

อ.วศิน อินทสระ

คุณสมบัติของ  
ผู้มุ่งสันตบถ

ทางของผู้ปรารถนาความสงบ





คุณสมบัติของ

# ผู้มุ่งสันตบถ

ทางของผู้ปรารถนาความสงบ



อ.วศิน อินทสระ





ชมรมกัลยาณธรรม  
หนังสือดีลำดับที่ ๑๖๒

คุณสมบัติของ  
ผู้มุ่งสันตบถ

อ.วศิน อินทสระ

พิมพ์ครั้งที่ ๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๔

จำนวนพิมพ์ ๗,๐๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์โดย ชมรมกัลยาณธรรม ๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ อำเภอเมือง  
จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐ โทรศัพท์ ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓ และ ๐-๒๗๐๒-๙๖๒๔

ภาพประกอบ ปิ่นนุช ปิ่นจินดา จัดรูปเล่ม คนข้างหลัง ช่วยแก้คำ อะต้อม พิสุจน์  
อักษร หนู ติลปกรรม ต้นกล้า พิมพ์โดย บริษัท สำนักพิมพ์สุภา จำกัด ๑๑๘  
ซอย ๖๘ ถนนจรัญสนิทวงศ์ เขตบางพลัด กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐ โทร. ๐-๒๔๓๕-๘๕๓๐



สัพพทานัง อัมมทานัง ชินาติ

การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง

www.kanlayanatam.com



ขอมอบเป็นธรรมบรณการ

แต่.....

จาก.....

# คำอนุโมทนา



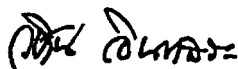
หนังสือเรื่องนี้พิมพ์ครั้งแรกเมื่อ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๔๕ โดย ขวัญ เพ็ญหทัย แห่งสำนักพิมพ์เรือนธรรม ซึ่งหนังสือได้หมดไปนานแล้ว บัดนี้ชมรมกัลยาณธรรมโดยทันตแพทย์หญิงอัจฉรา กลิ่นสุวรรณ ผู้เป็นประธานชมรม ได้ขออนุญาตจัดพิมพ์ขึ้นใหม่ เพื่อเผยแพร่ให้แพร่หลายในชุมชนต่างๆ ข้าพเจ้าอนุญาตและอนุโมทนาด้วยความยินดียิ่ง ปลื้มใจที่หนังสือทำนองนี้จะได้แพร่หลายออกไปเพื่อประโยชน์สุขแก่มหาชน

“คุณสมบัติของผู้มุ่งสันตบถ” คือคุณสมบัติของผู้ดำเนินไปเพื่อความสงบ ได้มีรายละเอียดอยู่ในกรณีเมตตสูตรตามที่ค่านำชมรมได้กล่าวถึงแล้ว ผู้ต้องการความสงบควรมีคุณสมบัติของผู้สงบ ดังที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงในกรณีเมตตสูตร ข้าพเจ้าได้อาศัยหลักในพระสูตรนี้ขยายความตามความเห็นสมควร จึงออกมา

เป็นหนังสือดังที่ท่านเห็นอยู่นี้ ข้อความที่ควรกล่าวข้าพเจ้าได้  
พูดไว้บ้างแล้วในคำนำในการพิมพ์ครั้งแรก ซึ่งพิมพ์ไว้ต่อกจาก  
คำอนุโมทนานี้

ข้าพเจ้าขอขอบคุณชมรมกัลยาณธรรมที่เห็นคุณค่าของ  
หนังสือนี้ ขอคุณพระศรีรัตนตรัยและอานุภาพแห่งกรณีเมตตา-  
สูตรซึ่งผู้เห็นคุณค่าปฏิบัติตามแล้ว พึงคุ้มครองให้ผู้ปฏิบัติพ้น  
จากทุกข์ โศก โรค ภัย อันตรายต่างๆ ประสพแต่ความสุขสวัสดิ  
ในที่ทุกสถาน ในกาลทุกเมื่อ และขออนุโมทนาอย่างยิ่งต่อกุศล  
เจตนาของชมรมกัลยาณธรรม ขอให้ชมรมฯ พึงตั้งมั่นสถิต  
สถาพรชั่วนาน

ด้วยความปรารถนาดีอย่างยิ่ง



๗ กันยายน ๒๕๕๔

# คำนำ ในการพิมพ์ครั้งแรก



สันตปท หมายถึงทางดำเนินแห่งผู้สงบ “สันตะ” แปลว่า สัตตบุรุษหรือคนดีก็ได้ สุภาสิตโบราณท่านว่า แมลงวันชอบแผล (มกฺขิกา วณฺมิจฺจนฺติ), เศรษฐีชอบทรัพย์ (ธนฺมิจฺจนฺติ เสฏฺฐิโน), คนพาลชอบทะเลาะ (พาลา กลฺหฺมิจฺจนฺติ), บัณฑิตชอบสันติ (ความสงบ) (สนฺติมิจฺจนฺติ ปณฺฑิตา)

พุทธศาสนสุภาสิตบางแห่งกล่าวว่า “สัตบุรุษหรือคนดี ยินดีในการเกื้อกูลแก่สัตว์ทั้งปวง” (สนฺโต สพฺพหิตเต รตา), พระพุทธภาษิตบางแห่งตรัสถึงสภาวะธรรมว่า “ที่ใดไม่มีสัตบุรุษ ที่นั่นไม่มีสภา ผู้พูดไม่เป็นธรรมก็ไม่ชื่อว่าเป็นสัตบุรุษ (คนดี) (เนสา สภา ยตุถ น สนฺติ สนฺโต สนฺโต น เต เย น วทฺนฺติ ธมฺม)

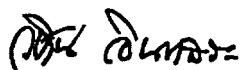
พระพุทธพจน์และพุทธศาสนสุภาสิตที่เกี่ยวกับสัตบุรุษมี หลากหลาย ขอนำมากล่าวอีกแห่งหนึ่งว่า “เมื่อสัตบุรุษให้สิ่งที่ให้

“ได้ยาก ทำสิ่งที่ทำได้ยากอยู่ อสัตบุรุษทำตามไม่ได้ เพราะธรรม  
หรือทางดำเนินของสัตบุรุษทำตามได้ยาก” (ทุกุททำ ททมานานัน  
ทุกุทกริ กมมกุพพุต อสนุโต นานุกุพพุนติ สติ ธมโม ทุรนุโย)  
“เพราะฉะนั้นทางดำเนินหรือทางไปของสัตบุรุษและอสัตบุรุษ  
จึงต่างกัน อสัตบุรุษไปทางเสื่อม สัตบุรุษไปทางเจริญ”

หนังสือเล่มนี้กล่าวถึงคุณสมบัติของผู้ดำเนินสู่สันตพท คือ  
ทางแห่งผู้สงบหรือทางแห่งคนดี ตามนัยแห่งกรณีเมตตสูตร  
ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ ในพระไตรปิฎก เล่ม ๒๕ หน้า ๑๓  
ข้อ ๑๐

หวังว่าท่านผู้อ่านด้วยโยนิโสมนสิการคงได้รับประโยชน์  
ไม่น้อยเลยทีเดียว ขอขอบใจบุคลากรทุกฝ่าย ผู้มีส่วนช่วยเหลือ  
ให้หนังสือเล่มนี้ออกมาอย่างที่เห็นอยู่

ด้วยความปรารถนาดีอย่างยิ่ง

 ธีรพร

๑๙ พฤศจิกายน ๒๕๔๕



# คำนำ

## ของชมรมกัลยาณธรรม



หากพูดถึงการสาธยายมนต์ ข้าพเจ้าเห็นว่ามนต์บท “กรณียเมตตสูตร” เป็นบทพระปริตรที่น่าสวดสาธยายมากเป็นพิเศษ บทหนึ่ง เพราะนอกจากเนื้อหาสาระธรรมดี มีทำนองเสียงไพเราะแล้ว ยังมีแนวทางปฏิบัติสำหรับผู้มุ่งปรารถนาทางแห่งความสงบ โดยแยกแยะเป็นข้อๆ ละเอียด ครอบคลุม เหมือนได้สอนตัวเองด้วยทั้งสมถะและวิปัสสนาภาวนาทุกวัน ด้วยบทสาธยายมนต์กรณียเมตตสูตรนี้

ไม่นานมานี้ได้มีโอกาสฟังเสียงรวมธรรมบรรยายของท่านอาจารย์ดิณ อินทสระ ซึ่งในตอนหนึ่งเป็นรายการ “ธรรมะร่วมสมัย” ที่ท่านอาจารย์ได้สนทนาธรรมกับพลตรีทองขาว่วงรอดพันธุ์ และคณะ ถึง “คุณสมบัติของผู้มุ่งสันตบท” ซึ่งเมื่อ

ฟังแล้วก็รู้สึกคุ้นหู น่าสนใจติดตามฟังมาก เพราะเนื้อหาทั้งหมดที่ท่านสนทนากัน ล้วนคือคุณค่าความหมายและรายละเอียดของกรณียเมตตตสูตร บทสวดพระปริตรที่อยู่ในดวงใจมานาน ทำให้เกิดธรรมฉันทะในการตั้งใจสดับฟัง ทำความเข้าใจและปรารถนาประพฤติปฏิบัติให้คุณสมบัติเหล่านี้มีในตน ทั้งยังชื่นชมในท่านอาจารย์วศิน อินทสระ ที่ท่านช่างเลือกหัวข้อธรรมที่มีสารประโยชน์และประทับใจผู้ฟัง พร้อมสามารถอธิบายอย่างละเอียดพิสดารกว้างขวางชัดเจน สมเป็นธรรมเจดีย์แห่งยุคสมัย ด้วยลีลาน่าเสียงที่สงบเยือกเย็นชวนฟัง ข้าพเจ้าอยากให้เพื่อนร่วมปฏิบัติได้มีโอกาสฟังธรรมเช่นนี้บ้าง

ทราบว่าแต่แรกเว็บไซต์เรือนธรรมได้จัดพิมพ์หนังสือ *คุณสมบัติของผู้มุ่งสันตบทแล้ว* แต่ยังไม่เคยเผยแพร่อยู่ในวงจำกัด และหนังสือได้หมดไปนานแล้ว ข้าพเจ้าจึงกราบขออนุญาตท่านอาจารย์จัดพิมพ์เผยแพร่ให้กว้างขวางอีกครั้ง ด้วยความเอื้อเฟื้อจากเพื่อนๆ เหล่าศิลาปินผู้ร่วมทางธรรมช่วยกันรังสรรค์จัดรูปเล่มใหม่ให้ชวนอ่านและดูทันสมัยมากขึ้น ทั้งนี้ด้วยเห็นประโยชน์แห่งคุณค่าสารธรรมที่ท่านอาจารย์ได้เมตตาถ่ายทอดไว้อย่างกระจ่างแจ่มแจ้ง ยากจะหาใครเปรียบได้

ในนามชมรมกัลยาณธรรม ซึ่งมุ่งมั่นปณิธานแห่งการให้  
ธรรมะเป็นทาน ตามพุทธพจน์ที่ว่า “สัพพทานัง อัมมทานัง ชินาติ  
การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง” ข้าพเจ้าขออ้าง  
ถึงอานิสงส์แห่งธรรมทานอันถูกต้อง และอ้างถึงอานุภาพแห่ง  
กรณียเมตตสูตร ซึ่งเป็นแนวทางแห่งสัมมาปฏิบัตินี้ ต่างช่อมาลา  
บูชาคุณพระรัตนตรัยและน้อมกราบบูชาพระคุณท่านอาจารย์  
วศิน อินทสระ ครูผู้ส่องประกายโคมธรรมสว่างสุใจมวลชนอย่าง  
ต่อเนื่องมาตลอดชีวิต ทั้งหวังให้ทุกท่านที่ได้อ่านได้ศึกษา จงได้พบ  
แนวทางแห่งความสงบและความพ้นทุกข์ทั่วกัน

**ทพญ. อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ**  
ประธานชมรมกัลยาณธรรม

# สารบัญ



๑. สักโก เป็นผู้องอาจ กล้าหาญ.....	๑๓
๒. อุชु เป็นผู้ซื่อตรง สุหุชु ซื่อตรงด้วยดี.....	๒๕
๓. สุวจใจ เป็นคนว่าง่าย.....	๓๓
๔. มุทุ เป็นผู้อ่อนโยน.....	๔๕
๕. อนติมานี ไม่ดูหมิ่นผู้อื่น.....	๔๗
๖. สันตุสสโก เป็นผู้สันโดษ.....	๖๓
๗. สุภโร การเป็นผู้เลี้ยงง่าย.....	๗๓
๘. อັปปกัจจโจ เป็นผู้มึ่กัจจน้อย.....	๘๓
๙. สัลลหุทฺตติ ประพฤติตนเป็นผู้เบากาย เบาใจ.....	๘๗
๑๐. สันตริณทรีโย มีอินทรียัสงบ.....	๘๙
๑๑. นิปโก ผู้มีปัญญารักษาดน.....	๙๓
๑๒. อັปปคัฟโโก เป็นผู้ไม่คะนองกาย วาจา มีจิตสงบ.....	๑๐๓
๑๓. กุเลสุอนนุคิทรโ ไม่ติดพันในตระกูลทั้งหลาย.....	๑๐๙
๑๔. อนุปวาโท ไม่กล่าวร้าย.....	๑๑๓
๑๕. เมตตวา มีเมตตา.....	๑๒๑



# ๑

## สักโก

เป็นผู้องอาจ กล้าหาญ



นี่ก็ผ่อนอธิบายลงมาได้ทั้งทางโลกและทางธรรม อธิบายทางธรรมให้เข้มงวด ให้อุกฤษณ์ก็ได้ อธิบายทางโลกผ่อนอธิบายลงมาให้คนทั่วๆ ไปปฏิบัติก็ได้ ถ้าเผื่ออธิบายแบบอุกฤษณ์ เรียกว่ามีจิตใจกล้าหาญที่จะเสี้อยความชั่ว และกล้าทำความดี

ถ้าผ่อนลงมาสำหรับคนทั่วไปอีกหน่อยหนึ่งก็คือ กล้าจะตัดสินใจทำสิ่งที่ถูกที่ควรที่ต้องการจะทำ อย่างถ้าจะบอกว่ากล้าทำในสิ่งที่ต้องการจะทำ เช่น กล้าไปปล้น อย่างนี้ก็ไม่ใช่ผู้ที่มาในทางสันตบท แต่เป็นอสันตบท คือทางแห่งความวุ่นวาย หรือบางคนก็รู้ว่าสิ่งที่ตนกำลังทำเป็นความชั่ว แต่ไม่กล้าเลิกความชั่ว



ยิ่งเคยทำซ้ำกันเป็นกลุ่มมาด้วยแล้วละก็ยิ่งไม่กล้าใหญ่ เกรงเพื่อนจะตำหนิว่าทิ้งเพื่อน เคยเล่นไฟมาด้วยกัน เคยกินเหล้าสรวลเสเฮฮามาด้วยกัน มันก็ต้องทำกันต่อไป ไม่กล้าเล็ก เรียกว่าถอดคอกันเสื่อม เรียกว่าเกรงใจเพื่อนมากกว่าเกรงใจความซู้ ยิ่งพวกมิจฉาซึฟ บางที่ต้องการจะปลีกตัวออกมากแล้วเพื่อนมาตามเก็บปิดปาก ก็มาปรึกษาว่าจะทำอย่างไรดี ถ้าเผื่อความเห็นผม ผมจะให้เขากล้าตัดสินใจที่จะออกมาเลย เป็นไงเป็นกัน คือยอมเสี่ยงเอา จะตายก็ตาย จะเป็นก็ให้เป็นอยู่ดีๆ ข้างหน้าต้องกล้าตัดสินใจ ใช้ธรรมะข้อนี้คือ สักโก ไม่เกรงใจเพื่อนมากกว่าเกรงใจความซู้

บางคนว่าทำไมไม่เลิกสูบบุหรี่ ตอบว่าลงทุนมาเยอะแล้วคือหวนคิดถึงรสของมัน ไม่กล้าสลัดออก ถูกลมโป่งพองจะมาถึงเมื่อไหร่ก็เมื่อนั้น เดินก็เหนื่อย นั่งก็เหนื่อย เหนื่อยไปหมด ถึงตอนนั้นก็ต้องเลิก

ในด้านตรงกันข้าม บางคนรู้ว่าอะไรเป็นความดี แต่ก็ไม่กล้าทำ ไม่รู้ว่าเพราะอะไร อาจกลัวถูกหาว่าเซย ครี หรือถูกหา

ว่าทำความดีมากเกินไป อย่างเวลาคนเดินเข้าบาร์เสียงดังเชียร์  
พอจะเข้าวัดต้องแอบ กลัวคนเห็น เหมือนเข้าโรงจำนำเลย

ฉะนั้น ๒ ข้อนี้ **กล้าเลิกความชั่ว กล้าทำความดี** มันต้อง  
อาศัยคุณธรรมข้อ**จาคะ** คือสละ การเสียสละความชั่ว ความไม่  
ดี และกล้าทำความดี

และมีความกล้าอย่างหนึ่งน่าสนใจมาก คือกล้าตัดสินใจ  
เลือกดำเนินชีวิตตามความเหมาะสมแก่ตน ไม่ใช่ตามที่คน  
ทั้งหลายนึก ถ้าเผื่อใครไปดำเนินชีวิตตามที่คนอื่นเขาบงการ  
หรือกำหนดให้ โดยที่ตัวเองไม่ชอบก็จะมีความทุกข์ทรมานไป  
ตลอดชาติ ไม่ได้ผลทั้งทางผลงานและด้านจิตใจ โดยเฉพาะ  
อย่างยิ่งทางด้านจิตใจก็จะเสื่อมลง สุขภาพจิตเป็นสิ่งที่ควร  
ห่วงแหนมากที่สุดก็จะเสื่อมลง เพราะทำสิ่งที่ตัวไม่ชอบ ในที่สุด  
ก็จะเสียไปหมด

ที่ว่าภาวะผู้นำต้องกล้าตัดสินใจ คือเรื่องนี่เอง อย่าง  
จอมพลสฤษดิ์ ธนะรัชต์ ท่านเป็นคนกล้ามาก ท่านจะบอกว่า



“ข้าพเจ้าขอรับผิดชอบแต่เพียงผู้เดียว” คือจะเป็นไวกี่เป็นกัน  
ค่อยแก้ปัญหากันอีกที แต่ท่านกล้าตัดสินใจ สมมุติว่าจะผิด  
ก็เป็นเรื่องธรรมดา การตัดสินใจก็ต้องผิดบ้าง ถ้าไม่มากเกินไป  
แต่ถ้าไม่กล้าตัดสินใจ มันก็ทำอะไรไม่ได้เลย แต่การกล้าตัดสินใจ  
ใจมันต้องดูสถานการณ์ด้วย

อีเมอร์สัน นักปราชญ์ชาวอเมริกัน ท่านได้กล่าวไว้ตอน  
หนึ่งว่า “สิ่งที่ข้าพเจ้าทำ ก็คือสิ่งที่เกี่ยวข้องกับข้าพเจ้า ไม่ใช่  
สิ่งที่คนทั้งหลายคิด” *What I must do is concern me,  
not what the people think.* นี่คือการแสดงความกล้าหาญใน  
การตัดสินใจ

ถ้าเมื่อเราไปทำตามที่คนทั้งหลายคิด ถ้าเมื่อ ๑๐ คนก็  
คิดไป ๑๐ อย่างก็ลั้งเล เราไม่สามารถจะตัดสินใจได้ว่าจะทำ  
อย่างไรดี ต้องดูว่ามันเกี่ยวข้องกับเราแค่ไหน อย่างไร คนอื่น  
บางทีไม่รู้ข้อมูลต่างๆ เหมือนกับตัวเราเอง



ปัจจุบัน แต่ละคนในรัฐบาลก็จะมีทีม หรือคณะที่ปรึกษา ผลการตัดสินใจจะอยู่ที่คณะที่ปรึกษาหรือว่าอยู่ที่ตัวเอง นี่ก็แล้ว แต่บางท่าน บางท่านก็ปล่อยให้เป็นที่ปรึกษาตกลงกัน บางท่านก็ฟังความเห็นของคณะที่ปรึกษา แล้วตัดสินใจเอง อีกครั้งหนึ่ง อาจจะไม่ตรงกับที่คณะที่ปรึกษาเขาแสดงความเห็นก็ได้ อันนั้นก็ต้องเป็นคนที่จิตใจเข้มแข็ง เฉลียวฉลาดมากพอที่จะเป็นตัวของตัวเองได้

ในแง่ของทหารที่เขามีฝ่ายเสนาธิการ เขาจะทำการวิเคราะห์เหตุการณ์ต่างๆ เสร็จแล้วจะมาสรุปรูปเป็นข้อเสนอแนะ เป็น ๒ แนวทาง แล้วแต่ท่านจะเลือกเอาแนวทางไหน ผู้บังคับบัญชาก็เลือกไป ก็ต้องถามด้วยว่า ถ้าปฏิบัติตามแนวทางนี้ จะมีผลดีผลเสียอย่างไร ต่อไปก็เลือกแล้วยอมรับผลดีหรือเสียที่จะเกิดขึ้น ผู้บังคับบัญชาต้องกล้าตัดสินใจเลือกเอาอย่างใดอย่างหนึ่ง และต้องกล้ารับผิดชอบด้วย ไม่ใช่โยนความรับผิดชอบให้คนอื่น

บางคนมีวิชาความรู้ดี มีโครงการยอดเยี่ยม แต่ไม่กล้าตัดสินใจทำอะไรตามวิชาความรู้ของตัวเอง ตามหลักการที่คิดแล้ว

คิดอีกว่าดี

ความกลัวนี้จะทำให้เขาไม่สามารถเข้าไปสู่ความสำเร็จได้  
ไม่เป็นสักโก หากว่าได้ตัดสินใจทำแล้ว แต่พลาดไปก็ยังมีดี อย่าง  
น้อยความล้มเหลวนั้นก็เรียนให้ได้เรียนรู้ประสบการณ์  
ตรงว่าอย่างนี้มันผิด เป็นช่องทางให้ค้นหาทางใหม่ต่อไป ก็เริ่ม  
ดำเนินการใหม่ ก็จะค้นพบช่องทางที่ดีเข้าวันหนึ่ง

พระพุทธเจ้าท่านทรงกล้าลองผิดลองถูก ทดลองทุกอย่าง  
ว่าอะไรเป็นอะไร และได้ผลยังไง ทีหลังท่านจึงสามารถตรัสได้  
เต็มพระโอษฐ์ว่า ความทุกข์ยากอย่างนี้ พระองค์ได้ผ่านมาทุก  
อย่างแล้ว แต่ก็ไม่สำเร็จ พระพุทธเจ้าท่านมุ่งเอาอุดมคติเป็น  
ที่หมาย ไม่ได้มุ่งเอาสิ่งที่คนทั้งหลายเขาคิด อย่างปัญญาวัคคีย์  
หลักหนีจากพระพุทธเจ้าไป เพราะว่าคิดอย่างที่คนทั้งหลาย  
เขาคิดว่านักบวชจะต้องอยู่อย่างทุกข์ทรมาน จึงจะสำเร็จผลที่  
ต้องการ



แต่พระพุทธเจ้าไม่ได้คิดอย่างที่คุณทั้งหลายคิด ท่านคิดตามแนวอุดมคติของท่าน ว่าหนทางทั้งหมดได้ทดลองเดินมาเยอะแล้ว ไม่มีทางที่จะไปถึงอุดมคติได้ ท่านก็เปลี่ยนวิธีการโดยไม่คำนึงถึงเสียงของคนรอบข้างว่าจะคิดอย่างไร

ในแง่ของหลักการ มันมีปรโต โฆสะ แต่ปรโต โฆสะนี้มีทั้งดีและเสีย เราต้องฟังไว้บ้างเป็นการเก็บข้อมูล ฉะนั้นก็อยู่ที่โยนิโสมนสิการ ในหลักกรรมของเราที่พูดถึงสัมมาทสิฐิ กับมิจฉาทสิฐิ ก็มีปรโต โฆสะเหมือนกัน ถ้าปรโต โฆสะเสีย และมีอโยนิโสมนสิการด้วยก็เป็นมิจฉาทสิฐิ เห็นผิดไป

ถ้าได้ปรโต โฆสะที่ดี แล้วได้โยนิโสมนสิการที่ดี ที่ถูกต้อง ก็จะเป็นเหตุให้เกิดสัมมาทสิฐิ ความเห็นถูก และตัดสินใจถูก

ปรโต โฆสะ ความหมายมันกว้างมาก หมายถึงสิ่งแวดล้อมทั้งหมด ทั้งตำรา ครูบาอาจารย์ เพื่อนฝูง ดินฟ้าอากาศ รวมหมด



เกี่ยวกับเรื่องความกล้าหาญนี้ มันมีประการหนึ่งที่สำคัญก็คือ **ขอให้มันคงในอุดมคติของเราพอสมควร จับทำอะไรเข้าก็อย่าเลิกง่าย** เมื่อเห็นว่าทางนี้เป็นทางของเราถูกใจเรา ถูกอริยาศัยของเรา แม้จะล้มเหลวบ้างในเบื้องต้น ก็ต้องพยายามต่อไป ความสำเร็จก็คงคอยอยู่ข้างหน้า

พ่อค้าวานิชใหญ่ๆ โตะๆ ลองศึกษาประวัติของเขาดู เขาจะต้องเคยล้มเหลวมาไม่น้อย จนกว่าจะมาจับอะไรเข้า ถูกทางของตัว แล้วก็ประสบความสำเร็จด้วยดี


มีความกล้าอีกชนิดหนึ่งที่ดีมาก คือ**ความกล้าเผชิญหน้ากับความทุกข์** กล้าเผชิญหน้าอุปสรรค เห็นอุปสรรคเป็นสิ่งท้าทาย น่าทดลอง เห็นความทุกข์เป็นเทพธิดาที่ปลอมแปลงมาในรูปของมารร้าย และกล้าเผชิญหน้าความทุกข์ว่าท้าทายดี เหมือนการเรียนก็เรียนกันหามรุ่งหามค่ำ ต่อมาเทพธิดาก็เผยตัวจริงออกมาให้เห็นเมื่อเรียนสำเร็จ



อีกเรื่องหนึ่งที่น่าสงสารสำหรับเด็กของเราคือไม่กล้าแสดงออกนอกแถวเพื่อน เวลาที่เด็กวัยรุ่นของเราจะทำอะไรตามกัน มีแพชชั่นตามกันไม่กล้าเดินออกนอกแถว

เคยพูดกับเด็กว่าทำไมเราไม่เป็นผู้นำในทางดีเสียบ้าง ทำไมต้องไปตามเขาในสิ่งที่ตัวเองก็รู้สึกไม่ดี แต่ไม่กล้าฝืน ต้องทำตามเขาไป เช่น สมัยที่เด็กเขาไว้ผมยาว ถึ้อยาม นุ่งกางเกงยีน เอ๊ะ ทำไมเราไม่ทำแบบอย่างในทางที่ดี ทำไมต้องไปเอาอย่างเขาเรื่อยๆ แม้ในสิ่งที่เราเห็นว่าไม่ถูก แต่ไม่กล้าแตกแถวออกมา กลัวเพื่อนว่าเซย แต่เด็กบางคนเมื่อได้รับคำแนะนำจากผู้ใหญ่ก็ทำได้ ไม่กลัว เลยกลายเป็นผู้นำในทางที่ดี บางทีก็สงสารเด็กเหมือนกัน คือเด็กไม่ได้ยินได้ฟังในสิ่งที่ดี ปรโต โฆสะไม่ดี ผู้ใหญ่ไม่ได้ยืนยันในสิ่งที่ดี เขาก็เลยลังเล เลยไปตามเพื่อนนี่น่าเสียดาย

นี่คือความไม่กล้าหาญที่จะตัดสินใจทำในสิ่งที่ควรจะทำ และถูกชักจูงไปด้วยปรโต โฆสะที่ไม่ดี

ความรู้สึกบางอย่างที่ไม่กล้าเพราะกลัวถูกว่าเซย ไม่กิน  
เหล้ากลัวเพื่อนว่าเซย ความรู้สึกอย่างนี้ทำให้เสียคนกันไปเยอะ  
แล้ว อยากจะมาถึงจุดที่ว่า แม้จะเซย แต่ก็ไม่ทำชั่ว น่าจะดีกว่า  
ยอมเซยดีกว่ายอมชั่ว อายยอมชั่วเพราะกลัวเซย อย่างบางคนว่า  
ถ้ามีวสันโตษก็จนตาย แต่จะให้แสวงหาในทางทุจริต ไม่สันโดษ  
หรือเป็นข้าศึกกับสันโดษ ไม่เอา จนเป็นจน มันต้องกล้าหาญ  
อย่างนี้ 



ทุทุททำ ททาติ ...ให้ สิ่งที่ให้ได้อย่าง  
ทุกรรํ กรีติ ...ทำ สิ่งที่ทำได้อย่าง  
ทุขมํ ขมติ ...อดทน สิ่งที่อดทนได้อย่าง  
ทุชชํ ชหาติ ...สละ สิ่งที่สละได้อย่าง  
ทุชชยํ ชยติ ...เอาชนะ สิ่งที่ชนะได้อย่าง  
ทุลลภํ ภติ ...ย่อมได้ สิ่งที่ได้โดยยาก

...พุทธพจน์







# ๒

อุชฺ เป็นผู้ชื่อตรง  
สุหฺชฺ ชื่อตรงด้วยดี



อรรถกถาของพระสูตรนี้ ท่านอธิบายว่า ชื่อตรงคือว่าเว้น  
จากมารยา ไม่มีมารยา อุชฺ เว้นจากการคดทางกาย ทางวาจา  
สุหฺชฺ เว้นจากการคดทางใจ ที่แยกตัวนี้เพราะบางคนอาจรักษา  
ศีลทางกาย ทางวาจาได้ แต่สมาธิทางใจไม่มั่นคง ยังวอกแวกอยู่

ความซื่อตรง ก็ซื่อตรงต่อตนเอง และซื่อตรงต่อผู้อื่น

คนซื่อตรงต่อตนเอง ไม่สามารถทำอะไรที่ขัดความรู้สึกของตนเองได้ ตนมีความรู้สึกอย่างหนึ่ง แล้วให้ไปทำอะไรที่ขัดกับความรู้สึกนี้ทำไม่ได้ ถ้าชมใครก็ชมจริง ถ้าจิตใจไม่นิยมชมชอบก็ชมไม่ได้ เรียกว่าเป็นคนซื่อตรงต่อตนเอง

อย่าง มาร์ติน ลูเธอร์ คนที่ตั้งนิกายโปรเตสแตนต์ ท่านบอกว่าถ้าทางสังฆราชจะตัดหัวท่านก็ยอม อย่ว่าแต่มีหัวเดียวเลย มีสัก ๕๐๐ หัวก็จะให้ตัดให้หมดเลย แต่จะให้พุดตรงกันข้ามกับความรู้สึกจะไม่พุด ท่านไม่เห็นด้วยกับการกระทำของสังฆราชกรุงโรม จะให้พุดว่าเห็นด้วย ท่านทำไม่ได้ นี่เรียกว่า ซื่อตรงต่อตัวเอง มีความนับถือตัวเอง อันนี้อุชู และสุหุชูด้วย อันนี้ไปด้วยกันเลย คือใจก็ตรง

อย่างที่นายเปสสะ บุตรของนายความูช้าง ได้กราบทูลพระพุทธเจ้าประโยคที่ว่า *คหณ นามเต มนุสฺสา มนุชฺญนํรักชฺฐ* ไม่เหมือนกับสัตว์เดรัจฉานซึ่งตื่น มีความรู้สึกอย่างไร มันก็แสดง



อาการอย่างนั้น มนุษย์นี้รักชฎาดูยาก พูดอย่างหนึ่ง ใจอย่างหนึ่ง  
ความคิดอย่างหนึ่ง พูดไปอย่างหนึ่ง

ก็กราบพูลพระพุทธเจ้าว่า แม้แต่คนงานที่บ้านของเขา  
เขาก็ไม่รู้ว่าเขาคิดอย่างไร เขาพูดออกมาอย่างหนึ่ง แต่ไม่รู้เขา  
คิดอย่างไร แต่สัตว์เดรัจฉานที่เขาเลี้ยงไว้นี้ มันแสดงความโง  
ออกมาให้ชัดเจนถ้ามันโง ถ้ามันเชื่องมันก็แสดงความเชื่อง  
ออกมาอย่างชัดเจน นี่เรียกว่าสัตว์เดรัจฉานนั้นตื่น มนุษย์รักกลี  
กทำนองนั้น

แล้วเขาก็ชมพระพุทธเจ้าว่า มนุษย์เป็นอย่างนี้ พระพุทธเจ้า  
ก็ทรงฝึกให้ได้ดี เขาเป็นคนฝึกช้าง ไม่สามารถฝึกคนได้ แต่พระ  
พุทธเจ้าฝึกคนได้ โดยไม่ต้องใช้อาชญาเลย ไม่ต้องใช้ศัสตรา

นี่เป็นข้อความที่ปรากฏใน กัณฑ์กรสูต มัชฌิมนิกาย  
มัชฌิมปัณณาสก์

## ชื่อตรงต่อผู้อื่น

นี่ก็มีความจำเป็นมาก ในการติดต่อเกี่ยวของ เวลาไปทำอะไรกับคนอื่น เช่น ไปช้อปปิ้งอะไรสักอย่าง ก็ไม่ค่อยแน่ใจว่าเขาช้อมให้เราจริงหรือเปล่า หรือเขาเพียงแต่ดูๆ แล้วก็ส่งมา ไม่รู้ช้อมหรือเปล่าเพราะเราดูไม่เป็น อย่างรถยนต์เป็นต้น ถ้าคนช้อมเป็นคนซื่อสัตย์ไว้ใจได้ ชื่อตรงต่อลูกค้าก็มีความสุขกันขึ้นเยอะ

อย่างร้านนาฬิกา ความจริงช้อมนิดเดียว แต่บอกว่าพวงนี้ถึงจะมารีบได้ และคิด ๖๐๐ บาท พังดูเหมือนมันเสียมาก อย่างนี้ก็ไม่ชื่อตรงต่อลูกค้า

หรือขายของลงทุน ๑๐๐ บาท ถ้าอยากได้กำไร ๒๐% ก็ให้ตั้งราคาไปเลย คืออย่าเอากำไรเกินไป และของที่เอามาขายต้องเป็นของแท้



ความจริงคำพูดก็บอกอยู่แล้ว พ่อค้า แม่ค้า เขาเรียกพ่อหรือแม่ ลูกค้าก็เหมือนลูก พ่อค้าแม่ค้าค้าขายด้วยจิตอนุเคราะห์ว่าเขาได้รับความสะดวกในการค้าขาย อย่างร้านอยู่ใกล้บ้าน เราก็สะดวกเวลาซื้อ และก็เกื้อกูลกันว่าเขาอยู่ได้เราอยู่ได้ ลูกค้าก็ทำตัวเหมือนลูก คบกันอย่างนี้นั่นก็ซื้อตรงสบายใจ ทุกคนอยู่ได้ ไม่ใช่พ่อค้ารวยเหลือเกิน แต่ลูกค้ายังแห้งเหมือนเดิม

ยิ่งพระยิ่งต้องมีเรื่องนี้ ในบทสวดสังฆคุณก็มีอยู่แล้ว *สุปฏิปนุโน อุชุปฏิปนุโน* ส่วนมากก็จะไปนึกถึง *สุปฏิปนุโน* เสียมากกว่า ความจริง *อุชุปฏิปนุโน* นี้สำคัญไม่น้อยทีเดียว ยิ่งเป็นพระยิ่งจำเป็นตั้งใจเด็ดเดี่ยว เป็นไฉนเป็นกัน

## ซื้อตรงต่อหน้าที่การงาน

การงานในบ้านเมือง ไม่ค่อยมีประสิทธิภาพ เพราะคนไม่ค่อยซื้อตรงต่อการทำงาน ถือเอาการงานเป็นเพียงเครื่องมือหาเงินมากกว่าที่จะรักงาน คือถามหาเงินมากกว่าถามหางาน ถามว่า

ให้เงินเท่าไร แทนที่จะถามว่ามีอะไรให้ทำบ้าง หรือว่าทำน้อย ให้เงินมากยิ่งขึ้น คนที่ทำงานมากได้เงินน้อยแล้วพอใจ ไม่ค่อยมีเท่าไร

เรื่องโทรศัพท์มือถือ ต่างประเทศเขาขาย ๑๐,๐๐๐ บาท มาเมืองไทยก็ ๓๐,๐๐๐-๔๐,๐๐๐ บาท แพง ก็ถามว่าทำไมเป็นอย่างนั้น จริงๆ แล้วมาดูเมืองไทยมันมีต้นทุนหลายอย่าง การค้าในเมืองไทยที่มันแพงกว่าปกติ สมมุติว่าจะอนุมัติให้เซ็นก็เข้าไป ๒๐-๓๐% แล้ว แล้วยังบรรดาเสมียนได้ขึ้นไปอีกไม่รู้เท่าไร เขาก็ไปบวกกับคนซื้อ ทำให้ของแพง เรียกว่าไม่ซื้อตรงต่อหน้าที่

พูดถึงงบประมาณ ถ้าได้มาเท่าไรก็ใช้หมดไปเท่านั้น บ้านเมืองก็เจริญเร็วนะ มันไม่พัง อย่างที่พ่อค้าที่สร้างถนน บอกว่าที่จริงค่าสร้างถนนไม่ถึง ๕๐% อย่าง ๑๐๐ บาท ไม่ถึง ๕๐ บาท อย่างพ่อค้าจะไปทำถนน เวลาผ่านคนอนุมัติก็ ๒๐% แล้ว เหลือเงิน ๘๐ บาท ก็เอางานไปให้บริษัทอื่นรับเหมาต่อ ตัวเองเอาไว้ ๒๐% แล้วก็ผ่านอะไรอีกหลายต่อ อย่างถนนเส้นหนึ่ง ๑๐๐ ล้านบาทถนนจริงๆ ๔๐ ล้านบาทแบบนี้ มันถึงไม่ได้คุณภาพเท่าที่ควร



เปรียบเหมือนส่งน้ำผึ้งไปแล้วก็ถ่ายหลายที ติดขวดไปหมด หรือเหมือนไอศกรีม ผ่านหลายที ไปถึงปลายทางเหลือแต่ไม้

ญี่ปุ่นเขาก่ง อย่างเงินมियाซาว่าที่เข้ามา เขาบอกว่าถ้าจะซื้อของต้องเป็นของญี่ปุ่น ห้ามซื้อของชาติอื่น ก็หมายความว่าเงินเขาก็มาเราก็เป็นหนี้เขา แล้วก็ไปซื้อสินค้าญี่ปุ่น เงินกลับญี่ปุ่นหมดแหละ

ดังนั้นปัญหาของคนไทยก็คือซื้อตรงต่อหน้าที่เท่านั้นเอง แล้วมันสัมพันธ์กันทั้ง ๓ ประการนี้ ซื้อตรงต่อตนเอง ซื้อตรงต่อผู้อื่น ซื้อตรงต่อหน้าที่ มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ถ้าคนซื้อตรงต่ออะไรสักอย่างหนึ่ง ก็พลอยให้อีกด้านดีไปด้วย

พระพุทธเจ้าตรัสว่า อัดตสัมมาปณิธิ ถ้าตั้งตัวถูก การพูด การทำอะไรก็จะดีไปหมด 







# ๓

## สุวจ เป็นคนว่าง่าย



พระพุทธเจ้าทรงแสดงเอาไว้ถึงพุทธบริษัทที่เป็นผู้ว่าง่าย คือไม่เชื่อคำสอนของพระพุทธเจ้า ก็จะไม่พลัดตกไปจากพระพุทธศาสนา แต่ถ้าเป็นพุทธบริษัทผู้ว่าง่าย ก็จะเชื่อฟังคำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นผู้ว่าง่ายกับผู้ว่างายมันผิดกันเยอะ คือบางทีเวลาพูดก็ฟังแต่ไม่ยอมทำตาม ไปทำอย่างอื่น ไม่ทำตามพระพุทธเจ้าสอน

อย่างพระฉันทะก็อยู่ในข่ายเหมือนกัน คือพระพุทธเจ้าตรัสก็ฟัง แต่ไม่ทำตาม ลูกที่ดี พ่อแม่เรียกมาอบรมสั่งสอน นั่งตาแป่ว พอกลับไป ปรากฏว่าเหมือนเดิม อย่างนี้เรียกคือด้าน

อย่างนี้ดีคนเดียว อีกพวกหนึ่งดีดิ่ง คือไม่ดีคนเดียว ดิ่งคนอื่น  
ไปด้วย มีพี่น้องเพื่อนก็ดิ่งไปหมดเลย ทำให้เหมือนอย่างที่เขาทำ

ลักษณะของการเป็นผู้ว่าง่าย พระพุทธเจ้าแสดงไว้ใน  
นาถกรณธรรมสูตร ธรรมที่สำหรับทำที่พึงแก้ตน แก่ผู้อื่นด้วย  
มี ๑๐ ข้อ ใน ๑๐ ข้อนั้นมีข้อหนึ่งคือ **สุวจ** อยู่ด้วย ประกอบด้วย  
ธรรมที่ทำให้เป็นผู้ว่าง่าย **ขโม** เป็นผู้อดทน *ปทกฺ ขิณฺคฺ คาหิ  
อนุสาสนิน* รับโอวาทด้วยมือข้างขวา นี่เป็น idiom คือรับโอวาท  
ด้วยความเคารพ

ที่ว่าประกอบด้วยธรรมที่ทำให้เป็นผู้ว่าง่าย คือเป็นคน  
มักน้อย สันโดษ มีความอดทน มีความเพียร อันนี้เป็นธรรม  
ที่ทำให้เป็นคนว่าง่าย

ถ้าเป็นคนว่ายาก ก็ตรงข้ามคือเป็นคนมีความมักมาก มี  
ความปรารถนาแล้ว ไม่สันโดษ ไม่มีความอดทน เกียจคร้าน



คนโง่มักจะสำคัญตนว่าฉลาด ใครเตือนก็ไม่ได้ มักโกรธ แต่คนฉลาดก็จะร้องขอให้เตือน รับคำเตือน ทำตามที่รับคำเตือน ไป ไม่ดื้อด้นและไม่ดื้อดึง

ปกติพระเวลาออกพรรษา ก็จะมีการปวารณาว่า *ทิวฺฐเนน-  
วา สุเตน วา ปริสฺสงฺ กาย วา วทนฺตุ มํ* ถ้าหากว่าการกระทำของ  
กระผมถ้าหากท่านสงสัย เห็นก็ดี ไม่เห็นก็ดี สงสัยก็ดี ด้วย  
ความอนุเคราะห์ก็ขอให้ว่ากล่าวตักเตือน อันนี้ถือว่าเป็นคุณธรรม  
ของผู้ว่าง่าย ให้ว่ากล่าวตักเตือน

แต่ถ้าพอมีผู้ไปว่ากล่าวตักเตือนกลับโกรธ อันนี้จะไปเข้าใน  
อนุमानสูตร ในมัชฌิมนิกาย มูลปณณาสกั ที่พระพุทธเจ้าท่าน  
ทรงแสดงเอาไว้ว่า ถ้าแม้ภิกษุจะปวารณา เปิดโอกาสให้ตักเตือน  
ว่าท่านจงกล่าวตักเตือนผมเถิด แต่พอใครตักเตือนเข้าก็กลับ  
เป็นคนว่ายากสอนยากไม่อดทน ไม่รับคำเตือนโดยเคารพ เพื่อน  
พรหมจรรย์ทั้งหลายก็จะเบื่อหน่าย ไม่อยากจะว่ากล่าวตักเตือน  
อีกต่อไป เพราะว่าทำตนเป็นคนไม่ควรกับการตักเตือนสั่งสอน  
แล้วก็ไม่ต้องการจะคบหาสมาคมและคุ้นเคยกับเธอ



แต่ถ้าภิกษุบางรูป แม้จะไม่พิจารณาว่า ท่านผู้มีอายุจงกล่าว ตักเตือนผมเถิด ผมซึ่งท่านตักเตือนแล้ว สั่งสอนแล้วก็จะมี ความปีติพอใจ พอเขาเตือนก็เป็นคนมีความว่าง่าย มีความอดทน อย่างนี้ใช้ได้

ตัวอย่างพวกว่ายาก เช่น พระอัสสชิ บุนนัพสุกะ ไม่ใช่ พระอัสสชิในปัญจวัคคีย์ ก็อยู่ในกัฎฐาภิธาน แถวเมืองราชคฤห์ นี้ก็ เรื่องเยอะ พระฉัพพัคคีย์ ก็มี พวกนี้มีทั้งตั้งด้านและตั้งตึง ก็มี เยอะในสมัยพุทธกาล

ตัวอย่างผู้ที่เมื่อตักเตือนแล้วก็รับด้วยดี ก็มีพระราชา ที่ ยกตัวอย่างกันบ่อย พระอานนท์ก็มี พระมหากัสสปตำหนิต่าน ๔-๕ เรื่องตอนปรินิพพาน แต่พระอานนท์ก็ขอบคุณ บอกว่าผม ไม่เห็นโทษในเรื่องนี้ แต่เมื่อท่านเห็นว่าผมผิด ผมก็ยอมแสดง อาบัติ นี่ก็ถือว่าเป็นผู้ว่าง่าย และพระมหากัสสปก็รักท่านมาก จนพระอานนท์ศิระชะหงอกแล้ว พระมหากัสสปยังเรียกท่านว่า เด็กน้อยอยู่ เพราะชอบพอ พระมหากัสสปแก่กว่า ก็เหมือนคน หนึ่งอายุ ๘๐ อีกคน ๖๐ ก็ดูยังเด็กอยู่เรื่อย



คนว่าง่าย ไม่เหมือนกับพวกคนหัวอ่อน พวกนี้จะไม่มีความหวั่นเกรง ไม่มีจุดมุ่งหมาย คือใครชักไปไหนก็ได้ จูงได้ง่าย ลมพัดหรือที่เขาว่ายอดไม้ต้องลม หรือไม้หลักปักขี้เลน นี่พวกหัวอ่อน

ถ้าเป็นคนว่าง่าย จะเป็นคนที่มีหลักการและมีจุดมุ่งหมาย คือ คนพวกนี้ถ้าผิดหลักการและจุดมุ่งหมาย จะแข็งขึ้นมาทันที ดูปกติเป็นคนสุภาพ ก็คืออ่อนนอกแข็งใน ก็กลายเป็นไม่ว่าง่าย แล้วถ้าผิดหลักการ ไม่เอาด้วยแล้ว ถึงใครจะไม่สนับสนุนให้ก้าวหน้าก็ยอม แต่มีความภูมิใจ มีความสุข เพราะมีหลักการและมีจุดมุ่งหมาย

คนว่าง่ายเพราะเห็นแก่ปัจจัย ๔ กับคนว่าง่ายเพราะเห็นแก่ธรรม อันนี้ต่างกัน นี่ข้อความปรากฏใน กกจูปสูตร มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสกั พระไตรปิฎก เล่ม ๑๒

คนว่าง่ายเพราะเห็นแก่ปัจจัย ๔ ก็ถือว่า ถ้าได้ปัจจัย ๔ ถึงจะเป็นคนว่าง่าย ถ้าไม่ได้ปัจจัย ๔ จะเป็นคนว่างายากขึ้นมาทันที



แต่คนว่าง่ายเพราะเห็นแก่ธรรม สักการธรรม เคารพ  
ธรรมนี้เป็นอีกแบบหนึ่ง คือถึงเอาปัจจัย ๔ มาล่อก็ไม่เอา แต่ถ้า  
ทำไปเพื่อความถูกต้องตามธรรมแล้วก็เอา

มีผู้ถามเสมอว่าติดกับพ่อแม่ ถือว่าเป็นคนดีไหม ดูก็ว่าน่า  
จะไม่เป็นคนดี แต่ผมก็ถามกลับว่า สิ่งที่พ่อแม่สอนนั้นถูกหรือ  
ผิด ถ้าเมื่อสิ่งที่พ่อแม่สอนนั้นผิดก็ติดได้ เพราะถ้าไปทำตามพ่อแม่  
ที่สอนผิด ก็แยกว่าคือเสียอีก อย่างพ่อแม่สอนให้เป็นโจร ถ้าลูก  
ปฏิบัติตามก็กลายเป็นแย่ ต้องไม่ปฏิบัติตาม

อันนี้คือความมีเงื่อนไขของธรรมะ ไม่ได้หมายความว่า  
จะไปตามตัว จะว่าง่ายก็คือใครสอนอะไรก็ทำตาม มันมีเงื่อนไข  
คือว่าใครสอนผิดหรือสอนถูก หรือโดยที่สุด ครูบาอาจารย์หรือ  
สำนักสอนผิดหรือสอนถูก ถ้าสอนผิดก็ไม่เอา ถ้าสอนถูกก็เอา

ในพระไตรปิฎกก็มีพูดถึงเรื่องนี้ ศาสดาที่สอนผิด ถ้า  
สาวกปฏิบัติตามมากเท่าใด ก็ชั่วมากเท่านั้น ถ้าศาสนาสอนถูก  
สาวกปฏิบัติตามมากเท่าใด ก็ดีมากเท่านั้น ฉะนั้นก็ดูเหมือนว่า



จะดีอกับศาสดา แต่สาวกที่เป็นคนมีโยนิโสมนสิการและฉลาด เขารู้ว่าศาสดาสอนผิด เขาก็ไม่เอา สาวกคนอื่นที่ไม่ฉลาด ก็นึกว่า คนนี้ดีอ เป็นผู้ว่ายากสอนยาก ที่จริงไม่ใช่

ในเรื่องทำนายฝันของพระเจ้าปเสนทิโกศล ๑๖ ข้อ พระพุทธเจ้าท่านเล่าให้ฟังว่า มีลูกศิษย์อยู่คนหนึ่ง ไม่ทำตาม อาจารย์ที่หลอกหลวง หมายถึงอาจารย์ต้องการจะหลอกหลวงพระราชาในการที่จะไปทำพิธีบูชาัยญ เพราะพระราชาฝันร้าย ได้ทูลพระราชาไว้ว่าฝันแบบนี้ต้องบูชาัยญด้วยแพะด้วยสัตว์ต่างๆ

แต่มีศิษย์คนหนึ่งของคณะพราหมณ์ บอกว่าท่านอาจารย์ ในตำราของเราเคยมีบอกใหม่ว่า การที่จะสะเดาะเคราะห์เอาชีวิตของเรารอด ด้วยการเอาชีวิตของสัตว์อื่นมาแทน อาจารย์บอกไม่มี

ถ้าอย่างนั้นอาจารย์กราบทูลพระราชาทำไมให้บูชาัยญ อาจารย์บอกว่า แกยังเด็กไม่รู้อะไร นี่เป็นทางได้ลาภของพวกเรา





ลูกศิษย์ก็บอก แล้วแต่อาจารย์เถอะ ผมไม่เอาด้วย ขอลา  
แล้ว

นี่พระพุทธเจ้าก็ตรัสเล่าให้ฟังว่า ในอดีตก็เคยมีเรื่อง  
อย่างนี้มาแล้ว เพราะฉะนั้นสรุปว่าความดีความสว่างนั้นมันก็  
อยู่ที่ความถูกต้องด้วย

การหลอกลวงไม่ใช่มีแต่ในพุทธกาล ปัจจุบันก็ยังมี สำคัญ  
คือว่าทางศาสนาที่ดี ทางผู้ใหญ่อะดีที่ปกครองบ้านเมืองต้องสอด  
แสงสว่างทางปัญญาให้กับประชาชน ให้เขามีปัญญา ให้เขาได้  
แสงสว่าง แล้วเขาก็จะไม่เชื่อ ไม่มงมาย ถ้าคนฉลาดแล้ว ความ  
มงมายมันหมดไปได้

คนมันมีจุดบอดอยู่ที่ว่า คนมีทิฐิมานะ จะมีทิฐิอยู่ว่าเรา  
เก่งเหมือนกัน เราก็รู้เหมือนกัน ก็ไม่ยอมให้สอน นี่เป็นจุดบอด  
อันหนึ่ง แข่งดีและไม่ยอมฟังสิ่งที่ถูกต้อง ไปตามกระแสเสียมาก



มีเรื่องที่เล่ากันซ้ำๆ ก็เรื่องฝนตกชี้หมู่ไหล ก็มีคนบอกว่า  
อย่างนั้นถูกอย่างนี้ผิด พระเจ้าปยาสิก็ยอมรับ ยอมแพ้พระกุมาร  
กัสสป เมื่อถูกปัญหาทางปรัชญากันเรื่องตายแล้วเกิด ตายแล้ว  
สูญชาติเดียวหรือหลายชาติ พระเจ้าปยาสิก็ยอมแพ้ แต่บอกว่า  
ผมเปลี่ยนความคิดไม่ได้ เพราะว่าใครๆ เขาก็รู้กันมานานแล้วว่า  
พระเจ้าปยาสิคิดอย่างนี้เห็นอย่างนี้ เปลี่ยนไม่ได้

พระกุมารกัสสปก็เล่านิทานให้ฟัง คนไปหาอาหารหมู่ไป  
เจอชี้หมู่ นึกว่าเป็นอาหารหมู่ ก็ใส่กระสอบแบกกลับบ้าน เดิน  
มากลางทางฝนตกชี้หมู่ไหลก็ไม่ยอมทิ้ง บอกว่าแบกมานาน  
แล้วเสียดาย

เหมือนคนที่มีทิฐิมานะ มือหังการจัด ถือมานานแล้ว คิด  
มานานแล้ว ก็ไม่ยอมปล่อยไม่ยอมทิ้ง

พระกุมารกัสสปก็เทียบว่าพระองค์แบกทิฐิผิดมานาน  
แล้ว และก็ไม่ได้ยอมทิ้งไม่ยอมปล่อย ก็เทียบหลายเรื่อง จนใน  
ที่สุดพระเจ้าปยาสิก็ยอมเปลี่ยนความเห็น


อีกรายหนึ่ง คือสณชัยปริพาชก อาจารย์ของพระสารีบุตร นี้ก็แบกขี้หมูเหมือนกัน แต่เหตุผลท่านก็เข้าที่ ยังใช้ได้จนบัดนี้ คือว่าคนฉลาดก็ไปหาพระพุทธเจ้า คนโง่ก็มาหาเรา トラบใดที่ยังมีคนโง่อยู่ อาจารย์ก็ยังมีทางหากินอยู่

หลักการในพุทธศาสนาของเราที่ลึกซึ้งอย่างนี้ พอมีประสบการณ์แล้วกลับไปดูคำพูดต่างๆ เอามาคิดแล้วชัดเจน อย่างที่ว่า “มันเป็นช่องทางหาลาภของเรา” คืออาจารย์ก็รู้ว่ามันไม่ถูก แต่เป็นช่องทางทำมาหากินก็เลยรักษาไว้ ใจไม่สูงพอที่จะละทิ้งสิ่งที่เห็นว่าไม่ถูกต้อง แล้วก็มาทำสิ่งที่ถูกต้อง

เคยมีเรื่องเล่าที่ลูกศิษย์ไปเรียนวิชากับอาจารย์พอจะจบแล้ว อาจารย์บอกว่ามีอีกวิชาหนึ่งจะเรียนใหม่ ทำอะไรก็ได้ให้เป็นทอง ลูกศิษย์ก็บอกว่ามันเป็นทองแล้วอยู่ได้กี่ปี อาจารย์บอกว่าอยู่ได้ ๕๐๐ ปี ลูกศิษย์ก็บอกว่าถ้าอย่างนั้นผมไม่เรียน อาจารย์บอกว่า ถ้าอย่างนั้น เธอเรียนสำเร็จแล้วกลับได้



ทำไมอาจารย์จึงบอกว่าจบแล้ว อาจารย์ต้องการจะทดลอง  
ลูกศิษย์ ถามเหตุผลว่าทำไมถึงไม่เรียน ลูกศิษย์ก็บอกว่า ทำไปแล้ว  
ถ้ามันเป็นทองไป ๕๐๐ ปี มันก็กลายเป็นเหล็ก ตอนอีก ๕๐๐ ปี  
ไม่รู้มันไปอยู่ในมือใคร ทองมันเปลี่ยนมืออยู่เรื่อย ถ้าไปอยู่ในมือ  
ใคร คนนั้นจะขาดทุนแน่ เพราะทองกลายเป็นเหล็กไป

อาจารย์ก็มองเห็นคุณธรรมของลูกศิษย์ว่ามีคุณธรรมสูง  
และมองเห็นการณ์ไกล ไม่ได้มองแค่นี้ ถ้ามีวิชาความรู้แบบนี้  
และมีคุณธรรมอย่างนี้ ก็ใช้ได้ตรงกับที่เราสวดมนต์สรรเสริญ  
พระสังฆคุณที่ว่า วิชา จรณสมฺปนฺโน โส เสฏฺฐโฐ เทวมานุเส  
ชตฺติโย เสฏฺฐโฐ ชเนตสฺมี โคตตปฏิสาริโน ในบรรดาคนที่ยัง  
รังเกียจกันด้วยโคตร ยังถือโคตรอยู่ ผู้ที่เป็นกษัตริย์ประเสริฐ  
ที่สุด แต่คนที่ถึงพร้อมด้วยความรู้และความประพฤติ ประเสริฐ  
ทั้งในเทวดาและมนุษย์ อย่างท่านเจ้าคุณพระธรรมปิฎกพุดอยู่  
เสมอว่า ธรรมต้องเหนือเทพ คนบูชาเทพกันมาก แต่เทพก็ต้อง  
ยอมให้แก่ผู้มีธรรม 





# ๔


## มูทุ เป็นผู้อ่อนโยน



อ่อนโยน นี่เป็นกิริยาทางกาย อ่อนหวานเป็นกิริยาทางวาจา

มีสุภาชิตบทหนึ่งกล่าวว่า คนที่กล้าหาญที่สุด คือคนที่อ่อนโยนที่สุด คนที่เป็นผู้ดีที่สุด ย่อมจะสุภาพที่สุด หรือคนกล้าหาญที่สุด ย่อมอ่อนหวานที่สุด คนที่เป็นผู้ดีที่สุด ย่อมอ่อนโยนที่สุด นี่เป็นการขยายให้เห็นภาพของผู้อ่อนโยนได้ดีขึ้น

อ่อนโยนเป็นกายกรรม อ่อนหวานเป็นวจีกรรม

ความอ่อนโยนหรืออ่อนน้อม เปรียบเหมือนรวงข้าวที่เมล็ดเต็มมันก็จะโน้มลง ส่วนเมล็ดข้าวลีบก็จะตั้งโด่งขึ้นไป เหมือนคนที่มีคุณธรรม มีคุณสมบัติมากก็จะโน้มลงมา อ่อนน้อมถ่อมตัวทำนองนั้น แต่ถ้าแข็งกระด้างก็จะเป็นคนที่ไม่ค่อยมีอะไร ท่านเปรียบเอาไว้เช่นนั้น 





# ๕

## อนติมานี ไม่ดูหมิ่นผู้อื่น



กิริยาที่อ่อนโยนหรือวาทะที่อ่อนหวานเป็นเครื่องหมายที่บ่งให้รู้ถึงสภาพจิตใจที่ราบเรียบสงบ ลองเทียบดูว่าเวลาโกรธจิตใจก็ไม่อยู่ในสภาพที่ราบเรียบ อารมณ์ทางกายทางวาจาก็จะผิดปกติไป หยวบขึ้น ถ้าจิตใจราบเรียบ ก็จะอ่อนโยนอ่อนหวาน

คือ ไม่มีกิเลสประเภทดูหมิ่น ดูถูก ดูแคลนผู้อื่น

ในเรื่องอริยวงศ์ ปฏิปทา ปฏิปทาของผู้ที่เดินตามอริยวงศ์ มี ๔ ข้อ คือ



๑. สันโดษด้วยอาหาร ถ้าเป็นพระก็คืออาหารบิณฑบาต ถ้าเป็นฆราวาส ก็คืออาหารทั่วไป
๒. สันโดษในจีวร หรือเสื้อผ้า
๓. สันโดษในที่อยู่อาศัย หรือเสนาสนะ
๔. ยินดีในภาวณา

ตอนสุดท้าย ท่านจะบอกไว้ทุกข้อว่า แม้จะเป็นผู้สันโดษอย่างนี้ มีคุณสมบัติอย่างนี้ เมื่อไม่ได้ก็ไม่ได้เดือดร้อน เมื่อได้ก็ไม่หมกมุ่น ไม่ติดอยู่ในปัจจัยที่ได้นั้น และไม่ดูหมิ่นผู้อื่น ไม่ยกตนข่มผู้อื่น เพราะคุณธรรมอันนั้น *เวทตตานุกกัเสติ โน ปริวเมเกติ* ไม่ยกตนข่มผู้อื่น

พระพุทธเจ้าท่านเปรียบเหมือนภิกษุบางรูปที่ออกไปบิณฑบาต แล้วก็ได้บิณฑบาตเต็มบาตร ยังได้รับนิมนต์วันรุ่งขึ้นอีก กลับมาวัดก็มาดูหมิ่นภิกษุที่มีลาภน้อย มีอาหารน้อย ไม่เหมือนตัว พระพุทธเจ้าก็เปรียบว่าเหมือนแมลงกุดจี๊ด ที่มันกินอุจจาระจนเต็มท้อง แล้วปั้นเป็นก้อนกลมๆ หอบติดหน้าท้องไว้ อีก ไปไหนก็หอบไปด้วย พระพุทธเจ้าท่านก็ทรงแสดงเพื่อไม่ให้

ภิกษุหรือใครก็ตามที่จะยกตนข่มชูหรือดูหมิ่นผู้อื่น

เป็นข้อหนึ่งในสันตบพ หรือธรรมที่เป็นไปเพื่อสันตบพ เพื่อจะไม่ดูหมิ่นผู้อื่น แม้ในคุณสมบัติที่ตนมี ไม่ต้องพูดถึงไม่มี คุณสมบัติ

มีสุภาษิตที่เรามักจะได้ยินกันอยู่เสมอว่า คนที่เห็นคนเป็นคนนั้นแหละคน คนที่เห็นคนไม่เป็นคนใช่คนไม่ ก็คือว่าเมื่อเราเป็นคนเหมือนกัน ถ้าไม่เห็นคนอื่นเป็นคน ก็ไม่ใช่คนด้วย คือไปด่าลูกน้องว่าไอ้ควายอย่างนี้ละครับ คนที่ปกครองควายจะเป็นใคร ก็ต้องเป็นควายด้วย

บางคนก็ดูหมิ่นผู้อื่น เพราะเห็นว่าเขามีการศึกษาน้อยกว่า มียศน้อยกว่า มีตำแหน่งฐานะน้อยกว่า ยากจนกว่า หรือว่า ความสวยงามทางร่างกายน้อยกว่า มีชาติตระกูลที่ต่ำกว่า เป็นต้น ก็ดูหมิ่นเขาด้วยเหตุเหล่านี้

อติมานี	คือ	ยกตนข่มผู้อื่น
อนติมานี	คือ	ไม่ยกตนข่มผู้อื่น



ที่จริงคนที่เขามีการศึกษาน้อยกว่าเรา เป็นเพราะเขามีโอกาสน้อยกว่าก็ได้ แต่มันสมองและความเฉลียวฉลาด บางทีก็ไม่ได้ด้อยกว่าคนที่ดูถูกเขาหรอก ลองดูมันสมองชนบท เด็กบ้านนอกนี่นำดูนะครับ แต่เขาไม่มีโอกาสได้เรียน พอได้เรียนก็เฉลียวฉลาดเยอะ ที่เป็นผู้ใหญ่บริหารคณะสงฆ์อยู่เวลานี้ ก็คนชนบททั้งนั้น แม้แต่ข้าราชการผู้ใหญ่ก็เหมือนกัน คนกรุงเทพฯ มีน้อย

เพราะฉะนั้นไม่ควรจะดูถูกกัน ด้วยเหตุที่เขามีการศึกษาน้อยกว่า พระพุทธเจ้าบางทีท่านนั่งเอาจีวรคลุมพระเศียรอยู่ใต้ต้นไม้ มีคนเข้าไปถามพระองค์ว่า ตระกูลอะไร ชาติอะไร พระพุทธเจ้าตรัสว่า มา ชาติ ปุณฺณ จรณณฺจ ปุณฺณ อย่าถามเรื่องชาติตระกูลเลย จรณณฺจ ปุณฺณ ถามเรื่องความประพฤติดีกว่า ที่จริงท่านก็ไม่ได้มีปมด้อยเรื่องชาติตระกูล บอกว่าไฟที่เกิดจากเชื้อต่างๆ แม้จะเกิดจากไม้บ้าง แกลบบ้าง อื่นๆ บ้างมันก็ล้วนแต่เป็นไฟ หุงข้าวสุกเหมือนกัน สำเร็จประโยชน์ที่ใช้ไฟได้ มันต่างกันที่เชื้อเท่านั้น

อาจารย์ทองขาวเล่าว่า “มีเรื่องเล่ากันมาในสมัยรัชกาลที่ ๖ ตอนท่านเรียนที่อังกฤษ ก็ได้ทราบว่าท่านเป็นคนสนุกสนานกับนักเรียนไทย แต่ต่อมาเมื่อท่านได้รับสถาปนาเป็นสยามมกุฎราชกุมาร ท่านก็ไม่ค่อยเล่นแล้ว ท่านก็ชักถือตัว ผู้ที่ดูแลก็กราบทูลมาถึงรัชกาลที่ ๕ ว่า สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชมีความประพฤติเปลี่ยนแปลงไป ต่อมารัชกาลที่ ๕ ก็ได้เขียนโคลงบอกว่า

ฝูงชนกำเนิดคล้าย      คลึงกัน  
ใหญ่ย่อมเพศผิวพรรณ      แผกบัง  
ความรู้้อจเรียนทัน      กันหมด  
ยกแต่ชั่วดีกระต่าง      อ่อนแก่ ฤาไหว

เป็นบทพระราชนิพนธ์ที่ทรงเตือนให้ระลึกถึงว่าอย่าถือเนื้อถือตัว ตอนนั้นรัชกาลที่ ๕ ทรงเสด็จไปประเทศอังกฤษ และเป็นวันทรงคล้ายวันประสูติของเจ้าฟ้ามหาจักรีราฐ ทรงเอาไดอารี่มาบอกว่า พระบิดาเขียนพระโคลงให้ในวันนั้น ทรงทราบอยู่แล้วว่ามีผู้ไปฟ้อง หลังจากนั้นมาพระองค์ก็เปลี่ยนนิสัยกลับไปอย่างเดิม



เป็นผู้ที่สม่ำเสมอกับทุกคน จนต่อมาได้ครองราชย์ เล่นละคร  
แล้วท่านก็ไม่ได้เป็นตัวพระ แต่เป็นตัวเสนา”

เรียกว่า เตือนครั้งเดียว ได้ผลไปตลอด นี้เรียกว่ามัดตินะ  
ครับ ม้าอาชาไนย

บางคนก็ดูหมิ่นเขาว่ามียศน้อยกว่า ถ้าเขาคิดได้ว่าที่เขา  
มียศน้อยกว่าเพราะว่าเขาทำงานที่หลัง ถ้าเริ่มพร้อมๆ กัน เขา  
อาจจะมากกว่าก็ได้ หรือถ้าเขาเริ่มมาก่อน อาจจะมียศตำแหน่งที่  
สูงกว่าก็ได้

บางคนแยกตัวไป ไม่ยอมกินข้าวกับใคร พวกนี้มือหังการ  
สูง แก้วไขลำบาก นอกจากไปโดนอะไรแรงๆ เข้า จึงจะย้อนกลับมา  
มาได้

ในสมัยพุทธกาล นายฉันทะก็อติมานะแรง ว่าเป็นผู้ใกล้ชิด  
พระพุทธเจ้า ออกบวชก็ตามเสด็จ ใครสั่งสอนอะไรก็ไม่ฟัง นี่คือ  
อติมานะเหมือนกัน

บางคนก็ไปดูหมิ่นคนอื่นในเรื่องตำแหน่งฐานะน้อยกว่า ถ้านึกว่าสาขางานที่เขาชำนาญ มันมีเพียงแค่นั้น เขาก็น้อยกว่า เป็นธรรมดา บางคนนี่คติวิบัติ คือเขาอยู่ในที่ที่ตำแหน่งมันมีแค่นั้น แล้วเขาขึ้นไปมากกว่านั้นไม่ได้ ต้องนึกถึงเรื่องนี้ด้วย ว่าเอ๊ะทำไม คนนี้จึงฐานะต่ำต้อย บางทีที่เขาได้อยู่แค่นั้น อย่างเป็นทางการวาสถิง จะเก่งแค่ไหนก็ไม่ได้เป็นสังฆราช แม้แต่เจ้าคณะจังหวัด เจ้าคณะ ตำบลก็ไม่ได้เป็น ในทางกลับกัน พระเก่งเท่าไรก็เป็นพันเอก ไม่ได้ มันมีข้อจำกัดอยู่

เพราะฉะนั้นคนที่เขาคิดเป็น เขาก็จะคิดอย่างนี้ ก็ไม่ ดูถูกใคร อย่างเวลาปรับคณะรัฐมนตรี ถ้าถูกปรับออกก็จะทุรน ทุรายกัน ที่จริงถ้าเผื่อเขาคิดได้ทั้งสองด้านก็จะไม่มีปัญหาอะไร คือทุกอย่างที่เขาเป็นอยู่มันมีทั้งคุณทั้งโทษ ถ้าส่วนที่เป็นคุณ มันหายไป ส่วนที่เป็นโทษก็หายไปด้วย มันก็เท่านั้น

วันก่อนมีการวิจารณ์เรื่องสมัครผู้ว่าฯ บอกว่านาย ก รัฐมนตรี แล้วอยู่ๆ มาสมัครเป็นผู้ว่าฯ มันไม่เอาไหน อย่างนี้ก็มีการที่ใหญ่แล้วมาเล็กก็ถือว่าเป็นเรื่องธรรมดา คือต้องใหญ่เป็น

เล็กเป็น แพบเป็นพองเป็น มันถึงจะอยู่ได้ เรือเวลาน้ำขึ้นก็ขึ้นไปตามน้ำ เวลาน้ำลงก็ลงไปตามน้ำ ถ้าเพื่อน้ำขึ้นแล้วมันไม่ขึ้นก็จม ถ้าเพื่อน้ำลงแล้วไม่ลง ก็ค้างเติ่งอยู่ที่ไหนไม่รู้ มันอยู่ไม่ได้ ต้องใหญ่เป็นเล็กเป็น อยู่ที่ไหนก็อยู่ได้ ไ้อ้ อย่างนี้เราเคยเป็นมาแล้ว

พระพุทธเจ้าท่านสอนเอาไว้ในสังยุตตนิกาย “ภิกษุทั้งหลาย ถ้าเธอเห็นคนหบดีมั่งคั่งสมบูรณ์ เห็นพระราชามหากษัตริย์ เห็นใครต่อใคร ขอให้คิดว่าอย่างนี้เราก็ก่อนเคยเป็นมาแล้ว ในสังสารวัฏที่ยาวนานนี้ ถ้าไปเห็นคนยากจนเข็ญใจ คนทุพพลภาพ กำพรัายากจน ก็ให้นึกอย่างนี้เราก็ก่อนเคยเป็นมาแล้ว โดยที่สุดแม้จะไปเห็นสุนัขขี้เรื้อน อย่างนี้เราก็ก่อนเคยเป็นมาแล้ว”

มันเพื่อนเก่าเราทั้งนั้น ช่างบนช่างต่ำเราเคยเป็นมาแล้ว ก็เลยไม่ริษยาและไม่ดูหมิ่นดูถูกใคร

อาจารย์ทองขาวเล่าว่า “ได้ทราบข่าว สมเด็จพระพุทธทาสจารย์ โตท่านเดินไปผ่านเจอสุนัขนอนขวางทาง ท่านบอกว่า พ่อเจ้าประคุณเอ๊ยขอลูกผ่านไปหน่อยเถอะ คนก็ว่า เอ้า ทำไม่ไปทำ

อย่างนั้นล่ะ ท่านก็บอกว่า “ไม่แน่หมาตัวนี้อาจจะเป็นพระโพธิสัตว์ก็ได้” นี่ก็แสดงว่าท่านก็ไม่มีอคติมานะ

มีอยู่คราวหนึ่ง ที่วัดของท่าน ตอนเย็นๆ ก็จะมีเตะตะกร้อชาวบ้านไปฟ้องท่านก็เฉย

มาวันหนึ่ง ท่านเข้าวังได้จีวรผ้าไหมมา ตอนเย็นท่านก็เอาผ้าไตรใส่พานไปไว้กลางวงตะกร้อเลย แล้วกราบ บอกว่าไอ้ยี่ป่อเจ้าประคุณเอ๊ย เตะตะกร้อสวดยเหลือเกิน ลูกไม่มีอะไรจะให้รางวัล ขอถวายไตร ตั้งแต่นั้นพระเลิกเตะตะกร้อเลย”

นี่คือเอาชนะด้วยอุบาย

บางคนก็ดูถูกคนยากคนจน เห็นคนจนก็เหยียดหยาม ถ้าคนที่คิดเป็น เขาก็จะคิดว่าเขาอาจมีดี มีความพยายามเหนือเรากี่ก็ได้ แต่เนื่องจากเขาทำงานที่หลัง หรือไม่มีมรดกจากบรรพบุรุษก็ได้ ฉะนั้นเขาก็ยังยากจนอยู่ คิดได้แบบนี้ก็ไม่ดูถูกคนจน ยิ่งรวนนี่คนจนเป็นฐานให้เขา ได้อาศัยแรงงานคนจนเป็นฐานให้ทำ





อะไรต่ออะไรได้ ถ้าคนรวยเท่าเขาหมดแล้ว จะไปจ้างใคร

ถ้าคิดเป็นจะมองอะไรได้เห็นชัด ปัญหาอยู่ตรงที่คิดไม่  
ออกเพราะกิเลสตัวนี้มันปิดหูปิดตาหมด บางคนเกิดมาสวย ก็  
หลงตัวเองแล้วดูหมิ่นคนขี้เหร่ แต่ถ้าเขาคิดเป็น เขาต้องคิดว่า  
เออ คนขี้เหร่ดี มันทำให้เราดูสวยยิ่งขึ้น และเขาก็อาจมีคุณ-  
สมบัติอื่นๆ เหนือเราก็ได้

มันอยู่ที่ความคิดเป็น ถ้าคิดเป็นแล้ว กิเลสตัวนี้จะลดลง  
ได้ง่าย เพราะในสังคมเราต้องมีคนทุกจำพวก คนกวาดถนน คน  
ขนขยะ ทำอะไรทุกอย่าง คนขับรถเมล์ คนขับแท็กซี่ คนเป็น  
นายกข ต้องหลากหลายแล้วแต่ว่าใครจะไปอยู่ตรงไหน เท่านั้น  
เอง แต่ว่าทุกคนก็ทำหน้าที่ให้สังคมนี้อยู่ได้ ต่างคนต่างก็ทำ  
หน้าที่ ถ้าเขาทำหน้าที่ได้ดีที่สุด อันนั้นแหละคือเกียรติของเขา

เพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้าจึงสรุปเอาไว้ว่า คนจะดีหรือเลว  
เพราะชาติตระกูลก็หาไม่ได้ คนจะดีหรือเลวก็เพราะการกระทำ  
ของตน น ชจุจ วสโล โหติ น ชจุจ โหติ พุราหฺมณเณ กมฺมุนา

## วสโล โหติ กมฺมฺนา โหติ พฺราหฺมณเณ

ชาติตระกูลก็เหมือนกัน บางคนก็เกิดในตระกูลต่ำ แต่ว่าเขาเป็นบุคคลอาชาไนยได้ เหมือนไฟที่เกิดจากเชื้อที่กล่าวมาแล้ว ฉะนั้นการคิดเป็น และการไม่ดูหมิ่นผู้อื่นจึงสำคัญ

ในสมัยพุทธกาล พระอุบาลีก็เป็นช่างตัดผม ท่านราชาก็เป็นคนยากจน พระยสสะก็เป็นลูกเศรษฐี แต่เข้ามาบวชแล้วก็กลมกลืนกัน ท่านไม่มีความรังเกียจกันว่าคนนั้นเป็นอย่างไรนั้น เข้ามาบวชแล้วละลายพฤติกรรมหมด ท่านเข้าถึงหัวใจของพุทธศาสนา ว่าพระพุทธเจ้าเองก็ต้องการปกครองสงฆ์ให้เป็นแบบอย่างของสังคม เป็นสังคมตัวอย่าง จึงไม่ให้มีวรรณะ เหลือแต่ความเป็นสมณศากยบุตร

ในฐานะที่เป็นมนุษย์ เกียรติของมนุษย์เป็นสิ่งที่สูงสุดซึ่งใครจะเหยียดหยามไม่ได้ อย่างคนที่ไม่มียอะไรเลย ชี้เมาหย่าเป โดยคุณธรรมแล้วเขาไม่ค่อยมีอะไรเท่าไร แต่ถ้าลองไปขับรถชนเขาลี กฎหมายเอาเรื่อง ในฐานะที่เขาเป็นมนุษย์คนหนึ่ง



เหนือเชื้อชาติ เหนือสิ่งอื่นใดก็มีความเป็นมนุษย์ ต้องให้  
เกียรติในฐานะที่เขาเป็นมนุษย์ ถึงเขาจะเป็นอะไรไม่เป็นอะไร  
แต่ศักดิ์ศรีที่เขามีอยู่ ก็คือความเป็นมนุษย์

ปัจจุบันมีคำว่าสิทธิมนุษยชน ทุกคนมีสิทธิเสมอเหมือน  
กันหมด แต่ทางพุทธเรากว้างกว่านั้นอีก คือเวลาแผ่เมตตา จิต  
จะแผ่กว้างออกไปถึงสัตว์โลกทุกชนิด บอกว่าสัตว์ทั้งหลายที่เป็น  
เพื่อนทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น เราแผ่ออกไป  
จนถึงสัตว์ทุกชนิดทุกจำพวก ไม่ควรจะเบียดเบียนกัน ให้อยู่เป็นสุข

ในกรณีเมตตาสูตร มีอยู่ตอนหนึ่งที่พูดเอาไว้ดีที่ว่า น ปริ  
ปรํ นิทุกุพเพถ นาติ มถญฺเฐถ กตฺถจि นํ กิณฺจิ คนอื่นไม่ควรจะ  
ข่มเหงคนอื่นในที่ใดๆ เลย

พญาโรสนา ปฏิขสญฺญา นาณญฺมสฺส ทุกฺขมิจฺเจยฺย ไม่  
ควรปรารถนาทุกข์แก่ผู้อื่น เพราะความโกรธ ความเคียดแค้น  
ชิงชัง



ฉะนั้นเราควรจะสวดเมตตสูตรกัน จะทำให้เรามองเห็นคนอื่นมีคุณค่าเหมือนกันหมด เราใช้คำว่าสัตว์ทั้งหลาย คือทั้งหมดใน ๓๑ ภูมิ ตัวเองรักสุขเกลียดทุกข์อย่างไร คนอื่นก็อย่างนั้น ก็ไม่ควรจะไปรังเกียจรังแกทำร้ายซึ่งกันและกัน ไม่ดูหมิ่นซึ่งกันและกัน ให้เกียรติตามฐานะของเขา เช่น

มีคนเช่าอยู่ในบ้าน ก็ให้เกียรติตามฐานะของเขา ไม่ใช่จะไปยกมือไหว้เขา แต่ว่าเราให้เกียรติที่เขาเป็นเช่นนั้น พระพุทธเจ้าจึงบอกให้ “ให้ทานโดยเคารพ” แม้แต่ให้กับสัตว์เดรัจฉาน ก็ให้ด้วยความตั้งอกตั้งใจ ด้วยความเอื้ออาทร ด้วยจิตใจที่เปี่ยมด้วยเมตตา ไม่ใช่ต้องไปเคารพสุนัขอะไรทำนองนั้น ให้โดยเคารพ คือว่ามีจิตใจอ่อนโยน เอื้ออาทรต่อมัน ให้โดยเคารพ คือให้ด้วยเมตตา เอื้ออาทรว่าเพื่อนทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตายด้วยกัน

มีนายทหารหญิงคนหนึ่ง ตอนเข้าหุงข้าวใส่ถุงมาเต็มเลย ขับรถมาเผื่อจะเจอสุนัขที่ไหนบ้าง ถ้าเจอก็จอดเอาข้าวไปให้กิน แสดงว่าใจดี ใจถึง ทำได้ยาก นานๆ จะมีสักคน


นโปเลียนเป็นคนที่ให้เกียรติเพื่อนมนุษย์มากเลย ท่านอาจจะมาจากระดับต่ำ ท่านเข้าใจมนุษย์ดีพอสมควร ท่านจะให้เกียรติคนที่ทำงานหนัก พวกกรรมกร เป็นต้น ไปเยี่ยมโรงงานก่อนจะกลับ ท่านจะโค้งให้คนงานเป็นการอำลา หรือแม้เวลาเดินอยู่ในวัง ถ้ามีคนแบกของหนักผ่านมา ท่านก็หลีกทางให้ มีคนบอกว่าหลีกให้เขาทำไม เขาเป็นคนงาน ท่านบอกไม่ได้ เขาทำงานหนัก คนทำงานหนักเป็นคนมีเกียรติเสมอ

หลวงพ่อบัญญานันทะ ท่านเดินทางไปได้ ท่านนั่งรอรถไฟอยู่ คนงานที่กวาดทำความสะอาดอยู่ที่สถานีรถไฟ บ่นบอกว่าพวกนี้มาทำให้สกปรก ทั้งข้าวทั้งของเต็มไปหมด น่าเบื่อหน่าย หลวงพ่อก็ตามว่า โยม เขาจ้างโยมมาทำอะไร เขาตอบว่า มาทำความสะอาด หลวงพ่อก็บอกว่า แล้วถ้าพวกนี้เขาไม่มาทำสกปรกไว้ เขาจะจ้างโยมมาทำงานใหม่

นี่ท่านใจดี สมัยที่ไปพม่ากับท่านโลกนาถ ไปขอพักที่วัดพระไทยด้วยกันไม่ให้พัก เลยไปพักที่วัดพระจีน พระจีนต้อนรับดี ที่หลับที่นอนดี ตื่นเข้ามาเลี้ยงข้าวต้มดี พอจะลากลับ ท่าน



ยกมือไหว้ เพื่อนพระด้วยกันบอก อ้าว ไหว้ได้ยังไง เขาเป็นพระจีน  
ท่านบอกว่า ไม่ได้ไหว้พระจีน ไหว้คุณธรรมของท่าน พระไทย  
ไม่ให้พักเลย อย่างว่าแต่จะเลี้ยงข้าวต้ม

ท่านปัญญาท่านมีคำพูดที่คมๆ เวลาทำอะไรเกิดขึ้น 





# ๖

## สันตฺสโก เป็นผู้สันโดษ



ข้อนี้เป็นที่รู้จักกันแพร่หลาย พอพูดคำว่าสันโดษ ทุกคนก็รู้แต่ไม่ค่อยจะเข้าใจความหมาย ในทางปฏิบัติก็ไม่รู้จะปฏิบัติอย่างไร จนถึงกับผมเคยฟังผู้พูดออกทีวีบางคราวก็พูดบอกว่า

เมืองไทยนี้พัฒนาบ้านเมืองไม่ได้ พัฒนาการเมืองไม่ได้ เพราะว่ามีหลักธรรมทางพุทธศาสนา ว่าพุทธศาสนาเป็นอุปสรรคในการพัฒนาการเมือง พัฒนาบ้านเมือง หลักธรรมที่วิพากษ์ผู้ন্নยกขึ้นมาพูดก็มี ๒ หัวข้อ คือ



ข้อ ๑ สันโดษ ว่าสันโดษสอนให้คนพอใจในสภาพที่เป็นอยู่ ไม่กระตือรือร้น เป็นเหตุให้คนพวกหนึ่งฉกฉวยทางการเมือง และเสวยผลแห่งการได้โอกาสนั้น

ข้อ ๒ เรื่องกฎแห่งกรรม การสอนเรื่องกฎแห่งกรรมนี้ ทำให้เชื่อกรรมแล้วยอมรับสภาพที่ต่ำต้อยของตน ไม่ดิ้นรนต่อสู้ เป็นเหตุให้พวกที่ดิ้นรนต่อสู้ได้อำนาจ และครองอำนาจอยู่ตลอดเวลา

นี่คือความไม่เข้าใจหรือเข้าใจผิดของพิธีกรคนนั้น

ผมจะคุยเรื่อง สันโดษ ก่อน

**สันโดษ เป็นหลักธรรมที่เป็นพื้นฐานให้คนงดเว้นทุจริต ป้องกันอกุศลนาทาน และป้องกันคอร์รัปชันทุกรูปแบบ**

ถ้าคนประพฤติธรรมข้อสันโดษ ประกอบอาชีพสุจริต มีสัมมาอาชีวะ คำว่าสันโดษในที่นี้ต้องหมายความว่า การพอใจ

ในสุจริต มีความหมายของสันโดษอยู่คำหนึ่งคือ *สมํ ฺตุฏฺฐิ* คือ พอใจในสุจริต *สนฺตํ ฺตุฏฺฐิ* พอใจในสิ่งที่เป็นของตน ไม่พอใจของผู้อื่น

ถ้าทำได้อย่างนี้ ขโมยก็ไม่มี เมื่อขโมยไม่มี คอร์รัปชั่นไม่มี มันก็เป็นพื้นฐานให้เราพัฒนาบ้านเมืองไปเท่าไร ประกอบด้วย สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ เข้ามา มันก็ไปได้เร็ว ไม่มีเครื่องถ่วง

มาดูอีกด้านหนึ่งว่า เราลงทุนทางเศรษฐกิจสูญเปล่า เพื่อป้องกันคนไม่สันโดษมีเท่าไร เหล็กดัดทั่วประเทศ เหมือนอยู่ในกรง เราทำเพื่ออะไร ถ้าไม่จำเป็นใครอยากจะทำ ก็ทำเพื่อป้องกันขโมย ขโมยคือพวกไม่สันโดษ ไม่ *สมํ ฺตุฏฺฐิ* ไม่ยินดีในของของตน เราก็ต้องทำเหล็กดัดทั่วประเทศ แล้วกุญแจก็แพงเหลือเกิน กุญแจก็ทำเพื่อป้องกันขโมย ยังมีรั้วอีก เรามีการลงทุนทางเศรษฐกิจที่สูญเปล่า เพื่อป้องกันทรัพย์สินสูญหายเยอะเยอะไปหมด

มีรถยนต์ ก็ต้องมีเครื่องกันขโมย เป็นการเพิ่มรายจ่าย ถ้าคนมีสันโดษ อาจจะไม่ต้องการฟุ้งร้อง ไม่ต้องมีอัยการ หรือไม่ต้องมีคุก ไม่ต้องมีกรมราชทัณฑ์ ตำรวจก็อาจจะมีแต่ตำรวจจราจร แล้วเอาเงินทั้งหมดนี้ไปพัฒนาบ้านเมืองได้ คิดฟุ้งร้องในศาลเวลานี้ ๘๐% เป็นเรื่องของอหิณนาทาน

ฉะนั้นสันโดษนี้เป็นการป้องกันอหิณนาทาน ป้องกันการคอร์รัปชันทุกรูปแบบ ดังนั้นขอให้เข้าใจเถอะว่าสันโดษเป็นสิ่งที่ดีกับสังคมและดีกับตัวบุคคลเอง มันทำให้มีความสุข สาราญใจอยู่เรื่อยๆ เสมอๆ คืออิมใจ ได้อะไรมากก็พอใจ เหมือนกับหม้อน้ำที่มันเต็มอยู่ด้วยน้ำ มันชุ่ม แต่ถ้าหม้อน้ำที่มันแห้ง ก็เหมือนกับคนที่ได้อะไรมากก็ไม่พอใจ ไม่มีมีความสุข จิตใจมันก็ร้อนอยู่เรื่อย กระทบกระวายอยู่เรื่อย ไม่สันโดษ

แต่ท่านไม่ได้ห้ามความเพียรพยายาม เพราะว่าท่านสอนสัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ ท่านสอนว่าไม่ให้สันโดษในกุศลธรรม นี่เป็นเรื่องที่ชาวพุทธควรทำความเข้าใจกันให้ดี



ถ้าเราพัฒนาประเทศโดยไม่มีสันโดษ เราย่ำพัฒนาดีกว่า เพราะโครงสร้างมันสั้นคลอนไปหมด มันจะพัฒนาไปสู่ระบบ การโกงกินกันเป็นทีม และระบบการรับสินบน ชูจริตโดยไม่มี ยางอาย ใครมือยาวสาวได้สาวเอา ไม่แยแสกับความอดอยาก แร้นแค้นของผู้อื่น นี่คือการพัฒนาโดยไม่มีสันโดษเป็นตัวควบคุม มันจะมีทุจริตเต็มไปหมด

ขอพูดเรื่องกรรมหน่อย เพราะว่าพิธีกรคนนั้นเขาพูดถึง เรื่องกรรมว่า คำสอนในพุทธศาสนาในเรื่องกรรมนี้ เป็นอุปสรรค ในการพัฒนาประเทศ ทำให้คนไม่มีคุณภาพ เพราะว่าคนที่เชื่อ เรื่องกรรมนี้ ยอมรับสภาพของตัว เช่น ชาวนาที่อยากจน พอคิดว่า เราเป็นชาวนาที่อยากจน เพราะเหตุที่ชาติก่อนทำกรรมไว้ไม่ดีมา ไม่ได้ให้ทานมา ต้องมาเป็นคนอยากจน เพราะฉะนั้นต้องก้มหน้า รับกรรมไป ไม่ต้องดิ้นรนชวนชวายเป็นการเปิดโอกาสให้คนที่ ดิ้นรนชวนชวายเข้าครอบครอง มีอำนาจอยู่ตลอดเวลา

มีลัทธิที่ว่า *บุพเพกต เหตุ* เป็นลัทธิที่เชื่อว่า จะทุกข์สุข จะดีชั่วอย่างไรก็แล้วแต่กรรมเก่า ถ้าเป็นอย่างนี้พระพุทเจ้า



ถือว่าเป็นมัจฉาทิฐิ

ทั่วไปเรามักยกกันมากกว่า คนที่เกิดมามากจน เพราะไม่เคยให้ทาน คนที่เกิดมาร่ำรวย เพราะให้ทานไว้เยอะ

สมมุติว่าเราคิดว่าเรื่องนี้เป็นเรื่องจริง แต่ไม่ใช่จริงทั้งหมด สมมุติว่าสาเหตุที่ทำให้คนยากจนมีอยู่ ๑๐ ส่วน อันนี้ยอมรับว่าเป็นส่วนหนึ่ง คือ ๑ ใน ๑๐ อีก ๙๐ ทำไมไม่พูดว่าเขายากจน เพราะเขาขี้เกียจทำการงาน เขาฝึกใฝ่อบายมุขทุกชนิด ซึ่งเป็น การปฏิบัติผิดหลักธรรมของพระพุทธศาสนา

และระบบสังคมได้เอื้ออำนวยให้เขาเงยหน้าอ้าปากได้ไหม ระบบสังคมได้เอารัดเอาเปรียบเขาหรือเปล่า ทำนองนี้นะครับ ซึ่งสามารถจะแจงออกไปได้เป็น ๑๐ อย่าง ๒๐ อย่าง

ถ้าเขาตั้งตัวไว้ดี ตั้งตัวไว้ชอบ อัดตสัมมาปณิธิ แล้วรวม กับกฎอนิจจัง ไม่เที่ยง คือว่าจนได้ แต่ถ้าตั้งตนไว้ชอบก็เปลี่ยน เป็นรวยได้ ถ้าประกอบเหตุปัจจัยดี และระบบสังคมเอื้ออำนวย



ให้เขาตั้งเนื้อตั้งตัวได้ ไม่เป็นระบบที่เอารัดเอาเปรียบ ทำนองนี้  
ก็สามารถทำให้คนที่เกิดมาจน พอมีพอกินได้

ระบบสังคมนี้ก็ต้องเอามาพิจารณาด้วย ไม่ใช่เอาแต่ตอกย้ำ  
กันว่าเกิดมาจน เพราะว่าชาติก่อนไม่ได้ให้ทานเอาไว้

ความเป็นอยู่ดีหรือไม่ดีของคนในสังคม ขึ้นอยู่กับเหตุ  
ปัจจุบันเป็นส่วนใหญ่ ไม่ใช่เหตุในอดีตเป็นส่วนใหญ่ ถ้าแบ่งเป็น  
๔ ส่วน เหตุในอดีตก็เป็น ๑ ปัจจุบันเป็น ๓

ผมยกตัวอย่างจากหลักกรรม ธรรมที่เป็นเหตุให้บุคคล  
หมุนไปสู่ความเจริญมี ๔ ข้อ คือ

๑. ปฏิรูปเทสวาสะ อยู่ในถิ่นที่เหมาะสมต่อกิจการนั้น
๒. สัปปริสุปสังเสว หรือ สัปปริสุปัสสยะ คบคนดี
๓. อัตตสัมมาปณิธิ ตั้งตนไว้ชอบ
๔. บุพเพกตปุญญตา ได้ทำบุญไว้ก่อน



ตามหลักกรรมนี้ เหตุปัจจุบัน ๓ ส่วน เหตุในอดีต ๑ ส่วน  
เขาได้อยู่ในถิ่นที่เหมาะสมกับกิจการ เขาทำนา นานั้นดินดีใหม่ มีน้ำ  
หรือเปล่า แห้งแล้งเกินไปหรือเปล่า น้ำท่วมหรือเปล่า ทำนองนี้  
พืชพันธุ์ต่างๆ มนต์ใหม่ที่จะทำให้หน้าดี ตัวประกอบมนต์ใหม่  
ปัจจัยต่างๆ มันต้องพร้อม

หรือคำขाय ประการที่ ๑ ก็ต้องทำเลดี ต่อมาก็กัลยาณมิตร  
ตัวเองก็ต้องตั้งตนไว้ชอบ เป็นคนดีด้วย

นี่ก็ชี้แจงให้เห็นว่า คำสอนเรื่องหลักกรรมของพุทธศาสนา  
ถ้าเราเข้าใจไม่ถูกต้อง ก็จะทำให้คนเห็นว่าคำสอนเรื่องกรรมหรือ  
กฎแห่งกรรมนี้ ทำให้คนยอมรับสภาพตามที่ตนเป็นอยู่ และก็  
ดีนรชนชวนชวาย งอมืองอเท้า ทำให้ถูกกดขี่

ที่สำคัญ ความเชื่อเรื่องกรรม ทำให้คนเว้นความชั่วได้  
อย่างตั้งอกตั้งใจที่จะเว้น และตั้งหน้าตั้งตาทำความดีด้วยความ  
สนิทใจ ความเต็มใจ ไม่ลังเลที่จะทำความดี นี่ก็เป็นคุณเป็น  
ประโยชน์แก่สังคมมากมาย



ฉะนั้นถ้าคนในสังคมทำได้ในเรื่องสันโดษและเชื่อเรื่อง  
กรรมในทำนองที่ถูกต้อง ก็จะทำให้ประเทศมีความสงบร่มเย็น







# ๗

## สุภโร

การเป็นผู้เลี้ยงง่าย



เท่าที่พบหลักตัดสินธรรมวินัย ๘ ประการ ก็มีอยู่ข้อหนึ่งใน ๘ ข้อคือ ธรรมใดเป็นไปเพื่อความเป็นผู้เลี้ยงง่าย ธรรมนั้นเป็นธรรมวินัย เป็นคำสั่งสอนของพระศาสดา ธรรมใดเป็นไปเพื่อความเป็นผู้เลี้ยงยาก ธรรมนั้นไม่ใช่ธรรม ไม่ใช่วินัย ไม่ใช่คำสั่งสอนของพระศาสดา

ความเป็นผู้เลี้ยงง่าย อย่งไรเรียกว่าเป็นผู้เลี้ยงง่าย ถ้าเป็นเด็กก็เป็นนัยหนึ่ง เด็กเลี้ยงง่าย เด็กเลี้ยงยาก ก็ไม่ต้องพูดถึง ไม่ใช่ในความหมายนี้

ความเป็นผู้เลี้ยงง่าย โดยใจความสำคัญก็คือเป็นผู้อยู่ง่าย  
กินง่ายตายยาก อยู่ยากกินยากตายเร็ว ก็เป็นคนง่าย

ภรรยานายทหารคนหนึ่งถามว่า เอ๊ะ อยู่กันมา ๓๐ ปี ไม่  
เคยบ่นเรื่องอาหารเลย เขาตอบว่า เธอทำให้กินก็ดีแล้ว อย่างนี้  
ก็เลี้ยงง่าย

มีพระพุทธรูปประดิษฐานอยู่แห่งหนึ่งที่น่าจะนำมาพิจารณาเรื่อง  
เลี้ยงง่าย เลี้ยงยาก

สุขขีวิ อหิริเคน กากสุเรน รัสนินา ปกขนุทีนา ปคพเภณ  
สงกิ ลัญฐเนน ชีวิต หิริมตา จ ทุขุชีวิ นิจจํ สุขิจเวสินา อลีเน  
นาปคพเภณ สุทฐาชีเวน ปสฺสตา

คนไม่มีหิริ กล้าเพียงดังกา มีปกติกำจัดคุณของคนอื่น  
เล่นไปเอาหน้า คะนองกายวาจา เป็นผู้เศร้าหมอง ย่อมเป็นผู้ง่าย  
ส่วนผู้มีหิริ แสวงหาปัจจัยที่สะอาดอยู่เสมอ ไม่หุดหู่ ไม่คะนอง  
มีอาชีพะบริสุทธิ์ เห็นแจ้งอยู่ ย่อมเป็นผู้ยาก

นี่ไม่ใช่เรื่องง่าย เป็นอยู่ง่าย เลี้ยงยากแต่เป็นอยู่ง่าย คือ ถ้าเป็นอย่างนี้แล้วละก็สะดวกสบาย

ส่วนคนมีหิริ แสวงหากรรมอันสะอาดอยู่เป็นนิจไม่หุดหู่ ไม่คะนองกาย วาจา เลี้ยงชีพด้วยปัจจัยที่บริสุทธิ์ เห็นอาชีพะ หมดจคงว่าเป็นสภาระ ย่อมเป็นอยู่ยาก แต่เลี้ยงง่าย หมายความว่า ก่อนข้างจะแร้นแค้น คือว่าไม่กล้าดั่งกา

ภษิตที่ยกมานี้ พูดถึงพระ ที่เป็นคนเลี้ยงยาก แต่ว่าเป็น อยู่ง่าย คือสะดวกสบาย เช่น มีรถ มีกุฎิสะดวกสบาย เป็นต้น

ที่ว่ากล้าดั่งกา หมายความว่า กามันกล้าที่จะลักขโมย คือ ทำเป็นไม่สนใจเนื้อหรือปลาที่ชาวบ้านเขาตากเอาไว้ นั่งเฉย แต่ พอเจ้าของเปลอ ก็โฉบลงมาทันที จับเอาก่อนเนื้อหรือปลาเต็ม ปากแล้วก็บินไป ฉันทใด คนกล้าเพียงดั่งกา ก็เหมือนกัน อาจจะ ทำที่ไม่สนใจต่อเงินทองบางอย่าง ในเมื่อไม่มีโอกาส แต่พอมี โอกาสเมื่อใดก็ทำทุจริตทันที นี่หมายถึงชาวบ้านนะครับ



พระอรรถกถาจารย์ก็พูดถึงบรรพชิตว่า เข้าไปในบ้านกับภิกษุทั้งหลาย กำหนดที่ตั้งของอาหาร เมื่อภิกษุผู้มีความละเอียดเกี่ยวกับขนาดในบ้าน ได้อาหารพอยังอัตภาพให้เป็นไปแล้วไปสู่โรงฉัน พิจารณาแล้วดื่มยาคุแล้ว ทำกรรมฐานไว้ในใจ สารยาพระพุทธรพจน์ บัดกวาดโรงฉัน แต่บุคคลผู้กล้าเพียงดังกาไม่ทำอะไร มุ่งหน้าตรงไปยังบ้าน เข้าไปสู่เรือนหลังหนึ่ง บรรดาเรือนที่กำหนดเอาไว้แล้ว เมื่อชาวบ้านแยมประตูไว้ ทำการของตนอยู่เอามือข้างหนึ่งผลักบานประตูเข้าไปข้างใน

เจ้าของเรือนเห็นภิกษุนั้นแล้วแม้ไม่ปวารณา ก็นิมนต์ให้นั่งบนอาสนะ ถวายข้าวยาคุที่ตนมีอยู่ เขาบริโภคตามต้องการแล้ว ถือเอาส่วนที่เหลือแล้วก็หลีกไป บุคคลดังนี้เรียกว่ากล้าเพียงดังกา

นี่พูดตามตำราที่ท่านให้ไว้ ต้องขออภัยพระคุณเจ้าที่เป็นพระสังฆมหาราช มีอินทริยสังวรดีแล้ว อย่านำได้กระทบกระเทือนใจแต่อย่างใด



อนเนสนา แสวงหาหรืออาชีพที่ไม่บริสุทธิ์มี ๕ อย่าง คือ

๑. กุหนา หลอกหลวง

๒. ลปนา พุดจาพริพีไร

๓. เนมิตกตา พุดจาหว่านล้อม

๔. นิเปสิกตา พุดทำทายเป็นเจ็บใจเพื่อให้เขาให้

๕. ลาภณะ ลามัง ชิคิงสนตา ต่อลามด้วยลาม หรือหา  
กำไรทางอ้อม

### ๑ กุหนา หลอกหลวง ท่านให้ดูกุหนวัตตุ ๓ อย่าง

๑. แกล้งปฏิเสธปัจจัย ทั้งๆ ที่อยากได้อยู่ เพื่อให้เขา  
เห็นว่าเป็นผู้ไม่มีความต้องการ แล้วในที่สุดก็รับ ทำที่เหมือนว่า  
เพื่ออนุเคราะห์เขา เช่น โยมเอาของมาถวาย ก็ไม่รับ เขาก็  
คะยั้นคะยอ ยิ่งปฏิเสธมากโยมก็ยิ่งเลื่อมใส ในที่สุดก็บอกว่าเอา  
รับก็รับ ก็ดูเหมือนว่าอนุเคราะห์เขา แต่ใจจริงอยากได้

๒. พุดเลียบเคียงหรือพุดอ้อมค้อมให้เขาเข้าใจว่า คุณวิเศษ  
สูงสุดมีอยู่ในตน เช่น ที่ท่านยกตัวอย่างไว้ในตำราว่า “เมื่อมีคน  
มาหา ถ้าเป็นเจ้าของกุฎที่อยู่ก็ว่า ผู้ใดอยู่ในวิหารของท่าน ผู้นั้น

เป็นโสดาบัน เป็นสกทาคามี หรือว่าได้ฌาน ได้วิปัสสนา ทำนองนี้ พุดเลียบเคียง ไม่บอกตรงๆ”

ถ้าสมมุติว่า โยมเจ้าของกุกุิมหา พระก็บอกว่า “กุกุิมหา โยมสร้างนี้ พระที่อยู่ส่วนมากอย่างน้อยก็ได้ฌาน” พุดเลียบเคียงให้เขาเข้าใจว่าผู้ที่อยู่ไม่ใช่พระธรรมดา แต่ที่จริงก็หมายถึง ตนนั้นแหละ

๓. แต่งอิริยาบถให้น่าเลื่อมใส ทำเป็นเคร่ง จริงๆ แล้วไม่ได้เคร่ง คือต่อหน้าอย่างหนึ่ง ลับหลังอีกอย่างหนึ่ง

## ๒) ลปนา พุดจาพิริพีไร

ท่านยกตัวอย่างว่า ชอบทักขึ้นก่อน คือชอบคุย ชี้คุย เสนอตัว ชอบพูดว่าคนใหญ่คนโตมาหาตัว นี้เรียกว่าเสนอตัว วิธีการนี้พวกหมอดูชอบใช้ การพุดเอาใจก็เป็นลปนาเหมือนกัน พุดยกยอ พุดผูกมัด พุดประจบ พุดเหมือนแกลงตัวคือพุดลุ่มมาก เพื่อเจ้อมากแต่จริงน้อย



### ๓ เนมิตกตา ธรรมนิมิต

เช่น บอกไข่ เป็นทำนองว่าเห็นเขาถืออะไรมา ก็ถามว่า  
ถืออะไรมา เขาตอบว่าถืออาหารมา ก็พูดบอกไข่ว่าพระควรจะ  
ได้ฉันบ้าง

หรืออย่างโยมมา บอกว่าจะมานิมนต์พระไปฉันที่บ้าน  
พระก็บอกว่า “หนึ่งอาตมาแล้วสองใครหรือโยม” นี่คือบอกไข่

ต่อมาก็พูดเคาะ เช่น ถามว่าถืออะไรมา ตอบว่าถือนมมา  
พระบอกว่าคงไม่ใช่ เพราะถ้าใช่ พระคงได้ฉันบ้าง เรียกว่าพูด  
เคาะ

พูดเลียบเคียง หน้ากฐินมีกันบ่อย พูดเลียบเคียงให้ไป  
ทอดที่วัด ทำนองว่าที่วัดยังไม่มีใครทอดกฐิน

### ๔ นิเบสิกตา พูดข่ม เพื่อให้เขาเจ็บใจแล้วก็ให้

เช่น “บ้านนี้เมื่อก่อนนี้ ผู้หลักผู้ใหญ่เคยทำบุญให้ทาน



พอมมาถึงรุ่นหลานนี้ไม่เห็นมีใครทำ” นี่ก็พูดให้เขาเจ็บใจ เพื่อให้  
เขาให้

พูดใส่ร้าย พูดเยาะเย้ย พูดประชด พูดหวานต่อหน้า  
นินทาลับหลัง นี่ก็อยู่ในนิเปสิกตา

### ๕ ต่อลามด้วยลาม

คือให้ของเล็กน้อย เพื่อหวังว่าจะได้ของมาก

ทางหลักศาสนา ถือว่าผู้ที่ประกอบอเนสนา เป็นผู้เลี้ยง  
ยากไม่ใช่คนเลี้ยงง่าย ไม่อยู่ในสุภโรหังไกลจากสันตบท

ในกรณีที่บอก “โยม อาตมาฉันน้ำพริกปลาหู” อย่างนี้ถ้า  
ไม่ใช่ญาติ ไม่ใช่ปวารณา ก็เป็นอเนสนา เพราะทำไม่ได้อยู่แล้ว


ในกรณีที่พระท่านเดินทางไปถึงเวลาเพล ก็เข้าร้านอาหาร  
ร้านก็จะถามว่าจะฉันอะไร พระก็บอกว่าก๋วยเตี๋ยวต้มยำ ถ้าโดย  
กิริยาของพระ ก็ไม่ควรจะระบุ ควรแล้วแต่เขาจะจัดมาถวาย แต่

ถ้าเป็นชื่อฉันเอง ก็บอกได้ เพื่อเขาจะได้จัดให้ถูก ชื่อฉันเองบอกได้ไม่เป็นอเนสนา

สุภโร เป็นคุณธรรมสู่สันตบทคือความสงบ ฆราวาสยังทำได้ง่าย เพราะเลี้ยงตนอยู่แล้ว ทำอย่างไรจึงจะเป็นคนเลี้ยงง่าย กินอยู่ธรรมดาๆ กินเพื่ออยู่ ไม่ใช่อยู่เพื่อกิน กินอยู่แต่พอดี ไม่ได้มีจุดมุ่งหมายในการกินดีอยู่ดี

ส่วนชีวิตพระต้องอาศัยชาวบ้าน ก็ยังต้องทำให้เขาเลี้ยงง่าย

มีอยู่ข้อหนึ่งในหลักธรรมที่ให้พระพิจารณา *ปรปฐิพทุธา เม ชีวิกา* ชีวิตของเราเนื่องด้วยผู้อื่น ฉะนั้นเราต้องทำตัวให้เขาเลี้ยงง่าย เป็นหลักธรรมที่ให้พระสงฆ์พิจารณาเองๆ

ถือว่าเป็นคุณธรรมที่ทำให้ยิ่งน่าเคารพมากขึ้น คือไม่ไปยุ่งกับเรื่องการกิน กินมากเกินไปเหตุเกินควร 





๘

## อัปปกิจใจ เป็นผู้มีกัจน้อย



อันนี้ต้องนึกถึงว่า ท่านพูดว่าเป็นทางสู่สันตบถนะครับ คือ  
สู่นิพพาน สันตบถก็คือนิพพาน ถ้าไม่พิจารณาให้ดี จะดูเหมือน  
ว่าสอนให้คนขี้เกียจ ความจริงไม่ใช่ แต่เพื่อให้มีจิตผ่องแผ้วไป  
นิพพานได้เร็ว เพราะเป็นทางสู่นิพพาน

มีกัจมาก คือขุ่นไปหมด รับนิมนต์ มีการก่อสร้าง มีกัจธุระ  
เยอะแยะ โอกาสที่จะไปบำเพ็ญสมณธรรมก็ไม่มี หาความสงบ  
ได้ยาก

ท่านมุ่งไว้สำหรับผู้ที่กำลังปฏิบัติเพื่อจะก้าวขึ้นสู่โลกุตระ-  
ธรรมพอได้บรรลุแล้ว ท่านก็จะกลับมาสู่สังคม มาทำงานให้  
สังคมอีก

เหมือนเด็กนักเรียน งานอย่างอื่นก็พักไว้ก่อน เรียนจบ  
แล้วค่อยมาทำงานหนักขึ้น

มีกิจน้อย ไม่ใช้การเกียจคร้าน เพราะพระพุทธเจ้าไม่ทรง  
สรรเสริญคนเกียจคร้าน ทรงตำหนิตลอด ผู้ที่มักหลับ ผู้ที่คู้มาก  
มักหลับ มีภาระงานมาก ย่อมห่างไกลจากการสิ้นอาสวะ นี้พระ-  
พุทธเจ้าท่านตรัสเอาไว้

เป็นการยืนยันว่า การมีกิจน้อย นี้ทรงมุ่งถึงผู้ที่จะปฏิบัติ  
ธรรมเพื่อบรรลุสันตบพ

มีแห่งหนึ่งที่น่าสนใจที่ว่า นิทุทาสีลี คนที่ชอบหลับ สภาสีลี  
ชอบคู้ อนุฏฐาตา จ โย นโร เกียจคร้านไม่ขยันลุกขึ้น อลโส  
เกียจคร้าน โกรบญญาโณ มักโกรธ ก็เป็นทางของความเสื่อม

ดี ปราภาวโตะ มุขี

ทำน่มุ่งสำหรับผู้ทีกำล้งอยู่ในช่วงบ้ำเพ็ญต่นเพ็อบรรลุลันตบท





# ๙

## สัลลหุกวุตติ ประพติตนเป็นผู้เบากาย เเบาใจ



คือไม่ทำตนให้เป็นคนหนักอกหนักใจอยู่เสมอ ภาวะอะไรที่ไม่จำเป็น ก็ตัดทิ้งไปบ้าง มีธุระอะไรที่หลีกเลี่ยงไม่พ้นก็ทำไป แต่ไม่เก็บมาหนักอกหนักใจ จนกินไม่ได้นอนไม่หลับ ไม่ชวนชวายชวาคว่าเอาภาวะที่ยังมาไม่ถึง ให้รุ่มรังสมองรุ่มรังใจ ภาวะใดที่มาถึงก็ทำไป ไม่ชวนคว่ำหาภาวะที่ยังมาไม่ถึง และไม่ผลักรภาวะที่มาถึงแล้ว

เมื่อเบากายเบาใจ จิตก็ผ่องใส เป็นกัมมะนียง ควรแก่การงาน มีสมาธิได้เร็ว มองชีวิตปลอดโปร่ง ไม่รุ่มรัง สบาย ถึงจะเป็นฆราวาสก็ทำตัวให้เบากายเบาใจได้ โดยวิธีที่ว่าอะไรไม่จำเป็นก็ตัดทิ้งไป เอาที่จำเป็นไว้ นอกจากตัวเราเองจะเบากายเบาใจแล้ว คนอื่นใกล้ตัวเราก็กพลอยเบากายเบาใจไปด้วย 🌿





# ๑๐

## สันตริณทรีโย มีอินทรีย์สงบ



จะตรงกันข้ามกับอีกตัวหนึ่งคือ ปาก ตินุทรีโย มีอินทรีย์  
ปรากฏคือมีอินทรีย์ไม่สงบ ถ้าเผื่อท่านผู้ฟังไปอ่านพระไตรปิฎก  
เขาพูดถึงพระที่ไม่เคร่ง พระที่ลอกแลก เขาจะใช้คำว่า ปาก-  
ตินุทรีโย

สันตริณทรีโย กายสงบ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ฝึกมาดี  
จนเชื่อง เหมือนม้าหรือช้างที่เขาใช้งานแล้วเขาฝึกมาดี มันจะดู  
ดีกว่าสัตว์ที่ยังไม่ได้รับการฝึก มันจะสงบและสง่า


บางที่ม้าศึกนี้ เขาจะทดลองมัน เดินทางไกลให้กระหายน้ำ เอาน้ำมาไว้ใกล้ๆ แล้วตีกลองศึกขึ้นมา มันจะผละจากน้ำที่มันกินทันที ฟุ้งไปยังเสียงกลอง เขาฝึกมาดี

หรือช้างของพระเจ้าปเสนทิโกศลไปติดหล่ม ทำอย่างไรก็ไม่ขึ้น บุโรหิตก็ให้ไปตีกลองศึก พอได้ยินกลองศึก ก็มีเรี่ยวแรงถอนตัวขึ้นมาจากหล่มได้

หรือท่านเจ้าคุณพระธรรมปิฎก ท่านบอกว่าไม่สบาย พอไปให้ท่านเทศน์ ใกล้เพลแล้วท่านบอกว่า พอได้พูดแล้วไม่ต้องฉันก็ได้ นี่ท่านก็มีลักษณะเป็นเหมือนช้างศึกม้าศึก คือคนที่ทำประโยชน์ พอทำไปก็ปีติลืมนเหนื่อย มีความอิมใจในหน้าที่การงาน

คนที่มีอินทรีย์สงบ เริ่มต้นก็จะสำรวจอินทรีย์ทั้ง ๖ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ฝึกให้มันทำได้ตามที่อยู่จะทำ เรียกว่ามีอินทรีย์ที่ได้รับการฝึกดีแล้วและสงบได้



พระพุทธภาษิตที่น่าสนใจตอนหนึ่งว่า อินทรีย์ของสัตว์  
ในโลกนี้ ทั้งที่เป็นประโยชน์และไม่เป็นประโยชน์ ที่ไม่ได้ฝึก  
ไม่เป็นประโยชน์ มีอินทรีย์ก็ต้องรักษาอินทรีย์ สรรวมอินทรีย์  
เพื่อให้เป็นประโยชน์ 





# ๑๑

## นิปโก

ผู้มีปัญญารักษาทน



### ปัญญามีหลายแบบ

#### ๑ สชาติกปัญญา

ปัญญาที่ติดมาแต่กำเนิด บุคคลประเภทที่มีปัญญาที่สืบเนื่องมาจากกรรมเก่า ได้สะสมปัญญาบารมีมามาก ก็ติดมาตั้งแต่กำเนิด ที่เรียกว่ามีไอคิวสูง คนเราเกิดมาฉลาดไม่เหมือนกัน สชาติกปัญญา แสดงถึงความฉลาดมาตั้งแต่เกิด แต่ถ้าเขาได้เรียนน้อย ความฉลาดนั้นอาจจะน้อยลง หมายความว่าไม่มีตัวเสริมเป็นไปเองเท่าที่มีมาแต่กำเนิด intelligent จะเล็งไปทาง mental ability ความสามารถทางจิตที่จะรู้อะไรได้มาก ถ้าเชื่อว่าคนมีสชาติกปัญญามาดี แล้วก็มาได้ศึกษาเล่าเรียนดีด้วย อีกคนไม่มี



สชาติกปัญญา ได้แต่โยคปัญญาอย่างเดียว คือความรู้ที่ได้จากการเล่าเรียน การสดับตรับฟัง มันก็สู้คนที่เขามีสองอย่างไม่ได้

คนสมองดี จะจำได้หมายรู้เร็ว แต่คนมีปัญญาดี จะคิดเหตุผลได้ทะลุปรุโปร่ง คนปัญญาดีเรียกว่าเฉลียวฉลาด

คนที่สมองดี ปัญญาดี ความเพียรดี ก็จะไปได้ไกลมาก

ความฉลาดของคนไม่เท่ากัน เหมือนความสูงของต้นไม้ อย่างเอากระดิ่งกับต้นสักปลูกด้วยกัน มันสูงไม่เท่ากัน หรือ ลูกลิงกับลูกช้าง โตเต็มที่ของลิงกับช้างมันผิดกัน ฉะนั้นการที่ได้อะไรสะสมมาแต่ชาติก่อนก็มีส่วนเยอะเหมือนกัน และก็มาเพิ่มเอาในชาตินี้ด้วย

พระปัญญาบารมีของพระพุทธเจ้า ตามที่เราได้ศึกษากันมา อย่างในชาติที่เป็นมโหสถ ก็มีปัญญามาตั้งแต่เด็กๆ ผู้ใหญ่สู้ไม่ได้ ผู้ใหญ่คิดไม่ออกท่านคิดออก

## ๒ โยคปัญญา

โยคะ แปลว่า ประกอบหรือกระทำ ปัญญาที่เกิดจากการประกอบ การกระทำในปัจจุบัน ขยันหมั่นเพียรหมั่นฟังหมั่นคิดหมั่นอบรมฝึกฝน ปัญญาชนิดนี้ ถ้าเผื่อคนฟังเท่ากันคิดเท่ากัน อบรมเท่ากันก็จะได้รับมาเท่าๆ กัน

## ๓ เนปั๊กปัญญา

นี่คือนิปโก ปัญญาที่รู้จักรักษาตัวไม่ให้ตกไปในความชั่ว ผู้มีปัญญาอย่างนี้ จะต้องประกอบด้วยโกศล ๓ อย่าง คือ

๑. อายโกศล ฉลาดรู้เรื่องความเจริญ
  ๒. อปายโกศล ฉลาดรู้เรื่องความเสื่อม อะไรคือความเจริญ อะไรคือความเสื่อม
  ๓. อุบายโกศล ฉลาดรู้อุบายที่จะหลีกเลี่ยงจากความเสื่อมหันไปสู่อะไร
- คำว่า อุบาย ในภาษาธรรมะ แปลว่า วิธีการ





เวลาเราเรียนหนังสือ เราเน้นไปที่พุทธิศึกษา คือสอนให้คนเก่ง แต่ไม่ได้สอนให้คนดี สอนให้รู้เรื่องความเจริญ ความเสื่อมที่จะรู้จักหาวิธีหลีกเลี่ยงจากความเสื่อมไปหาความเจริญก็ยังน้อยอยู่เรื่องความดีความชั่ว ความถูกความผิด ความควรไม่ควร อะไรพวกนี้มันต้องเรียนกันต่างหาก

สังเกตดูคนทำความดีกันไม่ค่อยเป็น เราขาดการสอนเรื่องเนบ์กักบัญญัติ มาตรฐานความสำเร็จในชีวิต เรามุ่งเอาทางวัตถุกันเกินไป ใครที่ได้วัตถุมากก็กลายเป็นความสำเร็จในชีวิตในสายตาของสังคมไป ที่จริงมันไม่ใช่ แต่มันก็เห็นยาก วัตถุต่างๆ มันเห็นง่ายก็เลยเอาไว้มาก่อน ที่จริงมันไม่ใช่ ที่ใช่ก็คือความสงบสุขในชีวิต และการได้ทำประโยชน์กับผู้อื่น อันนั้นเป็นความสำเร็จในชีวิตที่ดีกว่าตั้งเยอะเลย



## ๔ นิเพทิกปัญญา

หมายถึงปัญญาที่แจ่มทะเล โดยเฉพาะอย่างยิ่งแทงทะเล อริยสัจ ๔ แจ่มแจ้งความเป็นจริง ซึ่งประกอบด้วยรอบ ๓ อากาการ ๑๒

ที่มาคู่กับนิเพทิกปัญญาอยู่เสมอคือ อุทยัตตคามินีปัญญา คือปัญญาที่รู้ความเกิดและความดับของสังขารและนามรูป

เป็นคนละอย่างกัน แต่จะมาคู่กันเสมอ ท่านจะแสดงอุทยัตตคามินีปัญญาก่อนคือรู้จักความเกิด ความดับของสังขารและนามรูป เป็นญาณต่างๆ ต่อมาก็ถึงแทงทะเลอริยสัจ คือนิเพทิกปัญญา แทงทะเลอริยสัจตามความเป็นจริง ซึ่งประกอบด้วยรอบ ๓ ไตรปริวัฏ อากาการ ๑๒

ในแนวทางของพระศาสนา ในการที่จะเสริมสร้างปัญญา ทั้ง ๔ นี้ มีวิธีการยังไง ก็มีวิธีการต่างๆ กันไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่เป็นหัวข้อธรรมรวมที่ใช้ได้กับปัญญาทั่วๆ ไป ก็คือปัญญาวุฒิธรรม คือธรรมที่ทำให้ปัญญาเจริญ หรือเป็นไปเพื่อความเจริญปัญญา มี ๔ อย่าง



๑. สัปปริสุปสังเสวะ การคบคนดี คบคนดีก็ได้ปัญญา  
เยอะ
๒. สัทธัมมัสสวนะ พังธรรม พังคำสั่งสอนของคนดี
๓. มีโยนิโสมนสิการ
๔. ธัมมานุธัมมปฏิบัติ ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม

## ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมนั้น ปฏิบัติอย่างไร

อันนี้มี ๒ ความหมาย

๑. ปฏิบัติธรรมให้เหมาะสมแก่ฐานะของตน ว่าอยู่ในฐานะ  
อย่างไร ควรจะทำอย่างไร ปฏิบัติธรรมแค่ไหนจึงจะเหมาะสม  
แก่ฐานะของตน อย่างจะให้ทาน ก็รู้ว่าฐานะของตนเป็นอย่างไร  
ควรจะให้ทานเท่าใด รักษาศีลก็เหมือนกัน รักษาให้เหมาะสมแก่  
ฐานะของตน ไม่อย่างนั้นอยู่ไม่ได้หรืออยู่ลำบาก ถ้ามีอาชีพ  
เป็นชาวประมง ก็ถือศีลข้อ ๑ ไม่ได้ ก็ไปถือข้ออื่นให้เคร่ง ถือ  
อทินนาทานให้เคร่ง อย่าไปขโมยของคนอื่น



อย่างนายอริยะพรานเบ็ด ตกปลาอยู่ พระพุทธเจ้าถามว่า เธอชื่ออะไร เขาว่าชื่ออริยะ พระพุทธเจ้าตรัสว่า ถ้ายังทำอย่างนี้ อยู่ยังไม่ใช่ชื่ออริยะ

ถ้าพระจะไปเทศน์ชาวประมง ก็เทศน์เรื่องอื่นไม่ต้องไปเทศน์ให้เลิกฆ่าสัตว์ สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรสท่านเคยตำหนิพระที่ไปเทศน์ให้ชาวประมงฟัง แล้วท่านไปเทศน์เรื่องปาณาติบาต

ท่านก็เรียกมาเตือน ท่านบอกว่าเทศน์อย่างนี้ไม่ได้ เหมือนกับไปหักด้ามพร้าด้วยหัวเข่า ทำได้อย่างไรมันเป็นอาชีพของเขาไปเทศน์เขาก็คงเว้นไม่ได้ ศาสนามีคุณกับเขาอย่างไร เขาก็รู้อยู่ เขาจึงได้ลงทุนบำรุงศาสนา อุตส่าห์นิมนต์พระไปเทศน์ ก็มีเรื่องอื่นจะเทศน์เยอะแยะไป ท่านก็ติงแบบนี้

๒. ปฏิบัติธรรมน้อยคล้อยตามธรรมใหญ่ หมายความว่าในศาสนาจะมีหลักใหญ่อยู่ เหมือนกฎหมายรัฐธรรมนูญ กฎหมายลูกต้องไม่ขัดกับกฎหมายรัฐธรรมนูญ

เช่น หลักธรรมเป็นหลักของพุทธศาสนา การทำอะไร  
ต้องไม่ขัดกับหลักธรรม ถ้าขัดกับหลักธรรมก็ต้องถือว่าไม่ปฏิบัติ  
ธรรมน้อยคล้ายตามธรรมใหญ่ เช่น

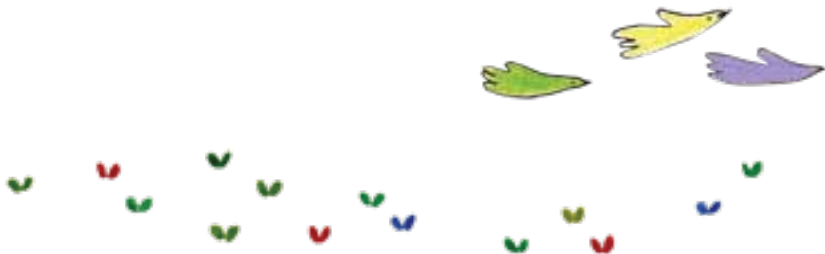
พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า ฤกษ์ดี ยามดี ขณะดี อยู่ที่สุจริต  
กาย วาจา ใจ เรามองจะย้ายที่ทำงาน ดูฤกษ์เสียหน่อย เรียกว่า  
ขัดกับหลักกรรม หรือว่าทำดีตอนเช้า เช้านั้นก็เป็นฤกษ์ดี ทำดี  
ตอนบ่าย บ่ายนั้นก็เป็นฤกษ์ดี นี่หลักของพระพุทธเจ้า ถ้าเรา  
ไม่ถืออันนี้ ไปดูฤกษ์ดูยามในการทำอะไร ก็ไม่ถูก หรือถ้าไป  
บนบานศาลกล่าว ก็ถือว่าขัดกับหลักใหญ่แล้ว 🌿



อสาดี สาตรูเปน ปิยรูเปน อบปิย  
ทุกขี สุขสุส รูเปน ปมตตมติวตตติ.

สิ่งที่ไม่น่ายินดีย่อมนครอบงำคนประมาท  
ด้วยรูปลักษณะว่าเป็นสิ่งที่น่ายินดี  
สิ่งที่ไม่น่ารักย่อมนครอบงำคนประมาท  
ด้วยรูปลักษณะว่าเป็นสิ่งที่น่ารัก  
ทุกข์ย่อมนครอบงำคนประมาท  
ด้วยรูปลักษณะว่าเป็นสุข

(ขุ.ชา. ๒๗/๑๐๐ อสาดรูปชาดก)





# ๑๒

## อัปคัพโถ

เป็นผู้ไม่คะนองกาย วาจา มีจิตสงบ



เมื่อจิตสงบ กายวาจาก็พลอยสงบไปด้วยตามธรรมชาติ  
จิตเป็นสิ่งที่สงบยากกว่ากาย วาจา เราจึงสอนเรื่องศีลก่อน ให้  
กายวาจาสงบ เอาจากข้างนอกมาก่อน แล้วก็ไปสอนเรื่องสมาธิ  
ให้จิตสงบ

ในทางปฏิบัติ ถ้าเผื่อยังไม่สามารถทำให้จิตสงบได้ ก็ให้  
สำรวจกาย วาจาไว้ก่อน เหมือนจะชุดต้นไม้ ถ้าเห็นว่าต้นไม้  
มีหน่อใหญ่ หน่อเล็ก รากมีหน่อเล็ก ก็ตัดกำหน่อ รากทิ้งไว้ก่อน แล้วค่อยตัด  
ลำต้นทีหลัง ก็จะง่ายขึ้น



ผมนึกถึงชาตคหนึ่ง ที่พระโพธิสัตว์โถนาแล้วไปเจอแห่ง  
ทองใหญ่มาก จะแบกก็ไม่ไหว หรือแบกมากก็กลัวคนเห็น ท่าน  
ฉลาด ค่อยๆ เลื้อยเอามาทีละเล็กน้อย เอาไปขายบ้าง เอาไปทำ  
ธูระบ้าง แล้วแต่จะทำ ก็อยู่สบายไปทั้งชาติ

อะไรที่มันใหญ่โตเกินไปเหลือกำลัง ก็ค่อยๆ ตัดทอนไป  
ทีละเล็กทีละน้อย

พระพุทธเจ้าท่านปรารภพระที่ท่านบ่นว่า สิกขาบทนี้มัน  
เยอะเหลือเกิน รักษาไม่ไหว ไหวกายไหววาจาอะไรไม่ได้ เป็น  
อาบัติไปหมด พระพุทธเจ้าท่านว่า ถ้าอย่างนั้นไม่ต้องรักษา  
รักษาจิตอย่างเดียวได้ไหม ท่านตอบว่าได้ แล้วก็รักษาจิต  
อย่างเดียว แล้วท่านก็ได้สำเร็จ พอสำเร็จแล้ว ท่านก็คิดว่าอาจารย์  
เราตอนที่แนะนำที่แรกมันแต่แนะนำเรื่องวินัย สิกขาบทนั้น  
สิกขาบทนี้ ทำอะไรไม่ได้ไปหมดเลย แต่พอพระพุทธเจ้าแนะนำ  
บอกรักษาจิตอย่างเดียว รู้สึกมันเบาสบายดี



พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า เรื่องทำนองนี้มันเคยมีมาแล้ว  
ก็เล่าเรื่องบังเกิดขึ้นไปเจอทองนี่แหละครับ ถ้าฉลาดก็ค่อยๆ แบ่ง  
เอาไป ก็ไปได้

การคะนองกาย คืออาการที่กายหลุกหลิกหลุกนอน ไม่อยู่ใน  
สภาพที่เรียบร้อย อันนี้ก็เป็นบททดสอบ คนที่เข้มแข็งกายเขาจะ  
มันคง จะนั่ง จะเดิน รู้สึกทำทางมันคง แต่ถ้าคนที่จิตใจไม่มันคง  
การนั่งการเดินจะหลุกหลิก นักปราชญ์ท่านให้สังเกตดู

บางที่พระคุณเจ้าท่านเรียนหนังสือ นั่งไขว่ห้างกระดิกขา  
ไปด้วย พอกลับกันหมดแล้ว ผมก็ขอนิมนต์ให้อยู่ก่อน เรียนถาม  
ท่านว่า ขาท่านเป็นอะไร ท่านบอกว่าปกติ ผมก็ว่าผมเห็นกระดิก  
อยู่เรื่อย ตั้งแต่วันนั้นมาก็เรียบร้อย

ท่านศาสตราจารย์ร้อยตำรวจโทแสง มนวิฑูร ท่านกำลัง  
สอนอยู่ เห็นองค์ไหนกระดิกขา นี่ ท่านเดินมาดูเลย ท่านจะลุก  
จากเก้าอี้เลย จะหลับจะอะไรท่านไม่ถือ แต่นั่งกระดิกขานี้ถือ  
มาก ท่านบอกว่าที่ท่านเตือนพระหนุ่มเณรน้อยนี้ ก็เหมือนกับ



พระพุทธรูป มีฝุ่น ก็เอามาเช็ดมาถู มาขัดเพื่อเอาไว้มกราบไหว้ แล้วท่านเป็นอาจารย์คนเดียวที่เวลาเข้าสอน จะกราบพระพุทธรูป

ในส่วนของฆราวาสก็แล้วแต่บุคคล อาจจะได้เหมือนกัน ถ้าได้โอกาสเหมาะตามสมควร

การคะนองวาจา พูดออกไปโดยไม่ระมัดระวัง ไปบาดใจ คนอื่น ให้โทษแก่ตัวเอง ที่สำคัญก็คือ ไม่มีเรื่องจะพูดก็พูด หรือ หมัดเรื่องจะพูดแล้วก็ไม่หยุดพูด ตรงกันข้ามกับคนที่สำรวม ซึ่ง จะมีลักษณะอีกแบบหนึ่ง

ถ้าในระดับสูงขึ้นไป การไม่คะนองกายก็หมายถึงการไม่ ทำทุจริตทางกาย การไม่คะนองวาจาก็หมายถึง การไม่ทำทุจริต ทางวาจา ทำให้เป็นคนที่มีกายวาจาเรียบร้อย น่าเคารพน่านับถือ น่ารัก น่าคบหาสมาคม

การพูดหยอกเย้า ก็ต้องดูบุคคล ดูกาลเทศะหลายอย่าง ถ้าเจอพระเจอผู้หญิงแล้วบอกว่า “โยมหน้าใสเชียววันนี้” อย่างนี้



คะนองวาจามากเกินไปทีเดียว ไม่เหมาะ

คำว่า *อุปคพฺภ* เป็นศัพท์เฉพาะ แปลว่าไม่คะนองกายวาจา  
คำนี้เราจะไปแยกแปลไม่ได้ *อุป* แปลว่าน้อย *คพฺภ* แปลว่า  
ครรรภ์ ถ้าผสมกันจะมีความหมายอีกอย่างหนึ่ง เหมือนกับคำว่า  
season คำว่า sea แปลว่าทะเล คำว่า son แปลว่าลูก แต่รวม  
เป็น season แล้ว แปลว่าฤดูกาล ไม่ได้แปลว่าลูกทะเล 🌿





# ๑๓

## กุเลสُونนุคิโท ไม่ติดพันในตระกูลทั้งหลาย



คุณสมบัติข้อนี้ ถ้าเป็นพระสงฆ์ก็เห็นได้ง่าย เพราะท่านสอนไม่ให้คลุกคลีกับตระกูล ไม่ให้ติดพันตระกูล ให้ชั้กกาย ชั้กใจออกห่าง มองเห็นตระกูลเป็นอันตรายเหมือนมองเห็นภูเขาที่โตรกชัน เหมือนบ่อน้ำที่ปากเป็นหล่มเลน ไม่กล้าเข้าไปใกล้ กลัวจะตกลง ประพฤติตนเหมือนดวงจันทร์ให้แสงสว่างแก่โลก แต่ไม่ลงมาคลุกคลีกับโลก *จันฑุปมา ปฏิปทา*


พระมหากัสสปได้รับยกย่องมากในเรื่องนี้ และมีพระติสสะเถระผู้หนึ่งที่เข้าไปคลุกคลีกับนายช่างแก้วเป็นประจำ และถูกหาว่าไปขโมยแก้วมณีเขาในเรื่องนกกระเรียน จากวันนั้นมาท่านบาดเจ็บแล้ว ท่านก็อธิษฐานใจว่าไม่ยอมเข้าสู่ร่มชายคาของบ้านใด ถ้ายังมีป्लीแข็งอยู่ ก็จะเที่ยวบิณฑบาตไปตามประตูบ้าน คือจะไม่เข้าบ้านใคร เพราะว่าประสบภัยพิบัติจากการเข้าสนิทสนมในตระกูล

ถ้าเป็นคฤหัสถ์ ถ้าจะทำตัวให้สอดคล้องกับข้อนี้ คือว่าไม่คลุกคลีกับเพื่อนบ้านมากเกินไป แม้ในหมู่ญาติก็ไม่คลุกคลีมากเกินไป เพราะเป็นเหตุให้ทะเลาะวิวาทกัน บาดหมางกันได้ง่าย มีสุภาษิตที่ว่า “มิตรภาพย่อมจืดจางเพราะห่างเหินกันเกินไป หรือเพราะคลุกคลีกันเกินไป”

๑. *อัจฉราภิขณสังคคคา* คลุกคลีกันมากเกินไป
๒. *อสโมสรณน จ* ห่างเหินกันมากเกินไป คือไม่สโมสรกันเลย



๓. อกาเล ยาจนาย จ ขอในกาลที่ไม่ควรขอ  
เอเตน มิตตา ภิชุชนฺติ มิตรทั้งหลายย่อมจะจืดจางไป  
เพราะเหตุนี้

สามข้อนี้เป็นเหตุในการรักษามิตรภาพ คือวางจิ้งหะให้  
พอดีๆ 







# ๑๔

## อนุปวาโท ไม่กล่าวร้าย



น จ ชุทฺถํ สมาจเร กิณฺจึ เยน วิญญฺญ ปเร อุปวเทยฺยํ แปล  
ว่า ตีเตียนผู้อื่นอย่างไร ก็ไม่ควรทำอย่างนั้น วิญญฺชนตีเตียนชน  
ทั้งหลายอื่นได้ด้วยการกระทำอย่างใด ก็ไม่ถึงกระทำความหรือ  
การกระทำอย่างนั้น ผมก็เลยขอรวบเป็นว่า ไม่ทำอย่างที่ตำหนิ  
ผู้อื่น และขอรวบเป็นศัพท์ว่า **อนุปวาโท** ไม่กล่าวร้าย คือแต่ง  
ศัพท์ขึ้นใหม่ จากการรวบบาลียาวๆ

โดยทั่วไปเป็นนิสัยที่ไม่ดีอย่างหนึ่งของคนบางคน หรือโดยมากก็ได้ อาจจะตำหนิผู้อื่นในแบบที่ว่า “โทษคนอื่นมองเห็น เป็นภูเขา โทษของเรามองไม่เห็นเท่าเส้นขน” ตามอุทานธรรมของท่านศาสนโสภณ (แจ่ม จตตสลฺโล)

ถ้าตำหนิผู้อื่นในสิ่งที่ตัวเรา หรือตนเองไม่ได้ทำก็ไม่ใช่ไร ไม่สู้กระไรนัก ถ้าทำอย่างที่ตำหนิผู้อื่นไว้ ก็จะน่าขายหน้า เพราะเขาจะชี้หน้าเอาได้ว่าแต่เขาอิเหนาเป็นเอง

ตัวอย่างที่เห็นชัด อย่างคอร์รัปชั่นในวงราชการก็จะมีวงการต่างๆ ไปก็จะมี หรือผู้ใหญ่ในวงการราชการพูดถึงการปราบคอร์รัปชั่น สั่งปราบคอร์รัปชั่น ถ้าหากว่าผู้ใหญ่เองไม่คดโกงก็ดีแล้ว ก็คงจะเป็นไปได้เรียบร้อยสะดวกดี ถ้าหากผู้สั่งเป็นผู้ทุจริตเสียเอง ก็ไม่รู้จะไปปราบได้อย่างไร

หรือเจ้าอาวาสที่เป็นปาราชิก ก็จะไม่เลี้ยงลูกวัดที่เป็นปาราชิกเอาไว้เพื่อเป็นพวกพ้องของตัวเอง ก็เป็นเรื่องธรรมดาของคนหาพวก



ตัวอย่างก็คือพระอุปนนท์ เทศนาให้คนทั้งหลายภิกษุ ทั้งหลายสันโดษ แต่ท่านไปที่วัดไหน เวลาเข้าพรรษา ท่านก็อยากได้ของออกพรรษา ท่านก็ไปวางรองเท้าไว้บ้าง วางร่มไว้บ้าง เพื่อท่านจะมีส่วนด้วย พอออกพรรษาแล้วท่านก็เดินเก็บไปที่ละวัด นี่ก็เห็นชัด กล่าวยกย่องความมกน้อยสันโดษ แต่ตัวเอง กลับไปทำตรงกันข้าม

แต่บางเรื่องก็มีข้อยกเว้น เช่นพระแก่ ท่านหวังดีแก่ลูกศิษย์ ตื่นมาตี ๔ ก็เที่ยวเดินปลุกให้พระหนุ่มเณรน้อยขึ้นมาท่องหนังสือ เสร็จแล้วท่านก็ไปนอนต่อ เพราะท่านแก่แล้ว อย่างนี้ก็ยกเว้นให้ด้วยสุขภาพของท่าน ไม่ควรตำหนิท่าน

ในพุทธพจน์มีว่า *อตตา หิ อุตตโน นาโถ โภ หิ นาโถ* *ปโรสียา อุตตนา หิ สุทนต์น นาถิ ลภติ ทูลลภิ* *ตณตีฝักตีแล้ว* *ยอมได้ที่พึ่งที่ได้โดยยาก ต้องฝักตนก่อนแล้วฝักผู้อื่นภายหลัง* *ก็ไม่เศร้าหมอง*



อีกบทหนึ่งว่า *อตตทตถั ปรตเถน พหุณาปี นหาปเย* ไม่ควรพรวดประโยชน์ตนเพราะประโยชน์ผู้อื่นแม้มาก รู้ประโยชน์ของตนแล้ว พึ่งทำประโยชน์ของตนให้บริบูรณ์ พึ่งชวนชวายนประโยชน์ของตน

แต่อันนี้ไม่ได้สอนให้เห็นแก่ตัว เพียงแต่ว่าทำตัวให้ดี แล้วก็ช่วยผู้อื่นให้ดีด้วย คือไปพร้อมๆ กัน แต่ถ้าเผื่อฝึกตนได้แล้ว ก็จะดียิ่งขึ้น

เกี่ยวกับเรื่องวาจา ที่ว่าไม่ควรทำอย่างที่ตำหนิผู้อื่น หรือไม่ควรกล่าวร้ายผู้อื่นโดยไม่มีข้อเท็จจริง มีพุทธภาษิตในสังยุตตนิกาย พรหมสังยุต อยู่ตอนหนึ่ง ซึ่งผมเห็นว่าจะเป็นประโยชน์กับผู้สนใจอยู่มาก

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า คนที่เกิดมาทุกคน มีขวานติดปากมาด้วย สำหรับให้คนพาล ผู้ที่ชอบพูดร้าย พูดชั่วๆ ไว้เขือดเนื้อตนเอง ผู้ใดสรรเสริญคนที่ควรติเตียน หรือติเตียนคนที่ควรสรรเสริญ ผู้นั้นเรียกว่าเกลี้ยโทษลงด้วยปาก เขาก็จะไม่ได้



รับความสุขเพราะโทษนั้น

การเสียทรัพย์เพราะแพ้การพนัน สิ้นเนื้อสิ้นตัวก็ยังโทษน้อยกว่า การทำใจให้ประทุษร้ายในพระสุคต การทำใจให้ประทุษร้ายในพระสุคตคือพระพุทธเจ้านี้มีโทษมากกว่า มีโทษติดตามไปหลายชาติ น่ากลัว

บุคคล ๔ จำพวก

๑. ยกย่องคนที่ควรยกย่อง ต่ำหนิคนที่ควรต่ำหนิ
๒. ไม่ยกย่องคนที่ควรยกย่อง ไม่ต่ำหนิคนที่ควรต่ำหนิ
๓. สรรเสริญคนที่ควรสรรเสริญ แต่ไม่ติเตียนคนที่ควรติเตียน
๔. ติเตียนคนที่ควรติเตียน แต่ไม่สรรเสริญคนที่ควรสรรเสริญ

พระพุทธเจ้าคุยกับ โปตลีย ปริพาชก ปริพาชกก็ตอบว่า คนที่เฉยๆ แหะเลดี คือไม่ติเตียนใคร ไม่สรรเสริญใคร เขาชอบใจคนพวกนี้ เพราะว่าตั้งอยู่ในอุเบกขา



พระพุทธเจ้าท่านไม่เห็นด้วย ท่านบอกว่าเรานิยมคนที่ดี คนที่ควรดี สรรเสริญคนที่ควรสรรเสริญ ตามความเป็นจริง ตามกาลอันควร เพราะว่าตั้งอยู่ใน กาลัญญตา

ในสังคมเรา บางทีก็พลาด คนไปให้ค่ากับคนที่เฉยๆ ไม่ว่าใคร ว่าท่านดีเหลือเกินไม่ว่าใครเลย ทำผิดทำถูกก็ไม่ว่าใครเลย อันนี้มันเป็น concept ที่ผิด เอาหลักพระพุทธเจ้ามาเทียบ ก็ต้องตำหนิคนที่ควรตำหนิ ยกย่องคนที่ควรยกย่อง

พระพุทธเจ้าท่านไม่เฉย ใครควรตำหนิท่านก็ตำหนิ ใครควรยกย่องท่านก็ยกย่อง ถ้าเป็นคนมีสาระเอาจริงเอาจรงทนต่อคำสอนเขาก็จะอยู่ได้ คือพระพุทธเจ้าท่านทรงต้องการแก่น

มีอีกพุทธพจน์ที่ว่า *ยถาวาที ตถากาโร* ทำอย่างทีพูด พูดอย่างทีทำ อันนี้ก็ดีครับ

ท่านมหาตมะ คานธี มีคนไปถามท่านว่า ท่านอยู่ในปัจฉิมวัย ท่านมีคำพูดอะไรสักหน่อยหนึ่งไหม จะฝากเอาไว้สำหรับให้



คนรุ่นหลังถือเอาเป็นแบบอย่างปฏิบัติตาม ท่านบอกว่า “ชีวิตของข้าพเจ้าทั้งหมดนั่นแหละคือคำพูดของข้าพเจ้า” หมายความว่า ถ้าอยากรู้ว่าข้าพเจ้าจะพูดอะไร ก็ดูชีวิตของข้าพเจ้าก็แล้วกัน แปลว่า ทำให้ดู เป็นอยู่ให้เห็น แทนคำพูดของท่าน

ในสังคมเรา บางคนสอนเก่ง ได้รับยกย่องว่ามีวาทศิลป์แต่ตัวเองทำตรงข้ามกับที่สอน ถ้าจะตัดสินก็คือว่า กิติที่สอนได้ แต่ก็แย่ที่ทำไมได้ แต่ก็ไม่ทำให้เกิดความประทับใจต่อผู้ที่ถูกสอน







# ๑๕

## เมตตา มีเมตตา



ลองอ่านจากพระไตรปิฎกก็ได้นะครับ ค่อนข้างยาว เตี้ย  
ค่อยพูดกันไปทีละตอนก็ได้

“ฟังแม่เมตตาจิตไปในหมู่มสัตว์ว่า ขอสัตว์ทั้งปวงจงเป็น  
ผู้มีสุข มีความเกษม มีตนถึงความสุขเถิด สัตว์มีชีวิตทั้งหลาย  
เหล่าใดเหล่าหนึ่งมีอยู่ ยังเป็นผู้สะดุ้ง ยังมีตัณหาอยู่ หรือเป็นผู้  
มันคง ไม่มีตัณหา”

คือแม่เมตตาไปให้หมดเลย ทั้งสัตว์ที่ทั้งยาวหรือสั้นหรือ  
ใหญ่ หรือเล็ก ผอม อ้วน ที่ได้เห็นหรือไม่ได้เห็น อยู่ไกลหรืออยู่  
ใกล้ ที่เกิดแล้ว หรือแสวงหาที่เกิดอยู่ *ภูตาวา สัมภเวสีวา* ขอให้  
สัตว์ทั้งหลายมีความสุข

ภูตาคือในความหมายหนึ่ง หมายถึงพระอรหันต์

สัมภเวสี หมายถึง ทั้งหมดยกเว้นพระอรหันต์ ตั้งแต่พระ  
อนาคามีลงมา ยังเป็นสัมภเวสี คือยังมีภพอยู่

สัตว์อื่นไม่ฟังขมเหงสัตว์อื่น ไม่ฟังดูหมิ่นอะไรๆ เขาในที  
ใดๆ เลย ไม่ฟังปรารถนาทุกข์แก่กันและกัน เพราะความกริ้ว  
โกรธ และเพราะความคุ้มแค้น มารดาถนอมบุตรคนเดียวผู้เกิด  
ในตนด้วยชีวิตฉันใด ฟังเจริญเมตตาในใจไม่มีประมาณไปใน  
สัตว์ทั้งปวงฉันนั้น

ฟังเจริญเมตตาในใจไม่มีประมาณ *มานสมภาวเย อปริ-*  
*มาณ* ฟังเจริญเมตตาในใจไม่มีประมาณในโลกทั้งปวง ทั้งเบื้องบน  
เบื้องล่างเบื้องขวาง เป็นธรรมอันไม่คับแค้น ไม่มีเวร ไม่มีศัตรู  
ผู้เจริญเมตตาฉันนั้น ยืนอยู่ก็ดี เดินอยู่ก็ดี นั่งก็ดี นอนก็ดี เป็นผู้  
ปราศจากความง่วงคือยังไม่ง่วงนอนเพียงใด ก็ฟังตั้งสติไว้เพียงนั้น



ปราชญ์ทั้งหลายเรียกการอยู่นี้ว่า พรหมวิหาร ในพระศาสนา ผู้มีเมตตาไม่เข้าถึงทิวฐิ คือสักกายทิวฐิ เป็นผู้มีศีลถึงพร้อมด้วยทัสนะ หรือสัมมาทิวฐิ ในโสดาปัตติมรรค นำความหมกมุ่นในกามทั้งหลายออกไปได้ ก็ย่อมไม่เข้าถึงการนอนในครรภ์อีกโดยแท้

นี่คือข้อความทั้งหมดเกี่ยวกับเมตตา

การแผ่เมตตา เราแผ่ให้ตัวเองก่อน *อหัง สุขิโต โหมิ* ขอข้าพเจ้าจงมีความสุขเถิด เราแผ่ให้ตัวเองก่อน เพื่อเป็นพยานว่าเรารักสุขเกลียดทุกข์ฉันใด คนอื่นสัตว์อื่นก็รักสุขเกลียดทุกข์ฉันนั้น


ดังนั้นการแผ่เมตตาก็เริ่มที่ตัวเองก่อน แล้วก็ขยายวงกว้างออกไป ลำดับต่อไปก็เป็นผู้มีอุปการคุณ แล้วก็ไปถึงคนที่เฉยๆ คนที่พอใจ คนที่เป็นศัตรู



ไม่ใช่แค่ให้ศัตรูก่อน เพราะมันไปยาก ต้องจิตใจอ่อนโยน นุ่มนวลมากแล้ว ถึงกระนั้นก็ยังไม่ค่อยจะไป ท่านจึงแนะนำว่า ถ้าเพื่อให้แฉ่ให้ศัตรูแล้ว เมตตามันไม่ไป ก็ต้องคิดอย่างนี้ๆ มี ๔-๕ วิธี

กรณานี้ก็แปลก อาจจะเป็นทฤษฎีหรืออะไรก็แล้วแต่ ท่านให้แฉ่ไปให้คนที่ลำบากยากเข็ญก่อน ถ้าไม่มีคนที่ลำบากยากเข็ญก็แฉ่ไปให้คนชั่ว ท่านบอกว่าคนชั่วนี้หาความสุขได้ยาก ฉะนั้นแฉ่กรุณาไปให้คนชั่ว น หิ ตํ สุขํ โหติ สุขํ ทุกกฏการินา คนที่ทำชั่วหาความสุขได้ยาก แม้มีอาการเหมือนหนึ่งว่าจะมีความสุข แต่ที่แท้เขาไม่มีความสุข

คนที่มีความสุขแล้ว ถ้าเผื่อเมื่อไหร่เขาลำบากเราก็แฉ่กรุณาให้ไป เพราะกรณามันเป็นการนำทุกข์ออก เมตตาคือการนำสุขเข้าไปให้ ที่เรียกว่าบำบัดทุกข์บำรุงสุขนั่นเอง

ผมก็ขอจบทางสูสันตบท ทางแห่งความสงบสันติลงเพียงเท่านี้ นะครับ สวัสดิ์ 



รายนามผู้ร่วมศรัทธาพิมพ์หนังสือ  
**คุณสมบัติของผู้มุ่งสันตบพ**



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑	ร้านพระไตรปิฎก	๓๕,๑๐๐
๒	คุณชื่นจิตต์ ก้องสกุล	๒๓,๑๐๐
๓	คุณจุฑามาศ บ. เปรพ เอ็นจิเนียริ่ง จำกัด	๒๐,๐๐๐
๔	คุณรุ่งระวี วิฑูรปกรณ์	๑๐,๐๐๐
๕	คุณศิริพร ปัญญาเอกวงศ์	๑๐,๐๐๐
๖	คุณอุริษา บุญรักษ์	๗,๐๐๐
๗	คุณกัลยา นะตะชูสงค์	๖,๐๐๐
๘	คุณเอกัสรา ภัคดีพัฒนสันติ	๕,๑๐๐
๙	คุณอารีย์ บุญวรานันท์	๕,๐๐๐
๑๐	คุณเกษกกาญจน์ ชุนทวิริยะกุล	๕,๐๐๐
๑๑	คุณธีรชัย พงษ์มันต์จิต	๕,๐๐๐
๑๒	คุณพร้อมพล สุดเอี่ยม	๔,๓๓๐
๑๓	คุณจุฑามาศ	๔,๐๕๐
๑๔	คุณปานจิตต์ วงศ์อ่อนดี	๔,๐๐๐
๑๕	คุณมานพ แก้วมณี	๔,๐๐๐
๑๖	คุณปวีญา ศรีบุญเรือง	๔,๐๐๐
๑๗	คุณสิริพร ชัยสวัสดิ์	๔,๐๐๐
๑๘	คุณศรินทร์รา วงศ์ศุภลักษณ์	๓,๕๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๙	คุณนวรรตน์ จุลสังข์	๓,๓๐๐
๒๐	คุณบุศรา อังสกุล	๓,๐๒๐
๒๑	คุณอโยธัย ดงคาม และครอบครัว	๓,๐๐๐
๒๒	คุณศรินทร์ธา วงศ์สุภลักษณ์	๓,๐๐๐
๒๓	คุณกัลยา เมฆรุ่งเรืองกุล	๓,๐๐๐
๒๔	คุณเสริมศักดิ์ เสมประยูร	๒,๙๔๕
๒๕	คุณปัทมาภรณ์ อังสกุลวงศ์	๒,๘๒๐
๒๖	คุณพิมพ์ภา สกุลลิ้มเจริญ	๒,๕๐๐
๒๗	คุณคึกฤทธิ์ อารีปกรณ์	๒,๒๘๐
๒๘	คุณพีรภิจ ศรีสอาด	๒,๐๐๐
๒๙	คุณสมชาย ฉัตรวิเชียรชัย	๒,๐๐๐
๓๐	คุณบุญทอง	๒,๐๐๐
๓๑	คุณวัลย์ทิพย์ ปิติจอมวงศ์	๒,๐๐๐
๓๒	คุณชนิตาภา อีฆาสา	๒,๐๐๐
๓๓	คุณตรูตา ทรพพสุ	๒,๐๐๐
๓๔	คุณประทานพร มิ่งมาศ	๒,๐๐๐
๓๕	คุณสารวรรณ บุญศรี	๑,๖๔๐
๓๖	คุณวีรวรรณ วัฒนโสภณวงศ์	๑,๖๐๐
๓๗	พระกฤษกร วรชินวงศ์	๑,๖๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๓๘	คุณนীরนุช ชัยชนะสมบัติ	๑,๕๖๕
๓๙	คุณกนกพร	๑,๕๐๐
๔๐	คุณพัชรี คงปลอด	๑,๒๐๐
๔๑	คุณสุดศรี เวชโช	๑,๒๐๐
๔๒	คุณนงนุช กิติกุลวาราร	๑,๐๘๐
๔๓	รหัสสมาชิก ๔๘๐๐๔๐๙ และ ๔๘๐๒๖๖๘	๑,๐๐๐
๔๔	พ.ต.อ. บุญเสริม-คุณยุพดี ศรีชมภู	๑,๐๐๐
๔๕	พระชัยพร จันทวิไล	๑,๐๐๐
๔๖	คุณเรณูชา นวากิจาณกุล	๑,๐๐๐
๔๗	คุณพรรณี แสงสุรีย์พรชัย	๑,๐๐๐
๔๘	คุณวัชรีย์ ศิรินรกุล	๑,๐๐๐
๔๙	คุณเสน่ห์ ขอบสะอาด	๑,๐๐๐
๕๐	คุณถาวร-คุณนฤมล-ต.ญ. วรมน- ต.ช. วรกมล ตันแสนทอง	๑,๐๐๐
๕๑	คุณแฉล้ม ใจเสื่อ	๑,๐๐๐
๕๒	คุณโชติมา	๑,๐๐๐
๕๓	คุณทัศนพร โรจนอิศรานนท์	๑,๐๐๐
๕๔	คุณมณีนุช ทรงแสงธรรม	๑,๐๐๐
๕๕	คุณสมเกียรติ เมฆบริบูรณ์	๑,๐๐๐
๕๖	คุณอุดมพร หล่อกิตติยะกุล	๑,๐๐๐
๕๗	คุณวิภา จรรยาภรณ์พงษ์	๑,๐๐๐
๕๘	คุณวิชัย โปรัตน์ไท	๑,๐๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๕๙	คุณอุดมพร สายเพ็ชร และครอบครัว	๑,๐๐๐
๖๐	คุณเกษิตา ปชาคุณนนท์	๙๗๐
๖๑	มูลนิธิพระพุทธสันติธรรม	๙๕๐
๖๒	คุณธรรม-คุณจินดารัตน์ ดรจนรักถาวร	๘๒๐
๖๓	คุณสวา หมอรัตน์	๘๐๐
๖๔	คุณเปรมชนะ สิทธิเกอร์	๘๐๐
๖๕	คุณนภดล เล็กรุ่งเรืองกิจ	๘๐๐
๖๖	คุณมาโนช อยู่ปรายรงค์	๗๖๖
๖๗	คุณศุภธีร์ ใจนดี	๗๐๐
๖๘	คุณรัชดา ผดุงเวช	๖๘๐
๖๙	คุณชวิสุตา ไกรรวี	๖๐๐
๗๐	คุณประยุทธ ชัยจิรพันธ์	๕๗๐
๗๑	คุณกุลชลี เทศทิม	๖๖๐
๗๒	คุณประยุทธ ชัยจิรพันธ์	๕๗๐
๗๓	คุณวีไลลักษณ์ วงศ์พิเศษ	๕๕๐
๗๔	น.พ. วิวัฒน์ นิมมานรัชต์	๕๐๐
๗๕	คุณสมจิตต์ ทรงฤกษ์	๕๐๐
๗๖	คุณนฤมล ตันแสนทอง	๕๐๐
๗๗	คุณพองสมุทร วิชามูล	๕๐๐
๗๘	คุณวิวัฒน์ ธรรมาสุรพันธ์	๕๐๐
๗๙	คุณบรรหาร เปล่งศรี	๕๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๘๐	คุณบรรหาร เปล่งศรี	๕๐๐
๘๑	คุณบรรหาร เปล่งศรี	๕๐๐
๘๒	คุณนพพร ฉัตรไชยสิทธิกุล	๕๐๐
๘๓	คุณไกรฤกษ์ เชื้อนแก้ว	๕๐๐
๘๔	คุณสุพัตรา กิตติเจริญเกียรติ	๕๐๐
๘๕	คุณญาณภัค อวารณ์	๕๐๐
๘๖	คุณสาธิต นนท์ณัฐญา	๕๐๐
๘๗	คุณเพลินพิศ นวาระสุจิตร์	๕๐๐
๘๘	คุณธนิดา บุลสุข	๕๐๐
๘๙	คุณสุพัตรา วิศรุตพงษ์	๕๐๐
๙๐	คุณพรรณี เขตร้าไพ	๕๐๐
๙๑	คุณรूपานีย์ จำงตระกูล	๕๐๐
๙๒	คุณกัญพิมล เลิศจิระประเสริฐ	๕๐๐
๙๓	คุณจริยา เหลืองรังสรรค์	๕๐๐
๙๔	คุณสาวตรี ชาตอุทิศ	๕๐๐
๙๕	คุณปารีชาต โมกขมรรคกุล	๕๐๐
๙๖	คุณยุวดี อั้งศรีวงษ์	๕๐๐
๙๗	คุณปัญจรส ภัทรบรรเจิด	๔๗๐
๙๘	คุณเทพวิรุณ	๔๕๐
๙๙	คุณสวรรณี สระตันดี	๔๓๐
๑๐๐	คุณสิริยา หาสีสุข	๔๑๐
๑๐๑	คุณขวัญชัย โชติพุทธิกุล	๔๐๐
๑๐๒	คุณสุวิษา พูลเกษ	๓๗๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๐๓	คุณกัญจณ์ณัฐ์ เทอญชัชชัย	๓๕๐
๑๐๔	คุณละเมียด รัตนอุไร และครอบครัว	๓๔๐
๑๐๕	คุณกนกนันท์ ขวณสนิท	๓๔๐
๑๐๖	คุณศุภรดา	๓๒๐
๑๐๗	หจก. อุเงิน	๓๒๐
๑๐๘	คุณวิจิตรา สารินทร์	๓๑๐
๑๐๙	คุณเพ็ญประภา นนทลี	๓๐๐
๑๑๐	คุณสุขทวี กฤตศรีสุพรรณ	๓๐๐
๑๑๑	คุณนงนภัส จึงธนาภรณ์	๓๐๐
๑๑๒	คุณนันทกร สักกะพลาถกูร	๓๐๐
๑๑๓	คุณวาสนี สักกะพลาถกูร	๓๐๐
๑๑๔	ด.ญ. ปวีณ์กร สักกะพลาถกูร	๓๐๐
๑๑๕	คุณอุกฤษฎ์-คุณแซมศักดิ์ อายุตวงศ์	๓๐๐
๑๑๖	คุณกัญญุสนิณี พานทองรัชต์	๓๐๐
๑๑๗	คุณปักกิ่ง แซ่เอ็ง	๓๐๐
๑๑๘	คุณณัสนันท์ ลิ้มพิพัฒนชัย	๓๐๐
๑๑๙	คุณกิตติพงษ์ ชมภูพงษ์เกษม	๓๐๐
๑๒๐	คุณไพศาล ลิ้มมีถาวรภีร์รัตน์	๓๐๐
๑๒๑	คุณเปล่งศรี	๓๐๐
๑๒๒	คุณวนิดา ทิพย์โอสถ	๓๐๐
๑๒๓	คุณชญาดา เนียมเปีย	๓๐๐
๑๒๔	คุณวิไลวรรณ สาครวิมล	๓๐๐



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๒๕	คุณสิริกาว์-คุณณัฐพิมล- คุณพลิชฐ์ โรจน์รัตนศิริ	๓๐๐
๑๒๖	คุณสุดาพรรณ พิไลพุดิเมธ และครอบครัว	๓๐๐
๑๒๗	คุณประวิทย์-คุณนาคยา นवारะสุจิตร์	๓๐๐
๑๒๘	คุณสุนันทา พรรณเชษฐ์	๓๐๐
๑๒๙	คุณศุภาเสริม กิจจจรไพบูลย์	๒๕๐
๑๓๐	คุณเอกชัย ตีรุ่งโรจน์	๒๕๐
๑๓๑	คุณหทัยรัตน์ เตชะอารณกุล	๒๕๐
๑๓๒	คุณอมรรัตน์ โคตรลาตรา	๒๕๐
๑๓๓	คุณसानนท์ ชัยเจริญ	๒๓๐
๑๓๔	คุณชัยศักดิ์ ปอแก้ว	๒๒๐
๑๓๕	คุณประยุทธ ชัยจิรพันธุ์	๒๑๐
๑๓๖	คุณสิริมาต ชาญภู่วานนท์	๒๑๐
๑๓๗	คุณชัชชฎา อิ่มใจ	๒๐๐
๑๓๘	คุณธนพล หาญณรงค์	๒๐๐
๑๓๙	คุณชลิตา พาพันธุ์	๒๐๐
๑๔๐	คุณहरษา จรัสรัตติกาล	๒๐๐
๑๔๑	คุณจักรพงษ์ มานิตยกุล	๒๐๐
๑๔๒	คุณศวีวรรณ สุขแสนไกรศรี และครอบครัว	๒๐๐
๑๔๓	คุณพิณทิพย์ ประมูลวงศ์	๒๐๐
๑๔๔	คุณสุดปรีชา-ด.ญ. ชินพร ผ่องใส	๒๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๔๕	คุณมานะ นาวิน	๒๐๐
๑๔๖	คุณวชิษฐพร กลิ่งวิจิตร	๒๐๐
๑๔๗	คุณเพลินพรรณ ตาลสอน	๒๐๐
๑๔๘	คุณรุ่งนภา เตชไพบูลย์ยศ	๒๐๐
๑๔๙	คุณอนันต์ เจียรวงศ์	๒๐๐
๑๕๐	คุณแสงจันทร์ ส่วนบุญ	๒๐๐
๑๕๑	คุณอมรารวรรณ นิลกำแหง	๒๐๐
๑๕๒	คุณธัญธร จำววิฑูรย์วงศ์	๒๐๐
๑๕๓	คุณแก้วตา เปี่ยมศักดิ์ศิริกุล	๒๐๐
๑๕๔	คุณรัตนา นามวงศ์พรรณ	๒๐๐
๑๕๕	คุณนัชชา-คุณคนภากร- คุณธนกร ดิษยาตติย	๒๐๐
๑๕๖	คุณศิวาภรณ์ สกุลเที่ยงตรง	๒๐๐
๑๕๗	คุณสายรุ้ง พิณิตกาญจนพันธุ์	๒๐๐
๑๕๘	คุณธนา ศรีนิเวศน์	๒๐๐
๑๕๙	คุณสุนีย์ เอกภาพสกุลวงศ์	๑๙๐
๑๖๐	คุณผ่องจิตต์ มานิตบาล	๑๘๐
๑๖๑	คุณรัชตินันท์ เรืองวานิชนันท์	๑๘๐
๑๖๒	คุณโอกาส เสงฆ์เจริญ	๑๖๐
๑๖๓	คุณเวโรจน์ อุตยะราช	๑๖๐
๑๖๔	คุณเกวลี ตันติกรพรรณ	๑๖๐
๑๖๕	คุณประเสริฐ เวโนปะ	๑๖๐
๑๖๖	คุณสุพัชรา กลิ่นระคนธ์	๑๕๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๖๗	คุณวีระชัย ศรีสมัย	๑๕๐
๑๖๘	คุณสุภัทรา จิตติอมรพันธ์	๑๕๐
๑๖๙	คุณธัญญา สิริเมธราชัย	๑๕๐
๑๗๐	ศรัทธากัลยาณธรรม จาก อ. แม่สะเรียง	๑๔๗
๑๗๑	คุณวริพร หงใจ	๑๔๐
๑๗๒	คุณสุวิทย์ แซ่จิว	๑๓๐
๑๗๓	ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	๑๓๐
๑๗๔	คุณเพลินพรรณ คงสกุล	๑๓๐
๑๗๕	คุณรัตน์รุ่ง สุขเสมอ	๑๒๐
๑๗๖	คุณรัตนาวิไล จิตติอมรพันธ์	๑๒๐
๑๗๗	คุณพานิกัด ขำสุวรรณ	๑๑๐
๑๗๘	คุณนิพนธ์ เรือนสุภา	๑๑๐
๑๗๙	คุณพิงพันธ์ พลรวีโรจน์	๑๐๐
๑๘๐	คุณฉัตรชัย เกริกเบญจธรรม	๑๐๐
๑๘๑	คุณไชยพงษ์ เปี่ยมพงษ์สานต์	๑๐๐
๑๘๒	คุณพยอม มณีพุกฤษ์	๑๐๐
๑๘๓	ด.ช. อภิวิชญ์ กุลชดฤทธิ์	๑๐๐
๑๘๔	พี่จิว รพ. สมุทรปราการ	๑๐๐
๑๘๕	พ.ต.อ. บุญเสริม-คุณยุพดี ศรีชมภู	๑๐๐
๑๘๖	คุณบำเพ็ญ-คุณสุวารี ไชยเพชร	๑๐๐
๑๘๗	คุณนิรมล จิตติเรืองเกียรติ	๑๐๐
๑๘๘	คุณนภัทร เนียมทับทิม	๑๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๘๙	คุณชัยภัทร วงศ์พรกุล	๑๐๐
๑๙๐	คุณแม่เสียม แซ่เตียว	๑๐๐
๑๙๑	คุณฤทธิรงค์ สาลีทอง	๑๐๐
๑๙๒	คุณเศรษฐวิทย์ นันทวิฑิตยากุล	๑๐๐
๑๙๓	คุณอารีย์ หนองเทา	๑๐๐
๑๙๔	คุณอำนาจ-คุณราตรี ปลอดภัยโปร่ง	๑๐๐
๑๙๕	คุณพชรมน แสงเดือน	๑๐๐
๑๙๖	คุณร่มเย็น สุขแดง	๑๐๐
๑๙๗	คุณนงนุช กิติกุลวารการ	๑๐๐
๑๙๘	คุณมรกต จงไพศาล	๑๐๐
๑๙๙	คุณคำนึ่ง บำรุงเขต	๑๐๐
๒๐๐	คุณโอกาส เองผู้เจริญ	๑๐๐
๒๐๑	คุณสิทธิชัย ปัญจิวณาน	๑๐๐
๒๐๒	คุณแม่สมพร ชามี	๑๐๐
๒๐๓	คุณสนั่น ปลั่งประยูร	๑๐๐
๒๐๔	คุณธีระ-คุณสุภาณี ผดุงวัฒนโรจน์ และครอบครัว	๑๐๐
๒๐๕	คุณสุปกานต์ วิมุตตานนท์	๑๐๐
๒๐๖	ครอบครัวคุณวัลย์ลดา พิณจพิงยา	๑๐๐
๒๐๗	คุณพูลลาภ ประจัญบาน	๑๐๐
๒๐๘	คุณแม่อุณีสี แซ่อิม	๑๐๐
๒๐๙	คุณสอาด พนารังสรรค์	๑๐๐
๒๑๐	คุณอมรรัตน์ พนารังสรรค์	๑๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๒๑๑	คุณเกศริน พนารังสรรค์	๑๐๐
๒๑๒	คุณสรายุทธ พนารังสรรค์ และครอบครัว	๑๐๐
๒๑๓	คุณช้อยไฉ่ แซ่ลิ้ม	๑๐๐
๒๑๔	คุณรักชนก นุสรานุภานันท์	๑๐๐
๒๑๕	คุณจิตรา วิสุทธิ์พิศาล	๑๐๐
๒๑๖	คุณปัญญา ติวงศา	๑๐๐
๒๑๗	ด.ช. สีหราช โพธิ์แก้วสุกใส	๙๐
๒๑๘	คุณสคราญ ชมพัฒนา	๙๐
๒๑๙	คุณอุทิศ สิงห์บุรี	๘๐
๒๒๐	คุณมลทิพย์ สุขवाद	๗๐
๒๒๑	คุณสคราญ ชมพัฒนา	๗๐
๒๒๒	คุณนาวี ไวยสุนีย์	๗๐
๒๒๓	คุณชัชชัย ตติยะพงศ์พันธุ์	๗๐
๒๒๔	คุณกนกพร อินทร์ยอด	๖๐
๒๒๕	คุณสำราญ นามสว่าง	๖๐
๒๒๖	คุณสมจิตร ตอเสนา	๖๐
๒๒๗	คุณภัทรภรณ์ สุภาพญาติ	๕๐
๒๒๘	คุณนุปลา บุญสม	๕๐
๒๒๙	คุณวีรยุทธ ลิต	๕๐
๒๓๐	คุณภัทรภรณ์ สุภาพญาติ	๕๐
๒๓๑	คุณเขาวณีย์ แพร์ภัทร	๕๐
๒๓๒	คุณเลอพงศ์ นวาระสุจิตร	๕๐
๒๓๓	คุณทองใบ เกษศรี	๕๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๒๓๔	คุณอัญชลี นวาระสุจิตร	๕๐
๒๓๕	คุณเฉลิมกิจ เรียงวัฒนาธาดา	๔๐
๒๓๖	คุณสุวิทย์ นันทศิริรัตน์	๔๐
๒๓๗	คุณชานैया ธรรมสังวาลย์	๔๐
๒๓๘	คุณเยาวนาถ ยุคยงเลิศ	๔๐
๒๓๙	คุณเสรี วิริยพิสุทธิ์	๓๐
๒๔๐	คุณสับบนา วงศ์พรกุล	๒๐
๒๔๑	คุณรัชชัย ตติยะพงษ์พันธ์	๒๐
๒๔๒	คุณภััสสร สวัสดิ์	๒๐
๒๔๓	คุณเพิ่มพงศ์-ด.ช. เอกสหัส ธนพิพัฒน์สัจจา	๒๐
<b>รวมศรัทธาทั้งสิ้น ๒๗๓,๙๕๓ บาท</b>		

ชมรมกัลยาณธรรมขอกราบอนุโมทนา  
ในกุศลจิตของทุกท่านมา ณ ที่นี้  
ขอให้ทุกท่านเจริญในธรรม  
ยิ่งๆ ขึ้นไปเทอญ





“ คุณสมบัติของผู้มุ่งสันตบถ คือคุณสมบัตินของผู้ดำเนินไปเพื่อความสงบ ผู้ต้องการความสงบควรมีคุณสมบัตินของผู้สงบ ดังที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงในกรณียเมตตสูตร ข้าพเจ้าได้อาศัยหลักในพระสูตรนี้ ขยายความตามความเห็นสมควร ”



[www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)