



วิถีสู่ความสุข อันประเสริฐ

.....
พระไพศาล วิสาโล



วิถีสู่ความสุข อันประเสริฐ

.....
พระไพศาล วิสาโล

คำปรารภ



เมื่อพูดถึงความสุข หลายคนนึกถึงการมี การได้ หรือการเสพ ถ้ามีเยอะๆ เสพมากๆ ความสุขก็จะเพิ่มพูน แต่คนจำนวนไม่น้อยพบว่า ความสุขดังกล่าวจี๊ดจางอย่างรวดเร็ว อีกทั้งยังสร้างภาระ ก่อโทษหรือความทุกข์ใจ ตามมามีใช้น้อย แท้จริงแล้วมีความสุขที่ประเสริฐกว่านั้น นั่นคือความสุขจากการทำดี ทำสิ่งที่มีคุณค่า รวมทั้งความสุขจากการทำจิต หรือวางใจให้ถูกต้อง การกระทำดังกล่าว ไม่เพียงช่วยให้พบความสุขในยามที่ชีวิตเป็นปกติสุขเท่านั้น หากยังรักษาใจไม่ให้ทุกข์ ในยามที่เจอความผันผวนปรวนแปรหรือเหตุร้าย อันเป็นธรรมชาติของชีวิต

มนุษย์เราทุกคน มีศักยภาพที่จะเข้าถึงความสุข อันประเสริฐ หรือพ้นจากความทุกข์ได้ พระพุทธองค์ทรงเป็นแบบอย่าง que แสดงถึงศักยภาพดังกล่าว ใช่แต่เท่านั้น พระองค์ยังทรงบอกหนทางสู่ความสุขอันประเสริฐนั้น



ให้แก่เราด้วย เป็นหนทางที่บุคคลพึงน้อมนำมาเป็นวิถีชีวิต โดยการเกี่ยวข้องกับสิ่งต่างๆ อย่างถูกต้อง เพื่อหล่อเลี้ยงศักยภาพดังกล่าวก้าวให้เจริญงอกงาม จนพาเราเข้าถึงความสงบเย็นภายในอย่างแท้จริง แม้โลกภายนอกจะร้อนรุ่มยุ่งเหยิงและปั่นป่วนเพียงใดก็ตาม

หนังสือเล่มนี้มีที่มาจากคำบรรยายสามชิ้นของข้าพเจ้า ณ วัดป่าสุคะโต คุณหมออัจฉรา กลิ่นสุวรรณ ประธานชมรมกัลยาณธรรมเห็นว่ามีประโยชน์ และประสงค์ที่จะเผยแพร่เป็นธรรมทาน เพื่อเป็นการแสดงมุทิตาจิตในวาระคล้ายวันเกิดของข้าพเจ้า ข้าพเจ้าขออนุโมทนาและขอบคุณในกุศลจิตดังกล่าวของคุณหมอและคณะ หวังว่าหนังสือเล่มนี้จะช่วยให้ผู้อ่านมีฉันทะในการทำความดี มีความเพียรในการทำสิ่งที่มีคุณค่า เปี่ยมด้วยประโยชน์ตนและประโยชน์ท่าน ขณะเดียวกันก็รู้จักวางใจ แม้ประสบอนิฏฐารมณ์เพียงใด ก็รักษาใจให้เป็นปกติได้ อีกทั้งนำมาใช้ในการฝึกตนให้เจริญงอกงามจนเข้าถึงความสุขอันประเสริฐในที่สุด

พ.ศ. ๒๕๖๑ ๕/๖๖

๑ พฤษภาคม ๒๕๖๕



คำนำชมรมกัลยาณธรรม



๕ วันสำคัญทางศาสนาของชาวพุทธนั้น แต่ละปีก็มีไม่กี่ปีกว่า แต่แต่ละวันล้วนมีความเชื่อมโยงถึงพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระรัตนตรัยโดยรวม “วันมาฆบูชา” ก็เป็นวันสำคัญในวันเพ็ญเดือน ๓ ซึ่งมีเหตุการณ์มากมายที่ชาวพุทธประทับใจ เรียกกันว่า “วันจาตุรงคสันนิบาต” ในวันนี้พระพุทธรองค์ทรงแสดง “โอวาทปาติโมกข์” ซึ่งมีคุณค่ามาก บางท่านเรียกว่า เป็นหลักการ อุดมการณ์ และวิธีการ ในการดำเนินชีวิตของชาวพุทธ เป็น “หัวใจของพระพุทธศาสนา” และหลักธรรมสำหรับการเผยแผ่ธรรมด้วย ก็ว่าได้ แต่ส่วนใหญ่ชาวพุทธเราก็มักยังไม่ถึงเนื้อหาสาระธรรมในวันสำคัญของชาวพุทธ มักจะเน้นไปในด้านศาสนพิธี และรับรู้ว่าเป็นวันหยุดราชการเท่านั้น



ข้าพเจ้ามีความประทับใจ “โอวาทปาติโมกข์” เป็นพิเศษ ด้วยหลักธรรมที่กระชับ เป็นขั้นตอน เข้าใจง่าย มีบทสรุป แนวปฏิบัติชัดเจน เมื่อทราบว่าพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล ได้แสดงธรรม เรื่อง “วิถีสู่ความสุขอันประเสริฐ” ในวันมาฆบูชาที่ผ่านมา โดยได้ขยายความหลักธรรมในโอวาทปาติโมกข์ให้เราสามารถเข้าใจชัดเจนและนำมาปฏิบัติในชีวิตจริงได้ง่ายขึ้น จึงตั้งใจศึกษาจดจำไว้ และอยากเผยแพร์ให้กว้างขวาง ไม่อยากให้วันสำคัญในพระพุทธศาสนา มีความหมายเพียงแค่ วันหยุดราชการ หรือการไปเวียนเทียน อยากให้ชาวพุทธได้นำหลักธรรมที่สำคัญต่าง ๆ เหล่านี้ มาปฏิบัติกันจริงจังก่ในชีวิตและสังคม ไม่ใช่ว่าวันสำคัญเหล่านั้นเป็นเพียงแค่เรื่องเล่าขานสืบทอดกันมา

นอกจากวันสำคัญของชาวพุทธแล้ว ในเดือนพฤษภาคมทุกปีก็ยังมีวันสำคัญในใจ ด้วยเป็นวันครบรอบวันคล้ายวันเกิดของท่านพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล ซึ่งพวกเราศิษย์ทั้งหลายจดจำได้ดีและต่างรอคอยยินดีพร้อมใจกันกราบถวายมุทิตาทำนด้วยจิตโสมนัสเสมอมา ชมรมกัลยาณธรรมจึงได้ขอโอกาสพระอาจารย์ในการจัดพิมพ์หนังสือเพื่อถวายเป็นอาจริยบูชาเหมือนทุกปีที่ผ่านมา โดยได้เลือกธรรมบรรยายเรื่องนี้มาเป็นหลัก และ



ยังได้เพิ่มเติมอีก ๒ เรื่องที่มีคุณค่ายิ่ง คือ “อย่าทำร้ายตัวเองด้วยธนูดอกที่สอง” และเรื่อง “อุทิศตนเพื่อสิ่งที่ยิ่งใหญ่กว่าตนเอง” ซึ่งทั้ง ๒ เรื่อง ล้วนเป็นเรื่องแบบอย่างของความคิด ความเสียสละ ที่น่าประทับใจ เป็นแรงบันดาลใจแก่พวกเรา บนเส้นทางแห่งความดี ความเพียร และความเสียสละเพื่อผู้อื่น เพื่อสังคมและโลกมนุษย์ ซึ่งน้อยคนนักจะสามารถทำเช่นนั้นได้ หากท่านได้อ่านแล้วย่อมเกิดกำลังใจ ไม่ท้อถอยท้อแท้ในการทำ ความดี รวมทั้งสามารถวางใจให้เป็นบุญกุศลในการช่วยเหลือผู้คนที่ลำบากกว่าเรา และวางใจเป็นไม่ว่าปล่อยให้ถูกลูกธนูดอกที่สองซ้ำเติมในสถานการณ์ต่างๆ ด้วย

งานครั้งนี้มีเวลาค่อนข้างกระชั้นในการเตรียมงาน แต่พระอาจารย์ก็ให้ความเมตตาพวกเรามาก ท่านทั้งช่วยเตรียมงาน ตรวจแก้ไขต้นฉบับและเขียนคำปรารภให้ในเวลาอันรวดเร็ว เพื่อให้เป็นธรรมทานที่ได้เผยแพร่แก่สาธุชนในช่วงวันคล้ายวันเกิดของท่านตามที่พวกเราตั้งใจ นอกจากนี้ ชมรมกัลยาณธรรมต้องขอบคุณศิลปินใจบุญ “เซมเบ้” อีกครั้ง ที่ช่วยวาดภาพประกอบและภาพปกให้อย่างงดงามสะดุดตาและชวนเปิดอ่านเช่นเคย ทั้งทีมงานชมรมกัลยาณธรรมผู้เป็นแนวหลังทางธรรม และจิตอาสา



ธรรมทุกท่าน รวมทั้ง “สำนักพิมพ์สุภา” ที่ตั้งใจร่วมบุญครั้งนี้ให้ทันวันสำคัญของปวงศิษย์ จึงขออนุโมทนาในกุศลเจตนาและวิริยะของทุกท่านมา ณ ที่นี้

ธรรมทานนี้ ขอเป็นส่วนหนึ่งในการน้อมถวายอาจริยบูชา ในมงคลวาระ ๖๕ ปี แห่งชาตกาล ท่านพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล ที่จะเวียนมาถึงในวันที่ ๑๐ พฤษภาคม ศกนี้ ด้วยบุญกุศลบารมีธรรมและเมตตาที่พระอาจารย์ได้ชี้ทางแห่งความสุขอันประเสริฐให้แก่เพื่อนร่วมทุกข์ สืบสานอุดมการณ์ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นต้นธารแห่งปัญญาแก่สังคมและโลกมาอย่างต่อเนื่อง เกือบสี่ทศวรรษแห่งการครองผ้ากาสาวพัตร์ จงเป็นพลวปัจจัยอันศักดิ์สิทธิ์มาช่วยปกป้องคุ้มครองพระอาจารย์ ให้มีธาตุขันธ์แข็งแรง และสมปรารถนาในปณิธานธรรมอันประเสริฐยิ่งๆ ขึ้นไป จนถึงพระนิพพานในกาลอันไม่ไกลนี้

แต่ในความจริงแล้ว การตอบแทนพระคุณครูบาอาจารย์ที่ดีที่สุดนั้น คือ “การปฏิบัติบูชา” น้อมนำคำสอนของท่านมาประพฤติปฏิบัติ เป็นแนวทางดำเนินชีวิตอันดีงาม และปลอดพ้นจากทุกข์ภัย ชมรมกัลยาณธรรม จึงหวังว่า ท่านผู้อ่านและศิษย์ทุกท่าน จะได้นำธรรมะที่



พระอาจารย์เมตตาแนะนำชี้ทางสว่าง ให้สติปัญญาด้วย
ภาษาที่เรียบง่าย มีตัวอย่างประกอบที่ชัดเจน ทันสมัย
เข้าใจและเข้าถึงได้ไม่ยาก ขอเพียงพวกเราเปิดใจน้อม
มาปฏิบัติในชีวิตจริงให้ต่อเนื่อง ย่อมจะสามารถนำพา
ชีวิตเข้าสู่ “วิถีแห่งความสุขอันประเสริฐ” ด้วยกันทุกท่าน
อย่างแน่นอน

กราบนมัสการรำลึกในพระคุณด้วยเศียรเกล้า

ทพญ.อัฉรา กลิ่นสุวรรณ

ประธานชมรมกัลยาณธรรม

๑๐ พฤษภาคม ๒๕๖๕





สารบัญ

๑๑

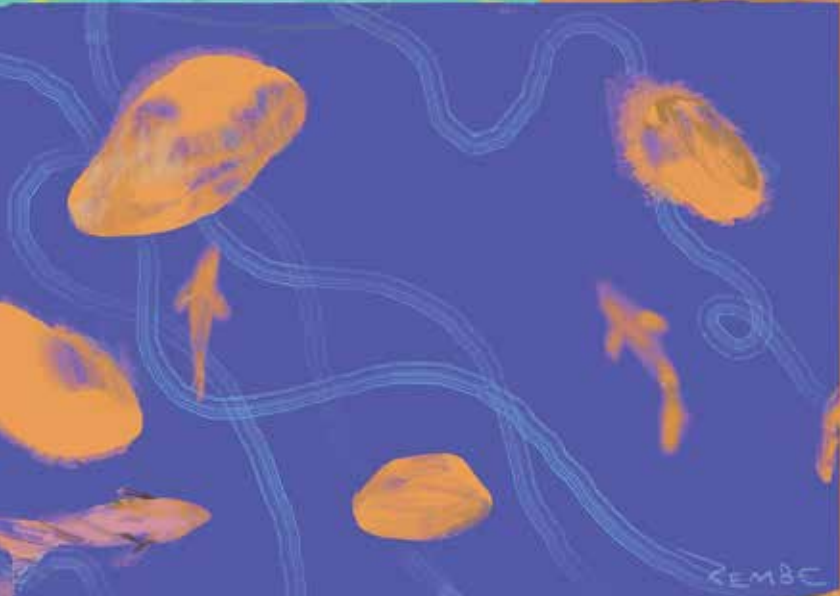
วิธีสู่ความสุขอันประเสริฐ

๒๗

อย่าทำร้ายตนเองด้วยธนูดอกที่สอง

๔๓

อุทิศตนเพื่อสิ่งที่ยิ่งใหญ่กว่าตนเอง



วิถีสู่ความสุข อันประเสริฐ



๑๑

วันมาฆบูชาเวียนมาบรรจบอีกครั้งหนึ่ง เป็นวันที่ชวนให้ระลึกถึงเหตุการณ์สำคัญในสมัยพุทธกาล ที่พระอรหันต์ ๑,๒๕๐ รูป มาประชุมพร้อมกันโดยมิได้นัดหมาย ที่วัดเวฬุวัน ในคืนวันเพ็ญ ๑๕ ค่ำ เดือน ๓ และทั้ง ๑,๒๕๐ รูปนี้ ก็เป็นผู้ที่พระพุทธเจ้าทรงบวชให้ด้วยพระองค์เอง เรียกว่า เอหิภิกขุอุปสัมปทา

พระภิกษุที่เป็นพระอรหันต์ ๑,๒๕๐ รูปนี้ ถือว่า ไม่น้อยเลย ในช่วงเวลา ๙ เดือน หลังจากที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ พระองค์สามารถเผยแผ่สอนธรรม จนมีพระอรหันต์ชีณาสพจำนวนนับพัน และนอกจากพระภิกษุ ๑,๒๕๐ รูป



นี้ ยังมีพระอรหันต์อีกมากที่ไม่ได้มาประชุมในโอกาสนั้น เช่น ภิกษุปัญจวัคคีย์, พระยสและสหายอีก ๕๕ รูป เมื่อรวมกับภิกษุปัญจวัคคีย์ ก็เป็น ๖๐ รูป ท่านเหล่านี้ไม่ได้มาอยู่ในเหตุการณ์นั้นด้วย

พระมหาโมคคัลลานะ พระสารีบุตร ก็ไม่ได้มาร่วมอยู่ในเหตุการณ์นั้น อติตชฎิล ๓ พี่น้อง ซึ่งภายหลังได้บวช และสำเร็จเป็นพระอรหันต์ ก็ไม่ได้มาร่วมอยู่ใน ๑,๒๕๐ รูป ยังไม่นับภิกษุภททวัคคีย์ ซึ่งเดิมเป็นมาณพ ๓๐ คน ที่บังเอิญมาพบพระพุทธเจ้าที่ไร่ฝ้าย ขณะที่กำลังตามหาหญิงคนหนึ่งที่ชอบเอาเครื่องประดับและของมีค่าจากมานพกลุ่มนี้ไป พวกนี้พบพระพุทธเจ้าโดยบังเอิญ เมื่อได้ฟังธรรมก็บรรลุเป็นโสดาบัน แล้วก็ขอบวช

เพราะฉะนั้น ถ้ารวมทั้งหมดแล้ว ถือว่าไม่น้อยทีเดียว เพียงแค่ ๙ เดือน หลังจากการตรัสรู้พระสัมมาสัมโพธิญาณ มีผู้คนกว่าพันสามร้อยคนที่บรรลุอรหัตตผล และสามารถเผยแผ่ธรรมไปได้อย่างกว้างขวาง

เรื่องราวเหล่านี้เป็นเกร็ดความรู้ ทำให้เราเข้าใจความเป็นมาในด้านหนึ่งของพระพุทธศาสนาที่เราสืบทอดกันมาในปัจจุบัน แต่ถึงแม้ไม่รู้ข้อมูลเหล่านี้ เราก็ยังสามารถเป็นชาวพุทธที่ดีได้ ถ้าเราให้ความสำคัญกับอีก



เหตุการณ์หนึ่งที่เกิดขึ้นในวันนั้น ได้แก่ การแสดงธรรมของพระพุทธเจ้าที่ชื่อว่า **“โอวาทปาติโมกข์”** เป็นคำสอนของพระองค์ในโอกาสนั้น ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญกว่า ถ้าหากว่าเราเข้าใจและนำไปปฏิบัติ

“โอวาทปาติโมกข์” นี้ สรุปคำสอนที่เรียกว่าเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนาในขั้นตอนของการปฏิบัติที่เรียกว่า **“จริยธรรม”** ส่วน อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เหล่านี้เรียกว่า **“สัจธรรม”** คือความจริงที่เราควรรู้

“จริยธรรม” คือคำสอนเกี่ยวกับการปฏิบัติที่ดีงามซึ่งก็มี ๓ ประการ คือ

๑. การไม่ทำบาปทั้งปวง
๒. การทำกุศลให้ถึงพร้อม
๓. การชำระจิตของตนให้ขาวรอบ

ถ้าเรารู้เพียงแค่ว่า ๓ ประการนี้ และปฏิบัติตาม เราก็เป็นชาวพุทธที่ดีได้ เรียกว่าเป็นผู้ที่ได้ประโยชน์เต็มที่จากการเป็นชาวพุทธ แต่ถ้าเราไม่รู้ ๓ ประการนี้ หรือรู้แล้วแต่ไม่ปฏิบัติ แม้เราจะมีความรู้เกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอันเป็นที่มาของวันมาฆบูชาอย่างที่ได้กล่าวไป ประโยชน์ก็เกิดแก่เราน้อย อีกทั้งยังไม่ใช่ว่าหลักประกันว่าเราจะเป็นชาวพุทธที่ดีได้



ชาวพุทธจำนวนไม่น้อยเข้าใจว่า คำสอนของพระพุทธเจ้ามีแค่ ๒ ข้อ เรียกสั้นๆ ว่า **ละชั่ว ทำดี** เวลามีคนต่างชาติ ต่างศาสนา ถามว่าพระพุทธเจ้าสอนอะไร ก็ตอบทันทีเลย ละชั่ว ทำดี ตอบอย่างนั้นก็ถูกเหมือนกัน แต่ไม่ครบถ้วน ละชั่วหรือเว้นชั่วและทำดี ก็มีประโยชน์ มีความสำคัญ แต่ว่าอย่าลืมข้อที่ ๓ ซึ่งสำคัญมาก คือ **การขำระจิตของตนให้ขาวรอบ** เพราะหากปฏิบัติให้ได้ผลอย่างแท้จริง ไม่เพียงเป็นหลักประกันแห่งความสุข แต่ยังช่วยให้เราห่างไกลจากความทุกข์ด้วย

๑๔

ละชั่ว หรือ เว้นชั่ว และทำดี ช่วยทำให้ความทุกข์ หรือเรื่องเดือดเนื้อร้อนใจน้อยลง และยังทำให้เรามีความสุขได้ง่ายขึ้น แต่ก็ยังมีทุกข์ไม่พ้น ทุกข์ที่เกิดจากความเจ็บ ความป่วย ความพลัดพราก และความตายนั้น ทำดีแค่ไหน ก็ต้องเจอทั้ง ๔ ประการนี้ ซึ่งถ้าไม่ได้ฝึกจิตไว้เลย ก็จะถูกทุกข์มาก ทำดีแค่ไหนก็ยังทุกข์ ทุกข์เพราะแก่ ทุกข์เพราะเจ็บป่วย ทุกข์เพราะสูญเสียคนรัก ไม่ใช่แค่พ่อแม่ บางทีก็ลูกหลาน คนรัก รวมทั้งทุกข์เมื่อความตายมาถึง

ถ้าเราฝึกจิตไว้ดี เริ่มตั้งแต่ การเห็นสังขารความจริงว่า เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นเรื่องธรรมดา ความพลัดพราก สูญเสีย เป็นสิ่งที่ไม่มีใครหนีพ้น ตระหนักถึงความจริง



และยอมรับได้เมื่อความจริงเหล่านั้นเกิดขึ้น ที่สำคัญก็คือ
ฝึกจิตไม่ให้ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นกายหรือใจ
ไม่ว่าจะเป็นข้าวของ ทรัพย์สินสมบัติ หรือผู้คน ถ้าฝึกจิต
จนปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นในสิ่งเหล่านี้มาก หรือไม่ยึดว่าเป็น
เรา เป็นของเรา ความทุกข์ก็จะบรรเทาเบาบาง ยิ่งถ้าไม่มี
ความยึดมั่นในตัวตน หรือในตัวของกูเลย ก็จะไม่เป็นทุกข์
อีกต่อไป มีทุกข์ก็จริงแต่ไม่เป็นทุกข์ เพราะว่าตัวกูผู้ทุกข์
ไม่มี อันนี้เป็นผลจากการปฏิบัติ เป็นผลจากการฝึกจิต

ในคำสอนที่ชื่อว่า “โอวาทปาติโมกข์” นั้น นอกจาก
พระพุทธเจ้าจะทรงสรุปสิ่งที่เป็นแก่นธรรม คือ **การละชั่ว
ทำดี ทำจิตให้ผ่องใส** อันเป็นข้อปฏิบัติเพื่อชีวิตที่ดีงามแล้ว
พระองค์ยังทรงชี้ให้เห็นว่า คนเราควรมีอุดมคติ เมื่อมี
อุดมคติแล้ว เราจะใส่ใจกับการกระทำ คำพูด และความคิด
เพราะเรารู้ว่ามันจะพาเราไปสู่อะไร ถ้าเรามีจุดหมาย
ที่ดีงาม เราก็จะให้ความสำคัญกับการละชั่ว ทำดี การฝึก
จิตให้ผ่องใส พร้อมจะทุ่มเท พร้อมที่จะเอาชีวิตเข้าแลก
เพื่อให้ชีวิตของเราถึงพร้อมด้วยธรรม ๓ ประการนี้

อุดมคติที่มนุษย์เราควรมีนั้น คืออะไร?

คำตอบคือ **“นิพพาน”**



นิพพาน คือสิ่งที่เราชาวพุทธควรจะต้องไข่มุ่งเอาไว้
ว่าเป็นจุดหมายของชีวิต นี่เป็นสิ่งสำคัญ ในโลกนี้มีหลายสิ่ง
หลายอย่างที่ผู้คนเอามาเป็นจุดหมายของชีวิต เช่น ความ
มั่งคั่งร่ำรวย ความมีอำนาจ ความยิ่งใหญ่ เป็นจุดหมาย
ชีวิตของคนหลายคน เรียกว่าทั้งโลกเลยก็ว่าได้ แต่มัน
ไม่ใช่สิ่งที่ประเสริฐเท่ากับนิพพาน หลายคนปรารถนา
ความมั่งคั่งร่ำรวย การมีบริษัท บริวาร มีอำนาจ หรือ
แม้กระทั่งเพียงแค่ออให้มีอายุ วรรณะ สุขะ พละ อาจจะ
พ่วงด้วยปฏิภาณ ธนสารสมบัติ

๑๖

สิ่งเหล่านี้ที่ผู้คนจำนวนมากถือเป็นจุดหมายสูงสุด
ของชีวิต ไม่ประเสริฐเท่ากับนิพพาน เพราะอะไร? เพราะ
สิ่งที่พูดมานั้น แม้จะให้ความสุขกับเราก็จริง แต่ก็เป็ความสุข
ที่เื่อไปด้วยทุกข์ แม้จะมีเงินมากมายมหาศาล แม้จะมี
อำนาจมาก แต่ก็มีควมหวั่นกลัวอยู่ลึกๆ ว่าสิ่งเหล่านี้
จะสูญหายไป หรือจะมีคนแย่งชิงไป มีเงินมากเท่าใด มี
อำนาจมากเท่าไรก็กลัวว่าจะหาย จะต้องคอยระแวงระวัง
เพื่อปกป้อง หรือไม่ก็อยากจะมีให้มากขึ้นๆ แต่ได้เท่าไร
ก็ไม่พอ เหล่านี้เป็นสุขที่เื่อไปด้วยทุกข์ แม้จะมีสิ่งเหล่านี้
แต่ก็ยังอดเศร้าโศกเสียใจไม่ได้ ยามที่ต้องสูญเสียคนรัก
ยามที่ลูกหลาน คู่ครอง ต้องล้มหายตายจากไป หรือแม้



จะมีสิ่งเหล่านี้แต่ก็ยังห่วงกลัวต่อความตาย อันนี้เรียกว่า เป็นสุขที่เจอไปด้วยทุกข์ มันไม่ได้ให้ความสุขแก่เราอย่าง แท้จริง อีกทั้งไม่สามารถป้องกันความทุกข์อีกมากมาย ที่เราต้องประสบ ยังไม่ต้องพูดถึงว่า สุขเหล่านี้ แท้จริงก็เป็นตัวทุกข์เหมือนกัน

ที่ว่าเป็น **“ตัวทุกข์”** ก็คือ เป็นสิ่งที่ทนได้ยาก ต้อง เสื่อม ต้องดับ ต้องสลายไป อย่างนี้เรียกว่าเป็น **“ตัวทุกข์”** นอกจากจะเจอไปด้วยทุกข์แล้ว ตัวมันเองก็ยังเป็นทุกข์ ในความหมายที่เป็นสิ่งที่ทนได้ยาก ซึ่งตรงกันข้ามกับ **“นิพพาน”** ที่เป็นสุขอย่างยิ่ง เป็นสุขที่ประเสริฐ แม้ว่าจะ ไม่ให้ความสนุกสนาน หรือมีสีสัน เหมือนการได้เสพ ของอร่อย หรือการได้เสพทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย แต่ก็ทำให้เกิดความสุขอย่างลึกๆ และเป็น ความสุขที่ยั่งยืน ทำให้คนเราออกจากทุกข์ได้อย่างสิ้นเชิง

ลองนึกภาพ เมื่อเราต้องเจ็บป่วยด้วยโรคร้ายที่รักษา ไม่หาย แต่ใจไม่ทุกข์เลย แม้จะมีเวทนาการบกร่างกาย แต่ ใจไม่คร่ำครวญ แม้ลูก คนรัก พ่อแม่ จะล้มหายตายจากไป แต่ใจไม่เศร้าโศก แม้จะถูกต่อว่าด่าทอ หรือมีคนมุ่งร้าย ใส่ร้าย แต่ใจก็ยังสงบได้ มันคง ไม่หวั่นไหว อย่างนี้มิใช่หรือ ที่มนุษย์เราปรารถนา แม้จะรำรวยเพียงใด ก็หนีความ



เจ็บความปวดไม่พ้น แม้จะมีอำนาจเพียงใด ก็หนีความพลัดพรากสูญเสียไม่ได้ และเมื่อมีเหตุการณ์อย่างนี้เกิดขึ้น เงินเท่าไรก็ช่วยไม่ได้ อำนาจเท่าไร ความยิ่งใหญ่เท่าไร ก็ช่วยไม่ได้

นิพพานนั้น เป็นหลักประกันว่า แม้ทุกข์หรือเหตุร้าย ที่เรียกว่าอนิฏฐารมณ์ หรือโลภธรรมฝ่ายลบเกิดขึ้น แต่ใจไม่ทุกข์เลย อย่างที่เราได้สาธยายบ่อยๆ ในมงคลสูตร ตอนหนึ่งว่า “จิตของผู้ใด อันโลภธรรมทั้งหลายถูกต้องแล้ว ย่อมไม่หวั่นไหว เป็นจิตไม่เศร้าโศก เป็นจิตไร้รู้สึกเลส เป็นจิตเกษมศานต์” นี้ คือ **คุณแห่งนิพพาน**

ถ้าเราใคร่ครวญดีๆ จะตระหนักว่า นิพพาน คือสิ่งที่เราควรจะนำมาเป็นอุดมคติของชีวิตเลยทีเดียว เรื่องอื่น สิ่งอื่น เป็นเพียงผลพลอยได้ หรือเป็นเครื่องมือที่ช่วยให้เราสามารถทำประโยชน์ให้กับเพื่อนมนุษย์ แต่ถ้าจะออกจากทุกข์ หรือหากใจจะไม่ทุกข์ แม้จะต้องเจอกับเหตุร้าย เจอความพลัดพราก เจอความเจ็บความป่วย เจอความตาย จิตใจก็ไม่หวั่นไหว ยังสงบอยู่ได้ ก็มีแต่นิพพาน เท่านั้นที่จะทำให้เราเข้าถึงภาวะนั้นได้

เมื่อเราเห็นคุณค่าของนิพพาน หรือที่คนโบราณเรียกว่า “พระนิพพาน” โดยถือว่านี่คือสิ่งสำคัญของชีวิต



ยิ่งกว่าทรัพย์สินเงินทอง ยิ่งกว่าชื่อเสียงเกียรติยศ ยิ่งกว่า
พร ๔ ประการ คือ อายุ วรรณะ สุขะ พละ เราก็จะเห็น
ความสำคัญของการทำความเพียร เพื่อให้ธรรม ๓ ประการ
นี้ กลายเป็นวิถีชีวิตของเราอย่างเข้มข้นและต่อเนื่อง

การไม่ทำบาปทั้งปวง การทำกุศลให้ถึงพร้อม การ
ชำระจิตของตนให้ขาวรอบ เป็นการทวนกระแสวิเคราะห์
ทวนกระแสสังขมอย่างมาก เพราะกระแสสังขมบ่อยครั้ง
ก็ยั่วให้เราอยากทำชั่ว หรือเฝ้าชวนให้เราหันเหออกจาก
ความดี รวมทั้งทำให้เราประมาท ไม่สนใจที่จะฝึกจิตฝึกใจ
เหมือนที่หลายคนมักจะพูดว่า ปฏิบัติธรรมไปทำไม เอาไว้
ทำตอนแก่ก็แล้วกัน หรือว่าปฏิบัติธรรมไปทำไม เสียเวลา
หาเงินหาทอง สู้ไปเฟลิดเฟลิน สนุกสนานดีกว่า ปีใหม่ทั้งที่
คริสต์มาสทั้งที ไปฉลองกันดีกว่า จะปฏิบัติธรรมไปทำไม

กระแสสังขมอันเชี่ยวกราก ทำให้เราไม่มีความตั้งมั่น
และไม่มีสิ่งที่เรียกว่า “ขันติ” หรือความอดกลั้น อดกลั้น
ต่อสิ่งเฝ้าชวนและสิ่งยั่วยุภายนอก รวมทั้งความอดกลั้น
ต่อความอยากภายใน ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติธรรม ๓
ประการนี้ได้

ในคำสอน “โอวาทปาติโมกข์” นั้น ยังมีคำขยายที่
พระพุทธเจ้าได้ตรัสว่า “การไม่พูดร้าย การไม่ทำร้าย การ



สำรวจในปาติโมกข์ ความเป็นผู้รู้ประมาณในการบริโภค การนอนการนั่งในที่อันสงัด ความหมั่นประกอบในการทำจิตให้ยิ่ง” จะมองว่าทั้งหมดนี้เป็นวิธีการหรือแนวปฏิบัติที่เสริมเพิ่มเติมจาก ๓ ประการที่ว่านี้ก็ได้

คำสอนที่ว่านี้ ยังชี้ให้เห็นว่า **อะไรเป็นสิ่งที่เราควรใส่ใจ** ถ้าหากว่าเราปรารถนาชีวิตที่ดีงาม แม้จะไม่ถึงขั้นมุ่งนิพพาน แต่ถ้าปรารถนาความสงบเย็น และคุณภาพชีวิตที่ดี เราก็ต้องคำนึงถึงองค์ประกอบ ๕ ประการที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของเรา ประการแรกคือ **“ผู้คน”** ที่เราสัมพันธ์ด้วย ประการที่สอง คือ **“วัตถุสิ่งเสพ”** หรือทรัพย์สิน ประการที่สาม คือ **“สิ่งแวดล้อม”** หรือ ที่นั่ง ที่นอน

ประการที่สี่ ได้แก่ **“ปาติโมกข์”** ซึ่งแปลว่า คำสอนของพระพุทธเจ้า หรือบทบัญญัติ หรือพูดรวมๆ ว่า **“ระเบียบชีวิต”** ก็ได้ เพราะสำหรับญาติโยม แม้ไม่มีปาติโมกข์ที่เรียกว่า อาณาปาติโมกข์ หรือ ภิกขุปาติโมกข์ที่จะปฏิบัติ แต่ก็ต้องมีระเบียบชีวิตที่ควรคำนึง และประการสุดท้ายก็คือ เรื่องของ **“จิต”**

ทั้ง ๕ อย่างนี้ คือสิ่งที่เราควรเกี่ยวข้องอย่างถูกต้อง หากประสงค์ชีวิตที่ดีงาม ได้แก่ ผู้คนที่แวดล้อม เกี่ยวข้องให้ถูกต้องอย่างไร อย่างน้อยก็ **“ไม่พูดร้าย ไม่ทำร้าย”**



อันที่จริงนอกจากคนด้วยกันแล้ว ชีวิตอื่น เช่น สัตว์ทั้งหลาย เราก็ไม่ควรทำร้ายด้วยเช่นกัน ทั้งนี้เพราะผู้คนและชีวิตอื่นล้วนเป็นเพื่อนร่วมโลก ที่เราพึงเคารพ อย่างน้อยๆ ก็ไม่พูดร้าย ไม่ทำร้าย หรือดีกว่านั้นก็คือ การเอื้อเฟื้อเกื้อกูล สมัยนี้ก็รวมไปถึงการเคารพสิทธิของผู้อื่น และชีวิตอื่นด้วย

ชีวิตนี้เราไม่ได้เกี่ยวข้องกับผู้คนอย่างเดียวเท่านั้น ยังเกี่ยวข้องกับ**วัตถุสิ่งเสพ** ท่านจึงสอนให้เรา “รู้จักประมาณในการบริโภค” ไม่ใช่แค่บริโภคทางปาก แต่รวมถึงบริโภคทางตา ทางหู ฯลฯ ด้วย และไม่ใช่แค่อาหารอย่างเดียวที่เราต้องรู้จักประมาณ เทคโนโลยีข้าวของเครื่องใช้ รวมทั้งข้อมูลข่าวสาร ก็ต้องรู้จักประมาณในการเสพ ในการบริโภคด้วย อันนี้เป็นเรื่องสำคัญเพราะว่ายุคนี้เต็มไปด้วยสิ่งเสพ ถ้าเราไม่รู้จักประมาณในการเสพ หรือการใช้สอยก็เกิดปัญหาขึ้นมาได้ อย่างเช่น อาหาร ถ้าเราไม่รู้จักประมาณในการบริโภค ก็เจ็บป่วยได้ง่ายมาก ยังไม่ต้องพูดถึงการเสพอบายมุขหรือสิ่งเสพติดในรูปแบบต่างๆ

ยุคนี้เป็นยุคที่มีสิ่งเสพมากมาย เฉพาะสิ่งเสพทางตา ก็มีมากมายมหาศาล สิ่งเสพทางปากก็มีทางเลือกมาก



และเข้าถึงง่าย แค่อยู่นาน ไม่ต้องทำอะไร ก็สั่งมาปรนเปรอ
ได้ อาหารชนิดต่างๆ แม้แต่เหล้าหรือสิ่งเสพติด เต็มวัน
อยู่ใกล้ตัวเรามาก ใช้เวลาเพียงแค่ว่า ๗ นาทีเราก็สามารถ
มีเหล้ากินได้ เพราะว่ามันมีอยู่ทั่วทุกหัวระแหง สะดวก
ง่าย แม้กระทั่งของกินสมัยนี้ก็มียากมายให้เลือก ให้เสพ
เปลี่ยนรสชาติได้เรื่อยๆ คนสมัยนี้จึงเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง
กันมาก เพราะความไม่รู้จักประมาณในการกิน นี่ยังไม่นับ
ข้อมูลข่าวสารที่เสพกันทางโซเชียลมีเดีย หรือเกมออนไลน์
ที่เสพกันจนไม่รู้วันไม่รู้คืน ทำให้เครียด รุ่มร้อน กลัดกลุ้ม
และโกรธเกลียดกัน ดังนั้น ความรู้จักประมาณในการ
บริโภค จึงเป็นสิ่งสำคัญ ที่เราต้องรู้จักคำว่า “พอ” รู้จัก
แยกแยะว่าอะไรเป็นคุณ อะไรเป็นโทษ

นอกจากผู้คน สิ่งเสพ สิ่งบริโภคแล้ว **สิ่งแวดล้อม**
ก็สำคัญ ที่อยู่ ที่อาศัย ที่ท่านบอกว่า “เราควรนอน ควร
นั่งในที่อันสงัด” อันนี้ท่านหมายความว่าเราควรใส่ใจ
สิ่งแวดล้อม ควรอยู่ในที่ที่เป็นสัพบายะ

“สงัด” ในที่นี้ไม่ได้หมายถึงปราศจากเสียงรบกวน
เท่านั้น แต่หมายถึง สงัดจากสิ่งเย้ายวน ทุกวันนี้ผู้คนอยู่
เป็นสุขได้ยากเพราะถูกล่อเร้าเย้ายวน การอยู่ในที่สงัด
หรือเป็นถิ่นธรรมณียังมีความสำคัญมาก **“รมณีย”** คือ รมรื่น



เกื้อกูลต่อความเจริญของงานทางจิตใจ และเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพด้วย แต่สมัยนี้ถิ่นธรรมณีนับวันจะมีน้อยลง เพราะผู้คนอยู่ในเมืองมากขึ้น อยู่ในที่ที่มีเสียงอึกทึก แต่เราก็ไม่ควรจะเพิ่มความอึกทึกให้มากขึ้น อย่างเช่นบางคนเปิดโทรทัศน์มือถือค้างไว้ พร้อมทั้งจะให้โทรทัศน์มารบกวนความสงบสงัดของตนแม้ในยามค่ำคืน เราต้องรู้จักปิดโทรทัศน์มือถือเสียบ้าง อย่างนี้ถึงจะเรียกว่านอนหรือนั่งในที่อันสงัด

ระเบียบชีวิตก็เหมือนกัน สำหรับฆราวาสนั้น ขึ้น
พื้นฐานก็คือ **ศีล ๕** มากกว่านั้นก็คือ **กุศลกรรมบถ ๑๐** คนเราจำเป็นต้องมีกรอบหรือระเบียบชีวิต ที่เราต้องเคารพปฏิบัติตาม รวมไปถึงระเบียบของสังคมด้วย ที่เราจะต้องรักษาให้ดำรงคงอยู่ เพื่อประโยชน์ของส่วนรวม และประการสุดท้ายที่สำคัญคือข้อ ๕ คือ **จิต**

นอกจากการเกี่ยวข้องกับผู้คนอย่างถูกต้อง การบริโภคข้าวของเครื่องใช้อย่างเหมาะสม รู้จักประมาณ การรู้จักอยู่ในสภาพแวดล้อมที่สงัด เกื้อกูล และการรู้จักเคารพกฎระเบียบ หรือมีระเบียบชีวิตแล้วนั้น ประการสุดท้ายที่สำคัญคือ เรื่องของ “จิต” ที่เราจะต้องหมั่นดูแลรักษาให้เป็นปกติ และต้อง “ฝึก” ด้วย เพราะจิตที่ฝึกไว้



ดีแล้ว ย่อมนำสุขมาให้ ยิ่งปรารถนาความสุข ก็ยิ่งต้องฝึกจิต ถ้าไม่ฝึกจิตแล้วก็ยากที่จะมีความสุข และถ้าฝึกจิตให้ดี จิตนี้แหละจะพาเราห่างไกลจากความทุกข์ และเข้าใกล้พระนิพพานยิ่งขึ้นเรื่อยๆ

ดังนั้น ถ้าเราปรารถนาชีวิตที่ผาสุก มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น แม้จะไม่ถึงขั้นนิพพาน องค์ประกอบ ๕ ประการที่กล่าวมานี้ คือสิ่งที่เราต้องพิจารณาว่าได้ปฏิบัติอย่างถูกต้องหรือไม่

- ๑) ผู้คน
- ๒) วัตถุสิ่งเสพ
- ๓) สิ่งแวดล้อม
- ๔) ระเบียบชีวิต
- ๕) จิต

หากอยากรู้ว่าชีวิตที่ผ่านมาของเราดำเนินอย่างถูกต้องหรือไม่ ก้าวหน้ามากน้อยเพียงใด ก็ตรวจสอบได้จากองค์ประกอบ ๕ ประการนี้ ถ้าเราปรารถนาชีวิตที่ผาสุก หรือมีพระนิพพานเป็นที่หมาย ทั้ง ๕ ประการนี้คือสิ่งที่เราจะต้องใส่ใจอย่างจริงจัง มองข้ามไม่ได้



ทั้ง ๕ ประการนี้ เรียกว่าเป็นส่วนเสริม ส่วนขยาย
ของธรรม ๓ ข้อแรก ได้แก่ การไม่ทำบาปทั้งปวง การ
ทำกุศลให้ถึงพร้อม การชำระจิตของตนให้ขาวรอบ
ทั้งหมดนี้เรียกว่าเป็น**สูตรของชีวิต**ก็ได้ สูตรที่จะนำพา
ชีวิตของเราไปสู่ความสุขอันประเสริฐ ได้แก่ ความสงบ
เย็น โปร่งโล่ง และเป็นสิ่งที่จะนำพาเราเข้าใกล้ และเข้าถึง
นิพพานในที่สุด

ดังนั้น วันมาฆบูชาจึงเป็นโอกาสที่เราควรพิจารณา
ทบทวนว่าการดำเนินชีวิตของเราเป็นไปในทิศทางที่เหมาะสม
หรือไม่ รวมทั้งนำธรรมมาปฏิบัติเพื่อให้เราได้ประโยชน์
จากชีวิตนี้อย่างคุ้มค่า สมกับที่เป็นชาวพุทธ หรือสมกับ
ที่เป็นมนุษย์ ยิ่งถ้าเราเข้าใกล้ หรือเข้าถึงพระนิพพาน
ก็ได้ชื่อว่าเข้าถึงประโยชน์สูงสุดแห่งความเป็นมนุษย์เลย
ทีเดียว 🌸





อย่าทำร้ายตนเอง ด้วยธนูดอกที่สอง



๒๓

ใกล้ๆ เขาซอยดาว เมืองจันท์ มีสถานที่แห่งหนึ่งชื่อว่า “**สันติภาวัน**” เป็นสถานพำนักของภิกษุอาพาธระยะท้าย อาจารย์วิจิตร* ท่านเคยอยู่วัดป่าสุคะโต ท่านไปริเริ่มเอาไว้ร่วมกับสหธรรมิก คือท่านโต** รวมทั้งหมู่มิตรจำนวนหนึ่ง ซึ่งเป็นคฤหัสถ์

เดิมสันติภาวันก็อยู่ที่วัดป่าสุคะโต แต่ตอนหลังย้ายไปอยู่ที่อำเภอซอยดาว เพราะว่าสถานที่เหมาะสำหรับการดูแลพระภิกษุที่อาพาธระยะท้าย สถานที่แบบนั้น

* พระวิจิตร ธมฺมชิตโต

** พระเทอดไท สุชีโต



ภาษาฝรั่งเรียกว่า hospice ฮอสพิซในเมืองไทยมีน้อยมาก ยิ่งฮอสพิซสำหรับพระสงฆ์อาพาธระยะท้ายด้วยแล้ว ยิ่งมีน้อยเข้าไปใหญ่ อาจจะมีแค่ ๑-๒ แห่งเท่านั้นในเมืองไทย เป็นสิ่งที่ควรจะมีให้มากๆ เพราะว่าเวลาคนเราป่วยระยะท้าย จำนวนไม่น้อยก็พยายามทุกวิถีทางเพื่อยื้อหรือยืดชีวิตให้ยืนยาว แล้วก็มักไปยื้อกันที่โรงพยาบาล ในระหว่างที่ยื้อก็มีความทุกข์ทรมานมาก ทุกข์ทั้งกายทุกข์ทั้งใจ ยังไม่ต้องพูดถึงญาติที่ต้องเป็นทุกข์กับชะตากรรมของผู้ป่วยที่ทุกข์ทรมานเพราะการยื้อชีวิต

สภาพดังกล่าวไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะพระวาศ เดียวนี้ก็เกิดขึ้นกับพระด้วย ทั้งๆ ที่หลายรูปเป็นครูบาอาจารย์ เป็นวิปัสสนาจารย์ ท่านเหล่านี้ไม่คิดจะหนีความตาย แต่สุดท้ายก็ต้องถูกพาไปยื้อที่โรงพยาบาลจนมรณภาพ ทั้งที่มีวิธีการดีกว่านั้นคือ การดูแลประคับประคอง ไม่ได้เร่งความตาย แล้วก็ไม่ได้ยื้อชีวิตจนทุกข์ทรมาน แต่เพื่อช่วยให้มีความสุขสบายที่สุดในระหว่างอาพาธ อย่างน้อยก็ลดความทุกข์ทรมานที่ไม่จำเป็น ซึ่งส่วนหนึ่งเกิดจากกระบวนการเยียวยาที่เป็นไปเพื่อการยื้อชีวิตหรือต่อลมหายใจ



สถานที่สำหรับดูแลรักษาอาหารตอนนี้ยังมีน้อยมาก เพราะฉะนั้น การที่อาจารย์วิชิตไปริเริ่มเอาไว้ จึงเป็นเรื่องที่น่าอนุโมทนามาก ที่สำคัญอีกประการหนึ่งก็คือ ท่านมองว่าการดูแลรักษาอาหารถ้าเป็นพระด้วยกันดูแล จะเหมาะสมที่สุด เพราะว่าสามารถเอื้อเพื่อให้เป็นไปตาม พระธรรมวินัย ผู้ป่วยที่เป็นภิกษุบางท่านเคร่งวินัย แม้ในยามป่วย ก็อยากรักษาพระวินัยให้ดีที่สุด ถ้าฆราวาสเป็นผู้ดูแลก็อาจจะไม่รู้วินัยของพระดีเท่าที่พระด้วยกันเอง ทำให้เกิดปัญหาหรือความไม่สบายใจแก่พระที่อาหารได้

ตอนนี้ที่สันติภาวันทั้งอาจารย์วิชิตและท่านโตเป็นกำลังสำคัญในการดูแลพระอาหาร ซึ่งบางรูปก็ต้องดูแลกันเกือบจะ ๒๔ ชั่วโมงเลย แล้วท่านก็ดูแลมาได้ครบ ๒ ปีเมื่อเดือนที่แล้ว

เรื่องราวของสันติภาวัน ระยะเวลาเป็นที่รับรู้กันกว้างขวางผ่าน social media โดยเฉพาะในแวดวงญาติโยมสาธุชน มีจำนวนมากทีเดียวที่ส่งข้อความไปให้กำลังใจ “ขออนุโมทนา” เป็นข้อความที่ทางสันติภาวันได้รับมากที่สุดจากญาติโยม ไม่นับปัจจัยหรือข้าวของเครื่องใช้สำหรับผู้ป่วยซึ่งก็มีมากทีเดียว พอที่จะนำไปให้ที่อื่น รวมทั้งโรงพยาบาล





อาจารย์วิชิตเล่าว่า เมื่อเร็วๆ นี้มีโยมคนหนึ่งเขียนข้อความสั้นๆ ว่า “ยังดีนะคะ ที่ดูแลพระ ไม่ยุ่งยากเหมือนดูแลโยม” ท่านอ่านแล้วสะดุดใจ มีคำถามขึ้นมาว่า “จริงหรือ ที่ดูแลพระ ไม่เป็นภาระเท่าโยม” แล้วท่านตั้งข้อสังเกตว่าผู้ที่คิดแบบนี้ คงเป็นเพราะเห็นว่าพระเป็นผู้ที่มีศีลและผ่านการปฏิบัติมามาก เมื่ออาหารการดูแลคงไม่ยุ่งยากนัก ความคิดแบบนี้ก็มีส่วนจริงอยู่บ้าง แต่บางรูปก็ดูแลยากทีเดียว



ท่านยกตัวอย่างพระรูปหนึ่งซึ่งมาอยู่สันติภาวัน
เป็นปีแล้ว ไม่ได้ป่วยระยะท้าย แต่มาอยู่เพราะไม่มีใคร
ดูแล ท่านมีแผลกดทับเป็นแผลใหญ่ที่ก้นบ รวมทั้ง
ถูกตัดขาได้หัวเข่า และมีสายสวนปัสสาวะคาไว้ แต่อาการ
โดยรวมไม่น่ากังวลเท่าใด จึงน่าจะดูแลง่าย แต่ท่าน
บอกว่าความจริงไม่ได้เป็นเช่นนั้นเลย เพราะพระรูปนี้
เรียกร้องมาก ต้องการให้คนอื่นช่วยเหลือท่านทุกอย่าง
ไม่ต่างจากผู้ป่วยติดเตียง โดยไม่คิดที่จะช่วยตัวเองเลย
เวลานั่งรถเข็นก็ไม่ยอมหมุนล้อเอง ทั้งๆ ที่ฝนตกใส่
ต้องให้พระหรือโยมช่วยเซ็นให้ แต่ถ้าอยู่คนเดียวก็หมุนล้อ
เองได้ เวลาพระหรือโยมจะช่วยยกท่านจากรถเข็นขึ้นเตียง
ท่านก็ทิ้งร่างซึ่งหนักมากลงทั้งตัวเลย โดยไม่ยอมใช้ขา
อีกข้างที่ยังมีแรงอยู่ช่วยพยุงตัว เพื่อเบาแรงของผู้ที่ช่วย
ท่าน ครั้นจะช่วยท่านฝึกใช้ขาเทียมเพื่อเดินได้ด้วยตัวเอง
ท่านก็ไม่ยอมฝึก

เวลาเปลี่ยนอิริยาบถจากนอนเป็นนั่ง ท่านก็ไม่ยัน
ตัวขึ้นมาเอง ทั้งที่ทำได้ ต้องให้คนช่วยประคองขึ้นมา
ท่านบอกว่าพระรูปนี้ได้รับการดูแลเป็นปีแล้ว แต่ก็ไม่เคย
เอ่ยปากขอบคุณผู้ดูแลเลยแม้แต่ครั้งเดียว ชั่วบางทีก็
ต่อว่าว่าดูแลท่านไม่ดีเท่าหลวงตาเตียงโน้น



ท่านไม่สนใจดูแลสุขภาพตนเองเลย ฉันอาหารตามใจปาก เวลาเมื่อมีเงินให้ หรือได้เงินจากเบี้ยคนพิการ ก็ให้โยมไปซื้ออาหารสำเร็จรูปจากร้านสะดวกซื้อ ทั้งที่แสงต่อโรค เวลาแนะนำท่านให้ฉันอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ ท่านก็ปฏิเสธ บอกว่าไม่ชอบ มองจากสายตาคนทั่วไป ท่านเป็นผู้ป่วยที่น่าระอามาก

อาจารย์วิชิตเคยคุยกับพระรูปนี้หลายครั้ง ทั้งในเรื่องของการปฏิบัติตัวที่จะช่วยให้สุขภาพตนเองดีขึ้น และเป็นภาระกับคนอื่นน้อยลง แต่ท่านไม่สนใจ ยังคงตามใจตัวเอง และเรียกร้องจากคนนั้นคนนี้ต่อไป คงคิดว่าเป็นหน้าที่ของคนอื่นที่จะต้องดูแลท่าน ทั้งๆ ที่ท่านไม่ได้อยู่โรงพยาบาล อีกทั้งคนที่ดูแลท่านก็ทำด้วยน้ำใจ ไม่ได้มีเงินเดือน

แม้พูดไปแล้ว ท่านก็ยังเฉยเมย ทำตัวเหมือนเดิม แต่อาจารย์วิชิตก็ไม่โกรธ มีจิตใจอยู่ข้าง แต่ก็ยอมรับพฤติกรรมของพระรูปนี้ เพราะเข้าใจว่าท่านคงมีภูมิหลังบางอย่าง ที่ทำให้เป็นอย่างนี้ ก็เลยไม่คิดจะปรับเปลี่ยนท่าน อาจารย์วิชิตบอกว่าพิจารณาแบบนี้แล้วก็ไม่โกรธท่าน ไม่ลง แต่กลับรู้สึกสงสารเห็นใจท่านที่มีพฤติกรรมแบบนี้

อีกเหตุผลหนึ่งที่ท่านไม่โกรธเมื่อเจอกรณีแบบนี้ และอาจมาคิดว่าเป็นเหตุผลที่สำคัญมาก ท่านบอกว่า



ท่านถือว่า “**พระอาพาธทุกรูปเป็นครูของเรา**” ไม่ว่าจะเป็นพระที่ว่าง่ายหรือพระที่เอาแต่ใจตัวเอง ท่านถือว่าทั้งหมดนี้เป็นครูของท่าน ท่านยังมองว่า “**การดูแลท่าน คือ การปฏิบัติธรรมของเรา**” เวลาเจอเหตุการณ์อะไรที่ทำให้ชุ่นมัวหมองใจ ท่านก็มองว่านี่คือโจทย์ให้ได้ฝึกฝนเรียนรู้ ให้อุตสาหะที่กระเพียร ให้อารมณ์ที่ชุ่นมัว ทำให้ไม่ปฏิเสธผลลัทธิอารมณ์เหล่านั้น ไม่เพียงแต่ยอมรับมันเท่านั้น แต่ยังหาประโยชน์จากมัน คือเอามาฝึกใจ รวมทั้งช่วยให้เข้าใจธรรมชาติของตัวเองดีขึ้น

ระหว่างที่ช่วยเหลือพระอาพาธท่านก็ดูใจตัวเองไปด้วย แล้วก็ฝึกฝนตนไปพร้อมๆ กัน ท่านก็เลยไม่ทุกข์ ไม่โกรธ แล้วก็ไม่ได้รู้สึกรำคาญหรือระอา เขาจะไม่ชอบคุณก็ช่างเขา เพราะนี่คือการปฏิบัติธรรมของเรา ได้ฝึกใจ รู้จักปล่อย รู้จักวาง ลดความคาดหวัง

มุมมองของอาจารย์วิจิตต์ต่อกรณีพระรูปนี้และต่อภิกษุรูปอื่น เป็นเรื่องที่น่าคิดมาก ไม่ว่าจะเป็นการมองว่า ภิกษุอาพาธเป็นครูของเรา การดูแลท่านเป็นการปฏิบัติธรรมของเรา จะว่าไปแล้ว นี่เป็นท่าทีหรือมุมมองที่ไม่ได้เป็นประโยชน์เฉพาะเวลาดูแลพระอาพาธ หรือดูแลพ่อแม่ที่เจ็บป่วยเท่านั้น แต่ยังเป็นมุมมองที่ควรนำมาใช้กับการ



ดำเนินชีวิตด้วย

แต่จะมีประโยชน์แค่ไหน ก็ขึ้นอยู่กับว่าเรามองชีวิตแบบไหนด้วย คนที่มองว่าชีวิตนี้มีเพื่อหาความสุข หาความสบาย เวลาเจอคนแบบนี้ หรือเจอเหตุการณ์ที่ทำให้ชุ่นช่องหมองใจ ก็จะโกรธ โมโห หรือไม่ก็เกิดความท้อแท้ เพราะล้วนแต่เป็นสิ่งที่ไม่ถูกใจ เป็นสิ่งที่ไม่ได้ทำให้ชีวิตสะดวกสบายขึ้นเลย คนส่วนใหญ่เป็นอย่างนั้น ชีวิตนี้มีเพื่อหาความสุขความสบาย พอเจอคนที่ไม่น่ารัก น่ารระอาก็โกรธ โมโหเป็นทุกข์ บางทีก็ก่นด่าชะตากรรมหรือว่าก่นด่าเหตุการณ์ต่างๆ

แต่ถ้ามองว่าชีวิตนี้มีเพื่อการฝึกฝนตน เรามีชีวิตเพื่อฝึกฝนตนเพื่อพัฒนาตน พัฒนาเพื่ออะไร ถึงที่สุดก็คือเพื่อออกจากทุกข์ คนเราถ้ามองชีวิตแบบนี้ คือมีชีวิตเพื่อการฝึกฝนตน จะมองปัญหาอีกแบบหนึ่ง จะไม่ได้มองปัญหาหรือคนที่นาระอาในทางที่ทำให้เกิดความโกรธ เกิดความโมโห แต่มองว่าเป็นครู มองว่าปัญหาหรือเหตุการณ์ที่ชวนให้ชุ่นช่องหมองใจพวกนี้ เป็นโจทย์ที่มากฝึกฝนเรา ให้รู้เท่าทันทั้งกิเลสและความทุกข์ในใจ หรือเป็นสิ่งที่ฝึกฝนให้เรามีความอดทน ฝึกฝนให้เรามีปัญญา เมื่อมองแบบนี้มันจะให้ผลที่ต่างกันเลย



แต่บางคนแม้เป็นนักปฏิบัติธรรม เวลามาวัด ก็ยังคิดแบบชาวโลกว่า มีชีวิตเพื่อหาความสะดวกความสบาย พอเจอปัญหา หรือเจอความยากลำบาก ก็บ่นโว้ยวาย ตีโพยตีพาย อันนี้เป็นเพราะว่าเขาไม่ได้มองให้ตลอดว่า เรามีชีวิตอยู่เพื่ออะไร ถ้าเป็นนักปฏิบัติธรรมจริง ก็จะมองว่าเรามีชีวิตอยู่เพื่อการฝึกฝนพัฒนาตน

ดังนั้นเมื่อมีอะไรเกิดขึ้นกับเรา ก็มองว่าเป็นสิ่งที่มาฝึกให้เราเรียนรู้ เรียนรู้เกี่ยวกับโลก เกี่ยวกับผู้คน และที่สำคัญ เรียนรู้เกี่ยวกับตัวเองไม่ได้แปลว่าจะไม่มีความขุ่นมัว แต่เมื่อเกิดขึ้น ก็เห็นมัน รู้ทันมัน แล้วก็เห็นโอกาสที่จะได้ฝึกใจให้ไวต่อกิเลสและความทุกข์ที่เกิดขึ้น ถ้ามองแบบนี้ การพัฒนาตนย่อมเกิดขึ้นได้

คนเราถ้ามองว่าปัญหาหรือเหตุการณ์ที่ไม่น่าพอใจ ซึ่งทางธรรม เรียกว่า อนิฏฐารมณ์ คือ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ที่ไม่น่ารักไม่พอใจ รวมทั้งเหตุการณ์ที่ไม่น่ายินดี เช่น เสื่อมลาภ เสื่อมทรัพย์ เสื่อมยศ หรือถูกนิินทา รวมไปถึงความเจ็บป่วย ความพลัดพรากสูญเสีย เหล่านี้เป็น โจทย์ เป็นการบ้านที่มาฝึกเรา หากคิดว่ามีชีวิตเพื่อการฝึกฝนพัฒนาตน เมื่อเจอสิ่งเหล่านี้ เขาจะทุกข์น้อย แม้ถูกระทบจากการกระทำและคำพูดของผู้คน หรือจาก



เหตุการณ์ต่างๆ ก็มองว่ามันเป็นโจทย์เป็นการบ้าน หรือเป็นครูอยู่เสมอ เพราะว่าเมื่อมุ่งพัฒนาตนหรือฝึกฝนตนแล้ว ก็จะมีจิตใจใฝ่รู้ คิดแต่จะเรียนรู้เพื่อปรับปรุงตัวให้ดีขึ้น มันไปด้วยกัน ใฝ่รู้ กับฝึกฝนพัฒนาตน

ดังนั้นเมื่อเจอปัญหา เจออุปสรรค เจอคนไม่น่ารัก แทนที่จะทุกซ์ ก็สามารถรักษาใจไม่ให้ทุกซ์ได้ เพราะว่าเอามาเป็นโจทย์ฝึกฝนตน โดยเฉพาะการเห็นอาการของใจที่เกิดขึ้น คนที่มุ่งฝึกฝนพัฒนาตน โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อออกจากทุกซ์ หากมุ่งฝึกฝนพัฒนาตนจริงๆ ก็ต้องหันกลับมามองตน และก็เรียนรู้ว่า เหตุแห่งทุกซ์ที่แท้จริงมันอยู่ที่ใจของเรา ไม่ได้อยู่ที่คนนั้นคนนี้ แม้คนบางคนจะทำตัวเป็นปัญหา น่ารระอา แต่ก็ไม้อาจทำให้ใจเราเป็นทุกซ์ได้ ถ้าเรารู้จักมอง หรือวางใจถูก

อย่างเช่นยอมรับว่า เขาก็เป็นคนแบบนี้ เปลี่ยนแปลงเขาไม่ได้หรอก หรือเข้าใจว่าเป็นเพราะเขามีภูมิหลัง มีประสบการณ์บางอย่าง ได้รับการสั่งสอนมาแบบนี้ เช่นถูกพ่อแม่หรือญาติโยมตามใจมาตลอด ก็เลยไม่คิดที่จะช่วยตัวเอง เอาแต่เรียกร้องจากคนอื่น หรือชอบมองไปนอกตัว พอเข้าใจเขาแบบนี้ ก็ไม่คิดจะไปเปลี่ยนแปลงเขา แต่เอาคนอย่างนี้มาเป็นโจทย์ เป็นแบบฝึกหัดมา



เปลี่ยนแปลงตัวเอง อย่างน้อยก็ทำให้ได้เห็นใจที่กระเพื่อม
ใจที่ขุ่นมัว แล้วก็ปล่อยให้ความขุ่นมัวมาครอบงำ อันนี้
ย่อมนำไปสู่การฝึกฝนตน และนำไปสู่การหาหนทางออก
จากทุกข์ได้ ออกจากทุกข์ที่เกิดจากการกระทำของตัวเอง

คนส่วนใหญ่เวลาเจอเหตุร้าย หรือเจออนิฏฐารมณ์
ท่านเปรียบว่าเจอ**ลูกธนูสองดอก** สิ่งที่มากระทบคือ
อนิฏฐารมณ์ เช่น การกระทำหรือคำพูดที่ไม่ถูกใจ หรือ
ความเสื่อมลาภ เสื่อมยศ อันนี้คือลูกธนูดอกแรกซึ่งไม่มี
ใครหนีพ้น พระอรหันต์ แม้แต่พระพุทธเจ้า ก็ยังต้องเจอ
ธนูดอกแรก

แต่ส่วนใหญ่ไม่ได้เจอแค่ดอกเดียว แต่เจอสองดอก
ดอกที่สอง ไม่ได้เกิดจากใคร ไม่มีใครทำให้ แต่ตัวเอง
ทำเอง อย่างเช่น พอเจอการกระทำ และคำพูดที่ไม่ถูกใจ
ก็มีความโกรธ มีความแค้น อารมณ์ดังกล่าว เกิดจากการ
วางใจที่ผิด ไม่รู้จักวางใจให้ถูก ก็เลยเกิดความทุกข์ใจขึ้น
มา อันนี้ท่านเปรียบว่าเป็นธนูดอกที่สอง ซึ่งไม่มีใครทำ
แต่ตัวเองทำตัวเอง

เวลาเจอความเจ็บความป่วย ความเจ็บป่วยทางกาย
อันนี้เรียกว่าธนูดอกแรก แต่คนส่วนใหญ่ไม่ได้แค่ป่วย
กาย ใจก็ป่วย ใจก็ทุกข์ อันนี้เรียกว่าธนูดอกที่สอง ซึ่ง



เกิดจากความยึดมั่นถือมั่นในกายนี้ หรือเกิดจากการยึดมั่น
ถือมั่นในเวทนาที่เกิดขึ้น เวลาสูญเสียทรัพย์ ไม่ว่าจะเป็น
เพราะมีใครขโมยหรือโกงไป อันนี้คือธนูดอกแรก แต่
ความคับแค้น ความโศกเศร้า ความกลัดกลุ้มในใจของ
เจ้าของทรัพย์ อันนี้คือธนูดอกที่สอง ซึ่งเกิดจากการ
วางใจที่ไม่ถูกต้อง เวลาทำงาน เจองานยาก งานหนัก
อย่างนี้เรียกว่าเจोधนูดอกแรก เพราะว่าทำแล้วเหนื่อย
เหนื่อยกาย แต่ถ้าเหนื่อยใจ ขุ่นเคืองคับแค้น อันนี้
แสดงว่าโดนธนูดอกที่สอง

๓๘

คนเราเวลาทำงานแม้เหนื่อยกาย แต่ใจไม่เหนื่อย
ก็ได้ เราสามารถฝึกได้ อย่างที่อาจารย์วิชิตบอกว่าการ
ทำงานกับผู้ป่วย ลำพังการดูแลทางกายก็เหนื่อยอยู่แล้ว
ยังต้องมาเจอพฤติกรรมที่น่าระอาของพระบางรูปหรือของ
ผู้ป่วยบางท่าน ถ้าวางใจไม่ถูก ไม่ใช่แค่เหนื่อยกายเท่านั้น
ใจก็เหนื่อย ทดท้อ แต่ว่าถ้าวางใจถูก มันก็แค่เหนื่อย
กาย แต่ใจไม่ทุกข์ไม่ท้อ แล้วยังมีความสุขเป็นของแถม
สุขที่ได้ช่วยพระที่กำลังทุกข์ และสุขที่ได้ฝึกฝนตน เท่าทัน
กิเลสในใจตน และได้เห็นความเจริญงอกงามในจิตใจ
ของตน พุดอีกอย่างคือ สุขเพราะใจเป็นกุศล



อย่างนี้เรียกว่า เป็นการวางใจที่ถูก ที่เราควรจะทำ เมื่อเจอธนูดอกแรก หรือเจอเหตุการณ์ที่ไม่น่าพึงพอใจ เจอความสูญเสียพลัดพราก คำต่อว่าด่าทอ ก็เจอแค่ธนู ดอกเดียว ส่วนธนูดอกที่สองที่เคยเอามาทิ่มตัวเอง ก็มีสติ วางใจถูก ไม่เผลอเอามาทิ่มแทงตัวเอง

มันเป็นอย่างนี้เสมอ ธนูดอกแรกมาจากข้างนอก จากคนอื่น ส่วนธนูดอกที่สอง ส่วนใหญ่หรือร้อยทั้งร้อย ผู้คนมักเอามาทิ่มตัวเอง นั่นคือซ้ำเติมตัวเอง แทนที่จะ ป่วยกายอย่างเดียว ก็ป่วยใจด้วย แทนที่จะเสียแต่ทรัพย์ ก็เสียใจ เสียสุขภาพ จนเสียงานเสียการ และบางทีก็ ทะเลาะเบาะแว้งจนเสียเพื่อน อันนี้เรียกว่าเจอธนูดอก ที่สอง ดอกที่สาม ดอกที่สี่ ซึ่งล้วนมาจากน้ำมือของ ตัวเอง เป็นเพราะวางใจไม่ถูก

แต่ถ้าเราวางใจถูก อย่างที่อาจารย์วิชิตเล่ามา เช่น มองว่า เขาเป็นครูของเรา การดูแลเขา ก็เป็นการปฏิบัติ ธรรมของเรา เหตุการณ์ต่างๆ ที่ทำให้ขุ่นมัว แทนที่จะ สร้างทุกข์ให้ กลับกลายเป็นโจทย์ที่มาฝึกใจเรา จนกระทั่ง อยู่กับความขุ่นมัวด้วยใจที่ไม่ทุกข์ แถมยังได้เห็นตัวเอง ชัดเจนขึ้น แล้วก็รู้จักพาใจออกจากความทุกข์ หรือออกจากความขุ่นมัว



พูดอีกอย่าง แทนที่จะเอาธนูดอกที่สอง มาเสียบ
มาแทงตัวเอง ก็หยุด ไม่ทำ เจอแค่ธนูดอกแรกก็พอแล้ว
และไม่ใช้แค่ละวัน ไม่เอาธนูดอกที่สองมาเสียบแทงตน
ยังสามารถเปลี่ยนธนูดอกแรกให้กลายเป็นดอกไม้ หรือ
เปลี่ยนให้เป็นของดีได้ด้วย อย่างที่หลวงพ่อบ้านหนึ่งพูด
ไว้ว่า “คนดี ใครพาขึ้นมาให้ ก็กลายเป็นดอกไม้” แต่ก่อน
ที่มันจะเป็นดอกไม้ ก็ต้องรู้จักหลบหลีกไม่ให้มันมา
แปดเปื้อนตนเอง คือรักษาใจไม่ให้ทุกข์ก่อน

เมื่อเจอธนูดอกแรก สิ่งหนึ่งที่เรทำได้ คือ ไม่เอา
ธนูดอกที่สองมาทิ่มตัวเอง หรือสร้างทุกข์ให้ตน เรียกว่า
รักษาใจไม่ให้ทุกข์ ต่อไปก็ทำให้ดีกว่านั้น คือหาประโยชน์
จากมัน หรือสามารถใช้มันเป็นปฏิกิริยาที่บำรุงความสุขทางใจ
ให้กับเรา อันนี้คือสิ่งที่เราควรจะมีกตเวทิตา และก็ทำให้
เกิดขึ้นโดยอาศัยเหตุการณ์ในชีวิตประจำวันนี้ มาเป็น
แบบฝึกหัด 🍀





หากคิดว่ามีชีวิตเพื่อการฝึกฝนพัฒนาตน
เมื่อเจออุปสรรคหรือปัญหา เราจะทุกข์น้อย
แม้ถูกกระทบจากการกระทำและคำพูดของผู้คน
หรือจากเหตุการณ์ต่างๆ ก็มองว่า
มันเป็นโจทย์เป็นการบ้าน หรือเป็นครูอยู่เสมอ
เพราะว่าเมื่อมุ่งพัฒนาตนหรือฝึกฝนตนแล้ว
ก็จะมีจิตใจใฝ่รู้ คิดแต่จะเรียนรู้
เพื่อปรับปรุงตัวให้ดีขึ้น
มันไปด้วยกัน ใฝ่รู้ กับฝึกฝนพัฒนาตน



อุทิศตน เพื่อสิ่งที่ยิ่งใหญ่กว่าตนเอง



“รักตัวกลัวตาย” เป็นวลีที่เรารู้จักกันดี คนเราแทบร้อยละร้อยล้วนรักตัวกลัวตาย แต่ก็มีบางกรณีมีบางครั้งที่ไม่กลัวตาย เพราะว่าอาจจะหน้ามืด มีความโมโหโกรธา หรือมีความเคียดแค้น จึงทำอะไรที่บ้าบิ่น เสี่ยงตายและอันตราย เช่น ยกพวกตีกัน หรืออาจจะเป็นเพราะความคึกคะนองจึงไปทำกิจกรรมที่เสี่ยงอันตรายจนบางที่ถึงตายก็มี เช่น ขับรถซิ่ง มีไม่น้อยที่ยอมตายเพราะหน้ามืด

อีกสาเหตุหนึ่งคือความโลภ ยอมตายเพื่อทรัพย์เพื่ออำนาจ หรือเพื่อชื่อเสียงความเด่นความดัง บางครั้งแม้รู้ว่าจะต้องเสี่ยงอันตราย แต่ด้วยความโลภจึงพร้อมจะตายได้เพื่อสิ่งนั้น



อุทิศตนเพื่อสิ่งที่มีค่า ต่อมนุษยชาติ



แต่ก็มีหลายคนที่ยอมตายเพื่อสิ่งที่ประเสริฐกว่านั้น ไม่ใช่ทรัพย์สินเงินทอง ไม่ใช่อำนาจ ไม่ใช่ชื่อเสียงเกียรติยศ แต่อาจจะเพื่อประโยชน์สุขของมนุษยชาติ เพื่อความผาสุกของส่วนรวม ก็พร้อมที่จะยอมตายได้

ทุกวันนี้โลกเราเจริญมาได้ ก็เพราะมีคนประเภทนี้ อยู่ไม่น้อยทีเดียว ไม่จำเป็นต้องยอมตายเพื่อปกป้องประเทศชาติ หรือว่าเพื่อสู้รบปรบมือกับใคร แต่ยอมตาย หรืออุทิศตนเพื่อความรู้ เพื่อสิ่งที่มีคุณค่าต่อมนุษยชาติ

ความรู้ที่มนุษย์เรามีและสะสมมาจนถึงทุกวันนี้ จำนวนไม่น้อยได้มาด้วยความเสียสละของผู้คนนับไม่ถ้วน ไม่ใช่แค่ทุ่มเทศึกษาค้นคว้า โดยไม่เห็นแก่ความเหนื่อยยาก หรือเสี่ยงอันตราย ชนิดที่เรียกว่าเอาชีวิตเข้าแลกเท่านั้น บางทีก็พร้อมยอมตายเพื่อปกป้องรักษาสິงนั้นเอาไว้

เมื่อราว ๙๐ ปีที่แล้ว ที่ประเทศรัสเซีย มีนักพันธุ-
ศาสตร์และพฤกษศาสตร์คนหนึ่งที่มีชื่อมาก ชื่อ **นิโคไล
วาวิลอฟ** (Nikolai Vavilov) เขาเป็นคนที่ทุ่มเทเพื่อการ



ปรับปรุงพันธุ์พืช โดยเฉพาะธัญพืช เช่น ข้าว ข้าวสาลี ข้าวฟ่าง เขาชวนช่วยในการเสาะหาข้าวพันธุ์ดีมาเพื่อปรับปรุงพันธุ์ข้าวให้ดีขึ้นเรื่อยๆ จะได้มีผลผลิตมากๆ เพื่อเลี้ยงผู้คน ไม่ใช่แค่คนรัสเซียแต่รวมถึงประชากรทั่วโลก

แล้วเขาพบว่า มีพันธุ์ข้าวและพันธุ์พืชมากมายที่สูญพันธุ์ไป ซึ่งเป็นเรื่องที่น่าเสียดายมาก เพราะว่าพันธุ์ข้าวทุกพันธุ์ล้วนมีคุณค่า ไม่วันนี้ก็วันหน้า บางพันธุ์ทนแล้ง บางพันธุ์ทนศัตรูพืช การที่พันธุ์ข้าวเหล่านี้สูญพันธุ์ไปนับเป็นความสูญเสียที่สำคัญของโลกเลยทีเดียว ดังนั้นเขาจึงเห็นว่าจำเป็นต้องอนุรักษ์พันธุ์ข้าวและพันธุ์พืชอื่นๆ ที่เป็นอาหารเอาไว้ เขาจึงเดินทางไปตามที่ต่างๆ เพื่อเก็บพันธุ์ข้าวและพันธุ์พืชท้องถิ่นให้ได้มากที่สุด ภายหลังเขาก็ไม่ได้ทำคนเดียว มีลูกศิษย์ลูกหาเข้ามาช่วยด้วย

๔๕



ปรากฏว่าเขาเก็บมาได้เกือบ ๒๕๐,๐๐๐ ชนิดพันธุ์ ทั้งที่เป็นเมล็ด ราก และผลไม้ เฉพาะที่เป็นพันธุ์ข้าวอย่างเดียวก็ ๑๕๐,๐๐๐ ชนิด จึงเกิดธนาคารเมล็ดพันธุ์แห่งแรก ขึ้นในโลกที่เมืองเลนินกราด ประเทศรัสเซีย ทุกอย่างดูจะราบรื่น แต่ปรากฏว่าเกิดสงครามโลกครั้งที่ ๒ เยอรมัน กริธาทัพเข้ามาเพื่อจะยึดครองรัสเซีย เมืองหนึ่งที่เยอรมัน ต้องการยึดครองให้ได้ ก็คือเมืองเลนินกราด ซึ่งเดี๋ยวนี้ เปลี่ยนเป็นชื่อเมืองเซนต์ปีเตอ์สเบิร์ก

ช่วงนั้น วาวิลอฟถูกจับเข้าคุก เพราะถูกกลั่นแกล้ง แล้วก็ตายในคุก แต่ลูกศิษย์ลูกหาของเขาก็กังทำงานต่อไป พอเกิดสงคราม เลนินกราดถูกล้อม ลูกศิษย์ลูกหาของเขา เป็นห่วงว่าเมล็ดพันธุ์ที่เก็บสะสมมาอย่างยากลำบาก จะถูกทำลายจากระเบิดหรือภัยสงคราม จึงเอาไปเก็บ รักษาไว้ใต้ถุนตึกที่ดูแข็งแรงแน่นหนา แล้วก็ดูแลมัน อย่างดี



แต่ว่าการล้อมเมืองเลนินกราด กินเวลายาวนานมาก ไม่ใช่แค่ล้อม ๑-๒ เดือน แต่ล้อมเป็นปี รวมแล้วก็ ๙๐๐ วัน หรือ ๒๘ เดือน ผู้คนล้มตายกันมากมาย ยิ่งกว่ายูเครนตอนนี้เสียอีก ยูเครนถูกล้อมเป็นเดือน แต่เลนินกราดถูกล้อมนานเกือบ ๓ ปี นอกจากระเบิดซึ่งทำลายตึกรามบ้านช่องและทำร้ายผู้คนแล้ว ปรากฏว่าตอนหลังคนก็เริ่มขาดอาหาร อาหารจากข้างนอกส่งไปไม่ถึง แต่ชาวเลนินกราดก็ใจเด็ด ไม่ยอมแพ้ แต่ก็หิวโหยมาก

เมื่อหิวโหยมากทำอะไร ก็ต้องหาอาหารเท่าที่จะหาได้ ตอนแรกก็ล่าหนู หรือไม่ก็ฆ่าแมวฆ่าหมาเอามากินเป็นอาหาร ตอนหลังสัตว์เหล่านั้นไม่เหลือ ก็ต้องเอาสิ่งที่พอจะหาได้มาเป็นอาหาร เช่น รongเท้า เข็มขัด เอามาต้มเป็นอาหาร เมื่อหมดแล้วไม่เหลือ ทำอย่างไรก็เอาเปลือกไม้มาต้ม บางคนถึงกับเอาศพของเพื่อนร่วมชาติมาแล่นเนื้อกินเพื่อประทังชีวิต

ลูกศิษย์ลูกหาของวาลูอฟพยายามปกป้องดูแลรักษาเมล็ดพันธุ์ในธนาคารอย่างเต็มที่ ไม่ให้คนมาปล้นกินเป็นอาหาร ต้องปกป้องกันอย่างเต็มที่ ซึ่งไม่ใช่เรื่องง่าย เพราะคนหิวโหยมีเยอะมาก



แต่คนที่เผือกก็หิวเหมือนกัน และทั้งๆ ที่หิวมาก แต่พวกเขาก็ใจเด็ด ไม่ยอมแตะเมล็ดพันธุ์ข้าวที่ตัวเองเก็บรักษาซึ่งมีเยอะมาก รวมแล้วหลายร้อยกิโลจากที่เก็บไว้ ๒๕๐,๐๐๐ ตัวอย่าง แต่แม้จะหิวอย่างไรก็ไม่แตะเลยจนตาย มี ๙ คนที่ตายเพราะอดอยากหิวโหย ทั้งๆ ที่ในห้องมีอาหารหรือเมล็ดพันธุ์เต็มไปหมด แต่พวกเขาไม่ยอมแตะเลย มีบางคนตายคาโต๊ะ รอบโต๊ะก็มีถุงข้าวหลายถุง แต่พวกเขาก็ไม่แตะมันเลย

เรื่องนี้ที่น่าทึ่งมาก และก็น่าับถือน้ำใจคนเหล่านี้ ทั้งๆ ที่อดอยากหิวโหย และทุกข์ทรมานมาก แต่เขาพร้อมที่จะตายโดยไม่ยอมแตะเมล็ดข้าวที่เก็บสะสมมา เพราะอะไร เพราะเขารู้ว่ามันไม่ใช่ข้าวธรรมดา มันเป็นสมบัติของมนุษยชาติ มันเป็นของที่มีค่ามาก ถ้าเขาขึ้นกินมัน ก็เท่ากับว่าเมล็ดพันธุ์เหล่านั้นจะสูญพันธุ์ไปจากโลกเลย เพราะมันไม่เหลือแล้วนอกจากที่นั่น

คนธรรมดาเวลาอดอยากหิวโหย ก็พร้อมจะทำอะไรก็ได้ เพื่อให้อยู่รอด บางคนก็ถึงกับยอมกินเนื้อจากศพ แม้แต่ศพของลูกบางคนยังต้องแล่เนื้อมากินสดๆ เลย ที่หน้ามิดถึงกับฆ่าคนเพื่อเอาเนื้อมากินก็มี แต่ว่าลูกศิษย์ของวาวีลอฟยอมตาย ทั้งที่ร่างกายเรียกร้องท้องหิว แต่



ว่าจิตใจไม่ยอมแพ้ต่อความหิวโหย ไม่ยอมตะเมลิตข้าว
เหล่านั่นเลย เพราะรู้ว่าเมลิตข้าวเหล่านี้มีคุณค่าต่อประเทศ
ชาติและต่อโลกมาก ในที่สุดก็รักษาไว้ได้จริงๆ เมลิตข้าว
เหล่านี้นกลับมาเป็นประโยชน์ต่อโลกเพราะว่าช่วยในการ
ปรับปรุงพันธุ์พืช ตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน และจะส่งผลถึง
อนาคตด้วย

นี่เป็นตัวอย่างของคนที่ยอมตาย ทั้งๆ ที่ก็รักตัว
กลัวตายเหมือนกัน ทำไมถึงยอมตาย ก็เพราะว่าเขาเห็น
ถึงคุณค่าของสิ่งที่เขาทำ เห็นคุณค่าของความรู้อันจะเกิด
จากการศึกษาวิจัยเมลิตพันธุ์เหล่านี้ ซึ่งจะเป็นประโยชน์
ต่อมนุษยชาติ คุณค่าของสิ่งเหล่านี้มีความหมายยิ่งกว่า
ชีวิตของเขา เขาจึงยอมตายเพื่อสิ่งเหล่านี้ได้



เสี่ยงตายเพื่อ ความรู้ทางวิชาการ



๕๐.....

คนเราถ้าหากว่ามีความมุ่งมั่นในสิ่งที่ใหญ่กว่าตัวเอง การยอมตายเพื่อสิ่งนั้นก็ไม่ใช่เรื่องยาก ที่จริงมันก็ยากอยู่ แต่ว่าเขาก็พร้อมจะทำ โลกเรามีคนแบบนี้มาก แม้ธรรมชาติของคนเราจะมีความเห็นแก่ตัว แต่ถ้าหากว่าเราให้คุณค่ากับสิ่งที่ใหญ่กว่าตัวเรา เช่น โลก มนุษยชาติ หรือแม้แต่ประเทศชาติ ตัวกูหรือตัวตน ก็จะมีค่าน้อยลง จึงพร้อมที่จะสละชีวิตเพื่อสิ่งเหล่านั้นได้

มีคนแบบนี้มากมาย ซึ่งทำให้โลกเราเจริญก้าวหน้ามาได้ทุกวันนี้ หรือทำให้ผู้คนมีชีวิตที่สุขสบาย มีคนจำนวนไม่น้อยที่รักความรู้ ทุ่มเทเพื่อความรู้ แล้วก็ยอมตายเพื่อความรู้ บางทีก็ไม่ถึงกับตาย แต่ก็ยอมเสี่ยงตายเพื่อความรู้

อย่างเมื่อ ๑๐๐ ปีที่แล้ว มีหมอหนุ่มชาวเยอรมัน ชื่อเวอเนอร์ ฟอสมานน์ (Werner Forssmann) เขาสงสัยอยากรู้ว่า คนเราจะเตะหรือสัมผัสหัวใจด้วยสายสวน





ได้หรือไม่ เมื่อร้อยปีที่แล้ว ความรู้เกี่ยวกับหัวใจของคนเรามีน้อยมาก แต่เขาอยากรู้ว่า หัวใจของคนเรา จะเข้าถึงมันได้โดยใช้สายสวนได้ไหม คือไม่ต้องผ่า เพราะสมัยก่อนผ่าไปถึงหัวใจเมื่อไหร่ก็ตายเมื่อนั้น

เขาทำอย่างไร เขาก็ทดลองด้วยตัวเอง เอาสายสวนที่ม้วนเข้าไปในเส้นเลือดที่แขนตัวเอง แล้วค่อยๆ แทะสายสวนเข้าไป เจ็บก็เจ็บแต่ก็ทำเพราะอยากรู้ มันไม่ใช่แค่ความอยากรู้อยากเห็นธรรมดา แต่เขามองว่ามันเป็นความรู้ที่มีคุณค่า ซึ่งเขาอยากรจะหาคำตอบให้ได้ เขาแทงสายสวน



ขึ้นไปเรื่อยๆ ทีละนิดๆ จนกระทั่งไปถึงไหล่ เขาไม่หยุด
แค่นั้น เขาไปต่อ จนกระทั่งสายสวนสามารถจะไปแตะ
หัวใจของเขาได้ เขาดีใจมาก ที่รู้ว่าทำได้ และดีใจ
ยิ่งกว่านั้นเมื่อเขาพบว่า เมื่อหัวใจถูกกระทบด้วยสิ่ง
แปลกปลอม มันไม่หยุดเต้น อันนี้เป็นความรู้ใหม่ที่เขา
ไม่เคยรู้มาก่อน เขาจึงดีใจมาก

ที่น่าทึ่งก็คือ ก่อนทำ เขาก็ไม่แน่ใจว่าถ้าสายสวน
ไปถูกหัวใจแล้ว หัวใจจะหยุดเต้นหรือเปล่า เขาไม่รู้เลย
อาจจะตายก็ได้ แต่เขาก็อยากจะทดลองด้วยตัวเอง เพื่อ
อะไร เพื่อหาความรู้ สุดท้ายเขาก็ได้ความรู้ว่า หนึ่ง สายสวน
ถ้าทิ่มจากเส้นเลือดในแขน มันสามารถที่จะต่อไปถึง
หัวใจได้ และ สอง เมื่อสายสวนไปกระทบถูกหัวใจ หัวใจ
ไม่ได้หยุดเต้น

ความรู้นี้มีประโยชน์มาก ตอนหลังเราก็ใช้ความรู้นี้
ในการผ่าตัดหัวใจ ในการทำบายพาส หรือในการรักษาโรค
หัวใจ ซึ่งปัจจุบันทำกันจนเป็นธรรมดาไปแล้ว

เรื่องนี้ยังไม่จบเท่านี้ พอเขาทำเสร็จแล้ว เขาต้องการ
ที่จะมีหลักฐานยืนยันว่าทำได้ เขาก็เดินไปที่แผนกเอก-
ซเรย์ของโรงพยาบาล เพื่อถ่ายภาพยืนยันว่าสายสวน
ที่แขนของเขาสามารถแทงไปจนถึงหัวใจได้



การทดลองของเขาไม่ใช่เรื่องง่ายหรือเรื่องธรรมดา
เสียงอันตรายมาก แต่เขากล้าทำ ไม่ใช่เพื่อความเด่น
ความดัง แต่เพื่อความรู้ อันนี้ก็เป็นเรื่องของคนที่ยอมตาย
หรือยอมเสี่ยงอันตรายเพื่อความรู้ทางวิชาการ

ที่จริงเขาไม่ได้หยุดแค่นั้น เขายังค้นคว้าวิจัยต่อไป
โดยเอาตัวเองเข้าแลก ความรู้ใหม่ๆ เกิดขึ้นจากการทุ่มเท
ของเขาจนได้รางวัลโนเบล เกือบ ๓๐ ปี หลังจากการ
เสี่ยงตายครั้งนั้น



อุทิศตนเพื่อ แปลคัมภีร์ทางศาสนา



ไม่ใช่แค่ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ หรือความรู้ทาง
การแพทย์เท่านั้น ที่ได้มาจากความเสียสละ กล้าเสี่ยง
อันตราย ความรู้ทางแขนงอื่นก็เหมือนกัน รวมทั้งความรู้
ทางพุทธศาสนาด้วย ความรู้ทางพุทธศาสนาที่ตกทอด
มาถึงเราทุกวันนี้ ที่สำคัญๆ ก็เกิดจากการอุทิศตัวของ
ผู้คนจำนวนไม่น้อย ไม่ใช่เฉพาะพระ ไม่ใช่เฉพาะนักบวช
แต่ยังมีอีกเยอะเลย รวมทั้งฝรั่งด้วย

เมื่อ ๒๐๐ ปีก่อน มีหนุ่มฮังการีเรียนคนหนึ่ง ชื่อ
โซมา เดอ โคโรส (Csoma de Kőrös) เขาอยากรู้ว่า
รากเหง้าของชนเผ่าฮังการีเรียนอยู่ที่ไหน เขาเชื่อว่า อยู่
แถวเอเชียกลาง เขาจึงออกสำรวจเพื่อพิสูจน์สมมติฐานนี้
เขาเดินทางด้วยเท้า จากฮังการีซึ่งอยู่ในยุโรปไปถึง
เอเชียกลาง ถึงแม้จะไม่พอใจแค่นั้น เขาเดินทางต่อไป
จนถึงอินเดีย เท่านั้นไม่พอ ยังต่อไปอีกจนถึงลาดัก
ที่นั่นเขาบังเอิญเจอวัดทิเบต เขาเกิดสนใจภาษาทิเบต





ขึ้นมา แล้วยิ่งมารู้ว่าวัดทิเบตวัดนั้นมีคัมภีร์ทิเบตเยอะมาก เขาจึงเปลี่ยนเป้าหมายมาเรียนภาษาทิเบต จากเดิมไม่มีความรู้อะไรเลย เริ่มจากศูนย์ มาเรียนภาษาทิเบตจากลามาแก่ๆ คนหนึ่ง

เขาทุ่มเทมากกับการเรียนภาษาทิเบต ทั้งๆ ที่ไม่มีความรู้มาก่อน ลามาก็พูดภาษาอังกฤษเรียนหรืออังกฤษไม่ได้ ตำราและคู่มือก็ไม่มี เรียกว่าไม่มีอะไรเลยที่ช่วยการเรียนภาษาทิเบตและอ่านคัมภีร์ทิเบต แต่เขาไม่ย่อท้อ เขาใช้เวลาเป็นปีๆ ในการศึกษา โดยอยู่อย่างยากลำบากมาก เพราะว่าลาดักไม่มีอะไรที่สะดวกสบาย อัดคัตไป



แทบทุกอย่าง ยิ่งฤดูหนาวด้วยแล้ว ลำบากมาก ทุกวัน ตั้งแต่เช้ามืด เขาก็ตื่นขึ้นมาอ่านคัมภีร์ทิเบต หนาวก็หนาว แดดไม่มีไฟผิงให้ความอบอุ่นด้วย ต้องเอาผ้าหนาๆ คลุมตัวตั้งแต่หัวจรดเท้า แล้วก็อ่านหนังสืออย่างจริงจังจนคำกินก็ไม่ค่อยได้กินเท่าไร เพราะอาหารอืดคัด เวลานอน เขาก็นอนกับพื้น ไม่ได้นอนบนเตียงหรือฟูก วันทั้งวันเขาไม่ได้ทำอะไรนอกจากอ่านหนังสือ และเมื่อรู้ภาษาทิเบตแล้ว เขาก็เริ่มอ่านคัมภีร์ทิเบต ซึ่งยากมากและเป็นภาษาโบราณ เขาทำอย่างนี้ทุกวัน เช้ามืดตื่นขึ้นมา ก็ศึกษาค้นคว้า แปลคัมภีร์ จนค่ำแล้วก็นอน ตื่นเช้าก็ลุกขึ้นมาทำงาน กลางวันแม้จะมีแดด เขาก็ไม่เคยออกไปรับแดด เพื่อให้ตัวเองอบอุ่น ขลุกอยู่กับหนังสือ เทียวก็ไม่เคยเที่ยว ไม่มีอะไรดึงดูดความสนใจของเขานอกจากคัมภีร์ทิเบต ต่อมาหลังจากเมื่อเขาอ่านภาษาทิเบตได้แตกฉาน เขาก็เขียนตำราไวยากรณ์ทิเบต แล้วก็ทำพจนานุกรมทิเบต-อังกฤษ เป็นฉบับแรกของโลก

เท่านั้นยังไม่พอ เขายังอุตสาหะแปลคัมภีร์ทิเบต ซึ่งในวัดนั้นมิเป็นร้อยละ ผูกเลย เขาคร่ำเคร่งมาก ทั้งวันทำแต่งงานแปล โดยไม่สนใจทำอะไรอย่างอื่นเลย อยู่แต่ในกระท่อมคนเดียวทั้งวันทั้งคืน ทำอย่างนี้เป็นปีๆ ใช้ชีวิต



เหมือนกับนักบวช ฝรั่งเศสที่มาเห็นบอกว่าเขาอยู่เหมือนฤๅษี ไม่ทำอย่างอื่นเลย คนอื่นมีความสุขกับการกิน ดื่ม เที่ยว เล่น แต่เขาไม่สนใจเลย อยู่อย่างเรียบง่าย แต่อัดคัด ในสายตาของคนอื่น แคมกีนอาหารมังสวิรัตเป็นส่วนใหญ่นั่นด้วย เหล้าก็ไม่แตะเลย

หลังจากอ่านคัมภีร์ทิเบตในวัดนั้นจนไม่เหลือ เมื่อเขาทราบว่ที่กัลกัตตามีคัมภีร์ทิเบตมากมายจากการสะสมของฝรั่งเศสที่เป็นนักวิชาการ แต่อ่านคัมภีร์เหล่านั้นไม่ออก เขาก็รับคำชวนไปกัลกัตตา ไปเพื่ออะไร ไปเพื่ออ่านและแปลคัมภีร์ทิเบต แล้วก็เก็บตัวเหมือนเดิม ทั้งวันทั้งคืน อยู่อย่างนั้นเป็นปีๆ

ชีวิตของเขาน่าสนใจมาก เช่นเดียวกับผลงานของเขา ก็มีความสำคัญมาก เพราะว่างานแปลของเขา ทำให้โลกรู้ว่าคัมภีร์ทิเบตล้วนแปลมาจากคัมภีร์สันสกฤตในอินเดีย รวมทั้งทำให้พบในเวลาต่อมาว่า ศาสนาพุทธในทิเบต มีที่มาหรือมีถิ่นกำเนิดที่ประเทศอินเดีย

อันนี้เป็นความรู้ใหม่มาก เพราะ ๒๐๐ ปีก่อน ไม่มีใครรู้ว่า พุทธศาสนาเคยเจริญรุ่งเรืองที่อินเดีย เพราะว่าพุทธศาสนาสูญหายไปเกือบพันปี ไม่มีคนรู้เลยว่าพุทธคยา คืออะไร สถานที่สำคัญของพุทธศาสนา โดยเฉพาะสังเวช-



นียสถานทั้งสี่ แต่ก่อนไม่มีใครรู้ว่ามีความสำคัญทางพุทธศาสนา ใครๆ รวมทั้งคนอินเดียก็คิดว่าเป็นศาสนสถานของฮินดู ส่วนคัมภีร์ทางพุทธศาสนา ไม่ว่าภาษาบาลีหรือสันสกฤตก็สูญหายหรือถูกทำลายจนแทบไม่เหลือ

ผู้คนเวลานั้นแม้กระทั่งคนอินเดีย ไม่รู้เลยว่าพุทธศาสนาเคยประดิษฐานตั้งมั่นในอินเดียมานานนับพันปี แต่ผลงานของ โซมา เดอ โคโรส รวมทั้งของฝรั่งอีกหลายคน โดยเฉพาะชาวอังกฤษ ซึ่งแม้จะไม่ใช่นักวิชาการอาชีพ แต่ก็อุทิศตนให้กับการศึกษาค้นคว้า จนทำให้โลกได้รู้ว่าอินเดียเคยมีพุทธศาสนาที่เจริญรุ่งเรืองมาก่อน ซึ่งต่อมาได้แพร่ไปยังหลายประเทศในเอเชีย รวมทั้งทิเบต เนปาล พม่า ลังกา และไทย รวมทั้งรู้ในเวลาต่อมาว่า พุทธศาสนามีพระพุทธเจ้าเป็นศาสดา ต่อมาก็รู้เพิ่มขึ้นมาว่า พระพุทธเจ้ามาจากตระกูลศากยวงศ์ มีบิดาชื่อสุทโธทนะ ประวัติศาสตร์ของพุทธศาสนาในอินเดีย รวมทั้งพุทธประวัติ เรารู้ได้เพราะว่าคนเหล่านี้ ซึ่งมี เดอ โคโรส เป็นหนึ่งในนั้น

ดังนั้น เดอ โคโรส จึงเป็นคนที่มีความสำคัญต่อพุทธศาสนามาก ที่น่าสนใจคือ เขาไม่ได้นับถือพุทธศาสนาเลย เขาไม่ได้เป็นชาวพุทธ แต่สาเหตุที่เขาอุทิศตนเกือบทั้งชีวิตให้กับคัมภีร์ทิเบต ก็เพราะเขาเห็นคุณค่าของคัมภีร์



ทิเบต ซึ่งในสายตาของเขาเป็นขุมทรัพย์ที่ล้ำค่าในทางวิชาการและวรรณกรรม เรียกว่าเป็นขุมทรัพย์ที่ล้ำค่าของมนุษยชาติก็ได้ แล้วเขาก็มีความสุขที่จะนำขุมทรัพย์นี้มาเปิดเผยให้โลกรับรู้

อันนี้เป็นตัวอย่างของคนที่ทุ่มเทชีวิตเพื่อทำสิ่งที่มีค่า อีกทั้งมีความสุขกับการทำสิ่งนั้น นับเป็นแบบอย่างของคนทำงานด้วยฉันทะ แสดงให้เห็นถึงพลังของฉันทะ เรื่องนี้สำคัญ เพราะทุกวันนี้คนจำนวนไม่น้อยยอมมองว่าทำอะไร ต้องมีต้นทุนเป็นแรงจูงใจ เช่น อยากมีมั่งมี อยากมีชื่อเสียง จึงจะมีแรงทำงาน ถ้าทำด้วยแรงจูงใจอย่างอื่นจะไม่เกิดผลเท่าไร

แต่ว่าเดอ โคโรส เป็นตัวอย่างที่ชี้ให้เห็นว่า ฉันทะนั้นมีพลังมาก ฉันทะทำให้เกิดการทุ่มเท อุทิศหา ทำให้คนเราทำสิ่งยากให้สำเร็จได้ เป็นเพราะเดอ โคโรส ทำงานด้วยฉันทะ เขาไม่ได้สนใจชื่อเสียง ไม่ได้สนใจเงินตอบแทน เขาจึงทำงานอย่างทุ่มเท โดยอยู่อย่างสมถะมาก เป็นเพราะทำด้วยใจรัก เขาจึงสร้างสรรค์ผลงานที่ล้ำค่าให้แก่พุทธศาสนา ทั้งๆ ที่ไม่ได้เป็นชาวพุทธ เขาไม่ได้ทำด้วยศรัทธา แต่ทำด้วยใจรักล้วนๆ



เดอ โคโรส ยังเป็นตัวอย่างที่ดีให้เห็นว่าความสุข
ไม่จำเป็นต้องเกิดจากการเสพ จากการกิน ดื่ม เที่ยว หรือ
เกิดจากการมีทรัพย์สิน มีชื่อเสียง ผู้คนมักจะคิดว่าความสุข
เกิดจากการเสพ เกิดจากการมีรายได้ หรือเกิดจากสิ่งเร้า
แต่ว่าคนอย่างเดอ โคโรส บอกเราว่า **ความสุขเกิดจาก
การทำได้** เขามีความสุขทั้งที่ชีวิตของเขาดูเหมือนจืดชืด
มาก อีกทั้งยังอึดอัดขัดสน แต่เขามีความสุข มีความสุข
ที่ได้ศึกษาค้นคว้าและแปลคัมภีร์ โดยไม่มีอะไรอย่างอื่นมา
ทำให้เขาเซวได้ ไม่ว่าอาหารอร่อย สถานที่ที่น่าตื่นตาตื่นใจ
เหล่านี้ เพราะสิ่งเหล่านี้ ไม่ทำให้เขามีความสุขได้เลย
เขามีความสุขและหลงใหลกับงานของเขา จนไม่สนใจ
อย่างอื่นเลย เสื้อผ้าหน้าผมก็ไม่สนใจ แม้กระทั่งอาบน้ำ
เขาก็แทบไม่ได้ทำ เพราะว่าจะทำให้เขาเสียเวลา มีเวลา
น้อยลงกับการทำงานที่ตนรัก



แบบอย่างสำหรับชาวพุทธ



คนเราถ้าเข้าถึงความสุขจากการทำสิ่งที่ตนรักหรือมีคุณค่า ย่อมสร้างสรรค์สิ่งดีงามได้มากมาย รวมทั้งสามารถมีชีวิตที่เรียบง่าย ไม่เรียกร้องต้องการจากคนอื่น จนนำไปสู่การเบียดเบียนหรือแก่งแย่งแข่งขันดีกัน

เดอ โคโรส ไม่ได้นับถือพุทธ แต่ดูจากวิถีชีวิตและคุณภาพจิตของเขาแล้ว นับว่าเป็นชาวพุทธแท้ๆ เลย อีกทั้งยังมีชีวิตเรียบง่ายเหมือนพระเลย เหล่าก็ไม่แตะเนื้อที่กินน้อยมาก อยู่อย่างสมถะ ทุ่เมเพื่อการแปลคัมภีร์ทางพุทธศาสนา ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อชาวพุทธมาก ชาวพุทธในญี่ปุ่นถึงกับยกย่อง เดอ โคโรส ให้เป็นพระโพธิสัตว์เลยทีเดียว ซึ่งก็สมควร เพราะแม้เขาจะเป็นชาวคริสต์แต่ชีวิตและงานของเขาควรกับการเป็นชาวพุทธอย่างยิ่ง จะว่าไป งานแปลของเขานับเป็นการภาวนาอย่างหนึ่ง เขาภาวนาด้วยการแปลหนังสือ ช่วยทำให้เขามีสมาธิ มีจิตใจที่สงบ และยินดีในวิถีที่เรียบง่าย

๖๑



บุคคลที่อาตมาพูดถึง ล้วนเป็นตัวอย่างที่ชี้ว่า คนเรา ถ้าหากมีจุดมุ่งหมายที่แน่นอน โดยเฉพาะจุดมุ่งหมายที่ ประเสริฐ ที่ยิ่งใหญ่มากกว่าตัวเอง ก็จะทำให้เกิดการทุ่มเท เสียสละ อีกทั้งยังลดละตัวตนด้วย จนพร้อมจะตายเพื่อ สิ่งที่มีคุณค่า จะว่าไปแล้ว ในทัศนะของชาวพุทธ สิ่ง เหล่านี้ เช่นความรู้ ยังไม่ใช่สิ่งประเสริฐหรือสูงส่งเท่ากับ นิพพาน แต่แม้กระนั้น เขาก็พร้อมเสียสละ ทุ่มเท และ ยอมตายเพื่อสิ่งนั้นได้

ถ้าชาวพุทธเรามีนิพพานเป็นเป้าหมายอย่างแท้จริง การเสียสละ ทุ่มเท หรือพร้อมที่จะตายเพื่อนิพพาน ก็จะไม่ใช่ว่าเรื่องยาก ครูบาอาจารย์จำนวนมาก ท่านก็ยอมตาย เพราะท่านมีนิพพานเป็นเป้าหมาย ไปรู้ดังคำในป่าลึก ทั่วๆ ที่รู้ว่าเสี่ยงอันตราย เพราะว่าท่านมีจิตมุ่งต่อนิพพาน

ถึงแม้เราจะไม่ปรารถนานิพพาน แต่ถ้าหากเราทุ่มเท กับการปฏิบัติธรรม หรือการฝึกตน แค่ ๑ ใน ๑๐ ของ เดอ โคโรส การปฏิบัติของเราก็คงจะเจริญก้าวหน้ามาก ที่เดียว ทั่วๆ ที่เขาไม่ได้มีนิพพานเป็นเป้าหมาย ไม่ได้มุ่ง เพื่อความพ้นทุกข์ แต่สิ่งที่เขาทำ ก็นับว่าเป็นความเสียสละ เป็นความยิ่งใหญ่ เป็นการกระทำที่ทรงคุณค่ามาก ในขณะที่ เดียวกันก็เป็นการลดละตัวตนด้วย ยิ่งทำเพื่อผู้อื่นมาก



เท่าไร ก็ยิ่งลดละตัวตน หรือลดความยึดมั่นในตัวตนได้
มากเท่านั้น ทั้งนี้เพราะประโยชน์ท่านกับประโยชน์ตน
ไม่ได้แยกจากกัน

ถ้าหากคนเราคิดถึงตัวเองน้อยลง หรือคิดถึงสิ่งอื่น
ที่ใหญ่กว่า ประเสริฐกว่าตนเอง การทู่แท้ เสียสละ และ
สร้างสิ่งที่มีประโยชน์หรือมีคุณค่าต่อโลก ก็ทำได้ไม่ยาก
แม้จะมีอุปสรรคมากมายเพียงใดก็ตาม ในทำนองเดียวกัน
ยิ่งเราทำเพื่อสิ่งที่มีคุณค่า สิ่งทีประเสริฐ หรือเกื้อกูลโลก
มากเท่าไร ตัวตนก็ยิ่งเบาบาง หรือลดละตัวตนได้มาก
เท่านั้น 🍀





วิถีสู่ความสุข อันประเสริฐ

พระไพศาล วิสาโล



Pdf file Book

www.visalo.org

Facebook : พระไพศาล วิสาโล

Facebook : Phra Paisal Visalo

Facebook : วัดป่าสุคะโต ธรรมชาติที่พักใจ



ชมรมกัลยาณธรรม

หนังสือดีลำดับที่ ๔๑๗

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : พฤษภาคม ๒๕๖๕ จำนวนพิมพ์ ๔,๐๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์โดย

ชมรมกัลยาณธรรม ๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ

อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐

โทรศัพท์ ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓ และ ๐-๒๗๐๒-๙๖๒๔

ภาพประกอบ เซมเบ้

ถอดเทป นงลักษณ์ ตรงศีลสัตย์ และทีมงานจิตอาสา กัลยาณธรรม

ออกแบบปก/รูปเล่ม คนข้างหลัง พิสูจน์อักษร ทีมงานกัลยาณธรรม

พิมพ์ที่ บริษัทสำนักพิมพ์สุภา จำกัด โทร. ๐-๒๔๓๕-๘๕๓๐

สัพพทานัง ธัมมทานัง ชินาติ การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง

www.kanlayanatam.com



kanlayanatam



Line official :
kanlayanatam2



มนุษย์เราทุกคน มีศักยภาพที่จะเข้าถึง
ความสุขอันประเสริฐ หรือพ้นจากความทุกข์ได้
พระพุทธองค์ทรงเป็นแบบอย่าง que แสดงถึงศักยภาพดังกล่าว
ใช้แต่เท่านั้น พระองค์ยังทรงบอก
หนทางสู่ความสุขอันประเสริฐนั้นให้แก่เราด้วย
เป็นหนทางที่บุคคลพึงน้อมนำมาเป็นวิถีชีวิต
โดยการเกี่ยวข้องกับสิ่งต่างๆ อย่างถูกต้อง
เพื่อหล่อเลี้ยงศักยภาพดังกล่าวให้เจริญงอกงาม
จนพาเราเข้าถึงความสงบเย็นภายในอย่างแท้จริง
แม้โลกภายนอกจะรุ่มร้อนยุ่งเหยิง
และปั่นป่วนเพียงใดก็ตาม

