธิสัตว์ทั้งหลายมีอัยยาศัยในการถือบวช เป็นผู้มีปกติเห็นโทษในการอยู่ครองเรือน จึงชอบประพฤติพรหมจรรย์ ๕. **ปวิเวกะ** พระโพธิสัตว์ทั้งหลายมีอัยยาศัยในความสงบ เป็นผู้มีปกติเห็นโทษในการอยู่คลุกคลีกับหมู่คณะ จึงมีปกติชอบความสงบ ไม่ชอบวุ่นวาย ๖. **นิสสรณะ** พระโพธิสัตว์ทั้งหลายมีอัยยาศัยในการออกจากทุกข์ เป็นผู้มีปกติเห็นโทษในภพและคติทั้งปวง

พระสงฆ์เจ้า กับ ดาวดิงส์

การออกจากกามหรือเนกขัมมะนั้น คนส่วนใหญ่จะคิดว่าต้องมาอยู่ในกรอบระเบียบที่แห้งแล้ง ไร้ความเพลิดเพลินเลย จริงๆ แล้วไม่เป็นอย่างนั้น สวรรค์ชั้นดาวดิงส์ก็วิถีชีวิตของพระภิกษุที่มีความละม้ายคล้ายกันอยู่น้อย คนที่มีความคุ้นเคยในเรื่องราวพระพุทธรูปประดิษฐานอยู่บ้าง ก็คงจะสามารถพบความคล้ายกันนี้ได้อยู่เสมอ ดังเช่น ดาวดิงส์มีเจดีย์จุฬามณีที่เก็บมวยผมของพระโพธิสัตว์ วัดก็มีเจดีย์เก็บพระอัฐิธาตุของพระพุทธเจ้า, ดาวดิงส์มีสุธัมมศาลา วัดก็มีศาลาแสดงธรรม (ที่วัดจากแดงมีสุธัมมศาลาด้วย), ดาวดิงส์มีสระโบกขรณีนั้นทวัน มีสวนจิตตลา วัดวาอารามก็เป็นแหล่งรณีสถาน ร่มรื่นด้วยธรรมชาติเช่นกัน, ดาวดิงส์มีพระอินทร์ที่เป็นพระโสดาบัน วัดก็เป็นที่รวมของปสาทนิยมบุคคลมีพระโสดาบัน

เป็นต้นเช่นกัน, พระอินทร์มี ปณทุกัมพล พระก็มีจักร จริงๆ แล้วจักรก็คือผ้าเหลืองนั่นแหละ (ปณทุก คือ เหลือง + กัมพล คือ ผ้า = ปณทุกัมพล คือ ผ้าเหลือง), พระอินทร์มี พระแท่นศิลาอาสน์ (พระแท่นหินที่เวลานั่งจะยวบลงไปตามรูปทรงของอวัยวะ อ่อนนุ่ม ไม่แข็งกระด้าง) พระก็มีศิลาอาสน์ คือ มีศิลเป็นอาสนะ (ที่นั่ง) เหมือนกัน (เวลาพระพิจารณาศีลของตนที่ไม่เศร้าหมองก็เกิดปิติ ปราโมทย์ไม่เกิดความเดือดเนื้อร้อนใจ) ทั้งพระอินทร์ ทั้งพระส่วนใหญ่ก็ยังต้องศึกษาร่วมกันทั้งคู่ตราบใดที่ยังเป็นพระเสขบุคคลอยู่ ส่วนการศึกษา หรือสิกขานั้น มีความหมายว่า **สิกขิตพฺพชาติ สิกฺขา** ข้อปฏิบัติอันบุคคลพึงศึกษา เรียกว่า สิกขา หรือ มาจาก **ส + อิกฺข ส** มิได้หลายความหมายคือ ตัว ตน กาย ร่างกาย ทรัพย์ สมบัติ สวรรค์ **อิกฺขา** = การเห็น มาจาก อิกฺข ชาติ หรือ **สยฺ อิกฺขณํ สิกฺขา** (สยฺ เอง + อิกฺขณํ การเห็น) ดังนั้น **ส + อิกฺข** จึงแปลว่าการเห็น (ศึกษา) ตนเอง (ซึ่งปฏิบัติตามมัคคะแห่งสวรรค์) ด้วยตนเองก็ได้ มีคำกล่าวที่ว่า **‘ไม่มีสิ่งใดเสียเวลาเท่าไปเฝ้าดูผู้อื่น’** ความแตกต่างระหว่าง **มฆมาณพ** กับ **โมฆบุรุษ** จึงอาจจะอยู่ตรงที่ใช้เวลาคูตนเองหรือดูผู้อื่นนั่นเอง

มฆ คือ การดำเนินชีวิตบนวิถีแห่งมัคคะพัฒนาตนเอง ส่วน **โมฆ** ก็คือผู้ที่ยังหลงทางอยู่ เพราะมัวแต่ดูคนอื่น (โมฆบุรุษเป็นคำที่พระ-



พุทธเจ้าตรัสเรียกคนที่ว่างเปล่าในธรรมวินัยนี้)

มฆ มาจาก มห ชาติ ในอรรถการบุชา ก็ได้ มาจาก มคฺชชาติ ในการไป ก็ได้ หรือมาจาก มชฺช ชาติ ในการชำระ ก็ได้ ส่วน **โมฆ** มาจาก มุห ชาติ ในอรรถ เวจิตเต (จิตกวัดแกว่ง) ซึ่งแปลว่า เปลา่ ว่าง ปราศจากประโยชน์ หาประโยชน์มิได้ จะเห็นได้ว่าชีวิตที่มีสาระในทัศนะของพระพุทธศาสนานั้นก็คือชีวิตที่อยู่บนมัคคะพัฒนาตนเอง มุ่งหน้าไปสู่พระนิพพานสู่ความดับทุกข์โดยสิ้นเชิงนั่นเอง

ให้สังเกตว่า พระอินทร์ซึ่งเป็นหัวหน้าของเทพนั้น อยู่ฝ่ายตรงข้ามกันกับท้าวเวปจิตติที่เป็นหัวหน้าของพวกอสูร จริงๆ แล้วอสูรก็เป็นพวกเทพมาก่อน แต่ภายหลังกลับประมาท ไปดื่มน้ำเมาเข้า จึงต้องตกลงมาจากสวรรค์

ส่วนต้นไม้ประจำภพดาวดึงส์นั่นคือ ต้น **ปาริฉัตต** (ในภาษาไทยนิยมเขียน ปาริฉัตร หรือ ปริฉัตตถ์) แปลกันมาว่า ต้นทองเหลือง หรือ ต้นทองกวาว วิเคราะห์ที่มีในคัมภีร์สหศาสตร์ทั่วไปได้ว่า **ปรี สมฺนตโต ฉตฺตํ วีย ติญฺจตีติ ปาริฉตโต ปาริฉตตโก** ตั้งอยู่เหมือนฉัตร (ร่ม) โดยรอบ จึงเรียก ปาริฉัตต ขอวิเคราะห์คำนี้ใหม่ให้น่าสนใจขึ้นดังนี้

๑) ปาริฉัตต อาจจะเพี้ยนมาจาก **ปาหิ (พระพุทฺพจน์) + ฉตฺต (ร่ม) = ปาหิฉตต** ดังนั้นจึงแปลได้ว่า **ปาหิ (พระพุทฺพจน์) นั้นแหละคือ ร่มเงา ของสวรรค์ชั้นดาวดึงส์**

๒) หรืออีกนัยหนึ่ง **ปารี** มาจาก **วิปลลลส** ส่วน **ฉตฺต** มาจาก **ฉาเทตีติ ฉตฺตํ** แปลว่า **ผู้ป้องกัน ความวิปลาส (คลาดเคลื่อน = มิจฉาทิญฺญิ)** จึงเรียกว่า **ปาริฉัตต** เพราะป้องกันความวิปลลลส คลาดเคลื่อนของเดียรฉยผู้มิมิจฉาทิญฺญิ เป็นต้น

มาคู่กันไม่ประจำภพอสุร หรือต้น จิตต-ปาตลิกันบ้าง แผลกันมาว่า คือต้นแคฝอย บางทีเขียนว่า จิตตปาฏลิก มาจาก จิตต แปลว่า อัจฉริยะ บวกกับ ปาฏลิก ซึ่งมาจาก ปต ธาตุ ปตติ คจฉติ ปริปากนติ ถึงการสุก บวกกับ กล ปัจฉย หมายถึงว่าเมื่อออกดอกแล้วจะแปลกใจ (เพราะอสุรเข้าใจว่าตนยังอยู่บนสวรรค์ ทั้งๆ ที่ได้มาตกลงมาแล้ว เมื่อต้นจิตตปาตลิกออกดอกจึงรู้ว่าภพที่ตนอยู่มิใช่สวรรค์) แต่มาลองตั้งวิเคราะห์หาความหมายที่ซ่อนอยู่ว่าจะเป็นอะไรได้บ้าง

จิตต์ ปาเตตติ จิตตปาตลิก อกุสลา เจตสิก ยังจิตให้ตกไป จึงเรียกจิตตปาตลิก ถ้าตั้งวิเคราะห์อย่างนี้ จิตตปาตลิก ก็คือ อกุศลเจตสิกทั้งหลายหรือ **จิตต์ จ ตฺ ปาตณจาติ จิตตปาตฺ อกุสลํ จิตต์** จิตที่ตกไป เรียกจิตตปาต จิตต-ปาตลิก ก็คืออกุศลจิต หรือ **จิตตปาตฺลาติคณหาติ จิตตปาตลิก มิจฉาภิภูตฺติ** ถือเอาซึ่งอกุศลจิต จึงเรียก จิตตปาตลิก วิเคราะห์นี้ จิตตปาตลิก ก็คือ มิจฉาภิภูตฺติ เลือกลงเอาเองว่าชอบแบบไหน

เป็นที่น่าสังเกตว่า ถ้าดูตามรากศัพท์แล้ว จะพบว่า **จิตตปาตลิก** และ **ปาจิตตिय** มีรากศัพท์มาจาก **จิตต** และ **ปาต** เหมือนกัน เพียงแต่เรียงสลับกันเท่านั้น

ปาจิตตिय จิตต + ปต + อิ + ฌย จิตต-ปาตिय สลับท แล้วลบ ต หนึ่งตัว แปลตามการวิเคราะห์ได้ว่า (**กุสลํ**) **จิตต์ ปาเตตติ ปาจิตตिय** การละเมิดที่ทำให้กุศลจิตตกไป ชื่อว่า ปาจิตตिय

จึงเป็นไปได้ใหม่ว่า **สงครามระหว่างเทพกับอสุรที่แท้จริงนั้นอาจจะมิใช่อุบายบนฟ้า แต่อยู่ในใจของเราเอง** ในเวลาที่พระภิกษุ (หรือพวกเรา) ฝึกรักษาสิกขาบทอยู่นั้น ถ้าเกิดผลออกไปต้องอาบัติปาจิตตियตัวใดตัวหนึ่งเข้าก็



เหมือนประมาทต้องตกจากภพเทพมาสู่ภพอสุรชั่วคราว ถ้าปลงอาบัติแล้วตั้งใจสำรวมไม่ทำอีก ก็สามารถคืนกลับขึ้นไปสู่สวรรค์ได้อีก

บางท่านอาจจะเห็นว่าน่าสนใจแต่ผู้เขียนตีความที่หักไปเองหรือเปล่า จึงขอนำหลักฐานในพระสูตรอังคุตตรนิกาย สัตตก - อัญญาภิชาต ที่ เป็นพุทธพจน์มาดูกัน พระพุทธเจ้าเองได้เปรียบเทียบสวรรค์ชั้นดาวดึงส์กับวิถีชีวิตของพระภิกษุไว้ ดังนี้

ปาริฉัตตกสูตร

ดูกรภิกษุทั้งหลาย สมัยใด ปาริฉัตตก-พฤกษ์แห่งเทวดาชั้นดาวดึงส์มีใบเหลือง สมัยนั้น เทวดาชั้นดาวดึงส์พากันดีใจว่า เวลานี้ต้นปาริฉัตตกพฤกษ์ใบเหลือง ไม่นานเท่าไรก็จักผลัดใบใหม่

สมัยใด ปาริฉัตตกพฤกษ์ของเทวดาชั้นดาวดึงส์ผลัดใบใหม่ สมัยนั้น เทวดาชั้นดาวดึงส์พากันดีใจว่า เวลานี้ต้นปาริฉัตตกพฤกษ์ กำลังผลัดใบใหม่ ไม่นานเท่าไรก็จักผลิดอกออกใบ

สมัยใด ปาริฉัตตกพฤกษ์ของเทวดาชั้นดาวดึงส์ผลิดอกออกใบแล้ว สมัยนั้น เทวดาชั้นดาวดึงส์พากันดีใจว่า เวลานี้ปาริฉัตตกพฤกษ์ผลิดอกออกใบแล้ว ไม่นานเท่าไร ก็จักเป็นดอกเป็นใบ

สมัยใด ปาริฉัตรตกพฤษภของเทวดาชั้นดาวดึงส์เป็นดอกเป็นใบแล้ว สมัยนั้นเทวดาชั้นดาวดึงส์พากันดีใจว่า เวลานี้ปาริฉัตรตกพฤษภเป็นดอกเป็นใบแล้ว ไม่นานเท่าไรก็จักเป็นดอกตูม

สมัยใด ปาริฉัตรตกพฤษภของเทวดาชั้นดาวดึงส์เป็นดอกตูมแล้ว สมัยนั้น เทวดาชั้นดาวดึงส์พากันดีใจว่า เวลานี้ ปาริฉัตรตกพฤษภดอกออกตูมแล้ว ไม่นานเท่าไรก็จักเริ่มแย้ม

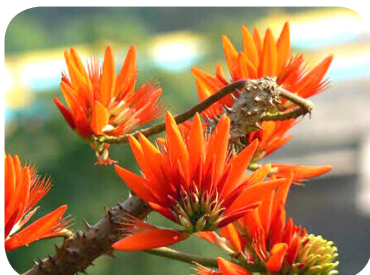
สมัยใด ปาริฉัตรตกพฤษภเริ่มแย้มแล้ว สมัยนั้นเทวดาชั้นดาวดึงส์พากันดีใจว่า เวลานี้ปาริฉัตรตกพฤษภเริ่มแย้มแล้ว ไม่นานเท่าไรก็จักบานเต็มที

สมัยใด ปาริฉัตรตกพฤษภของเทวดาชั้นดาวดึงส์บานเต็มทีแล้ว สมัยนั้น เทวดาชั้นดาวดึงส์พากันดีใจ เอิบอ้อมพร้อมด้วยกามคุณ ๕ บำรุงบำเรออยู่ตลอดระยะ ๕ เดือนทิพย์ ณ ควงแห่งไม้ปาริฉัตรตกพฤษภ ก็เมื่อปาริฉัตรตกพฤษภบานเต็มทีแล้ว แม้รัศมีไปได้ ๕๐ โยชน์ ในบริเวณรอบๆ จะส่งกลิ่นไปได้ ๑๐๐ โยชน์ตามลม อานุภาพของปาริฉัตรตกพฤษภ มีดังนี้

ดูกรภิกษุทั้งหลาย ฉะนั้นเหมือนกันแล

สมัยใด อริยสาวกคิดจะออกบวชเป็นบรรพชิต สมัยนั้น อริยสาวกเปรียบเหมือนปาริฉัตรตกพฤษภของเทวดาชั้นดาวดึงส์มีใบเหลือง

สมัยใด อริยสาวกปลงผมและหนวด นุ่งห่มผ้ากาสาพัสตร์ ออกบวชเป็นบรรพชิต สมัยนั้น



อริยสาวกเปรียบเหมือนปาริฉัตรตกพฤษภของเทวดาชั้นดาวดึงส์ผลัดใบใหม่

สมัยใด อริยสาวกสังัดจากกาม สังัดจากอกุศลธรรม บรรลุปฐมฌาน มีวิตกวิจารณ์ มีปีติและสุขเกิดแต่วิเวกอยู่ สมัยนั้น อริยสาวกเปรียบเหมือนปาริฉัตรตกพฤษภของเทวดาชั้นดาวดึงส์ ผลิดอกออกไป

สมัยใด อริยสาวกบรรลุทุติยฌานมีความผ่องใสแห่งจิตในภายใน เป็นธรรมเอกผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ เพราะวิตกวิจารณ์สงบไป มีปีติและสุขเกิดแต่สมาธิอยู่ สมัยนั้น อริยสาวกเปรียบเหมือนปาริฉัตรตกพฤษภของเทวดาชั้นดาวดึงส์เป็นดอกเป็นใบ

สมัยใด อริยสาวกมีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย เพราะปีติสิ้นไป บรรลุตติยฌานที่พระอริยเจ้าทั้งหลายสรรเสริญว่า “ผู้ได้ฌานนี้เป็นผู้มีอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข” สมัยนั้น อริยสาวกเปรียบเหมือนปาริฉัตรตกพฤษภของเทวดาชั้นดาวดึงส์เป็นดอกตูม

สมัยใด อริยสาวกบรรลุจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข เพราะละสุขละทุกข์และดับโสมนัสโทมนัสก่อนๆ ได้ มีอุเบกขา เป็นเหตุให้สติบริสุทธิ์อยู่ สมัยนั้น อริยสาวกเปรียบเหมือนปาริฉัตรตกพฤษภของเทวดาชั้นดาวดึงส์เริ่มแย้ม

สมัยใด อริยสาวกทำให้แจ้งซึ่งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ อันหาอาสวะมิได้ เพราะอาสวะทั้งหลายสิ้นไป ด้วยปัญญาอันยิ่งเองในปัจจุบันเข้าถึงอยู่ จะเห็นได้ว่าพระพุทธรองค์ทรงเปรียบเทียบช่วงเวลาออกดอกของต้นปาริฉัตร กับช่วงชีวิตของภิกษุได้อย่างงดงามมาก

สมัยนั้น อริยสาวกเปรียบเหมือนปาริฉัตรตกพฤษภของเทวดาชั้นดาวดึงส์บานเต็มที

สมัยนั้นภุมมเทวดาย่อมประกาศให้ได้ยินว่า
ท่านรูปนี้มีชื่ออย่างนี้ เป็นสัททิวาหาริกของท่าน
ชื่อนี้ ออกจากบ้านหรือนิคมชื่อโน้น บวชเป็น
บรรพชิตกระทำให้แจ้งซึ่งเจโตวิมุตติ ปัญญา
วิมุตติ อันหาอาสวะมิได้ เพราะอาสวะทั้งหลาย
สิ้นไป ด้วยปัญญาอันยิ่งเองในปัจจุบันเข้าถึงอยู่
หรือมีอีกที่หนึ่งใน ขุททกนิกาย จูฬนิกาย ที่แม้
จะอยู่ในช่วงระยะเวลาที่ว่างเว้นจากพระพุท
ศาสนา ก็มีการเปรียบปาริฉัตตเหมือนพระ
ปัจเจกพุทธเจ้าดังนี้ :

พระปัจเจกสัมพุทธเจ้า เป็นผู้มีจักขุอัน
ทอดลง เฝ้าไม้โลเล

คัมภีร์อินทรี มีใจอันรักษาแล้ว ไม่ชุ่ม
ด้วยกิเลส

ไฟกิเลสมิได้เผา ฟิงเที่ยวไปผู้เดียวเหมือน
นอแรด ฉะนั้น.

พระปัจเจกสัมพุทธเจ้า นำลงแล้วซึ่ง
เครื่องหมายของคฤหัสถ์

ครองผ้าย้อมน้ำฝาดออกบวช **เหมือนต้น
ปาริฉัตต มีใบทิบ***

ฟิงเที่ยวไปผู้เดียวเหมือนนอแรด ฉะนั้น.

*อรรถกถา อธิบายว่า พระปัจเจกสัมพุทธเจ้านั้นทรงบาตรและ
จีวรครบ เหมือนต้นปาริฉัตตกะ คือ ต้นทองหลาง มีใบหนา มี
ร่มเงาชิด เพราะฉะนั้น จึงชื่อว่า เหมือนต้นปาริฉัตตกะมีใบทิบ.

จะเห็นว่า ‘สรวรรค์’ แบบพุทธรูปนั้น คู่กัน
มากับ ‘เนกขัมมะ’ หรือการออกจากเรือนมา
บำเพ็ญพรหมจรรย์กันตั้งแต่สมัยพุทธกาล
มาแล้ว เพราะเขาเห็นโทษของกาม แต่หลัง
พุทธกาล การศึกษาของชาวพุทธอ่อนแอลง
พวกฮินดูก็สามารถดึงเอาสรวรรค์กลับไปอยู่กับ
กามได้อีก หมกมุ่นมัวเมาหมายเอากามสุขเป็น
ยอดปรารถนา คอนเซ็ปต์เรื่องสรวรรค์แบบฮินดู
นั้นก็ยังทรงอิทธิพลต่อวิถีคิดและความเข้าใจ

ของชาวพุทธในเรื่องสรวรรค์มาจนถึงทุกวันนี้
เมื่ออ่านพระสูตรเหล่านี้จบแล้ว หวังว่า จะได้
เข้าใจสรวรรค์แบบพุทธรูปมากขึ้น

แต่ไหนแต่ไรมา กามสุข เป็นเหตุให้ทำ
ชั่ว ถ้าเป็นเหตุให้ทำทุจริต ก็ติดเวรในภพต่ำ
คืออบาย ถ้าทำสุจริต ก็ติดเวรในภพสูงคือ
กามสุคติภูมิ หมุนวนเวียนสลับไปมาทั้งอยู่ใน
สังสารวัฏนี้มายาวนาน ผู้ที่เห็นทุกข์ (คือเริ่ม
เห็นทางออก) ก็จะเริ่มคิดออกจากกาม

สำหรับเนกขัมมะนั้น.....

สุข เป็นเพียง ผลานิสงส์ (อานิสงส์
ผลพลอยได้ของผล มิใช่ตัวผลโดยตรง)

ผลโดยตรง คือการดับทุกข์ หรือออก
จากวัฏฏะทั้งปวงได้นั่นเอง

ใ้ร่ม ปาริฉัตต

แม้สุขสันต์ เวียนวัน ก็ข้าซาก
สุขมากๆ ไม่ช้า ทำได้ไหม ?
ถ้าสุขช้า สุขาก สุขทำไม ?
พันทุกข์ไป สูญสังสาร น่าจะดี

พวก อสูร ย่อมพูน พอกสังสาร
ปรารถนา จะเสพสุข ไม่ฉุกหนี
เมื่อต้นจิตตปาตลี ออกดอกที่
วิบากส่ง ก็ตรงรี ขยี้ใจ

มองหาสุข ทุกข์ก็อยู่ คู่ไปด้วย
ตั้งได้สวย ต้องได้แก่ แน่ใจ
มุ่งความดับ กลับได้จบ พบเข้าใจ
ใ้ร่มใบ ปาริฉัตต เห็นชัดเออยา

[ส่วนเครื่องหมายพระเกี้ยวที่อัญเชิญมาเป็นรูปนำเรื่องจะเกี่ยวข้องกับเนกขัมมะอย่างไร โปรดติดตามต่อฉบับหน้า “ถึงเวลาคืนการศึกษากลับสู่สรวรรค์”]



สังคัลลขธรรม ตอน ๒

(ธรรมเป็นเครื่องขัดเกลา)

๒. สัมมัตตะ ๑๐

สัมมัตตะ แปลว่า ความถูกต้อง มี ๑๐ ประการ คือ อริยมรรคประกอบด้วยองค์ ๘ เพิ่มสัมมาญาณ ความรู้ชอบ และสัมมาวิมุตติ ความหลุดพ้นชอบ รวมเป็น ๑๐ สัมมาญาณนั้น เป็นการรวมตัวของอริยมรรคมีองค์ ๘ ส่วนสัมมาวิมุตตินั้น เป็นการหลุดพ้นจากกิเลส ถ้าจะถามว่าตัวอริยมรรคคืออะไร ก็ตอบว่า “สัมมาญาณ” นี้เอง ส่วนองค์ ๘ ตั้งแต่สัมมาทิฐิเป็นต้น มีสัมมาสมาธิเป็นปริโยสาน เป็นองค์ประกอบของอริยมรรค เพราะฉะนั้นท่านจึงกล่าวว่า อริยมรรคประกอบด้วยองค์ ๘ หลักธรรมทั้ง ๘ ประการนี้ ได้อธิบายไว้อย่างละเอียดในหนังสือ “อริยสัจ ๔” แล้ว จึงไม่ขอ

นำมากล่าวในที่นี้อีก ท่านผู้ต้องการ โปรดอ่านในหนังสือที่อ้างถึงนั้นเถิด สัมมาญาณโดยองค์ธรรม หมายถึง ผลญาณ และปัจจเวกขณญาณ ผลญาณ คือญาณในอริยผล ปัจจเวกขณญาณ คือญาณเป็นเครื่องพิจารณาถึงกิเลสที่ละได้แล้ว และกิเลสที่ยังไม่ได้ละ กล่าวโดยย่อ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี มีปัจจเวกขณญาณ ๒ คือพิจารณาถึงกิเลสที่ละได้แล้ว และกิเลสที่ยังไม่ได้ละ พระอรหันต์มีปัจจเวกขณญาณ ๑ คือพิจารณาถึงกิเลสที่ละได้แล้ว ส่วนสัมมาวิมุตตินั้น ท่านหมายอย่างสูงถึงอรหัตตผล สัมมัตตะ ๑๐ นี้ ก็เป็นธรรมเครื่องขัดเกลาอีกประการหนึ่ง

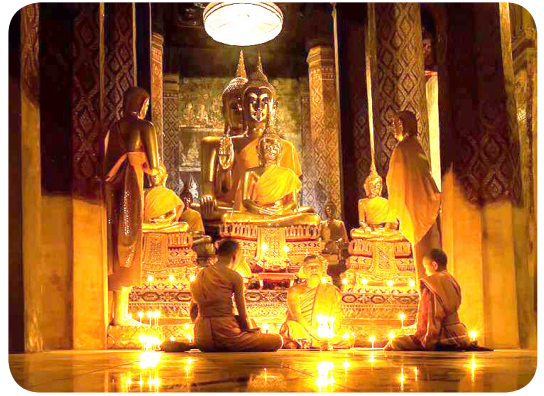
๓. การละนิเวรณ์ ๕ ได้

นิเวรณ์ แปลว่า สิ่งที่เกิดกันหรือขัดขวาง คุณงามความดี ไม่ให้ก้าวหน้าไปได้ ท่าน จำแนกไว้ ๕ อย่างคือ

๑. กามฉันทะ ความพอใจในกามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โสภณวัตถุ (สัมผัสทางกาย) หมกมุ่นหลงใหลอยู่ในสิ่งเหล่านี้ ไม่อาจ พრაภใจออกไปได้ บางทีก็ทำให้เสียคนเพราะ หลง ในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส และใน โสภณวัตถุ จนต้องประกอบกรรมทำชั่ว ไม่ อาจให้คุณงามความดีเจริญงอกงามขึ้นได้ การ พยายามละกามฉันทะ เป็นการขัดเกลากจิตใจให้ ผ่องแผ้ว ไม่วุ่นวาย การที่จะละหรือบรรเทา นิเวรณ์ข้อนี้ได้ ด้วยการเจริญอุสุภภาวนา หรือ ปฏิภาณสติปัญญา มีบุคคลและสัตว์จำนวนไม่น้อย ที่ถึงความพินาศเพราะติดใจหลงใหลในรูป เป็นต้น

๒. พยาบาท ความคิดปองร้ายผู้อื่น กิเลส ตัวนี้สืบเนื่องมาจากอหังการ ความไม่พอใจ โกรธ โกรธ โทสะ คิดประทุษร้าย ถ้ายิ่งทำอะไรไม่ได้ก็ ผูกพยาบาท กิเลสตัวนี้ละได้ด้วยเมตตาภาวนา คือหมั่นเจริญเมตตาบ่อยๆ พระเจ้าวิฑูทกะถึงความพินาศพร้อมทั้งบริวาร เพราะพยาบาทใน กษัตริย์ศากยะ ยกกองทัพไปฆ่ากษัตริย์ศากยะ เสียมากมาย ในที่สุดพวกตนก็มาจมน้ำตายกัน เกือบหมด

๓. ถีนมิทธะ ง่วงงุน เกียจคร้าน เบื่อหน่าย ที่จะประกอบกิจการงาน ละได้ด้วยความเพียร หรือ ซาคริยานุโยค แปลว่า ประกอบความ เพียรแก่ผู้ตื่นอยู่ ไม่เห็นแก่หลับนอนมากนัก มีเรื่องเล่าไว้ในชาดกว่า อาจารย์ทศปาโมกษ์ที่ เมืองตักกศิลา ให้ลูกศิษย์หลายคนไปหาไม้ในป่า หลายคนช่วยกันหาไม้จนพอแก่ความต้องการ



แล้วชวนกันกลับ อีกคนหนึ่งมัวไปนอนหลับเสีย ใต้ต้นไม้ ตื่นขึ้นมาเห็นเพื่อนเขากลับกันหมด แล้ว จึงรีบขึ้นต้นไม้เพื่อหักกิ่ง ด้วยความ ผลิผลาม ถูกกิ่งไม้กิ่งหนึ่งตีมาถูกตาจนตาบอด นี่ก็เป็นเพราะถีนมิทธะนั้นเอง

มีพระพุทธภาษิตอยู่บทหนึ่งว่า “ผู้ใดเมื่อ คนทั้งหลายประมาทอยู่ เขาไม่ประมาท เมื่อคน ทั้งหลายหลับอยู่ เขาเป็นผู้ตื่นอยู่โดยมาก ผู้นั้น เป็นผู้ฉลาด ย่อมละทิ้งผู้ประมาทไป เหมือนม้า ฝีเท้าดี ละม้าที่ฝีเท้าเลวไปฉะนั้น”

๔. อุทธัจจะกุกกัจจะ ฟุ้งซ่านและรำคาญ ฟุ้งซ่านเกิดจากจิตใจที่ไม่สงบด้วยเหตุใดเหตุ หนึ่ง จะทำอะไรก็ไม่เป็นขึ้นเป็นอัน หรืออาจจะ ทำอะไรไม่ได้เลยเพราะมัวฟุ้งซ่านอยู่ ส่วน รำคาญนั้น เกิดจากประสบกับสิ่งที่ไม่น่าพอใจ ละได้ด้วยความกรุณา ตัวอย่างเช่น มีเด็กหลาย คนมาเล่นหน้าบ้าน ส่งเสียงเจี๊ยวจ๊าว ถ้าเรารู้สึก รำคาญก็ต้องแผ่กรุณา คือคิดว่าเป็นความสุข ของเขาที่ได้ทำเช่นนั้น ถ้าไม่ได้เล่น เขาจะเป็น ทุกข์ ดังนี้ เป็นต้น ส่วนความฟุ้งซ่านนั้น กำจัด ได้ด้วยสมาธิ คือการทำใจให้สงบ เอาใจไว้อยู่ เหมือนคนขี่ม้าหรือขับรถ ให้ม้าหรือรถหยุดได้ ตามที่ต้องการ มีบางคนฟุ้งซ่านและรำคาญต่อ เนื่องเป็นเวลาหลายปี เอาใจไว้ไม่อยู่ ในที่สุด ก็เป็นบ้า เพราะฉะนั้น ถ้าไม่อยากเป็นบ้าก็ให้

ระวังความฟุ้งซ่านและรำคาญ อย่าให้ครอบงำใจอยู่นานนัก

๕. วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย ไม่อาจตกลงใจได้ เหมือนคนยืนอยู่ที่ทางสามแยกหรือสี่แยก ไม่รู้จะไปทางไหน มัวลังเลอยู่นั้นแหละ เลือกลงไม่ถูก ทางชีวิตก็เช่นเดียวกัน เราต้องตัดสินใจเลือกดำเนินชีวิตไปทางใดทางหนึ่ง ให้เหมาะสมกับอุปนิสัยและความสามารถของเรา เลือกได้เร็วยิ่งดี บางคนเลือกทางชีวิตได้ตั้งแต่อายุยังไม่ถึง ๒๐ เมื่อเลือกได้แล้วก็ดำเนินชีวิตไปตามทางสายนั้น โอกาสจะประสบความสำเร็จก็มีมาก เพราะมีเวลามากและมีความสามารถสูง เป้าหมายในชีวิตเป็นสิ่งสำคัญ เป็นเหมือนเข็มทิศให้เราดำเนินชีวิตไป ถ้ามัวลังเลอยู่ คอนชีวิตยังตัดสินใจอะไรไม่ได้ เหมือนที่เขาว่ากันว่า เข้าป่าจวนค่ำ ได้ไม้ไม่เท่าไรก็มีตเสียแล้ว หรือพบไม้งามเมื่อขวานบิ่น เพราะมัวเอาขวานไปฟันไม้ที่ไม่งามเสียนาน ชีวิตคนเราไม่ยาวนาน เป็นหนุ่มสาวอยู่ในวัยทำงานไม่กี่ปี ก็ถึงวัยชรา ทำอะไรไม่ค่อยได้ แม้แต่ร่างกายตัวเองก็ช่วยตัวเองไม่ได้ ต้องมีผู้ช่วยเหลือและเตรียมตัวตาย ด้วยเหตุนี้จึงต้องใช้เวลารูททุกวันนี้ให้เป็นประโยชน์ อย่ามัวลังเลและเสียเวลาไปกับเรื่องไร้สาระ

มีพระพุทธรูปประดิษฐานอยู่ที่บ่อน้ำพุร้อนว่า “บุคคลผู้ที่ไม่รีบทำคุณงามความดี และไม่ได้ทรัพย์ตั้งแต่วัยหนุ่มสาว เขาจะต้องชบเซาเศร้าโศกเหมือนนกกระเรียนแก่ชบเซาอยู่ เพราะตกลงไปในเปือกตมที่ไม่มีปลาแล้ว”

ท่านเล่าไว้ว่า มีบุตรชายเศรษฐีกับบุตรสาวเศรษฐี มีทรัพย์ฝ่ายละ ๔๐ โกฏิ แต่งงานกัน แต่ก็ล้มจมจนกลายเป็นขอทาน เพราะใช้ทรัพย์และเวลาไปในทางไร้ประโยชน์ คือ


เที่ยวเตร่ คบคนพาล คบนักเลงสุรา เป็นต้น ส่วนบางคนตั้งตัวได้ด้วยทุนทรัพย์เพียงเล็กน้อย จนเป็นเศรษฐีหรืออย่างน้อยก็ตั้งตัวได้ดี เพราะใช้เวลาและทรัพย์ให้เป็นประโยชน์ เดินทางถูกเลือกทางชีวิตที่ดี

การละนิรรม ๕ ได้ จึงเป็นธรรมเครื่องขัดเกลากิเลส และขัดเกลาอุปนิสัยให้เป็นคนดี มีประโยชน์ ดังกล่าวมาโดยย่อ

ท่านกล่าวถึงอานิสงส์ของการละนิรรม ๕ ได้ โดยอุปมาว่า เหมือนคนเป็นโรคแล้วหายจากโรค ถูกจองจำแล้วพ้นจากเครื่องจองจำ



เป็นทาสแล้วพ้นจากความเป็นทาส เป็นหนี้แล้วหลุดจากหนี้ เดินทางไกลกันดารแล้วถึงจุดหมายปลายทางอันเป็นที่รื่นรมย์

ผู้บำเพ็ญสมถกรรมฐานจนได้อัปปนาสมาธิแล้ว ย่อมละนิรรม ๕ ได้ก่อน และประกอบด้วยองค์ ๕ คือ **วิตก** หมายถึง จิตจับอารมณ์ได้ **วิจาร์** คือ จิตเคล้าอยู่กับอารมณ์นั้น **ปีติ** ความอิ่มใจ **สุข** ความสุขใจ และ **เอกัคคตา** ความที่จิตมีอารมณ์เดียว นี่คือปฐมฌาน เพราะละองค์ ๕ คือนิรรม ๕ ได้ และประกอบด้วยองค์ ๕ มี วิตก เป็นต้น 

โปรดติดตามอ่านตอนหน้า (สัปดาห์ธรรม ข้อ ๔. การละอุปกิเลส ๑๖ ได้)



LESS is MORE

พอ คือ ดี

less is more หรือแนวทางการออกแบบ ประเภทมินิมอลลิสม์ (minimalism) ซึ่งหลายคน อาจจะรู้จักจากผลิตภัณฑ์ของบริษัทแอปเปิล อย่างไอโฟน หรือผลิตภัณฑ์แบรนด์มูจิของประเทศญี่ปุ่น จุดเด่นของแนวทางการออกแบบนี้ จะมีรูปทรงเรียบง่าย เน้นประโยชน์ใช้สอยเพียงหยิบขึ้นมาก็รู้ว่าใช้อย่างไร ไม่ยุ่งยากซับซ้อน

เมื่อพูดถึงแนวทางการออกแบบที่เรียกว่า minimalism มีบุคคลสำคัญคนหนึ่งนำวิธีการนี้มาใช้และประสบความสำเร็จอย่างสูง เขาผู้นั้นคือ Steve Jobs อดีต CEO ของบริษัท Apple ผู้ล่วงลับ หากศึกษาลึกเข้าไปในชีวิตของ Steve Jobs ก็จะพบว่า เขาสนใจอ่านหนังสือพวกปรัชญาศาสนา และชื่นชอบพุทธศาสนานิกายเซ็น เป็นอย่างมาก และชอบศิลปะแบบเซ็นที่เน้นเรื่องความเรียบง่าย ไม่ว่าจะเป็

งานสถาปัตยกรรม ที่เน้นความเรียบง่าย แต่ซ่อนประโยชน์ใช้สอยสูงสุด ภายใต้ความเรียบง่ายนั้น สินค้าของ Apple จึงเรียบง่าย สะอาดตา แต่ function ใช้งานสูงสุด Steve Jobs ประสบความสำเร็จกับแนวคิดนี้ จนกระทั่ง เมื่อพูดถึง Steve Jobs และสินค้าภายใต้การดูแลของเขา จะต้องพูดถึง minimalism เท่ากับว่า เขาทำให้คำๆ นี้เป็นที่รู้จักกันทั่วโลก

ในสมัยที่ยังเรียนการออกแบบอยู่ที่คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ ผู้เขียนรู้สึกประทับใจกับความสวยงามลงตัว พอติดพอดีของการออกแบบอย่างนี้เป็นที่สุด แต่ยังไม่ได้ทำงานตามสาขาวิชาที่เรียนมา ก็ตัดสินใจบวชเสียก่อน

ระหว่างเป็นผ้าขาวบวช การฝึกห่มจีวรถือเป็นเรื่องลำบาก สัญชาตญาณนักออกแบบจบใหม่พยายามคิดว่า เราจะพัฒนาจีวรให้ห่ม

ง่ายกว่านี้ได้อย่างไร คิดหาตำแหน่งที่ติดซิป เย็บกระดุม ผ่านไปประมาณหนึ่งเดือน หลังจากบวชพระแล้ว การห่มจีวรก็กลายเป็นเรื่องง่าย กลับมาคิดว่าถ้าวันนั้นตัดสินใจเย็บซิปติดลงไป ตนเองคงไม่ได้ฝึก และจะต้องทำลายความเป็นจีวรไป

ผ้าสี่เหลี่ยมผืนเดียวนี้ ทั้งซักง่าย ตากเรียบแห้งเร็ว ได้แต่ทิ้งไว้ที่คนๆ ที่คิดวิธีห่มโดยหมุนผ้าเป็นเกลียวนี้เก่งมาก เพราะผ้าสามารถปกคลุมร่างกายได้สวยงาม ทั้งกระชับและพอดีกับพระทุกรูป

ผ่านไปช่วงกลางๆ พรรษา พอเริ่มจับจังหวะชีวิตของนักบวชได้ รู้สึกถึงความง่ายไม่ซับซ้อน เต็มไปด้วยความสงบกายสงบใจ เกิดความสุขใจอย่างประหลาด ผุดคำว่า less is more ขึ้น จึงนำมาพิจารณาว่าคำนี้สำหรับวงการพระภิกษุแล้ว ควรจะแปลว่าอย่างไร?

less is more  **น้อยแต่มาก**

บริขาร คือสิ่งของจำเป็น ที่พระพุทธเจ้าได้บัญญัติให้ภิกษุใช้เป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิต

จีวร คือ ผ้าขนาด ๒ x ๓ เมตร ย้อมสีจากแก่นไม้ สีน้ำตาลเข้ม เป็นชุดเก่งของพระ ทั้งงานศพ งานแต่ง เรียนหนังสือ หรือเดินทางไปไหนก็ใส่ชุดเดียว จีวรสามารถห่มได้หลายแบบ เช่น ห่มคลุม ห่มดอง เฉยingle ไหล่ พาดบ่า พันมังกกร ถึงหน้าหนาวก็พับสี่ทบพาดคลุมบริเวณไหล่ทั้งสองเป็นเสื้อกันหนาว พับครึ่งกลายเป็นผ้าห่ม

สังฆาฏิ ก็ใช้เป็นจีวรสำรอง สมัยพุทธกาลใช้ปูนอน สมัยนี้พับเป็นทบๆ แทนหมอน ถ้าหนาวมากก็ห่มซ้อนจีวรอีกชั้น อุณหภูมิร้อน

สบงหรือผ้าถุง สามารถพับครึ่งเป็นผ้า

ปูนั่ง กางออกเต็มผืนปูนอน บางครั้งก็นำมาเช็ดตัว ที่สุดแล้วเอาของวางตรงกลาง รวบสี่มุมหัวเป็นถุงผ้าได้

รัดประคด ใช้เหมือนเข็มขัด พระเณรมักจะติดกระเป่าเล็กๆ เอาไว้เก็บของสำคัญหรือห้อยนาฬิกา

ผ้าครองทุกผืน มีพุทธบัญญัติว่าต้องเป็นผ้าอย่างน้อยสองผืนเย็บต่อกัน ห้ามใช้ผ้าเต็มผืน แผงอุบายให้พระไม่ใช่ของแพง รู้จักหาเศษผ้าเก่านำมาใช้ใหม่ ที่ยุคนี้เรียกว่า รีไซเคิล ถ้าเย็บรวมกันตามรูปแบบผืนนาของชาวมคธที่พระอาณนที่ได้ออกแบบไว้ ผ้าจะมีเพียงเส้นตรงขนานและตั้งฉากกัน แม้เป็นเศษผ้าต่อๆ กันก็ดูเรียบร้อยเป็นระเบียบ

บาตร แปลตามศัพท์ว่า ภาชนะ เป็นที่ยังก่อนข้าวให้ตกลง ใช้เป็นภาชนะใส่อาหาร ขบฉัน เป็นทั้งจานชามถ้วยในใบเดียว บาตรยังสามารถใช้แทนกระเป่าเดินทางเก็บผ้าไว้ภายใน ผนตกก็ไม่เปียก พระรุดงค์บางท่านใช้ตักน้ำอาบแทนขัน ผาบาตรก็นำมาส่องแทนกระจกเวลาปลงศพ บางองค์ใช้ตีให้สัญญาณแทนระฆัง

และ**มิตโกน**นอกจากใช้ปลงผมโกนหนวดแล้ว ยังใช้ร่วมกับเข็มและด้ายตัดเย็บซ่อมแซมผ้า

ความน้อยแต่มากนี้จะเข้าถึงได้ก็ต่อเมื่อได้เดินรุดงค์ ตอนออกจากวัด ทุกอย่างดูสำคัญหมด แต่ในระหว่างทาง ของเหล่านี้ดูเหมือน



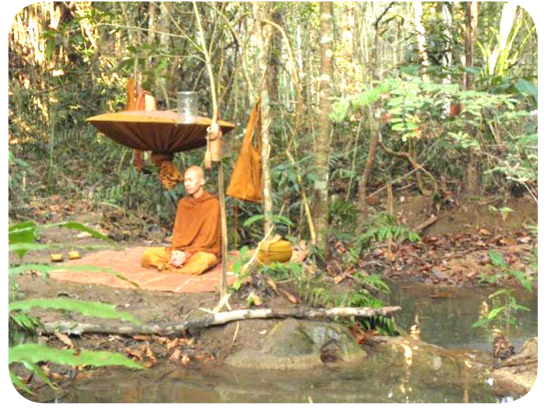
จะหนักขึ้นเรื่อยๆ หยุดพักทีหนึ่งก็คอยหาว่า
สามารถทำอะไรได้อีก เริ่มคิดว่า อะไรเกิน
อะไรเก็บ อะไรใช้แทนกันได้ ประยุกต์และ
ประดิษฐ์จนเหลือแต่ของที่จำเป็นจริงๆ สุดท้าย
แล้วบริขารเหล่านั้นเป็นเหมือนส่วนหนึ่งของ
ร่างกายตลอดการเดินทางที่เดียว

less is more 🌿 ง่ายคืองาม

ในหนึ่งวันของชีวิตพระนั้น แทบจะไม่มี
อะไรยุ่งยาก มีเพียงข้อวัตรที่กำหนดวิถีชีวิต ตื่น
แต่เช้ามีด ตี ๓ ตี ๔ สวดมนต์ทำวัตร เจริญสมาธิ
ออกบิณฑบาต กลับมาฉันในบาตร ฉันครั้งเดียว
จบ หลังล้างบาตร แปรงฟัน เข้าทางเดินจงกรม
เดินย่อยอาหารไปพร้อมกับเจริญสติ อาจจะ
ท่องบ่นสาธยายมนต์ หรืออ่านหนังสือธรรมะ
แล้วค่อยพักผ่อนตอนหลังเที่ยง บ่ายแก่ๆ มี
กิจวัตรโปรดवादเช็ดถูเสนาสนะ เสร็จแล้ว
รวมตัวกันฉันน้ำปานะ ตกเย็นสร่งน้ำ ร่วม
กันทำวัตร ฟังเทศน์ นั่งสมาธิภาวนา จึงค่อย
แยกย้ายกันกลับไปนอนพักที่กุฏิ

ทุกกิจวัตรเริ่มทำพร้อมกัน เลิกพร้อมกัน
สร้างความสามัคคีของหมู่คณะ พระก็มีกำลังใจ
ทำงาน โยมคนวัดเห็นก็เกิดศรัทธา แม้กิจวัตร
จะซ้ำเดิม แต่สาระสำคัญอยู่ที่การตรวจสอบ
ขัดเกลาตนเองอยู่เสมอ อยากรได้สิ่งใดก็ต้องฝึก
อด ไม่อยากได้ก็ต้องฝืนทน ทั้งศีลและข้อปฏิบัติ
จะค่อยๆ ลดทอนกิเลสตัณหา เปลี่ยนแปลง
คนที่เคยหยาบกระด้างให้เป็นคนละเอียด คน
ฟุ้งซ่านก็นิ่งสงบมากขึ้น คนใจร้อนก็ใจเย็นลง

พระเถระบางรูปที่ท่านผ่านการอบรม
ฝึกฝนตนเองมานานแล้ว อากัปกริยาของท่าน
จะงดงาม เย็นตาเย็นใจ แค่อายุใกล้ๆ ก็มีความสุข



less is more 🌿 น้อยคือมาก

“กินน้อย พุดน้อย นอนน้อย” คือคำ
สอนที่หลวงพ่อบุชา สุภโท กวดขันลูกศิษย์อยู่
เสมอ ตามหลักที่พระสารีบุตรสอนเรื่องการฉัน
ภัตตาหาร คือ หากรู้สึกว่ามีอีก ๕ คำจะอิมก็ให้
หยุด แล้วให้ดื่ม น้ำตามจะอิมพอดี การฉันแต่น้อย
ส่งผลให้จิตใจเข้มแข็ง ไม่โง่งมงาย นั่งสมาธิ
เดินจงกรม จิตจะตั้งมั่นได้ง่าย

ส่วนการพุดคุย สำหรับพระป่าไม่ค่อยมี
โอกาสคลุกคลีกันมากนัก เพราะแยกกันอยู่กุฏิ
ละรูป กุฏิก็กระจายห่างๆ กันในป่า พระจะได้
อยู่กับตนเอง มีสติสำรวมระวัง พยายามฝึกจิต
ภาวนาอย่างต่อเนื่อง

การนอนน้อยนั้นเพื่อให้มีเวลาประกอบ
ความเพียรได้มาก มุ่งขจัดความเกียจคร้าน
ขยันเดินจงกรมนั่งสมาธิ ถึงวันพระใหญ่ (ขึ้น
หรือแรม ๑๔ หรือ ๑๕ ค่ำ) ก็พากันถือธุดงค์
วัตรข้อเนสัชชิก อยู่ด้วยอิริยาบถ ๓ ยืน เดิน นั่ง
ไม่นอน ส่วนวันอื่นก็ฝึกนอนตื่นเดียว เอนกาย
นอนเพียงครั้งเดียวต่อวันหนึ่ง รู้สึกตัวแล้วลุก
ขึ้นเลยทันที ไม่นอนอีก จนกว่าจะถึงเวลาที่
กำหนดเอาไว้

หลายท่านอาจจะมองว่า การกินน้อย นอน
น้อย เป็นการทรมานตนเอง ไม่เป็นทางสาย
กลาง ข้อนี้ขึ้นอยู่กับพระที่ท่านถือปฏิบัติ ที่ต้อง
มีปัญญาพิจารณาว่าแค่นั้นจึงพอดี ร่างกายรับ
ไหว อกุศลเกิดน้อย และสามารถเจริญกุศล ทั้ง
ปริยัติและปฏิบัติได้มากขึ้น

less is more  น้อยแต่สำคัญ

พระพุทธองค์ทรงตรัสสอนว่า

โย จ วสฺสสฺสํ ชีเว อปสฺสํ รมมมุตฺตมํ
เอกาหํ ชีวิตํ เสยโย ปสฺสโต รมมมุตฺตมํ
ผู้เห็นธรรมอันสูงสุด แม้มีชีวิตอยู่เพียงวัน
เดียวประเสริฐกว่าผู้ไม่เห็นธรรมอันสูงสุด
ที่มีชีวิตอยู่ตั้ง ๑๐๐ ปี

ธรรมอันสูงสุดนั่นคือ โลกุตตรธรรม ๔
ได้แก่ มรรค ๔ ผล ๔ และนิพพาน

ชีวิตนี้สั้นมาก เมื่อเทียบกับการเวียนว่าย
ตายเกิดนับไม่ถ้วน พระภิกษุผู้เห็นภัยในวัฏฏะ
ไม่ควรประมาท หลงยินดีกับลาภสักการะ อัน
เป็นของไม่เที่ยง มีโทษมาก ควรทุ่มเทชีวิตที่
เหลืออยู่ให้เป็นไปเพื่ออบรมไตรสิกขา แสวงหา
ความสุขที่แท้จริง

วันคืนล่วงไปๆ บัดนี้เรากำลังทำอะไรอยู่
ความตายกำลังคืบคลานเข้ามา ไม่มีใครรู้ว่า
ตนเองจะตายเมื่อไหร่ สถานที่ไหน การเกิด
ใหม่นั้นไม่แน่ว่าเราจะได้ไปเกิดเป็นมนุษย์ และ
พบพระพุทธศาสนาอีกหรือไม่ ทั้งหมดนี้จึงเป็น
สิ่งที่พระภิกษุต้องพิจารณาตามพระดำรัสของ
สมเด็จพระญาณสังวรฯ ว่า **ชีวิตนี้น้อยนัก แต่
ชีวิตนี้สำคัญนัก เป็นหัวเลี้ยวหัวต่อ เป็นทาง
แยก จะไปสูงไปต่ำ จะไปดีไปร้าย เลือกได้ใน
ชีวิตนี้เท่านั้น พึงสำนึกข้อนี้ให้จงดี แล้วจง
เลือกเกิด เลือกให้ดีเกิด**

ฉะนั้น เมื่อเราเลือกมาบวชแล้ว ก็ควรให้
ความสำคัญกับการประพฤติปฏิบัติมาเป็น
อันดับแรก เพื่อให้ถึงความพ้นทุกข์อย่างที่ได้
ตั้งใจไว้

จากนักศึกษาที่ต้องเรียน 5W1H ว่า
เราจะออกแบบให้ใคร/ใช้ทำอะไร/ที่ไหน/
เมื่อไหร่/อย่างไร/ทำไม เป็นคำถามที่มอง

ออกไปนอกตัว ศึกษาเท่าไรก็ไม่จบ จนผ่าน
หนึ่งพรรษา สัมผัสถึงวิถีแห่งการออกแบบชื่อ
“**ธรรมและวินัย**” ที่ย้อนกลับเข้ามาศึกษาชีวิต
จากภายใน เห็นความเป็นไปได้ที่จะสามารถ
ทำให้การศึกษาจบได้

แม้จะไม่มีเงินทอง เราสามารถเลือก
ออกแบบความสุขได้ เพียงรู้จักพอใจในสิ่งที่มี
ยินดีในสิ่งที่ได้ ใช้สติปัญญารู้เท่าทันความเป็น
จริง สร้างคุณค่าให้กับตนเอง ผีภณ สังเกต
พัฒนาจิตใจ ตามหลักศีล สมาธิ ปัญญา ชีวิต
เช่นนี้มีแต่ความชัดเจน เรียบง่าย ไม่วุ่นวาย และ
เป็นไปเพื่อความสงบสุขโดยส่วนเดียว

ถึงบรรทัดนี้แล้ว จึงอยากจะแบ่งปันความ
รู้สึกให้ผู้อ่าน ด้วยนิทานสักเรื่องหนึ่ง

ณ ราวป่าไกลจากตัวเมือง ชายคนหนึ่ง
มองเห็นพระที่เพ่งวางสัมภาระ นั่งพักได้ร่มไม้
เขาจอตลอดแล้วเดินเข้าไปหาเพราะอยากจะ
ทำบุญกับพระอุปัชฌาย์ หลังจากได้ถวายน้ำและ
พูดคุยพอประมาณ ถึงแม้อากาศจะร้อนแต่
ชายหนุ่มก็สัมผัสได้ถึงความสงบเย็นจากท่าน
จึงถามขึ้นว่า

“ท่านครับ ชีวิตพระนั่นดีอย่างไร ? ท่านบวช
แล้วมีความสุขอย่างไร ?”

พระรูปนั้นยิ้ม พุดทวนคำถามเบาๆ พลาจวาง
ขวดน้ำดื่ม “เอาอย่างนี้แล้วกัน โยมลองตอบ
คำถามอาตมาดูนะ

“ถ้าโยมอยากมี แล้วมี โยมจะรู้สึกอย่างไร ?”
“คงมีความสุขครับ”

“แล้วถ้าโยมอยากมี แล้วไม่มี โยมจะรู้สึก
อย่างไร ?” “เป็นทุกข์ครับ”

“ถ้าโยมไม่อยากมี แล้วมี โยมจะรู้สึกอย่างไร ?”
“ก็เป็นทุกข์ครับ”

“แต่อาตมาไม่อยากมี แล้วก็ไม่มี โยมคิดว่า
อาตมาารู้สึกอย่างไร ?” 



ปฏิบัติธรรมอยู่ที่ใจ ไม่ใช่แค่รูปแบบ

พุทธสาวิกา

ก่อนอื่นต้องยอมรับว่า ชีวิตประจำวันในสังคมทุกวันนี้ ไม่เอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติธรรมสักเท่าไร ดูเหมือนว่าผู้คนประชาชนจะตกเป็นเหยื่อของผู้แสวงหาผลประโยชน์ ไม่ว่าจะ เป็นโอกาสไปมีอำนาจในทางการเมือง หรือทางธุรกิจ เช่น เมื่อถึงเทศกาลหาเสียงเพื่อการเลือกตั้ง พวกนักการเมืองก็จะทำทุกวิถีทางเพื่อที่จะให้ตนได้รับการเลือกตั้ง นับตั้งแต่ร่างนโยบายสวยหรู (แต่ทำจริงไม่ได้) เพื่อจูงใจประชาชน ให้เลือกตน ตลอดจนการซื้อเสียง และทำลายฝ่ายตรงข้าม จนถึงกับฆ่าแกงกันก็มีให้เห็นเป็นข่าวอยู่บ่อยๆ

ในทางธุรกิจ เจ้าของธุรกิจก็พยายามทำทุกทางเพื่อให้ธุรกิจของตนประสบความสำเร็จ เช่น โฆษณาชวนเชื่อ โฆษณาเกินจริง เพื่อให้ประชาชนหลงเชื่อ ซื้อสินค้ามาใช้บริการของตน เมื่อได้เงินตามที่ต้องการแล้ว ก็ไม่ได้ทำตามที่โฆษณาไว้ บางรายถึงกับปิดกิจการหนีไปเลย เช่น พวกสถานออกกำลังกาย ที่มีจะมีสปาเสริมสวย ผ่อนคลาย ที่เรียกเก็บค่าสมาชิกรายเดือน รายปี ทีละหลายหมื่น จากนั้นไม่นาน ก็ปิดกิจการ หอบเงินหนีไปต่างประเทศ ปล่อยให้สมาชิกสูญเสียเงินไปอย่างไม่มียวันได้กลับคืน

โครงการอสังหาริมทรัพย์ พวกบ้านจัดสรร คอนโด ที่ผุดขึ้นบานเบอะ ตามแหล่งเศรษฐกิจหลายแห่งไม่ซื้อสัตย์ ขายบ้าน ขายคอนโดจนหมดปิดรายการแล้ว สิ่งที่สำคัญสัญญาไว้ ก็ไม่ได้ทำตามนั้น เช่น บอกจะมีคลับเฮ้าส์ มีสนามเด็กเล่น ก็ไม่มี ไม่ทำ บางแห่งแม้แต่ไฟแสงสว่างตามถนนที่ควรจะมีก็ไม่มี ปลอ่ยให้หมู่บ้านตกอยู่ในความมืดในยามค่ำคืน เป็นอันตรายทั้งชีวิตและทรัพย์สินเป็นอย่างมาก

แม้แต่การบันเทิงเรีงรมย์ตามสื่อต่างๆ ส่วนใหญ่มีลักษณะมอมเมาไม่ได้ส่งเสริมศีลธรรม ไม่แม้แต่จะส่งเสริมให้คนดูเห็นความสำคัญของศีล ๕ ละครเมียน้อยเมียหลวง ชิงรักหักสวาท พุดโกหกหน้าตาย ปราศจากหิริโอตตปปะ แม้จะมีรายการดีๆ อยู่บ้าง แต่คนส่วนใหญ่กลับไม่ค่อยชอบดู ชอบดูละครน้ำเน่ามากกว่า โดยอ้างว่าคลายเครียด ดูเอาสนุก โดยหารู้ไม่ว่า การย้าดูสิ่งใด สิ่งนั้นก็ฝังลึกเข้าไปในจิตใต้สำนึก โดยไม่รู้ตัว เมื่อตอนไปเจอสถานการณ์ต่างๆ ที่คล้ายคลึงกับที่ตนเห็นในละคร ก็จะนำวิธีการต่างๆ ตามที่เคยเห็นมาใช้ รวมถึงความรุนแรงต่างๆ จนถึงขั้นทำร้ายกันถึงชีวิต

นี่แหละ คือ ความหายนะของสังคม หากเราไม่ช่วยกันเปลี่ยนแปลง ให้พลิกฟื้นไปสู่สัมมาทิฎฐิ

ขณะนี้ข่าวอาชญากรรมร้ายแรงมีให้เห็นรายวัน นักหนาสาหัสมากขึ้นเรื่อยๆ จนจินตนาการไปไม่ถึง ฆาตกรรมมีความโหดร้ายรุนแรงมากขึ้นๆ เช่น ฆ่าแล้วหันศพที่กระทำ โดยผู้หญิงอายุยี่สิบสามปีเท่านั้น ชีวิตของเธอยังอีกยาวไกล แต่เธอก็ตัดรอนมันด้วยตัวเอง ไม่เหลืออนาคตให้วาดหวังอีกต่อไป

หากต้องพูดถึงความรุนแรงในสังคมขณะนี้

ต่อให้ใช้พื้นที่วารสารทั้งฉบับก็ไม่พอ จึงขอพูดคร่าวๆ พอให้เห็นภาพว่า สังคมไทยยุค 4.0 นี้ ไม่ได้น่าอยู่เลย ตรงข้ามคือน่ากลัว จนต้องมาคิดหาทางแก้ไข ไม่ใช่ปล่อยเลยตามเลย เพราะไม่รู้จะทำอะไร จริงอยู่ เราอาจทำอะไรมากไม่ได้ แต่ก็เชื่อว่าทำไม่ได้เสียเลย

อย่างน้อยที่สุด ก็เริ่มที่ตัวเราเอง เพื่อที่จะเป็นแบบอย่างให้แก่คนใกล้ชิด คนในครอบครัว และญาติสนิทมิตรสหายทั้งหลายทั้งปวง และเมื่อคนเหล่านั้นได้เห็นแบบอย่างที่ดีจากเรา และเขาได้นำไปปฏิบัติบ้าง เขาก็จะเป็นแบบอย่างให้กับคนอื่นๆ ต่อไป แน่แน่นอนว่า นี่ก็จะเป็นสิ่งดีๆ ที่จะเกิดขึ้นในสังคมเล็กๆ ของเรา

คำแนะนำสำหรับการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน

๑. **ควรหมั่นศึกษาหาความรู้ในพระพุทธศาสนา** เรียนรู้หลักธรรมต่างๆ ให้เข้าใจถูกต้องตามที่พระพุทธเจ้าทรงสอน เรียนรู้ไปเรื่อยๆ หากศรัทธามากก็อาจจะเรียนภาษาบาลีร่วมด้วย เพื่อที่จะได้อ่านพระไตรปิฎกภาษาบาลีได้ด้วยตนเอง ค่อยๆ เรียนไปอย่าใจร้อน ในที่สุดก็จะเข้าใจเอง เป็นการสั่งสมบุญกุศลเอาไว้ในตัวของเรา สักวันหนึ่งจะก่อผลดีให้แก่เราอย่างแน่นอนและนี่คือ **บุพเพกตปุญญตา** ที่เราสามารถสร้างได้



๒. อย่าไปเสียเวลากับสิ่งไร้สาระ ไม่เป็นประโยชน์ เวลาชีวิตของเราไม่ได้นานเลย และเราก็ไม่รู้เลยว่าเราจะตายเมื่อใด มัวแต่ไปเสียเวลากับสิ่งไร้สาระ ชีวิตก็จะไม่ได้สาระ อีกทั้งการหมกมุ่นอยู่กับสิ่งไร้สาระบ่อยๆ ทำให้ความไร้สาระนั้นฝังเข้าไปในจิตใต้สำนึกไม่รู้ตัว จิตใจจะฝึกฝนแต่เรื่องไร้สาระเสมอๆ เมื่อชินชากับความไร้สาระ พอเจอเข้ากับสิ่งมีสาระก็จะไม่เห็นค่า ไม่เข้าใจ ปลดปล่อยเลยไปจากชีวิต ชีวิตย่อมวนเวียนอยู่กับความไร้สาระ กลายเป็นโมฆะบุรุษ/สตรี โดยไม่รู้ตัว

๓. ควรตั้งใจและเลือกที่จะมีอาชีพการงานที่เป็นสัมมาอาชีพะ ไม่เห็นแก่เงินอย่างเดียว หากการได้เงินมานั้นเป็นการหลอกลวงผู้อื่น การมีสัมมาอาชีพะนี้สำคัญมากในพระพุทธศาสนา เพราะเป็นหนึ่งในอริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ หรือหนทางแห่งการพ้นทุกข์



๔. พยายามรักษาศีล ๕ ให้มั่นคง หนักแน่น เพราะศีล ๕ เป็นธรรมะค้ำครองสังคม ให้เป็นอยู่อย่างสงบและงดงาม (อ่านเรื่อง พุทธบริษัทกับการรักษาศีล ๕ ในวารสารโพธิาลัย ฉบับที่ ๘ - เดือนมกราคม ๒๕๕๙)

๔. **หมั่นเจริญสติอยู่เสมอ** ทำสิ่งใดก็กำหนดจิตว่า เรากำลังทำสิ่งนั้น เดินก็ให้รู้ว่าจะเดินอยู่ ก้าวขาแต่ละข้างก็ให้รู้ตัว หากทำได้เช่นนี้ ท่านก็จะไม่หกล้มเลย เพราะการเจริญสติขณะเดินเป็นการระวังตัวเองไปในตัว การที่จะก้าวผิด เตะโน่นนี่ ย่อมไม่มี หรือแม้แต่รับประทานอาหาร ก็ให้มีสติว่ากำลังเคี้ยวอาหาร ไม่เคี้ยวเร็วเกินไป ค่อยๆ เคี้ยว และรู้ตัวอยู่เสมอว่า กำลังเคี้ยวอาหาร อาหารก็จะไม่ติดคอ ไม่ผลอไปกั้ดลิ้น หรือกระพุ้งแก้ม เวลาแปร่งฟัน ก็ให้รู้ว่าแปร่งฟัน ค่อยๆ แปร่งให้ทั่วถึง ให้สะอาดหมดจด ก็จะเกิดผลดีกับฟัน เหงือก และช่องปากของเรา

๕. **หมั่นสวดมนต์ไหว้พระ** น้อมใจสู่ความดีงามในเวลาอันควร เช่น ก่อนเข้านอน หรือเมื่อตื่นนอนในตอนเช้า แผ่เมตตาให้ตัวเอง และสรรพสัตว์โดยถ้วนหน้า และขอให้มิเมตตาอยู่ในจิตใจตลอดเวลา คิดสิ่งใดก็คิดแต่ในแง่ดี เป็นบุญเป็นกุศล ไม่มุ่งร้ายหมายขวัญใคร จิตใจก็จะสบาย หน้าตาแจ่มใส เป็นสิ่งแวดล้อมที่ดีให้กับคนอื่น

๖. **หมั่นเจริญเมตตาภาวนาอยู่เสมอ** คิดสิ่งใดกับใครก็คิดด้วยเมตตา ปราธนาตี พร้อมเจริญพรหมวิหาร ๔ ประการ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา และหากเป็นไปได้ ควรเจริญเมตตาไปกับทุกสรรพสิ่งรอบตัว สัตว์ร่วมโลก ธรรมชาติ ให้กว้างไกลไปถึงจักรวาล

๗. **หมั่นทำบุญทำทาน ทำการกุศล** เมื่อ



มีเวลาและโอกาส อย่าปล่อยให้ผ่านไปโดยไม่มีสนใจ การทำบุญ ทำทาน นอกจากจะเป็นกุศล ผลบุญติดตามตัวแล้ว ยังเป็นอริยทรัพย์ติดตามไปยังทุกภพชาติ ไม่ว่าจะเกิดอีกกี่ชาติก็จะต้องทุกข์ได้ยาก การทำบุญทำทานนี้ ไม่จำเป็นต้องอาศัยเงินทอง หรือสิ่งของเท่านั้น เพราะบุญกิริยาวัตตุมิถึง ๑๐ ประการ คือ ทาน ศีล ภาวนา ประพฤติอ่อนน้อมถ่อมตน การบำเพ็ญประโยชน์ต่อผู้อื่น การอุทิศให้ส่วนบุญที่ได้บำเพ็ญมาแล้ว การอนุโมทนา ยินดีในกุศลที่ผู้อื่นได้กระทำการฟังธรรม การแสดงธรรม การทำความเห็นให้ถูกต้องตามความเป็นจริง

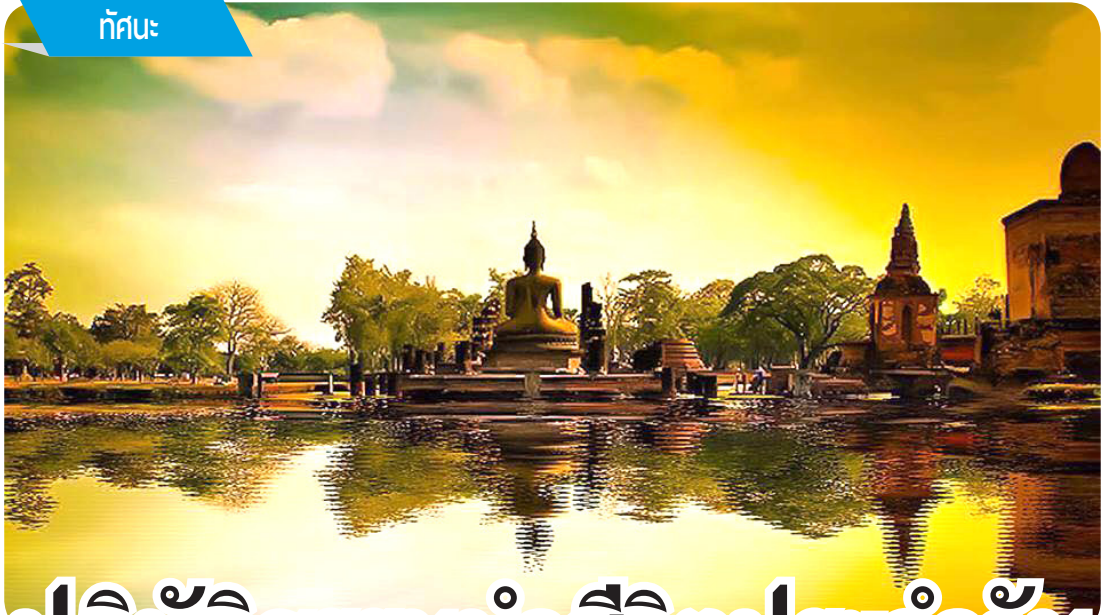
๘. เมื่อรักษาศีล ๕ ได้สมบูรณ์ดีแล้ว ให้หาโอกาสรักษาศีล ๘ หรืออุโบสถศีลดูบ้าง ในวันพระ ค่อยๆ ทดลองรักษาไป หรือจะเพิ่มเป็นศีล ๑๐ ด้วยก็ย่อมได้ หากทำได้เป็นปกติแล้ว ก็เท่ากับเป็นการปฏิบัติธรรมด้วยตัวเอง ไม่จำเป็นต้องไปเข้าสำนักปฏิบัติ

๙. ในกรณีที่สนใจการปฏิบัติเต็มรูปแบบ จะไปอยู่วัดถือศีล เข้ากรรมฐาน เป็นระยะๆ

ก็เป็นเรื่องน่าสนใจ และดีสำหรับความเจริญก้าวหน้าในการปฏิบัติ เพราะที่วัดหรือสำนักจะมีอาจารย์ให้คำแนะนำในการปฏิบัติของเราให้เป็นไปอย่างถูกต้องตามหลักธรรม การปฏิบัติกรรมฐานด้วยตัวเองอาจมีอันตรายทำให้เพี้ยนไป นึกว่าตนเองสำเร็จเป็นผู้วิเศษ บรรลุมรรคผล หากประสบเหตุอย่างนี้ ต้องไปหาจิตแพทย์ เป็นอาการที่รักษายากมาก บางที่รักษาด้วยการช็อตไฟฟ้ายังไม่ช่วยให้ดีขึ้น

๑๐. หมั่นสำรวจภูมิธรรมของตนเองว่า โลภะ โทสะ โมหะ ในใจลดน้อยลงไปหรือไม่ หากปฏิบัติธรรมถูกต้องแล้ว สิ่งที่ขึ้นชื่อว่า ‘กิเลส’ ทั้งหลาย ย่อมลดน้อยเบาบางลงไป จิตใจสบาย ไม่วุ่นวาย ไม่ร้อนรนกระวนกระวาย มีสุขภาพจิตที่ดี เป็นคนมีความสุข เป็นสิ่งแวดล้อมที่ดีของสังคม

ข้อเสนอต่างๆ เหล่านี้ อยากให้ลองนำไปพิจารณาดู แล้วจะเข้าใจว่า การปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวันไม่ใช่เรื่องที่ไกลเกินเป็นไปได้ ขอเพียงแต่ตั้งใจจริงเท่านั้น 



ปฏิบัติธรรมนำชีวิตประจำวัน

๑ ปฏิบัติธรรม คือชำระ ล้างกิเลส
ที่เป็นเหตุ เห็นแก่ตัว ชั่วหนักหนา
เอาแต่ใจ ตนเอง เบ่งอวดตา
อหังการ์ มมังการ พาลเรื่อยไป

๕ เบญจธรรม จึงจำเริญ เดินในจิต
ด้วยความคิด เมตตา กรุณากรุ่น
สัมมาชีพ สุจริต กิจเจื้อจุน
ทั้งเกื้อหนุน ปันช่วยเหลือ เผื่อแผ่ทาน

๒ เลิกลดละ อบายมุข ทุกทางเสื่อม
ศรัทธาเสื่อม ใส่ไตรรัตน์ ตัดหัวนัไหว
เชื่อใน กฎแห่งกรรม ทำดีไว้
ศีลทำให้ ถึงจิต พิศตริตรอง

๖ ไม่ครุ่นคิด ติดกาม ตามสังวร
ตรองดูก่อน พุดสัจจะ วจีขาน
มีสติ สัมปชัญญ์ ทุกวันวาร
อยู่ในฐาน หกอายุตนะ ผัสสะเจอ

๓ ไม่เบียดเบียน ฆ่าสัตว์ ตัดโทสะ
ลดโลภะ ไม่ลักทรัพย์ สลับเจ้าของ
ผิดลูกเมีย ไม่ทำ ผิดทำนอง
ต้องถูกคลอง ประเพณี หนีราคา

๗ เมื่อปากเพียร เรียนรู้ เร่งลดละ
ความชั่วจะ ถ่ายถอน คลอนเสมอ
ความดีพึง สร้างสมบ่ม ไม่เผลอเผลอ
จะพบเจอ จิตเบิกบาน สำราญใจ

๘ มีสัจจะ ซื่อตรง จงอย่าเท็จ
ทั้งใจเด็ด ไม่เสพติด ของเมาบ้า
เหล่าบุหรี ควันพิษ ปลิดชีวา
สติปัญญา เสื่อมถอย ด้อยค่าคุณ

๘ นี่คืองาน ปฏิบัติธรรม นำทางจิต
ในชีวิต ประจำวัน พลันสดใส
กายวาจา ล้วนมีจิต คิดนำไป
ถือศีลให้ ถึงจิต ไม่ผิดเลย ๐๐

ศาสนาพุทธต่างจากศาสนาฤๅษีที่เอาแต่นั่งหลับตา เพราะพุทธเน้นศีล ให้ชำระกิเลสถึงจิตในชีวิตประจำวันที่ยังมีกายกรรม วาจากรรม การงานอาชีพ ใช้ศีลควบคุมกายวาจา แล้วจึงเห็นความดีของกิเลสที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป มีสติ และธัมมวิจยะ ศึกษาหน้าตากิเลสด้วยอาการ (อาการแสดงของกิเลส) **ถึงคะ** (ชนิดประเภท - ความแตกต่างของกิเลส และความมากมายหนักเบา) **นิमित** (เครื่องหมายสังเกตของกิเลส) **อุเทศ** (การยกหัวข้อคำสอนของพระพุทธองค์มานำทาง และเทียบเคียงกับประสบการณ์ของจริงในจิต เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง) (ที.ม. ๑๐/๖๐ มหานิทานสูตร) เป็นการเรียนรู้ทุกข์และสมุทัย เมื่อมีสติและความเพียรที่จะควบคุม ลดละการผิดศีลถึงต้นตอคือเจตนา - สังกัปปะ (ความดำริ) ในจิตจนจางคลายน้อยลง ก็พบความสงบเย็นมากขึ้น ทุกข์ใจลดลง นิเวศน์ก็ลดลง จิตใจก็ตั้งมั่นขึ้น ดังพระสูตรที่จะนำมายืนยันต่อไป

๑. กิमतถียสูตร ว่าด้วยคำถามเกี่ยวกับผลแห่งศีล

“อานนทฺ ศีลทีเปนนกฺศลมีอวิปปปฏิสาร (ความไม่ร้อนใจ) เป็นผล มีอวิปปปฏิสารเป็นอานิสงส์ อวิปปปฏิสารมีปราโมทย์ (ความบันเทิงใจ) เป็นผล มีปราโมทย์เป็นอานิสงส์ ปราโมทย์มีปีติ (ความอิ่มใจ) เป็นผล มีปีติเป็นอานิสงส์ ปีติมีปัสสทธิ (ความสงบกายสงบใจ) เป็นผล มีปัสสทธิเป็นอานิสงส์ ปัสสทธิมีสุขเป็นผล มีสุขเป็นอานิสงส์ สุขมีสมาธิเป็นผล มีสมาธิเป็นอานิสงส์ สมาธิมียถาภูตญาณทัสสนะ (ความรู้ความเห็นตามความเป็นจริง) เป็นผล มียถาภูตญาณทัสสนะเป็นอานิสงส์ ยถาภูตญาณทัส

สนะมีนิพพิทา (ความเบื่อหน่าย) และวิราคะ (ความคลายกำหนัด) เป็นผล มีนิพพิทาและวิราคะเป็นอานิสงส์ นิพพิทาและวิราคะ มีวิมุตติญาณทัสสนะ (ความรู้ความเห็นในวิมุตติ) เป็นผล มีวิมุตติญาณทัสสนะเป็นอานิสงส์ อย่างนี้ อานนทฺ ศีลทีเปนนกฺศล ย่อมทำอรรถตผลให้บริบูรณ์โดยลำดับ อย่างนี้แล”

(อง.ทสก. ๒๔/๑)

ศีลทีเปนนกฺศล---> อวิปปปฏิสาร---> ปราโมทย์ ---> ปีติ---> ปัสสทธิ---> สุข---> สมาธิ---> ยถาภูตญาณทัสสนะ---> นิพพิทา---> วิราคะ ---> วิมุตติญาณทัสสนะ

๒. เจตนากรณียสูตร ว่าด้วยกรรมที่ไม่ต้องทำด้วยความตั้งใจ

ภิกษุทั้งหลาย บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีล ไม่ต้องทำเจตนาความตั้งใจว่า ‘ขออวิปปปฏิสารจงเกิดขึ้นแก่เรา’ การที่อวิปปปฏิสารเกิดขึ้นแก่บุคคลผู้มีศีล สมบูรณ์ด้วยศีลนี้เป็นธรรมดา (หมายถึงเป็นสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นเอง มุ่งแสดงกฎแห่งเหตุผล)

บุคคลผู้มีอวิปปปฏิสารไม่ต้องทำเจตนาความตั้งใจว่า ‘ขอปราโมทย์จงเกิดขึ้นแก่เรา’ การที่ปราโมทย์เกิดขึ้นแก่บุคคลผู้มีอวิปปปฏิสารนี้ เป็นธรรมดา



การปฏิบัติธรรม คือการมีสติสัมปชัญญะ ในภคสรสังวรศีล สำรวมอินทรีย์ ผิดแต่นรู้ ในกายใจ ในทุกการงาน ทุกอิริยาบถ ทุกขณะ

บุคคลผู้มีปราโมทย์ไม่ต้องทำเจตนาความตั้งใจว่า ‘ขอปิติจงเกิดขึ้นแก่เรา’ การที่ปิติเกิดขึ้นแก่บุคคลผู้มีปราโมทย์นี้ เป็นธรรมดา

บุคคลผู้มีใจประกอบด้วยปิติไม่ต้องทำเจตนาความตั้งใจว่า ‘ขอกายของเราจงสงบ’ การที่บุคคลผู้มีใจประกอบด้วยปิติมีกายสงบนี้ เป็นธรรมดา

บุคคลผู้มีกายสงบไม่ต้องทำเจตนาความตั้งใจว่า ‘ขอเราจงเสวยสุข’ การที่บุคคลผู้มีกายสงบเสวยสุขนี้ เป็นธรรมดา

บุคคลผู้มีสุขไม่ต้องทำเจตนาความตั้งใจว่า ‘ขอจิตของเราจงเป็นสมาธิ’ การที่บุคคลผู้มีสุขมีจิตเป็นสมาธินี้ เป็นธรรมดา

บุคคลผู้มีจิตเป็นสมาธิไม่ต้องทำเจตนาความตั้งใจว่า ‘ขอเราจงรู้เห็นตามความเป็นจริง’ การที่บุคคลผู้มีจิตเป็นสมาธิรู้เห็นตามความเป็นจริงนี้ เป็นธรรมดา

บุคคลผู้รู้เห็นตามความเป็นจริงไม่ต้องทำเจตนาความตั้งใจว่า ‘ขอเราจงเปื้อน่ายคลายกำหนด’ การที่บุคคลผู้รู้เห็นตามความเป็นจริงเปื้อน่ายคลายกำหนดนี้ เป็นธรรมดา

บุคคลผู้เปื้อน่ายคลายกำหนดไม่ต้องทำเจตนาความตั้งใจว่า ‘ขอเราจงทำให้แจ้งวิมุตติญาณทัสสนะ’ การที่บุคคลผู้เปื้อน่ายคลายกำหนดทำให้แจ้งวิมุตติญาณทัสสนะนี้ เป็นธรรมดา

นิพพิทาและวิราคะมีวิมุตติญาณทัสสนะเป็นผล มีวิมุตติญาณทัสสนะเป็นอานิสงส์ ยถาภูตญาณทัสสนะมีนิพพิทาและวิราคะเป็นผล มีนิพพิทาและวิราคะเป็นอานิสงส์ สมาธิมียถาภูตญาณทัสสนะเป็นผล มียถาภูตญาณทัสสนะเป็นอานิสงส์ สุขมีสมาธิเป็นผล มีสมาธิเป็นอานิสงส์ ปัสสัทธิมีสุข

เป็นผล มีสุขเป็นอานิสงส์ ปิติมีปัสสัทธิเป็นผล มีปัสสัทธิเป็นอานิสงส์ ปราโมทย์มีปิติเป็นผล มีปิติเป็นอานิสงส์ อวิปปฏิสารมีปราโมทย์เป็นผล มีปราโมทย์เป็นอานิสงส์ ศิลที่เป็นกุศลมีอวิปปฏิสารเป็นผล มีอวิปปฏิสารเป็นอานิสงส์

ภิกษุท. ธรรมท. ย่อมหลังไหลไปสู่ธรรมท. ธรรมท. ย่อมให้ธรรมท. บริบูรณ์ เพื่อออกจากฝั่งนี้ (วัฏฏะ) สู่ฝั่งโน้น (นิพพาน) อย่างนี้แล
(อภ. ทสก. ๒๔/๒)

๓. **ปฐมอุปนิสสูตร** ว่าด้วยธรรมมีเหตุให้ถูกขจัด

ภิกษุท. อวิปปฏิสารของบุคคลผู้ทุศีลมีศีลวิบัติชื่อว่ามิเหตุถูกขจัดแล้ว เมื่ออวิปปฏิสารไม่มี ปราโมทย์ของบุคคลผู้มีอวิปปฏิสารวิบัติชื่อว่ามิเหตุถูกขจัดแล้ว ฯลฯ เมื่อนิพพิทาและวิราคะไม่มี วิมุตติญาณทัสสนะของบุคคลผู้มีนิพพิทาและวิราคะวิบัติ ชื่อว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว เปรียบเหมือนต้นไม้ที่มีกิ่งและใบวิบัติแล้ว สะเก็ด เปลือก กระจัง แม้แก่นของต้นไม้ นั้น ย่อมไม่ถึงความบริบูรณ์ ฉะนั้น

ภิกษุท. อวิปปฏิสารของบุคคลผู้มีศีลสมบูรณ์ด้วยศีล ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ เมื่ออวิปปฏิสารมี ปราโมทย์ของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยอวิปปฏิสารชื่อว่ามิเหตุสมบูรณ์ ฯลฯ เมื่อนิพพิทาและวิราคะมี วิมุตติญาณทัสสนะของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยนิพพิทาและวิราคะ ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ เปรียบเหมือนต้นไม้ที่มีกิ่งและใบสมบูรณ์ สะเก็ด เปลือก กระจัง แม้แก่นของต้นไม้ นั้น ย่อมถึงความบริบูรณ์ ฉะนั้น

(อภ. ทสก. ๒๔/๓)

๔. **ทุติยอุปนิสสูตร** ท่านพระสารีบุตรเรียกภิกษุท. มากล่าวสอนเนื้อหาเหมือนข้อ ๓.

๕. **ตติยอุปนิสสูตร** ท่านพระอานนทีได้เรียก ภิกษุท. มากล่าวสอนเนื้อหาเหมือนข้อ ๓.

(อง.ทสก. ๒๔/๔-๕)

ในอังกุตตรนิกาย เอกทสกนิบาต มีกล่าวซ้ำอีกเหมือนกันทุกประการ ทั้ง ๕ สูตร แต่แยก นิพพิทา และวิราคะ เป็นคนละข้อ จึงมี ๑๑ ข้อ นี้แสดงถึงความสำคัญของผลของการมีศีลที่เป็นกุศล จนถึงนิพพาน เพราะพระพุทธองค์ ตรัสทั้งอนุโลมปฏิโลม ในหลายแง่มุมหลายคำ ขยายอธิบายให้เข้าใจเข้าถึง และพระสารีบุตร และพระอานนทีนำไปกล่าวสอนซ้ำอีก

๖. **โสณฑนทสูตร** เรื่องศีลและปัญญา

[๑๙๔] พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “ปัญญาอันศีลชำระให้บริสุทธิ์ ศีลอันปัญญาชำระให้บริสุทธิ์ ปัญญายอมมีในที่ที่มีศีล ศีลยอมมีในที่ที่มีปัญญา ปัญญายอมมีแก่ผู้มีศีล ศีลยอมมีแก่ผู้มีปัญญา นักปราชญ์ยกย่องศีลและปัญญาว่าเป็นสิ่งล้ำเลิศในโลก เปรียบเหมือนบุคคลใช้มือล้างมือ หรือใช้เท้าล้างเท้า ฉันทใดฉันทนั้น”

(ที. สී. ๙/๑๙๔)

[๑๙๕] พระผู้มีพระภาคตรัสอธิบาย “ศีลนั้นเป็นอย่างไร ปัญญา นั้นเป็นอย่างไร” ว่า “.....บรรพชิตเมื่อบวชแล้ว สำรวมระวังในพระปาติโมกข์ เพียบพร้อมด้วยมารยาทและโคจร มีปกติเห็นภัยในโทษเพียงเล็กน้อย สมทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย ประกอบด้วย กายกรรม วจีกรรม ที่เป็นกุศล มีอาชีพรบริสุทธิ์ ถึงพร้อมด้วยศีล คຸ້ມครองทวารในอินทริยทั้งหลาย ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ เป็นผู้สันโดษ”แล้วตรัสว่าภิกษุชื่อว่า สมบูรณ์ด้วยศีล คือ จุฬศีล มัชฌิมศีล มหาศีล สมบูรณ์ด้วยปัญญา คือ วิชชา ๘

(ที. สී. ๙/๑๙๕)

(น่าสังเกตว่า พระเมืองไทยไม่ค่อยพูดเน้นขยายความถึงเรื่อง จุฬศีล มัชฌิมศีล มหาศีล โดยเฉพาะมหาศีลที่ว่าด้วยการเว้นขาดจากการเลี้ยงชีพผิดทางด้วยเดรัจฉานวิชา จึงพบพระผิดศีลข้อนี้อยู่ทั่วไป และศีลกับวินัย มีความเหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไร วินัยเป็นสิ่งที่พระพุทธองค์บัญญัติภายหลังจากมีเรื่องราวเหตุคดีชั่วหยาบหรือไม่ดิงามต่างๆ เกิดขึ้น หลังจากที่เผยแพร่ศาสนาไปแล้วถึง ๑๒ ปี บางอย่างร้ายแรง บางอย่างเป็นไปเพื่อการอยู่ร่วมกันด้วยดีของหมู่สงฆ์ บางอย่างเป็นเรื่องมารยาทสังคมตามยุคสมัย เป็นต้น ส่วนศีลต้องมีอยู่แล้วตั้งแต่ที่ทรงแสดงธรรมครั้งแรก พระพุทธเจ้าแต่ละพระองค์บัญญัติวินัยที่มาในพระปาติโมกข์และนอกพระปาติโมกข์ไม่เท่ากัน ส่วนศีลคือ จุฬศีล มัชฌิมศีล มหาศีล เป็นเหมือนกฎหมายรัฐธรรมนูญหรือกฎหมายแม่บทหรือไม่ และวินัยเป็นกฎหมายลูกหรือไม่ ที่บัญญัติรายละเอียดความผิดให้ชัดเจนขึ้นพร้อมบทลงโทษ เป็นต้นที่น่าศึกษาวิจัย)

การปฏิบัติธรรมด้วยเรื่องศีลเป็นเรื่องใหญ่ เป็นอาทิพรหมจรรย์ ซึ่งจะทำให้เกิดสมาธิ ปัญญาตามมา ถ้าปฏิบัติถูกต้อง ประกอบด้วยปัญญา (สัมมาทิฐิ) กระทำในใจให้แยบคาย ถึงจิตไม่ใช่แค่สัปดาห์กาย วาจาเท่านั้น (สีลัพพตปรามาส) เพราะกายกรรม วจีกรรมยอมเกิดจากจิตดำริ ดังที่พระพุทธองค์ตรัส **เจตนาหิ กम्मํ วทามิ** เรากล่าวเจตนาว่าเป็นกรรม เจตนาเป็นเจตสิกในจิต เมื่อมีธัมมวิจยะชำระจิตคือ มิจฉาสังกัปปะ ก็ยอมไม่เกิดมิจฉาวาจา มิจฉากัมมันตะ มิจฉาอาชีวะ ถ้ามีสัมมาสติและสัมมาวายามะ ความเพียรครบพร้อมสมบูรณ์

ลงตัว ก็เกิดสัมมาสมาธิอันประกอบด้วยองค์ ๗ เป็นอริยมรรคมีองค์ ๘ อริยผลก็ย่อมเกิดตามมาเป็นธรรมดา สีสัพพตปริมาสคือการถือศีลแบบลูบๆ คลำๆ เหยาะแหะๆ ไม่ถึงแก่นศีล ไม่ถึงเจตนารมณ์ของศีล ไม่ถึงจิตที่ย่อมถูกละได้ขาด ดังใน “มหาจัตตารีสกสูตร” เนื่องจากพระสูตรนี้ค่อนข้างยาว ผู้เขียนขอเสนอแต่ใจความสำคัญตามแนวของบทนำของพระไตรปิฎกชุดมหาจุฬาฯ เล่ม ๑๔ ผู้อ่านควรหาพระสูตรฉบับเต็มมาอ่านด้วย

๗. มหาจัตตารีสกสูตร ใจความสำคัญ (ม.อ.๑๔)

พระผู้มีพระภาคตรัสกับภิกษุท.ว่า สัมมาสมาธิ (ตั้งจิตมั่นชอบ) อันเป็นอริยะ ที่มีเหตุปัจจัยมีองค์ประกอบ คือสภาวะที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง แวดล้อมด้วยองค์ ๗ ประการ คือสัมมาทิฐิ (เห็นชอบ) สัมมาสังกัปปะ (ดำริชอบ) สัมมาวาจา (เจรจาชอบ) สัมมากัมมันตะ (กระทำชอบ) สัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีพชอบ) สัมมาวายามะ (พยายามชอบ) สัมมาสติ (ระลึกชอบ) ในบรรดาองค์ ๗ นั้น สัมมาทิฐิเป็นหัวหน้า เพราะทำให้รู้ชัดว่าอะไรเป็นมิจฉาทิฐิ อะไรเป็นสัมมาทิฐิ อะไรเป็นมิจฉาสังกัปปะ อะไรเป็นสัมมาสังกัปปะ อะไรเป็นมิจฉาวาจา อะไรเป็นสัมมาวาจา อะไรเป็นมิจฉากัมมันตะ อะไรเป็นสัมมากัมมันตะ อะไรเป็นมิจฉาอาชีวะ อะไรเป็นสัมมาอาชีวะ อะไรเป็นมิจฉาวายามะ อะไรเป็นสัมมาวายามะ อะไรเป็นมิจฉาสติ อะไรเป็นสัมมาสติ โดยทรงแยกอธิบายขยายความเป็นชุดๆ ชุดละ ๔ องค์ธรรมรวม ๖ ชุด

ชุดที่ ๑ เพราะสัมมาทิฐิ สัมมาวายามะและสัมมาสติตามแวดล้อม สัมมาทิฐิ ดังต่อไปนี้

ภิกษุรู้ชัดมิจฉาทิฐิว่าเป็นมิจฉาทิฐิ รู้ชัดสัมมาทิฐิว่าเป็นสัมมาทิฐิ ความรู้ของภิกษุนั้นเป็นสัมมาทิฐิ เมื่อภิกษุนั้นพยายามละมิจฉาทิฐิ และพยายามทำให้สัมมาทิฐิเกิดมีบริบูรณ์ขึ้น ความพยายามนั้นเป็นสัมมาวายามะ เมื่อภิกษุนั้นมีสติในการละมิจฉาทิฐิ และในการทำให้สัมมาทิฐิเกิดมีบริบูรณ์ขึ้น สตินั้นเป็นสัมมาสติ

ชุดที่ ๒ เพราะสัมมาทิฐิ สัมมาวายามะและสัมมาสติตามแวดล้อม สัมมาสังกัปปะ ดังต่อไปนี้

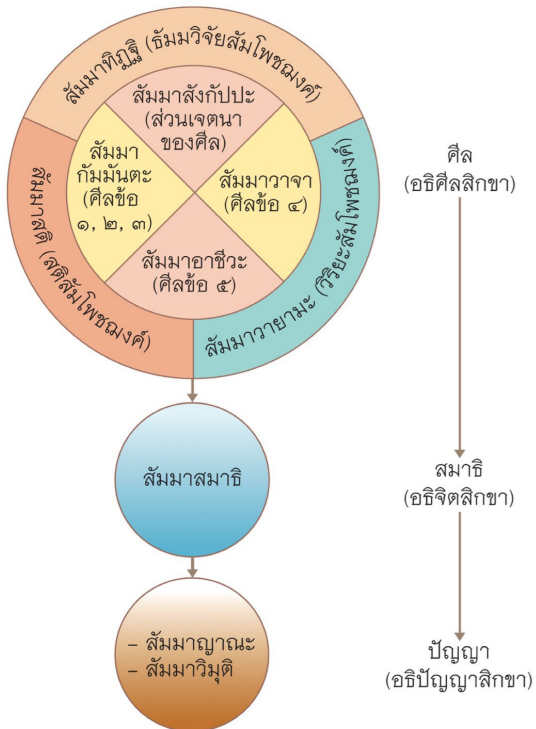
ภิกษุรู้ชัดมิจฉาสังกัปปะ (ความดำริในกามดำริในพยาบาท ดำริในความเบียดเบียน) ว่า เป็นมิจฉาสังกัปปะ รู้ชัดสัมมาสังกัปปะว่า เป็นสัมมาสังกัปปะ ความรู้ของภิกษุนั้นเป็นสัมมาทิฐิ เมื่อภิกษุนั้นพยายามละมิจฉาสังกัปปะ และพยายามทำให้สัมมาสังกัปปะเกิดมีบริบูรณ์ขึ้น ความพยายามนั้นเป็นสัมมาวายามะ เมื่อภิกษุนั้นมีสติในการละมิจฉาสังกัปปะ และในการทำให้สัมมาสังกัปปะเกิดมีบริบูรณ์ขึ้น สตินั้นเป็นสัมมาสติ

ชุดที่ ๓ ถึงชุดที่ ๕

มีนัยอย่างเดียวกับ ๒ ชุดแรกเปลี่ยนแต่องค์แห่งมรรคเป็นสัมมาวาจา (เจตนางดเว้นจากการพูดเท็จ งดเว้นจากการพูดส่อเสียด งดเว้นจากการพูดคำหยาบ งดเว้นจากการเจรจาเพ้อเจ้อ) สัมมากัมมันตะ (เจตนางดเว้นจากปาณาติบาต งดเว้นจากอทินนาทาน งดเว้นจากกาเมสุมิฉฉาจาร) และสัมมาอาชีวะ ตาม

ลำดับ (ซึ่งสัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมา-
กัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ ก็รวมอยู่ใน
เบญจศีลเบญจธรรมและศีล ๘ นั้นเอง) แต่ใน
ชุดที่ ๖ ทรงอธิบายขยายความต่างออกไป ดังนี้
ชุดที่ ๖ สัมมาทิฏฐิเป็นหัวหน้าขององค์ธรรม ๗
นั้น เพราะ ๑. เมื่อมีสัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ
ก็มีพอเหมาะ (บริบูรณ์ ครบถ้วน ไม่ขาด ไม่เกิน)
๒. เมื่อมีสัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจาก็มีพอ
เหมาะ ๓. เมื่อมีสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะก็มี
พอเหมาะ ๔. เมื่อมีสัมมากัมมันตะ สัมมา-
อาชีวะก็มีพอเหมาะ ๕. เมื่อมีสัมมาอาชีวะ
สัมมาวายามะก็มีพอเหมาะ ๖. เมื่อมีสัมมา-
วายามะ สัมมาสติก็มีพอเหมาะ ๗. เมื่อมี
สัมมาสติ สัมมาสมาธิก็มีพอเหมาะ ๘. เมื่อ
มีสัมมาสมาธิ สัมมาญาณะก็มีพอเหมาะ ๙.
เมื่อมีสัมมาญาณะ สัมมาวิมุตติก็มีพอเหมาะ

สรุปภาพจากผังจะเข้าใจง่ายขึ้น



ภิกษุท. พระเสขะผู้ประกอบด้วยองค์ ๘
จึงเป็นพระอรหันต์ผู้ประกอบด้วยองค์ ๑๐
ทรงแบ่งมรรค ๗ องค์แรก เป็น ๒ กลุ่ม
คือมรรคส่วนที่เป็นองค์ประกอบหรือเครื่อง
แวดล้อม ๓ องค์ คือ สัมมาทิฏฐิ สัมมา-
วายามะ สัมมาสติ และมรรคส่วนที่เป็นแกน
กลางของการปฏิบัติ ๔ องค์ คือ สัมมา-
สังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมา-
อาชีวะ สัมมาอาชีวะคือสภาพที่พ้นจากมิจฉา
อาชีวะ ๕ ระดับคือ การโกง (กุพนา) ล่อลวง
(ลปนา) การตลบตะแลง(เนमितตกตา) การยอม
มอบตนในทางผิด (นิปเปสิกตา) และการเอา
ลามต่อลาม (ลาภณ ลากัม นิชิตีสนตา)
มิจฉาอาชีวะระดับต่างๆ เหล่านี้ มีสาเหตุพื้น
ฐานมาจากความหลงมัวเมาในอบายมุข สิ่ง
เสพติด กามคุณ ตลอดจนลามก ยศ สรรเสริญ
และโลกียสุข การลดละสิ่งมัวเมาระดับหยาบ
สิ่งมัวเมาระดับกลาง สิ่งมัวเมาระดับละเอียดที่
เป็นรากฐานของมิจฉาอาชีวะเหล่านี้ ก็คือการ
ประพฤติปฏิบัติตามนัยของศีลข้อที่ ๕ นั้นเอง



นี่คือรูปแบบการปฏิบัติธรรมที่พระพุทธ
องค์ทรงพร่ำสอน ไม่ใช่มีแค่การนั่งสมาธิ
เดินจงกรมเท่านั้น สีเลน สุขติ ยนติ, สีเลน
โภคสมปทา, สีเลน นิพพุติ ยนติ, ตสมา
สีล วิโสธเย ขอแปลโดยอรรถว่า ศีลย่อมนำสู่
สุขติ ศีลย่อมนำสู่ความถึงพร้อมด้วยโภคทรัพย์
ศีลย่อมนำสู่นิพพาน เพราะฉะนั้นพึงปฏิบัติ
ธรรมด้วยการชำระศีลให้บริสุทธิ์ถึงจิตเกิด



พระมาลัยเป็นใคร? มาจากไหน? ๕

เมื่อบรรยายถึงเรื่องราวของพระมาลัยแบบศรีลังกาและจีนเรียบร้อยแล้ว ที่แรกก็คิดว่า จะชวนท่านผู้อ่านตามรอยพระมาลัยเที่ยวท่องนรกและสวรรค์เสียเลย แต่นึกขึ้นได้ว่า เรื่องราวของพระเถระรูปนี้ก่อนที่จะผ่านมาถึงบ้านเรานั้น ก่อเกิดการเปลี่ยนแปลงมาหลายศตวรรษ และผ่านการขัดเกลาทางคติความเชื่อมาหลายเชื้อชาติ ไม่ต่างจากแม่น้ำเจ้าพระยา กว่าที่จะไหลล่องลงทะเลที่อ่าวไทยต้องพัดผ่านหลายสิบเมืองและหลายร้อยชุมชน

เมื่อดำริเช่นนี้จึงเห็นว่าควรหันไปวิเคราะห์เจาะลึกคัมภีร์เสียก่อน ส่วนการนิราศนรกสวรรค์ค่อยมาว่ากันอีกที (หรือใครจะไปก่อนก็ได้ห้าม เพราะไม่ได้จ่ายบัตรคิวอยู่แล้ว)

ทราบกันแล้วว่า พระมาลัยเถระนั้นถือสัญชาติสิงหล เป็นชนชาวเกาะลังกา สมัยอยู่ศรีลังกานั้นเป็นผู้เลิศหรือเป็นเอกทัคคะด้านการแสดงเทศนาธรรม กล่าวคือเทศน์แต่ละครั้ง มีคนบรรลุมรรคผลนิพพานเป็นจำนวนมาก ส่วนเรื่องอิทธิฤทธิ์ปาฏิหาริย์นั้นมียกกล่าวถึงบ้างพอเป็นนัยให้เห็นว่า ท่านเป็นพระอรหันต์ซึ่งมีสภาพรูปหนึ่งเท่านั้น

เหตุที่เป็นเช่นนี้สันนิษฐานว่า อาจเป็นเพราะจริตของชาวพุทธศรีลังกาไม่นิยมให้พระอรหันตสาวกเสมอพระศาสดาเจ้าก็เป็นได้ แม้ปัจจุบันนี้หากพระภิกษุสงฆ์รูปใดรอดอ้างว่าเป็นพระอรหันต์ผู้ทรงอภิญญา เห็นจะไม่



พันถูกชาวพุทธโจมตีด้วยผรุสวาท บางทีหนักหน่อยถึงขั้นทำร้ายร่างกายเลยทีเดียว นี่ถือว่า เป็นกุสโลบายเชิงจารีตประเพณีอันประสบความสำเร็จ (หากนำมาปรับใช้บ้านเราคงดีไม่น้อย)

สำหรับเรื่องราวของพระมาลัยเถระนอกเกาะลังกานั้น หลักฐานบอกว่ามีกล่าวถึงครั้งแรกบนดินแดนพม่าราวในนามว่า **มาเลยยสูตร** โดยอ้างว่ามีการเทศน์เรื่องพระมาลัยในวันขึ้น ๑๔ ค่ำ เทศน์เรื่องเวสสันดรชาดกในวันขึ้น ๑๕ ค่ำ และเทศน์เรื่องธัมมจักกัปปวัตตนสูตรในวันแรม ๑ ค่ำ เดือนมฤคศิระ นักวิชาการบางท่านบอกว่า มาเลยยสูตรนี้เองเป็นต้นแบบให้เกิดมีคัมภีร์เกี่ยวกับพระมาลัยหลายสำนวนในประเทศไทย

ตรงนี้จะถูกต้องหรือไม่ เห็นสมควรมาวิเคราะห์กันลงลึกในรายละเอียด

สำหรับคัมภีร์เกี่ยวกับพระมาลัยเถระเล่มแรกที่แต่งบนแผ่นดินไทย ชื่อว่า **มาลัยยเทวตเถรวัตถุ** นักวิชาการหลายต่อหลายท่านล้วนเชื่อว่า คัมภีร์เล่มนี้ ได้รับอิทธิพลมาจากมาลัยยสูตรของพม่า อาจเป็นเพราะเห็นว่าพม่าโดดเด่นด้านวรรณกรรมก่อนอาณาจักรไทยหลายศตวรรษหรือเพราะลัทธิลังกาวงศ์ผ่านดินแดนพม่าก่อนล่องเลยมาถึงประเทศไทย หรือว่าพุทธศาสนาลัทธิพุทฺถุของพระเจ้าอโนรธามังช่อได้แผ่กระจายครอบคลุมบริเวณส่วนใหญ่ของแผ่นดินไทย

แต่การพูดเช่นนี้ ดูเหมือนจะให้น้ำหนักความเป็นปราชญ์ของพระสงฆ์ไทยน้อยไป พระสงฆ์ไทยเราก็อธิบายว่าแตกต่างในคัมภีร์พระพุทฺทธศาสนาไม่ด้อยกว่าพระสงฆ์พม่ารามัญผู้เขียนเชื่อแน่ว่า คัมภีร์เล่มนี้น่าจะเป็นผลงานของพระสงฆ์ไทยนี้แหละ และอาจจะได้รับคำแนะนำช่วยเหลือจากพระสงฆ์ศรีลังกา ซึ่งสมัยนั้นมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันและกันแล้ว เพราะมีหลักฐานว่า พระสงฆ์ไทยได้เดินทางไปบวชแปลงเป็นลัทธิลังกาวงศ์หลายครั้งหลายครา ต่างกรรมต่างวาระ

คัมภีร์มาลัยยเทวตเถรวัตถุเล่มแรก น่าจะแต่งที่อาณาจักรสุโขทัย อาจเป็นการเรียบเรียงเรื่องราวเกี่ยวกับพระมาลัยเถระ พอให้เป็นอุปกรณ์การเทศน์สอนชาวบ้าน บางทีอาจผสมผสานคติความเชื่อมหายานเข้ามาด้วย และอาจกล่าวถึงนรกสวรรค์และโลกแห่งพระศรีอารีย์ เพราะศิลาจารึกหลายแห่งก็กล่าวถึงคติความเชื่อเหล่านี้เช่นเดียวกัน

สันนิษฐานว่า เบื้องต้นเนื้อหาซึ่งเป็นภาษาบาลี อาจขาดความกลมกลืนสอดคล้อง หรือเป็นไปในทิศทางเดียวกัน พูดแบบภาษาชาว

บ้านคือ ไม่ตอบสนองความต้องการของผู้ฟัง จึงเป็นเหตุให้มีการเรียบเรียงขึ้นใหม่ที่อาณาจักรล้านนา ความสมบูรณ์ลงตัวจึงปรากฏดังรายละเอียดที่เราเห็นกันในปัจจุบัน

เมื่อพิจารณาเนื้อหาของคัมภีร์มาลัยยเทวตเถรวัตถุอย่างละเอียดจะเห็นว่า ไม่ให้รายละเอียดของเหตุการณ์บ้านเมืองแต่อย่างใด มุ่งเน้นสารัตถธรรมซึ่งเป็นแก่นแกนของเรื่อง โดยย้ำให้เห็นถึงกรรมดีและกรรมชั่ว ตลอดถึงวิบากที่หม่อมมนุษย์พากันเสพเสวย หลังจากละลายสังขารไปสู่ปรภพโลกหน้าแล้ว เนื้อหาหลักจึงเน้นไปเรื่องกรรมดี อาณิสสแห่งกรรมดี และการชี้ให้เห็นถึงผลการให้ทาน การทำนุบำรุงพระศาสนา และการปฏิบัติตนเพื่อให้ได้เกิดในยุคพระศรีอารีย์

ประเด็นที่ผู้เขียนกล่าวยืนยันว่า คัมภีร์มาลัยยเทวตเถรวัตถุเป็นผลงานของพระสงฆ์ไทยนั้น มิใช่ใช้กำปั้นทุบดินให้เจ็บมือเปล่า แต่มีเหตุผลรองรับทั้งด้านการเมืองและศาสนา

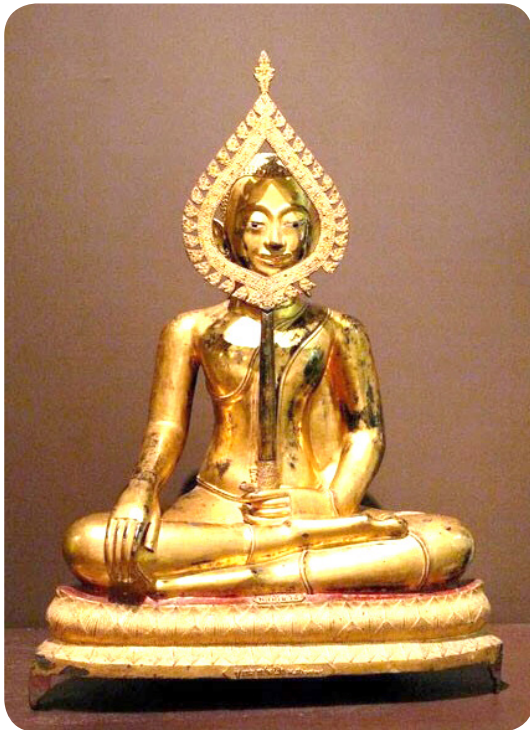
ประวัติศาสตร์บอกไว้ว่า ศรีลังกาและพม่าเป็นมิตรกันมายาวนาน นับตั้งแต่พระเจ้าวิชัยพาหุแห่งเกาะลังกา กับพระเจ้าอโนรธามังช่อแห่งอาณาจักรพุกาม แต่ครั้งย่างเข้าสู่สมัยพระเจ้าปรากรมพามุหาราชชาวลังกา กลับเกิดความบาดหมางขัดแย้งอย่างรุนแรงกับพระเจ้านรปตีสินธุแห่งอาณาจักรพุกาม เป็นเหตุให้กษัตริย์ลังกายাত্রาทัพอันยิ่งใหญ่เข้าโจมตีอาณาจักรพุกาม ทำให้สองอาณาจักรขาดสัมพันธ์ไมตรีกันหลายทศวรรษ

เมื่อการเมืองขัดแย้ง การศาสนาก็ต้องเปลี่ยนทิศทางเป็นธรรมดา

หลักฐานบอกไว้ว่า พระเจ้าปรากรมพามุหาราช ได้หันไปสร้างสัมพันธ์ไมตรีกับ

อาณาจักรตามพรลิงค์* บริเวณดินแดนภาคใต้ของประเทศไทย จนอาณาจักรแห่งนี้ก่อเกิดและพัฒนาเป็นอาณาจักรพระพุทธศาสนา ลัทธิลังกาวงศ์ ความรุ่งเรืองดังกล่าวสามารถพบเห็นได้จากศาสนสถาน นิทานพื้นบ้าน หรือแม้แต่วรรณกรรมลายลักษณ์หลายต่อหลายเล่ม หลักฐานเชิงประจักษ์ก็คือ พระบรมธาตุเจดีย์นครศรีธรรมราชนั่นเอง

อีกด้านหนึ่ง การที่กษัตริย์ลังกาหันหน้ามาสร้างมิตรภาพกับเพื่อนใหม่แห่งดินแดนภาคใต้ของไทย อาจมองได้อีกด้าน กล่าวคือ เมื่อเกิดความขัดแย้งกับพม่า ความสำคัญทางการค้าก็ลดบทบาทลงไป การหันมาผูกมิตรกับอาณาจักรตามพรลิงค์จึงมิใช่สาเหตุอื่น นอกจากเรื่องการค้าเท่านั้น เป็นการเปิดเวทีการค้าแข่งกับพม่ารามัญนั่นเอง



*อาณาจักรตามพรลิงค์ เป็นอาณาจักรโบราณที่มีมาตั้งแต่ก่อนสมัยพุทธศตวรรษที่ ๗ ต่อมาคืออาณาจักรนครศรีธรรมราช นั่นเอง

นับแต่นั้นมา ความเป็นลังกาทุกสิ่งอย่างได้หลั่งไหลถ่ายทอดลงสู่อาณาจักรแห่งนี้

เรื่องราวของพระมาลัยเถระฉบับศรีลังกาน่าจะเป็นที่รู้จักของพระสงฆ์ไทยนับแต่สมัยนั้นแล้ว แต่คงไม่เป็นที่รู้จักแพร่หลายจนซาบซึ้งฝังใจ อาจเป็นเพราะความโดดเด่นของความเชื่อพื้นถิ่น ได้บดบังเรื่องราวของพระมาลัยเถระเสีย หรืออาจเป็นเพราะความสนใจของชาวตามพรลิงค์ มุ่งไปที่เรื่องราวของเจ้าหญิงเหมมมาลาและเจ้าชายทันตกุมาร ซึ่งเป็นผู้อัญเชิญพระเขี้ยวแก้วจากประเทศอินเดีย มาประดิษฐานที่หาดทรายแก้ว (ปัจจุบันคือเมืองนครศรีธรรมราช)

ต่อมาครั้งลัทธิลังกาวงศ์ได้เผยแผ่ไปยังอาณาจักรสุโขทัย เรื่องราวของพระมาลัยเถระแบบศรีลังกาก็ติดตามไปด้วย และน่าจะได้รับความนิยมจนมีการแต่งคัมภีร์และปรับปรุงเปลี่ยนแปลงสมัยต่อมา เช่นนี้เองจึงเกิดมีคัมภีร์มาเลย์ยเทวต์เถรวัตถุฉบับสุโขทัยและฉบับล้านนาตามลำดับ

ครั้งเวลานั้นนานออกไป ความนิยมเรื่องพระมาลัยเถระ คงไม่สามารถตอบสนองความสนใจของผู้ฟังได้ พระพุทธวิลาศเถระ ชาวล้านนาจึงแต่งคัมภีร์อธิบายขึ้นอีกเล่มชื่อว่า **ฎีกามาลัยสูตร** ด้วยการผสมแทรกเรื่องราวหลายอย่างเข้ามา โดยเฉพาะภาพนรกนั้นว่ากันว่าพิสดารลึกซึ้งยิ่งนัก จึงทำให้เรื่องราวของพระมาลัยเถระฉบับไทยแท้สมบูรณ์ลงตัว แต่น่าเสียดายไม่สามารถหาหลักฐานมายืนยันว่าบรรยากาศของนรกในคัมภีร์ฎีกามาลัยสูตรกับคัมภีร์เตฎุมิกถาถอดแบบมาจากบ้างหลอมเดียวกันหรือไม่ แต่ช่างเหมาะเจาะลงตัวถูกจริตคนไทยแท้ เสมือนเป็นกฎหมายจริยธรรมของชาวไทยมานับแต่บัดนั้น

คัมภีร์ฎีกามาลัยสูตรเล่มนี้เองเป็นต้นแบบเรื่องราวพระมาลัยหลายต่อหลายสำนวน แพร่หลายกระจายไปทั่วดินแดนอุษาคเนย์ โดยเฉพาะเขมรและลาวนั้นต่างนิยมแพร่หลายตั้งแต่สามัญชนคนชาวบ้าน ไปจนถึงเชื้อพระวงศ์ชั้นสูง ในขณะที่เมืองไทยเองมีการนำมาปรับแต่งให้เป็นสำนวนพื้นถิ่น แต่หากตรวจสอบเนื้อหาอย่างละเอียด ก็ไม่ได้แตกต่างกันมากมายแต่อย่างใด

เริ่มต้นที่พระมาลัยคำหลวงก่อน คัมภีร์เล่มนี้เป็นพระนิพนธ์ของเจ้าฟ้าธรรมาธิเบศร พระโอรสของพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศ ขณะนั้นดำรงพระอิสริยยศเป็นพระมหาอุปราชวังหน้า ลักษณะการแต่งใช้โคลงสี่สุภาพเป็นหลัก เนื้อหาถอดแบบมาจากคัมภีร์มาเลย์ยเทวตเถรวัตถุแทบทั้งหมด ต่างกันตรงที่เนื้อหาตอนภาคนครกเท่านั้น เพราะอธิบายไว้เพียงน้อยนิด

ว่ากันว่า พระองค์นิพนธ์พระมาลัยคำหลวงเพื่อล้างบาปกรรมพระองค์เคยพินกรมหลวงสุเรนทรพิทักษ์ขณะทรงผนวชเป็นภิกษุจนจิวรชาติ ซึ่งกรมหลวงสุเรนทรพิทักษ์พระองค์นี้เป็นพระราชโอรสของพระเจ้าอยู่หัวท้ายสระ (เรื่องนี้ซับซ้อนนัก เห็นควรหาหนังสืออ่านประกอบ)

ฉบับต่อมาคือ **พระมาลัยกลอนสวด** ถือว่าเป็นวรรณกรรมของภาคกลาง มีแพร่หลายทุกวัด แต่ละฉบับมีเนื้อหาคลายคลึงกัน แตกต่างกันไปบ้างก็เฉพาะถ้อยคำและสำนวนเท่านั้น โดยส่วนใหญ่เนื้อหาจะเน้นภาคนครกเป็นหลัก ด้วยการบรรยายสภาพของนครกันอย่างน่ากลัว เพื่อให้เห็นวิบากแห่งการทำบาป สันนิษฐานว่า ผู้ปรับแก้สำนวนคือพระสงฆ์ ซึ่งเชี่ยวชาญในการเทศนา ทั้งนี้เพื่อให้ง่ายต่อความเข้าใจของชาวบ้าน

คัมภีร์เล่มนี้แต่งสมัยเดียวกับ**พระมาลัยคำหลวง** โดยอาศัยหลักฐานจากคัมภีร์มาเลย์ยเทวตเถรวัตถุและคัมภีร์ฎีกามาลัยสูตรเป็นหลัก อาจเป็นไปได้ว่าพระมาลัยคำหลวงแพร่หลายเฉพาะชาววังที่มีการศึกษามีความสามารถในการขีดเขียนส่วนพระมาลัยกลอนสวด น่าจะเป็นที่นิยมของชาวบ้าน ผู้ไม่สามารถอ่านออกเขียนได้และที่สำคัญคือเนื้อหาพระมาลัยกลอนสวด น่าจะมีการนำไปใช้ในการเทศนาปุจฉาวิสัชนาเป็นแน่ เพราะสามารถแพร่หลายได้ง่ายกว่าตำรา

ถัดมาเป็น **มาลัยหมิ่นมาลัยแสน** ซึ่งถือว่าเป็นวรรณกรรมอีสาน เนื้อหาทั้งหมดถอดแปลมาจากคัมภีร์มาเลย์ยเทวตเถรวัตถุ เพราะเนื้อหาเกือบทั้งหมดไม่ได้ผิดแผกแตกต่างอันใด และคัมภีร์เล่มนี้ได้ต้นแบบมาจากอาณาจักรล้านช้าง ซึ่งนำมาจากอาณาจักรล้านนาอีกทอดหนึ่ง

เนื้อหาของคัมภีร์แบ่งเป็น ๒ ภาค กล่าวคือ ภาคแรกเรียกว่า **มาลัยหมิ่น** บรรยายถึงพระมาลัยเถระสนทนากับพระอินทร์ ว่าด้วยเรื่องวิบากแห่งกุศลของเหล่าเทวดาผู้มาบูชาพระเจดีย์จุฬามณี ส่วนภาคหลังเรียกว่า **มาลัยแสน** กล่าวถึงพระเถระสนทนากับพระศรีอารีย์ ว่าด้วยมนุษย์และรายละเอียดเกี่ยวกับศาสนาของพระองค์

คัมภีร์เล่มนี้มีกลิ่นอายของความเป็นชนชาวล้านช้างค่อนข้างมาก แม้จะมีการปรับแต่งสำนวนมาหลายต่อหลายครั้ง ความดิงตามแบบของชาวล้านนาก็หาได้จางหายไป ถือได้ว่ามาลัยหมิ่นมาลัยแสนเป็นวรรณกรรมล้ำค่าอีกเล่มหนึ่งของชาวอีสาน และยังทรงอิทธิพลถึงปัจจุบัน


ส่วน มาลัยต้นมาลัยปลาย ก็สำคัญเช่นเดียวกัน เพราะเป็นวรรณกรรมสำคัญของภาคเหนือ หากตรวจสอบเนื้อหาอย่างละเอียดจะเห็นว่า มาลัยต้นมาลัยปลาย ก็คือมาลัยหมื่นมาลัยแสนของอีสานนั่นเอง เพราะทั้งสองคัมภีร์ถอดแปลจากคัมภีร์มาเลย์ยเทวัตเตรวัตถุ เช่นเดียวกัน บางที่อาจจะเป็นฉบับเดียวกันก่อนจะแยกย้ายมารู้จักแพร่หลายในอาณาจักรล้านช้างภายหลัง

สุดท้ายคือ มาลัยสูตร ซึ่งเป็นฉบับสำนวนเทศน์ปจฺฉา - วิสัชนา ส่วนใหญ่พบเห็นบริเวณภาคกลาง ไม่สามารถระบุได้แน่นอนว่า คัมภีร์เล่มนี้คัดลอกสำนวนมาจากคัมภีร์เล่มใด เพราะโดยรวมมีเนื้อหาคล้ายมาเลย์ยเทวัตเตรวัตถุ พระมาลัยคำหลวง พระมาลัยกลอนสวด มาลัยหมื่นมาลัยแสน หรือแม้แต่มาลัยต้นมาลัยปลาย

สันนิษฐานว่าน่าจะเป็นการถอดแบบมาจากคัมภีร์น้อยใหญ่ดังกล่าว แต่มีการปรับปรุงเนื้อหาและสำนวนให้เหมาะสมสำหรับนำไป

เทศน์สั่งสอนชาวบ้าน ลักษณะการเทศน์นั้นสาธกยกผู้เทศน์เป็น ๔ องค์ กล่าวคือ พระมาลัยเถระ พญายมบาล พระอินทร์ และพระศรีอาริย์ แต่ละองค์ต่างทำหน้าที่ถามตอบและอธิบายเรื่องราวตามนัยคัมภีร์

คัมภีร์มาลัยสูตรเห็นจะเป็นที่รู้จักแพร่หลายกว่าคัมภีร์เล่มอื่น เพราะสามารถตอบสนองความต้องการของชาวบ้านได้ดีกว่า เพราะผู้ทำหน้าที่แสดงคือพระสงฆ์

เป็นที่น่าสังเกตอย่างหนึ่งคือ แม้เรื่องราวของพระมาลัยจะมีหลายสำนวน และแตกต่างกันที่ตั้งแต่เหนือจรดใต้ แต่เรื่องราวกลับเป็นไปในทิศทางเดียวกัน ไม่แปลกแยกหรือเปลี่ยนแปลงจนหลงทาง และเป็นที่ชื่นชอบของคนไทยไม่เสื่อมคลาย หรือเป็นเพราะจริตคนไทยชอบอิทธิฤทธิ์ปาฏิหาริย์ และความหวังในโลกหน้า จึงโยยหาพระอรหันต์แบบพระมาลัยเถระ ผู้สามารถตอบโจทยทั้งโลกนี้และโลกหน้าอย่างลงตัว 

(ฉบับหน้าจะพาท่องนรกสวรรค์
กับพระมาลัยเถระ)

กวีนิพนธ์



เข็ด ชนธฺ์หา

เป็นเอก บั้นเสกให้ เป็นอื่น
เป็นทูกษ์ เป็นใครฝัน เปลียนอ้าง
เป็นสุข เป็นอันคืน ไปแน่
เป็นอีก ต้องปลักร้าง ท่างวัน มัน เป็นเอง ๒

ปปัญฺจา

พระศาสนาเล่ม เพราะใคร ?

๑. ก่อนหยิบจับ โทรศัพท์ ขึ้นมาใช้
สวดถะ สัมปชัญญะ มั่นเพียงพอ
๒. มีใช้เศร้า เหงาใจ ไร้ความคิด
เวลาลับ ล้วงลา ชราตาม
๓. สัปปายะ สัมปชัญญะ หมั่นมีไว้
ไม่รู้ กาลเทศะ จะระทม
๔. โคจร สัมปชัญญะ ละท่านเอ๋ย
อย่ามัวแต่ แชรโลค์ ลงเล่นไลน์
๕. จะเป็นพระ ต้องละ กามฉันท์
กำหนดรู้ อสัมโมหะ สัมปชัญญะ
๖. กิจสี่อย่าง ต่างต้องรู้ คู่ปฏิบัติ
ปริยญา ภาวนา สัจฉิ ฯ ยล

๗. อย่าประมาท ขลาดเขลา นะเราเหยย
พระวินัย ไชอายุ อนุบาล
๘. พระสูตรสร้าง สมาธิ อธิจิต
หากทอดทิ้ง สมาธิสิ้น พลันอัปปรีย์
๙. พระอภิธรรม ดวงตา ปัญญาเสริม
วิปัสสนา มูลเหตุ อาเพศภัย
๑๐. พระศาสนา ครานี้ ที่หมองเศร้า
มัวทอดสิทธิ์ กิจธุระ จะตรอมตรม

มีประโยชน์ อันใด บ้างไหมหนอ ?
อย่าเร่งรอ เจริญไว้ ให้ดงาม
ควรทำกิจ ศึกษา สิกขาสาม
ปัญญาทรม ลาโลก จักโคศกตรม
อันตราย มีไหม ใช้เหมาะสม
กิเลสตรม จมปรัก ใ้หนักใจ
สุละเลย ฤเปล่า เล่าสหาย
โพสท์รูปถ่าย คล้ายหนู ผู้ว่างงาน
นิรณกัน พลันหมอง ต้องปหาน
แช่มชื่นบาน ญาณสละ ละตัวตน
ปหานตัด ชัดเกลา ฝ้าฝักฝน
ไม่นานพ้น จากทุกข์ สุขสำราญ

ไม่ช้าเลย ลลับ ดับสังขาร
จักเป็นฐาน เสริมก่อ ต่อชีวิต
เพียรพินิจ สูตรหายใจ ใ้สุขขศรี
ไม่ควรที่ เลยะ ละ ปล่อยปละไป
เพ่งเพียรเพิ่ม วิปัสสนา พาสดใส
อย่านอนใจ อวิชชา จะพาจม
ใครกันเล่า เหล่าร้าย หมายทั้บถม
ศาสนาเล่ม เพราะเรา ... น่าเศร้าใจ ฯ

