



อาสภาสาร

วัดรัตนตะอาสาราม

วารสารรายสี่เดือน ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๔๕ ประจำเดือน มกราคม - เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๒

๔๕





โสทรโก ภิกขุ
เจ้าอาวาสวัดภักทันทะอาสาการาม จ.ชลบุรี

“กลอนปีใหม่ ๒๕๖๒”

“

ปีใหม่นี้ต้องดีกว่าปีเก่า
เว้นชั่วหยาบปราบกิเลสเหตุปลดปล่อย
ขยันคิดพูดทำตามทางถูก
บุญเพื่อบุญดีเพื่อดีนี้ถูกทาง
อยู่ในโลกอย่าหลงโลกใตักถามหา
ชีวิตนี้อีกไม่นานก็พุดัง
รีบทำทานรักษาศีลภาวนา
กรุณาช่วยได้ไม่รังแก
สรรพสิ่งล้วนเกิดดับนั้นไม่ถาวร
ปัญญาไวเห็นเกิดดับลาลับลง

มุ่งขัดเกลาจิตใจไม่หลุ่มหลง
ใจชื่อตรงทำดีพร้อมยอมละวาง
จิตไม่ผูกยึดติดคิดขัดขวาง
มุ่งปล่อยวางตัวตนพ้นชอบชัง
พิจารณาให้ดีหนีทรงชัง
มรณังจักมาเยือนอย่าเชื่อนแะ
มีเมตตาต่อกันหมั่นแยแส
ปัญญาแท้อุเบกขาวางจิตตรง
สติทวนกันจิตมิติดหลง
จิตหมดหลงปลงได้ไปนิพพานฯ

”

โสรัถ ภิภุ



สารจากบรรณาธิการ

นะมัตถุ ระตะนัตตะยัสสะ
ขอนอบน้อมแด่พระรัตนตรัย

สวัสดีครับท่านผู้อ่านทุกท่าน พบกันอีกครั้งกับอาสภาสาร วารสารรายสี่เดือนของวัดภัก
ทันตะอาสภาราม ฉบับที่ ๔๕ ประจำปี พ.ศ.๒๕๖๒ เมื่อวันที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ที่ผ่านมา ตรงกับ
วันเพ็ญขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๓ และเป็นวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาอีกวันหนึ่งคือวันมาฆบูชา
วันที่พระอรหันต์ชีนาสพ เอหิกโขอุปสัมปทา (พระพุทธรองค์ทรงบวชให้) เมื่อครั้งพุทธกาล
จำนวน ๑,๒๕๐ รูป ได้มาประชุมกันโดยมิได้นัดหมาย ในวันนั้นพระพุทธรองค์ได้ทรงแสดงพระ
โอวาทปาติโมกข์อันมีใจความตอนหนึ่งที่เราควรน้อมระลึกเสมอดังต่อไปนี้

สัพพะปาปัสสสะ อะกะระณัง การไม่ทำบาปทั้งปวง,
กุสะลัสสุปะสัมปะทา การทำกุศลให้ถึงพร้อม,
สะจิตตะปะริโยทะปะนัง การชำระจิตของตนให้บริสุทธิ์ผ่องใส,
เอตัง พุทธฐานะสาสะนัง ธรรม ๓ อย่างนี้เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย.

เมื่อพูดถึงข้อที่ว่า การไม่ทำบาปทั้งปวงนั้น กระผมขอยกพระพุทธศาสนสุภาษิตตอน
หนึ่ง ที่มักเรียกกันว่า หัวใจแปด (ทุ สะ นะ โส) ซึ่งมีแสดงอยู่ในอรรถกถา ขุททกนิกาย คาถา
ธรรมบท พาลวรรคที่ ๕ และ ขุททกนิกาย เสฏฐิปุตตเปตวัตถุ มาแสดงไว้ ณ ที่นี้ เพื่อเป็นเครื่อง
เตือนใจให้เราได้ละเว้นจากบาปทั้งหลาย ซึ่งมีเนื้อหาดังต่อไปนี้

สมัยกาลครั้งหนึ่ง พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงออกประกาศสัจธรรม ได้เสด็จมาถึงนคร พาราณสี ชาวเมืองทั้งหลายต่างก็พากันตื่นตื่นดีใจ ด้วยความเลื่อมใสเป็นอันมาก ได้ชักชวนกัน มา ถวายภัตตาหาร ในครั้งนั้นมีลูกชายของเศรษฐี ๔ คน ซึ่งพ่อแม่มีทรัพย์สินมากมายแทนที่จะเกิดความเลื่อมใส ร่วมใจกันทำบุญทำทาน กลับดูหมิ่นดูแคลนคิดว่าคนทั้งหลายโง่เขลา แล้ว ร่วมกันเสพสุรายาเมา ประพฤติผิดกาเมสุมิจนजार เมื่อลูกชายเศรษฐีทั้ง ๔ ลิ่นชีวิตลงแล้ว ชนกกรรม นำเกิดในอเวจีมหานรกแดนนิรยภูมิ ชื่อว่า โลหกุมภินรก เป็นนรกหม้อน้ำร้อน กว้าง ๖๐ โยชน์ (๑ โยชน์เท่ากับ ๑๖ กิโลเมตร) ได้รับความทุกข์ทรมาน ดำผุดดำว่ายจากปากหม้อน้ำร้อน จมลงสู่ก้นหม้อน้ำร้อน และจากก้นหม้อน้ำร้อนก็ลอยขึ้นสู่ปากหม้อน้ำร้อน เหมือนเมล็ดข้าวที่อยู่ในหม้อเวลาเดือด จะผุดขึ้น ผุดลงตลอดเวลา เป็นเช่นนี้ตลอดกาลนาน

สัตว์นรกคนหนึ่ง เมื่อลอยขึ้นสู่ปากหม้อน้ำร้อนพบหน้าเพื่อน ก็อยากจะระบายความ ทรมานที่ได้รับอยู่ โดยจะพูดว่า “ พุชชีวิตมชีวิมหา เยสนโน น ททามห เส วิชขมานสุ โภเคสุ ทิปี นากมฺห อตฺตโนติ ฯ ” แปลความว่า เพราะพวกเราไม่ได้ทำบุญกุศล เหมือนกับคนอื่นเขา หลงมัวทำแต่บาปกรรม จึงต้องมาได้รับความทุกข์ทรมานถึงปานนี้ แต่เขาพูดได้เพียงคำว่า พุ... คำเดียว แล้วก็จมหายไปสู่ก้นหม้อน้ำร้อนตามเดิม

สัตว์นรกอีกตนหนึ่ง เมื่อลอยขึ้นมาปากหม้อน้ำร้อนพบหน้าเพื่อน ก็อยากจะระบายความทุกข์ทรมานเหมือนเพื่อนคนแรก โดยจะพูดว่า “สกุฐิวสสสทสทานิ ปริปัญณานิ สพุทโสนิรเย ปจจมานานิ กทา อนโธ ภาวิสสติ” แปลความว่า ตั้งแต่เราดำผุดดำว่ายอยู่ในหม้อนรกอันร้อนแรงนี้เป็นเวลานานถึง ๖๐,๐๐๐ ปี แล้ว เมื่อไรเราจะพ้นนรกขุมนี้เสียที แต่เขาก็พูดได้เพียงคำว่า สะ... คำเดียว แล้วก็ต้องจมหายลงไปสู่ก้นหม้อน้ำร้อนตามเดิม

สัตว์นรกอีกตนหนึ่ง เมื่อลอยขึ้นมาถึงปากหม้อน้ำร้อน พบหน้าเพื่อนอยากจะพูดว่า “นตถิ อนโธ กุโธ อนโธ น อนโธ ปฏิทิสสติ ตทา ทิ ปกตํ ปาปํ มม ตฺยฺหณฺจ มาริสสา ฯ” แปลความว่า เมื่อไรหนอจะพ้นโทษที่ทรมานนี้เสียที ไม่มีวันแหว่ว่าจะพ้นไปได้เลย บาปกรรมที่ตัวเราทำไว้ ให้ผลแก่เราสาสมเหลือเกิน แต่เขาก็เอ่ยได้เพียงคำว่า นะ... คำเดียว แล้วก็จมลงในหม้อน้ำร้อนตามเดิม

สัตว์นรกอีกตนหนึ่ง เมื่อพบหน้าเพื่อนอยากระบายว่า “โสหํ ฐุน อโธ คนฺตฺวา โยนี ลทฺธาน มานูสี วทญฺญู สีลสมฺปนฺโน กาหามิ กุสลํ พหุนฺติ ฯ” แปลความว่า หากเราได้พ้นทุกข์เวทนาในแดนนรกนี้ไปแล้ว เมื่อเกิดเป็นมนุษย์อีก เราจะตั้งหน้าตั้งตาบริจาคทานและรักษาศีลเป็นการใหญ่ทีเดียว แต่เขาก็พูดได้เพียงคำว่า โส... คำเดียว แล้วก็จมลงหายไปสู่หม้อน้ำที่เดือดพล่าน คำโอตครวญของสัตว์นรก ๔ ตนที่กล่าวว่า หุ สะ นะ โส ๔ คำนี้ เรียกกันว่า หัวใจเปรต

หวังว่าเรื่องจาก เสฏฐิปุตตเปตวัตถุ นี้ ก็จะเป็นเครื่องเตือนใจอีกอย่างให้เราได้ประพฤติตามคำสอนของพระศาสดา คือการละเว้นจากบาปทั้งปวงนะครับ สุดท้ายนี้ขอขอบพระคุณและอนุโมทนาบุญแก่ ทีมงานกองบรรณาธิการ ผู้เขียนคอลัมน์ ทีมงานถ่ายภาพกิจกรรมและโสตทัศนูปกรณ์ ทีมงานถอดเทปธรรมะ ทีมงานสมาชิกสัมพันธ์ และผู้มีส่วนร่วมทุก ๆ ท่าน นิพพานัง ปัจจโย โหตุ ขออานิสงส์ผลบุญนี้เป็นปัจจัยให้ถึงซึ่งพระนิพพาน

ผศ.ดร.พฤทธิ โกวิทวรารังกูร

บรรณาธิการ

๒๐ ก.พ. ๒๕๖๒





วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเผยแผ่พุทธธรรม และการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน
๒. เพื่อเผยแผ่ภารกิจของวัด

ที่ปรึกษา

พระครูภาวนาวราลังการ วิ. (สมศักดิ์ โสรโท)
พระมหาทองมั่น สุทธจิตโต
พระปลัดอำนาจ ขนดีโก

บรรณาธิการ

ผศ.ดร.พฤทธิ โกวิทวรารังกูร

กองบรรณาธิการ

ดร. พระมหายงยุทธ กนตาโม
พระมหาภาณุวัฒน์ อคฺคจิตโต
พระปัญจะ ภาทรธมโม
ศ.คลินิกเกียรติคุณ พญ.โลจนา ตันติยาทร
คุณพรพิมล จิตต์จันทร์

กราฟิกดีไซน์

คุณภูษณิศา กฤตพลพิมาน
คุณกฤตพล กฤตพลพิมาน

โสตทัศนูปกรณ์และภาพกิจกรรม

คุณทินกร ปิยะกุลชัยเดช

ถอดเทปธรรมะ

นางณัฐวิวรรณ ไทยประดิษฐ์

สมาชิกสัมพันธ์

คุณพรพิมล จิตต์จันทร์

พิมพ์ที่

สำนักพิมพ์เลียงเชียง เพียรเพื่อพุทธศาสนา
105/75 ถนนประชาอุทิศ ซอย 45
แขวงบางมด เขตทุ่งครุ กรุงเทพฯ 10140
<http://www.lc2u.org/th/>

สงวนลิขสิทธิ์

ห้ามพิมพ์คัดลอกหรือตัดตอน หรือพิมพ์
จำหน่ายโดยไม่ได้รับอนุญาตจากผู้เขียน



สารบัญ

สารจากบรรณาธิการ	๔
ประมวลภาพกิจกรรม	๑๐
ธรรมะจากพระอาจารย์	๒๑
นานาสาระจากพระอภิธรรมปิฎก	๓๗
พระธรรมจากหลวงพ่อใหญ่	๔๘
ปกิณกะธรรม	๕๒
เรื่องเล่าจากพระสูตร	๕๕
ธรรมะน่ารู้	๕๙
The Seven Factors of Enlightenment (Part I)	๖๗
ประสบการณ์...ใครเอ่ย	๗๓
คุยกับหมอ	๗๗
ตารางกิจกรรม	๘๐



ประมวลภาพกิจกรรม

มุทิตาอาจารย์บูชา
ประจำปี ๒๕๖๑





ออกพรรษา
และตักบาตรเทโวโรหณะ



กฐินสามัคคี



ลอยกระทง





ทำบุญครบรอบ
วันละสังขาร
หลวงพ่อใหญ่

คอร์สพระ มจร.
วัดใหญ่อินทาราม

คอร์สปัญญาบูชา





สวดมนต์ข้ามปี
และทำบุญตักบาตรวันขึ้นปีใหม่



จาริกบุญ จาริกธรรม
ณ ประเทศอินเดีย



จาริกบุญ จาริกธรรม
ณ ประเทศศรีลังกา



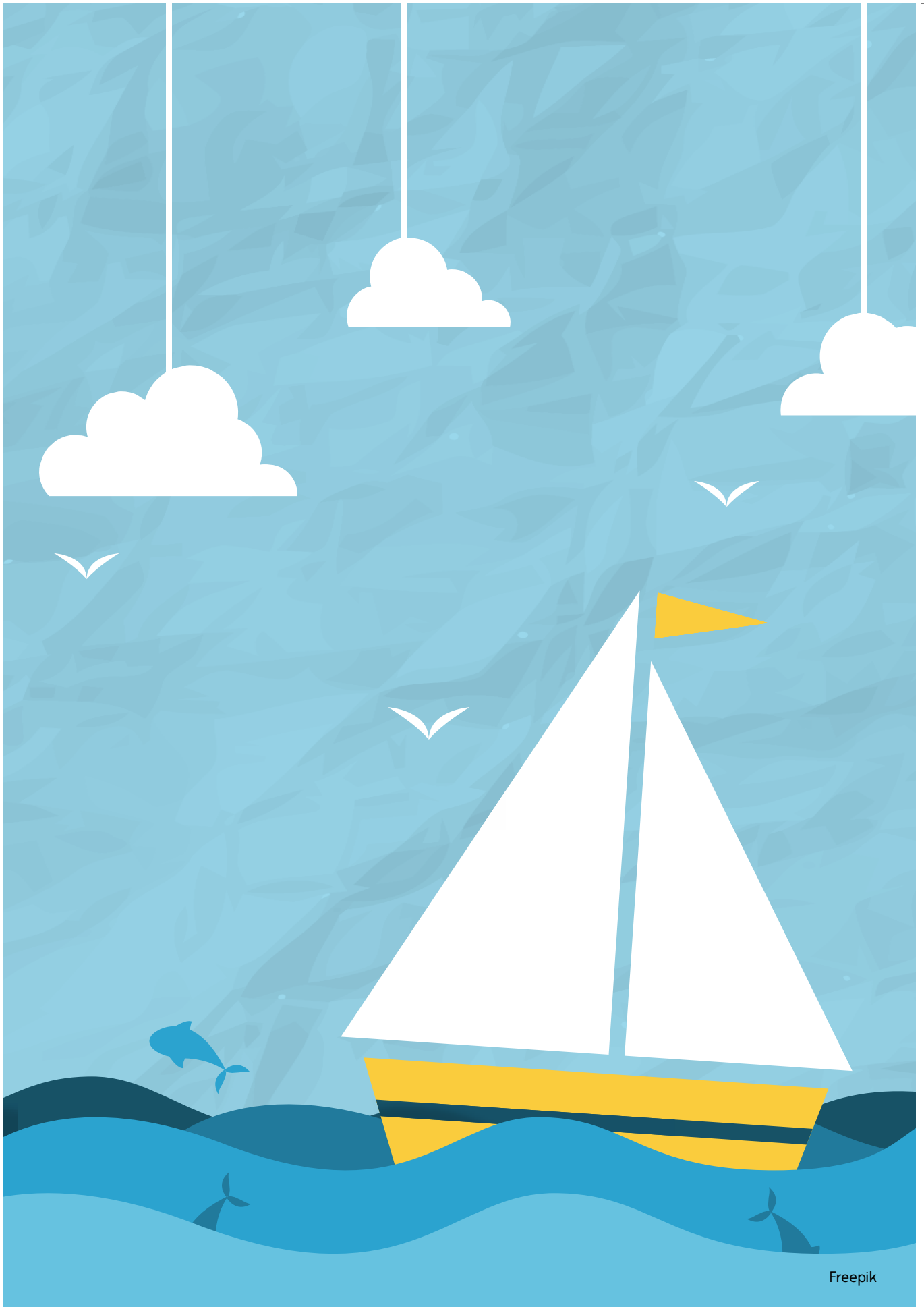


จาริกบุญ จาริกธรรม
ณ ประเทศเมียนมา





วันมาฆบูชา





ธรรมะจากพระอาจารย์

พระครูภาวนาวราลังการ วิ. (สมศักดิ์ โสรโท)

นาวาไม่ติดคา ย่อมมุ่งหน้าสู่นิพพาน

“บุญบุญเจ ปุริโส กยิรา, กยิราเถน ปุณปุณ.
ตมฺหิ ฉนฺทํ กยิราถ, สุโข ปุณฺณสุส อจฺจโย.”

ลำดับต่อจากนี้ไปจะได้แสดงพระธรรมเทศนาพอเป็นเครื่องเพิ่มพูนกุศลและศรัทธา พร้อมกับยังสัสมาปฏิบัติให้เกิดแก่พระโยคาวจร โยคีผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน สาธุชนทั้งหลายจนกว่าจะยุติลงด้วยเวลาอันสมควร

สิ่งที่ผ่านมาแล้วคืออดีต สิ่งที่ยังมาไม่ถึงก็เป็นเรื่องของอนาคตแต่สิ่งที่เป็นอยู่ขณะนี้คือปัจจุบัน ปัจจุบันขณะสำคัญ อย่างไรก็ตามบางครั้งเราคิดว่าสิ่งโน้นสิ่งนี้สำคัญ แต่จริงๆ แล้วสิ่งที่สำคัญที่สุดคือ ปัจจุบันขณะนี้แหละ อยู่ใกล้เราที่สุด บางครั้งอดีต เมื่อดูไปแล้วในความเป็นจริงดับไปแล้ว มันอาจจะเป็นเพียงแค่ความทรงจำ อนาคตก็ยังเป็นเพียงแค่ว่าความคิด แต่ยังไม่มีเหตุการณ์หรือเรื่องราวอย่างที่เราคิดปรุงแต่งไปเลย แต่ปัจจุบันนี้มีรูปนาม มีสภาพธรรมเกิด-ดับ อยู่ทุกๆ ขณะ สิ่งทั้งปวงที่คิดนึกปรุงแต่งกันไปจะมีหรือไม่มีขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัย เมื่อรู้อย่างนี้จะต้องพยายามระลึกรู้และแยกคายอย่างยิ่งในปัจจุบันที่กำลังเกิดดับ ถ้าระลึกรู้และแยกคายได้ทันทั่วที่จะเป็นแนวทางในการลดละปล่อยวางอุปาทานในความเป็นเราได้มากขึ้น บางคนอยากปล่อยวางก็จะปล่อยวางได้ อดีตมันล่วงไปแล้ว อนาคตก็ยังมาไม่ถึงอย่าไปวิตกกังวลถึงมันไม่ใช่อนาคตไม่สำคัญหรืออดีตไม่สำคัญ แต่สิ่งที่สำคัญที่สุด ณ ขณะนี้ก็คือ ปัจจุบัน ปัจจุบันขณะ นั่นคือสิ่งที่ไม่มีแล้ว อดีต อนาคต มันเหมือนจากสิ่งที่ไม่มีมาสู่ความมี ความเป็นอย่างที่เราเห็นอยู่ปัจจุบัน แล้วสุดท้ายก็ไปสู่สิ่งที่ไม่มี เพราะรูปนาม หรือธาตุขันธ์ อาศัยเหตุปัจจัยก็ประชุมกัน จึงสมมติกันว่ามีอยู่เท่านั้นเอง เมื่อเปรียบอัตภาพของคนเราเหมือนกับเรือเหมือนกับ

นาวา นาวาลำน้อยๆ บางคนอาจจะบรรทุกอะไรไปมากมาย เช่น บรรทุกสิ่งของ บรรทุกอะไรบ้างแหละที่เราไปผูกพัน ผูกพันกับใคร บางคนมีลูกมีสามีก็ผูกพัน เรือมันก็ไปได้ยากเหมือนกัน หรือบางคนก็ผูกพันหรือติดยึดกับลาภยศสุข สรรเสริญ อำนาจต่างๆ บางครั้งถ้าบรรทุกหนักเกินไป นาวาลำน้อยๆ ก็อาจจะจมลงในห้วงน้ำใหญ่ได้ เพราะน้ำหนักมันมากจึงไม่สามารถจะข้ามโอชะคือห้วงน้ำใหญ่นี้ได้

ห้วงน้ำ(โอชะ) พระพุทธเจ้าตรัสไว้มี ๔ ประการ

๑.กาโมชะ ห้วงน้ำคือกามได้แก่ ความใคร่ ความพอใจ ความยินดี ความปรารถนา ความต้องการอยากได้ในวัตถุกาม มีกามคุณอารมณ์ทั้งหลาย เช่น รูป เสียง กลิ่น มรส โผฏฐัพพารมณ์การสัมผัสถูกต้อง เมื่อติดยึดหรือสำคัญมันหมายมากเกินไปอาจจะเป็นสาเหตุทำให้เรือหนักและจมลงในห้วงน้ำคือกามได้ การขาดสติปัญญาที่จะรู้เท่าทันห้วงน้ำคือกามจะทำให้เรือลำนี้ค่อยๆ จมลงไปเรื่อยๆ ถึงแม้เราจะอาศัยความเพียรแต่ความเพียรเราไม่มากพอ บางครั้งมันหนัก ถ้าเราไม่ละ ไม่วางลงบ้าง เรือลำน้อยๆ ลำนี้มีโอกาสจะจมลงได้เหมือนกัน

๒.ภโวชะ ห้วงน้ำคือความใคร่ความติดใจในความมีความเป็น เพราะความฝังใจว่า ยศ อำนาจ ตำแหน่งหรือฐานะนั้นจะอำนวยความสุขให้แก่ตน แม้กระทั่งความรู้สึกว่ามีความรู้สึกว่าเป็น ในบางครั้งอาจจะรู้สึกเป็นโน่นเป็นนี่ตามสมมติ บางคนจึงยึดติดในความมีความเป็นต่างๆ เราจะเห็นว่า พอถูกกระทบหน่อย เรามืออย่างนี้ เราเป็นอย่างนี้ พอเขาบอกไม่ตรงกับที่ตัวเองรู้สึก ว่าฉันมีฉันเป็นบางครั้งจึงเกิดอาการอึดอัด ขัดข้องไปเสียทุกเรื่อง ความรู้สึกดังกล่าวนี้ล้วนมาจากอัตตาตัวตนทั้งนั้นติดกับความมีความเป็นก็ไปได้ยาก เช่น บางคนมียศ มีลาภ มีบริวาร มีบุตร มีภรรยา มีสามี มีทรัพย์ มีอำนาจ เป็นต้น พอติดอยู่กับเรื่องเหล่านี้ น้ำหนักของเรือมันก็เยอะขึ้น การจะขับเคลื่อนต่อไปยิ่งยากลำบาก

๓.ทิฏฐิชะ หมายถึง ห้วงน้ำคือความเห็น ซึ่งโดยปกติทฐิมักจะเป็นคำกลางๆ แต่มาในลักษณะอย่างนี้หมายถึงความเห็นผิด เพราะการติดยึดกับทิฐิ คือทฤษฎีหรือสิ่งที่เราเรียนมา รู้มาซึ่งเข้าใจว่ามันเป็นแบบนี้ แบบนั้น จิตยึดมันไม่ยอมละไม่ยอมคลาย ไม่ปล่อย ไม่วาง ในความคิด ความเห็นที่จดจำมาแบบนี้ ท่านจึงเปรียบด้วยห้วงน้ำที่ไหลบ่าท่วมทับใจสัตว์ผู้ยังไม่เห็นภัยในวัฏสงสาร

๔.อวิชฺโฆมะ คืออวิชา ความไม่รู้ ความเขลา ซึ่งความไม่รู้จริงในสิ่งทั้งหลาย ในตำราที่เราเรียนกันท่านว่าไว้มีอยู่ ๘ ประการ คือ ไม่รู้จริงในทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ไม่รู้จริงในเรื่องในอดีต อนาคตกาล ไม่รู้จริงทั้งอดีตอนาคต และการไม่รู้ธรรมทั้งหลายที่เป็นปัจจัยแก่กันและกัน ปฏิจัมพูบาท การติดยึดอยู่กับสิ่งดังกล่าวนี้ทำให้ติดจมอยู่ในสังสารวัฏ เรือมันติดมันไปไม่ได้ก็ต้องจมลงเพราะห้วงน้ำเหล่านี้ท่วมทับ นาวาลำนี้มันก็อยู่แค่นี้ไปไม่ได้ เมื่อประสงค์จะให้มันขับเคลื่อนต่อไปได้มันก็ต้องพยายามลดน้ำหนัก เพราะการท่องเที่ยวในสังสารวัฏจะต้องพบเจออะไรต่อมิอะไรอีกมาก บางครั้งเจอลม เจอคลื่น เจอกับสัตว์ร้าย เป็นต้น เวลาเดินทางข้ามโอฆะสงสาร มันต้องไปเจอและเผชิญกับสิ่งต่างๆ มากมาย เมื่อมันหนักหรือมีภาระมากมายด้วยเรื่องพวกนี้ โอกาสจะก้าวข้ามไปได้มันก็ยากขึ้นหลายเท่า

ฉะนั้นญาติโยมทั้งหลายผู้ที่เข้าประพฤติปฏิบัติหรือพระคุณเจ้า ถ้าจะละวางได้ในเรื่องดังกล่าวนี้ มันก็จะเบาทำให้เวลาเราถ่อเราพายมันก็จะเหมือนว่ามันไม่หนักมาก เรือลำนี้ก็จะสามารถแล่นไปข้ามโอฆะสงสาร ไปเกยฝั่งพระนิพพานได้ แต่ถ้ามันหนักเกินไปก็แน่นอน มันไม่ไปเกย มันก็อยู่อย่างนี้แหละ มันเป็นธรรมดาและเรายังติดยึดอยู่ บางคนก็ติดในสิ่งที่สมมุติที่เขาสมมุติให้มีให้เป็น ติดอยู่อย่างนี้แหละ บางคนสมมุติให้เป็นนักปฏิบัตินะ ถ้าติดอยู่ในความเป็นผู้ปฏิบัติ เรายึด เราก็กุ๊กกึ่งๆ ถ้าคนมาตำหนิตติติงว่าปฏิบัติทำอะไรไม่ได้เรื่องเลยจะรู้สึกแย่รู้สึกเสียใจ จะรู้ว่าเรายึดก็ต่อเมื่อถูกระทบ หรือถูกพุดในสิ่งที่ตรงกันข้าม เพราะเราจับไม่ได้ และมันกระทบอึดตาเพราะเรารู้สึกว่ามันเป็นของเราไปแล้ว ของเรามันมาได้อย่างไรเพราะมีเรา เพราะมีเราจึงมีแบบนั้นถ้าไม่มีเราตั้งแต่แรกมันก็เป็นเพียงแค่สภาพธรรมที่มันอาศัยกันและกันเป็นอยู่เท่านั้นและสภาพเหล่านั้นก็เป็นเพียงแค่มันเกิดแล้วมันก็เสื่อมไป สัพเพ ธัมมา อนัตตา ธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้อย่างนี้ ธรรมทั้งหลายเป็น อนัตตา โดยบางครั้งเราก็จะได้ยินพุทธพจน์ที่บอกว่า สัพเพ นาลัง อภินิเวสยา ธรรมทั้งหลายไม่ควรยึดมั่นถือมั่น เมื่อไหร่ที่เรายึดมั่นว่าเป็นเรา ธรรมที่เรายึดติดมันจะทะเลาะกับเขาทุกครั้งไป ถ้ามีเราก็มีเขา ในครั้งพุทธกาลพระปัญจวัคคีย์ทั้ง ๕ ได้ดวงตาเห็นธรรมแล้วบวชจำพรรษาที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน เมื่ออินทรียกแกก้า พระพุทธเจ้าทรงสอนเรื่องความไม่ยึดมั่นถือมั่นนี้แหละ คือไม่ติด ไม่ยึดมั่นถือมั่นใน รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ พระสูตรที่พระพุทธองค์ตรัส

สอนในครั้งโน้นชื่อว่า อนัตตลักขณสูตร ท่านถามว่ารูปนี้เที่ยงหรือไม่เที่ยง เวทนานี้เที่ยงหรือไม่เที่ยง เอาโดยสังเขป สัญญาความจำเที่ยงหรือไม่เที่ยง สังขารความคิดที่เราปรุงแต่ง เที่ยงหรือไม่เที่ยง วิญญาณ ความรู้แจ้งทางตาหูจมูกลิ้นกายใจ เที่ยงหรือไม่เที่ยง เป็นทุกข์ หรือเป็นสุข เมื่อพระองค์ตรัสถามท่านเหล่านั้นก็บอกว่าไม่เที่ยง เพราะเห็นอยู่ว่า มันไม่เที่ยงจริงๆมันเป็นทุกข์ หรือเป็นสุข ท่านก็ตอบว่า มันเป็นทุกข์ พระพุทธเจ้าข้า แล้วในเมื่อมันไม่เที่ยงเป็นทุกข์ควรหรือที่เราจะยึด ยึดถือ หรือสำคัญมันหมายว่ารูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มันเป็นอัตตา คือเป็นตัวเรา ท่านก็ตอบว่าไม่ควรพระพุทธเจ้าข้า ฉะนั้นสิ่งใดไม่เที่ยงสิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นทุกข์ สิ่งนั้นก็เป็นอย่างอนัตตา ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่อัตตาของเรา พระองค์ท่านตรัสสอนจนกระทั่งท่านเหล่านั้นรู้ เข้าใจอย่างถ่องแท้ ว่ารูปนี้นามนี้ไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นอนัตตาจริงๆจิตก็หลุดพ้นหลุดจากความยึดมั่นถือมั่น เป็นพระอรหันต์ครั้งแรกในโลก ถ้าไม่นับพระพุทธเจ้าในอดีต พระพุทธเจ้าของเราเป็นองค์แรก ปัญจวัคคีย์ภิกษุ ทั้ง ๕ มีท่าน อัญญาโกณฑัญญะ วัปปะ ภัททิยะ มหานามะ อัสสชิ เมื่อฟังอนัตตลักขณสูตรแล้ว จึงได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ มีพระอรหันต์เกิดขึ้นในโลก จำนวน ๖ รูป กับพระพุทธเจ้ามีผู้รู้ตามไปเรื่อยๆบุคคลได้เกิดขึ้นแล้วในโลก ถ้าเรายังยึด ยังติด ยังสำคัญมันหมายกับโน้นกับนี้อยู่ บางครั้งเราจะรู้สึกเลยว่าทำไมเราจึงทุกข์ เพราะว่ายึดติดในสุขพอไม่ได้อย่างนั้นจึงทุกข์ อย่างบางคนยึดติดในเรื่องที่อยู่ ทุกข์นะมันลำบากเรื่องที่อยู่ ถ้าเราปล่อยวางได้บางครั้งก็สบายหน่อย อย่างบางคนเคยนอนห้องแอร์ มีพัดลม ถ้าวางใจได้ อ้อมีพัดลมก็ยังดีอย่างนี้เป็นต้น บางคนเคยนอนเป็นส่วนตัวถ้าติดยึดว่าต้องนอนคนเดียวก็ จะรู้สึกเป็นทุกข์ เมื่อมาปฏิบัติในช่วงเทศกาลอย่างบางคนมาวัดภักทันตะอาศรัยธรรมจะรู้สึกว่าจะต้องนอนหลายคนบางครั้งก็นอนศาลาเพราะมากันเยอะ เจ้าหน้าที่ส่งจำนวนผู้เข้าปฏิบัติ(เฉพาะช่วงนี้) ๒๗๐ กว่าชีวิต เมื่อยึดติดหรือสำคัญมันหมายในสิ่งต่างๆ เราจะไม่มีความสุขเลย แต่บางคนไม่ยึดไม่ติดยังงี้ก็ได้เลิกจากปฏิบัติไป พอหัวถึงหมอนก็หลับแถมกรนเทศนาธรรมให้เพื่อน ฟังด้วยก็มี เพื่อนก็ไม่ฟังไม่ยินดี กลับยินร้ายอย่างนี้เป็นต้น หรือบางคนก็ไม่ว่าอะไรแต่รู้สึกว่าจะทำไมเธอหลับง่ายจังฉันเป็นคนหลับยากน่าอิจฉาจัง อย่างนี้เป็นต้น กินแล้วก็นอนหลับสบายไม่ต้องคิดอะไร บางคนนอนไม่หลับเพราะคิดฟุ้งซ่านจึงเป็นเหตุให้หลับยาก ความทุกข์ในเรื่องนี้จึงเกิดกับบางคน ส่วนบางคนไม่ทุกข์อะไรหัวถึงหมอนก็หลับปุ๋ยเลย ไม่ต้องคิดไม่ต้องทบทวน ไม่มีเรื่องให้ปวดหัว บางคนนอนไปมือก่ายหน้าผากหรือบางครั้งก่ายหน้าผากไม่พอดึงพลิกซ้าย

บ้างขว้าง เพราะมันนอนไม่หลับ เห็นไหมมันก็ทุกข์ ยึดกับเรื่องโน้นเรื่องนี้ไม่รู้เรื่องอะไร กว่า
จะละวางความรู้สึกเรื่องนี้ได้ พอละวางได้จิตใจจึงเข้าสู่ความหลับได้ บางอย่างเมื่อพิจารณาดู
ดีๆ จะพบว่าเมื่อติดยึดกับเรื่องใดบางครั้งเราก็อึดกับเรื่องนั้นได้

ตัวอย่างเรื่องการกิน บางคนมีปัญหาเรื่องกิน กินอึดก็บ่น ไม่อึดก็บ่น กินอร่อยก็บ่น กิน
ไม่อร่อยก็บ่นอีก นี่คือคนเรา บางคนติดในเรื่องกิน บางคนอยากกินในสิ่งที่ตัวเองอยากกิน
มันก็ทุกข์อีกแบบหนึ่ง ส่วนบางคนไม่ยึดอะไร ที่กินได้ก็กิน ที่มันไม่เป็นโทษ ไม่ได้ติดในเรื่องรส
เรื่องชาติของอาหาร ขอให้มึนสารอาหารที่
จำเป็นกับร่างกาย ถ้าเป็นพระคุณ-
เจ้าพระโยคาวจรก่อนฉันอาหาร
ต้องพิจารณาอาหารก่อน
เช่น ปฏิสังขาโยนิโส
ปิณฑะปาตัง ปฏิเสวา
มิ ฯลฯ พิจารณาโดย
แบบคายนแล้วจึงฉัน

macrovector /
Freepik



อาหาร จึงรับประทานอาหารจะไม่ฉันท้วยความคึกคะนองหรือเมามันหรือสุรปสนั้ๆก็คือรับประทานอาหารเพียงแค่อนุเคราะห์ให้เรามีเรี่ยวแรงกำลังเพื่อปฏิบัติธรรมเพื่อการขัดเกลากิเลสเพื่ออนุเคราะห์พรหมจรรย์เท่านั้นเอง จุดมุ่งหมายหลักๆเพื่ออย่างนั้น แต่เรามุ่งไปที่ไหน มุ่งไปที่ความอร่อยเป็นหลัก บางครั้งบางคนพยายามจะโยงว่าอาหารต้องสัปายะ จึงจะทำให้กำหนดได้ดี เช่น บางคนเคยได้ยินมาว่า อาหารต้องสัปายะ ถ้าไม่สัปายะ จะไม่มีเรี่ยวแรงกำลังบางครั้งก็หาเหตุผลเข้าข้างอัตตา นี่แหละเค้าเรียกว่ากิเลส เรื่องกิน เรื่องอยู่ ถ้าเราติดในเรื่องพวกนี้มากเกินไป ทำให้เรื่อนี้หนักข้ามโอหะได้ยากเรือไปไม่ได้เหมือนกันมันไปไม่รอดถึงแม้จะพยายามพายขนาดไหน โยคีบางคนเดินจงกรมนั่งสมาธิกำหนดอิริยาบถย่อย แต่พอเจออารมณ์ที่หลากหลายหรือสิ่งที่ตัวเองชอบ ไม่ชอบ เข้ามามักจะกำหนดไม่ค่อยทัน เหมือนกับเรือที่วนอยู่ตรงนี้วนอยู่กับความชอบ ไม่ชอบอยู่ตรงนี้ไม่เห็นเรือมันขยับไปไหนเลย บางคนก็ทุกข์ในเรื่องความยึดมั่นถือมั่นนี้ พระพุทธเจ้าและเหล่าสาวกท่านถึงสอนให้ปล่อยใหวางความยึดมั่นถือมั่นลงบ้างนาวาจะได้ขับเคลื่อนต่อไปได้

โยคีจะละวางได้ก็ต่อเมื่อมีสติทันอัตตา เมื่อไม่เท่าจึงสำคัญผิดไปว่า แม้ธรรมที่ศึกษาเล่าเรียนอยู่ รู้อยู่ ฟังอยู่ เห็นอยู่ ได้ยินอยู่ ได้กลิ่นอยู่ ลิ้มรสอยู่ สัมผัสอยู่ เป็นเราหรือของเรา เมื่อว่าตามสภาพที่แท้จริงเหมือนกับขี่เกองว่ามันเป็นของเราแต่จริงๆไม่ใช่ของเราสภาพธรรมก็คือสภาพธรรม สภาพของเหตุปัจจัยหรือธรรมก็คือธรรม ไม่ใช่ธรรมเราไม่ใช่ของเรา แต่เราคิดว่าเป็นของเรา เมื่อสำคัญผิดว่าเป็นของเราแล้ว เราจึงต้องทุกข์ นี่เรียกว่าทุกข์เพราะยึดถือ พอมาติดตรงนี้พายต่อไปไม่ได้พายแล้วพายอีกอยู่นั่นแหละ ไม่รู้กี่ปีแล้ว ยังติดอยู่แค่นี้เองติดอยู่แค่ความยินดี ยินร้าย หรือบางคนบอกว่าฉันก็ยังติดอยู่กับเรื่องกินนั่นแหละฉันยังละกิเลสตัวนี้ไม่ได้เลย บางคนบอกว่าฉันยังติดอยู่แค่เรื่องทีนอนนี้แหละ บางครั้งฉันไปไหนมาไหนต้องแบกทีนอนไปเอง ถ้าไปนอนที่นอนคนอื่นนอนไม่หลับ บางคนมีทุกข์คนละแบบ บางคนบอกมีวิบากคนละแบบไปไหนก็หอบพะรุงพะรังไปเพราะมันนอนไม่สบายนอนเสื่อผืนหมอนใบมันไม่นุ่มเลยแข็งนอนแล้วมันทรมาน ให้เหตุให้ผลกันไป เพื่อให้ใจเรายอมรับได้ กิเลสมันเก่งนะ เมื่อไม่พยายามเข้าใจในสิ่งที่เราเป็น ก็จะไม่ยอมออกไม่ได้ หรือว่าเราจะละวางมันไม่ได้ เรือเราจะแล่นไปไม่ได้ เพราะน้ำหนักมันเยอะ มันมีแต่จะจมลงเท่านั้นเอง ต้องตระหนักถึงสิ่งเหล่านี้ ถ้าเราไม่ตระหนักถึงสิ่ง

เหล่านี้ บางครั้งทำไมถึงเป็นอย่างนี้ เหมือนกับบุญถ้าเราไม่เข้าใจธรรมชาติของบุญเราก็จะคิดว่าไปเอาบุญนั้นไปเอาบุญนี้ บางคนก็หนักบุญ เอาไปเอามาบุญก็อาจจะทำให้เรื่องจมกัได้นะถ้าเป็นบุญแบบหนักๆ ถ้าเป็นบุญที่เป็นธรรมชาติที่เกิดขึ้นแล้วชำระจิตให้ผ่องใสทำใจให้เบิกบานธรรมชาติอย่างนั้นไม่ต้องสั่งสม เมื่อมีเหตุปัจจัยจะเกิดขึ้นสำเร็จเป็นบุญอย่างทันทั่วทั้งที่ เมื่อคิดจะไปเอาบุญก่อนข้างจะทุกข์หน้อย อย่างบางคนจะไปเอาบุญทอดกฐิน ทอดผ้าป่า ไปเอาบุญที่โน่นที่นี้บางครั้งต้องขับรถขับเรือไป ต้องนั่งเครื่องบินไป เป็นต้น กว่าจะไปถึงบางครั้งบุญมันตกหล่นเสียหายไปเท่าไร หรือตั้งใจไปเอาแล้วไม่ได้อย่างที่ใจจะเอา พอไปพบไปเจอมันไม่ถูกใจ ไม่ถูกกิเลส ก็เป็นทุกข์กลับมา เพราะเราจะไปเอา หรือบางคนก็ติดคำว่าได้บุญ ได้บุญ พอรู้สึกว่าได้บุญก็ไม่ได้บุญก็ไม่อยากทำบุญแล้ว เขาเรียกว่าติดบุญหรือบางคนก็ติดดี ถ้าดีจริงๆไม่ต้องติด ถ้าบุญจริงๆไม่ต้องติดบุญๆจะติดตามเราเองเมื่อมีเหตุปัจจัย เพราะเป็นบุญอยู่แล้ว อย่าไปคิดว่าบุญเป็นเรา บุญคือบุญ เกิด-ดับได้ กุศลก็ยังคงเป็นกุศล บุญก็ยังคงเป็นบุญ ดีก็ยังคงเป็นดี แต่เราไม่รู้ไม่ทันก็เลยคิดว่าดีนั้นเป็นของเรา พอมีใครมาพูดในทางตรงกันข้ามกับสิ่งที่เรายึดอยู่เราก็อึดเป็นทุกข์ เป็นทุกข์กับสิ่งเหล่านั้น บางครั้งก็ติดในเรื่องเล็กๆน้อยต่อไปต้องบอกใหม่ ว่าไม่เอาหรือบุญ เมื่อยังปรารถนาบุญก็เหมือนกับมาเพิ่มบุญ มาต่อบุญ มาเติมบุญ เพราะบุญมีอยู่แล้ว ถ้ารู้จักทำก็เป็นบุญหมดนั่นแหละ เมื่อมีปัญญารู้จักทำบุญก็จัดเข้าใน องค์มรรค ๘ ที่พระพุทธเจ้าท่านสอนในวันอาสาฬหบูชาทำได้หมดเข้าได้อย่างไร มรรคมีองค์ ๘ เหมือนเมื่อวานที่แยกเป็นหมวดหมู่ให้เห็น หมวดปัญญา หมวดศีล หมวดสมาธิ ซึ่งท่านเรียกว่าไตรสิกขา เอามาเรียงใหม่ว่า ศีล สมาธิ ปัญญา เมื่อเราทำให้สอดคล้องมันก็เป็นบุญ เป็นไปเพื่อรู้ธรรม เพื่อเห็นธรรมตามความเป็นจริง

เมื่อจะกล่าวในลักษณะอย่างนี้ทุกครั้งที่ทำ ต้องทำถูกต้อง เมื่อทำไม่ถูกต้องก็ไม่เกิดบุญ หรือบางครั้งมันเกิดบุญน้อย เกิดบุญไม่มาก พวกเราอาจจะเคยได้ฟังนิทานธรรมบท หรือเทศน์อาณิสสที่พระท่านเทศน์แต่ละงานๆหรือฟังเทศน์ฟังธรรมครูบาอาจารย์หยิบยกชาดกเรื่องโน้นเรื่องนี้มา หรือในอนุพุทธต่างๆประวัติพระสาวกบางรูป ท่านแค่ฟังธรรมแล้วก็ได้บรรลุธรรมแล้ว บางคนก็รู้สึกว่ มาในยุคเราทำไมมันยาก ทำบุญทำกุศลมันยากเย็นแสนเข็ญเหลือเกิน อันนั้นเขาแค่ฟังธรรมก็ได้บรรลุแล้ว สมัยนี้บางคนก็บอกว่าฟังมาตั้งแต่เล็กจนโตจนปานนี้แล้ว

ก็ยังไม่เห็นบรรลุละเลย มันก็น่าคิดนะ บางครั้งเราฟังแล้วอาจจะไม่เข้าใจว่า เพราะเข้าใจว่าสิ่งที่เราฟังนั่นคือเราได้ เรามีเราเป็น แต่สิ่งที่เราฟังไม่ได้เป็นไปเพื่อลด อาจจะไม่ได้เป็นไปเพื่อละ อาจจะไม่ได้เป็นไปเพื่อการขัดเกลา แต่บางครั้งเป็นไปเพื่อเอานะ สังเกตบางคนขยันฟัง ฟังจัง ไม่ว่าครูบาอาจารย์รูปไหน เดียวนี้หลายคนนิยมฟังธรรมไม่ฟังเพลงและเดี๋ยวนี้ เสียบหูฟังปั๊บ ในมือถือก็ฟังธรรม แต่ฟังแล้วไม่ได้หมายความว่าอะไรจะลงได้ บางคนขณะฟังห้ามใครไปยุ่งถ้าไปยุ่งโกรธมากกว่าคนธรรมดา เป็นคนซีโมโหโกรธา บางเจ้าก็เจ้าการบอกสอนคนอื่นด้วย ว่าต้องมีธรรมข้อนั้นข้อนี้ แต่ตัวเองไม่ได้นำธรรมะที่ฟังไปใช้เพื่อระงับความโกรธ ฟังไปเท่าไรก็ยังโกรธ ยังโลภ ยังหลง ยังประพฤติดุจดังอยู่ แต่ขยันฟังเหลือเกินธรรมะ อย่างนี้ก็มี เขาเรียกว่าฟังเท่าไรก็บรรลุละยาก เพราะธรรมไม่ได้ช่วยให้กาย วาจา ใจ สะอาดเลย ไม่ช่วยให้สะอาดขึ้นธรรมชาติที่เราเรียกว่าบุญมันไม่มี บางครั้งมันก็เป็นบุญเหมือนกับในนาม เหมือนเป็นบุญแค่ความรู้สึกว่าได้ไปทำสิ่งนี้ได้บุญ กลายเป็นเรื่องความรู้สึกขลังๆ ศักดิ์สิทธิ์ๆ หรือบางคนรู้ความหมายในภาษาบาลี บางครั้งรู้สึกความขลังลดลง ลดความศักดิ์สิทธิ์ลง เช่น รู้ความหมาย พุทโธ แปลว่าผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน แต่พอ พุทโธ เฉยๆ รู้สึกขลังดีรู้สึกมีอานุภาพ แต่พอไปแปลว่า ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ก็จะไม่รู้สึกเฉยๆ ไม่ซาบซึ้งบางคนก็สวดอยู่นั่นแหละ อันนี้บางครั้งเล็กๆ น้อยๆ เราอาจจะไม่เข้าใจแต่ผ่านหูผ่านตาผ่านโสตประสาทผ่านจิตผ่านใจเราไปเยอะแต่มันไม่สามารถเข้าไปชำระชะล้างสิ่งสกปรกที่อยู่ในใจเราได้เลย อันนี้มันก็น่าคิดนะ



จะอย่างไรจึงจะเป็นบุญอย่างแท้จริง ก็ต้องรู้จักบุญอย่างถูกต้อง เมื่อทำบุญไปต้องให้
 ถูกบุญ เหมือนทำดีต้องถูกดี ทำดีต้องให้สอดคล้องกับความพอดีคือ มัชฌิมาปฏิปทา คือทางสาย
 กลางหรือมรรคมืด ๘ ต้องทำให้สอดคล้อง เหมือนเรือที่มันบรรทุกไม่มากเกินไปกำลังยังสามารถ
 เล่นไปได้ เมื่อบรรทุกหนักเกินไปกำลังหมดสิทธิ์เพราะยึดติดมากเกินไปจนเกินไปที่เรือจะเล่นได้
 แต่ถ้าบรรทุกไปไม่มากเกินไปน้อยนิดๆน้อยพอเป็นเสปียง คนเราพอมันเหนียวมันก็ต้องมีน้ำดื่ม
 มีข้าวกินมีอะไรต่างๆเรานึกถึงความเป็นจริงสิ่งเหล่านี้ก็เป็นเสปียงแต่ถ้าเราบรรทุกหนักจน
 เกินเหตุติดในรูป เสียง กลิ่น รส ติดในลาภ ยศ สุข สรรเสริญ อำนาจบิรารต่างๆแก้วแหวนเงิน
 ทองที่มีเรือมันก็มีแต่จะจมเท่านั้นเอง ถ้าเราลดเราละเราวางลงไปบ้าง มันก็เบาลง นาวายังเล่น
 ไปได้ ถ่อไป พายไป ขว้างงาหนอ ซ้ายย่างงาหนอ พองงาหนอ ยุบงาหนอ เห็นงาหนอ ได้ยินงาหนอ มัน
 ก็ยังเบาบางไปเรื่อย แต่เห็นงาหนอก็ยังเราเห็นอยู่อย่างนี้ ก็ยากอยู่เหมือนกัน สักแต่ได้เห็นงาหนอ
 ไม่รู้จักงาหนอแล้ว ยังรู้สึกว่ายยังไม่เท่าทัน เห็นที่รักที่ชอบหรือซังหลงทุกทีเลย มันน่าคิดเหมือนกัน
 นะจะหนอซังก็หนอบางครั้ง บุญมันไม่เพิ่มเลยบุญมันไม่เกิดเพราะมันไม่ได้สอดคล้องกับความ
 เป็นจริง เราต้องละไปบ้างแล้วทำให้มันสอดคล้องกับมรรคมืด ๘ ทำดีให้ถูกดี ทำบุญให้ถูก
 บุญ แล้วทำดีให้พอดี ต้องให้พอดีนะ ทำดีบางครั้งต้องใช้ระยะเวลาเหมือนกัน คือต้องให้มันถึงดี
 เมื่อยังไม่ถึงเราก็กังไม่พบไม่เจอเหมือนบางคนทนรอไม่ได้ ปลุกมะพร้าว ปลุกขนุน ปลุกมะม่วง
 สู้ซื้อเขาเอาดีกว่า ถ้าคนปลุกก็ต้องรอต้องคอยเป็น เราให้เหตุปัจจัยมันไปแล้ว มันไม่ได้งอกมา
 ทันที่มันไม่ได้เกิดมาทันที มรรคผล นิพพาน ไม่ได้ใช้เงินซื้อเหมือนมะม่วง มะพร้าว ขนุน ทุเรียน
 มังคุด ไม่ต้องปลุกไม่ใช่ บางครั้งเราเข้าใจเป็นแบบนั้น ส่วนคนที่ต้องลงทุนลงแรงทุกอย่างปลุก
 จะรู้ว่า มันเป็นความจำเป็นหรือจำยอม เพราะรู้ว่ามันจะออกดอกหรือออกผลเมื่อไหร่



เมื่อเป็นเรื่องของ มรรค ผล นิพพาน เป็น อากาลิโก ไม่จำกัดเวลา พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่าไม่ได้จำกัดกาล ผลหมากรากไม้ต่าง ๆ มันมีระยะเวลาของมัน แต่ธรรมของพระพุทธเจ้าถ้าคนที่รู้จริง เข้าใจจริง รู้ถูก เข้าใจถูกปฏิบัติถูกต้องตามธรรมอาจจะให้ผลโดยทันที ปฏิบัติตอนเช้าอาจจะได้รับผลตอนบ่าย-เย็นเลยก็เป็นไปได้เมื่อเหตุปัจจัยบริบูรณ์ บรรลุตอนเย็นหรือปฏิบัติไป ๗ วันก็บรรลุ หรือปฏิบัติไป ๗ ปีถึงค่อยบรรลุธรรมก็ได้ มันไม่แน่หรือ ๗ ขาติก็เป็นไปได้ถ้ามีเหตุปัจจัย เมื่อได้สั่งสมเหตุปัจจัยไว้ครบถ้วน เพราะระยะเวลามันไม่แน่นอนไม่จำกัดเวลาไม่จำกัดกาล อาจจะเร็วกว่าก็ได้หรือช้ากว่านั้นก็ได้แล้วแต่เหตุปัจจัย เวลาเราทำบุญไม่ใช่เพียงแค่วาน บุญกิริยาวัตถุถ้าโดยพิสดาร มีถึง ๑๐ อย่างที่เคยพูดให้ฟัง เมื่อว่าโดยสังเขปๆ มีอยู่ ๓ ทาน ศีล ภavana หรือ ศีล สมาธิ ปัญญา อย่างเราให้ทาน ก็ต้องมีศีลนะ หรือวัตถุทานที่ได้มาก็ต้องเป็นวัตถุที่บริสุทธิ์ต้องสะอาด ต้องสอดคล้องกัน ถ้าไปลักไปขโมยเขามา ไปโกงเขามาบ้างก็ไม่สะอาดทั้งหมด บางคนคิดว่าเป็นเพียงแค่เป็นบุญเฉยๆ ที่จริงมันเจือปนอกุศล จริงๆ มันไม่ได้ปนกันหรืออกุศลกับอกุศลมันก็แยกกันแต่มันสลับกันเหมือนกับว่า ชีวิตของคนบางคนบางครั้งก็สุขบ้างทุกข์บ้างมีโน่นมีนี่บ้าง บางช่วงก็ตกต่ำบ้าง บางช่วงก็เจริญรุ่งเรืองขึ้น ไม่ค่อยสม่ำเสมอหรือไม่เสมอดันเสมอปลาย เมื่อดูดีๆ ก็เหมือนการกระทำของคนบางคนนั้นแหละ ที่ไม่ค่อยสม่ำเสมอหรือไม่เสมอดันเสมอปลาย ลองตรวจสอบดูด้วยสติปัญญาว่า มันสอดคล้องกับการกระทำในมรรคมืองค์ ๘ หรือไม่ แต่บางครั้งก็ไม่สอดคล้อง บางครั้งสิ่งที่เราได้มาก็บอกที่มาไม่ได้ หรือบางครั้งขณะที่เราให้มันก็ไม่มีศีล ก่อนให้ ขณะให้ หรือหลังจากให้ไปแล้วเราก็ไม่มีศีล อย่างนี้เป็นต้น คือคำว่าไม่มีศีลเป็นอย่างไร คือยังประพฤติกายทุจริตอยู่ อย่างยังฆ่าสัตว์ ยังเบียดเบียนสัตว์ ยังลัก ยังขโมย ยังฉกชิงวิ่งราว จี้อัปทานทุจริตคอร์รัปชันอยู่ หรือยังประพฤติดิณในกามยังผิดศีลข้อ ๓ อยู่ จะเห็นว่าอาชีพรูปธรรม เป็นสัมมาอาชีพหรือไม่ใช่ พิจารณาให้ดีอาชีพที่ประกอบอยู่เป็นมิจฉาอาชีพจะยังประพฤดิอาชีพที่ไม่สุจริตเป็นมิจฉาชีพอยู่ บางครั้งการที่บุญมันจะเจริญขึ้นนั้นมันก็ต้องมีเหตุปัจจัยเหมือนกัน พอมาดูแล้ว กายก็ยังทุจริต คือ ฆ่าสัตว์ เบียดเบียนสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติในกาม วาจทุจริตพูดโกหก คำหยาบ เพ้อเจ้อ ส่อเสียด คือใส่ความข้างโน้นข้างนี้ทำให้คนทะเลาะเบาะแว้งกัน พอเราดูลงลึกไปในพฤติกรรมเหล่านี้ มันเหมือนกับมันไม่ใช่ธรรมชาติของบุญที่จะเข้าไปชะล้างพฤติกรรมทางกาย ทางวาจา ทางใจ มรรคมืองค์ ๘ ต้องมาจากเจตนา คือความตั้งใจ เมื่อมีเจตนาที่ดีในการงดเว้นซึ่งมาจากภายใน เมื่อใจเป็นบุญ คิดก็เป็น

บุญ พุตก็นบุญ ทำก็นบุญ เมื่อใจดี คิดก็ดี พุตก็น ทำก็น เหตุและผลสอดรับและไปด้วยกัน
 หมดเลย ถ้าใจบริสุทธิ์คำพุตก็นบริสุทธิ์ เพราะมันออกมาจากจิตที่บริสุทธิ์ การกระทำก็นบริสุทธิ์ไป
 ด้วยเป็นสุจริต ถ้าอย่างนี้ได้ผลแน่ เห็นผลแน่นอน อาจจะได้ผลเร็ว เมื่อดูอย่างนี้จะรู้ว่าการกระทำ
 ไม่สอดคล้องตามหลักมัชฌิมาปฏิปทา หรือทางสายกลางที่พระพุทธเจ้าทรงแนะนำ กลางบ้าง
 ไม่กลางบ้าง เพราะมันมีเรื่องโน้นเรื่องนี้เข้ามาคั่นเยอะแยะไปหมด พอมาดูเรื่องศีล สัมมาวาจา
 สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ ที่มีอยู่ในองค์มรรค อันนี้เป็นศีลในมรรคมีองค์ ๘ ที่นี้มาดูสมาธิ
 บ้าง สมาธิก็ตั้งแต่สัมมาวายามะ เพียรชอบหรือยัง สัมมาสติ ระลึกรชอบหรือยัง สัมมาสมาธิ จิต
 เราตั้งมั่นชอบหรือยัง บางคนตอบได้ทันทีว่ายัง เพราะธรรมชาติที่เป็นจริงๆ ยังไม่เกิด เพราะไม่มี
 การสำรวจระวังใดๆเลย บาปอกุศลจึงแทรกเข้ามาได้ตลอด ตัวอย่างบางคนผลออกไปชอบไปชัง
 ไปหลง โลภะ โทสะ โมหะ กิเลส ยังเข้าอยู่ น้ำหนักของเรื่องยังเพิ่มอยู่เรื่อยๆ มันมีแต่จะจมหรือ
 พอมาดู ปหานปธาน เพียรละเพียรประหารบาปอกุศลที่เกิดขึ้น ในเวลาที่ตาเห็นรูป หูได้ยิน
 จมูกได้กลิ่น ลิ้นลิ้มรส กายถูกต้องสัมผัส ความชอบ ความชัง ความหลงยังเกิดได้ เมื่อกำหนด
 ทันจึงสามารถลดละประหาร ความชอบ ความชัง ความหลง ลงไปได้เรื่อยๆ บางครั้งโยคีต้อง
 แยกกายอย่างยิ่งแทนที่จะสะอาด ก็สกปรก แทนที่จะเบาก็หนักก็เพิ่ม เหมือนการสะสมอะไร
 ที่หนักๆ เมื่อกาย วาจา ใจเป็นบุญ จะรู้สึกกายเบาใจเบา

เมื่อจิตใจเป็นบุญบางท่านอาจจะรู้สึกว่ กายและจิตคล่องแคล่ว กายลหุตา กายเบา
 จิตลหุตา จิตเบา จิตตมฺหุตา จิตอ่อนนุ่มนวล อ่อนโยน กายมุทุตา กายนุ่มนวลอ่อนโยน กาย
 และจิตควรแก่การงาน บางคนปฏิบัติไม่มีอาการบ่งบอกอะไรเลย เหมือนเราไปทำบุญ ใจเกิด
 ปราโมทย์ เกิดปีติขึ้น มักจะทำให้กายเราเบา ใจเราเบา บางครั้งเกิดกุศลเกิดบุญขึ้นมาจิตใจ
 เบิกบาน จิตใจผ่องใส เวลาทำสมาธิก็เหมือนกันถ้าธรรมชาติเหล่านี้มันเกิดขึ้น จะรู้สึกว่ กาย
 เบาใจเบาใจที่ไม่เคยสงบก็สงบ เมื่อภาวนาคือทำให้เจริญขึ้น ศีลเจริญขึ้นใหม่ ทำสมาธิให้เจริญ
 ขึ้นใหม่ ทำปัญญาให้เจริญได้ใหม่ แต่บางครั้งมันก็ยังไม่ได้เพิ่ม มันเหมือนกับยังอยู่แบบเดิมอยู่
 ถ้าจะบอกว่ายังไม่สามารถพัฒนาบุญก็ถูกนะ ปุญญัง ปวัฑฒติ บุญเจริญหรือยังไม่พัฒนา บุญ
 ยังไม่เจริญไปกว่านี้ หรือคำให้พรมีอยู่คำหนึ่ง อัคคัง ปุญญัง ปวัฑฒติ บุญเจริญยิ่งขึ้นหรือยัง มี
 คุณภาพมากขึ้นหรือยัง เจริญขึ้นประเสริฐขึ้นหรือยัง มันเลิศเหมือนที่เราบอกว่าให้สิ่งที่เลิศ ย่อม

ได้สิ่งที่เลิศ ให้ทานด้วยของอันเลิศ เราก็จะได้สิ่งที่เลิศด้วย แต่ที่น้ำมันยังไม่เป็นอย่างนั้น มันยังไม่สอดคล้องกับมรรคมงคล ๘ บางคนคิดว่ามาทำในห้องกรรมฐานนี่คือส่วนหนึ่งเท่านั้นนะ บางครั้งมันต้องเกี่ยวทุกทั้งภายในทั้งภายนอกมันต้องเกี่ยวทุกทั้งกัน บางคนต้องคิดว่าการมาอยู่ปฏิบัติต้องเอาให้ได้ ต้องเอาให้สำเร็จ ต้องเอาให้บรรลุ หน้าดำคร่ำเครียด เป็นทุกข์มากๆเลย เพราะจะเอาให้เป็นให้ตายกันไปข้างหนึ่ง เพราะมุ้งมันจะฆ่ากิเลสให้ตาย กิเลสต้องตาย แต่ตัวเอง(ธาตุขันธ์)แย่งทุกวัน ส่วนใหญ่ตัวจะตายก่อนกิเลสจะตาย บางครั้งต้องวิเคราะห์ตัวเองว่ามันใช่หรือไม่ใช่ เราจะได้สังเคราะห์ตัวเองได้ถูก บางครั้งบางขณะเราทำด้วยอำนาจของความโลภก็มีทำด้วยอำนาจของความโกรธความไม่พอใจคือโทสะก็มี บางครั้งก็ทำด้วยความหลงคือไม่รู้จริงๆ ในสภาพธรรมที่เกิด-ดับ เหมือนกับบางคนมาบวชพระแต่ไม่ได้มุ่งไปที่การลดละกิเลสเป็นหลัก เพราะความไม่รู้จริงๆก็อาจจะบวชมาปฏิบัติเพื่อไปเป็นเทวดาอย่างนี้ เป็นต้น จริงๆแล้วในครั้งพุทธกาลส่วนใหญ่บวชมาปฏิบัติมาเพื่อทำพระนิพพานให้แจ้ง ไม่ใช่จะมุ่งหมายไปเกิดเป็นเทพเป็นเทวดาคนละเรื่องกับจุดมุ่งหมายสูงสุดของพระพุทธานุศาสนานา บางท่านรักษาศีลก็ติดอยู่เพียงแค่ว่า สัลลพตปรามาส ยึดมั่นถือมั่นศีลวัตรข้อปฏิบัติที่ไม่เป็นไป เพื่อขัดเกลากิเลสเลย ซึ่งในทางพระพุทธศาสนาเน้นการขัดเกลากิเลสเป็นหลัก

ใน สัลลพธรรม ธรรมที่เป็นไปเพื่อการขัดเกลากิเลส การปฏิบัติตามธรรมทั้งหลายจะต้องเป็นไปเพื่อการขัดเกลา อีกอย่างธรรมปฏิบัติต้องเป็นฝักฝ่ายแห่งการบรรลุธรรมท่านเรียกว่าธรรมสามัคคี ธรรมสามัคคี บางคนอาจจะไม่เคยได้ยิน จริงๆก็หมายถึง โภธิปักขิยธรรมทั้ง ๓๗ ประการนั้นแหละ ธรรมเหล่านี้ต้องสามัคคีกัน ไม่ใช่ว่าอย่างใดอย่างหนึ่งเจริญอีกอย่างหนึ่งไม่เจริญตามมันขัดกันจริงๆ ต้องไปด้วยกัน ในธรรมสามัคคีในโภธิปักขิยธรรม ๓๗ ตั้งแต่สติปัฏฐาน ๔ สัมมปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ มรรคมงคล ๘ ต้องสามัคคีกันนะ ถ้าไม่สามัคคีกันก็ไม่ได้เป็นไปเพื่อเป็นฝักฝ่ายแก่การบรรลุโพธิญาณ เมื่อทำจริงๆจะต้องเป็นอย่างนั้น ต้องเป็นอย่างนั้นจริงๆเพื่อเกี่ยวทุกทั้งภายในภายนอก ธรรมเหล่านี้เป็นเหตุเป็นปัจจัยคือเป็นอัญญมัญญปัจจัยแก่กันและกันได้ อุดหนุนเกี่ยวทุกทั้งกันแก่กันและกัน เหมือนกับบุญอุดหนุนให้บุญ หรือบุญการให้บุญทุกบุญบริบูรณ์สมบูรณ์ บางครั้งเราก็เข้าใจแค่จะให้ทานก็ได้บุญ รักษาศีลก็เป็นบุญ ภาวนาก็เป็นบุญ พอพูดถึงบุญมันครอบคลุมไปทั้งหมด ถ้า

เราพูดถึงทานก็เป็นทานให้เกิดบุญอีกอย่างนะ ถ้าพูดถึงศีลอย่างเดียวมันก็ไม่ครบอีก ถ้าพูดถึงภาวนาอย่างเดียวมันก็ยังไม่สมบูรณ์ต้องมีศีล ต้องมีสมาธิ ต้องมีปัญญา ฉะนั้นเวลาปฏิบัติธรรมต้องสามัคคีกันนะห้ามแยกกัน ต้องเป็นธรรมสามัคคี แต่ไม่ใช่ธรรมเรานะ ธรรมก็คือธรรม ถ้าไปคิดว่าเป็นของเราเมื่อไหร่ เอาอีกแล้วเรือใกล้จะจมแล้วนี่ ระวังนะอย่าให้มันจมก่อน ถ้าจมก่อนชาติหน้าถ้าไปด้วยสติปัญญาก็ค่อยยังชั่ว เกิดว่าตอนนั้นความหลงครอบงำ ไม่รู้ว่าจะไปเป็นอะไร มันก็ยังเสี่ยงอยู่ เพราะเราปิดประตูบายนุญยังไม่ได้ในเรื่องของความเพียรต้องเป็นความเพียรชอบ สติการระลึกชอบต้องระลึกไปที่ กาย เวทนา จิต ธรรม อย่างที่เราระลึกนี้แหละ ต้องเห็นรูปเห็นนามที่เป็นปัจจุบัน และสัมมาสมาธิ อยู่ในกลุ่มของสมาธิ จิตต้องตั้งมั่นชอบ ผู้ใดมีจิตตั้งมั่นผู้นั้นจะรู้ตามความเป็นจริง เหมือนน้ำที่มันนิ่งนั่นแหละเราจะมองเห็นตะกอนในน้ำได้ชัดเจน อย่างช่วงเวลาที่กำหนดได้ต่อเนื่อง ทำไมจึงมีเรื่องนั้นเรื่องนี้ฟูขึ้นมา บางคนไม่รู้ก็กลัวให้ขุนต่ออีก ไปปรุงแต่ง แทนที่จะดู และรู้ตามความเป็นจริง นั่นมันไม่ใช่เรา จิตหลงคิดว่าเป็นเราตลอดเวลา ในห้วงเวลานั้นคงช่วยอะไรไม่ได้ เพราะเขาเผลอมาให้เห็นอยู่แล้ว จิตไม่ยอมละ ไม่ยอมวาง หลงไปสร้าง ไปปรุงแต่งอยู่เรื่อยไป

จริงๆต้องมีสติเท่าทันตามความเป็นจริงปล่อยให้เขาเกิด เขาดับของเค้า เราเป็นเพียงผู้ดู แต่กลายเป็นผู้จัดการทุกครั้งไปก็เลยต้องวุ่นวายอยู่อย่างนี้ เพราะไม่ได้เห็นตามเป็นจริง ธรรมะก็เลยกลายเป็นธรรมเรา ธรรมะก็เลยไม่สามัคคีกันเสียที หรือมรรคก็ไม่ได้เป็นมรรคสามัคคี ไปเป็นอริยมรรค ก็เลยสะเปะสะปะอยู่บางครั้งก็ศีลดี บางครั้งก็สมาธิดี บางครั้งก็ปัญญาดี ไม่ได้พอดีกันซักที ไม่ได้ มีขมิมาปฏิบัติหลายทีนี้ในเรื่องของปัญญาบ้าง ปัญญาคือตัวสัมมาทิฐิ ตัวความเห็น ต้องเห็นถูกต้องเห็นชอบ สัมมาสังกัปปะ ดำริก็ต้องชอบ ถ้าเรารู้จักธรรมชาติของบุญอย่างถูกต้องแล้ว คิดก็เป็นบุญ พูดก็เป็นบุญ ทำก็เป็นบุญ หยิบจับอะไรก็เป็นบุญไปด้วย แล้วเวลาที่จะทำอะไรมันก็เหมือนกับเพิ่ม หรือเกื้อกูลอุดหนุนให้บุญต่างๆเจริญขึ้น อัครัง ปุญญัง บุญจึงเลิศประเสริฐ อัครัง ปุญญัง ปวัตตติ ว่าไปต่อเรื่อยๆ ในภาษาบาลี เป็นบุญไปหมดเลยเพราะไปสอดคล้องกับมรรคมองค์ ๘ บางครั้งเราทำข้างนอกมันเกื้อกูลข้างใน เวลาเรามาประพฤติปฏิบัติ ธรรมก็สอดรับกัน บางคนมาเอาดีเฉพาะช่วงปฏิบัติ แต่พอออกจากการประพฤติปฏิบัติไม่ค่อยระวัง รักษากาย รักษาวาจา รักษาใจให้เป็นสุจริต เมื่อมาเข้าปฏิบัติกรรมฐาน ต้องพยายามรักษา

กาย รักษาวาจา รักษาใจให้สะอาดขึ้น เมื่อจิตยังไม่มีกำลังพอก็ต้องอดทน ถ้ามองด้วยเหตุด้วย ผลก็เหมือนทำบุญ ยังไม่บริบูรณ์สมบูรณ์ด้วยบุญ ทำบุญไม่ถูกบุญ ทำบุญไม่ถึงบุญ ทำบุญจิต ยังไม่ร่าเริงอาจหาญในบุญ ทำเกินพอดี บุญที่ทำจึงไม่สอดคล้องกับเหตุปัจจัย

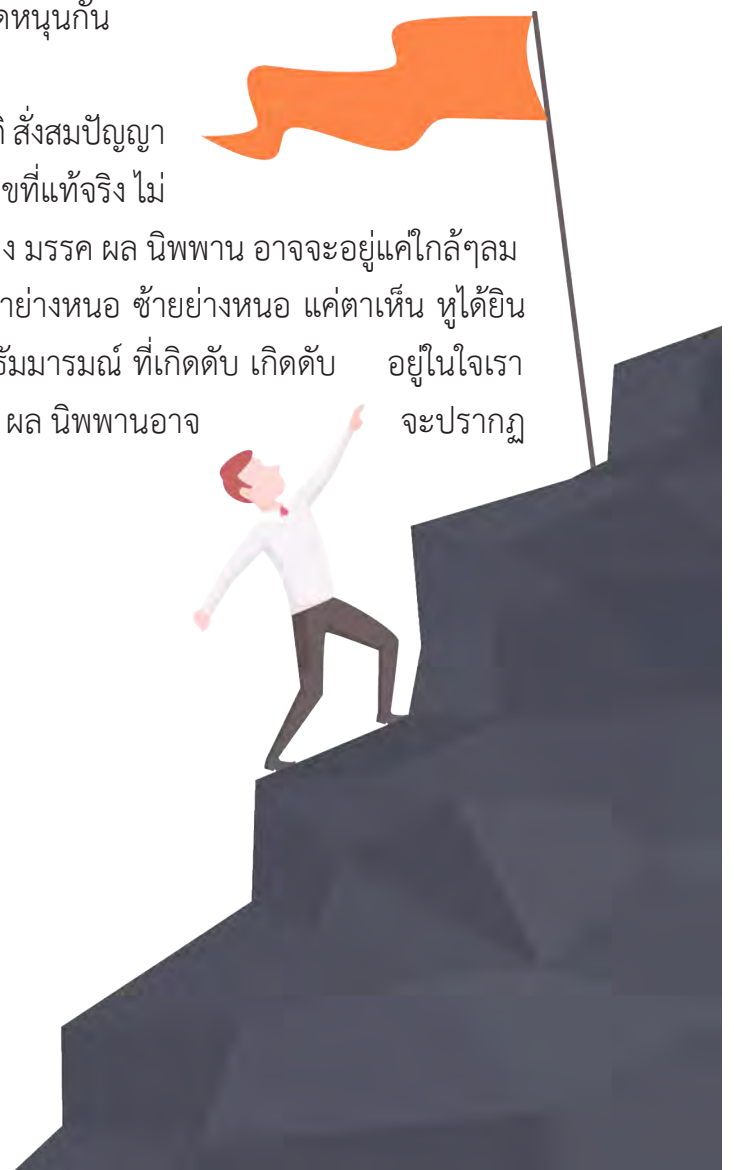
บุญเป็นเหตุเป็นธรรมชาติที่เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ขำระจิตของผู้กระทำให้ผ่องใส ขำระกาย วาจา ใจ ให้เป็นสุจริต ให้สะอาด กายเป็นบุญก็กายสุจริตนั้นแหละ วาจาเป็นบุญก็วาจาสุจริตนั้นแหละ ใจเป็นบุญก็ใจสุจริต ถ้า กาย วาจา ใจเป็นบุญมันพร้อม บริบูรณ์สมบูรณ์เหมือนคนที่จะทำสติปัฏฐานให้เจริญได้ ต้องทำ กาย วาจา ใจ ให้หมดจดด้วย ในขณะเดียวกัน ในทางกลับกันตัวกาย วาจา ใจ ก็ทำให้สติปัฏฐานเจริญขึ้น สติปัฏฐานก็ทำให้ สัมมปปธาน 4 เจริญขึ้นๆ ไปด้วยกันต้องสามัคคีกัน เมื่อไม่เข้าใจก็คิดว่าแยกกัน เมื่อกล่าวโดยสรุปจริงๆ บุญที่เป็นบุญจริงๆ คือบุญในเรื่องของความมีสติคือความไม่ประมาท พระพุทธเจ้าท่านตรัสเป็นปัจฉิมโอวาทก่อนปรินิพพานว่า “อปปมาเทนะ สัมปาเทละ” เธอทั้งหลาย จงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด มันมาจบตรงนี้แหละ เมื่อเราประมาทกิเลสมันก็เข้าได้ ถ้าไม่ประมาทกิเลสก็เข้าไม่ได้ ถ้าอยู่ด้วยความไม่ประมาทก็มีโอกาสในการทำความดียิ่งขึ้นไป ส่วนใหญ่คนเรามักอยู่ด้วยความประมาทขาดสติ จึงไม่ค่อยเท่าทันไปกับความเป็นที่กำลังเกิด-ดับในปัจจุบันขณะ บางคนติดอยู่กับสิ่งที่ไม่มีว่ามี จากนั้นก็ไปคิดว่าสิ่งที่ไม่มีแล้วจะมีอีก แต่จริงๆ แล้วมันมาจากสิ่งที่ไม่มีแล้วก็มี จากนั้นก็กลับไปสู่ความไม่มี หรือบางคนบอกว่าหาไม่ มันไม่มีอีกแล้ว เมื่อยังไม่รู้ตามเป็นจริง ว่าสรรพสิ่งมันเป็นอนัตตา หรือธรรมที่ยึดเป็น ธรรมเรา มันไม่ใช่ สัพเพ ธัมมา นาลัง อภินิเวสยาเย อย่างที่พระพุทธเจ้าสอนว่าธรรมทั้งหลายทั้งปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น ต้องปล่อยให้มันเป็นไปตามธรรม เมื่อเราเข้าใจธรรมชาติที่มันเป็นบุญ หรือก่อให้เกิดบุญ ผู้ที่รู้จักบุญอย่างแท้จริงไม่ว่าจะเป็นบุรุษหรือสตรีหรือใครก็ตามท่านจึงนิยมสั่งสมบุญ

สมดังพุทธศาสนสุภาษิตในพุทธศาสนา จากพระคาถาธรรมบทว่า “บุญญญเจ ปุริโสภยิรา, กยิราเณน ปุนปฺปุน. ตมฺหิ ฌนํ กยิราถ, สุโข บุญญสฺส อจฺจโย. เมื่อไหร่ทำบุญ ควรทำบุญนั้นบ่อยๆ และทำความพึงพอใจในบุญนั้น เพราะการสั่งสมบุญนำความสุขมาให้” เมื่อรู้จักธรรมชาติที่เป็นบุญแล้ว จะไปทำที่ไหนวัดใด เมื่อไหร่ อะไรที่ไหน ถ้าเข้าใจธรรมชาตินี้ก็ต้อง

ทำความคุ้นเคยหรือทำบุญนั้นบ่อยๆ เพราะการสั่งสมบุญ นำความสุขมาให้ เมื่อสั่งสมบุญอย่าง
ที่พูดให้ฟังทุกครั้งที่เราสั่งสมก็มีความสุข กุศลวิบากของกุศลก็คือความสุข อกุศลวิบากของ
อกุศลก็คือความทุกข์ ชัดเจนอยู่ในตัว เมื่อเป็นบุญท่านถึงบอกว่าธรรมชาติอย่างนั้นควรสั่งสม
สั่งสมในที่นี้คือทำบ่อยๆ จึงจะสั่งสมไปเอง อยู่ในจิตของผู้กระทำคือสะสมเก็บไว้เองด้วยเหตุ
ปัจจัยอันเป็นบุญ เมื่อจงใจจะเก็บบุญ บางคนมักจะเก็บไม่อยู่ บุญจึงจะรั่วไหล หรือมักจะไป
โทษใครเขาก็ได้ ว่าทำให้บุญฉ่นร่วงหล่น จิตจึงเกิดมีอกุศลเข้ามาแทรกเรื่อย ๆ เพราะรู้สึกว่ามี
คนมาแย่งบุญไปจากเรา หรือมีคนมาทำบุญให้ตกหล่น หรือมีคนมาขวางบุญอยู่เรื่อย ถ้าจะเก็บ
บุญไว้เองไม่ต้องเก็บ ให้บุญเก็บบุญ ให้ธรรมเป็นธรรม ให้ความจริงเป็นความจริง ให้ธรรมชาติ
คงเป็นธรรมชาติเป็นเหตุเป็นปัจจัยเกื้อกูลอุดหนุนกัน

ฉะนั้นพวกเราก็ต้องพยายามสั่งสมสติ สั่งสมปัญญา
ที่จะก่อให้เกิดบุญเกิดกุศลยิ่งขึ้นไป ความสุขที่แท้จริง ไม่
ได้อยู่ไกลหรือก้อยู่ใกล้ๆ นี้แหละ ถ้าทำถูกต้อง มรรค ผล นิพพาน อาจอยู่แค่ใกล้ๆ ลม
หายใจเข้าหายใจออก แค่นม แค่น้ำ แค่วาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ แค่นาเห็น หูได้ยิน
จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้รส กายถูกต้องสัมผัส แค่อัมมารมณ ที่เกิดดับ เกิดดับ อยู่ในใจเรา
เมื่อรู้ถูก เข้าใจถูก ปฏิบัติถูกต้องจริงๆ มรรค ผล นิพพานอาจ
ขึ้นได้ทุกเมื่อ ไม่ได้จำกัดกาล

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้







นานาสาระจากพระอภิธรรมปิฎก

วงศ์พรรณ.โอ

กสสม (๔)

สวัสดีค่ะท่านผู้อ่านที่เคารพ เริ่มปีใหม่ ๒๕๖๒ กันด้วยเรื่องของกรรมกันต่อนะคะ ในหมวดสุดท้ายคือ ปากฐานจตุกกะ ซึ่งเป็นหมวดที่มีเนื้อหามาก อาจจะไม่จบในตอนเดียวนะคะ หมวดปากฐานจตุกกะนี้แสดงที่ตั้งแห่งผลของกรรม คือวิปากจิตและกัมมชรูป อันเป็นผลของกุศลกรรมและอกุศลกรรม อันเป็นเหตุให้เกิดผล มี ๔ อย่างคือ

๑. อกุศลกรรม ได้แก่ เจตนาที่อยู่ในอกุศลจิต ๑๒
๒. กามาวจรกุศลกรรม ได้แก่ เจตนาที่อยู่ในมหากุศลจิต ๘
๓. รูปาวจรกุศลกรรม ได้แก่ เจตนาที่อยู่ในรูปาวจรกุศลจิต ๕
๔. อรูปาวจรกุศลกรรม ได้แก่ เจตนาที่อยู่ในอรูปาวจรกุศลกรรม ๔

จตุกกะที่เราได้เคยนำเสนอมาแล้ว ๓ จตุกกะ ๓ ตอน นั้นเป็นการแสดงโดยสุดต้นตุนัย ส่วนจตุกกะที่ ๔ นี้ จะแสดงโดยอภิธัมมัตถะ จะเป็นอย่างไร มาเริ่มกันเลยค่ะ

๑. อกุศลกรรม

อกุศลกรรม ได้แก่ เจตนาที่อยู่ในอกุศลจิต ๑๒ เมื่อว่าโดยการแสดงออกของเจตนาที่เป็นเหตุให้สำเร็จการกระทำแล้ว (กรรมทวาร) มี ๓ อย่างคือ

๑. กายทวาร หมายถึง การทำอกุศลที่เกิดทางกาย ได้แก่ กายวิญญูติรูป
๒. วจิตวาร หมายถึง การกระทำทางวาจา ได้แก่ วจิตวิญญูติรูป
๓. มโนทวาร หมายถึง การกระทำที่เกิดทางใจ ได้แก่ อกุศลจิต ๑๒

ตามธรรมดาของคนเรานั้น เมื่อจะกระทำการสิ่งใดก็ตาม ต้องมีความตั้งใจเกิดขึ้นก่อน ด้วยเหตุที่การกระทำต่างๆทั้งหลายนั้นจึงมีความตั้งใจอันได้แก่ เจตนา เป็นผู้นำอยู่เสมอ

พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า เจตนาดีนี้แหละชื่อว่ากรรม ถ้าพิจารณาให้ดีแล้ว เจตนาดีกับกรรมทั้ง ๒ อย่างนี้ มีความแตกต่างกัน คือเจตนาเป็นปุพพภาคธรรม หมายถึง ธรรมที่เกิดก่อน ส่วนกรรมเป็นปัจฉิมภาคธรรม หมายถึง ธรรมที่เกิดภายหลังเจตนา แต่เนื่องเป็นการแสดงโดยมิได้แยกประเภท จึงกล่าวว่าเจตนาดีคือกรรม หมายถึงเจตนาที่ประกอบในอกุศลจิต ๑๒ โลภียกุศลจิต ๑๗ อกุศลเจตนาเมื่อว่าโดยกรรมบถ คือ ทางของการกระทำ หรือการกระทำที่เป็นหนทางไปสู่อบาย มี ๑๐ อย่าง เรียกว่า อกุศลกรรมบถ ๑๐ ได้แก่

๑. ปาณาติบาต การฆ่าสัตว์
 ๒. อทินนาทาน การลักทรัพย์
 ๓. กาเมสุมิฉาจาร การล่วงประเวณี ทั้ง ๓ นี้เป็นอกุศลกายกรรม ๓
 ๔. มุสาวาท การพูดปด
 ๕. ปิสุณวาจา การพูดส่อเสียด
 ๖. ผรุสวาจา การพูดคำหยาบ
 ๗. สัมผัปปลาปะ การพูดเพ้อเจ้อ ทั้ง ๓ นี้เป็นอกุศลวจีกรรม ๓
 ๘. อภิชฌา การเพ่งเล็งอยากได้ของผู้อื่น
 ๙. พยาบาท การคิดปองร้าย
 ๑๐. มิจฉาทิฎฐิ มีความเห็นผิด ทั้ง ๓ นี้เป็นอกุศลมนโกรรม ๓
- ต่อไปจะได้ขยายความในแต่ละอย่างตามลำดับนะคะ

๑. ปาณาติบาต

การทำอกุศลกรรมต่าง ๆ นั้น ที่เข้ากรรมบถก็มี ไม่ล่วงกรรมบถก็มี ถ้าล่วงกรรมบถแล้ว การกระทำนั้นสำเร็จเป็นชนกรรมสามารถทำให้เกิดในอบายภูมิได้ แต่ถ้าไม่เข้าถึงกรรมบถ การให้ผลปฏิสนธิในอบายภูมิก็มีความไม่แน่นอน เพียงให้ผลในปวัตติกาล คือทำให้ชีวิตความเป็นอยู่ของผู้นั้นต้องประสบกับความลำบากต่างๆ ปาณาติบาตที่จะก้าวล่วงกรรมบถนั้น ต้องประกอบด้วยองค์ ๕ คือ ๑.ปาณ สัตว์นั้นมีชีวิต ๒.ปาณสญญิตา รู้ว่าสัตว์นั้นมีชีวิต ๓.วธกจิต ต้ มีจิตคิดจะฆ่า ๔.ปิโยโค ทำความเพียรเพื่อให้ตาย ๕.เตน มรณ สัตว์ตายลงเพราะความเพียรนั้น ถ้ายังไม่ครบองค์ ๕ ก็ยังไม่ชื่อว่าสำเร็จกรรมบถ

องค์ธรรมของปาณาติบาตได้แก่ เจตนาที่อยู่โนโทสมูลจิต ๒ มีอารมณ์เกี่ยวกับการฆ่าสัตว์

มาดูกันต่อค่ะว่าปาณาติบาตไหนมีโทษน้อยหรือมีโทษมาก

การฆ่าสัตว์จะมีโทษมาก คือ มหาสาวัชชะ หรือมีโทษน้อย คือ อปฺปสาวัชชะ ย่อมขึ้นอยู่กับสัตว์ที่ถูกฆ่าและความพยายามของผู้ฆ่า ซึ่งมีหลักเกณฑ์ในการพิจารณา ๓ ประการคือ

๑. ร่างกายของสัตว์ที่ถูกฆ่า ถ้าเป็นสัตว์ใหญ่เช่น ช้าง ม้า โค กระบือ เป็นต้น ก็มีโทษมากเป็น มหาสาวัชชะ เพราะชีวิตนวกกลาปของสัตว์พวกนี้ถูกทำลายลงเป็นจำนวนมาก แต่ถ้าสัตว์ที่ถูกฆ่าเป็นสัตว์ตัวเล็ก เช่น มด ยุง ริน ไร เป็นต้น ก็มีโทษน้อย เป็นอปฺปสาวัชชะ

๒. คุณธรรมของสัตว์ที่ถูกฆ่า ในระหว่างสัตว์เดรัจฉานกับมนุษย์ ชำนาญมนุษย์มีโทษมากกว่า เพราะมนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐกว่า แต่สำหรับการฆ่ามนุษย์ด้วยกัน ฆ่าผู้ที่มีศีลธรรม เช่น พระภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา เป็นต้น มีโทษมากกว่าฆ่าผู้ไม่มีศีลธรรม เช่น โจรผู้ร้าย เป็นต้น ถ้าผู้ถูกฆ่าเป็นบิดา มารดา พระอรหันต์ จัดเป็นอนันตริยกรรม ยังมีโทษมากเป็นพิเศษ

๓. ความเพียรของผู้ฆ่า อาศัยตัดสินโดยนโยบาย คือ ในขณะที่ฆ่านั้น ได้ใช้ความพยายามมากน้อยเพียงใด ถ้าใช้ความพยายามมาก ก็มีโทษมาก ถ้าใช้ความพยายามน้อยก็มีโทษน้อย นอกจากนี้ถ้าผู้กระทำปาณาติบาตโดยรู้ว่าการกระทำเช่นนี้เป็นอกุศลกรรม มีโทษไม่ควรกระทำ แต่ก็ได้กระทำลงไปด้วยเหตุใดเหตุหนึ่งก็ตาม ย่อมมีโทษน้อยกว่าผู้กระทำปาณาติบาตโดยไม่รู้ว่าเป็นอกุศล มีโทษไม่ควรทำ ทั้งนี้เพราะย่อมประกอบด้วยมิจฉาทิฏฐิอย่างแรงกล้า จึงต้องรับโทษมากเป็นมหาสาวัชชะ

เปรียบเทียบเช่นช่างตีเหล็กเผาเหล็กจนร้อนจัด แล้วเอาออกจากเตามาวางไว้ ช่างตีเหล็กนั้นย่อมรู้ว่าก่อนเหล็กนั้นร้อน ฉะนั้นเมื่อจำเป็นต้องเอามือไปจับก้อนเหล็กนั้น ก็ย่อมรู้ประมาณในความร้อน ไม่จับมันคั่นหมายลงไปเต็มที่ แต่ถ้าผู้ที่มาภายหลังหรือบุคคลอื่น ไม่รู้ว่าก่อนเหล็กนั้นร้อน ย่อมจับก้อนเหล็กนั้นอย่างเต็มที่ จนทำให้มือไหม้เกรียมไป

อีกอย่างหนึ่ง นโยบาย คือความเพียรพยายามในการทำปาณาติบาต อันเป็นองค์ประกอบอย่างหนึ่งที่ทำให้เข้าถึงอกุศลกรรมบถนั้น มีความเพียรพยายามอยู่ ๖ อย่างคือ

๑. สาหัตถิกะ ได้แก่ พยายามกระทำด้วยตนเอง

๒. อาณัตติกะ ได้แก่ ใช้ให้ผู้อื่นกระทำ

๓. นิสัสคิยะ ได้แก่ มีการปล่อยอาวุธ ขว้าง ปา เป็นต้น
๔. ถาวรระ ได้แก่ พยายามสร้างเครื่องประหารไว้อย่างถาวร มีการทำ หรือ ซื้ออาวุธ ปืน มีด หรือชุดหลุมพราง วางบ่วงดักไว้ เป็นต้น
๕. วิชขามยะ ได้แก่ พยายามโดยใช้วิชาอาคม ไสยศาสตร์ต่างๆ
๖. อิทิมิยะ ได้แก่ พยายามใช้อิทธิฤทธิ์ ที่เป็นกรรมสิทธิของตนประหาร เช่น ทำเวสสุวรรณ ระหว่างที่ยังมิได้สำเร็จเป็นพระอริยบุคคล ก็เคยฆ่าพวกยักษ์ที่เป็นบริวารด้วยการถึงตา เป็นต้น

๒. อทินนาทาน

การกำล่งกรรมบถแห่งอทินนาทานนั้น จะต้องประกอบด้วยองค์ ๕ คือ

๑. ปรปรีคหิต์ ได้แก่ วัตถุสิ่งของนั้นมีเจ้าของ
๒. ปรปรีคหิตสณฺญิตา ได้แก่ รู้ว่าวัตถุสิ่งของนั้นมีเจ้าของ
๓. เถยยจิตตํ ได้แก่ มีจิตคิดจะลักทรัพย์
๔. ปโยโค ได้แก่ ทำความเพียรเพื่อลักทรัพย์นั้น
๕. อวหาโร ได้แก่ ได้สิ่งของนั้นมาด้วยความเพียรนั้น

เมื่อการกระทำครบองค์ทั้ง ๕ ประการนี้แล้ว ผู้นั้นได้ชื่อว่ากำล่งกรรมบถ ถ้ากระทำไม่ครบองค์ ๕ ย่อมไม่สำเร็จเป็นกรรมบถ สำหรับความเพียรพยายามในการลักทรัพย์ที่เรียกว่า ปโยคะ นั้น มี ๖ ประการ เหมือนกับปโยคะของปาณาติบาต คือ

๑. สาหัตถิกะ ลักทรัพย์ด้วยตนเอง
๒. อาณัตติกะ ใช้คนอื่นให้ลักทรัพย์โดยวาจา หรือเขียนหนังสือ
๓. นิสัสคิยะ ทั้งวัตถุสิ่งของไว้ หรือโยนให้คนอื่นพวกเดียวกัน หรือทิ้งของที่ต้องเสียภาษีออกไปให้พ้นเขต
๔. ถาวรระ ส่งสมัครพรรคพวกไว้ ได้โอกาสให้พยายามลักทรัพย์นั้นมา
๕. วิชขามยะ ใช้เวทย์มนต์คาถาให้เจ้าของทรัพย์หลงใหลหยาบยื่นทรัพย์นั้นให้ ใช้คาถาสะกดให้เจ้าของหลับ แล้วเข้าลักทรัพย์
๖. อิทิมิยะ ใช้อิทธิฤทธิ์ต่างๆ ที่นอกจากวิชขามยะ

แต่ผู้มีอิทธิฤทธิ์ย่อมไม่ทำอหิงสาทานที่เป็นโลกวัชชะ คือ การกระทำที่มีโทษทางโลก กระทำแต่หยิบฉวยมาใช้ชั่วคราว ที่เจ้าของทรัพย์นั้นไม่มีความเสียหายแต่ประการใด ข้อนี้ไม่จัดว่าเป็นการลักทรัพย์ที่ครบองค์ประกอบ

การลักทรัพย์จะมีโทษมากหรือน้อย ขึ้นอยู่กับทรัพย์สิ่งของที่ขโมยนั้นเป็นประการสำคัญ เมื่อว่าโดยราคาแล้ว ถ้าทรัพย์สิ่งของที่ขโมยนั้นมีราคามาก ก็เป็นมหาสาวัชชะ คือมีโทษมาก ถ้ามีราคาน้อยก็เป็นอัปสาวัชชะ คือมีโทษน้อย และในทรัพย์สิ่งของที่มีราคาเสมอกัน ต้องวินิจฉัยที่เจ้าของทรัพย์นั้น กล่าวคือ ถ้าเจ้าของเป็นผู้มีศีลธรรม ผู้ลักขโมยนั้นก็มิโทษมาก ถ้าเจ้าของเป็นผู้ไม่มีศีลธรรม ผู้ลักขโมยนั้นก็มิโทษน้อย

เราอาจจะจำแนกเจ้าของทรัพย์ได้เป็น ๔ ประเภท คือ

๑. คิหิสนตก ทรัพย์นั้นเป็นของฆราวาส
๒. ปุคฺคฺลสนตก ทรัพย์นั้นเป็นของพระ หรือ เณร องค์กรใดองค์กรหนึ่ง
๓. คณสนตก ทรัพย์นั้นเป็นของพระ หรือ เณร ๒ หรือ ๓ รูป



Freepik

๔. สงขสนตก ทรัพย์นั้นเป็นของพระ หรือ เณร ตั้งแต่ ๔ รูปขึ้นไป

ผู้ใดลักทรัพย์ของเจ้าของทรัพย์ ทั้ง ๔ ประเภท ย่อมมีโทษมากน้อยไปตามลำดับ ถ้าลักทรัพย์ของ สงขสนตก มีโทษมากที่สุด หรืออีกนัยหนึ่ง เราสามารถจะแสดงเจ้าของทรัพย์เป็น ๕ ประเภท คือ

๑. ปุณฺณชนสนตก เจ้าของทรัพย์เป็นปุณฺณชน
๒. โสตาปนสนตก เจ้าของทรัพย์เป็นพระโสตาบัน
๓. สกทาคามีสนตก เจ้าของทรัพย์เป็นพระสกทาคามี
๔. อนาคามีสนตก เจ้าของทรัพย์เป็นพระอนาคามี
๕. อรหตสนตก เจ้าของทรัพย์เป็นพระอรหันต์

ผู้ลักทรัพย์ของเจ้าของทรัพย์ ๕ ประเภทนี้ ย่อมได้รับโทษมากน้อยตามลำดับ การลักทรัพย์ของพระอรหันต์มีโทษมากที่สุด นอกจากนี้การขโมยหรือการลักทรัพย์สิ่งของต่างๆ อาจจำแนกเป็นประเภทใหญ่ๆ ได้ ๕ ประเภท คือ

- ก. นานาภพปลุกก การขโมยทรัพย์สิ่งของต่างๆ ทั้งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิต
- ข. เอกภพปลุกก การขโมยเฉพาะสิ่งที่มีชีวิต
- ค. สาหตถิกปลุกก การขโมยด้วยตนเอง
- ง. ปุพฺพปโยคปลุกก อทินนาทานที่สำเร็จก่อนที่จะกระทำการขโมย

จ. เถยวหารปลุกก การฉ้อโกง เปลี่ยนแปลงวัตถุสิ่งของ ทำวัตถุปลอมปน ตัดช่องย่องเบาโดยมิให้ เจ้าของรู้ตัว เหล่านี้ในแต่ละข้อก็จะมี ๕ อย่าง ดังจะได้แจกแจงรายละเอียดทั้ง ๒๕ ข้อต่อไปนี้

ก. นานาภพปลุกก การขโมยสิ่งของต่างๆ ทั้งที่มีชีวิต และไม่มีชีวิต มี ๕ ประการคือ

๑. อาทียน อทินนาทาน ได้แก่การทำให้ทรัพย์สมบัติเกี่ยวกับที่ดิน นา สวน หรือบ้านเรือน ของผู้อื่นให้ตกมาเป็นสมบัติของตน โดยวิธีการฟ้องร้องต่อศาลซึ่งไม่เกี่ยวข้องกับการเป็นหนี้สินต่อกัน อาศัยที่ตนถือกรรมสิทธิ์ครอบครองสถานที่นั้นๆ ถ้าเจ้าของที่ดินหรือเจ้าของบ้านนั้นๆ เกิดความท้อแท้คิดว่าทรัพย์สมบัติของเราจะต้องตกเป็นของผู้อื่นแน่แล้ว ผู้ฟ้องร้องเพื่อมุ่งเอาทรัพย์สมบัตินั้น ก็เป็นอันก้าวล่วงกรรมบถนี้

๒. หรณ อทินนาทาน ได้แก่ผู้ที่กำลังนำทรัพย์สมบัติของผู้อื่นไปตามหน้าที่การงานของ

ตน ขณะกำลังนำไปนั้น มีจิตคิดจะขโมยมาเป็นของตน เมื่อจิตคิดจะขโมยเช่นนี้แล้ว แม้เพียงขยับสิ่งของนั้นเคลื่อนจากที่เดิม เช่น ถ้วยของนั้นมาด้วยมือซ้าย ขยับย้ายมามือขวาเป็นต้น ก็ได้ชื่อว่าก้าวล่วงกรรมบถนี้

๓. อวหารณ อทินนาทาน ได้แก่ มีผู้อื่นนำสิ่งของหรือนำเงินทองมาฝากไว้กับตน ครั้นเจ้าของมาขอรับคืน กลับปฏิเสธว่าไม่ได้รับของนั้นไว้ ชื่อว่าเป็น อวหารณ อทินนาทาน และเมื่อเจ้าของหมดหวังที่จะได้คืนโดยคิดว่าสูญแน่ เช่นนี้ ผู้รับของฝากนั้นได้ก้าวล่วงกรรมบถนี้

๔. อิริยาปถ วิโกปน อทินนาทาน ได้แก่ ขณะที่เจ้าของทรัพย์สินอยู่ในอิริยาบถนั่ง นอน ยืน หรือ เดินอยู่ก็ตาม ผู้ขโมยนั้นคิดหาวิธีที่จะเอาตัวเจ้าของทรัพย์สินไปเสียจากที่นั้น จึงลงมือทำการหลอกลวงขู่ขวัญ หรือด้วยวิธีหนึ่ง

วิธีใดก็ตาม ทำให้เจ้าของทรัพย์สินเคลื่อนกายไปจากที่นั้นเพียงก้าวเดียว ก็ชื่อว่าผู้คิดขโมยนั้นสำเร็จเป็น อิริยาปถ วิโกปน อทินนาทาน เมื่อเจ้าทรัพย์ก้าวไปตั้งแต่ก้าวที่สองขึ้นไป ก็เป็นอันว่าผู้ขโมยนั้นก้าวล่วงกรรมบถนี้ หรือถ้าขโมยนั้นอุ้มเจ้าทรัพย์ ก้าวเท้าเคลื่อนไป ก็เป็นไปโดยนัยเดียวกัน

๕. ฐานาจาจน อทินนาทาน ได้แก่ทรัพย์สินของต่างๆ ที่เจ้าของวางไว้ในที่ใดที่หนึ่งก็ตาม ผู้ขโมยนั้นมีจิตคิดจะขโมย จึงหยิบสิ่งของนั้นเคลื่อนไปจากที่เดิม แม้เคลื่อนไปเพียงเล็กน้อย ก็เป็นอันว่าผู้ขโมยนั้นสำเร็จกรรมบถนี้

ข. เอกภณูปยจก การขโมยเฉพาะสิ่งมีชีวิต ๕ ประการ คือ

๑. อาทียน อทินนาทาน ได้แก่การยึดเอาสวัญญาณกทรัพย์ มีคนหรือสัตว์เลี้ยง ของผู้อื่นมาเป็นสมบัติของตนโดยวิธีฟ่องร้องต่อศาล

๒. หรณ อทินนาทาน ได้แก่ผู้ที่มีหน้าที่จะต้องพาคนหรือสัตว์เลี้ยงไปยังที่ใดที่หนึ่ง ขณะที่กำลังพาไปนั้น มีจิตคิดจะลักพาไปเป็นของตน หรือพาไปขาย

๓. อวหารณ อทินนาทาน ได้แก่ มีผู้นำคนหรือสัตว์เลี้ยงมาฝากไว้ ครั้นผู้ฝากมาขอรับคืน กลับกล่าวเท็จว่ามีผู้มารับไปแล้ว หรือหนีไปแล้ว โดยคิดจะถือเอาคนหรือสัตว์เลี้ยงนั้นมาเป็นของตน

๔. อิริยาปถ วิโกปน อทินนาทาน ได้แก่ผู้ที่ล่อลวง ลักพา ฆาตุคร่า คนหรือสัตว์เลี้ยง มีเด็กและผู้หญิงเป็นต้น เมื่อคนหรือสัตว์เลี้ยงเคลื่อนกายจากอิริยาบถเดิม ผู้นั้นก็สำเร็จทินนาทานนี้

๕. ฐานาจาวัน อทินนาทาน ได้แก่การลักขโมยสัตว์ที่เจ้าของผูกหรือขังไว้ สัตว์นั้นนั่งนอน หรือยืนอยู่ก็ตามผู้ขโมยอุ้ม จูง หรือต้อนสัตว์นั้นเคลื่อนกายจากที่เดิมเพียงเล็กน้อย ก็สำเร็จอทินนาทานนี้

ค. สาหตถิกปณจก การขโมยด้วยตนเอง ๕ ประการดังนี้คือ

๑. สาหตถิก อทินนาทาน ได้แก่การขโมยทรัพย์สินต่างๆด้วยตนเอง

๒. อาณตถิก อทินนาทาน ได้แก่ การใช้ให้ผู้อื่นขโมย

๓. นิสสุคคิย อทินนาทาน ได้แก่ การขโมยโดยทิ้งหรือโยนสิ่งของที่ต้องเสียภาษีไปให้พ้นเขต

๔. อุตถสาธก อทินนาทาน ได้แก่ การสั่งให้พรรคพวกขโมยสิ่งของนั้นเมื่อได้โอกาส จะนานเท่าใดก็ตาม ผู้รับคำสั่งนั้นขโมยเมื่อใดผู้สั่งก็เป็นอันสำเร็จอทินนาทานนี้



๕. ชุมนุมชน อทินนาทาน ได้แก่ ในเวลาที่มีผู้ฟ้องร้องต่อศาล ขอยึดกรรมสิทธิ์ในทรัพย์สินต่างๆ ที่ตนครอบครองอยู่ หรือเจ้าของทรัพย์สินมารับทรัพย์สินที่ฝากตนไว้ หรือที่ตนได้หยิบยืมมา หากปฏิเสธบิดพลิ้วไม่รับรู้ และเจ้าของทรัพย์สินนั้นคิดปลงใจว่า ต้องสูญเสียทรัพย์สินนั้นแน่แล้ว ผู้ปฏิเสธการฟ้องร้องหรือทวงถามนั้น ก็เป็นอันสำเร็จการขโมยชนิดนี้

ข้อแตกต่างระหว่าง อาณตติก อทินนาทาน กับ อตถสาธก อทินนาทาน คือ อาณตติก อทินนาทาน คือ อาณตติก อทินนาทาน นั้น เป็นการใช้ให้ผู้อื่นขโมยในปัจจุบัน ส่วน อตถสาธก อทินนาทาน เป็นการใช้โดยสั่งให้ผู้อื่นขโมยเมื่อได้โอกาสในอนาคต

ง. ปุพฺพปโยคปญจก สำเร็จเป็นอทินนาทานก่อนทำการขโมย เป็นต้น มี ๕ ประการ คือ

๑. ปุพฺพปโยค อทินนาทาน เมื่อได้กล่าววาจาใช้ให้ผู้อื่นขโมย ผู้กล่าววาจา ได้ชื่อว่าเป็นปุพฺพปโยค อทินนาทาน

๒. สหปโยค อทินนาทาน ได้แก่ การที่ผู้ใดมีจิตคิดขโมยทรัพย์สินของผู้อื่น แล้วกระทำทรัพย์สินของนั้นให้เคลื่อนจากที่เดิมไป หรือคิดโกง แกล้งย้ายหลักที่ดิน ที่บ้าน ที่สวน ก็ตาม ขณะที่กำลังพยายามย้ายนั้นแหละ เป็นอันล่วงกรรมบถนี้

๓. ส่วิทวาร อทินนาทาน ได้แก่คณะบุคคลตั้งแต่ ๒ คนขึ้นไป ร่วมกันคิดขโมยสิ่งของของผู้อื่น แล้วร่วมทางกันไป บุคคลเหล่านี้ แม้คนใดคนหนึ่งลงมือขโมยเพียงคนเดียว ทำให้ทรัพย์สินนั้นเคลื่อนไปจากที่เดิม บุคคลที่ไปร่วมกันทั้งหมดนั้น ก็เป็นอันล่วงกรรมบถนี้

๔. สงฺเกตกมฺม อทินนาทาน ได้แก่ผู้ที่ใช้ให้ผู้อื่นไปทำการขโมย โดยกำหนดเวลาให้ลงมือกระทำไว้ เช่น ให้ลงมือขโมยในตอนกลางคืนเวลา ๐๒.๐๐ น. ผู้รับคำสั่งลงมือขโมยตามเวลาที่กำหนดไว้ ผู้ใช้ก็เป็นอันล่วงกรรมบถ แต่ถ้าผู้รับคำสั่งไปขโมยในเวลากลางวันก่อน หรือเกินเวลาที่กำหนดไว้ ผู้ใช้ย่อมไม่ก้าวล่วงกรรมบถ แต่ผู้ขโมยก้าวล่วงกรรมบถฝ่ายเดียว

๕. นิमितฺตกมฺม อทินนาทาน ได้แก่ การใช้ให้ผู้อื่นขโมยโดยใช้อาณัติสัญญาณให้ลงมือทำการ เช่น ยกมือ โบกผ้า พยักหน้า ผีวปาก เป็นต้น ผู้รับคำสั่งเมื่อเห็นสัญญาณก็ลงมือทำการทันที ผู้ใช้ก็เป็นอันล่วงกรรมบถ เช่นเดียวกับผู้รับคำสั่ง แต่ถ้าผู้รับคำสั่งทำการขโมยก่อน หรือหลังจากได้รับสัญญาณ ผู้รับคำสั่งคือผู้ขโมยฝ่ายเดียวที่ล่วงกรรมบถ

จ. เถยยาวหารปญจก การลักขโมยโดยไม่ให้เจ้าของเห็น เป็นต้น มี ๕ ประการ คือ

๑. เถยยาวหาร อทินนาทาน ได้แก่ การลักขโมยโดยไม่ให้เจ้าของเห็น เช่น ผู้ทำการ

ค้าขายโดยซั้ง ตวง วัด สิ่งของที่ค้าขายนั้นไม่ตรงตามจำนวน หรือเป็นผู้ซื้อชำระด้วยเงินปลอม กิดี หรือ ผู้ทำการลักทรัพย์โดยการตัดช่อง ย่องเบา กิดี เหล่านี้เป็นการขโมยไม่ให้เจ้าของเห็น

๒. ปสยหาร อทินนาทาน ได้แก่ การขู่เข็ญ แหย่ชิง ทำร้ายเจ้าทรัพย์ มีลักษณะดังพวกโจร ทำลายความสงบสุขของชนทั้งหลาย หรือผู้มีอำนาจใช้อิทธิพลข่มขู่ให้ผู้ที่มิกำลังน้อยด้อยกว่านำทรัพย์สินเงินทองมาบรรณาการให้ตน

๓. ปริกปปาวจร อทินนาทาน ได้แก่การขโมยโดยกำหนดวัตถุ หรือกำหนดโอกาสในการขโมย จึงมี ๒ อย่าง คือ

๓.๑ ภณูปริกปปาวหาร อทินนาทาน ได้แก่ การตั้งใจเจาะจงลงไปว่า จะขโมยสิ่งของนั้นๆ แล้วทำการขโมยสิ่งของนั้นตามความตั้งใจของตน เช่น ตั้งใจจะไปขโมยเครื่องเพชรนิลจินดา เมื่อเข้าไปลักทรัพย์ เห็นหีบห่อเพชรนิลจินดาก็ลักขโมยมา ก็เป็นอันสำเร็จการกระทำ อทินนาทานประเภทนี้ แต่ถ้าในหีบห่อไม่มีเพชรนิลจินดา มีแต่อาวุธปืนหรือของอื่นแล้วละก็ ขณะที่ยกมานั้นยังไม่ล่วงกรรมบถ แต่ถ้าคิดว่าแม้เป็นของอย่างอื่น ก็เป็นการดีเหมือนกัน คิดเช่นนั้นแล้วก็ตัดสินใจยกหีบห่อไป ก็เป็นอันล่วงกรรมบถนี้เช่นกัน

๓.๒ โอกาสปริกปปาวหาร อทินนาทาน ได้แก่การกำหนดเขตสถานที่ไว้ เพื่อการย้ายสิ่งของที่จะขโมยนำไปพัก คอยโอกาสลักขโมยไป เช่น ผู้ขโมยเข้าไปในบ้านของเจ้าทรัพย์ เห็นวัตถุสิ่งของอย่างใดอย่างหนึ่งแล้วอยากได้ คิดหาวิธีการเคลื่อนย้ายไปพักไว้ในสถานที่แห่งหนึ่งแห่งใดก่อน เช่น ประตูบ้าน หรือ ริมรั้ว ฉะนั้นเมื่อนำของเคลื่อนย้ายไปถึงเขตที่กำหนด ขณะนั้นยังไม่เป็นการล่วงกรรมบถ ต่อเมื่อนำออกไปพ้นจากเขตที่กำหนดไว้ จึงจัดว่าได้ก้าวล่วงกรรมบถนี้สำเร็จ

๔. ปฏิจจนนาวหาร อทินนาทาน ได้แก่ การขโมยโดยปกปิดสิ่งของที่จะขโมยนั้นไว้ก่อน เช่น ผู้ที่เข้าไปในบ้านถึงห้องน้ำ ห้องครัว ของผู้อื่น เห็นวัตถุมีค่า มีสร้อย แหวน นาฬิกา เป็นต้นที่เจ้าของทอดวางไว้ หรือทำตกไว้ คิดหาทางอยากได้มาเป็นของตน แกล้งเอาสิ่งของอันใดอันหนึ่งปกปิดไว้ หรือหยิบไปซุกซ่อนไว้ หรือเอาเท้าเหยียบไว้ รอโอกาสเมื่อเจ้าของจากที่นั้นไปแล้วก็จะนำไปเป็นของตน ขณะที่ทำการปกปิดสิ่งของอยู่นั้น ยังไม่เป็นการก้าวล่วงกรรมบถ แต่เมื่อเจ้าของหาสิ่งของนั้นไม่พบ และตั้งใจว่าจะกลับมาหาใหม่ภายหลัง แล้วก็จากที่นั้นไป เมื่อเจ้าของเคลื่อนไปจากที่นั้น ก็เป็นอันก้าวล่วงกรรมบถสำเร็จ

๕. กุสวหาร อทินนาทาน ได้แก่ การเปลี่ยนชื่อเจ้าของวัตถุที่มีใช้เป็นคนให้เป็นชื่อของตน เช่น มารดาเมื่อรู้ว่าใกล้จะตาย ได้บอกให้บุตรชายคนโต หากคนมาเขียนพินัยกรรม บุตรชายคนโตได้นำเพื่อนซึ่งเป็นทนายความมาเขียนพินัยกรรม โดยมารดาให้ผู้เขียนพินัยกรรมนั้น เขียนข้อความระบุให้ลูกชายคนโตได้ทีนาและสวน ส่วนบุตรชายคนเล็กให้ได้รับที่ดิน พร้อมทั้งตึกแถวที่ติดที่ดินทั้งหมด เมื่อมารดาถึงแก่กรรม บุตรชายคนโตแอบจัดการเปลี่ยนแปลงพินัยกรรมเสียใหม่ เป็นให้บุตรชายคนโตได้รับที่ดินและตึกแถวทั้งหมด ส่วนน้องชายคนเล็กให้ได้ที่นาและที่สวน ดังนี้ เมื่อเปิดพินัยกรรมต่อหน้าญาติทั้งหลาย ก็เป็นอันว่าบุตรชายคนโตได้ที่ดินพร้อมตึกแถว ส่วนบุตรชายคนเล็กได้ที่นาและที่สวน ตามที่บุตรชายคนโตได้เปลี่ยนแปลงเสียใหม่ ก็เป็นอันล่วงกรรมบถนี้

เป็นอย่างไบบ้างคะ เรื่องของอทินนาทานนี้มีรายละเอียดมากคะ ทำให้เราได้เข้าใจมากขึ้นแล้วนะคะ น่าเสียดาย หน้ากระดาษหมดแล้ว ขอนำอกุศลกรรมบถข้อที่ ๓ คือ เรื่องกาเมสุมิจฉาจารย์มาแล้วให้ฟังต่อไปฉบับหน้านะคะ ขอความเจริญในธรรมจงมีแก่ท่านผู้อ่านทุกท่านคะ

หมายเหตุ

เรียบเรียงจากคู่มือการศึกษา พระอภิธัมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ ๕ วิถีมุตตสังคหวิภาค โดย นายวรรณสิทธิ ไวทยะเสวี มูลนิธิแนบมหานิรานนท์



พระธรรมจากหลวงปู่ใหญ่

พระอาจารย์ใหญ่ ดร. ภัททันตะ อาสภะ มหาเถระ

แนวทางปฏิบัติวิปัสสนา (ตอนที่ ๕)

ในการกำหนด พอง-ยุบ นั้น ก่อนอื่นต้องวางจิตไว้ที่หน้าท้อง เพื่อสังเกตการณ์สุดลมหายใจเข้าออกให้จงดี เมื่อสุดลมหายใจเข้าไปย่อมจะทำให้หน้าท้องพองออกมา และในทำนองเดียวกัน เมื่อระบายลมหายใจออกแล้วหน้าท้องก็จะยุบเข้า ขณะที่หน้าท้องพองออกมานั้น จงเพ่งดูอาการพองแล้วกำหนดว่า พองหนอ ในทำนองเดียวกัน เมื่อหน้าท้องยุบเข้าก็จงกำหนดว่า ยุบหนอ ในที่นี้พึงสังเกตว่าเมื่อย่างจิตไว้หน้าท้อง เพื่อทำการกำหนดอาการพอง-ยุบ หากกำหนดได้ไม่ชัด พึงให้วางมือลงบนหน้าท้อง แล้วหายใจปกติ อย่าหายใจแรง หรือพึงกลั่นลมหายใจไว้เพื่อประโยชน์ในการกำหนด ทั้งนี้จะทำให้เหนื่อย และเกิดความเบื่อหน่ายที่จะกำหนดสลับไป เมื่อกำหนดผิดจงเริ่มกำหนดใหม่ อย่าปล่อยเลยไป

ในการเพ่งกำหนด พอง-ยุบ นี้ ไม่ต้องออกเสียง เพียงแต่กำหนดรู้อยู่แต่ในใจเท่านั้น ฉะนั้นการเจริญวิปัสสนาย่อมสำคัญอยู่ที่ต้องรู้ การออกเสียงก็ย่อมจะก่อความรำคาญแก่ผู้ ประพฤติธรรมด้วยกัน แล้วยังไม่ก่อประโยชน์อื่นใดเลย ขณะที่อาการพองเกิดขึ้นนั้น พึงสนใจ เพ่งในอาการนั้นด้วยจิตตั้งไว้หน้าท้องให้รู้แจ้งเสมือนเห็นด้วยตา แล้วกำหนดอาการนั้นว่า พอง หนอ เมื่อยุบไปให้กำหนดว่า ยุบหนอ การกำหนดนี้เมื่อได้ทำอยู่บ่อยๆ แล้วจะรู้สีกว่ารูปพองกับ จิตที่กำหนดรู้อาการของรูปพองนั้น ย่อมเป็นไปในจังหวะเดียวกันพอดี และในทำนองเดียวกัน เมื่อกำหนดในรูปยุบนั้นรูปยุบกับการรู้ซึ่งรูปยุบนั้นจะเป็นไปในจังหวะเดียวกัน

ขณะที่ไม่มีอะไรต้องกำหนดเป็นพิเศษนอกเหนือไปจาก พอง-ยุบ นั้น จิตย่อมไหลไปตาม อารมณ์ ต่างๆ ตามความเคยชิน ทั้งนี้เป็นด้วยพลังสมาธิไม่มีกำลังส่งพอ แม้จะได้เพียรพยายาม ให้จิตขังอยู่ในอารมณ์นานสักเท่าใดก็ตาม ย่อมจะขังอยู่ไม่นานนัก ในเมื่อความเคยชินยังไม่ เกิด จิตจะตกจากอารมณ์ พอง-ยุบ เติลิตไปตามอารมณ์ใหม่ ก็จึงตามกำหนดรู้ซึ่งการเติลิตไป ของจิตนั้น ๓-๔ ครั้ง แล้วกลับมากำหนด พอง-ยุบ ต่อไป เมื่อจิตตกจากอารมณ์อีก ก็จึงตาม กำหนดซึ่งจิตที่ตกจากอารมณ์นั้นอีก จิตที่ตกจากอารมณ์ เพราะความเคยชินยังไม่เกิดนั้น ย่อม จะรู้สีกว่า ในบางขณะก็ไปพูดกัน บางขณะก็คิดเรื่อยเปื่อยไป บางขณะก็สนุกสนาน บางขณะก็ เศร้า ฯลฯ เมื่อรู้ว่าพูดกันก็จึงกำหนดว่าพูดกันหนอๆๆ

เมื่อคิดก็กำหนดว่า คิดหนอๆ

เมื่อสนุกก็กำหนดว่า สนุกหนอๆ

เมื่อเศร้าก็กำหนดว่า เศร้าหนอๆ

ตามกรณีที่จิตได้เตลิดไปจากอารมณ์ การกำหนดนี้ เรียกว่า จิตตานุปัสสนา

สามัญชนย่อมไม่อยู่ในวิสัยที่จะกำหนดให้รู้ซึ่งความเป็นไปของจิตจึงได้สำคัญผิดคิดว่า เป็น บุคคล สัตว์ เรา เขา ฯลฯ การคิดก็เราคิด การนึกก็เรานึก ไม่ว่าจะทำอย่างไรเราก็เราทำ ทั้งนั้น นับแต่สมัยเด็กที่เริ่มจำความได้เป็นต้น มาตราบจนถึงปัจจุบันนี้ทีเดียว แท้จริงนั้นเราไม่มี นอกจากจิตที่เกิดดับซับซ้อนกันอยู่อย่างไม่สร้างเท่านั้น ดังนั้นจึงจำต้องเพ่งกำหนดให้รู้ซึ่งความจริงกัน สมเด็จพระบรมศาสดาได้ทรงเทศนาไว้ในธรรมบทว่า

ทургคมฺ เอกจโร อสรีโร คุหสโย

เย จิตฺตํ สญฺญเมสฺสนนฺติ โมกฺขนนฺติ มารพนฺธนา

แปลเป็นใจความว่า ชนเหล่าใด จักสำรวมจิตซึ่งรับอารมณ์ในที่ไกล ดวงเดียวเที่ยวไป ไม่มีสรีระร่างกาย มีถ้าเป็นที่ยู่อาศัยไว้ได้ ชนเหล่านั้นย่อมพ้นจากเครื่องผูกแห่งมาร

ทургคมฺ แปลว่า จิตที่รับอารมณ์ซึ่งอยู่ไกลได้ อธิบายว่าจิตนั้นย่อมสามารถเตลิดไปรับอารมณ์ที่อยู่ ในระยะไกลๆได้เสมอแม้ร่างกายนั้นจะอยู่ในห้องกรรมฐานก็ตาม แต่จิตนั้นหาได้ อยู่ด้วยไม่ และอารมณ์นั้น จะอยู่ไกลแสนไกลเท่าใด ในทันทีที่เกิดความนึกคิด จิตก็แล่นไปรับ ซึ่งอารมณ์นั้นๆ ทันที

เอกจโร แปลว่า จิตที่เที่ยวไปโดดเดียวปราศจากสหาย อธิบายว่า จิตนั้นนอกจากแล่นไป รับซึ่งอารมณ์ที่อยู่ไกลแสนไกลแล้ว ในการรับอารมณ์นั้นก็ย่อมไปโดยโดยเดียว ในทรรคนะของ สามัญชนธรรมดา ซึ่งขาดการไตร่ตรองในความจริง ย่อมทักทักเอาว่าเป็นจิตเดียว หาได้คำนึง ถึงการเกิดดับซับซ้อนแต่ละประการไม่ การเห็น การได้ยิน การนึกคิด เป็นต้น ที่ล่องไปก็จิตนี้ การรู้อยู่เดี๋ยวนี้ก็จิตนี้ นอกจากในขณะที่จะเห็น ที่ได้ยิน ที่ได้ถูกกระทบสัมผัส เป็นต้น ก็ด้วยจิตนี้ อีกเช่นกัน ความจริงหาได้เป็นไปตามที่เข้าใจกันนั้นไม่ และข้อเท็จจริงนี้ย่อมประจักษ์แก่ท่านทั้งหลาย เมื่อได้ลงมือพิสูจน์กันด้วยตนเอง ขณะที่คิดอยู่นั้น พอได้กำหนดว่า คิดหนอ การคิดนั้นก็ หายไปทันที กลายเป็นนึกขึ้นมาทันทีพอกำหนดการนึกนั้นว่า นึกหนอ ความนึกก็ดับลงไป การเกิดดับของจิตนี้เมื่อได้หมั่นกำหนดรู้อยู่แล้ว ย่อมจะรู้แจ้งทันทีว่า จิตเดิมที่เข้าใจว่ามีดวงเดียว

นั้น แท้จริงหาใช่ดวงเดียวตามที่เข้าใจนั้นไม่ หากแต่การเกิดดับของจิตที่เนื่องกันอยู่เหมือนพวงลูกประคำจึงทำให้เข้าใจผิดไป

อสิริ แปลว่า จิตไม่มีตัวตนเป็นที่ปรากฏ อธิบายว่า จิตนั้นโดยธรรมชาติย่อมไม่มีตัวตนที่จะชี้ให้เห็นเหมือนรูปได้ ดังนั้น เมื่อถามว่า รูปมีสัณฐานอย่างไร เราก็ย่อมบอกสัณฐานของรูปได้อย่างถนัด แต่เมื่อถามว่านามคืออะไร มีสัณฐานอย่างไรแล้วก็เป็นอันหมดปัญญาที่จะไขค่านั้นให้กระจ่างได้ เพราะไม่มีตัวตน เหมือนรูป จึงไม่อาจบอกสัณฐานของนามได้นอกจากบอกได้เพียงว่า นามย่อมมีสภาพนุ่มไป หรือสามารถรับรู้และรู้ซึ่งอารมณ์เท่านั้น เนื่องจากการที่ไม่อาจชี้ให้เห็นได้อย่างเด่นชัด พวกนักวิทยาศาสตร์ก็จนต่อการที่จะใช้เหตุผลเหมือนรูป แต่ในพุทธศาสนา ย่อมมีวิธีที่จะรู้ในความเป็นไปของนามได้ ด้วยการเพ่งกำหนดดูมันด้วยความสนใจจริงๆ แรกเพ่งกำหนดนั้นย่อมจะไม่ได้เห็น ต่อเมื่อความเคยชินเกิดขึ้นแล้วก็ย่อมสามารถจะเห็นได้ เสมือนได้ลูบคลำดูทีเดียว ทันทิที่อารมณ์กับวัตถุได้สัมผัสกันแล้ว จิตก็จะเกิดตามรู้ซึ่งอารมณ์นั้นๆ ทันทิ ดังนั้น พึงได้ตามกำหนดให้รู้ให้เห็นซึ่งจิตที่ไม่มีตัวตนให้เป็นที่ปรากฏ

คำว่า **จิตต** แปลว่า ธรรมชาติที่คิดและรู้อารมณ์โดยพิเศษจากสัญญาและปัญญา

คุหาสย มีถ้า (คือ มหาภูตรูป ๔) เป็นที่อาศัย บุคคลผู้แสวงธรรมทั้งหลายเหล่าใด **สณฺณเมสสนติ** จักสำรวจจิตไว้ด้วยดี บุคคลผู้แสวงธรรมซึ่งได้สังวรกันอยู่เห็นอันดีเหล่านั้น **มารพฺพณนา โมกฺขนฺติ** ย่อมสามารถหลุดพ้นจากเครื่องพันธนาการของมารได้

อธิบายว่า จิตที่สามารถน้อมหา สามารถรับ สามารถรู้อารมณ์ โดยมีหทัยรูป (หัวใจ) เป็นที่พำนักพักพิงเป็นหลักแหล่งนั้น ควรให้มันกำหนดให้รู้ทุกครั้งที่เกิด จนสามารถตามได้ทันแล้ว เครื่องพันธนาการของมารนักฆาตรที่ได้อพรากไว้ เพื่อมิให้หลุดพ้นไปได้นั้นย่อมจะไม่มีความหมายใดๆ สำหรับท่านที่ตื่นรู้ในความเป็นไปของจิตอยู่และตามกำหนดรู้โดยไม่ขาดระยะ เมื่อเกิดแล้วก็ย่อมดับลงในฉับพลัน ดับแล้วก็เกิดขึ้น ในฉับพลันนั้นอีก เมื่อได้กำหนดจิตแล้ว ก็จงเริ่มกำหนดในอารมณ์เดิมสืบไป คือ พองหนอ ยุบหนอ

จาก หนังสือ แนวทางปฏิบัติวิปัสสนา โดย หลวงพ่อใหญ่ฯ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ

(* โปรดติดตาม แนวทางปฏิบัติวิปัสสนา ตอนที่ ๖ ใน อาสภสาร ฉบับที่ ๔๖)



ปกิณณกะธรรม

ส. มณี ^[๑]

กิจวัตรประจำวันพระสงฆ์และการปวารณา

กิจ คือ สิ่งที่จะต้องทำทุกวันไม่มีวันหยุด มีอยู่ ๓ อย่าง คือ

๑. กิจวัตร คือ กิจทางศาสนาที่พระภิกษุสามเณรทำเป็นประจำทุกวัน ทุกครั้ง ที่กำหนดไว้ คือ บิณฑบาต – การทำวัตรเช้า – การทำวัตรเย็น – การสวดมนต์ไหว้พระและการปลงอาบัติ
๒. กิจสงฆ์ คือ งานของสงฆ์ เช่น การรักษาพระธรรมวินัย การทำสังฆกรรมบวชพระ การดูแลรักษาวัด การเผยแผ่พระศาสนา การลงอุโบสถ การลงฟังพระปาฏิโมกข์
๓. กิจนิมนต์ คือ งานที่ต้องไปอนุเคราะห์ญาติโยมตามคำนิมนต์ คือ งานทำบุญขึ้นบ้านใหม่ งานแต่งงาน งานเทศนาธรรม งานสอนหนังสือ งานสงเคราะห์อื่นๆ

ปวารณา หมายถึง การยอมให้ขอ ได้แก่การยอมรับใช้และการยอมให้ว่ากล่าวตักเตือนได้ มีอยู่ ๒ อย่างคือ

๑. ปวารณา หมายถึง การยอมให้ขอ การยอมรับใช้ พุทธอนุญาตให้พระภิกษุสามเณรเรียกร้องขอในสิ่งต่างๆ ที่ต้องการได้ หรือยอมทำสิ่งที่ต้องการให้ ผู้ยอมให้ขอ หรือยอมรับใช้ด้วยการ พุทธอย่างนี้ เรียกว่า ผู้ปวารณา ถ้าเขียนเป็นหนังสือปวารณา ก็เรียกว่า ใบปวารณา
๒. ปวารณา หมายถึง การยอมให้ว่ากล่าวตักเตือนได้เป็นสังฆกรรมที่พระสงฆ์ผู้อยู่จำพรรษามาแล้ว ต้องทำการเปิดโอกาสให้ว่ากล่าวตักเตือนกันได้ ก่อนที่จะแยกย้ายกันไป ปวารณานี้กำหนดให้ทำในวันขึ้น ๑๕ ค่ำเดือน ๑๑ ซึ่งเป็นวันออกพรรษา จึงเรียกว่า วันมหาปวารณาหรือวันออกพรรษานั้นเอง

[๑]พระมหาโสภณ มณีปัญญาพร, ป.ธ. ๙, พธ.ด., พระวิปัสสนาจารย์ วัดราชโอรสาราม เขตจอมทอง กรุงเทพมหานคร

ข้อคิดคำคม

เรื่อง “สติปัญญาแท้กับสติปัญญาเทียม”

เพลโตได้กล่าวไว้ในตอนหนึ่งว่า “ ผู้ที่ไม่รู้จักใช้สติปัญญาให้เหมาะสมกับโอกาส คือ คนที่ตื้อรั้นมาก ผู้ที่ใช้สติปัญญาไม่เป็น คือ คนโง่ ผู้ที่ไม่กล้าใช้สติปัญญา คือ คนที่เป็นทาสของความคิดนั่นเอง”.

ทองคำ คือ สิ่งที่ผู้คนเห็นว่ามันเป็นของล้ำค่าที่สุด แต่ถ้านำทองคำมาเปรียบกับไข่มุกแล้วไซ้ร้ ทองคำก็กลายเป็นของไร้ค่าทันที

ปราชญ์ท่านหนึ่งได้กล่าวไว้ว่า “ ผู้ที่มีความเฉลียวฉลาด ผู้ที่มีสติปัญญา คือ ผู้ที่มีบุญวาสนาบารมี เพราะว่าการมีสติปัญญานั้นย่อมเหนือกว่าการมีทรัพย์สินทั้งหลายทั้งปวง ทองคำและไข่มุกอาจจะสู้การมีสติปัญญาที่ดีได้”

สติปัญญาจะไม่โพนทะนาประโยชน์ใช้สอยของมันต่อผู้ใด ดังนั้น คนโง่เง่าจึงดูถูกดูแคลนสติปัญญา ผู้คนจึงคลั่งไคล้หลงใหลในสติปัญญา มีแต่คนฉลาดเท่านั้นที่รู้จักใช้สติปัญญาให้เกิดประโยชน์อย่างมากมาย

สติปัญญามีอยู่ ๒ ชนิด คือ สติปัญญาแท้กับสติปัญญาเทียม สติปัญญาแท้เป็นสิ่งที่มีความประโยชน์ต่อมวลมนุษยชนมากมาย สติปัญญาเทียมเป็นสิ่งที่ให้โทษต่อมวลมนุษยชนมากมายเช่นเดียวกัน

ถ้าคุณอยากจะประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน และในชีวิตประจำวันของคุณ เจื่อนไขข้อแรกก็ คือ คุณจะต้องแสวงหาสติปัญญาแท้ให้พบให้ได้เสียก่อน แล้วคุณก็จะถึงจุดหมายปลายทางที่คุณตั้งใจเอาไว้แน่นอน





เรื่องเล่าจากพระสูตร

กนตาโก ภิกขุ

ขอความมีสติ มีปัญญา รู้แจ้งเห็นจริงพระไตรลักษณ์ จงบังเกิดแก่ผู้เจริญสติและผู้ติดตามอ่านวารสารแห่งสติทุกท่าน ก่อนอื่นผู้เขียนต้องขอภัยผู้อ่านทุก ๆ ท่าน ที่เคยติดตามคอลัมน์เรื่องเล่าจากพระสูตรตลอดมา แต่ได้ขาดหายไปช่วงหนึ่ง ถ้าจำไม่ผิดตั้งแต่ฉบับปี ๕๙-๖๑ เนื่องจากผู้เขียนได้เข้าฝึกอบรมพระธรรมทูตสายต่างประเทศ รุ่นที่ ๒๒ เมื่อจบแล้วต้องเดินทางไปปฏิบัติศาสนกิจ ณ ประเทศเนเธอร์แลนด์ เป็นระยะเวลา ๑ พรรษา ตามพันธกิจของโครงการอบรม หลังจากกลับมาแล้ว ก็ได้รับการะงานประจำอยู่ที่วิทยาลัยพระธรรมทูต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โดยต้องดูแลผู้เข้ารับการฝึกอบรมพระธรรมทูตสายต่างประเทศ รุ่นที่ ๒๓-๒๔ ต่อมา ประกอบกับภาระงานหลักคืองานวิจัยของสายวิชาการ และภาระงานอื่นๆ ที่ได้รับมอบหมายในวิทยาลัยยังไม่ลงตัว จึงได้หยุดเขียนบทความไปช่วงระยะหนึ่ง เมื่อได้รับการติดต่อจากคุณเอ้ เจ้าหน้าที่ฝ่ายสมาชิกสัมพันธ์ของวารสารว่าคอลัมน์เรื่องเล่าจากพระสูตรยังไม่มีผู้เขียน และครูบาอาจารย์ยังอยากจะคงคอลัมน์นี้ไว้ต่อไป จึงได้รับปากว่าจะเขียนต่ออีกขณะที่กำลังเขียนบทความเรื่องนี้ อยู่ในช่วงของการเริ่มต้นปีใหม่ ๒๕๖๒ มีการส่ง ส.ค.ส. อำนวยอวยพรกัน ในแบบข้อความภาพ ที่ส่งทางไลน์ ทางเฟสบุ๊ค แม้ผู้เขียนเองก็ได้รับอานิสงส์ข้อความภาพต่าง ๆ นั้นด้วย ในคำอวยพรหลาย ๆ ข้อความมักใช้คำว่า “ขออำนาจศักดิ์สิทธิ์ จงดลบันดาลให้... ฯลฯ” หรือแม้แต่ผู้หลักผู้ใหญ่ของบ้านเมืองที่อวยพรปีใหม่ออกสื่อ ออกทีวี ก็ใช้คำนี้อยู่หลายท่าน แม้พระสงฆ์บางรูปเองก็มีใช้คำนี้อยู่เหมือนกัน เมื่ออ่านแล้ว ฟังแล้วก็ไม่ได้มีพิษมีภัยอะไร ถ้าไม่ได้คิด ก็รู้สึกดีมีความภูมิใจว่ามีคนอวยพรให้เรา แต่ในฐานะที่เราเป็นชาวพุทธ ผู้เขียนได้อ่าน ได้ฟัง ก็อดที่จะคิดไม่ได้ว่า การใช้คำดังกล่าว ขาดความรอบคอบ ไม่ค่อยจะถูกต้องตามแนวคำสอนของพระพุทธเจ้า เพราะถ้าหากใช้กันบ่อย ๆ อาจทำให้เข้าใจไปว่า สิ่งศักดิ์สิทธิ์มีฤทธิ์มีอำนาจดลบันดาลได้จริง ๆ ซึ่งแย้งต่อคำสอนของพระพุทธเจ้าโดยตรง กลายเป็นคำสอนของศาสนาเทวนิยมไป พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ด้วยพระองค์เอง แล้วประกาศสัจธรรมคำสอนให้ชาวพุทธเกิดปัญญาได้รู้ตาม จึงไม่แปลกใจเลยว่า ชาวการแห่กราบไหว้ต้นไม้ วัตถุ

โดยเข้าใจว่าเป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์ดลบันดาลได้ จึงมีอยู่ทั่วไปในสังคมไทยเรา โดยเฉพาะใกล้จะกลางเดือนและสิ้นเดือน ส้อมักนำเสนอข่าวอยู่บ่อย ๆ

ทั้งหมดทั้งมวลที่กล่าวมา ไม่ได้ตั้งใจจะตำหนิหรือว่ากล่าวใคร แต่ฐานะชาวพุทธ ผู้เขียนเห็นว่า เราควรมีหลักใจให้มั่นคง โดยเฉพาะหลักของศรัทธา คือความเชื่อ ๔ ประการ ไม่เช่นนั้นเราก็จะไขว่ไขวไปตามเขาอย่างไม่มีหลัก หลักของศรัทธา คืออะไร ผู้เขียนจะขอนำเอาเนื้อความที่เจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ประยุทธ์ ปยุตโต) ปราชญ์เอกทางพระพุทธศาสนา ท่านได้เรียบเรียงไว้ในพจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม ดังนี้ คำว่า “ศรัทธา” หมายถึง ความเชื่อ, ความเชื่อที่ประกอบด้วยเหตุผล ภาษาอังกฤษใช้คำว่า faith; belief; confidence ศรัทธา ๔ ได้แก่

๑. **กัมมสัทธา** ได้แก่ เชื่อกรรม, เชื่อกฎแห่งกรรม, เชื่อว่ากรรมมีอยู่จริง คือ เชื่อว่าเมื่อทำอะไรโดยมีเจตนา คือ จงใจทำทั้งรู้ ย่อมเป็นกรรม คือ เป็นความชั่ว หรือความดีมีขึ้นในตน เป็นเหตุปัจจัยก่อให้เกิดผลดีผลร้ายสืบเนื่องต่อไป การกระทำไม่ว่างเปล่า และเชื่อว่าผลที่ต้องการจะสำเร็จได้ด้วยการกระทำ มิใช่ด้วยอำนาจหรืออนาคยโชค เป็นต้น ภาษาอังกฤษใช้คำว่า belief in Karma; confidence in accordance with the law of action

๒. **วิปากสัทธา** ได้แก่ เชื่อวิบาก, เชื่อผลของกรรม, เชื่อว่าผลของกรรมมีจริง คือ เชื่อว่ากรรมที่ทำแล้วต้องมีผล และผลต้องมีเหตุ ผลดีเกิดจากกรรมดี ผลชั่วเกิดจากกรรมชั่ว ภาษาอังกฤษใช้คำว่า belief in the consequences of actions

๓. **กัมมัสสกตาสัทธา** ได้แก่ เชื่อความที่สัตว์มีกรรมเป็นของตน, เชื่อว่าแต่ละคนเป็นเจ้าของ จะต้องรับผิดชอบเสวยวิบากเป็นไปตามกรรมของตน ภาษาอังกฤษใช้คำว่า belief in the individual ownership of action

๔. **ตถาคตโพธิสัทธา** ได้แก่ เชื่อความตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า, มั่นใจในองค์พระตถาคตว่าทรงเป็นพระสัมมาสัมพุทธะ ทรงพระคุณทั้ง ๔ ประการ ตรัสธรรม บัญญัติวินัยไว้ด้วยดี ทรงเป็นผู้นำทางที่แสดงให้เห็นว่า มนุษย์คือเราทุกคนนี้ หากฝึกตนด้วยดี ก็สามารถเข้าถึงภูมิธรรมสูงสุด บริสุทธิหลุดพ้นได้ ดังที่พระองค์ได้ทรงบำเพ็ญไว้เป็นแบบอย่าง ภาษาอังกฤษใช้คำว่า confidence in the Enlightenment of the Buddha

หลักแห่งศรัทธา ๔ ประการนี้ มิใช่มีความหมายว่าเป็นเรื่องของศรัทธา คือความเชื่อ

เท่านั้น แต่หมายถึงตัวปัญญาที่เป็นสัมมาทิฐิด้วย เมื่อมีศรัทธาที่ถูกต้อง (หมายถึงศรัทธาบนฐาน ๔ ประการดังกล่าว) นั้นหมายถึงเราได้ดำเนินอยู่ในเส้นทางที่ถูกต้องคืออริยมรรคมีองค์ ๘ ด้วย ในพระสูตรตปิฎก ขุททกนิกายมหานิเทศ (ฉบับมหาจุฬา) เล่มที่ ๒๙ ข้อที่ ๗๐ เรื่องมาคันทียะ ในหน้าที่ ๒๒๔ มีการอธิบายลักษณะแห่งสัมมาทิฐิไว้ ๑๐ ประการ คือ

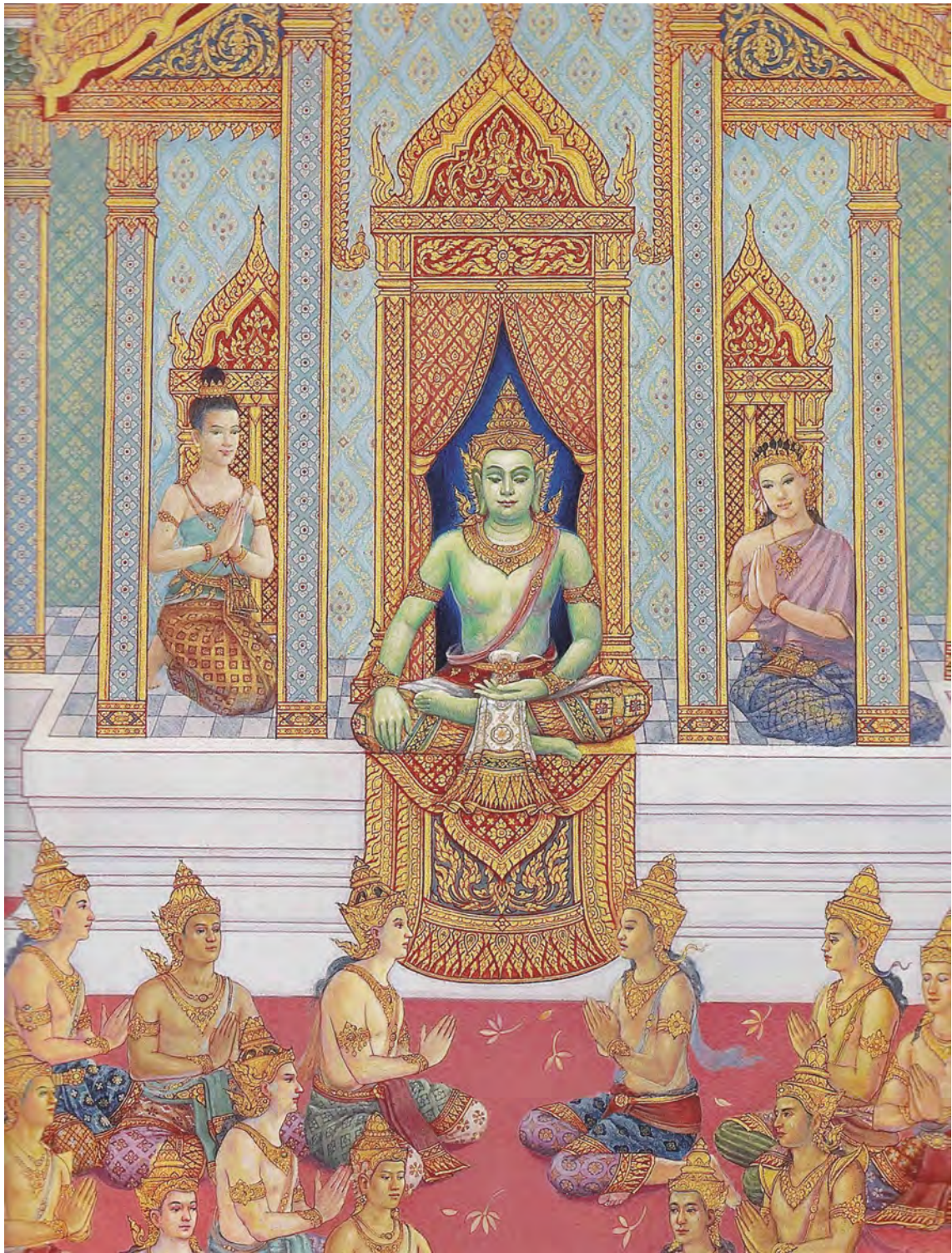
- | | |
|--------------------------------|--------------------------------------|
| ๑. ทานที่ให้แล้วมีผล | ๒. ยัญที่บูชาแล้วมีผล |
| ๓. การเช่นสรวงมีผล | ๔. ผลวิบากของกรรมที่ทำดีทำชั่วมีอยู่ |
| ๕. โลกนี้มี | ๖. โลกหน้ามี |
| ๗. มารดามีคุณ | ๘. บิดามีคุณ |
| ๙. สัตว์ที่เป็นโอปปาติกะมีอยู่ | |

๑๐. สมณพราหมณ์ผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ รู้แจ้งโลกนี้ และโลกหน้าด้วยตนเองแล้วสอนให้ผู้อื่นรู้แจ้งมีอยู่ในโลก

หากชาวพุทธเราเชื่อมั่นใน “ตถาคตโพธิสัทธา” คือ เชื่อมั่นในความตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าอย่างมั่นคงเช่นนี้แล้ว จะเชื่อเรื่องกรรม คือการกระทำ เชื่อผลของการกระทำ เชื่อว่าสัตว์มีการกระทำของเอง และเป็นไปตามการกระทำนั้น ๆ ซึ่งเป็นเหตุเป็นผล จะไม่เชื่อว่าใครหรือสิ่งใดจะมาดลบันดาลอะไรให้สำเร็จได้ นอกจากลงมือกระทำด้วยตัวเอง ฉะนั้นใน ๔ ข้อ นั้น ข้อที่ ๔ จึงรวมเอา ๓ ข้อข้างต้นนั้นเข้าไว้ด้วย

ดังนั้น หากชาวพุทธเราเข้าใจและตั้งมั่นในข้อที่ ๔ อย่างมั่นคงไม่อ่อนแอจนคลอนแคลน จะมีตนเป็นที่พึ่ง ชีวิตจะไม่เป็นหมัน ความเป็นอริยะเบื้องต้นนั้นอยู่ไม่ไกล เพราะเชื่อมั่นในคุณพระรัตนตรัยอย่างมั่นคง โดยเฉพาะพระปัญญาคุณของพระพุทธเจ้า ย่อมมุ่งตรงในเส้นทางของพระอริยะ สู่ความหลุดพ้นได้ คือหลุดพ้นจากความเชื่อผิด ถือผิด ปฏิบัติผิด ชีวิตก็ไม่ยุ่งยาก ขอให้มีความสุขสวัสดิ ความเป็นผู้มีปัญญาชอบ จะมีแก่ทุกท่าน เทอญ

(* โปรดติดตาม ธรรมะน่ารู้ - เรื่อง ภพภูมิ ๓๑ ตอนที่ ๓ ในอสาฬาสาร ฉบับที่ ๔๖)





ธรรมะน่ารู้

(ที่มา: ปรมัตถโชติกะ มหาอภิธัมมัตถสังคหฎฐิกา วิถีมุตตสังคหะ)

ภพภูมิ ๓๑ (ตอนที่ ๒ สวรรค์ชั้นดาวดึงส์ (ต่อ))

อิฏฐารมณ์ต่างๆ ที่มีอยู่ในชั้นดาวดึงส์

เทพดาทั้งหลายที่ได้มาบังเกิดในชั้นดาวดึงส์นี้ ล้วนแต่เป็นผู้ได้เสวยทิพยสมบัติ อันเป็นผลที่ได้รับมาจากกุศลกรรมในอดีตภพ ฉะนั้น อารมณ์ต่างๆ ที่ได้รับในชั้นดาวดึงส์นี้ จึงล้วนแต่เป็นอารมณ์ที่ดีงามทั้งนั้น เทวดาผู้ชายนั้นมีรูปร่างลักษณะอยู่ในวัยที่มีอายุราว ๒๐ ปี ส่วนเทวดาผู้หญิงก็มีรูปร่างอยู่ในวัยที่มีอายุราว ๑๖ ปีเหมือนกันทุกๆ องค์ ความซราคือ ผมหงอก ฟันหัก ตามัว หูตึง เนื้อหนังเหี่ยวย่น เหล่านี้ไม่มี มีแต่ความสวยงามเป็นหนุ่มเป็นสาวตลอดไป

พยาธิตัวจิ๋ว ความเจ็บไข้ก็ไม่มี อาหารที่เป็นเครื่องอุปโภคก็เป็นชนิดละเอียดเป็นสุทธาโภชน ด้วยเหตุนี้ภายในร่างกายจึงไม่มีอุจจาระ ปัสสาวะ เทวดาผู้หญิงก็ไม่มีประจำเดือนและไม่ต้องมีครรภ์ ส่วนภุมมัญญูเทพธิดาบางองค์นั้น มีประจำเดือนและมีครรภ์ เหมือนกับมนุษย์หญิงธรรมดา

ธรรมดาบุตรและธิดาทั้งหลายในเทวโลกนั้น จะได้บังเกิดเหมือนมนุษย์นั้นหาไม่ได้ แต่บุตรธิดาเหล่านั้น ย่อมบังเกิดในตักแห่งเทวดาทั้งหลาย ถ้าแลนางฟ้าทั้งหลายจะบังเกิดเป็นบาทบริจาริกา ก็ย่อมบังเกิดขึ้นในที่นอน เทวดาที่เป็น พนักงานตักแต่งประดับอาภรณ์วิภูษิตเครื่องทรงเป็นต้นนั้น ย่อมบังเกิดล้อมรอบที่นอน ถ้าจะเป็นไวยาวัจจกรนั้นย่อมบังเกิดขึ้นภายในวิมาน ดังมีสาธกบาลีแสดงไว้ในลักกปัญหสูตรต้นตอรรถกถา และมูลปณณาสอรรถกถาว่า เทวานํ อิตา จ ปุตตา จ องเก นิพพตฺตนฺติ ปาทบริจาริกา อิตถิโย สยเน นิพพตฺตนฺติ ตาลํ มณฺทนปสาธน การิกา เทวตา สยน์ ปริวารेतฺวา นิพพตฺตนฺติ เวยฺยาวจฺจกรา อนฺโตวิมานเณ นิพพตฺตนฺติ.

เมื่อเทวดาทั้งหลาย ไปบังเกิดขึ้นภายในวิมานของเทวดาองค์หนึ่งองค์ใดแล้ว ย่อมเป็นอันว่าเทวดาหรือนางฟ้าก็ตามที่บังเกิดขึ้นใหม่นั้น ต้องเป็นบริวารของเทวดาผู้เป็นเจ้าของวิมานนั้นๆ โดยที่เทวดาองค์อื่นๆ จะมาวิวาทแย่งชิงเอาไปไม่ได้เลย ถ้าเทพบุตรก็ดีหรือเทพธิดาก็ดี บังเกิดขึ้นภายนอกระหว่างกลางเขตแดนวิมานต่อวิมานแล้วเทวดาที่เป็นเจ้าของวิมานนั้น ก็บังเกิดการวิวาทแก่กัน เพื่อแย่งชิงเอาเทวดาทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นใหม่นั้นมาเป็นกรรมสิทธิ์ของตน ถ้าต่างฝ่ายต่างไม่สามารถจะตัดสินใจได้ว่าเทวดาที่บังเกิดขึ้นใหม่นั้นจะเป็นของใครได้แล้ว ก็พากันไปสู่สำนักแห่งท้าวสักกะเทวราชผู้เป็นอธิบดีใหญ่กว่าเทวดาทั้งปวง ถ้าวิมานของเทวดาองค์ใดอยู่ใกล้กว่ากัน ท้าวสักกะเทวราชก็พิพากษาให้เป็นของเทวดาองค์นั้น ถ้าเทวดาผู้บังเกิดใหม่ปรากฏขึ้นในที่ท่ามกลางเสมอกันแห่งวิมานของเทวดา ๒ องค์ เทวดาที่บังเกิดใหม่นั้น เล็งแลดูวิมานของเทวดาองค์ใด ท้าวสักกะก็พิพากษาให้เป็นของเทวดาองค์นั้น ถ้าเทวดาผู้บังเกิดใหม่ มิได้ดูแลซึ่งวิมานหนึ่งวิมานใด แล้วท้าวสักกะก็พิพากษาให้เป็นของพระองค์เสียเอง เพื่อตัดความวิวาทแห่งเทวดาทั้งหลายเสีย เทวดาบางองค์ก็มีนางฟ้าเป็นบาทบริจาริกา ๕๐๐ บ้าง ๗๐๐ บ้าง ๑๐๐๐ บ้าง เรื่องนี้แสดงให้เห็นว่า เทวดาที่ไม่มีวิมานอยู่โดยเฉพาะของตนก็มีอยู่เป็นจำนวนมาก และในเทวโลกนี้ก็เป็นไปคล้ายๆกับในมนุษย์โลกคือมีการทะเลาะวิวาทกัน และมีผู้พิพากษาศักดิ์สินความเช่นกัน

เทพบุตรและเทพธิดาที่อยู่ในเทวโลกนี้ ก็มีการไปมาหาสู่เยี่ยมเยียนซึ่งกันและกัน เช่นเดียวกับมนุษย์โลก จะพึงรู้ได้จากเรื่องเทพบุตรที่เป็นนักเล่นดนตรีองค์หนึ่งชื่อว่าปัญจสิขะ เทพบุตรองค์นี้ ชำนาญในการดีดพิณที่มีชื่อว่าเพลุวะ และชำนาญในการขับร้องมีความรักใคร่ในสุริยวัจจสาเทพธิดา ซึ่งเป็นธิดาของเทวดาผู้ใหญ่องค์หนึ่งชื่อว่าติมพรเทพบุตร

วันหนึ่ง ปัญจสิขะเทพบุตรได้ไปหาสุริยวัจจสาเทพธิดา และได้ดีดพิณขับร้องมีใจความว่า

ยัม เม อตถิ กตัม ปุณญัม อรหุเตสุ ตาหิสู
 ตัม เม สพพงคกल्याณิ ตยา สหุธี วิปจจตัม

แปลความว่า แน่ะ นางที่มีเรือนร่างทั้งดงาม กุศลใดๆ ที่ข้าพเจ้าได้เคยสร้างสมมาแล้ว ต่อพระอรหันต์ที่มีคุณต่างๆ ขอกุศลนั้นๆ จงเป็นผลสำเร็จแก่ข้าพเจ้า และแม่นางทุกประการ เทอญ

แต่เทพธิดาสूरียวัจฉานนั้น ได้รักใคร่กันกับสิขันทิเทพบุตร ซึ่งเป็นบุตรของมาตุลีเทพบุตร เมื่อทั้ง ๒ ฝ่ายมีความรักไม่ตรงกันเช่นนี้ ท้าวโลกิย์เทวราชทรงพิจารณาเห็นว่า ปัญจสิขเทพบุตรเป็นผู้มีความดีความชอบ และทำคุณประโยชน์ ให้แก่พระองค์มาก จึงตัดสินพระทัยยกสूरียวัจฉาเทพธิดาให้แก่ปัญจสิขเทพบุตร

เทพธิดาบางองค์มีวิมานอยู่โดยเฉพาะๆ ของตนแล้วแต่ยังขาดคู่ครอง ก็ทำให้เกิดความเบื่อหน่ายในความเป็นอยู่ของตน ไม่มีความเบิกบานและร่าเริงเหมือนกับเทพธิดาที่มีคู่ครองทั้งหลาย ส่วนเทพธิดาที่มีคู่ครอง ต่างก็ชวนกันไปแสวงหาความสุขสำราญในสถานทั้ง ๔ แห่งพร้อมด้วยบริวารของตน

อนึ่ง บริวาร วิมาน และรูปารมณต่างๆ อันเป็นสมบัติของเทพธิดาทั้งหลายนั้น มีความสวยงามยิ่งหย่อนกว่ากันและกัน แล้วแต่กุศลกรรมที่ตนได้สร้างสมไว้ ฉะนั้น รัศมีที่ชานออกจากร่างกายและอารมณ์ภูษาที่เป็นเครื่องประดับเครื่องทรงของเทพบุตรและเทพธิดาทั้งหลาย พร้อมทั้งวิมานอันเป็นที่อยู่ของตนๆนั้น บางองค์ก็มีรัศมีสว่าง ๑๒ โยชน์ ถ้าองค์ใดมีบุญมาก ก็ มีรัศมีสว่างถึง ๑๐๐ โยชน์ ดังมีสาธกบาลีแสดงไว้ในอรรถกถาแห่งทีฆนิกายมหาวรรคว่า

ยา สา สพพเทวตานํ วตถาลงการวิมานสรীরานํ

ปภา ทวาทสโยชนานิ ปรติ, มหาปุณณฺยานํ ปน สรীরปภา โยชนสตํ ปรติ

มีปัญหาวา บรรดาเทวดาทั้ง ๖ ชั้นนี้ จะแลเห็นซึ่งกันและกันได้หรือไม่?



ข้อนี้วิสัยเห็นว่า เทวดาที่อยู่ในชั้นเบื้องบนย่อมเห็นเทวดาที่อยู่ชั้นต่ำกว่าตนได้ แต่เทวดาที่อยู่ชั้นต่ำจะเห็นเทวดาที่อยู่สูงกว่าตนไม่ได้ เพราะธรรมดาเทวดาที่อยู่ชั้นสูงๆ นั้นมีร่างกายละเอียดมากกว่าเทวดาที่อยู่ชั้นต่ำ นอกจากเทวดาที่อยู่ชั้นเบื้องบนนั้นจะเนรมิตร่างกายให้หายาบขึ้น เทวดาที่อยู่ต่ำกว่าจึงจะเห็นได้ ทั้งนี้เป็นไปตามลำดับชั้นกันดังมี สาสกบาลีแสดงไว้ในอรรถกถาแห่งทีฆนิกายมหาวรรคว่า

เหตุฐา เหตุฐา หิ เทวดา อุปฺปฺริเทวานํ โหฬาริกํ
กตฺวา มาปิตเมว อตฺตภาวํ ปสฺสิตํ สกโกณฺติ

ในระหว่างมนุษย์และเทวดาก็เช่นเดียวกัน มนุษย์จะไม่สามารถมองเห็นเทวดาได้ เพราะเทวดามีรูปร่างละเอียด นอกจากเทวดานั้นจะเนรมิตรูปให้หายาบ พวกมนุษย์จึงจะสามารถเห็นได้

อนึ่ง ได้กล่าวไว้แล้วตอนต้นว่า อารมณ์ต่างๆ ที่อยู่ในชั้นดาวดึงส์ล้วนแต่เป็นอิฏฐารมณ์ทั้งสิ้น และบรรดาเทพบุตรเทพธิดาที่อยู่ในชั้นนี้ก็เป็นเสวยแต่ทิพย์สมบัติเครื่องทรง และอาภรณ์ตลอดจนร่างกายก็เป็นทิพย์ ไม่มีสิ่งโสโครกปฏิกูลที่จะไหลออกจากทวารทั้ง ๙ เลย ซึ่งต่างกับพวกมนุษย์ที่เต็มไปด้วยสิ่งปฏิกูลต่างๆ ที่ไหลออกจากทวารทั้ง ๙ อยู่เสมอ เทวดาทั้งหลาย เมื่อได้กลืนมนุษย์เข้าแล้วจะมีความรู้สึกอย่างไร?

ตอบว่า เทวดาทั้งหลายเมื่อได้กลืนมนุษย์ที่อยู่ห่างกันถึง ๑๐๐ โยชน์ในขณะใดขณะนั้น จะรู้สึกเหมือนกับได้กลืนสุนัขเนา แม้แต่พระเจ้าจักรพรรดิ ซึ่งในวันหนึ่งมีการทรงน้ำ ๒ ครั้ง



เปลี่ยนฉลองพระองค์ ๓ ครั้ง และทรงลูบไล้พระวรกายด้วยสุสุคนธรส อันดีเลิศเช่นนี้แล้วก็ตาม
ถ้าเทวดาทั้งหลายได้กลิ่นของพระเจ้าจักรพรรดิที่อยู่ในระยะห่างกัน ๑๐๐ โยชน์ในเวลาใด ก็
เหมือนกับได้กลิ่นสุนัขเฒ่าที่เอามาผูกติดอยู่ที่คอฉะนั้น ดังมีสารกบาลีแสดงไว้ในอรรถกถาแห่ง
ทีฆนิกายมหารรรคว่า

ทิวสสส ทวิภขตตํ นหาคฺฉว วตฺถานิ ติกฺขตตํ
ปวิตเตตฺตว อลงกตปฏิมณฺฑิตานํ จกฺกวตฺติตฺวาทีนฺมปี
มนุสฺसानํ คนฺโธ โยชนสฺเต จูฑานํ เทวตานํ กณฺธุ อสตฺตฤณํ ปวี พารตี

ความงามวิจิตรงดงาม และความสุกที่เป็นทิพย์สมบัติในชั้นดาวดึงส์นี้ไม่สามารถจะ
บรรยายให้หมดสิ้นได้ สมบัติต่างๆ ที่มีอยู่ในมนุษย์โลก จะเป็นสมบัติของพระเจ้าจักรพรรดิหรือ
ของราชเศรษฐี คหบดีก็ตาม ก็ไม่อาจจะเอามาเปรียบเทียบกับเทวสมบัติซึ่งเป็นของทิพย์ได้

อริหารมณฺฑลต่างๆ ที่มีอยู่ในชั้นดาวดึงส์นั้น อริหารมณฺฑลที่มีอยู่ในสวนนันทวันเป็นอริหารมณฺฑ
ที่ดีเลิศ ยิ่งกว่าอริหารมณฺฑลที่มีอยู่ในสถานที่ต่างๆ ทั้งหมดในชั้นดาวดึงส์ เพราะว่าถ้าเทพบุตร
หรือเทพธิดาองค์ใดเกิดโสกะปริเทวะพิโรธรำพันกลัวความตายที่จะได้รับอยู่นั้น ถ้าได้เข้าไปยัง
สวนนันทวันแล้ว ความโสกะปริเทวะเหล่านั้นก็หายสิ้นไป ฉะนั้น เทวตาองค์ใดหรือมนุษย์องค์
ใดก็ตาม ถ้ายังไม่เคยเข้าไปในสวนนันทวันแล้ว จักว่าบุคคลนั้นยังมิรู้ถึงความสุขที่ดีเลิศที่มีอยู่
ในชั้นดาวดึงส์ ดังมีสารกบาลีแสดงไว้ในพระบาลีสภาคารวรรคสังยุตว่า

น เต สุขํ ปชานนฺติ เย น ปสฺสนฺติ นนฺทนํ
อวาสํ นรเทวานํ ติทฺธานํ ยสฺสสินี.

แปลความว่า บุคคลเหล่าใดยังไม่เคยชมสวนนันทวัน อันเป็นสถานที่หย่อนใจของเทพ
บุตรเทพธิดาทั้งหลายซึ่งเป็นผู้มีบุญ มีความสวยงาม มีบริวารมากในชั้นดาวดึงส์นี้บุคคลนั้นได้
ชื่อว่า เป็นผู้ที่ยังไม่สมบูรณ์ต่อการเสวยความสุขในกามคุณที่มีอยู่ในเทวภูมิชั้นนี้

อนึ่ง สนวนนันทวันนี้มีใช้มีอยู่แต่เฉพาะชั้นดาวดึงส์แห่งเดียวเท่านั้น ในเทวภูมิชั้นอื่นๆก็มีเช่นเดียวกันทุกชั้น สำหรับเหตุผลในการตั้งชื่อสนวนนันทวันนั้น ในเทวภูมิชั้นอื่นๆ ก็มีเช่นเดียวกันทุกชั้น สำหรับเหตุผลในการตั้งชื่อสนวนนันทวันนั้น ก็เพราะว่าเป็นสถานที่ที่น่ายินดีน่าเพลิดเพลินนั่นเอง ดังมีสาธกบาลีแสดงไว้ในอรรถกถาแห่งทีฆนิกายมหารรรควา สัพเพสุ เทวโลเกสุ หิ นนทวัน อตถิเยว

ในสารัตถทีปนีฎีกาแสดงไว้ว่า ในบรรดาสนวน ๖ แห่ง ที่มีอยู่ในชั้นดาวดึงส์นี้มีต้นไม้ทิพย์อยู่ทุกๆสวน สวนหนึ่งๆ มีต้นไม้ทิพย์นี้อยู่พั่นต้น ดังมีบาลีแสดงว่า

ตํ ปน ทิพฺพรกฺขสทฺสสฺสปฏิมณฺฑิตํ ตถา นนทวันํ ฝารุสทวนญจ

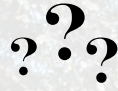
ภายในสวนจิตรดามีต้นไม้เครือเถาชื่อว่า อาสาวดี หนึ่งพ่นปีของชั้นดาวดึงส์นี้จึงจะมีผลครั้งหนึ่ง ช้างในมือน้ำเรียกว่าน้ำทิพย์ น้ำทิพย์ที่อยู่ข้างในผลไม้เหล่านี้แหละเป็นสุราของพวกเทวดา ชั้นดาวดึงส์ เทวดาองค์ใดได้ดื่มแล้วจะเกิดความมึนเมา และฤทธิ์ของความเมานี้ทำให้หลับไปเป็นเวลานานถึง ๔ เดือน จึงจะสร้างความเมา ดังมีสาธกบาลีแสดงไว้ในพระบาลีชาดกและพระบาลีอุปทาน ว่า

อาสาวดี นาม ลตา ชาตา จิตฺตลตาวเน
ตสฺสา วสฺสสทฺสเสน เอกํ นิพฺพตฺตเต ผลํ.

แปลความว่า เครือเถาทิพย์ที่เรียกว่า อาสาวดีนี้ มีอยู่ในสวนจิตรดาและเครือเถาทิพย์หนึ่งพ่นปีจึงจะมีผลครั้งหนึ่ง ดอกเครือเถานี้ก็เป็นดอกไม้ทิพย์

(* โปรดติดตาม ธรรมะน่ารู้ - เรื่อง ภพภูมิ ๓๑ ตอนที่ ๓ ในอภัสสาร ฉบับที่ ๔๖)





The Seven Factors of Enlightenment (Part I)

Sayadaw U Pandita

BECOMING A NOBLE ONE

One does not become enlightened by merely gazing into the sky. One does not become enlightened by reading or studying the scriptures, nor by thinking, nor by wishing for the enlightened state to burst into one's mind. There are certain necessary conditions or prerequisites which cause enlightenment to arise. In Pāli these are known as the-bojjhaṅgas, or factors of enlightenment, and there are seven of them.

The word *bojjhaṅga* is made up of *bodhi*, which means enlightenment or an enlightened person, and *aṅga*, causative factor. Thus a *bojjhaṅga* is a causative factor of an enlightened being, or a cause for enlightenment. A second sense of the word *bojjhaṅga* is based on alternative meanings of its two Pāli roots. The alternative meaning of *bodhi* is the knowledge that comprehends or sees the Four Noble Truths: the truth of universal suffering or unsatisfactoriness; the truth that desire is the cause of this suffering and dissatisfaction; the truth that there can be an end to this suffering; and the truth of the path to the end of this suffering, or the Noble Eightfold Path. The second meaning of *aṅga* is part or portion. Thus, the second meaning of *bojjhaṅga* is the specific part of knowledge that sees the Four Noble Truths.

All *vipassanā* yogis come to understand the Four Noble Truths to some extent, but true comprehension of them requires a particular, transforming moment of consciousness, known as path consciousness. This is one of the culminating insights of *vipassanā* practice. It includes the experience of *nibbāna*. Once a yogi has experienced this, he or she deeply knows the Four Noble Truths, and thus is considered to contain the *bojjhaṅgas* inside him or herself. Such a person is called noble. Thus, the *bojjhaṅgas* or enlightenment factors also are parts or qualities of a noble person. Sometimes they

are known as the sambojjhaṅgas, the prefix sam- meaning full, complete, correct, or true. The prefix is an honorific and intensifier, and adds no crucial difference in meaning.

These seven factors of enlightenment, or seven qualities of a noble person, are: mindfulness, investigation, effort, rapture, calm, concentration and equanimity. In Pāli, the list would be sati, dhamma vicaya, vīriya, pīti, passaddhi, samādhī, upekkha. These seven can be found in all phases of vipassanā practice. But if we take as a model the progressive stages of insight, we can say that the seven enlightenment factors begin to be very clear at the stage of insight where a yogi begins to see the arising and passing of phenomena.

How can one develop these factors in himself or herself? By means of satipaṭṭhāna meditation. The Buddha said, “Oh bhikkhus, if the four foundations of mindfulness are practiced persistently and repeatedly, the seven types of bojjhaṅgas will be automatically and fully developed.”

Practicing the four foundations of mindfulness does not mean studying them, thinking of them, listening to discourses about them, nor discussing them. What we must do is be directly and experientially aware of the four foundations of mindfulness, the four bases on which mindfulness can be established. The satipaṭṭhāna Sutta names





them: first, the sensations of the body; second, feeling; the painful, pleasant or neutral quality inherent in each experience; third, the mind and thought; and fourth, all other objects of consciousness; feelings seen, heard, tasted and so forth. The Buddha said, furthermore, that one should practice this awareness not intermittently, but rather persistently and repeatedly. This is exactly what we try to do in vipassanā meditation. The tradition of vipassanā meditation taught and developed by Mahāsi Sayādaw is oriented toward developing fully the seven factors of enlightenment, and eventually experiencing noble path consciousness, in accordance with the Buddha's instructions.

Ref: In This Very Life, The Liberation Teachings of the Buddha, Sayadaw U Pandita (1992)





ประสบการณ์ใคร่อย

ศรัทธา และ โอกาส

ข้าพเจ้าขอนอบน้อมบูชาพระผู้มีพระภาคเจ้า คุณพระธรรม และคุณพระสงฆ์สาวก ด้วยเศียรเกล้า

ณ.ฤฎี ๑๕ ... ฤฎีหลังน้อยที่ข้าพเจ้าได้รับ โอกาส ที่ดีที่สุดในชีวิต ได้เข้าปฏิบัติธรรม แนวสติปัฏฐาน ๔ ช่วงเดือน พ.ย.๖๑ - ม.ค.๖๒ ปฏิบัติธรรมส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่ ข้ามปีเลยทีเดียวค่ะ...

“ สายวิปัสสนาวงศ์ ” ข้าพเจ้าได้อ่านจาก หนังสือบันทึกธรรมโสโรโทกขุ ๒๕๖๑ เป็นชื่อเรียกที่อ่านครั้งแรกก็จำได้และชอบมาก เรียกกันสั้นๆ “ สายหนอ ” นั่นละ วัดภักทันทะ อาสาราม เป็นสถานที่เดียว ที่แรกและครั้งแรกในชีวิต ที่ข้าพเจ้าเดินไปเดินมา ซ้ายอย่างหนอ ขว้างอย่างหนอ นั่งภาวนาหุบหนอพองหนอ ตอนแรกจับความรู้สึกฟองยุบไม่ได้ลมตีขึ้นจุกเลย ค่ะ เหตุก็มีอยู่เพราะข้าพเจ้าภาวนาดูลมหายใจ มานานถึง ๘ ปี แต่ตอนนี้ฟองยุบสั้นยาวขึ้นลง ออกข้างได้หมดสบายมาก ด้วยความอดทนและความพยายาม ไม่มีวันใดที่รู้สึกท้อแท้ ท้อถอย ด้วยแรง ศรัทธา เชื่อมั่นในคำสอนและแนวทางปฏิบัติได้พบครูบาอาจารย์ผู้เลิศคุณทุกท่าน ท่านต้องบำเพ็ญขันติบารมีมามากสุดๆ ต้องสอบอารมณ์กรรมฐานโยคีถึงวันนี้คงนับจำนวนไม่ถูกแน่แล้ว ข้าพเจ้าก็เป็นคนหนึ่งโน้น ช่วงแรกสอบอารมณ์ สองวันครั้ง ค่อยๆ ขยับวันเว้นวัน ตอนนี้อบรมณ์เกือบทุกวัน บางอาทิตย์สอบทุกวัน ข้าพเจ้าพูดเบาๆ กับครูบาอาจารย์ท่านว่าอย่าพึ่งเบื่อหน้าลูกศิษย์นะคะ “ ท่านก็หัวเราะบอกไม่เบื่อๆ ไม่เบื่อเลย สอบทุกวันมาได้เลย ” ท่านบอกแบบนี้ละ

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ข้าพเจ้าปฏิบัติอย่างต่อเนื่องตามปกติและมีโอกาสเข้าคอร์สปัญญาบูชา กำหนดตามครูบาอาจารย์แนะนำ โดยเฉพาะเวลาสอบอารมณ์ เล่าตามความ

เป็นจริงสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น ทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียน อิริยาบถหลักและย่อย ทุกเหตุการณ์ที่พบเจอเก็บทุกรายละเอียด เล่าทุกเรื่อง เพื่อจะได้เป็นไปตามขั้นตอน ไม่ทำผิดพลาด อารมณ์กรรมฐานเป็นอย่างไร ท่านจะได้แนะนำแก้ไขเป็นสิ่งจำเป็นมาก เพื่อการพัฒนาตนเอง และเพื่อให้รู้ตามความเป็นจริง เกิดแก่เจ็บตาย ความไม่เที่ยง เกิดดับ ในสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นจริง ผลที่เกิดจากการภาวนาสำคัญที่สุดคือ รู้เห็นกิเลสและอุปนิสัยที่ถูกกดทับเอาไว้ มันออกมาให้เห็นจนตัวเองก็ตกใจ เพราะคิดว่าไม่มีหรือมีก็น้อยมาก เปล่าเลยมันไม่เป็นเช่นนั้นเลย มีเหตุมีปัจจัยเข้ามากระทบภายในหรือภายนอกเมื่อใด เห็นกิเลสพญามารตัวสูงใหญ่ มากันครบ เสียน้ำตาเยอะมาก (กรรมฐานแบบนี้ก็มีด้วยสุดยอดเลยล่ะ)

เรื่องทุกข์เวทนา ก็ทุกข์จริง เจ็บจริง เห็นทุกข์ทั้งร่างกายและความคิดที่เต็มไปด้วยอารมณ์ความรู้สึกที่สะสมกิเลสมานานมาก เปียตเปียนตนเองและผู้อื่น ล้วนเป็นเหตุแห่งทุกข์ทั้งสิ้น ยอมรับตามความเป็นจริง เมื่อรู้ว่าทุกข์จริง จึงจะละทุกข์นั้นได้ ถึงจะเป็นช่วงขณะแห่งเหตุและปัจจัยที่ส่งผลก็ตาม ฝึกต่อไปพยายามต่อไป ความเคยชินใหม่ก็เกิดขึ้น อุปนิสัยเดิม ๆ ก็ค่อยๆ ถูกแก้ไข ผู้เขียนก็ยังคงมีกิเลสอยู่นะคะ แต่ตอนนี้กรรมฐานเปิดใจเรา ให้เห็นมุมมองใหม่ที่กว้างขึ้น ดูกายดูใจ เฝ้าดูอยู่แบบนี้ “ หลวงพ่อท่านเทศน์เห็นใจก็ให้รับจับใจ ” ตอนแรกจับไม่ค่อยจะทันใจกวาดทรัพย์เรียบ ตอนนี้จับทันบ้างแล้วละ เริ่มสะสมทรัพย์ภายในเพิ่มมากขึ้น ป้องกันไม่ให้ใจเข้ามาติดว่าคอยเฝ้าจับใจเยอะเลย ส่วนหนทางป้องกันภัยจากใจร้าย นายพญามาร หลวงพ่อพระครูภาวนาและพระวิปัสสนาจารย์ทุกท่าน เมตตาเป็นอย่างสูง เทศนาธรรมโปรดผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เทศน์ละเอียดทุกขั้นตอน องค์ธรรมความรู้ที่ไม่เคยได้รู้ก็ได้รู้และเข้าใจเพิ่มขึ้น หลวงพ่อท่านย้ำเสมอว่า “ ต้องเข้าใจถูกต้องด้วยนะ ถ้าเข้าใจถูกต้องก็ทำถูก ” ผู้เขียนบอกตัวเองเสมอว่าเป็นผู้ที่โชคดีที่สุดที่ได้มี โอกาส ปฏิบัติธรรม “ สายหน่อ ” ในปัจจุบันขณะนี้

ประโยชน์ที่ได้รับก็ยังมีเรื่องของสุขภาพ บุคลิกภาพ สมดุลยภาพ อรรถภาพธรรม ตามความเป็นจริง เรื่องหลัก สำรวมกายวาจาใจ รักษาศีลงดเว้นการทำบาป สร้างกุศลบุญภาวนาเพิ่มกำลังสมาธิตั้งมั่น สติกำหนดรู้รูปนาม จิตจดจ่อตามรู้อาการ ปัญญารู้ตามความเป็นจริง พัฒนาตามลำดับการฝึกกรรมฐาน ผู้เขียนมีต้นทุนเดิมอยู่พอสมควรการฝึกฝนกำลังสมาธิอยู่เนืองๆ หน้าที่การงานอดีตผู้บริหารบริษัทเอกชน บริหารจัดการ วางระบบแผนงานตามขั้น

ตอน จนถึงบทสรุป ประเมินผล ปรับแก้ ให้งานสมบูรณ์ที่สุด มีระเบียบวินัย ละเอียดเรื่องการทำงาน จึงมีผลเกื้อกูลการฝึกกรรมฐาน แต่ไม่ละเอียดเรื่องอารมณ์ สร้างอัตตาตัวตน ยึดมั่นถือมั่นเป็นทาสของกิเลสอยู่นาน กรรมฐานทำให้เห็นอัตตาและกิเลสชัดที่สุด ผลจากฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน นำไปสู่การขัดเกลากิเลสได้บ้างแล้วในตอนนี้อันที่จริงประสบการณ์เรื่องการภาวนามีหลายเรื่อง เช่น เพราะความไม่รู้ จึงมีเรื่องทำผิดกฎระเบียบ ห้ามพูดคุยกั้แอบพูด (โดนดุดด้วยละแอบขำตัวเอง) แต่ตอนนี้เข้าใจดีแล้วว่าการปฏิบัติธรรมก็มีกฎข้อห้ามที่ควรทำตามอย่างยิ่ง เรื่องสนุกๆ ก็ยังมีอีกค่ะ กลัวท่านผู้อ่านจะเบื่อเสียก่อน ขอเล่าความสั้นๆ พอประมาณ อีกเรื่องทีละเลยไม่ได้ กราบขอบพระคุณผู้เกี่ยวข้องทุกท่านในการดูแลผู้เข้าปฏิบัติธรรมอำนวยความสะดวกเป็นอย่างดี

เนื่องด้วยวันที่เขียนเรื่องราวนี้ตรงกับวันครู ข้าพเจ้าจึงถือโอกาสนี้ ขอนอบน้อมบูชาครูบาอาจารย์ทุกท่าน ด้วยความศรัทธา ด้วยความเคารพ ด้วยเศียรเกล้า ระลึกถึงพระคุณอย่างสูงสุดอย่างหาที่สุดมิได้ ด้วยท่านวางกลอุบายเอาไว้อย่างแยบยลแยบคาย ในทุกขั้นตอนการปฏิบัติ เพื่อนำพาผู้ปฏิบัติได้เห็นรูปนามหรือกายใจของตนเองด้วยตนเอง รู้ตามความเป็นจริงด้วยตนเอง รู้แจ้งด้วยปัญญาญาณ เพรียรเผากิเลส ตัณหา อุปาทาน เหตุแห่งทุกข์ สิ้นชาติสิ้นภพ

ข้าพเจ้ายอมรับว่าเป็นเรื่องใหม่ ประสมการณ์ใหม่หากมีข้อผิดพลาดจากเรื่องราวที่เขียนมานี้หรือข้าพเจ้าได้ล่วงเกินโดยใช้ถ้อยคำไม่เหมาะสมประการใด ข้าพเจ้ากราบขออภัยด้วยกาย วาจาใจ มา ณ โอกาสนี้ด้วย

ผู้เขียนขอเป็นกำลังใจให้กับผู้ปฏิบัติ “ สายหน่อ ” ทุก ๆ ท่าน เหตุปัจจัยมีไม่เท่ากัน แต่เดินเส้นทางเดียวกันช้าเร็วก็มีหวังถึงฝั่งนิพพาน “ อดทนและพยายามกันไป ” (คำสอนหลวงปู่ พระครูภาวนาวราลังการ วิ.) ท่านย่าเตือนอยู่เสมอว่า

ฝุ่น ละอองจิ๋ว เอาตัวรอดไว้ก่อน!!

ฝุ่นละอองจิ๋ว ขนาด 2.5 ไมครอน เกิดจาก

- การเผาไหม้เชื้อเพลิงรถยนต์
- การทำอุตสาหกรรม
- การใช้ฟืนถ่านในครัวเรือน

ฯลฯ



ฝุ่นละอองจิ๋วขนาดนี้
จมูกไม่สามารถกรองได้
ทำให้ฝุ่นเข้าสู่ร่างกาย
จากหลอดลมไปหลอดเลือด
และกระจายไปส่วนต่าง ๆ ทั่วร่างกาย



เป็นสาเหตุของโรคเหล่านี้
หรือทำให้โรคมีความรุนแรงมากขึ้น

- ภูมิแพ้ในโพรงจมูก
- หอบหืดเรื้อรัง
- มะเร็งตามอวัยวะต่าง ๆ
- โรคหลอดเลือดสมอง



ชนิดหน้ากากอนามัย

หน้ากากกรองอนุภาคแบบละเอียด N95

ป้องกันฝุ่นขนาด **0.3** ไมครอน ได้ 95%
จึงป้องกันฝุ่น PM 2.5 ได้



หน้ากากอนามัยแบบทั่วไป

ป้องกันฝุ่นขนาด **3** ไมครอน ได้ 99%
จึงป้องกันฝุ่น PM 2.5 ไม่ได้

การใส่หน้ากากที่ถูกต้อง

ใส่ให้แนบสนิทกับใบหน้า ถ้าไม่แนบหรือใส่แล้วไม่คลุมที่คาง
อากาศจากภายนอกจะสามารถเข้าได้ ประสิทธิภาพ
การป้องกันฝุ่นจะลดลง โดยเฉพาะรุ่น N95 อาจหายใจไม่สะดวก



LINE Ramathibodi

อ. พญ.นภารัตน์ อมรพุมิสถาพร

สาขาวิชาโรคระบบการหายใจและเวชบำบัดวิกฤตระบบหายใจ ภาควิชาอายุรศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

<https://med.mahidol.ac.th/infographics>



คุยกับหมอ

หมอพิม

PM 2.5 อันตรายจริงหรือไม่

สวัสดีชาวอาสาสมัครทุกท่านค่ะ คอลัมน์คุยกับหมอครั้งนี้ ต้องขอยกเรื่องเกี่ยวกับฝุ่นจิ๋ว หรือที่เรียกว่า PM 2.5 (PM ย่อมาจาก Particle Matters ซึ่งค่ามาตรฐานของฝุ่นละอองขนาดเล็กที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพซึ่งมีอยู่ด้วยกัน 2 ชนิด ได้แก่ PM 10 และ PM 2.5 ส่วนตัวเลข 2.5 นั้นมาจากหน่วย 2.5 ไมครอนหรือไมโครเมตรนั่นเองค่ะ) ซึ่งเป็นที่พูดถึงในขณะนี้มากที่สุดว่าอันตรายต่อระบบทางเดินหายใจและโรคหลอดเลือดและหัวใจ ทำให้เกิดมะเร็งปอด และเพิ่มอัตราการตายในกลุ่มคนที่มีความเสี่ยง มีหลายเสียงวิพากษ์วิจารณ์ บางคนก็บอกว่าเป็นอันตรายต่อสุขภาพจริง บางคนก็บอกว่าเป็นกลไกทางการตลาด บริษัทขายเครื่องฟอกอากาศกับหน้ากากกันฝุ่นจะได้มากขึ้น คอลัมน์คุยกับหมอวันนี้จึงได้ไปหาข้อมูลจากทั้งไทยและต่างประเทศและมาสรุปให้อ่านกันค่ะ

ความจริงแล้ว มีการศึกษาและวิจัยเรื่องมลภาวะทางอากาศจากฝุ่นที่มีความเข้มข้นสูงมานานเป็นสิบปีแล้ว และมีงานวิจัยจากหลายๆ ประเทศที่กล่าวถึงผลกระทบต่อร่างกายมนุษย์จากฝุ่นจิ๋วเหล่านี้ทั้งในประเทศสหรัฐอเมริกา ทวีปยุโรป ประเทศญี่ปุ่น ประเทศจีน และอีกหลายๆ ประเทศที่ไม่ได้กล่าวในที่นี้ โดยมีการทดลองทั้งในหนู(สัตว์ทดลอง) และเก็บข้อมูลมนุษย์ที่ได้รับผลกระทบจากฝุ่นว่ามีอัตราการตายที่สูงขึ้นโดยแปรผันตรงกับความเข้มข้นที่เพิ่มมากขึ้นของฝุ่นและฝุ่นที่มีขนาดเล็กอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติจริง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้สูงอายุ เด็กทารกและเด็กเล็ก หญิงตั้งครรภ์ ผู้ป่วยกลุ่มที่มีโรคประจำตัวเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจ เช่น หอบหืด ภูมิแพ้ปอดอักเสบ ภูมิแพ้ทางเดินหายใจ โรคปอดเรื้อรัง หรือโรคที่เกี่ยวข้องกับหลอดเลือดและโรคหัวใจต่างๆ มักจะได้รับผลกระทบหรือเกิดภาวะแทรกซ้อนมากกว่ากลุ่มอื่นๆ นั่นเอง ดังนั้นเราทุกคนควมทราบ ทุกข์(การเกิดโรคจาก PM 2.5, PM 10) สมุทัย (สาเหตุที่ทำให้เกิด PM

2.5) นิโรธ (การดับ PM 2.5) และมรรค (แนวปฏิบัติในการลด PM 2.5 เพื่อให้พวกเราทุกคนมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นนั่นเองค่ะ

สาเหตุของฝุ่นจิ๋ว PM 2.5 เกิดจากอะไร

โรงผลิตไฟฟ้า คิว้นท่อไอเสียจากรถยนต์ การเผาไม้ทำลายป่า เผาขยะ รวมถึงคว้นบุหรืด้วย ซึ่งปกติแล้วกิจกรรมต่างๆ ที่คนเราทำทุกวันก็ส่งผลให้เกิดฝุ่นละอองใหม่ๆ เพิ่มขึ้นอยู่แล้ว แต่แหล่งต้นตอสำคัญของ PM 2.5 ในบรรยากาศ คือ การเผาไหม้เชื้อเพลิงธรรมชาติที่ไม่สมบูรณ์ และฝุ่นจากการก่อสร้าง ยิ่งตอนนี้หมอทำงานใช้ทุนอยู่ต่างจังหวัด จะไปแห่งหนใดในช่วงนี้ ก็เห็นแต่การเผาป่าไร่อ้อย เห็นคนสูบบุหรืมากมาย กลับมากรุงเทพฯ การก่อสร้างตึกใหม่ ทำทางรถไฟ รถบนถนนที่นับวันเพิ่มขึ้นทุกวัน สิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดฝุ่นในปริมาณสูงทั้งนั้น จะเห็นได้ว่าฝุ่นจิ๋วเกิดมาจากมือของมนุษย์ทุกคนนั่นเองค่ะ

PM 2.5 เกิดผลกระทบต่อร่างกายอย่างไร

ฝุ่นละออง PM 2.5 เป็นเจ้าฝุ่นร้ายที่มองไม่เห็นด้วยตาเปล่า ไม่มีกลิ่น ขนาดเล็กมาก เมื่อมนุษย์สูดหายใจเอาฝุ่นจิ๋วเข้าไป ฝุ่นสามารถผ่านเข้าไปในร่างกายเราลึกได้ถึงถุงลมปอด และมีการทดลองในหนูทดลองพบว่า ฝุ่นจิ๋วกระตุ้นให้เกิดอนุมูลอิสระ ลดแอนติออกซิแดนท์ รบกวนสมดุลต่างๆ ของร่างกาย และกระตุ้นยีนที่เกี่ยวข้องกับการหลั่งสารอักเสบ ซึ่งมีอันตรายต่อเนื้อเยื่อในร่างกายของเรามาก แล้วส่งผลกระทบต่างๆ ตามมา ดังนี้

กระตุ้นให้คนที่มืโรคระบบทางเดินหายใจเรื้อรังเกิดอาการกำเริบ เช่น โรคจมูกอักเสบภูมิแพ้ โรคหอบหืด และโรคถุงลมโป่งพอง

กระตุ้นให้คนที่มืโรคระบบหัวใจและหลอดเลือดเรื้อรังเกิดอาการกำเริบ โดยเฉพาะโรคกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด

สำหรับผลระยะยาวจะทำให้การทำงานของปอดถดถอย อาจเกิดโรคถุงลมโป่งพองได้ แม้จะไม่สูบบุหรืก็ตาม และเพิ่มโอกาสทำให้เกิดมะเร็งปอดได้ด้วย

การป้องกันและลดการเกิดฝุ่น PM 2.5

๑. หยุดใช้ยานพาหนะที่มีการเผาไหม้ไม่สมบูรณ์ เกิดควันดำ และหันมาใช้รถสาธารณะแทนการใช้รถยนต์ส่วนตัว
๒. หยุดการเผาไร่ เผาป่า เพื่อใช้งานการเตรียมที่ทางเกษตรกรรม ใช้วิธีไถกลบแทน เนื่องจากเผาจะทำให้โครงสร้างหน้าดินถูกทำลาย ทำให้ได้ผลผลิตที่ต่ำลงและปนเปื้อนมาก
๓. หยุดสูบบุหรี่
๔. หลีกเลี่ยงการปรุงอาหารโดยการใช้ถ่านที่ทำให้เกิดควันปริมาณมาก
๕. จำกัดปริมาณฝุ่นที่เกิดจากการก่อสร้าง
๖. ลดการสร้างขยะโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ถุงพลาสติกและภาชนะที่ทำจากพลาสติก หากบรรจุภัณฑ์ที่สามารถใช้ซ้ำและนำมารีไซเคิลได้แทนถุงกับข้าวใช้แล้วทิ้ง ลดการเผาขยะเองในที่โล่งแจ้ง
๗. หลีกเลี่ยงการออกกำลังกายในที่แจ้งหากตรวจสอบแล้วพบว่ามีความเข้มข้นฝุ่นเกินมาตรฐาน
๘. สวมหน้ากากป้องกันฝุ่น (N95) หากตรวจสอบแล้วพบว่ามีความเข้มข้นฝุ่นเกินมาตรฐาน
๙. เปิดเครื่องกรองอากาศ(ถ้ามี)หากตรวจสอบแล้วพบว่ามีความเข้มข้นฝุ่นเกินมาตรฐาน

หน้ากากป้องกันฝุ่นละอองควรใช้แบบใด

เมื่อตรวจสอบแล้วพบว่าความเข้มข้นฝุ่นเกินค่ามาตรฐาน ควรป้องกันตนเองด้วยการสวมหน้ากากอนามัยที่สามารถป้องกันฝุ่นละอองขนาดเล็กได้ คือ หน้ากาก N95 ส่วนหน้ากากประเภทอื่นนั้น ช่วยป้องกันได้เพียงส่วนหนึ่ง และควรใส่ให้ถูกวิธี เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการใช้งาน แต่วิธีที่ดีที่สุด คือ การแก้ที่ต้นเหตุ ดังนั้น มาร่วมด้วยช่วยกันคืนอากาศบริสุทธิ์ให้แก่ทุกท่าน โดยควบคุมเจ้าฝุ่นร้าย PM2.5 ไม่ให้เกินมาตรฐานนั่นเองค่ะ

- Reference :
๑. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4740125/>
 ๒. <https://www.honestdocs.co/pm-2-5-environmental-nano-pollutants>
 ๓. <https://www.tci-thaijo.org/index.php/JEM/article/view/31999>



ตารางกิจกรรม ประจำปี ๒๕๖๒

มกราคม

๑ มกราคม

วันขึ้นปีใหม่

๑๙-๒๙ มกราคม

คอร์สปัญญาจุฬา

กุมภาพันธ์

๕ กุมภาพันธ์

วันตรุษจีน

๑๙ กุมภาพันธ์

วันมาฆบูชา

๑๙-๒๙ กุมภาพันธ์

คอร์สปัญญาจุฬา

มีนาคม

๒-๑๑ มีนาคม

จารีกบฏ จาริกธรรม ณ ประเทศอินเดีย

๑๙-๒๙ มีนาคม

คอร์สปัญญาจุฬา

เมษายน

๖ เมษายน

วันจักรี

๘ เมษายน

วันหยุดชดเชยวันจักรี

๑๓ เมษายน - ๑๖ เมษายน

วันสงกรานต์

๑๙-๒๙ เมษายน

คอร์สปัญญาจุฬา



ตารางกิจกรรม ประจำปี ๒๕๖๒

พฤษภาคม

๑ พฤษภาคม	วันแรงงาน
๒-๑๖ พฤษภาคม	คอร์สปฏิสังขานุปัสสนา
๑๓ พฤษภาคม	วันพืชมงคล
๑๘ พฤษภาคม	วันวิสาขบูชา และผ้าป่าสามัคคี
๒๐ พฤษภาคม	วันหยุดชดเชยวันวิสาขบูชา

มิถุนายน

๑๙-๒๙ มิถุนายน	คอร์สปัญญาบูชา
๑๖ กรกฎาคม	วันอาสาฬหบูชา

กรกฎาคม

๑๗ กรกฎาคม	วันเข้าพรรษา
๑๘ กรกฎาคม - ๑๓ ตุลาคม	คอร์สปฏิสังขานุปัสสนา (คอร์ส ๓ เดือน)
๒๘ กรกฎาคม	วันพระราชสมภพของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๑๐

สิงหาคม

๑๒ สิงหาคม	วันแม่แห่งชาติ
------------	----------------



ตารางกิจกรรม ประจำปี ๒๕๖๒

ตุลาคม

๑๓ ตุลาคม	วันคล้ายวันสวรรคต พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช วันปวารณาออกพรรษา
๑๔ ตุลาคม	วันตักบาตรเทโวโรหณะ
๒๐ ตุลาคม	กฐินสามัคคี
๒๒-๒๙ ตุลาคม	คอร์ส มุทิตาอาจริยปฏิบัติบูชา ประจำปี ๒๕๖๒
๒๓ ตุลาคม	วันปิยมหาราช

พฤศจิกายน

๔-๑๔ พฤศจิกายน	จาริกบุญ จาริกธรรม ณ เมืองคยา รัฐพิหาร ประเทศอินเดีย
๑๙-๒๙ พฤศจิกายน	คอร์สปฏิบัติบูชา เนื่องในวันครบรอบมรณะภาพ หลวงพ่อกัณฑ์ทันตะ อาสภมหาเถระ
๒๔ พฤศจิกายน	ครบรอบวันละสังขารหลวงพ่ไใหญ่

ธันวาคม - มกราคม ๒๕๖๓

๕ ธันวาคม	วันคล้ายวันพระราชสมภพ รัชกาลที่ ๙
๑๐ ธันวาคม	วันรัฐธรรมนูญ
๑๙-๒๙ ธันวาคม	คอร์สปัญญาบูชา
๓๑ ธันวาคม - ๒ มกราคม	ปฏิบัติธรรมส่งท้ายปีเก่า



การสนับสนุนกิจกรรมของวัด

ญาติโยมและผู้มีจิตศรัทธาที่ไม่สะดวกเดินทางมาที่วัดภักทันทะอาสาฬหารามด้วยตนเอง สามารถบริจาคปัจจัยช่วยเหลือค่าใช้จ่ายและสนับสนุนกิจการต่างๆ ภายในวัด โดยทางวัดมีบัญชีที่สามารถรับปัจจัยสนับสนุนผ่านธนาคาร ดังต่อไปนี้

กองทุนกลาง (มีสองบัญชี)

เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายทั่วไป เช่น ค่าบำรุงยานพาหนะค่าน้ำมัน ค่าน้ำ-ไฟฟ้า ค่าใช้จ่ายเบ็ดเตล็ด และใช้เบิกจ่ายสมทบบัญชีอื่นๆ ทุกประเภท

๑. ธ.กสิกรไทย สาขาบ้านบึง บัญชีออมทรัพย์

เลขที่ ๑๑๗-๒-๖๔๘๗๕-๐ ชื่อบัญชี วัดภักทันทะอาสาฬหาราม

๒. ธ.กรุงไทย สาขาบ้านบึง บัญชีออมทรัพย์ เลขที่ ๒๑๐-๐-๓๙๕๕๒-๑

ชื่อบัญชี วัดภักทันทะอาสาฬหาราม (กองทุนกลาง)

กองทุนภัตตาหาร (มีสองบัญชี)

เพื่อเป็นค่าภัตตาหารสำหรับพระภิกษุสามเณรในยามจำเป็นและเป็นค่าอาหารสำหรับโยคีบุคคลผู้มาอยู่ปฏิบัติธรรมกรรมฐานในวัด

๑. ธ.กสิกรไทย สาขาบ้านบึง บัญชีออมทรัพย์ เลขที่ ๑๑๗-๒-๖๔๘๗๖-๙

ชื่อบัญชี วัดภักทันทะอาสาฬหาราม

๒. ธ.กรุงไทย สาขาบ้านบึง บัญชีออมทรัพย์ เลขที่ ๒๑๐-๐-๓๙๕๕๔-๘

ชื่อบัญชี วัดภักทันทะอาสาฬหาราม (กองทุนภัตตาหาร)

กองทุนอุโบสถ (มีสองบัญชี)

เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการพัฒนาและงานที่เกี่ยวข้องกับอุโบสถของวัด

๑. ธ.กสิกรไทย สาขาบ้านบึง บัญชีออมทรัพย์ เลขที่ ๑๑๗-๒-๖๔๘๘๖-๖

ชื่อบัญชี วัดภักทันทะอาสาฬหาราม

๒. ธ.กรุงไทย สาขาบ้านบึง บัญชีออมทรัพย์ เลขที่ ๒๑๐-๐-๓๙๕๕๑-๓

ชื่อบัญชี วัดภักทันทะอาสาฬหาราม (อุโบสถ)

กองทุนเผยแผ่

เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการจัดเผยแผ่ธรรมะ เช่น ค่าพิมพ์ ค่าจัดทำหนังสือ
และค่าเครื่องมือวัสดุอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ที่จำเป็น

ธ.กสิกรไทย สาขาบ้านบึง บัญชีออมทรัพย์ เลขที่ ๑๑๗-๒-๖๔๘๘๕-๘
ชื่อบัญชี วัดภักทันทะอาสาฬหาราม

กองทุนสงฆ์อาหาร

เพื่อเป็นค่าวัสดุอุปกรณ์เวชภัณฑ์ และค่าตรวจรักษาโรค ในคราวจำเป็นสำหรับพระภิกษุสามเณรและ
ผู้ปฏิบัติธรรม

ธ.กสิกรไทย สาขาบ้านบึง บัญชีออมทรัพย์ เลขที่ ๑๑๗-๒-๖๔๘๗๘-๕
ชื่อบัญชี วัดภักทันทะอาสาฬหาราม

กองทุนที่ดิน

เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการซื้อที่ดิน

ธ.กรุงเทพ สาขาบ้านบึง บัญชีฝากประจำ ๖ เดือน เลขที่ ๓๕๓-๒๑๖๘๙๔-๙
ชื่อบัญชี วัดภักทันทะอาสาฬหาราม

กองทุนอาคาร

เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการบำรุงรักษาอาคาร ศาสนยัสสา (ที่ตั้งรูปปั้นหลวงพ่อกว้างๆ)

ธ.กสิกรไทย สาขาบ้านบึง บัญชีออมทรัพย์ เลขที่ ๑๑๗-๒-๒๓๗๖๐-๔
ชื่อบัญชี ภักทันทะอาสาฬหาราม

กองทุนก่อสร้าง

เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการก่อสร้างอาคารถาวรวัตถุ รวมทั้งซ่อมแซมอาคารสถานที่ซึ่งชำรุดเสีย

ธ.กสิกรไทย สาขาบ้านบึง บัญชีออมทรัพย์ เลขที่ ๑๑๗-๒-๖๔๘๗๗-๗
ชื่อบัญชี วัดภักทันทะอาสาฬหาราม



ขอเชิญผู้มีจิตศรัทธา

ร่วมสมทบทุนสร้างอุโบสถ ๓ ชั้น

วัดภักทันทะอาสาฬหาราม ต.หนองไผ่แก้ว อ.บ้านบึง จ.ชลบุรี



สามารถติดต่อร่วมบุญได้ที่ สำนักงานวัดภักทันทะอาสาฬหาราม
หรือโอนเงินเข้าบัญชีวัดภักทันทะอาสาฬหาราม (กองทุนอุโบสถ)

ธ.กรุงไทย สาขาบ้านบึง เลขที่ ๒๑๐-๐-๓๙๕๕๑-๓

ธ.กสิกรไทย สาขาบ้านบึง เลขที่ ๑๑๗-๒-๖๔๘๘๖-๖

โทร. ๐๘๖-๘๑๙๘๓๕๘, ๐๘๕-๖๗๘๗๑๖๐, ๐๓๔-๑๖๐๕๐๙

e-mail: bhaddanta@gmail.com

ID Line @watbhaddanta.com



กรุณาส่ง...

อาสาฬหมาส วารสารรายสี่เดือน ปีที่ ๑๕ ฉบับ ๔๕ ประจำเดือนมกราคม - เมษายน ๒๕๖๒
จัดทำโดย

วัดกัทธัมมทะอาสาฬหาราม

๑๑๘/๑ หมู่ ๑ บ้านหนองปรือ ต.หนองไผ่แก้ว อ.บ้านบึง จ. ชลบุรี

โทรศัพท์ ๐๓๘-๑๖๐-๕๐๙, ๐๘๖-๘๑๙-๘๓๕๘ ID Line @watbhaddanta.com

e-mail: bhaddanta@gmail.com website: www.watbhaddanta.com

