



ดอกไม้


อันดับที่ ๑๖๑

จากหนังสือฉบับพิเศษ
รวมสาระวิชาฉบับพิเศษ
ISSN 0857-7587

ส่องคนได้งว้าหงัด

อยู่เย็นเป็นสุขอย่างทุกข์ร้อน
ตื่นนอนแจ่มใสไร้ปัญหา
ทำงานสร้างสรรค์เกิดปัญญา
เพิ่มพูนวาสนาบารมี

ยามทุกข์รู้ทันไม่หวั่นไหว
ยามเพียรทุ่มใจไม่หน่ายหนี
ยามยากทนได้สบายดี
ชีวิตนี้ปลอดภัยไร้กังวล

-อิสรา-



❀ สุข...ก็ต้องการคนเคียงข้าง ❀
❀ ทุกข์...ก็ต้องการคนรับฟัง ❀
❀ ❀ ลิ่นหวัง...ก็ต้องการคนปลอบประโลม ❀
❀ ❀ เหนื่อยล้า...ก็ต้องการคนดูแล ❀
❀ ❀ ยามอ่อนแอ...ก็ต้องการกำลังใจ ❀
❀ ❀ แล้วเมื่อไหร่...จะอยู่ได้ด้วยตัวเอง ❀

พอดีภาพและถ้อยคำของ admin ลิสสา ตรงใจและตรงชื่อฉบับจึง
ขออนุญาตนำมาใช้และขอขอบคุณมา ณ ที่นี้

มนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่ต้องพึ่งพาอาศัยกัน ดอกหญ้าไม่ได้หมายถึง
อยู่คนเดียวโดยไม่พึ่งพาใคร แต่ให้อยู่อย่างไม่ต้องมีพันธผูกพันในสังคม
ภราดรภาพ โนนก็พี่ นีก็น้อง รวมทั้งญาติสนิทมิตรสหายมากมาย

ฉบับนี้มีคอลัมน์ใหม่ชื่อ “ห้องเรียนชีวิต” โดย ต.มาลาตี มาเติม
สีสันให้ดอกหญ้า นอกเหนือจากนักเขียนประจำที่ยังยืนหยัดมาพบผู้อ่าน
สม่ำเสมอ เราอาจเจอกันไม่บ่อยแต่ยังรักและระลึกถึงทุกท่านเช่นเดิม

ขอบคุณสำหรับใบตอบรับและคำแนะนำดีๆ ของผู้อ่าน กอง บก.
จะพยายามทำตามประสงค์เท่าที่จะสามารถ

ขอให้ทุกท่านโชคดี มีความสุขนะคะ



สารบัญ

ดอกลี้นประจำ

ศิลปะแห่งรัฐประศาสน์.....	๓
ปฏิบัติธรรมคืออะไร	๑๖
ห้องเรียนชีวิต/ปอ-ทฤษฎี สทวงษ์	๔๒
โรงเรียนปริญาปลอม.....	๔๙
รอบบ้านรอบตัว/อยู่อย่างไรให้เป็นเทพ	๕๖
ถ้อยคำลึกลับ/ควบคุมอารมณ์.....	๖๑
จิตอาสาในต่างแดน.....	๖๕
บทวิจารณ์/อดตาหิ อดตโน นาโถ	๖๙
คุณค่าสาระ/ทฤษฎีการให้คำปรึกษา.....	๗๓
วิสาสา ปรามา ญาติ	๘๐
ขาดก/เหงาใจใครแก่	๙๒

รับเชิญ

แสงงามยามเช้า.....	๓๕
ข้อคิดจากกล้วยไม้เฟื่อง.....	๓๙
เรื่องเล่าผ่านไลน์	๕๔, ๖๔

วัตถุประสงค์ในการจัดทำ “ดอกหญ้า”

- * เพื่อยังความเป็นภราดรภาพ และสามัคคีธรรมให้เกิดในหมู่สมาชิก
 - * เพื่อเสริมสร้างสติปัญญาและให้ตระหนักถึงคุณค่าสาระของหลักธรรมในศาสนา
- ในส่วนที่จะนำไปใช้แก้ปัญหาในชีวิตและสังคม

๑๑๔๓

ปีที่ ๓๒ อันดับที่ ๑๖๑

มกราคม - เมษายน ๒๕๕๙

เจ้าของ : สมาคมผู้ปฏิบัติธรรม

๖๗/๓๐ ถนนนวมินทร์

คลองกลุ่ม บึงกลุ่ม กทม.๑๐๒๔๐

โทร. ๐-๒๓๗๔-๕๖๓๑

www.asoke.info

E-mail: dokya@hotmail.co.uk

บรรณาธิการ : รินธรรม โอศกตระกูล

กองบรรณาธิการ : น้อมคำ สมพงษ์ สุนัย

วิสูตร ปานปั้น ภูดาว รัศมี

พิมพ์ที่ : โรงพิมพ์มูลนิธิธรรมสันติ

๖๗/๑ ถนนนวมินทร์ คลองกลุ่ม บึงกลุ่ม กทม.๑๐๒๔๐

E-mail : thatfah2520@yahoo.com

ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา : เรือตรีแซมดิน เลิศบุศย์

จำนวนพิมพ์ ๒๔,๐๐๐ เล่ม



ศิลปะแห่งรัฐประศาสน์

ของ พลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา



ในทัศนะของสมณะโพธิรักษ์

● สิริมา ศรสวรรณ



เหตุแห่งการปฏิบัติ

การปฏิบัติที่คณะรักษาความสงบแห่งชาติ (National Council for Peace and Order) หรือ คสช. นำโดย พลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา เข้ายึดและควบคุมอำนาจการปกครองประเทศเกิดขึ้นเมื่อวันที่ ๒๒ พฤษภาคม ๒๕๕๗ การปฏิบัตินี้หากลงน้ำหนักการใช้ภาษาทางการเมือง คือ การปฏิวัติหรือรัฐประหารซึ่ง คสช. ได้ชี้แจงเหตุผลดังนี้

๑๑๔๓ - ๑๑ -

“ตามที่ได้เกิดสถานการณ์ความขัดแย้งทางการเมืองขึ้นในกรุงเทพมหานคร และพื้นที่ใกล้เคียงต่อเนื่องมาเป็นเวลานาน จนลุกลามไปสู่แทบทุกภูมิภาคของประเทศ ประชาชนแตกแยกเป็นฝ่ายต่างๆ ขาดความสามัคคี และมีทัศนคติไม่เป็นมิตรต่อกัน บางครั้งเกิดความรุนแรง ใช้กำลังและอาวุธสงครามเข้าทำร้าย ประหัดประหารกัน สวัสดิภาพและการดำรงชีวิตของประชาชนไม่ปกติสุข การพัฒนาเศรษฐกิจและการเมืองชะงักงัน กระทบต่อการใช้อำนาจในทางนิติบัญญัติ ในทางบริหาร และในทางตุลาการ การบังคับใช้กฎหมายไม่ได้ผล นับเป็นวิกฤติการณ์ร้ายแรงที่ไม่เคยปรากฏมาก่อน แม้รัฐจะแก้ไขปัญหาต่างๆ ด้วยกลไกและมาตรการทางกฎหมาย....ได้พยายามประสานให้มีการเจรจาปรองดองกัน แต่ก็ไม่เป็นผลสำเร็จ กลับจะเกิดข้อขัดแย้งใหม่ในทางกฎหมายและการเมือง เป็นวังวนแห่งปัญหาไม่รู้จักจบสิ้น....” (ราชกิจจานุเบกษา, เล่ม ๑๓๑ ตอนที่ ๕๕ ก, ๒๒ กรกฎาคม ๒๕๕๗, หน้า ๑-๒)

พันธสัญญา

คสช.ได้กำหนดแนวทางเพื่อแก้ไขสถานการณ์อันวิกฤติให้กลับคืนสู่ภาวะปกติ โดย “ฟื้นฟูความสงบเรียบร้อย ความรู้รักสามัคคีและความเป็นธรรม...ให้มีการยกร่างรัฐธรรมนูญฉบับใหม่ที่วางกติกาการเมืองให้รัดกุม เหมาะสม ป้องกันและปราบปรามการทุจริต สามารถตรวจสอบการใช้อำนาจรัฐได้อย่างมีประสิทธิภาพอย่างรวดเร็วและเป็นธรรม ก่อนที่จะส่งมอบภารกิจเหล่านี้แก่ผู้แทนปวงชนชาวไทยและคณะรัฐบาลที่จะเข้ามาบริหารราชการแผ่นดินในระยะต่อไป ในการดำเนินการดังกล่าวนี้จะให้ความสำคัญแก่หลักการพื้นฐานยิ่งกว่าวิธีการในระบอบประชาธิปไตยเพียงประการเดียว (ราชกิจจานุเบกษา, เล่มเดิม, หน้า ๒)

การร่างรัฐธรรมนูญซึ่งเป็นบทกฎหมายสูงสุดที่จัดระเบียบการปกครอง

ประเทศฉบับที่ ๒๐ หรือ รัฐธรรมนูญฉบับปฏิรูปมีจุดมุ่งหมาย ๔ มิติ คือ ๑.สร้างพลเมืองให้เป็นใหญ่ ๒.การเมืองใสสะอาดและสมดุล ๓.หนุนสังคมให้เป็นธรรม ๔.นำชาติสู่สันติสุข (ร่างรัฐธรรมนูญฉบับที่ ๒๐ โดยคณะกรรมการยกร่างรัฐธรรมนูญ, ๑๗ เมษายน ๒๕๕๘, สืบค้นจาก library2.parliament.go.th)



ในการให้สัมภาษณ์ผู้สื่อข่าวสถานีโทรทัศน์ Al Jazeera เมื่อวันที่ ๑๓ มิถุนายน ๒๕๕๘ พลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา กล่าวความตอนหนึ่งว่า “ความสุขกับความทุกข์มันเป็นของคู่กัน และความสุขของแต่ละคนมันไม่เท่ากันอยู่แล้ว เวลาที่ประชาชนมีความสุขมาก คือ ประเทศชาติมีความสุขสงบเรียบร้อย ไม่มีการใช้อาวุธสงครามใส่ยิงกัน ไม่วางระเบิดใส่กัน และเขาไม่ต้องเผชิญหน้ากับการประท้วงที่ยาวนานผมมีความสุขที่ทำให้ประชาชนมีความสุข แต่ความสุขมันไม่เท่ากันทั้งหมด เพราะมันมีส่วนได้ส่วนเสีย คนที่เสียประโยชน์ก็ไม่พอใจ ผมพยายามทำให้คนที่มียาได้น้อย มีความเหลื่อมล้ำ มีความสุขขึ้น ประเทศมีความมั่นคง และอนาคตประเทศจะไปได้อย่างไร....สิ่งที่ผมนำมาเป็นแนวทางในการบริหารประเทศคือ ‘มายคิง’ (my King พระเจ้าอยู่หัวของผม) พระองค์ท่านทรงทำอะไรมาเยอะเยอะในเรื่องการพัฒนา ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงซึ่งเหมาะสมกับสถานการณ์วันนี้ ไม่ใช่ในประเทศไทยเท่านั้น ในโลกด้วยซ้ำไปที่มีความขัดแย้งและความเหลื่อมล้ำสูงด้านอาชีพและรายได้ ต้องใช้แนวทางของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทั้งนั้นถึงจะไปได้ ผมไม่อยากจะบังคับให้ใครใช้ แต่ผมว่ามีประโยชน์สำหรับประเทศไทยในเวลานี้.....ผมไม่ใช่นักการเมือง ผมเป็นทหารมา ๓๘ ปี เป็นนัก-

เรียนทหารอีก ๗ ปี รวมแล้ว ๔๕ ปี....ผมพูดแล้วทำผมโกหกไม่ได้ รัฐบาลโกหกไม่ได้..... ผมโล่งใจที่ผมทำหน้าที่รับใช้แผ่นดินที่ให้ผมอยู่ ผมเกิดมาในประเทศไทย...จนถึงทุกวันนี้ ผมยังไม่รู้ลึกลับว่า ผมมีอำนาจ” (สืบค้นจาก Google: talk to al Jazeera youtube prayuth chan-ocha, June 13 2015)

น่านาทัศนะ

วงการวิชาการด้านรัฐศาสตร์และการเมืองได้มีทัศนะต่อการปฏิวัติของ คสช. ตามภูมิของตน บ้างว่า ทำให้ประเทศไทยสะดุด บ้างว่าถอยกลับไปสู่ความล้าหลัง ขัดต่อระบอบประชาธิปไตย ส่วนฝ่ายที่เห็นด้วยกับการปฏิวัติครั้งนี้มีความเห็น “ตรงกับกาลเทศะ เหมาะกับวัฒนธรรมของสังคมไทย เราไม่ควรเป็นทาสความคิดหรือทาสทางวิชาการแบบตะวันตก การปฏิวัติครั้งนี้เป็นศิลปะที่งดงาม คือ เป็นการส่งเสริมความดีและความจริงที่ออกมาจากใจ ศิลปะที่พูดกันเกร่อๆ เอามาตรวัดแบบฝรั่งมาใช้มันไม่ยุติธรรม” (ข้อคิดจากผู้เชี่ยวชาญด้านประวัติศาสตร์ที่เมืองค์ความรู้ด้านประวัติศาสตร์ไทยและโลกตะวันตกมายาวนาน, สัมภาษณ์เมื่อ ๓ มีนาคม ๒๕๕๙) ผู้สังเกตการณ์การเมืองไทยชาวต่างประเทศที่ใช้ชีวิตอยู่ในประเทศไทยมากกว่า ๒๐ ปีมีความเห็น “ประชาธิปไตยที่เน้นเพียงการเลือกตั้ง และยังไม่หลุดพ้นจากการซื้อขายคะแนนเสียงก็เป็นเพียง ‘ธุรกิจการเมือง’ เป็นการเวียนว่ายอยู่ในत्मแห่งประชาธิปไตยที่ไร้ความยั่งยืนในทุกกรณี” (สัมภาษณ์เมื่อ ๒ มีนาคม ๒๕๕๙)

พุทธทาสภิกขุกล่าวไว้นานแล้วว่า “ประชาธิปไตยนี้มันดีต่อเมื่อมีศีลธรรมเป็นรากฐาน ถ้าไม่มีศีลธรรมเป็นรากฐาน มันก็เป็นประชาธิปไตยโกง เมื่อประชาชนทุกคนมันไม่มีศีลธรรม มันโกง มันก็เลือกผู้แทนโกง ก็ได้ผู้แทนโกง ผู้แทนโกงทั้งหลายไปประกอบกันเป็นรัฐสภา ก็เป็นรัฐสภาโกง รัฐสภาโกงไปตั้งคณะรัฐบาล

ก็เป็นคณะรัฐบาลโกง เจ้าหน้าที่ทุกคนก็เป็นคนโกง โกงกันทั้งบ้านทั้งเมือง เมื่อไม่มีศีลธรรมเป็นพื้นฐานแล้ว ระบบประชาธิปไตยนั้นแหละ จะเป็นระบบที่เลวร้ายที่สุด!” (อหิงสา, บริษัทฟ้าอภัย จำกัด, ๒๕๕๗:๑๒๖-๑๒๗)

สมณะโพธิรักษ์ ผู้นำด้านจิตวิญญาณของ 'ชาวอโศก' กล่าวว่า “รัฐประหารครั้งนี้ ประเทศไทยไม่สะดุดหรอกที่ คสช.ดำเนินการ คือการทำงานการเมืองอย่างหนึ่ง เมื่อเห็นว่าบ้านเมืองจะแย่แล้วก็ต้องรัฐประหาร ให้หยุดการดำเนินพฤติกรรมการทำ ความเสียหาย บอกได้ว่าสวยงามมากกว่าใช้ดอกกุหลาบมาอีก มันมีที่ไหนที่จะทำได้แบบนี้ นี่แหละบันทึกประวัติศาสตร์หน้าหนึ่งของโลก” (ให้สัมภาษณ์ อัญชลี โพธิ์รัก, รายการนิวทอล์ค, นิวส์ทีวี, ๒๒ กันยายน ๒๕๕๘)

ในการแสดงธรรมรายการ 'พุทธศาสนาตามภูมิ' ที่ราชธานีอโศก เมื่อวันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๕๙ สมณะโพธิรักษ์กล่าวว่า “อาตมาเห็นใจคนที่ทำงานเพื่อสังคม ประเทศชาติ อาตมาขอให้กำลังใจ อาตมาทราบว่ามันหนัก มันเหน็ดเหนื่อย เพราะอาตมาทำอยู่จึงรู้ว่ามันแสนยากเย็น แต่ก็ต้องทำเพื่อช่วยเหลือประเทศชาติ เกือบสองปีแล้วที่รัฐบาลชุดนี้ดูแลบ้านเมือง อาตมาเห็นว่าเป็นไปในด้านดี หาไม่แล้วสหรัฐอเมริกาจะไม่ยอมหรอก เป็นเพราะความจริงใจที่รัฐบาลมีต่อบ้านเมืองนี้แหละ”

Whatever Will Be, Will Be

สมณะโพธิรักษ์ได้นำชาวอโศกเข้าสู่ถนนการเมืองภาคประชาชนหลายครั้ง โดยครั้งล่าสุดนำขบวนปักหลักปักค้ำงนอกอารามตั้งแต่เดือนกรกฎาคม พ.ศ.๒๕๕๖ จนถึงวันที่ ๒๓ พฤษภาคม ๒๕๕๗ แม้จะเสี่ยงภัยจากระเบิดและกระสุนปืน แต่ชาวอโศกเห็นว่า “การบำเพ็ญเพียรครั้งนี้ ๓๐๕ วัน เป็นการประกาศธรรมของพระโพธิสัตว์ต่อมวลมหาประชาชนทั่วโลกที่ได้ผลเกินกว่าจะประเมินค่าได้” (สมณะ

กรรมกร กุลโล, สารอโศก, อันดับที่ ๓๓๔, เมษายน-มิถุนายน ๒๕๕๓, หน้า ๑๐๕)

สมณะโพธิรักษ์ได้ตอบข้อสงสัยในการที่สมณะหรือนักบวชออกมาเคลื่อนไหวทางการเมือง ดังนี้

“การเมืองคือการทำงานกับพลเมือง เพื่อพลเมือง พุทธศาสนาเป็นศาสนาของคนเมือง ไม่ใช่ฤๅษีดาบส เป็นศาสนารู้จักโลก รู้จักสังคม แล้วเป็นคนไม่มีอึดตา ไม่มีเป็นของตัวเอง เป็นอภิมหาบรมประชาธิปไตย...ถึงเวลาอาระที่ประชาชนพอรับได้ว่าศาสนากับการเมืองคืออันเดียวกัน ต้องมาร่วมมือกัน ต้องมาทำงานเพื่อชาติให้ได้ ให้เป็นอันเดียวกัน รักกัน เคารพกัน พระพุทธเจ้าตรัสถึงสิ่งสมบูรณ์แบบ เป็นเอกภาวะ อันประกอบด้วย ความระลึกถึงกัน ความรักกัน เคารพกัน ช่วยเหลืออุ้มชูกัน” (ให้สัมภาษณ์ อัญชะลี โพธิ์รัก, รายการนิวทอล์ค, นิวส์ทีวี, ๒๒ กันยายน ๒๕๕๘)

ข้อความต่อไปนี้เป็นกรณียะการเรียงเรียงทศนะของสมณะโพธิรักษ์ซึ่งได้กล่าวถึงความสัมพันธ์ระหว่างรัฐประศาสน์หรือวิธีการบริหารบ้านเมืองนำโดยพลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา กับงานศิลปะ ดังนี้

ในการแสดงธรรมงานพุทธาภิเษกสุดยอดปาฏิหาริย์ ครั้งที่ ๔๐ รายการ ‘ตอบปัญหาอันยอดเยี่ยม’ ที่พุทธสถานศาลิอโศก อำเภอโศก จังหัดนครสวรรค์ เมื่อวันที่ ๒๕ กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๕๙ สมณะโพธิรักษ์กล่าวถึงการปฏิวัตินำโดยพลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา ท่านได้กล่าวซ้ำและเพิ่มเติมจากรายการ ‘วิถีอารยธรรม’ ที่ราชธานีอโศก อำเภวารินชำราบ จังหัดอุบลราชธานี เมื่อวันที่ ๑๔ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๙ ว่า

“สิ่งที่จะต้องเกิดมาเป็นเช่นนี้ ว้อทเอเวอร์ วิลบี วิลบี (Whatever Will Be, Will Be) อะไรจะเกิดมันก็ต้องเกิด, เป็นชื่อเพลงสากลที่ได้รับความนิยมสูงใน ค.ศ.๑๙๖๔)

เป็นเพราะเหตุปัจจัยครบแล้ว เหตุ
ปัจจัยที่พลเอกประยุทธ์ จันทร์
โอชา ได้ปฏิวัติ เมื่อวันที่ ๒๒ พฤษ-
ภาคัม พ.ศ.๒๕๕๗ เป็นการรบที่
สวยงาม เป็นสันตอาวุธ สงบเสงี่ยม
ที่สุด ใช้อาวุธโดยไม่ต้องออกอาวุธ
ไม่ใช่บังคับเอกราช เป็นยุคที่ประเทศไทย
จะได้มีปรากฏการณ์นี้ ประเทศอื่น



จะเอาอย่างให้ได้อย่างนี้ก็เชิญ นักรบทางโลกเกิดแล้ว แสดงตัวแล้ว...บอนด ทู บี
(bond to be เป็นพันธสัญญา)

ขณะนี้เมืองไทยเรามีนายกรัฐมนตรีลำดับที่ ๒๙ พลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา
เป็นนายกรัฐมนตรีที่มีอำนาจเต็มที่ที่สุด และงดงามที่สุด เพราะได้มาอย่าง
ประชาชนเห็นด้วย ไม่ขัดแย้ง ทุกอย่างสูงงาม เหตุปัจจัยครบ เป็นการปฏิวัติอย่าง
มีรูปลักษณ์ มีบทบาท โดยท่านบอกว่า ‘ขอยึดอำนาจ’ ไม่ได้กระทำการอย่างไม่บอก
กล่าวหรือใช้อำนาจบาตรใหญ่

ขอภัยที่ขอยกตัวอย่างผู้ปฏิวัติแล้วได้อำนาจเต็มคือ จอมพลสฤษดิ์ ธนะรัชต์
ซึ่งใช้มาตรา ๑๗ ได้อำนาจเด็ดขาด ได้อำนาจรัฐสภาธิบดีย์ สั่งฆ่า สั่งอะไรได้
เต็มรูป ทำอย่างไม่มีใครกล้าแย้งเลย ก็ทำได้ เกิดความสงบเพราะอำนาจกดข่ม
ไม่มีใครกล้าแตะ หากแตจะมาเดี๋ยวตายด้วยมาตรา ๑๗ นี่คืออำนาจบาตรใหญ่
พลเอกประยุทธ์ได้มาตรา ๔๔ มีอำนาจเท่ากันกับมาตรา ๑๗ สมัยจอมพลสฤษดิ์
คือมีอำนาจเด็ดขาดในรัฐสภาธิบดีย์เต็ม แต่การใช้อำนาจของพลเอกประยุทธ์เป็น
คุณสมบัติของการมีธรรม ประกอบไปด้วยธรรมที่ยิ่งใหญ่กว่าอำนาจของ
จอมพลสฤษดิ์ ทั้งเหตุปัจจัย ทั้งโอกาส ทั้งเวลา เสร็จทุกอย่างพร้อมสูงงามอย่าง
ดีที่สุด แล้วก็ทำการปฏิวัติได้จริงเต็มรูป เป็นการปฏิวัติยิ่งใหญ่ที่สุดในประวัติศาสตร์

ที่จะหลั่งลมประเทศไหนๆ ในโลกปฏิวัติได้ดงามเท่านี้ไม่ได้อีก”

Best record

สมณะโพธิรักษ์ได้ขยายความ ‘ปฏิภาคของภาวะสอง’ ในการปฏิวัติครั้งนี้ว่า “เป็นการปฏิวัติที่เด็ดขาดแต่มีความนุ่มเบา แต่ทุกวันนี้ท่านแสดงออกอย่างไม่นุ่ม นั่นคือ มีภาวะที่แข็งๆ มีเหลี่ยม เป็นหมัดตรง หมัดสวิงก็มี ออกไปแต่ละหมัดได้ประโยชน์ เป็นกัมมัญญุตตา การแสดงออกเป็นกรรมกิริยา ท่านมีคุณสมบัติอีกด้านหนึ่ง คือ มีความอดทน อดกลั้น แข็งแรงอย่างแกร่งสุดยอด แข็งไม่ละลาย ไม่สลาย แน่นดี มี ‘ภาวะสอง’ อย่างเป็นทางการ ถึงปฏิวัติได้สวย แล้วก็จัดการออกไปได้อย่างเหมาะสม ทั้งนุ่มนวล ทั้งดูแข็งๆ ทั้งๆ ที่ภาวะรอบด้านมีแต่ความเลอะเทอะ มีขยะเต็ม แต่ท่านรักษาความอดกลั้น ความอดทน คือสามารถรับสภาพที่แรงเป็นความกดดัน ความสาหัส เท่าที่มีอยู่นักหนานี้ได้ แล้วก็จัดการ มี นัจจะ คีตะ วาทีตะ คือสามารถที่จะมีท่าทีลีลาการแสดงออก อาตมาว่าสุดยอด เท่าที่อาตมาเห็นมา นายกรัฐมนตรีลำดับที่ ๒๙ ของไทยท่านนี้ เป็น ‘เบอร์หนึ่ง’ ที่จะไม่มีใครทำลายสถิติ พฤติกรรมที่นายกรัฐมนตรีผู้ใดทำได้เท่านี้ ดีไม่ตรีร้องเพลงให้ฟังด้วย.....

ทุกอย่างมีทั้งลบและบวกอยู่ร่วมกัน เป็นพลังงานที่ได้สัดส่วน เมื่อรวมกันเสร็จแล้วก็ป็นองค์รวมที่มีคุณค่าที่พอเหมาะพอดีที่สุด เซอพิชเซินท (sufficient พอเพียง) แต่คนเข้าใจในรายละเอียดของคอมโพสิชัน (composition) หรือองค์ประกอบไม่ได้ เป็นองค์รวมที่มีน้ำหนักออกไปอย่างเหมาะสมที่สุด เมื่อคนที่มองไม่ออกในความครบถ้วน องค์ประกอบ รายละเอียดของมันที่ผสมส่วนกัน เขาดูไม่ออก ดูไม่เป็น ไม่มีความรู้ ไม่มีความเข้าใจก็ไม่รู้ กลายเป็นซัพเฟอริง (suffering ความทุกข์ทรมาน) เป็นความทุกข์ เป็นความทนไม่ไหว ความทนไม่ไหว

จึงเดือดร้อนไปเลย

พลเอกประยุทธ์เป็นผู้ที่มีความสามารถในการบริหารประเทศ จะมองไป
ค่ารวมแล้ว อาตมาให้คะแนน A บวกสิบ ท่านใช้ค่าเบาๆ เพราะๆประโยคเดียว
ยึดอำนาจประเทศได้เลย เป็นเบสตุ เรคคอด (best record) เป็นประวัติการณ์ที่
ยิ่งใหญ่ที่สุดในวงการการเมืองของโลก ไม่มีใครจะมาปราบประวัติการณ์นี้ได้ไม่
ง่ายเลย ขอยืนยัน เพราะฉะนั้นท่านจึงมีพร้อมทั้งความอดกลั้น ความอดทน รอค
คอยเหตุปัจจัยต่างๆ จนสูงงอม พยายามดูเวลาและพยายามใช้เวลาจนถึงวาระ
ที่ดีที่สุดที่พร้อมจะเกิดขึ้น จึงลงมือปฏิบัติได้อย่างงดงามที่สุด ตอนนี้นำปฏิบัติงาน
ทำงานไปก็ค่อยๆ จัดการกันไป จะเรียกว่ากวาดล้างก็กวาดอย่างนุ่มนวล เหมือน
พวก**เซน***ที่ใช้ไม้ปัด ไม่ได้ปัดอย่างรุนแรง ปัดทีละคนสองคน ไลไปทีละคน
สองคนสามคน แต่ขณะนี้ก็เหลืออยู่อีกหลายคนอยู่ รออีกสักนิดเถอะน่า อาตมา
ให้คะแนนพลเอกประยุทธ์นี้ว่า ท่านเป็นผู้ที่ใช้มาตรา ๔๔ หรือรัฐธรรมนูญ
ดาบอาญาสิทธิ์นี้อย่างเป็นประชาธิปไตยได้ดีที่สุด สวยงามที่สุด”

ประชาธิปไตยอาริยะ

สมณะโพธิรักษ์ได้อธิบายความหมายของ ‘ประชาธิปไตยอาริยะ’ ว่า
“อำนาจที่นายกรัฐมนตรี พลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา ได้มานี้เป็นอำนาจที่มีธรรม
เป็นประชาธิปไตยอย่างมีอาริยะ แต่คนยังไม่เข้าใจประชาธิปไตย ยังไม่พร้อม ยัง
ไม่ครบรอบ ไม่สมบูรณ์ อาตมายืนยันว่า ‘ประชาธิปไตยอาริยะ’ คือ แบบของ
พระพุทธเจ้าอันเป็นประชาธิปไตยที่มีธรรมาธิปไตย คือ เหาธรรมะเป็นอธิปไตย

*เซน เป็นศาสนาเก่าแก่เกิดก่อนพุทธศาสนา หนึ่งในข้อปฏิบัติของนักบวชศาสนาเซนนิกายที่เข้มพร คือ
สำรวจการเคลื่อนไหว (อาชวภูริชญ์ น้อมเนียน, **ศาสนาเซน** วิทยาลัยศาสนา มหาวิทยาลัยมหิดล.ไม่ปรากฏ
ปีที่พิมพ์, สืบค้นจาก www.crs.mahidol.ac.th/thai/jainism00.htm)

พร้อมไปด้วยลัทธิปริสธรรม ๗* และมหาปเทศ ๔* อย่างเพียงพอที่พลเอกประยุทธ์
ประพุดิอยู่นี้ ท่านได้ใช้คุณธรรมอันนั้นจริงๆ ทำให้เกิดความพอเหมาะพอดี
หรือพอเพียงได้สัดส่วนอย่างแท้จริงอย่างครบพร้อม ครบหลักการ คือ องค์
ประกอบหรือการจัดคอมโพสิชัน (composition) ของมนุษยชาติ แล้วก็มีการ
ประมาณมัตตัญญูตาได้อย่างพอเหมาะ ทำออกไปเป็นสัดส่วนที่ทำได้ และทำตาม
หลักมหาปเทศ ๔ มีหลักเกณฑ์ จะเป็นกฎมณเฑียรบาล จะเป็นหลักเกณฑ์ของสังคม
จะเป็นธรรมาภิบาลอะไรที่มีบัญญัติไว้ อะไรที่ห้าม อะไรที่อนุญาต พร้อมด้วยความ
ถูกต้อง อะไรควรไม่ควรทำ ตามที่เห็นควรแล้ว สิ่งเหล่านี้ทำเสร็จแล้วได้สัดส่วน
ที่เป็นเซอพิซเซ้นท์ (sufficient) คือได้พอเหมาะพอดีที่เป็นสัดส่วนจึงเกิดคุณภาพ
ของความพอเพียงจริงๆ

ขอทำความแต่อดีต ตั้งแต่เป็นผู้บัญชาการกองทัพบกซึ่งมีอำนาจเต็มใน
อำนาจของประเทศ ท่านใช้ความอดทนอดกลั้นยาวนาน เขาจะร้องประกาศ
เผาบ้านเผาเมืองหรือทำอะไรที่ไม่เข้าท่า
ที่จริงแล้วมันน่าจะลุกอำนาจ จัดการ
ในทุกกระดับ แต่ก็อดทนไว้ในใจ สุดท้าย
ไม่ต้องใช้อาวุธ ไม่ต้องเสียเลือดเนื้อ
อะไรเลย”



*ลัทธิปริสธรรม ๗ คือธรรมของสัตบุรุษ (คนที่มีความเห็นถูกต้อง) : พระไตรปิฎกเล่ม ๒๓
“ธัมมัญญสูตร” ข้อ ๖๕ (ธรรมพุทธสวดลิก, พิมพ์ครั้งที่ ๗, อุษาการพิมพ์, ๒๕๕๘:๑๒๗)

*มหาปเทศ ๔ คือหลักการใหญ่ที่ใช้อ้างอิงตรวจสอบแล้วตัดสินใจเพื่อความควร ความไม่
ควรในการกระทำ : พระไตรปิฎกเล่ม ๕ “เภลัชชขันธกะ” ข้อ ๙๒ (ธรรมพุทธสวดลิก,
พิมพ์ครั้งที่ ๗, อุษาการพิมพ์, ๒๕๕๘:๔๕-๔๖)

สัปปริสธรรม ๗ คือพุทธศิลป์

ในการแสดงธรรมรายการ ‘พุทธศาสนาตามภูมิ’ ที่ราชธานีอโศก เมื่อวันที่ ๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙ สมณะโพธิรักษ์ได้อธิบายความเชื่อมโยงขององค์ประกอบศิลปะ พุทธศาสนา และรัฐประศาสน์หรือวิธีการบริหารบ้านเมืองซึ่งนำโดย พลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา เป็นตัวอย่างประกอบคำอธิบาย ดังนี้

“**คอมโพสิชัน** (composition) หมายถึง องค์รวม หรือองค์ประกอบของหลายๆ อย่าง ทุกอย่างที่เราเห็น เหตุปัจจัยทั้งหมด **คอมโพสิชัน**ของพระพุทธเจ้าคือสัปปริสธรรม ๗ มี **บุคคลโรปรัญญตา** นี่เป็นสิ่งสำคัญ คือแต่ละคนกระทบแล้วเกิดเรื่อง **ปรัสังญตา**ก็คือกลุ่มคนหรือมวล เอาเท่าที่ตนรับได้ ไม่ไปเอาทั้งหมด คนไหนไม่เข้าทำก็โยนทิ้งก่อน เอาคนที่พอรับได้ก่อน **กาลัญญตา** เมื่อใดขณะใด ตอนเช้า กลางวัน เย็น กลางคืน หรือโอกาสไหนๆ **อัตตัญญตา** คือรู้จักประมาณตนเอง **ธัมมัญญตา** คือองค์รวมทั้งหมด คือธรรมะ **อตถัญญตา** อตถะคือเป้าหมายที่จะให้ได้ ให้เป็น จุดสำคัญของมัน **อินเทริส พอยนท** (interest point จุดสำคัญที่มีผลประโยชน์ร่วมกัน) คือ องค์ประกอบอื่นๆ อีก เป็น**คอมโพสิชัน**ที่พระพุทธเจ้าแยกไว้ เอามาชอลฟ (solve ระคน) ออกมาว่า คนนี้ก็ยึดเช่นนี้ เอามารวมกันแล้ว คำนวณแล้วตามคณิตศาสตร์ก็มี **ครน** (คุณร่วมน้อย) **ทรม** (หารร่วมมาก) รวมแล้วก็เอาขนาดประมาณหนึ่ง เมื่อชอลฟออกมาแล้วต้องอนุโลมขนาดไหน เราก็ทำร่วมด้วยในขนาดที่เราชอลฟ เป็นคำตอบ เราได้บ้าง เขาได้บ้าง ก็แบ่งกันจัดสรร ต้องฝึกฝน เรียนรู้ เมื่อทำได้ก็เป็น **มัตตัญญตา** คือผู้รู้ประมาณ

ยกตัวอย่างงานจิตรกรรม สีที่เป็นแม่สี จะเอาสีแดงผสมเหลืองก็เป็นสีแดง จะแสดงขนาดไหนก็แล้วแต่ แก่ก่อนอย่างไร ก็เติมสีตามสัดส่วนที่เรามัตตัญญตาประมาณให้เหมาะสม ถ้าผสมสีน้ำเงินก็เป็นสีน้ำตาล สีอะไรอีก น้ำตาลออกเชิงเขียวหรือแดงก็จะรู้สัดส่วน นี่จากต้นสีสามสีแล้วแบ่งขนาด เหตุปัจจัยต่างๆ มี

พลังงานส่วนตัวของมันจะไปทางไหน ดีกรี (degree ความหนักเบา) ทางไหนของ แต่ละอย่างก็จัดสรร คนนี้ไปทาง **เซดดิสม** (sadism รุนแรง) คนนี้ไปทาง **โรแมนติซิสม** (romanticism ใช้อารมณ์ความรู้สึก ช่างคิดช่างฝันช่างจินตนาการ) ก็จัดการพวกเดียวกันให้อยู่ร่วมกัน

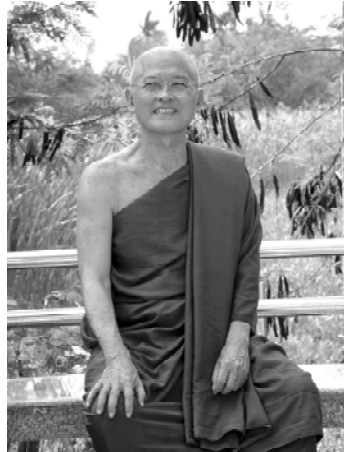
อาตมาจึงบอกว่า ความสามัคคีคือความขัดแย้งอันพอเหมาะ (ปโหติ) มันไม่ กลางไปได้ทีเดียวหรอก เพราะว่ามันต่างกัน อยู่ที่ความเก่งของแต่ละคน จิตรกร ผสมสีก็ต้องรู้ว่าผสมอย่างไรให้ได้ตามต้องการ ถ้าผสมแล้ว รวมกันแล้วไม่ได้ ขนาดพอเหมาะ ดีไม่ดีขัดกันไม่หยุด เรียกว่า สิ้นเน่า ในสังคมก็เรียกว่าขัดกัน เลย ไม่ปรองดอง ไม่กลมกลืน ไม่อยู่ร่วมกันได้ ก็ทะเลาะกันตลอด คือ คุณไม่มี ฝีมือ ไม่สามารถเป็น **คอมโพสเซอร์** (composer ผู้ปรองดอง) ที่ทำให้เกิด **ฮาร์โมนี** (harmony ความกลมกลืน, ความสามัคคี) ได้ ถ้าเก่งก็จัดให้อยู่ร่วมกันได้ โดยมีอันใดจะให้อันนั้นก็ทำได้ ทำไฮไลท (highlight จุดเด่น) ได้ นี่คือมือหนึ่งในการจัดองค์ประกอบศิลป์ แม้แต่ศิลปกรรมด้านอื่นๆ เช่น ดราม่า (drama) คือ นาฏกรรม ก็ใช้องค์ประกอบเช่นนี้ทั้งนั้น

อาตมาว่า พลเอกประยุทธ์จัดองค์ประกอบสังคมในการบริหารประเทศได้ ขนาดนี้ เป็นองค์รวมที่ลงตัว โดยใช้มันจะ คีตะ วาทิตะ ที่แสดงกายวิญญูติ วิจิ วิญญูติ มันจะ คือ กายวิญญูติ ทั้งยกคิ้วหลีวดาทาทายภายนอก ส่วนคีตะกับ วาทิตะคือสัมผัสเสียง สำเนียงภาษา รวมแล้วเป็นกายวิญญูติ วิจิวิญญูติ เป็น **คอมโพสิชัน** หรือความเคลื่อนไหวขององค์รวมที่เกิด คนที่จัดองค์ประกอบอันนี้ได้ พอเหมาะพอดีตามสัปปุริสธรรม ๗ โดยรู้จักสิ่งต่างๆ ที่ได้ผสมส่วนตามธรรมชาติ ให้ได้จุดเป้าหมาย ได้ไกล (goal จุดหมาย, หลักชัย) คือ **คอมโพสเซอร์** (composer) ชั้นหนึ่ง ทุกกาลเวลา ทุกสัดส่วน ทุกบริษัท เป็นนักบริหารชั้นหนึ่ง ทั้งที่มีศัตรู กันหลายเจ้า จับมาทำงานด้วยกัน แม้ความคิดหรือความถนัดคนละด้าน แต่เรา จัดมาปรองดอง มีภาระงานองค์ประกอบ ถ้าต่างคนต่างทำก็ตาม แต่เราสามารถ

เอาผลงานของสองคนนี้มาทำให้เกิดคุณค่าได้ คือการควบคุมเกม (game อูบาย) การบริหารได้”

ยอดศิลปิน

รายการ ‘พุทธศาสนาตามภูมิ’ วันที่ ๒๙ กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๕๙ ที่พุทธ-สถานปฐมอโศก จังหวัดนครปฐม สมณะโพธิรักษ์ได้อธิบายความสัมพันธ์ของคำว่า ‘ศาสตร์’ และ ‘ศิลป์’ ดังนี้ “คำว่าศาสตร์และศิลปินั้นคู่กันมา เป็นธรรมชาติ ๒ ถ้าสิ่งหนึ่งมี แต่ไม่มีอีกสิ่งหนึ่งก็จะพัฒนาไม่ขึ้น. ...ศิลปะคือความรู้ที่มีความรู้ยิ่งในการที่จะ



ประมาณ คือสัปปริสธรรม ๗ ประการ ผู้ใดที่มีสัปปริสธรรม ๗ ประการนั้นแหละ คือศิลปินเอกที่จะต้องคร่อม ประสมรูปร่างต่างๆ ผลสมธรรมชาติ ๒ ในโลก นี้แหละ คือความเป็นศิลปะที่จะใช้ในโลก”

ศิลปะแห่งรัฐประศาสน์ หรือวิธีการบริหารบ้านเมืองของพลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา ในทัศนะของสมณะโพธิรักษ์ เป็นการจุดประกายการเชื่อมโยงศิลปะ พุทธศาสนา และการเมือง ตามภูมิของท่าน

กราบขอบพระคุณ พ่อครูสมณะโพธิรักษ์, สมณะแสนดิน ภูมิพุทธโธ
ขอบพระคุณ มิสเตอร์ราโน โลทาไลเนน (Mr. Rauno Laitalainen)



อ่านจิตอ่านใจก่อนใคร

จิตตื่นจิตลึกควรรศึกษา

อยากรู้ลึกสัปดาห์อ่านตำรา

อยากมีปัญญาให้อ่านใจ

-ท่านจันทร์-

ปณฺฑิตฺตธรรมคฺออโธ



● พ่อท่านสมณะโพธิรักษ์

แสดงธรรมทำวัตรเช้า
ในงานกสิกรรมไร้สารพิษเพื่อฟ้าดิน
ณ พุทธสถานราชธานีโคก จ.อุบลราชธานี
วันที่ ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๔๗



สังคฺมทูกวันนึ้มนย่าแย่งลงไปทูกที่เพระการคึทกษา คึทกษากันอย่างไม่รู้
ทศทาง คึทกษาให้มึคควารู้ความสามารถในเชิงฝีมือ ในเชิงคควารู้เฉลียวฉลาด
เฉลียวฉลาด อันนึ้ภาษาบาลีท่านเรยีกว่าเจโก เจกะหรือเจกตาแปลว่าคควม
ฉลาด เจกะหรือเจโก ถ้าเป็นคคานามก็ เจกตา คควมฉลาด แต่เป็นคควมฉลาด
ที่ต่างจากคคว่าปัญญา ปัญญาเนี้ ฉลาดอย่างมึวิซซา วิซซา ซ.ซ้าง ๒ ตัว
ตรงกันซ้างกับอวิซซา

คนทูกวันนึ้ฉลาดมากแต่อวิซซา ยิงฉลาดยิงอวิซซา เจโก คนไทยฟังรู้เรอง
ภาษานึ้มันกลายมาเป็นภาษาไทยแล้ว เจโกคือฉลาดแกมโกง ฉลาดที่มีทูกจริต
แฝง เอาเปรยียบเอารัตอย่างซบซ้องน ไม่ปรานีใคร ฉลาด โหดร้าย ฉลาดที่ไม่มึ
ประโยชน์คควนค่า ฉลาดอย่างโลกีย์ อย่างคนซาวโลก คนเราไปเรยีนรู้เอาแต่คควม
ฉลาด เรยีนรู้เอาแต่คควมรู้ แล้วก็ฝีกฝนเอาความสามารถที่จะไปสร้างสรรคค์ ก็มี

ความจำเป็นในการที่จะมีความสามารถ สร้างสรรค์ก่อนนั้นอันนี้มาไว้กินไว้ใช้ มาไว้สำหรับยังชีพไป มันมีความจำเป็นก็ทำ ไม่ได้หักได้ห้ามอะไรกัน พระพุทธเจ้าก็ส่งเสริม แต่ว่าที่สำคัญในชีวิตนี้ การศึกษาตั้งแต่อนุบาลจนถึงดอกเตอร์ไม่ได้เน้นว่าเราจะศึกษาอะไรที่เป็นจุดสำคัญที่สุด

มีเป้าหมายของชีวิต

เราต้องศึกษาตัวเราเอง รู้ตัวเราเอง หรือชัดๆ ก็คือรู้ความเป็นชีวิต ว่าชีวิตนี้เกิดมาทำไม เกิดมาเพื่ออะไร เกิดมาควรจะทำอะไร ควรจะสร้างสิ่งใดขึ้นมา

ถ้าเรามัวแต่สร้างความเอาเปรียบ เอาเปรียบในเชิงได้เปรียบทางวัตถุก็ดี เอาเปรียบในทางอำนาจบาตรใหญ่ก็ดี หรือจะเอาเปรียบ ในเชิงนามธรรมลึกซึ้งขนาดไหนก็ตาม ได้ชนะคะคานเขาทุกอย่าง

กับคนที่เต็มใจเสียเปรียบ เสียสละโดยรู้ๆ โดยเข้าใจชัดๆ แจ่มแจ้ง ไม่สับสน ไม่สงสัยเลยว่า เราเป็นผู้ที่เสียไป เป็นผู้ให้ อย่างไรเหน็ดกว่ากัน

ถ้ารู้ความจริงอันนี้ชัดเจนแล้ว เข้าใจสนิทกันว่า ชีวิตเกิดมาเป็นคนก็เพื่อเป็นผู้มีคุณค่า มีประโยชน์เกื้อกูลผู้อื่น เกื้อกูลมวลมนุษยทั้งหลาย นั้นแหละคือความประเสริฐแน่แท้ในความเป็นคน จึงใช้ความรู้ความสามารถเพื่อเกื้อกูลผู้อื่น

ผู้ที่ศึกษาเรียนรู้ฝึกฝนอบรมเพื่อจะสร้างสรรค์ เพื่อจะมีความรู้ มากมายนั้นก็แน่ละ เรียนมากก็รู้มาก ฝึกฝนมากก็มีความสามารถ มีความเชี่ยวชาญในการสร้างการก่อ ก็ยอมทำได้มากแ่นๆ ซึ่งมันก็ดี แต่ได้แล้ว สร้างอะไรขึ้นมาแล้วจะหายไปหรือให้ใครไปก็คิดราคาแลกเปลี่ยนกลับคืนมา ถ้าแลกเปลี่ยนกลับคืนมาเท่าราคาทุน มันก็ไม่มีบาป ไม่มีบุญ เราก็ไม่มีประโยชน์อะไรแก่คนอื่นเขาเลย เราเกิดมาก็มีชีวิตไม่มีประโยชน์จริงๆ แค่เท่าทุนนะ



ยกตัวอย่าง สร้างผลผลิตอะไรขึ้นมาแล้วก็แล้วแต่ ปลุกมะม่วงขึ้นมาลูกหนึ่ง สร้างเครื่องบินขึ้นมาลำหนึ่ง ทำอะไรขึ้นมาชิ้นหนึ่งด้วยความรู้ความสามารถเสร็จแล้วก็คิดราคาต้นทุนมันเท่าไร บวกค่าใส่หุ้ย บวกค่านั่นค่านี่ บวกค่าอะไรก็แล้วแต่ วิธีคิดทุนก็รู้กันอยู่ ผู้ที่เรียนมารู้มายังแถมบวกค่า error เข้าไปอีก เพราะไม่รู้ว่ายังมีอะไรที่คิดไม่ออก ยังขาดหกตกหล่น ก็เลยบวก error ไว้อีก ๕ % แล้วกัน เสร็จแล้วก็รวมเป็นทุนขึ้นละเท่า นั้น ขึ้นละเท่านี้ เมื่อเอาไปขายหรือเอาไปให้คนอื่นก็แลกเอาเงินเป็นมูลค่าคืนมาหมด ทั้งราคาทุน คือทุนนะ เขาก็คิดเอาคืนหมด แล้วแถมบวกส่วนที่เอาเปรียบอีกด้วย บวกเข้าไปเฉยๆ นี่แหละ แล้วเรียกมันว่ากำไร กำไรคือส่วนเกินที่ซูดริตเขาเอามาเฉยๆ ถ้าบวกไปได้มากเท่าไรก็ยิ่งชอบใจ

ผู้ที่ศึกษามหาวิทยาลัยไหนๆ มา ก็จะทำให้เห็นว่าการคิดวิธีนี้เป็นความยุติธรรม เป็นสุจริตที่พึงทำกันทั้งโลก ในโลกทุนนิยมเป็นอย่างนั้น เพราะฉะนั้นผู้ที่ยังฉลาด ยิ่งสร้างอะไรได้ดีก็โกงราคา ก็ของเราทำได้ดีนี่ หายาก คิดราคาให้มันแพงๆ เข้าไว้ ตั้งราคาเอง เมื่อของดีๆ คนก็ยิ่งอยากได้ ก็ยิ่งโกงราคาขึ้นไปแพงๆ สิ่งเหล่านี้เป็นความฉ้อฉลของความซี้โลภเห็นแก่ได้ เป็นการเอาเปรียบที่จริงทั้งนั้น เป็นบาป เป็นความฉ้อฉลของสังคมทั้งโลก ทำให้โลกสังคมนี้เดือดร้อนอยู่ทุกวันนี้



เมื่อแนวความคิดมันเป็นอย่างนั้น แล้วก็
เชื่อมกันแล้วก็ปฏิบัติกันอย่างสามัญ ทุกคนก็
เห็นเป็นสามัญ เป็นเรื่องยุติธรรม เป็นเรื่อง
สุจริต เพราะฉะนั้นทุกคนจึงเฝ้าหา
ความฉลาดที่จะไปเอาเปรียบให้ได้
มากๆ แล้วก็เข้าใจว่า การได้เปรียบ
และการกอบ-โกยสะสมมาเป็น
ของตัวของตนได้มากๆ เป็น
ความประเสริฐ เป็นความน่า
ยกย่อง เป็นความเลอเลิศของ

ชีวิต ความเชื่ออย่างนี้ ความเห็นอย่างนี้ ความเข้าใจอย่างนี้แหละเป็นความ
เข้าใจที่ผิด คนที่เรียนปริญญาโท-เอกกันแล้ว ไม่ควรจะเข้าใจผิดไปจากสัจจะ
เลย ควรจะได้รับความรู้ ควรจะได้รับการศึกษาว่า โอ้! แนวคิดอย่างนี้ มันเป็น
แนวคิดที่ผิด มันเป็นแนวคิดที่เลวร้าย

ยิ่งฉลาดยิ่งมีการศึกษามากๆ สูงๆ ยิ่งควรเข้าใจความจริงของชีวิต ของ
สังคมที่ผิดเพี้ยนนี้ เข้าใจความผิดพลาดตรงนี้ แล้วก็ไปแก้ไข แล้วก็ไปบริหาร
บ้านเมือง หรือว่าไปสั่งสอน ไปแนะนำ หรือว่าไปอบรมคนกัน

แต่เปล่าๆ ยิ่งมีความรู้ความสามารถยิ่งถือเป็นอาวุธ ยิ่งมีเปรียบเพราะจบ
ปริญญาโท ปริญญาเอก จบโพสต์ด็อกเตอร์ ยิ่งได้ราคา ตั้งเอาไว้ให้กันเลย ใคร
จบดอกเตอร์มาก็ต้องมีค่าวิชาอย่างโน้นอย่างนี้เข้าไปอีก ยิ่งบวกเข้าไปใหญ่เลย

ปลาใหญ่ณะควรจะช่วยปลาเล็กเพราะมีแรงมากกว่า แข็งแรงกว่า หากิน
ได้เก่งกว่า ควรจะช่วยผู้อ่อนแอกว่า เหมือนพ่อแม่แข็งแรงกว่าลูก ก็ต้องให้ลูก
ได้กินเต็มที่ ให้ลูกกินก่อน หรือให้กินมากกว่า พ่อแม่ต้องเสียสละ เลือดเพื่อเจ้า-
จານ แบ่งให้ลูก แบ่งให้หลาน แบ่งให้ผู้อ่อนเยาว์ เราเป็นผู้ใหญ่ แข็งแรงกว่า
อดทนได้เก่งกว่า และสามารถกว่า เราทำเองสร้างเองได้ ก็ให้แก่คนที่สร้างยังไม่



เป็น สามารถไม่มาก ความรู้น้อย ด้อยโอกาสก็ควรจะช่วยเหลือ เสียสละให้เขาได้ นี่คือสิ่งที่ควรจะเป็น

โดยสามัญสำนึกจริงๆ คนเราก็พอมีความฉลาด พอรู้ แต่ไม่ใส่ใจกัน ไม่สอนกัน ไม่แนะนำกัน โลกจึงมีการข่มเหง กดขี่ เอาเปรียบกันอยู่ทั่วโลก แล้วถือกันว่าอย่างนี้ยุติธรรม ถือกันว่าสุจริต คนแข็งแรงกว่าเอาเปรียบคนที่อ่อนแอกว่า เป็นสุจริต เป็นยุติธรรม ควรจะกระทำกัน ไม่มีใครอายกัน นี่คือการศึกษาคือผิดเพี้ยน เป็นประเด็นสำคัญของชีวิต ของสังคม ของมนุษยชาติ

คนยิ่งสูง ยิ่งเก่ง ยิ่งมีความสามารถมาก ยิ่งกินมาก ใช้มาก แล้วก็มาสร้างค่านิยมสูง แพง หู เลิศ เบ่ง เป็นศักดิ์นา เป็นไฮโซ สร้างความเมาเมาในลภยศสรรเสริญโลกก็สุข เก่งแย่งกัน กดขี่กัน เป็นชั้นสูงชั้นต่ำ เกิดช่องว่างระหว่างชนชั้น เกิดช่องว่างระหว่างคนในสังคม เพราะคนเราเป็นคนสร้างขึ้นมาให้แก่สังคมทั้งสิ้น

เมื่อมีความเดือดร้อนในสังคมเพราะการศึกษาผิดพลาดอย่างนี้ จึงมีปราชญ์ มีผู้รู้ขึ้นมาเป็นศาสดา ศาสดาทุกพระองค์แหละพยายามที่จะสอนคนให้เป็นคนจน จะให้เป็นคนมักน้อยคืออับปิฉะ เป็นคนเสียสละคือทาน คือจาคะ เป็นคนอย่าไปโลภโมโหสัน ทุกพระองค์แหละ แต่วิธีทำก็ต่างกันไปบ้างเท่านั้นเอง ศาสดาทุกพระองค์รู้ดี การเสียสละมันเป็นเรื่องดีทั้งนั้นแหละ แต่.. คนไม่เสียสละกันจริง

รู้จักคิดสร้างทิวทัศน์ขึ้นมา

พุทธเราก็มีแนวคิดเหมือนกันกับทุกศาสดาแหละ พยายามที่จะเสียดสละให้จริง เสียดสละได้กว้าง เสียดสละได้ทั่วถึง เสียดสละจนกระทั่งให้แม้ชีวิตได้ เสียดสละชีวิตเพื่อสิ่งที่ดีควรจะเสียด ไม่ทำร้ายใคร พระพุทธเจ้าท่านสอนเรา ถ้าคนมาด่า เราจะทำอย่างไร เราก็ไม่ด่าตอบ เราก็รับฟังแล้วก็เอามาคิด ใคร่ครวญ ตรวจสอบ ถ้าเขาด่าถูก เขาด่าว่าเราชั่วอย่างนั้น เลวอย่างนี้ ตรวจสอบตัวเองว่า อ้าว! จริงเราเองเป็นอย่างนั้น เขาว่าเราชั่วอย่างนี้ ทำผิดอย่างนั้น ทำผิดอย่างนี้ ตรวจสอบแล้วจริง เราก็ขอบคุณเขาแล้วแก้ไขตน

เมื่อตรวจสอบอย่างไม่ลำเอียงเข้าข้างตัวเอง ตรวจสอบอย่างละเอียดลออ ซื่อตรง เอ้า! เราไม่ได้ผิดอย่างเขาว่า ไม่ได้ชั่วอย่างเขาว่าก็แล้วไป เพราะเขาเข้าใจไม่ถูก ความผิดไม่ได้อยู่ที่เรา เขาเข้าใจผิด ผิดอยู่ที่เขา เขาไม่รู้ความจริงเท่านั้นก็แล้วไป จบ ไม่ต้องไปโกรธ ไปแค้นเคืองถือสา โกรธมันก็ทุกข์

ถ้าเขาไม่แค้นด่า เขาตีละ ตีก็หลบหนี หลีกทาง อย่าให้เขาตี มันเจ็บ ไม่ต้องไปตีตอบ ถ้าเขาตัดแขนละ ก็คิดเสียดว่า ถ้าเขาตัดแขนซ้าย ตี-เขาไม่ได้ตัดแขนขวาเรา หนีหนี อย่าให้เข้าตัดแขนขวาอีก ถ้าเขาตัดตรงนั้นตรงนี้หลายๆ อวัยวะ ก็ยังดีที่เรายังไม่ตาย ก็หนีให้ได้แล้วกัน ถ้าเขาฆ่าให้ตาย ก็ตายนะซี เราก็อย่าไปโกรธเคืองถือแค้นเขา ศาสนาพระพุทธเจ้าสอนจนกระทั่งถึงขั้นว่าไม่ต้องแค้นเคืองใคร ไม่ต้องตอบโต้ใคร ไม่ต้องสร้างวิวาทกับใคร

ศาสนาพุทธนั้นเชื่อกรรม เชื่อวิบาก กัมมสังขตา วิปากสังขตา กัมมัสสกตา-สังขตา ตถาคตโพธิสังขตา เชื่อว่ากรรมเป็นทรัพย์ กรรมเป็นของตน กรรมเป็นของตน กัมมัสสกตาแปลว่ากรรมเป็นของของตน ถ้าเราทำกรรมอะไรลงไป ตั้งแต่กายกรรมก็ดี วาจกรรมก็ตาม มโนกรรมก็ตาม แม้แต่คิดนิดหนึ่งก็ตาม คิดเสร็จแล้วก็คือของเรา เราคิดชั่วก็เป็นของเรา เราคิดพยาบาทก็เป็นของเรา เราคิดดีก็เป็นของเรา คิดเมตตาเกื้อกูล แค่คิดก็เป็นกรรม แล้วก็สั่งสมลงเป็นทรัพย์ กรรมก็มี

๓ กรรมเท่านั้นแหละ มีกายกรรม วจีกรรม มโนกรรม เป็นทรัพย์ของตนๆ ติดตัวไปจนกระทั่งปรินิพพาน

ปรินิพพานหมายความว่าแต่ละอัตภาพ แต่ละบุคคลนี้หมดสิ้น ปรินิพพานต่างจากนิพพาน นิพพานหมายความว่าฆ่ากิเลสตายสนิท ผู้ใดฆ่ากิเลสได้จนตายสนิทก็ถึงนิพพานอย่างที่มีชีวิตอยู่ในขณะที่ยังมีชีวิตเป็นๆ ชีวิตยังไม่ตายนี้แหละ แต่ฆ่ากิเลสตายหมดแล้ว กิเลสเท่านั้นตายสิ้นแล้วก็คือผู้นั้นถึงนิพพานเป็นอรหันต์

ส่วนปรินิพพานหมายความว่า คนที่กิเลสตายสิ้นแล้ว เป็นอรหันต์แล้ว อรหันต์ผู้นั้นตายจากชีวิตอีกที แล้วไม่ตั้งจิตเกิดมาอีก ดับสนิท เป็นภพสุดท้าย จึงหมดสิ้นชนิดที่ไม่มีอะไรวนเวียน ไม่มีอะไรเกิดอีก ไม่มีแม้แต่การเวียนวนมาเกิด มีร่างกายเป็นชีวิตเวียนวนอยู่ในโลกไหนๆ อีก ไม่มีอัตภาพใดๆ อีกเลย ทั้งรูปและนามหมดเกลี้ยงสนิท เรียกว่าปรินิพพาน แปลว่านิพพานรอบถ้วน หรือนิพพานสิ้นเชิง

พระอรหันต์ คือผู้ที่ได้นิพพานแล้ว ถ้าท่านตายลงก็อย่าไปบอกว่าเป็นพระอรหันต์ตายแล้วจะไม่เกิดอีก เถรวาทในเมืองไทยนี้แหละสอนกันมานานแล้วว่า อรหันต์ตายแล้วต้องสูญ ไม่ว่าจะอรหันต์เล็ก อรหันต์ใหญ่ อรหันต์โต อรหันต์สูง ขนาดไหนก็ตาม ถ้าตาย ลมหายใจสิ้นลง ณ บัดใด อันหมายถึงการตายของร่างกายแตกตาย (กายัสสละ เกทา) ถ้าลงตายอย่างนี้แล้วจะต้องสูญทำเดี่ยว รูปและนามพินาศสิ้นหมดเกลี้ยงสนิท ไม่มีการเกิดใดๆ อีกเลย นี่คือการเข้าใจผิดของชาวเถรวาททั่วไป

ในพระไตรปิฎกเล่ม ๑๗ ข้อ ๑๙๘ ยมกสูตร พระสารีบุตรเป็นผู้ได้รับฟังจากภิกษุสงฆ์ว่า พระยมกะคุยว่าตนเข้าใจศาสนาดีแล้ว ตนเข้าถึงพระพุทฺธศาสนาดีแล้ว แล้วพระยมกะก็พูดต่อ ว่าคนเราถ้าเป็นพระอรหันต์ซึ่งนิมิตสสัน อาสวะแล้ว ตายแล้วจะต้องสูญ ตายแล้วไม่เกิดอีก มีศัพท์ ๓ คำ ๑.ตายแล้วจะต้องสูญ (อุจฉิขตติ) ๒.ตายแล้วจะต้องพินาศ (วินัสสติ) ๓.ตายแล้วจะต้อง

ไม่เกิดอีก (น โหติ) พระสงฆ์เพื่อน
ฝูงขณะนั้นได้ยื่นเข้าก็ว่า โอ้ พระ
ยมกะนี้มีทิฏฐิลามกแล้ว เป็นทิฏฐิ
บาป ท่านเรียกว่า ปาปกัง ทิฏฐิคิดตั้ง
เป็นความคิดความเห็นที่เป็นบาป
ลามก มันชั่ว มันผิดแล้ว ก็เลยไปขอ
ร้องพระสารีบุตร บอกว่าให้ไปช่วย
โปรดพระยมกะหน่อยเถอะ พระ
ยมกะมีความเห็นผิดว่าพระอรหันต์
ตายแล้วต้องสูญ พระสารีบุตรก็



เลยต้องสอนพระยมกะให้เข้าใจว่า อย่าไปคิดอย่างนั้นว่า อรหันต์ตายแล้วต้อง
สูญ ความคิดอย่างนั้นเป็นบาป คิดผิด พระอรหันต์ท่านจะสูญหรือไม่ มันเรื่อง
ของท่าน ท่านจะสูญก็ได้ ไม่สูญก็เรื่องของท่าน อย่าไปยุ่งกับท่าน ท่านจะเกิดอีก
เพื่อบำเพ็ญตนเป็นพระโพธิสัตว์ มุ่งเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็เรื่องของท่าน
ความสูญ-ความพินาศ-ความไม่เกิดอีกนั้น พระพุทธเจ้าทรงสอนให้จัดการกิเลส
ต่างหากให้สูญ ให้พินาศ ให้ไม่เกิดอีก ในชั้น ๕ มีกิเลส กิเลสไม่เที่ยง ไม่ใช่
ของจริง จัดการกับกิเลสนั้นเถิด ให้ตายดับสูญ ให้พินาศ

เถรวาทหรือคนไทยส่วนมากไม่รู้เรื่องของโพธิสัตว์ไม่รู้เรื่องความสืบต่อที่จะ
นำพาไปถึงความเป็นพระพุทธเจ้า ไม่เข้าใจเลย รู้แต่เพียงว่าพระโพธิสัตว์คือ
ผู้ตั้งจิตบำเพ็ญตนเพื่อไปเป็นพระพุทธเจ้า และเข้าใจผิดว่า พระโพธิสัตว์ต้องเป็น
ปุถุชนเท่านั้น บำเพ็ญไปสูงขนาดไหนก็ไม่มีสิทธิ์บรรลุผลของพุทธ ไม่มีสิทธิ์
เป็นพระอาริยะแม้แต่แคไสตาบัน เข้าใจผิดไปถึงขนาดนั้น ชาวเถรวาทจัดให้โพธิ-
สัตว์ต้องเป็นปุถุชนไปตลอด โพธิสัตว์เป็นพระอาริยะไม่ได้ เพราะขึ้นเป็นอาริยะ
แล้วจะต้องปรินิพพานไปเสียก่อน เมื่อเป็นอาริยะแคไสตาบันแล้วก็จะเกิดได้อีก
อย่างมากไม่เกิน ๗ชาติ (สัตว์ตกขัตตุปรممเสตา) แล้วก็จะตายสูญไปจากโลก เวลา
แค่ ๗ ชาติจะบำเพ็ญบารมีให้เป็นพระพุทธเจ้านั้นคงไม่ได้แน่ ยิ่งบารมีสูง

กว่าโสดาบันชั้นต่ำก็ยิ่งเกิดไม่ถึง ๗ ชาติ เลยยิ่งไม่มีเวลาบำเพ็ญต่อเป็น พระพุทธเจ้าใหญ่เลย เพราะชาวเถรวาทไปกำหนดหมายเอา“การเกิด-การตาย” ของร่างกายแตกตาย (กายัสส ฌาตา) เท่านั้นนั่นเอง โดยเข้าใจว่าหากเป็นอาริยะ แล้วแคโสดาบันชั้นต่ำก็จะเกิดอีกอย่างมากได้เพียง ๗ ชาติ แล้วจะต้องบรรลुเป็น อรหันต์ เมื่อเป็นอรหันต์แล้ว ร่างกายแตกตายลงก็จะไม่ได้เกิดอีก จะต้องสูญไป เลย ฉะนั้นถ้าขึ้นคนที่เริ่มตั้งจิตบำเพ็ญเพื่อไปเป็นพระพุทธเจ้า (โพธิสัตว์) หาก ปฏิบัติให้บรรลुเป็น “อาริยะบุคคล” ก็ต้องเกิดอีกอย่างมากได้แค่ ๗ ชาติ แล้วก็ต้อง ตายสูญ ต้องพินาศสิ้น ไม่เกิดอีก ซึ่งการจะเป็นพระพุทธเจ้านั้นใช้เวลาบำเพ็ญ แค่ ๗ ชาติมันจะบรรลุเป็นพระพุทธเจ้าได้อย่างไร แม้ชาวเถรวาทเองก็ไม่เชื่อว่า จะเป็นไปได้ เพราะพุทธภูมินั้นยิ่งใหญ่และยาวไกลเหลือคณานับ บำเพ็ญแค่ ๗ ชาติ ไม่มีทางจะบรรลุได้แน่ๆ ผู้รู้ชาวเถรวาทจึงหาทางออกโดยอธิบายเพี้ยน ออกไปเป็นว่า โพธิสัตว์จะต้องเข้าสู่ภูมิอาริยะไม่ได้ เนื่องจากความเข้าใจที่ผิด แบบพระยามกะนีเองแล คือพระอรหันต์ร่างกายแตกตายไปเมื่อใดก็ต้องสูญ ไม่ เกิดอีก จึงพานพาให้เกิดความเข้าใจผิดบานปลายออกไปเยอะเยอะได้ถึงปานนั้น

เพราะความเข้าใจผิดของเถรวาทแม้แต่ในเรื่องอย่างนี้ มันจึงทำให้ศาสนา พุทธกร่อน เพี้ยน ไม่มีอาริยะผล ไม่มีประโยชน์ต่อมวลมนุษยชาติเพราะเข้าใจ โพธิสัตว์ผู้มุ่งจะเป็นพระพุทธเจ้าผิด เข้าใจความสืบทอดศาสนาผิด ตัดความเป็น “โพธิสัตว์” ออกไปจากเนื้อหาความเป็นพุทธ “คุณธรรมของโพธิสัตว์” นั่นคือ เนื้อหาสำคัญของศาสนาพุทธชาวเถรวาทไม่มี “คุณธรรมของโพธิสัตว์” จึงเอียง โด่งไปข้างลัทธิฤๅษีแบบคนเข้าป่า ไม่เข้าสู่บริษัท ไม่แกลั้วกล้าแสดงธรรมแก่ บริษัทเพราะไม่มีพหุสูตแท้ แม้จะเป็นผู้แกลั้วกล้าแสดงธรรมแก่บริษัทก็เป็นธรรม แคตรวจศาสตร์เท่านั้นที่สอนๆ กันอยู่ เพราะการเป็นพระธรรมกถึกก็เป็นได้เพียง ผู้เก่งแค่ “ปทปรมะ” (บุคคลผู้ฟังพุทธพจน์ก็มาก จำคำสอนไว้ในใจได้ก็มาก กล่าวก็มาก บอกสอนผู้อื่นอยู่ก็มาก แต่ตนเองไม่บรรลุมรรคผล ; พระไตรปิฎก เล่ม ๓๖ ข้อ ๑๐๘) จึงสอนศีล-สมาธิ-ปัญญา ไม่เป็นสัมมาทิฐิ ถึงวันนี้ก็เพี้ยน ไป ยึดเอามิชฌาทิฐิมาเป็นสัมมาทิฐิกันเต็มสังคมพุทธ



ศาสนาพุทธนี้เกิดมาในอินเดีย ท่ามกลางความเป็นทวินิยม ในยุคนั้นมีแต่ศาสนาที่เป็นทวินิยมทั้งนั้น โดยเฉพาะฮินดูในอินเดีย แม้เดี๋ยวนี้ก็ยังมิฮินดูเป็นหลัก แต่ก็มิศาสนาเทวนิยมอื่นเข้าไปอยู่ในนั้นอีกเยอะเหมือนกัน พุทธในอินเดียทุกวันนี้มีไม่ถึง ๑% คนตั้งพันกว่าล้าน มีฮินดูอยู่ประมาณ ๘๐๐ ล้านอยู่ในอินเดีย พระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นมาท่ามกลางศาสนาเทวนิยม คิดดูสิ รุมล้อมไปด้วยศาสนาเทวนิยมมี “พระเจ้า” สร้างทุกอย่าง บันดลบันดาลทุกอย่าง กำหนดทุกอย่าง แต่พระพุทธเจ้าบอกว่าไม่ใช่ ต้องสร้างกรรมของตนๆ แล้วจะเป็นพลังกรรมให้ตนพึง (กัมมปฏิสรโณ) ไม่ใช่ไปพึ่งพระเจ้า

อย่างพระพุทธเจ้านี้ต้องบำเพ็ญตนไม่รู้กี่ชาติต่อกี่ชาติ สังสมกรรม เป็นมหาสัมภารวิบาก จนมีฤทธิ์มีเดช มีอำนาจ มีบารมี มีองค์ประกอบแห่งบารมีจนกระทั่งถึงขั้นท่านผู้มีบารมีสูงจริงเมื่อมาเกิดเป็นคนในโลก จะต้องมิปรากฏการณ์แผ่นดินไหวเกิดขึ้นพร้อมกัน เป็นต้น ซึ่งเป็นสิ่งที่เราคิดไม่ถึง (อจินไตย) เป็นพลังพิเศษที่มีจริงเป็นจริง เกิดจากบารมีที่ได้สั่งสมมาเพียงพอของแต่ละบุคคล จะมีสิ่งที่ประหลาดมหัศจรรย์อะไรก็แล้วแต่ ล้วนเป็นของเราเองทั้งนั้น ไม่ใช่มีผู้บันดลบันดาลอะไรให้เกิด ศาสนาของพระพุทธเจ้าท่านประกาศว่า ศาสนาพุทธ

ก็มีฤทธิ์เดช แต่ไม่ใช่อย่างเทวนิยม

พระพุทธเจ้าท่านตรัสรู้ “อเทวนิยม” คือเป็นคนละอย่างกับ “เทวนิยม” พระพุทธเจ้าบำเพ็ญผ่านชีวิต เกิดมาเป็นคนไม่รู้จักชาติ นับชาติไม่ถ้วน ผ่านพบ และได้ศึกษาศาสนาเทวนิยมมาไม่รู้จักชาติต่อที่ชาติ ทุกชาติแห่งความเป็นคนในโลก ก็มีศาสนานับถือผี มีศาสนานับถือสิ่งศักดิ์สิทธิ์บันดลบันดาล มีศาสนานับถือพระเจ้า ฯลฯ อยู่ในโลกมาทุกชาติที่เกิดนั้นแหละ ล้วนเป็นศาสนาเทวนิยม ทั้งนั้นครองโลกอยู่ตลอดนิรันดร คนจะเกิดมาชาติไหนก็จะมีศาสนาเทวนิยมนี้แหละเป็นสามัญในโลกของมนุษยชาติทุกชาติ เพราะฉะนั้นคนทุกคนรู้จักศาสนาเทวนิยม ทำไมพระพุทธเจ้าจะไม่รู้ ซึ่งแน่นอนที่สุดว่าพระองค์ต้องได้ศึกษาและรู้จักผ่านสัมผัสศาสนาที่เป็นเทวนิยมอย่างทะลุปรุโปร่ง นั่นคือพระพุทธเจ้าย่อมมีความรู้แจ้งในความเป็นศาสนาเทวนิยมอย่างดีด้วย และเป็นเจ้าของศาสนาที่เป็นอเทวนิยมอีกด้วย

ศาสนาพุทธในประเทศไทยทุกวันนี้เพี้ยนออกนอกขอบเขตพุทธ เต็มไปด้วยลักษณะเทวนิยม สาธุ..ขอให้ดลบันดาล ขอให้ช่วยลูกช้างด้วยเถิด ชี้นำได้หมดที่นั่นอยู่นี้เคยทำอย่างนี้กันทั้งนั้นทั้งหมด ใช่ไหม? ขอสิ่งศักดิ์สิทธิ์อย่างนั้นอย่างนี้ให้มาช่วยดลบันดาล แม้แต่พระแต่สงฆ์ทุกวันนี้เทศน์ไปเทศน์มา จะจบ สุดท้ายนี้ก็ขออาราธนาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในสากลโลกจงบันดาลบันดาลให้ท่านมีอายุ วรรณะ สุขะ พละ ทั้งพระทั้งสงฆ์ก็อวยพรกันอย่างนี้ เป็นเทวนิยมไปหมดแล้ว

อาศัยกรรมเป็นที่พึ่ง

ศาสนาพระพุทธเจ้านั้นสอนให้เรารู้จักจุดสำคัญของชีวิต ชีวิตนั้นเกิดมาด้วยกรรม กรรมพาเป็น กรรมพาไป กรรมเป็นตัวสร้าง สร้างแต่ละคนด้วยกรรมของตน ไม่มีใครมาสร้างให้เรา เราจะสวย เราจะหล่อก็เพราะกรรมที่เราสร้างเป็น

อย่าปล่อยสัตว์เข้าสภา



วิบาก เราจะร้ายจะรวยจะตกยาก จะฉลาดจะโง่ แม้จะสุขจะทุกข์ กรรมที่เราทำเองทั้งนั้น กรรมทำให้เราเป็นอย่างนั้น เรียกว่า กรรมพันธุ์ หรือกัมมพันธุ์

กรรมพันธุ์ของพระพุทธเจ้าไม่ได้หมายถึงดีเอ็นเอ ไม่ได้หมายถึงโครโมโซม ไม่ได้หมายถึงยีนส์ ไม่ได้หมายถึงสรีรพันธุ์ สรีรพันธุ์คือสิ่งที่มาจากสรีระ มาจากรูปร่าง ยีนส์นี้ควรจะเรียกว่าสรีรพันธุ์ไม่ควรเรียกว่ากรรมพันธุ์ พ่อแม่มีสรีระ มียีนส์อย่างไร มีส่วนขาวส่วนดำ มีรูปร่างหน้าตาอย่างนั้นอย่างนี้ เป็นต้น นั่นคือเรื่องของสรีรพันธุ์ ไม่ใช่กรรมพันธุ์เลย ภาษาที่เรียกกันว่า “กรรมพันธุ์” นี้ ฝังมานานแล้ว อาตมาไม่เรียกด้วย

กรรมพันธุ์หรือกัมมพันธุ์ของพระพุทธเจ้าหมายถึง พันธุ์อันเนื่องมาจากกรรม และกรรมนั้นสั่งสมเป็นวิบากในจิตวิญญาณ จึงเกิดเชื้อเกิดพันธุ์กันทางกรรม กรรมของใครก็เป็นวิญญาณสั่งสมลงเป็นวิบากของผู้นั้น แล้วพาเกิด พาเป็นไปตามกรรมของใครก็ของเฉพาะตัว มันไม่ใช่เชื้อทางสรีระหรือยีนส์ของพ่อแม่ คำว่า “กรรมพันธุ์” ที่เรียกกันทางชีววิทยาจึงไม่เหมือนกันกับ “กรรมพันธุ์” ของพระพุทธเจ้า กรรมพันธุ์ของพระพุทธเจ้าไม่เกี่ยวข้องกับยีนส์ของพ่อแม่ “พันธุ์ทางกรรม” ไม่ติดต่อมาจากพ่อแม่ บุญบาปเป็นต้น เป็นของตนๆ พ่อก็ของพ่อ แม่ก็ของแม่ ของใครของมัน เรียกว่า กัมมัสสกะ (กรรมเป็นของของตน) พ่อแม่มีภูมิธรรม ลูกเป็นคนพาลก็เยอะ พ่อแม่ไม่ตี ไม่มีศีลมีธรรม แต่ลูกเกิดมามีศีลมีธรรมก็เยอะ แต่สิ่งแวดล้อมก็มีอำนาจ อยู่กับพ่อกับแม่ อยู่กับมิตรสหาย ก็มีอำนาจมีส่วนครอบงำ เรียกว่าลึงลมอมข้าวพอง เรียกว่าอำนาจครอบ เป็นเปลือก ครอบ-

จำได้ชั่วระยะเวลาหนึ่ง แต่แกนในแห่งจิตวิญญาณนั้นครอบงำ หรือเปลี่ยนบุญเปลี่ยนบาปของใครอื่นไม่ได้ แกนบุญแกนบาปที่พาทเกิดพาทเป็น เป็นของของตน เป็นกัมมัชสะกะ เป็นสมบัติของตนแต่ละคน ของใครก็ของคนนั้น ไม่ว่าจะเกิดสืบต่อไปกี่ชาติๆ ก็เป็นกรรมพันธุ์ของตนเอง ของเราเองทั้งสิ้น แม้จะถูกฉาบพอกด้วยเปลือกของโลกปัจจุบันภายนอก ก็ครอบงำได้ชั่วคราว พอถึงเวลาวาระ กรรมพันธุ์ของตนก็จะแสดงตัว พอถึงรอบก็จะเป็นไปตามบุญบารมีหรือสันดานของตัวเอง แสดงภูมิของตัวเอง บุญบารมีหรือสันดานในจิตวิญญาณจะเป็นสัตว์นรก จะเป็นเทวดา หรือจะเป็นอารยชน ไม่ใช่จากยีนส์ของพ่อแม่ แต่เป็นจากกรรมวิบากของตนเองแต่ละคน อำนาจแห่งกรรมวิบากของตนเป็นฤทธิ์เป็นแรงพาเป็นพาไปตามกรรมอดีตที่สั่งเคราะห์กับกรรมปัจจุบันเสมอ ไม่ใช่กรรมอดีตมีอำนาจพาเป็นพาไปอย่างเที่ยงแท้แต่ถ้ายเดียว

เหล่านี้เป็นเรื่องลึกซึ้งที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบ จึงตรัสไว้ชัดเจนว่ากัมมัชสะโกมหิ กรรมทายาโท กรรมโยนิ กรรมพันธุ์ กรรมปฏิสรโณ กรรมปฏิสรโณคือมีกรรมเป็น “ที่พึ่ง” ไม่ใช่ไป “พึ่ง” สิ่งอื่นที่จะดลบันดาลให้เราหรือสิ่งอื่นที่มามีฤทธิ์แรงให้แก่เรา ไม่ใช่เราที่แหละสำคัญที่สุด เพราะฉะนั้นเมื่อรู้อย่างนี้แล้ว เชื่อกรรมเชื่อวิบากแล้วก็จะไม่ทำกรรมชั่ว เชื่อมากยิ่งขึ้น ก็ยิ่งไม่กล้าทำชั่วเพราะทำแล้วเราต้องรับกรรมนั้น ไม่รับก็ไม่ได้ด้วย ต้องเป็นของเรา ทำแล้วบอกว่าไม่ใช่ของเราไม่ได้

เพราะฉะนั้นคนที่เชื่อกรรมเชื่อวิบากก็มีหรืออดดับปะจริง มีความละเอียดต่อบาป มีความเกรงกลัวต่อกรรม จะไม่ทำชั่วไม่ทำบาป จะละเว้นชั่วเว้นบาปให้ได้ตามความพยายามจริงๆ เหมือนผู้เกรงกลัวพระเจ้า เชื่อพระเจ้า นับถือพระเจ้าว่ามีฤทธิ์ มีอำนาจ ก็จะเกรงกลัวพระเจ้า ฉันทเดียวกันกับผู้เชื่อกรรม นับถือกรรม ก็จะกลัวกรรมที่เป็นบาป ไม่กล้าทำบาปเพราะบาปเป็นกรรมวิบากที่เป็นจริง บาปก็จะลงโทษเจ้าของจริง บุญก็จะพาประเสริฐจริง พิสูจน์ได้เป็นสันตวิสุทธิ (คนควรเอาตนเองมาพิสูจน์) เอหิปัสสิโก (ผู้พิสูจน์ได้แล้วกล้าทำทาย



ให้ทุกคน มาดูได้) จะรู้แจ้งเองว่าประเสริฐอย่างไร เสื่อมต่ำอย่างไร จะรู้แจ้งเห็นจริงด้วยญาณ ปัจจัยตัดง เวทิตัพโพ วิญญูหิ (ตนย่อมรู้เห็นสัจธรรมแท้ที่ลึกซึ้งนั้นๆ เอง ผู้อื่นจะไม่สามารถรู้แทนได้)

ดังนั้น ผู้เชื่อกรรมเชื่อวิบากอย่างชัดแท้ก็จะนับถือ “กรรม” เป็น “ที่พึ่ง” จริง จึงพยายามปฏิบัติกรรม สังวรในกรรม เพราะกรรมที่ตนเองปฏิบัติให้ดีย่อมเป็น “ที่พึ่ง” อันประเสริฐแท้ การปฏิบัติกรรมก็คือ เมื่อรู้อะไรว่าชั่ว อย่าทำ สัพพปา-ปัสสะ อกรณัง กระทั่งไม่กระทำสิ่งที่เป็นบาป เป็นชั่วทั้งปวง กุสลัสสุปสัมปทา ทำแต่สิ่งที่ดี เป็นกุศล มุ่งให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้เพราะทำแล้วมันเป็นของเรา และสัจจิตตปริโยทปนัง พร้อมกับนั้นก็ต้องมีความรู้ที่เป็นปรมัตตสัจจะ แล้วปฏิบัติทั้งละชั่ว ประพฤติดี และทั้งให้ลึกเข้าไปถึงชั้นทำจิตใจเราให้สะอาด ผ่องใสจากกิเลสไปด้วย จิตวิญญูณจิงจะบริสุทธิได้

สัพพปาปัสสะ อกรณัง

กุสลัสสุปสัมปทา

สัจจิตตปริโยทปนัง

นี่ โอวาทปาฏิโมกข์ มี ๓ ข้อเท่านั้น

การปฏิบัติธรรมก็คือรู้ให้ได้ว่าทุกอย่างมีชั่วมีดี แล้วอย่าทำชั่ว อดให้ได้ ทนให้ได้ ก็เลสมันเป็นตัวสำคัญในจิตใจเรา เป็นตัวบังคับ นอกจากเป็นตัวบังคับแล้วยังเป็นตัวบังคับด้วย อวิชชาด้วย เห็นกงจักรเป็นดอกบัว เห็นดีเป็นชั่ว เห็นชั่วเป็นดี

ยกตัวอย่างง่ายๆ เห็นการได้เปรียบเป็นดี เห็นการเสียเปรียบเป็นชั่ว อย่างนี้เป็นต้น ทั้งๆ ที่เสียเปรียบจริงๆ นั้นมันดี ถ้าเราได้เสีย ได้ให้เขานี้มันดี อย่าเสีย รู้เท่านั้น ต้องเสีย(สละ)ให้เขาทั้งๆ ที่รู้ รู้ให้ได้ว่าเราเป็นผู้เสีย (สละ)ให้เขา แต่ทุกวันนี้พวกภราดรๆ ชาวไร่ ชาวนา กรรมกร ถูกพวกอยู่สูงเอาเปรียบ และที่พวกอยู่สูงได้เปรียบนั้นก็ไม่ได้หมายความว่า พวกอยู่สูงที่เขาเอาเปรียบได้นั้นคือได้บุญ พวกภราดรๆ พวกกรรมกร ถูกเอาเปรียบนั้นคือพวกได้บาปเพราะเสียเปรียบ ไม่ใช่เลย ผู้ที่เขาเปรียบหรือได้เปรียบนั้นได้บาป ตามกรรมที่ตนเอาเปรียบจริง ซึ่งเป็นสังขะ เบี่ยงเบี่ยงไม่ได้แน่นอน

คนชั้นกลางที่ถูกเอาเปรียบนั้นจริงๆ แล้วได้บุญ เป็นเจ้าหน้าที่ตามสังขะแห่งกรรม พวกถูกเอาเปรียบนั้นแหละได้บุญ พวกเสียเปรียบนั้นแหละได้บุญ พวกเอาเปรียบสิได้บาป แต่คนไปมองผิดว่าเราได้เปรียบ เราก็คงได้วัตถุ เราก็เลยได้อะไรที่มันเป็นรูปธรรมหายาๆ ตื่นๆ ซึ่งจริงๆ มันเป็นสมบัติผิดลักกันขม ไม่ใช่ของตัวของตนจริงสักหน่อย เงินทองสมบัติวัตถุนั้นมันยังไม่มีความเป็นของตัวของตน ยิ่งกว่าเนื้อหนังมังสาของเราด้วยซ้ำ กระนั้นเนื้อหนังมังสาก็ยังไม่ใช่ของตัวของตนแท้จริงเลย โดยเฉพาะไม่ใช่กรรม ไม่ใช่วิบากที่เป็นทรัพย์แท้ยิ่งกว่าเป็นไหนๆ มันเป็นเรื่องห่างตัวห่างตนแท้ๆ แต่คนก็หลงว่านั่นแหละคือทรัพย์ นั่นแหละคือของควรได้ คนที่เฒ่าๆ หลง (โมหะ) กันอยู่อย่างนี้ ใครที่ไม่มีปัญญา อันเป็นโลกุตรระกัจะหลงอย่างนี้กันทั้งนั้นแหละทั่วโลก ไม่ใช่แต่จำเพาะประเทศไทย แต่โดยสังขะแล้ว มันไม่ใช่สิ่งที่นำได้นำมียิ่งกว่า “กรรม” อันเป็นกุศลเลย

เพราะฉะนั้นกรรมชั่วอย่าทำ นี่คือวิธีปฏิบัติธรรมจริงๆ อย่าทำบาปทั้งปวงเท่าที่เรารู้ อย่าทำให้ได้ จะเป็นจะตายอย่างไรก็เลียง อย่าทำจริงๆ เพราะทำแล้วมันเป็นทรัพย์ของเรา ทำแล้วไม่เอาไม่ได้ ทำแล้วต้องเป็นของเรา เราตีหัวคน



อย่างรุนแรง ๑๐๐% จนคนตาย สมมุติว่าฉันนะ เสร็จแล้วเราบอกเอาแค่ ๙๐ แล้วกัน เอ็งเป็นเพื่อนข้า เอ็งเอาไป ๑๐ ทั้งที่เพื่อนมันไม่ได้ทำกับคุณสักหน่อย คุณเป็นคนทำกรรมนี้ ๑๐๐% แล้วคุณจะไปแบ่งให้คนอื่นเขา ๒๐ แบ่งให้คนอื่น ๑๐ ยิ่งจะไปแบ่งให้ ๙๐ ฉันจะเอาแค่ ๑๐ มันก็บ้าแล้ว เพราะโดยสัญจะมันไม่ใช่ โดยสัญจะคุณต้องรับทั้ง ๑๐๐ ไม่เอาก็ไม่ได้ กรรมคุณทำ จะปฏิเสธว่าไม่ใช่ ไม่ได้ ผลกรรมเป็นของคุณ ไม่มีหกตกหล่น

คุณจะทำรุนแรง ทำเบา ทำมากทำน้อย ทำด้วยลีลาซับซ้อน หยาบคาย หรือ ละเอียด หลอกล่อลี้กึ่ง คุณยิ่งซับซ้อนหลอกล่อ กรรมบาปก็ยิ่งซับซ้อน ราคา บาปก็ยิ่งแพงขึ้น ทำร้ายยังไม่พอ ยังมีหลอกมีล่อ มีอะไรอีก บาปซับซ้อนหลาย นัย ความชั่วความเลวหลายนัยทับซ้อนเข้าไปอีก รู้ว่าชั่วก็ยังทำ หดไม่ได้ ทน ไม่ได้ รู้ว่าฆ่าสัตว์เป็นบาปก็ยังฆ่า รู้ว่าลักทรัพย์โกงเงินเป็นบาปก็ยังโกง รู้ว่าผิด ผัวเขาเมียใครเป็นบาปก็ยังทำ รู้ว่าโกหกเป็นบาปก็ยังโกหก รู้ว่าดื่มเหล้าเป็นบาป ก็ยังดื่ม คุณก็ต้องมาล้างกิเลส อำนาจของกิเลส แม้มันรู้ว่าชั่ว เราก็ยังทำนั่นแหละกิเลสมันยิ่งใหญ่ในตัวคนทั้งนั้น คนจะกินยาบ้านี้ เขารู้หรือเปล่าว่ามันชั่ว รู้แต่กิเลสมันจะเอา คนจะไปแย่งผิวเขาแย่งเมียเขารู้หรือเปล่าว่าชั่ว รู้แต่กิเลส มันจะเอา ถึงรู้ก็ทำจนได้ ฆ่าผิวมันเสียเอาเมียมันมา ผู้บริหารจะโกงจะกินล้วน แต่รู้ก่อนทำทั้งนั้นว่าโกงมันชั่ว แต่กิเลสมันใหญ่กว่าความรู้ กิเลสมันมีอำนาจกว่า

ความสามารถของคน ในโลกนี้เขาทำกันมาเยอะแล้ว ติดคุกไป ถูกเขาฆ่าตาย
อะไรก็แล้วแต่ มันก็เยอะมาแล้ว

ใจจะไปปล้น มันรู้ทุกคนว่ามันทำชั่ว คนจะคอร์ปชั่นมันรู้ทุกคนว่า
คอร์ปชั่นมันชั่ว หรือถ้าโกง ๕ บาท ชួយ.. ไม่เอา มันชั่ว เออ.. ทนได้ แต่ถ้า ๕๐๐
เอ้! ชักคิด นี่มัน ๕ ล้าน แหม..มันไม่มีใครรู้ชนะเนีย ซ่องมันสวยเหลือเกิน โอกาส
มันดีเหลือเกิน เอาเถอะวะ! รู้ทั้งนั้นแหละก่อนจะทำ รู้ว่ามันชั่ว ไปถามรัฐมนตรี
หรือผู้บริหารประเทศคนชั่ว ที่พูดนี้ อาตมาไม่ได้ว่าใคร ไม่ได้ว่ารัฐมนตรีดำกราด
นะ ไปถามรัฐมนตรีที่คอร์ปชั่น ไปถามรัฐมนตรีก่อนโกงว่า รู้หรือเปล่าว่ามันชั่ว
รู้ทุกคนใช่ไหม แต่แพ้กิลเลส

เพราะฉะนั้นจงมาเรียนรู้กิลเลสในจิต จับตัวตนมันให้ได้จริงๆ แล้วฆ่ามัน
อย่างรู้แจ้งเห็นจริงเกิด จะชื่อว่าทำจิตให้สะอาดจากกิลเลส นี่คือเป้าสำคัญ การ
สอนให้รู้ว่านี่ชั่ว อย่าทำเลยชั่ว ทำแต่ดี..นั่น ทุกศาสตร์ดาสอนหมด ไม่ว่าศาสนา
ไหน แต่สัจจิตตปริโยทปนังตัวนี้ มีแต่ศาสนาพุทธที่เจาะเข้าไปในจิต เจตสิก รูป
นิพพาน เรียกว่าปรมาตม์ เรียนรู้จิตจริงๆ เรียนรู้กายในกาย เรียนรู้เวทนาในเวทนา
เรียนรู้จิตในจิต เรียนรู้ธรรมในธรรม เรียนรู้กิลเลสที่อยู่ใจให้แท้

เรียนรู้อายในกาย กายในกายหมายความว่าองค์ประชุมข้างนอก กายะ
หมายความว่าองค์ประชุม องค์ประชุมจากข้างนอก มีเงินมีทอง มีข้าวมีของ มี
ทรัพย์สินศฤงคาร มีตัวตนบุคคลเราเขา มีอะไรอยู่ข้างนอก มีลีลา มีรูปปรสกลินเสียง
สัมผัสต่างๆ ยัวยวนอยู่ข้างนอก พวกนี้ข้างนอก เมื่อเราเกี่ยวข้องกับ สัมผัสอยู่ สิ่ง
เหล่านี้มันก็ประชุมรวมกันลงมามีฤทธิ์ มีอำนาจ เราเห็นเงิน กิลเลสเกิดอยากได้
อ่านใจอ่านอารมณ์ สัมผัสข้างนอกแล้ว อะไรมันรวม รวมอยู่กับเรา

ยกตัวอย่างง่ายๆ คนคนนี้จะทำลีลาอย่างนี้ กำลังพูด กำลังดำเรา เรา
ฟัง เออ! ขณะนี้เรามีองค์ประชุม อารมณ์เราเกิดอย่างไร ในขณะที่เราถูกดำ เรา
เห็นเพชรตกลงหล่นอยู่ อารมณ์เราเกิดอย่างไร เฮ้ย! เพชรหล่นอยู่กลางทาง เขาทำ
หล่นเมื่อไหร่ เห็นเจ้าของเดินไปหลัดๆเลย หรือเงินเป็นฟอน คนนั้นมาทำหล่นปั๊บ



ตรงนี้ เจ้าของเดินไปตรงโน้น เฮ้ย! เงินวะ อารมณ์อยากนะเนี่ย มีโอกาส เขาไม่เห็น เขาไม่รู้ตัวด้วย เอาเว้ย เอาเว้ย แทนที่จะบอกเขา คุณๆ เงินคุณหล่น อ่านอารมณ์เราเลยว่า เอาก่อน หรือว่าบอกเจ้าของดี มันเป็นโอกาสเหมาะแล้วนะ อ่านใจตัวเอง มันชี้โลก เห็นแก่ได้ ทำบาปทำกรรมอะไรก็แล้วแต่ ทำกุศลหรือทำอะไรก็ว่าไป

นี่ยกตัวอย่างง่ายๆ เรียกว่า อ่านอารมณ์ ในอารมณ์นั้นมีเจตสิกต่างๆ ร่วมอยู่ด้วยทั้งนั้น มีเวทนาเจตสิกนั้นแหละ พระพุทธเจ้าแบ่งเวทนาออกเป็นถึง ๑๐๘ ในพระไตรปิฎกทั้งหมดก็ไม่ได้อธิบายไว้ อาตมาต้องหาคำอธิบายจากสภาวะเพื่อที่จะอธิบายให้รู้เวทนา ๒ เวทนา ๓ เวทนา ๕ เวทนา ๖ เวทนา ๑๘ เวทนา ๓๖ เวทนา ๑๐๘ คือ อารมณ์ต่างๆ มันอยู่ในลักษณะไหน ลักษณะสุข ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์ อุเบกขา อย่างแบบโลกีย์ อย่างแบบโลกุตระ เรียกว่าเนกขัมมลิตะ หรือเคหลิตะ อย่างนี้เป็นต้น ก็เรียนรู้อารมณ์ เรียนรู้เวทนาในเวทนา เรียนรู้จิตในจิต เรียนรู้ธรรมในธรรม

จิตในจิตก็คือเจโตปริยญาณ ๑๖ เรียนรู้ว่าจิตมันมีกิเลส มีราคะ มีโทสะ มีโมหะ ต้องรู้ตัวตนกิเลสจากจิตในจิต เมื่อกิเลสมันมี เรารู้ตัวแล้ว เราก็ปฏิบัติจัดการเจ้ากิเลส นี่คือการปรับจิตในจิต ต้องมาเรียนรู้ตัวสำคัญตัวที่ ๓ คือ สจิต-ปริโยทปนัง เรียนรู้จิตที่มีกิเลส แล้วก็จับตัวกิเลสได้ แล้วก็ลดลงไปให้ได้ ลดลง

ไปให้ดับสนิท เป็นวีตราคาละ วีตโทสะ วีตโมหะ เออ! ลดมันได้นิดหนึ่ง มันกำลัง ลดลง แหม! จับตัวมันได้ กำลังจัดการมันอยู่ สู้มันอยู่ แต่ทำได้หน่อยเดียว ยัง ไม่ได้มาก ยังไม่ดี เป็นสังขิตตะ วิกขิตตะ จิตอย่างนี้เรียกว่าจิตสังขิตตะ จิตอย่างนี้เรียกว่าจิตวิกขิตตะ ต้องทำให้ดีขึ้นกว่านี้ เรียกว่ามหัคคตะ ถ้าทำไม่ได้ไม่เจริญ ขึ้นก็เรียกว่าอมหัคคตะ ทำให้มันยิ่ง ทำให้เป็นจิตสะอาดขึ้นสูงขึ้นไป นี่คือ สจิตตปริโยทปนัง เป็นการเรียนรู้เพื่อที่จะทำให้จิตสะอาดบริสุทธิ์จากกิเลส แยกวิเคราะห์ให้ได้ เป็นธรรม เป็นกุศลธรรม เป็นอกุศลธรรม เป็นจิตกุศล จิตอกุศล กุศลโลกีย์ กุศลโลกุตระ ธรรมในธรรม พิจารณาธรรมในธรรม พิจารณาภายใน กาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต รู้จักกุศลจิต อกุศลจิต รู้จักโลกิยะ กุศลโลกิยะ โลกุตระ กุศลโลกุตระ ซึ่งมันแตกต่างกันทั้งสิ้น

(อ่านต่อฉบับหน้า)



“...บางครั้งเราก็จะโดนกิเลสหลอกให้ทำในสิ่งที่มันต้องการ แต่เราต้องเอาปัญญาของเราขึ้นมาต่อสู้กับมัน และเอาสิ่งที่ควรทำกับคุณธรรมมาลบล้างเหตุผลที่กิเลสมันอ้าง การที่เรายังไม่ยอมแม้ว่าเราจะถูกกระทำในเรื่องร้ายๆ ก็จะทำให้เราไม่มีความสุข ทุกข์ทรมาน ถ้าเราอมรับซะ มันก็จะจบง่ายกว่า ใครอยากทำอะไรก็ให้เขาว่ามา ไม่ต้องสนใจว่าผิดหรือถูก เพราะเป็นเรื่องของคนที่ยากว่าตามกิเลสของเขา ก็ปล่อยให้เป็นเรื่องของเขาไป ไม่ใช่เรื่องของเรา ปล่อยให้เขารุ่มร้อนและทุกข์ทรมานไป ทำไมเราจะต้องไปเดือดร้อนแทนเขา เพราะไม่มีประโยชน์อะไรเลย”

(สมณะโพธิรักษ์)

แสงงามยามเช้า ที่บ้านพี่ฟ้ากาย



ชีวิตยุ่งเหยิงที่ต้องตื่นมาเตรียมตัวทำกับข้าวแต่เช้า ตามด้วยภารกิจน้อยใหญ่มากมายทั้งในบ้านและนอกบ้าน ทำให้ฉันไม่มีเวลาหยุดตัวเองให้นั่งลงชมแสงงามยามเช้าที่บ้านอย่างทีนี้ก็อยากจะทำได้

แต่ช่วงก่อนงานฉลองหนาว ฉันได้มีโอกาสมาแวะพักที่บ้านพี่ฟ้ากายกับพี่น้องญาติธรรมของเราที่เชียงใหม่ พี่ฟ้ากายเพิ่งหายป่วยจากภาวะเส้นเลือดตีบขณะอายุ ๖๘ ปี โชคดีว่าพี่ฟ้ากายรู้ตัวมีสติขณะเกิดอาการผิดปกติและอยู่บ้านเพียงลำพัง จึงทำให้รอดพ้นจากการเป็นอัมพฤกษ์อัมพาตมาได้

พี่ฟ้างายเล่าว่า ในวันที่ ๗ พ.ย.๕๘ ตื่นขึ้นมาราวตีสอง จากนั้นก็ฟังเทคนั ทำวัตรเช้าของพ่อท่านโพธิรักษ์ แล้วราวตีห้าหีบโทรศัพท์ที่ขึ้นมาจะดูเวลา แต่ โทรศัพท์ก็กลับหล่นลงพื้น แม้มักมลงเก็บใหม่ก็ยังร่วงหล่นจากมืออยู่ดี ไม่มีแรง ถือเอาไว้ ก็เริ่มรู้สึกว่าเป็นอาการที่ผิดปกติ จากนั้นก็จะก้าวไปเข้าห้องน้ำ แต่ ขาซ้ายก็อ่อนแรงแทบก้าวไม่ออกเช่นกัน พี่ฟ้างายคิดถึงภาวะเส้นเลือดตีบตันที่ เพราะมีความรู้เรื่องนี้อยู่ก่อนแล้ว ได้แต่รำพึงว่า “มันมาหาฉันแล้ว” และคิดต่อ ว่าจะจัดการตนเองอย่างไรดี เผอิญนึกถึง “๑๖๖๙ สายด่วนสุขภาพ” ซึ่งมีอยู่ ทุกจังหวัดและเป็นที่พักของประชาชนได้ จึงโทรหา ๑๖๖๙ และบอกว่า “นี่คุณยายฟ้างาย ค่าไอศกวนกะละ หมายเลขบัตรประชาชน...มีอาการดังนี้... ตบท้ายด้วยคำถามว่า อาการอย่างนี้ถือว่าฉุกเฉินหรือยังคะ...

ทางปลายสายรีบตอบว่า “ฉุกเฉินแล้วครับ เป็นอาการของเส้นโลหิตใน สมองตีบ ต้องรีบมาโรงพยาบาลครับคุณยาย เปิดมือถือไว้ นะครับ เดี่ยวจะ ติดต่อ รพ.แม่แตง (ซึ่งใกล้บ้านพี่ฟ้างายที่สุด) ให้มารับ ไม่นานรพพยาบาลก็ มาถึง พาพี่ฟ้างายไปส่งโรงพยาบาล และดำเนินการต่อไปตามขั้นตอนจนได้รับ การรักษาอย่างดีและทันท่วงที พี่ฟ้างายอยากขอบคุณ ๑๖๖๙ ขอคุณห้อง





ลูกเงิน ร.พ.แม่แตง และ ร.พ.นครพิงค์ อ.แม่ริม รวมทั้งกระทรวงสาธารณสุขที่มอบบัตร ๓๐ บาท รักษาทุกโรคให้ประชาชน

ที่สำคัญยิ่งขอขอบพระคุณชุมชนบ้านพีชผักและหมู่มุ่กลุ่มที่ผัดเวรกันมาดูแลหลังจากที่พี่ฟ้างายออกจากโรงพยาบาล แม้ในขณะนั้นชาวชุมชนเกือบทั้งหมดจะเข้าร่วมงานมหาปวารณาที่ปฐมอโศกเหลือก็แต่ญาติธรรมหญิงสูงอายุ เรี่ยวแรงน้อย แต่ก็ยังห่วงใยช่วยเหลืออย่างสุดความสามารถ ทำให้พี่ฟ้างายมั่นใจในหมู่มุ่กลุ่มที่สามารถพึ่งแก่ พึ่งเจ็บ พึ่งตายกันได้



ฉันได้ทราบว่าพี่ฟ้างายป่วย แต่ก็ยังไม่มีโอกาสมาเยี่ยม จนถึงงานฉลองหนาวนี้ แม้พี่จะยังไม่แข็งแรงเต็มที่ แต่ก็เดินเหินไปมาซำๆ ได้เป็นอย่างดีและต้อนรับทุกคนด้วยใบหน้าเปี่ยมสุข

ก่อนน้องๆ จะมากัน พี่ไม่มีแรงเลย เข้านอนแต่หัวค่ำ แต่พอเห็นพวกเรา ก็รู้สึกมีแรง กระปรี้กระเปร่าขึ้น แล้วพี่ก็ลุกขึ้นมาต้ำน้ำพริกมะม่วงสุดอร่อยให้น้องกินกัน

ช่วงดีๆ ไกล่เข้า อากาศจะหนาวมาก พี่ฟ้างายจุดเตาผิงในบ้าน คอยเอา



พินมาเติมเพื่อให้ทุกคนคลายหนาว และรู้สึกอบอุ่น พวกเรานั่งคุยกันอย่างมีความสุขที่หน้าเตาผิง

ราวเจ็ดโมงเศษพี่เป็ญก็นำเราออก กำลังกายด้วยไทเก๊ก จากท่าเดียวไปจนถึง ๔๒ ท่า พวกเราก็ด้วมเตี้ยมทำตามไปเท่าที่จะมีความสามารถตามได้ บรรยากาศบนลานโล่งได้ร่มไทร มีบึงใหญ่ตรงหน้าและนกเปิดน้ำร้อนขึ้นลง ช่างเป็นฉากที่สงบ สวยงาม เหมาะแก่การรำไทเก๊กเป็นอย่างยิ่ง



แดดเช้าที่ส่องใบไม้ธรรมดาๆ ทำให้แสงเงาที่ส่องใบไม้ นั้นสวยงาม จนไม่ธรรมดาจริงๆ รวมทั้งมิตรภาพของหมู่เราที่แม้จะใคร่จรมาเจอกันในช่วงเวลาสั้นๆ ที่บ้านพี่ฟางายนี้ก็ไม่ธรรมดาเช่นกัน





“ข้อคิดจากเกี้ยวไส้เผือก”

● ลำธารดาว

“เรียนหนังสือในโรงเรียนก็เพื่อให้อ่านออกเขียนได้ นำความรู้มาทำงาน อาชีพเลี้ยงตัว เมื่อเรียนจบแล้วก็จบกัน... แต่โรงเรียนชีวิต ทุกสิ่งรอบตัว ที่พบเจอล้วนเป็นบทฝึกหัด เป็นบททดสอบให้เราได้พัฒนาตัวเองไปทุกวัน จนตาย”

“หัวเผือก หัวมัน” เป็นของกินพื้นๆ ที่คนไม่น้อยมักมองข้าม ไม่ได้ให้ความสนใจมากนัก (ทั้งที่ยามหิวก็กินอร่อยดี) ซึ่งก็รวมทั้งฉันด้วย ส่วนใหญ่อาหารประเภทเผือกๆ มันๆ ที่คุ้นตากันทั่วไป คือ มันต้ม เผือกต้ม มันปิ้ง เผือกทอด ที่มักขายตามข้างทาง ริมนอนต่างๆ

วันนี้แวะซื้ออาหารและสินค้าชุมชนใกล้บ้าน ที่แผนกอาหารสด ฉันเห็นอาหารเมนูใหม่มาวางขาย (ข้าวอบเผือก) เลยซื้อมาลองชิม ๑ กล่อง สาเหตุที่ซื้อเพราะอยากรู้ว่าอร่อยมั๊ย! เพราะอาหารเมนูนี้หน้าตาธรรมดาดีมาก ซื้อง่ายดูธรรมดา

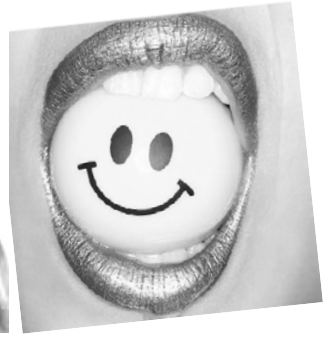


ไปใหญ่ อุดคิดไม่ได้ว่าการที่ใครสักคนจะทำอาหารอะไรมาวางขาย แสดงว่าเขาต้องมีฝีมือในอาหารชนิดนั้น...ผลจากการพิสูจน์ (ชิม) ฉันก็ได้คำตอบว่า “ข้าวอบเผือก” รสชาติสุภาพมาก คือ กินได้คล่องปาก รสชาติไม่จัดจ้าน และกินแล้วรู้สึกดี

วันต่อมา...มีโอกาสดูร้านเดิมอีกครั้ง คราวนี้เห็นเมนูเผือกเพิ่มมาอีก ๒ อย่าง คือ “ปอเปี๊ยะไส้เผือก” และ “เกี๊ยวเผือก” แล้วพอเดินไปที่แผนกอาหารแช่เย็นก็ได้เห็น “เกี๊ยวเผือกสำเร็จรูป” ขายด้วย แอบคิดอีกทีว่า “อาหารไส้เผือก” ของแม่ค้าเจ้านี้อร่อยขนาดไหนเชียว... ว่าแล้วฉันก็หยิบเกี๊ยวไส้เผือกมา ๑ แพ็ค (กล่องเล็ก ๕ ชิ้น) ตอนจ่ายเงินก็ยังถามแคชเชียร์อีกว่า เคยชิมมั๊ย! อร่อยมั๊ย! น้องเขาก็ตอบว่า “แล้วแต่คนชอบนะ บางคนอาจว่าไม่อร่อยก็ได้ นานาจิตตัง”

ความจริงอาหารทอดกรอบแบบนี้ต้องกินร้อนๆ ถึงจะอร่อย (ตามแบบอาหารทอด) ซื่อไปแบบนี้ถึงจะเอาไปอุ่นไปเวฟๆ ก็สู้กินแบบตักขึ้นจากกระทะร้อนๆ ไม่ได้ แต่ทว่าตอนที่ฉันกินเกี๊ยวทอด ฉันหยิบออกมาจากตู้เย็นแล้วกินเลยเพราะซี้เกียจอุ่น ประเภทเริ่มกินง่ายๆ ยังไงก็ได้

แต่ปรากฏว่า “เกี๊ยวเผือก” รสชาติดีกว่าที่คิดไว้ (ประเมินไว้ในใจ) วินาทีนั้นทำให้ได้คิดว่าอย่าเพิ่งด่วนสรุปหรือตัดสินอะไรในสิ่งที่เราไม่เคยรู้ ไม่เคยเห็น



ไม่เคยชิม ไม่เคยไป ไม่เคยดู ไม่เคยอ่าน ไม่เคยพบ ฯลฯ จนกว่าจะได้เห็น ได้ชิม ได้ลอง ได้อ่าน ได้ดู ได้พบเจอด้วยตัวเองจึงจะได้คำตอบที่แท้จริง

ในสังคมออนไลน์เดี๋ยวนี้ ผู้คนด่ากัน ประณามกัน วิพากษ์วิจารณ์กันอย่างหยาบคาย ถึงพริกถึงขิง ด้วยความใจเร็ว ขาดสติไตร่ตรอง เพียงแค่เห็นภาพ (ที่อาจตัดต่อ) เพียงภาพเดียว โดยที่ยังไม่รู้ที่ไปที่มาว่าความจริงคืออะไร หรือเรื่องราวที่มีคนปั้นแต่ง โทกทพกลม คนจำนวนมากก็รีบเชื่อ รีบสรุป และช่วยกันขยายเรื่องราวออกไปในวงกว้างอย่างรวดเร็ว สร้างความเกลียดชัง แดกแยก เข้าใจผิด ให้เกิดขึ้นได้มากมาย เพียงเพราะถ้าถูกใจ (ถูกกิเลสตัวเอง) ก็ชื่นชมสรรเสริญเยินยอ แต่ถ้าไม่ชอบ (ไม่ตรงกับความเห็นตัวเอง) ก็กันด่ากันได้สนุกปาก (สนุกมือที่พิมพ์ข้อความลงไป) ฉันทกำลังคิดว่าในโลกโซเชียลมีเดียที่มีข้อมูลหลอกลวงปะปนอยู่มากมายนั้น เราจะต้องอ่านเรื่องราวต่างๆ อย่างมีสติ ละเอียดรอบคอบ พิจารณาอย่างถี่ถ้วนด้วยเหตุผล หลักความจริง (ก่อนที่จะช่วยเผยแพร่หรือช่วยกระจายข่าว) จะได้ไม่เผลอไปสะสมเอานิสัยไม่ดีต่างๆ มาเก็บไว้ในใจ

ชีวิตผู้คนทุกวันนี้ สำนวนสมัยใหม่เขาพูดกันว่า “อยู่ยาก” แต่ถ้าทุกคนมีสติ มีปัญญาในแบบที่พุทธศาสนาสอนแล้ว เราก็จะรู้ทันทั้งโลกภายใน (จิตใจ) และโลกภายนอก (สังคม) และมีชีวิตอยู่กับโลกที่วุ่นวายสับสนได้อย่างสงบสุขตามอัธยาศัย





ปรากฏการณ์ข่าว

“ปอ-ทฤษฎี สหวงศ์”



ทุกสิ่ง ทุกเรื่องราว ทุกเหตุการณ์ล้วนคือการเรียนรู้...ชีวิตของ “ปอ” ทฤษฎี สหวงศ์ พระเอกที่เป็นข่าว เป็นกระแสในโลกโซเชียลก็มีแง่มุมดีๆ ที่น่าเอาเยี่ยงอย่างหลายเรื่อง

ฉันไม่ได้เป็นแฟนคลับของ “ปอ” แต่เคยดูละครที่ปอเล่นอยู่บ้าง ล่าสุดที่จำได้คือเรื่องหัวใจปฐพี ที่พระเอกคือปอเป็นเจ้าหน้าที่ป่าไม้รักษาผืนป่า ต่อสู้กับนายทุนและผู้มีอิทธิพลจนเกือบเอาชีวิตไม่รอด ในเรื่องมีฉากที่ไม่รู้ว่าพระเอกจะตายหรือรอดตอนไหนก็ล้นจบ เพราะถูกผู้ร้ายยิงเสียชีวิตไปทั้งร่าง จำได้ว่าตอนนั้นใจหายเหมือนกัน รู้สึกว่าทำไมคนดีต้องตายด้วย...แต่สุดท้ายก็แค่อาการสาหัส (โง่งเง...แม้จะเป็นแค่ละคร)

- ๔๒ - *๑๑๔๓*



ตลอดระยะเวลาที่ป่วยรักษาตัวในโรงพยาบาล จนถึงวันที่ล้นลมหายใจ หน้าเพลงต่างๆ ในโซเซียลฯ มีแต่ข่าวปอทุกวันจนบางคนเกิดอคติและเอาเรื่องทหารเสียชีวิตที่ภาคใต้มาเปรียบเทียบ ซึ่งมันมีบริบทและเหตุปัจจัยที่แตกต่างกันหลายเรื่อง จะเปรียบเทียบกันตรงๆ คงไม่ได้เพราะคนละอาชีพ คนละหน้าที่ สำหรับฉันเอง ทุกครั้งที่มีการข่าวทหารเสียชีวิต ฉันก็รู้สึกเศร้าเสียใจ เสียใจน้ำตามากเช่นกัน และคิดว่าคนไทยทุกคนก็รู้สึกเช่นนั้น ทุกคนก็ทำอย่างดีที่สุดให้อาชีพของตัวเอง

ปอมีอาชีพเป็นนักแสดง มีคนรู้จักมาก คนก็อยากรู้เรื่องราวชีวิตของดาราที่เขาชอบ แล้วข่าวดาราาก็ขายได้ ยิ่งปอเป็นคนดี แล้วยังมีลูกมีภรรยาที่ประชาชนไม่เคยทราบมาก่อน ก็ยิ่งเป็นประเด็นให้คนสนใจอยากรู้มากขึ้น ประกอบกับ “น้องมะลิ” เป็นเด็กน่ารักน่าเอ็นดู สดใสไร้เดียงสา อารมณ์ดี เป็น

๑๑๒๓ - ๔๓ -



ที่รักใคร่เอ็นดูของคนทั่วไป รวมทั้งสื่อมวลชน เลย ทำให้มีประเด็นข่าวต่อเนื่องยาวนาน... นักข่าวก็คงเหมือนพอค้า รู้ว่าสินค้าชนิดใดคนชอบซื้อ ก็จะทำลายนั่นมาขาย... ฉะนั้นคิดว่าลำพังอาการป่วยของปอเพียงเรื่องเดียว คนเดียว ชาวเน็ตก็คงไม่มีอะไรมานำเสนอกันได้ทุกวัน



ความรัก ความชื่นชม ความอาลัยที่ปอได้รับจากประชาชนอย่างมากมายก็เป็นสิ่งที่เขาได้ทำไว้ ซึ่งในหลักศาสนาที่สอนว่า **“ใครหว่านพืชอะไร ก็ได้ผลอย่างนั้น”** (ปอทำความดีไว้ไม่น้อย ในวันที่เขาจากไป มีคนเห็นและรับรู้ถึงความดีนั้น และมอบสิ่งที่ดีให้ปอตอบแทน) อย่างไรก็ตามปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นกับปอ ทำให้ได้คิดว่าคงไม่ใช่ทุกคน (ไม่ว่าจะเป็นนักแสดง นักการเมือง หรือคนมีชื่อเสียงทั่วไป) ที่จะเกิดมาเป็นตำนานให้ผู้คนได้กล่าวขานและอาลัยรักในยามจากไปเหมือนกับปอ เพราะถึงแม้จะเป็นดารา เป็นคนดัง มีชื่อเสียง แต่ถ้าเป็นคนไม่ดีก็คงไม่มีใครชื่นชมรักใคร่ ที่สำคัญแม้จะเป็นคนดีแต่ไม่น่ารัก ก็คงไม่ได้รับความรัก ความรู้สึกดีๆ จากคนทั่วไปกลับมาเช่นกัน

เป็นเรื่องปกติของคนดังหรือบุคคลสาธารณะ ที่เมื่อเสียชีวิตก็จะมีสื่อมวลชนขุดคุ้ยหาเรื่องต่างๆ (ทั้งดีและไม่ดี) มาขายข่าว ถ้าเป็นคนไม่ดี “มีแผลเยอะ” ก็จะมีแต่เรื่องน่าอับอายขายหน้ามาให้ประชาชนได้รับรู้ เป็นที่เสื่อมเสียแก่วงศ์ตระกูล ถ้าเป็นคนดี ทำความดีเอาไว้ก็มีคนยกย่อง ชื่นชม ทำดีมากคนก็

- ๔๔ - *๑๑/๒๕๖๓*

ชื่นชมมาก ซึ่งกรณีของปอ คงทำให้คนไม่น้อยได้คิดว่า ยามมีชีวิตอยู่ควรทำอะไร เพื่อที่เวลาต้องจากโลกนี้ไปจะได้ตายอย่างมีคุณค่าและน่าจดจำ

ในฐานะนักแสดง ปอก็ตั้งใจทำงานอย่างเต็มที่ มีวินัยในการทำงาน และพยายามพัฒนาฝีมือการเล่นละครของตัวเองให้ดียิ่งขึ้นอยู่เสมอ มีอัธยาศัยและมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อเพื่อนร่วมงาน ซึ่งทุกคนที่ได้ร่วมงานกับปอต่างพูดเป็นเสียงเดียวกัน

คนที่เป็นคนดีจริงๆ เขาจะดีกับทุกคน ไม่ใช่แค่บางคน (คือเลือกคบ เลือกรัก เลือกปฏิบัติ เลือกดีด้วย) ปอก็เป็นคนเช่นนั้น

การเป็นนักแสดงที่มีชื่อเสียง มีเงินทองร่ำรวย ทำให้หลายคนหลงเหลือกับสิ่งเหล่านี้ กลายเป็นคนที่ติดฟุ่มเฟือยหรูหรา ลืมตัว ไม่น่ารักๆ แต่ปอไม่เป็นแบบที่ใครๆ ส่วนใหญ่เป็นกัน ยังคงทำตัวบ้านๆ ติดดิน ดีกับทุกคน ใช้ชีวิตธรรมดา เป็นพระเอกทั้งในจอและชีวิตจริง (หลายคนเป็นพระเอกเพียงแคในละคร) ไม่มีข่าวในเรื่องเสียหายโดยเฉพาะเรื่องชู้สาว

ในฐานะคนคนหนึ่ง ปอเป็นลูกที่ดีของพ่อแม่ เป็นพี่ชายที่ดีของน้อง เป็นสามีที่ดีของภรรยา เป็นพ่อที่ดีของลูก เป็นเพื่อนที่ดีของเพื่อน

ปอเป็นคนกตัญญู เป็นลูกที่กตัญญูต่อพ่อแม่ กตัญญูต่อครูบาอาจารย์ กตัญญู





ต่อโรงเรียน และกตัญญูต่อประเทศชาติซึ่งสามารถเป็นแบบอย่างได้... “สิ่งที่เราต้องกตัญญู นอกจากผู้มีพระคุณแล้วก็ต้องกตัญญูต่อบ้านเกิดและแผ่นดินของเรา” (คำพูดของปอ จากรายการซุปรตารัปัญญาชน)

ในฐานะพลเมืองของสังคม ปอทำงานจิตอาสามากมายที่อาจไม่ได้บอกกล่าวให้สังคมได้รับรู้ (ไม่ได้ทำแล้วถ้าयरูปมาบอกเล่าเหมือนที่คนทั่วไปนิยมทำ) แต่เป็นการปิดทองหลังพระที่มีคนทราบภายหลังหลายเรื่อง ทั้งเรื่องอุปการะบุตรบุญธรรม ให้ทุนการศึกษาแก่นักเรียน ช่วยเหลือน้ำใจต่อผู้ที่เดือดร้อนลำบาก และไม่ใช่ว่าเมตตาแค่เพื่อนมนุษย์ด้วยกัน แต่ปอยังเมตตาไปถึงสัตว์เลี้ยงต่างๆ ด้วย

ปอเป็นคนไทยคนหนึ่ง ที่รัก “ในหลวง” มาก และน้อมนำเอาคำสอนของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เรื่องเศรษฐกิจพอเพียงมาปฏิบัติในชีวิตจริงจนเกิดเป็น “ไร่นาป่าสงวน” ในพื้นที่ ๕๗ ไร่ ที่จังหวัดบุรีรัมย์ ซึ่งปอได้ทำมาแล้วหลายปี ซึ่งก็ไม่ใช่ทุกคนที่รักพระองค์ท่านแล้วปฏิบัติตามคำสอนอย่างจริงจัง (เพียงเรื่องนี้เรื่องเดียวก็น่าชื่นชมมากแล้ว)

ปอเป็นคนคิดดี พูดดี และทำดีเสมอ...ยังได้อ่านบทสัมภาษณ์เก่าๆ ก็ยิ่งชื่นชมในแนวคิดที่เหมือนดำเนินตามคำสอนในพุทธศาสนาอย่างมาก โดยเฉพาะเรื่องความมีสติในการดำเนินชีวิต ... “เมื่อวันนี้ทำทุกอย่างเต็มที่แล้ว ไม่ว่าจะ



พรุ่งนี้จะเกิดอะไรขึ้น จะมีปัญหาหนักหนาแค่ไหน หรือแม้แต่จะเป็นวันสุดท้ายของชีวิตจริงๆ ผมก็จะไม่มีคำว่าเสียดายกับวันวานที่ผ่านมาเลย”

การเสียชีวิตของปอที่เป็นข่าวใหญ่ ข่าวดังเพราะ... ปอเป็นพระเอก เป็นคนดี ปอจากไปก่อนวัยอันควร และจากไปในขณะที่กำลังมีชื่อเสียง ซึ่งทำให้คนไม่น้อย (รวมถึงเพื่อนๆ นักแสดง) ได้ตระหนักและระลึกถึงความไม่เที่ยงในชีวิตว่า ความตายจะมาเยือนเมื่อไหร่ กับใครก็ได้ทุกเวลา ทำให้หลายคนได้คิดทบทวนถึงการดำเนินชีวิตอย่างไม่ประมาท ทำตัวมีประโยชน์ มีคุณค่าต่อสังคม ซึ่งฉันเชื่อว่าปอเป็นแรงบันดาลใจให้คนตั้งใจทำความดีตามอย่างปอมากขึ้น

และนี่คือตัวอย่างของบทสัมภาษณ์ปอที่ทำให้เรารู้จักตัวตนที่แท้จริงของพระเอกคนนี้มากยิ่งขึ้น <http://www.manager.co.th/Daily/View...> และอีกมากมาย ซึ่งหากใครสนใจอยากศึกษาชีวิตของพระเอกติดดินคนนี้ก็สามารถไปค้นหาอ่านได้จากกูเกิ้ล... ฉันว่าเรื่องราวชีวิตของปอสร้างเป็นละครได้ เขียนเป็นหนังสือได้ และน่าสนใจกว่าหนังสือหลายๆ เล่มที่ตั้งใจเขียนขึ้นมาเพื่อชมตัวเอง (ไม่ได้มีจิตกระทบไปถึงใคร แค่พูดถึงปรากฏการณ์ที่เป็นจริงในสังคมมา)

จะว่าไปแล้ว...กับคนที่เรารัก ผูกพัน นิยมชมชอบ แม้เขาจะจากไป ก็เป็นเพียงการจากกันแค่ร่างกาย ทุกสิ่งดีๆ ที่เราประทับใจก็จะอยู่ในความทรงจำตลอดไป ตรงกันข้าม หลายคนที่เรารู้จัก ถึงแม้เขาจะยังมีชีวิตอยู่ แต่ถ้าไม่มีอะไรให้จดจำ ระลึกถึง ก็ไม่ต่างอะไรกับตายจากกันไปแล้วนั่นเอง

สุดท้ายก็กลับมาขย้อนมองตัวเอง ถามตัวเองว่าเราได้ทำความดีมากพอหรือยัง...ไม่ได้ทำดีเพื่อให้ใครเห็นหรือมายกย่องเชิดชู แต่ทำดีเพื่อละชั่วในตัวเอง ถึงไม่มีใครรู้เห็น แต่เราจะสงบและสุขใจกับความดีที่ได้ทำไว้

ปล. แต่บางทีสื่อก็มากไปจริงๆ...เมื่อหมดเนื้อหาสาระสำคัญที่ควรนำเสนอแล้ว ยังไปเอาเรื่องโน้นเรื่องนี้มายำเป็นเรื่องใหม่ ซึ่งอะไรรักตามแม่จะเป็นสิ่งที่ดี แต่ถ้ามากไปคนก็จะ “เอียน” ได้เหมือนกัน จากเรื่องราวคนดีที่น่าประทับใจ สุดท้ายก็จะกลายเป็นเรื่องที่น่าหมั่นไส้ขึ้นมาได้ โดยที่ครอบครัวเขาก็อยู่เฉยๆ เงียบๆ แต่สื่อนี้แหละจะคอยสูมไฟ สร้างประเด็น หาเรื่องมาขายต่อไปอีกนานๆ เพราะข่าวแบบนี้หากินง่าย ไม่ต้องลงทุนลงแรง เดินทางไปทำข่าวให้เหนื่อยและเสียเวลา แค่นั่งเทียนก็เขียนได้ร้อยแปด... ขึ้นอยู่กับว่าแต่ละสื่อมีจรรยาบรรณของวิชาชีพแค่ไหน รู้เหมาะสม รู้กาลเทศะกันบ้างหรือเปล่า...จะชื่นชมยกย่องหรือทำลายเขากันแน่ (คิดกันหน่อยก่อนขายข่าวก็จะดีมากๆ)



“**เฟ่งโทษ** คือ การมองหาสิ่งไม่ดีของเขา เพื่ออย่างใดอย่างหนึ่ง ดีเทียบโดยไม่มีจิตเมตตา ต้องการดูถูก ช่ม กด ประจานในทางที่ไม่ดี หรือจับผิด.

สมณะโพธิรักษ์



โรงเรียนปริญญาปลอม



ใต้ ต้นข้ามโลกเกิดขึ้นทุกวันในโลกอินเทอร์เน็ต วงเงินที่คดโกงนั้นในบางรายการถึงสิบล้านเหรียญสหรัฐฯ ต่อปี ดังเรื่องที่จะเล่าในที่นี้ซึ่งเกี่ยวกับ “โรงเรียนปริญญาปลอม”

แก๊งค์ต้มตุ๋นใหญ่ปากีสถานนี้ถูกตำรวจจับหลังจากมีหนังสือพิมพ์ International New York Times ลงข่าวเพียง ๑๐ วัน ข่าวนี้ดังไปทั่วโลกเพราะดำเนินงานมานานปี มีคนที่เต็มใจให้หลอกเพราะเอาไปหลอกคนอื่นต่อ คนที่ถูกหลอกจริงๆ รวมกันนับหมื่นราย

Ahmed Shaikh ชาวปากีสถานเป็นหัวหน้าใหญ่ มีตึกทำการใหญ่โตในเมือง Karachi โดยตั้งบริษัทชื่อ Axact ซึ่งอ้างว่าเป็นบริษัทส่งออกซอฟต์แวร์ใหญ่สุดของปากีสถาน และเขาตั้งใจจะเป็นคนรวยที่สุดในโลกใบนี้ จะรวยกว่า Bill Gates อีกในอนาคต



บริษัทของ “คนตั้งใจรายขนาดหนัก” มีเว็บไซต์ขนาดใหญ่ดงมา ให้ข้อมูลเกี่ยวกับกาให้การศีกษาในระดับมัธยมปลายและอุดมศีกษาออนไลน์อย่างน่าตื่นเต้นโดยเชื่อมต่อกับเว็บไซต์อื่นๆ อีก ๓๗๐ แห่ง

คนที่ไม่ไ้ไ้เพียงสาอ่านดูก็รู้ว่าบริษัทนี้ขายใบจบมัธยมปลายและปริญญาบัตรจากมหาวิทยาลัยมีชื่อและของบรืษัทเองหลายแห่ง แต่สำหรับคนไ้ไ้เพียงสากก็จะถูกดึงดูดให้ลงทะเบียนออนไลน์

Axact มีทีมขายซึ่งประกอบด้วยคนปากีสถานที่มีการศึกษาดี พูดอังกฤษได้ดี โทรศัพททาเหยื่อและเชือดเหยื่อ สำหรับคนไม่ไ้ไ้เพียงสากก็ขายกันตรงๆ เลย ถ้าเป็นมัธยมปลายก็มีราคาประมาณ ๓๕๐ เหรียญ ถ้าเป็นปริญญาเอกก็ประมาณ ๔,๐๐๐ เหรียญสหรัฐ

สำหรับคนไ้ไ้เพียงสากก็จะถูกคะยั้นคะยอให้ลงทะเบียนออนไลน์ เรียนวิชาที่น่าสนใจ เมื่อจ่ายเงินแล้วก็จะไม่มีอะไรกันอีก นอกเสียจากว่าทีมขายเกิดตามไปเพื่อเชือดอีก เช่น ทำตัวเป็นเจ้าของหน้าทีจากบริษัทในสหรัฐอเมริกาโทรศัพท์ไปหาและบอกว่ากำลังหาคนมาทำงาน เงินเดือนดีมาก แต่ต้องเรียนจบบางวิชาและแนะนำแบบเนียนๆ ให้ไปลงทะเบียนกับ Axact เพิ่มเติม

บ้างเมื่อซื้อปริญญาไปแล้วก็ได้รับการแนะนำให้ซื้อใบยืนยันจากกระทรวง การต่างประเทศสหรัฐอเมริกา ยืนยันว่ามหาวิทยาลัยที่จบไปเป็นมหาวิทยาลัย ที่ได้รับการรับรอง ชื่อขายกันในราคานับพันเหรียญ ถ้าเป็นมหาวิทยาลัยที่มี ตัวตนจริงในต่างประเทศ ใบเช่นนี้สามารถหามาได้อย่างถูกต้องและถูกกฎหมาย ในราคาเพียงร้อยเหรียญเท่านั้น อย่างไรก็ตามก็มีส่วนใหญ่เป็นใบปลอมเพราะปริญญา บัตรออกโดยมหาวิทยาลัยปลอมที่ไม่มีตัวตนของ Axact เอง เช่น มหาวิทยาลัย Barkley / Columbiana / Mount Lincoln / Belford / Rochville / Grant Town / New Ford / Nixon ฯลฯ

ที่บริษัท Axact จะมีเจ้าหน้าที่รับโทรศัพท์หลายสิบคนตลอด ๒๔ ชั่วโมงเพราะลูกค้าอยู่ทั่วมุมโลก ลูกค้าใหญ่คือคนอเมริกันและคนที่อยู่ใน ประเทศตะวันออกกลาง โดยเฉพาะกลุ่มประเทศรอบอ่าวเปอร์เซีย เช่น Abu Dhabi / Dubai ฯลฯ ในยุคบ้าปริญญาทั่วโลก คนชอบเรียนลัดและปรารถนา จะเป็น “คนปลอม” ลวงโลกมีอยู่ไม่น้อย

Axact ออกใบปริญญาปลอม (ซึ่งที่จริงไม่ปลอม เป็นตัวจริง หากไม่มี มหาวิทยาลัยอยู่ในโลก) ในเกือบทุกสาขา มีทั้งแพทย์ พยาบาล วิศวกร ฯลฯ ให้ แก่ลูกค้าที่ติดต่อมาทางอินเทอร์เน็ตจากทุกมุมโลก

ในสหรัฐอเมริกา การปลอมปริญญามีอยู่หลายแหล่ง ในปี ๒๐๐๘ ทาง การสหรัฐอเมริกาฟ้องลูกค้า ๓๕๐ คน ที่ทำงานอยู่ในกระทรวงยุติธรรมและ กระทรวงต่างประเทศโดยปริญญาบัตรปลอมมาจากรัฐอูชิงตันเพียงแห่งเดียว

ปีหนึ่งๆ Axact ต้มตุ๋นได้เงินนับสิบล้านเหรียญ ราวจน Ahmed Shaikh กำลังจะเป็นสื่อยักษ์ใหญ่ของปากีสถาน เขาระดมทีมงานชั้นนำจากสถานี โทรทัศน์ใหญ่ด้วยเงินเดือนสูงกว่า ๓-๔ เท่า แต่เมื่อถูกจับก็เชื่อว่าคงเปิดไม่ได้

Axact เกือบล่มจมเมื่อศาลในสหรัฐอเมริกาในปี ๒๐๐๙ สั่งให้ Axact



ชาติใช้เงิน ๒๒.๗ ล้านดอลลาร์สหรัฐฯ ให้แก่เหยื่อในสหรัฐอเมริกาที่ร้องทุกข์ว่าถูก ต้มตุ๋นรวมกัน ๓๐,๐๐๐ คน แต่เมื่อ Axact ไม่ยอมจ่ายและกฎหมายอเมริกัน บังคับไม่ได้ก็เลยไม่ล้มจม และยังคงเดินทางต้มตุ๋นต่อไปอย่างไม่สะทกสะท้านเหมือนดังที่ได้ทำมาตั้งแต่ ค.ศ. ๑๙๙๗

การปลอมปริญญาเช่นนี้ของมหาวิทยาลัยอเมริกันเป็นส่วนใหญ่เพราะเป็น ความต้องการของตลาด การตรวจสอบทำได้ไม่ง่ายเพราะปัจจุบันมหาวิทยาลัย อเมริกันมีจำนวนถึง ๔,๑๔๐ แห่ง (เอกชน ๒,๔๔๑ แห่ง รัฐ ๑,๖๙๙ แห่ง) กว่า ครึ่งหนึ่งตั้งขึ้นนับแต่ทศวรรษ ๑๙๗๐ เป็นต้นมา

Axact ยังมีลูกเล่นต้มตุ๋นรายคนอีกที่ดูไร้เดียงสามากๆ โดยโทรศัพท์ข่มขู่ หลังจกเสียเงินซื้อใบปริญญาราคาแพงไปแล้ว แต่ยังไม่มีการรับรองมหา- วิทยาลัยจากกระทรวงการต่างประเทศว่า ถ้าไม่รีบซื้อจะถูกส่งกลับอีกด้วยไม่ให้ ทำงานใน Abu Dhabi อีกต่อไป

การปลอมปริญญาบัตรโดยเฉพาะในวิชาชีพแพทย์ พยาบาล วิศวกร เป็น การทำร้ายสังคมอย่างยิ่ง เพราะอาจเป็นอันตรายต่อชีวิตของสาธารณชน อีกทั้ง ทำให้องค์กรได้ “คนปลอม” ไปทำงานโดยจ่ายค่าแรงให้แก่คนที่ไม่สมควร นอกจากนี้ยังเป็นการทำให้องค์กรเสียโอกาสในการจ้างคนมีความสามารถอย่าง แท้จริงด้วยเงินจำนวนเท่ากัน

มหาวิทยาลัยที่ผลิตคนไม่มีคุณภาพออกมาโดยเน้นที่ปริมาณ แต่ตีیهื่อว่าได้รับปริญญากำลังทำร้ายสังคมในลักษณะเดียวกัน เพราะโดยแท้จริงแล้วการผลิตคนไม่มีคุณภาพ แต่มีปริญญาออกมาก็ไม่ต่างอะไรไปจากการออกไปปริญญาปลอม

ในกรณีเช่นนี้ปริญญาก็ “ปลอม” คนก็ “ปลอม” แต่ต้องไปทำงานในสภาพการณ์ที่เป็น “จริง” คงไม่ยากสำหรับจินตนาการว่าจะเกิดอะไรขึ้นกับสังคมในระยะยาว



๕วรากรณ์ สามโกเศศ

คอลัมน์ “สำหรับโลก” นิตยสารสกุลไทย ฉบับที่ ๓๑๖๕



“...ความมั่งคั่งร่ำรวย นั้นไม่จริง ถ้าเรามีเงินเยอะก็จะอยากได้เยอะๆ ไปอีกไม่รู้จบ และเราจะตอบแทนพระคุณ เช่น ให้พ่อแม่เราหมด หรือเยอะๆ ก็ไม่ใช่

สมณะโพธิรักษ์ก็กล่าวไว้ว่า “การแสวงหาความร่ำรวยมากๆ นั้น เป็นการสร้างกิเลสเพิ่มอีกเป็นเรื่องทุกข์ทรมานเปล่าๆ”

ความจริงแล้วเราทุกคนมีทั้งความสุขและความทุกข์ สมหวัง ผิดหวัง ไม่ยกเว้นว่าจะเป็นคนรวยหรือคนจน”

ผู้ที่ไม่เห็นแก่ตัวจะมีความสุขอยู่ทุกๆ กรณี เพราะว่าเขาเป็นคน
ใจกว้าง มองอะไรก็มองกว้าง

เขาไม่เดือดร้อนเพราะฝนตก เพราะเขาคิดว่า แม้เขาไม่ต้องการ
ฝน แต่พี่น้องชาวนาและชาวสวนเป็นอันมาก กำลังเรียกร้องหาฝนอยู่เพื่อ
ปลูกพืชผักของตน

เขาจะไม่เดือดร้อนเพราะแดดออกจัด เพราะเขาคิดถึงบุคคลอื่น
ว่า มีคนจำนวนมากที่กำลังต้องการแดดเพื่อตากผ้า ตากข้าวเปลือก หรือ
ทำอะไรๆ กับแดด

เขาคิดเห็นแต่ความสุขของผู้อื่น แม้จะถูกตำ ถูกนินทา เขาก็คิด
ว่า ถ้าบุคคลผู้ตำ ผู้นินทาจะมีความสุขขึ้นเพราะคำตำคำนินทานั้น เขาก็
ยินดี

นอกจากนี้ การประสบเคราะห์กรรม โชคร้าย ความล้มเหลวต่างๆ
เมื่อเกิดขึ้น เขาก็คิดได้ว่า ถ้าสิ่งเหล่านี้ทำให้เขามีความอดทนขึ้น เข้มแข็ง
ยิ่งขึ้น และมีใจสูงขึ้น เขาก็ยินดีรับเคราะห์กรรมอันนั้นเอาไว้

สิ่งที่มนุษย์ควรกลัวมากที่สุด ไม่ใช่โชคร้าย ไม่ใช่เคราะห์กรรม แต่
คือความสุข ความสมหวังและลาภยศที่เป็นเครื่องมอมเมาจิตใจให้
มีตมมและตึงจิตให้ต่ำลง

● อาจารย์วศิน อินทสระ



ชายใจดีคนหนึ่ง...เรียกเด็กเร่ร่อนมา
กินอาหารในโรงแรม แต่เมื่อเช็คบิล..เขา
ถึงกับ...อึ้ง

Akhilesh Kumar วิศวกรที่ทำงานอยู่
คูไบ มีภารกิจต้องเดินทางไปอินเดีย

เขาเลือกพักในโรงแรม Hotel
Sabrina

ในเย็นวันหนึ่ง ขณะนั่งกินอาหารอยู่ใน
โรงแรม สายตาของเขามองออกไป แล
เห็นสายตาด็กน้อยคนหนึ่งจ้องอาหารที่
เขากิน

Kumar ตัดสินใจกวักมือเรียกเด็ก
มากินด้วยกัน

เด็กน้อยก็เข้ามากิน พร้อมน้องสาว
ตัวน้อยๆ ของเขา ที่กินอาหารแบบมี
ความสุข

เมื่อจบมื้อ Akhilesh Kumar ก็เรียก
เก็บบิล..

เขาถึงกับอึ้งในบิลค่าอาหาร

เพราะมันเขียนว่า..We don't have a
machine that can bill humanity.
May good happen to you

หรือ เราไม่มีเครื่องคิดเงินที่เก็บค่า
มนุษยธรรมได้ ขอให้สิ่งดีๆ เกิดขึ้นกับคุณ

เรื่องดีงามแบบนี้ ...ทุกคนทำได้เสมอ

ที่มา [http://indiatoday.intoday.in/
story/kerala-man-feeds-hungry-
street-kids-in-a-restaurant-gets-
surprised-by-the-bill/](http://indiatoday.intoday.in/story/kerala-man-feeds-hungry-street-kids-in-a-restaurant-gets-surprised-by-the-bill/)



อยู่อย่างไรให้เป็น เทพ?



“เทพ” มิใช่ เทพ โพธิ์งาม

แต่ “เทพ” คำนี้ หมายถึง อยู่อย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี

สัตวินรคต้องถอยห่าง

เทวดาอารักษ์ต้องก้มหัว

อัศจรรย์อะไรขนาดนั้น!

“กายมนุษย์” นั้นสุดยอดแห่งชีวิต แต่ “จิตใจ” ยังต้องมีการพัฒนาที่อลังการ
ที่ปาฏิหาริย์มากกว่านั้น

ระดับที่ ๑ นั้น กว่าจะได้เกิดเป็นมนุษย์ สุดยอด ยิ่งกว่ายาก

แต่ยากขนาดนั้น ก็ยังอุตสาหกรรมี่ผู้ทะลวงด่าน ผีกฝน-ต่อสู้อสู-บำเพ็ญ จนมาเป็น
ร่างกาย “มนุษย์”

แต่การค้นพบยังไม่สิ้นสุด เหนือ
ขุนเขา ยังมีเหนือกว่านั้น

ยากที่มนุษย์ธรรมดาจะหยังคิด

แต่ก็ยังมียอดมนุษย์ค้นพบเส้นทาง
จากมนุษย์ที่หัวใจปัญญาพัฒนาขึ้นเป็น
“อารยยะ”

**เป็นซูเปอร์แมนที่มีใช้เหาะเหิน
แต่เดินดินได้อย่างอ่อนโยน**

อยู่ในโลกได้อย่างสวยงาม และ
มีคุณค่า มีราคา มีศักดิ์ศรี มีชีวิตที่
เหลือเชื่อ!

**นี่แหละคือ การเดินทางของชีวิต
ระดับที่ ๒**

คุณจะไปหรือไม่ว่า มีใช้ปัญหา
แต่การเรียนรู้จากประสบการณ์ชีวิต
จะค่อยๆ หล่อหลอมให้เราฉลาดขึ้น
แกร่งขึ้น

และกระตือรือร้นที่จะไประดับ ๒
ให้ได้...ไม่ช้าก็เร็ว

ไม่วันนี้ก็พรุ่งนี้

ไม่มะรีนก็มะเรื่อง...แต่ต้องไปอยู่
ดี!

หากมหายานบอกว่า ทุกคนต้อง
เดินทางสู่โพธิ์สัตว์ เราก็จะบอกว่า



“ทุกคนก็ต้องพัฒนา-ตะเกียก-
ตะกาย สู้การพัฒนาชีวิตระยะที่ ๒
อย่างแน่นอน... ฟันธง!”

**อยู่อย่างไรให้เป็นเทพ? ...มี
๒ ระดับ ที่ต้องทะลุทะลวง**

**ระดับพื้นฐาน คือ ระดับความลับ
ของมนุษย์**

**ระดับต่อยอด คือ ระดับความลับ
ของฟ้า**

ปล่อยวาง... สิ่งที่เรียนมา... เปิด
ใจ... มาศึกษาเรื่องใกล้ตัว ที่ธรรมดาๆ
แต่มีพลังมหาดศาล!

เททิ้งไปเลย น้ำชาล้นถ้วย

ความลับของมนุษย์ เริ่มด้วย
ไม่ทำร้าย-ไม่ฆ่า-ไม่ตาย

ก) **ไม่ทำร้าย** ด้วยแนวคิด “ใจเขา-ใจเรา” ฟังน้อมเอาศีล ๕ เป็นแนวทางการดำเนินชีวิต

ชีวิตเราจะไม่ทำร้าย-ทำลายใคร
แม้ตัวเล็กตัวน้อยทั้งหลาย

ชีวิตเราจะไม่ละเมิดทรัพย์สินของใครเขา ยิ่งเขาไม่ยอมให้ก็ยิ่งต้องไม่รับ ไม่เอามาเป็นของเรา

ชีวิตเราจะไม่ละเมิดของรักของหวงของคนอื่น คนอื่นเขามีเจ้าของจับจอง เขามีคนหวงแหน เขามีคนถือสิทธิ์

ชีวิตเราจะไม่ไปปดมดเท็จ ไม่บิดเบือนข้อมูลเพื่อผลประโยชน์ตัวเอง

และชีวิตเราจะไม่ซื่อป้อ ประมาทเลอะเลือน จนเอาสารมีพิษเข้าสู่ร่างกาย

ทุกครั้งที่ละเมิดศีล ๕ ก็จะมีคนเจ็บช้ำ รันทด มีคนเศร้าโศกเสียใจ

เราจะตระหนักในเรื่องนี้เสมอๆ

พอกันที ชีวิตที่แปดเปื้อนน้ำตา
ของผู้อื่น!

ข) **ไม่ฆ่า** ทำสิ่งใดมีประมาณ ไม่หลงใหญ่หลงโต หลงใ้อวด หลงอวดตาตัวตน

ขั้นฆ่า ย่อมหมายถึง “ความสิ้นเปลือง” “ความฟุ่มเฟือย” “ความสุรุ่ยสุร่าย”

บ้านก็ขนาดหนึ่ง

กินก็ขนาดหนึ่ง

เสื้อผ้าอาภรณ์ก็ขนาดหนึ่ง

เครื่องประดับก็ขนาดหนึ่ง

เครื่องอำนวยความสะดวกสบายก็ขนาดหนึ่ง

ไม่ทำให้คนทั่วไปถึงกับตาค้าง ถึงกับตกใจในโชควาสนาของเรา

ถ้าสงสัยว่าใช่ไหม ให้ถามสังคมถามผู้คนรอบข้าง ก็คงพอมีคำตอบ

ค) **ไม่ตาย** เป็นผู้มีน้ำใจ มีจิตใจคิดถึงคนอื่น

ใครๆ ก็รู้ว่าเรานั้นเป็นคนมีน้ำใจ

เรานั้นเป็นคนเสียสละ

เมื่อไม่ทำร้าย ทำลาย เราก็ต้องสร้างสรรคด้วยทานบารมี

ไม่ตายของเราอาจหมายถึง การช่วยเหลือเกื้อกูล ไม่ทรัพย์สินสิ่งของก็

อาจหมายถึงลงแรงบริการรับใช้

สรุป สิ่ง que แสดงถึง “ไม่ดูตาย” ก็คือ
“ทานบารมี” นั้นเอง

ความลับของฟ้า เป็นการพัฒนา
ต่อยอดให้ดี - ให้งาม-ให้เนียน-ให้
ลุ่มลึก-ให้ดียิ่งๆ ขึ้น

เราจะอุดรูรั่วเพิ่มเติม

เราจะละเว้นบาปภัยที่คาดไม่ถึง

เราจะต่อยอดบารมีให้สูง-ให้แน่น

ก) ไม่พูดเชิงลบ เราจะไม่ว่าร้าย
ตัวเอง เราจะไม่ว่าคนอื่นในแง่ลบ
ไม่ลบหลู่ไม่ดูหมิ่นด้วยวาจา
ระวังคำพูดที่กล่าวออกมาทุกคำ
ไม่ตำหนิ-ไม่ส่อเสียด-ไม่หยาบคาย
การวิพากษ์วิจารณ์เชิงลบ ต้อง
ระวัง ต้องมีสติ ไม่มากแต่น้อยไว้
ดีที่สุด

“ดาราแต่งงาน...โอ๊ย เชื้อเหอะ ไม่นานก็หย่า!”

“ดารามีลูก...โอ๊ย เชื้อเหอะ ท้องก่อนแต่ง!”

“เห็นเขาเดินมากับเธอ...โอ๊ย ก็ก๊
แงงๆ !”



พูดทำไมให้บาปปาก!

ข) มองอย่างชื่นชม คนเรามีทั้งดี
และไม่ดี คละเคล้ากันไป

ช่างถ่ายรูปรูปร่างก็เลือกมุมกล้อง
เรานักผจญชีวิต ต้องเลือกมุม
ประทับใจ

หัดชื่นชม...หัดอนุโมทนา...ยินดี
ด้วย...

สุขใจ ปิติยินดี เมื่อเห็นคนอื่นได้ดี
**นี่แหละพรหมวิหารตัวที่ ๓ ที่
ลงทุนน้อยมาก!**

จิตใจที่ประทับใจจะมีพลังมหาศาล
มันก็จะดูดีสิ่งดีๆ มาให้เรา

เช่นเดียวกัน จิตที่ไม่ดีมันก็จะสร้าง
พลังมหาศาลมาชนเรา
พลังจิตนี้ลึกล้ำยิ่งนัก

ค) **อธิษฐาน** “ขอให้คนอื่นมีความสุข ส่วนข้าพเจ้าไว้ทีหลัง!” ไปที่ไหนกราบไหว้สิ่งศักดิ์สิทธิ์

ขอพรเทพองค์ใด อย่าลืม ขอให้คนอื่นก่อน ตัวเราทีหลัง

เป็นการฝึกแสร้งดีๆ ให้คนอื่น

คิดถึงคนอื่นเสมอๆ

สร้างจิตหวังดีให้ไกลจากตัวตนของเรา

“พรดีๆ” ควรให้คนอื่นก่อน

เจริญเมตตาด้วยอธิษฐานเสมอๆ

เพื่อสักวันจะได้เห็นผู้อื่นสำคัญกว่าตัวเรา

แล้วอัตตาตัวตนก็จะได้เลิกลง

จิตที่ให้นั้น ความทุกข์จะน้อยลง

ช่างเป็นเรื่องอัศจรรย์เหลือเชื่อจริงๆ

ไม่ทำก็ไม่รู้!

ง) **ขอขอบคุณ**ๆ พุดเสมอๆ หมั่นพูดให้ติดปาก

หัดมองคนอย่างมีคุณค่า

ทุกสิ่งทุกอย่าง มิใช่เราคนเดียวทำได้ ต้องอาศัยผู้คนมากมายช่วยเหลือ

สิ่งของสิ่งนี้

บ้านหลังนี้

อาหารจานนี้...

ผู้คนมากมายที่เราเป็นหนี้บุญคุณ มองให้ลึกกว่าตามนุษย์

อย่ามองแค่คนบริการธรรมดาๆ

แต่...ขอขอบคุณๆๆ ที่ให้-ช่วยเรา-บริการเรา

การเห็นคนรอบข้างมีคุณค่า มีบุญคุณ ถือเป็นมงคลชีวิตสูงยิ่ง

ทำมาถึงขนาดนี้ มิใช่ “ลูกเทพ”

หรอก

แต่เป็นมนุษย์ “ขั้นเทพ” เสียแหละ

เพราะชีวิตมิใช่แค่หวังลาภ ยศ

สรรเสริญ แต่ลาภ ยศ สรรเสริญ เป็นแค่ผลพลอยได้ที่ผ่านมาและผ่านไป

คนหนึ่งสร้างเวรกรรม แต่อีกคนหนึ่งสร้างบารมี

นี่แหละจึงคือความเหนือชั้น

เพราะชีวิตมิใช่ลอยไปลอยมาวันๆ

แต่มีการเรียนรู้ มีการฝึกปฎิบัติเสมอๆ

เป็นมนุษย์นั้นไซ้คิดดีแล้ว แต่ไซ้คิดดีกว่านี้ต้อง “ต่อ ยอด” ต้อง

“เต็มเต็ม”





ควบคุมอารมณ์

ธรรมชาติของมนุษย์ ยิ่งทำยิ่งเชี่ยวชาญ

ยิ่งทำก็ยิ่งติดเป็นนิสัย

ติดหนักๆ เขาก็เรียก “สันดาน”

เพราะชีวิตคุ้นเคยแต่กับ “เอาใจตัว”

คุ้นเคยกับ “สบาย” ไม่อด-ไม่ทน-ไม่ฝืน

คนพรรคนี้คบกับใคร เขาก็ส่ายหน้า “ไม่ไหวๆ”...”น่าเบื่อๆ”

“ควบคุมอารมณ์” เตือนใครได้ ถ้ามีใช้ตัวเรา

ผู้ใดนิ่ง ผู้นั้นย่อมมีวุฒิภาวะ

ในสังคมชอบแสดงออก แถมจิตวิทยาฝรั่งบอก “อย่าอดกลั้น”

ระบายออกมาเถอะ ...ถูกทางแล้ว!

นั่นฝรั่งมังค่า แต่วิถีไทย วิถีพุทธ
อยู่ฝั่งตรงข้าม

**คุณเวทนา คุณอารมณฺ์ ย่อมเป็น
สิ่งที่ดีกว่า**

โดยเฉพาะ “ความไม่พอใจ”
“ความโกรธ” “ความกราดเกรี้ยว”

“ควบคุมอารมณฺ์” เพราะชีวิต
เดินทางด้วยหลักคิด “ใจเขา-ใจเรา”

การแสดงความไม่พอใจ ไม่สบบ
อารมณฺ์ จึงเป็นสิ่งต้องห้าม

**ชีวิตต้องมีขันติ ชีวิตต้องม
ีความอดทน**

ตั้งแต่เกิด ธรรมชาติ สัจธรรม ก็
สอนอย่างนี้ๆ มาตลอด

“อารมณฺ์” ก็เหมือน “ยาเสพติด”
ยิ่งเสพยิ่งเลิกยาก

ยิ่งแสดงออกก็ยิ่งน่ารังเกียจ

ยิ่งแสดงออกก็ยิ่งแสดงวุฒิภาวะ
ต่ำชั้น

“ควบคุมอารมณฺ์...คุมไว้” เพราะ
ใครๆ เขาก็ไม่ชอบ ไม่มีใครอยากเห็น
อยากเจอ

นิ่งได้ - คุมได้นี้แหละ เขาเรียก

“ผู้ดี”

ผู้ดีเขาต้องสำรวม มิใช่โววาย
อะอะมะเทิ่ง ปุถุชนยากนัก บอกให้
สำรวม บอกให้ควบคุม ก็ทำเป็นไม่
เข้าใจ

เหตุแท้ๆ ก็เพราะมิได้เรียนรู้

เหตุแท้ๆ ก็เพราะจิตยังหยาบ ยัง
ไม่ละเอียด

“ควบคุมอารมณฺ์” แม้ใจยังเดือดๆ
ก็ไม่ใช่ไรเพราะนี่คือการแสดงความ
เคารพศักดิ์ศรีของผู้อื่น

เพราะนี่คือการให้เกียรติเขา

เพราะนี่คือห้องซังเสือร้ายมิให้
ทำร้ายผู้อื่น

พระท่านบอกเลย นี่แหละ “ศีล”
ข้อหนึ่งของเรา

“ควบคุมอารมณฺ์” เป็นเรื่องของ
บุญกุศล

หากระงับยับยั้งก็เท่ากับทำบุญให้
ตัวเอง ไม่ปาณาติบาตผู้อื่น

“อยู่กับหมูให้ระวังความคิด อยู่กับ
มิตรให้ระวังวาจา”

แต่เวลาไม่พอ แม้กิริยาท่าทางก็
ต้องระวัง

คุณอารมณ์ไม่ได้ถือเป็น “สวรรค์
สาป” เป็น “อัมภมกล” ของชีวิต

ถือเป็นเรื่องสยดสยอง... เป็น
เรื่องน่ารังเกียจ

ระวังเถอะ แสดงอารมณ์ไม่พอใจ
บ่อยๆ ญาติพี่น้องจะบ่น ลูกหลาน
จะเบื้อ

เพื่อนฝูงก็เอือมระอา

ไปที่ไหน เขาจะกระซิบ นินทา

“คนน่าเบื้อมาอีกแล้ว!

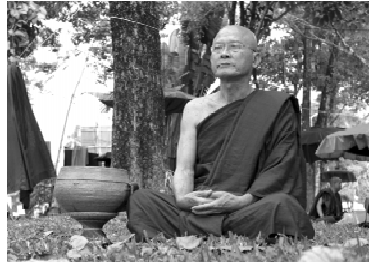
ยังไม่สายสำหรับการแก้ไข

“ควบคุมอารมณ์” อย่าให้เที่ยว
ระรานชาวบ้าน ระรานญาติพี่น้อง

ลัทรนรก-อสุรกาย ยังไม่หมดเชื้อ
ยังไม่สูญพันธุ์

ก็เรานั้นแหละจะเป็นเอง

ช่วยจริงๆ! ... ทายาทอสุร!



“ชีวิต” คือการเกิดมา
เพื่อ “หัดกระทำ” ผู้กระทำดี
ฝึกดี หัดดี ก็จะได้ดีไป

ผู้กระทำชั่ว ฝึกแต่ตาม
ใจกิเลส หัดแต่ลิ่งไปสู่ทางต่ำ
ก็จะได้แต่ชั่ว ได้แต่กิเลส ได้
แต่ความต่ำไป แม้ภายนอก
ของผู้นั้น จะมีเงิน ร่ำรวย จะ
มียศล้นฟ้า จะมีความงามสุด
โลก จะมีเสียงไพเราะสุดใจ
หรือจะมียอดสมบัติใดๆ
อีกๆ ก็ตาม ที่ไม่ใช่คุณสมบัติ
บัตินั้นโนธรรม ก็จะไม่ใช้
“ความดีแท้สูงแท้” ที่ชีวิตเกิด
มาเพื่อควรจะได้เลย

◆ **“สมณะโพธิรักษ์”**

เรื่องเล่าผ่านไลน์

หญิงสาวชาวเหนือแต่งงานกับหนุ่มใต้ หญิงสาวไม่ทานเผ็ด แต่หนุ่มได้ขาดเผ็ดไม่ได้

วันหนึ่ง หญิงสาวกลับบ้านแม่พ่อของเธอซึ่งชอบทานเค็มเป็นคนทำอาหาร เมื่อถึงเวลาทานข้าว คุณแม่ของเธอถือถ้วยใส่น้ำร้อนมาใบหนึ่ง ก่อนทานแม่ของเธอก็คิบอาหารผ่านน้ำร้อนในถ้วย จากนั้นถึงคิบเข้าปาก ทานอย่างเอร็ดอร่อยโดยไม่พูดอะไร เธอสังเกตเห็นสิ่งที่แม่ทำ จึงเข้าใจว่าทำไมพ่อกับแม่จึงอยู่กันได้ชั้ยศยาว

วันต่อมา เธอทำอาหารที่สามีชอบทาน แน่นอน แต่ละอย่างมีรสเผ็ดจัดจ้าน แต่ตรงหน้าของเธอน้ำร้อนอยู่ถ้วยหนึ่ง สามีของเธอเห็นภรรยาคิบอาหารผ่านน้ำร้อนแล้วก็ทานอย่างเอร็ดอร่อย น้ำตาก็รินขึ้นมา

วันต่อมา สามีของเธออาสาทำอาหารบ้าง แต่อาหารที่เขาปรุงไม่มีอะไร

เผ็ดเลยสักอย่าง

แต่ว่าตรงหน้าของเขามีงานเล็กๆ ที่มีพริกอยู่เต็มจาน ทุกครั้งที่เขาดักข้าวเข้าปาก เขาก็จะหยิบพริกในงานตามเข้าปากไปด้วย ทุกคำข้าวอร่อยเหมือนเดิม

เพื่อชีวิตร่วม เขาเลือกที่จะเพิ่มงานพริก เธอเลือกที่จะเพิ่มด้วยน้ำร้อน นี่คือการประจัญบานในการร่วมชีวิต

ประชากรบนโลกมีมากถึง ๗ พัน ๒ ร้อยล้านกว่าคน คนที่ใช้ชีวิตร่วมกับคุณ ไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่พี่น้อง สามีภรรยา และญาติมิตร หากมีใจมีวาสนาต่อกันมา จะมาร่วมชีวิตกันได้อย่างไร รักและถนอมคนรอบตัวให้มาก เพราะเราต่างมีวาสนาที่ได้มาอยู่ร่วมกัน

(*ขอบคุณ นุสนธิ์บุคส์)



เพราะโลกนี้.. ก ว ้า ง

คนข้าง ๆ จึง.. ส ้า ค ัญ

“จิตอาสาในต่างแดน”

● บุติกร



Inks Lake Village

Texas, USA

วันที่ ๖ มีนาคม ๒๕๕๙

เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็ว ปีนี้เป็นปีที่ ๒๐ แล้วที่แต่งงานมา และเป็นปีที่ ๑๐ ที่กลับมาอยู่อเมริกาเป็นการถาวร หลังจากเดินทางตามสามีไปประเทศต่างๆ ตามงานของบริษัทฯ เป็นเวลาร่วมสิบปีได้เดินทางไปหลายประเทศทั้งที่พัฒนาแล้วและประเทศกำลังพัฒนา ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นต่างๆ กับคุณสามีในฐานะฝรั่งอเมริกัน และมุมมองในสายตาของคนเอเชียอย่างเรา ซึ่งบางครั้งก็มองต่างมุมอย่างน่าสนใจ

เมื่อกลับมาอยู่อเมริกาอย่างถาวรแล้วก็ไม่อยากอยู่ที่บ้านเฉยๆ จึงกลับไปเรียนหนังสือเพื่อสอบเป็นผู้ตรวจสอบบัญชี (Certified Public Accountant) ทั้งที่ไม่เคยเรียนบัญชีมาก่อน ซึ่งทำให้ต้องมูมานะอย่างหนัก เพราะต้องสอบใบอนุญาตประกอบวิชาชีพของรัฐเท็กซัสซึ่งไม่ง่ายเลย แต่เราถือคติที่ว่าความ

พยายามอยู่ที่ไหน ความสำเร็จอยู่ที่นั่น จึงยังคงพยายามต่อไปซึ่งก็ใกล้สำเร็จแล้ว

เราได้เปรียบคนไทยบางคนที่มาอยู่อเมริกาในฐานะโรบินฮู้ดซึ่งต้องเริ่มต้นด้วยการทำงานหนัก ของเราถือว่าโชคดีเพราะตั้งแต่มาก็อยู่อย่างถูกต้องตามกฎหมาย และสามารถขอสัญชาติเป็นพลเมืองอเมริกันได้ในเวลาที่กำหนด แม้จะเจออุปสรรคบ้างแต่ก็จัดการผ่านไปได้ด้วยดี ด้วยความที่เรียนเอกภาษาอังกฤษตอนเรียนปริญญาตรีที่จุฬาฯ จึงมีปัญหาเรื่องภาษาแต่เพียงเล็กน้อย เฉพาะตอนมาใหม่ๆ เพราะต้องพยายามทำความเข้าใจกับสำเนียงของฝรั่งแต่ละคนซึ่งจะแตกต่างกันไป อีกทั้งเพื่อนบ้าน เพื่อนที่โรงเรียน รวมทั้งอาจารย์ที่สอนไม่คุ้นสำเนียงของเรา แต่เราคุยไปเรื่อยๆ อย่างไม่กลัว ไม่อาย ในที่สุด เขาก็คุ้นไปเอง ตอนนี้จะแจ่มแจ้งไปทั่วได้แล้ว มีเพื่อนสนิทหลายสัญชาติ ทั้งฝรั่ง จีน แชก เวียดนาม

การมาอยู่ต่างบ้านต่างเมืองนั้นไม่ใช่เรื่องง่าย ภาพอาจดูสวยงามได้อยู่ เมืองนอก เราเห็นหลายคนกลับประเทศไทยแล้วทำตัวเหมือนมาจากเมืองนอก แต่เวลาอยู่ที่นี่จริงๆ แล้วเป็นอีกสภาพหนึ่ง ทำให้ได้แต่ปลงตกว่า โลกเราเต็มไปด้วยภาพมายา แต่วันนี้ เราจะไม่ว่ากันเรื่องคน นั้นเป็นตอนต่อไป เรามาว่ากันด้วยเรื่องจิตอาสาดีกว่านะคะ

ศาสนาทุกศาสนาสอนให้เราเป็นคนดี มีจิตอาสาช่วยงานสาธารณะ เราเป็นพุทธ สามเณรเป็นคริสต์ เราไปโบสถ์เขา เขาไปวัดเรา แต่เรามีจิตอาสาเหมือนกัน ความจริงเขามีมากกว่าด้วยซ้ำ เพราะเราแม้แต่ยุ่งกับการเรียนการสอบตลอดสามปีที่ผ่านมา จนลืมนึกถึงหลายสิ่งหลายอย่างรอบตัวเรา

เมื่อวันที่ ๒๐ กุมภาพันธ์ที่ผ่านมา เราไปลงคะแนนเสียงเลือกตั้งประธานาธิบดีรอบคัดเลือกเสร็จ (ขณะเขียนเรื่องนี้ การเลือกตั้งประธานาธิบดีในอเมริกากำลังซบเซวกันอย่างเข้มข้นค่ะ) ขณะขับรถผ่านถนนสายเล็กๆ เป็น



County road หมายเลข ๓๐๑ ที่จะเข้าหมู่บ้านของเรา (ถนนเส้นนี้เลียบบไปตามทะเลสาบ Inks Lake ของเราค่ะ) คุณสามีก็เห็นว่ามีขยะ เช่น ขวดเบียร์ กระป๋อง เศษกระดาษ เกล็ดขนมกลาดข้างถนนเต็มไปหมด จึงเอ่ยปากว่า วันนี้เรา มาออกกำลังกายด้วยการเก็บขยะข้างถนนดีกว่า เราเห็นด้วยอยู่แล้ว เพราะอากาศกำลังดีไม่หนาว แม้จะยังเป็นฤดูหนาวอยู่ก็ตาม ปกติเราก็พยายามออกกำลังกาย ด้วยการเดินรอบๆ หมู่บ้านเล็กๆ ของเราซึ่งเป็นเงินเขาอยู่แล้ว ฉะนั้น เราสองคนจึงเข้าบ้าน ไปเอาไม้หนีบ ถุงมือ และถุงขยะ แล้วขับรถย้อนไปตั้งต้นที่หัวถนน เดินเก็บขยะทั้งสองฟากถนนประมาณเกือบ ๒ ไมล์ สองฟากก็รวมเป็น ๔ ไมล์ คุณสามีบอกให้เราระวังงูทางกระดิ่งด้วย เพราะบางจุดจะมีหนูก่ารกและขอนไม้ ก็เอาไม้หนีบเคาะๆ ก่อนที่จะเดินเข้าไปเก็บ พอขยะเต็มถุงก็มัดปากถุง และวางเป็นจุดๆ จุดละ ๒-๓ ถุง เพื่อจะขับรถมาตามเก็บภายหลัง

ขณะที่เดินเก็บขยะ จะมีคนขับรถผ่านไปมา บางคนก็ตะโกนขอบคุณที่ช่วยเก็บขยะ บางคนก็บีบแตรและโบกมือทักทาย บางคนจอดรถแล้ว

เอ่ยขอบคุณ ชายคนหนึ่งจอดรถและบอกว่า เขาเคยพาลูกๆ มาเก็บขยะแบบนี้ เหมือนกัน แต่ลูกๆ โตแล้ว แยกย้ายกันไป ตัวเองเขาไม่ดีแล้วจึงไม่ได้ทำและขอบคุณเรา เดินเก็บอยู่ประมาณสี่ชั่วโมงจึงกลับบ้านไปนำรถกระบะมาตามเก็บ ถูขยะที่วางไว้เป็นจุดๆ ได้มาประมาณ ๘ ถูๆ แล้วเอาไปใส่ในถังขยะของเรา ซึ่งจะมีรถขยะมารับไปสัปดาห์ละครั้ง

คืนนั้น พอดตกค่ำก็ต้องนอนทำให้ทั้งคุณสามีและตัวเองด้วยน้ำมันเขียว ที่ซื้อจากสันติอโศกเพราะเจ็บเท้า แต่ก็คุ้มค่ะ ทุกครั้งที่ผ่านถนน เห็นถนน สะอาดตา ก็ภูมิใจว่าเราเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ถนนสะอาด

แต่ผ่านมาประมาณสามสัปดาห์ เริ่มเห็นเศษขยะอีกแล้ว เห็นแล้ว หงุดหงิดใจยิ่งนัก ที่นี้ก็ไม่ใช่จะมีแต่คนศิวิไลซ์นะคะ การศึกษานะมี แต่ไม่มี สำนัญสำนึก ไม่ใช่เรื่องยากเลยในการเอาขยะในรถใส่ถุงไว้ก่อนแล้วเอากลับไป ทิ้งถังขยะที่บ้าน แทนที่จะมั่งง่ายโยนออกนอกกรวดหรือปล่อยให้ขยะปลิวออกนอก หน้าต่าง บางครั้งการคิดถึงสิ่งเล็กๆ น้อยๆ ที่เราพอจะทำได้ก็มีส่วนช่วยสังคม ได้เช่นกัน เริ่มต้นจากตัวเรา ครอบครัวเรา หมู่บ้านเราไปนะคะ ไม่ใช่เรื่องยากเลย ใช้น้ำใหม่ ช่วยๆ กันนะคะ เพื่อโลกที่สวยงามของเรา

เราตั้งใจตั้งแต่ตอนแต่งงานกับสามีต่างชาติแล้วว่า ถ้ามาอยู่ต่างแดน เราจะต้องอยู่แบบพลเมืองชั้นหนึ่ง ไม่ใช่พลเมืองชั้นสองหืมๆ แบบที่คนอพยพ ที่นี้ทำกัน ทำไรหรือ เพื่อนถาม เราตอบว่า ก็กล้าพูดกล้าทำ กล้าแสดงความคิดเห็นในสิ่งที่ถูกต้อง เคารพสิทธิของกันและกัน ช่วยเหลือสังคมและใช้สิทธิ อันพึงมีของเราไปละ





อตุตา หี อตุตโน นาถ

พุทธศาสนสุภาษิตที่ว่า “อตุตา หี อตุตโน นาถ” ซึ่งแปลว่า **ตนแลเป็นที่พึ่งของตน** นั้น เป็นพุทธศาสนสุภาษิตบทหนึ่งที่มีการอ้างอิงกันอย่างแพร่หลาย โดยพุทธภาษิตบทนี้สามารถขยายความได้หลายนัย ที่มักจะอธิบายกันทั่วไปก็คือ การพึ่งพาตัวเองในการทำงานหาเลี้ยงชีพด้วยความขยันหมั่นเพียรแทนที่จะมัวแต่รอคอยความช่วยเหลือจากคนอื่น ๆ

พุทธศาสนาสอนเรื่องกรรม คือสอนเรื่องกฎธรรมชาติของการกระทำ “เหตุ” ต่างๆ ที่จะนำไปสู่ “ผล” ที่ดีที่ช่วยให้ชีวิตพ้นจากภาวะความบีบคั้นเป็นทุกข์ทั้งในระดับหยาบ กลางและละเอียด หรือหลุดพ้นจากภาวะความทุกข์ในขั้นต้น ท่ามกลางและที่สุด โดยเมื่อกระทำเหตุอย่างใดก็จะได้รับผลกระทบตามไปในทิศทางที่สอดคล้องกับการกระทำนั้นๆ เสมอ



“**ตนแลจึงเป็นที่พึ่งของตน**” เพราะถ้าหากเราต้องการมีชีวิตที่ดีโดยที่ไม่ประสบกับปัญหาความบีบคั้นเป็นทุกข์ในเรื่องใด ก็ต้องพึ่งตนเองด้วยการกระทำ “**กรรม**” ในทิศทางที่จะนำไปสู่ผลที่ดีที่พึงประสงค์นั้นๆ เช่น ถ้าต้องการมีสุขภาพแข็งแรงโดยไม่ต้องทนทุกข์ทรมานจากความเจ็บป่วยด้วยโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ดังพุทธภาษิตที่ว่า “**อโรคยา ปรมาลาภา แปลว่า ความไม่มีโรค เป็นลาภอันประเสริฐ**” ก็ต้องดูแลสุขภาพของตนเองด้วยการกินอาหารที่มีคุณภาพครบหมู่ ปลอดภัยจากสารพิษ และออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ อันเป็นการพึ่งตนในเรื่องการสร้างสุขภาพของตัวเอง เป็นต้น

ถ้าแม้แต่ไปคิดหวังพึ่งสิ่งอื่นภายนอกตนจนละเลยเงื่อนไขสำคัญพื้นฐานแห่งการพึ่งพาตัวเอง เช่น หวังพึ่งแพทย์ที่จะช่วยรักษาโรคต่างๆ เมื่อประสบภาวะความทุกข์ทรมานจากโรคภัยไข้เจ็บ หรือพึ่งยาระงับปวดเมื่อมีอาการปวด พึ่งยานอนหลับเวลานอนไม่หลับ ตลอดจนพึ่งยาเสพติดหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ทำให้มึนเมาเพื่อให้ลืมเรื่องโรคภัยไข้เจ็บที่ทำให้เป็นทุกข์กังวลนั้นๆ ชั่วครั้งชั่วคราว หรือแม้แต่การพึ่งรูปเคารพและสิ่งที่เชื่อว่ามีอำนาจศักดิ์สิทธิ์ต่างๆ ที่จะช่วยดลบันดาลให้ตนพ้นจากโรคภัยไข้เจ็บเหล่านั้นได้ ฯลฯ แล้วละเลยต่อการพึ่งตนเองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิตในทิศทางที่

เป็นไปเพื่อเสริมสร้างให้เกิดสุขภาพแข็งแรงอย่างเหมาะสมถูกต้อง ผลที่สุดการกระทำกรรมหรือ “เหตุ” ที่ไม่สอดคล้องกับทิศทางที่จะช่วยให้เกิด “ผล” แห่งการมีสุขภาพแข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บดังกล่าว จะสามารถนำไปสู่การพ้นภาวะความบีบคั้นเป็นทุกข์ด้วยโรคภัยไข้เจ็บที่เบียดเบียนชีวิตนั้นๆ ได้อย่างไร เป็นต้น

ในขณะที่มีเรื่องซึ่งเป็นปัญหาทำให้ชีวิตมีความบีบคั้นเป็นทุกข์มากมาย ตลอดเวลา เช่น แคะหนึ่งเฉยๆ สักห้านาที หลายคนก็เริ่มประสบปัญหาความบีบคั้นเป็นทุกข์จากอาการปวดเมื่อย ฟุ้งซ่าน กังวลจากความคิดที่อยากไปทำโน่นทำนี่แต่ถูกบังคับให้มานั่งเฉยๆ ฯลฯ ซึ่งบีบคั้นให้เราต้องคอยตามแก้ภาวะความทุกข์ต่างๆ อยู่ตลอดเวลาจนกลายเป็นพฤติกรรมความเคลื่อนไหวที่ปรากฏออกมาทางกาย (กายกรรม) วาจา (วจีกรรม) หรือใจ (มโนกรรม)

ภาวะความบีบคั้นเป็นทุกข์บางอย่างอาจคลี่คลายได้ไม่ยาก เช่น ถ้านั่งเฉยๆ แล้วปวดเมื่อยก็แค่ขยับตัวเปลี่ยนท่านั่งใหม่ เป็นต้น แต่ปัญหาความบีบคั้นเป็นทุกข์หลายอย่างเป็นสิ่งที่แก้ไขได้ยาก หรือไม่สามรถแก้ไขได้ด้วยความรู้ระดับสามัญธรรมดาทั่วไป เช่น ปัญหาความบีบคั้นเป็นทุกข์ที่เกิดจากความแค้น ความเจ็บและความตาย อันเป็นสิ่งที่ทุกชีวิตจะต้องเผชิญโดยไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ รวมถึงการประสบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รักที่พอใจ และการต้องพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รักที่พอใจซึ่งเกิดขึ้นกับทุกชีวิตเป็นเรื่องปรกติธรรมดา เป็นต้น

ในการนี้พระพุทธศาสนาได้สอนวิธีกระทำ “เหตุ” เพื่อที่จะนำไปสู่ “ผล” แห่งการแก้ปัญหาความบีบคั้นเป็นทุกข์ในชีวิตอย่างสัมบูรณ์ ด้วยการชี้ให้เห็นว่าอันที่จริงแล้วภาวะความบีบคั้นเป็นทุกข์ในทุกๆ เรื่องนั้น ล้วนแต่เกิดขึ้นจากการปรุงแต่งหรือ “สังขารธรรม” ของจิตที่เป็น “ผู้รู้” (subject) กับสิ่งต่างๆ ที่ “ถูกรู้” (object) ทั้งสิ้น ฉะนั้นถ้าหากสามารถสลัดกระบวนการปรุงแต่งของภาวะ

ความบีบคั้นเป็นทุกข์นั้นๆ ได้ ถึงตัวปัญหาของสิ่งที่เคย “ถูกรับรู้” ว่าเป็นความทุกข์ดังกล่าวจะยังคงดำรงอยู่ แต่เมื่อตัว “ผู้รู้” ไม่ได้รับรู้ในลักษณะว่านั่นเป็นปัญหาความบีบคั้นเป็นทุกข์อีกต่อไปแล้ว ก็ย่อม “สมมูล” (equivalence) กับหรือเท่ากับเป็นการทำให้ภาวะความบีบคั้นเป็นทุกข์อันเกิดจากปัญหานั้นๆ หมดไปได้โดยปริยาย พระพุทธองค์จึงตรัสสรุปหลักการแก้ปัญหาคความบีบคั้นเป็นทุกข์อย่างเป็นปรมาัตถธรรมนี้ไว้เป็นเคล็ดวิชาสำคัญว่า

อนิจจา วตสังขารา สังขารทั้งหลายเป็นของไม่เที่ยง
 อุปาททวยธมฺมิโน มีความเกิดขึ้นและเสื่อมไปเป็นธรรมดา
 อุปฺปชฺชิตฺวา นิรุชฺฌนฺติ เกิดขึ้นแล้วดับไป
 เตสํวุปสโม สุขो ความสงบระงับแห่งสังขารเป็นสุข

การจะเข้าใจและเข้าถึงภาวะ “ความสงบระงับแห่งสังขาร” จนสามารถควบคุมการปรุงแต่งของสังขารธรรมเช่นนี้ได้จำเป็นต้องอาศัยหลัก “อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ” โดยขณะจิตใดที่เกิดสังขารปรุงแต่งเป็นภาวะความบีบคั้นเป็นทุกข์ขึ้น ถ้าพึ่งตนเองด้วยการหยุดสังขารการปรุงแต่งนั้นได้ ก็จะสามารถเข้าถึงภาวะ “เตสํวุปสโมสุขो” อันได้แก่ “ความสงบระงับแห่งสังขารเป็นสุข” เกิดขึ้นในขณะจิตนั้นๆ



ทฤษฎีการให้คำปรึกษาเชิงบำบัดด้วย

เหตุผล-อารมณ์

Rational-Emotive Psychotherapy (R.E.T.)



อัลเบิร์ต เอลลิส กล่าวไว้ว่า ในสังคมแบบตะวันตกนั้นมีความคิดซึ่ง
ไร้เหตุผลอยู่ ๑๑ ประการ ที่ทำให้คนเป็นโรคประสาท

๑. ความคิดที่ว่าคนทุกคนในสังคมต้องรักเรา เห็นว่าเราเป็นคนดี

ถ้าใครคิดเช่นนี้ก็จะเป็นคนที่คอยเอาใจคนอื่นจนหมดความเป็น
ตัวของตัวเอง รู้สึกไม่มั่นใจในตัวเอง เพราะเป็นไปไม่ได้ที่คนจะมาเห็นเรา
ดีงามไปหมดทุกคน การที่อยากจะทำให้คนอื่นรักชอบพอนั้นเป็นของดี แต่ต้อง
ไม่หวังจะให้แทบทุกคนรักชอบเรา จนยอมเสียความเป็นตัวของตัวเอง คนอื่นยอม
ชอบเราบ้าง ชึ่งเราบ้างเป็นของธรรมดา ไม่ทุกขีร็อนใจถ้าใครไม่ชอบเรา

๒. ความคิดที่ว่าเราเป็นคนมีค่าเพราะเก่งรอบด้าน มีทุกสิ่งทุกอย่าง พอเพียงและประสบความสำเร็จ

คนที่อยากจะ “แน” ไปเสียทุกอย่างมักจะจบลงด้วยการเป็นโรคประสาท เพราะไม่มีใครจะเก่งไปทุกด้าน เมื่อไม่ได้ดังหวังก็กลุ้มใจ เกิดปมด้อย รู้สึกว่า เก่งสู้คนอื่นไม่ได้ จะคอยเปรียบเทียบกับคนอื่นอยู่ตลอดเวลาจนหมดความสุข ฉะนั้น ควรจะรู้ความสามารถตัวเองว่าจะเก่งได้แค่ไหน ในด้านใด ไม่ตั้งอุดมคติสูงจนเกินไป ทำใจให้สนุกกับการทำงาน มีชีวิตแต่ผลงานอย่างเดียว

๓. ความคิดที่ว่า คนเลวชั่วชาติต้องได้รับการลงโทษ (รวมทั้งตัวเรา ด้วย)

คนที่คิดเช่นนั้นเอาอะไรมาวัดว่าอะไรดี อะไรเลว อะไรผิด อะไรถูก จึงจะมา ทำตัวเป็นพระเจ้า คอยลงโทษคนอื่นโดยที่ตนเองอาจไม่รู้สาเหตุพฤติกรรมของ ผู้ที่ตนกล่าวหา มนุษย์ย่อมจะต้องมีดีมีชั่วคละเคล้ากันไปเป็นของธรรมดา การ ลงโทษไม่ได้ทำให้อะไรดีขึ้น ตรงกันข้าม กลับทำให้คนที่ถูกลงโทษยิ่งแย่ลงไป

๔. ความคิดที่ว่า ถ้าอะไรไม่เป็นไปตามที่เราคาดหวังไว้หวังไว้ โลกทั้งโลก (ของเรา) จะพังทลาย

การที่คนผิดหวังจะรู้สึกไม่สบายใจ ชุมนใจนั้นเป็นเรื่องธรรมดา แต่ถ้า ชุมนใจเกินเหตุและไม่หายง่ายๆ เป็นการไม่สมควร ทั้งนี้ เพราะไม่มีเหตุผลว่าทำไม สิ่งต่างๆ ในโลกนี้จึงจะต้องแตกต่างไปจากสภาพเป็นจริง ความผิดหวังไม่ได้ ช่วยแก้สถานการณ์อะไรให้ดีขึ้น และอาจจะยิ่งทำให้ทรุดหนักลงไปอีก ถ้าทำ อะไรไม่ได้ก็ต้องยอมรับ การที่ทำอะไรไม่ได้ดังใจนั้นไม่จำเป็นต้องโวยวายเสมอ ไป คนที่มีสตินั้นยอมไม่ทำเรื่องเล็กให้เป็นเรื่องใหญ่ อะไรแก้ได้ก็พยายามแก้ ถ้าแก้ไม่ได้ก็ยอมรับ อะไรที่ทำให้เราชุมนใจนั้น ย่อมทำให้เราขาดความสุข แต่ก็ไม่ถึงกับหมดความสุขไปเสียทีเดียว



๕. ความคิดที่ว่า ความทุกข์นั้นมีสาเหตุมาจากสิ่งแวดล้อมภายนอก เราไม่มีทางจะควบคุมได้

ความคิดเช่นนี้ไม่ถูกต้อง เพราะความทุกข์นั้นเกิดขึ้นจากปฏิกิริยาของเรา ที่มีต่อสิ่งแวดล้อม จะทุกข์มากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับความรู้สึกส่วนตัวของเรา เป็นสำคัญ ถ้าเราสามารถควบคุมจิตใจของเราได้ เราก็ควบคุมความรู้สึกทุกชั่วขณะได้ สุขทุกข์อยู่ที่ใจของเราเอง

๖. ความคิดที่ว่า สิ่งที่เป็นอันตรายและน่ากลัวนั้นอาจเกิดขึ้นได้เสมอ ฉะนั้น จึงคอยหวั่นวิตกไว้ล่วงหน้า

ความกังวลใจที่มีเกินเหตุ ทำให้ขาดความรอบคอบในการใคร่ครวญดูว่า อันตรายจะเกิดขึ้นอย่างไร ถ้าเกิดขึ้นก็รู้ว่าจะหาทางออกอย่างไร เพราะแม้แต่ กลุ่ม พอดีพอร้ายก็อาจจะทำให้เกิดขึ้นเสียเอง หรือพอเกิดขึ้นจริงก็ทำให้มี อันตรายร้ายแรงมากขึ้น บางทีเหตุการณ์ไม่ได้ร้ายแรงอย่างที่คาดไว้ แต่เจ้าตัว กลัวเสียแทบแย่ ถึงแม้จะกลัววิตกกังวลเท่าใดก็ไม่ช่วยให้เหตุการณ์นั้นยุติได้ ถ้ามันจะเกิดขึ้นอย่างเลี่ยงไม่ได้ ความวิตกกังวลเกินเหตุอาจทำให้เกิดอันตราย ร้ายแรงยิ่งกว่าตัวเหตุการณ์จริงๆ เสียอีก

๗. ความคิดที่ว่า เลี่ยงความยุ่งยากและความรับผิดชอบดีกว่าที่จะเผชิญหน้ากับมัน

การหลบเลี่ยงนั้น ทำให้เกิดความยุ่งยากขึ้นอีกในภายหลัง และแสดงว่า ตนขาดความมั่นใจในตัวเอง ชีวิตที่ไม่มีอุปสรรคนั้นไม่ใช่ชีวิตที่มีความสุขเสมอไป คนฉลาดนั้นย่อมทำสิ่งที่เขาต้องทำแม้จะยากลำบาก แต่จะเลี่ยงเฉพาะสิ่งที่เขาเห็นว่าไม่จำเป็น คนเราควรมีวินัยบังคับตัวเอง ชีวิตจึงจะมีความสุข

๘. ความคิดที่ว่า เราจะต้องพึ่งพาคนอื่น ต้องหาคนช่วยไม่ว่าจะทำอะไร

คนที่ต้องพึ่งคนอื่นด้วยความจำเป็นก็เป็นเรื่องหนึ่ง แต่คนที่ทำอะไรต้องคิดพึ่งคนอื่นอยู่ตลอดเวลา จนไม่เป็นตัวของตัวเองนี้ไม่ถูก เพราะจะทำให้คนขาดอิสรภาพ ความมั่นใจและโอกาสที่จะแสดงความสามารถของตน คนมีสติ นั้นย่อมอยากทำอะไรด้วยตนเอง มีเสรีในการเลือกปฏิบัติสิ่งที่คนเห็นควร แต่เมื่อต้องการความช่วยเหลือ ก็มีใช้หยังไม่ออกปาก ถึงคราวจำเป็นก็ยอมรับความช่วยเหลือจากคนอื่นบ้าง สรุปคือพยายามยืนด้วยขาของตนเอง

๙. ความคิดที่ว่า เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในอดีตเป็นเครื่องตัดสินพฤติกรรมในปัจจุบัน อิทธิพลของอดีตนั้นจะไม่มีวันลบล้างไปจากปัจจุบันได้

การที่ยึดเอา “อดีต” มาเป็นสิ่งสำคัญเช่นนี้อาจจะเป็นข้ออ้างสำหรับผู้ที่ไม่อยากเปลี่ยนพฤติกรรม แม้ว่ากรกระทำอะไรไม่ดีไว้ในอดีต จะเป็นสิ่งที่แก้ไม่ได้ แต่ก็ เป็นบทเรียนที่ดีสำหรับปัจจุบันได้ และกาลเวลาที่ผ่านไปก็อาจจะทำให้ทุกอย่างเปลี่ยนแปลงไป สิ่งทีในอดีตถือเป็นข้อห้ามแล้วร้าย พอมาสมัยนี้สังคมอาจจะเปลี่ยนค่านิยมไปก็ได้ ฉะนั้น อย่าไปยึดถืออดีตอย่างเคร่งครัด หนึ่ง คนเราก็อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ ควรทำใจให้กว้างไว้

๑๐. ความคิดที่ว่า เราควรพยายทุกซ์ร้อนไปกับปัญหาของคนอื่น

ด้วย

ปัญหาของใครก็เป็นเรื่องของคนนั้น เราไปทุกซ์ร้อนแทนจนเกินไปก็ไม่ได้ช่วยอะไรเขาได้ หันมาดูตัวเราว่ามีปัญหาอะไรบ้าง และแก้ได้หรือเปล่า ถ้าปัญหาของเขาเกี่ยวข้องกับตัวเราก็คือเป็นเรื่องหนึ่ง เราก็คพยายามเท่าที่จะทำได้ แต่ถ้าช่วยเราไม่ได้ก็ต้องวางใจเป็นอุเบกขา ไม่เอามากลัดกลุ่มจนตัวเราเองพลอยจมอยู่ในกองทุกซ์

๑๑. ความคิดที่ว่า จะต้องมืทางออกที่ดีที่สุดสำหรับปัญหาทุกข้อ เราจะต้องหาให้พบ ทำอะไรต้องให้ดีที่สุดทุกครั้งไป

ความคิดเช่นนี้ไม่มีเหตุผล เพราะไม่มีอะไร “ดีที่สุด” จะเอาอะไรมาวัดเป็นมาตรฐาน การมุ่งมันจะหาทางแก้ “ที่ดีที่สุด” จะทำให้เกิดความวิตกกังวลจนแก้ปัญหไม่ได้เลย หรือไม่ได้ดี อย่าเป็น “Perfectionist” คนมีสติควรพยายามหาทางแก้ให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ และตัดสิ้นใจทำไป

ผู้ที่เป็นโรคประสาททั้งหลายมักจะยึดเอาความคิดที่ผิดๆ ทั้ง ๑๑ ข้อนี้มาใช้ในชีวิตประจำวัน ผลก็คือทำให้เป็นคนเจ้าทุกซ์ ขาดความมั่นใจ หัวดี๊ เป็นคนน่าเบื่อ ฯลฯ ดังนั้นทางแก้คือ พยายามกำจัดความคิดที่ไร้เหตุผลดังกล่าวเสีย

ท่านละ ลองสำรวจตนเองดูบ้างหรือยัง?



ดร.วชิรญา บัวศรี เรียบเรียง



เช่นนี้จึงจะสมควรเรียกว่า...ยอดคน

ชายชราที่ดูยากจนและแสนธรรมดา แต่สิ่งที่เขาทำกลับทำให้มหาเศรษฐีของโลก อย่าง Bill Gates และ Warren Buffett นับถือและนำมาเป็นแบบอย่าง

Chuck Feeney ชายชราวัย ๗๖ ปี เข้าบ้านอาศัยอยู่ในเมืองซานฟรานซิสโกกับภรรยา เขาไม่เคยสวมเสื้อผ้าแบรนด์เนม เขาไม่ชอบทานอาหารหรู ที่เขาชอบที่สุดคือแซนวิชชีสย่างมะเขือเทศที่ราคาแสนถูก เขาใช้แว่นตาเก่าๆ ใช้นาฬิกาธรรมดา และไม่มีรถขับ การเดินทางก็มักใช้บริการรถโดยสาร

หากคุณไปทานอาหารกับเขา เขาจะตรวจสอบบิลอย่างละเอียด หากคุณอาศัยอยู่ในบ้านของเขา ก่อนที่จะเข้านอน เขาจะเตือนให้คุณปิดไฟอย่างแน่นนอน

คนจนที่มีนิสัยเช่นนี้ คุณรู้ไหม ก่อนเขาอายุ ๗๖ เขาได้ทำอะไรมาบ้าง?

เขาได้บริจาคเงิน ๕๘๘ ล้านดอลลาร์ ให้มหาวิทยาลัยคอร์เนล โดยห้ามไม่ให้มหาวิทยาลัยประกาศชื่อผู้บริจาค

บริจาค ๑๒๕ ล้านดอลลาร์ให้มหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย

และบริจาค ๖๐ ล้านดอลลาร์ให้มหาวิทยาลัยสแตนฟอร์ด

เขายังได้ลงทุน ๑,๐๐๐ ล้านดอลลาร์ เพื่อปรับปรุงมหาวิทยาลัยอีก ๗ แห่ง และอีก ๒ แห่งในไอร์แลนด์เหนือ

เขาจัดตั้งกองทุนการกุศล ให้คำปรึกษาพยาบาลฟรีสำหรับเด็กปากแหว่งในประเทศที่กำลังพัฒนา

เขาได้บริจาคเงินทั้งสิ้น ๔,๐๐๐ ล้านดอลลาร์ และยังมีอีก ๔,๐๐๐ ล้านดอลลาร์ ที่จะบริจาค

ชายชราผู้ใจกว้างมากท่านนี้ เป็นผู้ก่อตั้งและเป็นเจ้าของ DFS บริษัทบัตรเครดิตอันดับ ๑ ของโลก เขารักการหาเงิน แต่จะใช้เงินอย่างประหยัดมาก

ขณะนี้ Chuck Feeney มีความปรารถนาว่าก่อนปี ๒๐๑๖ เขาจะบริจาคเงินที่เหลือให้หมดเพื่อจะได้ตายตาหลับ

ขณะนี้เงินที่เหลืออยู่ได้กระจายไปทั่วโลกให้พื้นที่จำเป็น ในอัตรา ๔๐๐ ล้านเหรียญสหรัฐฯ ต่อปี

เขาเป็นตัวอย่างสำหรับคนรวยที่ว่า “ในขณะที่มีความสุขกับชีวิต ให้แบ่งปันความสุขนี้ให้แก่ผู้อื่นด้วย”

การทำการกุศลของ Chuck Feeney เป็นที่โด่งดังมาก ผู้สื่อข่าวจำนวนมากเดินทางมาถึงบ้านของเขา ทุกคนล้วนแปลกใจ และถามว่า “คุณมีทรัพย์สินมากมาย ทำไมถึงไม่ไปมีชีวิตที่สวยหรู...”

เพื่อตอบข้อสงสัยของทุกคน Chuck Feeney ยิ้มและบอกเล่าเรื่องราว

“สุนัขจึงจอกพบโรงงุ่นที่เต็มไปด้วยผลไม้ อยากจะเข้าไปในไร่เพื่อกินองุ่นให้เต็มที่ แต่มันอ้วนเกินไปเลยมุดผ่านรั้วไปไม่ได้”

“ดังนั้นมันจึงไม่กินไม่ดื่มอยู่สามวัน และแล้วตัวของมันก็ผอมลงและมุดผ่านรั้วไปได้!”

“เมื่อกินอิ่มเป็นที่พึงพอใจแล้ว ตอนที่จะกลับออกไป กลับออกไม่ได้ ทำอย่างไรก็ไม่ได้ เมื่อไม่มีทางเลือก มันเลยต้องอดน้ำอดอาหารอีกสามวันสามคืน”

“สุดท้ายแล้วท้องของมันตอนที่ออกมาก็เหมือนกับตอนที่เข้าไป”

เมื่อเล่าจบ Chuck Feeney กล่าวว่า

“บนสวรรค์นั้นไม่มีธนาคาร ทุกคนเกิดมาพร้อมกับความว่างเปล่า ในที่สุดก็จากไปมือเปล่า ไม่มีใครสามารถนำความมั่งคั่งกลับไปได้”

สื่อถาม Chuck Feeney ทำไมต้องบริจาคออกไปจนหมด

คำตอบของเขาง่ายมากและไม่มีใครคาดถึง เขากล่าวว่า

“เพราะทุกศพไม่มีกระเป๋า”

ที่จริงแล้วความจนของเขาเกิดจากการบริจาคเงินมหาศาล เขาช่างเป็นคนที่ยิ่งใหญ่จริงๆ สิ่งที่เขาได้มา ได้ส่งคืนกลับไปสู่สังคมทั้งหมด มันทำให้เขามีความสุขมากกว่ามีเงินเป็นหมื่นล้านเสียอีก

อ่านเรื่องราวของเขาเพิ่มเติมได้ในนิตยสาร Forbes... <http://www.forbes.com/sites/stevenbertoni/2012/09/18/chuck-feeney-the-billionaire-who-is-trying-to-go-broke/>

เป็นสิ่งที่ทำได้ยากมากจริงๆ ในโลกสมัยใหม่เช่นทุกวันนี้



วิสาสา ปรมา ญาตี

● กอง บ.ก.



วิสาสา ปรมา ญาตี

ชื่อฉบับแปลดูทำได้ยากไปหน่อย และเหมือนจะให้ทำตัวไร้ญาติขาดมิตร แยกตัวจากผู้คนสังคมไปอยู่คนเดียว

ไม่ใช่อย่างนั้น อยู่คนเดียวให้ได้ ไม่ได้หมายความว่า ไม่เกี่ยวข้องกับคนอื่น ไม่พึ่งพาอาศัยใครเลย และไม่ช่วยเหลือเกื้อกูลใครๆ ทั้งนี้ อยู่คนเดียวในที่นี้ หมายความว่า อยู่อย่างอิสระ ไม่สร้างภาระพันธนาการตนเองจนไม่มีชีวิตของตัวเองเลย ห่วงลูกหลาน บ้านช่องเรือนชาน ทรัพย์สินสมบัติ สัตว์เลี้ยง ฯลฯ ราวกับว่าคนเหล่านี้จะดำรงชีวิตอยู่ไม่ได้ ทรัพย์สินจะสูญสิ้นถ้าไม่มีเรา หรือเราไม่อาจมีชีวิตอยู่ได้ถ้าไม่มีผู้คนและทรัพย์สินเหล่านี้

ดอกหญ้าฉบับนี้จึงอยากจะบอกว่า ใช้ชีวิตให้คุ้มค่า พึ่งตนเองให้มาก และเกื้อกูลคนอื่นๆ อีกมากมายที่อาจรอความช่วยเหลือจากเราอยู่

ภาษาบาลี

คำนามเพศชาย อะ การันต์

ภาษาบาลีกำหนดเพศให้คำนามทุกคำ บางคำเป็นเพศชาย (ปุงลึงค์) บางคำเป็นเพศหญิง (อิตถิลึงค์) บางคำเป็นเพศกลาง (นปุงสกลึงค์)

ภาษาอื่นๆ ที่มีการกำหนดเพศคำนาม ก็มีภาษาฝรั่งเศส ภาษาเยอรมัน ภาษาสเปน เป็นต้น ภาษาเหล่านี้อยู่ในตระกูลภาษาอินโดยุโรปเหมือนกัน ในที่นี้จะไม่เปรียบเทียบกับภาษาไทยให้เป็นความยืดยาวออกไป เพียงแต่ให้ทราบว่าเป็นภาษาคณะตระกูลกันเท่านั้น

คำนามในภาษาบาลีจะมีเสียงลงท้ายคำ เรียกว่า การันต์ เช่น คำว่า พุทธ

= อะ การันต์ คำว่า รวิ = อิ การันต์ คำว่า เสฏฐ = อี การันต์ คำว่า ครุ = อุ การันต์ คำว่า วิมญู = อู การันต์

ค่านามทุกคำที่ยกตัวอย่างดังกล่าวเป็นค่านามเพศชาย มี ๕ การันต์ คือ อะ อี อี อู อู

สำหรับเสียงสระ อะ ภาษาบาลีจะไม่ประวิสรรชนีย์ คือ ไม่ใส่สระ อะ เช่น พุทธ อ่านว่า พุทะ ชน อ่านว่า ชนะ ยาจก อ่านว่า ยาจะกะ พยัญชนะที่ใช้เป็นตัวสะกดจะมีจุด (พิณฑ) อยู่ใต้พยัญชนะนั้น เช่น พุทธ เสฏฐ วิมญู ถ้าไม่มีรูปสระกำกับ ออกเสียงเป็นสระ อะ ลดรูปเป็นไม้หันอากาศ เช่น จนฺท อ่านว่า จันทะ วฑฺฒน อ่านว่า วัตฒนะ สกฺก อ่านว่า ลักกะ

ในกรณีที่เป็นพยัญชนะต้นและมีจุดข้างล่าง แสดงว่า พยัญชนะนั้นเป็นอักษรควบกล้ำ เช่น ขยาด ออกเสียง ขย ควบกล้ำ ปลว ออกเสียง ปล ควบกล้ำ พรหมณ ออกเสียง พร และ หม ควบกล้ำ

ฉบับที่แล้ว แสดงการแจกวิภัติค่านามเพศชาย ที่มีเสียงสระ อะ ลงท้าย คำว่า พุทธ ตัวอย่างค่านามเพศชาย อะ การันต์ คำอื่นๆ ที่คนไทยคุ้นเคยกันอยู่แล้ว มีดังนี้

อาจารย์ แปลว่า อาจารย์
อุปาสิก แปลว่า อุปาสิก
กาย แปลว่า ร่างกาย
ขตติย แปลว่า กษัตริย์
ฆร แปลว่า เรือน
ฉนฺท แปลว่า ความพอใจ
ชนก แปลว่า พ่อ
ทาส แปลว่า คนรับใช้
ธมฺม แปลว่า ความดี

อาหาร แปลว่า อาหาร
กสก แปลว่า กลีกร
กุมาร แปลว่า เด็กชาย
คาม แปลว่า หมู่บ้าน
จนฺท แปลว่า ดวงจันทร์
ชน แปลว่า หมู่คน
เตช แปลว่า ไฟ
เทว แปลว่า เทพเจ้า
นาถ แปลว่า ที่พึ่ง

ปุตุต แปลว่า ลูกชาย
 มนุสส แปลว่า คน
 ยาจก แปลว่า ผู้ขอ
 รุกข แปลว่า ต้นไม้
 วานิซ แปลว่า พ่อค้า
 สกุน แปลว่า นก
 สุรีย แปลว่า ดวงอาทิตย์

มคค แปลว่า ทาง
 มิตต แปลว่า เพื่อน
 รถ แปลว่า รถ
 โลก แปลว่า โลก
 วิหาร แปลว่า ที่อยู่
 ลิสส แปลว่า ศิษย์
 หตถ แปลว่า มือ

เชิญชวนท่านผู้อ่านฝึกอ่าน แจกวิภัตติ และแปลคำเหล่านี้ ตามแบบการแจก
 วิภัตติคำว่า พุท

วิภัตติที่	เอกพจน์	พหูพจน์	คำแปล
๑ ปฐมวิภัตติ ประธาน	พุทโธ	พุทธา	อันว่าพระพุทธเจ้า, อันว่าผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน
๒ ทุตติยาวิภัตติ กรรม	พุทัง	พุทเธ	ซึ่งพระพุทธเจ้า, ซึ่งผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน
๓ ตติยาวิภัตติ วิธี/เครื่องมือ	พุทเธนะ	พุทเธหิ พุทเธภิ	โดยพระพุทธเจ้า, โดยผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน
๔ จตุตถวิภัตติ ที่ไป	พุทเธายะ พุทเธสสะ	พุทเธานัง	แต่พระพุทธเจ้า, แต่ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน
๕ ปัญจมีวิภัตติ ที่มา	พุทธา พุทธัมหา พุทเธสสมาพุทเธหิ	พุทเธภิ	จากพระพุทธเจ้า, จากผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

๖ ัญญูวิภคตี เจ้าของ	พุทธายะ พุทฺธัสสะ	พุทธานัง	ของพระพุทธรเจ้า, ของผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน
๗ สัตตมวิภคตี ที่อยู่	พุทฺเธ พุทฺธัมหิ พุทฺธัสสมิง	พุทฺเธสุ	ในพระพุทธรเจ้า, ในผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

ศัพท์ธรรมะ

มูทิตา

คำว่า มูทิตา แปลตรงตามตัวว่า ยินดีแล้ว มูทิตาจิตก็คือจิตที่ยินดีแล้ว คำ
นามใช้ว่า โมทน (โมทะนะ) หรือ โมทนา ความยินดี แต่คนไทยเอามาใช้เป็นคำ
กริยาว่า อนุโมทนา แปลว่า พलयินดี หรือร่วมยินดีด้วย

คนไทยใช้คำว่าอนุโมทนากับมูทิตาต่างกันเล็กน้อย เวลาใครไปทำบุญทำทาน
มา เราก็มักจะพูดว่าอนุโมทนาด้วยนะ ไม่มีใครบอกว่าขอแสดงมูทิตาจิตด้วย เวลา
ใครได้ดีหรือได้รับความสำเร็จ เราไม่พูดว่าอนุโมทนาด้วย แต่ใช้คำไทยว่า ยินดีด้วย
ดีใจด้วย ถ้ามีงานแสดงความยินดีเป็นทางการ ก็เรียกว่างานแสดงมูทิตาจิต ยินดี
ด้วยที่ได้รับแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งสูงขึ้น ยินดีด้วยที่ได้รับรางวัลต่างๆ เป็นต้น

ส่วนการจัดงานแสดงมูทิตาจิตแก่ผู้ที่เกษียณอายุ ใช้คำไม่ถูกต้องนัก เพราะ
การเกษียณอายุทำให้ไม่ได้พบกันทุกวันอีกต่อไป สูญเสียคนคุ้นเคยที่ทำงาน
ช่วยเหลือกันมานาน และราชการสูญเสียคนมีประสบการณ์ในการทำงาน ไม่น่า
จะเป็นเรื่องที่ควรแสดงความยินดี นอกจากจะอธิบายว่ายินดีด้วยที่หมดภาระจาก
ราชการ ที่ได้พักผ่อน ที่ได้ใช้เวลาเต็มที่กับครอบครัว ปัจจุบันหลายหน่วยงานใช้
คำว่า เกษียณวารานุสรณ์ ซึ่งเหมาะสมกว่า

ถ้าเราฝึกจิตใจให้ยินดีกับการที่ผู้อื่นทำความดีความงาม อย่างที่เราบอกว่า
อนุโมทนาด้วย และยินดีกับความสำเร็จและความเจริญก้าวหน้าของผู้อื่น อย่างที่

เราแสดงมุทิตาจิต ก็จะเป็นการให้กำลังใจคนที่ทำความดีและประสบความสำเร็จในชีวิตการงาน ทำให้เกิดความภาคภูมิใจและคงมั่นในความดีนั้นยิ่งๆ ขึ้นไป สังคมก็จะสงบร่มเย็นและเจริญวัฒนาไพบูรณ์ไม่สิ้นสุด

ตรงกันข้ามกับความริษยา ไม่อยากให้คนอื่นได้ดี จนกระทั่งต้องขัดขวางไม่ให้เขาทำงานได้สะดวก ไม่ให้เขาทำงานได้สำเร็จ อย่างนี้คนที่ทำความดีก็เหน็ดเหนื่อยและยากลำบากในการทำงานให้สำเร็จ เป็นการบั่นทอนกำลังใจและสร้างความท้อแท้ในการปฏิบัติหน้าที่การงานที่เป็นประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์ สังคมก็ร้อนแฉ่งและเสื่อมทรามลงไปทุกวันอย่างที่เป็นอย่างทุกวันนี้

มุทิตาจิตจึงเป็นคุณธรรมสำคัญยิ่งอีกประการหนึ่ง เพราะการอนุโมทนาหรือช่วยเหลือ จะเสริมให้การทำความดีงามนั้นมีผลสมบูรณ์ อย่างเช่นที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในกาลทานสูตร คือเวลาที่ควรให้ ๕ ประการ ได้แก่ ให้ทานแก่ผู้มาสู่ถิ่นของตน ให้ทานแก่ผู้ที่เตรียมจะไป ให้ทานเมื่อข้าวแพง ให้ข้าวใหม่แก่ผู้มีศีล และให้ผลไม้ใหม่แก่ผู้มีศีล เมื่อมีผู้ที่อนุโมทนาหรือช่วยเหลือในการให้นั้น การให้นั้นย่อมไม่มีผลบกพร่อง และผู้ที่อนุโมทนาหรือช่วยเหลือย่อมมีส่วนแห่งบุญด้วย (พระไตรปิฎกเล่ม ๒๒ ข้อ ๓๖)

คุยกับผู้อ่าน

แนะนำอาหารมังสวิรัตินักขบับจะดีมาก

สนม เกตุหนู / นครสวรรค์

น่าจะเมนูอาหารเจหรือมังสวิรัตินักขบับด้วยก็จะดีนะคะ

นิลดา สุนทร / น่าน

มีสาระเกือบครบ ถ้ามีสูตรอาหารมังสวิรัตินักขบับ

รัชณี มีลาภ / พิจิตร

ขณะที่ยังไม่มีคนเขียนวิธีทำอาหารมังสวิรัตให้ ขอแนะนำเบื้องต้นว่า ทำแบบเดียวกับอาหารที่ใส่น้ำมันสัตว์ เพียงแต่เปลี่ยนจากเนื้อสัตว์เป็นเห็ด เต้าหู้ ฟองเต้าหู้ หรือถั่ว ใช้ซีอิ้วขาวแทนน้ำปลา เช่น ผัดกะเพรา ใส่น้ำมันพืชเล็กน้อย พอน้ำมันร้อนก็ใส่กระเทียม พอกะเทียมเหลือง ใสเต้าหู้ ผัดเต้าหู้พอเหลือง ใสเห็ด-ฟางหรือเห็ดนางฟ้า ผัดต่อสัก ๓-๕ นาที ปรงรสด้วยซีอิ้วขาว ซอสเห็ดหอม ใบกะเพรา

ถ้ากินเจ ไม่ต้องใส่กระเทียม

หากใช้ถั่ว ต้องแช่ถั่วไว้ก่อน ๑ คืน หรือแช่ในน้ำอุ่นสัก ๓-๔ ชั่วโมง ต้มให้นิ่มก่อนนำมาผัด

ถ้าอยากกินแกงเขียวหวาน ต้องตำพริกแกงเขียวหวานก่อน ใช้กะปิเจแทนกะปิตามท้องตลาด ถ้าไม่มีเวลาทำเองหรือทำไม่เป็น หาซื้อแถวร้านขายอาหารเจ พร้อมปรุง

เวลาทำ ใส่กะทิ คนจนกะทิเดือด เพื่อไม่ให้กะทิจับตัวเป็นก้อน ใสพริกแกง ผัดพริกแกงจนหอม เติมหะทิ แล้วใส่ผักเขียวหรือมะเขือเปราะ รอนจนผักสุก ใสเห็ดและเต้าหู้ รอนจนเดือด ปรงรสด้วยซีอิ้วขาว ซอสเห็ดหอม ใบทะระพา พริกสด

อาหารที่ปรุงด้วยเนื้อสัตว์จะใสเนื้อสัตว์ก่อน เพราะเนื้อสัตว์สุกช้ากว่าผัก แต่เห็ดกับเต้าหู้สุกเร็วกว่าผัก ก็เลยต้องใส่ผักเขียวหรือมะเขือเปราะก่อน

นี่เป็นวิธีทำชนิดพอกินได้ ถ้าอยากได้เคล็ดลับความอร่อย คงต้องรออีกสัก ระยะเวลา

อยากให้มีส่วนเกี่ยวข้องกับเรื่องเกษตรด้วยเหมือนที่เคยลงในปีก่อนๆ จะได้รับความรู้เอามาใช้ได้

อิทธิพล ในเมือง / ระยะเวลา

๑๑/๑๓ - ๘๕ -

ต้องการคำแนะนำเกี่ยวกับวิธีการบำรุงดินเพื่อปลูกพืช และวิธีคิดดีจนเป็นนิสัย

สดชื่น วงศ์พาณิชย์ / ชลบุรี

เรื่องเกษตรก็ต้องรอดคนใจดีมาเขียนให้เหมือนกัน หรือไม่กองบรรณาธิการก็ต้องไปสืบค้นข้อมูลมาเขียนเอง เนื่องจากปริมาณงานมีมากกว่าจำนวนคน แต่ละคนต้องทำหลายงาน แต่ละงานจึงทำให้สมบูรณ์ได้ยากหรือไม่ได้เลย ถึงอย่างไรก็ต้องพยายามแสวงหาข้อมูลที่มีประโยชน์ตามความสนใจของผู้อ่าน เพียงแต่ว่าอาจจะช้าหน่อย ต้องขอภัยผู้อ่านด้วย

ตอนนี้ขอเล่าเรื่องการบำรุงดินเบื้องต้น อย่างง่ายที่สุดที่เราเคยเรียนกันมาก็คือปลูกพืชตระกูลถั่ว เช่น ถั่วเขียว ถั่วพุ่ม ถั่วเหลือง ถั่วลิสง หลังจากเก็บเกี่ยวพืชหลักแล้ว เมื่อต้นถั่วเริ่มออกดอกจนถึงระยะที่ดอกบานเต็มที่ ก็ตัดสับและไถกลบต้นถั่ว เนื่องจากระยะนี้พืชตระกูลถั่วเจริญงอกงามที่สุด เมื่อไถกลบลงดินจะให้ปริมาณอินทรีย์วัตถุและธาตุไนโตรเจนสูง

อีกวิธีหนึ่งคือการใช้น้ำหมักชีวภาพ เริ่มด้วยการใช้น้ำตาลทรายแดงหมักเศษอาหารและเปลือกผลไม้ หั่นเป็นชิ้นขนาดปานกลางเพื่อให้ย่อยสลายได้ง่าย อัตราส่วน ๑:๑ คือ น้ำตาลทรายแดง ๑ ถ้วย เศษอาหาร ๑ ถ้วย คนให้เข้ากัน ใส่ถังพลาสติกมีฝาปิดมิดชิด ไม่ให้แมลงเข้าไปไข่ทำให้เกิดหนอน หมักไว้ ๗ วันถึง ๓ เดือน เวลาจะนำไปใช้ กรองน้ำหมักออกจากเศษอาหาร ใช้น้ำหมักรดดินโดยผสมน้ำ ๑:๕๐๐ เศษอาหารก็กรองน้ำหมักออกแล้วก็นำไปผสมดินได้เช่นกัน (ศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมได้ทางเว็บไซต์ <http://pirun.ku.ac.th/~fagisvtc/buddhism/nanasara/entertain/fertilizer/ferment1.htm>)

ด้วยวิธีนี้ ดินแห้งแล้งไม่มีชีวิตจะกลายเป็นดินร่วนซุย มีชีวิตขึ้นมาในเวลาไม่นาน เหมาะสำหรับการเพาะปลูก

สำหรับการสร้างนิสัยให้เป็นคนคิดดี ก่อนอื่นต้องฝึกตามดูความคิดตนเองให้ทัน เมื่อไรที่รู้ตัวว่าคิดไม่ดี ก็เปลี่ยนความคิดทันที โดยมองหาจุดดีตามที่มีจริง ไม่ใช่การหลอกตัวเอง หรือแก้ตัวให้สิ่งไม่ดีนั้น เช่น เวลาที่เราได้ยินใครพูดหยาบคายหรือให้ร้ายคนอื่น เราจะคิดตำหนิทันทีโดยอัตโนมัติ บางคนถึงขั้นไม่พอใจทันทีที่เราคิดติดลบอย่างนั้น ให้ถามตัวเองว่าทำไมต้องไม่พอใจ เวลาที่เราไม่พอใจ เราก็สร้างพิษให้ตนเอง เพราะฉะนั้นต้องปรับระดับจิตใจให้เป็นกลางแค่รับรู้ ไม่ต้องเพิ่มอารมณ์ปรุงแต่ง แล้วก็บอกตนเองว่าถึงเขาจะพูดแบบนั้นเราก็จะพูดดีกับเขา

ไม่ต้องคิดหาเหตุผลว่าเขาอาจจะเพิ่งประสบปัญหา มีแรงกดดัน มีความเครียดทำให้ต้องพูดอย่างนั้น หรือคิดว่ำนั่นอาจเป็นการพูดที่ดีกว่าปกติของเขาแล้ว หรือคิดว่าคนแบบนี้พูดตรง จริงใจ ทั้งหมดนี้เป็นการคาดคะเนหรือมโนเอาเอง ไม่รู้ว่าจริงหรือเปล่า โดยทฤษฎีแล้ว ชาวพุทธมองเห็นความจริงตามความเป็นจริง

๑. อยากให้ลงเกษตรอินทรีย์อีกเพราะมีประโยชน์

๒. อยากให้ลงเมนูกับข้าวมังสวิรัตแบบเด็กๆคะ ไม่รู้จะทำสูตรไหนให้ลูกกินดี

๓. ญาติธรรมใกล้บ้านดิฉันมีไหมคะ จะได้ขอคำปรึกษา

พึงพวย เต็มชัยภูมิ / ขอนแก่น

๑. เห็นด้วย

๒. ทำเหมือนเมนูอาหารเนื้อสัตว์ เพียงแต่เปลี่ยนเนื้อสัตว์เป็นเต้าหู้ ฟองเต้าหู้ หรือเห็ด ใช้ซีอิ้วแทนน้ำปลา ไม่ใส่ผงชูรส เท่านั้นเอง

๓. ชุมชนแก่นอโคก เลขที่ ๒๓๙ หมู่ ๕ ต.โนนท่อน อ.เมือง จ.ขอนแก่น ๔๐๐๐ โทรศัพท์ ๐-๔๓๓๗-๙๓๙๔

ถูกโรคชราครอบงำ ความจำเสื่อม มีโรคเรื้อรัง เป็นโรคเบาหวาน ปฏิบัติกิจ
ของสงฆ์ไม่สะดวก เกรงผิดพลาดทางวินัย

พระครู / ยโสธร

หลวงพ่อรอกข้อมูลมาว่าอายุ ๘๘ ปีแล้ว เป็นวัยที่ต้องมีคนดูแลแล้ว ใน
พระไตรปิฎกเล่ม ๕ ข้อ ๑๖๖ พระพุทธเจ้าทอดพระเนตรเห็นพระภิกษุรูปหนึ่งอา-
พาเป็นโรคท้องร่วง ไม่มีใครดูแล ทรงช่วยกันกับพระอานนท์ทำความสะอาดให้ แล้ว
ตรัสสอนพระภิกษุให้ดูแลพระภิกษุผู้อาพาว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย
พวกเธอไม่มีมารดา ไม่มีบิดา ผู้ใดเล่าจะพึงพยาบาลพวกเธอ ถ้าพวกเธอจักไม่
พยาบาลกันเอง ใครเล่าจักพยาบาล ดูกรภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดจะพึงอุปัฏฐากเรา
ผู้นั้นจึงพยาบาลภิกษุอาพาธ”

นอกจากนี้ยังทรงระบุผู้มีหน้าที่ดูแลพระภิกษุผู้อาพาด้วยว่า พระอุปัชฌาย์
อาจารย์และลูกศิษย์ต้องดูแลซึ่งกันและกัน พระภิกษุที่มีพระอุปัชฌาย์หรืออาจารย์
รูปเดียวกันต้องดูแลซึ่งกันและกัน ถ้าไม่มีพระอุปัชฌาย์ อาจารย์ ลูกศิษย์ ภิกษุ
ผู้ร่วมพระอุปัชฌาย์ หรือภิกษุผู้ร่วมอาจารย์ สงฆ์ต้องดูแล ถ้าไม่ดูแล ต้องอาบัติ
ทุกกฏ

นั่นเป็นสังคมสงฆ์สมัยพุทธกาลซึ่งมีสภาพห่างไกลจากสังคมสงฆ์ปัจจุบันมาก

กรณีของพระครูทำให้เราตระหนักว่า ถ้าป่วยตอนสูงอายุ จะลำบากมาก
เพราะฉะนั้นต้องดูแลตนเองให้แข็งแรงตั้งแต่อายุยังน้อยด้วยการออกกำลังกาย
สม่ำเสมอ ออกกำลังกายสม่ำเสมอเนื่องด้วยการอ่านหนังสือ-เรียนภาษา-ฝึกคำนวณ
(ศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมได้ทางเว็บไซต์ <http://www.alz.or.th/faq.php>) กิน
อาหารไร้สารพิษที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย งดเว้นอาหารมันและรสจัด ไขมันทำให้
ไขมันในเลือดสูง อาจทำให้เป็นโรคกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด อัมพาต หวานมาก
อาจทำให้เป็นเบาหวาน เค็มมากอาจทำให้เป็นโรคไตและความดันโลหิตสูง

ถ้าหลวงพ่อก็จะมีเรียวยาวแรงเอาชนะโรคเบาหวานได้ ลองปรึกษาคุณหมอหรือพยาบาลที่โรงพยาบาลหรือสำนักอนามัยใกล้วัดดูว่าควรจะทำอย่างไร

ส่วนกิจของสงฆ์นั้น พระพุทธองค์ทรงอนุโลมให้พระภิกษุผู้อาพา หลวงพ่อวางใจเรื่องนี้ได้ ถ้าเกรงว่าจะผิดพลาดทางพระธรรมวินัย เป็นไปได้ไหมที่หลวงพ่อก็จะพิจารณาต่อสงฆ์ในวัดให้บอกกล่าวตักเตือนหลวงพ่อก็ได้ หรือขอสงฆ์ให้มีผู้ติดตามหลวงพ่อก็ได้ (พระปัจฉา)

ปัญหาที่ต้องการคำแนะนำ อายุมาก ปัญหาสุขภาพ – สมุนไพร – ธรรมะ การดูแลช่วยเหลือตนเอง การเตรียมตัวตาย

ธีรพร สีมะสิงห์ / กรุงเทพฯ

เป็นธรรมดาจะ อายุมากขึ้น ร่างกายไม่แข็งแรงเหมือนเดิม เราก็จะสนใจปัญหาสุขภาพของตัวเองมากขึ้น แต่ขอเรียนเสนอว่าสนใจบ้างตามสมควรก็พอ ค้นหาเวลาออกกำลังกายให้เหมาะสมตามวัย ออกกำลังสมองสม่ำเสมอด้วยการอ่านหนังสือ-เรียนภาษา-ทำแบบฝึกหัดคณิตศาสตร์ เลือกอาหารไร้สารพิษที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย และถ้าป่วยก็ปฏิบัติตามที่แพทย์แนะนำเพิ่มเติม ควรใช้เวลาเพื่อสิ่งเหล่านี้เพียงวันละ ๑-๒ ชั่วโมงก็พอ

ก่อนเกษียณอายุ เราแบ่งเวลาเป็น ๓ ส่วน ทำงาน ๘ ชั่วโมง นอน ๘ ชั่วโมง ทำกิจกรรมอื่นๆ ๘ ชั่วโมง คนกรุงเทพฯ เอาเวลาไปทิ้งบนถนนวันละ ๓-๔ ชั่วโมง เมื่อไม่ต้องไปทำงานนอกบ้านแล้ว เราก็มีเวลาทำกิจกรรมสร้างสรรค์เพิ่มขึ้นอีกมาก สำหรับผู้สูงอายุ เพิ่มเวลานอนจาก ๘ ชั่วโมง เป็น ๑๐-๑๒ ชั่วโมง เหลือเวลาอีก ๑๒-๑๔ ชั่วโมง แบ่งเวลาหลวมๆ สำหรับกิจกรรมหลัก ๖ อย่าง คือ ฟังหรืออ่านหนังสือธรรมะ ดูแลสุขภาพตามที่กล่าวแล้วข้างต้น ทำงานบ้านตามกำลังของแต่ละคน เช่น พับผ้า ล้างจาน กวาดบ้าน เป็นต้น ทำกิจกรรมร่วมกันในบ้าน เช่น คุย

กัน เล่นกับลูกหลาน ดูโทรทัศน์ เป็นต้น ทำกิจกรรมร่วมกับคนอื่น เช่น คุยกับเพื่อนบ้าน คุยทางไลน์-เฟซบุ๊กกับเพื่อนร่วมรุ่นสถาบันการศึกษาหรือเพื่อนที่ทำงาน และทำงานอดิเรกตามที่สนใจ เช่น เขียนบันทึกประจำวัน หรือบันทึกประสบการณ์ชีวิตในอดีต ล้างกล่องนม ตากให้แห้ง เพื่อส่งไปบริจาคทำหลังคาเขียว (ดูรายละเอียดที่เว็บไซต์ <http://www.greenroof.in.th/>) อ่านหนังสือบันทึกเสียง ทำหนังสือเสียงให้คนตาบอด (ดูรายละเอียดที่เว็บไซต์ <http://www.blind.or.th/foundation/59/donation-volunteer>)

สิ่งที่ทำทั้งหมดนี้เป็นการเตรียมตัวตายที่ดีแล้วค่ะ ด้วยการทำประโยชน์ให้ตนเองทั้งด้านร่างกาย สมองและจิตใจ ทำประโยชน์ผู้อื่น และทบทวนตนเอง ในการทบทวนตนเองระหว่างการเขียนบันทึก เราจะพบทั้งความดีงามที่ทำแล้ว ความดีงามที่ตั้งใจจะทำแต่ยังไม่ได้ทำ และความไม่ดีไม่งามที่ทำไปแล้วหรือเคยคิดจะทำแล้วก็ตั้งใจอบรมตนเองว่าจะรักษาความดีงามที่ทำแล้วและคิดจะทำแล้วจะทำให้ยิ่งขึ้น ส่วนความไม่ดีไม่งามก็จะลดลง และงดเว้นให้ขาดสิ้นจนถึงจิตใจ

การทบทวนตนเองเป็นการฝึกบุพเพนิวาสานุสติญาณ (ความรู้ที่ทำให้ระลึกถึงความเป็นอยู่ในกาลก่อน) ส่วนการอบรมตนเองก็เป็นการตั้งอธิษฐานจิตให้ฝึกใฝ่ในกุศลธรรม ซึ่งจะนำตนเองไปสู่ภพภูมิที่ดี

ถ้าเรามัวหมกมุ่นอยู่แต่เรื่องสุขภาพกาย นอกจากจะไม่มีเวลาเหลือที่จะทำประโยชน์อื่น หรือเหลือน้อยเกินไปแล้ว เราเองนั้นแหละจะทุกข์กังวลกับความเจ็บป่วยทางกาย หลักการง่ายๆ ก็คือเอาใจออกจากร่างกายของเราไปใส่เรื่องอื่นๆ บ้าง ความห่วงหาอาลัยในกายนี้จะคลายลง

อยากอ่านบทความของท่านจันทร์ เคยนำมาลง ให้ความรู้และข้อคิดที่ดี ระยะเวลาหลังหายไป ถ้าจะถอดจากเทปโดยขออนุญาตท่าน ก็จะได้ประโยชน์ เพราะคำพูดของท่านชัดเจน และเป็นปัจจุบัน ไม่ล้าสมัย

รัมภา ลีลานภาภัทร / สงขลา

เราเคยมีอาสาสมัครถอดเทปให้ แต่ตอนนี้คนช่วยงานน้อยลง ต้องขออภัยด้วย ถ้าทำได้เมื่อไร จะรีบทำทันที ผู้อ่านที่สนใจอาสาถอดเสียงการแสดงธรรมะของท่านจันทร์ ติดต่อกองบรรณาธิการตามที่อยู่หน้าสารบัญ ถ้าใช้ e-mail ติดต่อได้ที่ a_rindh@hotmail.com

๑. เนื้อหาแน่น ทำให้ไม่น่าอ่านเท่าที่ควร
๒. การส่งบทความเพื่อขอลงในวารสาร
๓. การสนับสนุนการจัดทำวารสาร

วรรณิ รัตนเลิศ / สงขลา

๑. เรื่องนี้เราเคยคุยกันนานมาแล้ว แต่แก้ไม่หาย เวลาจะปล่อยให้มันที่ว่างบ้าง ก็มักเสียดายกระดาษขึ้นมา อยากใส่ข้อความโน่นนี่ เต็มภาพนั้นนี่ ในที่สุดก็แน่น เต็มหน้าอย่างเต็ม ต้องขออภัยผู้อ่านด้วย

๒. ไม่มีอะไรยุ่งยากเลย ถ้ามีบทความที่เป็นประโยชน์ต่อผู้อ่าน และไม่ต้องการค่าตอบแทน ก็ส่งถึงบรรณาธิการตามที่อยู่หน้าสารบัญได้เลย

๓. ถ้าเห็นด้วยกับเนื้อหาสาระของดอกหญ้า ต้องการสนับสนุนให้เผยแพร่ และมั่นใจในการนำเงินบริจาคไปใช้ตามความประสงค์ของผู้บริจาค จะไม่เสียใจในอนาคตว่าไม่ควรบริจาคเลย ผู้อ่านธนาณัติเงินบริจาคถึงนายกสมาคมผู้ปฏิบัติธรรม และส่งธนาณัติไปตามที่อยู่ในหน้าสารบัญได้





เหงาใจใครแก่

(อลิตาภุชาดก)

*รักเธอไม่เหงาก็ได้
จนยวี่ไว้ให้เป็นประโยชน์
ใส่ธรรมบำเพ็ญนิโรธ
ดับโศกได้สุขแต่ตน.

ภายในตระกูลอุปัฏฐาก(ผู้อุปถัมภ์ดูแลนักบวช) ตระกูลหนึ่ง ของ พระอัครสาวกของพระศาสดา ซึ่งตั้งอยู่ในกรุงสาวัตถี มีสาวรุ่นนางหนึ่ง รูปร่างหน้าตาสะสวย ถึงพร้อมด้วยความงามเป็นเลิศอาศัยอยู่

ครั้นถึงเวลาสมควร นางก็ได้แต่งงานไปสู่อีกตระกูลหนึ่ง ซึ่งมีสกุล- รุนชาติเสมอกัน จากนั้นก็อยู่กินกันมาด้วยดี

จนกระทั่งวันหนึ่ง...สามีเกิดไม่พอใจนางในเรื่องบางอย่าง นับจากวันนั้น เขาจึงออกเที่ยวเตร่ไปยังที่ต่างๆ ตามใจชอบเสมอๆ

แม้นางจะโดนทิ้งให้อยู่เพียงลำพังเหงาใจ แต่นางเองก็พยายามทำ ให้ไม่เดือดร้อนใจ ในการที่สามีไม่ไยดีด้วย โดยไปนิมนต์พระอัครสาวก ทั้งสองมา เพื่อได้ถวายเป็นทาน ได้ฟังธรรม นางทำอยู่อย่างนี้จนสำเร็จ

มรรคผล ได้บรรลุเป็น**พระโสดาบัน(อริยบุคคลขั้นต้น)**

ตั้งแต่นั้นมา นางก็ปล่อยวันเวลาให้ล่วงเลยไป ด้วยความสุขในมรรคผล กระทั่งเกิดความคิดว่า

“แม้สามีก็ไม่ได้ยินดีในตัวเรา และเราก็ไม่ชอบที่จะมีการงานทางฆราวาสต่อไปอีกแล้ว เราจะบวช”

ดังนั้นนางจึงบอกเล่าเรื่องราว กล่าวขอแก่บิดามารดา แล้วออกบวชเพ่งเพียรศึกษาให้บรรลุธรรมสูงขึ้น ในที่สุดก็ได้เป็น**พระอรหันต์องค์หนึ่ง**

ผลการกระทำของนางนั้น เป็นที่รำลือไปในหมู่ภิกษุ มีการสนทนากันในธรรมสภา

“ดูก่อนท่านทั้งหลาย มีหญิงงามนางหนึ่งของตระกูลโน้น เป็นหญิงสาวผู้รู้จักแสวงหาประโยชน์ รู้ว่าสามีไม่ไยดีแล้ว พอได้ฟังธรรมของพระอัครสาวก ก็ตั้งอยู่ในโสดาปัตติผลได้ แล้วยังออกบวชจนได้บรรลุอรหันต์ผลอีก **หญิงนั้นนับว่าเป็นยอดแห่งผู้แสวงหาประโยชน์ถึงอย่างนี้ทีเดียว**”

พระศาสดาเสด็จมาถึง ตรัสถาม

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บัดนี้พวกเธอนั่งสนทนากันด้วยเรื่องอะไร”

เมื่อภิกษุกราบทูลให้ทรงทราบเรื่องแล้ว พระพุทธองค์จึงตรัสว่า

“หญิงสาวผู้นั้น จะแสวงหาประโยชน์ในบัดนี้เท่านั้น ก็หาไม่ได้ แม้ในกาลก่อน ก็เป็นผู้แสวงหาประโยชน์อย่างยอดเหมือนกัน”

แล้วทรงนำเอาเรื่องในอดีตมาตรัสเล่า...

.....

ครั้งเมื่อ**พระเจ้าพรหมทัต**เสวยราชสมบัติ อยู่ในกรุงพาราณสี ได้มีชายคนหนึ่งบวชเป็นดาบส(นักบวชผู้บำเพ็ญตบะเผากิเลส) เพ่งเพียรทำอภิญญา

(ความรู้ยิ่ง) และสมบัติ(สภาวะสงบระงับกิเลสอันประณีตยิ่ง) ให้เกิดขึ้น
อาศัยอยู่ ณ ป่าหิมพานต์

ในช่วงเวลานั้นเอง พระเจ้าพรหมทัตทรงเกิดความระแวงพระทัยใน**พระ
โอรสของพระองค์เอง** ด้วยทรงเห็นถึงการโลภเห็นแก่ตัว และความพรั่งพร้อม
ทั้งทรัพย์ทั้งบริวารของพระโอรส ดังนั้นจึงหาเหตุเนรเทศพระโอรสออกไปจาก
แคว้นแคว้น

พระโอรสจึงทรงพา**พระเทวีของพระองค์** พระนามว่า **อสิตาทู** เดินทาง
รอนแรมไปด้วยกัน กระทั่งเข้าสู่ป่าหิมพานต์ พำนักอยู่ที่บรรณศาลา(ศาลามุง
ด้วยใบไม้กิ่งไม้) อาศัยปลา เนื้อ และผลไม้เป็นอาหาร

อยู่มาวันหนึ่งทั้งสองเสด็จเที่ยวป่าด้วยกัน บังเอิญพระโอรสทอดพระเนตร
เห็นกนิรี(มี ๒ พวกคือ ๑. กาย
ท่อนบนเป็นหญิงสาว กาย
ท่อนล่างเป็นนก ๒. ร่างกาย
เป็นหญิงทั้งตัว จะไปไหนก็ใส่
ปีกใส่หางบินไปได้) ที่งดงาม
นางหนึ่งเข้า ก็เกิดมีจิตปฏิพัทธ์
คิดว่าจะจับนางกนิรีนี้ไว้เป็นชายา
จึงติดตามร่องรอยของนางกนิรี
นั้นไป โดยมีได้ห้วงใยคำนึงถึง
พระนางอสิตาทูเลย

ฝ่ายพระนางเมื่อเห็นเช่นนั้น
ก็ทรงดำริว่า

“เจ้าที่เสด็จตามนางกนิรี



ไป ทั้งเราไว้คนเดียว โดยไม่ใส่ใจไยดีเลย เช่นนี้เรายังจะต้องการอะไร จากพระองค์อีกเล่า”

จึงมีพระทัยคลายรักลง มุ่งหน้าเดินตรงไปยังอาศรมของพระดาบส เมื่อเข้าไปหานมัสการเรียบร้อยแล้ว ก็อ้อนวอนขอให้พระดาบสช่วยบอกสอน การบริกรรมกสิณ(การกำหนดใจเพ่งสิ่งที่ทำให้จิตสงบจากกิเลส)แก่ตน หลังจากนั้น ก็กลับมาอยู่ที่บรรณศาลาของตน ฝึกฝนเพ่งกสิณเพื่อทำอภิญญาและสมาบัติ ให้เกิดขึ้น

ส่วนพระโอรสเมื่อติดตามนางกินรีไป เทียบเสาะหาอย่างไรก็ไม่พบ จึงหมดหวัง ต้องเศร้าหมองกลับคืนสู่บรรณศาลา พอกลับมาถึง...ทันทีที่พระนาง อสิตาภุพบเห็นพระองค์เข้าเท่านั้น ก็ตรัสด้วยสຸ້มเสียงชัดเจนเด็ดขาด

“ข้าแต่โอรสเจ้า หม่อมฉันได้รับความสุขอยู่ในอภิญญาและสมาบัติ ก็เพราะอาศัยพระองค์นั้นแหละได้กระทำเหตุขึ้น บัดนี้หม่อมฉันปราศจากความรักในพระองค์จนหมดสิ้นแล้ว ความรักนั้นถูกทำลายจนประสานกันอีกไม่ได้ ดุจงาข้างถูกตัดขาดแล้ว ฉะนั้น”



วาดภาพโดย วิสูตร นวพันธ์

ครั้งพระนางอสิตาภูกล่าวจบแล้ว ก็ได้เสด็จจากไปในที่อื่นทันที ทั้งๆ ที่ พระโอรสทรงกำลังแลดูพระนางอยู่ ด้วยพระอาการมึนงง ณ ตรงนั้นเอง ต่อ เมื่อทรงได้สติรู้สึกตัว ก็ทรงคร่ำครวญอย่างอาลัยอาวรณ์ว่า

“หากใครปรารถนามากเกินไป ย่อมเสื่อมจากประโยชน์ เพราะ ความโลภเกินประมาณ และความมัวเมาอันเกิดจากความโลภเกิน ประมาณนั่นเอง เหมือนกับเราเสื่อมจากนางอสิตาภุ ฉะนั้น”

พระโอรสทรงต้องอ้างว้างหอยเหงา ประทับเพียงพระองค์เดียวอยู่ในป่านั้น เนิ่นนานกระทั่งกระทั่งพระเจ้าพรหมทัตสวรรคตแล้ว ถึงได้เสด็จกลับไป ครองราชสมบัติ ณ กรุงพาราณสี

.....

พระศาสดาทรงนำพระธรรมเทศนานี้มาแสดง แล้วก็ตรัสเจดย

“พระโอรสกับพระนางอสิตาภุในครั้งนั้น ได้มาเป็นคู่สามีภรรยาใน บัดนี้ ส่วนพระดาบสนั้นก็คือ เราตถาคตเอง”

● **ฉวมพุทธ**

(พระไตรปิฎกเล่ม ๒๗ ข้อ ๓๑๗
อรรถกถาแปลเล่ม ๕๗ หน้า ๔๔๔)



การอยู่ร่วม ๔

๑. ชายผี อยู่ร่วมกับ หญิงผี (สามีและภรรยา ไม่มีศีลทั้งคู่)
๒. ชายผี อยู่ร่วมกับ หญิงเทวดา (สามีไม่มีศีล แต่ภรรยามีศีล)
๓. ชายเทวดา อยู่ร่วมกับ หญิงผี (สามีมีศีล แต่ภรรยาไม่มีศีล)
๔. ชายเทวดา อยู่ร่วมกับ หญิงเทวดา (สามีและภรรยา มีศีลทั้งคู่)

(พระไตรปิฎก สังฆาสูตร ๒๑/๕๔)



วันต่อวัน คืบต่อคืบ ฝึกฝนชีวิต
ได้แรงฤทธิ์ ดวงกมล อดทนฝืน
ไม่รีบเร่ง มิเคร่งครัด แต่หยัดยึน
เป็นผู้รู้ เป็นผู้ตื่น ปรับปรุงตน

เพียงค่อยเป็น ค่อยไป หัวใจโปร่ง
ผู้ผูกโยง จิตวิญญาณ การฝึกฝน
ทำความดี ยิ่งยวด ไม่อวดตน
เพียงหวังผล พาให้ตน พ้นอึดตา

-ท่านจันทร์-



ผลิตภัณฑ์คุณภาพ



น้ำยาซักผ้า



น้ำยาล้างจาน

ฟ้าอภัย

ผสมน้ำหมักชีวภาพ, น้ำด่าง

ปลอดภัย

เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม



ผลิตและจำหน่ายโดย กองบุญนิยมฟ้าอภัย
เลขที่ ๖๔๔, ๖๕/๔๕ ถนนมิตรภาพ ๔๔
คลองกุ่ม บึงกุ่ม กรุงเทพฯ ๑๐๒๔๐
โทรศัพท์ ๐๒-๓๗๕๕-๘๕๑๑
๐๘-๓๓๒๕-๘๘๔๘

จำหน่ายทั้งปลีก และส่ง

ขนาดบรรจุ ๖๐๐ มล., ๑.๕ ลิตร, แกลลอน ๕ ลิตร