



อาสภาสาร

วัดภักทันตะอาสาราม

วารสารรายสี่เดือน ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๔๖ ประจำเดือน พฤษภาคม - สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๒

๔๖





โสทรโก ภิกขุ
เจ้าอาวาส

วัดภักทันทะอาสาการามจ.ชลบุรี

LINE

ธรรมะจากพระอาจารย์

วิสาขบูชาปีนี้ทำอะไรดีหนอ

๑. เว้นการกระทำความชั่วทั้งปวง
๒. กระทำความดีให้ถึงพร้อม
๓. ฝึกฝนอบรมเพื่อเพิ่มทักษะในการชำระจิตใจ ให้สะอาดหมดจด พ่องใสยิ่งๆ ขึ้นไป
๔. ประกอบกิจคือทำหน้าที่เพื่อตนและผู้อื่นด้วยความไม่ประมาทมีวเมว มีสติปัญญา เท่าทันความจริงหนอ



สารจากบรรณาธิการ

นะมัตถุ ระตะนัตตะยัสสะ ขอนอบน้อมแด่พระรัตนตรัย

สวัสดีครับท่านผู้อ่านทุกท่าน พบกันอีกครั้งกับอาสาสาร วารสารรายสี่เดือนของวัด ภัททันตะอาศาราม ฉบับที่ ๔๖ ประจำปี พ.ศ.๒๕๖๒ ในวันที่ ๑๘ พฤษภาคมที่ผ่านมาเป็น วันวิสาขบูชา ตรงกับวันเพ็ญเดือน ๖ ทางวัดได้จัดพิธีทอดผ้าป่าวิสาขบูชามหากุศล มีญาติโยม มาร่วมทำบุญจำนวนมาก มีผู้มีจิตศรัทธามาร่วมกันตั้งโรงทาน ณ ศาลาอเนกประสงค์ ร่วม ทำบุญถวายทานและบริการแจกอาหารและเครื่องดื่มแก่ญาติโยมผู้ปฏิบัติธรรม ต้องขอร่วม อนุโมทนาบุญมาไว้ ณ ที่นี้ในช่วงเช้าของวันวิสาขบูชา ญาติโยมได้ร่วมกันสวดมนต์ ทำบุญถวาย ผ้าป่าเครื่องไทยธรรมปัจจัย ฟังธรรมเทศนา ต่อจากนั้นได้ร่วมกันถวายภัตตาหารแด่พระภิกษุ สงฆ์ ผู้เป็นเนื้อนาบุญ และในช่วงค่ำได้ร่วมกันนั่งสมาธิฟังธรรมเทศนาจากพระครูภาวนาวราลัง การ วิ. และได้ร่วมกันเวียนเทียนรอบโบสถ์ ท่านผู้อ่านสามารถชมคลิปบรรยากาศในงานได้ทาง Youtube ค้นชื่อ Wat Bhaddanta Asabharam (เลือก Playlist - 2562 วิสาขบูชา) โดยในช่วงพิธีตอนเช้า ท่านพระครูภาวนาฯ ได้แสดงธรรมเทศนาเนื่องในวันวิสาขบูชาโดยมีใจความ ตอนหนึ่งที่สำคัญดังนี้คือ “พระพุทธเจ้าของเราทรงเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแบบปัญญาธิกะ ทรงบำเพ็ญบารมีมาอย่างยาวนาน ๒๐ อสงไขย หนึ่งในสเนมหากัปป์ พระพุทธองค์ทรงสอนให้ รู้โทษของบาป ให้ทำความดีชำระจิตใจ จิตใจเรารับทั้งอารมณ์ที่ดีและไม่ดี ต้องรู้จักขัดเกลา ปล่อยาว และพระพุทธองค์ทรงให้พระปัจจุสมโอรสไว้เมื่อวันละสังขารปรินิพพานว่า สังขาร ทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา จงรักษาประโยชน์ตน ประโยชน์ท่านให้ถึงพร้อมด้วยความ ไม่ประมาทเทอญ”

สำหรับพื้นที่ของคอลัมน์สารจากบรรณาธิการฉบับนี้ กระผมขอนำข้อความธรรมะเรื่อง มงคล 38 มาฝากไว้ดังนี้ครับ

(มงคลสูตรในขุททกปาฐะ)

ข้าพเจ้าได้สดับมาแล้วอย่างนี้

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระวิหารเชตวัน อารามของท่านอนาถบิณฑิก เศรษฐี ใกล้พระนครสาวัตถี ครั้นนั้นแล ครั้นปฐมยามล่วงไป เทวดาตนหนึ่งมีรัศมีงามยิ่งนัก ยัง พระวิหารเชตวันทั้งสิ้นให้สว่างไสว เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ถวายบังคมแล้วยืน อยู่ ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง ครั้นแล้ว ได้กราบทูลพระผู้มีพระภาคด้วยคาถาว่า

“เทวดาและมนุษย์เป็นอันมาก ผู้หวังความสวัสดิได้พากันคิดมงคลทั้งหลาย ขอพระองค์ จงตรัสสุดมมงคล”

พระผู้มีพระภาคตรัสพระคาถาตอบว่า

การไม่คบคนพาล ๑ การคบบัณฑิต ๑

การบูชาบุคคลที่ควรบูชา ๑ นี้เป็นอุดมมงคล

การอยู่ในประเทศอันสมควร ๑ ความเป็นผู้มีบุญอันกระทำแล้วในกาลก่อน ๑

การตั้งตนไว้ชอบ ๑ นี้เป็นอุดมมงคล

พาหุสัจจะ ๑ ศิลปะ ๑ วินัยที่ศึกษาดีแล้ว ๑

วาจาสุภาสิต ๑ นี้เป็นอุดมมงคล

การบำรุงมารดาบิดา ๑ การสงเคราะห์บุตรภรรยา ๑

การงานอันไม่อาภูล ๑ นี้เป็นอุดมมงคล

ทาน ๑ การประพาศิธรรม ๑

การสงเคราะห์ญาติ ๑ กรรมอันไม่มีโทษ ๑ นี่เป็นอุดมมงคล

การงดการเว้นจากบาป ๑ ความสำรวมจากการดื่มน้ำเมา ๑

ความไม่ประมาทในธรรมทั้งหลาย ๑ นี่เป็นอุดมมงคล

ความเคารพ ๑ ความประพฤติก่อมนทน ๑

ความสันโดษ ๑ ความกตัญญู ๑ การพึงธรรมโดยกาล ๑ นี่เป็นอุดมมงคล

ความอดทน ๑ ความเป็นผู้ว่าง่าย ๑

การได้เห็นสมณะทั้งหลาย ๑ การสนทนาธรรมโดยกาล ๑ นี่เป็นอุดมมงคล

ความเพียร ๑ พรหมจรรย์ ๑

การเห็นอริยสัจ ๑ การกระทำนิพพานให้แจ้ง ๑ นี่เป็นอุดมมงคล

จิตของผู้ใดอันโลกธรรมทั้งหลายถูกต้องแล้ว ย่อมไม่หวั่นไหว ๑ ไม่เศร้าโศก ๑

ปราศจากธุลี ๑ เป็นจิตเกษม ๑ นี่เป็นอุดมมงคล

เทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ทำมงคลเช่นนี้แล้ว เป็นผู้ไม่ปราศัยในข้าศึกทุกหมู่เหล่า ย่อมถึงความสุขสวัสดิ์ในที่ทุกสถาน นี่เป็นอุดมมงคลของเทวดาและมนุษย์เหล่านั้น ฯ

(จบมงคลสูตร)

(ที่มา: พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๗ ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ-ธรรมบท-อุทาน-อิติวุตตกะ-สุตตนิบาต)

(* ข้าพเจ้าในประโยคแรก หมายถึง พระอานนท์)

สุดท้ายนี้ขอขอบพระคุณและอนุโมทนาบุญแก่ ทีมงานกองบรรณาธิการ ผู้เขียนคอลัมน์ ทีมงานถ่ายภาพกิจกรรมและโสตทัศนูปกรณ์ ทีมงานถอดเทปธรรมะ ทีมงานสมาชิกสัมพันธ์ และผู้มีส่วนร่วมทุก ๆ ท่าน นิพพานัง ปัจจโย โหตุ ขออานิสงส์ผลบุญนี้เป็นปัจจัยให้ถึงซึ่งพระนิพพาน

ผศ.ดร.พฤทธิ โกวิทวรังกูร

บรรณาธิการ

๑ มิ.ย. ๒๕๖๒





วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเผยแผ่พุทธธรรม และการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน
๒. เพื่อเผยแผ่กิจกรรมของวัด

ที่ปรึกษา

พระครูภาวนาวราลังการ วิ. (สมศักดิ์ ไสโรโท)
พระมหาทองม่น สุทธจิตโต
พระปลัดอำนาจ ขนดีโก

บรรณาธิการ

ผศ.ดร.พทธี โกวิทวรารังกูร

กองบรรณาธิการ

ดร. พระมหาหยงยุทธ กนฺตาโโก
ศ.คลินิกเกียรติคุณ พญ.โลจนา ตันติยาทร
คุณพรพิมล จิตต์จันทร์

กราฟฟิคดีไซน์

คุณภูษณิศา กฤตพลพิมาน
คุณกฤตพล กฤตพลพิมาน

โสตทัศนูปกรณ์และภาพกิจกรรม

คุณทินกร ปิยะกุลชัยเดช

ถอดเทปธรรมะ

พระมหาภาณุวัฒน์ อคฺคจิตโต
พระมหาจำจัด เอกจารี

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วราพร วีระพลากร
คุณนันทพร เบญจนุสรณ์

สมาชิกสัมพันธ์

คุณพรพิมล จิตต์จันทร์

พิมพ์ที่ : สำนักพิมพ์เลียงเชียง เพียรเพื่อพุทธศาสน์

105/75 ถนนประชาอุทิศ ซอย 45 แขวงบางมด เขตทุ่งครุ กรุงเทพฯ 10140

<http://www.lc2u.org/th/>

สงวนลิขสิทธิ์ : ห้ามพิมพ์คัดลอกหรือตัดตอน หรือพิมพ์จำหน่ายโดยไม่ได้รับอนุญาตจากผู้เขียน



สารบัญ

สารจากบรรณาธิการ	๔
ประมวลภาพกิจกรรม	๑๐
ธรรมะจากพระอาจารย์	๑๙
นานาสาระจากพระอภิธรรมปิฎก	๓๐
พระธรรมจากหลวงพ่อใหญ่	๔๒
ปกิณกะธรรม	๔๖
เรื่องเล่าจากพระสูตร	๔๙
ธรรมะน่ารู้	๕๕
The Seven Factors of Enlightenment (Part II)	๖๐
ประสบการณ์...ใครเอ่ย	๖๖
คุยกับหมอ	๗๑
ตารางกิจกรรม	๗๔



ประมวลภาพกิจกรรม

สงกรานต์ ๖๒





วิสาขบูชา ๖๒





คอร์สปัญญาบูชา ประจำเดือน มี.ค. และ เม.ย. ๖๒





คอร์สปฏิบัติฆานุปัสสนา ประจำเดือน พ.ค. ๖๒









ธรรมะจากพระอาจารย์

พระครูภาวนาวราลังการ วิ. (สมศักดิ์ โสโรโท)

อยู่เหนือโลกธรรม

พระโยคาวจร โยคี แม่ชี ผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน
ช่วงต่อไปเป็นช่วงฟังธรรม เป็นช่วงปฏิบัติธรรมร่วมกัน
ให้พวกเรานั่งสมาธิ และฟังธรรมะบรรยายตามไป
ด้วย

< วันนี้ เป็นวันพฤหัสบดีที่ ๑๕ เดือน
มีนาคม ปีพุทธศักราช ๒๕๖๑ วันนี้เป็น
วันโกนแรม ๑๔ ค่ำ พรุ่งนี้ก็แรม ๑๕ ค่ำ เป็น
วันพระใหญ่เดือนดับ เดือน ๓ ดับไป ถัดไปอีกขึ้นเดือน
๔ วันเดือนปีผ่านไปอย่างนี้ ถ้าเราเผลอแต่ประมาทเผลอ
อยู่ ก็มักจะผลัดวันประกันพรุ่งไปเรื่อยๆ ถ้าคนที่ไม่ประมาทก็
จะชวนขวายในประโยชน์ของตนประโยชน์ของผู้อื่น และประโยชน์
อย่างยิ่งให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท

ฉะนั้นโยคีทั้งหลาย หรือญาติโยมทั้งหลายพยายามตระหนักรู้เนืองๆว่าวันคืน
ล่วงไปๆ บัดนี้เราทำอะไรอยู่ เช่นทำดี ถ้าเป็นเรื่องของความคิด คิดดีหรือยัง พุทดีหรือ
ยัง ทำดีหรือยัง ถ้าทำดีแล้ว คิดดีแล้ว ทำอย่างไรจะคิดดีต่อไป หรือพุทดีอยู่แล้ว ทำอย่างไร
จะพุทดีขึ้น ถ้าทำดีอยู่แล้ว ทำอย่างไรจะทำดียิ่งๆขึ้นไปอีก อันนี้จะตระหนักถึงความเป็นจริง
ในแต่ละวันเวลาที่ล่วงไปที่ผ่านมาไป ถ้าเราเผลอแต่ประมาทอยู่ บางครั้งเวลานั้นก็จะก้าวผ่านเราไป

จริงๆเวลาที่ก้าวผ่านเราไป ไม่ได้ผ่านไปเปล่า แต่นำเอาชีวิต นำเอาความเสื่อม นำเอาความเปลี่ยนแปลงของสัตว์ทั้งหลายหรือสรรพสิ่งตามไปด้วย จากที่เป็นเด็กก็เหมือนเปลี่ยนเป็นผู้ใหญ่ก็มี จากที่เป็นผู้ใหญ่ก็เปลี่ยนไปแก่ จากที่ยังอยู่ก็เปลี่ยนไปเป็นตายจาก มันก็เปลี่ยนไปเรื่อยๆ ดังนั้นช่วงชีวิตของคนเรา บางครั้งมันไม่ได้ยืนยาว ถ้าคิดเป็นวันยังไม่มีมนุษย์คนไหนอยู่ได้ถึง ๑ แสนวันเลย แค่ ๓ หมื่น ๔ หมื่นวันก็เก่งแล้ว ถ้าคิดเป็นปี อยู่ถึง ๑๐๐ ปีก็มีไม่มากในโลกใบนี้

โลกธรรม ๘

แต่มนุษย์เราเวลาอยู่ร่วมกัน มักจะไม่ได้อยู่ร่วมกันอย่างสันติหรือมีความสุข มนุษย์อยู่ด้วยกันก็มีทั้งดี มีทั้งไม่ดีต่อกัน คิดดีต่อกันก็มี พุดดีต่อกันก็มี พุดหรือทำไม่ดีต่อกันมันก็มี มีทั้งทำดีและทำไม่ดีต่อกันและกัน ซึ่งถ้าเราดูแล้ว มันเหมือนกับเราติดในวังวนเหล่านี้ บางคนที่ติดอยู่ในเพียงแคโลกธรรมหรือติดอยู่ในโลก คือโลกธรรมทั้ง ๘ ติดอยู่ในความมีลาภ แต่ไม่ได้นึกถึงว่าตอนที่มียอยู่ ประเดี๋ยวมันก็ไม่มี บางครั้งเราก็ยินดีพอใจ ติดใจอยู่เพียงแคชั่วคราว ประเดี๋ยวมันก็ผ่านไปแล้ว มีลาภแต่ไม่ได้นึกถึงว่าเราจะต้องเสื่อมจากลาภ เสื่อมจากสิ่งที่เราได้ อยากได้แล้วได้มา พอได้แล้วถามว่าต้องเสื่อมจากสิ่งเหล่านั้นไหม ก็เสื่อมทุกคน ไม่มีใครเป็นเจ้าของอย่างยั่งยืน ไม่ว่าวันนี้ก็รุ่งนี้หรือวันต่อไป สุดท้ายเราก็ต้องตายจาก คือจากตอนเป็นๆนี่แหละ จากสิ่งที่เราได้ จากลาภ บางครั้งจากตายหรือตายจาก

มีลาภ เสื่อมลาภ

บางครั้งเราคิดเหมือนกับไม่ครบด้าน คิดแต่ด้านที่เรารู้สึกพอใจ แต่อีกด้านหนึ่งเรามองไม่เห็น เรามองโลกที่เราอาศัยอยู่ เราก็มองแต่ด้านที่เราสามารถมองเห็นได้ คือต่อหน้าเรานี้แหละ แต่มันมีอีกด้านที่เรามองไม่เห็นคือด้านมืด มันมีทั้งด้านมืดและด้านสว่าง สรรพสิ่งทั้งหลายมันก็จะเป็นอย่างนี้ แต่เรามักจะมองเพียงแคด้านเดียว ถ้าเราขาดสติขาดปัญญา มันก็มองโลกภายนอกยังไม่ทั่ว โลภภายในก็ไม่ทั่ว คือไม่รอบรู้ในกองรูป กองเวทนา กองสังขาร กองวิญญาณนั่นเอง เวลาที่เรามาฝึกปฏิบัติ พยายามมองโลกภายในตามความเป็นจริง คำว่า “มองตามความเป็นจริง” คือไม่ว่าจะเป็นด้านมืดหรือด้านสว่าง ด้านที่เราพอใจคือด้านที่เรียกว่าได้ลาภอย่างนี้ และด้านที่เราจะต้องเสื่อมจากสิ่งเหล่านี้ ก็ต้องมองให้ครบด้านรอบด้าน เหมือนเราได้ตัดตภาพมา ได้รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณมา มันเกิดแล้วมันก็เสื่อมได้ ไม่ได้คงอยู่ตลอดไป หรือสิ่ง

ที่ได้มามันก็รวนเสื่อมจริงๆ พอได้มาปั๊บมันก็เสื่อมปั๊บ เสื่อมไปเรื่อยๆ เพราะนั่นคือความจริง ได้มาแล้วก็ต้องเสื่อม ได้ลาก็เสื่อมลาก แต่เสื่อมเราไม่ยอกได้ยีน ยอกได้ยีนแต่ว่าได้ แต่ด้านที่ไม่ได้ เราไม่ยอกได้ยีนได้ฟัง มันเหมือนเราได้ข้อมูลเพียงด้านเดียว บางครั้งเราศึกษา ก็ศึกษาด้านเดียว ถ้าเรารู้ เราก็รู้ด้านเดียว พอเราต้องเผชิญอีกด้านหนึ่ง เราก็ไม่มีเรี่ยวแรงกำลังที่เพียงพอที่จะเผชิญกับอีกด้านหนึ่ง ท่านจึงบอกให้พิจารณาเรื่อยๆ ถึงโลกธรรมที่ครอบงำสัตว์โลกอยู่ คนที่เกิดมาบนโลกใบนี้ก็จะมียกธรรมนี้แหละครอบอยู่ ถ้าคนไหนที่ไม่รู้เท่าทันโลก หรือไม่รู้จักโลกธรรม ก็จะทุกข์มากหน่อย ในขณะที่มีก็ชื่นชมยินดี พอใจ ขณะที่เสื่อมจะย่ำแย่ไปเลย ฉะนั้น มีลากก็ต้องเสื่อมลาก นึกไว้เสมอ ให้นึกไว้ พิจารณาไว้ เหมือนกับเตรียมความพร้อม มาแล้วก็ต้องจาก มีได้ก็ต้องมีเสีย มันมีเกิดก็ต้องมีดับ มันเป็นอย่างนี้ตลอด เป็นสิ่งที่เป็นอย่างนี้ด้วยกัน ต้องรู้ให้ทันทั้งสองอย่าง ทั้งสองสิ่ง ทั้งด้านที่ได้ลาก และก็ด้านที่เราเสื่อมลาก อันนี้เป็นคู่แรก อันนี้เป็นโลกธรรม

มียศ เสื่อมยศ

อีกคู่หนึ่ง มียศมีอำนาจก็เสื่อมได้ มีลากเสื่อมลาก มียศก็เสื่อมจากยศ ยศที่เรียก

ว่าอิสริยยศที่เราได้มาด้วยความเป็นใหญ่ในอำนาจ มีอำนาจมันก็เสื่อมได้ หรือยศคือเกียรติยศที่ได้มาด้วยการทำความดีอะไรต่างๆ เป็นเกียรติยศ เป็นชื่อเสียง ถ้ามานันเสื่อมไหม มันเสื่อม มันก็เสื่อมเมื่อเราได้มา เมื่อมียศก็เสื่อมยศ ไม่ใช่ว่าไม่เสื่อมนะ หรือบางคนก็มองว่า นั่นคือหัวชนเราไม่ได้สวมตลอดไป สุดท้ายแล้วเราก็ต้องถอดออก ท่านถึงให้นึกเรื่อยๆ ว่ามียศก็เสื่อมยศ ไม่ว่าจะเปื่อยศหรือเป็นเกียรติยศแบบไหน สุดท้ายก็เสื่อมเหมือนกัน มันเสื่อมได้ ถ้าเรายังติดอยู่ในความมีและความเป็น ความมีความเป็นมันก็เสื่อมได้ อันนี้คู่ที่สอง

มีสรรเสริญ มีนินทา

ที่นี้คู่ที่สาม เมื่อมีสรรเสริญก็มีนินทา คู่กัน บางครั้งเราก็อยากจะได้แต่คำสรรเสริญ เยินยอ ค่ายกยอปอปั้นหรือคำชม แต่คำที่ตรงกันข้าม เราไม่ยอกได้ยีน อย่างคำนินทา คำติติง คำดุด่า เรารับไม่ได้ ถ้าชมแล้วเรารู้สึกดี ถ้าไม่ชมแล้วเรารู้สึกแย่ บางคนอยู่ในโลกอยากจะได้แต่คำสรรเสริญ พอถูกติฉินนินทา ถูกดูต่ำว่ากล่าว ถูกให้ร้ายป้ายสีอะไรต่างๆ ก็ทนไม่ได้แล้ว ซึ่งจริงๆ แล้วมันมีคู่กัน มีสรรเสริญก็มีนินทาเป็นของคู่กัน ถ้ามองว่าพระพุทธเจ้าเคยถูกนินทาไหม พระองค์ถูกนินทามาเยอะ แต่

พระองค์รู้จักโลกนี้แล้ว รู้แจ้งโลกแล้ว พระองค์เป็นโลกะวิทู ผู้รู้แจ้งโลก พระองค์ท่านจึงไม่ได้ติดอยู่ในคำสรรเสริญหรือนินทา แต่สาวกผู้ที่ยังไม่บรรลุนิพพานไม่ได้

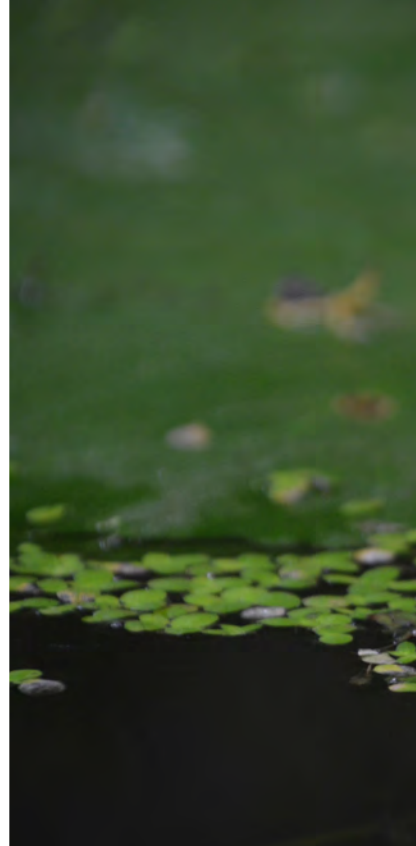
อย่างในกรณีหนึ่ง ที่พระหรือใครต่อใครชอบยกตัวอย่าง ในคราวที่เสด็จไปแคว้นๆ หนึ่ง มีคนตามด่า เพราะเคยอาฆาตแค้นพระองค์ไว้ ตีฉินนินทาออกโคตรเห่าสารพัดอย่าง คือสิ่งที่ไม่ควรจะด่าก็ขุดขึ้นมาด่าได้หมด พระองค์ก็ไม่ได้ว่าอะไร จนพุทธอุปัฏฐากคือท่านพระอานนทฺ์รู้สึกทนกับคำเหล่านั้นไม่ค่อยได้ ทูลเชิญให้พระองค์เสด็จจากประเทศนั้น จากสถานที่แห่งนั้น ไปยังที่อื่น ซึ่งที่อื่นมีคนชื่นชมและสรรเสริญพระพุทธเจ้า พระองค์จะมาทนอยู่ทำไมในที่ที่เขาด่า เขาติเตียนอยู่เรื่อยๆ อย่างนี้ แต่พระองค์ก็ไม่ได้เสด็จ เพียงแต่ถามว่า ถ้าไปยังที่แห่งอื่น จากที่นี่ไปที่ไหน คนเหล่านั้นยังมีพฤติกรรมแบบนี้อยู่ ยังตามด่าทอตำหนิติติงอยู่ จะไปที่ไหนอีก พระอานนทฺ์ก็บอกว่าไปเรื่อยๆ ก็เหมือนไม่มีจุดจบ ถ้าหนีเรื่อยๆ ก็ไม่มีที่จะหนีแล้ว ฉะนั้น อภิกรณีคือเรื่องราวที่เกิดขึ้นที่ไหน มันก็จบที่นั่นแหละ

อย่างผู้ปฏิบัติ มันเกิดขึ้นที่ตา ที่หู ที่จมูก ที่ลิ้น ที่กาย ที่ใจ มันจบที่ตรงนี้แหละ มันไม่ได้ไปที่ไหน แต่ถ้าเรายึดไว้ สำคัญมันหมายความว่าความหลง

ไม่รู้ความเป็นจริง มันก็จะผูกพันกับเรา กลายเป็นโซ่ตรวน กลายเป็นสังโยชนที่ผูกใจสัตว์ทั้งหลายเอาไว้ในภพน้อยภพใหญ่ ถ้าเราอยากจะออกจากโลกใบนี้ เราต้องรู้แจ้งโลก ถ้าเราไม่รู้แจ้งโลก เราก็จะถูกโลกธรรมพวกนี้มันครอบงำเอาไว้ ถูกครอบไว้ไม่ไปไหนละ วนเวียนอยู่ในโลกนี้แหละ ถูกสรรเสริญเยินยอ บางคนก็หลงพอถูกนินทาจับไม่ได้แล้ว ถูกตำหนิติติงก็ร้องเอะอะโวยวาย โอดครวญ ซึ่งมันเป็นของคู่กัน ถ้าไม่ได้สรรเสริญก็ต้องถูกนินทา ขณะสิ่งที่ไม่มีชีวิตบางครั้งก็ยิ่งถูกมนุษย์ที่เค้าเรียกว่าคนติตังนับประสาอะไรกับคนด้วยกัน ถ้าเราไม่รู้เท่าทันความจริง ไม่รู้แจ้งโลก แน่نون เราก็ทุกข์อีกนั่นแหละ

มีสุข มีทุกข์

ที่นี้คู่สุดท้าย ก็คือมีสุขและมีทุกข์เป็นของคู่กัน โยคีเวลาปฏิบัติก็มักจะปรารภว่าแต่สุข แต่ไม่รู้หรือมากกว่า สุขกับทุกข์มันก็เกิดขึ้นมาด้วยกัน ถ้าเรามองเป็นอย่างเดียว ก็มีแต่ทุกข์นี่แหละเกิด มีแต่ทุกข์นี่แหละดับ เพราะมันทนอยู่ไม่ได้ มองโดยสภาวะ ถ้ามันทนได้ มันก็ไม่ใช่ทุกข์แล้ว ที่มันเป็นทุกข์คือมันทนยากหรือทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ฉะนั้น สุขกับทุกข์มันก็เป็นของคู่กัน เราก็อยากจะได้แต่ความสุข แต่ความทุกข์เราก็ไม่อยากพบอยากเจอ อย่างมา



นั่งกรรมฐาน จิตมันก็ดิ้นรนไปโน่นมานี่ พอมีความทุกข์ ก็อยากให้จิตมันนิ่ง มันเฉย มันสงบ ไม่ได้เลือกนะว่าเป็นเฉพาะคนไทย คนต่างประเทศที่มาปฏิบัติ ไม่ว่าชาติไหน ภาษาใด ก็เป็นเหมือนกัน ไม่ใช่ นั่งแล้วไม่คิด หรือคิดเฉพาะคนไทย ฝรั่งเศสก็คิดเหมือนกัน มีเรื่องให้คิด มีเรื่องให้ทุกข์ บางคนก็อยากจะได้แต่ความสงบหรือความสุข ทุกข์ไม่อยากเจอ ถ้าเรายังอยู่ในโลก ถ้าเรารู้ไม่แจ้งโลก รู้โลกเพียงซีกเดียว เพียงด้านเดียวมันก็จะทุกข์นั้นแหละ ต้องรู้ให้มันแจ้ง ต้องรู้ให้มันทัน สุขกับทุกข์มันของคู่กัน เขาเรียกว่าโลกธรรมทั้ง ๘ เราต้องเท่าทัน การอยู่ในโลกบางคนก็อยากจะหนีโลกไปอยู่คนเดียว หนีโลกธรรม ถามว่าหนีพ้นไหม ไม่หรอก หนีไม่พ้นหรอก พอไปอยู่คนเดียว เขาก็มีเรื่องติดอีกแหละ ทั้งบ้านทั้งเรือน ทั้งลูก

ทั้งเต้า ทั้งสามทั้งภรรยา มา อย่างนี้ไปทำไม นั้นแหละเขาก็มีเหตุผลที่จะดำหรือดำหนิตติง หรือบางคนเบื่อโน่นเปื่อนี่ ไม่อยากจะทำโน่นทำนี่แล้ว อยู่เฉยๆก็ถูกด่า หาวว่าซี้เกียจไม่ช่วย พอช่วยก็มีเรื่องอีก อย่างนี้เป็นต้น นี่แหละโลกธรรม

จงเท่าทันโลก อย่าแบกโลก

เมื่อไม่เท่าทันโลกนี้ เราก็จะเป็นคนแบกโลกไว้ทั้งใบ แบกเอาไว้คนเดียว มีเท่าไรเราก็แบกเอาไว้หมด แบกทั้งได้ลาภเสื่อมลาภ ได้ยศเสื่อมยศ แบกทั้งสรรเสริญนินทา แบกทั้งสุขทั้งทุกข์ แบกโลกไว้ทั้งใบเลย แต่พระพุทธเจ้าทรงรู้แจ้งโลก ทรงเป็นโลกะวิทูแล้ว ไม่ทุกข์แล้ว โลกธรรมครอบงำพระองค์ไม่ได้ พระองค์เหนือโลกแล้ว คือเหนือโลกธรรม

อยู่เหนือโลก ฉะนั้นโลกธรรมทั้ง ๘ จึงครอบงำพระองค์ไม่ได้ แต่คนทั่วไปถูกโลกธรรมทั้ง ๘ ครอบงำ ก็เลยทุกข์ เราทนไม่ค่อยได้ เราทนไม่ค่อยไหว บางครั้งเราก็เอาความสุข เหมือนกับเรามองว่า ความสุขมันต้องอยู่ตรงนั้นตรงนี้เป็นต้น เหมือนกับเขาเอาความสุขไป เอาความสุขมาให้เรา ถ้าเราไปติดอยู่กับคำสรรเสริญ ก็เหมือนกับคนๆ นั้นเอาความสุขเราไป ทางโลกเขาอาจจะบอกว่า กุญแจของความสุขเราเอาไปฝากคนอื่นไว้ มันไม่ได้อยู่ที่เรา พอเราไปฝากไว้กับคำสรรเสริญ หรือเอาไปฝากไว้กับได้ลาภ ก็ติดกับความได้ ติดกับความมี ติดกับคำสรรเสริญ ติดกับสุขอย่างนี้ เหมือนเราไปฝากไว้ คำว่าฝากไว้เหมือนเราไม่รู้ไม่ทัน พอเรามีสติเท่าทัน ความสุขที่แท้จริงมันก็มีอยู่ มันมีอยู่ที่ไหนล่ะ ที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจนี้แหละ ก็ที่นี้แหละ ไม่ได้อยู่ที่ไหน ถ้าเราหาจากที่อื่น หาเท่าไรมันก็ไม่หาไม่เจอหรอก แต่พอเราเท่าทันอายตนะภายในภายนอกที่มันกระทบกัน ก็จะเห็นผลทันที หรือเท่าทันรูป เท่าทันนาม เท่าทันสภาวะหรืออารมณ์ที่มันเกิดๆ ดับๆ เราก็จะเห็นความจริง ว่าความสุขที่แท้จริงมันมีอยู่ เพราะความสุขเหล่านี้ เป็นความสุขที่มันมีอยู่ เขาเรียกว่าสุขสงบสันติ สภาวะมันมีอยู่ แต่ว่าเราหามันไม่พบ เพราะอะไร เพราะความอยากมันครอบงำ พอความทะเยอทะยานอยากมัน

ครอบงำ เราก็มองไปหาจากบุคคลอื่น ไปหาจากสิ่งอื่น คิดว่าบุคคลอื่นหรือสิ่งอื่นเท่านั้นที่ทำให้เราสุขหรือทุกข์ ทั้งๆ ที่พระพุทธเจ้าสอน บางครั้งเราก็มองมีความเชื่อแบบนี้

สุขทุกข์บางครั้งก็มีคนพูดว่า สุขทุกข์อยู่ที่ใจมิใช่หรือ ทั้งๆ ที่เราที่เรารู้ว่า ถ้าใจเรามันยึดถือ มันก็เป็นสุขทุกข์ได้ ยึดไว้อย่างไร มันก็เป็นอย่างนั้น แต่ถ้าใจมันไม่ยึด มันก็ไม่สุขไม่ทุกข์ บางครั้งเราก็พยายามหา หาจากบุคคลอื่น หาจากสิ่งอื่น เหมือนเราไปฝากเอาไว้ มันไม่ได้อยู่กับเรา บางครั้งเราก็เที่ยวหา บางครั้งเราก็เที่ยวโทษว่า เธอขโมยความสุขของฉันไป เพราะเธอพูดอย่างนี้ เธอว่าอย่างนี้ ฉันจึงมีความสุข แต่ถ้าใจเราไม่ยึดแล้วมันก็ไม่ทุกข์ แต่ถ้าใจเรายึดมันก็ทุกข์ เพราะไปรับเป็นเรา พอไปรับมายึดถือมาแบกไว้ ไม่รู้จักปล่อยไม่รู้จักร้าง สติเราไม่ทัน แน่นนอนมันก็ทุกข์ แม้แต่เรื่องเล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นตั้งแต่ตื่นจนหลับ เป็นเรื่องหุ้มนหุ้มนสำหรับโยคีผู้ปฏิบัติ ก็ยังเอามาทุกข์เอามาเครียด เอามาวิตกกังวลได้ ในเรื่องปฏิบัติซึ่งไม่เกี่ยวกับวิถีของโลกเลย แต่ถ้าเราอยู่ในโลกอยู่กับคนนี่ เราก็มองโทษคน เราทำงานร่วมกับเพื่อน เราก็มองโทษเพื่อนร่วมงาน ว่าเป็นเพราะเธอนี่แหละที่ทำให้ฉันต้องตกงาน หรือเป็นเพราะเธอนี่แหละที่ทำให้ฉันมีงานก็มี อันนั้นเป็นในกรณีเป็นสิ่งที่เราพอใจ

คือได้มาเอา แต่เสียไม่ยอม มันก็จะเป็นอย่างนี้ หรือเป็นเพราะผู้ใหญ่ สมมุติว่าผู้ใหญ่มีความลำเอียง เราจึงอยู่แบบนี้ ไม่เจริญในหน้าที่การงานเลย อยู่แค่นี้แค่นั้น อย่างนี้เป็นเป็นต้น บางครั้งเราก็ใช้วิธีโทษไปเรื่อยๆ โทษโน่นโทษนี่ คือเราคิดว่าถ้าเขาไม่มีอย่างนั้นแล้ว เราจะมีความสุข ถ้าไม่มีแบบนั้นแล้ว เราจะได้อย่างที่เรายากได้ แต่มันก็อาจจะไม่เป็นจริงอย่างนั้น

อย่าหาความสุขจากสิ่งภายนอก

เมื่อบุคคลบางคนชอบแสวงหา

หาความสุขจากสิ่งภายนอก หาจากบุคคลภายนอก แต่ในทางพระพุทธศาสนาให้หาที่นี้ เดียวนี้ ให้หาที่นี้ ที่นี้ เดียวนี้ มีสติ ถ้ามีสติทันปั๊บ ความสุขความสงบเย็นมันก็อยู่ที่นี้แหละ คนที่ดูอาการฟองอาการยุบ มันก็อยู่ที่นี้ สุขสงบเย็น คนที่เห็นหนอเป็น ก็อยู่ที่นี้ เห็นแล้วมันก็สุขได้ สงบได้ ได้ยินหนอ ก็สุขได้ สงบได้ เย็นได้ กลิ่นหนอ ก็สุขได้ สงบได้ เย็นได้ รสหนอ ก็สุขได้ สงบได้ เย็นได้หมด ถูกหนอ ก็สุขได้ สงบได้ เย็นได้หมด ดีใจหนอ เสียใจหนอ มันก็อยู่ที่นี้ ถ้าเราเท่าทัน แน่นนอน เราก็จะพ้นจากความทุกข์ พ้นจากความทุกข์คือ พ้นจากเหตุที่จะทำให้ทุกข์นั้นแหละ อาจจะ เป็นเพียงชั่วขณะคือชั่วคราว อาจจะเป็นแค่

ตหังควิมุตตโยอย่างนี้ พ้นในช่วงขณะนั้น หรือ วิชัมภณวิมุตติ พอทำติดต่อกันนานๆ ก็พ้นในลักษณะเป็นการกดทับหรือข่มเอาไว้ ก็ทำให้เราหลุดพ้นจากสิ่งนั้นๆ ได้ แต่การหลุดพ้นด้วยการรู้แจ้งแทงตลอด ไม่เป็นการกดทับ ไม่ใช่หนี ทับหญ้า เป็นการหลุดพ้นอย่างแท้จริง แต่เป็นไปทีละนิดทีละหน่อย ทีละนิดทีละหน่อยไปเรื่อยๆ จนกระทั่งเป็นสมุจเฉทวิมุตติคือหลุดพ้นอย่างเด็ดขาด ถ้าหลุดพ้นอย่างเด็ดขาดแล้ว ก็เป็นผู้เหนือโลก เป็นผู้พ้นโลกแล้ว โลกธรรมทั้งหลาย ก็เลิกละทั้งหลายพวกนี้ครอบงำใจไม่ได้ อีกแล้ว แต่บางครั้งเราก็ชอบไปหาจากบุคคลอื่นสิ่งอื่น บางครั้งยังหา มันก็ยังไม่เจอ ยิ่งโทษ โน่นโทษนี่มันก็เหมือนวนมาหาเรา มันวนมาทุกข์ ไม่ใช่เราโทษคนอื่นแล้วเราจะมีความสุขนะ เราลองดูดีๆ ดูใจเรา โทษไปแล้วเราก็มายู้งานนอนทุกข์ บางคนก็นอนมือก่ายหน้าผาก บางคนไม่ก่ายหน้าผาก ก็พลิกไปพลิกมา มันก็ไม่ได้มีความสุขอะไร มันไม่ได้มีความสุข หรือบางคนก็ยังเครียดกว่าเดิม ต้องพึ่งยาคลายเครียดยานอนหลับ หรือบางคนเป็นมากๆ ก็ยิ่งต้องเพิ่มปริมาณยาไปเรื่อยๆ อันนี้ เพราะเราไม่เท่าทันความจริง ญุณฺเฑที่ จะไขไปสู่ความสุข ถ้าพูดภาษาโลกคือมันอยู่ในมือเรา อยู่ที่ไหน อยู่ที่สติปัญญา



“

ให้หาทันที ที่นี้ เดี่ยวนี้
มีสตี ถ้ามีสตีทันปั๊บ
ความสุขความสงบเย็น
มันก็อยู่ที่นี่แหละ

”



พระพุทธองค์สอนสติปัฏฐาน ๔ เพื่อ ทำให้คนเห็นโลก

พระพุทธเจ้าสอนเรื่องสติปัฏฐาน เพื่อ
ระงับดับกิณหากับโทมนัส อภิชฌานีคือความ
โลภ โทมนัสก็คือโทสะ มันเกิดจากโทสะ ดับ
ความชอบกับความไม่ชอบ ดับความพอใจ
กับความไม่พอใจ ด้วยการที่ไม่หลง ผู้เจริญ
วิปัสสนากรรมฐานต้องรู้แจ้ง รู้แจ้งโลกธรรม
รู้แจ้งโลกคือนามรูป ที่มันเกิดดับๆนี้แหละ
ถ้าเรารู้เท่าทัน เราก็จะพ้นจากความยึดมั่นถือ
มั่นที่มีอยู่ในโลกนี้ มันก็เหมือนเห็นโลก เรา
ก็จะพบสุขที่แท้จริง แต่ถ้าเราไปหาแต่จากคน
อื่น เราได้จากคนอื่น เราแสวงหาแต่จากที่อื่น
อย่างนี้ เราคิดว่าความสุขอยู่ในถ้า ความสุข
นี้มันอยู่ใต้โคนต้นไม้ บางครั้งเราคิดว่าความ
สุขมันอยู่ที่เรือนว่าง หรือความสุขมันอยู่ในที่
ที่ไม่มีผู้คน บางครั้งเราคิดว่าหรือความสุขมัน
อยู่ที่รูปโน้นรูปนี้หรือคนนั้นคนนี่ไปต่างๆนานา
มันไม่ใช่ ความสุขมันอยู่ที่ไหนล่ะ อยู่ที่ใจเรา
นี่แหละ ถ้าใจเรามันสงบเย็น ใจเรามีสติมีปัญญา
เท่าทัน มีความแยบคาย นี่แหละเป็นกุญแจทั้ง
นั้น ที่จะไขประตูไปสู่ความสุขข้างใน ไขไปสู่
ความสุขที่แท้จริงที่มันมีอยู่

มีอะไรมันบดบังไว้บ้างล่ะ ทำให้เราไม่
เห็น พอเห็นรูป ก็เกิดความยินดียินร้ายขึ้นมา
พอได้ยินเสียงก็ยินดียินร้ายขึ้นมา พอได้กลิ่น
ก็ยินดีพอใจขึ้นมา ยินดียินร้ายเกิดอีก พอลิ้ม
รสก็เกิดยินดียินร้ายขึ้น ทั้งโลภะ ทั้งโทสะ ทั้ง
อภิชฌา ทั้งโทมนัสเกิดตลอด หรือถูกต้อง
สัมผัสก็เกิดยินดียินร้ายขึ้นมา ถ้าเราสามารถที่
จะจัดการคือเอาความยินดียินร้ายออกไป เราก็
จะเห็นความสุขที่แท้ ไม่ได้อยู่ที่อื่นนะ ไม่ได้อยู่
ที่ต้นไม้โคนต้นไม้ ไม่ได้อยู่ที่ถ้า ไม่ได้อยู่ที่เรือน
ว่าง ไม่ได้อยู่ที่อาจารย์ท่านโน้นท่านนี้ รูปนั้น
รูปนี้ ไม่ได้อยู่ที่บุคคลนั้นคนนี้ ที่มาปล้นความ
สุขของฉันทไป ไม่ได้เหมือนปล้นเงินนะ ฉะนั้น
เราคิดอย่างนั้น ทั้งๆที่พระพุทธเจ้าชี้มาที่นี้
ที่ใจเรานี่ แต่เราคิดว่ามันอยู่ที่โน่น เราหาไม่พบ
ยิ่งหามันก็เหมือนกับค้นหาพาหะเยอทะยาน
ไปเรื่อย ยิ่งหลงไปใหญ่ พอเราดูจริงๆ ที่นี้แหละ
ที่นี้ ทันที เดียวนี้ ที่ปัจจุบันนี้แหละ ไม่ได้อยู่
ที่อื่น ถึงเราจะไปอยู่ที่ไหนก็คือที่นี้ ปัจจุบันนี้
ขณะนี้ ที่มันทุกข์หรือสุข มันก็ขณะนี้แหละ

สุข-ทุกข์ไม่ใช่จินตนาการ

สิ่งที่มันผ่านมาแล้ว มันก็เป็นเพียงขณะนี้ เพราะไปนึกถึงมัน สิ่งที่ยังมาไม่ถึง บางครั้งคนเราก็ดูฉลาดเกินไป เอาความทุกข์ที่ยังไม่เกิดมาแบกไว้ก่อนแล้ว เหมือนคนสมัยนี้เขาเรียกว่าเอาเงินในอนาคตมาใช้ เป็นหนี้ก่อนผ่อนทีหลัง เหมือนเราพยายามจะจินตนาการถึงความสุข พอเอามาใช้หมดแล้ว ทีนี้ก็มีแต่ทุกข์ แต่เราคิดว่าความสุขอยู่ในอดีต ความสุขอยู่ในอนาคต หรือสุขทุกข์มันอยู่ที่โน่น มันไม่ใช่ มันอยู่ที่ใจเรายึดถือในปัจจุบันนี้แหละ ปัจจุบันขณะ ในเวลาที่เราคิด เวลาที่เรานึกถึงมันก็มา ทั้งๆที่เรื่องนั้นจบไปนานแล้ว หรือบางครั้งเรื่องเหล่านั้นมันก็ยังไม่ได้เกิด แต่เราจำลองนึกคำนึงถึงเหตุการณ์ต่างๆ ที่มันต้องเป็นอย่างโน้นอย่างนี้ เสร็จแล้วเราก็มาทุข์มาวิตกกังวล ทุกข์ร้อนกับเรื่องนั้นๆ คนเราในโลกใบนี้มันเป็นเสียอย่างนี้ พระพุทธเจ้าแสดงวิธีดับทุกข์ให้ แต่ไปมองที่อื่นซะ ทั้งที่เหตุเกิดทุกข์มันมาจากตรงนี้ ต้องละที่นี้ ทันทิ เตียวนี้ สมมุติฐานมาจากความใคร่ในรูป เสียง กลิ่น รส ในการสัมผัสถูกต้อง ตัณหาความทะเยอทะยาน ในความอยากมีอยากเป็นทั้งหลาย ก็ต้องละตอนนี้ ถ้าเท่าทันก็ละได้ ในความไม่อยากมีไม่อยากเป็นทั้งหลาย เป็นแล้วมีแล้วก็ไม่อยากแล้ว ไม่อยากมีไม่อยากเป็นแล้ว อยากจะหนี อยากจะออก อยากจะไปโน่นไปนี่ มันก็ทุกข์อีก ทุกข์อีกแบบ ไม่ใช่ว่าไม่อยากมีแล้วไม่ทุกข์ ไม่ใช่ซะ บางคนจะรู้สึก บางครั้งที่ไม่อยากมีมันยิ่งทุกข์ เพราะเรายึดถือกับความที่เราไม่อยากมีไม่อยากเป็น ที่อยากมีอยากเป็นก็ทุกข์อีกแบบ พอมีแล้วเป็นแล้วก็ไม่อยากมีไม่อยากเป็นอีก มันยาก เพราะเรามัวแสวงหาไปไกลเกิน แต่ไม่ได้แสวงหาที่นี้ ที่รูปนี้นามนี้ ที่มันกำลังเกิดอยู่กำลังดับอยู่ เรามองไกลเกิน เลยมองไม่เห็นกิเลส กิเลสมันอยู่ที่นี้แหละ กิเลสที่มันเคยเกิดในอดีต มันก็ดับไปตั้งนานแล้ว ในอนาคตก็ยังไม่มียังไม่เกิด แต่ปัจจุบันนี้มันเกิด เวลาตาเห็นรูปปุ๊บ ชอบใจไม่ชอบใจแป๊บเดียว แค่นี้มันก็ปรุงไปว่าชอบไม่ชอบ เกลียดชิงชัง โลภะ โทสะ โมหะ กิเลสเข้าแล้ว มันเร็วมาก เรายังไปนึกถึงว่าเป็นเพราะคนนี้แหละเราจึงโลภ เป็นเพราะคนนี้แหละเราจึงโกรธ ไปโน่นเลย แทนที่จะรีบกำหนด ทันทิ ที่นี้ เตียวนี้ แล้วทุกอย่างมันก็จะค่อยๆหมดไปเรื่อยๆ กุญแจที่จะไขไปสู่ความสุขอย่างแท้จริง ถ้าพูดภาษาชาวบ้านเขาเรียกว่าอยู่ในมือเราทุกคน อยู่ที่เรานี้แหละ ไม่ได้อยู่ที่ใคร สติปัญญาที่เราฝึกแล้วอบรมแล้ว ศีล สมาธิ ปัญญา หรือมรรคมงคล ๘ จะไขไปสู่ความสุขที่นิรันดร์



นานาสาระจากพระอภิธรรมปิฎก

วงศ์พรรณ.โอ

กสสม (๕)

สวัสดีค่ะท่านผู้อ่านที่เคารพ ฉบับที่แล้วเราได้แสดงเรื่องของกรรม
หมวดปาฐานจตุกกะ อันเป็นการแสดงที่ตั้งแห่งผลของกรรม คือ
วิปากจิตและกัมมชรูป ซึ่งเป็นผลของกุศลกรรมและอกุศลกรรม
และเราได้แสดงอกุศลกรรมบท ๑๐ ไปแล้ว ๒ ข้อ คือ
ปาณาติปาต และอทินนาทาน ฉบับนี้เราจะแสดง
ในส่วนที่เหลือ ต่อจากฉบับที่แล้วนะคะ คือ



๓. กาเมสุมิจฉาจาร

เรื่องของกาเมสุมิจฉาจารนี้มีรายละเอียดที่น่าสนใจเรียนรู้ เพื่อป้องกันไม่ให้เรากระทำผิดโดยไม่เข้าใจนะค่ะ ตามธรรมดาสามีภรรยาที่ประพฤติดูอยู่ในการเสพเมถุนธรรมต่อกัน หาได้เป็นการกระทำที่ลามก อันบัณฑิตพึงติเตียนไม่ เพราะเป็นไปตามกิจจรรรมตาของโลก แต่ถ้าชายหรือหญิง ที่ประพฤติก้าวล่วงกาเม ต่อชายหรือหญิงที่ไม่ใช่เป็นสามีหรือภรรยาของตน หรือชายและหญิงนั้นมีผู้พิทักษ์รักษาอยู่ การกระทำของชายหรือหญิงที่ประพฤติดูอยู่ในกาเมต่อกัน เป็นการกระทำที่ลามก อันบัณฑิตพึงติเตียนได้ เพราะมิได้เป็นไปตามธรรมตาของโลก การก้าวล่วงกาเมสุมิจฉาจารนี้ ย่อมสำเร็จด้วยกายบโยคะ คือการกระทำด้วยกายฝ่ายเดียว มิใช่การกระทำด้วยกาย หรือวาจาได้

การประพฤติดูอยู่ในกาเมสุมิจฉาจารที่เป็นการก้าวล่วงกรรมบถนั้น จะต้องประกอบด้วยองค์ ๔ คือ

๑. อคมนิยตฤ มิวัตรฤที่ไม่ควรเกี่ยวข้อง

๒. ตสฺมี เสวนจิตตํ มิจิตคิตจะเสพในวัตรฤนั้น

๓. บโยโค มีความพยายามเสพเมถุน



๔. มคฺเคมคฺปฏิปัตติ อธิวาสนํ มีความพอใจในการการประกอบมรรค ซึ่งกันและกัน

เมื่อครบองค์ทั้ง ๔ ประการนี้ ก็เป็นการก้าวล่วงกรรมบถ กาเมสุมิจฉาจาร ถ้าไม่ครบองค์ทั้ง ๔ ก็ไม่สำเร็จเป็นกรรมบถ สำหรับนโยบายของกาเมสุมิจฉาจาร คือ ความพยายามในการประพฤติกาเมสุมิจฉาจาร มีอยู่ประการเดียว ได้แก่ สาหัตถิกะนโยบาย คือ กระทำด้วยตนเองอย่างเดียว

ส่วนโทษของกาเมสุมิจฉาจาร จะหนัก หรือเบา ก็ขึ้นอยู่กับคุณธรรม และ ความสนใจ ของผู้ล่วงเกิน และ ผู้ถูกล่วงเกิน ถ้าเป็นการล่วงเกินแก่ผู้มีศีลธรรม โดยผู้ถูกล่วงเกินมิได้ยินยอมพร้อมใจด้วย ผู้ล่วงเกินนั้นย่อมมีโทษมาก จัดเป็นมหาสาวิชชะ ถ้าเป็นการล่วงเกินแก่ผู้ไม่มีศีลธรรม โดยผู้ถูกล่วงเกินมิได้ยินยอมพร้อมใจด้วย ผู้ล่วงเกินนั้นย่อมมีโทษเบากว่า จัดเป็นอัปสาวิชชะ

ถ้าเป็นการล่วงเกินโดยเบียดเบียนมีการข่มขืนทำร้ายร่างกายด้วย แม้ผู้ถูกเบียดเบียนนั้นจะเป็นผู้ไม่มีคุณธรรมพิเศษอย่างใดก็ตาม ผู้ล่วงเกินนั้นก็ย่อมมีโทษหนัก

ถ้าทั้งสองฝ่ายยินยอมพร้อมใจต่อกัน ย่อมมีโทษเบากว่า

เมื่อว่าโดยบุคคล การล่วงเกินต่อบุุคคลย่อมมีโทษเบากว่าล่วงเกินพระอริยะ การล่วงเกินพระอรหันต์มีโทษหนักที่สุด ดังเช่น ในครั้งพุทธกาล นั้นทมาณพ ล่วงเกินต่อพระอุบลวรรณาเถรี ซึ่งเป็นพระอรหันต์ ได้รับโทษหนักที่สุดถึงกับถูกธรณีสูบ ด้วยอำนาจแห่งทิฏฐธรรมเวทนิยกรรม และได้ไปเกิดในอเวจีมหานรก เสวยทุกข์แสนสาหัส ด้วยอำนาจอุปปีชเวทนิยกรรมสิ้นกาลนาน

ในองค์แห่งกรรมบถ ๔ อย่างนั้น จะได้กล่าวถึง อคมนิยัตถุ คือวัตถุที่ไม่ควรเกี่ยวข้อง ได้แก่ หญิง หรือ ชาย ที่ไม่ควรเกี่ยวข้องนั่นเอง มี ๒๐ ประเภท ดังนี้

๑. มาตุรฺกฺขิตา หญิงที่มีมารดาปกครอง (บิดาไม่อยู่หรือตายแล้ว)
๒. ปิตุรฺกฺขิตา หญิงที่มีบิดาเป็นผู้ปกครอง
๓. มาตูปิตุรฺกฺขิตา หญิงที่มีทั้งมารดาและบิดาปกครอง
๔. ภคินีรฺกฺขิตา หญิงที่มีพี่สาวปกครอง หรือมีน้องสาวดูแลอยู่ด้วย
๕. ภาตฺรฺกฺขิตา หญิงที่มีพี่ชายปกครอง หรือมีน้องชายดูแลอยู่ด้วย
๖. ญาตฺริรฺกฺขิตา หญิงที่มีญาติเป็นผู้ปกครอง

๗. โคตตฺรกุชิตา หญิงที่มีคนในตระกูลเดียวกัน หรือ เชื้อชาติเดียวกันเป็นผู้ปกครอง

๘. ธมฺมรกุชิตา หญิงที่มีผู้ปฏิบัติธรรมด้วยกันเป็นผู้ปกครอง เช่น หญิงที่บวชชี มีหัวหน้าแม่ชีเป็นผู้ปกครอง

๙. สปริทฺตนา หญิงที่กษัตริย์ หรือ ผู้มีอำนาจจองตัวไว้

๑๐. สารกฺขา หญิงที่มีผู้หมายมั่นตั้งแตอยู่ในครรภ์ หรือหญิงที่มีคู่หมั้น

๑๑. ธนุกิตา หญิงที่ขายชื่อมา หรือหญิงที่ขายช่วยไถ่ถอนมาจากการเป็นทาส

๑๒. ฉนทฺวาสินี หญิงที่สมัครใจไปอยู่กับชายโดยมิได้ยกให้ สำหรับชายที่รับหญิงไว้เป็นภรรยา ไม่ถือว่าเป็นกาเมสุมิฉฉาจาร

๑๓. โภควาสินี หญิงที่ยอมเป็นภรรยาโดยหวังในทรัพย์สินเงินทอง

๑๔. ปฏฺวาสินี หญิงที่ยอมเป็นภรรยาโดยหวังเครื่องนุ่งห่ม หรือเครื่องประดับ

๑๕. โอบตฺตคินี หญิงที่เป็นภรรยาชาย โดยการแต่งงานที่มีพิธีเอามือคู่บ่าวสาวจุ่มลงในขันน้ำ หญิงที่แต่งงานตามประเพณีไทย ก็สงเคราะห์เข้าในหญิงจำพวกนี้

๑๖. โอบตฺตสมพฺพตฺตา หญิงที่เป็นภรรยาชาย โดยที่ฝ่ายชายนั้นช่วยให้พ้นจากการแบกของทูนบนศีรษะ (หมายถึงหญิงที่เป็นกรรมกรทำงานหนัก)

๑๗. ธชาหฺญา หญิงที่เป็นเชลยแล้วตกมาเป็นภรรยาของชายนั้น

๑๘. กมฺมการิภริยา หญิงที่เป็นลูกจ้าง ชายนายจ้างเอาเป็นภรรยา

๑๙. ทาสิภริยา หญิงที่เป็นทาสภายในเรือนของชาย แล้วชายนั้นเอาเป็นภรรยา

๒๐. มุหุตฺติกา หญิงที่เป็นภรรยาชายชั่วคราวชั่วคราว ได้แก่พวกภรรยาเช่าชั่วคราว ๓ วัน ๗ วัน หรือ ๑ เดือน เป็นต้น

หญิง ๘ จำพวกแรก ตั้งแต่ มาตฺรกุชิตา จนถึง ธมฺมรกุชิตา เหล่านี้ ยังมีได้มีสามีเป็นเจ้าของร่างกายตน จึงมีสิทธิสมบูรณ์ในร่างกายตน เมื่อเกิดความพอใจในชายใดแล้ว จะมอบกายให้แก่ชายนั้น ก็ไม่เป็นอันทำบาปประพฤติดิในกาเมสุมิฉฉาจาร เพราะถึงแม้บิดา มารดา ญาติพี่น้อง จะปกครองดูแลอยู่ก็จริง แต่ก็มีใจเจ้าของร่างกาย เพียงแต่ช่วยคุ้มครองมิให้ใครมาข่มเหงเบียดเบียนเท่านั้น ฉะนั้นโทษทางธรรมจึงไม่มี แต่อย่างไรก็ดี ย่อมมีโทษในทางโลกเป็นโลกวัชชะ คือ ย่อมถูกดูหมิ่นดูแคลนจากผู้อื่น นำความอับอาย เสียใจ กลัดกลุ้มใจมาสู่ตนได้ ทำให้เกิดทุกข์จะ อุกุศลอยู่ตลอดเวลา เป็นเหตุให้นำไปสู่อบายภูมิได้ สำหรับฝ่ายชายที่

เกี่ยวข้องร่วมกับหญิง ๘ จำพวกนี้ ถือว่าเป็นการล่วงกาเมสุมิฉฉาจารโดยตรง

ส่วนที่เหลืออีก ๑๒ จำพวก ตั้งแต่ สปริทณฺฑา จนถึง มุหุตฺติกา เป็นหญิงประเภทที่มีสามีเป็นเจ้าของร่างกายโดยตรง แม้พวก มุหุตฺติกา ที่เป็นภรรยาชายชั่วคราวก็ตาม ถ้าหญิงเหล่านั้นนอกใจสามี ยอมให้ชายอื่นล่วงเกินแล้ว ถือว่าเป็นการล่วงศีลกาเมสุมิฉฉาจารด้วย หรือแม้หญิงเหล่านี้ล่วงกาเม กับสัตว์เดรัจฉาน ก็ถือว่าเป็นการล่วงกรรมบถเช่นเดียวกัน

ในอังคุตตรพระบาลี ได้กล่าวสงเคราะห์การดื่มสุราและน้ำเมาต่างๆ เพื่อความพอใจ สนุกสนานว่า จัดเข้าอยู่ในข้อกาเมสุมิฉฉาจารได้ เพราะความพอใจสนุกสนานในการดื่มสุรา เมรัย ก็เช่นเดียวกับความยินดีพอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โภฏฐัพพารมณ์ อันเป็นตัณหาคุณ อารมณ์นั่นเอง แต่ถ้าดื่มสุราเข้าไปมากจนเกิดความมึนเมา ที่เคยละอายก็ไม่ละอาย ที่เคยกลัว กลับกล้า จนสามารถทำทุจริตกรรมต่างๆ ได้ ด้วยอำนาจของสุรานั่น ถ้าผู้ดื่มสุรากระทำทุจริตในข้อใด ก็เป็นอันล่วงอกุศลกรรมบถข้อนั้นๆ

นอกจากนี้การดื่มสุรา ยังทำให้สำเร็จกิจ ๒ ประการคือ

๑. ปฏิสนธิชนกกิจ ได้แก่กิจที่ทำให้เกิดในนรก หมายความว่า ถ้าผู้ดื่มสุราแล้วกระทำทุจริตกรรมลงไป ด้วยอำนาจของการเสพสุรากระตุ้น ที่เป็นบุพพเจตนา แล้ว บุพพเจตนานั้นก็สมารถนำสู่ในนรกได้ ฉะนั้นจึงเป็นการให้ผลเป็นปฏิสนธิได้ไม่แน่นอน พระพุทธองค์จึงไม่ทรงจัดเป็นอกุศลกรรมบถ ๑๐

“

พระพุทฺธเจ้าสอนเรื่องสติปัญฺฐาน
เพื่อระจับดับอภิขณากับโทมนัส
อภิขณานี้คือความโลภ
โทมนสก็คือโทสะ

”

๒. กรรมชนกกิจ ได้แก่กิจที่ทำให้การกระทำทุจริตสำเร็จลง หมายถึงการดื่มสุราเพื่อกระตุ้นให้ใจกล้า สามารถทำทุจริตกรรมสำเร็จ การดื่มสุราของบุคคลทั้งหลาย จำแนกได้เป็น ๔ ประเภท คือ

๑. ดื่มสุราที่ผสมอยู่ในยา หรือ อาหาร
๒. ดื่มสุราอย่างเดียวโดยคิดให้เป็นยา
๓. ดื่มสุราเพราะชอบ จัดเป็นกาเมสุมิจฉาจาร
๔. ดื่มสุรา เพื่อให้ใจกล้ากระทำทุจริต

ได้นำเสนอเรื่องของอกุศลกรรมบถมา ๓ อย่างแล้ว ซึ่งเป็นไปทางกายทวาร อันว่าคำว่า ‘กาย’ นี้มี ๓ ความหมาย คือ

๑. *สสมุฏการกาย* ได้แก่ ร่างกายที่ประกอบด้วยอวัยวะที่เรียกว่าโกฏฐาสะ ๓๒ อาการ



มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น

๒. ปสาทกาย ได้แก่ กายปสาทรูป อันเป็นที่อาศัยเกิดของกายวิญญาณจิต ๒ ดวง

๓. โจปนกาย ได้แก่ วิญญูตรูป ที่เกิดพร้อมด้วยจิตชวโยธาคุ ทำให้การเคลื่อนไหวกายเกิดขึ้น ฉะนั้นกายวิญญูติที่เป็นเหตุให้สำเร็จอกุศลกายกรรมทั้ง ๓ จึงได้แก่ โจปนกาย

ต่อไปก็จะขอนำอกุศลกรรมบถที่เป็นไปทางวาจา มาแสดงต่อณะคะ ซึ่งอกุศลวจีกรรมมี ๔ อย่าง คือ

๔.มุสาวาท

มุสาวาทเป็นอกุศลกรรม ที่เกิดทางวจีหวาร อันนับว่าเป็นอกุศลกรรมข้อที่ ๔ องค์ประกอบของมุสาวาทมี ๔ ประการคือ

๑. อตถวตฺตฺย สิ่งของหรือเรื่องราวที่ไม่เป็นจริง

๒. วิสฺวาทนจิตตฺตว มีจิตคิดจะมุสา

๓. ปโยโค ทำความเพียรเพื่อมุสา

๔. ตทฺถถ วิชานนํ ผู้อื่นเชื่อตามความที่มุสานั้น

มุสาวาทที่ครบองค์แห่งกรรมบถทั้ง ๔ ประการนี้ แม้ไม่ทำความเสียหายให้เกิดขึ้นแก่ผู้อื่นที่หลงเชื่อ ก็ได้ชื่อว่าล่วงกรรมบถ ฉะนั้นมุสาวาทที่ครบองค์ประกอบทั้ง ๔ จึงมี ๒ ชนิดคือ

๑. มุสาวาทชนิดไม่นำไปสู่อบาย ได้แก่มุสาวาทที่ครบองค์ประกอบทั้ง ๔ แต่มิได้ทำความเสียหายให้เกิดขึ้นแก่ผู้หลงเชื่อ มุสาวาทชนิดนี้ถือว่าล่วงกรรมบถเหมือนกัน เพราะมีองค์ประกอบครบถ้วน แต่ไม่มีผลเสียหายร้ายแรงแก่ผู้ใด จึงไม่นำไปสู่อบายภูมิ

๒. มุสาวาทชนิดที่นำไปสู่อบายได้ ได้แก่มุสาวาทชนิดที่ครบองค์ประกอบทั้ง ๔ และทำความเสียหายให้แก่ผู้หลงเชื่อ ย่อมเป็นมุสาวาทที่ล่วงกรรมบถ นำไปสู่อบายภูมิได้

ปโยคะของมุสาวาทมี ประการ คือ

๑. สาหิตฺติกะ พยายามมุสาวาทด้วยตนเอง

๒. อาณัตติกะ ใช้ให้ผู้อื่นมุสา

๓. นิสสัคคิยะ เขียนเรื่องราวที่ไม่จริงส่งไปให้คนอื่น เช่น ส่งจดหมาย ส่งไลน์ ส่งบัตรสนเท่ห์ หรือประกาศทางวิทยุ

๔. ถาวร เขียนเรื่องที่ไม่จริงปิดประกาศไว้ พิมพ์เป็นหนังสือจารึกลงในแผ่นศิลา หรือลงเฟสบุ๊ค หรืออัดเสียงไว้

บียะคะ คือความพยายาม ทั้ง ๔ ประการนี้ สาหัดถิกะบียะคะ เป็นบียะคะโดยตรงที่เกิดขึ้นเป็นส่วนใหญ่ บียะคะที่เหลือ ๓ ประการนั้น เป็นไปโดยส่วนน้อย

ถ้ามุสาวาทไม่ครบองค์ประกอบทั้ง ๔ แต่มีองค์ประกอบ เพียง ๒ ประการ คือ วิสัวาทน จิตตตว มีจิตคิดจะมุสา และบียะคะ พยายามมุสาวาทด้วยกาย หรือวาจาแล้ว จะเป็นคฤหัสถ์ หรือบรรพชิตก็ตาม ย่อมสำเร็จเป็น ศีลวิบัติ เท่านั้น ไม่เป็นการก้าวล่วงถึงกรรมบท มุสาวาทที่ทำให้ผู้หลงเชื่อเกิดความเสียหายนั้น ถ้าผู้หลงเชื่อนั้นได้รับความเสียหายมาก มุสาวาทนั้นก็ป็น มหาสาวิชชะ คือมีโทษมาก แต่ถ้าผู้หลงเชื่อได้รับความเสียหายน้อย มุสาวาทนั้นก็ป็น อัปสาวิชชะ คือมีโทษน้อย

ผู้ที่เป็นพยานเท็จ ทำให้ผู้ถูกกล่าวหาต้องได้รับโทษ ประหารชีวิต , จำคุกตลอดชีวิต หรือได้รับความเสียหายในทรัพย์สิน จัดเป็นมหาสาวิชชะ

ผู้ได้รับแจกเงิน ถูกผู้อื่นถามถึงจำนวนเงินที่ได้รับแจก แกล้งตอบว่าได้รับมา ๕๐๐ บาท ซึ่งความจริงได้รับแจกมาเพียง ๕ บาท เท่านั้น เช่นนี้จัดเป็นอัปสาวิชชะ

อนริยโวหาร ๘ ประการ คือคำกล่าวของผู้ที่มีใ้อริยบุคคล หรือคำกล่าวของพาลชน ซึ่งเป็นการพูดปดทั้งๆที่รู้ความจริงนั้น มีอยู่ ๘ ประการคือ

๑. สิ่งที่ตนเห็น กล่าวว่ ไม่เห็น

๒. สิ่งที่ตนได้ยิน “ ไม่ได้ยิน

๓. สิ่งที่ตนพบ “ ไม่พบ

๔. สิ่งที่ตนรู้ “ ไม่รู้

๕. สิ่งที่ตนไม่เห็น “ เห็น

๖. สิ่งที่ตนไม่ได้ยิน “ ได้ยิน

๗. สิ่งที่ตนไม่พบ “ พบ

๘. สิ่งที่ตนไม่รู้ “ รู้

คำว่า”พบ” ในที่นี้หมายถึง การได้กลิ่น , รู้รส , ถูกต้องสัมผัส การกล่าววาจาเป็นอนริยโวหารเหล่านี้ จัดเป็นมหาสาวิชชะ อนึ่ง การมุสาวาทที่ทำให้สงฆ์ต้องแตกแยกหมู่คณะกันนั้น

จัดเป็นมหาสาวชะ เพราะเป็นอกุศลกรรม และพระโพธิสัตว์ทั้งหลายย่อมไม่กล่าวมุสาวาทที่ทำให้ผู้อื่นหลงเชื่อ แล้วทำให้เกิดความเสียหายขึ้น แต่มุสาวาทที่ไม่ทำให้เกิดความเสียหายแก่ผู้ฟังนั้น พระโพธิสัตว์ทั้งหลายยังกล่าวอยู่



๕. ปิสุณวาจา

ปิสุณวาจา แปลว่าคำพูดที่ทำให้แตกแยกกระจัดกระจาย ได้แก่ พูดส่อเสียด

องค์ประกอบแห่งปิสุณวาจา มี ๔ ประการ คือ

๑. ภินุติตพโพ มีผู้ที่จะถูกทำให้แตกแยก
๒. เมทปรุภุขาโร มีเจตนามุ่งให้แตกจากกัน
๓. เมทปรุภุขาโร มีเจตนามุ่งให้แตกจากกัน
๔. ตทตถ ชานนํ ผู้ฟังรู้เนื้อความนั้น

ปิโยคะ คือความพยายามในปิสุณวาจา มี ๒ อย่างคือ

๑. กายบิโยคะ การส่อเสียดโดยทางกาย มีการแสดงกิริยาท่าทาง ให้อีกฝ่ายรู้ความหมายของตน

๒. วจีบิโยคะ การส่อเสียดโดยทางวาจา คือการพุดูดยเหยียดให้บุคคล ๒ ฝ่ายแตกแยกกัน การกล่าวปิสฺนวาจานี้ แม้จะครบองค์ประกอบทั้ง ๔ ประการก็ตาม ถ้าผู้ฟังปิสฺนวาจากับผู้ถูกส่อเสียด ไม่มีการแตกแยกกัน ก็ไม่เป็นการก้าวล่วงกรรมบถ แต่ถ้ามีการแตกแยกกัน จึงก้าวล่วงกรรมบถ ปิสฺนวาจานี้จะมีโทษหนักหรือเบาขึ้น ขึ้นอยู่กับตัวผู้ถูกส่อเสียดเป็นประการสำคัญ ถ้าผู้ถูกส่อเสียดให้มีการแตกแยกนั้นเป็นผู้มีศีลธรรม ผู้กล่าวก็ย่อมได้รับโทษชนิดมหาสาวิชชะ คือโทษมาก แต่ถ้าผู้ถูกส่อเสียดนั้น เป็นผู้ไม่มีศีลธรรม ผู้กล่าวก็มีโทษชนิดอัปสาวิชชะ คือมีโทษน้อย

๖. ผรุสวาจา

ผรุสวาจา คือการกล่าววาจาหยาบคาย วาจาที่เป็นอย่างหยาบ ที่เรียกว่าผรุสวาจานี้ เมื่อกล่าวโดยองค์ธรรมแล้ว ได้แก่ เจตนาที่อยู่ในโทสมูลจิต ที่เป็นเหตุแห่งการด่าและการแข่งต่างๆ

องค์ประกอบแห่งผรุสวาจามี ๓ ประการ คือ

๑. โกโป มีความโกรธ

๒. อุปกุกฺกุโฐ มีผู้ถูกด่า

๓. อุกโกสนา การกล่าววาจา ด่า แข่ง

เมื่อครบองค์ประกอบ ๓ ประการนี้ ก็เป็นอันสำเร็จผรุสวาจา การกล่าวถ้อยคำที่สำเร็จเป็นผรุสวาจานั้น สำคัญอยู่ที่เจตนาอย่างหยาบอันประกอบในความโกรธ แม้ว่า คำที่พูดออกมาจะเป็นถ้อยคำที่เรียบร้อยสุขุมก็ตาม แต่ถ้ามีเจตนาหยาบแล้ว คำพูดนั้นก็จัดเป็นผรุสวาจาด้วย เช่น ผู้พิพากษากล่าวคำตัดสินประหารชีวิตผู้ต้องหา แม้กล่าวด้วยวาจาที่สุภาพตามปกติ แต่เจตนาที่มุ่งหมายให้ประหารชีวิตนั้นมีอยู่ ซึ่งจัดเป็นเจตนาอย่างหยาบ ฉะนั้นวาจาที่กล่าวมานั้น จึงสำเร็จเป็นผรุสวาจาได้ในอัฐฐสาสนีอรรถกถากล่าวไว้ว่า “ บิดา มารดา แข่งด่าบุตร หรือครูบาอาจารย์ดุด่าศิษย์ ด้วยประสงค์ต่อบุตรหรือศิษย์ โดยไม่มีเจตนาร้ายแต่อย่างใด การกล่าววาจานั้นไม่จัดเป็นผรุสวาจา เช่น บิดามารดาห้ามบุตรมิให้ไปเที่ยวเตร่ในเวลากลางคืน แต่บุตรไม่เชื่อ

ฟังยังขึ้นไปจนได้ บิดามารดาจึงด่าบุตร เช่นนี้เป็นเพียงการกล่าววาจาด้วยอำนาจความไม่พอใจเท่านั้น ไม่จัดเป็นผิดสุวาจา แต่ท่านภูิกจารย์กล่าวแย้งว่า คำด่า คำ แช่ง ของบิดามารดา หรือครูอาจารย์นั้นกล่าวออกมาด้วยความโกรธอย่างแท้จริง ย่อมเป็นผิดสุวาจาได้ เพราะครบองค์ประกอบทั้ง ๓ ประการ แต่นับว่ามีโทษน้อย

การกล่าวผิดสุวาจา นี้ แม้ผู้ถูกแช่งด่าจะมีได้อยู่เฉพาะหน้า หรือตายไปแล้วก็ตาม การกล่าววาจานั้น ย่อมสำเร็จเป็นกรรมบถ ด้วยเหตุผลที่ว่า เช่น ผู้น้อยพูดจากกล่าวหาล่วงเกินผู้ใหญ่ บุตรกล่าวล่วงเกินบิดามารดา หรือศิษย์กล่าวล่วงเกินครูอาจารย์ เป็นต้น ต่อมารู้สึกตัวกลัวผิด ยังขอขมาอภัยกันได้ แม้ท่านเหล่านั้นมีได้อยู่เฉพาะหน้า หรือจะตายไปแล้วก็ตาม การขอขมานั้น ย่อมสำเร็จประโยชน์ ทำให้โทษนั้นเป็นอโหสิกรรมไปได้ เมื่อการกล่าวขอขมาต้องทำเฉพาะหน้ายังสำเร็จประโยชน์ได้ ฉะนั้น การกล่าวผิดสุวาจาโดยไม่มีผู้ถูกแช่งด่าอยู่เฉพาะหน้า ก็ย่อมสำเร็จกรรมบถได้เช่นเดียวกัน

ต่อไปเราจะมารู้จัก เหตุหรือเรื่องราวอันเป็นมูลฐานแห่งการด่า เรียกว่า อักโกสวัตถุ ๑๐ ประการ ซึ่งเป็นองค์ประกอบข้อที่ ๓ หรือจะเรียกว่า วาจาที่ใช้ด่ากัน มีอย่างนี้ค่ะ

๑. *ชาติ* คือ ถ้อยคำที่ใช้ด่าเกี่ยวกับเชื้อชาติกำเนิด มีเชื้อชาติต่ำหรือสูง เช่น ด่าว่า ชาติไพร่ , ชาติขี้ข้า , ชาติยาก , ชาตินักเลง หรือชาติหิน เป็นต้น คำด่าเกี่ยวกับเชื้อชาติสูง เช่น ชาติผู้ดี เป็นต้น

๒. *นาม* คือ คำด่าด้วยการตั้งชื่อใหม่ ซึ่งมีทั้งชื่อต่ำและชื่อสูง คำด่าเกี่ยวกับชื่อต่ำ เช่น ไ้อ้ทุย , ไ้อ้เปรต , นายงั่ง , พ่อเชย เป็นต้น คำด่าเกี่ยวกับชื่อสูงเช่น คุณหญิง , เจ้าพ่อ เป็นต้น

๓. *โคตต* คือ คำด่าเกี่ยวกับวงศ์ตระกูล ซึ่งมีทั้งตระกูลต่ำและตระกูลสูง เช่น พวกไพร่สฤต พวกหัวขโมย, พวกขี้ครอก หรือพวกทาส เป็นต้น คำด่าเกี่ยวกับตระกูลสูง เช่น พวกเจ้านาย , พวกเศรษฐี เป็นต้น

๔. *กมัม* คือ คำด่าที่เกี่ยวกับอาชีพการงาน มีทั้งการงานต่ำ การงานสูง คำด่าเกี่ยวกับอาชีพการงานต่ำ เช่น คนชนชยะ , ไ้อ้จับกัง หรือกุลี เป็นต้น คำด่าเกี่ยวกับอาชีพการงานสูง เช่น ช่างทอง , นายทุน ,เจ้าของไร่ เป็นต้น

๕. *สิปป* คือ คำด่าที่เกี่ยวกับวิชาความรู้ ซึ่งมีทั้งความรู้ต่ำ ความรู้สูง คำด่าเกี่ยวกับวิชาความรู้ต่ำ เช่น วิชาเข้ตรถ , วิชากวาดถนน , วิชาจัดรองเท้า เป็นต้น คำด่าเกี่ยวกับวิชาความรู้

สูง เช่น คุณหมอ อาจารย์ เป็นต้น

๖. *อาพาธ* คือคำด่าเกี่ยวกับโรคภัยไข้เจ็บ มีทั้งโรคชั้นต่ำที่สังคมรังเกียจ และโรคชั้นสูง คำด่าเกี่ยวกับโรคชั้นต่ำ เช่น ไ้โรคเรื้อน , ภูมิฉึ่ง , กลากเกลื่อน , กามโรค เป็นต้น คำด่าเกี่ยวกับโรคชั้นสูง เช่น โรคประสาท , โรคเบาหวาน เป็นต้น

๗. *ลึงค์* คือ คำด่าเกี่ยวกับรูปร่างสัณฐาน มีทั้งต่ำ และสูง คำด่าเกี่ยวกับรูปร่างสัณฐานต่ำ เช่น อ้วน , ผอม , แคระ , เตี้ย , โย่ง เป็นต้น คำด่าเกี่ยวกับรูปร่างสัณฐานสูง เช่น รูปหล่อ , ลำอาง เป็นต้น

๘. *กิเลส* คือ คำด่าเกี่ยวกับกิเลส มีฝ่ายต่ำอย่างเดียว เช่น พวกมิจฉาปฏิญาณ , เจ้าโทโส , คนตั่นหาจัด , จี๋เง่า เป็นต้น

๙. *อาปตติ* คือ คำด่าเกี่ยวกับศีลวิบัติ มีทั้งต่ำ และสูง คำด่าเกี่ยวกับอาบัติต่ำ เช่น สมิ , ปาราชิก หรือ สังฆาติเสส เป็นต้น คำด่าเกี่ยวกับอาบัติสูง เช่น ปาจิตตีย์ หรือ ทุกกฎ เป็นต้น

๑๐. *อกุโกลิ* คือ คำด่าที่ใช้ถ้อยคำหยาบคายต่างๆ มีทั้งคำด่าต่ำและสูง คำด่าต่ำเช่น เรียกไอ้ , อี , กู , มึง , ด่าพ่อ แม่ เป็นต้น คำด่าสูง เช่น สันดานดิบ, อันธพาล เป็นต้น

นโยบายแห่งพรุสวาจา มี ๒ ประการ คือ

๑. กายนโยบาย คือ พยายามแสดงกิริยาหยาบคายต่างๆทางกาย ทำให้ผู้เห็นรู้สึกโกรธ , อาย , ไม่พอใจ หรือเขียนหนังสือด่า เป็นต้น

๒. วจีนโยบาย คือ พยายามกล่าวคำหยาบคายทางวาจา ซึ่งเป็นพรุสวาจาโดยตรง การด่าผู้มีอุปการคุณ เช่น บิดา มารดา ครู อาจารย์ หรือผู้มีศีลธรรม คือ พระภิกษุ สามเณร หรือ แม่ชี เหล่านี้ ผู้ด่าย่อมมีโทษมาก เป็น มหาสาวชชะ แต่ถ้าผู้ที่ถูกข่งด่า เป็นผู้มิได้มีอุปการคุณ หรือ ไม่มีศีลธรรม ผู้ด่าก็มีโทษน้อย เป็น อปปสาวชชะ

หน้ากระดาษหมดลงแล้วค่ะ จะขอค้างเรื่องของวงจอกุศลกรรมอีก ๑ อย่าง คือ สัมผัสปปลาปะ รวมทั้งอกุศลกรรมซึ่งสำเร็จทางมโนทวารไว้ต่อฉบับหน้านะคะ อย่าลืมติดตามกันต่อไปเรื่อยๆนะคะ เพราะเรื่องของกรรม มีความสำคัญจริงๆ พบกันใหม่ฉบับหน้าค่ะ ขอความเจริญในธรรมจงมีแก่ท่านผู้อ่านทุกท่านค่ะ

หมายเหตุ : เรียบเรียงจากคู่มือการศึกษา พระอภิธัมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ ๕ วิถีมุตตสังคหวิภาค โดย นายวรรณสิทธิ ไชยยะเสวี มูลนิธิแนบมหานิรานนท์



พระธรรมจากหลวงปู่ไหญ่

พระอาจารย์ใหญ่ ดร. ภัททันตะ อาสภะ มหาเถระ



แนวทางปฏิบัติวิปัสสนา (ตอนที่ ๖)

ในขณะที่กำหนดอยู่นี้ บางครั้งคิดอยากจะกลืนน้ำลายลงไป เมื่อความรู้สึกเกิดอย่างนี้ ก็จงกำหนดว่า อยากกลืนหนอๆ พอรมน้ำลายจะกลืน ก็จงกำหนดว่า รวนหนอๆ พอรมน แล้วจะเริ่มกลืน ก็จงกำหนดว่า กลืนหนอๆ ถามว่าทำไมต้องกำหนดกันถึงปลีกย่อยขนาดนี้เล่า ทั้งนี้ก็เพื่อจัดความเข้าใจผิดที่ถื้อมันใน บุคคล สัตว์ เรา เขา ให้สิ้นไป



กล่าวคือ เมื่ออยากกลืนน้ำลาย ความคิดนี้ก็พลันจะแล่นขึ้นมาว่า เราอยากกลืนน้ำลาย เรากลืน น้ำลาย กล่าวโดยเนื้อแท้แล้ว เราหาได้มีอยู่ในที่นั้นไม่ หากแต่เป็นตัวการไม่สันทัด จัดเจน หรือรู้เท่าไม่ถึง จึงได้กลายเป็นเรื่องใหญ่ โตไป เมื่อเข้าใจวิธีการแก้แล้วย่อมไม่ยากนัก น้ำลายซึ่งรวมไว้เมื่อครู่นี้เกิดอยากบ้วนทิ้ง ก็จง กำหนดตามความว่า อยากบ้วนหนอๆ พอแก้ ศรีษะจะบ้วนพลันจักขุอุปสาทไปกระทบกับรูป เห็นสิ่งหนึ่งใดเข้าในฉับพลันนั้น ก็จงกำหนดว่า เห็นหนอๆ หรือได้มองอยู่ก็จงกำหนดว่า มอง หนอๆ พอบ้วนน้ำลายก็จงกำหนดว่า บ้วน หนอๆ (จักทำการกำหนดอย่างละ ๓ ครั้งก็ได้ หรือกำหนดพอรู้แล้วเปลี่ยนไปก็ได้ตามความ ขำนาญของผู้ปฏิบัติ)

อนึ่ง ในการนั่งกำหนดนั้น เมื่อนานไปหน่อยก็จะเมื่อยและปวดร้อนขึ้นมาทันที ถึงกับชาไปทั้งแถบ อาการที่เกิดขึ้นในทัศนะของคนสามัญนั้น ก็ย่อมไม่มีความหมาย เพราะเปลี่ยนอิริยาบถแล้วอาการเหล่านั้นก็พลันหายไปหมด แต่สำหรับผู้ปฏิบัติธรรมซึ่งเป็นผู้ที่ตื่นรู้ความเป็นไปทั้งหลายอยู่นั้น พึงได้กำหนดอาการเหล่านั้นให้รู้สิ้น เมื่อรู้สึกเมื่อย ปวดร้อน และชาแล้ว ก็จงตามกำหนดรู้ซึ่งอาการนั้นๆ เป็นลำดับไป เช่น รู้สึกเมื่อย ก็จงกำหนดว่า เมื่อยหนอๆ เมื่อรู้สึกปวดก็กำหนดว่า ปวดหนอๆ เมื่อรู้สึกชาก็กำหนด ชาหนอๆ เวทนาที่กำลังตามรู้ผู้นี้ในระยะแรกย่อมจะรู้ว่า ต้องใช้ความอดกลั้นกันอย่างเต็มที่ทีเดียวถึงขั้นเหนื่อยอ่อนต่อการอดทน เมื่อรู้สึกเหนื่อยอ่อนก็ต้องกำหนดซึ่งอาการนั้นว่า เหนื่อยอ่อนหนอๆ การที่ไม่ย่อท้อในการตามกำหนดรู้อย่างไม่ลดละนี้เรียกว่า เวทนานุปัสสนา

การกำหนดเวทนานี้ เดิมไม่อยู่ในความรู้สึกอย่างไรก็เข้าใจเสียว่า เราเมื่อย เขาเมื่อย โดยยึดบุคคล สัตว์ เรา เขา ฯลฯ จึงไม่รู้รู้ในความเวลาที่ไปยึดเอา เรา เขา มาเป็นที่ตั้งแท้จริงนั้น หาได้มี เรา เขา เจือปนอยู่แต่ประการใดได้ เวทนาที่เกิดขึ้นเนื่องด้วยการเบียดเบียนซึ่งกันและกันของรูป จึงได้เกิดการผันแปรเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพธรรม ทั้งนี้เสมือนกระแสไฟที่ได้รับกระแสต่อเนื่องกันอยู่ จึงไม่รู้สึกในการเกิดดับของกระแสที่มีความไวจนยากที่จะมองเห็นได้ด้วยสายตาธรรมดา จึงเข้าใจว่ากระแสไฟที่จุดขึ้นนั้นย่อมทรงความสว่างให้เป็นระดับเดียวกันอยู่ การกำหนดซึ่งการปวดเมื่อยเหล่านี้ ในระยะแรกๆ นั้นก็พอทนได้อยู่ เมื่อสติไปกำหนดซึ่งอาการปวดเมื่อยนั้นอยู่นานเข้า จิตท้อก็จะเกิดอยากให้มีการเปลี่ยนท่านั่งเสียใหม่ใน ฉับพลันเมื่อจิตเกิดอยากให้เปลี่ยนก็จงกำหนดว่า อยากเปลี่ยนหนอๆ เมื่อกำหนดแล้วจึงค่อยเปลี่ยนโดยกำหนดว่า เปลี่ยนหนอๆ หรือยังพอทนได้อยู่ในทันทีที่กำหนดการอยากเปลี่ยนแล้ว ก็จงกลับไปกำหนดในอาการปวดเมื่อยนั้นอีกวาระ ด้วยความเข้มแข็งไม่ย่อท้อ เมื่อจิตเกิดแข็งแรงขึ้น ความเมื่อยนั้นก็จางหายไปเอง เมื่อหายเมื่อยแล้วก็จงกำหนด พอง-ยุบ ที่กำลังทำอยู่สืบไป โบราณท่านว่า อดทนได้จึงจะได้นิพพาน ถ้าอดทนไม่ได้หรือไม่มีน้ำอดน้ำทนพอ คอยพะนอเอาใจเวทนา โดยเปลี่ยนอิริยาบถกันอยู่บ่อยๆ แล้ว ไหนเลยสมาธิจะเกิดและแก่กล้าได้ เมื่อสมาธิไม่มี ปัญญาที่จะพิจารณาซึ่งข้อเท็จจริงก็ไม่มี เมื่อไม่มีสมาธิและปัญญาแล้ว มรรค ผล นิพพาน ที่มุ่งหวังนั้นก็เป็นอันหมดหวัง ฉะนั้น ความอดทนไม่ย่อท้อในขณะปฏิบัติจึงจำเป็นและสำคัญยิ่งกว่า

ในครั้งใดๆ การอดทนนี้เป็นการอดทนเพื่อเอาชนะและเพื่อศึกษาให้รู้แจ้งเห็นจริง ซึ่งความเป็นไปของรูปนามในร่างกายของเรา ไม่ใช่ไปอดกลั้นเพราะกลัวผู้อื่นว่ากล่าวเสียดสีหรือใช้กำลังทุบตีเอา การอดทนต่อความเบียดเบียนของเวทนาได้เป็นอย่างดีนี้นับว่าได้มั่นอยู่ใน ชั้นตีสวรรคธรรม เมื่อการอดกลั้นต่อเวทนาเป็นไปอย่างสุดขีด จนเห็นว่าไม่อาจทนได้ต่อไปแล้ว ก็ยอมเปลี่ยนท่า นั่งเสียใหม่ เพราะไม้ซีกไม่อยู่ในวิสัยที่จะงัดไม้ซุงได้ เป็นธรรมดาเมื่อแรกกำหนดใหม่ๆ นั้น ย่อมเผชิญกับการเบียดเบียนทำนองทดลองดูสมรรถภาพว่ามีน้ำอดน้ำทนติดอยู่หรือ เมื่อจิตอยากเปลี่ยนได้หนุนเนื่องกัน เข้ามาหนักขึ้นก็จึงกำหนดรู้ซึ่งการอยากเปลี่ยนนั้นว่า อยากเปลี่ยนหนอๆ พอยกมือขึ้นก็จึงกำหนดว่า ยกหนอ พอเคลื่อนมือก็จึงกำหนดว่า เคลื่อนหนอ การเคลื่อนมือพึงทำอย่างช้าๆ เพื่อให้ได้สติสามารถเข้าไปกำหนดรู้ซึ่งอาการนั้นอย่างแจ่มแจ้ง พอถูกก็จึงกำหนดว่า ถูกหนอ ในขณะนั้นกายไหวตามก็จึงกำหนดว่า ไหวหนอ หรือยกเท้าก็จึงกำหนดว่า ยกหนอ พอเลื่อนออกก็จึงกำหนดว่า เลื่อนหนอ พอวางก็จึงกำหนดว่า วางหนอ พอเปลี่ยนอิริยาบถเสร็จพร้อมด้วยการกำหนดตามอย่างครบครันแล้วก็เริ่มกำหนด พอง-ยุบ ที่ท้องต่อไปทันที อายายอมปล่อยให้มีเวลาว่างเข้ามาค้นแทรกได้ จงพยายามรักษาระดับของสมาธิให้เนืองกันอยู่เสมอไป ปัญญาจึงจะเปรี๊ยะและรู้แจ้งในมรรคญาณ ผลญาณอันเป็นจุดหมายในการเจริญภาวนา

การปฏิบัติธรรมนี้ ย่อมต้องมีความเข้มแข็ง สามารถอดกลั้นในทุกสิ่งทุกอย่างที่จะเข้ามาก่อกรวนพลังของสมาธิและปัญญาให้จางเสื่อมลง ข้อนี้อุปมาเสมือนคนที่ต้องการไฟ จำต้องมีความอดทนที่จะตีเหล็กชุดให้เกิดไฟโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรครอบด้าน กล่าวคือ ในสมัยโบราณซึ่งยังไม่มีไม้ขีดไฟเหมือนสมัยนี้ เมื่อจะก่อไฟหุงต้มแล้วก็ต้องตีเหล็กชุดนั้นถ้าไม่สม่ำเสมอเกินไปก็ย่อมไม่เกิดไฟดังนั้น การตีเหล็กชุดนั้นถ้าไม่สม่ำเสมอเกินไปก็ย่อมไม่เกิดไฟ ดังนั้น การตีเหล็กชุดจึงต้องพยายามรักษามาตรฐานให้สม่ำเสมอด้วยความอดทนขะมักเขม้นอย่างไม่ย่อท้อ

จาก หนังสือ แนวทางปฏิบัติวิปัสสนา โดย หลวงพ่อใหญ่ฯ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ

(* โปรดติดตาม แนวทางปฏิบัติวิปัสสนา ตอนที่ ๗ ในอาสภสารณฉบับที่ ๔๗)



ปกิณณกะธรรม

ส. มณี ^[๑]

การใช้คำพูดกับพระผู้ใหญ่

การใช้คำพูด การอาราธนา หรือ การเชื้อเชิญ เช่น ขอกราบอาราธนาพระ หรือ ขอกราบนิมนต์พระ ห้ามใช้คำซ้ำกันเด็ดขาด และเรื่องการใช้คำพูดกับพระเถระผู้ใหญ่ ตั้งแต่พระราชคณะชั้นราช ขึ้นไปใช้คำว่า พระเดชพระคุณพระสุธีวรालังการ ใช้คำแทนตัวเองว่า กระผมพระมหาวิน อินทาโก หรือพระราชคณะชั้นธรรมหรือชั้นรองสมเด็จพระเจ้า ใช้คำว่าพระเดชพระคุณพระธรรมกิตติวงศ์ ใช้คำแทนตัวเองว่า เกล้าฯ กระผมพระมหามานิตย์ มานิตโต หรือสมเด็จพระราชาคณะใช้คำว่า พระเดชพระคุณเจ้าประคุณสมเด็จพระธีรญาณ-มุนี ใช้คำแทนตัวเองว่า เกล้าฯ พระมหาเฉลิมชัย อติภทฺโท ใช้คำสนทนาระหว่างพระสงฆ์กับญาติโยมทั่วไปใช้คำว่า เจริญพร คุณโยมจารย์ อาตมาพระมหาทวี ฐานวุฑฺโฒ ขอเจริญพรฯ

กาลิก แปลว่า กาล – เวลา ,ของที่ขึ้นอยู่กับกาลเวลา,หมายถึง อาหาร หรือ ของที่พระภิกษุสามเณรรับแล้วเก็บไว้ฉันได้ตามกาลเวลาที่กำหนดไว้เท่านั้น หากเก็บไว้เกินกว่านั้น ถือว่ามีความผิดพระวินัย ฯ

กาลิก มีอยู่ ๔ อย่าง คือ

๑. ยาวกาลิก ของที่รับมาแล้วเก็บไว้ฉันได้ชั่วคราว คือตั้งแต่เช้าจนถึงเที่ยงวัน คือ ขนมสด ข้าวสุก ปลาและเนื้อ ที่จะทำให้อายุคนเฒ่าคนแก่ได้

๒. ยามกาลิก ของที่เก็บไว้ฉันได้ระยะเวลาวันหนึ่ง กับคืนหนึ่ง คือ น้ำปานะ หรือน้ำผลไม้ชนิดต่างๆ ที่ทรงอนุญาตไว้

๓. สัตตหาลิก ของที่รับเก็บไว้ได้ภายในระยะเวลา ๗ วัน คือ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย ของแห้งต่างๆ เป็นต้น

๔. ยาวชีวิก ของที่เก็บไว้นานได้ตลอดชีวิต เช่น ยาแก้ไอ ยาแก้โรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ฯ

ข้อคิดคำคม

เรื่อง “ชีวิตเป็นบทกลอนที่เขียนไม่มีวันจบสิ้น”

ชีวิตเป็นบทกลอนที่เขียนไม่มีวันจบสิ้น พวกเราต้องใช้เลือดและน้ำตาทำให้กลอนบทนี้มีค่ามีความหมายมากยิ่งขึ้น ชีวิตเป็นบทเพลงที่ไม่มีวันร้องจบง่าย ๆ เราไม่อาจหยุดมันได้ตลอดไป.

ชีวิต เปรียบเสมือนกระต๊อขาขาวแผ่นหนึ่ง ต้องใช้สีสันทั้งดงามแต่งแต้ม ต้องใช้มือที่อ่อนโยนมาบรรจชีวิตที่คึกคักกระปรี้กระเปร่าเข้าไป หากไม่มีหินโสโครก ก็ไม่เกิดลูกคลื่นอันงดงาม หากไม่มีหนทางชีวิตอันขรุขระ ชีวิตก็ไร้รสชาติ หากไม่มีการต่อสู้ที่ทรหดอดทนแล้ว ชีวิตก็ไม่มีรุ่งโรจน์เลย

ชีวิตเปรียบเสมือนกลอนบทหนึ่ง วรรณกรรมชิ้นหนึ่ง แอ่งน้ำที่ใสบริสุทธิ์ แอ่งน้ำหนึ่งหอมกรุ่นไปด้วยกลิ่นไออันละมุนละไมเจิดจรัสด้วยประการแห่งความฝัน คึกคักไปด้วยพลังแห่งการต่อสู้ ชีวิตที่มีเป้าหมาย เปรียบเสมือนพืชที่มีรากแก้ว แม้ลมฝนจะซัดกระหน่ำเพียงใด มันก็ยังคงยืนตระหง่านอยู่เช่นนั้น เข้มแข็งกล้าหาญทรหดอดทนอยู่เสมอ

ชีวิตที่ไม่มีเป้าหมาย เปรียบเสมือนจอกแหวนที่ลอยตามกระแสน้ำและแรงลม ล่องลอยไปอย่างไร้จุดหมาย สุดท้ายก็มีแต่ความว่างเปล่าเท่านั้น.

ชีวิตของคนเรา ยืนยาวที่สุดก็แค่ไม่กี่ปี เมื่อเทียบกับจักรวาลอันยิ่งใหญ่แล้วไซ้ชีวิตช่างกระจิริดเสียเหลือเกิน การหาความสุขใส่ตัวอย่างมากก็มีเวลาแค่ไม่กี่ปีเท่านั้นเอง เมื่อเวลาผ่านไป ชีวิตก็สูญสลายไปพร้อม ๆ กับกาลเวลา

ท่านทวีกวังจง ได้กล่าวคำที่สอนใจไว้ว่า

“แม้ว่าชีวิตของเราจะสั้นมาก แต่ประวัติศาสตร์ก็ยังยืนยาว

จงมอบผลงานที่ดีเด่นในชีวิตของท่านให้แก่ชนรุ่นหลังเถิด

แล้วท่านก็จะมีชีวิตอยู่อย่างเป็นอมตะตลอดไป”

ทางที่ดี เราควรแสวงหาชีวิตที่เป็นอมตะอยู่ในประวัติศาสตร์ ปราชญ์ท่านหนึ่งกล่าวไว้ว่า “ชีวิตที่มีความหมาย คือ ชีวิตที่สร้างสรรค์โลก สร้างสรรค์จักรวาล”





เรื่องเล่าจากพระสูตร

กนตาโก ภิกขุ

ขอความเจริญในธรรมยิ่ง ๆ ขึ้นไป จงมีแก่สาธุชนทุกท่าน เมื่อวันที่ ๑๔ เมษายน ถึง ๑ พฤษภาคม ผู้เขียนได้นำพระที่รับเข้ารับการฝึกอบรมพระธรรมทูตสายต่างประเทศ รุ่นที่ ๒๕ จำนวน ๑๑๓ รูป เดินทางไปฝึกปฏิบัติ ศึกษางานพระธรรมทูตสายประเทศอินเดีย-เนปาล และกราบนมัสการสังเวชนียสถานทั้ง ๔ แห่ง ตลอดถึงสถานที่สำคัญที่เกี่ยวกับประวัติศาสตร์ทางพระพุทธศาสนา อันเป็นสถานที่เกี่ยวกับพระบรมศาสดาที่ประกาศพระพุทธศาสนาตลอด ๔๕ พรรษา ถือเป็นช่วงระยะเวลาที่มีคุณค่าอย่างยิ่ง ถึงแม้อากาศจะร้อนระอุ ประกอบกับกิจกรรมที่ต่อเนื่องไม่มีช่วงหยุดพักในแต่ละวันตลอด ๑๕ วันที่อยู่ ณ ดินแดนพุทธภูมินั้น ช่วงเป็นช่วงแห่งวันเวลาที่ให้ได้หวนทบทวนย้อนกลับไปในอดีตสมัยที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงเหน็ดเหนื่อยพระวรกายในการประกาศพระศาสนาตามเส้นทางต่าง ๆ ที่คณะได้เดินทางไปศึกษาตามรอยบาทพระศาสดา ท่ามกลางอากาศร้อนระอุ แต่เมื่อนึกถึงความเหน็ดเหนื่อยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่พวกเราศรัทธาและออกบวชตามคำสอนของพระองค์ จนได้เดินทางมากราบสักการะถึงถิ่นแดนเกิดของพระองค์ก็ทำให้ความร้อนและความเหน็ดเหนื่อย ผ่อนคลายบรรเทา ไม่เป็นอุปสรรคต่อการเดินทาง

ตลอดระยะเวลา ๑๕ วันของการไปศึกษาสถานที่และแหล่งกำเนิดของหลักธรรมต่าง ๆ ที่ได้กลายมาเป็นคำสอน ที่รวบรวมไว้เป็นคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาได้มากถึง ๘๔๐๐๐ พระธรรมขันธ์ ซึ่งรวมอยู่ในพระไตรปิฎกประกอบด้วย ๓ ปิฎก คือ ๑.พระวินัยปิฎก ๒. พระสุตตันตปิฎก ๓.พระอภิธรรมปิฎก ในการเดินทางในครั้งนี้ ได้มีการศึกษาศาสนธรรมของพุทธสถานในประเทศอินเดียและเนปาลทั้ง ๘ เมือง โดยได้รวบรวมหลักธรรมที่ตรัสในแต่ละสถานที่ ปัจจุบันได้ถูกร้อยกรองไว้ ซึ่งปรากฏอยู่ในพระสูตรต่าง ๆ ซึ่งผู้เขียนจะนำมาวิเคราะห์เฉพาะพระสูตรที่มีความสำคัญ

การเดินทางในครั้งนี้ได้เก็บรวบรวมข้อมูลจากสถานที่จริง และบุคคลที่อยู่ใกล้ชิดสถานที่ดังกล่าว โดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้ ๑. เพื่อศึกษาศาสนธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ในแต่ละ

เมือง ๒. เพื่อวิเคราะห์ความสำคัญของศาสนาธรรมและการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ในที่นี้จะกล่าวถึงเฉพาะพระสูตร ที่ประกฏเป็นพระสูตรต้นตอ ปิฎก ที่มีศาสนาธรรมในพระสูตรนั้น ๆ (นำมาบางพระสูตร) จากพุทธสถาน ๘ แห่ง ได้แก่ พุทธคยา ราชคฤห์ นาลันทา ไวสาลี กุสินารา ลุมพินี สาวัตถิ สารนาถ

ข้อมูลที่ได้มา : จากการศึกษา ค้นคว้าในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา คือพระไตรปิฎก การรับฟังบรรยายจากพระวิทยากร ณ สถานที่นั้น ๆ ของแต่ละเมือง และสอบถามจากพระวิทยากรผู้ชำนาญการในพื้นที่ในแต่ละเมือง ด้วยมุ่งหวังจะได้เป็นประโยชน์ในการสืบค้นพระสูตรต่าง ๆ ว่า มีพระสูตรอะไรบ้าง ตรัส ณ สถานที่ใด เมืองอะไร และมีหลักธรรมอะไรในพระสูตรนั้น ๆ เพื่อให้เห็นความสำคัญของศาสนาธรรมและการนำหลักธรรมไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาต่อไป

ณ เมืองพุทธคยา : เฝ้าที่สืบค้น ช่วงเวลาสั้น ๆ พบว่ามีพระสูตรเกิดขึ้นถึง ๑๙ พระสูตร (อาจมีมากกว่านี้) ตัวอย่างบางพระสูตร เช่น ปฐมโพธิสูตร ว่าด้วยเรื่องราวแรกตรัสรู้ สถานที่คือ ณ ควงตันโพธิพฤกษ์ใกล้ฝั่งแม่น้ำเนรัญชรา เขตตำบลอุรุเวลาเสนานิคม

ศาสนาธรรมจากพระสูตรนี้ คือ ปฏิจจสมุปบาท คือ เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารจึงมี เพราะสังขารเป็นปัจจัย วิญญูณจึงมี เพราะวิญญูณเป็นปัจจัย นามรูปจึงมี เพราะนามรูปเป็นปัจจัย สฬายตนะจึงมี เพราะสฬายตนะเป็นปัจจัย ผัสสะจึงมี เพราะผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงมี เพราะเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงมี เพราะตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทานจึงมี เพราะอุปาทานเป็นปัจจัย ภพจึงมี เพราะภพเป็นปัจจัย ชาติจึงมี เพราะชาติเป็นปัจจัย ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาสจึงมี

ความสำคัญของพระสูตร คือ ปฏิจจสมุปบาทนั้นเป็นการแสดงการเกิดดับแห่งทุกข์ ตามธรรมชาติของเหตุปัจจัยเป็นหลักธรรมใหญ่ ที่แสดงความเป็นไปแห่งชีวิตไว้ ทั้งและยังมีขอบเขตกว้างครอบคลุมไปถึงหลักธรรมปิกย่อยในระดับต่าง ๆ ถ้าเข้าใจหลักปฏิจจสมุปบาทแล้ว ก็ชื่อว่าเข้าใจชีวิตและเข้าใจพระพุทธศาสนา ดังพุทธพจน์ว่า ผู้ใดเห็นปฏิจจสมุปบาท ผู้นั้นย่อมชื่อว่าเห็นธรรม ผู้ใดเห็นธรรมผู้นั้นชื่อว่าเห็นปฏิจจสมุปบาท การพิจารณาโดยแยกกายซึ่งเรียกว่า “ปฏิจจสมุปบาทแบบอนุโลม” เป็นการแสดงถึงว่า ธรรมทั้งหลายอาศัยซึ่งกันและกันเกิดขึ้นทุก ๆ อย่างย่อมอาศัยบางสิ่งที่เกิดขึ้นก่อนแล้ว มีสิ่งอื่นที่อาศัยสิ่งที่เกิดขึ้นก่อนนั้นเกิดขึ้น ดัง

เช่น เมื่อบุคคลหว่านเมล็ดพืชลงไปบนดินแม้จะมีดินแล้วแต่ยังขาดน้ำ เมล็ดพืชนั้นย่อมไม่เติบโต หรือแม้ว่าจะมีดินและน้ำแล้ว แต่ขาดสารอาหาร เมล็ดพืชนั้นแม้จะเติบโตก็หาสมบูรณ์ไม่ ส่วนการพิจารณาอีกอย่างเรียกว่า “ปฏิจจสมุปบาทแบบปฏิโลม” คือการพิจารณาย้อนกลับถึงความดับไปของสิ่งหนึ่งย่อมทำให้เกิดการดับของอีกสิ่งหนึ่ง ดังนี้ว่า “ชาติดับแล้วชราย่อมดับตามและเมื่อชราดับแล้วมรณย่อมดับตาม”

การนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันว่าไม่มีอะไรเกิดขึ้นลอย ๆ โดยไม่มีสาเหตุหรือสิ่งอาศัยเกิด ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนานั้น สามารถแสดงให้เห็นเข้าใจถึงเหตุและผลว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นย่อมมีเหตุที่ทำให้เกิดขึ้นและเมื่อเหตุเกิดขึ้นแล้วย่อมเป็นปัจจัยให้ผลเกิดขึ้นตามเป็นการแสดงหลักฐานเพื่อให้ผู้ใคร่ศึกษานำไปพิจารณาก่อนตัดสินใจเชื่อ อันจะนำมาซึ่งศรัทธาอย่างมีเหตุและผล

อาทิตตปริยายสูตร : เป็นพระสูตรที่ว่าด้วยของร้อน แสดงแก่ใคร : ชฎิล ๓ พี่น้อง คือ อรุณเวลกัสสปะ, คยากัสสปะ, นทีกัสสปะ แสดงที่ไหน : ตำบลคยาสีสะ ใกล้แม่น้ำคยา ศาสนธรรมตรัสถึงเรื่องอะไร : आयตนะ ๑๒ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมมารมณ เป็นของร้อน ด้วยอำนาจของไฟ ๓ คือ รากะ โทสะ โมหะ

พระสูตรนี้มีความสำคัญอย่างไร : อาทิตตปริยายสูตรนั้นว่าด้วยเรื่องความร้อนอย่างแท้จริง มิใช่ความร้อนที่เกิดจากภายนอก แต่เป็นความร้อนที่เกิดด้วยอำนาจของกิเลสซึ่งแสดงแก่ชฎิล ๓ พี่น้องด้วย และทำให้พระพุทธเจ้ามีสาวกถึง ๑,๐๐๓ องค์ แล้วพาไปแสดงธรรมแก่พระเจ้าพิมพิสาร เป็นการทำให้เกิดศรัทธาของพระเจ้าพิมพิสารเพิ่มมากขึ้นด้วย เนื่องจากพระองค์เลื่อมใสในชฎิลทั้งสามอยู่แล้ว

การนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา : ในชีวิตประจำวันนั้น เราได้พบปะเจอเจออยู่กับสิ่งที่เป็นของร้อนตามที่พระองค์ตรัสอยู่ตลอดเวลา หากไม่มีสติสัมปชัญญะก็จะนำมาซึ่งปัญหาต่าง ๆ นานา จากสิ่งที่เราได้สัมผัส ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ในการนำไปประยุกต์เพื่อแนะนำแก่ผู้ใคร่ศึกษาเรียนรู้ ก็จะต้องรู้ว่าไฟภายนอกที่ว้าวร้อน แต่ยังมีไฟที่ร้อนกว่า คือ ไฟภายใน เป็นความร้อนที่แท้จริง ในพระพุทธศาสนาแสดงถึงความร้อนที่เกิดขึ้นจาก รากะ โทสะ โมหะ อันเกิดจากสัมผัสของอายตนะ ๑๒ เป็นต้น เป็นการประเทืองปัญญาแก่ผู้ใคร่ศึกษาได้ทบทวนของเก่าและเข้าใจหลักธรรมที่ยังไม่เข้าใจให้เข้าใจมาก

ขึ้น

ณ เมืองราชคฤห์: มีพระสูตรมากถึง ๒๑๕ พระสูตร พระสูตรสำคัญ ๑๑ พระสูตร จะนำมากล่าวเพียงบางพระสูตร เช่น มหาปทานสูตร ว่าด้วยประวัติของพระพุทธเจ้า ๗ ประองค์ และว่าด้วยการทรงแสดงโอวาทปาติโมกข์

แสดงแก่ใคร: แก่พระอรหันต์สาวก ๑,๒๕๐ องค์

แสดงที่ไหน : พระเวฬุวัน เมืองราชคฤห์

ใจความศาสนธรรมว่าอย่างไร : โอวาทปาติโมกข์ คือ ความอดทน ความอดกลั้นเป็นตบะอย่างยิ่ง นิพพานเป็นบรมธรรม ผู้ทำร้ายผู้อื่น ไม่ถือว่าเป็นบรรพชิต ผู้เบียดเบียนผู้อื่น ไม่ถือว่าเป็นสมณะ การไม่ทำบาปทั้งปวง การทำกุศลให้ถึงพร้อม การทำจิตของตนให้ผ่องแผ้ว การไม่กล่าวร้ายผู้อื่น การไม่เบียดเบียนผู้อื่น ความสำรวมในพระปาฏิโมกข์ ความเป็นผู้รู้จักประมาณในอาหาร การอยู่ในเสนาสนะที่สงัด การประกอบความเพียรในอธิจิต นี่คือการสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย

มีความสำคัญอย่างไร : เรียกว่าทรงวางวิธีการดำเนินชีวิตและเผยแผ่ที่เรียกว่า หลักการ ๓ อุดมการณ์ ๔ วิธีการ ๖ ที่พระพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ ทรงใช้เป็นนโยบายให้พระธรรมทูตใช้ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา เป็นแนวทางที่เมื่อได้ฟังและพิจารณาอย่างดีแล้ว สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง และเมื่อพระพุทธองค์ทรงประกาศอย่างนี้ จึงมีผลสะท้อนต่อสังคมและวัฒนธรรมอินเดียในยุคสมัยนั้น ทำให้เกิดการตื่นตัวและสนใจในพระพุทธศาสนามากขึ้น เป็นการปูรากฐานสำคัญให้กับการเผยแผ่พระพุทธศาสนาจนถึงปัจจุบัน

การนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน : ทำให้มีหลักแห่งการปฏิบัติที่ชัดเจนว่า ให้ละเว้นการทำชั่วทั้งปวง (ละอกุศลกรรมบถ ๑๐) ทำความดีไว้ทุกโอกาส (ทำกุศลกรรมบถ ๑๐) ทำใจไม่ให้ขุ่นมัว (ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน) และการประยุกต์ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา : สามารถแยกหมวดหมู่ในหัวข้อหลักธรรมทั้งหลายออกเป็นหลักการ อุดมการณ์ และวิธีการ เพื่อให้ง่ายต่อการอธิบายต่อผู้คนทั้งหลาย โดยเทียบเคียงจากหลักโอวาทปาติโมกข์ เป็นต้น อีกประการหนึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้ ทำให้รูปแบบการเผยแผ่ให้ชัดเจนขึ้น ไม่ว่าจะเป็นความประพฤติ การวางตัวในสังคม หรือรูปแบบการสั่งสอน

อีกพระสูตรหนึ่ง คือ สิงคาลกสูตร ว่าด้วยสิงคาลกมานพ แสดงแก่ใคร: สิงคาลกมานพ

ณ สถานที่ใด : พระเวฬุวัน สถานที่ให้เหยื่อกระแต เขตกรุงราชคฤห์ ใจความของศาสนธรรมว่า
 อย่างไร : ว่าด้วยเรื่องทิส ๖ หมายถึง บุคคลประเภทต่าง ๆ ที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันทาง
 สังคม การดำเนินชีวิต มีหน้าที่และความรับผิดชอบที่พึงปฏิบัติต่อกัน ได้แก่ ทิสเบื้องหน้าบิดา
 มารดา ทิสเบื้องขวา ครูอาจารย์ ทิสเบื้องหลัง บุตรภรรยา ทิสเบื้องซ้าย มิตร อำมาตย์ ทิสเบื้อง
 ต่ำ ทาส กรรมกร ทิสเบื้องบน สมณพราหมณ์

ความสำคัญของหลักธรรม : ไม่ว่าจะเป็น นักเรียน นักศึกษา คนวัยทำงาน ผู้สูงอายุ
 แม้กระทั่งนักบวช เพราะเป็นแนวทางปฏิบัติอันดีต่อบุคคลต่างๆ รอบตัวของทุก ๆ คน เพื่อ
 ประโยชน์หลายอย่าง เช่น เพื่อความสงบเรียบร้อยของสังคม เพื่อความสุขในการดำเนินชีวิต
 ของทุกคน เพื่อความเจริญก้าวหน้าและความมั่นคงในชีวิตของทุกคนในสังคม

การนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา : หลักทิสทั้ง
 ๖ ทิสเบื้องหน้าบิดามารดา ทิสเบื้องขวาครูอาจารย์ ทิสเบื้องหลังบุตรภรรยา ทิสเบื้องซ้ายมิตร
 อำมาตย์ ทิสเบื้องต่ำทาสกรรมกร ทิสเบื้องบนสมณพราหมณ์นั้น สอนเราเคารพนอบน้อม ต่อผู้
 หลักผู้ใหญ่ หรือบุคคลที่เสมอกัน และต่ำกว่า ให้เข้าใจว่าบุคคลทุกประเภทในสังคมควรปฏิบัติ
 ต่อกันในทางที่ดีงาม ไม่ให้มีการกดขี่ข่มเหงซึ่งกันและกัน

จากพระสูตรที่ยกมาเป็นตัวอย่าง เป็นสมบัติที่มีคุณค่าที่องค์สมเด็จพระบรมศาสดา
 ได้มอบไว้ให้แก่พุทธบริษัททั้ง ๔ และยังมีอีกหลายพระสูตรที่น่านำมาวิเคราะห์ให้เกิดความรู้
 ความเข้าใจของเหล่าพุทธศาสนิกชนในครั้งต่อไป ขอความสุขเจริญในสติปัญญา ความมั่นคง
 ของพระพุทธศาสนาจงดำรงมั่นคงตลอดไป เทอญ





ธรรมะนำรู้

(ที่มา: ปรมัตถโชติกะ มหาอภิธัมมัตถสังคหฎีกา วิถีมุตตสังคหะ)

ภพภูมิ ๓๑ (ตอนที่ ๒ สวรรค์ชั้นดาวดึงส์ (ต่อ))

เรื่องพระอินทร์ที่มีนามว่าสักกะ

วจนัตถะของคำว่า สักกะ,

สกุจฉิ ทานํ ททาตีติ สกุโก

ที่เรียกว่า ท้าวสักกะ เพราะว่ามีบริจาคนาน
โดยเคารพ หรืออีกนัยหนึ่ง

อสุเร เขตํ สกุจฉิ ตีติ สกุโก

ที่เรียกว่า ท้าวสักกะ เพราะ
ว่าสามารถเอาชนะชนะต่อ
พวกอสูรได้

ท้าวสักกเทวราช หรือที่เรียกกันว่าท้าวโกสีย์อมรินทร์ เป็นผู้ปกครองเทพดาและชั้นดาวดึงส์ และเทพดาชั้นจาตุมหาราชิกา เทวภูมิทั้งสองนี้ เทวภูมิดาวดึงส์เป็นที่อยู่ของท้าวโกสีย์อมรินทร์ มีปราสาททองเป็นที่ประทับชื่อว่า เวชยันต์ สูงหนึ่งพันโยชน์ ที่ปราสาทเวชยันต์ นี้มีเสาธงปักอยู่โดยรอบ เสาธงนี้ประดับด้วยรัตนะทั้ง ๗ สูง ๓๐๐ โยชน์ มีราชรถเป็นที่สำหรับทรงของท้าวโลกีย์ ชื่อว่า เวชยันต์เช่นเดียวกัน ตอนหน้าราชรถเป็นที่นั่งของสารถิคือมาตุลีเทพบุตร ที่นั่งนี้ยาว ๕๐ โยชน์ ตอนกลางเป็นที่ประทับของท้าวโลกีย์ ยาว ๕๐ โยชน์ ตอนท้ายยาว ๕๐ โยชน์ รวมความยาวของราชรถเวชยันต์ยาว ๑๕๐ โยชน์ ส่วนกว้าง ๕๐ โยชน์ วัดโดยรอบตัวราชรถแล้วได้ ๔๐๐ โยชน์ บัลลังก์ที่ประทับภายในราชรถสำเร็จด้วยรัตนะทั้ง ๗ สูง ๑ โยชน์ กว้าง ๑ โยชน์ กั้นด้วยเศวตฉัตรใหญ่ ๓ โยชน์ มีม้าสินธพอาชาไนยพร้อมด้วยเครื่องประดับสำหรับเทียมราชรถ ๑๐๐๐ ตัว ม้าสินธพอาชาไนยนั้นไม่ใช่เป็นสัตว์ดิรัจฉาน เป็นเทพดาในชั้นดาวดึงส์นั่นเอง เณรมิตกายขึ้น

บางครั้งท้าวสักกเทวราชก็ทรงช้างเป็นพาหนะ ช้างทรงนี้ชื่อว่า เอราวัณ ไม่ใช่ช้างดิรัจฉาน เป็นช้างที่สำเร็จขึ้นด้วยการเนรมิตกายของเทพดาในชั้นดาวดึงส์ ในเมื่อท้าวสักกเทวราชมีความประสงค์จะทรงช้าง ดังมีสาธกบาลีแสดงไว้ในสารัตถะทีปนีฎีกาว่า

สกุสส ปน เอราวโณ นาม หตุถิ ทิยตุตม

โยชนสตติโก, โสปี เทวปุตโตเยว, น หิ เทวโลกสมิ

ติรัจฉานคตา โหนติ.

ช้างเอราวัณนี้มีร่างใหญ่ ๑๕๐ โยชน์ มีเคียร ๓๓ เคียร เคียรหนึ่งๆ มีงา ๗งา รวม ๓๓ เคียร มีงา ๒๓๑ งา งาหนึ่งๆ ยาว ๕๐ โยชน์ ในงาข้างหนึ่งๆ มีสระโบกขรณี ๗ สระ รวม ๒๓๑ งา มีสระโบกขรณี ๑,๖๑๗ สระโบกขรณี สระหนึ่งๆ มีกอบัว ๗ กอ รวม ๑,๖๗๑ สระ มีกอบัว ๑๑,๓๑๙ กอ กอบัวกอหนึ่งๆ มีดอกบัว ๗ ดอก รวม ๑๑,๓๑๙ ดอก ดอกบัวดอกหนึ่งๆ มีกลีบ ๗ กลีบ รวม ๗๙,๒๓๓ ดอก มีกลีบ ๕๕๔,๖๓๑ กลีบ กลีบหนึ่งๆ มีเทพธิดา ๗ องค์ รวม ๕๕๔,๖๓๑ กลีบ มีเทพธิดา ๓,๘๘๒,๔๑๗ องค์ เทพธิดาทั้งหมดนี้กำลังพ้อนรำถวายท้าวสักกเทวราชให้ทอดพระเนตรอยู่ภายในงาข้าง ๒๓๑ งา ซึ่งมีความยาวงาละ ๕๐ โยชน์นั่นเอง

บนกระพองหัวช้างเอราวัณ หัวที่อยู่ตรงกลางนั้นชื่อว่า สุทิสสนะ มีมณฑปสูง ๑๒ โยชน์ กว้าง ๕๐ โยชน์ ข้างในมณฑปมีบัลลังก์แก้วมณีกว้าง ๑ โยชน์ เป็นที่ประทับของท้าวสักกะ รอบๆ มณฑปมีธงปักไว้ในระยะชิดๆ กัน ธงผืนหนึ่งๆยาว ๑ โยชน์ มีกระดิ่งใบโพธิ์แขวนไว้ที่ปลายคันธงทุกๆ คัน เมื่อเวลาต้องลมมีเสียงปรากฏออกมาเหมือนกับเสียงพิณ

ท้าวสักกเทวราชนี้ ถึงแม้ว่าจะมีจักขุทั้งสองเหมือนกันกับจักขุของเทพดาทั้งหลายก็จริง แต่จักขุของท้าวสักกะนั้นสามารถแลเห็นสิ่งต่างๆ ได้ไกลมากเท่ากับตาพันทวง ฉะนั้น จึงได้ชื่ออีกนัยหนึ่งว่า ท้าวสหัสสนัย ดังมีสาธกบาลีแสดงไว้ในสร้งคชาดกอรรถกถาว่า

สหสฺสเนตฺตานํ เทวานํ ทสฺสนูปจาราติทุกฺกม-

สมตฺถิโกติ สหสฺสเนตฺโตติ.

อนึ่ง ผู้ที่จะเป็นพระอินทร์ได้นั้นต้องประกอบด้วยคุณธรรม ๗ ประการคือ

๑. เลี้ยงบิดามารดา

๒. เคารพต่อผู้ใหญ่ในตระกูล

๓. กล่าววาจาอ่อนหวาน

๔. ไม่กล่าวคำส่อเสียด

๕. ไม่มีความตระหนี่

๖. มีความสัตย์

๗. ระวังความโกรธไว้ได้

ดังมีสาธกบาลีแสดงไว้ในสังยุตตนิกาย สคาถวรรค และเอกนิบาตชาดกอรรถกถา ดังนี้

ว่า

มาตาเปตฺติภรํ ชนฺตํ กุเล เชฏฺฐาปจายินํ

สณฺหํ สขิลสมฺภาสํ เปสฺสุณฺเยยฺยปฺปหายินํ

มจฺเจรวินเย ยุตฺตํ สจฺจํ โกธาทิภํ นรํ

ตํ เว เทวา ตาวตีสํ อาหุ สปฺปรีโส อิติ.

เรื่องเกี่ยวกับศาลาสุธัมมา

ในตอนต้นได้แสดงมาแล้วว่า ดาวดึงส์เทวภูมิชั้นนี้มีสถานที่ที่สวยงามต่าง ๆ เช่น พระนครสุทิสสนะ สวรรสาธารณะ ๔ แห่ง และสวนพิเศษอีก ๒ แห่ง คือสวนปุลนทริกะ สวนมหาวัน ซึ่งสวนมหาวันนั้นเป็นสวนที่สำหรับพักผ่อนสำราญพระทัยของ ท้าวสักกเทวราช เหล่านี้จัดเป็นสถานที่อำนวยความสะดวกในส่วนโลกียวิสัยเท่านั้น ส่วนสวนปุลนทริกะนั้นเป็นสวนพิเศษที่มีความสำคัญมากกว่าสวนอื่นๆ เพราะเป็นที่ตั้งแห่ง ปุณนิยสถานสำคัญต่างๆ เช่น พระจุฬามณี พระแท่นปิ่นทุกัมพลศิลาอาสน์ภายใต้ต้นปาริฉัตรที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้เคยเสด็จขึ้นไปประทับแสดงพระอภิธรรม ๗ คัมภีร์ และศาลาสุธัมมาเทวสภา ซึ่งเป็นสถานที่ที่เทวดาทั้งหลายมาประชุมฟังธรรม

ต่อไปนี้จะได้แสดงถึงเรื่องเกี่ยวกับศาลาสุธัมมาโดยเฉพาะดังนี้คือ ศาลาสุธัมมานี้เป็นสถานที่ที่เทพบุตรและเทพธิดาทั้งหลายที่สนใจในธรรม พากันมาประชุมฟังธรรม และสนทนาธรรมกัน ณ ที่นี้ โดยมีท้าวอมรินทราธิราช(พระอินทร์) เป็นประธาน ศาลา สุธัมมานี้สำเร็จด้วยรัตนะทั้ง ๗ มีความสูง ๕๐๐ โยชน์ กว้าง ๓๐๐ โยชน์ วัดโดยรอบศาลาได้ ๑,๒๐๐ โยชน์ พื้นของศาลาสำเร็จด้วยแก้วผลึก เสาสำเร็จด้วยทอง เครื่องบนมีชื่อกาน ระแนง หลังคา เพดาน เป็นต้น เหล่านี้สำเร็จด้วยรัตนะทั้ง ๗ หลังคามุงด้วยแก้วอินทนิล บนเพดานและตามเสาประดับด้วยลวดลายต่างๆ ซึ่งสำเร็จด้วยแก้วประพาฬ ช่อฟ้าสำเร็จด้วยเงิน ภายในศาลา ตรงกลางตั้งธรรมาสน์สำหรับแสดงธรรมสูง ๑ โยชน์ สำเร็จด้วยรัตนะทั้ง ๗ กั้นด้วยเศวตฉัตรสูง ๓ โยชน์ ข้างๆธรรมาสน์เป็นที่ประทับของท้าวโกสิยเทวราช ถัดจากนั้นเป็นที่ประทับของเทวดาชั้นผู้ใหญ่ ๓๒ องค์ มีท้าวปชาบดี ท้าววรุณะ ท้าวอิสานะ เป็นต้นโดยลำดับ ถัดต่อไป เป็นที่นั่งของเทวดาผู้ใหญ่องค์อื่นๆ และเทวดาผู้น้อยทั่วไป ศาลาสุธัมมานี้ตั้งอยู่ข้างๆต้นปาริฉัตร

ต้นปาริฉัตรนี้ ออกดอกปีละ ๑ ครั้ง เมื่อเวลาใกล้จะมีดอก ใบจะมีสีนวล เมื่อเทวดาทั้งหลายแลเห็นใบปาริฉัตรตกสีนวลแล้ว ต่างองค์ก็มีความยินดี ด้วยว่า อีกไม่ช้าแล้วก็จะได้พากันชมดอกปาริฉัตร แล้วก็คอยเฝ้ามาเวียนดูอยู่เสมอ เมื่อถึงคราวออกดอกแล้วใบนั้นก็ร่วงลงหมดสิ้น มีแต่ดอกออกสะพรั่งไปหมด สีของดอกปาริฉัตรนี้มีสีแดง ฉายแสงเป็นรัศมีแผ่ไปเป็นปริมณฑลกว้าง ๕๐๐ โยชน์ ส่งกลิ่นหอมไปตามลมได้ ๑๐๐ โยชน์ ดอกปาริฉัตรนี้ไม่จำเป็นต้องขึ้นไปเก็บบนต้นหรือใช้ไม้สอยแต่อย่างใด มีลมชื่อว่ากันตนะ ทำหน้าที่พัดให้ดอกนั้นหล่น

ลงมาเอง และเมื่อดอกหล่นลงมาแล้วก็ไม่ต้องใช้ภาชนะมีผอบเป็นต้นมาคอยรองรับ มีลมชื่อว่า สัมปฏิจฉณะ ทำหน้าที่รองรับดอกไม้้นั้นให้ร่วงลงสู่พื้นได้ ต่อจากนั้น มีลมชื่อว่าปเวสณะ ทำหน้าที่พัดเอาดอกไม้้นั้นให้เข้าไปในศาลาสุธัมมา ลมชื่อว่าสัมมิชชนะก็ทำหน้าที่คอยพัดเอาดอก เก่าออกไป และลมชื่อว่าสันถกะ ก็ทำหน้าที่จัดดอกไม้้นั้นให้เป็นระเบียบเรียบร้อยไม่ให้รวมกัน เป็นกองดังนี้

ระเบียบการประชุมฟังธรรมที่ในศาลาสุธัมมานั้น เมื่อถึงเวลาประชุมฟังธรรมเทศนาทำว อมรินทราธิราชก็ทรงเป่าสังข์ชื่อว่า วิชยุตตระ สังข์นี้มีความยาวประมาณ ๑๒๐ ศอก เสียงสังข์ ดังก้องกังวาลไปทั้งภายในและภายนอกพระนครสุทิสสนะ และเสียงของสังข์ที่เป่าครั้งหนึ่งๆนั้น ดังปรากฏอยู่นานถึง ๔ เดือนของมนุษย์

เมื่อเทพบุตรและเทพธิดาทั้งหลายที่อยู่ในชั้นดาวดึงส์นี้ เมื่อได้ยินเสียงสังข์ดังก้องกังวาน ขึ้นต่างพากันมาสู่ ณ ที่ศาลา รัศมีที่ออกจากร่างกายและแสงของเครื่องทรงเครื่องประดับก็ส่อง สว่างไปทั่วทั้งศาลา เมื่อท้าวโกสิย์เทวราชทรงเป่าสังข์ประกาศแก่ปวงเทพดาทั้งหลายแล้ว ท้าว เรอพร้อมด้วยมเหสีทั้ง ๔ องค์ ก็เสด็จออกจากปราสาทเวชยันต์ขึ้นทรงช้างเอราวัณ มีเทพดา ห้อมล้อมตามเสด็จประมาณ ๓ โกลี ๖ ล้านองค์ ไปสู่ศาลาสุธัมมา สำหรับผู้แสดงธรรมนั้น ได้แก่ พรหมชื่อว่าสนังกุมาระ ได้เสด็จลงมาแสดงเสมอ แต่บางครั้งท้าวโกสิย์ก็ทรงแสดงเอง หรือเทพ บุตรองค์ใดที่มีความรู้ในธรรมดีก็เป็นผู้แสดงได้

อนึ่ง ศาลาสุธัมมานี้มิใช่จะมีอยู่แต่ในชั้นดาวดึงส์ชั้นเดียวเท่านั้น แม้ในเทวโลกเบื้องบน อีก ๔ ชั้นก็มีศาลาสุธัมมาเช่นเดียวกัน

(* โปรดติดตาม ธรรมะน่ารู้ - เรื่อง ภพภูมิ ๓๑ ตอนที่ ๓ ในอาสภาสาร ฉบับที่ ๔๗)



???

The Seven Factors of Enlightenment (Part II)

Sayadaw U Pandita



MINDFULNESS: THE FIRST ENLIGHTENMENT FACTOR

Sati, mindfulness, is the first factor of enlightenment. “Mindfulness” has come to be the accepted translation of sati into English. However, this word has a kind of passive connotation which can be misleading. “Mindfulness” must be dynamic and confrontative. In retreats, I teach that mindfulness should leap forward onto the object, covering it completely, penetrating into it, not missing any part of it. To convey this active sense, I often prefer to use the words “observing power” to translate sati, rather than “mindfulness.” However, for the sake of ease and simplicity, I will consistently use the word “mindfulness” in this volume, but I would like my readers to remember the dynamic qualities it should possess. Mindfulness can be well understood by examining its three aspects of characteristic, function and manifestation. These three aspects are traditional categories used in the Abhidhamma, the Buddhist description of consciousness, to describe factors of mind. We will use them here to study each of the enlightenment factors in turn.

Nonsuperficiality

The characteristic of mindfulness is nonsuperficiality. This suggests that mindfulness is penetrative and profound. If we throw a cork into a stream, it simply bobs up and down on the surface, floating downstream with the current. If we throw a stone instead, it will immediately sink to the very bed of the stream. So, too, mindfulness ensures that the mind will sink deeply into the object and not slip superficially past it.

Say you are watching your abdomen as the object of your sati-paṭṭhāna practice. You try to be very firm, focusing your attention so that the mind will not slip off, but rather will sink deeply into the processes of rising and falling. As the mind penetrates these processes, you can comprehend the true natures of tension, pressure, movement and so on.

Keeping the Object in View

The function of mindfulness is to keep the object always in view, neither forgetting it nor allowing it to disappear. When mindfulness is present, the occurring object will be noted without forgetfulness.

In order for nonsuperficiality and nondisappearance, the characteristic and function of mindfulness, to appear dearly in our practice, we must try to understand and practice the third aspect of mindfulness. This is the manifestation aspect, which develops and brings along the other two. The chief manifestation of mindfulness is confrontation: it sets the mind

Face to Face with the Object

It is as if you are walking along a road and you meet a traveler, face to face, coming from the opposite direction. When you are

meditating, the mind should meet the object in just this way. Only through direct confrontation with an object can true mindfulness arise.

They say that the human face is the index of character. If you want to size up a person, you look at his or her face very carefully and then you can make a preliminary judgment. If you do not examine the face carefully and instead become distracted by other parts of his or her body, then your judgment will not be accurate.

In meditation you must apply a similar, if not sharper, degree of care in looking at the object of observation. Only if you look meticulously at the object can you understand its true nature. When you look at a face for the first time, you get a quick, overall view of it. If you look more carefully, you will pick up details — say, of the eyebrows, eyes and lips. First you must look at the face as a whole, and only later will details become clear.

Similarly, when you are watching the rising and falling of your abdomen, you begin by taking an overall view of these processes. First you bring your mind face to face with the rising and falling. After repeated successes you will find yourself able to look closer. Details will appear to you effortlessly, as if by themselves. You will notice different sensations in the rise and fall, such as tension, pressure, heat, coolness, or movement.

As a yogi repeatedly comes face to face with the object, his or her efforts begin to bear fruit. Mindfulness is activated and becomes firmly established on the object of observation. There are no misses. The objects do not fall away from view. They neither slip away nor disappear, nor are they absent-mindedly forgotten. The kilesas cannot infiltrate this strong barrier of mindfulness. If mindfulness can be maintained for a significant period of time, the yogi can discover a great purity of mind because of the absence of

kilesas. Protection from attack by the kilesas is a second aspect of the manifestation of mindfulness. When mindfulness is persistently and repeatedly activated, wisdom arises. There will be insight into the true nature of body and mind. Not only does the yogi realize the true experiential sensations of the rise and fall, but she or he also comprehends the individual characteristics of the various physical and mental phenomena happening inside herself or himself.

Seeing the Four Noble Truths

The yogi may see directly that all physical and mental phenomena share the characteristic of suffering. When this happens we say that the First Noble Truth is seen.

When the First Noble Truth has been seen, the remaining three are also seen. Thus it is said in the texts, and we can observe the same in our own experience. Because there is mindfulness at the moment of occurrence of mental and physical phenomena, no craving arises. With this abandoning of craving, the Second Noble Truth is seen. Craving is the root of suffering, and when craving is absent, suffering, too, disappears. Seeing the Third Noble Truth, the cessation of suffering, is fulfilled when ignorance and the other kilesas fall away and cease. All this occurs on a provisional or moment-to-moment basis when mindfulness and wisdom are present. Seeing the Fourth Noble Truth refers to the development of the Eightfold Path factors. This development occurs simultaneously within each moment of mindfulness. We will discuss the factors of the Eightfold Path in more detail in the next chapter, “Chariot to nibbāna.”

Therefore, on one level, we can say that the Four Noble Truths are seen by the yogi at any time when mindfulness and wisdom are present. This brings us back to the two definitions of *bojjhaṅga*

given above. Mindfulness is part of the consciousness that contains insight into the true nature of reality; it is a part of enlightenment knowledge. It is present in the mind of one who knows the Four Noble Truths. Thus, it is called a factor of enlightenment, a bojjhaṅga.

Mindfulness is the Cause of Mindfulness

The first cause of mindfulness is nothing more than mindfulness itself. Naturally, there is a difference between the weak mindfulness that characterizes one's early meditative efforts and the mindfulness at higher levels of practice, which becomes strong enough to cause enlightenment to occur. In fact, the development of mindfulness is a simple momentum, one moment of mindfulness causing the next.

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



ประสบการณ์ใคร่อย่

ปลายข้าวเปลือก

ยุบ-พอง : ประตูกะลุมิติ

นิกย้อนอดีตกลับไปเมื่อปลายปีที่แล้ว ด้วยแรงอธิษฐานจิตของฉันที่ปรารถนาจะเดินบนเส้นทางธรรม เพื่อให้รู้แจ้งในพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ทำให้ฉันตัดสินใจที่จะวางแผนลางาน ๓ เดือนเพื่อปฏิบัติธรรมในช่วงต้นปีนี้ ฉันถามตัวเองในใจว่า “แล้ววัดไหนล่ะที่เหมาะสมกับจริตของฉัน?” แต่ฉันก็เชื่อเสมอว่า ธรรมะจะจัดสรรให้เอง และแล้วก็ลายณมิตรก็แนะนำ วัดภักทันทะอาสาฬหาราม จังหวัดชลบุรี เป็นวัดที่สัปปายะเหมาะสำหรับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ฉันเปิด Google ค้นหาเว็บไซต์ของวัดนี้ทันที ฉันได้ข้อมูลเบื้องต้นว่า เป็นวัดที่สอนวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ แบบ “ยุบ-พอง” ซึ่งฉันเคยเรียนมาก่อนที่ยุวพุทธา

ไม่รอช้า ฉันจึงเดินทางไปที่วัดภักทันทะฯ เพื่อให้มั่นใจว่า ฉันสามารถอยู่ที่วัดนี้ได้นาน ๓ เดือนอย่างมีความสุขสงบ ฉันไม่รู้จักเส้นทางไปวัดภักทันทะฯจึงใช้ Google Maps นำทาง



เป็นไปอย่างที่คาด Google Maps นำทางผ่านไร่อ้อยและมาถึงด้านหลังของวัด มองผ่านประตูเหล็กเล็กๆ เห็นพระภิกษุยืนอยู่แต่รถเข้าไปไม่ได้ ฉันถามชาวบ้านแถวนั้นว่า “จะเข้าไปในวัดจะต้องไปทางไหน?” ชาวบ้านบอกเส้นทางให้เข้าทางหน้าวัด เมื่อรถเริ่มขับผ่านกำแพงวัด ทันใดนั้นสัมผัสที่ ๖ ของฉันก็เริ่มทำงาน ฉันตื่นตะลึงเมื่อเห็นกำแพงวัดและนึกในใจว่า “โอ้!...กำแพงวัดเป็นภาพปริศนาธรรมด้วย” เพียงแวบเดียวที่ฉันเห็นกำแพงวัด ฉันก็รู้ได้ทันทีว่า “ใช่เลย วัดนี้ชั่วคราว” ฉันไม่ลังเลที่ตัดสินใจจะมาปฏิบัติวิปัสสนาที่วัดภักทันทะแห่งนี้ เพราะภาพปริศนาธรรมบนกำแพงวัดหรือตราสัญลักษณ์ของวัดเหมือนกับรูปที่แกะสลักบนยอดเสาหินในถ้ำอชันตา (Ajanta Caves) ประเทศอินเดีย เป็นภาพกว้าง ๔ ตัวแต่มีหัวเดียวกัน ในท่ายืน-เดิน-นั่ง-นอน นั้นหมายถึง การมีสติในอิริยาบถหลัก เมื่อคราวที่ฉันได้ไปที่ถ้ำอชันตา ฉันติดต่อกับความงดงามและความอลังการยิ่งใหญ่ของประติมากรรม สถาปัตยกรรม และจิตรกรรมที่วิจิตรบรรจงในถ้ำถึง ๓๐ ถ้ำ และที่ได้ใจสุดๆ คือ พลับแห่งความศรัทธาที่มีต่อพุทธศาสนาของชาวอินเดีย โดยการแกะสลักภูเขาให้เป็นถ้ำต่างๆ โดยใช้เครื่องมือแบบโบราณและช่างที่มีฝีมือขั้นเทพ ซึ่งต้องใช้เวลายาวนานเกือบ ๑,๐๐๐ ปี ความหลงใหลในความมหัศจรรย์ของถ้ำอชันตานี้ ฉันหวลคิดไปว่า “ฉันอยากอุทิศชีวิต ๑ ชาติ เพื่อมาร่วมแกะสลักถ้ำแห่งนี้ ตั้งแต่เกิดจนตาย...ตั้งแต่เข้าจรดเย็น”

อีกสิ่งหนึ่งที่ซ่อนอยู่ในใจของฉันมานานคือ ฉันต้องการจะพิสูจน์ตัวเองด้วยว่า สิ่งที่ฉัน



ไผ่ฝืน อยากนักร้องอยากหนาที่จะเจริญวิปัสสนากรรมฐาน นั่งสมาธิ เดินจงกรม มีชีวิตพอเพียง ตัดกิเลสในใจให้เบาบางลง อยู่ในวัด ๓ เดือนโดยที่ไม่วุ่นวายกับโลกภายนอกนั้น มันใช้สิ่งที่ใจปรารถนาจริงๆ หรือเปล่า หรือมันเป็นกิเลสแค่ความอยากเท่านั้น ฉันทำเรื่องเล่าเพื่อปฏิบัติธรรมทันที เพื่อจะได้ไปอยู่ที่วัดตั้งแต่มกราคม จนถึงวันสงกรานต์ ฉันตระเตรียมของใช้ส่วนตัวที่จำเป็นจริงๆ และที่สำคัญเหนืออื่นใดคือ การตัดปลั๊ก ๑๐ ให้หมดสิ้น ฉันมีไข้คนโสด ฉันมีครอบครัว แอ้มมีสุนัขตัวใหญ่ที่เลี้ยงเป็นลูกชายคนเล็กอีกด้วย ดังนั้น ฉันจึงต้องวางแผนให้ดีเพื่อทุกชีวิตที่เกี่ยวข้องกับฉันจะอยู่อย่างมีความสุขเมื่อฉันปลีกตัวออกมาอยู่วัด และไม่ต้องห่วงกังวลกับพวกเขา ฉันสั่งการติดต่อทางโทรศัพท์มือถือและการมาเยี่ยมเยียนกับทุกคน เพื่อจะได้อยู่กับตัวเองให้มากที่สุด ขจัดปัญหาทางโลกที่จะมาก่อวุ่นวายจิตใจ

เมื่อวันนั้นมาถึง ทุกอย่างลงตัว ฉันพร้อมทั้งกายและใจ ห่วงที่รัดฉันอยู่ทั้งหมดถูกปลดออกเมื่อฉันก้าวออกจากบ้าน ในใจของฉันเป็นแก้วที่ไม่มีน้ำ ฉันลบความรู้ที่เคยปฏิบัติธรรมจากการเข้าคอร์สอบรมจนหมด และไม่ได้ตั้งความหวังที่จะได้มานหรือบรรลุเป็นพระโสดาบัน ฉันคิดเพียงว่า การปฏิบัติธรรมเป็นสิ่งที่ดีและฉันก็ชอบที่จะทำ ได้แค่ไหนก็แค่นั้น ฉันมาถึงวัด และได้พักอยู่คนเดียวในห้องเล็กๆ ที่มีห้องน้ำในตัว ฉันเริ่มต้นด้วยการเข้าคอร์สเข้ม ๑๑ วัน สิ่งที่ยากลำบากที่สุดคือ การปวดหลังซึ่งเป็นจุดอ่อน ฉันตั้งใจและพยายามอย่างมากที่จะนั่งสมาธิ และเดินจงกรมให้ได้อย่างละ ๑ ชั่วโมงทั้งวัน และในที่สุด ฉันก็ทำได้สำเร็จโดยปราศจากการปวดหลังหรือปวดบริเวณอื่นของร่างกาย ร่างกายของฉันแข็งแรงขึ้นอย่างต่อเนื่อง นั่นเป็นสิ่งที่อยู่นอกเหนือความคาดหมาย

ฉันคิดว่าคงไม่ใช่เรื่องบังเอิญที่อยู่ดีๆ ฉันก็อยากไปปฏิบัติธรรมมาก ฉันไม่ได้ไปวัดเพราะมีความทุกข์มากมายหรือเป็นโรคร้ายแรง แต่ฉันไปเพราะใจสั่งมา หลังจากที่ฉันเข้าคอร์สเข้มแล้ว แม้ซีทีเป็นวิปัสสนาจารย์สังเกตเห็นและบอกฉันว่า ปากของฉันเปื่อยและร่างกายซีขาวหนักไปข้างหนึ่ง มีความเสี่ยงสูงที่จะเป็นโรคอัมพฤกษ์ อัมพาต ซึ่งการเจริญวิปัสสนากรรมฐานจะช่วยให้ร่างกายฟื้นคืนสู่สภาพเดิมได้ เมื่อฉันเดินจงกรมในศาลาโพธิปักข จิตไม่ส่งออก จดจ่อกับการก้าวเดินอย่างมีสติและสมาธิในทุกย่างก้าว ฉันจึงรู้ว่าร่างกายซีขาวหนักกว่าซีช้ำๆ เท้าขาวเดินไม่

ถนัดเหมือนเท้าซ้ายซึ่งฉันไม่เคยรู้หรือสังเกตมาก่อนเลย ความกลัวที่จะเป็นโรคอัมพฤกษ์เกิดขึ้นในใจ และนี่ก็เป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ฉันมุ่งมั่นตั้งใจที่จะเจริญวิปัสสนากรรมฐานให้ก้าวหน้าเพื่อรักษาโรคที่เป็นอยู่ และฉันก็โชคดีที่ร่างกายซีกขวากลับมาปกติเหมือนซีกซ้าย นั่นเป็นบทพิสูจน์ว่า การเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ช่วยรักษาโรคได้จริง

ฉันได้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน โดยมีวิปัสสนาจารย์ที่คอยดูแลใส่ใจโยคีทุกคนเป็นอย่างดี และสอບອາຣມຸນເກືອບທຸກວັນ ຈົນຕັ້ງໃຈປະຕິບັດແລະມີຄວາມກ້າວໜ້າຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ ສໍາລັບຈົນແລ້ວ “ໄມ້ໃຫຍ່ເຢັຍໄຫຼເຂົ້າ-ທ້ອງພອງ ໄຫຼເຈືອອອກ-ທ້ອງຍຸບ” ແຕ່ມີສິ່ງມັດສະຈຸຣຸນຢູ່ນອນຢູ່ພອງນັ້ນ ເປັນປຶ້ມເສື່ອມປະຕູທະລຸມິຕິ ຮອດເວລາທີ່ຈະເປີດອອກໃຫ້ເຂົ້າໄປດ້ວຍການເຝົ້າດູຍຸບ-ພອງຢ່າງມີສະຕິ ແລະສະມາທິ ພຣະຮຣຸມຄໍາສອນທີ່ຈົນອ່ານແລະຮຽນຮູ້ຈາກໜັງສືຮຣຸມະທັງຫຼາຍ ຄືວັນນີ້ຈົນຈິ່ງໄດ້ຮູ້ວ່າ ຮຣຸມະທີ່ຈົນອ່ານເປັນເພີ່ມແຕ່ຄວາມຮູ້ຈາກຕົວໜັງສື ແຕ່ຄວາມເຂົ້າໃຈໃນຮຣຸມະຕ້ອງມາຈາກການປະຕິບັດເທົ່ານັ້ນ ຈົນພົບທາງສາຍກາງຂອງຕົວເອງ ໃຫ້ຈິດໃຈມີແຕ່ຄວາມສຸຂສບ ໄມ້ຄິດຟຸ່ງສ່ານ ກິນໄດ້ແລະນອນລຸ້ນດີທຸກວັນ ຍິ່ງກວ່ານັ້ນຈົນເຂົ້າໃຈຢ່າງລຶກຈິ່ງຄືຄຳວ່າ “ຢູ່ກັບປັຈຈຸບັນ” ໄມ້ຄິດຄືງ່ອດີດີທີ່ຜ່ານໄປແລ້ວແລະອາດຕະຍິ່ງມາໄມ້ຄືງ່ອ ໄມ້ໃຈກຢູ່ກັບປັຈຈຸບັນແຕ່ຊ່ວຍເຫຼືອແຕ່ເປັນການຢູ່ກັບປັຈຈຸບັນທີ່ຕໍ່ເນື່ອງທັງວັນ “ອຸບເກຊາ” ຫຼືການວາງໃຈເປັນກາງ ເປັນອີກສະຖາວະໜຶ່ງທີ່ກວ່າຈົນຈະເຂົ້າໃຈກິ່ເກືອບຈະເມດເວລາ ໓ ເດືອນ

ປະສົບການຈາກການປະຕິບັດວິປັສນາກຣມຸນ ຄື ວັດຖຸທັດທະອາສາກຣມ ນັບເປັນສ່ວນເວລາໜຶ່ງທີ່ດີທີ່ສຸດໃນຊີວິດຂອງຈົນ ຄວາມສຸຂສບທີ່ໄມ້ສາມາດຊື້ອາດດ້ວຍເງິນທອງ ແຕ່ຕ້ອງລົງມືປະຕິບັດດ້ວຍຕົນເອງ ຄວາມສ່ຽງໃຈວ່າ ພຣະພຸດທະເຈົ້າຈົນສະມາທິຢູ່ໄດ້ຕົ້ນໂພ້ ພຣະອົງຮຸ່ງຮຸ້ງໄດ້ຢ່າງໃດ? ມາຄືວັນນີ້ຈົນສາມາດຕອບໄດ້ວ່າ “ເພາະການຈົນສະມາທິມີອະໄກທີ່ກວ່າການຈົນສະມາທິ”

ແລ້ວທ່ານລະ ພຣຸ່ມແລ້ວຫຼືຍິ່ງທີ່ຈະກ້າວຜ່ານປະຕູທະລຸມິດດ້ວຍຍຸບ-ພອງ ກ່ອນທີ່ສັງຂາຣຈະໄມ້ອ່ານວຍໃຫ້ເດີນໄປນັ້ນສ່ຽງທາງຮຣຸມ ຮົກຍັງໃຫ້ເຈັບທີ່ຮຸ່ມເຮົາຫຼືຕ້ອງເຜີຍໄດ້ກັບຄວາມທຸກທຸກກ່ອນ ຄືຈະເຫັນຮຣຸມ ຈົ່ງເມື່ອຄືງ່ອນັ້ນປະຕູທະລຸມິດອາດຈະໄມ້ເປີດໃຫ້ທ່ານ ອຢາຣອໃຫ້ຄືງ່ອນັ້ນ ກ່ອນທີ່ຈະສາຍເກີນໄປ...ເພາະເຮົາໄມ້ສາມາດຮູ້ໄດ້ວ່າ ພຣຸ່ນີ້ກັບຊາຕິໜ້າອະໄກຈະມາຄືງ່ອກ່ອນກັນ





คุยกับหมอ

หมอพิม

แพ้ยา? สังเกตอย่างไร

ในปัจจุบันมีผู้ป่วยจำนวนมากที่ต้องรับประทานยาเพื่อรักษาโรค แล้วเราจะรู้ได้อย่างไรว่าเกิดอาการแพ้ยาที่รับประทาน และมีวิธีป้องกันการแพ้ยาหรือไม่? คอรัณย์คุยกับหมอบ๊อบบี้จะมาไขข้อข้องใจเองค่ะ

การแพ้ยา(drug allergy) เกิดจากหลังที่มนุษย์ใช้ยาในรูปแบบต่างๆ และร่างกายเกิดภูมิคุ้มกันต่อต้านกับยาหรือสารเคมีดังกล่าว ซึ่งสามารถเกิดขึ้นได้กับยาทุกชนิด ทั้งยากิน ยาฉีด ยาทา หรือยาดมสลบ อาการแพ้ยาขึ้นอยู่กับภูมิคุ้มกันของแต่ละบุคคล ความรุนแรงมากที่สุดคือสามารถทำให้เสียชีวิตได้



อาการแพ้ยาเป็นอย่างไร

อาการแพ้ยาสามารถเกิดได้หลายรูปแบบ แต่ที่เห็นชัดที่สุดคืออาการผื่นนูนแดงคันบริเวณผิวหนัง (Urticarial rash) และอาการอื่นๆดังต่อไปนี้

ผิวหนัง : ผื่นนูนแดง ผื่นลมพิษ ตุ่มน้ำ ผื่นหนังลอกตามตัว แผลตามเย็บุตา ปากจมูกทางเดินอาหารหรือตามอวัยวะเพศ หน้าบวม ปากบวม

ระบบทางเดินหายใจ : หายใจหอบ หายใจมีเสียงวี๊ด แน่นหน้าอก หายใจลำบาก

ระบบหลอดเลือดแดงและหัวใจ : ใจสั่น ความดันโลหิตต่ำ วิงเวียนหน้ามืด หมดสติ หรือหัวใจหยุดเต้น

ระบบทางเดินอาหาร : คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง ถ่ายเหลว



หากมีอาการแพ้ยา ควรทำอะไร?

1. หยุดยาและรีบพบแพทย์ หากพบว่ามีอาการผื่นปฏิกิริยาหลังได้รับยาภายใน 1 ชั่วโมงหรือภายใน 2-3 วัน
2. ควรนำยาที่รับประทานติดตัวไปด้วย เพื่อให้แพทย์พิจารณา
3. ควรถ่ายภาพความผิดปกติของตนเองที่เกิดขึ้นเก็บไว้ เพื่อให้แพทย์พิจารณาประกอบ เช่น ภาพผื่น เพราะผื่นบางชนิดเกิดขึ้นเพียงชั่วขณะแล้วหายไป
4. หลีกเลี่ยงการทำให้อาเจียน และการซื้อยาแก้แพ้กินเอง
5. หากมีประวัติแพ้ยาควรจดจำชื่อยาที่ตนเองแพ้ และแจ้งแพทย์ทุกครั้งที่ได้รับบริการรักษา

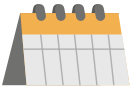
ชนิดยาที่มักทำให้เกิดอาการแพ้

ยาที่มักทำให้เกิดอาการแพ้ ได้แก่ กลุ่มยาปฏิชีวนะ เพนิซิลลิน (Penicillin), เซฟาโลสปอริน (Cephalosporin), ซัลฟา (Sulfa group) กลุ่มยารักษาโรคเกาต์ (Allopurinol) กลุ่มยากันชัก (Carbamazepine, Phenobarbital) กลุ่มยาแก้ปวด(NSAIDs) กลุ่มยารักษาวัณโรค เป็นต้น

การแพ้ยาไม่ได้เกิดเฉพาะกับยาที่ได้รับในครั้งแรกเท่านั้น แม้แต่ยาที่เคยได้รับมาแล้วก็สามารถเกิดอาการแพ้ในครั้งหลังได้ ดังนั้นไม่สามารถรู้ล่วงหน้าได้เลยว่าจะแพ้ยาชนิดนั้นหรือไม่ นอกจากได้รับยาเข้าไปแล้วเกิดอาการแพ้เท่านั้น ยกเว้นยาบางชนิดที่แพทย์สามารถใช้การตรวจเลือดประเมินความเสี่ยงของการแพ้ยาได้ เช่น ยากันชัก เป็นต้น ซึ่งจะทำให้รู้ล่วงหน้าว่าคนไข้จะแพ้ยาชนิดนั้นหรือไม่

ข้อควรระวังต่ออาการแพ้ยา คือสังเกตอาการหลังได้รับยาภายใน 1 ชั่วโมง (ระวังอาการแพ้ยาแบบฉับพลัน) และภายใน 2-3 วันหลังรับยา (ระวังอาการแพ้ยาแบบไม่ฉับพลัน) หากมีความผิดปกติเกิดขึ้น เช่น มีผื่นขึ้น เกิดลมพิษ และอื่น ๆ ควรหยุดยาและรีบพบแพทย์ทันที

- Reference :
๑. <https://med.mahidol.ac.th/ramachannel/home/article/แค่แพ้ยาก็ตายได้-แล้วจะ/>
 ๒. <https://med.mahidol.ac.th/ramapharmacy/th/drug%20allergy>
 ๓. <https://mgronline.com/qol/detail/9610000002053>



ตารางกิจกรรม ประจำปี ๒๕๖๒

มกราคม

๑ มกราคม

วันขึ้นปีใหม่

๑๙-๒๙ มกราคม

คอร์สปัญญาบูชา

กุมภาพันธ์

๕ กุมภาพันธ์

วันตรุษจีน

๑๙ กุมภาพันธ์

วันมาฆบูชา

๑๙-๒๙ กุมภาพันธ์

คอร์สปัญญาบูชา

มีนาคม

๒-๑๑ มีนาคม

จาริกบุญ จาริกธรรม ณ ประเทศอินเดีย

๑๙-๒๙ มีนาคม

คอร์สปัญญาบูชา

เมษายน

๖ เมษายน

วันจักรี

๘ เมษายน

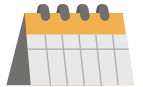
วันหยุดชดเชยวันจักรี

๑๓ เมษายน - ๑๖ เมษายน

วันสงกรานต์

๑๙-๒๙ เมษายน

คอร์สปัญญาบูชา



ตารางกิจกรรม ประจำปี ๒๕๖๒

พฤษภาคม

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

มิถุนายน

๑๙-๒๙ มิถุนายน	คอร์สปัญญาบูชา
๑๖ กรกฎาคม	วันอาสาฬหบูชา

กรกฎาคม

๑๗ กรกฎาคม	วันเข้าพรรษา
๑๘ กรกฎาคม - ๑๓ ตุลาคม	คอร์สสังขานุปัสสนา (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	ครบรอบวันละสังขารหลวงพ่โใหญ่

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)

เพื่อเป็นค่าภัตตาหารสำหรับพระภิกษุสามเณรในยามจำเป็นและเป็นค่าอาหารสำหรับโยคีบุคคล ผู้มาอยู่ปฏิบัติธรรมกรรมฐานในวัด

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

กองทุนสงฆ์อาพาธ

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

กองทุนอาศนาคาร

เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการบำรุงรักษาอาคาร ศาสนยิสสา (ที่ตั้งรูปปั้นหลวงพ่อกว้างๆ)

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

กองทุนก่อสร้าง

เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการก่อสร้างอาคารถาวรวัตถุ รวมทั้งซ่อมแซมอาคารสถานที่ซึ่งชำรุดเสีย

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



ขอเชิญผู้มีจิตศรัทธา

ร่วมสมทบทุนสร้างอุโบสถ ๓ ชั้น

วัดภักทันทะอาสาฬหคาราม ต.หนองไผ่แก้ว อ.บ้านบึง จ.ชลบุรี



สามารถติดต่อร่วมบุญได้ที่ สำนักงานวัดภักทันทะอาสาฬหคาราม
หรือโอนเงินเข้าบัญชีวัดภักทันทะอาสาฬหคาราม (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....

อาสาฬหาสาร วารสารรายสี่เดือน ปีที่ ๑๕ ฉบับ ๘๖ ประจำเดือนพฤษภาคม - สิงหาคม ๒๕๖๒
จัดทำโดย

วัดกัททันตะอาสาฬหาราม

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

