



ଢ଼ିମ୍ମଞ୍ଚ ଚିତ୍ରମତୀ

ଓମକା ଖଣିକା

ପିତାମହ ଚରଣମତୀ

ଓମକା ମିତ୍ରୀ

## คำนำ

ร่างที่ทอดยาวสงบนิ่งบนเตียง ดูขาวซีดกระด้างดุจหินตากน้ำค้าง  
คอยเวลาบรรจุน้ำเข้าโถง แขนที่มากับคั้งในพิธีรดน้ำเมื่อครู่  
เริ่มทยอยกลับ เหลือแต่ความเงียบวังเวง **ชีวิตเป็นอย่างนี้เองหรือ**  
เกิด เต็มโต เรียนรู้ โลดเต้น ดันรน ไชว่คว่า แสงงหา **เท่านั้นเองหรือ**

บทนำข้างต้นมาจากหนังสือที่ได้รับแจกในพิธีเผาศพของคุณแม่เพื่อน  
ดั่งดูผู้เขียนให้หาที่หนึ่งบริเวณหน้าเมรุเผาศพโดยไม่รู้สึกรังเกียจหรือหวาดกลัว  
ด้วยความอยากอ่านให้จบเล่ม ขณะที่อ่านผู้เขียนเห็นแต่ตัวหนังสือที่เรียงร้อย  
โหลดแล่นมีชีวิตกระทบใจผู้เขียนจนไม่อาจวางหนังสือลงได้

เมื่อเงยหน้าขึ้นอีกครั้งหนึ่ง

ผู้เขียนพบว่านั่งอยู่คนเดียวท่ามกลางความเงียบสงบ ผู้คนที่มาในงาน  
กลับบ้านหมดแล้ว

เวลาต่อมาผู้เขียนสืบถามจากเพื่อนถึง ‘อมรา มลิลลา’ ว่าเป็นใคร ทำอะไร  
อยู่ที่ไหน จนได้พบได้พูดได้คุย ได้ติดตามไปฟังการบรรยายและที่พิเศษคือ  
การได้มี ‘ช่วงเวลา’ อยู่กับคุณหม่อมอมรา ทำให้มีโอกาสได้จดจำประสบการณ์  
ทางธรรมของคุณหม่อม ซึ่งได้นำมาใช้กับช่วงวิกฤตของชีวิตในเวลาต่อมาได้  
หลายครั้ง

คุณหม่อมอมราจึงเป็นเพื่อนธรรมะคนแรกของผู้เขียน ซึ่งคอยให้ความสนับสนุนด้วยการให้คำแนะนำที่มีคุณค่า

๒ ปีต่อมา ด้วยความศรัทธาและความไว้วางใจที่ผู้เขียนมีต่อคุณหม่อมอมรา ทำให้ชวนเพื่อน ๔-๕ คน ติดตามคุณหม่อมไปวัดป่าบ้านตาด ซึ่งได้ชื่อว่าเป็นวัดป่าที่เรียบง่ายตามธรรมชาติ ด้วยวัดนี้ไม่มีไฟฟ้าใช้

ผู้เขียนกลัวการใช้ชีวิตที่เสมือน 'ถูกถอดปลั๊ก' ความศรัทธาและไว้วางใจคุณหม่อมอมราจึงเป็นเพียงสิ่งเดียวที่นำผู้เขียนไป

เมื่อถึงวัด คุณหม่อมอมราพาพวกเราไป 'กราบ' พระอาจารย์เพื่อขออนุญาตเข้าพัก หลังจากนั้นจึงนำเราไปบ้านพักซึ่งอยู่เขตสมรवास คุณหม่อมบอกเล่าให้รู้จักวัฒนธรรม ความเป็นอยู่ของคนในวัด

ด้วยการ 'พาทำ' คุณหม่อมจะรักษาข้อวัตรและระเบียบของวัดอย่างเคร่งครัด การสำรวมกาย วาจา เป็นสิ่งที่เราสังเกตได้จากความอ่อนน้อมถ่อมตนที่คุณหม่อมปฏิบัติต่อทุกคนที่อยู่ในวัด ทำให้พวกเราต้องปฏิบัติตาม

งานแรกที่คุณหม่อมอมรา 'พาทำ' คือล้างห้องน้ำ และปิดกวาดเช็ดถูบ้าน

ชีวิตที่ถูกถอดปลั๊กในวัดป่าบ้านตาด จึงเป็นชีวิตที่มีแต่งานที่จำเป็นต่อความเป็นอยู่ที่เรียบง่ายเท่านั้น ผู้เขียนรู้สึกได้ถึงความจริงเกียจขยะแหยงความสกปรกขณะล้างห้องน้ำ ความเหนื่อยและร้อนขณะเช็ดถูบ้าน แต่เมื่อเสร็จงาน



กลับรับรู้ได้ถึงความสะดวกใจขณะใช้ห้องน้ำและความเย็นสบายเมื่อได้อาบน้ำ  
ชำระร่างกายที่เต็มไปด้วยเหงื่อไคล

เป็นความรู้สึกที่ผู้เขียนไม่ได้สัมผัสมานานนับจากวันที่เริ่มเปลี่ยนชีวิตเป็น  
'คนทำงาน' ที่คุ้นเคยกับการใช้ความคิดมากกว่าสัมผัส

คุณหม่อมรา จึงเป็นผู้ให้ทางเลือกใหม่แก่ผู้เขียนซึ่งต้องใช้เวลาอีกนาน  
หลายปีจึงเข้าใจได้จนรู้ถึงคุณค่า

เวลาผ่านไปกว่า ๒๐ ปี ผู้เขียนเดินทางไกลผ่านลำธารหลายสาย ภูเขา  
หลายลูก มองไปข้างหน้าไม่เห็นปลายทาง อายุยิ่งมากขึ้นยิ่งไม่รู้ว่าจะถึงปลายทาง  
ได้หรือไม่ จนเกิดความท้อแท้ผิดหวังบ่อยๆ

เวลานั้นความทรงจำกับ 'ชีวิตธรรมชาติ' ในวัดป่าบ้านตาดกลับแจ่มชัดขึ้น  
มองเห็นทางเลือกที่มีสัมผัสกับปัจจุบัน ความรู้สึกกตัญญูรู้คุณต่อคุณหม่อม  
อมราเปี่ยมล้นเต็มหัวใจ รู้ถึงธรรมะที่อยู่ใกล้ชิดแค่ใจตัวเอง

ในชีวิตของผู้เขียนมีเวลาวิกฤตหลายครั้ง มีเวลาจนมุมบ่อยๆ มองไม่เห็น  
ทางเลือกหรือทางออกที่น่าพาให้ออกจากสภาวะวิกฤติและมุมอับนั้น หากไม่มี  
คุณหม่อมรา มลิลิต นำพาไปให้ได้รู้จักหนทางธรรม ที่มีสัมผัสในปัจจุบัน  
ผู้เขียนคงจมอยู่กับ 'ความสับสนวุ่นวายของใจ' มองไม่เห็นธรรมะที่อยู่ใกล้ชิดตัว  
มากกว่าตัวตน

คุณหม่อมมราเป็นเพื่อนธรรมะคนแรกที่เราผู้เขียนขึ้นเดินบนหนทางธรรมจนได้รู้จักกับเพื่อนธรรมะอีกหลายคน ซึ่งเปรียบประดุจกัลยาณมิตรผู้ช่วยกันเพิ่มพูนปัญญาทางธรรมให้ถึงความเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้น

ในวาระที่คุณหม่อมมรา มลิลิต หรือพี่แป้นของพวกเรา มีอายุครบ ๗๒ ปี ในวันที่ ๒๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๑ ศิษย์ทั้งหลายขออน้อมบุญกุศลที่พี่แป้นหมั่นสั่งสอนศิษย์ให้กระทำแต่เหตุที่ดีด้วยกาย วาจา ใจ

เป็นพลว่ปัจจัยให้พี่แป้นเจริญด้วยธรรม ๔ ประการ คือ อายุ วรรณะ สุขะ พละ เพื่อเป็นมิ่งขวัญนำพาศิษย์ ให้ก้าวไปสู่ความเจริญอันสูงสุดเทอญ

ด้วยความกตัญญูต่อพี่แป้น

อินทิดา จำนงค์อาษา

ศิษย์คนหนึ่งของคุณหม่อมมรา มลิลิต

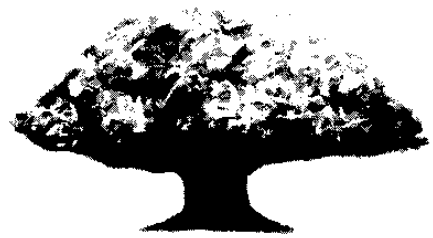
๑๔ ธันวาคม ๒๕๕๐

สารบัญ



ผลาวาสธรรม

๑๔



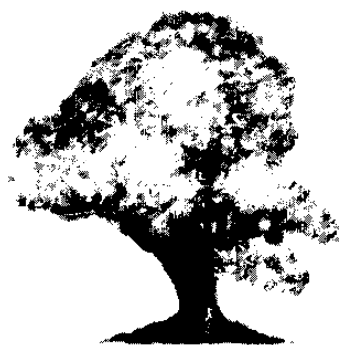
จักร ๔

๔๒



อริยทรัพย์ ๗

๗๐



อปัสเสนธรรม

๙๘



# บรรณานุกรม

- บรรยายที่ ชมรมพุทธธรรม
- ตึกวชิรญาณวงศ์
- โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
- วันที่ ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๘

บรรณานุกรม คือธรรมที่เป็นหลักการครองชีวิตของผู้ครองเรือนหรือคฤหัสถ์ ปกติพวกเราคงรู้กันอยู่แล้วว่า บรรณานุกรมนี้มี ๔ หัวข้อ ได้แก่ สัจจะ ทมะ ขันติ และจาคะ

ที่นี่เราจะมาขยายความกันว่า ธรรมหมวดนี้มีคุณมีประโยชน์กับพวกเราในการครองตนครองเรือนอยู่ในชีวิตประจำวันอย่างไรบ้าง

คนเราที่ถ้าถัวกับตัวเองแล้ว จะมีสัจจะ สัจจะกับใคร ๆ ก็ไม่สำคัญเท่ากับสัจจะกับตัวเอง ท่านอาจารย์เคยว่า พวกเราหลอกตัวเองอยู่เป็นประจำแล้วยังไม่รู้ตัวว่าตัวหลอกตัวเองอย่างไร เป็นต้นว่า งานที่เรายังไม่เสร็จซักจะเยอะแยะไปหมด วันเสาร์วันอาทิตย์นี้ ตั้งใจจะสะสางดินที่พอกทางหมูของเรา



ให้เสร็จเรียบร้อย เสาร์ อาทิตย์นี้จะไม่ออกจากบ้านไปไหน ตั้งสัจจะกับตัวเอง เอาไว้อย่างนั้น

คืนวันศุกร์มีเพื่อนมาจากต่างจังหวัด เขาโทรศัพท์มาถามว่า เสาร์อาทิตย์นี้ เธอว่างไหม ฉันพอดีได้มาจากต่างจังหวัด คืนวันอาทิตย์ก็จะกลับแล้ว เราก็สัจจะที่ตั้งไว้กับตัวเอง ชวนกันไปดูหนังกินข้าว เติร์จเตร่ด้วยกัน ทั้งเสาร์ ทั้งอาทิตย์หายไปหมดด้วยความรื่นเริงบันเทิง ดินพอกหางหมูที่เรียงลำดับไว้ว่า เสาร์อาทิตย์นี้จะสะสางให้เรียบร้อยไม่ได้อยู่ในความคิดเลย พอเสร็จจากเพื่อน ส่งเขากลับต่างจังหวัดเรียบร้อย มาถึงก็เจอขยะของตัวเองเต็มไปหมด ก็..ตายแล้ว.. ตายแล้ว แต่ช่างเถอะ เราไม่ได้สัญญาสัญญากับใคร ไม่ผิดคำพูด

ท่านอาจารย์บอกนั้นแล้ว ใจเป็นใหญ่ ใจเป็นประธาน อะไรที่เราพูดกับใจเรา สัญญากับใจเราแล้วเราไม่เอาจริง อีกหน่อยจะติดเป็นนิสัย แล้วเป็นคนที่ไม่เชื่อถือไม่ได้ ซ้ำร้ายท่านปรับไหมรุนแรง ท่านบอกพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ใครที่พูดแล้วไม่รักษาคำพูด หรือรู้ว่าสิ่งที่พูดไม่เป็นความจริง แล้วยังพูดออกไปได้ ตถาคตไม่กล้ารับรองคน ๆ นี้ ว่าจะเป็นคนดีหรือไม่ทำความผิดความชั่วอะไร คือถ้าใครมาฟ้องร้องท่าน แล้วท่านรู้ว่าคนนี้เคยพูดไม่จริงทั้ง ๆ รู้ พระพุทธเจ้าจะไม่ประกัน ไม่รับรอง ไม่อะไรทั้งนั้น เพราะคนเราถ้าพูดไม่จริงเสียอย่างแล้ว จะไม่เหลือคุณงามความดีอะไรเลย



ทำไมท่านปรับไหมรุนแรงอย่างนี้ ตอนแรกเราก็นึกว่ามันเกินไป..เกินไป แต่เมื่อพิจารณาดูก็พบว่า เป็นความจริง เพราะบางครั้ง เราก็ไม่ได้เจตนาจะพูด ไม่จริง วาจาที่พูดกับตัวเอง หรือสิ่งที่เราตั้งใจเอาไว้แล้ว แต่สถานการณ์ เปลี่ยนแปลงไป เราเปลี่ยนใจก็ไม่เสียหายอะไร เราไม่ได้พูดกับคนอื่นนี่นา ไม่ได้ทำให้คนอื่นเดือดร้อนวุ่นวาย แต่เราเอง เราเริ่มต้นมีนิสัยย่อหย่อนโลเล หละหละ อะไรนิดก็ช่างมันเถอะ..อะไรหน่อยก็ช่างมันเถอะ มันก็จะย่อหย่อน ไปเรื่อย ๆ

มาดูในชีวิตประจำวันของเรา บางทีด้วยความเกรงใจ อย่างเราเป็นหมอ เป็นพยาบาล คนไข้มาถามว่า เขาเป็นมะเร็งหรือเปล่า จริง ๆ แล้วเขาเป็นมะเร็ง แต่ความที่ถูกลองว่าคนไข้บางคนถ้าบอกว่าเขาเป็นมะเร็ง เขาอาจเป็นลมตาย ไปเลยก็ได้ เพราะฉะนั้น ไม่ได้ เราต้องถนอมหัวใจเขาเอาไว้ ไม่ทันได้คิด อะไรเลยก็จัดแจง เปล่า..คุณไม่ได้เป็นมะเร็งหรอก เปล่าไปแล้ว ทุกข์เข้าไปแล้ว แล้วก็ไม่ได้รู้สึกอะไรเลย เพราะคิดว่าเราทำถูก พูดเพื่อเอาใจคนไข้ อีกหน่อย นิสัยนี้จะติดตัวไปเรื่อย ๆ พอมีอะไร ซึ่งถ้าเราพูดไม่ได้ก็ควรจะนิ่งเสีย แต่ก็พูด ไปแล้ว เพราะปากไวกว่าที่สติจะตามทัน มันก็สะสมกลายเป็นความเคยชิน ไปเรื่อย ๆ



เมื่อเรามาปฏิบัติ มาค้นหาที่ผิดที่บกพร่องของตัวเอง ฝึกที่จะอยู่ในสังคมอย่างเชื่อถือไว้วางใจกันได้ แต่ใจก็ระแวงกลางแกลงกันแล้ว เหมือนเรื่องของคนไข้รายหนึ่ง ท่านเป็นเพื่อนนักเรียนมัธยมซึ่งเป็นโรงเรียนประจำมากับคุณหมอเจ้าของไข้ ตั้งแต่เป็นเด็กคุณคนไข้คนนี้ชี้ขลาด เจ็บนิดเจ็บหน่อยเป็นอะไรก็จะบอกกับเพื่อนเสมอว่า โตขึ้นถ้าเป็นมะเร็งละก็ ใครเรียนเป็นหมออย่าได้บอกให้ทราบเป็นอันขาดนะ คงจะซ็อกตายไปก่อนที่โรคมะเร็งจะกระจายไป ก็เป็นอันรู้กันในหมู่เพื่อน ทั้งภรรยากับลูกก็รู้

ที่นี้ท่านมาเป็นคนไข้ของเพื่อนที่เป็นหมอ เพราะเป็นมะเร็งที่ตับ เพื่อนรู้ซึ่งตรงนี้ ก็บอก ลบ คุณ ทาร แล้วไม่บอกคนไข้ว่าเป็นมะเร็ง เกรงว่าเพื่อนจะซ็อกตาย พอภรรยากับลูกรู้เข้าก็กำชับคุณหมอไม่ให้บอกคนไข้ เพราะถ้าบอกนี้คนไข้ตาย จากความกลัวไม่ใช่จากโรคมะเร็ง คุณหมอก็คิดว่า มะเร็งก็เหมือนผี แต่เป็นผีที่ไม่มีวันจะเกิดหนองแล้วแตก แตกมัดหัวผีแข็ง ๆ อยู่ตลอดเวลา



วันหนึ่งคนไข้ถามคุณหมอว่า ถ้ามจริง ๆ เกอะ ถึงลูกเมียพูดยังไงๆ ก็ไม่ยอมเชื่อ เพราะเขาอาจจะไม่พูดความจริง แต่ตอนนี้เพื่อนรู้ว่าคุณหมอรักษาดี ปฏิบัติภาวนา ถ้าพูดว่าอย่างไรคนไข้ก็จะเชื่อ คุณหมอไม่ต้องคิดเลย พอคนไข้ถามก็ตอบอย่างหนักแน่นว่า เพื่อนไม่ได้เป็นมะเร็ง แต่เป็นฝีในตับ ให้สบายใจได้ คนไข้ก็สบายใจ เพราะฝีในตับไม่เป็นโรประเดี๋ยวก็หาย

ที่คนไข้ถามคุณหมอ เพราะเริ่มสงสัยแล้วว่าโรคที่เป็นนี่คงเป็นมะเร็ง แล้วก็ทำใจได้ถ้าหมอบอกว่าเราเป็นมะเร็ง เราก็จะขออนุญาตออกจากโรงพยาบาลไปก่อน เพราะคนไข้เจอกับภรรยาตอนที่ไปเรียนปริญญาโทด้วยกัน แล้วก็ไปรักกัน ตกกลางแต่งงานกันที่เมืองนอก ก็สัญญากันว่า ถ้าเกษียณอายุแล้วจะพากันไปรำลึกถึงความหลังตรงที่ได้เจอกันแล้วแต่งงานกัน ทีนี้ก็สังหรณ์ใจว่าเจ็บครั้งนี้ ถ้าเป็นมะเร็งนี่ ตอนนี้อาจจะไปภรรยาไปเมืองนอกไหวตามที่ตั้งใจไว้ ถึงได้ถามเพื่อนอย่างนั้น แต่ก็ปากเบา ไม่ได้บอกเพื่อนให้ตลอดว่า มีแผนการนี้อยู่ในใจ เพื่อนก็เลยคิดไม่ถึง ไม่เป็นไร ไม่เป็นไร เป็นฝีในตับ ก็วางใจอย่างนั้น เรายังรักษาฝีให้หายเสียก่อนค่อยไป จะปลอดภัยกว่า รักษาไป รักษาไป เวลาผ่านไปเกือบสองปี คราวนี้คนไข้รู้ตัวแน่แล้วว่า ฝีที่เป็นไม่มีวันจะทุเลาแล้วหายได้ แล้วก็แน่ใจมั่นใจว่าตัวเองเป็นมะเร็งแน่ เพราะกำลังวังชาลดน้อยถอยไปโดยลำดับ



ช่วงสุดท้าย วันหนึ่งเพื่อนได้คุยกัน คนไข้ปรารถนาขึ้นมาว่า จำที่เขาถาม  
ได้ไหมเมื่อสองปีก่อนนะ ก็เล่าความในใจให้ฟังว่าตั้งใจเอาไว้อย่างนั้น ถ้าหมอ  
บอกคำเดียวว่าเป็นมะเร็ง ก็ขออนุญาตพารรยาไปเมืองนอกขณะที่ยังพอ  
มีแรงไปไหว เรื่องนี้เลยเป็นสิ่งที่ค้างคาในใจ ตั้งใจจะให้เงินของขวัญพารรยา  
เลยไม่ได้ทำ นอกนั้นทบทวนถึงตรงไหน เรื่องอะไร เชื่อว่าตายไปเดี๋ยวนี้ก็สบายใจ  
เพราะทุกสิ่งทุกอย่าง ที่เป็นหน้าที่ของสามี ได้ทำหมดแล้ว ไม่มีอะไรค้างคา  
นอกจากเรื่องนี้เรื่องเดียว แต่ก็ไม่ได้ถึงกับเสียใจ แค่ปรารถนาให้ฟัง ถ้าเป็นไปได้  
จะได้ทำให้ภรรยาชื่นใจ ตัวเองก็คงภูมิใจว่าอะไร อะไร ก็ได้ทำพร้อมหมด ไม่มี  
อะไรหลงลืม

คุณหมอฟังแล้วก็สะดุ้งในใจ คนไข้ปลอบว่า ลือไม่ต้องเสียใจ อ้าวเพียง  
แต่ปรารถนากับฟัง เรื่องนี้ทำให้เราเห็นว่า ถ้าเราไม่มีสัจจาหา ทั้ง ๆ สิ่งที่ถูกไป  
ก็ด้วยความหวังดีต่อเขา แต่ก็ก่อให้เกิดผลเสียได้โดยไม่เจตนา คนเสียหายก็  
ไม่ได้ปรับไหม ไม่ได้เอาผิด เพราะเข้าใจในเจตนาดี แต่เมื่อสิ่งที่พูดไม่จริง  
ไม่แท้ มันผิดธรรมจึงเกิดผิดพลาดได้ ทั้ง ๆ ที่ทำเพราะปรารถนาดี มีภาชิต  
ฝรั่งอยู่บทหนึ่งว่า ถนนไปสู่เวจี สามารถปูลาดด้วยความปรารถนาดี *The road  
to hell can be paved with good intention* ก็อย่างนี้เอง



ใจของคนเรา ถ้ายังไม่ได้ปฏิบัติจนรู้เที่ยงตรงต่อแก่ตามความเป็นจริงแล้ว อุปาทานในใจ ความยึดมั่นสำคัญผิด พาเราให้คิดเอาเอง ข้อมูลแต่อดีตบอกเพื่อนกลัวจนประสาท ถ้ารู้ว่าเป็นมะเร็งอาจขาดใจตายได้ แต่เราไม่รู้ว่าจะจุดหนึ่ง คนเราก็มักจะพลิกใจให้เป็นของแท้ของจริงได้ ซึ่งตรงนั้น โอกาสนั้น เราไม่รู้ เราหยังใจกันไม่ถูก ถ้าไม่ใช่พระพุทธรเจ้า ที่ทรงรู้ทุกอย่างตรงตามความเป็นจริง

ท่านทรงสอนให้เราเชื่อในธรรม ปฏิบัติตนตามฆราวาสธรรม ผู้เป็นฆราวาสถ้ามีสัจจะต่อกัน ถึงความจริงนั้นจะฟังดูร้ายแรง จะแยแ่แคไหนก็ตามที แต่ถ้าคน ๆ นั้นเป็นคนจริง หลังจากที่เขาเอาไปพิจารณาไตร่ตรองแล้ว เขาจะพินิจกำลังอยู่ได้ แล้วมองหาหนทางแก้ไข จนพบมรรคของเขา ได้ประโยชน์ด้วยกันทุกฝ่าย

ประการแรกที่พระพุทธรเจ้าประทานมรดกไว้ให้พวกเราที่ครองเรือนคือ ให้เป็นคนจริง พูดจริง ทำจริง มีความซื่อตรง ถึงจะผิด จะชั่ว เพราะเรามาแต่ อวิชชา และอุปาทาน จึงต้องมาเรียนรู้จากความผิดพลาด ไม่มีใครจะบอกไว้ในชีวิตฉันไม่เคยทำอะไรผิดเลย ท่านพระอาจารย์สิงห์ทองสอนว่า ถ้าคนไหนมาบอกกับท่านว่า ฉันไม่เคยทำอะไรผิดเลย ท่านรับไว้อบรมสั่งสอนไม่ได้ เพราะคน ๆ นี้เป็นคนปลอม ไม่เคยลงมือทำอะไรเลย ทำแต่ละเลงขนมเบื้องด้วยปาก เพราะฉะนั้นท่านจึงสั่งสอนไม่ได้ สอนไปก็ไร้ค่าเพราะไม่ลงมือกระทำ



พุทธศาสนาเป็นศาสนาของการกระทำ เราต้องจริง ผิดก็รู้ว่าผิด ความผิด  
จึงจะเป็นเครื่องเตือนสติเรา พอรู้ตัวเมื่อไร อ้อ..คราวที่แล้วหัวเข่าแตกเพราะ  
หกคะเมนอย่างนี้ คราวนี้จำใส่ใจแล้วไม่ทำอีก เพราะฉะนั้นผิดแต่ละครั้งเรา  
ได้เรียนรู้ ได้ภูมิคุ้มกัน ได้พัฒนาขึ้นไป เมื่อมีความจริง มีความซื่อตรงแล้ว  
ธัมมะข้อต่อไป คือ ทมะ

ทมะ หลายคนแปลว่า ช่มใจ บังคับใจตัวเอง แต่ดิฉันรู้สึกว่ ถ้าเรา  
เอาแต่กัดฟันช่มใจอย่างเดียว มันไปไม่รอด ธัมมะของพระพุทธองค์ ถ้าต้อง  
ใช้แต่การกัดฟัน การช่ม การทรมาณตัวเองอย่างเดียวมันหมดกำลังเสียก่อน  
จะถึงอิทธิบาทสี่ แล้วเลยพาลเล็ก ๆ ไม่เป็นแล้วคนดี

แต่ถ้าเราแปลคำว่า ทมะ ว่าเราพยายามที่จะปรับ จะฝึกฝนนิสัยของเรา  
เหมือนเราเองรู้ยู่ว่เรายังมีความผิดความบกพร่อง แล้วก็รู้ว่า ถ้าเรามีกำลังใจ  
ที่เข้มแข็ง แล้วพากเพียรไม่ละไม่ถอย วันหนึ่งเราจะเอาชนะนิสัยพล่อย ๆ ที่ไม่ดี  
ไม่งามของเราได้ เราก็ตั้งในใจว่า อย่างไร ๆ มนุษย์เป็นสัตว์ที่ควรแก่การฝึกฝนได้  
เราก็จะฝึกฝนตัวเรา เราจะเป็นผู้คุมโรงเรียนดัดสันดานของเราเอง ถึงจะยาก  
แค่ไหน อย่าไปจ้องเพ่งแต่จะฝึกคนอื่น มีลูกมีสามีภรรยาหรือมีลูกน้องจะไปฝึก  
เขา อันนั้นเป็นเรื่องที่สอง



เรื่องแรกที่เราต้องรับผิดชอบคือฝึกเรา ให้เราเชื่อถือในเราได้ ใครไม่รู้ ใครไม่เห็นช่างเขา แต่เราดูเราเห็นตัวเรา เราเต็มใจที่จะฝึกเรา ช่มใจของเราเอง ไว้ ไม่ใช่กัดฟันช่ม แต่ช่มเหมือนชาวนา ชาวดวน ถึงตอนที่จะต้องพรวนดิน ใส่ปุ๋ย เอาวัชพืชออก ต้องตากแดดตากฝนทำงานหนัก แต่มีความหวังว่า หลังจากทำงานอย่างนี้แล้ว ต้นไม้ของเราจะเจริญงอกงาม ออกดอกออกลูก พอลูกสุกเอาไปขาย หรือเอามากินก็จะชื่นใจ คือเราเต็มใจเหนื่อยยาก เพื่อว่า ผลหลังจากเหนื่อยยากแล้ว เป็นรางวัลให้เราชื่นใจ

ทมะเป็นทำนองนี้ ถ้าใครบอกว่าคนที่มีทมะ คือคนที่กัดฟันช่มจน ฟันหักหมดปาก แบบนี้ไม่ใช่ธรรมของพระพุทธเจ้า เพราะใจคนเราถ้าเอาแต่ บีบเอาแต่บังคับแบบนั้น วันหนึ่งมันก็นอตหลุดลานกระเด็น แล้วเกิดความ เสียหายหลายแสน แต่ถ้าช่มเพราะรู้ว่าหลังจากเหนื่อยยากแล้วจะมีรางวัล เป็นความชื่นใจ เป็นความสุขที่เที่ยงแท้ถาวร เราทำได้ เหนื่อยหนักแค่ไหน ก็ทำได้

เหมือนท่านอาจารย์พระมหาบัวท่านเคยเล่าถึงสมัยที่ท่านกำลังปฏิบัติ ท่าน พบที่ลี้ปายะอยู่บนเขา จากที่ตรงนั้น ท่านลงมาบิณฑบาตจะหมดเวลาไป ครึ่งวันก่อนวัน เพราะเมื่อลงมารับบาตรแล้วไม่สามารถขึ้นไปถึงยอดเขาได้ ต้องพักระหว่างทางแล้วฉันจึงหันให้เสร็จ ล้างบาตร แล้วถึงจะกลับขึ้นไปได้



เพราะฉะนั้นถ้าลงมาบิณฑบาตทุกวัน จะเสียเวลาภาวนาไป ท่านก็เลยอดอาหาร บางที่ท่านอดถึงเจ็ดวันสิบวัน เพราะอดแล้วจิตใจตื่นเบิกบาน รู้สึกดีดี การภาวนาของท่านก้าวหน้าดี แต่ร่างกายหมดเรี่ยวแรง ขณะที่ท่านเดินลงจากเขามาบิณฑบาต เห็นอยู่ว่ามีเถาวัลย์พาดบนดิน จะยกเท้าก้าวข้ามเถาวัลย์ไป มันยกไม่พ้น ก็สะดุดเถาวัลย์หกล้มกลิ้งตกเขาลงมา ถ้าคิดทางโลกก็ว่ามันลำบากตรากตรำ แต่ท่านบอกจิตใจตอนนั้นไม่ได้คิดว่าลำบากตรากตรำ มันปีติสุข เพลินในการพิจารณาธรรม

ท่านเล่าต่อไปว่า ถ้าใครมาสั่งให้เราปฏิบัติธรรมอย่างนั้น แล้วมาบีบบังคับ ชูเชิญให้อวดอาหารอย่างนั้น เราสู้ตายเลย เราต้องด่าทอไอ้คนนั้นว่า ทหาราช บังอาจมาข่มขู่หัวใจเรา ท่านว่าขนาดเป็นนักโทษอยู่ในคุก ถึงจะเป็นนักโทษที่รอประหาร เขายังมีข้าว ๓ มื้อให้กิน มีที่นอนให้นอนพัก เขาไม่ทรมาณกันถึงแค่นี้หรอก แต่ถ้าเราชูเรา เราร้ายกับตัวเรา เราบีบบังคับเรา เพื่อคุณงามความดีของเราเองนี้ เราชื่นใจ เราปฏิบัติได้ สิ่งนี้เป็นธรรม แต่ถ้าคนอื่นมาบีบบังคับเราบอกไอ้ทหาราช เราต่อสู้ เราไม่เอาด้วยแล้ว ตรงนี้คือความแตกต่างกัน ถ้าเราแปลหมาเป็นธรรม ถึงหนักหนาสาหัสอย่างไร อย่างไร เรายรัก เราพอใจ เราเต็มใจเพื่อคุณธรรมความดีของเรา เราทำได้



เรารักลูกเรา รักใครที่เราดูแลและอยากแก่นิสัยเขา ถ้าเราทำให้เขาเกิด  
น้ำใจกับเราทำนองนี้ แล้วเขาเกิดทมะที่จะร่วมมือกับเรา อย่างนี้ฝึกได้ แต่ถ้า  
เขามองเรา คล้ายกับว่า เออแน่ะ ถือว่าใหญ่กว่าเรานะ ถือว่ามีแรงมากกว่าเรา  
คราวนี้กัดฟันทนเอาไว้ก่อน วันไหนวัตรอยตีนโตเท่ากัน คราวนี้ละจะเอาคืนให้เสบ  
ถ้าอย่างนี้ไม่ใช่ทมะ เป็นการก่อเวรกัน เพราะเขาไม่ได้เข้าใจความหวังดีของเรา  
แต่เขาแปลไปว่า อย่าให้ถึงทีของเขานั่นนะ อย่างนี้ไม่เป็นทมะ ตรงนี้เราต้อง  
ระมัดระวังเอาไว้

บางคนบอกว่ารักลูก แต่ไม่ได้รักด้วยความเข้าใจ ฉันทเป็นหนักฉันก็จะให้  
ลูกฉันบิน แต่ไม่เคยไปเฟ่งพินิจว่าลูกเราไม่ใช่คน ถึงจะออกมาจากห้องเราก็จริง  
แต่คนละเผ่าพันธุ์กัน เขาเป็นปลา พอเราบอกให้ลูกบินลูกก็หัวใจจะวาย  
เพราะขึ้นจากน้ำก็หายใจไม่ได้แล้ว เหงือกแห้ง ซ้ำร้ายยังให้บินอีก เพราะ  
ฉะนั้นบางครั้งนี้รักกันก็จริง แต่รักกันแล้วเป็นเวรเป็นภัย ถึงกับอธิษฐานขอ  
อย่าให้เจอเจอกันอีกเลย ตายก็ไม่เผาผีกัน อย่างนี้เป็นความโศกสลด ไม่ได้  
ถ้ามองให้เข้าใจถ่องแท้ จะฝึกอบรมใครดูให้ถึงจิตใจของเขา ให้เขาเข้าใจใน  
ความหวังดีของเรา แล้วเปิดใจให้ความร่วมมือ ก็จะเป็นทมะ มีความข่มใจ  
มีการควบคุมตน คอยเอาสติมาเป็นเครื่องเตือนให้ตนรู้ว่าตรงนี้จะปรับปรุง  
จะคิดแก้ไข จะต้องปรับเปลี่ยนให้ดีขึ้น



เมื่อมีสัจจะ มีทมะแล้ว เราก็ต้องมีเครื่องเสริมช่วยอีกอันหนึ่ง คือขันติ ความอดทน คนบางคนขมใจ ผิดใจ แก่ใจแล้ว แต่ยังไม่มีความทนทาน ทำไปได้หน่อยหนึ่ง โอ๊ยเล็ก ๆ เพราะเหนื่อยจนใจกลายเป็นผ้าเปียก ๆ จะขาดอยู่แล้ว ไม่เอาแล้ว ช่างมัน มันจะเป็นอย่างไรก็ช่างมัน ว่าแล้วก็ทิ้งตัวลงนั่ง ที่นี้ใจของคนเราที่ว่าพอแล้ว เราขอพักก่อน แต่ชีวิตขึ้นอยู่กับกาลเวลา การที่เราบอกว่าฉันจะนั่งสักประเดี๋ยว เราไม่สามารถหยุดเวลาได้ว่า ระยะเวลาที่ฉันนั่งพักนี้เวลาก็ไม่เดินด้วย เมื่อฉันรู้สึกดีจึงค่อยเดินต่อไป ขณะที่เราหยุดนั่งพักแต่เวลา ยังเดินต่อไปนี่ ดิฉันเปรียบเหมือนเรานั่งไปบนหล่มโคลนดูด ตอนหนึ่ง เราก็มองว่าเรานั่งอยู่กับพื้นเรียบ ๆ แต่เวลาผ่านไป พื้นโคลนดูดเราลงไป.. ดูดเราลงไป โดยเราไม่รู้ตัว พอจะลุกขึ้นเราก็ก้มไม่ขึ้นแล้ว ถ้าโคลนดูดเราลงไปแค่บั้นเอว เรายังพอจะถีบสลัดตัวขึ้นมาได้ แต่ถ้าเพลอนั่งนานไปหน่อยถูกดูดจนถึงจมูกมือไม้ก็ลงไปอยู่ใต้โคลนดูดหมดแล้ว เราก็แย่

หรือถ้าจะเปรียบเทียบให้เห็นภาพสมัยนี้ เราไปตามห้างสรรพสินค้าที่มีบันไดเลื่อนขึ้น เลื่อนลง เวลาเราว่าขอพักสักประเดี๋ยว ก็เหมือนเราไปหยุดยืนอยู่บนบันไดที่กำลังเลื่อนลง พอรู้ตัวปรากฏว่าบันไดเลื่อนลงมาถึงพื้น ดีไม่ดี ยังดึงเอาชายกระโปรงหรือชายกางเกงเราเลื่อนติดเข้าไปด้วย ปรากฏว่าเราบาดเจ็บสาหัส ตรงนี้คือมิติของเวลาที่คนมักไม่เข้าใจ และมองไม่เห็น คิดแต่ว่าเหนื่อยนักก็พักเอาแรงจะเป็นไรไป แต่ชีวิตคนเราเนี่ย เหมือนต้องแข่งขันกับเวลาอยู่ตลอดเวลา



เมื่อดิฉันไปกราบเรียนท่านอาจารย์ว่า ท่านอาจารย์ดียิ่งกว่าผู้คุมขุมทาสอีก เราเหนื่อยจนจะตายแล้ว ขอทนายใจเดียวเดียว ท่านอาจารย์ไม่อนุญาต ดิฉันก็ว่าท่านว่า ศิษย์พระพุทธเจ้าอะไรกันใจร้ายใจดำอย่างนี้ ท่านตอบว่า พระพุทธเจ้าไม่ให้ประมาท ไม่ให้กาลเวลากลับกินชีวิตเราไปเปล่า ๆ แล้วกล่าวหา ว่าดิฉันเถลไถล เอะอะก็อ้าง ประเดี๋ยวก่อน หรือไม่อย่างนั้นก็พຽ່นี้ก่อน ท่านถามพຽ່นี้มากี่องไขยแล้ว ซึ่งเราก็เพิ่งจะบอกว่าพຽ່นี้เดี่ยวนี้เอง ซึ่งความจริงแล้วเราไม่เคยเห็นใจของเราว่า เราเป็นคนหนักไม่เอาเบาไม่สู้ พออะไรไม่เป็นตั้งใจอะไรเหนื่อยเราก็จัดแจง พຽ່นี้..พຽ່นี้

วันหนึ่ง ดิฉันไปหาเพื่อน ลูกชายของเพื่อนเพิ่งได้ลูกชาย กำลังหัดเดิน อายุขวบกว่า ๆ บ้านของลูกชายกับบ้านคุณย่าอยู่ในบริเวณเดียวกัน แต่เป็นคนละหลัง คุณย่าก็ตื่นตื่นกับหลานชายคนแรก ชวนหลานให้มานอนกับย่า หลานบอกว่าพຽ່นี้ คุณย่าก็คอย พอพຽ່นี้มาถึง คุณย่ารีบไปบ้านหลานแต่เช้า มาลูก..มานอนกับย่า เพราะว่าพຽ່นี้แล้ว หลานชายปฏิเสธว่าไม่ใช่ นี่มันวันนี้ คือในความรู้สึกของเด็ก พຽ່นี้คืออะไรที่เป็นพຽ່นี้ เป็นอนาคตที่ไม่มีวันมาถึงตลอดกาล ถ้าวันนี้ผ่านไปแล้ว พຽ່นี้มาเป็นวันนี้แล้ว เขาก็บอกว่า นี่มันเป็นวันนี้ต่างหาก คือเขาอยู่กับปัจจุบันจริง ๆ

ถ้าวันนี้หมายความว่ากาลเวลาที่เป็นวันนี้ มันก็เป็นวันนี้ วันนี้เขาจะอยู่กับพ่อแม่ คุณอย่าสัญญากับเขาเท่าไร ๆ พรุ่งนี้ของคุณอย่าจะไม่มีวันมาถึง เพราะเขาบอกว่าพรุ่งนี้ที่สัญญากัน บัดนี้มันเป็นวันนี้ไปแล้ว เพราะฉะนั้นเขาก็ต้องอยู่กับพ่อแม่เขา ยากับหลานก็กำลังทะเลาะกันตรงนี้ ดิฉันโผล่เข้าไปพอดีเสียงท่านอาจารย์ดังขึ้นในใจ พรุ่งนี้มากก็อสงไขยแล้ว ตายจริง..เราคงเหมือนหลานน้อย ๆ นี้ คือเราไม่รู้ตัวเราว่า บางทีพรุ่งนี้ เราก็ตั้งใจว่าพรุ่งนี้เราจะทำจริง ๆ แต่เหมือนเรื่องที่เพื่อนมาจากต่างจังหวัด อ้ายโน่นอ้ายนี่วันวายเข้ามาเราก็เลยลืมไป ก็พรุ่งนี้..พรุ่งนี้..พรุ่งนี้..จนตายไปแล้วเกิดมาใหม่ ก็พรุ่งนี้อยู่อีกอย่างนี้ ท่านอาจารย์เลยประชดให้ว่า มันพรุ่งนี้มากก็อสงไขยแล้วนี่ เวลาฟังท่านแล้วยังแปลไม่เป็น เราก็ไม่เข้าใจ แต่พอท่านเรือบินตกลมรณภาพไปแล้ว มันมาแทงใจให้รู้สึก ว่าทำไมเราถึงคิดไม่ได้เสียตั้งแต่ท่านยังมีชีวิตอยู่ จะได้ชวนชวายเป็นรับแรง แล้วจะได้กอบโกยมรดกจากท่านได้มากกว่านี้ แต่อย่างว่าแหละ คนเราก็เป็นอย่างนี้เพราะเรามาจากอวิชชาและอุปาทาน





ท่านผู้รู้ท่านก็ปลอบใจเราว่า ถ้าเราระลึกรู้อย่างนี้ อย่าไปคร่ำครวญ อย่าไปนึกเสียดายว่า ถ้ารู้อย่างนี้เราจะเป็นเด็กดี ท่านอาจารย์บอกให้รีบเร่งก็จงรีบเร่ง อย่าไปคิดอย่างนั้นอย่างนี้ เพราะสิ่งที่ผ่านพ้นไปแล้ว มันก็ผ่านพ้นไปแล้ว แต่ให้เตือนตัวเองว่า อย่างน้อยที่สุดเราก็เห็นที่ผิด ที่บกพร่องของเราในชีวิตนี้ ไม่ใช่ทำไปแล้ว เราก็ยังเก็บตะกอนของอวิชชาสะสมไว้ แล้วคิดไปด้วยความภาคภูมิใจว่ารู้แล้ว รู้แล้ว แต่รู้แล้วก็เอาตัวไม่รอด จนเกิดใหม่ก็ยังพຽ່งนี้อยู่อีกอย่างที่ท่านว่า อย่างน้อยที่สุดเราก็ได้ระลึกรู้ ถึงเราจะยังแก้ไขไม่ได้ แต่อย่างน้อย เราก็เอาตัวมาอยู่บนมรรคที่ปลอดภัย เพราะอะไร ๆ ที่เราก็ก็นเป็นปัญญาเห็นชอบ ไม่ใช่หลงตามความเห็นผิด

แต่อะไรที่เรายังไม่รู้จะช่วยไม่ได้ เพราะเกินสติปัญญาที่จะรู้ต่อนั้น เมื่อไรที่สติมีพอที่ปัญญาเห็นชอบจะมาถึง เราจะได้ปรับปรุง เราจะได้ลุกขึ้นแก้ไข นี่คือการปฏิบัติ การปฏิบัติไม่ใช่พอรู้ปุ๊บจะบรรลุเป็นพระอรหันต์เลย ท่านกล่าวว่า ถ้าเป็นอย่างนั้น ในโลกนี้ไม่เหลือผู้คนแล้ว เป็นพระอรหันต์กันไปหมดแล้ว มันผิดความจริง ท่านเปรียบเทียบว่า ปริมาณของปุถุชนที่อยู่ในโลกนี้ เหมือนวัวตัวหนึ่งมีเขา ๒ เขา แล้วมีชนก่เส้นละ พวกเราที่เป็นปุถุชนคนหนากันอยู่ที่นี่ เหมือนกับจำนวนชนวัว แต่ผู้ที่เริ่มจะมาเที่ยงตรงกับการปฏิบัติ เชื่อในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ไม่เอนเอียง ใครมาพูดอะไร ใจก็ไม่สั่นไหวไปตามเขาไปลอง อ้ายโน่น ไปลองอ้ายนี้ เราถึงซึ่งไตรสรณคมน์ จะเท่ากับเขาวัว ๒ เขา เพราะฉะนั้นก็อย่าเสียใจไปเลย



ดิฉันก็เคยคร่ำครวญว่า ทำไมเราถึงคิดไม่ได้ เราถึงได้ยุ่ง่างอย่างนี้ ถ้าเรา รู้จักมาปฏิบัติเสียตั้งแต่เด็กกว่านี้ เราคงได้ดีได้ดีจริงๆ แล้วทุก ๆ สิ่งในชีวิตของเรา ที่เราประสบพบมาล้วนเป็นเลี้ยวส่วนของการปฏิบัติธรรมทั้งสิ้น เพราะอะไร เพราะถ้าเราไม่มีประสบการณ์ถึงจุดที่เราจะฟังครูบาอาจารย์เข้าใจ หรืออ่านข้อธรรมะแล้วเกิดความเข้าใจ เข้าใจแบบรู้เห็นเป็นขึ้นในใจได้ มันก็ยังไม่เป็นสัญญาอยู่นั่นแหละ ถึงเราเข้ามาปฏิบัติเร็วอย่างไร ๆ จะแลดูเหมือนเราเป็นนางฟ้านางเทวดา แต่พอถึงวิกฤตเกิดขึ้น เราก็ยังไม่เข้าใจอยู่นั่นเอง

เมื่อดิฉันเริ่มรู้จักครูบาอาจารย์ ก็มีแม่ลูกคู่หนึ่งไปฟังธรรมท่านอาจารย์เป็นประจำ ตอนนั้นลูกยังเล็ก ๆ สักประมาณเจ็ดแปดขวบ เป็นเด็กน่ารักมาก แม่ไปซักถามท่านอาจารย์ เธอก็นั่งพับเพียบฟังเหมือนตุ๊กตาน้อย ๆ แล้วหน้าตาแย้มยิ้มเอิบอิ่ม เราเคยนึกเด็กคนนี้ทำไมจึงมีบุญอย่างนี้ เมื่อเรียนจบมหาวิทยาลัย เธอก็แต่งงานไปกับคนที่ฐานะเสมอกัน เป็นครอบครัวที่รักใคร่ปรองดองกัน มีลูกมีความสุข เสร็จแล้วโดยที่ไม่คาดฝัน พอเธออายุ ๒๕ ปี ซึ่งคนไทยถือกันว่าเบญจเพศนี้ต้องมีเคราะห์ร้าย เธอก็เจอเคราะห์ มีปัญหาที่ทำงาน มีปัญหาในครอบครัว พ่อแม่เจ็บหนัก คือเรียกว่าทุกอย่างประดังรุมเร้าเข้ามาในชีวิต

เราก็นึกว่าเธอปฏิบัติมาถึงขั้นนี้ ฟังครูบาอาจารย์มา คงไม่เป็นไร แต่พอได้พูดคุยกันถึงรู้ว่า ที่เธอว่าเธอทำสมารถได้ เธอตั้งถามอะไร ๆ นี่มันเป็นแค่สัญญา เพราะประสบการณ์ยังไม่เพียงพอ เมื่อเจอความทุกข์อย่างนี้เข้า เธอ



เคยบอกดิฉันว่า เธอโกรธไม่เป็น ดิฉันก็เหี่ยวว่า ถ้าคุณแน่ใจว่าคุณโกรธไม่เป็นนี่ แปลว่าคุณเป็นพระอนาคามีแล้วนะ เธอก็หัวเราะ บอกว่ายังไม่ใช่พระอนาคามี ดิฉันก็บอกว่า ถ้าอย่างนั้นคุณต้องโกรธเป็น หรือไม่อย่างนั้น ความโกรธของคุณ ยังต้องเป็นสปอร์อยู่ ก็ให้ระวังเอาไว้ คุณมีระเบิดเวลาถอดสลักที่ยังไม่ได้กู้ยู่

เธอเล่าให้ดิฉันฟังว่า ตอนที่ดิฉันพูดอย่างนั้น เธอนึกในใจว่าใช่ รู้ตัวเอง ว่ายังไม่ใช่พระอนาคามี แต่ก็แน่ใจว่าความโกรธไม่มี สปอร์ก็ไม่มี แต่พอมีเรื่องเกิดขึ้น เธอตกใจกับตัวเองว่า มันไม่ใช่แคโกรธ มันทั้งอาฆาตพยาบาท แข่งชกหักกระดูก แต่ก่อนใครเล่าถึงว่า เวลาโกรธกันก็ด่าทอกันหรือคิดร้าย ต่อกัน บางคนแพพริกเผากระเหียมแล้วมีการสวดโองการแข่ง เธอนึกอยู่ในใจว่า ทำไปได้อย่างไร

แต่ถึงตอนที่เธอมีความทุกข์นั้น ในใจไม่รู้ไปสรรหาคำเหล่านี้มาจากไหน เธอตกใจไปหมด เพราะถ้อยคำที่ด่าทอเอ็ดอึ้งอยู่ในใจ ความคิดร้าย คำแข่งสาป เกิดมาในชีวิตเธอพูดไม่เป็น แล้วไม่เคยได้ยินได้ฟังจากไหนมา คนที่จะพูดคำ เหล่านี้กัน เธอก็หลีกเลี่ยงที่จะคบหาสมาคมด้วย แต่ปรากฏว่ามันมาร้าย ต่อเนื่องกันเหมือนเปิดเทปยาวปิดแล้วก็ไม่หยุด มันดังอยู่ในใจ จนเธอคิดว่า ถ้าเจอคู่กรณีแล้วใครเอามีด เอาปืนมาวางให้ เธอซึ่งไม่เคยแม้กระทั่งจะฆ่ามด ฆ่างู ก็ฆ่าคู่กรณีได้ เธอเลยตกใจตัวเอง



ดิฉันบอกไม่ต้องตกใจ ไม่ต้องท้อใจ เพราะอะไร เพราะว่าดีที่มีเรื่องนี้เกิดขึ้น สิ่งเหล่านี้ที่เธอพูดถึงมีอยู่ในใจตลอดเวลา แต่ไปอัดแน่นอยู่ที่ก้นบึ้งของใจจนมองไม่เห็น ถ้าใจเราเป็นถ้วยน้ำใบหนึ่ง เราก็คิดว่าตะกอนที่นอนก้นแน่นนั้นคือส่วนของเราถ้วย แล้วเราก็ไม่เชื่อ ถ้าใครมาบอกเราว่า คุณยังอาฆาตพยาบาทเขา เราก็หัวเราะเยาะเขาในใจ เราไม่รู้ว่าเรามีระเบิดเวลา ถอดสลักอยู่ แต่วันหนึ่งที่มีวิกฤตเกิดขึ้น เราควรดีใจเพราะวิกฤตนั้นมาทำให้เราได้รู้ว่า งานของเรายังมีอยู่อีกมากแค่ไหน เราจะชวนชายช้อนตะกอนทิ้งไป แล้วก็ดูใจตัวเองสร้างภูมิคุ้มกัน คราวนี้ถ้าเราเกิดวิกฤตอย่างนี้อีกหนหนึ่ง เราจะอัศจรรย์ใจว่า สิ่งที่เกิดขึ้นมาเป็นลีนามิ ได้หายไป ไม่ขึ้นมาอีกแล้ว หรือถ้ามันขึ้นมาด้วยสัญญา สติมาปั๊บเหมือนเล่นกล ทำให้อารมณ์เหล่านั้นหายไป

ดิฉันเองเป็นคนเจ้าโทสะ จำได้ว่าเมื่อเด็ก ๆ ถูกแม่ตีก็ร้องไห้ ร้องจนกระทั่งหลับไป หลับไปตื่นขึ้นมา แม่เอาไปอาบน้ำอาบท่ากัศิรีนเริงบันเทิง แต่พอนึกขึ้นได้ ก็ตั้งตาร้องไห้ใหม่ ข้าวปลาไม่ยอมกิน จนกระทั่งเหนื่อยหลับไปอีก วันรุ่งขึ้นก็ยังร้องไห้อยู่เป็นวัน ๆ กว่าจะค่อย ๆ จางไป บางทีจบไปเป็นอาทิตย์แล้ว พอไปเจออะไรอะไรนึกขึ้นมาได้ ก็ตั้งตาร้องไห้ใหม่ เหมือนที่ท่านอาจารย์ว่า อุ่นแกงบูตกินไม่ผิดเลย

แต่ตอนนี้ปฏิบัติแล้วนี่ บางทีมันก็รู้สึกขึ้นอย่างนั้น แต่พอเอาสติจ่อมัน ก็สงบลงได้อย่างรวดเร็ว แล้วไม่ค้างคาเหมือนอย่างแต่ก่อน เพราะอะไร เพราะตะกอนที่เราเอาสติปัญญาไปขัดเกลา แล้วใจรู้ตามความเป็นจริง มันหมดไปจริง ๆ เท่าที่ปัญญาของเราหยั่งรู้ แต่ยังไม่หมดสิ้นซากยังมีเหลืออยู่ เราก็จะ ได้รู้ว่า นี่เรายังเหลือซากของความโกรธอยู่ เพราะเรายังซุ่มมันไม่หมด เราก็มี กำลังใจ ถ้ามีใครมาชนเราอีก ขอขอบคุณ เราจะได้จัดการกับขยะของเราต่อไป ถ้าเราไม่เฉอะเฉยเรื่องร้ายอย่างนี้ ซวยไป หรือไปเจอเอาตอนพะงาบพะงาบ กำลังจะขาดใจตาย คราวนี้ครูบาอาจารย์ก็ช่วยไม่ได้ ไม่รู้หรือกว่า จะขึ้น เรือบินไปสวรรค์แต่มันจับไฟล์ทผิด เหาะไปอเวจีไหนก็ไม่รู้

พระเจ้าอโศก ท่านทำบุญไว้เยอะมากมาย แต่ตอนจะสวรรคต โอรส องค์ใหญ่กลัวท่านจะเอาสตางค์ไปทำบุญหมด สั่งเสนาบดีคลังไว้ว่า ถ้า พระเจ้าอโศกให้เอาสตางค์ไปทำบุญให้เฉยเสีย ท่านไปรู้เอาตอนจะสวรรคต ก็น้อยพระทัย เสียพระทัยว่า ท่านยังเป็นกษัตริย์อยู่แท้ ๆ อำนาจอยู่ในมือ แต่ ไม่ศักดิ์สิทธิ์เสียแล้ว ใจที่หวังหวังจะเอาสตางค์ไปทำบุญนี้ พอท่านสิ้นพระชนม์ ก็เลยไปเกิดเป็นงูเหลือมอยู่ในท้องพระคลัง



พระมหินทร์ซึ่งเป็นพระโอรสองค์เล็กของท่าน มาบวชแล้วปฏิบัติจนเป็นพระอรหันต์ วันหนึ่งก็นึกว่า พ่อเราจะอยู่ในสวรรค์เป็นเทวดา เป็นพรหม หรือเป็นอะไร ท่านก็กำหนดจิตดู ดูเท่าไรก็ไม่พบ ก็ไล่ไปตามภพภูมิต่าง ๆ จนไปเจอว่าท่านเป็นงูเหลือมอยู่ ก็เนรมิตตัวเข้าไปในท้องพระคลัง แล้วไปพูดให้สติพระเจ้าอโศก ให้ท่านมั่นคงในการรักษาศีลปฏิบัติธรรม เพื่อว่าสมบัติที่เป็นอริยทรัพย์ของท่านที่มีอยู่จะได้มาต่อ พระเจ้าอโศกก็ได้สติ ท่านเลยไม่ยอมจับสัตว์ที่มีชีวิตกินเป็นอาหาร ในที่สุดท่านก็ผ่ายผอมจนสิ้นชีวิตไปจากภพภูมิที่เป็นงูเหลือม แล้วขึ้นไปเสวยทิพย์สมบัติจากบุญกุศลที่ท่านทำมา

ตรงนี้จะเห็นว่า ตะกอนที่มีอยู่ในใจเรา เราไม่รู้ว่ามีมากมายแค่ไหน แล้วจังหวะที่จะมา ถ้าพลาดท่าเสียที ถึงเราจะมีกุศล ล้นหลามแค่ไหน แค่นั้น มันก็ยังมาไม่ถึง เพราะอกุศลวิบากเชิงเข้ามาก่อน ถ้าจะเปรียบเทียบ เรามีแก้วแหวนเงินทองแต่เรากลัวขโมย จึงเอาไปฝากไว้ที่ตู้নিরภัยที่ธนาคาร พอถึงวันจะเดินทาง วันนั้นธนาคารปิดทำการ แม้เราจะไปเอาอย่างไร เราก็ขอออกจากตู้เซฟไม่ได้ ก็ต้องไปตัวเปล่าเปลือย แบบพระเจ้าอโศกไปเป็นงูเหลือม แล้วเราจะแน่ใจได้อย่างไรว่า เราจะมิบุญกลับมาเอาสมบัติมาเป็นทุนรอนได้ เพราะฉะนั้นเราจึงต้องตั้งสติให้ดี ดูใจเราให้ดี อีกอันหนึ่งที่เราจะต้องมีไว้ในใจคือ จาคะ ธรรมะข้อสุดท้าย ซึ่งเราพูดถึงสัจจะ หมด และ ชันติมาแล้ว



ฆราวาสธรรมข้อสุดท้าย คือจาคะ โดยเฉพาะจาคะความโกรธ ความ  
ทวงแทน ความน้อยใจ ถ้าพระเจ้าอโศกนึกถึงธรรมข้อนี้ได้ทัน ท่านไม่ไปแค้น  
เสนาบดีของท่าน เงินทองทรัพย์สิน ถึงจะเป็นของเราจริง แต่ก็เป็นทรัพย์สิน  
ของแผ่นดิน มันจะเป็นอะไรก็ปล่อยให้มันเป็นไป เราตั้งใจของเราให้ดีจดจ่อ  
อยู่กับใจเรา เราก็ไม่เกิดอุบัติเหตุ ไม่พลาดจากอริยทรัพย์ของเราที่มีเป็นเสขียง  
เอาไว้ ตรงนี้ จาคะ อย่าคิดแต่เพียงว่าเราจะจาคะทรัพย์สินเงินทองทำบุญแบบ  
พระเจ้าอโศกอย่างเดียว เพราะบางครั้งเราไม่มีเงินไม่มีทองมากอย่างนั้น เรา  
ไม่ได้สร้างทุนรอนเอาไว้พอ

แต่ครูบาอาจารย์ท่านบอกว่า กายสืบนี้นี่ของเรา กับใจของเรา เราทำให้  
เป็นก้อนบุญ ก้อนกุศลขึ้นมาได้ แล้วแต่เราจะมีปัญญาเห็นชอบแค่ไหน ถ้า  
คิดอย่างนี้เอาไว้ ไม่ต้องไปอธิบายใครเขาว่า ฉันอยากทำบุญทั้งทีก็ไม่มีเงินจะทำบุญ  
เงินนั้นเป็นเรื่องจืดจืด ใจของเราที่เพียงแต่อนุโมทนาบุญกับเขา เราก็ปิติ  
เราก็อิ่มเอิบแล้ว หรือเราเห็นใครที่รู้เท่าไม่ถึงการณ์ กำลังจะไปทำสิ่งที่ผิดสิ่งที่ชั่ว  
เราไปเมตตาเขา ไปสอนเขา ไปสะกิดเขา ให้เกิดฉุกใจคิดขึ้นมา อันนั้นก็ เป็น  
กุศลแล้ว





จาคะที่คนส่วนมากมักจะให้ไม่ได้เลยคือการให้อภัย  
อภัยคือการให้ความไม่เป็นพิษเป็นภัยออกไปกับสิ่งแวดล้อม  
ในโลกนี้ ถ้าเราทุกคนฝึกที่จะอภัยกันทุกวัน ทุกวัน ไม่เป็น  
คนขี้ตระหนี่หวงแหน เก็บเอาความโกรธ ความแค้น ความ  
คับข้องใจเอาไว้ คนเราสี่ตีนยังรู้พลาด นักปราชญ์ยังรู้พลั้ง เพราะฉะนั้น  
ทุกคนก็ผิดกันได้ อภัยกันเถิด แล้วก็ตั้งต้นกันใหม่

ถ้าเรานึกถึงตรงนี้ จาคะของเราจะเป็นจาคะที่รักษาใจของเรา ให้ใจ  
อันนี้เป็นบุญ เป็นกุศล เป็นภาชนะที่รองรับธรรมได้ จะไม่รั่ว ไม่เป็นภาชนะ  
ที่ทำให้เราทุกข์เดือดร้อน หลายคนไปคิดแต่เพียงว่า จาคะ นี้คือการที่เรา  
จะต้องเอาข้าวของวัตถุให้ออกไป เพราะฉะนั้นต้องโลภ เอาวัตถุมาก่อน ถ้า  
ใจของเราไม่มีสติปัญญาเพียงพอเราก็อยากให้เราเป็นบุญ เป็นกุศล แต่บุญกุศล  
อันนี้พญามารก็ชนะอีกจนได้ ฉันจะทำบุญ ฉันจะจาคะ ฉันจะเสียสละ แต่  
ว่าฉันไม่มีวัตถุ เพราะฉะนั้นต้องโลภ จะทำอย่างไรให้หาวัตถุมาได้ ถ้าปัญญา  
ไม่เท่าทัน ไม่ละเอียดถี่ถ้วนว่า วิธีที่จะหาต้องให้ศีลบริบูรณ์ เพื่อเราจะได้  
ไม่มีหนี้



มือยาวสาวได้สาวเอา ไม่ได้ด้วยเล่ห์ต้องเอาด้วยกล ไม่ได้ด้วยมนต์ต้องเอาด้วยคาถา เพราะโลกอยากจะทำ แต่ไม่รู้ว่าบุญที่ได้มาจะมากกว่าบาป ในขบวนการที่ไปแสวงหาหรือเปล่า เพราะฉะนั้นมนุษย์เรานี้ ท่านจึงว่า อยากจะทำดีกันทั้งนั้นแหละ แต่พริบตาเดียวที่สติไหลหลุดไป เราไปก่อหนี้ล้นพ้นตัว แล้วก็บ่น เราทำดีตั้งเยอะ ทำไมถึงไม่มีความสุข

ขณะยังมีชีวิตอยู่ เรามีโอกาสทำใจของเราให้เป็นอิสระ เป็นสุขได้เท่า ๆ กับผู้ที่เป็นบวช เพราะใจคือผู้ปฏิบัติ ใจไม่มีข้อจำกัดว่า เป็นนักบวชหรือเป็นฆราวาส ใจจะเป็นผู้หญิงก็ได้ผู้ชายก็ได้ ถ้ามีความตั้งใจจริงและสติไม่ขาดวรรคขาดตอนไป ใครก็ได้ อย่างในพุทธประวัติ พระเจ้าสิริสุทโธทนะ ท่านก็บรรลุนิพพานเป็นพระอรหันต์ได้ในเพศฆราวาส แล้วก็ยังมีเยอะแยะที่ไปฟังธรรมของพระพุทธองค์ แล้วบรรลุนิพพานเป็นพระอรหันต์ได้โดยไม่ได้บวช

ถ้านึกถึงความจริงเหล่านี้ พอจะท้อใจ จะนึกไปว่าทำไมเราถึงมีหนี้สิน มีเชือกผูกถ่วงทำให้เราไม่มีอิสระ ถ้าคิดอย่างนั้น เราไปหุบดวงใจตัวเอง แต่ถ้าเราคิดว่า ไม่ว่าเราจะเป็นอะไร จะมีปวงผูกมัดแค่ไหน มันก็เป็นมรดกของเราเอง ที่เราทำให้ตัวเราตอนที่ยังรู้เท่าไม่ถึงการณ์ เพราะฉะนั้นเราก็ถูกนักเลง เมื่อเราบั้นหนึ่แล้ว เราก็ยอมรับชดใช้ค่าเสียหาย จะเรียกเท่าไร ๆ เราก็รับใช้ให้ทั้งนั้น



ถ้าเป็นอย่างนี้ใจก็มีกำลัง มีความมั่นคง สติก็จะมากระชับกับใจ ปัญหาอะไรเกิดขึ้น เราก็หมุนปัญหานั้น เหมือนกับเราทำขยะให้กลายเป็นปุ๋ยหมัก เราก็มีทางที่มรรคของเราจะราบรื่นไปเรื่อย บางที่เราไปเจอขยะเข้า ก็คิดว่าทางตัน แล้วก็นั่งทอดอาลัย แต่คนที่มีความมั่นใจ ทางตันก็ทางตันเถอะ ขอเข้าไปให้เห็นจริง ๆ มันก็มีประตูกลให้เปิดเข้าไปได้ เพราะสติจะเป็นกุญแจสารพัดนึก ที่ทำให้เราเดินของเราไป ไม่หลุดออกจากมรรค

ถ้าเราแน่วแน่มั่นคงอย่างนี้ ไม่ว่าจะอะไรจะเกิดขึ้น เราสามารถปรับเปลี่ยนอุปสรรค ปรับเปลี่ยนวิกฤตทั้งหลายให้มาเป็นโอกาส มาเป็นมรรคของเราได้ทั้งนั้น แล้วเราก็ยึดฆราวาสธรรมเอาไว้ มีสัจจะ มีทมะ มีขันติ มีจาคะ แล้วแต่ละวัน เราก็มาทบทวนว่า วันนี้เราได้เสียบึงอะไรเพิ่มขึ้น เราไม่ไปเทียบกับคนอื่น เราเทียบกับเรา วันนี้กับเมื่อวานนี้ วันนี้กับเมื่อปีกลาย เหมือนนักกีฬาทีมชาติที่เขาจะต้องฟิตตัวเขา แล้วเก็บสถิติให้ดีขึ้นเรื่อย แต่อย่าเผลอไปเทียบกับคนอื่น ผิดหมด เพราะไปเทียบกับคนอื่นแล้วกลายเป็นอารมณ์ น้อยใจ แหงใจ ยกตนข่มท่าน หรือไม่อย่างนั้น ก็ท้อใจ หุบถองใจตัวเอง ไม่ดี ขาดทุนทั้งนั้น แต่ถ้าเทียบเรากับเรา มีทางก้าวหน้า มีทางทำให้ไปถึงเป้าหมายได้

ตรงนี้ หลายคนไปเข้าใจว่า ปฏิบัติธรรมแล้ว  
โลกไม่ได้ เปรียบเทียบไม่ได้ โลกได้แต่ให้เป็น  
ธรรมนั้นแหละ โลกแต่เป็นไฟใจรักอยากทำคุณงาม  
ความดี ขวนขวายสะสมกุศลธรรม ก็โลกเหมือน  
กันแหละ แต่ถ้าโลกอยากได้ของคนอื่น แข่งกับ  
คนอื่น อันนี้เป็นกิเลส แต่ถ้าเราหักมุมให้เป็น เรา  
ก็จะพากเพียรขวนขวาย เอากำลังของเรามาใช้ให้  
เต็มเม็ดเต็มหน่วยจนไปถึงจุดหมายปลายทางด้วย  
น้ำพักน้ำแรง ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม ก็  
เปลี่ยนกิเลสมาเป็นธรรมนั้นแหละ เป็นกุศล

หรือไม่อย่างนั้นคนชอบพูด ปฏิบัติธรรม  
แล้วต้องสันโดษ พระพุทธเจ้าไม่เคยบอกเราเลยว่า  
ให้เราพอใจในคุณงามความดีที่เรามีแค่นี้ ท่านบอกว่า  
ถ้าเราดีแล้วอนุรักษ์เอาไว้ เหมือนเกลือรักษาความ  
เค็มแต่ไม่ให้พอใจแค่นี้ ให้ขวนขวายเหมือนปลูก  
ต้นไม้ จะต้องให้ออกงามแตกกิ่งก้านสาขาออกดอก  
ออกลูกต่อไป



แต่ถ้าเป็นความชั่วให้สันโดษ อย่าไปคลุกคลีกับมัน อย่าไปทดลองอีก สักนิด ไม่เอา เดี่ยวติดเป็นอุปนิสัย แต่กิเลสเลี่ยมสอนเราว่า อย่า อย่า อย่า พระพุทธเจ้าสอนให้สันโดษ เพราะฉะนั้น ถ้าจะขยันก็ไม่ได้ ไม่ได้ เดี่ยวจะ กลายเป็นคนโลก มันเป็นเสียอย่างนี้ แต่พอถึงที่ชั่ว ที่ไม่ดี กลับบอกว่า ขอลองอีกสักนิดเถอะน่า เพราะเดี๋ยวตายไป ยมบาลถามถึงไฉนก็ไม่เคยทำ ไฉนก็ไม่เคยทำ แต่คุณงามความดี อย่า อย่า อย่า พระพุทธเจ้าสอนให้ สันโดษ เราชอบแปลคำของครูบาอาจารย์ผิด ๆ ตามที่กิเลสมันเลี่ยมมันสอน แล้วก็ไปหาว่าครูบาอาจารย์สอนเราผิด ๆ ตรงนี้แหละเราถึงเอาตัวไม่รอดกัน

คราวนี้เราพยายามถ่วงกับตัวเรา แล้วจะพบว่า อะไรที่เราทำ ก็ ทำให้ใจของเรามีสุขภาพใจแข็งแรงขึ้น มีความเชื่อมั่นในตัวเอง มีปิติเป็นอาหาร หล่อเลี้ยงใจ ถ้าเป็นอย่างนี้แล้วเรามาถูกทาง มรรคของเราแน่นหนามั่นคง แล้วเราก็ไปต่อไป ไม่ต้องไปห่วง ไปกังวล ต่อไปในวันหนึ่งก็จะรู้ตื่นเบิกบาน ทำให้โลกนี้ร่มเย็นเป็นสุข

ก็หวังว่าเราทุกคนคงจะเป็นฆราวาสที่รู้จักใจของตน แล้วรับให้แขกจร คือกิเลสค่อย ๆ หลุดออกไปจากใจ เพื่อเราจะมีสภาพเป็น รู้ ตื่น เบิกบาน แล้วก็ชื่นใจในความเป็นเรา

ก็ฝากไว้เป็นกำลังใจในการปฏิบัติค่ะ

## จักร ๔

- บรรยายที่ ชมรมพุทธธรรม
- ตึกวิชิตวิทยาคาร
- โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
- วันที่ ๑๖ มีนาคม ๒๕๕๘

เรื่องที่จะพูดคุยกัน คือ เรื่องจักร ๔

จักร ๔ เป็นหมวดธรรมของพระพุทธองค์ที่หมายถึงสิ่งที่จะนำชีวิตไปสู่ความเจริญรุ่งเรือง เหมือนอย่างกับล้อรถ ที่จะนำเราไปสู่ที่หมาย เป็นหมวดธรรมที่มีหัวข้อรวมอยู่ ๔ ข้อ

ข้อที่ ๑ ท่านตรัสว่า ชีวิตเราจะเจริญรุ่งเรืองไปถึงที่หมายได้ เราต้องอยู่ในถิ่นที่ดี มีสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม หรือที่ภาษาบาลีว่า ปฏิรูปเทศวาสะ การที่เราอยู่ในถิ่นที่ดี มีสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม ก็เหมือนเราจะเดินทางไปไหนทางน้ำ กระแสน้ำก็ไหลช่วยทำให้เราไม่เหนื่อยมาก



ข้อที่ ๒ ได้สมาคมกับคนที่ดี เป็นคนจริง ที่เรียก สัตบุรุษ ภาษาบาลีเรียก *สัปปริอุบัสสยะ*

ข้อที่ ๓ ตั้งตนไว้ชอบ ตั้งจิตคิดมุ่งหมายนำตนไปให้ถูกทาง หรือที่เรียกว่า *อัตตสัมมาปณิธิ*

ข้อที่ ๔ อันสุดท้ายคือ เป็นผู้มีเสียบึงไว้ก่อนแล้ว คือทำความดีมาก่อนหน้าแล้ว มีพื้นเดิมที่ดี เปรียบเหมือนดินที่มีปุ๋ย มีน้ำ มีอะไรพอเหมาะพอเจาะ เพราะฉะนั้น จะเอาอะไรไปปลูกก็ขึ้นได้ดีกว่าที่ซึ่งไม่ได้เตรียมไว้พร้อม อันนี้เรียกว่า *บุพเพกตปุญญตา*

ที่กล่าวมานี้คือ ๔ หัวข้อที่เราจะพูดกันในวันนี้ ที่นี้เราก็มายังหัวข้อแรกที่ว่า การอยู่ในถิ่นที่ดี มีสิ่งแวดล้อมเหมาะสมนี้ จะเป็นคุณเป็นประโยชน์อย่างไร

เรานึกถึงว่า

ถ้ามีคนที่มีศักยภาพเสมอกัน แล้วคนหนึ่งอยู่ในครอบครัวที่มีอะไร ๆ พร้อมทุกอย่างไปหมด เขาก็สามารถที่จะพัฒนาไปได้ดีกว่าอีกคนหนึ่ง ซึ่งจะทำอะไรก็ติดขัด มีแต่สิ่งที่เขาไม่อยากจะโกรธก็ต้องโกรธ ไม่อยากขโมยก็จำต้องขโมย ไม่อยากเป็นคนเห็นแก่ตัวก็ต้องเห็นแก่ตัว เพราะสภาวะแวดล้อมทำให้ยากที่จะเป็นคนดีอยู่ได้





เป็นต้นว่า ตรงสี่แยกที่ไม่มีไฟจราจร ซึ่งมีรถจ่อขัดกันไปหมด เราก็คิดว่า ถ้าเราหยุดให้รถทางขวามือไปคันหนึ่ง คันต่อไปก็จะหยุดให้สลับฟันปลากันไป ที่ไหนได้ พอเราหยุดให้หนึ่งคันไป ปรากฏว่าทุกคันจ่อติดเป็นสายเข้ามาเลย จนกระทั่งตัวเราเองที่เริ่มต้นทำความดีก็นึกว่าอะไรจะปานนี้ ข้างหลังก็หงุดหงิด บีบแตรกันเป็นทิวแถว เราก็ได้แต่นึกขออโหสิเขา แล้วทางฝ่ายที่เราให้ทาง ปรากฏว่าไม่มีใครยอมเลย ส่งต่อกันเป็นแถวไม่มีช่องว่าง ก็เลยได้คิดว่า เต็มวันนี้อะไรจะว่าคนเลี้ยงน้ำใจก็ไม่ได้ เพราะเขาอาจจะเคยทำอย่างเราแบบนี้ แล้ว พบว่าไม่คุ้มกัน

หรือในหมู่เพื่อนกันเราจะทำความดี เพื่อน ๆ ที่มีประสบการณ์ก็บอกว่า อย่าทำ หรือถ้าขับรถไป คนจะสอนว่าถ้าอยู่ดี ๆ เราแน่ใจว่าเราไม่ได้ชนใคร แล้วมีคนล้มลงไปต่อหน้า อย่าจอดรถลงไปดูเป็นอันขาด ให้รีบไปเลย

สิ่งเหล่านี้ทำให้จิตใจของเราเกิดความลังเลสงสัยว่า แล้วตรงไหนคือ ความถูกต้อง ความดี ตรงไหนคือสิ่งที่เราควรทำ หรือไม่ควรทำ แต่ถ้าเราอยู่ในถิ่นที่ดี ในสิ่งแวดล้อมที่พอเหมาะ ก็จะได้กำลังใจ อย่างดีฉันเอง ช่วงที่เติบโตขึ้นมา พ่ออบรมให้เรา มีศีล มีความสัตย์ซื่อต่อตัวเอง พ่อจะกวาดชั้น เป็นนักเป็นหนา แล้วต้องมีความรับผิดชอบต่อหน้าที่การงาน เมื่อเราโต ๆ ขึ้นมา ปรากฏว่าสิ่งเหล่านี้ค่อย ๆ หายหมดไป เราเจอเจอแต่คนที่รู้มากเอาเปรียบหน้าที่ที่เขาควรจะทำ เขาก็ไม่ทำ เราก็ทนไม่ได้ เพราะหมอมีคนใช้หนักที่ควร จะดูแล กลับไม่ดูแล ทอดทิ้ง เราไปเห็นเข้า เราจะบอกว่าช่วยไม่ได้ไม่ใช่ คนใช้เรา ถ้าเขาตายไปเราก็จะไม่สบายใจ



คราวหนึ่ง ดิฉันเป็นที่ปรึกษาของแพทย์เวรกลางคืน คืนนั้นไม่ใช่เวรดิฉัน แต่พวกเราโดยมากก็อยู่ที่หอกัน คืนแรกเป็นหน้าที่ของดิฉัน คืนที่สองไม่ใช่หน้าที่แต่เพื่อนที่ทำหน้าที่นี้ คุณพ่อเจ็บหนักอยู่ห้องไอซียูอีกโรงพยาบาลหนึ่ง เขาไม่กล้าขอร้องเพราะทราบว่าเป็นคืนดิฉันอยู่เวร แต่ดิฉันนึกว่าถ้าเป็นพ่อเรา เราคงอยากไปเฝ้า จึงบอกเขาเองว่าให้เขาไปเถอะจะอยู่เวรให้ ซึ่งทั้งสองคืนก็มี คนไข้ปรึกษาตลอด พอคืนที่สามจึงนึกว่าคืนนี้จะนอนให้สบาย

สักตีหนึ่งคนงานก็มาเคาะรายงานว่าคุณหมอเวรมีคนไข้เลือดออก ให้นำหน้าเกลือให้อะไร ๆ มาสักประมาณชั่วโมงแล้ว อาการไม่ดีขึ้นเลย ตามคุณหมอที่ปรึกษาเท่าไร เท่าไร ก็ตามไม่ได้ เพราะฉะนั้นขอให้ดิฉันช่วยลงไป ดูหน่อย และให้คนงานบอกว่าถ้าดิฉันไม่เห็นกับคุณหมอเวรก็ให้เห็นแก่คนไข้ ตาดำ ๆ ด้วยเถอะ ดิฉันนั่งวงเสียดจนพูดไม่รู้เรื่องแล้ว จึงบอกว่าจะตาดำ ตาฟ้า ดิฉันก็ไม่ไหว แล้วก็กลับไปจริง ๆ กลับสนิทไปจนเช้า

ตื่นขึ้นมาก็นึกในใจว่าเมื่อคืนนี้เขาไปหาหมอที่ปรึกษาเจอหรือเปล่า ลงไป เพื่อกินข้าวที่โรงอาหารซึ่งต้องผ่านห้องคนไข้ฉุกเฉิน พอกำลังจะเดินผ่านไปพยาบาล ก็รายงานว่าคุณหมอเลือดออกเมื่อคืนนี้ตายไปแล้ว คุณหมอเวรก็ปลุกปล้ำเท่าที่มีปัญญา เพราะหาคุณหมอที่ปรึกษาไม่เจอ



เมื่อคืนตอนที่เราพูดกับคนงาน เรามีความรู้สึกว่าไม่ใช่เรื่องของเรา ร้อยเปอร์เซ็นต์ มันใจว่าไม่เกี่ยวกับ เราจึงหลับสบายมาก แต่เช้านี้ได้ยินพยาบาลพูดอย่างนี้ ใจอันนี้มันทรยศเราแล้ว มันไม่เพียงจริง ๆ ตามไตรลักษณ์ของพระพุทธองค์ มันคิดขึ้นมาว่า เมื่อคืนนี้ถ้าฉันคลานลงมา คนไข้จะตายไหม

เมื่อเราคิดอย่างนี้แล้ว เราไม่มีทางรู้คำตอบ เพราะอย่างไร ๆ คนไข้ก็ตายแล้ว เราไม่มีทางจะเอามือไปแตะหน้าผากแล้วบอกให้ฟื้นขึ้นมา ให้ทดลองดูว่าถ้าฉันลงมาดูแล้วเธอจะตายไหม รู้ก็รู้ว่าของมันแล้วไปแล้ว แต่ใจเรานี้ นั่งกินข้าวอยู่ก็คิดขึ้นมาอีก เราให้สติกับตัวเองว่ามันตายไปแล้ว กินข้าวเสร็จ ขึ้นมาดูคนไข้ของเราที่ตึก พอไปเจอคนไข้ที่เป็นไข้เลือดออก ที่เรา รักษาหายกำลังจะกลับบ้าน ใจตัวนั้นมันจะหนักกว่าตัวนี้ไหม มันเข้ามาอกวนอีกแล้ว จบไปแล้ว คนนั้นจบไปแล้ว ประเดี๋ยวเดินไปอีก ๒ - ๓ เตี้ยง ดูคนไข้เลือดออกที่เพิ่งรับเมื่อวานนี้ เรื่องอย่างนี้จะเข้ามาครอบงำอยู่ในความคิดอีก ตกกลางวันนั้นทั้งวันดิฉันไม่เป็นอันพักติสุข เพราะเรื่องคนไข้ที่ตายไปแล้ว เมื่อคืนนี้มาอาละวาดอยู่ในใจ จนกระทั่งเราเริ่ม ๆ จะบ้า

ตกเย็นเสร็จงานหมดแล้ว ก็เอาเรื่องนี้มาถามตัวเองว่า เป็นความผิดของเราหรือเปล่าที่เราไม่ลุกขึ้นมาดู มันก็ไม่ใช่ แล้วทำไมใจของเราถึงได้ไม่ยอมหยุด เรื่องนี้ถึงกลับเข้ามา กลับเข้ามา เหมือนกับที่เราทำอะไรที่ยังไม่ถูก ในที่สุดก็ได้คำตอบว่า เมื่อเราเป็นหมอเราต้องปฎิญาณว่า เราจะมีชีวิตอยู่



ต่อคนไข้เป็นเบื้องหน้า ต้องพยายามทำทุกอย่างเพื่อให้คนไข้หาย หรือถ้าไม่หายก็ให้เจ็บทรมาณน้อยที่สุดเท่าที่เราจะทำได้ ถึงจะไม่ใช้เวรเรา แต่เรารู้แล้วไม่ชวนชวาย ก็เหมือนเราเป็นคนแล้งน้ำใจ

พอคิดได้อย่างนี้ จึงบอกกับตัวเองว่า ตั้งแต่นี้ต่อไป ถ้ามีอะไรทำนองนี้ เราจะไม่นับว่าเวรใคร ไม่ใช่เวรใคร เพื่อซื้ออิสรภาพให้ใจเราว่า ถ้ามีอะไรร้ายแรงเกิดขึ้นแล้วเราจะได้ไม่ต้องมาเสียใจภายหลัง แล้วก็มาเป็นกังวลอยู่อย่างนี้ เราจะลงไปดูคนไข้ ถ้าไปแล้ว เกิดมันง่วงเสียจนกระทั่งระหว่างทางจากหอพักของเราไปจนกระทั่งถึงหอคนไข้ เราเกิดหลับเสียกลางทาง เราจะได้รู้ว่า นี่สุดกำลังของเรา สุดปัญญาความสามารถของเรามันทำได้แค่นี้ เมื่อตกลงอย่างนี้และปฏิบัติตามนี้แล้ว เราก็ไม่เคยเสียใจเรื่องเกี่ยวกับคนไข้อีกเลย

เพราะว่าอะไรที่เกิดขึ้น เราแล้วในใจ ถึงคนไข้จะตายเราก็แล้วในใจว่า เราได้ทำเต็มที่แล้ว ถ้าได้ผ่าศพตรวจแล้วพบว่า สิ่งที่เราทำมีข้อขาดตกบกพร่องเราก็ไม่เสียใจ เพราะเราไม่รู้จริง ๆ เราก็ดีใจที่ได้พบข้อบกพร่องจากเรื่องนี้ ทำให้มีโอกาสได้เรียนรู้ เพิ่มเติมความรู้ เพิ่มประสบการณ์ให้เรา ตรงนี้ก็ทำให้ได้เห็นว่าการที่เราจะเป็นคนดีมีความรับผิดชอบในหน้าที่ไม่ได้หมายความว่า ทุกอย่างที่เราทำแล้วจะต้องสำเร็จไปหมด เพราะว่าเรามาแต่อวิชาเราก็ต้องทั้งรู้ ทั้งหลง เมื่อเรา รู้ ๆ หลง ๆ มันผิดไปแล้ว มีท่านผู้รู้มาช่วยบอกให้เราที่ชื่นใจ เราก็เรียนรู้ เราก็จำเอาไว้สอนตัวเองให้ ตรงนั้นรู้ดีขึ้นถูกต้องขึ้น



ต่อไปเราไปเจอมุมมืดอีก เราก็ได้เรียนรู้ โอกาสที่เราจะได้เรียนรู้ และจะได้ปรับตัวเองให้ดีขึ้น คือการที่ต้องลงมือ มีประสบการณ์เยอะ ๆ ใครเอาประสบการณ์มาให้เรา อย่าไปโกรธเขา ตอนแรกเคยนึก ทำไมไม่ใช้แต่เรานะ เห็นใช้ง่ายใช้ได้ใช้อะ เห็นเรากินแกลบ คนอื่นกินข้าวหรืออย่างไร ความคิดอย่างนี้ไม่ดี คิดแล้วเหมือนไปฟังโทษคนอื่น ต้องคิดให้ดีกว่า ขอขอบคุณที่เขาเอ็นดูเรา เขาให้โอกาสเราได้ฝึกฝนเก็บเกี่ยวประสบการณ์ แทนที่เวลาจะกลืนกินชีวิตเราไปเปล่า ๆ การที่เราได้อยู่ในถิ่นที่ดี ที่แวดล้อมที่เหมาะสม มีคนคอยขัดเกลาเรา หรือเราจะคิดอะไรไม่ดี เขาก็ช่วยให้แง่คิดที่ดีให้ใจเราไม่เป็นสนิม มันก็เป็นสิ่งที่ดี

ดิฉันเอง ก่อนจะเข้าไปปฏิบัติกับท่านพระอาจารย์สิงห์ทอง ก็มีความภูมิใจว่า เราเป็นคนดี มีพ่อแม่อบรมมา แล้วเราเองก็อบรมตัวเราเอง เราไม่ใช่คนขี้เกียจคร้าน หรือเป็นคนทำดีแต่ต่อหน้า แต่พอเข้าไปถึงวัดท่านอาจารย์แล้วเราพบว่าเราหลงตัวเอง ที่เรานึกว่าเราดี จริง ๆ มันยังไม่ดี เพราะอะไร เพราะวิธีคิด ที่เราลำคัญว่ามีสัมมาทิฐิแล้ว ความจริงเรายังไม่มี

ยกตัวอย่าง อยู่ทางโลกเราเห็นว่า ถ้ามีเรื่องกันจะต้องมีฝ่ายถูกฝ่ายหนึ่ง ฝ่ายผิดฝ่ายหนึ่ง ไม่เช่นนั้น เขาจะมีผู้พิพากษา มีทนาย มีกระทรวงยุติธรรมเอาไว้ทำไม แล้วดิฉันก็เชื่ออย่างนี้หมดหัวใจ



ท่านอาจารย์กลับว่า ถ้ามีเรื่องกันขึ้นมาะ อย่ามาบอกอาจารย์ว่าใครถูกใครผิด ผิดทั้งคู่ แล้วอย่างนี้จะทำอย่างไร ข้าร้ายท่านยังดูเราอีก คู่กรณีเรานี่เขาเป็นคนไม่รู้ เพราะฉะนั้นการที่เขาผิด อาจารย์อภัยให้เขา เพราะเขาไม่รู้ เขาเหมือนเด็ก แต่ศิษย์รู้ทั้งรู้ยังไปทำผิด ยังไปมีเรื่องกับเขา ต้องถูกปรับไหม ๒ เท่า เป็นอย่างนั้นไป

ดิฉันก็..ท่านอาจารย์พูดอะไรไม่รู้ ฟังไม่เห็นเข้าใจเลย แต่พอมาตริก็ตรองดูจริงๆนะ เหมือนท่านเปรียบว่าถ้ามีมืออยู่ ๒ มือ เรารู้ว่ามือหนึ่งคอยหาเรื่องมาตบอีกมือหนึ่งให้มีเสียงดัง เรารู้แล้วเราต้องเก็บมือเราให้ดีว่า ถึงมือร้ายจะพยายามอย่างไร เราก็ไม่ให้เขาตบได้ ถ้าเป็นอยู่ด้วยความไม่ประมาท เราไม่เพลอสติ เราชักขามือของเราให้ดี ไม่ให้ถูกกับมือเขา เรื่องก็ไม่มี ทุกอย่างก็เรียบร้อย ไม่มีความเสียหายเกิดขึ้น

ถ้าเมื่อไรเราประมาท เราเพลอสติ หรือเราเกิดบ้าระทำขึ้นมาว่า เมื่อมันอยากจะตบก็เอาเลย ดูซิใครจะชนะ มันก็เหล็ก ท่านบอกก็จริงของท่าน ท่านให้วิธีคิดที่เป็นสัมมาทิฐิแก่เรา ซึ่งเราคิดไม่เป็น แต่ก่อนถ้าใครมาบอกดิฉันว่า ถ้ามีเรื่องกันแล้วผิดทั้งคู่ ดิฉันก็จะว่าบ้า แล้วก็ใช้ไวยากรของดิฉัน ล้างหัวเขาให้เห็นว่า มันต้องมีฝ่ายถูกฝ่ายหนึ่ง ฝ่ายผิดฝ่ายหนึ่ง ท่านว่าถ้าเป็นอย่างนั้นก็จะมีเรื่องอยู่รำไป เพราะคราวนี้คนผิดก็ผูกใจเจ็บเอาไว้ เสร็จแล้วอีกหน่อยก็มาเอาคืน ตกลงโซ่ของเวรภัยก็ยาวไปไม่รู้กี่องศาไซย มันก็จริงของท่าน



ที่นี้ทำไมเราคิดไม่เป็น ก็เพราะว่าใจของเราคุ้นเคยกับการถูกกิเลสครอบงำ ทำให้คิดที่ไร เราก็คิดเป็นกิเลสไปทุกที เมื่อเราเริ่มจะประกาศอิสรภาพ เราก็ต้องมีใครที่ได้เคยเดินผ่านไปแล้วช่วยชี้ทางให้ ที่นี้พอเขาชี้ทางให้ กิเลสของเราก็ทำให้เห็นว่ามีไม่เข้าท่า พุดอะไรก็ไม่รู้ปวดหัวไปหมด แต่เมื่อค่อย ๆ เอาไปไตร่ตรองแล้ว หรือเอาวิธีของท่านไปแก้ปัญหาก็พบว่าแก้ได้ชะงัดแล้วแก้ได้ดีกว่าวิธีของเราเยอะแยะมากมาย ผลที่เกิดขึ้นเป็นเหมือนรางวัลสอนให้ใจที่จะตั้งตาคิดอย่างที่เคยคิด แล้วต้องมาเหนื่อยเก็บกวาดล้างดูผลเสียหายที่ติดตามมานี้ ยังไม่เหนื่อยไม่เข็ดไม่เบื่ออีกหรือ ลึก ๆ ใจก็รับว่าเออเปื่อ.. เหนื่อย คราวนี้สติมาคอยที่จะเป็นห้ามล้อ ป้องกันเราไว้เอง แล้วอย่างนี้ก็ต้องเป็นผู้ใหญ่ถึงจะทำได้

ลูกศิษย์ดิฉันมีลูกอยู่ประถม ๕ ประถม ๖ ที่โรงเรียนลูกเวลาทำงานฝีมือต้องใช้ดินน้ำมันปั้น ตอนนั้นเป็นตอนที่เริ่มมีดินน้ำมันที่มีสีต่าง ๆ และมีกลิ่นหอมด้วย ซึ่งราคาสูงกว่าดินน้ำมันปกติ ลูกรบเร้าอยากได้ชนิดนี้ แม่ก็ให้เงินเท่าราคาดินน้ำมันปกติ แต่ถ้าลูกอยากได้ต้องเก็บเงินจากค่าขนมไปซื้อเอง เขาภูมิใจที่ออกเงินซื้อดินน้ำมันมาได้ วันหนึ่งบ้านงานส่งครูแล้ว มีนักเรียนตัวโตกว่าเขาเป็นมาเพียในห้อง พอครูให้งานคืนมา เด็กคนนี้ก็หยิบดินน้ำมันของเขาไป เขาไปขอคืนก็ไม่ให้ ทำท่าจะชกเตะเอา เขาก็ยอม เพราะอยากได้ดินน้ำมันคืนก็ชกชก ลูกพี่เห็นเด็กคนนี้ไม่กลัวเจ็บ ก็โยนดินน้ำมันให้เพื่อน เพื่อนก็โยนให้คนอื่น ๆ ต่อไปเรื่อย เขาก็ไม่มีทางได้คืน



เขาเสียดายดินก็เสียดาย หงุดหงิด ถูกชกถูกต่อยก็เจ็บด้วย ที่นี้เขานี้ กู้ขึ้นมาได้เพราะเคยตามแม่มาฟังเวลาเรามีกลุ่มบรรยายธรรมกัน ดิฉันเคยบรรยาย ว่า ของทุกอย่างที่เป็นของ ๆ เรา เราหามาด้วยความสุจริต และในอดีตเรา ไม่เคยมีหนี้มีสินกับใคร ถึงเขาจะเอาของเราไป เขาก็เอาไปไม่ได้ตลอด มัน ต้องกลับคืนมาเป็นของเราวันยังค่ำ หรือถึงเขาทำลายของเราให้เสียหาย มันก็ จะมีสิ่งอื่นมาชดเชยให้

เรื่องที่ยกมาเป็นตัวอย่างคราวนั้น คือ มีญาติกัน ๒ คน ซึ่งบังเอิญ คนหนึ่งญาติที่ตายไปแล้วทำพินัยกรรมยกสวนลำไยให้ อีกคนหนึ่งมีศักดิ์เป็น หลานด้วยกันแต่ไม่ได้ เขาก็โกรธว่าทำไมถึงไม่ยกให้เขาด้วย คนแรกจึงไป จ้างคนเอาน้ำกรดมารดต้นลำไยทุกวัน ๆ ตอนนั้นลำไยเริ่มออกลูก ทางเหนือเมื่อ สวนลำไยออกลูกเจ้าของจะเรียกคนมาประมูลราคาว่าปีนี้จะได้ลูกเป็นราคาเท่าไร ก็ตกลงผูกกันเอาไว้ แต่คนนี้ไม่รู้ว่ามีคนเอาน้ำกรดมารดโคนลำไย มารู้อเอา เมื่อลำไยที่กำลังออกลูกได้แห้งกรอบตายไป เมื่อทราบก็โกรธมากจะตามไล่ฆ่า ญาติให้ได้

เพื่อนฝูงก็ปลอบว่าถ้าทำอย่างนั้นจะแย่ เพราะถ้าฆ่าเขาได้ลำไยก็ไม่ กลับคืนมา ชำร่วยยังมีโทษ ๒ สถาน คือหนึ่ง จะต้องหนีตำรวจหัวซุกหัวซุน จนอยู่กับครอบครัวไม่ได้ หรือสอง ถูกจับไปอยู่ในคุกฐานฆ่าคนตาย ฟังเหตุผล เพื่อนปลอบแล้วก็ยังทำใจไม่ได้ จึงพากันไปกราบครูบาไชยวงศ์พระบาทห้วยต้ม ครูบาก็เทศน์เรื่องกรรมให้ฟัง แล้วขอขมาบาปว่า ถ้าเราไม่ได้เป็นหนี้แต่เก่าก่อน





อย่างไร อย่างไม่รู้ ถึงลำไยจะตายหมด ก็รับรองเงินจำนวนนี้เขาจะต้องได้ แต่ ถ้าเขาเคยไปโกงญาติคนนี้ เงินจำนวนนี้ก็ต้องเสียคืนให้เขาไป เขาเคารพ ครุบาจึงตกลงไม่ไปไล่ฆ่าญาติแล้ว แต่ใจก็กระวนกระวาย จึงมาถามพวกเราว่า แล้วเมื่อไรเขาถึงจะรู้ว่าได้หรือไม่ได้

เวลาผ่านไป ๓-๔ เดือน เขาก็โทรศัพท์มาแจ้งข่าวว่าเขาเชื่อแล้ว คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเป็นจริง เพราะเขาทำงานอยู่กรมที่ดิน มีคนที่รู้จัก กันมาฝากให้เขาช่วยบอกขายที่ดินให้ในราคาเท่านี้ ๆ คุณคนนี้เป็นคนรอบคอบ ถ้าวันนี้ที่ดินมีราคาสูงกว่าราคาที่เขาบอก เขาก็จะบอกราคาตามราคา ที่ลอยตัว ถ้าราคาลดต่ำ เขาจะยื่นราคาตามที่เขาบอกไว้

บังเอิญวันที่มีคนสนใจ ราคาที่ดินลอยตัวสูงกว่าราคาที่เขาบอก เขา ก็บอกราคาขายตามราคาในวันนั้น คนซื้อก็ไม่ติดใจต่อรอง พวกกันไปดูที่แล้วก็ตกลงวางเงินให้ โดยเจ้าของที่ให้เขาเป็นผู้จัดการแทนให้ทั้งหมด พอได้ สตางค์มาแล้วนายคนนี้ก็ให้เจ้าของทั้งหมดเลย เจ้าของบอกกว่าส่วนเป็นกำไรที่ ได้เป็นส่วนของเธอ เพราะฉันต้องการเท่านั้น ถ้าคนซื้อเขาพอใจไม่ต่อรองก็ ถือเป็นค่าเหนื่อยของเธอ แล้วเขายังเพิ่มส่วนที่เขาคิดจะให้เป็นค่านายหน้าให้อีก ซึ่งบวกรวมกันแล้วมากกว่าค่าลำไยที่เขาจะได้ เขาก็เชื่อ เขาบอกต่อไปเขาจะ รักษาศีล เขาจะไปวัด ไปภาวนา เพราะว่าเขาเชื่อแล้วว่าธัมมะของพระพุทธเจ้า คืออย่างนี้



เด็กเจ้าของดินน้ำมัน ระลึกเรื่องนี้ขึ้นมาได้ เขาก็เลิกชกต่อย เลิกทะเลาะกับเพื่อน จึงไม่มีดินน้ำมันกลับบ้าน พอแม่มาช่วยจัดกระเป๋าสำหรับวันรุ่งขึ้น ถามว่าดินน้ำมันไปไหน ลูกจึงเล่าเรื่องนี้ให้แม่ฟัง รวมทั้งใจที่เขาคิดว่า เมื่อเขาอดขนมเก็บเงินมาซื้อดินน้ำมันเอง ไม่ได้ไปโกงเพื่อนพวกนี้ เขาก็แน่ใจมั่นใจว่าดินน้ำมันของเขาที่เพื่อนโกงไปไม่ได้ แม่ก็ชื่นใจมาก เพราะไม่นึกว่าที่บังคับให้ลูกตามมาฟัง แล้วบางครั้งลูกก็เดินเล่นเกะกะไปนอกห้องบ้าง ไปห้องน้ำบ้าง แต่เขาสามารถเก็บได้ใจความไปแก้ปัญหาก็ตัวเองได้ แล้วก็จริงพอถึงชั่วโมงที่ต้องปั้นดินน้ำมันใหม่ ครูก็ทราบเรื่อง ครูบังคับให้ตัวเกเรเอาดินน้ำมันมาคืนเพื่อน พร้อมทั้งขอโทษด้วยที่ทำไม่ถูก เขาก็รู้สึกมีความมั่นใจเพิ่มขึ้น

สิ่งเหล่านี้ถ้าเรานึกดูดี ๆ เด็กคนนี้ หนึ่งไปอยู่ในโรงเรียนที่ครูดี เพราะบางโรงเรียนครูอาจไม่ใส่ใจอย่างนี้ก็ได้ ครูอาจบอกเรื่องของเธอไปตกลงกันเอง

มีอีกโรงเรียนหนึ่งเป็นโรงเรียนอนุบาล ครูให้เด็กนักเรียนเอาดินสอไปคนละ ๓ แท่ง เอาไปรวมกันไว้เป็นกองกลาง เมื่อโรงเรียนเลิกตอนเย็นก็เอากลับคืนมา แต่แทนที่ครูจะให้เด็กหาดินสอที่เป็นดินสอของตัวเอง ครูกลับบอกว่าเป็นดินสออะไรก็ได้ ให้ทุกคนมีดินสอ ๓ แท่งอยู่ในมือแล้วก็แปลว่าใช้ได้ ซึ่งเรารู้ว่าไม่ใช่สิ่งที่ถูกต้อง เพราะดินสอของแต่ละคนมีคุณภาพไม่เหมือนกัน บางคน



มีดินสอดีเหล่านี้อีกหลายตัว เขียนติดดี กับบางคนมีดินสอที่เหลาแล้วหักง่าย ที่นี้เด็กบางคนอาจสังเกตเห็น ต่อมาก็จะเลือกเอาดินสอที่ไม่ใช่ของตัวเอง แต่คุณภาพดีกว่ากลับไป เด็กที่เอาดินสอดี ๆ มา เมื่อได้ดินสอไม่ดี กลับไปถึงบ้านพ่อแม่ผู้ปกครองทักไม่ได้ก็ต้องหาดินสอดีเอามาใหม่อยู่เรื่อย ๆ

ตกลงวิธีนี้เป็นวิธีที่ทำให้เด็กเหล่านี้เริ่มไม่เชื่อตรง เหมือนนิทานอีสป เรื่องเทพารักษ์กับคนตัดไม้ คนตัดไม้ทำขวานตักน้ำเทพารักษ์กึ่งมมาให้ ตอนแรกเอาขวานทองขึ้นมา เขาก็ปฏิเสธว่าไม่ใช่ขวานของเขา ขวานเงินเขาก็ปฏิเสธอีก ในที่สุดก็ได้ขวานเหล็กซึ่งเขารับว่าเป็นขวานของเขา เทพารักษ์ชมว่าเธอเป็นคนซื่อสัตย์ดี ก็ยกให้หมดทั้งสามขวาน เพื่อนของเขารู้ข่าวนี้ ก็จัดแจงไปตัดไม้บ้าง แล้วแก่งทำขวานตักน้ำ หนึ่งร้องให้ เทพารักษ์ก็มา พอเทพารักษ์ชมขวานทองมา เขาก็รีบบอกเลยนี่ขวานของเขา เทพารักษ์บอกเธอเป็นคนไม่ซื่อสัตย์ เพราะฉะนั้นนอกจากจะไม่ได้ขวานทองแล้ว ขวานของเธอเองก็ไม่งมให้อีกด้วย

ในสังคมปัจจุบันไม่ได้มีเทพารักษ์อย่างนิทานอีสป มีแต่ใครมียาสาวได้สาวเอา เราก็ได้ยินอยู่เรื่อย ๆ ว่า ดวงดาวกำลังส่งคนชั่วให้ได้ดี มันก็ทดสอบเราว่า เราจะมีกำลังใจเข้มแข็งที่จะมุ่งมั่นทำความดีต่อไปหรือไม่ ถ้าเป็นอย่างนี้ แล้วเราบังเอิญอยู่ในถิ่นที่เหมาะสมที่ดี ที่มีท่านผู้รู้แนะนำสอนเราว่า การที่เราได้อยู่ในยุคสมัยที่ดวงดาวส่งให้คนชั่วได้ดีนั้นก็ดีไปอีกแบบหนึ่ง เพราะ



เป็นหินลับสติปัญญาเรา ว่าทำอะไรเราถึงจะอยู่ท่ามกลางคนชั่วที่ได้ดี โดยที่ เราไม่ได้ติดเชื่อไปด้วย เพราะถ้าเราเผลอติดเชื่อไปด้วยนี่ พอเวลาที่กรรม กลับมา เป็นมรดกให้เราได้รับผล เราก็ตามเขาไปอยู่ในนรกด้วย แล้วเราพอใจ อย่างนั้นไหมล่ะ

ตรงนี้คือการทดสอบกำลังใจเราว่า ที่เรามุ่งมั่น ที่เราเชื่อในคุณงามความดี เชื่อในคำสอนของพระพุทธองค์ เราเชื่อหมดหัวใจแล้ว หรือยังเชื่อเหมือน ไม่หลักปักชี่เส้น ซึ่งความเชื่อแค่นั้นยังคุ้มครองตัวเราไม่รอด ถ้าเราเป็นผู้ใหญ่ ขึ้นไปอีกขั้นหนึ่ง แบบทดสอบของเราก็ก็น่าขำขันขึ้น ถ้าเรามองอย่างนี้ เราก็จะเห็นอะไร ๆ ที่กำลังเผชิญอยู่เป็นหินลับปัญญา ที่จะทำให้กำลังใจของเรา หนักแน่นขึ้น จนเลี้ยงตัวเองได้ เหมือนที่ดิฉันพูดให้คนใช้ฟังเสมอ ๆ ว่า ในอากาศที่เราหายใจกันอยู่นี้ ไม่ใช่อากาศบริสุทธิ์หรอกนะ มันยังมีสารพัดทั้ง เชื้อโรค เชื้อหวัด เชื้อไวรัส ใช้หัวदनก เชื้อราอะไรก็มีทั้งนั้น แต่ที่เราเป็น ปกติสุขอยู่ได้ ก็เพราะร่างกายมีภูมิคุ้มกัน ใจของเราก็ต้องมีสติเป็นภูมิคุ้มกัน จึงอยู่ได้อย่างปลอดภัย

เรากับเพื่อน ๆ ไปเที่ยวกัน บังเอิญฝนตก เราเปียกมอมแมมกลับมา ถ้าร่างกายเราสร้างภูมิคุ้มกันได้ มันก็มากวาดเอาเชื้อหวัดที่เข้าสู่ร่างกายไปทำลาย เสีย เราก็ไอค้ำอก ๆ แฉก ๆ อาจมีน้ำมูกไหลปวดหัวนิดหน่อย แต่พอได้นอนพัก เราก็กลับเป็นปกติ ตื่นเช้าก็สบายดี ใจก็ทำนองเดียวกัน ถ้าไม่มีภูมิคุ้มกัน เมื่อไปเจออะเจอะคนเขาทำชั่วให้เราดูหน่อยหนึ่ง ใจเราก็กล้อยตาม เออ..ดี



เหมือนกันนะ ไม่ต้องอาบเหงื่อต่างน้ำให้เหนื่อยแรง เราก็ติดเชื่อโรคจากเขา แล้วก็ไม่ได้เป็นแค่ไข้หวัดอย่างเขา เป็นแล้วจะต้องพัฒนาให้เชี่ยวชาญกว่าครูผู้สอน เราเลยปอดบวมน้ำท่วมปอดตายไปแล้ว ตายจากคุณงามความดี ตายจากมนุษยสมบัติ เพราะศีลของเราวิบัติไปหมด ถ้าเราหมั่นฝึกสติ ฝึกคิด ให้เป็นปัญญาเห็นชอบ มีใครที่มาชี้หนทางที่เป็นมรรคให้เรา เราก็สามารถนำตัวไปต่อไปให้ถูกทางได้

หัวข้อที่ ๒ ได้สมาคมกับสัตบุรุษ ถึงถิ่นที่อยู่จะไม่พอเหมาะ พ่อแม่พี่น้องจะไม่ดี เราอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ไม่เอื้ออำนวย แต่การจะคบหาสมาคมกับใครเป็นสิทธิ์ของเราร้อยเปอร์เซ็นต์เต็ม

เราก็เลือกดู เพื่อนคนไหน ครูบาอาจารย์ท่านไหน หรือรุ่นพี่คนไหน หรือแม้กระทั่งเด็กกว่าเรา ถ้าเขามีที่ที่สามารถจะแนะเราหรือเตือนเราได้ หรือพูดคุยกันแล้วแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันแล้ว เราได้รู้ทางที่ดีงาม เราก็คบหาสมาคมกับเขาต่อไป

ถ้าไม่มีบุคคลเหล่านี้ หนังสือก็เป็นตัวแทนของสัตบุรุษได้ หนังสือที่ดี หนังสือที่มีคุณประโยชน์เราเสาะหาได้ตามห้องสมุด ถ้าเราขวนขวายอย่างนี้ โอกาสของเราก็เปิดกว้างอยู่เสมอ ที่จะหาภูมิคุ้มกันให้กับใจของตัวเอง แล้วทำให้ตัวเราเจริญงอกงามไปในทางที่ดีได้ทุกเวลานาที ทุกผัสสะที่เกิดขึ้นกับชีวิตของเรา อย่าเอาอารมณ์เป็นที่ตั้ง ให้เราตั้งสติให้ดี แล้วเก็บข้อมูลจากผัสสะ



เหล่านั้ันมาให้เต็มเม็ดเต็มหน่วย เก็บมาแล้ว ตอนแรกอาจจะยังคิดอะไรไม่ออก ก็บอกกับตัวเองว่า อันนี้เป็นมรดกของเรา เพราะทุกอย่างที่เกิดขึ้นกับเราในชีวิตนี้ ไม่ใช่สิ่งบังเอิญ หรือใครมาบันดาลให้เรา มันเป็นเหมือนลูกไม้ หรือดอกไม้ ของเม็ดที่เราหว่านลงไป กายกรรม วจกรรม มโนกรรม ที่หว่านลงไปแล้ว งอก เป็นต้นขึ้นมา เมื่อเติบโตตามสมควร ก็ผลิดอกออกลูกมาเป็นเหตุการณ์ที่เรา เจอะเจออยู่ขณะนี้ มันจึงเป็นมรดกของเราเอง

ถ้าเรารู้สึกเหมือนถูกยานัตถ์ก็ ทำไมมันถึงเป็นอย่างนี้ ก็เตือนตัวเองไว้ ที่หลังอย่าเพลินหว่านเม็ดอย่างนี้ไปโดยเด็ดขาด เพราะมันผลิดอก ออกลูกแล้ว ทำให้เราปวดหัวตัวร้อนอย่างนี้ ไม่เอา ๆ เราต้องไม่เพลินอีก

ถ้าคิดได้อย่างนี้ ห้ามล้อของเราก็จะมีประสิทธิภาพขึ้น แล้วเราปรับสิ่ง ที่จะเกิดขึ้นกับเราได้ เพราะเราเปลี่ยนเมล็ดพันธุ์ใหม่แล้ว เมื่อเราเปลี่ยน เมล็ดพันธุ์ใหม่ เราก็จะได้ผลผลิตใหม่ คิดอย่างนี้ เราก็จะมีความหวัง

คนบางคน พอเราไปให้กำลังใจว่า ไม่เป็นไร ถึงคุณจะเจออะไรกับ เคราะห์ร้าย เราคอยจัดจ้ดตั้งสติของเราไว้ แล้วเปลี่ยนพฤติกรรมของเราใหม่ เคราะห์ร้ายก็จะเปลี่ยนเป็นเคราะห์ดี เขาจะบอกเราว่า โอ๊ย ไม่มีทาง แล้ว ก็โทษว่าฉันแก่แล้วเหมือนพระอาทิตย์ที่คล้อยต่ำจนจะตกแล้ว เปลี่ยนไม่ได้แล้ว ถ้าเราเบียดเบียนตัวเองด้วยความเชื่ออย่างนี้ ใครก็มาช่วยเราไม่ได้



แต่ถ้าเราคิดอย่างพราหมณ์ ที่ตอนแรกพระอานนท์จะไม่ให้เข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า เพราะพระพุทธเจ้ากำลังประชวรหนักจะปรินิพพานอยู่แล้ว พราหมณ์คนนี้มีข้อสงสัยอยู่ พระพุทธเจ้าจึงเห็นแล้ว กวักพระหัตถ์ให้เข้ามา พราหมณ์ทูลถามถึงข้อสงสัย พระพุทธเจ้าทรงอธิบายให้ฟังก็ระลึกในพระคุณ พระองค์กำลังจะปรินิพพานแล้วท่านยังเมตตาจดหวังมรรณพ ดุสิต แทนที่จะทรงพักผ่อนกลับเหนื่อยยากอธิบายธรรมให้เราฟัง พราหมณ์เลยหนีไปหาที่วิเวกแล้วเอาธรรมนั้นไปพิจารณาไตร่ตรองในที่สุดก็กระจ่างแก่ใจ สำเร็จเป็นอรหันต์องค์สุดท้ายทันขณะที่พระพุทธเจ้ายังมีพระชนม์ชีพอยู่ (ไม่ได้หมายความว่า พอพระพุทธเจ้าสิ้นพระชนม์แล้วจะไม่มีพระอรหันต์) ส่วนองค์อื่น ๆ หลังจากนั้น บรรลุเมื่อพระพุทธเจ้าปรินิพพานแล้ว เป็นเครื่องยืนยันว่า ถ้ายังมีผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม โลกย่อมไม่ว่างเว้นจากพระอรหันต์

ตัวอย่างนี้ทำให้เห็นว่าถ้าเราไม่ทอดธุระ ไม่ปล่อยให้ความละเลยของเราไปเปล่า ๆ

ช่วงเวลานิดเดียวแค่นั้น เราก็สามารถพลิกใจของเราจากความเป็นปุถุชนให้เป็นอริยบุคคล จากตกกระแสน้ำไปจนกระทั่งถึงขั้นสุดท้ายไม่มาเกิดอีก อันนี้อยู่ที่เรา เพราะจะว่าไปแล้ว ใจแต่ละดวงคือพุทธะ คือ รู้ ตื่น เบิกบาน แต่ด้วยความประมาท ความเกียจคร้าน เราปล่อยสติให้หายหกตกหล่นไป กิเลสคือขี้ฝุ่น ขี้ผง แหกที่ไม่ได้รับเชิญ ก็เลยจับจองเปิดประตูเข้ามาตีขลุ่มกลายเป็นใจของเราไป แล้วเราเป็นคนเชื่อง่าย พอกิเลสมาเคลือบเราหนาขึ้น ๆ เราก็ไปหลงเชื่อว่า กิเลสเป็นใจของเรา



พอครูบาอาจารย์มาดูกิเลสเคาะสนิมให้ เราก็โกรธครูบาอาจารย์ ว่ามาว่าเราจนกระทั่งเลือดตกยางออก ท่านอาจารย์ก็ว่าเราอยู่เสมอ แต่ประเดี๋ยวประเดี๋ยวจะ เราก็ผลอไปคิดว่ากิเลสคือเรา เราคือกิเลสทุกทีไป เราก็เลยย่อหย่อนอ่อนแอ ท้อแท้ เกียจคร้าน เราพูดถึงข้อ ๑ ข้อ ๒ และข้อ ๔ แล้ว

หัวข้อที่ ๓ เรามาฟังตัวเราเอง ตั้งตัวเราไว้ให้ชอบ ตั้งใจคิดมุ่งยึดอยู่กับมรรคไม่เหวออกนอกทาง เมื่อไรที่หลุดออกจากมรรค เราก็เปิดโรงงานผลิตทุกข์ทันที เพราะหนทางมีอยู่ ๒ ทางเท่านั้น ไปทางขวาก็เข้ามรรค ปลอดภัย ถ้าสับสน เลี้ยวผิดไปทางซ้ายก็เป็นสมุหทัย เปิดโรงงานผลิตทุกข์อย่างเดียว เมื่อผลอเข้าไปแล้ว ก็ารู้ตัวเพราะเดินไปทางหน้าก็ไปเตะเขา เดินไปทางหลังก็ชนไอ้โน่นชนไอ้นี่ มันจะเจ็บไปตลอดทาง ถ้าเราสติไว้ เราจะรู้เลยว่าผิดแล้ว หมุนตัว ๑๘๐ องศากลับมาตั้งหลักใหม่

วิธีที่เราจะตั้งตนไว้ให้ชอบ ครั้งแรก ๆ ปัญญายังไม่มี แต่กุ่มสติเอาไว้แต่ก่อนนั้นทำอะไรเคยราบรื่นดี แต่วันนี้ทำไม่มันชนซ้ายชนขวาชนบนชนล่างอะไรที่เรากำลังทำอยู่นี้ ไม่ถูกเสียแล้ว เพราะหนทางมีแค่ ๒ แพร่งเท่านั้น ถ้าจะผลอทำก็ ไม่ ผืนเอาไว้ ผืนเอาไว้ แล้วพอไม่ทำ ไม่ทำ ไปสักพัก ที่ไปชนซ้ายชนขวา ชนหน้า ชนหลัง รู้สึกทางมันกว้างออก แล้วคล่องตัวขึ้น ก็แสดงว่าใช่แล้ว เราละเมอไปแล้ว ที่คิดว่าเราไปถูกทางนั้นความจริงมันไม่ถูก เราก็จะไต่เดินต่อไป ใช้วิธีง่าย ๆ อย่างนี้ไปก่อน ยังไม่มีปัญญาก็อย่าไปคิดให้วุ่นวาย





เพราะหลายคนบอกไม่ได้ ต้องพิจารณาก่อน ขณะที่สติของเรายังไม่คมไวพอที่จะรักษาใจให้นิ่ง แล้วปากเราบอกเราจะพิจารณานี้ มันไม่ใช่พิจารณา แต่ถูกกิเลสคาบไปให้ฟุ้งซ่านเป็นนิรวรณ์ เสร็จแล้วก็หลงปากระจุกจิกจนหาทางกลับไม่ได้

แต่ถ้าเราตีกรอบไว้ว่าคิดยังไม่ได้ เพราะขณะนี้สติยังไม่อยู่กับใจเหนียวแน่นพอ ฉะนั้นเปิดประตูไว้ก่อน อย่าให้ผู้ร้ายเข้ามายึดครองใจเราได้ ถ้ามันมาหลอกล่อให้คิด อยากคิดจนใจแทบขาด ให้ฝืนเอาไว้ ฝืนเอาไว้ บริกรรมไม่ไม้อ้อ ๆ จนผ่านพ้นตรงนี้ไปได้ ใจจะสงบ เหมือนได้สมาธิ

ดิฉันเองเคยเป็นมาแล้ว ไปต่ออรองกับท่านอาจารย์สิงห์ทองว่า ขอพูดหน่อยเดียว คำเดียวก็ได้ ถ้าไม่ได้พูดดอกจะแตกตาย ท่านอาจารย์ทำ เอาเลย ถ้าศิษย์ปฏิบัติธรรมแล้วอกแตกตาย อาจารย์จะตัดต้นไม้ในวัดทำพื้นเผาให้ปกติต่านอาจารย์รักต้นไม้มาก ขนาดต้นไม้ยืนต้นตายอยู่เป็นปีแล้ว พอจะเข้าพรรษา ชาวบ้านมาขอตัดกราบเรียนท่านอาจารย์ว่า มันไม่มีใบมาตั้งปีหนึ่งแล้ว ขอไปทำพื้นเถอะ ท่านบอก เดี่ยว คอยให้พื้นพรรษานี้ก่อน เพื่อมันจะแตกใบใหม่ออกมา คือทุกคนรู้ว่าการจะตัดต้นไม้ที่ตายแล้วยังยากเย็นแสนเข็ญนี้ท่านบอกดิฉันเลยว่า ถ้าดิฉันอกแตกตายเพราะปฏิบัติ ท่านจะตัดต้นไม้ในวัดมาทำพื้นเผาศพดิฉันให้ ทุกคนรู้ว่าเป็นคำสปรมาทอย่างแรง เราก็เอาเลย ให้มันอกแตกตาย ดูว่าท่านอาจารย์จะทำอย่างไร เมื่อเราอดทนอดกลั้น เป็นตายอย่างไรก็จะไม่ยอมพูด ให้รู้ดำรู้แดงกันในวันนี้ พอถึงจุดที่เรากระสับกระส่าย

พลุ่งพล่าน จนบริการอะไรก็ไม่ถูก ความรู้สึกร้อร้อนว่าอกต้องแตกแน่ แตก  
แน่ ๆ เราตั้งใจว่าตายเป็นตาย ปรากฏว่ากิเลสมันแตก ที่เรานึกว่าเราจะแยก  
ใจกลับรวมเป็นสมาธิ ที่เหมือนพายุสลาตันเมื่อครู่ ก็สงบนิ่ง เบาสบาย

ถ้าเราจะให้ตัวของเรามี สัมมาปณิธิ คือความตั้งใจที่ชอบ ที่ถูกต้อง  
มีตนเป็นที่พึ่ง ตั้งตนไว้ชอบ ตั้งใจคิดมุ่งหมายทำแต่สิ่งที่จะไปในทางมรรค  
เท่านั้น เราต้องเด็ดเดี่ยวอย่างนี้ เพราะไม่อย่างนั้น ท่านอาจารย์บอกมันก็  
ตั้งตนไว้ชอบหรือ แต่พอผลอย่างไม่ทันกะพริบตาเสร็จเลย ศิษย์ก็เลี้ยวผิด  
ไปอีกแล้ว ท่านว่า อาจารย์จะตายก็เพราะมีศิษย์อย่างนี้ มันก็จริงของท่าน

ใจคนเราเร็วไวยิ่งกว่าอะไรทั้งหมดในจักรวาล แผลอแผล็บเดียว เรา  
ก็ว่าเราตั้งสติเอาไว้ดี ๆ ปลิวไปเสียแล้ว ผิดทิศอีกแล้ว ก็ไม่ต้องเสียใจ เพราะ  
ตอนแรกดิฉันก็คิดว่า มีแต่เราที่ติดด้านแล้วก็ถูกท่านอาจารย์ดูอยู่เรื่อย ๆ ต่อมา  
ถึงได้รู้ว่า นักปฏิบัติทุกคนก็ต้องผ่านประสบการณ์อย่างเดียวกันมาทั้งนั้น กว่า  
จะรู้เห็นเป็นจริง

ท่านอาจารย์จะสอนให้อยู่กับปัจจุบัน เราก็ไม่รู้ เรื่องก็มีว่าท่านบอกให้  
เราออกไปอยู่ที่กุฏิน้อยริมทางจงกรม เราก็ไม่รู้ว่าจะสุดทางจงกรมซึ่งมีเถาว์วัลย์  
คลุมคือรั้วของวัดซึ่งเป็นลวดหนามเส้นบาง ๆ ชิ่งไว้ ปี ๒๕๑๘ ทางอีสานยังมี



คอมมิวนิสต์มาก กลางคืนเดินจงกรมก็ได้ยินเสียงยิงกันเป็นชุด ๆ พอเสียงปืนสงบสักครึ่งชั่วโมง ก็มีแสงไฟจับท้องฟ้า เพราะเขาเอาศพทั้งหลายใส่ถังน้ำมันเบนซินโต ๆ เอาน้ำมันราดแล้วจุดไฟเผา ไม่ให้เหลือซากเลย เราจะเห็นไฟจับท้องฟ้าแดง วันไหนเราชี้เกี้ยวชี้คร้าน ก็บอกตัวเองว่า อะไรกัน ไฟยังไม่ดับเดินต่อไปก่อน บางทีการปะทะกันดุร้ายมาก ปรากฏท้องฟ้าแดง จนกระทั่งเข้ามืดเลย เราก็ดูคนจนขาลาก ถึงได้รู้ว่า การที่จะให้เผาศพเสร็จแล้วจึงเข้านอนไม่ได้ เพราะบางทีมันเผากันดุเดือดทั้งคืนเลย แต่เราก็ได้ผล เพราะถ้าเดินนานอย่างนั้น ใจก็สงบ ได้ฐานขึ้นมา

ท่านอาจารย์บอกเราเองให้ไปอยู่ตรงนั้น แท้ที่จริง ท่านรู้ว่าเรากลัวตุ๊กแกที่อาศัยอยู่กุฏิ นั้น อะไรที่ศิษย์ไม่ชอบ ท่านจะต้องบีบบังคับให้ทำ คือต้องฝึกกิเลสให้ได้ ที่นี่พอเราไปอยู่แล้วก็ชักชิน ตอนแรกนอนไม่หลับเพราะกลัวตุ๊กแกจะเข้ามาอยู่ในมุ้งด้วย ทำให้ภาวนาดีมาก พออยู่ไป ๆ แผ่เมตตาให้ตุ๊กแก คุณเคยว่าตุ๊กแกเป็นเพื่อนเรา ตุ๊กแกเชื่อเรา ตุ๊กแกไม่มาราวีแถวมุ้งเรา คราวนี้ชักนอนหลับสนิทดีเกินไป

ท่านอาจารย์ก็ลงมาสัมภาษณ์ว่าใครอยู่กุฏิริมทางจงกรม พอทราบท่านก็ว่าตายแล้ว ถ้าคอมมิวนิสต์มันเอาหมอบไป แล้วอาจารย์จะเอาลูกสาวที่ไหนไปใช้พ่อแม่ เอ๊ะ..เราก็ไม่ได้เป็นคนร่ำรวยจะไป แล้วเราก็ไม่รู้ด้วยว่าสุดท้ายจงกรมคือรู้แล้ว เราก้ยืนยันว่าท่านอาจารย์เป็นคนสั่งให้เราไปอยู่ตรงนั้น ท่านบอกท่านไม่เคยสั่ง ไม่เคยสั่ง เราจะอาศัยคุณแม่ซึ่งเป็นพยานท่านก็ไม่สบตาเรา



เพราะคุณแม่ซึ่งรู้แล้วว่า ถ้าท่านอาจารย์จะสอน ท่านจะสร้างสถานการณ์อย่างนี้ ที่นี้เราก็มัวเลือด หาดคนช่วยไม่ได้ เราก็กราบเรียนท่านอาจารย์ว่า ท่านพูดอย่างนี้ เราจะไม่พูดกับท่านอาจารย์แล้ว เราจะเขียนจดหมายให้ที่บ้านส่งเครื่องอัดเทปมา ที่นี้ท่านอาจารย์พูดอะไรจะได้อัดเทปเอาไว้เป็นพยานหลักฐาน

ท่านก็แพดเสียงขึ้นมาว่า ไอ้ที่เราอัดเสียงไว้นะ สิ่งทองตัวเก่าที่พูด วันนั้นมันก็ตายไปแล้ว มันก็ต้องอยู่กับตรงนี้ ตรงที่พูดกันอยู่เดี๋ยวนี้สิ ตอนแรกเราคิดไม่ทัน แท้ที่จริงท่านอาจารย์จะสอนให้เราอยู่กับปัจจุบัน ถ้าเรา คิดออกว่าต้องอยู่กับปัจจุบัน เลิกเถียงท่านก็จบเรื่องนี้ไป จนท่านมรณภาพ ไปแล้ว ในงานศพของท่านมีพระสทรรมิกของท่านมาเล่าให้ฟังถึงว่า ท่าน สิ่งทองนี่นะขี้ตื้อ ตอนอยู่กับท่านพระอาจารย์มันนี่ก็อย่างนี้ ท่านพระอาจารย์ มันให้เอาไม้ไผ่มาทำแคร่สำหรับนั่ง สูงแค่นั้นคอกแค่นั้นกระเบียด ยาวกว้าง แค่นั้น ท่านสิ่งทองก็จดเอาไว้อย่างดี ทำเสร็จท่านพระอาจารย์มันบอกไม่ใช่ สิ่งใหม่ ให้ทำเท่านั้น เเท่านี้ ท่านสิ่งทองก็เถียง แคร่นี้ทำแทบจะลั่นวัดเลย เราเลยได้รู้ว่า ท่านอาจารย์ก็ประเภทหัวชนฝาเหมือนลูกศิษย์ไม่มีผิด

จนวันหนึ่งท่านคิดได้ว่า ท่านพระอาจารย์มันท่านไม่ได้จะเอาแคร่หรอกนะ เอาเป็นว่าท่านพูดคำไหนเราก็ฟังท่านก็แล้วกัน เป็นอันจบเรื่องแคร่ไปได้ ครูบาอาจารย์แต่ละองค์ ท่านก็มีประสบการณ์ของท่านมาทำนองเดียวกับเรา แต่ท่าน ไม่ได้เล่าตอนของท่าน ท่านเอาประสบการณ์เหล่านั้นมาตีเรา แล้วยังมาชู่เรา อีกว่า อาจารย์จะตายก็เพราะมีศิษย์อย่างนี้แหละ เป็นทำนองเหนียวเหลือหลาย



จนเราใจสั้นจริง ๆ เราก็ว่าเราไม่ใช่คนดีอื้อฉาว เราเป็นคนมีเหตุมีผล อะไรเราแย่งเหลือขอถึงประมาณนั้นเสียหรือ วิธีที่ท่านจะขู่ว่าเราตื่นตัวแล้วเร่งปฏิบัติ มีสารพัดสารพัน พอท่านเรือบินตกตายไปจริง ๆ ใจเราก็แวงลิ นี่ท่านอาจารย์ตายเร็วเพราะมีลูกศิษย์อย่างเราหรือเปล่า ก็ทำให้เราต้องสติตื่นตัวทั่วพร้อมอยู่เสมอ

หัวข้อที่ ๔ เป็นผู้มีเสียบียง มีสมบัติเก่าของเราติดตัวมา เราเคยมีครูบาอาจารย์ หรือพ่อแม่ หรือใครที่เคยสั่งสอนเราเอาไว้ ถ้าใจเราเป็นเหมือนผ้าผืนหนึ่ง คำสอนเหล่านี้ก็เป็นเหมือนเส้นด้ายที่ประสานกันเป็นเนื้อผ้า คือเนื้อใจของเรา ทำให้เมื่อมีเหตุการณ์อะไรทำนองนี้มากกระทบใจเรา จะนึกคิดได้ว่าไม่ดีหรือกนะ ทำชั่วไม่มีทางจะได้ดี ถ้าเป็นอย่างนี้ ถึงเราจะไม่มีใคร เราอยู่ในถิ่นที่ไม่พอเหมาะ ไม่มีสัตบุรุษ ของเก่าของเรา ปุพเพกตบุญญตา ก็จะมาเตือนมาสอนเรา เพราะอยู่ในจิตไร้สำนึกของเราทำให้เราสามารถจะสะกิดตัวเองห้ามล้อตัวเองแล้วปฏิบัติต่อไปได้ ฉะนั้นอย่าไปคิดน้อยใจ ฉันทไม่มีพ่อแม่ ไม่มีใครมาอุปถัมภ์ อยู่ในถิ่นที่ไม่พอเหมาะ แล้วหมดโอกาส ใจของทุกสิ่งมีชีวิตมีโอกาสอยู่เสมอกัน เราอาศัยบุญเก่าก็สามารถไปถึงที่หมายได้

เพราะฉะนั้นการปฏิบัติที่จะพาเราไปสู่ความเจริญรุ่งเรือง เหมือนกับล้อที่หมุนพารถไปสู่ที่หมาย ก็คือ ธรรม ๔ ประการ ที่เราได้เอามาพูดสู่กันฟังแล้ว คือ พยายามหาสิ่งแวดล้อมหรือถิ่นที่เหมาะสม เราเป็นนกเราอยู่กับนก เราก็บินไป เราเป็นปลาเราก็อยู่กับปลา ว่ายนํ้าไปในถิ่นที่พอเหมาะ ไม่ใช่เป็นนกก็ไปใส่ชุดประดานํ้า แล้วไปอยู่ในนํ้า ถ้าอย่างนั้นมันยึดอัดเกินไป ทรมานตัวเอง



เกินไป ทำให้สติที่จะตั้งมั่นดูใจเจ้าของ แล้วพิจารณาตามความเป็นจริง ต้องไปคอยอยู่กับความบีบคั้นที่เกินจำเป็นไป ข้อนี้เราเลือกหาที่ที่พอเหมาะสม สมาคมกับสัตบุรุษ คือ ใครที่เป็นผู้รู้สามารถชี้แนะให้เราได้ อย่าไปนึกดูถูกดูหมิ่น อย่างคราวหนึ่งที่พวกเรายังใช้ห้องบนตึกอาหาราเป็นที่บรรยาย ห้องนั้นมีแอร์ ก็จะมีคนงานเข้ามาฟังเป็นประจำ ดิฉันสงสัยว่าเขามาด้วยน้ำใจสมัคร หรือถูกนายบังคับให้มา วันหนึ่งรถไม่ติด ดิฉันมาได้เร็ว ก็พบว่าเขานั่งกันอยู่สามคนไม่มีคนอื่น ก็ไปคุยกับเขา ถามว่าที่มานั่งฟังนี้ได้ประโยชน์หรือถูกนายบังคับมา คนหนึ่งบอกว่าไม่ใช่ นายบังคับ แต่ตอนแรกก็ไม่ได้ประโยชน์หรอก เขาเป็นคณงานที่ทำงานสนามอยู่กลางแจ้ง แดด ก็เลยมานั่งให้แอร์เป่าเย็นกายสบายไม่เสียหายอะไร ตอนแรกเขาก็เข้ามาเพราะมีแอร์เย็น แต่เข้ามาแล้ว ก็สนใจฟังบรรยายไปด้วย ฟังแล้วก็รู้สึกว่าได้ประโยชน์นะ ตอนนั้นเราจะทำสมาธิกันประมาณ ๕ - ๑๐ นาที ก่อนเลิก ใครมีธุระก็ออกไปเลย ใครไม่มีธุระก็อยู่ทำสมาธิต่อ เขาก็ทำด้วย พอทำแล้วก็พบว่าจิตใจเขาดีขึ้นชุ่มเย็นขึ้น แล้วสามารถแก้ปัญหาได้

บ้านเขาอยู่ในชุมชนแออัด ตอนแรกก็สบายดี ต่อมาข้างบ้านที่ย้ายออกไปมีคู่วิวเมียมมาอยู่ใหม่ ตอนแรกก็ดี พออยู่ไปได้สักเดือนสองเดือน ทะเลาะกันทุกวัน ที่แรกก็ทะเลาะแต่ช่วงเย็น พอซักคำก็หรีเสียงลง หน้าเข้ากลางค้ำกลางคืนดึกตื่นแค่นั้นก็ไม่ฟัง วันที่เขาจะได้ประโยชน์จากการมาฟังที่นี้ เขาเล่าว่าเขาอยู่เวร กว่าจะได้กลับบ้านก็เที่ยงคืน กว่าจะอาบน้ำทำอะไรเสร็จ เข้านอนก็เกือบตีหนึ่งแล้ว ตกใจตื่นขึ้นมาก็นึกว่าวันนี้เรานอนจนสายหรืออย่างไร



เพราะเสียงเพื่อนบ้านทะเลาะกันสนั่นหวั่นไหว ดุณาพิกายังไม่ทันตีสี่เลย เขาก็ชักหงุดหงิด ว่าเกินไปแล้ว จะต้องไปเปิดหน้าต่างว่กันเสียหน่อย แต่หลังจากเขามาทำสมาธิกับเราแล้วเขาก็จะคอยกำหนดสติเอาไว้เรื่อย ทีนี้ระหว่างที่เขาเดินจะไปเปิดหน้าต่างเพื่อต่อว่าเพื่อนบ้าน สติก็เตือนว่า ถ้าเราเปิดหน้าต่างไปเตือนเขาว่า นี่คุณดูเวลาสักหน่อยซิมันวิกาลแค่ไหน เขาคงไม่ดูหรอก แล้วเขาก็กำลังทะเลาะกันแบบนี้ เขาอาจหันมาแฉะเราว่า เรื่องอะไร ฉันทะเลาะอยู่ในบ้านฉันเธอเย็นหูสออดมาฟังทำไม เราก็คงทะเลาะกับเขาต่อ คราวนี้คนอื่นรอบบริเวณก็เดือดร้อนหนักเข้า นั่นเขาทะเลาะอยู่ในบ้านนี้ข้ามบ้านแล้ว ว่าแต่เขาอิเหนาเป็นเอง

เขาก็ได้สติ อย่าไปยุ่งกับเขาเลย ก็เดินกลับมา นึกว่าถ้าเรานั่งสมาธิอีกสักหนึ่งตอนนี่ แล้วค่อยไปอาบน้ำ แต่งตัว ไปทำงานก็จะดี เพราะเขาตั้งสติไว้แบบนี้ กลับมาที่หน้าหิ้งพระก็ไหว้พระสวดมนต์เสร็จแล้วยังไม่ทันกำหนดพุทโธเลย ใจก็ลงรวม เมื่อถอนออกมาก็เบาสบาย ไปอาบน้ำอาบท่า หูก็ไม่ได้ยินเสียงอะไรเลย เพราะใจยังสงบอยู่ อาบน้ำไปได้สักหน่อยเสียงก็เริ่มมา เขานึกตายแล้ว ตั้งแต่ยังไม่ตีสี่จนถึงหกโมงแล้ว สองคนผิวเมีย ที่เอาความดีมาให้เขาได้ขึ้นสวรรค์ได้สงบสบาย ยังอยู่ในนรกตลอดเวลา เสียงทะเลาะคงดังขึ้นเรื่อย ๆ เพิ่มความรุนแรงขึ้น แสดงว่าใจที่คับแค้นอยู่แค่ไหน เท่าไร ต่างก็ซุดขึ้นมาดำทอกันวินาศสันตะโรไปหมด เขาก็เลยได้สติว่าจริง ๆ แล้วมันไม่ใช่เสียงเขาที่มากวนเรา ใจเราต่างหาก ถ้าใจเราสงบ เราไม่ได้ยินเสียงเขา แต่พอใจเรางุ่นง่าน เราจัดแจงยื่นใจเราไปเป็นเชียงให้เสียงเขามาลับเรา



เขาก็เลยได้คิดต่อไป เพราะตอนแรกเขาหงุดหงิดใจมาก ให้ภรรยา เก็บหอมรอมริบ ถ้าตอนไหนภรรยาใช้สตางค์เปลือง หรือลูกเกิดมีกิจกรรมที่ โรงเรียนมากผิดปกติ จะหงุดหงิดมากจนเริ่มทะเลาะกับลูกกับเมียบ้างแล้ว พอเขาได้คิดถึงตรงนี้ก็รีบไปบอกเมียบอกลูกว่า จะทำอะไรก็ทำตามปกติไปนะ เราไม่ต้องย้ายบ้านแล้ว ถ้ากรรมของเรามีว่าเราจะต้องได้เพื่อนบ้านรบกวน อย่างนี้ ย้ายไปเลือกให้ดีอย่างไร พอเราเข้าไปอยู่ได้ไม่ถึงสองวัน ก็มีเหตุวิปริต ให้เพื่อนบ้านทะเลาะกันอีก แต่ถ้ากรรมของเราไม่มี เราก็คงทำสมาธิได้อย่างนี้ หรือไม่อย่างนั้นเพื่อนบ้านก็เบื่อบ้านนี้เต็มที่ย้ายออกไป ก็ได้เพื่อนบ้านใหม่ที่ดี

เมื่อคิดเป็น คิดถูก ตั้งตน ตั้งใจคิดมุ่งหมายในทางที่เป็นมรรคแล้ว อะไร ๆ มันดีไปหมด ของที่ไม่ดี เคยครุ่นจิตใจเรา ก็กลับเป็นหินลับปัญญา เขาก็แผ่เมตตาให้เพื่อนบ้าน และในที่สุดเพื่อนบ้านก็เลยกลับมาดี เพราะ ภรรยาฝ่ายนั้นมาถามภรรยาเขาว่า ทำไมบ้านเขาถึงไม่ทะเลาะกัน ภรรยาเขาก็เลย สอนให้ทำสมาธิ

ถ้าเราคิดอย่างนี้ เราก็สามารถแผ่ใจของเราว่า เขาไม่รู้ เราอดทนอดกลั้น แผ่เมตตาให้เขา ถ้าไม่เหลือบ่ากว่าแรง เขาก็เปิดใจรับเรา ในที่สุดเทียนที่เริ่มจุด ตรงบ้านเราหนึ่งดวง บ้านเขาอีกหนึ่งดวง ต่อก็สว่างไปทั่ว โลกนี้ที่เราเชื่อว่า มันแย่ แสนแย่ ก็จะได้ขึ้น มันอยู่ที่เรา ถ้าเราตั้งใจให้ดี สิ่งแวดล้อมก็ดีตามเรา เพราะใจเป็นใหญ่ ใจเป็นประธาน ทุกอย่างสำเร็จด้วยใจ

ครั้งนี้ก็ขอฝาก จักร ๔ เอาไว้ให้เป็นล้อ ที่จะพาใจของเราไปสู่ความ ผาสุกร่มเย็น แล้วสังคมก็จะได้น่าอยู่น่าอาศัยต่อไป



## อริยทรัพย์ ๗

- บรรยายที่ ชมรมพุทธธรรม
- ตึกกสิกรรมวงศ์
- โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
- วันที่ ๒๐ เมษายน ๒๕๕๘

อริยทรัพย์ หมายถึง คุณธรรมประจำใจอย่างประเสริฐ

คนเราทำงานแสวงหาทรัพย์สมบัติ เพื่อเป็นหลักประกันให้เรามีความสุข มีความมั่นคงในชีวิต บางครั้งเราก็ไปยุ่งกับโลกทรัพย์ กับวัตถุสิ่งของที่เรา จับต้องได้ ที่เราเห็น แล้วการแสวงหาวัตถุสิ่งของเหล่านี้ เราก็เผลอ ไม่ได้ ดูจิตใจของเราในการแสวงหาสิ่งเหล่านั้น ว่าเป็นสิ่งถูกต้องหรือเปล่า ตามศีล ตามธรรมหรือเปล่า บางครั้งโดยไม่รู้ตัว เราก็เอาคุณงามความดีของเราไปแลกกับการจะได้สิ่งของนั้นมา อย่างนี้เราขาดทุน มองดูทางโลกเหมือนเรามีหลัก มีฐาน เราได้วัตถุสิ่งของมา แต่มองทางธรรมเราขาดทุน เราก่อนนี้ก่อนสิน อริยทรัพย์ของเราอยู่หรือไปเรื่อย ๆ พอหมดลมหายใจ ทรัพย์สินที่เป็น



วัตถุสิ่งของเราก็เอาติดตัวไปไม่ได้ แต่บาปอกุศลที่ประทับอยู่ในใจของเรามันตามเราไป คราวนี้ก็ทำให้เราเดือดร้อน

วันนี้เราจะพูดกันถึงทรัพย์ที่ประเสริฐกว่าโลกทรัพย์ที่เห็น ๆ กันด้วยตาเนื้อ เราจะมาคำนึงถึงคุณธรรมประจำใจที่เป็นอริยะที่ประเสริฐ เป็นทรัพย์ที่ประเสริฐ แม้เราหมดลมหายใจไปแล้ว ทรัพย์นี้ก็ยังคงติดตามตัวเราไปเป็นเสบียงได้ มีอุปการคุณทำให้เรามีความสุขมีความร่มเย็น ทำให้ใจของเราเหมือนกับว่ามีเสบียงติดตัวไปจับจ่ายใช้สอยในการเดินทางที่ยังไม่ถึงจุดหมายปลายทาง

ทรัพย์ที่เป็นอริยทรัพย์มี ๗ ประการ ได้แก่ ศรัทธา ศีล ทิริ โอตตบปะพาหุสัจจะ จาคะ และปัญญา

ตัวแรกที่ว่า *ศรัทธา* คนเราจะทำกิจการใด ถ้าไม่มีความเชื่อเลื่อมใส ไม่มีศรัทธาแล้วก็เหมือนไม้หลักปักขี้เลน ปักไปแล้วมีอะไรมาถูกหน้อยก็โยกคลอนดีไม่ดีก็ล้ม เราจึงต้องปลูกศรัทธาให้เกิดขึ้นก่อน เราต้องเชื่อว่าสิ่งที่กำลังสะสม ที่เรียกว่าอริยทรัพย์นี้ มีคุณค่าจริง ๆ จะเป็นทรัพย์ของจิตใจเรา ถึงดูไม่รู้ว่ทรัพย์นี้เป็นอย่างไร แต่เราสัมผัสได้ เราจะรู้สึกว่ามันเป็นอาหารของใจเราได้



ยกตัวอย่าง มีเด็กถูกสอนว่ามีอะไรต้องแบ่งปันให้เพื่อน ไม่รู้มากเอาเปรียบ ถึงเพื่อนจะรู้ว่าเรามี เราก็ต้องยุติธรรมแบ่งกันคนละครึ่งเท่า ๆ กัน บางทีเด็ก ก็นึกเสียดายว่าเรามีส้มลูกเดียว ถ้าเรากินทั้งลูกเราก็อึด แต่ไม่ได้ พ่อแม่สอน เอาไว้ว่า มีอะไรเราต้องแบ่งปันให้เพื่อนด้วยกัน อย่ารู้มากเอาเปรียบ เด็กก็ กัดฟันให้เพื่อนไปครึ่งลูก ตัวเองเอาครึ่งลูก ตอนนั้นอาจยังเสียดายอยู่ว่าเรา ได้กินส้มน้อยไป แต่อีก ๒ - ๓ วัน เพื่อนมีส้มมาหนึ่งลูก แล้วเพื่อนก็นึก วันก่อนนั้นเราได้กินส้มทั้ง ๆ ที่ไม่ใช่ส้มของเรา เพราะฉะนั้นวันนี้เราต้องเอา ส้มลูกนี้ของเราแบ่งกันคนละครึ่งไปให้เพื่อน เด็กก็รู้สึกเรื่องอะไรถึงเอามาให้ เพื่อนอธิบายว่าวันก่อนเธอยังให้ฉันเลย วันนี้ฉันรู้สึกว่าคุณเป็นเพื่อนของฉัน ๆ มีอะไรฉันก็ต้องแบ่งให้ ใจนี้อึดมีปิติขึ้นมา

จริง ๆ มันไม่ได้อึดด้วยส้มครึ่งลูกนั้นหรอก แต่อึดด้วยความรู้สึก ว่า ในโลกนี้ถึงเราไม่มีสมบัติข้าวของ แต่ถ้ามีอริยทรัพย์ ก็เหมือนเรามีข้าวของ ฝากไว้ในกระปุกออมสินของเพื่อนคนโน้นคนนี้คนนั้น เราก็เกิดความมั่นใจว่า เราไม่ต้องแบกหามทรัพย์สินข้าวของไปเยอะเยะพะรุงพะรัง เรามีเราแบ่งปัน เราฝากเอาไว้ในกระปุกออมสินคนโน้นบ้าง คนนี้บ้าง พอถึงยามคับขันเราไป ที่ไหน ๆ ทั่วทั้งโลกเป็นเพื่อนเราทั้งนั้น

ใจที่มีความสงบ มีความเชื่อมั่นในคุณงามความดีของคน แล้วมองโลก ในแง่ดี ตรงนี้คือศรัทธา ศรัทธาทำให้เราเชื่อ คนถ้าไม่มีศรัทธา เหมือนนิทาน ผรั่งเรื่องไปสวรรค์ นรก มีนายคนหนึ่งจับฉลากได้ตัวไปสวรรค์ นรก เขาบอกมีคฤหาสน์ว่าไปนรกกันก่อน เขาก็หลับตาเห็นภาพว่านรกคงมีกระทะ

ทองแดง มีสิ่งน่ากลัวต่าง ๆ ปรากฏพอไปถึงกลับตรงกันข้าม นรกเป็นห้อง  
ที่จัดงานเลี้ยงใหญ่ ผู้คนแต่งตัวด้วยชุดราตรีสีโมสรสวยงาม อาหารก็หอม  
เตะจมูก จนนายคนนี้รู้สึกว่ถ้านรกเป็นอย่างนี้ก็อยากจะลงนรกเหมือนกัน

ทุกคนแบ่งอาหารใส่จาน ต่างคนต่างมานั่งที่โต๊ะ ก็เกิดโกลาหลอลหม่าน  
อาหารที่เต็มจาน กลิ่นหอมน่าอร่อย ทุกคนตักจากจานที่โต๊ะกลางได้จะตัก  
อะไรก็ตักได้ แต่พอจะป้อนเข้าปากตัวเองกลับป้อนไม่ได้ ติดอยู่แคริมฝีปาก  
มัคคุเทศก์อธิบายว่าพลโลกในเมืองนรกเป็นโรคไขข้ออักเสบเหยียดแขนได้  
จะเหยียดเท่าไรก็เหยียดได้ แต่พอจะงอแขนกลับงอได้ปริมอยู่แค่ปาก นึกถึงว่า  
ของที่เราจะกิน กลิ่นกับข้าวหอมหวาน หน้าตาก็ชวนกิน แต่เอาใส่ปากไม่ได้  
ทุกคนก็อยู่ในสภาพนี้ นายคนที่มาทัวร์นรกถามว่า นรกมีแค่นี้หรือ มัคคุเทศก์  
ก็หันมาดุว่า แค่นี้ยังไม่พออีกหรือ มันนรกชัด ๆ อยู่แล้ว ยังจะเอาอะไรอีก

คราวนี้ก็พากันไปสวรรค์ ใจเริ่มแข็งว่าคงถูกหลอกอีก ก็จริง พอไปถึง  
สวรรค์ก็เป็นห้องงานเลี้ยงแบบเดียวกัน แยกไม่ออกจากสวรรค์กับนรกต่างกัน  
อย่างไร แบ่งอาหารก็แบบเดียวกัน ถึงเวลาจะกินก็เหมือนกัน เพราะเป็นไขข้อ  
อักเสบเช่นกัน พอนายคนนี้จะต่อว่า มัคคุเทศก์ก็บอกให้ดูใหม่สิ ชาวสวรรค์  
พบว่าทุกคนมีปัญหาเดียวกัน ก็มีใจเอื้อเฟื้อ จัดการนั่งจับคู่กัน เพราะเหยียดแขน  
ได้ก็ป้อนซึ่งกันและกัน



ปรากฏว่าเอาไปเล่าที่ไหน ๆ ทุกคนก็เห็นจริงด้วย สวรรค์นรกนี้อยู่ที่เราเอง ที่ ๆ เราอยู่เป็นนรกก็เพราะการกระทำของเรา หรือจะทำให้เป็นสวรรค์เราก็ทำได้ คราวหนึ่งไปบรรยายในกลุ่มเด็กนักเรียน มีเด็กคนหนึ่งยกมือถามว่า คุณหมอมั่นใจได้อย่างไรว่า ถ้าผมป้อนเพื่อนผมแล้วเขาจะป้อนผมตอบ

ดิฉันบอกให้เขาขอมเสี่ยงออกแรงป้อนเพื่อนหนึ่งคำจะไม่ได้หรือ ำให้รู้ไปเลยว่าถ้าคุณป้อนเขาแล้ว เขาไม่ยอมป้อนคุณ คุณก็เลิกป้อนเขา จะเป็นไรไป คำเดียวเพื่อพิสูจน์ให้รู้ว่าจะมีคนเลี้ยงน้ำใจถึงปานนี้เสียหรือ ว่าเขาจะให้เราป้อนแล้วเขาไม่ป้อนตอบ ก็จะได้เลิกกันเลย เขาตอบว่า เขาเสียดายแม้กระทั่งหนึ่งคำเพื่อที่จะรู้ว่าคนอย่างนี้มีไหม ถ้าอย่างนั้นคุณก็คงมีคำถามอย่างนี้ อยู่ร่ำไปแล้ว ฉะนั้นก็คงไม่มีใครจะป้อนคุณเพราะคุณเองหวังที่จะป้อนให้ใคร

ในโลกนี้ไม่มีหรอก ถ้าเราไม่ยอมเอื้อเพื่อน้ำใจของเราไปให้ใครบ้าง คนบางคนบางทีก็ไม่คิดจะไปใส่ใจในผู้คนรอบข้าง แต่เมื่อเขามีน้ำใจต่อเรา เราจะเห็นแก่ตัวได้อย่างไร มันก็เกิดน้ำใจตอบแทนกันขึ้น ก็เป็นที่ ๆ รมรื่นน่าอยู่

การที่เราจะสะสมให้มีอริยทรัพย์ขึ้นในใจนั้น อย่าไปห่วงแหวนศรัทธา เราต้องศรัทธาในคุณงามความดี เราต้องศรัทธาในจิตใจของสิ่งมีชีวิตทั้งหลาย โดยเฉพาะเพื่อนร่วมทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ว่าเขาก็มีใจที่เป็นธรรมเหมือนกัน เราให้เขา เขาก็ให้ตอบ ถ้าเรามีศรัทธา ศรัทธาอันนี้ ก็ไม่ใช่ว่าศรัทธาจะไปหมดว่าเราทุกคนต้องดีหมด ช่วงหนึ่งที่นักเรียนตีกัน บางทีก็ใช้อาวุธตอบโต้กัน ถึงตาย มีผู้อ้างว่า ถ้าเราเชื่อในคุณงามความดี ทั้ง ๆ รู้ว่าที่ตรงนี้มีนักเลงอยู่



เราก็แผ่เมตตาแล้วเดินเข้าไป ดิฉันแย้งว่าไม่ใช่ธัมมะของพระพุทธเจ้า ท่านไม่ได้สอนให้เราเปลืองตัว หรือใช้ของโดยไม่ประมาณในค่างวดถึงปานนั้น เพราะท่านมีภาสิตบทหนึ่งว่า ที่ได้เป็นพาลให้หลีกหนีร้อยโยชน์พันโยชน์ เราไม่ต้องเอาตัวเราเดินเข้าไปก่อกวนกิเลสให้เขาเห็นเป็นการทำทายเป็นการลองเอาמיד จิ้มดูว่าจะตายไหม

เราไม่ต้องทำอย่างนั้น ที่ได้เป็นพาล หลีกไปร้อยโยชน์พันโยชน์ แล้วค่อยดู ตรงไหนที่วาระโอกาสเหมาะ เราค่อยเอาแรงเอาคุณงามความดีของเราไปช่วย ทำให้ตรงนั้นดีขึ้น เพราะฉะนั้นศรัทธาที่ว่า เราเป็นเพื่อนร่วมทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกัน เราต้องมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกันก็จริง แต่เราต้องไม่ประมาท เราต้องมีเหตุ มีผล กำกับด้วย ไม่ใช่เห็นงูเห่ามันหนาวก็เอ้าขึ้นมากัด แบบเรื่องชวานกักับงูเห่าในนิทานอีสป อย่างนั้นก็ไม่ใช่สิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงสอน

ศรัทธาต้องให้มีเหตุผล มีปัญญาเข้าไปประกอบด้วย ซึ่งเราจะพูดกันถึงรายละเอียดของตัวปัญญาในฐานะเป็นอริยทรัพย์ข้อสุดท้าย ปัญญาเป็นสุดยอดในทุกเรื่องของพุทธศาสนา เริ่มต้นถ้าเราไม่มีศรัทธาเสียเลย เราก็จะไม่เริ่มต้นลงมือทำอะไรสักอย่าง สิ่งที่เรามุ่งหวังไว้จะเป็นเพียงความคิดลอยอยู่ในอากาศ เพราะฉะนั้นศรัทธาแล้วต้องลงมือทำลงไป แต่พยายามกล่อมเกลามาไม่ให้กลายเป็นความมกมาย ให้เป็นศรัทธาที่มีเหตุมีผล มีหลักมีเกณฑ์ในสิ่งที่ตั้งเป้าหมายเหมาะสม ทำไปแล้วเป็นสิ่งเอื้ออำนวยประโยชน์ เป็นการแก้ไขเราแก้ไขเขาให้พัฒนาตั้งงมด้วยกันขึ้นไป



เมื่อศรัทธาแล้ว อีกปัจจัยหนึ่งที่จะมาช่วยให้ศรัทธาของเราปลอดภัย ได้ผลเต็มเม็ดเต็มหน่วย คือ ศีล เพราะกฎหมายหรือกฎระเบียบต่าง ๆ ของบ้านเมือง ยังต้องอาศัยมนุษย์ปุถุชนมาเป็นเจ้าหน้าที่ดูแลรักษาให้สัมฤทธิ์ผล เต็มเม็ดเต็มหน่วย เหมือนกับตัวของเรา เรายังไว้ใจไม่ได้ เวลาดีมันก็ดี แต่เวลาเหนื่อย หงุดหงิดหรือโมโหโทโสขึ้น ที่ดี ๆ ก็กลายเป็นร้ายได้

สมัยที่พระพุทธเจ้าของเราเป็นพระโพธิสัตว์ ท่านมีน้องต่างแม่ พ่อแม่ ท่านตาย ท่านมีแม่เลี้ยงและมีน้องชายอีกคนหนึ่ง ท่านกับแม่เลี้ยงและน้องชาย ก็รักใคร่กลมเกลียวกัน ต่อมาแม่เลี้ยงตายไป ท่านกับน้องชายอยู่กับพ่อมาด้วยกัน ก็รักกันเหมือนเป็นพี่น้องคลานตามกันมา พ่อพ่อจะตาย พ่อก็มอบทรัพย์สินให้ท่านดูแล แล้วสั่งว่า ถึงเวลาที่น้องโตพอมีเหย้ามีเรือนได้ก็ให้ช่วยดูแลตบแต่งให้น้อง แล้วเอาทรัพย์สมบัติที่มีอยู่ขณะนั้นแบ่งเป็นสองส่วน เจ้าเอาไปครึ่งหนึ่งให้น้องไปครึ่งหนึ่ง ท่านก็รับปากกับพ่อท่าน ตอนที่รับปาก ท่านก็รับปากด้วยความเต็มใจแล้วก็เชื่อด้วยว่า ถึงพ่อไม่สั่งท่านก็ทำอย่างนั้น เพราะท่านรักน้อง

แต่พอถึงเวลาที่น้องจะมีคู่ครอง ท่านเห็นดีเห็นงามไปสู่ขอผู้หญิงมา จัดพิธีเรียบร้อย เอาทรัพย์สินเงินทองออกมาแบ่งเป็นสองส่วน ท่านเกิดความโลภขึ้นมาในใจจนให้น้องไม่ได้ ก็ออกอุบายพาน้องไปปลักตกหน้าผา กลัวไม่ตายจริงหาก่อนหินทุ่มตามลงไปอีก เพื่อให้แน่ใจว่าพื้นดินชีพขึ้นมาไม่ได้ นี่ขนาดท่านเป็นพระโพธิสัตว์ ใจยังไม่เชื่อตามศีล ความโลภมีอำนาจเหนือกว่า



ด้วยบุพกรรมที่ท่านปล้ำน้องชายตกหน้าผาตายแล้วเอาก้อนหินทุ่มตามไป ท่านทรงอธิบายว่า ที่ท่านถูกพระเทวทัตเอาหินกลิ้งจากศิษฏ์เพื่อฆ่าท่าน แล้วหินไปชนแง่เขาศิษฏ์แตกเป็นเศษเล็ก ๆ มาถูกนิ้วเท้าท่านห้อเลือด เพราะเศษกรรมนี้ติดตามมา

อะไร ๆ ที่เราทำ ถ้าเราเชื่อว่าเราทำอะไรเอาไว้ สิ่งนั้นจะติดตามมาเป็นเงาตามตัว เรามีกรรมเป็นที่พึงอาศัย เป็นเผ่าพันธุ์ เป็นบุญหรือบาป ที่จะบันดาลชีวิตเราให้เป็นไป ถ้าระลึกถึงตรงนี้ เรากำลังจะทำอะไรที่ชั่วร้าย แล้วห้ามล้อไม่อยู่ ให้เรานึกเอาไว้ว่า ตอนนี่ที่เราทำเขา เราเป็นฝ่ายได้ แต่ตอนที่กรรมตามมาทัน แล้วเราจะต้องชดใช้ที่เราพอใจไหม ถ้าใจมันอยากจนคิดอะไรไม่ออก ไว้ตอนใช้หนี้ค้อยว่ากัน ตอนนี่เท่าไร ๆ ก็เอาทั้งนั้น ก็ทำไปเถอะ แต่ตอนใช้หนี้อย่าหนีหนี แล้วก็อย่าคร่ำครวญว่า โอ๊ย โลกนี้ร้ายกาจ อยู่ดีธรรมกับเรา ถ้าใจไม่มีสติถึงอย่างนั้นก็ไม่ว่ากัน ทำกันไป

ถ้าเราเจ็บแล้วจำได้ ถึงกรรมตามมา เมื่อจะแผลอสติ แล้วทำไปตามอำเภอใจ สติจะคอยเตือนขึ้นมาว่า แล้วถึงเวลาที่กรรมตามมานี้ใครเหนื่อย เราก็จะตอบเบา ๆ ว่าเราเหนื่อยเอง สติก็จะถามอีกว่า แล้วยังไม่จำอีกหรือ ถ้าเราปฏิบัติจริง ๆ มันจะมีบทสนทนาอย่างนี้ แล้วต่อให้เราหัวดีหัวร้อนขนาดไหน เราก็จะยอม





เมื่อดิฉันเข้าวัดใหม่ ๆ พอท่านพระอาจารย์สิงห์ทองห้ามอะไร เราก็จะมีความรู้สึกที่เราไม่รู้หรอก ถ้าเราเกิดบ้ำเลือด เราก็จะรับใช้หนี้ของเราเอง ท่านอาจารย์ไม่ต้องมาเกี่ยวข้อง เราเป็นคนจริง ตอนนั้นเรื่อบ้าก็จะบ้าให้สาแก่ใจ เขามาทวงหนี้เราก็จะก้มหน้าใช้หนี้เอง แต่พอถึงเวลาเข้าจริง ๆ ใจก็ถามว่า เวลาที่เราบ้าไปนี่นะกิเลสมันยุ แต่พอเวลาเราใช้หนี้ ไม่เห็นกิเลสหน้าไหนจะมาช่วยเลย เราเข้าคุกมันก็ไม่เห็นมาส่งปืนโตให้เรา แล้วยังไม่จำอีกหรือ ปรากฏว่าได้ผล

ต่อไปเพียงแต่คิดว่าขอบ้าหน่อย มันเห็นภาพตอนใช้หนี้ขึ้นมาชัดเจน แล้วมันก็หยุดเอง ถ้าเราะวังรักษาศีลไว้เสมอด้วยชีวิต มันจะเป็นห้ามล้อที่มีประสิทธิภาพมาก เมื่อเรายังไม่รู้ซึ่งถึงคุณค่าของศีล เราจะค้นในหัวใจว่าทำไมเราถึงต้องไม่เปลอสี้มศีล แต่เมื่อมีศีลมากุ้มครองเรา แล้วเราไม่ต้องไปใช้หนี้ที่เกิดจากความเปลอ ทำให้เราสบาย การหักห้ามใจของตนได้ ทำให้เราสบายยาวนาน แล้วเราก็ชอบคุณที่สติช่วยห้ามล้อได้ทันห่วงที่ เพราะฉะนั้นถ้าเราเอาศีลเป็นคากำกับใจเอาไว้ว่า ตายเสียดีกว่าให้ศีลของเราถลอกปอกเปิก ช่วงแรกที่เราฝึกเราฝืนตัวเราเองมันทรมาณ แต่พอเราฝึกฝืนได้สำเร็จแล้ว เราจะชื่นใจ แล้วพบว่าดีเหลือเกิน

พระพุทธองค์ทรงเห็นว่าศีลดีกว่ากฎหมายและกฎระเบียบข้อบังคับทั้งหลายในโลกนี้ เพราะกฎทั้งหลายทั้งปวงยังต้องมีผู้รักษากฎเอาไว้ แต่ศีลเราเป็นผู้รักษา เพราะฉะนั้นเราเองเป็นผู้รับผิดชอบ ถ้าเมื่อไรเราเปลอ เรา



เองก็ต้องเป็นผู้รับผลของความเปลวของเรา มันเป็นตัวควบคุมสมดุลกันในตัวที่ว่าถ้าเราเปลวทำให้ศีลถลอก ไม่ใช่โลกเดือดร้อนอย่างเดียว ผลที่สุดเราซึ่งเป็นส่วนของโลกก็เดือดร้อนด้วย ถ้าเราไม่ต้องการให้เราเดือดร้อน เราก็ต้องรับผิดชอบเพื่อให้คนอื่นก็ไม่เดือดร้อนด้วย

ถ้าเราเข้าใจถ่องแท้แล้ว การรักษาศีล ไม่ใช่ที่เรากินเกลบเขากินข้าวเราต้องอดทนอดกลั้นฝึกฝืนใจตัวเราเองเพื่อประโยชน์สุขของเขาอย่างเดียวเมื่อมีอะไรเกิดขึ้น ถ้าเป็นสิ่งที่ร้ายกาจ ถ้าเรามีศีลแล้วเราห้ามล้อเราไว้ได้ แต่ผลร้ายนี้เกิดมาจากเราเปลวทำอะไรที่ผิดศีลไป จึงมีเรื่องร้ายนี้เกิดขึ้น เราทวนถามตัวเองว่า ถ้าเราห้ามใจตัวเองได้ อยู่ในศีลในธรรมแล้วจะมีเรื่องร้ายเกิดขึ้นมาไหม สิ่งที่เกิดขึ้นแล้วจะไม่สามารถหมุนเวลากลับคืนมาใหม่ แล้วทำให้บริสุทธิ์ผุดผ่อง ให้ศีลเราไม่ต่างพร้อยได้

ใจของเราที่ขึ้นขึ้นขึ้นมาไปแล้ว เกิดความสะดุ้งลงโทษตัวเองหรือสงสัยตัวเองไปอย่างนี้ มันไม่คุ้มกันเลย หากเราเข้มแข็งรักษาสติสัมปชัญญะ ให้คุ้มครองศีลของเราอย่าให้ต่างพร้อยเป็นอันขาด แล้วสิ่งเลวร้ายเกิดขึ้น ใครจะปรักปรำเราสักเท่าไร เราก็บอกตัวเองว่า ถึงจะหมุนเวลากลับไปใหม่อีกเราก็ทำได้ดีที่สุดเท่าที่เราทำไปแล้ว เมื่อใครปรับใหม่เรา เราก็ยินดีรับชดใช้ แต่เราไม่สะดุ้งใจ เราไม่เสียใจ เราไม่คิดว่าสิ่งเลวร้ายที่เกิดขึ้นเป็นเพราะความบกพร่องของเรา ตรงนี้พระพุทธศาสนาสอนให้เราทำคุณงามความดี ไม่ใช่เพราะเราเสียรู้คนอื่น หรือเราต้องอดทนอดกลั้นให้คนอื่นเขารู้มากเอาเปรียบ แต่เราทำเพื่อใจของเราจะได้เป็นอิสระอยู่ตลอดเวลา ทั้งในยามดีและยามร้าย



อะไรเกิดขึ้น เราไม่เปิดโอกาสให้เราเกิดความลึกลับในพฤติกรรมที่เราทำไปแล้ว เพราะเราแน่ใจว่าสิ่งที่ทำไปนั้น เป็นสิ่งที่ดีที่สุดเท่าที่สติปัญญาความสามารถของเรามี แล้วถ้าผลพิสูจน์ว่า ที่เราเข้าใจว่าเราดีพร้อม ศิลปะของเราไม่ขาดตกบกพร่องนั้น เรายังมีข้อบกพร่องอันนี้เป็นอวิชาของเรา เพราะฉะนั้นขอบคุณที่มีเรื่องนี้เกิดขึ้น เราจะได้แก้อวิชาให้เป็นวิชาเสีย เราจะได้พัฒนาตัวเราขึ้นไปอีก การที่เรารักษาศิลปะก็เพื่อใจของเราจะได้มีอิสระอยู่ตลอดเวลา ถึงมีข้อผิดพลาดขึ้น เราก็ไม่มาลงโทษตัวเอง เราไม่มาเป็นโรคจิตโรคประสาท

ถ้าเราเข้าใจถูกต้องแล้ว การรักษาศิลปะเป็นของง่าย ศิลปะจะเป็นเหมือนเสื้อผ้า ถ้าเราออกไปข้างนอกแล้วแต่งตัวไม่เรียบร้อย เราจะรู้สึกประเจิดประเจ้อ เรารู้สึกอาย เราจึงรักษาศิลปะเพื่อความเรียบร้อยและเพื่อความมั่นใจของใจของเรา แต่ถ้ามองศิลปะเป็นข้อบิบบังคับ กดถ่วงทำให้เราทุกข์เดือดร้อน คนที่รักษาศิลปะไม่เป็นจะทุกข์เดือดร้อน วันหนึ่งวันพระอีกแล้ว เราต้องไปรับศีลจากพระ กลุ้มใจเหลือเกิน อยากตบขมูกก็ต้องกัดฟันอดใจไว้ก่อน พรุ่งนี้ค่อยตบไม่มันเลย อย่างนี้ไม่เรียกว่าเรารักษาศิลปะ เราไม่ได้อันติสงส์ของศิลปะ ศิลปะก็ไม่มาทำนุบำรุงจิตใจของเราให้มีความผ่องแผ้ว มีใจเป็นอิสระ มีความเป็นปกติสุข

ไม่ว่าจะทำอะไร ขอให้เราพิจารณาไตร่ตรองและเข้าใจถึงเหตุถึงผลของมัน ทำให้สุขภาพใจของเราแข็งแรง เมื่อเรารักษาศิลปะได้ดั่งามอย่างนี้แล้ว

ข้อที่ ๓ หิริ คือความละอายที่จะทำความชั่ว ไม่มีใครรู้ไม่มีใครเห็น ถ้าเราเป็นคนที่มีหิริอะไรที่จะผิดจะชั่วเรารู้สึกไม่สบาย เรารู้สึกรังเกียจตัวเอง ทำไมเราถึงทำสิ่งที่ไม่ดีไม่งามอย่างนั้น ถึงไม่มีใครรู้ไม่มีใครเห็นไม่มีใครปรับ



ใหม่เรา แต่ใจที่มีหิริจะทำให้ระมัดระวังตัวเอง ไม่อยากทำความเดือดร้อนให้ตัวเอง เมื่อเป็นอย่างนี้แล้วหิริโอดตปปะเป็นธรรมที่คู่กัน หิรินั้นเราละอายที่เราจะทำการชั่ว ข้อที่ ๔ โอดตปปะ เราจะเกรงกลัว ไม่กล้าอวดรู้รอดดีไปทำสิ่งที่ชั่วที่เสีย

บางท่านว่าหิริโอดตปปะเป็นทวารธรรม เป็นธรรมของเทวดา แต่พระพุทธองค์ทรงสอนว่า ในสภาพความเป็นมนุษย์ของเรา ถ้าเราปรารถนาไปเป็นเทวดาเป็นพรหม ใจเรากลุ่มหลงติดอยู่ในสภาพที่เสพสุข เราไม่พัฒนา เราไม่ปฏิบัติต่อ แต่ถ้าเรามาเกิดเป็นมนุษย์แต่มีใจเป็นเทวดา มีหิริโอดตปปะด้วย การปฏิบัติธรรมของเราจะก้าวหน้าไปด้วยดี สติของเราก็จะพัฒนาดีกว่าที่เราจะเป็นกายละเอียด เป็นเทวดาจริง ๆ

หิริโอดตปปะนี้มีนิทานเรื่องหนึ่ง กล่าวถึงอาจารย์ทศปาโมกข์ท่านหนึ่ง เป็นม่าย มีลูกสาววัยรุ่นสวยงาม อาจารย์ห้วงหวงลูกสาวคนนี้มาก และเป็นคนไม่ประมาทจึงคิดหาคนมาตักแต่งให้เป็นสามีลูกสาวเสีย ถ้าเราพลาดพลั้งตายไป ลูกจะได้มีที่พึ่ง การหาสามีให้ลูกก็อยากจะทำคนดี ลูกศิษย์เราก็ล้วนเป็นคนฉลาดทั้งนั้น แต่ทำอย่างไรเราจึงจะรู้ว่าในทำสิบคนไหนคนไหนมีซั่มมะในใจ

วันหนึ่งอาจารย์ก็คิดอุบายออก จึงบอกกับลูกศิษย์ว่า เจ้าก็รู้ว่าครูมีลูกสาวอยู่คนหนึ่งอยากจะทำสามีมาตักแต่ง ครูเลือกได้เจ้าบ่าวแล้ว วันที่ประชุมกันเป็นวันศุกร์ วันจันทร์ครูจะทำพิธีแต่งงานให้ลูกสาว แต่อยากจะขอร้องพวกเจ้าสักหน่อยว่า ช่วยหาเครื่องประดับเครื่องแต่งตัวที่เจ้าสาวจะแต่งในพิธีวันจันทร์นี้ แต่มีข้อแม้ว่า สิ่งที่ครูขอร้องให้พวกเจ้าไปหามาวันนี้ เจ้าจะต้อง



ไปหาโดยไม่มีใครรู้ใครเห็นเป็นอันขาด แล้วก็ต้องมีหลักฐานมาบอกครูด้วยว่า เจ้าไม่ได้ไปขอใคร ไม่ได้ขโมยใคร แต่ไปเอามาโดยที่ไม่มีใครรู้ใครเห็น ตกลง พอถึงวันจันทร์ลูกศิษย์ทุกคนก็มา เอาของที่ครูต้องการมา ครูก็จับบัญชีเอาไว้ ว่าใครเอาอะไรมา พอถึงคนที่ ๕๐ ก็นั่งเฉยอยู่ ครูถามว่าเจ้าไม่รักครูหรือไม่ ทำตามที่ครูขอร้องหรือ

คนที่ ๕๐ ตอบว่า อาจารย์ ผมอาจเป็นศิษย์ที่โง่เขลา เพราะอาจารย์มี ข้อแม้ว่าสิ่งที่จะทำนี้ต้องไม่มีใครรู้คนเห็นเป็นอันขาด พอผมจะทำที่ไร มันก็มี ตัวผมเป็นคนรู้คนเห็นทุกทีเลย ผมเลยทำไม่ได้สักทีเดียว ผมก็ยอมอาจารย์จะ โกรธ ดุด่าว่ากล่าว จะปรับไหม ให้ผมไปทำอะไรอย่างอื่นอะไรผมก็ยอมทั้งนั้น แต่ผมทำไม่ได้ที่อาจารย์สั่ง พอจะทำที่ไร ตัวผมก็โผล่ขึ้นมา มันก็ผิดกติกา ของอาจารย์

อาจารย์ก็ดีใจ เพราะจริง ๆ ที่อาจารย์ตั้งข้อแม้นี้ขึ้นมาเพราะอาจารย์ คิดว่า ถ้าคนที่จะมาเป็นลูกเขยมีหิริโอตตปปะแล้ว มีเรื่องชุ่นเคืองเกิดขึ้น ลูกสาวเราเกิดไปทำความผิดความชั่ว แล้วสามีจะลงโทษนี้ สิ่งที่เขาลงโทษ ก็จะเป็นความยุติธรรม แต่ถ้าเขาไม่มีหิริโอตตปปะ บางทีเมื่อมีอารมณ์ต่อกัน เขาก็จะทารุณลูกเราได้ ความที่อาจารย์รักลูกสาว อยากหาคนดีให้เป็นคู่ครอง ตกลงอาจารย์ก็ดีใจว่าในลูกศิษย์เราห้าสิบคนนี้ เราก็ไม่รู้จะแยกแยะอย่างไรว่า คนไหนเป็นคนดีมีธัมมะ ก็ปรากฏว่าพบคนดีจริง ๆ อาจารย์ก็เลยเล่าถึงอุบาย ในใจให้ฟัง แล้วถามหนุ่มคนนี้ว่าเจ้าจะยินดีรับลูกครูไปชุบเลี้ยงไหม นาย คนนี้ด้วยความที่มีหิริโอตตปปะ ก็เลยได้ลูกสาวอาจารย์ไปเป็นภรรยา



เราจะเห็นว่าบางครั้งคนเราฉลาดทางโลกจริง แต่ไม่ใช่คนดีมีปัญญา ญาณเมธีสัมมาทิฐิ ถ้าเราไม่มีปัญญาญาณไม่มีสัมมาทิฐิก็ไม่มีhiriโอตตัตตปะด้วย เหมือนอย่างลูกศิษย์ของเพื่อนที่เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยปีสุดท้าย ผลการเรียนดี เป็นตัวเก็งว่าจะได้เหรียญทองของรุ่น แต่ถูกจับได้ว่าทุจริตในการสอบไล่ เมื่อ ถูกสอบสวน เขาให้เหตุผลว่าเขาเชื่อพระพุทธเจ้าจึงต้องทำตามที่พระพุทธเจ้า ทรงสอน คือให้เป็นอยู่ด้วยความไม่ประมาท เพราะฉะนั้นก็ต้องทุจริตเพื่อจะได้ ไม่พลาดจากเหรียญทอง หากคู่แข่งของเขาโกง

อาจารย์เขามาถามดิฉันว่าอย่างนี้เรียกว่าปฏิบัติธรรมหรือเปล่า ดิฉัน ตอบว่าปฏิบัติกิเลส นอกจากจะรู้มาก เห็นแก่ตัวแล้ว ยังนำธรรมคำสอนมา ปฏิรูปอีก เอาเหตุผลที่กิเลสเลื่อมสอนมาอ้างว่าพระพุทธเจ้าทรงสอนให้ เป็นอยู่ ด้วยความไม่ประมาท ถ้าเป็นอยู่ด้วยความไม่ประมาทจริงก็ไม่ต้องโกง เพราะ การโกงคือการประมาท เอาศีลคือมนุษยสมบัติของเราทิ้งไป ทำให้เราวิบัติจาก โอกาสที่จะมีคุณธรรมเป็นสมบัติของใจเพื่อให้เรารอดปลอดภัย เพราะเขาไม่เห็น คุณค่า ไม่รู้ว่าความซื่อสัตย์เป็นคุณธรรม เป็นอริยทรัพย์ การได้เหรียญทอง การมีหน้ามีตา มีชื่อเสียงเป็นที่นับหน้าถือตาของผู้คนเป็นโลกธรรมเท่านั้น เป็น สิ่งสมมุติ พอเราหมดลมหายใจไปแล้ว เราเอาไปด้วยไม่ได้ หรือเขาสรรเสริญ ว่าเราเก่งเป็นเทวดา เราก็ก็นั่งไม่มีปีก เราก็ก็นั่งเหาะไม่ได้ บินไม่ได้

แต่ถ้าเราดีจริง ๆ ถึงเขาจะกล่าวหาว่าเราเป็นหมา เราก็ก็นั่งเป็นหมา เพราะลูปเท่าไร ๆ เราก็ก็นั่งไม่มีหางงอกออกมา แล้วเราก็กัดเขาอย่างหมาไม่ได้



เรื่องนี้แสดงให้เห็นว่าจิตใจของนักศึกษาผู้นี้ฉลาดในทางโลกจริง แต่เขาไม่มีปัญญาที่จะคุ้มครองตัวให้อยู่ในสังสารวัฏอย่างปลอดภัย แล้วก็ไม่มีหิริโอตตปปะด้วย เพราะว่าอะไรก็ตาม ไม่ได้ด้วยเล่ห์เอาด้วยกล ไม่ได้ด้วยมนต์เอาด้วยคาถา เพื่อที่จะให้แลดูดีในสังคมวัตถุนิยมเท่านั้นเอง ซึ่งสังคมเหล่านี้เป็นสมมุติทั้งนั้น แต่ใจของเราต่างหากที่เป็นตัวจะพาให้เราสุขหรือทุกข์ เหมือนเราไม่ได้กินข้าว แล้วมีคนมาบอกว่าเลือดฝาด คุณดีจัง หน้าตาคุณใส คุณคงอิมแล้วนะ เราก็ไม่อิมตามลมปากเขา

ถ้าเราอิมแล้ว ใครมาบอกว่าหน้าตาเราเหมือนคนเพิ่งเป็นลม เราก็ไม่เป็นลม ตรงนี้เราต้องมีความมั่นใจในตัวของเรา ต้องมีหิริโอตตปปะ ที่เราต้องรู้อะไรเป็นผิดเป็นชั่ว เป็นบาป เราก็ไม่ข้องแวะ ถึงเราจะมีคนรู้คนเห็นหรือคนไม่รู้คนไม่เห็น เราก็เห็นเรา รู้เรา เป็นพยานตัวของเรา เพราะฉะนั้นจะบอกว่าตำรวจไม่มี คนอื่นไม่รู้ไม่เห็น สิ่งที่ทำไปไม่เป็นบาป ไม่ได้ มันเป็นไปแล้ว มันติดเข้าไปในประจวบกรรมของเราไปแล้ว

คุณสมบัติข้อที่ ๕ คือพหุสัจจะ ได้แก่ความเป็นผู้ศึกษาเล่าเรียนมาก บางครั้งเราคิดเองยังไม่ออก เพราะปัญญาของเราถูกอวิชชาครอบงำ บางครั้งก็จะมีรู้แต่บางครั้งก็ไม่มีรู้ เหมือนสมัยนี้เราไม่ได้ไปดูหนังเท่าไรแล้ว เพราะมีวิดีโอ แต่สมัยดิฉันยังเป็นเด็กเราไปดูหนังโรง เวลาเข้าไปในโรงหนังจะมีมืด แต่พอหนังเลิกออกมาเราดีใจว่าสว่าง แต่ตาของเราไปอยู่ในที่มีมืดนาน ๆ พอออกมาสว่างนี้เรามองอะไรไม่เห็นไปครู่ใหญ่ สติปัญญาของเราที่มีอวิชชาครอบงำอยู่ก็เป็นทำนองเดียวกัน เราเดินออกจากโรงหนังสว่าง เห็นแต่ก็ไม่เห็น ตาเราก็พรั



บางทีของวางอยู่เราก็ไม่เห็น แต่จะว่าไม่เห็นเลยก็ไม่ใช่ เพราะฉะนั้นความรู้ของเราบางทีเราก็รู้แบบหลง ๆ อย่างนี้ การฟังท่านผู้รู้ นักปราชญ์ ราชบัณฑิตได้อ่าน ได้ฟังเยอะ ๆ พาหุสัจจะ ก็จะทำให้จุดบอดมืดในใจของเราดีขึ้น บางครั้งจริตนิสัยของเราเหมือนนก เราก็รู้แต่จะบินไปเท่านั้น แต่เราไม่รู้ปลาเขาย้ายน้ำกันอย่างไร เราไปมีเพื่อน หรือเราไปอ่านเรื่องของปลา เราก็จะได้รู้ว่าปัญหาอย่างนั้นะ คนอีกประเภทหนึ่งเขาจะไม่คิดอย่างเราหรอก แต่เขาจะคิดอีกอย่างหนึ่ง แล้วเขาก็แก้ปัญหาก็สำเร็จเหมือนกัน ก็ทำให้การที่เราได้รู้ได้ฟัง ได้ยินเยอะ ๆ ทศนคติของเราก็จะกว้างขวางขึ้น เวลาที่มีปัญหาอะไร แทนที่เราจะทะเลาะเบาะแว้งกันจนหน้าดำหน้าแดง ตายลงไปข้างหนึ่ง เราก็เปิดใจให้กว้างแล้วก็ฟังเหตุ ฟังผล

ขณะเดียวกัน เราก็เก็บประสบการณ์ทำให้สามารถที่จะ.. อ้อ นกเขาบินไปอย่างนี้ ปลาว่ายน้ำ กระทบกระโดด หรือถ้าเราเป็นเต่า บนบกก็ไปได้ ในน้ำก็ไปได้ ตรงนี้การที่เราได้ยินได้ฟัง พาหุสัจจะ เรียบรู้มาก ก็ช่วยให้มีคุณสมบัติมีประโยชน์ แต่อย่าไปหลงเรียนอย่างเดียว เพราะคนบางคนสำนักไหน ๆ ก็ไปเรียนหมด แต่ไม่เคยลงมือปฏิบัติก็ไม่ได้ดีอีก เพราะฟังแล้วคิดว่าเข้าใจ แต่ไม่ได้ลงมือปฏิบัติมันก็ไม่เข้าใจ ถึงเวลาที่มีปัญหาจริง ๆ สิ่งที่เราเป็นเพียงเสือกระดาษ เอามาช่วยเราไม่ได้





เวลาเราสอนคนอื่นที่มีปัญหา เราสอนได้ถูกต้องหมด แต่พอเราเองมีปัญหาเข้าเราทำอีกอย่างหนึ่ง ตามสัญชาตญาณของกิเลส ที่ครอบงำใจเราอยู่ คนก็จะนิทาเราว่า เวลาสอนคนอื่นละก็สอนดี แต่พอถึงเวลามีปัญหากับตัวเองปรากฏว่ากลับทำอีกอย่างหนึ่ง คนเขาก็เลิกล้อมไสนียมชมชื่นเรา แต่เราก็ไม่รู้ ยังหลงตัวเองที่เป็นโปกานเปล่าว่าวิเศษ ซึ่งพาลุสัจจะไม่ใช่เพียงแต่ไปศึกษาไปเล่าเรียนแล้วจะรอดปลอดภัย ต้องมาสอนตัวเอง แล้วลงมือกระทำด้วย ไม่อย่างนั้นจะกลายเป็นรู้มากยากนาน หรือมีวิชาท่วมหัว เอาตัวไม่รอด

ข้อที่ ๖ จาคะ ใจของมนุษย์เราโดยอัตโนมัตติมีตัว มีตน มีเรา มีของเรา พวกเรา ไม่ใช่เราเจตนาจะเป็นคนใจคับแคบ หรือว่ารู้มากเห็นแก่ตัว แต่เป็นธรรมชาติอย่างนั้นจริง ๆ ถ้าไม่ระมัดระวังไว้ความตระหนี่หวงแหนเห็นแก่ตัว จะพอกพูนเพิ่มมากขึ้น มากขึ้น เรื่อย ๆ เราจึงต้องฝึกจาคะ ฝึกเสียสละเอาไว้

สมัยนี้ครอบครัวส่วนใหญ่มักจะมีลูกคนเดียว ถ้าเราไม่ระมัดระวังความที่เรารักลูกเราเราก็จะเห็นลูกเรายังเล็ก มีอะไรก็ต้องให้ลูกคนเดียว ลูกก็เคยชินคิดเอาว่า ฉันเป็นคนพิเศษ ไปที่ไหน ๆ ทุกคนจะต้องให้ฉันหมด ฉันนี่ก็อยากจะเอาอะไรจากใครก็ได้หมดทั้งนั้น ซึ่งอันตราย ถ้าเรารู้ตัวเองว่าเป็นอย่างนี้ ก็จะได้เริ่มคลายเกลียวของความเห็นแก่ตัว ให้เริ่มมีจาคะ เวลาที่เราจะให้อะไรใคร เราก็หัดเด็กตัวเล็ก ๆ นี้แหละว่าให้เขาเป็นคนให้ เขาจะได้ชื่นใจจากการให้อะไรใครออกไปแล้ว คนที่ได้รับชื่นใจดีใจขอบคุณเรา ให้เขาเริ่มเห็นว่าความสุขจากการให้คนอื่นนั้นเป็นอย่างไร



เหมือนตอนที่หลานดิฉันยังเล็ก ๆ อยู่ เขาเคยตามดิฉันไปที่วัด ไปเห็น  
ครูบาอาจารย์ท่านแบ่งอาหารกันอย่างไร เวลาฉันน้ำปานะมีลูกอมท่านก็เอามา  
แบ่งกัน คราวหนึ่งเขาได้ลูกอมที่ขึ้นชอบมาจากเมืองนอก พอเริ่มกินเขาก็  
ปรารถนาว่าอยากเอาไปถวายพระที่วัดบ้าง พระทั้งหมดมี ๑๔ องค์ เขาเอาลูกอม  
มานับ ถ้าถวายองค์ละลูกท่านก็ไม่อึด เพราะเขากินเองลูกเดียวก็น้อยไป พอ  
นับได้องค์ละ ๓ ลูก ลูกอมหมดพอดี เขามองดูลูกอมแล้วบอกว่า ท่านเอา  
องค์ละ ๒ ลูกเถอะนะ แต่องค์ละ ๒ ลูกก็ยังน้อย

เขาเริ่มเห็นในใจตัวเขาว่า เวลากิน ๒ ลูกก็น้อยไป แต่ถ้าให้องค์ละ ๓  
ลูก ลูกอมเขาก็หมด เราปล่อยให้เขาเห็นเองอย่างนี้ ได้ซึ่งใจตัวเองแล้ว จึง  
ถามเขาว่า คิดจะให้พระองค์ละสักกี่ลูกดี ที่นี้เวลาเขาจะกินอะไร เขาจะดู  
มากเกินไปไม่ดี ต้องมีแบ่งไว้ให้คนอื่นด้วย เขาก็เริ่มมีใจที่รู้จักจาคะ เพราะ  
เราไม่สอนให้เขาจาคะด้วยการขอสตางค์ไปซื้อเพื่อทำบุญ โดยที่ตัวเขาเองไม่เคย  
เอามาไตรตรองว่าถ้าตัวเองกินจะกินแค่ไหน ซึ่งบางครั้งเขาก็ตั้งใจให้ทั้งหมดที่มี  
โดยตัวเองอด เพราะเขาอยากให้ท่านได้ฉันของอร่อยอย่างที่ท่านเคยกินมา  
แล้ว ซึ่งอันนี้เองคือการจาคะอย่างแท้จริง

ดิฉันเป็นนักเรียนโรงเรียนแม่ชีฝรั่งตั้งแต่ชั้นอนุบาล เมื่อขึ้นชั้นมัธยม  
พอเปิดเทอมมาแมร์จะเอากระป๋องอมลินให้หัวหน้าห้องไว้เก็บสตางค์ ท่านไม่ให้  
เก็บสตางค์ก่อนกินข้าวกลางวัน แล้วหัวหน้าจะต้องดูว่าสตางค์ที่ใส่เป็นเศษสตางค์  
เป็นสตางค์ที่เหลือจากที่เรากินข้าวกลางวัน ถ้าเราอยากใส่เยอะเราต้องกินขนม  
ให้น้อยลง หรือกินเฉพาะข้าว ไม่กินน้ำหวานกินน้ำเปล่าแทน ต้องเป็นเศษสตางค์

จากอาหารกลางวันของเรา ไม่ใช่ไปขอพ่อแม่เพื่อทำบุญ เราถูกฝึกให้ทำอย่างนี้  
ตอนแรกเราก็ไม่อยากจะทำ เรื่องอะไรนะ อยากรู้นะคนก็ต้องอดเพื่อมาใส่  
กระปุกออมสิน พอถึงเวลาที่เราเอาสตางค์มาทำการกุศล แม่แหมรีให้เราตัดสินใจ  
กันเองว่าจะเอาไปทำอะไร คราวหนึ่งพวกเราตกลงจะเลี้ยงเด็กกำพร้า นับสตางค์  
กันแล้วจะพอเลี้ยงเด็กกำพร้าได้ ๔ คน โดยเราเชิญเขามาเลี้ยงน้ำชาตอนบ่าย  
มีไอศกรีมและคุกกี้ เราเอากระดาษย่นมาตัดลายฉลุเป็นผ้าปูโต๊ะ มีต้น  
คริสต์มาส มีของขวัญให้เขาสอยด้วย พอเราได้เห็นท่าทางที่เขามีความสุข ชื่นใจ  
ดีใจ ตอนแรกเราซื้อไอศกรีมมาสำหรับพวกเด็กและสำหรับพวกเราด้วย แต่  
พอเราเห็นเด็กกำพร้าอ่อยกับไอศกรีม เราเลยถามเขาว่าจะเอาไอศกรีมเพิ่ม  
อีกไหม ตาเขาเป็นประกาย ถามว่าได้หรือ มีหรือ

ไอศกรีมที่เราตั้งใจไว้เลี้ยงกันเองนั้น นอกจากเราจะให้เด็กกำพร้ากิน  
จนอิ่มแล้ว ยังให้เขาชนกลับไปเลี้ยงพวกเพื่อนเขาที่โรงเลี้ยงเด็กกำพร้าอีกด้วย  
ท่าทางที่พวกเขาชื่นใจดีใจนี้ ทำให้เราตกลงกันว่าพอเปิดเรียนมาหลังจากหยุด  
คริสต์มาสคราวนี้ เราจะเก็บเงินให้มากขึ้น แล้วพอปิดเทอมใหญ่จะเชิญ  
เด็กกำพร้ามาเลี้ยงอีก แล้วเราจะหาไอศกรีมให้ถึงโตกว่านี้ การที่เรามีความสุข  
จากการเสียสละ เราให้เขาแล้วเรารู้สึกชื่นใจที่เห็นเขามีความสุข เราก็พลอย  
อิ่มใจไปกับเขา เหมือนเราได้กินไอศกรีมไปด้วย



ถ้าเราปลูกฝังให้เราแต่ละคน แต่ละคน มีใจจากะอย่างนี้ สังคมจะ  
เป็นสังคมที่ร่มเย็นเป็นสุข ไม่ว่าจะมามีวิกฤตอะไรเกิดขึ้นเราก็จะรอดปลอดภัย  
เพราะว่าน้ำใจที่เรามีต่อกันจะเกื้อหนุนกัน เราจะมีกำลังใจที่จะฟันฝ่าอุปสรรค  
จนผ่านพ้นวิกฤตไปได้ จากะจึงเป็นสิ่งที่ยังสังคมให้ร่มเย็นเป็นสุข

ข้อที่ ๗ คือ **ปัญญา** ปัญญาไม่ใช่ปัญญาทางโลกที่ว่าจะเรียนรู้เพื่อ  
ได้ปริญญาหรืออะไร ปัญญาตัวนี้คือตัวสัมมาทิฐิ ก่อนจะทำอะไร เราต้องมี  
ความเห็นชอบ ความเห็นชอบเป็นอย่างไร ความเห็นชอบอันนี้ ขอยกตัวอย่าง  
ดิฉันเพิ่งเจอลูกศิษย์ที่น้อยอกน้อยใจว่าพ่อแม่ก็มีลูกตั้งหลายคน แต่พอถึงเวลา  
ที่พ่อแม่เจ็บเข้าโรงพยาบาล หรือมีปัญหาอะไร พี่น้องคนอื่น ๆ จะทำเป็นไม่รู้  
ไม่ชี้ หนีหน้าหายไป เขาเป็นคนที่ต้องรับภาระจ่ายค่ารักษาพยาบาล ค่าโน้นค่านี้  
ทั้งนั้น เป็นอย่างนี้ทุกครั้ง

ดิฉันถามเขาว่า ถ้าเราไม่จ่าย เราจะสบายใจไหม ไม่สบายค่ะ เพราะ  
เราเป็นลูก เราก็ต้องมีความกตัญญูกตเวทิต่อพ่อแม่

อย่างไร ๆ หนูก็จ่ายใช้ไหม แล้วไหน ๆ หนูก็เสียสตางค์แล้ว เรื่องอะไร  
หนูจะต้องเสียน้ำใจของหนูไปเฟ่งโทษพี่น้องให้ใจหนูขึ้นชี้สนิม อย่างไร ๆ หนูก็  
ต้องเสียอยู่แล้ว หนูคิดเสียใหม่ให้เกิดปัญญาว่า ขอบคุณพี่น้องที่เอามหากุศล  
มาให้เรา ถ้าเขาช่วยกันแบ่งคนละนิดคนละหน่อย เราก็ได้ทำบุญนิดเดียว  
นี่เขาให้โอกาสเรา ถ้าเราล้มหายตายจากไปก่อน เราได้ทำกับพ่อแม่เต็มเปี่ยมเลย  
ขอบคุณที่เขาเอาบุญมาให้เรา



ปัญญาที่เป็นอริยทรัพย์เป็นอย่างนี้ ไหน ๆ ก็ต้องเสียแรง เสียเงิน เสียสมบัติทางโลกไปแล้ว क्याไปหุบดวงใจตัวเองให้פקซ้ำคำเขี้ยว อยาเบียดเบียนตัวเอง เอาใจของเราครอบงายให้เป็นบุญ ปิติอิมเอิบเต็มทีเลย แล้วแผ่ส่วนกุศลให้กับคนที่แลดูเหมือนมาทิ่มตำทำร้ายเรา

ถ้าทุกครั้งที่เราจะทำอะไร เราสามารถหาเหตุผลมาประคองให้ใจของเรา มีสุขภาพแข็งแรงอย่างนี้ได้ คือเรามีปัญญาเห็นชอบ แล้วปัญญาเห็นชอบตัวนี้ ก็จะคุ้มครองใจเราให้เป็นก๊อนบุญก๊อนกุศลอยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะตกไปอยู่ใน สถานการณ์ทุกข์เดือดร้อนปานใด ใจจะไม่มีวันหมอง จะเป็นใจที่เป็นกอนบุญ กอนกุศล แล้วพาเรา คุ้มครองเราให้รอดปลอดภัยไปเสมอ ๆ

ตรงนี้คือสุดยอดของพระพุทธศาสนาที่เราต้องการให้ทุกคนจะปฏิบัติ หรือไม่ปฏิบัติก็ตาม ได้ใจที่เป็นบัวพั้นน้ำขึ้นมา เมื่อใจมีความปิติอิมเอิบ เบิกบานอย่างนี้แล้วยอมแผ่คลื่นของความคิดที่เป็นกุศล ที่ไม่เป็นมลพิษออกไป ในบรรยากาศ

ทุกวันนี้ใจที่เราคิดว่าเป็นเรื่องส่วนตัว แต่พอมีทุกข์เดือดร้อน เราคิด ตัดพ้อต่อว่า เราเพ่งโทษคนอื่น นี่คือการสร้างมลพิษกระจายไปในบรรยากาศ แล้วสิ่งเหล่านี้ไปมีผลร้ายยิ่งกว่ามลพิษที่เราเรณณรงค์กับสิ่งแวดล้อมเสียอีก

เพราะฉะนั้นถ้าเราอยากทำให้โลกนี้ร่มเย็นเป็นสุข ตัวเราก็ร่มเย็นเป็นสุข เราต้องระวังให้ความคิดของเราสร้างสรรค์ เอื้อเพื่อเอื้อแผ่ต่อกัน เป็นปัญญา เห็นชอบ แล้วทุกอย่าง ปัญหาทั้งหลายจะคลี่คลายหรือหายไปหมดเลย เหมือน พระอาทิตย์อยู่ตรงกลางศีรษะเราเวลาเที่ยงวัน มองหาเงาตรงไหนก็หาไม่พบทั้งนั้น



ท่านอาจารย์เคยบอก ขอให้เราได้เห็นกิเลสเถอะว่ามันเป็นอย่างไร พอเห็นกิเลส จะได้ทิ่มแทงฟันให้ตายไปให้หมด ท่านบอก พอเห็นว่าเราโกรธนะ นี่เรากำลังต่อสู้กับความโกรธ พอเหลียวไปอีกที ไม่รู้มันหายไปไหนเกลี้ยงเลย ก็จริง ๆ กิเลสมันมีตัวตนกันที่ไหนล่ะ มันเป็นเงาของใจเรา ถ้าเมื่อไรเราเห็นมันบีบเงาก็หมดไป ก็ไม่ต้องไปสู้กับมันแล้ว เข้าใจมันก็หมดไปแล้ว ตรงนี้ปัญญา

ขอให้พยายามฝึกเอาสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของเรามาเป็นแบบฝึกหัด ให้เราเกิดปัญญาเห็นชอบทุกครั้งไป ในที่สุดปัญญาเห็นชอบของเราก็จะละเอียดขึ้นเรื่อย ๆ จนกระทั่งคุ้มครองให้ใจมีอภัยทานซึ่งเป็นยอดของจาคะ เมื่อมีอภัยทานแล้วเวรภัยก็เลิกแล้วต่อกัน ก็ไม่รู้จะเอาอะไรไปเบียดไปเบียนกัน มันไม่ดีเราก็ไม่ไปเพ่งโทษ มันดีเราก็ไม่ไปติดข้อง เราก็สาธุ สาธุ จะดีจะชั่ว เราก็สาธุทั้งนั้น โลกนี้ก็ร่มเย็นเป็นสุข

ในสมัยพุทธกาลมีท่านเศรษฐีอยู่คนหนึ่ง ท่านสร้างศาลาที่พักirimทาง เพราะเห็นว่า คนเดินทางบางที่เกิดอุปสรรค มีฝนตกไปไม่ถึงที่หมายปลายทาง ก็จะได้อาศัยที่พักirimทางนั้นนอนพักค้างแรม สร้างเสร็จแล้วก็หวังใยมคอยตามไป ดูว่ายังเรียบร้อยดีไหม ถ้าสกปรกบกพร่องเสื่อมสภาพ กระดานมันหักมันแตก จะได้ซ่อมแซม

วันหนึ่ง มีหนุ่มคนหนึ่งทำเลอะซีโคลนเต็มหมดย่ำขึ้นไป แล้วก็ขึ้นไปนอนทั้งทำเลอะอย่างนั้น ท่านก็บ่นว่าลูกเต้าเหล่าใครนะ มันไม่รู้อะไรเป็นสิริมงคลถึงทำอย่างนี้ ถึงได้ยากจนหาที่อยู่ไม่ได้ เพราะปกติคนเราเข้าขึ้นมา



ศรีอยู่ที่หน้า ก็ต้องล้างหน้า กลางวันศรีอยู่ที่อยู่ต้องประพรมอกทำให้อกเย็น เพราะอากาศที่อื่นเดียกลางวันร้อน คำคืนศรีอยู่ที่อยู่ต้องล้างเท้าให้สะอาดถึง จะเข้านอน จึงจะดีเรียบร้อย มีความเจริญก้าวหน้า

หนุ่มคนนี้เป็นคนซื่อจริง ๆ สิ่งที่ท่านเศรษฐีพูดนั้น เป็นสิ่งถูกต้องทุก ประการ ถ้ามันคิดว่าเศรษฐีท่านเป็นผู้ใหญ่พูดอย่างนี้ เราก็ต้องปรับปรุงตัวเรา เพื่อให้เราเป็นคนดี มันกลับไปผูกใจโกรธว่า ดินก็ดินของมัน แล้วมันไป หนักอะไรของท่านเศรษฐีด้วย

พอเข้ามา มันก็ตามไปเผาที่นาท่านเศรษฐี ไปเผาวัช ฆ่าช้าง ฆ่า ทำลาย ข้าวของ ๆ ท่านเศรษฐี รวมทั้งไปเผาวิหารที่ท่านเศรษฐีสร้างถวายวัดใน ละแวกบ้านของท่าน ท่านเศรษฐีก็คิด เราสร้างวิหารหลังเดียวก็เรียกว่าเป็น บุญกุศลแล้ว ไม่เคยคิดจะสร้างวิหารอีก แต่เราก็ไม่คิดว่าวิหารที่เราสร้างจะถูก ไฟไหม้ พระท่านอยู่ของท่านตามปกติดี ๆ เราก็ไปทำวิหารถวายท่าน ครั้นท่าน คุ่นเคยกับการอยู่วิหารสบาย ๆ วิหารก็ถูกไฟไหม้ อย่างกระนั้นเลยเราสร้างวิหาร อีกริหารก็แล้วกัน ท่านก็สร้างวิหารอีก นายคนนี้ก็ไปเผาวิหารอีก เพราะมันรู้สึก ว่า ท่านเศรษฐีนี้เป็นอย่างไรนะ เผาวิหารแล้ว ทำอะไรก็แล้ว ท่านเศรษฐีท่าน ก็ทำเหมือนท่านไม่มีความรู้สึก ท่านไม่โกรธ ไม่ด่าทอ ไม่ทะเลาะเบาะแว้ง หรือตามหาว่าใครเป็นคนทำอย่างนี้ ตกลงท่านเศรษฐีก็สร้างวิหารไปมันก็เผาเรียบ ไป ๗ วิหาร



จนถึงวิหารที่ ๘ ท่านเศรษฐีก็คิดว่าเราก็แก่ลงทุกวัน ของทุกอย่างล้วนเป็นไตรลักษณ์ มันไม่เที่ยง เราอาจไม่มีเงินพอที่จะสร้างวิหารอีกก็ได้ ท่านก็เลยบอกกล่าวผู้คนรอบข้างว่า นี่แน่ะ พอวิหารหลังที่ ๘ เสร็จท่านจะทำบุญ ขอให้พวกท่านมาร่วมฉลองวิหาร และจะได้อนุโมทนาบุญด้วยกัน โดยเฉพาะถ้าใครรู้ว่าใครเป็นคนเผาวิหาร ช่วยเชิญมาหน่อยเถิด จะได้ขอบใจ ที่ทำให้ฉันได้สร้างถึง ๘ วิหาร จัดเป็นมหากุศล

หนุ่มคนนั้นมันก็มา แต่ไม่ได้มาด้วยจะมาอนุโมทนาบุญกับท่านเศรษฐี มันอยากรู้ว่าท่านเศรษฐีทำเป็นพูดดีแต่ปาก แต่พออยู่ในหมู่คนใกล้ชิดก็อาจซุบซิบนินทามัน มันก็ตั้งใจไว้ว่า ถ้าท่านเศรษฐีนินทามันสักคำเดียว มันจะแทงให้ตายกลางงานบุญเลย

เพราะฉะนั้นมันเลยมา แล้วก็คุ่มท่านเศรษฐีแจ ไม่ว่าท่านเศรษฐีจะพูดหรือทำอะไร จะได้ไม่หลุดรอดไปจากการได้ยินได้ฟังของมัน พอมันได้ยินท่านเศรษฐีพูดอย่างนี้ มันถึงงมาก ไปสะกิดท่านเศรษฐีว่า ฉันนี่แหละเป็นคนเผาวิหาร

ท่านเศรษฐีก็ดีใจ ถามว่าจะให้ท่านทำอย่างไร เชิญให้นั่งตรงไหน จะให้ปูผ้ากราบหรืออย่างไร ในฐานะที่เป็นผู้มีบุญคุณใหญ่หลวง มันบอกไม่ต้องหรอก ไม่ต้อง ท่านเศรษฐีคิดอย่างนี้ได้อย่างไร มันสงสัย เพราะถ้าใครทำอย่างนี้กับมันนี้ ถูกฆ่าตายแล้ว ท่านเศรษฐีตอบว่า ก็อย่างที่บอกแล้ว มันก็ว่าไหนๆ ก็บอกแล้ว คราวนี้มันจะบอกให้หมด มันไม่ได้เผาแต่วิหารนะ มันไปเผาที่นาท่านเศรษฐีไปฆ่าวัว ฆ่าม้า ฆ่าอะไรทั้งหมดของท่านเศรษฐี





ท่านเศรษฐีก็ว่า ไหน ๆ เจ้าก็พูดแล้วนะ ขอเราถามคำเดียวเถอะ ม้า วัว  
อะไรพวกนี้ มันไปทำอะไรให้เจ้าเจ็บช้ำน้ำใจ เจ้าถึงไปรังแกมันถึงขนาดนั้น แล้ว  
ฉันเองนี่ ฉันทำอะไรให้เจ้าเจ็บช้ำน้ำใจช่วยบอกหน่อย ถ้ามีทางที่จะแก้ตัว หรือ  
ทำอะไรให้เจ้าหายชุ่นเคือง ฉันจะได้ทำ เวรภัยอันนี้จะได้เป็นอโหสิกรรมต่อกัน

มันก็เลยเล่า ท่านเศรษฐีจำได้ไหม วันหนึ่งท่านเศรษฐีไปเดินดูศาลา  
ที่พักริมทาง แล้วมีหนุ่มคนหนึ่งเดินขึ้นไปนอนทั้งคืนเลอะซีโคลน แล้วท่าน  
เศรษฐีไปว่ามัน มันคือเจ้าหนุ่มคนนั้น

ท่านเศรษฐีตอนแรกจะประท้วงแล้วว่า แล้วที่ท่านพูดเป็นความจริงไหม  
แต่สติของท่านทำให้ได้คิดว่า หนุ่มคนนี้พูดไปก็ไม่มีประโยชน์ เพราะถ้ามันรู้คิด  
มันมีปัญญา มันก็ต้องเห็นแล้วว่า สิ่งที่ท่านเศรษฐีพูดเป็นความจริง มันก็  
ต้องไปปรับปรุงตัวมัน เพื่อให้มีความเจริญก้าวหน้า ท่านก็เลยสังเวชใจว่า มัน  
มีร่างกายเป็นคนก็จริง แต่ใจคงเหมือนสัตว์ แมวหมาตัวหนึ่งเท่านั้น พูดไป  
มันก็แว้งกัดเราเปล่า ๆ

สติเลยยับยั้งท่านไว้ ที่ท่านจะพูดก็เป็นว่า เออ เราขอโทษเจ้าที่ปาก  
เราพล่อยไปเอง ตรงนี้คือตรงที่หลวงปู่บุดดาซึ่งเป็นผู้เทศน์กัณฑ์นี้ให้ฟัง ท่าน  
ย้ำว่า ถ้าเราจะมีสัมมาทิฐิ ปัญญาเห็นชอบที่เป็นปัญญาอย่างที่พระพุทธเจ้า  
ทรงสอน เราต้องรู้ตามความเป็นจริง แล้วระงับวาทะเราได้อย่างท่านเศรษฐี



หลวงปู่ย่าว่า สิ่งที่ท่านเศรษฐีพูดมาทั้งหมดเป็นความจริง ทุกประการ แต่ท่านก็ยอมขอโทษว่า ปากเราพล่อยไปเอง เพราะท่านพูดผิดกาลเทศะ ท่านไม่ได้พูดกับคนที่จะพัฒนาตัวเอง ท่านไปสอนคนพาล ลันดานหยาบ พูดไปมันก็ทิ่มแทงท่านอีก มันก็กล่าวหาว่าท่านไปเหยียบหัวใจมันเลือดสาด เพราะฉะนั้นปัญญาที่เป็นสุดยอดของอริยทรัพย์นี้ ถ้าเราทำได้อย่างที่หลวงปู่พูดมาสอน รับรองเราคุ้มครองตัวเราเองรอดปลอดภัย แล้วโลกนี้ก็จะศานติร่มเย็น เพราะสมัยนี้มีแต่คนที่แบบเจ้าหนุมที่ไม่ล้างตีน แล้วมันยังโกรธอีก ถ้าใครไปว่ามันไม่ล้างตีน เพราะมันถือว่าตีนของมันเป็นสิทธิส่วนบุคคล เป็นสิทธิมนุษยชนอย่ามาแตะต้องเป็นอันขาด

วันนี้ขอฝากอริยทรัพย์เอาไว้ เพื่อเป็นข้อคิดเตือนใจว่า ถ้าเรามาปฏิบัติกันแล้ว เราหวังความร่มเย็นเป็นสุข มีสุขภาพใจสมบูรณ์แข็งแรง แล้วเราเองก็จะทำแต่ความซุ่มซ่ามไปให้สังคมรอบข้าง เราจะต้องสะสมทรัพย์ที่เป็นคุณธรรมเหล่านี้ โดยเฉพาะข้อสุดท้าย ต้องพัฒนาหาแบบกายอุบาย ทำให้งอกงามให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ แล้วเราจะรอดปลอดภัย

ขอฝากเอาไว้เป็นกำลังใจค่ะ

# อภิเสนธรรม

- บรรยายที่ สมาคมพุทธธรรม
- ตึกกสิกรรมแห่งชาติ
- โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
- วันที่ ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๕๘

ธรรมเป็นที่อิงหรือที่พึ่งพิงอาศัย บางคนเรียกว่าเป็นธรรมที่เป็นเหมือน  
พนักพิงหรือธรรมช่วยอุดหนุน

อภิเสนธรรมมีอยู่ ๔ ข้อ หมายถึงสิ่งที่ถ้านำมาพิจารณา แล้วเอามา  
ช่วยในการประพฤติปฏิบัติอยู่เป็นเนืองนิจ จะทำให้สามารถรักษากุศลที่ยังไม่  
เกิดให้เกิดขึ้น กุศลที่มีอยู่แล้วให้เจริญงอกงาม กุศลที่ยังไม่เกิดก็แน่นอนว่า  
จะไม่เกิดขึ้น ที่เกิดแล้วก็เสื่อมไป ซึ่งช่วยให้การปฏิบัติก้าวหน้าไปเรื่อย ๆ

สิ่งที่เรียกว่าอภิสเนนธรรมมีอะไรบ้าง

๑. สงฆาเยกํ ปฏิเสวติ ของอย่างหนึ่ง พิจารณาแล้วเสพ คือปัจจัย ๔ ได้แก่ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ คิลานเภสัช หรือภาษาชาวบ้านก็คือ เครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค ปกติเราก็ทราบกันแล้วว่า พระท่านพิจารณาสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ก่อนจะใช้สอย

อย่าง จีวร นี้ พระปาสายท่านพระอาจารย์มั่น หลายองค์จะอธิษฐานว่า จีวรของท่านต้องมาจากการชักบังสุกุล คือผ้าที่เขาทิ้งแล้ว อย่างผ้าห่อศพ เป็นต้น ท่านพระอาจารย์สิงห์ทองเคยเล่าให้ฟังว่า ช่วงที่ท่านอธิษฐานว่า ท่านจะใช้แต่เฉพาะผ้าบังสุกุลเป็นผ้าจีวร ระหว่างสงครามโลกครั้งที่ ๒ มีศพที่เน่า กำลังขึ้นอืด ท่านก็ไปชักเอาผ้าที่ห่อศพมา จัดการฝังศพให้เรียบร้อย แล้วเอาผ้ามาซักจนสะอาด เอารวมกับผ้าอื่น ๆ ที่ท่านชักได้ มาทำเป็นผ้าจีวร

ท่านเล่าถึงว่าแรก ๆ ที่ได้ผ้ามา ยังเห็นติดตาเป็นภาพศพขึ้นอืดมีหนอนขึ้น ถึงจะซักสะอาดอย่างไร ตากแดดอย่างไร พอจะใช้ ใจยังนึกเห็นภาพนั้นอยู่ ก็นึกถึงที่พระพุทธองค์ทรงสอนให้พระภิกษุเป็นผู้อยู่ง่ายอย่างนี้ คือถ้าไม่นำมาปฏิบัติ เราก็หลงว่าเราปฏิบัติได้แล้ว ครั้นถูกทดสอบด้วยของจริงอย่างนี้ จึงได้รู้ว่า ใจเรายังแกว่ง ใจเรายังคิดปรุง ยังมีตัวสัตว์ ตัวบุคคล มีความยึด

ความจำ แล้วแทนที่เราจะบริโภคสิ่งเหล่านี้ เสพสิ่งเหล่านี้เพียงเพื่อเป็นเครื่อง  
กันร้อน กันหนาว มันไม่ใช่แค่นั้น ยังมีสัญญา ความจำได้หมายรู้ ชักพาให้  
ปรุง ให้กระเพื่อมตามไป ตอนที่ฟังท่านอาจารย์ เราก็คิดว่าเมื่อฝึกไปเรื่อย ๆ  
เราคงทำใจของเราให้ใช้ผ้าบังสุกุลได้

แต่เดิมที เมื่อใครตาย ชาวบ้านจะเอาสิ่งของเครื่องใช้ของคนตายเผา  
ไปด้วย เพราะเชื่อว่าคนตายจะได้มีข้าวของเหล่านี้ไว้ใช้สอย ท่านอาจารย์  
เทศน์อบรมให้เราเข้าใจว่า การทำอย่างนั้นไม่ได้ประโยชน์ แต่ถ้าเอามาให้  
คนยากคนจน หรือใครที่ขาดแคลน จะได้ผลเป็นทาน เป็นบุญกุศลเป็น  
อริยทรัพย์ไปถึงผู้ตาย ดีกว่าการเอาไปเผาเฉย ๆ ชาวบ้านเลยเริ่มเอาเสื้อผ้า  
ข้าวของของคนตายมาถวายวัด ให้ท่านจัดสรรแจกไปตามผู้ที่ท่านเห็นสมควร  
แล้วเขาจะได้อุทิศกุศลผลบุญไปให้ญาติผู้ล่วงลับไปแล้ว

วันหนึ่งท่านอาจารย์อุ้มเอาผ้าชิ้นของคนตายซึ่งเป็นผ้าใหม่มาให้ดิฉันใช้  
แล้วภาวนา แผ่เมตตาให้เขา เป็นการบังคับเราไปในตัว ให้ไม่ซี้เกียจซื้อร้านที่  
จะเดินจงกรมนั่งภาวนา เพื่อแผ่เมตตาไปให้เขา ถ้าทำแบบเล่น ๆ ก็ละอาย  
ตัวเองว่าจ่ายเช็ดเตี๋ย



เมื่อได้ผ้าชิ้นมาก็ปีติว่า เราจะได้ปฏิบัติเหมือนเป็นพระจริง ๆ แล้ว เพราะได้แต่ฟังว่าครูบาอาจารย์ท่านไปชักผ้าบังสุกุล นี่เราไม่ได้ไปชักผ้าบังสุกุลเอง แต่ผ้านี้ก็เปื้อนผ้าของคนตาย เราเอามาซักมาตากจนสะอาดเรียบร้อย ถึงตอนจะนุ่งให้เขา ตาก็ไปเห็นรอยเปื้อนเป็นวงใหญ่มีสีเข้มกว่าสีม่วงแก่ของเนื้อผ้าชิ้น ก็เอามาซักใหม่ และพบว่า รอยนี้ซักอย่างไรก็ซักไม่ออกระหว่างนั้นก็แผ่ส่วนกุศลให้เขาไป เมื่อรู้แน่แน่ใจว่าซักไม่ออกแล้วก็จะปลงใจนุ่งให้เสียที่แตกต่างจะนุ่งได้สำเร็จ ก็ซักอยู่อีกหลายรอบ เมื่อนุ่งได้แล้ว จึงเห็นถึงอำนาจของอุปาทานความยึดมั่นที่ครอบงำใจอยู่ ถ้าเราไม่ลงมือทำแบบฝึกหัด ฟังแต่ครูบาอาจารย์เล่า เราก็คงหลงว่าของง่าย ๆ เราทำได้

ได้เห็นใจเราที่เป็นอย่างนี้ ก็ไปนึกถึงเจ้าชายสิทธัตถะ ท่านเป็นเจ้าชาย ท่านไม่เคยต้องใช้ของอะไรอย่างนี้ แต่เมื่อท่านออกบวช บางทีไม่มีแม้แต่อาหารจะเสวย เมื่อท่านอดพระกระยาหารจนสลบไป แล้วเด็กเลี้ยงวัว ไม่แน่ใจว่าท่านตายหรือยังก็เอานมมาหยอด เอาหญ้ามาแยงรูจมูกท่านว่าท่านจะกระตุกกระตักใหม่ ถ้าเราโดนแบบนี้เราจะมีอารมณ์อดทนอดกลั้น จะพิจารณาทำจิตใจของเราให้เป็นธรรมได้ไหม



ก็เลยเข้าใจว่าการบวชหรือการที่ต้องออกไปทดสอบกับตัวเอง เอาตัวเรา เป็นหนูตะเภาอย่างที่พระพุทธเจ้าทรงทำนี่ เป็นสิ่งจำเป็น ที่ทำให้ท่านได้เห็น พระทัยของท่าน แล้วได้รู้ว่า ที่เราบอกเราเมตตา เราไม่มีตัวสัตว์ตัวบุคคล ทุกสิ่งเสมอกัน เป็นเพื่อนร่วมทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย นี่ ไม่ใช่แค่ปากพูด ถ้า ลงมือทำได้ ใจจะเบา ปิติ อิ่มเอิบ มีความรู้สึกเหมือนอย่างกับว่าเรารู้สัมผัสกับ ทุก ๆ ชีวิต แต่ละชีวิตนี้เสมอกันจริง ๆ ไม่เบียดเบียนกัน ถ้าแต่ละคนปฏิบัติ สันติสุขจะเกิดขึ้น แล้วที่จะมาถือเราถือเขา จะรังเกียจเดียดฉันท์มีการฆ่าฟันกัน รังแกกัน จะลดน้อยลงไปมากมาย จึงได้เข้าใจตรงนี้ ว่าของเหล่านี้ ให้พิจารณา แล้วจึงใช้สอย เพียงแค่จิวร กว่าเราจะใช้สอย ให้พิจารณาอย่างนี้ทุกวัน ๆ เนื่อง ๆ อย่าไปฟุ้งเฟ้อ ว่าเป็นผ้าใหม่ เป็นผ้าอย่างดีเลิศ

ชาวบ้านที่จะถวายของพระก็โลกบุญ ถ้าถวายสิ่งประณีต ก็จะได้รับ แต่สิ่งของที่ประณีต โดยมากผู้ทำบุญ ไม่ได้ทำด้วยเจตนาที่มุ่งถวายท่านด้วยความเลื่อมใสศรัทธาร้อยเปอร์เซ็นต์ ความเห็นแก่ตัวของตน เมื่อมีกำลัง เรา ก็ต้องเปลี่ยนโลกทรัพย์ของเราให้เป็นอริยทรัพย์ที่ดีที่สุด สูงที่สุด เพราะใน พระไตรปิฎกบอกแล้วว่า อานิสงส์ของการถวายสิ่งประณีต ต่อไปอะไร ๆ ที่บังเกิดแก่เราย่อมเป็นของทิพย์ของประณีต เพราะฉะนั้น ถ้าจะถวายจิวร เราเลือกผ้ากาสิได้ก็จะเอาผ้ากาสิ หรือผ้าอะไรที่ประณีตประมาณนั้น โดย มุ่งหวังผลไว้แล้ว ฉันทถวายของประณีต เพราะฉะนั้นต่อจากนี้ไป อะไร ๆ ที่ฉันได้คินมาย่อมต้องประณีต ใจที่ยังไม่หมดกิเลสคิดค้าขาย ทำพุทธพาณิชย์ อยู่ตลอดเวลา



ถ้าพิจารณาเสียก่อนแล้วจึงใช้สอย เราก็จะเห็นใจของเรา แล้วค่อย ๆ ชัดเกลา ตักเตือนดูว่าตัวเราเอง ท่านอาจารย์สอนว่า เราคิดว่าตัวเราเองนี้เป็นธรรม แต่ถ้าคนอื่นมาดูว่าเรา เราโกรธหาว่าเขาจิกหัวเราใช้อย่างกับทรรราช ความแตกต่างมันอยู่ตรงนี้ เพราะฉะนั้นเราถึงต้องสอนตัวเรา บอกตัวเรา นี่พูดเรื่องเครื่องนุ่งห่ม จีวร

ที่นี่ *บิณฑบาต* เวลาออกบิณฑบาต ท่านอาจารย์ก็สอนให้เดินเรียงหนึ่ง ไปเหมือนเดินจงกรม อย่าไปเดินคิดว่าบ้านนี้เมื่อวานใส่แกงอร่อย วันนี้เขาจะทำแกงอย่างเดิมอีกไหม เขาจะใส่ไข่เจียวด้วยหรือเปล่า ท่านว่าถ้าคิดอย่างนี้ เขาไม่เรียกว่าไปโปรดสัตว์ เขาเรียกว่าไปล่าสัตว์ พระพุทธเจ้าตรัสว่ากลิ่นถ่านไฟแดง ๆ เข้าไป ยังเป็นพิษเป็นภัยน้อยกว่าที่จะฉันอาหารเหล่านี้ลงไป

เราไม่ได้ฉันด้วยพิจารณาว่า อาหารนี้เป็นดินกับน้ำ ที่จะไปดับความหิวกระหายเก่าให้หมดไป แล้วป้องกันความหิวกระหายใหม่ไว้ชั่วคราว เราจะได้เอากำลังที่เกิดจากอาหารนี้ ไปทำสิ่งที่เป็นคุณเป็นประโยชน์ แล้วแผ่ส่วนกุศลไปให้ผู้ที่ใส่บาตรเรา มา สรรพชีวิตทั้งปวงที่รวมมาเป็นอาหารมือนี้แก่เรา เพื่อนร่วมทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น เราไปปรุงคิดว่า คำนี้อร่อยเราชอบ บ้านนี้ใส่อะไรไม่รู้ ใจเป็นอารมณ์กระเพื่อมสูง ๆ ต่ำ ๆ เราบริโภครด้วยความเป็นหนี้สิน ที่ออกไปบิณฑบาตนั้นกลายเป็นไปล่าสัตว์ ได้แต่บาป แต่หนี้สินติดตัวมา





ถึงเขาจะนับไหว ใส่อหารให้เราด้วยกิริยาเลื่อมใสศรัทธา แต่เราเหมือนโจร เพราะคิดฟุ้งเล็งแต่ว่า อะไรจะอรร้อยถูกกิเลส พอทำภวานาก็ไปสะกดจิตเขาว่า เจ้าประคุณ พรุ่งนี้ขอให้ทำอย่างนี้ ๆ ที่เราชอบมาใส่บาตร เมื่อเขาทำมาใส่บาตรเข้าจริง ๆ ก็รู้สึกว่าเขาแน่แล้ว แทนที่จะภวานาเพื่อชูดกลากิเลสของตัวเอง ก็ภวานาว่าพรุ่งนี้ต้องซ้อมอีกว่าสมาธิของเราจะแม่น ไปดลใจเขาเป็นอย่างนั้นจริงหรือเปล่า ก็เลยกลายเป็นภวานาสะสมกิเลสไป ตรงนี้ครูบาอาจารย์ท่านจะติงจะเตือนอยู่เสมอ แม้กระทั่งเราซึ่งไม่ได้เป็นพระ ท่านก็ว่าพอเราเข้ามาอยู่ในวัด มาปฏิบัติธรรม ถือว่าเราบวชใจ นับว่าเป็นพระแล้ว

### บวชใจคืออะไร

บวชใจคือประพัตติตนเป็นลูกพระพุทธรเจ้า เป็นพุทธรวงค์ กลัวเราจะแปลไม่เป็น ท่านอธิบายว่า พุทธรวงค์นี้แปลเป็นภาษาชาวบ้านก็คือขอทาน เข้าขึ้นมาก็ถือกระบือถือบาตรไปขอเขา เพราะฉะนั้นจำเอาไว้นะ ใครที่เข้ามาอยู่ในวัดแล้วจะบวชหรือไม่บวช เป็นลูกพระพุทธรเจ้าด้วยกัน ก็ต้องเป็นตระกูลขอทานทั้งหมด อะไรที่เขาให้มา ต้องดีทั้งนั้น ต้องขอบคุณเขาอย่างเดียว จะไปบอกว่าทุเรศเอาของอย่างนี้มาใส่บาตรได้อย่างไร ไม่ได้



เขาไม่ใส่บาตร หรือเขาไม่ให้เรา ก็ไปว่าเขาไม่ได้ เขาไม่ให้อะไรเลยเราก็ต้องจากไปด้วยความสงบสำรวม แต่ถ้าเขาใส่บาตรแม้ข้าวทัพพีเดียว ข้าวเม็ดเดียวก็ต้องให้พรเขา แล้วก็ต้องกตัญญูรู้คุณเขาว่าเรามีชีวิตอยู่ได้ด้วยกำลังจากอาหารที่เขาให้นี้ ก็เราจะเอาอาหารนี้มาทำให้เป็นกำลัง เป็นสัมมาทสิฐิ เป็นสิ่งที่เป็นคุณเป็นประโยชน์ เพื่อเราจะได้นำไปสั่งสอนเขาให้เป็นคนดี มีคุณมีประโยชน์กับโลก ถ้าเราไม่ได้ทำอย่างนี้ สิ่งที่เป็นริโภคเข้าไปกลายเป็นพิษ เป็นภัย

ท่านอาจารย์สอนว่า พระที่ออกธุดงค์ ถ้าไม่พิจารณาอาหารที่ขบฉันอย่างนี้ หรือไม่เคร่งครัดกับศีลของตน ก็จะมีอันตรายได้

เหมือนอย่างกับหลวงปู่องค์หนึ่ง ท่านเล่าให้ฟังว่า ตอนหนึ่งท่านธุดงค์ไปกับหมู่พระที่ท่านแน่ใจว่าประพฤติปฏิบัติรู้ข้อศีลวัตรดี ที่นี้ก็มีโยมเอา

ลูกเล็ก ๆ อายุ ๕ - ๑๐ ขวบบวชเณร แล้ว

ให้ติดตามไปเพื่อจะได้คอยรับใช้หลวงปู่

ท่านก็หนักใจว่าเณรนี้ยังไม่ได้รับการ

ฝึกอบรม ยังไม่รู้ข้อวัตรปฏิบัติ ธุดงค์

ไปตามป่า เดี่ยวไปทำอะไรผิดพลาด

เข้าก็จะมีอันตราย หลวงปู่ท่านก็

กังวลอยู่อย่างนี้



ตกคำ ขณะที่ท่านกำลังเทศน์สอนชาวบ้านอยู่ เณรก็วิ่งมากราบเรียน ท่านว่า มดขึ้นมาเต็มที่นอนที่ท่านปูแล้วกางมุ้งเอาไว้ หลวงปู่ก็เอะใจ อธิษฐาน ในใจว่าถ้าเป็นเทพบันดาลเพื่อให้ท่านได้บอกพ่อให้เอาลูกกลับไปก่อน เพราะเด็ก ทำผิดศีลผิดข้อวัตรปฏิบัติ ก็ขอให้เมื่อท่านไปถึงที่ตรงนั้นมดหายไปให้หมด แต่ถ้าเป็นมดจริง ก็ให้ยังมีอยู่ เมื่อท่านไปถึงปรากฏว่าไม่มีมดเลย เณรก็ หน้าตื่นเพราะผู้คนจะว่าเณรมาหลอกหลวงปู่ เณรก็ยืนยันว่ามีจริง ๆ

หลวงปู่ซักเณรว่าวันนี้เณรทำอะไรบ้างตั้งแต่ออกบิณฑบาต เณรก็เล่าว่า วันนี้นอกจากเป็นอาหารตามปกติแล้ว มีคนเอาเกลือถุงหนึ่งใส่บาตรด้วย เณร รู้ว่าเกลือมีอายุ ๗ วัน ก็เลยเก็บห่อเกลือเอาไว้ เพราะเวลาเดินป่าถ้ากระหายน้ำ เณรสามารถเก็บมะขามป้อมได้ เณรก็จะเก็บมะขามป้อมแล้วเอาเกลือห่อนี้ ให้หลวงปู่จิ้มกับมะขามป้อม

หลวงปู่เลยอธิบายให้เณรฟังว่า เกลือมีอายุ ๗ วันก็จริง แต่พอลงไป ในบาตรพระแล้วอายุจะสั้นตามอาหาร เพราะฉะนั้นการที่เณรเก็บเอาไว้แบบนี้ เป็นอาบัติ เณรทำอย่างนี้ด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ก็จะเป็นอันตรายกันไปหมด เหมือนที่มดมาอย่างนี้ ท่านก็อธิบายกับพ่อของเณรว่าลูกมีจิตใจรัก เคารพท่าน แต่เพราะความที่ยังไม่รู้ธรรมรู้วินัย อย่าเพิ่งตามไปตอนนี้เลย เอาไว้ที่วัดก่อน แล้วอบรมบ่มปั้นกัน ชุติวงศ์คราวหน้าค่อยไป ตกกลางท่านก็ไม่ต้อง เอาเณรไปด้วย



ตรงนี้ท่านเตือนว่า บางอย่างเช่นในป่ามีเทพารักษ์อยู่ตามต้นไม้ มีภูมมเทวดาอยู่ตามพื้นดิน พระบางรูปไม่รู้ชนบทรรมเนียม ไปล่องล่ำก้าเกิน ท่านเข้า บางองค์เป็นเทพก็จริงแต่ยังไม่หมดนิสัยนักเลง ก็เหมือนมาเพีย มาทำทายเป็นหรือต้องสั่งสอนเสียบ้าง ก็มีอันตรายได้ ครูบาอาจารย์ท่านจะ ระแวงระวังลูกศิษย์ ถ้ายังไม่งดงาม ไม่สำรวมระวังในการไปการมา ออก ธุตงค์ไปก็จะอันตรายได้

เสนาสนะ จริง ๆ แล้ว พระพุทธรองค์ตรัสว่าโคนไม้ ถ้าหรือป่าเขาก็เป็น ที่อยู่ที่เหมาะเพราะวิเวก และทำภาวนาได้ดี ถ้าเป็นกุฎี มีฝา มีรั้วรอบขอบชิด ทำให้ชี้เกียจชี้คร้าน เล่นนอนเพลินไป

เมื่อดิฉันไปอยู่วัด ก็คิดเอาว่า อีสานจะหนาวแค่นั้นกัน เข้าพรรษา ยังไม่ใช้หน้าหนาว แต่เราไม่รู้ที่น้ำค้างที่อีสานนั้นจะเย็นปานไหน พอตกลงคืน น้ำค้างลงเต็มที มันขึ้นขึ้นมาจนกระทั่งพื้นกุฎีเหมือนใครเอาน้ำแข็งแห้งไปวางไว้ ข้างใต้ หนาวเยือกจนกระทั่งเราตื่นขึ้นมา วันรุ่งขึ้นก็เล่าถวายท่านอาจารย์ ท่าน ตอบว่า อันนี้เป็นกฎ ถ้าเมื่อไรนอนแล้วหนาวจนนอนต่อไม่ได้ต้องตื่นขึ้นมา ก็แปลว่าให้ลุกไปเดินจงกรม นั่งสมาธิก็นั่งไม่ได้ เพราะหนาวจนจะแข็งตาย ก็ต้องไปเดินจงกรม



เราก็แย้งว่า เดินยิ่งถูกลมพัดก็ยิ่งหนาวใหญ่ ท่านก็ให้อาพุทโธห่ม  
ไม่ให้ผ้าห่มเราเพิ่ม เพราะท่านอ้างว่า พระก็มีผ้า ๓ ผืน คือสบง จีวร สังฆาฏิ  
ถ้าเอามาห่มหมดแล้ว เอามาปูนอนหมดแล้ว ยิ่งหนาวจนต้องตื่นขึ้นมา ก็ต้อง  
อาพุทโธห่ม

เมื่อไม่มีทางเลือก เพราะนั่งก็ไม่ได้ นอนก็ไม่ได้ เราก็ต้องไปเดินจงกรม  
อาพุทโธห่ม ก็เอาแขนเรามาห่มแล้วก็พุทโธไป เมื่อใจนิ่งเป็นสมาธิ มันอุ่น  
จริง ๆ สูตรนี้ศักดิ์สิทธิ์ใช้ได้ ถ้าหนาวจนนอนไม่ได้ที่ไร ก็ต้องรีบลุกขึ้นมาอา  
พุทโธห่ม แล้วห่มอย่างเคร่งครัด คือไม่คิดฟุ้งซ่าน พุทโธจนกระทั่งใจเรากับ  
พุทโธเป็นเนื้อเดียวกัน คราวนี้ใจลงรวมเป็นสมาธิก็อุ่นสบายดี เดินจนรู้สึก  
เบาสบายแล้วก็มาลงนั่ง คราวนี้พุทโธก็ยังห่มอุ่นอยู่ ถึงนั่งก็ไม่หนาว ก็ได้  
ประโยชน์

ตอนแรกเรานึกว่า ทำไมท่านอาจารย์ถึงทารุณกับเราปานนี้ แต่พอฟัง  
ท่านเล่าถึงสมัยที่ท่านธุดงค์ไปอยู่ตามถ้ำ ตามเขา ครั้งหนึ่งเป็นหน้าหนาว  
ท่านพักอยู่ในถ้ำ เวลานั่งสมาธิก็ไม่ได้อยู่ในมุ้งกลด แต่ออกมานั่งข้างนอก  
พอออกจากสมาธิ ท่านรู้สึกเหมือนมีอะไรมารัดอยู่ตรงแถบ ๆ หน้าอก พอขยับตัว



นิตหนึ่งปรากฏว่าเป็นงู งูคองหนาวมาก แล้วเห็นว่าต้นไม้ต้นนี้อ่อนดี ก็เลยมาพันอยู่ตรงกลางอกท่าน หัวมันอยู่พอดีตรงหน้าผากท่าน พอท่านขยับนิตหนึ่ง มันก็แผ่แม่เบี้ยส่ายอยู่ตรงหน้าผาก ทำให้ท่านต้องนั่งกำหนดไม่กระดุกกระดิก ให้รู้สึกผิตปกติ จนลัทธิห้า พระอาทิตย์ขึ้นแล้วหินเริ่มอุ่น งูก็ค่อย ๆ คลายตัว เลื้อยออกไป

เราก็นึกถ้าเป็นเรารับรองคงตายกันอยู่ตรงนั้น พอตกใจเราคงไม่เป็นอย่างท่าน คงสะดุ้งจนถูกงูฉก ท่านอาจารย์สอนว่า ที่งูฉกเรา เพราะกิริยาผลุบผลับของเราทำให้งูเข้าใจว่ามีอันตราย จึงป้องกันตัว ถ้าเห็นงู เวลาเดินจงกรม หรือทำอะไรอยู่ในวัด ให้เราหยุดอยู่เฉย ๆ แล้วแผ่เมตตา เขาจะเลื้อยผ่านไป แล้วต่างคนก็ต่างไป เขาจะไม่ทำร้ายเรา ซึ่งเป็นอย่างนั้นจริง ๆ ถ้าเจอะเจอเวลาเดินจงกรมเราทำได้ แต่ถ้าเจอะเจอในระยะใกล้ปานนั้น เราไม่แน่ใจว่าจะทำได้

อันนี้ก็ใช่อุทาหรณ์ให้ได้คิดว่ามหาวิทยาลัยป่าของพระพุทธองค์นี้ ฝึกสติสัมปชัญญะให้ศิษย์ได้อย่างยอดเยี่ยม เพราะมันไม่มีทางเลือก ถ้าฝึกไม่ได้ก็ตายไป ถ้าฝึกได้รอดมากก็ได้วิทยายุทธ์ จิตใจก็มีพลัง มีความเชื่อมั่นว่าเราพึ่งตัวเองได้ ถึงเล่าเรียนเขียนอ่านทางโลกมาสักเท่าไร ๆ เราจะนึกว่าแน่แค่ไหน พอมาถึงบทนี้ เราพบว่าเรายังไม่แน่จริง เมื่อตัวเองไปอยู่วัดป่า ถึงรู้เลยว่าที่ภูมิใจว่าตูแน่นี้ มันไม่แน่จริง แค่มาน้อยธรรมดา บางทีเล็กยิ่งกว่าหมาด้วยซ้ำไป

ถึงได้ว่าพุทธศาสนาไม่ใช่ปรัชญา ไม่ใช่สิ่งที่เราจะอ่านแล้วมาตีความกัน  
เฉย ๆ ถ้าไม่ลงมือปฏิบัติให้รู้เห็นเป็นขึ้นมาแล้ว เรายังไม่รู้จักพุทธศาสนา  
เราสัมผัสแต่เปลือกของศาสนาเท่านั้น ต้องลงมือปฏิบัติ แล้วเราจะรู้ความหมาย  
ที่กระจ่างขึ้นมาในใจเรา ว่าเป็นที่พึ่ง เป็นเกราะป้องกันภัยให้เราได้จริง

ถัดไปก็ ยารักษาโรค แม้พระพุทธองค์ตรัสถึงธรรมโอสถ แต่ท่านก็มี  
พระทัยเอื้อเพื่อว่าธาตุขันธ์ของเราเป็นโลก เป็นดินน้ำลมไฟ มีเวลาพร่อง  
จำต้องเติมอาหารเข้าไป เมื่อเจ็บป่วยถึงจุดหนึ่ง ก็อาศัยยาเข้าไปเยียวยา ไม่ใช่ว่า  
ทุกคนจะใช้พลังใจ ใช้ธรรมโอสถเสมอไป ท่านจึงประทานอนุญาตให้ปัจจัยสี่  
ที่เป็นพื้นฐานจำเป็นนั้น คือยารักษาโรค

เมื่อพระพุทธเจ้าประทานยารักษาโรคให้เป็นหนึ่งในปัจจัยสี่ พอเจ็บนิด  
เจ็บหน่อยเราก็จัดแจงหายารักษาโรค

ท่านอาจารย์ก็วิจารณ์ว่า กระจกกระแต่ไม่เห็นมันมีโรงหมอไม่เห็นมัน  
มียา ก็ไม่เห็นมันสูญพันธุ์ เอ อ้ายพวกนักปฏิบัติสมัยนี้ ปวดหัวหน่อยก็ต้อง  
พึ่งยา อะไรนิดก็ต้องหาหมอ เอ๊ะมันจะมากเกินไปแล้ว มันไม่ใช่ปัจจัยสี่แล้ว  
มันเป็นปัจจัยฟุ่มเฟือย



เราก็นึก แล้วท่านอาจารย์จะเอาอย่างไร แต่เมื่อได้ฟังครูบาอาจารย์ ท่านเจ็บเป็นไข้มาลาเรียสมัยสงครามโลกครั้งที่ ๒ อย่างวุ่นวายเลย แม้กระทั่งยาลดไข้ ท่านก็ไม่มี แต่ละองค์ ก็ต้องใช้ธรรมโอสถกันทั้งนั้น

อย่างหลวงพ่อบุญ ท่านเล่าถึงว่า ท่านร้อนรุ่มจนจะบ้าตาย เอน้ำราดหัว ก็แล้ว อะไรก็แล้ว ในที่สุดก็นั่งสมาธิจนกระทั่งจิตลงรวม พอดอนออกจากสมาธิไข้ก็หายไป

หรือหลวงปู่ฝั้น ท่านเล่าว่าพอจิตท่านลงรวมเป็นสมาธิแล้ว ท่านรู้สึกเหมือนดวงกระดาดออกไปจากสี่ข้างท่าน หลังจากนั้น นอกจากท่านจะหายจากไข้ปาดครั้งนี้แล้ว ท่านรุดงค์ไปกับหมู่เพื่อน ซึ่งเป็นไข้ป่ากันท่านก็ไม่เคยเป็นไข้ป่าอีกเลย

ครูบาอาจารย์ท่านเชื่อว่า โรคภัยไข้เจ็บที่เราเป็นกันเป็นโรคของกรรมเวร เราคงได้ไปล่วงเกินสิ่งมีชีวิตที่มีใจครอง ทำให้เขาโกรธแค้นเรา ความจริงเราจะทำเขาเจ็บแค่ไหน นั่นไม่ใช่เรื่องสำคัญ เราอาจไม่ได้ทำเขาเจ็บอย่างที่เขาก่อธเราก็ได้ รถเมล์กระชากเราเข้าไปถูกหัวแม่เท้าเขาตีหนึ่ง แล้วเรายังตัวไว้ได้ แต่ในความรู้สึกของเขา .. เจ้านี้ซุ่มซ่ามมากกระต๊อบเท้าฉัน จนกระทั่งไม่ใช่แต่หัวแม่ตีนแตกนะ ใจฉันแหลกไปด้วย เพราะฉะนั้นจะจงเวรเจ้าไม่ปล่อยโรคภัยไข้เจ็บของเรา จึงเกิดจากเวรภัยอย่างนี้





ถ้าเราแผ่เมตตาให้เขาถึงจุดที่เขายอมรับเมตตาเรา โรคก็จะหายขาด จากที่หลวงปู่ฝั้นเล่า ทำให้เราได้เห็น ว่า ถ้าจิตใจเราแน่วแน่จริง ตายเป็นตาย เรายอมตาย แล้วตั้งใจแผ่เมตตาให้จนเขายอมรับ โรคก็หาย แล้วไม่ได้หายแค่ ครั้งนั้น ยังทำให้เราเกิดภูมิคุ้มกันที่จะไม่มีวันเป็นโรคนี้ขึ้นมาอีกเลย ตรงนี้เป็น กำลังใจให้เราเห็นว่า ที่ได้ยินมาว่า มะเร็งก็ดี หรือโรคร้ายแรงเรื้อรัง ถ้าผู้ป่วย มีใจยอมรับตามความเป็นจริงแล้วทำสมาธิโรคก็หายได้ ซึ่งคิดตามวิทยาศาสตร์ เวลาทำสมาธิแล้วใจลงรวม การกรองธาตุในร่างกายคนเราลดต่ำยิ่งกว่าขณะ นอนหลับอีก โอกาสที่อะไรต่อมิอะไรจะมีการซ่อมแซมพันตัว ก็มีมาก แล้ว ความผิดปกติต่าง ๆ ก็ปรับสมดุลกลับเป็นปกติได้ ซึ่งคิดในแง่วิทยาศาสตร์ ก็มีเหตุผล

นอกจากจิวร บิณฑบาต เสนาสนะ คิลานเภสัช ที่ต้องพิจารณาแล้วจึง ใช้สอยนี้ ท่านยังรวมไว้ในหัวข้อนี้อีกด้วย บุคคลผู้คนที่เราต้องไปพบปะ หรือ ธรรมะที่เราศึกษา สิ่งเหล่านี้ที่เราไปเกี่ยวข้องด้วย ก็ให้นำมาพิจารณาให้เห็นคุณ เห็นโทษเห็นความมีประโยชน์หรือไม่มีประโยชน์ แล้วจึงใช้สอย หรือเอามา ทำให้เกิดประโยชน์



เพราะฉะนั้นเมื่อเจอเจอผู้คน ไม่ใช่เรา จะไปยุ่งกับเขาทันที ให้พิจารณาเสียก่อนว่าคน ๆ นี้ ในกิจกรรมนี้ เราจะใช้สอยเขาได้หรือเปล่า ถ้าเราจำเป็นจะต้องว่ายนํ้า บุคคลผู้นี้เป็นนก เขาจะไปเป็นคุณเป็นประโยชน์ หรือจะทำให้ฐานะของเรากระจุกกระจัง เราต้องพิจารณาหาบุคคลที่เป็นปลา หรือเป็นเต่า ซึ่งดูจะเข้าท่ากว่า ท่านว่า สิ่งเหล่านี้คือปัจจัย ๔ รวมถึงบุคคลหรือข้อธัมมะที่เราจำเป็นต้องไปเกี่ยวข้อง ให้พิจารณาจนถึงถึงแก่นของมัน ให้เห็นถึงความมีประโยชน์ หรือไม่มีประโยชน์ แล้วจึงนำมาใช้สอย เพื่อจะได้ประโยชน์เต็มเม็ดเต็มหน่วย

๒. สงขายก อธิวาเสสิ ของอย่างหนึ่ง พิจารณาแล้วอดกลั้น คือ อธิฐฐารมณทั้งหลาย ได้แก่ โลกธรรมฝ่ายลบ คือ นินทา ทุกข์ เสื่อมลามก เสื่อมยศ ของสิ่งใดที่เราไม่พึงพอใจ เราอยากจะหนีมัน ให้พิจารณาแล้วมีขันติ อดทนอดกลั้น อย่าไปโกรธ อย่าตกไปเป็นทาสของมันแล้วสติแตก เมื่อสติแตกแล้ว เรื่องไม่เป็นเรื่อง ก็กลายเป็นเรื่องใหญ่ แล้วทำให้เราทำร้ายตัวเราเอง ไม่ใช่สิ่งนั้นทำร้ายเรา

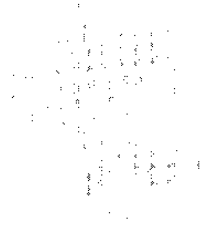
เมื่อพิจารณาแล้ว เรามีขันติ เราอดทนอดกลั้นได้ ใจก็มีกำลังขึ้น เปรียบใจของเราเป็นน้ำ ถ้าน้ำไม่มีถ้วยหรือมีภาชนะรองรับไว้ เทไปตรงไหนก็ไหลนองไป ถึงไม่สูญหายไปก็จริง เป็นต้นว่าดิฉันเห็นน้ำลงบนโต๊ะนี้ มันไหลนองอยู่บนโต๊ะ ปริมาณก็อยู่เท่าเดิม ไม่หยุดไม่หกหายไปที่ไหน แต่ก็ใช้สอย



ประโยชน์ไม่ได้เต็มที่ เพราะถ้าเราจะกินน้ำเราก็เสียอย่างสุนัขไม่ได้ หรือบางคน น้ำตกลงไปบนโต๊ะแล้วเป็นของไม่สะอาด แต่ถ้ามีภาชนะมาใส่เอาไว้ เป็นถ้วยแก้วหรืออะไรก็ได้ เหมือนใจของเรา ถ้ามีทำเนบ อดทนอดกลั้นเอาไว้ พลังที่เกิดขึ้นจะมีคุณมีประโยชน์ เวลาเมื่ออุปสรรค มีกิจจำเป็น เราสามารถเอาพลังใจนี้ไปใช้แก้ไขปัญหาได้

เพราะฉะนั้นอนุญารมณทั้งหลาย ถ้าบังเกิดขึ้นในชีวิตของเราเมื่อไร ก็ตาม ให้ตั้งสติพิจารณาแล้วอดกลั้น คือทำภาชนะใส่มันเอาไว้ อย่าให้ไหลลงไปเลอะเทอะคนอื่น เมื่อไรที่เราไม่อดทนอดกลั้นต่อความทุกข์ ความหนาว ความร้อน หรือสิ่งที่ไม่ถูกใจนี้ เราขาดทุนเพราะเราไปเลอะเทอะเประอะเบื้อนสิ่งรอบตัวเรา พอสติแตกเลอะเทอะเประอะเบื้อนไปแล้ว เออ.. ที่จริง...เราไม่ควรพูดอย่างนั้น หรือเราว่าความไปเพ่งโทษคนอื่นข้าง ๆ ว่าเขาเป็นสาเหตุให้เราสติแตก เมื่อแผลออกไปแล้วถึงรู้ความจริงว่าไม่ใช่เขา แต่เราเข้าใจผิด เราไม่รอบคอบเอง

ที่นี้พูดออกไปแล้วเรากลับคำพูดกลับคืนมาไม่ได้ ก่อนจะพูดเราเป็นเพื่อนกันดีอยู่ แต่พอพูดปุ๊บ คำพูดบางคำมันร้ายยิ่งกว่ามีดอีก เชือดเฉือนสัมพันธ์ไมตรีกันสะบัดหมดเลย คนบางคนพอพูดกันจบแล้ว เขาบอกว่าตายก็ไม่เผ่าผี ไม่ต้องมาให้เห็นหน้ากันอีกเลย เพราะฉะนั้นสิ่งเหล่านี้ ท่านจึงให้พิจารณาแล้วอดกลั้น ใจจะได้มีภูมิคุ้มกัน มีกำลังแข็งแกร่งขึ้น



๓. สงขลาเยกั ปรีวชุเซติ ของอย่างหนึ่ง พิจารณาแล้วเว้นเสีย คือสิ่งที่เป็นโทษ ที่จะก่ออันตรายทั้งแก่ร่างกายและจิตใจ ถ้าเป็นสิ่งของข้างนอก เป็นต้นว่า หมาบ้า ช้างตกมัน หรือคนพาล พระพุทธเจ้าตรัสว่า ที่ไหนเป็นพาลให้หลีกเลี่ยง ไปร้อยโยชน์พันโยชน์ ไม่ใช่แต่ของข้างนอกเท่านั้น บางทีมันเป็นจากจิตใจ ของเราเอง..นี้ยาเสพติด ขอลองสักนิดเถอะนะ คนเราถ้าไม่ลองก็ไมู้ต้องมิ ประสบการณ์ แต่ที่นี้ถ้าเรายังไม่เก่งจริง แล้วไปลองด้วยความประมาทขาดสติ มันก็จะเป็นโทษแก่เราได้

ดิฉันเคยเจอคนไข้ ที่สมัยนั้นผงขาวเพิ่งเริ่มระบาด เขาก็ลอง เพียง ครั้งเดียวเท่านั้น เลยติดจนกระทั่งเสียชีวิตในที่สุด จากการผ่าศพตรวจดูก็ พบว่าสมองของเขาถูกผงขาวละลายจนกระทั่งเหลือก้อนนิดเดียว ทำเอาพวก เพื่อนนักศึกษาทั้งหลายที่ได้เห็นสภาพศพแล้วก็ขยาดไปตาม ๆ กัน แต่แผลอ ลักหน้อยก็ลึ่มอีกแล้ว เพราะสิ่งเหล่านี้ถ้าใจยังไม่มีการล้างที่แนวแน่พอ เช่น พวกที่กินเหล้า ติดยาเสพติด ติดการพนัน ซึ่งล้วนเป็นสิ่งพิจารณาแล้วให้ เว้นเสีย ของอะไรก็ตาม ถ้าผู้รู้ ครูบาอาจารย์ หรือพระพุทธรองค์ตรัสไว้ว่า ไม่ควรไปเกี่ยวข้องด้วย เราไม่ต้องทำเป็นคนเก่ง ขอลองหน้อยหนึ่ง ลอง แล้วฉันก็อดได้ ถ้าลองแล้วอดได้นี้ ท่านคงไม่บอกหรือกว่าอย่าไปข้องแวะ



เมื่อดิฉันเริ่มเข้าไปปฏิบัติที่วัดใหม่ ๆ ไฉนท่านอาจารย์สิงห์ทองก็ไม่ให้ทำ ไฉนนั้นก็ไม่ได้ทำ แท้ที่จริงท่านไม่ใช่จะห้าม แต่ท่านอยากรู้ว่า เราจะเชื่อฟังท่าน มีความอดทนอดกลั้นสักแค่ไหน เพราะเราขอให้ท่านอธิบายก่อนว่า ทำไมถึงไม่ให้ทำ ท่านตอบว่า ถ้าเราลงมืออดกลั้นไม่ทำสิ่งที่ท่านห้ามแล้วเราก็จะรู้เอง ใจเราจะอธิบายให้เราฟังเองว่าทำไมท่านถึงห้ามไม่ให้ทำ แต่เราประเภทชอบเรียนลัด ก็ท่านอาจารย์อธิบายก่อนสิ ถ้าเหตุผลของท่านถึงใจ เราจะได้มีกำลังใจอดทนอดกลั้น ท่านว่าถ้าเป็นอย่างนั้น มันตายก่อนทุกที เพราะฉะนั้นให้เราเร่งลงมือทำ อย่ามัวต่อล้อต่อเถียง

การปฏิบัตินั้น ถ้ากำลังศรัทธาไม่มากพอ เหมือนไฟไหม้ฟาง เราจะเอาแต่ปัญญาท่าเดียว ปัญญาเราก็ไม่ถึงขั้น เพราะเหตุว่าสติก็ยังมีไม่พร้อม สมาธิก็ไม่มี ถ้วยน้ำใจรั่วอยู่เรื่อย ๆ ปัญญาที่ไม่มีวันจะเกิดขึ้นได้ เพราะใจของเรารั่วซึมผิวน้ำเป็นระลอกอย่างนี้ มองอะไรก็เห็นไม่ชัดเจน ท่านจึงฝึกให้มีกำลังของศรัทธาเพียงพอที่จะเชื่อ ครูบาอาจารย์ว่าก็ต้องนำไปลงมือปฏิบัติ แต่เราเป็นอีลุ๊กข้างสงสัย ไปยกเอากาลามสูตรมาอ้าง.. พระพุทธเจ้ายังบอกเลย เจ้าคะ อย่าเชื่อถึงออกจากปากพระพุทธเจ้า ออกจากปากครูบาอาจารย์

เห็นไหม มันเป็นอย่างนี้



มันถึงได้ใครเดือดร้อน เราเดือดร้อน เหมือนกับเมื่อก็ บอกที่ไหน เป็นพาลให้ลืกลหนีไปร้อยโยชน์พันโยชน์ แต่ขณะเดียวกัน ก็มีขั้มมะของ พระพุทธองค์ที่แย้งกัน เช่นที่พระอานนท์ทูลขอให้พระพุทธเจ้าเสด็จจากแคว้นนี้ไป เพราะแคว้นนี้มีพวกโจรคนหยาบเข้ามาด่าว่า พระพุทธเจ้าตรัสถามพระอานนท์ ว่า ย้ายจากแคว้นนี้ ไปอีกแคว้นหนึ่งแล้วเจอคนแบบนี้อีกจะอย่างไร พระอานนท์ทูลตอบว่าก็ย้ายต่อไปอีก ท่านตรัสว่า ไม่..อานนท์ เหตุเกิด ที่ไหนต้องดับที่นั่น

ถ้าเราไตร่ตรองไม่เป็น ก็เหมือนกับว่าที่ไหนเป็นพาลท่านให้ลืกลหนีไป ร้อยโยชน์พันโยชน์ แต่อีกแห่งหนึ่งท่านกลับบอกไม่ได้ เหตุเกิดที่ไหนต้องดับ ที่นั่น แล้วเราจะรู้ได้อย่างไรว่า เมื่อไรจะลืกลหนี เมื่อไรจะปักหลักดับเหตุให้ สงบเสียก่อน ถ้าไตร่ตรองเป็น ก็ให้เห็นเหตุผลของท่านว่า ถ้าที่ไหนเป็น พาลชนข้างนอก แล้วใจของเรามีภูมิคุ้มกันเต็มที่ เราไม่ไปปฏิสัมพันธ์กับเขา ให้เสียเวลาเปล่า ๆ เราลืกลหนีไปร้อยโยชน์พันโยชน์ ขึ้นอยู่ต่อไปเราก็ สกปรกไปกับเขา เสียเวลาไปโดยเปล่าประโยชน์

แต่ในกรณีพระอานนท์ ใจของพระอานนท์ยังรุ่มร้อนอยู่ ยังเอาเหล่า คนพาลเข้ามาทูปถองใจตัวเอง เพราะคำด่าว่าเหล่านั้น ล้วงเกินพระพุทธเจ้า ซึ่งเป็นสุดบูชาของท่าน ใจยังมีอารมณ์ไปข้องแวงกับเขา ถึงจะย้ายที่ไปแล้ว เมื่อเพลอสติ ใจคิดไปถึงตรงนั้นก็โกรธขึ้นมาอีก เพราะฉะนั้น ไม่ได้ เหตุ



เกิดที่ตรงไหนต้องดับให้ได้ตรงที่นั่นเสียก่อน เพราะถ้าเราหลบออกไป ไม่เห็น ไม่ได้ยิน ได้ฟัง ไม่มีผัสสะ ใจเราเบาสบาย ก็ไปหลงผิดว่าเราเก่งแล้ว ฉันมี ภูมิคุ้มกันแล้ว แต่จริง ๆ ไม่ใช่ ตะกอนมันนอนกันยังไม่ได้ซ้อนทับ ถ้า ตอนที่เราเจ็บหนักกำลังจะตาย มีอะไรมากระทบกระเทือนให้ตะกอนฟุ้งขึ้นมา เต็ม แล้วเราก็หมดลมไปตรงนั้น เราก็ช่วยไป

พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า เหตุเกิดตรงไหนต้องดับตรงนั้น ต้องดับให้ใจ เราใสเสียก่อน ซ้อนตะกอนทิ้งไปให้หมด แล้วคราวนี้พาลอยู่ที่ไหนให้หลีกไป ให้ไกลร้อยโยชน์พันโยชน์

เวลาที่เราเอาธัมมะมาพิจารณา เราต้องรอบคอบ ต้องดูให้เข้าใจถ่องแท้ ไม่อย่างนั้นจะเป็นธรรมปฏิรูป คือเราเอากิเลสในใจของเราไปแปล ตรงไหน ที่ถูกกิเลสของเรา เราบอกพระพุทธเจ้าให้ทำอย่างนั้น พอเราชี้แจงเราไม่ยาก ยุ่ง เราบอกมันเป็นพาลให้หนีไปร้อยโยชน์พันโยชน์ เพราะเราไม่ยากพินิจ พิจารณาควักออกจากใจ เราไม่ชวนชวายที่จะเอาปัญญาไปกรองมันทิ้ง เลย หลบหนีไปร้อยโยชน์พันโยชน์ แต่ตรงไหนที่เราอยากจะทำเรื่องกับเขา เราบอก ไม่ได้ เหตุเกิดตรงไหนให้ดับตรงนั้น เพราะว่าเราแน่ ต้องเอาให้เขาแตก เสียก่อน ถึงได้ติงว่า ธัมมะของท่านบริสุทธิ์ผุดผ่องอยู่เสมอ แต่ใจของเราที่ สติปัญญายังไม่เป็นปัญญาเห็นชอบ ก็ถูกกิเลสขี้ขี้ขี้ขี้แล้วเอาธัมมะของ ท่านมาแปลงสารเสีย



แบบเดียวกับเมื่อพระพุทธเจ้าทรงปลงอายุสังขาร พญามารมาเยี่ยมท่าน ทักทายปราศรัย ได้ข่าวว่าอีก ๓ เดือนท่านจะละสังขันธ์ปรินิพพานหรือ พระพุทธเจ้าทรงรับว่าใช่ พญามารก็ถาม แล้วใครจะเป็นพระศาสดาละ พระสารีบุตร ก็ตายแล้ว พระโมคคัลลานะก็ตายแล้ว พระพุทธเจ้าทรงตอบ ธรรมวินัยจะเป็นศาสดาแทนเรา พญามารก็รีนเริงบันเทิง บอกว่าโลกทั้งโลกจะตกภายใต้ อุ้งมือพญามาร พญามารจะส่งสาวกมาโกนผม ห่มผ้าเหลือง แต่ถึงเวลา สั่งสอนประชาชนก็จะใช้คัมภีร์พญามาร ก็เหมือนอย่างกับพวกเรา คัมภีร์พญามารขึ้นเป็นทิวแถว ปากก็ท่องพุทชัง ธรรมัง สังฆัง สรณัง คัจฉามิ แต่ ครั้นลงมือทำ กลายเป็นคัมภีร์พญามารไปทั้งนั้น เราถึงได้ปฏิบัติเท่าไร เท่าไร เราก็เป็นเราอยู่อย่างนี้ แต่สมัยพุทธกาล ท่านฟังธรรมพระพุทธเจ้าครั้งเดียว ก็บรรลุธรรม ณ อาสนะนั้น เราก็อิจฉาท่านอยากบรรลุธรรม ณ อาสนะนั้นบ้าง

ท่านอาจารย์สิงห์ทองก็บอกให้ทำใจของตัวเองให้เที่ยงตรงอย่างท่าน แล้วก็ พากเพียรให้เสมอต้นเสมอปลาย คุณงามความดีทั้งหลายก็ไปชวนชวายแสวงหา ดำเนินตามรอยเท้าท่านไป เราไม่เอา เห็นอยากปฏิบัติตามรอยเท้าท่าน เห็นอย เราชอบผล เราคอยเล็งผลเลิศ จะเอาแต่ผล ยุคนี่ไฮเทค ใส่เครื่องผ่อนแรง ทั้งหลายเข้าไปเป็นการใหญ่ ท่านอาจารย์ยืนยัน ถนนสายมรรคไม่มีเครื่อง ผ่อนแรง ใครทำใครได้ ใครกินใครอิม





๔. สงขายกั ปฏิวิโนทติ ของอย่างหนึ่ง พิจารณาแล้วบรรเทาเสีย คือ สิ่งที่จะก่ออันตรายให้เกิดขึ้น เช่น นิวรณ์ หมายถึงสิ่งที่กีดกันใจไม่ให้บรรลุ คุณความดี หรือทำให้ใจเศร้าหมอง ทำปัญญาให้อ่อนกำลัง ได้แก่ อกุศลวิตก กามวิตก พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตก เป็นต้น เพราะฉะนั้นถ้าเมื่อไร ใจเริ่มมี เมฆครึ้มขึ้นมาเป็นนิวรณ์ปรุงคิดฟุ้งซ่านไป ทำให้ใจของเราเป็นอกุศล รุ่มร้อน กระทบกระวาย กัดกั๊ก กังวล ต้องบรรเทาหรือหยุดมันให้ได้ เพราะถ้า ปล่อยไปว่าไม่เป็นไร นิวรณ์วันละนิดจิตจะโปร่งใสสบาย ไม่ใช่ นิวรณ์ วันละนิดจิตจะบรรลัย เพราะเมื่อเริ่มต้นแล้ว ท่านอาจารย์สิงห์ทองสอนว่า พระพุทธเจ้าไม่กำหนดว่า คิดเท่านั้น เท่านั้นจึงหยุด แต่ท่านดูที่คุณภาพ ถ้า สิ่งที่คุณคิดเป็นนิวรณ์เป็นกิเลส นิดเดียวไม่ต้องถึงหนึ่งคำก็ต้องหยุด แต่ถ้าคิด เป็นธรรมจะคิดทั้งวัน ทั้งคืน ไม่นอนเลยท่านก็ไม่ห้าม

ใจของเราไม่เที่ยงตรง ยังไม่เห็นว่าคุณที่คิดเป็นสัมมาทิฐิหรือเป็นมิจฉาทิฐิ ก็สนุกสนานเพลินไปกับมัน โดยมากสัมมาทิฐิมักไม่ใคร่สนุก แต่ถ้าเป็น มิจฉาทิฐิมันมีรสชาติ มีทั้งน้ำส้ม น้ำปลา น้ำตาล ทำให้ไม่อยากจะหยุด ก็ เลื่อนไหลของมันไป เหมือนน้ำเซาะตลิ่งทราย กว่าจจะรู้ตัวปรากฏว่าบ้านทั้งหลัง พังลงไปแล้ว



ท่านจึงเตือนว่าสิ่งเหล่านี้ ให้บรรเทา ให้ความหยุดมันเสีย เพราะปรุงคิดตามไปแล้วใจเราก็คุ้นเคยกับความชั่วเหล่านี้ ทำให้เสียคุณค่า เมื่อก่อนนั้น พอรู้สึกตัวว่า เผลอคิดสิ่งที่เป็นกิเลสซึ่งไม่ดี เราจะสะดุ้งอาย เราจะตะขิดตะขวงใจ แต่ถ้าเรา ช่างมัน นิดหน่อยน่า จะเป็นไรไป ที่ไหนได้ กะพริบตาเดียวเท่านั้นแหละ มันก็คุ้นเคย พอคุ้นเคย ใจก็หยาบด้าน ใครบอกให้หยุด เราก็มีความรู้สึก..เออ ฉันรู้ว่าฉันไม่ดี แต่ถึงฉันจะไม่ดีอย่างไร อย่างไร ความไม่ดีของฉันก็ยังน่ารักอยู่นะ มันหลง

เพราะฉะนั้น ถ้าใจจะคิดปรุงซัดสายไปเพราะหยุดไม่ได้ ก็ตีกรอบให้คิดเป็นมรรค คิดเพื่อแก้ไข คิดที่จะขจัดนิวรณ์ออกไปเพราะเห็นโทษของมัน ไม่ใช่ให้ความคิดลากจูงเราไปเป็นอกุศลฟุ้งซ่าน ตรงนี้ถ้าใจของเรายังไม่มีการเข้มแข็ง ที่เราว่าจะตามดูความคิดเพื่อรู้จักมัน แล้วจึงแก้ไขบำบัดนี้ ตกหลุมมันไปแล้ว

ท่านอาจารย์ให้เอาหินทับหญ้าไว้ก่อน คือกลับมาอยู่กับคำบริกรรมหรือจดจ่อใจให้เป็นปัจจุบันเสียก่อน เมื่อใจมีกำลังตั้งมั่นขึ้นแล้ว จึงยกความปรุงคิดนั้นขึ้นมาพิจารณา เป็นต้นว่า ที่เราไปคิดเคียดแค้น ผูกพยาบาทเขามันดีหรือเสียอย่างไร ถ้าคิดเป็นมรรค เพื่อแก้ไข เออ.. เราพยาบาทเขาอย่างนี้ ความดันเลือดสูงขึ้น สูงขึ้น เส้นเลือดเราก็เหมือนสายยางฉีดน้ำเก่า ๆ มันเกิดแตกโพละขึ้นมา ใครเดือดร้อน เราเดือดร้อน ถ้าคิดแล้วใจเห็นจริงอย่างนี้ เราตัดความพยาบาทที่เป็นอกุศลนั้นได้ สิ่งที่เราคิดก็เป็นมรรค แต่ถ้าใจยังไม่มี



กำลังพออย่างนั้น เราตั้งฐาน เอาหินทับหญ้าไว้ก่อน จดจ่ออยู่กับคำบริกรรม ให้ใจนิ่งมีกำลัง แล้วความคิดถึงจะเป็นสัมมาทสิฐิได้

นอกจากธรรม ๔ กลุ่มที่กล่าวมาแล้ว คือ

๑. พิจารณาแล้วเสพ
๒. พิจารณาแล้วอดกลั้น
๓. พิจารณาแล้วเว้นเสีย
๔. พิจารณาแล้วบรรเทาเสีย

ซึ่งเรานำมาพิจารณาจนประจักษ์ชัด และนำมาใช้อุดหนุนในการปฏิบัติของเราให้มีความมั่นคงอยู่เนื่องนิจแล้ว ถ้าเรานำไปปฏิบัติร่วมกับธรรมอีก ๕ อย่างคือ ศรัทธา หมายถึง จะทำอะไรให้เรามีความเชื่อมั่น นี่เป็น พ่อ แม่ ครูบาอาจารย์เรา เราเชื่อว่าท่านพาเราไปในทางที่ถูกที่ดี มีทริคือความละเอียดต่อความชั่ว โอตตัปปะ กลัวต่อบาป ความไม่ดีทั้งหลาย วิริยะ ความพากเพียร แล้วก็ปัญญา เห็นตามความเป็นจริง ไม่ใช่ตะครุบเงาเป็นจิตสังขาร ความปรุง ความนึกคิดไป แต่ให้เป็นปัญญาญาณ คือรู้เห็นเป็นขึ้นในใจ



ถ้าท่านผู้ใดนำศรัทธา หิริ โอตตัปปะ วิริยะ ปัญญา ๕ ตัวนี้ร่วมกับ  
อปัสเสน ๔ มา ปฏิบัติต่อสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันจนเป็นอุปนิสัยแล้ว จิตใจ  
ท่านผู้นั้นจะถึงพร้อมด้วยที่พึงอาศัย ไม่ว่าจะตกไปอยู่ในถิ่นใด จะมีวิบาก  
กรรมเป็นอย่างไรก็ตาม คุณธรรมเหล่านี้จะพาให้เกิดสติปัญญา สามารถเหนี่ยวรั้ง  
ตนให้พ้นจากอกุศลวิบากกรรมทั้งหลายเหล่านั้นไปได้ เป็นผู้ถึงพร้อมด้วย  
ที่พึงอาศัย ดำเนินชีวิตรอดปลอดภัยอยู่บนมรรค สามารถมีเสบียงเลี้ยงตัวไปได้

อปัสเสนธรรม ๔ หรืออุปนิสัย ๔ นี้ ถ้าพิจารณาฝึกฝนจนเป็นอุปนิสัย  
แล้ว ก็เหมือนกับมีเครื่องคุ้มกัน ให้แน่ใจว่าเรามีที่อิงที่พึ่ง ถ้าหวาดเสียวว่า  
หนทางที่ไปนี้จะรอดปลอดภัย จะโดนพายุโดนอะไรล้มลงไปหรือเปล่า สิ่ง  
เหล่านี้จะเป็นเหมือนพนักยันให้เรามั่นคงมั่นใจว่า เรามีเครื่องพึ่งพิงอาศัยอย่าง  
มั่นคง ไม่มีวันจะเสียท่าเสียทีไปเป็นอันขาด การปฏิบัติบางครั้งใจของเราอาจ  
จะห่อเหี่ยว ท้อถอย เราก็ต้องหาเครื่องช่วย เป็นกำลังให้ใจเกิดความเข้มแข็ง  
มั่นคงขึ้น

ก็ขอฝากเอาไว้เป็นกำลังใจค่ะ

## เนื่องจากปก

ธรรมชาตินั้นช่างมีกรุณาคุณใหญ่หลวงนัก เป็นเหมือนดังสะพานแห่งธรรม ที่เชื่อมสรรพสิ่งในจักรวาล ให้เห็นถึงความเป็นหนึ่งเดียวที่เสมอกันระหว่างธรรมชาติและมนุษย์ ภายใต้จิตใจของผู้ปฏิบัติเอง

สะพานแสนสวยที่เป็นภาพหน้าปกนั้น (รวมทั้งภาพต้นไม้ทั้งหมดในหนังสือเล่มนี้) ศิลปินเขียนจากของจริงซึ่งอยู่ที่ ROSE GARDEN สวนสามพราน สถานที่ที่คุณหม่อมอมา มลิลิตจะเข้ามาปฏิบัติธรรมร่วมกับศิษย์กลุ่มหนึ่งของท่านเป็นประจำทุกเดือน ตามคำเรียนเชิญของคุณสุชาดา ยุวบูรณ์ เจ้าของสถานที่

ผืนแผ่นดินแห่งนี้ อยู่ชิตติธรรมคั่งน้ำน่านครชยศรี แม่น้ำที่มากด้วยเสน่ห์แห่งความรู้สึกสุขสงบ เรียบง่าย และเจียมตน

ต้นไม้ทุกต้นในที่นี้ จะได้รับความรัก ความเอาใจใส่ และการดูแลราวกับญาติผู้ใหญ่ ต้นไหนแก่มากยืนต้นตรงๆ ไม่ค่อยไหว ท่านเจ้าของจะทำเสาเหล็กค้ำยันไว้ให้เหมือนคุณปู่คุณย่า ที่ต้องมีไม้เท้าไว้ใช้ยามชรา

ตกเย็นเมื่ออาทิตย์คล้อยลงทางด้านตะวันตก ลำแสงที่สาดฉายทำให้ใบไม้เปลี่ยนสี และท้องน้ำเกิดประกายระยิบระยับราวกับโปรยไว้ด้วยละอองของทองคำ คุณหม่อมและผู้เป็นศิษย์มักจะออกเดินช้า ๆ ไปด้วยกันในชวงเวลานี้ ท่ามกลางสายลมเย็นโอบอุ้มสัมผัสกายซึ่งช่วย

เดือนสติที่เลื่อนลอยให้กลับมาอยู่กับตัว ด้านข้างของถนนเล็ก ๆ นี้จะเป็นต้นไม้และแม่น้ำสายพิเศษ เราจะเห็นแม่น้ำสายนี้ไหลรินอย่างเงียบเชียบทุกวัน ทุกวัน และทุกครั้งที่คุณมองสายน้ำจะกระชิบเดือนเสมอว่า ดูให้ดี ๆ เธอไม่เคยอยู่ในสภาพเดิมสักครั้งไม่ว่าจะไหลขึ้น หรือไหลลง ทุกสิ่งแปรเปลี่ยนเสมอ

บางครั้งเมื่อคุณหมอได้รับการสักการะเป็นพวงมาลัยดอกไม้หอม แม้จะเป็นเวลาค่ำมืดแล้ว ท่านมักจะชวนคุณบี๊ว (สุชาดา) และพวกเราไปเยี่ยมคุณย่าพิกุลไม้เก่าแก่โบราณอายุร้อยปีริมน้ำ และคุณหวดกระทุ้มซึ่งอยู่อีกด้านหนึ่ง (รู้สึกว่าคุณหวดจะอายุมากกว่าคุณย่าพิกุลอีก) ท่านเอาพวงมาลัยที่ได้ไปฝากและแผ่เมตตาให้ต้นไม้ หากจิตสงบพอเราจะรับรู้ได้ชัดเจนถึงความชอบคุณ ความสุข ความดีใจ และความเป็นมิตร เพราะคุณย่าพิกุลจะใจดีไปรดดอกกลองมามากมายจนพื้นเป็นพรหมเกลื่อนขาวไปหมด และคุณหวดกระทุ้มก็จะไหวโยกกึ่งน้อย ๆ ไปตามแรงลม

ธรรมชาตินั้นช่างมีกรุณาคุณใหญ่หลวงนัก เป็นเหมือนดังสะพานแห่งธรรมที่เชื่อมสรรพสิ่งในจักรวาล ให้เห็นถึงความเป็นหนึ่งเดียวที่เสมอกัน.....คือไม่มีสิ่งใดเลยที่เที่ยงแท้จริง และยั่งยืน

## เกี่ยวกับศิลปิน

สมภพ บุตรราช ศิลปินที่เขียนภาพต้นไม้ สายน้ำ ในหนังสือเล่มนี้นั้น เป็นผู้มี  
ธรรมชาตินิสัยสงบเรียบง่ายและเรียบง่าย

เขาเติบโตในชนบทของภาคอีสาน ที่ทุก ๆ เช้าจะคุ้นเคยกับการเห็นแม่ซึ่งมีอาชีพครู  
จัดเตรียมอาหารอย่างประณีตและดีที่สุดในเช้าตรู่เพื่อใส่บาตรพระ

ดังนั้นสถานที่วิ่งเล่นในวัยเด็กของเขาจึงไม่พ้นลานวัดที่ร่มรื่นไปด้วยต้นไม้ ร่ายล้อม  
ไปด้วยความงดงามของพระอุโบสถ

ด้วยความรู้สึกเคารพ ผูกพัน ที่มีต่อหลวงพ่ोज้าอาวาส ทำให้เขาถูกจ้อจ้อเอา  
แรงกายเข้าช่วยทุกครั้งที่วัดมีงานบุญ

แม้ในต่างประเทศซึ่งห่างไกลบ้านเกิดเมืองนอนมาก เขาก็ยังสามารถรับใช้พระ  
พุทธศาสนาได้ ด้วยการเป็นหนึ่งในกลุ่มศิลปินที่ทำงานเขียนภาพจิตรกรรมฝาผนังของวัด  
พุทธประทีป ในกรุงลอนดอน เป็นเวลานานถึงกว่า ๗ ปี

และเมื่อไม่นานมานี้ ภายใต้อท้องฟ้าโปร่งสีครามสดใส ลมพัดเย็นสบาย สมภพ  
บุตรราช ได้ลอยเรืออยู่กลางลำน้ำนครชัยศรีพร้อมกับคุณหม่อมอมรา มลิลลา เพื่อเขียนภาพ  
ต้นพิกุลไม้ใหญ่เก่าแก่อายุสูงเพราะมีอายุมากถึงร้อยกว่าปี

มือเขียนรูป หูฟังเสียงคุณหม่อมแสดงธรรมให้เจ้าหนุ่มคนขับเรือฟัง ถึงเรื่องความ  
กตัญญูของลูกที่ต้องมีต่อแม่ พ่อ

ใจของศิลปินและผู้ที่อยู่ในเรือ ต่างเข้มข้น ปิติ เบิกบาน ท่ามกลางธรรมชาติ  
ต้นไม้ และสายน้ำ

ขอให้ความเสียสละและกุศลเจตนาที่ดีนี้ จงเป็นเหตุปัจจัยให้คุณสมภพ บุตรราช  
และครอบครัว ดำรงอยู่ในหนทางแห่งความสวัสดิ์ ปราศจากโรคภัยอันตรายทั้งปวง  
ประสบแต่ความสุข เพื่อทำความเจริญให้เกิดแก่ตนและสังคมตลอดไปเทอญ



...อะไรที่เราพูดกับใจเรา สัญญากับใจเราแล้วเราไม่เอาจริง อีกหน่อยจะติดเป็นนิสัย  
แล้วเป็นคนที่เชื่อถือไม่ได้ ชำร้ายท่านปรับไหมรุนแรง  
ท่านบอกพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ใครที่พูดแล้วไม่รักษาคำพูด  
หรือรู้ว่าสิ่งที่พูดไม่เป็นความจริงแล้วยังพูดออกไปได้ ตถาคตไม่กล้ารับรองคน ๆ นี้  
ว่าจะเป็นคนดีหรือจะไม่ทำความผิดความชั่วอะไร คือถ้าใครมาฟ้องร้องท่าน  
แล้วท่านรู้ว่าคนนี้เคยพูดไม่จริงทั้ง ๆ ฐั พระพุทธเจ้า จะไม่ประกัน ไม่รับรอง ไม่อะไรทั้งนั้น  
เพราะคนเราถ้าพูดไม่จริงเสียอย่างแล้ว จะไม่เหลือคุณงามความดีอะไรเลย