

# รากแก้ว

ความงอกงามแห่งใจ

อมรา นิลลา



## อริยทรัพย์

ณ ชมรมพุทธธรรม โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

วันที่ ๘ กรกฎาคม ๒๕๓๐

ท่านอาจารย์ และ ท่านผู้สนใจ

อาจารย์คุณหมอสําหรับตั้งชื่อคำบรรยายวันนี้ว่า *อริยทรัพย์* จากคำแปลในพจนานุกรม *อริยทรัพย์* คือ ทรัพย์ซึ่งเป็นคุณธรรมประจำใจอันประเสริฐ ปกติเมื่อพูดถึงทรัพย์ เราจะหมายถึงวัตถุข้าวของเงินทองที่จับต้องได้ เมื่อทรัพย์กลายเป็นคุณธรรมประจำใจของเรา ทำอย่างไรเราจึงจะรู้ว่าอันไหนประเสริฐ เป็นอริยทรัพย์

ท่านจำแนกอริยทรัพย์ออกเป็น ๗ ประเภท คุณธรรมเหล่านี้ หากใครมีออกงามแล้ว จะเป็นหลักคุ้มกันภัยให้กับใจตัวเอง ปรารถนาจะไปเกิดในภพภูมิเทวดาหรือพรหม ก็ได้สมปรารถนา แต่ที่ดียิ่งไปกว่านั้น พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า ถ้าผู้ใดทำอริยทรัพย์ทั้ง ๗ ประการนี้ ให้บริบูรณ์แล้ว ความบริบูรณ์นี้จะเป็นกำลังให้ไปถึงสภาวะโสดาบัน

คือเข้าสู่กระแสความเป็นอริยบุคคล

สิ่งที่ท่านจำแนกว่าเป็นอริยทรัพย์ ๗ ประการ ได้แก่ ศรัทธา ศีล หิริ โอตตปัปะ พหุสัจจะ จาคะ และ ปัญญา คุณธรรมเหล่านี้เป็นสิ่งประเสริฐหล่อเลี้ยงใจของเราให้มีความรอดปลอดภัย มีกำลังคุ้มกันตัว

เรามาศึกษาถึงคุณธรรมตัวแรกคือ ศรัทธา ว่า ศรัทธาแค่ไหนอย่างไร จึงจัดเป็นอริยทรัพย์ เพราะศรัทธาก็แปลว่าความเชื่อ การที่เรามีความเชื่อในสิ่งทั่วไป ไม่ได้หมายความว่า ความเชื่อเหล่านั้น จะหยั่งรกรากฝังโคน จนงอกงามเป็นหนึ่งในอริยทรัพย์ได้

ศรัทธาที่มีกำลังเพียงพอจะส่งเรา ให้มีคุณธรรม คุ้มครองตัวได้นั้น จะต้องเป็นศรัทธา ที่พาให้เราเชื่อ ในปัญญาการตรัสรู้ของพระพุทธองค์ เชื่อโดยไม่คลางแคลงสงสัยว่า เจ้าชายสิทธัตถะก็เป็นคนเหมือนเรา ท่านเพียรพยายาม อบรมบ่มแก้ไขของท่าน ให้หมดสิ้นจากกิเลส ท่านจึงตรัสรู้

### เป็นสัมมาสัมพุทธ

เราศรัทธาในพระปัญญานี้ เมื่อย้อนนึกไป ความเชื่อนี้ คือรากแก้วของความเชื่อที่หล่อเลี้ยงใจให้มีพลัง ผลักดันเราให้ประพฤติปฏิบัติ จนกระทั่งเราสามารถทำให้ใจของเราเอง กลับคืนสู่ความเป็นพุทธะได้

ถ้าเราศึกษาเรื่องพุทธศาสนา จะเห็นความแตกต่างจากศาสนาอื่นๆ ตรงที่เจ้าชายสิทธัตถะเป็นมนุษย์ธรรมดาอย่างเรา ไม่มีอะไรเลย ที่ท่านเป็นแล้ว เราไม่ได้เป็น ไม่มีอะไรเลย ที่เจ้าชายสิทธัตถะเป็นจะเป็นสิ่งแปลกพิเศษ ที่เราทั้งหลายในสมัยปัจจุบัน ไม่สามารถจะเป็นได้

อันนี้คือศักยภาพ ที่ทำให้ศรัทธาในปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธองค์ หยั่งรากแก้ว ฝังลึกแน่นลงไป จนกลายเป็นความเชื่อในปัญญาของตัวเอง ว่าเราแต่ละคน แต่ละคน สิ่งมีชีวิตที่มีรูปร่างเป็นมนุษย์นั้น มีพุทธะอยู่ในใจ แต่เป็นพุทธะที่เรายังไม่ได้ทำให้สะอาดบริสุทธิ์ เราจึงพร้อมแล้ว ที่จะทำ

ตามอย่างท่าน คือพากเพียรขัดเกลาสิ่งที่มีอยู่แล้ว  
ให้สะอาดปราศจากกิเลส

ถ้าเมื่อไร ศรัทธาในปัญญาตรัสรู้ของพระ  
พุทธองค์หยั่งฝังรากแก้วลงไป จนถึงขั้นอริยทรัพย์ได้  
แรงอันนี้ ศรัทธาอันนี้ จะเป็นแรงขับเคลื่อน ให้ตัว  
เราประพฤติปฏิบัติจริงจัง เสมอต้นเสมอปลาย

พุทธศาสนาไม่ได้อยู่แต่ในคัมภีร์ ในพระ  
ไตรปิฎก หรือเป็นเพียงปรัชญา ที่จะเอามาถกเถียง  
กัน การทำเช่นนั้นย่อมไม่เกิดผล พระพุทธองค์  
ทรงประทานพุทธธรรมไว้ให้เรา สำหรับเป็นเครื่อง  
ประดับประดาใจ ให้เพียรแผ้วถางทางไปสู่ความ  
พ้นทุกข์

ถ้าเราต้องการทำศรัทธาของเราให้เป็นอริย  
ทรัพย์ เราต้องขัดเกลากิเลส ทบทวนซ้ำแล้วซ้ำอีก  
กับใจของเรา จนเกิดเป็นพลังให้ใจเชื่อมั่น แก้ว  
กล้าที่จะพากเพียร ไม่ละไม่ถอย เพราะเชื่อในอัมมะ  
เชื่อในการตรัสรู้ขึ้นมาเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า  
ของเจ้าชายสิทธัตถะ

นอกจากจะเป็นตัวอย่างให้เราประทับใจ  
ถือเป็นแบบฉบับ และเป็นปูชนียบุคคลแล้ว ยัง  
เป็นพลัง ให้เรามั่นใจแน่นแฟ้นอีกว่า สิ่งนี้ไม่ใช่เป็น  
ความบังเอิญ ไม่ใช่เป็นสิ่งที่เป็นกับเฉพาะบุคคล  
แต่เป็นสาธารณะ เป็นสัจธรรม ที่ใครก็ตามที่เป็น  
คนจริง ลงมือทำจริง แล้วชวนชวายเป็น  
ประกอบเหตุ อย่างที่เจ้าชายสิทธัตถะได้ทรง  
ประกอบมาแล้ว ผู้นั้นก็จะไปถึงที่ที่ท่านไปได้ เป็น  
สิ่งสาธารณะ

ธรรมเป็นสิ่งที่ไม่จำกัดบุคคล หรือกาลสมัย  
ผู้ใดพากเพียรปฏิบัติ ย่อมสามารถรู้เห็นเป็นขึ้นได้  
ในใจ คือเป็นปัจเจกัตถ์ ถ้ารู้เห็นเป็นขึ้นในใจผู้ใด ผู้  
นั้นก็รู้ชัดเฉพาะตัวของตัว จะใช้เป็นเครื่อง  
ประกันความมั่นใจว่า บัดนี้ เราเป็นชาวพุทธที่แท้  
แล้ว มีศรัทธาอย่างแน่นแฟ้นเป็นหัวทอก บุกเบิก  
ไปบนมรรค

ต่อไปก็ ศีล ศีลอย่างไรที่จะให้หนักแน่น  
เป็นอริยทรัพย์ได้ แรกๆเราก็มีเพียงสมาทานศีล

กล่าวคือ เมื่อมีพระมาให้ศีล เราก็สมาทานศีลมา รักษาไว้ เพียงชั่ววันนี้ ที่เราจะงดเว้น รักษากาย รักษาวาจาของเรา ให้บริสุทธิ์ ให้ครบศีล ตามที่ พระท่านให้

ถ้าอย่างนี้ยังไม่เป็นอริยทรัพย์ เพราะศีล ของเรายังขึ้นอยู่กับกาลเทศะ ขึ้นอยู่กับวันเวลา เหมือนประเดี๋ยวเราก็ใส่เสื้อ ประเดี๋ยวก็ไม่ใส่เสื้อ ยังไม่เรียบร้อยจริง เมื่อเราปฏิบัติไป ปฏิบัติไป ใจ ของเราเริ่มเห็นเหตุผลชัดเจนว่า จริงๆแล้ว ศีลไม่ใช่สิ่งที่เราจะไปคอยรับเอาจากพระ มาเป็นมือเป็น คราวเท่านั้น หากเป็นสิ่งที่เหมือนกับเสื้อผ้า

กายของเราไม่ได้ใส่เสื้อผ้าเพียงเพราะเรา หนาว แต่ใส่เพราะเป็นความเรียบร้อย เป็นสิ่งที่ สังคมยอมรับนับถือว่า คนปกติจะไปไหนมาไหน ต้องแต่งตัวให้เหมาะสม การสวมใส่เสื้อผ้าสำหรับ กายของเราเป็นทำนองนี้

ใจของเราก็เหมือนกัน ถ้าบางวันเราก็มีศีล บางวันก็ป่าเถื่อน ชนซ้ายป่ายขวาตะไปหมด ใจ

อย่างนั้นก็แย่ อยู่กันในสังคม ผู้คนก็ไม่รู้ว่า เจอ  
เราแล้วจะต้องตัวสั่น กลั่นใจ หรือหายใจได้โล่ง  
สบายๆ เพราะกำหนดไม่ถูกว่าเราจะเอาอย่างไรกัน

ถ้าเราพยายามให้ใจมีศีลเป็นกรอบ รักษา  
เอาไว้ให้เป็นปกติ ให้เรียบร้อย เหมือนกับกายที่มี  
เสื้อผ้าประดับตลอดเวลา เป็นนิจศีล ใครเห็นใคร  
ไม่เห็น ไม่สำคัญ เรารู้ ถ้ารู้เมื่อไหร่ แปลว่าเราจะ  
ระวังรักษาเรา ไม่ให้ละเมิดศีล

การจะไม่ละเมิดศีล มีหลักอย่างไร?

หลายคนประท้วงว่า ศีลเป็นเรื่องยุ่งยาก  
ลำบากจะเอาแคไหนดี เอาแค่ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐  
หรือศีล ๒๒๗ พระพุทธองค์ทรงประทานหลักเอา  
ไว้แบบนี้ สมัยพุทธกาล มีพระภิกษุหนุ่มองค์หนึ่ง  
บวชอยู่ได้ไม่นานเกิดร้อนรุ่มกลุ้มใจ วันหนึ่งจึงหนี  
จะออกประตูดัดไป หมู่เพื่อนสงสัยว่าเป็นอะไร ก็  
ยื้อยุดตัวไว้ซักถาม ว่าท่านจะวิ่งไปไหน

พระหนุ่มนี้ก็ตอบว่า ท่านอึดอึดใจไปหมด  
เพราะศีล ๒๒๗ ข้อของพระพุทธองค์ เหมือน



อย่างกับที่คุมขัง แล้วตัวท่านเองเป็นนักโทษ ไม่ว่าจะหยิบจับทำอะไร หวาดเสียวไปหมด กลัวว่าจะผิดศีล

หมู่พวกก็พาไปเฝ้าพระพุทธเจ้า ไปถึงก็เล่าถวายว่ามีปัญหาอย่างนี้.. อย่างนี้

พระพุทธองค์ทรงแนะว่า ไม่ต้องวิตกกังวลไปหรอก เพราะจริงๆ แล้ว ศีลก็คือสิ่งที่จะช่วยรักษาใจของเราให้เป็นปกติ อะไรก็ตามถ้าเราทำลงไปแล้ว ใจเราสบายเป็นปกติ ไม่สะดุ้งกลัว ไม่รู้สึกที่เราไปล่วงล้ำสิทธิคนอื่น แล้วเกิดสำนึกผิด ไม่สบายกายไม่สบายใจขึ้นมา ก็แปลว่าศีลของเราบริบูรณ์ ไม่ต่างไม่พร้อย เพราะศีลคือความเป็นปกติของใจ

ที่เราสั่งสอนกันว่า ศีล ๕ ห้ามทำอย่างนี้ อย่างนั้น อย่างโน้น นั้นเป็นแต่เพียงหัวข้อ เนื้อแท้ของศีลนั้นคือตัวเจตนา คือการที่ใจของเราไม่ไปล่วงละเมิดสิ่งอื่น ผู้อื่น อะไรที่เราไม่ชอบ เราไม่ทำกับคนอื่น เราไม่ไปทำร้ายคนอื่น เราไม่รู้มากเอา

เปรียบ เราทำแต่สิ่งที่ตัวเราเองปรารถนาให้ผู้อื่น  
ทำกับเรา นั่นคือ หัวใจของศีล

เมื่อไหร่ที่เรารักษาใจของเราเอาไว้ให้เป็น  
ปกติ ไม่ว่าจะสิ่งใดที่ได้กระทำลงไป หากมีคนมา  
ทักท้วง หรือวิพากษ์วิจารณ์ เราก็ไม่เกิดความ  
สะดุ้งสะอาย หรือรู้สึกว่าจะต้องเปลี่ยนไปทำ  
อย่างโน้นอย่างนี้ ถ้าใจของเราปลอดโปร่งเป็นอิสระ  
แปลว่า ใจมีนิมิตใจแล้ว

ที่เรามีข้อบัญญัติไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่  
ประพฤตินิดในคู่ครองของคนอื่น ไม่พูดปด ไม่เสพ  
เครื่องดองของเมา อันนี้เป็นแต่หลักปฏิบัติ ทำนอง  
เดียวกับที่กฎหมายแบ่งออกเป็นกฎหมายส่วนบุคคล  
กฎหมายแพ่ง กฎหมายอาญา อะไรอย่างนี้ เพื่อ  
เป็นหลักเกณฑ์ เท่านั้นเอง

จริงๆแล้ว ความสำคัญไม่ได้อยู่ตรงหลัก  
เกณฑ์เหล่านั้น หากอยู่ที่ใจซึ่งเชื่อมั่นว่า ใครเห็น  
ใครไม่เห็น ไม่สำคัญ เราเองเราเห็นเรารู้อยู่ตลอด  
เวลา เราซื่อสัตย์ต่อตัวเอง ใจจึงเป็นปกติ อยู่เสมอ

ต้นเสมอปลายไม่วบขึ้นวาบลงให้เป็นความผิดปกติ เพราะเมื่อผิดปกติแล้วจะภาวนาเพื่อดูใจตัวเองไม่ได้

ศีลที่จัดเป็นอริยทรัพย์ เมื่อใครรักษาแล้ว อริยบุคคลก็ชื่นชม เป็นฐานให้บังเกิดเป็นสมาธิ ของจิตใจ ศีลจะทำให้ใจของเราเป็นปกติอยู่ ไม่ว่าจะขณะกำลังรักษา ได้รักษาเสร็จสิ้นไปแล้ว หรือนึกไปถึงในกาลข้างหน้า ก็ทำให้ใจสงบเป็นปกติได้

ใจที่สงบเป็นปกติจะเป็นฐานที่เกิดของสมาธิ จดจ่อแน่วหนึ่งเป็นอารมณ์เดียว มีความผาสุก สงบ อิ่มเต็ม ไม่ฟุ้งซ่านกระสับกระส่าย ลังเลสงสัย หวั่นระแวงวิตกไป นิรวรณจะไม่มี เมื่อไหร่ที่ศีลของเรามี คุณภาพอย่างนี้ ก็แปลว่า เรามีอริยทรัพย์ประการที่ ๒ เป็นสมบัติของใจ เมื่อเราได้ ๒ ข้อแล้ว ใจจะ ผ่องใสขึ้นมาเยอะมาก

คราวนี้ก็ถึง หิริ และ โอตตปปะ หิริ คือ ความละอายใจต่อการทำความชั่ว โอตตปปะ คือ ความสะดุ้งกลัวต่อความบาปความชั่ว โดยมากเรามักจะพูดรวมไปด้วยกันว่า ให้มี หิริโอตตปปะเป็น

เครื่องรักษาใจ ถ้าในหัวใจของสัตว์โลกทุกๆหัวใจ รักษาหิริโอตตปปะไว้เป็นสมบัติของตัวเองได้แล้ว โลกนี้จะร่มเย็นเป็นสุข เพราะหิริโอตตปปะเป็นโลก บาลธรรม เป็นธรรมที่คุ้มครองโลก

ถ้าคนไม่มีความสะดุ้งกลัว และละอายต่อ ความชั่วความผิด เห็นความชั่วความผิดที่ไหน เป็น เข้าเกลือกกลัวอย่างมีความสุข คิดดูว่า โลกนี้จะ เตือดร้อน และเลอะเทอะเปรอะเปื้อนสักแค่ไหน เพราะทุกคนเอาแต่ความชั่วไปใส่ในหัวใจคนอื่น ให้ทุกข์ปวดแสบปวดร้อนกันไปหมด จนกระทั่งใน ที่สุด โลกคงเป็นเหมือนไฟบรรลัยกัลป์

หิริโอตตปปะเป็นสิ่งที่เราฝึกให้มีได้ไม่ยาก ไม่เย็นนัก แต่ผลของมันมากมายเกินคาด

สมัยพุทธกาล วันหนึ่งพระพุทธเจ้าเล็งพระ ญาณดูเหล่าสาวกหนุ่ม ว่ากำลังภวานาทำความ เพียรรักษาจิตใจดีอยู่หรือเปล่า ก็พบว่า บรรดา สาวกหนุ่มเณรน้อยทั้งหลาย มัวแต่หมกมุ่นครุ่นคิด ถึงแต่กาม จิตใจที่ยังตัดโลกไม่ขาด ภวานายังไม่

ข้ามพันโลก ใจย่อมหวนนึกถึงแต่สิ่งที่เป็นเครื่อง  
ร้อยรัดใจ ให้ซึ้งติดอยู่ในกามภพ ท่านเลยให้พระ  
อาณนท์เรียกประชุมสงฆ์ถ้วน

เมื่อสงฆ์มาประชุมกันพร้อมแล้ว ท่านตรัส  
เล่าเรื่องของอาจารย์ทศปาโมกข์ท่านหนึ่ง ซึ่งเป็น  
ม่ายมีลูกสาวเพียงคนเดียว ห่วงใยลูกว่าจะตกแดง  
ให้กับใครดี ในที่สุดอาจารย์ก็เรียกประชุมลูกศิษย์  
ทั้งหลายว่า เราจะจัดพิธีแต่งงานให้ลูก ก็อยากจะ  
ให้พวกเจ้าทั้งหลาย ไปจัดหาเครื่องประดับมาให้  
เจ้าสาว ซ้อมแม่มีว่า ในการจัดหาสิ่งของ เพื่อมาให้  
เจ้าสาวนั้น ใครจะรู้เห็นไม่ได้ ต้องเป็นความลับ  
ถ้าผิดกติกาอันนี้ คือมีใครรู้เห็น ไม่เป็นความลับ  
เป็นอันใช้ไม่ได้

ลูกศิษย์ทั้งหลายศึกษาเข้าใจวิธีแล้วว่า  
แต่ละคนมีหน้าที่ไปจัดหาของอะไรมา ก็รับคำแล้ว  
ลากลับไปบ้านเรือนของตน เพื่อไปจัดหาสิ่งของมา  
ให้อาจารย์ ได้มาแล้ว อาจารย์ก็ทำบุญซีเอาไว้ จด  
รายชื่อศิษย์ พร้อมทั้งสิ่งของ ถึงลูกศิษย์คนสุดท้าย

ปรากฏไม่มีอะไรมาเลย อาจารย์ก็ถาม เจ้าไม่รักลูกเรา ไม่อยากให้ลูกเรามีของเครื่องประดับที่สวยงามหรือ

ลูกศิษย์ก็ตอบว่า กระผมไตร่ตรองดูแล้ว ความลับไม่มีในโลกนี้ ไม่มีที่ตรงไหนเลย ที่จะเป็นความลับได้ เพราะถึงจะไม่มีผู้ไม่มีคน แต่ก็มีความรู้เห็นอยู่ เป็นพยานว่า มันไม่ลับแล้ว

อาจารย์ก็ชื่นใจ เพราะความจริงอาจารย์ออกอุบาย ให้ลูกศิษย์ทั้งหลายไปทำอย่างนี้ เพื่อทดสอบลูกศิษย์ อาจารย์เลยอธิบายกับลูกศิษย์ว่า นี่นะ ที่เราให้ศิษย์ทั้งหลาย ไปจัดหาข้าวของมานี้ เพราะเราเองเชื่อว่า เมื่อเราลวงลับไปแล้ว ถ้าคนที่ลูกเราแต่งงานด้วย มีหิริโอตตปัปะ มีใจงาม อะไรเกิดขึ้น ถ้าเป็นความชั่วความผิดบาป เขาย่อมไม่ทำลูกของเราก็จะปลอดภัย

เราจึงคิดวิธีนี้ขึ้นมา เพื่อหยั่งใจศิษย์ และเราก็ดีใจ ที่ศิษย์คนนี้ได้พิสูจน์ให้เห็นว่า เป็นคนมีหิริโอตตปัปะ เพราะฉะนั้น เราขอยกลูกสาวเราให้

เจ้า ลูกศิษย์คนนั้นเลยโชคดี ได้ลูกสาวอาจารย์ไป  
เป็นคู่ครอง

พระพุทธรองค์ตรัสเล่ามาถึงตรงนี้ ภิกษุทั้งหลายก็เกิดความสะดุ้งละอายว่า พระพุทธรองค์ทรง  
เล็งรู้อใจของพวกตน ตั้งสติจดจ่ออยู่กับใจ ไม่ฟัง  
ชานชัตส่ายไปตามอารมณ์ พระพุทธรองค์ทรงย้ำว่า  
ถ้าคนเราไม่มีความสะดุ้งละอายต่อความชั่ว ไม่  
ระมัดระวังความคิดของตัวเอง ไม่คิดทำหน้าที่ให้  
สมบูรณ์แล้ว ใจที่ด้านต่อความคิดชั่วความคิดอกุศล  
ไม่รับผิดชอบกับภาระหน้าที่เหล่านี้ จะ  
ค่อยๆ หยาบออกมา เป็นวาจา เป็นการกระทำ ใน  
ที่สุดเราก็เป็นคนชั่วคนเสียไปโดยสิ้นเชิง

พระภิกษุเหล่านั้นฟังแล้ว ก็ตั้งอกตั้งใจจด  
จ่อสติรักษาใจไว้ ใจก็สงบสงัดเป็นสมาธิ รู้เห็นเป็น  
ธรรม จนสำเร็จเป็นพระอรหันต์ อันนี้ก็เป็นที่  
ตัวอย่างที่ย้ำให้เห็นว่า แม้พระพุทธรองค์ยังทรงยก  
ทิริโอดตูปะวะว่า เป็นคุณธรรมที่ทุกๆ คนควร  
ชวนชวนหาไว้ ไม่ใช่แต่พระสงฆ์หรือนักบวช ที่

รักษาใจให้มีหิริโอตตปปะ แม้กระทั่งอาจารย์ศึกษา  
ปาโมกข์ จะหาคู่ครองให้ลูกสาว ยังเห็นว่า  
คนๆ นั้นจะยากจนหรือมั่งมีไม่สำคัญ ขอให้มัจฉ  
ธรรมข้อนี้ประจำใจเป็นใช้ได้

แสดงว่าคุณธรรมข้อนี้มีคุณค่ามหาศาล สม  
กับที่ท่านว่าเป็นอริยทรัพย์ คือ ทรัพย์อันประเสริฐ  
เมื่อมีอยู่ในใจของเราแล้ว ย่อมรักษาเราให้ไม่ตก  
ต่ำไปเป็นอันขาด สิ่งที่เรายังไม่มียกก็จะงอกเงยขึ้นมา

เมื่อเห็นความสำคัญอย่างนี้ เราจะได้คอย  
เอาสติมองใจตัวเองเอาไว้ว่า ที่กำลังจะทำขณะนี้  
ถูกต้องเหมาะสมหรือเปล่า ถ้ารู้สึกตะขิดตะขวง  
รู้สึกไม่แน่ใจ มีความสะดุ้งกลัว มีความละอาย  
เดี่ยวใครเห็นใครรู้เข้า เขาจะตำหนิ ถ้ารู้สึกอย่างนี้  
อย่าฝืนทำ เพราะหิริโอตตปปะในใจของเรา เตือน  
เราแล้ว เราต้องเชื่อฟัง แล้วหยุด เมื่อหยุดได้ อีก  
หน่อยห้ามล้อของเราก็จะเข้มแข็ง พอหิริโอตตปปะ  
เตือนขึ้นมา ใจจะไม่กระตุกกระตัก หรือคิดจะโกง  
คิดจะเหลวไหล แล้วผลอทำตามไป ผลที่สุดใจของ



เราจะเป็นใจที่ เทียงธรรม ไม่คดโกง ไม่ไปทำอะไร  
ที่เรารู้ว่า เป็นบาปเป็นพิษภัย

อริยทรัพย์ตัวถัดไป คือ พหุสัจจะ หรือ สุตตะ  
พหุสัจจะ คือ เป็นคนมีความรู้รอบ รู้ลึกซึ่ง รู้กว้าง  
ขวาง สุตตะ คือ การได้รู้ การเล่าเรียนสดับฟัง  
ศึกษาหาความรู้ เมื่อได้รู้ได้ฟังได้ศึกษาเล่าเรียน  
มาก ก็เป็นพหูสูต

อะไรบ้างที่พระพุทธองค์ทรงจำแนกไว้ว่า  
สมควรที่เราจะชวนชวายเป็นฟังไปรู้เอาไว้ เพื่อจะได้  
เป็นกำลัง เป็นอริยทรัพย์ ท่านตรัสว่า ธรรมอะไร  
ก็ตามที่งามในเบื้องต้น งามในท่ามกลางและงาม  
ในที่สุด ถือเป็นหลักของการครองชีวิตที่ประเสริฐ  
ครองชีวิตพรหมจรรย์

ถ้ายังเป็นฆราวาสอยู่ ก็เป็นหลักช่วยให้เรา  
ประพฤติปฏิบัติชีวิตไปบนมรรค เป็นหนทางก้าว  
ไปสู่การรักษาพรหมจรรย์ในที่สุด หลักเหล่านี้คือ  
สิ่งที่เราชวนชวายเป็นแสวงหาฟังเพื่อน้อมมาสอนใจ

ครั้งแรก ฟังเอาไว้ ก็ยังเป็นสัญญาก่อน

ฟังไปๆ เราไม่ได้ฟังเฉยๆ ฟังแล้วก็ทำตัวเราให้เป็นเพื่อนที่ดี เอาไปพูดให้คนอื่นฟังต่อ เราก็คล่องปาก ถึงไม่พูดให้ใครฟัง เราก็ทบทวนความจำของเราให้เกิดความเจนใจ ไม่ต้องคอยนึกว่า เอ.. อันนี้ ทำอย่างไรถึงจะถูก

เมื่อมีเหตุการณ์อะไรมากระทบ สิ่งที่เรารู้มาแล้ว เคยพูดสอนคนอื่นบอกคนอื่น นึกทบทวนสอนตัวเองอยู่เรื่อยๆ จะกลับมาเป็นหลักสอนใจเราโดยอัตโนมัติ จนในที่สุดเราก็ประพฤติปฏิบัติอย่างนั้น สิ่งที่เราฟัง.. ฟังเอาไว้ ครั้งแรกก็เป็นสัญญา วันหนึ่งสัญญาเกิดความคล่องตัวจนกลายเป็นปัญญา เนื่องจากการฝึกฝน

เหมือนเวลาเราข้ามสะพานลอย พื้นเหล็กที่เป็นทางเดินเป็นเหล็กแผ่นที่มีรอยเป็นตาราง เพื่อช่วยให้คนเดินไม่ลื่น ครั้นคนเดินผ่านไปเป็นร้อยเป็นพัน เป็นหมื่น เป็นแสนคนเข้า ตารางก็สึกไปจนพื้นแผ่นเหล็กบวม ทำท่าว่าจะทะลุลงไป

ความจำของคนเราก็เหมือนกัน เมื่อเรา

จดจำ แล้วเอามาฝึกฝนประพาดิปฏิบัติอยู่เรื่อยๆ จนกระทั่งเกิดความชำนาญ วันหนึ่งเกิดความเข้าใจทะลุปรุโปร่ง กลายเป็นปัญญาของเรา เหมือนอย่างเราท่องเลขในใจสมัยเด็กๆ หรือเรียนคณิตศาสตร์ เมื่อเรียนทฤษฎีแล้ว ครูก็ให้แบบฝึกหัดมาทำ ครั้งแรกเราก็ต้องเปิดทฤษฎีดูเทียบว่า จะต้องเขียนอย่างไร ต่อไปไม่ต้องแล้ว เห็นโจทย์ข้อไหนๆ ก็สามารถทำได้ เพราะเป็นปัญญาของเราแล้ว

เราเข้าใจทฤษฎีนี้ทะลุปรุโปร่ง จนเจใจพอเห็นโจทย์ ไม่ว่าจะพลิกแพลงเป็นอย่างไร เราก็ทำได้ สูตรที่จะเป็นกำลังให้เราเกิดความเป็นพหุสุดเป็นพหุสัจจะ ก็ทำนองนี้ คือเมื่อได้ฟัง เรารู้ว่า อันนี้เป็นหลักที่ตั้งาม เหมาะที่จะเอามาดำเนินชีวิตของเรา เราก็ทำอยู่เสมอๆ ให้คล่องจนกลายเป็นปัญญาไป

เมื่อทำอย่างนี้แล้ว สิ่งที่ได้รู้ได้ฟังมาก็จะเป็นอริยทรัพย์ของเรา เมื่อฟังเอาไว้ครั้งแรก ได้ยิน

ได้ฟัง.. สุตะ แล้วน้อมมาฝึกตัวเองให้เกิดโยนิโส  
มนสิการ คือ เกิดเป็นปัญญา เป็นแยกคายอุบาย  
ให้เรารู้เราเข้าใจ

ด้วยอวิชาเราจึงยังไม่ฉลาดรอบรู้ จริงอยู่  
ธาตุเดิมของใจเรานี้คือพุทธะ แต่เราประมาทขาด  
สติปล่อยให้เศร้าหมองไปด้วยกิเลส ด้วยความยึด  
ผิดเห็นผิด จนกระทั่งหมดกำลังรู้ เราจึงต้องไป  
แสวงหาจากผู้ที่เป็นสัตบุรุษ หรือครูบาอาจารย์  
หรือหาอ่านจากหนังสือ ให้ได้หลักเกณฑ์พื้น  
ความจำขึ้นมา

เมื่อฟื้นความจำขึ้นมาอย่างนี้แล้ว ก็ยึดเอา  
ไว้เป็นแบบฉบับ

ครั้งแรกก็มีคนข้างนอก ที่เรียกว่า กัลยาณ  
มิตร ก่อน เป็นผู้ชี้แนะแนวทางให้ ต่อมาๆเราก็  
ใช้หลักที่ไปได้จากข้างนอก มาเป็นวิธีฝึกเรา ถ้าเรา  
ไปตกอยู่ในที่คับขัน ไม่สามารถไปปรึกษาหาหรือใคร  
หรือไปหาดำรับตำราได้ ทำอย่างไรเราจะแก้ปัญหา  
เฉพาะหน้าได้

เราก็ทบทวนระลึกถึงหลักที่เคยรู้มา แล้วใช้  
ปัญญาของเราบ้าง สัญญาของเราบ้าง อะไรที่เคย  
รู้เคยจำมา คิดขึ้นมาเป็นสังขารจิตสอนใจ ต่อไปๆ  
วิธีคิดของเรา ซึ่งแต่เดิมนั้นเป็นกิเลสเป็นส่วนใหญ่  
จะเริ่มเป็นกุศล เป็นธรรมขึ้นมา

พอปัญหาอะไรมากระทบใจ ใจที่ได้ฝึกดีแล้ว  
จะเกิดโยนิโสมนสิการ หรือ แยกกายอุบาย  
เสมือนกัลยาณมิตรในเป็นเกราะคุ้มกัน ไปที่ไหน  
เราก็ไม่ทุกข์ร้อนว่า นี่เราจะแก้ปัญหได้อย่างไร  
เราจะคุ้มครองตัวเองได้อย่างไร

เราจะเกิดความมั่นใจในตัวเอง มีตนเป็นที่  
พึ่งแห่งตน เพราะว่าบัดนี้เราแน่ใจแล้วว่า ไม่ว่าจะ  
ตกไปอยู่ที่ไหน หรือว่าปัญหาจะยากเย็นแค่ไหน  
เชียวใจแค่ไหน กำลังที่เราได้ฝึกปรือตัวเราเอาไว้  
กำลังจากการฟัง การร่ำเรียน จะสามารถทำให้เรา  
ตั้งสติ ตั้งสมาธิให้เกิดโยนิโสมนสิการขึ้นมาได้  
ช่วยให้ตัวเองแก้ไขเหตุการณ์เฉพาะหน้าไปแต่ละ  
ครั้งๆ ได้

เมื่อรู้อย่างนี้กำลังของสุตะ หรือพหูสูต หรือ  
พาทุสัจจะ จะเพิ่มความแกร่งขึ้นจนกระทั่งเป็นอริย  
ทรัพย์ ที่คุ้มครองเราให้ตลอดปลอดภัยได้

ต่อไปถึงตัวที่ ๖ คือ จาคะ หมายถึง การ  
เสียสละ หรือการมีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ทางโลก  
จาคะก็คือ กำลังที่เราสงเคราะห์ซึ่งกันและกัน  
เพราะใจคนเรา โดยไม่รู้ตัว และไม่มีเจตนา มักจะ  
นึกถึงกันด้วยแรงแรย

เป็นต้นว่า ลูกกลับบ้านผิดเวลา หรือคู่  
ครองเราถึงเวลาควรกลับแล้วไม่กลับ และไม่บอก  
อะไรไว้ก่อน พอโทรศัพท์ ..กริ่ง.. มา แทนที่จะนึก  
เออ..คงโทรศัพท์มาบอกว่า เขาไปเจอเพื่อนหรือมี  
เรื่องอะไรที่ทำให้ช้า กลับไปคิดว่า นี่.. น่ากลัวโรง  
พักโทรมา หรือดีกอุบัติเหตุของโรงพยาบาลโทรมา  
คือเราจะคิดไปในทางไม่ดีเข้าไว้ เพราะใจของคน  
เราถูกนิรณัน ถูกกิเลสครอบงำเอาไว้ ทำให้เป็น  
ทุกข์อยู่ตลอดเวลา

ทั้งๆที่ไม่มีสาเหตุ ตัวเองก็คิดให้เป็นทุกข์

ขึ้นมา ก่อทวนตัวเองไว้ แสดงว่าจาคะของเราอ่อน  
หย่อนมาก เราก็เริ่มฝึกหัดวิธีคิดเอาไว้ เวลาที่  
ความคิดอะไรแวบเข้ามา เอาสติจดจ้อง ถ้าจะคิด  
ให้เป็นเหตุของความทุกข์ คิดให้ใจเรามัวหมอง  
เพราะเป็นนิเวศน์ เราหยุดมัน เปลี่ยนมัน

เอากำลังของสุตะที่ฝึก จนกระทั่งเกิด  
แยกกายอุบาย มาน้อมให้ใจคิดเป็นกุศลทุกครั้ง  
ให้คิดแล้วมีความเอื้อเพื่อแผ่ต่อคนอื่น คิดแล้ว  
ใจชุ่มเย็น ใจปีติอิ่มเอิบ ได้กำลัง เกิดเมตตา

การจะแผ่เมตตาให้คนอื่นนั้น พระพุทธองค์  
ทรงสอนให้เราเมตตาตนเองเสียก่อน

ทำไมท่านจึงให้เราเมตตาตนเองก่อน  
เพราะใจมีลักษณะเหมือนน้ำ เราจะพูดว่า คุณปั้น  
น้ำใจให้เขาสักหน่อย คุณมีน้ำใจกับเขาบ้างสิ จะ  
พูดกันว่า น้ำใจ.. น้ำใจ แต่ไม่เคยจุกคิดว่า เมื่อเป็น  
น้ำ และเป็น ใจ ที่เราจะหยาดไปให้เขาสิ แล้วใน  
คลังของเราเองมีเหลือเฟือแล้วหรือยัง หรือว่าแห้ง  
ผากเลย

พอไปตักขึ้นมาหน่อย ก็ได้แต่กรวดทราย เต็มไปหมด เมื่อเอาไปให้เขา แทนที่จะเป็นน้ำใสใจ เมตตาให้ชุ่มชื้น เขาก็เลยถลอกปอกเปิกไปหมด ด้วยกรวดด้วยทรายจากใจของเรา

เมื่อทำภาวนาดีฉันจะแผ่เมตตา ครั้งหนึ่ง ท่านอาจารย์สิงห์ทองว่าดีฉัน เมตตาของศิษย์นี้มัน ไม่ใช่พองน้ำนะ มันสก๊อตไบรท์ คือ สามารถซุก ซอกไปตรงไหนก็ได้ แต่เมื่อซุกลงไปแล้ว มันไม่ เหมือนพองน้ำ เพราะพองน้ำไม่ไปช่วงผิวใครถลอก แต่เมตตาของดีฉัน ท่านอาจารย์ว่าเป็นสก๊อตไบรท์ ช่วงเขาเสียดคกยางออก

ดีฉันก็มานั่งนึก ทำไมท่านอาจารย์ว่าอย่างนี้ เราก็แผ่เมตตานะ แต่จริงๆไม่ใช่หรอก ดีฉันแผ่ เมตตาว่าอย่างนี้ ใครทำกรรมอย่างไรไว้ ย่อมได้ รับกรรมอย่างนั้น เราเข้าใจว่า เราเชื่อในหลัก ธรรมของพระพุทธเจ้า เตือนตัวเองให้เชื่อกฎแห่ง กรรม แต่ไม่ใช่ มันแค่นใจ ใครทำกรรมอย่างไรไว้ ก็รับกรรมอย่างนั้นไป อีกไม่นานเกินรอ เราคงเห็น



ว่า กฎแห่งกรรมของพระพุทธองค์จริงแท้แน่นอน  
แข่งเขาเข้าไปแล้ว

ท่านอาจารย์เลยว่ สก๊อตไบรท์ แต่ตอน  
นั้นไม่เห็นจริง ๆ จนกระทั่งวันหนึ่ง มีเหตุการณ์ให้  
คนที่ทำให้ดิฉันขัดข้องหมองใจเกิดทุกข์โศก วิ่งมา  
หาท่านอาจารย์ วัดมีตั้งเยอะแยะไม่ไป จะต้อง  
มาวัดนี้ มากกราบท่านอาจารย์ เพื่อเล่าถึงความ  
ทุกข์ให้ฟัง

ดิฉันจึงได้เห็นใจตัวเองว่า อ้อ..เมตตาของ  
ดิฉันเป็นสก๊อตไบรท์อย่างนี้เอง เพราะว่าวูบแรกที่  
รู้เข้า ก็นึก..นั่นยังงัย ทำอย่างไรไว้ก็รับผลของตัว  
ไปสิ..แล้วก็ตกใจตัวเองว่า ตายแล้ว ไปแข่งเขา  
เลยถึงบางอ้อว่า เมตตาเราเป็นสก๊อตไบรท์อย่างนี้  
เอง ไม่ได้รู้ตัวเลย

ทุกๆขั้นตอนที่เราพูดกันมานี้ อย่าไปว่าเขา  
ว่าเรา หรือดูหมิ่นน้ำใจเรา มันเป็นอย่างนี้กันทุก  
ตัวสัตว์บุคคล เพราะว่าเราเป็นกิเลสมาแต่อ่อนแต่  
ออก ทุกอันที่เราคิดว่าเราปฏิบัติธรรม กิเลสก็

แทรกเป็นยาดำมาปฏิบัติกับเราด้วย แล้วมันก็ฉลาดกว่าเราทุกที จับเอาเราไปปฏิบัติกิเลสเสียก่อนทุกที

แต่เราก็อย่าไปท้อถอย เมื่อไรสติคมเห็นทัน เพราะมีครูบาอาจารย์สอนสั่งเอาไว้ ทุกรูทางไว้ให้เห็นให้รู้ เมื่อเห็นแล้ว เอาหิริโอตตัมปะมาเป็นกำลังว่า นี่เราชั่วนะ ให้สะดุ้งละอาย อย่าไปแก้ต่างให้กิเลส ไม่อย่างนั้นจะบอกว่า ก็เขาชั่วนี่นา เพราะฉะนั้นเราต้องดูแลให้เขาได้รับโทษ คนอื่นๆจะได้ปลอดภัย ไม่ต้องมาเจ็บช้ำน้ำใจอย่างเรา

ตกม้าตายหนหนึ่งแล้ว ยังไม่พอ ตกลงไปอีกหนหนึ่งอีก คือ เชื่อที่กิเลสเลี้ยมสอน คราวนี้เอาหิริโอตตัมปะมาเป็นรั้ว คุ้มกันเอาไว้ว่า นี่ใจละที่เรายังแผ่เมตตาไม่ถูกวิธี บัดนี้เรารู้แล้ว เราก็จะแก้ไขให้เป็นเมตตาที่นุ่มนวลอย่างของพระพุทธองค์

เราก็ค่อยๆ เรียนรู้จากข้อบกพร่องของเรา และจะค่อยๆ งามขึ้นโดยลำดับ จากที่เคยเป็นพาล

ชนก็มาเป็นปฤชน ต่อมาก็เป็นกัลยาณชน และในที่สุดเป็นอริยชน

นี่แหละคือพัฒนาการของจิตใจตนเอง เตี่ยว่า  
นี่เรามีอริยทรัพย์เป็นเสบียงแล้ว ไม่ใช่ทรัพย์ปลอม  
อย่างแต่ก่อน เราทำทรัพย์ของเราให้เป็นสมบัติ  
ของอริยบุคคล

ถ้าเราชวนขวยเกีบงำไปไม่ละไม่ถอย ใจ  
ของเราจะละเอียดนุ่มนวลขึ้นโดยลำดับ แล้วคืนสู่  
ความเป็นธรรม เป็นพุทธะ

จาคะ คือเหตุที่ทำให้ใจมีเมตตา เมตตา  
แล้วก็รู้ภัย ปกติคนเราชี้เหนี่ยวหนักทั้งนั้น  
ทั้งๆที่ชี้เหนี่ยวแล้วก็ใช้ว่าจะร่ำรวย ชี้เหนี่ยวแล้วใจ  
กลับขึ้นชี้สนิม เพราะเวลาที่เราไม่อภัยให้ใคร อย่า  
นึกว่าเรามีความสุข

ครั้งหนึ่งดิฉันเคยเชื่อว่า คนๆนี้ทำดิฉัน  
เหลือที่จะอภัยให้ได้ ถ้าอภัยแล้ว ต่อไปเขาก็จะไป  
ทำอย่างนี้ให้คนอื่นเดือดร้อน ก็นึกว่าที่รักษาความ  
เจ็บช้ำน้ำใจเอาไว้ ก็เพื่อเป็นประโยชน์กับโลก วัน

หนึ่ง เกิดได้คิดขึ้นมาว่า การที่เราไปนั่งจดจำความ  
ชั่วของเขาไว้ มันหนักโดยเปล่าประโยชน์

ใจเราสมมุติเป็นตะกร้า เอาก้อนหินมาใส่  
เอาไว้ ประเดี๋ยวหุตะกร้าก็ขาดเปล่าๆ แล้วถ้าเรา  
เกิดตายไป เราก็ต้องไปเจอกับเขาอีก เพราะเรายัง  
ไปผูกใจเอาไว้กับเขา มันก็เป็นแรงดูดให้เราไป  
เจอจะไปเจอกับเขาอีก ก็เลยตัดใจว่า เอาละ วันนี้  
อภัยให้หมด เพราะได้คิดแล้วว่า เราต้องเตรียมตัว  
ให้พร้อม จะตายเมื่อไหร่ต้องตายได้ นี้ออกจาก  
บ้านเข้านี้ อาจจะไปเจออุบัติเหตุ ก็น้อมใจอภัย  
อโหสิให้เขา

ใจที่เคยหนักกระด้าง หงุดหงิด เปลี่ยนเป็น  
เบาสบาย และเกิดความชุ่มฉ่ำ เหมือนคนที่หัว  
ของหนักจนมือล้า เชือกหูหิ้วบาดมือ เอาผ้ามารอง  
ไว้ก็ยังบาดทะลุผ้า จนมือชาเป็นเหน็บ แล้วของ  
ก็หลุดมือตกลงไป ทำให้รู้สึกเบาสบาย.. ทำไม  
ไม่รู้จักรวางลงไปเสียก่อนก็ไม่รู้

นี่ก็เหมือนกัน ใจที่ไปจดจำ ตรงโน้น ตรงนี้

ตรงนั้น เอาไว้ พอวางได้แล้ว กลับเบาบรมสุขอย่าง  
นี้เอง อานิสงส์ของจาคะคืออย่างนี้

อย่าไปห่วงว่า จาคะ.. เขาทำผ้าป่า บอก  
บุญโน่นบุญนี้ เอาไปให้เขาตรงโน้นตรงนี้ ช่วยทำ  
บุญเพื่อเขาจะประกาศ เราจึงไปทำ อย่างนั้น ยังไม่  
ใช้จาคะ จาคะจริง ๆ คือการที่เรามีน้ำใจเอื้อเพื่อ  
เผื่อแผ่ อภัย อโหสิ แล้วก็เมตตาต่อกัน เวลาจะคิด  
จะนึกอะไร ขอให้คิดนึกด้วยความเป็นกุศลต่อกัน

ฝึกใจเอาไว้ว่า เมื่อไรที่จะกระเพื่อม มีความ  
คิดปรุงเป็นสังขารจิตขึ้นมา ให้เป็นกุศลทุกครั้งไป  
แล้วเราจะปลอดภัย มิเช่นนั้นเราทำอกุศลมโน  
กรรมกันเป็นว่าเล่น ทำไปด้วยความไม่มีสติที่จะ  
ระลึก รู้ ท่านอาจารย์ท่านย่าแล้วย่าอีกว่า คนเราที่  
บ่นว่า หนี้สินไม่หมดสักทีนั้น ท่านบอก ของเก่า  
นี้มันไม่มาก ไม่มากมายหรอก สำคัญตรงของใหม่  
ที่ทำไปโดยไม่มีสติทุกวัน ตั้งแต่เดี๋ยวนี้ไปจนวัน  
ตายนี้แหละ ท่านว่ามันหนักมากกว่ามาก

ฟังแล้วใจก็ตื้อตึงไม่ยอมเชื่อท่าน ปากก็ว่า

เชื่อแต่บางทีในใจก็นึกสงสัย ครั้นท่านมรณภาพไป  
แล้ว สติของเราคมขึ้น สำนึกตัวว่าเราถูกกำพรว้า  
ถ้าไม่เร่งดูแลตัวเอง ท่านอาจารย์ท่านก็ทอดทิ้งเรา  
ไปแล้ว ไม่ชวนช่วยช่วยตัวเอง ก็ไม่มีใครมาอุ้มชูดู  
แลแล้ว

ความคิดเช่นนี้ทำให้คอยระวังซึ่งสติปกป้อง  
ตัวเองได้ดีขึ้น จนเห็นว่า อ้อ.. อย่างนี้เองนะ นี่เรา  
คิดซ้ำอีกแล้ว ทุกครั้งที่ใจกระเพื่อมคิดฟุ้งซ่านนั้น  
อกุศลทุกครั้งเลย เพิ่งเห็นจริงเห็นจัง อย่างท่าน  
อาจารย์ว่า ทำไมเราไม่คิดอย่างนี้เสียตั้งแต่ท่านว่า  
ก็ไม่ทราบ

เมื่อรู้อย่างนี้แล้ว เราจะได้คอยระมัดระวัง  
ตรงไหนที่สติยังไม่คมทันก็ช่างมัน ปล่อยไปก่อน  
ตรงไหนที่สติคมทันแล้วรักษาให้เป็นกุศลทุกครั้งไป  
การฝึกฝนให้ใจเป็นกุศลไว้เป็นของดี เหมือน  
อย่างวันก่อน ดิฉันไปเยี่ยมคนไข้คนหนึ่งกับเพื่อน  
คนไข้คนนี้ประสบอุบัติเหตุ ชีโมเตอร์ไซด์ไปชน  
กับรถยนต์เข้า เลยขาหัก ต้องผ่าตัดเข้าเฝือกไว้

อย่างที่ดิฉันเรียนให้ทราบ ใจคนเราจะนึก  
ในแง่อกุศลโดยไม่รู้ตัว ทั้งๆที่คนเจ็บเป็นฝ่ายผิด  
คือขับรถแล่นไปชนรถยนต์เข้าแต่คู่กรณีมีใจเมตตา  
เห็นว่าอีกฝ่ายหนึ่งไม่มีฐานะอะไร แล้วเป็นฝ่าย  
บาดเจ็บ ท่านเลยฝากฝังเพื่อนที่โรงพยาบาล  
เพราะมีเพื่อนเป็นอาจารย์แพทย์ให้ช่วยดูแล

ภรรยาก็คงจะลืมไปว่า จริงๆแล้วใครเป็น  
ฝ่ายผิดฝ่ายถูก เพราะเมื่อมีคนถามว่าเรื่องนี้ใครผิด  
เขาก็บอกเรื่องนี้ไม่มีคนผิด มีแต่คนถูกทั้งคู่ เราฟัง  
แล้วก็รู้สึกแปร่งหู

คุยไปคุยมาอีกสักหน่อย เขาก็เล่าว่า การที่  
สามีต้องเข้าเฝือก อยากรู้ก็คงพิจารณา เพราะ  
ครอบครัวสามีเป็นโรคกระดูกไม่ปกติ ถ้าเมื่อไหร่  
กระดูกบาดเจ็บหักแล้ว กระดูกจะไม่ติด คุณย่าหกล้ม  
ก็ปรากฏว่าเป็นอัมพาต เดินไม่ได้ อยู่ไปอีก ๑๐  
ปีถึงตาย พี่ชายมีอุบัติเหตุแล้วเลยพิการเดินไม่ได้  
เหมือนกัน

ภรรยาเลยสรุปว่า ถึงจะได้หมอนชั้นหนึ่งมาดู

แลรักษา สามีกีจะต้องพิการเดินไม่ได้ ทั้งๆที่สามี  
เพิ่งผ่าตัด พักฟื้นอยู่ในโรงพยาบาล คุณหมอกียังดู  
แลอยู่อย่างดี ดิฉันเห็นชื่นในใจว่า คนเรานี้เวลาไม่  
มีสติ มันคิดทำร้ายตัวเองอย่างนี้เอง

ใจนั้นเป็นพลัง อะไรก็ตามที่เราครุ่นคิดอยู่  
บ่อยๆ ย่อมสัมฤทธิ์ผล สังเกตดู เวลาที่เราอยาก  
ทำอะไรเมื่อเป็นเด็กเราอยากไปเที่ยวที่ไหนสักแห่ง  
ใจเราจะคิด.. คิด.. ติดอยู่กับที่แห่งนั้น แล้ว  
ชวนชวายหาทางจนเราไปได้

อย่างตัวเอง ขณะที่เรียนอยู่ ก็นึกหาทางจะ  
ไปเรียนต่อที่เมืองนอกให้ได้ เราก็ตั้งอกตั้งใจเรียน  
เพราะรู้ว่าถ้าผลเรียนดี ก็มีโอกาจะไปสอบชิงทุน  
หรือมีช่องทางมากขึ้นก็ชวนชวายหาทางไว้วันหนึ่ง  
เราก็เอาตัวเราไปถึงเมืองนอกจนได้

พระพุทธรเจ้าจึงตรัสว่า ใจเป็นใหญ่ ใจเป็น  
ประธาน ทุกอย่างสำเร็จได้ด้วยใจ

ดิฉันจึงดิงภรรยาท่านนั้นว่า คุณคะ คุณรู้  
หรือเปล่าว่าคุณกำลังทำอะไร คุณแข่งสามีคุณอยู่นะ



ถ้าสามีคุณพิการเดินไม่ได้จริงๆ มันไม่ใช่เพราะอุบัติเหตุนะ แต่เพราะพลังใจของคุณ ไปทำคลื่นก่อกวนเดือดร้อน จนกระดูกจะติด ก็ติดไม่ได้ แล้วสามีคุณเลยเป็นง่อยไปจริงๆ

คุณก็หลงผิดโทษว่า เพราะกรรมพันธุ์ เพราะปู่ย่าตาทวดไม่ดี ถึงเป็นเหตุให้สามีคุณเป็นอย่างนี้ แต่ความจริงเพราะใจของคุณต่างหาก

ประสบการณ์นี้ทำให้นึกถึงคำพูดของท่านอาจารย์ที่ว่า คนเรานั้นไม่ใช่เพราะไร้ทรัพย์ แต่เพราะอับปัญญา ถ้าไม่มีปัญญาเสียอย่างหนึ่ง ใจจะคิดแต่ของอกุศลของเลว เป็นเหตุให้ตัวเองมีสมบัติเท่าไรก็รักษาไม่อยู่ เพราะเวลาอับปัญญานั้นเราไม่มีสติ ใจที่ไม่มีสติท่านเรียกว่าใจร่ว เรามีกระป๋องร่วมีถ้วยแก้วร่ว เาของอะไรใส่ก็รักษาไว้ไม่ได้ ของย่อมร่วไหลไปหมด

ใจก็เหมือนกัน คุณงามความดีมีเท่าไร ถ้าใจร่วเสียแล้ว มันหายไปหมด อย่างว่าแต่วัตถุสิ่งของที่เป็นทรัพย์ทางโลกเลย

สมัยพุทธกาล มีลูกชายคนหนึ่ง ลูกสาวคนหนึ่ง จากสองตระกูลที่ร่ำรวยมหาศาล เมื่อแต่งงานกัน พ่อแม่ต่างกองทุนให้ฝ่ายละ ๔๐ โกฏิ ตกลงเจ้าบ่าวเจ้าสาวแต่งงานกันโดยได้กองทุนมา ๘๐ โกฏิ แต่ด้วยความอับปัญญา พวกเขาสนุกสนานเที่ยวเล่น มีแต่เพื่อนกินมาช่วยใช้ช่วยกิน จนกระทั่งทรัพย์สินสมบัติ ๘๐ โกฏิ หหมดเกลี้ยง ยังไม่ทันแก่ตายต้องมาถือกระบือขี้เยี่ยวขอทานเขากิน

วันหนึ่งพระพุทธเจ้าเสด็จไปบิณฑบาต สองผิวเมียถือกระบือขี้เยี่ยวขอทานผ่านมา ท่านทรงแยม พระโอษฐ์ พระอานนท์ทูลถามถึงสาเหตุ ท่านเลยตรัสเล่าให้ฟัง ถ้าใจเรารั่วเสียแล้ว ทรัพย์สินสมบัติมีเท่าไรก็รักษาไว้ไม่ได้

พระพุทธองค์ตรัส ต่อไปว่า ไม่ใช่สูญแต่โลกีย์ทรัพย์ แม้อริยทรัพย์ก็รักษาไม่ได้ จิตใจของสองคนผิวเมีย ถ้าได้ฝึกปฏิบัติตั้งแต่เด็ก จะเป็นพระอรหันต์ได้ แต่ความที่ปล่อยยถาเวลาให้กินชีวิตไปโดยเปล่าประโยชน์ จึงไม่เหลือ ทั้งโลกีย์

ทรัพย์และอริยทรัพย์ ซึ่งตรงกับที่ท่านอาจารย์สิงห์ทองว่า คนเราไม่ได้ไร้ทรัพย์ แต่อับปัญญา

ถ้าใครจะบ่นว่า เราไม่มีอะไร อย่าบ่นไปเป็นอันขาด ให้นึกว่าเรามีสติปัญญาคุ้มครองตัวอยู่หรือเปล่า

จากจาคะ ก็เป็นอริยทรัพย์ข้อที่ ๗ คือปัญญา ซึ่งก็ต่อเนื่องกันดังที่กล่าวมาแล้ว เพราะฉะนั้น การจะฝึกตัวเองให้มีอริยทรัพย์คุ้มครองตัวโปรดย่างถึงสติปัญญาเป็นอันขาด เพราะถ้าไม่มีสติเมื่อไร ใจกลายเป็นใจร้ายเมื่อนั้น

เมื่อเป็นใจร้ายแล้ว คุณงามความดีมีเท่าไร ก็ผลอ หายหกตกหล่นไปหมด หาเพิ่มเท่าไรก็ไม่เต็มยังเต็มฉวาง แล้วอีกหน่อยเราก็เหนื่อยเปล่า ใจท้อทว่าไม่ไหวแล้ว หนักไม่เอาเบาไม่สู้ เพราะคนอื่นทำแล้วเขามีผล เราก็ทำ แต่เราไม่ซุ่มแซมปิดที่ร้ายร้าย ทำไปเท่าไร ก็ร้ายหายไปหมด เลยไม่ได้ผลอะไรขึ้นมา

ปัญญาที่เราจะทำให้เป็นอริยทรัพย์ขึ้นมา ก็

คือปัญญาที่เห็นโลกตามเป็นจริง เริ่มต้นเป็นสัมมา  
ทริฏีก่อน เมื่อมีสัมมาทริฏีแล้ว การครองโลก ครอง  
ชีวิต ครองเรือนที่ทำกันอยู่ทุกวัน เราจะตั้งสติ  
พยายามรู้เท่าทันว่า อะไรเป็นผิดบาป เป็นหนี้สิน  
เราจะชดใช้เปลื้องหนี้ให้หมดไป ให้เป็นอภัยทาน  
เป็นอโหสิกรรมต่อกัน

เราอย่าเผลอก่อหนี้ใหม่ โดยไปมองของคน  
อื่น แล้วเกิดความไม่ชอบของๆตน อยากเปลี่ยน  
เป็นของคนโน้น ไม่ได้ เราเป็นผู้รับมรดกของการ  
กระทำของเราเอง อะไรที่มาบังเกิดขึ้นกับเรา ล้วน  
เป็นมรดกอันชอบธรรมของเรา

เราตั้งปัญญาให้เห็นชอบ อะไรที่บังเกิดกับ  
ชีวิตของเราเยี่ยมดีที่สุดสำหรับเรา ใจก็สงบ เมื่อใจ  
สงบยอมรับ สติปัญญาก็มารักษาใจให้เห็นลู่ทางที่  
จะแก้ปัญหานั้นไปได้ ไม่อย่างนั้นใจจะไปเถียง  
ไม่ยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้น เหมือนเครื่องยนต์ที่ขาดน้ำ  
มันหล่อลื่น เลยมีแต่แรงเสียดทาน แทนที่จะไปคิด  
แก้ปัญหาก็ไปคิดพริ้วๆเป็นอารมณ์ ไม่อยาก

เอา ไม่อยากทำ ไม่อยากเป็น

สิ่งที่ทำเลยผิดพลาด นอกจากแก้ปัญหามิได้ ยังมีปัญหาเพิ่มขึ้นมาอีก ถ้าเราตั้งตัวรับสิ่งกระทบ ด้วยปัญญาอย่างนี้ คือ ยอมรับด้วยเข้าใจตามเป็นจริงว่า สิ่งที่เกิดขึ้นกับเราเป็นมรดกของเราแล้ว เราก็กังใจไป ใจที่ยอมรับสภาพความเป็นจริงของตัวเอง จะเกิดกำลังขึ้นมา เมื่อแก้ปัญหาก็จิตใจก็ค่อยพัฒนาขึ้นเรื่อยๆ เพราะปัญหาคือหินลับสติปัญญา

เมื่อใจอยู่กับความจริงต่อเนื่องกัน ไตรลักษณ์ก็ปรากฏชัดแก่ใจขึ้นมา ไม่มีสิ่งใดเลยที่จะตั้งอยู่คงทนถาวร ทุกอย่างล้วนเกิดแล้วดับ เกิด..ดับ มีความสุข เต็มใจก็แปรไป มีความทุกข์ เต็มใจก็แปรไป ใจไม่ยึดมั่นถือมั่น อุปาทานก็คลายไป

จริงๆแล้ว ชีวิตนี้ไม่ใช่ความทุกข์ ถ้าชั้น ๕ คือ รูป กับ นาม ซึ่งจำแนกเป็นเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นชั้น บริสุทธิ ก็เป็นสภาวะธรรมอันหนึ่งเท่านั้นเอง ที่ทุกข์นั้น เพราะเราไปยึด เราเอา

อุปาทานไปยึดเป็น อุปาทานชั้นธ รุกีว่าเป็นของเรา  
ใจก็ว่าเป็นของเรา

เราไปบีบบังคับทุกอย่างจะให้เป็นไปดั่งใจเรา  
อะไรๆเลยวุ่นวายไปหมด หาที่ลงไม่ได้ ครั้นเกิด  
ปัญญา เห็นทุกอย่างเป็นไตรลักษณ์ เป็นไปตาม  
สามัญลักษณะของสมมุติ ใจเราก็เริ่มคลายจาก  
อุปาทานชั้นธ

ความทุกข์ที่บีบรัดใจให้รู้สึกหนักจนทนไม่ได้  
จะฆ่าตัวตาย จะไม่อยู่ ไม่ไหวแล้ว ก็ค่อยรู้สึกเบา  
สบายขึ้น เอ.. ไม่เห็นจะหนักหนาเท่าไรเลย เราก็  
สามารถดำรงชีวิตต่อไปด้วยความมีสติ ด้วยความ  
มีปัญญา

ถ้าไปวุ่นวายกับปัญหา ปัญหาก็ยิ่งมาผูกมัด  
รัดเรามากขึ้น แต่ถ้าเอาสติไปเพ่งดูปัญหา จะไม่มี  
ปัญหาไหนที่ยุ่งยากจนเราแก้ไขไม่ได้

ลองนึกถึงเวลาเราทำหลอดด้ายกลิ้งหล่น  
จากโต๊ะไป ถ้าเรารีบร้อนขยำเก็บหลอดด้ายและ  
กลุ่มด้ายที่คลี่หลุดจากหลอดขึ้นมาทีเดียว แทนที่

จะเก็บหลอดด้ายขึ้นมา แล้วค่อยๆ คลี่ด้ายที่หลุด  
พันกลับเข้าหลอดด้ายไปเรื่อยๆ ด้ายที่ขยุ้มขึ้นมา  
พร้อมกันจะพันกันยุ่ง และผูกติดกันเป็นปมๆ

เมื่อด้ายติดกันเป็นปม เราก็หงุดหงิด  
เพราะกำลังรีบ เราพยายามดึงให้ปมหลุด แต่ปม  
กลับแน่นเข้าๆ จนต้องกระตุกให้ขาดทิ้งไป เวลาที่  
ปัญหาเกิดขึ้นกับใจเรา ก็ทำนองเดียวกันกับกลุ่ม  
ด้ายที่ตกลงไปที่พื้น ถ้าเราตั้งสติปัญญาให้ดี ประ  
เดี๋ยวปัญหาก็มีทางแก้ไขได้

ถ้าใครเคยเลาะถุงแป้ง จะรู้ว่า ถ้าเราจับ  
ชายด้ายกระตุกให้ถูกทาง แล้วดึงปรี๊ดเดียว ด้าย  
หลุดตลอดถุงเลย แต่ถ้าเรารีบร้อนกระตุก แล้ว  
กระตุกผิดทาง ปรากฏว่า ด้ายผูกเป็นเงื่อนตาย ยิ่ง  
ดึงยิ่งติดกันเป็นปมแน่นเข้าๆ จนกระตุกไม่ออก เอา  
กรรไกรตัดปมจะให้หลุด เลยไปตัดถุงผ้าเข้าด้วย

เวลาปัญหาเกิดกับตัวเรา มันเป็นทำนองนี้  
ทั้งนั้น เวลาที่เราบอกว่าเรารีบ ขอให้ระลึกไว้ว่าเรา  
หลอกตัวเอง เรากำลังทำสถานการณ์ให้ทรุดโทรม

หนักขึ้น แต่ถ้าเราหยุด อาจจะไม่เสียเวลาไป ๑ นาที  
ตั้งสติ ให้ใจเห็นเที่ยงตรงเสียก่อน แล้วค่อยแก้  
ปัญหา เราจะประหยัดเวลาได้มากมายมหาศาล  
เพราะสิ่งที่ทำลงไป จะไม่ไปก่อหนึ่ก่อกินสันพันตัว  
คิดเวลาชดใช้เป็นกัปป์เลย

ตอนที่เข้าไปฝึกปฏิบัติที่วัดท่านอาจารย์  
สิงห์ทอง ท่านดูดิฉันว่า ศิษย์มีวแต่นั่งเผลอเผลออยู่  
อาจารย์เห็นถูกกิเลสมันกลืนเข้าไป จนหัวแม่ตีนที่  
เหลืออยู่ ก็กำลังจะหายเข้าไปในปากกิเลสหมด  
แล้วนะ

ดิฉันประท้วง ท่านอาจารย์พูดอะไรเจ้าคะ  
ดิฉันนั่งประจัญหน้าอยู่กับกิเลส และจ้องมันอยู่ไม่  
คลาดสายตาเหมือนกับว่าดิฉันนัดกับท่านอาจารย์  
เย็นนี้เราจะไปพบกันที่ห้องสนามหลวง ตอนนี้อยู่  
ไม่ทันเที่ยงวันเลย ดิฉันมาอยู่ที่บางลำภูแล้ว เดิน  
เล่นดูของเสียหน่อย จะเป็นอะไรไป

ท่านอาจารย์สำหรับ อะไรกัน อยู่บางลำภูที่  
ไหนกัน โหน.. อาจารย์เห็นอยู่ถึงเมืองตราด ตก



อ่าวไทยไปซาหนึ่งแล้วด้วยนะ

ดิฉันก็งง ท่านอาจารย์พูดเรื่องอะไรกันนี้  
ไม่เห็นรู้เรื่องเลย จนท่านอาจารย์มรณภาพแล้วถึง  
ได้เข้าใจ

ใช่ ระยะทางที่ดิฉันคิดว่าจะต้องใช้ในการ  
ปฏิบัติ จากบางลำภูไปห้องสนามหลวงจริง แต่  
ท่านอาจารย์ท่านคิดอย่างผู้ชำนาญ ท่านได้ผ่านมา  
แล้ว รู้ว่า จากบางลำภูถึงสนามหลวงนั้น ต้องเดิน  
กลับไปกลับมา เพราะลีสมนั้นลีสมนี่ บางทีเผลอสติ  
เดินกววนก็มี คือปฏิบัติไปก็มีเจริญแล้วเสื่อม กลับ  
ไปกลับมาไม่รู้กี่ครั้ง

ท่านก็คลี่ไม้วัดของท่าน วัดรวมเบ็ดเสร็จ  
จากกรุงเทพฯไปถึงเมืองตราด บอกให้ลูกศิษย์เฝ้า  
ตัวเอาไว้ ก็ยังไม่เฉลียวใจ ไปเถียงท่านอีก พุทโธ!  
ท่านอาจารย์ เราก็รำเรียนมา มีวิชาความรู้ ทำเลข  
ในใจออกนี่นา ระยะทางแค่นี้มันจะต้องเป็นเท่าไร

ท่านอาจารย์มรณภาพแล้ว ดิฉันกราบ  
หมอนแล้วกราบหมอนอีก ท่านอาจารย์เจ้าคะ มัน

ไม่ใช่เตลิดไปแค่เมืองตราด โน่น.. ไหลไปถึงมหาสมุทรแอตแลนติกเลย เพราะสติพาให้เห็นแล้วว่าหนทางที่เราเผลอสติวกเวียนกลับไปกลับมา นั้น ยึดออกไปอีกไม่รู้เท่าไร

มันเป็นอย่างนี้ เวลาที่เราไม่มีปัญญาเป็นอริยทรัพย์ นอกจากง้อเชื่อแล้วยังอวดดี ผู้รู้บอกให้ก็ยังไม่เชื่อ อย่างท่านอาจารย์บอกให้ระวัง อย่าเดินไปเตะกระโถน คนตาบอดเตะจนกระโถนหก กระเด็นไปแล้ว หันมาเถียงท่านอาจารย์ กระโถนกระเด็นอะไรที่ไหนกัน

ฟังแล้วซึ่งถึงชั่วหัวใจเลย เราไม่เห็น แต่ผู้รู้ท่านเห็น เหมือนอย่างกับครูบาอาจารย์ท่านมองเห็นกายละเอียด เห็นสรรพสิ่งต่างๆ ท่านก็เตือนเราให้เชื่อเอาไว้ละ บาปบุญคุณโทษมีจริง ตอนนี้เรามองไม่เห็น ก็หลงประมาทว่าไม่เป็นไร แต่เวลาที่วิบากตามมาทวงหนี้ เราจะไม่เหลือเรี่ยวแรงไว้ช่วยตัวเอง

ถึงตอนที่เราสะบักสะบอมพะงาบๆ ลมหายใจ

ใจจนจะสุดท้าย ใจสามารถสัมผัสสภพภูมิของกาย  
ละเอียด เห็นไอนี้ เห็นไอนั้น เหมือนอย่างเราไป  
ว่าคนไข้ เพื่อ เขาไม่ได้เพื่อ แต่เพราะคตินิมิต  
กรรมนิมิตของเขา มาให้เขาเห็นจริงๆ แต่เราไม่  
เห็นกับเขา เราก้ให้กิเลสหลอกเราต่อไป

เออ.. เจ้านี้เพื่อจนไม่รู้เรื่องแล้ว อย่าไปสนใจ  
อย่าไปฟัง แทนที่จะฟังแล้วห้อมมาเตือนใจตัวเอง  
ว่า เรามีเวลา รีบเร่งชวนชวาย อย่าปล่อยให้กาล  
เวลากินชีวิตเราไปโดยเปล่าประโยชน์

นี่แหละ ถ้าเราหมั่นห้อมนึกสิ่งเหล่านี้ เข้า  
มาเป็นสมบัติของใจเรา แล้วฝึกปรือ ศรัทธา ศีล หิริ  
โอตตปปะ พาหุสัจจะ จาคะ ปัญญา ให้งอกงามลึก  
ซึ้ง มีคุณภาพ จนกระทั่งเป็นอริยทรัพย์ขึ้นมา อย่า  
ให้เป็นแค่โลกียทรัพย์

เมื่อร่างกายรูปนี้ แปรปรวนเปื่อยเน่าไปแล้ว  
สิ่งที่เป็นโลกียทรัพย์ ก็เปื่อยยุ่ยเสื่อมสลาย  
หลงลืมหมดไปด้วย เมื่อเกิดใหม่ ก็ต้องมาตั้งต้น  
กันใหม่ ใต้ขอบกระดิ่ง วนซ้ำแล้วซ้ำอีกอยู่อย่างนี้

## ไม่รู้จบ ไม่รู้สิ้น

เพียรทำให้ติดเป็นสมบัติของใจ เหมือนเราเอาสมบัติฝังไว้ในดิน เกิดใหม่ ชัยชนะแข็ง ทำสวนไป พรวนดินไป เลยไปซุดพบไหสมบัติเข้า ได้เอามาใช้สอยเลี้ยงตัวเอง ..เออ.. เราก็มียของเก่าเป็นมรดกเอาไว้เหมือนกัน

ท่านอธิบายว่า อะไรก็ตามที่ฝึกปรือเอาไว้ให้เป็นอริยทรัพย์แล้ว มันจะฝังติดอยู่ในจิตใจ ใครจะมาขโมยไปก็ไม่ได้ ถึงเราเองจะจำภพชาติเก่าของเราไม่ได้ แต่ใจส่วนที่เป็นจิตไร้สำนึกยังจำได้ เหมือนคอมพิวเตอร์ ที่มีข้อมูลใส่เอาไว้ มันไม่สูญหายไป

พอมีอะไรไปกระทบเข้า ก็เอามาใช้เป็นเสบียงเลี้ยงตัวได้ เปรียบเหมือนเราเรียน สะสมเครดิต ถึงเวลา เรารวบรวม อ้อ.. คะแนนรวมเรา พอแล้วสอบผ่านแล้วเราจะได้มีความมั่นใจมีกำลังใจ

ดิฉันหวังว่า ที่เราคุยกันมานี้ คงเป็นกำลังใจให้เราแต่ละคนเห็นว่า เวลานาทีที่เรามีชีวิตอยู่นี้

เราจะทำให้เป็นประโยชน์กับตนเองได้อย่างไรบ้าง  
ถ้าชวนชวายเป็นสหายหาอริยทรัพย์ไว้เป็นเสบียงกรัง  
เราจะได้มีตนเป็นที่พึ่งแห่งตน

ใครมีทรัพย์เหล่านี้เป็นสมบัติของใจแล้ว  
ปรารถนาสิ่งใดก็ได้ดังปรารถนา ถ้ายังไม่อยาก  
ปฏิบัติจนใจวิมุตติหลุดพ้น ยังไม่ต้องการตกกระแสน้ำ  
เป็นอริยบุคคล อยากเป็นเทพก่อนเพราะยังพอใจ  
เพลิดเพลินอยู่กับทิพยสมบัติ ก็ไปเป็นพรหม เป็น  
เทวดา สุดแต่ทวนรอนที่เรามีอยู่

เราจะไม่ตกต่ำลงไปสู่อบายภูมิ เพราะสิ่งที่  
เราชวนชวายเป็นสหายหาเก็บเป็นเสบียงเอาไว้ นั่น รวมเข้า  
กับสติที่ฝึกรักษาให้กำกับอยู่กับใจต่อเนื่องกันตลอด  
จะเป็นเหมือนห้ามล้อ ป้องกันเราไม่ให้พลาดพุ่งลง  
ไปสู่อบายภูมิได้

เราจะได้สบายใจ แล้วได้รู้ว่า ชีวิตของเราที่  
ว่าไม่มีที่พึ่ง จริงๆแล้วเรามีธรรมเป็นที่พึ่ง ให้เกิด  
ความแน่ใจมั่นใจ แล้ววางผังชีวิตของตนให้มั่นคง  
อยู่บนมรรค จนลุลจุดหมาย

## คุณค่าอันน่าอัศจรรย์

### แห่งพระพุทธศาสนา

ณ ห้องประชุม องค์การพุทธศาสนิกสัมพันธ์แห่งโลก

วันที่ ๒๕ สิงหาคม ๒๕๓๗

นมัสการพระคุณเจ้า ท่านเลขาธิการ ท่าน  
อาจารย์สุชีพ และท่านผู้มีเกียรติ

วันนี้เราจะพูดถึงถึงคุณค่าอันน่าอัศจรรย์  
แห่งพระพุทธศาสนา ในประเด็นที่ตัวเองได้ประสบ  
พบมา ไม่ใช่เอาความรู้จากตำราหรือจากที่อื่นใด  
มาเล่า เพราะท่านที่มาประชุมกันอยู่ ณ ที่นี้ คุณ  
เคยกับพระไตรปิฎกตำรับตำราดีกว่าดิฉันเยอะแยะ  
มากมาย

เริ่มต้นด้วยเรื่องของตัวเอง แต่เด็กแต่เล็กมา  
พ่อแม่ก็อบรมบ่มสอนให้รู้คุณของศีลของธรรม  
จนเชื่อว่าตัวเองเป็นชาวพุทธที่ดี เคารพเลื่อมใสใน  
คำสอนของพระพุทธเจ้าหมดหัวใจ ก็คิดว่าแค่นี้  
เราก็เป็นชาวพุทธที่เห็นคุณค่าของพระพุทธศาสนา  
เต็มเปี่ยมแล้ว

ที่นี้ก็คิดว่า คนเรา เมื่อเราเป็นคน เราก็ต้องมีศีล เพราะว่าศีลนั้นเป็นสมบัติของมนุษย์ เป็นมนุษยธรรม เมื่อโตขึ้น มาเรียนหนังสือ มาทำงาน นี่เริ่มมีความทุกข์ เพราะสงสัยว่า ทำไมบางคนจึงไม่มีศีล ไม่มีธรรม ให้เสมอเหมือนกัน เขาน่าจะรู้ได้เอง เป็นของธรรมดา..ธรรมดา แต่ทำไมเขาถึงผิดศีลได้หน้าตาเฉย ทั้งๆ ที่เขาก็มีความรู้ มีคนนับหน้าถือตา

ต่อมาก็ได้พบนิทานเรื่องหนึ่ง เปรียบเทียบพระพุทธเจ้าเอาไว้ว่า ท่านเหมือนเจ้าของสวนมะพร้าว พวกเราทั้งหลายคือนักเดินทางที่ไม่รู้จักวิธีกินมะพร้าว พอเดินทางผ่านมา พบป้ายประกาศเอาไว้ว่า ผลไม้จากสวนนี้ให้เป็นทาน ใครหิวกระหายก็เอาไปกิน เอาไปดื่มได้ตามปรารถนา

คนเดินทางคนแรก เอาลูกมะพร้าวมาพิศดู แล้วก็ไม่รู้จัก เข้าใจว่ากาบมะพร้าวคือเนื้อที่กินได้ ก็เอามัดเฉาะ..เฉาะ..เฉาะกาบมะพร้าวออกมาเรียงกันไว้ แล้วก็เริ่มต้นเคี้ยว..เคี้ยวไปพลางก็คิดว่า

อ้อม..ผลไม้คงต้องการน้ำลายเราไปคลุกเคล้า  
เสียก่อน แล้วเส้นใยเหล่านี้จึงจะเปลี่ยนเป็นน้ำตาล  
ก็เคี้ยวต่อไปด้วยความอดทน

เคี้ยวจนกระทั่งเจ็บฟัน เจ็บเหงือก ระบายไป  
หมด ก็ยังไม่ได้เรื่อง เกิดความหงุดหงิดแล้วเลย  
พาลเฟื่องโทษว่า เออ..นี่นะ..เจ้าของสวนคงไปถูก  
ใครหลอก ให้เอาผลไม้มาปลูก ปลูกแล้ว มีลูก  
แล้ว ไม่ได้ประโยชน์ ก็ไม่รู้จะเอาไปทิ้งที่ไหน เลย  
ออกอุบายให้พวกเราช่วยขนไปทิ้งให้

จิตใจที่ยังไม่ได้ฝึก ก็ไม่มีศีลมีธรรมอยู่ในใจ  
เกิดความระแวงผู้อื่น เมื่ออะไรไม่เป็นไปตั้งใจ การ  
ที่จะย้อนมามองตัวเอง แล้วค้นหาว่า หรือเรายังไม่  
เข้าใจสิ่งนี้ถ่องแท้ หันมาแก้ไขปรับปรุงที่เรา เราไม่  
ทำอย่างนั้น เราเฟื่องโทษผู้อื่น แล้วใจเราก็ได้ทุกข์  
หงุดหงิดที่ไม่ได้ตั้งใจ ไปยกตนข่มท่าน

ท่านเปรียบเทียบกับว่า คนเดินทางประเภทที่  
หนึ่งนี้ รู้แต่เปลือกของพุทธศาสนา รู้แต่ประเพณี  
ว่า ถึงวันพระ ไปใส่บาตรนะ ถึงวันสำคัญทางศาสนา



ไปทำบุญ เราก็ได้แต่รู้แค่นี้ เวลาที่มีความทุกข์เกิดขึ้น เราช่วยตัวเองไม่ได้ เราจึงมีความรู้สึกเหมือนถูกหลอกให้กินกาบมะพร้าว ไม่เห็นคุณค่า ความดีงามของศาสนา

คนเดินทางคนที่สอง เดินทางมาถึง ฉลาดขึ้นมานิดหนึ่ง กาบมะพร้าวนี้คือเปลือก ก็ปอกกาบมะพร้าวทิ้งไป แต่เข้าใจว่ามะพร้าวนี้แหละ กะลาคือเนื้อ ไม่รู้ว่าจะกินเนื้อได้ ต้องเอากะลาออกเสียก่อน

ก็เหมือนพวกเรา..เรา นี่แหละ ที่ไปคิดว่าเมื่อเราดี เรามีศีลธรรม เรามีสามัญสำนึก คนอื่นก็ต้องมีศีลธรรม มีจริยธรรมอย่างเรา เราก็เลยเป็นตำรวจโลก หนักเหนื่อยกายเหนื่อยใจแสนสาหัส ด้วยแบกหามโลกนี้ เรา รู้จักกระพี้ของศาสนา ยังไม่รู้จักที่จะรักษาใจของเรา เราจึงพกซ้ำดำเขี้ยว จากการแบกโลกนี้เอาไว้

ที่นี้ถึงคนเดินทางคนที่สาม นี่ก็เหมือนสองคนแรก แต่จิตใจของคนเดินทางที่สามนี้ อยู่กับความจริง ท่านเจ้าของสวนบอกแล้วว่า ใครหิว

กระหายก็เอาไปกิน เอาไปดื่มได้..ผลไม้ต้องมีทั้ง  
น้ำทั้งเนื้อ กินและดื่มดับหิวกระหายได้..เราเองเรา  
ไม่ฉลาดที่จะรู้วิธีกิน หยิบเอาผลไม้มาพินิจ  
พิเคราะห์ ระหว่างที่จับพลิกดู ก็ได้ยินเสียงน้ำ  
กระฉอกข้างใน

เมื่อได้ยินเสียงน้ำกระฉอกข้างใน ก็แน่ใจว่า  
เราคิดถูก ค่อยๆ เล็งดู อ้อ..หามัดมาเขาะ เปิด  
กะลาข้างบนออก เมื่อเปิดกะลามะพร้าวได้แล้ว  
ก็ได้ดื่มน้ำมะพร้าวที่กำลังหวานหอมชื่นใจ กิน  
เนื้อที่เป็นวันนุ่มพอดี..พอดี..

เปรียบได้กับท่านที่รู้จักแก่นของศาสนา คือ  
นอกจากรักษาศีลรักษาศรัทธาธรรมแล้ว ทำทานแล้ว ก็รู้  
จักที่จะภาวนา รู้จักที่จะปฏิบัติให้จิตใจของตนมี  
สติสัมปชัญญะ มีปัญญาชี้ทาง ก็ได้เห็นความ  
มหัศจรรย์ของศาสนา

ตัวเองนี่โชคดี ที่เมื่อไปเรียนต่อที่เมืองนอก  
มีสิ่งทีกระตุ้นให้เห็นว่า สมาธิการฝึกปฏิบัติใจนั้น  
เป็นสิ่งสำคัญ แต่ก็ได้เพียงครั้งก่อน เพราะฝรั่ง

สนใจสมาธิในแง่ที่ช่วยให้ความจำดี เรียนหนังสือเก่ง  
ดิฉันก็คิดตามแบบคนเรียนหนังสือว่า เออ  
กลับถึงบ้านเราแล้ว จะต้องหาครูเก่งๆ ดิวเข้มให้  
เราทำสมาธิเป็น ก็โชคดี กลับมาก็ได้ไปปฏิบัติที่  
วัดป่าทางอีสาน เมื่อไปฝึกปฏิบัติ ท่านอาจารย์  
ท่านเมตตา ท่านคงเห็นว่า ไอ้ลูกศิษย์คนนี้ ดูที่ท่า  
ว่ามีความรู้ทางโลกก็จริง แต่ในทางธรรมนั้นเรียก  
ว่ายังโง่เขลาอยู่มาก

ท่านก็ค่อยๆ เปรียบเทียบให้ดิฉันเห็นว่า การ  
ที่เรามาปฏิบัตินั้น จะปฏิบัติอย่างไร จะพัฒนาตัว  
เราอย่างไร เริ่มต้น ท่านบอกว่า อาจารย์จะให้ชาว  
บ้านมาปลูกตบ..ตบคือกุฏิเล็กๆ ที่หลังคามุงหญ้า  
พื้นปูด้วยฟาก และฝาเป็นตอกสาน..ให้ศิษย์ไว้พัก  
ริมทางจงกรม พอรู้ตัวตื่นจะได้ลงไปปฏิบัติเลย

เราก็นึกเอาแบบของเรา..ก่อสร้าง.. กว่าจะได้  
ตบเล็กๆ มาหลังหนึ่ง ก็คงจะต้องมีเสียงเอะอะ  
เราสู้อุตส่าห์จะมาปฏิบัติ เริ่มนับวันนับเวลา นี้จะ  
ต้องมาเสียเวลากับการสร้างตบไปไม่รู้กี่วัน ก็คิดไป

แบบคนที่ไม่รู้ธรรมชาติ และความเป็นจริง

พอถึงวัน ปรากฏว่า เมื่อชาวบ้านดูแลท่าน อาจารย์และพระเถรฉันเสร็จเรียบร้อย เก็บสำรับ มากินข้าวกัน ล้างถ้วยชาม ทำความสะอาดศาลา ฉันเรียบร้อยแล้ว เขาก็แบ่งหน้าที่กัน คนที่ชูดหลุม ก็ชูดหลุมไว้สี่หลุม คนหาเสาก็ไปหาเสา คนไปหา ไม้ไผ่เพื่อเอามาทำเป็นฟากก็ไปหามา คนที่จะผ่า ออกเป็นดอก แล้วสานฝาเขาก็ผ่าก็สาน

เขาทำงานกันไม่มีเสียงพูดคุยเลย ต่างคน ต่างรู้หน้าที่ ต่างตั้งใจทำงานของตัวเอง พอตกเย็น ก็ได้ตบหน่อยๆ ขึ้นมาหนึ่งตบ ท่านอาจารย์ลงมา สำนวความเรียบร้อย แล้วก็บอกเราว่า คึ้นนี้มา พัก แล้วก็ตั้งใจปฏิบัติให้เขาได้บุญนะ ถ้าไม่่งวง ก็ไม่ต้องนอน

มันไม่ใช่แต่เพียงได้ตบไว้ทำภาวนา มันสอน ตีฉัน ถึงความน่าอัศจรรย์หลายอย่างของร่มเงา พุทธศาสนา เขาเคารพท่านอาจารย์ เพียงแต่ท่าน เอ่ยปาก เขาก็ร่วมแรงกันมาลงแขก แล้วก็พาให้หนัก

ต่อไปว่า ไม่เพียงแต่เฉพาะท่านอาจารย์ เวลาที่เขา  
จะแยกครัว ลูกเต้าโตพอจะออกเรือน เขาก็มาลง  
แขกช่วยกันสร้าง เรือนหอ

ชีวิตของเขาไม่จำเป็นต้องมีสตางค์เยอะเยอะ  
เขาก็มีบ้านอยู่ มีปัจจัย ๔ ใช้สอย มีศีลมีธรรม มี  
น้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน มีใจที่ผาสุกร่มเย็น  
เพราะเขารู้จักแก่นของพุทธศาสนา แล้วทำไมเรา  
ชาวกรุง สิ่งเหล่านี้หายไปไหนกันหมด

เมื่อตัวเองกลับจากเมืองนอก มาทำงานมีเงิน  
เดือนระดับปริญญาเอก คิดซื้อรถยนต์ก็ได้แค่ล้อ  
ข้างเดียวเท่านั้นแหละ ถ้าไม่มีพ่อแม่ให้ได้อาศัยร่ม  
ไม้ชายคาท่านอยู่ ต้องมาก่อร่างสร้างตัวเอาเอง  
คงต้องฉ้อราษฎร์บังหลวง กินตามน้ำไปกับเขา

ใจเริ่มเห็นว่า กระแสของสังคมที่ผู้คนไม่รู้จัก  
จัดการกับชีวิตของตนนี้ รุนแรงพอจะกัดกร่อนคุณ  
ธรรมของเราให้สูญสลายไป แล้วก็คิดว่า สิ่ง  
ที่พระพุทธเจ้าทรงสอนนั้น เปรียบเหมือนยาที่หมด  
อายุแล้ว ใครจะไปบ้าทำอยู่ได้ ต่อให้พระพุทธเจ้า

มา มีพระชนม์ชีพอยู่ตอนนี้ ท่านก็ต้องปรับปรุงคำสอนของท่านให้เข้ากับยุคสมัย

ใจเหมือนนักเดินทางคนแรก กินมะพร้าวไม่เป็น แต่แทนที่จะคิดว่าเราโง่เขลา กลับเพ่งโทษว่าเจ้าของสวนมะพร้าวนี้แหละ หลอกเรา จะให้ชนเอามะพร้าวไปทิ้งให้ ใจที่เพ่งโทษผู้อื่น หวั่นระแวงกังวล ก็ไม่มีความสุข ไม่มีความสงบ

เมื่อเห็นตรงนี้ ใจก็ได้คิด เกิดความสลดสังเวชว่า เราไม่ฉลาดรอบรู้ในการดำรงชีวิตเลย มัวแต่วิ่งตามวัตถุจนเกินเหตุ แล้วละทิ้งน้ำใจ ละทิ้งพรหมวิหาร ละทิ้งคุณธรรมความดี ทำไมเราถึงไม่เริ่มพัฒนาตัวเองจากตรงนี้

เมื่อใจเริ่มคิดมาถึงตรงนี้ มันก็เห็นอะไร..อะไรต่อไปอีกว่า การเป็นอยู่ของเรา เราหนีจากธรรมชาติ แล้วหลงไปนี่กว่า นี่คือการพัฒนาการ เราเป็นคนที่ยิ่งใหญ่แล้ว แต่จริงๆ นั้น เราวิ่งหนีความจริง เราวิ่งหนี รากแก้ว ของเราต่างหาก มันจึงเป็นปัญหา

คราวนี้ก็เริ่มเข้าใจ ทำไมท่านอาจารย์ถึงบอกว่า คិតตุลี เจ้าชายสิทธัตถะท่านเป็นเจ้าของอยู่ในปราสาทราชวัง แต่ถึงเวลาท่านตัดสินใจจะมาศึกษาเรื่องหัวใจ เรื่องของพุทธศาสนา ท่านกลับหนีออกจากปราสาทไปอยู่ในป่า ไปอยู่กับธรรมชาติ เพราะเราเองก็เป็นธรรมชาติอันหนึ่ง

เราเองคนนี่ที่เคยหลงว่า ฉันท นีณะวิเศษ ฉันท มาแต่กลุ่มเซลล์ มาแต่อะไรที่ไม่มีใครคิดสร้างขึ้นมาได้ แท้ที่จริงมันก็เป็นดิน เป็นน้ำ เป็นลม เป็นไฟ เป็นสภาวะธรรมอันหนึ่ง แต่แรกๆ ฟังท่านอาจารย์พูดแล้ว ยังมองไม่เห็นภาพ แล้วก็นึกค่อนข้างท่านในใจ ท่านอาจารย์พูดอะไร ฟังไม่ได้เรื่อง เพราะเราทำตัวเราให้ฟังไม่ได้เรื่องจริงๆ เราไม่รู้จักปรับที่เรา ยึดอยู่แต่ว่า เราหลับตาไม่เห็นภาพ เราไม่เคยเป็น

ท่านก็บอกว่า เวลาศิษย์ลงไปเดินจงกรม ถ้าเป็นไปได้ ไม่ต้องใส่รองเท้า เดินเท้าเปล่า ให้ธาตุดินในตัวเราได้สัมผัสกับธาตุดินที่พื้นดิน ที่มันเป็น

แหล่งกำเนิดของธาตุดินทั้งหมด ถ้าใจของเราหนึ่ง  
พอ ความเป็นจริงจะซ้ำแรกเข้าไปในความรับรู้ของ  
เราได้ แล้วเราก็จะสัมผัสว่า ดินในตัวเรากับดินที่  
พื้นดิน เป็นสิ่งหนึ่งสิ่งเดียวกัน ดิฉันก็นึกในใจ  
เออ..บทเรียนของท่านอาจารย์แต่ละบทนี้ ฟังดูแล้ว  
ช่างยากเหลือแสน เกินที่จะเข้าใจได้ แต่เอาเถอะ  
ท่านก็มีได้ออกบัตรไปเชื่อเชิญ เราเอาตัวเรา  
ยึดเยียดเข้ามาอยู่ที่นี้เอง ถ้าเรามัวแต่เถียงท่านอยู่  
อย่างนี้ แล้วเราจะได้อะไร

ขนาดปากบอกว่า จะไม่เถียง แต่ตามประสา  
ที่สติของเรายังไม่มีกำลัง ให้เดินดิฉันก็เดิน ให้ถอด  
รองเท้า ดิฉันก็ถอดรองเท้า เริ่มต้นก็เอาศรัทธา  
นี้แหละเป็นแรงเหนี่ยวนำ แต่ศรัทธายังไม่ตั้งมั่น  
พอเดินไปสักหน่อย ใจก็คิดสงสัย..จะเป็นดินไป  
ได้อย่างไรกัน ใจเราก็ฟุ้งซ่านไปตามประสาที่ความ  
จำได้หมายรู้ของเรามันหลอกเราเอาไว้ แรกๆ ก็มี  
แต่ความทุกข์เดือดร้อน เพราะว่าใจไม่ยอมสงบ

เมื่อใจฟุ้งซ่านไปแล้ว มันก็บ้าคิดแต่สิ่งที่ไม่ได้



เป็นความจริง ใช่หรือไม่ ครั้นต่อมา..ต่อมาจึงเริ่ม  
ได้สติว่า ถ้าไม่มีอะไรที่ศักดิ์สิทธิ์หรือมีคุณค่า  
มหาศาลจากการปฏิบัติแล้ว เหตุไฉน เจ้าชาย  
สิทธัตถะจะเอาความเป็นรัชทายาท เอาทุกอย่าง  
สารพัดมีของท่านวางกองเป็นเดินพัน โดยเฉพาะ  
การที่ท่านทรงตัดมุ่นพระเกศา

มีท่านผู้รู้ท่านหนึ่งมาถามดิฉันว่า คุณหมอ  
รู้ไหม ทำไมเจ้าชายสิทธัตถะถึงต้องตัดผมทิ้ง  
ในวันออกบวช ดิฉันก็..เอ..ทำไมล่ะคะ ท่าน  
ก็อธิบายให้ฟังว่า สมัยก่อนนะ ถึงจะแบ่งเป็น  
วรรณะ พราหมณ์ กษัตริย์ แพศย์ ศูทร แล้ว คน  
วรรณะสูงสามารถไปอยู่กับวรรณะต่ำกว่าได้ ถ้า  
ถูกขับไล่ไสส่งออกจากวรรณะของตัวเอง เจ้าชาย  
สิทธัตถะท่านจะไปอยู่กับแพศย์ ศูทร หรือกับ  
จัณฑาล ก็อยู่ได้สบายเลย ทุกคนจะอ้าแขนอ้าขา  
ผวารับ

แต่เมื่อเจ้าชายสิทธัตถะทรงตัดพระเกศา  
ทิ้งไปแล้ว ความหมายนั้นเด็ดขาดถึงขั้นว่า ท่าน

เป็นคนที่ชั่วช้า จนกระทั่งจันทาลก็ไม่ยอมรับเข้าไปอยู่ด้วย เพราะรับเข้าไปแล้ว พวกจันทาลจะวิบัติ ท่านจึงกลัวว่าองค์ท่านเองจะโลเลเปลี่ยนพระทัย แม้เริ่มแรกจะเด็ดเดี่ยวว่า ถ้าไม่รู้สัมมาสัมโพธิญาณก็จะยอมตาย ไม่กลับคืนไปสู่ชีวิตแบบเก่า

เมื่อใจของคนเราเอาแน่นอนไม่ได้ เพราะฉะนั้นเพื่อย้ำกับตัวเองว่า ให้เดินหน้าไปทางเดียวก็คือตัดผมทิ้งเสีย แม้พระเจ้าสิริสุทโธทนะจะรับกลับคืนมา ก็คงล้ม ไม่กล้าฝ่าฝืนชนบประเพณี เพราะใครที่ถูกกลั่นแกล้งหรือตัดผมทิ้งไปแล้ว จัดเป็นคนผิดคนโทษจรรรจ์ ไม่มีใครยอมคบหาสมาคมด้วย ดิฉันฟังแล้วก็ซาบซึ้ง ดูลิ..ท่านต้องเห็นอะไรที่มีคุณค่าน่าอัศจรรย์อย่างเหลือเกิน ท่านจึงลงเดิมพันไปเสมอด้วยชีวิตอย่างนั้น ยิ่งใหญ่ มหาศาล และเด็ดเดี่ยวแน่วแน่

แล้วตัวเราเองล่ะ ไม่ได้ลงทุนอะไรไปเลย แต่คิดเยอหยิ่ง ทำอะไรก็ทำไม่สำเร็จ หยิบหย่อง แล้ว

ทำเป็นวิพากษ์วิจารณ์..ท่านอาจารย์พูดอะไรก็ไม่รู้  
ไม่เข้าท่า ไหนๆ เราก็มาศึกษาแล้ว ลองทำจริงๆ  
ดูทีหรือ ให้เหมือนคนโบราณ ที่เขาเอาไม้ ๒ อัน  
มาสีกันแล้วก็สีกันอีก จนกระทั่งเกิดประกายไฟ  
แล้วเอาชุดนุ่นมารอง

เราสีไป ใจก็ไม่จดจ่ออยู่กับงาน เพราะคิด  
สงสัยเรื่อยไป..ไม้กับไฟมันคนละธาตุกัน ถ้าไฟมี  
อยู่ในไม้ ไม้ก็ลุกไหม้แล้วสิ..เห็นไหม อีลูกช่างสงสัย  
ก็เป็นอย่างนี้แหละ ตกลงไม่ได้เรื่อง เราก็ทำกิริยา  
สีเหมือนกัน แต่สีไม่เป็น แล้วก็สีไม่ถูกวิธี ไฟก็ไม่  
เกิดสิ ถ้าให้ชาวบ้านเขาสีกันนี้ ประเดี๋ยวเดียว เขาก็  
ได้ไฟไปหุงข้าว ไปทำอะไรได้แล้ว

ครั้นเราสีบ้าง ไฟก็ไม่เกิดอีก แทนที่เราจะ  
ได้คิดว่า เราทำไม่เป็นก็ต้องฝึกให้เป็น เรากลับไป  
โทษว่า ไม้ที่ชาวบ้านสีนะ เขาคงเลือกไม้พิเศษ สี  
แล้วถึงได้เกิดไฟ แล้วเอาอันไม่ดีมาให้เรา

ใจของเราที่ตกอยู่ภายใต้อุปาทาน ความยึด  
มั่นสำคัญผิดนี้ มันน่ากลัว น่ากลัวมากจริงๆ มัน

ปิดบังเราให้ไม่เห็นหนทาง ปิดขังเราไว้กับความ  
ทุกข์เดือดร้อน แต่เรากลับไปภูมิใจว่า ฉันรู้แล้ว  
ฉันเก่งแล้ว ฉันฉลาดแล้ว นี่คือจุดเริ่มต้นที่ดิฉัน  
ค่อยๆ เห็น ตัวเอง

จากนั้น ท่านอาจารย์ปล่อยให้เราคิดค้นหา  
ศิลปะของการดูใจตัวเอง อ่านใจตัวเอง ท่านบอกไม่  
ต้องอ่านหนังสืออะไรทั้งหมด ตูพระไตรปิฎกอยู่ใน  
นี้ ในใจของเราเอง อ่านให้ทะลุปรุโปร่ง

บางช่วงดิฉันก็อยากอ่านหนังสือจับใจ พอวัน  
พระใหญ่ วันที่พระจันทร์เต็มดวง ดิฉันเอาหนังสือ  
ลงไปอ่านในทางจงกรม ใช้แสงจันทร์อ่าน อ่านไป  
สักพัก สติจึงตามทัน นึกได้ว่า เอ๊ะ..นี่ก็โกงตัวเอง  
นะ แล้วที่ลูกศิษย์โกงอย่างนี้ โกรธ หาวว่าเขาเป็น  
คนเชื่อถือไม่ได้ กิเลสมันสากลโลกอย่างนี้เอง

ใจค่อยๆ เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง แล้ว  
ค่อยๆ ซาบซึ่งขึ้นมา เวลาที่ท่านอาจารย์พูดว่า ไม่  
มีสัตว์บุคคลตัวตนหรรอก มีแต่ใจ ที่เป็นพุทธะกับ  
กิเลส มาเทียบกันว่า กิเลสของใครมีคลุกเคล้าอยู่

มากน้อยกว่ากันแค่ไหน เพื่อนร่วมทุกข์เกิดแก่เจ็บตายจริง ๆ อย่าไปหลงว่าเราวิเศษ คนนั้นโง่ คนนั้นฉลาด คนนี้ดี เวลาที่สติดี ๆ อยู่ มันก็คิดออก

เมื่อไรกิเลสขึ้นมาอยู่ในใจเรา มันกลายเป็นอีกเรื่องหนึ่งเลย ที่เคยคิดได้ ไม่รู้หายไปทางไหนหมด เมื่อเห็นอย่างนี้แล้ว ก็เริ่มดูใจของตัวเองเป็น เริ่ม เห็น หลาย ๆ สิ่ง หลาย ๆ อย่าง เป็นต้นว่า เวลาที่ใจเราคิดชอบคิดถูกแล้ว ทั้ง ๆ ที่เหตุการณ์ข้างนอกก็ไม่ได้เปลี่ยนแปลงไปเลย ไม่ได้มีอะไรผิดแปลกไปจากเดิม แต่วินาทีที่ใจคิดชอบคิดถูกเท่านั้นแหละ ความสงบผาสุกเกิดขึ้นทันที โดยที่เรื่องข้างนอกก็ยังเป็นอย่างเดิม

แต่ทำไมเวลาที่เราคิดไม่ได้นี้นะ มันเหมือนเรื่องข้างนอกทั้งที่มันทั้งดำ ก็ทำให้เราทุกข์เดือดร้อนไปหมด

พุทธศาสนาสอนลงที่ใจ ใจเป็นใหญ่ ใจเป็นประธาน ทุกอย่างสำเร็จด้วยใจ ท่านอาจารย์เองก็บอกพวกเราตั้งแต่ตอนเข้าวัดใหม่ๆ ว่า ถึงเราเป็น

ผู้หญิงมาอยู่วัด จะไม่ได้โกนผม ไม่ได้บวชเป็น  
พระ เป็นภิกษุ เป็นภิกษุณี แต่เราบวช ใจ เรา

ผู้ปฏิบัติคือผู้ที่บวชใจ บวชแล้ว แปลว่า เรา  
ไม่มีตระกูลแล้ว เรามาเป็นลูกพระพุทธเจ้า คือ  
เป็นพุทธวงศ์ เพื่อไม่ให้เราหลงหลอกตัวเอง ท่าน  
อธิบายต่อไปว่า พุทธวงศ์คืออะไร คือ คนไม่มี  
ทรัพย์สินสมบัติ หลักฐานบ้านช่องของตัวเอง คือ  
ขอตาน เห็นไหม ทุกเช้าอาจารย์ออกไป ขอตาน  
เขามาเลี้ยงชีวิต แต่เรียกให้โก้ว่าไปบิณฑบาต ไป  
โปรดสัตว์ แต่จริงๆ ไปขอตานเขา

พวกเรามาอยู่ในวัด ต่างไม่ได้ทำอาชีพ  
อะไรแล้ว สัมมาอาชีพของเราคือการทำกิเลสให้  
หมดสิ้นไป เพราะฉะนั้นเรายังชีพด้วยการขอตาน  
เป็นอยู่ด้วยความเอื้อเฟื้อแผ่ของชาวบ้าน

หน้าที่ของเราคืออ่อนน้อมถ่อมตน ไม่ไปคิด  
วิพากษ์วิจารณ์ เฟ่งโทษเขา เขาไม่ให้เราก็เป็น  
สิทธิของเขา ไม่ใช่ไปคิด โอ้โฮ คุณเป็นชาวพุทธ  
ภาษาอะไร ใส่บาตรก็ไม่ใส่ ไม่มีสิทธิเฟ่งโทษ แต่

ถ้าเขาให้อะไร แม่น้อยนิดก็ต้องให้พรเขา แล้วก็  
ระวังนะ พรที่ให้เขา อย่าให้เป็นเช็ดเต็ง เพราะตัว  
เองไม่ภาวนา ฟุ้งซ่านซัดสายไปทั้งวัน แต่ทำกิริยา  
หนึ่ง ว่านั่งแล้ว แค่นั้นแค่นี้ชั่วโมงแล้ว เสร็จแล้ว  
พอจ่ายไปมันก็เช็ดเต็ง

กรอบที่ท่านให้ไว้ ทำให้เราถอยมาดูตัวเรา  
จริงจังขึ้น ดิฉันไปอยู่กับท่านครั้งแรกนั้น อยู่ตลอด  
พรรษา เพราะเพื่อนที่ชวนไปตั้งใจจะบวชตัวเอง  
ด้วยขอร้องใจว่าผู้ชายบวชได้ทั้งพรรษา แต่ผู้หญิงบวช  
ไม่ได้ ก็จะทดลองไปปฏิบัติตัวเองตลอดทั้งพรรษา  
ดิฉันก็อยู่ตลอดพรรษาด้วย

ต่อจากนั้น ดิฉันจะมีเวลาไปคราวละ ๓ วัน  
บ้าง ๗ วันบ้าง เพราะคุณพ่อคุณแม่ยังมีชีวิตอยู่  
คุณแม่มีความฝงใจว่า ถึงจะมีลูกหลายคน แต่มี  
ดิฉันเป็นลูกผู้หญิงคนเดียว ถ้าพ่อแม่เจ็บไข้ได้ป่วย  
ลูกสาวมีหน้าที่พยาบาล ถ้าตายไปจะได้ปิดตาให้

เรื่องนี้เป็นสิ่งที่ดิฉันรับทราบโดยไม่มีข้อโต้แย้ง  
ทราบว่าที่คุณพ่อคุณแม่ยังมีชีวิตอยู่ ดิฉันไปไหนไม่ได้

เพราะฉะนั้นก็ไม่เคยคิดที่จะบวช คิดพอใจว่า  
เออ..โชคดีที่เราได้มารู้จักหนทางนี้ เราก็ปฏิบัติ  
ของเราที่บ้านเรา ท่านอาจารย์ให้พรไว้ว่า  
วาสนาของตัวต้องภาวนากลางตลาด ก็ภาวนาไป  
อย่ามาบ่น

ถัดมาเข้าปีที่สอง คุณโยมแม่ของท่าน  
อาจารย์ซึ่งบวชเป็นแม่ชีอยู่ที่วัดไม้สบาย ดิฉันก็นึก  
ว่า เราเป็นผู้หญิง จับเนื้อต้องตัวท่านได้ ดูแลท่าน  
ได้ พระพุทธเจ้าประทานอนุญาตไว้ว่า พระภิกษุใด  
บวชแล้ว พ่อแม่ยังมีชีวิตอยู่ แล้วไม่มีลูกคนอื่นรับ  
ภาระดูแล ให้เอาพ่อแม่มาเลี้ยงในวัดได้ ออกไป  
บิณฑบาตเต็มบาตร หนึ่งบาตรสำหรับมาเลี้ยงพ่อ  
แม่ได้ แล้วไปบิณฑบาตใหม่สำหรับตัวเอง

ถ้าเป็นลูกเป็นภรรยาจะได้จากที่เหลือตก  
บาตรเท่านั้น เหมือนอย่างกับลูกศิษย์อื่นๆ  
พระพุทธเจ้าทรงยกเว้นให้แต่พ่อแม่เท่านั้น

ดิฉันนึกต่อไป ถ้าท่านอาจารย์เจ็บ เราก็ไปดู  
แลท่านไม่ได้ ตรงนี้เราเอามือของเราดูแลพยาบาล



คุณโยมแม่ท่าน แทนท่านก็แล้วกัน แล้วเราก็เป็น  
หมอด้วย ช่วงนั้นดิฉันเลยได้อยู่วัดติดต่อนั่น  
จากเข้าพรรษาปีนี้ไปจนกระทั่งออกพรรษาอีกปีหนึ่ง  
รวมเวลาได้ปีกว่าๆ

ที่นี้ก็มีเกิดปัญหาขึ้น เพราะที่อีสานเวลาหน้า  
ฝน ฝนตกติดต่อกันบางที ๓ วัน ๓ คืน เสื้อเราถึง  
จะซักสะอาดอย่างไร..อย่างไร เมื่อไม่ถูกแดดเลย  
จะมีจุลินทรีย์ขึ้นทั่วไปหมด ทั้งๆ ที่มันก็สะอาด  
แต่อุปาทานของดิฉัน ตายแล้ว..เราใส่เสื้อขึ้นรา  
เดี่ยวราติดมาขึ้นบนตัวเอง

เลยหาทางว่า ทำยังไง ถึงจะหาผ้าที่แห้งเร็ว  
ไม่ขึ้นรามาดัดเสื้อ ก็พบว่าผ้าอ้อมเด็ก ผ้าสาหลูนี่  
แห้งเร็ว และไม่ขึ้นรา ดิฉันเลยดัดเสื้อด้วยผ้าสาหลู  
เข้าพรรษา ๓ เดือนไม่มีปัญหา เสื้อผ้าสาหลู ๓ ตัว  
ไม่เคยเปื่อย ไม่เคยขาด แต่เมื่อไปติดอยู่ปีหนึ่ง ผ้า  
สาหลูก็เริ่มทำพิษ เริ่มขาด ผ้าชิ้นนั้นไม่เป็นไร เป็น  
ผ้าดำใยสังเคราะห์ ซึ่งทนทาน

ท่านอาจารย์สอนไว้ว่า เมื่อเข้ามาอยู่วัดแล้ว

ไม่มีพ่อไม่มีแม่แล้ว ถ้าท่านไม่ได้ออกปากอนุญาตไว้ ห้ามเขียนจดหมายไปรบกวนหรือขอข่าวของเครื่องใช้ ดิฉันก็เชื่อฟัง และถือเป็นข้อปฏิบัติโดยเคร่งครัด แต่ก็เริ่มกังวลว่า ถ้าเสียขาดหมดแล้วจะทำยังไงล่ะ เพราะมันเริ่มเปียกไปเกือบจะทั่วตัวแล้ว

ท่านอาจารย์ทำตัวอย่างให้ดูด้วยการนุ่งสบงปะ กลัวดิฉันจะไม่เห็น เอาผ้าสีเหลืองมาปะบนสบงสีกลัก แล้วเดินหมุนไปรอบๆ ให้ดูเสียอีก ดิฉันก็ไปหาเศษผ้ามาปะเสื้อตัวเอง ปะแล้วเสื้อก็ยังขาดบนรอยปะอีก ตอนนั้นความกังวลเพิ่มขึ้น ได้เห็นว่าชั้น ๕ เป็นภาระหนักจริงๆ ยิ่งเป็นชั้น ๑๐ คือมีภรรยา มีสามี มีลูกมีเต้าขึ้นมาอีก มันยิ่งทุกข์ซ้ำซ้อนรุ่มร้อนไปหมด

ตอนนั้น ไม่เป็นอันภาวนา พอเดินจงกรมใจก็เริ่มคิดเรื่องเสื้อ ถ้าเสื้อเราขาดหมด เราจะเอาอะไรที่ไหนมาใส่กันล่ะ คนเขาจะดูหมิ่นนินทาว่าเราแต่งตัวไม่เรียบร้อย กับเสื้อนี่นะ เป็นเรื่องใหญ่โตเสียจนกระทั่งไม่เป็นอันภาวนา ทำให้ได้เห็นเลย

ว่าความห่วงร่างกายอันนี้ เป็นภาระหนักจริง แล้ว  
ชักพาให้เรากลัวเสี่ยง ที่จะทำผิดทำบาปสารพัน

ในที่สุด ก็วกไปคิดโทษว่า ท่านอาจารย์เป็น  
พระ พอจิวรท่านหมองหน้อย คนเขาก็แย่งกันมา  
ถวายเพื่อจะได้บุญ แต่อย่างดิฉัน ใครที่ไหนจะนึก  
เอาเลื่อมมาให้ ก็คิดซัดสายไปต่างๆ นานา

ท่านอาจารย์เทศน์ให้ฟังว่า คนเราต้องมี  
ความเชื่อมั่นในคุณงามความดีของตัวเอง ธรรมะย่อม  
ปกปักรักษาผู้ประพฤติธรรม ของทุกอย่างมา  
แต่เหตุ ถ้าเราประกอบเหตุที่ดี เทวดาไม่ปล่อยให้  
เราเดือดร้อนหรอก

ดิฉันก็นึกในใจ เออ...เราก็มองเราประพฤติดี  
ประพฤติชอบมาตลอดแหละ ท่านก็เทศน์ต่อไปว่า  
ถ้าเราแน่ใจว่า ที่ทำมาทั้งหมดนี้ เราประกอบ  
แต่บุญกุศล เราช่วยคนไข้ เราทำประโยชน์ต่างๆ  
บุญกุศลเหล่านี้ ก็เหมือนเสบียงที่ใส่ไว้ในกระปุก  
ออมสิน ถึงยามคับขัน เหตุเหล่านี้จะผลิดอก ออก  
ผลมาช่วยเรา

ดิฉันก็นึกในใจ ล้วงกระเป๋าออกมาสิที่ไร ก็ไม่มีอะไรออกมาสักที ตอนนั้นได้เห็นใจของตัวเอง ที่ระลึกระสายไปทั่วจักรวาล ไม่มีทิศมีทาง ก็เข้าใจถึงคำเปรียบเทียบกับใจของฆราวาสที่ว่า กลางคืนเป็นคว้น กลางวันเป็นไฟ มันเป็นอย่างนี้เอง ใจไปแบกหามแต่โลกนี้ แต่วัตถุเงินทองข้าวของ จนกระทั่งไม่เคยดูแลหาอาหารให้ใจ

ในที่สุดดิฉันก็ตกลงกับตัวเองว่า เราก็เคยอ่านนิทาน โรบินสัน ครูโซ ที่ไปเรือแตก เอาใบไม้มาทำเสื้อผ้า ถ้าหมดทางเข้าจริง ๆ เราเอาใบตองตึงที่เขาทำเป็นฝากระทู มาเย็บเป็นเสื้อใส่ก็ยังได้ คิดได้อย่างนั้นใจก็สบายไป ภาวนาได้ ก็นึกต่อไปว่า เราต้องอยู่กับปัจจุบันสิ ให้เหตุการณ์ถึงตรงนั้นเสียก่อน นี่เราตีตนไปก่อนไข้ทำไม ใจก็ดีขึ้น

เมื่อใจเราเริ่มดีขึ้นแล้ว รู้อยู่กับปัจจุบัน ก็พอดี ชาวบ้านเกี่ยวข้าวเสร็จเรียบร้อย หมู่บ้านที่อยู่ใกล้ ๆ วัดนี้ ยังเป็นหมู่บ้านที่เป็นธรรมชาติมาก ๆ ชาวบ้านต่างทำนา ปลูกข้าว เกี่ยวข้าว แล้ว

ตัดให้พอใช้เลยไม่ต้องเกรงใจ เสร็จแล้วค่อยคืนเขา

ในใจดิฉันได้ยินเป็นเสียงท่านอาจารย์ขึ้นมา  
ว่า นี้อย่างไร ที่ว่าธัมมะรักษาผู้ประพฤดิธรรม ใจ  
เกิดพลัง ปีติอิ่มเต็ม เชื่อมั่นศรัทธาขึ้นมาว่า เรา  
แนใจในผลของบุญกุศล ในสิ่งที่กระทำลงไปด้วย  
น้ำใสใจบริสุทธิ์ อย่างตัวเองเป็นหมอ เราก็ทำ  
หน้าที่ของเราให้เต็มที่ดีที่สุด เราเป็นพี่ เป็นน้อง  
เป็นเพื่อน จะทำอะไรให้ใครได้ เราก็ทำเต็มเม็ด  
เต็มหน่วย เราจะไม่มีวันอัปจน

ใจเกิดความเชื่อมั่นขึ้นมาว่า แม้กลับมาดิฉัน  
จะไม่ได้ทำงาน ก็สามารถเลี้ยงตัวเองได้ ช่วงที่อยู่  
วัดคราวพยาบาลคุณโยมแม่นี้ นานถึงปีกว่า นอก  
จากจะกังวลว่าเสียขาดหมด แล้วยังกังวลต่อไปอีก  
ว่า กลับมากรุงเทพแล้ว เราจะทำงานที่เคยทำได้  
อย่างไร เพราะการเป็นครูที่ไม่ได้อ่านวารสารเลย  
๑ ปี ความรู้ก็ขึ้นสนิมหมดแล้ว

ถึงใครจะบอกว่า ยังสอนได้ เราก็หลอกตัว  
เองไม่สำเร็จ เพราะรู้อยู่แก่ใจว่า เราไม่คมและไม่

ทันกับเหตุการณ์ ไม่สมควรจะไปสอนนักศึกษาอีก  
แล้ว ก็กังวลว่า แล้วจะทำอะไรเลี้ยงตัวเอง

ดิฉันว่าท่านอาจารย์ท่านเมตตา ท่านเล็งรู้อัน  
ท่านต้องการให้ดิฉันได้รู้คำตอบตรงจุดนี้ด้วยตัวเอง  
ซึ่งถ้าดิฉันคิดอย่างโลกๆ ..ท่านอาจารย์จะมารู้  
อะไรเรา..แล้วแอบเขียนจดหมายถึงแม่ว่า แม่จำ  
ลูกไม่มีเสียใจ ดิฉันก็แก้ปัญหาเสร็จเรียบร้อย จบ  
ไป..แล้วก็ภาคภูมิใจว่า เราฉลาด รู้จักดูแลตัวเอง

แต่แท้ที่จริง เป็นความเชื่อเซลา อับปัญญา  
อย่างมากมายหลายหลวง เพราะทำโอกาสทองให้  
ผ่านไปโดยไม่รู้ตัว และจะไม่มีวันได้เจอ  
สถานการณ์อย่างนี้อีก เพื่อได้เรียนรู้คำตอบที่มีคุณ  
ค่าอันน่าอัศจรรย์แห่งพระพุทธศาสนา

ไม่มีผู้ใดจะมาตอบให้ซึ่งถึงใจ จนเราเกิด  
ความเชื่อมั่น รู้ เห็น เป็น ชื่นในใจได้อย่างนี้ ตรง  
ณ จุดนั้น เมื่อนึกทบทวนเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น  
ความจริงพระที่ท่านภาวนา มีวาระจิต รู้ความ  
นึกคิดเรา ท่านก็พยายามช่วยชี้ ให้ดิฉันประจักษ์

ในจุดนี้

ท่านเมตตาว่า ดิฉันต้องอดหลับอดนอน พยาบาลดูแลคุณแม่ บางวันอาหารที่ส่งมาทาง โรงครัวก็ไม่มีอาหารภาคกลาง ท่านบิณฑบาตได้ไข่ ต้ม หรือไข่เจียว ท่านก็ฝากเด็กมาให้ดิฉัน โดยฝาก ให้มาบอกว่า ท่านฝากมา *ใส่บาตร* คุณหมอ

ท่านใช้ศัพท์ *ใส่บาตร* เพื่อย้ำให้เราสะดุดว่า ถึงกายเราจะไม่ได้บวช แต่ใจปฏิบัติจริงจัง ท่านก็ ถือว่าเราเป็น *พระ* เป็น *สมณะ* แล้ว รัตนตรัย องค์ที่ ๓ คือ สมณะนั้น ไม่ได้อยู่ในกาย หากอยู่ใน ใจ ที่ตั้งใจประพฤติปฏิบัติ

ขณะฟัง ก็ไม่มีสติกลั่นกรอง ให้ความหมาย ตามที่เป็นจริง ใจมัวยึดติดอยู่ในกรอบของความ เห็นผิด โทษซ้ายป่ายขวาว่า ท่านอาจารย์ก็ทำได้ ละสิ เพราะท่านเป็นพระ แต่ท่านอาจารย์จะชี้ให้ เราเห็นว่า การปฏิบัตินั้นอยู่ที่ใจ ไม่ใช่ที่กาย

ไม่ว่าจะเป็นฆราวาส หรือนักบวช ไม่ว่าผู้ หญิงหรือผู้ชาย ย่อมเสมอภาคกันทั้งหมดทั้งสิ้น

เพราะเป็นหนึ่งในพุทธะด้วยกันทั้งหมด

เมื่อใจเห็นตรงจุดนี้ชัดแจ้ง จนเกิดความมั่นใจแล้ว ใจก็เป็นอิสระจากความห่วงกลัว ห่วง กังวล สัมผัสถึงความแน่วหนึ่งเป็นปัจจุบันขณะ เบา สงบ ร่มเย็น แต่ก่อนนั้นเรายังห่วงหวงเป็นกังวล กลัวสิ่งโน้นสิ่งนี้ กลัวว่าเราจะเป็นอะไร อยู่ไป..อยู่ไปแล้ว จะยังมีกินมีใช้อยู่หรือเปล่า

ถ้าเจ็บไข้ เราจะเป็นโรคอะไร จะเจ็บหนักเจ็บหนาสาหัสหรือไม่ จะสามารถทนทานกับความเจ็บปวดได้ไหม คือคิดไปได้ไม่มีฝั่งมีฝา แต่ถึง ณ จุดนั้นแล้ว จึงได้รู้ถึงว่า ปัจจุบันจิตเป็นอย่างไร

เมื่อไรที่ใจจะแวบไปกังวล ฟุ้งซ่านอะไรพรรคอย่างนี้ ใจเกิดความเชื่อมั่นขึ้นมาว่า ทุกอย่างมาแต่เหตุ ถ้าเรากลัว ณ วินาทีนี้ เร่งประกอบแต่กุศล เหตุไปสิ ทำทุกอย่างที่ดีที่สุด เต็มที่ที่สุด ด้วยสติ ปัญญาเท่าที่มีขณะเดี๋ยวนั้น

จากตรงนี้เราก็ได้เรียนรู้ และเต็มสติปัญญาของเราให้รู้รอบ รู้ลึก รู้กว้าง ขึ้นไปเรื่อยๆ จาก



ประสบการณ์ที่เราลงมือกระทำ และเฝ้าติดตาม  
ศึกษา แล้วเราจะไปกังวลกับอะไร ไปคิดถึงอนาคต  
ให้เวลากลับคืนชีวิตเราไปเปล่าๆ ทำไม

ก่อนหน้านี้อ จะภาวนาสักทีก็..เจ้าประคุณ  
เอ๋ย..ขอให้ใจเราสงบเป็นสมาธิเถอะ

ท่านอาจารย์แย้ม พระพุทธเจ้าไม่ได้สอนลูก  
ศิษย์ให้เป็นก้อนอิฐก้อนหิน ตราบเท่าที่ใจยังไม่  
หมดความสงสัย ยังไม่หมดอวิชชา ย่อมจะปรุงคิด  
ไป เราต้องฉลาดรู้จักคิด เอาความนึกคิดนั้นมา  
เป็นหินลับปัญญา คิดแล้วเป็นมรรค แต่พวกเราไม่  
ฉลาดคิด คิดแล้วเป็นสมุทัย คิดแล้วเป็นอารมณ์  
เราจึงทุกข์เดือดร้อน

ความคิดด้วยตัวของมันเองไม่ใช่อันตราย แต่  
ต้องรู้จักคิดให้ถูกทาง ต้องมีเข็มทิศ แต่พวกเรานี้  
ทำเข็มทิศหาย แล้วกลับไปเพ่งโทษว่าความคิดเป็น  
ของไม่ดี ลงนั่งปฏิบัติปั๊บ ใจต้องรวมลงเป็นสมาธิ  
ไม่สนใจคุณภาพว่าจะสมาธิห้วงตอ หรือสัมมาสมาธิ  
ขอเป็นคว่ำติดมือเอาไว้ก่อน

ท่านอาจารย์จึงเปรียบเปรยพวกเราอยู่เสมอว่า ไม่เข้าใจ..อาจารย์ไม่เข้าใจ ศิษย์มีปริญญาทางโลก แต่อาจารย์ง ทำไม่คิดอะไรกันแบบนี้ เราก็ได้สติขึ้นมาเสียทีหนึ่ง แต่เสร็จแล้วก็เผลออีกจนได้ มันจึงมีเจริญเสื่อม เจริญเสื่อมกลับไปกลับมาอยู่อย่างนี้

จนกระทั่งวันหนึ่งความรู้ี้รู้เข้าไปถึงใจ สติคมไวพอที่จะเป็นห้ามล้อให้เราได้ คราวนี้เราจึงจะเลี้ยงตัวได้ เมื่อคิดได้แบบนี้ เราไม่กังวลแล้ว เออ..มันจะเสื่อมก็เสื่อมไป มันจะเจริญก็เจริญไปหน้าที่ของเราคือประกอบเหตุ ตั้งใจประกอบเหตุไปให้ดีที่สุด แล้วค่อยพัฒนาสติของเราไว้ อย่าให้หลุดหายไป

ใจจึงเริ่มมาจดจ่ออยู่กับ เหตุ จริ่งจั้ง ม่ายอย่างนั้น ปากเราว่า..เรากำลังประกอบเหตุ..แต่เปล่าหรอก เจ้าจิตไร้สำนึกวิ่งไปนั่งคอย ผล อยู่แล้ว..มันควรจะได้ผลแล้วนี่นา..ใจก็วุ่นวายกระสับกระส่าย ไม่เป็นอันภาวนา

ท่านอาจารย์ก็ดูให้..อาจารย์ให้เอาเสื้อผ้าไปจัดการเสียดันไม้ขนาดสามคนโอบ แต่ศิษย์กลับเอาเสื้อผ้าไปเกา..เกา..เกา ผิวก็ยังไม่ทันถลอก แล้ววิ่งมาแบมือขอรางวัล..นี่แน่..ไม่เรียว

ท่านเปรียบให้เราเห็นใจของเรา ขณะที่ทำภาวนา เราไม่ได้จดจ่อใจหมดทั้งใจไว้กับทუნ คือการประกอบเหตุ แต่ตามประสาคนรู้มาก จิตไร้สำนึกก็ซัดสาย แดกออกไปคิดหาเครื่องผ่อนแรงหาอย่างโน้น อย่างนี้ ท่านเลยเปรียบว่า เอาเสื้อผ้าไปเกา..เกา..เกา..แล้วก็มาแบมือทวงค่าจ้างรางวัล บ่นว่า..เหนื่อยแล้ว..

คนอย่างนี้ ทำอะไรก็ไม่มีวันจะได้ผล

เราก็ปรับใหม่ท่านว่า ท่านเปรียบเทียบเกินเหตุเกินผล แต่เมื่อเราดูใจของเราเป็น สติคมทันเห็นอาการกระเพื่อมของใจ จึงได้รู้ว่า สิ่งที่ทำพิชทำภัยให้เรานั้น ไม่ใช่ส่วนที่เป็นจิตสำนึก ที่เรารู้จักแล้ว แต่เป็นจิตใต้สำนึก จิตไร้สำนึก ที่สติของเรา ยังไม่มีประสิทธิภาพจะไปหยั่งรู้

ความเข้าใจของเรา ยังลงไม่ถึงระนาบนี้ ยังไม่รู้ไม่เห็น ว่า ใจมีความยึดมั่นสำคัญหมายในความ เป็น ตัวเรา อยู่มากมายแค่ไหน หลงผิดไปว่า ฉัน เรียนมาตั้งมากมาย รู้มาแค่นั้นแค่นี้ แล้วท่าน อาจารย์จะมาถล่มทำลายว่า เราไม่ได้เรื่องได้อย่างไร

อวิชชา และอุปาทาน จึงน่ากลัวที่สุดสุดอย่างนี้ มันช่วยไม่ได้ที่ว่า เราไม่เคยฝึกเรา ให้รู้จัก ธรรมชาติ และเป็นธรรมชาติมา เมื่อใจเห็นตรงนี้ แล้ว เข้าใจถึงว่า พระพุทธศาสนานั้นสอนให้เรา มา เห็นใจเรา มารู้อใจเรา มีสติระลึกรู้เท่าทันตามความ เป็นจริง

นอกจากจะระลึกรู้เท่าทันตามความเป็นจริง แล้ว เมื่อฝึกฝนต่อไป ต่อไป นอกจากระลึกรู้แล้ว ใจยังมีแยกกายอุบาย ที่จะประคองรักษาสิ่งที่เรา จะตบสนองออกไป ให้เป็นกุศลทุกครั้ง ไม่ใช่ ระลึกรู้แล้ว ก็ยังคร่ำครวญ..ทำไมถึงต้องเป็นเรา กัดฟัน ระลึกรู้ แต่ต้องกัดต้องข่ม ปัญญา ยังไม่มี ตรงนี้เบียดเบียนตัวเอง

ฝึกไปถูกทิศทาง ตามที่พระพุทธองค์ทรง  
ประสงค์ หนังสือพุทธธรรมของท่านพระธรรมปิฎก  
อธิบายว่า พุทธศาสนา คือ คำสอนที่สอนให้เราลง  
มือกระทำ ไม่ใช่เป็นคำสอนถึงอะไรที่เลื่อนลอย  
เป็นเพียงปรัชญาเท่านั้น แต่เป็นคำสอนที่แสดง  
แนวทางสำหรับประพฤติปฏิบัติในชีวิตจริง

เป็นศาสนาแห่งการกระทำและความเพียร  
พยายาม ซึ่งเมื่อเราลงมือกระทำ คือประกอบเหตุ  
แล้ว ย่อมได้รับผลของการกระทำนั้นๆ ย่อม  
สามารถรักษาใจของเรา ให้ปิติ อิ่มเต็ม และรู้ด้วย  
ปัญญา

รู้อย่างไร ที่ว่ารู้ด้วยปัญญา

ครั้งหนึ่งดิฉันไปบรรยายที่ที่ทำงานแห่งหนึ่ง  
ที่ทำงานแห่งนี้ มีการบรรยายธรรม เวลาเพียงถึง  
บ่ายโมง อาทิตย์ละครึ่ง ทุกวันพุธ ครั้งนั้นดิฉันไป  
ถึงเร็ว เพราะการจราจรคล่องตัว ก็เห็นคนงาน ๓  
คน ซึ่งเคยเห็นเป็นประจำ มานั่งอยู่แล้ว ก็เร่เข้าไป  
คุยกับเขา เพราะอยากรู้ว่า เขามาด้วยน้ำใสใจสมัคร

หรือถูกบีบบังคับให้มา พอคุยกันไป คนหนึ่งก็เล่าให้ฟัง

แรกๆ เขามา เพราะว่าเขาเป็นคณงานสนามวันทั้งวันนี้จะทำงานอยู่กลางแจ้ง ร้อน อย่างน้อยที่สุด เทียงถึงบ่ายโมง มานั่งในห้องแอร์ก็เย็นกาย พอนั่งฟังแล้ว ที่นั่น ๑๐ นาทีสุดท้ายจะสงวนไว้ฝึกทำสมาธิ เขาก็หัดทำสมาธิไปด้วย พอทำสมาธิเป็นบางครั้งระหว่างที่ทำในห้องเขาได้จัดรวมเป็นสมาธิ รู้สึกใจปัดอึดอัด

พอกลับออกไปทำงาน ใจก็ยังสบายอยู่ เขาเคยคิดในใจว่า ขอให้เขาสามารถทำสมาธิได้เองที่บ้าน ตอนเช้าก่อนไปทำงานอีกสักหน แต่ก็ไม่เคยตื่นไหว จนถึงวันเกิดเหตุ

บ้านเขาอยู่ในชุมชนแออัด ตอนแรกก็อยู่ปกติ ต่อมามีคนย้ายมาอยู่บ้านข้างๆ เป็นคู่มือตัวเมียที่เพิ่งแต่งงานใหม่ พอลูกพี่ไปสักพักหนึ่งน้ำดื่มผักซั๊กขม ทะเลาะกันเรื่อย ทะเลาะกันจนในที่สุด คุณคณงานคนนี้ ก็บอกกับภรรยาว่า ไม่ไหวแล้ว เรา

ต้องเก็บสตางค์เพื่อย้ายไปหาบ้านใหม่อยู่

พอเริ่มมีความเครียดว่าจะย้ายบ้าน เดือน  
ไหนภรรยาเกิดใช้เงินเกินกว่าที่คิดเอาไว้ หงุดหงิด  
แต่เดิมไม่เคยทะเลาะกับภรรยา ก็ชักนึกเคืองว่า นี่  
มันคู่บุญคู่บารมี หรือคู่ล้างคู่ผลาญกันแน่ เริ่ม  
หงุดหงิดต่อไปถึงลูก ถ้าลูกมีกิจกรรมที่โรงเรียน  
และมาขอเงินพิเศษนี่นะ เอ..ไอ้เนี่ยมันลูกอะไรกันนะ

ใจไปคิดเพ่งโทษผู้คนรอบข้าง ก็รู้ตัวว่าไม่ดี  
ถึงอยากจะทำเวลาทำสมาธิเพิ่ม

วันหนึ่งเขาอยู่เวร กว่าที่จะกลับถึงบ้าน อาบน้ำ  
อาบท่าเสร็จ เข้านอน ก็ตีหนึ่งเข้าไปแล้ว นอน  
หลับได้หน่อยหนึ่ง ก็สะดุ้งตื่นด้วยเสียงทะเลาะ นึก  
ตกใจว่า เราตื่นสาย ดูนานพิก้า ยังไม่ทันตี ๔  
เลย ใจเริ่มหงุดหงิดว่า..ซักจะเกินไปแล้ว อะไร จะ  
ทะเลาะกัน ไม่รู้จักดูเวลา..ก็เดินจะไปเปิดหน้าต่าง  
เดือนเขาว่า คุณดูนานพิก้าสิ ยังไม่ทันตี ๔ เลย

ระหว่างที่ลุกเดินเพื่อจะไปเปิดหน้าต่าง สติก็  
ขึ้นมาถามตัวเองว่า พุดแล้ว ถ้าเขามีสติฟังเรา เขา

ก็คงไม่ทะเลาะกัน แต่ถ้าเกิดเขาถูแกโทสะ แล้วด่ากลับมา..ประทานโทษนะคะ..ว่าเขาทะเลาะกันอยู่ในบ้านของเขาแท้ๆ คุณเลือกยื่นหูมาฟังทำไม ดีไม่ดีเราก็คงจะไปทะเลาะกับเขาเข้าอีก เพราะเรากำลังโมโหวังนอน

เราอยากนั่งสมาธิ นี่ก็ดี เขาช่วยปลุกเราขึ้นมา เพราะตอนนี่ไปนอนอีก ก็ไม่หลับแล้ว อย่ากระนั้นเลยเรานั่งสมาธิเถอะ ก็เลยกลับมา นั่งสมาธิใจก็สงบ เพราะได้ผ่านการพิจารณามาแล้ว ระหว่างที่นั่งสมาธิ เขาไม่ได้ยินเสียงทะเลาะกันเลย เมื่อใจถอนออกมา ก็ไปอาบน้ำ

อาบน้ำไปสักพักหนึ่ง หูเริ่มได้ยินเสียง อ้าว ..เขายังทะเลาะกันไม่จบอีกหรือ เกิดความสลดในใจ ดุสินะ เขาเป็นคนเอาบุญเอากุศลมาให้เรา ให้เราเหมือนอยู่บนสวรรค์ แต่ตัวเขาเอง ตั้งแต่ตี ๔ จนตีห้าครึ่งแล้ว เขายังอยู่ในนรก ทะเลาะกันไม่จบไม่สิ้น

อันที่จริงมันไม่ใช่สถานที่ เพราะเมื่อกลับบ้าน



นี่..บ้านที่เราบอก เราอยู่ไม่ได้ บอกภรรยาว่าจะต้องย้ายให้เร็วที่สุด เราก็ทำสมาธิได้ ไม่ได้ยินเสียงเขาทะเลาะกันเลย ใจของเราต่างหากที่ก่อกวนเรา ถ้าเราไปรำคาญเขา แล้วยึดหูเราไปฟังเขา เสียงนิดหนึ่ง เราก็ทนไม่ได้ แล้วพาลว่า คนอะไรไม่เกรงใจกัน

ดิฉันฟังเขาแล้ว ก็ปิติว่า โอ..นี่อย่างไร.. ร่มเงาของพุทธศาสนานั้นน่าอัศจรรย์อย่างนี้ ปกป้องเขาให้มีความสุขร่มเย็น เพราะมีปัญญาเห็นชอบ

ยังไม่ทันจะย้ายบ้าน เขาก็ไปบอกภรรยาว่า คุณ..ถ้าคุณมีความจำเป็นจะต้องใช้สตางค์ มันเก็บไม่ได้เท่าที่ตั้งเป้าไว้ คุณไม่ต้องเครียด ไม่ต้องเดือดร้อนนะ ย้ายบ้าน..ถ้าเหตุเรามีจะได้ย้าย เราก็ย้าย ถ้าเหตุมีว่า ยังย้ายไม่ได้ ก็ไม่เป็นไร

เขายังได้คิดต่อไปอีกว่า ถ้าเหตุยังไม่หมด กระเสือกกระสนย้ายไปบ้านใหม่ยังไม่ทันไรเลย เพื่อนบ้านอาจจะร้ายยิ่งกว่าคุณนี้อีกก็ได้ มันจะยิ่ง

เจ็บใจหนักเข้าไปอีก เพราะฉะนั้นทุกอย่างอยู่ที่ใจจริง ๆ

ดิฉันจึงว่า ว่าถ้าเราได้สัมผัสกับพุทธศาสนา ภาคการกระทำ คือ ลงมือกระทำจริงแล้ว เราสามารถแก้ปัญหาในชีวิตจริงของเราได้ ทำใจของเราให้สงบผาสุก มีปัญญาเห็นชอบ ไม่ก่อกรรมตัวเอง ไม่เบียดเบียนตัวเอง เมื่อทำได้แบบนี้ ก็ถือว่า เราเป็นชาวพุทธครบถ้วนบริบูรณ์

อีกตัวอย่างหนึ่ง ที่เห็นออกมาเป็นรูปธรรม ชัดดีมาก

วันหนึ่งดิฉันขับรถมาติดไฟแดงตรงสี่แยกสมัยนั้น เด็กวิ่งขายพวงมาลัย ขายถุงแป้งผ้าดิบ ขายอะไรต่อมิอะไรได้อย่างเสรี มีเด็กผู้ชายเล็กๆ อายุสัก ๔ ขวบ ๕ ขวบ หน้าตาน่าเอ็นดู ถือผ้าถุงแป้งมาคลี่พलगบอกว่า ๒ ผืน ๑๐ บาท เป็นผ้าผืนขนาดใหญ่ ดิฉันนึก เออ..เราก็นช่วยคนมาสารพัดสารพันแบบ ทำไมจะช่วยซื้อผ้านี้ไม่ได้ เขาอาจถูกพ่อแม่บังคับ ให้ต้องมาวิ่งขายผ้าถุงแป้งก็ได้

ดิฉันส่งสตางค์ให้เขา ๑๐ บาท ว่าเอา ๒ ผืน เขาหยิบผ้าจากตั่งที่พาดอยู่บนแขนส่งให้ ๓ ผืน ดิฉันถาม ๓ หรือ.. เขาตอบ เอาไปให้ ๓ ผืน ๑๐ บาท ดิฉันก็ขอบคุณเขา ไม่ได้คิดอะไร แต่เมื่อคลี่ออกดู ปรากฏว่า เป็นถุงแบ่งตัดเหลือครึ่งผืน ถึงจะได้ ๓ ผืน ก็เท่ากับได้เพียงหนึ่งผืนครึ่ง ยังขาดไปอีกครึ่งผืน

ถ้าดิฉันจะคิดว่า เด็กอะไร คูลี หัดขี่โกง แต่ตัวเท่าเมียง ก็เป็นความคิดที่ไม่ดี เป็นการสร้างอกุศลวิบากให้ตัวเอง สติตามรักษาใจทัน

ดิฉันเกิดความสลดสังเวช เพราะท่านอาจารย์ย้ำอยู่เสมอว่า คนเรานี้แหละ ไม่ได้ไร้ทรัพย์ แต่เพราะอับปัญญา

ที่แต่ละคนไม่เท่าเทียมกัน บางคนยากจน เอาดีไม่ได้เลย เป็นเพราะเขาอับปัญญา ขาดปัญญาเห็นชอบ ทำอะไรๆ จึงเป็นเหตุให้ตัวเอง ต้องไร้ทรัพย์อยู่วันยังค่ำ

ดิฉันนึกถึงเด็กคนนี้ เขาคงทำเหตุ ที่เป็น

อาชญากรรมมาอย่างนี้ เป็นต้นว่า มีคนชอบต่อเขา ๒ ผืน ๑๐ ไม่เอา จะเอา ๓ ผืน ๑๐ เขาเลยจัดการตัดผ้าเป็นครึ่งผืนเอาไว้ แต่ผืนที่เอาให้ดูคือผืนเต็ม แล้วบอกว่า ๒ ถุง ๑๐ บาท ถ้าคุณต่อ ๓ ถุง ก็เอาไปสิ แต่คุณก็ได้ถุงครึ่งเท่านั้น เขาอาจจะมึเหตุผลอย่างนี้ก็ได้

การที่เราไปยึดมั่นเอาเอง แล้วคิดเอาเองนี้ อันตราย ดีฉันไม่ได้ต่อสักคำหนึ่ง เขาเลยได้บาปไปโดยไม่รู้ตัว เพราะอะไร เพราะเท่ากับเขาโกงตามข้อตกลงที่ซื้อขายกันนั้น ถุงแบ่งเต็มผืน ๒ ผืน ๑๐ บาท แต่เขาให้ดีฉันเพียงผืนครึ่ง เขาก็เป็นหนี้ดีฉัน ก่อหนี้ให้ตัวเองโดยไม่รู้ตัว

ความที่เราอับปัญญา จึงทำให้เราเกิดมาพบแต่ความทุกข์เดือดร้อน เพราะต้องตามใช้แต่หนี้ที่เราก็มารู้ว่า เราไปก่อหนี้เอาไว้แต่เมื่อไร มากน้อยแค่ไหน มันจึงสลดในใจ จนไม่จำเป็นที่จะต้องไปต่อว่าเขา ให้ใจของเราพลอยมัวหมอง มัวไปเพ่งโทษผู้อื่น

เหตุการณ์ตรงนี้ ทำให้ดิฉันเห็นว่า ถ้าเรา รู้จักปฏิบัติ ให้รากแก้วของใจเรา หยั่งรู้ถึงแก่น ถึงโคนของพุทธศาสนา จนเกิดเป็นความมกงาม แห่งใจ รู้ในคุณค่าแห่งพระพุทธศาสนาแล้ว มันนำ อัจฉริยะจริงๆ เป็นประหนึ่งร่มเงา ที่ปกปักษ์รักษา เรา จากความทุกข์เดือดร้อนทั้งมวล

ใจของเรา ที่จะไปกระทบกระเทือน เพราะ ผัสสะ ที่จะไปเพ่งโทษผู้อื่น เราไม่ทำ ที่จะพูด ให้เกิดความขุ่นมัว หรือจะไปบ่นให้คนอื่นรกหู เรา ไม่ทำเพราะเป็นเหตุให้เรา มีอกุศลวจีกรรม เหมือน เอายาพิษมาแช่อิมตัวเอง เราสงบอยู่กับปัจจุบัน ไม่เดือดร้อนวุ่นวาย

อะไรจบแล้วก็จบอยู่ตรงนั้น แม่เมตตา ขอให้ เขาฉุกคิดได้ ขอให้เขามีบุญมีกุศล กลับเนื้อกลับตัว ไปในทิศทางที่ดี เพราะถ้ายังทำอย่างนี้ต่อไป ความทุกข์เดือดร้อนจากการกระทำของเขาเอง คอยเขาอยู่เนกอนันต์ หนักหนาเกินกว่าที่เราจะ ต้องไปทับถมซ้ำเติมเพิ่มให้เขาอีก

เราเริ่มเข้าใจ อย่างนี้เอง ท่านจึงสอนให้  
อภัยต่อกันเถิด ตั้งต้นกันใหม่ อยู่กับปัจจุบัน อย่า  
ไปเอาของเก่ามาก่อทวนใจอีก เมื่อใจเห็นอย่างนี้  
ไม่ว่าอะไรผ่านมาในชีวิตประจำวัน มันเป็นอาหารใจ  
ให้เราได้ลบสติปัญญาเราทั้งนั้น

แล้วเราก็รักษาใจเราให้เป็นกุศลอยู่ได้ตลอด  
กาล

ดิฉันหวังว่า สิ่งที่เราเอามาเล่าสู่กันฟัง คงจะช่วย  
ให้ท่านได้ขบคิด ไปปลุกปลอบใจของตน ไม่ให้  
ทอดทิ้งว่าการที่ยังเป็นฆราวาสอยู่อย่างนี้ เรามี  
สิทธิ์จะได้พบคุณค่าอันน่าอัศจรรย์แห่งพระพุทธ  
ศาสนา และได้เริ่มงามาคุ้มครองตนอย่างไร

เมื่อคืนนั้น ดิฉันอ่านหนังสือ ที่กองสุขภาพ  
จิตมีสัมมนา เกี่ยวกับทำไมคนเราถึงมีความเครียด  
เดี๋ยวนี้เด็ก ๒ ขวบ ๓ ขวบ ก็เครียดเป็นแล้ว คุณ  
หมอต่านหนึ่ง เล่านิทานคลายเครียด ว่ามีพ่อตา  
คนหนึ่ง มีลูกเขย ๒ คน เขยคนโตเป็นตอกเตอร์  
ลูกเขยคนเล็กเป็นชาวบ้านธรรมดา..ธรรมดา

วันหนึ่ง พ่อตาชวนลูกเขย ๒ คน พายเรือไป  
เที่ยวเล่นในลำคลอง ผ่านเปิดไปเห็นเปิดว่ายน้ำได้  
ลอยน้ำ พ่อตาก็ถามลูกเขยที่เป็นดอกเตอร์ว่า  
เออ..ทำไมเปิดถึงลอยน้ำได้ ลูกเขยก็อธิบายว่า ก็  
เปิดมันมีขน ถึงไม่จมน้ำ

พ่อตาหันมาถามลูกเขยคนเล็ก ลูกเขยก็บอก  
โอ..พ่อ ธรรมดา..ธรรมดา อะไรมันก็ลอยน้ำได้ทั้ง  
นั้นแหละ พ่อตาก็ซักไม่พอใจ พายเรือกันต่อไป  
สักพัก พบท่านร้องเสียงดัง ลูกเขยคนโตก็อธิบาย  
ว่า เพราะท่านคอยาว พ่อตาหันไปถามลูกเขยคน  
เล็ก บัดโอ้ พ่อ ท่านก็ร้องเสียงดังเป็นธรรมดา  
อย่างนั้นแหละ ของธรรมดา พ่อไปสนใจอะไรล่ะ

ผ่านไปอีกหน่อย ก็ไปเจอพระ จีวรสีเหลือง  
พ่อตาก็ถาม ทำไมจีวรพระสีเหลือง ลูกเขยใหญ่  
ตอบว่าเขาเอาไปย้อมสีเหลือง มันเลยเป็นสีเหลือง  
ลูกเขยคนเล็กก็ว่า ธรรมดาจีวรพระ พ่อจะให้มันเป็นสี  
อะไรล่ะ..ไปกันต่อ อีกสักพัก ก็ไปเจอจอมปลวก  
ข้างบนมีงูเหลือมอยู่ เลยเห็นมันเลื้อม ลูกเขย

คนโตให้เหตุผล ไร่ ก็งูขึ้นไปอยู่บนจอมปลวก เลย  
เป็นมันเลื่อม ลูกเขยคนเล็กก็ว่า ของธรรมดา..  
พ่อ พ่อสงสัยอะไรหรือ ทุกอย่างมันก็ธรรมดา  
อย่างนี้ทั้งนั้นแหละ

พ่อตาก็แค้นใจลูกเขยคนเล็ก ว่าพูดจาไม่ได้  
เรื่อง เมื่อกลับถึงบ้าน ขึ้นจากเรือเสร็จ พ่อตาก็คุม  
ลูกเขยคนเล็กมาไล่เบียดว่า ไหนเจ้าว่ามาซิ ไร่  
ธรรมดา..ธรรมดา..ธรรมดาของเจ้านะ เจ้าไม่มีสติ  
ปัญญา เจ้าก็อ้างว่าธรรมดานะสิ

ลูกเขยเล็กก็ถามพ่อตาว่า พ่อ ที่เปิดว้ายน้ำ  
ได้นี้ พ่อว่ามันอัศจรรย์นักหรือ ของสกปรกอย่าง  
หมาเน่า มันก็ลอยน้ำได้ อุจจาระก็เหมือนกัน ก็  
ลอยน้ำได้ อะไรๆ ก็ลอยน้ำได้ เป็นเรื่องธรรมดา  
ทั้งนั้นแหละ

แล้วท่านนะ ไม่ใช่เพราะคอยาวถึงร้องดัง  
อึ่งอ่างก็ร้องเสียงดัง คอก็ไม่ยาว มันเป็นเรื่อง  
ธรรมดาของท่าน ที่จะร้องดังอย่างนั้นเอง จีวร  
พระสีเหลืองก็ธรรมดาอีกนั่นแหละ ชมันก็สีเหลือง



ซนุนก็สีเหลือง อะไรๆ ก็สีเหลืองเยอะแยะไป พ่อ  
เห็นจิวรพระสีเหลือง แล้วพ่อไปตีต้นตั้นเรื่องอะไร

จอมปลวกมันเลื่อมไม่ต้องเพราะงูเห่าออก หัว  
พ่อล้านก็มันเลื่อม แล้วพ่อจะว่าอย่างไร

คุณหมอสรุปว่า ถ้าเห็นสังกรรมในสรรพสิ่ง  
ทั้งปวงว่า ทุกอย่างล้วนเป็นธรรมดา เป็น  
ธรรมชาติของมันอย่างนั้น จะไปเอาเหตุผลอย่าง  
โน้น อย่างนี้ อะไรกับมันนักหนา เราก็จะเครียด  
ตายเปล่า

เหมือนเรื่องของอาหารการกิน สมัยที่ดิฉันยัง  
เด็กอยู่ เราเชื่อกันว่า ไข่เป็นสิ่งดีมาก ทุกคนควร  
กินไข่ อย่างน้อยวันละ ๑ ฟอง ดิฉันโตมาด้วยไข่  
และเสียงของแม่ที่พร่ำบอก ลูกต้องกินไข่ ม่าย  
อย่างนั้นจะไม่แข็งแรง

ครั้งไปเรียนต่อที่เมืองนอก เป็นยุคสมัยที่ไข่  
เป็นตัวอันตราย ทำให้โคเลสเตอรอลสูง ไม่จำเป็น  
อย่ากิน ถ้าจำเป็น ก็ให้กินอาทิตย์ละ ๑ ฟอง  
อาจารย์ที่สอนให้เหตุผลส่วนตัวว่า เริ่มต้นท่านก็ไม่

ได้อยากกินไข่ แม่ก็บังคับให้กิน ตอนนั้นก็กลับบอกให้  
เลิกกิน

ท่านบอก กินไข่ก็ตาย ไม่กินก็ตายเหมือนกัน  
มีใครบ้างที่เกิดมาแล้ว ไม่รู้จักเจ็บ ไม่รู้จักตาย  
เพราะฉะนั้น โคล레스เตอรอลจะต่ำ จะสูง ก็เรื่องของ  
มัน ท่านคุ้นกับอาหารประเภทไข่ จนอโรยกับมัน  
เสียแล้ว เพราะฉะนั้น ท่านจะกินไข่ต่อไป

อาจารย์คงเห็นถึงสัจธรรมของชีวิตว่า ยังไง  
ก็ตายด้วยกันทุกคน กินก็ตาย ไม่กินก็ตาย แล้ว  
เรื่องอะไรถึงจะทำตัวให้ผิดธรรมดา อุด ปรับ  
เปลี่ยนนิสัยการกิน

มาถึงเดี๋ยวนี้ แพทย์ให้คนไข้หนักกินไข่วันละ  
๒-๓ ฟอง เพราะโปรตีนจากไข่ เป็นโปรตีนที่มี  
คุณภาพสูง ช่วยให้ร่างกายมีการฟื้นตัว เราจะเชื่อ  
ความเห็นไหนล่ะ ดอกเตอร์ทั้งหลายก็มีความเห็น  
กลับไปกลับมาอย่างนี้..เป็นธรรมดา

พระพุทธรูปเจ้าทรงสอนอะไรไว้ คำสอนนั้นก็ถูก  
จริงอยู่อย่างนี้ตลอดมากกว่า ๒,๕๐๐ ปีแล้ว ไม่มี

อะไรที่เปลี่ยนแปลงกลับไปกลับมาอย่างนี้ ทุกคำ  
ของท่านเป็นอภิลักขณ์ ปฏิบัติตามแล้ว จะรู้เห็นเป็น  
ขึ้นในใจ ทุกกาล ทุกสมัย

สิ่งละอันพันธุละน้อย ที่นำมาเล่าสู่กันฟัง คง  
พอเป็นข้อชี้แนะ ให้ใจเราได้เห็นคุณค่าอันน่า  
อัศจรรย์แห่งพระพุทธศาสนา แล้วชวนช่วยปฏิบัติ  
ให้เป็นความมั่งคั่งแห่งใจ





พระพุทธเจ้าไม่ได้สอนลูกศิษย์  
ให้เป็นก้อนอิฐก้อนหิน ตราบเท่าที่  
ใจยังไม่หมดความสงสัย ยังไม่หมด  
อวิชชา ย่อมจะปรุงคิดไป

เราต้องฉลาดรู้จักคิด เอา  
ความนึกคิดนั้นมาเป็นหินลับปัญญา  
คิดแล้วเป็นมรรค

แต่พวกเราไม่ฉลาดคิด คิด  
แล้วเป็นสมุทัย คิดแล้วเป็นอาภรณ์  
เราจึงทุกข์เดือดร้อน