

ธรรม
ทำให้งาม



อมรา มติธา

ธรรมทำให้งาม

อมรา มลิลิต

ISBN 974-340-612-3

ภาพปก : เซาร์ อัคร

ธรรมทำให้งาม

ชุมนุมพุทธธรรมศิริราช
โรงพยาบาลศิริราช
วันที่ ๒๐ มิถุนายน ๒๕๔๓

ธรรมทำให้งาม เป็นหมวดธรรมที่ประกอบด้วยหลักธรรม ๒ หัวข้อ ได้แก่ ชันติ และโสรัจจะ ชันติ ในพจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม ของท่านเจ้าประคุณพระธรรมปิฎก อธิบายว่าเป็นความอดได้ ทนได้ เพื่อบรรลุความดีงามและความมุ่งหมายอันชอบ

ในที่นี้เรามอง ชันติ เป็นความอดทน เป็นความข่มใจของเรา เพื่อต่อสู้กับความยากลำบากให้ถึงจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ คนเราถ้าไม่มีขันติเสียแล้ว ถูกอะไรกระทบนิดกระทบหน่อยเป็นไม่ได้ เลิกไม่เอาแล้ว ไม่ทำแล้ว

ขันตินี้ ถ้ามีอย่างเดียว ก็ทำให้คนทุกคนที่อดทน ไปไม่รอด เข้าทำนองกัตพินทนจนพินหัก

หมดปาก ท่านเลยจัดกรรมคือ โสรัจจะ มาช่วยให้
ความอดทนนุ่มนวลขึ้น

โสรัจจะ แปลว่า ความเสื่องม ความสงบเสื่องม
อภัยคัยงาม รักความประณีตเรียบร้อย หมดจด
งดงาม

คือถ้าเราเห็นอะไรที่ยากเข็ญ ที่เขารุกรานเรา
แล้วเราต้องนั่ง อดทนอดกลั้น กัดฟันทน เออ.. คราว
นี้เป็นที่ของเจ้า.. ในใจมันรุ่มร้อน มันเจ็บ มีความ
รู้สึกว่ ประเด็ยฉันก็คงหมดลาน พังไม่เป็นท่า

แต่ถ้าเรามีโสรัจจะ มีความอ่อนน้อม เสื่องม
ประณีต เออ.. ไหนๆ กายเราก็ต้องทำอยู่แล้ว เพราะ
ฉนั้น นอบน้อมใจเข้าไปทำเส็ยด้วย

วันนี้เราเหน็ดเหนื่อย เราลำบาก เหมือนอย่าง
กับเราเป็นชาวสวน ต้องคอยดูแล ขุดดินเอาวัชพีช
ออก รดน้ำ หาปุ๋ยมาใส่ แต่พอดันไม้โตขึ้นมามีดอก
มีผลแล้ว คราวนี้เราก็จะสบายขึ้นใจ

โสรัจจะจึงคล้ายๆ กับเป็นน้ำมัน หล่อลื่น
เครื่องยนต์ที่เดินไม่สะดวก เส็ยงดั่งเอ็ยดอ้าดๆ

เพราะเครื่องฉีด เพียงเข้าไปชกกัน เราหยอดน้ำมัน
หล่อลื่นเข้าไป เครื่องหายฉีด ฟันเฟืองเลยหมุน
ประสานกัน สม่่าเสมอ เรียบร้อยดี เครื่องอะไรที่
ทำงานไม่สะดวก ย่อมเกิดความร้อนและสึกหรอเร็ว
ซึ่งไม่ดี สิ้นเปลืองเกินเหตุ

ขันติและโสรจจะ จึงเป็นธรรมทำให้งาม งาม
ในกรณีที่กิจการที่เราทำจะค่อยๆ ดำเนินไปจนกระทั่ง
บรรลุจุดที่วางเอาไว้ โดยระหว่างที่ทำ ในใจของเจ้า
ตัวผู้ทำก็ไม่ได้ถูกครุฑถูกผี nib บังคับจนเป็นทำนอง
.. โอ้ย นี่กัดฟันทน จนกระทั่งฟันจะหักหมดปาก
แล้ว จะเอายังไงกันอีก.. ซึ่งอย่างนี้ ใจก็สึกหรอ
เกินความจำเป็นไป

ธรรมทำให้งามนี้จะเอามาใช้ในชีวิตของพวกเขา
เรา มีกรณีไหนบ้างที่เราจำเป็นต้องมีขันติและโสรจจะ
ท่านผู้รู้แนะว่า เวลาที่เรานึกถึงตัวเองเป็นที่ตั้ง เรา
จะไม่มีขันติ อะไรๆ เราก็จะไม่อดไม่ทน เมื่อเราเอา
ตัวเราเป็นที่ตั้งแล้ว เราจะเห็นว่า เราอยากได้อะไร
เราจะทำอะไร เราก็จะทำตามอำเภอใจของเรา ก็ไม่
ต้องอดต้องทน

เมื่อไรที่นึกถึงส่วนรวมเป็นสำคัญ นึกถึงว่า
คนเราอยู่ด้วยกันก็ต้องรักษาผู้อื่นเสมอด้วยรักษาตัว
เรา มีการข่มใจ อดทน อดกลั้น เพียรพยายาม

อยู่กันหลายๆ คน จริตนิสัยย่อมไม่เหมือนกัน
เมื่อต้องทำงานด้วยกัน นกก็จะบิน ปลาก็จะว่ายน้ำ
หมาก็จะเดินไป ถ้าจำจะต้องทำงานกับคนเหล่านี้ เรา
ก็ต้องมีขันติธรรม ที่จะค่อยๆ พุดให้ทุกคนๆ ถึงจะ
บิน จะว่ายน้ำ หรือจะเดินไปบนพื้นดิน เข้าใจถึง
วัตถุประสงค์ แล้วไปเจอเจอกันที่จุดหมาย ได้
งานได้การโดยพร้อมเพรียง

แต่ละคนทำส่วนของตนอย่างเต็มเม็ดเต็มหน่วย
ไม่มีการเอารัดเอาเปรียบ เฟ่งโทษ ตัดพ้อต่อว่า กิน
แบ่งแคลงใจกัน

การรักษาผู้อื่น คือ การอดทน อดกลั้น ประนี-
ประนอม เออ นะ.. เธออดทนนิดหนึ่ง ฉันอดทนหน่อย
หนึ่ง เพื่อจะได้บรรลุวัตถุประสงค์ ใจชนะที่ทำ ต้อง
เป็นใจที่มีเมตตา เพราะถ้าไม่มีเมตตา ใจจะไม่อด
ไม่ทน จะเอาแต่เอะอะโวยวายว่า โอ๊ย.. ฉันอี๊ดอ๊ด
ใจจะตายอยู่แล้ว ไม่ใช่เธอหรอกที่อี๊ดอ๊ดใจอยู่ข้าง

เดียว.. มันก็พังกันเท่านั้น

เพราะฉะนั้น ชั้นดี นอกจากมีโสรัจจะแล้ว จะต้องมีเมตตาเป็นฐานด้วย เพื่อให้กลมกลืนไปด้วยกันอย่างดี เมื่อมีเมตตา ใจเผื่อแผ่เอื้อเฟื้อ เอ็นดูต่อผู้อื่น ที่มาเกี่ยวข้องด้วย รักษาผู้อื่น รักษาตัวเรานั้นคือการเอาชั้นดีมาใช้

เมื่อเป็นอย่างนี้ เราจะเห็นว่าความเป็นอยู่ของเราเหมือนทวนกระแสกับผู้คนรอบข้าง เริ่มจากคนใกล้ชิดคือพี่น้อง ถึงจะเป็นพี่น้อง ก็ไม่ใช่ว่า ถ้าเป็นนก จะเป็นนกเหมือนกัน แม้กระทั่งลูกแฝดยังไม่เหมือนกันแล้ว ดังนั้น การอยู่กับคนอื่นที่ไม่ใช่ตัวเราจะต้องมีชั้นดีเป็นพื้นฐานอยู่ในใจ ไม่อย่างนั้นเราอยู่กันไม่ตลอดรอดฝั่ง จากตรงนี้ เราก็เริ่มเอาชั้นดีมาใช้ จากพี่น้อง ต่อไปก็มีเพื่อนฝูง ไปโรงเรียนมีครู มีอาจารย์ มีรุ่นพี่ รุ่นน้อง มีเพื่อนร่วมงาน

ชีวิตที่ต้องอยู่ในสังคม คลุกคลีอยู่ในหมู่มชน ถ้าไม่ฝึกใจให้มีชั้นดีเป็นพื้นฐาน มีโสรัจจะเป็นเหมือนน้ำมันหล่อลื่นเอาไว้ ย่อมประกอบกิจการ

งานไม่รอด และชีวิตก็ไม่ประสบความสำเร็จ พระ
พุทธองค์ทรงจำแนกเอาไว้ในอัมมะของคฤหัสถ์ หรือ
ที่เรียก *ฆราวาสธรรม* ว่า คฤหัสถ์ทั้งหลายจะประสบ
ความสำเร็จ มีชีวิตที่เป็นสุขได้ ต้องอาศัยอัมมะ ๔
ข้อ คือ

(๑) มี *สัจจะ* ความจริงใจ

(๒) มี *ทมะ* บางคนแปลว่า การข่ม การบีบ
บังคับใจ แต่ดิฉันแปล *ทมะ* ว่า คือการที่เราหมั่น
ฝึกฝนปรับใจตัวเองให้อยู่ที่ไหนก็อยู่ได้โดยไม่เบียดเบียน
ตัวเอง

(๓) มี *ขันติ*

(๔) มี *จาคะ* คือใจที่เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แบ่งปัน
ให้แก่กัน เพื่อความร่มเย็นเป็นสุข

ถ้าฆราวาสมีหลักธรรม ๔ ประการนี้ คือ มี
สัจจะ *ทมะ* *ขันติ* *จาคะ* การอยู่ในสังคมก็จะเหมือน
มีเครื่องกันกระเทือน ช่วยให้ไม่ทุกข์เดือดร้อน โลก
นี้จะพรั่ง โลกนี้จะเต็ม เราก็สามารถปรับสภาพให้
เหมาะสมพอดีๆ กับเราได้ แล้วเราก็อยู่โดยไม่ทุกข์
เดือดร้อน

ทมะ ที่เมื่อกันดิฉันบอกว่า เราจะต้องฝึกฝน เราจะต้องปรับใจของเรา ท่านผู้รู้อธิบายไว้ว่า ทมะ ไม่ใช่การที่เรากัดฟันทนเหมือนอย่างกับเอาหินไป ทับหญ้า ถ้ามองทมะในแง่ นั้น ซรราวาสธรรมจะไม่ ทำให้ใจของเรามีความสุข มีความอึดเต็ม ให้เรามอง ทมะเป็นไฉพจน์ของปัญญา ซึ่งปกติเราไม่เคยมอง กันอย่างนี้เลย

ท่านผู้รู้กล่าวว่า ถ้าเรามองทมะเป็นไฉพจน์ ของปัญญา เราจะได้ประโยชน์ของซรราวาสธรรมเต็ม ที่ เพราะเราจะกระตือรือร้นเอาเรื่องที่จะฝึกจะปรับ ใจของเรามาคิดพิจารณา

ปัญหาที่เราเห็นเป็นอุปสรรค ที่จะต้องข่มใจ จะต้องฝึกฝืน อดทนอดกลั้นเข้าไว้ คิดในแง่เอาหิน ไปทับหญ้า ทับเอาไว้.. ทับเอาไว้ วันหนึ่ง ใจเราก็ แดกกระจยุ เพราะทนไม่ไหวอีกแล้ว

เราเปลี่ยนวิธีคิด แทนที่จะมองเป็นหินทับ หญ้า เรามองเป็นหินลับปัญญา

เราฝึกไปเพ่งพิเคราะห์.. ทำไมนะ ทำไม่ถึง ได้มีอุปสรรคอย่างนี้ เอามาเป็นหัวข้อพิจารณาเพื่อ

ปรับเปลี่ยนที่ตัวเรา แต่ก่อนนั้นเราก็มองว่าเราดีแล้ว แต่
ถ้าเราดีแล้วจริงๆ เราก็ไม่ควรจะต้องเดือดร้อนกับ
ปัญหาตรงนี้ นี่แสดงว่าใจของเรายังมองไม่เห็นความ
จริงเต็มรอบ เราถึงค้น เราถึงรู้สึก ว่า ตรงนี้เป็น
ปัญหา

เราพิจารณาอย่างนี้ ค้นหาจนกระทั่งได้คำตอบ
ได้ตัวปัญญาเห็นชอบ ใจยอมลงให้ว่า อ้อ.. อย่างนี้
นี่เอง ก็จบเรื่อง เราก็แก้ไขเราได้ เราก็ปรับตัวปรับ
ใจ ผูกพันเราให้อยู่กับสิ่งนี้โดยไม่ปล่อยเอาใจไปแบก
หาม หรือคำรามในใจ เออ.. คราวนี้เป็นที่เขาก็ช่าง
เขาไปเถอะ อย่าให้ถึงที่เราบ้างก็แล้วกัน ซึ่งอย่างนั้น
โดยไม่รู้ตัว เราจองเวรกับเขาเข้าแล้ว แล้วมันก็ผลัด
กันแพ้ผลัดกันชนะ เราก็มีความสุขบ้าง ทุกข์บ้าง
ก็คิดว่า.. ธรรมดา แต่จริงๆ มันไม่ธรรมดา เรา
เบียดเบียนตัวเองโดยไม่รู้ตัว

ขอให้มองหมาให้เป็นปัญญาอย่างนี้ เอามา
เพื่อที่จะพิจารณาไตร่ตรองหาเหตุผล ให้เราเต็มใจ
พร้อมใจที่จะผูกพันและปรับตัวเราให้อยู่ในเหตุการณ์
นั้นๆ โดยที่เราเก็บเกี่ยวเรียนรู้มันมาเป็นประสบ-
๘

การณ์ และเป็นปัญญาเห็นชอบ

เมื่อเราเห็นทมะเป็นแง่ที่กระตุ้นให้เราเกิด
ปัญญาเห็นชอบแล้ว ขันติในที่นี้ก็เลยกลายเป็น
อิทธิบาท เป็นวิริยะ เป็นความเพียรไป

เราอดทนอดกลั้นเพื่ออะไร เพื่อที่เราจะ
พากเพียรทำภารกิจของเราให้ลุส่งไปด้วยดี

พากเพียรนี้ ตอนแรกเราทำเหมือนไฟไหม้
ฟาง ครั้นทำไปเกิดเหนื่อยมาก ไม่นึกว่าจะเป็นเรื่อง
ยุ่งยากอย่างนี้ เราก็ชักท้อ.. เลิก เลิก เลิกเถอะ ไม่
เอา แต่ถ้าเรามีขันติ.. ไม่ได้.. ของอะไรตั้งต้นแล้ว
ต้องทำต่อจนสำเร็จ ต้องฝึกเราไม่ให้เป็นคนจับจด
ไม่อย่างนั้น พอเรามารู้ปฏิบัติใจ มรรคหยาบบ่งบอก
อุปนิสัยก็จะทำให้มรรคละเอียดพลอยเป็นอย่างนี้
ด้วย พอทำ ทำ ทำ กำลังจะได้ดี.. แฮ่ก แฮ่กอีกแล้ว
ไม่เอาแล้ว เลิกแล้ว ตกลงปลุกต้นไม้ย้ายอยู่เรื่อย
ไม่ได้เรื่อง

ขันตินี้ ถ้าเราเห็นเป็นวิริยะ เป็นตัวของอิทธิ-
บาท ที่เป็นฐานให้เราทำอะไรแล้วจะต้องทำจนสำเร็จ
คือเริ่มต้นเราเอาใจของเราไปฝึกฝึ มีฉันทะ แล้วก็

ต้องมีวิริยะ ถ้าไม่มีวิริยะ วงล้อของอิทธิบาทก็หมุน
ไปจนกระทั่งถึงจุดหมายปลายทางไม่ได้

เพราะฉะนั้น ชั้นดีตัวนี้ ถ้าเรามองเห็นใน
รูปนี้ ก็จะทำให้เราเป็นคนที่มีน้ำอดน้ำทน เริ่มอะไร
แล้วอย่าเอาแคไฟไหม้ฟาง เอาไฟไหม้ฟางอันนี้ไป
ต่อให้ลุกในถ่านหินเสีย เพราะไฟที่ลุกในถ่านหินจะ
ไม่ลุกวูบวาบโชติชัชวาลอย่างไฟไหม้ฟาง แต่ค่อย
ลุกกรุ่นๆ ไปอย่างสม่ำเสมอ ไม่ดับง่าย ๆ ขณะที่ไฟ
ไหม้ฟาง ประเดี๋ยวเดียวก็ดับหมดแล้ว หมดไม่เหลือ
อะไรเลย เราจึงต้องเปลี่ยนให้เกิดเป็นชั้นดี เป็น
วิริยะเสีย ให้กลายเป็นไฟไหม้ในถ่านหิน เพื่อให้
ความร้อนที่อบอุ่นเสมอดันเสมอไปเรื่อยๆ

เมื่อเข้าใจอย่างนี้แล้ว พอเราเริ่มต้นทำงาน
อะไรก็ตาม จะชอบ จะไม่ชอบ จะอยาก จะไม่อยาก
เราพร้อม เราทำใจของเราให้มองงานในแง่ดี คือ
เปลี่ยนให้เป็นไฟที่ลุกในถ่านหินเสีย ตกลงงานทุก
ชิ้นของเรา เราก็จะมีความเพียรทำไปจนกระทั่งงาน
บรรลุจุดหมายปลายทาง ชั้นดีก็บรรลุวัตถุประสงค์

ที่ว่า อดได้ทนได้เพื่อให้ถึงความมุ่งหมายอันชอบ
ที่นี้ ก็ติดเป็นนิสัยที่ว่า ไม่ว่าจะอะไรที่เราหยิบจับทำ
ขึ้นมาแล้ว จะโดยตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตาม เมื่อมา
เป็นภาระหน้าที่แล้ว เราจะต้องพากเพียรทำจนถึง
จุดหมายทุกครั้งไป

ชีวิตคฤหัสถ์จึงประสบความสำเร็จ เมื่อพร้อม
ด้วยสัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ และเป็นความสำเร็จ
ที่ใจก็ได้ปีติหล่อเลี้ยงเป็นอาหารไปด้วย ได้ปัญญา
เห็นชอบด้วย เพราะขันติที่เป็นความเพียรนี้เอง เรา
เพียรด้วยความพอใจ ด้วยความเต็มใจ ด้วยความรู้
ความสนุกกับงาน ใจก็เป็นสมาธิ ก็ชื่นใจ ปีติอิมเอบ
ขณะทำ ใจก็นิ่ง จดจ่อ เพื่อให้เสร็จไปด้วยดี

เราได้อาหารใจเป็นของตอบแทนแล้ว เราจึง
ไม่รู้สึเหนื่อยเหมือนเมื่อคอยวิตกกังวลว่า โอ๊ย..
ฉันทำถึงปานฉะนี้ แล้วนี้จะได้สองชั้นไหมหนอ จะ
ได้ไอนั้นไหม จะได้ไอนี้ไหม ใจไม่ไปคาดคอยอีก
แล้ว เพราะอิมเอบด้วยปีติอยู่ตรงเดี๋ยวนี้อแล้ว แซ่มชื่น
อยู่ในใจเต็มบริบูรณ์แล้ว ถ้าได้ของพวกนั้นเป็น
ผลพลอยได้.. ก็ดี ถ้าไม่ได้ ก็ไม่เป็นไร

เราก็ฝึกใจของเราให้มีมุทิตากับคนอื่นที่เขาได้
ฝึกใจของเราให้รู้ว่า คนเรานี่ บางทีเรารู้ไม่เท่าทัน
ใจของเรานะ เราว่าเราทำเพราะว่าเราสนุกของเรา
แต่แท้ที่จริงไม่ใช่หรอก เราทำเพราะว่าเราหวังผล
ต่างหาก เหมือนเด็กเล็กๆ ที่พอทำแล้วแม่จะต้อง
ให้รางวัลนะ จะต้องให้ขนมนะ ถ้าไม่ให้ก็กระต๊อบเท้า
ทุกข์โศกมันส์

เมื่อเราค่อยๆ เห็น ค่อยๆ รู้จักใจของเรา
เราก็แกะแก็ เราก็ปรับตัวเรา เราก็ฝึกฝนตัวเรา เกิด
เป็นวงจรที่จะพาเราให้ไปสู่จุดหมายปลายทางได้เร็ว
ขึ้น

เข้าใจตรงนี้แล้ว การจะดำรงชีวิตของเราให้
งอกงามก็ไม่ใช่เรื่องทุกข์เดือดร้อน ไม่ใช่ภาระหน้าที่
ที่กดถ่วงบีบคั้นจิตใจ ให้คิดซัดส่าย.. ทำไมฉันถึงไม่
สบายอย่างคนอื่น ที่เขาทำไม่ไม่เห็นต้องเหนื่อยยาก
เลย อะไรๆ ก็พร้อมพรักไปหมด

เราก็เกิดมโนสิการว่า เป็นเพราะเราเองไม่ได้
ตระเตรียมเสบียงเอาไว้ก่อน เราถึงต้องมาเตรียม
ตอนนี้.. ก็ดี เราจะได้เตรียมให้ถั่วรอบคอบ เพื่อ

ว่าต่อไปเรามีอะไร เป็นอะไร จะได้มีได้เป็นอย่างไร
ซึ่งใจของเรา ไม่เหมือนคนบางคนที่เราดูเขาแล้ว
เราคิดว่าคนอะไรมีบุญอย่างนี้ แต่เขากลับบอก
ว่าฉันไม่เห็นอยากได้อย่างนี้เลย ฉันอยากได้อย่าง
โน้น คือกลายเป็นมีแล้วเป็นทุกข์ มีแล้วก็ไม่ถูกใจ
ไปทั้งนั้น ขณะที่เรารู้สึกว่า ถ้าเรามีอย่างเขาเนี่ย เรา
คงบรมสุขเลย

คนเราอยู่ที่ใจ ไม่ได้อยู่ที่ข้าวของปริมาณที่มี
แต่อยู่ที่ว่าใจเรารู้จักมีรู้จักใช้ของนั้นหรือเปล่า บาง
คนมีแล้วกลับกลายเป็นทุกข์ กลัวทำให้เขา
ยิ่งทุกข์เดือดร้อนหนักเข้าไปอีก เพราะรู้สึกว่าจะดา
สิ่งที่มีอยู่นั้นทับถมทำให้เขาอึดอัด ทำให้เขาไม่ได้
อย่างไร

อันนี้เป็นอันหนึ่งที่เราได้ประโยชน์จากการ
เอาขันติมาเป็นหลักในการครองชีวิตทุกวิถี ให้
ประสบความสุขความสำเร็จตั้งใจปรารถนา

ขันติยังมีที่ใช้ที่ไหนอีกบ้าง

พบว่า ขันติ จัดเป็นองค์ประกอบอันหนึ่งใน
หมวดธรรมที่เรียกว่า สังวร ๕

สังวร ๕ คืออะไร สังวร ๕ คือการที่เราจะ
ปิดกั้นบาปอกุศลไม่ให้เกิดขึ้นในจิตใจ สังวรคือการ
ระมัดระวังสำรวมเอาไว้

การที่เราจะสังวรไม่ให้บาปอกุศลเกิดขึ้นใน
จิตใจนั้น มีสิ่งไหนบ้าง

ก็มี ปาฏิโมกขสังวร สติสังวร ญาณสังวร
ขันติสังวร และ วิริยสังวร

การปิดกั้นบาปอกุศลด้วย ปาฏิโมกขสังวร
ได้แก่ การสำรวมรักษาสิกขาบทเคร่งครัดตามที่ทรง
บัญญัติไว้ในพระปาฏิโมกข์

สติสังวร ปิดกั้นด้วยสติ ทำให้มีความระลึก
รู้ตัว สำรวมอินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และ
ใจ ไม่ปล่อยให้บาปอกุศลเข้าครอบงำ เมื่อตาเห็นรูป
หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นลิ้มรส กายถูกสัมผัส
และใจเสวยอารมณ์ เมื่อสำรวมระวังดีแล้ว บาป
อกุศลจะเข้ามาทำร้ายจิตใจเราไม่ได้

ญาณสังวร คือมีตัวปัญญาที่ารู้เท่าทัน แยก
ออกว่าอะไรเป็นคุณ อะไรเป็นโทษ ตัดกระแสกิเลส
เสียได้ ตลอดถึงฝึกฝนพิจารณาเมื่อใช้สอยปัจจัย ๔

คืออาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค

วิริยสังวร คือมีความพากเพียรที่จะคอยกำจัดละเล็ก เมื่อใจไปหมกมุ่นครุ่นคิดถึงสิ่งที่เป็นอกุศล ระวังพากเพียรที่จะตัดสิ่งอกุศล มีความพากเพียรที่จะเอากายปฏิบัติแต่สิ่งที่เป็นสัมมาชีพ เพราะฉะนั้นอกุศลก็เข้ามาในชีวิตไม่ได้

ขันติสังวร คือสำรวจจิตใจของเราด้วยขันติ ความอดทน อดทนต่อถ้อยคำที่คนบางคนวิพากษ์วิจารณ์เรา ถูกบ้างผิดบ้าง กระทบกระทั่งทำให้ใจของเราเกิดทุกข์ เกิดความชอกช้ำ แล้วหมัดกำลังใจที่จะไปถึงเป้าหมาย

บางครั้ง เวลาทำงาน เราไม่ได้คิดว่างานอันนี้จะต้องไปเจอะเจอคำวิพากษ์วิจารณ์ของคนอื่น คนอื่นเหล่านี้ มีทั้งที่เขาหมั่นไส้เรา อิจฉาเรา ไม่เป็นมิตรกับเรา เขาก็สามารถที่จะ.. นอกจากมือไม่พายแล้วยังเอาเท้าราน้ำ คือไม่ช่วยเราแล้วยังทุบถองใจของเราอีก ถ้าไม่เข้าใจ ไม่มีขันติสังวร เราก็แพ้ภัยตัวเราเอง

การมีคนมาว่าเรา แล้วเราทำใจของเราให้
ห่อเหี่ยว ทำใจของเราให้หมดกำลัง จนอยู่ดีๆ ก็ล้ม
หมดเรี่ยวแรงลงไป เขายังชอบใจ เพราะไม่ต้องทำ
อะไรเลย อยู่ดีๆ เราก็เอาตัวของเราออกจากคู่แข่งชั้น
เสียเฉยๆ

ท่านถึงรู้ว่า เราต้องมีขันติสังวร คือมีความ
อดทนอดกลั้น เพื่อที่จะระวังรักษาใจของเรา ไม่ให้
ถูกสิ่งเหล่านี้ซึ่งเป็นเหมือนลมพายุ เป็นเหมือนโลก-
ธรรมที่มาสั่นคลอนเรา ไม่ให้สามารถจุดเราให้ถอน
รากถอนโคนจากคุณงามความดี จากกุศลธรรมทั้ง
หลาย

ขันติจึงเป็นเหมือนอย่างกับรั้วที่กันไม่ให้อกุศล
มาบีบตาเรา มาเป็นหนอนบ่อนทำลายจนกระทั่งเรา
ยืนต้นตายไปจากคุณงามความดี

ชีวิตคนเราย่อมต้องทำงาน เป็นต้นว่า เรา
เป็นพยาบาล เราก็ต้องเหน็ดเหนื่อย บางทีถึงเวลา
กินข้าว ก็ปรากฏว่ามีคนใช้หนักหนาสาหัส ก็ต้อง
อดทนต่อความหิวความกระหาย รวมไปถึงความ
หนาวความร้อน อะไร อะไร ที่เป็นสภาวะแวดล้อม

เราจะไปเลือกก็ไม่ได้ เราจะไปกำหนดว่า ตอนนี้นั้น
ยังไม่อยากทำงาน เดี่ยวก่อน.. อีกชั่วโมงค่อยมา
นะ.. ความเจ็บไข้ก็รอคอยไม่ได้

ถ้าไม่มีขันติอยู่ในใจ เราก็คงแล้งน้ำใจ และ
ปล่อยให้ตัวเราทำบาปอกุศลเนื่องๆ เพราะมัวนึกถึง
แต่ความสะดวกสบายของตัวเองจนเกินไป เราไปคิด
เอาว่า เรื่องไม่เห็นจำเป็นเลย แต่ความจริงเขา
กำลังจะเป็นจะตาย ถ้าเราชักช้าสักนิดหนึ่ง เขาอาจ
ตายไปจริงๆ ก็ได้

เป็นต้นว่า คนไข้ประสบอุบัติเหตุมา เลือด
ออกไม่หยุด ถ้าเราบอกว่าอีกชั่วโมงหนึ่งฉันจะมาดู
ให้ อีกชั่วโมงหนึ่งต่อมาปรากฏว่าคนไข้หยุดหายใจ
ไปแล้ว เพราะว่าคุณความดันล้มเหลวจากเสียเลือด แต่
ถ้าเรารีบดูเสียเดี๋ยวนั้น คนไข้ก็ไม่ตาย

ดิฉันเคยเจออะเจอะคนไข้แบบนี้ เขายังเป็นเด็ก
นักเรียน แต่คิดอยากหารายได้ให้ครอบครัว เพราะ
ว่าพ่อเพิ่งตาย ตัวเขาเป็นลูกคนโต ก็ไปสมัครเป็น
นักมวยสมัครเล่น ขึ้นชกมวย

ชั้นชกครั้งแรก ตัวก็คงยังไม่มี ความชำนาญ
เพียงพอ ก็ถูกคู่ต่อสู้ชกตรงข้างหูที่เรียกทัดดอกไม้
ปรากฏว่าเส้นเลือดดำแตก ตกเลือดในสมอง หมอ
ที่สนามก็คงไม่ได้ดูถี่ถ้วน ลงความเห็นว่าเป็นเม
หมด ก็ฉีดกลูโคสให้ แล้วให้กลับบ้านไป

เมื่อกลับบ้านไป แม่สังเกตเห็นว่า ทำไมเด็กเอา
แต่ซึม ..ซึมมากขึ้น ก็เอามาโรงพยาบาล ซึ่งเวลา
ผ่านไป ตั้งแต่ชกเสร็จราวๆ ๕ โมงเย็น จนเอามา
โรงพยาบาล เลยเที่ยงคืนไปแล้ว เลือดที่ออกมา
เซาะซึมไปกดเนื้อสมองมากขึ้นๆ จนเด็กไม่รู้สึกรู้
ตัว

ดิฉันเป็นแพทย์เวรคืนนั้น พอเอาไฟฉายส่อง
ลูกตา ม่านตาขยายหมดแล้ว ดิฉันปรึกษาท่าน
ผู้อำนวยการ รีบเปิดห้องผ่าตัด ก็ปรากฏว่าไม่ทัน
การ คนไข้ตายหลังผ่าตัดไม่กี่ชั่วโมง ถ้าเขามา
ตั้งแต่ชกเสร็จทันที แล้วทำผ่าตัด หยุดเลือดที่ออก
ได้ จัดการเอาเลือดที่ไปกดเนื้อสมองออก เขาก็อาจ
รอดชีวิต

เราถึงได้ย้ายอยู่เสมอว่า ถ้าขาดชั้นดี ไม่อดทน
อดกลั้น ถี่ถ้วนรอบคอบ ต่อสู้กับความยากลำบาก

ในอันจะฝึกฝนตนให้ทำภาระหน้าที่อย่างดีที่สุด สุด
สติกำลัง ปัญญาความสามารถของเราแล้ว เราก็
ทำร้ายตัวเราเองโดยไม่ตั้งใจตลอดเวลา

ในกรณีแพทย์สนามมวยท่านนี้ ถ้าท่าน
รอบคอบ ไม่เอาความเหน็ดเหนื่อยส่วนตัวเป็นสำคัญ
ท่านก็จะไม่ลงความเห็นง่ายๆ ว่าเด็กเมาหมัด เพราะ
ไม่เคยถูกชก เลยแพ้น้ำยา แต่จะเอาเด็กไปที่
คลินิกของท่านเพื่อสังเกตอาการ หรือเก็บไว้ที่ห้อง
พยาบาลประจำสนามมวย เสียสละ ไม่รีบกลับเมื่อ
การชกจบหมด แล้วดูอาการเป็นระยะๆ หรือถ้า
ไม่มีขันติถึงขั้นนั้น ท่านก็ควรส่งเด็กมาโรงพยาบาล
ไม่ควรเชื่อเอาง่ายๆ อยากรู้ความรับผิดชอบ จน
เป็นผลให้ชีวิตของคนๆ หนึ่งจบสิ้นไปอย่างไม่สมควร

เรื่องนี้เป็นตัวอย่างให้เห็นว่า เหตุใดท่านถึง
ว่า ขันติ เป็นสิ่งที่อาจจะแลดูเหมือนเล็กน้อย เหมือน
เฟื่องเล็กๆ แต่ถ้าขาดหายไปแล้ว เฟื่องอื่นๆ ก็หมุน
ไม่ได้ เพราะขาดตัวรับช่วงจังหวะ ให้เฟื่องทั้งหลาย
หมุนไปอย่างสม่ำเสมอ

ขันติสังวร จึงเป็นเรื่องของความระมัดระวัง
ที่จะปิดกั้นไม่ให้บาปอกุศลมาเกิดกับใจ

นอกจาก ๒ ความหมายนี้แล้ว ขันติยังเป็น
สิ่งสำคัญอีกอันหนึ่งสำหรับการปฏิบัติเพื่อสั่งสมบารมี
ที่เรียกว่า บารมี ๑๐ หรือ ทศบารมี ถ้ามุ่งอย่าง
สูงสุด ก็คือการที่พระโพธิสัตว์มาเสวยพระชาติ ๑๐
ชาติสุดท้าย ที่เรียก ทศชาติ เพื่อสั่งสมบารมีสูงสุด
เหล่านี้ให้ครบถ้วน แล้วจึงมาเป็นเจ้าชายสิทธัตถะ
ตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ เป็นพระพุทธเจ้า
๑ ใน ๑๐ บารมีนี้ ก็คือขันติ

ทำไมขันติจึงมีความสำคัญถึงเพียงนั้น

ผู้ที่จะกระทำสิ่งที่ยิ่งใหญ่ คือไปเป็นพระพุทธ-
เจ้า เพื่อช่วยหรือขนสัตว์โลกทั้งหลายให้พ้นสังสารวัฏ..
คนเราไม่ใช่ว่าพอมารู้ธรรมก็สำเร็จในอาสนะนั้น
หมดทุกคน ยังมีประเภทต่อต้าน อธิบายแล้วอธิบาย
อีกก็ไม่ฟัง อย่างนี้ก็ยังไม่เหนื่อยเท่ากับประเภทที่
เรียกว่า นอกจากไม่ฟังแล้ว ยังเฉไปอีกทางหนึ่ง
หักล้าง บอกให้ทำอย่างนี้ จะทำอีกอย่างหนึ่ง ให้
วุ่นวายไปหมด แล้วพระพุทธเจ้าก็ต้องตามแก้ไขสิ่ง

ที่เสียหายหลายแสนนั้น

หากท่านไม่มีขันติอยู่ในพระทัย หรือไม่ได้ฝึกมาจนกระทั่งได้ขันติบารมีเต็มเปี่ยม เมื่อมาเป็นพระพุทธเจ้า ความเมตตาหรือว่าพระจริยวัตรที่จะนุ่มนวลและเป็นประโยชน์ไพศาลไปทั่วโลกทั่วสงสาร ก็จะได้เต็มเม็ดเต็มหน่วยอย่างนั้น

ลองนึกถึงภารกิจพระพุทธเจ้า เราเอง พอเหนื่อยมากๆ เราก็ไม่ไหวแล้ว ใครจะเป็นจะตายอย่างไรฉันไม่รู้แล้ว ฉันนอนแผ่แล้ว

พุทธกิจประจำวัน ๕ อย่าง มีอะไรบ้าง เวลาเย็นทรงแสดงธรรมให้ประชาชน รวมทั้งพระราชากับและเสนาอำมาตย์ เวลาค่ำประทานโอวาทแก่พระภิกษุ เทียงคินทรงตอบปัญหาเหล่าเทวดา ไกลสว่างทรงตรวจพระญาณพิจารณาสัตว์โลกที่จะเสด็จไปโปรด เข้าเสด็จออกบิณฑบาตเพื่อโปรดสัตว์ มองดูแล้วไม่รู้ท่านเอาเวลาที่ไหนพักผ่อน ตั้งแต่เย็นไปจนกระทั่งเข้าออกบิณฑบาต เสรวยแล้วก็ยังมีธรรมปฏิบัติสนทนากับอัครคันตุกะ ถ้าเราเป็นอย่างนั้น เราคงไปแล้ว ไม่เอาแล้ว ขันติแตกกระจุยไปแล้ว

บารมี ๑๐ หรือ ทศบารมี ได้แก่

ทาน การเสียสละ คือชาติที่เป็นพระเวสสันดร

ศีล การรักษากายวาจาให้เป็นปกติ เสมอ

ตันเสมอปลาย คือชาติที่เป็นพญานาค พระภุริทัตต์

เนกขัมมะ การไม่ข้องแวะกับสิ่งล่อเร้าเย้ายวน

ไม่สนใจในโลกสมบัติ คือ พระเตมีย์

ปัญญา ความรอบรู้ เข้าใจสภาวะของสิ่ง

ทั้งปวงตามเป็นจริง คือพระมโหสถ

วิริยะ ความเพียรไม่ทอดทิ้งธุระหน้าที่ เป็น

พระมหาชนก ซึ่งพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรง

พอพระทัย นำมาดัดแปลงเป็นพระราชนิพนธ์

ขันติ ความทนทานของจิตใจ สามารถใช้สติ

ปัญญาควบคุมตนให้อยู่ในอำนาจเหตุผลและแนว

ทางความประพฤติที่ตั้งไว้ เพื่อจุดหมายอันชอบ ไม่

ลู่อำนาจกิเลส เป็นพระจันทกุมาร

สัจจะ ความพูดจริง ทำจริง จริงใจ เป็น

พระวิฑูร

อธิษฐาน การตัดสินใจเด็ดเดี่ยว วางจุดหมาย

แห่งการกระทำของตนไว้แน่นอน และดำเนินตาม

อย่างแน่วแน่ เป็นพระเนมิราช

เมตตา ความคิดเกื้อกูลให้ผู้อื่นและเพื่อนร่วม
โลกทั้งหมดทั้งสิ้นมีความสุข ความเจริญ เป็นพระ
สุวรรณสาม

อุเบกขา การวางใจสงบราบเรียบสม่ำเสมอ
เที่ยงธรรม ไม่เอนเอียงไปด้วยความยินดียินร้าย
ชอบชัง เป็นพระนารท

คราวนี้เรามาพิจารณาเรื่องของพระจันทกุมาร
กันว่า ท่านทรงปฏิบัติเพื่อสะสมชั้นดีบารมีให้เต็ม
บริบูรณ์อย่างไร

พระจันทกุมารเป็นโอรสของเจ้าผู้ครองแคว้น
แคว้นหนึ่ง แคว้นนี้มีเสนาบดีซึ่งเป็นคนทุศีล โลก
เห็นแก่อำภิสสินบน ไม่มีความเที่ยงธรรม เวลา
จะพิจารณาคดีความ ถ้าใครให้สินบนก็จะว่าความ
ให้คนนั้นชนะ

เมื่อพระจันทกุมารเจริญวัย พอจะเป็นรัช-
ทายาท พระราชบิดาโปรดให้มาช่วยงานแผ่นดิน ดูแล
ทุกข์สุขของราษฎร วันหนึ่ง ทรงพบชาวบ้านที่มี
คดีความ ตัวเองเป็นฝ่ายถูก แต่ไม่มีเงินให้เสนาบดี

ซึ่งถูกฝ่ายคู่ความติดสินบนเอาไว้ เสนาบดีเลยว่
ความให้ชายคนนั้นแพ้หมดเนื้อหมดตัว

นายคนนี้เสียใจ เดินร้องไห้ออกมาจากศาล
มาพบกับพระจันทกุมารเข้า พระจันทกุมารตรัส
ถามว่าเรื่องราวเป็นอย่างไร นายคนนี้ก็เล่าให้ฟัง
ท่านทรงรื้อค้นคดีนี้ขึ้นมา สืบสวนสอบสวนตาม
ความเป็นจริง ทำให้ชายคนนี้ได้รับความยุติธรรม

พระเจ้าแผ่นดินทรงเห็นพระโอรสปฏิบัติภาร-
กิจเที่ยงธรรม เป็นที่แซ่ซ้องสรรเสริญของประชา-
ชน จึงแต่งตั้งให้พระจันทกุมารขึ้นมาดูแลคดีความ
ทั้งหลายแทนเสนาบดี เสนาบดีก็คั่งแค้นใจ เพราะ
เท่ากับว่าไปทุบถุงเงินถุงทองของเขา ทำให้เขาขาด
รายได้ก้อนงาม

เสนาบดีคอยโอกาส วันหนึ่งพระเจ้าแผ่นดิน
ทรงพระสุบินว่าไปได้ทิพยสมบัติ พอตื่นบรรทมก็
ตรัสเล่าให้เสนาบดีฟังว่า ทิพยสมบัติวิเศษทำให้
พระทัยปีติสุขอย่างไร

เสนาบดีเห็นเป็นโอกาสที่จะได้แก้แค้น ก็ตอบ
ว่า ท่านมีบุญญาภิหาร สามารถได้ลี้มรสทิพย-

สมบัติขณะยังมีชีวิตเป็นบุคคลธรรมดาแน่แหละ เพื่อรักษาบุญญาภินิหารนี้ไว้ ขอให้พระองค์ทำพิธีบูชา ยัญ สิ่งที่ใช้เพื่อบูชาก็คือ เลือดของพระโอรส พระมเหสี ช้างแก้ว ม้าแก้ว คือ ของคู่บ้านคู่เมืองทั้งหลายต้องเอามาบูชายัญให้หมด รวมทั้งประชาชน และสัตว์ต่างๆ อีกเป็นจำนวนมาก

พระเจ้าแผ่นดินพระกรรณเบา เชื่อเสนาบดีโปรดให้สร้างโรงพิธีขึ้นเพื่อบูชายัญ เสนาบดีทูลว่า คนแรกที่ต้องบูชาคือพระจันทกุมาร พิธีนี้จึงจะศักดิ์สิทธิ์และสัมฤทธิ์ผลโดยแน่นอน ถึงวันพิธีก็เอาพระจันทกุมารมัดขึ้นกองไฟเผาบูชา แล้วตัวเสนาบดี จะเป็นผู้เอาดาบเข้าไปฟันพระศอ รongเอาเลือดมาถวายพระเจ้าแผ่นดินเพื่อใช้ประกอบพิธี

พระมเหสีของพระจันทกุมารเสียพระทัยที่เสนาบดีเป็นคนไม่ดี จะมาแก้งฆ่าสามีของตัว ก็ภาวนาอธิษฐาน ขอสิ่งศักดิ์สิทธิ์ช่วยให้พระจันทกุมารรอดพ้นจากวิบัติครั้งนี้ และขอให้เสนาบดีซึ่งเป็นคนผิดคนชั่วได้รับโทษทัณฑ์

ใจของพระมเหสีทรงมุ่งมั่น แน่วแน่ ผนวก
กับคุณความดีของพระจันทกุมาร ทำให้อาสนะของ
พระอินทร์เกิดร้อนไปหมด พระอินทร์เล็งทิพยเนตร
ดู ก็ทราบเหตุการณ์ จึงเหาะไปในอากาศ ถือหม้อน
ที่เป็นไฟลุกแดงเข้าไปพันปะรำพิธี

พระอินทร์ตรัสว่า พระเจ้าแผ่นดินไม่ใคร่
ครวญ คนเราจะได้ทิพยสมบัติ ก็ต้องอยู่ในศีลใน
ธรรม มาทำอย่างนี้ได้อย่างไร พระอินทร์สอนให้
พระเจ้าแผ่นดินครองพระองค์ปฏิบัติอยู่ในศีลในธรรม
เลิกลัทธินี้ให้หมด พระเจ้าแผ่นดินทรงได้สติขึ้น
มา

ประชาชนซึ่งทนเสนาบดีไม่ได้อยู่แล้ว เมื่อ
เห็นเหตุการณ์อย่างนี้เกิดขึ้น ก็ช่วยกันรุมจับเสนา-
บดี ประชาชนทั้งจวนกระทั่งตายไป แล้วพากันจะไป
จับพระเจ้าแผ่นดินประชาชนด้วย แต่พระจันท-
กุมารเสด็จไปกั้นเอาไว้ ตรัสว่า เป็นพระราชบิดา
ไม่ว่าจะอย่างไรท่านก็กตัญญูรู้คุณต่อพระราชบิดา
ไม่ยอมให้ประชาชนเข้ามาทำร้าย ถ้าจะทำร้ายก็ต้อง
ทำร้ายท่านเสียก่อน

ประชาชนก็เลยไม่ทำร้ายพระเจ้าแผ่นดิน แต่มีประชามติถอดถอนออกจากพระเจ้าแผ่นดิน และยกพระจันทกุมารขึ้นเป็นพระเจ้าแผ่นดิน ปกครองไพร่ฟ้าประชาแผ่นดินด้วยความยุติธรรม

พระจันทกุมาร ตอนที่เสนาบดีทูลพระเจ้าแผ่นดินและเอาท่านไปเผาเพื่อฆ่าบุญชายัญ ท่านก็ไม่มี ความหวาดหวั่น ท่านไม่ได้ต่อสู้หรือโต้เถียง เพราะท่านเห็นว่าเมื่อเสนาบดีกับท่านมีความกินแหนงแคลงใจกัน การทำสิ่งที่ถูกสิ่งที่ควรเพื่อช่วยประชาชนของท่าน กิเลสของคนชั่วก็เห็นไปว่าท่านไปรังแกเขา

ท่านก็ยอมว่า เมื่อท่านเหมือนไปทำร้ายเขา เขาก็ต้องขบกัดตอบท่านเป็นธรรมดา ท่านจึงอดทนอดกลั้น รับเอาภัยอันนี้ หากบุญกุศลของท่านมีพลัง ก็คงจะมีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้น เวลาจะเป็นเครื่องพิสูจน์เอง ท่านจึงไม่ได้แย่งหรือขัดขืนอะไรเลย

ท่านยอมให้คนจับเอาท่านไปอยู่ในปะรำพิธี และจุดไฟเผาท่านเพื่อบุญชายัญ ท่านทำสมาธิภาวนาไม่ปล่อยใจให้หวั่นไหว มีขันติธรรม สงบอยู่จน

กระทั่งเหตุการณ์เกิดขึ้นว่าพระอินทร์หะลงมา

อันนี้เป็นตัวอย่างให้เห็นว่า ก่อนที่จะมาเป็น พระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้น ต้องเพียรบำเพ็ญบารมีนี้ จนเต็มบริบูรณ์ แม้พวกเราๆ ก็เช่นกัน ทั้งที่เรา ทำสิ่งที่ถูกต้อง สิ่งที่เป็นธรรม เพื่อประโยชน์ของ สาธารณชน ไม่ใช่เพื่อประโยชน์ส่วนตัวด้วยซ้ำไป แล้วผลเกิดขึ้นมาเป็นความทุกข์เดือดร้อนของตัวเอง ก็ไม่หวั่นไหว ก็อดก็ทน ยอมเข้าใจว่า สิ่งที่ว่าดีนี้ ถ้าผิดกาลเทศะ ไปขัดผลประโยชน์ของคนชั่ว ก็ถูก คนชั่วขบกัดเอาได้

ใจที่มีขันติ จะรักษาเราให้ยังมั่นคงเพียรทำ คุณความดีเรื่อยไป เพราะเชื่อว่า ชีวิตนี้ ไม่ตายเดี่ยว นี้ วันหนึ่งถึงเวลามันก็ต้องตาย แต่ใจจะต้องให้มี ความเด็ดเดี่ยว มีความอดทนอดกลั้น เพื่อรักษา ให้เราบรรลุถึงจุดหมายปลายทางของเรา ไม่มีวัน หรอกที่จะถอยหลังกลับไปเป็นเครื่องมือให้กับความ ชั่ว เพียงเพราะว่าเรารักชีวิต เรากลัวเราเกรงต่อ อิทธิพลที่จะมาทำให้กายของเราทุกข์เดือดร้อน

เรื่องที่เล่ามานี้ ก็เป็นตัวอย่างให้เห็นว่า การ
ที่จะมีขันติจนบริบูรณ์ เต็มรอบได้ เราจะต้องอดทน
อดกลั้นอย่างพระจันทกุมาร

นอกจากนี้ ขันตียังมีเป็นองค์ประกอบใน
หมวดธรรมที่เรียก *ทศพิธราชธรรม* คือธรรมสำหรับ
ผู้เป็นใหญ่เป็นจอมคน คือพระเจ้าแผ่นดิน หรือเป็น
หัวหน้า

แต่ก่อนเราไปคิดว่าทศพิธราชธรรมไม่ใช่เรื่อง
ของพวกเรา เป็นเรื่องของพระเจ้าแผ่นดิน เพราะ
ราชธรรมก็ต้องเป็นธัมมะของพระราชา ท่านต้องมี
ธรรม ๑๐ ข้อนี้ แต่จริงๆ แล้วไม่ใช่

พระพุทธเจ้าประทานทศพิธราชธรรมไว้สำหรับ
ใครก็ตามที่เป็นใหญ่ จะเป็นใหญ่ในหมู่บ้าน เป็น
ผู้ใหญ่บ้าน ก็ต้องมีทศพิธราชธรรม หรือพ่อเป็น
ใหญ่ในบ้าน พ่อบ้านก็ต้องมีทศพิธราชธรรม หัวหน้า
งานก็ต้องมีทศพิธราชธรรม คือใครก็ตามขึ้นไปเป็น
ใหญ่แล้ว ไปปกครองคนอื่น ถ้าไม่มีทศพิธราชธรรม
ก็มีโอกาสเอาอำนาจที่ตัวเป็นใหญ่นั้นไปรังแกหรือ
ไปแสวงหาผลประโยชน์โดยการเบียดเบียนคนอื่นได้

ทศพิธราชธรรมมีอะไรบ้าง

ธรรม ๑๐ ข้อนี้ ได้แก่

ทาน ศีล ปริจาคะ อาชชวะ มัททวะ ตปะ
อักโกธะ อวิหิงสา ชันติ อวิโรธนะ

ทาน คือ ทานที่เป็นใหญ่ พระราชา นัก
ปกครอง นอกจากจะสละจาคะอย่างทั่วๆ ไปแล้ว
ท่านยังต้องสละทรัพย์สิ่งของส่วนตัวเพื่อช่วยเหลือ
บำรุงเลี้ยงประชาราษฎร์ บำเพ็ญสาธารณประโยชน์
ใครก็ตามที่เป็นใหญ่ในชุมชนไหน ต้องสละส่วน
ของตัวเองช่วยชุมชน เพื่อประโยชน์หมู่พวกที่เรา
ปกครองดูแลอยู่ ไม่ใช่เราไปเก็บกวาดเอาของเขา
มา

สมัยนี้ ท่านที่เป็นใหญ่ทั้งหลายจัดส่งริ้วขบวน
ลูกน้องไปรีดไถชุมชนเพื่อจะเอาส่วย อย่างนี้ไม่เรียก
ว่าทศพิธราชธรรม ทศพิธราชธรรมมีแต่เราจะต้อง
เอาของเราให้ออกไป เพื่อความอยู่เย็นเป็นสุขของ
คนที่อยู่ใต้ปกครอง แผ่นดินจะได้ร่มเย็นเป็นสุข

ศีล เมื่อเป็นใหญ่ บางทีเราก็มั้ระวังสำรวม
กายของเรา ไม่สำรวมวาจาของเรา นึกอยากจะบ่น

อยากจะทำอะไร ก็จะไปตาม
อำเภอใจ ถ้าเรามีศีล เราจะระวังสำรวมกายทวาร
ของเรา วลีทวารของเรา ให้เป็นที่เคารพของผู้ได้
บังคับบัญชา กระทำแต่การสุจริต เทียงตรง รักษา
เกียรติยศ ชื่อเสียง ไม่ให้มีข้อบกพร่อง ที่คนจะคิด
แหยงใจหรือดูแคลนได้ว่าทำไมเป็นใหญ่แล้วจึงใช้
กิริยาอย่างนี้ วาจาอย่างนี้ ประพฤติตัวอย่างนี้ เรา
จะไม่ทำเป็นอันขาด ที่จะไปเชือดเฉือนหรือไปบั่นรอน
ความเคารพเลื่อมใสที่เขามีต่อเรา จริยวัตรเหล่านี้
คือศีล

ปริจาคะ บริจาค หรือ ทาน นั้นดูใกล้เคียง
กัน แต่ในความหมายของปริจาคะ หมายถึง เรา
ต้องเสียสละความสุขความสบาย ตลอดจนชีวิตของ
เรา เพื่อประโยชน์ของประชาชน ความสุขความ
เรียบร้อยของบ้านเมือง

เพราะฉะนั้น เราเป็นพยาบาล เราเป็นหมอ
เราจะฝึกฝนทศพิธราชธรรมข้อปริจาคะ บางทีถึง
เวลาที่เรารู้ว่าจะได้พัก ถึงเวลาที่เรารู้ว่าจะได้เลิก
งานแล้ว แต่บังเอิญมีคนไข้หนัก หรือมีเหตุสุดวิสัย

เราก็ต้องเสียสละ ไปดูแลช่วยเหลือคนไข้ให้เขาปลอดภัยก่อน แล้วเราจึงจะมานึกถึงความสุขส่วนตัว ไปพักหรือเลิกงานได้

อาชชวะ แปลว่า ซื่อตรง เราจะต้องมีความซื่อตรง มีความจริงใจต่อผู้ใต้บังคับบัญชา ต่อประชาชน อะไรที่จะพูดที่จะบอกเขา เราจะต้องบอกตามความเป็นจริงให้เขารู้ ไม่ใช่ว่าซ่อนเร้นปิดบังเอาไว้.. ไม่ได้ ลับเฉพาะ ลับเฉพาะ แล้ววันหนึ่งเขารู้เข้า ปรากฏว่ากลายเป็นอะไรไปแล้วก็ไม่รู้ คือเราไม่ให้โอกาสเขาจะได้รับรู้รับทราบ แล้วฝึกรการใช้สิทธิในการดูแลผลประโยชน์ของการเป็นประชาชน อันนี้คือ อาชชวะ เราจะต้องมีความซื่อตรง มีความจริงใจ ไม่ว่าจะเขาจะเป็นคนเล็กคนน้อยอย่างไร เราก็ต้องเคารพในสิทธิมนุษยชนของเรา

มัททวะ คือความอ่อนโยน ความอ่อนโยน อันนี้ไม่ใช่ความอ่อนแอ คนที่มีมัททวะ กิริยาจะนุ่มนวล ไม่หยาบกระด้าง แต่ก็มีคามงามสง่า ที่ทำให้ถึงเราจะอ่อนโยน จะเป็นกันเองอย่างไรก็ตาม เขาก็ยังยำเกรงเรา มีความรักมีความภักดีกับเรา

ตรงนี้ต้องระวังให้ดี บางคนไปคิดว่ามัททวะ คือความไม่มีน้ำยา ความอ่อนแอ.. ไม่ใช่.. เราไม่หยาบคาย เราไม่เย่อหยิ่ง เราไม่กระด้าง แต่ในความนุ่มนวลเป็นกันเองนั้น ก็มีอำนาจให้เกิดความเคารพยำเกรง ตรงนี้ต้องอาศัยการฝึกฝน คือเรามีความจริงใจกับเขา เรามีความเด็ดขาด แต่เราก็ไม่ยกตนข่มท่าน

ตปะ คือแผดเผากิเลส แผดเผาตัณหา ในที่นี้หมายความว่า ถ้าเรามีตปะ เราต้องสามารถที่จะยับยั้งข่มใจของเราให้ไม่หลงไหลหมกมุ่นไปกับความสุขสำราญ เพราะคนเราเมื่อเป็นใหญ่แล้ว โอกาสที่คนจะมาพินอบพิเทาเอาใจนั้นมีมาก เราต้องไม่หลงไหล เราต้องไม่หมกมุ่นไปกับความสุขสำราญ เหล่านี้จนกระทั่งเราบกพร่องในการที่จะทำภารกิจหน้าที่ของเราให้ลุล่วงไป

สมัยโบราณพระราชาทำอย่างไร บางโอกาสปลอมพระองค์ ดันดันไปตามถนนตรอกซอกซอย ตามชนบทหมู่บ้าน เพื่อใกล้ชิดคลุกคลีกับประชาชน พุดคุยซักถามทุกข์สุข หรือไปค้างอ้างแรมในบ้าน

เขา เพื่อจะได้รู้ว่าชีวิตจริงๆ ของพวกเขา อยู่ดีกินดี ตามฐานะ หรือว่าถูกข้าราชการมาขูดรีด มาข่มขู่ ข่มเหง

ท่านทรงลำบากตรากตรำ ไม่ใช่จะอยู่แต่ใน รั้วในวัง คอยฟังแต่ที่เสนาอำมาตย์เอามากราบทูล เท่านั้น ถ้าเป็นอย่างนั้นโอกาสที่จะถูกตมตุนก็มีมาก เมื่อผู้ไม่เป็นธรรมรู้ว่าผู้มีอำนาจหุบเขา เชื่อคำคนใกล้ ชิดแล้ว เขาจะหาหนทางขึ้นกให้เป็นไม้หรือเป็น อะไรก็ได้ทั้งนั้น

เพราะฉะนั้น ถ้าไม่มีตปะ ไม่คอยข่มตัวเอง ให้ไม่หลงไหลไปกับความสุขความสบาย เราก็จะ พลาดท่าได้ถ้าคนรอบข้างเป็นคนไม่ซื่อ ขาดความ มุ่งมั่นตั้งใจใฝ่งาน นึกถึงแต่ประโยชน์ส่วนตน

อีกโทษ คือไม่ลู่อำนาจความโกรธจนกระทั่ง ทำให้เราวินิจฉัยความต่างๆ ด้วยอคติ ใจคนเรา เมื่อมีความโกรธครอบงำแล้ว ย่อมเอนเอียง เลือก ที่รักมักที่ชัง.. คนนี้ไม่เป็นพวกฉัน นำหมันไส้จริง มันไม่จงรักภักดี.. ใจก็เป็นอคติ

ถ้าเรามีธรรมข้ออีกโกธะ ใจคนเราจะให้เห็น
เสมอหน้า เป็นเพื่อนร่วมเกิดแก่เจ็บตายด้วยกัน
ทั้งหมดนั้น ก็ยังมีกระเพื่อมกระลอกอยู่ แต่ถึงจะ
กระเพื่อมกระลอก เราก็ไม่ยอมปล่อยให้ไปตามความ
กระเพื่อมกระลอก จนกระทั่งใจของเรามีอคติขึ้นมา
ได้ สิ่งใดที่เราจะทำจะวินิจฉัยออกไป จะต้องเอา
เมตตาเป็นเครื่องถ่วงดุลเอาไว้ แล้วระงับความ
ขุ่นเคืองที่เป็นส่วนตัว ซึ่งดวงวัดให้เป็นความยุติ-
ธรรมจริงๆ ตรงนี้ต้องคอยฝึกฝน ระแวงระวังอยู่
เสมอ

อวิหิงสา คือไม่เบียดเบียน หรือกดขี่บีบบังคับ
เป็นต้นว่า ชูตรีตเก็บภาษีต่างๆ ที่ราษฎรยำแอ้อยู่
แล้ว ใช้สอยสมบัติของแผ่นดินอย่างสุรุ่ยสุร่าย สิ้น
เปลือง เสียหายโดยไม่สมควร แล้วมาชูตรีตเอาจาก
ประชาชน ไม่หาเหตุเบียดเบียนลงโทษราษฎรเพราะ
เกลียดชัง อาฆาต พยาบาท หรือนึกสนุกขึ้นมา ก็
ออกกฏลิตรอนเสรีภาพประชาชนโดยไม่เป็นธรรม
ใครขัดขึ้นก็เอามาโบยมาตี เพียงเพราะใจหลงระเรีง
อำนาจ จะทำอะไรเราก็ทำได้

ถ้ามีอิหิงสาอยู่ในใจจะไม่ทำอย่างนั้น จะ
ต้องพยายามฝึกหัดจิตใจของตนให้ไม่หลงในอำนาจ
ไม่ไปทำอะไรที่จะไปเบียดเบียนกดขี่บีบบังคับประชา
ราชกร์

อวิโรธนะ คือวางตนเป็นหลักที่หนักแน่นใน
ธรรม ประพฤติอะไรไม่ให้เคลื่อนไปจากแบบฉบับ
ไม่หวั่นไหวเอนเอียงไปตามคำพูด ลากสักการะ หรือ
อารมณ์ ระมัดระวังให้ตัวเองเป็นเสมือนแก่นของ
ธรรม หรือเป็นหลักที่น่าเชื่อถือและไว้วางใจได้ สิ่ง
ที่ประพฤติออกมาต้องไม่คลาดเคลื่อนไปสู่ความวิบัติ

ขันติ คืออดทน ถึงงานที่เราดูแล ผู้ได้บังคับ
บัญชาของเรา หรือประเทศชาติของเรา จะทำให้
ลำบากตรากตรำแค่ไหนในยามหน้าสิ่วหน้าขวาน
เราก็อดทน ไม่เห็นแก่เหน็ดแก่เหนื่อย ถึงจะถูกคน
พูดจาเสียดสีถากถางอย่างไรก็ไม่หมดกำลังใจ ใน
ยามบ้านเมืองมีปัญหา มีข้าศึกศัตรู หรือเกิดข้าว
ยากหมากแพง โรคระบาด ก็เป็นไปไม่ได้ที่ผู้คนจะ
สงบเป็นน้ำหนึ่งใจเดียว บางคนก็ไม่พอใจ เป็น
ชนวนให้มีวิกฤติการณ์เกิดขึ้นได้

เมืองญี่ปุ่นสมัยสงครามโลกครั้งที่สอง เมื่อแพ้สงครามแล้วรัฐบาลจำเป็นต้องหาตลาดเพื่อส่งสินค้าออกไปขายให้มีรายได้กลับเข้ามาเลี้ยงประเทศชาติ เขาพบว่าราคาข้าวของที่เขาทำออกมาขายได้ขณะนั้น ต้นทุนสูงกว่าราคาที่ชาติอื่นๆ ส่งมาขายอยู่ในท้องตลาด

ถ้าเขายืนยันขายตามราคาจริงก็ไม่ได้ตลาด เมื่อไม่ได้ตลาด ประชาชนชาวญี่ปุ่นก็จะไม่มีรายได้ รัฐบาลจึงตัดสินใจลดราคาลงเพื่อให้ได้ตลาด ชาติอื่นขาย ๑๐ บาท ญี่ปุ่นยอมขาย ๙ บาท ๘๐ สตางค์ หรือ ๙ บาท ๕๐ สตางค์ ทั้งๆ ที่ขาดทุน ญี่ปุ่นก็ยอมสู้แบบนี้

แล้วการขาดทุนจำนวนนี้ญี่ปุ่นทำอย่างไร

เขาเอาภาระอันนี้มาให้ประชาชน ขอร้องประชาชนให้ช่วยกัน เพราะถ้าไม่เสียสละตรงนี้ เราก็จะไม่ได้เม็ดเงินเข้ามาเป็นรายได้ ผู้คนจะไม่มั่งงานทำ แล้วเราจะเอาอะไรมากินมาอยู่

เพื่อให้เรามั่งงานทำ มีเงินมากินมาอยู่ได้ เราต้องเสียสละด้วยการส่งของออกไปขายในราคาขาดทุน

แต่ขายในเมืองเราต้องแพงกว่านั้นเพื่อเอามาเฉลี่ย
ชดใช้ที่ขาดทุนไป ราคาอาจสูงถึง ๑๕ บาท

ชาวญี่ปุ่นก็เห็นดีเห็นงามด้วย ให้ความร่วมมือ
อย่างหน้าชื่นตาบาน วิญญาณของความรักชาติ
เสียสละเพื่อประโยชน์สุขของชนส่วนใหญ่เช่นนี้ คือ
ทางรอดของกลุ่มชน ตลอดไปถึงประเทศชาติ

ถ้าผู้เป็นใหญ่ที่รับหน้าที่เป็นผู้นำแน่ใจว่า
นโยบายที่นำมาปฏิบัติเป็นทางสุจริตและเป็นทางที่ได้
ไตร่ตรองด้วยปัญญาแล้วเห็นชอบว่า หนทางนี้เป็น
การแก้ปัญหาที่แลดูเหมือนไม่มีทางออกในตอนแรก
ให้คลี่คลายไปจนได้ด้วยดี เราก็ต้องอดทนอดกลั้น

ใครจะวิพากษ์วิจารณ์ จะค่อนข้างด่าสาดเสีย
เทเสียอย่างไร กาลเวลาจะเป็นเครื่องพิสูจน์ ปรากฏ
ว่า เมื่อญี่ปุ่นทำอย่างนี้ บ้านเมืองก็ฟื้นคืนสภาพ
ขึ้นมา

เมื่อบ้านเมืองดีขึ้นแล้ว รัฐบาลก็ให้ผลตอบแทน
กับประชาชน ด้วยการให้สินค้าที่ทำขายในเมือง
ญี่ปุ่นเอง ทั้งๆ ที่ยี่ห้อแบบเบอร์รุ่นเดียวกัน ถ้าวาง
ขายในเมืองญี่ปุ่นจะมีคุณภาพดีเป็นพิเศษกว่าของ

ที่ส่งออกไปขายนอกญี่ปุ่น เพื่อเป็นผลตอบแทนที่
ประชาชนร่วมมือช่วยกันเสียสละซื้อของในราคา
แพงตลอดมา สินค้าที่วางขายในเมืองญี่ปุ่นแต่ละอัน
จะทนทาน ได้รับการตรวจสอบอย่างละเอียดถี่ถ้วน
คุณภาพเป็นเยี่ยม ซึ่งเป็นความภาคภูมิใจของคน
ญี่ปุ่น

เรื่องนี้เป็นความจริง คราวหนึ่ง สามิเพื่อน
ดิฉันไปดูงานที่ญี่ปุ่นและซื้อเครื่องอัดเทปเล็กๆ มา
ฝากดิฉันเครื่องหนึ่ง มองดูท่าทางมันทื่อทะไม่
น่าพอกา แต่เมื่อใช้แล้วก็ประทับใจ ใช้ง่าย สะดวก มี
คุณภาพ และไม่เคยมีปัญหาเลย

ภรรยาเห็นคุณภาพจากการใช้ของดิฉันก็ติดใจ
แต่สามิไม่ได้ไปญี่ปุ่นอีก คราวหนึ่ง เธอได้ไปดูงานที่
สิงคโปร์ เห็นเครื่องเทปยี่ห้อนี้ เบอร์นี้ รุ่นนี้เพราะ
จดเอาไป ก็ซื้อมา หน้าตาเหมือนกันไม่มีผิดเลย
เมื่อใช้ไปพอสมควร มันก็เริ่มมีปัญหา

เป็นจริงอย่างคำรำลือ ของอะไรที่วางขายอยู่
เมืองญี่ปุ่น รับรองว่าคุณภาพจะดีประณีตเป็นพิเศษ
ขณะที่ของส่งออกก็ดีตามเกณฑ์ปกติ แต่ไม่ได้ดียอด

เยี่ยมอย่างในญี่ปุ่น

ถ้าทุกเรื่องพวกเรามีซันติกกันอย่างนี้ แม้ว่าสิ่งที่หัวหน้าพาทำ จะแลดูเหมือนสร้างความลำบาก ตรากตรำ ทำให้ลูกน้องทุกข์เดือดร้อน แต่เราก็ช่วยกัน ทำนองอดเปรี้ยวไว้กินหวาน ปัญหาถึงจะหนักหนาสาหัสแค่ไหนก็สามารถแก้ไขให้ลุล่วงไปได้

เหมือนอย่างกรณีของบ้านเมืองเราตอนนี้ .. เป็นหนี้เขาไม่รู้ว่าก็หมิ่นก็แสนกี่ล้านล้าน ถ้าเรามีซันติกกันอย่างนี้ เราอดทนอดกลั้น เมื่อเราเป็นหนี้เขา เราก็ยอมใช้หนี้ ใครเขาจะมาว่าเราว่า.. ไ้อ้คนหนี้ท่วมหัว.. เราก็ยอมรับ เพราะเป็นความจริง แล้วอดทนอดกลั้น ประหยัดมัธยัสถ์ เพื่อแก้หนี้สินให้หมดไป

เหมือนอย่างที่ท่านอาจารย์พระมหาบัวเคยเทศน์ให้ประหยัดมัธยัสถ์ คนละบาทเอาใส่กระปุกออมสินไว้ทุกวัน ประเทศชาติเรามีคน ๖๒ ล้านคน วันหนึ่งเราก็ได้ ๖๒ ล้านบาท ถ้าเราเอาซันติมาใช้ เราก็จะค่อยๆ สิ้นตาอ้าปากได้ นี่เราก็ไม่เอาต้องคอยว่าวันไหนท่านจะมารับผ้าป่า วันนั้นเราค่อย

เอาดอลลาร์ไปถวาย เอาทองไปถวาย ท่านจะมารับผ้าป่า ๓๖๕ วันได้หรือ แค่นี้ท่านก็เหนื่อยจะแย่แล้ว

ถ้าเราทุกคนทำผ้าป่าโดยใส่กระปุกออมสินไว้ถวายท่านอาจารย์ทุกวัน.. ทุกวัน.. ทุกวัน วันละ ๑ บาท หรือถ้าเมื่อเราเห็นว่า ๑ บาทจะน้อยไป เราทำวันละ ๑๐ บาทก็ได้ แทนที่จะเป็น ๖๒ ล้าน บาทต่อวัน เราก็ได้ ๖๒๐ ล้านบาท ถ้าลงมือทำกันจริง ซึ่งต้องอาศัยความอดทน อดกลั้น มีขันติ และพากเพียร ทำด้วยความสม่ำเสมอ เราก็ไม่เอา ทำไปหน่อยหนึ่ง เราก็ .. แฮ้อ .. ซี้เกียจแล้ว

ไม่อย่างนั้นเราก็มีข้อแม้ว่า ไม่เป็นไร ถึงวันอาทิตย์ค่อยจ่ายทีเดียว ถ้าใส่วันละบาทๆ แหม .. ซี้เกียจ พอวันอาทิตย์ใส่ ๑๐ บาทเลย แต่เปล่าหรอก หลายๆ อาทิตย์ก็ไม่ได้ใส่สักบาทหนึ่ง นี่แหละวันเวลามันก็สิ้นกินชีวิตเราไปอย่างนี้

ดิฉันเคยจะเก็บหอมรอมริบ ตอนนั้นไม่ใช่เรื่องนี้สินของประเทศ เก็บหอมรอมริบไว้ซื้อของ ตอนแรกก็ใส่ทุกวันดีหรอก.. แฮ้อ.. ยุ่งยาก ครบ

อาทิตย์ค่อยใส่ทีหนึ่งก็แล้วกัน แล้วก็ลืมไม่ได้ใส่เสีย เป็นส่วนใหญ่ ครั้นคำนวณวันเวลาดู ก็ว่าน่าจะมีทุน ครบแล้ว เอากระปุกมาเปิดนับ เอ้า.. ทำไมถึงยังไม่ ครบสักที ก็เพราะเราไม่มีขันติ ใจแล้งน้ำอด น้ำหนึ่กฝืนทำให้สม่าเสมอ

ทั้งหมดนี้ก็เป็นเรื่องของทศพิธราชธรรม แต่ ให้เราจำไว้ว่า ไม่ใช่ธรรมของพระเจ้าแผ่นดินเท่านั้น เราสามารถนำมาทำกับตัวเราเองได้ทุกคน ในบาง สถานะ เราก็เป็นพี่ของน้องๆ เป็นหัวหน้าครอบครัว หรือรักษาการแทนเจ้านาย ให้เรานึกเอาไว้ว่า เรา ก็ *ใหญ่* คนหนึ่ง แต่อย่าใหญ่แบบกิเลสพาใหญ่ ให้ เราใหญ่อย่างชนิดที่ใหญ่อย่างมีคุณธรรม มีคุณค่า

ถ้าฝึกให้มีทศพิธราชธรรมเอาไว้ในใจแล้ว เราจะสามารถปกครองตัวของเราได้เป็นอย่างดี แล้ว ไปปกครองคนอื่นได้อย่างดีด้วย ทุกคนจะสามารถ ทำงานของตนได้เต็มเม็ดเต็มหน่วย มีประสิทธิภาพ เต็มที่ เพราะต่างมีวินัยกับตัวเอง และจะมีวิธีทำงาน อย่างชนิดที่เรียกว่า ทำจนกระทั่งต้องประสบความสำเร็จ ไม่มีท้อไม่มีถอย ไม่มีชี้เกี้ยวชี้คร้าน ไม่ใช่

วันนี้ขยันก็ทำดีหน่อย พรุ่งนี้ขี้เกียจก็ทำพอให้พ้นหน้า คุณภาพของเราจะเสมอดันเสมอปลาย ไม่มีชนิดสกเอาเผากิน บัดสวะให้พ้นหน้า

คราวนี้ก็มาถึงหมวดธรรมชุดสุดท้ายที่มีขันติเป็นส่วนประกอบ ได้แก่ มงคล ๓๘

มงคล ๓๘ ประการนี้ คือ ธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงสอน เพื่อจะนำมาซึ่งความสุขความเจริญ เวลาสวดมนต์ขึ้นบ้านใหม่ หรือสวดมนต์ในพิธีมงคลต่างๆ มักจะใช้มงคล ๓๘ เป็นบทสวดร่วมอยู่ด้วย บทที่ว่าด้วยขันติ เป็นคาถาที่ ๘ ซึ่งประกอบด้วย

ขันติ การมีความอดทน เป็นมงคลอันสูงสุด
โสจสสตา การเป็นผู้ฟังเหตุผล พุดกันง่าย
สอนง่าย ว่าง่าย เป็นมงคลอันสูงสุด

สมณานัญจ ทสสน์ การพบเห็นสมณะเป็น
มงคลอันสูงสุด

กาเลน ธมฺมสากฺจฺฉา การได้ฟังธรรมในเวลา
อันควร เป็นมงคลอันสูงสุด

เพราะฉะนั้น การที่เรามีความอดทนนี้ เป็น
สิ่งจำเป็นที่แทรกอยู่ในข้อธรรมหลายๆ ข้อ หลาก
หลายในชีวิตของเรา ถ้าเราระลึกทบทวนถึงข้อ
ธรรมเหล่านี้ และนำมาใช้ในชีวิตให้ครบถ้วน เริ่ม
ตั้งแต่ฆราวาสธรรม เพราะเราล้วนเป็นคฤหัสถ์ ต่าง
ก็ครองเรือนเป็นฆราวาสด้วยกัน เพียรระลึกนึกถึง
หลักธรรมเหล่านี้เอาไว้ แล้วฝึก ฝึก ฝึก

เราฝึกในฆราวาสธรรม ฝึกในสังวร ฝึกใน
ทศบารมี ฝึกในทศพิธราชธรรม ฝึกในมงคล ๓๘
ประการ ฝึก ฝึก ฝึก ความจริงก็คือ ขันติ ตัวเดียว
กันนั่นเอง เลยเหมือนกับช่วยให้เรามีชั่วโมงบินเพิ่ม
ขึ้น เพราะถ้าเราจะฝึกแต่ฆราวาสธรรมอย่างเดียว
ใจเราก็เบื่อ แล้วหลอกตัวเองว่า.. รู้แล้ว.. แต่รู้แบบ
มีวิชาท่วมหัว เอาตัวไม่รอด

ในทางกลับกัน ถ้าเรานึกถึงหมวดธรรม
เรื่องนั้น เรื่องนี้ แล้วมาลงที่ขันติอยู่เรื่อยๆ ก็ได้นำ
มาฝึกปฏิบัติในการแก้ปัญหาบ่อยๆ จนกลายเป็น
อุปนิสัยไป พอจะทำอะไร เราจะเอาสติมาจذب..
รักษาวินัยให้มันรักสันให้ต่อ.. อย่าไปมีเรื่องกันเลย เรา

ค่อยๆ คิด ทำอย่างไรให้เราอดทน เพียรพยายาม
ปรับที่ใจเรา แก้ไขที่ใจเรา

เมื่อฝึกฝืนใจของตัวเองอยู่อย่างนี้โดยสม่ำเสมอ
ปัญหาต่างๆ ก็คลี่คลายไปในทางดี และคุณสมบัติ
นี้จะกลายมาเป็นพื้นนิสัย เป็นบารมีของเราไปโดย
ไม่รู้ตัว พอเราตั้งหน้าจะทำอะไร ใจจะมีขันติในแง่ที่
เป็นวิริยะ ซึ่งจะพาให้เรา มีความเสมอต้นเสมอปลาย
หนักเอาเบาสู้อย่างไร ไม่ใช่ทำแล้วจืดๆ จ้องๆ แล้วอีก
ประเดี๋ยวก็ย้ายไปเป็นเรื่องอื่น ในที่สุดเราก็เบื่อตัว
เราเอง เพราะว่าทำอะไรแล้วไม่เคยสำเร็จสักทีหนึ่ง

เมื่อเราทำถูกแบบแผนอย่างนี้แล้ว ผลที่เกิดขึ้น
ขึ้นมา ก็มีส่วนมาเป็นกำลังใจอย่างมาก เหมือนตัว
ดิฉันเองตอนที่เข้าไปปฏิบัติกับท่านพระอาจารย์
สิงห์ทอง ไม่ใช่เพราะเห็นคุณของการปฏิบัติว่า จะ
เอามาขัดเกลาจิตใจของเราให้ดี ให้หมดจากกิเลส
เพราะไปโง่เชื่อน้ำแตก เป็นชาวพุทธที่ทาสมาธิ
ไม่เป็น แล้วนึกว่าตัวเองเป็นชาวพุทธที่สมบูรณ์แบบ
แล้ว พอถูกซักถามเรื่องสมาธิเข้าก็ไม่รู้เรื่อง กลับ

มาบ้านเรา จะมาฝึกหัดปฏิบัติเพื่อทำสมาธิให้เป็น ก็
คิดง่าย ๆ แค่นั้น

เมื่อลงมือปฏิบัติแล้ว ท่านพระอาจารย์ค่อย ๆ
สะกิดสะเกาให้เราได้เห็นว่า จริง ๆ แล้วการทำสมาธินี้
ไม่ใช่ทำเพียงเพราะว่าเราจะทำสมาธิให้เป็น เหมือน
กับไปสมัครเรียนวิชาอะไรวิชาหนึ่ง เมื่อเรียนจบเรา
ก็มีความภูมิใจว่า เราทำเรื่องนี้เป็นแล้ว ก็ไปหาวิชา
ใหม่เรียน

เรื่องของการปฏิบัติ เพื่อจะรู้จักใจของตัวเอง
แล้วฝึกหัดขัดเกลากิเลสให้หมดสิ้นไปจากใจ โดย
อาศัยสติ สมาธิ ปัญญา เป็นเครื่องมือ นั้น เป็นสิ่งที่
เราจะต้องทำด้วยความอดทน ทำด้วยความพากเพียร
ที่สม่ำเสมอ และต่อเนื่องกันไปไม่รู้จบ เพื่อสิ่งที่เรา
ฝึกปฏิบัติเหล่านี้จะได้ติดอยู่เป็นพื้นนิสัยของเราจน
กระทั่งเป็นอัตโนมัติ เป็นบารมีเพื่อพาเราไปให้ถึงที่
หมายปลายทาง

แรก ๆ นั้นมีความรู้สึกเหมือนไส้เดือนถูกขี้เถ้า
ท่านพระอาจารย์ท่านมีกฏเหล็กว่า เมื่อท่านลงนั่ง
เวลาที่ท่านมาเทศน์ที่ศาลา หากท่านยังไม่ลุก ใคร

นั่งท่าไหนก็ต้องนั่งอยู่ท่านั้นขยับไม่ได้ ท่านอธิบายว่า ถ้ามีมัดแต่ขยับอยู่เรื่อยๆ เราก็ไม่เห็นธรรมชาติ เพราะถ้าอิริยาบถจะไปบังคับทุกข้อเอาไว้หมด ..พออาจารย์ลงนั่งนะ ศิษย์จะเอาท่าไหนจัดให้ดี แล้วหมายความว่า ระหว่างที่อาจารย์ยังไม่ลุกนี้ ศิษย์จะต้องเป็นตุ๊กตาปั้นนะ ขยับไม่ได้เลย..

บางที่เราเผลอขยับ ท่านจะดู ..นี่บาปกรรม เวลาเราขยับไม่ว่าจะเบาอย่างไร ผ่านุ่งเรามันส่งเสียง ท่านบอก ..นั่นแหละ ใจคนบางคนเขาละเอียด เขากำลังเป็นสมาธิดี ๆ ก็เหมือนเราทำเสียงอะไรตก โครมคราม อีกหน่อยเวลาศิษย์ปฏิบัติก็จะมีเสียงมารบกวนอยู่อย่างนี้ เพราะว่ามันเป็นวิบาก

เราก็กลัว ไม่กล้าขยับเลย แรกๆ ไม่เป็นอันภาวนาหรือฟังเทศน์ท่านหรอก .. ท่านอาจารย์เล็กเถอะเจ้าค่ะ ท่านอาจารย์เล็ก เลิก เลิก .. ได้ยินแต่เสียงใจตัวเองบ่นอยู่อย่างนี้ เพราะว่าใจขาดขันติ มันเลยสติแตก จะขยับก็ไม่ได้เพราะว่าอายเขา แต่ในใจมีความรู้สึก.. โอ๊ย เมื่อไหร่จะสิ้นสุดเสียที

ความจริงตรงนั้นก็ป็นขันติโดยไม่รู้ตัว เพราะ
ว่าถูกบีบบังคับให้ต้องทำ วันหนึ่งใจก็ลงรวมได้ทั้งๆ
ที่มันเจ็บจะตายอย่างนั้น เพราะใจของเราที่บอก..
ท่านอาจารย์เล็กเถอะ เลิกเถอะ เลิกเถอะ .. มันก็
หนึ่งเดียวเหมือนกัน ไม่ใช่พุทโธ แต่มันก็ .. ท่าน
อาจารย์ เลิกเถอะ เลิกเถอะ เลิกเถอะ.. ก็จดจ่อ
เป็นหนึ่งเดียว ไม่ออกแวกไปไหนเลย ใจก็ลงรวม

เมื่อลงรวมแล้ว ที่ปวดเมื่อย ที่รู้สึกว่กระดูก
ที่มุดำออกมาออกเนื้อ กลับเบาสบาย คราวนี้พอ
ท่านอาจารย์ลงนั่ง ถึงใจจะนึก.. โอ๊ย ท่านอาจารย์..
แต่เสียงก็เบาลงแล้ว คราวนี้ใจก็ชักสงบและเป็น
สมาธิได้

ต่อไปๆ เราก็นั่งได้สบาย บางที่ท่านอาจารย์
ลุกแล้วก็ยังไม่ขยับ เพราะไม่ได้มีความรู้สึกว่..
โอ๊ย.. คอยอยู่เมื่อไหร่ท่านอาจารย์จะลุก แต่บางครั้ง
ท่านอาจารย์ยังไม่ทันลุกเลย ขาเราตั้งไปเองแล้ว
นี่ก็เป็นธรรมสอนเราให้เห็นเรื่องไตรลักษณ์ ดูเอา
เถอะ ตัวเราแท้ๆ ก็สั่งไม่ได้ บังคับไม่ได้ ไม่ใช่เรา
ไม่ใช่ของเราตรงไหนเลย

เมื่อใจเห็นผลอย่างนี้มันชื่นใจ ต่อไปก็มีกำลัง
ท่านอาจารย์ลงศาลาก็ไม่ไปคิด.. โอ๊ย เลิกเถอะๆ..
ใจเราสบายๆ ท่านอาจารย์จะคุยอะไรเราก็ได้ยินที่
ท่านคุย เราก็รื่นเริงบันเทิงกับสมาธิของเรา การนั่ง
อย่างนี้ก็สนุกดี

เมื่อฝึกไปจนกระทั่งเห็นผลแล้ว คราวนี้มัน
ไม่ทุกข์เดือดร้อน แต่ตอนแรกที่ยังไม่ได้ผล มีโย
ท่านจะบอกว่า ขันติไม่ใช่กัดฟันทนจนฟันหักหมด
ปาก เราฝึกตัวเรา เราปรับตัวเรา เพื่อคุณงามความ
ดี เพื่อเป็นอุปนิสัย.. ใจมันไม่ได้ยินหรือ เพราะ
มันแต่เถียงว่า อะไรจะปานฉะนี้

หรืออย่างทีหลวงพ่อชาท่านสอนพระเถระว่า
หลวงพ่อจะพานั่งข้ามเวทนา เราฟังแล้วสยดสยอง..
ข้ามเวทนา.. จะข้ามไปก็แม่น้ำมหาสมุทรกันมันถึง
จะข้ามพ้น ท่านพาพวกพระเถระลูกวัดนั่งสมาธิที่ศาลา
ซึ่งหน้าร้อนทางอีสานก็ร้อนจะแยะอยู่แล้ว พระก็นึก
ว่า ห่มแต่อังสะตัวเบาๆ เล็กๆ ตัวเดียวก็พอ ท่าน
บอกไม่ได้ ต้องครองจีวรให้เต็มภาคภูมิ แถมปิด
หน้าต่างหมด แล้วนั่ง

ท่านอาจารย์ท่านไม่ได้นั่งประเดี๋ยวเดียว บาง
ที่นั่ง ๒-๓ ชั่วโมง ทุกคนเหงื่อโชกกันหมด ท่าน
บอกว่า นั่นแหละ.. เอาจนกระทั่งมันเย็น เพราะว่า
เมื่อเหงื่อออกมากๆ แล้ว เราจะเย็นสบาย จะข้าม
เวทนา ทุกองค์รอคอยหน้าหนาวอย่างใจจดใจจ่อ
เพราะห่มจีวรอย่างนี้ ปิดหน้าต่างอย่างนี้ จะได้ค่อย
อุ่นหน่อย

ปรากฏว่าหลวงพ่อบเปลี่ยน พอถึงหน้าหนาว
เข้า เปิดหน้าต่างหมด ขำร้ายไม่ต้องครองจีวรแล้ว
อังสะตัวเดียว ตกงก็ต้องข้ามเวทนาอีก เพราะ
หนาวจนจะแย่แล้ว ตอนร้อนก็ร้อนจนไม่รู้จะว่า
อย่างไร หลวงพ่อกลับว่า ในนรกมันร้อนกว่านี้อีกนะ

ถ้าเราอดทน เรามีขันติ เราก็จะข้ามเวทนา
ไปกับหลวงพ่อก็ได้ แล้วเราจะรู้สึกว่ เวลาจะตาย
หรือเวลาเข้าที่ดับขัน ใจจะไม่กลัว แต่ถ้าเราโกง ไม่
ยอมทำจนเห็นผล ถึงเวลาที่เราเจอะเจอวิกฤติเข้า
จิตใจก็จะระส่ำระสาย

การมาฝึกตัวฝึกใจของเรา ก็คือการมาเสาะ
หาเครื่องมือแต่ละชิ้น แต่ละอัน ที่เป็นเหมือนกำลัง

มาช่วยให้เราสามารถพาใจไปจนถึงจุดหมายปลายทางได้ เราจึงต้องมีน้ำอดน้ำทน เพียรพยายามหาเครื่องมือเครื่องมือที่จะช่วยเรา ให้เราพากันตั้งใจเสาะแสวงหาไป จนเรามีขันติ เรามีความเพียร เรามีปัญญาเห็นชอบ เราค่อยๆ เก็บเกี่ยวสิ่งเหล่านี้ไป

ถ้าเราไม่มีความอดความทนมุ่งมั่นเอาจริงเอาจัง ถึงเราจะมีปัญญา แต่สติที่ยังไม่ต่อเนื่อง บางทีก็คม ฟุ้งเหมือนกับว่าติดลมบน แต่บางทีไม่ได้เรื่องก็ตั้งพสุธาเหมือนอย่างกับตกหล่มแล้วโดนโคลนดูอีก สภาวะอย่างนี้พาจิตใจให้เสียกำลัง แต่ถ้าเรามีขันติเป็นเครื่องกันกระเทือนเอาไว้ เมื่อใจจะตั้งพสุธา เราก็.. ไม่เอาน่า อดทนทำต่อไปอีกหน่อย..

ท่านพระอาจารย์สิงห์ทองเคยออกกฎไว้ว่า ถึงขี้เกียจก็ต้องทำ ก่อนนอน ถ้าเรารู้สึกง่วงจนกระทั่งจะทำไม่ไหว ก็ต้องฝืนเดินจนกระทั่งหายง่วงจึงไปนอนได้ ตอนแรกดิฉันก็เถียงท่านอาจารย์ ถ้าไปเดินจนหายง่วงแล้วลงไปนอน จะนอนหลับได้หรือก็มันหายง่วงไปแล้ว

ท่านเอ็ดว่า ก็ไปทำดูก่อนสิ แล้วก็อธิบายต่อ
พอง่วงปั๊บก็ซุกหัวลงนอน เขาเรียกนอนเหมือนหมู
เหมือนหมา ไม่มีคุณภาพ

คราวนี้.. ถึงง่วงจนกระทั่งเดินตกทางจงกรม
ข้างซ้าย เลยตื่นขึ้นมาหน่อยไปตกทางจงกรมข้าง
ขวาแทน คือเดินเหมือนคนเมา ก็ยังกัดฟันเดิน
เพราะท่านบอกให้เดินจนกระทั่งตื่นดี คราวนี้ท่าน
จึงให้ไปนอน เราก็ไปนอน แต่ใจก็นึก.. ก็มันตื่นจน
อย่างนี้แล้วจะนอนหลับได้ยังไง ครั้นลงนอนเข้า
กำหนดอยู่ที่ลมหายใจ ประเดี๋ยวเดียวก็หลับ

ท่านอาจารย์สอนถึงเรื่องนอนว่า ไม่ปล่อยให้
ให้ฟุ้งซ่านไป ตัวลงนอนแล้ว ก็ต้องกำหนดอยู่กับ
ลมหายใจ จนกระทั่งจะหลับตรงไหนก็ปล่อยให้หลับ
ไป เราก็หลับ และหลับดีด้วย เพราะว่าเราหลับ
ไปกับลมหายใจ ไม่อย่างนั้นเราจะฟุ้งซ่าน คิดโน้น
คิดนี้สนุกไปเรื่อย พอหลับก็ฝัน ใจไม่ได้พัก แต่เมื่อ
ทำอย่างนี้ พอหลับใจเหมือนเราเข้าสมาธิ

รู้ตัวตื่นเมื่อไร ท่านอาจารย์ให้กำหนดอยู่กับ
ลมหายใจ ภาวนาลงทางจงกรมเลย คือ ให้สติต่อ

เนื่องกับก่อนหลับ เราก็พบว่า ถ้าทำได้อย่างนี้ สติ จะอยู่รักษาให้ใจสงบเป็นปัจจุบัน ชั้นดีที่จะคอย รักษาใจให้พากเพียรปฏิบัติก็ดูง่าย

แต่ถ้าตอนไหนเราโงง.. วันนี้เหนื่อยเหลือเกิน ขอนอนอย่างหม้ออย่างหมาสักวันหนึ่งเถอะ มันไม่วัน เดียวสิ ตื่นเช้าขึ้นมา ก็ยังเป็นหม้อหมาต่อ เพราะ ว่าสติซุกหลวม ลุกขึ้นมาแล้วก็ไม่ลงทางจงกรม ลุกขึ้นมาแล้วก็ยังนั่งสัปหงกอยู่บนที่นอนต่อ พอ ลงทางจงกรมก็.. โอ๊ย ไม่ไหว ใจไม่มีความสดชื่น และรู้ตัวคมเหมือนอย่างกับที่ทำอย่างท่านสอน ที่ ว่าถึงจะง่วงยังไงๆ ก็ต้องบังคับให้เดินจนกระทั่ง มีสติรู้ตัว ตื่นดีแล้วจึงลงไปนอน ซึ่งมันแปลก เรา เคยคิดแต่ว่า ถ้าเราตื่นอย่างนั้นแล้วไปนอน ก็ต้อง นอนตาค้างอีกตั้งนานกว่าจะหลับ เราก็เสียเวลา ของเรา

แต่ถ้าเราทำอย่างนั้น เราจะนอนอย่างมีคุณ- ภาพ เพราะพอหลับไปใจจะเหมือนเข้าสมาธิ ท่าน อาจารย์อธิบายว่า ถ้ารู้สึกง่วงจนสติไม่เป็นอันอยู่กับ ใจ เราจะต้องฝืนเดิน เดิน เดินจงกรม จนกระทั่ง

สติมาอยู่กับใจ แล้วจึงลงนอนพร้อมกับกำหนดอยู่กับลมหายใจจนกระทั่งหลับไป

พอรู้ตัวตื่น อย่าเพิ่งไปคิดอะไร ให้กำหนดอยู่กับลมหายใจ คล้ายกับจะเอาไปต่อเนื่องจากลมเมื่อก่อนหลับ เหมือนเราฟังเทปก่อนนอน ฟังไป ฟังไป ... เราจะหลับ เราก็หยุดเทปเอาไว้ พอรู้ตัวตื่นเราก็กดปุ่มให้เทปเดินต่อ คือใจเป็นปัจจุบัน ไม่ปรุงคิดวอกแวกไป เมื่อรู้ตัวพร้อมสติคมชัดดีแล้ว เราจึงค่อยลุกขึ้น ไปเข้าห้องน้ำ ขณะจะลุกนี้ ใจก็เปลี่ยนจากรู้ลม มากำหนดที่อริยาบถแทน

ท่านสอนว่า ถ้าทำได้อย่างนี้ ช่วงที่เราหลับ จะกี่ชั่วโมงก็ตาม เหมือนเราได้สมาธิแค่นั้นชั่วโมง ท่านทำให้เรารู้สึก โอ้.. ก็ดีเหมือนกันนะ เรานั่งทำสมาธิจริงๆ ก็นั่งไม่ได้หรอก เท่าเวลาที่เรานอน เพราะเราไม่นอนแค่ ๔ ชั่วโมง บางทีก็นอนตั้ง ๕ ชั่วโมง ๘ ชั่วโมง แล้วเราก็ได้โบนัสนทุกวันเลย นอน ๘ ชั่วโมง ก็เหมือนได้สมาธิ ๘ ชั่วโมง แต่ข้อสำคัญคือต้องอย่าเผลอตอนจะหลับและตอนจะตื่น เพราะท่านบอกถ้าตื่นแล้วใจฟุ้งซ่านเป็นนิรวรณ มันก็ไม่

๕๔

เหลืออะไรเลย

เราไปลองทำกันดู แล้วจะพบว่าใจของเรา
วันนั้นทั้งวันคมแล้วก็นิ่ง ค่อนข้างจะเป็นปัจจุบัน
ได้ดีมากๆ อะไรเกิดขึ้นก็มีสติระลึกได้อยู่ อารมณ์ไม่
วูบวาบหวั่นไหวมาก แต่ถ้าวันไหนเรานอนเหมือน
หมูเหมือนหมา วันนั้นอุบัติเหตุจะเกิดขึ้นเยอะมาก
ประเดี๋ยวก็ไปแขวะคนโน้น แล้วพอแขวะเขาจบไป
แล้วถึงได้สติว่า.. ไม่น่าจะพูดเลย ซึ่งก็ไม่น่าจะพูด
จริงๆ เพราะว่าที่พูดไปกลับมีผลตามมาให้เราต้อง
ปวดหัว ต้องมีปัญหาเยอะแยะโดยไม่จำเป็น

ถ้าสติอยู่กับใจทั้งขณะจะหลับและเริ่มต้น ชันติ
จะเป็นเหมือนเกลียวที่คอยรั้งเราเอาไว้ พอมีอะไร
เกิดขึ้น เราไม่ต้องเตรียมกัณฑ์ ใจจะมีความอดทน
อดกลั้นอย่างสงบเสงี่ยม คือ ทั้งชันติ ทั้งโสรัจจะ จะ
มาผสมกลมเกลียวกันเอง พอเฟื่องเริ่มจะชบกัน
นิดหนึ่ง โสรัจจะก็เข้ามาเป็นเหมือนน้ำมันหล่อลื่น
ทำให้เฟื่องหมุนไปได้สม่ำเสมอไม่เกิดการเสียดสี
ไม่ร้อนไม่เหนียว แล้วใจเราก็ตาย ที่จะพากเพียร
ทำงานอันนั้นไปจนกระทั่งบรรลุผล

แต่ถ้าเราไม่ฝึกอย่างนี้เอาไว้ มันทำได้เหมือนกัน แต่ด้วยความรู้สึกสะบักสะบอมหมดลาน เพราะกายทำไปใจก็ต่อต้านไป กัดฟันทนไป

ช่วงแรกๆ ที่ไปปฏิบัติกับท่านอาจารย์ บางทีเราก็อดเปรียบเทียบไม่ได้ ท่านอาจารย์สอนว่า ถ้าจะเปรียบเทียบ ให้เปรียบเทียบเราเมื่อวานนี้กับวันนี้ หรือเราเมื่อชั่วโมงที่แล้วกับชั่วโมงนี้ อย่าไปเปรียบเทียบกับคนอื่น

ตอนแรกที่เข้าไปอยู่ในวัด ท่านอาจารย์ให้เพื่อนกับฉันอยู่กุฏิเดียวกัน ซึ่งปกติแล้วเวลาที่เราเข้าไปอยู่ในวัดกรรมฐาน ท่านจะให้อยู่กันคนละกุฏิ เพื่อจะได้ไม่คุยกัน เราจะได้ตั้งหน้าตั้งตาภาวนา ไม่มีแม้แต่เพื่อเจ้อเสียเวลาพูดกันเป็นติรัจฉานกถา

เพื่อนเสนอว่า เรามาสลักกันก็แล้วกัน วันนี้เธอเช็ดบ้าน พรุ่งนี้ฉันเช็ดบ้าน เราจะได้ไม่ต้องมาเจอแจกัน แล้วฉันปากอยากคุย ก็ตกลงกันว่าสี่โมงเย็นใครที่เป็นเวรจะมาเช็ดบ้าน

ปรากฏว่า ช่วงสี่โมงเย็นเป็นเวลาสัปบายะ ทำให้เพื่อนภาวนาเพลินไปจนเย็นจนคำทุกที เราก็

ประเภทไม่ได้.. สีโม่ สัญญาว่าสีโม่ก็ต้องสีโม่
พอเลยเวลาไปสักชั่วโมง เอ๊ะ.. ประเดี๋ยวมาเช็ดบ้าน
มันก็มีดแล้วมองไม่เห็น ตกลงเราก็เลยเช็ด วันที่
เป็นเวอร์เราเราก็เช็ดตั้งแต่สีโม่ วันที่ไม่ใช่เวอร์เรา
เราก็เช็ดเย็นหน่อย แต่เช็ดไปในใจก็เริ่มกั๊ดฟันบ่น..
นี่ยังไงกัน ปฏิบัติธรรมแล้วยังมารู้มากเอาเปรียบกัน
อีกหรือ

เพื่อนออกจากภาวนา มาเห็นเราเช็ดแล้ว
เขาก็.. ตายจริง ก็บอกแล้ว ยังไงๆ ก็จะออกมา
เราก็รู้สึก.. ก็ไม่ตรงต่อเวลานี้ สัญญาว่าสีโม่ก็ต้อง
สีโม่สิ ในใจก็กระเพื่อมวิบๆ อย่างนี้

วันหนึ่งมีความรู้สึกที่ อาทิตย์นี้เราเช็ดทุกวัน
จนวันนี้นับเป็นวันที่เจ็ดแล้วนะ ขณะซักผ้าเช็ดบ้านไป
ก็เอาแปรงถูไป เพราะเกิดความหงุดหงิด หงุดหงิด
แล้วไม่รู้จะทำอย่างไร ก็เอามันระบายลงไปบนผ้า
เช็ดบ้าน เอาแปรงถูแรงขึ้น..แรงขึ้น ท่านอาจารย์
ท่านมาจากไหนไม่เห็น ได้ยินเสียงท่านถามว่า
ผ้าขี้ริ้วมันมีความผิดอะไรนะ

สติทันเห็นเลยว่า ใจของเราที่เป็นพาลอยู่นี้ที่กำลังขันติขันแตกเพราะกัณฑ์ข่มไว้ มันขยับใส่ท่านอาจารย์เลย.. เรามีสาเหตุของเราสิ แล้วยังมาเข้าข้างผ้าเช็ดบ้านอีก.. ในใจโวยวายต่อ.. มันเรื่องอะไรของท่านล่ะ ถ้าเราจะเอาแปรงแปรงผ้าเช็ดบ้านแรงไป ผ้าเช็ดบ้านก็ไม่ได้เจ็บนี่นา..

แต่ก็ไม่ได้ตอบท่าน เพราะตามจ่อดูใจตัวเอง ใจที่กำลังลุกพริบ คล้ายๆ กับว่า ถ้ากัณฑ์ข่มได้นี้ก็กัณฑ์เสียเลย พอท่านพูดต่อไปว่า ที่อาจารย์ถามนะ เพราะเป็นห่วงหัวไหล่ศิษย์ มันเห็นเลยว่า ใจที่ลุกพริบเมื่อกี้ คล้ายๆ กัดได้กัด ขวิดได้ขวิด มันเปลี่ยนไปอีกแล้ว ท่านไม่ได้ห่วงผ้าเช็ดบ้าน ท่านว่าท่านเป็นห่วงหัวไหล่ลูกศิษย์ ประเดี๋ยวพอไปทำ ความเพียรเข้า มันก็จะเมื่อย มันก็จะปวด...

สติพาให้เห็นชัดว่า ใจคนเรานี้แหละ ถ้าเราไม่ระวังรักษาให้ดี เราไม่กำหนดมันให้มันเป็นปัจจุบันแล้ว มันเสวยอารมณ์อยู่ทุกๆ กระพริบตา ขนาดเราก็มองเราภาวนาอยู่ ตอนที่เราเช็ดบ้านเราก็อยู่กับ

ผ้าเช็ดบ้าน เราเอาแปรงแปรงลงไป เราก็รู้อยู่ เรามีสติอยู่นะ แต่เห็นหรือไม่ อารมณ์ยังลุกพริบขึ้นมาอย่างนี้ เพราะใจไม่เป็นปัจจุบันจริง ที่เราว่าเราขันธ์นี้ เราขันธ์ไม่ถูกวิธี เราปฏิบัติกิเลส เราไม่ได้ปฏิบัติธรรม

เราเปรียบเทียบ แต่เราไม่เปรียบเทียบกับเราเองว่า ทำไม ทำไมถึงเบียดเบียนตัวเองอย่างนี้ นี่เราจะบ้าหรือเราจะดี เราเข้าวัดมานี้ เราเอาบุญกุศลต่างหาก แล้วเรามัวไปค่อนข้างขอเขา.. คนปฏิบัติธรรมรู้มากเอาเปรียบไม่ตรงต่อเวลา.. คิดทำไมให้เสียอารมณ์ แนะ ไปวิพากษ์วิจารณ์เขา ใจก็ลุกพริบพริบ ขึ้นไปเรื่อย

เราหาวิพากษ์วิจารณ์ตัวเรามากกว่า.. เราว่าเราเป็นผู้ใหญ่เข้าวัดแล้ว แต่เราก็มาทำเป็นทารกอมมือแนะ อยู่ดีๆ ก็มานั่งเกียงงอนกัน ก็ที่เราเซ็ดเราเซ็ดทำไม เราเซ็ดเพราะว่าเราอยากจะสบายเท่า เวลาเราเดินขึ้นบ้าน จะได้ไม่รู้สึกรู้ว่ามีขี้ฝุ่นไชรีเป่าละ เราทำเพื่อความสบายของเราเอง แล้วเราไปคิดให้บ้าทำไม

ถ้าเราไม่ยอมเชื่อ เราเสียดายแรงงานของเรา
เราก็อย่าไปรำคาญว่า บ้านมันถึงเวลาเชื่อ ไม่มีใคร
เชื่อสิ เราก็ทำไม่รู้ไม่ชี้ มันจะมีชี้ฝุ่นไม่มีชี้ฝุ่นเราเฉย
เสียก็สิ้นเรื่อง เขาไม่ได้มาบังคับให้เราทำสักหน่อย
เราพิจารณาไม่ถูกจุดเอง

เราไปเปรียบเทียบออกนอก ไปยกตนข่มท่าน
ตามที่ถูกกุศลจิตพาให้ปฐมคติขึ้นมาเป็นนิวรรณ์วุ่นไป
หมด แล้วเราก็ไม่รู้จักห้ามล้อมัน ไม่รู้จักจะคิดให้ถูก
ไปคิดว่า แหม.. เรามีขันติเต็มที แต่ที่จริงไม่ใช่ขันติ
หรอก เราเบียดเบียนตัวเอง วุ่นวุ่นวายไปหมด กัด
ฟัน กัดฟัน เราทำตัวเราทั้งนั้นเลย

เมื่อเราคิดถูกวิธี.. ถ้าไม่ยอมเชื่อก็อย่าเชื่อ
เขาไม่ได้บังคับให้เราเชื่อ เราจะภาวนาก็ไปภาวนา
เสียสิ เขาจะเชื่อหรือไม่เชื่อก็เรื่องของเขา วันของ
เขา วัวคอกใครก็คอกมัน วันของเรา เราก็ทำของ
เรา เราก็ชื่นใจ ถ้าจะเป็นเจ้าหญิงเม็ดแก้วเขียว เดิน
แล้ววันนี้สากเท้ามากก็เชื่อเสีย เชื่อเพื่อความสบาย
ใจของเราเอง ใจเราจะได้มีความสงบ มีความปิติ
อิมเอิบ แล้วจะได้ภาวนาได้

เวลาที่เราคิดไม่เป็น เวลาที่สติรู้ไม่เท่าทันนี้
ตะกอนในใจเรากิเลสที่พุดอ้ออิงอยู่ จะพัดพาเราไป
ภาวนาสะสมกิเลสทุกครั้งไป แล้วเราก็อ้อ โอ้ย..
เราอดทนอดกลั้นฝึกฝน จริงๆ ไม่ใช่อดทนอดกลั้น
ฝึกฝนเลย เราก่อวินาศกรรมให้ตัวเองด้วยความรู้
ไม่เท่าทัน จนตัวเองก็ปั่นป่วนไป แล้วก็ไปเฟ่งโทษคน
อื่น ไปจ้องเวรคนอื่นให้เกิดเป็นหนี้สินล้นพ้นตัว

เมื่อเราได้เห็นเท่าทันใจของเราที่เป็นอัมพาต
แล้ว ทุกอย่างจะค่อยๆ ดีขึ้น แล้วเราก็เข้าใจเลยว่า
.. ธรรมทำให้งาม มันอย่างนี้เอง เมื่อขันติ โสรัจจะ
เข้ามาช่วยกันแล้ว สติสัมปชัญญะปัญญา มันไปคล่อง
แต่ก่อนนั้น เราคิดว่านั่นเป็นปัญญาเห็นชอบ แต่ที่
จริงไม่ใช่ มันเป็นปัญญาเห็นผิด เป็นอวิชชาคือ
ความฟ่องใสอย่างยิ่งทั้งนั้น

ที่เรายกขึ้นมาพิจารณาพิเคราะห์นั้น ไม่ใช่พิจารณา
พิจารณา แต่เป็นให้ร้ายเขา เฟ่งโทษเขา ไปหาเรื่อง
สงสารตัวเอง อัดตา อัดตา อัดตาทั้งนั้นเลย นี่ตัวฉันท
ของฉันท

เมื่อไปที่วัด คุณแม่ชีบอกว่า ทางจงกรมนี้ เราต้องคอยดูแล ถ้าฝนตกทางแห้งแล้วต้องไปหาทรายมาเกลี่ยให้เรียบ เวลาเดินจะได้ไม่ปวดเมื่อย เพราะถ้าทางจงกรมเป็นหลุมเป็นบ่อ ใจก็กระเพื่อมอยู่เรื่อย ๆ แล้วตัวของเราเองก็จะปวดเมื่อย เพราะว่าเดินไปบนทางที่ไม่เรียบ

คุณแม่ชีท่านนี้ค่อนข้างเข้มงวด เพียงท่านปรายตา ท่านจะเห็นแล้วว่าทางจงกรมของเราเริ่มทรุด ฝนตกมาเป็นหลุมเป็นบ่อ ท่านจะบ่นว่า แน่ะ คุณหมอมือไม่ซ่อมทาง เอ้า.. เราไปซ่อมทาง ซ่อมไปใจที่ไม่อยากจะทำ ก็.. โอ้โฮ มือของเราเนี่ยะ เราไว้คอยตรวจคนไข้ ถ้าไปชนทรายชนดินมันก็สกปรกหมดสิ เป็นเรื่องไปเลย

แทนที่จะคิดให้เป็น ว่าเรามีโอกาสได้มาทำทางจงกรม ไม่ใช่ทำให้ตัวเองนะ เพื่อคนอื่นเขามาใช้เราก็ได้บุญด้วย ต่อไปเราจะไปที่ไหนเราก็จะได้หนทางที่ราบรื่น ไม่คิด โพล้ไปสงสารตัวเอง มือจะพังเสียหมด เรื่องอะไรถึงจะต้องเอาตัวมาทุกข์ทรมานอย่างนี้ มันหาเรื่องปรีวิตกไปได้สารพัดห้า

ร้อยเรื่อง

คิดไม่เป็น คิดแล้วเบียดเบียนตัวเอง คิดแล้ว
ทำให้ใจมีความทุกข์เดือดร้อนไปหมด แล้วก็คิดว่า
นี่ฉันกำลังมีขันต้ออันยอดเยี่ยม แต่ไม่ใช่หรอก มัน
นึกเอา จริงๆ แล้วมันเป็นความคิดที่เราไปบีบบังคับ
ตัวเองทำให้เกิดความทุกข์ทรมาน เพราะยังคิดไม่
เป็น เลยตกไปเป็นเหยื่อของอวิชาคือความผองใส
อย่างยิ่ง

ถ้าเราค่อยๆ ดูให้รู้ตามวาระจิต คือความ
ปรุงคิดของเราไป เราก็จะค่อยๆ แกะแค้นสิ่งเหล่านี้
ได้ แล้วการปฏิบัติของเราก็จะค่อยๆ ราบรื่นขึ้น ไม่
อย่างนั้นทุกอย่างจะต้องกััดพันทหนทั้งนั้น กััดจน
กระทั่งพันหักหมดปาก กััดอย่างเอาเป็นเอาตาย
อะไรก็ได้ได้อย่างกิเลสทั้งนั้นเลย

เมื่อใจเริ่มเป็นมรรค เริ่มเห็นตามความเป็น
จริง คราวนี้ใจจะรู้สึกเบาสบายขึ้น มีปิตล่อเลี้ยง
จะทำอะไรนี้ เหตุผลที่คิดขึ้นมาล้วนเป็นเมตตา ไม่
ไปคิดเบียดเบียนใคร แต่จะคิดในแง่ว่ามีอะไรที่เรา
จะทำให้ตรงนี้ราบรื่น ตรงนี้ดีงาม เมื่อเห็นคนอื่นมี

ความสุข ใจเราก็พลอยมีความสุขด้วย

ถ้าเป็นแต่ก่อนที่ใจยังมาไม่ถึงตรงนี้.. ยุ่งอีกแล้ว ทำไมต้องมาเป็นเรา ทำไมไม่เกิดก่อนหน้าหรือทีหลังเรามา พอเราโผล่เข้ามา มันจะต้องมีเรื่องทุกที คือรู้สึกเสียดายแรงงานตัวเอง มันถนอม มันห่วงหวงรูปกายก้อนทุกซ์นี้

แต่เมื่อใจเกิดพอเหมาะพอดี เป็นธรรม อะไรๆ ก็เจดีไปหมด แล้วขันติแทนที่จะกลายเป็นว่าต้องอด ต้องทนต้องกัดฟันทน ก็เลยกลายเป็นความเพียร เป็นไวพจน์ของความเพียรไป มีขันติเพื่อที่เราจะได้ไปให้ถึงจุดหมายปลายทาง ถึงไม่มีใครบีบบังคับ เขาบอกว่าให้ไปพัก เราก็มีความรู้สึกว่าเรายังมีแรงอยู่ เรายังอยากทำให้เสร็จ เร่งให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ มันก็เป็นความต่อเนื่องกัน หรือถึงเวลาต้องพักบ้าง เราก็พัก เมื่อพักแล้วก็จะมาคอยจดจ่อ คอยเพียรที่จะรักษาลมหายใจเอาไว้ไม่ให้คลาดไปไหน หลับไปก็หลับไปด้วยกัน พอรู้ตัวตื่นก็กำหนดเอาไว้ ช้าเสียงคอยดูเอาไว้ไม่ให้คลาดสายตาไปไหน

ถ้ายังไม่ถึงตรงนี้.. อะไรกันนักกันหนานะ
แหม วางทิ้งไว้สักประเดี๋ยวไม่ได้หรือ จะได้หายใจ
ให้โล่งอกเสียหน่อย มันไม่เข้าใจ นอกจากไม่เข้าใจ
ยังเกิดความเบื่อ พอเบื่อแล้วก็ไปคิดเอาว่า นี่ฉัน
กำลังกัดฟันทนอยู่นะ อดทนนะ แหม ฉันนี่มีขันติ
อันยอดเยี่ยม ยังไม่เห็นอีกแน่ะ ยังจะมาว่ากันอีก
แน่ะ มันจะเป็นรูปนี้ แต่จริงๆ นั้นไม่ใช่ขันติเลย คือ
ความเบียดเบียนตัวเองทั้งนั้น

เมื่อเป็นขันติตัวจริงแล้ว ใจจะดี ราบรื่น แล้ว
ปิติชุ่มชื่นอยู่ข้างใน

ก็หวังว่าธรรมทำให้งาม จะช่วยทำให้ทั้งกาย
ทั้งวาจา และทั้งใจของเรา โดยเฉพาะใจ มีกำลัง มี
เมตตา และชุ่มเย็น ทำให้อะไรๆ ที่ออกมาจากเรา
งดงามไปหมด เหมือนละอองน้ำตกที่ทั้งชุ่มชื้นและ
ร่มเย็น

หวังว่าแต่ต่อไป การปฏิบัติของเราคงจะ
งดงามทั้งกับตัวเราและกับคนอื่น





ขันติ .. ช่มใจของเราต่อสู้ความยากลำบาก
ให้ไปถึงจุดมุ่งหมาย
และโสร้งจะ .. นอบน้อมใจเข้าไป
ช่วยทำด้วย จึงเป็นธรรมทำให้งาม