ฉบับ
ความรัก
แนวพุทธ

วารสาร
โพธิยาลัย

ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๓๓ เดือน กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

รักชั้น ?

ปปัญจา

ความรักนี้ ตรองให้ดี มีสี่ชั้น ราคะฝัน ได้แนบกาย แบบชายหญิง
รักแบบมิตร เมตตาชิด สนิทจริง สามรักยิ่ง ศรัทธาเสริม เพิ่มปัญญา
สี่คือรัก เอ่อล้น จนพ้นรัก เพราะรู้จัก รักวิเวก อุเบกขา
เกิดรักธรรม บริกรรม ภาวนา รักสูงค่า เพราะรู้จัก รักให้เป็น...

รัก ๔ แบบ

ราคะ : ยึดติดอารมณ์ ติดข้อง ไม่ยอมปล่อย ยินดีในธรรมที่เป็นอารมณ์ของสังโยชน์ (เครื่องผูก) เอาเขามาเป็นเครื่องมือทำให้เรามีความสุข มีความเป็นเจ้าเข้าเจ้าของ หวงแหน

เมตตา : เป็นไปในการเกื้อกูล ปรารถนาดี หวังให้เขาเป็นสุข กำจัดความพยาบาท ทำให้ร่มเย็น แผ่ไปได้ไม่มีประมาณ

ศรัทธา : เชื่อในสิ่งที่ควรเชื่อ ผ่องใสแล่นนำหน้า ไม่ขุ่นมัวน้อมใจเชื่อ เกิดจากการได้ฟังพระสัทธรรม

ฉันทะ : ปรารถนาที่จะทำ แสวงหาอารมณ์ ต้องการอารมณ์ เป็นฉันทะอิทธิบาท จุดเริ่มของกิจกรรมฐาน (รักแบบแรก เป็น**อกุศล** ให้ผลเป็นทุกข์ รักสามแบบที่เหลือ เป็น**กุศล** ให้ผลเป็นสุข)

รักของฉัน ตั้งอยู่ ข้างหลังภาพ ไม่อาจหาบ เอาออกไป ให้ใครเห็น
รักของฉัน อยู่หลังภพ สงบเย็น รักฉันเป็น รักในรู้ อยู่นิรันดร์ ฯ

คุณหญิงกีรติ,
(ข้างหลังภาพ ของ ศรีบูรพา)

ปัญญา : แทงตลอดสภาวะตามความเป็นจริง ส่องให้เห็นอารมณ์ชัด ไม่หลง มีสมาธิเป็นฐาน

วารสาร โพธิยาลัย
ฉบับที่ ๓๓ เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๑

วารสารโพธิยาลัยฉบับเดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๑ ฉบับนี้ เป็นฉบับ '**ความรักแนวพุทธ**' ที่เลือกหัวข้อนี้ เพราะเป็นฉบับประจำเดือนกุมภาพันธ์ ซึ่งในทางสากลถือว่าเป็นเดือนแห่งความรัก เนื่องจากวันที่ ๑๔ ในเดือนนี้ ถือกันว่าเป็นวันแห่งความรัก ซึ่งกลายเป็นวันสำคัญของคนไทยไปด้วย มีความเคลื่อนไหวต่างๆ ในสังคม เช่น หนุ่มสาวนัดพบกัน โดยถือว่าเป็นวันพิเศษที่จะแสดงความรักต่อกัน มีการให้ของขวัญเป็นดอกกุหลาบแดง ช็อคโกแลต ฯลฯ

ทั้งหมดล้วนเป็นสิ่งที่เป็นไปในสังคมฝรั่งและผู้นับถือคริสตศาสนา แต่ในสังคมไทยที่ประชากรส่วนใหญ่เป็นพุทธศาสนิกชน ก็มีการเฉลิมฉลองเทศกาลวาไลนไทน์อย่างแพร่หลาย กว้างขวาง ราวกับไม่ใช่ประเทศที่ประชากรส่วนใหญ่เป็นพุทธศาสนิกชน เป็นที่น่าสังเกตว่า การฉลองที่เอิกเกริกเช่นนี้ ไม่เกิดขึ้น ในประเทศที่นับถือพระพุทธศาสนาเถรวาทอื่นๆ ทั้งประเทศเมียนมาร์ และประเทศศรีลังกา

ด้วยเหตุนี้ โพธิยาลัยจึงจัดทำฉบับ '**ความรักแนวพุทธ**' นี้ขึ้นมา เพื่อแสดงให้เห็นว่า พระพุทธศาสนาของเราก็มีคำสอนเกี่ยวกับความรักด้วยเหมือนกัน และคำสอนนั้นเป็นอย่างไร มีความแตกต่างกับคำสอนศาสนาอื่นๆ อย่างไร

เป้าหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาก็คือพระนิพพาน เพราะฉะนั้น ความรักที่ถูกต้อง เหมาะควรในพระพุทธศาสนา ย่อมต้องเกื้อกูลกับการไปสู่พระนิพพาน ไม่ใช่วนอยู่กับการเวียนว่ายตายเกิด ความรักต้องเป็นสิ่งที่ยกระดับจิตใจ ให้ไปสู่ความดีงาม ความสะอาดหมดจด ที่ช่วยขัดเกลาจิตวิญญาณให้สูงขึ้นจนสามารถเข้าถึงกระแสพระนิพพานได้ในที่สุด

พระพุทธองค์ทรงมีความรักต่อปวงสัตว์เสมอเหมือนกันหมด ทรงมีจิตปรารถนาดีที่ยิ่งใหญ่ ชนิดไม่มีประมาณ ทรงสละพระองค์ พระชนม์ชีพ เพื่อเปิดโอกาสให้เหล่าเวไนยสัตว์มีโอกาสพบกับประโยชน์สูงสุดในชีวิตนี้ คือ พระนิพพาน

หากสนใจรายละเอียดเรื่องความรักแนวพุทธ ที่ละเอียดลึกซึ้ง ขอเชิญอ่านคอลัมน์ **วิสัชนาธรรม กับพระอาจารย์มหาประนอม ธมฺมาลงฺกาโร** ซึ่งท่านได้ให้อรรถาธิบายเรื่องความรักไว้ โดยให้รายละเอียดที่มาจากพระไตรปิฎก ตั้งแต่ความรักของปุถุชน จนถึงความรักของพระพุทธเจ้า และพระโพธิสัตว์ ว่ามีความแตกต่างกันอย่างไร ที่น่าสนใจที่สุดก็คือ หากรักเป็นความรักนั้นก็จะเป็นบาทฐานของการปฏิบัติภาวนา ช่วยให้การปฏิบัติภาวนาเจริญก้าวหน้า จนถึงขั้นบรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคลได้

นอกจากคอลัมน์วิสัชนาธรรมดังกล่าวแล้ว ก็อยากเชิญชวนให้อ่านบทความที่มีความต่อเนื่องสัมพันธ์กัน อย่างเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน โดยท่านผู้เขียนทั้งสามไม่ได้นัดหมายกันมาก่อน แต่สิ่งที่ปรากฏขึ้นคือ บทความทั้งสามต่างมีเนื้อหาส่งเสริมกันอย่างลงตัว เสริมสร้างความเข้าใจเรื่องความรักในแนวพุทธให้กระจ่างและชัดเจนยิ่งขึ้น สองบทความนั้น คือ **ชีวิตกับความรัก** เขียนโดย ท่านอาจารย์วศิน อินทสระ นักเขียนหนังสือแนวธรรมะ ที่เปรียบเหมือนอัญมณีเม็ดงามแห่งบรรณพิภพ ที่เมตตามอบบทความนี้ให้แก่โพธิยาลัย และบทความเรื่อง **เรียนรู้ที่จะรักตนเองก่อนรักคนอื่น** เขียนโดย พุทธสาวิกา ที่นำเสนอประเด็นเรื่องการรักตนเอง ซึ่งพระพุทธองค์ทรงสรรเสริญว่า เป็นสิ่งที่ควรทำเหนือสิ่งอื่นใด เพราะตนย่อมเป็นที่พึ่งแห่งตน ตนควรมีตนที่พึ่งได้ จึงจะเป็นที่พึ่งของคนอื่นได้

อีกเรื่องหนึ่งที่น่าอ่านเป็นอย่างยิ่ง คือ บทความของพระไพศาล วิสาโล **เติมเต็มชีวิตด้วยความรัก** เป็นบทความที่อ่านง่าย แต่มีความหมายล้ำลึกชวนพินิจ เป็นเสมือนเส้นผมบังภูเขาสำหรับคนทั่วไป เป็นประสบการณ์ที่ท่านได้พบเจอ และรวบรวมมาเป็นอุทาหรณ์สอนใจ ที่จะช่วยขจัดปัดเป่าปมปัญหาชีวิตของทุกชีวิตที่ประสบปัญหาต่างๆ ที่มีสาเหตุมาจากการขาดความรักหรือการรักไม่เป็น

ในฉบับยังพรั่งพร้อมด้วยบทความดีๆ ที่กล้าที่จะบอกว่าดีทุกเรื่อง โดยในฉบับนี้ เราได้เริ่มเรื่องชุดคือจะมีต่อกัน ๔ ตอน เขียนโดยท่านธีรปัญโญ นักเขียนประจำของเรา ที่เราภาคภูมิใจมาก เพราะท่านมีแนวคิด

ที่สร้างสรรค์อยู่เสมอ รับรองว่าไม่มีซ้ำในที่อื่น แม้แต่คณะผู้จัดทำเอง ก็ยังคอยตามว่า ในคราวนี้ ท่านจะนำเสนอเรื่องอะไรหนอ เพราะเราไม่อาจจะคาดเดาได้เลย คราวนี้ก็เช่นกัน ท่านเขียนเรื่อง **ธรรมะ ๓๓ ตอน มฆมาณพ** เป็นเรื่องที่พัวพันกับตัวเลข ๓๓ ในพระพุทธศาสนา เล่าเรื่องเกี่ยวกับมฆมานพว่ามาเป็นพระอินทร์ได้อย่างไร และยังมีข้อสังเกตชวนคิดมากมาย เห็นไหมว่า น่าติดตามเพียงไหน

นี่คือความพิเศษของวารสารโพธิยาลัย รวมถึงบทความที่ตีพิมพ์ต่อเนื่องเป็นตอนๆ เช่น เรื่องพระอุปคุต เป็นต้น ก็มีเนื้อหาที่พรั่งพร้อมด้วยสาระ ที่หาอ่านที่ไหนไม่ได้ เรื่องชุด **พระอุปคุตเถระ** โดย วิเทศทัยย์ กำลังสนุก เป็นการค้นคว้าของนักวิชาการทางพระพุทธศาสนา ที่มีดีกรีการศึกษาระดับดุษฎีบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนาจากประเทศศรีลังกา

ความรักเป็นธรรมชาติของสิ่งมีชีวิต แต่จะมีสักกี่คนที่เข้าใจความรัก และปฏิบัติต่อความรักอย่างถูกต้อง เหมาะควร และก่อให้เกิดกุศลแก่ตนและผู้อื่น อ่านโพธิยาลัยฉบับนี้ แล้วจะค้นพบคำตอบที่ได้แสดงไว้ในบทความต่างๆ ที่เราคัดสรรมานำเสนอแก่ท่านด้วยความปรารถนาดี หวังว่าท่านผู้อ่านจะได้รับสารัตถประโยชน์สมความตั้งใจของคณะผู้จัดทำ

คณะผู้จัดทำ

ประธานที่ปรึกษา
พระครูธรรมธรสุมนต์ นนฺทิโก
อัคคมหาบัณฑิต
บรรณาธิการอำนวยการ
พระมหาประนอม ธมฺมาลงฺกาโร
บรรณาธิการบริหาร
พนิดา อังจันทรเพ็ญ
panitaang@gmail.com
รองบรรณาธิการ
ทพญ. อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ์
Acharak7153@gmail.com
ประสานงาน
พระครูประคุณสรกิจ
(พระมหาการุณย์ กุสลนนฺโท)
pk.krun21@gmail.com
กองบรรณาธิการ
คณะสงฆ์วัดจากแดง
สำนักงาน : วัดจากแดง
๑๖ หมู่ ๖ ถ.เพชรหึงษ์
ซ.เพชรหึงษ์ ๑๐
ต.ทรงคนอง อ.พระประแดง
จ.สมุทรปราการ ๑๐๑๓๐
โทรศัพท์. ๐๒-๔๖๔-๑๑๒๒
พิมพ์ครั้งที่ ๑ : เมษายน ๒๕๖๑
จำนวน ๕,๐๐๐ เล่ม
ปก
ครรลองธรรม
ภาพ : อ.ปัญญา วิจินธนสาร
ศิลปินแห่งชาติ สาขาทัศนศิลป์
พ.ศ. ๒๕๕๗
ออกแบบ : พระครูวินัยธร ชัยยศ
พุทฺธิวโร
เครดิตภาพ
มนตรี ศิริธรรมปิติ, เขมา เขมะ,
และขอขอบคุณเจ้าของภาพ
จากทาง Internet ทุกท่าน
ศิลปกรรม
สหมิตรกรุ๊ปทีม
อุปถัมภ์อุปกรณ์คอมพิวเตอร์
โดยคุณพัชรพิมล ยังประภากร
ประธานกรรมการสินค้าแบรนด์
'สุวิมล'
จัดพิมพ์โดย
สหมิตรพริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง
โทร. ๐๒ ๙๐๓ ๘๒๕๗-๙

สารบัญ

❁ วิสัชนาธรรม : ความรักแนวพุทธ
พอจ.มหาประนอม ธมฺมาลงฺกาโร.................. ๓
❁ ธรรมปริทัศน์ : ยอดอุบาสิกา ธัมมทินนา ตอน ๒
สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต)......๙
❁ พระธรรมเทศนา : ความรักที่แท้จริง
พระอาจารย์ชยสาโร....................................๑๖
❁ ธรรมกถา : เติมเต็มชีวิตด้วยความรัก
พระไพศาล วิสาโล.......................................๒๓
❁ ธรรมรำลึก : อาจริยบูชา ๑๐๐ ปี
พระโพธิญาณเถร - สุวัณณฉายา...................๒๙
❁ ปัญญาปริทัศน์ : ธรรมะ ๓๓ (ตอน ๑)
มฆมาณพ - ธีรปัญโญ...................................๓๒
❁ ปัญญารัตนะ : ชีวิตกับความรัก
วศิน อินทสระ ๔๒
❁ สัมโมทนียกถา : โทษเขา เราทุกข์
สุวัณณฉายา...๕๑
❁ ทันโลก รู้ธรรม : เสือไม่ดำเท่าใจ
ปฏิรูปเทสการก...๕๔
❁ เรื่องชุดพุทธบริษัท : เรียนรู้ที่จะรักตนเอง
ก่อนรักคนอื่น - พุทธสาวิกา...........................๕๗
❁ มองเทศ - มองไทย : พระอุปคุตเถระ ตอน ๓
วิเทศทัยย์...๖๐

หากท่านผู้อ่านมีความประสงค์จะติดต่อกองบรรณาธิการวารสารโพธิยาลัย หรือต้องการแสดงความเห็น ติชม หรือคำแนะนำใดๆ กรุณาติดต่อได้ที่อีเมล **pk.krun21@gmail.com** (พระครูประคุณสรกิจ หรือพระมหาการุณย์ กุสลนนฺโท) หรือเขียนจดหมายส่งถึง ทพญ.อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ์ ชมรมกัลยาณธรรม เลขที่ ๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ อ.เมือง จ.สมุทรปราการ ๑๐๒๗๐ หรืออีเมล acharak7153@gmail.com

วารสารโพธิยาลัยจัดพิมพ์ด้วยปัจจัยบริจาคของท่านผู้มีจิตศรัทธา โดยเลือกใช้กระดาษถนอมสายตา เปี่ยมด้วยคุณค่าทางปัญญาเพื่อแจกเป็นธรรมทานและบริจาคไปตามห้องสมุดต่างๆ หากท่านอ่านจบแล้ว ต้องการแบ่งปันธรรมทาน โปรดส่งต่อให้ท่านอื่นที่เห็นคุณค่า หรือมอบให้สถาบันห้องสมุด วัด หรือสถานปฏิบัติธรรมต่างๆ เป็นต้น เพื่อให้เกิดประโยชน์ทางปัญญาอย่างกว้างขวางแก่ผู้ใฝ่ธรรมต่อไป

วิสัชนาธรรม

พระอาจารย์มหาประนอม ธมฺมาลงฺกาโร

ความรักแนวพุทธ

ปุจฉา : วารสารฉบับเดือนกุมภาพันธ์ ขอกราบเรียนสัมภาษณ์เรื่องความรักแนวพุทธ ก่อนอื่น มีคำไหนบ้างเจ้าค่ะ ที่มีความหมายถึงความรัก และใช้ในความหมายที่ต่างกันอย่างไรเจ้าคะ

วิสัชนา : ต้องแบ่งเป็น ความรักทางโลก กับ ความรักทางธรรม **เปมะ** แปลว่า ความรัก ใช้คำว่า **เมตตา** ก็ได้ ถ้าใช้เปมะ จะเน้น ๒ อย่าง คือ ตัณหาเปมะ กับ เคหสิตเปมะ แต่ถ้าเมตตา จะเน้นเรื่องสิ่งที่เป็นกุศล มีแต่คิดจะให้

ปุจฉา : แต่ละคำใช้ในความหมายต่างกันอย่างไรเจ้าคะ

วิสัชนา : **ตัณหาเปมะ** คือรักของหนุ่มสาว ส่วน **เคหสิตเปมะ** เป็นความรักที่อาศัยเรือน อาจจะเป็นคนอยู่ในบ้านเดียวกัน ญาติพี่น้อง ตัณหาเปมะนั้น อาศัยตัณหาราคะ เช่น ความรักของแม่ที่มีต่อลูก ก็อาศัยตัณหาเปมะส่วนหนึ่ง และมีเมตตาเปมะด้วย คือเมตตา ไม่ได้หวังอะไรตอบแทน แต่ถ้าเป็น ตัณหาเปมะ กับ เคหสิตเปมะ ก็หวังสิ่งตอบแทน อย่างแรกเจือด้วยราคะ อย่างหลังคืออาศัยอยู่เรือนเดียวกันแบบญาติกัน หรือเพื่อนที่รักใคร่สนิทสนม

ปุจฉา : เกี่ยวข้องเป็นมนุษย์ด้วยกันเท่านั้นหรือเจ้าคะ ถ้าเรารักสัตว์เลี้ยง จัดเป็นความรักประเภทไหนเจ้าคะ

วิสัชนา : ถ้ารักสัตว์เลี้ยง จัดเป็น ตัณหาเปมะก็ได้ เคหสิตะเปมะก็ได้ (สัตว์ที่อยู่ในบ้าน) เมตตาเปมะก็ได้ บางคนเอาสัตว์มาเลี้ยง ตอนหลัง ไม่ถูกใจ รำคาญ ก็เอาไปทิ้ง อย่างนี้ก็ไม่มีเมตตาเปมะ ไม่ใช่ความรักแบบที่มีเมตตา

ปุจฉา : ความรักเกิดจากเหตุอะไรบ้างเจ้าคะ

วิสัชนา : *"ปุพเพวะ สันนิวาเสนะ ปัจจุปปันนะหิเตนะ วา เอวันตัง ชะยะเต เปมัง อุปะลัง วะ ยะโส ธะเก"* แปลว่า "ความรักเกิดได้ด้วยเหตุ ๒ ประการ คือ (๑) เคยอยู่ร่วมเรียงเคียงกันมาก่อน แบบที่เรียกว่าบุพเพสันนิวาส กับ (๒) ได้ช่วยเหลือเกื้อหนุนกันในปัจจุบันชาตินี้ เหมือนกับดอกบัว (อุบล) เกิดได้ด้วยเหตุ ๒ ประการ คือ น้ำ และเปือกตม" นี้เป็นตัณหาเปมะ แต่ถ้าเคหสิตเปมะ ก็อาจจะเคยทำบุญร่วมกันมา แล้วมาเกิดร่วมพ่อแม่เดียวกัน อยู่บ้านเดียวกัน ส่วนเมตตาเปมะ (เราใช้เมตตาเลย) เป็นรักที่ปรารถนาให้คนอื่นมีความสุข ไม่ต้องการสิ่งใดๆ จากเขา

ปุจฉา : โยมได้ยินมาว่า "**ที่ใดมีรักที่นั่นมีทุกข์**" จริงไหมเจ้าคะ

วิสัชนา : ถ้ารักนั้นเป็น ตัณหาเปมะ หรือ เคหสิตเปมะ ที่ใดมีรัก ที่นั่นมีทุกข์แน่นอน มีพุทธพจน์ว่า *เปมโต ชายเต โสโก เปมโต ชายเต ภยํ* ความเศร้าโศก เกิดขึ้นเพราะตัณหาเปมะ ภัย เกิดขึ้นเพราะตัณหาเปมะ ก็คือ ความรักเป็นเหตุให้เกิดความเศร้าโศกและภัยต่างๆ *เปมโต วิปฺปมุตฺตสฺส* ถ้าบุคคลมีจิตหลุดพ้นจากกามคุณอารมณ์ สิ้นตัณหาเปมะแล้ว *นตฺถิ โสโก* ก็จะไม่มีความเศร้าโศก *กุโต ภยํ* ก็จะไม่มีพิษภัย

ตัวอย่าง มีภิกษุณีรูปหนึ่งที่ลูกชายตัวเองก็บวชก่อน สุดท้ายลูกชายบรรลุเป็นพระอรหันต์ แต่แม่ก็ยังยึดมั่นว่า นี่ ลูกชายของเรา ความรักที่ผูกพันในเรือนก็คือรักลูกนั่นแหละ แม่จึงไปบวชเป็นภิกษุณีเพราะอยากได้เห็นลูกชายใกล้ชิด พระอรหันต์ที่เป็นพระลูกชายท่านมีปัญญา คิดว่าจะทำอย่างไรให้โยมแม่ตัดใจได้ ทั้งๆ ที่โยมแม่รักลูก เป็นเคหสิตเปมะ ไม่ใช่ตัณหาเปมะ แต่ความรักความหวังดีนั้นกลับเป็นตัวกั้นไม่ให้แม่บรรลุธรรม พระอรหันต์ลูกชายจึงใช้อุบายขับไล่ไสส่ง บอกแม่ให้ไปให้พ้น

ปุจฉา : เรื่องของพระกุมารกัสสปะใช่ไหมเจ้าคะ

วิสัชนา : ใช่ พอลูกพูดคำนี้ แม่ก็เลยเสียใจมาก ตัดใจได้เลย ไปตั้งใจภาวนาจริงจัง ต่อมาก็ได้บรรลุธรรมชั้นสูง

ปุจฉา : ถึงจะเป็นความรักของแม่ ก็อาจจะทุกข์ได้ ถ้าไม่ใช่เมตตาจริงๆ ใช่ไหมเจ้าคะ

วิสัชนา : เจริญพร เรียกว่าความรักอาศัยเรือน ไม่ใช่หนุ่มรักสาว แต่เป็นพ่อแม่รักลูก แต่หลายคนก็จะเป็นแบบนี้ เป็นห่วงลูก เรียกว่า เคหสิตเปมะ จะทุกข์แบบน้อยใจ เสียใจ เศร้าใจ แต่ถ้าเป็นตัณหาเปมะ รักด้วยตัณหา จะทุกข์มากกว่า บางทีก็ แค้น อาฆาต พยาบาท อาจถึงฆ่ากันได้ด้วยเพราะความรักนั้น

ปุจฉา : ฟังอย่างนี้ โยมเห็นว่าความรักนี้อันตรายมาก พระอาจารย์เจ้าคะ แล้วพระพุทธเจ้าท่านทรงสรรเสริญความรักแบบไหน อย่างไหนที่จะเป็น **ความรักแบบผู้รู้** ที่เราจะฉลาดรัก

วิสัชนา : ความรักแบบผู้รู้ก็คือ **เมตตา** พระพุทธองค์สรรเสริญเมตตา อันเป็นความรักที่เป็นสากล ถ้าเราสวดมนต์บทเมตตาใหญ่ รักด้วยเมตตานี้มีประโยคที่เป็นคำพูดออกมา ๕๒๘ ประโยค คือแผ่เมตตาไปในทิศทั้งสิบ นั้นคือเป็นรักที่บริสุทธิ์ที่พระพุทธเจ้าสรรเสริญเมตตาที่ไม่อาศัยเรือน ไม่อาศัยตัณหา แต่เป็นเมตตาที่ต้องอาศัยจิตที่เป็นกุศล ปรารถนาให้ทุกคนมีความสุข

ปุจฉา : หมายถึงเราต้องเอาความสุขความเจริญของผู้รับเป็นที่ตั้ง ไม่ใช่ปากบอกว่าเราเมตตา แต่ว่าทำทุกอย่างเพื่อสนองความต้องการของตน สนองตัณหาของตน อันนี้เป็นความเข้าใจผิดใช่ไหมเจ้าคะ

วิสัชนา : เจริญพร เช่นพ่อแม่หวังดีต่อลูก อยากให้ลูกเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ อันนั้นคือเมตตาเปมะ แต่ถ้าลูกไม่ได้เป็นดังที่หวัง พ่อแม่ก็ทุกข์ นั่นก็คือ เคหสิตเปมะ กับ ตัณหาเปมะ สองอย่างนี้มันมีความหวังอยู่ จึงทำให้เกิดทุกข์

ปุจฉา : ดูเหมือนความรักของคนเราจะปะปนกันไป มีทั้งเมตตา มีทั้งราคะ แล้วมีหมวดธรรมไหนบ้าง ที่เป็นส่วนช่วยส่งเสริมให้เราสามารถพัฒนาความรัก

ให้เป็นแบบมีเมตตาที่สูงส่งบริสุทธิ์ และนำมาช่วยพัฒนาตนเองและสังคมได้มากขึ้นเจ้าค่ะ

วิสัชนา : หลักของสาราณียธรรม* และ พรหมวิหาร ๔ หรือ อัปปมัญญาภาวนา ที่ดีที่สุดสำหรับการช่วยสังคมก็คือ มี สาราณียธรรม ได้แก่ เมตตากายกรรม เมตตาวจีกรรม และเมตตามโนกรรม คือจะทำ จะพูด จะคิด ก็มีเมตตาทั้งต่อหน้าและลับหลัง จะเป็นประโยชน์แก่สังคมมาก คือไม่ใช่หน้าไหว้หลังหลอก สังคมได้ประโยชน์มากจากการมีเมตตากัน ถ้ามีเมตตาจากสาราณียธรรมและเมตตาพรหมวิหาร ถ้าเมตตาในลักษณะอย่างนี้เป็นไปได้ โดยอาศัยพื้นฐานเมตตาบารมีของพระโพธิสัตว์ และจุดเริ่มต้นที่จะรักใครเป็นคือต้องรักตัวเองให้เป็นให้ได้ก่อน พระพุทธองค์จึงเริ่มสอนให้แผ่เมตตาให้คนแรก คือให้ตัวเราเอง เจริญพร

ปุจฉา : กราบสาธุเจ้าค่ะ พวกเราเป็นชาวพุทธ พระพุทธเจ้าสอนเราให้มีความรักแบบเมตตา โยมไม่แน่ใจว่า ศาสนาทุกศาสนา สอนให้เมตตากันเหมือนพระพุทธเจ้าสอนไหมเจ้าคะ

วิสัชนา : ทุกศาสนาก็สอนเรื่องเมตตา แต่เขาไม่ได้สอนลึกซึ้งเหมือนพระพุทธศาสนา คือ เขาแค่มีเมตตาแบบตัณหาเปมะ เคหสิตเปมะ รักแบบพื้นฐาน รักแบบช่วยเหลือเกื้อกูลกัน แต่เมตตาที่จะเป็นฐานเข้าไปถึงตติยฌาน และเป็นฐานสำหรับการเจริญวิปัสสนา จนบรรลุได้ถึงขั้นอนาคามี ศาสนาอื่นเขาไม่สอน มีแต่ในพระพุทธศาสนา นอกจากนี้ ก่อนที่จะเจริญวิปัสสนา พระพุทธเจ้าสอนให้เจริญเมตตากรรมฐานก่อน เมตตากรรมฐานถือว่าเป็นหนึ่งในสมถกรรมฐาน ที่เป็นตัวปรับพื้นฐานจิต (อารักขกรรมฐาน**) ก่อนที่จะเจริญวิปัสสนากรรมฐานให้ได้ผลดี

แม้แต่ชาวพุทธเราเอง ศึกษาพุทธศาสนากันก็จริง สอนให้แผ่เมตตาก็ทำได้ แต่เรายังเข้าไม่ถึงความเมตตาที่ลึกซึ้ง อย่างเช่น**กรณียเมตตสูตร** สูตรเดียวนี้ ก่อนที่จะแผ่เมตตา คนที่ปรารถนาสันตบทคือพระนิพพาน ต้องมีคุณสมบัติ ๑๕ ข้อ แล้วจึงแผ่เมตตาได้ แล้วจะได้ตติยฌาน จากนั้นก็อาศัยตัวนี้เป็นฐานเจริญวิปัสสนา แล้วอาจจะได้บรรลุถึงขั้นอนาคามี ไปเกิดในชั้นสุทธาวาสได้เลย โดยอาศัยเมตตากรรมฐาน

*__สาราณียธรรม ๖__ คือ ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งความให้ระลึกถึง, ธรรมเป็นเหตุที่ระลึกถึงกัน, หลักการอยู่ร่วมกัน ๑. *เมตตากายกรรม* ตั้งเมตตากายกรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ ช่วยเหลือกิจธุระของผู้ร่วมคณะด้วยความเต็มใจ แสดงกิริยาอาการสุภาพ เคารพนับถือกัน ทั้งต่อหน้าและลับหลัง ๒. *เมตตาวจีกรรม* ตั้งเมตตาวจีกรรมในเพื่อนพรหมจรรย์ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ ช่วยบอกแจ้งสิ่งที่เป็นประโยชน์ สั่งสอน แนะนำตักเตือนด้วยความหวังดี กล่าววาจาสุภาพ แสดงความเคารพนับถือกัน ทั้งต่อหน้าและลับหลัง ๓. *เมตตามโนกรรม* ตั้งเมตตามโนกรรม ในเพื่อนพรหมจรรย์ ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือตั้งจิตปรารถนาดี คิดทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กัน มองกันในแง่ดี มีหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสต่อกัน ๔. *สาธารณโภคี* ได้ของสิ่งใดมาก็แบ่งปันกัน คือ เมื่อได้สิ่งใดมาโดยชอบธรรม แม้เป็นของเล็กน้อย ก็ไม่หวงไว้ผู้เดียว นำมาแบ่งปันเฉลี่ยเจือจาน ให้ได้มีส่วนร่วมใช้สอยบริโภคทั่วกัน ๕. *สีลสามัญญตา* มีศีลบริสุทธิ์เสมอกันกับเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งหลาย ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ มีความประพฤติสุจริตดีงาม ถูกต้องตามระเบียบวินัย ไม่ทำตนให้เป็นที่น่ารังเกียจของหมู่คณะ ๖. *ทิฏฐิสามัญญตา* มีทิฏฐิดีงามเสมอกันในเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งหลาย ทั้งต่อหน้าและลับหลัง คือ มีความเห็นชอบร่วมกัน ในข้อที่เป็นหลักการสำคัญที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้น สิ้นทุกข์ หรือขจัดปัญหา

ธรรม ๖ ประการนี้ มีคุณคือ เป็น สารณียะ (ทำให้เป็นที่ระลึกถึง) เป็น ปิยกรณ์ (ทำให้เป็นที่รัก) เป็น ครุกรณ์ (ทำให้เป็นที่เคารพ) เป็นไปเพื่อ ความสงเคราะห์ (ความกลมกลืนเข้าหากัน) เพื่อ ความไม่วิวาท เพื่อ ความสามัคคี และ เอกีภาพ (ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน)

(คัดย่อมาจาก พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม ของ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต)

**__จตุรารักขกรรมฐาน__ คือกรรมฐานที่ใช้ปรับพื้นจิตก่อนเจริญวิปัสสนา มี ๔ อย่าง ๑ พุทธานุสสติ ระลึกถึงคุณพระรัตนตรัย ๒. เจริญเมตตา ๓. อสุภะ ๔. มรณสติ

ปุจฉา : ลึกซึ้งมากเจ้าค่ะ แล้วความรักต้นแบบ ที่น่าสรรเสริญ ที่ชาวพุทธควรเดินตามรอย ขอความเมตตาพระอาจารย์กรุณายกตัวอย่างเจ้าค่ะ

วิสัชนา : ความรักของพระพุทธเจ้า เป็นตัวอย่างที่ดีที่สุด ทรงรักพระราหุลและพระเทวทัต เท่าๆ กัน ทั้งในสุขิตสัตว์ และทุกขิตสัตว์ พระพุทธองค์ทรงเมตตาได้เสมอกัน บางครั้งเรารักเมตตาคนอื่น สัพเพสัตตา ได้ แต่สุดท้าย เราก็มักจะมาเลือก คนนั้นได้ คนนี้ไม่ได้ มักจะมีบางคนที่เรารู้สึกว่าเมตตาไม่ได้ คือ เมตตาพรหมวิหารเรายังไม่มีจริง ผู้ที่จะมีเมตตาจริงๆ อย่างพระพุทธเจ้าจึงหายากมาก การฝึกใจให้มีเมตตา ต้องมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เป็นพื้นฐาน จากวัตถุทาน พัฒนาไปสู่อภัยทาน ถ้าวัตถุทานให้ได้ แต่อภัยทานให้ไม่ได้ เมตตาก็ไม่เกิด ดังนั้น ต้องให้อภัยทานได้ เมตตาจึงจะเจริญ

เมตตาที่เป็นพื้นฐาน เราก็ต้องฝึกกันไป แต่ใน **กรณียเมตตสูตร** จะเป็นเมตตาขั้นสูง เจริญตติยฌานได้ ต้องเป็นผู้มีคุณสมบัติ ๑๕ ข้อ คือ ๑. *สักโก* – อาจหาญ, ๒. *อุชู* - ตรง, ๓. *สุหุชู* - ซื่อตรง, ๔. *สุวะโจ* - ว่าง่าย, ๕. *มุทุ* - อ่อนโยน, ๖. *อะนะติมานี* - ไม่เย่อหยิ่ง, ๗. *สันตุสสะโก* - สันโดษ, ๘. *สุภะโร* - เลี้ยงง่าย, ๙. *อัปปะกิจโจ* - มีกิจน้อย, ๑๐. *สัลละหุกะวุตติ* - ประพฤติตนเบากายเบาใจ, ๑๑. *สันตินทฺริโย* - มีอินทรีย์สงบ, ๑๒. *นิปะโก* - มีปัญญารักษาตน, ๑๓. *อัปปะคัพโภ* - ไม่คะนองกายวาจา, ๑๔. *กุเลสุ อะนะนุคิทโธ* - ไม่พัวพันในสกุลทั้งหลาย และ ๑๕. *นะ จะ ขุททัง สะมาจะเร กิญจิ เยนะ วิญญู ปะเร อุปะวะเทยยุง* - ติเตียนผู้อื่นด้วยสิ่งใด ไม่ควรทำสิ่งนั้นแม้เพียงเล็กน้อย คุณสมบัติครบ ๑๕ ข้อแล้วจึงจะแผ่เมตตา คือก่อนมีเมตตาต้องมีฐาน ๑๕ อย่างนั้นก่อน แล้วแผ่เมตตาไป จึงจะถึงเมตตาฌาน ดังนั้น เมตตา มีตั้งแต่ พ่อแม่เมตตาลูก, เมตตาที่แผ่ไปในสัตว์ทั้งปวง, เมตตาของพระโพธิสัตว์ และเมตตาที่เป็นเมตตากรรมฐาน เมตตาฌาน

เมตตาบริสุทธิ์จริงๆ เริ่มจากความรักของพ่อแม่ที่มีต่อลูก เรียกว่า เคหสิตเปมะ แต่เมตตาที่สูงกว่านั้นคือ **ไม่หวังสิ่งตอบแทน** จะไม่หวังผลว่า คนที่เราเมตตาจะดีหรือไม่ดี แต่เรามีเมตตาต่อเขาแล้วก็จบ ถ้าไปดูในลักขณาทิจตุกะของเมตตา ต้องมีขันติ อดทน เห็นคุณของขันติ คุณของการให้อภัย จึงเกิดเมตตา ต้องเห็นโทษของความโกรธ ทั้งในชาตินี้และชาติหน้า แล้วต้องมีขันติบารมี เห็นคุณของคนที่เราจะโกรธ ความเมตตาจึงเกิดขึ้น

ปุจฉา : ต้องคำนึงถึงเรื่องกฎแห่งกรรมประกอบไปด้วยคือมีอุเบกขา ตามที่พระอาจารย์เคยสอนใช่ไหมเจ้าคะ

วิสัชนา : ใช่ ถ้าไปถึงกฎแห่งกรรมคือเข้าใจถึงอุเบกขาแล้ว คือ เมตตา เป็นอันดับแรก กรุณาเป็นอันดับที่ ๒ มุทิตา เป็นอันดับที่ ๓ และ ๔ อุเบกขา ถ้าพิจารณาเรื่องกฎแห่งกรรมก็เป็นลักษณะของอุเบกขาพรหมวิหาร เราปรารถนาดีต่อเขาแล้ว เราทำหน้าที่ของเราครบแล้ว เขาจะดีหรือไม่ดี เป็นเรื่องกรรมของเขาแล้ว เราไม่ใช่เป็นผู้ดลบันดาล เราเป็นเพียงผู้ให้ ผู้เสริม

ปุจฉา : โยมเข้าใจแล้วว่าความรักของพระพุทธเจ้าคือความเมตตาที่บริสุทธิ์ แต่โยมอยากทราบความแตกต่างระหว่างความรักของพระพุทธเจ้า พระโพธิสัตว์ และพระพรหม มีความแตกต่างกันอย่างไรบ้างเจ้าคะ

วิสัชนา : พระโพธิสัตว์รักเมตตาเพื่อพระโพธิญาณ แต่พระพุทธเจ้าไม่ได้รักเพื่อพระโพธิญาณแล้ว เป็นอนันตะ พระองค์มีพระกรุณาดุจห้วงมหรรณพ และพรหมวิหาร ๔ ดุจห้วงมหรรณพ เมตตาไม่มีที่สุดเลย ระหว่างพระเทวทัตกับพระราหุล พระองค์รักใคร่เสมอกันเลย ไม่ทรงปรารถนาอะไรตอบแทนเลย

พระมหากรุณาธิคุณเป็นคุณสมบัติที่สำคัญที่สุด พระพุทธองค์มีแต่ให้ แต่พระโพธิสัตว์ยังหวัง ท่านยังเป็นปุถุชนแต่บำเพ็ญบารมีเพื่อเป็นพระพุทธเจ้า ยังหวังโน่นหวังนี่ ยังหวังโพธิญาณ ยังหวังให้ประเทศชาติสงบสุข ยังหวังให้ญาติสงบสุข เพราะฉะนั้นกิเลสยังมีอยู่ บางครั้งยังไปอบาย ยังตกนรกอยู่ เช่น ก่อนจะมาเป็นพระเตมีย์ใบ้ พระองค์ยังตกนรกมาก่อน

ปุจฉา : แจ่มแจ้งนักเจ้าค่ะ แล้วรักแบบพระพรหมเป็นอย่างไรเจ้าค่ะ

วิสัชนา : พระพรหมก็เหมือนกัน พระพรหมก็ยังเป็นปุถุชน แต่ถ้าพระพรหมที่เป็นอริยะ เช่น พระพรหมชั้นสุทธาวาสก็ไม่มีปัญหา ไม่มีอคติ แต่ถ้าเป็นพรหมธรรมดา พรหมปุถุชน ก็ยังมีโอกาสมีอคติ มีลำเอียงถึงจะมีเมตตาต่อสัตว์โลก แต่สัตว์โลกไหนไม่เกี่ยวข้องกับเรา ไม่มีคุณประโยชน์อะไรกับเรา พระพรหมนั้นก็ลำเอียงเป็นเรื่องปกติ เพราะความเป็นปุถุชน

ปุจฉา : อ้าว...พระพรหมมีพรหมวิหาร นึกว่าท่านจะไม่ลำเอียงเจ้าค่ะ

วิสัชนา : ก่อนที่จะมาเป็นพรหมก็ยังมีพรหมวิหารอยู่ ได้ฌานตอนนั้น อคติไม่แทรกแซง จึงมาเป็นพรหม แต่สุดท้ายแล้วก็ยังเป็นปุถุชน ยังถูกอำนาจของอคติเข้ามาแทรกแซงได้ เช่น ถ้าเราไปดูในบทสวดพาหุงฯ ตอนที่พกาพรหมมาทูลถามพระพุทธเจ้า จะเห็นว่าพระพรหมก็มีทิฏฐิมานะ มีอคติ เพราะเขาเป็นมิจฉา-ทิฏฐิ ถ้าเป็นพรหมสัมมาทิฏฐิก็ไม่มีปัญหา เจริญพร

ปุจฉา : ถ้าตกจากพรหมลงมา มีโอกาสลงไปอบายภูมิได้ไหมเจ้าคะ

วิสัชนา : ได้สิ เพราะพรหมก็ยังเป็นปุถุชนอยู่ แต่ถ้าเป็นพรหมสัมมาทิฏฐิ พรหมอริยะ ก็ไม่ไปอบายภูมิ เจริญพร

ปุจฉา : โยมเข้าใจเรื่องเมตตาลึกซึ้งขึ้นเยอะเจ้าค่ะ โยมคิดว่าคนที่มีปัญหาต้องทุกข์เรื่องความรัก เพราะเขายังเข้าไม่ถึงความหมายของเมตตาจริงๆ คนจำนวนมากบอกว่าตัวเองมีเมตตา แต่เวลาแผ่เมตตาก็ว่า **“ขอให้สัตว์ทั้งปวงจงเป็นสุข ยกเว้น..ไอ้คนข้างบ้าน”** คือเรามักจะมีใครสักคนที่เราเว้นไว้ เราจะแก้นิสัยนี้ได้อย่างไรเจ้าคะ ?

วิสัชนา : แสดงว่าเรายังไม่เข้าใจคำว่าเมตตา สิ่งแรกเลย ก่อนจะแผ่เมตตา ต้องนึกถึงว่า ทุกคนเป็นเพื่อนทุกข์ เป็นเพื่อนทุกข์ในฐานะที่ การเกิดก็เป็นทุกข์ เขาทุกข์ เราก็ทุกข์ การแก่ก็เป็นทุกข์ เราทุกข์ เขาก็ทุกข์ การเจ็บ เราก็เจ็บ เขาก็เจ็บ การตาย เราและเขาก็ต้องตาย เป็นความทุกข์ เขาก็พลัดพราก เราก็ต้องพลัดพราก การอยู่ร่วมกับคนที่ไม่ถูกกัน ก็เป็นทุกข์เหมือนกัน ปรารถนาสิ่งใดและไม่ได้ดังหวังก็ทุกข์เช่นกัน มีขันธ์ ๕ ก็เป็นทุกข์ ดังนั้น ก่อนที่จะแผ่เมตตามองให้เป็นเพื่อนทุกข์ยาก และปรารถนาให้เขามีความสุข ทุกคนเป็นเพื่อนของเราทั้งหมด สัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์ ต้องเผชิญความยากลำบากมาด้วยกัน ทุกข์ในฐานะเพื่อนทุกข์กัน ถ้าคนเคยลำบากมาด้วยกันจะทำให้มีเมตตาต่อกันง่ายขึ้น และจริงใจปรารถนาดีต่อกันได้ง่าย อยากให้เขาพ้นจากทุกข์ ถ้าเรามองอย่างนี้ขณะแผ่เมตตา จะไม่เลือกที่รักมักที่ชัง

ปุจฉา : คือเราต้องเข้าใจให้ถึงความจริงตรงนี้ก่อน ฟังดูแล้วเหมือนว่า การมีเมตตาแล้วเป็นผลดีกับผู้ที่ได้รับเมตตา แล้วเราผู้เมตตาเขา มีข้อดีอะไรบ้างเจ้าค่ะ ?

วิสัชนา: คนที่เมตตาเขาได้คือ ๑) ได้เจริญเมตตาพรหมวิหาร ๒) ได้เจริญเมตตาบารมี ๓) ได้เจริญเมตตาฌาน ถ้าเจริญเมตตาบารมี คือปรารถนาให้คนอื่นมีความสุข

โดยที่ตนเองปรารถนาดีกับคนอื่น ทำดีกับคนอื่น เราไม่ได้ปรารถนาอะไรจากเขา เวลามีเมตตา จะมองว่าเขาคือเพื่อนทุกข์เพื่อนยากของเรา หรือคนที่เรารู้จักไหมหรือเป็นอะไรกับเราไหม เรามองเห็นแค่นี้ แต่พระโพธิสัตว์จะมองสัตว์โลกทั้งมวลเป็นเพื่อนทุกข์ เพื่อนยากทั้งหมดเลย มีความปรารถนาดี อยากช่วยให้เขาทั้งหลายพ้นทุกข์ทั้งปวงได้ นอกจากนี้ลองดูอานิสงส์ของเมตตา* ท่านกล่าวไว้มี ๑๑ ประการ

ปุจฉา : โยมอยากให้พระอาจารย์เมตตาช่วยขยายความพระพุทธภาษิตที่ว่า รักอื่นเสมอด้วยรักตนไม่มี คือไม่ว่าจะมองไปทางไหน ไม่มีใครที่เป็นรักยิ่งกว่าตน

วิสัชนา : *นตฺถิ อตฺตสมํ เปมํ* - รักอื่นเสมอด้วยรักตนไม่มี พระพุทธเจ้าตรัสตอนที่พระเจ้าปเสนทิโกศลถามพระพุทธเจ้าเรื่องของพระนางมัลลิกา คือตอนแรกพระเจ้าปเสนทิโกศลถามพระนางมัลลิกาว่า ในโลกนี้เธอรักใครมากที่สุด พระนางมัลลิกาตอบว่า รักตนเองมากที่สุด คำตอบนี้ทำให้พระเจ้าปเสนทิโกศลตกตะลึงมาก เพราะคาดหวังว่าพระนางจะตอบว่ารักพระองค์มากที่สุด ทรงรีบไปเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าและทูลถามปัญหานี้ พระพุทธเจ้าตรัสยืนยันว่า ใช่ พระนางพูดความจริง สัตว์โลกทั้งมวลเป็นอย่างนั้นจริงๆ รักตนเองที่สุด อันนี้ แค่ตัณหาเปมะ รักตนเองจึงมีทั้ง ๓ มุมมอง ตัณหาเปมะ เคหสิตเปมะ และเมตตาเปมะ สัตว์ทุกตัวรักตัวกลัวตาย และแสดงความรักตนเองแตกต่างกันไป

ปุจฉา : แล้วรักตนเองแบบไหน จึงจะดีที่สุดเจ้าคะ

วิสัชนา: ถ้ารักตนดีที่สุดคือจะไม่ทำตนเองให้เดือดร้อนทั้งชาตินี้และชาติหน้า รักตนเองที่ดีที่สุดในทางพุทธศาสนาก็คือ รักษาศีล ทำสมาธิ เจริญภาวนา เจริญไตรสิกขา แต่ถ้ารักตนเอง แล้วหาวัตถุกามมาดูแลตนเอง ถือว่าการรักนั้นเป็นการรักด้วยตัณหา แต่ความรักตนที่ประเสริฐที่สุดคือรักเพื่อให้ตนพ้นจากทุกข์ทั้งปวง เป็นรักที่ดีที่สุด

ปุจฉา : ถ้าเราเริ่มต้นด้วยการรักตนเองให้ถูก คือรักตนเองเป็น เราก็จะรักคนอื่นเป็นด้วย ใช่ไหมเจ้าคะ

วิสัชนา : ใช่ เวลาแผ่เมตตาทุกครั้ง คนแรกที่เราต้องแผ่ให้คือตัวเอง ชุดที่สองคือ พ่อแม่ ครูบาอาจารย์ ชุดที่สามคือ เพื่อนๆ ญาติสนิทมิตรสหาย ชุดสุดท้ายศัตรู คู่เวร ก่อนที่เราจะให้อะไรคนอื่น เราต้องมีสิ่งนั้นก่อน แต่ถ้าเมตตามันไม่เปี่ยมล้นจากใจของเรา แค่พูดเฉยๆ มันก็เป็นแค่ลมปาก ไม่ใช่เมตตาจริงๆ ถ้ารักตนเองไม่เป็น ก็ย่อมจะรักคนอื่นไม่เป็น เป็นแค่ตัณหาเปมะ รักเพราะอยากได้อะไรจากเขา ถ้าเมตตาจริงๆ จะเปี่ยมล้นจิตใจเราออกไปราดรดผู้อื่น

ปุจฉา : สุดท้ายนี้ ขอความเมตตาพระอาจารย์ฝากข้อคิดให้ผู้อ่านเกี่ยวกับความรักความเมตตาเจ้าค่ะ

วิสัชนา : ที่อยากจะฝากไว้คือหลักสาราณียธรรม หลักพรหมวิหาร ๔ หลักสังคหวัตถุ ทั้งหมดทั้งมวลก็คือฝึกรักตนเองให้เป็น แผ่เมตตาให้กับตัวเองให้เป็น ถ้าแผ่เมตตาให้ตัวเองเป็น รักตัวเองเป็นจริงๆ ก็จะไม่ทำให้ตนเองและผู้อื่นเดือดร้อน ทั้งชาตินี้และชาติหน้า ถ้าเป็นเมตตาคือความรักที่บริสุทธิ์ แต่ถ้าเป็นตัณหาก็ทำให้คนอื่นเดือดร้อนได้ แต่ถ้าเป็นเมตตาพรหมวิหารจะไม่ทำให้ใครเดือดร้อน ขอให้มีเมตตาสาราณียธรรม เมตตาพรหมวิหาร ต้องเข้าใจเมตตาให้ชัดเจน แล้วก็ปฏิบัติอย่างถูกต้อง เมตตาก็จะเป็นประโยชน์ต่อมวลมนุษยชาติต่อสัตว์โลกทั้งปวง เจริญพร

***อานิสงส์ของการเจริญเมตตา ๑๑ ประการ** ๑. หลับอยู่ก็เป็นสุข ๒. ตื่นขึ้นก็เป็นสุข ๓. ไม่ฝันร้าย ๔. เป็นที่รักของมนุษย์ทั้งหลาย ๕. เป็นที่รักของอมนุษย์ทั้งหลาย ๖. เทวดาย่อมคุ้มครองรักษา ๗. อุปัทวันตรายทั้งหลายย่อมทำอันตรายไม่ได้ ๘. จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ง่าย ๙. ผิวพรรณย่อมผ่องใส ๑๐. เป็นผู้ไม่ลุ่มหลงมัวเมาในชีวิต ไม่ขาดสติตาย ๑๑. ถ้ายังไม่บรรลุอมฤตธรรม ย่อมเป็นผู้เข้าถึงพรหมโลก

ธรรมปริทัศน์

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต)

ยอดอุบาสิกา ธัมมกถึก ตอน ๒

ตั้งแต่พุทธกาลมา บรรยากาศของวัด คือการศึกษา ยอดอริยสาวิกา ก็รักษาพระไตรปิฎกให้เราด้วย

เกริ่นนำ

ก็เป็นอันว่า การศึกษาสมัยนั้นมีการสาธยายเป็นส่วนสำคัญ เมื่อไม่ได้ใช้วิธีของเล่มหนังสือ ก็ต้องสาธยายเอง ต้องจับให้แน่ชัด แม่นยำ แล้วก็ต้องมาพิจารณา สอดส่องเนื้อความให้กระจ่างแจ้งในความหมายของสิ่งที่ได้สาธยายนั้น เป็นชีวิตของการศึกษาตั้งแต่ในสมัยพุทธกาล

เมื่อพระพุทธเจ้าทรงสอนทรงเทศนา พระก็ทรงจำกันไว้ แล้วสาธยาย เรียกว่า สาธยายพระสูตรเป็นต้น ก็คือสาธยายพุทธพจน์นั่นแหละ ทั้งพระเถระ พระอาจารย์ ทั้งพระลูกศิษย์ เพื่อเอามาศึกษากัน ก็รักษาพุทธพจน์ไปด้วย มีมาแต่ในพุทธกาลนั้น การสาธยายก็ได้เป็นกิจกรรมส่วนหนึ่งที่สำคัญของการศึกษา

(ต่อจาก ตอน ๑ ในฉบับที่ ๒๗ เดือนสิงหาคม ๒๕๖๐)

ชีวิตของพระในสมัยพุทธกาล ก็มีให้เราเห็นในพระไตรปิฎก และในอรรถกถา บางองค์บวชเข้ามา พอเล่าเรียนศึกษาได้พอสมควรแล้ว ก็มุ่งออกไปปฏิบัติบำเพ็ญสมถวิปัสสนาเฉพาะตัว เรียกว่า **วูปกัฏโฐ** เหมือนกับปลีกตัวออกไป ตั้งใจบำเพ็ญเอาจริงเอาจัง

บรรยากาศแห่งการศึกษาในวัดตั้งแต่พุทธกาล

ว่าโดยทั่วไป พระในวัด เช้า ออกบิณฑบาต กลับมาแล้ว หลังภัต คือหลังเวลาฉันแล้ว ไม่มีเรื่องกิจของชีวิตส่วนตัวแล้ว ก็โล่ง เหลือแต่เรื่องการศึกษาการปฏิบัติของตัว ก็มักมานั่งฟังธรรม สนทนาธรรมกัน ในโรงหรือหอที่ฉันนั่นแหละ กว้างโล่งดี เป็นที่เหมาะ ก็กลายเป็นธรรมสภา คือเป็นที่มาพูด มาฟังธรรมกัน

ในพระไตรปิฎก มีคำบอกชื่อสถานที่ที่พระมักมานั่งถกถ้อยสนทนาฟังธรรมกัน ปรากฏมากอยู่ ๒ คำ ดังที่มักบอกว่า "**ปจฺฉาภตฺตํ**" หลังภัต กลับจากบิณฑบาตแล้ว พระมานั่งประชุมกันที่ "**อุปัฏฐานศาลา**" พระพุทธเจ้าเสด็จออกมาจากที่ประทับ คือ "**วิหาร**" ที่สมัยอรรถกถาเรียกว่า "**คันธกุฎี**" พระองค์เสด็จไปที่พระนั่งประชุมกันนั้น

ครั้นแล้ว พระองค์ก็ตรัสถาม เป็นสำนวนแบบที่อรรถกถา เช่น อรรถกถาธรรมบท มักเขียนไว้ว่า *"กาย นุตฺถ ภิกฺขเว เอตรหิ กถาย สนฺนิสินฺนา"* ภิกษุทั้งหลาย เธอนั่งประชุมสนทนาเรื่องอะไรกัน และตรัสต่อไปว่า *"กา จ ปน โว อนฺตรากถา วิปฺปกตา"* และเธอทั้งหลายสนทนาเรื่องอะไรค้างอยู่ พระก็กราบทูลว่า กำลังพูดคุยกันเรื่องนี้ ถ้าเป็นเรื่องมีสาระ หรือพระมีข้อสงสัยกันอยู่ พระพุทธเจ้าก็ตรัสแสดงอธิบายให้ฟัง พระก็ทูลถามต่อไป อะไรทำนองนี้ นี่คือชีวิตของพระในยุคพุทธกาล เป็นส่วนหนึ่งแห่งชีวิตของการศึกษา

สถานที่ที่พระมักมาประชุมกันนั้น ที่ใหญ่หน่อยก็คือ **อุปัฏฐานศาลา** ที่ว่าเมื่อกี้ ซึ่งก็คือ อุปัฏฐาน+ศาลา แปลว่า ศาลาเป็นที่อุปัฏฐาน หลายคนรู้จักคำว่า "อุปัฏฐาก" อุปัฏฐากก็คำเดียวกับอุปัฏฐาน ถ้าเป็นการกระทำ* เรียกว่า อุปัฏฐาน ถ้าเป็นคนที่ทำอุปัฏฐาน ก็เรียกว่า อุปัฏฐาก

อุปัฏฐาก แปลว่าอะไร อุปัฏฐากก็แปลว่า ผู้เฝ้า ผู้ดูแล เช่น พระเฝ้าไข้ พระดูแล อย่างพระอานนท์เป็นพระอุปัฏฐากของพระพุทธเจ้า (พุทธอุปัฏฐาก หรือ พุทธุปัฏฐาก) ในพจนานุกรมไทยแปลว่า ผู้อุปถัมภ์บำรุง จะแปลว่าผู้รับใช้ ก็ได้

บอกแล้วว่ามาจากอุปัฏฐาน ทีนี้ อุปัฏฐาน ก็มาจาก "ฐาน" ซึ่งแปลว่าการยืน แล้ว "**อุป**" แปลว่า เข้าไป หรือใกล้ๆ **อุปัฏฐาน** ก็แปลว่า เข้าไปยืนใกล้ๆ ทำไมล่ะ ก็ไปยืนดูแล ดีกว่ายืนอยู่ไกลๆ ดูแลว่ามีอะไรที่ควรทำให้ ท่านต้องการจะให้ช่วยเหลืออะไร อย่างคนเจ็บคนไข้ก็ต้องไปดูแลอยู่ใกล้ๆ ที่ว่า ไปยืนใกล้ๆ เมื่อไปยืนดูแล้ว ก็นั่งด้วย นั่งก็อยู่ในคำนั้นแหละ คือเป็นลักษณะและอาการทั่วไปของการคอยดูแล อาการที่เข้าไปยืนดูอยู่ใกล้ๆ นี้เป็นหลักใหญ่ แล้วในเวลาที่ไม่มีอะไรมาก ก็ไปนั่งคอยดู คำว่าฐานนี้แปลว่ายืนก็จริง แต่บางทีก็แปลว่า อยู่ ยืนอยู่ ตั้งอยู่ ดำรงอยู่

เป็นอันว่า อุปัฏฐาน ก็ไปอยู่ใกล้ๆ คอยอยู่ใกล้ๆ คือดูแล ทีนี้ ใช้ไปใช้มา กลายเป็นใช้คำว่า "เฝ้า" อย่างเวลาเฝ้าพระพุทธเจ้า ก็ใช้อุปัฏฐานนี้ อย่างพระอานนท์ก็เป็นอุปัฏฐาก

รวมความว่า การมายืน มาอยู่ใกล้ๆ คอยดูแล เฝ้าอยู่ เฝ้าฟังความ เรียกว่า *อุปัฏฐาน* ผู้ที่มายืน มาอยู่ใกล้ๆ คอยอยู่ใกล้ๆ คอยดูแล เฝ้าอยู่ ก็เรียกว่า อุปัฏฐาก

ทีนี้ การที่จะเกิดมีอุปัฏฐานศาลา ก็มีเรื่องมาว่า พระภิกษุทั้งหลายนั้น เดิมทีท่านไม่มีที่ฉัน ไปบิณฑบาตมาแล้วก็ฉันกันตามพื้นกลางแจ้ง ก็ลำบาก ด้วยร้อนบ้าง หนาวบ้าง พระพุทธเจ้าจึงทรงอนุญาตให้มีอุปัฏฐานศาลา เป็นที่ฉัน *(วินย.๗/๒๓๕/๙๘)*

อุปัฏฐานศาลาก็เป็นที่ฉัน จึงแปลกันว่า หอฉัน และจึงเป็นที่มีพระมาพร้อมกันมาก พอบ่ายก็เป็นที่ว่าง กว้างขวาง พระก็ใช้เป็นที่มานั่งสนทนาประชุมกัน เมื่อมาชุมนุมหรือประชุมกันก็มายืน มาอยู่ใกล้กัน

ที่อุปัฏฐานศาลานั้น บางทีพระบางองค์ก็แสดงธรรมให้ที่ประชุมฟัง บางทีท่านก็ซักถามสนทนากัน มีเรื่องในพระไตรปิฎก บางทีพระพุทธเจ้าเสด็จมาที่นั่น มีพระภิกษุกำลังพูดให้ที่ประชุม

*__อุปัฏฐาน__ เป็นการกระทำ หรือ สถานที่ก็ได้ (อุป + ฐา + ยุ)

ฟัง ปิดประตูไว้ เมื่อพระพุทธเจ้าเสด็จไป ทรงได้ยินเสียงว่าพระกำลังแสดงธรรมให้หมู่คณะฟัง พระองค์ไม่ทรงต้องการรบกวนหรือขัด ก็ประทับยืนรออยู่ที่ซุ้มประตู จนกระทั่งพระองค์นั้นแสดงธรรมจบแล้ว พระองค์จึงทรงกระแอมและเคาะประตู พระมาเปิดประตู พระองค์เสด็จเข้าไปแล้วก็ตรัสแก่พระองค์นั้นและประทานสาธุการ *(องฺ.นวก. ๒๓/๒๐๘/๓๗๑)* อย่างนี้เป็นต้น

ที่อุปัฏฐานศาลานั้น ขณะที่พระมาพูดธรรมฟังธรรมกัน พระพุทธเจ้าก็เสด็จไปทรงแสดงธรรมอธิบายธรรมให้พระฟัง พระมีปัญหามีข้อสงสัยอะไรก็ทูลถาม จนกระทั่งมีอาสนะที่พระปูถวายไว้ประจำที่นั่น อุปัฏฐานศาลาก็จึงทำหน้าที่เป็นธรรมสภา และเป็นที่เฝ้าพระพุทธเจ้าด้วย สมชื่อว่า **อุปัฏฐานศาลา** *(ใครอยากทราบให้ชัดขึ้น ก็ไปดูคำอธิบายของอรรถกถา เช่น อุ.อ.๑๐๖)*

ที่ว่ามานี้ ก็ชี้ให้เห็นชีวิตในวัดสมัยก่อน ตั้งแต่พุทธกาลที่พระพุทธเจ้ายังประทับอยู่ ซึ่งมีบรรยากาศของการศึกษา

นอกจากอุปัฏฐานศาลา อีกคำหนึ่งซึ่งเป็นชื่อเรียกสถานที่ที่พระมักมาพบปะหรือประชุมพูดธรรมฟังธรรมกัน คือคำว่า **"มณฑลมาฬ"** (มณฑลมาล ก็เขียน) แปลกันว่า **โรงกลม** (อรรถกถาบางทีอธิบายว่าเป็น **ทุสสมณฑป** คือโรงผ้าขึง)

ที่นี่ก็ทำนองเดียวกับที่อุปัฏฐานศาลาหลังภัต คือตอนบ่ายพระมานั่งสนทนาธรรมกัน บางครั้งพระพุทธเจ้าก็เสด็จเข้าไป พระก็หยุด พระองค์ก็ตรัสถาม พระก็กราบทูลว่ากำลังสนทนากันเรื่องนั้นเรื่องนี้ พระองค์ก็ทรงตอบคำถามบ้าง ทรงอธิบายบ้าง ทรงเล่าขยายความบ้าง ให้พระได้ความรู้ความเข้าใจเพิ่มขึ้น

บางทีพระก็สนทนาไม่เข้าเรื่อง หรือพูดเรื่องไม่เป็นเรื่อง เช่นว่าเวลานั้น พระเจ้าแผ่นดินประเทศมหาอำนาจมี ๒ รัฐใหญ่ คือ แคว้นมคธกับแคว้นโกศล ราชาแห่งมคธคือพระเจ้าพิมพิสาร ราชาแห่งโกศลคือพระเจ้าปเสนทิโกศล

คราวหนึ่งพระก็มานั่งสนทนาถกเถียงกันว่า *(คราวนี้พระพูดกันในอุปัฏฐานศาลา, ขุ.อุ.๒๕/๕๒/๘๖)* พระเจ้าแผ่นดินสองพระองค์นี้ องค์ไหนมีโภคะมีพระคลังใหญ่กว่า องค์ไหนแคว้นใหญ่กว่า องค์ไหนมีกำลังอำนาจเหนือกว่า องค์ไหนรบเก่งกว่า ถกเถียงกันทำนองนี้ พระพุทธเจ้าเสด็จมา พระองค์ตรัสถามว่า เธอสนทนาอะไรกันค้างอยู่ พระก็ทูลเล่าถวาย พระองค์ก็ตรัสสอนว่า พระมาสนทนากันในเรื่องอย่างนี้ ไม่สมควร ถ้าจะสนทนาอย่างนี้ นั่งนิ่งดีกว่า เป็นอริยดุษณีภาพ **อริยดุษณีภาพ** เป็นคำตรัสของพระพุทธเจ้า หมายถึงการนิ่งอย่างอริยชน

ทีนี้บางที พระบางรูปก็สนทนาเรื่องโจรว่า โจรก๊กนั้นแก๊งนี้ไปปล้นอย่างนั้นอย่างนี้ เก่งจัง อีกรูปก็เถียงว่า ไม่จริงหรอก สู้โจรก๊กโน้นแก๊งนู้นไม่ได้ พวกหลังนี้เก่งกว่า ถ้าเป็นเมืองไทยสมัยก่อนไม่นานนี้ ก็มาเถียงกันว่า เสือดำกับเสือใบ ใครเก่งกว่ากัน อะไรทำนองนี้ พระพุทธเจ้าเสด็จมา พระก็เงียบ พระองค์ก็ตรัสถามว่า เธอทั้งหลายสนทนาอะไรกันค้างอยู่ เมื่อพระกราบทูลแล้ว พระองค์ก็ตรัสสอนให้รู้กันว่า การพูดคุยกันอย่างนั้นเป็น **ติรัจฉานกถา** มีความหมายว่าเป็นถ้อยคำเรื่องราวสนทนาที่ขวางทางนิพพาน พระพุทธเจ้าทรงสอนว่าไม่ควรสนทนาเรื่องอย่างนี้

แต่ถ้าพระสนทนากันเรื่องบ้านเมืองว่า เวลานี้มีโจรปล้นที่นั่น ปล้นที่นี่ บ่อยมาก ไม่ดีเลยนะ ทำให้ประชาชนเดือดร้อน ทำอย่างไรจะช่วยให้บ้านเมืองสงบสุข ให้ชาวบ้านทำมาหากินกันอย่างปลอดภัย จะได้โล่งใจ และได้นอนตาหลับ เราควรแสดงธรรมอะไรดี ช่วยกันหน่อย พระต้องระดมกำลังกัน จาริก ไปเทศน์ ไปสั่งสอน อย่างนี้ถือว่าเป็นการสนทนาธรรม ไม่เป็นไร จะพูดเรื่องโจร เรื่องพระราชา หรือเรื่องอะไร ก็ไม่ว่า อย่างที่พระพุทธเจ้าตรัสเรื่องชาดก ตรัสแสดงธรรมมากมาย โดยทรงปรารภเรื่องราวและเหตุการณ์ร้ายบ้าง ดีบ้าง อะไรเหล่านี้ อย่างนี้ไม่เป็นติรัจฉานกถา โยมต้องแยกให้ได้ พระต้องปฏิบัติให้ถูกต้อง

นี่ก็เล่าให้ฟัง โยมจะได้เข้าใจ พอได้มองเห็นชีวิตในวัดสมัยพุทธกาลว่าท่านอยู่กันอย่างไร นี่ส่วนหนึ่ง

สวดมนต์ จากสาธยายมนต์ให้ถึงสาธยายธรรม

กลับมาที่การสาธยาย คือ “**สัชฌายะ**” อย่างที่ว่าแล้ว การสวด คือ **สาธยาย** เป็นคำสำคัญในพระธรรมวินัย เป็นเรื่องของการรักษาคำสอนของพระพุทธเจ้า และเป็นกิจกรรมในชีวิตการศึกษา อย่างที่ว่ามาแล้ว การสวดหรือสาธยายนั้น จึงเป็นการสวดธรรม สาธยายธรรม หรือธรรมสาธยายบ้าง สาธยายพระสูตร หรือสวดพระสูตรบ้าง เป็นต้น

แต่เวลานี้ เราใช้คำว่า “**สวดมนต์**” กันจนติดกลายเป็นคำพูดสามัญของชาวพุทธเมืองไทยไปแล้ว ก็เอาละ ให้เป็นเรื่องที่แล้วก็แล้วกันไป แต่เมื่อเป็นชาวพุทธ ถึงจะรับเอาคำข้างนอกมาใช้ ก็ควรใช้อย่างรู้เท่าทัน อย่างน้อยว่าอันนี้ เราว่าไปตามนิยมกันนะ แต่เราจะใช้ จะทำให้ถูกต้องตามความหมายของเรา คือให้เป็นไปตามหลักของพุทธ

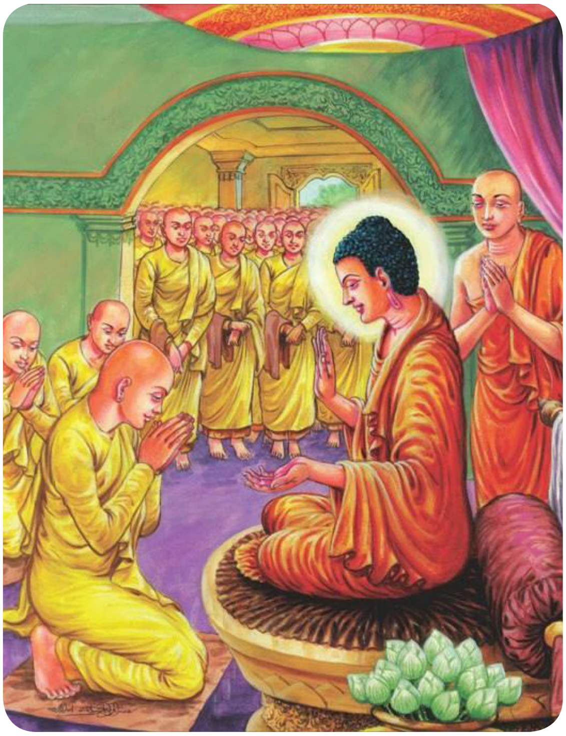
คำว่า “**สวดมนต์**” นี้ เราไปเอาคำของพราหมณ์มาใช้ เพราะว่ากันตามที่แท้ในพระพุทธศาสนาไม่ใช้คำว่ามนต์ มนต์เป็นคำของพราหมณ์ ถ้าเป็นการสวดมนต์ ก็คือ “**มนฺตสชฺฌาย**” (สันสกฤตเป็น “**มนฺตฺรสฺวาธฺยาย**”) สวดมนต์ คือ สาธยายมนต์ หรือ สังวัธยายมนตร์

ว่าตามมติในพระพุทธศาสนา อรรถกถาอธิบายว่า การสวดมนต์ หรือสาธยายมนต์ หมายถึงการสวดหรือสาธยายมนต์อาถรรพ์ (อาถพฺพณ-มนฺต คือมนตร์ในอาถรรพเวท) พูดอย่างเข้าใจกันง่ายๆ ก็คือมนต์ในทางไสยศาสตร์ เช่น มนต์ทำเสน่ห์ มนต์เสกหนังเสกตะปูเข้าท้องเขา มนต์ไล่ผี มนต์เรียกเอาผีลงใส่หม้อ ฯลฯ

ท่านผู้รู้ในพระพุทธศาสนาบางครั้งท่านก็เอาคำว่า มนต์ หรือมนตร์ ของพราหมณ์มาใช้บ้าง เพื่อสื่อสารกับพวกพราหมณ์ หรือกับคนนอกศาสนาที่ยังไม่รู้จักพระพุทธศาสนา คือเอาคำของเขามาใช้เพื่อสื่อสารเชิงเทียบเคียงให้เขาพอจะคิดเข้าใจหลักธรรมคำสอนของเรา เช่น ในการโต้ตอบกัน เขาพูดขึ้นมาถึงมนต์ของเขา ทางฝ่ายเรารู้หมดทีนี้จะถามเขาบ้างว่าเข้าใจหลักธรรมของเราไหมที่ว่าอย่างนี้ๆ ก็บอกเขาว่านี่เป็นพุทธมนต์ เมื่อเขาบอกว่าเขายังไม่รู้ และเขาอยากเรียนพุทธมนต์นั้น ก็ตกลงสอนให้ และเมื่อเขารู้เข้าใจหลักธรรมนั้นดีแล้ว ก็เลิกใช้คำว่ามนต์ที่เป็นคำของเขานั้นเพราะเราใช้เพียงเป็นคำสื่อเบื้องต้น

กรณีอย่างที่ว่านี้ มาในประวัติของบุคคลสำคัญหลายท่าน ตัวอย่างเช่น เมื่อพระสารีบุตรรับการท้าโต้ธรรมกับนางชัมพุปริพาชิกา นางปริ-พาชิกาถามปัญหาอะไรมา พระสารีบุตรก็ตอบได้หมด ในที่สุด ถึงวาระพระสารีบุตรถามบ้าง เป็นคำถามข้อธรรมสั้นๆ ปริพาชิกาตอบไม่ได้ นางจึงถามว่าที่ท่านถามนั้นคืออะไร พระสารีบุตรก็

ตอบว่าเป็นพุทธมนต์ ปริพาชิกาจะขอเรียน ก็เลยบวชเป็นภิกษุณีเข้ามาเรียนธรรม ก็เลิกใช้คำว่าพุทธมนต์ จบแล้วได้เป็นพระภิกษุณีสำคัญ เป็นมหาสาวิกา คือ พระกุณฑลเกสีเถรี



สาระของเรื่องที่เล่าเป็นตัวอย่างมานี้ ก็อยู่ที่ว่าเรายอมใช้คำของพราหมณ์ และลัทธิภายนอกเพื่อการสื่อสารเชื่อมต่อให้เขามาเข้าใจหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ก้าวจากเรื่องไสยศาสตร์ และเรื่องความเชื่อถือต่างๆ มาสู่เรื่องของปัญญา

ในยุคต่อๆ มา เราก็ใช้คำว่ามนต์ โดยเปลี่ยนจากมนต์ มนตร์ มันตระ ของพราหมณ์ ที่เป็นอาถรรพณมนต์ มาเป็น**พระพุทธมนต์** วิธีของเราคือ ไปเลือกคัดเอาบทธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่เป็นพระพุทธคุณ หรือที่แสดงคุณของพระรัตนตรัยบ้าง ที่เป็นคำแสดงความปรารถนาดีแบบอวยชัยให้พรบ้าง ที่แสดงอำนาจของคุณธรรมในการคุ้มครองปกป้องและแก้ปัญหาบ้าง ที่มีตำนานในด้านการบำรุงจิตใจทำให้ฟื้นจากป่วยไข้หายโรคบ้าง ฯลฯ จัดเป็นพระปริตร (“ปริตฺต”) ต่างๆ ซึ่งมีความหมายเป็นคำแปลว่า คุ้มครองป้องกัน ก็นำมาสวดกัน เรียกว่าเป็นมนต์ของพระพุทธเจ้า เป็นพระพุทธมนต์ ชาวพุทธก็มีมนต์ของตัว ไม่ใช่มนต์ของพราหมณ์

ควรทำความเข้าใจกำกับไว้ว่า มนต์ของพระพุทธศาสนา อย่างพระปริตรทั้งหลายนั้น มีอานุภาพในทางปกป้องคุ้มครอง ให้เกิดความมั่นคง มั่นใจ ปลอดภัย มีความเกษมสวัสดี นำมาซึ่งความสุขความเจริญ โดยอยู่ในขอบเขตของคุณธรรม ไม่มีการทำร้ายเบียดเบียนสนองโลภะโทสะอย่างมนต์อาถรรพณ์ของพราหมณ์หรือไสยศาสตร์ และไม่เลยเถิดไปในทางที่จะทำให้ปล่อยตัวตกอยู่ในความประมาท ต้องไม่เป็นอย่างลัทธิอ้อนวอนนอนรอผลดลบันดาล ที่ทำให้งอมืองอเท้า ไม่ต้องทำอะไร แต่ให้มีกำลังใจ มั่นใจที่จะทำการทั้งหลายอย่างเข้มแข็งจริงจัง

บทธรรมที่นำมาใช้สวดมนต์นั้น หลายบทเป็นคำสอนในขั้นปัญญาอย่างสูง เรานำมาใช้กันมักเพื่อผลแค่ในระดับจิตใจ ชาวพุทธจะต้องเข้าใจเรื่องนี้ แล้วเราจะเจริญก้าวหน้าในธรรม จากขั้นต้นที่สวด-สาธยายได้ผลได้อานิสงส์ทางจิตใจ แม้แต่ปีติอิ่มใจ ได้ความแช่มชื่นสงบ เตรียมจิตให้พร้อมที่จะเจริญสมาธิ ได้บรรยากาศที่รื่นรมย์ ได้พฤติกรรมของหมู่ชนที่เรียบร้อยงดงามน่าเลื่อมใสชวนศรัทธาแล้ว เมื่อให้การสวด-สาธยายนำใจเข้าสู่การศึกษา ก็จะก้าวไปในปัญญาด้วย

เป็นอันว่า เรื่องสวดมนต์ สาธยายมนต์ที่เป็นคำของพราหมณ์ คราวนี้เรานำมาใช้ในความหมายของเราแบบพุทธ ถึงแม้ถ้อยคำจะปะปนกันบ้าง เราก็ใช้กันมาจนติดชิน เข้าเป็นประเพณีแน่นหนาไปแล้ว

ถึงเราจะใช้ตามกันมา แต่ก็ขอให้ใช้ด้วยความรู้เข้าใจเท่าทันว่า ในที่สุดเรามุ่งเพื่อสาธยายพุทธพจน์ สาธยายพระสูตร สาธยายพระธรรม เป็นธรรมสาธยาย โดยมุ่งที่พุทธพจน์เป็นสำคัญ ก็ให้การสาธยายนั้น พาเราก้าวหน้าไปในธรรมด้วย โดยรู้เข้าใจเนื้อความ แล้วก็นำขึ้นไปสู่การศึกษา การปฏิบัติ เจริญงอกงามขยายต่อไป ไม่ใช่แค่สาธยายว่ากันไปตามแบบ ไม่ใช่แค่พอรักษาประเพณีและรักษาหมู่คณะเท่านั้น และก็ไม่ใช่ให้ได้ผลแค่ในขั้นจิตใจ แต่ให้ก้าวไปในปัญญาด้วยอย่างที่ได้พูดมา

วันนี้เรามาประชุมกัน สวดสาธยายมนต์กันหลายบท เมื่อสวดจบแล้ว เราอาจจะเลือกเอาบทใดบทหนึ่งที่สวดสาธยายกันแล้วนั้น ยกขึ้นมาเป็นเรื่องที่จะสนทนาสากัจฉากันสักบทหนึ่ง วันหนึ่งหรือครั้งหนึ่งก็บทหนึ่ง ยกเอามาพูดคุยสนทนา ทำความเข้าใจเนื้อหาสาระกัน และชวนกันนำธรรมในนั้นไปปฏิบัติ อย่างนี้ก็จะเป็นการใช้การสาธยายให้เป็นประโยชน์ จะใกล้เคียงกับชีวิตในสมัยพุทธกาล

อีกอย่างหนึ่ง เมื่อเราสวดบทสวดมนต์ทั้งหลาย ที่สาธยายกันเป็นประจำจนแม่นดีแล้ว เราก็อาจจะแถมหรือเพิ่ม โดยไปเลือกคัดจากพระไตรปิฎก เอาพระสูตรที่เหมาะๆ มาสาธยายเพิ่มขึ้น นี่ก็จะเป็นการดี อันนี้ท่านไม่ได้ห้าม

สมัยก่อน เมื่อผมเป็นเณรเล็กๆ หรือแม้แต่เป็นพระรุ่นเล็กๆ ยังเด็กๆ อยู่ที่วัดพระพิเรนทร์ ท่านสวดกันมากมาย หลังจากสวดทำวัตรค่ำจบแล้ว ก็สวดมนต์ต่อ นอกจากบทสวดมนต์ที่ใช้กันทั่วไปแล้ว พระสูตรใหญ่ๆ ไม่ใช่แค่ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร อาทิตตปริยายสูตร อนัตตลักขณสูตร เท่านั้น ท่านสวดไปถึงมหาสติปัฏฐานสูตร ซึ่งยาวมาก วันเดียวสวดไม่จบ วันนี้สวดจบแค่นี้ พรุ่งนี้

สวดต่อ แล้วพรุ่งนี้ก็ไม่จบ วันมะรืนสวดต่อ ราวๆ สัก ๓ วัน จึงจบมหาสติปัฏฐานสูตร อย่างนี้เป็นต้น

ยอดพหูสูตอุบาสิกา รักษาพระไตรปิฎกให้เราด้วย

ถ้าไม่อยากให้เป็นพระสูตรที่ยาวมาก ก็มีแหล่งหนึ่งที่จะบอกให้ ที่มีพระสูตรขนาดสั้นหน่อยมากมาย นี่ก็คือ **พระสูตรในคัมภีร์อิติวุตตกะ** ซึ่งมีทั้งหมด ๑๑๒ สูตร กินเนื้อที่ในพระไตรปิฎกเล่ม ๒๕ เพียง ๙๘ หน้า แสดงว่าพระสูตรหนึ่งๆ ไม่ยาวเลย เฉลี่ย พระสูตรละไม่ถึง ๑ หน้า มีพระสูตรที่แสดงหลักธรรมสำคัญๆ น่าศึกษามาก

พระสูตรในอิติวุตตกะเหล่านี้ทั้งหมด ได้จากอุบาสิกาซึ่งเป็นอริยสาวิกาท่านหนึ่ง ชื่อ**ขุชชุตตรา ที่พระพุทธเจ้าทรงยกย่องเป็นเอตทัคคะในบรรดาอุบาสิกาพหูสูต** อุบาสิกาท่านนี้เป็นผู้ทรงจำพุทธพจน์ในคัมภีร์ที่เรียกว่าอิติวุตตกะนี้ไว้ ซึ่งได้นำมาสู่การสังคายนาครั้งที่ ๑ แล้วก็เก็บรักษาไว้ในพระไตรปิฎก

เรื่องนี้แปลก และน่าสนใจมาก เรารู้กันว่า พระสูตรทั้งหลายทั้งปวงนั้น พระอานนท์พุทธอุปัฏฐาก เป็นผู้ทรงจำไว้ และเป็นผู้วิสัชนาในสังคายนาครั้งที่ ๑ เวลาแสดง พระอานนท์ขึ้นคำนำ บอกที่มาที่ไปของแต่ละพระสูตรว่า **"เอวมฺเม สุตํ เอกํ สมยํ ภควา..."** ถ้าเริ่มอย่างนี้ก็เป็นสำนวนของพระอานนท์ ที่นำมาสาธยายแก่ที่ประชุมสังคายนาครั้งแรกนั้น

แต่ดังที่ว่าแล้ว พระสูตร ๑๑๒ สูตร ในอิติวุตตกะ ที่อุบาสิกาชื่อขุชชุตตราท่านนี้ ทรงจำ

รักษาไว้และนำมาถ่ายทอดให้นั้น ไม่ได้เริ่มต้นว่า "**เอวมฺเม สุตํ...**" แต่ขึ้นต้นว่า "**วุตฺตํ เหตํ ภควตา วุตฺตมรหตาติ เม สุตํ**" ก็ลงท้ายว่า "**สุตํ**" เหมือนกัน แต่ขึ้นต้นคนละสำนวนเลย นี่แหละคือสำนวนของอุบาสิกาชื่อ **ขุชชุตตรา** นี้ ผู้ทรงจำพระสูตรชุดนี้ของพระไตรปิฎกไว้ **เราจะต้องระลึกบุญคุณของอุบาสิกาท่านนี้ ว่าเป็นบุคคลสำคัญที่ได้ช่วยรักษาพุทธพจน์ไว้ได้จำนวนมากทีเดียว**

พระสูตรในอิติวุตตกะนี้ เป็นพระสูตรที่สำคัญไม่น้อยเลย อย่างเรื่องนิพพาน ๒ บุญกิริยาวัตถุ ๓ ก็มาในอิติวุตตกะนี้

เรื่องการรักษาพระไตรปิฎกของขุชชุตตราอุบาสิกา อริยสาวิกายอดพหูสูตนี้ มีเรื่องเป็นมาว่า เมื่อพรรษาที่ ๙ แห่งพุทธกิจ พระพุทธเจ้าประทับจำพรรษาที่โฆสิตาราม พระนครโกสัมพีนครหลวงของแคว้นวังสะ เวลานั้น ขุชชุตตรานี้เป็นอุปัฏฐายิกา พูดง่ายๆ ว่า เป็นคนรับใช้ของพระนางสามาวดี ซึ่งเป็นมเหสีของพระเจ้าอุเทน ในช่วงเวลานั้น ขุชชุตตราได้ไปฟังธรรมที่วัดโฆสิตารามเป็นประจำ

เรื่องราวดำเนินไปว่า พระนางสามาวดีซึ่งเป็นพระมเหสี ยอมรับความดีงาม ความสามารถของขุชชุตตรา ถึงกับรับฟังธรรมที่ขุชชุตตราสดับมาแล้วถ่ายทอดให้ โดยยกย่องนับถือ ให้นั่งแสดงธรรมบนที่สูงกว่า ขุชชุตตราอุบาสิกาก็ได้แสดงธรรมให้แก่ชาววัง มีพระนางสามาวดีเป็นประมุขจนตลอดพรรษา

อริยสาวิกาขุชชุตตราท่านนี้ ได้ทรงจำรักษาพระไตรปิฎกส่วนนี้มา แล้วท่านส่งต่อแก่เหล่าภิกษุณี แล้วภิกษุณีสงฆ์ก็รักษาพุทธพจน์ส่วนนี้ไว้ แล้วภิกษุณีสงฆ์ก็ถ่ายทอดให้แก่ภิกษุสงฆ์ ดังที่นำมาแสดงในสังคายนาครั้งที่ ๑ ตามคำของอริยสาวิกาขุชชุตตรา ดังบอกแล้ว ที่ขึ้นต้นว่า "**วุตฺตํ เหตํ ภควตา วุตฺตมรหตาติ เม สุตํ**" ซึ่งเรียกรวมว่า **อิติวุตตกะ** อยู่ในพระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕ ใครสนใจก็ไปอ่านดู ก็จะได้รู้จัก *(และที่จริงก็ได้เขียนเล่าไว้ใน **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์** แล้ว ละเอียดกว่าที่เล่าที่นี่ ให้ดูที่คำว่า "**ขุชชุตตรา**")*

นี่แหละ อย่านึกว่าพระเท่านั้นทำงานสำคัญ ขอให้โยมรู้จักไว้ บุคคลสำคัญที่รักษาพระพุทธศาสนามา ตั้งแต่ครั้งพุทธกาล ก็มีกระทั่งโยมอุบาสกอุบาสิกา ที่มีความรู้พระธรรมวินัยดี มีความแตกฉาน

ตัวอย่างฝ่ายอุบาสกบ้าง ท่านหนึ่งชื่อ **จิตตคหบดี** เป็นพระอนาคามี พระพุทธเจ้าทรงยกย่องให้เป็นเอตทัคคะในบรรดาธรรมกถึกฝ่ายอุบาสก บางทีพระสงสัยธรรม มาถามท่าน ท่านก็อธิบายให้พระฟังได้

ถ้าคฤหัสถ์เก่ง ทั้งหญิงทั้งชาย มีความรู้ดี ก็ช่วยกันรักษาพระธรรมวินัยไว้ได้ ไม่ให้คนไปนับถือเหลวไหล ออกนอกลู่นอกทาง พุทธบริษัทก็จะเข้มแข็ง มั่นคง

ก็เลยนำมาเล่าให้ฟัง จะเห็นว่าเป็นบรรยากาศของการศึกษาทั้งนั้น วันนี้ก็ขอจบการเล่าเรื่องแค่นี้

ที่มา : ปรารภธรรม หลังฟังสวดปาติโมกข์ ณ อุโบสถวัดญาณเวศกวัน อ.สามพราน จ.นครปฐม วันที่ ๒๓ กรกฎาคม ๒๕๖๐

พระธรรมเทศนา

พระอาจารย์ชยสาโร

ความรักที่แท้จริง

วันนี้อาตมามีความยินดีที่ได้มีโอกาสมาเยี่ยมญาติโยม จะใช้เวลาให้เป็นประโยชน์มากที่สุด ใช้เวลาให้คุ้มค่าที่สุด อาตมาเป็นชาวอังกฤษ เกิดในประเทศที่ไม่มีพุทธศาสนา บ้านของโยมพ่อโยมแม่อยู่ในชนบท บ้านที่เราอยู่นั้นเท่ากับอำเภอที่ต่างจังหวัดในเมืองไทย พลเมืองหมื่นกว่าๆ ตอนอาตมาเป็นเด็ก สุขภาพไม่ดี เป็นโรคหืด ทุกปีจะมีหลายวันที่ไม่ได้ไปโรงเรียน ทำให้เกิดนิสัยชอบอยู่คนเดียว ชอบอ่านหนังสือ ชอบคิดค้นคว้า และพิจารณาเรื่องชีวิตของตัวเอง

พออายุ ๑๕ - ๑๖ ปี ร่างกายสังขารก็มีการเปลี่ยนแปลง จากเด็กสู่ผู้ใหญ่ และความคิดก็มีการวิวัฒนาการเช่นเดียวกัน เกิดความสงสัยว่าเราเกิดมาทำไม สิ่งที่สูงสุดที่มนุษย์ควรจะได้คืออะไร ในโลกนี้ ชีวิตที่ประเสริฐมีจริงไหม และชีวิตที่ประเสริฐคืออะไร เมื่อเกิดความสงสัยอย่างนี้ขึ้นมาแล้วก็ค่อนข้างฟุ้งซ่าน บางทีนอนไม่หลับ รู้สึกว่าเป็นปัญหาสำคัญมากที่จำเป็นต้องหาคำตอบให้ได้ แต่สิ่งที่แปลกก็คือ เพื่อนๆ ไม่เห็นว่าเป็นเรื่องสำคัญเลย พูดกับเพื่อนๆ เหมือนพูดกันคนละภาษา อยู่กันคนละโลก ได้คุยกับครูที่โรงเรียนก็เหมือนกัน มีความรู้สึกเปล่าเปลี่ยวว้าเหว่ เหมือนกับว่าเราเป็นคนเดียวในโลกที่มีความคิดอย่างนี้

แต่โชคดีมากที่บ้านของอาตมาอยู่ห่างจากเคมบริดจ์ไม่กี่กิโลเมตร วันเสาร์อาตมามักจะขึ้นรถเมล์ไปเที่ยวเมืองเคมบริดจ์ แต่ไม่ได้ไปเที่ยวดูอะไรหรอก ไปอยู่ที่ร้านหนังสือ เมืองเคมบริดจ์มีร้านหนังสือเยอะมาก และที่นั่นส่วนมากผู้ที่ทำงานในร้านหนังสือเป็นนิสิตเก่า เขาเห็นใจนักศึกษายากจน เราจะไปอ่านหนังสือทั้งวันก็ได้ ไม่มีใครรบกวน

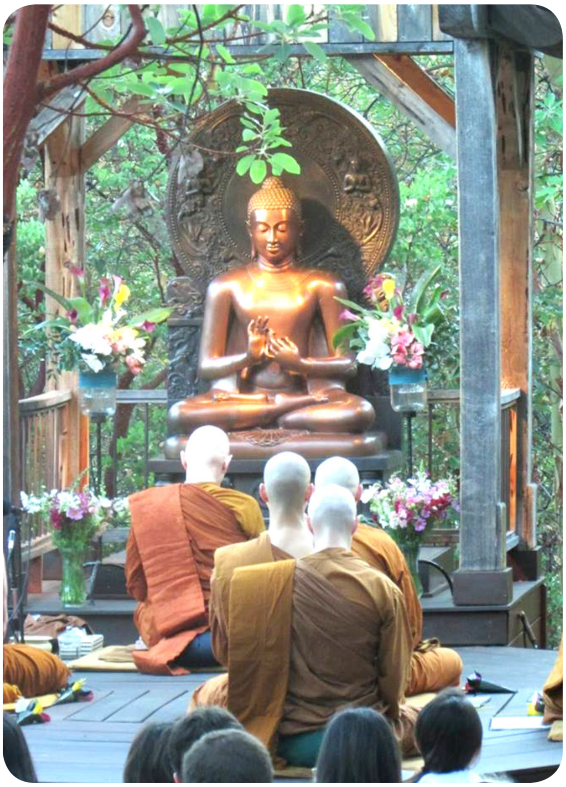
บางทีอาตมาจะไปถึงแต่เช้า หยิบหนังสือมาอ่านถึงเที่ยง หิวข้าวก็เก็บหนังสือไว้ที่เดิม ออกไปกินข้าวเสร็จแล้วกลับมาอ่านต่อ อ่านหนังสือเพลินๆ ไม่ต้องเสียสตางค์เลย ก็ทำอย่างนี้หลายครั้ง ชอบอ่าน ชอบศึกษาเรื่องจิตใจ เรื่องปรัชญา เรื่องจิตศาสตร์ มนุษยศาสตร์ สนใจในเรื่องเหล่านี้

จนกระทั่งวันหนึ่ง ได้พบหนังสือคำสอนของพระพุทธเจ้า อ่านหนังสือหน้าแรกก็สะดุ้ง เกิดความศรัทธาเลื่อมใสว่านี่คือความจริง ไม่มีความรู้สึกว่าเป็นปรัชญาของเอเชียหรือเป็นของแปลกอะไร แต่อาตมามีความรู้สึกเหมือนกับว่าพระพุทธเจ้าสามารถเอาความคิดที่ลึกซึ้งของเราออกมาพูดเป็นภาษาคน เพราะฉะนั้น **การได้พบพระพุทธศาสนา เท่ากับได้พบตัวเอง ทำให้เข้าใจการสอนของครูบาอาจารย์ที่ว่า พุทธศาสนาไม่ใช่เรื่องตำรา ไม่ใช่เรื่องของวัดวา ไม่ใช่เรื่องของนักบวช เป็นเรื่องของเราทุกคน และเป็นเรื่องของหัวใจมนุษย์**

สิ่งที่ประทับใจมากในหนังสือเล่มนั้นคือ **คำสอนที่เกี่ยวกับจิต** หมายถึงจิตที่บริสุทธิ์ สะอาดโดยธรรมชาติ พระพุทธศาสนาสอนว่า *“จิตใจของเราโดยธรรมชาติ จิตเดิมแท้ เป็นจิตที่ใสสะอาด จิตนี้หลงอารมณ์ เกิดความเข้าใจผิด เกิดความคิดผิดเกี่ยวกับตัวเอง ชีวิตของตนเอง และความคิดผิดนี้ กลายเป็นความยึดมั่นถือมั่นในความรู้สึกต่างๆ ว่าฉัน ว่าของฉัน มีการแบ่งแยกระหว่างสิ่งที่เป็นฉัน ของฉัน และสิ่งที่ไม่ใช่ฉัน ของฉัน เกิดความขัดแย้ง เกิดความบาดหมางระหว่างความนึกคิดของตัวเอง และความจริงของธรรมชาติ อันนี้เรียกว่าทุกข์ จิตเป็นทุกข์”*

ทีนี้จะว่าอาตมาพิสูจน์ความจริงของธรรมะอันนั้นก็ไม่ถูก ยังไม่ได้พิสูจน์ แต่มีความเชื่อมั่นว่านี่คือความจริง คนไทยไม่ใช่น้อยที่คุ้นเคยกับคำสอนของพระพุทธศาสนาจนประมาท ฟังมามากแล้ว ฟังแล้วรู้สึกเฉยๆ หรือบางทีสัปหงก แต่ว่าชาวตะวันตกมีความรู้สึกอีกอย่าง เพราะหลักการของศาสนาคริสต์ซึ่งเป็นศาสนาประจำชาติของเราหรือประจำทวีปก็ว่าได้ สอนว่า “จิตเดิมแท้ของมนุษย์เป็นของสกปรก หมายถึงมี Original Sin หรือบาปเดิม” ซึ่งทำให้คนมีความรู้สึกว่าแท้จริงแล้ว จิตใจของเรานี้ เศร้าหมองโดยธรรมชาติ แม้ว่าเราอาจจะทำความดีบางอย่าง ความจริงแล้ว มันเป็นแค่การบังกิเลสมากกว่า คือความดีและความบริสุทธิ์ที่เกิดขึ้น ไม่ใช่ของแท้จริง สิ่งที่แท้จริงของเราคือกิเลส ทำให้ชาวตะวันตกมักรู้สึกว่าตัวเองไม่ดีอยู่เสมอ

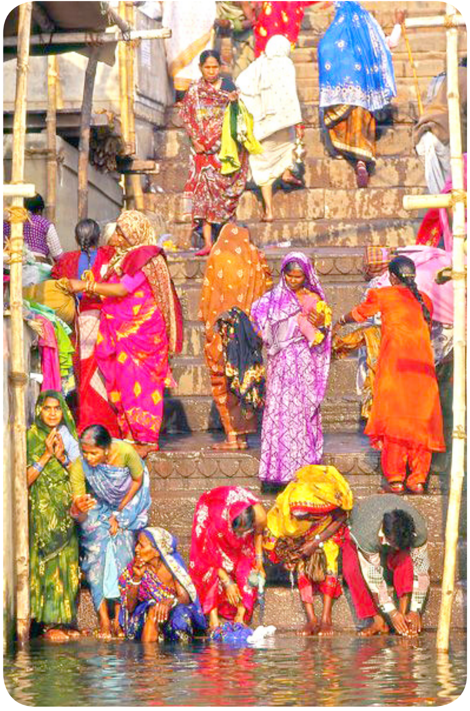
แต่คำสอนของพระพุทธเจ้ากลับตรงกันข้ามเลย พระพุทธองค์ตรัสว่าจิตเดิมแท้ของมนุษย์เป็นของสะอาด ถ้าพูดในแง่ของการปฏิบัติ ทฤษฎีนี้มีความสำคัญมาก เพราะถ้าถือว่าจิตเดิมแท้ของเรา



เป็นของสกปรก เราจะไม่มีกำลังใจที่จะขัดเกลาตัวเอง เพราะว่ายิ่งขัดเกลายิ่งเจอแต่ความสกปรก การขัดเกลาสิ่งสกปรกโดยธรรมชาติให้เป็นของสะอาด เป็นไปไม่ได้ แต่ถ้าเนื้อแท้ของจิตใจเราสะอาดโดยธรรมชาติ และเศร้าหมองเพราะหลงอารมณ์ว่าเป็นอัตตาตัวตน การขัดเกลาย่อมมีความหมายและความสำคัญด้วย มีความจำเป็นด้วย ผู้ที่ซาบซึ้งในข้อนี้มาก จะมีความรู้สึกว่าการขัดเกลากิเลส การแสวงหาความบริสุทธิ์เดิมแท้ของจิตนั้น เป็นสิ่งสูงสุดในชีวิตมนุษย์

เพราะฉะนั้น ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา อาตมามีความมั่นใจว่า จะดำเนินชีวิตในรูปแบบอย่างไรก็ตาม จะประกอบอาชีพอย่างไรก็ตาม การประกอบอาชีพ การดำเนินชีวิตนั้น ต้องเป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ทางใจ

อาตมามีนิสัยแปลกอย่างหนึ่งตั้งแต่เป็นเด็ก สนใจในประเทศอินเดียมาก หนังที่เป็นเรื่องของอินเดียก็ชอบดู อาหารของอินเดียก็ชอบทาน ดนตรีอินเดียก็ชอบฟัง ทุกสิ่งทุกอย่างเกี่ยวกับอินเดียถูกใจเราเหลือเกิน เพราะฉะนั้นเมื่ออาตมาจบ High School สอบเข้ามหาวิทยาลัยได้เรียบร้อยแล้ว จึงไปขออนุญาตจากคุณพ่อ ขอไปหาประสบการณ์ต่างประเทศก่อนที่จะเรียนต่อ เมื่อท่านอนุญาตแล้ว ได้ออกไปทำงานที่โรงงาน ๓ เดือน แล้วออกเดินทางไปประเทศอินเดีย ซึ่งอาตมาตั้งใจว่าจะไปทางบก ก็เลยข้ามไปเบลเยี่ยม เยอรมัน ออสเตรีย ยูโกสลาเวีย กรีซ ตุรกี อิหร่าน ปากีสถาน ในที่สุดถึงอินเดีย ใช้เวลาเดินทางเกือบ ๒ เดือน การเดินทางของเรานั้น บางทีก็ไปรถไฟ บางทีโบกรถสิบล้อไป ไปง่ายๆ ค่ำที่ไหนก็พักที่นั่น พบกับคนหลายชาติหลายประเทศ วัฒนธรรมต่างๆ แล้วสังเกตในการเดินทางว่า ทุกประเทศที่เราผ่าน ทุกชาติ ทุกชุมชน ต่างก็ถือว่าจารีต



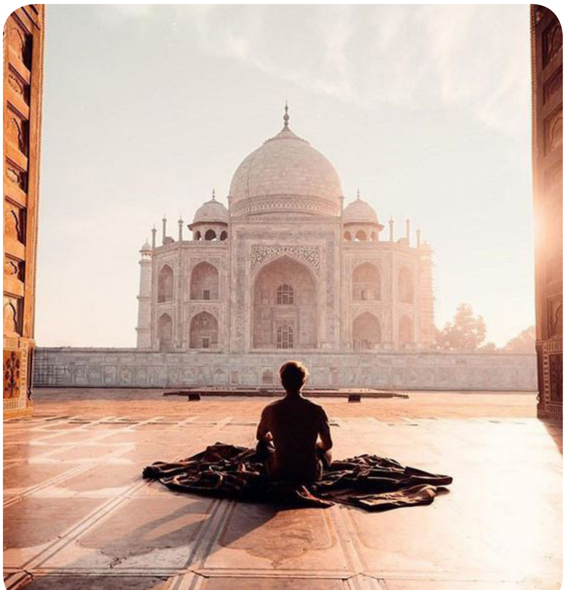
ประเพณีของเขาถูก ของประเทศอื่นๆ ผิด หรือว่าของเขาดีที่สุด เราเลยได้ความคิดว่า คนทุกคนมักจะมีการเข้าข้างตัวเองว่าของเราดีกว่าของคนอื่น

ถึงประเทศอินเดียแล้ว ก็เที่ยวบ้าง ไปอยู่ตามวัดตามวาบ้าง อยู่ที่วัดฮินดูบ้าง อยู่ที่วัดพุทธบ้าง ทุกวันนี้ชาวพุทธในประเทศอินเดียมีน้อย แต่ที่พุทธคยา ที่ตรัสรู้ของพระพุทธองค์ มีวัดหลายวัด ทุกประเทศที่มีชาวพุทธจะมีวัดประจำชาติที่นั่น ตอนนั้นอาตมาสนใจเรื่องศาสนาพุทธ นิกายเซนมาก ชอบไปทำวัตร นั่งสมาธิที่วัดเซนเป็นประจำ ต่อมาได้ขึ้นภูเขาหิมาลัย ไปอยู่กับพระทิเบตที่ธรรมศาลา ซึ่งเป็นที่ประทับของทะไลลามะ ช่วงนั้นเริ่มนั่งสมาธิภาวนา แต่มีปัญหาว่าไม่ได้ตั้งใจกับวิธีกรรมฐานอย่างใดอย่างหนึ่ง มีการเปลี่ยนบ่อยๆ เพราะว่าไปที่ไหนก็มักจะพบคนที่ทำต่างๆ กัน บางทีก็ลองทำสมาธิดู พบคนที่ทำแบบเซนก็เปลี่ยนทำแบบเซนบ้าง ต่อมาก็สนใจอีกอย่างหนึ่ง ก็ทำอีกอย่างหนึ่ง กลับไปกลับมา จิตใจก็ไม่สงบ

เห็นว่าการที่เราจะก้าวหน้าในการปฏิบัติ ต้องเลือกอารมณ์กรรมฐานอย่างใดอย่างหนึ่ง แล้วมีความจงรักภักดีต่ออารมณ์นั้น ปัญหาไม่ได้

อยู่ที่เทคนิค หากอยู่ที่จิตใจของเราที่อยากจะได้วิธีการที่ดีที่สุด ลองปฏิบัติกับวิธีการใดวิธีหนึ่งก็เกิดปัญหาขึ้นมา เกิดนิวรณ์ เลยคิดว่าคงจะเลือกอารมณ์ไม่ถูก ลองทำอย่างอื่นบ้าง อาจไม่ต้องประสบปัญหา ซึ่งนิวรณ์นี้ต้องถือว่าเป็นของธรรมดา ไม่ว่าจะปฏิบัติด้วยอารมณ์กรรมฐานไหน เราต้องมีความอดทนต่ออุปสรรคที่เกิดขึ้น **ระหว่างการปฏิบัติ นิวรณ์เป็นสิ่งที่มีประโยชน์ ควรถือว่าเป็นสิ่งท้าทาย เป็นสิ่งที่กระตุ้นสติปัญญาให้ตื่นขึ้นทำงาน เป็นสิ่งที่ช่วยให้การปฏิบัติของเราเข้มแข็ง มั่นคง**

ตอนนั้นอาตมายังเป็นนักปฏิบัติจับจด เอาอย่างนั้นบ้างอย่างนี้บ้าง ก็ไม่สงบเท่าไร แต่ต่อมาอาตมาได้พบกับพระองค์หนึ่ง ซึ่งความจริงท่านเป็นนักบวชฮินดู แต่การประพฤติของท่านน่าเลื่อมใสมาก ท่านเป็นผู้ที่มีความมักน้อย สันโดษและวิธีการปฏิบัติของท่าน ก็ไม่ต่างกันกับของพุทธเท่าไรนัก อาตมาจึงขออยู่กับท่านคล้ายกับเป็นลูกศิษย์ ตอนนั้นอาตมาอายุได้ ๑๘ ปี และรู้สึกเลื่อมใสท่านมาก อยากจะอยู่กับท่านเป็นประจำ แต่ท่านคัดค้าน ท่านบอกว่าอาตมายังหนุ่มเกินไป แล้วท่านย้ำว่า ถ้ายังไม่ได้ขออนุญาตจากพ่อแม่เพื่อจะเป็นสมณะอย่างนี้ การปฏิบัติจะไม่ได้ผล



ซึ่งเราฟังเหตุผลนี้ก็รู้สึกไม่พอใจ เพราะเราเป็นชาวตะวันตก ไม่ค่อยรู้สึกถึงบุญคุณพ่อแม่ โยมที่เคยศึกษาภาษาอังกฤษคงรู้ว่า คำว่า **“บุญคุณของพ่อแม่”** (กตัญญูกตเวที) จะแปลเป็นภาษาอังกฤษไม่ได้ ไม่มีคำใช้ เพราะชาวตะวันตกไม่ค่อยมีความรู้สึกในสิ่งนี้ แต่ตอนนั้นก็อยู่ใกล้ทะเลสาบที่ชาวฮินดูถือว่าขลัง ศักดิ์สิทธิ์ อยู่ใกล้ทะเลสาบก็สมถะดี เป็นครั้งแรกที่ได้ทำความเพียรอย่างต่อเนื่อง สิ่งที่เกิดขึ้นในใจของอาตมาในสมัยนั้นเป็นสิ่งที่เราไม่เคยได้คาดหวัง หรือไม่เคยคิดว่าจะเกิดขึ้น ผลจากการปฏิบัติ เคยคิดว่ามันจะเป็นทำนองที่ว่าจิตเยือกเย็น ไม่มีความคิดฟุ้งซ่าน เกิดอิทธิฤทธิ์ปาฏิหาริย์ รู้ใจคน อะไรอย่างนี้ แต่สิ่งที่เกิดขึ้นคือ **ความรู้สึกรักพ่อแม่ รู้สึกซาบซึ้งในบุญคุณของพ่อแม่** อาตมาแปลกใจว่าทำไมถึงเป็นอย่างนี้ ในที่สุดก็ตัดสินใจกลับบ้าน แล้วเดินทางกลับอังกฤษ

คุณพ่อของอาตมา มาจากตระกูลที่ยากจนมาก ยังไม่เคยมีใครในตระกูลของเราที่เรียนหนังสือสูง หรือเข้ามหาวิทยาลัย คุณพ่อจึงหวังในตัวอาตมามาก อาตมาเรียนหนังสือดี มักจะสอบได้ที่ ๑ ทุกปี พ่อก็มีความหวังว่า เราจะได้เข้ามหาวิทยาลัย Oxford ได้ปริญญาเอก ต่อไปได้เป็นศาสตราจารย์ ท่านมีความหวังมาก เป็นความหวังที่สำคัญในหัวใจของท่าน เรารู้เรื่องนี้แล้ว แต่ว่า ตอนที่กลับไปอังกฤษ มีความรู้สึกว่า **คุณค่าของชีวิตอยู่ที่การปฏิบัติธรรม** หลังจากเราได้พลัดพรากจากพระฮินดูองค์นั้น เราได้ทบทวนการปฏิบัติ เห็นแล้วว่า **คำสอนที่ถูกใจเรามากที่สุดที่มั่นใจมากที่สุดคือคำสอนของพระพุทธเจ้า** แล้วเราจะพยายามปฏิบัติตามหลักนี้ให้เต็มที่ต่อไป แต่รู้ว่าการอยู่เป็นฆราวาสนั้น ยากที่จะเอาจริงเอาจังได้ รู้สึกอึดอัดเหมือนกัน ยังไงๆ

เราก็รู้ว่าการที่จะไปเรียนต่อที่มหาวิทยาลัย เป็นไปไม่ได้ แต่เสียใจว่า ในขณะที่เราได้รู้สึกซาบซึ้งในบุญคุณของพ่อแม่ และรู้ด้วยว่า สิ่งที่พ่อแม่หวังมากที่สุดจากลูก คือการเข้ามหาวิทยาลัย แต่กลับเป็นสิ่งที่เราทำไม่ได้ ทำให้อาตมารู้สึกเป็นทุกข์มาก พอไปถึงบ้านก็พยายามหาโอกาสพูดกับพ่อเพื่อบอกว่าเราจะเรียนต่อไม่ได้ ในที่สุดก็มีโอกาสแต่พูดไม่ค่อยออก ตะกุกตะกัก อธิบายว่าเราตั้งใจจะบวชเป็นพระในพระพุทธศาสนา

นอกจากทำให้ท่านผิดหวัง เรื่องการเรียนหนังสือ มีอีกเรื่องหนึ่งคือ คุณพ่ออาตมาเป็นคนมีอคติต่อศาสนา ท่านมีความเห็นว่า ศาสนาคริสต์เป็นกาฝากของสังคม เป็นยาเสพติดของประชาชน เป็นของหลอกลวง แล้วท่านก็เหมาเอาว่าศาสนาทุกศาสนาคงเหมือนกัน ลูกจะออกจากโลก บวชเป็นพระ จึงเป็นสิ่งที่ขัดใจท่านมากเหมือนกัน แต่เราก็ลองอธิบายให้ท่านฟัง ฟังแล้วท่านบอกว่า เรื่องพระพุทธศาสนานี้ พ่อไม่เคยศึกษา ไม่รู้เรื่อง แต่ว่า **สิ่งที่พ่อต้องการมากที่สุด คือ ต้องการให้ลูกมีความสุข** ถ้าลูกเห็นว่าบวชเป็นพระแล้ว ลูกจะมีความสุข พ่อก็พอใจแล้ว อาตมารู้สึกว่าน้ำตาจะไหล ต้องขอตัวออกจากห้อง

วันนั้น เป็นวันที่อาตมาเข้าใจเรื่องความรัก ความรักที่แท้จริง เห็นพ่อสามารถเสียสละความหวัง ความต้องการของตัวเอง โดยไม่ได้หวังอะไรเลย นอกจากปรารถนาให้เรามีความสุข วันนั้นเป็นวันสำคัญมากในชีวิต ตั้งแต่วันนั้นเป็นต้นมา รู้สึกมีความเคารพรักในคุณพ่อเพิ่มขึ้นทวีขึ้นอย่างมาก และตัวเองก็ได้ความเข้าใจเรื่องความรักด้วยว่า **ความรักนี้ เป็นสิ่งที่ไม่มีเงื่อนไข เป็นความรักที่ไม่มีตัณหา หรือความต้องการใดๆ เข้าไปแอบแฝง เป็นความรักที่ไม่ต้องการอะไรตอบแทน มีแต่จะให้ ไม่มีความคิดว่าจะเอา**

ต่อมาเมื่อเรามาปฏิบัติศึกษาคำสอนของพระพุทธเจ้ามากขึ้น ก็มารู้จักคำสอนเกี่ยวกับเมตตา ทำให้เข้าใจเรื่องนี้ละเอียดขึ้น **เมตตาเป็นความรักที่ประกอบด้วยธรรมะ** เป็นความรักที่สม่ำเสมอ ในสรรพสัตว์ทั้งหลาย บางทีพวกเราอาจเคยสังเกตตัวเองว่า การที่เราจะเมตตาสงสารคนอื่นๆ ที่ประเทศอื่น หรือคนที่เราไม่เคยได้พบ เป็นเรื่องที่ทำได้ง่าย แต่คนที่เราเมตตายากที่สุด คือคนที่อยู่ใกล้ชิด เพราะคนเหล่านี้แหละ ที่มักจะทำให้เราหนักใจ มีการกระทำและคำพูดที่กระทบกระเทือนใจเราบ่อยๆ ฉะนั้น การแผ่เมตตาของคนทั่วไปมักจะเป็นไปในทำนองที่ว่า “ขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายมีความสุข ความสุขเถิด **เว้นแต่คนนั้น**” ต้องมีเว้นแต่ เว้นแต่คนที่หนาด้วยกิเลส คนที่เราไม่ชอบ แต่นั่นไม่ใช่เมตตา เพราะ**เมตตาที่แท้จริง ย่อมไม่มีการเลือกที่รักมักที่ชัง**

เรื่องความรักนี้ เป็นสิ่งสำคัญในชีวิตของฆราวาสทุกคน บางคนถึงกับเอาความรักเป็นสรณะ ที่พึ่งของชีวิต ซึ่งมักจะทำให้ชีวิตประสบความทุกข์ระทมบ่อยๆ รักได้ ไม่เป็นไร ไม่ผิดศีล ไม่ผิดอะไร แต่พุทธศาสนาสอนว่า ทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิต ต้องประกอบด้วยธรรมะ ต้องยอมรับความจริง เราต้องพยายามพิจารณาทุกเช้าเย็นว่าเราต้องมีความพลัดพรากจากคนที่เรารักทุกคน ไม่วันใดวันหนึ่ง เราไม่ตายจากเขา เขาก็ต้องตายจากเรา อันนี้ไม่ใช่เพื่อทำให้เรารู้สึกกลุ้มใจหรือเศร้าใจ แต่เป็นการเปิดจิตใจให้กว้างออกไปรับความจริง ซึ่งปกติ เราชอบพยายามประคับประคองอารมณ์ที่สบายของเราไว้ โดยการกลบเกลื่อนความจริงบางแง่ บางมุม บางประการ ที่เป็นสิ่งที่จะลดรสชาติของอารมณ์นั้น เพราะว่าธรรมชาติของคนเรานี้ ชอบเพลิดเพลินในอารมณ์ เพลิดเพลินในความรัก

แต่ถ้าเราเพลิดเพลินในสิ่งใดแล้ว ความเพลิดเพลินนั้นแหละ จะเป็นความยึดมั่นถือมั่น เกิดภพ เกิดชาติ เกิดความไม่มั่นคง เกิดความหวั่นไหว เพราะว่าอารมณ์ทั้งหลายเป็นของไม่เที่ยง เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นตามเหตุตามปัจจัย ผู้ยึดมั่นในอารมณ์ ย่อมฝืนธรรมชาติ ไม่ให้เปลี่ยนแปลง แต่มนุษย์เราจะสู้ธรรมชาติไม่ได้ มันเป็นการฝืนที่ลมๆ แล้งๆ เป็นการฝืนที่จะทำให้รู้สึกระทมขมขื่น รู้สึกเซ็ง หมดหวัง สิ้นหวัง นักปฏิบัติผู้ปรารภธรรมะจะคำนึงถึงความจริงเกี่ยวกับเรื่องนี้อยู่เสมอ สำนึกรู้ในโทษของการไม่ยอมรับความจริงว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง รู้ว่ายึดมั่นในสิ่งที่ไม่เที่ยงเมื่อไร ก็ต้องเป็นทุกข์ทันที คิดอย่างนี้ได้ ความรักมันไม่หายไปไหนหรอก ไม่ใช่ว่าความรักของเราจะจืดชืดหมดรสชาติ แต่จะเป็นความรักที่สุกงอม เป็นความรักของผู้ใหญ่ เป็นความรักที่ไม่มีโทษอะไร

เรื่องความรักนี้ ต้องสังเกตว่ามันจะเปลี่ยนสภาพตามความรู้และความเข้าใจในธรรมะของผู้รัก หมายความว่า ถ้าพวกเราไม่มีสติปัญญาเป็นที่พึ่งภายในใจ ไม่มีตัวผู้รู้คอยคุ้มครองการดำเนินชีวิต คอยดูแลสิ่งที่เราทำ คำที่เราพูด เราย่อมมีความรู้สึกขาดความมั่นคง ซึ่งจะอยู่ลึกๆ ในใจตลอดเวลา รู้สึกว่าขาดอะไรสักอย่าง เมื่อมีความรู้สึกอย่างนี้แล้ว เรามักจะพยายามกลบความรู้สึกนี้โดยความรัก จึงแสวงหาความรักอย่างดิ้นรน กระสับกระส่าย กระวนกระวาย ความรักของเราแบบนั้น จึงประกอบด้วยความเห็นแก่ตัว เพราะเกิดจากความอยาก

แต่ผู้มีที่พึ่งภายในแล้ว มีความมั่นคงภายในใจแล้ว จะมีความรู้สึกพอดี ไม่มีอะไรขาด ไม่มีอะไรเกิน พอดีๆ ผู้ที่รู้สึกพอดีนั่นแหละจึงสามารถให้ความรักด้วยความเป็นอิสระ ไวต่อความรู้สึกของคนอื่น ต่อความต้องการของเขา ความกลัว ความวิตกกังวลของเขา สามารถสังเกตเห็นสิ่งแวดล้อม หรือบุคคลรอบข้างอย่างลึกซึ้ง เพราะตอนนี้ใจเราพอแล้ว ไม่มีความห่วงอะไร จิตที่เต็มไปด้วยธรรมะแล้ว เป็นจิตที่สร้างสรรค์มาก เพราะว่าไม่มีอะไรบกพร่อง พร้อมที่จะช่วยคนอื่นได้ พร้อมที่จะให้ความรักโดยไม่หวังอะไรตอบแทน **คือ เขาจะรักหรือไม่รักก็เรื่องของเขา แต่ว่าเราจะให้ เราพอใจกับการให้ แต่ไม่มีความต้องการในความรัก เพื่อแก้ความรู้สึกเปล่าเปลี่ยว หรือว่างเปล่าในใจของตัวเอง เรามีธรรมะเป็นที่พึ่ง**

ความรักเป็นที่พึ่งไม่ได้ แต่ธรรมะเป็นที่พึ่งได้ ธรรมะเป็นสิ่งที่สำคัญยิ่งในชีวิตมนุษย์ เราต้องพยายามเป็นผู้รู้จักฝึกอบรมตัวเอง รู้จักปกครองตัวเอง ถ้าเราปกครองตัวเองไม่ได้ มัน

ยากที่จะหลีกเลี่ยงความบกพร่อง ฉะนั้น ให้บริหารตัวเอง ด้วยการสอดส่องดูแลการกระทำ การพูด ความคิดของตัวเอง สร้างตัวรู้ขึ้นมาภายใน ตัวผู้รู้นี้จะเป็นเหมือนพี่เลี้ยง หรือกัลยาณมิตรติดตัว ไปที่ไหนก็จะคอยชี้แนะตักเตือน เวลาจะพูดโกหก พูดซุบซิบนินทา จู้จี้ขี้บ่น ตัวผู้รู้จะไม่พอใจ ตัวผู้รู้จะ "เฮ่ย" แต่คำว่า "เฮ่ย" ของตัวผู้รู้นั้นจะประกอบด้วยเมตตา เตือนว่า "ไม่ได้นะ พูดอย่างนี้ทำให้คนอื่นเดือดร้อน เป็นการเบียดเบียน อย่าไปทำเลย" เวลาเราคิดหมกมุ่นในกาม คิดปองร้าย คิดอาฆาต พยาบาท คิดแก้แค้นหรือคิดเอารัดเอาเปรียบ ตัวผู้รู้จะร้อง "เฮ่ย! หยุด" เราก็ต้องหยุดต้องเลิก

พวกเราเคยฟังคำเหล่านี้บ่อย หยุด ละ เลิก อะไรอย่างนี้ แต่ฟังแล้ว รู้สึกว่าเป็นคำห้วน ไม่ไพเราะ ค่อนข้างแสลงหู แต่ว่า การเลิก การหยุด การละ การวางนี้ เป็นไปเพื่อความสุข ความสุขในโลกนี้มีหลายประเภท **ถ้าเราไม่มีความกล้าหาญ ที่จะสละความสุขที่มีปริมาณน้อย หรือความสุขที่ไม่บริสุทธิ์ เราจะไม่มีสิทธิ์ที่จะก้าวไปถึงหรือบรรลุความสุขที่สุขุมและบริสุทธิ์** เหมือนกับว่าเราอยู่ในห้องนี้ เราก็เข้าห้องโน้นไม่ได้ จะอยู่ทั้งสองห้องพร้อมกันก็ไม่ได้ ต้องเลือก ให้สังเกต และยอมรับความจริงของธรรมชาติว่า การมัวเมาสยบในความสุขทางเนื้อหนัง เป็นการปิดโอกาสที่เราจะเข้าถึงความสุขที่เลิศกว่า ฉะนั้น ต้องพิจารณาว่า ความสุขอย่างไรมีความสำคัญ และมีคุณค่าแก่ชีวิต

ในการวิเคราะห์ความสุข ประเด็นสำคัญอยู่ที่ความไม่เที่ยง เราติดในโลกียสุขตอนเป็นหนุ่มเป็นสาว เมื่อเราแก่ลง เราจะรู้สึกเหมือนชีวิตเป็นดอกไม้เฉา หรือต้นไม้กรำแดด จะกลุ้มใจว่าชีวิตของคนแก่นี้ไม่มีความหมาย เพราะ

ว่าเราเคยยึดมั่นถือมั่นในความสุขทางเนื้อหนังว่า เป็นสิ่งที่ให้ความหมายแก่ชีวิต แต่ตอนนี้กำลังตาฟาง หูไม่ค่อยได้ยิน นั่งลงก็ "โอ๊ย" ลุกขึ้นก็ "โอ๊ย" ทานข้าวก็ไม่อร่อย ไม่มีอริยทรัพย์เป็นที่พึ่งภายใน ก็เลยทุกข์ เสียดายอดีต กลัวอนาคต จิตใจเหี่ยวแห้ง ผู้หญิงจึงหันเข้าหาวัด ผู้ชายหันหาเมียน้อย ทั้งสองแบบก็ไม่ค่อยได้เรื่อง

แต่ถ้าเราเอาความสุขแบบที่เกิดจากคุณงามความดีเป็นจุดมุ่งหมายในการดำเนินชีวิต ความสุขนี้เรามีโอกาสเข้าถึง มีโอกาสที่จะเสวยตลอดชาติ เป็นความสุขที่เยือกเย็น เป็นความสุขที่เกิดขึ้นในจิตใจของเรา แล้วจะแผ่ไปมีผลต่อคนรอบข้างด้วย คือการช่วยเหลือคนอื่น อยู่ที่เรามีคุณธรรมภายใน มีความสงบ มีความสุขภายใน ผู้ที่วุ่นวายสับสนจะไปช่วยคนอื่นไม่ได้ พูดอะไรไม่มีใครเชื่อ ทำอะไรไม่ได้ผล แต่สำหรับผู้มีคุณธรรม คำพูดมีน้ำหนัก การกระทำก็มีน้ำหนัก ทำอะไรก็เป็นที่ประทับใจผู้อื่น

เพราะฉะนั้น ถ้าเรามีความตั้งใจดีที่จะช่วยคนอื่น ให้เราฉลาดในการช่วยตัวเอง เพราะการช่วยตัวเองและการช่วยคนอื่นเป็นสิ่งเดียวกัน ชีวิตที่มีการช่วยตัวเองและช่วยคนอื่น เป็นชีวิตที่เบิกบานผ่องใสด้วยการทำหน้าที่ การทำหน้าที่ให้ดีที่สุดก็ด้วยการปล่อยวาง ความหวังในผลคือการเจริญมรรค เป็นสิ่งที่น่าภูมิใจ

ที่มา : พระธรรมเทศนา ณ ห้องประชุมของเกษตรสัมพันธ์ กรมส่งเสริมการเกษตร เมื่อวันที่ ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๓๓

ธรรมกถา

พระไพศาล วิสาโล

เติมเต็มชีวิตด้วยรัก

อะไรคือสิ่งที่สำคัญสำหรับชีวิตคนเรา หลายคนนึกถึงข้าวปลาอาหาร รวมทั้งน้ำและอากาศ นั่นเป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญทีเดียว แต่ว่ามันจำเป็นสำหรับร่างกาย คนเราไม่ได้มีแค่ร่างกาย เรามีจิตใจด้วย ข้าวปลาอาหาร น้ำ อากาศ เป็นสิ่งสำคัญจำเป็นสำหรับร่างกาย และอะไรคือสิ่งที่สำคัญจำเป็นสำหรับจิตใจ ก็มีมากมายนะ แต่มีสิ่งหนึ่งที่ขาดไม่ได้ นั่นคือ **ความรัก**

ความรัก เริ่มตั้งแต่ความรักของพ่อแม่ ญาติผู้ใหญ่ ความรักของมิตรสหาย ความรักของครูบาอาจารย์ คนเราแม้จะมีข้าวปลาอาหาร แต่ถ้าขาดความรักจากคนรอบข้าง มันก็เป็นชีวิตที่ไม่สมประกอบ และแม้แต่การเจริญเติบโตทางร่างกายก็อาจจะไม่ดีด้วย เด็กทารกที่คลอดออกมา และร่างกายไม่ค่อยแข็งแรง เช่นอาจจะคลอดก่อนกำหนด แล้วจำเป็นต้องไปเข้าตู้อบ ก็จะมีความแตกต่าง ระหว่างเด็กที่ไม่ได้รับการสัมผัสจากพ่อแม่ กับเด็กที่ได้รับสัมผัสจากพ่อแม่ ในตู้อบก็มีทุกอย่างที่จำเป็นสำหรับร่างกาย แต่ทำไมเด็กบางคนก็ไม่ค่อยเติบโตเท่าไหร่

เมื่อประมาณสัก ๓๐ – ๔๐ ปีผ่านมา เขาเคยมีข้อห้ามว่า ห้ามพยาบาลหรือพ่อแม่ไปสัมผัสตัวเด็กที่อยู่ในตู้อบ เพราะว่าเด็กอาจจะติดเชื้อ อันนี้ก็เป็นการปฏิบัติที่สืบมา แต่โรงพยาบาลนั้นมีเด็กทารกคนหนึ่งเติบโตดีกว่าคนอื่นๆ ก็แปลกใจว่าเป็นเพราะอะไร ในเมื่อเด็กทุกคนก็ได้ทุกอย่างที่จำเป็นต่อร่างกายเท่าๆ กัน ในที่สุดก็พบว่าเด็กคนนั้นที่เติบโตได้ดี มีพยาบาลคนหนึ่งแกเอ็นดูอาจจะเห็นว่าผอมมาก ก็เลยแอบไปจับเนื้อต้องตัว ไปสัมผัสด้วยความรัก ด้วยความห่วงใย ปรากฏว่าเด็กคนนั้นก็กลับเติบโตได้เร็วกว่าเด็กทั้งหลายในโรงพยาบาลนั้นที่อยู่ในตู้อบ พยาบาลแอบทำเพราะว่าเขาห้าม เขาคำนึงถึงแต่เรื่องของร่างกายว่า ถ้าติดเชื้อจะมีปัญหา แต่ว่าลืมความ

ต้องการทางจิตใจของเด็ก ทารกก็ต้องการความรักเหมือนกันนะ พอเขาได้รับความรัก เริ่มจากการสัมผัส เริ่มจากการกอดของพ่อแม่ หรือถ้าไม่มีพ่อแม่ ก็พยาบาลนี่แหละ ช่วยทำให้เด็กมีความสุข และความสุขก็ทำให้ร่างกายของเขาเจริญเติบโตได้เร็วขึ้น

นี่ขนาดเด็กทารกนะ นับประสาอะไรกับเด็กที่โตแล้ว แล้วก็รู้ประสีประสา มีหัวจิตหัวใจ ยิ่ง

ต้องการความรัก แต่เดี๋ยวนี้เด็กจำนวนมากเลยที่เติบโตมาโดยขาดความรัก เพราะว่าในสังคมปัจจุบันนี้ หลายครอบครัวพ่อแม่ก็หย่าร้างกัน หรือบางทีผู้หญิงก็คลอดลูกโดยที่ไม่มีพ่อ อันนี้เกิดขึ้นมากในชนบท หญิงสาวในชนบทไปทำงานในกรุงเทพฯ ไปรักชอบผู้ชาย และผู้ชายก็อาจจะหวังแค่ประโยชน์เฉพาะหน้า พอผู้หญิงท้องแล้ว ผู้ชายก็ทิ้ง ผู้หญิงก็ต้องกลับมาที่บ้าน มาเลี้ยงลูกคนเดียว หรือบางทีไม่มีปัญญาเลี้ยง ก็ส่งลูกไปให้ยายเลี้ยงในชนบท เดี๋ยวนี้เด็กที่ไม่ได้อยู่ในการเลี้ยงดูของพ่อแม่ แต่อยู่ในการเลี้ยงดูของยายมีเป็นจำนวนมาก หมู่บ้านรอบๆ หรือแถวนี้ก็มีเยอะ ที่เด็กถูกเลี้ยงดูด้วยยาย เพราะพ่อแม่หย่าร้างบ้าง หรือถึงแม้แม่จะได้แต่งงาน แต่คลอดลูกมาแล้ว ผู้ชายไม่รับผิดชอบ หรือมีจำนวนไม่น้อย ที่พ่อแม่ก็ยังอยู่ แต่ไม่มีปัญญาเลี้ยง พ่อแม่ไปเป็นกรรมกรอยู่ในกรุงเทพฯ ก็ส่งลูกมาให้ยายในหมู่บ้านเลี้ยง เป็นอย่างนี้จำนวนมากเลย

ยังไม่นับประเภทที่ว่ามีพ่อแม่ก็จริง แต่พ่อแม่ไม่มีเวลา พ่อแม่ต้องทำมาหากิน มีลูกอยู่ที่บ้านแต่ว่าไม่มีเวลาที่จะให้ความรักความใส่ใจ เด็กจำนวนมากเติบโตมาโดยขาดความรัก ถ้าโชคดีนะ แม้ไม่ได้รับความรักจากพ่อแม่ แต่ก็ได้รับความรักจากยายอย่างอบอุ่น ยายเป็นเหมือนแม่คนหนึ่ง แต่ว่าจำนวนมากไม่มีโชคแบบนั้น ส่วนใหญ่เติบโตมาก็เป็นผู้ใหญ่ที่ขาดความรัก เพราะฉะนั้น ก็จะเป็นคนที่มีความทุกข์มาก รู้สึกว่าตัวเองไร้ค่าไม่มีคุณค่า พ่อแม่จึงไม่มาดูแล หรือว่าพ่อแม่จึงทิ้งเรา ไม่เลี้ยงดูเรา เด็กมีปมด้อย ปมด้อยนี้อาจจะนำไปสู่พฤติกรรมอีกหลายอย่างตามมา เช่นเรียนก็ไม่ดี ทำมาหากินก็ไม่ประสบความสำเร็จ เพราะไม่มีความเชื่อมั่นในตัวเอง และที่แย่กว่านั้นคือ เข้าหาอบายมุข หรือว่าถ้าเป็นผู้หญิงก็อาจจะคบผู้ชายไม่เลือกหน้า เรียกว่าโหยหิวความรัก คนที่หิวโหยความรักนี่ บางทีก็หวังความรักจากเพศตรงข้ามมาทดแทน ได้แล้วก็ยังไม่พอ ก็ไปหาคนใหม่ หรือบางทีผู้ชายนั่นแหละหลอกผู้หญิง เพราะรู้ว่าผู้หญิงโหยหาความรักจากผู้ชาย ผู้ชายก็หลอก สมอารมณ์หมายแล้วก็ทิ้งผู้หญิงไปหาคนอื่นต่อไป อันนี้เรียกว่าไม่มีหลักในการดำเนินชีวิต

หรือมิฉะนั้นก็ต้องการประชดสังคม ประชดชะตากรรม ทำตัวเหลวแหลก ผู้ชายก็เป็นนะ แต่ลักษณะอาจจะเป็นประเภทพวกอันธพาล อย่างพวกนักเรียนอาชีวะที่ชอบยกพวกตีกัน พวกนี้จำนวนมากขาดความรัก แล้วก็ไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน ตัวเองก็ไม่เห็นคุณค่าของตัวเอง แล้วก็ไม่มีอะไรที่จะเชิดหน้าชูตาได้ ก็เลยคิดว่าถ้าฉันเด่นทางดีไม่ได้ก็เด่นทางชั่วก็แล้วกัน หรือมิฉะนั้น ก็ไปเข้าพวก เพราะต้องการการยอมรับจากหัวหน้าแก๊งหรือเพื่อนพ้องด้วยกัน ไม่ได้รับความรักจากพ่อแม่ ก็ไปแสวงหาการยอมรับจาก

เพื่อนเป็นการทดแทน และเพื่อที่ให้เพื่อนยอมรับ ก็ต้องยอมที่จะทำทุกอย่าง แม้ว่าจะเป็นเรื่องที่ไม่ดี เพื่อนท้าให้ไปจี้ ไปปล้น ไปข่มขืนก็ไป เพราะไม่ทำก็จะถูกเขาต่อว่า ดูถูกหาว่าหน้าตัวเมีย ค้ายาก็มี ไม่อยากค้าแต่ก็ต้องไป สุดท้ายก็ติดยา ติดแล้วก็หลงวนอยู่ในวัฏฏะของการค้าและเสพยา

อันนี้ไม่นับถึงคนที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ซึ่งเป็นพฤติกรรมก้าวร้าวเพราะขาดความรัก มันมีปมคนเหล่านี้ยิ่งมีพฤติกรรมก้าวร้าว ก็ยิ่งไม่ได้รับการยอมรับจากคนรอบข้าง กับคนที่อยู่ใกล้เขาก็ระอา ไม่อยากคบหา ยิ่งรู้สึกโดดเดี่ยวอ้างว้างเข้าไปใหญ่ แล้วก็เลยกลายเป็นพาชีวิตให้จมอยู่ในความทุกข์ หรือว่าสร้างความทุกข์ให้กับผู้อื่น เวลามีลูกก็ไม่ได้ใส่ใจลูก ด่าลูก ตบตีลูก อาจจะมองว่าลูกเป็นตัวขัดขวางความสุข เป็นมารหัวขน ทำให้ไม่สามารถใช้ชีวิตเหมือนคนอื่นได้ ตั้งแต่เป็นวัยรุ่นแล้วก็ส่งทอดความรุนแรง ความทุกข์ให้ลูกต่อไป

เหล่านี้คือสิ่งที่เราเห็นได้มากขึ้นในสังคมปัจจุบัน ซึ่งสรุปว่าคนเรานี่ก็น่าสงสารมาก แล้วบางครั้งก็ขาดคนเข้าใจ เพราะว่าพฤติกรรมที่แสดงออกมา ไม่สามารถทำให้คนเข้าใจหรือยอมรับได้ มีแต่อยากจะผลักไส บางคนก็ชอบขโมย เห็นเงินทองเป็นสรณะ คิดว่าเงินทองจะทำให้ตัวเองเป็นที่ยอมรับ มันก็ได้รับการยอมรับแค่ชั่วคราว พอเงินหมดเขาก็ตีจากไป คนเหล่านี้ถึงเวลาที่ประสบความล้มเหลว เช่น แต่งงานแล้วก็เลิกกัน ยิ่งเจ็บปวดมาก ยิ่งเป็นการซ้ำเติมว่าฉันเป็นคนที่ไม่มีคุณค่า พ่อแม่ก็ทิ้ง มีแฟน มีสามี มีเมียเมียก็ทิ้ง ส่วนใหญ่เกิดขึ้นกับผู้หญิงที่ถูกผัวทิ้งรู้สึกว่าตัวเองไร้ค่า โทษตัวเอง บางคนก็เข้าหาเหล้าเข้าหายาเสพติด สุดท้ายบางทีก็ฆ่าตัวตาย

นี้คือสภาพที่เราเห็นมากขึ้นเรื่อยๆ ในสังคมคนเหล่านี้ พอถึงเวลาเจ็บป่วยก็น่าสงสารมาก

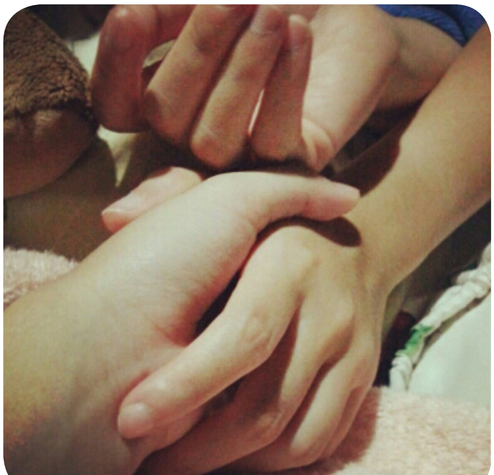
ในโรงพยาบาล มีผู้ป่วยที่อยู่ในระยะสุดท้ายพวกนี้เยอะ แค่ความทุกข์เพราะโรคภัยไข้เจ็บนี้ก็หนักแล้วนะ ยังมีความรู้สึกเจ็บปวด เพราะบาดแผลในจิตใจที่ไม่มีคนรัก หรือไม่ได้รับความรักจากใคร บางทีก็เกิดขึ้นกับเด็กๆ

มีเด็กคนหนึ่งอายุ ๙ ขวบ เป็นมะเร็ง มะเร็งที่เป็นบ่อยกับเด็กก็คือ ลิวคีเมีย เด็กก็มีอาการแย่ลงไปเรื่อยๆ จนกระทั่งเรียกว่าอยู่ในระยะสุดท้ายแล้ว แต่ว่าเด็กนี้ไม่ยอมตาย สัญญาณชีพแย่หมดแล้ว หมอไปเยี่ยมก็แปลกใจ แต่ก็สังเกตนะว่ารอบๆ เตียงของเด็ก รวมทั้งฝาผนัง (ที่บ้านของเด็ก) มีภาพที่เด็กวาด เป็นภาพพ่อแม่ลูกอยู่ด้วยกัน แต่ละภาพก็มีแต่ภาพพ่อแม่ลูก แต่ในชีวิตจริง เด็กคนนี้มีแต่แม่ พยาบาล หมอ ไม่เคยเห็นพ่อ ถามว่าพ่อไปไหน ก็ได้คำตอบว่าหย่ากัน เลิกกันไปนานแล้ว แล้วก็ไม่ติดต่อกันเลย หมอก็บอกว่าอยากจะให้แม่ช่วยไปติดต่อพ่อ และแจ้งข่าวให้พ่อรู้ว่าลูกกำลังป่วยหนัก ทีแรกแม่ก็อิดออดเพราะไม่อยากเจอสามีแล้ว เจ็บปวดมาก แต่พอหมอยืนยัน คะยั้นคะยอ ก็ไปโทรหาสามี ติดตามหาพ่อเด็กมาจนได้เจอลูกในที่สุด

พ่อพอรู้ว่าลูกป่วยหนักก็รีบมาเลย มาถึงก็มานั่งอยู่ข้างเตียง สภาพลูกนี่เรียกว่าแทบจะไม่ค่อยมีสติแล้วนะ เพราะใกล้ตายเต็มที พอรู้ว่าพ่อมา สิ่งที่ทำก็คือ เด็กจับมือพ่อมาวางไว้บนอกของตัวเอง แล้วก็จับมือแม่อีกข้างมาไว้บนอกของตัวเอง เด็กซึ่งมีอาการกระสับกระส่ายตอนแรก พอเขาทำอย่างนี้ เขาก็สงบนิ่งเลย ไม่นานเขาก็ตาย จากไปอย่างสงบ เหมือนกับว่าความปรารถนาสุดท้ายในชีวิตได้ทำแล้ว ก็คือพ่อกับแม่ได้มาส่งตัวเอง ได้รับความรักจากพ่อและแม่พร้อมๆ กัน ก็จะตายได้หมดห่วงแล้ว ตอนแรกยังห่วงพ่อ เพราะว่าปรารถนาความรักจากพ่อ พอพ่อมาหา เขารู้สึกมีความสุขมากที่ได้เอามือของพ่อกับแม่มาวางไว้บนอกของตัวเอง มันเป็นสัมผัสสุดท้ายที่ทำให้เขาพร้อมที่จะตายได้

มีอีกรายหนึ่งอายุมากหน่อย ๑๗ พ่อแม่เป็นเอดส์ตายทั้งคู่ตั้งแต่เขายังเล็ก ตัวเองเป็นกำพร้าตั้งแต่ ๒ - ๓ ขวบ จำหน้าพ่อไม่ได้ อยู่กับยาย ยายก็ยากจน หาเงินมาด้วยการเก็บขยะเลี้ยงชีพ แต่ยายก็รักหลานมาก ดูแลหลานอย่างดี แต่ว่าหลานก็มาป่วยเป็นมะเร็งที่กระดูก ตอนที่มะเร็งลุกลาม โรงพยาบาลที่รักษาคือบุรีรัมย์ก็ไม่มีเทคโนโลยีพอ ต้องส่งต่อไปที่โรงพยาบาลขอนแก่น แต่เด็กไม่ยอมไป เด็กบอกว่าถ้าไปแล้วใครจะดูแลยาย แล้วใครจะเลี้ยงดูยาย หาเงินให้ยาย สุดท้าย โรงพยาบาลก็ต้องหารถพาไปส่งที่ขอนแก่น ไปถึงขอนแก่นก็เรียกร้องจะกลับอย่างเดียว อยากกลับบ้าน อยากจะไปหายาย พอกลับมาบุรีรัมย์ได้เจอยายก็ดีใจ แต่อาการมันก็ลุกลามเร็วขึ้น ลามไปเรื่อยๆ จนกระทั่งระยะสุดท้ายแล้ว เด็กเจ็บปวดมาก ต้องฉีดยามอร์ฟีนทุก ๒ ชั่วโมง ยายก็มาเยี่ยมแทบทุกวัน มาเยี่ยมก็ไม่มีอะไรติดมือมาเพราะยากจน แม้แต่ข้าวก็ต้องกินกับหลานนะ อาหารของโรงพยาบาลที่ให้กับคนไข้ ก็แบ่งกันนะ หลานกินครึ่งหนึ่ง ยายกินครึ่งหนึ่ง

จนมาถึงวันสุดท้าย พยาบาลคนหนึ่งจะมาฉีดยาระงับปวดให้ เพราะว่าแกต้องได้ยาทุก ๒ ชั่วโมง แต่เด็กบอกว่าไม่ต้องฉีดแล้วครับ ผมไม่ปวดแล้วครับ ฉีดแล้วผมก็รู้สึกมึนๆ แล้วก็พูดว่ามีอย่างหนึ่งที่ผมอยากได้ พยาบาลถามว่าอยากได้อะไร ผมอยากจับแขนพยาบาลครับ พยาบาลก็ดีนะ ให้แกจับแขน เด็กก็จับแขนแน่นเลยนะ แล้วก็จับแขนนานถึงครึ่งชั่วโมง แกไม่ทำอะไรแค่จับแขนอย่างเดียว พยาบาลก็ดีนะ ยืนให้แกจับ เพื่อนพยาบาลก็แปลกใจ บ่นขึ้นมาเลยว่า ไม่มีอะไรทำหรือไงนะ คนไข้ก็เยอะ จะต้องฉีดยาอีกตั้งหลายคน นั่งให้เด็กจับแขนอยู่ทำไม แต่พยาบาลคนนี้แกก็นิ่งนะ เพราะแกรู้ว่าสิ่งที่เด็กคนนี้ต้องการคือความรัก และเด็กไม่มีใครเลย เด็กคงเห็นพยาบาลคนนี้มีเมตตา เวลามาทำหัตถการ พยาบาลคนอื่นก็ทำสักแต่ว่าทำๆ คือรีบๆ ทำ เพราะคนไข้เยอะ สนใจแต่เรื่องร่างกาย วัดความดัน ฉีดยา แล้วก็ไป แต่พยาบาลคนนี้แกใส่ใจ นุ่มนวล อ่อนโยน พูดให้กำลังใจ แกก็คงอยากจะจับมือพยาบาลคนนี้ จับแขน เพราะว่ามันเป็นเครื่องหมายแห่งความรัก ความอบอุ่น พยาบาลก็ให้จับ



ผ่านไปครึ่งชั่วโมง พอเพื่อนมาต่อว่าพยาบาลคนนี้ เด็กคนนี้ได้ยินก็เลยบอกว่า พอแล้วครับคุณหมอครับ พอแล้วครับ แค่นี้ล่ะครับ ทั้งชีวิตผมก็ต้องการแค่นี้ครับ แกไม่ได้เรียกว่าพยาบาลเรียกหมอ คุณหมอไปทำงานได้แล้วครับ ผมเข้าใจครับ แล้วแกก็ปล่อยมือนะ นั่นคือตอนเย็น แล้วอีกไม่กี่ชั่วโมงต่อมา แกก็สิ้นลม

เรื่องนี้ยังมีต่อนะ พยาบาลคนนี้กับพยาบาลที่บ่น นอนบ้านเดียวกัน ประมาณตี ๑ ก็มีเสียงเคาะประตู พยาบาลที่บ่นก็ตื่นขึ้นมา ก็ได้ยินเสียงเรียก คล้ายๆ เสียงเด็กคนนี้ เปิดประตูไปก็ไม่เจออะไร ก็เลยรีบปิด แล้วกลับไปนอนต่อ วันรุ่งขึ้นไปทำงานก็พบว่าเด็กคนนี้ตายแล้ว ถามว่าตายกี่โมง ตายตอนตี ๑ เป็นเวลาเดียวกับที่มีเสียงเคาะประตูเลย พยาบาลคนนี้คือคนที่บ่น เจอแบบนี้ ผวาเลยนะ เด็กเขามาลา ไม่ได้มาลาพยาบาลคนที่ตัวเองจับแขน แต่มาลาพยาบาลที่บ่น นับตั้งแต่นั้น พยาบาลคนนี้ก็เปลี่ยนไปเป็นคนละคนเลยนะ เธออ่อนโยนมากขึ้น เพราะเห็นว่าสิ่งสำคัญที่คนเราต้องการ โดยเฉพาะคนใกล้ตาย นั้นคือความรัก ยิ่งเด็กที่ขาดความรัก ขาดความอบอุ่นไม่ได้รับความรักจากพ่อแม่ สิ่งที่เขาต้องการมากในช่วงเวลาสุดท้ายของเขา ไม่ใช่ยา ไม่ใช่ออกซิเจนแต่คือความรัก หรือการได้สัมผัสกับคนที่เขารัก

อันนี้ไม่ใช่เด็กอย่างเดียว ผู้ใหญ่ก็เหมือนกันนะ ในบางคน อายุ ๓๐ กว่า ชีวิตก็คล้ายๆ กับที่พูดมา ไม่ได้กำพร้า แต่พ่อแม่แยกทางกัน แล้วแม่ก็ทิ้งลูกไปตั้งแต่เล็ก พ่อก็เลี้ยงลูก ตอนหลังพ่อก็แต่งงานใหม่ และมีแม่เลี้ยง แต่เด็กนี่เป็นผู้หญิงก็เหมือนกับคนที่ขาดความรัก ก็ใช้ชีวิตแบบไม่ใส่ใจ ขี้ขโมย ดื้อ แล้วก็คบผู้ชายไม่เลือกหน้า จนกระทั่งติดเชื้อ HIV และพอเชื้อลามก็กลายเป็นเอดส์ ตอนที่นอนป่วยก็เรียกว่าเป็นคนไข้ที่ไม่

ค่อยน่ารักเท่าไหร่ หมอให้ยาก็ไม่ยอมกินตามกำหนด โวยวาย แต่ตอนที่อาการหนักๆ โชคดีได้จิตอาสามาช่วยดูแล จิตอาสาก็มาแนะนำว่าพ่อและแม่เลี้ยง ควรจะให้ความรักแก่เขา กอดเขาแล้วก็บอกว่ารักเขา แม่เลี้ยงก็ทำนะ พ่อก็ทำ แล้วก็ทำด้วยความจริงใจ แต่ก่อนนี้ไม่เคยกอดกันเลยนะ แต่ว่าเพราะคนไข้ก็อาการแย่ ทั้งพ่อทั้งแม่เลี้ยงก็ไปกอด แล้วก็บอกรัก พบว่าคนไข้มีอาการดีขึ้นเลยนะ ที่เคยงอแง ไม่ยอมกินยา ก็เริ่มกินยาตามกำหนด สนใจดูแลรักษาสุขภาพตัวเอง ก็เรียกว่ามีอาการดีขึ้น โดยเฉพาะคนไข้จำนวนมาก สิ่งที่เขาต้องการในชีวิตนี้ก็คือความใส่ใจและความรัก

ที่จริง อย่าว่าแต่คนที่ขาดความรักในวัยเด็กกำพร้าพ่อ กำพร้าแม่ หรือพ่อแม่แยกทางกัน แม้คนที่มีพ่อแม่เลี้ยงดู อาจจะเป็นเด็กที่มีความอบอุ่นแล้วก็โตมาเป็นผู้ใหญ่ที่สุขภาพดีสุขภาพจิตดี แต่พอมาป่วยด้วยโรคร้าย เช่นเป็นมะเร็ง เวลาใกล้ตายนี่แหละ ก็ยังอยากได้ความรักจากคนรอบข้างจากพ่อแม่ จากเพื่อน เวลาบอกคนที่ใกล้ตายว่าฉันรักเธอนะ หรือเธอมีคุณค่าต่อฉันมาก ลูกมีความหมายต่อชีวิตของพ่อมาก เขาจะรู้สึกดีขึ้นเลยอาการกระสับกระส่ายก็ลดลง นับประสาอะไรกับคนที่เขามีชีวิตอ้างว้าง ขาดความรักตั้งแต่เล็กจนโต

ยังมีอีกรายหนึ่งนะ พ่อแม่ไม่ได้แยกทางกัน แต่แม่ไม่มีเวลาจะเลี้ยงลูก ต้องทำมาหากิน ก็ส่งลูกให้ยายเลี้ยง ยายก็เลี้ยงดี แต่ว่าไม่ค่อยได้เจอแม่

เหินห่างมาก ถึงวันที่ตัวเองป่วย แล้วโรคก็ลุกลามจนถึงระยะสุดท้าย พอแม่ได้มาหามาเยี่ยม แล้วก็มาดูแล มากอด ก็มีความสุขมาก คนป่วยที่ใกล้ตายนี่ ถ้ามีโอกาสที่จะมีความสุข ความสุขที่มีค่ามากคือ การที่เขาได้รับความรัก ความรักจากคนที่เขารักนี้มันมีความหมายต่อชีวิตเขา ตอนนั้นยาไม่ช่วยแล้ว บางทีมอร์ฟีนก็ไม่ได้ช่วยด้วยซ้ำ แต่สิ่งที่ช่วยทางจิตใจก็คือความรักของพ่อแม่ หรือคนใกล้ชิด หรือแม้แต่ความรักของพยาบาล

เพราะฉะนั้น การให้ความรักนั้น มันเป็นสิ่งที่ประเสริฐมากสำหรับผู้ป่วย เราซื้ออย่างอื่นให้เขา เช่น ซื้อซุปไก่ ซื้อรังนกให้เขา มันยังไม่มีความหมายเท่าการให้ความรักแก่เขา โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คนที่เป็นพ่อแม่หรือว่าคนที่เป็นลูก อันนี้ก็เป็นการปฏิบัติธรรมอย่างหนึ่งนะ เป็นการปฏิบัติธรรมด้วยการให้ความรัก ที่จริงควรจะทำตั้งแต่ลูกยังเด็ก ยังเล็ก พ่อแม่ก็ปฏิบัติธรรมด้วยการให้ความรัก และ**ความรักต้องแสดงออกด้วยการให้เวลา หรือมีเวลาให้ ไม่ใช่ให้เงิน**

มีคนบอกว่า "**ความรัก**" มันเขียนว่า **สระ เอ วอ ลอ อา** ความรักมันแสดงด้วยเวลา เมื่อให้เวลากับเขา เขาก็เติมเต็ม จากความรักความอบอุ่น ทำให้เด็กเจริญเติบโตมาเป็นคนที่มีสุขภาพจิตดี ถ้าสุขภาพจิตมีปัญหาจากการพร่องความรักความอบอุ่นนะ ในการปฏิบัติธรรมก็มีปัญหามีอุปสรรค เพราะเหมือนกับว่า ในเมื่อจิตใจยังไม่ได้รับการเติมเต็มอะไรเลย จะทำอะไรให้ดีขึ้นไปกว่านั้นก็ยาก เมื่อได้รับการเติมเต็ม อาจจะไม่ได้รับจากพ่อแม่ แต่จะได้รับจากคนรอบข้างจนกระทั่งรู้สึกเห็นค่าของตัวเอง มีความภูมิใจมีความมั่นใจในตัวเอง ในการปฏิบัติธรรม เจริญสติ หรือว่าการเจริญกรรมฐานก็จะก้าวหน้าได้ง่าย

แต่กว่าจะถึงตรงนั้น ไม่ว่าจะมาปฏิบัติธรรมหรือไม่ เพียงแค่ได้ชื่อว่าเป็นคนดี ก็ต้องมีสิ่งนี้คือความรัก ฉะนั้น ถ้าเราอยากจะช่วยผู้อื่น เริ่มต้นด้วยการให้ความรักแก่เขา ไม่ต้องนึกไปไกลตัวนะ คนใกล้ตัวนี่แหละ เช่น ลูกหลาน หรือบางทีแม้แต่พ่อแม่ด้วย เพราะพ่อแม่บางคนที่ขาดความรักตั้งแต่เด็ก มาเป็นพ่อเป็นแม่ก็ไม่สมบูรณ์ ใช้ความรุนแรงกับลูก ด่าว่าลูก หรือบางทีก็เอาเปรียบลูก เรียกร้องจากลูกตลอดเวลา แบบนี้ก็มีอยู่นะ คนเหล่านี้ขาดความรัก ถ้าเราไม่เข้าใจก็จะเกิดความเกลียดชัง เกิดความระอา แหนงหน่าย ซึ่งยิ่งทำให้เขาแย่ยิ่งกว่าเดิม

อาจารย์พุทธทาสท่านบอกว่า **หัวใจของศาสนาคือรักผู้อื่น** ยิ่งเป็นศาสนาพุทธด้วยนะ รักผู้อื่น ไม่ต้องรักไกล เราเริ่มจากคนใกล้ตัว คนในบ้านนี่แหละ แล้วจะเป็นพื้นฐานไปสู่การรักคนอื่นคนไกลออกไปจนกระทั่งรักสรรพสัตว์ อย่างที่เราแผ่เมตตากันทุกเช้าทุกเย็น สัพเพ สัตตา ...

ที่มา : ปรารภธรรมหลังทำวัตรเย็น ที่วัดป่าสุคะโต อ.แก้งคร้อ จ.ชัยภูมิ วันที่ ๒๔ มี.ค. ๒๕๖๑

ท่านสามารถติดตามอ่านวารสารโพธิยาลัยทุกฉบับย้อนหลังได้ทาง เว็บไซต์วัดจากแดง
www.watchakdaeng.com,
เว็บไซต์ชมรมกัลยาณธรรม
www.kanlayanatam.com,
Line Official id : @kanlayanatam และ
Facebook Page : Kanlayanatam

ขออนุโมทนาบุญผู้ร่วมจัดพิมพ์วารสารฉบับนี้
๑. ชมรมกัลยาณธรรม
๒. คุณจิรวรรณ ศิริจิตร และครอบครัว
๓. คุณสุวพร หทัยสุทธิธรรม และครอบครัว
๔. คุณพ่อวัชระ - คุณแม่ทองสุก โลหารักษ์พงศ์
๕. คุณณรงค์ฤทธิ์ อุปถัมภ์ และครอบครัว

ธรรมรำลึก

อาจริยบูชา ๑๐๐ ปี พระโพธิญาณเถร ณ วัดหนองป่าพง จ.อุบลราชธานี

สุวัณณฉายา

เมื่อวันที่ ๑๓ - ๑๗ ม.ค. ๒๕๖๑ ข้าพเจ้าได้มีโอกาสไปร่วมงานอาจริยบูชาหลวงปู่ชา สุภัทโท ซึ่งบรรดาลูกศิษย์ได้จัดขึ้น เพื่อรำลึกถึงวันคล้ายวันละสังขารของท่าน เมื่อวันที่ ๑๖ มกราคม ๒๕๓๕

ที่ข้าพเจ้าเขียนนี้ ก็เป็นแค่บันทึกธรรมดาๆ มากกว่า หาได้มีหลักเกณฑ์ หรือสำนวนอันแพรวพราวไม่ เขียนตามความรู้สึกที่ได้พบเจอ และนำมาเล่าสู่กันฟัง ให้ท่านผู้อ่านได้เห็นในมุมที่ข้าพเจ้าเห็น

เมื่อล้อรถค่อยๆ ชะลอความเร็วลง เหมือนมีบางอย่างกั้นขวางอยู่ภายหน้า เมื่อเข้าสู่เขตถนนบริเวณภายนอกวัด สิ่งนั้นหาใช่อะไรไม่ คือหมู่มนุษย์และยวดยานพาหนะจำนวนมาก สัญจรกันขวักไขว่ไปมา มีร้านรวงตั้งเรียงราย รถจอดเรียงแถวตลอดแนวเส้นทาง ผู้คนโดยมากสวมชุดขาวซึ่งตัดกับสีเขียวขจีของต้นไม้ และกำแพงสูงตระหง่านในช่วงฤดูหนาว ประหนึ่งจับโลก ๓ ใบมารวมอยู่ที่เดียวกัน คือ โลกมนุษย์ โลกแห่งเครื่องจักร และโลกแห่งธรรมชาติ ๓ สิ่งนี้แตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง แต่ทำไมจึงมารวมตัวกันอยู่ที่นี่ได้ อะไรคือแรงผลักดัน รวมทั้งตัวข้าพเจ้าเองเหตุใดจึงหอบสังขารมา ณ ที่แห่งนี้ได้ และสิ่งนั้นก็คือ **ศรัทธา** ถึงแม้ผู้คนที่มารวมตัวกันที่นี่จะมี

ความแตกต่างกันในด้านต่างๆ แต่ทุกคนมีสิ่งเดียวกันคือ **ศรัทธา** จึงมารวมตัวกันที่นี่ การมีศรัทธาในพระรัตนตรัย ย่อมนำพาตนให้พ้นจากทุกข์ได้

การปฏิบัติธรรม ไม่ว่าจะเป็นสมถะหรือวิปัสสนาให้เกิดผลดีนั้น ส่วนหนึ่งต้องอาศัยคำแนะนำจากครูบาอาจารย์ที่มีความรู้ความสามารถคอยแนะนำบอกสอนเทคนิคต่างๆ เพื่อให้ผู้ปฏิบัติสามารถปฏิบัติได้โดยสะดวก และผู้ปฏิบัติจำต้องมีการได้ยินได้ฟัง หรือศึกษาธรรมะอย่างมีความถูกต้องด้วย การปฏิบัติจึงจะมีประสิทธิภาพ

เสียงระฆังดังขึ้น ช่วงเวลาประมาณตี ๓ ทำลายความเกียจคร้าน ความง่วงเหงาหาวนอน ลุกขึ้นมาปรารภความเพียร ทำวัตร สวดมนต์ นั่งสมาธิ อย่างพร้อมเพรียงกัน จนถึงเวลาใกล้รุ่ง หมู่ภิกษุหลายร้อยรูปทำข้อวัตร เตรียมตัวออกบิณฑบาตโปรดผู้ใจบุญรอบวัด ในแต่ละสาย ตามหมู่บ้านต่างๆ ญาติโยมก็เตรียมใส่บาตรเป็นจำนวนมาก ซึ่งเป็นภาพที่ก่อให้เกิดความเลื่อมใสศรัทธาเป็นอย่างยิ่ง ภายในบริเวณวัด ญาติโยมเห็นพระภิกษุเดินผ่าน ก็นั่งพับเพียบลงกับพื้น หมอบกราบอย่างอ่อนน้อม ถ้าหากไร้ซึ่งศรัทธา และมิได้ถูกอบรมมาเป็นอย่างดีไซร้ ก็มิอาจทำกิริยาอันงามเช่นนี้ได้

การฟังคำสอนของครูบาอาจารย์ แล้วนำไปประพฤติปฏิบัติจึงจะเกิดผล ฟังอย่างเดียวไม่นานก็ลืม ไม่ได้ประโยชน์เท่าที่ควร

อนุโมทนากับหลวงปู่ชาที่ท่านได้วางรากฐานการปฏิบัติธรรมโดยการปฏิบัติให้เป็นแบบอย่างเป็นตัวอย่างของการปฏิบัติตามศีล สมาธิ ปัญญา เน้นการปรารภความเพียร การฝึกจิตให้เกิดสมาธิ พัฒนาจิตใจเพื่อความพ้นทุกข์อย่างแท้จริง โดยอาศัยสภาพแวดล้อมอันเป็นธรรมชาติป่าเขา พื้นที่เงียบสงบ ไม่เกลื่อนกล่นด้วยผู้คน ปฏิบัติเพื่อการสละ หาใช่เพื่อสั่งสม สร้างพระให้เป็นพระ สร้างชาวพุทธให้เป็นชาวพุทธ ตนสอนตนได้แล้ว และสอนผู้อื่นให้รู้ตามด้วย นับว่าเป็นตัวอย่างที่ดี ให้สาธุชนรุ่นหลังได้ยึดถือเป็นแบบอย่าง เพื่อได้ลิ้มธรรมรสแห่งความเป็นบรรพชิต

สุขา สงฺฆสฺส สามคฺคี ความพร้อมเพรียงแห่งหมู่คณะนำมาซึ่งความสุข จะเห็นได้ชัดเจนที่หนองป่าพงเมื่อกลับจากบิณฑบาต ภัตตาหารจัดเรียงกันอย่างเป็นระเบียบ พระสงฆ์จำนวนมากเรียงเป็นแถวๆ พิจารณาอาหาร พระเป็นร้อยรูป อาหารก็มากมาย แต่ใช้เวลาพิจารณาไม่นานเลย ดูสงบเรียบร้อย และนั่งฉันตามอาสนะของตนๆ

ช่วงกลางวันจะเป็นการฟังธรรมจากพระมหาเถระที่เป็นศิษย์ทันหลวงปู่ และการเจริญภาวนาตลอดวัน ช่วงบ่ายมีการแจกน้ำปานะ (ซึ่งวันละครั้งเท่านั้น) ที่ศาลาหลังเดียวกับที่ใช้สวดมนต์และฉันภัตตาหาร

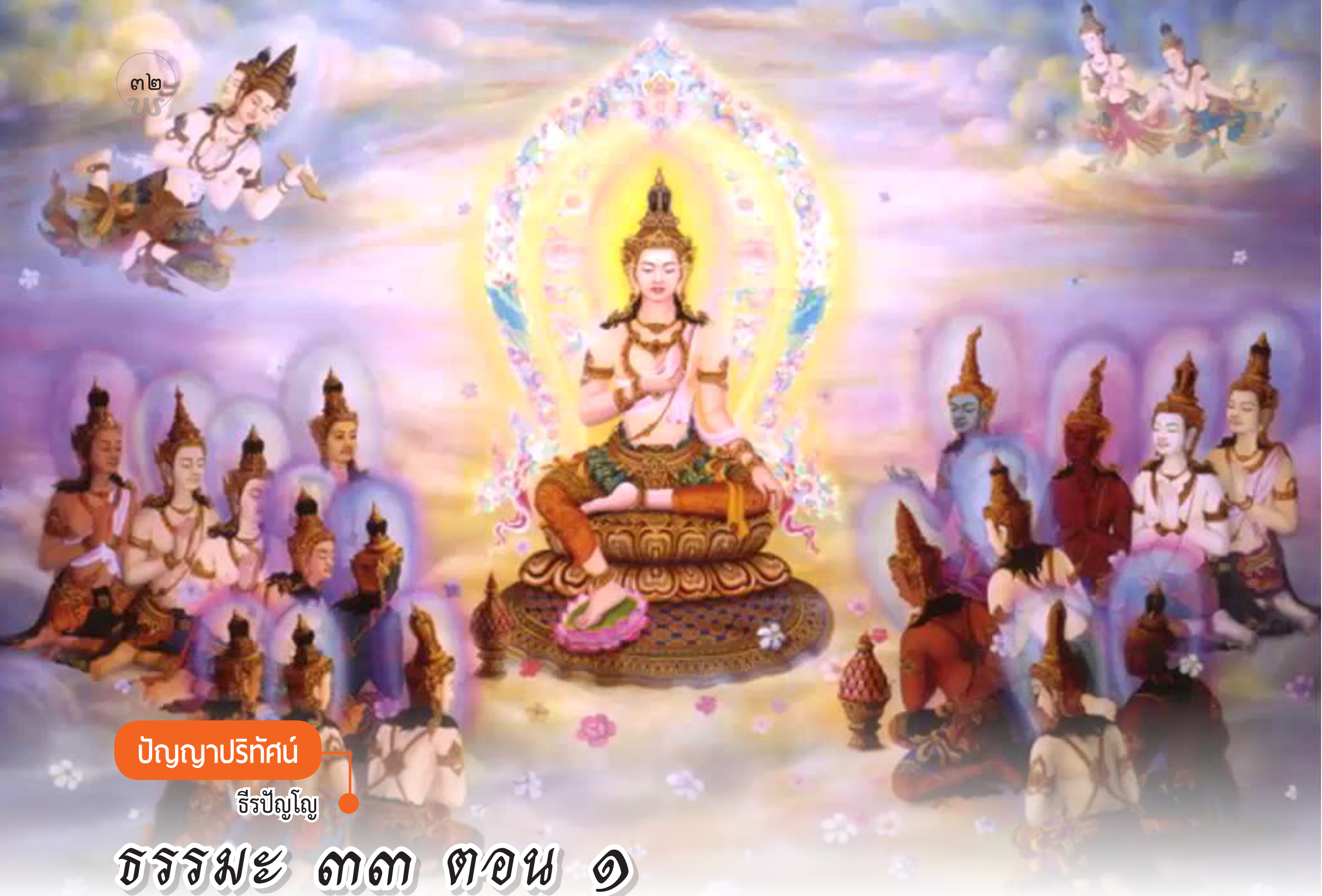
ทั่วผืนป่าภายในบริเวณวัด มีกลดและเต็นท์ของผู้มาปฏิบัติ เป็นการอยู่อย่างเรียบง่าย รับผิดชอบตัวเอง ไม่จำเป็นต้องมีสิ่งใดมาก อยู่อย่างสันโดษก็ทำให้ชีวิตเป็นสุขได้ ซึ่งพื้นที่ป่าในวัดสามารถรองรับผู้คนนับหมื่นที่มาร่วมงานได้ มองเห็นคนกับป่าอยู่ร่วมกันอย่างสงบ ก็ทำให้เกิดความเลื่อมใส มนุษย์ไม่ได้เกิดมาเพื่อทำลายธรรมชาติ แต่เกิดมาเพื่อเข้าใจธรรมชาติ

วันที่สำคัญที่สุด ก็คงเป็นวันประทักษิณบูชาเครื่องสักการะพระเจดีย์หลวงปู่ ซึ่งเป็นวันคล้ายวันมรณภาพของท่าน พระสงฆ์รวมตัวกันที่ศาลาจำนวนนับร้อยรูป ถือดอกไม้ธูปเทียน จัดแถวเดินมุ่งไปยังพระเจดีย์ รอบข้างทางมีอุบาสกอุบาสิกานั่งพนมมือด้วยอาการสำรวมกันเนืองแน่น มีการถ่ายทอดสด ทั้งภาษาไทย และภาษาต่างประเทศ กลุ่มพระภิกษุสามเณรอยู่ข้างหน้า ถัดมาจะเป็นกลุ่มอุบาสกอุบาสิกา

ผู้คนมารวมตัวกันอยู่ที่นี่ เป็นจำนวนนับหมื่นคน เป็นพลังแห่งศรัทธา น้อมรำลึกถึงพระคุณของท่าน ทำให้จิตเกิดความเลื่อมใสพร้อมกับความตื่นเต้น เดินเวียนประทักษิณ วางดอกไม้ที่พระเจดีย์ เป็นเหตุการณ์ที่น่าประทับใจ เห็นถึงแรงศรัทธาของชาวพุทธที่เข้มแข็ง และนำมาซึ่งกำลังใจต่อการประพฤติปฏิบัติธรรมเพื่อพ้นจากทุกข์ในสังสารวัฏ ได้พบได้เห็นสมณะผู้ทรงศีล ได้ยินได้ฟังพระสัทธรรมอันประเสริฐ ได้เจริญสมถวิปัสสนา นับว่าเป็นกุศลอย่างมากมายยิ่ง

นี่ก็เป็นเหตุการณ์ที่ข้าพเจ้าได้พบเห็นและเป็นส่วนหนึ่งในหน้าประวัติศาสตร์แห่งอาจริยบูชา ๑๐๐ ปี หลวงปู่ชา สุภัทโท แห่งวัดหนองป่าพงได้นำมาฝากทุกท่านอย่างจริงใจ สิ่งหนึ่งสิ่งใดล้วนเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับสลายไป ขอให้ทุกท่านจงตั้งอยู่ในความไม่ประมาท จงยังกิจของตน และของท่านให้ถึงพร้อม น้อมนำคำสั่งสอนของท่านผู้รู้ไปปฏิบัติ เพื่อบรรลุธรรมตามรอยพระอริยเจ้าทั้งหลาย ในกาลอันใกล้ ด้วยกันทุกคนทุกท่าน

สิ่งที่ข้าพเจ้าได้พบเห็น และนำมาแบ่งปันพวกท่านตามกำลังปัญญาอันน้อยนิดของตน ผิดพลาดประการใด ข้าพเจ้าขออภัย และน้อมรับไว้แต่เพียงผู้เดียว และขอให้ทุกท่านจงยินดีในการฝึกตน



ปัญญาปริทัศน์

ธีรปัญโญ

ธรรมะ ๓๓ ตอน ๑

มฆมาณพ

ตลอด ๓ ปีที่ผ่านมานี้ ปรากฏการณ์ที่ปรากฏขึ้นแล้วแผ่กระจายไปทั่วโลกก็คือ วารสารต่างๆ ดูท่าจะค่อยๆ ทยอยกันล้มหายตายจาก ร่ำลาวงการหนังสือสิ่งพิมพ์ไปทีละเล่มสองเล่ม คนสมัยใหม่จำนวนไม่น้อยเลิกอ่านวารสารในรูปแบบที่เป็นหนังสือกันแล้ว แต่หันไปอ่านในโทรศัพท์หรือในแท็ปเลตแทน ถึงอย่างนั้นวารสารโพธิยาลัยก็ได้ทยอยออกมาสู่สายตาของท่านผู้อ่าน (ซึ่งอาจจะช่วยถนอมสายตากว่า) เป็นประจำทุกเดือนมาเป็นเวลาเกือบสามปี ฉบับที่ท่านถืออยู่นี้ ก็ได้มาถึงฉบับที่ ๓๓ แล้ว ซึ่งถ้าเรียกเป็นภาษาบาลีก็ต้องเรียกว่า **ฉบับ ‘ตาวติงสะ’** อันถือเป็นฉบับพิเศษ เพราะชื่อตาวติงสะ หรือดาวดึงส์ในภาษาไทยนี้ เป็นชื่อของชั้นสวรรค์ที่มีบทบาทสำคัญอย่างมากในทางพระพุทธศาสนา แม้เราจะไม่สามารถรู้ได้ว่าวารสารนี้จะคงความเป็น *อักขระ* (ไม่สิ้น) หรือเป็น *อมระ* (ไม่ตาย) สมอย่างชื่อสวรรค์ไปได้อีกนานเท่าไรก็ตาม แต่ฉบับนี้ก็เห็นสมควรจะนำเรื่องของธรรมะ ๓๓ มาพูดคุยเล่าสู่กันฟังสักหน่อยหนึ่ง

ท่านผู้อ่านคงจะเคยได้ยินเรื่องของสวรรค์ชั้นนี้ในทางพุทธศาสนากันมาบ้างแล้ว ท่านเคยสงสัยเหมือนอย่างผู้เขียนบ้างไหมว่า :

- *ทำไมสวรรค์ชั้นนี้จึงต้องมีชื่อเป็นตัวเลขว่าดาวดึงส์ (ซึ่งแปลว่า ๓๓) ชื่อนั้นจะมีความหมายเป็นอะไรได้บ้าง ? (ในเมื่อตัวเลขอื่นก็มีตั้งเยอะตั้งแยะ ทำไมต้องมาเลือกเอาชื่อ ๓๓ มาตั้งเป็นชื่อสวรรค์ด้วย)*

- ทำไมธรรมเนียมของพระพุทธเจ้าต้องเสด็จขึ้นมาแสดงธรรมที่สวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ?

- ชื่อของเทพทั้ง ๓๓ องค์ ที่อยู่บนชั้นดาวดึงส์นั้น มีชื่ออะไรกันบ้าง ?

- ทำไมช้างทรงของพระอินทร์จึงมีชื่อว่าเอราวัณ ?

- ทำไมมวยผมของพระโพธิสัตว์ จึงถูกเก็บไว้ที่สวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ?

- มฆเทวะ มฆมาณพ มฆวาน คือใคร สัมพันธ์กันอย่างไร ?

- ทำไมสวรรค์ชั้นจาตุมหาราชิกาและดาวดึงส์ ต้องอยู่บนเขาสิเนรุ ?

- ทำไมต้องเป็นพระอภิธรรม ที่พระพุทธองค์ทรงแสดงแก่เทวดา บนยอดเขาสุเมรุ ?

- ทำไมพระพุทธองค์จึงเสด็จไปในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ในพรรษาที่ ๗ ?

- ทำไมพระอินทร์ต้องมีพระชายาตั้งสี่องค์ ชื่อของชายาแต่ละองค์นั้น สื่อความหมายอะไร ?

- มฆมาณพ มัคคภาวนา มาฆบูชา มีความเกี่ยวข้องกันอย่างไร ?

- ทำไมต้องเป็นพระทาฐธาตุ (พระเขี้ยวแก้ว) ข้างขวาบน ที่ถูกนำไปเก็บไว้ที่ชั้นดาวดึงส์ ?

บทความเรื่องธรรมะ ๓๓ ทั้งสี่ตอนต่อไปนี้ จะพาท่านผู้อ่านไปศึกษาคาถาที่มา นิทานต้นเรื่อง นัยสำคัญของตัวเลข ความรู้ทางอภิธรรม และการวิเคราะห์ทางภาษาบาฬี เพื่อนำเสนอแนวทางในการทำความเข้าใจ แล้วหวังว่า ท่านได้อ่านแล้วจะสามารถกลับมาตอบคำถามเหล่านี้ได้ด้วยตนเอง

ก่อนอื่นต้องมาทำความเข้าใจกับเรื่องราวประวัติของชื่อตาวติงสะหรือ ๓๓ นี้ ที่มาในคาถาธรรมบทที่เป็นพระพุทธภาษิตกันก่อน โดยต้นเรื่องมาจากการที่พระพุทธองค์ตรัสอานิสงส์ของความไม่ประมาท แล้วทรงเล่าเรื่องของมฆมาณพผู้มี**อัปปมาทปฏิปทา** จนได้ถึงความเป็นใหญ่ (พระอินทร์) เสวยราชย์ในเทวโลกทั้ง ๒ (คือชั้นจาตุมหาราชิกา และ ชั้นดาวดึงส์ ซึ่งอยู่บนเขาสิเนรุเหมือนกัน) แม้การบรรลุคุณวิเศษซึ่งจะเป็นโลกิยะหรือโลกุตตระก็ตามที ทั้งหมดนั้นจะมีได้ก็ต้องอาศัยความไม่ประมาทนี้ทั้งสิ้น จากเรื่องนี้ เราจะมาสันนิษฐานกันดูซิว่า เลข ๓๓ นี้ จะสามารถแปลว่าอะไรได้บ้าง

มฆมาณพ

<u>ประวัติมฆมาณพ (อดีตชาติของพระอินทร์)</u>

อปฺปมาเทน มฆวา เทวานํ เสฏฺฐตํ คโต
อปฺปมาทํ ปสํสนฺติ ปมาโท ครหิโต สทา’ ติ

ท้าวมฆวาน ถึงความเป็นผู้ประเสริฐกว่าเทพดาทั้งหลาย ก็เพราะความไม่ประมาท
เหล่าบัณฑิตย่อมสรรเสริญความไม่ประมาท ความประมาท อันผู้รู้ทั้งหลายติเตียนทุกเมื่อ

พระพุทธองค์ตรัสพระคาถานี้แล้วก็นำนิทาน (ภาษาบาฬีแปลว่าเหตุ) นี้มาตรัสขยายความว่า :

ในอดีตกาล มีมาณพชื่อว่า **มฆะ** เกิดในหมู่บ้าน**อจลคาม** ในแคว้น**มคธ** มีนิสัยชอบให้ทาน รักษาศีลอยู่เป็นนิตย์ พอใจแผ้วถางภูมิประเทศ **ทำทาง** เกลี่ยพื้นที่ สร้างสาธารณประโยชน์ (ตรงกับจิตอาสานักพัฒนาท้องถิ่นในสมัยปัจจุบัน) มีคนอื่นมาแย่งที่ก็ไม่โกรธ เห็นคนอื่นมีสุข ตน

ก็สุขไปด้วย ชักชวนเพื่อนๆ ได้ รวมเป็นสหาย ๓๓ คน ทำการพัฒนาท้องถิ่นให้เป็นรมณียสถานทั่วๆ ไป และยังชักชวนให้ชาวบ้านรักษาศีล ๕ ด้วย นายบ้านเห็นว่าตนจะเสียผลประโยชน์จากการขายสุราและอบายมุขต่างๆ จึงเรียกมาตักเตือนให้เลิก มฆมาณพและสหายเห็นว่านี่เป็นการ**ทำทางไปสู่สวรรค์**ของตน จึงไม่ยอมเลิก นายบ้านโกรธจึงไปฟ้องพระราชาว่าพวกนี้เป็นโจรกบฏ พระราชามิได้พิจารณาไต่สวน มีรับสั่งให้จับมาทั้ง ๓๓ คน แล้วรับสั่งให้ปล่อยช้างไปเหยียบให้ตายหมด มฆมาณพได้ให้โอวาทแก่สหายทั้งหลายไม่ให้โกรธ แต่ให้แผ่เมตตาจิตไปยังพระราชา นายบ้าน ช้าง และตนเอง ให้เสมอเท่ากันทั้งสี่ฝ่าย เมื่อมฆะและสหายได้ปฏิบัติอยู่อย่างนั้น ช้างจึงไม่ทำอันตราย พระราชาทรงรับทราบแล้ว ทรงดำริว่าช้างคงจะเห็นคนมากจึงไม่ทำอันตราย จึงรับสั่งให้ใช้เสื่อลำแพนปูปิดทับพวกเขาเสียก่อน แต่ช้างก็ยังไม่ยอมเหยียบ ถอยกลับแต่ไกล สุดท้ายพระราชากลับทรงดำริขึ้นมาได้ว่า น่าจะมีเหตุบางอย่าง จึงเรียกมฆมาณพและพวกเข้าไปสอบถาม พอพระราชาได้สดับรับทราบเรื่องจริงก็มีจิตโสมนัส ขอโทษมฆมาณพและสหาย แล้วสั่งปลดนายบ้านออกจากตำแหน่ง ลงโทษให้เป็นทาสของมฆะและพวก และได้พระราชทานช้างนั้นให้เป็นพาหนะ พร้อมทั้งทรงแต่งตั้งให้มฆมาณพขึ้นเป็นนายบ้านแทน

เมื่อ**มฆะและสหายรวม ๓๓ คน** ได้พ้นโทษออกมา ก็ยิ่งเห็นอานิสงส์ของ**บุญ** มีจิตใจผ่องใส จึงคิดจะทำบุญให้มากยิ่งๆ ขึ้นไปอีก จึงพากันวางแผน**สร้างศาลาที่พัก**มหาชนบนทางสี่แพร่ง โดยเรียกนายช่างมามอบหมายงาน แต่มีความเห็นตรงกันว่า **ควรห้ามมาตุคาม (ผู้หญิง) เข้ามามีส่วนในการสร้างศาลานั้น**

ภรรยาทั้ง ๔ ของมฆมาณพ

มฆมาณพมี**ภรรยา ๔ คน** คือ **นางสุนันทา สุจิตตา สุธัมมา**และ**สุชาดา** บรรดาหญิง ๔ คนนั้น นางสุธัมมาอยากมีส่วนในบุญด้วย จึงติดสินบนนายช่างไม้ให้ช่วยให้ตนได้เป็นใหญ่ในศาลานี้ นายช่างไม้นั้นรับคำแล้ว ได้ตากไม้สำหรับทำช่อฟ้าให้แห้ง แล้วถากให้เรียบ สลักอักษรว่า **สุธัมมศาลา** ที่ไม้นั้น แล้วเอาผ้าพันเก็บไว้ ครั้นสร้างศาลาเสร็จแล้ว ในวันยกช่อฟ้า ช่างไม้จึงกล่าวกับ ๓๓ คนนั้นว่า ลืมทำช่อฟ้าไว้ จะใช้ไม้ที่ตัดเดี๋ยวนี้ก็ไม่ได้ ต้องได้ไม้ช่อฟ้าแห้งที่เขาตัดถากเก็บไว้ก่อน มฆมาณพและพวกจึงช่วยกันแสวงหา มาเห็นในเรือนของนางสุธัมมา จึงขอซื้อด้วยทรัพย์พันหนึ่ง นางก็ไม่ยอมขาย แต่ขอมีส่วนร่วมในการทำบุญสร้างศาลาด้วย ๓๓ สหายไม่ยอม ช่างไม้เกลี้ยกล่อมว่า **"ยกเว้นพรหมโลกแล้ว ไม่มีสถานที่ไหนที่เว้นจากมาตุคามได้"** ขอให้รับเอาช่อฟ้า เพื่อให้งานสร้างศาลาสำเร็จเถิด พวกเขาจึงยอมรับเอาช่อฟ้านำมาสร้างศาลาให้เสร็จ แล้วแบ่งเป็น ๓ ส่วน ส่วนหนึ่งสร้างเป็นที่สำหรับอยู่ของพวกอิสรชน ส่วนหนึ่งสำหรับคนเข็ญใจ ส่วนหนึ่งสำหรับคนไข้

สหาย ๓๓ คน ให้ปูไม้กระดาน ๓๓ แผ่นไว้ที่ศาลา แล้วให้สัญญาแก่ช้างว่า ถ้าผู้เป็นแขกอาคันตุกะมานั่งบนแผ่นกระดานของผู้ใดก็ให้พาเขาไปพักที่เรือนของผู้นั้น และให้ผู้นั้นเลี้ยงดูปูเสื่อรับรองอาคันตุกะนั้นด้วย นายมฆะเองปลูกต้นทองหลางไว้ต้นหนึ่ง ไม่ห่างจากศาลา แล้วปูแผ่นศิลาไว้ที่โคนต้นทองหลางนั้นด้วย พวกที่เข้าไปสู่

ศาลา แลดูช่อฟ้าอ่านตัวอักษรแล้ว ย่อมพูดกันว่า **ศาลาชื่อสุธัมมา ชื่อของชน ๓๓ คนไม่ปรากฏ** นางสุนันทาคิดว่า พวกนี้เมื่อทำศาลา ไม่ยอมให้พวกเรามีส่วนบุญด้วย แต่นางสุธัมมาก็ใช้อุบายทำช่อฟ้าเข้าร่วมมีส่วนจนได้ เพราะความฉลาดของตน เราก็ควรจะทำอะไรๆ บ้าง จึงคิดว่าควรให้ขุดสระโบกขรณีเพื่อพวกที่มาสู่ศาลาจะได้ดื่มได้อาบน้ำ ส่วนนางสุจิตตาคิดว่า นางสุธัมมาได้ให้ช่อฟ้า นางสุนันทาได้สร้างสระโบกขรณี เราก็ควรสร้างอะไรๆ บ้าง จึงได้มีความคิดว่า ในเวลาที่พวกชนมาสู่ศาลา ดื่มน้ำอาบน้ำแล้ว ควรจะได้ประดับระเบียบดอกไม้แล้วจึงไป นางจึงได้ให้เขาสร้างสวนดอกไม้อันน่ารื่นรมย์ เป็นที่รวมของต้นไม้ ดอกไม้ และผลไม้ทุกชนิด ฝ่ายนางสุชาดาคิดว่า เราเป็นทั้งลูกลุงของนายมฆะและเป็นทั้งภริยา กรรมที่นายมฆะทำก็เป็นของเราเหมือนกัน กรรมที่เราทำก็เป็นของนายมฆะด้วย ดังนี้แล้ว ไม่ทำอะไรๆ มัวแต่แต่งหน้าแต่งตัวของตนเท่านั้น ปล่อยเวลาให้ผ่านพ้นไปด้วยความประมาท

ฝ่ายนายมฆะ บำเพ็ญ**วัตตบท ๗** คือ บำรุงมารดาบิดา ๑ ประพฤติอ่อนน้อมต่อผู้ใหญ่ในตระกูล ๑ พูดคำสัตย์ ๑ ไม่พูดคำหยาบ ๑ ไม่พูดส่อเสียด ๑ กำจัดความตระหนี่ ๑ ไม่โกรธ ๑ ถึงความเป็นผู้ควรสรรเสริญ ตามพระบาลีว่า :

มาตาเปติภรํ[๑] ชนฺตุํ กุเล เชฏฺฐาปจายินํ[๒]
สณฺหํ สขิลสมฺภาสํ[๓] เปสุเณยฺยปฺปหายินํ[๔]
มจฺเฉรวินเย ยุตฺตํ[๕] สจฺจํ[๖] โกธาภิภุํ[๗] นรํ
ตํ เว เทวา ตาวตึสา อาหุ “สปฺปุริโส อิติ

เลี้ยงดูมารดาบิดา[๑] เคารพผู้ใหญ่กว่าในตระกูล[๒]
เอ่ยวาจา อ่อนหวาน เกื้อกูล[๓]
ไม่ปากปูน ส่อเสียด ใครๆ[๔]
ให้ทาน ไม่ตระหนี่[๕] กล่าวคำที่สัจจะ จริงใจ[๖]
ระงับโกรธโทษภัย[๗] ดาวดึงส์ถึงได้ ด้วย ๗ วัตตบท
พระอินทร์ฯ

ในเวลาสิ้นชีวิต ได้ไปเกิดเป็นท้าวสักกเทวราช ในภพดาวดึงส์ ส่วนสหายของเขาเหล่านั้นก็ไปเกิดในที่นั้นเหมือนกัน

เทวาสุรสงคราม

ในกาลนั้น พวกอสูรอยู่ในภพดาวดึงส์บน**เขาสิเนรุ**มาก่อน (ซึ่งตอนนั้นคงจะยังไม่เรียกว่าดาวดึงส์ เพราะดาวดึงส์ แปลว่า ๓๓ น่าจะได้ชื่อตอนมฆมาณพและสหาย ๓๓ คน ไปเกิด) อสูรเหล่านั้นคิดว่า เทพบุตรใหม่ๆ มาเกิดแล้ว จึงเตรียมเลี้ยงน้ำสุราทิพย์ ท้าวสักกะ (ความที่เคยชินกับการรักษาศีล ๕) จึงได้ทรงนัดหมายแก่สหายของพระองค์ว่ามิให้ใครๆ ดื่ม พวกอสูรดื่มน้ำทิพย์เมากันหมดแล้ว ท้าวสักกะทรงให้ช่วยกันจับเท้าทั้ง ๒ ของพวกอสูรเหล่านั้นเหวี่ยงลงไปในมหาสมุทร อสูรเหล่านั้น มีศีรษะปักดิ่งตกลงไปในสมุทรแล้ว แต่ด้วยอานุภาพแห่งบุญเก่าของพวกอสูรนั้น อสูรวิมานจึงได้เกิดขึ้นที่เชิงเขาสิเนรุ เมืองนี้มีขนาดเดียวกับดาวดึงส์ มีสิ่งต่างๆ คล้ายคลึงกัน เช่น ดาวดึงส์มีต้น**ปาริฉัตตก์** อสูรภพนี้ก็มีต้นไม้ชื่อ**จิตตปาตลิ** (ไม้แคฝอย) จนพวกอสูรเองก็เข้าใจว่าอสุรบุรีเป็นเมืองเก่าของตนคือดาวดึงส์ ต่อเมื่อต้นจิตตปาตลิออกดอกนั่นแหละ จึงทราบว่าไม่ใช่ชั้นดาวดึงส์เสียแล้ว พากันยกทัพกลับขึ้นไป เกิด

สงครามระหว่างเทวดาและอสูร (เทวาสุรสงคราม) ต่างฝ่ายต่างก็ไม่มีใครเอาชนะใครกันได้โดยเด็ดขาด เทพนครและอสุรนคร จึงได้ชื่อว่า **อยุชฌบุรี** (อยุธยา) *"เมืองที่ไม่มีใครรบชนะ"* ครั้งหนึ่งเมื่อพวกอสูรปราชัยแล้ว พระอินทร์เมื่อเข้าสู่เทพนครแวดล้อมแล้วด้วยหมู่เทพในเทวโลกชั้นจาตุมหาราชและชั้นดาวดึงส์ (ถือได้ว่าครองสวรรค์ทั้งสองชั้น) ปราสาทนามว่า **เวชยันต์** จึงเกิดขึ้นในที่สุดแห่งชัยชนะ ล้วนแล้วด้วยแก้ว ๗ ประการ ต้น**ปาริฉัตตก์** มีปริมณฑล (แผ่ไป) ๓๐๐ โยชน์โดยรอบ เกิดขึ้นด้วยผลแห่งต้นทองหลาง **บัณฑุกัมพลศิลา** มีสีดังดอกชัยพฤกษ์สีครั่งและสีบัวโรย ที่กึ่งแห่งพระวรกายยุบลงในเวลาประทับนั่ง ฟูขึ้นเต็มที่อีกในเวลาเสด็จลุกขึ้น เกิดขึ้นแล้วที่โคนไม้ปาริฉัตตก์ ด้วยผลแห่งแผ่นศิลาที่เคยปูวางไว้บนโลกมนุษย์

ส่วนช้างไปเกิดเป็นเทพบุตรชื่อ **เอราวัณ** จริงๆ แล้ว สัตว์ดิรัจฉานไม่มีในเทวโลก เพราะฉะนั้นเฉพาะในเวลาที่ท้าวสักกะและสหายเสด็จออกเพื่อประพาสอุทยาน เทพบุตรนั้นจึงจะจำแลงตัวเป็นช้าง นิรมิตกระพอง ๓๓ กระพอง เพื่อชน ๓๓ คน นิรมิตกระพองชื่อ **สุทัศนะ** ในท่ามกลางกระพองทั้งหมด เพื่อท้าวสักกะโดยเฉพาะ

แม้นางสุธัมมา ถึงแก่กรรมแล้ว ก็ได้ไปเกิดในภพดาวดึงส์นั้นเหมือนกัน **เทวสภาชื่อสุธัมมา** มีประมาณ ๕๐๐ โยชน์ ได้เกิดแล้วแก่นาง ชื่อว่าสถานที่อื่นที่น่าปลื้มใจกว่าเทวสภานั้นย่อมไม่มีในวันพระ มีการฟังธรรม ในที่นั้นนั่นเอง จนกระทั่งทุกวันนี้ ชนทั้งหลายเมื่อเห็นสถานที่อันน่าปลื้มใจในที่แห่งใดแห่งหนึ่งเข้าก็ยังกล่าวกันอยู่ว่า *"ช่างเหมือนเทวสภาชื่อสุธัมมาเสียนี่กระไร"* ส่วนนางสุนันทาถึงแก่กรรมแล้ว ก็ได้ไปเกิดในภพดาวดึงส์นั้นเหมือนกัน มี**สระโบกขรณีชื่อสุนันทา** ประมาณ ๕๐๐ โยชน์ เกิดแล้วแก่นาง นางสุจิตตาถึงแก่กรรมแล้ว ก็ได้ไปเกิดในภพดาวดึงส์นั้นเหมือนกัน มี**สวนชื่อจิตรลดา** ประมาณ ๕๐๐ โยชน์ ที่พวกเทพดาพาเหล่าเทพบุตรผู้มีบุรพนิมิตเกิดแล้ว ให้หลงเที่ยวไปอยู่เกิดแล้วแก่นาง

ส่วนนาง**สุชาดา** ถึงแก่กรรมแล้ว เพราะความที่ไม่เคยได้ทำบุญอะไรๆ ไว้ วันๆ เอาแต่แต่งหน้าแต่งตัว จึงไปเกิดเป็นนางนกยางในซอกเขาแห่งหนึ่ง ได้ดูเงาตัวเองในน้ำทั้งวัน ท้าวสักกะทรงเสด็จไปเตือนสติ และแนะนำให้รักษาศีล ๕ นางนกยางรู้สึกสำนึก จึงตั้งใจรักษาศีล ๕ เที่ยวหากินแต่ปลาที่ตายเองเท่านั้น ท้าวสักกะเพื่อทรงประสงค์จะลองใจนาง จึงทรงจำแลงเป็นปลาตายนอนหงายอยู่หลังหาดทราย นางเห็นปลานั้นแล้ว ได้คาบเอา ด้วยสำคัญว่า ปลาตายในเวลาจะกลืน ปลากระดิกหาง ทำให้นางรู้ว่าปลาเป็น นางจึงปล่อยไปเสียในน้ำ ท้าวสักกะทรงทดลองอย่างนี้ ครบ ๓ ครั้ง จึงทรงคืนร่างเดิมแล้วตรัสชมเชยการรักษาศีลของนาง และเตือนไม่ให้ประมาท แต่นั้น นางได้ปลาที่ตายเองบ้าง ไม่ได้บ้าง เมื่อไม่ได้อาหาร ล่วงไป ๒ - ๓ วันก็ซูบผอมทำกาละแล้ว ไปเกิดเป็นธิดาของนายช่างหม้อในเมืองพาราณสี นางเป็นเด็กหญิงที่มีศีล ๕ มั่นคง ตายจากภพนั้น ได้มาเกิดเป็นธิดาของท้าว

วิปจิตตะ ชื่อว่า **อสูรกัญญา** ตอนนางมาเกิดในอสูรบุรีนั้น นางมีรูปร่างงดงาม เป็นที่หมายปองของอสูรมากมาย แต่ด้วยบุพเพสันนิวาส นางกลับเลือกท้าวสักกะที่ปลอมมาเป็นอสูรแก่ (**ชรสักกะ**) ในงานพิธีสยุมพร (เลือกคู่) เมื่อท้าวสักกะทรงพานางอสูรกัญญาสุชาดาไปเทพนครแล้ว ก็ทรงสถาปนาไว้ในตำแหน่งหัวหน้านางอัปสร นางทูลขอพรต่อท้าวสักกะว่า นางไม่มีมารดาบิดาหรือพี่น้องในเทวโลกนี้ เมื่อพระองค์จะเสด็จไปในที่ใดๆ ก็ขอให้พานางไปในที่นั้นๆ ด้วย นางจึงเป็นที่รักของท้าวสักกะมาก จนท้าวสักกะเอง ได้รับขนานนามว่า **สุชัมบดี**

พระศาสดาตรัสอัปปมาทปฏิปทาของมฆ-มาณพอย่างนี้, แล้วได้ตรัสอานิสงส์ คือการได้เป็นท้าวมฆวาน (พระอินทร์) ผู้ถึงความเป็นผู้ประเสริฐกว่าเทพดาทั้งหลาย ได้เป็นใหญ่ในเทวโลกทั้ง ๒ และการจะได้บรรลุคุณวิเศษ ซึ่งเป็นโลกิยะและโลกุตตระ แม้ทั้งหมด ก็เพราะอาศัยความไม่ประมาทนี่เอง

ได้ฟังเรื่องนี้จบแล้ว รู้สึกอย่างไรบ้าง ผู้เขียนเองก็ชื่นชอบเรื่องนี้มาก สมัยเด็กๆ ได้อ่านกลับไปกลับมาอยู่หลายรอบ คิดว่าเรื่องนี้ให้คติเตือนใจเราหลายๆ อย่าง และได้มอบปฏิปทาสำหรับการไปเกิดบนสวรรค์ไว้ให้อย่างแยบยล เป็นเรื่องที่แม้แต่เด็กก็เข้าใจได้ไม่ยาก แต่เมื่อได้มาบวชเรียนได้เข้ามาศึกษาพระพุทธวจนะอย่างเป็นระบบ เริ่มจากการศึกษาบาฬีไวยากรณ์ใหญ่ ที่มีการแยกธาตุแยกปัจจัย ให้เข้าถึงความละเอียดของความหมายที่แฝงไว้ในศัพท์ ดังที่มีคำกล่าวว่า "**พระบาฬีมีอรรถเป็นร้อย คนรู้น้อยก็ได้แค่อรรถเดียว**" และได้ศึกษาพระอภิธรรมควบคู่ไปด้วย ทำให้เข้าใจความหมายทางสภาวธรรมของเรื่องนี้ ที่ต้องการถ่ายทอดมาสู่คนรุ่นเราได้อย่างลุ่มลึกมากยิ่งขึ้น

ที่จะกล่าวต่อไปนี้ จึงเป็นเพียงนัยหนึ่งที่จะขอนำร่องลองวิเคราะห์ให้ดูเป็นตัวอย่าง ใครคิดว่าเป็นประโยชน์ จะนำวิธีการวิเคราะห์ศัพท์และองค์ธรรมไปใช้แยกแยะวิเคราะห์ศัพท์และสภาวธรรมในเรื่องอื่นๆ ซึ่งคิดว่ายังมีสิ่งดีๆ อีกมากมายในพระไตรปิฎกที่รอคอยให้พวกเราเข้าไปศึกษา แล้วนำนัยต่างๆ มาแบ่งปันกันให้ทุกคนได้ทราบด้วย ก็จะเป็นประโยชน์และทำให้การศึกษาธรรมะสนุกยิ่งขึ้น **ส่วนการวิเคราะห์แยกศัพท์และองค์ธรรมที่จะกล่าวต่อไป ไม่มีเขียนไว้ในตำราไหนๆ เป็นอัตโนมติของผู้เขียนเอง** ในการนี้ ต้องนำศัพท์มาวิเคราะห์ใหม่ทั้งหมด ให้ประกอบกันได้กับเรื่องเล่าและให้ได้องค์ธรรมตามพระอภิธรรม คือให้เป็นไปในแนวเดียวกัน จึงจะสามารถเข้าใจคอนเซ็ปของเรื่องราวได้อย่างต่อเนื่อง ส่วนผู้ใดต้องการแยกศัพท์เป็นคำๆ ที่เขาเขียนอธิบายไว้แล้วอย่างเป็นทางการ ก็สามารถเปิดดูได้ในพจนานุกรมแยกศัพท์ทั่วไปได้

มาดูข้อสังเกตเหล่านี้กันก่อน

เรื่องแรก เรื่องชื่อของสวรรค์ สวรรค์มีทั้งหมด ๖ ชั้นด้วยกัน มีชื่อจากล่างขึ้นบนดังนี้

ชั้นที่ ๑) จาตุมหาราชิกา
ชั้นที่ ๒) ตาวติงสา (ไทยนิยม เรียกว่า ดาวดึงส์ เป็นที่มาของคำว่า ดาว ในภาษาไทย ?)
ชั้นที่ ๓) ยามา
ชั้นที่ ๔) ตุสิตา (ไทยเรียก ดุสิต)
ชั้นที่ ๕) นิมมานรตี
ชั้นที่ ๖) ปรนิมมิตวสวัตตี

สวรรค์ที่มฆมาณพไปเกิดนั้น คือชั้นดาวดึงส์ ถามว่า ***ทำไมสวรรค์ชั้นนี้ต้องมีชื่อเป็นตัวเลข ว่าดาวดึงส์ (ซึ่งมาจาก ตาวตึส ในภาษาบาฬีที่แปลว่า ๓๓)*** *?*

ถ้าอ่านเรื่องข้างบนมา ก็จะตอบได้ทันทีว่า ก็เป็นเพราะ มฆมาณพและพวกรวม ๓๓ คน ไปเกิดที่นั่น จึงทำให้มีชื่ออย่างนั้น ถ้าวิเคราะห์ศัพท์ตามพจนานุกรมทั่วไป จะได้ว่า

เตตฺตึส ชนา นิพฺพตฺตนฺติ เอตฺถาติ เตตฺตึโส ภพเป็นที่เกิดของบุคคล ๓๓ คน ดังนั้นจึงเรียกว่า ตาวตึส (เตตฺตึส บทหน้า อ ปัจจัย, แปลง เต เป็น ตาว, ลบ ต)

*แต่ถ้าถามต่อไปว่า แล้ว****ทำไมพระพุทธเจ้าต้องมาแสดงธรรมที่ชั้นดาวดึงส์เสมอด้วยเล่า*** *? แม้แต่พระพุทธมารดา ที่อยู่บนสวรรค์ชั้นดุสิต ยังต้องลงมาฟังธรรมที่ชั้นดาวดึงส์*

คำตอบตามคัมภีร์ได้อธิบายไว้ว่า เพราะบนดาวดึงส์นั้นมีสุธัมมศาลา และ เทวดาจะได้ไปฟังกันได้ทั้งหมด **เพราะเทวดาชั้นต่ำจะขึ้นไปชั้นสูงกว่าตนไม่ได้ แต่เทวดาชั้นสูงจะลงมาฟังธรรมในชั้นต่ำได้** ในที่นี้ต้องเข้าใจว่าเทวดาชั้นจาตุมหาราชิกานั้น สามารถขึ้นไปฟังธรรมในชั้นดาวดึงส์ได้ เพราะเทวดาทั้งสองชั้นนี้อยู่บนเขาพระสุเมรุด้วยกัน และมีพระอินทร์เป็นใหญ่ในทั้งสองชั้นเหมือนกัน ตอบแบบนี้ก็ฟังดูเป็นเหตุเป็นผลกันดี

แต่ถ้าเราจะลองวิเคราะห์ให้ลึกลงไปกว่านั้น ขอให้ลองฟังคำตอบที่ได้จากมุมมองของการศึกษาไวยากรณ์บาฬีดูบ้าง ว่าจะเข้าทีไหม

คำตอบนี้ ต้องอาศัยจินตนาการสักเล็กน้อย มารู้จักภาษาบาฬีกันก่อน ลองทายกันดูซิว่า ภาษาบาฬีนั้น มีพยัญชนะ (อักขระ) อยู่ทั้งหมดกี่ตัว ?

เฉลย พยัญชนะบาฬี มีทั้งหมด ๓๓ ตัว

คือ	ก ข ค ฆ ง	เรียกว่า ก วรรค
	จ ฉ ช ฌ ย	เรียกว่า จ วรรค
	ฏ ฐ ฑ ฒ ณ	เรียกว่า ฏ วรรค
	ต ถ ท ธ น	เรียกว่า ต วรรค
	ป ผ พ ภ ม	เรียกว่า ป วรรค
	ย ร ล ว ส ห ฬ	เรียกว่า เศษวรรค

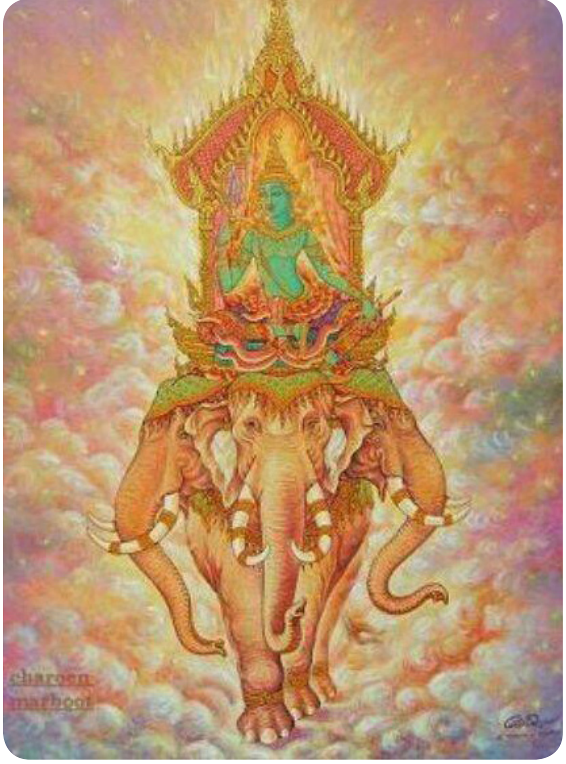
ดังนั้นจะตั้งวิเคราะห์ว่า

เตตฺตึส อกฺขรา นิพฺพตฺตนฺติ เอตฺถาติ เตตฺตึสา ภาษาเป็นที่เกิดของอักขระ ๓๓ ตัว จึงเรียก (ภาษานั้น) ว่า ตาวตึสา ก็คงจะได้ ซึ่งคงไม่เป็นการบังเอิญ ที่มฆมาณพและพวก มีจำนวนเท่ากับอักขระในภาษาบาฬีพอดิบพอดี

จริงๆ แล้ว ไวพจน์ของเทพอย่างหนึ่งคือ *อมร* แปลว่าไม่ตาย (อ-ไม่ + มร-ตาย) ก็ไปพ้องกับ *อักขร* (ไทยใช้ อักษร) ซึ่งแปลว่าไม่สิ้นไปได้ เพราะ **อกฺขร** (อ-ไม่ + ขร-สิ้น) มาจาก **น ขรติ น ขียตีติ อกฺขโร อกฺขรํ** สิ่งที่ไม่สิ้นไป คือใช้ไม่มีวันหมด (*น* บทหน้า *ขี* ธาตุในความหมายว่าสิ้นไป *อร* ปัจจัย, แปลง *น* เป็น *อ*, ซ้อน *ก*, ลบสระหน้า)

ถ้าจะมีคำถามต่อว่า ***ทำไมช้างทรงของพระอินทร์ จึงต้องชื่อเอราวัณ*** *?*

ตรงนี้ตามคัมภีร์ ท่านก็ไม่ได้อธิบายให้หายสงสัย เพียงแต่บอกว่า เรียกเอราวัณ เพราะเกิดในสมุทรที่ชื่ออิราวัณเท่านั้น ซึ่งก็ไม่ได้ให้ความ



กระจ่างอะไรเพิ่มเติมนัก แต่ถ้าเราได้เรียนภาษาบาฬีมาบ้าง ก็จะรู้ว่าในภาษาบาฬีมีสระ (ซึ่งภาษาบาฬีเรียกว่าวัณณะ) อยู่ด้วยกัน ๘ ตัว คือ อะ อา อิ อี อุ อู เอ โอ

แล้วมันเกี่ยวอะไรกับชื่อช้างเอราวัณ ?

มันจะมาเกี่ยวตรงที่ สระ อะ อิ อุ ๓ ตัว นี้ เป็น เสียงสระพื้นฐาน ส่วนสระที่เหลือ เป็นการประกอบรวมกันขึ้นของสระพื้นฐานนั้นอีกที คือ อะ+อะ=อา อิ+อิ=อี อุ+อุ=อู อะ+อิ=เอ และ อะ+อุ=โอ

ถ้าเอาเสียงสระพื้นฐานทั้งสามตัว คือ อ+อิ+อุ มารวมกัน ๒ ตัวแรก คือ อ+อิ รวมกันจะได้เป็น *เอ* ส่วน *อุ* นั้น ตามหลักเสียงทางภาษาสามารถแปลงให้เป็น *อร* ได้ (ตัวอย่างเช่น สตฺถุ เป็น สตฺถารํ, ปิตุ เป็น ปิตโร เป็นต้น)

เมื่อรวมทั้งสามตัว อ+อิ+อร ก็จะได้เป็น **เอร** หรือก็คือรัสสระ อ-อิ-อุ นั่นเอง

ส่วน **อา** นั้นมาจากคำว่า อา+อา

อา ตัวแรก มาจากสระอา + อา ตัวที่สอง มาจาก อาทิ แปลว่าเป็นต้น ก็คือทีฆสระทั้งหมดที่มีอาเป็นต้น ซึ่งก็คือ อา-อี-อู-เอ-โอ นั่นเอง

ส่วน **วณฺณ** นั้น แปลว่า สระ ชัดอยู่แล้ว รวมกันได้คำว่า **เอราวณฺณ** แปลว่า สระที่มี อะ-อุ-อิ และอา เป็นต้น (อา-อี-อู-เอ-โอ)

จึงขอเสนอการตั้งวิเคราะห์ขึ้นใหม่ว่า

อ จ อิ จ อุ จ ออิอุสงฺขาตา เอรา (รัสสระ)
อา อาทิ เยสนฺติ อาอีอูเอโอสงฺขาตา อาทโย (ทีฆสระ)

เอรา จ อาทโย จ เอราทโย,
วณฺณียนฺติ อเนนาติ วณฺโณ
เอราทีนํ วณฺโณ เอราวณฺโณ (ลบ ทิ)

(ตรงนี้อาจจะยากไป สำหรับผู้ไม่ได้เรียนบาฬีไวยากรณ์ ก็ขอให้ข้ามไป แต่คนที่เรียน ถ้าได้เห็นวิเคราะห์ศัพท์แล้ว ก็จะเข้าใจได้ชัดเจนทันที)

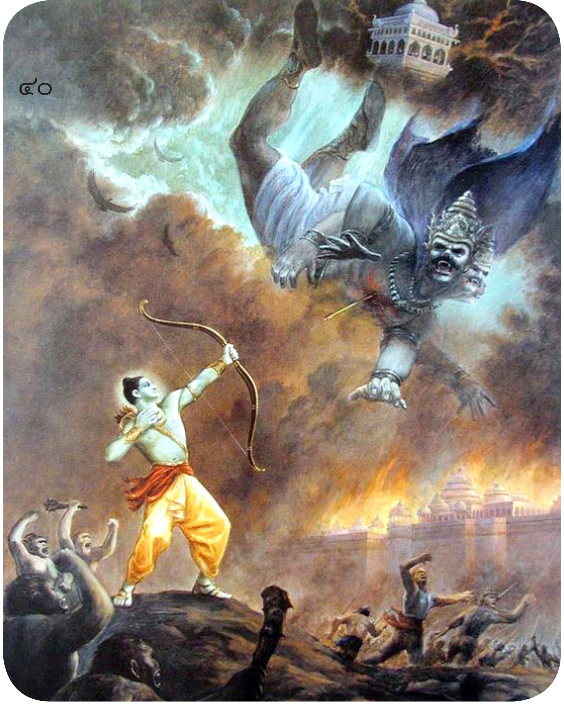
สรุปว่า :

เอรา อาทิ วณฺณียนฺติ อเนนาติ เอราวณฺโณ
เรียก เอราวณฺณ เพราะ เป็นเครื่องประกาศ *อ* วัณณะ *อิ* วัณณะ และ *อุ* วัณณะ เป็นต้น

อันนี้ก็คงไม่บังเอิญอีกเหมือนกัน ที่ชื่อช้างในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์จะไปพ้องกันกับชื่อของจำนวนสระ ๘ ตัวในภาษาบาฬี พอดิบพอดีอีก

ทีนี้ลองกลับไปอ่านเรื่องมฆมาณพใหม่ ก็จะเข้าใจประโยคที่ว่า (ตอนอยู่ในโลกมนุษย์) *"ชน ๓๓ คน ให้ปูไม้กระดาน ๓๓ แผ่นไว้ที่ศาลา แล้วให้สัญญาแก่ช้างว่า ถ้าผู้เป็นแขกอาคันตุกะมานั่งบนแผ่นกระดานของผู้ใด ก็ให้พาเขาไปพักที่เรือนของผู้นั้น และให้ผู้นั้นเลี้ยงดูปูเสื่อ รับรองอาคันตุกะนั้นด้วย"*

(และตอนอยู่ในดาวดึงส์) *"เทพบุตรนั้นจึงจะจำแลงตัวเป็นช้างเอราวัณนิรมิตกระพอง ๓๓ กระพอง เพื่อชน ๓๓ คน นิรมิตกระพองชื่อ* ***สุทัศนะ*** *ในท่ามกลางกระพองทั้งหมด เพื่อท้าวสักกะโดยเฉพาะ"* ได้ชัดมากขึ้น



ซึ่งตรงนี้ เป็นการแสดงถึงการผสมพยัญชนะกับสระในภาษาบาฬี ให้เกิดเป็นถ้อยคำธรรมะ เพื่อต้อนรับปฏิสันถาร แก่ผู้ที่มาเยือน ณ สุธัมมศาลาแห่งนี้ นั่นเอง

อีกวิเคราะห์หนึ่ง ตามพจนานุกรมบาฬี ท่านวิเคราะห์ไว้ว่า

ตาว ปฐมํ ตึสติ ปาตุภวตีติ ตาวตึสา (**ปฐวี**) พื้นแผ่นดินใด เกิดปรากฏขึ้นในโลกเป็นครั้งแรกก่อน (พื้นแผ่นดินอื่นๆ) พื้นแผ่นดินนั้นชื่อว่า **ดาวดึงส์**

ตามความเข้าใจเรื่องการแตกดับของโลกว่า เมื่อโลกถูกทำลายจนหมดสิ้น แล้วมีการสร้างโลกใหม่ ฝนจะตกลงมาอย่างหนักตรงบริเวณที่โลกถูกทำลายไป น้ำนั้นก็ค่อยๆ ขุ่นข้นขึ้นเป็นตะกอนทับถมจนเป็นดินมหึมา แล้วลดแห้งลงตามลำดับ จนเกิดพื้นแผ่นดินปรากฏโผล่ขึ้นให้เห็นก่อน ก็คือเขาสิเนรุ ซึ่งเป็นที่อยู่ของเทวดาชั้นดาวดึงส์นั่นเอง

ถ้าจะขอตั้งวิเคราะห์แบบเดียวกัน แต่เปลี่ยนจากปฐวีเป็นภาษา ซึ่งจะตรงกับตำนานที่บอกว่า ภาษาบาฬีเป็นภาษาดั้งเดิม ภาษาแรกของโลก ก็จะได้ว่า **ตาว ปฐมํ ตึสติ ปาตุภวตีติ ตาวตึสา** (**ภาสา**) ภาษาใด เกิดปรากฏขึ้นในโลกเป็นครั้งแรกก่อน (ภาษาอื่นๆ) ภาษานั้น ชื่อว่า **ดาวดึงส์** (**ตาว** แปลว่า ก่อน + **ตึส** แปลว่า เกิดมีขึ้น)

ทีนี้เมื่อกลับไปอ่านเรื่อง สุธัมมศาลา ใหม่ในตอนที่ว่า *"พวกที่เข้าไปสู่ศาลา แลดูช่อฟ้า อ่านตัวอักษรแล้ว ย่อมพูดกันว่า* ***ศาลาชื่อสุธัมมา ชื่อของชน ๓๓ คนไม่ปรากฏ****"* ก็จะเข้าใจได้ตามนัยใหม่นี้ว่า คนที่ไปฟังธรรมที่สุธัมมศาลาย่อมคิดถึงแต่ธรรมะ และไม่ได้คิดถึงตัวอักษรเป็นตัวๆ ไปจัดเป็นธรรมาธิษฐาน ที่ร้อยเรียงเป็นเรื่องราวบุคลาธิษฐานได้ลึกซึ้งจริงๆ **ดาวดึงส์โดยนัยนี้ จึงไม่ใช่ชื่อของภพภูมิเท่านั้น แต่เป็นชื่อของระบบภาษาและระบบธรรมะที่มากับภาษานั้นด้วย**

ทีนี้ก็ขอให้ย้อนกลับมาดูที่คาถาธรรมบทที่นำเรื่องอีกที

อปฺปมาเทน มฆวา เทวานํ เสฏฺฐตํ คโต
อปฺปมาทํ ปสํสนฺติ ปมาโท ครหิโต สทา' ติ

ลองนับดูซิว่า พระคาถานี้มีทั้งหมดกี่พยางค์ ?

ปกติแล้วคาถาธรรมบทส่วนใหญ่จะอยู่ในกลุ่มปัฐยาวัตคาถา ซึ่งในคาถา ๑ บท จะมีทั้งหมด ๔ บาทด้วยกัน และในแต่ละบาทจะมี ๘ อักขระ (พยางค์) รวม ๘ x ๔ จะได้ทั้งหมด ๓๒ อักขระ เมื่อรวมกับ ติ (ที่มาจาก อิติ ซึ่งเป็นเครื่องหมายคำพูดปิดท้าย) อีกหนึ่งอักขระ ก็จะได้อักขระทั้งหมด ๓๓ ตัวพอดี

แต่เป็นที่น่าสังเกตว่า คาถานี้บาทสุดท้ายแทนที่จะมี ๘ กลับมี ๙ อักขระ จึงทำให้นับอักขระรวมได้ ๓๓ ตัวพอดี โดยไม่ต้องนับตัวอิติที่ปิดท้ายเลย ลองนับดูอีกทีซิว่าได้ ๓๓ ไหม

สรุปได้ว่าพระพุทธเจ้าได้ให้นัยของตัวเลข ๓๓ นี้ไว้แล้ว ทั้งในคาถา ในเรื่องที่มา และที่แฝงไว้ในชื่อตาวติงสะก็ดี หรือในชื่อช้างเอราวัณก็ดี

ดาวดึงส์ในความหมายแบบนัยที่เสนอมาทั้งหมดนี้ จึงทำให้เข้าใจได้ว่า **นอกจากจะเป็นชื่อชั้นหนึ่งของสวรรค์แล้ว ยังหมายถึง ระบบตัวอักขระของพระบาลี ที่ร้อยเรียงขึ้นเป็นพระพุทธพจน์ รวมทั้งคาถาภาษิตทั้งหมดที่พระพุทธเจ้าเทศน์สั่งสอนก็รวมลงอยู่ในความไม่ประมาททั้งหมดนั่นเอง** (ให้ดูขั้วตรงข้ามของพระอินทร์และเพื่อนๆ ก็คือพวกอสูรที่ประมาทมัวเมา กินเหล้าจนตกลงจากเขาพระสุเมรุไป)

ตลอดพระชนม์ชีพของพระพุทธองค์ที่ได้ทรงเทศน์สั่งสอนให้เกิดมีพระอริยเจ้าตรัสรู้ตามขึ้นมามีประมาณไม่ถ้วน ก็ได้อาศัย อักขระทั้ง ๓๓ ตัว (มฆมาณพและเพื่อนๆ) รวมทั้งสระ ๘ ตัว (ช้างเอราวัณ) นี้แหละ ในการผสมผสานออกมาเป็นถ้อยคำ หลายครั้งก็ได้ตรัสภาษิต เป็นคาถาร้อยกรอง อันสละสลวย ไพเราะกินใจ ก็ได้ใช้จังหวะคำทั้ง ๓๓ อักขระ (พยางค์) นี้ ในการประกอบเป็นแต่ละคาถา ส่วนเนื้อความที่พระองค์สั่งสอนก็คือ **มรรค** หนทางในการปฏิบัติ ซึ่งในตอนต่อไปจะค่อยๆ ขยายความ ให้เห็นว่าเลข ๓๓ นั้นยังมีความสัมพันธ์กับ **ทางสายกลาง** หรือมรรคมีองค์ ๘ อย่างไรบ้าง

การที่เราจะเข้าใจอารยธรรมใดอารยธรรมหนึ่งให้เข้าถึงนั้น เราจะต้องเข้าใจภาษาที่เขาใช้พูดกัน และวัฒนธรรมที่เขามีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน ภาษาในสวรรค์นั้น เขาพูดสื่อสารกันด้วยภาษาบาฬี ส่วนวัฒนธรรมในสวรรค์นั้น ก็สื่อด้วยวัฒนธรรมของพระอภิธรรมนั่นเอง ถ้าไม่ได้ศึกษาสองอย่างนี้ สวรรค์ก็กลายเป็นเพียงแค่นิทานสนุกๆ สำหรับคนไม่เชื่อเท่านั้นเอง หรือสำหรับคนที่เชื่อแต่มิได้ศึกษาให้ดี ก็อาจกลายเป็นการส่งเสริมสัสสตทิฏฐิไปแทนก็ได้

ดังนั้น จึงขอเชิญชวนพวกเรามาศึกษาธรรมะในภาษาพ่อของเราคือภาษาบาฬี (ถ้าให้ดีก็ศึกษาไวยากรณ์ใหญ่ แยกธาตุ แยกปัจจัย ใส่องค์ธรรมให้ได้ด้วย) เพื่อจะได้ทำความเข้าใจในพระพุทธพจน์ให้ลึกซึ้ง และจะได้ซาบซึ้งกับอรรถรสของภาษาเหมือนได้เข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า หรือได้เข้าชมสวนธรรมะด้วยตาของตนเอง ฉะนั้น

ที่เขียนเล่ามาทั้งหมดนี้ ถ้าท่านผู้อ่านพอจะเข้าใจสิ่งที่นำมาเสนอได้บ้าง ก็เสมือนว่าท่านได้เริ่มก้าวแรกเข้าสู่สวนอักษรนันทวันในชั้นดาวดึงส์แล้ว ยังมีอรรถรสอีกมากมายที่รอพวกเราเข้าไปเลือกสรรหา ขอเพียงมีเครื่องมือที่พร้อม และมีทัศนคติที่ถูกต้อง ขอต้อนรับทุกๆ ท่านเข้าสู่สวนสวรรค์แห่งอักษรธรรม ณ บัดนี้

ดาวดึงส์ ซึ่งแปลว่า สามสิบสาม
จำนวนตาม พยัญชนะ อักขระภาษา
เท่าสหาย แห่งพระอินทร์ ปิ่นเทวา
พร้อมกันมา แต่โบราณ ช่วยงานกัน
ใครเข้าใจ ในอักษร กลอนภาษา
อุปมา ดั่งได้ขึ้น เมืองสวรรค์
ได้ซ่องเสพ อรรถรส ละเอียดอัน
นันทวัน เปิดแล้ว เชิญแก้วชมฯ

(ยังมีต่อฉบับหน้า)

ปัญญารัตนะ

วศิน อินทสระ

ชีวิต กับ ความรัก

ความรักคืออะไร

ความรักเป็นสิ่งที่รู้ยากเข้าใจยากอย่างหนึ่ง ซึ่งบรรดาสิ่งที่รู้ยากเข้าใจยากและอธิบายยากทั้งหลาย มักเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นในใจ เหมือนเรายืนอยู่ในที่โล่งแจ้ง หรือใต้ต้นไม้อันร่มครึ้ม เรารู้สึกว่าอากาศสดชื่น ทำให้เรามีความสดชื่นกระปรี้กระเปร่า เบิกบาน แต่ถ้าใครสักคนหนึ่งถามเราว่า อากาศสดชื่นเป็นอย่างไร เราคงตอบได้ยาก ในทางตรงกันข้าม ถ้าเราไปอยู่ในที่อับปกคลุมอยู่ด้วยอากาศเสีย เรารู้สึกได้ แต่อธิบายยากเช่นเดียวกัน

ความรักเป็นความรู้สึกชนิดหนึ่ง ซึ่งเมื่อเกิดขึ้นแก่บุคคลใดในสิ่งใดแล้ว ทำให้บุคคลนั้นปรารถนาจะอยู่ใกล้สนิทสนมชมเชย ปรารถนาจะเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับบุคคลนั้นหรือสิ่งนั้น ความรักหยั่งลงได้ ทั้งในสิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิต

ความรัก สัมพันธ์กับชีวิตอย่างไร

โดยธรรมดา ทุกคนคงไม่ปฏิเสธว่า ชีวิตเราต้องการความรัก ต้องการความอบอุ่น อันเกิดจากความรัก ความถนอม จากมารดาบิดา ญาติพี่น้องและผู้เลี้ยงดู ต้องการความรัก ความเข้าใจของเพื่อนร่วมเล่น เพื่อนร่วมชั้นเรียนและร่วมโรงเรียน เมื่อเป็นหนุ่มสาวก็ต้องการความรักจากเพศตรงกันข้าม และความรักความไว้วางใจจากเพื่อนเพศเดียวกัน เมื่อแต่งงานแล้ว ก็ปรารถนาให้ความรักของคู่ครองมั่นคงยั่งยืน หากมีลูกหลานก็ต้องการความรักจากลูกหลาน

นอกจากบุคคลรอบข้างแล้ว มนุษย์เรายังรักสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัว และเกี่ยวข้องกับตัวเองอีกมากอย่าง เช่น รักต้นไม้ รักบ้านเรือน หมู่คณะ รักหนังสือ รักการงาน ฯลฯ

รวมความว่า ชีวิตกับความรักนั้น เดินเคียงคู่กันไปตลอด อาจเปลี่ยนบ้างก็เฉพาะวัตถุแห่งความรัก หรือสิ่งอันเป็นที่ตั้งแห่งความรักเท่านั้น ส่วนตัวความรักเอง ยังคงดำรงมั่นอยู่เสมอ

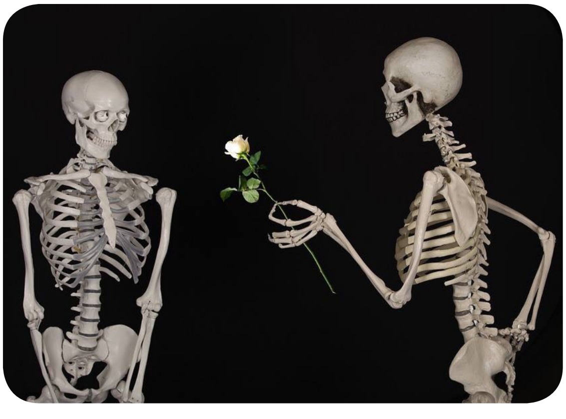
เหตุเกิดของความรักตามหลักพุทธศาสนา

ตามหลักฐานทางพุทธศาสนาแสดงไว้ว่า ความรักเกิดด้วยเหตุหลายอย่าง ในที่นี้ขอนำมากล่าว ๒ อย่างคือ

๑. ปุพเพสันนิวาส (ปุพพูปการะ)

๒. การช่วยเหลือเกื้อกูลกันในปัจจุบัน (ปัจจุบันหิตะ)

ปุพเพสันนิวาสนั้น คือการที่เคยอยู่ร่วมกันมา เคยคบหาสมาคมสนิทสนม ชอบพออัธยาศัยกันมา ส่วนปุพพูปการะนั้น คือการที่เคยอุปการะเลี้ยงดูกันมา เคยทำบุญคุณเกื้อหนุนกันมา เมื่อมาพบกันในชาตินี้ ก็มักจะเกิดความนิยมชมชอบสนิทสนมคุ้นเคยได้อย่างรวดเร็ว โดยที่เจ้าตัวก็หาสาเหตุไม่ค่อยได้ว่าทำไมตนจึงไปนิยมชมชอบบุคคลผู้นั้นผู้นี้อย่างจริงจัง ตั้งแต่ครั้งแรกๆ ที่ได้พบเห็น ส่วนการเกื้อกูลกันในปัจจุบันนั้น เป็นเหตุผลที่ชัดเจน คือทำให้เกิดความสนิทสนมรักใคร่ ไว้วางใจ ในฐานะเป็นกัลยาณมิตร มิตรแท้ แสดงออกในรูปของการอุปการะ ร่วมสุขร่วมทุกข์ แนะนำประโยชน์ และมีความรักใคร่



ทำอย่างไรจึงจะเป็นที่รักของผู้อื่น

พุทธศาสนาแสดงหลักธรรมไว้ ๖ ประการ เรียกว่า **สาราณียธรรม** อันเป็นเหตุให้ผู้ปฏิบัติตาม เป็นที่รัก เคารพของผู้อื่น เป็นไปเพื่อการสงเคราะห์กัน ไม่วิวาทกัน เป็นไปเพื่อสามัคคีเอกีภาพ คือความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน ธรรม ๖ ประการนั้น คือ

๑. **เมตตากายกรรม** คือจะทำอะไรเกี่ยวกับผู้อื่นก็ทำด้วยเมตตา แสดงออกในรูปของการช่วยเหลือผู้อื่น ด้วยการช่วยขวนขวายในกิจธุระของผู้อื่นในทางที่ถูกต้องชอบธรรม เช่น ช่วยยกของหนัก ช่วยถือของในรถประจำทางเมื่อตนได้ที่นั่งแล้ว ช่วยเหลือการงานของผู้อื่นตามโอกาสอันควร

๒. **เมตตาวจีกรรม** คือเมื่อจะพูดก็พูดด้วยเมตตา เช่น ช่วยอบรมสั่งสอนคุณความดีแก่ผู้อื่น พูดตักเตือนเมื่อเขามีท่าทีว่าจะดำเนินชีวิตไปในทางที่ผิด แม้จะดุด่าว่ากล่าวรุนแรงกันบ้าง ก็ให้ทำด้วยอาศัยการพูดด้วยเมตตา

๓. **เมตตามโนกรรม** คือจะคิดอะไรๆ ก็คิดด้วยเมตตา ไม่คิดพยาบาท ไม่คิดเบียดเบียน (วิหิงสา) พยายามอบรมจิตของตนให้คุ้นกับเมตตา มีเมตตาปราณีแนบสนิทอยู่กับใจเสมอ เมื่อมีเมตตาปราณีอยู่เช่นนี้ ความคิดพยาบาทและเบียดเบียนก็ไม่อาจเข้าครอบครองใจได้ ใจก็เอิบอิ่มอยู่ด้วยเมตตา ถ้าสามารถอบรมจิตให้มีเมตตาจนถึงได้ฌาน (เมตตาเจโตวิมุติ) ก็จะได้รับอานิสงส์ของเมตตามากขึ้นถึง ๑๑ ประการ แม้ไม่ถึงขั้นนั้น แต่มีเมตตาประจำใจไว้ ก็จะได้รับประโยชน์ในชีวิตประจำวันมิใช่น้อย *(อานิสงส์เมตตา โปรดอ่านหน้า ๕)*

ผู้ใด ทำอะไรๆ ด้วยเมตตา พูดด้วยเมตตา และคิดอย่างมีเมตตาอยู่เสมอแล้ว ผู้นั้นย่อมเป็นที่รักเป็นที่พอใจของผู้อื่น เป็นคนมีเสน่ห์ประจำ

ตัว ใครเข้าใกล้ก็อบอุ่น มีความสุข ชื่นบาน รู้สึกปลอดภัย

๔. **แบ่งปันลาภผลที่ตนได้มาโดยชอบธรรมให้แก่ผู้อื่นตามสมควร** ไม่หวงแหนไว้บริโภคใช้สอยแต่ผู้เดียว คุณข้อนี้เป็นการฝึกใจให้รู้จักเสียสละไม่เห็นแก่ตัว ความเสียสละนั้นเป็นคุณธรรมพื้นฐานของผู้อยู่ร่วมกันในสังคมและเป็นเครื่องผูกมิตร *(ททํ มิตฺตานิ คนฺถติ)* คือผูกน้ำใจของกันไว้ด้วยการให้ การช่วยเหลือเอื้อเฟื้อกัน ทำให้เกิดรักใคร่สนิทสนม เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน เครื่องผูกอย่างอื่น ผูกคนไว้ได้ยาก แต่ความรักเป็นเครื่องผูกที่เหนียวแน่นมั่นคง

๕. **มีความประพฤติดี อย่างเดียวกันกับผู้อื่น** *(สีลสามัญญตา)* ไม่ประพฤติเสื่อมเสียอันเป็นเหตุให้เป็นที่รังเกียจของผู้อื่น ความประพฤติจัดเป็นสิ่งสำคัญในตัวคน เพราะเป็นเครื่องส่อให้เห็นนิสัยอุปนิสัยของเขาว่าเป็นอย่างไร นิสัย อุปนิสัย เป็นส่วนภายในของคน เรารู้ได้ยาก แต่เราสามารถรู้ได้ด้วยความประพฤติของเขานั้นเอง ตัวเราเองก็ควรระวังความประพฤติ เพราะคนอื่นเขาจะอ่านเราจากความประพฤติของเราเช่นเดียวกัน อย่าคิดว่าความประพฤติดีหรือเลวเล็กน้อย เป็นสิ่งไม่สำคัญ รูรั่วเพียงเล็กน้อยทำให้เรือจมได้ ไฟเล็กน้อยสามารถเผาบ้านเผาเมืองได้ ยาพิษเล็กน้อยทำให้คนตายได้ ในทางกลับกัน สิ่งดีเพียงเล็กน้อย เมื่อทำถูกกาลเทศะ และถูกบุคคลเข้า อาจช่วยให้เขาเจริญรุ่งเรืองได้ ขอนไม้เล็กๆ อาจช่วยชะลอชีวิตของคนผู้ที่ใกล้หมดกำลังในมหาสมุทร จนพบเรือใหญ่และรอดชีวิตได้ ยาเพียงเล็กน้อยช่วยตัดโรคได้ คำพูดเพียงคำเดียวหรือสองคำอาจช่วยชีวิตคนให้รอดตาย และดำเนินชีวิตอย่างผาสุกต่อไปได้

๖. **มีความเห็นถูกต้องตามทำนองคลองธรรม มีความเห็นที่ดีเสมอกัน** *(ทิฏฐิสามัญญตา)* ไม่ทะเลาะกับใครเพราะมีความเห็นผิดกัน

ข้อนี้มีประเด็นสำคัญอยู่ ๒ ประเด็น คือ

ก. มีความเห็นถูกต้องตามทำนองคลองธรรม มีความเห็นที่ดี ร่วมกัน เสมอกันกับผู้อื่น

ข. ในกรณีที่มีความเห็นไม่ลงรอยกัน หรือขัดแย้งกัน ก็ไม่ทะเลาะวิวาทกัน เพราะความเห็นไม่ตรงกันนั้น ถือว่าเป็นเพียงความคิดเห็นของคนผู้หนึ่ง เราอาจผิดหรือเขาอาจผิดก็ได้ และความเห็นผิดนั้น ย่อมสามารถแก้ให้ถูกได้ เราเองก็เคยเห็นผิดในบางเรื่อง และเราสามารถทำความเห็นที่ผิดนั้นให้ถูกได้ ด้วยการอ่านหนังสือดีๆ ที่ชี้แจง แนะนำ จนเราเข้าใจ หรืออาจเป็นเพราะมีผู้ตักเตือนให้เราได้สติ คนอื่นก็เช่นกัน อาจจะมีความเห็นผิดไปบ้างในบางคราว เมื่อได้กัลยาณมิตร ก็ทำความเห็นให้ถูกต้องได้ กลับเป็นบุคคลที่มีค่าต่อสังคมอย่างมาก เพราะฉะนั้น ถ้าทะเลาะกันเพราะความเห็นผิดกันเสียแล้ว ก็เป็นอันแตกแยกกัน โอกาสจะทำคนเห็นผิดให้กลับเป็นเห็นถูกก็ไม่มี

ความเห็นเป็นสิ่งสำคัญในชีวิตคน เพราะคนเราส่วนมากจะดำเนินชีวิตตามที่ตนเห็นว่าดี ถ้าเห็นผิดก็ดำเนินชีวิตผิด เห็นถูกก็ดำเนินถูก เขาดำเนินชีวิตอย่างไร ย่อมขึ้นอยู่กับว่า เขามีความเห็นอย่างไร **ความเห็น จึงเป็นเข็มทิศในการดำเนินชีวิตของตน**

หลักธรรมทั้ง ๖ ข้อนี้ เรียกว่า สาราณียธรรม แปลว่า ธรรมอันเป็นเหตุให้ระลึกถึงกัน

นอกจากสาราณียธรรม ๖ แล้ว ควรมีสังคหวัตถุ ๔ ประการ **สังคหวัตถุ** แปลว่า หลักธรรม

เป็นเครื่องคล้องใจกันและกัน หรือหลักสำหรับสงเคราะห์เอื้อเฟื้อกัน ซึ่งพระพุทธองค์ทรงเปรียบไว้ว่า เหมือนเพลารถที่ยึดรถเอาไว้ และให้แล่นไปด้วยดี เป็นเหตุให้บุตรธิดา ต้องเคารพนับถือมารดาบิดา เป็นต้น หัวข้อธรรมของสังคหวัตถุ ๔ มีดังนี้....

๑. *ทาน* การแบ่งปัน ความเสียสละ ไม่เห็นแก่ตัว
๒. *ปิยวาจา* การพูดจาน่ารัก พูดไพเราะ ดูดดื่มใจ
๓. *อัตถจริยา* ประพฤติสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นอยู่เสมอ ทำตนเป็นคนมีประโยชน์ ทำตนเป็นคนมีค่า ไม่ทำตนให้ตกต่ำเพราะเป็นผู้ไร้ประโยชน์
๔. *สมานัตตตา* วางตนดี วางตนเหมาะสมแก่ฐานะ เป็นคนเสมอต้นเสมอปลาย ร่วมสุข ร่วมทุกข์ ไม่ทำตนสูงเกินไป หรือต่ำเกินไป วางตนพอดีพองาม ไม่มากไม่น้อย

การครองใจคน

หลักธรรมดังกล่าวมานี้ ย่อมเอื้ออำนวยให้เป็นไปเพื่อครองใจคน ในการครองใจคนนั้น เบื้องแรกเราลองมาตรึกตรองดูว่า มนุษย์เราต้องการอะไรบ้าง เมื่อกล่าวโดยสรุป มนุษย์เราต้องการความสุขกายสบายใจ ใครสามารถให้ความสุขกายสบายใจแก่เขาได้ เขาก็รัก เมื่อเขารัก ก็ครองใจเขาได้ (เรื่องความสุขกายขอข้ามไป)

ความสุขใจอาศัยสุขภาพจิตที่ดี คนเราแม้จะมีความสุขทางกายพร้อมแล้ว แต่ถ้าสุขภาพจิตไม่ดี วิตกหมกมุ่น กังวล ย้ำคิดย้ำทำ คือคิดแล้วคิดอีก ไม่รู้จักจบสิ้น ปลงใจไม่ได้ว่า จะเอาอย่างไรแน่ คิดวนเวียนเหมือนพายเรือในอ่าง หรือพายเรือในสระว่ายน้ำ เข้าลักษณะที่ทางจิตเวชเรียกว่าโรคประสาท เป็นโรคประสาทนานๆ เข้า ทำให้เป็นโรคจิต เป็นบ้าได้ โรคประสาทและโรคจิตนี้เป็นโรคทางจิตใจ สืบเนื่องมาจากความคิด หรือสุขภาพจิตที่เสื่อมโทรม เศร้าหมอง ตึงเครียด ส่วนโรคระบบประสาทหรือโรคประสาทนั้น เป็นโรคทางกาย เกิดขึ้นเพราะความผิดปกติทางสมอง ไขสันหลัง หรือเส้นประสาท เช่น เนื้องอกในสมอง อัมพาต ไขสันหลังอักเสบ[๑] โรคประสาทจึงไม่อยู่ในกลุ่มของโรคจิตเวช ความจริงพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้านั้น เป็นยาทั้งป้องกันและรักษาโรคจิตและโรคประสาทได้เป็นอย่างดี ขอให้สนใจเถอะ หมั่นอ่าน หมั่นฝึกฝน ทำใจให้สะอาดสว่างและสงบอยู่เสมอ ก็จะป้องกันโรคจิตโรคประสาทได้อย่างดี

ถ้าเป็นเสียแล้วก็บำบัดแก้ไขได้ ด้วยการทำจิตให้สะอาด สว่าง และสงบ และทำให้ใจเป็นสุขเช่นกัน[๒] พยายามถืออุดมคติว่า อะไรจะเกิดขึ้นก็ช่างเถอะ **ขอรักษาสุขภาพจิตให้ดีไว้เสมอ ถ้าทำได้ทุกสิ่งทุกอย่างจะดีเอง**

๑. โปรดดูเพิ่มเติมใน น.พ. วิจารณ์ วิชัยยะ โรคประสาท, หมอชาวบ้าน ฉบับเดือนเมษายน ๒๕๒๖
๒. โปรดดูรายละเอียดใน วศิน อินทสระ, ความสุขใจ ในหนังสือเรื่อง เพื่อชีวิตที่ดี เล่ม ๒

เพราะฉะนั้น เราควรจัดตั้งเป็นกฎสำหรับตัวเองไว้ว่า *“เราจะให้ความสุขกายสบายใจแก่ผู้เข้าใกล้ คบหาสมาคมกับเราในฐานะต่างๆ ถ้าให้ความสุขแก่เขาไม่ได้ ก็อย่าก่อทุกข์หรือก่อเวรก่อภัยอะไรแก่เขา อย่าให้เขาต้องหวั่นวิตกอะไรเพราะเรา ให้ได้ชื่อว่า* ***เป็นผู้มีฉายาอันเย็น*** *คือเป็นร่มเงาที่เยือกเย็นสำหรับผู้เข้าใกล้และคบหาสมาคม”*

เครื่องมือ อุปกรณ์ หรือปัจจัยในการทำให้คนอื่นมีความสุขกายสบายใจ

เพื่อความสุขกายของผู้อื่น ซึ่งต้องอาศัยปัจจัย ๔ และความไม่มีโรค เราควรหัดเป็นคนไม่เห็นแก่ตัว แต่เป็นคนแบ่งปัน เฉลี่ยลาภผลของตนแก่ผู้อื่นที่ขาดแคลน คนที่ขัดสนสิ่งใดกำลังต้องการอะไรอยู่ ใครให้สิ่งนั้นแก่ตนย่อมเกิดความรู้สึกรักใคร่ผูกพัน ดินที่แตกระแหงย่อมต้องการน้ำฉันใด ผู้ขาดแคลนจริงๆ ย่อมต้องการความช่วยเหลือฉันนั้น สำหรับผู้กระหายน้ำ น้ำสักแก้วหนึ่งย่อมมีความหมายกับเขามาก ผู้ขาดเงินแม้เพียง ๑๐ บาท ๒๐ บาทก็พอประทังชีวิตไปได้และจะจารึกการช่วยเหลือในยามขาดแคลนนั้นไปตลอดชีวิต การทำความดีอย่างถูกต้องเหมาะสมแม้เพียงเล็กน้อย ก็มีผลมาก จึงไม่ควรเพิกเฉยกับสิ่งเล็กน้อย

ความจริง การให้มีหลายลักษณะ กล่าวคือ ให้เพื่ออนุเคราะห์ ดังกล่าวมาแล้วนั้น ประการหนึ่ง การให้เพื่อสมานไมตรีระหว่างเพื่อนฝูง ญาติมิตรในโอกาสต่างๆ เช่น แต่งงาน ขึ้นบ้านใหม่ วันเกิด หรืองานศพ เป็นต้น เรียกว่าให้เพื่อสงเคราะห์ซึ่งกันและกัน ยังมีการให้อีกประเภทหนึ่ง คือ เพื่อบูชาพระคุณ เช่น ให้แก่พ่อแม่ ญาติผู้ใหญ่ หรือผู้มีอุปการคุณต่อเรา เพื่อเป็นการตอบแทนความดีของท่าน

นอกจากนี้ ควรทำตนเป็นคนมีประโยชน์ การที่จะเป็นคนมีประโยชน์ก็ต้องหมั่นทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ อยู่ที่ไหนกับใคร ก็ทำตนเป็นคนมีประโยชน์สำหรับที่นั้น และสำหรับคนนั้น ให้เขารู้สึกว่าเราเป็นคนดีมีประโยชน์สำหรับเขา ถ้าเขาขาดเราไปแล้ว เขารู้สึกเป็นการสูญเสียอันยิ่งใหญ่ หรืออย่างน้อยก็รู้สึกว่า เป็นการขาดอะไรไปสักอย่างหนึ่ง คนเรายิ่งทำประโยชน์มากก็ยิ่งเป็นคนมีประโยชน์มาก ประโยชน์ที่ตนทำขยายกว้างออกไปเท่าใดก็เป็นคนมีค่ามากเท่านั้น บางคนมากจนตีราคาไม่ได้ บางคนมีประโยชน์แก่ครอบครัว บางคนมีประโยชน์แก่ตำบล อำเภอ จังหวัด ประเทศชาติ บางคนเป็นประโยชน์แก่โลกทั้งโลกทีเดียว ใครๆ ก็นิยมยกย่อง และประโยชน์ที่ทำไว้แก่โลกเป็นบุญติดตัวเขาไปนานแสนนาน กล่าวได้ว่าตราบใดที่สิ่งซึ่งเขาทำไว้นั้นยังเป็นประโยชน์แก่โลกอยู่ เขาก็ยังได้บุญอยู่ตราบนั้น นอกจากนี้เขายังทำตนเป็นตัวอย่างที่ดีแก่คนรุ่นหลัง ให้คนรุ่นหลังได้ถือเป็นแบบอย่างดำเนินตาม นี่ก็เป็นบุญสำหรับเขาอีกส่วนหนึ่ง

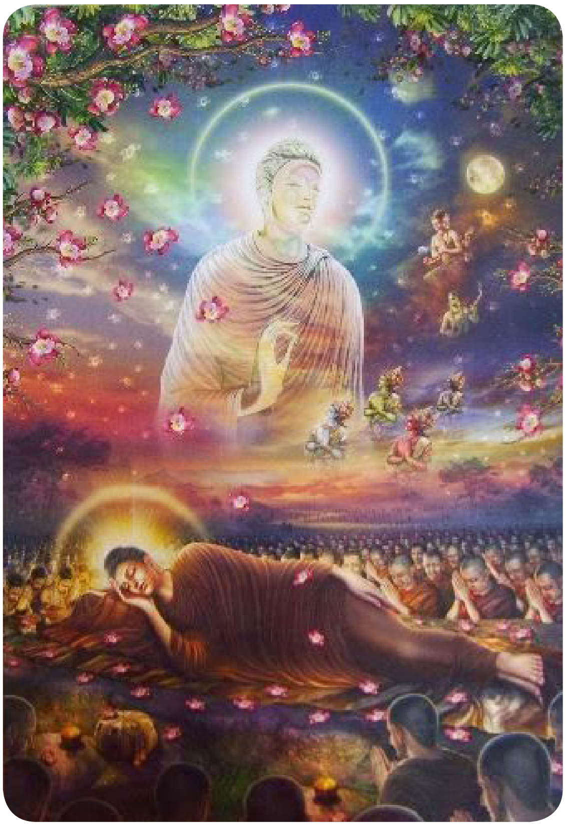
ขอย้ำไว้ในที่นี้ว่าคนสำคัญไม่จำเป็นต้องเป็นคนใหญ่คนโตเสมอไป แต่ต้องเป็นคนมีประโยชน์

จริงอยู่ คนทำไม่ดีก็เป็นตัวอย่างอันดีสำหรับผู้มีปัญญา รู้จักเลือกว่าอย่างนี้ควรเว้น เพราะมีคนเคยทำมาแล้วไม่ดี จึงควรเว้นเสีย แต่ยังสู้ตัวอย่างทางดีไม่ได้ เพราะตัวอย่างทางไม่ดีนั้นคนเขลาอาจถือเป็นตัวอย่างทำตาม เกิดผลเสียหายร้ายแรงได้มาก พูดกันไปแล้ว ถึงตัวอย่างทางดีเหมือนกัน คนดีเท่านั้นจึงจะเอาอย่าง คนไม่ดีหาเอาอย่างไม่ ยังถือเป็นข้อรังเกียจเสียอีก

อย่างไรก็ตาม เกิดมาทั้งที ควรตั้งใจทำตนให้เป็นประโยชน์ เป็นทางให้ปลื้มใจในทางที่ถูกที่ชอบ เห็นตนเป็นคนมีค่าตามความเป็นจริง ไม่

ต้องสลดใจ และตำหนิตัวเองอยู่เนืองนิจว่า เราเป็นคนไม่มีค่า ไม่เป็นประโยชน์แก่ใคร

คนมีประโยชน์ย่อมครองใจผู้อื่นได้ไม่ยาก อาจจะครองใจคนทั้งโลกก็ได้ ลองอ่านประวัติคนที่ทำประโยชน์ไว้แก่โลก ที่มวลมนุษย์พากันยกย่องว่า "คนสำคัญของโลก" ดูเถิด จะเห็นความจริงดังกล่าวมานี้ จะยกตัวอย่างก็มีมากเหลือเกิน จะขอยกองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเพียงองค์เดียวขึ้นมาเป็นตัวอย่าง ท่านทั้งหลายก็จะมองเห็นได้ทันทีว่า พระองค์ท่านได้ทำประโยชน์ไว้แก่โลกเพียงไร โลกจึงได้น้อมเศียรให้แก่พระองค์ท่านตลอดมา ตั้งแต่บัดนั้นจนกระทั่งบัดนี้



ถ้าเราคิดว่า วาสนาบารมีของเราน้อยนัก จะทำอย่างพระองค์ท่านไม่ได้ ก็พยายามทำตนให้เป็นประโยชน์แก่ครอบครัว แก่พี่น้อง แก่เพื่อนๆ ของเรา เท่านี้ก็นับว่าดีตามฐานะของเราแล้ว

การตั้งใจบำเพ็ญประโยชน์ต่อผู้อื่นนี้ รวมเรียกว่า "**อัตถจริยา**" ซึ่งองค์พระพุทธเจ้าทรงบำเพ็ญอยู่เป็นประจำตลอดเวลา ๔๕ ปี หลังจากตรัสรู้แล้วจวบจนวันปรินิพพาน ควรเป็นตัวอย่างสำหรับพวกเราทั้งหลายด้วย

เพื่อความสบายใจของผู้อื่น เราควรหัดเป็นคนพูดจาดี เว้นคำเท็จ หักรานประโยชน์ผู้อื่น พูดคำจริง อันเอื้ออำนวยประโยชน์แก่ผู้อื่น เว้นคำส่อเสียดยุยงให้เขาแตกกัน แต่พูดคำสมานสามัคคี เว้นคำหยาบอันเป็นเหตุกระทบกระเทือนใจผู้อื่น ใช้คำพูดอ่อนหวาน นุ่มนวล ชวนฟัง ระรื่นหู ชูกำลังใจ เว้นคำเพ้อเจ้อ ไร้สาระ ทำให้เสียเวลาผู้ฟังหรือคู่สนทนาโดยเปล่าประโยชน์ พูดคำดีมีประโยชน์

คำพูด จัดเป็นส่วนสำคัญในพฤติกรรมของคน ผู้พูดดี ดูดดื่มใจ ย่อมก่อให้เกิดความรักใคร่สนิทสนม พูดชั่วทำให้คนเกลียดชัง นำภัยพิบัติมาสู่ตน

การพูดจาดี ที่เรียกว่า **สุภาษิต** นั้น พระพุทธเจ้าทรงแสดงองค์ประกอบไว้ดังนี้[๑]

๑. **พูดถูกกาล** คือ พูดในเวลาที่ควรพูด แม้จะเป็นคำที่ควรพูดแล้ว ก็ต้องเลือกเวลาให้เหมาะสมด้วย เช่น เราจะพูดตักเตือนเพื่อน ก็ควรเป็นเวลาที่เขาพร้อมจะฟัง การพูดในที่ชุมชนหรือในการบรรยายในชั้นเรียน ก็ควรให้เป็นไปตามเวลาที่กำหนด ผู้พูดน้อยกว่าเวลาที่กำหนดเกินไป หรือล้นเกินไปบ่อยๆ ก็จะทำให้เสียประโยชน์ของผู้ฟังและเสียความนิยมนับถือ ใครๆ มองเห็นเป็นคนล้นหรือขาดเกินไป ไม่พอดี

๒. **พูดคำจริง** ทำให้เกิดความนิยมเชื่อถือ ผู้อื่นไม่ต้องประหวั่นพรั่นพรึงต่อความปรวนแปรกลับกลอก ให้เป็นที่เคารพยกย่องในวาจาว่า

๑. สุภาษิตสูตร องฺ ปญฺจก ๒๒/๑๙๘/๒๗๑

"ถ้าท่านผู้นั้นพูด หรือนัดหมายสิ่งใดแล้ว ก็เป็นอันนอนใจได้"

๓. **พูดคำอ่อนหวาน** ไม่กระด้างด้วยมานะ (ความทะนงตน) หรือถือดี หยิ่งยะโส ดูหมิ่นผู้อื่นด้วยกิริยาหรือวาจา พยายามทำให้ผู้อื่นสบายใจด้วยวาจาของตน ไม่ใช่ให้เขาทุกข์ใจ เสียใจ เพราะคำหยาบของตน

๔. **พูดมีประโยชน์** (ได้กล่าวมาแล้ว)

๕. **พูดด้วยจิตประกอบด้วยเมตตา** คือ จะพูดอะไรกับใคร ขอให้สำรวจใจของตัวเองดูเสียก่อนว่าเราพูดด้วยความปรารถนาดีหรือปรารถนาร้ายต่อเขา ถ้าพบว่าปรารถนาร้ายก็ไม่ควรพูด เมื่อพบว่าปรารถนาดีจึงควรจะพูด ความจริงผู้ฟังเขาก็พออ่านออกว่า อาการที่เราพูดนั้น ด้วยปรารถนาดีหรือปรารถนาร้าย เมื่อเราพูดด้วยความปรารถนาดี หรือเมตตาจิต และพูดถูกกาล พูดอ่อนหวานพูดจริง พูดมีประโยชน์แล้ว ผลที่ได้ก็คงเป็นผลดีทั้งแก่ตัวเราและผู้ที่เราพูดด้วย การที่เขาจะเข้าใจผิดในตัวเราก็อาจจะมีได้บ้าง แต่ส่วนมากมักจะเป็นไปเพราะเหตุการณ์อื่นบังคับ เช่น กำลังอยู่ในสถานการณ์ที่เขาไม่เข้าใจเรา แต่พอสถานการณ์หรือเหตุการณ์นั้นล่วงไปแล้ว เขาก็จะเข้าใจเราดีขึ้น และคงจะรักใคร่นับถือเราตลอดไป

นอกจากพูดจาดีดังกล่าว ควรหัดเป็นคนพูดจาให้กำลังใจผู้อื่น แม้เราไม่มีสิ่งใดจะให้เขา แต่การพูดให้กำลังใจก็ถือว่าเป็นการให้สิ่งสำคัญในชีวิตประการหนึ่งทีเดียว เพราะกำลังใจเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง สำหรับความก้าวหน้าหรือถอยหลังในชีวิตของคน เมื่อใดเราท้อแท้ เมื่อนั้นเราอยากเข้าใกล้คนที่พูดจาให้กำลังใจแก่เรา และอยากจะห่างให้ไกลแสนไกลซึ่งคนที่พูดจาทำลายกำลังใจของเรา สงครามชีวิตนั้น กำลังใจสำคัญที่สุด เมื่อยังมีกำลังใจอยู่ ก็ยังไม่แพ้ สิ้นสุดกำลังใจเมื่อใด แม้กำลังอย่างอื่นๆ จะมีอยู่พร้อมก็ช่วยอะไรไม่ได้ ดูตัวอย่างคนที่รู้สึกสูญเสียความรักหรือสิ่งที่รัก เมื่อเสียกำลังใจก็หมดอาลัยตายอยาก มืออ่อนเท้าอ่อนทำอะไรไม่ได้ แต่พอรู้ว่าได้สมหวังในความรักกำลังใจมีมาฟื้นขึ้นได้ทันที ผู้ที่เป็นหัวหน้าสามารถทำอะไรได้มากกว่าคนอื่นก็เพราะกำลังใจสูงกว่า สตรีที่มีความสามารถในการพูดจาให้กำลังใจแก่ชายคนรักของตน จึงมักเป็นที่รักอย่างยิ่งของชายนั้น และช่วยหนุนให้ก้าวหน้าในวิถีทางที่เขากำลังดำเนินอยู่ได้อย่างดี ชายที่พูดจาให้กำลังใจหญิงก็เช่นเดียวกัน

ความอ่อนน้อมถ่อมตน

มนุษย์เราทุกคน ไม่ชอบความเย่อหยิ่งจองหอง แต่ชอบความอ่อนน้อมถ่อมตน ถ้าอยากให้ใครเกลียดชัง ก็จงเย่อหยิ่งจองหอง ยกตนข่มผู้อื่น ถ้าอยากให้เขารัก ก็จงอ่อนน้อมถ่อมตนต่อคนทุกประเภท วางตนเหมาะสมแก่คนทุกชั้น ทุกเพศทุกวัย พยายามวางตนเสมอต้นเสมอปลาย ไม่สามวันดีสี่วันร้าย หรือประพฤติต่อผู้อื่นตามอารมณ์ตน แล้วคิดแต่จะให้ผู้อื่นเข้าใจตนโดยที่ตนไม่ต้องเข้าใจใคร ลองสำรวจดูเถิด จะไม่มีใครเกลียดชังคนที่อ่อนน้อมถ่อมตน เพราะเราอ่อนน้อม เขาถึงยกย่อง ยิ่งถ้าเรากระด้าง ยกตน เขายิ่งอยากจะข่มลง ควรฝึกตนให้เป็นเหมือนน้ำ ทำประโยชน์ทุกอย่างแล้วไหลลงต่ำ อ่อนโยน ละมุนละไม แต่มีอานุภาพยิ่งนัก

การนิยมยกย่อง

ทุกคนต้องการความนิยมยกย่องจากผู้อื่นโดยวิธีใดวิธีหนึ่ง โดยตรงหรือโดยอ้อม กล่าวอีกนัยหนึ่ง ต้องการให้สังคมยอมรับตน แม้จะไม่ใช่หรือไม่ถึงฐานะคนสำคัญ ก็เพียงแต่เป็นผู้ไม่ไร้ความ

หมายเสียทีเดียว ด้วยเหตุนี้การยกย่องชมเชยด้วยความจริงใจ จึงเป็นที่สำราญใจของอีกฝ่ายหนึ่งเป็นอย่างยิ่ง เขาจะจดจำติดอยู่ในใจเป็นเวลานานแสนนาน ๑๐ ปี ๒๐ ปี ผ่านไปแล้ว แต่คำนิยมยกย่องนั้นยังสดใสอยู่ในความทรงจำของผู้ฟัง ถ้าอยู่ในวิสัยที่จะเล่าได้ เขาจะเล่าให้คนสนิทมิตรสหายที่ไว้ใจได้ฟัง ว่าผู้นั้นผู้นี้พูดถึงเขาว่าอย่างไร เขาจะรู้สึกกระหยิ่มยิ้มย่องและภาคภูมิใจขณะเดียวกัน จะรู้สึกนิยมชมชอบผู้ที่กล่าวยกย่องตนตอบแทนมาด้วย เราต้องรู้จักให้เกียรติผู้อื่นให้สมฐานะของเขา การยกย่องเกินไปก็ไม่ดี อาจทำให้เขาเขินหรือกระดาก แต่การไม่รู้จักยกย่องเขาเสียเลย ไม่ว่าเขาทำอะไร ก็ไม่สมควรเหมือนกัน

ในบางประเทศหรือบางสังคม เมื่อเลี้ยงอาหารกันเสร็จแล้ว ผู้เป็นแขกจะขอดูตัวพ่อครัวแม่ครัวหรือผู้รับผิดชอบในเรื่องอาหารมื้อนั้นๆ แล้วยกย่อง ชมเชย เพื่อเป็นกำลังใจเขา ทำด้วยความจริงใจ ไม่ใช่สักแต่ว่าพอเป็นพิธี เพียงเท่านี้ผู้รับผิดชอบเรื่องอาหารการกิน ซึ่งเหนื่อยมาทั้งวัน หรือ ๓ วัน ๗ วัน ก็จะหายเหนื่อย เพราะเขารู้สึกว่าเป็นคนสำคัญและมีความหมายมากในสังคมนั้นๆ

จริงอยู่ มีบุคคลบางพวกที่ไม่ต้องการความนิยมยกย่องหรือคำสรรเสริญใดๆ ท่านทำแต่หน้าที่ของท่านอย่างเดียว แต่คนอย่างนั้นมีน้อยเหลือเกินในโลก ตัวอย่างเช่นพระอรหันต์ คนที่เราเกี่ยวข้องอยู่ในสังคมเกือบร้อยเปอร์เซ็นต์ล้วนเป็นคนธรรมดาที่ยังหวั่นไหวต่อคำตำหนิติเตียน และพอใจในคำยกย่องชมเชย ต้องการให้ผู้อื่นเห็นตนและสิ่งที่ตนทำเป็นสิ่งที่มีค่า เพราะฉะนั้น เพียงแต่เราพูดจา ๒ - ๓ คำ เพื่อความสุขสบายใจของเขา เราจะเสียหายอะไร แต่ขอย้ำว่า ท่านต้องมีความจริงใจ ถ้าไม่จริงใจก็อย่าพูดเลย นิ่งเสียดีกว่า คนอื่นเขาไม่ได้กินแกลบกินรำ เขากินข้าวเหมือนเราเขาไม่โง่กว่าเราดอก เขาพอฟังออกว่าเราพูดด้วยความจริงใจหรือไม่

ขอเน้นเป็นพิเศษในเรื่องความเสียสละ

ความเสียสละเป็นเหตุให้ได้ด้วยกันทั้ง ๒ ฝ่าย คือ ผู้ให้ก็ได้ คือได้ให้ และได้ความสบายใจ ได้ความดีและบุญกุศล ส่วนผู้รับก็ได้เหมือนกัน คือได้รับ และได้สิ่งของอันเป็นประโยชน์ในการบริโภคใช้สอย ได้รับเมตตาจิตและย่อมจะมีไมตรีจิตตอบ สมดังคำที่ว่า *“ผู้ให้ย่อมบันเทิงด้วยการให้ ส่วนผู้รับย่อมอ่อนน้อมถนอมน้ำใจด้วยปิยวาจา”* พระพุทธภาษิตมีว่า *“ผู้ให้ย่อมผูกมิตรไว้ได้”* และ ทรงแสดงอานิสงส์แห่งการให้ไว้ ๕ ประการ คือ

๑. ผู้ให้ย่อมเป็นที่รัก (ของผู้รับ)
๒. เป็นที่พอใจคบหาสมาคมของคนดี
๓. ชื่อเสียงที่ดีงามย่อมฟุ้งขจรไป
๔. เป็นผู้แกล้วกล้า ไม่เก้อเขินท่ามกลางชุมนุมชน
๕. เมื่อสิ้นชีพแล้ว ย่อมเข้าถึงสุคติ โลกสวรรค์

ก่อนที่พระพุทธองค์จะตรัสอานิสงส์ของทาน ๕ ประการนี้ มีข้อความเล่าไว้ว่า สีหเสนาบดีแห่งนครเวสาลี เข้าไปเฝ้าพระพุทธองค์ ที่ป่ามหาวัน ขอให้ทรงแสดงอานิสงส์หรือผลแห่งทานที่เห็นได้ในปัจจุบัน พระพุทธองค์จึงทรงแสดงผลแห่งทานที่เห็นได้ในปัจจุบัน ๔ ประการต้น ส่วนประการที่ ๕ นั้น เห็นได้ในสัมปรายภพ

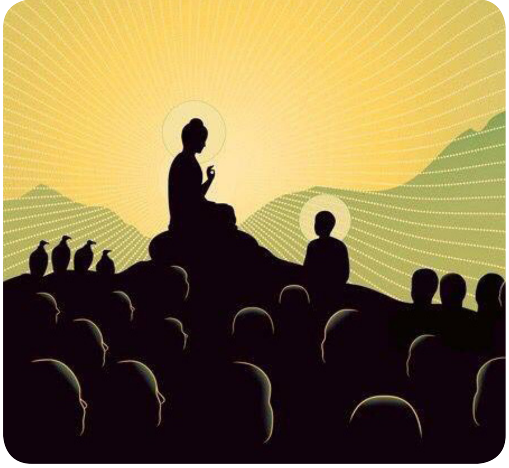
สีหเสนาบดี ทูลว่า ผลแห่งทาน ๔ ประการต้นนั้น เขาไม่ต้องเชื่อพระผู้มีพระภาค เพราะเห็นด้วยตนเองแล้ว ส่วนผลประการสุดท้าย เขาไม่เห็นด้วยตนเอง แต่เขาเชื่อพระผู้มีพระภาคเจ้า

อนึ่ง ผู้ให้อาหารแก่ผู้อื่น ได้ชื่อว่าให้ ๕ อย่าง คือ ให้อายุ วรรณะ สุข กำลัง และปฏิภาณ

ทุกคนต้องการอายุ ผิวพรรณ สุข กำลัง และความเฉลียวฉลาด ดังนั้นใครให้สิ่งนี้แก่เขาได้ ผู้ให้ย่อมเป็นที่รักของผู้รับ สามารถครองใจเขาได้

“บุคคลมีโภคะแล้ว ทำโภคทรัพย์ให้เป็นประโยชน์แก่คนหมู่มาก เทวดาย่อมรักษาเขาผู้ซึ่งธรรมคุ้มครองแล้ว เกียรติย่อมไม่ละผู้เป็นพหูสูต มีศีลและวัตรดี ตั้งอยู่ในธรรม ใครเล่าจะตำหนิผู้ตั้งอยู่ในธรรม สมบูรณ์ด้วยศีล พูดจริง มีใจประกอบด้วยความละอายบาป ผู้เป็นดังเช่นทองชมพูนุท (ทองบริสุทธิ์) ผู้เช่นนั้น เทวดาก็นิยม พรหมก็สรรเสริญ” ความเป็นผู้เสียสละ แบ่งปันจึงเป็นสาราณียธรรมข้อหนึ่ง อันเป็นเหตุให้ผู้ปฏิบัติ เป็นที่เคารพรักของคนทั้งหลาย

นอกจากนี้ ผู้ต้องการครองใจผู้อื่น ควรหัดตนเป็นคนมี**มุทิตา** คือ พลอยยินดีต่อความสุข ความสำเร็จของผู้อื่น ไม่ริษยาใคร กีดกันใคร มีแต่คิดส่งเสริมเมื่อผู้อื่นดำเนินอยู่ในทางที่ดี และได้ประสบความสุขความสำเร็จ ทำใจประหนึ่งตนได้รับความสำเร็จเอง



บางคราวควรวางเฉยเสียบ้าง ไม่จุ้นจ้านวุ่นวายกับเรื่องของเขาเกินไป อันจะเป็นเหตุให้เขารำคาญ จริงอยู่เราหวังดี แต่ควรให้เกียรติในความคิดและการกระทำของเขาบ้าง เขาอาจมีเหตุผลส่วนตัวที่เราไม่รู้ เขาไม่อยากบอกใคร แม้แต่เราซึ่งเป็นเพื่อนรักของเขา อะไรพอช่วยได้ก็ช่วยไป อะไรสุดวิสัยก็วางเฉยเสียบ้าง แล้วทุกอย่างจะดีเอง

เมื่อเข้าใกล้ใคร สนทนาปราศรัยกับใคร ลองสังเกตว่า เขาทำอย่างไรที่เราชอบ ลองนำเอาการกระทำอย่างนั้นไปปฏิบัติต่อผู้อื่นที่เราต้องเกี่ยวข้องด้วย และคอยสังเกตว่าเขาชอบหรือไม่ แต่โปรดอย่าลืมว่า คนแต่ละคนไม่เหมือนกัน สิ่งที่คนหนึ่งชอบ อีกคนหนึ่งอาจจะไม่ชอบก็ได้ มนุษย์มีภูมิหลังและอัธยาศัยไม่เหมือนกัน

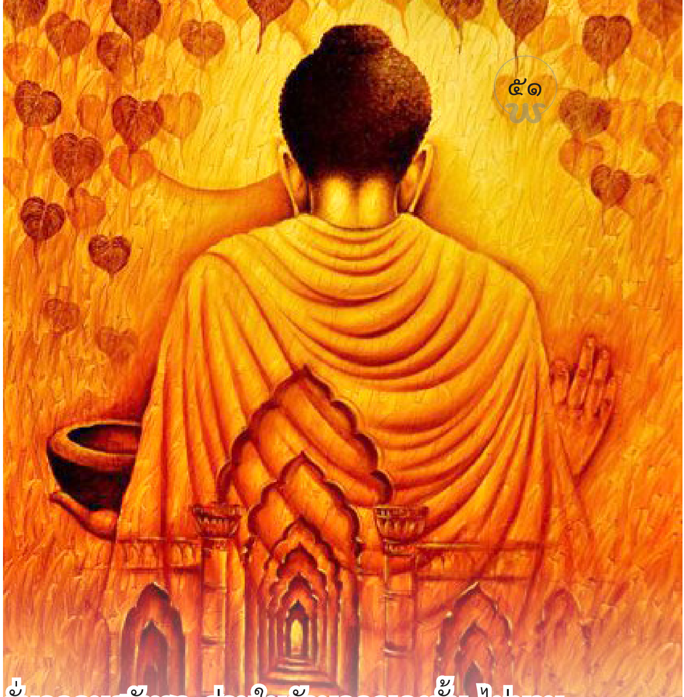
เมื่อจะตำหนิติเตียนใคร ลองคิดทบทวนดูว่าถ้าเราอยู่ในฐานะอย่างเขา เราจะทำอย่างเขาหรือไม่ ทั้งนี้เพื่อไม่ให้เราตำหนิติเตียนผู้อื่นอย่างพร่ำเพรื่อ ซึ่งเป็นการทำลายเสน่ห์ในตัวเอง การให้อภัยผู้อื่นด้วยความเห็นใจเข้าอกเข้าใจ ทำให้เรามีความสุขใจ ผู้ทำเช่นนั้นเรียกว่ามีจิตใจเป็นเทพ

ประการสุดท้ายก็คือ ถ้าต้องการครองใจผู้อื่น ต้องการความรักจากผู้อื่น ก็ของจงหลั่งความรัก ความปรารถนาดีให้เขา โดยไม่คำนึงว่าเขาจะรักตอบหรือไม่ แต่จงทำด้วยความฉลาดรอบคอบ และรู้จักกาลเทศะ

สัมโมทนียกถา

สุวัณณฉายา

โทษเขา เราทุกข์



ขอเจริญพรไปยังอุบาสกอุบาสิกาที่มาทำบุญทำกุศลในช่วงเช้า วันนี้ก็อากาศหนาวหน่อย อากาศเปลี่ยนแปลงบ่อย บางทีก็ร้อน บางทีก็หนาว วันนี้ได้นำธรรมะเพื่อมาปฏิสันถาร สัมโมทนียกถาแก่ญาติโยม เพื่อนสหธรรมิกได้ฟัง เพื่อเป็นข้อคิด เป็นปัญญาสุตะ

เนื่องจากยุคนี้ อาตมาสังเกตว่า ผู้คนทั่วไปจะมีลักษณะนิสัยในการที่จะวิจารณ์ บริภาษ ด่าทอ ด่าคนนู้นคนนี้บ้าง แม้แต่พระภิกษุสามเณรก็ยังด่า ซึ่งสังเกตดูแล้วเขาไม่ได้วิจารณ์หรือบริภาษอะไรด้วยหลักฐานความจริง ว่ากันไปเพียงตามอารมณ์ของตนเองเท่านั้น เรียกว่าเป็นคนปากง่ายใจเบานั่นเอง ซึ่งจะนำโทษมาแก่ผู้พูดผู้กล่าวในภายหลัง

บางคนที่เห็นเป็นข่าว อย่างเช่นข่าวนานมาแล้ว เห็นพระนั่งฉันโซดา ก็ถ่ายรูปเอาไปลงในโซเชียลอินเตอร์เน็ต แล้วบอกว่าพระนั่งกินเหล้า อันที่จริงท่านฉันโซดา เจ้าของร้านเขาก็ออกมาปกป้องพระว่า ไม่ใช่เหล้า เป็นความเข้าใจผิด สมัยนี้ผิวเผินมากเลยในการที่จะว่าใคร วิจารณ์ใคร ซึ่งคนๆ นั้นก็จะเสียชื่อเสียงไปเลย ซึ่งสำหรับพระเอง ในส่วนตัวของพระ ก็มีบวชมีสึกกันไปเป็นปกติ แต่สิ่งที่เสียหายที่สุดก็คือศาสนา เป็นสิ่งที่คนไม่ค่อยคิดถึง ความเสียหายมันต่างกับที่พระถูกกระทำหรือทำกันเอง ส่วนมากเราก็จะมองไม่เห็นว่าผลกระทบจริงๆ มันกระทบต่อศาสนา เสื่อมศรัทธาสั่นคลอนศรัทธา ส่วนในตัวบุคคลเองนั้น ไม่นานเดี๋ยวคนก็ลืม แต่สำหรับศรัทธาที่เสื่อมต่อพระพุทธศาสนานี้ ยากที่จะกลับมา เพราะฉะนั้น ถ้าหากเราแยกแยะให้ดี ระหว่าง **บุคคล** กับ **ศาสนา** ศาสนานี้คำสอนสมบูรณ์อยู่แล้วครบถ้วน อย่าไปตำหนิศาสนาเลย ไปตำหนิที่ตัวบุคคลจะเหมาะกว่า (ถ้าหากจำเป็นต้องตำหนิ)

อย่างที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ใน **พยสนสูตร** คนที่ติเตียนพระอริยเจ้า จะถึงโทษ ๑๐ ประการ ชอบติว่าพระอริยเจ้าและเพื่อนสหธรรมิก ติว่าด้วยอาการต่างๆ

พระพุทธองค์ตรัสว่า ดูกรภิกษุทั้งหลาย ภิกษุใด ด่าบริภาษเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งหลาย กล่าวโทษพระอริยะ ภิกษุนั้นจะไม่พึงถึงความพินาศ ๑๐ อย่าง อย่างใดอย่างหนึ่ง ข้อนี้มิใช่ฐานะ มิใช่โอกาส เมื่อบริภาษแล้ว ย่อมไม่พ้นจาก ๑๐ ข้อนี้เลย ไม่ข้อใดก็ข้อหนึ่ง คือ

๑. **ภิกษุนั้นไม่บรรลุธรรมที่ยังไม่บรรลุ** แสดงว่าคนด่ายังเป็นปุถุชนอยู่ เพราะว่ายังไม่บรรลุธรรมนั่นเอง แล้วก็จะไม่บรรลุด้วย

๒. **เสื่อมจากธรรมที่บรรลุแล้ว** ธรรมที่เสื่อมได้ก็ต้องเป็นพวกคุณธรรมในฝ่ายโลกียะ อย่างเช่น ฌาน อภิญญา เหมือนที่พระเทวทัตเคยได้ แล้วเกิดความ

ไม่ชอบใจ แล้วฌานของเขาก็เสื่อมไป เพราะความอิจฉาริษยาพระพุทธองค์นั่นแหละ

๓. **สัทธรรมของภิกษุนั้นย่อมไม่ผ่องแผ้ว** สัทธรรมนี้ก็หมายถึง ศีล สมาธิ ปัญญาของภิกษุนั้นนั่นเอง ไม่ผ่องแผ้ว ก็คือเศร้าหมองไป

๔. **เป็นผู้เข้าใจว่าตนได้บรรลุในสัทธรรมทั้งหลาย** ยังไม่บรรลุ แต่เข้าใจว่าตัวเองบรรลุ แล้วมันจะมีทางบรรลุหรือเปล่า เหมือนคนพาล ที่ตัวเองเป็นคนพาล แต่เข้าใจว่าตัวเองนั้นเป็นบัณฑิต เขาก็ย่อมเป็นคนพาลตลอดไป ไม่มีทางกลับเป็นบัณฑิตได้ ส่วนผู้ใดที่ตัวเองเป็นคนพาล แล้วรู้ตัวว่าตัวเองเป็นคนพาล เขาก็ย่อมจะเป็นบัณฑิตขึ้นมาได้บ้าง เหมือนการที่เรารู้ว่าเราไม่รู้อะไร นั่นก็เป็นปัญญาอย่างหนึ่ง แต่ถ้าไม่รู้อะไร แต่เข้าใจว่าตัวเองรู้ นั่นแหละ ทำให้เป็นคนพาลไปตลอดชีวิตเลย

๕. **เป็นผู้ไม่ยินดีในการประพฤติพรหมจรรย์**

๖. **ต้องอาบัติเศร้าหมองอย่างใดอย่างหนึ่ง**ในบรรดาอาบัติ ๗ ตั้งแต่ปาราชิกเป็นต้นลงมา

๗. **ย่อมถูกโรคอย่างหนัก** ก็คือเกิดโรคนั่นเอง เดี๋ยวก็ป่วยเป็นนั่นเป็นนี่ อาการหนักด้วย

๘. **ถึงความเป็นบ้า** มีจิตฟุ้งซ่าน

๙. **เป็นผู้หลงใหลทำกาละ** (ตาย) อันนี้ก็หมายถึงหลงตาย ใกล้ตายแล้วก็ขาดสติ เสียชีวิตไป

๑๐. **เมื่อตายไปย่อมเข้าถึงอบาย** ทุคติ วินิบาต นรก ไปไม่ดี

สิบข้อนี้ คนที่ชอบด่าพระอริยะ ด่าพระ ด่าสามเณร ต้องระวังให้ดี เพราะศีลของท่านก็มีเยอะ การด่าด้วยจิตที่ประกอบด้วยโทสะ จิตมุ่งร้าย **การด่า** กับ **การตักเตือน** ไม่เหมือนกัน การด่าต้องมีจิตโทสะมุ่งร้าย ไม่ชอบ โดยที่ไม่มีเหตุผล แต่การตักเตือนนั้นมองที่เหตุผล คุยกันด้วยเหตุผล มีความปรารถนา เพราะฉะนั้น สิ่งเหล่านี้ต้องอาศัยสติสัมปชัญญะในการใช้วาจา ใช้คำพูด

เหมือนพระโกกาลิกะรูปหนึ่ง ท่านผูกโกรธในพระสารีบุตรและพระมหาโมคคัลลานะ หาว่าพระอัครสาวกปรารถนาลามก เพราะว่ามีอยู่ครั้งหนึ่ง พระเถระทั้งสองหลีกเร้นปลีกวิเวกไปอยู่ใกล้ๆ ที่อยู่ของท่าน แล้วพระอัครสาวกก็บอกว่าอย่าไปบอกใครว่าพวกผมอยู่ที่นี่นะ พระโกกาลิกะก็รับปากว่าได้ขอรับ ดูแลรับใช้เป็นอย่างดี พอถึงเวลาท่านจะกลับ พระโกกาลิกะก็ไปบอกชาวบ้านว่าพระอัครสาวกมาจำพรรษาอยู่ที่นี่ ที่วัดข้าพเจ้า ใครอยากทำบุญก็เตรียมของมา บอกอย่างนี้เลย ท่านตั้งใจว่า เมื่อพระเถระรู้ว่าเราพูดชักจูง พูดเลียบเคียงให้โยมถวาย พระเถระท่านไม่รับแน่นอน เมื่อท่านไม่รับ เดี๋ยวท่านก็ให้เรา คือวางแผนไว้ดี วางแผนเป็นขั้นเป็นตอนเลย แต่พระอัครสาวกไม่เล่นด้วย บอกให้สละเลย แล้วก็บอกว่า ของที่นำมาถวายมากมายอย่างนี้ ด้วยการพูดเลียบเคียงอย่างนี้ มันไม่เหมาะสม ใช้ไม่ได้ แม้แต่กับพระกับสงฆ์ก็ไม่ควร แม้แต่ท่านโกกาลิกะเองก็ไม่ควรได้ มันไม่เหมาะสมแก่สมณะ ทีนี้พระโกกาลิกะก็โกรธ ตอนนี้ยังไม่ผูกอาฆาต แล้วพระอัครสาวกทั้งสองก็เดินทางกลับ

แล้ววันหลังมา พระอัครสาวกทั้งสองก็กลับมาอีก คราวนี้ ท่านไม่ได้บอก แต่ชาวบ้านรู้ ก็พากันเอาสิ่งของมาถวาย พอเอามาถวาย มันก็สมควรอยู่แล้ว เพราะว่าเขามาถวายเอง เขาเกิดศรัทธาเอง ท่านก็รับเอาไว้ แล้วก็แจกจ่ายกัน ทีนี้ท่านคิดว่าตอนที่เราให้คนมาถวายทำไมไม่รับ แต่ตอนนี้กลับมารับ เมื่อก่อนแกล้งเป็นคนมักน้อยสันโดษหรือนี่ ก็ผูกอาฆาต แล้วก็ไปกราบทูลพระพุทธเจ้าว่า พระอัครสาวกทั้งสองเป็นคนปรารถนาไม่ดี พระพุทธองค์ก็ห้ามสามครั้ง ห้ามถึงสามครั้ง ท่านก็ยังไม่ยอมเชื่อฟัง

พอท่านว่าพระอัครสาวกครบสามครั้งแล้วก็เดินออก พ้นจากคลองจักษุต่อหน้าพระพักตร์พระพุทธองค์ ก็เกิดตุ่มขึ้นเต็มตัว ตั้งแต่ตุ่มเล็กๆ

จนขยายเป็นตุ่มใหญ่เท่าเม็ดมะตูม เท่ากำปั้น ท่านก็นอนซมอยู่บนใบตองที่เอามาปู แล้วพรหมที่เคยเป็นอุปัชฌาย์ของท่าน ที่มรณภาพไปเกิดเป็นพรหมก็เป็นห่วงท่าน เลยลงมาเตือน ลงมาเตือนแล้ว พระโกกาลิกะก็ไม่ชอบ บอกว่าท่านไปเกิดเป็นพรหมแล้วท่านจำโทษของท่านเอาไว้เลย หมายถึงว่ายังเห็นดีกับพระอัครสาวกอยู่หรือ พระโกกาลิกะท่านพูด

พรหมก็จึงกล่าวสั่งสอนว่า ผรุสวาจาเหมือนดังจอบ คือจอบมันชอบถากถาง ถากถางดินเรียบๆ ให้เป็นหลุม ซึ่งเป็นเครื่องตัดทอนตนของคนพาล แต่ว่าวาจามันตัดทอนตัวเอง ทำลายตัวเอง ทำลายผู้พูด ผู้กล่าวคำชั่วย่อมเกิดขึ้นที่ปากของบุคคลผู้เป็นบุรุษพาล ผู้ใดสรรเสริญผู้ที่ควรติเตียน หรือติเตียนคนที่ควรสรรเสริญ ผู้นั้นชื่อว่า สะสมโทษไว้ด้วยปาก ชอบติเตียนคนดี สรรเสริญคนชั่ว ย่อมไม่ประสบความสุขเพราะโทษนั้น ท่านกล่าวเอาไว้อย่างนี้เลย นี่เป็นคำของพรหม

การปราชัยด้วยทรัพย์ในการเล่นพนันจนหมดตัว เป็นโทษมีประมาณน้อย การที่บุคคลยังใจให้ประทุษร้ายในพระอริยเจ้าผู้ดำเนินดีแล้ว เป็นโทษมากกว่า บุคคลตั้งวาจาและใจเป็นบาป แล้วติเตียนพระอริยะ ย่อมเข้าถึงนรก สิ้นแสนนิรัพพุทกัป อีก ๓๖ นิรัพพุทะ และ ๕ อัพพุทะ เป็นมาตรานับนรกที่เยอะมาก

แล้วเรื่องนี้ก็ถึงพระพุทธองค์ พระพุทธองค์ตรัสบอกภิกษุอย่างละเอียดเลยว่า ตั้งแต่นิรัพพุทกัปนี้มันนานแค่ไหน บอกแก่พระภิกษุทั้งหมดเลย แล้วพระโกกาลิกะมรณภาพไปเกิดในปทุมนรก ปทุมไม่ได้แปลว่าดอกบัว แปลตั้งชื่อตามมาตราการนับกาลเวลา ซึ่งปทุมเยอะกว่าเขาเลย เป็นมาตราที่อยู่บนห่วงโซ่เลยในการนับ นานมาก มันอยู่ในสถานที่หนึ่งในอเวจีมหานรก นี่ผลจากการใช้วาจาที่ไม่ถูกต้อง ติเตียนพระอริยเจ้า ติเตียนพระภิกษุ เพื่อนสหธรรมิก สามเณร เป็นโทษมาก

แล้วคำที่พรหมกล่าว พระพุทธองค์ก็ตรัสแก่พระภิกษุที่มาถามถึงเรื่องราวของพระโกกาลิกะ พระพุทธองค์ก็ตรัสเหมือนกับพรหมเลย พระองค์ตรัสว่า

“ผรุสวาจาเพียงดังจอบ ซึ่งเป็นเครื่องตัดทอนตนของคนพาล ผู้กล่าวคำชั่วย่อมเกิดขึ้นที่ปากของบุคคลผู้เป็นบุรุษพาล ผู้ใดสรรเสริญผู้ที่ควรติเตียน หรือติเตียนคนที่ควรสรรเสริญ ผู้นั้นชื่อว่าสะสมโทษด้วยปาก ย่อมไม่ประสบความสุขเพราะโทษนั้น

การปราชัยด้วยทรัพย์ในการเล่นการพนัน ด้วยตนเองจนหมดตัว เป็นโทษมีประมาณน้อย การที่บุคคลยังใจให้ประทุษร้ายในพระอริยเจ้าผู้ดำเนินดีแล้ว เป็นโทษมากกว่า บุคคลตั้งวาจาและใจอันเป็นบาป แล้วติเตียนพระอริยะ ย่อมเข้าถึงนรกสิ้นหนึ่งแสนนิรัพพุทกัป ๓๖ นิรัพพุทะ และ ๕ อัพพุทะ”

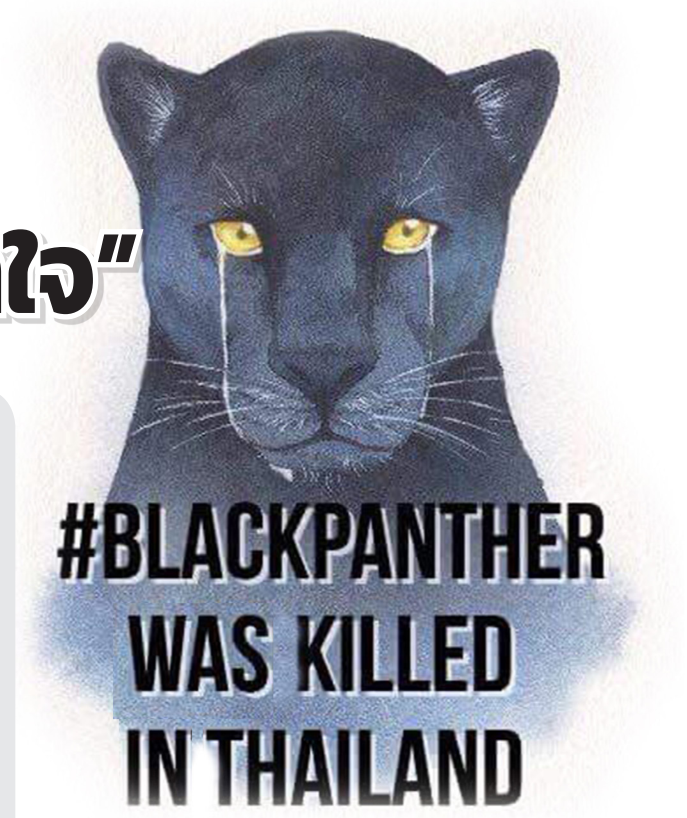
เห็นไหมว่า ธรรมที่สาวกพระพุทธองค์กล่าว ก็เป็นพุทธพจน์เหมือนกัน เพราะว่าคำพูดคล้อยตามพระพุทธพจน์นั่นเอง

วันนี้ก็ขออนุโมทนาในบุญกุศลที่ทุกท่านได้มาทำในวันนี้ ด้วยการให้ทานและการฟังธรรม ก็ขออำนวยอวยพรให้ทุกคนทุกท่านจงเป็นผู้มีความสุขทั้งทางกายทางใจ คิดหวังสิ่งหนึ่งสิ่งใดที่เป็นไปในทางที่ชอบ ประกอบด้วยธรรม นำตนให้พ้นจากทุกข์แล้ว ขอให้สิ่งเหล่านั้นจงพลันสำเร็จแก่ทุกคนทุกท่านจงทุกประการ เทอญ

ทันโลก รู้ธรรม

ปฏิรูปเทสการก

“เสือไม่ดำเท่าใจ”



กระสุนลั่น สนั่นป่า ฆ่าชีวิต
ชีพโดนลิด ปลิดปลง น่าสงสาร
หัวเราะร่า ท้าบันเทิง รื่นเริงบาน
ใครจะหาญ เก่งกว่าข้า ไม่น่ามี

แล้วถ่ายรูป อวดศักดิ์ ประจักษ์สิทธิ์
สมสัมฤทธิ์ ความใคร่ ให้อึงมี่
ไม่เหลือสิ่ง ใดใด ในปฐพี
ข้าอยากมี อยากทำ ให้หนำใจ

อันความสุข บนความทุกข์ ของผู้อื่น
ไม่น่าชื่น ชมชิด พิสมัย
เงินตรา ลาภ ยศศักดิ์ แม้เกรียงไกร
ไม่อาจป้อง ผองภัย ในอบาย

กรรมทำแล้ว ไม่แคล้ว ประทับจิต
ต้อยตามติด ตราบตัวตาย ไม่เหือดหาย
หนึ่งชีวิต คิดต่อเวร ไม่เว้นวาย
ย่อมฉิบหาย ย่อยยับ ดับด้วยกัน ๑๙๖

ข่าวเสือดำ กระฉ่อนกันไปทั่ว ท่านรู้ข่าวแล้ว มีหัวข้อธรรมหรือธรรมะอะไร ที่เกี่ยวข้องเกิดขึ้นกับท่านบ้าง ? ช่วยตอบมาคนละ ๕ ข้อ ก่อนดูเฉลย

เฉลย

เมตตาธรรมค้ำจุนโลก

ความไม่เบียดเบียนเป็นสุขในโลก

ไม่ควรทำบาปเพราะเห็นแก่กิน

ผู้ใดต้องการสุขเพื่อตน ด้วยการก่อทุกข์แก่ผู้อื่น ผู้นั้นชื่อว่าพัวพันไปด้วยเวร ย่อมไม่พ้นจากเวร

สัตว์ทั้งปวงล้วนหวาดสะดุ้งต่ออาชญา ล้วนกลัวต่อความตาย ล้วนรักชีวิต บุคคลนำตนเข้าไปเปรียบเทียบแล้ว ไม่ควรฆ่าด้วยตนเอง ไม่ควรใช้ให้ผู้อื่นฆ่า

ตนทำบาปเอง ย่อมเศร้าหมองเอง ตนไม่ทำบาป ย่อมบริสุทธิ์ด้วยตนเอง ความบริสุทธิ์ไม่บริสุทธิ์เป็นของเฉพาะตน คนอื่นพึงทำคนอื่นให้บริสุทธิ์ไม่ได้

ความชั่วย่อมเผาผลาญในภายหลัง ทำกรรมใดแล้วร้อนใจภายหลัง กรรมที่ทำแล้วนั้นไม่ดี

ผู้มักทำบาป ย่อมเดือดร้อนในโลกนี้ ตายไปแล้ว ย่อมเดือดร้อน ย่อมเดือดร้อนในโลกทั้งสอง เขาย่อมเดือดร้อนว่า เราทำกรรมชั่วแล้ว ไปแล้วสู่ทุคติ ย่อมเดือดร้อนยิ่งขึ้น

บุคคลเป็นคนเลวเพราะชาติก็หาไม่ เป็นผู้ประเสริฐเพราะชาติก็หาไม่ แต่เป็นคนเลวเพราะการกระทำ เป็นผู้ประเสริฐก็เพราะการกระทำ

บุคคลผู้ทำบาป ย่อมเห็นบาปว่าดี ตลอดเวลาที่บาปยังไม่เผล็ดผล แต่เมื่อใดบาปเผล็ดผล เมื่อนั้นย่อมเห็นบาปว่าชั่ว

กรรมทั้งหลายที่ไม่ดีและไม่เป็นประโยชน์เกื้อกูลแก่ตน ทำได้ง่าย

กรรมดี คนดีทำได้ง่าย แต่คนชั่วทำได้ยาก

ถ้าบุรุษพึงทำบาปไซร้ ไม่ควรทำบาปนั้นบ่อยๆ ไม่ควรทำความพอใจในบาปนั้น เพราะการสั่งสมบาป นำทุกข์มาให้

ไม่ควรดูหมิ่นบาปว่า บาปมีประมาณน้อยจักไม่มาถึง แม้หม้อน้ำยังเต็มด้วยหยาดน้ำที่ตกลงทีละหยาดได้ ฉันใด ชนพาลเมื่อสั่งสมบาปแม้ทีละน้อยๆ ย่อมเต็มด้วยบาปได้ ฉันนั้น

คนที่ทำกรรมชั่วไว้ หนีไปแล้วในอากาศ ก็ไม่พึงพ้นจากความชั่วได้ หนีไปในท่ามกลางทะเล ก็ไม่พึงพ้นจากกรรมชั่วได้ หนีเข้าไปสู่ช่องภูเขา ก็ไม่พึงพ้นจากกรรมชั่วได้ เขาอยู่แล้วในประเทศแห่งแผ่นดินใด พึงพ้นจากกรรมชั่วได้ ประเทศแห่งแผ่นดินนั้น หามีอยู่ไม่

สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม

คนพาลทำกรรมทั้งหลายอันชั่วช้าอยู่ ย่อมไม่รู้สึก

คนมีปัญญาทราม ย่อมเดือดร้อน ดุจถูกไฟไหม้ เพราะกรรมของตนเอง

บาปอันตนทำไว้แล้ว เกิดในตน มีตนเป็นแดนเกิด ย่อมย่ำยีบุคคลผู้มีปัญญาทราม ดุจเพชรย่ำยีแก้วมณี อันเกิดแต่หิน ฉะนั้น

ดูกรภิกษุทั้งหลาย ปาณาติบาตอันบุคคลเสพแล้ว เจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมยังสัตว์ให้เป็นไปในนรก ในกำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน ในเปรตวิสัย วิบากแห่งปาณาติบาต อย่างเบาที่สุด ย่อมยังความเป็นผู้มีอายุน้อยให้เป็นไปแก่ผู้มาเกิดเป็นมนุษย์

ข่มคนที่ควรข่ม ติคนที่ควรติ ยกย่องคนที่ควรยกย่อง ชมคนที่ควรชม ศีลธรรมไม่กลับมาโลกาวินาศ

ความเห็น

ประเทศที่มีผู้คนดี มีคุณธรรมศีลธรรม สังคมสิ่งแวดล้อมดี มีธรรมชาติป่าเขาที่งดงามอุดมสมบูรณ์ เป็นประเทศที่น่าอยู่ สมควรแก่เราและครอบครัวที่จะเติบโตอาศัยไปตลอดชีวิต นับเป็นปฏิรูปเทส ที่นำชีวิตเราไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองทั้งทางโลกและทางธรรมได้ (ปฏิรูปเทสวาโส จ มงคลสูตร ข้อที่ ๔) เมื่อเราเป็นคนในประเทศนั้น ควรมีความรักประเทศ สังคม สิ่งแวดล้อม ธรรมชาติ

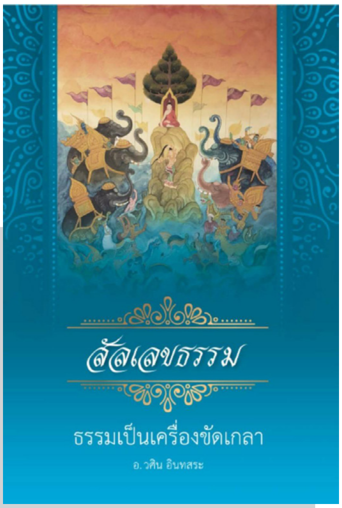
ป่าเขา ถ้ามีผู้ใดมาทำลายสังคม สิ่งแวดล้อม เราก็ควรจะประณามตำหนิเพื่อให้เขาหยุดการทำลาย ไม่กล้าทำลาย และเป็นการป้องปรามไม่ให้คนอื่นเอาเยี่ยงอย่างมาทำลาย ถ้าผู้คนเฉยเมย ไม่ใส่ใจไม่สนใจ ตัวใครตัวมัน ต่างเอาตัวรอด สังคมก็จะเสื่อมลงอย่างรวดเร็ว นอกจากนั้นเราควรจะช่วยปฏิรูปประเทศนั้นให้เจริญยิ่งขึ้นกว่าเดิมด้วย คือเป็นปฏิรูปเทส ฝ่าย active ฝ่ายให้ด้วย ไม่ใช่เป็นฝ่ายรับฝ่าย passive อย่างเดียว จึงต้องช่วยกันพัฒนาส่วนที่ไม่ดี ไม่สมควร ให้ดี ให้สมควร หรือส่วนที่ดีที่สมควรบ้างแล้ว ให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป เป็นจิตอาสาหรือจิตสาธารณะ หรือ เวยยาวัจจมัยบุญ การเฉยเมยเมื่อมีผู้มาทำลาย เท่ากับเราเป็นผู้สนับสนุนและทำลายไปด้วยกัน ดังคำกล่าวว่า

"The world will not be destroyed by those who do evil, but by those who watch them without doing anything"

โลกจะไม่ได้ถูกทำลายจากคนที่ทำชั่วเลว แต่ถูกทำลายจากคนที่เฝ้าดูคนชั่วเลวทำร้ายทำลายอย่างนิ่งดูดาย *(ไอน์สไตน์)*

การที่พนักงานคุ้มครองอุทยานป่าไม้ตัวเล็กๆ หาญกล้าจับเอาผิดคนรวยมีอิทธิพลที่ทำผิด ปฏิบัติหน้าที่อย่างตรงไปตรงมา ไม่กลัวอำนาจเบื้องบนหรือยอมสยบแพ้อำนาจเงิน ถือเป็นคุณูปการต่อชาติ สังคม สิ่งแวดล้อม และต่อคนทั่วไปอย่างเราท่านด้วย

สังคมเลว...เพราะคนดี มัวท้อแท้
สังคมแย่...เพราะคนดี มุดรูหนี
สังคมเสื่อม...เพราะคนดี ไม่รู้ไม่ชี้
สังคมอัปรีย์...เพราะคนดี ตัวใครตัวมัน ๑๓



แจกหนังสือ สัลเลขธรรม

หนังสือเล่มดังกล่าวข้างต้น เป็นการรวบรวมบทความชื่อเรื่องเดียวกันของท่านอาจารย์วศิน อินทสระ ซึ่งตีพิมพ์เป็นตอนๆ ในวารสารโพธิยาลัย ต่อมา ชมรมกัลยาณธรรมมีศรัทธาจัดพิมพ์เพื่อแจกเป็นธรรมทาน เพราะเห็นคุณค่าประโยชน์ ในธรรมที่ท่านอาจารย์วศิน อินทสระ ได้เรียบเรียงเป็นขั้นตอน เข้าใจง่าย เหมาะสมเป็นคู่มือในการปฏิบัติขัดเกลาพัฒนาจิตใจ สมกับความเมตตาของท่านอาจารย์ ผู้เป็นปราชญ์ทางธรรม วารสารโพธิยาลัยและชมรมกัลยาณธรรม ยินดีมอบหนังสือนี้ ให้ท่านผู้อ่านมีไว้ประจำบ้าน โดยมีกติกาง่ายๆ ดังนี้ คือ ขอให้ท่านแสดงความคิดเห็นที่มีต่อวารสารโพธิยาลัยสั้นยาวไม่กำหนด เพื่อคณะผู้จัดทำจะได้นำความคิดเห็นเหล่านั้นมาปรับปรุงคุณภาพของวารสารต่อไป ส่งความคิดเห็นของท่านมาที่ **ทพญ. อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ์** email address ที่ **acharak7153@gmail.com** หรือ เขียนเป็นจดหมายส่งไปรษณีย์มาที่ ชมรมกัลยาณธรรม เลขที่ ๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐ วงเล็บมุมซองว่า **(วารสารโพธิยาลัย)** หนังสือมีจำนวนจำกัด กรุณาส่งด่วน ก่อนหนังสือจะหมด โปรดแจ้งชื่อและที่อยู่ให้ชัดเจน สำหรับส่งหนังสือถึงท่านมาด้วย

เรื่องชุดพุทธบริษัท

พุทธสาวิกา

เรียนรู้ที่จะรักตนเอง ก่อนที่จะรักคนอื่น

นตฺถิ อตฺตสมํ เปมํ
รักอื่นเสมอด้วยรักตน ไม่มี

(๑๕/๒๙)

ความรักเป็นความรู้สึกงดงาม ที่เสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดี แนบแน่น และมั่นคง ระหว่างมนุษย์กับสรรพสิ่งรอบตัว ไม่ว่าจะมีชีวิต หรือไม่มีชีวิต ไม่ว่าจะเป็นสัตว์ สิ่งของ สิ่งแวดล้อมธรรมชาติ ฯลฯ เพียงแต่เราเปิดใจให้กว้างขวางออกไป เราจะรู้ว่า เรามีความสามารถที่จะรักและรักอย่างไม่มีขีดจำกัด ความรักที่กว้างขวางออกไปนี้ อาจเรียกอีกอย่างได้ว่า **เมตตา** ธรรมะข้อแรกใน **พรหมวิหาร* ๔** คือ ธรรมเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ, ธรรมประจำใจอันประเสริฐ, หลักความประพฤติที่ประเสริฐบริสุทธิ์, ธรรมที่ต้องมีไว้เป็นหลักใจและกำกับความประพฤติ จึงจะชื่อว่าดำเนินชีวิตหมดจดและปฏิบัติต่อมนุษย์ สัตว์ทั้งหลายโดยชอบ *(*พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม ของ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ ป.อ. ปยุตฺโต หน้า ๑๒๔)*

นอกจากนี้ ในพระพุทธศาสนา ยังมีบทสวดเกี่ยวกับการแผ่เมตตา ให้พุทธศาสนิกชนสวดปิดท้ายการสวดมนต์ หรือการนั่งกรรมฐานในแต่ละครั้ง เพื่อให้ผลบุญกุศลที่ตนได้กระทำนั้นแผ่ไพศาลไปสู่ชาวโลก

ในขณะเดียวกัน ผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลายควรฝึกการเมตตาตนเองก่อนที่จะไปเมตตาสิ่งภายนอก การเมตตาตนเองก็คือ การรักตนเองอย่างเหมาะสม ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม เพราะหากไม่มีคำว่าทำนองคลองธรรม ก็อาจจะเกินเลยไป กลายเป็นความเห็นแก่ตัวในที่สุด

คนส่วนใหญ่โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คนที่ไม่ได้น้อมนำเอาธรรมมาใช้ในชีวิต จึงไม่เข้าใจเรื่องการรักตนเองดีพอ ตามปกติ สัตว์ทั้งหลายมีสัญชาตญาณในการรักตนเองอยู่แล้ว รักตัวกลัวตาย เมื่อเกิดภัยก็จะมีสัญชาตญาณหลบหลีกภัยนั้นโดยอัตโนมัติเพื่อให้พ้นภัยนั้น ซึ่งเป็นสัญชาตญาณดิบที่เกิดตามธรรมชาติ

ในความเป็นจริง มนุษย์เราเผชิญกับภัยต่างๆ ตลอดเวลา แต่เขาไม่รู้เลยว่า นั่นคือภัยร้าย เช่น ภัยจากกิเลส ตัณหา โลภะ โทสะ โมหะ ฯลฯ ซึ่งกิเลสต่างๆ เหล่านี้เป็นเหมือนภัยพิบัติ ที่คอยทำร้ายเราอยู่ตลอดเวลา และยังทำร้ายคนอื่นที่อยู่รอบข้างในสังคมนั้น เท่ากับว่า เขาเองก็เป็นภัยต่อผู้อื่นด้วย

คนเช่นนี้เมื่อไปรักคนอื่น ก็รักไม่เป็น แผ่รังสีแห่งความร้อนรุ่มของตนไปทำร้ายคนที่ตนคิดว่ารักเขา ไม่ว่าจะเป็นคู่ครอง บุพการี ลูกหลาน

เพื่อนฝูง โดยที่เขาเองก็ไม่รู้ตัว ความรักที่มีแต่ความเห็นแก่ตัว อยากได้ อยากมี อยากเป็นไปตามกิเลส ไม่ได้กลั่นกรองพิจารณาด้วยสติปัญญา

ถึงตรงนี้คงพอเห็นภาพที่ชัดเจนขึ้น หากรักไม่เป็น ความรักนั้นก็อาจทำลายคนอื่น มากกว่าจะทำให้คนอื่นมีความสุข สงบ สันติ

การรักตนเอง จึงเป็นเรื่องสำคัญยิ่ง มนุษย์ควรเรียนรู้ที่จะรักตนเองอย่างถูกต้อง ก่อนที่จะรักคนอื่น หากรักตนเองไม่เป็น จะรักคนอื่นเป็นได้อย่างไร

ก่อนอื่นต้องมีความตระหนักรู้ว่า ชีวิตของเราเกิดมาทำไม หากไม่รู้ก็จะรักตนเองไม่ถูก ปล่อยตัวปล่อยใจไปตามแรงปรารถนา อย่างแรกที่สุดควรรู้ว่า เราเกิดมาเพราะเป็นแรงส่งจากอดีต ที่มีกรรมเป็นเครื่องกำหนด ให้เรามาเกิด เราเป็นทายาทของกรรมของเรา เราทำกรรมมาดี ก็จะได้เกิดมาดี ไม่ตายก่อนวัยอันควร ไม่พิกลพิการ ทุพพลภาพ ไม่ปัญญาอ่อน ช่วยตัวเองไม่ได้ เมื่อได้เกิดมาดีแล้ว เราก็มีหน้าที่รักษาความดีนี้ไว้ เพื่อสร้างสรรค์สิ่งที่ดีให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป

ควรตระหนักว่า ร่างกายนี้มีไว้เพื่อเรียนรู้ในการพัฒนาชีวิตให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป ไม่เอาตัวไปพัวพันกับความชั่วและสิ่งเลวร้ายต่างๆ ทำสิ่งดีมีประโยชน์ ละสิ่งชั่ว อบายมุขต่างๆ ไม่ไปเกลือกกลั้ว แม้แต่การสูบบุหรี่ หรือดื่มน้ำเมา ก็ไม่ควรทำ เพราะมันทำให้ร่างกายเสื่อมโทรม และป่วยในที่สุด อีกทั้งยังเป็นการทำลายบุคลิกของตัวเอง ไม่มีใครชื่นชมคนขี้เหล้า เมายา บุหรี่ ยาเสพติดทุกชนิด ฯลฯ

แต่ข่าวในหน้าหนังสือพิมพ์ทุกวันก็ยังมีข่าวเมาแล้วขับ เกิดอุบัติเหตุตายปีละเป็นหมื่นคน ในขณะที่เมืองไทยเป็นเมืองพุทธ แต่คนตายเพราะอุบัติเหตุ เมาแล้วขับ กลับมีจำนวนมากที่สุด

ในโลก คนเมายาเสพติด ก่ออาชญากรรมต่างๆ ไม่เว้นแต่ละวัน ทั้งข่มขืน ฆ่า มากมาย จนจาระไนไม่หมด

นอกจากเรียนรู้ที่จะป้องกันตัวเองจากภัยของกิเลสแล้ว ยังต้องเรียนรู้ที่จะพัฒนาตนเองให้มีความเจริญก้าวหน้ายิ่งๆ ขึ้นไป ควรให้ความสำคัญกับการศึกษาหาความรู้ให้เพิ่มพูนมากขึ้นทุกวัน อย่าปล่อยให้แต่ละวันผ่านไป โดยไม่รู้อะไรเพิ่มมากขึ้น และนำความรู้ที่ได้มาใช้ประโยชน์ให้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้

สำคัญที่สุด คือเรียนรู้ที่จะขัดเกลาตนเองให้ละเอียด นิ่มนวล งดงามมากขึ้นเรื่อยๆ ด้วยการปฏิบัติธรรม ศึกษาคำสอนในพระพุทธศาสนา แล้วนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตอย่างเหมาะสม ปฏิบัติจิตตภาวนาเพื่อให้จิตใจมีความเข้มแข็ง พร้อมจะเผชิญปัญหาต่างๆ ที่จรเข้ามาในชีวิต ทั้งโดยรู้ตัวและไม่รู้ตัว หากเรามีธรรมประจำใจ เราก็จะจัดการปัญหาเหล่านั้นได้เองโดยอัตโนมัติ แต่เป็นอัตโนมัติที่ไม่ได้มาจากสัญชาติญาณดิบ หากเป็นอัตโนมัติเพราะได้สร้างสมคุณธรรมต่างๆ มาอย่างสมบูรณ์ ถึงเวลาก็ย่อมปรากฏออกมา เป็นเกราะคุ้มกันจิตใจได้แน่นอน

เมื่อรักตนเองเป็นแล้ว ความรักที่ให้กับผู้อื่นย่อมละเอียด ประณีต และสวยงาม เต็มไปด้วยธรรมะ ความจริง สัจธรรม ไม่มีความหลอกลวง ความไม่จริงใจ ความเสแสร้ง เพราะสิ่งเหล่านี้ไม่ใช่ธรรมะ

จิตใจที่มีธรรมะอยู่เสมอ ก็มีพรหมวิหารธรรมอยู่เต็มพื้นที่ การประพฤติปฏิบัติต่อตนเอง คนอื่น และสิ่งแวดล้อมรอบตัว ก็จะเป็นเสมือนสายลมเย็นที่นำพาความสดชื่นมาให้กับบรรยากาศและสิ่งแวดล้อม

ความรักที่ประกอบด้วยธรรม ย่อมเป็นความรักที่เป็นสุขภาวะ นอกจากตนเองจะมีความสุขจากการที่รักเป็น จิตใจที่สบายปลอดโปร่ง ย่อมเอื้อให้กับสุขภาพที่ดีตามมาเป็นผลพลอยได้ กำลังใจ และพลังแห่งชีวิตจะเกิดตามมาเป็นผลพลอยได้

ยังมีคนอีกเป็นจำนวนมาก มากจริงๆ ที่รักตนเองไม่เป็น เมื่อรักตนเองไม่เป็น ย่อมรักคนอื่นไม่เป็น ความรักในสังคมจึงวิปริต แปรปรวน กลายเป็นว่า ความรักเป็นการทำลายล้าง แทนที่จะเป็นการสร้างสรรค์

ตามคติในพระพุทธศาสนานั้นถือว่า การเกิดมาในมนุษยโลก และได้เป็นมนุษย์นั้น เป็นโชคดีอย่างหนึ่ง เพราะฉะนั้น จงใช้โชคดีและโอกาสนี้เรียนรู้ที่จะพัฒนาตนเองไปสู่ความเจริญก้าวหน้าในทุกภพชาติ แผ้วถางทางไปสู่พระนิพพาน และคนที่รักตนเองเป็นเท่านั้น จึงจะทำได้สำเร็จ

มองเทศ - มองไทย

วิเทศทัยย์

พระอุปคุตเถระ

จากพระธรรมกถึกถึงผู้ทรงอภิญญา (๓)

เรื่องราวของพระอุปคุตเถระเริ่มต้นจากพระศาณกวาสินเถระ ผู้เป็นสมภารเจ้าอาวาสวัดนฏภฏิกะแห่งอุรุมมุณฑะบรรพต ใกล้เมืองมถุราแห่งดินแดนภารตะ แลสำนักแห่งนี้โด่งดังแพร่หลายในฐานะวัดป่าอรัญวาสี พระศาณกวาสินเถระนั้นนอกจากเป็นพระนักปฏิบัตินามอุโฆษแล้ว ยังเป็นพระธรรมกถึกชื่อดังด้วย ว่ากันว่าพระเถระรูปนี้เป็นพระสายมหายานสังกัดนิกายสรวาสติวาท ซึ่งเป็นสาขาหนึ่งของมหาสังฆิกะอีกที แม้ประพฤติตามพระพุทธพจน์ดั้งเดิมแท้ แต่ก็เสริมคำสอนใหม่เข้าไปอีกหลายอย่าง ส่วนใหญ่เป็นการแต่งเสริมเพิ่มความน่าเชื่อถือของกลุ่มตน

ส่วนจะเสริมอะไรนั้น เราอย่าไปรู้เลย ประเดี๋ยวเรื่องพระอุปคุตจะกลายเป็นหนังซีรีย์เกาหลี

พระศาณกวาสินเถระนั้น มีตระกูลอุปัฏฐากเป็นเศรษฐีขายน้ำหอมครอบครัวหนึ่ง ในเมืองมถุรา ซึ่งศรัทธาพระเถระมาก ถึงกับประกาศว่า **"หากมีบุตรจะให้บวชเป็นอุปัฏฐากพระเถระตลอดชีวิต"** พระเถระเกรงว่าหากวันเวลาเปลี่ยนผัน เศรษฐีจะลืมคำ จึงประกาศยืนยันต่อหน้าสงฆ์และบริวารของเศรษฐี เหตุที่พระเถระทำดังนั้น เพราะมีความนัยซ่อนไว้ (เอาไว้ถึงเวลาจะเล่าให้ฟัง)

และขอบอกว่า มิใช่เครื่องหมายทางคณิตศาสตร์อะไรทั้งนั้น อย่าเอาไปตีตัวเลขให้เสียเงินเปล่า

ต่อมาเศรษฐีได้บุตรคนแรก จึงตั้งชื่อว่า **อัศวคุปต์** ครั้นโตขึ้นพอใช้งานได้ พระศาณกวาสินเถระจึงมาทวงสัญญา เศรษฐีบอกพระเถระว่า ตนมีบุตรเพียงคนเดียวเท่านั้น หากถวายเป็นอุปัฏฐากพระเถระแล้ว ใครจะช่วยบริหารดูแลธุรกิจของตน ขอพระคุณเจ้าได้โปรดเมตตาด้วย พระเถระทราบด้วยจิตว่า ยังมิใช่เวลา จึงอำลากลับวัด เหตุที่เป็นเช่นนั้นเพราะพระเถระพิจารณาว่า ผู้ที่ท่านรอคอยยังไม่มาเกิด แลการจะบังคับให้อัศวคุปต์บวชเป็นอุปัฏฐาก ย่อมเสียประโยชน์ทั้งสองทาง อาจเป็นเหตุให้ศรัทธาของเศรษฐีตกไปก็เป็นได้ จึงนิ่งเสีย

ครั้นต่อมาไม่นาน เศรษฐีได้บุตรคนที่สองตั้งชื่อว่า **ธนคุปต์** พระเถระทราบข่าวว่าเจริญวัยก็ไปทวงสัญญาอีกครั้ง คราวนี้เศรษฐีอ้างว่าอัศวคุปต์คนโตให้ไปค้าต่างถิ่น ส่วนธนคุปต์คนน้องให้ดูแลธุรกิจที่บ้าน หากให้บวชเป็นอุปัฏฐากพระเถระเกรงว่าจะไม่มีใครดูแลธุรกิจ จึงขอความเมตตาพระคุณเจ้าสงเคราะห์ด้วยเถิด อีกครั้งหนึ่ง พระเถระพิจารณาด้วยจิตว่ายังมิใช่เวลา จึงกลับวัดไป

มาถึงตรงนี้ ผู้อ่านบางคนเริ่มกระวนกระวายใจสงสัยว่า แล้วพระเถระรอใคร ผู้เขียนจะตอบก็กลัวว่าจะไปก้าวล่วงความนัยของพระเถระ แม้จะรู้อยู่เต็มอก แต่หากบอกไป ก็เกรงเสียมารยาทแบบไทยแท้ เอาเป็นว่า รอไปก่อนก็แล้วกัน ถึงเวลาก็จะรู้เอง

ครั้นต่อมาเศรษฐีได้กำเนิดบุตรชายอีกคน ตั้งชื่อว่า **อุปคุปต์** เมื่อพระเถระทราบข่าวได้มาทวงสัญญาเช่นเคย เศรษฐีตอบพระเถระว่าเด็กคนนี้ฉลาดนัก อยากจะให้ดำเนินธุรกิจสืบต่อ พระเถระพิจารณาแล้วเห็นว่า เด็กคนนี้แหละคือคนที่ตนรอ จึงย้ำเตือนสัญญาหลายครั้งหลายครา เศรษฐีหาทางออกด้วยการบอกว่า **"เมื่อไหร่ก็ตามที่ การค้าไม่ขาดทุนและไม่มีกำไร ตนยินดีให้อุปคุปต์กุมารบวชเป็นอุปัฏฐากพระเถระทันที"**

ปัญหาคือ ไม่ขาดทุน ไม่มีกำไร คืออะไร ?

ตรงนี้เห็นว่าเศรษฐีผูกเงื่อนค่อนข้างแยบยลพอสมควร เพราะธรรมดาการค้าจะต้องขาดทุนหรือไม่ก็ต้องมีกำไร จะคงเดิมเท่าทุน เป็นไปไม่ได้

พระเถระคงไม่อยากหักด้ามพร้าด้วยเข่า จึงบอกเศรษฐีว่า หากเวลามาถึง ท่านต้องให้อุปคุปต์บวชตามสัญญา สบช่อง เศรษฐีจึงรับปากทันทีว่า "หากอุปคุปต์ผู้บุตรอยากจะบวช ตนก็ไม่

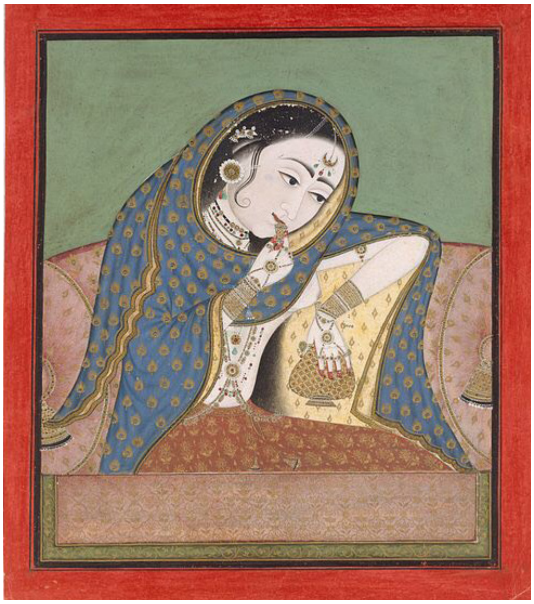
ขัดศรัทธา” จากนั้นพระเถระก็คอยพิจารณาวาระจิต แล้วสั่งสอนอุปคุปต์ตามภูมิธรรม คราวหนึ่งพระเถระได้มอบผ้าขาวผืนหนึ่งและผ้าดำผืนหนึ่งแก่อุปคุปต์ พร้อมแนะนำให้ลูบคลำและพิจารณาความไม่เที่ยงแท้แน่นอน โดยใช้ผ้าเป็นอุปกรณ์ อุปคุปต์นั่งลูบผ้าขาวและผ้าดำอยู่ไม่นาน ก็รู้ธรรมบรรลุธรรมเป็นพระโสดาบัน

ตรงนี้ต่างจากพวกเรานัก เพราะนับแต่เกิดมาจนแก่ ใช้ผ้าก็หลายผืนจนล้นบ้าน หากเปิดท้ายขายถูกตามตลาดนัด น่าจะได้เงินโขอยู่ แต่ไม่เคยพิจารณาอะไรเลย จึงไม่รู้ว่าอะไรคือสีดำ อะไรคือสีขาว จะเก่งก็แต่เป็นช่างทาสี ปั้นแต่งเรื่องราวให้มีสีสัน ทำให้คนอื่นเสียหาย จนลืมไปว่ายิ่งแต้มสีให้คนอื่นเสียหายมากเท่าไหร่ มือเราเองก็เปื้อนมากเท่านั้น

ตีความตามนัยผ้าขาวผ้าดำว่า อุปคุปต์นั้นเห็นจะพิจารณาผ้าขาวก่อน เพราะสีขาวหมายถึงความสุขสบาย ซึ่งไม่ต่างอะไรกับผ้าขาว ยิ่งบิดามารดาเป็นเศรษฐี ยิ่งไม่ต้องอธิบายสรรพคุณให้มากความ แต่ครั้นพิจารณาเพื่อนบ้านรอบข้างก็เห็นว่ามากด้วยความทุกข์ ไม่ต่างจากผ้าดำ จึงเกิดปัญญาเห็นแจ้งว่า **ชีวิตคนเรามีแค่สองทางเลือก คือสุขกับทุกข์ เหตุที่เป็นเช่นนี้ เพราะเราไปเติมความรู้สึกด้วยความชอบชัง จึงไม่สามารถกำหนดให้เห็นตามความจริง หากปลงใจพิจารณาให้ถูกวิธี ย่อมเกิดปัญญาเห็นแจ้งด้วยตนเอง**

อ้าว... สาธุซิ รออะไรกันอยู่

อุปคุปต์กุมารนั้น ยิ่งเจริญวัยยิ่งแสดงให้เห็นถึงความฉลาดหลักแหลม อีกทั้งความสง่างามก็ต่างเป็นที่โจษจัน ถ้าสมัยนี้ก็คือเดินไปไหนเป็นต้องมีเสียงกรี๊ดจากแฟนคลับพร้อมขอลายเซ็น ที่ลืมไม่ได้คือเซลฟีเก็บไว้เป็นที่ระลึก บางรายหนักหน่อย ถ่ายภาพใกล้จนเห็นรูขุมขน จะเอาไปดูลายเหมือนพระเครื่องหรือเปล่าไม่ทราบได้



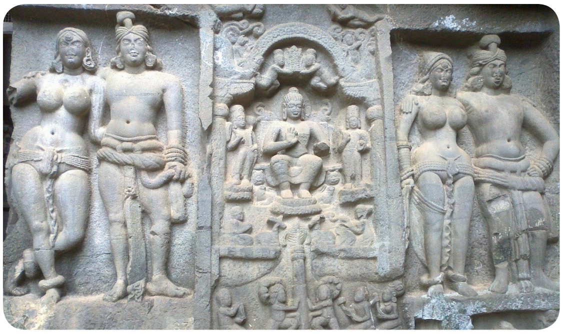
สตรีที่คลั่งไคล้หลงใหลอุปคุปต์เห็นจะมากโขอยู่ แต่ที่บันทึกไว้เป็นลายลักษณ์อักษรคือนครโสเภณีนางหนึ่งนามว่า **วาสวทัตตา** เหตุที่นางคนนี้ปรากฏมีชื่อ น่าจะหาคำตอบได้ง่าย กล่าวคือนางเป็นผู้ใหญ่คนโต มีหน้ามีตาเสมอกษัตริย์หรือเศรษฐีสมัยนั้น

ว่าตามความจริง ตำแหน่งนครโสเภณีสมัยนั้นเป็นตำแหน่งที่ได้รับการการันตีจากกษัตริย์ กล่าวคือต้องมี certificate รับรองเป็นทางการ เพราะตำแหน่งนี้ จำต้องมีการคัดแล้วคัดอีก จากสตรีหลายพันคน คุณสมบัติต้องเป็นสตรีผู้งามพร้อมด้วยเรือนร่าง และกิริยามารยาท อีกทั้งเป็นเลิศในการเล่นดนตรีและการร่ายรำ เรียกว่าพร้อมทั้งความงามและศิลปะ ผู้ที่ได้รับตำแหน่งจึงถือว่า นอกจากความงามแล้ว ความสามารถก็เป็นเลิศด้วย หน้าที่หลักของนางคือรับแขกบ้านแขกเมือง โดยนางเป็นผู้กำหนดเอง จะร่ำรวยหรือสูงศักดิ์ ขึ้นอยู่กับความพอใจของนางทั้งสิ้น นางนครโสเภณีจึงสูงส่งทรงอิทธิพลดังว่า

นางวาสวทัตตาผู้นี้ ได้ยินกิตติศัพท์อุปคุปต์กุมารแล้ว อยากปฏิพัทธ์ร่วมหลับนอนด้วย จึงปรารภกับสตรีสาวใช้ว่า หากได้อยู่ร่วมสังวาสกับอุปคุปต์ จะไม่คิดราคาค่าตัวแต่อย่างใด และพร้อมจะปฏิเสธแขกวีไอพีคนอื่น จากนั้นได้มอบหมายให้หญิงสาวใช้ไปแจ้งข่าวนี้แก่อุปคุปต์

ตรงนี้เชื่อแน่แล้วว่า อุปคุปต์กุมารคงไม่หล่อเหลาธรรมดาเป็นแน่ น่าจะมีเสน่ห์บางอย่างดึงดูดเพศตรงกันข้าม สันนิษฐานว่านอกจากความร่ำรวยของวงศ์ตระกูลแล้ว ความเป็นคนมีธรรมะมากด้วยศีลย่อมจะหอมหวน เชิญชวนต่อสตรีเพศเป็นธรรมดา หรือบางทีอาจเป็นผู้ชาญฉลาดในการค้า จนเป็นที่เลื่องลือของบรรดาพ่อค้าด้วยกัน พ่อค้าเหล่านี้เองไปใช้บริการของนางวาสวทัตตาแล้ว คงจะเล่าให้นางฟังจนเกิดอาการปฏิพัทธ์ดังว่า

หญิงสาวใช้ของนางนครโสเภณีไปพบอุปคุปต์พร้อมเล่าเจตนาประสงค์ของนายหญิงตนให้ฟัง คำตอบที่ได้จากปากอุปคุปต์คือ ยังไม่ถึงเวลาไปพบนาง เมื่อนางวาสวทัตตาทราบข่าวจากสาวใช้ก็นะจังงัง อาการเหมือนขับรถมาด้วยความเร็วแล้วต้องเบรคกะทันหัน เพราะมีอะไรบางอย่างวิ่งตัดหน้า อย่าลืมว่านางวาสวทัตตานั้นเป็นสตรีที่สวยที่สุดในอาณาจักร ยากนักที่จะมีชายใดปฏิเสธความปรารถนาของนาง เพิ่งปรากฏมีอุปคุปต์คนนี้แหละเป็นรายแรก ที่กล้าปฏิเสธ



เรื่องเล่าต่อไปว่า ครั้นต่อมานางวาสวทัตตาได้รับบุตรนายช่างเป็นแขก แต่ครั้นทราบว่าร่ำรวยด้วยทรัพย์ศฤงคาร เกิดโลภจริต จึงหาอุบายฆ่าเสีย ครั้นมีการฟ้องร้องพระราชา และไต่สวนทราบว่านางผิดจริง พระเจ้าแผ่นดินจึงให้ตัดมือเท้าจมูกและหู แล้วให้นำนางไปทิ้งที่ป่าช้า คราวนั้นนางได้รับทุกขเวทนายิ่งนัก จะอยู่ก็อาย จะตายก็ลำบาก เหมือนคนแบกสองโลกเอาไว้

คราวนี้เอง อุปคุปต์กุมารครั้นทราบข่าวจึงเดินทางไปหานาง

การสนทนาของทั้งสองคนเป็นปริศนาธรรมสูงล้ำด้วยอรรถรสยิ่งนัก จะละทิ้งไปก็เสียดาย จึงเห็นว่าน่าจะนำมากล่าวไว้ในที่นี้ เพื่อวิเคราะห์ให้ผู้อ่านเกิดปัญญา

นางวาสวทัตตากล่าวกับกุมารอุปคุปต์ด้วยความน้อยเนื้อต่ำใจว่า "ทำไมท่านจึงมาดูฉันในกาลบัดนี้ ขณะที่ร่างกายของฉันไม่ควรที่ใครจะแลมอง ด้วยมีแต่เลือดชโลมตามตัว และโคลนตมเปรอะเปื้อน ล้อมรอบกายเกลื่อนกล่นด้วยสิ่งน่าสะพรึงกลัว ร่างนี้ไม่มีอะไรให้น่าพิสมัย ไม่น่าทัศนีย์ ไม่น่าหฤหรรษ์ และไม่น่าเกิดสุขอีกแล้ว"

เหตุที่นางวาสวทัตตากล่าวเช่นนี้ เพราะยังยึดติดในความงามแห่งตน ยังหวนละห้อยหาความสุขแต่หนหลัง ไม่สามารถปล่อยวาง มีแต่กอดรัดยึดตรึงเรื่องราวในอดีต ครั้นเห็นกุมารอุปคุปต์มาหาตน ก็คิดว่าคงมุ่งปรารถนาแต่ความสวยงามแห่งเรือนร่างเท่านั้น เฉกเช่นบุรุษทั่วไปที่เชยชมเรือนกายของนางด้วยการจ่ายทรัพย์สมบัติจำนวนมากเป็นสิ่งแลกเปลี่ยน

อุปคุปต์ตอบนางวาสวทัตตาว่า "เมื่อเจ้าห่อหุ้มร่างกายด้วยพัสตราภรณ์และเครื่องประดับอันมีค่า ย่อมช่วยยั่วให้เกิดตัณหาแก่ผู้ทัศนา เหตุเพราะเขาไม่เห็นเธอตามสภาพที่เป็นจริง แม้

เขาจะพยายามเพ่งพินิจก็ตาม แต่บัดนี้ เธอไร้ซึ่งเครื่องล่อลวงเหล่านั้นสิ้นแล้ว ย่อมเห็นร่างกายของตนตามสภาพความเป็นจริง คนที่แสวงหากามสุขจากเรือนร่างอันหยาบนี้ ช่างโง่เขลาและเลวทรามเสียจริง”

คำพูดตรงและแรงเช่นนี้ ทำให้นางวาสวทัต-ตาสั่นสะเทือนจนถึงภายใน เมื่อหวนคิดถึงตนเองแล้วตรองตามคำพูดของอุปคุปต์กุมาร ก็เกิดปัญญารู้แจ้ง บรรลุโสดาบัน ส่วนอุปคุปต์กุมารก็บรรลุธรรมเป็นพระอนาคามีในคราวเดียวกัน

เห็นหรือยังว่า ลึกซึ้งมากน้อยเพียงใด

มาวันหนึ่ง พระศาณกวาสินเถระพิจารณาเห็นว่าถึงเวลาแล้วที่อุปคุปต์กุมารควรจะบวช จึงเดินทางไปบ้านเศรษฐี พร้อมย้ำเตือนสัญญาคราวก่อน เศรษฐีนั้นพยายามหาวิธีการบ่ายเบี่ยงเพื่อหลีกเลี่ยงสัญญา ด้วยเหตุว่า บุตรชายคนนี้เฉลียวฉลาดยิ่งนัก หากดำรงเพศฆราวาสวิสัยย่อมสามารถรักษาชื่อเสียงวงศ์ตระกูลให้รุ่งเรืองมั่นคงสืบไป

พระเถระเห็นว่าถึงเวลาแล้วที่จะพูดความนัยที่ซ่อนไว้ จึงแจ้งแก่เศรษฐีว่า **“บุตรชายท่านคนนี้มิใช่ธรรมดา เป็นผู้ได้รับพุทธพยากรณ์ว่าจะทำหน้าที่รักษาดูแลพระศาสนาของพระองค์ และจะเป็นผู้ดำรงพระศาสนาให้เจริญรุ่งเรืองสืบไปภายหน้า”**

เจอไม้นี้เข้า เศรษฐีก็จนด้วยปัญญา เพราะเมื่ออ้างถึงพระพุทธเจ้าก็เป็นอันไม่ต้องปฏิเสธอีกแล้ว จึงเรียกอุปคุปต์กุมารผู้บุตรเข้ามาใกล้แล้วแจ้งเรื่องราวทั้งหมดให้ฟัง อุปคุปต์กุมารนั้นมีอุปนิสัยจะออกบวชแต่ต้นแล้ว ครั้นได้ยินบิดาพูดเช่นนั้นก็เหมือนมีคนยื่นอัญมณีอันล้ำค่าใส่มือจึงรับปากตามความปรารถนาของบิดา

ผู้เขียนเห็นว่า วิธีการของพระศาณกวาสินเถระนั้นช่างชาญฉลาดเหลือเกิน เพราะหากคล้อยตามคำอ้างของเศรษฐี เป็นอันไม่มีคำว่าสิ้นสุด เพราะเขาต้องการให้บุตรชายดำเนินธุรกิจสืบต่อ ยิ่งเป็นบุตรอันเป็นที่รัก ยิ่งเป็นเรื่องยากที่จะอนุญาตให้บวช แต่ครั้นพระเถระอ้างถึงพุทธประสงค์ และย้ำว่าพระองค์เลือกอุปคุปต์ให้เป็นผู้ทำหน้าที่แทนพระองค์ จึงปิดช่องที่จะให้เศรษฐีปฏิเสธ

หากให้เดา ผู้เขียนเห็นว่า พุทธพยากรณ์นั้นเห็นจะเป็นมติของคณะสงฆ์เป็นแน่ เพราะตามธรรมเนียมของพระมหายานนั้น มักพิจารณาคัดเลือกผู้มีสติปัญญาไหวพริบในการศึกษาพระธรรมคำสอน และพระศาณกวาสินเถระน่าจะได้รับมอบหมายจากคณะสงฆ์ให้พิจารณาหาคนเหมาะสมที่จะออกบวชศึกษาตามประเพณีมหายานดังกล่าว ผิดจากนี้ค่อยหาหลักฐานมาค้าน

ครั้นอุปคุปต์บวชแล้ว ได้ศึกษาพระธรรมวินัยภายใต้การดูแลของพระศาณกวาสินเถระ และไม่นานก็ได้บรรลุอรหัตตผลกลายเป็นพระอรหันต-ขีณาสพ ต่อมาครั้นอาจารย์เข้าสู่วัยชรา ได้มอบหมายให้พระอุปคุปต์เถระทำหน้าที่ดูแลและสอนสั่งศิษย์สืบต่อไป ตามประเพณีแห่งอาจารย์ตน เหตุด้วยเป็นผู้ทรงคุณหลายด้าน อีกทั้งทำหน้าที่แสดงธรรมแก่ชาวมถุราทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์ จนชื่อเสียงโด่งดังแพร่หลายไปตามหัวเมืองน้อยใหญ่ ในฐานะพระธรรมกถึกนามอุโฆษ

ผู้เขียนสันนิษฐานว่า เรื่องราวของพระเถระเห็นจะโด่งดังแพร่หลาย จนสมัยต่อมามีการบันทึกเป็นลายลักษณ์อักษร

(คราวหน้ามาว่ากันต่อ)

อยู่อย่างไรให้ชีวิตมีค่า ?

ชีวิตที่มีค่า ไม่ใช่ชีวิตที่ร่ำรวย ด้วยทรัพย์สินศฤงคาร มีเกียรติ มียศฐาบรรดาศักดิ์ หรืออายุยืน แต่ชีวิตที่มีค่า คือ ชีวิตที่ตัวเราเป็นคนมีคุณค่า และทำให้ชีวิตคนอื่นมีค่า ...

๑ อะไรหรือ คือคุณค่า ของชีวิต เพ่งพินิจ คิดให้ดี จะมีสุข
ไม่แยบคาย ไร้ปัญญา จะพาทุกข์ สร้างสรรค์สุข หรือทุกข์ ควรฉุกใจ
๒ อันยศลาภ แลสุข สรรเสริญ คนมักเพลิน เดินดุ่ม สู่มหลงใหล
ขาดสติ มิยับยั้ง ชั่งจิตใจ มักคล้อยไป ทางชั่ว กลั้วอบาย
๓ เวลาเสื่อม ลาภยศ ทุกข์นินทา ก็โหยหา คร่ำครวญ หวนใจหาย
จนบางคน สุดทนท้อ ขอวางวาย สิ่งสุดท้าย เหลือไว้หรือ คือบาปตรา
๔ ทำไมหนอ คนเรา ไม่เข้าใจ สิ่งไรๆ ในโลกนี้ ที่เสาะหา
ลาภยศเกียรติ สักการะ ศฤงคาร์ ภริยา บุตรสามี ไม่ลีรัง
๕ ล้วนแต่ของ ขอยืม อย่าลืมนะ ต้องสละ ละทิ้งไป ไม่มีหวัง
หากยึดยื้อ ถือไว้ ไม่เชื่อฟัง คงต้องนั่ง โศกศัลย์ จนวันตาย
๖ ควรจำไว้ ให้แม่นยำ ถึงคำพระ ฯ ไม่ว่าจะ อยู่สถาน เหตุการณ์ไหน
อนิจจัง ทุกขัง อย่าพลั้งใจ ระลึกไว้ ให้เด่นชัด อนัตตา
๗ ลักษณะ ทั้งสาม ต้องตามรู้ หากเพียรดู อยู่ประจำ พร่ำศึกษา
อบรมใจ ให้ประจักษ์ ลักษณา ในไม่ช้า จะพ้นโศก เหนือโลกธรรม
๘ บำเพ็ญบุญ คุณธรรม ประจำจิต แล้วชวนมิตร สหายด้วย ช่วยชูค้ำ
ให้เรียนรู้ คู่ปฏิบัติ พระสัทธรรม ชีวิตล้ำ เหลือค่า น่าโล่งใจ
๙ เกิดเป็นคน ทั้งที ทำดีเถิด ชีพบรรเจิด เลิศหล้า ปัญญาไสว
อย่ามัวแต่ เห็นแก่ตัว ค้ำหัวใจ ชีวิตไม่ สมค่า ถ้าทิ้งธรรม ...

อญญตรภิกฺขุ

❖ วิสัชนาธรรม :
ความรักแนวพุทธ
❖ ธรรมปริทัศน์ :
ยอดอุบาสิกา ธัมมทินนา ตอน ๒
❖ พระธรรมเทศนา :
ความรักที่แท้จริง
❖ ธรรมกถา :
เติมเต็มชีวิตด้วยความรัก
❖ ธรรมรำลึก : อาจาริยบูชา ๑๐๐ ปี
พระโพธิญาณเถร
❖ ปัญญาปริทัศน์ : ธรรมะ ๓๓ (ตอน ๑)
มนมาณพ
❖ ปัญญารัตนะ :
ชีวิตกับความรัก
❖ สัมโมทนียกถา :
โทษเขา เราทุกข์
❖ ทันโลก รู้ธรรม :
เสือไม่ดำเท่าใจ
❖ เรื่องชุดพุทธบริษัท :
เรียนรู้ที่จะรักตนเอง ก่อนรักคนอื่น
❖ มองเทศ - มองไทย :
พระอุปคุตเถระ ตอน ๓