



ความฉลาด
ไร้พรมแดน

ชยสาร กัญ

ความฉลาด ไร้พรมแดน

ชยสาโร ภิกขุ

พิมพ์แจกเป็นธรรมบรณการด้วยศรัทธาของญาติโยม

หากท่านไม่ได้ใช้ประโยชน์จากหนังสือนี้แล้ว โปรดมอบให้กับผู้อื่นที่จะได้ใช้ จะเป็นบุญเป็นกุศลอย่างยิ่ง

ความฉลาดไร้พรมแดน

ชยสาโร ภิกขุ

พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามคัดลอก ตัดตอน หรือนำไปพิมพ์จำหน่าย

หากท่านใดประสงค์จะพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน โปรดติดต่อ

โรงเรียนทอสี เพื่อกองทุนสื่อธรรมะ และมูลนิธิปัญญาประทีป

๑๐๒๓/๔๖ ซอยปรีดีพนมยงค์ ๔๑

สุขุมวิท ๗๑ เขตวัฒนา กทม. ๑๐๑๑๐

โทร. ๐-๒๗๑๓-๓๖๗๔

www.thawischool.com, www.panyaprateep.com

พิมพ์มาแล้วจำนวนประมาณ ๒๕,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ครั้งนี้ออกแบบปกและจัดรูปเล่มใหม่

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : พฤศจิกายน ๒๕๕๑

จำนวน ๑๐,๐๐๐ เล่ม

ศิลปกรรม : สุนทรี่ รมณียกุล

จัดทำโดย : โรงเรียนทอสี เพื่อกองทุนสื่อธรรมะ

และมูลนิธิปัญญาประทีป

ดำเนินการพิมพ์โดย บริษัท คิว พรินท์ แมเนจเม้นท์ จำกัด

โทร. ๐-๒๘๐๐-๒๒๙๒, ๐๘-๔๙๑๓-๘๖๐๐ โทรสาร ๐-๒๘๐๐-๓๖๔๙

อนุโมทนา

ผู้มีจิตศรัทธาได้แจ้งความประสงค์ขออนุญาตพิมพ์หนังสือ “ความฉลาดไร้พรมแดน” เพื่อแจกเป็นธรรมทานแก่ญาติมิตร อาตมาขออนุโมทนาตามความประสงค์ด้วยความเต็มใจ ขออนุโมทนาในกุศลเจริยาของผู้จัดพิมพ์ และขออานุภาพคุณพระศรีรัตนตรัยกับทั้งอำนาจแห่งบุญที่บำเพ็ญแล้ว จงอำนวยผลให้ผู้จัดพิมพ์พร้อมด้วยญาติมิตรทั้งหลายเจริญด้วยจตุรพิธพรชัย และด้วยการใช้ปัญญาของตนเพื่อประโยชน์และความสุขทั้งแก่ตนเองและคนอื่นตลอดกาลนาน

ชยสาโร ภิกขุ





สารบัญ

๗

ความฉลาดไร้พรมแดน

๓๕

มาตรวัดคุณค่า

๔๕

การเลี้ยงลูก



“...การเจริญด้วยปัญญา
มีพื้นฐานอยู่ที่ความสงบของจิตใจ และความรู้ตัว
...อารมณ์รุนแรงตรอมใจจิตใจเมื่อไร
ไม่ว่าจะเป็นอย่างไรก็ตาม โกรธ
ความน้อยใจ ความกลัว
หรืออะไรก็ตามแต่
ปัญญาจะดับไม่ทันที
...อาตมาจึงเคยพูดว่า
ตนเราขาดเฉพาะเวลาที่ไม่มี”

ความฉลาดไร้พรหมแดน

วันนี้あたมาได้รับนิมนต์มาบรรยายธรรมเรื่อง **ความฉลาดไร้พรหมแดน** ซึ่งเป็นเรื่องของปัญญาความรู้เห็นตามความเป็นจริงนั่นเอง พุทธศาสนาเรียกได้ว่าเป็นศาสนาแห่งปัญญา เป็นศาสนาที่สอนว่าการพัฒนาปัญญาเป็นหน้าที่สำคัญที่สุดของศาสนิกชน อาตมาหันมาศึกษาและปฏิบัติตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา เพราะความสนใจฝังใจในเรื่องปัญญา ตั้งปณิธานจิตมีอุดมการณ์ตั้งแต่เด็กเลยว่าเป็นผู้ใหญ่แล้วอยากเป็นผู้มีปัญญา ทั้ๆ ที่ตอนนั้นยังไม่รู้ว่า ปัญญาคืออะไร

ตอนเด็กไม่เคยคิดว่าศาสนาจะสอนวิธีพัฒนาปัญญาได้ เพราะในคัมภีร์ของศาสนาประจำชาติหาคำสอนทางด้านปัญญาแทบจะไม่เจอ ทำให้รู้สึกแปลกแยกจากศาสนานั้นตลอดมา พออายุประมาณสิบห้าปีเริ่มจะสนใจเรื่องชีวิต เกิดความสงสัยมากกว่าเราเกิดมาทำไม เราเกิดมาเพื่ออะไร ความดีความชั่วมีจริงไหม มีหลักการตายตัวตามธรรมชาติหรือว่าเป็นเพียงเรื่องสมมติ

ปีนั้นอาตมามีโอกาสเดินทางไปเที่ยวแอฟริกาเหนือกับหมู่เพื่อน เป็นครั้งแรกที่ไปเที่ยวต่างประเทศ ได้ประสบการณ์ที่มีประโยชน์และประทับใจมาก โดยเฉพาะในการได้ข้อคิดเรื่องชีวิต เจอวัฒนธรรมอิสลาม ได้สัมผัสหลายสิ่งหลายอย่างที่รู้สึกว่าจะแปลกประหลาด ซึ่งทำให้เกิดความรู้ขึ้นมาว่าหลายสิ่งหลายอย่างที่อังกฤษที่เคยถือว่าเป็นเรื่องธรรมดาของมนุษย์ ที่จริงไม่ใช่ เป็นเพียงผลการสมมติหรือการตกลงกันของชาวเกาะเล็กๆ เกาะหนึ่งที่อยู่ทางตะวันตกเฉียงเหนือของยุโรปเท่านั้นเอง ประเด็นที่ชวนคิดไตร่ตรองมากคือว่าเราจะแน่ใจได้อย่างไรว่า ความยึดมั่นถือมั่นของคนอังกฤษดีกว่าความยึดมั่นถือมั่นของชาวโมร็อกโกอะไรคือเครื่องตัดสิน ปัญญาในระดับพื้นฐานจึงเกิดขึ้นจากการดูสิ่งที่คุ้นเคยด้วยสายตาใหม่

เมื่อกลับไปถึงอังกฤษแล้วอาตมาเริ่มหาคำตอบปัญหาต่างๆ ด้วยการอ่านหนังสือ อยากจะรู้ว่าทำไมทุกคนในโลกล้วนแต่ต้องการความสุขทั้งนั้น แต่น้อยคนเหลือเกินที่ประสบความสำเร็จ อยากจะทราบว่าชีวิตที่ดีงามเป็นอย่างไร มีจริงไหม เป็นสิ่งที่มนุษย์เราหวังได้ไหม หรือเราต้องยอมรับว่าชีวิตเป็นอย่างนี้แหละ คือผิวเผิน พร่องเป็นนิจ

ความทุกข์เป็นของสากล แต่ลักษณะอาการของความทุกข์มีต่างๆ ความทุกข์ของคนในประเทศที่เจริญแล้วมักไม่เกี่ยวกับปัจจัยสี่ การดิ้นรนเพื่อเอาตัวรอดทางเศรษฐกิจมีอยู่แต่ไม่มาก ความทุกข์ทางใจมักจะเด่นกว่า เช่น ความทุกข์ที่เกิดจากความรู้สึกเล็กๆ ว่าชีวิตของตนไม่มีความหมาย ในสมัยปัจจุบันปัญหาสังคมในโลกเจริญแล้วมีมาก และไม่มีวิธีแหวเลยว่าจะหมดไป เพราะความพร้อมทางวัตถุ ปัญหายาเสพติด และอาชญากรรมไม่ลดน้อยลง จำนวนผู้ฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้นอย่างน่าเป็นห่วงทุกปี แม้ในหมู่วัยรุ่น โรคจิตโรคประสาทน่าตกใจ

สิ่งเหล่านี้ล้วนแต่เป็นอาการของสังคมที่หลงทาง และของอารยธรรมที่ถึงจุดตัน เมื่อสังคมใดเป็นอย่างนี้ คนจำนวนหนึ่งมักจะกลับไปหาของเก่า คือศาสนาประจำชาติเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางจิต ชาวอเมริกันไปทางนี้ค่อนข้างมาก ที่อื่นโดยเฉพาะที่ยุโรปมีการแสวงหาแนวทางใหม่ และพุทธศาสนาได้รับความนิยมจากคนจำนวนมากพอสมควร พระพุทธศาสนามีคำสอนที่ชัดเจน ไม่ขัดแย้งในตัว มีความละเอียดอ่อน ซึ่งเน้นภาคปฏิบัติ มีแนวทางพัฒนาชีวิตให้พ้นจากความทุกข์ เข้าถึงความสุขที่แท้จริง คือมีระบบการศึกษาที่สมบูรณ์

ส่วนระบบการศึกษาที่ได้รับความนิยมทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นในประเทศทางตะวันออกหรือทางตะวันตก ก็ตาม มักเน้นการสอนให้เชี่ยวชาญเฉพาะวิชาเฉพาะด้าน เราจึงผลิตคนออกมาที่ฉลาดในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง แต่ไม่ฉลาดในอีกหลายๆ เรื่อง ความรู้ของคนสมัยนี้จึงค่อนข้างคับแคบ แน่จนเราปฏิเสธไม่ได้ว่า การเตรียมนักศึกษาเพื่อประกอบอาชีพต่อไปเป็นเรื่องจำเป็น แต่ที่น่าเสียดายคือ เด็กทุกคนที่กำลังขาดความฉลาดในการเป็นมนุษย์ เด็กถูกมองว่าเป็นอนาคตของเศรษฐกิจมากกว่าเป็นอนาคตของสังคมโลก งานและเงินเป็นมิติชีวิตที่กำลังทับถมมิติอื่น คนเราชอบลืมภาพรวม ลืมถามว่าทำเพื่ออะไร

ถ้ามีใครสงสัยว่า ทำไมเราต้องมีศาสนา ศาสนามีประโยชน์อะไรบ้าง ศาสนาพุทธหายไปจากประเทศไทยจะเป็นปัญหาอะไร ก็ตอบได้อยู่นัยหนึ่งว่า ศาสนาพุทธเป็นสิ่งที่ทำให้เราได้มีความรู้ความเข้าใจในความเป็นมนุษย์ของตน สามารถทำให้เราได้เห็นภาพรวม รู้ประจักษ์ในสิ่งที่เหนือวัตถุ เหนือการผลิตและการบริโภค

ในการพัฒนาประเทศชาติที่ผ่านมาหรือการพัฒนาโลกก็ว่าได้ ความฉลาดที่ได้รับการบำรุงอย่างเห็น

ได้ชัดคือความฉลาดในการพัฒนาวิธีการ เช่น วิธีการสื่อสาร และวิธีการทำสิ่งต่างๆ ซึ่งก็ไม่ผิดอะไร แต่ข้อบกพร่องอยู่ที่ว่าขาดการพิจารณาว่าเราพัฒนาสิ่งเหล่านี้เพื่ออะไร เรามักจะถือเพียงแค่ว่า ถ้าทำได้เราต้องทำ เราไม่ทำคนอื่นจะทำ แต่เราสามารถทำสิ่งต่างๆ เร็วขึ้น สะดวกขึ้น ง่ายขึ้น *ความเร็วไม่ใช่เป็นสิ่งที่ดีเสมอไป ความสะดวก ความง่ายอาจไม่นำไปสู่คุณภาพชีวิตที่ดีก็ได้*

หลวงพ่อบุญพาเคยสอนพวกเราว่า ศาสตร์ที่สำคัญที่สุดคือพุทธศาสตร์ เพราะถ้าเราได้ศึกษาพุทธศาสตร์อย่างถ่องแท้แล้ว เราเรียนวิชาหรือศาสตร์อื่นต่อไปก็พร้อมที่จะรับประโยชน์เต็มทีและไม่สร้างความทุกข์ความเดือดร้อนแก่ใคร ทั้งนี้เพราะเรามีแนวทางดำเนินที่ชัดแล้ว เราตั้งเข็มทิศเอาไว้แล้ว ทุกสิ่งทุกอย่างเราหยิบมาศึกษา หยิบมาวิจัยได้ หากเราขาดพุทธศาสตร์เป็นพื้นฐานแล้ว ก็ไม่รู้ว่าเราศึกษาเพื่ออะไร อย่างไร เมื่อเป็นอย่างนั้น ก็ยากที่การพัฒนาของเราจะนำไปสู่ความสุขของชาวโลก แต่มักจะตกอยู่ใต้อำนาจของตัณหาและความเห็นแก่ตัว

พระพุทธองค์เคยจำกัดความของคำว่าบัณฑิต หรือนักปราชญ์ ว่าหมายถึงผู้ไม่เบียดเบียนตน ไม่

เบียดเบียนผู้อื่น พระองค์ทรงสอนว่าใครฉลาดจริงต้องมีพฤติกรรมที่ไร้โทษด้วยความฉลาด ไม่ใช่เรื่องสมองเรื่องโอคิรอย่างเดียว พระพุทธคุณข้อหนึ่งซึ่งตรงกับเรื่องนี้คือ “วิชาจรณะ สัมปันโน” พระพุทธเจ้าถึงพร้อมด้วยวิชาและจรณะ วิชาก็คือความรู้ จรณะก็คือความประพฤติ การกระทำของพระองค์งดงามอย่างยิ่งเพราะพระองค์ทำอะไรหรือพูดอะไรก็ตาม ล้วนแต่เกิดจากความบริสุทธิ์ ความเมตตากรุณา และปัญญาภายใน พระหทัยของพระองค์ทั้งสิ้น

ทางหลักพุทธศาสนาของเรา ถือว่าด้านนอกด้านในต้องสอดคล้องกัน ต้องมีความสมานกัน มีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ความรู้ภายในหากไม่ปรากฏในการสัมพันธ์กับโลกหรือกับสังคม ในทางสร้างสรรค์หรือเกื้อกูล หรือยิ่งร้ายกว่านั้น ถ้าถูกใช้ไปในการเอาวัดเอาเปรียบคนอื่น ท่านไม่ให้เกียรติแก่ความรู้นั้นว่าเป็น “ปัญญา” และผู้ที่กระทำอย่างนั้นไม่ถือว่าเป็นบัณฑิต เป็นแค่คนสมองใส

สรุปว่า **ปัญญาในทางพุทธศาสนา**คือวิชาหรือคุณธรรมที่สามารถตัดความทุกข์และดับกิเลสได้ เป็นความรู้ที่เราหมั่นนำไปสู่ประโยชน์และความสุขที่แท้จริงในชีวิตของเรา นำไปสู่ความสุขและประโยชน์แก่

ชุมชน แก่สังคม แก่ประเทศชาติ แก่สรรพสัตว์ทั้งหลาย
ปัญญาในลักษณะนี้จะเกิดขึ้นจากจิตใจที่สามารถดำรง
อยู่เหนืออำนาจของกิเลสที่มีชื่อว่า “นิรวรณ”

นิรวรณข้อแรก คือความยินดีในความสะดวก
สบาย การคิดปรุงแต่งในความสนุกสนานต่างๆ ที่เคยมี
ในอดีตหรือที่หวังว่าจะมีในอนาคต จิตใจที่เข้มแข็งและ
เป็นที่พึ่งแก่ตนได้ ต้องสามารถปล่อยวางความยึดติด
ในความสุขทางเนื้อหนังบ้าง ไม่เอาจริงเอาจังกับมันมาก
เกินไป ข้อนี้สำคัญที่สุด บัณฑิตต้องสามารถอยู่เหนือ
หรือหลุดพ้นชั่วคราวจากความคิดผิดต่างๆ จิตใจที่
ไม่เป็นเหยื่อของอารมณ์ต่างๆ ไม่เป็นเหยื่อของความใคร่
ในกาม ความขัดเคือง ความพยาบาท ความกัลดกัลุ่ม
ความขี้มเคระ้า ความวิตกกังวล ความฟุ้งซ่านวุ่นวาย
ความล่งเลงสัย คือจิตที่จะเกิดปัญญา เพราะสิ่งเหล่านี้
บั่นทอนสมรรถภาพของจิต บั่นทอนความสุข บั่นทอน
ปัญญาของเราตลอดเวลา ฉะนั้นการเจริญด้วยปัญญามี
เงื่อนไขอยู่ที่ความสงบของจิตใจและความรู้ตัว

ความรู้ของเราที่เกิดจากการได้ยินได้ฟัง หรือจาก
การอ่านหนังสือ เป็นความรู้ในระดับสัญญาคือความจำ
ปัญหาของเราอยู่ตรงที่ว่า เราสามารถดึงปัญญาระดับนี้
มาใช้ในชีวิตประจำวันได้ไม่แน่นอน เมื่อสิ่งแวดล้อม

อำนาจ อารมณ์เราปกติดีอาจจะไม่ยากนัก ไม่มีอะไร
มากระทบกระเทือนจิตใจจนเกินไป และไม่มีสิ่งที่มีผล
ต่อผลประโยชน์ส่วนตัวหรืออัตรตาของเราก็พอไปได้
แต่**อารมณ์รุนแรงครอบงำจิตใจเมื่อไร** ไม่ว่าจะ**เป็น**
ความอยากได้ ความโกรธ ความน้อยใจ ความกลัวหรือ
อะไรก็แล้วแต่ ปัญญาจะดับไปทันที

อาตมาจึงเคยพูดว่า “**คนเราฉลาดเฉพาะเวลาที่**
ไม่โง่” ผู้นำประเทศมหาอำนาจท่านหนึ่งเป็นตัวอย่างใน
เรื่องนี้ ท่านตกเป็นข่าวอื้อฉาว ถ้ามว่าท่านฉลาดใหม่
ถ้ามองในแง่ทั่วไปก็ต้องยอมรับว่าฉลาดมาก ถ้าไม่ฉลาด
ก็คงไม่ได้รับตำแหน่งผู้นำ ความสามารถในการอ่าน
หนังสือ การจับประเด็นในการถกเถียงกัน การใช้ภาษา
การใช้จิตวิทยา ล้วนแล้วแต่สื่อให้เห็นว่าเป็นคนที่มี
ไอคิวสูงพอสมควร เสียแต่ว่าไอคิวอ่อน เนื่องจากว่าขาด
วุฒิภาวะทางจิต ขาดความฉลาดในการบริหารอารมณ์
ของตัวเอง จึงตกเป็นเหยื่อของความรู้สึกทางเพศ
จนกระทั่งกล้าทำในสิ่งที่ไม่ควรทำ

ผลสุดท้ายเขาทำลายชื่อเสียงเกียรติคุณของตัวเอง
สร้างความทุกข์และความอับอายกับครอบครัว และ
ยิ่งกว่านั้น เนื่องจากว่าเป็นผู้นำประเทศ ยังมีผลกระทบ
ต่อความมั่นคงแห่งชาติและความมั่นคงของโลก

คนเรามักมองความฉลาดในแง่คับแคบมาก เราจึงไม่เข้าใจว่าทำไมคนฉลาดเพิ่มขึ้นทุกวัน แต่บ้านเมืองไม่ดีขึ้นเท่าที่ควร คนสะสมทฤษฎีมากกว่า **สั่งสมนิสัยดี** ในสมัยนี้ ศาสนามีอิทธิพลน้อยลง สิ่งที่มีอิทธิพลและได้รับความเคารพนับถือจากคนทั่วไปมากขึ้น คือวิทยาศาสตร์ โดยมีเทคโนโลยีเป็นเครื่องผูกพันจิตใจของชาวบ้าน ในสมัยนี้วิทยาศาสตร์มีฐานะคล้ายๆ กับศาสนาอยู่พอสมควร ข้อแตกต่างประการหนึ่งอยู่ที่ว่า ศาสนายอมรับบทบาทของศรัทธา คือความเชื่อในสิ่งที่ตนยังพิสูจน์ไม่ได้ ส่วนวิทยาศาสตร์นั้น ซึ่งคงต้องการให้เราเชื่อในบางสิ่งบางอย่างที่พิสูจน์ไม่ได้เหมือนกัน แต่วิทยาศาสตร์ไม่ค่อยยอมรับว่าตนเกี่ยวข้องกับความเชื่อหรือคุณค่าใดๆ

มีอะไรบางอย่างที่วิทยาศาสตร์ให้เราเชื่อโดยพิสูจน์ไม่ได้ ก็มีหลายอย่าง เช่น ข้อที่วิทยาศาสตร์ถือว่าเราสามารถอธิบายทุกสิ่งทุกอย่างในธรรมชาตินอกตัวเรา ได้ โดยไม่ต้องสนใจหรือรับรู้ต่อธรรมชาติของจิตใจ วิทยาศาสตร์จะรับเฉพาะสิ่งที่เทคโนโลยีปัจจุบันวัดได้ สิ่งที่วัดไม่ได้วิทยาศาสตร์ถือว่าอยู่นอกเขตของมัน แค่นี้ก็ไม่ใช่ไร เป็นการยอมรับขีดจำกัดของวิทยาศาสตร์ ในการแสวงหาความจริงอย่างถ่อมตน ปัญหาที่เกิดขึ้น

ในเมื่อนักวิทยาศาสตร์หลงตัวว่า วิธีการแสวงหาความจริงของตนเท่านั้นที่ถูกต้องและสิ่งที่วัดได้เท่านั้นที่เป็นความจริง

เมื่อวิทยาศาสตร์มีความเห็นอย่างนี้ วิธีการแสวงหาความจริงอย่างอื่นก็กลายเป็นเรื่องงมงายไปหมด ความจริงที่วัดไม่ได้กลายเป็นแค่เรื่องเพ้อฝัน หรือถ้ามีจริงก็ไม่มีค่าสำคัญอะไร ตรงนี้แหละที่เราเห็นบ่อเกิดของวัตถุนิยมปัจจุบัน มีความสงสัยว่าวิทยาศาสตร์พิสูจน์ว่าวิธีการของตนสามารถรู้ความจริงของโลกทั้งหมดได้ หรือว่าเหตุผลของมนุษย์สามารถเข้าใจทุกสิ่งทุกอย่างได้ ทั้งๆ ที่ไม่รู้จักจุดกำเนิดของเหตุผล คือ จิต

ทางพุทธศาสนาเราถือว่า วิทยาศาสตร์ยังเป็นระบบที่บกพร่องอยู่ เพราะไม่สามารถเข้าถึงสิ่งที่ป็นนามธรรม การที่วิทยาศาสตร์มักมองข้ามความสำคัญของจิตใจ ย่อมมีผลกระทบต่อทุกวิชาการ การที่ให้ความสำคัญเฉพาะกับสิ่งที่เราวัดได้ และไม่ยอมรับในสิ่งที่เราวัดไม่ได้ เป็นการสร้างขีดจำกัดในการแสวงหาความจริง ซึ่งอาจทำให้เกิดความคิดผิดได้ หลายอย่างพิสูจน์ไม่ได้ แต่เป็นส่วนสำคัญของชีวิต ยกตัวอย่างง่ายๆ ถ้ามว่าความรักมีจริงไหม ตอบว่ามี แต่พิสูจน์ได้ไหม จะเอาอะไรมาพิสูจน์ได้ เป็นความรู้สึกอย่างหนึ่งใช่ไหม ความ

เกลียดมีจริงไหม ทุกคนก็ยืนยันได้เลยว่า ความรักความเกลียดมีจริง แต่พิสูจน์ได้ไหม ก็พิสูจน์แบบวิทยาศาสตร์ไม่ได้ เพราะวัดไม่ได้ มันเลยขอบเขตของวิทยาศาสตร์

นักวิทยาศาสตร์อาจจะค้านว่า ความรู้สึกเหล่านี้เป็นผลพลอยได้ของการทำงานของสมอง ขณะนี้กำลังค้นคว้าในเรื่องนี้อยู่ หวังว่าอีกไม่นานจะสามารถจับกลไกได้ ถ้าไม่ฟังดีๆ เราอาจจะไม่สังเกตความเชื่อที่ซ่อนเร้นอยู่ในคำพูดนี้ หนึ่ง ความเชื่อว่าวัตถุมาก่อนและเป็นที่ตั้งของจิต ซึ่งไม่เคยพิสูจน์ได้ ในห้าสิบปีที่ผ่านมา นักวิทยาศาสตร์ใช้งบประมาณในการวิจัยเรื่องสมองไม่รู้กี่พันล้าน ยังไม่ค่อยได้ผลอะไร สอง ความเชื่อว่าสิ่งใดที่เขายังไม่เข้าใจ ในอนาคตเขาจะต้องเข้าใจ เพราะวิธีการเขาถูกแล้ว

ความยึดมั่นถือมั่นในวิทยาศาสตร์ก็เป็นความมกมายอีกรูปแบบหนึ่งได้ วิทยาศาสตร์มีคุณประโยชน์ต่อเรามาก อาตมาไม่มีเจตนาดูหมิ่น เพียงแต่อยากให้เห็นว่าวิชานี้เป็นส่วนหรือสาขาหนึ่งของการแสวงหาความจริงของมนุษย์ มีทั้งคุณและโทษ เป็นสิ่งที่เราควรรู้เท่าทัน มิฉะนั้นความยึดมั่นถือมั่นนี้อาจจะกลายเป็นอุปสรรคต่อการเกิดขึ้นของความฉลาดที่สมบูรณ์ คือความฉลาดที่นำไปสู่ปัญญาที่จะดับความทุกข์ของมนุษย์เราได้

พระพุทธศาสนา ยืนยันว่าความฉลาดและปัญญา จะเกิดขึ้นได้ จะเป็นปัญญาที่บริสุทธิ์ ไม่มีโทษ ก็โดยมีเงื่อนไขทางจิตใจ ถ้าจิตใจขาดการฝึกอบรม ไม่ได้สัมผัส ความสงบในระดับใดระดับหนึ่ง ปัญญาที่เกิดขึ้นจะ ไม่บริสุทธิ์ เราจะอดมีอคติ หรือความลำเอียงไม่ได้ ความยึดมั่นถือมั่นต่างๆ ย่อมฝังอยู่ในปัญญานั้น การ เข้าข้างตัวเองและอิทธิพลของความโลภ ความโกรธ ความหลงต่างๆ จะค่อยๆ ปรากฏขึ้น

ถ้าเราไม่ฉลาดในอารมณ์ของตน ความรู้ความ เข้าใจของเรา แม้ในวิชาการที่ตนถนัดเคยเรียนมา อาจถูกตัดทอนไปได้ เมื่อเราตั้งเครียดมีความกดดัน มีเรื่องวิกฤต เราจะพึงเหตุผล ใช้ความฉลาดของเรามา แก้ปัญหาไม่ค่อยทัน ยกตัวอย่างจากภาวะเศรษฐกิจ ตกต่ำเมื่อหลายปีที่แล้ว ตอนค่าเงินบาทกำลังตกฮวบ ความตระหนกตกใจของพวกที่อยู่ในวงการเงินบางคน ทำให้สถานการณ์เลื่อมเร็วขึ้น ในหมู่ผู้เล่นหุ้นมีลักษณะ เหมือนฝูงแกะ พอผู้นำทางขวัญเสีย ผู้ตามที่เหลือก็ วิ่งแตกตื่นไปหาทางออกจากอันตราย เกือบทุกคน ที่เกี่ยวข้องกับปัญหาเศรษฐกิจปีนั้นคงมีการศึกษา คนเหล่านี้เมื่อเจอจุดวิกฤตที่คุกคามผลประโยชน์หรือ อดตายตัวเอง เหตุผลต่างๆ ความฉลาดของเขาเหล่านั้น

มักจะถูกอารมณ์ครอบงำ **ไม่ทึ่งก็โม้** อย่างนี้ห่างไกล **ธัมโม**

อาจพูดได้ว่าวิชาเศรษฐศาสตร์ไม่ได้อยู่ในโลกที่เป็นจริง เพราะเป็นวิทยาศาสตร์ที่อาศัยภาพหรือเป็นโมเดลในโลกของมนุษย์ที่ไม่มีอารมณ์ ไม่มีกิเลส นอกจากความต้องการหาผลประโยชน์อย่างมีเหตุผล แต่ในโลกที่เป็นจริง คนเรามีกิเลส เราไม่ค่อยรู้จักตัวเอง จึงสามารถทำตามหลักเหตุผลได้น้อย วิ่งตามความรู้สึกมากกว่า ผู้ที่จะดำเนินอย่างสม่ำเสมอตามหลักเหตุผล คือผู้ที่ได้รับการฝึกอบรมทางจิตอย่างดีแล้ว

พระพุทธศาสนามีระบบการพัฒนาชีวิตที่ละเอียดอ่อนและสมบูรณ์แบบ เป็นทรัพยากรล้ำค่าของชาวโลก และโดยเฉพาะอย่างยิ่งของชาวไทย เมื่อเป็นเช่นนั้น อาตมาารู้สึกทั้งเสียใจและเสียตายเป็นเมืองไทยยังเอาหลักธรรมะมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในการพัฒนาสังคมน้อย ความจริงเมืองไทยได้เปรียบต่างประเทศพอสมควรในเรื่องศาสนา เพราะ หนึ่ง เรามีเอกภาพทางศาสนาสูง สอง คือมีศาสนาที่เป็นระบบการศึกษา พูดอีกนัยหนึ่ง มีศาสนาที่เป็นตัวระบบการศึกษาพร้อมที่จะเป็นเครื่องพัฒนามนุษย์ ทั้งในแง่ไอคิวและอีคิว นอกจากจะไม่สร้างความวุ่นวายแก่สังคม หรือกระตุ้นความรู้สึกของ

ประชากรให้รุนแรงแล้ว พระพุทธศาสนายังให้แนวทางพัฒนาประเทศชาติเพื่อเข้าถึงสังคมที่ยุติธรรม และสันติสุข

สิ่งที่น่าสังเกตในเรื่องนี้ ก็คือพุทธศาสนาไม่ได้เอาอุดมการณ์เป็นที่ตั้งของการพัฒนา แต่เอาการรู้เท่าทันธรรมชาติของมนุษย์เป็นแก่น จึงเป็นระบบที่สามารถนำไปสู่การปฏิบัติได้ และอยู่บนพื้นฐานของความเป็นจริง (practical และ realistic)

เราทุกคนคงเคยได้ยินคำว่า “ภาวนา” คนส่วนมากเข้าใจว่าภาวนาเป็นเรื่องของการนั่งหลับตา อันที่จริงแล้ว คำว่า “ภาวนา” คือคำที่ในปัจจุบันเรียกว่า “พัฒนา” นั่นเอง การภาวนาในพุทธศาสนาต้องดำเนินไปในสี่ด้านพร้อมๆ กัน จึงจะได้ระบบบูรณาการ ซึ่งเป็นระบบที่จะเกิดผลที่ดี ทั้งแก่ตนเอง แก่ครอบครัว แก่ชุมชน แก่ประเทศชาติ

ด้านแรกที่ต้องพัฒนาคือความสัมพันธ์กับโลก วัตถุ เริ่มตั้งแต่ทรัพย์สมบัติสิ่งของของตนเอง พัฒนาความรู้สึก พัฒนาท่าทีต่อปัจจัยสี่ ตลอดจนจนถึงการพัฒนาในด้านความรู้สึก และพฤติกรรมต่อธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม การภาวนาในด้านนี้หลักสำคัญคือ การหาความพอดี กินอย่างไรจึงจะเป็นการกินที่พอดี

นอนเท่าไรจึงจะเป็นการนอนที่พอดี บริหารกายเท่าไร
 จึงจะพอดี แต่งตัวอย่างไรจึงจะพอดี การใช้จ่ายเท่าใด
 จึงจะพอดี บริโภคอย่างไรจึงจะพอดี สร้างความรู้สึกต่อ
 ทรัพย์สินสมบัติของตัวเองอย่างไร จึงจะไม่เป็นทุกข์กับมัน
 การพัฒนาความฉลาดในการปฏิบัติต่อโลกวัตถุท่าน
 เรียกว่า กายภาวนา ผลจากการภาวนาพิสูจน์ได้จาก
 การไม่เบียดเบียนตน ไม่เบียดเบียนผู้อื่นหรือสิ่งอื่น

ด้านที่สอง เราต้องการพัฒนาความฉลาด
 ในการปฏิบัติต่อกับคนรอบข้าง รวมถึงความฉลาด
 ในการสื่อสาร ในสมัยปัจจุบันนี้ ความฉลาดประเภทนี้
 สำคัญมาก ในยุคข้อมูลข่าวสารนี้ เราได้เน้นใน
 เรื่องเทคโนโลยีหรือวิธีการมากเกินไป จนมองข้าม
 “เป้าหมาย” ในการสื่อสาร และเป้าหมายในการพัฒนา
 เทคโนโลยี อีเมลล์ทำให้ติดต่อกันได้ง่ายจนเกิดปัญหา
 เช่น เมื่อเกิดอารมณ์หงุดหงิดรำคาญใครสักคนขึ้นมา
 ก็สามารถเขียนอีเมลล์ถึงเขา กดส่งไปได้ทันที เอาคืน
 ไม่ได้ ยังไม่ได้กลั่นกรอง ยังไม่ค่อยได้คิดทบทวนอีกที่ว่า
 ควรไม่ควร ความสะดวกรวดเร็วในการสื่อสารอาจเป็น
 พิษกับคนใจร้อนได้

พุทธศาสนาไม่เคยสอนว่ายิ่งเร็วยิ่งดี ในทำนอง
 เดียวกันก็ไม่เคยสอนว่ายิ่งช้ายิ่งดี แต่สอนว่า

เอกลักษณ์ของผู้ฉลาดหรือนักปราชญ์ข้อหนึ่งคือ การรู้จักกาลเทศะ จะเรียกว่าเป็นศิลปะก็ได้ บัณฑิต นักปราชญ์ย่อมจะรู้จักว่าเวลาไหนควรจะเป็นผู้นำ เวลาไหนควรจะเป็นผู้คล้อยตาม เวลาไหนควรจะเป็นผู้คัดค้าน เวลาไหนควรจะเป็นคนยอมโดยมีสติช่วยบอก ไม่มีสูตรสำเร็จรูปที่ไหนที่เราอ่านได้ท่องได้ แล้วก็รู้ได้ว่า ในกรณีอย่างนี้ เหตุการณ์อย่างนี้ คุณกับบุคคลนี้ อยู่ในชุมชนนี้ เราจะต้องเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ เป็นไปไม่ได้

เราต้องฉลาดในการสื่อสาร ฉลาดในการดูคน ออก เราต้องสามารถสัมผัสบรรยากาศในที่ประชุม หรือในที่ชุมชน บางสิ่งบางอย่างจะต้องทำเร็ว บางสิ่งบางอย่างก็ควรค่อยๆเป็น ค่อยๆไป นักปราชญ์เป็นผู้ที่ฉลาดในเรื่องนี้ หลายสิ่งหลายอย่างถ้าทำถูกกาลเทศะ ก็จะได้ผลดี บางสิ่งบางอย่างทำด้วยเจตนาดีเจตนาบริสุทธิ์ แต่ทำไม่ถูกกาลเทศะอาจไม่ได้ผล การผิดพลาดในการทำความคิด มักชวนให้น้อยออกน้อยใจว่าทำดีไม่ได้ดี บางทีเราทำดีก็จริง แต่ทำโดยขาดปัญญา คนเราเอาแต่เจตนาเป็นหลักไม่ได้ ต้องใช้เจตนา กับปัญญาประสานกันจึงจะสำเร็จผล

ทุกวันนี้ความฉลาดในการสื่อสารหรือที่เรียกว่า “Social Intelligence” มีคนสนใจมากขึ้น ปัจจุบันนี้

บริษัทใหญ่ๆ ต้องการคนที่มีความฉลาดในการสื่อสาร ต้องการคนที่ทำงานเป็นทีมได้ อดมาเคยอ่านบทความ ซึ่งกล่าวว่า บริษัทชั้นนำของอเมริกามีคนที่มีไอคิวสูงถึง ๑๖๐ เป็นลูกน้องของคนที่มีไอคิวแค่ ๑๐๐ มากมาย หลายแห่ง บางครั้งเราจะพบว่าผู้มีไอคิวสูงทำงานเป็นทีมไม่ค่อยได้ ไม่รับฟังเหตุผลของคนอื่น เชื่อว่าตนเอง ต้องถูกอยู่เสมอ ไม่ยอมแพ้ใคร ถือตัวถือตน เลยไม่มีใครชอบ ไม่มีใครอยากคบ ถึงแม้ว่าวิชาความรู้เขาดี แต่เขาไม่เจริญในอาชีพ เพราะขาดความฉลาดในการสื่อสารกับคนรอบข้าง **สรุปว่าความฉลาดในการพูด และการฟังเป็นสิ่งที่เราต้องตั้งใจพัฒนา**

การพัฒนาในด้านนี้เป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนา ด้านศีลธรรม ข้อสังเกตในเรื่องศีลธรรมแนวพุทธก็คือ เรามองว่าศีลธรรมเป็นความปกติของผู้มีปัญญา จึงเน้น ที่การทำความเข้าใจเรื่องชีวิต มากกว่าการปลูกฝังความรู้สึกละเอียดหรือหวาดกลัว พระพุทธเจ้าไม่เคยใช้วิธีล่อให้ คนรักษาศีลด้วยรางวัลหรือขู่ด้วยโทษ **ศีลที่แท้ต้องเกิด ด้วยความสมัครใจและความเข้าใจในเหตุผลและ จุดประสงค์**

ในพิธีกรรมขอศีล พิธีก็บอกอยู่ในตัวว่า ศีลธรรม ของชาวพุทธเราต้องเกิดจากความพอใจและความริเริ่ม

ของฝ่ายฆราวาส หรือของผู้ที่จะรักษา คือโยมต้องขอศีล ไม่ใช่ว่าอยากได้หรือไม่อยากได้ พระก็จะยึดเยียดให้ ถ้าโยมไม่ขอพระก็ไม่ให้ เพราะว่าต้องการให้แต่ผู้ที่ต้องการรักษา และถ้ามีใครยังไม่พร้อมหรือไม่อยากจะทำขอ ถือว่าเป็นเรื่องของโยม โยมเสียตายกิเลส พระก็ไม่ได้ว่าอะไร อย่างไรก็ตาม พระพุทธองค์ตรัสเรื่องศิลปบ่อย เพราะเป็นเงื่อนไขสำคัญในการพัฒนาชีวิต

ถ้าสมมติว่าเราเป็นผู้นำประเทศ และมีอำนาจทำตามใจได้ หรือเรามีฤทธิ์มีเดช สามารถทำความฝันให้เป็นความจริงได้ ถ้าเป็นอย่างนั้นเราจะปรับปรุงที่ทำงานหรือชุมชนที่เราอยู่อย่างไรจึงจะดี โดยทุกคนมีความสุข อาตมาเดาว่า ทุกคนก็คงจะตอบว่า ต้องการอยู่อย่างเป็นมิตรกัน ต้องการอยู่อย่างเห็นอกเห็นใจกัน มีความเคารพซึ่งกันและกัน มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน ถ้าเราทุกคนตกลงกันในจุดนี้ได้ ก็คือได้เป้าหมาย เสร็จแล้วต้องดูที่เหตุปัจจัยว่าทำอย่างไร จึงจะเกิดบรรยากาศแบบนั้น อะไรคือเหตุปัจจัยที่จะทำให้เกิดบรรยากาศแบบนั้น อะไรคือเหตุปัจจัยที่เป็นอุปสรรคและทำให้บรรยากาศแบบนั้นเกิดไม่ได้สักที ไม่ใช่ว่ามันจะเกิดขึ้นได้ลอยๆ เราต้องฉลาดในเรื่องเหตุปัจจัย

ศีลธรรมเท่านั้นมิใช่หรือ ที่ทำให้ชุมชนใดชุมชนหนึ่งอยู่ด้วยความเห็นอกเห็นใจกัน และอยู่ด้วยความเคารพซึ่งกันและกัน ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน เราอยู่กันหลายๆ คน การที่จะรักกันทุกคน หรือชอบกันทุกคน มันเป็นไปได้ยาก หรือคงเป็นไปได้ แต่ไม่เป็นไร แค่รู้สึกที่เราปลอดภัย ไม่มีใครในชุมชนนี้รังแกหรือกลั่นแกล้ง เราก็สบายใจแล้ว ถ้าเรามั่นใจว่าที่นี่ในชุมชนของเรา ไม่เคยมีขโมยเลยแม้แต่คนเดียว เราวางของไว้ตรงไหน เราก็รู้ว่ามันจะคงอยู่ตรงนั้น ทิ้งไว้เป็นชั่วโมง เราค่อยกลับมา มันก็อยู่ที่เดิม ไม่เคยมีขอยหาย ก็สบายใจไม่เครียด ไม่ต้องระแวงกัน

ถ้าเรารู้ว่าไม่มีใครจะมาแย่งสามีเรา แย่งภรรยาเรา เราก็ไม่ต้องคอยระแวงในเรื่องนี้ เราก็สบาย ถ้าเรามั่นใจว่าใครพูดกับเรา ก็ต้องเป็นความจริง ไม่เคยมีใครหลอกหลวงเรา ที่นี่ไม่มีใครพูดเท็จกับเราแน่ อย่างนี้ก็สบายใจมาก เมื่อเราอยู่ในชุมชนที่ไม่มีการใช้ยาเสพติด ไม่ว่าจะยาเสพติดที่ผิดกฎหมาย เช่น ยาบ้า หรือยาเสพติดที่ไม่ผิดกฎหมายก็ตาม เช่น เหล้า เราก็รู้สึกไว้วางใจ เพราะว่าคนที่ไม่ใช้ยาเสพติดก็ยังคงเป็นตัวของตัวเอง อยู่พอสมควร รับผิดชอบการกระทำของตัวเองได้

พระพุทธเจ้าทรงชี้ให้เราเห็นเหตุผลว่า ถ้าเรา

อยู่ด้วยศีลธรรม ชุมชนจะรับผลดีอย่างไรบ้าง ถ้าเราต้องการผลคือความอยู่ร่วมกันด้วยดี มีความเคารพซึ่งกันและกัน เราก็ต้องฉลาดในเหตุปัจจัยที่จะทำให้บรรยากาศนั้นเกิดขึ้น ท่านจึงเรียกศีลแต่ละข้อว่าเป็นสิกขาบท คือบทศึกษาบทพัฒนาตนเอง นอกเหนือจากเหตุผลทางชุมชนแล้ว ยังมีเหตุผลส่วนตัวด้วยว่าเมื่อเรามีความสบายใจว่าเราไม่ได้ทำอะไรไม่ได้พูดอะไรให้เป็นการเบียดเบียนตน เบียดเบียนผู้อื่นเลย เราก็รู้สึกเคารพตัวเอง นับถือตัวเอง เป็นมิตรกับตัวเองได้ และการที่เราเคารพนับถือตัวเองได้ นี่ก็เป็นความสุขที่สำคัญที่คนมักจะมองข้าม มันไม่ใช่ความสุขที่โลดโผน ไม่ใช่ความสุขที่เติมไปด้วยความสนุกสนานก็จริง แต่เป็นความสุขที่เยือกเย็น

เมื่อเคารพตัวเองได้ นับถือตัวเองได้ มีความสบายใจว่าเราไม่เศร้าหมอง เราไม่มีอะไรที่ต้องตะขิดตะขวงหรือจะต้องคอยระวังอยู่ตลอดเวลา มันจึงเป็นพื้นฐานของการฝึกในด้านจิตในด้านสมาธิ หรือการละกิเลสต่างๆ การเจริญด้วยคุณธรรมต่างๆ เช่น ความอดทน ความขยัน ความเมตตากรุณา เป็นต้น ซึ่งเป็นเงื่อนไขของความเจริญด้วยปัญญา ฉะนั้นชีวิตของชาวพุทธทุกคนควรประกอบด้วยการพัฒนา พัฒนา

ในด้านความสัมพันธ์กับวัตถุ พัฒนาในด้านความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง เรียกว่า ศิลภาวนา

ด้านต่อไปด้านที่สามคือการพัฒนาทางจิตใจ ให้จิตใจเรามีความสุข ให้จิตใจเราเข้มแข็ง ให้จิตใจเราสงบ ปราศจากสิ่งเศร้าหมองขุ่นมัวทั้งหลาย พระพุทธเจ้าและพระอริยสาวกทั้งหลายยืนยันเป็นเสียงเดียวกันว่า ความสงบคือความสุขที่แท้จริง ในฐานะที่เราทั้งหลายเป็นพุทธศาสนิกชน คือเชื่อว่า พระพุทธเจ้าเป็นผู้เลิศประเสริฐที่สุดที่เคยอุบัติขึ้นในโลกนี้ เชื่อว่าสิ่งที่พระองค์สอนล้วนแต่เกิดจากพระมหาปัญญาคุณของท่าน เมื่อเป็นเช่นนั้น และเมื่อพระองค์ได้ทรงประกาศว่าเราทุกคนมีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองให้ถึงความสงบได้ และความสงบนั้นมีประโยชน์อย่างยิ่งต่อชีวิตของเรา อาตมาว่าเราน่าจะลองดู มิฉะนั้นเหมือนเราไม่จริงใจต่อพระองค์ ไม่ศรัทธาจริง

เราเริ่มต้นอย่างนักวิทยาศาสตร์ก็ได้ คือรับสมมติฐานแล้วคอยทดลองดูว่าสมมติฐานนั้นถูกไหม พระพุทธเจ้าไม่ได้สอนแบบเผด็จการว่าต้องเชื่ออย่างนั้น เชื่ออย่างนี้ ไม่เชื่อก็บาป พระพุทธองค์ใช้วิธีฝากข้อคิดเกี่ยวกับชีวิตไว้ให้เราพิจารณาเองว่าที่ท่านสอนใช่หรือไม่ โดยเทียบเคียงกับชีวิตของตนเองบ้าง ชีวิต

ของคนรอบข้างบ้าง จนเกิดความฉลาดในเรื่องชีวิตของตนเอง เข้าใจว่าเราคืออะไร ชีวิตเราคืออะไร เมื่อเรายอมและสามารถอยู่ในปัจจุบันมากขึ้น สำนึกอยู่ในความรู้สึกนึกคิดในอารมณ์ของตนเองมากขึ้น เราก็ยอมเห็นและเข้าใจตนเองมากขึ้น เข้าใจคนอื่นมากขึ้นด้วย เพราะว่าจิตใจของเราแต่ละคนก็ไม่ต่างกันเท่าไร ฉลาดในเรื่องอารมณ์ของตน ก็คือฉลาดในเรื่องอารมณ์ของมนุษย์ เราจึงได้ผลในด้านสังคมด้วยการพัฒนาในแต่ละด้านเกี่ยวเนื่องกันเช่นนี้

ด้านที่สี่ ด้านสุดท้ายคือด้านปัญญา จิตใจสงบแล้วไม่ตื่นนอน ไม่กระวนกระวาย ไม่กระสับกระส่ายพร้อมที่จะเห็นสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง นี่คือการนิสงส์ของสมาธิโดยแท้ จุดประสงค์ของสมาธิไม่ใช่เพื่อเคลิบเคลิ้มไปอยู่ในอีกโลกหนึ่งที่ไม่ต้องรับรู้ต่อปัญหาชีวิต บทบาทของสมาธิคือการรวบรวมพลังจิตของเราไว้เพื่อเป็นแรงหนุนการพิจารณาด้านปัญญาต่อไป ทั้งนี้เพราะว่ากิเลสอันเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ในชีวิตของเรา จะยอมแพ้ปัญญาที่ตั้งไว้บนฐานแห่งความสงบเท่านั้น

ก่อนจะได้ปัญญาในระดับสูงนี้ เราต้องฝึกใช้ความคิดเสียก่อน **ปัญญามีสองระดับ ปัญญาที่ ใช้น้ำ** ความคิด

ก็มี ปัญญาที่ เหนือ ความคิดก็มี เราต้องเจริญปัญญา ทั้งสองระดับจึงจะสมบูรณ์ ปัญญาที่ใช้ความคิด บรรเทาความทุกข์ได้บ้างและมีหน้าที่ปูพื้นให้ปัญญา ระดับเหนือความคิดเกิดขึ้น อย่างไรก็ตาม สิ่งที่เป็น เป้าของปัญญาทั้งสองอย่างมีอันเดียว คือ ไตรลักษณ์ ในชีวิตประจำวันเราต้องพยายามคิด อย่างเช่นการ พิจารณาว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่แน่

ต้นหาอุปาทานทำให้เรายึดมั่นถือมั่นในสิ่งต่างๆ ว่าเป็นเรา เป็นของเรา ความหลงผิดว่าเราเป็นเจ้าของ อย่างนี้ การมองไม่เห็นว่สิ่งทั้งหลายอยู่กับเราชั่วคราว เท่านั้น ตามเหตุตามปัจจัยของมัน นี่แหละเป็นเหตุให้ เราเป็นทุกข์กับความเปลี่ยนแปลงของสิ่งที่เรายึดติด

พระพุทธเจ้าสอนให้เราสนใจศึกษาในเรื่องความ ไม่เที่ยง หลวงพ่อชาชอบใช้คำว่า “ไม่แน่” ซึ่งมีความ หมายตรงกับอนิจจัง ท่านแนะนำว่าเวลาไหนเรารู้สึกว่า ชอบอะไรมากๆ ให้รีบบอกตัวเอง สอนตัวเองว่า “ไม่แน่” ไม่ชอบก็ไม่แน่ รักก็ไม่แน่ ชังก็ไม่แน่ “ชกมันไว้ก่อน” ท่านว่าอย่างนั้น อย่าให้มันชกเรา อย่าให้สิ่งที่เราชอบ สิ่งที่เราไม่ชอบ ครอบงำจิตใจ เราตื่นเต้นก็ไม่แน่ เบื่อหน่ายก็ไม่แน่

การหมั่นคิดอย่างนี้เป็นการฝึกให้เราไม่หลง

งมภายในอารมณ์ ให้เห็นอารมณ์ตามความเป็นจริงว่า เป็นแค่ธรรมชาติที่เกิดขึ้น ดับไป ตามเหตุตามปัจจัยของมัน ถ้าเราไม่รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง ไม่รู้จักปล่อยวางความคิดผิดด้วยการรับรู้ต่อความจริง เราก็ต้องตกเป็นเหยื่อของอารมณ์ตัวเองอยู่ไม่รู้จบสิ้น ถูกอารมณ์ชักนำตลอดเวลา เหมือนเราเป็นหุ่นกระบอก ไม่เป็นอิสระ ไม่มีความเป็นตัวของตัวเอง เขาสรรเสริญก็ดีใจ เขานินทาก็เสียใจ จิตมีแต่ขึ้นๆ ลงๆ อยู่ตามการชักการกระตุ้นจากสิ่งอื่นหรือคนอื่น พระพุทธองค์จึงตรัสเตือนสติเราและให้กำลังใจว่า **ไม่มีสิ่งใด ไม่มีคนใด ไม่มีอะไรเลยที่สามารถบังคับให้เราเป็นทุกซ์ได้ ถ้าเรามีปัญญา** พุทธพจน์ข้อนี้ให้ความหวังแก่เรา และให้จุดมุ่งหมายในการพัฒนาชีวิต

ดังนั้น ไม่ว่าจะเราเป็นนักบวชหรือเป็นคฤหัสถ์ ผู้ครองเรือน เราทุกคนมีแนวทางปฏิบัติ มีสิ่งทำทวายทุกวัน ทำอย่างไรเราจะได้ทำหน้าที่ของเรา ทำหน้าที่ต่อครอบครัว ทำหน้าที่ต่อสถาบันที่เราทำงาน ทำหน้าที่ต่างๆ ด้วยจิตใจที่ไม่เศร้าหมอง ทำอย่างไรจึงจะรักษาความทรงตัวของจิตไว้ไม่ให้เกิดความหวั่นไหว ไม่ให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนกับการทำหน้าที่เหล่านั้น มันสนุกอยู่ตรงนี้นะ ตรงที่มีสิ่งทำทวายอยู่ตลอดเวลา

แทนที่จะหลงใหลมันวามาเมื่อมีสิ่งที่เราชอบ แทนที่จะ
น้อยใจหรือซึมเศร้าในโอกาสที่ต้องอยู่กับสิ่งที่เราไม่ชอบ
เราก็สามารถเปลี่ยนท่าทีเสียใหม่ เมื่อจิตเราสะอาดและ
สดชื่น เราจะมีความสุขกับหน้าที่ได้ มีความสุขแล้วเรา
คงทำงานได้ดี

**เราต้องเป็นนักศึกษาตลอดชีวิต พร้อมที่จะ
เรียนรู้จากประสบการณ์ของเราทุกอย่าง** เมื่อเรายอม
อยู่ในปัจจุบัน อยู่ด้วยสติ ไม่ปล่อยใจให้จิตใจคิดเรื่อยเปื่อย
เรื่องอดีต เรื่องอนาคต แต่อยู่กับปัจจุบันด้วยการรู้ตัว
ทั่วพร้อม เรียนรู้จากประสบการณ์ ทบทวนประสบการณ์
จากอดีต เพื่อประโยชน์ในปัจจุบันบ้าง นึกถึงอนาคต
เพื่อเตรียมตัวและวางแผนให้ถูกบ้าง แต่ส่วนมากรู้จัก
สร้างความมักน้อย ความสันโดษในปัจจุบันอารมณ์

ถ้าเราสามารถอยู่ในปัจจุบันในลักษณะเช่นนี้ได้
คำว่า “แข็ง” คำว่า “จำใจ” คำว่า “เบื้อ” จะไม่ปรากฏ
เราสามารถมีความสุขได้ และเป็นความสุขที่ประกอบ
ด้วยความฉลาด รู้ว่าอะไรควรไม่ควรโดยไม่ต้องถามใคร
ที่จริงเราทุกคนก็มีปัญญาของตนเองอยู่แล้ว เพียงแต่ว่า
ปัญญานั้นถูกความคิดฟุ้งซ่านวุ่นวายทับถมเอาไว้
แต่เมื่อเราสามารถปล่อยวาง และกล้าเสียสละความ
ยินดีในสิ่งไร้แก่นสารสาระ ปล่อยวางความคิดเรื่อยเปื่อย

เมื่อนั้นความคิดสร้างสรรค์ก็มีโอกาสบังเกิดขึ้นเพื่อประโยชน์แก่ชีวิตของเราได้

ดังนั้น เรามีโอกาสที่จะฉลาดอยู่ตลอดเวลา แม้ในโอกาสที่มีการกระทบกระทั่ง เกิดความกดดัน มีสิ่งคุกคาม ถ้าเราภาวนาด้วยความจริงใจ ภาวนาสมาสมาธิ และต่อเนื่อง เราก็สามารถสร้างที่พึ่งภายในได้ มีหลักการของตนเองที่ยังคงทนอยู่ ไม่หวั่นไหวตามการแปรปรวนของสิ่งภายนอก ทำยากแต่ไม่เหลือวิสัย

พุทธศาสนาให้เราเชื่อมั่นในศักยภาพของมนุษย์ทุกคนสามารถเจริญด้วยปัญญาจนกระทั่งเป็นผู้ที่มีความฉลาดที่ไม่มีเงื่อนไขจากอารมณ์ พันภาวะที่ฉลาดและคิดได้ใช้เหตุผลได้เฉพาะเวลาหรือในเหตุการณ์ที่ไม่กระทบต่ออัตตาหรือศักดิ์ศรีหรือผลประโยชน์ส่วนตัวของเรา พันภาวะที่เหตุผลถูกปิดเบือนด้วยความอยากได้ออยากมี หรือหวั่นไหวต่อความรู้สึกสุขทุกข์ ความชอบและไม่ชอบ หากสามารถมีจิตใจที่แน่วแน่อยู่ว่า สิ่งรอบตัวเป็นอย่างไร ไม่ว่าอารมณ์ภายในเป็นอย่างไร สามารถอยู่กับความถูกต้องได้อยู่ตลอดเวลา


บางสิ่งบางอย่างไม่ถูกใจเราเลย แต่เมื่อเราเชิดชูเมื่อเราเคารพ เมื่อเราตั้งมั่นอยู่ในความถูกต้อง เราจะปฏิบัติหน้าที่อย่างนักปราชญ์ หรือผู้มีวิบุลภาวะสมบูรณ์

คือสามารถทำสิ่งที่ถูกต้องอยู่อย่างสม่ำเสมอ ขยันก็ทำ
ขี้เกียจก็ทำ ชอบก็ทำ ไม่ชอบก็ทำ ถูกใจก็ทำ ไม่ถูกใจก็ทำ
โดยปรารถนาความถูกต้องเป็นหลัก หลวงพ่อมักจะสอนว่า
“ธรรมะคือ ความถูกต้อง”


สุดท้ายนี้ขอให้ทุกคนประสบความสำเร็จในการ
ปฏิบัติเพื่อพัฒนากาย วาจา ใจ ให้มีคุณภาพ เพื่อ
ประโยชน์ตนเพื่อประโยชน์คนอื่น ตลอดกาลนานเทอญ

วันนี้อาตมาได้ให้ข้อคิดบ้างเล็กน้อย ในเรื่อง
ความฉลาดและเรื่องปัญญา คงพอสมควรแก่เวลา
เพียงแค่นี้ เอวัง^๑

^๑ ธรรมเทศนา แสดง ณ กระทรวงการต่างประเทศ เมื่อวันที่ ๑๔ มกราคม
๒๕๔๔



“...เราควรต้องรู้จักแก่นวรรตชีวิต
เนมือ่นกั้การเพ่งนหนังสือ
เราต้องรู้จักแก่นวรรต
แก่นวรรตหนังสือแล้วจึงจะอ่านได้
ชีวิตของเราต้องมีการหยุด
ต้องมีการทบทวน
ว่าเรากำลังทำอะไรอยู่
เพื่อเราจะได้นั้นตนเอง
ชีวิตของเราจะมีความสุกที่แท้จริง
ก็อยู่ที่คุณภาพของชีวิต
อยู่ที่ความรู้สึภกภาตภูมิใจตัวเอง”



มาตรวัดคุณค่า

ธรรมะเป็นของไม่ตาย ธรรมะคือความจริง ถ้าจิตใจของเรายอมรับความจริง น้อมความจริงเข้ามาในจิตใจของเราและปฏิบัติตาม จะทำให้ชีวิตของเรามีคุณภาพมากขึ้น คุณภาพคืออะไร ในสมัยนี้มีความสับสนกันมากระหว่างค่าหรือคุณค่า สิ่งที่มีค่าและราคา ในเมื่อสังคมปัจจุบันหนักไปในทางวัตถุ หนักไปทางการบริโภค คนมักก็จะถือว่าราคาเป็นเครื่องวัดคุณค่า สิ่งใดราคาแพงๆ ก็จะได้ว่าสิ่งนั้นมีคุณค่ามาก ทำให้คนส่วนใหญ่วัดประโยชน์วัดคุณค่าของสิ่งต่างๆ ด้วยราคา

อาตมาเคยพาคณะญาติโยมไปเดินป่าที่วัดภูจ้อยร่มก้อม ซึ่งเป็นสาขาของวัดปานานาชาติ วัดนั้นติดแม่น้ำโขง มีหินก้อนใหญ่ๆ วางระเกะระกะมาก หลายๆ ก้อนมีรูปร่างแปลกประหลาด สวยงามมาก วันที่พาคณะไป มีโยมคนหนึ่งเห็นหินสวยงามที่เห็นต้องอุทานออกมาว่า “ดูซิ หินก้อนนั้นเอาไปขายกรุงเทพฯ คงได้หลายตั้งค์” เขาอยู่ท่ามกลางธรรมชาติแท้ๆ แต่จิตใจยังอยู่กับเงินกับทอง เดินผ่านก้อนหินสวยๆ ก็ต้องตีออกมาเป็นราคา

ทุกวันนี้เรามักจะมองข้ามความสำคัญของสิ่งที่ตีราคาไม่ได้ เอาเงินเอาทองเป็นเครื่องวัด วิทยาศาสตร์ก็เหมือนกัน ให้ความสำคัญเฉพาะสิ่งที่วัดได้ ปัจจุบันถ้าวัดไม่ได้ก็ไม่ถือว่าเป็นของวิทยาศาสตร์ สิ่งใดไม่ได้ อยู่ในขอบข่ายของวิทยาศาสตร์ ก็บอกว่าเป็นเรื่องเหลวไหล เป็นเรื่องไร้แก่นสารสาระ โชคดีธรรมชาติยังเป็นอิสระจากความโลภของมนุษย์ พระอาทิตย์ตกดิน เสียงชะนีร้องกันกลางป่า ยังเป็นของบริสุทธิ์อยู่

คุณค่าของคนก็เช่นเดียวกัน เราจะเอาวัดวัดคนได้หรือ คนที่เคยทำงานเคยถือว่าชีวิตของตนเองมีคุณค่า เพราะทำงานเพราะมีเงินเดือน พอเกษียณแล้วไม่ทำงานแล้ว ก็รู้สึก่วาชีวิตไม่มีค่าเสียแล้ว เป็นภาระแก่คนอื่น เพราะไม่ได้ทำงานไม่มีเงินเดือน เป็นภาระแก่ลูกหลาน นี้เรียกว่าคิดผิด เพราะคุณค่าของชีวิตไม่ได้อยู่ที่เงินเดือน คุณค่าของชีวิตอยู่ที่สิ่งที่ดึงดูดใจภายในจิตใจของเรา อยู่ที่สิ่งที่ดึงดูดใจที่เรากระทำด้วยกาย ด้วยวาจา เมื่อเป็นเช่นนั้นเราจึงถือได้ว่าชีวิตของเรามีคุณค่าได้จนถึงลมหายใจสุดท้าย

ตราบใดที่เรายังมีชีวิตอยู่ เรายังมีโอกาสละสิ่งที่ไม่ดี มีโอกาสทำสิ่งที่ดีที่งามที่เป็นประโยชน์ สิ่งที่ทำให้ตนเองมีความสุข ทำให้ผู้อื่นมีความสุขได้ตลอดเวลา

ขณะทำงานทางโลกเรามีภาระหน้าที่มากมาย เมื่อมีอายุมากขึ้น น่าจะเป็นโอกาสที่ดีที่เราจะได้ทำงานส่วนตัวมากขึ้น พุทธศาสนาเราถือว่าตายแล้วไม่สูญ ถือว่ายังมีกิเลสอยู่ ก็ต้องเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสาร การเวียนว่ายตายเกิดนั้นไม่เป็นไปตามยถากรรม ไม่เป็นไปตามพรหมลิขิต ไม่เป็นไปตามดวง แต่เป็นไปตามกฎแห่งกรรม

กรรมคือการกระทำทางกาย วาจา ใจ ที่ประกอบด้วยความตั้งใจ กรรม คือ การกระทำที่มีผล โดยมีหลักง่ายๆ ว่า *การทำให้ได้ดี การทำชั่วได้ชั่ว* เป็นหลักตรงไปตรงมา ขอให้คอยสังเกตว่าเมื่อไรเราทำความดี เราก็รู้สึกที่ดีทันที เอาแค่นั้นก็พอ จะเข้าใจได้ เราจะเห็นได้ชัดว่าเรามีความรู้สึกที่ดีอยู่ภายใน ไม่ใช่มีความสุขเพราะคนอื่นยอมรับ คนอื่นสรรเสริญ คนอื่นเห็นบุญคุณของเรา นั่นเป็นอีกเรื่องหนึ่งต่างหาก

เมื่อเราทำความดีด้วยจิตใจบริสุทธิ์ ในขณะที่นั้นจิตใจของเรามีคุณภาพ ทำให้เรารวยขึ้นทันที คือ มีอริยทรัพย์เพิ่มมากขึ้น แต่ทรัพย์ประเภทนี้ไม่ใช่ของเราคนเดียว เนื่องจากว่าเราเป็นส่วนหนึ่งของหมู่มนุษย์ เมื่อความดีของคนคนหนึ่งเพิ่มขึ้น ความดีของโลกก็เพิ่มขึ้นไปด้วย ความดีของมนุษย์เป็นของศักดิ์สิทธิ์เพิ่มขึ้นอีกนิดหน่อยก็ยังน่าชื่นใจ

เมื่อเรามีอายุมากขึ้น เราก็ควรตั้งอกตั้งใจทำแต่
 สิ่งที่ดี พุดแต่สิ่งที่ดี ผูกจิตให้น้อมไปในสิ่งที่ดีงาม การ
 เพิ่มคุณภาพชีวิตของตนเอง เพื่อเพิ่มคุณงามความดี
 ในโลกนี้ไว้ ทำให้ชีวิตเรามีเป้าหมาย มีคุณค่าทุกวัน
 ทุกเวลา มีงานต้องทำ ถ้าเรายังมีนิสัยใดที่ยังไม่ค่อย
 เรียบร้อย ไม่ใช่ที่เราจะต้องยอมรับ เพราะนิสัยต่างๆ
 ไม่ใช่ของดั้งเดิมของจิตใจ แต่เกิดจากการกระทำ

เราทำสิ่งใดบ่อยๆ สิ่งนั้นก็กลายเป็นความ
 เคยชิน นานๆ เข้าความเคยชินก็จะกลายเป็นนิสัย
 นิสัยต่างๆ เป็นสิ่งที่เราเคยสนับสนุนจนกลายเป็นบุคลิก
 แต่ไม่ใช่ว่าจะต้องเป็นอย่างนั้นตลอดไป เรายังสามารถ
 แก้ไขได้ ชอบโกรธคนนั้น โกรธคนนี้อยู่เรื่อย โกรธง่าย
 โกรธทุกวัน ไม่นานก็กลายเป็นคนขี้โกรธ ถ้าเราฝึก
 ตนเองมุ่งมั่นระงับความโกรธ ตั้งอกตั้งใจขณะมัน ไม่ต้อง
 สงสัย ความโกรธก็จะค่อยลดน้อยลง เราจะเห็นชัดว่า
 ไม่มีสิ่งใดเลยที่ตายตัว แก้ไม่ได้

สิ่งทั้งหลายในโลกนี้อยู่ได้เพราะมีอาหาร อารมณ์
 ต่างๆ ก็เช่นเดียวกัน ถ้ามีใครเคยทำให้เราเจ็บใจ เราก็
 ชอบนำเรื่องนั้นๆ มาคิดมาปรุงมาแต่ง ด้วยความน้อยอก
 น้อยใจ ความคิดปรุงแต่งนั้นแหละ คือ อาหารของ
 ความโกรธแค้น ต้องทรมานมันบ้าง ให้มันอดอาหารดูซิ
 ว่าจะอ่อนลงไหม

ในทำนองเดียวกัน ผู้ต้องการสร้างคุณงามความดี

ควรรู้จักอาหารของความดี บำรุงจิตใจด้วยอาหารนี้ บ่อยๆ ความดีต้องเจริญแน่ มันไม่เหลือวิสัยของใคร หรือก แต่ต้องทำถูกวิธี ลองสังเกตดูว่าความสนใจรับรู้ แต่สิ่งที่ทำให้พวกเราแตกต่างกันมีผลคือ**การเพ่งโทษ** ความรู้สึกว่าเป็นเราว่าเป็นเขารุนแรงขึ้น ผู้ที่พยายาม เสริมสร้างชาตินิยม หรือศาสนานิยม มักจะเน้นในสิ่งที่ ทำให้ความรู้สึกว่าเราว่าเขาเข้มข้นมากขึ้น

ส่วนพระพุทธศาสนาแนะนำในทางตรงข้ามคือ **ยอมรับความหลากหลายของโลก แต่ชวนให้มองในสิ่งที่ทำให้คนเราเหมือนกัน ท่านชี้ให้เห็นว่าจริงๆ แล้ว เราเป็นเพื่อน เพื่อนเกิด เพื่อนแก่ เพื่อนเจ็บ เพื่อนตาย** ไม่ว่าเราเป็นคนไทย เราเป็นคนอังกฤษ เป็นคน อัฟกานิสถาน คนอาหรับ เราเป็นคนสีผิวอะไร อยู่ที่ไหน ก็ตาม เราเป็นเพื่อนในความเกิด เพื่อนในความแก่ เพื่อนในความเจ็บ เพื่อนในความตาย ทุกๆ คน

ถ้าเราคิดพิจารณาในทางนี้บ่อยๆ ทุกๆ วัน ความรู้สึกที่เราว่าเขา ก็จะลดน้อยลง ซึ่งพิสูจน์ให้เราเห็นว่า ความคิดการมอง มีผลต่อความรู้สึก หรืออารมณ์ของเรา อย่างไรก็ตาม ทัศนิกความเห็นเป็นอาหารสำคัญของอารมณ์ ดังนั้น จึงควรระวังจิตของเราให้มาก **นักปราชญ์สอนว่า อยู่กับคนอื่นให้ตั้งสติอยู่กับการพูด อยู่คนเดียว ให้ตั้งสติที่จิตใจ ไม่ปล่อยใจให้ปรุ่งแต่งไปในทางที่ เศร้าหมอง**

แปลกดีนะ คนเราไม่ค่อยอยากอยู่ในปัจจุบัน อายุยังน้อย ยังเป็นหนุ่มเป็นสาว จิตใจชอบอยู่กับอนาคตมาก วางแผนอนาคตว่าจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ อายุมากขึ้นความสุขในการปรุงแต่งเรื่องอนาคตก็อ่อนลง เริ่มมีความสุขอยู่กับการระลึกถึงเรื่องเก่าๆ กลายเป็นคนชอบอยู่ในอดีต ใครอยากรู้ว่าตัวเองแก่หรือยัง ก็ให้ลองดูความคิด ถ้าชอบคิดเรื่องอนาคตมาก แสดงว่ายังหนุ่มยังสาวอยู่ ถ้าชอบเรื่องเก่าเรื่องอดีตมากกว่า ถือว่าแก่แล้ว

อย่างไรก็ตาม พุทธศาสนาถือว่าไม่ต้องหนุ่มต้องสาว ไม่ต้องแก่หรือชรา ให้อยู่ตรงทางสายกลาง คือปัจจุบันดีกว่า แล้วเหมือนไม่มีอายุ ให้อยู่ในปัจจุบันกับสิ่งที่ เป็นหน้าทีในปัจจุบัน ให้สร้างผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ในปัจจุบัน จิตใจของเราที่สดชื่นอย่างน่าอัศจรรย์ ไม่ต้องไปหงุดหงิดรำคาญใคร ไม่ต้องไปโกรธใคร ไม่ต้องไปน้อยใจใคร ไม่ต้องไปหวงแหนใคร เมื่อรู้จักปล่อยวาง อารมณ์ต่างๆ ที่ทำให้จิตใจเราเศร้าหมอง รู้จักอยู่ในปัจจุบัน จิตใจเราก็มีความสุข ให้รักษาคุณภาพของจิตใจเอาไว้

พุทธศาสนาสอนให้เราฉลาดในเรื่องความสุข ในปัจจุบันนักธุรกิจทั้งหลายอยากให้เราเข้าใจว่า ความสุขอยู่ที่การบริโภค คนที่ไม่ปฏิบัติธรรมมักจะเชื่อ เพราะไม่เคยศึกษาในเรื่องความสุข แต่คนที่ปฏิบัติธรรม

สัมผัสกับธรรมชาติของความสุข ธรรมชาติของ ความทุกข์อย่างชัดเจนแล้ว ไม่หลง กล้าปล่อย ความสุขชั้นหยาบบ้าง เพื่อมุ่งหน้าไปในข้อวัตร ปฏิบัติที่นำไปสู่ความสุขที่แท้จริงได้ ะมัดระวังไม่ให้ จิตใจหลงไหลในสิ่งที่ดึงดูดไปสู่ความทุกข์ได้ วุฒิภาวะ ของคนเรา การเป็นผู้ใหญ่ของเรา อยู่ที่การบริหาร อารมณ์ของตนได้ สามารถห้ามจิตใจจากสิ่งที่เป็นพิษ เป็นภัยได้ โดยไม่ต้องมีคนอื่นบังคับ มีความละเอียด ต่ออบาปความเกรงกลัวต่ออบาปเป็นที่พึง มีสติเป็นที่พึง มีปัญญาเป็นที่พึง สงบ เยือกเย็น อย่างนี้ ชีวิตดีขึ้น ทุกวัน คือ มีอริยทรัพย์เพิ่มขึ้น เรียกว่ารวยขึ้นทุกวัน

เราทุกคนอายุเท่าใดก็แล้วแต่ อายุครบเจ็ดสิบ แปดสิบปี สิ่งไม่ดีไม่งามเราก็ค่อยๆ ปล่อยไป วางไป เพราะไม่รู้จะเก็บไว้ทำไม ไม่ได้เอาแต่ราคา ไม่ได้เอาแต่ คุณค่าทางโลก ชีวิตของเรามีคุณค่า

ขอถามตัวเองจริงๆ ว่าเราต้องการอะไรจากชีวิตนี้ เรามีเป้าหมายชีวิตทางด้านคุณธรรมชัดเจนหรือไม่ ถ้ามี แล้ว สิ่งที่เรากำลังดำเนินอยู่ทุกวันนี้ตรงกับเป้าหมาย ของเราหรือไม่ โอกาสที่เราจะหลงทางมีมาก เพราะ การหลงทางของเรามักจะไม่ใช่ว่าเราตั้งใจ เลี้ยวซ้าย แล้วหลงเลี้ยวขวา แต่ว่าจะเป็นในลักษณะ ว่าเดินตามทาง แล้วก็เหวี่ยงไปจากทางวันละเล็ก

วันละน้อย วันละไม่กี่เซนติเมตร ไม่ถึงเมตร จนนานๆ เข้ามันก็ผิดทางหลายร้อยเมตร สุดท้ายตั้งใจจะไปทางเหนือ ออกมากลายเป็นว่าไปทางตะวันตกก็ได้ หรือกลับไปทางทิศใต้ก็ได้ เพราะว่ามันจะออกจากทางที่ละเล็กที่ละน้อย

เราควรจะต้องรู้จักวันวรรคชีวิต เหมือนกับเราเขียนหนังสือ เราต้องรู้จักวันวรรค วันวรรคหนังสือแล้วจึงจะอ่านได้ ชีวิตของเราต้องมีการหยุด ต้องมีการทบทวนว่าเรากำลังทำอะไรอยู่ เพื่อเราจะได้เห็นตนเอง ชีวิตของเราจะมีความสุขที่แท้จริงก็อยู่ที่คุณภาพของชีวิต อยู่ที่ความรู้สึกภาคภูมิใจตัวเอง

ถ้าวันไหนก่อนนอนเราทบทวนสิ่งที่เราได้ทำวันนี้ รู้สึกว่าวันนี้ไม่ได้ทำอะไรเลย ไม่ได้พูดสิ่งใดเลยที่สร้างความทุกข์ความเดือดร้อนแก่ใครเลย ไม่มีการเบียดเบียนตน ไม่มีการเบียดเบียนผู้อื่น ถ้าครูบาอาจารย์ที่เราเคารพนับถือ ท่านได้ทราบที่เราทำอะไรไปบ้าง ท่านคงไม่มีอะไรที่จะตำหนิเราได้ เมื่อเราตรวจศีลของเรา ระลึกถึงคุณงามความดีที่เราได้ทำวันนี้ เราก็มีความสุขมากๆ ยิ่งขึ้น


เราระลึกว่าวันนี้ได้ทำวัตรสวดมนต์ ได้ทำจิตใจให้สงบสดชื่นเบิกบานด้วยสมาธิภาวนา ได้สร้างประโยชน์

แก่ครอบครัว ได้สร้างประโยชน์ที่ทำงาน ได้ทำหน้าที่
 ของตนอย่างไม่บกพร่อง คิดอย่างนี้เป็นแล้วก็มีความสุข
 มาก ความสุขนี้ไม่ต้องจ่ายเงิน ไม่ต้องบริโภค ไม่ต้องไป
 ซื้อสิ่งใดเลยถึงจะได้ เพราะเป็นความสุขที่เกิดขึ้นจาก
 ความเพียรพยายามของเรา


วันนี้あたมาจึงขอฝากข้อคิด เรื่องคุณภาพชีวิต
 เอาไว้ ขอให้เห็นว่าคุณภาพชีวิตเกิดจากคุณภาพของ
 การกระทำของเราด้วยกาย ด้วยวาจา ด้วยใจ มองเป็น
 ศิลปะก็ได้ เราต้องเป็นศิลปินด้วยการแกะสลักชีวิต
 ของเราให้งดงามขึ้นทุกวัน ๆ ซึ่งเป็นศิลปะที่ลึกซึ้งมาก
สิ่งที่สร้างสรรค์นั้นคือตัวชีวิตที่งาม ดีราคาในตลาด
 ไม่ได้ วัดคุณค่าด้วยเงินก็ไม่ได้ ต้องใช้เครื่องวัดของ
 พระพุทธเจ้า เป็นหลักที่แน่นอน และบริสุทธิ์ ไม่ยุ่งเกี่ยว
 กับกิเลส

สุดท้ายนี้ ขออวยพรให้ทุกคนอยู่ด้วยความสุข
 กายสบายใจ ปราศจากภัยทั้งหลายทั้งปวง ขอให้อยู่ด้วย
 ความสามัคคีกัน มีความเห็นอกเห็นใจกัน มีการ
 ให้อภัยกัน ขอให้มีความสุขทุกประการ ตลอดกาลนาน
 เทอญ^๒

^๒ ธรรมเทศนาแสดงแก่คุณแม่แสงเงิน จีระพันธ์ ที่บ้านคุณพินดา จันททรัพย์
 เมื่อวันที่ ๑๕ ตุลาคม ๒๕๔๔



“...เราต้องมั่นทุกสิ่งทุกอย่าง
แต่ที่สำคัญต้องมั่นกับขานมิตร
ดีอ เราต้องพยายามปลูกฝัง
ศรัทธา สัก จาคะ มัชฌิมา
ในจิตใจของลูก
และเราต้องมี มัชฌิมา
ในการเลี้ยงลูกด้วย”



การเลี้ยงลูก

ขอนมัสการหลวงพ่อกุ และแสดงความเคารพต่อ
พระเถระ พระอนุเถระทุกรูป ขอแสดงความเคารพต่อ
เพื่อนสหธรรมิกทุกๆ คน ขอเจริญพรญาติโยมทุกๆ คน

วันนี้มีโอกาสมาแสดงธรรมและให้ข้อคิดเกี่ยวกับการเลี้ยงลูก ซึ่งความจริงเป็นโอกาสที่เหมาะสมสำหรับ
อาตมาเอง เพราะเพิ่งมาถึงวัดอมราวดี^๓ เมื่อวานนี้
เหมือนกัน ก่อนนั้นกลับไปอยู่ที่บ้านประมาณอาทิตย์
หนึ่ง เมื่อวานนี้ ระหว่างที่นั่งรถกลับมาวัดอมราวดีนั้น
อาตมานั่งคุยกับโยมแม่ถึงเรื่องสมัยก่อน เมื่ออาตมา
ยังเป็นเด็กอยู่

โยมแม่บอกว่าถ้าแม่มีโอกาสที่จะมีชีวิตใหม่ หรือ
ที่จะดำเนินชีวิตเสียใหม่ คิดว่าจะไม่เปลี่ยนลูกเลย
ลูกสามคนเป็นที่พอใจของแม่มาก แต่ถ้าจะเปลี่ยนคงจะ
เปลี่ยนตัวเองเสียมากกว่า โดยเฉพาะรู้สึกว่เมื่อก่อนแม่
จุกจิกจู้จี้กับเรื่องเล็กๆ น้อยๆ มากเกินไป เพราะตอนนั้น
แม่ประมาท ไม่ได้คิดว่าอีกไม่กี่ปี ลูกจะต้องจากไป

^๓ ประเทศอังกฤษ

ลูกคนที่สองจะต้องไปอยู่เมืองไทย ๑๒ ปี เห็นหน้ากันแค่สองสามครั้ง

เมื่อก่อนนั้นไม่ค่อยได้คิดเรื่องอนาคต หมกมุ่นและกังวลแต่ความบกพร่องเล็กๆ น้อยๆ เช่นเรื่องว่าลูกแต่งตัวอย่างไร ผมของลูกยาวเกินไป ลูกแต่งตัวเกะกะไม่เรียบร้อย เรื่องเล็กก็กลายเป็นเรื่องใหญ่ เราเลยเสียเวลากับอารมณ์ที่เศร้าหมอง แล้วต่อมานานๆ จึงได้พบกันครั้งหนึ่ง ก็รู้สึกเสียตายเป็นสมัยก่อนเราไม่ได้ใช้เวลาให้ดีกว่านั้น

อาตมาก็นั่งชมแม่ว่าเป็นผู้ที่เป็นผู้ที่เป็น คือคิดไม่เข้าข้างตัวเอง ไม่โทษสิ่งภายนอก แต่โทษความประมาทของตัวเอง แต่ว่าความคิดของแม่อย่างนี้ไม่ถึงกับเป็นปัญญา เพราะ**ปัญญาคือความรู้เท่าทัน และความรู้ของโยมแม่ในครั้งนี้อย่างนี้ไม่ทันเหตุการณ์**

อาตมาเองก็รู้สึกว่ สมัยยังอยู่ที่บ้านเราดีอรั้นในเรื่องเล็กๆ น้อยๆ สร้างความทุกข์ให้กับพ่อแม่ เพราะไม่ยอมละทิ้งความคิดเห็นของตัวเอง

ส่วนมากความรู้ของมนุษย์เรา มักจะเป็นในลักษณะนี้ คือว่าผิดพลาดแล้วจึงค่อยสำนึกตัว ในทางพระพุทธศาสนา เราต้องการความรู้เท่าทันอยู่ในปัจจุบัน ไม่ปล่อยให้สายเกินแก้ การเลี้ยงลูกเป็นสิ่งสำคัญ แต่ว่า**ก่อนที่เราจะเลี้ยงลูกได้ เราต้องรู้จักเลี้ยงตัวเอง** ถ้าเรา

เลี้ยงตัวเองไม่ได้ เราจะเลี้ยงลูกไม่ได้เหมือนกัน ความรู้สึกต่อลูกเป็นความรู้สึกที่พิเศษ

อาทิตย์ที่แล้วอาตมานั่งดูทีวีกับน้องชายและลูกสองคนของเขา (หลานของอาตมา) ทางทีวีออกข่าวว่าคนบังกลาเทศเสียชีวิตเกือบสองสามแสนคน เราก็นั่งดูทีวีอยู่เฉยๆ พอดีหลานตัวเล็กๆ ไปชนกับเก้าอี้ร้องไห้ อาตมาตกใจสงสารหลาน แต่เราดูทีวีด้วยกันเห็นภาพคนเสียชีวิตเป็นแสนรู้สึกเฉยๆ อาตมาเลยได้ความคิดเกี่ยวกับความรู้สึกกับคนในครอบครัวว่า คนตายเป็นแสนไม่เจ็บใจไม่สงสาร เท่าคนที่เรารักซึ่งร้องไห้ด้วยเรื่องเล็กๆ น้อยๆ

ความรักหรือความรู้สึกอันนี้เป็นสิ่งที่เราต้องพัฒนาเหมือนกัน ความรักเป็นสมุทัยก็ได้ หรือเป็นมรรคเป็นทางไปสู่ความดับทุกข์ก็ได้ นั่นก็แล้วแต่สติปัญญาของเรา การที่พระพุทธองค์ให้พระภิกษุสามเณรประพฤติพรหมจรรย์ ไม่ต้องการให้พระมีครอบครัวก็เพราะว่าความรักมักจะเป็นอุปสรรคต่อเมตตา ถ้าเรารักอย่างโง่ๆ รักโดยไม่มีสติปัญญากำกับอยู่ ความรักนั้นมักจะทำให้เราแบ่งแยก มักจะทำให้เรามองคนที่เป็นศัตรูต่อคนที่เรารักว่าเป็นศัตรูของเรา คนอื่นมาชมหรือมาช่วยคนที่เรารัก เราก็ชอบเขา แต่ถ้าคนอื่นมาตีตีเยน

คนที่เรารัก เราก็เกลียดเขา ชีวิตกลายเป็นชีวิตแห่งความรักและความเกลียดเพราะผู้ที่เรารัก

ความรักที่เข้มข้นที่เรามีต่อลูกของเราโดยเฉพาะ มักจะเป็นความรักที่ตาบอด เราบรู้อยู่ว่าไม่วันใดวันหนึ่ง เราต้องตายจากเขา เราไม่ตายจากเขา เขาก็ต้องตายจากเรา เราบรู้อยู่ แต่ที่เราไม่ชอบคิดอย่างนั้น เพราะกลัวว่าถ้าเราคิดอย่างนั้นบ่อยๆ เราจะหดหู่ใจ เราจะไม่สบายใจ เราเลือกชีวิตที่เพิลิดเพิลินกับความรัก ที่ไม่ยอมรับความจริงแห่งความไม่เที่ยง ความรักอย่างนี้ไม่มีวันที่จะเลื่อนขั้นเป็นเมตตาได้ เมตตา คือความรักที่ยอมรับความจริง

ฉะนั้นในการเลี้ยงลูก คำแนะนำข้อแรกที่จะขอฝากไว้ นั่นคือ **อย่าประมาท อย่าลืมความตาย** อย่าลืมว่าตัวเองต้องตาย อย่าลืมว่าลูกต้องตาย และลูกอาจจะตายก่อนเราก็ได้ ชีวิตเป็นของไม่แน่นอน ลูกที่ตายในท้องแม่ก็มี คลอดออกมาจากท้องแม่แล้วตายก็มี ที่อยู่หนึ่งปีก็มี สองปีก็มี ห้าปีก็มี ยี่สิบปีก็มี เรื่องชีวิตเราไม่มีมาตรฐาน การที่เราคิดว่าลูกของเราควรจะอยู่ถึงอายุ ๗๐ หรือ ๘๐ อย่างนี้ เป็นความคิดที่ไม่ฉลาด

ถ้าเราเห็นว่า **ชีวิตเป็นสิ่งที่ไม่แน่นอน** จะเห็นว่าแต่ละวันแต่ละนาที่ีมีความหมายและมีค่าด้วย เมื่อเรา

เห็นค่าของเวลา เมื่อเราเห็นว่าเวลาเป็นสิ่งที่เราจับไว้ไม่ได้ เป็นสิ่งที่เราบังคับให้หนึ่งไม่ได้ เวลาเป็นสิ่งที่แปรปรวน เป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เราจะมีความคิดที่จะให้ และความคิดที่จะใช้เวลานั้นเพื่อสร้างประโยชน์ และสร้างความสุขทั้งแก่ตัวเองด้วยและแก่คนอื่น คือ คู่ครองและลูกหลานของเราด้วย เราจะเห็นว่า เราไม่มีเวลาที่จะไปโกรธเขาแล้ว เราไม่มีเวลาที่จะไปอิจฉาใครแล้ว เราไม่มีเวลาสำหรับอารมณ์ที่เบียดเบียนตัวเอง และเบียดเบียนผู้อื่น

เราจะเห็นหน้าที่ของเรา คือการสร้างความสุข และการสร้างสิ่งที่เป็นประโยชน์อันแท้จริงต่อชีวิตของเราและทุกๆ คนที่อยู่รอบข้างเราด้วย และเราต้องคอยปรับความรู้สึกต่อคนอื่นให้มันเป็นธรรม ให้มันสอดคล้องกับหลักธรรมให้มากที่สุดที่เราจะทำได้ เมตตานั้นไม่ต้องการสิ่งตอบแทน ถ้าเรายังต้องการสิ่งตอบแทน มันก็ยังไม่เป็นเมตตา คือมันยังเป็นความรักที่เป็นสมุทัย เราก็ต้องพยายามพัฒนาความรัก

การเลี้ยงตัวเอง ถ้าเราแยกออกไปแล้วก็อาจจะสรุปได้ว่า เป็นเรื่องของภรรษาและเรื่องการทำเพ็ญ เราละสิ่งที่ควรละ ทำเพ็ญสิ่งที่ควรทำเพ็ญ สิ่งที่ไม่ดีไม่งามที่ยังไม่เกิดขึ้นในจิตใจของเรา เราก็ป้องกันไม่ให้

มันเกิด ที่เกิดขึ้นแล้วก็พยายามละ พยายามขจัดให้ได้
สิ่งที่ดีงามที่ยังไม่เกิดก็พยายามสร้างให้มีขึ้น สิ่งที่เกิดขึ้น
แล้วก็บำรุง พยายามทำให้มาก เจริญให้มาก ให้ถึงพร้อม
นี่ก็เป็นความเพียรในเรื่องของตัวเอง ในเรื่องการสัมพันธ์
กับคนอื่น สิ่งที่สำคัญคือเราต้องเป็นตัวอย่างที่ดี

ทุกวันนี้รู้สึกว่าคุณพุดเรามีน้อย แต่ “ชาว
พุด” มีมาก เราพุดมากไป แต่ทำน้อยไป ต้องการให้
ลูกเคารพเรา แต่เราไม่ทำสิ่งที่น่าเคารพ ไม่พุดสิ่งที่
น่าเคารพ ต้องการความเคารพแต่ไม่ต้องการเป็นที่
เคารพ แล้วมีแต่บ่นว่าทุกวันนี้ลูกไม่รู้จักบุญคุณของ
พ่อแม่เลย บุญคุณของพ่อแม่เป็นสิ่งที่เราจะตอบแทน
ได้ยากมาก แต่ในที่นี้พ่อแม่ต้องเป็นพ่อแม่ที่ควรแก่
ชื่อและตำแหน่งว่าพ่อแม่ ถ้าเราไม่ทำหน้าที่เป็นพ่อ
ที่ลูกต้อง เราก็ไม่เป็นพ่อ เราไม่ทำหน้าที่ของแม่ เราก็
ไม่เป็นแม่

ถ้าเราไม่เป็นแม่ด้วยการกระทำ ไม่เป็นพ่อด้วย
การกระทำ แล้วเราจะไปเรียกร้องความกตัญญูกตเวที
จากลูกได้อย่างไร อันนี้ก็เป็นข้อคิดเหมือนกัน **เราเป็น
อะไร เราก็เป็นด้วยการกระทำ** เราเป็นชาวพุด
ก็เหมือนกัน เราไม่ใช่ชาวพุดเพราะบัญชี เราไม่ใช่
ชาวพุดเพราะอ้างชื่อว่าเป็นชาวพุด เราไม่ใช่ชาวพุด

โดยสายเลือด ทุกวันนี้มีหลายคนบอกว่าฉันเป็นชาวพุทธ
โดยสายเลือด

อาตมาเคยยกตัวอย่างโดยสมมติว่า เราอยากเป็น
หมอ แล้วเราไปเสนอตัวที่โรงพยาบาล เขาถามว่า
จบมาจากไหน จบมาจากศิริราชหรือจบมาจากจุฬาฯ
เราบอกว่าไม่ได้จบมาจากไหน แล้วคุณเป็นหมออย่างไร
เป็นหมอด้วยสายเลือด พ่อเป็นหมอ แม่เป็นหมอ
ฉันเป็นหมอเพราะพ่อแม่ฉันเป็นหมอ อันนี้เราคงจะ
ทำงานกับเขาไม่ได้ เขาไม่เอาหรือกอย่างนี้ คือเรา
เป็นอะไร เราก็เป็นด้วยการกระทำ

เราเป็นชาวพุทธด้วยการกระทำ มีความพากเพียร
พยายามด้วยความจริงใจที่จะแสวงหาความจริง ที่จะ
ปล่อยวาง สิ่งที่เราใส่แก่นสารสาระในชีวิต ที่จะละสิ่งที่
ท่านแนะนำให้เราละ และบำเพ็ญสิ่งที่ท่านสอนให้เรา
บำเพ็ญ อย่างนี้เรียกว่าเป็นชาวพุทธ ไม่ใช่เราจะไม่มี
กิเลส ก็มีเหมือนกัน ก็ธรรมดา แต่เราไม่หมกมุ่นในกิเลส
ของตัวเอง เราต้องพยายามกำหนดรู้กิเลส ว่าเป็นกิเลส
และต้องพยายามฝืน พยายามอดทนต่อกิเลส

ในชีวิตของชาวพุทธต้องพร้อมด้วยการให้ทาน
ด้วยการรักษาศีล และด้วยการภาวนา ที่นี้เรื่องการ
ภาวนาเป็นเรื่องที่สำคัญ คือเรามักจะมีความอยาก

มักจะมีความต้องการ ความวิตกกังวล ความหวาดกลัว หลายๆ อย่าง ที่เราไม่ยอมรับที่มันคุกรุ่นอยู่ในใจ แต่ว่า มันมักจะออกใบในการกระทำและการพูดของเราโดยที่เรา ไม่รู้สึกตัว

ในทางพระพุทธศาสนาเรามีการสอนเรื่องทาง สายกลาง ทางสายกลางก็อยู่ที่การกระทำ การพูด การคิด ที่เป็นไปเพื่อการหลุดพ้นจากความบีบคั้น ของกิเลส แต่ทางที่เราเรียกว่าสุดโต่ง ก็มีทางแห่งการ หมกมุ่นกับทางแห่งการเก็บกด เรามีอารมณ์อะไรเกิดขึ้น มา เก็บกดก็สุดโต่ง หมกมุ่นก็สุดโต่ง ทางสายกลางก็รับรู้ รับรู้แล้วอดทน อดทนจนกระทั่งสิ่งนั้นหมดฤทธิ์ แล้วมันก็ เปลี่ยนแปลง แล้วก็ดับไป

ทีนี้ถ้าเรายังปล่อยวางไม่เป็น หรือไม่มีการ ฝึกอบรมในการปล่อยวาง ก็ยากที่เราจะอยู่ในทาง สายกลางได้ คือ จิตจะเอียงไปทางเก็บกด หรือเอียงไป ทางหมกมุ่น ถ้าเราเก็บกดหรือหมกมุ่นแล้ว จะไม่สามารถที่จะเห็นอารมณ์ของเราตามความเป็นจริง พระพุทธองค์จึงแนะนำให้เราฝึกจิตให้มีความสงบ ความสงบที่เราต้องการนี้ไม่ใช่ความสงบซื่อๆ แต่เป็น ความสงบที่ประกอบด้วยปัญญา ความสงบที่ควรแก่ การงาน งานที่นี้คือ การพิจารณาการสอดส่องดูแล

อารมณ์ของตัวเองเพื่อจะให้เห็น เพื่อจะได้สัมผัส
ความจริงที่ว่าอารมณ์ไม่ใช่จิต จิตไม่ใช่อารมณ์

เมื่อเราเห็นอารมณ์ตามความเป็นจริงแล้ว เราจะ
ได้ปล่อยวาง เราจะมีความรู้สึกหน่ายหน่ายในความ
ยึดมั่นในอารมณ์ว่าเป็นเรา เป็นของเรา แต่ถ้าจิตยัง
ไม่สงบ เราไม่มีการฝึกจิตให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว
ที่เรียกว่าสมณะกรรมฐาน จิตจะไม่มี ความเข้มข้นพอ
ที่จะปล่อยวางอารมณ์ได้ พอที่จะเห็นอารมณ์ตามความ
เป็นจริงได้

อานิสงส์ของการฝึกสมาธิในลักษณะนี้เราจะเห็น
ได้ชัดในการเลี้ยงลูกด้วย เพราะว่าคนที่ยังไม่รู้จักตัวเอง
ยังไม่เห็นตัวเอง มักจะใช้ลูกเพื่อตอบสนองความต้องการ
ที่อยู่ใต้สำนึกของตัวเอง เช่น เรากลัวตาย แล้วก็ต้องการ
ให้ลูกเหมือนที่เราเรียกว่าสืบทตระกูล ที่นี้ส่วนมากที่เรา
อยากมีลูกสืบทตระกูล ก็เพื่อเอาชนะความตาย อันนี้ก็
ไม่เป็นไร

แต่ที่จะมีปัญหาคือว่า ถ้าเราเคยมีความผิดหวังใน
ชีวิตแล้วเรามีสิ่งที่เราอยากได้ แต่เราไม่ได้ บางทีเราจะ
มองลูกว่าลูกเป็นตัวแทนของเรา เราจะให้ลูกทำในสิ่ง
ที่เรามุ่งหวัง ในลักษณะอย่างนี้จะเห็นว่าเราไม่มีความ
เคารพในความเป็นมนุษย์ของลูก แต่เราเห็นลูกเป็น

สมบัติของตน การเห็นลูกเป็นสมบัติของเรานั้นเป็นบาป เราต้องเคารพในความเป็นมนุษย์ของลูก ลูกก็เป็นคน ลูกก็เป็นมนุษย์ แต่เป็นมนุษย์ที่ช่วยตัวเองยังไม่ค่อยได้ เราต้องเป็นพระพรหมของลูก เราต้องเป็นพ่อแม่ของลูก และเราต้องเป็นเพื่อนของลูกด้วย เราต้องเป็นทุกอย่าง ทุกอย่าง แต่ที่สำคัญต้องเป็นกัลยาณมิตร คือเราต้องพยายามปลูกฝังศรัทธา ศีล จาคะ ปัญญาในจิตใจของลูก และเราต้องมีปัญญาในการเลี้ยงลูกด้วย

บางคนมองการเลี้ยงลูกเหมือนกับการลงทุน เหมือนกับคนบางคนทำบุญ ด้วยหวังว่าจะได้นั้นจะได้นี้ อย่างที่เขาเรียกว่าเป็นการทำบุญค้ำกำไร ที่นี้การเลี้ยงลูกค้ำกำไรก็เหมือนกัน คือว่าเราเลี้ยงเขาก่อน เวลาแก่เขาก็จะเลี้ยงเราแทน อันนี้เขาเรียกว่าเป็นกิเลส และเป็นบาป แต่ขอให้เข้าใจว่าการที่เรียกว่าบาปไม่ใช่ การด่า หรือการประณาม แต่เป็นการชี้ให้เห็นว่าถ้าเรามีความคิดอย่างนี้แล้ว ความรู้สึกของเราต่อลูกจะไม่บริสุทธิ์ จะมีกิเลส จะมีความอยากได้แอบแฝงอยู่ในความรักนั้น จะไม่เป็นความรักที่ประกอบด้วยธรรมที่เราเรียกว่าเมตตา

เราต้องมีความหวังดีต่อลูก แต่ต้องพยายามงดเว้นความหวังดีจากลูก “หวังดีต่อเขาแต่อย่าหวังดี

จากเขา” อันนี้ก็ เป็นข้อคิดอีกข้อหนึ่ง เราเลี้ยงเขาเพราะ เป็นหน้าที่ของพ่อแม่ที่จะต้องเลี้ยง และเราจะต้องเลี้ยง ให้ดีที่สุด เพราะว่าการทำงานหน้าที่ของเราให้ดีที่สุด คือการ ปฏิบัติธรรม ในฐานะที่เราเป็นผู้ครองเรือน เราเอาสิ่งที่เป็น หน้าที่ของเราเป็นที่ปฏิบัติธรรม ไม่ใช่ว่าเราจะเลี้ยงลูก ให้โตก่อนแล้วจึงค่อยปฏิบัติธรรม

เราจะทำนั่นทำนี่ก่อนเราจึงค่อยปฏิบัติธรรม พลังนี้เราจะปฏิบัติธรรม วันนี้ยังไม่ไหว ยังยุ่งอยู่ ยุ่งอยู่ กับลูก ยุ่งอยู่กับงาน ยุ่งกับนั่น ยุ่งกับนี่ คือสิ่งที่จะมา ยุ่งกับเราไม่มีวันจบ ไม่มีวันสิ้นสุดหรอก ถ้าไม่เป็นลูก ก็เป็นหลาน เป็นนั่นเป็นนี่อยู่ตลอดเวลา คือ การที่จะรอ ให้สิ่งที่มายุ่งสงบลงก่อนจึงจะปฏิบัติธรรม ก็เหมือนกับ ว่าเราจะรอให้ทะเลหมดคลื่นก่อน เราจึงปฏิบัติธรรม มันไม่หมดหรอก

ความสงบ คือความพร้อมที่จะปฏิบัติ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับ สิ่งภายนอก แต่ขึ้นอยู่กับศรัทธาภายในจิตใจของเรา นี่แหละ คือการปฏิบัติธรรม **การเลี้ยงลูกคือ การปฏิบัติธรรม และการเลี้ยงลูกกับการเลี้ยงตัวเอง ต้องควบคู่กันไป** เหมือนกับประโยชน์ท่านประโยชน์ตน ประโยชน์ตนประโยชน์ท่านนี้อันเดียวกัน เราสร้าง ประโยชน์ตนให้ถูกต้อง ก็เป็นการสร้างประโยชน์ท่าน

ในขณะที่เดียวกัน การเลี้ยงลูกคือการเลี้ยงตัวเอง การเลี้ยงตัวเองก็คือการเลี้ยงลูก

ในการเลี้ยงลูก การช่วยเหลือลูก ต้องประกอบ ด้วยปัญญาเหมือนกัน ในขั้นพื้นฐานต้องมีขอบเขต คือศีล ทุกวันนี้โดยเฉพาะในเมืองไทย มีคนทุจริตมากที่อ้างว่าไม่ได้ทำเพื่อตัวเองแต่ทำเพื่อลูก อ้างความรักลูก เป็นเหตุให้ทำบาป ความรักลูกอย่างนี้ไม่ถูกต้อง เราชักลูกและความช่วยเหลือที่เราจะให้แก่ลูก ต้องอยู่ในขอบเขตแห่งศีลธรรม แล้วเราไม่ควรจะช่วยจนเกินไป

ถ้าเราเปรียบเทียบสังคมไทยกับสังคมตะวันตก รู้สึกว่าสังคมไทยอบอุ่นกว่ามาก แต่บางที่มันอบอุ่นจนกระทั่งลูกหายใจไม่ออกก็มี ลูกไม่มีความคิดริเริ่ม ไม่มีความคิดที่จะช่วยตัวเอง อาศัยแต่พ่อแม่ บางที่เด็กเมืองไทยบางราย อายุ ๒๐ - ๓๐ ก็เหมือนกับเด็กฝรั่ง ๑๕ - ๑๖ ปี อย่างนี้เป็นข้อบกพร่องของพ่อแม่ด้วย โดยเฉพาะในเรื่องลูกชาย รู้สึกว่าลูกชายเสียเปรียบผู้หญิงในเมืองไทย เพราะว่าลูกชายมักจะทำอะไรตามใจ พ่อแม่เอาใจลูกชายมากเกินไป จนกระทั่งไม่มีความอดทน

ขันติ เป็นเครื่องเผือกเลิศอย่างยิ่ง เพราะฉะนั้น พ่อแม่ด้วยความรักที่ขาดปัญญา ทำลายหรือบั่นทอน

ชั้นดีของลูกชายหรือของลูก ทำให้ลูกไม่มีโอกาสที่จะได้สร้างเครื่องเผากิเลส อย่างนี้จึงเสียเปรียบทางธรรม ลูกสาวค่อนข้างขี้หวงขี้หน้อย ผู้หญิงต้องมีความอดทนโดยธรรมชาติ พ่อแม่ก็ไม่ค่อยเอาใจใส่เท่าผู้ชาย อาตมาสังเกตที่วัดป่านานาชาติ ถ้าผู้ชายมาจากกรุงเทพฯ อยู่ไม่ค่อยได้ นอนกับพื้น ทำอะไรๆ ไม่เหมือนที่บ้าน ไม่มีใครซักผ้าให้ ไม่มีใครรับใช้ อยู่ไม่ได้ ผู้หญิงสบาย อันนี้อยู่ที่การเลี้ยงลูกเหมือนกัน เราต้องส่งสารผู้ชาย ทุกวันนี้ผู้ชายเสียเปรียบ

ท่านต้องรู้จักความพอดี และต้องมีปัญญาเห็นว่า พุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งปัญญา ทุกๆ เรื่องต้องมีปัญญากำกับอยู่ ในการเลี้ยงลูกนี้ก็ต้องการสร้างปัญญา ปัญญามันจะเกิดมาจากไหน เราก็มีอยู่ทุกคน ปัญญาเรามีอยู่ทุกคน แต่โดยปกติ ปัญญาดั้งเดิมของเรา ถูกความคิดปรุงแต่ง หรือถูกอารมณ์ที่ผิวเผินทับถมไว้

ถ้าเราฝึกสมาธิเป็นประจำ จนกระทั่งจิตใจเราถึงความสงบ ปัญญาที่มีอยู่แล้วโดยธรรมชาติ จะผุดขึ้นมา เหมือนกับเรามีไฟเลี้ยงอยู่ในใจ ปัญญาไม่รู้มาจากไหน มันมีอยู่ของมัน แต่ปกติเราฝังมันอยู่ในดิน เพราะเรามัวแต่สนใจเรื่องโลกภายนอก เรื่องอดีต เรื่องอนาคต เรื่องนั้นเรื่องนี้ แต่เมื่อปัญญาเกิดขึ้นใน

ลักษณะนี้ เราจะมีความรู้สึกต่อสิ่งที่เหมาะสม เหมือนกับลูก บางทีเราต้องปลอบใจ บางทีต้องให้กำลังใจ บางทีก็ต้องว่าเขา บางทีอาจจะต้องตีเขาก็ได้ สิ่งที่เหมาะสมเหล่านี้จะหาได้จากที่ไหน อ่านตำราอ่านหนังสือไม่พบหรอก มันต้องรู้อยู่ในใจ เวลาควรพูดก็มี เวลาไม่ควรพูดก็มี เวลาควรห้ามก็มี เวลาควรอนุญาตก็มี ใครจะมาบอกเรา ไม่มีใครหรอก นอกจากสติปัญญาที่มีอยู่ในใจ อันนี้ตัวที่พึ่ง เป็นที่พึ่งอันแท้จริงและเป็นสิ่งที่เราต้องสร้างขึ้นเอง บางทีเราอยากจะทำคุณลูก ไม่อยากให้ลูกมีความทุกข์ ไม่อยากให้ลูกผิดพลาด แต่บางทีต้องยอมรับ ต้องยอมให้ลูกผิดพลาดต้องยอมให้ลูกเป็นทุกข์ ให้ลูกเห็นเอง เมื่อให้เขาเห็นเองแล้วเขาก็จะเลิกเอง

เมื่อก่อนอาตมาเคยทะเลาะกับโยมพ่อมากเรื่องนี้ ถึงโยมพ่อจะห้ามไม่ให้ทำ เราก็ไม่ยอม พ่อก็ไม่พอใจ พ่อเหนื่อยใจว่าลูกไม่เชื่อฟังพ่อ พ่อก็เคยผ่านเรื่องนี้มาแล้ว เห็นว่าเป็นสิ่งที่ไม่ดี พ่อจึงไม่อยากให้ลูกไปยุ่งกับสิ่งนี้ เชื่อพ่อเถอะ อาตมาก็เคยบอกว่าลูกเชื่อพ่อ แต่ว่าถ้าลูกยังไม่สัมผัสเอง ลูกจะต้องมีความสงสัยอยู่ในใจ ไม่วันใดวันหนึ่งลูกก็ต้องลอง เพราะว่าเราจะหมดความสงสัยด้วยคำพูดของคนอื่นไม่ได้ แม้ว่าจะจะเป็น

คำพูดของพ่อก็จะขอลอง เราจะควบคุมลูกจะป้องกันลูกทุกอย่างไม่ได้และลูกจะไม่ฉลาดด้วย บางทีต้องปล่อยให้ลูกเห็นเองรู้เองบ้าง และเราควรจะมีมองลูกว่าเป็นตัวแทนของสรรพสัตว์ทั้งหลายที่เราแผ่เมตตา ขอให้สรรพสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงมีความสุขความเจริญ เราอยากจะช่วยสรรพสัตว์ทั้งหลาย ถ้าเราช่วยไม่ได้เพราะเราอยู่บ้าน หรือเราอยู่ที่ทำงาน มีคนรอบข้างก็ไม่กี่คน

เราจะช่วยสรรพสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงได้อย่างไร เราก็ช่วยสรรพสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงที่เรารู้จัก แต่มีหลายคนที่เป็นว่าฉันแผ่เมตตาได้ดี แผ่เมตตาให้ทุกคน เว้นแต่คนที่อยู่ในบ้าน คนที่อยู่ใกล้ชิด รู้สึกว่าแผ่เมตตายากทำไมมันเป็นอย่างนี้ เพราะคนนี้แหละที่มากระทบกระแทก คนนี้ที่มามีสิ่งที่เราไม่ชอบ ทำสิ่งที่ขัดใจเรา ข้อนี้แหละสำคัญที่สุด คือเราต้องพยายามแผ่ให้คนนี้ และแทนที่จะมองลูกเป็นสมบัติของเรา ลูกของฉัน

เราเห็นลูกเป็นตัวแทนของสรรพสัตว์ทั้งหลายที่มาอยู่กับเราชั่วคราว ไม่รู้จะมาอยู่กับเรากี่ปีหรือกี่วันหรือกี่ชั่วโม่ง แต่เราจะช่วยเขาด้วยจิตที่บริสุทธิ์ แล้วการที่เราจะได้รับการตอบแทนนั้น ถือว่าเป็นผลพลอยได้ เราสอนให้เขามีความกตัญญูกตเวทิต่อพ่อแม่ รู้จักบุญคุณของผู้มีอุปการคุณ แต่ว่าการที่เราจะบังคับให้เขา

เป็นคนดี บังคับให้เขาเป็นตามนั้นไม่ได้ เรื่องนี้เป็นเรื่องที่ยังบังคับไม่ได้ แต่เราจะแนะนำหลักเท่าที่เราสามารถจะแนะนำเขา ตามที่สติปัญญาของเราจะอำนวย แต่เรื่องผลที่ออกมา นั้นไม่ได้ อยู่ในวิสัยของเราที่จะบังคับเอา ก็เหมือนกับการนั่งสมาธิภาวนาเหมือนกัน

หลวงพ่อบุญมาท่านเคยสอนอยู่บ่อยๆ ว่า **หน้าที่ของเราอยู่ที่เหตุ** เราปลูกต้นไม้ หน้าที่ก็อยู่ที่การขุดดิน การปลูก การพรวนดิน การรดน้ำ เหล่านี้เป็นหน้าที่ของเรา **แต่ผลที่ออกมานั้นเรื่องธรรมชาติ เรื่องลูกก็เป็นธรรมชาติเหมือนกัน** ในการทำหน้าที่ **ความรักอย่างเดียวไม่พอ ต้องมีปัญญาประกอบด้วย** ค่อยพิจารณาว่าเราควรจะทำอย่างไร เราควรจะทำอย่างไร เพื่อจะสร้างลูกให้เป็นคนดี ไม่ใช่จะทำให้ลูกทำแต่ในสิ่งที่เราอยากให้เขาทำ หรือว่าจะให้ทำทุกสิ่งทุกอย่างตามใจเรา แต่เราจะให้เครื่องมือแก่เขา เครื่องมือในการสร้างชีวิตของเขาเอง แล้วเราเองจะเป็นตัวอย่างที่ดี แต่เราจะไม่มีความยึดมั่นถือมั่นว่าเขาต้องเป็นอย่างนั้น เขาไม่ควรทำอย่างนี้ เราต้องมีการยอมรับความเป็นมนุษย์ของเขา ถ้าเราเอาลูกของเราไปเปรียบเทียบกับคนอื่น เป็นสุขหรือทุกข์ ก็เป็นทุกข์ อันนี้ก็เห็นทุกข์ตามความเป็นจริง แล้วเราก็ปล่อยวาง

การมีลูกนี้ช่วยในการปฏิบัติธรรมได้ดี เพราะว่าจุดสำคัญในการปฏิบัติธรรม คือการละความเห็นแก่ตัว เรามีลูกเรามีแต่ให้อย่างเดียว ตอนลูกยังเป็นทารกอยู่สามีภรรยาพร้อมสุขพร้อมทุกข์ แต่เด็กน้อยนั้นไม่เคยร่วมทุกข์ ร่วมสุขบ้าง แต่เวลาเราเป็นทุกข์เราจะเอาลูกเป็นที่พึ่งไม่ได้ เราจะเอาอะไรจากลูกไม่ได้ นอกจากจะทำให้เราได้รับความสุขจากการให้ ลูกร้องให้ ตี ๑ ตี ๒ หลายวัน เรานอนไม่หลับ นี่ก็เป็นการให้ แต่เราทำด้วยความพอใจ ทำเพราะเห็นเป็นหน้าที่

ในการปฏิบัติธรรมก็เหมือนกัน เราต้องเลี้ยงตัวเอง ไม่ว่าจะยากลำบาก และเราก็ต้องทำบ่อยๆ ทำทุกวัน ไม่มากก็น้อย ทำด้วยความสม่ำเสมอ ทำเป็นหน้าที่ เหมือนกับเราเลี้ยงลูก เลี้ยงลูกนี้ไม่ใช่ว่าวันนี้ซี้เกียจ วันนี้ไม่มีเวลาวันนี้ไม่เลี้ยงหรือ อันนี้ทำไม่ได้ การปฏิบัติธรรมก็เหมือนกันต้องทำทุกวัน แม้ว่าเรายังไม่อยู่ขั้นที่เรียกว่าปฏิบัติชอบ ขอให้เราชอบปฏิบัติก่อน เราก็ต้องพยายามใช้ความรู้สึกต่อการปฏิบัติเหมือนความรู้สึกของแม่ต่อลูก ที่ว่าหน้าที่เป็นสิ่งที่ควรทำ เป็นสิ่งที่มนุษย์ควรทำ

ทุกวันนี้ประเทศไทยของเรากำลังเจริญ แต่เจริญด้วยวัตถุ แต่เราเห็นความเจริญ เจริญด้วยวัตถุถึงพุงนี้

อีกในแง่หนึ่ง จะมองว่าเป็นการกำเริบของสิ่งที่ไม่งาม โดยเฉพาะความเห็นแก่ตัวมากขึ้นๆ ฉะนั้นพวกเราต้องเป็นตัวแทนศาสนา ทั้งศาสนาในสมัยปัจจุบัน ซึ่งเป็นความรับผิดชอบของเราโดยตรง และศาสนาในอนาคตที่เราจะช่วยให้ได้ โดยเราจะอนุเคราะห์ที่ได้ด้วยการสั่งสอนลูกหลานของเราให้ตั้งอยู่ในธรรม

เรื่องของธรรมะก็เหมือนกัน เราจะบังคับเขาไม่ได้ แต่ถ้าเราเป็นตัวอย่างที่ดีให้เขาเห็นความสงบของเรา ถ้าเขาเห็นความสุขของเราที่อาศัยการปฏิบัติธรรมแล้ว เขาต้องสนใจ ทำไมจะไม่สนใจ ถ้าเรามีได้ว่าแต่เขาอิเหนาเป็นเองอย่างนี้ ทุกวันนี้เขาไม่รับ เขาบอกว่าฉันไม่สนใจหรอก พ่อแม่ของฉันเป็นชาวพุทธ แต่หน้าบุญเบี้ยวอยู่ทั้งวันทั้งคืน เขาจึงไม่สนใจ แต่ถ้าเขาเห็นว่าเราได้รับความสุข เราได้รับประโยชน์จากการปฏิบัติธรรม เขาสนใจเองโดยธรรมชาติ โดยที่เราไม่ต้องแนะนำเราไม่ต้องบังคับ

ในการเลี้ยงลูกที่ว่านี่ก็เป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติธรรมของเรา แทนที่จะเห็นการปฏิบัติธรรมเป็นสิ่งที่เราทำเพื่อตัวเอง ให้เห็นว่าเป็นการปฏิบัติบูชา การให้ทาน การรักษาศีล การภาวนา เราทำเพื่อศาสนา ทำเพื่ออนุเคราะห์ ทำเพื่อส่งเสริมพระพุทธศาสนา

ทำด้วยความกตัญญูกตเวทิต่อพระรัตนตรัย พระพุทธ
พระธรรม พระสงฆ์ ให้การปฏิบัติธรรมเป็นการให้

ฝึกให้ทุกสิ่งทุกอย่าง ต้องอยู่ในลักษณะอยู่ใน
ขอบข่ายของการให้ ยิ่งให้ก็ยิ่งมีความสุข ยิ่งมีความสุข
ก็ยิ่งมีโอกาส ยิ่งมีความมั่นคงที่จะให้มีความสุขแก่คนอื่น
ถ้าตัวเองยังไม่มีความสุข เราก็ให้ความสุขแก่คนอื่น
ไม่ได้

ในวันนี้เอาตมาก็ให้ข้อคิดหลายข้อ ล้วนเป็น
ข้อยากๆ วกไปเวียนมา แต่ถ้าว่างๆ นำมาพิจารณาก็คง
เป็นประโยชน์แก่ญาติโยม คงจะ พอสสมควรแก่เวลา
เกรงใจคนที่ฟังภาษาไทยไม่ออก^๔

^๔ จากหนังสือโศตถิธรรม (๘) กลุ่มศึกษาและปฏิบัติธรรม สโมสรรกระทรวง
อุตสาหกรรม จัดพิมพ์เป็นธรรมทาน เมื่อธันวาคม ๒๕๓๕



ชยสาโร ภิกขุ



นามเดิม

พ.ศ. ๒๕๐๑

พ.ศ. ๒๕๒๑

พ.ศ. ๒๕๒๒

พ.ศ. ๒๕๒๓

พ.ศ. ๒๕๔๐-๒๕๔๔

พ.ศ. ๒๕๔๕ - ปัจจุบัน

ฌอน ชิเวอร์ตัน (Shaun Chiverton)

เกิดที่ประเทศอังกฤษ

ได้พบกับพระอาจารย์สุเมโธ

(พระราชสุเมธาจารย์ วัดอมราวดี

ประเทศอังกฤษ) ที่วิหารแฮมสเต็ด

ประเทศอังกฤษ

ถือเพศเป็นอนาคาริก (ปะขาว)

อยู่กับพระอาจารย์สุเมโธ ๑ พรรษา

แล้วเดินทางมายังประเทศไทย

บรรพชาเป็นสามเณร ที่วัดหนองป่าพง

จังหวัดอุบลราชธานี

อุปสมบทเป็นพระภิกษุที่วัดหนองป่าพง โดยมี

พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภักข์)

เป็นพระอุปัชฌาย์

รักษาการเจ้าอาวาส วัดป่านานาชาติ

จังหวัดอุบลราชธานี

พำนัก ณ สถานพำนักสงฆ์

จังหวัดนครราชสีมา



มูลนิธิปัญญาประทีป



ความเป็นมา

มูลนิธิปัญญาประทีป จัดตั้งโดยคณะผู้บริหารโรงเรียนทอสี ด้วยความร่วมมือจากคณะครู ผู้ปกครองและญาติโยมซึ่งเป็นลูกศิษย์พระอาจารย์ชยสาโร กระทรวงมหาดไทย อนุญาตให้จดทะเบียนเป็นนิติบุคคลอย่างเป็นทางการ เลขที่ทะเบียน กท. ๑๔๐๕ ตั้งแต่วันที่ ๑ เมษายน ๒๕๕๑

วัตถุประสงค์

- ๑) สนับสนุนการพัฒนาสถาบันการศึกษาวิถีมุททที่มีระบบไตรสิกขาของพระพุทธศาสนาเป็นหลัก
- ๒) เผยแผ่หลักธรรมคำสอนผ่านการจัดการฝึกอบรม และปฏิบัติธรรม และการเผยแผ่สื่อธรรมะรูปแบบต่างๆ โดยแจกเป็นธรรมทาน
- ๓) เพิ่มพูนความเข้าใจในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ และสิ่งแวดล้อม สนับสนุนการพัฒนาที่ยั่งยืน และส่งเสริมการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
- ๔) ร่วมมือกับองค์กรการกุศลอื่นๆ เพื่อดำเนินกิจการที่เป็นสาธารณประโยชน์

คณะที่ปรึกษา

พระอาจารย์ชยสาโรเป็นองค์ประธานที่ปรึกษา โดยมีคณะที่ปรึกษาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในสาขาต่างๆ อาทิ ด้านนิเวศวิทยา พลังงานทดแทน สิ่งแวดล้อม เกษตรอินทรีย์ เทคโนโลยีสารสนเทศ วิทยาศาสตร์สุขภาพ การเงิน กฎหมาย การสื่อสาร การละคร ดนตรี วัฒนธรรม ศิลปกรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น

คณะกรรมการบริหาร

มูลนิธิฯ ได้รับเกียรติจากรองศาสตราจารย์นายแพทย์ปรีดา ทัศนประดิษฐ์ เป็นประธานคณะกรรมการบริหาร และมีคุณบุบผาสวัสดิ์ รัชชตาตะนันท์ ผู้อำนวยการโรงเรียนทอสีเป็นเลขาธิการฯ

การดำเนินการ

- มูลนิธิฯ เป็นผู้จัดตั้งโรงเรียนมัธยมปัญญาประทีป ในรูปแบบโรงเรียนปทุมเพาะชีวิต เพื่อดำเนินกิจกรรมต่างๆ ด้านการศึกษาวิถีมุทท ให้บรรลุวัตถุประสงค์ของมูลนิธิฯ ข้างต้น โรงเรียนนี้ตั้งอยู่ที่ บ้านหนองน้อย อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา
- มูลนิธิฯ ร่วมมือกับโรงเรียนทอสี ในการผลิตและเผยแผ่สื่อธรรมะ แจกเป็นธรรมทาน ผ่านกองทุนสื่อธรรมะ โดยในส่วนของโรงเรียนทอสีฯ ได้ดำเนินการต่อเนื่องตั้งแต่ ปี พ.ศ. ๒๕๔๕



มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ