

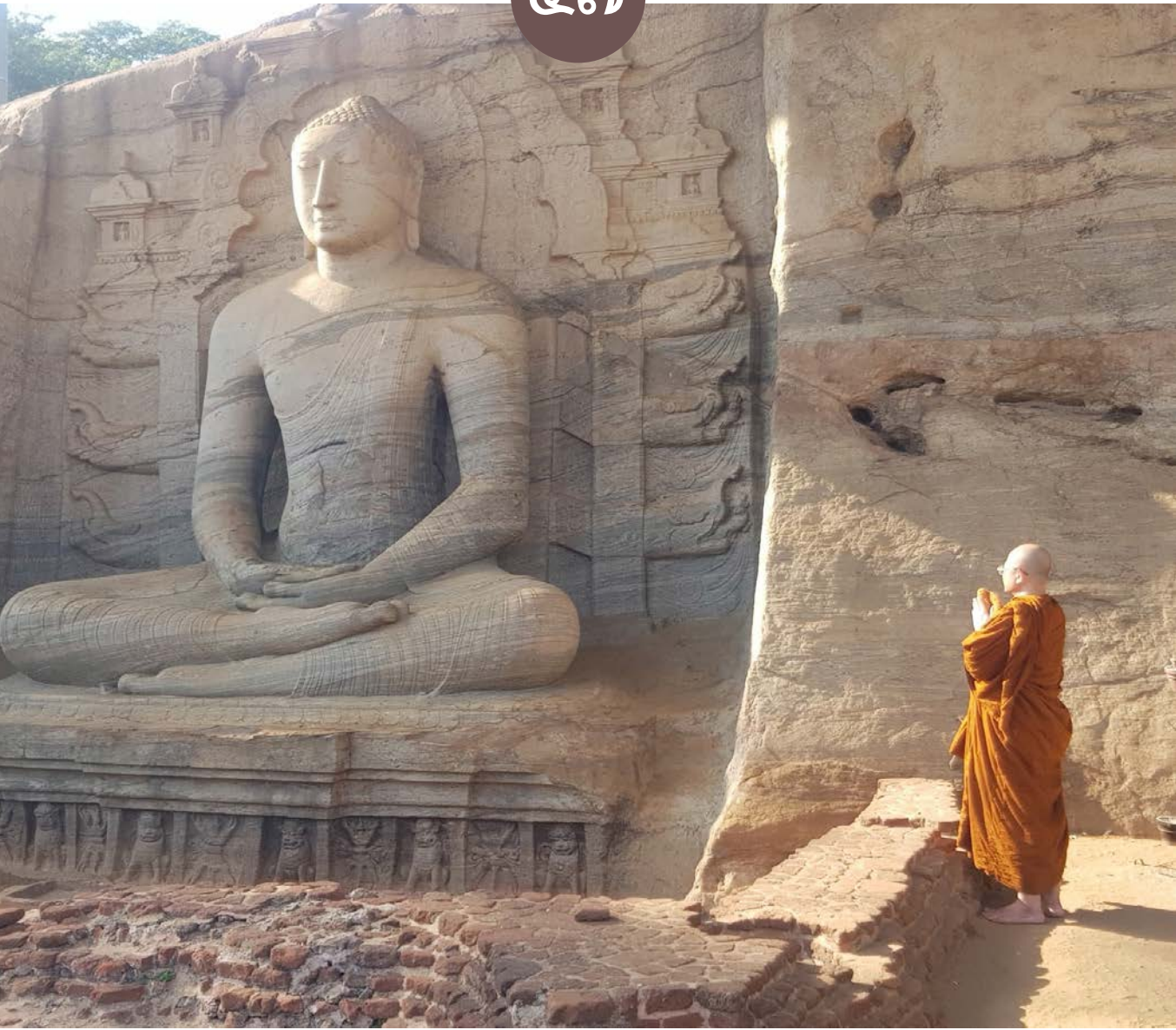


อาสภาสาร

วัดภักทันตะอาสาราม

วารสารรายสัปดาห์ ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๔๗ ประจำเดือน กันยายน - ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๒

๔๗





ໂສຣໂກ ກິກບຸ

ເຈົ້າອາວາສ

ວັດກັກທັນຕະອາສກາຣາມຈ.ຊລບຸຣີ



“

ถ้าเราทำใจไม่ได้

มันก็จะทุกข์ ทุกข์เยอะหน้อย

ถ้าคนที่ทำใจได้ ก็ฉลาด

คือพอเข้าใจบ้าง ทุกข์มันก็ลดลง

”



สารจากบรรณาธิการ

นะมัตถุ ระตะนัตตะยัสสะ
ขอนอบน้อมแด่พระรัตนตรัย

สวัสดีครับท่านผู้อ่านทุกท่าน พบกันอีกครั้งกับอาสภาสาร วารสารรายสี่เดือนของ วัดภักทันทะอาสาฬหาราม ฉบับที่ ๔๗ ประจำปี พ.ศ.๒๕๖๒ เมื่อวันที่ ๑๖ กรกฎาคมที่ผ่านมา ตรงกับวันเพ็ญขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๘ และเป็นวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาอีกวันหนึ่งคือ วันอาสาฬหบูชา ซึ่งเป็นวันที่พระพุทธองค์เสด็จพระราชดำเนินจากพุทธคยาสถานที่ตรัสรู้ ไปประกาศพระศาสนาที่ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน เมืองพาราณสี แคว้นมคธ และแสดงปฐมเทศนา โปรดพราหมณ์ปัญจวัคคีย์ ทั้ง ๕ ด้วยพระธัมมจักกัปปวัตตนสูตร และท่านพระโกณฑัญญะได้บรรลุโสดาบันแล้ว พร้อมทั้งได้กราบทูลขอบรรพชาอุปสมบท พระพุทธองค์จึงทรงประทาน เอหิภิกขุอุปสัมปทา ว่า “เธอจงเป็นภิกษุมาเถิด ธรรมอันเรากล่าวดีแล้ว เธอจงประพฤติพรหมจรรย์ เพื่อทำที่สุดทุกข์โดยชอบเถิด” ท่านพระอัญญาโกณฑัญญะจึงนับเป็น “พระสงฆ์อรียสาวกองค์แรก” ใน พระพุทธศาสนา ซึ่งวันนั้นเป็นวันเพ็ญ กลางเดือนอาสาฬหะ หรือ วันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๘ เป็น วันที่พระรัตนตรัยครบบริบูรณ์ บังเกิดขึ้นในโลกเป็นครั้งแรก คือมี “พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์” ครบบริบูรณ์

เนื่องในโอกาสดังกล่าวจึงขอนำบทความประวัติพระอัญญาโกณฑัญญะ เมื่อครั้งทำบุญมาแต่อดีตชาติในสมัยของพระปฐมุตตระสัมมาสัมพุทธเจ้า จากพระอรรถกถา อัญญาโกณฑัญญะเถราปทาน มาแสดงดังต่อไปนี้

ประวัติพระอัญญาโกณฑัญญ์ ครั้งทำบุญมาแต่อดีตชาติ

ได้ยินว่า พระเถระนี้ได้กระทำบุญญาธิการไว้ในพระพุทธเจ้าปางก่อนทั้งหลาย ก่อสร้างบุญทั้งหลายอันเป็นอุปนิสัยแก้วิภูษะไว้ในภพนั้นๆ ในกาลแห่งพระผู้มีพระภาคเจ้าพระนามว่า ปทุมุตตระ ได้บังเกิดในตระกูลของคฤหบดีมหาศาล ในหังสวดีนคร ถึงความเป็นผู้รู้เพียงสาแล้ว

วันหนึ่ง พิงธรรมอยู่ในสำนักของพระศาสดา เห็นพระศาสดาทรงตั้งภิกษुरुูปหนึ่งไว้ในตำแหน่งเลิศแห่งภิกษุทั้งหลายผู้รัตตัญญูรู้แจ้งธรรมก่อน ในพระศาสนาของพระองค์ แม้ตนเองก็ปรารถนาฐานันดรนั้น จึงยังมหาทานให้เป็นไปตลอด ๗ วัน แต่พระผู้มีพระภาคเจ้ามีภิกษุหนึ่งแสนเป็นบริวารแล้วได้กระทำความปรารถนาไว้

ฝ่ายพระศาสดาทรงเห็นว่าความปรารถนาของเขานั้นไม่มีอันตราย จึงทรงพยากรณ์สมบัติอันจะมี. เขาทำบุญทั้งหลายตลอดชั่วชีวิต เมื่อพระศาสดาปรินิพพานแล้ว เมื่อมหาชนชวนกันให้ประดิษฐานพระเจดีย์ เขาให้สร้างเรือนแก้วไว้ในภายในพระเจดีย์และให้สร้างเรือนแก้วอันมีค่าจำนวนหนึ่งพันรายล้อมพระเจดีย์

เขาทำบุญทั้งหลายอย่างนี้ จูติจากชาตินั้นท่องเที่ยวไปในเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ในกาลแห่งพระผู้มีพระภาคเจ้าพระนามว่าวิปัสสี เป็นกุกุมพีชื่อว่ามหากาล ให้ฉีกท้องข้าวสาลีในนามีประมาณ ๘ กรีสแล้วให้จัดปรุงข้าวปายาสน้ำนม ไม่เจือด้วยข้าวสาลีที่ถือเอาแล้ว ใส่ น้ำผึ้ง เนยใส และน้ำตาลกรวดลงในข้าวปายาสนั้น แล้วได้ถวายแก่พระสงฆ์มีพระพุทธเจ้าเป็นประธาน. ที่ที่เขาฉีกท้องข้าวสาลีถือเอาแล้วๆ คงเต็มบริบูรณ์อยู่ตามเดิม

ในเวลาข้าวสาลีเป็นข้าวเมาเป็นได้ให้ทานชื่อว่าเลิศด้วยข้าวเมา, ในเวลาเกี่ยว ได้ให้ทานเลิศในกาลเกี่ยว, ในคราวทำขะเน็ด ได้ให้ ทานอันเลิศในคราวทำขะเน็ด, ในคราวทำให้เป็นฟ่อนเป็นต้น ได้ให้ทานอันเลิศในคราวทำเป็นฟ่อน. ได้ให้ทานอันเลิศในคราวขนเข้าลาน, ได้ให้ทานอันเลิศในคราวทำให้เป็นลอม, ได้ให้ทานอันเลิศในคราวตวง, และได้ให้ทานอันเลิศในคราวขนขึ้นฉาง, ได้ให้ทานอันเลิศ ๙ ครั้งในหน้าข้าวกล้าครั้งหนึ่งๆ อย่างนี้ด้วยประการฉะนี้. ข้าวกล้าเมื่อนั้นก็ได้สมบุรณ์ยิ่งขึ้น เขาทำบุญทั้งหลายตลอดชั่วชีวิตด้วยอาการอย่างนี้ จูติจากชาตินั้นบังเกิดในเทวโลก. ท่องเที่ยวอยู่ในเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ได้มาบังเกิดในตระกูลพราหมณ์มหาศาล ในบ้านพราหมณ์ชื่อว่าโศณวัตถุ ในที่ไม่ไกลจากนครกบิลพัสดุ์ ก่อนหน้าพระผู้มีพระภาคเจ้าของเราทั้งหลายอุบัติขึ้น.

เขาได้มีนามอันมาตามโคตรว่า โกลนทัณฺณะ. เขาเจริญวัยแล้ว เรียนจบไตรเพท และได้ถึงความสำเร็จในลักษณะมนต์ทั้งหลาย.

สมัยนั้น พระโพธิสัตว์ของเราทั้งหลายจุติจากดุสิตบุรี บังเกิดในพระราชมณเฑียรของพระเจ้าสุทโธทนมหาราช ในกบิลพัสดุ์บุรี. ในวันเฉลิมพระนามของพระราชาขุมารนั้น เมื่อเขาเชิญพราหมณ์ ๑๐๘ คนเข้ามา พราหมณ์ ๘ คนเหล่านี้อันเขาเชิญเข้าไปยังท้องพระโรง เพื่อพิจารณาพระลักษณะ

ในบรรดาพราหมณ์ ๘ คนนั้น โกลนทัณฺณพราหมณ์เป็นผู้หนุ่มกว่าพราหมณ์ทั้งหมด เห็นความสำเร็จแห่งพระลักษณะของพระมหาบุรุษ ตกลงใจว่าท่านผู้นี้จักเป็นพระพุทธเจ้าโดยแน่แท้ จึงเที่ยวคอยดูการออกเพื่อคุณอันยิ่งใหญ่ของพระมหาสัตว์.

ฝ่ายพระโพธิสัตว์เจริญด้วยบิรवारหฺมใหญ่ ถึงความเจริญโดยลำดับ ถึงความแก่กล้าแห่งพระญาณแล้ว จึงเสด็จออกมหาภิเนษกรรมในพรรษาที่ ๒๙ ทรงผนวชที่ฝั่งแม่น้ำอนมานที่ เสด็จไปยังตำบลอรุเวลาโดยลำดับ แล้วเริ่มบำเพ็ญเพียร

ในกาลนั้น โกลนทัณฺณมาณพรู้ว่าพระมหาสัตว์ทรงผนวชแล้ว จึงพร้อมกับพวกลูกของพราหมณ์ผู้ทำนายพระลักษณะมีวัปปมาณพ เป็นต้น มีตนเป็นที่ ๕ พวกกันบวชแล้ว เข้าไปยังสำนักของพระโพธิสัตว์โดยลำดับ บำรุงพระโพธิสัตว์นั้นอยู่ ๖ พรรษา เกิดเบื่อระอาเพราะพระโพธิสัตว์นั้นสวยพระกระยาหารหายาบ จึงได้หนีไปยังป่าอิสิปตนมฤคทายวัน.

ลำดับนั้น พระโพธิสัตว์ได้พระกำลังกายเพราะทรงบริโภคพระอาหารหายาบ จึงประทับนั่งบนอปราจิตบัลลังก์ที่ควงไม้โพธิ์ ในวันเพ็ญเดือน ๖ ทรงเหยียบย่ำกระหม่อมแห่งมารทั้ง ๓ เป็นพระอภิสัมพุทธเจ้าแล้ว ทรงยับยั้งอยู่ที่โพธิมณฑลสถานนั้นแหละ ๗ สัปดาห์ ทรงทราบความแก่กล้าแห่งญาณของพระปัญจวัคคีย์แล้ว จึงเสด็จไปยังอิสิปตนมฤคทายวันในวันเพ็ญเดือน ๘ แล้วตรัสพระธัมมจักกัปปวัตตนสูตรแก่พระปัญจวัคคีย์เหล่านั้น

ในเวลาจบพระธรรมเทศนา พระโกลนทัณฺณเถระพร้อมกับพรหม ๑๘ โกลี ดำรงอยู่ในพระโสดาปัตติผล. ครั้นในดิถีที่ ๕ แห่งปักษ์ ท่านได้ทำให้แจ้งพระอรหัตด้วยอนัตตลักขณสูตรเทศนา

พระโกลนทัณฺณเถระนั้น ครั้นบรรลุพระอรหัตอย่างนี้แล้วคิดว่า เราทำกรรมอะไร จึงได้บรรลุโลกุตระสุข เมื่อใคร่ครวญดูก็ได้รู้บุญกรรมของตนโดยประจักษ์ เมื่อจะแสดงอุปทาน

แห่งความประพบัติในกาลก่อนด้วยอำนาจอุทาน ด้วยความโสมนัส จึงกล่าวคำมีอาทิว่า ปทุม
ตตรสมพุทฺธ ดังนี้

อัญญาโกณฑัญญเถราปทาน ว่าด้วยผลแห่งการถวายปฐมภัตแก่พระพุทธเจ้า

“เราได้เห็นพระสัมพุทธเจ้าพระนามว่าปทุมตระ เชษฐบุรุษของโลก เป็นนายกอย่างวิเศษ บรรลุ
พุทธภูมิแล้ว เป็นครั้งแรก เทวดาประมาณเท่าไร มาประชุมกันที่ควงไม้โพธิ์ทั้งหมด แวดล้อม
พระสัมพุทธเจ้าประนมกรอัญชลีให้อยู่ เทวดาทั้งปวงมีใจยินดี เทียบประกาศไปในอากาศว่า
พระพุทธเจ้านี้ทรงบรรเทาความมืดมนอนธกาลแล้ว ทรงบรรลุแล้ว เสียงบันลือลั่นของเทวดาผู้
ประกอบด้วยความร่าเริงเหล่านั้นได้เป็นไปว่า เราจักเผากิเลสทั้งหลาย ในศาสนาของพระสัมมา
สัมพุทธเจ้า เรารู้ (ได้ฟัง) เสียงอันเทวดาทั้งหลายเปล่งแล้วด้วยวาทะ ร่าเริงแล้ว มีจิตยินดี ได้ถวาย
ภิกษาก่อน พระศาสดาผู้สูงสุดในโลก ทรงทราบความดำริของเรา แล้วประทับนั่ง ณ ท่ามกลาง
หมู่เทวดา ได้ตรัสพระคาถาเหล่านี้ว่า เราออกบวชได้ ๗ วันแล้ว จึงได้บรรลุพระโพธิญาณ ภัต
อันเป็นปฐมของเรา นี่เป็นเครื่องยังชีวิตให้เป็นไปของผู้ประพบัติพรหมจรรย์ เทพบุตรได้จาก
ดุสิตมา ณ ที่นี้ ได้ถวายภิกษาแก่เรา เราจักพยากรณ์เทพบุตรนั้น ท่านทั้งหลายจงฟังเรากล่าว
ผู้นั้นจักเสวยเทวราชสมบัติอยู่ประมาณ ๓ หมื่นกัลป์ จักครอบครองไตรทิพย์ ครอบงำเทวดา
ทั้งหมด เคลื่อนจากเทวโลกแล้ว จักถึงความเป็นมนุษย์ จักเป็นพระเจ้าจักรพรรดิ เสวยราชสมบัติ
ในมนุษย์โลกนับพันครั้ง ในแสนกัลป์ พระศาสดาพระนามว่าโคดม โดยพระโคตร ซึ่งสมภพใน
วงศ์พระเจ้าโอกกากราช จักเสด็จจุติในโลกลูกนั้นเคลื่อนจากไตรทศแล้ว จักถึงความเป็นมนุษย์
จักออกบวชเป็นบรรพชิตอยู่ ๖ ปี แต่นั้นในปีที่ ๗ พระพุทธเจ้าจักตรัสจตุราริยสัจ ภิกษุมีนามชื่อ
ว่าโกณฑัญญะ จักทำให้แจ้งเป็นปฐม เมื่อเราออกบวช ได้บวชตามพระโพธิสัตว์ ความเพียรเรา
ทำดีแล้ว เราบวชเป็นบรรพชิตเพื่อต้องการจะเผากิเลส พระสัพพัญญูพุทธเจ้าเสด็จมา ตีกลอง
อมฤตในโลกพร้อมทั้งเทวโลกในป่าใหญ่กับเราด้วยนี้ บัดนี้ เราบรรลุอมตบทอันสงบระงับ อัน
ยอดเยี่ยมนี้แล้ว เรากำหนดรู้อาสวะทั้งปวงแล้ว ไม่มีอาสวะอยู่ คุณพิเศษเหล่านี้ คือ ปฏิสัมภิ
ทา ๔ วิโมกข์ ๘ และอภิญญา ๖ เราทำให้แจ้งแล้ว พระพุทธศาสนาเราได้ทำเสร็จแล้ว ฉะนั้นแล
ทราบว่าคุณพระอัญญาโกณฑัญญเถระได้กล่าวคาถาเหล่านี้ ด้วยประการฉะนี้แล”

ครั้นกาลต่อมา พระศาสดาประทับนั่งบนบวรพุทธอาสน์ที่เขาศาลาตไว้ในท่ามกลางภิกษุสงฆ์ ในพระเชตวันมหาวิหาร เมื่อจะทรงแสดงธรรมที่พระเถระเป็นผู้รู้แจ้งธรรมก่อนเพื่อน จึงทรงตั้งพระเถระนั้นไว้ในเอตทัคคะว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อัญญาโกณฑัญญะนี้เป็นเลิศแห่งภิกษุสาวกทั้งหลายของเราผู้เป็นรัตตัญญูรู้ราตรีนาน

พระอัญญาโกณฑัญญะนั้นประสงค์จะหลีกเลี่ยงความพินอบพิเทาที่พระอัครสาวกทั้งสองกระทำในตน และการอยู่เกลื่อนกล่นในเสนาสนะใกล้บ้าน และมีความประสงค์จะอยู่ด้วยความยินดีในวิเวก สำคัญแม้แต่การทำปฏิสันถารแก่คฤหัสถ์และบรรพชิตทั้งหลายผู้เข้ามายังสำนักของตนว่าเป็นเหตุเนิ่นช้า จึงทูลลาพระศาสดาเข้าไปยังหิมวันตประเทศอันช้างฉัททันต์ทั้งหลายบำรุงอยู่ ได้อยู่ที่ฝั่งสระฉัททันต์ถึง ๑๒ พรรษา

พระเถระอยู่ที่นั่นด้วยอาการอย่างนี้ วันหนึ่งท้าวสักกเทวราชเสด็จเข้าไปหา ทรงไหว้แล้วยืนอยู่ได้ตรัสอย่างนี้ว่า ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ดังจะขอโอกาส ขอพระผู้เป็นเจ้าจงแสดงธรรมแก่กระผม

พระเถระจึงแสดงธรรมแก่ท้าวสักกะนั้นอันมีห้องแห่งอริยสัจ ๔ ถูกไตรลักษณ์ กระทบประกอบด้วยสุญญตา วิจิตรด้วยนัยต่างๆ หยั่งลงสู่อมตะ ด้วยพุทธลีลา

ท้าวสักกาทรงสดับธรรมนั้นแล้ว เมื่อจะประกาศความเลื่อมใสของพระองค์ จึงได้ทรงกระทำการสรรเสริญว่า

เรานี้ได้ฟังธรรมอันมีรสใหญ่ยิ่ง จึงเลื่อมใสยิ่งนัก พระเถระ

แสดงธรรมอันคลายกำหนด ไม่ยึดมั่นโดยประการทั้งปวง ดังนี้

พระเถระอยู่ที่ฝั่งสระฉัททันต์ ๑๒ พรรษา เมื่อกาลจะปรินิพพานใกล้เข้ามา จึงเข้าไปเฝ้าพระศาสดา ขอให้ทรงอนุญาตการปรินิพพานแล้วไป ณ ที่เดิมนั้นแหละ ปรินิพพานแล้วแล.

ทั้งหมดนี้ก็เป็นเรื่องเกี่ยวกับประวัติพระอัญญาโกณฑัญญะ เมื่อครั้งทำบุญมาแต่อดีตชาติในสมัยของพระปทุมุตตระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ได้นำมาเสนอไว้เพื่อให้ท่านสาธุชนได้ระลึกถึงเนื่องในวันอาสาฬหบูชา ในวันที่ ๑๖ กรกฎาคมที่ผ่านมา ซึ่งตรงกับวันเพ็ญขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๘

สุดท้ายนี้ขอขอบพระคุณและอนุโมทนาบุญแก่ ทีมงานกองบรรณาธิการ ผู้เขียน

คอลัมน์ ที่ทีมงานถ่ายภาพกิจกรรมและไฮไลท์บุญกรรม ที่ทีมงานถอดเทปธรรมะ ที่ทีมงานสมาชิก
สัมพันธ์ และผู้มีส่วนร่วมทุก ๆ ท่าน นิพพานัง ปัจจโย โหตุ ขออานิสงส์ผลบุญนี้เป็นปัจจัยให้
ถึงซึ่งพระนิพพาน

ผศ.ดร.พฤทธิ โกวิทวรารังกูร

บรรณาธิการ

๑๐ ส.ค. ๒๕๖๒





วัดกุประสงค์

๑. เพื่อเผยแพร่พุทธธรรม และการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน
๒. เพื่อเผยแพร่กิจกรรมของวัด

ที่ปรึกษา

พระครูภาวนาวราลังการ วิ.
(สมศักดิ์ โสรโท)

พระมหาทองม่น สุทธจิตโต

พระปลัดอำนาจ ขนติโก

กราฟฟิคดีไซน์

คุณภุชณิศา กฤตพลพิมาน

คุณกฤตพล กฤตพลพิมาน

โสตทัศนูปกรณ์และภาพกิจกรรม

คุณทินกร ปิยะกุลชัยเดช

บรรณาธิการ

ผศ.ดร.พฤทธิ โกวิทวรารังกูร

ถอดเทปธรรมะ

พระมหาภาณุวัฒน์ อคฺคจิตโต

นางณัฐจิราวรรณ ไทยประดิษฐ์

กองบรรณาธิการ

ดร.พระมหาหยงยุทธ กนฺตาโก

ศ.คลินิกเกียรติคุณ พญ.โลจนา ตันติยาทร

คุณพรพิมล จิตต์จันทร์

สมาชิกสัมพันธ์

คุณพรพิมล จิตต์จันทร์

พิมพ์ที่ : สำนักพิมพ์เลี้ยงช้าง เพียรเพื่อพุทธศาสน์

105/75 ถนนประชาอุทิศ ซอย 45 แขวงบางมด เขตทุ่งครุ กรุงเทพฯ 10140

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

สงวนลิขสิทธิ์ : ห้ามพิมพ์คัดลอกหรือตัดตอน หรือพิมพ์จำหน่ายโดยไม่ได้รับอนุญาตจากผู้เขียน



สารบัญ

สารจากบรรณาธิการ	๔
ประมวลภาพกิจกรรม	๑๒
ธรรมะจากพระอาจารย์	๒๐
นานาสาระจากพระอภิธรรมปิฎก	๓๔
พระธรรมจากหลวงพ่อใหญ่	๔๖
ปกิณกะธรรม	๕๐
เรื่องเล่าจากพระสูตร	๕๒
ธรรมะน่ารู้	๕๘
The Seven Factors of Enlightenment (Part II)	๖๒
ประสบการณ์...ใครเอ่ย	๖๘
คุยกับหมอ	๗๖
ตารางกิจกรรม	๘๒



ประมวลภาพกิจกรรม



มอบทุนการศึกษาเด็กนักเรียน
โรงเรียนห้วยกุญแจ
อำเภอบ้านบึง
จังหวัดชลบุรี





สยาตอภักทันตวิโรจนะ มาการะหวองพ่อใหญ่
วันที่ ๙ มิถุนายน ๖๒





สามีจักรม





วันอาสาฬหบูชา






 วันเข้าพรรษา





งานมุกิตา





กฐินสามัคคี







ธรรมะจากพระอาจารย์

พระครูภาวนาวราลังการ วิ. (สมศักดิ์ โสโรโท)

ยึดสิ่งใดก็ทุกข์เพราะสิ่งนั้น ตายแล้วเกิดใหม่

พระโยคาวจร แม่ชี โยคีผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ช่วงต่อไปเป็นช่วงฟังธรรม เป็นช่วงปฏิบัติธรรมร่วมกัน ให้พวกเรานั่งสมาธิและถือโอกาสฟังธรรมบรรยายตามไปด้วย วันนี้ก็เป็นวันที่ ๑ มิถุนายน ปีพุทธศักราช ๒๕๖๑ เป็นวันแรกของเดือนมิถุนา ซึ่งก็ตรงกับวันศุกร์ วันสุดท้ายของสัปดาห์แรกพอดี ศุกร์สุดท้าย พรุ่งนี้ก็เสาร์ อาทิตย์ ก็เป็นวันหยุด อย่างบางคนก็ถือโอกาส ศุกร์ เสาร์ อาทิตย์ ก็มาอยู่ปฏิบัติธรรม ก็ถือว่าเป็นเรื่องที่ดี เพราะบางครั้งสิ่งที่เราคิดคิดว่าได้ บางครั้งอาจจะพาไปไม่ได้ สิ่งที่เราคิดว่าไม่ได้ บางครั้งอาจจะพาไปได้ ก็ได้ เหมือนสิ่งที่ไม่มี แต่พอเรามี เรามีแล้วอาจจะกลายเป็นไม่มีก็ได้ สิ่งเหล่านี้ไม่มีอะไรเป็นตัวเป็นตน เพราะทุกอย่างนั้นเป็นอนัตตา ขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยเท่านั้นเอง ถ้าเหตุปัจจัยยังเหลืออยู่หรือยังมีอยู่ ทุกอย่างก็ยังมีอยู่ แล้วก็เป็นอย่างนั้น แต่เมื่อถึงที่สุดแล้วเนี่ยเมื่อไม่มีเหตุไม่มีปัจจัย ทุกอย่างก็กลับกลายเป็นสิ่งที่ไม่มีอีกเหมือนเดิม ถ้าคนเราอยู่ด้วยความประมาทก็เหมือนกับใช้ชีวิตเพียงแค่ว่าผ่านไปวันหนึ่งๆ เท่านั้นเอง พอนอนหลับก็ลืมทุกอย่าง พอตื่นขึ้นมาเหมือนเรามีทุกอย่างขึ้นมาอีก จริงๆ เนี่ยการนอนหลับมันทำให้เราลืม ลืมสิ่งที่แล้วๆ มา แล้วสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตที่เราคิด บางครั้งถ้าเราเปรียบเทียบมันก็เหมือนกับเป็นการผลัดเปลี่ยนอย่างหนึ่ง ผลัดเปลี่ยนก็คือลืมไปชั่วขณะนะ ชั่วขณะที่หลับสนิทก็ลืมทุกอย่าง ลืมว่ารักใครเอาไว้ หรือชังใครเอาไว้ หรือยึดมั่นถือมั่นเรื่องอะไร บางครั้งพอหลับสนิทก็ลืมเสียสิ้น ไม่ได้รู้เรื่องอะไร ตื่นขึ้นมาก็รู้สึกตัวขึ้นมา อ้อ! บางคนก็ขา บางคนก็เหน็บ บางคนก็ง่วงเจีย ง่วงเจียขึ้นมา บางคนก็เอาหลังมือสีขึ้นตาก่อน บางคนก็ขี้ขี้ตาก่อน มันแล้วแต่นะ บางคนก็ตั้งนาฬิกาไว้ ราคาณนาฬิกาก็คว่ำไปปิดก่อนยังเจียะ พฤติกรรมของคนแต่ละคนเนี่ย ตื่นขึ้นมา อย่างบางคนนักปฏิบัติก็อาจมีสติบ้าง ตื่นมาจะขยับซ้าย ขยับขวา จะลุกขึ้นนั่ง ก็ระลึกได้ ก็มีสติ จริงๆ ถ้าเรามองสิ่งเหล่านี้ มันก็คือ

ความจริงอย่างหนึ่งในช่วงชีวิต ก็เรียกว่าในช่วงชีวิตของคนเราถ้ามองเป็นการเกิดการตาย โดยเปรียบเทียบกับการณ์นอนหลับ ก็เหมือนตายแล้วเกิดใหม่ ตื่นขึ้นมาก็เหมือนคนที่เคยมี ก็เหมือนมี บางคนเคยสูญเสีย ตื่นขึ้นมาบางครั้งความสูญเสียก็อาจจะยังคงอยู่เพราะตอนหลับมันลืมได้ แต่ตอนตื่นมันลืมไม่ได้ สลัดทั้งความชอบและความไม่ชอบเนี่ยะออกจากจิตใจไม่ได้ บางครั้งถ้าไม่ยอมรับมันมันก็ทุกข์ ยิ่งทุกข์มาก ถ้ายอมรับได้ทุกอย่างมันก็จะค่อยๆ ปรับจนเข้าหากัน มันมีจุดแห่งความสมดุล เมื่อไหร่ที่มันสมดุล ก็จะมีอยู่ได้นะ อยู่ได้ อยู่กับสิ่งที่แม้บางครั้งเราอาจจะรักหรือเกลียด หรือไม่รักไม่เกลียดก็ตาม ถ้าเราสามารถอยู่กับสิ่งนั้นได้ เหมือนอารมณ์ที่เข้ามาที่เรารับเข้ามา แต่ละวันมีอารมณ์ไหนบ้างที่เป็นที่พอใจ มีอารมณ์ไหนบ้างที่ไม่น่าพอใจ มันมีทั้งพอใจ มีทั้งไม่พอใจ มีทั้งชอบและก็มีทั้งไม่ชอบ แม้แต่คนปฏิบัติเนี่ยะ บางวันก็พอใจในสิ่งที่ตัวเองทำ บางวันก็ไม่พอใจ ไม่พอใจ ไม่ปลื้มกับการปฏิบัติ บางครั้งเดินก็ไม่ปลื้ม นั่งก็ไม่ปลื้ม นอนก็ไม่ปลื้ม อิริยาบถย่อยที่กำหนดไปก็ไม่ปลื้ม บางวันก็ปลื้ม ทั้งยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม พูด คิด รู้สึกดีไปหมดนะ รู้สึกดีไปหมด บางครั้งเนี่ยะ ถ้าเรายึดกับสิ่งไหนเราก็จะรู้สึกเป็นทุกข์กับสิ่งนั้น อย่างบางคนยึดกับความปลื้มที่ได้ยังเงี่ยะ แต่พอปฏิบัติมันไม่ปลื้มก็รู้สึกเสียใจ มันก็เปลี่ยนไปอยู่อย่างเงี่ยะตลอด ได้มาก็ใช้ว่าจะดีใจเสมอไป หรือเสียใจก็ใช้ว่าจะเสียใจเสมอไปก็ไม่ใช่ บางครั้งได้มาอาจจะดีใจและเสียใจ หรือบางครั้งเสียใจก็อาจจะดีใจและเสียใจอีกเหมือนกัน มันอยู่ที่การยึดมั่นถือมั่นกับสิ่งเหล่านั้น ถ้าเราไม่รู้จักปล่อยวางมันก็ทุกข์ทั้งนั้นแหละ เมื่อมาปฏิบัติ ก็คือมุ่งเน้นไปที่การมีสติปัญญาเท่าทัน เท่าทันเหตุการณ์ หรือที่เราเรียกว่าสภาพธรรม หรืออารมณ์กรรมฐาน ที่มันอยู่เฉพาะหน้าก็คืออารมณ์ที่เป็นปัจจุบัน บางคนก็มองว่าเป็นปัญหา บางคนก็มองว่าไม่เป็นปัญหา คนที่มีสติมีปัญญาก็มองว่า มันไม่เป็นปัญหาหรอก ถ้าไม่มีทุกข์ ไม่มีปัญหา ไม่มีอารมณ์ ไม่มีอุปสรรค เราจะรู้ได้ยังไงว่าเรารับได้หรือรับไม่ได้ เราทันหรือไม่ทัน บางคนก็คิดได้อย่างงี้ มันเป็นที่เกิดของสติเป็นที่เกิดของปัญญา เราดับทุกข์ได้หรือไม่ เราจะพ้นทุกข์หรือไม่พ้นทุกข์เนี่ยะ มันก็อยู่ที่ตรงนี้แหละ ไม่อยู่ที่ใครนะ ไม่ได้อยู่ที่สถานที่ใดนะ มันอยู่ที่ใจเราที่แหละ เวลาที่กระทบอารมณ์ ทางตาที่ดี ทางหูที่ดี ทางจมูกที่ดี กระทบรสทางลิ้น กระทบสัมผัสทางกาย หรือธรรมารมณ์ที่เกิดขึ้นกับใจก็ตาม เมื่อไหร่ที่มีสติเมื่อนั้นเหมือนกับเรารับได้นะ รับได้ แต่เมื่อไหร่ที่สติไม่ทันกับอารมณ์ หรือไม่ทันกับจิตที่มันนอนนึกไปในอารมณ์ต่างๆ เราก็จะรู้สึกเป็นไปหลายสิ่งหลายอย่าง ทั้งส่วนที่ชอบและส่วนที่ไม่ชอบ เรายึดไว้อย่างไรก็เป็นอย่างนั้นแหละ เวลาทำกรรมฐานเนี่ยะเหมือนกับถ้ายึดกับอะไรก็ทุกข์กับอันนั้น

ยึดกับอารมณ์เล็กๆ น้อยๆ ก็ทุกข์กับสิ่งเล็กๆ น้อยๆ นั้นแหละ ทั้งๆ ที่มันเรื่องเล็กน้อย ไม่ใช่เรื่องใหญ่โต แต่เวลาที่เราคิดเนี่ยะ มันเหมือนกับคิดไปตั้งไกลนะ คิดโน้น คิดนี้ บางคนก็ว่า เอ! เมื่อไหร่เนี่ยะมันจะจบ ทำไมมันคิดไป คิดมา บางครั้งคิดมากๆ พาลให้นอนไม่หลับ เวลาหลับมันก็มีผลให้นอนหลับๆ ตื่นๆ พอตื่นมาก็รู้สึกอารมณ์ไม่ดี หงุดหงิดง่าย รำคาญ ง่ายอีกเหมือนกัน เนี่ยะมันเป็นผลไปหมด แต่ถ้าตายสนิทคือหลับสนิทเนี่ยะ รู้สึกว่าตื่นมาแล้วมันสดชื่น ไม่ต้องรับรู้เรื่องอะไร แต่ถ้าหลับๆ ตื่นๆ เนี่ยะเหมือนมันยังรับรู้เรื่องโน้นเรื่องนี้ บางครั้งก็ฝันเพื่องไปหลายๆ เรื่อง เหมือนเค้าพูดตลกๆ เหมือนคนบ้าหอยก๊ะจะฝันถึงแต่เรื่องหอย คนบ้าฝឹก็ชอบฝันแต่เรื่องฝឹ นะ คนบ้าเรื่องญาติพี่น้อง เรื่องอะไรต่อมิอะไรก็มักจะฝันถึงแต่เรื่องพวกนี้นี่แหละ เค้าเรียกว่าจิตมันอารมณ์อยู่ในระหว่างกึ่งหลับกึ่งตื่น ถ้าเป็นอย่างเงี้ยะมันก็มีผล มีผลข้างเคียง พอตื่นมาแล้วเนี่ยะ อะไรนิดอะไรหน่อยบางครั้งก็หงุดหงิด อะไรนิดอะไรหน่อยก็รำคาญ อะไรนิดอะไรหน่อยก็เหมือนกับควบคุมจิตใจ ควบคุมอารมณ์ไม่ค่อยได้ มันมีผลไปหมดเลย แต่เมื่อไหร่ที่รู้สึกหลับน้อยก็จริง แต่หลับลึก หลับสนิท ตื่นมาารู้สึกดี เวลากำหนดก็ดีไปด้วย เนี่ยะเหตุปัจจัยมันประกอบกัน มันเกื้อกูลกันนะ ที่ท่านบอกว่านอนน้อย อันนั้นนอนคือนอนจริงๆ นะ ไม่ใช่หลับๆ ตื่นๆ อย่างบางคนนอนมากแต่หลับๆ ตื่นๆ คุณภาพของการนอนมันไม่มีเลย



มองให้รู้เป็นครูสอน

เหมือนกับช่วงที่เรานั่งกรรมฐานเนี่ยะสมาธิไม่มีเลย จิตมันจะมีกำลังได้อย่างไร ส่งเสริมสติ ส่งเสริมปัญญาได้ไม่ดีพอ มันอยู่ในฐานที่ไม่ค่อยมั่นคงเท่าไร บางครั้งเนี่ยะตั้งแล้วก็ล้ม แต่เราก็ต้องพยายามเรื่อยๆ จนกว่ามันจะตั้งได้ ถ้าท้อเสียก่อนก็จบกันนะ ตรงนี้แหละการเจริญวิปัสสนากรรมฐานเนี่ยะถึงแม้ล้มก็ต้องพยายามลุกขึ้นมา กำหนดแล้วกำหนดอีกนะ สำหรับผู้ปฏิบัติอารมณ์ทุกอย่างเนี่ยะให้มองเป็นครู มองให้รู้เป็นครูสอน สอนให้เราเข้มแข็ง สอนให้เราอดทน สอนให้เราพยายามมากขึ้นนะ พยายามมากขึ้น เหมือนที่บอกว่าท้อก็ต้องท้อหนอ ชี้เกียจไม่ห้าม ชี้เกียจหนอได้ หรือเวลาฟุ้งซ่านเนี่ยะ ฟุ้งซ่านได้มัย ฟุ้งซ่านได้ แต่กำหนดฟุ้งซ่านหนอ ยิ่งดีกว่าอีกนะ ทำความรู้จักคุ้นเคยกับมัน ให้รู้เท่าทัน สุดท้ายก็จะอยู่กับมันได้ แต่คนที่อยู่ไม่ได้เนี่ยะเพราะว่ายึดมันถือมันมากก็เป็นทุกข์นะ ทุกข์กับเรื่องโน้นเรื่องนี้ บางคนก่อนมาก็คาดหวัง มานั่งกรรมฐานมาปฏิบัติ พอไม่ได้ดังใจก็ทุกข์ ท้อใจ หงุดหงิดใจ รำคาญใจ เพราะสิ่งที่ทำเนี่ยะมันไม่ได้อย่างที่อยากทำนะ ไม่ได้อย่างที่อยากทำ แต่ถ้าพอตกกลางคืนถ้านอนหลับมันก็ลืมแล้วละ ลืมเรื่องนั้นไปก็ดี แต่พอตื่นยังจำได้อีก เอ้า! ยุ่งอีกแล้ว นี่แหละ พบชาติมันเกิดต่อเนื่องกัน มันเกิดที่ไรก็เป็นทุกข์นะ การเกิดบ่อยๆ เป็นทุกข์ เกิดแบบนี้ก็ทุกข์เหมือนกันนะ เกิดตัณหา เกิดอุปาทาน เกิดความยึดมั่นถือมั่น เนี่ยะแสดงว่ามันยังมีเหตุ มันไม่จบ อันนี้เปรียบเทียบให้ฟังว่าถ้าเป็นเรื่องของการเวียนตายเวียนเกิดในสังสารวัฏเนี่ยะ มันคล้ายๆ อย่างนี้แหละ ฉะนั้นถึงบอกว่าบางคนอาจจะใช้เวลาช่วงที่ตัวเองว่าง ภาวนา เหมือนกับเราได้กับตัวเราเอง แต่บางคนก็ใช้เวลาว่างไปเที่ยวเตร่ กลัวจะไม่ได้ใช้สตางค์ กลัวจะไม่ได้เที่ยว กลัวจะไม่ได้กิน มันก็เป็นเรื่องของแต่ละบุคคล บางคนก็เห็นแก่กิน บางคนก็เห็นแก่เที่ยว บางคนก็เห็นแก่ได้ แล้วแต่นะ แล้วแต่ละคน แต่บางคนก็ไม่ใช้ไม่กิน ไม่ใช่ไม่เที่ยว แต่รู้จักเวลา รู้จักแบ่งว่าตอนไหน ก็คือจัดเวลาให้มันสมดุล จัดเวลาให้มันเหมาะสม บางครั้งทุกอย่างเมื่อมันสมดุลกันเนี่ยะ บางครั้งจิตมันก็ไม่ไปนึกถึงเรื่องเหล่านั้นหรอก ถ้ามันมีปมด้วยเนี่ยะ บางครั้งก็ไปนึกถึงอยู่แต่เรื่องนั้นๆ แหละ เหมือนบางคนนั่งแล้วไม่ค่อยมีสมาธิ มันมีช่องโหว่เนี่ยะ โบราณเค้าบอกว่า เหมือนอะไร เหมือนแหที่เค้าสานเป็นถักๆ เป็นตาๆ เนี่ยะ ถ้าตรงนั้นมันขาดปลามันจะออกตรงไหนเวลาเค้าทอดแห มันก็ออกตรงนั้นแหละ วิ่งไปไหนมาไหน มันก็มุดออกตรงนั้น มุดออกอยู่เรื่อย เวลาหว่านที่ไรมันก็ เอ้า! ทำไมมันออกช่องเดิม เอ้า! ก็มันขาดตรงนั้นนะ เออ! ถ้าเราปะ เราซุน มันเรียบร้อยนะ มันเอาก็ไม่ออก ฉะนั้นโยคีทั้งหลายก็ต้องพยายามนะ มันรู้ตรงไหน มันรู้ที่ใจ อ้าว! ต้องพยายามดูใจให้

มากหน่อย นั่นแหละ ก็ต้องสังเกตนะ สังเกตให้มันออก บอกให้มันได้ ใช้ให้มันเป็นนะ ถ้าอ่าน
 ไม่ออก บอกไม่ได้ ใช้ไม่เป็น มันก็ต้องออกช่องที่มันขาดนั้นแหละ ไม่งั้นมันจะออกช่องไหน นะ
 ก็ไม่แปลกนะ เวลาอารมณ์ เอ้! ทำไมมันชอบคิดอย่างงี้ ทำไมมันชอบฟังแต่เรื่องนี้ เรื่องอื่นมีให้
 คิดตั้งเยอะตั้งแยะ ทำไมไม่คิด คิดอะไรนักหนา บางคนบ่นให้ตัวเอง เวลาอยู่กับตัวเองมากๆ นี่
 แหละ มันก็ต้องออกตรงนั้นแหละ ช่องที่มันขาดนั้นแหละ ไม่ใช่เรื่องแปลกเลย แต่ถ้าเราบะแล้ว
 อดแล้ว อ้าว! มันจะไปออกตรงไหนล่ะ มันก็ต้องอยู่ ก็ต้องอยู่กับอารมณ์ภายในเป็นหลักละทีนี้
 มันไม่น้อมนิกไปหาอารมณ์ภายนอกหรอก ก็ต้องอยู่กับยืน อยู่กับเดิน อยู่กับนอน ก้ม เงย คู้
 เขยียด อยู่กับการกำหนดนี่แหละ อยู่ในฐานทั้งสี่เนี่ยะได้สบายๆ เลย ไม่ไปไหน แต่พอเราไม่รู้
 ทันทันนะ มันก็เป็นธรรมดา มันก็ต้องหลุดออกตรงช่องนั้นแหละ เราจะไปเครียดทำไม พยายาม
 ต่อไปนะ เป็นเรื่องถ้ามองให้สบายใจก็เป็นเรื่องเล็กน้อย อย่าไปคิดให้เป็นเรื่องใหญ่โต มีหน้าที่
 พยายามก็พยายาม เหมือนชีวิตของคนเราบางครั้งชอบทำเรื่องเล็กๆ ให้เป็นเรื่องใหญ่ๆ ทั้งๆ
 ที่เรื่องในใจเป็นเรื่องนิดเดียว แต่บางครั้งเวลาอยู่คนเดียวมันเหมือนกับเราคิดเยอะ แต่เวลาอยู่
 หลายคนก็คติน้อยหน่อย มันไม่มีเวลาคิดเพราะต้องสนใจคนอื่น สนใจสิ่งอื่น ฉะนั้นคนบางคน
 จึงต้องหาเพื่อน ขาดเพื่อนไม่ได้ หรือบางครั้งก็ต้องหาสถานที่เพื่อปลดปล่อย หาที่กินที่อะไร
 เปลี่ยนอารมณ์ไปเรื่อยบางครั้ง ไม่ได้เผชิญหน้ากับความจริงเท่าไร หนีความจริงไปเรื่อยๆ ก็
 เลยใช้วิธีหนี หนีตลอดนะ แต่ถามว่าหนีพ้นมั๊ย หนีไม่พ้นหรอก หนีไปไหนมันก็ไปด้วย แต่เวลา
 กลับสนิทเท่านั้นแหละ เหมือนเราลืมนั่นได้ทุกอย่าง แต่พอตื่นขึ้นมาเอาอีกแล้วนะ ฉันทุสสาร
 หนีมาตั้งไกลเนี่ยะ มานั่งอยู่ที่ถ้ำ มานั่งอยู่ที่ป่า หรือมานั่งอยู่ที่เรือนว่าง มานั่งอยู่ที่สำนักปฏิบัติ
 ธรรมที่โน่นที่นี้ ยังอ้าว! ยังตามฉันมาอีกหรือเนี่ยะ เห็นมั๊ย ก็ตามมาได้หมดทุกที่ไม่ว่าจะไปไหน
 จะออกไปนอกโลก ไปอยู่ในอวกาศเนี่ยะ อ้าว! มันก็ไปได้ด้วยนะ ไม่ใช่ไปไม่ได้ไม่ได้ นี่แหละ
 อำนาจของกิเลส ตัณหา อำนาจของความยึดมั่นถือมั่นในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง มันตามไปได้หมด
 นะ แล้วตามไปมันก็ไม่ได้เลือกที่รักมักที่ชังนะ มันก็ตามไปของมันตามเหตุปัจจัย ถ้าสติเราไม่ไว
 สติเราไม่เท่าทันจริงๆ เนี่ยะ เราก็จะทุกอย่างอยู่กับสิ่งเหล่านั้นแหละวนเวียนอยู่เรื่อยๆ วนไปเวียน
 มา วนไปเวียนมา เมื่อไหร่ที่เรารู้สึกว่ายึด เราก็คิดเรื่องนั้นแหละแต่ไม่ทุกข์ พอฟังเรื่องนั้นแต่
 สบายๆ บางคนก็รู้สึกว่ายึด สบายๆ เนี่ยะพูดได้นะ แต่บางคนไม่ได้ หนำยัง หนำนัวควัฆมวด
 เพราะมีเรื่องให้ทุกข์ มีเรื่องให้ยึดมั่นถือมั่น นี่คือการเฝียวยาหรือการดูแลจิตใจเป็นเรื่องภายใน
 ถ้าใจเรายอมรับ หรือใจเราฉลาดพอ มีสติปัญญาพอ มันก็ไม่ทุกข์นะ ไม่ทุกข์หรอก ใครจะ
 ว่าอะไรก็เป็นเรื่องของเขา เพราะไม่มีเราแล้วนี่ แล้วเขาจะมีได้ยังไง เพราะนั่นมันคือเหตุปัจจัย

“
 ฉะนั้นถ้าเราทำใจไม่ได้มันก็จะทุกข์
 ทุกข์เยอะหน้อย
 ถ้าคนที่ทำใจได้เนี่ยะก็ฉลาด
 คือพอเข้าใจบ้าง ทุกข์มันก็ลดลง
 ”

กัณฺโถมุติจิงฺกมุติ

ทุกครั้งที่ตาเห็นก็กลายเป็นว่าเราเห็นไปแล้ว ถ้าเราหลงนะ เราก็จะหลง อ้อๆ เราเห็น ก็คือไม่รู้ตามความเป็นจริง เห็นจริงแต่เห็นตามสมมุตินะ ฉะนั้นจิตเราก็เลยไม่วิมุตติ ไม่ได้หลุดพ้นไปจากสิ่งที่เห็น ถ้ามองว่าเห็นจริงมัย จริง จริงตามที่สมมุตินั้นแหละ สมมุติว่าอะไร สมมุติว่าเราเห็น เห็นคน เห็นสัตว์ก็แล้วแต่ เวลาได้ยิน เอ้า! ก็เราได้ยินอีก เราก็กำคัญมันหมายความว่าเราได้ยิน จริงมัย จริง จริงโดยสมมุติแหละ อย่างได้ยินเสียงเทศน์เนี่ยะก็ได้ยินจริง ได้ยินจริงๆ แต่ถ้าจะให้วิมุตติ ต้องรู้ตามเป็นจริงว่านั่นมันรูปกับนาม หรือสภาพธรรมะที่เป็นรูปธรรมนามธรรม สภาพของเหตุปัจจัยที่มันอาศัยกันเกิด เสร็จแล้วก็ดับไป ไม่มีเรา ไม่มีเราเห็นนะ ไม่ได้มีเราได้ยิน แต่มันเป็นเหตุปัจจัยที่มาพบกัน มาเจอกัน ก็ถูกเรียกว่า เอ! เป็นนั่นเป็นนี่ไปเท่านั้นเอง แต่เราก็ไปสำคัญว่า โอโห! เราเห็น อู้! นี่เราได้ยิน เวลาได้กลิ่นก็ อ้าว! เราได้กลิ่นอีก เวลาลิ้นรส อ้าว! เราเป็นผู้ลิ้นรส เวลาถูกต้องสัมผัสก็เราก็กวักแล้วนะ ถูกต้องสัมผัส เวลาธรรมารมณ์ที่เกิดขึ้น ก็เอ้า! เราก็กวักแล้วนะ ธรรมารมณ์ที่เราชอบใจ ธรรมารมณ์ที่เราไม่ชอบใจ หรือกุศลธรรมนี่ก็ของเรา อกุศลธรรมนี่ก็เรา เราทำ เรานั้น มันมีแต่เรา มีแต่ตัวเรา ฉะนั้นตัวเขาก็ต้องมี เมื่อเราไม่รู้ทันเหตุไม่รู้จักทันปัจจัยที่มันอาศัยกันและกันเกิดขึ้นเนี่ยะ แน่นนอนเราก็ต้องสำคัญในสิ่งที่มัน ถ้าจะไม่ปฏิเสธ ก็คือจริง จริงโดยสมมุติ เมื่อมันยังอยู่ด้วยกันมันก็สมมุติว่าเป็นสิ่งนั้นสิ่งนี้ แต่ถ้าเราจะวิมุตติ ก็คือต้องรู้ตามความเป็นจริง จิตมันจะไม่ไปติดอยู่ตรงนั้น ไม่ได้ไปติดอยู่แค่เห็นนะ ไม่ได้ไปติดอยู่แค่



เห็น ไม่ได้ไปติดอยู่แค่ไต่ย็น ไม่ได้ไปติดอยู่แค่ไต่กลิ่น ไม่ได้ไปติดอยู่แค่ลิ้มรส ไม่ได้ไปติดอยู่แค่
 ถูกต้องสัมผัส ไม่ได้ไปติดอยู่แค่คำว่าชอบหรือไม่ชอบ จิตมันมีอิสระที่จะเห็น ที่จะได้ย็น ไต่กลิ่น
 ลิ้มรส ถูกต้อง สัมผัส หรือธรรมารมณ์ที่เกิดขึ้นกับใจ มันมีอิสระที่จะเห็น ฉะนั้นเมื่อมีอิสระที่จะ
 เห็น ไม่มีข้อผูกมัด ไม่มีภาระ มันก็รู้ตามที่เป็นจริง จริงๆ รู้ตามเหตุปัจจัยที่มาอาศัยกันนั้นแหละ
 อันนี้เค้าเรียกว่ารู้จริง เมื่อรู้จริงก็ทั้งสมมุติ เมื่อรู้ไม่จริงก็ติดสมมุตินะ ติดสมมุติ ติดบรรยัติ ติด
 โน่น ติดนี่นะ แต่เมื่อรู้จริงก็ทั้งสิ่งที่เป็นสมมุติ จิตมันจึงอิสระก็คือทั้งเงื่อนไข นี่เป็นเรื่องภายใน
 จิตใจก็สบาย ถ้าจิตใจยังข้องแวะหรือยึดถือกับสิ่งโน้นสิ่งนี้เนี่ยะ จิตใจเราก็จะขุ่นมัวเศร้าหมอง
 ไปกับอารมณ์โน้นอารมณ์นี้ ขึ้นบ้างลงบ้าง เหมือนที่เรารู้สึกอยู่ทุกๆ วันนั่นแหละ ฉะนั้นถ้าเรา
 ทำใจไม่ได้มันก็จะทุกข์ ทุกข์เยอะหน้อย ถ้าคนที่ทำใจได้เนี่ยะก็ฉลาด คือพอเข้าใจบ้างทุกข์มัน
 ก็ลดลง แต่คนที่รู้เท่าทันแล้วว่ามันไม่มีเรา มันเป็นเพียงแค่เหตุปัจจัย สมมุติที่มีก็รู้แล้วก็วางไว้
 เท่านั้นเอง ก็ละไปเรื่อยๆ ก็เรียกว่าละไปเรื่อยๆ วางไปเรื่อยๆ ถอดถอนความยึดมั่นถือมั่นไป
 เรื่อยๆ วางภาระที่หอบหิ้วมา หลายภพหลายชาติแล้วเนี่ยะก็วางไปเรื่อยๆ ไม่ใช่ไปวางของทิ้ง
 เรี่ยราดแล้วก็บอกปล่อยวางนะ คนละเรื่อง อันนั้นมันเป็นคนละอย่าง ปล่อยวางแล้ว วางั้น ขวด
 น้ำกินแล้วก็วางเฉย อาสนะปูนั่งก็เดินหนีเฉย ทั้งภาระไว้ให้คนอื่นอย่างเงี้ยะ ทำความสกปรกแล้ว
 ก็เดินเฉย ฉันทปล่อยวางแล้ว วางั้น นั่นไม่ใช่เนอะ อันนั้น จริงๆ แล้วเนี่ยะ อันนั้นเค้าไม่เรียกว่าการ

ปล่อยวาง คำเรียกว่าปล่อยเป็นภาระกับผู้อื่น ถ้าบอกว่าเบียดเบียนคนอื่นด้วยมัย เบียดเบียนเบียดเบียนคนอื่นไปด้วย ถามว่าเบียดเบียนเราด้วยมัย เบียดเบียนชิ นะ มันก็ทั้งทางตรงและทางอ้อม ถ้าเรารู้ธรรมะเข้าใจธรรมะจริงๆ เนี่ยะ มันเป็นทั้งประโยชน์ตนและก็ประโยชน์ท่าน แต่ถ้าเรารู้เพียงซีกใด ด้านใดด้านหนึ่ง มันก็ตอบสนองอัตโนมัติเรา แต่ยังเบียดเบียนคนอื่นด้วย หรือบางครั้งเราบอกทำเพื่อผู้อื่น แต่ที่ไหนได้มันก็ยังเบียดเบียนตัวเองอยู่ก็มี เพราะเรารู้ไม่จริง เมื่อเรารู้ไม่จริงเนี่ยะเราก็จะทิ้งสมมุติทิ้งบรรยัติเหล่านั้นไม่ได้ เมื่อเราทิ้งไม่ได้เราก็จะทุกข์ ติดอยู่ในวังวนของสิ่งเหล่านั้นแหละ มันเป็นเรื่องที่มันเรียกว่าทุกข์แล้วทุกข์อีก ข้ำชากนะ ข้ำชาก บางคนบอกข้ำชากจำเจ บางคนบอกเซ็ง บางคนบอกเบื่อ บางคนบอกท้อ บางคนบอกเมื่อไหร่จะจากโลกนี้ไปซักที อ้าว! ไปโน่นเลยบางคน แต่พอกลับไปบู๊ ลืมหมดเลย! ไม่ได้รู้เรื่องเลย เห็นมัย คำมีวิธีลืมนะ แค้กแล้วเราจะอยู่ไม่ได้ คำก็หลอกไว้ เอ้อ! ให้หลับแล้วก็ละลายทุกอย่างให้ลืม ให้หลับสนิท ตื่นมาก็รู้อีกแล้ว นอกจากคนความจำเสื่อมนะ ไม่รู้เลย แต่ก็ทุกข์อีก แบบคนความจำเสื่อมนะ ไม่ใช่ไม่ทุกข์ ไม่ได้รู้เรื่องราว แต่ก็ทุกข์อีกแบบหนึ่งนะ เราอย่าไปคิดแทนเขา เขาก็ทุกข์ก็อยู่ในโลกของเขา เหมือนคนบ้านะ เราอย่าไปคิดแทนนะ บางครั้งคนบ้านอาจจะไม่ทุกข์ หรือทุกข์ยิ่งกว่าเราก็ได้นะ นั่นแหละ เหมือนที่เคยอุปมาอุปมัยว่าบางคนหูหนวกตาบอด เราคิดว่าเออคำคงไม่ทุกข์ เราเพราะมีตามีหูนี้แหละเลยทุกข์ ในสิ่งที่ไม่อยากเห็นก็ได้เห็น สิ่งที่ไม่อยากได้ยินก็ได้ยิน มันเลือกไม่ได้นะ มันเลือกไม่ได้ ที่เราจะเห็นนะ บางครั้งลืมตามาเนี่ยะก็อาจจะเห็นทั้งสิ่งที่ถูกใจและไม่ถูกใจก็ได้ หรือบางครั้งอาจจะได้ยินทั้งเสียงที่เราชอบใจและไม่ชอบใจก็ได้ มันเหมือนกะว่าเราจะไปเลือกอย่างโง่ๆ อย่างนี้เนี่ยะบางครั้งมันก็เป็นทุกข์ไปอีก ทางที่ดีแล้วเนี่ยะเราเลือกที่จะไม่ทุกข์กับการเห็นได้ ไม่ทุกข์กับการได้ยินได้ ไม่ทุกข์กับการได้กลิ่นได้ ไม่ทุกข์กับการลิ้มรสได้ ไม่ทุกข์กับการถูกต้องสัมผัสได้ ไม่ทุกข์ไปกับธรรมารมณ์ที่เกิดขึ้นกับใจได้ นะ ไม่ทุกข์ได้นะ ถ้ามีสติปัญญาเท่าทัน พันทุกข์นะ พันทุกข์ดับทุกข์ แต่ถ้าสติปัญญาไม่เท่าทัน เอ้า! ก็เป็นเรื่องของเหตุและผล เป็นเรื่องของเหตุปัจจัย ที่จะต้องเป็นอย่างนั้น มันมีคำตอบอยู่ในตัวอยู่แล้ว เราไม่ต้องไปแสวงหาคำตอบเลย เหตุผลมีอยู่นั้น เพราะเหตุมันจึงมีผลอย่างนี้ มันมีผลอย่างนี้ก็เพราะเหตุอย่างนั้น มันชัดเจนอยู่แล้ว ฉะนั้นบางคนถึงบอกว่าถ้าไม่อยากทุกข์ก็อยากนอนหลับ หรือบางคนก็อยากจะให้มันหลับนานๆ ก็กินยานอนหลับ บางคนอยากจะหลับยาวๆ ก็กินยานอนหลับเกินขนาดเลยหลับไปเลยก็มีเหมือนกัน จริงๆ แล้วยังไม่อยากตายแต่มันหลับยาวเพราะกินเยอะไปก็มี อย่างนี้เป็นต้น นี่แหละ เพราะงั้นชีวิตของคนเราเนี่ยะ บางครั้งถ้าสติปัญญาไม่เท่าทันจิตเนี่ยะ บางครั้งความคิดบางอย่าง เราก็คิด เอ้อ! เราก็คิดไม่ฉลาด



เลยบางเรื่อง บางเรื่องก็คิดแล้วก็ชมตัวเองว่าฉลาด วา่จั้น ฉลาดหรือโง่ก็ยังไม่รู้ละ ถ้าฉลาดจริง มันก็คงไม่กลับมาคิดอีก แต่นี่ฉลาดชั่วขณะ เสร็จแล้วก็กลับมาทุกข์อีก เออ! ข้าแล้วข้าอีกนั่นแหละ จึงเกิดเบื่อเกิดเซ็ง เกิดอยากจะหลับๆ ให้มันนานๆ หน่อย อย่างเงี้ยะ แต่ถ้าเป็นพระพุทฺชนที่มีมานะ ท่านก็ไม่อยากรับรู้ปัญหาหรอก ฉันทิณชบาตเสร็จก็ เอ้า! ล้างบ่ล้างบาตร เก็บบ่เก็บบาตรให้เรียบร้อย เข้าฌานไปซะ จบ นิวงนิวรรณไม่ต้องมาทำให้มันรุ่มร้อนในหัวจิต หัวใจ ท่านก็มีวิธีอยู่ของท่านะในสมัยก่อน แต่สมัยนี้มันอยู่ยากนะ มันอยู่กับอะไรก็ไม่รู้ เยอะแยะไปหมด ทำให้วุ่นวายไปหมด บางครั้งพระเราก็ไม่ได้สงบนะ เพราะมันมีเรื่องให้ทุกข์ มีเรื่องให้กังวล มีภาระให้ต้องจัดต้องทำมากมาย ไม่ใช่เรื่องภาวนาอย่างเดียวแล้ว นั่นละ มันก็เลยวุ่น

แก่นิ้วนรณ

บางเรื่องบางอย่าง โยคีทั้งหลายหรือโยคาวจร อย่างพระเราเนี่ยะก็พยายามนะ พยายามฝึก พยายามปฏิบัติ อย่างน้อยมีสมาธิ จิตมันตั้งมั่น บางครั้งมันก็ยังไม่ค่อยวุ่นวายใจเท่าไร แต่ถ้า จิตเราแช่ดส่าย หรือซัดส่ายเนี่ยะบางครั้งก็อยู่ไม่ค่อยเป็นสุข แต่ก็มีทางออกนะ บางครั้งเราก็ทำกิจวัตร กวาดวัดบ้าง กวาดถนนหนทางบ้าง บางครั้งเก็บขยะขยะ บางครั้งก็เพลินไป เก็บขยะไปทิ้ง บางครั้งก็ เออ! ได้สติดีเหมือนกัน ไม่งง พอเก็บไปเก็บมา ก็เออ! รู้สึกได้สติขึ้นมา แก้ง่วง แก้ง่วงแก่นิ้วนรณต่างๆ พวกนี้ บางครั้งอย่าไปคิดว่าไม่มีประโยชน์นะ บางครั้งก็มีประโยชน์ อย่างบางรูปที่เคยมาเนี่ยะก็ฟุ้งมากๆ ให้ไปกวาดถนนหนทาง เช็ดถูเนี่ยะ บางครั้งรู้สึก ถ้าฉันได้อยู่ได้ครบ ว่างั้น ก็เออ! ก็มี พอไปนั่งกรรมฐานแล้วก็ดีขึ้น มันมีตั้งหลายวิธีนะ บางครั้งบางคน ต้องให้มันได้เหงื่อก่อน ถ้าไม่ได้เหงื่อเนี่ยะ บางครั้งต้องเหงื่อตกยางออกซะก่อน บางครั้งเหงื่อ ไชโย ที่นี้พอไปนั่งกรรมฐานก็ดี อาบน้ำอาบท่า เหมือนหลวงพ่อบุญมา ท่านบอกว่า “บางครั้งแก่นิ้วนรณบางอย่าง ให้ไปทำให้มันได้เหงื่อก่อน” ว่างั้น ท่านบอก มีอะไรก็ไปยก ไปจับ พอหาย ง่วงหาย ซึมหาย ฟุ้งชานแล้วเนี่ยะ ชำระล้างร่างกายให้สะอาดแล้วมานั่งคุ้ยบัลลังก์ตั้งกายตรง จี๊ด ขึ้น ยังจี๊ดก็มี เทคนิคหรือวิธีแก้มันมีตั้งหลายวิธี หลายอย่าง ไม่ใช่ว่าจะต้องตายตัวว่าต้องเดินเร็วๆ อย่างเดียว ไม่ใช่ นะ อันนั้นก็เป็นวิธีหนึ่ง หรือต้องเอาน้ำลูบหน้าลูบตา หรือว่าไปทำโน่นทำนี่ บางครั้งมันก็สามารถทำได้เพราะเรามีงานหลักคือการภาวนาเป็นหลัก งานอื่นเนี่ยะมันก็เป็น งานรองลงไป ซึ่งอันนั้นก็เป็นเรื่องของเราที่จะบำเพ็ญประโยชน์ บางครั้งเราก็แก่นิ้วนรณเหล่านี้ ด้วยการบำเพ็ญประโยชน์ผู้อื่น มันก็เป็นประโยชน์เพื่อผู้อื่นด้วย เป็นประโยชน์กับเราด้วย อย่าง เวลาเรากวาด เราเช็ด เราถู ก็เป็นประโยชน์เราด้วย เราได้เดินได้นั่ง ได้ใช้ร่วมกับผู้อื่นด้วย อย่าง เงี่ยะ บางครั้งมันก็เลยรู้สึกดี เนี่ยะเห็นมัย สะอาดกาย สะอาดใจ สะอาดที่อยู่ สะอาดที่อาศัย บางครั้งสภาพแวดล้อมเหล่านี้มันก็ช่วยกล่อมเกล่า ทำให้ใจเราร่มเย็นดี สงบและก็เป็นระเบียบ ช่วยได้มาก บางคนมัวแต่จมอยู่ตรงนั้น บางครั้ง เอ้! ทำไมอารมณ์มันไม่เปลี่ยนแปลงได้ จิตเรามันจม อยู่ ยึดอยู่ ถืออยู่ สำคัญมันหมายอยู่แต่กับสิ่งนั้น พอเปลี่ยนอารมณ์ไปบ้างเนี่ยะ อ้าว! รู้สึกว่า ทำได้ดีนะ ทำได้ดี นั่นแหละ คนเราบางครั้งก็ยึดติด ยึดติดคิดว่าจะต้องอย่างงี้ อย่างงี้ อย่างงี้ บางครั้งมันไม่ได้เสมอไป มันไม่ใช่กฎตายตัว เหมือนบางคนเนี่ยะก็คิดว่าจะต้อง ไม่นอนเลย พอ ไม่นอนมันก็หงุดหงิดชิ แต่พอนอนมันก็ลืม มันวางสิ่งที่มันเป็นภาระของเราหมดแล้ว กลับตื่นขึ้น มากลับกำหนดได้ดีกว่าอีก อ้าว! มันก็มี เพราะช่วงที่เราเคร่งเครียดกับการกำหนดนะ มันยึดถือ

สัมภาระมากมาย ไม่รู้จะทำอะไรก่อนอะไรหลัง มันเครียดจนกำหนดทิศทางตัวเองไม่ถูก แต่พอวางลงไป อ้าว! รู้สึกดีเลย เหมือนพระอรหันต์นะ เครียดกับเรื่องที่จะต้องสำเร็จเป็นพระอรหันต์ เพราะประชุมสังคายนาอยู่ข้างหน้า แต่สุดท้ายท่านก็ เออ! วางได้ ถ้าพูดภาษาชาวบ้านก็ซั้งหัวมัน ขอพักซักหน่อย อย่างเงี้ยะ พอเอนหนอ เอนหนอ ลงมา อ้าว! ศีรษะยังไม่ทันถึงหมอนเลย หลังก็ยังไม่แตะพื้น อ้าว! สำเร็จเป็นพระอรหันต์แล้ว อย่างเงี้ยะ นั่นแหละ บางครั้งมันไม่ได้ตายตัวว่าจะต้องแบบนั้น จะต้องแบบนี้เสมอไปนะ แต่บางครั้งเราก็กียัด ยัดมันถือนั่นกับรูปแบบหรือวิธีการเหล่านั้นมากเกินไป บางครั้งมันก็มี มีบางอย่างที่มันต้องนอกบ้าง นอกกรอบแต่ไม่ได้นอกธรรมนอกวินัยนะ ก็ยังอยู่ในธรรมในวินัยนี้แหละ ไม่ได้นอกธรรมวินัย ปฏิบัติตามธรรมวินัยนี้แหละ แต่ว่าเราทำไม่ถูกนะ บางครั้งเราก็ไม่ถูกเหตุปัจจัยในขณะนั้น เหตุปัจจัยนั้นมันก็เลยไม่เปลี่ยน สภาวะหรืออารมณ์ต่างๆ มันก็เหมือนติดขัดอยู่ พอเราไปทำอีกสิ่งหนึ่งที่เราคิดว่าทำแล้วกลัวจะเสียสมาธิ ทำแล้วกลัวสมาธิญาณตกต่ำ ทำแล้วกลัวโน่นกลัวนี่ ก็กลัวจะไม่ได้ญาณสืบทอดอย่างงี้ เอาไปเอามาเลยไม่ต้องได้ชักญาณแล้ว ยานโตงเตง ไปตามอายุชัยไปนั่นแหละ



อาศัยธรรมะเป็นเรือส่งข้ามฝั่ง

พอกังวลมากไป สำคัญมันหมายมากเกินไป จะต้องได้แบบนี้แบบนั้นแหละ บางครั้งก็เลยไม่ได้ชักชวนมันละ เนี่ยะมันเป็นเรื่องของความสำคัญมันหมาย กลายเป็นสิ่งที่เรายึดถือไปหมด ทั้งๆ ที่ท่านสอนให้ละไว้ วางไว้ ให้เอาธรรมะเนี่ยะเป็นเหมือนเรือ เป็นเหมือนแพ เหมือนเรือเหมือนแพที่จะพาเราข้ามฟาก ถ้ามันแต่เสียตายเรือ เสียตายแพอยู่เนี่ยะ ก็ไม่ได้แค่คนแจวเรือเท่านั้นแหละ แจวเรือเสร็จก็กลับมา คนอื่นเค้าก็อาศัยเรือที่เราแจวที่เราพายนี้แหละข้ามฟากไปโน้นแล้ว เรายังแจวอยู่นี้แหละ ไม่ยอมขึ้นฝั่งโน้นซักที ไปไม่ถึง แค่ส่งคนไปนะ เสร็จแล้วก็กลับ เห็นแค่ค่าจ้างเท่านั้นเอง เห็นแค่เงินค่าจ้าง ทำให้เราผูกพันและติดยึดอยู่ตรงนี้ ติดยึดอยู่ในเรือนี้ หรือสิ่งที่เราคิดว่าจะพาเราไป แต่แล้วเราก็ตัดยึดอยู่กับสิ่งตรงนี้ เราก็เลยขึ้นฝั่งไม่ได้ เมื่อขึ้นไม่ได้ก็ต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่อย่างนี้ตลอด ไม่หลุดไปซักที สำคัญมันหมายยึดถือเกินไป บางครั้งก็เลยไม่ได้ใช้เพื่อเป็นยานพาหนะไปถึงจุดหมายปลายทาง ถ้าเป็นอย่างนี้เมื่อถึงจุดหมายปลายทางก็ไม่ว่าสำคัญมันหมายแล้ว ไปถึงจุดหมาย แต่คนที่ยังรู้สึกว่าคุณค่าจ้างรางวัลคือกามคุณอารมณ์ทั้งห้าในโลกนี้มันยังน่าเสพบริโภคอยู่เนี่ยะ ก็จะต้องกลับมาอีก มันยังไม่พอ ยังไม่พอ ส่วนคนที่เห็นโทษแล้วก็ไม่กลับมา เหตุปัจจัยมันส่งให้หลุดให้พ้นไปแล้ว ไม่กลับมาอีก ส่วนผู้ที่ยังพร่องอยู่เนี่ยะ ก็ยังอยากจะเติมเต็มไปเรื่อยๆ ไม่มีวันจบสิ้น เติมแล้วเติมอีก เติมแล้วเติมอีก ไม่จบไม่สิ้น ก็จะเป็นอย่างนี้ฉะนั้นโยคีทั้งหลาย โยคาวจร ต้องพยายามรู้ให้ทันนะ รู้ให้ทันที่เราอบรมกาย อบรมใจ อบรมสติ อบรมปัญญา ทั้งยืน ทั้งเดิน ทั้งนั่ง ทั้งนอน ทั้งการกำหนดอิริยาบถใหญ่ อิริยาบถย่อย เพื่อให้เรารู้แจ้งเห็นจริงในสิ่งที่เป็นอย่างนี้ ไม่ใช่สิ่งที่มันเป็นเท็จ จริงสมมุติก็รู้ให้จริง จริงแท้ จริงโดยขั้นปรมัตถ์มีแค่ ธาตุสี่ ชันธ์ห้า มีแค่ธาตุแค่ชันธ์เท่านั้นที่อาศัยกันอยู่ สุดท้ายก็ไม่ได้มีอะไร ถ้าเรารู้เท่าทันก็จะมีเรา เมื่อไม่มีเราก็ไม่มีเขา ทุกอย่างก็เป็นอนัตตา ธรรมะของพระพุทธเจ้า พระองค์ตรัสรู้นะทรงเปิดเผยอนัตตานะไม่ใช่เปิดเผยอัตตา เพราะอัตตาในโลกนี้เค้าสอนกันอยู่แล้ว พระสัมมาสัมพุทธเจ้าอุบัติขึ้นมาเพื่อที่จะสอนเรื่องอนัตตา สอนเรื่องวิปัสสนานี้แหละ เรื่องอนัตตาเรื่องของเหตุเรื่องของปัจจัย ไม่ใช่สอนเพื่อเอาใจใคร สมัยโน้นถ้าเอาใจพราหมณ์ก็ต้องสอนแบบให้คนยึดมั่นถือมั่นในเรื่องของอัตตา แต่นี้เป็นเรื่องของอนัตตาที่ทรงเปิดเผย ถ้ายังมีตัวตน ยังมีธาตุมีชันธ์ ยังมีอัตภาพโน้นนี้อยู่ เดียวมันก็แตกสลายไปอย่างเดิมอีก เพราะมันตกอยู่ในกฎของพระไตรลักษณ์อยู่ นั่นแหละ

“
 ไม่ต้องบอกว่าไม่อยากบรรลุหรอก
 ถึงเวลาบรรลุเนี่ยะ พูดยังไม่ได้หรอก
 บรรลุก็บรรลุแน่นอน ถ้าเหตุปัจจัยครบถ้วน
 ”

เมื่อเหตุปัจจัยพร้อมก็ไม่มีอะไรขวางได้

ฉะนั้น เราก็ต้องพยายาม ในเมื่อทุกอย่างมันเป็นอนัตตา ที่เห็นๆ คือเราบังคับมันไม่ได้ ที่ไม่ได้ตั้งใจ ไม่ได้ตั้งปรารถนานี้ละ ในทำนองเดียวกัน ถ้าเหตุปัจจัยมันครบถ้วน ใครจะไปบังคับได้ละ ไปบังคับไปขวางกั้นการบรรลุเนี่ยะ เป็นไปไม่ได้ ถ้าเหตุปัจจัยมันพร้อม ไม่มีเหตุปัจจัยอื่นที่มีกำลังเหนือกว่า แน่นนอนที่สุด ไม่ต้องบอกว่าไม่อยากบรรลุหรอก ถึงเวลาบรรลุ พูดยังไม่ได้หรอก บรรลุก็บรรลุแน่นอน ถ้าเหตุปัจจัยครบถ้วน ถ้ายังไม่ครบถ้วน ถ้ายังไม่บริบูรณ์ จะปรารถนาแค่ไหน ก็เป็นเพียงแค่ความปรารถนา เหมือนคนแค้นงัสมาธิแล้วก็นึกว่าตัวเองได้บรรลุขั้นนั้นขั้นนี้เท่านั้นเอง จะต่างอะไรกับคนที่หลับไม่สนิทละ ก็นอนฝันไปว่าตัวเองได้ไปโน่นไปนี่เท่านั้นเอง ถ้าไปที่ดีหน่อยตื่นมาก็รู้สึกดี ถ้าไปในที่ไม่ดีหน่อยก็วิ่งหนีแต่คนไล่ฆ่าไล่ฟันอยู่ วิ่งหนีผี กลัวผีหลอกอยู่ นี่ ตื่นมาจะลูกก็ลูกแทบไม่ไหว เหนื่อย อย่างงี้ก็มี นั่นแหละคนเราก็เป็นอย่างงั้น ถ้าหลับสนิทก็เหมือนกับล้มทุกอย่างหมดเลยเหมือนกับนิพพานไปเลย ไม่มีเกิดไม่มีตายอะไรเลย เจียบ ตื่นมาอีกถึงค่อยรู้ นั่นแหละ ให้เรามองเรื่องการหลับเรื่องการตื่นพวกนี้ละ ให้เป็นคติธรรมให้เป็นคติสอนใจเรา สอนจิตสอนใจเรา ถ้าเราหลับสนิทได้เราก็ล้มทุกอย่าง แต่ถ้าเราหลับไม่สนิทวันไหนเนี่ยะมันก็เหมือนกับล้มบ้างไม่ล้มบ้าง หรือถ้าเราตื่นมาเนี่ยะทำยังไง มันจะทำให้เรามีสติมีปัญญาเท่าทันในช่วงขณะที่เราตื่น จะได้ไม่ต้องทุกข์หรือจมอยู่กับอารมณ์ที่เราเคยยึดเคยถือ จิตจะได้มีอิสระจากสิ่งเหล่านั้นมากขึ้นเรื่อยๆ ช่วงต่อไป ที่นี้ให้พวกเรานั่งสมาธิ นั่งกรรมฐานกันสักหน่อย กลับไปที่อารมณ์หลัก กลับไปที่อารมณ์เดิม ไปที่นั่น ไปที่ถูกต้อง ไปที่อาการระอาการ อาการพอง อาการยุบก็ได้ หรืออารมณ์ไหนที่ชัดเจนอยู่ตอนนี้ อารมณ์นั้นก็พยายามกำหนด เอาตั้งใจนะ



นานาสาระจากพระอภิธรรมปิฎก

วงศ์พรรณ.โอ

กสสุ (๖)

สวัสดีค่ะท่านผู้อ่านที่เคารพ ฉบับที่แล้วเราได้แสดงเรื่องของอกุศลกรรม ข้อกาเมสุมิฉาจาร และ มุสาวาทไปแล้ว แต่ยังติดค้างเรื่องของสัมผัสปปลาปะ และอกุศลกรรมทางมโนทวารไว้ ฉบับนี้เราจะมาต่อกันเลยนะคะ

๗. สัมผัสปปลาปะ

ก็คือการพูดเพื่อเจ้อเหลวไหลไม่เป็นสาระ องค์ประกอบมี ๒ ประการคือ

๑. เจตนา กล่าววาจาที่ไม่เป็นประโยชน์

๒. กล่าววาจาที่ไม่เป็นประโยชน์นั้น

สัมผัสปปลาปะนี้ จึงสำคัญที่อกุศลเจตนาที่เป็นเหตุแห่งการกล่าวสัมผัสปปลาปะ ส่วนถ้อยคำที่กล่าวขึ้นเป็นผลของสัมผัสปปลาปะเจตนาตนเอง คำพูดที่ไม่เป็นสาระนี้ พระพุทธองค์ได้แสดงไว้ในสามัญผลสูตร ศีลขันธวรรค พระบาลีว่า มีอยู่ ๓๒ ประการ ที่เรียกกันทั่วไปว่า ดิรัจฉานกถา คือคำกล่าวที่ขัดขวางต่อมรรค ผล นิพพาน ดังต่อไปนี้คือ

๑. ราชกถา ได้แก่พูดเรื่องต่างๆ ที่เกี่ยวกับพระมหากษัตริย์

ตลอดจนพระประยูรญาติ

๒. โจรกถา ได้แก่พูดเรื่องของโจรต่างๆ

๓. มหามตตกถา ได้แก่พูดเรื่องข้าราชการ อำมาตย์ ราชมนตรี รัฐบาล

๔. เสนากถา ได้แก่พูดเรื่องทหาร ตำรวจ

๕. ภัยกถา ได้แก่พูดเรื่องภัยต่างๆ

๖. ยุทธกถา ได้แก่พูดเรื่องอาวุธ ยุทธศาสตร์

๗. อนนกถา ได้แก่พูดเรื่องอาหารการกินต่างๆ

๘. ปานกถา ได้แก่พูดเรื่องเครื่องดื่มต่างๆ

๙. วตถกถา ได้แก่พูดเรื่องเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม

๑๐. สยณกถ์	ได้แก่งานเรื่องที่หลับนอน
๑๑. มาลากถ์	ได้แก่งานเรื่องดอกไม้และการจัดดอกไม้
๑๒. คนธกถ์	ได้แก่งานเรื่องกลิ่นหอมต่างๆ
๑๓. ญาติกถ์	ได้แก่งานเรื่องญาติ
๑๔. ยานกถ์	ได้แก่งานเรื่องรถ เรือ ยานพาหนะต่างๆ
๑๕. คามกถ์	ได้แก่งานเรื่องหมู่บ้านต่างๆ
๑๖. นิคมกถ์	ได้แก่งานเรื่องนิคมต่างๆ
๑๗. นครกถ์	ได้แก่งานเรื่องนคร หรือจังหวัดต่างๆ
๑๘. ชนบทกถ์	ได้แก่งานเรื่องเมืองชนบทต่างๆ
๑๙. อิตถีกถ์	ได้แก่งานเรื่องหญิง
๒๐. ปุริสกถ์	ได้แก่งานเรื่องชาย
๒๑. กุมารีกถ์	ได้แก่งานเรื่องหญิงสาว
๒๒. กุมารกถ์	ได้แก่งานเรื่องชายหนุ่ม
๒๓. สूरกถ์	ได้แก่งานเรื่องความกล้าหาญ
๒๔. วิลิชาตกถ์	ได้แก่งานเรื่องถนนหนทางต่างๆ
๒๕. กุมภฏฐานกถ์	ได้แก่งานเรื่องทำน้ำต่างๆ
๒๖. บุพพเปตกถ์	ได้แก่งานเรื่องญาติที่ล่วงลับไปแล้ว
๒๗. นานตตกถ์	ได้แก่งานเรื่องต่างๆนานา
๒๘. โลกกษายิกถ์	ได้แก่งานเรื่องโลกและผู้สร้างโลก
๒๙. สมุททุกษายิกถ์	ได้แก่งานเรื่องมหาสมุทรและผู้สร้างมหาสมุทร
๓๐. อิติวาทกถ์	ได้แก่งานเรื่องความเจริญและความเสื่อมต่างๆ
๓๑. อรณญกถ์	ได้แก่งานเรื่องป่าต่างๆ
๓๒. ปพพตกถ์	ได้แก่งานเรื่องภูเขาต่างๆ

สัมผัสปลาปะที่เป็นไตรยางศ์เหล่านี้ โดยมากมักเกิดกับพวกนักร้อง นักแสดง และ นักประพันธ์นวนิยาย ที่ไม่มีคติธรรมต่างๆ หรือชาวโลกทั้งหลายที่อาศัยพูดจาทำมาหากิน เพื่อให้ชีวิตดำรงอยู่ได้ ส่วนใหญ่เป็นไตรยางศ์ เว้นแต่จะเป็นการสนทนาธรรมเพื่อน้อมนำจิตใจให้ตั้งอยู่ในกุศลจิต

ปัจจัยของสัมพัปปลาปะคือ การทำความเพียรเพื่อให้สำเร็จสัมพัปปลาปะนั้น มีวิปปโยคะ อย่างเดียว คือยอมเกิดทางวิทวารเป็นส่วนมาก

ผู้ใดยอมกล่าวสัมพัปปลาปะอยู่เสมอๆเป็นนิตยแล้ว ย่อมจัดเป็นมหาสาวชชะ คือมีโทษมาก ส่วนผู้ที่กล่าวสัมพัปปลาปะบ้างเป็นบางครั้งบางคราว ย่อมจัดเป็นอัปสาวชชะ คือมีโทษน้อย

อกุศลวจีกรรม คือ มุสาวาท ปิสุณวาจา ผรุสวาจาและสัมพัปปลาปะ ทั้ง ๔ ประการนี้ ชื่อว่าวจีกรรม เพราะเกิดทางวิทวาร ได้แก่ วจีวิญญาณุติ เป็นส่วนมาก วจีกรรมนี้ ได้แก่ กิริยาอาการเป็นไปของปาก คือการพูดหรือการกล่าววาจา ได้แก่ วิญญาณุติรูปนั่นเอง วาจา มี ๔ ประการ คือ

๑. สัททวาจา ได้แก่ เสียงที่พูดขึ้น
๒. วิรตีวาจา ได้แก่ การงดเว้นจากวจีทุจริต
๓. เจตนาวาจา ได้แก่ เจตนาที่ทำให้วจีวิญญาณุติรูปเกิด
๔. โภปนวาจา ได้แก่ กิริยาอาการพิเศษที่เป็นไปในถ้อยคำพูด

และสามารถให้ผู้ฟังรู้ความประสงค์ของตนได้

วจีวิญญาณุติรูป เป็นประตูออกแห่งการเกิดขึ้นของวจีกรรมทั้ง ๔ ประการนี้ มีมุสาวาท เป็นต้น



ต่อไปเราจะมาว่าด้วยเรื่องของอกุศลทางมโนกรรมกันนะคะ

มโนกรรม หมายถึง การงานที่เกิดขึ้นทางใจ อกุศลมโนกรรม เป็นการงานที่รวมอยู่ในอกุศลกรรมบถ ๑๐ มี ๓ ประการ ได้แก่ อภิชฌา พยาบาท และ มิจฉาทิฏฐิ

๘. อภิชฌา

อภิชฌา หมายถึง ความเพ่งเล็งอยากได้ในทรัพย์สินสมบัติของผู้อื่น องค์ธรรมได้แก่ โลกเจตสิก โลกะมี ๒ อย่าง คือ

๑. ธมมียโลก คือความอยากได้โดยชอบธรรม ได้แก่ บุคคลใดเมื่อประสบ
อารมณ์ที่ดี ย่อมมีความพอใจอยากได้อารมณ์นั้น จึงแสวงหา
ด้วยความสุจริต โดยการซื้อ แลกเปลี่ยน หรือขอ เป็นต้น

๒. อธมมียโลก คือความอยากได้โดยไม่ชอบธรรม ได้แก่ ผู้ที่ประสบอารมณ์
ที่ดีเป็นที่พอใจอยากได้ แล้วคิดหาหนทางขโมย ฉ้อโกง
จี้ ปล้น เป็นต้น บุคคลที่มีความอยากได้แต่ไม่ยอมซื้อ แลก
เปลี่ยน หรือขอ เหล่านี้ จัดเป็น อธัมมียโลกะ คือตัวอภิชฌา

องค์ประกอบแห่งอภิชฌา มี ๒ ประการ คือ

๑. ปรภณฺทํ ทรัพย์สินสมบัติของผู้อื่น

๒. อตฺตโน ปริณามํ มีจิตคิดให้เป็นของตน

ถ้าครบองค์ประกอบทั้ง ๒ ประการนี้แล้ว ย่อมเป็นอันว่า ล่วงกรรมบถเป็นมโนทุจริต
ได้ตามองค์แห่งกรรมบถนี้ ปรภณฺทํ คือทรัพย์สินสมบัติของผู้อื่น หมายถึงเอาวิญญานกทรัพย์
และสวิญญานกทรัพย์ ที่เป็นสัตว์เลี้ยงต่างๆ รวมทั้งมนุษย์ หญิง ชาย ที่มีเจ้าของ หรือคู่หมั้น
ที่หมายจองตัวไว้แล้ว ส่วนคนอื่นนอกจากนี้ที่ไม่มีเจ้าของ หรือผู้จองตัวไว้แล้ว ไม่จัดว่าเป็น
ปรภณฺทะ เช่น หญิง ๘ จำพวกมีมาตุรฤชิตา เป็นต้น จนถึง ธมมรฤชิตา เหล่านี้ ชายใดเพ่ง
เล็งพอใจอยากได้ ไม่เป็นอภิชฌา

ปัจจัยของอภิชฌา มีได้แสดงไว้ในองค์ประกอบโดยเฉพาะเหมือนอกุศลกรรมบถ
ที่เกิดทางกายทวาร และวจีทวาร เพราะเป็นเพียงการคิดนึก และความหนักเบาของอภิชฌา
ต้องวินิจฉัยที่เจ้าของทรัพย์ ถ้าเจ้าของเป็นผู้มีศีลธรรม ผู้เพ่งเล็งอยากได้ย่อมมีโทษมาก ถ้า
เจ้าของทรัพย์เป็นผู้ไม่มีศีลธรรม ผู้เพ่งเล็งย่อมมีโทษน้อย

๙. พยาบาท

พยาบาท คืออาการที่มุ่งร้ายต่อผู้อื่น ความไม่พอใจ ไม่ชอบใจ ในอนิภูตรมณ เป็นอาการของโทสะตามธรรมดา ยังไม่จัดว่าเป็นมโนทุจริต เป็นแต่เพียงพยาบาทกายคันถะ หรือพยาบาทนิรณฺทณํเท่านั้น ยังไม่ถึงขั้นพยาบาทที่เป็นมโนทุจริต พยาบาทที่เป็นมโนทุจริตนั้น ต้องเป็นโทสะชนิดหยาบมาก มีอาการมุ่งร้ายต่อผู้อื่น อันมีความปรารถนาที่จะทำลายประโยชน์และความสุขของผู้อื่นให้เสียไป เช่น เมื่อโกรธแค้นผู้อื่น ก็อาฆาต คิดในใจหาวิธีการทำให้ผู้นั้นเกิดความพินาศเสียหาย หรือนึกแค้นผู้นั้นให้ได้รับอันตรายเสียหายต่างๆ โทสะชนิดหยาบอย่างนี้ จึงจัดเป็นมโนทุจริต

องค์ประกอบแห่งพยาบาทมี ๒ ประการ คือ

๑. ปรสฺสโต มีผู้อื่น

๒. วินาสจินฺตา คิดให้ความเสียหายเกิดขึ้น

ถ้าครบองค์ประกอบ ๒ ประการนี้แล้ว ก็เป็นอันว่าล่วงกรรมบทเป็นมโนทุจริต อนึ่งผู้มีความเศร้าโศกเสียใจ คิดทำลายตนเองอยู่เสมอๆ ไม่จัดเป็นพยาบาทมโนทุจริต เพราะขาดองค์ที่ว่า ปรสฺสโต จึงไม่เป็นการล่วงกรรมบท

เรามาดูความแตกต่างระหว่างเจตนาของปาณาติบาตกับพยาบาทกันนะคะ

วรกเจตนาของปาณาติบาตนั้น เป็นเจตนามุ่งร้ายกระทำต่อกายผู้อื่น จัดเข้าในวิติกมกิลส ส่วนวรกเจตนาของพยาบาทนั้น เป็นเจตนาร้ายที่เกิดกับใจตนเอง จัดเข้าในปริยภูฐานกิลส

บโยคะของพยาบาท มิได้แสดงเป็นองค์ประกอบไว้ จึงสงเคราะห์ได้เช่นเดียวกับบโยคะของอภิชฌา และความหนักเบาของพยาบาทก็ขึ้นกับผู้อื่น ถ้าเป็นความพยาบาทมาดร้ายต่อผู้มีศีลคุณ สมาธิคุณ และปัญญาคุณ ก็มีโทษมาก ถ้าเป็นความพยาบาทต่อผู้ไม่มีศีลธรรมก็มีโทษน้อย

๑๐. มิจฉาทิฏฐิ

มิจฉาทิฏฐิ คือความเห็นผิดไปจากความเป็นจริง เรื่องมิจฉาทิฏฐินี้ พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้อย่างกว้างขวาง มีสักกายทิฏฐิ ความเห็นผิดที่ยึดมั่นในขั้น ๕ ว่าเป็นเรา มีมิจฉาทิฏฐิ ๖๒ ประการที่แสดงไว้ใน พรหมชาลสูตร และ นียตมิจฉาทิฏฐิ ที่แสดงไว้ในสามัญญผลสูตร สำหรับมิจฉาทิฏฐิในมโนทุจริตนี้ มุ่งหมายเอานียตมิจฉาทิฏฐิ ๓ ประการ อันเป็นมิจฉา

ทิวฏฐิอย่างหยาบ ที่ให้สำเร็จเป็นอกุศลกรรมบถได้ ส่วนมิจฉาทิวฏฐิอย่างอื่นนั้น เป็นเพียงทิวฏฐิสามัญเทานั้น มารูจักนียตมิจฉาทิวฏฐิ ๓ ประการนั้นกันว่าเป็นอย่างไรนะคะ ดังนี้

๑. นัตถิทิวฏฐิ มีความเห็นว่า ทำอะไรก็ตาม ผลที่พึงได้รับนั้นย่อมไม่มี ความเห็นผิดชนิดนี้ จัดเป็นอุจเฉททิวฏฐิด้วย คือ เห็นว่าสัตว์ทั้งหลายตายแล้วก็สูญ ไม่มีการเกิดอีก ในสามัญญผลสูตรแสดงความเห็นผิดชนิดที่เป็นนัตถิทิวฏฐินี้ว่า ได้มาจากความเห็นผิด ๑๐ อย่าง คือ

- | | |
|--|---|
| ๑. นตฺถิ ทินฺนํ | เห็นว่าการให้ทานไม่ได้รับผลแต่อย่างใด |
| ๒. นตฺถิ ยิฏฺฐํ | เห็นว่าการบูชาต่างๆไม่ได้รับผล |
| ๓. นตฺถิ หุตํ | เห็นว่าการต้อนรับเชื้อเชิญไม่ได้รับผล |
| ๔. นตฺถิ สุกตทุกกตํ กมฺมานํ ผลํ วิปาโก | เห็นว่าการทำดี ทำชั่ว ไม่ได้รับผลแต่อย่างใด |
| ๕. นตฺถิ อโย โลกํ | เห็นว่าผู้มาเกิดในภพนี้ไม่มี |
| ๖. นตฺถิ ปโร โลกํ | เห็นว่าผู้ไปเกิดในภพหน้าไม่มี |
| ๗. นตฺถิ มาตา | เห็นว่าคุณมารดาไม่มี |
| ๘. นตฺถิ ปิตา | เห็นว่าคุณบิดาไม่มี |
| ๙. นตฺถิ โอปปาติกา | เห็นว่าสัตว์ที่ผูกโตในทันที |
| | คือ สัตว์นรก เปรต เทวดา พรหม ไม่มี |

๑๐. นตฺถิ โลเก สมณพราหมณา สมคฺคตา สมมาปฏิปนฺนา เย อิมญฺจ โลกํ ปรยจ โลกํ สยํ อภิญฺญา สจฺฉิกิตฺวา ปเวเทนฺติ เห็นว่าสมณพราหมณ์ที่รู้แจ้งโลกนี้ และโลกหน้าด้วยตนเอง และสามารถแนะนำชี้แจงสมณพราหมณ์ ที่ถึงพร้อมสามัคคี ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบนั้นไม่มี

ผู้มีนัตถิทิวฏฐินี้ มีความเห็นปฏิเสธผล ซึ่งเท่ากับปฏิเสธอำนาจแห่งกุศล อกุศล เจตนา ที่เป็นเหตุให้เกิดผลต่างๆด้วย

๒. อเหตุกทิวฏฐิ คือผู้ที่มีความเห็นว่า สัตว์ทั้งหลายที่กำลังได้รับความลำบากหรือความสบายก็ตาม ไม่ได้อาศัยเหตุใดๆให้เกิดขึ้นเลย เป็นไปเองทั้งนั้น ผู้มีอเหตุกทิวฏฐินี้ มีความเห็นปฏิเสธเหตุ ไม่เชื่อว่า กรรมดีหรือกรรมชั่วที่สัตว์ทั้งหลายได้กระทำกันอยู่ทุกวันนี้ จะเป็นเหตุที่ก่อให้เกิดผลได้ ผู้ที่ปฏิเสธเหตุ เท่ากับเป็นการปฏิเสธทั้งเหตุและผลพร้อมกันไปด้วย

๓. อภิริยาทิกฺขุณี มีความเห็นว่า การกระทำต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการทำดี ทำชั่ว ของสัตว์ทั้งหลายนั้น จะทำเอง ใช้ให้ผู้อื่นทำก็ตาม ไม่ได้ชื่อว่าเป็นบาป บุญแต่อย่างใด ความเห็นผิดชนิดอภิริยาทิกฺขุณีนี้ เป็นความเห็นที่ปฏิเสธกรรมอันเป็นเหตุ ฉะนั้นจึงเท่ากับว่าปฏิเสธผลของกรรมด้วย

ในสามัญญผลสูตรได้แสดงนิยตมิจฉาทิกฺขุณี ๓ ประการ ของคณาจารย์เดียริยที่ เป็นครูทั้ง ๖ ว่า

อชิตเกสกัมพล มีความเห็นผิดชนิดที่เป็น นัตถิกทิกฺขุณี

มักขลิโคสาล มีความเห็นผิดชนิดที่เป็น อเหตุกทิกฺขุณี

ปุรณกัสสป มีความเห็นผิดชนิดที่เป็น อภิริยาทิกฺขุณี

นิยตมิจฉาทิกฺขุณีนี้ เป็นความเห็นผิดชนิด ที่สามารถส่งผลให้เกิดในนิรยุภูมิอย่างแน่นอน แม้พระพุทธองค์ก็โปรดไม่สำเร็จ ทั้งนี้เพราะ ทิกฺขุณี กับ ปัญญา มีสภาพตรงกันข้าม เข้าร่วมกันไม่ได้ เหมือนความมืด กับ ความสว่าง หรือเหมือนคน ๒ คน ที่หันหลังให้กัน แล้วออกวิ่งไปข้างหน้า ต่างก็จะห่างไกลกันออกไปทุกที คือในด้านปัญญานั้น มีความเจริญขึ้นจนรู้แจ้ง อริยสัจ ๔ โดยได้รับการอุปการะจากศรัทธา วิริยะ สติ และสมาธิ ไม่มีสิ่งใดจะมาทำลายปัญญาของผู้นั้นได้เลย เขาย่อมมีความเลื่อมใสเป็นพิเศษในคุณพระรัตนตรัย เชื่อในกรรม และผลของกรรม เชื่อว่าตายแล้วจะต้องเกิดอีก ถ้ากิเลสของผู้นั้นยังหลงเหลืออยู่ นั่นคือปัญญาของผู้นั้นได้เข้าถึงความเป็น สัมมัตตนิยต คือปัญญานั้นมีสภาพเป็นความดี และให้ผลที่แน่นอน ฉะนั้นผู้นั้นจึงชื่อว่า เป็นพระโสดาบัน พ้นจากการไปเกิดในอบายภูมิได้โดยแน่นอน

ส่วนทางด้านทิกฺขุณีนั้น เมื่อมีความเจริญขึ้น โดยได้รับการอุปการะจากมิจฉาสังกัปปะ มิจฉาวายามะ มิจฉาสมาธิ ย่อมยึดในความเห็นผิดของตนไว้อย่างแน่นหนา จนพระสัมมาสัมพุทธเจ้าโปรดไม่ได้ เวลานั้นทิกฺขุณีของผู้นั้นก็เข้าถึง มิจฉตตนิยต คือทิกฺขุณีที่มีสภาพเป็นความชั่ว และให้ผลแน่นอน ฉะนั้นผู้มีความเห็นผิดชนิดนี้ ย่อมไม่มีความหวังสำเร็จมรรคผลเป็นพระอริยบุคคลได้ แต่กลับต้องไปเสวยทุกข์เวทนาในอเวจีมหานรก เมื่อตายจากโลกนี้ไปแล้วโดยแน่นอน

องค์ประกอบของมิจฉาทิกฺขุณี มี ๒ ประการ คือ

๑. อตถวิปริตตา เนื้อความที่ได้ยึดไว้นั้นผิดจากความเป็นจริง

๒. ตถาภาวุปปุณฺณํ มีความเห็นว่าเป็นความจริง

ครบองค์ประกอบทั้ง ๒ นี้แล้ว ความเห็นผิวนั้นก็เป็นอันล่วงกรรมบถเป็นมโนทุจริต
 ที่นี้เรลองมาดูกันนะคะว่า มิจฉาทิฏฐิ เป็นเหตุให้ทุจริต ๑๐ อย่างเกิดขึ้นได้อย่างไร

ธรรมดามิจฉาทิฏฐิบุคคลนั้น ย่อมยึดมั่นในความเห็นผิด ไม่ละอายและหวาดกลัว
 ต่อการทำทุจริตต่างๆ แต่ที่ไม่กล้าทำทุจริตลงไปนั้น เพราะเกรงอำนาจกฎหมายบ้านเมือง
 เท่านั้น ถึงแม้กระนั้นถ้ามีช่องทางหลบหลีก หรือได้โอกาสเมื่อใด ก็ย่อมจะกล้ากระทำลงไป
 ทันที แต่สำหรับทุจริตที่ไม่ผิดกฎหมายแล้ว ย่อมกระทำได้อย่างเต็มที่ ไม่มีความเกรงกลัว
 แต่อย่างใด จึงประพฤติดังไปไปในทางทุจริตเป็นส่วนมาก มีกายทุจริตบ้าง วจีทุจริตบ้าง มโน
 ทุจริตบ้าง จะมีการประกอบกุศลกรรมบ้าง ก็มักเกี่ยวกับการหาชื่อเสียงในทางสังคม และ
 เกี่ยวกับประโยชน์ตนเป็นใหญ่ เช่น ช่วยสร้างโรงเรียน สร้างถนนหนทาง สร้างโรงพยาบาล
 อันเป็นเพียงกุศลสามัญ เพราะมิได้เป็นไปด้วยอำนาจกัมมัสกตาญาณ แต่เป็นไปด้วยอำนาจ
 ของตัณหา มานะ ทิฏฐิ เท่านั้น

ส่วนมโนทุจริตเป็นเหตุให้เกิดทุจริตกรรมต่างๆ ดังนี้

อภิขมา ย่อมเป็นเหตุให้เกิดอทินนาทาน กาเมสุมิฉาจาร มุสาวาท
 ปิสุณาวาจา สัมผัสปปลาปะและมิจฉาทิฏฐิ

พยาปาท ย่อมเป็นเหตุให้เกิด ปาณาติบาต อทินนาทาน มุสาวาท
 ปิสุณาวาจา และสัมผัสปปลาปะ

มิจฉาทิฏฐิ ย่อมเป็นเหตุให้เกิดทุจริตทั้ง ๑๐ ประการ

อภิขมา พยาปาท และมิจฉาทิฏฐิ ทั้ง ๓ ประการนี้ ชื่อว่า มโนกรรม เว้น
 กายวิญญูติ และวจีวิญญูติแล้ว มโนทวารเท่านั้น คือเกิดทางใจ คำว่าทางใจ ที่เรียกว่ามโน
 ทวารนั้น มีความหมายหลายอย่างคือ

๑. ในวิถิจิตต่างๆนั้น ภวังคจิต ชื่อว่า มโนทวาร เพราะเป็นเหตุให้วิถิจิตเกิดขึ้น

๒. ในจิตทั้งหมดนั้น จิตที่เกิดขึ้นก่อนๆทั้งหมด ชื่อว่า มโนทวาร เพราะเป็นเหตุให้
 จิตหลังๆเกิดขึ้น

๓. ในมโนกรรมนั้น กุศลอกุศลขวนะ ชื่อว่ามโนทวาร เพราะชวนจิตเหล่านั้น เป็น
 เหตุให้มโนกรรม สำเร็จลง ฉะนั้น สำหรับในมโนทุจริตนี้ โลกขวนะ และโทสขวนะ ที่เกิด
 พร้อมด้วยอภิขมา พยาปาท และมิจฉาทิฏฐิ ชื่อว่ามโนทวาร ส่วนโมหขวนะ ไม่ชื่อว่าเป็น
 มโนทุจริตทางมโนทวาร เพราะไม่สามารถเป็นเหตุให้มโนทุจริตทั้ง ๓ (อภิขมา พยาปาท

มิจฉาทิฏฐิ) เกิดขึ้นได้

ในมโนกรรม ๓ ประการดังกล่าว บางขณะก็เป็นเพียงบริวารของกรรมอื่น มีวธกเจตนา และเถยยเจตนา เป็นต้นเท่านั้น เช่น ในขณะที่กำลังฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์อยู่นั้น ก็มีอภิชมา พยาบาท มิจฉาทิฏฐิ เข้าประกอบด้วย แต่สำหรับมิจฉาทิฏฐินั้น อาจไม่ประกอบโดยแน่นอน เพราะขณะที่กำลังลักทรัพย์ของผู้อื่นอยู่นั้น มีความเห็นว่า การลักทรัพย์นี้ไม่มีโทษ มิจฉาทิฏฐิก็ประกอบอยู่ด้วยกับโลภะ อันเป็นตัวอภิชมา แต่ถ้าขณะลักทรัพย์ ไม่มีความเห็นผิด ประกอบอยู่ด้วย ขณะนั้นมิจฉาทิฏฐิก็ไม่ได้เข้าประกอบ

ฉะนั้นในการลักทรัพย์ เมื่อกระทำสำเร็จลง ย่อมเป็นการก้าวล่วงกรรมบทแห่ง อทินนาทาน ส่วนอภิชมา และมิจฉาทิฏฐิ ไม่จัดว่าก้าวล่วงกรรมบท คงเป็นแต่เพียงบริวารของเถยยเจตนา คือเจตนาทุจริตที่คิดจะลักทรัพย์เท่านั้น

หรือดังตัวอย่างนี้คือ ในขณะที่กำลังฆ่าสัตว์ ก็เป็นทำนองเดียวกัน คือมีโทสะอันเป็นตัวพยาบาทประกอบอยู่ด้วย ถ้าผู้้นมีความเห็นว่า ฆ่าสัตว์ไม่มีโทษแล้ว มิจฉาทิฏฐิก็เข้าประกอบด้วย ในขณะนั้น ปาณาติบาตเท่านั้นที่ก้าวล่วงกรรมบท ส่วนพยาบาท และมิจฉาทิฏฐิ ไม่จัดว่าก้าวล่วงกรรมบท เพราะเป็นแต่เพียงบริวารของวธกเจตนา คือเจตนาทุจริตที่คิดฆ่าเท่านั้น

ท่านผู้อ่านคงเคยได้ยินเกี่ยวกับทุจริต ๓๐ ประการ มาบ้าง การนับทุจริตโดยพิสดารว่ามี ทุจริต ๓๐ ประการนั้น เพราะการกระทำทุจริตอย่างหนึ่งๆ คือ กายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริตนั้น จะต้องประกอบด้วยเจตนา ๓ คือ

๑. ปุพฺพเจตนา ได้แก่ เจตนาที่เกิดก่อนกระทำ
๒. มุญฺจเจตนา ได้แก่ เจตนาที่เกิดในขณะที่กระทำ
๓. อปรเจตนา ได้แก่ เจตนาที่เกิดเมื่อได้กระทำแล้ว

ฉะนั้น ทุจริต ๑๐ คูณด้วย เจตนา ๓ จึงเป็นทุจริต ๓๐ ประการ ฉะนั้น

ทุจริตกรรม นับโดยพิสดารอีกนัยหนึ่งได้ ๔๐ ประการ คือการทำทุจริตกรรมอย่างหนึ่งในทุจริต ๑๐ นั้น ยังแบ่งการกระทำได้เป็น ๔ ประเภท คือ

๑. สาทัตถิกะ ได้แก่ ทำด้วยตนเอง
๒. อาณัตติกะ ได้แก่ ใช้ให้ผู้อื่นกระทำ
๓. วัฒนภาสนะ ได้แก่ กล่าวแสดงประโยชน์ของการกระทำ
๔. สมมฺมูญฺญา ได้แก่ มีความพอใจในการกระทำนั้น

ฉะนั้น ทุจจริต ๑๐ คุณด้วยประเภททั้ง ๔ จึงเป็น ทุจจริต ๔๐ จะขอยกตัวอย่างในทุจจริต ๔๐ ประการ เช่น

บุคคล ๔ คน ร่วมมือกันในการฆ่าสัตว์ คนหนึ่งเป็นผู้กล่าวแสดงประโยชน์ในการฆ่า คนหนึ่งเป็นผู้ใช้ให้คนอื่นฆ่า คนหนึ่งลงมือฆ่าเอง และอีกคนหนึ่งมีความยินดีพอใจในการฆ่า เมื่อการฆ่าสำเร็จลง ผู้กล่าวแสดงประโยชน์ก็ดี ผู้ใช้ให้คนอื่นฆ่าก็ดี ผู้ที่ลงมือฆ่าเองก็ดี ทั้ง ๓ คนนี้จัดว่าล่วงอุกศลกรรมบถปาณาติบาตด้วยกัน เพราะครอบงำประกอบของปาณาติบาต ส่วนผู้ที่ยินดีพอใจในการฆ่านั้นไม่ล่วงกรรมบถ เพราะขาดองค์ปัจจัย คือทำความเพียรเพื่อฆ่า จึงไม่ล่วงกรรมบถด้วย

ในอุกศลกรรมอื่น ก็ย่อมมีการกระทำ ๔ ประเภทนี้ โดยทำนองเดียวกัน และผลของอุกศลกรรมบถ ๑๐ ย่อมส่งผลให้ได้รับ ทั้งในปฏิสนธิกาลและปวัตติกาล ด้วยอุกศลสันติริณวิบากจิต ๑ ดวง และอุกศลวิบาก ๗ ดวง สำหรับการส่งผลในปฏิสนธิกาล ย่อมให้ปฏิสนธิวิญญานด้วยอุเบกขาสันติริณอุกศลวิบาก และปฏิสนธิกัมมชรูปในอบายภูมิ ๔ ภูมิใดภูมิหนึ่งตามควรแก่อุกศลกรรมบถนั้น คือให้บังเกิดเป็นสัตว์นรก เปรต อสุรกาย ตีรจฉาน ในนिरยภูมิ เปตติภูมิ อสุรกายและตีรจฉานภูมิ ส่วนการส่งผลในปวัตติกาล อุกศลกรรมบถ ๑๐ ประการนี้ ถ้ายังไม่มีโอกาสให้ผลในปฏิสนธิกาล ย่อมมีโอกาสให้ผลในปวัตติกาล โดยสุตตันตนัยได้ดังนี้คือ

พลของปาณาติบาต มี ๙ ประการ

๑. ทุพพลภาพ	๒. รูปร่างงาม	๓. กำลังกายอ่อนแอ
๔. กำลังกายเฉื่อยชา กำลังปัญญาไม่ว่องไว	๕. เป็นคนฉลาดหวาดกลัว	๖. ฆ่าตนเองหรือถูกฆ่า
๗. โรคภัย ไข้เจ็บเบียดเบียน	๘. ความพินาศของบริวาร	๙. อายุสั้น

พลของอกินนากาน มี ๖ ประการ

๑. ด้อยทรัพย์	๒. ยากจน	๓. อดอยาก
๔. ไม่ได้สิ่งที่ตนปรารถนา	๕. พินาศเพราะภัยพิบัติ มี อัคคีภัย อุทกภัย ราชภัย โจรภัย เป็นต้น	๖. พินาศในการค้า

ผลของกาเมสุมิจอาจารย์ มี ๑๑ ประการ

๑. มีผู้เกลียดชังมาก	๒. มีผู้ปองร้าย	๓. ขัดสนทรัพย์
๔. อดอยาก ยากจน	๕. เกิดเป็นหญิง	๖. เป็นกระเทย
๗. เป็นชายในตระกูลต่ำ	๘. ได้รับความอับอายเป็น อาจิน	๙. ร่างกายไม่สมประกอบ
๑๐. มากด้วยความวิตก กังวล	๑๑. พลัดพรากจากผู้ที่ตนรัก	

ผลของบุสาวาก มี ๘ ประการ

๑. พุดไม่ชัด	๒. ฟันไม่เรียบ	๓. ปากมีกลิ่นเหม็นมาก
๔. ไอตัวร้อนจัด	๕. ตาไม่อยู่ในระดับปกติ	๖. กล่าววาจาด้วยปลายลิ้น และปลายปาก
๗. ทำทางไม่สง่าผ่าเผย	๘. จิตใจรวนเรคล้ายคน วิกลจริต	

ผลของปิสุนวากา มี ๔ ประการ

๑. ตำหนิตนเอง	๒. มักถูกกล่าวหา โดยไม่เป็นจริง	๓. ถูกบัณฑิตติเตียนเสมอ
๔. แดกกับมิตรสหาย		

ผลของพรุสาวากา มี ๔ ประการ

๑. พินาศในทรัพย์	๒. ได้ยินเสียงเกิดไม่พอใจ	๓. มีกาย วาจา หยาบ
๔. ตายด้วยอาการหลงใหล		

ผลของสัมพัปปลาปะ มี ๔ ประการ

๑. เป็นอธรรมวาทบุคคล	๒. ไม่มีผู้เลื่อมใสในคำพูด ของตน	๓. ไม่มีอำนาจ
๔. วิกลจริต		

ผลของอกัษณา มี ๔ ประการ

๑. เสื่อมในทรัพย์และ คุณความดี	๒. ปฏิสนธิในตระกูลต่ำ	๓. มักได้รับคำติเตียน
๔. ขัดสนในลาภสักการะ		

ผลของพยาบาท มี ๔ ประการ

๑. มีรูปกายทราม	๒. มีโรคภัยเบียดเบียน	๓. อายุสั้น
๔. ตายด้วยถูกประหาร		

ผลของมัจฉาทิฏฐิ มี ๔ ประการ

๑. ห่างไกลต่อรัศมี แห่งพระธรรม	๒. มีปัญญาทราม	๓. ปฏิสนธิในพวกคนป่า ที่ไม่รู้อะไร
๔. เป็นผู้มีฐานะต่ำไม่ทัดเทียมผู้อื่น		

เป็นอย่างไรบ้างคะ เราได้รู้ได้เข้าใจเรื่องของ วชิรุต จิต และมโนหุจจิตกันมากขึ้น
แล้วนะคะ จะได้ระมัดระวังไม่กระทำอกุศลกรรมบถกัน เรื่องของอกุศลกรรมก็เป็นอันจบลง
แล้ว ฉบับหน้าจะขอเริ่มเรื่องของกุศลกรรมกันบ้างคะ เราจะได้เข้าใจและตั้งใจในการทำกุศล
กรรมกัน อย่าลืมติดตามกันต่อไปนะคะ พบกันใหม่ฉบับหน้าคะ ขอความเจริญในธรรมจง
มีแก่ท่านผู้อ่านทุกท่านคะ

หมายเหตุ: เรียบเรียงจากคู่มือการศึกษา พระอภิธัมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ ๕ วิธี
มุตตสังคหวิภาค โดย นายวรรณสิทธิ ไวยะเสวี มุลนิธิแนบมหานีรานนท์



พระธรรมจากหลวงปู่ใหญ่

พระอาจารย์ใหญ่ ดร. ภัททันตะ อาสกะ มหาเถระ



แนวทางปฏิบัติวิปัสสนา (ตอนที่ ๗)

อนึ่ง ขณะที่กำหนด พอง-ยุบ อยู่ นั้น จะเกิดรู้สึกคันขึ้นที่นั่นที่นี้ จงเพ่งตรงที่คันนั้นให้ จงดี แล้วกำหนดว่า คันหนอๆๆ การคันนี้ก็จัดว่าเป็นเวทนาชนิดหนึ่ง เมื่อกำลังคันอยู่ย่อมรู้สึก ออยากเกาขึ้นมาทันที แต่อย่าเพ่งเกา จงกำหนดอยากเกาเสียก่อนว่า ออยากเกาหนอๆๆ แล้วจึง กำหนดการคันสับไปอีก การคันนั้นก็หายไปเอง เมื่อหายไปแล้วก็จงกำหนด พอง-ยุบ อันเป็น อารมณ์เดิมสับไป ถ้าคันที่กำหนดนั้นไม่หายและจิตอยากเกาก็แก้กล่าวขึ้น จงกำหนดจิตอยาก นั้นอีกว่า ออยากเกาหนอๆๆ พอเหยียดมือก็กำหนดว่า เหยียดหนอ พอเคลื่อนไหวมือก็จงกำหนด ว่า เคลื่อนหนอ พออุกที่คันก็จงกำหนดว่า อุกหนอ เสียก่อนแล้วจึงเกา เมื่อเกาก็จงกำหนดว่า เกาหนอๆๆ พอเกาหายคันแล้วหัดมือเข้ารูปลเดิมก็จำต้องกำหนด เช่น เมื่อเหยียดมือออกไปเกา ครั้งแล้วจงกำหนด พอง-ยุบ อารมณ์เดิมสับไป

บางขณะนั้น ย่อมมีการขบเมื่อยเข้ามาแทรกให้อยากเปลี่ยนอิริยาบถเพื่อให้เมื่อยนั้น หายไป ถ้าเป็นบุคคลธรรมดาแล้วก็ย่อมจะเปลี่ยนอิริยาบถนั้นเสียโดยง่าย ไม่มีการกำหนดรู้ แต่ประการใด ตรงกันข้าม โยคีผู้ปฏิบัติธรรมซึ่งจำต้องกำหนดให้รู้ในทุกสิ่งทุกอย่างอยู่เป็นปกติ เมื่อได้เผชิญกับเวทนาที่ทำให้ไม่สบายคือ ทุกข์แล้ว ก็ย่อมจะรู้รสทุกข์ อย่างแท้จริงว่าเป็นสภาพ ที่ทรมาณเพียงใด ซึ่งบุคคลธรรมดาแล้วย่อมจะไม่ทราบได้เลย เนื่องด้วยบุคคลสามัญนั้นไม่ได้ พิจารณาให้แจ้งในความทุกข์นั้นจริงๆ นั่นเอง จึงเข้าใจผิดว่า ตนนี้อยู่สบายดีไม่มีการเจ็บป่วย หรือสุขภาพไม่สมบูรณ์แต่ประการใดเลย ต่อเมื่อถึงขั้นล้มหมอนนอนเสื่อกระดูกกายไม่ไหว นั้นแหละ จึงจะได้สำนึกในความทรมาณคือความทุกข์ว่ามีสภาพเป็นอย่างไร อิริยาบถย่อยอำพราง ปิดบังทุกข์ไว้ ดังนั้น โยคีผู้ปฏิบัติธรรมที่ประจักษ์ในความจริง ก็เพราะไม่ยอมเปลี่ยนอิริยาบถ ง่ายๆ เมื่อได้รู้แจ้งในความจริงโดยสิ้นเชิง จึงรู้ดีว่าความทุกข์อันแท้จริงนั้นมีสภาพเป็นอย่างนี้

ความจริงของทุกข์ที่บุคคลสำคัญไม่รู้แจ้งนั้น เพราะขาดสติกำหนดพิจารณาให้รอบคอบ จึงไม่รู้อะไรเลย ท่านทั้งหลายที่กำลังอ่านกันอยู่นี้ลองพยายามตั้งใจพิจารณา โดยอย่าเปลี่ยน อิริยาบถ คือ อย่าขยับเขยื้อนสัก ๕ หรือ ๑๐ นาที ท่านจะรู้สึกปวดที่นั่น ร้อนที่นั่น ต่อเมื่ออดทน ต่อไปถึง ๒๐ นาที แล้วก็รู้สึก เสมือนว่าการปวดร้อนนั้นได้ทรมาณร้อนแรงยิ่งขึ้น คล้ายกับ กระดุกจะหลุดออกเป็นชิ้นๆ ทั้งนี้ย่อมประจักษ์ในข้อว่า อิริยาบถอำพรางปิดบังไว้ซึ่งความทุกข์

นั้นมีความจริงเพียงใดทันที โยคีผู้ปฏิบัติธรรมย่อมมีสติกำหนดรู้ในความเป็นไปของอริยาบถอยู่ทุกขณะเมื่อกำหนดรูปนามอยู่ ดังนั้น ทันทีที่ปวดเมื่อยก็ละจากการกำหนดรูปนามที่นั่น หันมากำหนดการปวดด้วยความพยายามเพ่งตรงที่เมื่อยโดยไม่ย่อท้อเกรงขามต่อการเมื่อย แล้วกำหนดว่า เมื่อยหนอๆ พอจิตอยากเปลี่ยนอริยาบถเกิดขึ้น ก็กำหนดจิตนั้นว่า อยากเปลี่ยนหนอๆ แล้วเพ่งกำหนดจิตในการเมื่อยนั้นต่อไป โดยกำหนดว่า เมื่อยหนอๆ โดยไม่ยอมให้ตกเป็นทาสของเวทนา อริยาบถที่อำพรางไว้ซึ่งความทุกข์ เมื่อหมดโอกาสจะอำพรางได้ก็ยอมแสดงออกซึ่งความจริงให้ประจักษ์ โยคีผู้ปฏิบัติธรรมจึงได้รู้แจ้งในความจริงของทุกข์โดยสิ้นเชิง

การนั่งกำหนด เมื่อพอสมควรแก่เวลาแล้วก็อยากจะลุกขึ้นเดินเป็นการเปลี่ยนอริยาบถ พอเกิดจิตอยาก ต้องกำหนดจิตอยากนั้นเสียก่อนว่า อยากลุกหนอๆ เมื่อกำหนดจิตอยากแล้วก็จึงกำหนดอาการของท่าทางที่กำลังลุก เช่น ขยับกาย เขยียดกาย ยันกาย เป็นต้น กายที่ลุกขึ้นนั้นย่อมมีน้ำหนักด้อยลงกว่าน้ำหนักที่กายนั่ง ดังนั้นเมื่อจะลุกขึ้นก็จึงกำหนดว่า ลุกหนอ การขยับเขยื้อนไปในท่าทางต่างๆ พึงทำอย่างช้าๆ เนิบๆ และให้มีสติกำหนดรู้ตามไปตลอดทุกระยะที่เปลี่ยนแปลง จงกระทำตนเสมือนคนไข้ที่มีอาการเพียบหนัก จะยกจะย้ายไปแต่ละทีก็เกิดความเจ็บปวดลำบากจึงค่อยๆ ยกย้ายคล้ายคนที่ขาดแรงมาเป็นแรมเดือนอย่างนั้นเทียว กำลังสติสมาธิปัญญาจึงจะเฟื่อง ถ้าทำอย่างรวดเร็วแล้วย่อมจะไม่ได้ผลประโยชน์เป็นการตอบสนอง จากการที่ได้ทำเพียงทำอย่างนี้ นอกจากการไม่รู้ นับแต่การจำได้จนถึงปัจจุบัน ซึ่งเคยขยับเขยื้อนไหวกายด้วยความว่องไวเสมอมานั้น เพิ่งจะมาเริ่มทำตนเสมือนคนไข้อาการหนักก็ต่อเมื่อเข้ามาปฏิบัติธรรม การที่ต้องทำตนเช่นนี้ ก็เพื่อให้สติได้สามารถกำหนดรู้อยู่ทุกๆ ระยะ เพื่อให้สมาธิและปัญญาได้กล้าแข็งขึ้น จนรู้แจ้งความจริงของรูปนามตามสภาวะธรรมซึ่งมีการเกิดดับอยู่อย่างรวดเร็ว ถ้าไม่ทำช้าๆ เนิบๆ เช่นนี้แล้วไหนเลยสติจะกำหนดตามรู้ได้ทัน เมื่อสติกำหนดตามรู้ไม่ทันการเกิดดับของรูปนามแล้ว สติ สมาธิ และปัญญา ที่ได้เพียรทำมาก็ไม่มีความหมาย ดังนั้นจึงต้องสลัดความเคยชินเสียให้สิ้นและเปลี่ยนอาการท่าที เพื่อให้สติสมาธิและปัญญา ได้เกิดรู้ซึ่งความจริงของความเป็นไปของรูปนาม

อนึ่ง “ตา” ที่สามารถจะมองเห็นอะไรๆ ในโลกได้โดยไม่มีขอบเขตนั้นก็ต้องสำรวมให้จงหนัก อย่าไปมอมนั้นมองนี่ตามนิสัยเคยชิน จงพยายามข่มมักเขม้นอยู่แต่อารมณ์ที่กำหนดอยู่เป็นส่วนใหญ่ เมื่อได้เป็นอะไรเข้ามาก็จึงกำหนดซึ่งการเห็นนั้นว่า เห็นหนอ เมื่อกล่าวกันโดยความจริงแล้ว บุคคลที่มอมนั้นมองนี่โดยไม่มีคามหมายนั้นมักจะเจ็บตัว จึงกล่าวได้ว่าเป็นการเห็นที่ให้โทษมากกว่าคุณ จึงควรได้เอาเยี่ยงคนตาบอดเป็นตัวอย่าง กล่าวคือคนตาบอดนั้นย่อมไม่สามารถมองเห็นอะไรกับเขาได้ ดังนั้นเขาจะไม่สนใจกับสิ่งรอบด้านของเขาเลย และจะไม่

พยายามแสดงความทะเยอทะยานมองนั้นมองนี้ เนื่องจากมองแล้วไม่เห็นประโยชน์อะไรเลย นั่นเอง เขาจึงไม่มองสิ่งใดเลยเป็นอันขาด โยคีผู้ปฏิบัติธรรมก็ควรได้สำรวจระวังต่อการดูนั้นดูนี้ ให้จงหนัก เช่นเดียวกับตนได้สำรวจอยู่ในการกำหนดรู้ ซึ่งความเป็นไปของรูปนาม จนอาจทำให้ คนที่ไม่รู้ไม่เข้าใจว่าตนตาบอด ฉะนั้น

นอกจากสำรวจระวังทางตาแล้ว ฟังได้สังวรการได้ยิน “ทางหู” ให้จงหนักด้วย บุคคล ที่หูหนวกนั้น เขาจะไม่นำพาต่อเสียงต่างๆ ทั้งดี และไม่ดีแต่ประการใดเลย เนื่องจากหูของเขา ฟังไม่รู้เรื่อง ตรงกันข้ามกับบุคคลที่ชอบแสหาเรื่องคอบสืบเสาะแต่ข่าวที่จะก่อให้เกิดแตกแยก กัน มาเล่าสู่กันเป็นทอดๆไป ในที่สุดก็หาสาระอะไรไม่ได้เลย นับเป็นเรื่องที่น่าละอายและอดสู ใจยิ่งนัก โยคีผู้ปฏิบัติจึงได้สำรวจการได้ยินให้จงหนัก เมื่อได้ยินเสียงที่ดูกันก็จงกำหนดว่า ได้ยิน หนอ เมื่อเกิดรู้สึกสนใจอยากได้ยินได้ฟังซึ่งการพูดนั้น ก็จงกำหนดว่า อยากได้ยินหนอๆๆ เมื่อ กำหนดรู้ซึ่งการได้ยินแล้วก็กำหนดซึ่งอารมณ์เดิม คือ พอง-ยุบ ข้อสำคัญฟังต้องทำตนเหมือน คนหูหนวกที่ไม่รู้ว่าเขาพูดอะไรกันในขณะที่ปฏิบัติธรรมอยู่

โยคีบุคคลปฏิบัติธรรมมีหน้าที่เพียงแต่ใส่ใจมั่นอยู่ในการกำหนดด้วยความเคารพเท่านั้น ไม่พึงบังควรใส่ใจหรือสนใจต่อได้เห็นได้ยินให้ยิ่งไปกว่าอารมณ์ที่ตนกำหนดอยู่ การได้เห็นหรือ ได้ยินนั้นแม้จะเป็นภาพหรือเรื่องเลอเลิศสักปานใดก็ตาม แต่ย่อมไม่ประเสริฐไปกว่าธรรมที่ตน แสวงอยู่ได้เลย นอกจากไม่ใส่ใจต่อสิ่งต่างๆ แล้ว ฟังกระทำตนเสมือนคนโง่ซึ่งมีอาการเพียบหนัก ในการกำหนดซึ่งรูปนาม ไม่ว่าจะเป็นลูก จะนั่ง จะเดิน จะนอน เมื่อจะลุกขึ้นฟังกำหนดว่า อยาก ลุกหนอๆๆ ขณะที่ลุกขึ้นนั่งนั้นต้องกำหนดอาการต่างๆ ให้ได้มาก ที่สุด เท่าที่จะมากได้ด้วย เมื่อลุกขึ้นยืนแล้วจงกำหนดว่า ยืนหนอๆๆ ขณะที่ยืนอยู่นั้นเมื่อเห็นอะไรก็จงกำหนดในสิ่งนั้น ว่า เห็นหนอๆๆ เมื่อออกเดินก็จงกำหนดว่า ซ้ายย่างหนอ ขว้าย่างหนอ (จงพยายามพิจารณา ดู การเขยื้อนเคลื่อนไปของอาการแห่งเท้าให้จงดี พร้อมกับกำหนดว่า ซ้ายย่างหนอ หรือขว้าย่าง หนอ) ตามกรณีของการเริ่มก้าว ถ้าเริ่มก้าวด้วยเท้าซ้ายก็กำหนดว่า ซ้ายย่างหนอ ถ้าเริ่มก้าว ด้วยเท้าขวาก็กำหนดว่า ขว้าย่างหนอ การกำหนดเช่นนี้เป็นการกำหนดอย่างธรรมดาสามัญ ในการไปไหนมาไหนนั่นเอง

จาก หนังสือ แนวทางปฏิบัติวิปัสสนา โดย หลวงพ่อใหญ่ๆ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ
(* โปรดติดตาม แนวทางปฏิบัติวิปัสสนา ตอนที่ ๘ ใน อาสภสาร ฉบับที่ 48)



ปกิณณกะธรรม

ส. มณี ^[๑]

การใช้คำศัพท์กับพระสงฆ์

คำพระ หมายถึง คำที่ใช้กับพระสงฆ์โดยเฉพาะ ถือว่าเป็นคำสุภาพ และถูกต้องตามธรรมเนียมที่ใช้กันมาแต่โบราณ เช่น

คำชาวบ้านเขาพูดว่า กิน, ดื่ม	พระสงฆ์ใช้คำว่าฉัน
คำชาวบ้านเขาพูดว่า นอน	พระใช้คำว่า จำวัด
คำชาวบ้านเขาพูดว่า อาบน้ำ	พระใช้คำว่า สรงน้ำ
คำชาวบ้านเขาพูดว่า โกงหัว	พระใช้คำว่า ปลงผม
คำชาวบ้านเขาพูดว่า เขียนจดหมาย	พระใช้คำว่า ลิขิตที่วัด
คำชาวบ้านเขาพูดว่า สึก	พระใช้คำว่า ลาสิกขา
คำชาวบ้านเขาพูดว่า ให้	พระใช้คำว่า ถวาย
คำชาวบ้านเขาพูดว่า เชิญ	พระใช้คำว่า นิมนต์ หรือ อาราธนา
คำชาวบ้านเขาพูดว่า ป่วย	พระใช้คำว่า อาพาธ
คำชาวบ้านเขาพูดว่า ตาย	พระใช้คำว่า มรณภาพ

น้ำปานะที่ท่านกำหนดไว้มี ๘ ประการ คือ น้ำมะม่วง น้ำชมพู น้ำกล้วยมีเมล็ด น้ำกล้วยไม่มีเมล็ด (คู่ ๑) น้ำมะขาง น้ำองุ่น น้ำเหง้าบัว น้ำมะปราง หรือ น้ำลิ้นจี่ น้ำปานะและเครื่องดื่มต่างๆ เช่น น้ำพุทธรักษา น้ำแห้ว น้ำอ้อย น้ำตาล น้ำอัดลมต่างๆ ก็อนุโลมเข้าด้วย

น้ำปานะที่พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตให้พระภิกษุสามเณรฉันได้ตลอดเวลา และเภสัชที่ฉันได้มีผลมะขามป้อม ผลเสมอดองด้วยน้ำมูตรเนา ให้ฉันแทนยาไว้ติดตัวไปไหนมาไหนก็จะได้สะดวกใช้เวลาเดินทางไกลไปปฏิบัติธรรม

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

ข้อคิดคำคม

เรื่อง “ ชีวิต คือ การต่อสู้อย่างไม่ขาดสาย ”

การหัดเดิน หัดว่ายน้ำ ต้องอาศัยความมานะบากบั่นของตัวเอง คนอื่นทำแทนไม่ได้หรือช่วยเราไม่ได้ การต่อสู้ชีวิตก็เช่นเดียวกัน เราต้องเงยหน้าขึ้นมาก้าวไปข้างหน้าอย่างองอาจตระหนง ต้องต่อสู้ ต้องพึ่งพาลำแข้งของตนเอง จึงจะหลุดพ้นจากห้วงแห่งความทุกข์ยากได้ ผงาดกายยืนขึ้นมาได้อยู่ในสังคมได้อย่างอาจหาญ

ความสำเร็จมิใช่สิ่งที่เกิดขึ้นมาได้โดยบังเอิญ แต่เป็นสิ่งที่ต้องแลกมาด้วยความมานะบากบั่น ถ้าไม่ลงเรี่ยวแรง ก็ไม่มีผลเก็บเกี่ยว ไม่รดน้ำพรวนดินดอกไม้ย่อมไม่เบ่งบานให้มนุษย์ได้ชื่นชม มีแต่คนที่กล้าต่อสู้ กล้าเอาชนะอุปสรรคเท่านั้น จึงจะเป็นผู้ประสบความสำเร็จ อยู่เสมอ ต่อสู้ ต่อสู้ต่อไป จึงเป็นหลักสัจธรรมแห่งชีวิตของคนเรา.

ชีวิต คือ สมรภูมิสู้รบ

ที่เต็มไปด้วยเลือดและเพลิง
สงคราม อย่ายอมเป็นแพะ
ที่ถูกเชือดฉินม ๆ ท่ามกลาง
สงคราม เราต้องมีจิตใจที่
ฮึกเหิม หัวหาญ ก้าวต่อไป
ข้างหน้าอย่างองอาจตระหนง

ชีวิตเปรียบประดุจดั่ง

ว่าวที่ลอยอยู่บนท้องฟ้า พลังชีวิตแม้จะเปราะบางดังสายป่าน แต่ก็ยังคงรุดหน้าต่อไปอย่างมานะบากบั่น มีแต่การต่อสู้เท่านั้นที่ช่วยแก้ปัญหาทั้งหลายทั้งปวงได้ ต้องต่อสู้จึงจะสร้างโลกแห่งความสุขขึ้นมาได้ ต้องต่อสู้อย่างไม่ท้อถอย ชีวิตจึงจะมีค่ามีความหมายมากขึ้นต่อไป ชีวิต คือ ละครฉากหนึ่ง จะมีคุณค่าหรือไม่ เรื่องนี้ขึ้นอยู่กับความดีมีใจความยาวของเนื้อหา ในชีวิตของคนเรานั้น มีเรื่องที่ไม่สมหวังมากมาย จึงไม่ควรทำลายขวัญและกำลังใจของตนเอง เพราะอุปสรรคชั่วคราวคิดให้ปลงตกให้ได้ ชีวิตจึงจะมีความสุข พึ่งต่อสู้อย่างสุขนิยมปฏิบัติ ตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าหรือของนักปราชญ์เมธี เสาะหาอุดมการณ์อันยิ่งใหญ่ อุทิศชีวิตเพื่อสังคม เพื่อเพื่อนมนุษย์ สร้างสันติสุขแกชาวโลก

เพื่อนเอ๋ย อย่ามัวรือรืออยู่เลย ขอให้ใช้สติปัญญาอย่างเต็มที่ ก้าวสู่นาคตอันรุ่งโรจน์กันต่อไปเถิด.

“
เพื่อนเอ๋ย อย่ามัวรือรืออยู่เลย
ขอให้ใช้สติปัญญาอย่างเต็มที่
ก้าวสู่นาคตอันรุ่งโรจน์กันต่อไปเถิด.
”



เรื่องเล่าจากพระสูตร

กนฺตาโณ ภิกขุ

ขอความสุขสวัสดิ์ จงบังเกิดมีแก่ผู้เฝ้าธรรมทุก ๆ ท่าน

มีวลีเด็ดที่ว่า “เราหยุดแล้ว ท่านยังไม่หยุด” คำพูดนี้เข้าใจว่า ท่านผู้อ่านคงเคยได้ยิน และจำได้ว่าเป็นคำกล่าวของใคร และมีความหมายว่าอย่างไร ที่ยกคำนี้มาเพราะอยากจะนำเรื่องราวจากพระสูตรเรื่องหนึ่งมาให้อ่านกันแบบสบาย ๆ แต่แฝงไว้ด้วยคติธรรม ข้อคิดต่าง ๆ เป็นเรื่องเล่า ปรากฏอยู่ในพระสูตรตันตปิฎกเล่มที่ ๑๓ ข้อที่ ๓๔๗ หน้าที่ ๔๒๑ (พระไตรปิฎกฉบับมหาจุฬาฯ เล่มสีฟ้า) ชื่อว่า องคุลิมาลสูตร ท่านผู้มีอุตสาหะจะไปศึกษาอ่านรายละเอียดก็สามารถไปอ่านได้ตามพระสูตรดังกล่าว เรื่ององคุลิมาลสูตรมีเรื่องเล่ายาวต่อไปสู่เรื่องเล่าอีกเรื่องหนึ่งที่เรียกว่า ชาตก (สันสกฤต: บาลี: **जातक**) คือ เรื่องราวหรือชีวประวัติในอดีตชาติของพระโคตมพุทธเจ้า คือ สมัยที่พระองค์เป็นพระโพธิสัตว์บำเพ็ญบารมีอยู่ พระองค์ทรงนำมาเล่าให้พระสงฆ์ฟังในโอกาสต่าง ๆ เพื่อแสดงหลักธรรมสภาวะที่พระองค์ทรงประสงค์ จึงเรียกเรื่องในอดีตของพระองค์นี้ว่า “ชาตก” ชาตกจึงเป็นเรื่องเล่าคล้ายนิทาน บางครั้งจึงเรียกว่า นิทานชาตก เรื่องราวของชาตกปรากฏในพระสูตรตันตปิฎก เล่มที่ ๒๗,๒๘ เรื่องที่จะนำมาเล่านี้ปรากฏอยู่ในเล่มที่ ๒๘ ข้อที่ ๓๗๑ หน้าที่ ๑๕๘ เป็นต้นไป ชื่อว่า “มหาสุตโสมชาตก” กล่าวถึงเรื่อง “มนุษย์ก็กินคน” เรื่องราวจะเป็นอย่างไร จะจริงหรือไม่จริงในที่นี้ไม่ได้บังคับว่าต้องเชื่อหรือไม่เชื่อ ทุกอย่างขึ้นอยู่กับ การตัดสินใจของผู้อ่านเอง

ขอท้าวความเรื่องราวเกิดขึ้นที่วัดพระเชตะวัน เมืองสาวัตถี หลังจากที่พระบรมศาสดาได้ปราบพยศของโจรองคุลิมาลให้กลับใจด้วยพระวาจาว่า “เราหยุดแล้ว แต่ท่านยังไม่หยุด” ในขณะที่องคุลิมาลโจรวิ่งไล่ตามไปติด ๆ เหนื่อยหอบแล้วหยุดยืนตะโกนบอกว่า “หยุดก่อนสมณะ” “เราหยุดแล้ว แต่ท่านยังไม่หยุด” ในขณะที่พระองค์ยังก้าวย่างพระบาทอยู่ ทำให้องคุลิมาลชุกคิด ด้วยความอยากรู้ ตามประสาของผู้มีการศึกษามาดี แต่เพียงแค่อุกซก่นำในทางที่ผิด ประกอบกับความอยากได้ในวิชาความรู้ที่สูงขึ้นไปตามคำล่อลวง เมื่อรู้ความหมายแล้วองคุลิมาลจึงได้สติกลับกลายเป็นผู้มีจิตใจอ่อนโยน ขอบวชในพระธรรมวินัย แต่เรื่องไม่ได้จบ

เพียงแค่นั้น มีพระสงฆ์กลุ่มหนึ่งท่านก็นำมานั่งสนทนากันว่า เป็นความอัศจรรย์อะไรเช่นนี้ ที่องค์ลิลิตโหดร้ายขนาดทหารของพระราชาทิ้งกองทัพมีอาวุธครบมือยังปราบองค์ลิลิตไม่ได้ แต่พระบรมศาสดาปราบองค์ลิลิตได้ด้วยพระหัตถ์เปล่า ๆ น่าอัศจรรย์จริง ๆ

พระสงฆ์เหล่านั้นจึงเข้าไปกราบทูลถามถึงความอัศจรรย์นั้น ต่อหน้าพระพักตร์ พระองค์ตรัสตอบว่า เมื่อพระองค์ได้ตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ ได้ปราบโจรองค์ลิลิตให้หมดพยศ ขออุปสมบทในพระธรรมวินัย ไม่น่าอัศจรรย์เลย ในสมัยที่ยังไม่ตรัสรู้ ก็เคยปราบมาแล้วน่าอัศจรรย์กว่าอีก ทำให้พระสงฆ์ยังสนใจเรื่องราวเข้าไปใหญ่กราบทูลขอให้พระองค์ทรงเล่าให้ฟัง พระบรมศาสดาจึงยกเอาชาดกมาเล่าให้พระสงฆ์เหล่านั้นได้ฟัง เรื่องราวจะเป็นอย่างไร ขอเชิญติดตามกันต่อไป

ในอดีตกาลนานมาแล้ว มีเมือง ๆ หนึ่งชื่อ “นครอินทปัต” ตั้งอยู่ในแคว้นกुरु มีพระราชานามว่า “โกรพยะ” อยู่ครองราชย์สมบัติ เวลานั้นพระโศภิตได้ถือกำเนิดในพระครรภ์ของพระอัครมเหสีแห่งพระเจ้าโกรพยะ เมื่อประสูติกาลออกมา พระราชบิดาและพระราชมารดา พร้อมพระประยูรญาติขนานนามให้ว่า “สุตโสม” เหตุผลเพราะมีพระพักตร์ที่เปล่งปลั่งดังดวงจันทร์ และเจริญวัยขึ้นก็มีอัธยาศัยน้อมไปทางการด้านศึกษาหาความรู้ พระบิดาจึงได้พระราชทานทองลิ้มราคาหนึ่งพันกหาปณะ แล้วส่งไปศึกษาศิลปวิทยากับอาจารย์ทิตาปาโมกข์ ที่เมืองตักกศิลา และมีพระราชกุมารจากเมืองอื่น ๆ ก็เดินทางไปศึกษาด้วยเหมือนกัน หนึ่งในนั้นคือพระกุมารนามว่า “พรหมทัต” เป็นพระราชโอรสของพระเจ้ากาสิกราช ผู้ครองนครพาราณสี เจ้าชายพรหมทัตได้กลายเป็นเพื่อนที่สนิทที่สุดของพระเจ้าชายสุตโสม

เจ้าชายสุตโสม เป็นคนฉลาด สนใจในวิชาความรู้ และขยันหมั่นเพียรอ่านตำรับตำรา จนได้เป็นหัวหน้าห้อง ศึกษาไม่นานก็จบศิลปวิทยาการทั้งปวง แต่ยังไม่กลับในระหว่างพักอยู่กับอาจารย์ อาจารย์ทิตาปาโมกข์ ยังได้มอบหมายให้ทำหน้าที่สอนเพื่อน ๆ แทนอาจารย์ ในคราวที่อาจารย์ไม่อยู่ จนเจ้าชายพรหมทัตสำเร็จการศึกษาได้ในไม่นานเช่นกัน เมื่อเพื่อน ๆ รุ่นเดียวกันสำเร็จการศึกษาหมด จึงได้พากันร่ำลาอาจารย์กลับเมืองของตน ๆ และก่อนจะแยกจากกันนั้น สุตโสมราชกุมาร ได้เนนย้าให้เพื่อน ๆ ยึดถือคุณธรรมเป็นหลัก คือเว้นจากการเบียดเบียน และให้รักษาอุโบสถศีลทุกวันปักษ์ (วันพระทั้งข้างขึ้นข้างแรม) พระราชกุมารทั้งหลายเหล่านั้นก็รับปากเป็นมั่นเป็นเหมาะ แล้วแยกย้ายกันกลับไป หนึ่งในนั้นคือพระสหาย

ที่สนิทที่สุดคือ “พรหมทัตกุมาร” ปรากฏชัดในองค์ความรู้ของเจ้าชายสุตโสม (เป็นความรู้ล่วงหน้าไปในอนาคต เป็นความรู้พิเศษเข้าลักษณะอนาคตังสญาณคือความรู้ไปในอนาคต) ว่าเมื่อเจ้าชายพรหมทัตได้ครองราชย์ จะเป็นผู้นำความหายนะมาสู่กรุงพาราณสี

พระราชกุมารเหล่านั้น เมื่อกลับไปถึงบ้านเกิดเมืองนอนของตน ก็ได้ขึ้นครองราชย์แทนพระราชาบิดา ทุกองค์ต่างส่งสารแสดงความยินดีต่อกันและกันทุกพระองค์ ส่วนพรหมทัตผู้เป็นพระสหายได้ขึ้นครองอาณาจักรแคว้นกาสิ มีเมืองใหญ่คือพาราณสีเป็นราชธานี ลักษณะของพระเจ้าพรหมทัตอย่างหนึ่งคือเสวยพระกระยาหารแต่ละมื้อ จะขาดเนื้อไม่ได้เลย จึงเป็นงานหนักของพ่อครัวที่ทำพระกระยาหารในแต่ละวัน วันหนึ่งพ่อครัวเก็บเนื้อไว้สำหรับปรุงพระกระยาหารในวันรุ่งขึ้นไม่ดี มีสุนัขตัวโปรดของพระราชาแอบเข้าไปโมยกินหมด และวันนั้นก็ตรงกับวันพระซึ่งเป็นวันอุโบสถศีล ชาวเมืองงดเว้นการฆ่าและเนื้อ พ่อครัวจึงไม่สามารถหาเนื้อจากที่ไหนมาทดแทนได้เลย และเรื่องไม่ได้จบแค่นั้นมันหมายถึงชีวิตของคนต้นครัวทุกคนที่จะโดนประหารถ้ามือพรุ่งนี้ไม่มีเนื้อ จึงเป็นความทุกข์ใจระวนกระวายของเหล่าคนต้นครัวทั้งหลาย

เมื่อมีความทุกข์เกิดขึ้นก็ต้องหาวิธีแก้ พ่อครัวหัวใสคนหนึ่งจึงได้ปรึกษากับเพื่อน ๆ ว่า เขามิดีให้ใครคนใดคนหนึ่งเข้าไปในป่าช้าผีดิบ (คือป่าช้าที่ทิ้งศพสด ๆ ไว้โดยยังไม่มี การเผาหรือฝัง) ให้ไปตัดเอาเนื้อต้นขาของศพที่ยังสดใหม่มาปรุงพระกระยาหารตอนเช้า การวางแผนหาทางแก้ไขความทุกข์ใจก็สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี เมื่อยกสำรับพระกระยาหารไปถวาย พระราชาตักพระกระยาหารเข้าปากแต่ละลั่นเท่านั้น รสชาติเผ็ดชานทั่วชีวหาประสาธ เป็นรสชาติที่อร่อยอย่างไม่เคยได้ลิ้มรสมาก่อนเลย แต่ทรงทำเป็นจะคายพระกระยาหารทิ้งเสีย แล้วถามพ่อครัวว่า นี่มันเนื้ออะไร พ่อครัวก็มีความผิดอยู่แล้วเมื่อถูกถามเช่นนั้นจึงมือไม้สั่นรับกราบทูลว่า “เป็นเนื้อบริสุทธิ์ที่ควรเสวยได้พระเจ้าข้า”

จากนั้นพระเจ้าพรหมทัตได้รับสั่งเรียกพ่อครัวเข้าเฝ้าเป็นการส่วนตัวเพื่อสอบถามอีกครั้ง พ่อครัวก็ตอบว่า “เป็นเนื้อที่เคยเสวยทุกวันแหละพระเจ้าข้า” พระราชาถามว่า “ทำไมทุกวันรสชาติมันไม่เหมือนมือนี ให้เจ้าบอกมาตรง ๆ” เมื่อถูกขู่จะประหารชีวิตทั้งครอบครัว (ความจริงคือพระราชาติดในรสเนื้อมนุษย์เสียแล้วสิ) พ่อครัวจึงต่อรองว่า “ถ้าพระองค์จะอภัยโทษแก่หม่อมฉัน ๆ ก็จะทูลความจริงพระเจ้าข้า” พระราชาบอกว่า “เอาเถอะ เราอภัยโทษให้เจ้ารีบออกมา”

พอพ่อครัวกราบทูลความจริงเท่านั้นแหละ พระราชาพอพระทัยเป็นอย่างมาก แล้วบอกว่า “เจ้าอย่าบอกใครนะ ต่อไปให้เจ้าปรุงเนื้อแบบนี้ให้เราทานทุกมื้อ ๆ” พ่อครัวตกใจมาก การแก้ปัญหาเฉพาะหน้าของเขาคิดว่าจะจบกลายเป็นว่าต้องรับผิดชอบหนักขึ้นไปอีก การจะหาเนื้อมนุษย์มาปรุงอาหารมันไม่ใช่เรื่องง่าย จึงรีบกราบทูลว่า “ขอเดชะพระอาณานิพนธ์เกล้า ข้าพระพุทธเจ้าจะไปหาเนื้อมนุษย์มาจากไหนได้ทุกมื้อพระเจ้าข้า” พระราชาย้อนถามว่า “อ้าว ! แล้ววันนี้เจ้าไปเอามาจากไหนละ” พ่อครัวตอบว่า “จากป่าช้าใต้บิณฑบาตพระเจ้าข้า ตัดเอาเนื้อมาเป็นศพสด ๆ ที่ญาตินำไปทิ้งไว้” พระราชาบอกว่า “โอ ๆ ต่อไปไม่ต้องลำบากขนาดนั้น ในเรือนจำมีนักโทษรอประหารเพียบ ไปเฉือนเอาเนื้อมาได้ทุกวัน”

ตั้งแต่นั้นพ่อครัวได้นำเนื้อของนักโทษประหารมาประกอบอาหารให้พระราชาเสวยได้ทุกมื้อ จนกระทั่งนักโทษประหารหมดเรือนจำ ส่วนนักโทษที่ยังไม่ถึงประหารก็ได้เลื่อนขึ้น กลายเป็นนักโทษประหารไปเสียหมด เมื่อนักโทษหมดจากเรือนจำ พ่อครัวจึงกราบทูลพระราชาว่า “หมดแล้วพระเจ้าข้าจะทำอย่างไรต่อไป” พระราชาบอกว่า “กลางคืนให้เจ้าไปยืนชুমอยู่ที่ตรอก หรือซอย ทางสองแพร่ง หรือสี่แพร่ง แล้วล่าเนื้อล่ามา” จากนั้นซากศพของชาวเมืองถูกเฉือนเอาเนื้อนำไปหมด ถูกทิ้งเกลื่อนพระนคร ชาวบ้านแตกตื่นบ้างก็ตามหาญาติที่หายไป เกิดอลหม่าน คร่ำครวญไปทั่วเมือง จึงพากันไปกราบทูลพระราชาให้ทรงทราบและตามหาคนฆ่าญาติพี่น้อง พระเจ้าพรหมทัตถามกลับว่า “พวกเจ้ารู้หรือว่าใครฆ่าญาติของพวกเจ้า” ประชาชนตอบว่าไม่รู้พระเจ้าข้า “อ้าว ! เมื่อพวกเจ้าไม่รู้แล้วเราจะรู้ได้อย่างไร เพราะไม่ใช่ตำรวจ” หมดกันพระราชาเป็นที่พึ่งของชาวเมืองไม่ได้อีกแล้ว ชาวเมืองจึงปรึกษากันต่อแล้วไปหาเสนาบดีที่ซื้อกาฬหัตถิผู้มีปัญญา เล่าเรื่องราวให้ทราบ เสนาบดีปลอบชาวบ้านให้ใจเย็น ๆ ขอเวลาสัก ๗ วันจะสืบเรื่องให้

เสนาบดีได้ให้คนไปดักรู้อยู่ที่ตรอก จึงจับผู้ร้ายที่หัวตะกร้าเนื้อมนุษย์ได้คาหนังคาเขา แล้วนำมาสอบสวน พอทราบว่าป็นคำสั่งของพระราชา จึงปรึกษากันว่าจะยึดอำนาจจากพระราชา แต่ด้วยขัตติยมานะ จะทำอย่างนั้นไม่ได้ง่าย ๆ จึงนำประชาชนจำนวนมากเข้าไปเฝ้าพร้อมพ่อครัวและตระกร้าเนื้อมนุษย์ ทูลถามพระราชาว่า “เรื่องที่เกิดขึ้นเป็น

ความจริงหรือพระเจ้าข้าว่า พระองค์เสวยเนื้อมนุษย์” เมื่อพระราชายอมรับแต่โดยดี เสนาบดีจึงให้โอกาสกลับตัวทูลให้ดเสวยเนื้อมนุษย์ แต่พระราชายังยืนยันกรานว่า “ชีวิตนี้ขาดเนื้อมนุษย์ไม่ได้” เมื่อประชาชนได้ยินดังนั้นจึงร้องให้ขับไล่พระราช เสนาบดีจึงทูลว่า “หากพระองค์งดเนื้อมนุษย์ไม่ได้ พระองค์ก็ไม่ควรเป็นพระเจ้าแผ่นดินต่อไป” พระราชาก็ยอมสละราชสมบัติแต่โดยดีแล้วออกไปอยู่ป่า แต่ขอดาบเล่มหนึ่ง กับคนทำกับข้าวคนหนึ่งให้ตามไปด้วย จากนั้นได้เข้าป่าไปคอยดักจับคนที่หลงเข้าไปในป่ามาทำอาหาร ตั้งแต่นั้นมาพระเจ้าพรหมทัตถูกขนานพระนามใหม่ว่า “โจรโปริสาท” แปลว่า มนุษย์กินคน ใครที่ได้ยินชื่อนี้จะกลัวกันจนก้าวขาไม่ออก เป็นอัมพฤกษ์ไปชั่วครวญเลยทีเดียว อยู่มาไม่นานโจรโปริสาท หาเนื้อไม่ได้หงุดหงิดเหมือนคนติดยาติดเหล้า กลับมาบอกคนทำครัวให้ตั้งหม้อต้มน้ำ คนทำครัวรู้ตัวดีว่าเป็นเราต้องเสร็จแน่ ๆ จึงอ้อนวอนขอชีวิตแต่ไม่เป็นผล โจรโปริสาทได้ฆ่าพ่อครัวตัวเองต้มอย่างกินชะแล้ว ชื่อเสียงกระฉ่อนไปทั่วชมพูทวีปว่า โจรโปริสาท มนุษย์กินคน

ต่อมามีพราหมณ์พ่อค้าคนหนึ่ง จะไปค้าขายต่างเมืองได้รู้ข่าวว่ามีโจรโปริสาท ฆ่าคนกิน จึงได้ตระเตรียมผู้คน จ้างคนนำทางและเกวียนจำนวนเป็นร้อย เป็นขบวนเกวียนผ่านไปโจรโปริสาทขึ้นซ่อนตัวอยู่บนคบต้นไม้คอยจ้องเหยื่อ เห็นฝูงเกวียนและคนมากมายไม่สนใจ แต่พอมองเห็นพราหมณ์หนุ่มพ่อค้าก็ถึงกับน้ำลายไหล เมื่อขบวนเกวียนมาถึงใกล้ ๆ ก็ลงจากต้นไม้แล้วแกว่งดาบตะโกนว่า “ข้าคือโจรโปริสาท” เท่านั้นแหละผู้คนทั้งหลายถึงกับก้าวขาไม่ออก บ้างก็หมอบราบ โจรโปริสาทจึงจับเอาพราหมณ์หนุ่มมัดขาห้อยหลัง(แบก)เข้าป่าไป ส่วนคนทั้งหลายที่รับค่าจ้างนำทางเมื่อได้สติมา คุกกันว่าเรารับเงินเขามาแล้วแต่คุ้มครองเจ้าของทรัพย์ไม่ได้ เสียชื่อหมดจึงพากันตามไป โจรโปริสาทเห็นคนตามไปมากจึงรีบแบกพราหมณ์หนุ่มหนีกระโดดข้ามคลอง ถูกตอไม้ทิ่มทะลุถึงหลังเท้า ทนเจ็บไม่ไหวจึงทิ้งพราหมณ์หนุ่มหนีเอาตัวรอด ผู้คนทั้งหลายเมื่อได้พราหมณ์หนุ่มแล้วก็ไม่สนใจติดตามโจรต่อไป พากันนำพราหมณ์กลับส่วนโจรโปริสาท หนีหลบเข้าไปซ่อนตัวรักษาแผลอยู่ในย่านต้นไม้ไทรได้รับความเจ็บปวดแสนสาหัส แต่ความสำนึกชั่วดีไม่เกิดขึ้นเลย เพราะใจได้ดำดิ่งลงสู่ความมืดมิดเสียแล้ว...เรื่องราวของโจรโปริสาทจะเป็นอย่างไร ขอเชิญติดตามอ่านในตอนต่อไป ขอความเห็นธรรม ความเบิกบานใจจงบังเกิดมีแก่ทุก ๆ ท่านโดยพลันเทอญ....



ธรรมะนำรู้

(ที่มา: ปรมัตถโชติกะ มหาอภิธัมมัตถสังคหฎฐิกา วิถีมุตตสังคหะ)



ภพภูมิ ๓๑ (ตอนที่ ๓ สวรรค์ชั้นดาวดึงส์-03)

เรื่องพระอินทร์ทรงบำเพ็ญกุศลในพระพุทธศาสนา

พระอินทร์หรือท้าวสักกะเทวราชผู้เป็นใหญ่กว่าเทวดาทั้งปวงในชั้นดาวดึงส์นี้ ระหว่างที่พระศาสนาของพระสมณโคดมยังไม่อุบัติขึ้นนั้น ความสวยงาม รัศมีและวิมานก็ด้อยกว่าเทพดาชั้นผู้ใหญ่บางองค์ คงมีแต่อำนาจความเป็นใหญ่อย่างเดียว ต่อมาเมื่อศาสนาของพระสมณโคดมได้อุบัติขึ้นแล้ว ความสวยงามของวิมานและรัศมีของท้าวสักกะจึงมีบริบูรณ์เต็มที่ ทั้งนี้เป็นด้วยอำนาจของกุศลกรรมที่ท้าวเธอได้มาถวายทาน แต่พระมหากัสสปเถระเจ้า ดังมีเรื่องว่า

ขณะที่พระอินทราธิราชเสวยทิพสมบัติอยู่ในชั้นดาวดึงส์นั้น ได้ทอดพระเนตรเห็นเทพดาชั้นผู้ใหญ่บางองค์มีรัศมีและวิมานสวยงามมากกว่าพระองค์ซึ่งเป็นใหญ่กว่า จึงทรงนึกในพระทัยว่า เพราะเหตุใดเทวดาพวกนี้ จึงมีรัศมีและวิมานสวยงามมากกว่า พระองค์ก็ทรงทราบได้ว่าการที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะว่า เทวดาพวกนี้ได้สร้างกุศลไว้ในพระพุทธศาสนาในขณะที่ศาสนาดำรงอยู่ ฉะนั้น กุศลกรรมอันใด ที่บุคคลได้ทำไว้ ในเวลาที่ยังมีพระพุทธศาสนา กุศลอันนั้น ย่อมมีอันส่งผลใหญ่ยิ่งกว่ากุศลกรรมที่ทำในเวลา ที่ว่างจากพระพุทธศาสนา สำหรับพระองค์ที่มีรัศมีน้อย มีวิมานที่สวยงามน้อยกว่านั้น ก็เพราะว่ากุศลกรรมที่พระองค์ได้ทำไว้นั้น เป็นไปในเวลาที่ว่างจากพระพุทธศาสนา เมื่อทรงทราบดังนี้แล้ว ก็พยายามคอยหาโอกาสที่จะทรงสร้างกุศลในพระพุทธศาสนาให้จงได้

อยู่มาวันหนึ่ง พระองค์ทรงเล็งทิพเนตรเป็นพระมหากัสสปเถระเจ้า ออกจากนิโรธสมาบัติ และกำลังจะไปโปรดคนที่ยากจน ณ หมู่บ้านแห่งหนึ่ง เมื่อพระองค์ทรงทราบดังนี้แล้ว ก็มีความยินดีเป็นอย่างยิ่ง เพราะคอยหาโอกาสที่จะทำบุญในพระพุทธศานามานานแล้ว จึงชวนนางสุชาตามเหสีเสด็จลงสู่มนุษยโลกพร้อมด้วยสุชาโกชน สำหรับถวายแก่พระมหาเถระเจ้า เมื่อลงมาถึงมนุษยโลกแล้ว ก็เนรมิตองค์เป็นคนชราสองคนผิวเมื่อยโทผ่ายอยู่ในกระท่อมอยู่ต้นทางที่พระมหาเถระจะผ่านมา

เมื่อพระมหากัสสปเถระเจ้าออกจากนิโรธสมาบัติแล้ว ก็ตั้งใจว่าจะไปโปรดคนที่ยากจนในหมู่บ้านแห่งนั้น จึงจัดแจงครองจีวรและอุ้มบาตรเดินมา เมื่อถึงหมู่บ้านนั้นแล้วก็เข้าไปหยุดยืนอยู่ที่หน้าบ้านๆแรกที่ถึง สมเด็จพระรินทราธิราชแปลงเมื่อแลเห็น พระมหาเถระเจ้าหยุดยืนที่หน้าประตูกระท่อมของตนก็รีบออกมา แล้วบอกให้นางสุชาดายกเอาอาหารมาให้เพื่อจะได้ใส่บาตร นางสุชาดาก็ยกเอาสุธาโภชนที่เตรียมมานั้นมาให้แก่พระสามี องค์อัมรินทร์จึงยกเอาสุธาโภชนนั้นใส่ลงในบาตรของพระมหาเถระเจ้า

ในชั้นแรก พระมหาเถระเจ้าไม่ได้พิจารณารู้ว่าสองสามีภรรยาผู้ใส่บาตรนี้เป็นพระอินทร์และพระมเหสี คิดว่าเป็นคนยากจนธรรมดาเหมือนกับคนอื่นๆ ต่อเมื่อรับเอาอาหารที่พระอินทร์ถวายแล้ว กลืนของอาหารนั้นมาสัมผัสจุก ทานก็รู้ได้ทันทีว่านี่ไม่ใช่อาหารธรรมดา แต่เป็นอาหารทิพย์ และชายชราและภรรยานั้นก็มีใช้คนธรรมดา แท้จริงเป็นพระอินทร์และมเหสีปลอมแปลงมา พระมหาเถระรู้ดังนั้นแล้วก็ต่อว่าพระอินทร์ขึ้นว่า ในการที่อาตมาภาพมาโปรดสัตว์ ณ ที่นี้ มิได้ตั้งใจมาโปรดผู้ที่มีบุญอยู่แล้วเช่นองค์อัมรินทร์นี้ อาตมาภาพตั้งใจจะมาโปรดคนยากคนจน เหตุไฉน ท่านจึงมาทำเช่นนี้ พระอินทร์จึงบอกว่าข้าพองค์ก็เป็นคนยากจนเหมือนกัน เพราะถึงแม้ว่าข้าพองค์จะเป็นใหญ่อยู่ในชั้นดาวดึงส์ก็จริงอยู่ แต่วรัศมีก็ดี วิมานก็ดี ของข้าพองค์นั้น ยังด้อยกว่าเทวดาองค์อื่นๆ บางองค์มากนัก ทั้งนี้ก็เพราะว่า ข้าพองค์ไม่ได้ทำกุศลในเวลาที่มิพระพุทธศาสนานั้นเอง มาบัดนี้ ข้าพองค์ได้มาพบกับพระผู้เป็นเจ้าแล้ว จึงต้องการสร้างกุศลในศาสนา เพื่อให้รัศมีแห่งกายและวิมาน ของข้าพองค์ได้มีความสว่างรุ่งโรจน์อย่างบริบูรณ์ด้วยเหตุนี้แหละ ข้าพองค์จึงต้องแปลงปลอมตนมากระทำการดังนี้

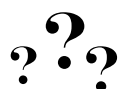
อาศัยการถวายทานแก่พระชีนาสวมะมหากัสสปเถระแล้ว เมื่อพระอินทร์กลับขึ้นไปสู่ดาวดึงส์เทวโลกนั้น รัศมีกายของพระองค์ และรัศมีแห่งวิมานก็ปรากฏสว่างรุ่งโรจน์ สวยงามบริบูรณ์เต็มทีด้วยประการดังนี้

เรื่องท้าวสักกเทวราชเป็นโสดาบัน และในอนาคตจะได้มาเป็นพระเจ้าจักรพรรดิในมนุษยโลก

ท้าวสักกเทวราชพระองค์นี้ เมื่อได้ทรงฟังพระธรรมเทศนาจากพระผู้มีพระภาคเจ้า ในเรื่องพรหมชาลสูตรจบลงแล้ว ท้าวเธอก็ได้สำเร็จเป็นโสดาบัน และจะอยู่ในดาวดึงส์พิภพตลอดจนสิ้นอายุ และเมื่อจุติจากดาวดึงส์แล้ว ก็จะได้มาบังเกิดเป็นพระเจ้าจักรพรรดิในมนุษยโลก จะได้สำเร็จเป็นสกทาคามีเป็นลำดับที่ ๒ เมื่อสิ้นชีพจากมนุษย์ แล้วก็ไปบังเกิดในชั้นดาวดึงส์อีก และได้สำเร็จเป็นพระอนาคามีเป็นลำดับที่ ๓ เมื่อสิ้นอายุในภพดาวดึงส์จะได้ไปบังเกิดในชั้นสุทธาวาสตั้งแต่ชั้นอวิหาเป็นต้นไป จนถึงชั้นอกนิฏฐา และปรินิพพานในชั้นนั้น เรื่องที่แสดงมานี้ มีมาในสักกปัญหสูตร พระบาลิมหาพรรคและอรรถกถา

(* โปรดติดตาม ธรรมะน่ารู้ - เรื่อง ภพภูมิ ๓๑ ตอนที่ ๔ ใน อาสภาสาร ฉบับที่ 48)





The Seven Factors of Enlightenment (Part II)

Sayadaw U Pandita

MINDFULNESS: THE FIRST ENLIGHTENMENT FACTOR (continued...)

Four More Ways to Develop Mindfulness

Commentators identify four additional factors which help develop and strengthen mindfulness until it is worthy of the title *bojjhaṅga*.

1. Mindfulness and Clear Comprehension

The first is *satisampajañña*, usually translated as “mindfulness and clear comprehension.” In this term, *sati* is the mindfulness activated during formal sitting practice, watching the primary object as well as others. *Sampajañña*, clear comprehension, refers to mindfulness on a broader basis: mindfulness of walking, stretching, bending, turning around, looking to one side, and all the other activities that make up ordinary life.

2. Avoiding Unmindful People

Dissociation from persons who are not mindful is the second way of developing mindfulness as an enlightenment factor. If you are doing your best to be mindful, and you run across an unmindful person who corners you into some long-winded argument, you can imagine how quickly your own mindfulness might vanish.



3. Choosing Mindful Friends

The third way to cultivate mindfulness is to associate with mindful persons. Such people can serve as strong sources of inspiration. By spending time with them, in an environment where mindfulness is valued, you can grow and deepen your own mindfulness.

4. Inclining the Mind Toward Mindfulness

The fourth method is to incline the mind toward activating mindfulness. This means consciously taking mindfulness as a top priority,

alerting the mind to return to it in every situation. This approach is very important; it creates a sense of unforgetfulness, of non-absentmindedness. You try as much as possible to refrain from those activities that do not particularly lead to the deepening of mindfulness. Of these there is a wide selection, as you probably know. As a yogi only one task is required of you, and that is to be aware of whatever is happening in the present moment. In an intensive retreat, this means you set aside social relationships, writing and reading, even reading scriptures. You take special care when eating not to fall into habitual patterns. You always consider whether the times, places, amounts and kinds of food you eat are essential or not. If they are not, you avoid repeating the unnecessary pattern.

INVESTIGATION: THE SECOND ENLIGHTENMENT FACTOR

We say that the mind is enveloped by darkness, and as soon as insight or wisdom arises, we say that the light has come. This light reveals physical and mental phenomena so that the mind can see them clearly. It is as if you were in a dark room and were given a flashlight. You can begin to see what is present in the room. This image illustrates the second enlightenment factor, called “investigation” in English and *dhamma vicaya sambojjhaṅga* in Pāli.

The word “investigation” may need to be elucidated. In meditation, investigation is not carried out by means of the thinking process. It is intuitive, a sort of discerning insight that distinguishes the characteristics of phenomena. *Vicaya* is the word usually translated as “investigation”; it is also a synonym for “wisdom” or “insight.” Thus in *vipassanā* practice there is no such thing as a proper investigation which uncovers nothing. When *vicaya* is present, investigation and insight coincide. They are the same thing.

What is it we investigate? What do we see into? We see into dhamma. This is a word with many meanings that can be experienced personally. Generally when we say “dhamma” we mean phenomena, mind and matter. We also mean the laws that govern the behavior of phenomena. When “Dhamma” is capitalized, it refers more specifically to the teaching of the Buddha, who realized the true nature of “dhamma” and helped others to follow in his path. The commentaries explain that in the context of investigation, the word “dhamma” has an additional, specific meaning. It refers to the individual states or qualities uniquely present in each object, as well as the common traits each object may share with other objects. Thus, individual and common traits are what we should be discovering in our practice.

Knowing the True Nature of Dhammas

The characteristic of investigation is the ability to know, through discernment by a nonintellectual investigation, the true nature of dhammas.

Dispelling Darkness

The function of investigation is to dispel darkness. When dhamma vicaya is present, it lights up the field of awareness, illuminating the object of observation so that the mind can see its characteristics and penetrate its true nature. At a higher level, investigation has the function of totally removing the envelope of darkness, allowing the mind to penetrate into nibbāna. So you see, investigation is a very important factor in our practice. When it is weak, or absent, there is trouble.

Dissipating Confusion

As you walk into a pitch-dark room, you may feel a lot of doubt. “Am I going to trip over something? Bang my shins? Bang into the wall?” Your mind is in confusion because you do not know what things are in the room or where they are located. Similarly, when dhamma vicaya is absent, the yogi is in a state of chaos and confusion, filled with a thousand and one doubts. “Is there a person, or is there no person? Is there a self, or no self? Am I an individual or not? Is there a soul, or is there no soul? Is there have been plagued by doubts like this. Perhaps you doubted the teaching of impermanence, suffering, and absence of self. “Are you sure that everything is impermanent? Maybe some things aren’t quite so unsatisfactory as others. Maybe there’s a self-essence we haven’t found yet.” You may feel that nibbāna is a fairy tale invented by your teachers, that it does not really exist.

The manifestation of investigation is the dissipation of confusion. When dhamma vicaya sambojjhanga arises, everything is brightly lit, and the mind sees clearly what is present. Seeing clearly the nature of mental and physical phenomena, you no longer worry about banging into the wall. Impermanence, unsatisfactoriness and absence of self will become quite clear to you. Finally, you may penetrate into the true nature of nibbāna, such that you’ll not need to doubt its reality.

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

“

The manifestation of investigation is the dissipation of confusion. When dhamma vicaya sambojjhanga arises, everything is brightly lit, and the mind sees clearly what is present.

”





ประสบการณ์ใคร่อย่

ทัศนีย์ คงนุ่น

ได้รับข้อความติดต่อผ่านไลน์จาก วัดภักทันทะอาสาฬหาราม อ. บ้านบึง จ.ชลบุรี ให้เราเขียน “ประสบการณ์ในการปฏิบัติธรรม” รู้สึกยินดีเป็นอย่างยิ่งเหมือนได้รับพรก่อนนอน (เนื่องจากเห็นข้อความตอนค่ำแล้ว) รีบตอบตกลงทันที

เราชื่อ ทัศนีย์ คงนุ่น อายุ 51 ปี เข้าวัดครั้งแรกเพราะมารดาเสียชีวิต เมื่อปี พ.ศ. 2554 ตอนนั้นเราอายุ 43 ปี ต้องการทำและส่งบุญกุศลให้พ่อและแม่ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ เริ่มจากใส่บาตรทุกวันไม่เว้นแม้แต่วันเดียว เป็นเวลา 1 ปี (จากนั้นก็ทำบ่อย ๆ และทำตามควรแก่โอกาส) ไม่ว่าเดินทางไปไหนขึ้นเหนือ ลงใต้ ไปเขมร ก็ต้องเตรียมของติดกระเป๋าสำหรับใส่บาตร เราเคยใส่บาตรและรับพรภาษาบาลีจากพระที่กัมพูชา แม้เดินทางโดยรถทัวร์หรือรถยนต์ส่วนบุคคล ก็จะไม่ให้พลาด เราเคยวิ่งตามพระเพื่อใส่บาตรริมถนนระหว่างเดินทางไปนครศรีธรรมราช (ขอบคุณน้องเจ้าของรถที่เป็นผู้ขับและคอยมองหาพระให้ใส่บาตร)

จุดเริ่มต้นของการปฏิบัติธรรม เราอยากนั่งวิปัสสนากรรมฐานส่งบุญกุศลให้พ่อและแม่ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ในช่วงต้นเข้าพรรษา ปี 2554 เราก็ไปเดินจงกรม นั่งสมาธิที่วัดดุสิตา เป็นครั้งแรก ป่าตู่ ป่าละออง ลุงมนัส พี่น้อย พี่ทวย เป็นผู้อาวุโสที่มาปฏิบัติธรรมเป็นประจำทุกวัน ทุกท่านดูแลเราอย่างดี ให้การต้อนรับ ให้คำแนะนำ โดยมีพระบาส (ปัจจุบันไม่แน่ใจว่ายังเป็นพระอยู่หรือไม่) เป็นผู้นำปฏิบัติ

ช่วงเวลานั้น เราไปปฏิบัติที่วัดดุสิตา ทุกเย็น พยายามไม่ให้ขาดเกือบตลอดพรรษา จนน้ำท่วมวัดและบ้านเราในปลายเดือนตุลาคม 2554 จึงเว้นจากการปฏิบัติ ไปประมาณ 1 เดือนเศษ พอน้ำลดก็กลับมาปฏิบัติ ต่อ ไม่เคยสอบอารมณ์กับพระอาจารย์ที่ไหน ไม่รู้จักว่าการส่งหรือสอบอารมณ์คืออะไร ทำอย่างไร ทำไมต้องสอบหรือส่งอารมณ์ หลังจากนั้น เราไปปฏิบัติตามวัด หรือสถานที่ปฏิบัติธรรมต่าง ๆ เรื่อย ๆ เท่าที่จะมีโอกาส เท่าที่จะปฏิบัติได้ มีสภาวะธรรมตามสมควรแก่ความตั้งใจในการปฏิบัติในแต่ละช่วงเวลา สภาวะครั้งแรกของเราเกิดขึ้นระหว่างการฝึกเดินจงกรมในเดือนแรกของการเริ่มต้นปฏิบัติ ในลักษณะของการเคลื่อนไหว

เท้าไปข้างหน้าซ้าย ๆ แต่มันเคลื่อนไปกะตึก ๆ ถีบิบ ไม่เรียบรื่น ไม่ใช่เส้น ไม่ใช่ลักษณะกระดก ขึ้นลง และได้ทราบภายหลังว่า คือ การเห็นการเกิดดับ การเคลื่อนไหวร่างกายที่เราารู้สึกว่าต่อเนื่องนั้น จริง ๆ แล้วมันมีการเกิดดับอยู่ตลอดเวลา แต่เราไม่เคยรับรู้ได้ เพราะสติและสมาธิของเราไม่มากพอ นี่คือ สภาวะธรรมครั้งแรกของเรา จากนั้นก็มีสภาวะเกิดขึ้นเนื่อง ๆ บางสิ่งต้องปรับปรุง แก้ไข บางสิ่งให้ดำเนินต่อไป บางสิ่งต้องเพิ่มพูนทำให้ยิ่ง พอให้มีกำลังใจในการปฏิบัติว่าเรามาถูกทาง หากออกนอกทางก็จะได้กลับตัวทัน เรามีสภาวะธรรมตามควร มากบ้างน้อยบ้างตามกำลัง แต่ในที่นี่ จะขอกล่าวเฉพาะช่วงเวลาปฏิบัติอยู่ที่วัดภักทันทะอาสาฬหาราม

แต่อย่างไรก็ตามการปฏิบัติธรรม หลักก็คือ ลด ละ ขจัด ขัดเกลากิเลส ตัณหา ราคะ คือ โลภะ โทสะ โมหะ เรียกว่า อุกุศลจิต ให้เบาบางและหมดสิ้นไปในที่สุด ข้าเรืวตามกำลังความแก่กล้าของศรัทธา ความเพียร สติ สมาธิ และปัญญา ของแต่ละบุคคล สภาวะต่าง ๆ เป็นเพียงป้ายบอกทิศทางให้ไปในทางที่ถูกที่ควรไม่ควรยึดติด ไม่ใช่สิ่งที่มุ่งให้เกิด หรือหวังให้เป็น แต่หากเขาจะเกิดก็เกิดได้เอง เป็นอยู่เองตามธรรมชาติ รับรู้สภาวะได้ตามกำลังความตั้งมั่นของจิต สติ และสมาธิ ไม่ใช่อยากให้ตั้งอยู่หรืออยากให้ดับ ถ้าเขาจะตั้งอยู่หรือดับ เขาก็ตั้งอยู่และดับเองตามธรรมชาติ

เรามีโอกาสได้ไปปฏิบัติธรรม เป็นเวลา 3 เดือน (เดือนต้นสิงหาคม ถึง สิ้นเดือนตุลาคม 2560) ที่วัดภักทันทะอาสาฬหาราม อ.บ้านบึง จ.ชลบุรี ระหว่างที่ปฏิบัติฯ อยู่ที่วัดภักทันทะฯ ก็มีสภาวะต่าง ๆ พอประมาณ อาจไม่วิจิตรพิสดารอะไรมากมาย ไม่ได้เทียบเคียงตนเองกับใคร แต่เท่าที่ตนได้ก็รู้สึกดี มีกำลังใจให้ตั้งใจปฏิบัติฯ ต่อไป ก่อนไปปฏิบัติฯ มีอุปสรรคหลายอย่าง เครียด และเมื่อไปถึงวัดช่วงแรก ๆ ก็ยังพบวิบากไม่ดีอีกหลายอย่าง ก็พยายามข่มใจ ดึงสติ กลับมากำหนดอริยาบถย่อยให้มาก ไม่ว่าซักผ้า อาบน้ำ ชัดห้องน้ำ กวาดถูกุฏิ เดิน ยืน นั่ง นอน จนหลับและตื่น ตั้งแต่ตื่นจนหลับ ตามคำแนะนำของกัลยาณมิตร คือ พระอาจารย์หลวงพ่ “พระครูภาวนาวราลังการ วิ. (สมศักดิ์ โสรโท)”

ในสัปดาห์แรกของการอยู่ที่วัดภักทันทะฯ เพราะความเครียด ความกังวล จากวิบากต่าง ๆ ทำให้ตั้งใจมุ่งมั่น เพียรกำหนดรู้ จึงมีสภาวะ คือ คั่นหนึ่งขณะนอนหลับอยู่ รู้สึกตัวตื่น ขณะกำลังพลิกตัวจากตะแคงทับข้างซ้ายไปข้างขวา โดยมันกำหนดการพลิกตัวเอง อย่างช้า ๆ ชัดเจน และนิ่มนวล แล้วก็กำหนดจับผ้าห่มและดึงมาคลุมตัว แล้วกำหนดพลิกตัวจากทับข้าง

ขวามาข้างซ้าย ตลอดเวลาของการพลิกตัวไปมาและการจับดึงผ้าห่ม มันกำหนดเองใช้เวลาปกติ เหมือนเราพลิกตัวจับผ้าห่มในทุกวัน แต่รู้สึกถึงความช้า นิ่มนวล ชัดเจน แต่เราไม่ได้ทำ ไม่ได้ เป็นเรากำหนด มันทำเอง

อีกหลายวันต่อมา ขณะที่เรากำลังตื่นจากท่านอนตะแคงทับข้างขวา เราก็กำหนดลืมตา หนอ ขยับหนอ นำขาทั้ง 2 ข้างลงข้างเตียงเพื่อจะลงสู่พื้น ค่อย ๆ กำหนดยกหนอ ลงหนอ ขณะเดียวกันก็ค่อย ๆ ดันตัวจากท่าตะแคงขึ้นมาเพื่อให้อยู่ในท่านั่ง กำหนดรู้ขยับหนอ ขึ้นหนอ ไป ด้วย นับตั้งแต่การเอนกายมาที่ประมาณ 45 องศา เป็นต้นมา การกำหนดค่อย ๆ เอนกาย ขึ้น หนอ กำหนดขา ลงหนอ กำหนดเท้าสู่พื้น ถูกหนอ กำหนดกาย นั่งหนอ ตรงหนอ ลูกหนอ ยืนหนอ เท้าขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ ไปประมาณ 2 ถึง 3 ก้าว ทุกอย่างนี้มันทำ เอง กำหนดเอง เราไม่ได้ทำ เรามั่นใจ อาจไม่มีคำบริกรรม แต่รู้ว่าการช้า เนิบ นาน นิ่มนวล ชัดเจน ความเร็วเป็นปกติ แล้วมันก็หายไป กลับมาเป็นเรากำหนดขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอเองตามเดิม ซึ่งเราก็กังวลว่าถ้าเราไม่ได้ทำแล้วใครทำ ทำไม่มันช้า เนิบนาน นิ่มนวล แต่ชัดเจน และก็นึกไปถึงหลายปีก่อนที่ปกติเวลาเดินเราก็กะตามรู้ ขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ หรือระยะอื่น ๆ ตามแต่ที่เราจะกำหนดทัน ปกติเราจะตามรู้ได้ถึงระยะที่ 4 ในเวลาที่เดินปกติ คือ ยกสั้น ยก ย่างเหยียบ วันนั้นเรากำลังเดินจากตึกที่ทำงานจนจะถึงประตูทำน้ำของ รพ. ศิริราช เราก็กะรู้ว่าการก้าวเท้า มันช้า เนิบนาน นุ่มนวลมาก ๆ แต่ชัดเจน ความเร็วตามปกติที่เราเดินอยู่ เป็น อยู่ประมาณ 2 ก้าว ก็หายไป

ช่วงที่อยู่ที่วัดภักทันทะฯ ตอนแรกเราก็กู้ช่วยกันกับโยคีท่านอื่น ๆ เก็บกวาดเช็ด ภูศาลา ช่วยกันหลายคน เราชอบใช้น้ำยาดันฝุ่นถูพื้น เพราะรู้สึกสนุก แต่เจ็บและปวดข้อมือ (เราป่วยด้วยโรคปลอกเอ็นข้อมืออักเสบ และนิ้วโป้งกับนิ้วชี้ลื้อคอยู่แล้วประมาณ 4 หรือ 5 เดือน ก่อนมาปฏิบัติธรรมที่วัดภักทันทะฯ) เราทนไม่ไหวต้องขอผู้ดูแลแล้วขอไม่ช่วยงานกวาด ภูศาลา และต้องซักผ้าเองทุกวัน ก็ทรมานอยู่ แต่อดทนไป กำหนดไปเท่าที่มีสติระลึกถึงและ กำหนดได้ ระหว่างที่ปฏิบัติฯ นั้น ขณะนั่งสมาธิบางบัลลังก์ ก็รู้สึกปวดแสบที่ข้อมือทั้งสองข้าง ลักษณะคล้ายเชือกเกลียวเส้นใหญ่ที่บางช่วงหลุดรุ่มเกือบขาด บางครั้งบางบัลลังก์แขนกระตุก



เล็กน้อยสลับกันซ้ายบ้าง ขวาบ้าง บางทีก็กระตุกแรงปานกลางแต่ไม่ได้เป็นทุกวันไม่ได้เป็นทุก บัลลังก์ เว้นระยะแล้วแต่เขาจะเป็นในบัลลังก์ไหน รวมกระตุกอยู่ประมาณ 5 หรือ 6 บัลลังก์ จนวันหนึ่งระหว่างที่นั่งสมาธิ รู้สึกเหมือนใครเอาไม้หรือเหล็กเส้น ขนาดประมาณเท่าไม้เสียบ ลูกขึ้นมาแทงและกดลงบนบริเวณปลอกเอ็นข้อมือข้างขวาที่ปวดอยู่ ขณะนั้นรู้สึกปวดมากบอก ไม่ถูกเลย แล้วแขนข้างขวาก็กระตุกจนพ่นน้ำตักแรงมากแล้วก็กลับไปที่เดิมเอง มีอวาท်ทับกัน อยู่ท่าเดิมเอง และอาการปวดมาก ๆ แบบเมื่อครู่ก็หายไป พอคลายสมาธิ ก็รู้สึกดีที่ข้อมือทั้ง 2 ข้าง เหมือนทุกครั้งที่มีการกระตุกแขนหรือข้อมือในบัลลังก์อื่น ๆ ก่อนหน้านั้น ที่ภายหลังการ กระตุกจะรู้สึกดี แต่ได้อยู่ไม่นานก็ปวดอีก ส่วนการกระตุกครั้งนี้รู้สึกดีไปประมาณ 1 วันกว่า ๆ แต่ถ้าเคลื่อนไหวผิดท่าก็จะปวด หลังจากนั้นก็กลับมาเจ็บปวดเหมือนเดิม



เราเคยส่งอารมณ์กับพระครูภาวนาวราลังการ วิ. (สมศักดิ์ โสโรโท) เรา เรียกท่านว่า พระอาจารย์หลวงพ่อฯ ว่า ขณะนั่งสมาธิรู้สึกเหมือนมีแท่งอะไร ค้ำอยู่ในลำคอจากบริเวณลำคอส่วนบนที่ต่อกับเหนียงคางไปถึงส่วนบน ของอกที่ต่อกับคอ พระอาจารย์หลวงพ่อฯ จึงเล่าว่าการกำหนดอิริยาบถ ย่อยในการทานอาหาร พระอาจารย์หลวงพ่อฯ เคยมีสภาวะตอนกลืน อาหารว่า มันกลืน ว๊าบบบบ! ลงไป เราได้ยินดังนั้น ก็ตั้งใจกำหนดอิริยาบถ ขณะทานอาหารและดื่มน้ำปานะ เพราะอยากมีสภาวะ ว๊าบบบบ! เวลา กลืนอาหารแบบพระอาจารย์หลวงพ่อฯ บ้าง ไม่ว่าจะทานอะไร ดื่มน้ำอะไร เราก็ตั่งใจตามรู้อาการขณะกลืน ว่ามันสัมผัสตรงไหนบ้าง ลงไปถึงไหน

แล้ววันหนึ่งตอนนั้นเราปฏิบัติในกุฏิ เมื่อเดินจงกรมเสร็จ กระหายน้ำ ก็กำหนด ตลอดเวลาตั้งแต่เดินไปนั่งที่เตียง หยียดแขนไปหยิบแก้วน้ำบนโต๊ะมาดื่ม ไปหนอ ถูกหนอ จับหนอ ยกหนอ มาหนอ ขึ้นหนอ ปากถูกหลอดก็ ถูกหนอ ดูดหนอ อมหนอ กลืนหนอ พอกลืน น้ำลงก็ตามรู้เวลากลืน และได้รู้สึกเหมือนลมในท้องดันผนังท้องด้านในให้ขยายพอง พืบบบบ เบา ๆ แต่ชัดเจน เหมือนเวลาเราเติมน้ำใส่ลูกโป่งแล้วน้ำมันดันลูกโป่งให้พองพืบบบบแบบนั้น

และในคืนหนึ่ง เราหลับอยู่แต่ต้องตื่นขึ้น เพราะเสียงจากการกลืนน้ำลายนั้นดังมาก เหมือนคลื่นกระทบฝั่ง ดังจากภายในช่องปากบริเวณเพดานปากด้านในที่ต่อกับลำคอ จึงลอง กำหนดกลืนหนอใหม่เพื่อจะดูที่มาของเสียงว่าใช้ไหม ปรากฏว่ามันก็ดังมากเหมือนคลื่นกระทบ

ฝั่งแต่บอกว่าครั้งแรกที่ทำให้เราตื่นนิดหนึ่ง เรากำหนดกลิ่นหน่ออีกทีให้มันใจ มันก็ดังเหมือนกลิ่นกระทบบ้างอีก แต่คราวนี้เบาลงกว่าครั้งที่สองอีก เราก็อืมมม รู้แล้วหน่อ แล้วก็กลับไปไม่ติดใจอะไร

สรุปว่าเราเห็นสภาวะอื่น ทั้งที่ตามรู้วิริยาบถย่อยเดียวกันกับพระอาจารย์หลวงพ่อกุ๋ ไม่ได้เห็นอาการกลิ่น วาบับ! อย่างที่พระอาจารย์หลวงพ่อกุ๋ เห็น เพราะการเห็นสภาวะต่าง ๆ ในแต่ละชั้นไม่ใช่ใครเห็นอย่างไรแล้วเราต้องเห็นเหมือนกันกับเขา เช่น เปรียบเหมือนเราเดินขึ้นบันไดตึกหลายชั้น พอถึงชั้นที่ 1 เราเห็นป้ายโฆษณาบริษัทประกันภัย เพื่อนที่เดินมาก่อน หรือเดินมาพร้อมกัน หรือเดินมาหลังเรา พอถึงชั้นที่ 1 เขาอาจเห็น ป้ายโฆษณาการออมเงิน ป้ายการกู้เงินลงทุน เป็นต้น

เช้าวันหนึ่ง ตื่นขึ้นมาได้ยินเสียงออกมาจากหูข้างซ้ายที่เรานอนทับอยู่ ดังเหมือนเราเอาใบไม้มาเป่าที่ขอบใบดังปู้วววว (ดัง ปู้ววว แบบคนเป่าใบไม้เป็นนะ ไม่ใช่ดังปู้ดุดด ๆ หรือ พูว ๆ มีแต่เสียงลมออกจากปากมากระทบใบไม้ละ) เราก็อพยายามจะทดลองเหมือนที่เราต้องลองครั้งที่สอง ที่สาม ในการเกิดสภาวะอื่น ๆ ที่ผ่านมา ลองเอียงศรีษะให้ทับหูกับหมอนทำโน่นก็แล้ว ทำนั่นก็แล้ว ทำนั่นก็แล้ว เคยเห็นสุนัข หรือแมว ที่เขานอนแล้วเอาหัวซุกข้างโน้นที่ ข้างนี้ที่ พลิกหันหัว หันหูไปมา อาการเราเป็นแบบนั้นเลย บ้าอยู่คนเดียว แต่ก็ไม่ได้ผล ไม่มีเสียงใด ๆ ให้ได้ยินอีกเลย ก็ได้แต่สงสัยหน่อไป พอความสงสัยหมดไปก็ไม่ได้ติดใจอะไร

ในคืนหนึ่งขณะที่กำลังกราบพระก่อนนอน สวดมนต์ มี อระระหัง สัมมาฯ เป็นต้น แผ่เมตตาเสร็จ กราบพระครั้งที่ 1 ก็ปกติ คือ เป็นเราผู้ที่ถูกรอบคลุมด้วยกิเลสตัณหา แต่พยายามขัดเกลา ขณะกำลังกราบพระครั้งที่ 2 อยู่ดี ๆ จิตเราเกิดเป็นกุศลมากคิดว่า “สิ่งที่เราได้อยู่นี้เป็นสิ่งที่เหนือสิ่งใด ๆ ไม่ต้องการอะไรแล้ว อภัยให้ทุกอย่างทุกคน ไม่โกรธ ไม่เกลียด ไม่คิดค้นแค้นใจใด ๆ รู้สึกมีเมตตาต่อคนทั้งหลาย สัตว์ทั้งหลาย จิตเบิกบาน วาง วาง เบา และเป็นสุขมาก” (ซึ่งจนถึงวันนี้เรายังไม่รู้ว่ “สิ่งที่เราได้อยู่นี้...” ที่เราคิดขณะนั้น คืออะไร) เคยรู้สึกไหมที่ “พ่อ แม่ พี่ชาย พี่สาว น้องชาย น้องสาว หรือคนที่คุณรัก เขาทำอะไรที่น่าโกรธเคืองมาก

เลย แต่คุณไม่รู้สึกริโกรธ แต่เข้าใจ ไม่เอาโทษ ไม่เอาผิด หรือไม่ถือเป็นความผิดเลยสักนิดเดียว ตรงกันข้ามคุณ รู้สึกเมตตา สงสาร และอภัย เข้าใจ ยิ้มมมม...ม” แบบนั้นนะ แต่ตอนที่เรายู่ในสภาวะที่จิตเป็นกุศลนั้น ความรู้สึกของการอภัย การเมตตาอย่างทีกล่าวมามันมากกว่าการอภัยให้พ่อ-แม่ และคนที่เรารักนั้นอีกมาก ๆ ๆ เลย ใจเราสงบ ใส เย็น มีแต่ความเมตตา อภัย ไม่มีความคิดอะไรที่เป็นอกุศลเลย เป็นสุขมาก จนกราบพระครั้งที่ 5 เสร็จ เรากราบ 5 ครั้ง คือ กราบพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พ่อแม่ และครูอาจารย์ ก็กำหนดขยับหนอ ๆ ๆ เอนหนอ ๆ ๆ ลงหนอ ถูกหนอ ขยับหนอ นอนหนอ ตามรู้ฟองหนอ-ยุบหนอไปเรื่อย ๆ ก็ยังรู้สึกจิตเป็นกุศลแบบนี้อยู่จนหลับไปอย่างเป็นสุข พอเข้ามีดตื่นลืมตามา คนเมื่อคืนหายไปไหนไม่รู้กลับมาเป็นมนุษย์กิเลสหนาตื้นหนาหนักที่พยายามขัดเกลาให้เบาบางคนเดิม มนุษย์จิตกุศลคนเมื่อคืนหายไปสิ้น ลูกนั่งบนเตียงนึกทบทวนแล้วก็ อืมมม ไม่เป็นไร มาให้เราได้รู้สึกได้รู้จักว่าเวลาจิตเป็นกุศลจริง ๆ มันเป็นอย่างไรวัยหนึ่งก็ประเสริฐสุดแล้ว ตั้งใจต่อไป

บางวันเรารู้สึกปวดเมื่อยหนอ บางวันเบื่อหนอ บางวันไม่สบายหนอ บางวันหดหู่หนอ จนจำวันหนึ่งที่ศาลาพระสังฆาราม ช่วงเวลาการสาธยายธรรมของพระอาจารย์หลวงพ่อฯ เรานั่งสมาธิไปด้วยฟังธรรมจากพระอาจารย์หลวงพ่อฯ ไปด้วย ตอนนั้นเราปวดเมื่อยตามตัว ปวดหลังมาก นั่งสมาธิช่วงหลัง ๆ ก็หลังงอตลอด ครั้งนั้น ตอนเริ่มนั่งขัดสมาธิก็นั่งให้ถูกท่า มือขวาทับซ้าย หลังตรงพอประมาณ สวยงามที่สุดเท่าที่ทำได้ในขณะนั้น ปิดเปลือกตาแล้วบอกจิตตนเองว่า “จำทำนี้ไว้นะ” แล้วก็ไม่ได้สนใจอะไร ตามรู้ฟองหนอ-ยุบหนอ ไปเรื่อย ๆ หลังกึ่งอลง ฟังหนอพระอาจารย์หลวงพ่อฯ บ้างประปราย ส่วนใหญ่ก็ตามรู้ฟองหนอ-ยุบหนอ ปวดหนอไปจนไม่รู้ตัว มารู้ตัวอีกทีตอนที่ลำตัวมันเต็งตึงหลังตรง เหมือนตอนที่เริ่มนั่งใหม่ ๆ เราไม่ได้พยายามยืดตัว เพราะตอนนั้นเราไม่รู้ตัว แต่รู้ตัวเพราะหลังมันเต็ง และไม่ได้ค่อย ๆ ยืด หรือ ยืดตัวเร็ว ๆ แบบที่เราเคยทำ แต่หลังมันเต็งขึ้นมา ไม่แรงมากแต่เรียกว่าเต็งเหมาะที่สุด

เข้าวันหนึ่ง นั่งสมาธิบัลลังก์ก่อนอาหารมื้อเช้า ตามรู้ฟองหนอ-ยุบหนอ เหมือนปกติทุกครั้ง มีสติรู้ตัวตลอด และรู้สึกหิว แค่รู้สึกหิวเท่านั้น เราก็เห็นสภาพอาหารหลายภาควาง

อยู่บนโต๊ะ มีแขนใครไม่รู้กำลังใช้ทัพพีตักอาหารขึ้นมาดู แล้วภาพก็เลื่อนเรื่อยไปจนถึงจานรี ๆ จานหนึ่งมีอาหารสีเหลือง ๆ คล้ายสับปะรดกวนหรือทุเรียนกวนพูนจาน ตอนนั้นเราก็ตัดใจในใจว่า “เดี๋ยวไปดูกัน” (คือ จะไปดูให้รู้ว่าเป็นทุเรียนกวน หรือสับปะรดกวน) แล้วภาพก็หายไป ก็ไม่ได้คิดนึกอะไรต่อ จบอยู่แค่นั้น และกลับมาตามรู้ฟองหนอ-ยุบหนอ ต่อไปจนครบเวลา คลายสมาธิ นับเวลาตั้งแต่เริ่มเห็นจนคิดว่า “เดี๋ยวไปดูกัน” จนภาพหายไป น่าจะประมาณ 5 ถึง-10 วินาที พอไปถึงโรงทานก็ลืมไปแล้ว เราเข้าแถวตักอาหารตามปกติ แต่พอใกล้ถึงบริเวณที่วางถาดผลไม้และของหวาน ก็นึกได้และคิดในใจว่า ดูซิ จะมีอะไรอย่างที่เราเห็นใหม่ พอเดินถึงที่วางผลไม้ ของหวาน ตาก็เลื้อยไปเห็นกล่องกระดาษใส่อะไรสีเหลือง ๆ เดินเข้าไปใกล้ ๆ มันคือ สับปะรดกวน ที่เหลืออยู่ประมาณ 1 ช้อนโต๊ะ ใจก็คิด เจ้าภาพคงตั้งใจให้เราทานถึงให้เราเห็น เราก็เลยไม่ขัดศรัทธาด้วยปรารถนาให้เขาได้บุญกุศลจากการปฏิบัติธรรมของเรา (คิดแบบนี้จริง ๆ นะ) แล้วใช้ช้อนตัก กวาด หรือเรียกว่าชูดเลยดีกว่า ชูดมาหมดเลยได้ 1 ช้อนโต๊ะพูน ๆ ตอนสอบอารมณ์ก็เล่าให้พระอาจารย์หลวงพ่อฯ ฟัง ท่านก็ขำน้อย ๆ สำรวมแล้วพูดว่า “ไม่เหลือให้คนอื่นเลย” เราก็บอกว่า “ก็มันเหลือเท่านั้น เขาคงตั้งใจให้โยมทาน”

ขณะนั่งสมาธิ บางครั้งก็รู้สึกว๊าไบหน้าเรามันส่าย หรือแดงหันมาตั้งตรง เพราะเวลานั่งสมาธินานไป หลายคนน่าจะเป็นเหมือนกัน คือ ไบหน้าเราจะค่อย ๆ เคลื่อนหันไปซ้าย หรือขวา บ้างคอเอียง บ้างก้ม บ้างเงย โดยเราไม่รู้ตัวใช่ไหม เราก็คงเป็นแบบนั้น แต่สมาธิก็จะจัดทำให้เราอยู่บ่อย ๆ จนบางบัลลังก์ มันส่ายนิด ๆ 2 ครั้งก็ก๊ ก ๆ จนเข้าที่ ก็กำหนดรู้หนอแต่ไม่วายที่จะคิดในใจว่าไบหน้าเราจะส่ายไปมาเร็ว ๆ เหมือนที่เขาเข้าทรงกันในงานประเพณีทางใต้หรือเปล่านะ (นึกภาพออกใช่ไหมคะ ที่เขาเดินลุยไฟ ใช้เหล็กแหลมแทงลิ้น ระหว่างนั้นหน้าก็ส่ายไปมารัว ๆ เร็ว ๆ) แล้วก็ตามรู้ฟองหนอ ยุบหนอ ต่อไป พอมาสอบอารมณ์กับพระอาจารย์หลวงพ่อฯ ท่านก็จะขำเราแบบสำรวมอีก ท่านว่า “ดีไม่น้อยกว่าส่ายหน้าเป็นแบบหนังอินเดีย” 5555 เพราะเราชอบพูด หรือเล่าถึงความคิดในบางครั้งแบบขำ ๆ หลวงพ่อจึงบอกว่าเรา “บ๊องส์ แต่บ๊องส์นะดี บรรลุเร็ว ดีกว่าเครียด”

(อ่านเรื่องราวของคุณทัศนีต่อได้ฉบับหน้า)





คุยกับหมอ

หมอพิม

นิ้วในระบบทางเดินปัสสาวะ

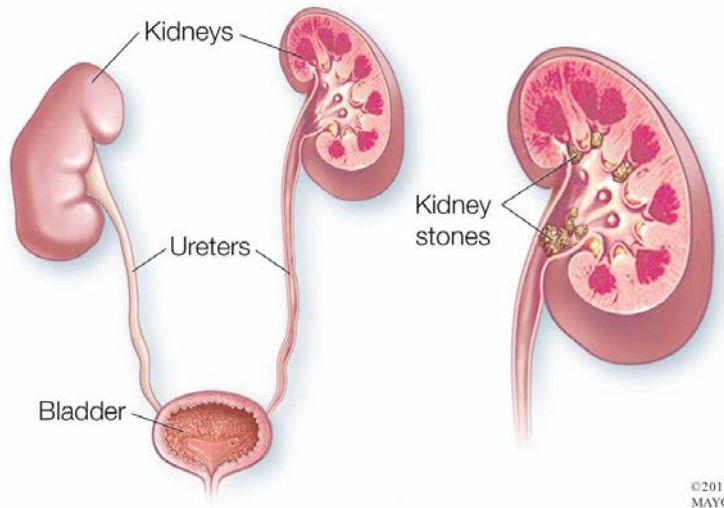


หลายคนคงจะสงสัยว่านิ่วในระบบทางเดินปัสสาวะ มีอาการอย่างไร เกิดได้ยังไง จะป้องกันและรักษาอย่างไร ยาสมุนไพรสลายนิ่วในไตได้จริงหรือไม่ เช่นหญ้าหนวดแมว หรือยา ล้างไต ช่วยรักษาการติดเชื้อหรือขับสารพิษได้จริงหรือไม่วันนี้คอลัมน์คุยกับหมอจึงขอมาแนะนำ ข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องนิ่วในไตกันค่ะ



ระบบทางเดินปัสสาวะคืออะไร?

อย่างที่ทุกคนทราบกันดี ระบบทางเดินปัสสาวะประกอบด้วยไตมีสองข้าง (ซึ่งมีหลอดเลือดมาเลี้ยงเป็นจำนวนมาก และมีเส้นประสาท ระบบทางเดินน้ำเหลืองด้วยเช่นกัน) ซึ่งมีหน้าที่กรองของเสีย ยาบางตัว และน้ำส่วนเกินจากเลือด ออกมาในรูปแบบของปัสสาวะ รวมทั้งมีหน้าที่ดูดกลับสารบางอย่างหรือเกลือแร่กลับเข้าสู่ร่างกาย เมื่อไตขับปัสสาวะออกมา ปัสสาวะก็จะถูกลำเลียงผ่าน กรวยไต ท่อไตสองข้าง และมาเปิดเข้าสู่กระเพาะปัสสาวะ เมื่อมีปัสสาวะปริมาณหนึ่งๆ เส้นประสาทรอบกระเพาะปัสสาวะจะไปกระตุ้นระบบประสาทส่วนกลาง ทำให้มนุษย์เราเกิดอาการปวดปัสสาวะ เมื่อมีการเบ่งปัสสาวะ ปัสสาวะก็จะถูกบีบออกจากกระเพาะปัสสาวะผ่านทางท่อปัสสาวะนั้นเองค่ะ



นิ่วคืออะไร?

ถ้าจะให้นึกภาพง่ายๆ นิ่วก็เหมือนกับก้อนกรวด ซึ่งไม่ควรเกิดขึ้นในร่างกายมนุษย์ ทรายใดก็ตามหากมีการเกิดนิ่วขึ้น แสดงว่ามีความผิดปกติบางอย่าง เช่น มีแร่ธาตุบางอย่างอยู่ในระบบทางเดินปัสสาวะมากเกินไป ทำให้เกิดการตกผลึกขึ้น หรืออาจจะขาดตัวยับยั้งไม่ให้เกิดนิ่ว มีการใช้ยาบางตัวเป็นระยะเวลานาน (Indinavir, Acetazolamide) การติดเชื้อบางชนิด โรคทางพันธุกรรม (Cystinuria) เป็นต้น

นิ่วทำให้เกิดอาการอย่างไร

นิ่วที่อยู่ตามตำแหน่งต่างๆ ของระบบทางเดินปัสสาวะ หากอยู่ที่ตำแหน่งกรวยไต หรือท่อไต เมื่อนิ่วหลุดลงไป ก็ทำให้มีการอุดตันของท่อทางเดินปัสสาวะ ทำให้ปัสสาวะไม่สามารถไหลผ่านจุดอุดตันได้ เมื่อปัสสาวะค้างเหนือจุดอุดตัน ก็จะทำให้เกิดการบีบรัดของท่อไต ทำให้เกิดอาการปวดลักษณะปวดบีบๆ (Colicky pain) เป็นๆ หายๆ อย่างรุนแรง (ปวดมากกว่าคลอดลูกอีกค่ะ) ที่บริเวณเอว (Frank pain) และอาจร้าว (Radiating pain) มาที่ขาหนีบหรือลงมาถึงอวัยวะในผู้ชาย หรือแคมในผู้หญิง

นอกจากนี้ อาจจะมีอาการของปัสสาวะจะราด ต้องรีบวิ่งไปเข้าห้องน้ำ ไม่สบายท้อง คลื่นไส้หรืออาเจียน และอาการที่มีนิ่ว ถึงแม้จะไม่มีอาการอุดตันก็ตาม ก็จะมาด้วยปัสสาวะเป็นเลือดที่มองเห็นด้วยตาเปล่า หรือมีเม็ดเลือดแดงในปัสสาวะที่มองไม่เห็นด้วยตาเปล่าก็ได้

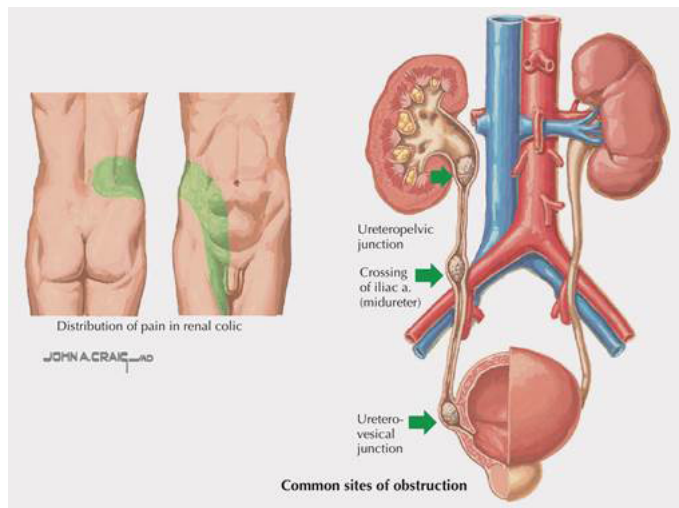
ในผู้ป่วยบางราย อาจไม่มีอาการดังกล่าวข้างต้นเลย แต่อาจมาด้วยอาการของทางเดินปัสสาวะติดขัดบ่อยๆ เช่น ปัสสาวะแสบขัด ปัสสาวะขุ่น มีไข้หนาวสั่น ปวดบั้นเอว เป็นต้น

นอกจากการอุดตันที่ทำให้มีอาการปวดแล้วปัสสาวะที่ค้างนานๆ ก็อาจทำให้มีการติด

เชื่อได้นั่นเองค่ะ

หากมีอาการดังกล่าวข้างต้นหรืออย่างใดอย่างหนึ่ง ก็ควรที่จะไปพบแพทย์เพื่อเข้ารับการวินิจฉัยและรับการรักษาอย่างถูกต้องนะคะ

การรักษานิว ต้องทำยังไง



การรักษานิวขึ้นอยู่กับขนาดและตำแหน่งของนิ่ว นิ่วที่ขนาดเล็กมากๆ อาจจะหลุดเองได้ (น้อยกว่า 5 มิลลิเมตร) ดังนั้นไม่ว่าจะอย่างไรก็ตามถ้าหากจะทราบทั้งขนาดและตำแหน่ง ก็ควรที่จะพบแพทย์เพื่อเข้ารับการประเมินนั่นเองค่ะ

นอกจากนี้ หากมีการติดเชื้อจากนิ่ว จะต้องรับประทานยาฆ่าเชื้อ หรือฉีดยาฆ่าเชื้อให้ครบตามที่แพทย์สั่งอย่างเคร่งครัด เพื่อลดโอกาสการเป็นซ้ำหรือเกิดเชื้อดื้อยา หรือถึงแม้จะรับประทานยาฆ่าเชื้อครบแล้วและยังมีอาการใหม่ ก็ควรเข้ารับการตรวจกับแพทย์ซ้ำ เพื่อการรักษาเพิ่มเติมต่อไป

การป้องกันนิ่วไม่ให้เป็นมากขึ้น เช่นการดื่มน้ำปริมาณมากๆ หากไม่มีข้อห้าม หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมกลางแจ้งเป็นเวลานานๆ ที่ทำให้เสียเหงื่อมากๆ

หยู้าหนดแมวรักษานิวได้จริงหรือไม่



จากข้อมูลทางเภสัชศาสตร์พบว่าหญ้าหนวดแมว ช่วยเพิ่มการขับซีเตรท และออกซาเลต การขับซีเตรทช่วยป้องกันการเกิดนิ่วไม่ให้เป็นมากขึ้น แต่ไม่อาจทำให้นิ่วสลายไปทั้งหมดได้ ดังนั้นการหาซื้อหญ้าหนวดแมวที่อยู่รูปชาสามารถทำได้ แต่อาจต้องอยู่ภายใต้การดูแลของแพทย์แผนปัจจุบันด้วย เนื่องจากยาหรือชาบางอย่างอาจมีส่วนผสมอื่นที่นอกเหนือจากหญ้าหนวดแมว ทำให้เราไม่ทราบว่าจะเกิดผลข้างเคียงใดๆ จากการใช้ยาดังกล่าวหรือไม่นั่นเอง

ยาล้างไตตามร้านขายยา ล้างได้จริงๆหรือไม่

ส่วนประกอบของยาล้างไต จริงๆแล้วมีฤทธิ์ขับปัสสาวะและบรรเทาอาการอักเสบ บางตำรับอาจมีการใส่สีเช่น เมทิลีนบลู(methylene blue) ซึ่งเป็นสารสีน้ำเงิน ทำให้รับประทานไปแล้ว ปัสสาวะจะมีสีน้ำเงินหรือเขียว ขึ้นกับพื้นเดิมว่ามีปัสสาวะเหลืองหรือ ดังนั้นจะเห็นได้ว่า คุณสมบัติของยา ไม่ได้มีคุณสมบัติในการล้างไตแต่อย่างใด จึงไม่ควรเรียกว่า “ยาล้างไต” นอกจากนี้ หากใช้อย่างไม่เหมาะสมอาจทำให้

1. ไม่ได้ผลในการรักษาโรค เช่น หากปวดแหว หรืออาการปัสสาวะขัดนั้นมีสาเหตุมาจากนิ่วในทางเดินปัสสาวะ ยานี้ก็ไม่สามารถรักษาให้หายได้

2. ได้รับผลเสียจากยา เช่น สารเมทิลีนบลู ห้ามใช้ในผู้ป่วยไตบกพร่องรุนแรง และ ไม่

ควรใช้ในผู้ที่มีภาวะพร่องเอนไซม์จีซิกพีดี (G6PD deficiency) เนื่องจากเพิ่มความเสี่ยงทำให้เม็ดเลือดแดงแตกง่าย และเมทิลีนบลู อาจจะมีผลข้างเคียงต่อยาบางอย่างเช่น ยารักษาในกลุ่มโรคซึมเศร้า ทำให้เกิดผลข้างเคียงรุนแรงได้ นอกจากนี้อาจมีโอกาสแพ้ส่วนประกอบอื่นๆจากในตำรับยาอีกด้วย

สรุป นิวในทางเดินปัสสาวะ ไม่ใช่เรื่องไกลตัว หากมีอาการดังกล่าวเช่น ปวดปัสฯ เป็นฯหายๆ ที่เอวรัวมาขาหนีบ ปัสสาวะเป็นเลือด ปัสสาวะแสบขัดหรือมีไข้ ควรเข้ารับการรักษากับแพทย์แผนปัจจุบันเพื่อจะได้รักษาอย่างถูกต้องและทันท่วงที วิธีป้องกันคือ ดื่มน้ำปริมาณมาก ในผู้ใหญ่โดยประมาณ 1-1.5 ลิตรต่อวัน หากไม่มีข้อห้าม นอกจากนี้การซื้อยาสมุนไพรหรือยาล้างไตมารักษาเอง นอกจากจะไม่ช่วยทำให้หายขาดจากโรคแล้ว ยังอาจจะทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนจากการใช้ยาดังกล่าวรุนแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้นั่นเองค่ะ

อ้างอิง

<https://www.pharmacy.mahidol.ac.th/th/knowledge/article/192/ยาล้างไต-กับความเข้าใจผิดๆ/>

<https://www.ajronline.org/doi/full/10.2214/AJR.10.7285>

https://www.pharmacy.mahidol.ac.th/siri/index.php?page=search_detail&medicinal_id=174

<https://newsnetwork.mayoclinic.org/discussion/mayo-clinic-q-and-a-why-are-kidney-stones-so-painful/>

Netter's clinical anatomy, 3rd edition



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	คอร์สสังขยานุปัสสนา (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	ครบรอบวันละสังขารหลวงพ่ไฉญ์

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

เพื่อเป็นค่าวัสดุอุปกรณ์ เวชภัณฑ์ 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

กองทุนอาศฬาคาร

เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการบำรุงรักษาอาคาร ศาสนยิสสา (ที่ตั้งรูปปั้นหลวงพ่อใหญ่ฯ)

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

กองทุนก่อสร้าง

เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการก่อสร้างอาคารถาวรวัตถุ รวมทั้งซ่อมแซมอาคารสถานที่ซึ่งชำรุดเสีย

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



ขอเชิญผู้มีจิตศรัทธา

ร่วมสมทบทุนสร้างอุโบสถ ๓ ชั้น

วัดภักทันตะอาศภาราม ต.หนองไผ่แก้ว อ.บ้านบึง จ.ชลบุรี



สามารถติดต่อร่วมบุญได้ที่ สำนักงานวัดภักทันตะอาศภาราม
หรือโอนเงินเข้าบัญชีวัดภักทันตะอาศภาราม (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...

อาสาฬาสาร วารสารรายสี่เดือน ปีที่ ๑๕ ฉบับ ๔๗ ประจำเดือนกันยายน - ธันวาคม ๒๕๖๒
จัดทำโดย

วัดกัททันตะอาสาฬาสาราม

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

