

มาลัยกลีบบัว



เรียบเรียงโดย อาจารย์ยวศิน อินทสระ

บันทึกโดย ขวัญ เพียงหทัย

มา ลั ย ก ลี บ บั ว



มาลัยกลีบบัว

เรียบเรียงโดย อาจารย์วศิน อินทสระ

บันทึกโดย ขวัญ เพียงหยั

จัดพิมพ์โดย กิตติพล มัญชุวิสิฐ

พิมพ์ครั้งแรก เมษายน 2557

ศิลปกรรม ประทีป ปัจฉิมทีก

พิสูจน์อักษร เรวดี บุญยดิษฐ์

ผลิต รัตนา ไคว

พิมพ์ที่โรงพิมพ์โอเอส พรินติ้ง

โทรศัพท์ 0-2424-6944

ขอขอบคุณและอนุโมทนาบุญแด่

กัลยาณมิตรผู้เป็นเจ้าภาพร่วมจัดพิมพ์ทุกท่าน

ขอให้มีความสุขในธรรมโดยทั่วกัน

รสแห่งธรรมชนะรสทั้งปวง
ความยินดีในธรรมทั้งปวง ย่อมชนะความยินดีทั้งปวง
ความสันตติหาย่อมชนะทุกข์ทั้งปวง

พุทธพจน์



คำอนุโมทนา

ขวัญ เพียงหทัย ศิษย์ผู้หนึ่งของข้าพเจ้า มีวิริยอุตสาหะเป็นอันดีในการเขียนหนังสือเพื่อเผยแพร่ธรรม

นำอนุโมนาอย่างนัก หนังสือ “มาลัยกลีบบัว” เล่มนี้ก็เช่นเดียวกัน ขวัญได้รวบรวมนำมาเล่าให้ญาติธรรมทั้งหลายได้รู้ได้เข้าใจ เนื้อหาเป็นพระสูตรต้นตอปิฎก ซึ่งข้าพเจ้าได้เรียบเรียงไว้นานแล้ว นอกจากนี้ ขวัญยังได้ใส่เกร็ดเล็กเกร็ดน้อยจากที่เธอบันทึกได้ในห้องเรียนวันอาทิตย์ด้วย ข้าพเจ้าได้สอนพระไตรปิฎกแก่ประชาชนทั่วไปในวันอาทิตย์ ที่ตึกมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยในวัดบวรนิเวศวิหาร มาเป็นเวลาประมาณ 25 ปี จนสอนไม่ไหวเพราะหมดกำลังที่จะสอนเพราะโรคภัยเบียดเบียนจึงได้เลิกไป ทุกคนเสียดายรวมทั้งขวัญด้วย แต่ขอให้นึกเสียว่า “สิ่งทั้งหลายไม่เที่ยง ไม่ยั่งยืน เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป” แต่ขวัญ เพียงหทัยยังได้สืบสานเจตนารมณ์ของข้าพเจ้าต่อไปอีก โดยการนำพระไตรปิฎกที่เธอได้ศึกษามา นำมาเผยแพร่ให้แพร่หลายและอย่างที่ประจักษ์อยู่

เรื่องอื่นที่จะฟังกล่าว ขวัญ เพียงหทัยคงจะได้
กล่าวไว้ในคำปรารภหรือคำนำของเธอแล้ว ข้าพเจ้า
ขออนุโมทนาต่อกุศลเจตนาของขวัญ เพียงหทัย มา
ณ โอกาสนี้ ขอให้เธอมีสุขภาพดี มีพลานามัยสมบูรณ์
มีความสุขความเจริญในธรรมยิ่งๆ ขึ้นไป

ด้วยความปรารถนาดีอย่างยิ่ง

วสิน อินทสระ

18 มีนาคม 2557

มาลัยกลีบบัว

ในตู้หนังสือ ฉันพบหนังสือที่เรียนกับท่านอาจารย์ วศิน อินทสระ ฉันหยิบมาเปิดอ่านและได้รับความรู้สึก เดิมกลับมา คือมีความสุขใจในการอ่านเรื่องราวเกี่ยวกับ พระพุทธเจ้า

ในสมัยพุทธกาล มีเพียงพระธรรมคือคำสอนของ พระพุทธเจ้าและพระวินัย คือระเบียบที่วางไว้ให้ภิกษุ ปฏิบัติ เรียกว่า พระธรรมวินัย สมัยต่อมาได้มีการนำ ส่วนสำคัญเรื่อง จิต เจตสิก รูป นิพพาน มารวมเพื่อ ขยายรายละเอียดออกไปมากจนกลายมาเป็นอีกหมวด หนึ่งชื่อว่า พระอภิธรรม พระไตรปิฎกจึงมีสามส่วน คือ พระธรรม เรียกว่าพระสูตร พระวินัย และพระอภิธรรม

ในส่วนพระสูตรนี้เอง ไทยวัฒนาพานิชได้เรียนเชิญ อาจารย์วศิน อินทสระ ผู้มีความเข้าใจอย่างลึกซึ้งใน พระธรรมและเป็นนักประพันธ์ด้วย มาทำการย่อและ ย่อยพระสูตรให้อ่านง่ายสำหรับยุคสมัย อาจารย์ได้นำมา จัดทำเป็นเล่มสำหรับสอนในชั้นเรียนวันอาทิตย์สำหรับผู้สนใจจะเรียนพระสูตรซึ่งเป็นบุคคลธรรมดาทั่วไป

เมื่อฉันเริ่มเรียน เล่มแรกจะเป็น พระสูตรต้นตปิฎก 6 เล่มที่ 12 ตอน 2 มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก ซึ่ง เป็น ส่วนที่สั้น เรื่องหนึ่งยาวประมาณ 2-3 หน้าเท่านั้น

ฉันจึงอยากจะเล่าเรื่องจากหนังสือเล่มแรกนี้ แต่เป็นลักษณะบอกเล่าที่เป็นกันเองเหมือนเล่านิทานกลายๆ นะคะ เพื่อการอ่านง่ายขึ้น

ในโอกาสนี้ กราบขอบพระคุณด้วยความเคารพแด่อาจารย์วสิน อินทสระ ผู้เปิดโลกแห่งพระสูตรแก่ฉัน ทำให้ได้ท่องเที่ยวในสมัยพุทธกาลและรับคำสั่งสอนอันวิเศษมหัศจรรย์ของพระพุทธเจ้า

เนื่องจากเป็นเรื่องราวของพระพุทธเจ้า ขอแทนด้วยดอกบัว เนื่องจากเป็นเรื่องราวแต่ครั้งที่เกิดขึ้นขอแทนด้วยกลีบบัว และนำมาเรียงร้อยไว้ด้วยกันเพื่อการศึกษา ขอเรียงร้อยตั้งเป็นมาลัย “มาลัยกลีบบัว”

ขอน้อมบูชาพระคุณพระผู้มีพระภาคเจ้า อรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ด้วยความเคารพอันสูงยิ่ง

อนึ่ง ในระหว่างการสอนพระสูตร อาจารย์ได้เสริมเรื่องอื่นๆ รวมทั้งมีเกร็ดเล็กๆ น้อยๆ ที่น่าสนใจ ฉันจึงรวบรวมเกร็ดเหล่านี้เอาไว้ในหนังสือด้วย เพื่อเป็นประโยชน์เพิ่มขึ้น

หวังว่าท่านผู้อ่าน คงจะเพลิดเพลินไปในวันเวลาที่ย้อนกลับไป 2557 บวก 45 ปีอันงดงาม

ขวัญ เพียงหยัย

อังคาร 21 มกราคม 2557

1

อุปมาด้วยเลื่อย (กกจูปมสูตร)

พระศาสดาประทับอยู่ที่วัดเชตวัน เมืองสาวัตถี พระโมลียפקุณะ ในที่นี้ขอให้คิดเห็นว่า พระโม พระโฆชอบคลุกคลีกับภิกษุณีมากเกินไปและเกินเวลาอันสมควร พอพระอื่นติเตียน ทั้งพระโมและภิกษุณีก็จะโกรธ ทำให้เกิดเรื่องทะเลาะวิวาทกัน พระรูปหนึ่งกราบทูลพระผู้มีพระภาค พระศาสดาตรัสถามพระโมว่า เป็นจริงอย่างนั้นหรือไม่ พระโฆทูลรับว่าจริง พระศาสดาทรงโอวาท ดังนี้

1. การคลุกคลีกับภิกษุณีเกินไปเกินเวลานั้นไม่สมควรแก่พระ เมื่อถูกติเตียนก็ไม่ควรโกรธ ควรรักษาจิตให้สงบ ให้มั่นคง ไม่กล่าววาจาชั่วร้าย มีเมตตาจิตต่อเขา

ไม่ควรมีโทษะ ควรทำใจแม้เขาจะทำร้ายเธอก็ตาม

2. คริสเรียกพระอื่นมาให้โอวาทพร้อม กับพระโม
ดังนี้ เมื่อก่อนพระทั้งหลายทำให้พระองค์พอพระทัยมาก
เพราะว่าง่าย แะง่าย เพียงแต่พระองค์ตรัสว่า

“เราฉันอาหารคนเดียว รู้สึกว่ามีอาหารน้อย มีความ
ลำบากกายน้อย กายเบา มีกำลัง อยู่อย่างผาสุก ขอภิกษุ
ทั้งหลายจงฉันคนเดียวเถิด”

เท่านั้น พระทั้งหลายก็ทำตามโดยง่าย ไม่ต้องพร่ำสอน
มาก เปรียบเหมือนม้าอาชาไนย เป็นม้าที่ฝึกดีแล้วไปได้
ตามที่คนขับอยากให้เป็นโดยไม่ต้องให้ลงสั้ง เธอทั้งหลาย
จงเป็นดังม้าอาชาไนย จงละอกุศล มีความพากเพียร
พอกพูนกุศลธรรมเสมอ จะมีความงอกงามไพบูลย์
ในธรรมวินัยนี้

เปรียบเหมือนชายผู้เป็นเจ้าของคันธนู มีคันธนูขึ้น
แซมในป่าร้างนั้น เขาจะถอนคันธนูทิ้ง และกำจัดคันธนู
เล็กๆ ที่ไม่ดีออก เมื่อทำแล้ว คันธนูที่ดีก็จะเจริญงอกงาม

3. คริสเล่าว่า ที่นครสาวัตถีนี้เอง หญิงแม่บ้าน
คนหนึ่งชื่อเวเทหิกา เล่ากันว่าเป็นคนสงบเสงี่ยม
เรียบร้อย อ่อนโยน เธอมีหญิงรับใช้คนหนึ่งเป็นคนขยัน
วันหนึ่ง หญิงรับใช้ต้องการทดลองนายหญิงว่าเป็นคนยัง
มีความโกรธอยู่หรือเปล่า จึงแกล้งนอนตื่นสาย วันแรก

เวเททิกาโกรธ กล่าวคำหยาบคำว่า วันที่สอง ก็แผดเสียง
คำด้วยถ้อยคำหยาบคาย วันที่สาม ตื่นสายกว่าวันก่อน
อีก คราวนี้เวเททิกานอกจากจะคำแล้วยังคว้าลิ้มประตุ
เขวี้ยงหัวคนรับใช้ด้วย

หญิงรับใช้หัวแตก วิ่งออกไปบอกชาวบ้านว่าเวเททิกา
ไม่ได้สงบ อ่อนโยน ดังที่เล่าลือกันหรือ

4. พระบางรูปสงบเสงี่ยมเรียบร้อย อ่อนโยนอยู่ได้
เพราะยังไม่มีถ้อยคำที่ไม่ชอบใจเข้ามากระทบ เมื่อใด
ที่มีถ้อยคำอันไม่น่าพอใจเข้ามากระทบแล้วยังสงบอยู่ได้
จึงจะเป็นผู้สงบเสงี่ยมเรียบร้อยแท้จริง

5. พระที่ว่าง่ายสอนง่าย เพราะอยากได้ปัจจัยสี่
เป็นลาภ ก็ไม่เรียกว่าเป็นผู้ว่าง่าย เพราะถ้าไม่ได้ปัจจัย
สี่ก็จะว่ายากขึ้นมาทันที

ส่วนพระใดว่าง่าย เพราะเคารพธรรม สักการะธรรม
จึงจะเป็นผู้ว่าง่ายแท้

6. คำที่ผู้อื่นจะพูดกับพวกเธอนั้น จะมีอยู่ 5 ประการคือ

6.1 พูดในเวลาที่เหมาะสมหรือไม่สมควร

6.2 พูดเรื่องจริงหรือเรื่องไม่จริง

6.3 พูดมีประโยชน์หรือไม่มีประโยชน์

6.4 พูดอ่อนหวานหรือหยาบคาย

6.5 พูดด้วยเมตตาจิตหรือพูดด้วยโทสะ

เขาจะพูดอย่างไรก็ตาม พระจะต้องทำในใจว่า จิต
ของเราจะไม่แปรปรวน คือทำให้มันคงไว้ จะไม่เปล่ง
คำไม่ดีออกไป เราจะอนุเคราะห์เขาด้วยคำพูดที่ดีและมี
ประโยชน์ จะมีเมตตาต่อบุคคลนั้น เราจะแผ่เมตตาไป
ทั่วทั้งโลก เราจะทำให้เหมือน

1. แผ่นดินซึ่งใครๆ จะขุดให้หมดไม่ได้
2. อากาศซึ่งใครๆ จะระบายสีให้ติดไม่ได้
3. แม่น้ำคงคาที่ใครๆ จะเอาคบเพลิงมาจุดให้ติด
ไม่ได้ คบเพลิงนั้นย่อมดับไปเอง
4. ถูหนังแมวที่นายช่างฟอกดีแล้ว อ่อนนุ่มดัง
ปุยุ่นและสำลี ซึ่งใครๆ จะตีให้ดังไม่ได้

7. ทรงเตือนพระทั้งหลายเป็นประการสุดท้ายว่า หาก
พวกโจรใจเหี้ยมเอาเลื่อยที่มีด้ามจับสองข้างมาเลื่อยเธอ
หากเธอมีใจคิดร้ายต่อโจรนั้น ก็ไม่เรียกว่าทำตามคำ
สั่งสอนของเรา พวกเธอจงใส่ใจในโอวาทอันเปรียบด้วย
เลื่อยนี้เสมอๆ แล้วจะทำให้เห็นว่า ไม่มีถ้อยคำใดมาทำให้
เธออดทนไม่ได้ แล้วจะทำให้เธอมีความสุขตลอดไป

ภิกษุทั้งหลายต่างชื่นชมยินดีต่อภายิตของพระผู้มี
พระภาค

วันแรกที่เรียน ฉันรออาจารย์ด้วยการนั่งอ่านบทแรก
นี้ พอได้อ่านว่า จงทำใจให้เหมือนแผ่นดินที่ใครๆ จะ
ขุดให้หมดไม่ได้ ฉันร้องในใจว่า โอ้โฮ แล้วร้องให้
กระซิกๆ อยู่ในใจด้วยความตื่นเต้น

ช่างเป็นคำสอนที่ยิ่งใหญ่อะไรปานนั้น

รักพระพุทธเจ้ามากเลย



เชน

เมื่อถามอาจารย์เรื่องเชน ท่านตอบว่า “เราจะอยู่บนยอดไม้
ได้อย่างเดียวไม่ได้ มันต้องลงมาบนพื้นดิน” หมายความว่า

เราจะอยู่กับสุญญตาได้เป็นบางครั้งบางคราว เราต้องอยู่กับ
ปรมัตถสัจจะบ้าง สมมุติสัจจะบ้าง

สุญญตาเป็นปรมัตถสัจจะ ฉะนั้นถ้าเราอยู่กับปรมัตถ์ตลอด
เวลา เราจะอยู่กับคนอื่นไม่ได้ เช่น

เราใส่เสื้อแดงไปงานศพ ไม่เห็นเป็นไร สีก็สักแต่ว่าสี
อย่างนั้นเขาก็จะตำหนิเรา เราอยู่บนยอดไม้ คนอื่นอยู่บน
พื้นดิน คืองานศพใส่สีดำ ฉะนั้นเราต้องเข้าใจทั้งสองอย่าง คือ
ปรมัตถสัจจะ และสมมุติสัจจะ และยอมรับและปฏิบัติให้
สอดคล้องกันไป



เกร็ดเรื่องกรรม

คนส่วนมากเข้าใจว่ากรรมเป็นเรื่องตายตัว เปลี่ยนแปลงไม่ได้ ไม่มีเงื่อนไข ทำอย่างไรได้อย่างนั้น ไม่มีทางแก้ไข ให้เบาบางลงได้ เหมือนน้ำกับน้ำมัน

แต่ในคัมภีร์ไม่พบว่ามีการเปรียบเทียบบุญบาปเหมือนน้ำกับน้ำมัน

พระพุทธเจ้าเปรียบว่าเหมือนน้ำกับเกลือ บาปกรรมที่ทำแล้วย่อมละเอียดได้ด้วยกุศล บาปกรรมที่ทำแล้ว ย่อมปิดกั้นได้ด้วยกุศล

การทำดีชั่วมีเงื่อนไขเยอะ ทำดีไม่ได้ดีก็ได้ ถ้าทำไม่เป็นเหมือนคนล้างพื้นด้วยน้ำสกปรก พื้นก็ไม่สะอาด

ถาม : ทำกรรมอย่างไรได้ผลอย่างนั้นเสมอหรือ

ตอบ : การให้ผลของกรรมมีเงื่อนไข ปลุกข้าวอาจไม่ได้ข้าว ถ้าน้ำท่วมหรือน้ำแล้ง ไม่ได้ข้าว เมล็ดพันธุ์ดีหรือเปล่านั้นเป็นอย่างไร การให้ผลประกอบด้วยเงื่อนไขหลายอย่างเป็นอนิจจัง พระพุทธเจ้าไม่ให้คิด ถ้าเราเคยทำบาป ก็เร่งสร้างบุญสะสมบุญไว้ แต่จะได้ผลอย่างไรเมื่อไหร่หนักเบาเท่าไร ไม่ต้องคิด

ถาม : ถ้าเราเคยทำไม่ดีแล้วมาทำดีเพื่อละลายกรรมเก่า
เป็นการทำดีเพื่อหวังเอาผลดีหรือเปล่า

ตอบ : เราคิดเอาดีหรือไม่คิดก็ได้ ผลก็ออกมาเอง เหมือน
พื้นสกปรก เราเอาน้ำสะอาดมาล้าง จะหวังหรือไม่หวัง พื้น
ก็ต้องสะอาดอยู่แล้ว

พระพุทธเจ้าบอกว่าไข่ที่ฟักดีแล้ว อยากรู้ก็ต้องได้ลูกไก่

ถาม : การทำความดี ทำอย่างไรจึงจะถูกต้อง

ตอบ :

1. ทำดีไม่เอาดี ไม่รอไม่หวังไม่อยาก ให้ใครชม
2. ทำความดีเพื่อความดี ให้ผลหรือไม่ เป็นหน้าที่ของกรรม
ไม่ใช่หน้าที่ของเรา
3. ทำดีเพราะว่ามันดี



ขอเพียงไม่ให้

ฉันดูหนังนักสืบเรื่อง Closer ในทีมสืบสวนมีคนหนึ่งที่
แถมมาก ไม่ว่ากรรมจะต้งบหรือลดคนหรือทำงานผิดพลาด
โพรเวนซ่าจะต้องถูกมองว่าให้เกียติทุกที แต่เขาไม่ยอม
โดนเกียติ ถ้าหากว่ากรรมจะย้ายเขาจากงานสืบสวนไปอยู่งาน
เอกสาร เขาก็จะถอดงานนั้นจนตายคาที่เย็บกระดาษ เจ้านาย
ถามเหตุผล ในที่สุด เขาตอบว่า

“ตอนที่ผมหย่ากับภรรยาคนแรก ผมสัญญาว่าจะแบ่งเงิน
เกียติให้เธอครึ่งหนึ่ง” เขามองหน้าเจ้านายอย่างหวังความ
เข้าใจ “แต่ผมจะไม่ให้เธอสักเก็ดเดียว”

ฉันหัวเราะออกมา เพราะนั่นหมายความว่าโพรเวนซ่าเอง
ก็ไม่ได้เงินอีกครึ่งหนึ่งเหมือนกัน ไม่เป็นไร ขอเพียงไม่ต้องให้
เธอก็แล้วกัน สะใจพอแล้ว ตัวเองไม่ได้ไม่เป็นไร

แบบนี้ทำให้นึกถึงนิทานธรรมเรื่องหนึ่ง

พระราชาเสนอให้ลูกชายสองคนบอกว่าต้องการอะไร จะให้
แต่ด้วยความรักในลูกคนหนึ่งมากกว่าอีกคนหนึ่ง จึงมีข้อแม้ว่า
ถ้าคนแรกขออะไร คนที่สองจะได้มากกว่าเท่าตัว

ด้วยความน้อยใจที่ได้รับความรักน้อยกว่าเสมอ และด้วย
ความอิจฉาอย่างมาก คนแรกกราบทูลว่า

“ขอให้หม่อมฉันตาบอดข้างหนึ่ง”

หัวใจคนเราซับซ้อนยิ่งนัก การทำร้ายแม้จะเป็นเรื่องทุกข์
ทรมาน แต่ก็หอมหวานในความเจ็บปวดสำหรับคนที่มีดวงใจอัน
ร้าวราน การให้อภัยคือความพ่ายแพ้ที่ยอมรับไม่ได้

ในหนังสือสืบของฝรั่งจึงมีมาตรการต่อเนื่องที่ร้ายกาจและ
ฉลาดมากอยู่เรื่อย ๆ ฉันไม่รู้เหมือนกันว่าคนเขียนเรื่องเอา
ข้อมูลมาจากแฟ้มประวัติของตำรวจหรือว่าคิดขึ้นเอง

แต่ความเจ็บปวดของมาตรการมักจะมาจากความเจ็บปวด
ทางจิตใจที่ได้รับจากครอบครัวในวัยเด็ก พอโตขึ้นก็มาแก้แค้น
เอากับคนแปลกหน้า ดูแล้วก็เป็นเรื่องน่ากลัวมาก ได้แต่ภาวนา
ว่าขอให้อยู่แต่ในหนังสือเท่านั้นเถอะ



สนทนาธรรม

ครั้งหนึ่ง ภิกษุรูปหนึ่งเที่ยวเดินหาร้านขายน้ำผึ้งเพื่อนำไป
ปรุงยาให้แก่ภิกษุอื่น แต่หาไม่พบ จึงถามหญิงคนหนึ่ง นาง
ชี้ทางให้และเฝ้ามองดูอยู่

ชายผู้ขายน้ำผึ้งถวายน้ำผึ้งจนเต็มบาตร และอธิษฐานขอ
ให้เกิดเป็นพระราชา หญิงนั้นจึงอธิษฐานขอให้เกิดเป็น
มเหสีของชายผู้นั้น

คำถาม : การอธิษฐานเช่นนี้ไม่ถือเป็นความโลภหรือ

คำตอบ : โลกเหมือนกัน เป็นโลกในบุญ อาศัยไปก่อน
อาศัยโลภะละโลภะ อาศัยตัณหาละตัณหา การอธิษฐานเป็น
ของดีระดับหนึ่ง จะตรอนเสียทั้งหมดเลยไม่ได้ คนจะไม่กล้า
ทำความดี พอจิตขึ้นถึงระดับหนึ่งแล้ว อีกหน่อยก็จะค่อยๆ
เลิกไปเอง การอธิษฐานไม่ได้ห้าม ท่านจึงเล่าถึงอานิสงส์ของ
การอธิษฐานไว้มากมายแต่ท่านห้ามโลกในทางทุจริต เช่น โลก
อยากได้ทรัพย์ของผู้อื่น เป็นต้น





2

เปรียบเทียบนงุพิษ (อลคัทฑุปมสูตร)

พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับอยู่ที่วัดเชตวัน เมือง
สาวัตถี

ภิกษุรูปหนึ่งชื่อ อริฏฐะ มีความเห็นผิดว่า สิ่งใดที่
พระพุทธเจ้าตรัสว่าเป็นอันตราย สิ่งนั้นไม่เป็นอันตราย
จริง

ภิกษุทั้งหลายเตือนเขาว่า การคิดอย่างนั้นไม่ถูกต้อง
ขอให้เปลี่ยนความคิดเสีย เพราะความจริงแล้วเมื่อ
พระองค์ตรัสว่าสิ่งใดเป็นอันตรายต่อผู้ประพฤติ สิ่งนั้น
เป็นอันตรายจริง ตัวอย่างเช่นเรื่องโทษของกาม (ความ
ใคร่ ความติดใจ หลงไหลในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส)
ก็เป็นโทษจริง

แต่ไม่มีใครทำให้จริยฐานะเปลี่ยนความคิดได้ จึงทูลให้
พระผู้มีพระภาคเจ้าทราบ พระองค์รับสั่งให้เขาเข้าเฝ้า
และถามว่าเป็นเช่นนั้นจริงหรือไม่ เขายอมรับ พระองค์
ทรงติเตียนเป็นอันมาก

พระศาสดาตรัสถามภิกษุทั้งหลายได้ความว่า ไม่มี
ใครมีความเห็นอย่างเดียวกับจริยฐานะเลย

จึงตรัสสอนภิกษุทั้งหลายว่า

บางคนเล่าเรียนเพื่อยกตนข่มผู้อื่น เพียงเพื่อ
โต้เถียงเอาชนะผู้อื่น ไม่ได้ไตร่ตรองธรรมด้วยปัญญา
ไม่ได้ประโยชน์จากการเรียนธรรม เป็นไปเพื่อโทษและ
ทุกข์แก่ตนเอง

เปรียบเหมือนคนต้องการงูพิษ เมื่อเจองูพิษแล้ว
ก็จับมันที่หาง งูพิษย่อมจะเอี้ยวตัวมากัดคนนั้นถึง
ตายได้

บางคนเรียนธรรมไม่ดีก็เหมือนกัน ย่อมได้รับโทษ
ทุกข์ตลอดไป

ส่วนคนเรียนธรรมด้วยดี ไตร่ตรองเนื้อหาความในธรรม
ด้วยปัญญา เขาเอาไม้ง่ามหนีบคองูไว้ก่อน แล้วจับที่คอ
งูกัดไม่ได้ แม้หางมันจะพันแขนพันขาบ้าง ก็ไม่ถึงตาย
หรือทุกข์ปางตาย เขายอมนำงูไปใช้ประโยชน์ตามที่
ต้องการได้

ถ้าภิกษุเรียนธรรมแล้วไม่เข้าใจ ควรสอบถามผู้รู้
และตรัสว่า

“ภิกษุทั้งหลาย เราแสดงธรรม เปรียบเหมือนเรือ
หรือแพ สมมุติว่าชายคนหนึ่งเห็นฝั่งนี้มีภัย เห็นฝั่งโน้น
ปลอดภัยน่าอยู่ ต้องการจะข้ามไปฝั่งโน้น แต่ไม่มีเรือ
ไม่มีแพ เขาจึงเอาเชือกบังกิ่งไม้ข้างมาทำเป็นแพ แล้ว
อาศัยแพนั้นข้ามฝั่งโดยปลอดภัย เมื่อถึงฝั่งโน้นแล้ว
เขาคิดว่าแพนี้มีอุปการะมากเลยยกแพขึ้นเหนือหัวแบก
ไปด้วย อย่างนี้เรียกว่าเขาทำถูกต้องหรือไม่”

ภิกษุตอบว่า “ไม่เลยพระเจ้าข้า”

“ภิกษุทั้งหลาย สิ่งที่คุณนั้นควรทำก็คือยกแพขึ้นบก
แล้วทิ้งไว้ที่ฝั่งน้ำนั้นเอง แล้วตนเองก็เดินทางต่อไป

ภิกษุทั้งหลาย เราแสดงธรรมเปรียบเหมือนแพ
สำหรับข้ามฝั่ง เมื่อถึงฝั่งแล้วต้องละแพเสีย

เราแสดงธรรมเพื่อการสละออก ไม่ใช่เพื่อให้ยึดถือ

เราไม่ใช่สอนให้ละเพียงแค่ธรรม แต่ว่าให้ละธรรม
ด้วย”

หมายเหตุ ประโยคสุดท้ายอาจารย์วสัน อินทสระ
อธิบายเพิ่มเติมไว้ว่า

เปรียบอีกอย่างหนึ่งคือคนไข้ที่ต้องกินยา ก็เลส

เปรียบเหมือนโรค ธรรมเปรียบเหมือนยา เมื่อกินยา
หายโรคแล้วก็ไม่ต้องกินอีกต่อไป ผู้ประพุดิธรรมเพื่อ
กำจัดกิเลสหรืออธรรม เมื่อกำจัดกิเลสได้หมดแล้ว ก็ไม่
ต้องใช้ธรรมเพื่อกำจัดกิเลสอีก เรียกว่าทิ้งธรรมได้ แต่
ยังคงประพุดิธรรมเพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่น



3

เปรียบเหมือนจอมปลวก (วันมิกสูตร)

พระกุมารกัสสป เป็นสาวกอรหันต์องค์หนึ่งของ
พระพุทธเจ้า พักอยู่ที่ป่าอันธวัน คืบหนึ่งมีเทวดาองค์
หนึ่งมาถามท่านเกี่ยวกับปริสนาธรรม 15 ข้อ และบอก
ว่าไม่มีใครแก้ปัญหานี้ได้นอกจากพระพุทธเจ้า

ปริสนาธรรมนั้นมีดังนี้

มีจอมปลวกอยู่จอมหนึ่ง กลางคืบพันคว้น กลางวัน
เป็นเปลวไฟ พราหมณ์คนหนึ่งบอกกับศิษย์ชื่อสุเมธว่า
จงเอาศีลตราชุดลงไปที่จอมปลวก สุเมธชุดลงไป เจอ
ลึ่มสลัก พราหมณ์บอกให้ยกขึ้นวางไว้เมื่อชุดต่อไปได้พบ
อึ่งอ่าง ทางสองแพร่ง หม้อกรองน้ำต่าง เต่า เขียงหัน
เนื้อ ชันเนื้อ และนาค โดยลำดับ ทุกอย่างพราหมณ์บอก

ให้ยกมาวางไว้ นอกจากนาคซึ่งพราหมณ์บอกให้
นอนน้อมต่อนาค

พระกุมารกัสสป นำปัญหานี้ไปทูลถามพระศาสดาใน
วันรุ่งขึ้น พระองค์ตรัสแก่ปริศนา ดังนี้

1. จอมปลวก หมายถึงร่างกายคนเรานี้ ซึ่งประกอบ
ด้วยธาตุ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ มีความทรุดโทรมเป็น
ธรรมดา

2. กลางคืนเป็นคว้น หมายถึง คนเราต้องนอน
ตรึกตรองว่าพรุ่งนี้จะทำอะไร อาการครุ่นคิดนั้นเปรียบ
เหมือนคว้น

3. กลางวันเป็นเปลวไฟ หมายถึง กลางวันเราต้อง
ทำงานด้วยกายและวาจา มีความเหน็ดเหนื่อย

4. พราหมณ์ หมายถึง พระตถาคตอรหันตสัมมา
สัมพุทธเจ้า

5. สุเมธ หมายถึง ภิกษุผู้ยังต้องศึกษาและปฏิบัติ
เพื่อพ้นทุกข์

6. ศัสตรา หมายถึง ปัญญาอันประเสริฐ

7. การขุด หมายถึง วิริยารัมภะ คือการทำความ
เพียรเสมอดั้นเสมอปลาย

8. ลิมสลัก หมายถึง อวิชชา

9. อึงอ่าง หมายถึงความคับแค้นเพราะความโกรธ

10. ทางสองแพร่ง หมายถึง วิถีกิจจา ความถึงเล
สงสัยไม่อาจตกลงใจได้

11. หม้อกรองน้ำต่าง หมายถึง นิเวรณ 5 มี
กามฉันทะ ความพอใจในกาม เป็นต้น

12. เต่า หมายถึง อุปาทานขันธ 5 คือ อุปาทาน
(ความยึดมั่น) ในรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ
ว่าเป็นเรา เป็นตัวตนของเรา

13. เจียงหันเนื้อ หมายถึง กามคุณ 5 คือ รูป เสียง
กลิ่น รส โผฏฐัพพะ(สัมผัส)

14. ชื่นเนื้อ หมายถึง ความกำหนัดเพราะความ
เพติดเพลิน

15. นาค หมายถึง พระอรหันต์จีณาสพ (จีณาสพ
แปลว่าสิ้นกิเลสแล้ว)

พระกุมารกัสสปฟังพุทธพยากรณ์แล้วมีใจชื่นชมยินดี

.....

อาจารย์วสิน อินทสระ ได้สรุปคติไว้โดยย่อ ดังนี้
ร่างกายนี้ดุจจอมปลวก มีรูมาก เป็นที่ไหลออกของ
ตัวปลวก คือสิ่งสกปรกต่างๆ เช่น ขี้ตาออกจากตา
 เป็นต้น

ร่างกายต้องการอาศัยข้าว น้ำ เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่

อาศัย ยารักษาโรค ซึ่งได้มาจากการทำงาน คนเราจึงต้อง
ทุกข์ยากในการทำงาน บางคนทำมาไม่พอใช้ต้องทำงาน
หนัก บางคนทำมาพอใช้ แต่ความเพลิดเพลिनนั้นก็
เร่งเร้าให้ทำงานหนักขึ้นอีก

พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงรู้เห็นธรรมทั้งปวง
มอศัตราคืออริยปฏญญาให้แก่สาวก ให้ใช้ความเพียร
เพื่อขุดหาสิ่งดี

ในการแสวงหาย่อมพบสิ่งดีบ้างไม่ดีบ้าง เมื่อเจอสิ่ง
ไม่ดี ท่านก็ให้ยกขึ้นพิจารณาแล้วทิ้งเสีย เมื่อเจอสิ่งดี
ก็ยกไว้บูชา

กิเลสเป็นสิ่งไม่ดีควรละ คุณธรรมเป็นสิ่งดีควร
พอกพูนรักษา พระอรหันต์เป็นผู้ประเสริฐ ท่านละ
ความชั่วได้หมดสิ้นแล้ว เป็นตัวอย่างที่ดีแก่ผู้มุ่งดี จึง
ควรเคารพบูชาท่าน



4

รถ 7 พลัด (รถวินิตสูตร)

พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับที่วัดเชตวัน เมืองสาวัตถี
ภิกษุชาวชาตภูมิ (ตำบลหนึ่งในแคว้นสักกะ) ออกพรรษา
แล้วได้มาเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้า พุทธองค์ตรัสถามว่า
ที่ชาตภูมิมีภิกษุใดที่เพื่อนภิกษุด้วยกันยกย่องว่า เป็น
ผู้มักน้อย สันโดษ ชอบสงัด ไม่คลุกคลีด้วยหมู่คณะ
มีความเพียรสม่ำเสมอ สมบูรณ์ด้วยศีล ปัญญา วิมุตติ
(ความหลุดพ้น) และวิมุตติญาณทัสสนะ (ความรู้เห็นซึ่ง
ความหลุดพ้น) และพรรณนาคุณของคุณธรรมเหล่านั้น
พร้อมทั้งชักจูงแนะนำผู้อื่นให้ทำเช่นนั้นด้วย

ภิกษุชาวชาตภูมิทูลว่า ผู้มีคุณสมบัติเช่นนั้น คือ
พระปุลณะ มันทานีบุตร

ครั้งนั้น พระสารีบุตรอยู่ในที่เฝ้าด้วย มีความปรารถนาจะได้พบพระปुณณะบ้าง

ต่อมาพระศาสดาเสด็จมายังเชตวันอีกครั้ง พระปुณณะทราบข่าวจึงได้มาเข้าเฝ้าสนทนากับพระผู้มีพระภาค พอสมควรแล้วก็ทูลลาไปพักที่ป่าอันธวัน

พระสารีบุตรตามไปที่ป่าอันธวัน ได้พบพระปुณณะสนทนากันตามสมควรแล้ว พระสารีบุตรก็ถามพระปुณณะเรื่องวิสุทธิ 7 ว่า

“ท่านประพฤติพรหมจรรย์ในสำนักของพระผู้มีพระภาคเพื่อความบริสุทธิ์แห่งศีล หรือเพื่อความบริสุทธิ์แห่งจิต หรือเพื่อความบริสุทธิ์แห่งความเห็น เป็นต้น”

พระปุณณะปฏิเสธทั้งหมด ตอบว่า

“เราประพฤติพรหมจรรย์เพื่ออนุपाทาปรีนิพพาน คือ ความดับกิเลสโดยไม่มีเชื้อ สำหรับวิสุทธิ 7 นั้นเป็นเพียงข้อปฏิบัติเพื่อให้ถึงอนุपाทาปรีนิพพาน

เปรียบเหมือนนมม้า 7 ผลัด จากเมืองสาวัตถีไปเมืองสาเกต รถทั้ง 7 ผลัดไม่ใช่จุดหมายปลายทาง ส่วนจุดหมายปลายทางคือเมืองสาเกต”

พระสารีบุตรชื่นชมยินดีในคำตอบเป็นอย่างยิ่ง และเมื่อพระปุณณะทราบว่าท่านที่สนทนาด้วยนั้นคือพระสารีบุตร อัครสาวกเบื้องขวาของพระผู้มีพระภาคเจ้าแล้ว

ก็ถ่อมตนว่า ถ้าทราบอย่างนี้เสียก่อน คงพูดอะไรไม่ค่อย
ออกเป็นแน่

.....

เพื่อน ๆ คงเคยได้ยินนิทานเซนที่อาจารย์ชี่ดวงจันทร์
ให้ลูกศิษย์ดู แล้วบอกว่า

“นิ้วที่ชี้ดวงจันทร์ไม่ใช่ดวงจันทร์”

บางที่เรา่วนอยู่กับสิ่งที่จะทำเพื่อไปถึงจุดหมายจน
ลืมจุดหมาย (หรือบางที่ทำจุดหมายหล่นหายไปเลยนิ)



การให้

ในเรื่องการให้ มีคำสอนน่าสนใจอยู่หลายข้อ ดังนี้

1. ผู้ให้บันเทิงอยู่ด้วยการให้ ผู้รับอ่อนน้อม ถนอมน้ำใจ ด้วยปิยวาจา ฉะนั้น บัณฑิตจึงสอนว่า อย่าติของที่เขาให้

2. การให้เป็นยาเสน่ห์ การไม่ให้เป็นยาให้คนเกลียดชัง การให้เป็นยาให้ได้ยศ การไม่ให้เป็นยาให้กำพรวักพ้อง

3. การให้

1. ให้สิ่งที่ควรให้

2. ให้แก่คนที่ควรให้

4. การให้เป็นการฝึกคนที่ยังไม่ได้ฝึก คือให้เขาฝายเดี่ยว เรื่อยๆ ให้เขาเรียนรู้ถึงการให้

5. การไม่ให้เป็นการประทุษร้ายผู้ที่ได้ฝึกแล้ว คือท่านฝึก ดีแล้ว เช่น สงฆ์ที่ดี บิณฑบาตที่ดี ถ้าเราไม่ให้ก็คือไม่สนับสนุน ท่าน

6. มีทรัพย์แล้วแบ่งปัน ท่านกล่าวว่าเทวดาจะรักษา ดังนี้

“ผู้เกื้อกูลทำโกะกะให้เป็นประโยชน์แก่ชนหมู่มาก เทวดาย่อม รักษาเขาผู้นั้น ผู้ซึ่งธรรมคุ้มครองแล้ว ผู้เป็นพหูสูตร สมบูรณ์ ด้วยศีลและวัตร เกียรติย่อมไม่ละบุคคลผู้ตั้งอยู่ในธรรม”



5

เหยื่อล่อ (นิวาปสูตร)

พระผู้มีพระภาคทรงสั่งสอนภิกษุทั้งหลายเรื่อง
กามคุณ 5 คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (สัมผัส)
ว่าเป็นเหยื่อล่อของมาร เปรียบเหมือนนายพรานปลุก
หญ้าไว้เพื่อล่อหมู่นี้อ ไม่ใช่ด้วยความหวังดี แต่เพื่อ
จะจับเนื้อ ภิกษุผู้ติดในกามคุณ 5 ย่อมจะพินาศ มี
รายละเอียด ดังนี้

1. เนื้อพวกที่ 1 เข้าไปในป่าหญ้าที่นายพรานปลุก
ไว้ กินหญ้าเพลินอยู่ ลืมตัว ประมาท ถูกพรานจับได้

2. เนื้อพวกที่ 2 เห็นเนื้อพวกที่ 1 ถูกจับจึงหนี
เข้าป่า ไม่ยอมกินหญ้าที่นายพรานปลุก แต่เมื่อถึงหน้า
แล้งเป็นเวลาขาดแคลนน้ำและหญ้า ผุ่งเนื้อชูบพอม
หมดเรี่ยวแรง อดทนไม่ไหว ต้องพากันมากินหญ้าของ

นายพรานและถูกจับได้

3. เนื้อพวกที่ 3 รู้เรื่องของพวกที่ 1 และ 2 แล้ว จึงชุมนุมอยู่ในป่าใกล้ๆ ป่าหญาของนายพราน แต่ไม่ยอม กินหญ้านั้น พรานและบริวารจึงออกไปหาที่อยู่ของเนื้อ แล้วล้อมจับจนได้

4. เนื้อพวกที่ 4 รู้เรื่องทั้งหมดนี้แล้ว ก็ชวนกันไป อยู่ในที่ที่พรานตามล่าไม่ถึง ไม่สนใจหญ้าที่นายพราน ปลูกไว้ จึงปลอดภัย

พระศาสดาตรัสต่อไปว่าป่าหญา หมายถึง กามคุณ 5 พรานเนื้อ หมายถึง มาร (กิเลสที่ทำลายคุณงาม ความดี) บริวารของพราน คือ บริวารของมาร ผุ่งเนื้อ หมายถึง นักบวช สมณพราหมณ์

สมณพราหมณ์บางพวกหลงใหลในกามคุณ บางพวก อยากหนีแต่อดทนไม่ได้ บางพวกไม่คิดในกามคุณ แต่ไป คิดข้าย คือ ทิฐิ (ความเห็นผิดและชักจูงให้คนอื่นเห็นผิด ตาม) บางพวกพ้นไปได้เหมือนเนื้อพวกที่ 4 ทรงแสดงว่า ที่ที่มารไปไม่ถึงคือฌานทั้ง 8 ระดับ และสัญญาเวทียิต นิโรธ คือ ความดับสัญญาและเวทนาอันเป็นระดับ 9 แต่ ไม่จัดเป็นฌาน มีความสงบประณีตอย่างยิ่ง ธรรมดังกล่าว นี้ตรัสว่าทำให้มารตาบอด ทำให้มารไม่เห็นร่องรอย

หมายเหตุ :

กามคุณ ไม่ใช่แปลว่า คุณของกาม แต่แปลว่า กลุ่มของกาม มี 5 ประการ

มนุษย์เกิดจากกามคุณ คลุกคลีอยู่ด้วยกามคุณตั้งแต่เล็กจนโตทำให้เคยชิน โดยเฉพาะคนในวัยต้น ทั้งร่างกายจิตใจหมกมุ่นอยู่ในกามคุณเกือบตลอดเวลา มีแต่บำเรอตนด้วยกามคุณอันประณีต น้อยนักที่จะเห็นโทษ เมื่อรู้ว่าเป็นโทษแล้วก็ละยากอย่างยิ่งกามคุณจึงเป็นเยื่อหล่อของโลก ทำให้คนติดอยู่ในโลกและได้รับความทุกข์ทรมานไม่ใช่น้อย ถ้าบรรเทาความกระหายในกามคุณลงได้ โลกก็จะสงบเย็นมากขึ้น



ไม่มีวันโกรธ

นิทานธรรมเรื่องหนึ่งเล่าไว้ถึงเรื่องความอดทน

พระราชผู้โหดเหี้ยมพบฤาษีนั่งปลีกิเวศอยู่ เมื่อสนทนากัน พระราชาไม่พอพระทัย อยากทดลองความอดทนของฤาษี ให้เพชรฆาตตัดแขน ฤาษีก็ไม่โกรธ ให้เพชรฆาตตัดขา ฤาษีก็ไม่โกรธ ให้ทำร้ายยิ่งขึ้นก็ไม่โกรธ ก่อนจะถูกตัดหัว ฤาษียังอวยพรให้พระราชาและเอเย่ยกโทษให้ด้วย

คำถาม : ตรงจุดที่สอนเรื่องไม่ให้โกรธ เช่นเรื่องนี้ ทำให้ความอดทนของคนคนหนึ่งไปสนองความโกรธของอีกคนหนึ่ง จุดนี้ต้องการแสดงอะไร

คำตอบ : ท่านสอนภิกษุ เพื่อไม่ให้คิดประทุษร้ายผู้อื่น สมณะมีอดทนเป็นกำลัง ฤาษีท่านบำเพ็ญธรรมโดยอธิฐานจิต ไม่โกรธ ท่านจึงยอมให้ทำโดยไม่โกรธ

มองในมุมกลับ คือถ้าทุกคนคิดอย่างนี้ ความสงบจะมีมากขึ้น เพราะถ้ามีการไม่ยอม มีการสนองตอบ เหตุร้ายก็จะถูกลาม

คนอาจจะกลัวการสนองตอบ ก็อาจจะไม่ค่อยทำร้ายผู้อื่น เพราะกลัวได้รับโทษมาก คือมองในแง่ว่า ถ้าคนอื่นมองอย่างเรา สังคมจะสงบ เป็นการเสียสละ



บันเทิงธรรม

จากคิดว่า “ถ้าแบ่งกันก็จะได้ทุกคน ถ้าแย่งกันก็ไม่มีใครได้สักคน”

นิทานธรรมเรื่องลากับเจ้าของลา

วันหนึ่งมีคนมาเช่าลาแล้วเดินทางไปด้วยกันสองคน ต่อมาก็หยุดเพื่อให้ลาได้พัก คนเช่าคิดว่าเราเช่าลามาแล้ว เเงลาก็เป็นของเราด้วย จึงนั่งพักในเงาลานั้นจนเต็มพื้นที่คนเดียว ปลอ่ยให้เจ้าของลายืนตากแดดร้อนอยู่

ครั้นเจ้าของลารู้สึกร้อนมากเกินไปหน่อยแล้ว ก็คิดว่า เราให้เช่าลา ไม่ได้ให้เช่าเงลาด้วย ก็รีบจูงลาเดินหน้าแล้วรีบนั่งลงในเงลา ทั้งสองคนจึงทะเลาะกันลาละเลยหนีไป

เรื่องที่สอง

พระเจ้าโกศล เป็นพระราชาที่มีน้ำใจเพื่อแผ่ เป็นที่รักของราษฎร วันหนึ่งพระเจ้าพรหมทัตยกทัพมารุกราน พระเจ้าโกศลพ่ายแพ้หนีไป พระเจ้าพรหมทัตประกาศให้รางวัลแก่ผู้จับได้ แต่ก็ไม่มีใครจับเพราะทุกคนรักท่าน

วันหนึ่ง ชายคนหนึ่งเรือแตก ชมซานเข้าไปในป่า พบพระเจ้าโกศลแต่ไม่รู้จัก เขาพูดว่า “ถ้าพระเจ้าโกศลยังครองราชย์อยู่ เราคงไม่เดือดร้อน”

พระเจ้าโกศลไม่ได้แสดงตัว หากแต่บอกชายคนนั้นว่า

“เจ้าจงไปกับฉัน ฉันจะพาไปหาลาภ”

แล้วพาชายคนนั้นไปพบพระเจ้าพรหมทัต บอกให้พระองค์
มอบรางวัลแก่ชายคนนั้น พระเจ้าพรหมทัตลงจากบัลลังก์และ
บอกว่า

“ทำความดีเป็นแต่พระเจ้าโกศลเท่านั้นหรือ เราก็กทำเป็น
เหมือนกัน”

พระเจ้าพรหมทัตยกเมืองคืนให้พระเจ้าโกศล เพราะเห็น
ว่ามีน้ำใจ เอื้อเฟื้อแม้กับคนที่ไม่รู้จักนี่เป็นการแข่งกันทำ
ความดี



6

การแสวงหาที่ประเสริฐ (ปาสราตีสูตร)

พระศาสดาประทับ ณ วัดเชตวัน เมืองสาวัตถี เวลาเช้าเสด็จเข้าบิณฑบาตในเมืองสาวัตถี เมื่อบิณฑบาตและเสวยเสร็จแล้ว ก็ชวนพระอานนท์ไปพักที่ปราสาทของนางวิสาขาที่บุพพาราม ตอนเย็นเสด็จออกจากบุพพารามไปสรงน้ำที่ท่าอาบนํ้าชื่อนุพพโกฏฐกะ มีหาดทรายขาวสะอาด สรงน้ำเสร็จแล้ว ทรงยืนฟังพระองค์อยู่ พระอานนท์ทูลให้เสด็จไปพัก ณ อาศรมของพราหมณ์ชื่อรัมมกะ ทูลว่าเป็นที่รื่นรมย์และอยู่ไม่ไกล

ขณะที่เสด็จไปถึง ภิกษุหลายรูปนั่งสนทนากันอยู่ในอาศรม คงจะเป็นภิกษุที่มาคอยฟังธรรม ทรงประทับยืนฟังการสนทนานั้นจนจบ ตรัสว่า

“ภิกษุควรสนทนาศรธรรม หรือมิฉะนั้นก็อยู่เฉยๆ”
คือ宁可เสียดีกว่าพูดพล่อยๆ หาสาระอะไรไม่ได้

ทรงแสดงธรรมแก่ภิกษุทั้งหลายว่า

การแสวงหาสิ่งที่มีการเกิด แก่ เจ็บ ตาย เช่น คน
ช้าง ม้า วัว ควาย ทรัพย์สินนั้นไม่ประเสริฐ ส่วนการ
แสวงหานิพพานนั้นเป็นสิ่งประเสริฐ

ตรัสเล่าเรื่องในอดีตของพระองค์ก่อนได้ตรัสรู้ ก็ทรง
แสวงหาสิ่งที่ไม่ประเสริฐอยู่ระยะหนึ่ง แล้วออกแสวงหา
โมกขธรรมหรือพระนิพพาน จนได้บรรลุพระโพธิญาณ
อันประเสริฐและทรงสั่งสอนให้ประชาชนแสวงหาสิ่ง
ประเสริฐ ก่อนจะทรงแสดงธัมมจักกัปปวัตตนสูตรหรือ
อริยสัจ 4 แก่ปัญจวัคคีย์นั้น ได้ทรงแสดงเรื่องกามคุณ
5 ก่อน ดังนี้

“ภิกษุทั้งหลาย กามคุณ 5 คือ รูป เสียง กลิ่น รส
โผฏฐัพพะ อันน่าใคร่น่าพอใจ สมณพราหมณ์พวกใด
ใฝ่ฝັນ หมกมุนติดอยู่ พวกเขาย่อมประสบความพินาศ
เปรียบเหมือนเนื้อติดบ่วงนายพราน

ส่วนสมณพราหมณ์ผู้ไม่หลงใหล ไม่ใฝ่ฝັນ ไม่หมกมุน
พัวพันในกามคุณ มีปัญญาคิดสลัดออก แม้บริโภคกามคุณ
ก็ไม่ถึงความพินาศ เหมือนเนื้อที่ไม่ติดบ่วง แม้นอน
ทับบ่วงอยู่ เมื่อนายพรานมาถึงก็ลุดวงหนีไปได้”

หมายเหตุ :

การเกี่ยวข้องกับกามคุณที่มีโทษนั้น ผู้เกี่ยวข้องจะต้องมีสติปัญญาเลือกเอาเฉพาะส่วนที่เป็นประโยชน์เว้นส่วนที่เป็นโทษ เหมือนคนกินปลาที่มีก้าง ต้องระวังเอาก้างออกเสียก่อน บางคนเบื่อกินปลาจะระวังก็เลิกกินปลาเสียเลย ก็นับว่าปลอดภัยดี

อนึ่ง คนที่เกี่ยวข้องอยู่กับโชตรวน ติดโชตรวนก็มี เช่นนักโทษ ไม่ติดโชตรวนก็มี เช่นผู้คุมนักโทษ คนอยู่ในโลกก็ทำนองเดียวกัน ติดโลกก็มี ไม่ติดโลกก็มี คนติดโลกย่อมได้รับทุกข์เป็นอันมาก คนไม่ติดโลก อาศัยโลกนั้นเองทำประโยชน์แก่ชาวโลก





7

เหมือนรอยเท้าช้าง (จุฬหัตถิปโทปมสูตร)

ชาณสโสณิพราหมณ์ ออกจากเมืองสาวัตถีด้วยรถใหญ่เทียมด้วยลา เครื่องประดับรถขาวล้วน ตอนนั้นเป็นเวลาเที่ยงวัน สวนทางกับปริพาชกชื่อโลติกะ พราหมณ์ถามว่าไปไหน เขาตอบว่าไปเฝ้าพระสมณโคดมมา

พราหมณ์ถามปีโลติกะว่าเหตุใดจึงเลื่อมใสพระโคดมยิ่งนัก เหตุใดผู้คนต่างสรรเสริญว่าสมณโคดมเป็นผู้ประเสริฐกว่าเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ปีโลติกะจึงกล่าวว่

“ท่านพราหมณ์ เปรียบเหมือนนักล่าช้างผู้ฉลาด เข้าไปในป่าเห็นรอยเท้าช้างอันใหญ่ ทั้งกว้างทั้งยาว เขาย่อมสันนิษฐานได้ทันทีว่าช้างเชือกนั้นใหญ่จริงหนอ

ข้าพเจ้าเองก็ฉันนั้น ได้เห็นร่องรอย 4 ประการใน
พระสมณโคดม

ท่านพราหมณ์ ข้าพเจ้าได้เห็น 1 บัณฑิตผู้เป็น
กษัตริย์ 2 บัณฑิตผู้เป็นพราหมณ์ 3 บัณฑิตผู้เป็นคหบดี
4 บัณฑิตผู้เป็นสมณะ ท่านเหล่านี้เป็นผู้มีปัญญาอัน
เฉียบแหลมลึกซึ้งยิ่งนัก เมื่อได้ข่าวว่าพระสมณโคดม
เสด็จยังหมู่บ้านโน้นแล้ว พวกเขาเตรียมตัวไปสนทนา
กับสมณโคดม คิดผูกปัญหาคำถาม และคิดว่าถ้าสมณ
โคดมพูดอย่างนี้ เราจะแก้อย่างนั้นๆ

แต่พอได้เข้าเฝ้าจริง พระสมณโคดมทรงชี้แจง
ชักชวน ปลุกใจให้ร่าเริงแจ่มใสด้วยพระวาจาอันประกอบ
ด้วยธรรมอันประเสริฐ บัณฑิตเหล่านั้นได้แต่เป็นผู้ฟัง
ฝ่ายเดียว บางท่านเลื่อมใสถึงกับออกบวช ประพฤติ
พรหมจรรย์ในสำนักของพระผู้มีพระภาคและสำเร็จเป็น
พระอรหันต์”

ชาณฺสโสณิพราหมณ์ชาบซึ่ง ลงจากรถ ทำผ้าห่ม
เจวียงบ่าข้างหนึ่ง ประนมมือนมัสการไปทางทิศที่พระ
ผู้มีพระภาคเจ้าประทับอยู่ เปล่งวาจานอบน้อมแด่
พระองค์เขาตัดสินใจไปเฝ้าพระศาสดา ทูลเล่าเรื่องที่
สนทนากับปิโณทิกะ

พระศาสดาตรัสว่า

“พราหมณ์ เรื่องที่อุปมาดังรอยเท้าช้างเพียงเท่านั้น ยังไม่สมบูรณ์ เราจะกล่าวให้บริบูรณ์ ขอให้ท่านจงตั้งใจ ฟังเถิด

อันรอยเท้าใหญ่ทั้งยาวทั้งกว้าง และรอยเสียดสีในที่สูงนั้น ของช้างพังชื่อวานิกาบ้าง ชื่อกพาริกาบ้าง ก็มีอยู่ คนล่าช้างผู้ฉลาดได้เห็นเพียงเท่านั้น ย่อมยังไม่ตกลงใจว่าช้างนี้ใหญ่แท้ ต่อเมื่อตามรอยเท้าช้างนั้นไป เห็นที่ซึ่งงาแซะให้ขาดในที่สูง เห็นกิ่งไม้หักในที่สูง และแลเห็นตัวช้างที่โคนต้นไม้ จะยืน เดิน นั่ง หรือนอนอยู่ ก็ตาม เขาจึงตกลงใจได้ว่า ช้างนี้ใหญ่จริง

ดูก่อนพราหมณ์ ข้ออุปมานี้ฉันใด อุปมานี้ก็ฉันนั้น คือ ตถาคตเกิดขึ้น เป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้เองโดยชอบ แสดงธรรมงามทั้งในเบื้องต้น ท่ามกลาง และในที่สุด กุลบุตรเกิดในตระกูลใดก็ตาม ฟังธรรมแล้วเลื่อมใส ออกบวช ประพฤติพรหมจรรย์ เว้นสิ่งที่ควรเว้น ทำสิ่งที่ควรทำ มีศีล สันโดษ สำรวมอินทรีย์ มีสติสัมปชัญญะ อยู่ในเสนาสนะอันสงัด ได้ฌานระดับต่างๆ และทำวิชชา ให้เกิดขึ้น จนจิตหลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวง เขาย่อมตกลงใจได้ว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นพระอรหันต์

ข้อเปรียบเทียบเรื่องรอยเท้าช้างโดยสมบูรณ์เป็น อย่างนี้แลพราหมณ์”

ชาณุสโธณีพราหมณ์ กล่าวสรรเสริญพระธรรมเทศนา
เป็นอันมาก พร้อมแสดงตนเป็นอุบาสกนับถือพระ
รัตนตรัยตลอดชีวิต



8

วิธีพิจารณาธาตุ (มหาหัตถิปโทปมสูตร)

พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับอยู่ที่วัดเชตวัน เมือง
สาวัตถี พระสารีบุตรได้โอวาทภิกษุทั้งหลาย ดังนี้

กุศลธรรมทั้งหลายย่อมรวมลงในอริยสัจ 4 เปรียบ
เหมือนรอยเท้าช้างเป็นรอยใหญ่ รอยเท้าสัตว์อื่น
ย่อมรวมลงในรอยเท้าช้างได้ ความเกิด แก่ เจ็บ
ตาย เป็นทุกข์ ความยึดมั่นในจันท์ 5 เป็นทุกข์ อุปาทาน
จันท์ 5 คือ รูป (ร่างกาย) เวทนา (สุข ทุกข์ เฉยๆ)
สัญญา (ความจำได้) สังขาร (การปรุงแต่ง) วิญญาณ
(การรับรู้)

รูปนั้นเป็นการรวมตัวของดิน (ปฐวีธาตุ) น้ำ (อาโป
ธาตุ) ไฟ (เตโชธาตุ) ลม (วาโยธาตุ)

ธาตุดิน มีลักษณะแข็ง เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง
ธาตุน้ำ มีลักษณะเอิบอาบ เช่น น้ำดี น้ำเสลด น้ำเลือด
น้ำเหลือง ธาตุไฟ มีลักษณะร้อน เช่น ไฟที่ทำกาย
ให้อบอุ่น ไฟที่ทำกายให้ทรุดโทรม ไฟที่ทำกายให้
กระวนกระวาย (มีไข้สูง) ไฟที่เผาผลาญอาหารให้
ย่อย ธาตุลม มีลักษณะพัดไปพัดมา เช่น ลมในท้อง
ลมหายใจ

อากาศธาตุ คือ ความว่างในกาย เช่น ช่องหู ช่อง
จมุก ช่องปาก เป็นต้น พระสารีบุตรอธิบายว่า

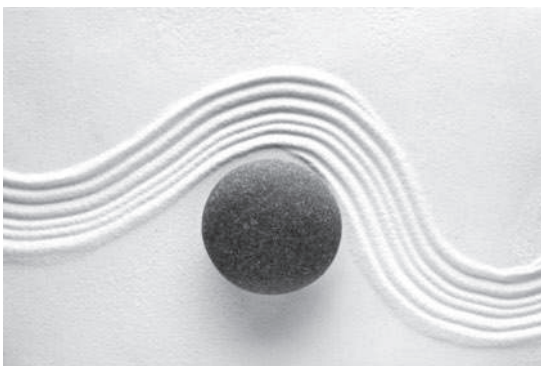
“เรือนก็คืออากาศที่ไม้ หรือเชือก ดินเหนียว หรือ
หญ้า แวดล้อมอยู่ ร่างกายคืออากาศที่กระตุก เอ็น เนื้อ
และหนัง แวดล้อมอยู่”

วิญญานธาตุ คือธาตุรู้ชนิดหนึ่งซึ่งอยู่ในกายนี้

อาศัยตา อาศัยรูป และอาศัยกำหนดหมาย ซึ่งเกิด
จากตาและรูปนั้น จักขุวิญญานจึงเกิดขึ้น (จักขุวิญญาน
คือ การรับรู้ทางตา) เป็นต้น

ธาตุ 6 ดังกล่าวมานี้ พึงพิจารณาด้วยปัญญา
ว่า ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเราเมื่อพิจารณาเนื่องๆ ย่อม
เบื่อหน่าย

เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมคลายกำหนดพอใจ เห็นธาตุ
ทั้งหลายเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความปรวนแปร
เป็นธรรมดา เมื่อเป็นเช่นนี้ ความยึดมั่นถือมั่นด้วย
อำนาจตัณหา มานะ ทิฐิ ย่อมไม่มี



ทำเหตุให้มากพอ

ถาม : มีคำสอนว่า เมื่อเราต้องการสิ่งใด ต้องทำเหตุให้ตรงกับผลที่ต้องการ ปริมาณของเหตุและคุณภาพของเหตุ ต้องเพียงพอ ผลก็จะเกิดตามมา เราจะรู้ได้อย่างไรว่ามันพอ เพราะสังเกตตามนิทาน บางทีทำเหตุชนิดเดียว แต่ได้ผลมาก

ตอบ : ต้องทำเหตุให้ยิ่งใหญ่ ผลก็จะมาก เหมือนในนิทานเหมือนกัน ในนิทานเหตุน้อยผลมาก ดังนั้นถ้าเราทำเหตุมาก ผลก็ยิ่งมาก

เช่น โจรขโมยมาหลายเรื่อง พอออกไปรบแล้วชนะ โทษทุกอย่างก็หมดไป ยังได้ยศและทรัพย์ด้วย

เช่น เรื่องโมสกะ เป็นสุนัขเห่าต้อนรับพระปัจเจกพุทธเจ้า จึงได้ผลมาก แต่เมื่อตอนทิ้งลูก ทำให้ชาติต่อมาตัวเองถูกนำไปทิ้ง แต่มีบุญคุ้มครองอยู่เพราะความดีที่ทำกับพระปัจเจกพุทธเจ้าซึ่งเป็นบุญใหญ่กว่าบาปที่ทำ



กตัญญู

พระพุทธเจ้าตรัสว่าคนหายากในโลกมี 2 ประเภท

1. คนกตัญญู มีน้อย

2. บุพการี ผู้อุปการะต่อเราด้วยจิตอนุเคราะห์จริงๆ มีน้อย

ผู้ออกตัญญู เฟ่งหาโทษอยู่เสมอ แม้จะให้แผ่นดินทั้งหมดแก่เขา ก็ไม่สามารถทำให้เขายินดีได้ (จากชาดกที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ เกี่ยวกับพระเทวทัตคิดร้ายพระองค์)

ถ้าเราอยู่ในฐานะผู้อุปการะ ก็อย่าเฟ่งโทษตัวเองมากนักว่าเราไม่ดี แต่เป็นเพราะเขากตัญญู

ฉะนั้น เขาไม่กตัญญูก็แล้วไป เรื่องของเขา ให้สำนักอยู่เสมอว่า

“ถ้าเราไปหวังสิ่งที่ไม่มียานภาพ เขาก็ทำไม่ได้” เช่นจะให้แมวตากเกวียน เป็นไปไม่ได้ ต้องให้ม้ามาตาก แต่จะให้ม้าจับหนูก็ไม่ได้ ต้องให้แมวมาจับ ถ้าไปหวังสิ่งที่เขาไม่มี เขาก็ทำให้เราไม่ได้ เราก็ผิดหวัง

มีบางคนบอกว่า ฟังใครไม่ได้เลย ฟังได้แต่ตัวเอง อย่าพูดอย่างนั้น พูดแล้วเสีย คนเราฟังได้ทุกคน แต่ต้องให้ตรงกับอานุภาพ (ความสามารถ) ของเขา การพูดอย่างนี้ มันอาจแสดงว่า เราเป็นอย่างไรเล่าจึงฟังใครไม่ได้

นิทานเรื่องฤๅษี

เมื่อน้ำหลากมา คน หนู งู นกแซกเต้ ลอยตามน้ำมาบน
แผ่นกระดาน เมื่อลอยมาถึงอาศรมของฤๅษี ท่านก็ช่วยไว้ ให้
ผิงไฟให้กินข้าว ฤๅษีเห็นว่าสัตว์นั้นตัวเล็กตัวน้อยคงหนาวมาก
จึงจัดให้ผิงไฟก่อน คนยังแข็งแรงอยู่ให้ผิงไฟที่หลัง

คนนั้นเป็นราชกุมาร พอฟื้นดีแล้วคิดว่า ฤๅษีนี้ไม่รู้จักเรา
ไม่ให้เกียรติเรา ให้สัตว์ผิงไฟก่อน ถ้ารอดกลับเมืองจะตอบ
แทนให้นาคู

ส่วนหนู งู บอกฤๅษีว่าตนมีทรัพย์อยู่ (ชาติก่อนเป็นคนเคย
ฝังไว้ เมื่อเกิดเป็นสัตว์ก็ไปเฝ้าทรัพย์) ส่วนนกแซกเต้บอกว่า
พอหาข้าวสาธิตให้ได้

ต่อมาวันหนึ่งฤๅษีจึงทดลองไปหาสัตว์ สัตว์ก็ออกมาบอก
ว่าฤๅษีต้องการอะไรจะให้ ฤๅษีบอกว่าฝากไว้ก่อน

ฤๅษีไปหาราชกุมารซึ่งตอนนี้ครองราชย์แล้ว เป็นพระราช
พระราชาก็ช้างเลี้ยงพระนครมองเห็นฤๅษีมาก็ให้คนจับไปเขียน
ฤๅษีพูดว่า

“ไม่ลายน้ำนั่นดีกว่าคนบางคน” คนเขียนได้ยินจึงถามถึง
ความหมายที่พูด ฤๅษีก็เล่าให้ฟัง ชาวเมืองจึงรู้ว่าพระราช
ออกตัญญู เลยจับพระราชาประหารชีวิต แล้วให้ฤๅษีเป็น
พระราชาทน



สัทธรรม

สัทธรรม คือธรรมที่ถูกต้องดีงาม

1. ปริยตีสัทธรรม การศึกษาเล่าเรียนที่ถูกต้องที่ดี ต้องไม่เป็นเหมือนจับปูที่หาง แล้วมันจะเอี้ยวมากัดคนจับ ต้องระวัง เช่น เรียนมาก มีมานะมากขึ้น เรียนมาก มีทฐิมากขึ้น เรียนมาก มือหังการ (นี่เป็นตัวเรา) มากขึ้น เรียนมาก มีมมังการ (นี่เป็นของเรา) มากขึ้น เรียนมาก มือดีมานะ (คู่มั่นผู้อื่น) มากขึ้น

ความรู้เป็นอันตรายก็มี ความรู้เกิดแก่คนพาล เพื่อความพินาศของคนพาลนั้น ฆ่าส่วนดีของเขาเสีย ทำให้ปัญญาของเขาตกไป

2. ปฏิปัตตีสัทธรรม คือการปฏิบัติธรรม

3. ปฏิเวธสัทธรรม การได้บรรลุผลของการปฏิบัติ ปฏิบัติมาอย่างไรได้รับผลของการปฏิบัตินั้น

ตัวอย่าง ปฏิเวธ คนบริจาคน เป็นคนมักให้ ให้จนผลปรากฏ
มั่นใจในผลของท่าน

มีพระรูปหนึ่ง ท่านได้ลาภก็แบ่งปันผู้อื่น จนมั่นใจในทาน
ของท่าน วันที่พระราชาก็ทำท่านถวายผ้า ท่านพูดว่า คอยดูเถิด
จิ๋วที่ดีที่สุดจะได้แก่ท่าน ปรากฏว่าเป็นจริงมหาอำมาตย์ทูล
พระราชาวา พระองค์นี้พูดไว้ตั้งแต่เมื่อวานแล้วว่าจะได้ของที่ดี
ที่สุด

พระราชาก็ถามว่าได้อนาคตตั้งสัจจะ (รู้อนาคต) ตั้งแต่เมื่อไร
ท่านตอบว่าไม่ใช่ แต่มั่นใจในทานที่เคยทำมา

นี่คืออานิสงส์ของการปฏิบัติ ปฏิบัติมาอย่างไรย่อมได้ผล
ของการปฏิบัติอย่างนั้น

สัทธรรม เป็นส่วนหนึ่งของสัจธรรม สัจธรรม คือความจริง
มีความหมายคลุมสัทธรรม ธรรมของคนดี



9

แก่นพระพุทธศาสนา (มหาสารโปมสูตร)

พระพุทธเจ้าประทับ ณ ภูเขาอิสิมกุฏ เมืองราชคฤห์
ตรัสสอนภิกษุทั้งหลายว่า

บางคนมีศรัทธาออกบวช เมื่อบวชแล้วได้ลากสักการะ
เป็นอันมาก พอใจหลงใหลในลากสักการะนั้น ยกตนข่ม
ผู้อื่น เขาพอใจเพียงแค่นั้นว่าเป็นผลสูงสุดของการบวช
ไม่ชวนขยายเพิ่มเติม อยู่อย่างประมาท เมื่อประมาทก็
เป็นทุกข์ เปรียบเหมือนคนต้องการแก่นไม้มาเพื่อทำ
ของอย่างหนึ่ง เทียวไปหาแก่นไม้ในป่า แต่ไม่รู้จักแก่น
ไม้ ได้กิ่งและใบก็คิดว่าเป็นแก่นไม้ เขาย่อมทำสิ่งที่
ต้องการทำด้วยแก่นไม้ไม่สำเร็จ

บางคนไม่พอใจเพียงลากสักการะและชื่อเสียง จึง

ทำศีลให้สมบูรณ์แล้วจึงพอใจ ศีลเปรียบเหมือนสะเก็ดไม้

บางคนไม่พอใจเพียงศีล จึงทำสมาธิให้บริบูรณ์ แล้วพอใจอยู่ในสมาธิ อันเปรียบเหมือนเปลือกไม้

บางคนไม่พอใจเพียงสมาธิ จึงทำปัญญาให้เกิดขึ้น แล้วพอใจในปัญญานั้นอันเปรียบด้วยกระพี้

บางคนไม่พอใจเพียงลาภสักการะ ชื่อเสียง ศีล สมาธิ ปัญญา เขาทำจิตให้หลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวง เรียกว่าได้แก่นของพระพุทธศาสนา

ถ้าเปรียบพุทธศาสนาเหมือนต้นไม้ทั้งต้น จะเปรียบได้ ดังนี้

1. ลาภสักการะ ชื่อเสียง เปรียบเหมือนใบและกิ่ง
2. ศีล เปรียบเหมือนสะเก็ด
3. สมาธิ เปรียบเหมือนเปลือก
4. ปัญญา เปรียบเหมือนกระพี้
5. วิมุตติ เปรียบเหมือนแก่น

พระพุทธองค์ทรงสรุปว่า ภิกษุทั้งหลาย ด้วยประการดังกล่าวมานี้จึงประมวลลงได้ว่า เราประพฤติพรหมจรรย์นี้ มิใช่เพื่อลาภสักการะ ชื่อเสียง ศีล สมาธิ ปัญญา (ญาณทัสสนะ) แต่เราประพฤติพรหมจรรย์นี้เพื่อความหลุดพ้นแห่งจิตอันไม่กำเริบ ซึ่งถือว่าเป็นแก่นสารที่

แท้จริง

ภิกษุทั้งหลายฟังแล้ว ชื่นชมยินดีต่อภายิตของพระ
ผู้มีพระภาคเจ้า

.....

อาจารย์วศิน อินทสระ อธิบายเพิ่มเติมว่า

ปัญญาในพระสูตรนี้ ทรงใช้คำว่า ญาณทัสสนะ
หมายถึงการรู้เห็นตามเป็นจริง ไม่ใช่รู้ตามที่ปรากฏ

เพราะสิ่งที่ปรากฏอาจหลอกเราได้ เช่น สีเขียว
เมื่ออยู่ภายใต้ไฟสีเหลือง จะเห็นเป็นสีน้ำตาล อุณหภูมิ
ซึ่งไม่ร้อนไม่เย็น แต่ถ้าเราออกมาจากห้องเย็นจะรู้สึก
ว่าร้อน

ทางจิตก็เหมือนกันถ้าจิตเราถูกกิเลสครอบงำ ก็
เห็นไปอย่างหนึ่ง พอจิตเป็นอิสระไม่ถูกครอบงำ มี
ปัญญาเต็ม ก็จะเป็นอีกอย่างหนึ่ง พุทธศาสนาต้อง
ให้เห็นสิ่งต่างๆ ด้วยปัญญาอันชอบ (สัมมาปัญญา)
ไม่ใช่เห็นตามอำนาจของกิเลส

เกี่ยวกับความหลุดพ้น (วิมุตติ) มี 3 แบบ

1. หลุดพ้นที่ยังกำเริบ (ตถังควิมุตติ) หมายถึง
หลุดพ้นชั่วคราว

2. หลุดพ้นเพราะข่มกิเลสไว้ด้วยกำลังฌาน

(วิฆัมภณวิมุติ)

3. หลุดพ้นอย่างเด็ดขาด ไม่กำเริบอีก (สมุจเฉทวิมุติ) ก็เลิกละที่ได้แล้วก็เป็นอันละได้ขาด ไม่กลับเกิดขึ้นอีก เช่น ความหลุดพ้นของพระอริยบุคคลตั้งแต่โสดาบันขึ้นไป



ความอัศจรรย์

ความอัศจรรย์ของพระธรรมวินัยเมื่อเทียบกับมหาสมุทร
มี 8 ประการ

1. มหาสมุทรลึกลงโดยลำดับ ค่อยๆ ลาดลงตามลำดับ ไม่
โกรกชันเหมือนเขาขาดพระธรรมวินัยมีการศึกษา การกระทำ
การปฏิบัติ ค่อยๆ เป็นไปตามลำดับ

2. มหาสมุทรน้ำไม่ล้นฝั่ง พระธรรมวินัยนั้น อริยสาวก
ทั้งหลายไม่ล่วงสิกขาบท (ละเลยคำสั่งสอน) แม้ต้องเสียชีวิต

3. มหาสมุทรไม่อยู่กับซากศพ จะซัดเข้าหาฝั่งหมด พระ
ธรรมวินัย ภิกษุทุศีลจะถูกสงฆ์กำจัดให้ออกจากหมู่

4. แม่น้ำทุกสายเมื่อไหลลงสู่มหาสมุทรแล้วก็ละทิ้งนาม
และโคตรของตน ภิกษุทั้งหลายเมื่อบวชแล้วก็ละวรรณะทั้ง 4
มาเป็นสมณศากยบุตรทั้งหมด

5. สายน้ำในโลก แม้จะไหลลงสู่มหาสมุทร แต่ไม่เห็นความ
พร่องและความเต็มนั้น ภิกษุแม้จะนิพพานไปแล้วด้วยอนุปาติ
เสสนิพพานธาตุ แต่ความพร่องและความเต็มก็ไม่ปรากฏแก่
นิพพานธาตุ (คนทั่วไปนึกนิพพานเหมือนสถานที่แห่งหนึ่ง กลัว
ว่าคนนิพพานไปเยอะๆ แล้วสถานที่แห่งนั้นจะเต็ม ทรงบอกว่า
ไม่มีวันเต็ม เหมือนน้ำในมหาสมุทรไม่มีวันเต็ม)

6. มหาสมุทรมীরสเดี่ยวคืออรสเค็ม พระธรรมวินัยมীরสเดี่ยว
คือวิมุติรส

7. มหาสมุทรมীরตนะเป็นอันมาก เช่น มุกดา เป็นต้น พระ
ธรรมวินัยมীরตนะเป็นอันมาก เช่น สติปัฏฐาน 4, โพชฌงค์ 7
 เป็นต้น

8. มหาสมุทรเป็นที่อยู่ของภูติเป็นอันมาก เช่น ปลา นาค
อสูร

พระธรรมวินัยเป็นที่อยู่ของภูติเป็นอันมาก เช่น โสดาบัน,
ผู้ปฏิบัติเพื่อโสดาบัน, อนาคามี เป็นต้น



10

คุณธรรมแห่งผู้อยู่ร่วมกัน (จุฬโคสิงคสาละสูตร)

ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับอยู่ ณ ที่พักสร้างด้วยอิฐ ในนาทิกคาม ตอนเย็นเสด็จออกจากที่พักแล้ว เสด็จไปยังป่าโคสิงคสาละวัน (ป่าสาละซึ่งมีต้นสาละใหญ่ ต้นหนึ่งลักษณะเหมือนเขาโค) คนรักษาป่าไม่ยอมให้เข้าไป อ้างว่ามีกุลบุตร 3 ท่านซึ่งต้องการความสงบพักอยู่ ไม่อยากให้เข้าไปรบกวน

กุลบุตร 3 ท่านนั้น คือ พระอนรุทธะ พระนันทิยะ และพระกิมิละ พระอนรุทธะได้ยื่นเสียงสนทนานั้นจึงรีบชวนเพื่อนอีก 2 รูปออกมาต้อนรับพระศาสดา

พระศาสดาเสด็จเข้าไปในป่าโคสิงคสาละวัน ตรัสถามพระเถระทั้งสามว่า อยู่สุขสบายดีหรือ ลำบากด้วยอาหาร

บิณฑบาตหรือไม่ พวกเธอยังพร้อมเพรียงกัน มีความ
ชื่นชมต่อกันอยู่หรือ

พระเถระทั้งสามทูลว่า อยู่สุขสบายดี ไม่ลำบากด้วย
อาหารบิณฑบาต และยังมีความชื่นชมต่อกันอยู่ เข้ากัน
ได้เหมือนน้ำกับน้ำมัน

พระศาสดาตรัสถามว่า ที่เป็นเช่นนั้นได้ด้วยคุณธรรม
อะไร พระเถระทั้งสามทูลว่า

เพราะมีเมตตาต่อกันทั้งทางกาย วาจา และใจ ทั้ง
ต่อหน้าและลับหลัง ไม่ประพฤติตนกระทำตามใจตน
แต่พยายามตามใจผู้อื่น เมื่อเป็นเช่นนี้ กายของข้า
พระองค์ทั้งสามแม้ต่างกัน แต่จิตเป็นอย่างเดียวกัน

“พวกเธอมีความเพียรไม่ประมาณหรือ” พระศาสดา
ตรัสถามต่อไป

“เป็นอย่างนั้นพระเจ้าข้า” พระอนุรุธะทูลตอบ

“พวกเธอเป็นอย่างนั้นได้เพราะอะไร”

“พวกข้าพระองค์ปฏิบัติอย่างนี้คือ เมื่อออก
บิณฑบาต ใครกลับมาก่อนก็ปูผ้าอาสนะไว้ ตั้งน้ำฉัน
น้ำใช้ ถาดสำหรับไว้ ผู้ใดกลับทีหลัง เมื่อฉันเสร็จแล้ว ถ้า
มีอาหารเหลือฉันก็ทิ้งเสียในที่ไม่มีหญ้า หรือเทลงในน้ำ
ที่ไม่มีสัตว์ เก็บอาสนะ เก็บน้ำฉัน น้ำใช้ หากน้ำชำระ
ว่างเปล่าก็จัดแจงใส่ให้เต็ม ถ้าทำคนเดียวไม่ไหวก็เรียก

ให้เพื่อนช่วย พวกข้าพระองค์ไม่บ่นเกี่ยวกับเรื่องเหล่านี้

อนึ่ง ทุกๆ 5 วัน เราจะสนทนาธรรมกันตลอดคืน พวกข้าพระองค์ไม่ประมาณ มีความเพียรอยู่อย่างนี้”

พระพุทธองค์ทรงชื่นชมยินดีต่อคุณธรรมของ พระสาวก และตรัสถามถึงคุณธรรมที่สูงยิ่งๆ ขึ้นไป

พระอนุรุทธะตอบว่า มีอยู่ตั้งแต่ฌาน 4 ฌาน 8 และ นิโรธสมาบัติ รวมเป็น 9 ระดับ เรียกโดยชื่อว่า อนุปปพ วิหาร เป็นธรรมเครื่องอยู่ของพระอริยเจ้า

พระศาสดาทรงพอพระทัย เสด็จกลับไปแล้ว เมื่อ พระศาสดาเสด็จกลับแล้ว พระนันทิยะและพระกิมิละ ได้กล่าวกับพระอนุรุทธะว่า พระอนุรุทธะประกาศคุณ วิเศษของพวกตนทั้งที่ตนไม่เคยบอกเลยว่ามีหรือไม่มี

พระอนุรุทธะตอบว่า ไม่เคยบอกก็จริง แต่ท่าน กำหนดรู้ด้วยใจว่า ท่านทั้งสองมีคุณธรรมอันวิเศษอยู่ ภายในใจจนเป็นพระอรหันต์



บารมี

บารมี มี 3 ชั้น

1. บารมี
2. อุปบารมี
3. ปรมัตถบารมี

ยกตัวอย่างเรื่องทาน การให้วัตถุสิ่งของภายนอกเป็นทานบารมี
การให้เลือดเนื้อเป็นอุปบารมี การให้ชีวิตเป็นปรมัตถบารมี

ในเรื่องศีล ประพฤติศีลอย่างไรเป็นบารมี

ศีลบารมี ขอมเสียบสมบัติ แต่ไม่เสียศีล

ศีลอุปบารมี ขอมเสียอวัยวะ แต่ไม่เสียศีล

ศีลปรมัตถบารมี ขอมเสียชีวิต แต่ไม่เสียศีล

นี่เป็นการอธิบายตามตำรา หากแต่ตามความเห็นของอาจารย์
วศิน อินทสระ กล่าวดังนี้

บารมี ถ้าเราทำอะไรเพื่อตนเอง (อะไร คือ ทาน ศีล ภาวนา
เนกขัมมะ ฯลฯ สิ่งที่เราทำ)

อุปบารมี ถ้าเราทำอะไรเพื่อผู้อื่นปรมัตถบารมี ถ้าเราทำอะไร
เพื่อสันนิบาต

ทำให้เราบำเพ็ญบารมีได้ตลอดเวลา



ปฏิจจสมุปบาท

ปฏิจจสมุปบาท มีกิเลส 3 ตัว

อวิชชา ตัณหา อุปาทาน

3 ตัวนี้มีความสัมพันธ์กันอยู่ จะละตัวไหนก่อนก็ได้ อีก 2 ตัวจะถูกละไปด้วยเหมือนไม้ 3 อันพัวพันอยู่ ดึงออก 1 อัน อีก 2 อันก็จะล้มไปด้วย

ถ้าตัวไหนเกิดมาก อีก 2 ตัวก็จะเกิดมากตามไป

หมายเหตุ : ฉันคิดว่าละตัณหาง่ายสุด เวลามันอยากได้อะไร ตอบว่า “ไม่อะ” แล้วเดินหนีไป 555 (ไม่นับตอนที่เดินกลับมา 666)



ปัจจุบันที่ดี

เราสร้างอนาคตด้วยปัจจุบันที่ดี คนฉลาดในการดำรงชีวิต ก็คือปิดกั้นอดีต อนาคต ให้อยู่กับปัจจุบัน

สุภาษิตจีน “ผู้ก้าวอย่างอย่างละม่อม ย่อมก้าวได้ไกล” (คือ ก้าวดี ๆ ไม่พลาด) สุภาษิตในชาดก “ความหวังผลย่อมสำเร็จ แก่ผู้ที่รู้จักรอคอย ไม่รีบร้อน” สุภาษิตฝรั่ง “ความสำเร็จย่อม มีแก่ผู้ที่มีจิตใจจดจ่อ แต่รอได้”

เราตั้งมั่นอยู่แต่ปัจจุบันที่ดี อนาคตช่างมัน เพราะอนาคต เป็นความหวัง อาจสำเร็จหรือไม่สำเร็จก็ได้ ถ้าไม่สำเร็จ เามา วิเคราะห์เพื่อหาความสำเร็จต่อไป ความล้มเหลวในวันนี้ อาจ เป็นความสำเร็จในวันหน้า ความคิดนี้ทำให้เรามั่นคงปักปันใน ทิศทางของเรา เป็นคนประเภทดวงดาว คือโคจรไปตามวิถีทาง ของตน แน่วแน่มั่นคง (ไม่ใช่แบบโบ้ยมือวู่วาม คือแล้วแต่ลม พาไป) ไม่เบื่อหน่าย ความล้มเหลวเามาเป็นบทเรียน

“เป็นคนพยายามรำไป บัณฑิตยอมไม่เบื่อหน่าย”

ใช้ชีวิตอยู่ไปทีละวัน ทีละชั่วโมง คิดแบบอยู่ในขณะปัจจุบัน ชั่วโมงนี้ดีแล้วสำหรับเรา อย่าเห็นขว้างอดีต อย่าคาดหวัง อนาคต มันทำให้เวลาปัจจุบันถูกแบ่งไป ไม่เต็มเม็ดเต็มหน่วย เหมือนสายน้ำไหลไปหลายทิศทางก็ไม่แรง ถ้าไหลไปทาง

เดียวก็ไหลแรง กระแสจิตกระแสความคิดก็เหมือนกัน ถ้าคิด
ไปทางเดียว กระแสก็แรงขึ้น การทำสมาธิก็เพื่อรวมกระแสจิต
ให้มีอารมณ์เดียว ขอให้เห็นคุณค่าของขณะนี้ปัจจุบันว่ามีคุณค่า
มากที่สุด

.....

คำสอนนี้ถ้าดูโดยรวม บางคนจะรู้สึกเหมือนสอนให้ไม่รู้จักร
วางแผน ให้เป็นคนลอยๆ ไปเรื่อยๆ ทำให้คิดว่าเป็นชีวิตที่
ไร้สาระมาก

ฉันเคยผูกชีวิตไว้เป็นแพอย่างนี้เหมือนกัน เอาอดีตอนาคต
และวันนี้ชั่วโมงนี้มารวมกันหมดและอยากให้ทุกอย่างดี แม้แต่
อดีตที่ไม่ดีซึ่งผ่านไปแล้ว ทำอะไรไม่ได้แล้ว ก็ยังอยากให้มัน
กลับมาดี ซึ่งการมองชีวิตเป็นแพแบบนี้สร้างความยุ่งเหยิงให้
หัวใจมากมาย

ตอนนี้ฉันใช้ชีวิตตามคำสอนข้างบนนี้

อดีตคือสิ่งที่ผ่านไปแล้ว อะไรไม่ดีไม่ทำอีก อะไรเคยเสียใจ
ตั้งใจขอโทษกลับไปแล้วเลิกกัน ถ้าวิบากจะมาถึงก็ยอมรับโดยดี
แล้วเลิกคิดถึงอดีตอีก

อนาคตคือสิ่งที่นักวางแผนต้องล้มเหลวเสมอ เพราะมัน
ไม่ค่อยเป็นไปตามแผนเท่าไรนัก ดังนั้นวางแผนไว้คร่าวๆ
หรือสำรองสักแผนสองแผน คิดให้ดี แล้วจบกัน รอดูเมื่อเรื่อง
มันมาจริงๆ แล้วเลือกเอาแผนใดที่วางไว้แล้วออกมาใกล้เคียง

ที่สุด แต่กระนั้นก็พบว่ายังต้องปรับให้อีกบ้างเหมือนกันก่อน
จะลงตัว แต่มันทำให้เราไม่ต้องกังวลเรื่องอนาคตอีกต่อไป แล้ว
ก็คิดว่า อะไรจะเกิดก็เกิดมาเถอะ ห้ามไม่ได้อยู่แล้ว “แล้วค่อย
ว่ากัน”

ลงท้ายจึงเหลืออยู่แค่ปัจจุบัน ก็ทำไปเท่าที่ทำได้แม้ใน
ปัจจุบันเองก็ยังมึนงงที่บางเรื่องโผล่มาในความคิด วินาทีนั้น
เองที่ใช้คำสอนข้างบนนี้เต็มทีคือ

“ช่างมัน ฉันไม่คิดเรื่องนี้” แล้วคุณลมหายใจเป็นอย่าง
สังขารจริง ๆ คือ วินาทีต่อมาอยู่กับลมหายใจและวินาทีต่อมา
เรื่องอื่นก็เข้ามาในความคิดต่อไป อยู่ที่ว่าเราจะคิดหรือไม่คิด
กับมัน

ถ้าชีวิตไม่ผูกอดีต อนาคต ปัจจุบัน ไว้เป็นแพเราก็จะได้
ไผ่ลำเดียวและนำมาทำสุยได้ เอามาทำข้าวหลามได้ ชีวิตสนุก
ขึ้นเยอะพอสมควร



โลกของจิตใจ

มงคล 38 ข้อหนึ่งกล่าวว่า “จิตของผู้ใดถูกโลกธรรมแล้ว ไม่หวั่นไหว เป็นมงคลอันสูงสุด”

ปฏิเสธสมุปปาท คือ อาศัยกันและกันเกิดขึ้น เมื่อมีสิ่งนี้จึงมีสิ่งนี้

คนตาดี ไม่มีแสงสว่าง ก็มองไม่เห็น

คนตาไม่ดี มีแสงสว่าง ก็มองไม่เห็น

พระพุทธเจ้ามาให้แสงสว่างแก่คนตาดีเห็นธรรมได้ (ตาดีประโยชน์ ไม่ได้หมายถึงดวงตา หมายถึงจิตใจ)

ธรรมะมีอยู่ตลอดเวลาเหมือนป้ายบอกทาง คนที่อ่านป้ายไม่ออกก็ไปไม่ถูก นี่เทียบให้เห็นว่า มีสิ่งที่บอกความจริงอยู่มากมาย แต่คนไม่เห็นความจริง เพราะอ่านไม่ออก เป็นหน้าที่ของเราช่วยให้คนอ่านป้ายออก เป็นผู้นำทาง เป็นผู้ฉลาดในทาง

จิตนำโลกไป สัตว์โลกย่อมเดินรนไปเพราะจิต พอจิตสงบโลกก็สงบ สัตว์โลกเป็นไปตามอำนาจของจิต คนเก่งคือคนที่สามารถเอาจิตไว้ในอำนาจได้ เพราะคนทั่วไปข่มไว้ไม่อยู่ ทำให้คนคิดในสิ่งที่ไม่อยากคิด

ในชีวิตประจำวัน เราถูกรอบงำ เช่น รส แสงหาอาหาร
อร่อย คนขายก็พยายามทำให้อร่อย การโฆษณาชวนให้ไป
ถูกรอบงำ คนก็สมัครใจไปถูกรอบงำด้วย

เราคิดว่าเราอยู่ในโลกของวัตถุ ความจริงเราอยู่ในโลก
ของจิตใจ

สังคมจะเย็นหรือร้อนก็เป็นไปตามจิตใจ สังคมไม่เปลี่ยน
ถ้าจิตใจไม่เปลี่ยน



อนัตตา

อนัตตา ไม่เป็นสาระ ที่เห็นว่าเป็นสาระ เพราะใจเราไปยึดไว้เอง

สุภาสิตฝรั่งว่า ทุกอย่างไม่เที่ยงไม่ดำรงอยู่ ยกเว้นความเปลี่ยนแปลงเท่านั้นที่เที่ยง ดังนั้น อนิจจตาในพุทธศาสนาจึงทอนลงมาเป็นขณิกะ (ชั่วขณะ)

“ทุกอย่างเกิดขึ้นชั่วขณะ แล้วก็ดับไป”

ฉะนั้น สุภาสิตกรีกจึงบอกว่า

“ไม่มีใครกระโดดลงไปในกระแสน้ำเดิมเป็นครั้งที่สองได้”

(เพราะว่ากระแสน้ำไหลไปแล้ว)

อสารัตถะ อนัตตา แปลว่า ชื่อว่าเป็นอนัตตา เพราะวาทาสาระมิได้ ทอนลงมาเป็นศูนย์ คือสูญญตา

เมื่อไม่มีอะไร ก็ไม่มีความหมาย เช่น เครื่องบิน บินไปบินมา ไม่มีความหมายอะไร พอมีคนที่เรารักนั่งเครื่องบินลำนั้นมา เครื่องบินนั้นจะมีความหมายขึ้นมาทันที เพราะใจเราไปยึด



เพชรบนหัวคางคก

เพชรบนหัวคางคก คือเก็บเอาสาระดี ๆ ไว้ ส่วนอื่นปล่อยไป เช่น มีคนพูดเรื่องดี แต่ตัวคนพูดไม่น่าศรัทธา เราก็เอาแต่คำพูดนั้นมาใช้ ไม่ต้องสนใจคนพูด

สิ่งที่มีคุณและโทษปนกันอยู่ ก็เลือกเอาเฉพาะสิ่งมีคุณ เหมือนร่างกายนี้มีทุกซ์โทษมากแต่ใช้ประโยชน์ได้ ก็บำรุงรักษาเอาไว้ใช้ประโยชน์



11

ปานี้งามสำหรับใคร (มหาโคติงคสาธสูตร)

พระผู้มีพระภาคประทับที่ป่าโคติงคสาธวัน พร้อมด้วยสาวกผู้มีชื่อเสียงหลายรูป เช่น พระสารีบุตร พระมหาโมคคัลลานะ เป็นต้น

เวลาเย็น พระมหาโมคคัลลานะชวนพระกัสสปไปหาพระสารีบุตรเพื่อฟังธรรม และชวนพระอนรุทธะไปด้วย พระอานนท์เห็นดังนั้น จึงชวนพระเวทสะไปฟังธรรมของพระสารีบุตรด้วย

พระสารีบุตรกล่าวกับพระอานนท์ว่า ป่าโคติงคสาธวัน วันนี้น่ารื่นรมย์ คำคินก็แจ่มกระจ่าง ดอกสาละบาน สะพรั่งเต็มต้น ฟุ้งขจรกลั่นคล้ายกลั่นทิพย์ ปานี้งามสำหรับพระเช่นไร

พระอานนท์ตอบว่า งามสำหรับพระที่เป็นพหูสูตร
เป็นแน่ พระสารีบุตรถามพระรูปอื่นอีก

พระเวทศตอบว่า งามสำหรับพระที่ชอบอยู่ป่า มีความสงบภายในอย่างยิ่ง พระอนรุทธะตอบว่า งาม
สำหรับพระที่มีตาทิพย์ ตรวจดูโลกด้วยตาทิพย์บ่อยๆ
พระมหากัสสปตอบว่า ป่านี้งามสำหรับพระที่ชอบอยู่ป่า
เป็นวัตร ถือบิณฑบาตเป็นวัตร นุ่งผ้าบังสุกุลเป็นวัตร
และสรรเสริญธุดงค์คุณเช่นนั้นด้วย พระมหาโมคคัล
ลานะตอบว่า ป่านี้งามเหมาะสมที่พระทั้งหลายจะมา
คุยธรรมะอันลึกซึ้งต่อกัน

พระมหาโมคคัลลานะถามพระสารีบุตรบ้าง พระ
สารีบุตรตอบว่า งามสำหรับพระที่สามารถบังคับจิตของ
ตนเองได้ อยากจะอยู่ด้วยธรรมใดก็อยู่ด้วยธรรมนั้นได้
เปรียบเหมือนพระราชาทรงมีภูษามาก ปรารถนาจะแต่ง
องค์ด้วยผ้าใดก็ย่อมทรงใช้ได้ตามปรารถนา

พระสารีบุตรชวนพระทั้งหมดไปเฝ้าพระศาสดา
ทูลเล่าเรื่องที่สนทนากันให้ทรงทราบ และทูลถามว่า
พระองค์ทรงเห็นว่า ป่านี้งามสำหรับพระเช่นไรและความ
เห็นของใครถูกต้องดีงาม

พระศาสดาตรัสตอบว่า ทุกท่านพูดถูกต้องดีงาม แต่
สำหรับพระองค์เองเห็นว่า ป่าโคสิงคสาวันนี้งามสำหรับ

พระที่นั่งสมาธิ ตั้งกายตรงดำรงสติไว้เฉพาะหน้า แล้ว
ตั้งปณิธานว่า

“จิตของเรายังไม่หลุดพ้นจากกิเลสเพียงใด เราจัก
ไม่ลукเพียงนั้น”

.....

อาจารย์วชิร อินทสระ อธิบายเพิ่มเติมทำยบทว่า
จะเห็นได้ว่า พระเหล่านั้นเห็นว่า ปานี้งามสำหรับ
พระที่เป็นอย่างเดียวกับคุณสมบัติที่ตัวท่านเองมีอยู่ และ
ท่านเหล่านั้นล้วนเป็นผู้ที่หลุดพ้นจากกิเลสแล้ว แต่พระ
ศาสดาทรงมีความเห็นเอื้อเพื่อต่อพระที่ยังมีกิเลส ยัง
บำเพ็ญเพียรเพื่อความหลุดพ้นอยู่ ทรงมีความเห็น
เกื้อกูลแก่ผู้มีความเพียรด้วย และไม่ทรงปฏิเสธความ
เห็นของผู้หลุดพ้นแล้ว

ปาเป็นสถานที่น่ารื่นรมย์และงามโดยธรรมชาติ
เกื้อกูลแก่ความสงบผ่องแผ้วแห่งจิต เหมาะสำหรับ
ผู้ต้องการทำความเพียรเพื่อถ้ายถอนกิเลส





12

คนเลี้ยงโค (มหาโคपालสูตร)

พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับอยู่ ณ เขตวนาราม เมือง
สาวัตถี ตรัสสอนภิกษุทั้งหลายเรื่องคุณสมบัติของคน
เลี้ยงโค เทียบด้วยคุณสมบัติของภิกษุ 11 ประการ ดังนี้

1. รู้จักรูปของโค เทียบด้วยภิกษุที่รู้จักรูป คือ
มหาภูตรูป 4 (ดิน น้ำ ไฟ ลม) และรูปที่อาศัยมหาภูต
รูปจึงเกิดขึ้นได้ เช่น สี กลิ่น รส

2. ฉลาดในลักษณะของโค (ว่าดีหรือไม่ดี) เทียบ
ด้วยคุณสมบัติของภิกษุ คือ รู้จักคุณลักษณะคนว่าอย่างนี้
เป็นลักษณะคนพาล อย่างนี้เป็นลักษณะบัณฑิต โดยดู
ที่การกระทำของเขา (ไม่ใช่ดูที่รูปร่าง)

3. เมื่อโคมีแผล และแมลงวันมาหยอไชไวกี่แผล

นั้น คนเลี้ยงโคย่อมคอยเจียนไชนั้นออก เทียบด้วย
คุณสมบัติของภิกษุ คือ การละบรรเทาการคิดถึงเรื่อง
กาม เรื่องพยาบาท และเรื่องการเบียดเบียน ไม่ให้ทับถม
อยู่ในจิต คอยทำให้หมดไป

4. เมื่อโคมีแผล โคบาลย่อมรู้จักปิดแผล เทียบด้วย
คุณสมบัติของภิกษุ คือ รู้จักสำรวมอินทรีย์ 6 คือ ตา หู
จมูก ลิ้น กาย และใจ ไม่ให้ความยินดียินร้ายครอบงำ
ได้ เมื่อตาเห็นรูป หูฟังเสียง เป็นต้น

5. รู้จักสุมไฟให้โคเพื่อไล่สัตว์ที่มารบกวน เทียบ
ด้วยคุณสมบัติของภิกษุ คือ แสดงธรรมที่ตนได้ยิน
ได้ฟังได้ศึกษามาโดยละเอียด

6. รู้จักทำน้ำท่าข้ามฝั่ง เทียบด้วยคุณสมบัติของ
ภิกษุ คือ รู้จักเข้าไปหาพระเถระผู้เป็นพหูสูตร ทรงธรรม
ทรงวินัย และได้ถามถึงข้อสงสัยของตนเกี่ยวกับพระ
ธรรมวินัย

7. รู้จักให้โคดื่มสิ่งที่ควรดื่มและไม่ควรดื่ม เทียบ
ด้วยคุณสมบัติของภิกษุ คือ เมื่อฟังธรรมได้ดื่มรสแห่ง
พระธรรม รู้รรถ รู้ธรรม ได้ปีติปราโมทย์ในธรรม

8. รู้จักทางที่โคควรไปและไม่ควรไป เทียบด้วย
คุณสมบัติของภิกษุ คือ รู้จักอริยมรรคมีองค์ 8 อันเป็น
ทางประเสริฐแท้จริง

9. จลาคในทีหากินของโค เทียบด้วยคุณสมบัติของ
ภิกษุ คือ จลาคในสติปัฏฐาน 4 คือ กาย เวทนา จิต
ธรรม อันเป็นทางของพระอริยเจ้าทั้งหลาย

10. ริดนมโคให้เหลือไว้ ไม่รีดจนเกลี้ยงเต้า เทียบ
ด้วยคุณสมบัติของภิกษุ คือ เมื่อมีผู้ศรัทธา ปวารณา
ถวายปัจจัย 4 ภิกษุควรประมาณในการรับ

11. ยกย่องโคจำฝูง เทียบด้วยคุณสมบัติของภิกษุ
คือ เคารพยกย่องภิกษุผู้เป็นเถระ เป็นบิดาสงฆ์ เป็น
ผู้นำสงฆ์ มีกาย วาจา ใจ ประกอบด้วยเมตตาต่อท่าน
ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

พระศาสดาทรงแสดงว่า โคบาลผู้ประกอบด้วย
คุณสมบัติ 11 ประการนี้ ควรเป็นเจ้าของฝูงโค สามารถ
ทำให้ฝูงโคเจริญได้ ภิกษุผู้ประกอบด้วยคุณสมบัติ 11
ประการ ก็เป็นผู้ควรเจริญออกงามไพบูลย์ในธรรมวินัย
นี้

ภิกษุทั้งหลายต่างชื่นชมยินดีต่อพระพุทธภาษิต
เป็นอย่างมาก



เทวตาสังยุต

เทวตาทถามพระพุทธเจ้าว่า ให้อะไรจึงชื่อว่าให้
พระพุทธเจ้าทรงตอบว่า

1. ให้ข้าวน้ำชื่อว่าให้กำลัง
2. ให้ผ้าชื่อว่าให้ผิวพรรณ
3. ให้ยานพาหนะ(รวมรั่ม, รองเท้า) ชื่อว่าให้ความสุขหรือ

ความสะดวก

4. ให้แสงสว่างชื่อว่าให้จักขุ
5. ให้ที่อยู่อาศัยชื่อว่าให้ทุกอย่าง
6. ผู้ใดสอนธรรม ผู้นั้นชื่อว่าให้อมตะ (สิ่งที่ไม่ตาย)



13

ผู้นำข้ามฝั่ง (จูฟโคपालสูตร)

พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับอยู่ที่ริมฝั่งแม่น้ำคงคา เมืองอุกกเวลา เขตแคว้นวัชชี ทรงสั่งสอนภิกษุทั้งหลาย เกี่ยวกับเรื่องผู้นำชุมชนที่ฉลาดและไม่ฉลาด เทียบด้วย โคบาลซึ่งนำฝูงข้ามแม่น้ำ มีใจความสำคัญดังนี้

เคยมีโคบาลชาวมครผู้ไม่ฉลาด ในเดือนท้ายฤดูฝน เขาไม่ได้พิจารณาให้ดีว่าตรงนั้นไม่ใช่ท่าข้าม เขา นำโคข้ามฝั่งไปสู่รัฐวิเทหะ ฝูงโคว่ายไปสู่กระแสน้ำวนกลางแม่น้ำคงคา ทำให้จมน้ำตายหมด

เปรียบเหมือนสมณพราหมณ์บางพวกที่ไม่ฉลาด เรื่องโลกนี้โลกหน้า ไม่ฉลาดในธรรมอันเป็นบ่วงมารและที่ให้พ้นจากบ่วงมาร หมู่ชนที่เลื่อมใสและปฏิบัติตาม จึง

ไม่ได้รับประโยชน์ มีแต่ทุกข์โทษตลอดกาลนาน

ส่วนโคบาลชาวมคธผู้ฉลาด นำฝูงโคข้ามฝั่งโดยปลอดภัย โดยให้โคนายฝูงข้ามไปก่อน ต่อไปเป็นโคที่มีกำลังและโคฝึก โคหนุ่ม โคสาว ลูกโค แม้แต่ลูกอ่อนที่เกิดในวันนั้น ก็สามารถลอยตามเสียงแม่ไปได้

ทรงเปรียบโคกับสาวกดังนี้

1. โคจำฝูง เทียบด้วยพระอรหันต์
2. เหล่าโคที่มีกำลังและโคฝึก เทียบด้วยพระอนาคามี
3. โคหนุ่มสาว เทียบด้วยพระสกทาคามี
4. ลูกโค เทียบด้วยพระโสดาบัน
5. ลูกโคอ่อนแม่ที่เกิดในวันนั้น เทียบกับผู้ที่กำลังปฏิบัติเพื่อโสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล

“ภิกษุทั้งหลาย เราแลเป็นผู้ฉลาดในโลกนี้และโลกหน้า ฉลาดในธรรมอันเป็นบ่วงมารและพ้นจากบ่วงมาร ใครปฏิบัติตามคำสอนของเรา ย่อมได้ประโยชน์และความสุขสิ้นกาลนาน”



อุเบกขา

อุเบกขา การวางเฉยในสิ่งที่ควรเฉย แต่ไม่ละเลยกิจที่เป็นหน้าที่ของตน ไม่ไปวุ่นวายในหน้าที่ของคนอื่น มีการระลึกว่า สัตว์โลกมีกรรมเป็นของของตน

ท่านพุทธทาสให้คำนิยามว่าอุเบกขา คือ จ้องดูอยู่ ว่าควร จะเข้าไปช่วยเมื่อไหร่ เช่น ลูกเล็กๆ เล่นอยู่ แม่จะคอยดู ใกล้ๆ ลูกจะล้มบ้างลุกบ้างก็คอยดูอยู่ หากถึงคราวต้องช่วยก็เข้าไปช่วย

อุเบกขามี 2 ระดับ เบื้องต่ำ คือ ปุถุชนจะคอยวุ่นวายไปหมดทุกเรื่อง แต่ผู้บำเพ็ญอุเบกขาจะไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกับทุกเรื่อง จะเกี่ยวข้องแต่กับเรื่องที่เป็นประโยชน์

เบื้องสูง ผู้บำเพ็ญอุเบกขาจะทำประโยชน์ด้วยความสงบ ดูตัวอย่างต้นไม้ ต้นไม้ยืนหนึ่งๆ เงียบๆ แต่ทำประโยชน์มากมาย ตลอดเวลา ให้ออกซิเจน ให้อาหาร ให้ร่มเงา ให้ดอกสวยทำให้คนเห็นแล้วสบายใจ ให้กลิ่นหอมขจรไปไกล ไม่ว่าใครก็ดมได้ไม่หวง

คนที่สงบมากคือคนที่ทำประโยชน์ได้มาก

.....

อุเบกขา 10 มีดังนี้

1. ฌพังกุเปกขา ไม่เร้าร้อนในเวทนา เมื่อตาเห็นรูป เป็นต้น ไม่เกิดยินดียินร้าย เห็นสักแต่ว่าเห็น

2. พรหมวิหารุเปกขา วางเฉย ไม่วุ่นวายกับเรื่องที่ควรวางเฉย เช่น ช่วยเหลือคนคนหนึ่งด้วยความเมตตาแล้วก็แล้ว ด้วยกรุณาก็แล้ว ช่วยอยู่นั่นแล้วไม่ดีขึ้น ก็ให้วางเฉยเพราะสัตว์โลกมีกรรมเป็นของของตน

3. โพชฌังคุเปกขา วางเฉยไม่เกี่ยวข้องกับความกำหนด เมื่อได้สมาธิแล้วความกำหนดก็ระงับไป

4. วิริยุเปกขา ปฏิบัติส่ายกลางในการทำสมาธิเพียร ไม่หย่อนเกินไป ไม่ตึงเกินไป

5. สังขารุเปกขา วางเฉยในสังขาร ไม่ยึดมั่นในสังขาร

6. เวทनुเปกขา ไม่สุขไม่ทุกข์ รู้สึกเฉยๆ เองโดยไม่ต้องอาศัยอะไร

7. วิปัสสนุเปกขา อาศัยการพิจารณาไตรลักษณ์ ทำให้รู้สึกวางเฉยได้

8. ตตรมัชฌัตตุเปกขา วางเฉยในอารมณ์ทุกอย่าง

9. ฌานูเปกขา อุเบกขาในฌาน

10. ปาริสุทฺถุเปกขา อุเบกขาอันบริสุทธิ์ มีสติบริสุทธิ์ อยู่ในฌานที่ 4



14

ตัวตนหรือมิใช่ตัวตน (จูฬสังขกสูตร)

พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับ ณ ภูเขาคาสลา ป่ามทวัน เมืองเวสาลี เมืองเวสาลีนี้มีนิครนถ์คนหนึ่ง ชื่อสังกกะ เป็นคนมีชื่อเสียงว่ามีความรู้ดี เขาประกาศกับชาวเมืองว่าไม่มีสมณหรือพราหมณ์ใดจะได้ว่าทะชนะเขาได้ แม้ผู้ที่ปฎิญาณตนว่าเป็นสัมมาสัมพุทธะก็ยังคงเหງือตก ถ้าคิดจะได้ว่าทะกับเขา

เช้าวันหนึ่งพระอัสสชิเข้าไปบิณฑบาตในเมือง สังขกนิครนถ์ออกมาเดินเล่นพบเข้า จึงถามว่า

“พระคุณเจ้าอัสสชิ ท่านเป็นสาวกของพระโคตม อยากราบว่าพระโคตมสอนว่าอย่างไร”

พระอัสสชิตอบว่า “พระผู้มีพระภาค สอนว่า รูป

เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ไม่เที่ยง ไม่ใช่ตัวตน (อนัตตา)”

“ท่านอัสสชิ ท่านฟังมาผิดกระมัง ถ้าสมณโคดมสอนอย่างนี้จริง ข้าพเจ้าจะช่วยสอนพระสมณโคดมเสียใหม่ ให้มีความเห็นถูกต้องกว่านี้”

สัจจกนิครนถ์เข้าไปยังลิจฉวีสภา เล่าเรื่องให้เจ้าลิจฉวีฟัง และชวนให้ตามตนไปฟังการโต้วาทะกับพระโคดม

เจ้าลิจฉวีตามสัจจกนิครนถ์เข้าไปในปามหาวัน เมื่อพบพระพุทธเจ้าเขากลามเช่นเดียวกับที่ถามพระอัสสชิ พระพุทธเจ้าตอบเช่นเดียวกับที่พระอัสสชิตอบ สัจจกะจึงว่า

“พระโคดม ต้นไม้และพืชพันธุ์ทั้งหลายจะเจริญงอกงาม ต้องอาศัยพื้นดิน การงานที่มนุษย์ทำก็ต้องอาศัยพื้นดิน ฉนั้นใด บุคคลอาศัยรูปเป็นตัวตน มีเวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณเป็นตัวตน จึงมีบุญมีบาปได้ ถ้ารูปเป็นต้นไม้เป็นตัวตนแล้ว บุญบาปจะมีได้อย่างไร”

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “อัคริเวสสนะ ท่านยืนยันหรือว่ารูปเป็นต้นนั้นเป็นตัวตนของเรา”

“ข้าพเจ้ายืนยันอย่างนั้น”

“อัคริเวสสนะ ถ้าอย่างนั้นเราถามท่านข้อหนึ่ง คือ

กษัตริย์ที่ได้รับมูรธาภิเษกแล้ว เช่น พระเจ้าปเสนทิโกศล เป็นต้น ย่อมสามารถฆ่าคนที่ควรฆ่า เนรเทศคนที่ควรเนรเทศได้มิใช่หรือ”

“เป็นอย่างนั้นพระโคดม”

“ก็ท่านบอกว่ารูปเป็นต้น เป็นตัวตนของเรา ท่านมีอำนาจเหนือรูปเป็นต้นอย่างนั้นหรือ ท่านปรารถนาได้หรือว่า ขอรูปร่างของเราจะเป็นอย่างนั้นเกิด อย่าเป็นอย่างนี้เลย”

พระศาสดาตรัสถามถึงสองครั้ง สัจจนิกเรณถ์ก็นิ่งอึ้งอยู่ จึงตรัสเตือนว่าเวลานี้ไม่ใช่เวลานิ่ง แต่เป็นเวลาต้องพูด ในที่สุดสัจจนิกเรณถ์ก็ทูลรับว่า ไม่อาจบังคับรูปได้

พระศาสดาจึงตรัสว่า “เปรียบเทียบคนถือขวานเข้าไปในป่าต้องการแก่นไม้ พบต้นกล้วย จึงตัดที่โคนแล้วตัดใบออก เขาไม่พบแม้แต่กระพี้ จะพบแก่นได้อย่างไร วาจาของท่านหาแก่นสารอะไรไม่ได้ พอชักไขว่ไถ่เรียงเข้าก็ว่างเปล่า ท่านเคยพูดไว้ในเมืองเวสาลีว่าอย่างไร จงพิสูจนคำพูดนั้นเถิด เหนือของท่านหยดลงจากหน้าผากแล้ว แต่ของเราไม่มีเลย”

ในที่สุดเขากล่าวขอโทษจากพระผู้มีพระภาคเจ้าแล้วทูลถามว่า “ต้องปฏิบัติอย่างไรจึงจะได้ชื่อว่าได้ทำ

ตามคำสั่งสอนของพระองค์ ข้ามความสงสัยเสียได้
ถึงความแก้แค้นแล้ว ไม่ต้องเชื่อในคำสอนของผู้อื่น”

พระศาสดาตรัสตอบว่า

“สาวกของเราย่อมพิจารณาเห็นรูป เวทนา สัญญา
สังขาร และวิญญาณว่ามีใช่ตัวตนของเรา เพียงเท่านั้นก็
ชื่อว่าได้ทำตามคำสอนของเรา”

เขาทูลถามว่า “อย่างไรภิกษุจึงได้ชื่อว่าป็นพระ
อรหันต์”

“สาวกของเราพิจารณาเห็นเบญจขันธ์ตามเป็นจริง
คือ ไม่ใช่ตัวตนของเรา หลุดพ้นแล้วเพราะไม่ยึดมั่น ถือ
มั่น เท่านั้นแหละได้ชื่อว่าเป็นอรหันต์ สิ้นอาสวะแล้ว
ประกอบด้วยคุณอันยอดเยี่ยม 3 ประการ คือ ความเห็น
อันยอดเยี่ยม (ทัตตสณานุตตริยะะ) การปฏิบัติอันยอดเยี่ยม
(ปฏิบัติทานุตตริยะะ) ความหลุดพ้นอันยอดเยี่ยม (วิมุตตา
นุตตริยะะ)

สัจจกนิครณณ์ทูลรับสารภาพและสรรเสริญว่า

“ข้าพเจ้าเป็นผู้มีนิสัยคอยกำจัดคุณของผู้อื่น คะนอง
วาทา คิดว่าจะรุกรานพระสมณโคดมด้วยถ้อยคำ พระ
สมณโคดมผู้เจริญ บุคคลเจอง้างซบม้นก็ดี เจอกองไฟ
ที่ลุกโพล่งก็ดี เจอสรพิษก็ดี ยังพอเอาตัวรอดได้บ้าง
แต่มาเจอพระสมณโคดมไม่มีทางรอดเลย ต้องยอมแพ้”

สัจจนิกรณธำรณนาพระศาสดาพร้อมด้วยภิกษุ
สงฆ์เพื่อเสวยในวันรุ่งขึ้น พระศาสดาทรงรับนิมนต์
โดยคุณณี

เมื่อเสวยเสร็จแล้ว สัจจนิกรณธำลว่า

“ขอผลบุญในทานนี้จงเป็นความสุขแก่ผู้ให้เกิด”
พระศาสดาตรัสว่า

“ผลบุญในทานที่ให้แก่อผู้มีราคะ โทสะ โมหะ เช่น
ท่าน จงมีแก่ทายก (ผู้มาร่วมงาน) ส่วนผลบุญในทานที่
ให้แก่ผู้ปราศจากราคะ โทสะ โมหะ เช่นเรา ขอจงมี
แก่ท่าน”



ใจสงบ

หลินอยู่ถึงกล่าวว่า “ความสงบที่แท้จริงของดวงจิต คือ ยอมรับสิ่งที่เร็วที่สุด”

เมื่อสิ่งที่เร็วที่สุดเรายังยอมรับได้ เรื่องอื่นก็เล็กน้อยรับไว้ ด้วยจิตสงบ รู้มัน ไม่สู้ ไม่หนี แต่ให้กำหนดรู้ ทำความเข้าใจ ว่าเป็นทุกข์ ทุกข์นี้มันเป็นผลไปแล้ว เราสู้ไม่ได้ ถ้าจะสู้ต้อง ไปสู้ที่เหตุ

คนกล้าหาญ เมื่อความทุกข์ครอบงำก็ต่อสู้กับทุกข์ได้ ทุกคนต้องเดินทางนี้ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ท่านให้ “มองทุกข์ให้เห็นจึงเป็นสุข” (พุทธปรัชญาเถรวาท) เมื่อเห็นทุกข์ก็หน่ายในทุกข์ ทำให้ละความยึดมั่น ใจจึงสงบแล้วพบความสุข

ตามดูทุกข์ ตามดูไม่เที่ยง ตามดูอนัตตา เหมือนหมอมองหาโรค เพื่อแก้ไขโรค ไม่ใช่เพื่อเป็นโรค



15

การอบรมกายและการอบรมจิต (มหาสัจจกสูตร)

พระศาสดาประทับอยู่ที่กุฎาคาร ปามหาวัน เมืองเวสาลี ตอนเช้าเสด็จออกบิณฑบาตในเมืองเวสาลี มีพระอานนท์ตามเสด็จ ขณะนั้นสัจจกนิครนถ์ออกเดินเล่นเข้าไปในปามหาวัน พระอานนท์เห็นเขาเดินมาแต่ไกล จึงขอให้พระศาสดาทรงรออยู่ก่อน เพื่ออนุเคราะห์เขา

ในการสนทนากันคราวนี้ สัจจกนิครนถ์กล่าวว่า สมณพราหมณ์บางพวกอบรมกายอย่างเดียว ไม่ได้อบรมจิต บางพวกอบรมจิตอย่างเดียว ไม่ได้อบรมกาย พระศาสดาตรัสถามว่า ที่ว่าอบรมกายนั้นหมายความว่าอย่างไร อบรมจิตหมายความว่าอย่างไร

สัจจนิกครนถ์ตอบว่า “อบรมกาย ข้าพเจ้าหมายถึง การทรมาณกายด้วยวิธีต่างๆ ที่นักพรตนิยมทำกันอยู่ ส่วนการอบรมจิต ข้าพเจ้าไม่เข้าใจความหมาย

ข้าพเจ้าเคยทราบมาว่า ผู้ที่อบรมกายอย่างเดียว ไม่ได้อบรมจิต เมื่อทุกขเวทนาเกิดในกายก็เป็นโรค อัมพาต บ้าง หทัยแตกบ้าง (น่าจะเป็นโรคหัวใจหรือเส้นโลหิตในสมองแตก) พวกเขามีจิตฟุ้งซ่านเป็นบ้าไปบ้าง กายมีอำนาจเหนือจิต เพราะพวกเขาไม่อบรมจิต สมณพราหมณ์บางพวกอบรมจิต แต่ไม่ได้อบรมกาย เมื่อทุกขเวทนากระทบจิต ย่อมเกิดโรคอย่างเดียวกัน เพราะจิตมีอำนาจเหนือกาย”

พระพุทธองค์ทรงแสดงกายภาวนาและจิตภาวนา ในความหมายของพระองค์ว่า ผู้ที่ได้อบรมกายและอบรมจิตแล้วดูกันที่ไหน ดูกันที่เมื่อสุขเวทนาหรือทุกขเวทนาทางกายหรือทางจิตเกิดขึ้น เวทนานั้นครอบงำจิตเขาได้หรือไม่ ถ้าครอบงำได้ ทำให้เขาต้องเศร้าโศก เสียใจ พิโรธำพันต่างๆ แสดงว่าเขายังไม่ได้อบรมกายอบรมจิตด้วยดี ถ้าครอบงำไม่ได้ เขาไม่เศร้าโศก เสียใจ พิโรธำพันต่างๆ แสดงว่าเขาอบรมกายอบรมจิตดีแล้ว

สัจจนิกครนถ์ทูลว่า “ข้าพเจ้าเลื่อมใสพระสมณโคดม

เพราะพระองค์ทรงอบรมกายและอบรมจิตดีแล้ว”

ต่อจากนั้น พระพุทธองค์ทรงเล่าเรื่องของพระองค์ ที่ทรงปรารถนาออกบวช ไปศึกษาในสำนักของอาจารย์ ทรงบำเพ็ญทุกรกิริยาเข้มงวดอย่างยิ่ง ต้องอดกลั้นต่อทุกข์เวทนาแสนสาหัส ทรงบำเพ็ญเพียรทางจิตจนได้บรรลุอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ

เมื่อทรงเล่าจบลง สัจจกนิครนถ์ทูลถามว่า ทรงหลับกลางวันบ้างหรือไม่ ตรัสตอบว่าหลับบ้างเหมือนกัน แต่ก่อนหลับทรงมีสติสัมปชัญญะ ไม่ได้หลับอย่างผู้หลงหรือมัวเมาในการหลับ

สัจจกนิครนถ์ทูลว่า สมณพราหมณ์บางพวกพูดว่า การนอนหลับกลางวันเป็นการอยู่ด้วยความหลง ตรัสตอบว่า บุคคลชื่อว่าเป็นผู้หลงด้วยเหตุเพียงเท่านี้ ก็หาไม่ เรากล่าวว่าผู้ใดยังละอาสวะ (กิเลส) ไม่ได้ ผู้นั้นเป็นผู้หลง ผู้ใดละได้แล้ว ผู้นั้นเป็นผู้ไม่หลง ตถาคตเป็นผู้ละอาสวะได้หมดแล้ว จึงไม่เป็นผู้หลงอย่างแน่นอน

สัจจกนิครนถ์สรรเสริญพระศาสดาว่า แม้เขาจะพูดจากระทบกระทั่ง แต่พระศาสดาก็ยังมีผิวพรรณผ่องใส สีพระพักตร์เปล่งปลั่ง สมกับเป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า เขาจำได้ว่าเคยสนทนากับครูทั้ง 6

มีปุณณกัศสป เป็นต้น เมื่อเริ่มสนทนาก็เอาเรื่องอื่นมา
พูดกลบเกลื่อนเสีย แสดงความโกรธ ความไม่พอใจ
ให้ปรากฏ

สังกนิครนถ์ทุลาไปด้วยความพอใจ



การมีชีวิตที่เป็นสุข

อย่าต้องการอะไรให้มากนัก ผลมันมาตามเหตุ ความรู้สึก
ต้องการเป็นทุกข์เสมอ ชีวิตของเรา (ที่มีความสุข) มีค่ามากกว่า
สิ่งที่เราอยากได้

ฝึกตนให้รับรสของความสงบ จะมีความสุข

ความทุกข์เกิดจาก

- ความต้องการมากเกินไป
- ต้องการให้ได้มาอย่างรวดเร็ว

หลัก 5 ประการ วิธีที่จะให้อยู่เป็นสุข

1. เราจะมีสติสำรวมตนอยู่เสมอ จะได้ไม่เกิดผิดพลาด
เพราะจะมีทุกข์ตามมา ไม่ก้าวร้าวผู้อื่น ไม่ก่อทุกข์ให้ผู้อื่นและ
ก่อทุกข์ให้ตนเองในภายภาคหน้า

2. บริกรรมเสมอว่าเราจะไม่ต้องการอะไร สันโดษในผล
แต่ไม่สันโดษในเหตุ คือว่า เราจะไม่ต้องการอะไร แต่ยังต้อง
ทำอะไรๆ ไปตามปกติ

3. ไม่กังวลกับการถูกวิพากษ์วิจารณ์ เห็นว่าความสงบสุขทางใจมีค่ามากกว่า เป็นการง่ายยั้งได้ไม่ต้องฝืน
 4. นึกเสมอว่าไม่ต้องการคำเยินยอ ชื่อเสียง อบรมใจให้ไม่ต้องจริง ๆ ให้ใจคุ้นกับความสงบจนเคย
 5. สิ่งใดที่ได้มา ให้ถือว่ามาตามเหตุที่เคยประกอบเอาไว้ ไม่ปฏิเสธสิริมงคลหรือความสุขที่ได้มาโดยชอบธรรม
- สิ่งที่เราไม่ต้องการ (มักน้อย) เมื่อได้มารู้สึกเหมือนได้มาก
สิ่งที่เราต้องการมาก เมื่อได้มาจะรู้สึกว่าได้น้อย



ข้อธรรมนำใจ

อาจารย์วศิน อินทสระ ท่านจะให้ถ้อยคำเตือนใจไว้เสมอๆ เพื่อให้ลูกศิษย์ที่ยังร้อนรนเอาไปแก้ความคับข้องใจ ให้มีทางออก ให้คลายเร่าร้อน ให้นอนสบาย

1. “ได้ก็ดี ไม่ได้ก็เป็นกุศล” บางอย่างที่เราอยากได้ แต่ทำด้วยตัวเองไม่ได้ ก็รอดูว่ามันจะได้มาหรือไม่ได้มา ถ้าได้มาอย่างใจต้องการก็ดี ถ้าไม่ได้มาก็ดีเหมือนกัน คิดว่าเป็นกุศล เพราะบางที่ได้มาแล้วเป็นทุกขลาภ

2. “ภิกษุทั้งหลาย เธอพึงอย่า نابาป แม้เพียงเท่าเส้นผม ไปวางไว้บนศีรษะของสัตว์ผู้หาความผิดมิได้” เกิดอะไรขึ้นก็อย่าพยายามไปโทษคนอื่น ยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้น

3. การละมิจฉาทิฐิ เมื่อมีความเห็นใดเกิดขึ้น ทำให้เราเกิดอารมณ์ยึดมั่นถือมั่น ให้ละโดยการนึกว่า เราไม่ใช่ นั่นไม่ใช่ เรา การยึดมิจฉาทิฐิเอาไว้ ถ้ามั่นไม่ถูกต้อง ต้องกล้าเปลี่ยน ไม่ต้องกลัวเสียหน้า

4. มุกตา ให้คิดว่า “เราเป็นเพื่อนเกิดแก่เจ็บตายด้วยกันทั้งสิ้น ดังนั้น ถ้าเขาได้ดี ก็เป็นเรื่องน่ายินดี และถ้าเป็นคนใกล้ขีด เขาได้ดี เราก็ดีใจด้วย จะได้ไม่ต้องมาพึ่งเรา อาจทำให้เราลำบากได้”

5. กายภายในคือกายของเรา กายภายนอกคือกายของคนอื่น คือระลึกว่า กายของเราเป็นอย่างไร กายของผู้อื่นก็เป็นอย่างนั้น จิตก็เหมือนกัน เช่น โทสะ เมื่อเกิดแล้วเรารู้สึกอย่างไร คนอื่นก็รู้สึกอย่างนั้น ไม่ใช่ไปพิจารณาโทสะของผู้อื่น แต่ให้รู้ว่าผู้อื่นรู้สึกอย่างไร

หมายเหตุ :

ข้อนี้นำมาใช้ได้มาก เวลาเราโกรธ เรารู้ว่าเราร้อนเราเจ็บปวด แต่เวลาเราเห็นคนอื่นโกรธ เราไม่ค่อยคิดว่าเขากำลังรู้สึกอย่างไร มักไปเพ่งอาการ (กิริยาภายนอก) และเนื้อเรื่องที่กำลังโกรธ ทำให้เห็นใจกันไม่ได้



16

คุณธรรมเพื่อความสันติค้นหา (จุฬัตินหาสังขยสูตร)

พระศาสดาประทับ ณ บุพพาราม ซึ่งนางวิสาขาสร้าง ถวาย ใกล้เมืองสาวัตถีทำวสัฏกจะจอมเทพขึ้นดาวดึงส์ เสด็จไปเฝ้า ทูลถามว่า ภิกษุปฏิบัติเพียงเท่าใดจึงได้ชื่อว่า น้อมไปในธรรมเป็นที่สันติค้นหา เป็นผู้ประเสริฐกว่า เทวดาและมนุษย์

พระศาสดาตรัสตอบว่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ได้ฟังว่า “สิ่งทั้งปวง (รวมถึงนิพพานด้วย) อันบุคคลไม่ควร ยึดมั่นถือมั่น”

เธอย่อมทราบชัดถึงธรรมทั้งปวงด้วยปัญญาอันยิ่ง กำหนดรู้ธรรมทั้งปวง

เมื่อได้เสวยเวทนา คือ สุข ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์ ย่อม

พิจารณาเห็นความไม่เที่ยงของเวทนานั้น พิจารณาเห็นความเบื่อหน่าย ความดับ และการสละคืน (คือเบื่อที่เดียวสุขเดียวทุกข์) จึงไม่ยึดมั่นในสิ่งใดในโลก (ทั้งสุขและทุกข์) เมื่อไม่ยึดมั่นก็ไม่สะดุ้งหวาดหวั่น สามารถดับกิเลสได้ทราบชัดด้วยตนเองว่า ความเกิดขึ้นแล้ว ภพใหม่ไม่มีอีกต่อไป”

ด้วยเหตุเพียงเท่านี้ ภิกษุผู้นั้นเชื่อว่าได้น้อมไปในธรรมอันเป็นที่สิ้นตัณหา มีความสำเร็จอย่างยิ่ง มีความปลอดโปร่งอย่างยิ่ง เป็นพรหมจรรย์อย่างยิ่ง เป็นผู้ประเสริฐกว่าเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

ท้าวสักกะจอมเทพทรงพอฟะทัยในพระคำรัสตอบแห่งพระศาสดา ถวายบังคมลาแล้วทำประทักษิณ (เวียนขวาแสดงความเคารพ) แล้วอันตรธานไป

พระมหาโมคคัลลานะนั่งอยู่ไม่ไกลพระผู้มีพระภาค เมื่อท้าวสักกะทูลลาจากไปแล้ว ท่านสงสัยว่าท้าวสักกะชื่นชมยินดีต่อพุทธพจน์นั้นโดยรู้เรื่องเข้าใจดีหรือไม่รู้เรื่องไม่เข้าใจ แสดงความชื่นชมไปอย่างนั้นเอง ท่านจึงหายไปในจากบุพพาราม ไปปรากฏตน ณ สวรรค์ชั้นดาวดึงส์

เวลานั้นท้าวสักกะและท้าวเวสสุวรรณ (เจ้าแห่งยักษ์ชั้นจาตุมหาราช) กำลังฟังดนตรีอยู่ในสวนดอกบุณฑริก

เห็นพระมหาโมคคัลลანะมาจึงรีบต้อนรับ

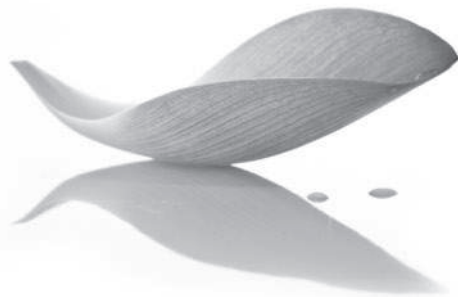
พระมหาโมคคัลลანะทูลถามว่าที่ฟังพระดำรัสตอบ
ของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้นมีใจความสำคัญอย่างไร
ขอให้เล่าให้ฟังด้วย ท้าวสักกะตอบว่า พระองค์มีภารกิจ
มาก ทรงลี้มหมดแล้ว

เพื่อเลี้ยงไปหาเรื่องอื่น ท้าวสักกะจึงชวนพระมหา
โมคคัลลันะไปชมเวชยันตปราสาทซึ่งสร้างอย่างวิจิตร
สวยงาม มีถึง 100 ชั้น มีเทพธิดามากมาย พระมหาโมค
คัลลันะถวายพระพรว่า เป็นสถานที่อันน่ารื่นรมย์
แม้พวกมนุษย์เมื่อเห็นสถานที่ใด ๆ อันน่ารื่นรมย์ก็มัก
ออกปากชมว่า เหมือนสถานที่ของเทพชั้นดาวดึงส์

ขณะนั้นพระมหาโมคคัลลันะคิดว่า ท้าวสักกะนี้
ประมาทอยู่ด้วยทรัพย์สินสมบัติอันเป็นทิพย์ เพื่อให้
ท้าวสักกะสังเวชสลดใจ จึงเอาหัวแม่เท้าของท่านกด
เวชยันตปราสาท ทำให้เวชยันตปราสาทสั่นสะเทือน หวั่น
ไหว ท้าวสักกะจึงสังเวชสลดใจ เห็นพระมหาโมคคัลลันะ
เป็นผู้มีฤทธิ์มาก มีอำนาจมาก

เมื่อเห็นว่าท้าวสักกะสังเวชสลดใจแล้ว พระมหา
โมคคัลลันะจึงถามถึงเรื่องที่พระศาสดาตรัส ท้าวสักกะ
จึงเล่าถวายทุกประการ พระมหาโมคคัลลันะชื่นชมยินดี
ต่อคำของท้าวสักกะ แล้วกลับจากดาวดึงส์มาปรากฏตน

ที่บุพพาราม เข้าเฝ้าพระศาสดาทูลถามเรื่องนั้นอีกครั้ง
พระศาสดาตรัสเล่าให้ฟังเหมือนที่ท้าวสักกะเล่า
ถวายแล้ว ท่านมหาโมคคัลลานะชื่นชมต่อภานิตของ
พระผู้มีพระภาคเป็นอย่างยิ่ง



การเกิด

พระพุทธเจ้าทรงปรารภเรื่องการเกิด ดังนี้

1. การเกิดเป็นมนุษย์เป็นของยาก นิทานเปรียบเทียบ คือ มีเต้าตราบอดอยู่ในห้องทะเล ลมเหนือพัดมาก็ไปทางใต้ ลมใต้พัดมาก็ไปทางเหนือ มีห้วงอยู่ในทะเล เต้าจะโผล่หัวขึ้นมาให้ห้วงคล้อยคอมัน เป็นเรื่องยาก แต่การเกิดของมนุษย์ยากกว่านั้น เพราะฉะนั้น เมื่อเกิดเป็นคนแล้ว ก็พยายามพัฒนาให้ดีขึ้น

2. การมีชีวิตอยู่เป็นของยาก การรักษาชีวิตไว้ก็เป็นของยาก

3. การได้ฟังพระสัทธรรม (ธรรมแท้) เป็นของยาก

4. การเกิดขึ้นของพระพุทธเจ้าเป็นของยาก



ขณะสมบัติ

ขณะสมบัติ (สมบัติแปลว่าถึงพร้อม)

การถึงพร้อมด้วยขณะสมบัติเป็นของยาก การถึงพร้อมด้วย
ขณะสมบัติคือได้เวลาดี เช่น บางคนมีศรัทธา แต่ไม่มีเวลาฟัง
ธรรม บางคนมีเวลา แต่ไม่ศรัทธาจะฟังธรรม

สุภาษิตของพระมหากษัตริย์น่ะเถระ

“ผู้มีปัญญา แม้จะสิ้นทรัพย์ก็มีชีวิตอยู่ได้ แต่ถ้าไม่ได้
ปัญญา แม้มีทรัพย์ก็ไม่ขอมีชีวิตอยู่”



ความปรารถนา

ความปรารถนาที่สมหวังได้ยาก มี 4 ประการ

1. ขอให้ทรัพย์จงบังเกิดมีแก่เราโดยทางที่ชอบ
2. ขอยศจงบังเกิดแก่เราและแก่ญาติพวกพ้องบริวาร
(ยศ = ชื่อเสียง คำสรรเสริญ เกียรติ บริวาร ทรัพย์)
3. ขอเราจะมีอายุยืนนาน
4. เมื่อสิ้นชีพแล้วขอให้เกิดในสวรรค์

ท่านแสดงปฏิบัติเพื่อการได้สมปรารถนาในสิ่งที่หวังไว้ว่า

1. ศรัทธา
2. ศีล
3. จาคะ (บริจาค)
4. ปัญญา



ธรรมะสมาทาน

ธรรมะสมาทาน สิ่งที่ควรยึดไว้ปฏิบัติ

บางอย่างให้สุขในปัจจุบัน ให้ทุกข์ในภายหน้า

บางอย่างให้สุขในปัจจุบัน ให้สุขในภายหน้า

บางอย่างให้ทุกข์ในปัจจุบัน ให้ทุกข์ในภายหน้า

บางอย่างให้ทุกข์ในปัจจุบัน ให้สุขในภายหน้า

เราต้องรอดูเหตุการณ์ให้ตลอดสาย เราไม่อาจตัดสิน
เหตุการณ์ใดเหตุการณ์เดียว ว่าอันนี้ดีหรือไม่ดี

ถ้าดีใจกับสิ่งที่ได้มาหรือเสียใจกับสิ่งที่เสียไป ต่อไปมันอาจ
เปลี่ยนได้

ดีที่สุดคือ ยอมรับสิ่งที่เลวร้ายที่สุดได้ จิตใจก็จะสงบได้



เลือกเก็บดอกไม้

เราจะแผ่เมตตาไปถึงใคร ให้ระลึกถึงส่วนดีของเขา
ก่อน ทำให้มีจิตใจอ่อนโยนต่อผู้นั้นได้ ส่วนที่ไม่ดีอย่าเพิ่งไป
นึก เพราะคนเราดีไม่ทั่ว ชั่วไม่หมด

เลือกเก็บแต่ดอกไม้หอมใส่กระเช้า เก็บแต่สิ่งดี ๆ ใส่ตัว
สิ่งไม่ดีไม่เอา นาน ๆ เข้าก็จะมีแต่สิ่งดี มีเมตตาโมกขนิมิต จิต
เปี่ยมด้วยเมตตา ดีกว่าคิดด้วยโทสะ พยาบาท เบียดเบียน
ฯลฯ





มนุษย์เกิดได้อย่างไร (มหาตัตถหาสังขยสูตร)

พระศาสดาประทับ ณ เขตวัน เมืองสาวัตถี ภิกษุรูปหนึ่งชื่อสาติ บุตรชาวประมง มีความเห็นว่า วิญญาณเที่ยง คือ วิญญาณดวงนี้แหละไปเกิด มาเกิด ไม่มีการเปลี่ยนแปลง เมื่อภิกษุทั้งหลายทราบก็เตือนว่าอย่าคิดอย่างนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าไม่ได้สอนอย่างนั้น แต่ทรงสอนว่า วิญญาณเกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย ไม่มีเหตุปัจจัยแล้ววิญญาณก็ไม่มี แต่ภิกษุสาติยังคงความคิดเดิม บอกว่าตัวท่านเองรู้ทั่วถึงธรรมของพระผู้มีพระภาคเจ้าแล้ว

ภิกษุทั้งหลายเมื่อไม่อาจเปลี่ยนความคิดของเขาได้ จึงไปทูลพระศาสดา ทรงตรัสเรียกเขามาถาม เขาตอบ

ว่าเป็นเช่นนั้นจริง

ตรัสเตือนเป็นอันมากว่าเป็นความเห็นที่ไม่ถูกต้อง
ที่แท้แล้ววิญญานเป็นของไม่เที่ยง เกิดขึ้นเพราะมีเหตุ
ปัจจัย ไม่มีเหตุปัจจัย วิญญานก็ไม่มี เมื่อทรงเตือน
ภิกษุสาติแล้วก็ตรัสถามภิกษุทั้งหลายว่าเห็นอย่าง
ภิกษุสาติหรือไม่ ภิกษุทั้งหลายกราบทูลว่าไม่ได้เห็นอย่าง
นั้น

ตรัสว่าถูกต้องแล้ว และทรงแสดงตัวอย่างว่า อาศัย
ตาและรูปจึงเกิดจักขุวิญญาน (ความรู้ทางตา) ขึ้น
อาศัยเสียงและหูจึงเกิดโสตวิญญาน (การรับรู้ทางหู) ขึ้น
เป็นต้น เรียกวิญญานตามเหตุที่เกิด เหมือนไฟที่เกิด
จากไม้เรียกว่าไฟไม้ เกิดจากหญ้าเรียกว่าไฟหญ้า เกิด
จากกลบเรียกว่าไฟกลบ เป็นต้น

ต่อจากนั้น พระพุทธองค์ทรงแสดงปฏิจจสมุปบาท
(สิ่งที่อาศัยกันเกิดขึ้น) โดยทรงยกอาหารขึ้นมาเป็นบท
ตั้งว่าเกิดขึ้นเพราะอะไร ตรัสว่าอาหาร 4 เกิดขึ้นเพราะ
ตัณหา ตัณหาเกิดเพราะเวทนา

เวทนาเกิดเพราะผัสสะ (การกระทบกัน เช่น ตา
กระทบรูป) ผัสสะเกิดเพราะมีอายตนะ (สิ่งเชื่อมต่อ) มี
2 อย่าง อายตนะภายใน ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และ
อายตนะภายนอก รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (สัมผัส

ทางกาย) ธรรมารมณ (สัมผัสทางใจ) ไหลเรื่อยไป จนถึง
อวิชา (ความไม่รู้หรือไม่รู้จริง)

ทรงแสดงปฏิจจสมุปบาทสายดับด้วยเหมือนกัน
คือ เพราะ อวิชาดับ สังขารจึงดับ เรื่อยลงมาจนถึง
ความทุกข์ทั้งมวลก็ดับไป

ทรงแสดงเหตุเกิดแห่งทารกในครรภ์ว่า เพราะปัจจัย
3 ประการ คือ

1. มารดาบิดาร่วมเพศกัน
2. มารดาอยู่ในวัยที่มีระดู (ไม่เด็กไปหรือแก่ไป)
3. มีวิญญูณมาปฏิสนธิ เมื่อพร้อมด้วยปัจจัยทั้ง

3 ประการนี้ ทารกจึงเกิดมาในครรภ์ มารดาต้องอุ้มท้อง
9 เดือนบ้าง 10 เดือนบ้าง เป็นภาระอันหนัก เมื่อถึง
คราวคลอดก็ต้องเสี่ยงชีวิตเป็นอย่างมาก และเลี้ยงทารก
ด้วยโลหิต (น้ำนม) ของตน

เมื่อได้รับการเลี้ยงอย่างดี เด็กก็ค่อยเจริญขึ้นจน
เล่นได้ เพลิดเพลินอยู่ด้วยการเล่นต่างๆ เมื่อเติบโตยิ่ง
พรั่งพร้อมด้วยกามคุณ 5 ย่อมรักใคร่ในรูปอันเป็นที่ตั้ง
ของความกำหนัด ขัดเคืองในอารมณ์อันเป็นที่ตั้ง
ของความขัดเคือง มีจิตเป็นอกุศลอยู่ ไม่รู้ชัดถึงเจโต
วิมุตติ (ความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยอำนาจสมาธิ)

และปัญญาวิมุตติ (ความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยอำนาจ
ปัญญาหรือวิปัสสนา) อันเป็นที่ดับไม่เหลือแห่งอกุศล
ทั้งปวง

เขาพร้อมด้วยความยินดียินร้ายอยู่อย่างนี้ ย่อม
ทุกข์บ้าง สุขบ้าง เฉยๆ บ้าง ย่อมเพติดเพตินบ้าง บ่น
เพื่อรำพันบ้าง ตัดใจในเวทนาทั้งหลายบ้าง จึงเกิด
อุปาทาน (ความยึดมั่น) ขึ้น เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย
ให้เกิดภพเพราะมีภพจึงมีเกิด แก่ เจ็บ ตาย เสรีโสภ
เสียใจ พิโรธรำพัน คับแค้นใจ เป็นต้น

พระผู้มีพระภาคตรัสเล่าถึงพระประวัติของพระองค์
ที่ทรงเห็นโทษในกามแล้วเสด็จออกบวช ได้ตรัสรู้แล้ว
ทรงแสดงธรรมอันงามในเบื้องต้น ท่ามกลาง และในที่สุด
ผู้เลื่อมใสออกบวชประพาสพิภพจรยัญจนได้บรรล
ฉาน 4

เมื่อบรรลุนั้นแล้ว ย่อมไม่มีจิตกำหนดหรือ
ขัดเคืองในอารมณ์ ย่อมทราบชัดซึ่งเจโตวิมุตติ ปัญญา
วิมุตติ อันเป็นที่ดับไม่เหลือซึ่งอกุศลทั้งหลายเธอละ
ความยินดี ยินร้ายในอารมณ์ต่างๆ ไม่เพติดเพตินใน
เวทนาทั้งหลาย จึงไม่มีอุปาทาน เมื่อไม่มีอุปาทานจึงดับ
ภพได้ เมื่อดับภพก็เป็นอันดับความเกิด แก่ เจ็บ ตาย

เศร้าโศก เสียใจ พิโรธำพันต่างๆ ได้ กองทุกข์ทั้งมวล
ย่อมดับลงอย่างนี้

“ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอจงจำความหลุดพ้นเพราะ
ความสิ้นไปแห่งตัณหา^๑นี้ไว้ให้ดี พวกเธอจงจำไว้ว่าภิกษุ
สาติเป็นผู้ตักอยู่ในข่ายแห่งตัณหา” พระศาสดาตรัสใน
ที่สุด

.....

อธิบาย : ตามหลักพุทธศาสนาเห็นว่า วิญญาณ
ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จึงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น
ว่าเป็นเราเป็นของเรา

ที่ดูเหมือนวิญญาณเที่ยง เพราะปรากฏการสืบท่อ
เหมือนกระแสไฟหรือกระแสน้ำที่ไหลตลอดเวลา ดู
เหมือนเป็นกระแสเดิม แต่จริงๆ แล้วมีการเกิดดับอยู่
ตลอดเวลา เพียงแต่มีกระแสใหม่เข้ามาแทนที่จึงดู
เหมือนเที่ยง กระแสไฟฟ้าเกิดดับถึงวินาทีละ 50-60
ครั้ง เราจึงมองไม่เห็นการดับในแต่ละครั้ง

วิญญาณก็ทำนองเดียวกัน คือกระแสความรู้สึกที่ไหล
ติดต่อกันอยู่เสมอ ไม่ใช่ดวงเดิมและไม่ใช่ดวงใหม่เสีย
ทีเดียว อาศัยดวงเก่าดวงใหม่จึงเกิดขึ้น

เปรียบเหมือนต้นกล้วยกับหน่อกล้วย เป็นต้น

หน่อกล้วยนั้นไม่ใช่ต้นเก่าและไม่ใช่ต้นใหม่โดยประการ
ทั้งปวง แต่อาศัยต้นเก่าหน่อใหม่จึงเกิดขึ้น ต้นเก่าได้
ถ่ายทอดคุณสมบัติให้หน่อใหม่อีกด้วย

การไปปฏิสนธิ (เกิด) ใหม่ของวิญญาณก็ทำนอง
เดียวกัน



ปฏิจจสมุปบาท

ท่านพุทธทาสเขียนหนังสือ ปฏิจจสมุปบาท ไว้เล่มหนึ่ง
ท่านที่สนใจควรหามาอ่าน ท่านเขียนอ่านไม่ยากค่ะ ในที่นี้
ขอย่อมาง่ายๆ ดังนี้

ปฏิจจสมุปบาท คือ

1. การแสดงให้รู้เรื่องความทุกข์ที่เกิดขึ้นในรูปสายฟ้าแลบ
ในจิตใจของคนเป็นประจำวัน

2. เป็นสิ่งที่มิในคนเราแทบตลอดเวลา

3. ถ้าเป็นเรื่องที่ผู้ใดเข้าใจแล้ว ก็อาจปฏิบัติเพื่อความดับ
ทุกข์ของตนได้

4. ทำไมต้องรู้เรื่องนี้ เพื่อให้รู้ถูกต้องและดับทุกข์เสียได้

5. จะดับทุกข์โดยวิธีใด โดยวิธีที่ปฏิบัติให้ถูกต้องตาม
กฎเกณฑ์ของปฏิจจสมุปบาท คืออย่าให้กระแสปฏิจจสมุปบาท
มันเกิดขึ้นมาได้ โดยให้มีสติรู้สึกตัวตลอดเวลาเท่าที่จะทำได้

6. ปฏิจจสมุปบาท มีจำนวนธรรม 11 แสดงให้เห็นว่า
เพราะอาศัยสิ่งหนึ่งเกิดขึ้น อีกสิ่งหนึ่งจึงเกิดขึ้น

- | | | |
|----------------|-----------------|--------|
| 1. เพราะอวิชชา | เป็นปัจจัยจึงมี | สังขาร |
| 2. เพราะสังขาร | ” | วิญญาน |
| 3. เพราะวิญญาน | ” | นามรูป |

- | | | |
|------------------|-----------------|--------------|
| 4. เพราะนามรูป | เป็นปัจจัยจึงมี | อายตนะ 6 |
| 5. เพราะอายตนะ 6 | ” | ผัสสะ |
| 6. เพราะผัสสะ | ” | เวทนา |
| 7. เพราะเวทนา | ” | ตัณหา |
| 8. เพราะตัณหา | ” | อุปาทาน |
| 9. เพราะอุปาทาน | ” | ภพ |
| 10. เพราะภพ | ” | ชาติ |
| 11. เพราะชาติ | ” | ชรา มรณะ |
| | | โสกะ ปริเทวะ |

(แวะไปกินยาหอมก่อนได้ค่ะ)

อวิชา คือ ความไม่รู้จริง ความเขลา

สังขาร คือ การปรุงแต่งกาย วาจา ใจ เช่น ความรู้สึกอโรย
หรือไม่อโรย

วิญญาณ คือ การรับรู้

นามรูป คือตัวเรา นามคือจิต รูปคือกาย

อายตนะ 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

ผัสสะ คือ การกระทบ เช่น ลิ้นกระทบอาหาร

เวทนา คือ ความรู้สึกสุข ทุกข์ พอใจ ไม่พอใจ เฉยๆ
ตัณหา คือ ความอยากได้ อยากมี อยากเป็น อยากไม่มี
อยากไม่เป็น

อุปาทาน คือ ความยึดมั่นในตัวตน

ภพ คือ กระบวนการแห่งการเกิด

ชาติ คือ ความเกิด

ชรา มรณะ คือ ความดับสิ้นไปของเรื่องนั้นๆ ในคราว
หนึ่งๆ

ปฏิจสมุปบาท มีลักษณะเป็นลูกโซ่คล้องกันเป็นวงกลม
จึงไม่มีต้นปลาย และไม่ต้องเรียงลำดับว่าอวิชชาต้องเป็นข้อ
หนึ่งเสมอไป มีความเป็นไปใน 2 ลักษณะ คือ

1. สายเกิด อาศัยสิ่งหนึ่งเกิด อีกสิ่งหนึ่งจึงเกิดขึ้น เช่น
เมื่อความชอบเกิด ความอยากได้จึงเกิดขึ้น

2. สายดับ อาศัยสิ่งหนึ่งดับ อีกสิ่งหนึ่งจึงดับไป เช่น
เมื่อความชอบหมดไป ความอยากได้จึงหมดไป

ปฏิจสมุปบาท คือสิ่งต่างๆ อาศัยกันและกันเกิดขึ้น เป็น
ความสัมพันธ์ของทุกอย่าง ทั้งในธรรมชาติ เรื่องรอบตัวเรา และ
เรื่องในตัวเรา

ความสัมพันธ์ในธรรมชาติ เช่น เพราะตัดต้นไม้ → ภูเขา
จึงหัวโล้น → ทำให้ฝนตกลงมา → ไม่มีต้นไม้กรองน้ำฝน
→ ทำให้น้ำพัดลงมากับซุง → ทำให้หมู่บ้านพัง → ทำให้มีการ

เรียไร → ทำให้มีการรับบริจาคทางทีวี → ทำให้คนรวยได้ออกไปร้องเพลงทางทีวี อื้อ

แต่ที่เราควรสนใจมากที่สุด คือปฏิจจนูปบาทที่ทำให้เราทุกข์ใจ แล้วเกิดความพอใจ ไม่พอใจ เร่งเร้าให้เกิดอยากได้ ไม่อยากได้

ท่านพุทธทาสสอนให้ตัดตั้งแต่ผัสสะ คือการกระทบทันทีที่ตาเห็นรูปแล้ว พระพุทธเจ้าสอนว่า เห็นก็สักแต่ว่าเห็น อย่าปล่อยใจให้ไปรับเวทนา ถ้าสติวิงไม่ทันจะเกิดตัณหา ต้องรีบวิงไปตัดตัณหา สักดมันไว้ ถ้ายังวิงไม่ทันอีก เราก็ตัแล้วงานนี้เป็นทุกข์ไปก่อน

แต่ถ้าตัดได้ทัน ก็รอดตัวไป ไม่ต้องทุกข์ใจ

บทเสริมนี้ลงไว้เพื่ออธิบายเพิ่มเติม บทที่ 17 มนุษย์เกิดได้อย่างไรเพื่อเพื่อนคนใดยังไม่เคยพบเรื่องปฏิจจนูปบาทมาก่อนค่ะ



18

คุณธรรมอันทำให้เป็นสมณะ (มหาอัสสปุรสูตร)

พระศาสดาประทับอยู่ ณ อัสสปุรนิคมของอังคราช
กุมาร ในแคว้นอังคะตรัสสอนภิกษุทั้งหลายว่า

มหาชนรู้จักพวกเธอทั้งหลายว่าเป็นสมณะ เมื่อเป็น
เช่นนั้น พวกเธอพึงสำเหนียกว่า เราจะสมาทาน (ยึดถือ
ปฏิบัติ) และประพฤติธรรมอันทำให้เป็นสมณะ เมื่อเป็น
เช่นนั้น ปฏิญญาของพวกเธอก็จะสมจริง อนึ่ง เธอบริโภค
ใช้สอยปัจจัย 4 ของทายก (ผู้ให้) เหล่าใด ทายกเหล่านี้นั้นก็จะได้อานิสงส์มาก บรรพชาของพวกเธอก็จะไม่
ไร้ผล แต่จะมีผลมาก มีความเจริญมาก

ก็อะไรเล่าคือธรรมอันทำให้เป็นสมณะ? พวกเธอ
พึงสำเหนียกว่า เราจะเป็นผู้มีหิริและโอตตปปะ (ความ

ละอายบาปและเกรงกลัวต่อผลของบาป) เธออาจคิดว่า
เท่านี้เพียงพอแล้ว แต่ที่จริงไม่พอ ยังมีสิ่งที่ควรทำให้
ยิ่งขึ้นไปกว่านี้

ต่อจากนั้น พระพุทธองค์ทรงแสดงสิ่งที่ควรทำให้ยิ่ง
ขึ้นไป คือ

1. มีกายสมาจารบริสุทธฺิ คือความประพฤติทางกาย
บริสุทธฺิ

2. มีวจีสมาจารบริสุทธฺิ

3. มีมโนสมาจารบริสุทธฺิ และไม่ยกตนข่มผู้อื่น
เพราะกายสมาจารอันบริสุทธฺิ เป็นต้น (บริสุทธฺิ คือ
บริสุทธฺิเปิดเผย ไม่มีช่องทางให้ใครๆ ตำหนิได้ คอย
ระวังอยู่เสมอ)

4. มีอาชีวะ (การเลี้ยงชีพบริสุทธฺิ) และไม่ยกตนข่ม
ผู้อื่นเพราะเหตุนี้

5. สํารวมอินทริย์ 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
ไม่ให้ยินดียินร้ายเมื่อเห็นรูป ฟังเสียง เป็นต้น

(หมายเหตุ : เมื่อยินดียินร้ายแล้วทำให้บาปอกุศล
เกิดขึ้น ควรเว้นไม่ให้เกิดขึ้น ถ้ายินดียินร้ายแล้วทำให้
กุศลเกิดขึ้น ก็ยินดีได้)

6. รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร

7. ประกอบความเพียรอยู่เสมอ ไม่เห็นแก่หัดบนอน

8. มีสติสัมปชัญญะ

9. อยู่ในเสนาสนะอันสงัด ทำความเพียรชำระจิตให้บริสุทธิ์ ปราศจากนิวรณ์ 5 เมื่อปราศจากนิวรณ์ 5 แล้ว ย่อมรู้สึกปีติปราโมทย์ เหมือนคนเป็นหนี้แล้วพ้นจากหนี้ เป็นโรคแล้วหายจากโรค ติดคุกแล้วหลุดจากคุก เป็นทาสแล้วพ้นจากความเป็นทาส เดินทางไกลแล้วพ้นจากทางไกลกันดาร ถึงที่อันปลอดภัย

พิจารณานิวรณ์ 5 ที่ยังละไม่ได้ว่า เหมือนเป็นหนี้ เป็นโรค เหมือนเรือนจำ เหมือนความเป็นทาสและเหมือนทางไกลกันดาร

เมื่อละนิวรณ์ 5 ได้แล้ว ทำตามระดับต่างๆ ให้เกิดขึ้น มีความสุขสงบอันเกิดจากฌานนั้น ทำอภิญญาคือ ความรู้ยิ่งต่างๆ ให้เกิดขึ้น มีการระลึกชาติได้เป็นต้น จนถึงอัสวักขยญาณคือการทำกิเลสให้สิ้นไป

เมื่อเป็นดังนี้ เธอย่อมเป็นผู้สมควรแก่นามว่าสมณะ บ้าง พรหมณ์บ้าง ผู้อาบน้ำแล้วบ้าง เป็นผู้จบเวทบ้าง เป็นอริยะบ้าง เป็นอรหันต์บ้าง ดังนี้

พระสูตรนี้ ทรงแสดงคุณของสมณะ ตั้งแต่เบื้องต้น จนถึงสูงสุด คือความเป็นพระอรหันต์เริ่มตั้งแต่หิริ โอตตปปะ กายสมาจาร วจีสมาจาร มโนสมาจารบริสุทธิ์ มีอาชีวะบริสุทธิ์ ตำรวมอินทรีย์ รู้จักประมาณในการ

บริโภคอาหาร ประกอบความเพียรอยู่เสมอ มีสติสัมป-
ชัญญะ อยู่ในเสนาสนะอันสงบ บำเพ็ญทานและอภิญญา
จนถึงที่สุดกระบวนการแห่งการพัฒนาตน

หมายเหตุ :

มนัสสมาจารบริสุทธิ์ ประกอบด้วย

1. อนภิชฌา ไม่โลภอยากได้ของผู้อื่น
2. อพยยาบท ไม่ปองร้ายผู้ใด
3. อวิหิงสา ไม่เบียดเบียน



19

คุณธรรมอันทำให้เป็นสมณะ (ต่อ) (จูฬอัสดสปุรสูตร)

พระศาสดาทรงเตือนให้ภิกษุทั้งหลายสำนึกถึงความ
เป็นสมณะ ทรงแสดงคุณธรรมที่ทำให้เป็นสมณะจาก
บทที่แล้ว แต่ในบทนี้ทรงเพิ่มเติมว่าถ้ายังละมลทิน 12
ประการไม่ได้ก็ไม่เรียกว่าเป็นสมณะที่ดี การบวชของเธอ
น่าหวาดเสียว เป็นอันตราย เหมือนอาวุธที่คมและ
ซ่อนไว้ในฝักมีผ้าพันไว้อย่างเรียบร้อย

มลทิน 12 ประการคือ

1. อภิขณา โลกอยากได้ของผู้อื่น
2. พยาบาท คิดปองร้ายผู้อื่น
3. โกรธ โกรธเคือง
4. อุปนาหะ ผูกโกรธไว้ (โกรธแล้วไม่หาย)

5. มักจะ (เนรคุณ) ลบหลู่คุณท่าน (ผู้มีคุณบอกว่าไม่มีคุณ ปฏิเสธ)
6. ปลาสะ (ปะ-ลา-สะ) ตีเสมอท่าน ยกตนเทียมท่าน (ในขณะที่ยังไม่เทียมท่าน)
7. อิสสา ริษยา คือเห็นใครดีทนไม่ได้
8. มัจฉริยะ ตระหนี่
9. สาลยะ โอ้อวด
10. มายา เจ้าเล่ห์ ไม่ซื่อตรง
11. ปาปิฉา ปรารณาลามก คือมีปกติคิดชั่วอยู่เสมอ
12. มิจฉาทิฐิ เห็นผิด เห็นไม่ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม

หมายเหตุ :

12 ข้อนี้ถ้าเติมอีก 4 ข้อ ก็จะเป็น อุปกิเลส 16 จึงขอนำมาแทรกไว้ตรงนี้ด้วย เพื่อให้อยู่ในที่เดียวกันค่ะ

13. มานะ ทะนงตน
14. อติมานะ ดูหมิ่นผู้อื่น
15. มทะ มัวเมา
16. ปมาทะ ประมาท

บุคคลจะเป็นสมณะด้วยเหตุต่อไปนี้ก็หาไม่ คือครอง
ผ้าสังฆาฏิ เปลือยกาย คลุกตัวด้วยฝุ่น ลงอาบนํ้าใน
แม่น้ำศักดิ์สิทธิ์ วันละ 3 ครั้ง อยู่โคนไม้ ฯลฯ ถ้าบุคคล
จะเป็นสมณะได้เพียงห่มผ้าสังฆาฏิแล้ว ญาติมิตรก็จะ
ชวนกันครองผ้าสังฆาฏิตั้งแต่เกิดทีเดียว เพื่อให้ละ
อภิชฌาและพยาบาท เป็นต้น แต่ความจริงแล้วบุคคล
บางคน แม้ครองผ้าสังฆาฏิอยู่ก็ยังเป็นผู้มีอภิชฌามาก
มีพยาบาทมาก มีมลทินทั้ง 12 ประการมาก

ภิกษุชื่อว่าปฏิบัติข้อปฏิบัติอันยิ่งก็ต่อเมื่อ รู้ว่ามี
อภิชฌาก็ละอภิชฌาเสียได้ มีพยาบาทก็ละพยาบาทเสีย
ได้ เป็นต้น เมื่อเป็นดังนี้ ย่อมพิจารณาเห็นตนบริสุทธิ์
อยู่ ย่อมเกิดปราโมทย์ ได้ปีติ อิ่มใจ มีความสุข มีจิต
ตั้งมั่น มีเมตตา แผ่เมตตาไปในทิศทั้งปวง ได้ความสงบ
จิต ระงับความกระวนกระวายเสียได้ เหมือนบุคคล
กระวนกระวายเพราะความร้อนจากการเดินทาง กระจาย
น้ำ ได้คั้นน้ำในสระอันมีน้ำใสไหลเย็น จืดสนิท ต่อมาเขา
จึงทำให้แจ้งซึ่งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ (หลุดพ้นจาก
กิเลสด้วยกำลังแห่งสมาธิและกำลังแห่งปัญญา) ชื่อว่า
เป็นสมณะอย่างแท้จริง

* * * ท่านพุทธทาสภิกขุ เขียนไว้ในหนังสือ ตามรอยพระอรหันต์ ตอนหนึ่งว่า

“ถ้าเมื่อทุกคนถือเอาความเป็นอยู่ในชีวิตของตนเอง เป็นทางสายกลางแล้ว ก็ยากที่จะกล่าวว่า ภาวะแห่งความเป็นอยู่เช่นไรเป็นการบวชหรือควรนับรวมเข้าในการบวช? และเช่นไรเป็นคนบริโศกคามแท้? บวชของคนพวกนี้อาจสูงหรือต่ำเกินไปสำหรับอีกพวกหนึ่งโดยนัยนี้ เราไม่ควรจะเรียกรูปแบบหรือพิธี หรือการกระทำ ภายนอกกว่าเป็นการบวชที่แท้จริงเลย ควรถือเอาด้วยการละเว้นด้วยหัวใจจริงๆ ว่าเป็นแก่นแท้ของการบวช เช่นนี้จึงจะเป็นหนทางที่ทำให้เราปักหลักลงไปว่า การบวชคืออะไร? ได้โดยถูกต้อง

เราลองมาเฟ้นความจริงข้อนี้กันดู : สมมุติว่า มีคนที่เราเรียกกันว่านักบวชผู้หนึ่ง อยู่ตึกใหญ่โตกว้างขวาง มีเครื่องประดับห้องราคาค่านับหมื่น มีศิษย์หรือคนใช้ปรนนิบัติเอาใจใส่ประดับประดา ด้วยการกินอยู่อย่างเลิศ เพราะนักบวชผู้นั้นฉุนเฉียว ใจเร็วมาก การงานของเขาปรารถนาโลกจัดเกินไป คือมุ่งแต่ทำตามที่มหาชนนิยม หรือผู้มีอำนาจเหนือตนต้องการ

ที่นี้ก็มิใชาวนาอีกคนหนึ่งในพวกคนจน ค่าอาหารและค่าใช้จ่ายรวมทั้งครอบครัวเดือนหนึ่งๆ ยังไม่เท่าโคมไฟ

และน้ำใช้ของนักบวชนั้นเพียงวันเดียว เขามีความเป็น
อยู่ตามประสาชานา ใจคอสงบเยือกเย็น อดทน สันโดษ
มัธยัสถ์ ช่มใจตนเองไว้ในอำนาจได้ ไม่นุนเฉียว ทำบุญ
ให้ทานตามประสาคนจน ซึ่งบางทีก็เจือจานเข้ามาถึง
นักบวชผู้นี้ด้วย

เมื่อความจริงเป็นดังนี้และให้เราตัดสินใจว่า ใครควร
จะถูกเรียกว่านักบวช จึงจะยุติธรรม เราก็ตอบยากเต็มที่
มิใช่หรือ นอกจากเราจะตอบตามประเพณี

แต่เราจะประสงค์การบวชเพื่อตามรอยพระอรหันต์
กันจริงแล้ว จะถือตามประเพณีไม่ได้ เพราะผลแห่งการ
บวชที่แท้จริงไม่เกิดจากประเพณีเป็นอันขาด เกิดได้จาก
การกระทำที่ถูกต้องจริงๆ เท่านั้น”



มักกะ

มักกะ (เนรคุณ) ถบหลู่คุณท่าน (ผู้มีคุณบอกว่าไม่มีคุณ)
ปฎิเสธ

อกตัณญ ไม่รู้คุณท่าน ไม่สำนึกคุณ รู้ว่ามีคุณแต่ไม่สำนึก
อกตเวที ไม่ตอบแทนคุณท่าน
3 ข้อนี้ มักกะ ถือว่าแรงที่สุด



ตระหนี่

มังจรรย์ะ ตระหนี่ ท่านให้ละความตระหนี่
ความตระหนี่ มีดังนี้

1. ตระหนี่ลาภ ไม่กล้าให้เพราะกลัวจน คนโง่ไม่กล้าให้
เพราะกลัวจน คนฉลาดเพราะกลัวจนจึงกล้าให้
2. ตระหนี่ที่อยู่ เช่น ที่อยู่ในวัดมี 80 ห้อง เจ้าอาวาส
รับพระเพียง 20 ห้องก็หยุดรับแล้ว เพราะอยู่มากก็เรื่องมาก
ปกครองยาก
3. ตระหนี่ตระกูล สมัยก่อนตระกูลใหญ่ ถือตระกูล
เข้ายาก คัดเลือกเขยหรือสะใภ้ยาก
4. ตระหนี่วรรณะ คนอินเดียมีชั้นวรรณะที่แบ่งแยกชัดเจน
ไม่ข้ามวรรณะกัน สมัยนี้เราแบ่งชั้นกันตามเศรษฐกิจ การศึกษา
 ฯลฯ

หมายเหตุ :

วรรณะแปลว่าสรรเสริญก็ได้ ในที่นี้หมายถึงสรรเสริญ คือ
ตระหนัการสรรเสริญ ไม่อยากให้ชมคนอื่น พระพุทธเจ้าสอน
ถ้าเขาชมอย่าเพิ่งรับ ถ้าติอย่ารีบโกรธ เอามาพิจารณาว่าจริง
หรือไม่ ถ้าจริงก็รับไว้ ถ้าไม่จริงก็ชี้แจงให้ทราบความจริง

5. ตระหนักรรม คือตระหนักความรู้ รู้แล้วไม่อยากให้ใครรู้
เดี๋ยวรู้มากกว่าเรา เก่งกว่าเรา

คนโง่กลัวเหน้อยไม่ทำความเพียร คนฉลาดกลัวเหน้อย
ในวันหน้าจึงรีบทำความเพียร

มัธยัสถ์ อยู่ระหว่างความฟุ่มเฟือยกับความตระหนี่ มัธยัสถ์
คือใช้ให้พอดีกับความจำเป็น ใช้ของให้คุ้มค่า ไม่ตระหนี่
แต่ไม่ฟุ่มเฟือย

แก้การตระหนี่ด้วยทาน คือการให้ ให้สิ่งที่ควรให้ แก่คน
ที่ควรให้



สาไถยะและมายา

อุปกิเลสข้อ 9 สาไถยะ

ไอ้อวด กลัวเขาจะไม่รู้ว่ามีสิ่งนั้นสิ่งนี้จึงไอ้อวด บางทีก็ไอ้อวดเกินจริง หรือต้องการลบปมบางอย่าง

บัณฑิตจะไม่กลัวคนอื่นเขาจะไม่รู้คุณธรรมของตน กลัวแต่ว่าจะมีคุณธรรมไม่มากเท่าที่คนอื่นเข้าใจ

อุปกิเลสข้อ 10 มายา เจ้าเล่ห์ ไม่ซื่อตรง ไม่กระทำตามที่เป็นจริง เจตนาเพื่อจะหลอกลวง

นิทานสอนเรื่องไอ้อวดและมายา

สุนัขจึงจอกบอกไก่ว่า “เจ้าขันได้เพราะอย่างพ่อเจ้าหรือเราไม่เชื่อ” ไก่จึงหลับตา ตั้งอกตั้งใจขันอย่างดี เพื่อให้เพราะสุนัขจึงจอกจึงคาบคอไก่ไปชาวบ้านวิ่งมาตามไก่ ไก่บอกสุนัขจึงจอกว่า “บอกชาวบ้านสิว่าไก่ของเจ้า ไม่ใช่ไก่ของชาวบ้าน” สุนัขจึงจอกก็วางไก่อลง พูดว่า “ไก่ของข้า” ไก่หลุดได้ก็บินไปขึ้นต้นไม้ สุนัขจึงจอกก็เอปากถูดิน บอกว่า “ปากเอ๋ย ถ้าพูดน้อยเสียหน่อย ก็ได้กินไก่อแล้ว”

กุศโลบาย ไม่ใช่เจ้าเล่ห์ คือต้องการให้เป็นผลดี แม้จะเป็นการไม่จริง



ปาปิจฉา

ปาปิจฉา คือปรารธนาลามก (ลามก=ชั่วร้าย) มีปกติคิดชั่ว อยู่เสมอ อยากหรือต้องการในทางที่ชั่วทางบาป

ถ้าจะถอนความอยากในทางที่ชั่ว ก็ต้องตั้งใจให้ต้องการ ในทางที่ดี

อิจฉา คือความอยาก ควรละ ถ้าละไม่ได้ มีความอยาก เพิ่มขึ้นมากขึ้นเรื่อย ๆ ก็เป็นปาปิจฉานี้เป็นมลทินทางใจที่ต้อง ละ

ในลักษณะตัดสินพระธรรมวินัยมีว่า พระธรรมวินัยนี้เป็น ไปเพื่อความปรารธนาน้อย (เท่าที่จำเป็น) ไม่ใช่ปรารธนามาก (เกินจำเป็น)

ปรารธนามาก คือ ไม่มีขีดจำกัดของความปรารธนา

ฉะนั้น การปฏิบัติเพื่อละปาปิจฉา คือ ปรารธนาแต่สิ่งที่ดี และเท่าที่จำเป็น



มานะ

มานะ ในความหมายของสังคม หมายถึงมีความพยายาม
ไม่ย่อท้อ เป็นสิ่งดี ไม่ควรละ เพราะมาในรูปแบบวัฒนธรรม
เลยไม่เห็นว่าเป็นกิเลส

มานะ ในความหมายทางธรรม เป็นกิเลส เป็นสังโยชน์เบื้อง
สูง ต้องระดับพระอรหันต์จึงจะละได้

มานะ มีแจกออกไปหลายตัว เพราะความรู้สึกในใจเรามี
หลายระดับ มีมุมมองตนเองที่ซับซ้อน

มานะ ทะนงตน อติมานะ ดูหมิ่นผู้อื่น อวมานะ ดูหมิ่น
ตัวเอง อธิมานะ สำคัญผิด เข้าใจผิด

มานะมี 9 ข้อ

1. ตนเองเลิศกว่าเขา สำคัญตนว่าเลิศกว่าเขา
2. ตนเองเลิศกว่าเขา สำคัญตนว่าเสมอเขา
3. ตนเองเลิศกว่าเขา สำคัญตนว่าต่ำกว่าเขา
4. ตนเองเสมอเขา สำคัญตนว่าเลิศกว่าเขา
5. ตนเองเสมอเขา สำคัญตนว่าเสมอเขา
6. ตนเองเสมอเขา สำคัญตนเองว่าต่ำกว่าเขา
7. ตนเองต่ำกว่าเขา สำคัญตนว่าเลิศกว่าเขา
8. ตนเองต่ำกว่าเขา สำคัญตนเองว่าเสมอเขา
9. ตนเองต่ำกว่าเขา สำคัญตนเองว่าต่ำกว่าเขา

พระพุทธเจ้าสอนว่า

“ถอนอัสสมิมานะเสียได้ เป็นสุขอย่างยิ่ง”



มทะและปมาทะ

อุปกิเลสข้อ 15 มทะ มัวเมา

มี 3 อย่าง

1. เมาในวัย คือยังหนุ่มสาวอยู่ ยังไม่ตายหรอก แต่
ผลไม้แก่ก่อนก็หล่นได้ เราจะรู้ได้อย่างไรว่าเราจะตายตอนแก่
เพราะเราตายเมื่อไหร่ก็ได้

2. เมาในความไม่มีโรค

3. เมาในชีวิต คิดว่าชีวิตเรายังอยู่อีกนาน ยังไม่ตาย จริงๆ
แล้วเราคาดไม่ได้ว่าเมื่อไหร่ จึงควรรีบทำความดีโดยเร็ว คือ
ไม่เมาชีวิต

อุปกิเลสข้อ 16 ปมาทะ เล่นเล่หรือประมาท คืออยู่อย่าง
ปราศจากสติ สดกับประมาท ใช้รวมกันไป มีสติคือไม่ประมาท
ไม่ประมาทคือมีสติ

ควรทำความไม่ประมาทอย่างไร ควรทำใน 4 ประการ

1. ละกายทุจริต ประพฤติกายสุจริต
2. ละวจีทุจริต ประพฤติวจีสุจริต
3. ละมโนทุจริต ประพฤติมโนสุจริต
4. ละความเห็นผิด ทำความเห็นให้ถูก

ความเห็นผิด (มิจนาทิฐิ) นั้นเห็นอย่างไร

1. ทานที่ให้แล้วไม่มีผล
2. การบูชาไม่มีผล
3. การบวงสรวงไม่มีผล (การทำบุญอุทิศให้ผู้ตายไม่มีผล)
4. ผลของกรรมดีกรรมชั่วไม่มี
5. โลกนี้ไม่มี
6. โลกอื่นไม่มี
7. มารดาไม่มีบุญคุณ
8. บิดาไม่มีบุญคุณ
9. โอปปาติกะไม่มี
10. สมณพราหมณ์ประพตติประพตติชอบไม่มี

ความเห็นถูก (สัมมาทิฐิ) คือเห็นตรงข้ามกับข้างบนนี้
ทั้งหมด

ทำไมจึงเห็นผิดว่าโลกนี้ไม่มีทั้งๆ ที่เห็นอยู่ อาจารย์อธิบาย
ว่า จะได้ไม่ต้องประพตติจริยธรรมเพื่อโลกนี้ พวกฝรั่งแตกตัน
กล่าวไว้ว่า กินดื่มเที่ยวให้เต็มที่ พรุ่งนี้อาจตาย, อยากทำอะไร
ก็ทำ อยู่ให้สบาย พวกนี้วัตถุนิยมจัด ทำไมจึงเห็นผิดว่ามารดา
บิดาไม่มี เพื่อปฏิเสธจริยธรรม จะได้ไม่ต้องตอบแทนคุณมารดา
บิดา บางคนทวงบุญคุณกับพ่อแม่ว่าทำให้พ่อแม่ได้หน้าได้ตา
เพราะตัวเองเรียนจบ

ทำไมจึงเห็นว่าสมณพราหมณ์ปฏิบัติดีไม่มี คือคิดว่าหลุด
ลวงทั้งนั้น

ทำไมจึงเห็นว่าโอปปาติกะไม่มี คือไม่เชื่อโลกหน้า (โอปปา
ติกะ (โอ-ปะ-ปา-ติ-กะ) เป็นการเกิดโดยไม่ต้องอาศัยพ่อแม่
อาศัยแต่อดีตกรรมอย่างเดียว เกิดแล้วสมบูรณ์เต็มตัว ไม่เจริญ
เติบโตขึ้นเรื่อย ๆ ได้แก่ เทวดา พรหม สัตว์นรก เปรต อสุรกาย
มนุษย์สมัยต้นกัป)

เราทำความไม่ประมาทโดยรักษาจิต พึงรักษาจิตด้วยสติ
ในฐานะ 4 อย่าง

1. (ราคะ) ระวังจิตไม่ให้กำหนดในอารมณ์อันเป็นที่ตั้ง
แห่งความกำหนัดรักใคร่พอใจในสิ่งน่ารักทั้งหลาย เพราะระวัง
ยาก

2. (โทสะ) ระวังไม่ประมาทในอารมณ์ที่ชักชวนให้โกรธ

3. (โมหะ) ระวังใจไม่ให้หลงในอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่ง
ความหลง เช่น หลงติดยาเสพติด ติดการพนัน

4. (มทะ) ระวังใจไม่ให้มัวเมาในอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่ง
ความมัวเมา คือไปหลงผิดเข้าแล้วยังมัวเมาต่อไป เช่น กินเหล้า
(หลงผิด) แต่ยังกินต่อ (มัวเมา)



บัณฑิต

บัณฑิต หมายถึง คนดีที่ฉลาด เขาเป็นคนดี แม้ไม่ถูก
กับเรา เขาก็จะมีกรุณา ถ้าปรึกษาเขา เขาก็ยังไม่ทำร้ายเรา

“บัณฑิตเป็นศัตรูดีกว่าคนโง่เป็นมิตร”

คนโง่ คนพาล คนชั่ว เพราะคนโง่ช่วยเหลือแบบคนโง่
แล้วกลายเป็นทำร้าย

นิทาน คนโง่คิดช่วยกันไปปราบยุง คว่ำดาบไปแทงยุงเลย
ถูกกันเอง บาดเจ็บกันไปหมดยุงกัดหัวของคนหัวล้าน ให้ลูก
ไล่ยุง ลูกเอาขวานจามยุงบนหัว

บัณฑิตแม้เป็นศัตรู ถ้าเอาความกรุณามาตั้งอยู่เฉพาะหน้า
ก็จะเกื้อกูลจริงๆ

ชายคนหนึ่งออกเงินให้กู้เป็นล้านให้แก่ญาติ เขาไม่ใช้หนี้
ทั้งต้นทั้งดอกเบี้ยย ก็เลยซื้อปืนจะไปยัง

พบบัณฑิตเขาก็เล่าให้ฟัง บัณฑิตบอกว่า

“เสียเงินไปเป็นล้านแล้วยังอยากจะไปติดคุกอีก คนอื่นเขา
เสียเงินเป็นล้านเพื่อจะออกจากคุกกัน” เลยคิดได้ ไม่ไปฆ่า
ญาติ

ให้รู้จักตัดตอนและจำกัดความสูญเสีย คือเสียไปแล้ว
เท่านั้น อย่าให้เสียเพิ่มอีก



สังฆะเศรษฐี

สังฆะเศรษฐี อยู่เมืองราชคฤห์ เป็นเพื่อนกับปิลิยะเศรษฐี อยู่เมืองพาราณสี ทั้งสองเป็นเพื่อนกันแบบไม่เคยพบกัน แต่เป็นเพื่อนกันด้วยการส่งข่าว เพราะได้ยินชื่อเสียงของกัน และกัน

ปิลิยะเกิดสิ้นเนื้อประดาตัว เดินทางไปหาสังฆะ สังฆะต้อนรับอย่างดี 3 วัน แล้วจึงถามถึงสาเหตุที่มาหา เมื่อทราบความแล้วก็แบ่งสมบัติให้ครึ่งหนึ่งไปตั้งตัว พร้อมด้วยช้างม้า และข้าทาสบริวารเขาก็ไปตั้งตัวได้จริงๆ

ต่อมา สังฆะเกิดสิ้นเนื้อประดาตัวขึ้นมาบ้าง จึงไปหาปิลิยะ ไปถึงแล้วก็เข้าเมืองไปคนเดียว ให้ภรรยาคอยอยู่ที่ศาลาหน้าเมืองก่อน

มีคนไปรายงานปิลิยะว่าสังฆะมาหา เขาให้เข้าพบแต่ก็ไม่ได้ต้อนรับเท่าที่ควร ถามว่าสังฆะได้ที่พักที่ไหนแล้ว สังฆะใจหาย ว่านี่หรือคนที่ตนเคยช่วยเหลือ เขาตอบว่ายังไม่ได้ที่พัก ภรรยาคอยอยู่ที่ศาลาหน้าเมือง ปิลิยะก็ให้ข้าทาสหักๆ ไปบอกให้ไปพุงหากินเอง

สังขะรับมาด้วยความเสียใจมาก แต่ภรรยาโกรธว่ารับมา
ทำไม แต่สังขะก็เอาข้าวสารไปหุงกินกัน ระหว่างกินก็กังวลว่า
จะอย่างไรกันต่อไป

คนรับใช้ของสังขะที่เคยให้มาอยู่กับปิลิยะ เดินผ่านมาเห็น
เข้าก็จำเจ้านายเก่าได้ เขาพาสังขะไปที่บ้าน ปรนนิบัติดีทุก
อย่าง แล้วไปกราบทูลพระราชาให้ทรงทราบเรื่องของสองเศรษฐี

พระราชาก็เรียกไปสอบถาม และพิโรธปิลิยะว่าอกตัญญู
ลบหลู่คุณท่าน พระราชาให้ปิลิยะมอบเงินที่มีทั้งหมดให้สังขะ
แต่สังขะไม่รับ ขอเพียงแค่ 40 โกฏิที่เคยให้ปิลิยะมาเท่านั้น

นิทานชาดกประกอบเรื่องความอกตัญญู

อกตัญญู ไม่รู้จักคุณท่าน ไม่สำนึกคุณ รู้ว่ามีคุณแต่ไม่สำนึก
อกตเวที ไม่ตอบแทนคุณ มักจะ (เนรคุณ) ลบหลู่คุณท่าน
ผู้มีคุณบอกว่าไม่มีคุณ ปฏิเสธ



20

เหตุให้ไปสู่สุคติและทุกคติ (สาเลยยกสูตร)

พระศาสดาเสด็จจาริกไปยังแคว้นโกศลพร้อมด้วย
หมู่ภิกษุจำนวนมาก เสด็จถึงหมู่บ้านชื่อสาละ ครั้งนั้น
พราหมณ์และคหบดีชาวบ้านสาละได้ยินกิตติศัพท์ของ
พระองค์แล้วพากันมาเฝ้า ทูลถามว่าอะไรเป็นเหตุเป็น
ปัจจัยให้คนในโลกนี้ตายแล้วไปสู่สุคติโลกสวรรค์ บาง
พวกตายแล้วไปนรก

พระศาสดาตรัสตอบว่า ผู้ที่ประพฤดิธรรม ประพฤติ
สุจริต ล้นชีพแล้วไปสู่สุคติ โลกสวรรค์ ผู้ที่ไม่ประพฤดิ
ธรรม ไม่ประพฤดิสุจริต ล้นชีพแล้วไปทุกคติ วินิบาต
นรก

ชาวบ้านทูลขอให้อธิบายคำว่าประพฤดิธรรม

ประพตีสุจริตโดยละเอียดกว่านี้พระศาสดาจึงตรัส
จำแนกกุศลกรรมบถ 10 ว่าเป็นการประพตีสุจริต
ประพตีสุจริต

กุศลกรรมบถ 10 คือ

1. เว้นจากการฆ่าสัตว์
2. เว้นจากการลักทรัพย์
3. เว้นจากการประพตีสุจริตในกาม
4. เว้นจากการพูดเท็จ
5. เว้นจากการพูดส่อเสียด
6. เว้นจากการพูดคำหยาบ (เสียดสี ประชด
กระทบกระทั่งแตกตักัน กระทบกระทั่งเบียดเบียน)
7. เว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ (พูดพล่อย)
8. เว้นจากโลภอยากได้ของผู้อื่น
9. เว้นจากการปองร้ายผู้อื่น
10. เว้นจากการเห็นผิดจากทำนองคลองธรรม

การไม่เว้น คือ ประพตีสุจริตละเมิด 10 ประการ
จัดเป็นอกุศลกรรมบถ ทางแห่งอกุศล เป็นการไม่
ประพตีสุจริต ไม่ประพตีสุจริต

นอกจากเว้นสิ่งที่ควรเว้นดังกล่าวแล้ว ควรทำสิ่งที่ควรทำด้วย เช่น เว้นการฆ่าสัตว์แล้ว ควรมีเมตตาต่อสัตว์ด้วย เป็นต้น

เมื่อสิ้นชีพแล้วย่อมไปเกิดเป็นเทพชั้นต่างๆ ตามสมควรแก่กรรมที่ประพฤตินั้น



เวทนาของพระอรหันต์

พระอรหันต์ เวทนาของท่านดับเย็น ท่านไม่มีทั้งทุกขเวทนา หรือสุขเวทนาที่เจือด้วยอามิส ท่านมีแต่นิรามิส

บางที่ใช้คำว่า ฉัพพังเบกขา มีอุเบกขาประกอบด้วย องค์ 6 คือวางเฉยในอารมณ์ทั้ง 6 คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ วางเฉยไม่เกิดอารมณ์อย่าง que คนอื่นเกิด

เช่น ฉันทอาหาร ก็รู้ว่าอร่อย แต่ความอร่อยนั้นไม่ทำให้ อารมณ์ท่านติด ท่านยังเสวยอารมณ์อยู่ แต่ไม่เร้าร้อน

อามิสสุข หรือ สามีสสุข คือสุขที่อาศัยกามคุณ 5 ได้ ตอบสนองต่อกามคุณ 5 (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) แล้ว มีความสุข

นิรามิสสุข คือสุขที่ไม่อาศัยกามคุณ 5 เช่น ทำความดีแล้ว มีความสุข



ปฏิบัติธรรมให้เหมาะสม

“ปฏิบัติธรรมให้เหมาะสมแก่ฐานะของตน” คือเราอยู่ในฐานะ
อย่างนี้ก็ปฏิบัติเท่านี้ไปก่อน มิฉะนั้น เราจะอยู่ไม่ได้ เพราะไม่
เหมาะสมกับฐานะของเรา

อันนี้อธิบายเรื่อง การปฏิบัติธรรมจะให้ถูก 100 เปอร์เซ็นต์
ไม่ได้ เช่น กำจัดปลวก ผิดไหม-ผิด แต่ต้องทำ สมควรไหม-สมควร
ทำ ทหารไปรบ ฆ่ากัน ผิดไหม-ผิด สมควรทำไหม-สมควรทำคือ
จำเป็นต้องทำไปก่อน

ถ้าเราอยู่ในฐานะที่เราไม่ทำเลยได้ ก็จึงไม่ทำ



รัตนะ 5 ประการ

การเกิดขึ้นของรัตนะ 5 ประการ เป็นสิ่งที่หาได้ยากในโลก

1. การเกิดขึ้นของพระพุทธเจ้า
2. การเกิดขึ้นของผู้รู้จริงในพระธรรมวินัยของพระพุทธเจ้า
3. ผู้แสดงพระธรรมวินัยของพระพุทธเจ้าก็หาได้ยาก
4. ผู้ปฏิบัติธรรมของพระพุทธเจ้าให้เหมาะสมกับฐานะของตน

ก็หายาก

5. ผู้กตัญญูตเวทีที่หายากในโลก (ผู้รู้คุณของผู้มีพระคุณหาได้ยาก ผู้ตอบแทนคุณของผู้มีพระคุณ หาได้ยาก)



สำรวจอินทรีย์

สำรวจอินทรีย์ 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สำรวจไว้
ไม่ให้ยินดียินร้ายกับสิ่งที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะทางใด ตาเห็นรูป
หูได้ยินเสียง เป็นต้น

การยินดี เช่น ฟังธรรมแล้วรู้สึกยินดี อย่างนี้ไม่เสียการ
สำรวจอินทรีย์ เพราะบุญกุศลเกิดขึ้น ได้ปีติปราโมทย์

แต่ถ้าการยินดี เช่น ดูตลกเล่น ดูแล้วเกิดความสบายใจ
แต่ในความหรณานัน บาปอกุศลเกิดขึ้น เช่นนี้ควรระวังสำรวจ
ใจไม่ให้ยินดียินร้าย



สุญญตา

สุญญตามี 2 ชีก

1. ชีกโลกียะ สิ่งทั้งหลายเกิดขึ้นเพราะมีเหตุให้เกิด เกิดตามเหตุปัจจัย เปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัย ดับไปตามเหตุปัจจัย

2. ชีกโลกุตตระ สิ่งทั้งหลายไม่มีสาระ

อนัตตา และ นิพพาน ถือว่าเป็นสุญญตา เพราะว่างจากราคะ โทสะ โมหะ



21

การถามปัญหาและตอบปัญหา แบบเวทลละ (มหาเวทลลสูตร)

เรื่องนี้ พระมหาโกฏฐิกะ เป็นผู้ถามปัญหา พระสารีบุตรเป็นผู้ตอบแนวการถามตอบเป็นทำนองว่า เมื่อผู้ถามได้รับคำตอบเป็นที่พอใจแล้วก็ตั้งคำถามอื่นต่อเนื่องยิ่งๆ ขึ้นไป และดูเหมือนจะเป็นปัญหาที่สูงขึ้นไปโดยลำดับ ในที่นี้ได้เลือกเอาเฉพาะบางข้อมากล่าวพอเป็นตัวอย่าง

1. ถามว่า อะไรทำให้เราบอกว่าคนนี้เป็นผู้มีปัญญาไม่ดี ตอบว่า เพราะไม่รู้อริยสัจ 4 ตามเป็นจริง
2. ถามว่า อะไรทำให้เรียกว่าเป็นผู้มีปัญญาดี ตอบว่า เพราะรู้อริยสัจ 4 ตามเป็นจริง

หมายเหตุ : เนื่องจากในเรื่องนี้มีคำตอบเพียงสั้น ๆ
ดังข้างบนนี้ อาจารย์ได้อธิบายเพิ่มเติมให้ ฉันทจึงขอ
แทรกคำอธิบายลงไว้ตรงนี้ เพื่อช่วยแก่การเข้าใจไปที่ละ
หัวข้อในที่เดียวกันนะค่ะ

อธิบาย : “ไม่รู้ร้อยสัจ 4 ตามเป็นจริง คืออย่างไร
พระพุทธเจ้าตรัสว่า “เมื่อใดญาณทัสนะในร้อยสัจ 4
ประกอบด้วยรอบ 3 อาการ 12 ยังไม่บริสุทธิ์แก่เรา
เราจะไม่ปฎิญาณตนว่าเป็นสัมมาสัมพุทธะ”

คือ ต้องรู้ร้อยสัจ ด้วยรอบ 3 อาการ 12 ไม่ใช่แค่รู้
ว่าร้อยสัจ 4 มีอะไรบ้าง เท่านั้นไม่พอ

รอบ 3 คือ ญาณ 3 อย่าง คือ สัจญาณ กิจญาณ
กตญาณ

อาการ 12 คือ ญาณแต่ละข้อต้องกำหนดได้ 3 อย่าง
การยอมรับ การรู้ว่าควรละ ละได้แล้ว

มีร้อยสัจ อยู่ 4 ข้อ คุณ 3 อาการ รวมได้ 12 อาการ

ร้อยสัจข้อ 1 ทุกข์

สัจญาณ ยอมรับว่าชีวิตประกอบด้วยทุกข์จริง

กิจญาณ ความทุกข์เป็นสิ่งที่ต้องกำหนดรู้ ไม่สู้ และ
ไม่หนี

กตญาณ บัดนี้เรากำหนดรู้แล้ว

อริยสัจข้อ 2 สมุทัย เหตุแห่งทุกข์

สัจญาณ ยอมรับว่าตัณหาเป็นเหตุแห่งทุกข์

กิจญาณ ยอมรับว่าตัณหาเป็นสิ่งที่ควรละ

กตญาณ บัดนี้เราละได้แล้ว

อริยสัจข้อ 3 นิโรธ

สัจญาณ ยอมรับว่าการดับทุกข์มีจริง

กิจญาณ ยอมรับว่าการดับทุกข์ควรทำให้แจ้ง

กตญาณ บัดนี้เราทำให้แจ้งได้แล้ว

อริยสัจข้อ 4 มรรค

สัจญาณ ยอมรับว่ามรรคมืองค์ 8 เป็นทางดำเนินไปสู่การดับทุกข์ได้จริง

กิจญาณ ยอมรับว่ามรรคมืองค์ 8 เป็นทางที่ควรปฏิบัติ

กตญาณ บัดนี้เราได้ปฏิบัติแล้ว

.....

3 ถ้ามว่า ที่เรียกว่าวิญญาน เพราะเหตุไรจึงเรียกว่าวิญญาน

ตอบว่า เพราะรู้แจ้งซึ่งสุข ทุกข์ และไม่สุขไม่ทุกข์ (สังเกตว่า ในที่ทั่วไป อธิบายว่ารู้แจ้งอารมณ์ 6 คือ

รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ในที่นี้แปลก
ออกไป)

.....

4 ถามว่า ปัญญาและวิญญาน 2 อย่างนี้แยกกันได้
หรือไม่

ตอบว่า แยกกันไม่ได้

ถามว่า ถ้าอย่างนั้นต่างกันอย่างไร

ตอบว่า ต่างกันที่กิจ คือปัญญาเป็นสิ่งที่ควรอบรม
ให้มีขึ้น ส่วนวิญญานเป็นสิ่งที่ควรทำความเข้าใจ

อธิบาย : ปัญญาและวิญญาน แปลว่า “รู้” เหมือน
กัน ต่างกันที่ว่า ปัญญา เป็นธรรมที่ทำให้เจริญ ส่วน
วิญญานเป็นธรรมที่ควรกำหนดรู้ ควรเข้าใจ แต่ไม่ต้อง
ละ เช่น จันท์ 5 ยกเว้นสังขาร (การปรุงแต่ง) ไม่ต้อง
ละ แต่ควรคิดปรุงแต่งไปในทางที่ดี

.....

5 ถามว่า อย่างไรจึงเรียกว่า เวทนา

ตอบว่า ที่เรียกว่าเวทนาเพราะเสวยสุขบ้าง ทุกข์บ้าง
ไม่ทุกข์ไม่สุขบ้าง

อธิบาย : เวทนาคือเสวยอารมณ์ ก็คือความรู้สึก
อุเบกขาเวทนา ไม่ทุกข์ไม่สุข คือเป็นสุขอ่อนๆ สุข
น้อยๆ จนไม่รู้สึกรู้ว่าเป็นสุข เหมือนลมไวน้อยๆ จน
รู้สึกว่ามีลม แต่จริงๆ มีลมอยู่หน่อยหนึ่ง

เวทนาเป็นตัวสำคัญในการปฏิบัติธรรม เพราะสัตว์
โลกตกเป็นทาสของเวทนา โดยเฉพาะอย่างยิ่งสุขเวทนา
ยิ่งมีสุข ยิ่งอยากทำซ้ำ ทำให้เป็นเชื้อของตัณหา ฉะนั้น
พระพุทธเจ้าจึงสอนให้เรากำจัดความต้องการที่ไม่
จำเป็นแทนการสนองความต้องการ

เพื่อไปจัดการกับสุขเวทนานี้ ท่านจึงสอนให้พิจารณา
ว่า

“ให้เห็นสุขเวทนาโดยความเป็นทุกข์ ให้เห็น
ทุกข์เวทนาโดยความเป็นลูกศร ให้เห็นอทุกข์มสุขเวทนา
โดยความเป็นของไม่เที่ยง”

ที่จริงก็ไม่เที่ยงทั้ง 3 อย่าง แต่ไม่พูดรวมเสียเลย
ทีเดียว เพราะต้องการเน้นให้เห็นชัดเจน เพื่อไม่ติดใน
สุข ไม่วิ่งแสวงหาความสุข ทุกข์ก็ให้รู้ทัน

.....

6 ถามว่า ทั้ง 3 อย่างคือ เวทนา สัญญา วิญญาณ
แยกกันได้อย่างไร

ตอบว่า แยกกันไม่ได้ เปรียบเหมือนน้ำแกง ส่วนผสมต่างๆ ที่รวมกันอยู่ในน้ำแกง ย่อมแยกบริโภคไม่ได้ แต่รู้ได้ว่าเป็นรสของอะไร

.....

7 ถามว่า สิ่งที่ทำให้เกิดสัมมาทิฐิมีกี่อย่าง

ตอบว่า มี 2 อย่าง คือ

1. ปรัตตโณสะ การได้ยินได้ฟังจากผู้อื่น
2. โยนิโสมนสิการ คิดเป็น การทำไว้ในใจโดยแบบกาย ทำไว้ในใจอย่างถูกต้องมีเหตุผล

อธิบาย : การได้ยินจากผู้อื่น

คำว่าผู้อื่น หมายถึง สิ่งแวดล้อม การเข้าสำนักถูกต้อง มีกัลยาณมิตรถูกต้อง ได้เห็นสิ่งที่ถูกต้อง พบตำราถูกต้อง ฯลฯ บางคนสิ่งแวดล้อมไม่ดี แต่โยนิโสมนสิการดี คิดเป็น ก็เอาตัวรอดได้

.....

8 ถามว่า สัมมาทิฐิอาศัยธรรมอะไรเกื้อหนุน จึงจะได้ผลเป็นเจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติ

ตอบว่า อาศัยธรรม 5 อย่างคือ ศีล การฟังธรรมมาก

การสนทนาธรรม สมณะ วิปัสสนา

อธิบาย : คีล เน้นที่ความประพฤติดี ไม่ใช่แค่ คีล 5, 10, 227 เพราะมันมีเยอะที่ประพฤติไม่ดี แต่ไม่ ผิดคีล ไปผิดเอาที่อภิธมาจาร ฉะนั้น ต้องเน้นว่าคีลคือ ความประพฤติดี

อภิธมาจาร ความประพฤติที่ดีอย่างยิ่ง ไม่อยู่ใน คีล 227 ข้อของพระ แต่ประพฤติแล้วทำให้พระงาม

อริยกัณฺธคีล คีลที่พระอริยะชื่นชม คีลที่ไม่มีขอบเขต ไม่มีที่สุด คีลของพระรวมอยู่ในนี้ อะไรที่ไม่เหมาะสม ไม่ควร จะทำไม่ได้เลย

.....

9 ถามว่า ภพ 3 คือกามภพ รูปภพ อรูปภพ ทำไม ต้องมีการเกิดในภพเหล่านี้ต่อไป

ตอบว่า มีการเกิดต่อไป เพราะสัตว์มีเจยินดีในการ เกิด (อยากเกิด) สัตว์ทั้งหลายมีอวิชา (ความไม่รู้) เป็น เครื่องกัณฺกัน มีตัณหา (ความอยาก) เป็นเครื่องร้อยรัด เอาไว้

ถามว่า ทำอย่างไรจึงจะไม่มีเกิดในภพใหม่ต่อไป

ตอบว่า เมื่อสัตว์ผู้นั้นไม่มีอวิชา และไม่มีตัณหา

แล้ว ก็ไม่ต้องเกิดต่อไป

.....

10 ถามว่า เพราะกายไม่มีอะไร จึงนอนนิ่งเหมือน
ท่อนไม้

ตอบว่า เพราะไม่มี 3 อย่างคือ ไม่มีอายุ ใ่อุ่น และ
วิญญาณ

ถามว่า คนตายกับภิกษุผู้เข้าสัจจญาเวทยินโรธ ต่าง
กันอย่างไร

ตอบว่า คนตาย กายสังขาร วจีสังขาร จิตตสังขาร
ดับอายุก็สิ้น ใ่อุ่นก็ดับ อินทรีย์ (ตา หู จมูก ลิ้น กาย)
ใช้การไม่ได้ แตกทำลายไป

กายสังขาร คือสิ่งปรุงแต่งกาย คือลมหายใจเข้าออก
วจีสังขาร คือสิ่งปรุงแต่งวาจา คือ วิตก (ความตรึก)
วิจารณ์ (ความตรอง) จิตตสังขาร สิ่งปรุงแต่งจิต คือ
เวทนา (ความรู้สึก) สัจจญา (ความจำได้)

ส่วนภิกษุผู้เข้าสัจจญาเวทยินโรธนั้น กายสังขาร
วจีสังขาร จิตตสังขาร ดับเหมือนกัน แต่อายุยังไม่สิ้น
ใ่อุ่นยังอยู่ และอินทรีย์ยังผ่องใส

ท่านพระมหาโกฏิฐิกะขึ้นชมยินดีต่อภษิตของพระ
สารีบุตร



อินทรีย์

อินทรีย์ พละกำลัง ประกอบด้วย ศรัทธา วิริยะ (ความเพียร) สติ สมาธิ ปัญญา

ความหมายของ “อินทรีย์แก่กล้า” คือ ทำให้ 5 อย่างนี้มีความพร้อม (Maturity) พอที่จะเข้าใจธรรมข้อนั้นๆ

5 อย่างต้องพร้อมกันก่อนจึงจะมีพลังเปรียบเทียบนี้ 5 นิ้ว เมื่อแยกเป็นนิ้วก็ยังไม่มีความแข็งแรง เมื่อรวมกันเป็นกำปั้นจึงมีความแข็งแรง





การถาม-ตอบปัญหา แบบเวทัสลละ(ต่อ) (จุฬเวทัสลสูตร)

พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ เวฬุวนาราม เมืองราชคฤห์ ครั้นนั้น วิสาขอุบาสก ซึ่งเป็นสามีของนางธรรมทินนาเถรี เข้าไปสนทนาธรรมกับนางธรรมทินนาเถรี ถาม-ตอบกันอย่างน่าสนใจยิ่ง ขอนำมากล่าวในที่นี้เพียงบางประการเท่านั้นที่สมควรวิสาขอุบาสกเป็นผู้ถาม นางธรรมทินนาเป็นผู้ตอบ กล่าวโดยย่อดังนี้

1. ถามว่า ที่พระผู้มีพระภาคตรัสเรียกว่า สักกายะนั้นคืออะไร

ตอบว่า ความยึดมั่นในขั้นที่ 5 คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เรียกว่าสักกายะ (สักกายทิฏฐิ การเห็น

ขั้น 5 ว่าเป็นตัวตน)

.....

2. อะไรทำให้เกิดสัkkายะ (สัkkายสมุทฺถ)

ตอบว่า คือตัณหา 3 ได้แก่ ตัณหาในกาม ตัณหาใน
ความมีความเป็น ตัณหาในความไม่มี ไม่เป็น

.....

3. จะทำให้สัkkายะหมดไปได้ได้อย่างไร

ตอบว่า ต้องละตัณหา 3 เสียได้

ถามว่า จะปฏิบัติอย่างไรให้ละตัณหาได้

ตอบว่า ปฏิบัติตามหลักอริยมรรคมีองค์ 8

.....

4. ถามว่า อุปาทานขั้น 5 กับ อุปาทาน เป็นอัน
เดียวกันหรือไม่

ตอบว่า ไม่เป็นอันเดียวกันและไม่แยกจากกัน (เชื่อ
อย่างหนึ่ง ไฟอย่างหนึ่ง ระหว่างเวลาไหม้ เชื้อกับไฟ
เป็นอันเดียวกัน ถ้าเราดับไฟได้ เชื้อยังมีอยู่ แต่ไฟไม่มี)
อุปาทานก็คือ ความยึดมั่น ความกำหนดพอใจในอุปาทาน
ขั้น 5 นั้นเอง

5. สักกายทฐิมีได้อย่างไร

ตอบว่า ปุณฺณผู้ไม่ได้ฟังธรรมของพระอริยะ ย่อมเห็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ

1. โดยความเป็นตัวตนบ้าง
2. โดยเห็นตนว่ามีขันธ 5
3. โดยเห็นตนในขันธ 5
4. โดยเห็นขันธ 5 ในตน

โดยมีความเห็น 4 อย่างนี้ต่อ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ รวม 4 คูณ 5 เท่ากับ 20 รวมเป็นสักกายะ 20

ถามว่า ทำอย่างไรจึงจะไม่มีสักกายทฐิ

ตอบว่า อริยสาวก (สาวกของพระอริยะ หรือ สาวกที่เป็นอริยะ) พิจารณาอยู่ ไม่เห็นอย่างปุณฺณ คือไม่เห็นขันธ 5 ว่าเป็นตัวตน เป็นต้น ก็จะไม่มีสักกายทฐิ

อธิบาย : ไม่เห็นขันธ 5 ว่าเป็นตัวตน คืออบรมบ่อยๆ ทำให้มากจนแนบแน่นอยู่ในความรู้สึก ก็จะละไปได้

ในทางโลก เราสอนให้มีสักกายทฐิ ดังนั้น เราจึงต้องมั่นคงมากๆ มองด้วยปัญญาที่สุขุมลึกซึ้ง มองให้เห็น

ทุกข์ที่สุดขมลึกซึ่งที่ซ่อนอยู่ เช่น มีหหลานลิ แล้วจะรู้ว่า
น่ารักขนาดไหน ทางโลกดูเหมือนเป็นความสุข เราจึง
เห็นอย่างนั้น ไม่ได้มองอย่างลึกซึ้งว่านี่เป็นทุกข์ของ
วิญญูะ

.....

6. ถาว่า อริยมรรคมีองค์ 8 เป็นสังฆตธรรม (ธรรม
ที่มีปัจจัยปรุงแต่ง) หรือเป็นอสังฆตธรรม (ธรรมที่ไม่มี
ปัจจัยปรุงแต่ง)

ตอบว่า เป็นสังฆตธรรม

ถาว่า ชั้น 3 คือสี่ลขันธ สมานขันธ ปัญญาขันธ
รวมลงในอริยมรรคมีองค์ 8 หรืออริยมรรคมีองค์ 8 รวม
ลงในขันธ 3

ตอบว่า อริยมรรคมีองค์ 8 รวมลงในขันธ 3 คือ

1. สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ รวมลงในปัญญา
ขันธ

2. สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ รวม
ลงในสี่ลขันธ

3. สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ รวมลง
ในสมานขันธ

.....

7. ถามว่า ผู้เข้าสัญญาเวทยิตนิโรธหรือนิโรธสมาบัติ
สังขาร 3 คือ กายสังขาร วจีสังขาร จิตตสังขาร อย่าง
ไหนดับก่อน

ตอบว่า วจีสังขารดับก่อน ต่อจากนั้นกายสังขารจึง
ดับ และจิตตสังขารก็ดับตามไป

ถามว่า เมื่อออกจากนิโรธสมาบัติ สังขารทั้ง 3 อย่าง
ไหนเกิดขึ้นก่อน

ตอบว่า จิตตสังขารเกิดขึ้นก่อน ต่อจากนั้นกาย
สังขารและวจีสังขารจึงเกิดขึ้น

อธิบาย : เข้านิโรธสมาบัติเป็นการเข้าสมาบัติระดับ
ลึกมาก บางท่านนั่งได้ 7 วัน ไม่ไหวติง ในคำตอบจึง
บอกว่า หยุดการพูดก่อน แล้วกายนิ่ง จากนั้นจิตสงบลึก
เมื่อออกจากนิโรธสมาบัติ จิตตื่นก่อน กายเริ่มไหวติง
การเอ่ยวาจาจึงได้มีตามมา

.....

8. ถามว่า เมื่อออกจากนิโรธสมาบัติ จิตน้อมไปใน
ธรรมอะไร

ตอบว่า น้อมไปในวิเวก (ความสงัด)

อธิบาย : วิเวกมี 3 อย่าง

1. กายวิเวก อยู่ในที่สงบเงียบ ไม่คลุกคลีด้วย

หมู่คณะ แต่พระพุทธไม่ได้ว่า “อาตมายินดีในที่สงัด” เพราะจะกลายเป็นอวดอุตริฯ คืออวดฉาน แต่ชาวบ้านพูดได้

2. จิตตวิเวก ตามตำราคือได้ฉาน 8 สำหรับบุคคลทั่วไป คราวใดได้ความสงบทางใจ ก็เป็นจิตตวิเวก

3. อุปธิวิเวก ความสงบจากกิเลส หมายถึงหมดกิเลส จะแบบเป็นขั้นเป็นตอน หรือหมดเป็นบางส่วนก็ตาม หรือสงบทั้งหมดก็ตาม

.....

9. ถามว่า สุขเวทนาเป็นสุขเพราะอะไร

ตอบว่า เป็นสุขเพราะยังตั้งอยู่ ยังดำรงอยู่ เป็นทุกข์เพราะแปรปรวนไป ทุกขเวทนามีเหมือนกัน เป็นทุกข์เพราะยังตั้งอยู่ เป็นสุขเพราะแปรปรวนไป

อธิบาย : ถ้าเราทุกข์ เราจะสุขเมื่อทุกข์นั้นเปลี่ยนแปรไป ถ้าเราสุข เราจะทุกข์เพราะสุขนั้นเปลี่ยนแปรไป “โลกธรรมมีความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา”

.....

10. อนุสัยคือกิเลสที่แนบแน่นอยู่ในสันดาน ถามว่า

อนุสัยอะไรแนบสนิทอยู่ในสุขเวทนา? อนุสัยอะไร
แนบอยู่ในทุกขเวทนา? อนุสัยอะไรอยู่ในอทุกขมสุข
เวทนา?

ตอบว่า รากานุสัย รากะคือกิเลสที่แนบสนิทอยู่ใน
สันดาน อยู่ในสุขเวทนา

ปฏิฆานุสัย คือความหงุดหงิด อยู่ในทุกขเวทนา
อวิชชานุสัย (คืออวิชา) อยู่ในอทุกขมสุขเวทนา

อธิบาย : คราวใดที่ได้รับความสุข ให้ระวังรากานุสัย
รากะ คือความติด เหมือนน้ำย้อม วัตถุที่ติดสีนั้น ได้รับความ
สุข ถ้าเป็นความสุขที่อาศัยกามคุณ 5 (ามิสสุข)
ก็ระวังรากานุสัยติดไปในสันดาน เพราะความติดใจใน
ความสุข อยากจะได้เพิ่มขึ้นเรื่อยจนติดไปในสันดาน แต่
ความรู้สึกลงของคนที่ผ่านไปจะเห็นว่าดี เพราะมันรู้สึกสุข แต่
มีโทษซ่อนอยู่คือรากานุสัยที่ค่อยๆ สะสมแนบแน่น
เข้าไปในสันดาน

แต่ถ้าเป็นสุขที่ไม่ได้อาศัยกามคุณ 5 (นิรามิสสุข)
ก็จะไม่ก่อเกิดรากานุสัยติดไป เช่น บำเพ็ญความดี
ทำความดีแล้วรู้สึกสุข

ความโกรธ ถ้าไม่ระวังก็จะสะสมเป็นอนุสัยได้ เป็น
ความเครียดสะสมเป็นปฏิฆานุสัย มีสันดานโกรธง่าย

อทุกข์ขมสุขเวทนา ไม่สุขไม่ทุกข์ จริงๆ แล้วมันสบาย
ดีคือ ไม่สุขไม่ทุกข์ โบราณว่า “ทั้งชั่วทั้งดีอัปรีดิ์ทั้งเพ”
คำพูดนี้พูดกับคนทั่วไปที่ไม่ได้เรียนธรรมะไม่ได้ เดียว
เขาเอาไปทำผิด การเรียนธรรมะสอนให้เราละวางทั้งชั่ว
และละดี อย่าติดดี (การละดีเป็นขั้นสูงแล้ว)

ไม่สุขไม่ทุกข์ เช่น อิ่มมากไปก็ไม่ได้ หิวมากไปก็
ไม่ได้ ถ้ากำลังดี ไม่หิวไม่อิ่มก็สบาย บางที่เรียกว่า
อุเบกขาเวทนา ให้ระวังอวิชชาขุสยคือโง่ ไม่รู้

แต่ถ้าอุเบกขาได้เพราะรู้ อันนี้ดี อวิชชาขุสยไม่เข้า
มาแทรก เช่น ถ้าเราชมหรือด่าหมา มันจะเฉยๆ เพราะ
ไม่รู้ คือเฉยโง่ถ้าเราชมหรือด่าคน แต่เขาเฉยได้ เพราะ
เขารู้ คืออุเบกขา

การดับอนุสัยคือพยายามละสิ่งนั้นเสีย

.....

11. ถามว่า อะไรเทียบด้วยนิพพาน

ตอบว่า ท่านถามมากไปเสียแล้ว อย่างไรก็ตาม พอ
พูดได้ว่า พรหมจรรย์ (ระบบแห่งการประพฤติคุณงาม
ความดี) นี้มุ่งเอานิพพานเป็นจุดหมายปลายทาง ถ้าท่าน
อยากทราบเรื่องนี้ก็พึงเฝ้าพระศาสดาทูลถามพระองค์
เถิด ทรงตอบอย่างไรพึงจำไว้อย่างนั้น

วิสาขอุบาสกชื่นชมภษิตของนางธรรมทินนาภิกษุณี
แล้วลาไปเฝ้าพระศาสดา ทูลเล่าเรื่องทั้งหมดถวาย พระ
ศาสดาตรัสว่าธรรมทินนาภิกษุณีเป็นบัณฑิต มีปัญญา
มาก หากท่านพึงถามเราในเรื่องเหล่านี้ เราก็จะตอบ
อย่างเดียวกับที่นางธรรมทินนาตอบแล้วนั้นแล



ตัณหา

ถาม : มีคนบอกว่า “ที่สอนว่าตัณหาเป็นสิ่งที่ควรละ นั้น ถ้าคนเราไม่มีตัณหา ก็ไม่กระตือรือร้น ไม่แสวงหาความสำเร็จ เราควรต้องมีตัณหา มีสิ่งเร้าให้เกิดความต้องการ” ปัญหานี้ควรตอบอย่างไร

ตอบ : เรากระตือรือร้นได้ด้วยการมี “ธรรมฉันทะ” เป็นตัวกระตุ้น คืออยากทำสิ่งดี ทำแล้วได้ผลอย่างไรก็ไม่ทุกข์ ความเร่าร้อนไม่มี

ส่วนคนมีตัณหา ทำไม่เลือกทาง เช่น คอรัปชั่น ทำให้เกิดทุกข์แก่ตัวและสังคม

จะเป็นตัณหาหรือไม่ ให้อูที่ตัวกระตุ้น เช่น
อยากได้เงินเดือนขึ้น

1. ธรรมฉันทะ อยากเอาเงินไปให้พ่อแม่
2. ตัณหา อยากเอาเงินไปกินเหล้า



ความโลภ

ถาม : เกี่ยวกับเรื่องความโลภ ที่มหาตมคานธี กล่าวว่า “คนหนึ่งมีทรัพย์มากเกินไป ทำให้ผู้อื่นขาดแคลน” บางคนสะสมที่ดิน ควรคิดถึงคนที่ไม่มีที่ดินบ้าง

ไม่เข้าใจนี่ว่าคืออะไร เพราะคนขยันมีกำลังทรัพย์ สมมุติเขาไปซื้อที่ดินส่วนหนึ่ง ที่ดินอื่นปล่อยให้คนอื่นซื้อ แต่คนอื่นก็ซื้อไม่ได้ ไม่มีกำลังจะซื้อ เพราะเขาไม่มีเงินอยู่แล้ว หรือถ้าคนอื่นมีเงิน เขาก็คงซื้อไปแล้วเหมือนกัน

ตอบ : หลักของคานธี คือ การสะสมเกินความจำเป็นถือว่าขโมย คนไม่ควรสะสมเกินจำเป็น ก็อย่าสะสม เปิดโอกาสให้คนอื่น

ข้อนี้เป็นเรื่องเฉพาะกาล เพราะอินเดียสมัยนั้นมีคนจนมาก

ในศาสนาพุทธมีหลักว่า “มีทรัพย์แล้ว ทำประโยชน์แก่ผู้อื่นต่อไป (บริจาค)” ไม่ได้ห้ามรวย



สิ่งที่รู้ได้ยาก

สิ่งที่รู้ได้ยาก รู้แล้วแสดงให้คนอื่นเห็นก็ยาก มี 4 อย่าง

1. สัจจะ ความจริงเป็นอย่างไร เรื่องต่างๆ ที่เกิดขึ้น จริงๆ แล้วเป็นอย่างไร ก็รู้ได้ยาก
2. สัตว์ (คือบุคคล) คือเราไม่รู้ว่าใครเป็นอย่างไร มีการเปลี่ยนแปลงตลอดไปตามปัจจัยปรุงแต่ง วันนี้ว่าวันนี้ พรุ่งนี้ อารมณ์ดี
3. ปฏิสนธิ การเกิดใหม่ เราไม่รู้ว่าไปเกิดที่ไหน
4. ปฏิจจสมุปบาท



23

แนวการดำเนินชีวิต 4 แบบ (จูฬธรรมสมาทานสูตร)

จากข้อความในจูฬธรรมสมาทานสูตร กล่าวถึง
แนวทางที่บุคคลยึดไว้ปฏิบัติ 4 แบบด้วยกัน คือ

1. การประพฤติหรือการกระทำที่ทำให้ทุกข์ในปัจจุบัน
และมีทุกข์เป็นผลต่อไป เช่น พวกประพฤติวัตรทรมาน
ภายในสมัยพุทธกาล เช่น นอนบนหนาม เป็นต้น
หรือผู้ที่ทำชั่วประพฤติกุศลด้วยความยากลำบาก แต่
จำใจต้องทำ เช่น พวกที่ถูกบังคับให้เป็นโจร เป็นต้น
มีความทุกข์ทั้งในปัจจุบันและอนาคต

2. ความประพฤติหรือการกระทำที่ทำให้ทุกข์ในปัจจุบัน
แต่ให้สุขเป็นผลในภายหน้า เช่น บุคคลประพฤติดีด้วยความ
ยากลำบาก มีความขยันหมั่นเพียร สะสมทรัพย์และ

คุณธรรมด้วยความเห็นดีเห็นชอบ แต่มีความสุขความ
พอใจในภายหน้า

3. ความประพฤติหรือการกระทำที่ให้อภัยในปัจจุบัน
แต่ให้ทุกข์ในอนาคต เช่น คนที่หลงมัวเมาในความชั่ว
เช่น อบายมุขต่างๆ กลุ่มหลงเพลิดเพลินอยู่ด้วยความชั่ว
เหล่านั้น ต่อมาได้รับทุกข์เพราะกรรมชั่วให้ผล

4. ความประพฤติหรือการกระทำที่ให้อภัยทั้งปัจจุบัน
และอนาคต เช่น คนมีกิเลสเบาบาง ประพฤติคุณงาม
ความดีด้วยความสบายใจ เต็มใจ เด็กศึกษาเล่าเรียน
ด้วยความรักในความรู้ ไม่ต้องฝืนใจทำ ได้ความสนุก
เพลิดเพลินในการศึกษาและในการทำดี สิ่งเหล่านั้นส่งผล
ให้มีความสุขต่อไป

สำหรับเรื่องที่เรียกว่า มหาธรรมสมาทานสูตร เนื้อหา
บางส่วนเหมือนกับเรื่องจุฬารามาสมาทานสูตร ข้อความ
ที่ต่างกันมีดังนี้

พระศาสดาตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า สัตว์ทั้งหลายใน
โลกย่อมปรารถนาให้สิ่งที่น่าพอใจเจริญขึ้น ขอให้สิ่งที่ไม่
น่าพอใจเสื่อมไป แต่ทั้งๆ ที่ปรารถนาอย่างนี้ สิ่งที่น่า
ปรารถนากลับเสื่อมไป สิ่งไม่น่าปรารถนากลับเพิ่มขึ้น

เพราะอะไร

ภิกษุทั้งหลายขอให้พระองค์อธิบาย พระศาสดาจึงตรัสว่า ที่เป็นเช่นนั้นเพราะปุถุชนผู้มีได้สัทธิธรรมของพระอริยะ ไม่ได้เห็นพระอริยะ ไม่ฉลาดในธรรมของพระอริยะ ทั้งไม่ได้ฝึกฝนในธรรมของพระอริยะ ไม่ได้คบคนดีจึงไม่รู้จักกรรมที่ควรทำและที่ควรเว้น เมื่อเป็นดังนั้น เขาก็ไม่ได้ประพฤติธรรมที่ควรประพฤติ ไม่ได้เว้นสิ่งที่ควรเว้น สิ่งน่าใคร่น่าปรารถนาจึงเสื่อมไป สิ่งที่เขาไม่ต้องการกลับเจริญขึ้น

ส่วนอริยสาวกมีความรู้ที่ถูกต้อง ประพฤติธรรมที่ควรประพฤติ เว้นสิ่งที่ควรเว้น สิ่งที่น่าปรารถนาจึงเจริญขึ้น สิ่งไม่น่าปรารถนาจึงเสื่อมไป

เรื่องนี้แสดงให้เห็นว่า ลำพังเพียงความปรารถนาย่อมไม่สามารถให้ผลตามที่ต้องการได้ ต้องลงมือประพฤติปฏิบัติสิ่งที่ถูกต้องด้วย จึงจะสามารถบันดาลสิ่งที่น่าปรารถนาให้เกิดขึ้นได้ถ้าเพียงแต่ความปรารถนาสามารถทำให้บุคคลประสบความสำเร็จแล้ว ใครเล่าจะผิดหวัง เพราะทุกคนสามารถปรารถนาสิ่งที่ตนต้องการทั้งสิ้น

พระศาสดาทรงเปรียบเทียบธรรมสมาทาน 4 ประการไว้ดังนี้

1. เปรียบเหมือนหมอน้ำขมที่เจือด้วยยาพิษ กินแล้ว
อาจถึงตายหรือเจียนตาย

2. เปรียบเหมือนยาดองด้วยน้ำมูตร(น้ำปัสสาวะ)
(โดยปกติทั่วไปใช้สมอดองด้วยน้ำปัสสาวะทิ้งไว้ประมาณ
15 วัน แล้วกินผลสมอนั้น) ทั้งที่กลืน รส ไม่น่าดื่ม แต่
แก้โรคได้หลายอย่าง

3. เปรียบเหมือนน้ำหวานเจือด้วยยาพิษ

4. เปรียบเหมือนนมส้ม น้ำผึ้ง เนยใส น้ำอ้อย ระคน
เข้าด้วยกัน ทั้งสี่ กลืน รส ชวนบริโภค บริโภคแล้ว
มีความสุขสบาย

ทรงเปรียบต่อไปว่า ดวงอาทิตย์ทำยถุศุณ ท้องฟ้า
ปราศจากเมฆหมอก ย่อมลอยเด่นไพโรจน์ สว่างไสว
ฉนั้นใด ธรรมสมาทานที่ให้อุสุขในปัจจุบันและให้อุสุขใน
อนาคต ก็ฉนั้น

พราหมณ์เหล่าอื่นเป็นอันมากนิยมยกย่องปฏิบัติ
ข้อที่ให้อุสุขในปัจจุบันเพื่ออุสขกายหน้าแต่พระพุทธรงค์
เห็นว่า ข้อปฏิบัติที่ให้อุสุขในปัจจุบันและให้อุสขในกายหน้า
มีอยู่ เป็นทางที่ควรดำเนิน



นิพพาน

พระพุทธเจ้าทรงแสดงนิพพานเปรียบด้วยอะไรไว้ว่า

1. เหมือนไฟหมดเชื้อแล้วก็ดับไป พระอรหันต์นิพพาน
แล้วก็เปรียบอย่างนี้เหมือนกัน

2. เหมือนมหาสมุทร ไม่พร่อง ไม่เต็ม แม้จะมีบุคคลเป็น
อันมากจะเข้านิพพาน

นิพพานมี 2 นัย

1. อนุपाทีเสสนิพพาน ดับกิเลสแล้ว ดับขันธ (ตายแล้ว)
2. สอุปาทิเสสนิพพาน ดับกิเลสแล้ว แต่ขันธยังอยู่ (ยังมีชีวิตอยู่)

นัยที่สอง

1. สอุปาทิเสสนิพพาน ได้นิพพานแล้วบางส่วน แต่ยังมี
กิเลสเหลืออยู่ เช่น โสดาบัน

2. อนุपाทีเสสนิพพาน ได้นิพพานแล้ว ไม่มีกิเลสใดเหลือ
อยู่คือเป็นพระอรหันต์

มีผู้ถามว่า คนเราทุกคนเกิดมาเพื่อไปสู่นิพพานหรือ
พระพุทธเจ้าตอบว่า “เฉพาะผู้ปฏิบัติชอบเท่านั้น จึงจะโน้มน
เอียงไปสู่นิพพาน”

การถามแบบนี้ถือว่าเป็นลัทธิสังสารสุทธิกวาทะ ที่ถือว่า
บุคคลต้องเที่ยวไปในสังสารวัฏ ท่องเที่ยวไปเรื่อย ๆ ก็ถึง
นิพพานเองเป็นลัทธิมิจฉาทิฐิอันหนึ่ง



นิโรธ

นิโรธ เป็นไวยากรณ์ (คำความหมายเดียวกัน) ของนิพพาน และยังมีคำอื่นๆ อีก ได้แก่

1. การย่ำยีความเมา เมาในวัย คิดว่ายังไม่แก่ ยังไม่ตาย
ยังรวยอยู่ ยังแข็งแรงอยู่ เป็นต้น

2. นำความกระหายออก นำความกระหายออกไปเสียได้
หมายถึงความกระหายทางจิต เหมือนคนหิวน้ำต้องดื่ม น้ำ
กระหายอารมณ์ใดต้องหาลึ้นนั้นและมีความประสงค์จะดื่ม
อารมณ์นั้น พอมาถึงนิพพาน เหมือนคนอิม ไม่มีการแสวงหา

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ดื่มอารมณ์ที่กระหาย (การสนองความ
ต้องการทางอารมณ์) เหมือนดื่ม น้ำเค็มเพื่อบำบัดความกระหาย
ยิ่งดื่มยิ่งกระหาย” เหมือนเดิมเชื้อให้ไฟก็ดับไม่ได้ ยิ่งสนองยิ่ง
ต้องการ ฉะนั้น เศรษฐกิจแบบพุทธเหมือนถอนเชื้อจากกอง
เพลิง (คือไม่ตามความอยากมากไป) ไฟจะค่อยๆ ดับไปเอง
ท่านใช้คำว่า “นำออก” บ่อยในหลายเรื่อง เช่น นำออกซึ่ง
อัสสมาณนะเสียได้ เป็นสุขอย่างยิ่ง

3. ถอนอาศัยออกได้ สัตว์โลกมีความอาศัยในสิ่งต่างๆ โดย
เฉพาะอย่างยิ่งในกามคุณ พระพุทธเจ้ารำพึงว่า

“เราเทศน์ไปเขาจะรู้ไหมหนอ ในท่ามกลางความอาศัยใน

กามคุณ ธรรมที่เราารู้แล้วนี้รู้ตามได้ยาก ไม่เป็นวิสัยของตรรกะ (คิดเอาไม่ได้) แต่บัณฑิตพอรู้ได้ สัตว์ทั้งหลายที่มีธุลีในจักษุ น้อยก็ยังพอมืออยู่ พอรู้ตามได้”

4. ตัตตวัฏฐะ วัฏฐะมันยาวนาน พอถึงนิพพานก็ถูกตัดขาด ไม่ยึดเยื้อต่อไป พระพุทธเจ้าสอนว่า “อย่าเดินทางไกล (คือ สังสารวัฏ) อย่าถูกทุกข์ติดตาม (ตราบใดที่ยังมีวัฏฐะจะมีทุกข์) สังสารวัฏของคนพาลผู้ไม่รู้สัทธรรมนั้นยาวนานนัก”

5. เป็นที่สันตันทา “ธรรมทานชนะทานทั้งปวง รสแห่ง ธรรมชนะรสทั้งปวง ความยินดีในธรรมชนะความยินดีทั้งปวง ความสันตันทาชนะทุกข์ทั้งปวง”

6. สำรอกราคะ (วิราโค) แปลว่า ปราศจากราคะ

7. นิโรธ ดับเพลิงกิเลสและเพลิงทุกข์

8. นิพพาน

ทั้ง 8 คำนี้มีความหมายเดียวกัน



อนุสัย

อนุสัย กิเลสอย่างละเอียดที่นอนนิ่งอยู่ในสันดาน เมื่อมีสิ่งมาช่วยวนถึงจะแสดงออกให้เห็น

กิเลสชนิดนี้กำจัดได้ด้วยปัญญา มี 7 อย่าง คือ

1. กามราคะ ความกำหนัดในกาม หมายถึงธรรมชาติที่เป็นความยินดีติดใจหลงไหลในกาม ทั้งที่เป็นส่วนของวัตถุกามและกิเลสกาม

2. ปฏิมะ ความหงุดหงิดด้วยอำนาจโทสะ หมายถึงธรรมชาติที่มีความไม่พอใจในอารมณ์

3. ทิฐิ ความเห็น หมายถึงความเห็นผิดจากธรรมดา

4. วิจิกิจฉา ความลังเล หมายถึงความสงสัยลังเลใจในสิ่งที่ควรเชื่อ

5. มานะ ความถือตัว ทะนงตน หมายถึงความโอ้อวด

6. ภวราคะ ความกำหนัดในภพ หมายถึงความยินดีในสิ่งที่ตนมี ตนเป็นอยู่

7. อวิชชา ความเขลาไม่รู้จริง หมายถึงความหลงความโง่ ความไม่รู้สภาพธรรมตามเป็นจริง

ลอกจาก : “ไขปถมิก” 3 มกราคม 2011

อนุสัย

อนุสัย หมายถึง ความเคยชิน คือทุกครั้งที่จิตของเราได้เกิดกิเลสตัวใดขึ้นมาแล้ว แม้จะดับไปแล้วก็ตาม แต่มันจะทิ้งความเคยชินไว้ให้ คือมันจะทำให้จิตของเราเกิดกิเลสตัวนั้นได้ง่ายยิ่งขึ้น ยิ่งถ้าเกิดกิเลสขึ้นมาบ่อยๆ ก็ยิ่งมีอนุสัยมากขึ้น

อนุสัยมี 3 ประเภท

1. ราคะอนุสัย ความเคยชินที่จะเกิดกิเลสประเภท ราคะ ขึ้นมาอีก
2. ปฏิฆาอนุสัย ความเคยชินที่จะเกิดกิเลสประเภท โทสะ ขึ้นมาอีก
3. อวิชชาอนุสัย ความเคยชินที่จะเกิดกิเลสประเภท อวิชชา ขึ้นมาอีก

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ไม่ว่ากิเลสตัวใดจะเกิดขึ้นมาในจิตเรา มันหาได้ทิ้งความเคยชินที่จะเกิดเฉพาะกิเลสของตัวนั้นไว้ไม่ แต่มันจะเกิดความเคยชินของกิเลสที่เหลืออีกสองตัวทิ้งเอาไว้ให้แก่จิตด้วยเสมอทุกครั้ง”

สรุปว่า ไม่ว่ากิเลสตัวใดจะเกิดขึ้น มันจะทิ้งอนุสัยของกิเลสทุกตัวไว้ให้ด้วยเสมอ เช่น คนที่มีราคะมากๆ ก็จะมีโทสะมาก มีอวิชชา มาก ตามไปด้วย

จากหนังสือ พุทธศาสนาในฐานะวิทยาศาสตร์



24

ทรงอนุญาตให้สอบสวน ความประพฤติของพระองค์ (วิม้งสกสูตร)

พระศาสดาประทับ ณ เขตวนาราม เมืองสาวัตถีตรัส
กับภิกษุทั้งหลายว่า สำหรับภิกษุที่ยังไม่รู้วาระจิตของ
ผู้อื่นและไม่รู้พระทัยของพระองค์ ก็พึงใช้ตาและหู
สอบสวน พิจารณาการกระทำทางกาย วาจาของพระองค์
ว่า มีความเศร้าหมองอยู่หรือไม่ หรือว่ามีที่ปนกันทั้งดี
ทั้งชั่ว ทั้งที่เศร้าหมองและผ่องแผ้วเมื่อพิจารณาอยู่ก็จะ
ทราบว่าไม่มีความเศร้าหมองและไม่มีส่วนที่คละกัน (มี
แต่ความบริสุทธิ์ผ่องแผ้ว ปราศจากกิเลสทั้งทางกายทาง
วาจา)

พิจารณาต่อไปว่า ศาสดาของเราสมบูรณ์ด้วยความ
ดีเช่นนี้มานานแล้วหรือเพิ่งสมบูรณ์ด้วยความดีเช่นนี้

เมื่อเร็ว ๆ นี้เอง ก็จะพบว่าท่านทรงสมบูรณ์ด้วยความดี
เช่นนี้มานานแล้ว

พิจารณาต่อไปว่า ศาสดาของเรามีชื่อเสียง มียศ สิ่ง
นั้นก่อให้เกิดโทษอันเศร้าหมองแก่ท่านหรือไม่ ก็จะพบ
ว่าไม่มี ไม่เหมือนภิกษุบางรูปหรือบางคน เมื่อมีชื่อเสียง
มียศ ก็มีโทษบางอย่างเกิดตามมา คือเป็นคนเย่อหยิ่ง
ถือตัว เป็นต้น

พิจารณาสอบสวนต่อไปว่า ท่านเว้นความชั่วเพราะ
กลัว (กลัวถูกติเตียน กลัวถูกทำโทษ เป็นต้น) หรือไม่
ก็พบว่า ท่านเว้นความชั่วเพราะมีอหยาศัยสะอาด ไม่
ปรารถนาแปดเปื้อนด้วยความชั่ว ท่านไม่เสพงาม เพราะ
เป็นผู้ปราศจากราคะ ท่านไม่ดูหมิ่นภิกษุทั้งหลาย ทั้งดี
ทั้งเลว เพราะมีพระหฤทัยกรุณาในบุคคลทั้งปวง ทรง
สรรเสริญภิกษุที่ดี และกรุณาต่อภิกษุที่ยังไม่ดี

ถ้าภิกษุจะทูลถามพระองค์ว่า ทรงมีสิ่งเศร้าหมอง
หรือสิ่งเศร้าหมองปนกับสิ่งที่ผ่องแผ้วหรือไม่ ก็จะตรัส
ตอบว่าไม่มี ทรงมีสิ่งที่ผ่องแผ้วทั้งทางพระกาย พระ
วาจา และพระมนัส เพราะนั่นเป็นทางดำเนินของ
พระองค์ ที่เป็นเช่นนี้เพราะพระองค์ไม่มีตัณหาด้วย
ประการดังกล่าว สาวกจึงควรเข้าไปเฝ้าพระศาสดาเพื่อ
ฟังธรรม พระศาสดาย่อมแสดงธรรมให้ฟังทั้งฝ่ายดีและ

ฝ่ายชั่วอันประณีตยิ่ง ๆ ขึ้นไป

เธอรู้ทั่วถึงธรรมแล้วย่อมตกลงใจได้ว่า “พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสรู้เองโดยชอบ พระธรรมอันพระผู้มีพระภาคตรัสไว้ดีแล้ว พระสงฆ์เป็นผู้ปฏิบัติดี เป็นต้น”

พระศาสดาตรัสต่อไปว่า “ภิกษุทั้งหลาย ศรัทธาของบุคคลผู้ใดผู้หนึ่งตั้งลงมั่นในตถาคตดังกล่าวมา เรียกได้ว่าเป็นศรัทธาที่มีเหตุผล มีความเห็นถูกต้อง เป็นศรัทธาที่มั่นคง อันใครทำให้หวั่นไหวคลอนแคลนไม่ได้ การตรวจสอบธรรมในพระตถาคตเป็นอย่างนี้ และโดยนัยนี้เองตถาคตเป็นอันได้พิจารณาตรวจสอบดีแล้ว”



กำลังใจ

อาจารย์ให้กำลังใจในวันที่อ่อนล้าว่า

“พึงศึกษาและปฏิบัติเรื่องบุญที่สุขเป็นกำไร การทำบุญ
ปฏิบัติเป็นการลงทุน แต่ก็มีบางอย่างที่เราทำด้วยความทุกข์
นั่นเป็นหน้าที่เราต้องชดใช้ ก็ให้ชดใช้ด้วยความเต็มใจ จะต้อง
หมดแน่นอน ถ้าเราทำความดีใหญ่ๆ อาจหมดหนี้เก่าได้เร็วขึ้น
เหมือนมีเงินก้อนใหญ่มาใช้หนี้”



ธัมมทเทศ 4

พระศาสดาแสดงธัมมทเทศ 4 แก่พระรัฐบาล ทำให้
พระรัฐบาลออกบวชธัมมทเทศ 4 มีดังนี้

1. สัตว์โลกไม่ยั่งยืน ต้องแก่ชรา
2. สัตว์โลกไม่มีผู้ป้องกัน ไม่มีผู้ต้านทาน ไม่มีผู้เป็นใหญ่
(ในที่สุดต้องตายไป)
3. สัตว์โลกไม่มีสิ่งใดเป็นของๆ ตน จำต้องทิ้งสิ่งทั้งปวง
ไป
4. สัตว์โลกพร่องอยู่เป็นนิตย์ ไม่รู้จักอิ่ม ไม่รู้จักเบื่อ
จึงเป็นโทษของตัณหา



สมชีวิธรรม

สมชีวิธรรม คนที่จะอยู่ร่วมกันได้ดี คนจะอยู่ร่วมกันได้ดี
ต้องมีสิ่งเหล่านี้เสมอ

1. ศรัทธา
2. ศีล
3. จาคะ(บริจาค)
4. ปัญญา

หากคู่ใดมีสิ่งเหล่านี้แตกต่างกันมาก จะไม่มีความสุข



25

ภิกษุชาวเมืองโกสัมพี (โกสัมพียสูตร)

พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับอยู่ ณ โฆสิตาราม เมืองโกสัมพี ภิกษุรูปหนึ่งเข้าไปเฝ้าพระพุทธองค์ กราบทูลว่า ภิกษุ 2 พวกในเมืองโกสัมพีนี้วิวาทกัน ไม่ปรองดองกัน ทิ่มแทงกันด้วยหอกคือปาก พระศาสดาให้ภิกษุรูปหนึ่งไปตามภิกษุทั้งสองพวกนั้นมาเฝ้า ตรัสถามว่า ทะเลาะวิวาทกันจริงหรือ เมื่อภิกษุเหล่านั้นทูลรับว่าจริง จึงตรัสโอวาทภิกษุเหล่านั้นให้สามัคคีกัน ที่ต้องทะเลาะกันนั้น เพราะไม่ตั้งเมตตาทางกาย วาจา ใจ ไว้ต่อกัน ทรงสั่งสอนภิกษุเหล่านั้นในสาราณียธรรม (ธรรมอันเป็นเหตุให้ระลึกถึงกัน) 6 ประการ คือ

1. เมตตากายกรรม จะทำอะไร ๆ ก็ให้ทำด้วยเมตตา

ต่อกัน

2. เมตตาวจีกรรม จะพูดอะไร ๆ ก็ให้พูดด้วยเมตตา
ต่อกัน

3. เมตตามโนกรรม จะคิดอะไร ๆ ก็ให้คิดเมตตาต่อ
กัน

4. แบ่งปันลาภที่ได้มาโดยชอบธรรมให้แก่กัน ไม่
หวงไว้บริโภคนแต่ผู้เดียว

5. เป็นผู้มีศีล คือความประพฤติดีเสมอกัน ไม่
รังเกียจกันเรื่องความประพฤติ

6. มีความเห็นถูกต้องเหมือนกัน เป็นความเห็นที่
ทำให้สันทุกข์ อนึ่ง แม้จะมีความเห็นไม่ตรงกัน ก็ไม่
ทะเลาะวิวาทกัน

เมื่อมีธรรม 6 ประการนี้อยู่ ย่อมเป็นไปเพื่อการ
ระลึกถึงกัน สร้างความรักความเคารพต่อกัน เป็นไปเพื่อ
การสงเคราะห์กัน ไม่วิวาทกัน สามัคคีกัน เป็นเอกภาพ
คือมีความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

ในพระสูตรนี้เล่าว่า เมื่อพระผู้มีพระภาคทรงโอวาท
ภิกษุเหล่านี้แล้ว ภิกษุต่างชื่นชมยินดีต่ออภายิตของพระ
ศาสดา

ฝ่ายอรรถกถาธรรมบทเล่าว่าภิกษุเหล่านั้นมิได้เชื่อฟังพระโอวาท ยังคงทะเลาะวิวาทกันไป จนพระผู้มีพระภาคเจ้าเสด็จปลีกพระองค์ไปอยู่ที่ป่ารักจิวัน ได้ช้างและลิงคอยเฝ้าบำรุงปรนนิบัติ

ต่อมา พวกชาวบ้านเห็นว่าพระศาสดาต้องเสด็จไปอยู่ป่าเพราะการทะเลาะวิวาทของภิกษุเหล่านั้น ทำให้พวกเขาไม่มีโอกาสได้เข้าเฝ้า ฟังธรรม และทำบุญ จึงรวมกันไม่เคารพนอบน้อม ไม่ยอมใส่บาตรแก่ภิกษุเหล่านั้น

เมื่อไม่มีอาหารและไม่มีใครเคารพ ภิกษุจึงปรองดองสามัคคีกัน พระศาสดาเสด็จกลับเข้าเมือง แต่เสด็จไปเมืองสาวัตถี

ภิกษุที่ปรองดองกันแล้ว พวกกันไปเฝ้าพระพุทธองค์ที่เมืองสาวัตถีทรงแสดงธรรมโปรดจนภิกษุเหล่านั้นตั้งอยู่ในคุณธรรมต่าง ๆ ตามสมควรแก่อุปนิสัยแห่งตน



การทำความคิด

เราจะทำได้อย่างไรให้ได้ดี “ทำความดี ถ้างั้นประกอบไม่พอ ความดีก็ยังไม่ให้ผล”

ต้องทำปัจจัยหลักคือปัญญา ต้องทำความดีด้วยความฉลาด ไม่ทำด้วยความโง่

เหตุเราทำไปแล้วคือทำดี แต่เราต้องทำปัจจัยให้ดีเท่าที่จะทำได้ ก็หมดหน้าที่ ความดีจะให้ผลเมื่อใดก็แล้วแต่ ถ้าทำเหตุดียังไม่พอ ความดีก็ยังไม่ให้ผลกับเรา

เหมือนปลูกต้นไม้ เหตุคือปลูกต้นไม้แล้วปัจจัยคือ ให้แสง ให้น้ำ ให้ปุ๋ย เท่าที่มันจำเป็นต้องมี ถ้าไม่พอต้นไม้ก็ไม่โต ผลจะได้เมื่อไหร่ก็แล้วแต่ต้นไม้

ความหวังผลย่อมสำเร็จแก่ผู้รอคอย ไม่รีบร้อน เราทำความดีเพื่อผู้อื่น เราไม่ได้ ผู้อื่นก็ได้ เมื่อผู้อื่นได้รับ เราก็ควรจะพอใจแล้ว ก็ทำให้สบายใจ การสบายใจก็เป็นผลของความดี



มองแนวพุทธ

ศาสนาพุทธสอนเรื่องทุกข์ ไม่ใช่มองโลกในแง่ร้าย เพราะสอนเรื่องการดับทุกข์ ซึ่งเป็นแง่ดีด้วย

ปรัชญา Idealism มโนภาพนิยม โลกไม่ได้เป็นจริงตามที่ปรากฏ เช่น เรากินของหวานแล้วกินน้ำ น้ำเลยหวาน แต่ที่จริงน้ำไม่ได้หวาน แบงก์ 20 สีเขียว ไปอยู่ในแสงสีเหลือง ทำให้ดูเป็นสีน้ำตาล คนคนหนึ่งตาย มีคนร้องไห้ อีกคนหัวเราะ

พุทธศาสนาไม่ใช่และไม่ปฏิเสธ Idealism และ Realism เพราะไม่ได้เป็นทั้งสองอย่าง

แต่เป็น “ตามความเป็นจริง” เป็น Buddhism



เมตตา

อาจารย์สอนว่า “ชอบกัน สรรเสริญ เจริญสิน ชังกัน
สาปแช่ง ทุกแห่งหน”

คนอื่นจะรักจะชังช่างเขา เราดีแล้ว เขาทำให้เราชั่วไม่ได้
อยู่ให้สบาย ตายแล้วไปสุคติ

บางคน อยู่เป็นทุกข์แม้กับเรื่องเล็กน้อย อย่างนี้มีโอกาส
ไปสุคติได้ง่าย

อีกพวกตรงข้าม มีปกติอยู่เป็นสุขด้วยเมตตาธรรมที่หา
ประมาณมิได้ (อปัมมัญญา) คือพรหมวิหาร 4

การแผ่เมตตาแบบเจาะจง เป็นพรหมวิหาร

การแผ่เมตตาแบบไม่เจาะจงเป็นอปัมมัญญา

อปัมมัญญา แปลว่า หาประมาณมิได้



26

พกพรหม (พรหมนิมิตตสูตร)

พระศาสดาประทับอยู่ ณ วัดเชตวัน เมืองสาวัตถีตรัส
เล่าให้ภิกษุทั้งหลายฟังว่า สมัยหนึ่ง พระองค์ประทับอยู่
ณ ใต้ต้นรังใหญ่ในสุทกวัน ใกล้เมืองอุกกัฏฐา

ครั้งนั้นพรหมผู้หนึ่งนามว่า พกะ มีความเห็นผิดว่า
ฐานะแห่งพรหมนี้เที่ยง ยั่งยืน ไม่ต้องเปลี่ยนแปลง
เคลื่อนย้าย ไม่มีเกิด แก่ ตาย ไม่จุติ (เคลื่อนจากภพ
เก่า) ไม่อุบัติ (เกิดในภพใหม่) เหตุออกจากทุกข์
นอกจากฐานะแห่งพรหมนี้ไม่มีอีกแล้ว

พระองค์ทรงทราบความคิดของพกพรหมแล้ว
จึงเสด็จไปโปรดถึงพรหมโลก สั่งสอนเขาว่าพรหมถูก

อวิชชาครอบงำแล้ว เพราะเข้าใจผิดในสิ่งไม่เที่ยงว่า
เที่ยง ตรัสว่า พกพรหมจุติมาจากพรหมโลกชั้น
อาภัสสระ สุภิกขะ และเวฬุผละ แต่เนื่องจากมาอยู่
ในพรหมโลกชั้นนี้เสียนาน (ชั้นพรหมปาริच्छะ หรือ
พรหมบริยัท ซึ่งเป็นพรหมชั้นต่ำสุดในรูปพรหม 16 ชั้น)
จึงลืมไปหรือเห็นผิดไปว่าเที่ยง

พกพรหมประสงค์จะหายตัวไปจากพระผู้มีพระภาค
แต่หายไม่ได้ แต่พระพุทธรองค์ทรงหายไปได้โดยให้
พกพรหมและพวกพ้องของพรหมได้ยินแต่พระดำรัส แต่
ไม่เห็นพระองค์ พกพรหมรู้สึกแปลกใจมากในฤทธานุ
ภาพแห่งพระผู้มีพระภาคเจ้า

พระสูตรนี้เล่าว่า มารตนหนึ่งเข้าถึงพรหมปาริच्छะ
ท่านหนึ่ง ให้ทูลพระศาสดาว่า อย่าได้แสดงธรรมแก่
สาวกและบรรพชิตเลย เพราะเคยมีมาแล้ว สมณะที่บอก
ว่าเป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าก่อนพระองค์สั่ง
สอนสาวกและบรรพชิต เมื่อสิ้นชีพแล้วกลับได้เกิดใน
กายที่ดีกว่า ประณีตกว่า เพราะฉะนั้นขอพระสมณโคดม
จงมีความปรารถนาน้อย หากความสุขในปัจจุบันเกิด

พระศาสดาตรัสกับมารว่า ทรงรู้จักเขาดิ มารเป็นผู้
มุ่งร้ายต่อพระองค์ สมณพราหมณ์ที่มารอ้างถึงนั้น มิได้
ตรัสรู้ แต่ปฏิญาณตนไว้ว่าได้ตรัสรู้ สำหรับพระองค์เอง
ตรัสรู้จริง ไม่มีกิเลสแล้ว จะแสดงธรรมหรือไม่แสดง
ธรรม พระองค์ก็เท่าเดิม แต่ทรงแสดงธรรมแก่สาวกเพื่อ
ประโยชน์แก่สาวกเอง หาใช่เพื่อประโยชน์แห่งพระองค์
ไม่

ความยาวนานในพรหมโลกของพรหม ทำให้เข้าใจผิด
ไปว่าฐานะแห่งความเป็นพรหมนั้นเที่ยง อันที่จริงโลกทั้ง
ปวงตลอดจนถึงพรหมโลกก็ไม่เที่ยง ความไม่เที่ยงจึง
เป็นลักษณะสำคัญของโลกทั้งปวงรวมทั้งเทวโลกด้วย

เมื่อพระศาสดาตรัสพรรณนาให้เห็นคุณของพระ
นิพพานซึ่งดีกว่า ประณีตกว่า ความสุขอย่างพรหม
พกพรหมก็เห็นจริง ละมิจฉาทิฐิเสียได้



สิ่งอันเลิศ

อนุตตริยะ 6 คือสิ่งอันเลิศ 6 ประการอันนำไปสู่การพ้นทุกข์

1. ทสสนาอนุตตริยะ การเห็นอันยอดเยี่ยม คือการได้เห็นพระตถาคตหรือภิกษุผู้ปฏิบัติดี

2. สวนาอนุตตริยะ การได้ฟังธรรมอันยอดเยี่ยม

3. ลาภานุตตริยะ การได้ศรัทธาในพระตถาคตหรือสาวกของพระตถาคต

4. ลิกขานุตตริยะ การได้ศึกษาธรรมอันยอดเยี่ยม

5. ปาริจรียาอนุตตริยะ การบำรุงเลี้ยงดูอันยอดเยี่ยม (บำรุงพระตถาคตหรือภิกษุผู้ประพฤดี)

6. อนุสสทานุตตริยะ การระลึกที่ยอดเยี่ยม (ระลึกถึงพระตถาคตหรือภิกษุผู้ปฏิบัติดี)



วิญญาน

1. วิญญาน คือ รู้แจ้งในอารมณ์ทั้ง 6 เช่น จักขุวิญญาน (การรับรู้ทางตา) โสตวิญญาน (การรับรู้ทางหู) เป็นต้น

2. อารมณ์ คือ อายตนะภายนอก ซึ่งเป็นสิ่งที่ถูกรู้

3. อายตนะ แปลว่า ที่ต่อ ที่เชื่อม คือจิตออกมารับอารมณ์ (เช่น รูป) ทางตา ทำให้จิตรู้รูปได้ จิตออกมารับอารมณ์ทางตา ถ้าตาบอดจิตไม่อาจรับรู้ทางตาได้ เพราะเครื่องมือเสียไป

4. อายตนะภายใน (อยู่ในร่างกาย) คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อายตนะภายนอก (อยู่นอกร่างกาย) คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์

ธรรมารมณ์ คือสิ่งที่ใจคิด mind object เมื่อเข้าดมดอก กุหลาบ พอดตอนสายนี้ถึงดอกกุหลาบอีก ดอกกุหลาบ เป็น ธรรมารมณ์

5. อายตนะ 5 เรียก perception ใจเรียก conception รวมเป็นอายตนะ 6

percept without concept is blind,

concept without percept is empty

ใจที่ไม่มีข้อมูลก็ว่างเปล่า (นั่งเทียน) ไม่มีข้อมูลคือไม่มีการรับรู้โดยอายตนะ

6. (ใจ) มโนวิญญาณเหมือนที่ลุ่ม

วิญญาณทั้ง 5 เหมือนที่ดอน

วิญญาณทั้ง 5 ต้องไหลไปสู่มนโนวิญญาณ มโนวิญญาณต้อง
เข้าร่วม จึงจะสำเร็จ ถ้ามนโนวิญญาณไม่เข้าร่วม ก็ไม่สำเร็จ คือ
เห็นแต่ไม่รู้อะไร ไม่มีตัวตัดสินใจ

ใจที่จะเป็นตัวตัดสินใจได้ ต้องเป็นใจที่มีโยนิโสมนสิการ
(คิดเป็น คิดดี) ซึ่งจะทำให้มีปัญญา

ถ้าไม่มีโยนิโสมนสิการ คิดทางไม่ดีก็เกิดกิเลส

7.อายตนะ 6 อารมณ์ 6 วิญญาณ 6 (อายตนะ-ตัวรับรู้,
อารมณ์-สิ่งที่ถูกรู้, วิญญาณ-การรับรู้)

1. จักขุ-ตา เป็นที่รับรู้รูป เกิดการรับรู้คือจักขุวิญญาณ-เห็น

2. โสต-หู เป็นที่รับรู้เสียง เกิดการรับรู้คือ โสตวิญญาณ-
ได้ยิน

3. ฆานะ-จมูก เป็นที่รับรู้กลิ่น เกิดการรับรู้คือฆานวิญญาณ-
ได้กลิ่น

4. ชิวหา-ลิ้น เป็นที่รับรู้รส เกิดการรับรู้คือชิวหาวิญญาณ-
รู้รส

5. กาย-กาย เป็นที่รับรู้โผฏฐัพพะ เกิดการรับรู้คือกาย
วิญญาณ-รู้สึกสิ่งที่ถูกต้องกาย

6. มโน-ใจ เป็นที่รับรู้ธรรมารมณ์ เกิดการรับรู้คือมโน
วิญญาณ-รู้เรื่องในใจ



มารกับพระโมคคัลลานะ (มَارَتْตชฌนียสูตร)

พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับอยู่ ณ ป่าเน้อในเภสภพาวัน
เมืองสูงสูมารศีระ แคว้นภักคะ

ครั้งนั้น พระมหาโมคคัลลานะเดินจงกรมอยู่ในที่แจ้ง
मारเข้าไปในท้องของพระเถระ ท่านรู้สึกหนักท้องมาก
จึงเลิกเดินจงกรม เข้าไปในที่อยู่ พิจารณาด้วยอุบายวิธี
แยบคาย รู้ว่าमारเข้าไปในท้อง จึงเรียกให้मारออกมา
บอกว่าอย่าเบียดเบียนพระตถาคตหรือสาวกพระตถาคต
เลย จะเป็นโทษทุกข์แก่मारตลอดกาลนาน

มารคิดว่า พระเถระไม่รู้จักเขา แม้พระตถาคตเจ้าก็
ยังไม่รู้จักเขาเร็วขนาดนี้ ทำไมพระผู้เป็นสาวกจะรู้จัก
เขาได้ พระมหาโมคคัลลานะทราบความคิดของมาร จึง
บอกว่ามารคิดอย่างไรท่านทราบมารจึงออกจากท่านไป
ยืนอยู่ใกล้บ้านประตุ

พระเถระจึงเตือนว่า มารนั้นเคยเป็นหลานชายของท่านเอง สมัยพระพุทธเจ้ามีนามว่ากุกุสันธะ ท่านเป็นมารชื่อทุลี มีน้องสาวชื่อกาลิ มารเป็นลูกของกาลิ เมื่อมารรู้ว่าพระเถระรู้จักคนดี จึงหายตัวไป

พระพุทธศาสนาแสดงเรื่องมารไว้ 5 พวกด้วยกัน คือ

1. กิเลสมาร มารคือกิเลส ทำให้สัตว์ที่ตกอยู่ในอำนาจของกิเลสพบความพินาศนานาประการ จัดขวางไม่ให้บุคคลบรรลุตามเป้าหมาย

2. จันธมาร มารคือจันท์ 5 ซึ่งมีความทรุดโทรม จัดแหย่อยู่ในตัว มีความเจ็บป่วยอยู่เนื่องนิตย์ ทำให้ประกอบคุณงามความดีไม่สะดวก

3. อภิสังขารมาร มารคืออภิสังขาร เป็นตัวปรองดองกรรม ทำให้ดีให้ชั่วเวียนเกิดเวียนตายไม่มีที่สิ้นสุด

4. เทวปุตตมาร มารคือเทพบุตร เทพผู้ยิ่งใหญ่ชั้นกามาวจรคอยขัดขวางเหนี่ยวรั้งบุคคลไว้ไม่ให้พ้นอำนาจของตน ชวนให้ห้วงใยในกามสุข ไม่อาจสละเพื่อคุณอันยิ่งใหญ่ได้

5. มัจจุมาร มารคือความตาย มาตัดรอนโอกาสที่คนดีจะทำความดี หรือกำลังทำดีอยู่ แต่มารคือความตายมาถึงเข้า ตัดรอนโอกาสแห่งความดีนั้นเสีย



ชีวิตที่สมบูรณ์

ชีวิตที่สมบูรณ์คือ

ชีวิตที่ไม่มีอะไร

คือมีได้ทุกอย่าง

แต่ไม่ได้ไปยึดมั่นถือมั่นว่ามันเป็นของเรา มีแบบไม่มี

อยู่กับทุกข์ได้โดยไม่ทุกข์

อยู่กับความวุ่นวายได้โดยสงบ เหมือนน้ำบนใบบัว

บุคคลผู้มีปัญญา

ย่อมหาความสุขได้ ในสถานะที่น่าทุกข์

บุคคลผู้ไม่มีปัญญา

ย่อมหาความสุขได้ ในสถานะที่น่าสุข



เราจะแผ่เมตตาไปทั่วทั้งโลก เราจะทำใจให้เหมือน

1. แผ่นดินซึ่งใครๆ จะจุดให้หมดไม่ได้
2. อากาศซึ่งใครๆ จะระบายสีให้ติดไม่ได้
3. แม่น้ำคงคาที่ใครๆ จะเอาคบเพลิงมาจุดให้ติด
ไม่ได้ คบเพลิงนั้นย่อมดับไปเอง
4. ถูหนังแมวที่นายช่างฟอกดีแล้ว อ่อนนุ่มดั่งปุยนุ่น
และดำดี ซึ่งใครๆ จะตีให้ดังไม่ได้

