

The Lecture

by เด็กสวนโมกข์

ยูเนสโกยกย่อง “หลวงปู่มั่น-
สมเด็จพระมหาสมณเจ้า
กรมพระยาวชิรญาณวโรรส”
เป็นบุคคลสำคัญของโลก

คิลาธรรม
อาสาสมัครรักษาใจ

กัณฑ์ พระไพศาล

มุนษยที่แท้

ยูเนสโกยกย่อง

หลวงปู่มั่น-สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส

เป็นบุคคลสำคัญของโลก

[วาระนี้-วันดี-ปีนี้]

- วันนี้ (3 ตุลาคม 64) นับว่าเป็นวันสำคัญอย่างยิ่งสำหรับพวกเราชาวพุทธไทย เพราะวันนี้ตรงกับวันประสูติของสมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณสังวร
- และปีนี้ (2563-2564) ก็นับว่าเป็นที่น่าปีติภูมิใจของชาวพุทธไทย เพราะองค์การยูเนสโกได้ประกาศยกย่อง พระภิกษุไทยเป็นบุคคลสำคัญของโลก 2 องค์ คือ 1. สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส 2. หลวงปู่มั่น ภูริทัตโต

[ทำโยยูเนสโกยกย่องพระสงฆ์ไทยสององค์นี้]

- ก็เพราะพระสององค์นี้ได้สร้างประโยชน์ให้โลกเกิดความร่มเย็น กล่าวคือ

1. สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส

- เมื่อท่านอุปสมบทเข้ามาในพระพุทธศาสนา ท่านตั้งใจศึกษาดำรงพุทธศาสนาเป็นอย่างยิ่ง
- ต้องยอมรับว่าพุทธศาสนาในยุคที่ยุคหนึ่งย่อหย่อน ความรู้ความเข้าใจจิตใจงั้น นับเนื่องสมัยอยุธยาที่เกิดสงคราม วัดและตำรับตำราถูกทำลาย พุทธศาสนาไทยตอนนั้นเรียกได้ว่าแทบจะเหลือแต่ประเพณี บวชกันตามประเพณี อยู่กันตามประเพณี ทำกันอย่างสักระยะ ไม่ได้มีความเข้าใจอะไรนัก
- สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ท่านชวนชาวศึกษา ค้นคว้า รื้อฟื้นความรู้ เรียบเรียงตำรับตำรา ส่งเสริมการศึกษาแก่หมู่ภิกษุสงฆ์ ท่านทำไว้มาก มากมาย กายกอง จนแม้ภิกษุสงฆ์ทุกวันนี้ก็ยังใช้ตำราเหล่านั้นศึกษา ชั้นนักธรรม ตรี โท เอก เปรียญธรรมต่างๆ ล้วนแต่เป็นอานิสงส์จากงานที่สมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ องค์นี้ทำไว้ด้วยความพากเพียร
- ครูบาอาจารย์ในยุคของพวกเราได้อาศัยรำเรียนมาจากตำราเหล่านั้นเช่นกัน จึงนับว่าท่านสร้างประโยชน์แก่พระพุทธศาสนาพุทธมหานิกาย ด้วยเหตุนี้องค์การสหประชาชาติเห็นคุณค่าจึงยกย่องท่านเป็นบุคคลสำคัญของโลก

2. หลวงปู่มั่น ภูริทัตโต

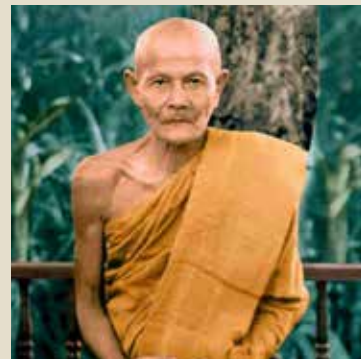
- แต่ก่อน ความคิดมุ่งมั่นอบรมใจเพื่อมรรคผลนิพพานนั้นแทบไม่มี มรรคผลนิพพานพระอรหันต์กลายเป็นเรื่องที่

มีแต่ในตำรา เหมือนนิทานปรัมปรา ผู้คนมองพุทธศาสนาเหมือนพิธีกรรม

- เมื่อแรกบวช หลวงปู่มั่นก็มุ่งศึกษาปริยัติธรรม จนความรู้แจ่มแจ้งในธรรมวินัย แล้วท่านก็ตระหนักว่าความรู้การจดจำนั้นไม่เที่ยง จะหนักแน่นมั่นคงได้ต้องนำมาประพฤติปฏิบัติ
- จึงพิจารณาถึงสถานที่สำหรับประพฤติปฏิบัติ พิจารณาถึงคำของพุทธองค์ที่ว่า “รุกขมูล ร่มไม้ ชายป่า เงื่อม ถ้าป่ารกชัฏ เหมาะสำหรับประพฤติปฏิบัติ เป็นสถานที่ไม่คลุกคลีด้วยผู้คน กิจการงาน เป็นสถานที่ที่บุคคลทั่วไปไม่แสวงหา ไม่ต้องการ แต่ที่นั่นเหมาะสมกับเธอที่จะอยู่อาศัย จะชำระใจได้” จึงตกลงใจกับป่า มุ่งสู่ป่า
- หลวงปู่มั่นบอกว่า “ป่าคือมหาวิทยาลัยธรรมะ” ชีวิตของท่านจึงอยู่แต่กับป่าเขา หลบหลีกจากผู้คน
- ท่านประพฤติปฏิบัติ ชำระจิตใจ จนหายสงสัย ถึงที่สุดจึงยอมรับสานุศิษย์
- เมื่อจะรับสานุศิษย์ก็พิจารณาว่า วัยของท่านนั้นมาก มีเวลาน้อยแล้ว หากเกี่ยวข้องกับสละปะสะปะจะได้ประโยชน์น้อย จึงลงใจว่า ต้องรับเร่งฝึกพระ หากสร้างพระขึ้นมาได้พระเหล่านั้นก็จะไปสร้างประโยชน์แก่ผู้คน
- ชีวิตของท่านจึงอยู่ป่า มุ่งสอนภิกษุ ไม่ได้มุ่งเน้นอบรมอุบาสกอุบาสิกา
- หลวงปู่มั่นเป็นครูของครู คือท่านมุ่งสร้างศิษย์ สร้างพระแท้ โดยไม่คำนึงถึงความสะดวกสบายของตัวเอง ทั้งๆ ที่มีผู้คนศรัทธาท่านมาก อยากอุปฐาก อยากให้ท่านไปอยู่ที่สะดวกสบาย แม้ชราแล้วท่านก็ไม่ไป ยอมอยู่ในถ้ำในทุรกันดานเพื่ออบรมสั่งสอนศิษย์
- ที่อยู่ของหลวงปู่มั่นคือถ้ำป่าดอยที่ซึ่งเข้าถึงได้ยาก ท่านใช้ความลำบากเป็นเครื่องมือคัดเลือกคน ความลำบากในการเดินทาง ความทุกข์ยากในการเป็นอยู่เหล่านี้เป็นเหมือนข้อสอบคัดเลือก
- ผู้ที่จะเข้าถึงท่านได้ต้องหนักแน่น มั่นคง อดทน ตั้งใจจริง ยอมเฝ้าเป็นเฝ้าตาย สละเป็นสละตาย ผู้ที่จะอยู่กับท่านได้ ต้องสละความสะดวกสบาย คงไว้แต่ความสะดวกในการปฏิบัติธรรม ฉะนั้นผู้ที่เข้าถึงและอยู่ศึกษาที่ท่านได้ จึงเรียกว่าเป็นชั้นหวักะทิ
- หลวงปู่มั่นอุทิศเวลาอบรมสั่งสอนศิษย์เหล่านั้นอย่างเอาจริงเอาจัง ไม่คำนึงถึงความสะดวกสบายของตัวเองเลย



(พระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส)



(หลวงปู่มั่น ภูริทัตโต)

ครูบาอาจารย์ที่เป็นลูกศิษย์หลวงปู่มั่นพูดตรงกันว่าอยู่กับท่านตลอด 24 ชั่วโมง เผลอไม่ได้ ประมาทอนใจไม่ได้ ต้องมีสติกำกับเสมอ ต้องระมัดระวังตลอดเวลา

- การมีสติตลอดเวลา ทำให้อยู่ในแวดล้อมของธรรม มีการควบคุมไม่ให้จิตแตกออกนอกวงธรรม ฉะนั้นนิสัยของหลวงปู่มั่นจึงได้ดิบได้ดี กลายเป็นครูบาอาจารย์ผู้ทรงอรรรถธรรม ฉลาดรอบรู้ในธรรม อบรมพระอบรมญาติโยมได้อย่างดี สร้างประโยชน์แก่พุทธศาสนาและสังคมมากมาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งองค์หลวงตามหาบัว

[หลวงตามหาบัว]

- หลวงตามหาบัวเป็นที่ยอมรับของพระทั้งหลายว่ามีจิตนิสสัยคล้ายองค์หลวงปู่มั่นมากที่สุด
- เมื่อแรกบวช องค์หลวงตาได้ศึกษาปริยัติธรรม เมื่อสอบได้เปรียญธรรม 3 ประโยค มีความรู้พอประมาณก็มุ่งหน้าหาครูอาจารย์ ท่านลงใจจะศึกษากับหลวงปู่มั่น จึงตั้งต้นไปหา ...
- หลวงตามหาบัวได้พบหลวงปู่มั่นที่หนองผือใน อ.พรรณานิคม จ.สกลนคร ท่านเล่าถึงช่วงศึกษากับหลวงปู่มั่นที่หนองผือในว่า ทางเดินจกรมที่นั่นตอน ติ 1 ติ 2 มีเสือเดินผ่าน, อาหารบิณฑบาตบางทีได้แต่ข้าวเหนียว ครั้งหนึ่งพระ 5 รูปได้ข้าวเหนียวและกล้วยมา กล้วย 2 ลูก เอามาตัดแบ่งกันกิน
- หลวงตามหาบัวมีความมุ่งมั่นในการศึกษาปฏิบัติมาก เป็นที่ไว้นับถือของหลวงปู่มั่น เรียกได้ว่าเป็นผู้อุปฐากใกล้ชิด ช่วยดูแลพระเถระกิจการงานในวัดจนท่านก็ได้รับความเคารพเป็นที่ยอมรับในหมู่ศิษย์สายปฏิบัติทั้งหลาย

[หลวงตามหาบัว และสมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณสังวร]

- สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณสังวร และหลวงตามหาบัว บวชปีเดียวกัน ทั้งสองสนทนสนมสมาคมกันมาตั้งแต่เป็นพระผู้น้อยจนเป็นพระผู้ใหญ่
- เมื่อกรมหลวงวชิรญาณสังวรได้รับสถาปนาเป็นสมเด็จพระสังฆราชเจ้า และหลวงตามหาบัวมาตั้งวัดป่าบ้านตาด ทั้งสององค์ก็ยังไม่มาหาสู่ เวลาที่หลวงตามหาบัวลงไปกรุงเทพฯ ก็จะไปพักที่วัดบวรฯ และเวลาที่สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณสังวรมาอีสานก็จะพักที่วัดป่าบ้านตาด



(สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณสังวร)



(หลวงตามหาบัว)

น้อมรำลึกถึง สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณสังวร เนื่องในวาระ 108 ปีชาตกาล

นั้นมาปฏิบัติ เพราะธรรมะที่พระพุทธเจ้าประกาศสอน ท่านไม่ได้ประกาศเพื่อให้เรากราบไหว้ แต่เพื่อให้เรานำมาปฏิบัติ ครูปาจารย์ทั้งหลายท่านอบรมสั่งสอนเรา ก็มีความปรารถนาให้เรานำมาอบรมจิตใจ ให้พ้นจากความทุกข์

[เตรียมดินก่อนเพาะปลูก เตรียมพื้นจิตก่อนภาวนา]

- เราไม่ได้ปฏิเสธธรรมภายนอก เช่น ทาน ศีล นั้นเป็นการปูพื้นฐาน เปรียบได้กับการเตรียมดินก่อนเพาะปลูกของชาวนา
- ชาวนาจะได้กินข้าวก็ด้วยการปักดำ แต่ก่อนที่จะเพาะปลูก ชาวนาต้องเตรียมพื้นดินให้กลับดิน ด้วยการไถ คราด ให้ผิวน้ำอ่อนนุ่ม ปราศจากวัชพืชเสียก่อน จึงปักดำ เมื่อปักดำต้นกล้าก็เจริญงอกงาม แดกดอกออกรวง เป็นเมล็ดข้าวให้ชาวนาได้ชื่นใจ
- ฉะนั้นกัน ชาวพุทธผู้ปรารถนาการพ้นทุกข์ จะพ้นทุกข์ได้ก็ด้วยการอบรมจิต แต่ก่อนจะอบรมจิตเราต้องปูพื้นฐานด้วยทาน ศีล ให้พื้นจิตไม่มีความกังวล ไม่มีเวรภัยก่อวนใจเสียก่อน จึงจะพร้อมสำหรับการอบรมจิตภาวนา

[อบรมจิตภาวนาด้วยอานาปานสติ]

- พระพุทธองค์ท่านนำสิ่งที่มียอยู่แล้ว คือลมหายใจ มาเป็นเครื่องมือ
- ลมหายใจเป็นสิ่งที่เรามี แต่เราไม่มีความรู้ความฉลาดพอที่จะเห็นคุณค่า ปล่อยให้ลมหล่อเลี้ยงร่างกายไปวันๆ ส่วนองค์ศาสนา ท่านมีความรู้ความฉลาด ใช้ลมหายใจมาเป็นเครื่องอบรมจิต กำหนดลมหายใจเข้า-ออก อย่างมีสติ ดังพุทธประวัติที่ว่า วันเพ็ญเดือน 6 ก่อนตะวันตกดิน เจ้าชายสิทธัตถะนั่งใต้โคนต้นโพธิ์ กำหนดลมหายใจเข้า-ออกอย่างมีสติ คือกำหนดลมเข้าก็รู้ ลมออกก็รู้ และก่อนรุ่งแจ้ง พระองค์ก็ตรัสรู้ นี่คือจุดเริ่มต้นขององค์ศาสนา
- จากนั้นทรงนำข้อปฏิบัติทั้งฝ่ายเหตุ ฝ่ายผล มาบอกกล่าวแก่สัตว์โลก

- ผู้มีความเชื่อ ได้ยินได้ฟัง น้อมนำมาปฏิบัติ ก็สามารถไปถึงจุดหมายปลายทางตามองค์ศาสนา แล้วเราก็กราบท่านเหล่านี้ว่า *สังฆัง สรณัง คัจฉามิ*
- สังฆัง สรณัง คัจฉามิ เป็นพยานยืนยันว่าการปฏิบัติตามคำสอนสามารถเข้าถึงธรรมของศาสนาได้
- นับแต่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ แสดงธรรมแก่ปัญจวัคคีย์เรื่อยมาจนปัจจุบัน คำว่า สังฆัง สรณัง คัจฉามิ ก็มีเคยขาดหาย พิสูจน์ความเป็นเอกภคินิเทศในธรรมของพระศาสดาว่าตราบดีที่ยังมีผู้ปฏิบัติถูกต้องตามธรรม โลกก็ยังมี สังฆัง สรณัง คัจฉามิ อยู่ตราบนั่น

[อบรมจิตภาวนาบูชาบูรพาจารย์]

- พวกเรามีบูรพาจารย์ ทั้งสมเด็จพระมหาสมณเจ้าฯ กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณสังวร, หลวงปู่มั่น ภูริทัตโต ซึ่งเป็นบูรพาจารย์ในฝ่ายการประพฤติปฏิบัติ การน้อมนำปฏิบัติของท่านมาปฏิบัติเป็นการบูชาครูอาจารย์อย่างดีที่สุด เหนือกว่าการบูชาใด
- เราไม่ได้ปฏิเสธการบูชาด้วยสิ่งของอาภรณ์ แต่วัตถุไทยทานเหล่านั้นเป็นเครื่องอาศัยได้เพียงชั่วคราว ทว่าการปฏิบัติบูชา นี้ต่างหากสามารถพาผู้ปฏิบัติไปถึงการสิ้นทุกข์แท้จริงได้
- เมื่อเริ่มต้นปฏิบัติอาจล้มลุกคลุกคลาน ก็ขอให้มันขัดใจความอดทน เริ่มด้วยการเข้าใกล้ครูอาจารย์ ให้ได้ยินได้ฟังได้เห็น แล้วนำไปพิจารณา เมื่อลงใจด้วยเหตุด้วยผลในธรรมนั้นแล้ว ก็นำไปปฏิบัติอบรมจิตใจของตน
- ขอให้เชื่อเถิดว่า ธรรมทั้งหลายจะนำสุขมาให้ ดังเช่นภาษิต "จิตที่อบรมดีแล้ว ย่อมนำสุขมาสู่ตน"
- อย่าได้เป็นเหมือนกับทัพพีในหม้อแกง ที่อยู่ใกล้แต่ไม่ได้รู้รส
- ถ้าพวกเราเป็นผู้ฉลาด ก็ควรน้อมนำคำสอนมาปฏิบัติให้สมกับที่ได้ชื่อว่าอยู่ใกล้ครูอาจารย์ นี้ก็จะการบูชาบูรพาจารย์ เป็นมงคลนำพาเราไปสู่ความสุข ความเจริญกระทั่งถึงที่สุด พ้นจากความทุกข์ได้สิ้นเชิง *icetare*

• ทั้งสององค์ต่างเป็นพระที่ได้รับการยอมรับว่าเป็นเอกอุในด้านปริยัติธรรม แต่ทั้งสององค์ก็ไม่แน่นอนใจในปริยัติธรรม ท่านนำมาปฏิบัติอย่างเอาจริงเอาจัง

[สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณสังวร]

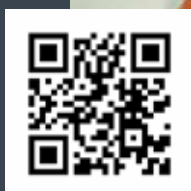
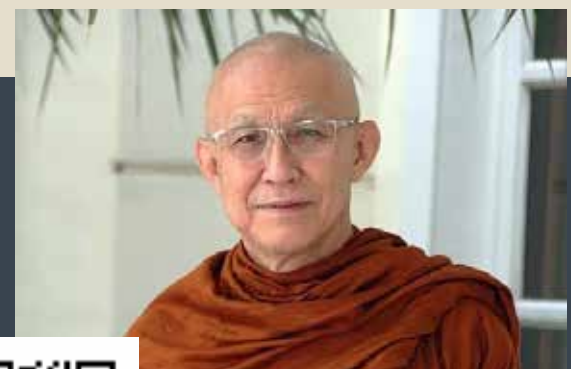
- แม้สมเด็จพระสังฆราชเจ้า กรมหลวงวชิรญาณสังวร จะมีภาระหน้าที่ในฝ่ายปกครองมาก ท่านก็หาโอกาสปลีกเวลามาพบครูบาอาจารย์และประพฤติปฏิบัติเสมอ
- พ.ศ. 2513 หลวงพ่อวชิรฯ ไปอยู่กับหลวงปู่แหวน จำพรรษาที่หลวงปู่สิม สมัยนั้นสมเด็จพระสังฆราชยังเป็นพระสาสนโสภณ ก็ได้เห็นสมเด็จพระสังฆราชไปพบครูบาอาจารย์ตลอด อาตมา (พอจ.สุธรรม) ได้เกี่ยวข้องกับท่านก็เพราะได้พบท่านตั้งแต่นั้นเป็นพระใหม่ ๆ
- ครูบาอาจารย์ทั้งหลายเหล่านี้ล้วนแต่หน้าเคารพ มองไปยามใดท่านก็มีความสำรวม มีความสวยงามในข้ออรอดข้อธรรม สมกับธรรมที่พระผู้มีพระภาคกล่าวว่า "ผู้ประพฤติปฏิบัติธรรมนั้นล้วนมีความงามทั้งเบื้องต้น งามในท่ามกลาง งามในที่สุด" ความงามของอรอดของธรรมเป็นเครื่องเพาะปลูกศรัทธา ใครได้พบเห็นก็เกิดความเลื่อมใส แม้ผู้ไม่มีศรัทธาได้พบเห็นก็ยังให้เกิดศรัทธาได้ ผู้มีศรัทธาอยู่เดิมเมื่อได้พบก็เพิ่มพูนศรัทธายิ่งๆ ขึ้น
- การประพฤติปฏิบัติทางนี้ ล้วนแต่ นำความสุขความอบอุ่นร่มเย็นมาสู่ผู้ปฏิบัติทั้งนั้น ไม่ว่าจะอยู่ในป่า ในเมือง ขอเพียงอยู่ที่ไหนก็ให้มีจิตมีใจอยู่ด้วย เพียงมีจิตมีใจอยู่ ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหนก็อบรมจิตอบรมใจได้
- แม้พุทธศาสนิกชนไม่มีโอกาสไปอยู่ป่าอย่างผู้ทรงอรอดทรงธรรม แต่ก็อบรมจิตอบรมใจได้ เราอยู่สภาพไหน ก็หาโอกาสอบรมจิตใจ อยู่ที่ไหนก็อบรมใจได้ด้วยกันทั้งนั้น

[ยูเนสโกเห็นแล้ว เราเห็นหรือยัง]

- ชาวต่างชาติ (ยูเนสโก) อยู่ไกลยังรับรู้รับทราบถึงความดี ความเป็นผู้ทรงอรอดทรงธรรมของบูรพาจารย์ พวกเขายกย่องบูรพาจารย์ไทยเป็นบุคคลสำคัญของโลก ในปี 2563-2564 ถึง 2 รูป
- เราคนไทยถือเป็นผู้ใกล้ชิดกับท่าน เราได้เห็น ได้สัมผัสธรรมะปฏิบัติทางสู่จิตสำนึกของเราหรือยัง
- เราควรที่จะภูมิใจและนอบน้อมนำคำสอนและปฏิบัติทาเหล่านี้

ปรารภธรรมโดย **พระราชวัชรธรรมจารย์ (สุธรรม สุรัปโม)** เจ้าอาวาสวัดเกษรศีลคุณ (วัดป่าบ้านตาด) จ.อุดรธานี | 03.10.64

กิจกรรมธรรมะในสวน ทำบุญเดือนเกิด กิจกรรมเพื่อส่งเสริมความเข้าใจในบุญที่แท้ ว่าคือทาน ศีล ภาวนา จัดขึ้นทุกวันอาทิตย์สัปดาห์แรกของเดือน ช่วงสถานการณ์โควิดสมัครร่วมกิจกรรมได้ที่เพจกิจกรรมสวนโมกข์



ฟังปรารภธรรม

เล่มโปรด

มนุษย์ที่แท้

มรรควิถีของจางจื่อ

ผู้นิพนธ์: จางจื่อ |

ผู้คัดสรร: โทมัส เมอร์ดัน |

ผู้แปล: ส.ศิริรักษ์ |

ประเภท: ปรัชญา, เต๋า |

แนะนำโดย: พระไพศาล วิสาโล |

- มนุษย์ที่แท้ -

“มนุษย์ที่แท้ : มรรควิถีของจางจื่อ” เล่มนี้แปลและเรียบเรียงโดย “ส.ศิริรักษ์” ซึ่งได้เอ่ยอ้างถึงคุณธรรมดั้งเดิมบนทางศาสนา ที่สวดหรือผู้สอนเน้นในเรื่องการดำเนินชีวิตอย่างมักน้อย สันโดษ และสงบเย็น พร้อมกับกล่าววิพากษ์วิจารณ์ความเจ้ากี้เจ้าการอย่างโง่เขลา ในอันที่บุคคลเข้าไปกำหนดกฎเกณฑ์เอาที่วิถีชีวิตของคนหมู่มาก เนื่องจากขาดความรู้ความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในธรรมชาติของคน ทั้งนี้เพื่อจะได้กลับออกมามองโลกและสังคมอีกครั้ง ในแง่มุมและมีมิติที่หลากหลายกว้างขวางมากขึ้น ที่สำคัญคือเพื่อการสำรวจตรวจตราตนเอง โดยอาศัยศีลธรรมเป็นแว่นส่อง เพื่อค้นหาให้พบซึ่งความผิดพลาด บกพร่อง และเยียวยาแก้ไขความผิดนั้นๆ เสีย หากทำได้ดังนี้ก็น่าจะเป็นประโยชน์ในการดำเนินกิจการงานในลู่ทางที่เรียบโล่ง ปลอดภัยจากทิวทัศน์ที่ยืดถือนิวอย่างตายตัว จนไม่เป็นอันจะเข้าใจกระแสโลกรอบตัวที่กำลังเปลี่ยนแปลงไป

อาตมาอ่านเล่มนี้ (มนุษย์ที่แท้) ตั้งแต่ตอนทยอยพิมพ์ในนิตยสารลลนา, ตอนอายุ 17 เรียนอยู่ ม.ศ.5 เป็นการคัดสรรงานนิพนธ์ของจางจื่อ (ปราชญ์จีนโบราณ) โดยโทมัส เมอร์ดัน, แปลโดย ส.ศิริรักษ์

จางจื่อ เป็นคนในประวัติศาสตร์จีนเมื่อ 2,300 ปีที่แล้ว งานของจางจื่อนั้นลึกซึ้ง แฝงอารมณ์ขัน แยกกาย, โทมัส เมอร์ดัน เป็นนักบวช เป็นคนที่เข้าใจโลก มีความลุ่มลึกเกี่ยวกับศาสนา และเป็นนักเขียนในดวงใจของอาตมาคนหนึ่ง โทมัสศึกษาเซ็น เต๋า พออ่านงานของจางจื่อก็เกิดความสนใจ จึงเลือกสรรมารวมเป็นเล่ม และอาจารย์สุลักษณ์ (ส.ศิริรักษ์) นำมาแปลด้วยสำนวนโบราณๆ อาตมาอ่านแล้วก็ชอบ

เฉพาะเล่มที่ใช้อยู่นี้ก็อยู่กับอาตมา 43 ปีแล้ว อ่านบ่อยจนขาดทิว หลุดเป็นแผ่นๆ ที่ประทับใจมาตลอด ตั้งแต่สี่สิบปีที่แล้วก็คือบทสุดท้าย ท้ายๆ เลย ชื่อเรื่อง “หนีเงา”

[หนีเงา]

เรื่องมีอยู่ว่า ชายผู้หนึ่งเกิดรำคาญรอยเท้าตัวเอง และทนเงาตัวเองไม่ค่อยได้ จึงอยากเอาชนะ วันหนึ่งเขาคิดวิธีได้ เขาก็ลุกขึ้น แล้ววิ่ง -- แต่ไม่ว่าวิ่งไปไกลแค่ไหน รอยเท้าก็ตามเขาไป, ไม่ว่าวิ่งให้เร็วแค่ไหนเงาก็ยังตามร่างเขาทัน

ชายคนนั้นคิดว่าเขาวิ่งเร็วไม่พอ ก็เลยวิ่งให้เร็วกว่าเดิม แต่เงาและรอยเท้าก็ยังตามทัน ที่สุดเขาก็หมดแรง ล้มลง และถึงแก่ความตาย

จางจื่อสรุปว่า ชายผู้นี้หารู้ไม่ว่า หากเขาเพียงแค่แอบเข้าร่วม (ร่วมนี้คือร่วมเงา, ร่วมไม้) เงาก็จะหายไป และหากเขาอยู่นิ่งๆ รอยเท้าก็จะหมด

ง่ายมากเลย อาตมาอ่านแล้วได้คิดเลยว่า คนเรานี้วิ่งหนีทุกข์และสิ่งที่ใช้หนีทุกข์กลับทำให้ทุกข์เพิ่มมากขึ้น

หรือติดตามตัวไป ที่จริงวิธีที่ง่ายก็คือเพียงหลบอยู่ในร่มไม้ ร่มไม้คือร่มธรรมและอยู่นิ่งๆ ไม่ใช่หนีทางกายอย่างเดียว แต่หนีทางใจด้วย คือใจสงบ เมื่อใจสงบความทุกข์ทางใจก็หายไป นี่เป็นแรงบันดาลใจให้อาตมาสนใจธรรมะ สนใจการปฏิบัติสมาธิภาวนา ทุกวันนี้ก็ยังระลึกนึกถึงบทนี้อยู่เสมอ และเอามาพูดเตือนใจผู้คนที่ ถ้าอยากพ้นทุกข์ อย่านิ่งทุกข์ แค่อุ่ร่มไม้ หรือร่มธรรม รู้จักทำให้สงบ ความทุกข์ก็จะหายไปเอง

จางจื่อเป็นคนที่มีความอดทน อดทน อดทน มีความลึกซึ้ง แล้วก็ฉลาดในการอุปมาอุปไมย ท่านเจ้าคุณราชวรมุณี (ปัจจุบันท่านเป็นพระพุทธรูปวิชาจารย์) เขียนในคำนำหนังสือ ท่านตั้งข้อสังเกตว่า คำสอนของจางจื่อใกล้เคียงกับพุทธศาสนาระดับโลกุตตรธรรม การไม่ยึดติดในสิ่งที่เป็นสมมติ เพราะไม่ว่าจะเป็นกฎเกณฑ์แบบแผน ความสำเร็จ ความล้มเหลว ล้วนเป็นสมมติ และจางจื่อก็ไปถึงขั้นที่เรียกว่า วางเปล่าจากตัวตน

ถ้าอยากหมดทุกข์ อย่าวิ่งหนี

แต่ให้รู้จักอยู่ใต้ร่มไม้ (ร่วมธรรม)

และรู้จักทำให้สงบ

ความทุกข์ก็จะหายไปเอง

อีกบทที่อาตมาชอบด้วยเหมือนกัน คือบทที่ชื่อว่า เรือเปล่า

[เรือเปล่า]

เรื่องมีอยู่ว่า เวลาข้ามแม่น้ำ ถ้าเรือแจวจะมาชนเรือกรรเชียงคนในเรือก็คงโกรธ แต่ถ้าเรือเปล่าจะมาชนเรือกรรเชียง ถึงเขาจะเป็นคนเจ้าโทสะ ก็คงโกรธไม่ได้มาก แต่ถ้าเห็นคนในเรือ คงต้องตะโกนบอกให้ไปให้พ้น ถ้าอีกฝ่ายไม่ได้ยินก็ต้องตะโกนออกไปอีก และทำเช่นนี้เรื่อยไปจนถึง



ลึกซึ้ง แฝงอารมณ์ขัน แบบคาย



ต้องร้องด่า ทั้งนี้ก็เพราะมีคนอยู่ในเรือลำนั้น ถ้าไม่มีคนอยู่ในเรือ คงไม่ตะโกนและไม่โกรธ

จวงจื้อสรุปว่า ถ้าทำเรือของท่านให้ว่างเสียได้ เวลาข้ามโสมะของโลก โสมะก็อาจจะหมายถึงทะเลหรือสังสารวัฏ ก็จะไม่มีการขวางกั้นท่าน

จวงจื้อให้เราทำตัวเหมือนเรือเปล่า ถ้าเราทำตัวเหมือนเรือเปล่าก็จะไม่มีใครมาต่อว่าด่าทอ หรือถึงต่อว่าด่าทอ ก็ไม่ทุกข์ร้อนอะไร

จวงจื้อได้ฝึกตนจนถึงสภาวะบางอย่าง ทำให้เขาเป็นคนไม่สนใจยศศักดิ์ อำนาจ ชื่อเสียง

ถ้าทำเรือของท่านให้ว่างเปล่าเสียได้
เวลาข้ามโสมะของโลก (ท่องทะเล สังสารวัฏ)
ก็จะไม่มีใครขวางกั้น

[เต่าในตบ-เต่าในศาล]

มีเรื่องเล่าว่า วันหนึ่งขณะจวงจื้อนั่งตกปลาอยู่ มีเสนาบดีได้รับบัญชาให้มาประกาศแก่จวงจื้อว่าได้รับแต่งตั้งเป็นอัครเสนาบดี จวงจื้อก็ยังนั่งตกปลาเช่นเดิม หาได้สนใจ แล้วเขาก็พูดขึ้นว่า “ข้าพเจ้าเคยได้ยินว่ามีเต่าตัวหนึ่งเป็นเซียนมาเมื่อสามพันปีที่แล้ว ต่อมาอ๋อง (ผู้ปกครอง) รู้ข่าวก็มานำเต่าตัวนี้ไปไว้ที่ศาล เคารพกราบไหว้” จวงจื้อถามเสนาบดีว่า “เต่าตัวนี้ควรอยู่ในศาลทนมกลิ่นรูปควันทิพย์ หรือควรกลับมาสู่ธรรมชาติ กระดิกหางอยู่ตามโคลนตม”

เสนาบดีตอบว่า “เต่าตัวนั้นควรกลับมากระดิกหางอยู่ในโคลนตม” จวงจื้อจึงบอกว่า “จะนั้นก็ปล่อยให้ข้าพเจ้ากระดิกหางตามโคลนตมต่อไป”

เต่าตัวนี้ควรอยู่ในศาล
ทนมกลิ่นรูปควันทิพย์ต่อไป

หรือควรจะอยู่ในธรรมชาติ
กระดิกหางอยู่ในโคลนตม?

[นกอายุภัคดี-นกเค้าแมว]

จวงจื้อเดินทางไปยังรัฐรัฐหนึ่ง อัครเสนาบดีรัฐนั้นกล่าวว่าจวงจื้อจะมาแย่งตำแหน่งของตัว จึงส่งลูกน้องมาจับ จวงจื้อก็ไม่ได้ว่าอะไร แต่กล่าวว่า “มันมีนกอยู่ตัวหนึ่งคือ นกอายุภัคดี เป็นนกชั้นสูงกินอาหารทิพย์ ดื่มน้ำใส และมีนกอีกตัวคือ นกเค้าแมว เป็นนกที่กินหนูตาย (ศพเน่า) พอมันมองขึ้นไปเห็นนกอายุภัคดี ก็ตกใจ กำหนุไว้แน่น เพราะกลัวสูญเสียชีวิตแล้วกล่าวว่า “ท่านจะวิตกกังวลไปทำไม ยึดตำแหน่งไว้เหนียวแน่น กลัวข้าพเจ้าจะแย่งชิงหรือไร”

จวงจื้อพูดทำนองว่า ยศ อำนาจ นี่เป็นของด่า ฉันไม่สนใจหรอก

[เข้าสาม เย็นสี่]

ชายคนหนึ่งเลี้ยงลิง บอกลิงว่า ตอนเช้าฉันจะให้เจ้ากินเกาลัด 3 กอง บ่าย 4 กอง ลิงโวย ไม่พอใจ, คนเลี้ยงลิงเลยบอกว่า วันตอนเช้าจะให้กินเกาลัด 4 กอง บ่าย 3 กอง ลิงได้ยินดังนั้นก็พอใจ จบ

นิทานเรื่องนี้สอนว่า อย่าไปติดแบบแผน จะเข้า 3 เย็น 4 หรือเข้า 4 เย็น 3 ก็ได้ผลเหมือนกัน คนที่ไม่ฉลาดก็จะไปเถียงกับลิง แต่จวงจื้อบอกว่าอย่าไปติดแบบแผน ไม่ชอบเข้า 3 เย็น 4 ก็ให้เข้า 4 เย็น 3 ก็ได้ กับลิงจะไปเถียงเอาเหตุผลกับมันทำไม

คนทั่วไปก็ไม่ต่างจากลิงนะ อยากได้มากกว่าก่อน-น้อยทีหลัง น้อยคนที่จะเอาน้อยก่อน-มากทีหลัง ความสุข-ความทุกข์ก็เหมือนกัน น้อยคนจะยอมทุกข์ก่อน-สุขทีหลัง ส่วนมากจะเอาสุขก่อน-ทุกข์ทีหลัง, เด็ก ๆ น้อยคนที่จะยอมทำการบ้านก่อนแล้วเล่นทีหลัง โดยมากจะเล่นวันนี้ จะสนุก

วันนี้ วันหน้าจะเดือดร้อนยังไงไม่สนใจ
จวงจื้อเน้นให้เราเห็นว่าแบบแผน คุณธรรมต่าง ๆ นั้น มีข้อดี แต่อย่ายึดติด เพราะสิ่งดี ๆ ที่ออกจากใจ อาจไม่มีแบบแผนเลยก็ได้

[ไม่ยึดติดแบบแผน]

จวงจื้อเคยพูดไว้ว่า ถ้าเราเหยียบเท้าคนแปลกหน้าที่ตลาด เราจะกล่าวขอโทษ และให้เหตุผลมากมาย แต่ถ้าพี่ชายเหยียบเท้าน้องชาย อาจกล่าวเพียงว่า ขอโทษทีนะ เท่านี้ก็พอแล้ว แต่ถ้าบิดามารดาเหยียบเท้าบุตร อาจไม่ต้องกล่าวอะไรเลยก็ได้ แล้วจวงจื้อก็กล่าวว่า “ความสุภาพที่ยิ่งใหญ่ที่สุด ย่อมเป็นอิสระจากแบบแผนทั้งปวง” หมายถึง คนเราก็คงมีความรักต่อกัน คำขอโทษไม่มีความหมาย ไม่จำเป็น คำขอโทษมีความจำเป็นก็ต่อเมื่อคนแปลกหน้ามาเกี่ยวข้องกับเรา

ความรักที่สมบูรณ์ย่อมปราศจากการแสดงออกใด ๆ ทั้งสิ้น น้ำใสใจจริงที่แท้ ย่อมไม่ให้ตะกรัน

เขาพยายามบอกเราว่าอย่าไปติดแบบแผน แม้แต่เรื่องมารยาท แต่ให้เราหันมาให้ความสำคัญกับเรื่องจิตใจ ถ้อยคำก็เช่นกัน ถ้อยคำเป็นสิ่งที่จวงจื้อบอกว่าอย่าสนใจมาก ยกตัวอย่างเช่น

ถ้ามีแ้ว ถ้าแรวจับกระต่ายได้ ก็ให้ลิ้มแรวทิ้งไปเลย ถ้ารองเท้ามันสวมใส่ได้พอดี ก็ลิ้มรองเท้า

ถ้อยคำ หากเราเข้าถึงความหมายของถ้อยคำแล้ว ก็ลิ้มถ้อยคำได้ คือให้มุ่งที่สาระ

นี่ก็เป็นคำสอนบางส่วนของจวงจื้อ

‘ความสุภาพที่ยิ่งใหญ่ที่สุด
ย่อมเป็นอิสระจากแบบแผนทั้งปวง’

ความรักที่สมบูรณ์ย่อมปราศจากการแสดงออกใดๆ ทั้งสิ้น

น้ำใสใจจริงที่แท้ย่อมไม่ให้ตระกรัน

ที่อาตมาชอบอีกอย่างคือเขาบอกว่า เวลาไปทำอะไรอย่าไปมุ่งหวังความสำเร็จ แต่ให้อยู่กับสิ่งที่เราทำ อย่างเรื่องช่างแกะสลักไม้

[ช่างแกะสลักไม้]

ช่างแกะสลักไม้คนหนึ่ง ช่างคนนี้แกะสลักไม้ได้งดงามมาก คนก็ถามท่านว่ามีเคล็ดลับอะไรจึงแกะสลักได้สวยงาม

ชายคนนั้นบอกว่า “ไม่มีเคล็ดลับอะไรเลย ก่อนที่จะแกะสลักไม้ ข้าพเจ้าก็จะนั่งสมาธิบำเพ็ญภาวนา ลืมทุกอย่าง ลืมงานการ หลังจากนั้นก็จะเริ่มทำงาน ระหว่างทำไม้ก็จะลืมคำชมคำวิจารณ์ พอภาวนาได้ 7 วันก็จะลืมร่างกาย อาจจะขาหรือแขนก็ตาม มาถึงตอนนี้ความนึกคิดของข้าพเจ้าไม่ได้นึกถึงอะไรเลย ความคิดมันมีแต่เป็นหนึ่ง จดจ่ออยู่กับเรื่องที่แขวนระฆัง และเมื่อไปถึงต้นไม้ เมื่อเห็นต้นไม้ที่ปรากฏแก่ตาข้าพเจ้า รูปร่างของที่แขวนระฆังก็ปรากฏขึ้น”

ทุกอย่างดูง่ายไปหมด เมื่อลืมนึกถึงเป้าหมาย หรือความสำเร็จ อีกตอนเขาพูดถึงนายขมังธนู

[นายขมังธนู]

“เมื่อนายขมังธนูยิงโดยไม่ได้หวังอะไร ย่อมใช้ความชำนาญอย่างเต็มที่ แต่ถ้ายิงเพื่อไล่ทองเหลือง ย่อมประหม่าเสียแต่แรก ถ้ายิงเอาทองเป็นรางวัล เลยตาบอดเอาด้วยซ้ำ หากไม่ก็เห็นเป้าเป็นสองเป้าเพราะใจมีอยู่กับตัว ความชำนาญมิได้เปลี่ยนแปลงไป แต่รางวัลทำให้แบ่งตัวเขาเป็นสอง เขาพะวง เขาคิดเอาชนะยิ่งกว่าคิดจะยิง ความต้องการเอาชนะทำให้อำนาจของเขาขาดหายไป”

นี่เป็นบทที่อาตมาชอบ เวลาทำอะไรอย่าไปสนใจผลสำเร็จ รวมทั้งรางวัลที่จะได้รับ แต่ให้ใจเรามีสมาธิเป็นหนึ่งเดียวกับสิ่งที่เราทำ อันนี้ก็ตรงกับที่พระพุทธเจ้าสอนให้เรามีสติกับปัจจุบัน มีสติกับสิ่งที่เราทำ ให้เป็นหนึ่งเดียวกัน แล้วมันจะทำได้

ภาวนานั้นจะลืมนึกถึงว่าคนเขาจะพูดถึงเราอย่างไร ไม่สนใจคำชม ไม่สนใจว่าจะมีอุปสรรคอย่างไร ใจเป็นหนึ่งเดียวกับสิ่งนั้น

มันก็เป็นอย่างนั้นจริงๆ ตัวอย่างที่อาตมาชอบยกอยู่บ่อยๆ คือ นักกีฬาฟุตบอล เวลาเตะลูกโทษ แมทซ์สำคัญที่ต้องชี้ชะตากันที่ลูกโทษ เราจะพบว่านักฟุตบอลที่มีชื่อเสียงหลายคนเตะไม่เข้า ทั้งที่เวลาซ้อมเตะแบบนี้ 100 ลูกก็เข้า 90 ลูก แต่พอแมทซ์ที่ต้องชี้ชะตากลับไม่เข้า เป็นเพราะใจเขาไม่เป็นหนึ่งเดียวกับลูกฟุตบอล ใจเขานึกถึงว่าถ้าเตะไม่เข้าจะเกิดอะไรขึ้น ทีมจะตกรอบ? จะไม่ได้แชมป์? จะถูกด่า? ผู้ชมจะรุมให้? นี่ก็เหมือนนายขมังธนู คือถ้าคิดยิงเพื่อไล่ ย่อมประหม่า แต่คนที่จะยิงเข้าในแมทซ์แบบนี้ ต้องใจเป็นหนึ่งเดียวกับฟุตบอล ในความรับรู้ของเขามันไม่มีผู้ชม ไม่มีรางวัล ไม่มีถ้วย มีแต่เขากับลูกฟุตบอลเท่านั้น นี่เรียกว่า ให้อะไรว่าง อาจจะตรงกับที่ท่านพุทธทาสกล่าวไว้ว่า “ทำงานทุกชนิดด้วยจิตว่าง” คือว่างจากความสำเร็จ ว่างผลลัพธ์ที่จะได้ ว่างตัวตน

[ถาม: จากที่ท่านอาจารย์อ่านแล้ว อยากทราบว่าความเป็นมนุษย์ที่แท้หมายถึงอะไร]

มนุษย์ที่แท้เป็นบทหนึ่งในหนังสือเล่มนี้ สะท้อนถึงมนุษย์ในอุดมคติตามทัศนะของจางจื๊อ ซึ่งก็คือผู้ที่ไม่ยึดติดในสิ่งใด ไม่ว่าจะความสำเร็จหรือความล้มเหลว อาตมาจะอ่านให้ฟัง...

“มนุษย์ที่แท้ในสมัยโบราณย่อมไม่กลัว ถึงล้มเหลวก็ไม่เสียใจ เมื่อสำเร็จก็ไม่หลงตน ยามตกลงเหวไม่เวียนศีรษะ ยามตกลงน้ำตัวไม่เปียก เดินเข้ากองไฟก็ไม่ไหม้” ไม่ท้อไหวกับอะไรที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะบวกร้อลบ

“มนุษย์ที่แท้ในสมัยโบราณนอนโดยไม่ฝัน ตื่นโดยไม่วิตก กินอาหารง่ายๆ หายใจลึกๆ มนุษย์ที่แท้หายใจจากหัวใจ คนอื่นๆ หายใจจากคอหอย

“มนุษย์ที่แท้ในสมัยโบราณไม่ยึดติดในชีวิต ไม่กลัวความตาย เมื่อสู่ทางเข้าก็ปราศจากความยินดี เมื่อสู่ทางออกก็ปราศจากความขัดขืน มาง่าย-ไปง่าย ไม่ลืมน้ำมาจากไหน และไม่ถามว่าจะไปไหน จิตอิสระ ความคิดไปพ้นแล้ว หน้าผากกระจ่าง ใบหน้าสงบ

“ท่านเหล่านี้มีความเยือกเย็นเพียงใด ตอบได้ว่า ‘เย็นดุจฤดูใบไม้ร่วง’ ท่านเหล่านี้มีความร้อนเพียงใด ตอบได้ว่า ‘ไม่ร้อนไปกว่าฤดูใบไม้ผลิ’ ทุกสิ่งซึ่งมาจากท่าน มาอย่างเจียบๆ ดุจดั่งฤดูทั้งสี่”

คือคล้ายมนุษย์ในอุดมคติของพุทธศาสนาเลย ไม่ท้อไหวต่อโลก อย่างในมงคลสูตรก็มีตอนหนึ่งกล่าวว่า “จิตของผู้ใด อันโลกธรรมทั้งหลายถูกต้องแล้ว ย่อมไม่ท้อไหว ไร้ธุลีเลส เป็นจิตเกษมศานต์ อันนี้คือสภาวะจิตของมนุษย์ในอุดมคติของพุทธศาสนา คือพระอรหันต์ ซึ่งท่านก็สามารถอยู่กับโลกแต่ไม่ทุกข์ไปกับโลก เพราะท่านไม่ยึดติดกับสิ่งใด

สิ่งที่จางจื๊อพยายามชี้ให้เห็นอยู่บ่อยครั้งก็คือว่า ไม่มีอะไรที่ยึดติดถือมั่นได้ และชี้ให้เห็นว่า สิ่งต่างๆ มันมีดีและมีเลวอยู่ในตัว ไม่มีอะไรดีไปทั้งหมด ไม่มีอะไรเลวไปทั้งหมด ในความดีก็มีความเลว

มนุษย์ที่แท้ในสมัยโบราณ ย่อมไม่กลัว

เมื่อยึดถือทรศนะหนึ่งใดอยู่เดียวดาย

ถึงล้มเหลวก็ไม่เสียใจ เมื่อสำเร็จก็ไม่หลงตน

[ในดี มีเลว]

ตอนหนึ่งจางจื๊อพูดถึงความซื่อสัตย์สุจริต “...ทรงทราบดีว่า ขุนนางข้าราชการที่ทำหน้าที่อย่างซื่อสัตย์สุจริตนั้นเป็นผลดีแก่บ้านเมือง แต่ไม่ทรงทราบว่าความซื่อสัตย์สุจริตนั้นก็ก่อให้เกิดผลร้ายด้วย เพราะพากันใช้ความซื่อสัตย์สุจริตนั้นเป็นเครื่องบังหน้า เพื่อแสดงอาการฉ้อฉลอยู่หลังจากได้มันคงขึ้น”

เหมือนกับจะชี้ว่าในดีก็มีเลว และขณะเดียวกันในความเข้มแข็งก็มีความอ่อนแอ

ความซื่อสัตย์สุจริตนั้นก็ก่อให้เกิดผลร้ายด้วย

เพราะพากันใช้ความซื่อสัตย์สุจริตนั้นเป็นเครื่องบังหน้า

เพื่อแสดงอาการฉ้อฉลอยู่หลังจากได้มันคงขึ้น

[ในเขมเบียง มีอ้วนแอง]

“มาดิบเดินทางได้วันละ 500 โยชน์ แต่จะให้จับหนูยอมไม่ได้”

“กลางคืนต่อให้มีดแสนมีด นกเค้าแมวจับใครก็ได้ แม้เส้นผมอันละเอียดอ่อนก็แลเห็น แต่ตอนกลางวัน เหม่อมองออกไปเพียงไรก็ช่วยตัวเองไม่ได้ แม้ภูเขาใหญ่ขวางกั้น ก็มองไม่เห็น” หมายถึง ในความเก่งก็มีความไม่เก่ง ไม่มีอะไรดีโดยส่วนเดียว เพราะฉะนั้นอย่าไปยึดติดถือมั่นกับสิ่งต่างๆ มาก

อีกตอนหนึ่ง...

“ท่านเคยเห็นตัวจามรีบ้างไหมว่ายิ่งใหญ่อย่างกับลมพายุเมฆ ยืนแสดงอำนาจทั้งใหญ่และมันใจ แต่ก็จับหนูไม่ได้”

“ท่านเคยเห็นแมวป่าบ้างหรือไม่ มันหมอบคอยหาอาหาร แล้วก็หลบไปทางนั้นที่ทางนี้ที่เดียวกระโดดสูง เดี่ยวกระโดดต่ำ แต่ในที่สุดตัวเองก็ติดหลุมพราง” หมายถึงในเก่งก็มีความอ่อนแอ

[ในไม่มีประโยชน์ ก็มีประโยชน์]

จางจื้อพูดเช่นนี้เพราะมีคนบอกว่า คำสอนของท่านไม่มีประโยชน์ ยิ่งใหญ่ก็จริงแต่ไม่มีประโยชน์ มันเหมือนต้นไม้ที่ทำการไม่ได้ ลำต้นคดงอเป็นปุ่มเป็นป้า จะเลื้อยเป็นกระดานตรงๆ สักแผ่นก็ไม่ได้ คือไม่ได้เรื่องเลย ไม่เป็นประโยชน์ แต่จางจื้อบอกว่า ในความไม่มีประโยชน์นี้มีประโยชน์

“สำหรับต้นไม้ใหญ่ของท่านอันหาประโยชน์ไม่ได้นั้นนะหรือ ปลูกไว้ในที่ว่างลิ ... ไร่เดินเล่นรอบๆ ไร่พักได้ร่มเงา จะไม่มีใครใช้ขวานหรืออะไรไปบั่นทอนมัน จะไม่มีใครไปโค่นล้มมันลง นี่หรือคือไร่ประโยชน์ อันท่านควรวิตก”

นี่เป็นคารมและปัญญาของจางจื้อ ซึ่งทำให้เห็นว่าความคิดของท่านลึกซึ้ง และมีวิธีอธิบายที่เข้าใจได้ง่าย และเวลาเอ่ยย่น ประชดประชันก็ทำได้ถึงใจ เช่น

“คนจนที่ขโมยหัวเข็มขัด ต้องรีบหนีไปโดยเร็ว แต่คนรวยที่ขโมยรัฐทั้งรัฐกลับได้รับการยกย่องว่าเป็นรัฐบุรุษที่สามารถ”

“ถ้าต้องการฟังสุนทรพจน์อันเลิศในเรื่องความรัก หน้าที่ ความยุติธรรม ฟังฟังจากปากคำของรัฐบุรุษ แต่ถ้าหากล่าธารแห่งจะไม่มีอะไรเกิดขึ้นในละแวกนั้นเลย”

คนจนที่ขโมยหัวเข็มขัดต้องรีบหนีไปโดยเร็ว

แต่คนรวยที่ขโมยรัฐทั้งรัฐ

กลับได้รับการยกย่องว่าเป็นรัฐบุรุษที่สามารถ

[พลังของความนิ่ง]

สิ่งที่จางจื้อเน้นก็คือ ในเก่งมีความไม่เก่ง ในความนิ่ง มีพลัง มีบทหนึ่งชื่อบทไถ่ชน ไถ่ชนนี้เป็นของพระเจ้าช้วน พระเจ้าช้วนมอบให้ชายผู้หนึ่งไปฝึก คนนี้ฝึกไถ่ได้เก่งมาก วันหนึ่งพระเจ้าช้วนก็ถามว่า “ไถ่พร้อมจะต่อสู้หรือยัง” ตอนนั้นไถ่มีความทักท้วงมากเลย พร้อมจะต่อสู้กับไถ่ตัวใดก็ได้ มันหิ่งห้อยในกำลึงของมัน แต่ผู้ฝึกไถ่บอกว่า “มันยังไม่พร้อม เพราะพอมันได้ยินไถ่อื่นชน มันจะกระพือปีกออก”

สิบวันต่อมาพระเจ้าช้วนก็ถามว่า “พร้อมหรือยัง” ผู้ฝึกไถ่ก็บอกว่า “ยังไม่พร้อม มันยังแสดงท่าทีโกรธและไซ้ขนอย่างขนไซ้ ทักท้วง”

อีกสิบวันต่อมา พระเจ้าช้วนถามอีกว่า “มันพร้อมหรือยัง” ถึงตอนนี้คนฝึกไถ่พูดว่า “เกือบพร้อมแล้ว ดูจากเวลาไถ่อื่นชนตามันเกือบไม่กระพือเลย ยืนนิ่งดุจดั่งไถ่ไม้ เมื่อไถ่อื่นเห็นเข้าก็จะพากันวิ่งหนี”

ความนิ่งนั้นมีพลัง ในขณะที่การแสดงความทักท้วง สะท้อนถึงข้างในที่อ่อนแอ นี้ก็สะท้อนถึงคนด้วย มนุษย์ที่แท้จะนิ่งสงบ แต่เรามีพลังข้างในอย่างมาก จางจื้อให้ความสำคัญกับความนิ่งสงบ ไม่อวดเก่ง

ความนิ่งมีพลัง ขณะที่ความอึกเขิมนั้นสะท้อนถึงภายในที่อ่อนแอ

มนุษย์ที่แท้จะนิ่งสงบ แต่เรามีพลังข้างในอย่างมาก

[สูงสุดคืนสู่สามัญ]

“อ๋องคนหนึ่งเข้าไปในป่า เจอฝูงลิง ลิงตัวหนึ่งไม่สนใจ มันไม่กลัวคน พออ๋องยิงมันด้วยเกาทัณฑ์ ลิงก็จับลูกเกาทัณฑ์ได้ อ๋องจึงสั่งข้าราชการบริพารยิงลิงตัวนั้นจนตาย อ๋องบอกกับเสนาว่า ‘สัตว์ตัวนี้มันเก่ง มันอวดเก่ง มันเชื่อมั่นในความสามารถของตนว่าไม่มีใครแตะต้องมันได้ มันก็เลยตาย’ พอกลับถึงราชธานี เหยียนยู่ก็ขอลาไปเป็นสานุศิษย์ของฤๅษี ปรลดเปลื้องความเด่นของที่เคยมีออกจากตนจนหมดสิ้น เรียนที่จะซ่อนเร้นคุณวิเศษต่างๆ หลังจากนั้นไม่นานจึงไม่มีใครรู้ว่าเหยียนยู่เป็นคนอย่างไร จึงพากันเกรงขามเขามาก”

นี่คือสูงสุดคืนสู่สามัญ เป็นปรัชญาเตือนให้เรากลับมาสู่ความสงบ สู่ความอ่อนน้อม ถ่อมตน แต่ไม่เสแสร้ง ไม่ดวนดัดสินใคร ไม่ยึดติดถือมั่นในสิ่งใด มันเป็นสิ่งช่วยเตือนใจให้เราอย่าเหิมเกริม และให้รู้ว่าความสงบความนิ่งมันก็มีพลัง

สิ่งหนึ่งที่จางจื้อเน้นมาก คือกระทำโดยไม่กระทำ อันนี้เป็นปรัชญาของเต๋าเลย

[ทำโดยไม่กระทำ]

จางจื้อบอกว่า “มองดูหน้าต่างนี้สิ มันเป็นเพียงช่องช่องหนึ่งที่ฝ้าผนัง และเพราะช่องนี้เอง ทั้งห้องจึงได้รับแสงสว่าง เพราะฉะนั้นเมื่ออินทรียว้างเปล่า หัวใจก็เต็มไปด้วยแสงสว่าง เมื่อใจสว่างเต็มที่ ย่อมมีอิทธิพลอันช่วยให้ผู้อื่นเปลี่ยนแปลงโดยไม่รู้ตัว” เปลี่ยนแปลงผู้อื่นโดยตัวเองไม่ต้องทำอะไรเลย แค่ทำใจให้สงบ ก็เปลี่ยนแปลงได้

อาตมาก็ได้คิดมากมายจากจางจื้อ มาเตือนใจให้รู้จักเป็นสามัญ อย่าไปยึดติดถือมั่นในเกียรติยศ ความสามารถ จะทำอะไรก็ให้อยู่กับปัจจุบัน จบท้ายด้วยข้อคิดเรื่องมิตรภาพ

เมื่อใจสว่างเต็มที่ย่อมมีอิทธิพล

อันช่วยให้ผู้อื่นเปลี่ยนแปลงไปได้โดยไม่รู้ตัว

[มิตรภาพ]

“มิตรภาพของบัณฑิตจิตสนิทดุจน้ำ มิตรภาพของคนพาลหวานดังสุรา ความไร้รสของผู้รุ่มมาซึ่งมิตรภาพที่แท้ แต่รสอันร้อนแรงของคนพาล จบลงด้วยการทำลายกันและกัน” อาตมาเปรียบเทียบถึงความสุขนะ ความสุขที่ลึกซึ้งมันจิตสนิทดุจน้ำ แต่ที่มีโทษมันหวานดังสุรา รสอันร้อนแรงของความสุขแบบนี้มันจบลงด้วยการทำลายกันและกัน

มิตรภาพของบัณฑิตจิตสนิทดุจน้ำ

ความไร้รสของผู้รุ่มมาซึ่งมิตรภาพที่แท้

ตอนนี้มีจางจื้อ ฉบับสมบูรณ์ พิมพ์โดยสนพ. openbooks แปลโดยสุรติ ปรีชาธรรม พิมพ์ออกมาแล้ว ใครที่สนใจจางจื้อ นอกจากอ่านมนุษย์ที่แท้แล้ว หากอยากชิมชั้บเอาความลุ่มลึกทางปรัชญาเต๋า ก็อ่านจากจางจื้อฉบับสมบูรณ์ได้ 1st ed. 1996



EP12 ศิลานธรรม

ศิลานธรรม อาสาสมัครรักษาใจ

[ความหมายของศิลานธรรม]

“คำว่า ศิ-ลา-น แปลว่าความเจ็บไข้, ธรรม ก็คือธรรมะ, สองคำนี้มารวมกัน ศิลานธรรม ก็จะได้ความหมายว่าธรรมะสำหรับผู้เจ็บไข้” พระมหาสุเทพ สุทธิญาโณ ประธานกลุ่มศิลานธรรมอธิบายความหมายของชื่อกลุ่มให้พวกเราฟัง

[ศิลานธรรมอยู่ที่ไหน]

พระปณต คุณวฑูโต กล่าวไว้ว่า “บรรยากาศของศิลานธรรมที่เป็นจุดเด่นที่อาตมาชื่นชอบมากก็คือว่า ศิลานธรรมเหมือนไม่มีตัวตน เป็นองค์กรลับ-ที่แปลก คือไม่รู้ว่าจะอยู่ที่ไหน”

“ความเป็นศิลานธรรมมันไม่ได้เป็นโดยการรอกใบสมัคร ซึ่งมันไม่ได้มีตรงนั้น แต่ว่ามันเป็นโดยวิถี ศิลานธรรมไม่มีสถานที่ ไม่มีว่าวัดไหนคือศิลานธรรม ไม่มีวัดไหนเป็นวัดหลัก สำนักงานอยู่ตรงไหนยังไม่มีเลย แต่พื้นที่สำคัญคือพื้นที่ใจ ใจที่เราจะทำงานร่วมกันของความเป็นสิ่งชะงะนี้ ดังนั้นออฟฟิศของศิลานธรรมก็คืออยู่ในใจของสมาชิกทุกคนที่เราจะทำงานด้วยกัน” พระนพกร รุขชโน ฉายพิภักดิ์ศิลานธรรม สำนักงานทางใจของพวกเขาให้พวกเราได้รู้จัก

“ถ้าพูดคำว่าสิ่งชะงะ ศิลานธรรมน่าจะชัดเจนที่สุด มันหายากนะ พระที่ต่างวัดต่างวา มีวัยต่างกัน มีความรู้ต่างกันต่างนิกายกันต่าง ไอ้เฮ้ หลายต่างเลย แต่ไปอยู่ร่วมกันได้ด้วยความเป็นพี่เป็นน้อง”

พระมานพ มานิต อธิบายสัมพันธ์ภาพแห่งสิ่งชะงะ ทำให้ภาพศิลานธรรมปรากฏในใจผู้ฟังได้แจ่มชัดขึ้น

[ศิลานธรรมทำอะไร]

“กิจกรรมแรกเริ่มเดิมทีก็เป็นอาสาสมัครไปเยี่ยมไข้ ให้กำลังใจผู้ป่วยในโรงพยาบาล ยุคแรกๆ ที่เราไปเป็นจิตอาสาในโรงพยาบาล ช่วงนั้นก็ในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของการที่พระจะไปทำงานนบตบาทแบบนี้ในโรงพยาบาลเหมือนกัน” พระมหาสุเทพ เล่าถึงช่วงต้น

พระภักทรพล ชุตินธโร เล่าถึงบรรยากาศในพื้นที่จริงว่า “เราเคยได้ฟัง ทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย พลาดพราก สูญเสียสิ่งที่เป็นที่รักอะไรพวกนี้ เราได้ยินถ้อยคำ แต่เวลาไปนั่งที่นั่น ลูกเขากำลังนั่งร้องไห้จริงๆ คนบนเตียงคือพ่อเขา กำลังจะจากไปจริงๆ ความเสียใจมันเป็นความเสียใจจริงๆ”

“ความทุกข์ของคนแม้แต่เรื่องเล็กๆ มันยิ่งใหญ่ บางทีเราเห็นว่าเรื่องที่เขากำลังทุกข์มันเล็กน้อย แต่จริงๆ ในหัวใจของเขาไม่เล็กน้อยนะ ถ้ามันเล็กน้อยเขาไม่ทุกข์หรอก เราเลยให้ความสำคัญกับเรื่องที่เขาพูดทั้งหมดเลย แล้วเราก็ตั้งอกตั้งใจฟังอย่างดี มันเป็นการให้เกียรติ ให้เกียรติตัวเขา ให้เกียรติความทุกข์ของเขา เวลาคนให้เกียรติด้วยการให้คุณค่าแบบนี้ อาตมาว่าภาวะภายในใจของผู้ป่วยหรือภาวะภายในใจของผู้ที่กำลังเล่าอยู่ มันมีบางสิ่งบางอย่างเกิดขึ้น” พระมหาสุเทพ กับหลักคิดในการเยียวยาเพื่อนมนุษย์ผู้กำลังสับสนกับความทุกข์ซึ่งหน้า

การบ่มเพาะภายใน เพื่อสร้างกำลังและพาคนตรงหน้าสู่ความเบาคลายจึงเป็นเรื่องสำคัญ “ด้วยกระบวนการที่เราฝึก หรือกลไกที่เราได้ผ่านการหล่อหลอม มันต้องมั่นคงมากพอที่จะไปอยู่กับผู้คนที่



เขาอยู่ตรงหน้า ซึ่งเขาทุกข์ ทุกข์มากๆ โดยที่เราสามารถอยู่กับเขาได้” พระมหาถาวร ถาวรโร กล่าว

[อุลลโศรบ้าง]

“การทำงานของพระไม่ใช่ดูแลแค่คนไข้ แต่ดูแลครอบครัวด้วย อย่างบางครอบครัวเรารู้เลยว่ามันเป็นความตัดสินใจที่ลำบาก เช่น คุณพ่อคุณแม่ถึงวาระสุดท้ายของชีวิตแล้ว ลูกสามคนคิดต่างกัน แต่พระอาจารย์ให้มาชวนคิดรวมกัน ให้ยึดคนไข้เป็นหลัก ทีมครอบครัวนี้เขาก็สะท้อนเราทั้งหน้าตา บอกว่าเขาขอบคุณ มันทำให้เขารู้สึกมั่นใจในการตัดสินใจบางเรื่อง และทำให้พี่น้องเข้าอกเข้าใจกันมากขึ้น” วิมลรัตน์ เขาวินัย พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ ศูนย์การแพทย์ปัญญาันนทภิกขุฯ เล่าถึงบทบาทของพระซึ่งช่วยเสริมการทำงานของบุคลากรการแพทย์และครอบครัวคนไข้ได้อย่างมาก

พระธรรณชัย เตชปญญ ชี้ให้เห็นถึงคุณภาพชีวิตที่มีความเนื่องกันว่า “การที่เราได้ทำประโยชน์กับผู้คน มันไม่ใช่แค่คนคนเดียว แต่เรามองความเป็นเหตุเป็นปัจจัยด้วย เมื่อผู้ป่วยเขามีคุณภาพชีวิตบางอย่างดีขึ้น มันก็เกิดอุปนิสัยดีของเขาด้วย เช่นคนที่รู้สึกว่าการทรมานเหลือเกิน มันก็กระทบใจญาติของผู้ป่วยด้วย พอเราเอื้อยวาทใจเขาได้ เขาก็เบาคลาย ญาติเมื่อได้เห็นสภาพของผู้ป่วย ซึ่งเป็นบุคคลอันเป็นที่รักของเขามีความผ่อนคลาย เขาก็ใจสบายขึ้น”

พระมหาสุเทพ เล่าถึงบทบาทของกลุ่มศิลาธรรมว่ามีภารกิจดูแลผู้ป่วยด้วย “ที่นี่มันก็มีเพิ่มเติม พยาบาลผู้ใหญ่เข้ามา พระคุณเจ้าคุยกับคนไข้ได้ คุยกับญาติผู้ป่วยได้ คุยกับพยาบาลได้หมด พยาบาลบอก ‘ความจริงพยาบาลก็ทุกข์เหมือนกันนะ’”

“มันก็สำคัญมากๆ ที่ ถ้าเรามีทีมบุคลากรทางการแพทย์ที่จิตใจแข็งแรง การทำงานก็มีประสิทธิภาพมากขึ้น การดูแลมันจึงเป็นการดูแลแบบครบวงจร เราดูแลผู้ป่วยดูแลญาติผู้ป่วย ครอบครัวผู้ป่วยด้วย ดูแลไปถึงบุคลากรที่ทำหน้าที่ด้วย” พระพิศุทธิ วิสุทธิโร กล่าวถึงการดูแลกันและกันแบบองค์รวม

ในมุมมองของบุคลากรทางการแพทย์ ญัฐกาญจน์ ท้าวหาญ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ กล่าวว่า “โดยส่วนตัวคิดว่าดีมาก ๆ เลยนะคะ เพราะว่ามันนอกจากจะมีผลดีต่อคนไข้แล้ว ตัวเราเองก็ได้รับผลดีด้วย”

[พุทธศาสนากับจิตวิทยา]

“เป้าหมายของงานเอื้อยวาท ที่เอาหลักพุทธศาสนาไปรวมกับจิตวิทยา ให้เกิดกระบวนการที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลทั้งตัวเราเองด้วย ทั้งผู้คนด้วย มันก็เป็นหลักเดียวกันกับการจัดการความทุกข์ตามแนวอริยสัจ 4 ถ้าเรากลับมาเรียนรู้ใส่ใจกับปัญหา เห็นสาเหตุที่ชัด แล้วใช้ปัญญาค่อยๆ คลี่คลายจัดการ เราก็จะจัดการปัญหานั้นได้ดีที่สุดเท่าที่เราทำได้ อาตมาว่านี่คือสิ่งที่สำคัญในการใช้ชีวิต” พระปณต คุณวฑูโฒ กล่าว

[ครูของศิษย์]

“เราโชคดีมากๆ ที่ในกลุ่มอาสาสมัครมีครูบาอาจารย์ ที่เราเรียกว่าครูแห่งศิษย์ หลักๆ ก็มี รศ.ดร.โสริช



โพธิแก้ว อาจารย์วิศิษฐ์ วังวิญญู อาตมาารู้สึกว่าเราทำงานจิตอาสา เราไม่ได้หวังประโยชน์ใดๆ ในเชิงรูปธรรมเลย เราหวังประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการพัฒนาภายใน แล้วก็มีส่วนภายนอกให้เราได้ทำกันไปอย่างนี้เป็นต้น” พระมหาสุเทพ กล่าวถึงครู

“ผลตอบรับที่ได้ อาตมาว่ามันคือความสุข เป็นความสุข มันเป็นพลังจากข้างในตัวเรา เราได้เห็นคุณค่า เราได้เห็นตัวเอง เราได้เปลี่ยนแปลงภาวะภายใน เราารู้สึกว่าเรามีคุณค่า เมื่อเห็นคนอื่นมีคุณค่า” พระพิศุทธิ กล่าวถึงพลังอันเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงทั้งด้านในและการทำงานให้ดำเนินไป

[ครูพูดถึงศิษย์]

รศ.ดร.โสริช โพธิแก้ว ครูของศิษย์ กล่าวไว้ว่า “การเป็น counselor คือการเป็นนักรบ เราต้องรบกับความทุกข์ของผู้คน ... ทุกท่านครับ ขอให้ทุกท่านระลึกถึงคำพูดที่พระพุทธเจ้าพูดกับพุทธสาวก 60 รูป ภิกษุทั้งหลายจงจาริกไป...”

[สังฆะ ศีลาธรรม]

“บางคนก็พูดว่าศีลาธรรมเหมือนโอเอซิส เหมือนโอเอซิสที่ว่า ใครจะไปไหนยังงั้น จะเดินทางไปไหนก่อน ถ้ากลับมาที่นี้ก็จะเป็นที่แห่งความชุ่มชื่นใจ ที่นี่ยังเป็นที่ที่มีแต่ความชุ่มฉ่ำท่ามกลางความเฝ้าร้อนจากข้างนอก” คือภาวะที่พระอานนท์ กนฺตวิโร รู้สึกต่อกลุ่ม

“สิ่งที่ได้รับคือความอบอุ่นใจ ความสุขใจที่ได้ได้อยู่ได้พูดคุยกับครูบาอาจารย์เพื่อนๆ กลุ่มนี้ มันทำให้เราเติบโตภายใน เราคุยเรื่องธรรมะ เราคุยเรื่องความสุขความทุกข์ เราคุยเรื่องเคสที่เราไปทำมา อยู่กับพระอาจารย์กลุ่มนี้ก็ทำให้เรากลับมาได้เห็นคุณค่าในตัวเองด้วยว่าจริงๆ แล้วเราก็มีศักยภาพ มีความสามารถในการช่วยเหลือผู้อื่น ครูบาอาจารย์คอยมูทิตาให้กำลังใจอยู่ตลอดเวลา มันทำให้เราเห็นคุณค่าในสิ่งที่เราทำว่า เราทำได้เหมือนกันนะ เราก็ช่วยคนเป็นเหมือนกันนะ” คือบรรยากาศและกำลังที่พระวรท ธมฺมธโร ได้รับจากพื้นที่ทางใจแห่งนี้

“ทุกสิ่งที่เราได้ไปทำ มันเป็นการชวนเรากลับมาดูแลชีวิตตัวเอง อาตมาไปดูแลความทุกข์เขา อาตมาก็เข้าใจความทุกข์ของตัวเอง อาตมาก็เป็นหนี้บุญคุณในการดูแลนั้นของสังฆะ ถ้าอาตมาไม่มีโอกาสได้พบเจอ ก็ไม่แน่ใจ

ว่า วันนี้อาตมาจะยังดำรงอยู่ในความเป็นพระสงฆ์ได้อยู่หรือเปล่า” คือหนทาง ห้องเรียนรู้ และพื้นที่เติบโตของพระภิกษุพล

“ความเป็นกัลยาณมิตร มันเกิดจากการที่เราเข้าใจกัน มันก็เกิดจากการที่เราได้รับรู้ความรู้สึกแท้จริงของกันและกัน ไม่ตัดสิน ไม่กล่าวโทษ ไม่ปรามาส ไม่ตำหนิ ขาที่เราอ่อนแอ ขาที่เราลั่น มันจะมีคนอีกคนหนึ่งที่อยู่ข้างๆ พร้อมพยุง พร้อมที่จะเดินกับเรา” คือพลังของกัลยาณมิตรในทรวงพระมานพ

[ในรสนะพิธีกร]

“หลังจากได้เข้ามาพบปะพูดคุยกับบรรดาพระสงฆ์และฆราวาสที่อยู่ในกลุ่มศิลาธรรม และเพิ่งมารู้ว่ากลุ่มศิลาธรรมนี้ทำกันมาเป็นสิบปีแล้ว ผมรู้สึกว่าเป็นสิ่งที่ผมเฝ้ารอให้มันเกิดขึ้นในสังคมมานานแล้ว ศาสนาพุทธในภาพเก่าๆ ที่เราติดใจว่ามันเป็นเรื่องคร่ำครึโบราณ เข้าถึงคนรุ่นใหม่ยาก มันถูกทำลายกำแพงนั้นลงด้วยศาสตร์ทางตะวันตก ที่มาเจอมาปนกัน มาร่วมกันทำให้เกิดการพัฒนาใหม่ๆ ในการบำบัดทุกข์ทางใจ รวมกับศาสตร์ตั้งแต่ 2,500 กว่าปีที่แล้ว ที่พระพุทธเจ้าสอนไว้” อุษย์ บุคดาเบลส พิธีกรทำอะไรกรรมสรุป

ทำความเข้าใจและติดตามงานของกลุ่มศิลาธรรมได้ที่ <https://www.gilanadhamma.org>





EP.1

เอ็มโซเฟียน

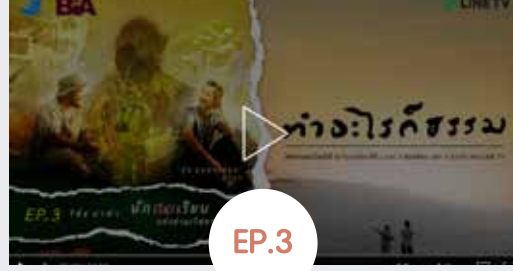
มาจากดิน อยู่กับดิน กลับสู่ดิน



EP.2

สุธารัตน์ เทียรจักร์

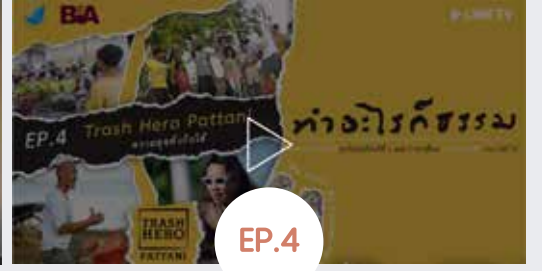
สาวน้อยวิลแชร์นักเดินทางตามฝัน เกาะทะเลลู



EP.3

วิชัย นาพัว

นัก (ไม่) เรียน แห่งท่ามะไฟหวาน



EP.4

Trash Hero Pattani

ความสุขที่คุณเก็บได้



EP.5

ครุฑุ่ย

ในนามแห่งความรัก



EP.6

โอกาส ดวงจิต

ธรรมะ ศิลปะ และสเกตบอร์ด



EP.7

ณัฐชยา พิเชษฐ์ธธา

นักกฎหมาย หัวใจ เนิร์ด...เนิร์ด



EP.8

พระ ...

ที่ฟุ้งยาม (ชีวิต) ยาก



EP.9

อรนุช เลิศกุลดิฉล

สุขสันต์วันสูงวัย



EP.10

บ้านเรียน

ไม่เหมือนเรียนที่บ้าน



EP.11

อาเภอ

ในนามของสัตว์ป่า



EP.12

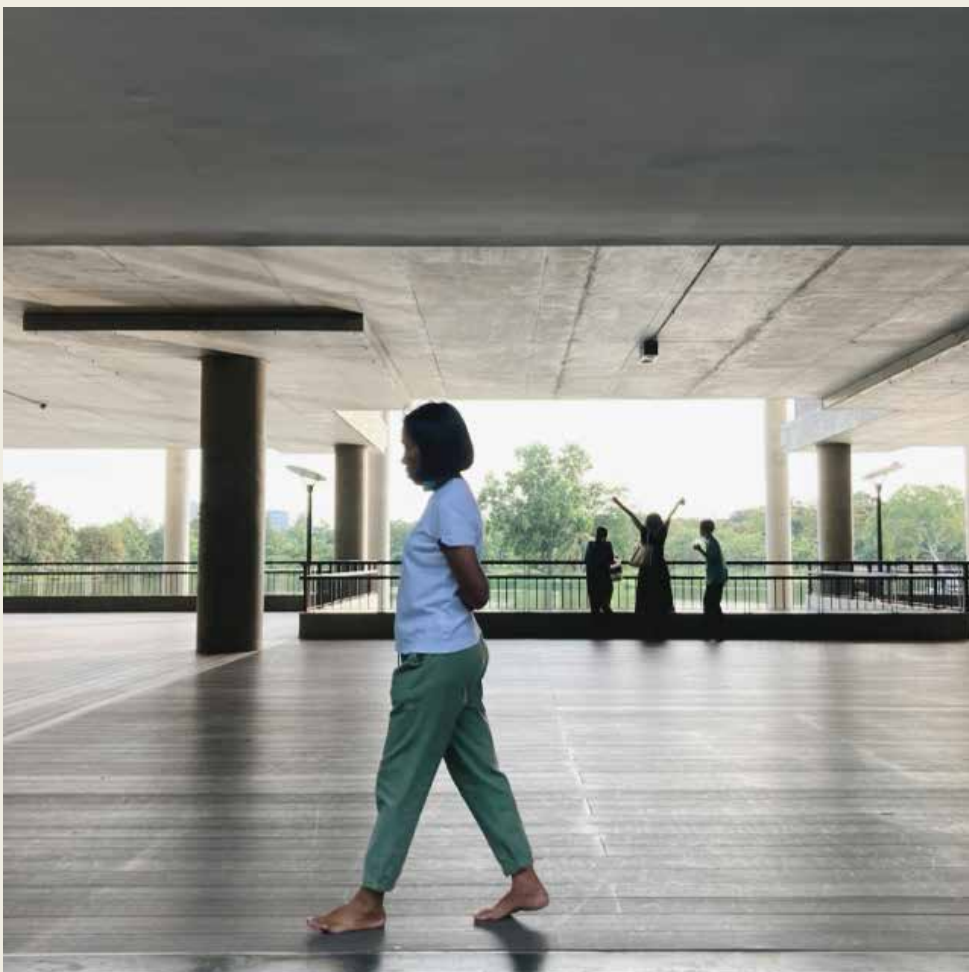
กัลยาณธรรม

อาสาสมัครรักษาใจ

ติดตาม **ทำอะไรก็ธรรมดา** ได้บน Line TV



Photo



สวนโมกข์กรุงเทพ
ที่พักสำหรับทุกความรู้สึก

เรื่องที่ตรัสรู้และรู้ นั้น มันมากเท่ากับใบไม้ทั้งป่า,
แต่เรื่องจำเป็นที่ควรรู้ ควรนำมาสอนและมาปฏิบัติ นั้น
เท่ากับใบไม้กำมือเดียว.

-พุทธทาสภิกขุ, ใจความทั้งหมดของพระพุทธศาสนา น.9

สิ่งที่เป็นหัวใจของพุทธศาสนานั้น อาตมาอยากจะแนะ
ถึงประโยคสั้นๆ ที่มีกล่าวอยู่ว่า
“**สิ่งที่ปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น**”

-พุทธทาสภิกขุ, ใจความทั้งหมดของพระพุทธศาสนา น.21

พวกเรามีโรค “**ตัวกู - ของกู**” กันอยู่ทุกคน
แล้วก็รับเชื่อนี้เพิ่มเติมเข้ามาทุกราวที่เห็นรูป
ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส สัมผัสทางผิวหนัง
และคิดไปในใจตามประสาทที่ไม่รู้.

-พุทธทาสภิกขุ, ใจความทั้งหมดของพระพุทธศาสนา น.17

ผู้ที่มีความคุ้นเคยกับการสังเกต
ในเรื่องทางจิตใจเท่านั้น ที่จะเข้าใจธรรมะได้ดี
ผู้ที่เพียงแต่อ่านๆ ไม่สามารถจะเข้าใจธรรมะได้.

-พุทธทาสภิกขุ, ความว่าง น.6

“อย่าได้มีอหังการหรือมมังการในสิ่งใดๆ หมด
นับตั้งแต่ฝุ่นที่ไม่มีราคาอะไรเลยสักเม็ดหนึ่ง ขึ้นมาจนถึง
วัตถุที่มีค่า เช่น เพชร นิล จินดา, กระจุกกามารมณ,
กระจุกสิ่งที่สูงไปกว่านั้น คือธรรมะ ปรียัตติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ
มรรค ผล นิพพาน อะไรก็ตาม: ไม่ควรระงูญยึดมั่นถือมั่นว่า
เป็นตัวเราหรือเป็นของเรา. นี่คือหัวใจของพระพุทธศาสนา.”

-พุทธทาสภิกขุ, ความว่าง น.14

“เมื่อใดเห็นโทษของความยึดมั่นถือมั่น
เมื่อนั้นจิตใจจะคลายจากความยึดมั่นถือมั่น
เมื่อคลายจากความยึดมั่นถือมั่น เมื่อนั้นจะมีโอกาส
มองเห็นสิ่งที่เราเรียกกันว่าความว่าง”

-พุทธทาสภิกขุ, ความว่าง น.33

“**ความยึดถือของเรา**
มี 2 อารมณ์นี้ เท่านั้น คือพอใจกับไม่พอใจ”

-พุทธทาสภิกขุ, ความว่าง น.47

“วิธีปฏิบัติเกี่ยวกับความว่าง 3 ขณะ
ขณะปกติ - ทำการทำงานอยู่ตามปรกตินี้ อย่างหนึ่ง,
ขณะที่อารมณ์มารกระทบ - ทานตา ทานหู ทานจมูก ทานลิ้น
ทานกาย จะสู้อย่างไรให้เป็นความว่างนั้นก็อย่างหนึ่ง,
ขณะที่เบญจขันธ์จะแตกสลาย ไปตามธรรมชาติ
นี้จะทำอย่างไรนี้ อย่างหนึ่ง”

-พุทธทาสภิกขุ, วิธีปฏิบัติเพื่อเป็นอยู่ด้วยความว่าง น.42

“**เด็กมันก็มีทุกข์ไปตามประสาเด็ก**
ผู้ใหญ่ก็ทุกข์ตามประสาผู้ใหญ่
ถ้าหากมีความยึดมั่นถือมั่น”

-พุทธทาสภิกขุ, วิธีปฏิบัติเพื่อเป็นอยู่ด้วยความว่าง น.25

“**คำว่า ว่าง นี้ มันเท่ากับ**
ความดับไม่เหลือแห่งตัวกู - ของกู”

-พุทธทาสภิกขุ, วิธีปฏิบัติเพื่อเป็นอยู่ด้วยความว่าง น.13

“**ไม่เข้าไปยึด จึงจะว่าง**”

-วิธีปฏิบัติเพื่อเป็นอยู่ด้วยความว่าง (ปกหลัง)



รวมมิตร
ช่องทาง
สื่อสาร
งานธรรม

สวนโมกข์กรุงเทพ

พบทุกธรรมสบายๆ ที่ชีวิตต้องรู้

on cloud


WEBSITE

bia.or.th



en.bia.or.th



pagoda.or.th




FACEBOOK

หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ




TWITTER

buddhadasa




instagram

suanmokkh_bangkok




YouTube

หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ




Clubhouse

สวนโมกข์กรุงเทพ



NEW



อนิจจตา | ทุกขตา | อนัตตตา

จัดพิมพ์โดย : หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ

สมทบได้ที่ : สโมสรธรรมทาน สวนโมกข์กรุงเทพ (CDS)

อ่าน/ติดตาม *the lecture* ได้ที่



E-Book



FB



IG