

ชีวิตก็สุขสันต์ ตั้งแต่มีกะเกษมค่านต์

พระพรหมคุณาภรณ์
(ป. อ. ปยุตฺโต)

อายุวัฒนมงคล ครบ ๗ รอบ

นายแพทย์เกษม อารยางกูร

๕ พฤษภาคม ๒๕๕๗

ชีวิตก็สุขสันต์ สังคมก็เกษมศานต์

© พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

ISBN 974-87948-7-3

พิมพ์รวมเล่ม ครั้งที่ ๑ - ๕ พ.ศ. ๒๕๕๗

๑,๐๐๐ เล่ม

- อายุวัฒนมงคล ครบ ๗ รอบ น.พ. เกษม อารยางกูร

๑. จากสุขในบ้าน สู่ความเกษมศานต์ทั่วสังคม

พิมพ์ครั้งที่ ๑ - ๒๕ ก.ค. ๒๕๔๑ งานทำบุญอายุ ๙๐ ปี คุณแม่กุศล อินสว่าง

พิมพ์ครั้งที่ ๑๗ (จัดปรับขัดเกลา) - ๕ พ.ศ. ๒๕๕๗ - อายุวัฒนมงคล ครบ ๗ รอบ น.พ. เกษม อารยางกูร

๒. มองธรรมถูกทาง มีสุขทุกที่

พิมพ์ครั้งที่ ๑ - ๔ พ.ย. ๒๕๔๙ - โรงเรียนจิตรลดาจัดพิธีถวายผ้าพระกฐินพระราชทาน ที่วัดญาณเวศกวัน

พิมพ์ครั้งที่ ๑๕ (จัดรูป) - ๕ พ.ศ. ๒๕๕๗ - อายุวัฒนมงคล ครบ ๗ รอบ น.พ. เกษม อารยางกูร

๓. รำเริงสดีไส สู่ความเกษมศานต์

พิมพ์ครั้งที่ ๑ - ๒ พ.ย. ๒๕๕๑ - น.พ. เกษม อารยางกูร เป็นประธาน งานทอดกฐินที่วัดญาณเวศกวัน

พิมพ์ครั้งที่ ๑๑ (จัดรูป) - ๕ พ.ศ. ๒๕๕๗ - อายุวัฒนมงคล ครบ ๗ รอบ น.พ. เกษม อารยางกูร

[ตัวเลข "พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, ๓๕, ๓๑" นี้ เยื้องข้างล่าง โดยนับตามหลักฐานเท่าที่พบ - บัญชีระหว่างรวบรวมข้อมูลเพื่อให้ได้ตัวเลขจริง]

พิมพ์เป็นธรรมทาน โดยไม่มีค่าลิขสิทธิ์

ท่านผู้ใดประสงค์จัดพิมพ์ โปรดติดต่อขออนุญาตที่

วัดญาณเวศกวัน ต.บางกระพี้ อ.สามพราน จ.นครปฐม ๗๓๒๑๐

<http://www.watnyanaves.net>

แบบปก:

พิมพ์ที่

อนุโมทนา

มงคลวารคล้ายวันเกิดแห่ง พ.ศ. ๒๕๕๗ คือ วันที่ ๕ พฤษภาคม ที่ใกล้จะมาถึงนี้ เป็นอภิสิทธิ์กาลพิเศษที่ นายแพทย์เกษม อารยางกูร จะมีอายุครบ ๗ รอบ เต็ม ๘๔ ปี

ในฐานะที่ท่านเจ้าของมงคลวารนี้ เป็นพี่ชายใหญ่ น้องๆ มีใจยินดีจะฉลองอายุกาลอันครบรอบพิเศษนั้น ด้วยกุศลวิธี จึงจะพิมพ์หนังสือธรรมแจกมอบกันไป ให้เป็นธรรมทานบุญกุศล

ในเรื่องนี้ คุณกานดา อารยางกูร เป็นเจ้าการ โดยขอให้อาผา คือ คุณบุบผา คณิตกุล ช่วยเลือกเรื่องที่เหมาะสม และตกลงพิมพ์หนังสือรวมเล่มชื่อว่า **ชีวิตก็สุขสันต์ สังคมก็เกษมศานต์** ประกอบด้วยธรรมบรรยาย ๓ เรื่อง คือ

๑. จากสุขในบ้าน สู่ความเกษมศานต์ทั่วสังคม
๒. มงคลธรรมถูกทาง มีสุขทุกที่
๓. ว่างเรงสัดใส่ สู่ความเกษมศานต์

วันคล้ายวันเกิดในแต่ละปี ถือเป็นมงคลวารสำคัญ แสดงถึงอายุกาลที่ก้าวไปตามลำดับ โดยเฉพาะวาระที่อายุครบรอบนั้น ถือกันว่าสำคัญมาก

ยิ่งเป็นรอบใหญ่ที่ครบ ๗ ในวาระนี้ ก็ยิ่งมีความสำคัญเป็นพิเศษ แสดงว่าท่านเจ้าของมงคลวารเป็นผู้ใหญ่ สูงวัย ได้บำเพ็ญกิจการดีมาแล้วมากมายตลอดเวลายาวนาน มีลูกหลาน บุคคลเกี่ยวข้อง และผู้ที่เคารพนับถือจำนวนมาก และลูกหลานก็เติบโตเป็นผู้ใหญ่ ทำงานการและมีกิจการเป็นหลักฐานกันไป

พวกน้องๆ ขอว่า พี่มีอายุมากแล้ว อยากให้เลิกงานหันไปพักผ่อนอยู่สบายๆ แต่พี่หมอบอกว่า ทำงานสบายๆ มีความสุขในการพบปะพูดคุยกับคนไข้และคนที่ดูแลหรือติดตาม

โดยเฉพาะคนไข้ไม่นอนนั้น ได้รู้จักและรักษาดูแลกันมานาน บางคนก็รักษามาตั้งแต่เป็นเด็กตัวเล็กๆ หรือรักษาตั้งแต่คุณปู่คุณตามาจนถึงหลานเหลน มีความสนิทสนมคุ้นเคย ได้พบหน้าทักทายกัน ก็รำเริงชื่นใจ ได้คุยกันบ้าง เล่าเรื่องต่างๆ ให้ฟังบ้าง โดยเฉพาะเมื่อได้อธิบายให้ความรู้แก่เขา ได้แนะนำบอกวิธีรักษาตัว หรือดูแลพ่อแม่ เป็นต้น ก็ชื่นบานสุขใจ ทำให้แข็งแรงมีกำลัง เมื่อเห็นเขาหายหรืออ่อนเบาความทุกข์ เราก็ยิ่งมีความสุข

การแพทย์เป็นวิชาชีพทางกุศล ให้ได้เกื้อกูลทำคุณประโยชน์แก่ชีวิต และนำความสุขมาให้แก่ประชาชนตลอดเวลา เมื่อทำด้วยฉันทะโดยมีเมตตา อายุกาลที่ผ่านมาก็เป็นเวลาแห่งการเพิ่มพูนบุญกุศล เสริมมงคล สร้างความสุข ทุกเมื่อทุกวาร ระลึกเมื่อใดก็ได้ ปิติยินดีมีความปลาบปล้ำใจ ทำให้เกิดความสุขที่ลึกซึ้งและยืนยาว

อาตมภาพขออนุโมทนาการแสดงน้ำใจมูทิตาด้วยธรรมทาน บุญกิริยาครั้งนี้ และนอกจากนั้น โดยส่วนตัวที่เป็นน้องของท่านเจ้าของวันเกิด ซึ่งได้รับการดูแลเอาใจใส่แก้ไขบำบัดรักษาจากพี่ชายใหญ่ตลอดมา ตั้งแต่นั้นเจ้าของมงคลวารยังเป็นนักเรียนจนประกอบอาชีพการงานเป็นนายแพทย์ ตลอดถึงปัจจุบัน

ในมงคลวารพิเศษ ที่มีอายุครบ ๗ รอบ เต็ม ๘๔ ปีนี้ ขออาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัย อวยชัยอภิบาล นายแพทย์เกษม อารยางกูร พร้อมทั้งครอบครัว ลูกหลาน และญาติมิตร จงเจริญด้วยจตุรพิธพร พร้อมทั้งสรรพบวรพิพัฒน์มงคล งอกงามในกุศลไพบูลย์ในความเกษมसानต์ ยั่งยืนนานตลอดไป

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

สารบัญ

อนุโมทนา..... ก

ชีวิตก็สุขสันต์ สังคมก็เกษมสถานต์..... ๐

๑. จากสุขในบ้าน สู่วิถีความเกษมศานต์ทั่วสังคม..... ๑

คุณบิดามารดานั้น สุดพรรณนามหาศาล..... ๒

รักของพ่อแม่ เป็นรักแท้ที่ยั่งยืน..... ๗

ทุกคนต้องเป็นพรหม เพื่ออภิบาลสังคมให้ยั่งยืน..... ๑๔

“รัก” ต้องมี “รู้” มาเข้าคู่ให้สมดุล..... ๒๐

เมตตาการุณาก็มี มุทิตาก็มา

พออุเบกขาบรรจบ ก็ครบสี่พักตร์พระพรหม..... ๒๖

สังคมทุกระดับ ตั้งแต่ครอบครัว

ขาดบูรณาการกันไปทั่ว การพัฒนาจึงเสียดุล..... ๓๐

เลี้ยงลูกดี เท่ากับทำหน้าที่ต่อสังคมทั้งหมด..... ๓๔

เจริญแต่วัตถุ ธรรมเจริญไม่ทัน ความเสื่อมจะตามมาเร็วพลัน..... ๓๗

มองให้ถูก พระไม่ดี หรือคนร้ายมาทำลายศาสนา..... ๔๐

ดูให้ดี ปัญหาคืออยู่ที่คนร้าย หรืออยู่ที่ตัวเรา..... ๔๒

ถ้าธรรมไพบุลย์นำหน้า อามิสไพบุลย์ก็พาสู่สันติสุข..... ๔๕

ทดแทนไม่สิ้น คือพระคุณพ่อแม่

จะตอบแทนให้แน่ ต้องเลี้ยงทั้งกายและใจของท่าน..... ๔๘

๒. มองธรรมถูกทาง มีสุขทุกที่.....๕๓

เยี่ยมพระพุทธรูปบิดา	๕๓
เมื่อใจสะอาด ธรรมชาติมีสุขให้	๕๖
รักของพ่อแม่ ทั้งรักแท้ และรักยั่งยืน	๕๙
ใจดี มีความสุข	๖๓
ใจดี ให้เขามีความสุข	๖๗
ใจดี กายพลอยมีสุขภาพ	๗๐
นักแก้ปัญหา เริ่มต้นด้วยปัญญาที่รู้ทุกข์	๗๓
ทุกข์ ต้องมองให้เห็น – สุข ต้องมีให้เป็น	๗๖
วัตถุนี้อะไรใหญ่ ต้องจัดการให้ดี	๗๙
สบาย ๗	๘๓
เมื่อทรัพย์และอำนาจ มาเป็นเครื่องมือของธรรม	๘๖
ธรรม ทำไม่ต้องมีทรัพย์และอำนาจเป็นเครื่องมือ	๙๐
“สันโดษ” ต้องรับใช้ “ไม่สันโดษ”	๙๓
“เรียบง่าย” ต้องไม่ใช่ “มั่งง่าย”	๙๗
อนิจจัง! ปลงได้ แต่ระวังจะกลายเป็นประมาท	๑๐๑
ลุดุดหมาย เมื่อปล่อยวางได้ โดยไม่ปล่อยปละละเลย	๑๐๓
ระวัง! ยึดมั่น ในความไม่ยึดมั่น	๑๐๗
ถ้าไม่ยึดมั่นแท้ จะแน่วแน่ในการสร้างสรรค	๑๑๐
พระเจ้าอโศก อีกที!	๑๑๔
สุขคือโอกาส ทุกข์คือแบบฝึกหัด	๑๑๖
มนุษย: ปัจจัยพิเศษในธรรมชาติ	๑๒๒
ประชาธิปไตย อย่าให้ไร้ความหมาย	๑๒๖

๓. ร่าเริงสดใส สู่ความเกษมศานต์ ๑๓๓

ทำใจให้ร่าเริงสดใสทุกเวลา ๑๓๓

ถ้าปฏิบัติธรรมถูกทาง ต้องได้ปราโมทย์ ๑๓๕

ทำห้าข้อนี้ได้ จิตใจจะดีจริงๆ ๑๓๗

ต้องระวังไว้บ้าง ไม่ให้เขวมืดทางไปเสีย ๑๓๙

แทรกความรู้วิชาการ ๑๔๐

ธรรมชาติของจิตเองนั้นเปลี่ยนแปลง ๑๔๑

ประภัสสร สะท้อนสู่ ปราโมทย์ ๑๔๔

ผู้ที่เบิกบานสดใส จะถึงความเกษมศานต์ ๑๔๕

ท้ายอรรถ ๑๔๖

ชีวิตก็สุขสันต์

สังคมก็เกษมศานต์

(หน้าว่าง)

จากสุขในบ้าน สู่ความเกษมศานต์ทั่วสังคม*

~ ❀ ~

ณ วันนี้ ลูกหลานได้พร้อมใจกันจัดงานทำบุญทำกุศลตาม ประเพณีที่เรียกว่าทำบุญอายุ เป็นการแสดงออกซึ่งน้ำใจ ที่มี กตัญญูตเวทิตาธรรม ตามหลักพระพุทธศาสนา

โดยเฉพาะพิธีในวันนี้เป็นการแสดงออกซึ่งความกตัญญู กตเวทิต์ครั้งพิเศษ เป็นวันสำคัญสำหรับครอบครัว ในฐานะที่มารดา เป็นบุพการีที่สูงสุดของลูกๆ

ลูกๆ นั้นมีบุพการีสูงสุดคือพ่อแม่ มีพ่อคนเดียว แม่คนเดียว เพราะฉะนั้น เราจึงทำบุญกันอย่างจริงจังให้สมกับความสำคัญ

* หนังสือธรรมบรรยาย ในโอกาสที่ครอบครัวอินสว่าง ฉลองมงคลวารที่ คุณแม่กุศล อินสว่าง มีอายุครบ ๙๐ ปีบริบูรณ์ ณ วันที่ ๒๕ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๔๑

คุณบิดามารดานั้น สุดพรรณนามหาศาล

พ่อแม่เรามีอุปการคุณแก่เรามากมาย ในทางพระศาสนา ท่านบรรยายไว้นานัปการ แม้กวีทั้งหลายก็ได้เขียนบรรยายกันไว้ อย่างไม่มีที่สิ้นสุด ปราภฏเป็นคำกลอนและคำประพันธ์ต่างๆ ที่บรรยายถึงคุณของบิดามารดา เพื่อให้ลูกได้รู้ตระหนักมองเห็น ความสำคัญและแสดงความกตัญญูทเวที่ต่อท่าน

เมื่อว่าโดยย่อ ตามหลักพระศาสนา พ่อแม่ทำหน้าที่สำคัญ คือ

๑. ท่านห้ามปรามเราไม่ให้ทำความชั่วซ้ำเสียหาย ป้องกันเราไม่ให้ตกไปในทางที่ต่ำทรมามีอันตราย
๒. ท่านสั่งสอนแนะนำเราให้ตั้งอยู่ในความดี ชักนำเราให้มุ่งไปในทางที่จะพบความสุขความเจริญ
๓. ท่านให้เราได้เล่าเรียนศิลปวิทยา มีความรู้ที่จะไปประกอบอาชีพการงานเพื่อตั้งตัวให้เป็นหลักฐานต่อไป
๔. ถึงเวลาถึงวัยที่จะมีครอบครัว ท่านก็เป็นธุระเอาใจใส่จัดแจงช่วยเหลือ โดยรับที่จะทำด้วยความเต็มใจ
๕. ทรัพย์สินสมบัติของท่าน ก็เป็นของลูกนั่นเอง ซึ่งท่านจะมอบให้ในเวลาอันสมควรเป็นระยะๆ ไป จนครั้งสุดท้ายที่เรียกว่ามรดก

ทั้งหมดนี้ เป็นที่รู้จักกันตามหลักการของพระศาสนา แต่ที่จริงนั้นท่านเพียงวางไว้ให้เป็นหัวข้อหรือรายการปฏิบัติที่สำคัญๆ เท่านั้น การปฏิบัติปลีกย่อย ยังมีอีกมากมาย

รวมความก็คือ พ่อแม่ นั้นทำทุกอย่างเพื่อลูกด้วยความรัก ว่า โดยคุณธรรมก็คือ การกระทำที่ออกมาจากพรหมวิหาร ๔ ประการ นั้นเอง คือ

๑. ใจของพ่อแม่ นั้นประกอบด้วยความรักความปรารถนาดี เอาใจใส่เลี้ยงดูลูกให้เจริญเติบโตและงอกงามมีความสุข คือ มี เมตตา
๒. ประกอบด้วย กรุณา มีความสงสาร คอยช่วยเหลือให้พ้นจากความยุ่งยากเดือดร้อน ช่วยแก้ไขปัญหา และปลดเปลื้องความทุกข์
๓. มี มุทิตา คอยส่งเสริม ให้กำลังใจ และพลอยยินดีเมื่อลูกประสบความสำเร็จ ประสบความสำเร็จ หรือทำความดีงามถูกต้อง
๔. มี อุเบกขา ในเวลาที่สมควร เช่น เมื่อลูกจะต้องรับผิดชอบตัวเอง หรือควรรู้จักฝึกหัดทำอะไรด้วยตนเอง ท่านก็จะให้โอกาสแก่ลูกที่จะพัฒนาตัวเอง คือไม่ใช่จะทำให้ไปหมดทุกอย่างจนกระทั่งลูกทำอะไรไม่เป็น อันนี้เรียกว่า วางอุเบกขา

นี่คือหลัก พรหมวิหาร ๔ เรารู้กันว่าพ่อแม่ นั้น เป็นตัวอย่างของคนที่มีพรหมวิหารธรรม ๔ ประการ

แต่ในเรื่องนี้มีข้อสังเกตว่า เราเน้นกันมากในพรหมวิหารข้อที่ ๑ เมื่อพูดถึงผู้ใหญ่ ว่าผู้ใหญ่จะต้องมีเมตตา แล้วก็มักจะตามด้วยข้อ ๒ คือกรุณา ว่ามีเมตตากรุณา และบุคคลผู้มีเมตตากรุณา ที่แสดงออกอย่างชัดเจน ก็คือ พ่อแม่ของเรานี้แหละ

ข้อสังเกตสำคัญอีกอย่างหนึ่ง คือ พ่อแม่ในเมืองไทยเรานี้ แสดงเมตตา กรุณา และมุทิตา ได้ง่าย หรือพร้อมที่จะแสดงพรหมวิหาร ๓ ข้อแรกนี้ได้ตลอดเวลา แต่มักวางอุเบกขาไม่เป็น หรือแม้แต่ไม่เข้าใจ หรือเข้าใจผิดต่อข้ออุเบกขา ทำให้ลูกเติบโตอย่างไม่สมบูรณ์ เช่น ไม่รู้จักโต ทำอะไรไม่เป็น และไม่รู้จักรับผิดชอบ

พรหมวิหารข้อสุดท้ายนี้ จะปฏิบัติได้ถูกต้อง จะต้องใช้ปัญญา จึงต้องศึกษาให้ดี ตอนแรกจะพูดเป็นแนวไว้ก่อน

พ่อแม่มี เมตตา ในยามปกติ เมื่อลูกเจริญเติบโตอยู่ดีตามที่ควรจะเป็น (เขาอยู่ปกติ)

พ่อแม่มี กรุณา ยามลูกมีทุกข์ เช่น เจ็บป่วย หรือมีเรื่องลำบากเดือดร้อน (เขาตกต่ำ)

พ่อแม่มี มุทิตา ยามเมื่อลูกทำอะไรได้ดี มีสุข หรือประสบความสำเร็จ เช่น สอบได้ที่ดี ๆ สอบเข้างานได้ หรือได้เลื่อนยศเลื่อนตำแหน่ง (เขาขึ้นสูง)

แต่ในบางกรณี พ่อแม่ไม่อาจใช้เมตตา กรุณา หรือมุทิตา เพราะจะทำให้เกิดความเสียหาย เช่น อาจจะเสียหายแก่ชีวิตของลูกเอง หรือเสียธรรม ในกรณีอย่างนั้น จะต้องรู้จักวางอุเบกขา โดยเฉพาะในกรณีที่เกี่ยวข้องกับความรับผิดชอบ คือ

พ่อแม่มี อุเบกขา เมื่อจะฝึกหัดให้ลูกรู้จักรับผิดชอบตนเอง จะได้ทำอะไรๆ เป็น และพึ่งตนเองได้ เท่ากับเปิดโอกาสให้ลูกพัฒนา เช่น ให้เดินเอง ทำการบ้านเอง โดยพ่อแม่วางที่เฉยดูให้เขาทำ แต่พร้อมที่จะช่วยเมื่อถึงเวลา หรือเป็นที่ปรึกษาให้

พ่อแม่มี *อุเบกขา* เมื่อลูกสมควรต้องรับผิดชอบการกระทำของเขา เช่น ลูกทำความผิด ลูกทะเลาะกัน พ่อแม่วางตัวเป็นกลาง เพื่อให้มีการพิจารณา วินิจฉัย ตัดสิน และให้เขาปฏิบัติ หรือได้รับการปฏิบัติ อย่างเป็นธรรม

พ่อแม่มี *อุเบกขา* เมื่อลูกรับผิดชอบตนเองได้ เช่น เรียนจบแล้ว มีการทำงานเป็นหลักฐาน ออกเรือนมีครอบครัวของตัวเอง พ่อแม่รู้จักวางตัววางเฉย ไม่เข้าไปก้าวก่ายแทรกแซงในชีวิตส่วนตัวของครอบครัวของเขา

จากคุณธรรมในใจที่มีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา พ่อแม่ก็แสดงออกมาภายนอก ด้วยการลงมือทำ คือปฏิบัติต่อลูกโดยทำการเลี้ยงดู และฝึกหัดอบรมสั่งสอน พร้อมทั้งทำหน้าที่ต่างๆ อย่างที่กล่าวมาข้างต้น ๕ ข้อนั้น การปฏิบัติทั้งหมดนี้ เรียกว่าการสงเคราะห์ ซึ่งสรุปได้ตามหลักสังคหวัตถุ เป็น ๔ อย่าง คือ

๑. พ่อแม่มีแต่การให้แก่ลูก ที่เรียกว่า *ทาน*
๒. พ่อแม่พูดจาด้วยน้ำใจปรารถนาดี และอบรมสั่งสอนให้คำแนะนำ ชี้แจงบอกเล่าสิ่งที่เป็นประโยชน์ เรียกว่า *ปิยวาจา*
๓. พ่อแม่ลงมือลงแรง เอาแรงกายของท่านทำโน่นทำนี่ให้ โดยเฉพาะเมื่อลูกยังเล็กอยู่ทำอะไรเองไม่ได้ พ่อแม่ก็ทำให้ ตั้งแต่อุ้มเรา ลูกรูเรา ป้อนข้าว อาบน้ำ แต่งตัวให้ ฯลฯ การเลี้ยงดูต่างๆ ท่านต้องลงมือปฏิบัติโดยใช้เรี่ยวแรงของท่านช่วยเราทั้งนั้น การเอาแรงกายเข้าช่วยนี้ เรียกว่า *อัตถจริยา*

๔. พ่อแม่อยู่กับลูก ร่วมสุขร่วมทุกข์กับลูก ทำตัวเข้ากับลูกได้ ปฏิบัติต่อลูกทุกคนอย่างเสมอภาค เสมอต้นเสมอปลาย กับลูก ไม่ถือเนื้อถือตัว อย่างลูกสมัยนี้ บางทีเล่นสี่ระยะ พ่อแม่ข้ามไปข้ามมา ท่านก็ไม่ถือสา แต่คนอื่นมาทำ อย่างนั้นไม่ได้ พ่อแม่จะโกรธเอา ข้อนี้เรียกว่า *สมานัตตตา*

อันนี้เป็นหลักปฏิบัติที่ท่านเรียกว่า *สังคหัตถุ* ๔ ประการ ซึ่งพ่อแม่มีต่อลูกเป็นประจำ แต่ทั้งหมดนั้น โดยสรุปแล้ว ก็รวมเป็นการสงเคราะห์ ๒ ประเภท คือ

๑. *อามิสสงเคราะห์* สงเคราะห์ด้วยอามิส คือวัตถุสิ่งของ เช่น อาหาร เครื่องนุ่งห่ม เป็นต้น ข้อนี้ชัดเจนอยู่แล้ว

๒. *ธรรมสงเคราะห์* สงเคราะห์ด้วยธรรม คือการแนะนำสั่งสอน ให้รู้จักชั่วดี บาปบุญ เหตุผล ให้เจริญด้วยคุณธรรมความดี มีสติปัญญา พัฒนายิ่งขึ้นไป รวมทั้งการแสดงความเมตตากรุณาที่ท่านปฏิบัติต่อลูกอยู่ตลอดเวลา มีความรักความเอาใจใส่ มีความอดทนต่อลูก ลูกจะทำอะไรเป็นเหตุให้พ่อแม่ต้องวุ่นวายยุ่งยาก ท่านก็อดทน เป็นต้น

จากการสงเคราะห์ของพ่อแม่นี้แหละ ลูกก็จะเอาไปเป็นแบบอย่างในการสงเคราะห์ซึ่งกันและกัน

สิ่งที่ควรย้ำไว้ก็คือ การสงเคราะห์นั้น ประการสำคัญอยู่ที่ต้องให้ครบทั้งสองอย่าง คือ อย่างมีเพียงอามิสสงเคราะห์ ซึ่งเป็นการสงเคราะห์ด้วยวัตถุสิ่งของอย่างเดียว ต้องมีธรรมสงเคราะห์ด้วย จึงจะมีความเจริญพัฒนาที่สมบูรณ์

รักของพ่อแม่ เป็นรักแท้ที่ยั่งยืน*

ได้บอกแล้วว่า ที่พ่อแม่ทำทุกอย่างเพื่อลูกนั้น ก็ด้วยความรัก เราจึงควรรู้จักความรักของพ่อแม่ให้ดีสักหน่อย

ความรัก ถ้าแยกตามหลักพระพุทธศาสนา ก็แบ่งง่ายๆ ก่อนว่ามี ๒ แบบ

ความรักแบบที่ ๑ คือ ความชอบใจในบุคคลหรือสิ่งที่จะเอามาบำรุงบำเรอความสุขของเรา ชอบใจคนนั้นเพราะว่า จะมาสนองความต้องการช่วยบำรุงบำเรอ ทำให้เรามีความสุขได้ อะไรที่จะทำให้เรามีความสุข เราชอบใจ เราต้องการมัน นี่คือ ความรักแบบหนึ่ง ซึ่งมีมากทีเดียว

ความรักแบบที่ ๒ คือ ความต้องการให้คนอื่นมีความสุข หรือความปรารถนาให้คนอื่นมีความสุข ความรักของพ่อแม่เป็นแบบที่ ๒ นี้ คือ อยากให้ลูกมีความสุข

ความรัก ๒ อย่างนี้ แทบจะตรงข้ามกันเลย

แบบที่ ๑ อยากได้เขามาม่าเรอความสุขของเรา (จะหาความสุขจากเขา หรือเอาเขามาทำให้เราเป็นสุข)

แต่แบบที่ ๒ อยากให้เขาเป็นสุข (จะให้ความสุขแก่เขา หรือทำให้เขาเป็นสุข)

ความรักมี ๒ แบบอย่างนี้ ซึ่งเห็นได้ในชีวิตประจำวัน

* เรื่องความรัก ๒ แบบต่อไปนี้ ตัดตอนจาก *จาริกบุญ-จาริกกรรม* หน้า ๙๕-๙๙ และ *ความรัก: จากวาเลนไทน์ สู่วิถีความเป็นไทย* หน้า ๑๐-๑๓

ความรักที่เด็กหนุ่มสาวพูดกันมาก ก็คือ ความรักแบบที่ว่าชอบใจอยากได้เขามาสนองความต้องการของตน ทำให้ตนมีความสุข

แต่ในครอบครัวจะมีความรักอีกแบบหนึ่งให้เห็น คือ ความรักระหว่างพ่อแม่กับลูก โดยเฉพาะความรักของพ่อแม่ต่อลูก คือ ความอยากให้ลูกเป็นสุข

ฉะนั้น ตอนแรกจะต้องแยกแยะระหว่างความรัก ๒ แบบนี้เสียก่อน

ความรักชอบใจอยากได้คนอื่นมาบำเรอความสุขของเรานี้ ทางพระเรียกว่า *ราคะ*

ส่วนความรักที่อยากให้คนอื่นเป็นสุข ท่านเรียกว่า *เมตตา*

อะไรจะตามมาจากรักทั้ง ๒ แบบนี้ ความรัก ๒ แบบนี้มีลักษณะต่างกัน และมีผลต่างกันด้วย

ถ้ามีความรักแบบที่ ๑ ก็ต้องการได้ ต้องการเอาเพื่อตนเอง เมื่อทุกคนต่างคนต่างอยากได้ ความรักประเภทนี้ ก็จะนำมาซึ่งปัญหา คือ การเบียดเบียนแย่งชิงซึ่งกันและกัน พร้อมด้วยความเห็นแก่ตัว

ส่วนความรักแบบที่ ๒ อยากให้ผู้อื่นเป็นสุข เมื่ออยากให้ผู้อื่นเป็นสุข ก็จะพยายามทำให้เขาเป็นสุข

เหมือนพ่อแม่รักลูก ก็จะพยายามทำให้ลูกเป็นสุข และเมื่อทำให้ลูกเป็นสุขได้ ตัวเองจึงจะเป็นสุข

ความรักของพ่อแม่ คือ อยากทำให้ลูกเป็นสุข และมี
ความสุขเมื่อเห็นลูกเป็นสุข

เมื่ออยากเห็นลูกมีความสุข พ่อแม่ก็หาทางทำทุกอย่างให้
ลูกมีความสุข วิธีสำคัญอย่างหนึ่งที่จะทำให้ลูกมีความสุข ก็คือ
การให้แก่ลูก เพราะฉะนั้น พ่อแม่ก็จะมีสุขในการให้แก่ลูก
เพราะการให้นั้นเป็นการทำให้ลูกมีความสุข

ตามปกติ การให้คือการสละ หรือการยอมเสียไป ซึ่งอาจจะ
ทำให้ฝืนใจและเป็นความทุกข์ แต่พ่อแม่มีความรักแบบที่สอง คือ
เมตตาขึ้นมา ก็ให้ด้วยความสุข

เพราะฉะนั้น ความรักคือเมตตา จึงมาสร้าง
เปลี่ยนแปลงใหม่ ทำให้การให้กลายเป็นความสุข

ความรักแบบที่หนึ่ง เป็นความต้องการที่จะหาความสุขให้
ตนเอง พอเขามีความทุกข์ลำบากเดือดร้อน หรืออยู่ในภาวะที่ไม่
สามารถสนองความต้องการของเราได้ เราก็เบื่อหน่ายรังเกียจ

แต่ความรักแบบที่สอง ต้องการให้เขามีความสุข พอเขามี
ความทุกข์เดือดร้อน เราก็สงสารอยากจะช่วยปลดเปลื้องความทุกข์
ให้เขาพ้นจากความลำบากเดือดร้อนนั้น

ความรักประเภทที่หนึ่งนั้น ต้องได้จึงจะเป็นสุข ซึ่งเป็น
กระแสวิกฤตของปุถุชนทั่วไป

มนุษย์อยู่ในโลกนี้ เมื่อยังเป็นปุถุชน ก็ต้องการได้ต้องการ
เอา เมื่อได้เมื่อเอาแล้ว ก็มีมีความสุข แต่ถ้าต้องให้ต้องเสีย ก็เป็น
ทุกข์

วิถีของปุถุชนนี้ จะทำให้ไม่สามารถพัฒนาในเรื่องของคุณธรรม เพราะว่า ถ้าการให้เป็นทุกข์เสียแล้ว คุณธรรมก็มาไม่ได้ มนุษย์จะต้องเบียดเบียนกัน แก้ปัญหาสังคมไม่ได้

แต่ถ้าเมื่อไรเราสามารถมีความสุขจากการให้ เมื่อไรการให้กลายเป็นความสุข เมื่อนั้นปัญหาสังคมจะถูกลดน้อยลงไป หรือแก้ไขได้ทันที เพราะมนุษย์จะเกื้อกูลกัน

ความรักแบบที่สอง ทำให้คนมีความสุขจากการให้ จึงเป็นความรักที่สร้างสรรค์และแก้ปัญหา

เมื่อมนุษย์มีความสุขจากการให้ จะเป็นความสุขแบบสองฝ่าย *สุขด้วยกัน* คือ เราผู้ให้ ก็สุข เมื่อเห็นเขามีความสุข ส่วนผู้ได้รับก็มีความสุขจากการได้รับอยู่แล้ว สองฝ่ายสุขด้วยกัน จึงเป็นความสุขแบบประสาน

ความสุขแบบนี้ ดีแก่ชีวิตของตนเองด้วย คือ ตนเองก็มีทางได้ความสุขเพิ่มขึ้น แล้วก็ดีต่อสังคม เพราะเป็นการเกื้อกูลกัน ช่วยให้เพื่อนมนุษย์มีความสุข ทำให้อยู่ร่วมกันด้วยดี

ความรักของพ่อแม่ต่อลูก เป็นความรักแบบที่อยากเห็นลูกมีความสุข แล้วก็พยายามทำอะไรต่างๆ ให้ลูกมีความสุข เมื่อเห็นลูกมีความสุข พ่อแม่ก็มีความสุขด้วย ดังนั้น พ่อแม่จึงมีความสุขในการที่ได้ให้แก่ลูก

ในขณะที่คนทั่วไปต้องได้ จึงจะมีความสุข แต่พ่อแม่ให้แก่ลูก ก็มีความสุข แม้ตัวเองจะต้องทุกข์เดือดร้อน พ่อแม่ก็ยอม

บางที่ตัวเองต้องลำบากเดือดร้อน แต่พอเห็นลูกมีความสุข พ่อแม่ก็มีความสุข

ในทางตรงข้าม ถ้าเห็นลูกไม่สบายหรือตกทุกข์ลำบาก พ่อแม่มักมีความสงสาร ไม่มีความรังเกียจ ไม่มีความเบื่อหน่าย แล้วยังทนทุกข์ทนลำบากเพื่อลูกได้ด้วย

รักของพ่อแม่ นี่ เป็นรักแท้ที่ยั่งยืน ลูกจะขึ้นสูง ลงต่ำ ดีร้าย พ่อแม่ก็รัก ตัดลูกไม่ขาด ลูกจะไปไหนห่างไกล ยาวนานเท่าใด จะเกิดเหตุการณ์ผันแปรอย่างไร แม้แต่จะถูกคนทั่วโลกรังเกียจ ไม่มีใครเอาด้วยแล้ว พ่อแม่ผู้ให้กำเนิด ก็ยังเป็นอ้อมอกสุดท้ายที่จะโอบกอดลูกไว้

นี่แหละที่ว่า เป็นการแยกความหมายของความรักเป็น ๒ แบบ พ่อแม่มีความรักแบบที่ ๒ ซึ่งเป็นรักแท้

คนทั่วไป เริ่มต้นก็มีความรักแบบแรก คืออยากได้เขามาทำให้ตัวเรามีความสุข

แต่คนควรจะพัฒนาจากรักแบบที่หนึ่งไปสู่ความรักแบบที่สอง คือ ให้ความรักแบบที่สองเกิดขึ้นมา เพื่อช่วยสร้างคุณภาพในเรื่องความรัก

ขอให้ดู เช่น ระหว่างหนุ่มสาว ถ้ามีความรักแบบที่หนึ่งอย่างเดียว จะไม่ยั่งยืน ไม่ช้าไม่นานก็ต้องเกิดปัญหาแน่นอน เพราะว่าความรักแบบที่หนึ่งนั้น ต้องการจะเอาเขามาเป็นเครื่องบำรุงบำเรอตัวเองเท่านั้น ถ้าเมื่อไรไม่สนใจปรารภณา ก็เกิดโทษะ มีความชิงชัง หรือไม่ก็เบื่อหน่าย แล้วปัญหาก็จะเกิดขึ้น

ฉะนั้น คนเราอาจจะเริ่มต้นด้วยความรักแบบที่หนึ่งได้ ตามเรื่องของปुरुชน แต่จะต้องรีบพัฒนาความรักแบบที่สองให้เกิดขึ้น

พออยู่เป็นคู่ครองกันแล้ว ถ้ามีความรักแบบที่สองเข้ามา หนุน ก็จะทำให้อยู่กันได้ยั่งยืน ความรักแบบที่สองจะเป็นเครื่องผูกพันสำคัญที่ช่วยให้ชีวิตครองเรือนมีความมั่นคง

ดังนั้น บุญชนนี้ อย่างน้อยก็ให้มีความรัก ๒ แบบ มาเข้าดูลยภาพกันก็ยังดี ขอให้ได้แค่นี้ก็พอ

ในกรณีของสามีภรรยา ถ้ามีความรักแบบแรกที่จะเอาแต่ใจฝ่ายตัวเอง ก็คือ ตัวเองต้องการเขามาเพื่อบำเรอความสุขของตน ถ้าอย่างนี้ก็ต้องตามใจตัว ไม่ซ้าก็ต้องเกิดปัญหาการทะเลาะวิวาท หรือเบื้อหน่าย แล้วยก็อยู่กันไม่ได้ ไม่ยั่งยืน

แต่ถ้ามีความรักแบบที่สอง คือ อยากให้เขาเป็นสุข เราก็จะมีน้ำใจ พยายามทำให้เขาเป็นสุข

ถ้ามีความรักแบบที่สองอยู่ ความรักก็จะยั่งยืนแน่นอน เพราะต่างฝ่ายต่างก็คิดว่า ทำอย่างไรจะทำให้อีกฝ่ายหนึ่งมีความสุข

สามีก็คิดว่า ทำอย่างไรจะให้ภรรยามีความสุข ภรรยา ก็คิดแต่ว่า จะทำอย่างไรให้สามีมีความสุข คิดกันอย่างนี้ก็คือมีน้ำใจ และมีแต่จะเกื้อกูลกัน ทำให้ครอบครัวอยู่ยั่งยืน ชีวิตก็มีความสุข

ที่พูดมานี้ก็เพื่อให้เห็นว่า เราจะต้องพัฒนาคนในเรื่องความรัก ให้รู้จักความรักทั้ง ๒ อย่าง อย่างน้อยก็ให้มีดุลยภาพในเรื่องความรัก ๒ ข้อนี้ แล้วพัฒนายิ่งขึ้น จนกระทั่งให้คนเราอยู่กันด้วยความรักประเภทที่สอง

ลักษณะของความรัก มีอยู่อย่างหนึ่ง คือ มั่นนำความสุขมาให้ด้วย

ความรักแบบที่หนึ่ง ก็ทำให้เกิดความสุข เมื่อได้สนองความต้องการที่จะได้เขามาทำให้ตัวมีความสุข

ส่วนความรักประเภทที่สอง ก็ทำให้เกิดความสุข เมื่อได้สนองความต้องการที่จะทำให้เขามีความสุข

ฉะนั้น คนที่จิตใจให้มีเมตตาต่อเพื่อนมนุษย์ได้หมด ก็จะมีความสุขได้มากเหลือเกิน คือ เวลาเห็นเพื่อนมนุษย์มีความสุข หรือเราทำให้เขามีความสุขได้ ตัวเราเองก็มีความสุขด้วย คนประเภทนี้ ก็เลยมีโอกาที่จะมีความสุขมากยิ่งขึ้น

คนที่พัฒนามาถึงระดับนี้ก็เช่น พระโศดาบัน เป็นต้น พระโศดาบันนั้นไม่มีมัจฉริยะ ไม่มีวาทะตระหนี่ ไม่มีวาทะหวงแหน มีความพร้อมที่จะให้ เพราะฉะนั้น คุณธรรมคือเมตตาจึงเจริญมากขึ้นด้วย และท่านก็มีความสุขยิ่งขึ้นมากมาย จนกระทั่งเป็นพระอรหันต์ก็มีแต่สุข ไม่มีทุกข์เหลืออยู่เลย

ความรักของพ่อแม่ ถึงแม้จะจำกัดอยู่กับลูกก็จริงอยู่ แต่ก็ไม่ใช่เป็นการหวงแหนอย่างความรักแบบที่หนึ่ง คือพ่อแม่รักลูก ความหวงนั้นจะมีแต่ในแง่ที่อยากให้ลูกมีความสุข ไม่ยอมมาให้ใครมาทำให้ลูกทุกข์ แต่ไม่ได้หวงเหนที่ว่าการครอบครองเอาไว้เป็นของตัวเอง เพื่อบำเรอความสุขของตัวเอง ไม่มีความหึง คือไม่ได้หวงผัสสะไว้เพื่อตัว และไม่ได้หวงใจ แต่ตรงกันข้าม ถ้าลูกมีคู่ครองที่ดี มีความสุข พ่อแม่ก็พลอยมีความสุขไปด้วย

ทุกคนต้องเป็นพรหม เพื่ออภิบาลสังคมให้ยั่งยืน*

พระคุณของพ่อแม่มากมายหลายอย่างที่พูดมานี้ รวมแล้วก็มาจากพรหมวิหาร ๔ นั้นเอง

เนื่องจากพรหมวิหาร ๔ นี้ มีความสำคัญมาก ไม่เฉพาะพ่อแม่จะมีต่อลูกเท่านั้น แต่จะต้องขยายออกไปให้ทุกคนมีต่อเพื่อนมนุษย์ หรือเพื่อนร่วมโลกทั่วทุกตัวคน เพราะฉะนั้นจึงขอถือโอกาสอธิบายให้ละเอียดกว่าที่พูดไว้ข้างต้นนั้นอีกหน่อย

เราทุกคนอยู่ร่วมกับเพื่อนมนุษย์ เริ่มตั้งแต่พ่อแม่ พี่น้อง สามีภรรยาในครอบครัวเป็นต้นไป ในการอยู่ร่วมกับเพื่อนมนุษย์นั้น มีหลักธรรมประจำใจอยู่หมวดหนึ่ง สำหรับเป็นหลักในการที่จะวางใจหรือมีท่าทีแห่งจิตใจต่อผู้คนรอบด้าน

ธรรมชุดนี้ ที่จริงก็เป็นหลักธรรมง่ายๆ แต่บางทีเราก็ใช้ไม่เป็น นี่ก็คือ พรหมวิหาร ๔ ที่พูดไว้แล้วข้างต้นนั่นเอง ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา

บางที ที่เราดำเนินชีวิตกันมาจนบัดนี้ เราก็ยังเข้าใจและใช้ธรรมชุดนี้ได้ไม่สมบูรณ์

พรหมวิหาร แปลว่า ธรรมประจำใจของพรหม พรหมนั้น ศาสนาพราหมณ์เขาถือว่า เป็นผู้สร้างโลก เป็นเทพเจ้าผู้ดลบันดาลสิ่งทั้งหลาย เป็นผู้สร้างสวรรค์และอภิบาลโลก

* คำอธิบายพรหมวิหาร ๔ ต่อไปนี้ ตัดตอนจาก **ธรรมะสำหรับผู้สูงอายุ** หน้า ๓๘-๔๙ และ **เพื่อชุมชนแห่งการศึกษา และบรรยากาศแห่งวิชาการ** หน้า ๘๗-๙๗ (อาจดูเทียบเคียงใน **จาริกบุญ-จาริกธรรม** หน้า ๙๕-๑๑๑, **เรื่องที่คุณไทยควรเข้าใจให้ถูก** หน้า ๔๔-๖๑, **รักษาใจยามรักษาคนไข้** หน้า ๓๕-๔๙, **ธรรมะกับการทำงาน** หน้า ๘๔-๙๓)

แต่พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า เราไม่ต้องไปรบกวนพระพรหมให้มาสร้างโลก อภิวาลโลก เราทุกคนควรจะเป็นผู้มีส่วนร่วมสร้างสรรค์อภิวาลโลกด้วยกันทุกคน เพราะฉะนั้น จึงมาทำตัวให้เป็นพรหมกันเถิด

แล้วพระพุทธเจ้าก็ตรัสแสดงพรหมวิหารไว้ให้เราทุกคนปฏิบัติ เพื่อให้เราทุกคนเป็นพระพรหม คือเป็นผู้สร้างสรรค์และอภิวาลสังคม ดังนั้น เราจะเป็นพระพรหมโดยสมบูรณ์ ก็ต้องมีธรรมทั้ง ๔ ข้อ คือมี

๑. เมตตา รัก ปราบปรานาดี อยากให้เขามีความสุข
๒. กรุณา สงสาร อยากช่วยเหลือให้เขาพ้นจากทุกข์
๓. มุทิตา พลอยยินดีด้วย เมื่อเขาสุขสำเร็จทำได้ดี
๔. อุเบกขา วางที่เฉยเป็นกลาง ให้ทุกอย่างเป็นไปตามธรรมชาติ

เมตตา กับ กรุณา นี้เมืองไทยใช้มาก พุดกันอยู่เสมอจนเป็นคำไทยสามัญ แต่แยกความหมายกันไม่ค่อยออก เพราะฉะนั้นตอนแรกจะต้องแยกความหมายระหว่าง เมตตา กับ กรุณา ให้ชัดว่าต่างกันอย่างไร

วิธีแยกให้ชัดต่างๆ ก็คือ ธรรมหมวดนี้เป็นท่าทีของจิตใจสำหรับแสดงต่อผู้อื่น เมื่อเป็นธรรมสำหรับแสดงต่อผู้อื่น ความหมายของมันจะชัดด้วยการพิจารณาดูสถานการณ์ที่ผู้อื่นเขาประสบว่า เขาอยู่ในสถานการณ์ใดแล้ว เราจะใช้ธรรมข้อไหน

สถานการณ์ที่ ๑ คนอื่นเขาอยู่ดีเป็นปกติ ไม่มีเรื่องเดือดเนื้อร้อนใจ แต่ก็ไม่ได้ดีไม่มีความสำเร็จอะไรเป็นพิเศษ ในกรณีนี้เราจะต้องมี เมตตา คือ ความรัก ความปรารถนาดี ความเป็นมิตร

“เมตตา” ก็มาจากต้นศัพท์เดียวกับคำว่ามิตร คือ มิตรตะ แปลง อี เป็น เอ ก็เป็น เมตตา เต็มสระอาเข้าไป เป็นเมตตา รากศัพท์เดียวกัน “เมตตา” จึงแปลว่า น้ำใจมิตร คุณสมบัติของมิตร หรือความเป็นมิตร ในภาษาสันสกฤตเรียกว่า ไมตรี

เป็นอันว่า สำหรับคนที่อยู่เป็นปกติ เราก็มีความเป็นมิตร มีไมตรี มีเมตตา มีความรักปรารถนาดี อยากให้เขาเป็นสุข

สถานการณ์ที่ ๒ คนอื่นเขาตกต่ำเดือดร้อน พอเขาทรุดต่ำตกลงไปจากสถานะเดิม คือประสบความเดือดร้อน เราก็ย้ายไปสู่คุณธรรมข้อที่ ๒ คือ *กรุณา* ซึ่งได้แก่ความมีใจพลอยหวั่นไหวเมื่อผู้อื่นประสบความทุกข์ แล้วก็อยากจะช่วยเหลือปลดเปลื้องความทุกข์หรือแก้ไขปัญหามาของเขา ทำให้เขาขึ้นมาสู่ภาวะปกติ หายทุกข์ หายร้อน

พูดสั้นๆว่า เขาอยู่ดีเป็นปกติ เราเมตตา แต่ถ้าเขามีทุกข์เดือดร้อน เราก็กรุณา คนไทยพูดถึงเมตตา กรุณา กันบ่อย แสดงว่าคนไทยคงมีเมตตากรุณามาก แต่ข้อต่อไป คนไทยไม่ค่อยพูดถึง

สถานการณ์ที่ ๓ คนอื่นเขาขึ้นสู่ภาวะที่สูงขึ้นไป คือประสบความสำเร็จ ทำสิ่งที่ถูกต้องดีงามน่าชื่นชม มีความก้าวหน้า หรือมีความสุข เรียกว่าง่ายๆว่า เขาได้ดีมีสุข เราก็ย้ายต่อไปสู่คุณธรรมข้อที่ ๓ คือ *มุทิตา* ซึ่งแปลว่า พลอยยินดีด้วย เอาใจส่งเสริมสนับสนุน

คนเรานี้ที่ประสบสถานการณ์กันอยู่โดยทั่วไปก็ ๓ อย่างนี้แหละ คือ เป็นปกติ ตกต่ำ ขึ้นสูง เราก็มี เมตตา กรุณา มุทิตา ไว้ปฏิบัติต่อเขาครบทั้ง ๓ สถานการณ์

แต่แค่นี้ไม่จบ ยังมีอีกข้อหนึ่ง เป็นสถานการณ์ที่ ๔ ข้อนี้ น่าสงสัย เพราะ ๓ สถานการณ์ก็น่าจะครบแล้ว ยังมีอะไรอีก สถานการณ์ที่ ๔ คืออะไร

สถานการณ์ที่ ๔ ข้อนี้ยากหน่อย คงต้องอธิบายยาวสักนิด

จะต้องเข้าใจว่า สามข้อแรกนั้น เป็นความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ หรือคนกับคน

แต่ในโลกมนุษย์นี้ เราไม่ได้อยู่กับมนุษย์ด้วยกันเท่านั้น เราต้องอยู่กับความเป็นจริงของชีวิตในธรรมชาติด้วย หมายความว่า โลกมนุษย์นั้นต้องตั้งอยู่บนฐานของกฎธรรมชาติ หรือความเป็นจริงของธรรมชาติอีกชั้นหนึ่ง เราจึงมีความสัมพันธ์ ๒ ด้าน หรือ ๒ ระดับ คือ

ด้านหนึ่ง เราอยู่กับคนด้วยกัน คือเพื่อนมนุษย์ที่เรียกว่า สิ่งแวดล้อมทางสังคม เรามีความสัมพันธ์ที่ดี เรามีเมตตา กรุณา มุทิตา ช่วยเหลือกันดี ก็อยู่กับด้วยดี มีความร่มเย็นเป็นสุข

อีกด้านหนึ่ง ลึกลงไป ชีวิตของเราอยู่กับความเป็นจริงของกฎธรรมชาติ อยู่กับความเป็นจริงของโลกและชีวิต แม้แต่ร่างกายของเรานี้ก็เป็นไปตามเหตุปัจจัยของธรรมชาติ เป็นไปตามกฎธรรมชาติ ซึ่งไม่ฟังใครทั้งสิ้น เป็นหน้าที่ของเราเองที่จะต้องรู้เข้าใจมัน และปฏิบัติตัวให้ถูกต้องสอดคล้องกับมัน ด้านนี้แหละที่สำคัญ ซึ่งเราจะมองข้ามหรือละเลยไม่ได้

เมตตา กรุณา มุทิตา นั้น มาช่วยในด้านที่หนึ่ง ที่ชีวิตของเราไปเกี่ยวข้องกับเพื่อนมนุษย์

แต่ด้านที่สอง ชีวิตของเราต้องเกี่ยวข้องกับความเป็นจริงของโลกและชีวิต ที่เป็นไปตามกฎธรรมชาติ คือเป็นไปตามเหตุปัจจัยของมัน

ในด้านนี้ คนจะต้องมีปัญญา รู้จักรับผิดชอบตัวเอง ที่จะดำเนินชีวิตให้ตั้งงามถูกต้องด้วยตนเอง จะรอให้คนอื่นมาช่วยไม่ได้

ในข้อ ๑-๒-๓ นั้น *คนช่วยกัน ด้วยความรู้สึที่ตั้งงาม*

แต่ข้อ ๔ ในความสัมพันธ์กับความเป็นจริงของโลกและชีวิตที่ไม่เข้าใครออกใครนั้น *เราต้องปฏิบัติต่อมันให้ถูกต้อง โดยใช้ปัญญา* ทุกคนจึงต้องรู้จักรับผิดชอบตนเอง ไม่ใช่รอการช่วยเหลือพึ่งพา

ยกตัวอย่าง พ่อแม่เลี้ยงลูก ถ้าเอาแต่เมตตา กรุณา มุทิตา ก็ทำให้ลูกหมดทุกอย่าง แต่ลูกไม่ได้อยู่กับพ่อแม่หรืออยู่กับมนุษย์ด้วยกันอย่างเดียว อีกด้านหนึ่งชีวิตของลูกต้องอยู่กับความเป็นจริงของโลกและชีวิต เขาจะต้องไปมีชีวิตของเขาเองในโลก ในสังคม ซึ่งเขาจะต้องรับผิดชอบตัวเอง ปัญหาก็คือเขารับผิดชอบต่อชีวิตของเขาเองได้หรือไม่

ถ้าเราเอาแต่ช่วยเขาด้วยเมตตา กรุณา มุทิตา เขาอาจจะไม่รู้จะทำอะไรให้เป็นด้วยตัวเอง และรับผิดชอบต่อตัวเองไม่ได้ คือไม่สามารถพึ่งตนเอง

ในระยะยาว พ่อแม่ไม่ได้อยู่กับเขาตลอดไป เขาจะต้องอยู่กับโลกแห่งความเป็นจริง ที่มันไม่เข้าใครออกใคร เขาจะต้องรับผิดชอบต่อชีวิตของตัวเองให้ได้ ตอนนี้อยู่ที่ท่านให้ใช้ข้อสี่

นี่ก็คือ สามข้อแรกนั้น พ่อแม่ทำให้แก่ลูก แต่ข้อสี่ พ่อแม่จะดูให้ลูกทำ ข้อสี่นี้แหละคือ อุเบกขา

อุเบกขา แปลว่า คอยดู หรือดูอยู่ใกล้ๆ มาจาก *อุ/* แปลว่า คอย หรือ ใกล้ๆ และ *อิทฺช* แปลว่า มองดู *อุเบกขา* จึงแปลว่ามองดูอยู่ใกล้ๆ หรือคอยมองดู แต่ไม่ใช่ดูเปล่าๆ *ดูให้เขาทำ*

ที่ว่าเป็นคือ พ่อแม่ต้องใช้ปัญญาพิจารณาว่า ต่อไปลูกเราจะโต จะต้องหัดดำเนินชีวิตเองให้ได้ จะต้องรับผิดชอบตัวเองได้ จะต้องทำอะไรเป็นบ้าง

เมื่อใช้ปัญญาพิจารณาเห็นแล้ว ก็มาฝึกให้ลูกทำ ให้เขาฝึกตัวเอง โดยเราดูอยู่ใกล้ๆ เป็นที่ปรึกษา ถ้าเขาทำไม่ถูก ทำไม่ได้ผล ทำผิด จะได้ช่วยแก้ไข แนะนำ จนเขาทำเป็นหรือทำได้ดีด้วยตนเอง

ถ้าไม่รีบใช้ *อุเบกขา* เสียแต่บัดนี้ ต่อไปเราไม่ได้อยู่กับเขา พอเขาโตขึ้น เขารับผิดชอบตัวเองไม่เป็น ทำไม่เป็น เขาทำผิดเราก็ไม่มีโอกาสไปแก้ไข ไม่มีโอกาสจะช่วยแนะนำ เพราะฉะนั้น จึงต้องฝึกเขาตั้งแต่บัดนี้

ตรงนี้แหละ *อุเบกขา* จึงมา เพื่อให้ลูกมีโอกาสพัฒนาตัวเอง ไม่ใช่เอาแต่รักแล้วทำให้เขาหมดทุกอย่าง จนกลายเป็นว่าพ่อแม่ปิดกั้นการพัฒนาของลูก หรือถึงกับทำลายลูกด้วยความรักไม่เป็น *อุเบกขา* นี้มากับปัญญา ต้องมีปัญญาจึงจะมี *อุเบกขา* ได้

นี่แหละข้อดี และที่พูดมานี้เป็นแง่ที่หนึ่ง

“รัก” ต้องมี “รู้” มาเข้าคู่ให้สมดุล

ตามที่พูดมานี้ จะเห็นว่า สถานการณ์ที่ ๔ ก็คือ สถานการณ์ที่มนุษย์สัมพันธ์กับมนุษย์ในกรณีที่เกี่ยวข้องกับธรรม การรักษาความสัมพันธ์กับธรรมนี้ยังมีอีกอย่างหนึ่ง เป็นแง่ที่สอง

ธรรม คือความเป็นจริงของธรรมชาติ พูดอีกสำนวนหนึ่งว่า หลักการ หรือกติกาของธรรมชาติ คือ กฎธรรมชาติ ได้แก่ ความเป็นไปตามเหตุปัจจัย ความถูกต้องตามกฎหมายแห่งความเป็นเหตุเป็นผล ความสมเหตุสมผล หรือความสมควรตามเหตุและผล รวมทั้งสิ่งที่เรียกว่า ความเป็นธรรม หรือความชอบธรรม

จากหลักการหรือกฎของธรรมชาตินี้ มนุษย์เราก็มำบัญญัติระบบในสังคมของตน เพื่อให้มนุษย์ดำรงอยู่ในความดีงาม จึงเกิดเป็นหลักการหรือกฎในสังคมมนุษย์ กลายเป็นกฎหมาย กฎเกณฑ์ กติกา

เมื่อใดความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ไปส่งผลกระทบเสียหายต่อธรรม คือ ทำให้เสียหลักการแห่งความเป็นจริง ความถูกต้องดีงาม ความสมตามเหตุผล ความชอบธรรม ความเป็นธรรม เช่น ผิดกฎหมาย ละเมิดกติกาสังคม เราต้องหยุดช่วยเหลือ เพื่อให้เขาได้รับผิดชอบต่อธรรม นี่คือ **อุเบกขา**

เพราะฉะนั้น อุเบกขาจึงเป็นตัวคุมหมัด ทำให้สามข้อแรกมีขอบเขต อยู่แค่พอดี อยู่แค่ถูกต้อง หยุดไม่ให้เลยไปเป็นผิดเป็นเสีย

เมตตา กรุณา มุทิตาจะเลยขอบเขตไม่ได้ เมื่อช่วยกันไป ถ้าจะละเมิดหลักการ ละเมิดกติกา ละเมิดความเป็นธรรม ต้องหยุด

เราเลยแปล “อุเบกขา” ว่า เฉย หมายความว่า เฉยต่อคนนั้น ไม่ช่วย (ในทางที่ผิด) ในภาษาบาลีท่านอธิบายว่า ไม่ชวนชวาย (ที่จะช่วย) เหมือนกับบอกว่า ฉันไม่เอาจะคุณละนะ

เราช่วยเหลือกันตลอดเวลา โดยมีเมตตา กรุณา มุทิตา แต่ถ้าจะทำให้เสียหลักการ เสียความเป็นธรรม ฉันต้องหยุด ฉันไม่เอา กับคุณแล้วนะ *กฎต้องเป็นกฎ* ตรงนี้เรียกว่า *อุเบกขา*

“อุเบกขา” คือ เฉยต่อคนนั้น เพื่ออะไร เพื่อไม่ละเมิด เพื่อไม่ก้าวก่ายแทรกแซงธรรม ธรรมจะออกผลอย่างไร ต้องว่าไปตามนั้น ในขณะที่ *เมตตา กรุณา มุทิตา รักษาคน* แต่ *อุเบกขา รักษาธรรม*

ที่จริง *อุเบกขา* ก็เป็นความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ด้วยกันนั้นแหละ แต่ในกรณีนี้ความสัมพันธ์นั้นไม่อยู่แค่มนุษย์แล้ว แต่มันไปเกี่ยวข้องกับธรรมด้วย คือไปเกี่ยวข้องกับหลักการ กฎเกณฑ์ กติกา ทั้งในธรรมชาติ และที่มาบัญญัติกันในสังคมมนุษย์

ฉะนั้น อะไรที่เป็นเรื่องที่เขาสมควรจะช่วยตัวเอง ควรรับผิดชอบตามความเป็นจริงของความเป็นเหตุเป็นผล เราไม่เข้าไปแทรกแซง ไม่ใช่ช่วยเรื่อยเปื่อย ต้องช่วยในขอบเขตของความสมเหตุสมผล และช่วยเฉพาะในขอบเขตที่ไม่ละเมิดธรรม ไม่ละเมิดกฎเกณฑ์ กติกาต่างๆ

ฉะนั้น อุเบกขาจึงเป็นตัวคุม และรักษาดุล ให้การช่วยเหลือกันไม่เลยขอบเขตจนเสียธรรม

ถึงตอนนี้ คงจะประมวลคำอธิบายพรหมวิหารข้อสุดท้าย มาสรุปลงเป็นความหมายของอุเบกขาได้ว่า

สถานการณ์ที่ ๔ เมื่อเราสมควรจะต้องรับผิดชอบการกระทำของตน (รวมทั้งฝึกหัดความรับผิดชอบนั้น) คือ ในกรณีที่เราเข้าไปช่วยเหลือ ด้วยเมตตาก็ตาม กรุณาก็ตาม มุทิตาก็ตาม จะเป็นการละเมิดก่อความเสียหายต่อธรรม ต่อความจริงความถูกต้องดีงาม ความสมควรตามเหตุผล หรือทำลายหลักการ กฎกติกากฎที่ชอบธรรม ความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ในข้อ ๑-๒-๓ จะต้องถูกหยุดยั้ง เราจะต้องตั้งตัวหรือวางตนอยู่ใน *อุเบกขา*

นี่คือ หยุดการชวนชววยช่วยเหลือ เพื่อให้มีการปฏิบัติไปตามธรรม ตามหลักการ หรือตามกติกากฎ โดยไม่เข้าไปก้าวก่ายแทรกแซง

ขอยกตัวอย่างเช่น เด็กคนหนึ่งไปประสบความสำเร็จลักขโมยเงินเขามาได้ ๕,๐๐๐ บาท ดีใจใหญ่

เราเห็นว่าเด็กนั้นประสบความสำเร็จ เราจะไปมุทิตาถูกต้องไหม ไม่ถูกต้องใช่ไหม เพราะว่า ถ้าเราไปดีใจ ไปส่งเสริม ก็ไปกระทบกับธรรม กลายเป็นการทำลายหลักการแห่งความถูกต้องดีงาม ฉะนั้น ในกรณีนี้ เราก็ต้องปฏิบัติไปตามธรรม

อีกตัวอย่างหนึ่ง ดูในกรณีของผู้พิพากษา เช่น จำเลยทำความผิดจริง ไปฆ่าคนมา ผู้พิพากษาคิดว่า ถ้าเราจะตัดสินให้เขาเข้าคุก เขาก็จะมีความทุกข์ ก็เกิดกรุณา สงสาร เลยตัดสินให้พ้นผิด

อย่างนี้ไม่ถูก เพราะการมีกรุณาในกรณีนี้จะส่งผลกระทบต่อธรรม ทำให้เสียหลักความจริงความถูกต้องดีงาม ทำลายหลักการกฎเกณฑ์กติกากฎที่รองรับสังคมอยู่

ในกรณีที่มีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ส่งผลกระทบเสียหาย ต่อหลักการแห่งความเป็นธรรม ชอบธรรม หรือตัวหลักการ ตลอดจนกฎเกณฑ์กติกาทั้งหลายที่จะยึดเหนี่ยวให้สังคมมนุษย์อยู่ได้ เราจะต้องหยุดข้อที่ ๑, ๒, ๓ ไว้ แล้วย้ายไปข้อที่ ๔ คือ *อุเบกขา* เพื่อให้เขาปรับติดชอบต่อความเป็นจริง ต่อธรรม ต่อหลักการและกฎเกณฑ์กติกานั้นๆ อันนี้แหละเรียกว่า *อุเบกขา*

ได้บอกแล้วว่า “อุเบกขา” แปลว่า คอยมองดู มาจาก *อุ* (ใกล้ๆ หรือคอย) + *กัษ* (มอง) คือ คอยมองดูให้มันเป็นไปตามธรรม หรือตามที่มันควรจะต้องเป็น

หมายความว่า เพื่อไม่เข้าไปก้าวก่ายแทรกแซงกระบวนการของธรรม เราจึงเฉยต่อคนนั้น คือ ปล่อยหรือเปิดโอกาสให้มีการปฏิบัติต่อเขาไปตามธรรม ตามหลักการ หรือตามกฎเกณฑ์กติกา ใครมีหน้าที่อย่างไร ก็ทำไปตามนั้น หลักการหรือกฎเกณฑ์ว่าอย่างไร ก็ทำไปตามนั้น เราก็คอยมองดู ถ้ามีอะไรต้องทำเมื่อไร ก็ทำ

นี่คือ คอยมองดูให้ทุกอย่างดำเนินไปอย่างถูกต้องตามที่มันควรจะเป็น หรือตามธรรม โดยใช้ปัญญาพิจารณาปฏิบัติให้เหมาะสม

อุเบกขา นี้ ต้องใช้ปัญญา ต่างจาก เมตตา กรุณา มุทิตา ที่ใช้ความรู้สึกมาก คือรู้สึกเป็นมิตร รู้สึกเห็นใจสงสาร และรู้สึกพลอยดีใจช่วยหนุน ส่วนอุเบกขา ต้องมีปัญญา คือต้องรู้ว่าอะไรถูกต้อง อะไรเป็นธรรม อะไรเป็นความจริง แล้วจึงเอาความรู้้นั้นมาปรับความรู้สึกให้ลงตัวพอดี

การที่ปัญญาความรู้้นั้นมาปรับความรู้สึกให้ลงตัวพอดีได้ ให้วางตัวถูกต้อง เป็นกลาง อยู่ในธรรม อันนี้เรียกว่า *อุเบกขา*

เป็นอันว่า เราจะต้องมีอุเบกขาด้วย จึงจะรักษาสังคมนี้นี้ไว้ได้ มิฉะนั้น สังคมนี้อาจจะปั่นป่วน

ถ้าเราใช้เมตตา กรุณา มุทิตามาก เราจะมีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลดี แต่ถ้าขาดอุเบกขา คนจะช่วยเหลือกันระหว่างบุคคลจนกระทั่งเสียหลักการ ไม่เหลือยวแล ไม่ดูหลักการว่า จะเสียความเป็นธรรมในสังคมใหม่ หลักเกณฑ์ กฎหมาย กติกาไม่เอา จะช่วยเหลือกันระหว่างบุคคลอย่างเดียว

สังคมไทยนี้ น่าจะหนักไปทาง ๓ ข้อแรก ส่วนข้อ ๔ นี้ขาดมาก อุเบกขาแทบจะไม่มี และไม่รู้จักด้วยซ้ำ

ในสังคมไทย เมื่อคนไม่รู้จักอุเบกขาตัวจริง เวลาพูดถึงอุเบกขา ก็เข้าใจผิด นึกว่าเฉยแล้วเป็นอุเบกขา เวลาเมื่ออะไรเกิดขึ้นก็เฉย แต่กลายเป็นเฉยไม่รู้เรื่องรู้ราว เฉยไม่เอาเรื่องเอาราว และเฉยไม่ได้เรื่องได้ราว

อย่างนี้ ทางพระท่านมีศัพท์ให้ด้วย เรียกว่า อัญญาอุเบกขา แปลว่า “เฉยใจ” ซึ่งเป็นอกุศล เป็นบาป

คนไทยเรานี้ ถ้าไม่ระวังให้ดี จะเฉยใจกันมาก เฉยที่แท้ต้องเป็นเฉยด้วยปัญญา เพราะว่าอุเบกขานี้จะมีได้ ต้องอาศัยปัญญา

สามข้อต้นนั้นหนักด้านความ “รู้สึก” ในการพัฒนามนุษย์ด้านความรู้สึก ที่เรียกเพี้ยนกันไปว่าด้านอารมณ์นี้ เรามุ่งให้มีเมตตา กรุณา มุทิตา ซึ่งเป็นฝ่ายความรู้สึก หรือ emotion ที่ดี

แต่ความรู้สึกนี้ จะต้องถูกคุมด้วยปัญญา มิฉะนั้น emotion คือด้านอารมณ์ หรือด้านความรู้สึก อาจจะไม่ชอบเขต ไม่ถูกต้อง

อีกด้านหนึ่ง ถ้าเราไม่มีปัญญาคุณ เมื่อเราช่วยเขาไม่ได้ จิตใจของเราก็จะร้อนรน กระทบกระวายเป็นทุกข์ แต่พอปัญญา คือด้านความรู้ มา ก็จะสร้างดุลยภาพ ทำให้จิตใจสงบได้

จึงต้องเอาความรู้ มาคุมความรู้สึก เอาปัญญา มาจัดปรับ จิตใจ ทำให้พอดีเข้าที่ลงตัว ตลอดจนทำให้ใจปลอดโปร่งหลุดโล่ง ฟ้นไปได้ เป็นใจที่อิสระ ฉะนั้น พุทธศาสนาจึงให้ก้าวไปถึงปัญญา

ด้านรู้ ต่อกคุมด้านรู้สึก แล้วเมื่อปัญญาด้านรู้พัฒนาไป ก็จะพัฒนาด้านความรู้สึกให้เป็นกุศลยิ่งขึ้น เพราะด้านความรู้สึกนั้นมี ฝ่ายอกุศล เช่น โกรธ เกลียด ชัง ริษยา ระวัง เห็นแก่ตัว เป็นต้น

พอปัญญามา ก็พัฒนาความรู้สึก คือพวก emotion ให้มาเป็น emotion ที่ดี เป็นฝ่ายเมตตา กรุณา หรือความรัก เป็นต้น แต่แม้จะเป็นความรู้สึกที่ดีแล้ว ก็ต้องอยู่ในความควบคุมของปัญญา

เป็นอันว่า สามข้อต้นหนักในด้านความรู้สึก คือ *ความรัก* ส่วนข้อสี่หนักในด้านปัญญา คือ *ความรู้* ต่อกให้ปัญญานำเอา อูเบกขามาคุมความรู้สึกไว้ ให้อยู่ในดุล ในความถูกต้อง ในความพอดี

สามข้อแรกคือ เมตตา กรุณา มุทิตา แทนไม่ต้องใช้ปัญญา เพียงแต่มีความรู้สึกที่ดีก็พอ คือ เขาอยู่เป็นปกติ เราก็รู้สึกรัก เขา ทุกข์ร้อน เราก็รู้สึกสงสาร เขาได้ดีมีสุข เราก็รู้สึกยินดีด้วย

แต่ในข้อสี่นี้ ถ้าไม่มีปัญญา ก็ปฏิบัติไม่ได้ เพราะต้องรู้ว่า อะไรเป็นเหตุเป็นผล อะไรเป็นความจริง อะไรเป็นความถูกต้อง อะไรเป็นหลักการ จึงจะปฏิบัติได้ ข้อสี่จึงต้องเน้นปัญญา และเป็นตัวสำคัญที่สุด ซึ่งจะสร้างดุลยภาพ หรือความพอดีให้เกิดขึ้น

เมื่อมีความรัก โดยไม่ขาดความรู้ คือ ใช้เมตตากรุณา โดยมีปัญญามาโยงเข้ากับอุเบกขา ก็จะทำให้เกิดความสุขและความถูกต้องพอดี

เมตตากรุณาก็มี มุทิตาก็มี

พออุเบกขาบรรจบ ก็ครบสี่ปัจจัยพระพรหม

เป็นอันว่า ข้อที่ ๔ คือ **อุเบกขา** เป็นตัวคุมท้าย และคุมทั้งหมด สำหรับรักษาให้โลกนี้อยู่ในธรรม อยู่ในความถูกต้องดีงาม รักษาหลักการของสังคม ทำให้สังคมอยู่ในความเป็นธรรม

แต่ถ้าเรามีอุเบกขามากอย่างเดียว ก็เอาแต่ตัวใครตัวมัน ทุกคนรับผิดชอบต่อหลักการ คุณทำถูกต้องตามหลักการ หรือตามกฎหมาย ชั้นไม่ว่า แต่ถ้าคุณทำผิดหลักการและกฎเกณฑ์กติกาเมื่อไร ชั้นจัดการทันที

เวลาอื่นนอกจากนั้น ต่างคนต่างอยู่ ไม่ช่วยเหลือกัน ไม่เอาใจใส่ ไม่มีน้ำใจต่อกัน สังคมนั้นก็ขาดความอบอุ่น แห้งแล้ง คนก็เครียด ใจไม่สบาย เป็นโรคจิตกันมาก ก็เสียดุลอีก

เพราะฉะนั้น สังคมจึงต้องมีพรหมวิหารให้ครบ และให้เหมาะสมพอดี ตามที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้สำหรับ ๔ สถานการณ์

ถ้าปฏิบัติให้ถูกต้องแล้ว สังคมจะมีดุลยภาพ เริ่มตั้งแต่ในสังคมเล็ก คือครอบครัว โดยปฏิบัติให้ถูกต้องต่อลูกของตนเอง

หนึ่ง เมื่อเขาอยู่เป็นปกติ เรายังมีเมตตา เลี้ยงดูให้เขามีความสุข

สอง ถ้าเขาเกิดเรื่องเดือดร้อนเป็นทุกข์ มีโรคภัยไข้เจ็บ เป็นต้น เราก็กรุณาสงสาร ช่วยเหลือแก้ไขให้หมดปัญหา

สาม เมื่อเขาประสบความสำเร็จ ทำสิ่งที่ถูกต้องดีงาม เราก็มุทิตา พลอยยินดีด้วย ช่วยส่งเสริมสนับสนุนยิ่งขึ้นไป

สี่ แต่ในกรณีที่เกี่ยวข้องกับความรับผิดชอบ จะต้องพิจารณาใช้อุเบกขา

สถานการณ์ที่จะต้องวางอุเบกขาที่สำคัญ มี ๓ กรณี คือ

๑. เมื่อลูกสมควรจะต้องหัดรับผิดชอบตัวเอง เขาจะต้องฝึกทำอะไรต่ออะไรให้เป็น เพราะว่า ลูกของเรานั้นไม่ได้อยู่ในโลกที่มีแต่พ่อแม่ หรือมนุษย์ด้วยกันเท่านั้น ชีวิตอีกด้านหนึ่ง โดยเฉพาะต่อไปเมื่อเขาโตแล้ว เขาต้องไปอยู่ในโลกแห่งความเป็นจริง

โลกนั้นมีกฎเกณฑ์กติกา ทั้งกฎเกณฑ์ในธรรมชาติ และกฎเกณฑ์ในสังคม ซึ่งจะต้องเป็นไปตามเหตุผลของเรื่องนั้นๆ ซึ่งเขาจะต้องไปอยู่กับความเป็นจริงเหล่านั้น

โลกนี้ไม่ได้ตามใจเราเหมือนอย่างพ่อแม่ตามใจลูก มันไม่ได้เป็นไปตามใจปรารถนา เพราะฉะนั้น ลูกจะต้องหัดรับผิดชอบตัวเอง อะไรที่สมควรจะทำให้เป็น ต้องฝึกทำไว้

ถ้าพ่อแม่มีแว่แต่เห็นแก่ลูกว่า เรารักเขา ไม่อยากให้เขาลำบาก ไม่อยากให้เขาเหน็ดเหนื่อย แล้วไม่ว่าอะไรก็ไปทำแทนให้ทั้งหมด ลูกก็เลยไม่รู้จักโต แล้วก็รับผิดชอบตัวเองไม่เป็น

พ่อแม่บางคนเลี้ยงลูกไม่เป็น ใ้ลูกเกินไป เพราะขาดอุเบกขา

ส่วนพ่อแม่ที่รู้จักอุเบกขา เมื่อมาถึงสถานการณ์ที่ ๔ คือมีเรื่องอะไรที่ลูกจะต้องสมควรฝึกไว้ ทำไว้ หัดให้เป็น เราต้องให้เขาฝึกทำหัดทำ ต้องยอมให้เขาเหนื่อยบ้าง ลำบากบ้าง

แม้แต่หัดเดิน ก็ยังต้องมีความเหน็ดเหนื่อยลำบากบ้าง ถ้ากลัวลูกลำบาก ไปคุ้มตลอดเวลาแล้ว ลูกจะเดินเป็นได้อย่างไร

เหมือนอย่างคนสมัยก่อน ตอนที่เริ่มมีการเรียนหนังสือใหม่ๆ เขาใช้กระดานชนวน และใช้ดินสอหิน พ่อแม่บางคนกลัวลูกจะเจ็บมือเพราะใช้ดินสอหิน ก็เลยไม่ให้เรียน นี่ก็เพราะขาดอุเบกขา ลูกก็เลยไม่ได้รับการศึกษา

เป็นอันว่า จะต้องยอมให้ลูกเหน็ดเหนื่อยยากลำบากบ้าง เพื่อให้เขาหัดทำ ฝึกทำ รับผิดชอบตัวเอง จะได้ทำอะไรๆ เป็น และปัญญาจะเป็นตัวบอกว่าควรจะให้เขาหัดทำอะไรๆ ฝึกในเรื่องใด หรือหัดรับผิดชอบอะไร เพราะฉะนั้น ข้ออุเบกขาจึงต้องมากับปัญญา

เมื่อปัญญาพิจารณาแล้ว ก็ปฏิบัติไปตามปัญญา โดยวางอุเบกขา เราเป็นที่ปรึกษา ก็คอยดู ถ้าเขาหย่อน พร่อง หรือเพี้ยนพลั้งเมื่อไร จะต้องช่วย ก็เข้าไปช่วย นี่คือ อุเบกขาในสถานการณ์ที่ ๑ ให้เขาหัดรับผิดชอบตัวเอง ทำอะไรต่ออะไรให้เป็น

๒. เมื่อลูกจะต้องรับผิดชอบการกระทำของเขา ครอบครัวนั้นเป็นตัวแทนของสังคมใหญ่ ในสังคมมนุษย์ต้องมีกฎเกณฑ์ กติกา ซึ่งทุกคนในสังคมนั้นจะต้องรับผิดชอบต่อปฏิบัติตาม

ครอบครัวก็เช่นเดียวกัน ต้องมีกฎเกณฑ์กติกาเพื่อให้สมาชิกของครอบครัวอยู่กันสงบเรียบร้อย มีวินัย และเป็นการฝึกเด็กให้พร้อมที่จะไปรับผิดชอบต่อดำเนินชีวิตในสังคมต่อไป

ฉะนั้น กฎต้องเป็นกฎ ถ้าเขาทำอะไรผิด ก็ต้องรับผิดชอบต่อการกระทำของเขา ทำถูก ก็ว่าไปตามกฎ ลูกทะเลาะกัน ก็ต้องมีความยุติธรรม นี่คือนิยามของกฎเพื่อปฏิบัติให้ถูกต้องตามธรรม

๓. เมื่อลูกรับผิดชอบตัวเองได้แล้ว เขาสำเร็จการศึกษาแล้ว มีงานมีการทำ มีครอบครัวของเขาแล้ว ท่านว่าพ่อแม่ต้องรู้จักวางอุเบกขา ปล่อยให้เขารับผิดชอบต่อชีวิตและครอบครัวของเขาเอง ไม่เข้าไปก้าวกายแทรกแซงในชีวิตและครอบครัวของเขา โดยวางใจเรียบสงบว่า เขารับผิดชอบตัวเองได้แล้ว

ไม่ใช่เอาแต่เมตตากรุณา รักเขามาก ก็เลยเจ้าก็เจ้าการเข้าไปจัดการในบ้านของเขา ในครอบครัวของเขา เทียวจี้เทียวซี้้อยู่เรื่อยๆ ลูกอยู่อย่างนั้นะ จัดของอย่างนั้นะ ฯลฯ

ถ้าพ่อแม่เข้าไปจัดแจงวุ่นวายมาก ลูกแทนที่จะเป็นสุข ก็ไม่เป็นสุข และจะรู้สึกไม่สบายใจ อาจจะอึดอัดพูดไม่ออก บางทีถ้าเขาไม่ขัดแย้งกับพ่อแม่ ก็ไปขัดแย้งกับคู่ครองของเขาเอง

ท่านจึงว่า ถึงเวลาที่จะต้องวางอุเบกขา ให้เขารับผิดชอบต่อเขา ครอบครัวของเขา เป็นของเขา เราได้แต่คอยมองดู ให้เขาบริหาร เราเป็นที่ปรึกษา ถ้าเขาต้องการความช่วยเหลือเมื่อไร เราคอยดูอยู่ ไม่ได้ทิ้ง ก็เข้าไปช่วยเหลือ นี่เรียกว่า อุเบกขา

ถ้าพ่อแม่วางอุเบกขาถูก ก็เกิดความสมดุลในชีวิต และความสมดุล ระหว่างความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ กับความสัมพันธ์กับธรรม

โดยเฉพาะเมื่อพ่อแม่อายุมากขึ้น ก็จะต้องวางใจกับลูกหลานให้ถูกต้องว่า ถึงเวลาแล้วที่เราจะต้องรับผิดชอบชีวิตของเขาเอง เราวางใจเป็นอุเบกขาเยียบสงบ พร้อมจะช่วยเหลือเขา แต่เราไม่เข้าไปจุกจิก วนวาย เจ้าก็เจ้าการ

ตอนนี้ ถึงเวลาของพระพรหมที่จะวางอุเบกขา ถ้าทำใจได้ อย่างนี้ ใจจะสบายขึ้นเยอะ

ถ้าเสียหลักนี้ ก็จะไม่เป็นพระพรหมที่สมบูรณ์

สังคมทุกระดับ ตั้งแต่ครอบครัว

ขาดบูรณาการกันไปทั่ว การพัฒนาจึงเสียดุล

ในสังคมที่ปฏิบัติธรรมไม่ครบ จะเกิดความเสียดุล สังคมที่มีเมตตากรุณามาก จะเป็น *สังคมอุดมน้ำใจ* คนมีน้ำใจช่วยเหลือกันเต็มที่ ซึ่งก็เป็นข้อดี ทำให้มีความอบอุ่น ชุ่มฉ่ำ ร่มเย็น จิตใจสบาย มีความสุข แต่ผลเสียก็มีได้ คือ ถ้าไม่มีอุเบกขามาคุม ก็เสียดุล

๑. *คนจะชอบหวังพึ่งผู้อื่น* คือ คนไม่น้อยในสังคมนี้ ที่มีกิเลสของปุถุชน เมื่อหวังพึ่งผู้อื่นได้ว่าจะมีคนมาช่วย ก็จะไม่ดิ้นรน ขวนขวาย เขาคิดหวังว่า ถ้าเราลำบาก ขาดแคลน ชัดสน ก็ไปหาผู้ใหญ่คนโน้น ไปหาญาติผู้นี้ หาเพื่อนคนนั้น เขาก็จะช่วยเรา เพราะคอยหวังความช่วยเหลือจากผู้อื่นอยู่เรื่อย ก็เลยไม่ดิ้นรน ขวนขวาย ก็อ่อนแอ

เพราะฉะนั้น สังคมที่มีน้ำใจ มักเสียดุลไปทางอ่อนแอ คนมักหวังพึ่งผู้อื่น ทำให้เฉื่อยชา ไม่กระตือรือร้น ขวนขวาย และชวนให้จมอยู่ในความประมาท

๒. ไม่สามารถรักษาหลักการได้ เพราะคนจะช่วยกันชิงส่วนตัว จนกระทั่งละเมิดกฎหมายก็เอา ลองจะช่วยเหลืออย่างกฎหมายก็ไม่มอง ความเป็นธรรมก็ไม่เอาทั้งนั้น ช่วยกันอย่างเดียว จนเสียความเป็นธรรม และเสียหลักการ

ส่วนสังคมที่ขาดสามหรือเพียงสองข้อต้น คือไม่มีเมตตา กรุณา จะเป็นสังคมที่ไม่มีน้ำใจ คนไม่ค่อยช่วยเหลือกัน อุเบกขา จะขึ้นมาเด่น แต่อาจจะเป็นอุเบกขาแบบไม่มีปัญญาก็ได้ คือเฉย ไม่เอาเรื่อง ตัวใครตัวมัน ใครจะเป็นอย่างไรก็ช่าง

พอมีปัญหาขึ้นมาหน่อย ก็วางกติกาสังคมไว้ว่า แกจะทำอะไร ก็เรื่องของแก ทำไปได้ตราบเท่าที่ไม่ละเมิดกฎหมายกติกา แต่ผิดกฎเมื่อไร ฉันจัดการทันที ถ้าไม่ละเมิด ก็ปล่อยแกทำไป แต่ฉันไม่ช่วยนะ

ทีนี้ คนที่ไม่มีใครช่วยนี่ เมื่อหวังพึ่งใครไม่ได้ ตัวใครตัวมัน ก็ต้องดิ้นสุดฤทธิ์สุดกำลัง เพราะถ้าไม่ดิ้น ก็ไม่รอด จึงทำให้เข้มแข็ง และก้าวหน้า และเพราะเอากติกา เอกกฎหมาย หรือหลักการเป็นใหญ่ ก็รักษาหลักการและกฎกติกาได้ แต่ถ้าไปสุดโต่ง ก็กลายเป็นสังคมที่เอาแต่กฎเข้าว่า ไร้อชีวิตชีวา ไม่มีน้ำใจ

สังคมไทย เน้นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในข้อเมตตา กรุณา มาก ก็เสียคุณ ทำให้อ่อนแอ แล้วก็ไม่สามารถรักษาหลักการ และความเป็นธรรม

ส่วน สังคมแบบอเมริกัน ก็ค่อนข้างขาดในด้านเมตตา กรุณา คือขาดน้ำใจ และหนักในอุเบกขา ทำให้คนดิ้นรนแบบตัวใครตัวมัน จึงทำให้เข้มแข็ง และทำให้รักษาหลักการกติกาได้ แต่เป็นสังคมที่แห้งแล้ง เครียด จิตใจค่อนข้างทุกข์ ขาดความอบอุ่น

ต่างฝ่ายก็ได้ได้อย่างเสียอย่าง

เพราะฉะนั้น เพื่อให้พอดี จึงต้องมีครบทั้งสี่ข้อ แต่ในระดับสังคมนี้แสนยากเหลือเกินที่จะพัฒนามนุษย์ให้มีครบทั้งสี่ข้อ ก็เลยได้กันมาแบบเว้าๆ แหว่งๆ ได้หนึ่งบ้าง ได้สองบ้าง ได้สามบ้าง ที่จะครบ ๔ อย่างพอดีได้ดูลั้น หาได้ยาก

พ่อแม่ก็เหมือนกัน ถ้าพ่อแม่มีเมตตา กรุณา มุทิตามาก แต่ไม่รู้จักใช้อุเบกขา ก็จะทำให้เด็กเติบโตขึ้นอย่างไม่สมบูรณ์ ทำให้เด็กรับผิดชอบตัวเองไม่ได้ ทำอะไรไม่เป็น ไม่รู้จักโต

เพราะฉะนั้นจึงต้องไปโดนอุเบกขาจากที่อื่นมาช่วย ถึงจะเข้มแข็ง เช่น อยู่เมืองไทยนี้พ่อแม่ทำให้หมด ให้คนใช้ทำให้หมด ก็เลยทำอะไรไม่เป็น แต่พอส่งไปอยู่เมืองฝรั่ง โดนอุเบกขาของฝรั่งเข้า ตอนนั้นเข้มแข็ง ทำเป็นทุกอย่าง ดังนี้ เป็นต้น

ฉะนั้น สังคมจะต้องได้ดุล โดยเฉพาะพ่อแม่ี่สำคัญที่สุด

พ่อแม่ไทยนี้ ต้องเน้นด้านอุเบกขาให้มากขึ้น ว่าทำอย่างไรจะใช้ปัญญาให้มากขึ้น ลดด้านความรู้สึกลง และเติมด้านความรู้เข้าไป

แต่ปัญญานี้ยาก มันไม่เหมือนความรู้สึก มันต้องคิดและพิจารณาว่า เออ อะไรที่ลูกของเราควรจะทำให้เป็น ควรจะฝึกรับผิดชอบ คิดแล้วมองเห็นแล้ว ก็มาดุให้เขาทำ ซึ่งจะเป็นการรักลูกระยะยาว

ถ้ารักลูกมากด้วยเมตตา กรุณา มุทิตาเกินไป จะกลายเป็นว่ารักลูกระยะสั้น มองการณ์ใกล้ สายตาสั้น แล้วจะปิดกั้นการพัฒนาของเด็ก

เมตตาการุณาสสามารถปิดกั้นการพัฒนาของเด็กได้ เพราะเมื่อไม่มีอุเบกขา ก็ไม่เปิดโอกาสให้เด็กได้พัฒนา

ฉะนั้น บางทีเด็กที่ถูกปล่อยถูกทิ้งนี้แหละ ถูกอุเบกขาเข้าเต็มที ถ้าไม่เสีย ก็เก่งไปเลย เขาจะเข้มแข็ง จะช่วยตัวเองได้ดี แกร่งกล้า เจริญเติบโตก้าวแน่นไปในสังคม

ควรยอมรับกันว่า ดุลยภาพระหว่างธรรม ๔ ประการนี้เสียไปแล้วในสังคมไทย เพราะฉะนั้น ตอนนี้จะต้องเน้นการปฏิบัติคุณธรรม ทั้งสี่นี้ให้ครบชุดที่ว่า ต้องมีทั้งเมตตา การุณา มุทิตา และอุเบกขา

โดยเฉพาะอุเบกขา เป็นตัวโยงปัญญาการรักษาดุลยภาพไว้ให้ เกิดความสมบูรณ์ในชีวิตและในสังคม ตั้งแต่ในครอบครัวเป็นต้นไป

พ่อแม่บริหารครอบครัว บางท่านก็บริหารหน่วยงาน องค์กร ตลอดจนจนประเทศชาติ แต่โลกคือสังคมมนุษย์นี้ ทุกคนร่วมกันบริหาร มนุษย์ทุกคนผู้บริหารโลกนี้ จึงต้องเป็นพรหม ผู้มีพรหมวิหารให้ครบทั้ง ๔ ประการ

ถึงแม้ว่ามนุษย์จะสัมพันธ์กันดี คือมีเมตตาการุณาและมุทิตาต่อกัน แต่ถ้ามนุษย์ไม่รักษาอุเบกขา พวกนั้นละเลยละเมิดธรรมโลกมนุษย์นั้นก็วิปริตแปรปรวน ตั้งอยู่ดีไม่ได้

ถ้าทุกคนมีเมตตา การุณา มุทิตา โดยมีอุเบกขากำกับอยู่ ก็จะมีน้ำใจช่วยเหลือส่งเสริมกันด้วยความสัมพันธ์อันดี พร้อมทั้งดำรงรักษาความเป็นธรรมในสังคม และความเข้มแข็งรับผิดชอบในตัวตนไว้ได้

แล้วก็จะอภิบาลโลก ดำรงรักษาสังคมให้มีสันติสุข ตั้งแต่สังคมเล็กในบ้าน ไปจนถึงสังคมสากลของมวลมนุษย์

เลี้ยงลูกดี เท่ากับทำหน้าที่ต่อสังคมทั้งหมด

ขอย้อนกลับไปพูดคำที่ย้ำไว้เมื่อกี้ว่า พ่อแม่เลี้ยงดูลูก จะต้องทำทั้งอามิสสงเคราะห์ และธรรมสงเคราะห์ ให้ครบทั้งสองอย่าง

ถ้าพ่อแม่สงเคราะห์ลูกด้วยอามิสสิ่งของอย่างเดียว ไม่สงเคราะห์ด้วยธรรม ไม่ให้คำแนะนำสั่งสอน ไม่รู้จักอบรม เลี้ยงดูลูกแต่กาย ไม่เลี้ยงดูจิตใจ ต่อไปอาจเกิดโทษได้ เพราะอามิสสิ่งของนั้นเป็นที่ตั้งของความโลภ พอมีความโลภแล้ว ก็จะต้องมีความต้องการขยายออกไป อยากได้ไม่สิ้นสุด แล้วก็มี ความหวงแหน ทำไปทำมาก็กลายเป็นการสงเคราะห์ที่นำมาซึ่งการแก่งแย่งกัน และเกิดการทะเลาะวิวาทได้

เพราะฉะนั้น ถ้าพ่อแม่ให้แต่อามิสสงเคราะห์อย่างเดียว ไม่ให้ธรรมสงเคราะห์ อย่างน้อยลูกก็ไม่สามัคคีกัน จึงเกิดโทษได้

เพราะฉะนั้น พ่อแม่ต้องให้ธรรมสงเคราะห์ด้วย ต้องสงเคราะห์ด้วยธรรม โดยแนะนำอบรมสั่งสอนปลูกฝังจริยธรรม ศีลธรรม ให้คุณธรรมความดีงามเจริญงอกงามขึ้นในจิตใจของลูก ให้ลูกมีความซาบซึ้งในความดีงาม และทราบซึ่งถึงคุณค่าของสิ่งที่ดีงาม ให้เป็นการเลี้ยงดูชนิดที่ เลี้ยงทั้งกาย เลี้ยงทั้งใจ หรือ กายก็ให้ ใจก็เลี้ยง ไม่ใช่เลี้ยงแต่กาย ใจไม่เลี้ยงด้วย

ถ้าเลี้ยงแต่กาย ไม่เลี้ยงจิตใจด้วย ก็จะเกิดผลเสียมากมาย ต่อชีวิตของเด็กเอง และต่อสังคม ฉะนั้นจึงต้องเลี้ยงใจด้วย ให้ใจเจริญงอกงาม เป็นใจที่ดีงาม เป็นคนที่เจริญสมบูรณ์พร้อมทั้งกายและใจ จึงจะเรียกว่าเป็นการเลี้ยงดูที่ถูกต้อง

ด้วยเหตุนี้ พระพุทธเจ้าจึงตรัสธรรมไว้เป็นคู่กัน ให้มีทั้ง อามิสสงเคราะห์ และธรรมสงเคราะห์

ถ้าพ่อแม่เลี้ยงลูกถูกต้อง โดยให้ทั้งอามิสสงเคราะห์ และ ธรรมสงเคราะห์อย่างนี้แล้ว ธรรมสงเคราะห์ก็จะมาจัดอามิส สงเคราะห์ให้เกิดขึ้น และให้พอดีอีกทีหนึ่ง

ดังเช่นว่า ลูกๆ ได้ธรรมสงเคราะห์จากพ่อแม่แล้ว ก็มีธรรม จึงมีความรักใคร่สามัคคีปรองดองกัน พอได้อามิสจากพ่อแม่ ก็เอา ของที่ได้นั้นไปเผื่อแบ่งปันกัน ทำให้พี่น้องรักกัน สามัคคีกัน ยิ่งขึ้นไปอีก และลูกแต่ละคนนั้นก็มีความดีทางจิตใจและทางปัญญา ที่จะดำเนินชีวิตให้เจริญก้าวหน้าเป็นประโยชน์ต่อไปในสังคม

จากอามิสสงเคราะห์ และธรรมสงเคราะห์ในครอบครัว ระหว่างพี่น้อง ก็ขยายออกไปสู่ญาติมิตรเพื่อนบ้านชุมชนและวง สังคม ทำให้มีการสงเคราะห์กันกว้างออกไป เพราะการสงเคราะห์ ด้วยอามิสวัตถุ และการสงเคราะห์ด้วยธรรม ที่เป็นไปอย่างสมดุลง จะไม่ขัดขวางหักล้างกัน แต่จะเสริมกันขยายวงออกไปสู่ความ ไพบูรณ์ แล้วก็ทำให้สังคมร่มเย็นสุขสันต์กันโดยทั่ว

การสงเคราะห์ที่เริ่มต้นจากจุดเล็กๆ ในบ้านของเรา จากการ ตั้งต้นของพ่อแม่ ก็แผ่ขยายไปกว้างขวางทั่วทั้งสังคม

ด้วยการดำรงอยู่ในฐานะของผู้ให้กำเนิด พร้อมทั้งบำเพ็ญ คุณธรรม และปฏิบัติตามหลักการที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ คุณพ่อคุณแม่จึงได้ชื่อว่าเป็นปุชนียบุคคลของลูก ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงยกย่อง ไว้ในตำแหน่งสำคัญ ๓ อย่าง คือ

๑. เป็น พระพรหม ของลูก โดยเป็นผู้ให้กำเนิด ทำให้ลูกได้ชีวิตนี้มาดูแลและเป็นอยู่ในโลก พร้อมทั้งบำรุงเลี้ยงให้เจริญเติบโตทั้งกายและใจ ด้วยพรหมวิหาร ๔ ประการ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา และสังคหวัตถุ ๔ อย่าง คือ ทาน ปิยวาจา อตถจริยา สมานัตตตา

๒. เป็น *บูรพาจารย์* ของลูก โดยเป็นอาจารย์คนแรก หรือครูต้น ผู้อบรมสั่งสอนให้รู้จักวิธีการที่จะมีชีวิตอยู่ในโลก ตั้งแต่ขั้นพื้นฐาน เริ่มแต่วิถีกินอยู่ หลับนอน ขับถ่าย หัดยืน หัดเดิน หัดพูดจาปราศรัย รู้วิธีสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับผู้อื่น นำลูกเข้าสู่สังคมของมนุษย์ ตลอดจนสอนวิธีดำเนินชีวิตที่ดีงาม ฝึกฝนความคิดและคุณธรรม ก่อนอาจารย์คนอื่น

๓. เป็น *อาหุไนยบุคคล* ของลูก โดยเป็นจุดพระอรหันต์ ที่มีจิตใจบริสุทธิ์สะอาด ชี้อตรง ไม่มีภัยอันตราย เข้าใกล้และอยู่ด้วยได้อย่างไว้วางใจ และสนิทใจโดยสมบูรณ์ เป็นผู้พร้อมที่จะให้ภัยและปลดอบขวิญญามมีภัย ควรแก่การกราบไหว้เคารพบูชาของลูกตลอดกาล

พ่อแม่เป็นหลักโดยเป็นผู้นำหรือผู้ปกครองสูงสุดและเป็นศูนย์กลางการบริหารในบ้าน *ครอบครัวเป็นสังคมพื้นฐาน บ้านเป็นโลกเริ่มแรกของลูกๆ*

เมื่อพ่อแม่ทำหน้าที่สมบูรณ์ดี และลูกๆ ดำเนินเข้าสู่วิถีชีวิตที่ถูกต้อง ครอบครัวย่อมมีความสุขเจริญงอกงาม ความดีงามและความสุขสันต์ก็แผ่ขยายออกไปในสังคมตามหลักอามิสสงเคราะห์ และธรรมสงเคราะห์ดังได้กล่าวมา ทำให้โลกอยู่ดีมีสันติสุข

แม้ในทางพระศาสนาก็เหมือนกัน การที่ญาติโยมถวาย ปัจจัย ๔ และไทยธรรมต่างๆ แก่พระสงฆ์ ในแง่หนึ่งก็เป็นอามิส สงเคราะห์เหมือนกัน แต่เป็นเรื่องของบุญกุศลที่มีความหมายเลย ต่อไปถึงการบำรุงรักษาพระพุทธศาสนา

ในเวลาเดียวกันนั้น พระสงฆ์ก็จะสงเคราะห์ญาติโยมด้วย ธรรมสงเคราะห์ คือสงเคราะห์ด้วยธรรม เพื่อให้โลกนี้อยู่ในภาวะที่ สมดุล หรือให้มีดุลยภาพเกิดขึ้น คือให้มีอามิสและธรรม ๒ อย่างคู่ กันไป โดยเอาธรรมมาช่วยเสริม ตริง และนำทางแก่อามิส

แต่ต้องยอมรับว่าโดยทั่วไป ความสมดุลอย่างนี้ หาไม่ค่อย ได้ เพราะคนมักทำไม่ครบถ้วน สังคมจึงมีปัญหายุ่งเหยิง อย่าง น้อยก็รักษาความเจริญไว้ไม่ได้ พอสังคมหนักไปทางอามิสด้าน เดียว ก็เกิดปัญหาทุกที มีปัญหาอย่างไร

เจริญแต่วัตถุ ธรรมเจริญไม่ทัน ความเสื่อมจะตามมาเร็วพลัน

ขอพูดถึงภาวะที่เป็นคู่กันอีกชุดหนึ่ง คือ **ไพบูลย์ ๒**

ไพบูลย์ คือ ความเจริญพร้อมพร้อม หรือความดุษฎี พิหารหลาย ไพบูลย์ก็มี ๒ อย่างเหมือนกัน คือ

๑. **อามิสไพบูลย์** ความเจริญพร้อมพร้อมทางวัตถุ มีสิ่งของ เครื่องกินใช้เสพบริโภคแพรวหลายดุษฎี
๒. **ธรรมไพบูลย์** ความเจริญพร้อมพร้อมทางธรรม มีความดีงาม ความชอบธรรม และความเป็นธรรมแพรวหลายทั่วถึงกัน

ในสังคมมักจะมีปัญหาความไม่สมดุระหว่างไพบูลย์ ๒ อย่างนี้อยู่เสมอ ถ้าเราพัฒนาบ้านเมืองไปในทางวัตถุมาก เราก็จะมีอามิสไพบูลย์ คือมีวัตถุสิ่งของเครื่องใช้พรั่งพร้อมจนกระทั่งถึงขั้นฟุ้งเฟ้อ ผู้คนชอบเป็นอยู่หรูหราฟุ่มเฟือย และไม่รู้จักประมาณ จนกลายเป็นหมกมุ่นมัวเมา

ถ้าไม่มีธรรมไพบูลย์มาช่วยตรึงไว้และนำไปในทางที่ถูกต้อง คนเหล่านี้ก็จะเสื่อมจากธรรม เช่นหมดความขยันหมั่นเพียรอดทน และขาดความสามัคคี เป็นต้น

ทั้งๆ ที่ว่าธรรมเหล่านี้แหละได้ทำให้เขาสร้างไพบูลย์ขึ้นมาได้ เมื่อขาดธรรมเหล่านี้แล้ว เขาก็จะรักษาแม้แต่อามิสไพบูลย์ไว้ไม่ได้ นอกจากนั้น เขาก็จะแย่งชิงกัน เบียดเบียนและเอาัดเอาเปรียบข่มเหงกัน ทำให้เกิดความไม่ปกติสุข สังคมเดือดร้อนระส่ำระสาย ในที่สุดอามิสไพบูลย์ก็ต้องสูญสลายไป

เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงเน้นว่าให้มีธรรมไพบูลย์ด้วย แต่โลกนี้ยากนักหนา เพราะว่า ในเวลาที่มีอามิสไพบูลย์แล้ว ก็มักเกิดความประมาท ความพรั่งพร้อมสะดวกสบายมักชวนให้หลง ให้มัวเมา แล้วก็จะทิ้งธรรมไพบูลย์ *เอาแต่อามิส ไม่คิดถึงธรรม*

ฉะนั้น จะต้องระลึกรู้ไว้ โดยเฉพาะในหมู่ชาวพุทธจะต้องเตือนตนเอง และเตือนกันอยู่เสมอว่า ไม่ว่าจะทำอะไร จะต้องให้เกิดไพบูลย์ทั้งสองอย่างคู่กันไปเสมอ

หลักพุทธศาสนาสอนไว้แล้วว่า อามิสทานต้องมีธรรมทานควบคู่ อามิสสงเคราะห์ต้องมีธรรมสงเคราะห์ควบคู่ อามิสไพบูลย์ต้องมีธรรมไพบูลย์ควบคู่

พอมีครบคู่แล้วไม่เป็นไร ไม่ต้องกลัว อามิสไพบูลย์จะไม่เสียหาย เพราะอามิสไพบูลย์ที่มาพร้อมกับธรรมไพบูลย์ จะเป็นไปได้ในทางเอื้อเพื่อเผื่อแผ่ ช่วยเหลือกัน รู้จักประมาณ และนำไปใช้ในทางที่ถูกต้อง ทำให้เกิดการสร้างสรรค์ เกิดมีความสุขมากยิ่งขึ้น

แม้แต่ในวงการพระศาสนา เราก็ต้องคอยตรวจสอบเหมือนกัน เพราะถ้ามีอามิสไพบูลย์แล้ว ไม่ระวังให้ดี ก็ทำให้เกิดโทษมากเหมือนกัน

ในวงการพระศาสนาปัจจุบันนี้ เป็นที่รู้กันอยู่ว่า เมืองไทยเรา บำรุงพระสงฆ์กันมาก ประชาชนมีศรัทธาถวายทานแก่พระสงฆ์ ทั้งปฎิบัติกุศลทาน คือถวายเจาะจงเฉพาะองค์ และสังฆทาน คือถวายแก่สงฆ์เป็นส่วนรวม

เรามีพิธีทำบุญถวายทานประเภทต่างๆ มากมาย ทั้งกุฐินทาน ทั้งทอดผ้าป่า ทั้งงานพิธีตามบ้าน ตามสถานธุรกิจและที่ราชการ มิ่งงานวัดและพิธีต่างๆ ไม่รู้ปีละกี่ครั้ง ทำบุญกันมากมาย เหลือเกิน จนกระทั่งพูดได้ว่า วงการพระศาสนาในเมืองไทยนี้ มีอามิสไพบูลย์

แต่พอมีอามิสไพบูลย์ขึ้นแล้ว ถ้าไม่ระวัง ก็จะทำให้เกิดความประมาทขึ้นทันที แล้วก็จะเกิดความหลง เกิดความมัวเมา

อย่าว่าแต่ญาติโยมเลย พระสงฆ์เองก็มัวเมาเกิดความประมาทได้ เมื่อประมาทแล้ว ก็ไม่เอาใจใส่ในธรรม มุ่งแต่จะหาวัตถุปรนเปรอตัวเองให้อยู่สุขสบาย เสรีแล้วความเสื่อมก็คืบคลานเข้ามา

มองให้ถูก พระไม่ตี หรือคนร้ายมาทำลายศาสนา

สภาพความเสื่อมนี้ ในปัจจุบันญาติโยมพูดกันมาก เพราะมีข่าวร้ายต่างๆ มากมาย

เรื่องอย่างนี้พระสงฆ์ก็ควรเอามาพูดบ้าง ไม่งั้นญาติโยมพูดฝ่ายเดียวจะกลายเป็นนินทาพระ แต่ถ้าพระเอามาพูดบ้างในฐานะที่เป็นผู้รู้เรื่องทางธรรม พูดในทางแนะนำและหาทางแก้ปัญหา ก็จะได้มีทางช่วยกันให้รู้จักวางใจและแก้ไขได้ถูกต้อง

เพราะฉะนั้น เมื่อเรื่องร้ายๆ และปัญหาเกิดขึ้น พระจำเป็นต้องเอามาพูดให้โยมรู้ว่า ความเสื่อมเกิดขึ้นได้อย่างไร มีทางแก้ไขอย่างไร เราจะได้ช่วยกันป้องกัน และที่จริงนั้น ตัวเราเองก็มีหน้าที่ด้วย เพราะว่าในฐานะที่เป็นพุทธศาสนิกชน เรามีหน้าที่ช่วยกันป้องกันพระศาสนา

อย่างวันสองวันนี้ ก็ได้ข่าวอีกแล้วร้ายใหม่ อาตมาเองก็ไม่ได้อ่านหนังสือพิมพ์ แต่ท่านมหาและหลวงลุงท่านก็อ่าน และท่านเล่าให้ฟังว่า มีพระองค์หนึ่งไปหลอกร้านค้าเพชร เขาเพชรไปแล้วไม่จ่ายเงินให้แก่เขา จำนวนเป็นล้านๆ บาท และขอประทานอภัย ก็ไปทำศิวลึงค์นำไปแจกในต่างประเทศ

พอฟังหรืออ่านข่าวพระประพฤติอย่างนี้แล้ว โยมก็อาจจะพูดว่า พระไม่ตี พระเสียหาย พระหลอกลวง พระเหลวไหล ไม่น่านับถือ จากพระไม่ตี ก็เลยพาลพาโลต่อไปว่าพระพุทธศาสนาไม่ตีแล้วก็จะไม่นับถือพระ จะเลิกนับถือพระพุทธศาสนา

ที่จริง พระพุทธศาสนาเป็นของเรา ไม่ใช่เป็นของพระองค์นั้น เพราะคนที่จะมีสิทธิเป็นเจ้าของพระพุทธศาสนา ต้องเป็นพุทธบริษัท

พุทธบริษัท ก็คือผู้ที่ทำหน้าที่ของชาวพุทธอย่างถูกต้อง ถ้าเป็นพระ ก็ต้องเป็นพระที่ประพฤติปฏิบัติ และทำหน้าที่ของพระอย่างถูกต้อง ถ้าเป็นอุบาสกอุบาสิกา ก็เป็นคฤหัสถ์ที่ทำหน้าที่ของชาวบ้านอย่างถูกต้อง

ถ้าเราทำหน้าที่ของพุทธศาสนิกชนถูกต้อง เราเองนี่แหละ เป็นเจ้าของพระพุทธศาสนา

ในทางตรงข้าม พระก็ตาม ญาติโยมก็ตาม แม้จะประกาศตนเป็นชาวพุทธ แต่ถ้าปฏิบัติตนไม่ถูกต้อง ทำตัวเหลวไหล ก็ไม่มีสิทธิเป็นเจ้าของพระพุทธศาสนา ควรจะระวังว่าเป็นคนร้ายที่แฝงซ่อนเข้ามาหาประโยชน์จากพระศาสนา ที่เรียกว่าเข้ามาปล้นศาสนา

เพราะฉะนั้น พระที่ประพฤติเลวทรามเหล่านั้น เราไม่ถือว่าเป็นเจ้าของพระพุทธศาสนา โยมจะต้องไม่มองว่าเป็นพระประพฤติชั่ว โยมจะต้องมองว่าคนชั่วเข้ามาทำลายพระศาสนา

ถ้าเราวางใจให้ถูกต้องอย่างนี้แล้ว พระศาสนาก็จะดีขึ้น เราจะต้องมีความรับผิดชอบต่อพระศาสนา อย่าถือธุระไม่ใช่ อย่ายกสมบัติของเราให้เขาไป

อาตมาเคยเปรียบเทียบบ่อยๆว่า ถ้ามีโจรเข้ามาปล้นบ้านแล้วเรายกสมบัติให้โจรไปเลย อย่างนี้ถือว่าวิปริตใช้ใหม่ ที่ถูกนั้นเราก็คงต้องรักษาทรัพย์สินสมบัติของเรา

แต่ที่เป็นกันเวลานี้ เราก็อำนาจวิปริตกันอยู่โดยไม่รู้ตัว คือ ทั้่งๆที่พระศาสนานี้เป็นของเรา แต่พอมีโจรคือคนที่แฝงตัวมาในเพศของพระประพฤติไม่ดี ทำเสียหาย เป็นโจรปล้นศาสนา พอมีโจรเข้ามา

ปล้นพระศาสนาของเราอย่างนี้ แทนที่เราจะช่วยกันรักษาพระศาสนาของเราๆ กลับยกศาสนาให้โจรไปเสียนี้

อย่างนี้ เขาเรียกว่ายกสมบัติให้โจร เพราะฉะนั้น อย่าทำอีก เรากำลังทำผิดพลาด ต้องทำใจให้ถูกต้อง เราต้องรักษาพระพุทธศาสนาของเรา

ดูให้ดี ปัญหาอยู่ที่คนร้าย หรืออยู่ที่ตัวเรา

พระพุทธเจ้าทรงระวังมากในเรื่องอามิสไพบูลย์ และธรรมไพบูลย์ ทรงเตือนให้เตรียมสร้างธรรมไพบูลย์ไว้ให้พร้อม และให้ไม่ประมาทในเวลาที่มีอามิสไพบูลย์

ดังเช่น ก่อนจะปรินิพพาน พระองค์ได้ทรงวางเงื่อนไขไว้ว่า ต้องให้พุทธบริษัททุกฝ่ายมีคุณสมบัติ อย่างน้อย ๓ ประการ จะเป็นพระ คือภิกษุหรือภิกษุณีก็ตาม เป็นอุบาสก อุบาสิกาก็ตาม ทุกคนควรมีคุณสมบัติ ๓ ประการต่อไปนี้ จึงจะถือว่ามืธรรมไพบูลย์ที่จะทำให้พระพุทธศาสดาดำรงอยู่ยืนยาวได้

พระพุทธเจ้าทรงวางเงื่อนไข ๓ ประการนี้ไว้ในตอนจะรับอาราธนาปรินิพพาน

มีเรื่องว่า มารมาอาราธนาพระเจ้าปรินิพพาน พระองค์ตรัสว่า จะยังไม่ปรินิพพาน โดยทรงวางเงื่อนไขไว้สามประการ ต่อมาครั้งสุดท้าย มารมาอาราธนาอีก โดยทวงว่าเงื่อนไขที่พระองค์ได้ทรงวางไว้นั้นสมบูรณ์แล้ว ขอนิมนต์ปรินิพพานได้ พระพุทธเจ้าก็ทรงสำรวจดู ปรากฏว่าเงื่อนไขที่พระองค์ทรงกำหนดไว้ ๓ ประการ ครบแล้วจริง พระองค์ก็เลยรับอาราธนาปรินิพพาน

ครั้งนั้นก็ได้ทรงปลงพระชนมายุสังขาร คือตกลงพระทัยว่าจะปรินิพพาน

ในที่นี้ สิ่งที่น่าสนใจยิ่งกว่าการปลงพระชนมายุสังขาร ก็คือเงื่อนไข ๓ ประการนี้ ที่พระพุทธเจ้าทรงวางไว้ว่า พุทธบริษัททุกประเภท คือทั้ง ๔ พวก จะต้องมีความสามารถที่จะดำรงพระศาสนาได้ พระองค์จึงจะปรินิพพาน มิฉะนั้นพระองค์ก็ต้องทำหน้าที่ของพระศาสดาต่อไป หมายความว่า พระองค์ทรงฝากพระศาสนาไว้กับบริษัท ๔ ที่มีความสามารถ ๓ ประการ ะไรบ้าง

๑. ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกาจะต้องรู้หลักธรรม เข้าใจคำสั่งสอนของพระองค์แล้ว นำไปปฏิบัติได้ถูกต้อง พูดสั้นๆ ว่า รู้คำสั่งสอน และปฏิบัติได้ถูกต้อง

๒. ให้สามารถยิ่งกว่านั้นอีก คือ นอกจากรู้เข้าใจปฏิบัติได้ถูกต้องด้วยตนเองแล้ว ยังนำไปบอกกล่าวชี้แจงสั่งสอนคนอื่นได้ด้วย คนที่จะไปบอกกล่าวแนะนำสั่งสอนชี้แจงคนอื่นได้นั้น

(๑) ต้องมีความสามารถที่จะแนะนำสั่งสอน และ

(๒) ต้องมีน้ำใจประกอบด้วย เมตตากรุณา บางคนถึงจะมีความสามารถ แต่ไม่มีน้ำใจกรุณา ก็ไม่ใช่ใจที่จะสอน ก็ไม่ได้ผลเหมือนกัน จึงต้องมีทั้งน้ำใจ ต้องมีทั้งความสามารถ แล้วก็เอาธรรมไปแนะนำสั่งสอนแก่คนอื่นต่อไป

๓. ข้อสุดท้ายว่า ถ้ามีการจวบจ้วง คำว่าจวบจ้วงนี้เป็นภาษาโบราณ หมายความว่ามีการกล่าวร้ายต่อพระศาสนา หรือมีการสั่งสอนลัทธิที่ผิดจากธรรมผิดจากพระวินัยขึ้น ก็สามารถกล่าวแก้ชี้แจง กำราบได้ เรียกว่ากำราบปรับวาทได้

เงื่อนไขคุณสมบัติของพุทธบริษัท ๓ ประการนี้ เราจะต้องเอามาใช้เป็นเกณฑ์มาตรฐานสำหรับสำรวจตรวจสอบ พุทธศาสนิกชนว่า จะสามารถรักษาพระศาสนาได้หรือไม่ เพราะว่า เมื่อตรัสหลักการ ๓ ประการนี้ ก็เท่ากับว่า พระพุทธเจ้าก่อนจะปรินิพพาน ได้ทรงฝากพระพุทธานุชาไว้แก่เราแล้ว

ถ้าพุทธศาสนิกชนไม่มีคุณสมบัติ ๓ อย่างนี้ ก็จะรักษาศาสนาของพระพุทธเจ้าไว้ไม่ได้ พระพุทธานุชาก็ต้องเสื่อมแน่นอน

เราไม่ต้องไปคำนึงมากนัก เรื่องพระที่ประพุดิเสียหายอะไรนั้นเป็นเรื่องรองลงไป คุณสมบัติ ๓ อย่างของตัวเองนี่แหละสำคัญกว่า

เรื่องพระประพุดิเสียหายทำไม่ดีนั้น ถ้ามีขึ้นมา เราถือว่าเป็นโจร เป็นคนร้ายเข้ามาทำลายพระศาสนา เราก็ต้องช่วยกันรักษาพระศาสนา เพราะพระศาสนานี้เป็นสมบัติส่วนรวมของเรา

แต่ถ้าเราไม่มีคุณสมบัติ ๓ อย่างนั้น โจรจะเข้ามาหรือไม่ เราก็จะรักษาพระศาสนาไว้ไม่ได้ ดีร้ายตัวเราอาจจะกลายเป็นโจรไปเสียเอง แต่ถ้าเรามีคุณสมบัติสามประการนี้แล้ว เราก็รักษาพระศาสนาของเราไว้ได้ ขอทวนอีกครั้ง

๑. รู้เข้าใจธรรมวินัย และปฏิบัติได้ถูกต้องด้วยตนเอง
๒. มีความสามารถ และเอาใจใส่ที่จะบอกกล่าว ชี้แจงสั่งสอนธรรมแก่ผู้อื่น
๓. เมื่อมีลัทธิคาสอนที่ผิดพลาดแปลกปลอมขึ้นมา ก็สามารรถกล่าวชี้แจงกำราบได้

สามประการนี้แหละเป็นธรรมไพบูลย์ ซึ่งจะทำให้
พระพุทธรศาสนาเจริญรุ่งเรือง

เพียงแต่เราปฏิบัติถูกต้อง ธรรมก็ไพบูลย์อยู่ในตัวเราแล้ว
เมื่อเราเอาไปแนะนำสั่งสอนผู้อื่นให้รู้และปฏิบัติกันกว้างขวาง
ยิ่งขึ้น ธรรมก็ไพบูลย์กว้างขวางออกไปทุกที

แม้จะมีคำสอนอะไรผิดพลาดเกิดขึ้นมา ก็ชี้แจงแก้ไขได้
อุปสรรคก็หมดไป นี่แหละเป็นธรรมไพบูลย์ที่แท้จริง

ถ้าธรรมไพบูลย์นำหน้า อามิสไพบูลย์ก็พาสู่สันติสุข

ฉะนั้น ตามหลักที่ถูกต้อง เมื่อมีอามิสไพบูลย์ ก็ต้องให้อามิส
ไพบูลย์นั้นเป็นพื้นฐานแก่ธรรมไพบูลย์

เวลานี้ ในบ้านเมืองของเราที่เคยมีเศรษฐกิจดีพอสมควร
สถานการณ์ก็เปลี่ยนไป คนที่ยากจนก็มาก คนที่มั่งมีก็ตกยาก พบ
ความทุกข์กันอย่างทั่วถึง ซึ่งจะต้องเข้มแข็งมีกำลังใจแก้ไขปัญห
กันต่อไป

แต่อย่างน้อยเรายังอยู่ดีในขั้นหนึ่ง เพราะถ้าเทียบกับบาง
ประเทศ บ้านเมืองของเราก็มีฐานะเศรษฐกิจดีไม่น้อย คนไทยเรา
เคยอยู่กันสุขสำราญ ถึงขนาดที่ว่าฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือยเลยเถิดไป พอ
ตกต่ำลงมา ทั้งที่ยังดีกว่าหลายประเทศ ก็ยังรู้สึกเป็นทุกข์กันหนัก

ปัญหาอยู่ที่ว่า ในยามพรั่งพร้อมสุขสบาย เราเอาสภาพ
อามิสไพบูลย์ ที่มีความพรั่งพร้อมทางวัตถุนั้นมาเป็นฐานให้แก่
ธรรมหรือเปล่า หรือเกิดความหลงละเลิงมัวเมาไปในทางตรงข้าม
อันนี้เป็นจุดแยกที่สำคัญ

ถ้ามีความพร้อมพร้อมทางวัตถุแล้ว ความพร้อมพร้อมของวัตถุ กลายเป็นปัจจัยให้เราเกิดความประมาทมัวเมา นั่นก็เป็นทางเสื่อม

แต่ถ้าเอาอามิสไพบูลย์ที่มีวัตถุพร้อมนั้นมาเป็น อุปกรณ์เสริมธรรม สร้างสรรค์ความดีงามทำประโยชน์ให้ ประชาชนอยู่เย็นเป็นสุข มีความสามัคคีกัน ก็กลายเป็นความ เจริญงอกงามยิ่งขึ้นไปอีก

การกระทำอย่างนี้ ก็เหมือนอย่างพระเจ้าอโศกมหาราชตอนที่ พระองค์มีอำนาจ และกลับพระทัยหันมาประพฤติธรรมแล้ว

พระเจ้าอโศกมหาราชนั้น ตอนแรกก็เป็นราชาที่เหี้ยมโหด เรียกว่า พระเจ้าจันฑาโศก แปลว่า อโศกผู้ดุร้าย คือคิดแต่จะ แสวงหาความยิ่งใหญ่ และการบำรุงบำเรอความสุขของตน ยก กองทัพไปรุกรานรบราฆ่าฟันประเทศอื่น เพื่อตัวจะได้เป็นใหญ่ และแย่งชิงทรัพย์สมบัติของคนอื่น พอปราบเขาได้ ตนเองก็เป็น ใหญ่สมปรารถนา

แต่เมื่อพระองค์ได้มาสดับธรรม ก็เปลี่ยนพระทัยกลับใจใหม่ แลเห็นว่า เราจะแสวงหาทรัพย์สมบัติหาความยิ่งใหญ่ไปทำไม ไม่มีสาระแท้จริง แล้วยังก่อความทุกข์ยากเดือดร้อนแก่คนมากมาย

แต่ก่อนนี้หาทรัพย์สมบัติมาเพื่อบำรุงบำเรอปรนเปรอตนเอง และไปปราบปรามเขาเพื่อตัวจะได้เป็นใหญ่ แต่ตอนนี้เห็นว่าทรัพย์ และอำนาจไม่มีความหมาย มองเห็นว่าเป็นการไม่ถูกต้องชอบ ธรรมที่จะไปแย่งชิงเงินทองเขา และไปปราบปรามเบียดเบียนเขา

ที่นี้ พระเจ้าอโศกจะทำอย่างไร ลองทายกันดู พระเจ้าอโศก จะสละทรัพย์สมบัติ และสละความยิ่งใหญ่ในทั้งหมด หรืออย่างไร

พระเจ้าอโศกคิดออกว่าไม่จำเป็น ไม่ต้องสละโภคทรัพย์และความยิ่งใหญ่ แต่พระองค์เปลี่ยนใหม่ เอาทรัพย์สมบัติและอำนาจความยิ่งใหญ่มาเป็นอุปกรณ์ของธรรม

แต่ก่อนนี้ ใช้ทรัพย์และอำนาจเป็นเครื่องมือหาสิ่งบำเรอความสุขสำราญของตน และแสดงความยิ่งใหญ่ แต่คราวนี้เอาทรัพย์และอำนาจนั้นมาใช้ในแนวทางใหม่ ให้เป็นเครื่องมือแผ่ขยายธรรม สร้างสรรค์สิ่งที่ดีงาม และประโยชน์สุขแก่ประชาชน

การปฏิบัติของพระเจ้าอโศกนี้ เป็นคดีสำคัญเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมในเรื่องทรัพย์สมบัติและยศศักดิ์อำนาจ

คนบางคนมีความคิดดี มีสติปัญญาความสามารถ แต่ไม่มีทรัพย์เงินทอง ไม่มีอำนาจ จะทำอะไรก็ทำได้นิดเดียวและสำเร็จยาก เพราะไม่มีเครื่องมือในการทำงาน ไม่มีคนเชื้อพัง

แต่ในทางตรงข้าม ถ้ามีทรัพย์และอำนาจ พอมีความคิดดี ๆ ก็เอาทรัพย์และอำนาจนั้นมาใช้ทำความดีและทำการสร้างสรรค์ ก็ออกเป็นงานเป็นการ ได้ผลดีอย่างกว้างขวาง และสำเร็จทันทีเลย

เพราะฉะนั้น ถ้ารู้จักใช้ คือเอามาเป็นเครื่องมือของธรรม หรือรับใช้ธรรม ทรัพย์และอำนาจก็กลายเป็นสิ่งที่มีประโยชน์

พระเจ้าอโศกก็ได้เปลี่ยนทันทีว่า ต่อไปนี้จะเอาทรัพย์สมบัติและอำนาจมาใช้เป็นอุปกรณ์เผยแผ่ธรรม ขยายความดีงามและประโยชน์สุขออกไปในโลก ทรงประกาศไว้ในศิลาจารึกมีสาระสำคัญว่า *ยศ* (ความยิ่งใหญ่ อำนาจ ตลอดจนทรัพย์สมบัติ) *ไม่มีความหมาย ถ้ามันไม่เป็นไปเพื่อช่วยให้คนประพฤติธรรม*

เพราะฉะนั้น พระองค์ก็เลยส่งเสริมการเผยแพร่ธรรม สนับสนุนการประกาศพระศาสนาเป็นการใหญ่

การที่เราได้พบเห็นพระพุทธรูปศาสนาในประเทศไทย ก็เป็นผล มาจากการปฏิบัติธรรมของพระเจ้าอโศก ที่ได้ทรงใช้ทรัพย์สมบัติและ ยศอำนาจในทางที่ถูกต้องตามธรรม คือใช้เป็นอุปกณ์เผยแพร่ธรรม

ทดแทนไม่สิ้น คือพระคุณพ่อแม่

จะตอบแทนให้แน่ ต้องเลี้ยงทั้งกายและใจของท่าน

ตามที่ได้พูดมาทั้งหมดนี้ ก็เพื่อให้เห็นว่า คนเราจะอยู่กันในโลกได้ดี ก็ต้องอยู่ด้วยการสงเคราะห์ ๒ ประการ คือ *อามิสสงเคราะห์ โดยมีธรรมสงเคราะห์ด้วย*

สำหรับอามิสสงเคราะห์นั้น ในแต่ละครอบครัวก็เริ่มมาจาก บิดามารดา คือคุณพ่อคุณแม่ของเรา และถ้าท่านให้ธรรม สงเคราะห์ด้วย ในบ้านเรือนในครอบครัวก็อยู่เย็นเป็นสุข ลูกหลาน ก็มีความสามัคคีกัน ลูกหลานนั้นก็เอาอามิสสงเคราะห์และ ธรรมสงเคราะห์ ออกไปเผยแพร่ขยายกว้างขวางออกไปด้วย

เมื่อแต่ละครอบครัวปฏิบัติได้ตามหลักอย่างนี้ ประชาชนทั่ว ทั้งสังคมก็จะอยู่กันร่มเย็นเป็นสุข

คุณพ่อคุณแม่ได้ริเริ่มไว้แล้ว คือท่านได้ให้ทั้งอามิส สงเคราะห์และธรรมสงเคราะห์แก่ลูกหลาน ก็หวังว่าลูกหลานจะได้นำเอาอามิสสงเคราะห์ และธรรมสงเคราะห์นั้นไปเผยแพร่ให้ขยาย กว้างขวางออกไป เพื่อความสุขความร่มเย็นทั้งในครอบครัวของ เรา และในชุมชน ตลอดจนสังคมทั้งหมด

โดยเฉพาะก็เริ่มอามิสสงเคราะห์และธรรมสงเคราะห์นั้น ที่ในบ้านหรือในครอบครัวของเรานี้แหละ คือทำการเลี้ยงดูตอบแทนพระคุณของพ่อแม่

วิธีตอบแทนพระคุณพ่อแม่ นั้น ทำได้หลายชั้นหลายทาง แต่อย่างน้อยที่สุด ก็ให้ได้ข้อปฏิบัติขั้นพื้นฐานที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในหลักการให้วิเศษเบื้องต้น ๕ ประการ คือ

๑. ท่านเลี้ยงเรามาแล้ว เลี้ยงท่านตอบ
๒. ช่วยทำกิจธุระการงานของท่าน
๓. ดำรงวงศ์สกุล
๔. ประพฤติตนให้เหมาะให้สมกับความเป็นทายาท
๕. เมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว ทำบุญอุทิศให้ท่าน

เมื่อว่าโดยสาระสำคัญ ก็คือ เอาใจใส่ทำให้ท่านมีความสุข โดยเฉพาะด้วยการรู้จักรักษาน้ำใจของท่าน ให้ท่านได้ความสุขจากลูก เพราะพ่อแม่รักลูกเป็นที่สุด ท่านจึงฝากความสุขไว้ที่ลูกอย่างมาก ท่านอยากให้ลูกมีความสุขความเจริญงอกงาม เมื่อลูกมีความสุขความเจริญงอกงาม ท่านก็มีความสุข

เพราะฉะนั้น ถ้าลูกตั้งใจประพฤติตัวดี ขยันหมั่นเพียรเล่าเรียนศึกษา ตั้งใจทำการงานให้ก้าวหน้า ท่านก็พลอยดีใจปลื้มใจมีความสุข แต่ถ้าลูกประพฤติตัวไม่ดี ทำความชั่วเสื่อมเสียหายไม่เอาใจใส่ทำหน้าที่ของตัวเอง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเล่าเรียนศึกษา หรือการทำการงาน หรือการเป็นอยู่ทั่วไป ก็จะทำให้ท่านหนักใจหดหู่น้อยใจ กระทบกระเทือนใจ เสียใจ เป็นการทำร้ายท่านแม่โดยไม่ได้ตั้งใจ

ฉะนั้น ลูกๆ จึงจะต้องตั้งใจทำตัวให้ดี โดยคิดว่า เราจะทำให้พ่อแม่ของเรามีความสุขเอิบอิมปลาบปลื้มใจ

ลูกทำได้อย่างที่ว่ามานี้ ก็คืออย่างยิงแล้ว แต่ยังมีทางทำให้ดียิ่งกว่านี้อีก คือ ตอบแทนคุณพ่อแม่ในขั้นสูงสุด

พระพุทธเจ้าตรัสว่า ถึงแม้ว่าลูกจะรักพ่อแม่มาก ตั้งใจทะนุถนอมเลี้ยงท่านด้วยทรัพย์สินเงินทองวัตถุบำรุงบำเรอให้พร้อมพร้อมสรรพอย่างบริบูรณ์ที่สุด ไม่ให้ท่านต้องลำบากเหน็ดเหนื่อยกระทบกระทั่งอนเลยแม้แต่นิดเดียว ก็ยังไม่ชื่อว่าตอบแทนคุณพ่อแม่ได้จริง

แต่เมื่อใดลูกหาทางทำพ่อแม่ที่ไม่มีศรัทธา ให้มีศรัทธา ทำพ่อแม่ที่ไม่มีศีล ให้มีศีล ทำพ่อแม่ที่ไม่มีจาคะ ให้มีจาคะ ทำพ่อแม่ที่ไม่มีปัญญา ให้มีปัญญาได้ เมื่อนั้นแหละ ลูกจึงจะชื่อว่าตอบแทนคุณพ่อแม่ได้แท้จริง

เพราะฉะนั้น ลูกจึงควรหาทางช่วยให้พ่อแม่ได้เจริญพัฒนาชีวิตจิตใจของท่านมากๆ ขึ้น ช่วยจัดแจงชวนชวายเป็นเพื่อให้ท่านเจริญด้วยศรัทธา ด้วยศีล ด้วยสุตะคือความรู้ ด้วยจาคะคือความเสียสละทำประโยชน์ และด้วยปัญญา

พูดง่ายๆ ว่า ช่วยให้ท่านเจริญด้วยบุญกุศล ช่วยทำทางข้างหน้าของท่านให้เป็นทางแห่งสวรรค์ และอมฤตนิพพาน ให้ท่านมีจิตใจดีงามไม่ซุนมัวเศร้าหมอง มีแต่ความสดชื่น ร่าเริง เบิกบาน ผ่องใส

ถ้าลูกทำได้ถึงขั้นนี้ ก็เรียกว่าเป็นบุตรธิดาที่ประเสริฐเลิศล้ำ เพราะได้ช่วยให้พ่อแม่ได้สิ่งที่มีคุณค่าแท้จริงแก่ชีวิตของท่าน

วันนี้ ทุกท่านตั้งใจเป็นบุญเป็นกุศล ประกอบด้วยศรัทธา และเมตตา ลูกหลานเองก็ประกอบด้วยศรัทธาในพระศาสนา จึงทำบุญทำกุศล และประกอบด้วยกตัญญูกตเวทีตาธรรมต่อคุณพ่อคุณแม่ ส่วนญาติมิตรก็มาด้วยเมตตาและไมตรีธรรม โดยมีความรักความปรารถนาดีต่อลูกหลาน

เมื่อได้ทำสิ่งดีงามเหล่านี้ เป็นบุญกุศลแล้ว ก็ขอให้ม่ีใจบันเทิงยินดีว่า เราได้ทำสิ่งที่ดีงามถูกต้อง และทำจิตใจให้เบิกบานสงบผ่องใส

จึงขอเชิญชวนลูกหลานและญาติมิตรได้ปฏิบัติดังที่กล่าวมา ในการที่จะตั้งใจนำเอาหลักธรรม ทั้งส่วนอามิสสงเคราะห์ และธรรมสงเคราะห์ ไปปฏิบัติเพื่อความร่มเย็นเป็นสุขของครอบครัว วงศ์ตระกูล และสังคมสืบต่อไป

สุดท้ายนี้ ขออาราธนาคุณพระรัตนตรัยอวยชัยให้พรรัตนตุดยานุภาเวน รัตนตุดยเตชสา ด้วยเดชานุภาพคุณพระพุทเจ้า คุณพระธรรม และคุณพระสงฆ์ พร้อมทั้งบุญกุศลที่ได้บำเพ็ญแล้ว ขอให้คุณโยมเจ้าของวันเกิด มีกำลังแข็งแรงพร้อมด้วยสุขภาพพลานามัย มีจิตใจเอิบอิมผ่องใสด้วยกำลังแห่งบุญกุศล ประสพสิริสวัสดิพิพัฒนามงคลชัย เป็นมิ่งขวัญและกำลังใจของลูกหลานทั้งหลาย อย่างยั่งยืนนาน

ขอให้ลูกหลานและญาติมิตรทั้งหลาย มีความเจริญอกงาม ในการดำเนินชีวิตและปฏิบัติกิจการหน้าที่การงานให้ประสบความสำเร็จ ก้าวหน้า และมีความร่มเย็นเป็นสุขในพระธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยทั่วกันทุกท่าน ตลอดกาลยังยืนนาน

(หน้าว่าง)

มองธรรมถูกทาง มีสุขทุกที

~ ๘ ~

เยี่ยมพระพุทธรูปิดา

เมื่อเจ้าชายสิทธัตถะตรัสรู้เป็นพระพุทธรูปิดา และเสด็จออกจาริกไปประกาศธรรม จนในปีที่ ๒ ได้มาประทับอยู่ที่พระเวฬุวันในเขตพระนครราชคฤห์

พระเจ้าสุทโธทนะ ทรงทราบสถานที่ประทับของพระราชโอรส จึงทรงส่งอำมาตย์มาทูลเชิญพระพุทธรูปิดาเสด็จไปทรงเยี่ยมพระพุทธรูปิดา ที่พระนครกบิลพัสดุ์

อำมาตย์หลายชุดเดินทางไปแล้วเจียบหาย จนกระทั่งในที่สุด พระเจ้าสุทโธทนะทรงส่งอำมาตย์ใหญ่ชื่อว่ากาฬทายีไปทำหน้าที่นี้ จึงประสบความสำเร็จ

ท่านกาฬทายีเดินทางถึงเมืองราชคฤห์ ได้ฟังธรรม บรรลุผลสูงสุดเป็นพระอรหันต์ และอุปสมบทแล้ว

ครั้งนั้น พอตีถึงกลางเดือน ๔ พระกาฬุทายีพิจารณาเห็นว่า เป็นระยะสิ้นฤดูหนาว เข้าสู่วสันตกาล คือฤดูใบไม้ผลิ อันเหมาะที่จะเดินทาง จึงเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า กล่าวคำร้อยกรองอัญเชิญเสด็จ โดยพรรณานหนทางดำเนินจากเมืองราชคฤห์สู่มืองกบิลพัสดุ์

คำประพันธ์อัญเชิญเสด็จ ของท่านพระกาฬุทายี ตอนหนึ่ง ว่าดังนี้

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ บัดนี้ ถึงฤดูที่ประดาต้นไม้ ซึ่ง
ได้ผลัดใบแก่ทั้งไป ต่างผลิดอกออกผลใหม่ ดอกสีแดงจัดจ้า
สดใสรวาวระวะมีเปลวส่องประกาย ข้าแต่องค์พระมหาวิระ
เป็นกาลอันเหมาะแล้วที่จะทรงอนุเคราะห์หมู่พระญาติวงศ์

ข้าแต่องค์พระวิระเจ้า หมู่มไม้ทั้งหลายมีดอกบาน
สะพรั่ง นารีนรมย์ใจ ส่งกลิ่นหอมฟุ้งตระหลบไปทั่วทิศ
โดยรอบ ทั้งใบแก่แล้ว กำลังออกผลใหม่ เป็นกาลสมัย
อันเหมาะที่จะเสด็จจากที่นี้ออกทรงดำเนิน

ไม้ต้นมีผลขนาดย่อม อย่างมะพลับ และมะหาด รส
ชื่นใจ มีเปลือกสีเหลืองสวยดั่งสีทอง หาได้ตลอดทุก
เวลา ข้าแต่พระองค์ผู้ทรงมหายศชัย บัดนี้เป็นกาลสมัย
อันเหมาะที่จะเสด็จครรรไล

ไม้ผลนานาชนิด ที่เป็นคล้ายอย่างนี้ มากมายเป็น
อเนก มีผลห้อยย้อยระย้าอยู่ทั้งสองข้างทาง ข้าแต่พระองค์
ผู้ทรงยศใหญ่ บัดนี้เป็นเวลาที่ควรเสด็จครรรไล

จำปา ช้างนำว กากะทิง ส่งกลิ่นหอม ยามลมรำพาย
พัด ยอดที่มีดอกสะพรั่ง เต็นตา ดังว่ามีใจอาทร พากัน
โน้มกิ่งกรลงมา นบถวายบูชาด้วยกลิ่นสุคนธ์ ข้าแต่พระ
ผู้ทรงมหายศชัย บัดนี้เป็นเวลาที่ควรเสด็จครรรไล

เหล่านกแก้ว นกสาธิตา มีสีสังฆามวิจิตร รูปสวย เสียงไพเราะ บินขึ้นบินลงไปมา กลุ้มรุ่มยอดไม้ ชั้นร้อง อยู่สองข้างทาง พากันส่งเสียงกู่กันไปกู่กันมา บัดนี้เป็น เวลาที่พระองค์จะได้ทรงเห็นพระชนกแล้ว

ประดาสระน้ำ ทะเลสาบ มีฟากฝั่งชายท่างาม ราบเรียบ น้ำรินรมย์ ดารดาษไปด้วยทรายสีขาว เต็ม เปี่ยมด้วยน้ำที่มีรสสดชื่น เป็นที่ซึ่งหมู่ชนลงไปอาบและ ตีมิถิน งามโดดเด่นอยู่เสมอแก่สายตา เป็นสมัยอัน เหมาะที่จะทรงทัศนาศระประยูรญาติ

ถึงที่นั่น ถึงที่โน่น ก็มีสระโบกขรณี ที่ดารดาษด้วย ดอกบุณฑริก ดาษดื่นด้วยดอกปทุม อยู่ทั้งสองข้างทาง สวยงาม มีน้ำที่ชื่นทั้งหลายลงไปสรลงสนานได้ เป็นกาลสมัย อันเหมาะที่จะเสด็จไปทรงเยี่ยมเยียนพระประยูรญาติแล้ว

ทั้งสองข้างแห่งหนทางดำเนิน ประชาชนที่อยู่กัน เป็นชุมชนคับคั่ง เป็นคาม เป็นนิคม มีศรัทธา มีความ เลื่อมใส นับถือพระรัตนตรัย ประชาชนเหล่านั้นก็จะได้ สัมฤทธิ์ความคิดหวังอย่างสมบูรณ์ด้วย เป็นกาลสมัย อันเหมาะแล้วที่จะเสด็จไปทรงเยี่ยมพระญาติวงศ์...

พระพุทธเจ้าทรงสดับคำอาราธนาเป็นพจนประพันธ์อัน ไพเราะ รวมทั้งหมดประมาณ ๖๐ คาถา จบแล้ว ก็ได้ทรงรับนิมนต์

ครั้นแล้วเสด็จดำเนินทางไกลไปทรงเยี่ยมพระพุทธรูปิตาและ พระญาติวงศ์ ที่เมืองกบิลพัสดุ์ นำความเจริญธรรมเจริญปัญญา และสันตินิรามิสสุขมาประทานแก่ถิ่นฐานพระชาติภูมิ ในปีที ๒ แห่ง การบำเพ็ญพุทธกิจ สัมฤทธิ์พระราชประสงค์ของพระเจ้าสุทโธทนะ

เมื่อใจสะอาด ธรรมชาติมีสุขให้

พระพุทธเจ้าทรงมีพระวิสุทธิคุณ คือความบริสุทธิ์ อย่างที่เราพูดกันคลุ้มๆ ว่า ไม่มีกิเลส เช่น ไม่มีความโกรธความเกลียด ไม่ติดลาภติดยศ พระหฤทัยไม่ขุ่น ไม่เคือง ไม่ขัด ไม่ข้อง ไม่ติดค้าง กับความคิดที่จะเป็นนั่น จะเอานี่ เป็นต้น พระทัยของพระองค์จึงปลอดโปร่ง โล่งเบา และสดใส เบิกบาน อยู่เสมอ

เมื่อไม่มีความคิดติดกิเลสอย่างที่ว่านั้น พระพุทธเจ้าจะประทับอยู่ที่ไหน พระหฤทัยและพระปรีชาญาณของพระองค์ก็เหมือนเปิดรับ หรือถึงกันทันทีกับทุกสิ่งทุกอย่าง ที่ซิดใกล้หรือรายรอบพระองค์ ไม่มีอะไร โดยเฉพาะความคิดติดกิเลสของตนเอง ที่จะปิดบังขวางกั้น หรือจะทำให้เลียงหลิกหลบข้ามไปเสีย

ถ้าเป็นมนุษย์หรือชีวิตอื่น ก็รู้เข้าใจมองเห็นสุขทุกข์และสภาพชีวิตของเขา ถ้าเป็นธรรมชาติทั่วไป ก็ทราบและซึ่งถึงความงามความสัมพันธ์อันละเอียดละเมียดละไมอย่างทั่วตลอด และนี่ก็เป็นการเข้าถึงความสุขอย่างประณีตด้านหนึ่ง

ดังนั้น พระพุทธองค์จึงทรงซาบซึ้งในความงามของธรรมชาติ และประทับอยู่ท่ามกลางธรรมชาติอย่างทรงมีความสุขตลอดเวลา

ดังที่ปรากฏเป็นบันทึกเรื่องราวมากมายในพระไตรปิฎก ตั้งแต่พจน์ที่ตรัสรู้แล้ว ก็ทรงเสวยวิมุตติสุข และเหตุการณ์ย่อยอย่างเรื่องที่ทรงสดับคำอาราธนาเสด็จของพระกาฬุทายีข้างต้นนี้

พระอรหันต์ขึ้นทั้งหลายก็มีความบริสุทธิ์ที่ว่านี้เช่นเดียวกัน ดังท่านพระกาฬุทายีที่ประพันธ์คาถาพรรณนาความงามของ ธรรมชาติถวายแด่พระพุทธองค์ได้ ก็เพราะท่านเองมีดวงใจที่ ประณีตอย่างนั้น

เมื่อใกล้ก่อนจะปรินิพพาน มีเรื่องเกี่ยวข้องกับ พระไตรปิฎกจึง บันทึกเหตุการณ์ที่พระพุทธเจ้าตรัสกับพระอานนท์บ่อยครั้ง ถึง สถานที่อันเป็นรมณีสถาน ที่พระองค์เคยเสด็จผ่านและได้ประทับ ดังคำบาลีว่า “รมณียา อานนุท เวสาลี, รมณียํ อุเทนเจตีย์ ...” (อานนท์! เมืองเวสาลี เป็นที่รื่นรมย์, อุเทนเจตีย์ ก็เป็นรมณีย์)

พระไตรปิฎกได้บันทึกบทประพันธ์ของพระอรหันต์ ทั้งพระ เถระและพระเถรีไว้มากหลายองค์ ที่กล่าวถึงความสุขของท่าน ท่ามกลางธรรมชาติ ในแดนป่าเขาลำเนาไพร

ในที่นี้ จะยกคาถาของพระมหากัสสปะมาดูกันเป็นตัวอย่าง

พระมหากัสสปะนั้นถือข้อปฏิบัติขัดเกลา ที่เรียกว่าอูถงค์ มากเป็นพิเศษ เริ่มตั้งแต่ข้ออยู่ป่า เป็นตัวอย่างของชีวิตที่เรียบง่าย

เมื่อใจไม่มีกิเลสเช่นที่ว่าคิดใฝ่จะเป็นนั้นจะเอาแน่แล้ว ความ เรียบง่าย ที่เป็นของแท้ของจริง ก็ย่อมจะเกิดจะมีขึ้นมาเอง เหมือน เป็นอัตโนมัติ

เมื่อไม่มีความคิดติดกิเลสค้างคาเกินขวางบังไว้ ใจเปิด เป็น อิศระอยู่ ก็อย่างที่ว่าแล้ว คนก็มีความพอใจได้ทันที กับความดี ความงามตามธรรมชาติของมัน ซึ่งไม่จำเป็นต้องมาสนองความ ต้องการส่วนตัวของเขา

นี่ก็คือ สิ่งที่ท่านเรียกว่า “สภาวะฉันทะ”

เมื่อมีความพอใจนี้ ความสุขซึ่งที่ถึงกันกับธรรมชาติก็มีขึ้น หรือเข้ามาเองทันที ดังคาถาจากใจของพระมหากัสสปะ ที่ยกมาบางส่วนเป็นตัวอย่าง ต่อไปนี้

พระมหากัสสปะ ผู้บาราศอุปาทาน ไร่อาสวกิเลส ทำกิจ
เสร็จแล้ว กลับจากบิณฑบาต ขึ้นสู่ภูเขา เอาจิตพินิจธรรม

ภาคพื้นภูผา เป็นที่ร่าเริงใจ มีต้นกุ่มมากมายเรียงราย
เป็นทิวแถว มีเสียงช้างร้องก้องกังวาน เป็นรมยสถาน ถิ่น
ขุนเขาทำใจเราให้รื่นรมย์

ขุนเขาสีทมะมีนดุจเมฆ งามเด่น มีธารน้ำเย็นใสสะอาด
ดาดดาษด้วยผืนหญ้าแผ่คลุม มีสีเหมือนแมลงค่อมทอง ถิ่น
ขุนเขาทำใจเราให้รื่นรมย์

ยอดภูผาสองตระหง่านเทียมเมฆ เขียวทมะมีน มองเห็น
เหมือนเป็นปราสาท กัมปนาทด้วยเสียงช้างคำรร้อง เป็นที่
ร่าเริง ถิ่นขุนเขาทำใจเราให้รื่นรมย์

พื้นภูผาน้ำรื่นรมย์ ชุ่มฉ่ำด้วยน้ำฝน เป็นที่อยู่อาศัยของ
เหล่าฤๅษี แซ่แซ่ด้วยเสียงนกยูง ถิ่นขุนเขาทำใจเราให้รื่นรมย์

แดนดอยถิ่นไพร ไม่พลุกพล่านด้วยผู้คน มีแต่หมู่เนื้อ
เสพออาศัย ดั้นดาไปด้วยหมูนกนานาหลากหลาย ถิ่นขุนเขา
ทำใจเราให้รื่นรมย์

ผืนแผ่นดินล้าวนหนาใหญ่ เป็นแหล่งน้ำใสสะอาด
เกลื่อนกล่นด้วยค่างและมฤคชาติ ดารดาษไปด้วยสาหร่าย
ถิ่นขุนเขาทำใจเราให้รื่นรมย์ ...

ยามมีกิจมีการมีงานจะพึงทำ ก็ทำด้วยความสุข เมื่อไม่มี
เรื่องต้องทำ ก็อยู่กับความสุขที่มีอยู่ตลอดเวลาตามธรรมชาติของ
สภาวะนั่นเอง

รักของพ่อแม่ ทั้งรักแท้ และรักยั้งยืน

ลูกทุกคนคงเห็นชัดว่า ที่คุณพ่อคุณแม่ทำทุกอย่างให้แก่ลูกนั้น ก็ทำด้วยความรัก เราจึงควรรู้จักความรักของคุณพ่อคุณแม่ให้ดีสักหน่อย

เริ่มแรก รู้จักกันไว้ก่อนว่า ความรักนั้น ถ้าแยกตามหลักธรรม ก็แบ่งง่ายๆ ว่า มี ๒ แบบ

ความรักแบบที่ ๑ คือ ความชอบใจอยากได้เขามาสนองความต้องการของเรา เพื่อให้ตัวเรามีความสุข ความชอบใจที่จะเอาเขามาบำเรอความสุขของเรา ชอบใจคนนั้นสิ่งนั้นเพราะจะสนองความต้องการเป็นเครื่องบำเรอเรา ทำให้เรามีความสุขได้ ความรักแบบนี้มีมากมายทั่วไป

ความรักแบบที่ ๒ คือ ความอยากให้เขามีความสุข ความต้องการให้คนอื่นมีความสุข หรือความปรารถนาให้คนอื่นอยู่ดีมีความสุข ความรักของพ่อแม่เป็นแบบที่ ๒ นี้ คือ อยากให้ลูกมีความสุข

ความรัก ๒ แบบนี้ แทะบจะตรงข้ามกันเลย

แบบที่ ๑ อยากได้เขามาบำเรอความสุขของเรา (จะหาความสุขจากเขา หรือเอาเขามาทำให้เราเป็นสุข) แต่

แบบที่ ๒ อยากให้เขาเป็นสุข (จะให้ความสุขแก่เขา หรือทำให้เขาเป็นสุข)

ความรักที่หนุ่มสาวมักพูดกัน คือแบบที่หนึ่ง

แต่ในครอบครัว มีความรักอีกแบบหนึ่งให้เห็น คือ ความรักระหว่างพ่อแม่กับลูก โดยเฉพาะความรักของพ่อแม่ต่อลูก คือความอยากให้ลูกเป็นสุข

ความรักชอบใจอยากได้เขามานำเรอความสุขของเรา ก็คือ **ราคะ**

ส่วนความรักที่อยากให้เขาเป็นสุข ท่านเรียกว่า **เมตตา**

ความรัก ๒ แบบนี้ มีลักษณะต่างกัน และมีผลต่างกันด้วย อะไรจะตามมาจากรักทั้ง ๒ แบบนี้

ถ้ามีความรักแบบที่ ๑ ก็ต้องการได้ ต้องการเอาเพื่อตนเอง เมื่อทุกคนต่างคนต่างอยากได้ ความรักประเภทนี้ ก็จะนำมาซึ่งปัญหา คือ ความเห็นแก่ตัว และการเบียดเบียนแย่งชิงซึ่งกันและกัน

ส่วนความรักแบบที่ ๒ อยากให้ผู้อื่นเป็นสุข เมื่ออยากให้ผู้อื่นเป็นสุข ก็จะพยายามทำให้เขาเป็นสุข เหมือนพ่อแม่รักลูก ก็พยายามทำให้ลูกเป็นสุข และเมื่อทำให้ลูกเป็นสุขได้ ตัวเองก็เป็นสุขด้วย

ความรักแบบที่หนึ่ง เป็นความต้องการที่จะหาความสุขให้ตนเอง พอเขามีความทุกข์ลำบากเดือดร้อน หรืออยู่ในสภาพที่ไม่สามารถสนองความต้องการของเราได้ เราก็เบื่อหน่าย รังเกียจ

แต่ความรักแบบที่สองต้องการให้เขามีความสุข พอเขามีความทุกข์เดือดร้อน เราก็สงสาร อยากจะช่วยปลดปล่อยความทุกข์ให้เขาพ้นจากความลำบากเดือดร้อนนั้น

ความรักแบบที่หนึ่งนั้น ต้องได้จึงจะเป็นสุข ซึ่งเป็นธรรมชาติของ
ปุถุชนทั่วไป ที่ว่า เมื่อเอาเมื่อได้ จึงมีความสุข แต่ถ้าต้องให้ต้องเสีย
ก็เป็นทุกข์

วิถีของปุถุชนนี้ จะทำให้ไม่สามารถพัฒนาในเรื่องคุณธรรม
เพราะว่า ถ้าการให้เป็นทุกข์เสียแล้ว คุณธรรมก็มาไม่ได้ มนุษย์
จะต้องเบียดเบียนกัน แก้ปัญหาสังคมไม่ได้

แต่ถ้าเมื่อไรเราสามารถมีความสุขจากการให้ เมื่อไรการให้
กลายเป็นความสุข เมื่อนั้นปัญหาสังคมจะลดน้อยลงไป หรือแก้ไข
ได้ทันที เพราะมนุษย์จะเกื้อกูลกัน

ตามปกติ การให้คือการสละหรือยอมเสียไป ซึ่งมักต้องฝืนใจ
จึงเป็นความทุกข์ แต่พอมีความรักแบบที่สอง ก็ให้ด้วยความสุข
ดังนั้น ความรักคือเมตตาจึงมาสร้างความเปลี่ยนแปลงใหม่ ทำให้
การให้กลายเป็นความสุข

ความรักแบบที่สอง ที่ทำให้คนมีความสุขจากการให้ จึงเป็น
ความรักที่สร้างสรรค์และแก้ปัญหา

เมื่อมนุษย์มีความสุขจากการให้ จะเป็นความสุขแบบทั้ง
สองฝ่าย *สุขด้วยกัน* คือ ผู้ให้ก็สุขเมื่อเห็นเขามีความสุข ส่วนผู้
ได้รับก็มีมีความสุขจากการได้รับอยู่แล้ว สองฝ่ายสุขด้วยกัน จึงเป็น
ความสุขแบบประสาน

ความสุขแบบนี้ดีแก่ชีวิตของตนเองด้วย คือ ตนเองก็มีทาง
ได้ความสุขเพิ่มขึ้น แล้วก็ติดต่อสังคม เพราะเป็นการเกื้อกูลกัน ช่วย
ให้เพื่อนมนุษย์มีความสุข ทำให้อยู่ร่วมกันด้วยดี

ความรักของพ่อแม่คือ อยากเห็นลูกมีความสุข และอยากทำให้ลูกเป็นสุข แล้วก็มีมีความสุขเมื่อเห็นลูกเป็นสุข

เมื่ออยากเห็นลูกมีความสุข พ่อแม่ก็พยายามทำทุกอย่างให้ลูกมีความสุข วิธีสำคัญอย่างหนึ่งที่จะทำให้ลูกมีความสุข ก็คือการให้แก่ลูก เพราะฉะนั้น พ่อแม่ก็จะมีมีความสุขในการให้แก่ลูก เพราะการให้นั้นเป็นการทำให้ลูกมีความสุข

ในขณะที่คนทั่วไปต้องได้จึงจะมีความสุข แต่พ่อแม่ให้แก่ลูกก็มีความสุข บางทีตัวเองต้องลำบากเดือดร้อน แต่พอเห็นลูกมีความสุข ก็มีความสุข ในทางตรงข้าม ถ้าเห็นลูกไม่สบายหรือตกทุกข์ลำบาก พ่อแม่ก็พลอยทุกข์ หาทาทางแก้ไข ไม่มีความรังเกียจ ไม่มีความเบื่อหน่าย แล้วยังทนทุกข์ทนลำบากเพื่อลูกได้ด้วย

รักของพ่อแม่นี้เป็นรักแท้ที่ยั่งยืน ลูกจะขึ้นสูง ลงต่ำ ดี ร้าย พ่อแม่ก็รัก ตัดลูกไม่ขาด ลูกจะไปไหนห่างไกล ยาวนานเท่าใด จะเกิดเหตุการณ์ผันแปรอย่างไร แม้แต่จะถูกคนทั้งโลกเกลียดชัง ไม่มีใครเอาด้วยแล้ว พ่อแม่ผู้ให้กำเนิดก็ยังเป็นอ้อมอกสุดท้ายที่จะโอบกอดลูกไว้

ใจดี มีความสุข

ชีวิตที่เป็นอยู่ถูกต้อง หรืออยู่เป็นนั่น ต้องดำเนินไปด้วยดี หรืออยู่ให้ดี ครบทั้ง ๓ แดน คือ แดนสัมพันธกับสิ่งแวดล้อม แดนจิตใจ และแดนปัญญา

ทั้ง ๓ แดนนี้ทำงานไปด้วยกันเป็นชีวิตอันเดียว

ในยุคที่ผ่านมา จะเห็นว่า คนสมัยใหม่ตื่นเต้นสนใจแดนโน้นที่ แดนนี้ที่ ก่อนนี้ไม่นานนัก ก็เน้นแดนปัญญา พุดกันนักหนาในเรื่อง IQ

จนกระทั่งไม่กี่ปีมานี้เอง ก็หันมาจึ้กกันในแดนจิตใจ พุดกันนักถึง EQ แล้วก็ emotional intelligence ที่แปลกันว่า “ความฉลาดเชิงอารมณ์” หรือ “ปรีชาเชิงอารมณ์” หรืออะไรทำนองนี้ คือมานั้นที่ emotion (ถ้าไม่ระวัง จะเหมือนกับมีแพชชันทางวิชาการ)

Emotion นั้นแปลกันมาว่า “อารมณ์” ซึ่งเป็นคำแปลที่ไม่อยากใช้ในที่นี้ เพราะ “อารมณ์” เป็นคำพระที่เอามาใช้ในภาษาไทย แต่ความหมายเพี้ยนไปจนสับสนกับความหมายเดิมขอใช้คำเพื่อเลือกกว่า “ภาวะจิตใจ” หรือสั้นๆ ว่า “ภาวะจิต”

เราต้องการให้คนมีจิตใจดี ที่เขาเรียกว่ามี positive emotions (อารมณ์บวก) คือมีภาวะจิตดี หรือภาวะจิตกุศล เช่น มีความรักความปรารถนาดี เอื้อเฟื้อ ร่าเริงแจ่มใส กระตือรือร้น ฯลฯ ไม่ให้มีภาวะจิตอกุศล เช่น โกรธเกลียดกลัว ริษยา เศร้า ซึม เป็นต้น ที่เป็น negative emotions

เพื่อไม่ให้พรว้า คลุมเครือ หรือพันเผื่อ เราควรรู้หลักในการพัฒนาจิตใจ ซึ่งท่านสอนไว้ชัดเจนว่า เราควรมีภาวะจิตดี หรือภาวะจิตกุศล ที่เป็นพื้นฐานไว้ประจำตัว ๒ ชุด คือ

- ชุดพัฒนาในตัว ๕ อย่าง กับ
- ชุดแผ่อกนอกตัว ๔ อย่าง

เรียกให้เป็นวิชาการว่า *ภาวะจิตดีเพื่อชีวิต* กับ *ภาวะจิตดีเพื่อสังคม*

ชุดแรก เป็นภาวะจิตดีที่ควรมีประจำอยู่ในตัวตลอดเวลา เพื่อความอยู่ดีของตนเอง และเป็นพื้นฐานของการพัฒนาชีวิตต่อไป

ชุดนี้ พุทธศาสนาเน้นมากกว่า เป็นเครื่องวัดความก้าวหน้าของการพัฒนาจิตใจ คนไหนที่ไปปฏิบัติธรรม ถ้ายังไม่ได้คุณสมบัติ ๕ อย่างนี้ ถือว่ายังไม่ประสบความสำเร็จ (ยังไม่ก้าวหน้าด้วยซ้ำ) ได้แก่

๑. **ปราโมทย์** คือ ความร่าเริงเบิกบานใจ ข้อนี้เป็นพื้นฐานเลย ทุกคนควรมีภาวะจิตนี้เป็นประจำ

ปราโมทย์นี้สำคัญมาก พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ปราโมชฺชพหุโล ภิกขุ ทุกฺขสุสนฺตํ กริสฺสุตติ” แปลว่า ภิกษุผู้มากด้วยปราโมทย์ จะทำทุกข์ให้หมดสิ้นไป ทุกคนจึงควรมีจิตใจที่ร่าเริงเบิกบานอยู่เสมอ

๒. **ปีติ** คือ ความอิมใจ ปลื้มใจ หมายความว่า เวลาทำงานทำการ ถ้าจิตของเราไม่ตั้งไว้ผิด ใจของเราไม่ฟุ้งเพ้อ ไม่ไปมัวหวังเพื่อกับกาลข้างหน้า เราจะได้ความอิมใจจากงานที่ทำ เราทำงานไป งานก็เดินหน้าไป จิตของเราก็ปีติ อิมใจไปกับงานที่เดินหน้านั้น ถ้าได้ผลสำเร็จสำคัญ ก็ปลื้มใจ

๓. **ปัสสัทธิ** คือ ความผ่อนคลาย เรียบร้อย สงบเย็น ไม่เครียด
ข้อสามนี้ ตรงข้ามกับที่เราเป็นปัญหาแก่นักในปัจจุบัน อย่างที่บ่น
กันว่าคนมักจะเครียด แสดงว่าดำเนินชีวิตผิด

เราบอกว่าโลกเจริญ ถ้าเจริญจริง คนก็ต้องมีชีวิตที่ดีขึ้น คือ
ต้องดำเนินชีวิตถูก ใจต้องสบาย ไม่เครียด ต้องมีปัสสัทธิ

สามข้อนี้ตามกันมาเองโดยธรรมชาติ เมื่อมีปราโมทย์แล้ว
ปิติก็เกิดได้ พอมีปิติ อิ่มใจ ปลื้มใจแล้ว ปัสสัทธิก็ตามมาเองโดย
อัตโนมัติ คือจะรู้สึกผ่อนคลายสงบเย็น

มีแง่พิเศษว่า ปัสสัทธินี้เป็นข้อที่โยงระหว่างกายกับใจ คือ
พอเกิดปัสสัทธิแล้ว ความผ่อนคลายก็จะมีทั้งทางกายและทางใจ
(ความเครียดก็เช่นเดียวกัน ถ้าเกิดความเครียดแล้ว ก็จะทำให้เครียดทั้ง
กายและใจ)

๔. **สุข** คือ ความน่าชื่นรื่นใจ พอมีปัสสัทธิผ่อนคลายแล้ว
คนก็มีความสุข แล้วความสุขก็เป็นตัวเชื้อเปิดโอกาสให้จิตเป็นสมาธิ

๕. **สมาธิ** คือ ภาวะจิตตั้งมั่น แน่ว อยู่ตัว ไม่มีอะไรรบกวน จะ
คิด จะพิจารณา จะทำอะไร ใจก็อยู่กับเรื่องนั้น ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่
วอกแวกหวนไหว เข้าที่ อะไรๆ รบกวนไม่ได้ อยู่กับสิ่งที่ต้องการได้
ตามต้องการ

ดูง่าย ๆ ว่า จิตที่เป็นสมาธิ ก็คือจิตที่อยู่กับสิ่งที่ต้องการได้
ตามต้องการ และจิตนั้นไม่ถูกรบกวน หรืออะไรๆ มากวนมันไม่ได้

เป็นอันว่า คุณสมบัติ ๕ อย่างนี้ ควรทำให้มีในจิตใจอยู่เสมอ
เป็นภาวะจิตที่ดี จะเรียกว่าสุขภาวะทางจิตก็แล้วแต่ คือ
ปราโมทย์ ปิติ ปัสสัทธิ สุข สมาธิ

พอจิตเป็นสมาธิแล้ว ก็เป็น “กัมมณีย์” (หรือ กรรมนีย์) แปลว่า ควรแก่งาน คือเป็นจิตที่เหมาะสมแก่การใช้งาน หรือใช้งานได้ดี ถ้าเขาไปใช้งานทางปัญญา ก็จะถูกต้องและดีที่สุด เป็นไปตามระบบของการพัฒนาชีวิต

ควรย้าว่า ทุกคนอยากมีความสุข ถ้าความสุขมากับภาวะจิตดีข้ออื่นๆ ในชุดนี้ครบทั้งห้าอย่าง ก็จะเป็นความสุขที่มีความปลอดภัยสูง และมีศักยภาพที่จะพัฒนาเป็นความสุขที่มากและสูงขึ้นไปอีกไกลทีเดียว

ใจดี ให้เขามีความสุข

ใจเรานี่ ต้องอยู่กับตัวเองข้างในด้วย และต้องนึกคิดต่อคนอื่นข้างนอกด้วย ดังนั้น ในการพัฒนาจิตใจ ท่านจึงให้เรา มีภาวะจิตดี หรือภาวะจิตกุศล ไว้เป็นพื้นฐานประจำตัวทั้งสองด้าน

ดังนั้น จึงมีภาวะจิตดี ๒ ชุด คือ ชุดพัฒนาในตัว ๕ อย่าง กับ ชุดแผ่ออกนอกตัว ๔ อย่าง แล้วสองชุดนั้นก็ เป็นปัจจัยหนุนกันและกันในการพัฒนาชีวิตของเรา

ภาวะจิตดีชุดในตัวได้พูดไปแล้ว ที่นี้ ชุด ๒ ที่แผ่ออกนอกตัว ๔ อย่าง เราควรมีไว้ เพื่อการสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนมนุษย์ และเป็นพื้นฐานของการช่วยผู้อื่นให้พัฒนา พร้อมกันนั้นมันก็แสดงถึงการพัฒนาของตัวเองด้วย

ธรรม คือคุณสมบัติ ที่พึงพัฒนาขึ้นไว้เป็นพื้นฐานในการสัมพันธ์ทางสังคม ก็คือภาวะจิตที่เรียกว่า พรหมวิหาร ๔ ซึ่งคนไทยได้ยินชื่อกันจนคุ้น แต่ก็มักเข้าใจคลาดเคลื่อนไปไกลด้วย

ในที่นี้ จะพูดกันแค่หัวข้อ และคำอธิบายย่อ ดังนี้

๑. เมตตา คือ ความรัก ความปรารถนาดี อยากให้เขามีความสุข ความมีใจแผ่เมตรี และใฝ่ทำประโยชน์แก่ผู้อื่น

๒. กรุณา คือ ความสงสาร อยากช่วยเขาให้พ้นทุกข์ ใฝ่ใจจะปลดเปลื้องบำบัดความทุกข์ยากเดือดร้อนของผู้ประสบทุกข์

๓. มุทิตา คือ ความชื่นบานพลอยยินดี เมื่อเขาอยู่ดีมีสุข ก็มีใจว่าเริง บันเทิงด้วย ชื่นชมต่อผู้ที่ทำความดีงามประสบความสุข

ความสำเร็จ พลอยเบิกบานยินดีด้วย มีใจส่งเสริมเมื่อเขาได้ดีมีสุขเจริญงอกงามยิ่งขึ้นไป

๔. อุเบกขา คือ *ความมีใจเป็นกลาง* วางตัวตั้งอยู่ในธรรมตามที่ได้พิจารณาเห็นด้วยปัญญา คือมีจิตเรียบตรงเที่ยงธรรมดุจตราขลุ่ยไม่เอนเอียงด้วยรักหรือชัง พิจารณาเห็นกรรมที่สัตว์ทั้งหลายกระทำแล้ว อันควรได้รับผลดีหรือชั่ว สมควรแก่เหตุที่ตนประกอบพร้อมที่จะวินิจฉัยและปฏิบัติไปตามธรรม

รวมทั้งรู้จักวางเฉยสงบใจมองดู ไม่เข้าไปก้าวก่ายแทรกแซงในเมื่อไม่มีกิจที่ควรทำ เพราะเขารับผิดชอบตัวได้ดีแล้ว เขาสมควรรับผิดชอบตนเอง หรือเขาควรได้รับผลอันสมกับที่ความรับผิดชอบของตน

ใครมีธรรมครบ ๔ ข้อนี้ ถ้าปฏิบัติถูกต้อง ก็จะมีใจที่แผ่กว้างขวางครอบคลุมสรรพสัตว์ หรือคนสัตว์ทุกถ้วนหน้า เป็นจิตใจที่สากล

ที่ว่าเป็นสากลครอบคลุมทั้งหมดนั้น นอกจากทั่วทุกตัวคนเสมอกันแล้ว ก็เพราะครบทุกสถานการณณ์ ซึ่งมีวิธีดูง่ายๆ ดังนี้

๑. เมตตา มีต่อคนสัตว์ ในสถานการณณ์ที่เขาอยู่เป็นปกติ
๒. กรุณา มีต่อคนสัตว์ ในสถานการณณ์ที่เขาตกทุกข์เดือดร้อน
๓. มุทิตา มีต่อคนสัตว์ ในสถานการณณ์ที่เขาได้ดีมีสุขเจริญยิ่งขึ้น
๔. อุเบกขา มีต่อคนสัตว์ ในสถานการณณ์ที่เขาพึงรับผิดชอบกรรมที่เขาทำ

การที่เรามีธรรมชุดนี้ สาระก็อยู่ที่ต้องการให้เพื่อนร่วมโลกหรือร่วมสังคมมีความสุข ให้คนอื่นสัตว์อื่นทุกคนทุกคนเป็นสุขกับเราด้วย

ถ้ามีธรรมชาตินี้ ความสุขของเขาก็เป็นความสุขของเราด้วย เช่น เมตตาคืออยากให้เขาเป็นสุข พอเห็นเขาเป็นสุข เราก็คือเป็นสุขด้วย จึงเป็นความสุขร่วมกัน

แล้วก็ขัดด้วยว่า ภาวะจิตดีเพื่อสังคมชุดนี้ กลับไปหนุนภาวะจิตดีเพื่อชีวิตให้พัฒนามากขึ้น เช่น เราช่วยเขาได้ เราก็อิ่มใจปลื้มใจ มีความสุข แล้วใจเราก็อสงบ (ทั้งสี่ข้อนี้ ใช้ฝึกสมาธิได้หมด)

ทั้งนี้ ไม่ใช่สุขเรื่อยเปื่อย แต่ให้สุขในความดีงามถูกต้องชอบธรรม หรือมีสุขที่เป็นธรรม เฉพาะอย่างยิ่งให้เป็นความสุขที่เกื้อหนุนการพัฒนาชีวิตของเขาเอง และไม่ใช่สุขเฉพาะตัว แต่เอื้อให้ทั้งโลกเป็นสุข

ใจดี กายพลอยมีสุขภาพ

จิตใจที่ดี หรือภาวะจิตกุศล ไม่ว่าจะ เป็นความร่าเริง เบิกบาน ผ่องใส ปราโมทย์ ปีติ ที่เป็นชุดพัฒนาในตัว ก็ตาม จะเป็น เมตตา กรุณา เป็นต้น ที่เป็นชุดแผ่ออกไปนอกตัว ก็ตาม นอกจากมีความสำคัญในการพัฒนาจิตใจ เชื้อต่อการทำงานของปัญญา และช่วยให้คนอยู่ร่วมกันร่มเย็นเป็นสุขแล้ว ก็ส่งผลดีต่อร่างกาย เกื้อหนุนสุขภาพกายด้วย

ไม่ว่าใครก็คงรู้ว่า การทำงานของจิตใจอาศัยระบบของร่างกาย และภาวะจิตใจมีความสัมพันธ์ส่งผลต่อกันกับระบบของร่างกายนั้น

เมื่อคนโกรธ (มีภาวะจิตโกรธ หรือจะยังใช้คำว่ามีอารมณ์โกรธ ก็แล้วแต่) กล้ามเนื้อจะเครียดเขม็งเกร็ง แม้แต่กล้ามเนื้อหน้าหัวใจเต้นแรง หายใจแรงและเร็ว เกิดความร่าร้อน ระบบการเผาผลาญทั้งหมดเร่งทำงานหนัก ฯลฯ เลือดคั่ง ลมขัด

ในระยะยาว ถ้ามักโกรธ หงุดหงิด ร่างกายจะทรุดโทรมไว แก่เร็ว อาจเป็นโรคบางอย่างง่าย เช่น เป็นแผลในกระเพาะอาหาร

ในทางกลับกัน ถ้าโกรธหรือกลัวขึ้นมา แต่ตั้งสติได้ ค่อยๆ ผ่อนลมหายใจ โดยหายใจเข้า-ออกยาว ช้าๆ สม่ำเสมอ อาการเครียดเกร็ง เป็นต้น ของร่างกาย ก็จะบรรเทาลง แม้แต่อาการประหม่าก็อาจหายได้ และภาวะจิตก็จะดีขึ้นด้วย เรียกว่า ผ่อนคลายสบายขึ้นทั้งองค์ภาพ

อย่างง่าย ๆ ถ้ากายเครียด ใจก็เครียดด้วย ถ้าใจเครียด กายก็เครียดด้วย

ตรงข้ามกับความโกรธ ก็คือเมตตา พอเมตตาเกิดขึ้นในใจ กล้ามเนื้อทั้งหลายได้พัก การหายใจเรียบรื่น การเผาผลาญลดน้อย ความสงบเย็นเกิดขึ้น ทั้งระบบของร่างกายผ่อนคลาย เลือดลมเดินดี

ถ้ามีเมตตาประจำใจในระยะยาว นอกจากแก่ช้าแล้ว ก็จะมีบุคลิกภาพอ่อนโยน มีเสน่ห์ หรือชวนคบหา และให้เกิดความสุขแก่ผู้เข้ามาใกล้ชิดด้วย

คนที่มีภาวะจิตอกุศล (ภาวะจิตด้านลบ - negative emotions) เช่น งุ่นง่าน หงุดหงิด ซี้โกรธ โศกเศร้า ห่วงกังวล เปื่อหน่าย ท้อแท้ หมดกำลังใจ ฯลฯ นอกจากร่างกายจะทรุดโทรมไปชั้นหนึ่งแล้ว บางทียังทำให้เปื่ออาหาร เป็นต้น ซ้ำเข้าอีกชั้นหนึ่งด้วย ทำให้เกิดผลเสียร้ายแรง อาจจะทำให้สุขภาพกายถึงขั้นเสี่ยงชีวิตก็ได้

แต่ในทางตรงข้าม คนมีภาวะจิตดี เอาที่ชัด ๆ เช่น มีปีติ อิ่มใจ ปลื้มใจ ถึงแม้กายจะอด ก็อยู่ดีได้นาน แถมมีผิวพรรณผ่องใสด้วย

มีเรื่องตัวอย่างว่า ครั้งหนึ่ง พระพุทธเจ้าเสด็จเข้าไปบิณฑบาตในหมู่บ้านพราหมณ์แห่งหนึ่ง ไม่ทรงได้รับอาหารเลย เสด็จกลับออกมาโดยมีบาตรเปล่า มารมาเยาะ

พระพุทธเจ้าตรัสว่า (ส.ส. ๑๕/๔๖๗/๑๖๗)

เราทั้งหลายไม่มีอะไรกังวล อยู่เป็นสุขสบายนักหนา
จะมีปิติเป็นภักษา เหมือนดั่งเหล่าเทวาพวกอภัสสร
พรหม

ตัวอย่างง่ายๆ เห็นกันทั่วไป คือคนเจ็บไข้ ที่มีกำลังใจดี หรือ
มีเรื่องมีข่าวให้ดีใจ ปลื้มใจ หรือเกิดกำลังใจ แล้วมีอาการฟื้นดีขึ้น
ทันตา หรือหายวันหายคืน

ในทางตรงข้าม ผู้ป่วยอีกมากหลาย ทั้งที่โรคก็ยังไม่ทรุด
หนักนักหนา แต่เกิดใจเสียขึ้นมา หมดกำลังใจ เลยทรุดหนักลงไป
เร็วไวเห็นกับตา เรื่องอย่างนี้ หลายท่านรู้เห็นมา และเล่าได้ดี จึงไม่
ต้องบรรยาย

นักแก้ปัญหา เริ่มด้วยปัญญาที่รู้ทุกข์

พอมองที่หลักอริยสัจก็เห็นว่า พระพุทธศาสนาเริ่มต้นที่ทุกข์ บางทีคนภายนอก หรือแม้แต่คนภายในนี่เอง มองว่า พระพุทธศาสนาสอนแต่เรื่องทุกข์ อะไรก็เป็นทุกข์ ชีวิตก็เป็นทุกข์ บางคนพูดถึงพระพุทธศาสนาว่าเป็น pessimism คือ มองโลกแง่ร้าย

ตำราฝรั่งหลายเล่มเริ่มเรื่องว่า พระพุทธศาสนา มองชีวิตเป็นทุกข์ บอกว่า life หรือ existence เป็น suffering อะไรทำนองนี้ ซึ่งชวนให้เข้าใจผิด

ตรงนี้ชาวพุทธเองจะต้องขัด

ก่อนจะชี้แจงอะไร ขอตั้งข้อสังเกตอย่างหนึ่งว่า

คนพวกที่ไม่ได้เรียนพระพุทธศาสนาในแง่ของตำรับตำรา หรือทฤษฎี ถ้าอยู่ๆ เข้ามาเมืองไทย อาจจะได้ภาพของพระพุทธศาสนาที่เขาประทับใจในทางตรงกันข้ามกับพวกที่อ่านหนังสือ

พวกที่อ่านหนังสืออาจเข้าใจว่า พระพุทธศาสนาเนี่ยสอนอะไรต่ออะไรให้มองชีวิตเป็นทุกข์ ไม่สบายเลย

แต่พวกที่ไม่ได้อ่านหนังสือ อยู่ๆ เข้ามาเมืองไทย เพียงแต่รู้ว่าเมืองไทยเป็นเมืองพุทธ พอมาเห็นคนเมืองไทยยิ้มแย้มแจ่มใส อย่างที่เรียกว่าเป็น the land of smile สยามเมืองยิ้ม เลยรู้สึกว่าคุณไทยเป็นสุข

เคยมีฝรั่งหนุ่มสาวไปหาอาตมาที่วัด ไม่รู้จักกัน ไม่รู้ว่าใคร
แนะนำไป ถามเขาว่ามาทำไม

เขาบอกว่า เขาอยากรู้เรื่องพระพุทธศาสนา ก่อนมาไม่ได้
สนใจ แต่มาแล้ว ตอนเข้ายืนที่หน้าต่าง มองลงไป เห็นคนไทย
หน้าตาอ้วนอ้วนแจ่มใส คุณคนไทยมีความสุขดี พุทธศาสนาสอน
อะไรทำให้คนไทยมีความสุข

บางรายถึงขนาดบอกว่า เขาไปเที่ยวตามบ้านนอก ไปเห็น
แม่แต่งงานศพ สนุกสนานกันจัง (อาจจะมากไปหน่อย!) เมืองฝรั่ง
ไม่เป็นอย่างนี้ เวลาแต่งงานศพ ฝรั่งหน้าตาเคร่งเครียดเหลือเกิน
จิตใจไม่สบายเลย

นี่เป็นความประทับใจ สำหรับคนที่มาเห็นภาพในชีวิตจริงว่า
ชาวพุทธมีความสุข ตรงกันข้ามกับเมืองฝรั่งที่มีแต่หน้าตา
เคร่งเครียด อ้วนมาก มีความทุกข์มาก เป็นโรคจิตมาก

จะโยงอย่างไร ให้สุขกับทุกข์รวม อยู่ในภาพของ
พระพุทธศาสนาอันเดียวกัน ถ้าจับหลักได้ จะไม่มีปัญหาในเรื่องนี้

คำตอบอยู่ที่หลัก **กิจในอริยสัจ** หรือหน้าที่ต่ออริยสัจ

เมื่อพูดถึงอริยสัจสี่ ก็ต้องพูดถึงหน้าที่ต่ออริยสัจด้วย จะรู้
อริยสัจอย่างเดียวไม่ได้ ต้องรู้หน้าที่ต่ออริยสัจและปฏิบัติหน้าที่นั้น
ให้ถูกต้องจนเสร็จสิ้นด้วย การเรียนอริยสัจโดยไม่รู้หน้าที่ต่ออริยสัจ
จะทำให้สับสน

พระพุทธศาสนาสอนอริยสัจสี่ เริ่มด้วยทุกข์

หน้าที่ต่อทุกข์ ได้แก่ ปริญา คือ ต้องรู้ทันมัน

เมื่อมีปัญหา ถ้าเราจะแก้ไข ก็ต้องรู้เข้าใจมันก่อน จึงจะแก้ไขได้ ปัญหาจึงเป็นสิ่งที่เราต้องรู้เข้าใจ ต้องจับจุดปัญหาให้ได้

นี่คือที่ว่า **ทุกข์** เราต้องรู้เท่าทัน แต่เราไม่มีหน้าที่เป็นทุกข์

ไม่เฉพาะตัวปัญหาเท่านั้น เราจะต้องรู้เข้าใจสิ่งที่เกี่ยวข้องกับปัญหา สิ่งซึ่งเป็นที่ตั้งของปัญหา คือรู้เท่าทันชีวิตสังขาร หรือรู้เท่าทันโลก

ทั้งหมดนี้เป็นเรื่องของการรู้ หน้าที่ต่อทุกข์มีอย่างเดียวคือ **ปริญญญา** พุดง่าย ๆ **ทุกข์** สำหรับปัญญารู้... จบแค่นี้

ถ้าใครเอาทุกข์มาเข้าตัว ใครทำตัวให้เป็นทุกข์ แสดงว่าปฏิบัติผิดหลัก ไม่มีที่ไหนพระพุทธเจ้าสอนให้คนเป็นทุกข์ สอนแต่ให้รู้เท่าทันทุกข์ เพื่อจะได้แก้ไขมัน

ทุกข์ ต้องมองเห็น – สุข ต้องมีให้เป็น

สุขตรงข้ามกับทุกข์ สุขอยู่ในอริยสัจข้อไหน สุขอยู่ในข้อนิโรธ คือในข้อจุดหมาย

แต่เราไม่นิยมใช้คำว่าสุข เพราะสุขนี้เป็นสัมพัทธ์ตลอด เป็น relative เพราะตราบใดที่มีสุข ก็หมายความว่ายังมีทุกข์แฝง ปน หรือเป็นคู่ขึง เป็นตัวเลือกอยู่ คือยังไม่พ้นทุกข์ ยังไม่ชัดว่าทุกข์ หหมดหรือยัง

แต่ถ้าเมื่อไรทุกข์ไม่มีเหลือ อันนี้จะพูดว่าสุขหรือว่าอะไรก็แล้วแต่ ถ้าพูดว่าสุข ก็พูดเชิงเทียบ คือหมายถึงสุขสมบูรณ์ ไม่มีทุกข์เหลือเลย

นิโรธนั้น ที่แท้ไม่ใช่แปลแค่ดับทุกข์ เพราะถ้าดับทุกข์ ก็แสดงว่าเรามีทุกข์ จึงต้องดับมัน แล้วก็ต้องคอยดับกันอยู่เรื่อย

ขอให้สังเกตว่า “นิโรธ” แท้ แปลว่า *การไม่เกิดขึ้นแห่งทุกข์*

จุดหมายของพระพุทธศาสนา คือภาวะไร้ทุกข์ ไม่มีทุกข์เหลือ ไม่มีการเกิดขึ้นแห่งทุกข์อีกต่อไปเลย

ระหว่างปฏิบัติ ที่ยังเป็นสัมพัทธ์ ทุกข์ก็น้อยลงๆ และสุขมากขึ้นๆ เป็นความก้าวหน้าไป ฉะนั้น *สุขจึงจัดอยู่ในฝ่ายนิโรธ* อยู่ข้างจุดหมาย

หน้าที่ต่อนิโรธ คือ “สัจฉิกิริยา” แปลว่า ทำให้ประจักษ์แจ้ง คือทำให้ประจักษ์กับตัว หรือบรรลุถึง *สุข* จึงเป็นภาวะที่เราควรมีเพิ่มขึ้นๆ

ฉะนั้น ในชีวิตจริง คือภาคปฏิบัติ ชาวพุทธจึงต้องมีสุขมากขึ้น และทุกข์น้อยลงไปเรื่อยๆ นี่คือการที่เราดูพุทธศาสนาในเชิงปฏิบัติ ซึ่งเป็นชีวิตจริง ฝรั่งจึงเห็นชาวพุทธมีความสุขยิ้มแย้มแจ่มใส

แต่ก็ต้องระวังด้วย ถ้ายังไม่เป็นความสุขแท้ ที่ไร้ทุกข์ ก็อย่างที่บอกแล้วว่า เป็นความสุขที่ยังมีทุกข์แอบแฝงหรือคอยแข่งคอยแข่งยังกลับกลายเป็นทุกข์ได้ จึงยังจัดอยู่ในจำพวกทุกข์ด้วย

หมายความว่า เรายังต้องอยู่กับสุขด้วยความรู้เท่าทัน เพราะยังต้องจัดการ ต้องแก้ไขพัฒนาต่อไป

สุขที่ยังแฝงทุกข์นี้ ถ้าอยู่กับมันโดยไม่ใช้ปัญญารู้เท่าทัน เราก็จะตกอยู่ในความประมาท ลุ่มหลงมัวเมา กลายเป็นโทษ ก็คือทุกข์นั่นเอง

ที่ฝรั่งเห็นคนไทยเป็นสุขสนุกสนานนั้น ไม่ใช่ดีเสมอไป บางครั้งคงจะเป็นเพียงความประมาทที่ว่านี่ เท่านั้นเอง

พระพุทธเจ้าทรงให้หลักไว้แล้วว่า ถ้าเป็นความสุขที่ชอบธรรม ก็เสพมันเถิด แต่อย่าติดหลง อย่าสยบ เฉพาะอย่างยิ่ง ต้องไม่ลืมเอาใจใส่ที่จะก้าวไปกำจัดเหตุแห่งทุกข์ให้หมดสิ้น

พุทธศาสนิกต้องจับหลักเรื่องกิจ หรือหน้าที่ต่ออริยสัจ ให้ชัดว่า...

๑. **ทุกข์** เรามีหน้าที่ *ปริญา* รู้ทัน ศึกษาให้เข้าใจว่ามันอยู่ที่ไหน มันเป็นอย่างไร จับตัวมันให้ชัด เพื่อให้พร้อมที่จะแก้ไข
๒. **สมุทัย** สาเหตุของทุกข์นั้น เราจึงมีหน้าที่ *ปหานะ* กำจัดแก้ไข

๓. นิโรธ เรามีหน้าที่ **สังขนิกริยา** ทำให้ประจักษ์แจ้ง หรือทำให้ เป็นจริงขึ้นมา เป็นสุขมากขึ้นๆ จนบรรลุดุจดหมายที่ไร้ทุกข์
๔. มรรค ข้อนี้เท่าันที่เรามีหน้าที่ **ภาวนา** คือปฏิบัติ ลงมือ ทำ

สรุปความว่า พระพุทธศาสนาสอนเรื่องทุกข์ไว้สำหรับ ปัญญาผู้ แต่สอนเรื่องสุขสำหรับให้เรามีชีวิตเป็นจริงอย่างนั้น

พูดอย่างสั้นว่า **พุทธศาสนาสอน ให้รู้ทันทุกข์ และ ให้อยู่เป็นสุข หรือ ให้สั้นกว่านั้นอีกว่า พุทธศาสนาสอนให้เห็นทุกข์ แต่ให้ เป็นสุข คือ **ทุกข์สำหรับเห็น แต่ สุขสำหรับเป็น****

เพราะฉะนั้น ต้องมองพระพุทธศาสนาว่าเป็นศาสนาแห่งความสุข ไม่ใช่ศาสนาแห่งความทุกข์

ถ้าจับจุดไม่ถูก ก็เข้าใจพลาด แล้วเตลิดไปเลย

วัตถุนีเรื่องใหญ่ ต้องจัดการให้ดี

วัตถุเป็นเรื่องใหญ่ มีความสำคัญมาก ในทางธรรม ท่านไม่มองข้ามความสำคัญข้อนี้ เฉพาะอย่างยิ่ง วัตถุซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับชีวิต ที่เรียกว่าปัจจัยสี่ กล่าวคือ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่ อาศัย ยานพาหนะโรค

ในพระพุทธศาสนาของวัตถุนั้นสำคัญมากแค่ไหน ดูได้ที่วินัยของพระ ซึ่งบอกให้เราเห็นว่า แม้แต่ในชีวิตของพระสงฆ์ ที่จัดว่ามีความต้องการด้านวัตถุน้อยที่สุดแล้ว ปัจจัยสี่ก็ยังเป็นเรื่องที่มีความสำคัญยิ่ง

วินัยของพระนี้ตั้งครั้งตั้งก่อน ว่าด้วยเรื่องปัจจัยสี่ ในคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าท่านเริ่มต้นทีเดียวท่านว่าจะต้องจัดสรรเรื่องปัจจัยสี่ให้เรียบร้อย ไม่อย่างนั้นแล้วมันจะยุ่ง

แต่ถ้าจัดดีแล้ว มันจะเป็นฐาน ทำให้เราสามารถก้าวไปสู่ชีวิตที่ดั่งงาม มีการพัฒนาอย่างอื่นต่อไปได้

จึงขอให้มองดูวินัยของพระเป็นแบบอย่างในเรื่องนี้

จะเห็นว่า ปัจจัยสี่มีความสำคัญในขอบเขตหนึ่ง คือ พระพุทธศาสนาไม่ได้ยึดแค่นั้น แต่ท่านให้ถือเป็นฐานที่สำคัญ

ปัจจัยสี่สำคัญ แต่ไม่ใช่ทั้งหมด คนเราไม่ใช่อยู่แค่วัตถุ ส่วนบางคนก็ไม่เห็นความสำคัญของวัตถุเอาเสียเลย ก็ไม่ถูกต้องเหมือนกัน

ให้ระลึกถึงว่า คำสอนของพระพุทธศาสนานี้ จะครบทั้งหมด ต้องเป็นพระ **ธรรมวินัย** คือ ต้องประกอบด้วยธรรมและวินัย ครบทั้งสองอย่างจึงจะเป็นพระพุทธศาสนา

วินัย ซึ่งเกี่ยวข้องกับวัตถุ จึงเป็นส่วนหนึ่งหรือด้านหนึ่งในหลักใหญ่ ๒ อย่างของพระพุทธศาสนา

วินัยนั้น ก็ว่าด้วยเรื่องที่ว่ามานี้แหละ คือ การจัดสรรในด้าน วัตถุหรือรูปธรรม เรื่องระเบียบชีวิต และระบบกิจการ ทั้งของบุคคล ชุมชน และสังคมทั้งหมด เกี่ยวกับเรื่องความเป็นอยู่ และสภาพแวดล้อม เริ่มตั้งแต่เรื่องปัจจัยสี่ เป็นต้นไป

ทีนี้ ที่ว่าสำคัญมากแต่ไม่ใช่ทั้งหมดนั้น อยากให้ชัดเจนหน่อยว่า สำคัญแค่ไหน บางคนอาจบอกว่าเท่าที่จำเป็น แต่คำว่า “จำเป็น” นั้น ก็สื่อไม่ชัด

ที่จริง สำคัญแค่ไหน ก็บอกชัดเจนอยู่แล้วในคำว่า “ปัจจัย” นั้นเอง

ยิ่งกว่านั้น ในวินัยของพระ ยังมีคำเฉพาะสำหรับเรียก ปัจจัย ๔ สำหรับพระอีกว่า **นิสสัย ๔**

ทั้ง “ปัจจัย” และ “นิสสัย” สื่อความหมายชัดให้เราเห็นว่า ท่านถือเรื่องวัตถุว่าสำคัญแค่ไหน เท่าใด

“ปัจจัย” แปลว่า ตัวหนุนให้เกิดผล ตัวเชื้อ เงื่อนไข เครื่องเกื้อหนุน

“นิสสัย” แปลว่า ที่อาศัย สิ่งที่ต้องพึ่งพา เครื่องค้ำจุน

หมายความว่า เรามีจุดหมาย เรามีกิจมีหน้าที่ หรือมีสิ่งที่จะทำให้สำเร็จ วัตถุประสงค์เหล่านี้ ก็มาเป็นสิ่งที่เราจะได้พึงพา ได้อาศัย ซึ่งจะช่วยให้เกื้อหนุนให้เราสามารถทำสิ่งที่ต้องการได้สำเร็จ จนบรรลุจุดหมายที่ตั้งไว้

สำหรับพระสงฆ์ ก็ชัดเจนว่า ท่านได้อาศัยวัตถุประสงค์เหล่านี้แล้ว ก็จะได้มีกำลัง มีความพร้อม มีเครื่องช่วยให้สามารถศึกษา ดำเนินชีวิตแห่งการฝึกฝนพัฒนาตนในไตรสิกขา ปฏิบัติขัดเกลادنตลดจนจาริกไปแสดงธรรมสั่งสอนประชาชน

พูดง่าย ๆ ว่า วัตถุประสงค์เหล่านั้น เป็นปัจจัย มิใช่เป็นจุดหมาย เป็น means ไม่ใช่เป็น end

เมื่อมันเป็นปัจจัย ก็เท่ากับมันบอกขอบเขต เช่นปริมาณ เสร็จไปด้วยแล้วว่า แค่นี้จะ “พอดี” คือ ฟุ้งใช้ฟุ้งมีเท่าที่ เพียงพอที่จะเกื้อหนุนให้เราได้อาศัยมันแล้วสามารถก้าวหน้าหรือก้าวขึ้นไปถึงจุดหมายได้ด้วยดี

ตรงข้ามกับพวกที่เอาวัตถุประสงค์เป็นจุดหมาย หรือพวกที่อยู่อย่างเลื่อนลอยเหมือนกับว่าชีวิตและสังคมจบที่วัตถุประสงค์ ซึ่งหาจุดพอดีไม่ได้ ไม่มีขอบเขต แล้วไป ๆ มา ๆ ก็ฟุ้งเพื่อ หลงระเริงมัวเมา มีแต่เสื่อมลงไป

(ปัจจุบันนี้ คนทั้งหลายก็ดูเหมือนจะไมู้ตัวว่า กำลังพากันยึดเอาวัตถุประสงค์เป็นจุดหมาย)

บอกแล้วว่า สำหรับพระสงฆ์นั้น ชัดว่าวัตถุประสงค์แค่นี้เพียงพอเท่าไหนพอดี ที่จะปัจจัยให้อาศัยก้าวไปสู่จุดหมาย

แต่ชาวบ้าน มีจุดหมายกิจการหน้าที่ต่างจากพระสงฆ์ เพราะฉะนั้น จุดเพียงพอหรือพอดี จึงไม่เท่ากับพระ และชาวบ้านเอง ก็มีความแตกต่างหลากหลาย เป็นชาวเมือง เป็นชาวนา เป็นแพทย์ เป็นนายกเทศมนตรี ฯลฯ

แต่ทั้งหมดนี้ ไม่ว่าจะใคร เมื่อได้หลักแล้ว การจะบอกว่าเราควรพึงอาศัยวัตถุแค่ไหน ก็ไม่ยากอะไรนัก ขอให้มันช่วยให้ทำกิจการหน้าที่บำเพ็ญคุณความดีมีชีวิตที่สร้างสรรค์र्मเย็นเป็นสุขกับครอบครัวในสังคมได้ก็แล้วกัน

ชีวิตและสังคมไม่ใช่จะอยู่แค่กับวัตถุ แต่จะต้องอาศัยวัตถุนั้น ก้าวขึ้นไปในความดีงามหรือคุณค่าทางจิตใจและทางปัญญา ในนามแห่งวัฒนธรรม และอารยธรรม เป็นต้น

เมื่อวัตถุพร้อมพอแล้ว ทางที่จะเดินไปข้างหน้าก็ยังอีกยาวไกล กว่าจะได้สัมฤทธิ์ภาวะซึ่งเรียกว่าประเสริฐ ที่สมกับความเป็นมนุษย์

เป็นอันว่า ชาวพุทธจะต้องให้ความสำคัญกับเรื่องวัตถุว่า เราจะดำเนินการกับปัจจัยสี่ จัดสรรมันอย่างไร เพื่อทำให้เป็นฐานอันมั่นคง ที่เราจะได้อาศัยต่อไปด้วยดี พัฒนาสูงขึ้นไปในด้านจิตและในด้านปัญญา

พูดภาษาพระก็ได้ว่า เอาวินัย มาจัดการช่วยให้มนุษย์ก้าวไปในธรรม เพื่อความมีชีวิตที่ดีงามประเสริฐ แม้กระทั่งถึงขั้นมีชีวิตที่สมบูรณ์

สบาย ๗

ได้พูดกันแล้วในเรื่องที่ว่า คุณภาพชีวิตด้านวัตถุ หรือรูปธรรมนั้น ท่านถือว่าสำคัญ ในฐานะเป็นปัจจัยเกื้อหนุนให้เราอาศัยมันเป็นฐานที่จะก้าวขึ้นสู่การพัฒนา และสู่ความดีงามหรือการสร้างสรรค์ที่สูงขึ้นไป ดังนั้น ท่านจึงเอาใจใส่มาก

เพียงแต่ต้องระวังไม่ให้เอาปัจจัยเป็นจุดหมาย ที่จะไปหลงติดวนเวียนจมอยู่แค่วัตถุ

แต่ถ้าปฏิบัติให้ถูก การจัดการในเรื่องวัตถุ ก็เป็นการรู้จักเตรียมปัจจัยที่เป็นฐานชีวิตให้พร้อมที่จะดำเนินไปสู่จุดหมายได้อย่างดี

ทีนี้ ในทางปฏิบัติ ก็ควรจะต้องมีความชัดเจนอีกสักหน่อย พอให้เห็นภาพหรือเห็นแนวทางว่า เราจะมี จะจัดสรรในเรื่องวัตถุและสภาพแวดล้อมกันอย่างไร จะได้เป็นปัจจัย เป็นเครื่องอาศัยที่ได้ผลดีอย่างที่ว่านั้น

ดูง่าย ๆ แม้แต่พระที่จะไปฝึกจิตเจริญสมาธิ ท่านยังให้ดูให้เตรียมสภาพเอื้อและสิ่งเกื้อกูลหลายอย่าง เพื่อหนุนให้ก้าวไปในการปฏิบัติด้วยดี

สภาพเอื้อ และสิ่งเกื้อกูลเหล่านี้ มีชื่อเรียกเป็นคำภาษาบาลีว่า *สัปปายะ* คือที่เราเอามาแปลว่า “สบาย” นั่นเอง

แต่ความหมายในภาษาไทยของเราเพี้ยนไปหน่อย

สบายของเรา มักเข้าใจกันว่า หมายถึง ไม่ติดขัด ไม่มีอะไร
บีบคั้นกดดัน หรืออึดอัด แล้วก็หยุดแค่นั้น คล้ายกับว่าพร้อมจะลง
นอน หรือพักผ่อนได้ (มองที่การไม่ต้องทำ)

แต่สบาย หรือสบายะของเดิม หมายถึง สภาพที่เอื้อ เกื้อหนุน
เหมาะ ช่วยให้ เป็นอยู่ ทำกิจกรรม หรือดำเนินกิจการต่างๆ อย่าง
ได้ผลดี หรือเอื้อต่อการที่จะปฏิบัติให้สำเร็จผล (มุ่งเพื่อการที่จะทำ)

ตัวอย่างเช่น จะไปฝึกสมาธิ ท่านให้มีสบายะ เพื่อช่วยเอื้อ
ให้การปฏิบัติได้ผลดี

สบายะ คือ สบาย หรือสภาพเอื้อและสิ่งเกื้อกูลเหล่านี้ มี
หลายอย่าง เห็นว่าเอามาเทียบใช้สำหรับคนทั่วไปได้เป็นอย่างดี
อาจจะเรียกว่าเป็นคุณภาพชีวิตขั้นพื้นฐาน เรียกตามคำของท่านว่า
สบายะ ๗ ประการ

ภาวะสบาย หรือสภาพเอื้อ คือ สบายะ ๗ นั้น มีดังนี้

๑. อุตุสบาย (อุตุสบายะ) คือ สภาพแวดล้อม ดิน น้ำ อากาศ
อุณหภูมิ ที่เกื้อกูลต่อชีวิต เอื้อต่อสุขภาพ ธรรมชาติสดชื่นรื่นรมย์
ไม่ร้อนเกินไป ไม่หนาวเกินไป มีบรรยากาศทั่วไป ที่ดี ที่เหมาะ ที่เอื้อ

๒. อาหารสบาย หรือโภชนะสบาย (อาหารสบายะ/โภชนสบายะ) มี
อาหารเพียงพอ ไม่ขาดแคลน และเป็นอาหารที่มีคุณภาพ ถูกกับ
ร่างกาย เกื้อกูลต่อสุขภาพ มีรสชาติตามสมควร

๓. อาวาสสบาย หรือเสนาสนะสบาย (อาวาสสบายะ/เสนาสสบายะ)
คือ ที่อยู่อาศัย ที่นั่งที่นอน มั่นคง ปลอดภัย อยู่อาศัยใช้ทำกิจที่
ประสงค์ได้ดี เป็นที่ผาสุก

๔. บุคคลสบาย (บุคคลล้นพวยะ) คือ มีบุคคลที่ถูกกันเหมาะสมกัน ไม่มีคนที่เป็นภัยอันตราย หรือก่อความเดือดร้อนวุ่นวาย จะให้ดีกว่ามีคนที่เป็นกัลยาณมิตร มีปัญญาความรู้ ที่จะสอบถามปรึกษา ซึ่งเกื้อหนุนให้เกิดการพัฒนาชีวิต พัฒนาจิตใจ และพัฒนาปัญญา ให้ดียิ่งขึ้น อย่างน้อยได้คนที่เหมาะใจ

๕. อิริยาบถสบาย (อิริยาบถล้นพวยะ) คือ การบริหารอิริยาบถ การเคลื่อนไหวของร่างกาย การได้นั่งนอนยืนเดินอย่างสมดุลและเพียงพอ บริหารร่างกายได้คล่องไม่ติดขัด

๖. โภจรสบาย (โภจล้นพวยะ) คือ มีแหล่งอาหาร แหล่งปัจจัย ๔ สิ่งจำเป็นในการใช้สอยเป็นอยู่ หาไม่ยาก เช่น มีหมู่บ้าน ร้านตลาด หรือชุมชน ที่ไม่ไกล ไม่ใกล้เกินไป

๗. สวานะสบาย (ธรรมส่วล้นพวยะ/ภัสล้นพวยะ) คือ มีโอกาสได้ยิน ได้ฟังคำสอนคำแนะนำและเรื่องราวที่ช่วยทำให้เกิดปัญญา เข้าถึงข่าวสารข้อมูลที่สร้างสรรค์ ผดุงจิตใจ จรรโลงปัญญา เชื้อต่อการศึกษา ตลอดจนจะมีการพูดคุยถกเถียงสนทนาแลกเปลี่ยน ความรู้ความคิดกัน

ทั้ง ๗ ข้อ สบายทั้งนั้น สบายสมชื่อทุกข้อ ได้แก่ ๗ ข้อนี้ก็ สบายแล้ว สบายทั้งในตัวเอง และชัดเจนว่า มันจะช่วยหนุนให้ การพัฒนาชีวิตก้าวหน้าต่อไป

เมื่อทรัพย์และอำนาจ มาเป็นเครื่องมือของธรรม

คนไทยทุกๆ ไปรู้จักพระนามพระเจ้าอโศกมหาราช และส่วนมากรู้ว่าพระองค์เป็นผู้ที่ได้ทรงส่งพระศาสนาพุทธมาประกาศพระพุทธศาสนาในสุวรรณภูมิ ซึ่งเป็นดินแดนโบราณ ที่ประเทศไทยปัจจุบันตั้งอยู่

เรื่องราวเกี่ยวกับพระเจ้าอโศกมีมากมายยืดยาว แต่พูดให้สั้นที่สุดได้ว่า พระองค์เป็นมหาราชแห่งชมพูทวีป สมัย ๒๐๐ ปีเศษหลังพุทธกาล ตอนแรกเป็นกษัตริย์โหดร้ายกระหายอำนาจ แล้วได้ละเลิกการสงครามอย่างสิ้นเชิง หันมานับถือพระพุทธศาสนา กลายเป็นพระเจ้าอโศกผู้ทรงธรรม มุ่งมั่นบำรุงพระพุทธศาสนา และประโยชน์สุขของประชาชน

ตรงนี้เป็นบทสรุปที่แทบทุกคนรู้ แต่บางทีก็มองข้ามธรรมสาระที่เป็นแกนของเรื่องทั้งหมดไปเสีย นี่แหละคือจุดที่สำคัญยิ่ง

จึงขอตั้งข้อสังเกตในเรื่องนี้ไว้ พูดง่าย ๆ ก็คือ คดีเกี่ยวกับการปฏิบัติต่อทรัพย์เงินทอง

เดิมนั้น พระเจ้าอโศกก็เช่นเดียวกับกษัตริย์สมัยโบราณจำนวนมาก ที่มุ่งแสวงความยิ่งใหญ่ และใฝ่หาเครื่องบำรุงบำเรอความสุขส่วนตน อย่างที่เรียกว่า แสวงหาทรัพย์และอำนาจ เพื่อบำรุงบำเรอตัวเอง และเพื่อแสดงความยิ่งใหญ่ของตน

ทรัพย์และอำนาจ โดยทั่วไปมักจะมีความหมายอย่างนี้

ที่นี่ เมื่อพระเจ้าอโศกมหาราชหันมานับถือพระพุทธศาสนา ก็ทรงมีพระราชศรัทธาที่จะปฏิบัติตามพระพุทธศาสนธรรม

ทางธรรมสอนว่า ทรัพย์สินเงินทองและความยิ่งใหญ่ ทุกอย่าง ล้วนเป็นอนิจจัง เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป ไม่มี สาระที่แท้จริง

เมื่อทรัพย์และอำนาจไม่มีความหมายที่เป็นแก่นสารแท้จริง ทรัพย์สินเงินทองเป็นเพียงของนอกกาย เป็นอนิจจัง ไม่มีคุณค่าที่แท้จริงแล้ว มองในแง่หนึ่ง ก็จะทำให้เกิดความเบื่อหน่าย น่าจะสละทิ้งไปเสีย

ถ้าพระเจ้าอโศกทรงมองเห็นอย่างนั้น พระองค์ก็คงจะไม่เอา พระทัยใส่กับพระราชทรัพย์และอำนาจต่อไป ซึ่งก็จะต้องตั้งคำถามว่า จะเป็นการปฏิบัติที่ถูกต้องหรือไม่

ปรากฏว่า พระเจ้าอโศกได้ทำสิ่งหนึ่ง ที่ถือได้ว่าเป็น แบบอย่างแก่ชาวพุทธที่สำคัญ คือ พระองค์ไม่ได้ทรงทิ้งทรัพย์และอำนาจ แต่ได้ทรงเปลี่ยนความหมายและวิธีปฏิบัติต่อทรัพย์และอำนาจเสียใหม่

อย่างที่พูดเมื่อกี้ว่า ทรัพย์และอำนาจนั้น มีความหมาย สำหรับปุถุชนจำนวนมาก ในแง่ที่เป็นเครื่องบำรุงบำเรอความสุข ของตน และแสดงความยิ่งใหญ่

แต่พระเจ้าอโศกได้ทรงเปลี่ยนความหมายของทรัพย์และอำนาจใหม่เป็นว่า ทรัพย์และอำนาจนั้น สามารถใช้เป็นเครื่องมือ ของธรรมได้ คือใช้เป็นเครื่องมือในการทำคามดีงาม และสร้างสรรคประโยชน์สุขแก่ประชาชน

ด้วยพระดำริเช่นนี้ พระเจ้าอโศกก็ทรงนำเอาทรัพย์และอำนาจที่พระองค์เคยมีนั้นแหละมาใช้ แต่เปลี่ยนใหม่

นั่นคือ แทนที่จะเอามารู้งบารุงบ่าเรอตนเอง และแสดงความยิ่งใหญ่ ก็เอามาใช้สร้างสรรค์ความดีงามและประโยชน์สุขอย่างที่ว่า

พระองค์จึงได้ทรงสร้างโรงพยาบาลคน โรงพยาบาลสัตว์ ทั้งพระราชอาณาจักร สร้างถนนหนทางเชื่อมต่อให้กว้างขวางทั่วถึงปลูกต้นไม้ สร้างที่พักคนเดินทาง สร้างอ่างเก็บน้ำ และทำศิลปจารึกประกาศธรรมและแถลงนโยบายของรัฐในทางธรรม ตลอดจนอุปถัมภ์พระศาสนาอย่างมากมาย

งานใหญ่ยิ่งอย่างหนึ่งคือ ได้ทรงสร้างวิหาร อันได้แก่วัดมากมาย ให้เป็นศูนย์กลางที่จะให้การศึกษาแก่พระสงฆ์และประชาชน

วัดเหล่านั้น ต่อมาบางแห่งได้เจริญเติบโตขึ้นเป็นมหาวิทยาลัย โดยเฉพาะนาลันทามหาวิหาร ที่ดำราห์ทั่วไปพูดถึงในชื่อว่า มหาวิทยาลัยนาลันทา หรือ The University of Nalanda

พระเจ้าอโศกมหาราชได้ทรงให้ความหมายใหม่แก่ทรัพย์และอำนาจ แล้วก็ทรงจารึกไว้ในศิลาจารึกของพระองค์

มีข้อความใน *ธรรมโองการ* ในจารึกศิลา ฉบับที่ ๑๐ ว่า
ดังนี้

สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวปิยทัสสี ผู้เป็นที่รักแห่งทวยเทพ ไม่ทรงถือว่า ยศหรือเกียรติจะเป็นสิ่งมีประโยชน์มาก เว้นแต่จะทรงปรารถนายศหรือเกียรติเพื่อความมุ่งหมายนี้ว่า ทั้งในบัดนี้และเบื้องหน้า ขอประชาชนทั้งหลายจงตั้งใจสดับฟังคำสอนธรรมของข้าฯ และจงปฏิบัติตามหลักความประพฤติทางธรรม

จารึกนี้มีสาระสำคัญว่า ยศ คือความยิ่งใหญ่ของพระองค์
นั้น จะไม่มีความหมายเลย ถ้าไม่เป็นไปเพื่อช่วยให้ประชาชนได้
ประพบัติธรรม

หมายความว่า พระเจ้าอโศกได้ทรงใช้ทรัพย์และอำนาจ เป็น
เครื่องมือของธรรม เพื่อเผยแผ่ธรรม หรือสร้างสรรค์ธรรม ทำให้
ความดีงามหรือธรรมนี้แผ่ขยายไปในหมู่มนุษย์ เพื่อสร้างสรรคให้
เกิดประโยชน์สุขที่แท้จริง อันนี้เป็นคติที่สำคัญมาก

ธรรม ทำไมต้องมีทรัพย์และอำนาจเป็นเครื่องมือ

จากเรื่องพระเจ้าอโศกมหาราช ก็เกิดมีเรื่องสืบเนื่องขึ้นมา จะว่าเป็นคว้นหลง หรืออะไรก็แล้วแต่

เรื่องนั้นก็คือ ที่พูดว่าพระเจ้าอโศกทรงเปลี่ยนความหมายของทรัพย์และอำนาจ จากการเป็นเครื่องบำรุงบำเรอและประกาศศักดิ์เดช มาเป็นเครื่องมือของธรรม พูดสั้นๆ อย่างนั้น ก็พอเข้าใจ แต่บางคนรู้สึกว่ายังรางๆ อยู่ น่าจะแสดงผลให้ชัดอีกสักหน่อย

ก็จึงเพิ่มเติมเรื่องนี้อีกนิด

มองดูในสังคมมนุษย์ทั่วไปนี่แหละ จะเห็นว่า คนที่มีความคิดดีๆ มีเจตนาดี มีสติปัญญาดี แต่ถ้าไม่มีทรัพย์ ไม่มีอำนาจ ไม่มียศ ก็ไม่สามารถสร้างสรรค์ความดีงามหรือประโยชน์สุขได้มาก

เราคิดขึ้นมาว่าจะทำการที่ดีเป็นประโยชน์สักอย่าง แต่ไม่มีเงิน ไม่มีบิรวาร ไม่มีอำนาจ พอลงมือทำไป ก็ติดโนน ชัดนี้ ชาดนั้น ถึงทำไปได้บ้าง ก็แสนยาก และมักทำได้ในขอบเขตจำกัดอย่างยิ่ง ไม่สมกับความคิดดีที่เรามีนั่นเลย

แต่ที่นี้ ถ้ามีทรัพย์ มีอำนาจ มีบิรวาร เมื่อมีความคิดดี มีสติปัญญาดี ก็สามารถออกผลกระจายขยายออกไปได้กว้างขวาง เหมือนดังพระเจ้าอโศกมหาราช

เรื่องพระเจ้าอโศกมหาราชนี้ จึงเป็นคติ เป็นแบบอย่างที่ดี ที่ให้หลักแก่เราในการปฏิบัติต่อทรัพย์และอำนาจอย่างที่ว่าไปแล้ว

ตามคติของชาวพุทธ เราได้เรียนรู้ธรรมแล้วว่า ทรัพย์สินเงินทอง และอำนาจนี้ เป็นของนอกกาย จึงไม่ควรยึดถือเป็นจุดหมายของชีวิต

ข้อนี้หมายความว่า เราไม่ได้เห็นความหมายของทรัพย์และอำนาจในแง่ที่เป็นเรื่องของความเห็นแก่ตัว หรือเป็นประโยชน์ส่วนตัว และไม่ยึดติดลุ่มหลงมัวเมาตกเป็นทาสของมัน ให้เกิดก่อโทษทุกข์ทั้งแก่ตนและแก่ผู้อื่น แต่เรามองอย่างพระเจ้าอโศก คือ คิดที่จะใช้มันเป็นเครื่องมือของธรรมในการที่จะสร้างสรรค์ประโยชน์สุข

ไม่ใช่หมายความว่า ทรัพย์และอำนาจเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วก็เลยไม่เอาใจใส่ ไม่บริหาร ไม่ใช่อย่างนั้น เราต้องรู้จักเอามันมาใช้เป็นเครื่องมือสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามและบำเพ็ญประโยชน์สุข อันนี้ถือว่า เป็นวิธีปฏิบัติอย่างถูกต้องของชาวพุทธที่เป็นคฤหัสถ์

แต่ถ้าไม่อยากจะเกี่ยวข้องกับทรัพย์และอำนาจ ก็ออกบวชไปเลย จะได้ไปทำหน้าที่ทางธรรมอีกแบบหนึ่ง คือ นำธรรมที่เป็นตัวนามธรรม ได้แก่ สติปัญญา ไปแจกจ่ายแก่ประชาชน เพื่อให้ประชาชนทั่วไปดำเนินชีวิตให้ถูกต้องเป็นประโยชน์แก่ชีวิตและสังคมของเขา

ฉะนั้น จึงมีคติ ๒ อย่าง คือ

- ๐ ถ้าอยู่เป็นคฤหัสถ์ ก็ใช้ทรัพย์และอำนาจเป็นเครื่องมือของธรรม ในการสร้างสรรค์ความดีงามและประโยชน์สุข *หรือ*
- ๐ ถ้าเบื่อหน่ายไม่อยากจะเกี่ยวข้องกับทรัพย์และอำนาจ ก็ออกบวชไปเผยแผ่ธรรม ให้เป็นเครื่องเจริญบุญกุศลแก่ประชาชน

ถ้ามีฉะนั้น จะกลายเป็นคนครึ่งๆ กลางๆ มีทรัพย์มีอำนาจ แล้วบอกว่าเบื่อหน่าย ไม่เอาเรื่องเอาราว จะทำอะไรก็ไม่ทำ ไม่รับผิดชอบ กลายเป็นผู้ตกอยู่ในความประมาท

ทรัพย์และอำนาจนั้น เมื่อไม่ได้รับการบริหาร ไม่มีคนรับผิดชอบต่อ ก็เสียหายหมด ไม่เกิดประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและสังคม และชีวิตของคนผู้นั้นเองก็ไม่ได้เจริญงอกงามอะไรขึ้นมา

เรื่องพระเจ้าอโศก อย่างน้อยก็ให้คติแก่เรา ที่จะรู้จักมองความหมายของทรัพย์และอำนาจให้ถูกต้อง และปฏิบัติต่อมันให้ถูกต้อง โดยใช้เป็นเครื่องมือสร้างสรรค์ความดีงามและประโยชน์สุขให้ได้มากมายใหญ่กว้าง อย่างที่ว่ามานี้

“สันโดษ” ต้องรับใช้ “ไม่สันโดษ”

ถ้ามีคนมาถามว่า พระพุทธเจ้าสอนให้สันโดษใช่ไหม? ใครตอบว่า “ใช่” ก็ต้องว่าตอบผิด ถ้าให้คะแนน ตรวจอย่างเคร่ง ก็คือศูนย์ หรือกรณที่สุด ก็ให้ ๕๐%

ทำไมเป็นอย่างนั้น นี่แหละที่ต้องให้รอบคอบ ขอบอกสั้นๆ ว่า ต้องแยกแยะออกไปให้ชัดว่า พระพุทธเจ้าสอนให้สันโดษในเรื่องไหน หรือให้ไม่สันโดษในเรื่องไหน ไม่ใช่ตอบโผงผางลงไปแฉ่เดียว เลยผิด!

แล้วจะตอบอย่างไร จึงจะถูก ก็แยกแยะออกไปสิว่า

- พระพุทธเจ้าสอนให้สันโดษในสิ่งเสพ หรือในวัตถุบำเรอความสุข
- ~~แต่~~ พระพุทธเจ้าสอนให้ไม่สันโดษในกุศลธรรม หรือพูดให้คนยุคนี้เข้าใจง่ายขึ้นว่า ให้ไม่สันโดษในการสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงาม

เพื่อรวบรัด ก็ยกคำตรัสของพระพุทธเจ้ามาให้ดูกันเลย

เอาข้อหลัง คือ “ไม่สันโดษในกุศลธรรม” ก่อน

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ที่พระองค์ตรัสรู้นั้น

ภิกษุทั้งหลาย เรารู้ซึ่งถึงคุณของธรรม ๒ ประการ คือ *

๑. ความเป็นผู้ไม่สันโดษในกุศลธรรมทั้งหลาย
๒. ความเป็นผู้ไม่ระย่อในการบำเพ็ญเพียร

* เรียกว่า *อุปัฏฐาตธรรม* แปลว่า ธรรมที่พระพุทธเจ้าเห็นคุณ ธรรม ๒ ข้อชุดนี้ เป็นหลักทั้งในพระสูตรและอภิธรรม, ในพระอภิธรรม มีในเมตตาภา สุต ๒ (อง.ทุก.๒๐/๒๕๑; อภิ.ส.๓๔/๑๕)

หมายความว่า พระพุทธเจ้าตรัสรู้เพราะไม่สันโดษ (ในกุศลธรรม)

ต้องเห็นว่า ในสิ่งที่ตั้งงาม ในการสร้างสรรคฺ์สิ่งที่ตั้งงามเป็นประโยชน์แล้ว ท่านไม่ยอมให้สันโดษเป็นอันขาด ถ้าเป็นกุศลธรรมแล้ว พระพุทธเจ้าไม่เคยให้สันโดษเลย (ถ้าสันโดษในกุศลธรรม ก็คือประมาทนั่นเอง)

เป็นอันว่า หลักความไม่สันโดษ (ในกุศลธรรม) นั้น ชัดเจนแล้ว

ทีนี้ก็มาดู “สันโดษ” บ้าง พระพุทธเจ้าตรัสไว้ (ตรัสแก่พระภิกษุ) ในหลักที่เรียกว่า *อริยวงศ์ ๔* (เช่น อภ.จตุกก.๒๑/๒๘/๓๕) ว่า

๑. ภิกษุสันโดษในจีวร ตามมีตามได้
๒. ภิกษุสันโดษในบิณฑบาต ตามมีตามได้
๓. ภิกษุสันโดษในเสนาสนะ ตามมีตามได้
๔. ภิกษุเป็นผู้ยินดีในปหานะและภาวนา

(ข้อ ๔ หมายความว่า พอใจ ใส่ใจ เพียรพยายาม ใน ปหานะ คือการละอกุศล และใน ภาวนา คือการเจริญกุศล เพื่อบรรลุธรรมที่ยังไม่บรรลุ)

จะเห็นว่า พระพุทธเจ้าทรงสอนให้พระภิกษุสันโดษในวัตถุสิ่งเสพบริโภค (จีวร-เครื่องนุ่งห่ม บิณฑบาต-อาหาร เสนาสนะ-ที่อยู่อาศัย)

สันโดษมา ๓ ข้อ พอถึงข้อที่ ๔ เปลี่ยนเป็นว่า ให้เอาใจใส่เพียรพยายามละอกุศล และเจริญกุศล เพื่อจุดหมายคือจะได้บรรลุธรรมที่ยังไม่บรรลุ

ข้อที่ ๔ นี้ ก็คือข้อที่ให้ไม่สันโดษในกุศลธรรมนั่นเอง

เพราะฉะนั้น หลัก *อริยวงศ์* ๔ นี้ จึงบอกอะไรๆ หลายอย่าง
ความไม่สันโดษ (ในกุศลธรรม) เป็นหลักใหญ่อยู่ในชั้น
ปฏิบัติการณ์ที่จะให้บรรลุจุดหมาย

ความสันโดษ (ในสิ่งเสพ) เป็นข้อปฏิบัติขั้นบุพภาคของ
ความไม่สันโดษ (ในกุศลธรรม) นั้น

หมายความว่า ความสันโดษในวัตถุ เป็นการเตรียมชีวิตความเป็นอยู่ให้เอื้อ ให้พร้อมที่จะเดินหน้าก้าวไปกับความไม่สันโดษในกุศลธรรม

พูดอีกอย่างหนึ่งว่า ความสันโดษในวัตถุเป็นธรรมย่อย ที่มา
สนองงาน มารองรับ หรือมารับใช้ความไม่สันโดษในกุศลธรรม

ถามว่า สันโดษใน ๓ ข้อแรก สัมพันธ์กับสิ่งที่จะทำในข้อ ๔
อย่างไร หรือถามสั้นๆ ว่าทำไมจึงสันโดษ

ก็ตอบว่า เพราะว่าเป็นตัวออมหรือช่วยสงวนเวลา-
แรงงาน-ความคิดไว้

ถ้าภิกษุไม่สันโดษในจีวร บิณฑบาต เสนาสนะ คือไม่สันโดษ
ในวัตถุเสพ มัวยุ่งกับการหาอาหารอร่อยๆ ฉันท มัววุ่นวายอยู่กับการ
หาสิ่งของเครื่องใช้ฟุ่มเฟือย มัวหมกมุ่นกับวัตถุบำเรอความสุข

๑. เวลาทั้งหมดไปกับการหาการเสพลีงเหล่านี้
๒. แรงงานทั้งหมดไป เพราะมัววุ่นวายกับเรื่องเหล่านี้
๓. ความคิดทั้งหมดไปกับการครุ่นคิดหาทางให้ได้สิ่งเหล่านี้
มาเสพ

เลยไม่เป็นอันได้เพียรพยายามเจริญศึกษาทำหน้าที่

แต่เมื่อภิกษุสันโดษในปัจจุบัน ๔ เวลาที่เหลืออยู่ แรงงานก็เหลืออยู่ ความคิดก็เหลืออยู่ ก็เอาเวลา แรงงาน และความคิดนั้น มาระดมทำกิจหน้าที่ของตน

ดังนั้น ทั้งสันโดษ และไม่สันโดษ จึงมาออกผลที่ความเพียร นอกจากนั้นยังใจสงบ สบาย ไม่ห่วง ไม่พะวัคพะวง ในเรื่องวัตถุ หันไปมุ่งหน้าทำกิจหน้าที่ และสร้างสรรค์ความดีต่างๆ ได้อย่างแน่วแน่เต็มที่ โดยมีความสุขด้วย

ตอนนี้ สันโดษก็มีผลครบตลอดตามวัตถุประสงค์

คุณศัพท์ก็เช่นกัน ถ้าญาติโยมไปมัววุ่นวายอยู่กับการแสวงสิ่งเสพบำรุงบำเรอหาความสุขส่วนตัว ก็จะหมดเวลา หมดความเร็วแรง หมดความคิดไปกับเรื่องเหล่านั้น จนไม่เป็นอันปฏิบัติหน้าที่หรือทำงานสร้างสรรค์ หน้าที่งานการสร้างสรรค์ที่พึงทำ ก็ไม่เป็นอันทำ อย่างน้อยก็ย่อหย่อน

แถมล่อแหลมต่อการที่จะทำการแสวงหาโดยทุจริตอีกด้วย

การทำความคิด ทำประโยชน์สูงส่ง จนแม้กระทั่งบรรลุโพธิญาณ เป็นไปไม่ได้ ถ้ามัวสันโดษในกุศลธรรม โดยไม่สันโดษในวัตถุเสพ

“เรียบง่าย” ต้องไม่ใช่ “มักง่าย”

เมื่อพูดถึงหลักธรรมสำคัญชื่อว่า “ไม่สันโดษในกุศลธรรม” หลายคนไม่เคยได้ยินมาก่อนเลย

ก็ต้องยั่วว่า ขอให้จำหลักนี้ให้แม่น และเอาไปใช้ในชีวิตจริงด้วย

ไม่แต่ความไม่สันโดษในกุศลธรรม เท่านั้น แม้แต่ความสันโดษ หลายคนก็ไม่ได้สังเกตว่า ท่านจำกัดไว้ให้สันโดษในวัตถุ หรือสิ่งเสพบริโภค ไม่ใช่สันโดษไปเรื่อย ๆ หรือสันโดษลอย ๆ ไม่ว่าจะไรก็สันโดษไปหมด

ลึกลงไปอีก แม้แต่ในเรื่องวัตถุ ก็ไม่เคยถามว่า เราควรจะสันโดษเพื่ออะไร หรือว่า ทำไมพระพุทธรูปเจ้าจึงสอนให้สันโดษ

ได้แต่นึกไปเอง หรือพูดตามๆ กันไปว่า คนสันโดษเป็นอยู่ง่าย พอใจตามที่มี ไม่ทะเยอทะยาน จึงเป็นคนมีความสุข นี่คือสันโดษแล้วจะได้มีความสุข หรือสันโดษเพื่อมีความสุข

ทั้งหมดนี้เป็นตัวอย่างที่เตือนว่า เราควรศึกษาธรรมหรืออะไรๆ กันให้ชัดสักหน่อย ไม่ควรที่กัทกว่าที่เรานึกว่ารู้ก็คือใช่ละ

เราบอกว่าเป็นอยู่เรียบง่าย พอใจแค่นี้มี สันโดษในวัตถุนี้ ดีนะ แต่ที่แท้นั้น ต้องระวัง เช่น ความเป็นอยู่ง่าย ถ้าไร้จุดหมายที่ดีงาม (พูดภาษาพระว่า ไม่เป็นเครื่องเจริญกุศล) ไม่มากับความเพียร ถึงจะมีความสุขดี แต่อาจจะเสื่อมอย่างเดียวกันได้

พูดง่าย ๆ ว่า อาจจะ “สุข แต่เสื่อม”

อยู่เรียบง่าย แต่เรียบง่ายไม่เป็น บอกว่าฉันเป็นอยู่ง่าย อยู่
อย่างไรก็ได้ เอาอย่างไรก็ได้ *ง่ายไปง่ายมา กลายเป็นมักง่าย*

ต่อไป ถึงสกปรกอย่างไรก็อยู่ได้ ไม่มีระเบียบรุงรังอย่างไรก็
อยู่ได้ ใครจะเป็นจะตายอย่างไร ก็อยู่กันไป อย่างไม่รู้ได้ทั้งนั้น

นี่แหละ อยู่ง่าย กลายเป็นมักง่าย เรียบง่าย กลายเป็น
อย่างไรก็ได้ มันจะเป็นโทษร้าย ต้องระวัง

พอมักง่ายแล้ว ทีนี้ อะไรที่ควรจะทำ ก็ไม่ทำ อะไรที่ควรจะทำ
แก้ไข ก็ไม่แก้ไข ไม่กระตือรือร้นชวนขวยทั้งนั้น

การที่ท่านให้เป็นอยู่ง่าย มีความสันโดษเพื่ออะไร ก็เพื่อจะ
ได้ไม่ต้องมัววุ่นวายสาละวอนกับวัตถุอันเกินความเป็นปัจจัย แล้ว
จะได้เป็นตัวเอื้อ เกื้อหนุน ให้โอกาสแก่การเพียรพยายามที่จะก้าว
ไปให้ถึงจุดหมายอันประเสริฐที่มุ่งมั่นอยู่ในใจ

ดังนั้น ความเป็นอยู่ง่าย จึงต้องควบมากับความเพียรมุ่งมั่น
เพื่อจุดหมายที่เป็นกุศล

ถ้าไม่สันโดษ เราจะหาโอกาสเพียรพยายามปฏิบัติภารกิจเพื่อ
จุดหมายนั้นได้ยาก เพราะจะมัวยุ่งนุ่งนั่งหรือวุ่นวายอยู่กับเรื่องอื่น

อย่างคนที่มุ่งหาเสพวัตถุ มัวหาที่กินให้อร่อย หาที่เที่ยวให้
สนุก เป็นต้น ก็ต้องแย่งเวลาเรี่ยวแรงและความคิดของตัวเองออกไป
จากงานการหน้าที่

ถ้าไม่สันโดษอย่างนี้หนักนัก ก็เสี่ยงงานเสียการไปเลย หรือไม่
อีกทางหนึ่ง ก็หันไปกอบโกย หาโดยทางทุจริต อย่างที่ว่าแล้ว

ความสันโดษเป็นอยู่ง่ายที่ถูกต้อง ก็คือการออมเวลา-
เร็วแรง-ความคิดเอาไว้ ทำตัวให้พร้อมที่จะมุ่งหน้าเพียรปฏิบัติกิจ
ทำการได้เต็มที่ เพื่อก้าวไปให้ถึงจุดหมายอันประเสริฐที่ต้องการ

ความสันโดษเป็นอยู่ง่าย จึงมากับการทำความเพียรอย่างยิ่ง
ถ้าไม่มีตัวประกอบนี้มาประกบ ความง่ายก็จะมากับความขี้เกียจ

หลายคนบอกว่า สันโดษจะได้มีความสุข ถ้าอย่างนั้นอันตรายนี่
แหละจะนำไปสู่ความมั่งง่าย

พระพุทธเจ้าไม่เคยตรัสว่า สันโดษเพื่อความสุข แต่สันโดษ
แล้วเป็นสุข อันนั้นถูกต้อง

ความสุขของคนเราอยู่ที่ความพอใจ สันโดษเป็นความพอใจ
เมื่อพอใจมันก็สุข

ในแง่นี้ ความสันโดษก็ทำให้เป็นสุข แต่มันไม่ใช่วัตถุประสงค์
หมายความว่า สันโดษทำให้เป็นสุข แต่ไม่ใช่สันโดษเพื่อความสุข

ถ้า สันโดษ โดดเดี่ยว เพื่อความสุข สันโดษคือพอใจ ฉันทุ
สบาย แล้วจบ เลยไม่ทำอะไร ก็เข้ากับดักที่ว่า ขี้เกียจ

เพราะฉะนั้น สันโดษทำให้คนขี้เกียจได้ ถ้าไม่มาประสานส่ง
ต่อกับธรรมที่เป็นคู่กันหรือเป็นตัวรับช่วง

พระพุทธเจ้าตรัสสันโดษที่ไหน จะตรัสความเพียรไว้ที่นั่น
(เหมือนกับตรัสศรัทธาไว้ที่ไหน ก็จะตรัสปัญญาไว้ที่นั่น)

สันโดษ จึงมาคู่กับ ความเพียร คือความเพียรในการทำกิจ
หน้าที่ของตน (พูดให้ครอบคลุมว่า เพียรในการเจริญกุศล)

ถ้าอธิบายให้ลึกลงไปหน่อย ก็บอกว่า นี่เป็นเรื่องของความสัมพันธ์ระหว่างธรรมต่างๆ

ข้อธรรมทั้งหลายนั้น เราจะมองโดดเดี่ยวจากกันไม่ได้ บางทีเราจะบอกว่า ธรรมข้อนั้นดีหรือร้ายแทนที่ไม่ได้ ต้องดูก่อนว่ามันไปสัมพันธ์ประกอบกันกับธรรมอื่นตัวไหน คือต้องดูตัวประกอบ หรือตัวร่วมที่อยู่กับมันด้วย

ลงท้ายว่า สันโดษเพื่อให้พร้อมที่จะเพียร และเมื่อเพียรทำการไปโดยมีสันโดษ ก็จะมีความสุขในการทำการนั้นด้วย

ถ้าอย่างนี้ เรียบง่าย ก็ไม่มีทางกลายเป็นมั่งง่าย

อนิจจัง! ปลงได้ แต่ระวังจะกลายเป็นประมาท

คนไทยชอบเอา อนิจจัง มาใช้ปลง เพื่อให้ใจผ่อนคลาย คลายโศก หรือหายทุกข์ เรียกกันว่า “ปลงอนิจจัง”

อะไรแตกหัก สูญสลาย พลัดพรากจากไป ก็ว่า “อนิจจัง!” แล้วปล่อยวางได้ ผ่านไป

การใช้อนิจจังอย่างนั้น เป็นเรื่องของการรู้เท่าทันความจริง ที่ทำให้สละละลดความยึดติดถือมั่นลงไปได้ จึงผ่อนคลายบรรเทาทุกข์โศก

การรู้เท่าทันและความสบายใจหายทุกข์ได้นั้น ดีแน่ แต่ก็ต้องระวังไว้อย่างยิ่งที่เดี๋ยวว่า ถ้าสบายใจแล้วก็ปล่อยอะไรๆ ไปเรื่อยๆ สิ่งที่ต้องแก้ไขจัดทำ ก็ไม่กระตือรือร้นชวนขวย

ถ้าอย่างนี้ ก็จะกลายเป็นการปฏิบัติผิดธรรมชาติอันใหญ่ ที่เป็นหลักสำคัญอย่างยิ่ง

ถ้าบอกว่าปฏิบัติธรรม ก็เป็นการปฏิบัติครึ่งๆ กลางๆ และไม่เกิดจากความเข้าใจจริงด้วย ได้แค่ถือหรือทำตามๆ กันมา น่าจะได้ไม่คุ้มเสีย

บ้านเมืองจะล่มจมพังพินาศ ก็บอกว่า อนิจจัง! เกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป เจริญแล้วก็เสื่อม เสื่อมแล้วก็เจริญ เป็นธรรมดา

ว่าอย่างนี้ คือ “ปลง” แล้วไม่ยึดติดถือมั่น หายเครียด ก็ดีเหมือนกัน ใจสบาย แล้วก็ไม่ต้องคิด ไม่ต้องทำอะไร เรียกว่า “ปล่อยวาง”

“ปลง” และ “ปล่อยวาง” อย่างนี้ ทำท่าว่ามีหลัก ก็คือหลัก
รู้เท่าทันธรรมดาแล้วไม่ยึดติดถือมั่นนั่นแหละ

แต่อีกด้านหนึ่ง ไม่ได้มองว่าผิดหลักใหญ่ที่ถือว่าสำคัญยิ่ง
คืออะไร

ลองดูพุทธพจน์ต่อไปนี้

สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมสลายไปเป็นธรรมดา,
เธอทั้งหลาย จงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อม

ตอนที่ ๑ ตรัสถึงความเป็นอนิจจัง คือบอกแจ้งความจริง
ของธรรมดาที่ว่า สิ่งทั้งหลายไม่เที่ยง ในที่สุดก็ต้องดับสิ้น

ตอนที่ ๒ ทรงเตือนให้ไม่ประมาท คือทรงสอนแนะนำการ
ปฏิบัติของเราว่า ให้บำเพ็ญความไม่ประมาท

ที่ตรัสว่า “จงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อม” ก็คือให้มีความ
ไม่ประมาทอย่างพร้อมบริบูรณ์ หรือเป็นอยู่ด้วยความไม่ประมาท
อย่างเต็มที่

พุทธพจน์ทั้งสองตอนนั้นโยงกัน คือ เมื่อสิ่งทั้งหลายเป็น
อนิจจัง ไม่เที่ยงแท้ เราจะมัวนิ่งนอนใจทำเฉยอยู่ไม่ได้ จึงต้องไม่
ประมาท

พุทธพจน์นี้เป็น *ปัจฉิมวาจา* คือพระดำรัสสุดท้าย เหมือนเป็น
คำฝากฝังสิ่งเสีย ชาวพุทธจะต้องถือเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่ง ต้อง
ปฏิบัติให้ได้ และให้เข้มข้นแข็งขันจริงจัง

เพราะฉะนั้น เห็นอนิจจัง ปลงได้ แต่ต้องไม่ประมาทด้วย

ลุดุดหมาย เมือปล่อยวางได้ โดยไม่ปล่อยปละละเลย

เรื่องอนิจจัง ได้พูดไปแล้ว แต่เพียงบอกให้รู้ในภาคปฏิบัติว่า ต้องทำให้ครบหลัก คือต้องให้ถึงความไม่ประมาท

ทีนี้ ในแง่ความรู้เข้าใจเหตุผล เราก็ควรศึกษาให้ชัดด้วย ก็เลยยกพุทธพจน์ที่เป็นหลัก มาดูกันอีกที พระองค์ตรัสว่า
สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมสลายไปเป็นธรรมดา,
เธอทั้งหลายจงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อม

มาวิเคราะห์กันหน่อยว่า คนไทยเราถือหลักอนิจจัง ทำไม่ปลงแล้ว จึงปล่อยเรื่อยเปื่อย ทั้งที่มีพุทธพจน์สำคัญที่สุดตรัสไว้ว่า ปลงอนิจจังเพื่อให้ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท

วิเคราะห์แล้ว ก็จับได้โดยสรุปว่า

เราบอกว่า เมื่อสิ่งทั้งหลายเป็นอนิจจังตามธรรมดาของมัน เราจะทำอะไรได้ ก็ต้องปล่อยวาง ปล่อยมันไป

แต่ท่านสอนว่า เมื่อสิ่งทั้งหลายเป็นอนิจจังตามธรรมดาของมัน มีอะไรที่ควรทำ เราจะต้องเร่งรัดจัดการ จะรีรอปล่อยเรื่อยเปื่อยไปไม่ได้

ของเรา โยงอนิจจัง กับความรู้เท่าทันธรรมดา แล้วปล่อยวาง
แต่ของท่าน โยงอนิจจัง กับความรู้เท่าทันธรรมดา แล้วไม่ประมาท

แล้วจะเอาอย่างไร เราปฏิบัติผิดใช่ไหม?

ถ้าตอบแบบปลอบใจ ก็ว่าไม่ถึงกับผิด แต่ไม่พอ
(ไม่ผิดเต็มที่ ยังถูกน้อยไป จึงต้องแก้ไขปรับปรุง)

เราถูกไม่เต็มที่ตรงไหน จะรู้ได้อย่างไร ควรจะมองกันให้
ชัดเจน

เขาแค่ “ธรรมดา” ที่เราเข้าใจ ก็ไม่ตรงกับที่ท่านสอนไว้

“ธรรมดา” แบบของเรา คือ สิ่งทั้งหลายเป็นอนิจจัง ไม่เที่ยง
เกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป จะเป็นอย่างไรก็เป็นของมันเอง เราจะทำ
อย่างไรได้ ก็ต้องปล่อยมันไป

(นี่หมิ่นเหม่ จะเข้าลัทธิเหตุวาท ที่เป็นมิจฉาทิฎฐิ)

แต่ “ธรรมดา” แบบของท่าน คือ สิ่งทั้งหลายเป็นอนิจจัง ไม่
เที่ยง เกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป จะเป็นอย่างไรก็แล้วแต่เหตุปัจจัยของมัน
เราจะปล่อยเรื่อยเปื่อยไม่ได้ ต้องรู้เท่าทันและจัดการที่เหตุปัจจัย

พอจับจุดนี้ได้ ก็มองเห็นปมปัญหา รู้ว่าทำไม และเห็นทางแก้ไข

ของเรา เมื่อเป็นอนิจจังตามธรรมดาของมัน มันจะต้องเป็น
ของมันอย่างนั้น เราทำอะไรไม่ได้ เราก็ปล่อยวาง แล้วก็ไม่ต้องทำ
อะไร (กลายเป็นปล่อยปละละเลย)

แต่ของท่าน เมื่อเป็นอนิจจังตามธรรมดาของมัน มันจะต้อง
เป็นอย่างนั้นตามเหตุปัจจัยของมัน เราจะให้เป็นอย่างไรที่เราไป
อยากไปยึดไม่ได้ ใจเราก็ปล่อยวาง แล้วก็ไปศึกษาไปทำที่เหตุ
ปัจจัย (ไม่ปล่อยปละละเลย)

นี่ก็คือ ของเรา ปล่อยวาง แล้วก็ปล่อยปละละเลย

ส่วนของท่าน ปล่อยวาง แต่ไม่ปล่อยปละละเลย

“ปล่อยวาง” คือ มีปัญญารู้เท่าทันความจริง จึงมีใจเป็นอิสระ ไม่เอาอะไรมาผูกมัดมัดตัวคั่งค้างบีบคั้นใจที่จะให้มันเป็นไปตามที่อยากที่ยึด

แต่ “ปล่อยปละละเลย” คือ ตกอยู่ในความประมาท

เราปฏิบัติไม่พอ คือ ปลงอนิจจัง ปล่อยวาง แล้วหยุด จบแค่นั้น พอหยุด ก็กลายเป็นปล่อยปละละเลย จึงพลาด ไปตกหลุมความประมาท (ปล่อยปละละเลย ก็คือประมาท) เรื่องก็แค่นี้เอง

เมื่อรู้ตัวว่าปฏิบัติไม่พอ ทำไม่เต็มตามหลัก ก็แก้ไขปรับปรุงตัวใหม่

ถึงตอนนี้ก็สรุปลงท้ายได้แล้วว่า การเห็นความจริงแห่งอนิจจัง เร่งเร้าเราให้**ไม่ประมาท** โดยมีแง่ด้านการพิจารณาและปฏิบัติ ดังนี้

- ก) เพราะทุกสิ่ง ทั้งในตัว และรอบตัวเรา ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ความเปลี่ยนแปลงเป็นไปต่างๆ อาจเกิดขึ้นโดยไม่ทันคาดหมาย จึงไม่ควรนิ่งนอนใจ มีอะไรควรทำ ก็ใส่ใจเร่งจัดทำให้เสร็จหรือเตรียมไว้ ไม่ผัดเพี้ยน ไม่รีรอ
- ข) เพราะสิ่งทั้งหลายเปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา ทุกขณะ ไม่รอใคร เวลาผ่านไปๆ แม้กระทั่งมหาบุรุษ และอารยธรรม ยิ่งใหญ่ รุ่งแล้วก็ร่วงลับดับหาย ชีวิตเราก็สั้นลงๆ เวลาที่เหลือน้อยลงๆ ควรเร่งทำชีวิตนี้ให้ดีมีคุณค่าพัฒนาบุคคลใช้เวลาทำประโยชน์ให้มากที่สุด ถ้ามีวาทะหรือเรื่องหรือทำชั่วอะไรอยู่ ก็ควรชุกใจได้คิด แล้วหยุดละเลิกเสีย และตื่นตัวขึ้นมารีบขวนขวายทำสิ่งที่ควรทำ

- ค) เพราะคนที่รัก ที่เคารพ คนใน คนใกล้ คนร่วมองค์กรหรือ ชุมชน ไม่นานนัก ก็จะจากจะพรากกันไป ควรสามัคคีทำดีต่อกันไว้ ความดีงาม ความเอื้ออาทร การดูแลปฏิบัติ การบูชาคุณอะไรที่ควรทำต่อท่าน หรือต่อกัน ควรทำเลยทีเดียว ไม่รอช้า อย่าให้ต้องเสียใจหรือเสียตายภายหลังว่าเราไม่น่าจะเข้าไป
- ง) เพราะสิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัยของมัน ไม่ใช่เป็นไปตามใจของเรา มันไม่ขึ้นต่อความอยากความยึดถือของเรา จึงไม่ควรเอาใจอยากใจยึดของเราเข้าไปกำหนดบังคับสิ่งทั้งหลาย ซึ่งเป็นไปไม่ได้ไร้เหตุผล มีแต่จะทำให้จิตใจของตนถูกบีบคั้นกระแทกกระทึกทุบทุก แต่ควรหันไปทำการด้วยปัญญาที่รู้เข้าใจเหตุปัจจัย โดยมีใจคงอยู่ปกติเป็นอิสระ (นี่คือปล่อยวาง ที่ถูกต้อง)
- จ) เพราะสิ่งทั้งหลายเปลี่ยนแปลงไป และมีใช่เปลี่ยนแปลงอย่างเลื่อนลอย แต่เปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัยของมัน เราจึงต้องศึกษาให้รู้เข้าใจ แล้วป้องกันแก้ไขเหตุปัจจัยแห่งความเสื่อม และส่งเสริมสร้างสรรค์เหตุปัจจัยแห่งความเจริญ เพื่อจะได้ไม่เสื่อม แต่ให้เจริญและเจริญยิ่งขึ้นไป

พูดให้สั้นว่า เพราะสิ่งทั้งหลายไม่เที่ยง เราจึงต้องไม่ประมาท ที่จะใช้ปัญญาจัดการกับเหตุปัจจัย โดยมีจิตใจเป็นอิสระ (=เอาประโยชน์จากอนิจจังได้)

พูดอีกอย่างว่า มีปัญญารู้เท่าทันอนิจจัง ทำจิตเป็นอิสระได้ และด้วยปัญญารู้ทั่วถึงเหตุปัจจัย ก็ทำกิจให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาท

ระวัง! ยึดมั่น ในความไม่ยึดมั่น

บางคนไปฟังพระเทศน์ว่า สิ่งทั้งหลายไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จะไปยึดมั่นถือมั่นไม่ได้ ถ้าไปยึดมั่นถือมั่นแล้ว มันเปลี่ยนแปลงไป เราก็จะเกิดความทุกข์บีบคั้นจิตใจ ฟังแล้วก็ชอบใจ เห็นว่าเป็นความจริงอย่างนั้น และคิดว่าจะต้องเอาไปปฏิบัติ

บอกว่า ต่อไปนี้เราจะไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรแล้ว

กลับไปบ้านก็ไม่เอาเรื่องเอาราวอะไรทั้งนั้น บอกว่า ฉันไม่ยึดมั่นถือมั่น ไปๆ มาๆ ก็ทำนองว่า ลูกก็ไม่ใช่ของเรา ภรรยาที่ไม่ใช่ของเรา เงินทอง บ้านช่อง ก็ไม่ใช่ของเรา ฯลฯ

บอกว่าไม่ยึดมั่น แต่เจอความยึดมั่นอย่างหนักเข้าไปแล้ว โดยไม่รู้ตัว นี่ก็คือ “ความยึดมั่น ในความไม่ยึดมั่น” เพราะว่า ความไม่ยึดมั่นที่เขาอ้างนั้น เกิดจากสัญญา (ข้อที่กำหนดหมายจำไว้) ซึ่งรับเอามาถือตาม แล้วก็ยึดมั่นว่าฉันจะไม่ยึดมั่น เท่านั้นเอง

คนที่เอาความไม่ยึดมั่นขึ้นมายึดไว้ แล้วไม่ทำอะไร ไม่เอาอะไร แล้วก็บอกว่าฉันไม่ยึดมั่นนั้น เขาไม่รู้ตัวว่าเขาทำไปตามความไม่ยึดมั่นที่เอามายึดไว้ คือเป็นเพียงความยึดมั่นในการยึดถือความไม่ยึดมั่นนั้น เป็นความยึดมั่นซ้อนเข้าไปอีก แถมยังตกลงไปในความประมาทอีกด้วย

ความไม่ยึดมั่นที่แท้จริง เป็นไปเองด้วยปัญญา ไม่ต้องเอาความไม่ยึดมั่นขึ้นมายึดไว้

ถ้า ‘ไม่ยึดมั่น’ เป็นอย่างว่าเมื่อไหร่ ก็จะไม่เจอพวกไม่ยึดมั่นแปลกๆ อีกเยอะ

อีกรายหนึ่งบอกว่า หลวงพ่อของเขามีคนอุปฐากมากมาย มีหญิงสาวคอยดูแลนวดให้ด้วย ท่านเป็นพระอรหิยะ ท่านหมดกิเลสแล้ว ท่านจะทำอะไรก็ได้ เพราะท่านไม่ยึดมั่นถือมั่น

ญาติโยมหลายท่านฟังแล้วว่า น่าจะจริงนะ เพราะพระอรหันต์ท่านไม่ยึดมั่นถือมั่น จะไปเอาอะไรกับสิ่งเหล่านี้ ซึ่งไม่จริงแท้แน่นอน เป็นของสมมติ เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

ที่นี้อีกพวกหนึ่งก็บอกว่า อะไรๆ ก็เป็นอนัตตา ไม่มีตัวตน คนก็เป็นเพียงขันธ์ ๕ มาประกอบกันเข้า ไม่มีอะไรจะพึงยึดถือ ไม่มีนาย ก. ไม่มีนาง ข. เมื่อไม่ยึดมั่นถือมั่นแล้ว จะฆ่าจะฟันใครก็ไม่บาป

กรณีเหล่านี้ เป็นตัวอย่างของการที่ผู้มีกิเลสยกเอาสภาวะธรรมขึ้นมาเป็นข้ออ้าง สำหรับการกระทำด้วยความยึดมั่นถือมั่นของตน

อย่างในกรณีหลังนี้ ถ้าไม่มีความยึดมั่นในคนที่จะถูกฆ่า ถ้าไม่มีเจตนายึดมั่นที่เจาะจงมุ่งร้ายต่อเป้าของการกระทำ จะมีการยกศีลตราวุธขึ้นฟันแทงพุ่งเข้าใส่ได้อย่างไร อันนี้เป็นการกระทำด้วยความยึดมั่นถือมั่นอย่างรุนแรงเลยทีเดียว

ความไม่ยึดมั่นที่แท้จริง เกิดจากปัญญาที่รู้ความจริง อย่างพระอรหันต์ที่ท่านไม่ยึดมั่นนั้น ท่านมีจิตใจเป็นอิสระ แต่ในการดำเนินชีวิตทั่วไป ที่เรียกว่าอยู่ในโลกอยู่ในสังคม ท่านว่าไปตามความจริงของสมมติ และปฏิบัติไปตามเหตุตามผล

สำหรับปุถุชน ความไม่ยึดมั่นถือมั่นเป็นได้แค่เครื่องฝึกตนเท่านั้น เพราะความไม่ยึดมั่นของปุถุชนที่เอามาปฏิบัติ นั้น ไม่ใช่ความไม่ยึดมั่นที่แท้จริง

มันเป็นเพียงความไม่ยึดมั่นที่รับมาด้วยสัญญา ไม่ใช่เกิดจากปัญญา คือเอาความจำหมายในความไม่ยึดมั่นนี้มาจับยึดเข้าไว้อีกทีหนึ่ง จึงเป็นความยึดมั่นในความไม่ยึดมั่น

ถ้าเป็นปุถุชน ก็ทำได้แค่นี้ หรือแค่ฝึก

ดังนั้น สำหรับคนทั่วไป ถ้าจะไม่ยึดมั่น จึงต้องระวัง ถ้าจะให้ค่อนข้างปลอดภัย ก็ตระหนักใจว่า “เราฝึกตนในความไม่ยึดมั่น”

ถ้าไม่ยึดมั่นแท้ จะแน่วแน่ในการสร้างสรรค์

ในสังคมไทยยุคใกล้ๆ นี้ คนเอาจคำว่า “ไม่ยึดมั่นถือมั่น” มาใช้กันบ่อย

ที่จริง ความไม่ยึดมั่นถือมั่นนี้ เป็นเรื่องที่ควรศึกษาให้ตีอย่าได้ดูเบา

ความไม่ยึดมั่นที่แท้นั้น เกิดจากปัญญาที่รู้ความจริงแล้ว ใจไม่ติด จิตเป็นอิสระ แล้วก็ปฏิบัติไปตามเหตุผลอย่างจริงจัง ตามหน้าที่หรือตามกติกาที่ได้ตกลงกันไว้ เพื่อความดีงามบางอย่าง มีอะไรเป็นไป ใจก็ไม่ตกเป็นทาส ไม่ถูกครอบงำ จุดสำคัญอยู่ตรงนี้

ส่วนการปฏิบัติในทางรูปธรรมก็ว่าไปตามแบบแผนกติกาที่ตกลงไว้ ถ้ามันชอบธรรม สมเหตุสมผล

ถ้ารู้จักมองวินัยของพระ จะเข้าใจเรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่นได้ชัด

ตัวอย่างว่า วินัยกำหนดให้พระภิกษุรูปหนึ่งๆ มีจีวรเป็นสมบัติประจำตัวได้ชุดเดียว ดูจะเป็นการไม่ให้ความสำคัญแก่วัตถุเสื้อผ้า จึงไม่ให้มีมาก เข้าแนวว่าจะให้ไม่ยึดมั่นถือมั่น

หมายความว่า ให้ไม่ยึดติด เช่น ไม่เห็นแก่ลาภ ไม่โลภ ไม่หมายมั่นในการที่จะต้องได้จีวรอย่างนั้นอย่างนั้น ที่จะเอาแต่ใจ หรือจะมีของในครอบครองให้มาก เพราะฉะนั้นจึงมีไว้เพียงปริมาณจำกัด เพียงเท่าที่พอแก่การใช้ประโยชน์ที่แท้จริง

แต่ทีนี้ มองอีกชั้นหนึ่ง สิ่งของอย่างไหนที่ตกลง (สมมติ) ว่าเป็นของท่านแล้ว พระต้องมีความรับผิดชอบอย่างเต็มที่

พระจะบอกว่า เรื่องจี้วรนี้ไม่สำคัญ ฉันไม่ยึดมั่นถือมั่น มันไม่ใช่ของของเราจริง เราเกิดมา มันก็ไม่ได้ติดมาด้วย ตายแล้วก็เอาไปไม่ได้ แล้วก็ไม่ใช่ใจใส่ ปล่อยสกปรก ไม่ซั๊ก หรือว่าปล่อยให้ขาดเป็นรู ไม่ปะชุน

พระจะปล่อยปละละเลยอย่างนั้นไม่ได้ วินัยกำหนดว่า ภิกษุปล่อยให้จี้วรขาด ไม่ปะชุน ถ้าเป็นรูเท่าหลังเล็บนิ้วก็อ ย ก็มี ความผิด เป็นอาบัติ

เอาละซิ จี้วรผืนเดียว ต้องรักษาอย่างดีขนาดนี้ ปล่อยให้ขาดนิดเดียว ไม่ปะ ก็โดนปรับความผิดแล้ว

ยิ่งกว่านั้น ภิกษุมีจี้วรชุดเดียวนี้ ต้องรักษาให้ดีด้วย ถ้าอยู่ปราศจากจี้วรชุดนั้นแม้แต่คืนเดียว ก็เป็นอาบัติ

ญาติโยมไม่เข้าใจหลักการ ก็จะพูดว่า เรื่องจี้วรแค่นี้ พระทำไมยึดมั่นถือมั่นกันนัก สำคัญอะไรนักหนา - นิสิตให้แตก

วินัย เป็นการสร้างแบบแผนตัวอย่างของการมีชีวิตที่ดีงาม และเป็นเครื่องฝึกคนด้วยแบบแผนนั้น เป็นระบบแห่งวิถีชีวิตของการฝึกตน เพราะฉะนั้น เราจะศึกษาได้ว่า ทำไม ทั้งที่พระพุทธรเจ้า ทรงสอนหลักความไม่ยึดมั่น แต่วินัยของพระกลับให้เอาจริงเอาจัง กับสิ่งต่างๆ อย่างยิ่ง

นี่แหละ วินัย เป็นตัวแสดงให้เห็นชัดว่า ในระบบการฝึกมนุษย์ที่แท้ จนถึงชีวิตที่ดีจริงนั้น ความไม่ยึดมั่นที่ถูกต้องเป็นอย่างนี้

นอกจากนั้น วินัยเป็นเรื่องสมมติ เมื่อท่านเอาจริงกับวินัย และวินัยเป็นเรื่องเอาจริง ก็แสดงว่า ต้องเอาจริงกับเรื่องสมมติ - นี่ถูกต้อง

สมมติ คือสิ่งที่มนุษย์ตกลงกัน มี “มติร่วมกัน” โดยกำหนดวางไว้ตามเหตุผล เพื่อวัตถุประสงค์ที่เป็นประโยชน์ ไม่ใช่ตั้งขึ้นมาลอยๆ

ในขั้นสูงสุด ก็เป็นอันว่า พระอรหันต์เป็นผู้ปฏิบัติจริงจังกตามสมมติ และเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติตามวินัยอย่างเคร่งครัด

ถ้าคนยังเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตัว กฎเกณฑ์กติกาจะขัดผลประโยชน์ของเขา อย่างน้อยการตามใจตัว ความไม่สะดวกสบายที่ ต้องไปทำตามกฎ ความซ้เกียจ จะมาขัดขวาง ทำให้คนไม่อยากปฏิบัติตามกติกาสังคม

เพราะฉะนั้น คนมีกิเลสจึงปฏิบัติตามกฎ หรือรักษาวินัยได้ยาก

ส่วนพระอรหันต์อยู่ด้วยปัญญาที่ตระหนักรู้ในเหตุผล รู้เข้าใจวัตถุประสงค์ของสมมตินั้น และท่านไม่มีกิเลสที่จะให้ทำเพื่อเห็นแก่ประโยชน์ของตน ไม่มีอะไรต้องทำเพื่อตัวเอง ไม่มีเรื่องส่วนตัวที่จะยึดติดกีดกัน ให้ต้องฝืนใจหรือหลบเลี่ยง ท่านพร้อมจะทำในสิ่งที่มีเหตุผลดีงามชอบธรรมทุกอย่าง

ดังนั้น พระอรหันต์จึงเป็นผู้พร้อมที่สุด ที่จะปฏิบัติตามวินัย หรือกฎกติกาที่เป็นสมมติ และเป็นผู้นำในการปฏิบัติตามสมมติที่ ชอบธรรม

ท่านผู้ถึงธรรม บรรลุธรรมแล้ว จึงทำจริง ไม่ทิ้งธุระ ทั้ง
รับผิดชอบ และทำอย่างจริงจัง

ย้ำว่า ความปล่อยวางไม่ยึดมั่น ไม่ใช่การปล่อยทิ้งความ
รับผิดชอบ พระอรหันต์จึงเป็นตัวอย่งในการมีความรับผิดชอบต่อ
สิ่งที่ตนเกี่ยวข้อง รวมทั้งรับผิดชอบต่อทางสังคม

เมื่อมีเหตุการณ์อะไรกระทบกระทั่งเ็นต่อสงฆ์ ต่อส่วนรวม
พระอรหันต์จึงออกน่านในการเรียกประชุม และหาทางจัดการแก้ไข

ความไม่ยึดมั่นที่แท้เกิดจากปัญญา เมื่อเห็นอนิจจัง ทุกขัง
อนัตตา รู้ทันสังขารแล้ว สิ่งทั้งหลายก็ไม่มีอิทธิพลที่จะบีบบังบง
การจิตใจของเรา เมื่อใจเป็นอิสระ เราก็จะปฏิบัติต่อทุกสิ่งตามเหตุ
ตามผลด้วยปัญญา

หลักการนี้สำคัญมาก ถ้าเรามีทรัพย์ ก็ปฏิบัติต่อทรัพย์ให้
ถูกต้องตามเหตุผล ทรัพย์มีเพื่ออะไร ก็นำไปใช้ให้เกิดผลตาม
วัตถุประสงค์นั้น

ไม่ใช่ไปมัวยึดมั่นถือมั่นให้เป็นเหตุบีบบังคับจิตใจให้มีความ
ทุกข์ แต่ก็ไม่ใช่บอกว่าฉันปล่อยวาง แล้วปล่อยปละละเลยไม่เอาใจใส่
ไม่รับผิดชอบ เราต้องใช้มันให้ถูกต้องตามความหมาย ให้สมคุณค่า
ของมัน ให้ทรัพย์เกิดประโยชน์แท้จริง ด้วยความรู้เข้าใจเท่าทัน

นี่ก็ ปล่อยวางได้ แต่ไม่ปล่อยปละละเลย อีกเหมือนกัน

สำหรับคนทั่วไปนั้น ถ้าจะถือหลักความไม่ยึดมั่น ก็เอาแค่
ฝึกทำอย่างพระเจ้าอโศกมหาราช ก็จะได้ทั้งแก่ตนเอง และแก่เพื่อน
มนุษย์เป็นอย่างมาก ทำได้แค่ขั้นพระเจ้าอโศก ก็ได้คะแนนไม่ยึดมั่น
เยอะแล้ว

พระเจ้าอโศก อีกที!

เรื่องไม่ยึดมั่นถือมั่นนี้สำคัญ เลยกพูดซะบ่อย

บอกว่า ญาติโยมชาวบ้าน ควรถือเอาพระเจ้าอโศกมหาราช เป็นแบบอย่างในการปฏิบัติตามคติ “ไม่ยึดติดถือมั่น” นี้

สำหรับชาวบ้าน (ชาวเมือง ยิ่งสำคัญ) เอาหลักไม่ยึดติดถือมั่นนั้น มาใช้กับเรื่องทรัพย์และอำนาจ (ผลประโยชน์และความยิ่งใหญ่) ให้ได้ก่อนเถอะ

นี่แหละบททดสอบขั้นต้นที่ชะงัด ถ้าทำได้ ก็ก้าวต่อไป

ตั้งคำถามว่า: จำรวย-ยิ่งใหญ่ แค่อ่อนลวย หรือเพื่ออะไร?

เอาแนวธรรมมาเรียบเรียง ได้ความเป็นพระราชดำริของพระเจ้าอโศกมหาราชว่า:

ทรัพย์ยศนี้เป็นของนอกกาย ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่อยู่ได้อำนาจความปรารถนาของเรา แต่เป็นไปตามเหตุปัจจัย เราจะไปยึดมั่นถือมั่นไม่ได้ และมันก็ไม่ใช่ความหมาย ไม่ใช่แก่นสารของชีวิต มันให้ความสุขที่แท้และยั่งยืนแก่ชีวิตไม่ได้

เราเคยลุ่มหลงแสวงหาทรัพย์และอำนาจมาบำรุงบำเรอความสุขสบายและแสดงความยิ่งใหญ่ของตนเอง เดี่ยวเกิด ทั้งทรัพย์ยศอำนาจ และทั้งตัวเรา ก็จะดับสิ้นสูญเปล่าหายไปจากกัน

เพราะฉะนั้น จะปล่อยให้ตัณหาอุปาทานบงการครอบงำเรา มัวเขลายึดติดถือมั่นมันอยู่ทำไม ไม่เอาแล้ว

ต่อไปนี่ ถอนตัวเป็นอิสระออกมา เราจะปฏิบัติการด้วยปัญญา จะใช้ทรัพย์และอำนาจนั้นให้เป็นประโยชน์ตามเหตุผลตามความชอบธรรม

ทรัพย์ที่มีเกินจำเป็นสำหรับชีวิตของเรา จะอาศัยอำนาจเป็นอุปกรณ์ในการสร้างสรรค์ประโยชน์สุขแก่เพื่อนร่วมโลก เป็นเครื่องมือของธรรมที่จะทำความดีงามให้แก่สังคมสืบต่อไป

แล้วพระเจ้าอโศกมหาราชก็ได้ทรงใช้ทรัพย์และอำนาจที่พระองค์มี ในการทำความดี สร้างสรรค์ประโยชน์สุขแก่ประชาชนเป็นการใหญ่ ตามนโยบาย *ธรรมวิชัย*

ถ้าพระเจ้าอโศกไม่มีทรัพย์ ไม่มีอำนาจ พระเจ้าอโศกก็ทำ ความดีอย่างนั้นไม่สำเร็จ

ถ้าพระเจ้าอโศกมีทรัพย์มีอำนาจ แต่มัวยึดติดถือมั่นในทรัพย์และอำนาจ พระเจ้าอโศกก็ได้แต่ลุ่มหลงมัวเมา แล้วก็คงจะใช้ทรัพย์และอำนาจนั้น ช่มเหิงเบียดเบียนคนอื่นได้มากมายและรุนแรง

แต่เนี่ย เพราะเหตุที่พระเจ้าอโศก ทั้งมีทรัพย์มีอำนาจ และทั้งไม่มัวเมายึดติดถือมั่นในทรัพย์และอำนาจ แต่มีธรรม รู้ความหมาย ใช้เป็น ทรัพย์และอำนาจก็เลยกลายเป็นอุปกรณ์สร้างสรรค์ประโยชน์สุขและความดีงาม ทำให้เกิดประโยชน์มหาศาล อย่างที่ว่ามา

รวมทั้งทำให้พระพุทธศาสนามาถึงเราในประเทศไทยด้วย

สุขคือโอกาส ทุกข์คือแบบฝึกหัด

ความสุขเป็นเรื่องใหญ่ สำคัญอย่างยิ่ง เหมือนว่าทุกคนจะถือ
เป็นจุดหมายของชีวิต

แต่ตามปกติ หายากที่จะได้ยินใครพูดว่าเขามีชีวิตที่มีความสุข
นอกจากพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ ซึ่งกล่าวออกมาชัดเจน
เหมือนเป็นคำประกาศว่า “สฺสุขํ วัต ชีวาม” - “เรามีชีวิตเป็นสุขนักรหนอ”

ผู้ที่สนทนากับพระพุทธเจ้า ยอมรับว่าพระองค์ทรงมี
ความสุขยิ่งกว่าองค์พระราชามหากษัตริย์

เรื่องเกี่ยวกับความสุขนั้น พระพุทธเจ้าตรัสไว้มากมาย ทั้ง
ประเภทและระดับของความสุข ที่มีมากมาย ทั้งข้อดีข้อเสียของ
ความสุขต่างประเภทต่างระดับเหล่านั้น ตลอดจนจนวิธีปฏิบัติต่อ
ความสุขความทุกข์ ให้ได้แต่คุณ โดยไม่เกิดผลร้าย

ทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องกับความสุขนั้น น่าสนใจ แต่หลักที่นารู้ไว้ก่อนแต่ต้น
คือ **วิธีปฏิบัติต่อความสุข** (รวมทั้งต่อความทุกข์) ที่ตรัสไว้ ๔ ข้อ คือ

๑. ไม่เอาทุกข์ทับถมตนที่มีได้ถูกทุกข์บีบเค้น
๒. ไม่ละทิ้งความสุขที่ชอบธรรม
๓. ไม่สยบหมกมุ่น(แม้แต่)ในความสุขที่ชอบธรรมนั้น
๔. เพียรพยายามทำเหตุแห่งทุกข์ให้หมดสิ้นไป
(โดยนัยคือ เพียรปฏิบัติให้ลูถึงสุขที่ประณีตขึ้นไปจนสูงสุด)

ขอโอกาสไว้ก่อนว่า เรื่องนี้ขนาดรวบรัด ก็จะมีพูดยาวที่สุด
(สาระของเรื่องนี้ใหญ่ครอบคลุมพระพุทธศาสนาทั้งหมด)

ข้อที่ ๑ ไม่เอาทุกข์ทับถมตนที่ไม่ได้โดนทุกข์ ตามเรื่องเดิม พระพุทธเจ้าตรัสสนทนากับพวกนิครนถ์ จึงเน้นไปที่การบำเพ็ญตบะของเขา คือการทรมานตัวเอง เช่น โคนศีรษะ แทนที่จะใช้มีดโกน ก็ถอนผมที่ละเส้น จะนอน ก็ใช้เตียงหนามหรือติดตะปูไว้ที่มุ้งตัวเอง

ถ้าดูที่คนทั่วไป ก็เช่นคนที่นั่งนอนอยู่ดีๆ ไม่มีใครมาทำร้ายตัวเอง ก็เก็บเอาอาการกิริยาและถ้อยคำที่ขัดตาขัดหูจากคนโน้น คนนี้มาคิดปรุงแต่งไปต่างๆ ให้หงุดหงิดขัดเคืองใจทำร้ายตัวเอง

ที่ตื่นกว่านั้น ก็อย่างคนดื่มสุราอืดยาเสพติด ทั้งที่ตัวเองก็เป็นปกติดีอยู่ กลับไปเอาสารที่ร่างกายไม่ได้ต้องการ แถมมีพิษภัยเป็นโทษต่อชีวิตร่างกายมาก สมัครใจเองเอามันมาใส่เข้าไปในร่างกาย แล้วก็ทำลายสุขภาพและคุณภาพของตัวเองเหมือนกับโดยตั้งใจ และโดยเต็มใจ

ตัวอย่างอื่นยังอีกเยอะ เช่น คนขับรถซิ่ง หรือคนทำอะไรเสี่ยงๆ โดยไม่มีเหตุผล เป็นต้น มีมาก

แต่ในขั้นลึก ปลูกชนทั่วไปนี้แหละมักเอาทุกข์มาใส่ตัวอยู่เรื่อย หมายความว่า เป็นธรรมชาติของสังขารที่ว่า มันไม่เพียง เป็นทุกข์คงอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ผันแปรไป เป็นอนัตตา เรารู้ทันความจริง เราก็ดำเนินชีวิตให้ดี ทุกข์ตามธรรมชาติก็มีของมันไป เราก็ไม่เอามันเข้ามาเป็นทุกข์ที่จะทับถมตัวเรา เราก็โล่งเบาไปชั้นหนึ่ง

แต่นี่ตรงข้าม คนมักปฏิบัติไม่ถูกต้อง ไม่เอาปัญญาที่รู้เท่าทันมารักษาตัวให้เป็นอิสระไว้ จึงเอาทุกข์ที่มีอยู่ในธรรมชาตินั้น มาปรุงแต่งเป็นทุกข์ในใจของตัวเอง กลายเป็นเอาทุกข์มาทับถมตนเองกันมากมาย

แม้แต่โลกธรรมทั้งหลาย ถ้าเราเอาปัญญาที่รู้เท่าทันมา วางใจให้ถูกต้อง แทนที่จะบอบช้ำหรือเสียหาย ก็สามารถเอา ประโยชน์จากมันได้

เริ่มต้นก็มองเป็นประสบการณ์ที่เราได้เรียนรู้ ว่า อ้อ นี่ เราได้ เห็นแล้วไง ที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า เราอยู่ในโลก จะต้องเจอโลก ธรรมเป็นธรรมดา เราก็เจอจริงๆ ความจริงมันก็เป็นอย่างนี้เอง เรา ได้เห็น ได้รู้แล้ว

เมื่อมองเป็นประสบการณ์สำหรับศึกษา เราก็เริ่มวางใจต่อ มันถูกต้อง ตั้งหลักได้ ไม่ไปปรับกระทบเอามาเป็นทุกข์ข้างในทับถม ใจตัวเอง

ยิ่งกว่านั้น เราก้าวต่อไป โดยคิดจะฝึกตนเอง พอทำใจว่าจะ ฝึกตัว เราจะมองทุกอย่างในแง่มุมใหม่ เริ่มด้วยมองเป็นบท ทดสอบ คือทดสอบใจและทดสอบสติปัญญาความสามารถ ไม่ว่าจะ ดีหรือร้ายเข้ามา เราก็ได้ทุกที อย่างน้อยก็ทำให้เราเข้มแข็งยิ่งขึ้น เหนือกว่านั้นก็ฝึกฝน ได้พัฒนาตัวยิ่งขึ้นไป โดยใช้เป็นบทเรียน เป็นต้น

เฉพาะอย่างยิ่ง ทุกข์เป็นแบบฝึกหัด เป็นเครื่องฝึกสติ ฝึก ปัญญา ฝึกการแก้ปัญหา เป็นต้น แม้แต่เคราะห์ ซึ่งเป็นโลกธรรมที่ ร้าย ก็กลายเป็นโอกาสที่ตัวเราจะได้ฝึกฝนพัฒนา

ข้อที่ ๒ ไม่ละทิ้งสุขที่ชอบธรรม อันได้แก่สุขที่เราควรได้ควรมี ตามเหตุปัจจัย ซึ่งเรามีสิทธิ์ที่จะได้ เช่นถ้าเป็นความสุขทางวัตถุ ก็ เน้นที่ผลจากการประกอบอาชีพการงานด้วยความขยันหมั่นเพียร โดยชอบธรรม

พึงระวังมิให้สุขของเราเกิดมีโดยตั้งอยู่บนความทุกข์ของผู้อื่น ไม่ให้เป็นความสุขที่เบียดเบียน ก่อความเดือดร้อนแก่ใครๆ จึงจะเป็นความสุขที่ชอบธรรม เราสุข ผู้อื่นก็ไม่ทุกข์ ถ้าให้ดียิ่งกว่านั้น ก็ให้เป็นสุขด้วยกัน เป็นสุขที่เผื่อแผ่ ซึ่งช่วยให้เกิดความสุখেยายกว้างขวางออกไป

คนเรานี้จะต้องรู้จักพัฒนาความสุข ไม่ใช่ว่าชอบความสุขอยากมีมันนัก แต่ขาดความรู้เข้าใจ ไม่รู้จักความสุขเลย ได้แค่อ้อย่างพวามัวกับความยึดถือด้วยโมหะในภาวะอย่างหนึ่งว่าเป็นความสุข แล้วก็ใช้เวลาทั้งชีวิตตะเกียกตะกายวิ่งไล่ไขว่คว้าไม่ทันถึงความสุขนั้น ชีวิตก็จบไปก่อน

โดยวิธีพูดอย่างหนึ่ง ซึ่งสอดคล้องกับหลักพระพุทธศาสนา การพัฒนาความสุขนั้นแหละ คือ **การศึกษา**

กรรมที่เรียกว่า “การปฏิบัติธรรม” จึงก้าวไปในสุข และผ่านความสุขต่างๆ หลายแบบ และหลายชั้นหลายระดับ ดังที่ท่านจัดแบ่งไว้นานานัย

ขอรวบรัดไว้ที่นี้เป็นสุข ๓ คือ ๑. สุขแบบแข่งแย่ง หรือชิงกัน
๒. สุขแบบประสาน หรือสุขด้วยกัน และ ๓. สุขแบบอิสระ

แม้แต่ผู้มีสุขที่ไม่ตั้งอยู่บนความทุกข์ของผู้อื่น ส่วนมากก็ยังอยู่ในขั้นมีสุขแบบแข่งแย่งหรือชิงกัน ซึ่งโดยทั่วไปเป็นความสุขเนื่องด้วยวัตถุ อันจะต้องได้ต้องเอา

ถ้าเขาได้เราก็เสีย ถ้าเราได้เขาก็เสีย ถ้าเขาสุขเราก็ทุกข์ ถ้าเราสุขเขาก็ทุกข์ พอเราได้มาเราสุข คนอื่นเสียหรืออด เขาก็ทุกข์ แต่พอเขาได้เราเสียเราอด เขาสุขเราก็ทุกข์ เป็นความสุขที่ไม่เอื้อกัน ยิ่งก่อบัญหา

เมื่อพัฒนาจิตใจขึ้นไป พอมีความรักแท้ คือเมตตา ที่ต้องการให้คนอื่นเป็นสุข เราก็เริ่มมีความสุขแบบประสาน คือ เราทำให้เขาสุข เราก็สุขด้วย

เหมือนความรักของพ่อแม่ ที่อยากให้ลูกเป็นสุข แล้วก็พยายามทำอะไรๆ เพื่อให้ลูกเป็นสุข และมีความสุขเมื่อเห็นลูกเป็นสุข

เมื่อเราพัฒนาจิตใจ โดยแผ่ขยายเมตตาหรือธรรมอื่นเช่น ศรัทธา เราก็มีความสุขเพิ่มขึ้น โดยที่คนอื่นก็มีความสุขด้วย เป็นความสุขจากการให้ ที่เจริญในธรรม ซึ่งทำให้โลกมีสันติสุข เริ่มตั้งแต่ในครอบครัวไปเลย

นี่พูดพอเป็นแนว ในเรื่องการพัฒนาความสุข ซึ่งจะต้องก้าวต่อไป ในความสุขที่ชอบธรรม ขึ้นไปจนถึงความสุขที่เป็นอิสระ อันบรรจบเป็นจุดหมายของวิปฏิบัติต่อความสุขที่ครบตลอดทั้งสี่ข้อ

ข้อที่ ๓ ไม่สยบมัวเมาในความสุขแม้ที่ประณีต แม้ว่าความสุขที่ชอบธรรมนั้น เรามีสิทธิ์เสพ ไม่ต้องไปสละละทิ้ง แต่ท่านก็ให้ระวัง เพราะแม้แต่ในการเสพความสุขที่ชอบธรรมนั้น เราก็อาจปฏิบัติผิดได้

จุดพลาดอยู่ตรงที่ว่า เราเสวยสุขชอบธรรมที่เรามีสิทธิ์เสพนี้แหละ แต่ถ้าเราเกิดไปติดเพลินหลงมัวเมา ความสุขก็จะกลับกลายเป็นปัจจัยของความทุกข์ และทำให้เกิดโทษได้ ข้อสำคัญคือ ทำให้เกิดความประมาท

“สุข” แปลว่า คล่อง ง่าย สะดวก เมื่อมีสุข จะทำอะไร ก็ทำได้ ง่าย ได้คล่อง ได้สะดวก ความสุขจึงเป็นโอกาส มีอะไรควรทำก็รีบทำ จะได้ผลมาก ดังนั้น ยามสุข เมื่อเราไม่ประมาท ก็ทำการดีงาม สร้างสรรค์ได้มากที่สุด

ความสุขก็เป็นโลกธรรมอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นอนิจจัง เกิด-ดับ มี-หมด กลับกลายได้ ถ้าเรารู้ทันความจริง และไม่ประมาท เมื่อโชคหรือโลกธรรมที่ดีมีมา เราเป็นสุข เราก็ใช้โชค เช่น ลาภ ยศ เป็นเครื่องมือเพิ่มพูนแผ่ขยายความสุข

เราใช้มันทำความดี ช่วยเหลือเกื้อกูลเพื่อนมนุษย์ ทำให้ความสุขขยายจากตัวเรา แผ่กว้างออกไปสู่ผู้คนมากมายในโลก

นี่ก็คือ ใช้ความสุขเป็นโอกาสสร้างสรรค์แผ่ขยายความสุข

ข้อที่ ๔ เพียรทำเหตุแห่งทุกข์ให้หมดสิ้นไป คือพัฒนาความสุขที่ประณีต และสูงยิ่งๆ ขึ้นไป จนถึงภาวะไร้ทุกข์ หรือบรมสุข

ความสุขทุกระดับที่พูดมา เป็นสุขสัมพัทธ์ ยังมีเชื้อทุกข์ ผันผวนผกผันได้ ท่านจึงให้ปฏิบัติอย่างที่ว่ามาแล้ว คือ ไม่ติดเพลิน แม้แต่ในสุขที่ชอบธรรม คือให้ไม่ประมาท เพื่อจะได้ก้าวต่อไป นั่นก็คือ ให้พัฒนาการมีความสุขต่อไป จนถึงความสุขสูงสุด

ความสุขสูงสุด ก็คือความสุขที่ไม่เหลือเชื้อแห่งทุกข์ จึงเรียกว่าบรมสุข ก็คือภาวะไร้ทุกข์นั่นเอง ซึ่งย่อมาถึงได้ด้วยการทำเหตุแห่งทุกข์ให้หมดสิ้นไป อันเป็นวิธีปฏิบัติข้อ ๔ ที่เป็นสุดท้ายนี้

นี่คือสุขแท้ ของจิตที่เป็นอิสระ ซึ่งเกิดจากปัญญาสว่างแจ้ง อันเป็นความสุขเต็มอิม ที่มีประจำอยู่ในตัวตลอดทุกที่ทุกเวลา ไม่ต้องแสวงหาอีกต่อไป

สำหรับบุคคลผู้เช่นนี้ ชีวิตที่เป็นอยู่ก็ดำเนินด้วยปัญญา ที่ทำการไป ให้ทันกันถึงกันกับกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ให้ได้ผลดีที่สุด ส่วนในจิตใจก็มีความรู้ทั่วทัน เป็นอิสระ อิมเต็มด้วยความสุข

มนุษย์: ปัจจัยพิเศษในธรรมชาติ

แนวคิดและถ้อยคำสื่อสารสมัยใหม่ ที่รับต่อทอดมาจากฝรั่งว่า มนุษย์ทำอย่างนั้นทำอย่างนี้ต่อธรรมชาติ ถ้าไม่ระวัง ไม่ใช่อย่างรู้เท่าทัน จะพราง จะบัง หรือแม้กระทั่งบิดเบือนความคิดของเรา ออกจากความเป็นจริง

ไปๆ มาๆ คนสมัยนี้ก็เลยมองเหมือนว่า มนุษย์เป็นอะไรอีกประเภทหนึ่งต่างหาก ที่ไม่ใช่ ไม่เป็นธรรมชาติ แล้วมาทำอะไรๆ อย่างเป็นมิตรบ้าง เป็นศัตรูบ้าง เป็นต้น ต่อธรรมชาตินั้น

ไม่ต้องไปเสียเวลาพูดถึงการที่ฝรั่งยอมรับความผิดพลาด ในการที่พวกเขาได้มองมนุษย์แยกต่างหากจากธรรมชาติ และบอกกันให้มองใหม่ โดยให้ถือมนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ อันเป็นข้อที่เขาแย้งกันนักในเรื่องการอนุรักษ์ธรรมชาติ หรือการรักษาสิ่งแวดล้อม ในบัดนี้

เรามองง่ายๆ ในแง่เป็นวิธีสื่อสาร ที่พึงรู้เท่าทัน ขอให้เข้าใจว่า มนุษย์ก็เป็นธรรมชาติอย่างหนึ่ง หรือส่วนหนึ่ง

ที่ว่า มนุษย์ทำอย่างนั้นทำอย่างนี้ต่อธรรมชาติ ก็หมายความว่า ธรรมชาติส่วนที่มีชื่อเรียกว่ามนุษย์ ทำอย่างนั้นทำอย่างนี้ต่อธรรมชาติส่วนอื่นหรือส่วนที่เหลือ หรือที่จริงคือ ส้ำแดง อากาเป็นปัจจัยต่อมวลธรรมชาตินั้น

แล้วก็ต้องมองต่อไปด้วยว่า ธรรมชาติส่วนที่เป็นมนุษย์นั้น ก็ไหลระคนปนคละเป็นเหตุเป็นผลร่วมไปในกระบวนการและระบบของธรรมชาติทั้งมวลด้วย

แต่ทั้งนี้ มนุษย์นั้นเป็นธรรมชาติส่วนพิเศษ ที่มีคุณสมบัติอันวิเศษ คือ **ปัญญา** พร้อมด้วย **เจตนา** คือเจตจำนงที่ดีหรือร้าย แฝงอยู่ในศักยภาพที่อาจพัฒนาให้คลี่คลายขยายออกมาได้ ซึ่งจะเป็นปัจจัยอันยิ่งใหญ่ ที่ผลักดันผันแปรกระบวนการและระบบแห่งธรรมชาติ ให้ปรากฏผลรวมแห่งโลกที่เป็นไปได้ต่างๆ จนสุดที่จะคิดคาดหมาย

เป็นที่หวังแบบพุทธว่า ด้วย **ปัญญา** สว่างแจ้งหยั่งเห็นทั่วตลอด ซึ่งสนอง **เจตนา** อันเปี่ยมคุณความดีที่แผ่สากล แห่งจิตใจที่ไร้พรมแดน ของมนุษย์ที่ได้พัฒนาตนทั่วรอบแล้ว ธรรมชาติส่วนมนุษย์นี้ จะเป็นปัจจัยผลักดันให้มวลธรรมชาติทั้งระบบ ปรับแปรไปเป็นโลกที่มีสันติสุขอย่างยั่งยืน

โดยภาวะที่เป็นธรรมชาติส่วนวิเศษ มนุษย์ได้มีขอบเขตแห่งความเคลื่อนไหวในระบบเหตุปัจจัยอย่างซับซ้อนกว้างขวาง จนเหมือนเป็นแดนแห่งความสัมพันธ์ซ้อนขึ้นมาอีกระบบหนึ่งต่างหาก ดังที่เรียกว่าเป็น “โลกมนุษย์” หรือสังคม ซึ่งมีมนุษย์แต่ละคน อันเรียกว่าบุคคล เป็นส่วนร่วม

แต่ที่แท้นั้น มันหาได้เป็นแดนต่างหากจริงไม่ เพราะมนุษย์ที่มาเป็น **บุคคล** ซึ่งเป็น หน่วยแห่งสังคม นั้น ตัวจริงของเขาก็คือ เป็น **ชีวิต** ที่เป็น หน่วยแห่งธรรมชาติ นั่นเอง

มนุษย์มากมายในบัดนี้ ติดนุ่งนั่งอยู่กับความเป็น **บุคคล** ในสังคม แล้วก็เลยแปลกแยกหลงเพริดเตลิดไกล จนมองตัวเองหยั่งไม่ถึง **ชีวิต** ที่เป็นธรรมชาติ ทำให้ไม่สามารถแก้ปมที่เรียกว่าปัญหาชีวิตและสังคม เพราะไม่รู้จุดแยกจุดโยงปัจจัยทางสังคมให้ถึงธรรมชาติ

เรื่องนี้ก็ได้เกิดเป็นปัญหาในการมองและการศึกษาเข้าใจธรรมในพระพุทธศาสนาด้วย

ขอรวบรัดแสดงหลักเลยว่า ท่านผู้รู้แจ้งระบบสัมพันธภาพที่ตลอด เมื่อจะสร้างสรรค์แก้ปัญหาของชีวิตและสังคม ท่านตระหนักถึงปัจจัยที่โยงกันทั่วในระบบของธรรมชาติ ตลอดมาจนถึงแดนที่เรียกว่าสังคม

ด้วยความรู้ทั่วตลอดนั้น ท่านจึงวางวิธีปฏิบัติจัดการ ที่จะเอาปัจจัยพิเศษในธรรมชาติส่วนมนุษย์ คือ **ปัญญาที่สว่าง** และ **เจตนาที่สะอาด** บูรณาการเข้าไปในกระบวนการปัจจัยของธรรมชาติที่เกี่ยวข้องทั้งหมด เพื่อร่วมเคลื่อนไหวผลักดันให้กระบวนการปัจจัยนั้น คืบเคลื่อนไปสู่การออกผลที่พึงต้องการ

วิธีการและการจัดการทางสังคม ในการนำเอาปัจจัยธรรมชาติอันพิเศษของมนุษย์ (**ปัญญาสูง+เจตนาใส**) บูรณาการเข้าไปในกระบวนการปัจจัยของธรรมชาติที่เกี่ยวข้องทั้งหมด เพื่อผลักดันให้เกิดผลที่พึงต้องการนี้ มีคำพระเรียกว่า “วินัย” (ไม่พึงหัดความหมายไปตามภาษาไทย)

นี่เป็นเรื่องสำคัญยิ่งยวดที่จะต้องช่วยกันทำให้ชัด เพื่อให้พระพุทธานุศาสนานำโดยพระโยชน์สุขสมจุดหมาย เฉพาะอย่างยิ่งในยามที่ความเข้าใจคลาดเคลื่อนสับสนแผ่ขยายกว้างขวาง

ยกตัวอย่าง เวลาเมื่อเรื่องคนทำความผิดชั่วร้าย บางคนชอบพูดว่า “ไม่ต้องไปจัดการอะไร แล้วเขาก็จะได้รับ**ผลกรรม**ของเขาเอง การพูดอย่างนี้ต้องระวังให้มาก ทั้งจะขัดหลักพุทธศาสนา และทำให้ตกอยู่ในความประมาท

ในเรื่องนี้ จริงอยู่ คนรับผิดชอบต่อกรรมของตน ตามกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยของมัน นี่คือ **กรรม ที่เป็นกฎธรรมชาติ** (แบบพูดกว้างๆ)

แต่ที่นี้ ปัญญาอันเป็นธรรมชาติพิเศษที่มีในมนุษย์ ก็มารู้และร่วมกฎธรรมชาตินั้นแหละ โดยวางวิธีจัดการที่เรียกว่า **วินัย** (กฎระเบียบกติกาข้อบัญญัติ และการปฏิบัติจัดการตามนั้น; *กฎหมาย* และ *การปกครอง*) เพื่อให้คนที่ทำผิดได้รับผลที่เป็นการรับผิดชอบต่อกรรมของเขา ให้ **สังคม**ได้ประโยชน์

ดังนั้น เมื่อมีภิกษุทำความผิด จะไม่มีการพูดว่ารอให้ภิกษุนั้นรับผล**กรรม**ของตนเอง

แต่มี **กรรม** ที่เป็นบัญญัติทางวินัย ซึ่งสงฆ์จะใช้เป็นเครื่องมือเพื่อดำเนินคดีและลงโทษ เป็นต้น แก่ภิกษุที่ทำความผิดนั้นทันที โดยไม่ต้องรอผลกรรมจากปัจจัยในธรรมชาติส่วนอื่นๆ

จะต้องไปรอทำไม เราจงใจทำอะไรเมื่อไร ก็เป็นกรรมตามธรรมชาตินั้นแหละทันที วินัยหรือกฎที่สมมติไว้ จึงให้พระสงฆ์ทำการมไส้ปัจจัยใหม่เข้าไปช่วยหนุน หรือผลักดันให้กรรมแสดงผลบางอย่างออกมา อย่างน้อยผลข้างเคียงที่เกื้อกูลต่อสังคม

ใครรอ ก็คือไม่รู้ธรรมนั่นเอง

พูดอีกสำนวนหนึ่ง **วินัย** ก็คือความสามารถพิเศษของมนุษย์ที่นำเอาปัจจัยธรรมชาติในส่วนของมนุษย์ เข้าไปเป็นส่วนร่วมในกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยทั่วไปของธรรมชาติ เพื่อให้บังเกิดผลดีแก่มนุษย์ในทางที่ดีงามพึงปรารถนา

มนุษย์ที่มีปัญญา ได้พัฒนาดีแล้ว เมื่อเข้าไปเป็นส่วนร่วมในกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยของธรรมชาติ ย่อมเป็นปัจจัยที่มีประสิทธิภาพอย่างยิ่ง ที่จะช่วยให้กระบวนการแห่งเหตุปัจจัยทั้งหมดดำเนินไปในทางที่จะก่อให้เกิดผลดีที่พึงปรารถนาแก่ชีวิตและสังคมของมนุษย์

ประชาธิปไตย อย่าให้ไร้ความหมาย

คนส่วนใหญ่ แม้จะอยู่ในความเงิบ ก็กุมชะตากรรมของสังคมไทยในระยะยาว

เรื่องสำคัญที่สุดขณะนี้ ก็คือ ขณะที่คนสองพวก หรือหลายฝ่ายทะเลาะกัน ส่วนมากเขาก็มีวแต่หมกมุ่นอยู่กับเรื่องเฉพาะหน้าที่เขาถือถือว่าเป็นปัญหาของเขา

ยิ่งถ้าเขาเขม่นหมายจะเอาชนะกันด้วย บางทีก็มีมติมจนลืมอย่างอื่นหมด ทำให้การงานสำคัญของประเทศชาติพลอยชะงักงันไป

คนส่วนใหญ่จะมัวหมกมุ่นอยู่แค่นั้นไม่ได้ ประโยชน์สุขของสังคมประเทศชาติ ไม่ใช่แค่ปัญหาที่เขาทะเลาะกันอยู่

การแก้ปัญหาเฉพาะหน้าก็ต้องคิดต้องทำไป แต่จะละเลยเรื่องราวและปัญหาใหญ่ระยะยาวไม่ได้

สถานการณ์ปัญหาร้ายขณะนี้ พุดกันว่าถึงขั้นเป็นวิกฤตของสังคมไทย ที่จริงควรเรียกว่าเป็น **วิกฤตร้อน** เพราะว่าที่แท้นั้นสังคมไทยเข้าสู่ภาวะวิกฤตมานานแล้ว

มีปัญหาเลวร้ายมากมายกัດกร้อนสังคมไทยอยู่ตลอดเวลา ซึ่งควรใส่ใจคิดแก้ไขกันอย่างจริงจังไม่น้อยกว่าปัญหาวิกฤตร้อนนั้น หรือยิ่งกว่าเสียอีก เพราะมันเป็นรากเหง้าของวิกฤตร้อนนั้นด้วยซ้ำ

ดังตัวอย่าง ต่อไปนี้

- ๐ สังคมไทยเคลื่อนไปด้วยพฤติกรรมหวังลาภลอย นอนคอยโชค รอผลดลบันดาล ไม่หวังผลจากการกระทำด้วยริ้วแรงความเพียรพยายามของตน
- ๐ สังคมไทยเต็มไปด้วยค่านิยมฟุ้งเฟ้อ ชอบโก้เก๋อวดกัน ฉาบฉวย อ่อนแอ ขาดความใฝ่รู้ ไม่มีวัฒนธรรมแสงปัญญา
- ๐ สังคมไทยลุ่มหลงบริโภคนิยม คนเอาแต่เสพบริโภค ไม่มีนิสัยเป็นนักผลิต
- ๐ คนไทยมักตื่นอยู่แค่คอยตามกระแสความเจริญของประเทศที่พัฒนาแล้ว เช่น ตามฝรั่ง เห็นญี่ปุ่น มีโลกทัศน์แคบและวิสัยทัศน์จำกัด ขาดความรู้เท่าทันและความมุ่งมั่นที่จะก้าวขึ้นไปสู่การแก้ปัญหาของโลก และการสร้างสรรค์เพื่อมนุษยชาติ
- ๐ คนไทยมากมายหมกมุ่นในกาม ปล่อยตัวมัวเมาในเรื่องเพศ และประดาอบายมุข จนสุดโต่งยิ่งกว่าวัฒนธรรมนอกที่ตนชอบตามอย่าง
- ๐ วัฒนธรรมไทยเสื่อมถอยรวดเร็ว จิตใจคนเหี่ยวหिनลงไป อาชญากรรมรุนแรงแพร่ระบาดอย่างที่ไม่เคยคาดคิดไม่ถึง
- ๐ ปัญหาวัยรุ่นหนักหนา ทั้งเรื่องเพศ เรื่องความรุนแรง ความเสื่อมถอยด้านการศึกษา เกิดปัญหาสุขภาพจากความหมกมุ่นมัวเมาดำเนินชีวิตผิด เช่น เป็นโรคอ้วนแต่เด็กมากขึ้นๆ
- ๐ คนไทยมักไม่รู้จักใช้เทคโนโลยี เอาประโยชน์จากข่าวสารข้อมูลไม่ได้ แต่ใช้เทคโนโลยีและเสพข้อมูลในทางที่เกิดโทษ
- ๐ การทุจริตฉ้อราษฎร์บังหลวงในรูปแบบหลากหลายระบาดแพร่ขยาย จนกลายเป็นเหมือนของปกติสามัญ

ต้องยอมรับว่า สภาพปัญหาของสังคมอย่างนี้ เป็นมูลเหตุอยู่เบื้องหลังวิกฤตร้อนที่เรากำลังเผชิญอยู่

มันเป็นวิกฤตทางสังคมที่ยืดเยื้อ และเป็นวิกฤตที่ลึกลงไปในชีวิตจิตใจของคน เป็น *วิกฤตแห่งคุณภาพของคน*

ทั้งที่สภาพปัญหาเหล่านี้เกาะกินสังคมของเราอย่างหนัก แต่มันก็ถูกละเลย อย่างดีก็แค่แตะปัญหากันอย่างผ่านๆ ผิวเผินปล่อยให้มันสะสมตัวจนกลายเป็นวิกฤตลึกลับที่แก้ไขได้ยาก

วิกฤตร้อน ให้สติแล้ว จงตื่นขึ้นมาขจัด*วิกฤตลึกลับ* ให้สังคมไทยมีชัยที่แท้

เหตุการณ์ร้ายทั้งหลายที่เกิดขึ้นมา น่าจะกระตุกเตือนคนไทยให้ได้สติ และเจริญปัญญา

แทนที่จะมัวรุนแรงกันในการทะเลาะเบาะแว้ง เราควรเข้มแข็งในการที่จะสร้างสรรค์ และมันก็เป็นเรื่องที่เราเริ่มได้ตั้งแต่บัดนี้

ขณะที่กำลังห่มตัวแก้ไขวิกฤตร้อนกันอยู่ เราก็แก้ปัญหาวิกฤตลึกลับที่เป็นฐานด้วย เท่ากับให้สังคมแก้ปัญหาทั้งวิกฤตร้อนและวิกฤตลึกลับไปพร้อมกัน

ไม่ช้าไม่นานนัก วิกฤตร้อนจะต้องจบลง แล้วไม่ว่าเมืองไทยจะมีรัฐบาลใด วิกฤตลึกลับก็จะยังคงอยู่ แล้วเราก็จะต้องเดือดร้อนกับมันต่อไป

บางรัฐบาล แม้ในยามปกติ ก็อาจจะคิดและทำการโดยไม่แยบคาย แล้วเสริมเติมวิกฤตลึกลับให้ซ้ำหนักลงไปอีก

ถ้ายังไม่มี การแก้ไขวิกฤตการณ์นั้นอย่างจริงจัง มันก็จะนำเรา ไปสู่วิกฤตร้อนครั้งใหม่ ทำให้สังคมหมุนเวียนอยู่ในวงจรบาป

ถึงจะมีวันที่พูดได้ว่า วิกฤตร้อนจบแล้ว ประชาธิปไตยฟื้นคืนมา แต่ถ้าวิกฤตลึกลับยังอยู่ เราจะมีประชาธิปไตยที่น่าภูมิใจได้จริงหรือ มันจะเป็นเพียงประชาธิปไตยคุณภาพต่ำ ของสังคมที่เป็นเหยื่อใน โลกแห่งทุนนิยม ที่ถูกซัดพัดพาลอยไปในกระแสโลกาภิวัตน์

นั่นคือเป็นแค่สังคมที่ถูกกระทำ ไม่สามารถเป็นผู้นำที่มีอะไร ให้แก่อารยธรรมของโลก

ถ้าใส่ใจที่จะแก้ไขปัญหาและเข้มแข็งในการสร้างสรรค์จริง ไม่ว่าจะใครจะมาเป็นรัฐบาล คนไทยจะต้องเรียกร้องแนะนำอย่างเอา จริงเอาใจให้รัฐและให้สังคมต้องมุ่งมั่นในการแก้ไขปัญหาวิกฤตลึกลับ

จะต้องเรียกร้องและเร่งรัด ให้มีการพัฒนาคุณภาพคนไทย อย่างจริงจัง ที่จะช่วยให้สังคมไทยไม่ต้องมาหวาดหวั่นเสียดังภัยกับ ปัญหาวิกฤตร้อนซ้ำซาก

กับทั้งให้คนไทยสามารถมีความภูมิใจมั่นใจในประเทศชาติ ของตน ว่ามีสังคมที่เจริญมั่นคง อันเอื้อต่อการพัฒนาของชีวิตจิต ปัญญา โดยมีประชาธิปไตยที่ควรแก่ความหมายอย่างแท้จริง

หนังสือที่มาจากข้อความเลือกสรร

ใน

มองธรรมถูกทาง มีสุขทุกที

เยี่ยมพระพุทธรูปบิดา

- อป.อ.๒/๓๑๘-๓๒๔

เมื่อใจสะอาด ธรรมชาติมีสุขให้

- พุ.เถร.๒๖/๔๙๘/๔๑๐

รักของพ่อแม่ ทั้งรักแท้ และรักยั่งยืน

- คุณบิดามารดา สุตพรรณนามศาสตร์, ๗-๑๐

ใจดี มีความสุข

- สุขภาวะแนวพุทธ, ๑๐๐

ใจดี ให้เรามีความสุข

- สุขภาวะแนวพุทธ, ๑๐๔

ใจดี กายพลอยมีสุขภาพ

- สุขภาวะแนวพุทธ, ๑๐๕

นักแก้ปัญหา เริ่มด้วยปัญญาที่รู้ทุกข์

- ทุกข์สำหรับเห็น แต่สุขสำหรับเป็น, ๑๘-๒๐

ทุกข์ ต้องมองให้เห็น – สุข ต้องมีให้เป็น

- ทุกข์สำหรับเห็น แต่สุขสำหรับเป็น, ๒๐-๒๑

วัตถุนั้นเรื่องใหญ่ ต้องจัดการให้ดี

- ชีวิตที่สมบูรณ์, (ต้นเล่ม)

สบาย ๗

- ความสุขของครอบครัว คือสันติสุขของสังคม, ๑๖-๑๗

เมื่อทรัพย์และอำนาจ มาเป็นเครื่องมือของธรรม

- จาริกบุญ จาริกธรรม, ๑๙-๒๒

ธรรม ทำไม่ต้องมีทรัพย์สินและอำนาจเป็นเครื่องมี

- จาริกบุญ จารึกธรรม, ๒๒-๒๔

“สันโดษ” ต้องรับใช้ **“ไม่สันโดษ”**

- จาริกบุญ จารึกธรรม, ๓๘๗-๓๙๓

“เรียบง่าย” ต้องไม่ใช่ **“มั่งง่าย”**

- จาริกบุญ จารึกธรรม, ๓๘๗-๓๙๓

อนิจจัง! ปลงได้ แต่ระวังจะกลายเป็นประมาท

- เล่า จาริกบุญ จารึกธรรม, ๒๙๘

ลุดุดหมาย เมื่อปล่อยวางได้ โดยไม่ปล่อยปละละเลย

- เล่า จาริกบุญ จารึกธรรม, ๒๙๘

ระวัง! ยึดมั่น ในความไม่ยึดมั่น

- เล่า นิตินศาสตร์แนวพุทธ, ๑๕๕-๑๕๘

- เล่า คนไทยไม่ใจแคบ แต่ระวังไว้อย่าให้ปัญญาแคบ, ๕๑-๕๒

- เล่า พิธีกรรม ไครว่าไม่สำคัญ, (ช่วงต่อจากกลางเล่ม)

- เล่า พุทธธรรม บทว่าด้วย “นิพพาน”

ถ้าไม่ยึดมั่นแท้ จะแน่วแน่นในการสร้างสวรรค์

- (เหมือนเรื่องก่อน)

พระเจ้าอโศก อีกที!

- จาริกบุญ จารึกธรรม, ๔๖๘-๔๖๙

สุขคือโอกาส ทุกข์คือแบบฝึกหัด

- ความสุขที่สมบูรณ์, ๓๑ หน้า

- สุขภาวะแนวพุทธ, ๑๑๔, ๑๒๑

มนุษย์: ปัจจัยพิเศษในธรรมชาติ

- จาริกบุญ จารึกธรรม, ๔๖๕

ประชาธิปไตย อย่าให้ไร้ความหมาย

- ธรรมาธิปไตยไม่มา จึงหาประชาธิปไตยไม่เจอ, ๘๑-๘๕

[**มองธรรมถูกทาง มีสุขทุกที** เป็นหนังสือรวมบทบรรยายจำนวนหนึ่ง ซึ่งเป็นการเก็บข้อความคัดสรรจากคัมภีร์และหนังสือที่มีอยู่ก่อนประมาณ ๑๐ เล่ม โดยจัดปรับตามควร]

(หน้าว่าง)

รำเรงสดใส

สู่ความเกษมศานต์

~ ◦ ~

ทำใจให้รำเรงสดใสทุกเวลา

ไม่นานนี้ มีพระใหม่ขอให้ออกวิธีไปสู่นิพพานในชาตินี้ที่
เข้าใจง่าย ก็ได้อธิบายหลักอย่างง่ายๆ ให้ท่านฟังบ้าง แต่หลัก
อย่างง่ายนั้น ก็ยังเข้าใจได้ไม่ถนัดนัก ก็เลยบอกวิธีที่มองดูหรือได้
ยินแล้ว พอจะรู้สึกว่ ทั้งง่าย และเข้าใจง่าย

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า

ภิกษุผู้มากด้วยปราโมทย์ เลื่อมใสในคำ
สอนของพระพุทธเจ้า ฟังบรรลุสันตบพที่สงบ
สังขาร เป็นสุข^๑

คำสำคัญในที่นี้คือ “ผู้มากด้วยปราโมทย์” ซึ่งแปลจากคำบาลีว่า
“ปาโมชฺชพหุโล” ปราโมทย์ ก็คือ ความรำเรงบันเทิงใจ ความสดชื่นเบิกบาน
ส่วนสันตบพ หรือศานตบพ คือสันติที่เป็นจุดหมาย ก็ได้แก่นิพพาน

รวมความว่า: พระที่มีปราโมทย์มากๆ มีจิตใจสดใสเบิกบานอยู่เสมอ จะถึงนิพพาน

ไม่เฉพาะคานานี้เท่านั้น ใกล้กับคานานี้เอง คือในคาถาธรรมบทหน้าเดียวกันนั้นแหละ ก็มีพุทธพจน์อีกคาถาหนึ่งว่า

แต่นั้น ผู้มากด้วยปราโมทย์ จักทำทุกข์ให้
หมดสิ้นไป

พุทธพจน์นี้ก็มีความหมายอย่างเดียวกับคานาก่อนนั่นเอง แต่ก่อนจะถึงข้อความตอนนี้ พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงชีวิตความเป็นอยู่การประพฤติปฏิบัติตัวของพระภิกษุที่จะมากด้วยปราโมทย์ไว้ด้วย ขอยกมาให้ดูเต็มๆ ว่า

ในหลักพระศาสนานั้น มีข้อปฏิบัติพื้นฐาน
สำหรับภิกษุผู้มีปัญญาในพระศาสนานี้ ดังนี้

กล่าวคือ ความรู้จักรองอินทรีย์ ความสันโดษ
และความสำรวมในปาติโมกข์

พร้อมนั้น เธอจงคบหากัลยาณมิตร ที่มีอาชีวะ
บริสุทธิ์ ผู้ไม่เกียจคร้าน พึงเอาใจใส่ในการปฏิสังขาร
ฉลาดในการประพฤติศีลและข้อวัตรทั้งหลาย

แต่นั้น เธอผู้มากด้วยปราโมทย์ จักทำทุกข์ให้
หมดสิ้นไป^๒

“ปราโมทย์” คือความร่าเริงแจ่มใสสดชื่นเบิกบานบันเทิงใจ
นี่ เป็นคุณสมบัติสำคัญที่ต้องถือว่า ควรมีไว้เป็นพื้นจิตประจำใจ
ตลอดเวลาเลยทีเดียว

ถ้าปฏิบัติธรรมถูกต้อง ได้ปราโมทย์

พระพุทธเจ้าตรัสถึงปราโมทย์นี้บ่อยมาก เราตั้งเป็นจุดกำหนดได้เลยว่า เมื่อใดพระพุทธเจ้าตรัสแสดงความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมมาตามลำดับ พอการปฏิบัตินั้นเข้าทางถูกต้องดี ก็จะมาถึงจุดเริ่มรวมลงตรงที่เดียวกันว่า “เกิดปราโมทย์”

ตัวอย่าง เช่น คนที่ออกไปบวชเป็นภิกษุแล้ว เมื่อตั้งใจประพฤติปฏิบัติดี พอรักษาศีลได้ถูกต้อง ไม่มีความเดือดร้อนใจ ก็เกิดมีปราโมทย์ขึ้นมา^๓

หรือบางท่านยกเอาหลักธรรมคำสอนที่ได้ฟังหรือได้เล่าเรียนไว้ ขึ้นมาตรึกตรองพิจารณาเกิดความเข้าใจ ก็มีปราโมทย์^๔

หรืออย่างชาวบ้านที่เป็นคนมีความคิด พิจารณาเห็นผลดี-ผลร้าย ของกรรมดี-กรรมชั่ว มองดูตัวเองว่าดำเนินชีวิตดีงาม ไม่ได้เบียดเบียนใคร สำรวมระวังการใช้กายวาจาใจ ไม่ได้ทำให้เกิดความเดือดร้อนเสียหาย มีความมั่นใจว่า แม้ถึงคราวจะตาย ก็ต้องไปเกิดดีแน่ พอมองเห็นอย่างนี้ ก็เกิดมีปราโมทย์^๕

หรืออย่างคนที่เจอทุกข์ ก็หาทางออก ทำให้ได้สนใจและได้พบหลักคำสอนที่ดี ที่จะแก้ปัญหาคลายทุกข์ได้ ก็เกิดศรัทธามีความมั่นใจ แล้วก็มีปราโมทย์^๖

หรือว่าผู้ใดก็ตาม รู้จักดู รู้จักคิด รู้จักพิจารณา ที่เรียกว่ามีโยนิโสมนสิการ พอมองเห็นทั้งหลาย ก็แยกแยะหยั่งลงไปเห็นความจริงของมันที่มีลักษณะความเป็นไปอย่างที่เราเรียกว่าไตรลักษณ์ พอเกิดความเข้าใจมองเห็นความจริง ก็เกิดปราโมทย์ขึ้นมา^๗

หรือญาติโยมบางคนระลึกถึงพระพุทธคุณ มีความเลื่อมใส
ลึกซึ้งแล้ว ไม่หยุดไม่พอแค่นั้น เพียรพยายามปฏิบัติให้ยิ่งขึ้นไป
เมื่อเป็นอยู่โดยไม่ประมาทอย่างนี้ ก็เกิดมีปราโมทย์ขึ้นมา ฯลฯ

พอปราโมทย์เกิดขึ้นแล้ว ก็เป็นจุดหัวต่อที่จะพัฒนาไปเป็น
สมาธิ แล้วสมาธินั้นก็เป็นฐาน ทำให้จิตใจเหมาะแก่การใช้ทำงานที่
จะให้ปัญญาเกิดขึ้นมา และพัฒนาต่อไป

ทำห้าข้อนี้ได้ จิตใจจะดีจริง ๆ

เมื่อทำนี้ได้บอกว่า พอเราปฏิบัติธรรมถูกต้องได้ผล ปราโมทย์ก็จะเกิดขึ้นมาเป็นคุณภาพจิตใจข้อต้นของผู้เข้าทางแล้ว และทั้งเป็นจุดหัวต่อที่จะพัฒนาไปเป็นสมาธิ

ที่นี้ก็ขยายความอีกหน่อยว่า ปราโมทย์ที่จะพัฒนาไปจนเกิดเป็นสมาธินั้น ถ้าใครสังเกตจะเห็นว่า พระพุทธเจ้าตรัสแสดงข้อธรรมที่จะเกิดรับช่วงต่อกันไปไว้ตามลำดับ และเป็นชุดเลยทีเดียวไม่ว่าตรัสที่ไหนเมื่อไร ก็ตรัสเหมือนกันหมด

ชุดที่ว่านั้นก็คือ พอเกิดปราโมทย์แล้ว ก็เกิดปีติ ต่อด้วยปัสสัทธิ แล้วสุขก็ตามมา แล้วก็ปัสสัทธิ

รวมทั้งหมดมี ๕ ข้อ หรือเป็นองค์ธรรม ๕ คือ

๑. ปราโมทย์ ความร่าเริงเบิกบานใจ

๒. ปีติ ความอิ่มใจ ปลื้มใจ

๓. ปัสสัทธิ ความสงบเย็น เรียบร้อย ผ่อนคลายกายใจ ไม่เครียด (ขอให้สังเกตว่า ปัสสัทธิ นี้ เป็นข้อที่ประสานระหว่างกายกับใจ คือพอเกิดปัสสัทธิ ใจผ่อนคลาย กายก็ผ่อนคลาย และถ้ากายผ่อนคลาย ใจก็ผ่อนคลาย เช่นเดียวกับความเครียดที่ตรงกันข้าม ถ้ากายเครียด ใจก็เครียด ถ้าใจเครียด กายก็เครียด)

๔. สุข ความนำชื่นรื่นใจ จิตคล่อง ไม่มีอะไรกดตันบีบคั้น

๕. สมาธิ ภาวะที่จิตมั่นแน่ว อยู่ตัว ไม่มีอะไรกวาน และจิตนั้นอยู่กับสิ่งที่ต้องการได้ตามต้องการ

ถ้าปฏิบัติธรรมถูกต้อง และเข้าทางที่ถูกแล้ว ก็จะทำให้เกิดธรรมที่เป็นคุณภาพจิตใจ ๕ ข้อนี้หนุนต่อกันไปตามลำดับอย่างนี้

ชุดนี้บางทีก็เรียกชื่อรวมกันว่า “ธรรมสมาธิ”^{๓๓} คือการที่องค์ธรรมหรือคุณภาพจิตใจ ๕ อย่างนั้นตั้งแนวหนุนเข้ากันมันได้ที่

เมื่อองค์ธรรมประสานเข้ากันได้ที่มีธรรมสมาธิแล้ว จิตก็จะตั้งมั่นได้ที่ตามมา เป็น “จิตตสมาธิ” ซึ่งกินความหมายรวมต่อไปได้ถึงวิปัสสนาและมรรคเลยทีเดียว

แล้วก็อย่างที่บอกแล้วข้างต้นว่า เมื่อองค์ธรรมด้านคุณภาพจิตใจเป็นปัจจัยหนุนกันมา จนเกิดเป็นสมาธิอย่างนี้แล้ว สมาธินั้นก็ทำให้จิตใจเหมาะและพร้อมที่จะใช้เป็นฐานที่ทำงานให้ปัญญาเกิดขึ้นมา และพัฒนาต่อไป

ดังนั้น ในพุทธพจน์ที่ตรัสแสดงลำดับความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม พอได้สมาธิแล้ว สมาธินั้นก็เกื้อหนุนให้เกิดปัญญา ที่เรียกว่ายถาภูตญาณทัศนะ คือการรู้เห็นตามที่มันเป็น

ที่รู้ได้อย่างนั้น ก็เพราะจิตที่เป็นสมาธินี้ ไม่มีอะไรกวน ไม่มีกิเลสครอบงำ จึงไม่อยู่ใต้อิทธิพลของอคติเป็นต้น เมื่อมองดูหรือพิจารณาอะไร ก็มองและเห็นตรงไปตรงมาตามความเป็นจริงของมัน

เมื่อจิตใจดีมีสมาธิเป็นที่ทำงานของปัญญาได้อย่างดีแล้ว ก็เป็นเรื่องของการที่จะพัฒนาปัญญาให้เจริญเป็นวิชา จนถึงโพธิญาณ และลู่ถึงจุดหมายที่เป็นความสุขอย่างสูงสุดต่อไป

ต้องระวังไว้บ้าง ไม่ให้เขวผิดทางไปเสีย

ขอแทรกความรู้ประกอบในตอนนี้น้อยหนึ่งว่า ปิติและความสุข หรือแม้แต่ปราโมทย์ ที่พูดถึงกระจายอยู่ในที่ต่างๆ นั้น ไม่ใช่ว่าจะเป็นของดี ที่จะมาเข้าลำดับในชุดอย่างนี้ได้เสมอไป

บางที่เป็นปิติและความสุข เป็นปราโมทย์ ที่ระคนปนเปออยู่กับเรื่องบาปอกุศลก็มี ได้แก่ปิติและความสุขที่เกี่ยวกับอามิส และเกิดจากกิเลส

ตัวอย่าง เช่น โลกอยากได้อะไรอย่างหนึ่ง พอได้มาสมใจ ก็ปลื้มใจ มีความสุข อย่างนี้ก็ปิติและสุขที่อิงอามิส

บางที่มีโทษแค้นเคืองจะประทุษร้ายเขา หรือโกรธเขา พอได้หุบได้ดีได้ทำร้ายเขา สมใจตัว ก็ปลื้มใจ มีความสุข

แม้แต่คนที่มีศัตรู เป็นคู่เวรกัน พอได้ข่าวว่าศัตรูตาย ก็โล่งใจ เกิดปราโมทย์ ยินดีปรีดา มีความร่าเริงบันเทิงใจมาก

อย่างที่ว่ามานี้ ไม่ใช่เป็นปิติ ไม่ใช่สุข และไม่ใช่ปราโมทย์ ชนิดที่เป็นความเจริญก้าวหน้าในธรรม

ปราโมทย์ ปิติและสุขที่พึงประสงค์นั้น ไม่ต้องพึ่งพาหรือขึ้นต่ออามิส และไม่ต้องอาศัยกิเลส แต่เป็นอิสระ ทำให้จิตตั้งงามที่เป็นกุศลมีกำลังเข้มแข็ง

แทรกความรู้วิชาการ

ขอเสริมอีกนิด เป็นความรู้เชิงวิชาการสักหน่อยว่า *ปราโมทย์* กับ *ปิติ* สองอย่างนี้บางทีรู้สึกว่าย่ำๆ หรือใกล้เคียงกัน ดูที่อรรถกถาอธิบายไว้ ส่วนมากบอกว่า ปราโมทย์ ก็คือ ปิติอย่างอ่อนๆ^{๑๑}

ถ้าถือว่าปราโมทย์คือปิติอ่อนๆ ทั้งปราโมทย์และปิตินี้เป็นคุณสมบัติของจิต^{๑๒} ที่เป็นได้ทั้งฝ่ายเวทนา และฝ่ายสังขาร

ในแง่ที่เป็นเวทนานั้น ทั้งสองอย่างจัดเป็นสุขเวทนา

แต่ในแง่ที่เป็นสังขาร คือดีชั่วที่ปรุงแต่งจิต *ปิติ* เป็นคุณสมบัติกลางๆ ที่เกิดได้กับจิตทั้งที่เป็นกุศลและอกุศล^{๑๓} แต่*ปราโมทย์* ที่เป็นอาการของจิตอันแสดงออกต่อมนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย ก็คือมุกิตา ซึ่งเป็นคุณสมบัติที่ดี เป็นสังขารฝ่ายกุศล^{๑๔} เป็นคุณธรรมอย่างหนึ่งในพรหมวิหาร ๔

ดูต่อไปอีก ตามหลักในเรื่องการเจริญอานาปานสติแบบที่เป็น การเจริญสติปัฏฐาน ๔ ไปด้วย ที่เรียกว่าอานาปานสติ ๑๖ สฐาน จะเห็นว่า เรื่อง *ปิติ* และ *สุข* ท่านจัดไว้ในเวทนานุปัสสนา^{๑๕} แต่การทำจิตให้*ปราโมทย์* จัดเข้าในจิตตานุปัสสนา^{๑๖}

ที่ยกเรื่องนี้มาพูดเสียยืดยาวนั้น ก็ด้วยอยากจะทำให้ไม่เน้นปราโมทย์ในแง่ปะปนกับปิติ ที่เป็นสภาวะฝ่ายเวทนา

แต่อยากจะทำให้มอง*ปราโมทย์* ในแง่ที่เป็นอาการแสดงออกของจิตที่ดีงามเป็นกุศล

ธรรมชาติของจิตเองนั้นเปลี่ยนแปลง

ทำไมพระพุทธเจ้าจึงทรงเน้นย้ำบ่อยมาก ให้เรามีจิตใจและ
ทำจิตใจให้ปราโมทย์ คือให้รำเริงเบิกบานสดชื่นแจ่มใส

มองดูง่าย ๆ จิตใจที่มีปราโมทย์อย่างที่ว่านี้ ก็คือตรงข้ามกับ
จิตที่ขุ่นมัวเศร้าหมองหงุดหงิด หรือหดหู่ซึมเซาเหงาหงอย ซึ่งเป็น
จิตไม่ดี ที่เปิดช่องให้อกุศลทั้งหลายเข้ามา

จิตที่ขุ่นข้องอย่างนั้น จะกีดกันกุศลความดีงามต่างๆ ไม่ให้
เจริญอกงาม ไม่เหมาะไม่พร้อมที่จะใช้งาน ปิดกั้นความเจริญของ
ปัญญา

แต่จิตใจที่มีปราโมทย์ รำเริงเบิกบานสดใส แสดงว่าไม่มี
อกุศล หรือตัวก่อกวนร้ายๆ เข้ามาครอบงำแทรกแซง จิตเป็นตัวของ
มันเอง และเป็นจิตที่เปิดโล่งโปร่งเบาสะอาดหมดจด อย่างน้อยใน
ระดับหนึ่ง ซึ่งเอื้อต่อการเจริญพัฒนาของกุศลหรือคุณสมบัติที่ดีงาม
ทั้งหลาย

จิตมีปราโมทย์ เป็นจิตที่แข็งแรงมีกำลัง เหมาะและพร้อมที่
จะใช้งาน เอื้อต่อการที่ปัญญาจะทำงานคิดพิจารณา และพัฒนา
เจริญอกงาม ดังนั้น จิตที่ปราโมทย์จึงดีอย่างยิ่ง

มีพุทธพจน์ที่หลายคนคุ้นๆ ตรัสถึงสภาวะของจิตไว้ว่า^{๑๖}
“ปกัสสรมิทํ ภิกฺขเว จิตฺตํ” แปลว่า “ภิกษุทั้งหลาย จิตนี้ประภัสสร
(ส่องใส ผุดผ่อง หรือเปล่งปลั่ง)”

ที่ว่าประภัสสร หรือผ่องใส ก็คือสะอาด บริสุทธิ์ นี่คือสภาพ
ของจิตใจตามธรรมชาติของมันเอง

แล้วตรัสต่อไปอีกว่า “ตมฺจ โข อากนฺตฺเกหิ อุกฺกิลเสหิ อุกฺกิลิฏฺฐัง” แปลว่า “แต่ว่าจิตนั้นแล เศร้าหมองแล้ว ด้วยอุปกิเลสที่จรมา”

หมายความว่า: จิตใจที่ใส่องนั้น ชุ่นหมองไปเสีย เพราะสิ่งสกปรกที่เป็นของแปลกปลอมเข้ามา (คนที่เป็นเจ้าของจิตใจนั้นแหละ เอาของเสีย คือกิเลสและความทุกข์ ใสเข้าไป)

ยังไม่จบแค่นั้น พระองค์ตรัสต่อไปอีกว่า “ตํ อสฺสุตฺวา ปุณฺณชฺชโน ยถาภุตํ นปฺปชานาติ, ตสฺมา อสฺสุตฺวโต ปุณฺณชฺชนสฺส จิตฺตภาวนา นตฺถิติ วทามิ”

แปลว่า: “ปุณฺณชฺชโนผู้ขาดสุตะ (ไม่ได้เล่าเรียน ขาดความรู้ ไม่มีการศึกษา) ไม่รู้จักจิตนั้นตามที่มันเป็น ฉะนั้น ปุณฺณชฺชโนผู้ขาดสุตะ จึงไม่มีจิตตภาวนา (การพัฒนาจิตใจ) - เราอย่าอมกล่าวฉะนี้”

ในทางตรงข้าม พระองค์ตรัสว่า “ปภฺสฺสรฺมิตํ ภิกฺขเว จิตฺตํ, ตมฺจ โข อากนฺตฺเกหิ อุกฺกิลเสหิ วิปฺปมฺมุตฺตํ, ตํ สุตฺวา อริยสฺวากโก ยถาภุตํ ปชานาติ ตสฺมา สุตฺวโต อริยสฺวากสฺส จิตฺตภาวนา อตฺถิติ วทามิ”

แปลว่า: “ภิกฺขเวทั้งหลาย จิตนี้ประภัสสร, และจิตที่ประภัสสรนั้นแล ฟันไปได้ จากอุปกิเลสที่จรมา, อริยสฺวากผู้มีสุตะ (ผู้ได้เล่าเรียน มีความรู้, ผู้มีการศึกษา) รู้ชัดจิตนั้นตามที่มันเป็น ฉะนั้น อริยสฺวากผู้มีสุตะ จึงมีจิตตภาวนา (การพัฒนาจิตใจ) - เราอย่าอมกล่าวฉะนี้”

ขออธิบายประกอบเล็กน้อยว่า พระพุทธเจ้าตรัสบอกให้เรา มองดูความจริงที่ว่า จิตนั้นตามธรรมชาติของมันเอง เป็นสภาวะที่บริสุทธิ์ แต่ที่มันชุ่นมัวเศร้าหมองไปต่างๆ นั้น เป็นเพราะอุปกิเลส คือสิ่งสกปรก ที่ไหลเข้ามา^{๑๗}

(เหมือนท้องฟ้าเองโล่ง ส่วนพวกเมฆ หมอก ฝุ่น คว้น เป็นของไหล ของจร แปรกลบอมมา)

พูดง่าย ๆ ว่า: กิเลสเป็นของแปรกลบอม ไม่ใช่เป็นเนื้อเป็นตัวของจิต

ในเมื่อจิตเองเป็นสภาวะบริสุทธิ์ และสภาพชุ่มมัวทุกข์ โศกเศร้าหมองเป็นของจรมา การพัฒนาชำระล้างทำจิตใจให้ใสสะอาดผุดผ่อง จึงเป็นไปได้

(ถ้ากิเลสและความทุกข์เป็นเนื้อตัวอยู่ในจิตเองแล้ว การพัฒนาทำจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ ก็ยอมเป็นไปได้)

เมื่อจิตใจชุ่มมัวทุกข์โศกเศร้าหมองเพราะของสกปรกที่จรมา จิตใจก็หลุดรอดปลอดพ้นจากของสกปรกเหล่านั้นได้ แล้วมันก็จะสะอาดแจ่มใสบริสุทธิ์ผุดผ่องตามธรรมชาติของมัน

พวกปฤชชนที่ขาดการศึกษา เมื่อไม่รู้ความจริงเกี่ยวกับธรรมชาติของจิตอย่างนี้ ก็ปล่อยตัวให้ถูกกิเลสบงการ ถูกทุกข์รังควาญ ก่อปัญหากันวุ่นวาย ไม่คิดที่จะพัฒนาจิตใจให้ตั้งงามมีความสามารถตามศักยภาพของมัน ให้จิตปลอดพ้นจากกิเลสและความทุกข์ เพื่อให้มีความสุขที่แท้และเป็นอิสระ

แต่อริยสาวกผู้มีการศึกษา ได้เรียนรู้หลักความจริง เข้าใจธรรมชาติของจิตที่เป็นสภาวะจรัสเจิดจ้า และรู้ทันประดากิเลส และทุกข์ภัยทั้งหลายแล้ว ก็ดำเนินไปในมรรคาแห่งการพัฒนาจิตใจ ให้เป็นอิสระหลุดพ้นจากอิทธิพลครอบงำบางการของกิเลสและความทุกข์ที่เป็นสภาพชุ่มมัวทุกข์โศกเศร้าหมองทั้งหมด จนลู่ถึงความสุขเกษมศานต์ ที่แท้จริง และยั่งยืนนาน

ประภัสสร สะท้อนสู่ ปราโมทย์

พูดได้ว่า ปราโมทย์นี้แหละเป็นอาการแสดงออกของจิตใจ
ในภาวะที่ใกล้กับธรรมชาติของมันเอง

บอกแล้วว่า สภาวะของจิตตามธรรมชาติของมันเอง เป็น
“ประภัสสร” คือ เปล่งปลั่ง เจิดจ้า บริสุทธิ์ ผุดผ่อง

จิตที่อยู่ใกล้สภาวะของมัน อันเป็นประภัสสรนั้น แสดงได้
พลันซึ่งอาการที่เป็น “ปราโมทย์” คือ ร่าเริง สดชื่น เบิกบาน

(ที่ว่า “ใกล้” คือ ยังไม่ต้องถึงกับหมดกิเลสสิ้นเชิง)

อย่างที่พูดไปแล้วว่า จิตที่มีปราโมทย์ สดใส ร่าเริง บันเทิง เบิก
บานใจ เป็นจิตที่ปลอดโปร่งมีพลัง ไม่ถูกอกุศลครอบงำหรือรบกวน แต่
ช่วยปิดกั้นกันพวกอกุศลออกไป พร้อมกันนั้น ก็เปิดโอกาสให้กุศลธรรม
และความสุขเจริญงอกงาม ก้าวไปในการพัฒนาได้เป็นอย่างดี

ที่นี้ เมื่อพัฒนาจิตใจคืบหน้าไป ขณะที่คุณสมบัติและสมรรถนะ
ต่างๆ ททยอยกันเกิด และเจริญเพิ่มขึ้นมานั้น อาการแสดงที่เป็นคุณภาพ
ของจิตใจ ๕ อย่าง ก็ปรากฏขึ้นมา เป็นเครื่องบ่งบอกถึงความก้าวหน้าใน
การพัฒนานั้น ดังที่เคยบอกไปแล้ว ซึ่งขอทวนอีกทีหนึ่ง คือ

๑. ปราโมทย์ ความร่าเริงเบิกบานใจ
๒. ปีติ ความอิมใจ ปลื้มใจ
๓. ปัสสัทธิ ความสงบเย็น ผ่อนคลายกายใจ
๔. สุข ความชุ่มชื่นรื่นใจ
๕. สมาธิ ความมีใจมั่นแน่ว อยู่ตัว ได้ที่ ไม่มีอะไรวุ่น

ไม่ต้องพูดถึงคุณสมบัติอื่นๆ ที่จะตามมา แม้เพียงแค่นี้ &
อย่างนี้ ชีวิตก็แสนจะดี คุ่มค่าแล้ว

ผู้ที่เบิกบานสดใส จะถึงความเกษมศานต์

ถึงตอนนี้ แม้จะพอแล้ว แต่ขอแถมพระพุทธรูปดำรัสที่ตรัสสอน พระสงฆ์ไว้ สำหรับศึกษาเป็นคติในการพัฒนาชีวิตต่อไป

พระองค์ตรัสเป็นคาถา แปลมาพอให้ฟังกันได้ความ ดังนี้^{๑๔}

เธอทั้งหลาย ผู้ที่ตื่นอยู่ จงสดับ ผู้ที่หลับอยู่ ก็จงตื่น
ตื่นดีกว่าหลับ เพราะว่ ภัยไม่มีแก่ผู้ตื่น (=ผู้ไม่ประมาท)

ผู้ตื่นอยู่ มีสติ มีสัมปชัญญะ มีใจมั่นเป็นสมาธิ
เบิกบาน ผ่องใส หมั่นไตร่ตรองพิจารณาธรรมให้ถ่อง
แท้ถูกชัด ตามกาลโอกาส ผู้นั้นมีใจแน่วเป็นหนึ่งเดียว
แล้ว ฟังกำจัดเสียได้ ซึ่งความมีตมณแห่งอวิชชา

เพราะเหตุนั้นแล ภิกษุพึงอยู่กับธรรมที่จะนำใจ
ให้ตื่น เธอมีความเพียร มีปัญญาครองตน เป็นผู้ได้
ฉาน ตัดกิเลสที่ผูกมัดตัวไว้กับความเกิดแก่ได้แล้ว
จะได้สัมผัสสัมผัสโพธิอันยอดเยี่ยม ในอัทธภาพนี้เลย
ทีเดียว

แล้วก็ขอจบลงด้วยคาถาแห่งความปราโมทย์ ที่ตรัสว่า

ปามุชชพหุลา โหถ เขมํ ปตฺเถถ ภิกฺขโวติ^{๑๕}

ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอ จงเป็นผู้มากด้วยความ
เบิกบานสดใส ฟังปรารธนาความเกษมเกิด *ตั้งแต่วันนี้*

ท้ายอรรถ

- ^๑ พุ.ธ.๒๕/๓๕/๖๖
- ^๒ พุ.ธ.๒๕/๓๕/๖๖
- ^๓ อัง.เอกาทศก.๒๔/๒๐๙/๓๓๗
- ^๔ อัง.ปฎิจก.๒๒/๒๖/๒๔
- ^๕ สี่.สพ.๑๘/๖๗๓/๔๓๘
- ^๖ สี่.ฮี.๑๖/๖๙/๓๓
- ^๗ พุ.ปฏิ.๓๑/๑๘๓/๑๒๖
- ^๘ สี่.ม.๑๙/๑๐๖๒/๕๐๑
- ^๙ สี่.สพ.๑๘/๖๖๕/๔๒๙
- ^{๑๐} เช่น สี่.อ.๒/๒๓/๖๓; ปฏิ.ล.อ.๑/๑๑๐/๒๓๒, ๑๔๕/๓๒๙; บางแห่ง (ปฏิ.ล.อ.๒/ ๙๔/ ๓๐๖) บอกว่า “มากด้วยปรโมทย์” (ปาโมชฺชพฺพุโล) ก็คือ มีปิต้อย่างแรง
- ^{๑๑} คุณสมบัติของจิต หมายถึง “เจตสิก”
- ^{๑๒} คือเป็น อัญญสมานาเจตสิก
- ^{๑๓} เป็นโสภณเจตสิกอย่างหนึ่ง
- ^{๑๔} ปิติปฏิลัทธิ (รู้เจาะชัดปิติ) และ สุขปฏิลัทธิ (รู้เจาะชัดสุข)
- ^{๑๕} อภิปรโมทยํ จิตฺตํ (ทำจิตให้ปรโมทัยิ่ง)
- ^{๑๖} อัง.เอก.๒๐/๕๐-๕๒/๑๑
- ^{๑๗} อรรถกถาอธิบายว่า จิตที่บริสุทธิ์ที่ตามสภาวะของมันเป็นเอง คือภวังคจิต และมันชุ่มหมองเมื่อขึ้นสู่วิมาเกสิอกกัวิกเลสในขณะแห่งชวณะ คือเล่นไปรับรู้เสพอารมณ์
- ^{๑๘} ชาครียสูตร, พุ.อิต.๒๕/๒๒๕/๒๖๑
- ^{๑๙} จุฬโคบาลสูตร, ม.ม.๑๒/๓๙๑/๔๒๑ (ฉบับสยามรัฐ เป็น ปามุชฺชพฺพุลา, ฉบับฉันท-สังคีติ เป็น ปาโมชฺชพฺพุลา)