



จากปลายปากกาอันอบอุ่น สู่หลักธรรมแห่งชีวิตอันงดงาม



ทรัพย์ที่แท้จริง

ไม่ทำให้เกิดชาติภพใด
ก็จะตามไปช่วยเหลือก็อกุล ไม่ให้ลำบาก

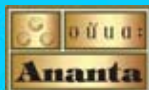
พระวิจิตรธรรมากรณ์

(เทอด ญาณวชิโร)

หลักการทำมณู

และปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน

จดหมายเหตุ กี่สร้างแรงบันดาลใจ ให้เกิดความรัก ความศรัทธา แห่งความดีมณู



หลักการทำบุญและปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน

เรียบเรียง : พระวิจิตรธรรมมาภรณ์ (เทอด ญาณวชิโร)

ข้อมูลทางบรรณานุกรมหอสมุดแห่งชาติ

พระวิจิตรธรรมมาภรณ์ (เทอด ญาณวชิโร)

กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์อนันต, ๒๕๕๖

จำนวนหน้า : ๑๓๖ หน้า เลขมาตรฐานสากลประจำหนังสือ : 978-616-90372-2-4

สำนักงานสำนักพิมพ์อนันต

๑๓ / ๑-๒ ถนน เสดระวินิช

แขวง บางซื่อ เขต บางซื่อ

กรุงเทพฯ ๑๐๘๐๐

โทร ๐๒-๕๑๐-๓๒๑๕

โทรสาร ๐๒-๕๔๘๙-๐๙๖๔

Email : anantabook@hotmail.com

สำนักพิมพ์อนันต

เลขที่ ๕ /๘๕ หมู่ที่ ๑๘ ซอย พระสิทธิ์ ๓

ตำบล คูคต อำเภอ ลำลูกกา

จังหวัด ปทุมธานี ๑๒๑๓๐

ที่ปรึกษาสำนักพิมพ์ กรปวิทย์ คำรณยุทธ

ที่ปรึกษาฝ่ายกฎหมาย ชนินทร์ เชื้อศรีตระกูล,

วุฒิชัย ถาวรศักดิ์

บรรณาธิการบริหาร ลมคิด ครอบบัวบาน

บรรณาธิการศิลปกรรม ทวีช สังข์อยู่

ฝ่ายการตลาด อาณัฐ พุศยาภรณ์

ประสานงานการผลิต ณัฐณพ พุศยาภรณ์

พิสูจน์อักษร กองงานอักษรสำนักพิมพ์

คอมพิวเตอร์กราฟิก ศิลปะกรรมอนันต



จริยธรรม
มหาชน

www.jariyatam.com

Dhammaintrend ร่วมเผยแพร่เป็นธรรมทาน

คำนำผู้เขียน

ความตั้งใจเดิมมาจากการที่ผู้เขียนเห็นว่า ปู่กับย่ามีอายุมากแล้ว ผู้มีอายุย่างเข้า ๘๐ ปี ไม่ต่างอะไรจากไม้ใกล้ฝั่ง จึงคิดจะให้ปู่กับย่ามีธรรมะได้อ่านได้ฟัง จะได้เป็นที่พึ่งทางใจยามวัยชรา

โดยมีความมุ่งหวังว่า แม้โยมปู่กับโยมย่าจะไปทำบุญที่วัดไม่ได้ เหมือนเมื่อคราวที่ร่างกายยังแข็งแรง แต่ก็สามารถทำบุญอยู่กับบ้านได้ตลอดทั้งวัน

การเข้าวัดฟังธรรมดูเป็นเรื่องยากสำหรับวิถีชีวิตผู้คน ในปัจจุบัน ด้วยภาระหน้าที่ทางสังคมที่สลับซับซ้อนมากขึ้น

หนังสือเล่มนี้ได้ทำหน้าที่บอกเล่า เรื่องการทำบุญและปฏิบัติธรรมอย่างง่ายๆ ที่บุคคลทั่วไปสามารถทำได้ในชีวิตประจำวัน ตั้งแต่ตื่นนอนจนจบวันหัวถึงหมอน ผ่านจดหมายเหตุธรรมะที่เขียนถึงปู่กับย่า ในระหว่างปีพุทธศักราช ๒๕๔๒-๒๕๔๖

เหมาะสำหรับการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบัน อยู่ที่บ้านหรือที่ทำงานก็สามารถทำบุญได้ครบ ทั้ง ทาน ศีล และภาวนา

พระวิจิตรธรรมภากรณ์

(เทอด ญาณวชิโร)

มกราคม, วันเริ่มต้นปีพุทธศักราช ๒๕๕๐

สารบัญ

จุดหมายฉบับหนึ่ง

ทำบุญได้ตลอดวัน จากตื่นจนถึงหัวถึงหมอน ๑๒

เมื่อแรกตื่น ปฏิบัติธรรมด้วยการตามดูลมหายใจ ๑๔

ตั้งใจรักษาศีลด้วยการอธิษฐานศีล ๑๖

ศึกษาพระธรรม ด้วยการฟังเทศน์ และอ่านหนังสือธรรมะ ๒๐

ตักบาตรตอนเช้า บุญที่ทำงานง่ายแต่อาานิสงส์มาก ๒๑

ไหว้พระสวดมนต์ก่อนนอน สมาธิแบบชาวบ้าน ๒๔

นอนอย่างไรให้เป็นสุข ๒๕

เหตุแห่งความฝัน ๒๖

วิธีไหว้พระสวดมนต์ก่อนนอน ๓๓

ว่าด้วยการแผ่เมตตา ๓๔

ขณะนอนทำสมาธิภาวนา ด้วยการกำหนดจิตตามดูลมหายใจ ๔๑

ไตรลักษณ์ในชีวิต ในชีวิตมีไตรลักษณ์ ๔๔

จุดหมายฉบับที่ ๒

งดเว้นจากการทำบาปทุกอย่าง ๖๓



ทำความดี ๗๐

ทำจิตใจร่าเริงแจ่มใส ๗๑

มรดกของบรรพบุรุษ ๗๕

คุณค่าของความกตัญญูทวดเวที ๗๙

สุวรรณสามตำนานคนกตัญญู ๙๓

จดหมายฉบับที่ ๓

แก่นสารการบวช ๑๐๙

หน้าที่ลูกคือกตัญญูบิดามารดา ๕ สถาน ๑๒๓



จดหมายฉบับที่ ๔

ภพภูมิและการเวียนว่ายตายเกิดในพุทธศาสนา ๑๓๓

เหตุแห่งการเกิดในภพภูมิที่แตกต่างกัน ๑๓๙

สัตว์โลก และการท่องเที่ยวไปในโลกเบื้องต่ำ ๑๔๔

มนุษย์โลก โลกของความเป็นมนุษย์ ๑๔๗

เทวโลก โลกของผู้เข้าถึงความเป็นเทวดาอันนับเนื่องในสวรรค์ ๑๔๘

พรหมโลก โลกของผู้เข้าถึงความเป็นหมู่พรหม ๑๗๑

การนับอายุของสวรรค์และพรหมโลก ๑๘๓





จดหมายฉบับที่หนึ่ง

กรุงเทพมหานคร, ระหว่างพระราช ปู่พุทธศักราช ๒๕๕๒
ตรงกับวันแรม ๘ ค่ำ เดือน ๙



เจริญพรโยมพ่อใหญ่-โยมแม่ใหญ่ทั้งสอง

ในพรรษานี้ อาตมาได้ซื้อพระไตรปิฎกมาชุดหนึ่ง ๔๕ เล่ม พระไตรปิฎกนี้ เป็นหนังสือรวมคำสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหมด เท่าที่พระสาวกในสมัยพุทธกาล รวบรวมไว้ได้ การได้อ่านพระไตรปิฎก ก็เหมือนการได้เข้าไปเฝ้าพระพุทธองค์ แล้วฟังธรรมเฉพาะพระพักตร์

คัมภีร์พระไตรปิฎกนั้นมี ๓ ชุด คือ

(๑) **พระวินัยปิฎก** คัมภีร์บันทึกคำสอน ในส่วนที่เป็นวินัย หรือ ศีลของภิกษุและภิกษุณี ตลอดจนระเบียบแบบแผนต่างๆ เพื่อความงดงามเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ของพระสงฆ์ในพระพุทธศาสนา

(๒) **พระสูตรตันตปิฎก** คัมภีร์บันทึกเทศนาของพระพุทธเจ้าที่พระองค์เทศน์โปรดบุคคลในโอกาสต่างๆ ตลอดระยะเวลา ๔๕ พรรษา ตลอดจนคำสอนของพระสงฆ์สาวก ทั้งที่เป็นภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก และ อุบาสิกา ที่พระองค์ทรงรับรองว่าถูกต้องตามธรรมตามวินัย

(๓) **พระอภิธรรมปิฎก** คัมภีร์ที่บันทึกหัวข้อธรรม ที่แสดงสภาวะของจิตล้วนๆ พระอภิธรรมเป็นธรรมะที่สำคัญ พระพุทธเจ้าจึงเลือกไปแสดงโปรดพระพุทธมารดา บนสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ พระองค์ใช้เวลาเทศนาอยู่ ๑ พรรษาจึงจบ ส่วนพระพุทธมารดา เมื่อฟังพระพุทธเจ้าเทศนาภังค์นี้จบแล้ว ก็ได้บรรลุโสดาปัตติผล (ฟังแล้วดูชื่นใจ)

เนื้อหาพระอภิธรรมที่พระพุทธองค์ทรงแสดงโปรดพระพุทธมารดานั้น มี ๗ หมวด คือ (๑) อัมมสังคณี (๒) วิภังค์ (๓) ธาตุกถา (๔) ปุคคัลบัญญัติ (๕) กถาวัตถุ (๖) ยมก (๗) ปัญฐาน

พระสงฆ์นำมาใช้สวด ในงานทำบุญอุทิศให้ผู้วายชนม์ในปัจจุบัน เราเรียกกันว่า “**พระอภิธรรม ๗ คัมภีร์**” และในวันที่พระพุทธองค์เสด็จกลับจากจำพรรษาบนสวรรค์ชั้นดาวดึงส์นั้น ได้มีประชาชนมารอรับเสด็จเป็นจำนวนมาก จึงเกิดประเพณีตักบาตรเทโวโรหณะ หลังออกพรรษา มาจนถึงปัจจุบัน

รวมคัมภีร์ที่บันทึกคำสอนของพระเจ้า ทั้ง ๓ ชุด เรียกว่า “**พระไตรปิฎก**”

พระไตรปิฎกนี้ พระสงฆ์ทรงจำไว้เฉพาะพระพักตร์ของ พระพุทธเจ้า ด้วยการท่องบ่นสาธยาย มาตั้งแต่พระพุทธองค์ ยังทรงพระชนม์อยู่ ตั้งต้นแต่พระอุบาลีเถระ ทำหน้าที่ทรงจำ พระวินัย พระอานนตเถระ ทรงจำพระสูตร และพระสารีบุตรเถระ ทรงจำพระอภิธรรม ปรากฏให้เห็นเป็นตัวอย่างในปัจจุบัน คือ **การสวดพระปาฏิโมกข์ในวันอุโบสถ การเจริญพระพุทธรมณฑ์ และการทำวัตรสวดมนต์ของพระสงฆ์**

ภายหลังพระพุทธองค์ปรินิพพานได้ ๓ เดือน ได้มีการ จัดระเบียบแบบแผน การทรงจำคำสอนใหม่ให้เป็นระบบมากขึ้น เรียกว่า **“การสังคายนา”** โดยมีพระมหากัสสปเถระเป็นประธาน

การสังคายนาหรือการรวบรวมคำสอนนี้ พระสารีบุตร เถระ ผู้เป็นอัครสาวกเบื้องขวาของพระพุทธองค์ และเป็น พระเถระผู้ใหญ่ในสมัยนั้น ได้มีการริเริ่มทำไว้เป็นแบบอย่าง ตั้งแต่สมัยที่พระพุทธองค์ยังทรงพระชนม์อยู่ จนเกิดพระสูตรฯ หนึ่งชื่อ **สังคิติสูตร** แปลว่า **พระสูตรว่าด้วยการสังคายนา หรือพระสูตรว่าด้วยการจัดระเบียบคำสอนนั่นเอง**

ภายหลังจากพระพุทธองค์ปรินิพพานประมาณ ๔๕๐ ปี จึงได้มีการบันทึกคำสอนเป็นตัวหนังสือ การบันทึกคำสอนเป็น ตัวหนังสือเกิดขึ้นที่ทวีปลังกา หรือประเทศศรีลังกาที่เรารู้จักกัน ในปัจจุบัน

อาตมาบวชมาตั้งแต่เยาว์วัย จนบัดนี้ย่างเข้าวัยหนุ่ม เคยตั้งใจไว้ว่า จะหาโอกาสอ่านพระไตรปิฎก ศึกษาธรรมะของพระพุทธเจ้าให้สมกับที่ได้เกิดมาบวชในพระพุทธศาสนา เป็นความตั้งใจมานานแล้วว่า เมื่อบวชเป็นพระภิกษุ จะอ่านพระไตรปิฎกสักรอบเป็นอย่างน้อย บัดนี้ก็พอจะมีเวลาบ้างแล้ว

ทุกครั้งที่เปิดหนังสือพระไตรปิฎกออกอ่าน มีความรู้สึกเหมือนนั่งอยู่เฉพะพระพักตร์ ฟังธรรมจากพระพุทธองค์ เมื่อพบข้อธรรมะที่ประทับใจ อาตมาคิดถึงโยมทั้งสอง อยากให้โยมทั้งสองรู้ ในสิ่งที่อาตมารู้ อยากให้เห็น ในสิ่งที่อาตมาเห็น อยากให้อ่าน ในสิ่งที่อาตมาอ่าน แต่คงเป็นไปไม่ได้ เพราะเหตุผลและปัจจัยหลายอย่าง จึงอยากเขียนจดหมาย เพื่อบอกเล่าเรื่องราวที่ได้ศึกษาเล่าเรียน ให้โยมทั้งสองฟัง

ตั้งใจจะส่งจดหมายฉบับนี้ ไปพร้อมกับโยมป้า แต่เผอิญเขียนไม่ทันเพราะมีเรื่องโน้นเรื่องนี้ต้องทำ จดหมายฉบับนี้จึงส่งมาช้ากว่ากำหนดหลายวัน ได้ฝากเพียงม้วนเทปธรรมะมาให้ เพื่อว่าจะได้ฟังไปก่อน ในวัยที่ล่วงเลยมาจนถึงบั้นปลายชีวิตเช่นนี้ อยากให้โยมทั้งสอง ตั้งหน้าตั้งตาบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศล ไม่ต้องห่วงไม่ต้องกังวลหน้าที่การงานอีกแล้ว ควรแสวงหาหลัก และที่พึ่งทางใจให้ตนเอง

ต่อไปนี้ ทุกสิ่งทุกอย่างให้ลูกหลานจัดการดูแลกันเอง ให้โยมพ่อใหญ่โยมแม่ใหญ่ ตั้งหน้าตั้งตาแสวงหาสิ่งที่ เป็นบุญเป็นกุศล คนอื่นเขาจะเอาอะไร จะคิดอะไร จะรวยอย่างไรก็ช่างเขาเถอะ อย่าต้องการ อย่าอยากได้ อยากมีอย่างเขาอีกต่อไป เพราะเวลา

แห่งความอยากได้อะไรของคนแก่ หมดลงแล้ว อย่าไปห่วงลูก
ห่วงหลาน ห่วงทรัพย์สินสมบัติ ไม่ต้องคิดว่า อยากให้ลูกหลานเป็น
โน่นเป็นนี่ ควรหาที่พึ่งอันแน่นอนให้ตัวเองก่อน ตั้งใจให้มั่นคงแน่ว
แน่ ว่า

“เวลาที่เหลืออยู่ ตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป จะยึดมั่น
ในพระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ จะเอา
พระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง สิ่งอื่นนอกเหนือจากนี้ไม่เอาแล้ว”

ทำบุญได้ตลอดวัน จากตื่นจนหัวถึงหมอน

ส่วนเรื่องการทำบุญนั้น ไม่จำเป็นต้องไปชวนชวาย
แสวงบุญ จากที่ไหน เพราะบุญอยู่ในตัวเรา จึงควรชวนชวาย
แสวงบุญ ในตัวเรานี้แหละ เราสามารถทำบุญได้ตลอดทั้งวัน
ตั้งแต่ตื่นนอน จวบจนเมื่อหัวถึงหมอน โดยไม่จำเป็นต้องไป
แสวงบุญจากที่ไหน

กายเป็นที่ตั้งแห่งบุญ วาจาเป็นที่ตั้งแห่งบุญ ใจเป็น
ที่ตั้งแห่งบุญ แสวงบุญจากกาย วาจา ใจ ด้วยการทำดี
พูดดี คิดดี ตลอดวัน เราก็สามารถทำบุญได้ตลอดวัน

ต่อไปนี้จะขอแนะนำ **“หลักการทำบุญและวิธีปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน”** อย่างถูกวิธี ซึ่งน่าจะเหมาะสำหรับโยมทั้งสองที่ไปวัดไม่ได้ เนื่องจากร่างกายและสังขารไม่อำนวย

ก่อนอื่นโยมทั้งสองต้องคิดอย่างมีหลักกว่า **บุญกุศลอยู่ที่ใจเป็นสำคัญ** แม้เราไม่สามารถไปแสวงบุญในที่ต่างๆ ได้ ตามที่ผู้คนโฆษณาบอกกล่าวว่า ไปแสวงบุญที่นั่นที่นี่จึงจะได้บุญมาก ก็อย่าไปทุกข์ร้อนใจว่า เราไปไม่ได้

อยู่ที่บ้านก็สามารถทำบุญได้ตลอดวัน เนื่องจากการกระทำต่างๆ ในชีวิตประจำวัน ก็เป็นบ่อเกิดแห่งบุญกุศลอยู่แล้ว เช่น

การอุปัฏฐากบำรุงเลี้ยงดูพ่อแม่ ก็เป็นบ่อเกิดแห่งบุญ การแสดงความเคารพนอบน้อมต่อปู่ ย่า ตา ยาย พี่ ป้า น้า อา ผู้เป็นบรรพบุรุษ ที่เรียกว่า **วุฑฒาปจายนธรรม** แปลว่า **การแสดงความอ่อนน้อมต่อผู้ใหญ่ในตระกูล** ก็เป็นบ่อเกิดแห่งบุญ ความรัก ความผูกพัน ช่วยเหลือเกื้อกูลระหว่างญาติพี่น้อง ก็เป็นบ่อเกิดแห่งบุญ การอนุเคราะห์บุตรหลานด้วยเมตตาจิต ก็เป็นบ่อเกิดแห่งบุญ การมีน้ำใจเกื้อกูลเพื่อนฝูงพวักพองบริวาร ตามสมควรแก่โอกาส ก็เป็นบ่อเกิดแห่งบุญ การอนุเคราะห์บุคคลผู้ตกยาก ก็เป็นบ่อเกิดแห่งบุญ หรือแม้กระทั่งการสงเคราะห์สัตว์ตัวเล็กตัวน้อย สูงขึ้นไปจนถึงการให้ทานรักษาศิลเลริฎภาวนา ล้วนเป็นบ่อเกิดแห่งบุญ

หากเราทำดี พุทธดี คิดดีกับพ่อแม่ ญาติพี่น้อง เพื่อนฝูง ตลอดจนการทำตนให้เป็นประโยชน์ ต่อสังคมที่เราอยู่อาศัย เหล่านี้ ล้วนเป็นบุญเป็นกุศลทั้งสิ้น พระพุทธเจ้าตรัสว่า

“สิ่งทั้งหลายมีใจเป็นหนึ่ง มีใจประเสริฐที่สุด ทุกสิ่ง สำเร็จมาจากใจ ถ้าใจไม่ดีเสียแล้ว จะพูดหรือจะทำอะไรก็ตาม ก็ย่อมจะเกิดทุกข์ตามมาเหมือนล้อหมุนไปตามรอยเท้าโคที่ ลากเกวียน”

โคลากเกวียนเป็นอย่างไร โยมพ่อใหญ่โยมแม่ใหญ่ ก็รู้อยู่แล้ว เพราะบ้านเรามีเกวียน

ด้วยเหตุนี้ โยมทั้งสองจึงต้องคิดให้เป็นบุญเป็นกุศล คิดแต่สิ่งที่ดีๆ ขอแนะนำวิธีทำบุญในชีวิตประจำวัน ตั้งแต่ตื่นนอน จวบจนเมื่อหัวถึงหมอน ตามความเหมาะสมแก่ร่างกายและ ลังขารของโยมทั้งสอง

เมื่อแรกตื่น

ปฏิบัติธรรมด้วยการตามดูลมหายใจ

การปฏิบัติธรรมหรือการทำสมาธินั้น เราสามารถทำได้ ตลอดทั้งวัน ตั้งแต่ตื่นนอนตอนเช้า เราก็มุ่งเข้าสู่เส้นทางนักปฏิบัติ ธรรม ด้วยการดูลมหายใจ วิธีปฏิบัติง่ายๆ คือ

เมื่อแรกรู้สึกตัว อย่าเพิ่งขยับตัวหรือลุกจากที่นอน ให้นอน
อยู่ในท่าเดิมพร้อมกับเอาความรู้สึกไปจับที่ลมหายใจ หายใจเข้ารู้
หายใจออกรู้ สองครั้ง สามครั้ง หรือมากกว่านั้น ตาม
ความเหมาะสม เป็นการเริ่มต้นชีวิตวันใหม่ที่ลมหายใจเข้าออก

จากนั้น ค่อยเอาความรู้สึกไปสำรวจดูร่างกายว่า เรานอน
ท่าไหน มีอวัยวะอยู่อย่างไร เท้าวางอยู่อย่างไร ดูให้เห็นทั่วร่างกาย
ตลอดจนผ้าห่ม หมอน มุ้ง และอากาศ จึงลุกขึ้น หรือหากมีเวลา
จะนั่งทำสมาธิ ต่อก็ได้

นี่ก็เป็นการปฏิบัติธรรมเช่นกัน หากไม่ยึดติดรูปแบบจน
เกินไป การปฏิบัติธรรมก็ไม่ใช่ว่าเรื่องยากเลย

การปฏิบัติธรรมไม่จำเป็นต้องมีวิธีมาก ไม่จำเป็นต้อง
ขึ้นกัมมัฏฐาน ไม่จำเป็นต้องขึ้นครู ไม่จำเป็นต้องขานวาทับชา
ซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ตั้งกายตรงดำรงสติมั่น มีสติเป็นไป
เฉพาะหน้า หายใจเข้ารู้หายใจออกรู้ ให้เอาความเหมาะสม
ของร่างกายและสังขารของเราเป็นประมาณ

ปฏิบัติธรรมควรให้กลมกลืนไปกับการดำเนินชีวิตของ
เราให้มากที่สุด อย่าไปยึดรูปแบบมากเกินไป

ตั้งใจรักษาศีลด้วยการอธิษฐานศีล

เมื่อกำหนดลมหายใจแล้ว ต่อไปให้กำหนดที่จะรักษาศีลให้บริสุทธิ์ บริบูรณ์ เป็นการสมาทานศีลด้วยตนเอง

การระวางกายไม่ให้ทำร้ายผู้ใด หรือสัตว์ใด จนเกิดความลำบากเดือดร้อน การระวางวาจาไม่ให้กระทบกระทั่งผู้ใด หรือสัตว์ใด จนเกิดความลำบากเดือดร้อน การระวางใจไม่ให้คิดที่จะทำร้ายผู้ใด หรือสัตว์ใด ไม่ให้มีความต้องการที่จะเห็นผู้ใด หรือสัตว์ใด ได้รับความพินาศย่อยยับ การระวางดังกล่าวนี้ชื่อว่า **“การรักษาศีล”**

สำหรับศีลในระดับพื้นฐาน ที่ชาวบ้านโดยทั่วไปรักษา มี ๕ ประการ เรียกว่า **“ศีล ๕”** คือ

(๑) ไม่เบียดเบียนเช่นฆ่าผู้อื่น ให้ได้รับความลำบากเดือดร้อน เจ็บปวด ทุกข์ทรมาน ทั้งทางกายและทางจิตใจ ตลอดจนการฆ่าด้วยสายตา คือ การมองผู้อื่นด้วยสายตาดูหมิ่นดูแคลน

(๒) ไม่ฉ้อโกง ลักขโมย ยักยอก บีบบังคับ คอรัปชั่น เอาสมบัติของผู้อื่น ตลอดจนใช้วิธีการถ่ายเทสมบัติของส่วนรวม หรือของชาติ มาเป็นสมบัติของตน

(๓) ไม่ประพฤตินิดลูกเมียผู้อื่น อันจะเป็นเหตุให้พ่อ แม่ ญาติ พี่น้องเขาเจ็บปวดใจ ตลอดจนการค้าประเวณี และการทำตน หรือประดิษฐ์สิ่งให้เกิดการยั่วยงทางเพศ

(๔) ไม่โกหกปกกลม หลอกลวง ปลิ้นปล้อน มีเล่ห์เหลี่ยม สร้างเรื่องเท็จหลอกผู้อื่นให้หลงเชื่อ โดยที่ตนเอง ไม่มีคุณสมบัติเช่นนั้นอยู่ในตัว หรือใช้ภาษานุ่มน้าวผู้ชน ให้เกิดความคิดเห็นไปในทางที่ไม่ถูกต้องชอบธรรม เพื่อประโยชน์แก่ตนเอง แก่พวกพ้องบริวาร หรือประโยชน์ที่ไม่ถูกต้องชอบธรรมด้านใดด้านหนึ่ง

(๕) ไม่เกี่ยวข้องกับสิ่งเสพติดของมีนเมา ตลอดจนสนับสนุน ส่งเสริม โฆษณาประชาสัมพันธ์เชิญชวนให้ผู้คนเกิดความเห็นคล้อยตาม เกิดความนิยมชมชอบสิ่งเสพติดของมีนเมา

ศีลทั้ง ๕ ข้อนี้ ยังมีข้อความที่ต้องขยายเพิ่มเติมอีก แต่จะหาโอกาสอธิบายความถึงโทษที่จะเกิดขึ้น ในจดหมายฉบับหน้า

ศีล ๕ นี้แหละเป็นสิ่งสำคัญ เป็นส่วนเบื้องต้น ในการประดับประดาจิตใจให้สูงขึ้น หากไม่มีโอกาสไปรับจากพระสงฆ์ที่วัด ตื่นเข้ามา ก็ให้นักอริชฐานในใจทุกวัน เป็นการรักษาศีลด้วยการอริชฐานศีลว่า

“วันนี้จะตั้งใจรักษาศีล ๕ ให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ ไม่ให้ต่างพร้อย ไม่ให้เศร้าหมอง”

คำว่า “ต่างพร้อย” นี้ หมายถึง ศีลยังไม่ขาด แต่ศีลเศร้าหมอง หรือมีรอยต่าง เช่น อดยากกินปลา แล้วบอกลูกบอกหลานไปหาปลาให้กิน จึงเป็นเหตุให้ลูกหลานต้องฆ่าปลา

อย่างนี้ศิลปินยังไม่ขาด แต่ศิลปินพร้อย หรือเศร้างมอญ เพราะแม้เราไม่ได้ฆ่าสัตว์ด้วยตัวเอง แต่ก็เป็นที่เหตุให้ผู้อื่นฆ่า อาหารการกินก็อย่าไปยุ่งยาก ลูกหลาน จัดหาอะไรให้กิน ก็กินตามมีตามได้ กินพอให้ร่างกายดำรงอยู่ เพื่อทำคุณงามความดีต่อไป คนแก่มิชีวิตอยู่เพื่อเป็นหลักใจให้กับลูกกับหลาน เพื่อให้ลูกหลานได้ปลดหนี้ชีวิต แค่นี้ก็พอแล้ว ไม่ต้องบ่นไม่ต้องว่าให้ลูกหลาน ยังมีอายุยืนอยู่นาน ลูกหลานก็ยังมีโอกาสได้ปลดเปลื้องหนี้ชีวิตได้มาก

เมื่อถึงวันพระ ๘ คำ ๑๕ คำ โยมทั้งสองไปวัดไม่ได้ ก็ให้อริษฐานศิลปะอบสทที่บ้าน ถ้าตั้งใจอริษฐานศิลปะอบสทจะมีอานิสงส์มาก ศิลปนั้นสำเร็จได้ด้วยการอริษฐาน คือ การตั้งใจรักษาศิลป อย่างหนึ่ง และสำเร็จได้ด้วยการสมาทาน หรือ การรับศิลปะจากพระสงฆ์ อย่างหนึ่ง

การรักษาศิลปทั้งสองอย่าง มีอานิสงส์เช่นเดียวกัน เราสะดวกอย่างไร ก็เลือกตามความเหมาะสม อย่าให้เกิดเป็นความยึดติดรูปแบบ จนทำให้ชีวิตดูแปลกแยกจากสังคม อึดอัด ขัดข้องไปเสียหมด ตนเองก็ขัดข้อง คนรอบข้างก็อึดอัด สังคมก็มองด้วยสายตาแปลกประหลาด เอาความเหมาะสมแก่สังขาร และให้สอดคล้องไปกับการดำเนินชีวิตเป็นหลัก ไม่จำเป็นต้องมุ่งขวนขวายหาเงิน ใส่เลื่อมม้อฮ่อม อดวอดให้คนอื่นเห็นว่า เราเคร่งครัดเคร่งครัดธรรม จนดูเป็นการสร้างภาพ มากกว่าจะสร้างศิลปะ ศิลปะอยู่ที่กาย วาจา ใจ ไม่ได้อยู่ที่เครื่องแต่งตัว

ส่วนผู้อธิษฐานศีลอุโบสถ แล้วปลอดภัยจากอุบัติเหตุ สามารถรักษาชีวิตรอดมาได้ ก็เห็นจะมีพระมหาชนกเป็นตัวอย่าง

เมื่อพระมหาชนกเดินเรือไปค้าขายทางทะเล เรือได้ประสบ มรสุม ถูกคลื่นใหญ่ซัดแตกกลางมหาสมุทร พระมหาชนกแหวก ว่ายน้ำอยู่กลางทะเลตลอด ๗ วัน หวังมหรธรรณพจรตขอบฟ้ามอง ไม่เห็นฝั่ง แต่พระมหาชนกก็ไม่ยอมท้อ ยังคงแหวกว่ายต่อไป ด้วย ความเพียรพยายาม ครั้นถึงวันที่ ๗ จึงเงยหน้าขึ้นบนท้องฟ้าเห็น พระจันทร์เต็มดวงก็รู้ว่า วันนี้เป็นวันพระอุโบสถ จึงบ้วนปากด้วย น้ำเค็มตั้งใจอธิษฐานศีลอุโบสถกลางทะเล ด้วยอาณิสสแห่งศีล ที่อธิษฐาน เป็นเหตุให้เทพิตามาช่วยให้รอดชีวิต เรื่องพระมหา ชนกปรากฏอยู่ในพระเจ้า ๑๐ ชาติ โยมทั้งสองคงเคยได้ยินพระ ท่านเทศน์จากหนังสือผูกใบลานให้ฟัง

นี่เป็นตัวอย่างอาณิสส ที่เกิดจากการอธิษฐานศีล แม้ไม่ ได้รับจากพระสงฆ์ ก็มีอาณิสสเช่นกัน เพราะขึ้นอยู่กับความตั้งใจดี

กล่าวโดยสรุป การรักษาศีล คือ

การระคับระคองจิตไม่ให้ คิดร้าย

ระคับระคองวาจา ไม่ให้พูดร้าย

ระคับระคองกาย ไม่ให้ทำร้ายใครๆ

อันเป็นเหตุให้เขาเกิดความเจ็บปวดทุกข์ทรมาน -

เกิดความโศกเศร้าเสียใจนั่นเอง

ศึกษาพระธรรม ด้วยการฟังเทศน์ และอ่านหนังสือธรรมะ

หลังจากสำรวจศีลแล้วให้เปิดเทปธรรมะฟัง เนื่องจากตอนเช้า เป็นเวลาเงียบสงบ และเราก็ได้นอนหลับมาเต็มที่ จิตยังผ่องใสจึงเหมาะแก่การฟังธรรม หรือจะเปิดหนังสือธรรมะอ่านสักหน้าสองหน้า ก็ได้ แล้วแต่ความเหมาะสม

การฟังเทศน์นั้น ไม่จำเป็นต้องไปที่วัด แม้ยามทั้งสองไปฟังเทศน์ที่วัดไม่ได้ ก็ไม่เป็นไร ฟังเทปธรรมะหรืออ่านหนังสือธรรมะที่ส่งไปให้ ถือว่าเป็นการฟังเทศน์เหมือนกัน ขอให้ตั้งใจให้เป็นบุญเป็นกุศล ด้วยการนึกในใจว่า **“ขอให้เข้าใจในธรรมของพระพุทธเจ้าตามเทปธรรมะที่กำลังฟัง หรือหนังสือที่กำลังอ่าน”** เป็นอันใช้ได้ ไปวัดฟังเทศน์ด้วยหู แต่ใจไม่ได้ฟังด้วย ก็เหมือนไม่ได้ไป

ที่พูดนี้ ไม่ได้หมายความว่า การไปฟังเทศน์ที่วัดไม่จำเป็น แต่หมายความว่า หากเราไม่มีโอกาสไปฟังเทศน์ที่วัด เพราะล้งซารร่างกายไม่อำนวย ด้วยหน้าที่การงาน หรือจะด้วยข้อขัดข้องอื่นใดก็ตาม ก็ไม่ควรทำความเดือดเนื้อร้อนใจว่า ไม่ได้ไปฟังเทศน์แล้วจะไม่ได้บุญ ควรคิดว่า การสร้างปัญญาบารมี ทำได้หลายทาง ต้องเลือกตามโอกาสและความ

เหมาะสมในเวลานั้นๆ ใช้สติปัญญาพิจารณาการทำบุญ
ที่เหมาะสมแก่ตัวเราเอง จึงชื่อว่า ทำบุญโดยใช้ปัญญา อย่างนี้
ได้ทั้งบุญ ได้ทั้งปัญญา

แต่ถ้าวันไหนลูกหลานว่างจากการทำงาน เขามีโอกาส
พาไปฟังเทศน์ที่วัด ก็ยิ่งเป็นการเพิ่มวิริยบารมีมากขึ้น เพราะผู้
ที่ไปฟังเทศน์ที่วัดนั้น ได้ทั้งบุญส่วนที่เป็นปัญญาบารมี บุญที่เป็น
วิริยบารมี และบุญส่วนที่เป็นเนกขัมมบารมี เพราะการพราก
กายออกจากบ้าน จากลูกหลาน จากทรัพย์สมบัติ จากความ
สะดวกสบายที่บ้านมาได้นั้น ทำได้ยาก

ตักบาตรตอนเช้า

บุญที่ทำงานง่ายแต่อาณิสสงส์มาก

หลังจากฟังเทศน์พอสมควรแล้ว ถ้าตักบาตรได้ ก็ออกไป
ตัก ให้ลูกหลานจัดหาให้ ตักที่หน้าบ้านนั่นแหละ

ไม่ต้องไปไกล ตักบาตรคนเดียวก็ได้ แต่ให้นึกอนุโมทนา
ในใจ คนไปตักบาตรก็ให้คิดว่า ให้คนที่ไม่ได้มา มีส่วนบุญด้วยกัน
หรือวันไหนไม่สะดวก บอกลูกหลานตักแทนก็ได้ เรานึกอนุโมทนา
ยินดีในใจ เรียกว่า

บุญเกิดจากการอนุโมทนา (อนุโมทนาภัย)

ความหมายของ คำว่า “อนุโมทนา” คือ ความรู้สึก ยินดีในการทำความดีของคนอื่น เป็นบุญกุศลเหมือนกัน อย่า นึกว่าไม่เป็น อาตมาได้บอกโยมทั้งสองไปตั้งแต่ต้นแล้ว ว่า **การทำบุญทำกุศลทุกอย่างอยู่ที่ใจเป็นสำคัญ** แต่ก็ไม่ได้ หมายความว่า จะคอยอนุโมทนาบุญที่คนอื่นทำ โดยที่ตนเองไม่ทำ อะไรเลย

คำอธิบายต่อไปนี้จะทำให้เกิดความเข้าใจความ สำคัญของใจได้บ้าง โดยทั่วไปเรามักจะมีคำถามว่า ภรรยา ตักบาตร สามิไม่ได้ตัก สามิจะได้บุญหรือเปล่า?

ตอบว่า ทั้งได้และไม่ได้ เพราะขึ้นอยู่กับใจ ถ้าคนที่ไม่ได้ ไปตักบาตร แต่มีใจยินดีว่า เราก็กมีส่วนร่วมเพราะเราเป็นคนหา เป็นคนจัดแจง ทุกสิ่งที่ภรรยาทำบุญ เกิดจากน้ำพักน้ำแรงของ เราร่วมกัน ความรู้สึกพลอยยินดีในการทำบุญของภรรยาเช่นนี้ เกิดเป็นบุญเป็นกุศลเช่นกัน คำถามนี้จึงตอบได้เป็น ๓ อย่าง คือ

๑. ภรรยาทำบุญตักบาตร สามิไม่ได้ทำ แต่นึกให้สามิ มีส่วนแห่งบุญร่วมกับตนด้วย ส่วนสามิก็นึกอนุโมทนาพลอย ร่วมยินดีในการทำบุญของภรรยา ได้บุญทั้งสองคนเท่าๆกัน เรียกว่า **“บุญเกิดจากการอนุโมทนา”** หรือบุญเกิดจากการ ยินดี ในการทำบุญของผู้อื่น **เหมือนคนสองคนจุดคบไฟต่อไฟจากกัน จะเกิดเป็นไฟสว่างขึ้นสองดวง**

๒. ภรรยาทำบุญตักบาตร สามิไม่ได้สนใจ กลับคิดว่า
อยากทำก็ทำไป ไม่เกี่ยวกับ ตัวใครตัวมัน หรือไม่รู้ทำบุญไปทำไม
พระสงฆ์องค์เจ้าไม่เห็นจะทำอะไร กินๆ นอนๆ ถ้าอย่างนี้ ภรรยา
ได้บุญคนเดียวแน่นอน แต่สามิไม่ได้ เพราะจิตใจไม่น้อมไปในบุญ
ที่ภรรยาทำ นึกง่าย ๆ เมื่อภรรยาจุดคบไฟ ส่งให้สามิต่อไฟ แต่
สามิไม่ยอมต่อ ไฟก็ไม่ติด แทนที่จะ เกิดมีแสงสว่างสองดวง
ก็มีดวงเดียวเหมือนเดิม

๓. ภรรยาตักบาตร แต่ไม่นึกเป็นบุญเป็นกุศล ใจไม่น้อม
ไปในบุญที่ตนเองกำลังทำ นึกดำ นึกอิจฉาริษยาคนโน้นคนนี้ นึก
ตำหนิพระสงฆ์ว่า ทำไมเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ องค์นี้จะเป็นพระแท้
หรือเปล่า ภรรยาได้บุญเหมือนกัน แต่ได้น้อย เพราะใจปิดไม่
เปิดรับบุญ เนื่องจากความอิจฉาริษยา ความโกรธ ความอาฆาต
ปิดกั้นทางมาแห่งบุญที่จะเข้าสู่ใจ เหมือนคบไฟที่จุดไฟ แต่
มีเชื้อไม่ติดมันก็ไม่สว่าง ส่วนสามินึกดีใจว่า ภรรยาทำบุญ มี
จิตใจยินดีเลื่อมใสนี้ก่อนุโมทนา สามิได้บุญมากกว่าภรรยา
ผู้ทำ ทั้งนี้เพราะจิตใจสามิ เปิดรับบุญมากกว่าภรรยา จิตสามิ
เหมือนคบไฟที่มีเชื้อดี แม้จะต่อจากคบไฟที่มีแสงน้อย ก็สว่าง
โชติช่วงมากได้เช่นกัน

การทำบุญจึงขึ้นอยู่กับที่จิตใจยินดีในการทำความดี เป็น
สำคัญ เรียกว่า “บุญเกิดจากการอนุโมทนา” (อนุโมทนาภัย)
หรือบุญเกิดจากการพลอยยินดี ในการทำบุญของผู้อื่น

ไหว้พระสวดมนต์ก่อนนอน สมาธิแบบชาวบ้าน

ก่อนนอนควรไหว้พระสวดมนต์ อันเป็นขนบธรรมเนียม เป็นแบบแผน และเป็นหลักปฏิบัติ เกี่ยวกับการนอนของคน ไทยแต่โบราณ เพื่อระลึกถึงพระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า พระ สังฆมอริยเจ้า การสวดมนต์ ก่อนนอนเป็นกุศโลบายเพื่อ ผ่อนคลายจิต หรือเป็นการลดระดับจิตที่วิ่งวุ่นมาทั้งวัน ให้สงบ ระวังก่อนเข้าสู่ความหลับ เพื่อไม่ให้หลับไป พร้อมกับความ กระทบกระวาย กระสับกระส่าย

หากวันไหนมีกิจมาก เหนื่อยหาล้า ไม่มีเวลา อย่างน้อย ควรได้กราบหมอนสัก ๓ ครั้ง ว่า นะโม ๓ จบ หรืออย่างไม่ได้ จริงๆ ล้มตัวลงนอน ยกมือไหว้จรดหัว แค่นี้ก็ทำให้ชีวิตงดงาม ตามแบบอย่างชาวพุทธที่ดีแล้ว

การสวดมนต์ หากสวดเป็นภาษาบาลีไม่ได้ ก็นึกเป็น ภาษาไทย แล้วนึกบททวนรอบวันที่ผ่านมา คือ ให้สำรวจดูว่า ศิลเราบริสุทธิ์หรือเปล่า ถ้าบริสุทธิ์ก็ให้นึกดีใจว่า **“วันนี้ศีลเรา บริสุทธิ์”** ถ้าศีลขาด หรือต่างพร้อยไม่บริสุทธิ์บริบูรณ์ ก็ให้นึกว่า **“พรุ่งนี้จะตั้งใจใหม่ให้มั่นคงขึ้นกว่านี้”** นึกตลอดไปถึงการทำบุญ ให้ทานที่ได้ทำ

ในที่นี้ จะแนะนำวิธีสวดมนต์ไหว้พระก่อนนอนแต่พอสั้นๆ ให้เลือกปฏิบัติตามความเหมาะสม

นอนอย่างไรให้เป็นสุข

การนอนเป็นอิริยาบถใหญ่ที่สำคัญของคนเรา พระพุทธเจ้าทรงสอนเรา ให้รู้จักใช้การนอนทำสมาธิ อีกอิริยาบถหนึ่งนอกเหนือจากการทำสมาธิแบบนั่ง (สมาธิ) และเดิน (จงกรม) เป็นการใช้การนอน บริหารจิตใจให้สะอาดผ่องใสสดงาม ไม่หยาบกระด้างก้าวร้าว

การไหว้พระก่อนนอน เป็นรูปแบบวิถีชีวิตอันงดงามของชาวไทยมาแต่โบราณ ว่าโดยรูปแบบการไหว้พระก่อนนอนยึดแบบมาจากการทำสมาธิ แต่แทนที่จะใช้วิธีนั่งปรกกรรมคำใดคำหนึ่ง เช่น พุท-โธ, พองหนอ-ยุบหนอ, สัมมาอะระหัง เป็นต้น เพื่อเป็นสื่อให้เข้าถึงความสงบ ก็กลับใช้การไหว้พระสวดมนต์เป็นอุบาย

การไหว้พระสวดมนต์ก่อนนอน จึงเป็นวิธีการเข้าสู่สมาธิตามวิถีชีวิตแบบไทยๆ มาแต่โบราณ เพื่อเป็นสื่อให้เข้าสู่ความหลับอย่างสบาย ไม่กระสับกระส่าย เมื่อหลับก็ไม่ฝันร้าย ตื่นก็สดชื่นไม่ง่วงซึม เป็นที่รักของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

เมื่อจักเกิดเหตุร้ายในชีวิต ก็ทำให้เกิดนิมิตรู้ล่วงหน้า ที่เรียกว่า “เทพสังหรณ์” คือ เทวดาบอกเหตุล่วงหน้า

เหตุแห่งความฝัน

ความฝันเกิดจากสาเหตุใดนั้น เป็นการยากที่จะอธิบายได้ เพราะมีคำอธิบายจากหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นทางด้านการแพทย์ ทางด้านจิตวิทยา ตลอดจนนักจิตวิเคราะห์ทั้งหลาย ต่างก็มีคำอธิบายที่แตกต่างกันออกไป

เฉพาะในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเรานั้น ได้กล่าวถึงสาเหตุที่ทำให้คนเราฝันไว้ ๔ ประการ คือ

ธาตุโยก:

ธาตุในร่างกายกำเริบปั่นป่วน

เกิดจากความผิดปกติทางร่างกาย อันมีสาเหตุมาจากการเปลี่ยนแปลงของธาตุในร่างกาย ทำให้ธาตุเกิดความไม่สมดุล เช่น ธาตุไฟมากเกินไป ทำให้ตัวร้อน กลายเป็นไข้ ไม่สบาย ก็ทำให้ฝันได้ ธาตุน้ำมากเกินไป เกิดปวดปัสสาวะขณะหลับ ก็ทำให้ฝัน เป็นต้น ความฝันเช่นนี้มักเกิดขึ้น เมื่อนอนผิดท่า หรือเจ็บป่วยเป็นไข้ ไม่สบาย จนบางครั้งทำให้นอนละเมอเพื่อพกจับความไม่ได้เหมือนคนขาดสติ เรื่องที่ฝันมักเป็นเรื่องที่ทำให้เกิดความน่ากลัวต่างๆ เช่น ฝันว่า ตกจากภูเขาหรือตกจากที่สูงลอยไปในอากาศเหมือน

เหาะได้ ถูกภูตผี ปีศาจ ยักษ์มารวิ่งไล่ ถูกลัทธิร้าย เช่น เสือ
ช้าง หรือโจรผู้ร้ายวิ่งไล่ ฆ่าฟัน เป็นต้น ในขณะที่วิ่งหนี มีความ
รู้สึกว่ารี้ดวิ่งได้ช้ามาก ช้าจนบางครั้งเราต้องกระโดดสองขาแทน
การวิ่ง เพื่อหนีจากสิ่งที่น่าสะพรึงกลัวนั้น พอรู้สึกตัวตื้นก็เหนื่อย
แทบขาดใจ เหมือนวิ่งมาด้วยความเร็วหลายสิบกิโลเมตร

อนุภุตปุพพะ

ฝันเนื่องมาจากอารมณ์ที่ได้ประสบมา

ความฝันชนิดนี้เกิดจากจิตที่หมกมุ่นครุ่นคิดในเรื่องใดเรื่อง
หนึ่ง ที่ประสบพบเห็น หรือได้ยินได้ฟังมาในชีวิตประจำวัน เช่น
ประสบเหตุการณ์บางอย่างมา จิตจะเก็บเหตุการณ์นั้นไว้แล้ว
กลายเป็นความฝัน แม้บางครั้งเรามีความรู้สึกว่า ลืมเหตุการณ์นั้น
ไปนานแล้ว แต่จิตยังคงเก็บเหตุการณ์นั้นไว้ในจิตใต้สำนึก เพียง
รอเวลาแสดงออกเท่านั้น เมื่อเหตุการณ์นั้นมาปรากฏในความฝัน
จึงทำให้นึกขึ้นได้ทันที อารมณ์นั้นอาจเป็นเรื่องในอดีตชาติ อาจ
เป็นอารมณ์ที่เราประสบมาช้านาน หรือเพิ่งจะผ่านไปในวันนั้นแล้ว
เก็บฝังไว้ในจิตใต้สำนึก แล้วฝันไปก็ได้

เวทูปสังหรณ์

เวทดาบอกเหตุให้รู้ล่วงหน้า

ความฝันที่เวทดานำมาเป็นสาเหตุที่จะบอกเล่าเรื่องราวหรือเหตุการณ์บางอย่างให้ผู้ฝันรับรู้ ความฝันนั้น อาจเป็นเหตุการณ์ต่างๆ ตามอำนาจการบันดาลของเวทดา ถ้าเวทดา รักเมตตา ปรารถนาจะให้การคุ้มครองรักษา และหวังประโยชน์ จะบันดาลให้ฝันดี และเป็นผลในทางที่ดี ส่วนการที่จะฝันดีและเป็นผลดี ตามอำนาจของเวทดานั้น ผู้ฝันต้องเป็นที่รักของเวทดา และมนุษย์ทั้งหลายด้วย การจะเป็นที่รักของเวทดาและมนุษย์ทั้งหลาย ก็ต้องเป็นผู้มีทาน คือ การให้ปันสิ่งของตามโอกาส มีศีล คือ ความสะอาดกายและสะอาดวาจา ความสงบเสงี่ยม อ่อนน้อมถ่อมตน ไม่หยาบกระด้างก้าวร้าว อวดดีถือดี ดูหมิ่นเหยียดหยามผู้อื่น และมีธรรมอันงาม คือ หมั่นฝึกหัดขัดเกลาจิตใจให้สะอาดผ่องแผ้ว

พระพุทธรเจ้าตรัสว่า

ผู้มีศีลมีธรรมอันงามย่อมเป็นที่รัก ของเวทดาและมนุษย์ทั้งหลาย ผู้มีศีลธรรมงามอย่างไรว่าแต่มนุษย์เลยที่รัก แม้เทพเวทาทันหลาย ก็ชื่นชมต่อการปรากฏตัวของเขา

พระเจ้าสุทโธทนะ พระพุทธบิดา เมื่อพระพุทธเจ้าตรัสรู้แล้ว เทวดาได้นำเรื่องนั้นมาบอกให้รู้ล่วงหน้า ก่อนที่จะได้รับข่าวจากผู้คน ซึ่งเป็นความหวังดีของเทวดา ในทางตรงกันข้าม หากเทวดาโกรธหวังจะให้พินาศ ก็จะทำให้ชนิดที่ไม่ดีต่างๆ แสดงให้รู้ถึงความไม่พอใจ หรือความต้องการบางอย่างของเทวดา

ยกตัวอย่างพระเจ้าสุทโธทนะ พระพุทธบิดาเช่นกัน ขณะที่เจ้าชายสิทธัตถะออกบวช ไม่ทราบว่าจะอยู่แห่งหนตำบลใด พระเจ้าสุทโธทนะ ก็เฝ้าแต่คิดถึง อยู่มาวันหนึ่ง เทวดาฝ่ายที่ไม่ปรารถนาดี ได้มาเข้าฝัน โดยถือห่อกระดูกมาด้วย แล้วบอกว่า **เจ้าชายสิทธัตถะตายแล้ว** เป็นต้น

บางครั้งเทวดาให้ฝันดี แต่มีผลร้าย ในคัมภีร์ทางศาสนา ได้ยกตัวอย่างพระเถระรูปหนึ่ง จำวัดอยู่ในวิหารแห่งหนึ่ง ตัดต้นไม้ซึ่งเทวดาลิงอยู่ ต้นไม้นั้นเป็นต้นไม้ใหญ่ จึงเป็นวิมานของเทวดา เทวดาโกรธมาก หลอกให้พระเถระตายใจ โดยมาเข้าฝัน บอกความจริงให้ทราบหลายครั้งหลายครา ไม่เคยผิดพลาด ซึ่งถือว่าเป็นฝันดี

เมื่อพระเถระตายใจแล้ว คราวหนึ่ง เทวดาจึงเข้าฝันบอกว่า **“อีก ๗ วันพระเจ้าแผ่นดินผู้เป็นอุปัฏฐากจะสิ้นพระชนม์”** เพราะความที่พระเถระฝันแล้วจึงมาตลอด ท่านจึงบอกความฝันนั้นแก่คนทั้งหลาย จนความทราบถึงพระเจ้าแผ่นดิน ท้าวเธอระวังพระองค์จนตลอด ๗ วันล่วงไปแล้ว ก็ไม่เกิดอันตรายแต่อย่างไร จึงกริ้วพระเถระว่า คิดการขบถ รับสั่งให้ตัดมือตัดเท้า พระเถระเสียด

บุพนิมิต

นิมิตบอกเหตุร้ายให้รู้ล่วงหน้า

ความฝันชนิดนี้เกิดด้วยอำนาจบุญกุศล และอำนาจบาปกรรม หรือเป็นบุพนิมิตแห่งการที่จะต้องเสวยผลแห่งบุญกุศล ซึ่งเป็นฝ่ายดี และเป็นบุพนิมิตแห่งการที่จะต้องเสวยผลแห่งบาปกรรม ซึ่งเป็นฝ่ายชั่ว

ความฝันที่เรียกว่า “**บุพนิมิต**” เป็นผลมาจากอำนาจบุญและอำนาจกรรมที่คนๆ นั้น ได้สั่งสมอบรมและกระทำไว้ มาบังนาคาลให้ปรากฏเป็นกลางบอกเหตุ พุดง่ายๆ ถึงเวลา ที่บุญหรือกรรมจะให้ผล ก็จะมีนิมิตให้รู้ล่วงหน้า ทั้งบุญและกรรมล้วนเป็นนิมิต ที่ปรากฏให้ทราบล่วงหน้า เมื่อแรกจะตั้งครุฑพระนางสิริมหามายา มารดาของพระโพธิสัตว์ ทรงฝันว่า พระยาช่างเผือกหากินอยู่ในภูเขาใหญ่ เข้ามาเดินประทักษิณเวียนขวารอบพระองค์ แล้วแหวกเข้าอยู่ใน พระครุฑ ต่อมา พระองค์ก็ทรงครุฑ ความฝันนี้จึงเป็นบุพนิมิตแห่งการเสวยผลบุญที่เป็นกลางบอกให้รู้ล่วงหน้า ว่าพระองค์จะได้พระโอรสผู้เลิศ

นอกจากนั้น พระเจ้าโกศลราชทรงพระสุบิน ๑๖ ข้อ ดังปรากฏในมหาสุบินชาดก แต่ละข้อเป็นบุพนิมิตที่ปรากฏให้ทราบล่วงหน้า ถึงความเป็นเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น ในโลกอนาคต ทั้งความเปลี่ยนแปลงของสังคมมนุษย์ ธรรมชาติ และภัยพิบัติ นานาประการ

ในคัมภีร์ทางศาสนา ยังได้กล่าวอีกว่า ความฝันชนิด **ธาตุโทษะ** และ **อนุภุตปุพพะ** ไม่ควรเชื่อถือ ไม่เป็นจริง เพราะสติไม่อยู่ในสภาพปกติ ความฝันชนิด **เทวดุปสังกรรม์** เป็นจริงบ้าง ไม่จริงบ้าง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเทวดา ผู้มาเข้าฝันเป็นตัวแปรว่า มีความประสงค์เช่นไร

ส่วนความฝันชนิด **บุพนิมิต** นั้น ท่านยืนยันอย่างแน่วนอนลงไปเลยว่า เป็นความจริงตามที่ฝันทุกประการไม่คลาดเคลื่อน และท่านให้ข้อสังเกตว่า ความฝันที่เป็นบุพนิมิตโดยมากจะปรากฏเฉพาะในเวลาค่อนข้าง ทั้งนี้เพราะเวลาหัวค่ำ และเวลาเที่ยงคืนนั้น เป็นเวลาที่ร่างกายกำลังเผาผลาญอาหาร ธาตุไฟกำลังทำงาน ทำให้ธาตุในร่างกายคนเราไม่ปกติ จึงมีผลทำให้ความฝันคลาดเคลื่อนไม่แน่นอน ความฝันนั้นอาจจริงก็ได้ไม่จริงก็ได้ พุดง่ายๆ คือ ตั้งแต่หัวค่ำจนถึงหลังเที่ยงคืน ธาตุในร่างกายยังทำงานอยู่ แต่เวลาค่อนข้างเป็นเวลาที่ย่อยอาหารเสร็จแล้ว ร่างกายอยู่ในสภาพปกติ ความฝันที่ปรากฏในช่วงนี้จึงเป็นจริงอย่างแน่นอน เพราะเป็นความฝันที่ไม่ได้ขึ้นอยู่กับอิทธิพลของร่างกาย แต่เป็นความฝันที่ปรากฏเพราะอำนาจบุญกุศล และอำนาจบาปกรรมของผู้นั้น

ถ้าความฝันเกิดจากอำนาจบุญกุศลก็จะฝันดี และมีผลดี ถ้าฝันเกิดจากอำนาจบาปกรรมก็จะฝันร้าย และมีผลร้ายด้วย ความฝันชนิดบุพนิมิตจะไม่มี **“ฝันร้ายกลายเป็นดี”** หรือ **“ฝันดีกลายเป็นร้าย”** ถ้าความฝันร้ายก็จะมีผลร้าย ฝันดีก็จะมีผลดี ท่านจึงให้ข้อสังเกตไว้ว่า

ถ้าฝันในเวลาค่อนข้าง ให้สันนิษฐานว่า เป็น
“บุพนิมิต” แห่งอำนาจบุญ หรือกรรมที่กำลังจะให้ผล ซึ่ง
ปรากฏให้เรารู้ล่วงหน้า

นอกจากนั้น ในคัมภีร์ทางศาสนายังได้แสดงอาการที่จิต
คนเราจะเข้าสู่ภาวะความฝันไว้ว่า ถ้านอนหลับสนิทจะไม่ฝัน ตื่น
อยู่ก็ไม่ฝัน แต่เวลาที่ฝันเป็นเวลาที่จิตกำลังอยู่ในช่วงหลับเหมือน
การหลับของลิง คือ หลับๆ ตื่นๆ หรือครึ่งหลับครึ่งตื่นนั่นเอง

แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นก็ เป็นการยากที่จะระบุลงไปได้อย่าง
ชัดเจนว่า ที่เราฝันนั้นเป็นความฝันชนิดใด จริงหรือไม่จริง
เพียงนำหลักเกี่ยวกับความฝันทางพระพุทธศาสนา มาให้โยม
ทั้งสองรู้ไว้ เป็นข้อสังเกตเท่านั้น ส่วนความฝันทางด้าน
การแพทย์ และนักจิตวิเคราะห์ เห็นว่า ไม่มีความจำเป็นจะต้องพูดถึง
ในที่นี้ เพราะไม่เกี่ยวกับเรื่องศาสนา

ต่อไปนี้เป็นวิธีไหว้พระสวดมนต์ก่อนนอน จำได้ว่า เมื่อ
ยังเด็ก โยมทั้งสองเคยสอนให้อาตมาไหว้พระสวดมนต์ก่อนนอน
บทสวดมนต์ที่อาตมาจำขึ้นใจมาจนถึงทุกวันนี้ ก็คงเป็นบท **นะโม**
๓ จบ ถึงวันพระ ๘ ค่ำ ๑๕ ค่ำ อาตมามีหน้าที่เก็บดอกไม้ให้โยม
แม่ใหญ่ไปบูชาพระที่วัด และบูชาพระที่ห้วนนอน ภาพต่างๆ ยังอยู่
ในความทรงจำของอาตมาไม่ลบเลือน

วิธีไหว้พระสวดมนต์ก่อนนอน

บทกราบพระรัตนตรัย

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ภะคะวา, พุทธัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิฯ
(กราบ)

สะวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม, ธัมมัง นะมัสสามิฯ
(กราบ)

สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สังฆัง นะมามิฯ
(กราบ)

บทนมัสการพระพุทธเจ้า

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะฯ
(ว่า ๓ จบ)

บทไตรสรณคมน์

พุทฺธัง สรรระณัง คัจฉามิ

ธัมมํ สรรระณัง คัจฉามิ

สังฆํ สรรระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ พุทฺธัง สรรระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ ธัมมํ สรรระณัง คัจฉามิ

ทุติยัมปิ สังฆํ สรรระณัง คัจฉามิ

ตะติยัมปิ พุทฺธัง สรรระณัง คัจฉามิ

ตะติยัมปิ ธัมมํ สรรระณัง คัจฉามิ

ตะติยัมปิ สังฆํ สรรระณัง คัจฉามิ ฯ

(ถ้าพอเท่านั้น ก็ให้ข้ามไปสวดบทแผ่เมตตา หน้า ๔๐ ต่อได้)

หลังจากนี้ให้นั่งพับเพียบ และเลือกสวดมนต์ตามที่ต้องการ
 สุดแล้วแต่ว่า ใครจะมีบทสวดมนต์พิเศษออกไปอย่างไร บางคนมี
 พระคาถาบทต่างๆ บางคนสวดพระคาถาชินบัญชร เป็นต้น เสร็จ
 แล้ว **สวดบทถวายพรพระ** เป็นลำดับสืบไป

บทถวายพรพระ เป็นคาถาที่พรรณนาถึงเหตุการณ์ที่
 พระพุทธเจ้าขณะมาร ผ่านพันอุปสรรคครั้งสำคัญไปได้ด้วยดี ด้วย
 วิธีของพระองค์เอง

เป็นคาถาว่าด้วยชัยชนะอันยิ่งใหญ่ของพระพุทธองค์ ที่มี
 ต่อพญามาร (พญาวสวัตติมาราธิราช) ,อาฬวกยักษ์, ช้างนาสาครี,
 องคุลิมาล, นางฉิลูจมานวิกา, ลักกนิคนธ, นันโทปนันทนาคราช
 และท้าวมหาพรหม การสวดถวายพรพระ เชื่อว่า จะทำให้ชีวิต
 ผ่านพันปัญหา อุปสรรคและภัยอันตรายต่างๆ ในชีวิตไปได้ คนไทย
 ตั้งแต่โบราณจึงนิยมสวดบทถวายพรพระ ในชีวิตประจำวัน และ
 นิยมนิมนต์พระสงฆ์มาสวด ในการทำบุญในโอกาสต่างๆ

แม้ในปัจจุบัน ที่วัดสระเกศ หลวงพ่อเจ้าประคุณสมเด็จพระ
 พระพุทธาจารย์ (เกี่ยว อุปเสโณ) ก็ให้พระสงฆ์ภายในวัดสาธยาย
 บทถวายพรพระนี้ตามโบราณคติ หลังทำวัตรเย็นทุกวันมิได้ขาด

เมื่อครั้งที่อาตมาบวชเป็นสามเณรใหม่ๆ นอกจากบท
 ยะถาถา สำหรับให้พรญาติโยม และบทปฏิสังขชาโย ฯลฯ สำหรับ
 พิจารณาอาหารบิณฑบาต ที่ต้องจำแล้ว ก็ยังมีบทถวายพรพระ นี้
 แหะละ ที่ถูกบังคับให้ท่องจำเป็นอันดับแรก รู้สึกว่าท่องยากมาก
 กว่าที่จะจำได้แต่ละบทแสนจะยาก แต่เมื่อจำได้แล้ว กลับเป็นบทที่
 สวดแล้วมีความไพเราะจับจิต และติดอยู่ในใจตลอดมา

บทถวายพรพระ

อิตปิ โส ภาวะวา อระหัง สัมมาสัมพุทโธ, วิชชาจะระณะ
สัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู, อนุตตะโร ปุริสทัมมะสาระถิ สัตถา,
เทวะมะนุสสานัง พุทโธ ภาวะวาติ ฯ

สวากขาโต ภาวะวะตา ธัมโม, สันทิฏฐิโก อะกาลิโก, เอ
หิปัสสิโก, โอปะนะยิโก, ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิติ ฯ

(อ่านว่า วิญญูหิติ)

สุปะฏิปันโน ภาวะวะโต สภาวะกะสังโฆ, อุชุปะฏิปันโน
ภาวะวะโต, สภาวะกะสังโฆ ญายะปะฏิปันโน ภาวะวะโต สภาวะกะ
สังโฆ, สามีจิปะฏิปันโน ภาวะวะโต สภาวะกะสังโฆ, ยะทิทัง จัตตาริ
ปุริสะยุดาณิ อัญญะปุริสะปุคคะลา, เอสะ ภาวะวะโต สภาวะกะ
สังโฆ, อาหุเนยโย, ปาหุเนยโย, ทักขิเนยโย, อัญชะลิกะระณิโย,
อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติ ฯ

พาหุง สะหัสสะมะภินิมิตตะสาวุธันตัง
ครีเมชะลัง อุทิตะโฆระสะเสนะ มารัง
ทานาภิธัมมะวิธีนา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะลา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลาณิ ฯ

มาราติเรกะมะภิชฺฉิมิตะลััพพะรัตติง
โฆรัมปะนาชะวะกะมักกะมะถัถะยักขัง
ขันตีสุทนต์ะวิธีนา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะลา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลาณิ ฯ

นาพาคริง คชะวะรัง อะติมัตตะภูตัง
 ทาวคคัจจกมะสะนีวะ สุทธารุณันตัง
 เมตตัมพุเสกะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
 ตันเตชะสาพะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิฯ

อุกขิตตะขัคคะมะติหัตถะสุทธารุณันตัง
 ธาวันตีโยชะนะปะถังคูลิมาละวันตัง
 อิทธีภัสังชะตะมะเน ชิตะวา มุนินโท
 ตันเตชะสา ะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิฯ

กัตะวานะ กัฏฐะมุทะรัง อิวะ คัพภินิยา
 จัญจายะ ทุฏฐะวะจะนัง ชะนะกายะมัชเฌ
 สันเตนะ โสมะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
 ตันเตชะสา ะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิฯ

ลัจจัง วิหายะ มะติสัจจะกะวาทะเกตุง
 วาทาภิโรปะตะมะนัง อะติอันธะภูตัง
 ปัญญาปะทีปะชะลิตโต ชิตะวา มุนินโท
 ตันเตชะสา ะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิฯ

นันทปะนันทะภุชะคัง วิพุธัง มะหิทธิง
 ปุตเตนะ เถระภุชะเคนะ ทะมาปะยันโต
 อีธูปะเทสะวิธินา ชิตะนา มุนินโท
 ตันเตชะสา ะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิฯ

ทุคคาหะทิมุสิฏฐะเคนะ สุทักฺขะหัตถัง
 พรัมมัง วิสุทธิชุตติมิทธิพะกาภิธานัง
 ญาณาคะเทนะ วิธินา ชิตะวา มุนินโท
 ตันเตชะสา ะวะตุ เต ชะยะมังคะลานิฯ

เอตปิ พุทธะชยะมังคะละอัญญาสาธา
 โย วาจะโน ทินะทีเน สระระเต มะตันที
 ทิตะวานะเนกะวิริยานิ จุปัททะวานิ
 โมกขัง สุขัง อะธิคะเมยยะ นะโร สะปัญโญฯ

มะหาการุณโก นาโถ	ทิตายะ	ลััพพะปาณินัง
ปุเรตวา ปาระมี ลััพพา	ปัตโต	ลัมโพธิมุตตะมัง
เอเตนะ ลัจจะวัชเชนะ	โหตุ	เต ชยะมังคะลัง ฯ
ชะยันโต โพธิยา มูเล	ลักกะยานัง	นันทิวัทตะมโน
เอวัง ตะวัง วิชะโย โหหิ	ชะยัสสุ	ชยะมังคะเล
อะปะราชิตะปัลลังเก	สีเส	ปะชฺฐะวิโปกขะเร
อะภิสเสเก ลััพพะพุทธานัง	อัครักปัตโต	ปะโมทะติ ฯ
สุขักขัตตัง สุมังคะลัง	สุปะภาตัง	สุหุลลิตัง
สุชะโณ สุมุหุตโต จะ	สุยิภฺฐัง	พรัम्मะจาริสฺสุ
ปะทักขินัง กายะกัมมัง	วาจา	กัมมัง
ปะทักขินัง มะโนกัมมัง	ปะณิธี	เต
ปะทักขินานิ กัตตะวานะ	ละภันตเต	ปะทักขิณะ ฯ

ภะวะตุ ลััพพะมังคะลัง	รักขันตุ	ลััพพะเทวะตา
ลััพพะพุทธานุภาเวนะ	สะทา	โสตถิ
ภะวะตุ ลััพพะมังคะลัง	รักขันตุ	ลััพพะเทวะตา
ลััพพะธัมมานุภาเวนะ	สะทา	โสตถิ
ภะวะตุ ลััพพะมังคะลัง	รักขันตุ	ลััพพะเทวะตา
ลััพพะสังฆานุภาเวนะ	สะทา	โสตถิ

ว่าด้วยการแผ่เมตตา

การแผ่เมตตา คือ การตั้งความปรารถนาดีไปในมวลสรรพสัตว์ ตลอดจนเทพเทวาภูติ ๕๖ ปีศาจทั้งหลาย ไม่มีประมาณ ไม่มีขอบเขต ไร้พรมแดนขีดขั้น ไม่ว่าเขาผู้นั้น หรือสัตว์นั้นจะเป็นเชื้อชาติ ศาสนาอะไร จะเกี่ยวข้องกับเรา โดยความเป็นญาติ โดยความเป็นประเทศ เชื้อชาติ ศาสนาหรือไม่ก็ตาม ให้มีจิตกว้างขวาง ไร้พรมแดน ไม่มีขอบเขตขีดขั้น ขอให้เขาได้มีความสุข อย่าได้มีความทุกข์ระทมขมขื่นใจ

ในการดำเนินชีวิต สิ่งที่ทุกคนปรารถนาก็คือความสุข และต้องการหลีกเลี่ยงจากภัยอันตรายต่างๆ ซึ่งจะทำให้ชีวิตเป็นทุกข์ เราต้องการความสุขอย่างไร คนอื่นและสัตว์อื่นก็ต้องการความสุขอย่างนั้น พระพุทธเจ้าจึงสอนให้เอาความรู้สึกตัวเราเอง เปรียบเทียบกับความรู้สึกของคนอื่นและสัตว์อื่น จะได้เห็นนอกเห็นใจ (มีเมตตา) คนอื่นและสัตว์อื่นมากขึ้น แล้วไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน ให้ได้รับความระทมขมขื่นใจ

การแผ่เมตตาจึงควรแผ่ให้ทั้งแก่ตนเองและคนอื่น ตลอดจนสรรพสัตว์ทั้งหลาย โดยตั้งความปรารถนาให้ทุกสรรพชีวิตมีความสุขเสมอกัน อย่าได้เบียดเบียนข่มเหงน้ำใจซึ่งกันและกัน

ก่อนแผ่เมตตาควรทำสมาธิ ๓-๕ นาที น้อยหรือมากกว่านั้น ตามโอกาส เพื่อให้จิตอ่อนโยน สงดงาม สว่างสะอาด ผ่องแผ้ว จิตที่ผ่องแผ้วเกิดจากกำลังสมาธิ แม้จะชั่วระยะเวลาสั้น ก็เป็นจิตที่ว่างจากความอาฆาตพยาบาท ความอิจฉาริษยา ว่างจากกามราคะ ว่างจากความทะยานอยาก และว่างจากความหม่นหมองเศร้าซึม ลังเลสงสัยจับจด ไม่แน่นอน จึงเหมาะแก่การแผ่เมตตา

ในการแผ่เมตตา ไม่จำเป็นต้องกล่าวเป็นภาษาบาลีเสมอไป

แต่ที่นำภาษาบาลีมา ก็เพียงเพื่อให้ได้รู้แบบที่ใช่ โดยทั่วไปเท่านั้น แม้จะไม่กล่าวเป็นภาษาบาลี ก็ให้นึกเป็นภาษาไทย ขอให้เป็นภาษาของความรู้สึก เรารู้สึกอย่างไร นั่นจริงๆ รู้สึกเมตตาสงสารการเกิดของตนเอง ที่ต้องเผชิญความทุกข์ ความเศร้าโศก โรครภัยไข้เจ็บ และต้องเผชิญกับความแก่ความเจ็บความตายไม่รู้จักจบสิ้น ความรู้สึกนี้ให้เกิดตลอดไป จนถึงสรรพสัตว์ทุกจำพวกทุกหมู่เหล่า แม้แต่ศัตรูที่จ้องทำลายล้างเรา ก็ให้รู้สึกเช่นนั้น ให้นึกไปถึงสิ่งที่ไม่มองเห็น เช่น เทวาอารักษ์พระภูมิเจ้าที่ทั้งหลายด้วย

การแผ่เมตตานั้น แม้กล่าวเป็นภาษาบาลี แต่ความรู้สึกไม่ได้เป็นไปตามภาษาที่กล่าว ก็ไม่มีประโยชน์อะไร ไม่ควรยึดรูปแบบให้มาก

คำแผ่เมตตาให้แก่ตนเอง

อะหัง ลุขิต โหมิ	ขอให้ข้าพเจ้ามีความสุข
นิททุกโข โหมิ	ปราศจากความทุกข์
อะเวโร โหมิ	ไม่มีเวรไม่มีภัย
อัปยาปัชโหม โหมิ	ไม่มีการเบียดเบียนซึ่งกันและกัน
อะนีโฆ โหมิ	ไม่มีความทุกข์กายทุกข์ใจ
ลูขี อัตตานัง ปะริหะรามิ	มีความสุขกายสุขใจและรักษาตน ให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด ฯ

คำแผ่เมตตาให้สรรพสัตว์

ลัฟเพ ลัตตา	สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงที่เบียดเบียนเพื่อทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตายด้วยกันทั้งหมด ทั้งสิ้น
อะเวรา โหนตุ	จงเป็นสุขเป็นสุขเถิดอย่าได้มี เหว แก่กันและกันเลย
อัปยาปัชฌา โหนตุ	จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้เบียด เบียนซึ่งกันและกันเลย
อะนีฆา โหนตุ	จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้มี ความทุกข์กายทุกข์ใจเลย
ลูขี อัตตานัง ปะริหะรันตุ	จงมีความสุขกายสุขใจ และ รักษา ตนให้พ้น จากทุกข์ภัยด้วยกัน ทั้งสิ้นเทอญฯ

จากนี้ก็นึกอธิษฐานใจ ถึงญาติบรรพบุรุษทั้งสองฝ่าย
ของเรา คือ ปู่ ย่า ตา ยาย เรื่อยมาโดยลำดับ จนถึง
มารดาบิดาแม้ยังมีชีวิตอยู่ ก็ขอให้ท่านมีความสุข มีสุขภาพ
ร่างกายแข็งแรง อธิษฐานถึงเทวาอารักษ์ เจ้ากรรมนายเวร
ได้อนุโมทนา เพื่อจะได้เป็นผู้มีส่วนแห่งบุญ ที่เราได้ทำใน
แต่ละวัน เมื่ออนุโมทนาแล้ว ขอให้ทำการคุ้มครองปกป้องรักษา
ให้มีความเจริญรุ่งเรืองก้าวหน้าในชีวิต มีความร่มเย็นเป็นสุขแก่
ตัวเราเอง และทุกๆ คนในครอบครัว เสร็จแล้ว กราบ ๓ หน

ขณะนอนทำสมาธิภาวนา

ด้วยการกำหนดจิตตามดูลมหายใจ

ขณะกำลังนอนให้นึกภาวนา ตามลมหายใจ คือ เอา
ความรู้สึกไปตามดูลมหายใจ เมื่อหายใจเข้า ก็รู้สึกว่าลมหายใจ
ผ่านเข้าไปในโพรงจมูกผ่านหน้าอก จนถึงท้องที่กำลังขยายพอง
ขึ้น ดันซี่โครงจนลมเต็มปอด เมื่อหายใจออก ให้นึกตามลมหายใจ
ที่กำลังออกมาจากท้อง ผ่านหน้าอกแล้วไหลรินผ่านโพรงจมูก
เมื่อหายใจเข้าต้นลมอยู่ที่ปลายจมูก กลางลมอยู่ที่หน้าอก ปลาย
ลมอยู่ที่ท้อง เมื่อหายใจออกต้น ลมอยู่ที่ท้อง กลางลมอยู่ที่
หน้าอก ปลายลมอยู่ที่จมูก หรือจะดูอาการ ยุบ-พองของท้องจน
ลมหายใจหยุดอยู่

ลมหายใจคนเรานั้น หากพิจารณาให้ละเอียดแล้ว จะพบว่า เมื่อหายใจเข้าจนลมหายใจเต็มปอด ก่อนจะหายใจออกมา ลมจะหยุดอยู่ครู่หนึ่งก่อนแล้วจึงหายใจออกมา ดูให้เห็นชัดเจนถึงขนาดนี้ จึงเรียกว่า “จิตตามลมหายใจ”

คำว่า “จิตตามลมหายใจ” ในที่นี้ ไม่ได้หมายถึงดูด้วยตา แต่ให้รู้ด้วยความรู้สึกว่า ลมหายใจเป็นอย่างนี้ๆ เอาความรู้สึกไปตามลมหายใจ นึกอย่างนี้ไปจนกว่าจะหลับ อย่าให้หลับไปกับการคิดปรุงแต่งฟุ้งซ่าน คิดถึงเรื่องโน้นเรื่องนี้ คิดถึงคนโน้นคนนี้ ต้องเรียนรู้เพื่อที่จะอยู่กับปัจจุบันขณะ คือ เมื่อหลับก็หลับไปกับลมหายใจ อย่าหลับไปกับโลกของอดีตหรือโลกของความใฝ่ฝัน เมื่อตื่นเข้าขึ้นมาก็ตื่นมากับลมหายใจ อย่าตื่นมากับการละห้อยหาอดีต หรือการโหยหาโลกแห่งความใฝ่ฝัน พอรู้สึกตัวก็นึกถึงลมหายใจก่อนอย่างอื่น อย่างนึกถึงคนโน้นคนนี้ สิ่งโน้นสิ่งนี้ นึกถึงลมหายใจก่อน เสร็จแล้วค่อยเปิดเทศน์ฟัง และทำกิจการหน้าที่ของตนที่มีต่อไป

การดูลมหายใจก่อนนอน อาจจะทำให้หลับยากในระยะแรก

เพราะจิตมันเป็นกังวลอยู่กับลมหายใจว่าจะเข้าหรือจะออก แต่พอปฏิบัติไปแล้วระยะหนึ่ง ก็จะเป็นเป็นธรรมดาถึงเวลานั้นเราไม่ได้ใส่ใจแล้วว่า ลมหายใจจะเข้าหรือจะออก เราเป็นแต่เพียงผู้รู้ว่าการที่ลมกระทบจมูก ขณะเข้าขณะออกเท่านั้น

เราเป็นแต่เพียงผู้รู้ว่า มีลมหายใจ ลมหายใจมีอยู่แต่ผู้หายใจไม่มี

การทำอย่างนี้ เรียกว่า “ปฏิบัติธรรม” หรือ “ทำสมาธิ” หรือ “บำเพ็ญภาวนา” แต่ถ้าวินโยนที่ตื่นขึ้นมมาแล้ว ไม่มีลมหายใจให้ดูให้พิจารณาตาม หรือให้กำหนดตาม ก็คือวันที่เราไม่มีธรรมจะให้ปฏิบัติ และวันที่เราไม่มีโอกาสจะได้ปฏิบัติธรรมต่อไป

ตามที่กล่าวมาทั้งหมด ตั้งแต่ ตักบาตร รักษาศีล ฟังเทศน์ และปฏิบัติธรรม ข้อที่ได้บุญกุศลมากที่สุด คือ ปฏิบัติธรรมอยู่กับลมหายใจเข้าออก ซึ่งเป็นการมุ่งเข้าไปสู่ การขัดเกลาจิตโดยตรง

แม้การปฏิบัติธรรมจะได้บุญมาก แต่ก็ได้ไม่ได้หมายความว่า การตักบาตร รักษาศีล ฟังเทศน์ หรือการทำบุญกุศลอย่างอื่นไม่สำคัญ แท้จริงแล้ว ก็เป็นสิ่งสำคัญ เพียงจัดระดับให้เห็น ความสำคัญของการทำบุญ อย่างธรรมดา อย่างกลาง และอย่างสูงสุดเท่านั้น

แม้การปฏิบัติธรรม การรักษาศีล ๘ หรือศีลอุโบสถ ก็ไม่จำเป็นต้องไปปฏิบัติกับพระสงฆ์ที่วัด ปฏิบัติธรรมที่บ้านนี้แหละ ปฏิบัติธรรมอยู่กับลมหายใจ ทำที่ไหนดเวลาไหนก็ได้ กลางวันนั่งอยู่หน้าบ้าน นิโกอยากทำสมาธิ ก็เอาสติไปตามดูลมหายใจ ครั้งละ ๓ นาที ๔ นาที หรือ ๕ นาที หรือ ๑๐ นาที สองครั้งสามครั้งก็ได้ แล้วแต่โอกาส

อย่าไปยึดว่า ต้องไปทำสมาธิที่นั่นที่นี่ และต้องนั่งสมาธิ
ได้เท่านั้นนาที่เท่านั้นนาที จะก็นาทีก็เป็นการปฏิบัติธรรมเหมือน
กัน คงเคยได้ยินพระสงฆ์ท่านเทศน์สอน การทำสมาธิชั่วช้า
กระพือหูช่วงูแลบลั่น ก็เป็นบุญมหาศาล ยากจะ คำนวณนับ
อานิสงส์ได้

การทำสมาธิ นั้น แม้จะนอนอยู่ดูลมหายใจก็ได้ นั่งอยู่ดูลม
หายใจก็ได้ ยืนอยู่ดูลมหายใจก็ได้ ถ้าความรู้สึก หรือสติยังอยู่กับ
ลมหายใจเป็นอันใช้ได้ ถือว่าเป็นการปฏิบัติธรรมบำเพ็ญภาวนา
เช่นกัน ให้ท่านก็ให้มาตลอด ตักบาตรหยาดน้ำไม่ได้ขาด ลอง
ปฏิบัติธรรมดูบ้าง ก็น่าจะเป็นสิ่งที่ดี

ไตรลักษณ์ในชีวิต

ในชีวิตมีไตรลักษณ์

นอกจากนั้น อาตมาได้ส่งเทปไปให้ เพราะอยากให้โยม
ทั้งสองมีโอกาสฟังธรรมมากๆ ตื่นเข้ามาเปิดเทคนฟังได้ยิ่งดี
เพราะตอนเข้ามิดเป็นเวลาที่เงียบสงบ ร่างกายและจิตใจได้นอน
พักผ่อนเพียงพอ จึงมีความสงบระงับมีความอ่อนโยน พร้อมทั้งจะ
รับธรรมะได้ดีกว่าเวลาอื่น มาถึงวันนี้ โยมทั้งสองก็อายุมากแล้ว
ร่างกายและสังขารเปลี่ยนไป ในวัย ๘๐ เช่นนี้ โยมคงรู้แล้วว่า
ความแท้จริงของชีวิตเป็นอย่างไร

พระพุทธเจ้าสอนว่า เมื่อเราเกิด สิ่งที่จะตามเรามา คือ คนเราทุกคนต้องต่อสู้กับความทุกข์ อันเกิดจากความเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจ กายเปลี่ยนแปลงก็เป็นเหตุแห่งทุกข์ ใจเปลี่ยนแปลงก็เป็นเหตุแห่งทุกข์ เราต้องเผชิญความทุกข์นับตั้งแต่การทํามาหาเลี้ยงชีพ ความผิดหวัง ความเศร้าโศกเสียใจ ความร่ำไรร่ำพัน ความเจ็บป่วย ความพลัดพรากจากสิ่งที่เรารักเราหวงแหน ความไม่สมหวังในสิ่งที่เราปรารถนา และทุกข์เพราะความตาย

ที่พูดถึงชีวิตว่าเป็นทุกข์ ไม่ใช่เป็นการมองโลกในแง่ร้าย แต่เป็นการมองโลกตามที่มันเป็น หรือมองชีวิตตามความเป็นจริง ว่ามันเป็นอย่างนั้นของมันจริงๆ และเราจะอยู่กับความเป็นจริงของชีวิตเช่นนั้นอย่างมีความสุขได้อย่างไร พระพุทธเจ้าสอนว่า

“น้ำตาสัตว์ที่ร้องไห้ ถึงหมู่ญาติที่ตาย มากกว่าน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ แห่ง ที่ไหลมารวมกัน”

ตอนแรกยังคิดแย้งว่า เป็นไปได้อย่างไร น้ำตาอะไรจะมากมายขนาดนั้น แต่ตอนนี้เริ่มเข้าใจมากขึ้น ไปที่ไหนก็เห็นคนร้องไห้ ถึงญาติพี่น้องของตน ที่เจ็บป่วยล้มตาย เห็นคนเป็นทุกข์ เพราะการสูญเสีย เพราะการพลัดพราก เพราะความล้มเหลวในชีวิต ทั้งชีวิตในหน้าที่การงาน และชีวิตครอบครัว เลยทำให้เข้าใจ และสงบระงับลงได้บ้าง

ความตาย ความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของชีวิต เป็นเรื่อง
ที่พระพุทธเจ้าสอนอยู่เสมอ เพื่อไม่ให้เราประมาทจนหลงลืม
ชีวิต ไม่ให้เราใช้ชีวิตจนลืมน้ำว่า ชีวิตก็หมดได้ เหมือนน้ำในโอ่งใช้
ไปเรื่อยๆ มันก็หมด ต่างกันแต่น้ำหมดแล้วตักเติมใหม่ได้ แต่ชีวิต
คนไม่เป็นเช่นนั้น ใช้หมดแล้วหมดเลย พระพุทธเจ้าจึงสอนให้
เตรียมตัวเตรียมใจไว้ให้พร้อม สำหรับความไม่เที่ยงของชีวิตที่จะ
มาถึงเราทุกคน

ถ้าตั้งอายุไว้ ๘๐ ปี ตอนนี้ก็เท่ากับว่า โยมทั้งสองใช้หมดไป
แล้ว

พระพุทธเจ้าสอนว่า ความเปลี่ยนแปลงในร่างกายคนเรามี
อยู่ตลอดเวลา แต่เราไม่รู้สึกร่างกายกำลังเปลี่ยนแปลง เพราะ
การลับเปลี่ยนอิริยาบถ เช่น

- เวลายืน** - เมื่อเริ่มปวดจนทนไม่ไหว เราก็นั่ง
- เวลานั่ง** - เมื่อเริ่มปวดจนทนไม่ไหว เราก็นอน
- เวลานอน** - เมื่อเริ่มปวดจนทนไม่ไหว เราก็อปลุกตัว

เพราะการลับเปลี่ยนอิริยาบถเช่นนี้ เราจึงไม่มีโอกาสเห็น
ทุกขในร่างกายอย่างแจ่มชัด ถ้าอยากเห็นตัวทุกข์ว่าเป็นอย่างไร
เราอาจทดสอบด้วยการยืนหรือนั่งในอิริยาบถเดิมนานๆ ดูกก็ได้
ตอนแรกจะเห็นว่า ไม่รู้สึกปวดเมื่อยอะไร แต่พอนานๆเข้าเมื่อ
ความเปลี่ยนแปลงในร่างกายเพิ่มความเข้มข้นขึ้น เราก็อทนไม่ไหว

จนต้องเปลี่ยนอิริยาบถ ถ้าอยากรู้ว่า จริงไหม ก็ให้นึกทบทวนดูว่า ๓๐ ปีก่อนเราเป็นอย่างไร มีความรู้สึกว่ แข็งแรง สมบูรณ์ดี ถ้าเทียบกับวัยที่มีอยู่ ขณะนี้รู้สึกเป็นอย่างไร เราจะเห็นความแตกต่างกัน เราเคยว่องไวปราดเปรียววกลับซึ่งง้า เป็นสัญลักษณ์บ่งบอกถึงไตรลักษณ์ที่ปรากฏในชีวิต

การเห็นความแตกต่างกันนี้เอง เรียกว่า **เห็นความเปลี่ยนแปลงของชีวิต** หรือจะเรียกตามพระพุทธเจ้า ก็เรียกว่า **เห็นไตรลักษณ์ในชีวิต** ที่ว่าเห็นไตรลักษณ์ คือ เห็นว่าชีวิตนี้มีลักษณะแท้ๆ ของมันอยู่ ๓ อย่าง ไม่มีใครสามารถเปลี่ยนแปลงความแท้จริงนี้ได้



อนิจจัง เปลี่ยนแปลงแล้วพ่ายเลย

เห็นว่าร่างกายเรามันไม่เที่ยง มีการเปลี่ยนแปลง อยู่ตลอดเวลา จากเด็กเป็นหนุ่ม จากหนุ่มเป็นแก่ ปรวนแปร อยู่เช่นนี้ไม่มีที่สิ้นสุด

ลองนึกดูก็ได้ว่า ไม่เที่ยงจริงไหม สายน้ำมูล ล้วนปายหน้า ไปสู่ลำโขง สุดท้ายมันก็ตกโขงทุกหยดหยาด บางหยดหยาด ไม่ถึงโขงด้วยซ้ำ เพราะถูกตักถูกสูบขึ้นไปทำนาทำไร่ ระหว่างทางที่ไหลผ่านไป และถูกแสงอาทิตย์แผดเผาระเหยกลายเป็นไอน้ำไปก่อน

ชีวิตไม่ย้อนกลับเหมือนสายน้ำไหลลงสู่ที่ราบลุ่ม เมื่อเกิด แล้วทุกคนล้วนปายหน้าไปสู่ความตาย เหมือนแม่น้ำมูลปายหน้า ไปสู่ลำโขง จากอายุ ๑๐ ปี ก็ ๒๐ ปี ๓๐ ปี ๔๐ ปี ๕๐ ปี ๖๐ ปี ๗๐ ปี ๘๐ ปี ๙๐ ปี ๑๐๐ ปี ชีวิตไหลไปเป็น กระแสเหมือนสายน้ำ แต่น้อยมากที่คนจะมีอายุถึง ๘๐ ปี ๙๐ ปี หรือ ๑๐๐ ปี คนส่วนมากตายเสียในระหว่าง บางคนอายุไม่ถึง ๑๐ ปีก็ตาย บางคนไม่ถึง ๒๐ บางคนไม่ถึง ๓๐ บางคนไม่ถึง ๔๐ เรียกว่า **เป็นความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของชีวิต** หรือ เรียกว่า **“อนิจจัง”** เราไม่อยากให้มันเป็นเช่นนั้น แต่มันก็เป็นของมันเอง เราอยากให้มันเป็นตามใจเรา มันก็ไม่เป็น ไม่อยากให้แก่ มันก็แก่ ไม่อยากให้เจ็บมันก็เจ็บ ไม่อยากให้ตายมันก็ตาย ท่านเรียกว่า มันเป็นของมันเอง ไม่ได้อยู่ในอำนาจ ไม่ได้อยู่ในการควบคุมของเรา คือ เราไม่มีอำนาจเหนือชีวิตและร่างกายตนเอง ใครๆ บังคับควบคุมความเปลี่ยนแปลงของชีวิตและร่างกายให้ เป็นไปตามความต้องการของตนไม่ได้

ทุกข์ บัณฑิตจึงเจ็บปวด

เห็นว่าชีวิตคนเราเป็นทางผ่านของความทุกข์ การเกิด ก็เป็นทุกข์ ความแก่ก็เป็นทุกข์ ความเจ็บก็เป็นทุกข์ ความตายก็เป็นทุกข์ ความไม่สบายกายความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจก็เป็นทุกข์ กล่าวโดยสรุป กายของเรานี้แหละ เป็นที่ตั้งแห่งความทุกข์ ในบรรดาความทุกข์ทั้งหมด จะผ่านเข้ามาสู่ชีวิตของเรา มากบ้าง น้อยบ้าง

ลองนึกดูว่า จริงไหม เริ่มตั้งแต่ตื่นเช้ามา เราไม่ทุกข์เอง เราก็ก็น่าเป็นฝ่ายทำให้เขาทุกข์ หลานจากก็ทุกข์ ลูกจากก็ทุกข์ เราพูดลูกไม่ใ้ใจที่จะรับฟัง เราก็ก็น่าทุกข์ คนที่เรารักเขามากก็ทุกข์มาก คนที่เรารักน้อยก็ทุกข์น้อยหน่อย ต้องคอยตั้งรับความทุกข์อยู่ตลอด บางคนรับความทุกข์ไม่ได้ ก็เอาแต่เศร้าโศกเสียใจ ไม่เป็นอันอยู่อันกิน พ่อแม่ตายเราก็ก็น่าร้องไห้ ร้องไห้เป็นทุกข์เสียใจ ญาติพี่น้องตายเราก็ก็น่าร้องไห้ ร้องไห้เป็นทุกข์เสียใจ ลูกหลานตายเราก็ก็น่าร้องไห้ ร้องไห้เป็นทุกข์เสียใจ ไม่ได้ตั้งใจหวังก็ร้องไห้ ร้องไห้เป็นทุกข์เสียใจ แม้ร่างกายเราก็ก็น่ามี การเปลี่ยนแปลงก็เป็นทุกข์

พระพุทธเจ้าต้องการให้เราเห็นว่า ที่เราเป็นทุกข์เพราะอะไร พระพุทธองค์จึงสอนให้รู้เท่าทันถึงสาเหตุแห่งทุกข์ว่า ที่เราเป็นทุกข์เพราะเราไปยึดว่า สิ่งนั้นๆ เป็นของเรา

ทีนี้ท่านเปรียบให้เห็นง่ายๆ เราเห็นลูกชายคนอื่นตายทำไม เราไม่ร้องไห้ แต่พอลูกชายเราตาย ทำไมร้องไห้เป็นทุกข์เสียใจ นี่ก็เป็นสิ่งที่น่าคิดเหมือนกัน

แท้จริงแล้ว เราคิดว่า ลูกเป็นของเราจริงๆ (ภาษาพระเรียกว่า ยึดมั่น) แต่พระพุทธเจ้าบอกว่า ลูกกับเราเกี่ยวข้องกันในแง่คุณธรรม เรามีพรหมวิหารธรรม คือ มีความเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาต่อลูกๆ พ่อแม่มีความเมตตาเอื้ออาทรต่อ ลูกหาประมาณมิได้ ท่านเปรียบพ่อแม่ว่า ผู้เป็นเพียงดังพรหม เพราะมีพรหมวิหารธรรมต่อลูกๆ ไม่มีขอบเขต จึงเชื่อว่า เป็นพรหมของลูก ในขณะที่ลูกๆ ต้องปฏิบัติต่อพ่อแม่ด้วยคุณธรรมของลูกเช่นกัน คือ **เลี้ยงดูท่านเป็นการตอบแทนบุญคุณ เชื่อฟัง คำว่ากล่าว ตักเตือน สั่งสอน ไม่ทำให้พ่อแม่อับอายขายหน้า เลื่อมเสียชื่อเสียงวงศ์ตระกูล ประพฤติตนให้เหมาะที่จะเป็นผู้ได้รับมรดก และเมื่อท่านวายชนม์ คอยทำบุญอุทิศไปให้**

นี่เป็นหน้าที่ของลูกที่จะพึงปฏิบัติต่อพ่อแม่ผู้มีพระคุณ จึงชื่อว่า ลูก มีความกตัญญูกตเวที ในทางพระพุทธศาสนา พ่อ แม่ ลูกเกี่ยวข้องกันด้วยคุณธรรมดังกล่าวนี้ มิใช่เกี่ยวข้องกันด้วยการยึดถือว่า เป็นของเรา อันเป็นที่มาของความทุกข์ พ่อแม่ที่ไม่มีคุณธรรมดังกล่าว ไม่ชื่อว่า เป็นพ่อแม่ตามความหมายของพระพุทธเจ้า แต่เป็นได้เพียง **“ผู้ให้ลูกเกิด”**

เกี่ยวกับเรื่องคุณธรรมสำหรับพ่อแม่ลูกนี้เป็นเรื่องใหญ่ มีแง่มุมที่ต้องทำความเข้าใจอย่างกว้างขวางอีกมาก

จะขอกล่าวเป็นส่วนหนึ่งอีกต่างหาก ในคราวต่อไป

อนัตตา ปล่อยวางตัวตนที่ว่างเปล่า

เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่เราคิดว่า เป็นตัวเรา ของเรา เป็นลูกเรา เป็นหลานเรา แท้จริงแล้ว มันไม่เป็นของเราทั้งนั้น มันเป็นของมันอย่างนั่นเอง มีแต่ความว่างเปล่า ลูกก็ไม่ใช่ของเรา หลานก็ไม่ใช่ของเรา นาก็ไม่ใช่ของเรา สวณก็ไม่ใช่ของเรา ทรัพย์สมบัติกิจการต่างๆ ก็ไม่ใช่ของเรา อย่างแท้จริง เพราะสิ่งเหล่านั้นเป็นอนัตตา มิใช่ตัวมิใช่ตน มิใช่สัตว์บุคคล เรา เขา ที่จะเข้าไปยึดถือว่าเป็นของเรา

แต่ให้นึกว่า เป็นสิ่งที่เกิดขึ้น เพื่อเกื้อกูลแก่การดำเนินชีวิตเรา อย่างไม่ลำบากผิดเคือง เพราะวันหนึ่งลูกจะจากเราไป หรือเราจะจากลูกไป วันหนึ่งหลานจะจากเราไป หรือเราจะจากหลานไป วันหนึ่งเราจะจากทรัพย์สมบัติกิจการต่างๆ ไป เมื่อวันนั้นมาถึง ของทุกสิ่งทุกอย่าง ที่เรามีอยู่ ก็ไม่ใช่ของเราแต่จะเป็นของโลก ให้คนอื่นครอบครองต่อไป

แล้วเราจะได้อะไรติดตัวไป ไม่มีอะไรเลย มามือเปล่าไป มือเปล่า ด้วยกันทั้งนั้น

เวลาจากโลกนี้ไป ไม่มีใครนำลูกหลาน ไร่นาสาโท ทรัพย์สมบัติไปด้วย ไม่เคยมีมาในอดีต ไม่มีในปัจจุบัน และจะไม่มีในอนาคต เพราะสิ่งเหล่านี้ไม่ใช่ของเรา มันเป็นของมีอยู่คู่กับโลกนี้ เป็นสมบัติของโลก จะเป็นของเราจริงๆ ก็แต่บุญและบาปเท่านั้น บุญเท่านั้นจะไปกับเรา บาปเท่านั้นจะไปกับเรา จะเกาะติดในจิตวิญญาณของเราตลอดไป

ท่านจึงสอนว่า มีทรัพย์สมบัติให้เอา ประโยชน์ ๒ ด้าน คือ

ประโยชน์ที่ ๑ ให้ทรัพย์สมบัติได้เกื้อกูลแก่เรา และญาติๆ เหมาะสมแก่การเลี้ยงชีพโดยไม่ลำบาก ให้ทรัพย์สมบัติอำนวยความสะดวกสุขอย่างชาวโลกแก่เรา ซึ่งเป็นประโยชน์ในโลกนี้

ประโยชน์ที่ ๒ ให้ทรัพย์สมบัติเป็นสิ่งเกาะติดจิตใจเรา คือ ให้ทรัพย์สมบัติเป็นสื่อต่อเอาบุญ มาไว้ในจิตใจเรา ให้สมบัติเป็นส่วนช่วยให้เรา ได้มีโอกาสพัฒนาจิตวิญญาณให้งดงามขึ้น ได้มีโอกาสทำบุญ ให้ทาน รักษาศีล เจริญสมาธิภาวนา ตามโอกาสเหมาะสม เพราะบุญ(และบาป) เท่านั้น จะเกาะติดจิตวิญญาณเราไปยังโลกหน้า ถ้าบุญมากกว่าบาป จิตใจก็ผ่องใส เมื่อจิตใจผ่องใส รื่นเริง เบิกบาน ก็ไปที่ดีขึ้นกว่าชาตินี้ตามบุญที่เกาะติดจิตใจนำไป ถ้าบาปมากกว่า ก็ไปเกิดยังที่ที่ต่ำกว่าชาตินี้ ส่วนทรัพย์สมบัติจะอยู่คู่โลก เป็นสมบัติของคนอื่นต่อไป

คนที่เข้าใจความซอ้ นี้ จึงใช้จ่ายทรัพย์ไป เพื่อประโยชน์ทั้ง ๒ ประการ ดังกล่าวข้างต้น เหมือนผึ้งดูดเอาแต่เฉพาะน้ำหวานจากเกสรดอกไม้ เมื่อผึ้งบินไปยังสวนดอกไม้ ก็ดูดเอาแต่น้ำหวานของดอกไม้เท่านั้นไป ไม่มีผึ้งตัวใดเอาดอกไม้กลับรังไปด้วย ผู้ที่เป็นปราชญ์ เข้าถึงศาสน่าอย่างถูกต้อง ควรทิ้งทรัพย์สมบัติไว้ในโลกอย่างชาญฉลาด และดูดเอาแต่บุญกุศลจากทรัพย์สมบัตินั้น

พระพุทธเจ้าสอนหลักไตรลักษณ์เช่นนี้ ก็เพื่อที่จะให้เราเตรียมตัวรับความไม่เที่ยงของชีวิตได้อย่างรู้เท่าทัน คนที่เข้าใจธรรมะซอ้ นี้ เมื่อถึงคราวความเปลี่ยนแปลงตามไตรลักษณ์ผ่านเข้ามาในชีวิต เช่น ลูกหรือหลานจากไป หรือของรักของชอบใจอย่างอื่นสูญหาย เขาจะเป็นทุกข์เสียใจก็ไม่นาน

แต่ในที่สุดก็จะทำใจได้ว่า

“ชีวิตนี้ไม่เที่ยงแท้แน่นอนจริงๆ ชีวิตหาแก่นสารหาสาระที่ควรจะยึดว่าเป็นของเรา ไม่ได้จริงๆ ดูอย่างสิ่งที่เรารักมากที่สุด ก็ยังจากเราไปได้ คนที่เรารักมากที่สุด ก็ยังจากเราไป ลูกที่เรารักมากที่สุด ก็ยังจากเราไป หลานที่เรารักมากที่สุด ก็ยังจากเราไป”

คนที่เข้าใจคำสอนว่าด้วยเรื่องไตรลักษณ์ เป็นทุกข์เศร้าโศกเสียใจ ก็ไม่นาน แล้วจะทำให้ได้ ความทุกข์ความเศร้าโศกเสียใจแผดเผาจิตใจได้ไม่นาน ก็จะกลับมารื่นเริงเบิกบาน ตั้งหน้าตั้งตาในการสร้างบุญ สร้างกุศล บำเพ็ญบารมีต่อไปอย่างเข้มแข็ง ส่วนคนที่ไม่เข้าใจคำสอนที่ว่าด้วยเรื่องไตรลักษณ์ ก็จะเป็นทุกข์เศร้าโศกเสียใจ ไม่สามารถทำให้ได้ เขาจะถูกรบกวนทุกข์ ความเศร้าโศก เสียใจแผดเผา จิตใจยาวนาน

แท้จริง การมีสามีภรรยา การมีลูกมีหลาน มีพวกพ้อง มีเรือกสวน ไธนา มีทรัพย์สมบัติ ท่านให้มีไว้เพื่อจะได้สร้างบุญสร้างกุศลร่วมกัน เป็นเกราะ เป็นที่พึ่งให้กันและกัน การมีลูกหลาน มีทรัพย์สมบัติ ก็เพื่อช่วยให้เรามีโอกาสได้สร้างบุญสร้างกุศล บุญกุศลนี้เองเป็นที่พึ่ง อันประเสริฐที่สุดสำหรับเรา ที่พึ่งอื่นนอกจากบุญกุศลนี้ไม่มี **บุญกุศลเท่านั้นเป็นญาติที่ยิ่งกว่าญาติของเรา** เมื่อถึงคราวเราไปคนเดียว เราจะโดดเดี่ยวท่ามกลางอนันตจักรวาลอันเว้งว่าง **มีเพียงบุญกุศลเท่านั้นที่จะคอยปกป้องใจเรา** ญาติที่ไหนจะคอยปกป้องใจ พอให้เกิดความอบอุ่น ในยามเช่นนั้น นอกจากญาติคือ กุศลของเรา ให้ดูตัวอย่างคนที่ผ่านมาเถิด เมื่อตายมีใครไปเป็นเพื่อนเขาบ้าง ก็ล้วนแต่ปล่อยให้ไปคนเดียวด้วยกันทั้งนั้น ต่างคนต่างไป ลูกก็ไม่ไปด้วย หลานก็ไม่ไปด้วย ใครๆ ก็ไม่ไปด้วยทั้งนั้น

เรื่องดังกล่าวนี้ มีตัวอย่างปรากฏในพระสุตตรฯ หนึ่ง มีชายคนหนึ่งฐานะพอมีอันจะกิน มีโอกาสก็ทำบุญ รักษาศีล บำเพ็ญภavana (ทำสมาธิ) เขาตั้งใจทำอยู่อย่างนี้ตลอดชีวิตเมื่อแก่แล้ว ขณะนอนอยู่บนเตียงจนจะตาย ก็ยังอุตสาห์อยากฟังพระสงฆ์สวดมนต์ จึงบอกลูกไปนิมนต์พระสงฆ์มาสวดมนต์ให้ฟัง

ขณะที่กำลังฟังพระสงฆ์สวดมนต์ มีรถเทียมม้าพร้อมทั้งเหล่าเทวดามารอรับ เทวดาที่มาจากสวรรค์แต่ละชั้น ต่างก็ร้องบอกว่า **“ไปอยู่สวรรค์ชั้นเดียวกับเราเถิด ท่านผู้เจริญ ไปอยู่สวรรค์ชั้นเดียวกับเราเถิด”** เทวดาต่างแย่งกัน อยากให้ชายคนดังกล่าวนี้ ไปอยู่สวรรค์ชั้นเดียวกับพวกตน ชายคนนั้นนึกในใจว่า เทวดาเหล่านี้ มาขัดจังหวะฟังสวดมนต์ของเรา จึงร้องบอกไปว่า **“หยุดก่อน หยุดก่อน”**

พระสงฆ์กำลังสวดมนต์ นึกว่าโยมบอกให้หยุด จึงพากันหยุดแล้ว กลับวัด ลูกๆ เห็นต่างก็พากันร้องห่มร้องไห้คร่ำครวญอยู่ข้างเตียง นึกว่าพ่อขาดสติหลงละเมอไปเพราะกลัวตาย พอชายคนนั้นลืมตาขึ้นมา ไม่เห็นพระสงฆ์ กลับเห็นลูกๆ ร้องให้อยู่ จึงถามว่า พระสงฆ์ไปไหนเสียละ ลูกตอบว่า ก็พ่อบอกให้ท่านหยุดสวด ท่านกลับไปแล้ว ชายคนนั้นก็บอกว่า พ่อไม่ได้บอกให้ท่านหยุดสวดมนต์ แต่พ่อบอกให้เทวดาที่จะมารับพ่อต่างหากหยุดคอยอยู่ก่อน

พอพูดได้เท่านั้น เสียงลูกก็ยิ่งร้องไห้ลั่นระงมบ้าน คร่ำครวญว่า พ่อก็ทำบุญทำกุศลมาก ทำไมเวลาจะสิ้นใจ จึงละเมอเพื่อพ่อ ไม่มีสติ เหมือนคนทำแต่บาปกรรมเช่นนี้ แล้วชายคนนั้นก็บอกลูกๆ ว่า อย่าร้องไห้ไปเลย พ่อไม่ได้ละเมอหรือ พ่อไม่ได้หลงลืมสติ สติพ่อยังสมบูรณ์ดีอยู่ แต่ทว่าตามารอรับพ่อจริงๆ แล้วเขาก็ให้ลูกเอาพวงมาลัยอธิษฐาน ให้พวงมาลัยไปคล้องรถม้าที่มาจากสวรรค์ชั้นดุสิต เมื่อลูกโยนขึ้นไป ก็ปรากฏว่า พวงมาลัยห้อยย้อยอยู่กลางอากาศ แต่มองไม่เห็นรถ แล้วชายคนนั้นก็สอนลูกๆ ว่า ถ้าอยากไปอยู่กับพ่อ ให้ทำบุญกุศลไว้มากๆ และตั้งใจอธิษฐาน

เรื่องนี้ดูเป็นเรื่องที่เข้าใจยาก เพราะเป็นสิ่งที่เรามองไม่เห็นด้วยตา แต่ท่านก็ให้พิจารณา เพื่อเป็นการเปรียบเทียบอย่างนี้ว่า ลูกเราคนหนึ่ง จากญาติพี่น้องไปอยู่ถิ่นฐานบ้านอื่นไกลแสนไกล นานเป็นสี่สิบห้าสิบปี แต่วันหนึ่ง ลูกจะกลับมาเยี่ยมพ่อแม่พี่น้องต่างก็รอคอยด้วยใจจดจ่อ เมื่อลูกมาถึงความรู้สึกระหว่างพ่อแม่ลูกเป็นอย่างไร ดีใจอย่างไร บุญกุศลที่เราทำไว้ก็จะต้อนรับเรา เหมือนพ่อแม่ญาติพี่น้องต้อนรับลูกผู้เดินทางมาจากแดนไกล ทว่าตามาคอยรับชายคนดังกล่าว เหมือนพ่อแม่คอยรับลูกที่เดินทางกลับจากต่างประเทศนั่นเอง

อย่าคิดอะไร ้วยวันล่วงเลยมาถึงวันนี้แล้ว คนอื่นเขาจะเอาอะไร ก็ให้เขาเอาไปเถอะ ให้เรามีเพียงพอกแก่การดำเนินชีวิตอยู่ได้อย่างไม่ผิดเคือง ไม่อึดคัดขัดสนก็พอแล้ว

ขอให้โยมทั้งสองหันมาสร้างทรัพย์ภายในเถิด เพราะทรัพย์ภายนอกนั้นโยมสร้างมามากแล้ว อาจจะถูกกล่าวได้ว่าสร้างมาทั้งชีวิต จากนั้น ปล่อยให้เป็นที่ของลูกหลานรับช่วงต่อไป

โยมทั้งสองเหมือนเปลวไฟที่กำลังจะหมดเชื้อ แสงสว่างที่เคยเจิดจรัสกำลังอ่อนแรงลงทุกขณะ เพียงลมโชยพัดก็พร้อมจะดับ

บัดนี้ ถึงเวลาที่จะต้องหยุดสร้างทรัพย์ภายนอก หันมาสร้างทรัพย์ภายในแล้ว ด้วยวัยที่ก้าวมาถึงโค้งสุดท้าย ของชีวิต เช่นนี้ คงไม่ต่างอะไรจากนักกีฬาที่กำลังจะถึงเส้นชัย ไร่นาทรัพย์สมบัติกิจการต่างๆ จะมีประโยชน์อะไร สำหรับคนที่กำลังจะเดินถึงปลายทางแห่งชีวิต

ให้ถือว่า หมดภาระหน้าที่แล้ว ปล่อยให้เป็นที่ภาระหน้าที่ของลูกหลาน

หน้าที่ของโยมทั้งสอง คือ การสร้างบุญสร้างกุศล

นี่เวลาอีกล่วงเลยมา ๕ ทุ่มแล้ว เป็น ๕ ทุ่มที่ห้วงความคิดยังหมุนคว้างอยู่กับภาพใบหน้าที่เกี่ยวข้อง บ่งบอกถึงการผ่านวันเวลาอันยาวนาน อิริยาบถที่เคลื่อนไหวอย่างงกเงิ่น และท่วงทำนองน้ำเสียงที่แหบพร่าของโยมทั้งสอง เรียนเหนื่อยมาทั้งวัน แต่อดคิดถึงโยมทั้งสองไม่ได้ อดเป็นห่วงเป็นใยไม่ได้ จึงเขียนจดหมายมา

วันนี้คงหยุดไว้เท่านี้ก่อน

ความจริง อยากมาเล่าอะไรให้โยมพ่อใหญ่โยมแม่ใหญ่ ฟังมากมาย เพื่อเป็นการตอบแทนที่โยมทั้งสองเล่านิทานให้ฟัง เมื่อวัยเด็ก แต่คงทำอย่างที่ไม่ได้ใจคิดไม่ได้ เนื่องจากมีกิจที่ต้อง ทำหลายอย่าง จึงขอฝากธรรมะไว้แต่เพียงเท่านี้ ไว้จะเขียน มาอีกครั้ง แต่คงกำหนดวันไม่ได้ ขออย่าให้โยมทั้งสองตั้งหน้า ตั้งตารอ

ด้วยอานุภาพแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และด้วยอานุภาพ แห่งศีล สมาธิ ปัญญา อันเกิดจากการที่อาตมาได้บรรพชา อุปสมบท ในบวรพระพุทธศาสนา และที่เคยได้บำเพ็ญมาตั้งแต่ อดีตชาติตลอดถึงชาติปัจจุบัน ขอให้โยมพ่อใหญ่โยมแม่ใหญ่ มี พระพุทธเจ้า มีพระธรรมเจ้า และมีพระสังฆอรียเจ้าเป็นที่พึ่ง ที่ระลึกอยู่เสมอ อย่าได้ประมาทกับวัย และชีวิต มีสุขภาพกาย ที่ดี และสุขภาพใจแจ่มชื่นในทาน ศีล ภาวนา ของตนๆ และ รื่นเริงเบิกบานในธรรมของพระพุทธเจ้าตลอดไป.

กรุงเทพฯ มหานคร, ระหว่างพรรษา ปุ่พุทธศักราช ๒๕๕๒
ตรงกับวันแรม ๘ ค่ำ เดือน ๙



จดหมายฉบับที่สอง

มาฆบูชา, วัน ๑๕ ค่ำ เดือน ๓ ปีพุทธศักราช ๒๕๕๓



เจริญพรโยมพ่อใหญ่-โยมแม่ใหญ่ทั้งสอง

วันนี้เป็นวันมาฆบูชา วันที่สำคัญยิ่งอีกวันหนึ่ง ของผู้ที่นับถือพระพุทธศาสนา อาตมาอยากนำเรื่องวันมาฆบูชามาให้โยมทั้งสองฟัง ต่อจากเรื่องการทำบุญที่เคยเล่าให้ฟังไปแล้ว ขอให้โยมทั้งสองอย่าได้เบื่อเสียก่อน

วันนี้ในอดีต เมื่อประมาณราว ๒๕๐๐ ปีล่วงแล้ว ภายใต้ป่าไผ่อันเขียวครึ้ม พระพุทธองค์ผู้เป็นบรมศาสดาของเราชาวพุทธทั้งหลาย ได้แสดงธรรมะอันเป็นหลักคุณธรรมพื้นฐาน ของชีวิตมนุษย์ ให้พระภิกษุสงฆ์อรหันตสาวกได้รับรู้ ว่ามนุษย์ควรดำเนินชีวิตอย่างไร จึงจะได้ชื่อว่า เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ คุณธรรมพื้นฐานของชีวิตมนุษย์ที่พระองค์แสดงมี ๓ ประการ คือ

- งดเว้นจากการทำบาปทุกอย่าง
- พยายามทำความดีให้เจริญงอกงามไพบูลย์ในจิตใจ
- หมั่นเจริญสมาธิภาวนาชำระจิตใจให้ผ่องใส

เหตุการณ์ดังกล่าว เกิดขึ้นที่วัดเวฬุวัน หลังพระพุทธเจ้าตรัสรู้ได้ ๙ เดือน มีสารที่พระองค์ทรงเน้นให้เราได้ทราบว่าคุณคนล้วนปรารถนาสุข เกลียดทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น เราต่างต้องการให้ตนเอง และญาติพี่น้องมีความสุข และเกลียดสิ่งที่จะก่อให้เกิดทุกข์ เมื่อรู้ว่าญาติพี่น้องคนใดไม่สบายเป็นทุกข์ประสบปัญหาบ้านทั้งบ้านก็ดูจะเสียบเหงา เราต่างก็กระวีกระวาด ขวนขวายหาทางป้องกันรักษา จนถึงต้องบวงสรวงบนบานศาลกล่าวให้หายหรือให้บรรลูละในสิ่งที่ตนปรารถนา

ด้วยเหตุนี้ คนเราจึงไม่ควรใส่ร้าย ไม่ควรทำร้ายซึ่งกันและกัน ควรดำเนินชีวิตอย่างสงบเสถียรเรียบง่าย อ่อนน้อมถ่อมตน ไม่เย่อหยิ่งจองหอง ดูหมิ่นดูแคลนผู้อื่น ลำรวมระวังไม่กระทบกระทั่ง ไม่พยายามปกป้องร้าย ไม่อิจฉาริษยา มีความอ่อนโยนเมตตาปราณี ปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข เราปรารถนาให้มีความสุขเกิดแก่ชีวิตเรา และญาติพี่น้อง ฉันทใด จงปรารถนาให้มีความสุขเช่นนั้นเกิดแก่คนอื่น ๆ ฉันทนั้น เหมือนกัน

ในขณะเดียวกัน ก็เพียรพยายามเพื่อให้ชีวิตเราเอง มีความเจริญก้าวหน้า มั่นคงในหน้าที่การงาน เป็นการประคับประคองชีวิตไม่ให้ลำบาก ผิดเคือง ไม่ให้เดือดร้อน

ในที่นี้จะแสดงสาระหลักการดังกล่าวนี้ แต่เพียงย่อๆ คราวหน้า หากมีโอกาส จะได้กล่าวเฉพาะเรื่องนี้ อย่างละเอียดอีกครั้ง

งดเว้นจากการทํายาทุกอยาง

คุณธรรมพื้นฐานของชีวิตข้อที่ ๑ การงดเว้นจากการ
ทํายาทุกอยาง

สาระในหลักการข้อที่หนึ่งนี้ เริ่มดวยการงดเว้นจากสิ่งที่เป็นยาทุกอยาง เบื้องต้นของการงดเว้นจากยา ก็คือการมีศีล ๕ จิตของคนที่มีศีล ๕ ย่อมบ่งบอกได้ว่า เขาเป็นมนุษย์อย่างสมบูรณ์ หากขาดศีล ๕ ฐานะจิตของเขาก็ต่ำลงกว่าจิตมนุษย์ ซึ่งลักษณะของจิตที่ไม่มีศีล ๕ นี้ มีใช้ลักษณะจิตของมนุษย์ ภาพชาติต่อไปของเขา จึงเหมาะแก่ภาพของสัตว์เดรัจฉาน ภาพของเปรต ภาพของอสุรกาย หรือภาพของสัตว์นรกทั้งหลาย ตามแต่ความหนักเบาของกรรมที่กระทำ

ศีล ๕ พื้นฐานของความเป็นมนุษย์

ในที่นี้จะกล่าวถึงศีล ๕ ซึ่งเป็นพื้นฐานของความเป็นมนุษย์ มีสาระที่ควรทำความเข้าใจ ดังนี้

เว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต หมายถึง มีความเมตตาปราณี สงสารสัตว์ ให้สงสารสัตว์เหมือนสงสารลูกๆ ของตนเอง เราชรัก สงสาร และห่วงใยลูกของเราอย่างไร จงรักสงสาร และห่วงใยสัตว์ อย่างนั้น เราชรักชีวิตของเราอย่างไร คนอื่น

และสัตว์อื่น ก็รักชีวิตเขาอย่างนั้น เราหวาดหวั่นต่อความตาย
อย่างไร คนอื่นและสัตว์อื่นก็หวาดหวั่นต่อความตายอย่างนั้น
เราหวาดหวั่นต่อความเจ็บปวดทุกข์ ทรมานอย่างไร คนอื่นและ
สัตว์อื่น ก็หวาดหวั่นต่อความเจ็บปวดทุกข์ทรมานอย่างนั้น
จึงไม่ควรฆ่าไม่ควรทำลาย ไม่ควรทำให้เขาได้รับความทุกข์ความ
เจ็บปวด

ความจริง คนมีธรรมะก็ไม่จำเป็นต้องรักษาศีล เพราะ
มีธรรมะก็คือมีศีลอยู่ในตัวนั่นเอง เช่น คนมีเมตตาธรรม มีความ
เมตตา ก็คือ มีความสงสารไม่ยากให้เขาได้รับความทุกข์ความ
เดือดร้อน จึงไม่เบียดเบียนใครๆ ไม่ทำร้ายใครๆ เมื่อไม่เบียดเบียน
ไม่ทำร้าย เพราะเกิดความสงสาร จึงมีศีลอยู่ในตัว

ผลของการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต เบียดเบียนผู้อื่น ผู้ที่ชอบ
ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต เบียดเบียนผู้อื่น ให้ได้รับความเดือดร้อน แม้
มีบุญพอที่จะให้เกิดเป็นมนุษย์ได้ แต่ผลกรรม ก็จะทำให้เขาเป็น
คนมีรูปร่างหน้าตาอัปลักษณ์ น่าเกลียด เป็นคนมี โรคภัยไข้เจ็บ
เบียดเบียนมาก มีอายุสั้น ตายก่อนวัยอันควร และยังเป็นเหตุให้
คนอายุสั้น มาเกิดร่วมชายคาเดียวกับเขาด้วย

เว้นจากการลักทรัพย์ หมายถึง ไม่ปรารถนาสิ่งของ ทรัพย์สมบัติ ที่ได้มาโดยมิชอบธรรม มีการวางแผนและใช้อำนาจ ฉ้อโกงเบียดเบียนแล้ว ได้มา เป็นต้น เราหวงแหนทรัพย์สมบัติ ของเราอย่างไร คนอื่นก็หวงแหนทรัพย์สมบัติของเขาอย่างนั้น จึงไม่ควรลักขโมย หรือฉ้อโกงเอาสมบัติของคนอื่นมาเป็นของตน อันจะเป็นสาเหตุทำให้เขาเป็นทุกข์ เศร้าโศกเสียใจ

ผลของการลักทรัพย์ ฉ้อโกง คอร์รัปชั่น คือ เขา จะกลายเป็นคนยากจนขั้นขั้นแค่น มีความอดอยาก ไม่ได้ในสิ่งที่ ตนปรารถนา มีความผิดหวังในการประกอบอาชีพอยู่ร่ำไป ไม่ ประสบผลสำเร็จในการค้าขาย หรือหากเป็นคนร่ำรวยมีทรัพย์ สมบัติเป็นมรดกตกทอดมาจากตระกูล จะเป็นคนไม่มีปัญญารักษามรดกนั้นไว้ได้ ทรัพย์สมบัติจะพินาศล่มจมในที่สุด

เว้นจากการประพฤติดัดจากครองธรรมในเรื่องกาม กามเป็นเรื่องของชาวโลก เป็นธรรมชาติของมนุษย์ตลอดจนสัตว์ ทุกจำพวก แต่มีข้อแตกต่างกันระหว่างกามในมนุษย์กับสัตว์ ตรงที่มนุษย์มีครองธรรมในการเสพกาม สัตว์ทั้งหลาย ไม่มีครอง ธรรมในการเสพกาม

ครองธรรมในกามของมนุษย์ ได้แก่ “**ขอบเขตของการเสพกาม**” ซึ่งพระพุทธองค์กำหนดไว้ในศีล ๕ ข้อที่สาม คือ มนุษย์ควรมีกามแต่เฉพาะกับคู่ครองของตน ตลอดจนไม่แสดงพฤติกรรมเบี่ยงเบนกามผิดไปจากประเวณี เช่น **ผู้หญิงแสดงกามด้วยตัวเอง หรือ ผู้ชายแสดงกามด้วยตัวเอง อันแสดงถึงความไม่เคารพต่อเพศของตนเอง**

เป็นความจริงที่ว่า กามเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตมนุษย์ ปุถุชนทั่วไป แต่ก็ไม่ควรให้กามท่วมทับจิตใจ จนทำลายความดีงามของความเป็นมนุษย์ บางคนอาจพูดว่า ถ้าเขายอมล่ะ? แม้จะยอมก็ไม่ได้หมายความว่า จะพ้นจากการผิดศีลข้อนี้ เพราะคนทุกคนนั้นมีการค้ำครอง จากหลายสิ่ง คือ

พ่อแม่ค้ำครอง

หมู่ญาติค้ำครอง

ธรรมะ คือ ความถูกต้องชอบธรรมค้ำครอง

ถ้าเราละเมิดการค้ำครองดังกล่าวข้างต้น ก็เป็นอันผิดศีลทั้งนั้น ถ้าตัวเขายินยอม เราก็ล่วงละเมิดพ่อแม่เขา หรือถ้าพ่อแม่เขายินยอม ในกรณีของการส่งลูกมาค้าประเวณี ตามค่านิยมของบางท้องถิ่น เราก็ล่วงละเมิดญาติเขา หรือแม้ถ้าญาติเขายอมรับ

ก็ไม่ได้พ้นจากการล่วงละเมิด การค้ำครองจากธรรม

ผลของการประพาศิณีในกาม ผู้ที่ประพาศิณีในกาม เป็นประจำ เพราะเซซกรรมที่เหลือดกคําง จะทำให้เกิดในตระกูล ตํ่า มีผู้เกลียดชังมาก โดยไม่ทราบสาเหตุ มีผู้คิดปองร้ายมาก มักถูกมองด้วยสายตาที่ดูหมิ่น **เกิดเป็นหญิง ก็มีจิตวิปริต อยากรเป็นชาย เกิดเป็นชาย ก็มีจิตวิปริตอยากรเป็นหญิง** มี คติความฟองร็องกล่าวโทษ ต้องให้ได้รับความอับอายขายหน้าอยู่ เป็นประจำ เป็นคนซ้ชลาด กล้าๆ กลั้วๆ ขาดความมั่นใจในตนเอง จนกลายเป็นคนวิตกจริต เขาจะมีเหตุให้ต้องพลัดพรากจากคนที่ตนรักอยู่ร่าไป หากมีลูกสาว ก็จะถูกกระทำเช่นนั้น ให้ได้รับความเจ็บปวดใจ

เว้นจากการโกหกหลอกลวง การโกหกเป็นการแสดง ออกถึงความเป็นคนไม่ซื่อสัตย์สุจริต ซึ่งแสดงออกทางการพูดปด ตอแหล ปลิ้นปล้อน ส่อเสียด ใส่ความผู้อื่น มีคํากล่าวว่า **“ไม่มี ความซ้วใจที่คนโกหกทำไม่ได้”** ถ้าคนสามารถโกหก โดยมีจิต พยายาม คิดจะให้เกิดความพินาศเสียหายแก่ผู้อื่นได้แล้ว ก็ไม่มี ความซ้วใจ ที่เขาจะทำไม่ได้



ผลของการพูดโกหก ผลของการพูดโกหก จะทำให้เป็นคนพูดจาน่ารำคาญ ทรัพย์สินสมบัติจะวิบัติด้วยไฟ ด้วยน้ำ ด้วยโจร หรือด้วยศัตรูคู่แค้น คือ ทรัพย์สินสมบัติจะถูกไฟไหม้ น้ำท่วมโจรปล้น หรือศัตรูคู่แค้นก่อความเดือดร้อนเสียหาย เกิดการทะเลาะวิวาท บาดหมาง เป็นความไม่รู้จักจบสิ้น เสื่อมเสียชื่อเสียงเกียรติยศ เป็นคนหมดอายุ และสุดท้ายจะกลายเป็นคนปัญญาเสื่อม

เว้นจากการดื่มน้ำเมาและเกี่ยวข้องกับสิ่งเสพติดให้โทษ การดื่มน้ำเมาและสิ่งเสพติดให้โทษ ก่อให้เกิดความผิดพลาดในการครองสติ ทำให้ลุ่มหลง เป็นสาเหตุในการกระทำความผิดอย่างร้ายแรง จนไม่สามารถแก้ได้ การดื่มน้ำเมา รวมถึงสิ่งเสพติดทั้งหลายทั้งปวง นอกจากจะมีผลโดยตรงต่อสติ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งที่รักษาจิตให้มั่นคงแล้ว การดื่มน้ำเมา และสิ่งเสพติดต่างๆ ยังมีผลต่อร่างกาย เป็นที่มาของโรคภัยมากมายอีกด้วย โดยเฉพาะเมื่อขาดสติเพราะเครื่องเมินเมา เราอาจทำผิดศีลได้ทุกข้อ

ผลของการเกี่ยวข้องกับสิ่งเสพติดให้โทษ การเกี่ยวข้องกับสิ่งเสพติดให้โทษ คือ เขาจะกลายเป็นคนพูดไม่ชัดถ้อยชัดคำ ฟันไม่เป็นระเบียบ ปากเหม็น มีกลิ่นตัวมาก จิตไม่เที่ยงคล้ายคนวิกลจริต

**ผลกรรมที่จะตามมาจากการละเมิดศีล ๕ เป็นนิจตามที
กล่าวมา หากยังไม่ประสบในปัจจุบันทันตาเห็น ก็จะเกิดในภพ
ชาติต่อไปอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้แน่นอน**

กล่าวโดยสรุป ศีล ๕ นั้น เป็นคุณธรรมเบื้องต้นของ
ความเป็นมนุษย์ เมื่อมนุษย์เริ่มบังคับตนให้รักษาศีล ๕ ได้แล้ว
คุณธรรมขั้นสูง อื่นๆ ก็จะตามมา ในขณะที่เดียวกันทางมาแห่ง
บาปกรรมอื่นๆ ก็จะเบาบางลงด้วย เช่น การเป็นนักเลงพนัน
การเป็นเสือผู้หญิง การเที่ยวเตร่ ความเย่อหยิ่งจองหองลำพอง
ตน ความถือตัวว่าดีว่าเก่งกว่าผู้อื่น ความดู ถูกดุหมิ่นผู้อื่น การ
คิดจะเอาชนะคนอื่น เป็นต้น เขาจะเริ่มรู้ด้วยตัวเองว่า สิ่ง
เหล่านี้ๆ เป็นโทษ ควรงดเว้น ไม่ควรให้เกิดขึ้นในจิตใจ

ผู้ที่จะเป็นมนุษย์ได้ในภพชาติต่อไป จึงต้องรักษาจิตใจ
ให้มีศีล ๕ เป็นอย่างน้อย



ทำความดี

คุณธรรมพื้นฐานของชีวิตมนุษย์ข้อที่ ๒ คือ **พยายามทำความดีให้เจริญงอกงามไพบุลย์ในจิตใจ** ซึ่งก็ได้แก่การทำบุญให้ทาน บำเพ็ญสาธารณะประโยชน์ต่อสังคม ไม่เป็นคนตระหนี่ถี่เหนียว การให้ทาน ก็คือ การสงเคราะห์ผู้อื่นและสัตว์อื่น ด้วยวัตถุสิ่งของ เรียกว่า **“อามิสทาน”** นับตั้งแต่ญาติพี่น้อง พวกพ่อขสมณะพรหมณ์ผู้ทรงศีล และสัตว์เดรัจฉาน ตลอดจนญาติพิศาคดวงวิญญานทั้งหลายตามโอกาส และเหมาะสมแก่ฐานะของคนนั้นๆ

นอกจากนั้น ยังมีทานอีกอย่างหนึ่ง คือ การให้ธรรมะเป็นทาน ซึ่งก็รวมถึงการให้หนังสือ สื่อธรรมะต่างๆ ตลอดจนการแนะนำ สั่งสอนให้ผู้อื่นคิดดี ทำดี ให้เขาสามารถครองชีวิตอยู่ได้ด้วยความดีงาม เป็นการสงเคราะห์โดยธรรม เรียกว่า **“ธรรมทาน”** เป็นการให้ปัญญาแก่เขา ได้ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง และมีคุณค่า

โดยที่สุด แม้การให้โอกาสทางการศึกษาแก่ผู้อื่น ก็จัดเข้าในธรรมทานเช่นกัน เพราะถือว่า เป็นการให้ปัญญาทำให้เขาได้รู้ว่า อะไรคือความถูกต้อง และเลือกทำแต่สิ่งที่ถูกต้องดีงามด้วยตัวเขาเอง

การให้ธรรมเป็นทานนี้ พระพุทธเจ้าตรัสว่า **ชนะการให้ทั้งปวง สัพพะทานัง รัมมะทานัง ชินาติ** แปลว่า การให้ธรรมเป็นทาน ชนะการให้ทั้งปวง คือ ไม่มีการให้ใดจะประเสริฐเท่าให้ธรรมะ

กำจัดใจให้ร่าเริงแจ่มใส

คุณธรรมพื้นฐานของชีวิตมนุษย์ข้อที่ ๓ คือ **หมั่น เจริญสมาธิ ภาวนาชำระจิตใจให้ผ่องใส** ด้วยการเจริญสมาธิ วิปัสสนา หรือ ฝึกกัมมัฏฐาน เพื่อขจัดกิเลส คือ ความเศร้าหมอง จิตไม่ให้เป็นคนหลงมัวเมา ฟุ้งซ่าน รำคาญ เบื่อหน่าย อึดอัด ขัดข้อง คับแค้น ลับสน หม่นหมอง ว้าวุ่น ฝึกใจให้เกิดความ แก่ล้าวกล้า มั่นคง สว่าง สะอาด ผ่องใส

สำหรับผู้ที่ยังไม่คุ้นเคยกับรูปแบบการทำสมาธิ ไม่จำเป็นต้องบริกรรมตามรูปแบบ ที่ครูบาอาจารย์กำหนดไว้ก็ได้ อาจนั่ง นึกถึงพระพุทธรูปในวัดที่เคยไปทำบุญ หรือพระพุทธรูปในห้อง พระที่บ้าน ตลอดจนความยิ่งใหญ่อันน่าอัศจรรย์ต่างๆ ของ พระพุทธเจ้าที่เคยได้ยิน ได้ฟัง หรือได้ประสบมาด้วยตนเอง เรียกว่า **“พุทธานุสสติ”** หรือแม้คนที่ดูพระเครื่องด้วยความสุขใจ เอิบอímใจ ก็เป็นพุทธานุสสติได้เช่นกัน ไม่ใช่เรื่องเสียหายอะไร

นึกถึงพระสงฆ์ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบที่เราคุ้นเคย หรือที่ได้ อนุเคราะห์เพื่อนมนุษย์ผู้ทุกข์ยาก ด้วยเมตตาธรรม ที่เรากราบไหว้ ลักการบูชา เรียกว่า **“สังฆานุสสติ”**

นึกถึงทาน หรือบุญกุศลที่เคยทำมา นึกถึงการตักบาตร กรวดน้ำ ชุดน้ำบ่อก่อศาลา สร้างสาธารณประโยชน์อื่นๆ ตั้งแต่ อดีตจนถึงปัจจุบัน จะน้อยหรือมากก็ตาม

เรียกว่า **“จาคานุสสติ”**

นึกถึงศีลที่ตนสมาทานรักษาว่า บริสุทธิ์หรือไม่ว่าไร
เรียกว่า “**สีลานุสสติ**”

เมื่อคุ้นเคยและมีความพร้อมแล้ว ภาษาพระ เรียกว่า “**มี
อินทรีย์แก่กล้าั่นแหละ**” จึงค่อยทำตามรูปแบบ ที่ครูบา
อาจารย์สอน ตามจริตที่ตนชอบใจ ปฏิบัติตามแนวไหนสำนักใด
แล้วเกิดความเบาสบายเป็นลัปปายะ ก็ถือว่า การปฏิบัติสมาธิ
แนวนั้น ถูกกับจริต ถูกกับอุปนิสัยของตน

คำว่า “**บรกรรม**” หมายถึง ภาวนาหรือท่องคำ
นั้นๆ ในใจกลับไปกลับมา เพื่อผูกจิตไม่ให้ลัดคิดเรื่องโน้นเรื่อง
นี้ ครูบาอาจารย์ได้คิดรูปแบบคำบรกรรมไว้หลายอย่าง แบบ
สมัยโบราณที่พระอุปัชฌาย์ใช้สอนนาคที่จะบวชเป็นพระภิกษุ ซึ่ง
ยังใช้เป็นคำบรกรรมในปัจจุบัน เช่น

เกสา โลมา นะชา ทันตา ตะโจ

**ผมทั้งหลาย ขนทั้งหลาย เล็บทั้งหลาย ฟันทั้งหลาย
หนังทั้งหลาย**

ตะโจ ทันตา นะชา โลมา เกสา

**หนังทั้งหลาย ฟันทั้งหลาย เล็บทั้งหลาย ขนทั้งหลาย
ผมทั้งหลาย**

นอกจากนี้ ยังมีแบบกำหนดลมหายใจ คือ เอาความรู้สึกไปตามตุลุมหายใจ เรียกว่า “**อานาปานสติ**” เมื่อหายใจเข้าก็รู้สึกว่ ลมหายใจ ผ่านเข้าไปในโพรงจมูก ผ่านหน้าอก จนถึงท้องที่กำลังพองขึ้น เมื่อหายใจออก ก็ให้นึกตามลมหายใจ ที่กำลังออกมาจากท้อง ผ่านหน้าอก แล้วไหลรินผ่านโพรงจมูก เมื่อหายใจเข้า ต้นลมอยู่ที่ปลายจมูก กลางลมอยู่ที่หน้าอก ปลายลมอยู่ที่ท้อง เมื่อหายใจออก ต้นลมอยู่ที่ท้อง กลางลมอยู่ที่หน้าอก ปลายลมอยู่ที่จมูก

การทำสมาธิแบบอานาปานสติ การมีสติกำหนดลมหายใจนี้ ไม่ได้หมายความว่า จะต้องกำหนดให้เห็นลมที่อยู่ระหว่างปลายจมูก ออก และท้อง เพราะถ้าเรามัวกังวลอยู่อย่างนั้น จะทำให้อึดอัด กำหนดอะไรไม่ได้ แต่ให้รู้ตามอาการของลมที่สัมพันธ์อยู่กับท้องที่พองขึ้น จนแน่นและหยุดตั้งอยู่ขณะหนึ่งก่อนที่จะหายใจออก เป็นจังหวะของลมหายใจตามธรรมชาติ หรือแบบที่คิดขึ้นใหม่ใช้อยู่ในปัจจุบัน เช่น พุทโธ, พองหนอ-ยุบหนอ, สัมมา อะระหัง, เฟงลูกแก้ว เฟงเปลวเทียน เฟงรูป ฯลฯ แตกต่างกันไปตามสำนักนั้นๆ

การปฏิบัติสมาธิทุกรูปแบบ ไม่ว่าจะ เป็นแบบไหน สำนักใด ก็มีเป้าหมายเพื่อเป็นอุบายให้จิตเข้าถึงความสงบ หรือให้จิตเป็นสมาธินั่นเอง แต่ถึงอย่างนั้น ก็จำเป็นต้องใช้**ความระมัดระวังในการเลือกสำนักปฏิบัติ** เพราะมีการนำผลที่เกิดจากสมาธิไปหลอกลวงชาวบ้าน เพื่อหวังผลลาภสักการะ ชื่อเสียง เกียรติยศ และการยกยอปอับันมา

ขออย่าว่า เพื่อให้จิตเข้าถึงความสงบ หรือเป็นสมาธิ เท่านั้น มิใช่ เพื่อให้เห็นลึนลึนนี่ เป็นนั่นเป็นนี่ หรือได้ลึนลึนนี่ เป็นรูปนั่น รูปนี้ ซึ่งมีใช่เป้าหมายของสมาธิ ทุกอย่างที่เกิดขึ้นในสมาธิเป็นมายาของจิต มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป เสมอกันทุกปรากฏการณ์ ทุกอย่างที่เกิดขึ้น ให้น้อมเข้ามาสู่หลักไตรลักษณ์ คือ น้อมเข้ามาสู่ตน เป็นโอปนยโก อย่ายึดถือจนกลายเป็นแบกสมาธิ เมื่อจะปรากฏมันก็ต้องปรากฏ เราจะห้ามว่า “อย่าปรากฏเลย” ไม่ได้ และเมื่อจะหายไป มันก็ต้องหาย เราจะเรียกร้องว่า “อย่าหายไปเลย” ไม่ได้ สิ่งที่ปรากฏ อาจเป็นจริงก็ได้ ไม่เป็นจริงก็ได้ แต่ถึงจะเป็นจริง ก็ไม่พ้นกฎไตรลักษณ์ คือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป

ฐานะของสมาธิใน พระพุทธศาสนา คือ เครื่องมือฝึกหัดขัดเกลาจิต จึงควรหมั่นเจริญ สมาธิภาวนารักษาจิตใจให้ผ่องใส

สาระสำคัญของหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาที่เรา นับถือ มาตั้งแต่บรรพบุรุษก็มีแต่เพียงเท่านั้น หากโยมทั้งสอง ทำได้ ดังกล่าวนี ก็เชื่อว่าเป็นการสร้างสมบัติที่แท้จริงของมนุษย์

มรดกของบรรพบุรุษ

ในวันที่สำคัญเช่นนี้ ตั้งใจว่าจะเขียนจดหมายถึงโยม ทั้งสองสักฉบับ แต่ยังคงคิดไม่ออกว่า จะเขียนเกี่ยวกับเรื่องใด มาคิดได้ว่า การที่คนผู้ใดผู้หนึ่งได้เกิดมาในตระกูล ที่มีศรัทธาตั้งมั่น ในพระพุทธศาสนานั้น นับว่าเป็นผลบุญที่เคยทำไว้แต่ชาติก่อนๆ หากเกิดในตระกูลที่ไม่ใส่ใจในการบุญ ไม่มีจิตใจตรงงาม ก็แทบจะ เรียกว่า ปิดทางมนุษย ปิดทางสวรรค์ ปิดทางนิพพาน ในภพ ชาติต่อไป แต่ประตุสัตว์เดรัจฉาน ประตุเปรต อสุรกายและนรก เปิดรอรับ เพราะมาจากที่มีผิด แล้วก็ไปสู่มืดเช่นเดิม

อาตมาคิดว่า เป็นบุญวาสนาที่ปู่ย่าตายาย ได้แผ้วถาง ทางบุญเอาไว้ เท่ากับเป็นการเปิดทางไปมนุษย และสวรรค์ให้ ที่ กล่าวเช่น นี้ก็เพื่อที่จะชี้ให้เห็นว่า เมื่อปู่ย่าตายายเป็นคนใจบุญ ลูกหลานก็มักจะเป็นคนใจบุญตาม เพราะลูกหลานเห็นปู่ย่าตายาย ทำ ลูกๆ หลานๆ ก็มักทำตาม จึงกลายเป็นว่า ลูกหลานรับช่วง มรดกบุญ ต่อจากปู่ ย่า ตา ยาย

นี่ยังไม่ได้กล่าวถึงอุปนิสัยเดิมที่ทำมาแต่ชาติก่อน ผู้มี พระคุณ คือ ปู่ ย่า ตา ยาย นั้นมีมรดก ๒ ส่วนที่ตกทอดมายัง ลูกหลาน คือ

๑. มรดก คือ ทรัพย์สมบัติ และชื่อเสียงเกียรติยศซึ่งเป็นทรัพย์ภายนอก ที่ ปู่ ย่า ตา ยาย สร้างสมไว้ แล้วตกถึงลูกหลาน

๒. มรดก คือ บุญกรรม ซึ่งเป็นทรัพย์ภายใน และเป็นทรัพย์ที่แท้จริง

ที่ว่า “ลูกหลานเป็นผู้รับมรดกทรัพย์สมบัติ” นั้น จะขอยกตัวอย่างให้เห็นง่ายๆ ปู่ ย่า ตา ยาย ย่อมเป็นผู้เหนื่อยยากลำบากในการประกอบอาชีพ แฝ้วถางป่าดงพงพี ขุดดินให้เป็นไร่นาท่งกว้าง หรือประกอบธุรกิจสร้างมรดก คือ ทรัพย์สมบัติไว้ ลูกหลานเกิดมาแล้ว เป็นแต่เพียงผู้รับมรดกดำเนินกิจการนั้นๆ ต่อจากพ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ทำนาปลูกข้าวกินสบาย ไม่ต้องเหนื่อยยากบุกเบิก เหมือนอย่างท่าน จะมีก็แต่ซ่อมแซมคันทนา สับหญ้าและต้นไม้เล็กๆ น้อยๆ ที่เกิดขึ้นใหม่ หรือขยายกิจการให้ใหญ่โตเจริญก้าวหน้าขึ้นเท่านั้น

ด้วยเหตุนี้ ลูกหลานที่เกิดภายหลัง จึงได้ชื่อว่า “เป็นผู้รับช่วงมรดกคือทรัพย์สมบัติ”



แต่ลูกหลานบางคนเกิดมาเพื่อล้างผลาญมรดก
บรรพบุรุษ ล้างผลาญทั้งมรดก คือ ทรัพย์สมบัติ ล้าง
ผลาญทั้งมรดก คือ ชื่อเสียงเกียรติยศของวงศ์ตระกูล
ยิ่งถ้าเป็นชื่อเสียงเกียรติยศ ยิ่งเป็นสิ่งสร้างได้ยากยิ่ง
กว่าจะสร้างขึ้นมานั้น ต้องสั่งสมคุณงามความดีมา
ตลอดชีวิต แต่ถ้าจะต้องมาถูกล้างผลาญลงโดยลูกหลาน
สายเลือดตนเอง ก็นับว่าน่าใจหาย

ลูกหลานทุกคนจึงต้องตระหนักเรื่องนี้ให้ดี อย่าได้ยึด
อารมณ์โลกเพราะเพ่งมรดกทรัพย์สมบัติ อย่าได้โกรธจน
ก่อแค้น เพียงเพราะเข้าใจผิด จนหลงทำลายล้างมรดก คือ
ชื่อเสียงเกียรติยศ ที่บรรพบุรุษปู่ ย่า ตา ยาย สั่งสมมา จะ
เป็นตราบาปแก่ชีวิตตน ไม่มีที่สิ้นสุด

ที่ว่า “ลูกหลานเป็นผู้รับมรดกบุญ” เมื่อพ่อ แม่ ปู่ ย่า
ตา ยายเป็นคนใจบุญ ลูกหลานก็มักจะเป็นคนใจบุญตาม เพราะ
ลูกหลานเห็นพ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยายทำ ลูกหลานก็มักทำตาม
เพราะเป็นภาพติดตา ลูกหลานเลยได้รับมรดกทางจิตใจ ต่อจาก
พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ความมั่งงามอ่อนโยนด้านจิตใจของผู้เป็น
บรรพบุรุษ มักแผ่ไปถึงลูกหลานให้เป็นคนมีอุปนิสัยอ่อนโยนตาม
ลูกหลานจึงได้ชื่อว่า

“เป็นผู้สืบทอดเส้นทางบุญของบรรพบุรุษ”

ด้วยเหตุที่วันนี้ เป็นวันที่พระพุทธเจ้าผู้ทรงเปี่ยมล้นด้วย
พรมหิหารธรรม ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณอันหาที่สุดมิได้ ได้
แสดงหลักการดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง ให้แก่ชาวโลก และ
ชาวโลกตระหนักถึงพระมหากรุณาธิคุณข้อนั้นของพระพุทธเจ้า
จึงได้ร่วมกันเวียนเทียน เพื่อรำลึกถึงพระคุณของพระองค์

วันเช่นนี้ อาตมาจำได้ว่า เมื่อยังเด็ก เคยร่วมเดิน
เวียนเทียนอยู่กับโยมทั้งสอง เป็นความทรงจำที่อบอุ่นยิ่ง

เมื่อมาทวนนึกถึงความเมตตา ความอ่อนโยนเอื้ออาทรที่
โยมทั้งสองมิให้หลานๆ อาตมาจึงอยากเขียนเกี่ยวกับเรื่องความ
กตัญญูไว้ เพื่อยืนยันถึง “เมตตาธรรม” ของโยมทั้งสองให้
ลูกหลานได้รับทราบไว้

ความกตัญญูนี้ เองเป็นส่วนช่วยส่งเสริมให้คนเราเจริญ
รุ่งเรืองในชีวิต ตรงกันข้ามกับความอกตัญญูลบหลู่บุญคุณ มัก
ส่งผลให้ประสบหายนะต่างๆ เป็นความจริงที่ว่า

ผู้มีความกตัญญู มักประสบความเจริญรุ่งเรือง ผ่าน
พันอันตรายในชีวิตไปได้อย่างน่าอัศจรรย์ ผู้ลบหลู่บุญคุณ
มักประสบหายนะอย่างน่าประหลาด ผู้รับบุญคุณมักเจริญ
รุ่งเรือง เป็นเรื่องธรรมดา เหมือนขนนกมักลอยน้ำ ส่วนก้อน
หินมักจมน้ำ คนไทยแต่โบราณจึงถือนักหนาว่า “คนกตัญญู
ตกน้ำไม่ไหล ตกไฟไม่ไหม้”

ความจริง จดหมายฉบับนี้ ไม่ได้มุ่งจะให้โยมทั้งสองอ่าน แต่มุ่งที่จะให้ลูกหลานได้อ่าน ก็เพื่อที่จะให้ได้ซึมซับเอาคุณธรรมข้อนี้ไว้ ตระหนักในบุญคุณของผู้มีพระคุณ ให้มาก แล้วให้เจริญงอกงามไปพลอยในจิตใจ เพื่อจะได้เป็นแรงส่งเสริมให้ชีวิตเขาในปัจจุบันนี้ ดำเนินไปได้ด้วยดี เป็นอุปนิสัยที่ดีในภพชาติต่อไป ไม่ประสบอุปสรรคขัดข้อง ไม่มีเภทภัยร้ายแรงเกิดขึ้นในชีวิต แคล้วคลาดปลอดภัย ในที่ทุกสถาน และที่สำคัญ จะไม่ทำให้เกิดความผิดพลาด ในการปฏิบัติต่อพ่อ แม่ ปู่ ย่าตา ยาย อันจะมีผลร้ายแรง ทำให้ชีวิตเกิดความตกต่ำในชาตินี้ และชาติต่อไป

คุณค่าของความกตัญญูต่อกุศล

คำว่า “กตัญญู” นี้ หมายถึง คุณค่าแห่งจิตใจที่งดงาม อ่อนโยน ไม่แสดงอาการก้าวร้าวรุนแรง ต่อผู้มีพระคุณ ทั้งความรู้สึกนึกคิด คำพูด และการแสดงออกทางกาย รู้จักคุณความดีที่ท่านทำแก่ตนแล้วจดจำใส่ใจไว้ ตระหนักนิกอยู่เสมอถึงคุณความดีนั้น ไม่ลบหลู่ ไม่ดูหมิ่นดูแคลน ไม่เหยียดหยาม ไม่เสแสร้งแก่ง้งทำ มีความอ่อนน้อมโดยธรรมชาติ เมื่อมีโอกาสก็ตอบแทน ด้วยสำนึกในพระคุณนั้น

นอกจากนั้น ความกตัญญูยังหมายถึง จิตใจที่มีความสำนึก
ในบุญคุณ และไม่ลืมคุณของผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นลูกระลึกถึงบุญคุณ
พ่อแม่ บรรพบุรุษ ศิษย์ระลึกถึงบุญคุณครูอาจารย์ อาณาประชา
ราชภัทร์ระลึกถึงคุณของแผ่นดิน เป็นต้นก็ตาม

ความกตัญญู มีใช้อยู่แต่ไม่ลืมเท่านั้น แต่ยังรวมไปถึงจิตที่
คิดจะตอบแทนบุญคุณท่าน อยู่เสมอเมื่อมีโอกาส

ความกตัญญูนี้เอง เป็นมงคลสูงสุดอย่างหนึ่ง ในชีวิต
ผู้คนทั้งหลายมักมองข้ามมงคลอันหาประมาณมิได้ คือ ความ
กตัญญูนี้ ไปไขว่คว้าหามงคลจากที่อื่น ไม่ว่าจะเป็นต้นไม้ ก้อน
หิน จอมปลอก ภูเขา เขาย่อมผิดหวังอยู่รำไป เพราะชีวิตอย่าง
ชาวบ้าน ไม่มีมงคลใด จะอำนวยความสะดวกแก่ลูกๆ ได้อย่าง
สมบูรณ์ เท่าความกตัญญู

บางคนยังน่าสงสาร กราบไหว้ต้นไม้ จอมปลอก ภูเขา
เทวรูป ก้อนหิน ฯลฯ โดยหวังที่จะให้เกิดมงคลสุขสวัสดิ์แก่ชีวิต
แต่ไม่เคยกราบไหว้พ่อแม่ ปู่ ย่า ตา ยาย บรรพบุรุษ และผู้มี
พระคุณของตนเองเลย เพราะเหตุที่ขาดความรู้ ความเข้าใจ ไม่
ทราบว่ พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ผู้มีพระคุณนั้นแหละเป็นมงคล
สูงสุด สำหรับตัวเขา

เมื่อเป็นเช่นนี้ความสุขสวัสดิ์จะเกิดแก่ตัวเราได้อย่างไร

พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงสิ่งที่จะทำให้เกิดมงคลแก่ชีวิตคนเราไว้ ๓๘ ประการ หนึ่งในมงคล ๓๘ ประการนั้น คือ “**ความเป็นผู้กตัญญู**” รู้จักเลียงดูมารดาบิดา พระพุทธเจ้าได้ตรัสว่า

**มาตาปิตุ อุปฏิฐานัง เอตัมมัง คละมุตตะมัง
การเลียงดูมารดาบิดาเป็นมงคลสูงสุด**

ถ้าขาดความกตัญญูเสียอย่างแล้ว อย่าได้หวังว่า ชีวิตจะมีมงคล ส่วน คำว่า “**กตเวทิตี**” คือ การแสดงออกว่า ตนเป็นคนกตัญญู หรือการตอบแทนคุณความดีของผู้มีพระคุณ เมื่อผู้ใดทำอุปการคุณแก่เราแล้ว ก็พยายามหาทางทดแทนคุณ เมื่อมีโอกาส เช่น ลูกๆ ได้รับอุปการะเลียงดูจากพ่อแม่จนเติบโต มีสติปัญญา ประกอบสัมมาอาชีพ มีรายได้เป็นหลักฐานแล้ว ก็เลียงดูพ่อแม่เพื่อสนองพระคุณท่านตอบแทน

ว่าโดยพื้นฐานจิตใจแล้ว พ่อแม่ไม่ต้องการอะไรจากลูก แต่เป็นภาระโดยหน้าที่ของลูกที่จะต้องทำ ทำเพราะความเป็นลูก ซึ่งไม่มีคำอธิบายมากไปกว่า เป็นการแสดงความกตเวทิตีมิใช่ทำเพราะพ่อแม่อยากให้เราทำ หรือทำตามค่านิยมของสังคม

คำว่า “**เลี้ยงดู**” นี้ ยังมีคำที่ต้องขยาย เพื่อความชัดเจน ในเนื้อความอีก ส่วนมากคนมักคิดกันว่า เลี้ยงดู คือ การให้ ข้าวปลาอาหารให้สิ่งของ เท่านั้นถือว่า เป็นการเลี้ยงแล้ว ความจริงไม่ใช่ จะชื่อว่า เลี้ยง ต้องเลี้ยงทั้งกายและใจ เพราะลูก บางคนให้พ่อแม่กินข้าวป่นน้ำตา ความจริงเขาก็เลี้ยงด้วยข้าว ปลาอาหารนั้นแหละ แต่มีคำพูดหรือกิริยาที่มแทงให้ เจ็บใจ คนแก่เลยต้องกินข้าวกับน้ำตา เรียกว่า “**เลี้ยงกายแต่ไม่ได้เลี้ยงใจ**”

ที่จริง ในทางพระพุทธศาสนาได้แสดงการเลี้ยงพ่อแม่ไว้ ๒ ประการ คือ

(๑) **เลี้ยงกาย** ได้แก่ การให้ข้าวปลาอาหารเครื่องใช้สอย โดยตระหนักกันว่า พ่อแม่แก่แล้ว หมดเรี่ยวแรง หากินเองไม่ได้ ต้องอาศัยลูก **พ่อแม่เป็นพระอรหันต์ของเรา เป็นพระอรหันต์ในบ้าน เราปฏิบัติต่อพระสงฆ์อย่างไร จงปฏิบัติต่อพ่อแม่ อย่างนั้น กราบพระสงฆ์ด้วยใจอย่างไร จงกราบพ่อแม่ด้วยใจ อย่างนั้น อธิษฐานขอพรจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์อย่างไร จงอธิษฐานขอพรจากพ่อแม่อย่างนั้น อย่าดีแต่ทำกับพระสงฆ์ อย่าดีแต่ทำกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ อย่าดีแต่ทำกับเครื่องรางของขลัง**

เกี่ยวกับการทำบุญ ท่านชี้แจงให้ทราบอีกว่า ทำบุญกับ พระสงฆ์ผู้ทรงศีลได้บุญมากที่สุด ส่วนทำบุญกับคนธรรมดา การ ทำบุญกับพ่อแม่ได้บุญมากที่สุด ปฏิบัติบำรุงให้ท่านมีความสุขกาย ด้วยอาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย เมื่อป่วยไข้ก็หาญกยารักษา ท่าน พ่อแม่ที่แก่ตัวก็หวังพึ่งลูก ถ้าไม่พึ่งลูกก็ไม่รู้จะไปพึ่งใคร

อย่างท่านผู้รู้ ได้เขียนเป็นบทกลอนแสดงถึงหัวอกพ่อแม่ ไว้ว่า

พ่อแม่ก็แก่เฒ่า	จำจากเจ้าไม่อยู่นาน
จะพบจะพ้อองพาน	เพียงเลี้ยววารของคืนวัน
ใจจริงไม่อยากจะจาก เพราะยังอยากเห็นลูกหลาน	
แต่ซีพมิทนทาน	ย่อมร้ายรานสลายไป
ขอเถิดถ้าสงสาร	อยากกล่าวขานให้เข้าใจ
คนแก่ชะแรววัย	ยอมผลอไพลเป็นแน่นอน
ไม่รักก็ไม่ว่า	เพียงเมตตาช่วยอาหาร
ให้กินและให้นอน	คลายทุกข์ผ่อนพอสุขใจ
เมื่อยามเจ้าโกรธบึ้ง	ให้นึกถึงเมื่อเยาว์วัย
ร้องให้ยามป่วยไข้	ได้ใครเล่าช่วยปลดปล่อย
เฝ้าเลี้ยงจนเติบโตใหญ่	มั่นเหน้อยกายก็ยอมทน
หวังเพียงจะได้ผล	เติบโตจนส่งงาม
ขอโทษถ้าทำผิด	ขอให้คิดทุกโมงยาม
ใจแท้มีแต่ความ	หวังคอยช่วยอำนวยชัย
ต้นไม้ที่ใกล้ฝั่ง	มีหรือหวังอยู่นานได้
วันหนึ่งคงล้มไป	ทิ้งฝั่งไว้ให้วังเวงฯ

อีกที่หนึ่งว่า

ลูกเอ๋ยเจ้ารู้ไหมยายคนนั้น	ถึงงกั้งนุ่งง่ามตามประสา
ถึงยากจนเข็ญใจวัยชรา	เขาก็เป็นมารดาของบางคนฯ

อีกที่หนึ่งว่า

ยามมีกิจหวังเจ้าเฝ้ารับใช้	ยามป่วยไข้หวังเจ้าเฝ้ารักษา
เมื่อถึงคราววันตายวายชีวา	หวังลูกยาปิดตาคราสิ้นใจฯ

ลูกๆ จึงควรตระหนักในการเลี้ยงดูพ่อแม่ให้มาก ยิ่งอายุมากยิ่งต้องเอาใจใส่ นึกให้เห็นด้วยใจว่า คนแก่ทำอะไรเองไม่ได้ ให้อายุยืนกินเองไม่ได้ คนแก่ต้องการกำลังใจ อายุยิ่งเหลือน้อย เร็วแรงยิ่งนับวันมีแต่จะหมดตามอายุ จะอาศัยใครถ้าไม่อาศัยลูก ลูกให้กินถึงได้กิน ลูกไม่ให้กินไม่ได้กิน

(๒) **เลี้ยงใจ** ได้แก่ การทำให้พ่อแม่เกิดความเบาใจ ไม่สร้างปัญหา ซึ่งจะทำให้ท่านหนักอก เป็นทุกข์คับแค้นใจ

สำหรับสุขทุกข์ของพ่อแม่

สุขใดจะเท่าสุขที่ลูกด้ยัญญ

ทุกข์ใดจะเท่าทุกข์ที่ลูกสร้างปัญหา

เจ็บปวดใดจะเท่าเจ็บปวดที่ลูกไร้ความกตัญญู

การที่ลูกไม่สร้างปัญหาให้พ่อแม่ทุกข์ใจ นี่ก็เป็นการเลี้ยงใจพ่อแม่ แม้จะเป็นการเลี้ยงใจแบบธรรมดาสามัญทั่วไป ก็เป็นสิ่งดีที่พ่อแม่ทุกคนปรารถนา

นอกจากนี้ ยังมีเลี้ยงใจแบบที่พระพุทธองค์ทรงประสงค์ ซึ่งก้าวขึ้นมาเป็นการเลี้ยงใจอีกชั้นหนึ่ง คือ **หล่อเลี้ยงจิตใจท่านให้เจริญงอกงามด้วยธรรม** พยายามหล่อเลี้ยงจิตใจพ่อแม่ให้สมบูรณ์ด้วยคุณธรรม

พ่อแม่ไม่ศรัทธาในพระศาสนา เราปลุกศรัทธา
ให้งอกงามไปบุลย์ในใจท่าน

ท่านไม่เคยรักษาศีล ก็ชักชวนให้ท่านมีโอกาสได้รักษาศีล ไม่เคยสละละวางตัวของทำบุญให้ท่านก็ชักชวนให้มีโอกาสได้ทำบุญให้ท่าน ท่านเกิดความหลงผิด ก็ชักชวนให้ท่านเกิดปัญญา เข้าใจในความไม่เที่ยงแท้แน่นอนของชีวิต เกิดการปล่อยวางได้บ้าง บางครั้งก็นำท่านไปทำบุญให้ท่าน รักษาศีล เจริญภาวนา ตามโอกาส เมื่อถึงวันเกิดก็ชวนท่านไปตักบาตรหรือทำบุญวันเกิด เป็นต้น

ลูกที่ทำได้ตามข้อ ๒ นี้

พระพุทธองค์ เรียกว่า **“อภิชาติบุตร”** หมายถึง ลูกที่ดีที่ประเสริฐ เพราะสามารถให้ทรัพย์ที่แท้จริงแก่พ่อแม่ได้

ลูกที่เลี้ยงดูพ่อแม่ด้วยข้าวปลาอาหารและเครื่องใช้สอยต่างๆ ซึ่งเป็นสมบัติภายนอกนั้น เป็นเรื่องธรรมดา เพราะทำได้ง่าย ซึ่งโดยทั่วไป คนที่มีการศึกษา เป็นคนดีมีความกตัญญูก็ทำกันทั้งนั้น เรียกว่า **แม่จะเลี้ยงกายให้มีความสุขไม่ให้ลำบากเดือดร้อน พ่อแม่ก็ยังมีโอกาสไปอบายภูมิ** แต่ลูกที่ให้ทรัพย์ที่แท้จริงได้นั้นมีน้อย เพราะลูกที่ปิดประตูอบายภูมิให้พ่อแม่ นั้นทำได้ยาก เช่น ชักนำพ่อแม่ที่ไม่มีศรัทธาในพระศาสนา ให้เกิดศรัทธา ไม่มีศีลธรรมก็ชักชวนให้มีศีลธรรม ไม่ทำบุญให้ท่านเป็นคนตระหนี่ถี่เหนียว ก็ชักชวนให้ทำบุญให้ท่าน เป็นการหยิบยื่นสวรรค์ให้พ่อแม่

ลูกที่ทำเช่นนี้ได้ นั่น เป็นการยาก หากลูกคนใดทำได้ ก็เป็นลูกที่ประเสริฐ เพราะให้ทรัพย์ที่แท้จริง แก่พ่อแม่ พระพุทธองค์จึงเรียกลูกเช่นนี้ว่า **“อภิชาติบุตร”**

ทรัพย์ที่แท้จริงนี้ ไม่ว่าจะเกิดชาติใดภพใด ก็จะไปช่วยเหลือเกื้อกูล ไม่ให้ลำบากเดือดร้อน คนไทยแต่โบราณ จึงถือว่า ถ้าลูกชายที่คิดจะให้ทรัพย์ที่แท้จริงแก่พ่อแม่ ต้อง บวชเรียนเขียนอ่าน เพราะการบวชเป็นการตอบแทนพระคุณ อย่างสูงสุด เป็นการจงมือพ่อแม่ออกจากมมมีต คือ อบายภูมิ แล้วนำเข้าสู่มรรคาแห่งสวรรค์

ความกตัญญูทวดเวลานี้ เป็นคุณธรรมที่มีความสำคัญ และ จำเป็นแก่มนุษย์อย่างยิ่ง เพราะเป็นคุณธรรมที่สร้างสวรรค์มนุษย์ ให้เป็นคนดี มีความเจริญก้าวหน้า และช่วยพยุงสังคมมนุษย์ ให้ อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

พ่อแม่ที่ต้องการให้ลูกๆ ปฏิบัติต่อตนเองด้วยความ กตัญญูเช่นไร จงปฏิบัติพ่อแม่ของตนด้วยความกตัญญู เช่นนั้น เพราะเราปฏิบัติกับพ่อแม่ของตนอย่างไร จะได้รับการ ปฏิบัติตอบจากลูกๆ ของเราอย่างนั้น เช่นกัน หากเราปฏิบัติ ต่อพ่อแม่ของเราด้วยความกตัญญู ลูกๆ ของเราจะจำเป็นแบบ และปฏิบัติต่อเราด้วยความกตัญญูเช่นนั้น ตรงกันข้าม หากเรา ปฏิบัติไม่ดีกับพ่อแม่ ก็จะไม่ได้รับการปฏิบัติไม่ดีเช่นนั้นตอบจากลูก ของตน **นี่เป็นความอัศจรรย์ของความกตัญญูและอกตัญญู**

บางคนคร่ำครวญว่า ทำไมลูกเราไม่ปฏิบัติกับเราเหมือนลูกคนอื่นบ้าง แต่เขาก็ไม่ได้ถามตัวเองว่า เคยปฏิบัติกับพ่อแม่เช่นนั้นบ้างหรือเปล่า

ความกตัญญูนี้ เปรียบเสมือนสายใยที่เชื่อมสัมพันธ์ระหว่างครอบครัว ให้พ่อ แม่ ลูก เกิดความอบอุ่นอย่างแน่นแฟ้น หากขาดความกตัญญู สายใยที่เชื่อมความรักความผูกพันระหว่างพ่อ แม่ ลูก ก็ขาดสะบั้นลง และหากสังคมขาดความกตัญญูทวนเวียนที่ทุกคนไม่สำนึกในบุญคุณและตอบแทนบุญคุณท่านผู้มีบุญคุณแก่ตนจนถึงขนาดได้ชื่อว่า “ลูกเนรคุณ” ก็นับว่า น่าใจหาย เพราะเท่ากับว่า เขาได้ฆ่าตนเองให้ตายจากความดี

ลูกที่เนรคุณพ่อแม่ได้ ก็อย่าหวังว่า เขาจะสามารถพอกพูนคุณความดีอย่างอื่น ให้เจริญงอกงามไพบูลย์ขึ้นในจิตใจได้ อย่าได้หวังว่า เขาจะทำความดีอย่างอื่นได้ และจะทำให้ชีวิตเขาบรกรรมกลายเป็นคนมีจิตใจต่ำ หยาบกระด้าง ก้าวร้าวรุนแรง อาชญาพยาบาท มองโลกในแง่ร้าย มีแต่ความเห็นแก่ได้ มุ่งแต่ประโยชน์ตน พระพุทธเจ้าจึงสอนว่า

“สำหรับคนอกตัญญูแล้ว แม้จะให้แผ่นดินทั้งหมด
ก็ไม่สามารถทำให้คนอกตัญญูพอใจได้”

ภาษาบาลีว่า

“อะกะตัญญุสสะ โปสัสสะ นิจจัง วิระระทสสินโน
สัพพัญญูเจ ประฐะวิง ทัชชา เนวะ นัง อะภิรา ฐะเยฯ”

พระพุทธดำรัสบทนี้ พระองค์ทรงมุ่งแสดงให้เห็นว่า **ลักษณะ** ของคนอกตัญญุนั้น **อย่างไรก็ตามจะให้มรดกทรัพย์สมบัติเท่าที่พ่อแม่ ปู่ ย่า ตา ยาย มีอยู่เลย แม้แต่จะให้แผ่นดินทั้งหมด ก็ไม่สามารถทำให้คนอกตัญญูพอใจได้**

นอกจากนั้น ความกตัญญู ยังเป็นคุณธรรมที่ใช้เป็น เครื่องวัดระดับจิตใจคนด้วย ถ้าอยากรู้ว่า คนๆ นั้นมีจิตใจสูง หรือต่ำ ท่านให้สังเกตที่ความกตัญญูเป็นเบื้องต้น และคนไทย มักจะเปรียบผู้ที่ขาดความกตัญญูทเวทีว่า มีฐานะต่ำกว่าสุนัข อาจเป็นเพราะสุนัข เป็นสัตว์ที่ใกล้ชิดคนมากที่สุด การเลี้ยงสุนัข ก็เพื่อเฝ้าบ้าน ให้ป้องกันขโมยเข้าบ้าน ความดีของสุนัข คือ ความ ซื่อสัตย์ที่มันมีต่อเจ้าของ สุนัขจะไม่ลืมบุญคุณเจ้าของที่เลี้ยงดู มัน มันจะแสดงความรักต่อเจ้าของ และคอยป้องกันอันตรายแก่ เจ้าของ ทำหน้าที่ด้วยความซื่อสัตย์สุจริต

คนโบราณแสดงคุณค่าของสุนัขว่า เป็นสัตว์ซื่อตรงไม่ คดโกง คนที่ขาดคุณธรรม คือ ความกตัญญูทเวที จึงขาด คุณธรรมของมนุษย์ คนไทยจึงเปรียบคนเช่นนี้ว่า “ต่ำกว่า สุนัข”



เมื่อเราขาดความกตัญญู ซึ่งเป็นคุณธรรมของมนุษย์แล้ว จะต่างอะไรจากสัตว์ อย่างที่ได้ยินข่าวอยู่เสมอว่า ลูกคนโน้นคน นี้ เนรคุณฆ่า หรือทำร้ายพ่อแม่ของตน ลูกเช่นนี้เป็นมนุษย์เพียง รูปร่าง แต่จิตใจเลวทรามต่ำช้ากว่าสัตว์เดรัจฉาน พระพุทธองค์ แสดงโทษของคนอกตัญญูเนรคุณพ่อแม่ จนถึงฆ่า ว่าเป็น **“อนันตริยกรรม”** คือ **กรรมหนักที่สุด** เท่ากับฆ่าพระอรหันต์ และทำร้ายพระพุทธเจ้า ประตูลสวรรค์ปิดแต่ ประตูนรกเปิดรอ เขาอย่างเดียว ความกตัญญูกตเวทิต์นี้ จึงเป็นคุณธรรมที่สำคัญ และจำเป็นต้องตระหนักให้มาก และนำไปปฏิบัติอย่างถูกต้อง เป็น ส่วนหนึ่งของชีวิต

นอกจากความกตัญญูกตเวทิต์ จะเป็นเครื่องวัดระดับคุณค่า จิตใจมนุษย์แล้ว ยังเป็นเครื่องหมายบ่งบอกให้รู้ว่า ใครเป็นคนดี ด้วย แม้คนรอบข้างก็ตาม เราคิดจะคบค้าสมาคมกับใคร เราก็ต้องการที่จะคบคนดี และเราจะรู้ว่า ใครเป็นคนดีก็ต้องสังเกต สิ่งที่มีอยู่ในตัวเขา คือ สังเกตความประพฤติดีนั่นเอง ความ ประพฤติที่พอจะบ่งบอกได้ว่า ใครเป็นคนดี และเป็นที่ยังเกตได้ ง่ายนั้น คือ **ความกตัญญูกตเวทิต์** พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า

นิमितตั้ง สาธุ รูปานัง กตัญญูกตเวทิตา
ความเป็นผู้รู้จักบุญคุณคน เป็นเครื่องหมายของคนดี

ถ้าอยากรู้ว่า คนรอบข้างเป็นคนดีหรือไม่ ก็ต้องดูว่า เขาแสดงพฤติกรรมต่อพ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ผู้มีพระคุณของตนอย่างไร ถ้าคนใดแสดงพฤติกรรมที่หยาบกระด้าง ก้าวร้าว ร้ายกาจ มีวาจาหยาบคายเหมือนเข็มทิ่มใจ พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย พุดกับพ่อแม่ไม่นุ่มนวลชวนฟัง ทำให้เกิดความสะเทือนใจ ก็ให้รู้ว่า **เขายังไม่มีเครื่องหมายของคนดี คือ ยังไม่มีความกตัญญูเป็นเครื่องหมายที่จะบอกได้ว่า เป็นดี**

ควรตั้งข้อสังเกตในการคบค้าสมาคม และอาจเป็นคนไม่น่าไว้วางใจ ในการคบค้าสมาคม

ขอให้เชื่อได้ว่า คนที่มีความกตัญญูตเวที คือ รู้คุณและสนองคุณผู้อื่นนั้น เป็นคนดีอย่างแท้จริง เราสามารถคบค้าสมาคมกับคนประเภทนี้ได้อย่างอบอุ่นใจ ไม่มีโทษภัยประการใด และเป็นที่มาแห่งความเจริญรุ่งเรืองในชีวิต

ตรงข้าม หากเราไปคบกับคนอกตัญญูไม่รู้คุณคนและขาดความกตเวที **ไม่รู้จักตอบแทนคุณผู้อื่น** จะไม่เป็นผลดีแก่ผู้ทีไปคบด้วย มีแต่จะนำโทษภัยมาให้ และเป็นที่มาแห่งความพินาศล่มจม ในที่สุด

เพราะคนอกตัญญูมีเสียดในตัวเอง ใครคบก็นำฉิบหายมาสู่ผู้นั้น

คนที่มีความกตัญญูนั้น เป็นผู้มีสิริมงคลในตัว โดยไม่จำเป็นต้องแสวงหาสิริมงคลจากที่ไหนมาเสริม เขาย่อมมีความเจริญก้าวหน้าในชีวิต ในหน้าที่การงาน โดยธรรมชาติ เหมือนต้นไม้ที่มีดินน้ำ ปุ๋ย และอากาศดี ย่อมมีความเจริญงอกงาม ออกดอกออกผล โดยธรรมชาติ

ตรงข้าม หากคนใดขาดความกตัญญู มีความประพฤติเนรคุณต่อผู้อื่น เช่น ลูกเนรคุณพ่อแม่ ศิษย์เนรคุณครูบาอาจารย์ ประชาชนเนรคุณต่อแผ่นดินเกิด ย่อมประสบความวิบัติอย่างน่าประหลาด เพื่อนฝูงมักห่างหาย ไม่มีผู้เคารพนับถือ ในเบื้องต้น พี่น้องร่วมท้องเริ่มทำตัวเหินห่าง ต่อมาญาติใกล้ชิด ตลอดจนเพื่อนฝูงคนรู้จัก เริ่มห่างหาย คนเหล่านี้หาความเจริญไม่ได้ แม้ดูเหมือนว่าเจริญ ก็เพียงเพราะกรรมยังไม่ได้ชอง แต่เมื่อใดกรรมได้ชอง ก็จะตกต่ำในเบื้องปลาย กลายเป็นหนักสองเท่า ที่เบา ก็กลายเป็นหนัก ที่หนักก็ยิ่งหนักมากยิ่งขึ้น เขาจะถูกสาปแช่งว่าเป็นคนชั่วช้าเลวทราม ไม่รู้คุณคน

แต่คนที่มีความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ ย่อมได้รับการยกย่องสรรเสริญ และเป็นผู้มีความก้าวหน้า ที่ดีอยู่แล้ว ก็จะดียิ่งๆ ขึ้นไป **เมื่อถึงคราวเคราะห์ ที่หนักก็จะกลายเป็นเบา เพราะผลของเกาะแก้ว คือ ความกตัญญูของตนนั่นเอง**

สมเด็จพระลัมพาทิพุทธเจ้านั้น พระองค์มิได้เพียงสอนให้คนมีความกตัญญูอย่างเดียว

แต่พระองค์ได้ทรงปฏิบัติคุณธรรมข้อนี้ ด้วยพระองค์เอง ทรงแสดงกตัญญูทเวทิต่อพระพุทธรูปมารดา คือ พระนางสิริมหามายา อย่างที่ไม่เคยแสดงแก่ใครมาก่อน ด้วยการเสด็จไปจำพรรษาในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ทรงแสดงพระอภิธรรม ซึ่งถือว่าเป็นปรมาัตถธรรม คือ ธรรมอันสูงสุด มีข้อความลึกซึ้งแก่พระนางสิริมหามายา เพื่อทดแทนค่าข้าวป้อนน้ามน ที่พระพุทธรูปมารดาได้ทรงให้กำเนิดและเลี้ยงดูพระองค์มา พระพุทธรูปองค์ได้แสดงพระธรรมเทศนา สามารถโปรดพระพุทธรูปมารดา ให้สำเร็จโสดาปัตติผล

ส่วนพระพุทธรูปบิดา คือ พระเจ้าสุทโธทนะนั้น พระพุทธรูปองค์ได้เสด็จไปแสดงพระธรรมเทศนาโปรด จนสามารถบรรลุมรรคผลชั้นสูง

๒

เพราะฉะนั้น องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงได้รับการยกย่องว่า **“เป็นยอดกตัญญู”** เพราะทรงได้สนองพระคุณของมารดาบิดา ด้วยการบำรุงจิตใจให้บรรลุมรรคผลนิพพานดังกล่าวแล้ว

สำหรับบุคคลผู้เป็นตัวอย่างด้านความกตัญญูทเวทิตี มีอยู่มาก ทั้งในสมัยพุทธกาล และสมัยปัจจุบันนี้

คุณธรรม คือ ความกตัญญูทเวทที่ทีกล่าวมานี้ จัดว่า เป็นคุณธรรมล่ำค้ำญของมนุษย์ เป็นเครื่องหมายเชิดชุมมนุษย์ให้เป็น คนดี ผู้ใดมีความกตัญญูทเวทที ย่อมมีความเจริญก้าวหน้าไม่ ตกต่ำ เป็นทียกย่อง ของคนท่วไป และผลของความกตัญญูทเวทที นี้ ยังเป็นอานุภาพปกป้อง ค้คุมครองเขาให้พ้นจากภยันตรายต่าง ๆ ได้

ผู้ทีได้รับอานุภาพแห่ง**ความกตัญญูทเวทที** ค้คุมครอง ป้องกัน มีตัวอย่างมาก จะขอแสดงตัวอย่างเพียง **“สุวรรณสาม”** คนเดียว ซึ่งมีปรากฏอยู่ในชาดก ทีพระพุทธองค์ได้ตรัสเล่าไว้ จะ ขอนำมาเล่าให้โยมทั้งสองฟัง

สุวรรณสามตำนานคนกตัญญู

ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเล่าว่า สุวรรณสามเป็นผู้มี ความกตัญญู เลี้ยงดูมารดาบิดาทาบอด ซึ่งบำเพ็ญศีลพรตอยู่ใน ป่าสุวรรณสามมีหน้าที่ในการแสวงหาผลไม้ เผือก มัน ในป่า และ นำน้ำในลำธารมาเลี้ยงดูมารดาบิดา

วันหนึ่ง ขณะที่ลงไปตักน้ำในลำธาร มีฝูงสัตว์ป่า เช่น เก้ง กวาง เป็นต้น เป็นเพื่อนติดตามแวดล้อมไป และเป็นเวลา เดียวกันกับพระเจ้าแผ่นดินพระองค์หนึ่ง พระนามว่า **“พระเจ้า กบิลราช”** เสด็จประพาส ป่าเพื่อล่าสัตว์

ทรงทอดพระเนตรเห็น สุวรรณสามมีสัตว์ป่าแหวดล้อม
รักใคร่ ติดตามมาเป็นอันมาก ก็ทรงมีจิตริษยาชายหนุ่มผู้นั้น
จึงเอาลูกศร อายยาพิษยิงสุวรรณสามล้มลง ผงสัตว์ป่า
ที่แหวดล้อมสุวรรณสาม เห็นชายหนุ่มถูกยิงล้มลง ก็ตกใจแตกตื่น
วิ่งหนีไปคนละทิศคนละทาง

สุวรรณสามรู้ว่าถูกยิง สุดแสนจะเจ็บปวดเพราะพิษ
แผลลูกศรที่กำซาบด้วยยาพิษ เห็นว่าตนคงต้องสิ้นชีวิตอย่าง
แน่นอน จึงร้องให้คร่ำครวญออกมา ด้วยความเป็นห่วงมารดา
บิดาผู้ตาบอดว่า

“เราจะจะต้องตายในไม่ช้านี้แล้ว ชีวิตของเราถึงจะ
ตายไป ก็ไม่เป็นห่วง แต่เราเป็นห่วงมารดาบิดาตาบอดของเรา
เมื่อเราต้องมาตายลงเช่นนี้ ท่านทั้งสองจะต้องได้รับความ
ทุกข์เดือดร้อนมาก เพราะไม่มีผู้ใดจะเลี้ยงดูในป่านี้”

ฝ่ายพระเจ้ากบิลราช เมื่อยิงสุวรรณสามด้วยลูกศร
อายยาพิษแล้ว ทรงสดับเสียงคร่ำครวญของชายหนุ่ม ที่ไม่
ห่วงใยชีวิตตนเอง ทั้งไม่ด่าทอคนที่ยิงตน กลับมีความห่วงใย
มารดาบิดาผู้ตาบอดว่า หากขาดตนไปแล้วท่านทั้งสองจะอยู่
อย่างไร จึงทำให้พระองค์เศร้าสลดใจ ทรงสำนึกผิดที่พระองค์ยิง
สุวรรณสาม ชายหนุ่มชาวป่าผู้เป็นคนดีเลี้ยงมารดาบิดาของตน
ให้ได้รับบาดเจ็บจนจะสิ้นชีวิต เพราะความใจร้ายของพระองค์

พระองค์จึงเสด็จเข้าไปหาสุวรรณสาม แล้วสารภาพ ว่า พระองค์ทรงทำบาปใหญ่หลวง ที่ทำร้ายสุวรรณสามผู้เป็นคนดี พระองค์ทรงให้คำรับรองว่า หากสุวรรณสามต้องสิ้นชีวิตไป เพราะการกระทำของพระองค์ พระองค์จะรับภาระเลี้ยงมารดา บิดา ผู้ตาบอดของสุวรรณสาม ให้มีความสุขตลอดชีวิต

สุวรรณสามได้ฟังคำสารภาพผิดของพระเจ้ากบิลราช เช่นนั้น ก็คลายความห่วงใย และขอฝากมารดาบิดาทั้งสองไว้ ถึงตนจะตายไปก็ถือว่า เป็นกรรมของตน จะไม่จองเวรกับ พระราชาที่ทำร้ายตน ตนขอโหสิกรรมต่อพระราชา และขอ พระราชาโหสิกรรมแก่ตนด้วย พุดจบสุวรรณสามก็สลบไป

พระเจ้ากบิลราชก็รีบเสด็จไปหา มารดาบิดาของสุวรรณ สาม ทรงเล่าเรื่องราวต่างๆ ให้ท่านทั้งสองทราบ

มารดาบิดาทราบเช่นนั้น ก็ตกใจและเป็นห่วงสุวรรณสาม กราบทูลขอให้พระราชาริบนำไปยังริมลำธาร ที่สุวรรณสามนอน สลบอยู่ พระราชาก็ทรงจูงท่านทั้งสองรีบไปหาสุวรรณสาม มารดาบิดาได้นั่งอยู่ใกล้ร่างไร้สติของสุวรรณสาม เอามือ ลูบคลำนวดเพ้นร่างกายของลูกชาย ที่นอนสลบอยู่ แล้วตั้งใจ อธิษฐาน ขออำนาจคุณความดีที่สุวรรณสามเป็นลูกกตัญญู ได้ ทำความดีเลี้ยงพ่อแม่ตลอดมา ขอบุญกุศลทั้งปวง จงมารวม เป็นพลังทำลายพิษศร ที่กำซาบอยู่ในร่างกายของสุวรรณสาม ให้คลายพิษลงและขอให้สุวรรณสามได้ฟื้นขึ้นมา

นางเทพธิดาผู้เคยเป็นมารดาของสุวรรณสามในชาติก่อนๆ และสุวรรณสามก็เคยปฏิบัติเช่นนั้นแก่ตน ได้ยินดังนั้น จึงได้อธิษฐานเช่นนั้นบ้าง ด้วยแรงอธิษฐานของมารดา ทำให้ยาพิษที่บาดแผลในร่างของสุวรรณสามละลายไป และสุวรรณสามได้ฟื้นขึ้นมามีชีวิตอยู่ตลอดไป ทำให้มารดาบิดาของสุวรรณสาม และพระเจ้ากบิลราชมีความโลม่นลยินดีปรีดาเป็นอย่างยิ่ง

เรื่องสุวรรณสามแสดงให้เห็นว่า สุวรรณสามถูกทำร้ายเกือบจะสิ้นชีวิตอยู่แล้ว แต่ด้วยอำนาจคุณความดี คือ กตัญญูกตเวทิตที่สุวรรณสามได้ปฏิบัติ เลี้ยงดูมารดาบิดาตลอดมา เป็นบุญกุศลยิ่งใหญ่ มีพละมานุภาพทำลายยาพิษ ช่วยให้สุวรรณสามฟื้นขึ้นมาได้

คนเราแม้จะมีความรู้สูงส่งแค่ไหน **จำเรียนจนจบ** ได้เกียรตินิยมจากสถาบันมีชื่อเสียง เป็นดอกเตอร์ เป็นศาสตราจารย์ มีฐานะครอบครัวดี มียศฐาบรรดาศักดิ์สูงส่ง และมีหน้ามีตาในสังคม แต่หากใจยังขาดความกตัญญูต่อบรรพบุรุษเสียอย่างเดียวนั้น ก็เป็นคนมีเสียดในตัวเอง ไม่น่านับถือ ไม่น่าไว้วางใจในการคบค้าสมาคม

ส่วนคนกตัญญู อยู่ที่ไหนก็เจริญที่นั่น ไปที่ไหนก็เป็นสุขที่นั่น ลูกกตัญญูพ่อแม่กบลิ้มใจ คิษย์กตัญญูครูบาอาจารย์ก็ปิดประชาชนพลเมืองมีความกตัญญูต่อแผ่นดิน ไม่สร้างความวุ่นให้เกิดแก่แผ่นดิน บ้านเมืองก็สงบสุข คนกตัญญูไม่ว่าจะอยู่ในชาติไหนภพไหน ไม่ว่าโลกนี้หรือโลกหน้า ก็อยู่เพื่อสร้างคุณความดี และใครได้คนมีความกตัญญูกตเวทีเป็นสามี เป็นบุตร เป็นภรรยา หรือเป็นเพื่อน เขาย่อมเกิดความเบาใจได้ และถือได้ว่า มีคนดีเป็นกัลยาณมิตร ชีวิตย่อมมีแต่ความสุขใจ

กัลยาณมิตรนั้น นอกจากเขาจะดีในตัวเขาเองแล้ว ยังแนะนำให้คนรอบข้างดีตามไปด้วย

พระพุทธองค์จึงตรัสเปรียบ กัลยาณมิตร หรือเพื่อนที่ดีไว้ว่า **เปรียบเสมือนแสงเงินแสงทองของชีวิต** หมายความว่า กลางคืนก่อนที่จะสว่างเป็นกลางวัน สัญลักษณ์ของความสว่างคือ แสงเงินแสงทอง ถ้าแสงเงินแสงทองจับขอบฟ้า ก็เชื่อมั่นได้ว่า แสงสว่างแห่งดวงอาทิตย์กำลังจะมาเยือน เพื่อขับไล่ความมืดให้จางหายไป เหมือนชีวิตคนเรา เมื่อมีคนดีเป็นเพื่อน ก็เหมือนรุ่งอรุณแห่งความดี กำลังส่องสว่างในชีวิตและจิตใจเรา

การมีกัลยาณมิตร หรือคนดีเข้าไปเกี่ยวข้องในชีวิต จึงเปรียบเสมือนเป็นนิมิตหมายแห่งความสุข ความเจริญรุ่งเรืองก้าวหน้าในชีวิต

ผู้หวังความสำเร็จจึงควรสำรวจดูว่า มีกัลยาณมิตร คือคน กตัญญู เป็นเพื่อนหรือไม่ และตัวเราเองมีความกตัญญูอยู่มาก น้อยเพียงไร ถ้าบกพร่องก็ควรต่อเติมเพิ่มพูนให้มีขึ้น ถ้ามีอยู่แล้ว ก็ควรรักษาความดีไว้ พร้อมทั้งให้เจริญอกงามไพบุลย์มากขึ้นโดย ลำดับ แล้วเราจะประสบกับความเจริญตามที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้

เนื่องจากในวันมาฆบูชานี้ โดยชีวิตของความเป็นพระ ภิษุ เป็นพระภิษุด้วยความรักที่จะเป็น อาตมาไม่มีสิ่งของและ ทรัพย์สินสมบัติอื่นใด จะฝากถึงโยมทั้งสองเหมือนลูกหลานคนอื่นๆ นอกจากของฝาก คือ ธรรมะของพระพุทธเจ้า ขอให้โยมทั้งสอง อย่าได้ประมาทในชีวิต ้วยหนุ่มได้ล่วงเลยไปแล้ว อายุยิ่งเหลือน้อยลง เวลาที่จะอยู่ในโลกนี้ก็สั้นเข้า โอกาสที่จะทำบุญ สร้าง ทรัพย์ที่แท้จริงให้กับตนเอง ก็ยิ่งเหลือน้อยลงทุกที

สังขารร่างกายไม่คงทนถาวร อยู่กับเราได้ไม่นาน เตี้ยวมั่นก็ เจ็บโน่น เตี้ยวมั่นก็ปวดนี้ อีกหนอยมั่นก็ไม่ยอมให้เราใช้ ร่างกาย นี้ เรายืมเขาใช้มานานแล้ว **บางที่อาจถึงเวลาที่เราจะต้องคืนให้ กับเจ้าของเดิมแล้วก็เป็นได้ คืนธาตุดินให้กับดิน คืนธาตุน้ำ ให้กับน้ำ คืนธาตุลมให้กับลม คืนธาตุไฟให้กับไฟ** ในขณะที่ ร่างกายยังยอมให้เราืมใช้ ให้ยึดมั่น ในศีลในธรรมอันเป็นทรัพย์ ที่แท้จริง

ให้ปล่อยวางทุกสิ่งทุกอย่างลง อย่างเข้าใจ

วันนี้อาตมาปรารภโยมทั้งสองกล่าวถึง เรื่อง ความกตัญญู เพื่อจะเป็นสื่อให้ลูกหลานได้ซึมซับธรรมข้อนี้ แล้วให้เจริญอกงาม ขึ้นในจิตใจ เป็นอุปนิสัยในธรรมที่ลึกซึ้งอื่นๆ ต่อไป

คืนนี้ตึกมากแล้ว ท้องฟ้าทั่วกรุงเทพมหานครส่องสว่าง ด้วยแสงจันทร์คืนเพ็ญเดือนมาฆะ

เป็นอีกวันหนึ่งที่อาตมาระลึกถึงโยมพ่อใหญ่โยมแม่ใหญ่ทั้งสอง ระลึกถึงอ้อมแขนที่แกร่งกร้าวจากแดดฝน แต่อบอุ่นด้วยเมตตาธรรม นึกถึงความเอื้ออาทรของโยมทั้งสอง ที่อาตมายังไม่มีโอกาสตอบแทน

อาตมาจำได้ว่า คำคืนเช่นนี้เมื่อวัยเด็ก แสงจันทร์นวลไสย ลาดแสงอาบท้องทุ่ง แมลงกลางคืนแผดเสียงจ้ำระงม ผีน้ำแม่ มุลคตเคี้ยวเหมือนงูยักษ์ ต้องแสงจันทร์วาวระยิบ โยมแม่ใหญ่นำ ดอกไม้ที่อาตมาเก็บให้ไปบูชาพระ สวดบทสวดมนต์ไหว้พระแล้วว่า นะโม ๓ จบ จนอาตมาจำได้ขึ้นใจมาตั้งแต่ยังเด็ก

อาตมาชอบนอนกับโยมทั้งสอง ฟังเรื่องราวของกระต่าย กับดวงจันทร์ เรื่องราวของดาวลูกไก่ เรื่องราวของทางช้างเผือก เรื่องราวของเสือ และการเดินทางของคนหาปลา ฯลฯ บางครั้ง อาตมาเคยคิดว่า หากเป็นไปได้ อยากกลับไปสู่คืนวันเก่าๆ ไปมีชีวิตที่สงบเรียบง่ายอย่างวัยวันที่ผ่านมา ไปฟังนิทานไม่รู้จบ จากโยมทั้งสองอีกครั้ง

แต่วันเช่นนั้นก็ผ่านมาแล้ว กลายเป็นอารมณ์ของอดีต แม้อารมณ์ของอดีตพระพุทธเจ้าไม่ให้ใส่ใจ เพราะจะทำให้เป็นกังวล ชุนมัว เป็นปليโพธ จิตไม่มุ่งต่ออารมณ์ปัจจุบัน คลาดเคลื่อนจากอารมณ์ก็มีภูฐาน แต่อัตตาก็มักจะคิดถึงวันเช่นนั้นอยู่บ่อยๆ ในวันที่วัยและสังขารของโยมทั้งสอง เริ่มชราลงมากเช่นนี้ อยากมีเวลาได้พูดคุยธรรมะกับโยมทั้งสองให้มากๆ เพื่อจะได้เป็นทรัพย์ที่แท้จริงในโลกหน้า ทรัพย์คือไร่นาที่เหนื่อยยากสร้างไว้จนสายตัวแทบขาด ในวัยหนุ่มนั้น บัดนี้ไม่มีค่าไม่มีประโยชน์สำหรับคนแก่ คนที่มีกำลังอันชราครอบงำแล้ว แม้แต่มือและเท้าของตัวเองก็แทบจะยกไม่ไหว ก็แล้วทรัพย์สมบัติจะมีประโยชน์อะไร มันว่างเปล่าว่างไร้จากสิ่งควรยึดถือ ว่าเป็นสมบัติของเรา

โยมทั้งสองจึงควรแสวงหาทรัพย์ที่แท้จริง อันเป็นทรัพย์ภายในซึ่งจะ ติดตัวเราตลอดไป



สุดท้าย ด้วยอานุภาพแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และด้วย
อานุภาพแห่งศีล สมาธิ ปัญญา อันเกิดจากการที่ได้บรรพชา
อุปสมบท ในพระพุทธศาสนา และที่เคยได้บำเพ็ญมาตั้งแต่
อดีตชาติตลอดถึงชาติ ปัจจุบัน ขอให้โยมพ่อใหญ่โยมแม่ใหญ่
มีพระพุทธเจ้า มีพระธรรมเจ้า และมีพระสังฆอรียเจ้า เป็นที่
พึ่งที่ระลึกอยู่เสมอ อย่าได้ประมาท ขอให้ มีสุขภาพกายที่ดี
และสุขภาพใจ แซ่มชื่นรื่นเริงเบิกบานในธรรมขององค์สมเด็จพระ
สมเด็จพะสัมมาสัมพุทธเจ้าตลอดไป

มาฆบูชา, วัน ๑๕ ค่ำ เดือน ๓ ปีพุทธศักราช ๒๕๕๗
หมายเหตุ จดหมายฉบับนี้เขียนตั้งแต่พ่อใหญ่ยังมีชีวิตอยู่ แต่ไม่ได้ส่ง ค้าง
มาจนบัดนี้



จดหมายฉบับที่สาม

ทางพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว
วันที่ ๑๕ ดำ เดือน ๑๑ ปีมะโรง





เจริญพรโยมแม่ใหญ่

จดหมายฉบับนี้เป็นฉบับที่สามแล้ว ที่อาตมาเขียนถึงโยมแม่ใหญ่ การขึ้นต้นจดหมายฉบับนี้ ก็แปลกไปจากฉบับก่อนๆ เพราะขาดโยมพ่อใหญ่ไปคนหนึ่ง และคงไม่มีโยมพ่อใหญ่ให้เขียนถึงอีกตลอดไป วันนี้อาตมาได้รู้แล้วว่า การจากไปของโยมพ่อใหญ่อย่างไม่มีวันกลับ ได้ตอกย้ำถึงความเป็นจริง ตามคำสอนเรื่อง **ไตรลักษณ์ของพระพุทธเจ้า**

“สรรพสิ่งล้วนไม่เที่ยงแท้คงทน เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตนที่แท้จริง ไม่อยู่ได้ตลอดกาล ตั้งอยู่ชั่วคราว นิดหน่อย เหมือนน้ำค้างบนใบหญ้า เหมือนเปลวแดด เหมือนฟองน้ำ”

แต่อย่างไร อาตมาก็ถือว่า เป็นวาสนาที่ยังมีโยมแม่ใหญ่ ให้เขียนถึงอยู่อีกคน ด้วยตระหนักว่า การที่ลูกหลานเกิดมาแล้ว มีโอกาสได้ทันพบทันเห็นปู่ย่าตายายนั้น นับว่าเป็นบุญวาสนาอย่างหนึ่ง เพราะคนโดยส่วนมากไม่มีโอกาสได้ทันพบทันเห็น ด้วยชีวิตคนนั้นสั้นนัก ลั่นจนปู่ ย่า ตา ยาย โดยส่วนมากมีทันได้เห็น หลานๆ หรือเห็นก็มีทันที่หลานเจริญเติบโต ยิ่งถ้าทันพบทันเห็นแล้ว มีโอกาสได้ทำบุญทำกุศลร่วมกัน ก็นับว่าเป็นโชควาสนามาก เพราะเรามีโอกาสได้ปลดหนี้บุญคุณท่าน

อาตมาเขียนจดหมายฉบับนี้ ก็ด้วยระลึกถึงเรื่องที่โยมแม่ใหญ่เคยถามอยู่เสมอ ถึงเรื่องการบวชและอานิสงส์ของการบวชว่า **“ถ้าลูกชายไม่ได้บวชเป็นพระ แต่หลานบวช จะได้อานิสงส์บ้างไหม”** อาตมารู้สึกใสซื่อบริสุทธิ์กับคำถามของโยม นี่หากโยมพ่อใหญ่ยังมีชีวิตอยู่ ก็คงจะตำหนิติโยมแม่ใหญ่ถามอาตมาเช่นนี้ แล้วก็คงเห็นรอยยิ้มจากใบหน้าโยมแม่ใหญ่ ตามที่เคยเห็นจนชินตา

แต่รอยยิ้มนี้ ก็ทำให้อาตมาบอบอุ้มใจอย่างประหลาดใจ มาตั้งแต่เยาว์วัย

แท้จริงแล้ว ลูกหรือหลานบวชก็ได้อานิสงส์เหมือนกัน เพราะแม่เลือดเนื้อและชีวิตของหลานๆ ผู้บวชจะได้มาจากพ่อแม่ แต่เลือดเนื้อ ของพ่อแม่ก็มาจากปู่ ย่า ตา ยายเช่นกัน พ่อแม่ได้อานิสงส์ ปู่ ย่า ตา ยายก็ต้องได้ด้วย

อย่าว่าแต่ปู่ ย่า ตา ยาย เลยที่ได้โอนิสงส์จากการบวช แม้ญาติๆ คนอื่นๆ ก็ได้เช่นเดียวกัน ขึ้นอยู่กับจิตและการชวนชวายเป็นการทำบุญ ของคนนั้นๆ ด้วยตามที่ได้เคยกล่าวไว้แล้วในจดหมายฉบับก่อน

แท้จริง มีใช้พอลูกหลานบวชแล้ว จะได้บุญเลยที่เดียว ต้องขึ้นอยู่กับการกระทำของเราด้วย คือ การทำจิตให้เป็นบุญเป็นกุศล ให้น้อมไปในสิ่งที่กำลังทำ

ในขณะที่ลูกหลานบวชเป็นพระภิกษุอยู่ ก็ปรารถนาเอาการที่ลูกหลานของเราได้บวช เป็นโอกาสในการทำบุญ ให้ทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา ปรารถนาเอาผ้าเหลืองลูกหลานเป็นตราประทับในจิต แล้วรื่นเริงเบิกบาน(อนุโมทนา) ในการบวชนั้น บุญอยู่ตรงนี้ มีใช้อยู่ที่การบวชของลูกหลาน เพราะลูกหลานบวช เขาก็ได้บุญส่วนตัวของเขาเอง ส่วนเราผู้เป็นปู่ ย่า ตา ยาย ก็ต้องปรารถนาการที่ลูกหลานบวช ได้มีโอกาสทำบุญเป็นพิเศษ จึงเป็นบุญกุศลของเรา

ยกตัวอย่างให้เห็นชัดเจนมากขึ้น เมื่อลูกหลานเราบวช แต่เราไม่ได้ใส่ใจ รู้สึกเฉยๆ ไม่รับรู้สิ่งใดทั้งนั้น อย่างนี้ลูกหลานเราบวช ก็ไม่ต่างจากลูกหลานคนอื่นบวช

แล้วอานิสงส์จะเกิดขึ้นได้อย่างไร

บางคน เมื่อลูกลานบวช แทนที่จะได้บุญกลับได้บาป เพราะอาศัยการที่ลูกลานบวช เป็นช่องทางในการแสวงหาผลประโยชน์จากพระศาสนา หรือยุแยงพระสงฆ์ให้เกิดความวุ่นวายสับสน ก็ได้บาป คิดอยู่ว่า อันนี้ก็ของพระลูกชายฉัน อันนั้นก็ของพระหลานชายฉัน ลูกฉันหลานฉันจะต้องได้อย่างนั้น จะต้องได้อย่างนี้ จุ้นจ้านวุ่นวายไปหมด บางคนก็คอยจับผิดพระสงฆ์สามเณร ว่าเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ ก็ยิ่งไปกันใหญ่ ข้อนี้พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยายไม่ได้บุญจากการบวช ของลูกลาน แต่ได้บาปเพราะมาทำบุญ แทนที่จะปรารภบุญกลับปรารภบาป มาวัดเพื่อแสวงหาความเบิกบานผ่องใส แห่งจิต กลับปรารภความเศร้าหมองแห่งจิต

ความจริง ตั้งใจจะเขียนเกี่ยวกับเรื่องนี้มานานแล้ว แต่ยังไม่มีโอกาสเหมาะ มีหลายสิ่งหลายอย่างคั่งค้างอยู่จนล่วงเลยมาถึงบัดนี้

ที่เขียนเกี่ยวกับการบวช เพราะอยากให้โยมแม่ใหญ่รู้ และเกิดความเข้าใจ ตลอดจนมีท่าทีที่ถูกต้องเกี่ยวกับการบวช ถ้ารู้และเข้าใจเรื่องการบวชอย่างถูกต้องแล้ว จะปฏิบัติต่อการบวชได้อย่างเป็นบุญเป็นกุศล

แต่ถึงอย่างไร อตมมาก็เขียนจดหมายฉบับนี้ ต่อเนื่องมาจากความมกัตถุญ ในฉบับที่แล้ว เพราะแม่จะเขียนเรื่องการบวช แต่ก็มีความเกี่ยวเนื่องกับความมกัตถุญอยู่ไม่น้อย เนื่องจากผู้บวชมักปรารถนาความมกัตถุญต่อพ่อแม่ และผู้มีพระคุณเป็นที่ตั้ง และหาเวลาบวชระยะหนึ่ง โดยมีเจตนาอันงดงามว่า **จะตอบแทนบุญคุณพ่อแม่ ผู้มีพระคุณ**

แม้จะมีด้วยเหตุผลอื่นบ้าง เช่น ล้างชวย แก้มบ พักผ่อน สงบจิตใจ ฯลฯ บ้างก็ตาม แต่ก็ไม่ได้ทำให้จุดประสงค์การบวชคลาดเคลื่อนไปเสียทีเดียว

พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า พ่อแม่เป็นบุคคลที่สำคัญที่สุดในชีวิตของลูกๆ เพราะเป็นผู้ให้ลูกเกิด และเป็นผู้สร้างบุญแก่ลูกก่อน แต่ก่อนที่จะพูดถึงเรื่องนี้ ขออธิบายถึงเรื่องการบรรพชาอุปสมบทก่อน



๒. ก่นสารการบวช

การบวช หรือ การบรรพชาอุปสมบทในพระพุทศาสนา นั้น ถือว่าเป็นการเจริญรอย ตามแบบอย่างขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ทรงเป็นโอรสของกษัตริย์ ควรที่จะหาความสำราญ อย่างโอรสกษัตริย์ทั้งหลาย แต่พระองค์กลับทรงเสียสละทุกอย่าง เพื่อออกผนวช คือ การบวช ทรงแสวงหาธรรมะที่จะเป็นเครื่องกำจัดความทุกข์ จนได้ตรัสรู้พบธรรมะตามที่ทรงประสงค์ในที่สุด ไม่เพียงแต่เท่านั้น พระองค์ยังอาศัยพระมหากุณยานิ่งใหญ่ ออกเทศนาสั่งสอนผู้คนให้รู้ความเป็นจริงของชีวิต ถอนผู้คนจากความทุกข์ความเศร้าโศกเสียใจ ผู้ที่มีศรัทธาเลื่อมใสออกบวชตามพระพุทธองค์เป็นจำนวนมาก แม้ผู้ที่บวชในปัจจุบันนี้ ก็ถือว่าเป็นการบวชตามองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเช่นกัน

ในทางพระพุทศาสนาได้แสดงเรื่องการบวชไว้ว่า **เป็นสิ่ง** **ที่ให้สำเร็จประโยชน์ได้อย่างสมบูรณ์** ประโยชน์ที่ว่านี้เกี่ยวเนื่องกับการประพฤติปฏิบัติดีด้วยกาย วาจา ใจนั่นเอง

ประโยชน์จากการบวชนั้น มีหลายอย่างด้วยกัน จะขอกล่าวแต่ ย่อยๆ ๓ อย่างเท่านั้น

ประโยชน์อย่างแรก การบวชเป็นความต้องการของผู้คนทั้งหลาย ผู้คนทั้งหลายต้องการความเป็นผู้มีความสุขกายสุขใจ ความเป็นผู้มีชื่อเสียง คนนับหน้าถือตาในสังคม ด้วยถือว่า ผู้ที่ผ่านการบวชเรียนเขียนอ่านแล้ว ก็จะเป็นคนดีน่าคบค้าสมาคม เมื่อคบเข้าแล้ว ก็เป็นที่หวังหรืออุ่นใจได้ว่า จะไม่ทำให้เกิดความเสียหายแก่ชื่อเสียงเกียรติยศ พ่อแม่หวังจะประกาศให้ผู้คนรู้ว่า ลูกท่านเป็นคนดีน่าคบค้าสมาคม จึงอุทิศส่วทรัพย์ให้ลูกได้บวช

ประโยชน์อย่างที่สอง การบวชเป็นประโยชน์เกี่ยวกับจิตใจ ถ้าจิตใจไม่มีความวิตกกังวลใดๆ ไม่มีไฟ คือ ความโกรธ ความเกลียด ความอิจฉาริษยา เป็นต้น ผัดเผาให้รุ่มร้อน จิตใจก็จะสงบ ทำให้เกิดความสุขได้ในระดับหนึ่งเช่นกัน คนที่ผ่านการบวชก็เท่ากับว่า ผ่านการฝึกฝนกรองไม่ให้ความกังวลเข้ามาสู่จิต ฝึกป้องกันไม่ให้ไฟ คือ ความโกรธ ผัดเผาตน เป็นต้น ผู้ที่ผ่านการบวช และได้รับการฝึกหัดขัดเกลาที่ดี จึงมักจะมีคุณละเอียดยุชมูลุมลิลิก มีความยับยั้งชั่งใจได้ มากขึ้น



ประโยชน์อย่างที่สาม การบวชเป็นประโยชน์ที่เกิดจากการทำลาภกิเลสให้หมดสิ้นไป ซึ่งเป็นประโยชน์สูงสุด ที่พระพุทธศาสนาสอน แม้จะปฏิบัติให้สำเร็จได้ยาก ถึงอย่างนั้น การบวชก็เป็นการศึกษาขัดเกลาคิดใจให้อ่อนโยนงดงาม ไม่หยาบกระด้าง ไม่ก้าวร้าว รุนแรง มีความโอบอ้อมอารี เห็นอกเห็นใจผู้อื่นมากยิ่งขึ้น บวชแล้วได้เห็นใจตนเอง ยังได้เห็นอกเห็นใจผู้อื่นอีกด้วย

ประโยชน์ที่เกี่ยวกับจิตใจ และการละกิเลสดังกล่าวนี้ เป็นประโยชน์โดยตรงต่อจิตใจของผู้บวช ถึงแม้ว่าอาจไม่เกิดขึ้นอย่างสมบูรณ์ แต่ก็เป็นการสร้างบารมี เพื่อความสมบูรณ์ยิ่งขึ้นในภายหน้า ที่ว่าการบวชได้เห็นใจเห็นตนเอง คือ ได้เห็นความรู้สึกรู้สึกนึกคิดของตนเอง ชัดเจนมากยิ่งขึ้น เนื่องจากมีเวลาปฏิบัติฝึกหัดขัดเกลาคิดอย่างสมบูรณ์จึงมีโอกาสได้เห็นตัวตนที่แท้จริงของเราว่าเป็นคนอย่างไร

นอกจากการบวชจะมุ่งประโยชน์ ดังที่กล่าวไปแล้ว การบวชยังได้ชื่อว่า เป็นการตอบแทนบุญคุณของมารดาบิดาอีกทางหนึ่งด้วย เพราะพ่อแม่เห็นว่า เป็นทางหนึ่งที่จะช่วยเสริมชีวิตลูกให้ดีขึ้น เสริมบุญ เสริมบารมี เสริมจิตใจ เสริมความเจริญก้าวหน้า เสริมเกาะป้องกันจากผู้จองแวง ฯลฯ โดยเฉพาะส่งเสริมทางด้านจิตใจ เช่น ท่านอาจจะเห็นว่า ลูกเป็นคนไม่ละเอียดอ่อน ใจร้อน วู่วาม หุนหันพลันแล่น เจ้าโทสะ ท่านก็ต้องการเห็นลูกเป็นคน

สุขุมเยือกเย็น จึงอยากให้ลูกเข้าไปบวชในพระพุทธศาสนา เพื่อ
อบรมขัดเกลาจิตใจให้เย็นลง เป็นการแสดงถึงความปรารถนาดี
ของพ่อแม่ เมื่อลูกได้บวช ก็เป็นการสนองความปรารถนาดีของ
พ่อแม่

ลูกที่รู้จักตอบสนองความปรารถนาดีของพ่อแม่ นั่น ถือ
ได้ว่า เป็นการตอบแทนพระคุณท่าน อีกทางหนึ่ง เพราะเมื่อลูก
บวช พ่อแม่ก็เกิดความเบาใจ และยังมีโอกาสได้ทำบุญทำทาน มี
โอกาสได้เข้าวัด สวดมนต์ฟังเทศน์ รักษาศีล หรือที่ทำอยู่แล้วก็ได้
ทำมากขึ้นเป็นพิเศษ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นแก่พ่อแม่ ล้วนมาจากการ
บวชของลูก ก็เท่ากับว่า ลูกผู้บวชนั่นเอง เป็นสื่อให้พ่อแม่
ได้ทำบุญ

นอกจากนั้น ในทางพระพุทธศาสนายังถือว่า การบวช
เป็นการช่วยสืบต่ออายุพระพุทธศาสนา เพราะช่วงเวลาที่เข้า
ไปบวชเรียนอยู่นั้น จะต้องใช้ชีวิตอย่างสมณะ สงบเสงี่ยม
เรียบง่าย ไม่กล่าวร้าย ไม่ว่าร้าย ไม่ทำร้ายใครๆ อย่างที่เรียกว่า
“**บรรพชิต**” คือ เป็นผู้ทีละเว้น ในสิ่งที่ไม่ควรไม่เหมาะสม

การดำเนินชีวิตเช่นนี้ ชื่อว่า เป็นการสืบทอดอายุ พระพุทธศาสนาให้ยืนยาวออกไป เพื่อเป็นประโยชน์แก่คน ในรุ่น หลัง เปรียบเสมือนนำเอาชีวิตของเราเข้าไปเพื่อสืบทอดพระศาสนา นั้นเอง และพ่อแม่ก็ชื่อว่าได้สืบทอดอายุพระศาสนาด้วย เพราะ ชีวิตของลูกที่ไปบวช ก็เป็นชีวิตที่เกิดจากพ่อแม่เลือดและเนื้อที่ เจริญเติบโตอยู่ในร่างกาย เป็นตัวเป็นตนของลูก ก็เป็นเลือดเนื้อ จากอกของพ่อแม่ตนเอง เลือดเนื้อที่พ่อแม่ให้ไว้ เกิดเป็นชีวิตของ ลูกขึ้นมา ก็ได้นำไปต่ออายุพระศาสนา

การต่ออายุพระศาสนา ด้วยการบรรพชาอุปสมบทของ ลูกนั้น จึงมีอานิสงส์มาถึงพ่อแม่ผู้ให้กำเนิดอีกด้วย

อนึ่ง ในเรื่องอานิสงส์ของการบวช เพื่อตอบแทน คำน้ำนวมของมารดาบิดานี้ โยธาจารย์ท่านแสดงอุปมาไว้ว่า

ถึงแม้มีบุคคลผู้ทรงฤทธิ์เหาะไปเก็บดอกไม้จากป่าอัน กว้างใหญ่ไพศาล มาสักการะ บูชาองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตั้ง พันองค์ กระทำอยู่อย่างนี้ทุกวันมิได้ขาด ตลอดกาล อานิสงส์ นั้นจะนำมาเปรียบกับการได้บวช ในพระพุทธศาสนาไม่ได้เลย หรือแม้จะถวายจตุปัจจัยทั้ง ๔ คือ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และยารักษาโรค แต่พระพุทธเจ้าถึงโกฏิองค์ อานิสงส์นั้นจะนำมา เปรียบกับการได้บวช ในพระพุทธศาสนาไม่ได้เลย หรือถึงแม้จะมี

มหาเศรษฐีจัดสร้างพระพุทธรูปให้เต็มห้วงจักรวาลนี้ แล้วกระทำการสักการะด้วยแก้วทั้ง ๗ ประการ กองประมาณเท่าภูเขาสูงหลายร้อยหลายพันโยชน์ อานิสงส์นั้นจะนำมาเปรียบกับการได้บวช ในพระพุทธรศาสนาไม่ได้เลย และหากจะมีเทพบุตรองค์หนึ่ง เป็นผู้มฤตฐานภาพมาก เสกเอาพื้นปฐพีอันหนาได้สองแสนสี่หมื่นโยชน์มาขยี้ทำให้เป็นผงใช้แทนหมึก แล้วเอามหาสมุทรลิกแปดหมื่นสี่พันโยชน์ มาละลาย เอาภูเขาสิเนรุสูงถึงแปดหมื่นสี่พันโยชน์เป็นปากกา สำหรับเขียน เอาท้องฟ้าอันราบเรียบกว้างใหญ่ไพศาล หาที่สุดมิได้เป็นสมุด จดจารึกบันทึกผลบุญของบุคคลผู้ได้บรรพชา อุปสมบท ในพระพุทธรศาสนา เขียนด้วยปากกาคือภูเขา จนสิ้นหมึกคือพื้นพสุธา ลิ่นกระแสน้ำคือมหาสมุทรขีดเขียนไปจนหมดหนังสือคือท้องฟ้า จะพรรณนาคุณแห่งการบวชให้หมดนั้น ไม่มี

พระบรมศาสดาล้มมาล้มพุทธเจ้า ได้ตรัสกับพระเจ้าปัสเสนทิโกศลว่า

“ผู้ใดสำนึกในบุญคุณของพ่อแม่แล้ว มีความปรารถนาจะตอบแทนคุณท่านอันมากล้น ต้องได้บวชในพระพุทธรศาสนา จึงจะได้ชื่อว่า ตอบแทนบุญคุณท่านอย่างแท้จริง” หมายความว่า การบวชมีอานิสงส์ มาก จึงสามารถตอบแทนบุญคุณท่านได้ ข้อนี้ท่านใช้โวหารแสดงอุปมาไว้เพื่อเป็นสิ่งเปรียบเทียบ ให้เห็นความยิ่งใหญ่ของพระคุณพ่อแม่

พ่อแม่เป็นผู้มีพระคุณสูงสุดในชีวิตของลูกๆ จึงควรปฏิบัติ อุปัฏฐากบำรุงท่านให้ได้รับความสุข

การตอบแทน บุญคุณของท่าน หรือการเลี้ยงดูท่าน อาจทำได้ ๒ ทาง คือ เลี้ยงอาหารกาย คือ ตอบแทนด้วย วัตถุสิ่งของ อย่างหนึ่ง เลี้ยงอาหารใจ คือ ตอบแทนด้วยการตั้งอยู่ในโอวาทคำแนะนำสั่งสอนของท่าน อย่างหนึ่ง

พฤติกรรมของลูกๆ ที่แสดงออกนั้นเป็นอาหารหล่อเลี้ยงใจ และเป็นยาพิษทำลายความรู้สึกของพ่อแม่ ถ้าลูกๆ ประพฤติดีงดงาม ด้วยกิริยามารยาท สัจคมยกย่องสรรเสริญ ก็นำความปลาบปลื้มมาสู่จิตใจพ่อแม่ เป็นการหล่อเลี้ยงท่านด้วยอาหารใจ ถ้าประพฤติเสียหายสังคมนินทา ก็นำความเจ็บปวดมาสู่ใจพ่อแม่ เรียกว่า หล่อเลี้ยงพ่อแม่ด้วยความเจ็บปวด หรือ เลี้ยงพ่อแม่ด้วยยาพิษ ผู้ที่เป็นลูกๆ ก็ควรตระหนักว่า จะเลี้ยงพ่อแม่ด้วยอาหารใจ คือ ความปลาบปลื้ม หรือด้วยยาพิษ คือ ความเจ็บปวด

พ่อแม่เป็นผู้มีพระคุณสูงสุดยิ่ง ดังพระพุทธองค์ได้ตรัสไว้เป็น คำบาลีว่า

พรหมาติ มาตา ปิตโร

แปลว่า

มารดาบิดา เป็นพรหมของลูก

พ่อแม่ฉันมีน้ำใจอนุเคราะห์ลูกๆ ของท่าน จึงเรียกท่าน ว่า **เป็น พรหมของลูก เป็นครูอาจารย์คนแรกของ ลูก และเป็น พระอรหันต์ของลูก**

ประการแรก ที่เรียกพ่อแม่ว่า “**เป็นพระพรหม**” ของลูก นั้น เนื่องจากท่านมีพรหมวิหารธรรม คือ ความรักความเอื้ออาทร ต่อลูกๆ อยู่ในใจ เมื่อก่อนศาสนาพราหมณ์สอนว่า พระพรหม เป็นผู้ให้ชีวิตคน และดลบันดาลให้เป็นต่างๆ พรหมเป็นผู้สูงสุดใน โลก คนจึงเคารพ บูชาพรหม

เมื่อพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้แล้ว

พระองค์ได้ตรัสว่า แท้จริงแล้ว พ่อแม่ฉันแหละเป็นผู้สูงสุดในชีวิตของคนเรา เพราะท่านประกอบด้วยพรหมวิหารธรรม ๔ ประการอย่างเปี่ยมล้น คือ มีเมตตาธรรม มีกรุณาธรรม มี มุทิตาธรรม และมีอุเบกขาธรรม

“เมตตาธรรม” ความรักที่พ่อแม่มีต่อลูก เป็นความรักที่ บริสุทธิ์ มิได้หวังสิ่งตอบแทนใดๆ จะมีก็เพียงอยากเห็นลูกเป็นคนดี ปฏิบัติดี อยู่ในโอวาทของท่าน ความรักของพ่อแม่ฉันไม่ เปลี่ยนแปลงแปรผัน เมื่อตอนที่ลูกเกิด พ่อแม่รักอยู่อย่างไร แม้ จะเจริญเติบโตเป็นหนุ่มเป็นสาว จนลูกแก่ชราถ้าท่านยังมีชีวิต

อยู่ ท่านก็ยังคงรักอยู่อย่างนั้นเสมอ จะเป็นลูกหญิงลูกชายท่านก็รัก เรียกว่า เสมอต้นเสมอปลาย แม้จะพิกลพิการไม่สมประกอบ ประการใด คนอื่นอาจรังเกียจ ท่านก็รักของท่าน พยายามทำทุกวิถีทางเพื่อที่จะให้ลูกสมบูรณ์ จนต้องบนบานศาลกล่าว

ในอีกทางหนึ่ง การที่พ่อแม่มีลูกเกิดมาอวัยวะร่างกายสมประกอบ ไม่เจ็บไข้ได้ป่วยเป็นนิจ เติบโตขึ้นมาอยู่ในโอวาทของพ่อแม่ ปฏิบัติตัวดีไม่เกรงเป็นอันธพาล สร้างความเดือดร้อนให้สังคม มีความรักใคร่กลมเกลียว พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันระหว่างพี่น้องร่วมท้อง ไม่ดูหมิ่นดูแคลนผู้อื่น ก็ถือได้ว่า เป็นผลบุญที่ได้กระทำมาของตัวพ่อแม่ หรือแม้ว่าลูกจะประพฤติดัวไม่ดีอย่างไร พ่อแม่ก็ตัดลูกไม่ขาดเพราะท่านมีเมตตาธรรมอันยิ่งใหญ่ คือ ความรักอันบริสุทธิ์ เป็นเยื่อใยฝังอยู่ในจิตใจตลอดเวลา

ความรักความผูกพันของพ่อแม่ที่มีต่อลูก เป็นความรักที่ไร้ขอบเขต ไม่มีพรมแดนขีดกัน แม้ไพศาลไปไม่มีประมาณ ก้าวข้ามกาลเวลา งดงามตราบชั่ววันรันดร์กาล



“**กรุณาธรรม**” คือ ความห่วงใย เอื้ออาทรในลูกๆ เป็นความห่วงใยที่มีมากกว่าความห่วงใยในตัวเอง นอกจากความรัก ความเมตตาที่ท่านมีต่อบุตรแล้ว ท่านยังมีความกรุณาดูแลเอาใจใส่ลูก อยู่ตลอดเวลา จนบางครั้งดูเหมือนว่าท่านเป็นยายแก่ซึบ้น จู้จู้จุกจิก ไม่เห็นลูกโตสักที ลูกควรคิดว่า **มีพ่อแม่บ่นให้ ยังดีกว่าไม่มีพ่อแม่ตลอดชีวิต** หากจะนับตั้งแต่เป็นเด็กก็จะสังเกตได้ว่า เวลาที่ลูกป่วยไข้ ถ้าลูกยังนอนไม่หลับ พ่อแม่ก็นอนไม่หลับ ในคราวที่ลูกกินไม่ได้ พ่อแม่ก็ทานอาหารไม่ลง เพราะความเป็นห่วงเป็นใยเอื้ออาทร ด้วยอำนาจกรุณาธรรม อย่างคนที่รู้ว่าจะมีลูก ก็เริ่มเกิดความห่วงใยขึ้นมาทันที แม่ก็ต้องรักษาสุขภาพร่างกายตนเองให้ดี

ส่วนพ่อก็มีหน้าที่ในการจัดหาอาหารสิ่งของมาบำรุงรักษาแม่ของลูกให้ดี เพื่อลูกจะได้เกิดมาอย่างปลอดภัย เมื่อคลอดลูกแล้ว ถึงแม้พ่อจะต้องไปทำงาน แต่ใจก็อยู่กับลูกเป็นห่วงสารพัด อยากจะอยู่ใกล้ๆ คอยดูแลเอาใจใส่ลูกด้วยตัวเอง

เมื่อลูกโตเป็นหนุ่มเป็นสาว ต้องจากพ่อแม่ไปอยู่ห่างไกล หรือไปสู่อ้อมอกของคนหนึ่งเมื่อวัยมาถึง ก็เป็นห่วงว่าลูกจะอยู่อย่างไร เขาจะดูแลกันและกันได้อย่างไรหวังหรือเปล่าความเป็นอยู่ สะดวกดีหรือเปล่า ขาดเหลือสิ่งใดไหมขณะนี้ เวลานี้ลูกเคยทำสิ่งนี้ เคยพูดสิ่งนี้ ตอนนี้นี้ลูกจะทำอะไรอยู่ เมื่อก่อนพ่อแม่ เคยทำสิ่งนี้ให้

ตอนนี้ใครจะทำให้ สารพัดที่จะเป็นกังวล นี่ก็เป็นความห่วงของ ท่าน เป็นเครื่องแสดงให้เห็นว่า พ่อแม่เป็นห่วงเป็นใยลูก ด้วย อำนาจแห่ง “กருณาธรรม”

ความเอื้ออาทรของพ่อแม่ที่มีต่อลูกนั้น เป็นความ เอื้ออาทรที่เต็มเปี่ยมในจิตใจ ไร้ขอบเขต ไม่มีพรมแดนขีดกั้น แม้ไฟศาลไปไม่มีประมาณ ก้าวข้ามกาลเวลา งดงามอยู่ตราบนานับพันศักราช

“มุทิตาธรรม” คือ ความพลอยยินดี พ่อแม่ นั้นจะ อิ่มอกอิ่มใจในความเจริญรุ่งเรืองของลูก เวลาเป็นเด็กลูกเล่นอะไร ก็เพลินตามทีลูกเล่น แม้ในเวลาทีตัวเองเจริญรุ่งเรืองประสบความสำเร็จ ก็ไม่ปลื้มอกปลื้มใจดีใจเป็นทีสุด เหมือนเห็นความเจริญก้าวหน้าของลูกๆ แม้แต่ความเจริญกายเจริญวัยของลูก ท่านก็ยังดีใจอิมใจ ซึ่งจะลั้งเกตเห็นหรือได้ยินอยู่บ่อยว่า **นี่ลูกเดินได้แล้ว นี่ลูกพูดได้แล้ว ลูกพูดว่าอย่างนั้น ลูกพูดว่าอย่างนี้ ลูกเรียนจบแล้ว ลูกมีงานทำแล้ว ลูกทำอย่างนี้ได้ ลูกทำอย่างนั้นได้**

ถึงแม้ว่าจะรู้อยู่แล้วว่า เด็กๆ ทุกคนก็สามารถทำได้ โดยธรรมชาติอยู่แล้ว แต่ด้วยความปิติ ยินดี ก็ไม่สามารถถอดนำไป พุดกับคนรอบข้างได้

สิ่งต่างๆ เหล่านี้เป็นเรื่องที่ยืนยัน ถึงความยินดีปรีดา ปลื้มเปรมใจของพ่อแม่ ที่เห็นลูกมีความเจริญก้าวหน้า ได้เป็นอย่างดี

ความพลอยยินดีที่เห็นลูกเจริญก้าวหน้า ที่พ่อแม่ มีต่อลูก เป็นความพลอยยินดีที่เต็มเปี่ยมในจิตใจ ไร้ขอบเขต ไม่มีพรมแดนขีดกั้น แม้ไพศาลไปไม่มีประมาณ ก้าวข้ามกาลเวลา งดงามอยู่ตราบนานรันตรกาล

ข้อสุดท้าย “อุเบกขาธรรม” คือ การวางใจให้เป็นกลาง ไม่ดีใจ ไม่เสียใจ บางครั้งลูกๆ อาจทำบางสิ่งบางอย่างให้พ่อแม่ ไม่พึงพอใจ แต่ท่านก็วางอยู่ในอุเบกขา ไม่แสดงความโกรธเกลียด หรือเสียใจ และสิ่ง สำคัญพึงสังเกตในข้อนี้ว่า ท่านจะพยายาม ไม่แสดงอาการใดๆ ให้ลูกๆ ต้องพลอยเดือดร้อนใจ เช่น พ่อแม่ อาจจะมีปัญหาในการหาเงินหาอาหารมาเลี้ยงดูลูกๆ เราสังเกต เห็นว่า ท่านไม่สบายใจ แต่เมื่อเราเข้าไปถามท่านก็มักจะตอบ ว่า ไม่มีปัญหาไม่ต้องเป็นห่วงอะไร บางครั้ง เมื่อพ่อแม่แก่ชรา ถ้าหากลูกถามว่าพ่อแม่ต้องการอะไรก็มักจะได้นิยามคำปฏิเสธรอยู่ เสมอว่า ไม่ต้องการ จะถามว่า อยากทานอะไรก็ตอบว่า ไม่อยาก คราวเจ็บไข้ได้ป่วย ถามว่าเจ็บมากหรือไม่ ท่านก็จะบอกว่า ไม่เป็นไรเจ็บเพียงเล็กน้อย

การที่พ่อแม่ตอบหรือกระทําอย่างนี้ ก็เพราะท่านไม่ต้องการให้ลูกๆ เป็นห่วง

ความมีใจเป็นกลางที่พ่อแม่มีต่อลูก เติมเปี่ยมด้วยพลังแห่งความอดกลั้น หนักแน่น แม้เมื่อยามลูกทำให้เจ็บปวดใจ ก็ข่มความเจ็บปวด ไม่โกรธเกลียด แม้เมื่อยามลูกสุขก็ข่มความสุขไว้ ไม่อิจฉา มีใจเป็นกลางเสมอต้นเสมอปลายเช่นนี้ตลอดไป

อุเบกขาที่พ่อแม่มีต่อลูก เป็นอุเบกขาที่เติมเปี่ยมในจิตใจ ไร้ขอบเขต ไม่มีพรมแดนขีดกั้น แม้ไพศาลไปไม่มีประมาณ ก้าวข้ามกาลเวลา งดงามอยู่ตราบนานนับนัศวรรกาล

เพราะพรหมวิหารธรรม ๔ ประการนี้ที่พ่อแม่มีต่อลูก พระพุทธเจ้าจึงตรัสเรียก พ่อแม่ว่า “เป็นพระพรหม” ของลูก อย่างแท้จริง

อีกอย่างหนึ่ง พ่อแม่เป็นครูอาจารย์คนแรกของลูกๆ ก็เพราะว่า ท่านคอยพํร่ำสอนลูกอยู่ตลอดเวลา บอกลูกสอนลูก ให้เรียกคนนี้ว่า ป้า ให้เรียกคนนั้นว่า ลุง ให้เรียกคนทั้งหลายรอบตัวเหมือนญาติของตนเอง เพื่อต้องการจะฝากฝังให้ทุกคนรักลูกของท่าน และท่านก็เป็นครูของลูกตลอดไปตั้งแต่เล็กจนโต เป็นครูอยู่ตลอดเวลาไม่มีเกษียณอายุ ท่านจะเลิกการเป็นครูก็ต่อเมื่อได้จากเราไปแล้วเท่านั้น

ดังนั้น ลูกๆ ทั้งหลายจึงต้องเข้าใจว่า ที่พ่อแม่สอน พ่อแม่แนะนำ ก็เพราะท่านมีความปรารถนาดี ท่านจึงเป็นครูอาจารย์ที่วิเศษสุดอย่างยิ่งในชีวิตลูกๆ

ที่กล่าวว่า พ่อแม่เป็นพระอรหันต์ของลูก ความหมายของพระอรหันต์นั้น คือ ความบริสุทธิ์ พ่อแม่ขึ้นเป็นผู้บริสุทธิ์ เพราะมีกายบริสุทธิ์ มีวาจาบริสุทธิ์และมีใจบริสุทธิ์ต่อลูกตลอดเวลา ไม่เคยที่จะต้องทำให้ลูกเดือดร้อน ไม่เคยคิดที่จะให้ลูกประสบสิ่งที่เป็นอันตราย แม้แต่เพียงเล็กน้อย น้ำใจอย่างนี้แหละที่ เรียกว่า **น้ำใจบริสุทธิ์ของพ่อแม่** เพราะพระคุณต่างๆ ของท่านมีมากมายดังที่กล่าวมานี้ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงยกย่องพ่อแม่ไว้อย่างสูง ยากที่จะเทียบได้ จึงตรัสสอนให้รู้จักตอบแทนพระคุณของพ่อแม่

แม่จะยกแม่ไว้บนไหล่ข้างหนึ่ง ยกพ่อไว้บนไหล่ข้างหนึ่ง ให้ท่านถ่ายอุจจาระปัสสาวะ **อุปัฏฐากบำรุงเลี้ยงท่านตลอดชีวิต** ก็ยังตอบแทนคุณไม่หมด



หน้าที่ลูก คือ บำรุงบิดามารดา ๕ สถาน

ด้วยเหตุนี้เอง แม้ว่าเราจะแสวงบุญด้วยการไปไหว้พระที่ไหน ก็อย่าลืมไหว้พระคือแม่ พระคือพ่อ ซึ่งเป็นพระประจำบ้านของเรา แม้จะไปไหว้เทวดาลี้กคักดีลิลิที่ที่ไหน ก็อย่าลืมไหว้เคารพพ่อแม่ ซึ่งเป็นเทวดาลี้กคักดีลิลิประจำบ้านของเรา บางคนออกเที่ยวกราบไหว้พระ ทิศเหนือ ทิศใต้ ทิศตะวันออก ทิศตะวันตก โดยรอบ ด้วยคิดว่า พระที่นั่นเป็นพระอรหันต์ พระที่นั่นคักดีลิลิ พระที่นั่นเป็นพระอริยะ เที่ยวกราบไหว้บูชาภูผา ต้นไม้ และหุบเขา โดยคิดว่า มีเทวดาลี้กคักดีลิลิสิงอยู่ แต่ไม่เคยทราบไหว้พ่อแม่ตนเองเลย เพราะลืมนึกไปว่า พระอรหันต์อยู่ในบ้านแล้ว ก็แล้วเทวดาที่ไหนจะอำนวยประโยชน์แก่เขา ในเมื่อพ่อแม่ของตนก็ยังไม่เห็นความสำคัญ

ลูกทั้งหลาย เมื่อทวนนึกถึงพ่อแม่ว่า มีพระคุณ ด้วยลำนึกแห่งความเป็นผู้มีความกตัญญู จึงควรบำรุงเลี้ยงพ่อแม่ ๕ สถาน คือ

(๑) พ่อแม่ได้เลี้ยงเรามาแล้วเลี้ยงท่านตอบ พ่อแม่ได้เลี้ยงเรามา ตั้งแต่เล็กจนเติบโต พึงเลี้ยงพ่อแม่ให้เป็นสุข ถึงคราวท่านเจ็บป่วย หรือแก่ชราลง ลูกๆ พึงตั้งใจปฏิบัติเลี้ยงดูรักษาพยาบาลท่าน

(๒) ช่วยทำกิจการงานของพ่อแม่ แสดงความกระตือรือร้น สนใจในกิจการของพ่อแม่ ขวนขวายช่วยกิจการงานของท่าน กิจการงานใดที่เป็นของพ่อแม่ทำไว้ หรือที่ท่านใช้ให้ทำ หากลูกๆ มีความสามารถจะช่วยเหลือท่านได้ ก็พึงกระทำ เป็นการแบ่งเบาภาระหน้าที่ของพ่อแม่

(๓) ดำรงวงศ์สกุลของพ่อแม่ เกิดในตระกูลใดพึงรักษาตระกูลของตน ไม่ให้เสื่อมเสียชื่อเสียงเกียรติยศ ไม่ทำให้คนดูหมิ่นตระกูลของตน ควรพยายามทำตระกูลของตนให้เป็นที่นิยมนับถือของคนทั่วไป

(๔) ประพฤติตนให้เป็นที่ไว้วางใจได้ว่า จะรักษาสมบัติของตระกูลไว้ ไม่ให้ล่มจม ลูกๆ ผู้สมควรรับทรัพย์มรดกของพ่อแม่ ต้องเป็นผู้มีความประพฤติดี นำไว้วางใจ ละเว้นจากอบายมุข ละเว้นจากการกินเหล้าเมาสุรา คือ ทำตนให้น่าไว้วางใจได้ว่า เมื่อรับสมบัติของตระกูลแล้ว จะรักษาไว้ได้ ไม่ล้างผลาญเสียหมด

(๕) เมื่อพ่อแม่ล่วงลับไปแล้ว ทำบุญอุทิศให้ท่าน ผู้มีความกตัญญูกตเวทิต์ เมื่อพ่อแม่ล่วงลับไปแล้ว ควรทำบุญให้ท่าน อุทิศส่วนกุศลไปให้ท่านตามกำลังความสามารถของตน

สิ่งต่างๆ เหล่านี้ ลุกๆ ควกรนำไปปฏิบัติต่อพ่อแม่ของตน
ให้ท่านเกิดความเบาใจจึงจะได้ ชื่อว่า **เป็นผู้รู้คุณและตอบแทนคุณ
ของพ่อแม่**

วันนี้เป็นวันออกพรรษา นักแฉนแฉนส่งเสียงร้องแหว
รับอรุณมาจากภูเขาทอง บ่งบอกให้รู้ว่า ใกล้สิ้นหน้าฝน และ
หน้าหนาวกำลังจะมาเยือน พระสงฆ์โดยทั่วไปต่างเตรียมตัว
ปวารณาออกพรรษา จากนั้นท่านก็คงมีโอกาสท่องเที่ยวจาริก
ไปค้างแรมในที่ต่างๆ ได้ ตลอดระยะเวลาสามเดือนในฤดูฝนนี้
ดูเหมือนผ่านไปเร็วมาก ผ่านไปเร็วยกกับว่า เป็นแค่สองสามวัน

ฝนลงหนาเม็ดตั้งแต่ค่อนรุ่งจนถึงเข้ามืด แล้วซาเม็ดลง
เมื่อฟ้าเริ่มสาง เป็นเวลาที่ต้องออกบิณฑบาต ความรู้สึกวันนี้
แปลกๆ ยังงงซอบกล อาจเป็นเพราะก่อนหน้าออกพรรษาไม่
กี่วัน มีพระลาสิกขาไปรูปหนึ่ง บางทีเราอาจคุ้นเคยกันเร็ว
เกินไป จนเกิดความเป็นกันเองเหมือนรู้จักกันมาเป็นเวลา
สิบๆ ปี บางครั้งมีความรู้สึกว่าเขาเหมือนญาติคนหนึ่ง ทั้งๆ ที่
พยายามจะไม่ให้เป็นเช่นนั้น นอกจากทำตามหน้าที่ของเรา
เมื่อเขาลาสิกขาไป จึงดูมีความรู้สึกเหมือนมีอะไรบางอย่าง
หล่นหายไปจากช่วงชีวิต สิ่งที่หล่นหายไปคือความคุ้นเคย

**นี่เอง ที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ความคุ้นเคยเป็นญาติ
ยิ่งกว่าญาติ”**

ความรู้สึกเช่นนี้ เคยเกิดเมื่อแรกบวชเป็นสามเณร เพื่อนที่บวช ด้วยกันรูปหนึ่งลาสิกขาไป ก็เกิดความรู้สึกวังเวงยังงใจชอบกล เหมือนเรากำลังเดินอยู่บนเส้นทางสายนี้เพียงคนเดียว แต่ความรู้สึกเช่นนี้ ก็เข้าสู่จิตใจได้เพียงชั่วขณะเท่านั้น แล้วก็เลือนหายไป เป็นการยืนยันตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าว่า

สรรพสิ่งนั้นไม่เที่ยง แม้กระทั่งจิตใจของเรา

นั่งมองดูสายฝนที่ไหลลงจากชายคากุฏิ แล้วโยนตัวลงสู่พื้น แดกกระจายไป อดนึกถึงวันในวัยเด็กไม่ได้ นึกถึงวันที่ฝนตกปรอยๆ อาตมาชอบออกไปกระโดดโลดเต้นกลางสายฝน มิใส่ใจแม่โยมแม่จ๋าอะไร ด่าว่ากล่าวอย่างไร คงสนุกสนานท่ามกลางสายฝนไปตามเรื่อง อาตมาชอบฤดูฝนมากกว่าฤดูอื่น เพราะแมกไม้ใบหญ้าได้รับฝนตกใบเขียวชอุ่ม ทำให้สรรพสิ่งดูมีชีวิตนกกาบนต้นไม้ กบเขียดในท้อง ทุ่งฝูงวัวควาย ก็ดูมีชีวิตชีวา ต่างกระโดดโลดเต้นกันอย่างราเริง

แต่เมื่อบวชเป็นพระภิกษุแล้ว วันที่ฝนตกในเวลาออกบิณฑบาต ก็ไม่ใช่เรื่องน่าสนุกเลยนะโยมแม่ใหญ่ พื้นดินเฉอะแฉะ เนื้อตัวก็เปียกปอน ไหนจะอุ้มบาตร ไหนจะถือร่ม ไหนจะหิ้วข้าวของพระรุ่งพระรัง เคยสิ้นลัมครั้งหนึ่ง ข้าวปลาอาหารกระจายเจิ่งน้ำไปหมดเลย นึกแล้วยังรู้สึกละอายไม่หาย **บางครั้งถูกหมาไล่จับก็ยังคงเคย โยมแม่ได้ยื่นข่าวว่าอาตมาสิ้นลัมขณะบิณฑบาต ยังตำหนิว่า อาตมาไม่เรียบร้อย**

แต่เอาตมาก็เตือนตัวเองเสมอว่า แม่อุ้มท้องมาเก้าเดือน
กว่าจะคลอดเรากลับมาเป็นผู้เป็นคน จนได้บวชเรียนเขียนอ่าน
วันนี้ แม่ลำบากมากกว่าเราอุ้มบาตรตั้งร้อยเท่าพันเท่า

ฉบับหน้าตั้งใจจะเขียนเกี่ยวกับ ภพภูมิ และการกำเนิด
ของคน เราตามหลักพระพุทธศาสนา เพื่อจะได้แจ้งชัดว่าทำไม
พระพุทธเจ้าจึงสอนว่า ต้องทำบุญ-ต้องทำบุญ อย่างน้อย
ถ้าไม่ได้ไปเกิดเป็นเทพเทวา ก็ให้ได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์พบ
พระพุทธศาสนา ยังสามารถสั่งสมบุญต่อไปได้อีก อย่าได้ไปเกิด
เป็นสัตว์เดรัจฉาน เปเรต อสุรกาย หรือสัตว์นรกซึ่งมีขอบเขต
ไม่สามารถทำคุณงามความดีอะไรได้



จดหมายฉบับนี้เห็นทีจะ พักไว้ก่อน หากมีเวลาแล้วจะเขียน
มาเล่าอะไรให้ฟังอีกครั้ง

ด้วยอนุภาพแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และด้วยอนุภาพ
แห่ง ศีล สมาธิ ปัญญา อันเกิดจากการที่ได้บรรพชาอุปสมบทใน
พระพุทธศาสนา และที่เคยได้บำเพ็ญมาตั้งแต่อดีตชาติตลอดจนถึง
ชาติปัจจุบัน ขอให้โยมแม่ใหญ่มีพระพุทธเจ้า มีพระธรรมเจ้าและ
มีพระสังฆอรียเจ้า เป็นที่พึ่งที่ระลึกอยู่เสมออย่าได้ประมาท มี
สุขภาพกายที่ดี และสุขภาพใจแจ่มชื่นรื่นเริงเบิกบานในธรรมของ
องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตลอดไป

ทำงพรรษา ๑๗ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๔๗
วัน ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑ ปีมะโรง



จดหมายฉบับที่สี่

กรุงเทพมหานคร, วันเริ่มต้นปีพุทธศักราช ๒๕๕๔
วัน ๗ ดำ เดือน ๒





เจริญพรโยมแม่ใหญ่

จดหมายฉบับที่แล้ว อาตมาได้เขียนเกี่ยวกับเรื่องการบวช จุดประสงค์ของการบวช และสิ่งที่คุณบวชต้องการทราบ ตลอดจน อานิสงส์ที่จะพึงมีแก่ผู้บวช และญาติพี่น้องที่อนุโมทนาในการบวช แม้ยังมีเรื่องเกี่ยวกับการบวชที่ต้องเขียนอยู่อีกบ้าง แต่จะขอ พักไว้ก่อน

วันนี้ขอยกเล่าเรื่องภพภูมิต่างๆ ที่มนุษย์รวมไปถึงสัตว์ ทั้งหลายเวียนว่ายตายเกิด หรือที่สัตว์ทั้งหลายไปเกิด ให้โยมแม่ ใหญ่ฟัง

ที่จริง เรื่องนี้เป็นผลสืบเนื่องมาจากรื่องการบวช เพราะถือว่า เป็นส่วนหนึ่งของอานิสงส์ ที่เกิดจากการได้บวชในพระพุทธศาสนา หากบวชด้วยศรัทธา แล้วตั้งใจปฏิบัติตามธรรมวินัยจริง อย่างน้อยที่สุด ก็ได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ สูงขึ้นไปก็เป็นเทวดา สูงขึ้นไปกว่านั้นอีกก็เป็นพรหม ตามสมควรแก่การปฏิบัติของตน การบวชด้วยศรัทธา นี้ สามารถปิดประตูรก ปิดเส้นทางลัทธิเดรัจฉาน และเส้นทางสู่สวรรค์เปิดรับเลยทีเดียว

ต่อไปนี้จะกล่าวถึงภพภูมิและการเวียน ว่า ยาย ตาย เกิด ในสังสารวัฏ ตามหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา ให้โยมแม่ใหญ่ฟัง

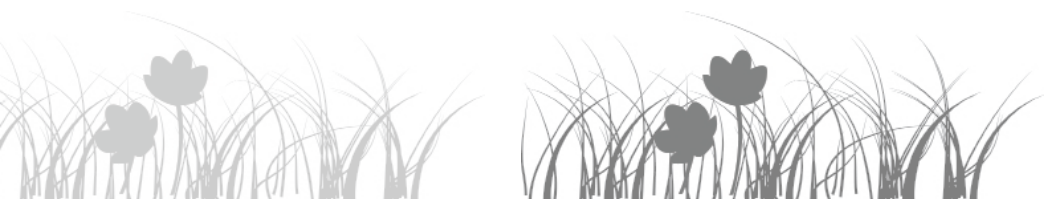


ภพภูมิและการเวียนว่ายตายเกิด ในพระพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนาสอนว่า ลัทธิโลก มนุษย์โลก และ เทวโลก เป็นที่เกิดและที่ตายของหมู่สัตว์ทุกจำพวก คนเรา ตลอดจนสรรพสัตว์ ต่างเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพ ๓ นี้ทั้งนั้น การเกิด และตายในภพทั้ง ๓ นี้ เรียกว่า “**ท่องเที่ยวไปภพ น้อยภพใหญ่**” คือ ท่องเที่ยวไปในภพทั้ง ๓ นั้น ดีบ้าง เลวบ้าง ขึ้นอยู่กับบุญและกรรมของแต่ละบุคคล ทำดีก็ไปเกิดในที่ที่ดี ทำชั่ว ก็ไปเกิดในที่ที่ชั่ว

ภพทั้ง ๓ นี้จึงถูก เรียกว่า “**สังสารวัฏ**” เพราะลำพังกำลัง สติ ปัญญาของมวลมนุษย ไม่สามารถเข้าไปวิเคราะห์หาจุดเริ่มต้น และ จุดสุดท้ายของการเวียนว่ายตายเกิด ในสังสารวัฏได้ เหมือน เราไม่สามารถหาจุดเริ่มต้นและจุดสุดท้ายจากวงกลมได้

เพื่อความไม่ประมาท ผู้ที่ยังต้องเวียนว่ายตายเกิดใน สังสารวัฏ จึงต้องทำบุญทำกุศลไว้ให้มาก



สมเด็จพระสังฆราช อยู่ ญาณโทยมหาเถร สมเด็จพระสังฆราชองค์ที่ ๑๕ แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ วัดสระเกศ กรุงเทพฯ ที่อาตมาบวชอยู่ ได้กล่าวสอนเป็นคติเกี่ยวกับการทำบุญไว้ว่า

**“บุญเท่านั้นที่ควรริบทำ ไม่ว่าในเวลาไหน
คนที่ยังต้องเกิด แก่ เจ็บ ตาย
ต้องชวนชวายเป็นบุญ คนที่ไม่ประมาทเร่งทำบุญ”**

การทำบุญเป็นเรื่องสำคัญ สำหรับผู้ที่ยังต้องเวียน วายตายเกิด เพื่อจะได้เป็นเกราะป้องกันภัยที่เกิดในสังสารวัฏ ภัยในที่นี้หมายถึง ความทุกข์ที่จะบีบคั้นให้เจ็บปวด ทั้งทุกข์ทางกายและทุกข์ทางใจ อันเนื่องมาจากการเกิดในภพชาติที่ต่ำ

ในวันนี้ อาตมาตั้งใจจะเล่าเรื่องสังสารวัฏ หรือ การเวียนวายเป็นตายเกิด ตามคติทางพระพุทธศาสนาให้โยมฟัง อย่างน้อยก็จะทำให้เราเกิดความเข้าใจคำสอนพระพุทธศาสนา ในอีกแง่มุมหนึ่งมากขึ้น

ในทางพระพุทธศาสนาได้แสดงภพภูมิต่างๆ ไว้ มีสาระควรทำความเข้าใจ ดังนี้

(๑) ภพภูมิชั้นต่ำ คือ ภพภูมิของผู้ที่เกิดในโลกของสัตว์เดรัจฉาน เปรต อสุรกาย และสัตว์นรกทั้งหลาย ภพภูมิเหล่านี้ท่านจัด เป็นภพภูมิชั้นต่ำ

ภพภูมิชั้นนี้ได้ชื่อว่า “ภพภูมิชั้นต่ำ” ก็เพราะว่าสัตว์ที่เกิดภพภูมิเหล่านี้มีติดบอด ไม่มีปัญญา ฆ่ากันกินก็ไม่รู้ว่าโหดร้าย ไม่สามารถใช้ปัญญาในการดำเนินชีวิต ไม่มีโอกาสในการสร้างกุศล เพราะภพชาติของสัตว์ปกปิดไว้ ซึ่งก็เป็นผลมาจากแรงกรรมทำให้เป็นอย่างนั้น เช่น

สัตว์เดรัจฉานทั้งหลายดำเนินชีวิตตามความรู้สึก คือ รู้สึกหิวก็กิน ไม่ได้กินก็ขี้แยง ไม่มีให้แยงก็อด ใครก็เสพ ใครก็ดูร้าย ไม่มีการยับยั้ง ไม่มีความอดทน ไม่มีเมตตา ส่วนสัตว์จำพวกเปรตนั้น อยู่ได้ด้วยความหิวกระหาย ทุกข์ทรมาน อสุรกายอยู่ได้ด้วยความดุร้าย สัตว์นรกอยู่ได้ด้วยความทุกข์เวทนาเจ็บปวดแสนสาหัส แตกต่างจากคนอยู่ได้ด้วยอาหาร เทพอยู่ได้ด้วยอิทธิฤทธิ์ พรหมอยู่ได้ด้วยปีติจากฌาน

ปัญญาที่จะมาพิจารณาให้เห็นว่า “**ควรทำความดีอย่างไร เพื่อจะได้สถานะความเป็นสัตว์เดรัจฉาน**” ไม่มีในสัตว์เดรัจฉานทุกจำพวก ยิ่งเกิดเป็นสัตว์หลายภพหลายชาติ สัตว์ชาติญาณสัตว์ก็ยิ่งเพิ่มมากขึ้น จนความรู้สึกนึกคิดกลายเป็นสัตว์นั้นๆ อย่างสมบูรณ์

สัญชาตญาณดังกล่าว คือ สัญญา ความจำได้หมายรู้ ภาวะของสัตว์แล้วเกิดการยึดมั่นว่า ตนเองเป็นสัตว์ชนิดนั้นจริงๆ จนไม่มีความสามารถที่จะคิดเป็นอย่างอื่นได้ เพราะชาติของสัตว์ เตรีจฉานปกปิดไว้

(๒) ภพภูมิชั้นกลาง คือ ภพภูมิของผู้ที่เกิดในโลกมนุษย์ และเทวดาที่อยู่ในสวรรค์ชั้นต่างๆ ภพภูมิของสัตว์เหล่านี้ ท่านจัดเป็นภพภูมิชั้นกลาง

ภพภูมิชั้นนี้ได้ชื่อว่า **“ภพภูมิชั้นกลาง”** เพราะผู้ที่เกิดในภพภูมิชั้นนี้ สามารถใช้ปัญญาในการดำเนินชีวิตได้ สามารถพัฒนาจิตของตนให้สูงขึ้นด้วยการให้ทาน รักษาศีล เจริญสมาธิภาวนา และด้วยปัญญาอันเกิดจากสัมมาทิฐิ แต่หากประมาทไม่อาจรักษาระดับจิตของตนให้อยู่ในศีลทาน ก็อาจตกลงไปเกิดในภพภูมิที่ต่ำกว่าเดิมได้เช่นกัน ถึงจะเป็นภพภูมิชั้นกลางที่ดีกว่าโลกของสัตว์ แต่มนุษย์นั้นก็ยังมีมนุษย์ชั้นต่ำ มนุษย์ชั้นกลาง และมนุษย์ชั้นสูงเช่นกัน

มนุษย์ชั้นต่ำนั้น ได้แก่ คนที่เกิดมาร่างกายไม่สมประกอบพิการ พิจารณาแต่ยังจิตใจหยาบ หรือร่างกายสมประกอบ แต่จิตใจหยาบกระด้างก้าวร้าวรุนแรง โหดร้ายทารุณ ส่วนมนุษย์ชั้นสูงก็งามทั้งร่างกายและจิตใจจะทำจะพูดจะคิดก็ล้วนอ่อนโยนงดงามมีเมตตา

แม้เทพก็มีความแตกต่างเช่นกัน มีทั้งเทพชั้นสูง เทพชั้นกลาง และเทพชั้นต่ำ ตามแต่บุญกรรมของแต่ละคนแต่ละท่านที่ทำมาไม่เหมือนกัน แต่โดยรวมภพภูมิชั้นนี้ก็ยังมีนบว่าดี เพราะโอกาสในการสร้างบุญกุศลบำเพ็ญบารมีมากกว่าผู้ที่เกิดในภพภูมิชั้นต่ำ ซึ่งไม่มีสติปัญญาสามารถตัดสินว่า อะไรควร ไม่ควร ถูกหรือผิด

(๓) **ภพภูมิชั้นสูง** คือ ภพภูมิของผู้ที่เกิดในพรหมโลกชั้นต่างๆ ภพภูมิของพรหมโลกจัดเป็นภพภูมิชั้นสูง

ภพภูมิชั้นนี้ได้ชื่อว่า **“ภพภูมิชั้นสูง”** ก็เพราะเป็นภพภูมิที่ละเอียดประณีตมากกว่าภพภูมิชั้นกลางทั้งกายและจิต อันเป็นผลมาจาก จิตที่ละเอียดประณีต จิตที่ละเอียดประณีตนี้มาจากการฝึกสมาธิจนได้ฌาน ผู้ที่จะเกิดในภพภูมินี้ ไม่ใช่ภพภูมิของผู้ที่ทำความดี ในระดับให้ทานรักษาศีลเท่านั้น แต่เป็นภพภูมิของผู้ที่บำเพ็ญจิตฝึกสมาธิ ภาวนาจนได้ชั้นฌาน หากฌานไม่เสื่อม ภายหลังจากตายไปก็จะไปเกิดเป็นพรหม

ความแตกต่างระหว่างภพภูมิ

เราอาจทำความเข้าใจข้อแตกต่างระหว่างผู้ที่จะไปเกิดในภพภูมิชั้นกลาง คือ เป็นมนุษย์และเทวดา กับผู้ที่เกิดในภพภูมิชั้นสูง คือ ไปเกิดเป็นพรหมได้ ดังนี้

(๑) ผู้ที่จะไปเกิดในภพภูมิชั้นกลาง คือ โลกมนุษย์ และเทพ ในสวรรค์ชั้นต่างๆ นั้น มาจากการทำความดีในระดับให้ทานรักษาศีล และบำเพ็ญสมาธิในระดับหนึ่ง แต่ยังไม่ถึงขั้นทำสมาธิจนได้ฌาน

(๒) ส่วนผู้ที่ไม่เกิดในชั้นพรหมหรือภพภูมิชั้นสูงนั้น ต้อง เป็นผู้ฝึกสมาธิจนได้ฌาน และฌานต้องไม่เสื่อมด้วย ภาพภูมิชั้นสูงมีทั้งหมด ๒๐ ชั้น แบ่งเป็นรูปพรหม ๑๖ ชั้น และอรุปรหม ๔ ชั้น มีความละเอียดประณีตขึ้น ตามระดับจิต

การแบ่งภพภูมิอีกแบบหนึ่ง

แต่ในบางครั้ง การแบ่งภพภูมิที่สรรพสัตว์เวียนว่ายตายเกิดนั้น ท่านก็แบ่งเป็น “โลก” เรียกว่า ๓ โลก คนไทยรู้จักกันในชื่อ “ไตรภูมิ” คนไทยแต่โบราณนิยมเขียนภาพตามฝาผนัง โบสถ์เป็นภาพไตรภูมิไว้สอนลูก หลานเตือนสติให้ทำความดี ไม่ให้ทำความชั่ว ไตรภูมิ แปลว่า ๓ ภูมิ หรือ ๓ โลกก็ได้ ตามแต่จะแปล มีรายละเอียด ดังนี้

(๑) โลกของสัตว์ เรียกว่า “สัตว์โลก” ได้แก่ โลกของสัตว์เดรัจฉานทั้งหลาย เปรต อสุรกาย และสัตว์นรกทั้งหลาย เราอาจจะแบ่งตามความหนัก เบา สูง ต่ำ ได้ ดังนี้ สัตว์เดรัจฉาน เปรต อสุรกาย สัตว์นรก

(๒) โลกของมนุษย์ เรียกว่า “มนุษย์โลก” ได้แก่ คนเราทั่วไปทุกชนชาติทุกเผ่าพันธุ์ ตั้งแต่พิภคพิการ ร่างกายไม่ครบองค์ประกอบ ไปจนถึงสมบุรณ์ครบองค์ประกอบ ทุกประการ ยากจนหาเช่ากินค้ำ จนถึงเศรษฐี และโง่เขลาเบา ปัญญาจน ถึงฉลาดหลักแหลม

(๓) โลกของเทวดา เรียกว่า “เทวโลก” ได้แก่ เทวดาในสวรรค์ ชั้นต่างๆ สูงขึ้นไปถึงชั้นพรหม

แม้จะมีรายละเอียดค่อนข้างมาก แต่ก็ขอให้โยมแม่ใหญ่อย่าเพิ่งเบื่อ อาตมาจะเล่าถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดในภพภูมิต่างๆ ให้ฟัง

เหตุแห่งการเกิดในภพภูมิที่แตกต่างกัน

คนเราตายแล้วไปเกิดภพภูมิที่นับว่าดี ก็ตั้งแต่ภพภูมิระดับกลางขึ้นไป คือ เกิดเป็นมนุษย์ขึ้นไป ผู้ที่สามารถไปเกิดในภพภูมิชั้นกลางนี้ได้ จะต้องเป็นผู้ให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนาบ้าง ตามสมควร โดยเฉพาะต้องเป็นผู้มีศีล ๕ เป็นอย่างน้อย เพราะจิตของคนที่มีศีล ๕ เป็นลักษณะจิตของมนุษย์ไปจนถึงจิตของเทวดา

ศีล ๕ ยังเป็นเครื่องบ่งชี้ได้ว่า ลักษณะจิตเขาเหมาะที่จะเป็นมนุษย์หรือไม่ หากขาดศีล ๕ ฐานะจิตก็ต่ำลงกว่าจิตมนุษย์ ลดระดับลงเป็นลักษณะจิตของสัตว์เดรัจฉาน เปรต อสุรกาย หรือสัตว์นรก แล้วแต่ความหยาบของจิต ลักษณะของจิตที่ต่ำลงเช่นนี้ ทำให้ภพภูมิต่อไปของคนต่ำลงไปด้วย เรียกว่า เป็นลักษณะจิตที่เหมาะสมแก่ภพภูมิของสัตว์เดรัจฉาน ภพภูมิของเปรต ภพภูมิของอสุรกาย หรือภพภูมิของสัตว์นรกทั้งหลาย

เกี่ยวกับศีล ๕ เคยได้เขียนไว้แล้ว แต่ในที่นี้จะขอนำมาทบทวนให้ฟังอีกครั้ง เพื่อจะได้มีเนื้อความสืบเนื่องกัน ศีล ๕ ข้อนี้ประกอบด้วย

ศีลข้อที่ ๑ ไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิตโดยเจตนา ซึ่งก็หมายถึงมีความเมตตาปราณีสงสารสัตว์ ให้สงสารสัตว์เหมือนสงสารลูกๆ ของตนเอง **เรารัก และสงสารลูกของเราอย่างไร ก็มีความรักความสงสารสัตว์อย่างนั้น** เรารักชีวิตเราอย่างไร คนอื่นและสัตว์อื่นก็รักชีวิตเขาอย่างนั้น เราหวาดหวั่นต่อความตายอย่างไร คนอื่นและสัตว์อื่นก็หวาดหวั่นต่อความตายอย่างนั้น จึงไม่ควรฆ่า ไม่ควรทำลาย ไม่ควรทำให้เขาได้รับทุกข์ได้รับความลำบาก

ศีลข้อที่ ๒ ไม่ลักทรัพย์ ซึ่งหมายถึงไม่ปรารถนาสิ่งของ ทรัพย์สมบัติที่ได้มาโดยมิชอบธรรม มีการฉ้อโกงเบียดเบียน คอ ร์รับช่นแล้วได้มา เป็นต้น เราหวงแหนทรัพย์สมบัติของเรา อย่งไร คนอื่นก็หวง แหนทรัพย์สมบัติของเขาอย่งนั้น จึงไม่ ควรลักขโมยหรือฉ้อโกงเอา สมบัติคนอื่นมาเป็นสมบัติของตน อัน จะเป็นสาเหตุทำให้เขาเป็นทุกข์ เศร้าโศกเสียใจ

ศีลข้อที่ ๓ ไม่ประพฤตินิดจากครองธรรมในเรื่อง กาม กามเป็นรื่องของชาวโลก เป็นธรรมชาติของมนุษย์ปุถุชน ตลอดจนสัตว์ทุกจำพวก แต่มีข้อแตกต่างกันระหว่างกามในมนุษย์ กับสัตว์ ตรงที่มนุษย์มีครองธรรมในการเสพกาม สัตว์ไม่มีครอง ธรรมในการเสพกาม สามารถแสดงกามได้ไม่มีข้อจำกัด คือ สัตว์ไม่เลือกตัวผู้ตัวเมีย ไม่เลือกพี่เลือกน้อง ไม่เลือกพ่อเลือกแม่ ไม่เลือกคู่ไหน เพราะลักษณะจิตของสัตว์นั้น ไม่มีครองธรรม เป็นขอบเขต

ครองธรรมในกามของมนุษย์ ได้แก่ **“ขอบเขตของการ เสพกาม”** ซึ่งพระพุทธองค์กำหนดไว้ในศีล ๕ ข้อที่ ๓ คือ **มนุษย์ควรมีกาม** แต่เฉพาะกับคู่ครองของตน ตลอดจนไม่แสดง พฤติกรรมเบี่ยงเบนทางกามผิดไปจากประเพณี เช่น ผู้หญิงแสดง กามด้วยตัวเอง หรือผู้ชายแสดงกามด้วยตัวเอง การมีกามแต่

เฉพาะกับคู่ครองของตนแสดงว่า เขาควบคุมความอยากไว้ ใน
กรอบแห่งครองธรรม ซึ่งเป็นลักษณะจิต เกี่ยวกับกามของมนุษย์
ที่แท้จริง ถ้าไม่สามารถทำให้จิตอยู่ในครองธรรมแห่งกามได้
หลงระเห็จไปในกามไม่มีที่สิ้นสุด ไม่มีขอบเขต เรียกว่า **จิตมากไป
ด้วยกามไม่มีขอบเขต** ลักษณะจิตที่มากไปด้วยกามไร้ครองธรรม
เช่นนี้ ไม่ใช่ลักษณะจิตมนุษย์ เขาไม่สามารถรักษาฐานะจิตเดิม
ของมนุษย์ไว้ได้ เดินห่างจากความเป็นมนุษย์แท้จริงไป และเข้า
ใกล้จิตของสัตว์มากเข้า

ศีลข้อที่ ๔ ไมโกหก หรือพูดปด ตอแหล ส่อเสียด ซึ่ง
แสดงถึง ความเป็นคนไม่ซื่อสัตย์สุจริต ไม่มั่นคง กลับกลอก

ศีลข้อที่ ๕ **ไม่ตม่น้ำเมาอันก่อให้เกิดความผิดพลาด**
ในการ ครองสติ อาจเป็นผลทำให้ลืมตัว เป็นสาเหตุในการ
กระทำความผิดอย่างร้ายแรงจนไม่สามารถแก้ไขได้ การตม
น้ำเมารวมถึงสิ่งเสพติดทั้งหลายทั้งปวง นอกจากจะมีผลโดย
ตรงต่อสติ ซึ่งเป็นส่วนที่รักษาจิตให้มั่นคงแล้ว การตม่น้ำเมา
และสิ่งเสพติดต่างๆ ยังมีผลต่อร่างกาย เป็นที่มาของโรคร้าย
ด้วย ลักษณะของจิตที่หลงมัวเมาเต็มไปด้วยเมหะ มีใช้ลักษณะ
จิตมนุษย์ จึงเป็นจิตที่เข้าใกล้สัตว์เดรัจฉาน

ส่วนโทษที่เกิดจากการล่วงละเมิดศีล ๕ นั้น ได้กล่าวไว้แล้ว
ในจดหมายฉบับก่อนๆ ในที่นี้จะไม่ขอนํามากกว่าอีก

กล่าวโดยสรุป ศีล ๕ นั้น เป็นคุณธรรมเบื้องต้นของความ
เป็นมนุษย์ เมื่อมนุษย์เริ่มบังคับตนให้รักษาศีล ๕ ได้แล้ว คุณธรรม
ชั้นสูงอื่นๆ ก็จะตามมา ในขณะที่เดียวกันทางมาแห่งบาปกรรมอื่นๆ
ก็จะเบาบางลง จนสามารถปิดกั้นบาปกรรมได้ในที่สุด เช่น การ
ชอบเล่นพนัน การชอบเที่ยวผู้หญิง การ เที่ยวเตร่ ความ
เย่อหยิ่งจองหอง ความถือตัวอวดดี อวดเก่ง ความดูหมิ่นผู้อื่น
ความอวดดีถือดี เป็นต้น เขาจะเริ่มรู้ด้วยตัวเขาเองว่า สิ่ง
เหล่านี้ไม่ดีเป็นโทษ ควรงดเว้น ไม่ควรให้เกิดขึ้นในจิตใจ

ถ้ารักษาศีลได้มากเท่าไร ระดับจิตก็จะสูงขึ้นเหมาะแก่
โลกมนุษย์ หรือสวรรค์ชั้นนั้นๆ หากทำได้น้อยระดับจิตก็ต่ำลง
เหมาะแก่จิตของสัตว์ เปเรต อสุรกาย และสัตว์นรกโดยลำดับ

โลกของสรรพสัตว์ทั้ง ๓ ตามคติทางพุทธศาสนามี
รายละเอียดพอจะสรุปได้ ดังนี้



สัตว์โลก

และ การท่องเที่ยวไปในโลกเบื้องต่ำ

สัตว์โลกนับว่า เป็นโลกเบื้องต่ำ เป็นภพภูมิของสัตว์ที่มีติดบอด ทางด้านจิต ไม่มีปัญญา ไม่มีเมตตา ดำเนินชีวิตด้วยสัญชาตญาณ เมื่อหิวก็เช่นฆ่าแย่ง เมื่ออึดก็นอน ผู้ที่ไม่มีศีล ๕ ซึ่งเป็นลักษณะจิตของมนุษย์ มักจะเกิดและท่องเที่ยวไปในภพภูมิเบื้องต่ำนี้

ภพภูมิเบื้องต่ำ ประกอบด้วย ๔ ภูมิ คือ

๑. ตีรัจฉานภูมิ โลกของสัตว์เดรัจฉาน
๒. เปตติวิสัยภูมิ โลกของเปรต
๓. อสุรกายภูมิ โลกของอสุรกาย
๔. นิรยภูมิ โลกของสัตว์นรก

ทั้ง ๔ ภูมินี้ พระพุทธองค์สอนให้หลีกเลี่ยง เพราะเป็นภูมิที่มีมมม มีตเพราะไม่มีกำลังสติปัญญา ที่จะคิดอ่านทำบุญทำกุศล มีโอกาสทำความดีได้น้อย แต่มีโอกาสทำบาปทุก ลมหายใจ เมื่อไปเกิดในภพภูมิชั้นต่ำแล้ว การจะพ้นเป็นเรื่องยาก เพราะความที่ภพชาติปกปิดไว้ ไม่ให้คิดที่จะพ้นไปจากภพชาตินั้น

จะยกตัวอย่างให้เห็นง่ายๆ เช่น เกิดเป็นเสือ การที่เสือจะจงดเว้นจากการล่าเนื้อเป็นอาหาร เพื่อที่จะพ้นจากการเป็นเสือ ในภพชาติต่อไป เป็นเรื่องยาก ส่งผลให้เกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน ก็จะเป็นสัตว์เดรัจฉานต่อไปอีกหลายร้อยชาติ จนกว่าจะพ้นจากกรรม คือ จนกว่าการยึดติด (หลง) ในภพชาติสัตว์จะเบาบางลง จึงจะเปลี่ยนภพชาติใหม่ ไปเกิดเป็นสิ่งอื่น ตามกำลังบุญกุศล

เราคงเคยได้ยินได้ฟังพระสงฆ์เทศน์ว่า คนทำกรรมอย่างนั้นๆ ตายแล้วจะไปเกิดเป็นหมู หมา กา ไก่ เท่านั้นชาติเท่านั้นชาติ เมื่อก่อนคิดไม่ได้ว่า ทำไมเกิดเป็นไก่แล้วต้องเกิดเป็นไก่ซ้ำอีก ครึ่งแล้วครึ่งเล่า บัดนี้เริ่มเข้าใจ คำว่า “อุปาทาน” การยึดติดมากขึ้นเพราะอาศัยกรรมและการหลงยึดติดในภพชาติดังกล่าว จึงนำไปสู่การเกิดเป็นสัตว์ชนิดนั้นๆ บ่อยๆ

พอจะกล่าวให้เห็นเป็นตัวอย่างได้ว่า ผู้ที่เกิดเป็นคนก็ไม่มีใคร อยากตายจากความเป็นคน เกิดเป็นสุนัขก็ไม่มีสุนัขตัวไหนอยากตายจากความเป็นสุนัข โดยที่สัตว์ตัวเล็กตัวน้อยอย่างมด ปลวก ยุง หรือ แมลงวันก็ไม่อยากตายจากชาติมด ชาติปลวก ชาติยุง และชาติแมลงวัน เช่น เราจะตียุงมันก็บินหนี ที่บินหนีก็เพราะมันกลัวว่า มันจะตายจากความเป็นยุง เกิดชาติหน้ามันก็เป็นยุงอีก เพราะอุปาทาน คือ การหลงยึดติดคิดไปว่าชาติยุงดี

คนเราก็เหมือนกัน ที่เราเกิดเป็นคนชาติแล้วชาติเล่า เวียน
ว่าย ตาย เกิด อยู่เช่นนี้ ก็อาศัยการที่เรามีอุปาทานหลงยึดติดไป
ว่า ชาติคนดีเลิศ ประเสริฐ จึงไม่อยากตายจากความเป็นคน ที่
เราต้องดิ้นรนชวนชวายนสายตัวแทบขาด ก็เพราะกลัวจะตาย
จากความเป็นชาติคน หรือแม้กระทั่งสัตว์ทั้งหลาย เช่น หมาก
ไก่ เป็นต้น ที่มันไม่ยอมอดตาย ก็เพราะมันกลัวจะตายจาก
ความเป็นชาติหมา เนื่องจากหลงคิดว่าชาติหมาดีนั่นเอง

หากไม่มีบุญหรือกรรมอย่างอื่นมาตัดรอนขัดขวาง ก็จะทำให้
ห้กลับชาติมาเกิดเป็นชาติคนหรือชาติหมาเหมือนเดิม

อย่างนี้เรียกว่า มีความมืดบอด คือ มีอวิชชาความรู้
ปกปิดสติปัญญาไว้ เกิดอุปาทานการยึดติด ไม่ให้คิดหาทางออก
ไปจากความเป็นมด ความเป็นปลวก ความเป็นสุนัข ความเป็น
คน ความเป็นเทวดา หรือแม้กระทั่งจากความเป็นพรหม

มนุษยโลก โลกของความเป็นมนุษย์

มนุษยโลกเป็นภพภูมิชั้นกลางที่สัตว์ท่องเที่ยวเวียนว่ายตายเกิด เป็นภพภูมิของผู้ที่บำเพ็ญบุญกุศล คือ ให้ทาน รักษาศีล บำเพ็ญ สมาธิภาวนาตามสมควรแก่ฐานะ สำหรับมนุษยโลกคงไม่ต้องกล่าวให้กว้างขวางออกไป เพราะเรารู้กันดีอยู่แล้วว่า เป็นอย่างไร

ในที่นี้จะขอ กล่าวแต่เพียงที่ท่านจำแนกมนุษย์ไว้เป็น ๔ ประเภท คือ

(๑) **มนุษย์นรก** จำพวกคนที่มีความเป็นอยู่ทุข์ทรมาน คนทั่วไป อยู่บ้านอยู่เรือน แต่เขากลับถูกจองจำ ติดคุกติดตาราง ถูกลงโทษทรมานแสนสาหัส

(๒) **มนุษย์เปรต** จำพวกคนที่เป็นอยู่ลำบากอดขัดสน แสวงหาข้าวปลาอาหาร กว่าจะได้มาพอประทังชีวิต ก็แสนจะลำบากผิดเคือง ขยันหาจนสายตัวแทบขาด ก็ไม่พอยู่ออกิน มีแต่ความอดอยากยากแค้น

(๓) **มนุษย์เดรัจฉาน** จำพวกคนที่ต้องอาศัยคนอื่นจึงจะดำรงชีวิตอยู่ได้ ไม่มีสติปัญญาพอที่จะคิดทำมาหาเลี้ยงชีพด้วยตนเอง ในการประกอบอาชีพ ก็สุดแท้แต่ที่ว่า เขาจะให้ทำอะไร จะชอบใจหรือไม่ชอบใจ ก็ต้องก้มหน้าทำไป เหมือนหมู หมา กา ไก่ วัว ควาย บ้างครั้งบางครั้งก็ดูร้ายเหมือนสัตว์เดรัจฉาน

(๔) **มนุษย์ภุต** เป็นมนุษย์จำพวกที่เป็นคนจริงๆ รู้จักบาปบุญคุณโทษ รู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด อะไรควรทำไม่ควรทำ มีสติปัญญาในการประกอบอาชีพ

ความแตกต่างของมนุษย์ขึ้นอยู่กับบุญและกรรมของแต่ละบุคคล

เทวโลก โลกของพู่เข้าถึง

ความเป็นเทวดา อันนับเนื่องในสวรรค์

เทวโลกนั้นแบ่งออกไปอีกเป็น ๒ ระดับ คือ โลกของเทวดา เรียกว่า “**สวรรค์**” และโลกของพรหม เรียกว่า “**พรหมโลก**”

สวรรค์เป็นภพภูมิที่มีความวิจิตรแตกต่างกันไปตามบุญกุศลของผู้ที่ไปเกิดบนสวรรค์ชั้นนั้นๆ สวรรค์เป็นที่อยู่ของเทวดามีอยู่ ๖ ชั้น ดังนี้

จาคุมหาราชิกาภูมิ โลกของเทวดาชั้นที่ ๑

เทวโลกชั้นนี้มีท้าวมหาราชทั้ง ๔ เป็นใหญ่ปกครองเทพในทิศทั้ง ๔ เราเรียกเทวดาทั้ง ๔ ท่านนี้ว่า “**ท้าวจตุโลกบาล**” แปลว่า **เทวดาทั้ง ๔ ผู้ดูแลโลก** ท้าวมหาราชทั้ง ๔ นี้เอง เมื่อพระพุทธเจ้าตรัสรู้ใหม่ๆ ได้น้อมนำบาตรมาถวายพระพุทธเจ้า เพื่อรับอาหารมื้อแรกจากตปุสสะ และภัลลิกะ สองพ่อค้าวาณิชที่เดินทางผ่านมาพบพระพุทธเจ้าหลังการตรัสรู้ ตอนแรกท้าวมหาราชได้น้อมนำบาตร ที่ทำด้วยแก้วมรกตมาถวาย แต่พระพุทธเจ้าไม่ทรงรับ จะเพราะเหตุไรไม่อาจทราบได้ อาจทรงเห็นว่า เป็นของมีค่ามากเกินไป ไม่เหมาะสำหรับนักบวชอย่างพระองค์ก็ได้ จากนั้น ได้น้อมนำบาตรที่ทำด้วยศิลาถวาย พระพุทธเจ้าของเราจึงทรงรับไว้ ท้าวมหาราชทั้ง ๔ นำบาตรมาองค์ละใบ รวมเป็น ๔ ใบ แล้วพระพุทธองค์ ได้อธิษฐานประสาธน์ให้เหลือเพียงใบเดียว

ในยุคหลังจึงนิยมทำบาตร ให้มีรอยตะเข็บแบ่งเป็นส่วนๆ เห็นจะถือคติมาจากการประสาธน์บาตรศิลา ๔ ใบให้เหลือใบเดียวของพระพุทธองค์นี้กระมัง

เรื่องทั้งหมดนี้อยู่ในคัมภีร์ทางศาสนา อาตมานำมาแล้วให้โยมแม่ใหญ่ฟัง อาจดูเป็นเรื่องน่าอัศจรรย์ แต่ก็เป็นเรื่องที่ถูกบันทึกไว้จริง โดยพระสงฆ์สมัยพระพุทธเจ้า

เทวดาที่อยู่เทวโลกชั้นจาตุมหาราชิกานี้ มีความใกล้ชิดกับมนุษย์มากที่สุด มีความเป็นอยู่คล้ายมนุษย์ และให้คุณให้โทษแก่มนุษย์ได้ง่าย ชื่อเทวดาชั้นนี้ที่เราคุ้นหูมาก คือ **พระภูมิเจ้าที่ เทวาอารักษ์ รุกขเทวดา อากาศเทวดา ท้าวจตุโลกบาล ยมทูต พระยายม พระยายมราช ฯลฯ** แล้วแต่เราจะเรียกกัน

เกี่ยวกับเทวดาในชั้นนี้ มีเรื่องเล่าอยู่ในพระไตรปิฎก ว่า พระภิกษุรูปหนึ่งจะตัดต้นไม้ ที่เป็นวิมานของรุกขเทวดาตนหนึ่งไปสร้างกุฏิ เทวดาห้ามว่า **“ท่านต้องการจะทำที่อยู่ท่าน ก็อย่าได้ทำลายที่อยู่ของเราเลย”** พระภิกษุรูปนั้นไม่ใส่ใจคำร้องขอของเทวดา ได้ตัดต้นไม้ลง และ ฟันแขนทารกของเทวดานั้นขาด เทวดาคิดจะตบ ภิกษุนั้นให้ตายคามือ ก็กลับได้คิดว่าจะเป็นการบาป

นอกจากนั้น ก็จะไม่ได้เข้าไปที่ประชุม เทวดาทุกๆ ๑๕ วัน ว่ากันว่า รุกขเทวดาก็มีรุกขธรรมที่ประพฤติร่วมกัน รุกขธรรมหรือธรรมะของรุกขเทวดาที่ว่านั้นก็คือ ถัดต้นไม้ซึ่งเป็นวิมานของเทวดาถูกมนุษย์ตัด ก็จะไม่โกรธ ไม่คิดร้ายต่อผู้ตัด หากรุกขเทวดาตนใดโกรธ และทำร้ายผู้ทำลายวิมานของตน ก็จะไม่ได้เข้าสู่ที่ประชุมของรุกขเทวดา

นี่เป็นรุกขธรรมของรุกขเทวดา

คงจะเป็นด้วยเหตุนี้กระมัง คนที่ตัดไม้ทำลายป่า จึงไม่ถูก เทวดาหักคอ อย่างว่าแต่หักคอเลย แม้แต่โกรธ ก็ยังไม่ได้เข้าสู่ ที่ประชุมของเทวดา หากถึงกลับลงมือหักคอ เทวดาก็ต้องตกรก เทวดารู้ดังนั้นจึงได้มีรุกขธรรมที่ประพุดิตร่วมกัน เพื่อเป็นการป้องกัน ไม่ให้เทวดาทำร้ายคนที่ทำลายต้นไม้ อันเป็นวิมานของตน อันจะเป็นเหตุให้ตายจากความเป็นเทวดา ไปเกิดในนรก เทวดาจึง ประชุมกันทุกๆ ๑๕ วัน เพื่อสอบถามรุกขธรรมของกันและกันว่า **“ประพุดิตรกันอยู่หรือเปล่า”**ความจริง ก็คือ เพื่อเป็นการ เตือนสติกันนั่นเอง

เทวดานั้นได้นำเรื่องที่ภิกษุทำลายต้นไม้อันเป็นวิมานของตน ไปกราบทูลพระพุทธเจ้า และได้กราบทูลให้ทราบถึงเรื่อง ที่ตนสามารถหักห้ามความโกรธไว้ได้ มิเช่นนั้นตนก็คงได้สร้างบาป มหันต์

พระพุทธเจ้าตรัสสอนเทวดาว่า

“บุคคลใด สามารถหักห้ามความโกรธที่เกิดขึ้นไว้ได้ เหมือนสารถียุทธซึ่งกำลังแล่นไป เราตถาคตเรียกบุคคล นั้นว่า สารถิ ชนนอกนี้เป็นแต่คนถือบังเหียน”

พอพระพุทธเจ้าแสดงธรรมจบลง เทวดานั้นได้บรรลุนิพพาน เป็นพระโสดาบัน พระพุทธองค์ได้บอกต้นไม้อันเป็นวิมานแห่งใหม่

ให้เทวดานั้น ต้นไม้นี้อยู่ในเขตวัดพระเชตะวันนั่นเอง เป็นต้นไม้ที่เทวดา
ผู้เป็นเจ้าของวิมานองค์ก่อน เพิ่งหมดบุญจุติไปไม่นาน ต้นไม้นั้นจึง
ว่างลง เทวดานั้นได้รับการคุ้มครองจากพระพุทธเจ้า ไม่มีเทวดาผู้
มีศักดิ์ใหญ่องค์ใด เบียดเบียนให้ลำบาก และได้เป็นพุทธอุปัฏฐาก
คอยอุปฐากของพระพุทธเจ้าด้วย

ว่ากันว่า เมื่อท้าวมหาราชทั้ง ๔ มาเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า จะ
ต้องมาเยี่ยมเทวดานั้นก่อนจึงไป ด้วยเหตุตามที่กล่าวมานี้ เทวดา
ในชั้นจาตุมหาราชิกา จึงมีความใกล้ชิดกับมนุษย์มาก โดยมีท้า
วมหาราช ปกครองเทพในทิศทั้ง ๔ ชื่อของท้าวมหาราชปรากฏในบท
สวดมนต์ที่พระสงฆ์สวดให้เราฟัง ดังนี้

ปรีมะทิสัง	ธตตะรัฐโฐ	ทักขิเณน	วิรุพพะโก	
ปัจฉิเมณะ	วิรุปักโข	กุเวโร	อุตตะรัง	ทิสัง
จัตตารโ	เต มหาราชชา	โลกะปาลา	ยะสัสสิโน	
เตปิ	ตุมเห	อะนุรักขันตุ	อาโรคะเยน	สุเขนะ จะฯลฯ

ท้าวธตรัฐสถิตอยู่ด้านทิศตะวันออก ท้าววิรุพพสถิต
อยู่ด้านทิศใต้ ท้าววิรุปักโขสถิตอยู่ด้านทิศตะวันตก
ท้าวกุเวรสถิตอยู่ด้านทิศเหนือ ท้าวมหาราชทั้ง ๔ นั้น
เป็นผู้ดูแลโลก เป็นผู้มียศ แม้ท้าวมหาราชทั้ง ๔
จงคุ้มครองรักษาท่านทั้งหลาย ให้อยู่ด้วยความไม่มี
โรค และจงมีแต่ความสุข ฯลฯ

บทสวดมนต์บทนี้ เรียกชื่อว่า “**อาฏานาฏิยปริตร**” กล่าวถึงชื่อท้าวมหาราชทั้ง ๔ ผู้เป็นราชาของเหล่าเทพในทิศทั้ง ๔ ในสวรรค์ชั้นจาตุมหาราชิกา ท้าวเธอมาเฝ้าพระพุทธองค์ แนะนำพระองค์ให้สอนสาวกสวดอาฏานาฏิยปริตร เพื่อป้องกันอันตรายที่จะเกิดจากเทวดาที่ไม่ปรารถนาดีต่อพระภิกษุ ผู้ตั้งใจบำเพ็ญสมณธรรม หากได้รับการรบกวนจากเทพเหล่านี้ก็จะเป็นอุปสรรคต่อการเข้าถึงธรรม

ในปริบทคือ ทิศตะวันออกมี **ท้าวธตรัฐ** เป็นพระราชอาของเหล่ากุตพราย ตลอดจนหมู่เทพคนธรรพที่ชำนาญการดนตรีทั้งหลาย เมื่อครั้งที่พระพุทธเจ้าเสด็จลงจากสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ หลังจากแสดงพระอภิธรรมโปรดพระพุทธมารดาจบลงแล้ว **ปัญจลขเทพบุตร** หนึ่งในเทพคนธรรพผู้ชำนาญในการตีพิณ ได้ตีพิณขับร้องประสานเสียงด้วยความไพเราะ นำเสด็จมาเฝ้าหน้าพระพุทธเจ้า

เมื่อครั้งที่พระพุทธองค์ตรัสรู้ใหม่ๆ ได้ประทับที่ต้นขอपालนิโครธ ปัญจลขเทพบุตรองค์นี้ ได้ขับเพลงสรรเสริญพระพุทธเจ้าด้วยความยินดีว่า **พระพุทธเจ้าอุบัติขึ้นในโลกแล้ว**

ในทักษิณทิศ คือ ทิศใต้ มี**ท้าววิรุฬหก** เป็นพระราชอาของเหล่า เทพทั้งหลาย

ในปัจจุบันทิศ คือ ทิศตะวันตก มี**ท้าววิรูปักษ์** เป็นพระราชอาของ เหล่านาคทั้งหลาย

ส่วนในอุดรทิศ คือ ทิศเหนือ มี**ท้าวภูเวร** เป็นพระราชอาของเหล่ายักษ์ทั้งหลาย

ท้าวภูเวรนั้นยังมีชื่ออีกอย่างว่า “**ท้าวเวสวัณ**” ว่ากันว่า พระเจ้าพิมพิสาร ที่ถวายวัดเวฬุวันให้เป็นวัดแห่งแรกในพระพุทธศาสนา ก็ได้มาเกิดเป็นยักษ์ผู้ใหญ่ ชื่อว่า “**ชนวลภยักษ์**” และได้เป็นเพื่อนของท้าวภูเวร ความจริงพระเจ้าพิมพิสารเป็นถึงพระโสดาบัน พรารถนาจะไปเกิดบนสวรรค์ชั้นสูงกว่านี้ก็ได้ แต่เพราะพระองค์เคยอยู่ที่นี้มาก่อน จึงพรารถนาจะกลับมาอยู่ที่เดิมของตน

นอกจากนั้น ท้าวมหาราชทั้ง ๔ ยังทำหน้าที่เป็นพระยายมราช เทพผู้มีหน้าที่คอยตรวจดู ผู้ทำดีทำชั่วในทิศทั้งสี่ด้วย ในวันพระ ๘ ค่ำ ท้าวมหาราชได้มอบหมายให้ยมทูต เทพอำมาตย์ของพระองค์ เป็นผู้คอยตรวจตรา ในวันที่ ๑๔ ค่ำ ท้าวเธอ มอบหมายให้บุตรของพระองค์ เป็นผู้ตรวจตรา

ส่วนในวันพระ ๑๕ ค่ำ ท้าวมหาราชทั้ง ๔ จะเป็นผู้ ตรวจเอง

ในเรื่องพระมหานกษัตริย์ ที่พระมหานกรอดชีวิตจากเรือแตกกลางทะเลมาได้ เพราะการช่วยเหลือของนางมณีเมขลา เทพธิดาผู้ได้รับมอบหมายให้คอยดูแลท้องทะเล ขณะพระมหานกเดินทางไปค้าขายทางทะเล เรือเผชิญพายุแตกกลางทะเล นางมณีเมขลามาช่วยให้รอดชีวิต นางมณีเมขลาได้รับบัญชาจากท้าวมหาราช ให้เป็นผู้ดูแลมหาสมุทร คอยช่วยคนที่เรือแตก แต่ยังไม่ถึงคราวตาย ให้รอดชีวิต วันที่เรือมหานกแตกนั้น นางมณีเมขลาไปเทวสมาคม ไม่ได้ตรวจดูมหาสมุทรหลายวัน ครั้นวันที่ ๗ เห็นพระมหานกแหวกว่ายอยู่กลางทะเลจึงได้ช่วยชีวิตไว้

ดาวดึงส์ภูมิ โลกของเทวดาชั้นที่ ๒

ดาวดึงส์ภูมิ หรือที่เราทราบกันโดยทั่วไปว่า “**สวรรค์ชั้นดาวดึงส์**” เทวโลกชั้นนี้เป็นที่อยู่ของพระอินทร์ พระอินทร์มีชื่อเรียกหลายชื่อ “**ท้าวสักกะ**” ก็เรียก “**ท้าวมฆวะ**” ก็เรียก “**ท้าววิรหัตถ์**” ก็เรียก “**ท้าวสหัสสนัยน์**” ก็เรียก “**ท้าวสหัสสเนตร**” ก็เรียก “**ท้าววาสวะ**” ก็เรียก แต่เราทราบกันโดยทั่วไปว่า “**พระอินทร์**”

นอกจากนั้น เรายังรู้จักพระอินทร์ ในฐานะเทวดาผู้เปี่ยมด้วยเมตตา คอยช่วยเหลือคนดีที่ตกทุกข์ได้ยาก พระอินทร์ในอดีตชาติ มีชื่อว่า “**มฆมาณพ**” มีบริวารที่เคยทำบุญร่วมกันมา ๓๒ คน รวมเป็น ๓๓ กับพระอินทร์เอง หลังจากตายจึงไปเกิดในสวรรค์ชั้นเดียวกันทั้ง ๓๓ คน สวรรค์ชั้นนี้จึงได้ชื่อว่า “**ดาวดึงส์ หรือดาวดึงส์ แปลว่า สวรรค์เป็นที่อยู่ของเทวดา ๓๓ องค์**” เทวโลกชั้นนี้มีเทพบุตรอยู่องค์หนึ่ง ชื่อ “**เอราวัณ**” ที่เราเคยเห็น รูปปั้นช้าง ๓ เศียร นั่นแหละช้างเอราวัณพาหนะของพระอินทร์ และ เทวดา ๓๒ องค์บนเทวโลกชั้นนี้

ความจริง ช้างเอราวัณเป็นเทพบุตรเหมือนกัน แต่เนื่องจากบนสวรรค์ไม่มีสัตว์เดรัจฉาน ดังนั้น เมื่อเทพบุตร ๓๓ องค์นั้นจะเดินทางไปไหนมาไหน เทพเอราวัณก็จะอธิษฐานตนเป็นช้างใหญ่ ๓ เศียร เพื่อเป็นพาหนะ ว่ากันว่าเมื่อครั้งพระอินทร์ทำบุญอยู่ในเมืองมนุษย์ ท้าวเธอ ก็เคยใช้ช้างตัวนี้เป็นพาหนะ ในการเดินทางไปทำบุญ ด้วยอานิสงส์ นั้น ช้างเลยได้ไปเกิดเป็นเทพ

มีชื่อว่า “เอราวัณ” มีพละกำลังมหาศาล จะเป็นรองก็แต่ พญาช้างศรีเมษล พาหนะของพญาวสวัตติมาราธิราช ที่ขึ้นมา ผจญพระพุทธเจ้า วันตรัสรู้เท่านั้น

วัตรบท ๗ ข้อปฏิบัติเพื่อความเป็นพระอินทร์

เมื่อพระอินทร์เป็นมนุษย์ ได้ตั้งใจสมาทานข้อวัตรปฏิบัติ ๗ ข้อ อย่างเคร่งครัด เรียกว่า “วัตรบท ๗ ประการ” คือ

- (๑) มาตาเปติภาโร จะเลี้ยงมารดาบิดา ตลอดชีวิต
- (๒) กุลละเขมฐาปะจายโน จะให้ความเคารพผู้มีอายุ ใน วงศ์ตระกูล ตลอดชีวิต
- (๓) สัททหะวาโจ จะพูดคำสุภาพอ่อนหวานตลอดชีวิต
- (๔) อะปิสุณณะวาโจ หรือ เปสุณณยัยปะหะยัยิ จะไม่พูด ส่อเสียด จะพูดแต่คำให้เกิดความรักความสามัคคี ตลอดชีวิต
- (๕) ทานะสังวิภาคะระโต หรือ มัจฉะระวินะโย จะยินดี ที่ได้ให้ทานแบ่งปันผู้อื่น หรือจะเป็นคนปราศจากความ ตระหนี่ ตลอดชีวิต
- (๖) สัจจะวาโจ จะเป็นคนมีสัจจะพูดแต่ความจริงตลอด ชีวิต
- (๗) อะโกธะโน หรือ โกธาภิกุ จะเป็นคนไม่มีนิสัยมัก โกรธ หรือหากความโกรธเกิดขึ้น จะระงับความโกรธลงให้ได้ทันที ตลอดชีวิต

ข้อวัตรปฏิบัติทั้ง ๗ ข้อนี้เอง เมื่อครั้งพระอินทร์เกิดเป็นมนุษย์ ได้ตั้งใจสมาทานปฏิบัติ ตลอดชีวิต ทำให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ไม่ขาดสาย ผลทำให้ไปเกิดเป็นพระอินทร์ เราอาจลองตั้งใจอย่างพระอินทร์ดูบ้างก็ได้ เอาเฉพาะอย่างการหักห้ามความโกรธ ความฉุนเฉียวเกรี้ยวกราดหุนหัน พลันแล่น แม้จะทำได้ยากเต็มทน แต่ถ้าทำได้ (เป็นบางครั้ง) เราจะรู้สึก มีความสุข ใจอย่างประหลาด ที่สามารถเอาชนะความโกรธได้ ซึ่งก็เท่ากับว่าเป็นการชนะตนเอง

นอกจากนั้น ม้ากัณฐกะที่เจ้าชายลิทัตถะซื้อออกบวช ก็ไปเกิดเป็นเทพบุตร ชื่อว่า “**กัณฐกเทพบุตร**” ในเทวโลกชั้นดาวดึงส์นี้เช่นกัน เมื่อครั้งที่เจ้าชายลิทัตถะออกบวช ได้ซื้อม้ากัณฐกะออกบวช แล้วปล่อยให้นายฉันทะนำม้ากลับพระราชวัง พอพระองค์เดินลับตาไปเท่านั้น ม้ากัณฐกะก็อกแตกตายที่ริมฝั่งแม่น้ำเนรัญชรานั้นเอง แล้วไปเกิดเป็นเทพบนสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ มีชื่อว่า “**กัณฐกเทพบุตร**”

ยังมีเทพบนสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ที่ควรจะนำมาเล่าไว้ในที่นี้อีก เพราะเกี่ยวเนื่องกับพระพุทธรูปของเรา เมื่อมีโอกาสไปตามวัดต่างๆ คงเคยเห็นพระพุทธรูปปางหนึ่ง มีลักษณะแปลกกว่าองค์อื่น คือ พระองค์ประทับนั่งห้อยเท้า มีลิงและช้างอยู่เบื้องหน้า คอยถวายการรับใช้ ลิงกำลังถวายรวงผึ้งส่วนช้างถวายอ้อย พระพุทธรูปปางนี้ เราเรียกกันติดปากตามประสาชาวบ้านว่า “**พระปางเลไลยก์**” แต่ชื่อจริงๆ คือ พระพุทธรูปปางปาริไลยกะ เพราะป่าที่พระพุทธรูปเจ้าประทับ ในคราวครั้งนั้น คือ **ป่าปาริไลยกะ**

มีเรื่องเล่าว่า เมื่อพระพุทธองค์เสด็จออกจากวัด ที่ พระสงฆ์ทะเลาะเบาะแว้งกัน มาจำพรรษาที่ป่าปารีโลยกะนี้โดย ไม่มีภิกษุรูปใดตามมาอุปฐาก พญาช้างปารีโลยกะได้ทำหน้าที่ เป็นพุทธอุปฐากตลอดพรรษา ในระหว่างนั้น จึงเห็นพญาช้าง อุปฐากบำรุงพระพุทธเจ้า ก็อยากทำบ้าง จึงเที่ยวไปตามป่า ได้รวงผึ้งมาถวาย พอได้เห็นพระพุทธองค์ฉันน้ำผึ้งที่ตนถวาย ก็ เกิดความดีใจเป็นอย่างมาก จนไม่อาจอดกลั้นความยินดีได้ จึง กระโดดโลดเต้นไปมาตามกิ่งไม้ เผอิญกิ่งไม้ที่จับเป็นกิ่งไม้ฝุ่ จึง หล่นลงมา ตอไม้ที่ล้มตาย ไปเกิดในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ด้วยกุศล ผลบุญที่ได้ถวายน้ำผึ้งพระพุทธเจ้า

ส่วนพญาช้างปารีโลยกะ ได้อุปฐากพระพุทธเจ้า จนออกพรรษา หลังจากออกพรรษา พระอานนท์มารับเสด็จ พระพุทธเจ้าเข้าเมือง พญาช้างก็เดินตามหลังมา จนจะเข้า หมู่บ้าน พระพุทธเจ้าบอกว่า เพราะช้างปารีโลยกะเป็นสัตว์ เดรัจฉาน จึงไม่สามารถบรรลุธรรมชั้นใดชั้นหนึ่งได้ เขตแดนตั้ง แต่บัดนี้ต่อไป เป็นที่อยู่ของหมู่มนุษย์ ธรรมดาว่า ที่อยู่ของมนุษย์ นั้น มีอันตรายมากสำหรับสัตว์

พระพุทธเจ้าบอกให้พญาช้างกลับไปที่อยู่ของตน

เมื่อพระพุทธเจ้าเสด็จต่อไปนั้น พญาช้างได้เอวางสอดเข้าปาก ยืนร้องไห้อยู่ตรงนั้น พญาช้างปารีโลยกะคิดว่า หากพระพุทธเจ้าเสด็จกลับป่าปารีโลยกะตามเดิม ตนจะอุปัฏฐากอย่างที่เคยทำจนวันตาย พญาช้างได้ยืนร้องไห้จนพระพุทธเจ้าลับตาก็อกแตกตายอยู่ตรงนั้น ไปเกิดเป็น ปารีโลยกะเทพบุตร บนสวรรค์ชั้นดาวดึงส์นี้

ฟังดูแล้วน่าสงสารพญาช้างปารีโลยกะ ในเทวโลกชั้นนี้ ยังมีดอกไม้ชื่อ “ปารีชาติ” เป็นดอกไม้ที่มีกลิ่นหอมมากในเทวโลก หอมอบอวลไปจนถึงภพของเทพอสูร ต้นปารีชาติ เกิดในเทวโลกชั้นดาวดึงส์ ก็ด้วยอานิสงส์ที่พระอินทร์เมื่อครั้งเป็นมนุษย์ได้ปลูกต้นไม้ประดับศาลา ได้ต้นปารีชาตินั้นมีแทนศิลาเป็นที่ประทับนั่งของพระอินทร์ ชื่อว่า “ปิ่นทุกัมพลศิลาอาสน์” แทนหินนี้ เวลาพระอินทร์นั่งก็จะยุบลง เวลาลุกก็จะฟูขึ้นเอง

ปิ่นทุกัมพลศิลาอาสน์นี้ มีลักษณะพิเศษอย่างหนึ่ง คือ เมื่อเกิดเหตุการณ์ที่คนต้องการความช่วยเหลือ อาสน์หรือที่ประทับนั่งของท้าวเธอจะแข็ง

เมื่อพระพุทธเจ้าเสด็จจำพรรษาที่เทวโลก เพื่อแสดงพระอภิธรรมโปรดพระพุทธมารดา ก็มาประทับจำพรรษาที่เทวโลกชั้นดาวดึงส์ **จนกลายเป็นประเพณีตักบาตรเทโวโรหณะ หลังวันออกพรรษาของชาวพุทธถึงปัจจุบัน**

การจำพรรษาที่เทวโลกครั้งนั้น พระองค์ประทับนั่งบน
 ปิณฑุกัมพลศิลาอาสน์ของพระอินทร์นี้ แสดงธรรมชื่อว่า
 “อภิธรรม” ซึ่งเป็นธรรมที่สูงยิ่งโปรดพระพุทธมารดา เนื้อความ
 โดยย่อของอภิธรรมเทศนา อาตมาได้เขียนไว้แล้ว ตั้งแต่จดหมาย
 ฉบับแรก ยังไม่ปรากฏว่า พระองค์แสดงอภิธรรมโปรดใคร
 เป็นพิเศษในโลกมนุษย์ นอกจากทรงนำมาแสดงแก่พระสารี
 บุตรให้จดจำไว้ เพื่อแสดงให้พระภิกษุฟังต่อไปเท่านั้น นับว่า
 พระองค์ได้ตอบแทนพระคุณของพระพุทธมารดาอย่างสูงสุด

สิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งบนดาวดึงส์ คือ พระจุฬามณี
 เจดีย์ เมื่อเจ้าชายสิทธัตถะออกผนวชนั้น ได้อธิษฐานจิตก่อน
 ปลงผมว่า หากจะได้ตรัสรู้ขออย่าให้ผมตกไปบนพื้นดิน คราว
 นั้น พระอินทร์ได้นำเอาผอบทองคำมารองรับเอาไปไว้ในพระเจดีย์
 จุฬามณี

อีกคราวหนึ่ง ภายหลังจากพระพุทธปรินิพพาน เมื่อ
 ถวายพระเพลิงพระบรมศพเสร็จแล้ว โทณพราหมณ์ได้รับ
 ฉันทานุมัติให้เป็นผู้แบ่งพระบรมสารีริกธาตุ ให้เจ้าเมืองต่างๆ เป็น
 ๘ ส่วน แต่โทณพราหมณ์แอบเอาพระเขี้ยวแก้วข้างขวา (พระทันต
 ธาตุ) ซ่อนไว้ที่ผ้าโพกมวยผมเสียเอง พระอินทร์ทราบเรื่อง จึงมา
 เอาไปบรรจุไว้ ในพระเจดีย์จุฬามณี ให้หมู่เทพทั้งหลายได้เคารพ
 สักการะบูชา เรื่องราวเกี่ยวกับสวรรค์ชั้นดาวดึงส์ ที่กล่าวมาเป็น
 แต่เรื่องโดยย่อ เล่าแต่เพียงเท่านี้ ก็คงพอจะได้เค้าว่า สวรรค์ชั้น
 นี้เป็นอย่างไร

ยามาภุมิ โลกของเทวดาชั้นที่ ๓

ภพภูมิ หรือที่เราได้ยินโดยทั่วไปว่า สวรรค์ชั้นยามา สวรรค์ชั้นนี้ จะไม่ขอนำมาเล่า เพราะไม่มีเรื่องเกี่ยวข้องกับพระพุทธเจ้าของเราโดยตรง จะมีก็แต่เรื่อง ของผู้ที่ทำบุญ รักษาศีล ให้ทาน บำเพ็ญสมาธิแล้วไปเกิดบนสวรรค์ชั้นนี้ ว่ากันว่า อายุของเทพชั้นนี้มี ๒,๐๐๐ ปีทิพย์ เท่ากับ ๑๔ โกฎิ ๔ ล้านปีของมนุษย์ เรื่องของสวรรค์ชั้นนี้จึงขอผ่านไป

ดุสิตาภุมิ โลกของเทวดาชั้นที่ ๔

ดุสิตาภุมิ หรือที่เราได้ยินคุ้นหูกันโดยทั่วไปว่า “สวรรค์ชั้นดุสิต” เมื่อก่อนจะตรัสรู้ พระพุทธเจ้ายังเป็นพระโพธิสัตว์ ก็สถิตอยู่บนสวรรค์ชั้นนี้ มีชื่อว่า “เสตเกตุเทพบุตร” แล้วเสด็จอุบัติในโลกมนุษย์ เป็นเจ้าชายสิทธัตถะ ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าในที่สุด พระพุทธมารดาก็สถิตอยู่ที่ชั้นดุสิตนี้เช่นกัน

มีข้อสังเกตว่า เมื่อครั้งที่พระพุทธเจ้าไปจำพรรษาบนสวรรค์ เพื่อเทศน์โปรดพระพุทธรมาดา แม้พระพุทธรมาดาอยู่ชั้นดุสิต แต่พระองค์ก็เลือกที่จะจำพรรษา บนสวรรค์ชั้นดาวดึงส์

เพราะพระองค์ทรงมีเมตตาต่อพระอินทร์เหมือนสามเณรผู้
อุปัฏฐาก ยามเมื่อพระพุทธองค์เจ็บป่วยไม่สบาย พระอินทร์จะมา
อุปัฏฐาก หากพระองค์เสด็จไปจำพรรษาบนสวรรค์ชั้นดุสิต
พระอินทร์ตลอดจนเทวดา ซึ่งเป็นบริวารของพระอินทร์จะ
ไม่สามารถขึ้นไปฟังเทศน์ ที่สวรรค์ชั้นดุสิตได้เป็นธรรมดาว่าเทวดา
ที่อยู่ในสวรรค์ชั้นต่ำ จะขึ้นไปสวรรค์ชั้นสูงกว่าไม่ได้

แต่หากพระองค์ไปจำพรรษาบนสวรรค์ชั้นดาวดึงส์
เทวดาในสวรรค์ชั้นสูงกว่า ก็สามารถลงมาฟังเทศน์ได้

หากจะเปรียบเทียบ ก็เหมือนพระเจ้าแผ่นดิน จะเสด็จ
ไปบ้านนอกบ้านนา ก็ย่อมได้ แต่ชาวนาจะเข้าวังก็คงยาก
ต้องได้รับพระบรมราชานุญาตก่อน

นอกจากนั้น พระศรีอริยเมตไตรยที่จะลงมาตรัสรู้ เป็น
พระพุทธเจ้า ต่อจากพระพุทธเจ้าของเรา ในภัทธกัณฑ์ ก็สถิตอยู่
บนสวรรค์ชั้นดุสิตนี้ด้วย ยังมีเรื่องที่จะทำความเข้าใจเกี่ยวกับ คำ
ว่า “ภัทธกัณฑ์” อีกเล็กน้อย

ในทางพระพุทธศาสนาได้กล่าวถึงช่วงระยะเวลาในโลก
ว่า มีอยู่ ๒ ช่วง แต่ช่วงจะมีพระพุทธเจ้ามาตรัสรู้มากน้อย
แตกต่างกันไป คือ

(๑) ช่วงระยะเวลา ที่โลกเสื่อม

(๒) ช่วงระยะเวลาที่โลกเจริญ

ช่วงระยะเวลาเจริญ เรียกว่า “ภัทรกัป” ยุคที่เราอยู่ในปัจจุบันถือว่าอยู่ในยุคภัทรกัป คือ ยุคข้างฝ่ายเจริญ ในภัทรกัปนี้ จะมีพระพุทธเจ้า ตรัสรู้ทั้งหมด ๕ องค์ คือ

(๑) พระกะกุสันธะพุทธเจ้า ได้มาตรัสรู้แล้ว

(๒) พระโกนาคมะพุทธเจ้า ได้มาตรัสรู้แล้ว

(๓) พระกัสสปะพุทธเจ้า ได้มาตรัสรู้แล้ว

(๔) พระโคตมพุทธเจ้า คือ พระพุทธเจ้าของเราองค์ปัจจุบัน ที่เรานับถือพระพุทธศาสนา เข้าวัดฟังธรรม ทำบุญให้ทาน รักษาศีล ก็คือนับถือคำสอนของพระโคตมพุทธเจ้า พระองค์นี้ ศาสนาของพระองค์จะมีอายุประมาณ ๕,๐๐๐ ปี หลังจากนั้น จะเป็นยุคมหิคัลญุณี คือ ยุคที่มนุษย์มองกันเป็นเพียงสัตว์ชนิดหนึ่ง สุดแต่ว่า ใครจะมีกำลังเข่นฆ่าทำลายล้างกันได้ ช่วงนี้เป็นช่วงว่างเว้นจากพระพุทธเจ้า เมื่อโลกก้าวเข้าสู่ภาวะปกติ ต่อจากนี้ จึงจะมีพระพุทธเจ้ามาตรัสรู้อีกองค์ คือ พระศรีอริยเมตไตรยพุทธเจ้า

(๕) พระศรีอริยเมตไตรยพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าพระองค์นี้ ยังไม่ได้มาตรัสรู้ ปัจจุบันพระศรีอริยเมตไตรยยังสถิตอยู่สวรรค์ชั้นดุสิต จะมาตรัสรู้ในภายภาคหน้า เป็นองค์ที่ ๕ และเป็นพระพุทธเจ้าองค์สุดท้าย ในภัทรกัปนี้ ในยุคของพระองค์ จะเป็นยุคที่ผู้คนอยู่เย็นเป็นสุขไม่มีโรคภัย ไม่มี โจรผู้ร้าย ผู้ทำบุญให้ทานรักษาศีลเท่านั้น จึงจะมาเกิดในยุคสมัยของพระองค์

นิมานตฤๅมิ โลกของเทวดาชั้นที่ ๕

สวรร์คั๓นี้จะไม่ขอกล่าวในรายละเอียด เพราะมีเรื่อง เกี่ยวข้องกับพระพุทธรเจ้าของเราโดยตรงน้อย อายุของเทพชั้นนี้มี ๘,๐๐๐ ปีทิพย์ เท่ากับ ๒๓๐ โทฏี ๔ ล้านปีของมนุษย์ เรื่องของ สวรร์คั๓นี้ ขอเล่าแต่เพียงเท่านี้

ปรนนิมิตวสวัตติฤๅมิ โลกของเทวดาชั้นที่ ๖

สวรร์คั๓ปรนนิมิตวสวัตติฤๅมินี้ เป็นเทวโลกชั้นสุดท้าย สวรร์คั๓นี้แปลกกว่าชั้นอื่น เพราะเป็นสวรร์คั๓ที่มีเทพผู้เป็นใหญ่ ปกครองอยู่ ๒ ฝ่าย คือ

ฝ่ายเทพยดา มีเทวาริราช

ชื่อว่า “พระปรนนิมิตเทวาราช” เป็น ผู้ปกครองเหล่า เทพทั้งหลาย

ฝ่ายมาร มีพญามาราริราช

ชื่อว่า “ท้าวปรนนิมิตวสวัตติมาราริราช” เป็นผู้ปกครอง เทพฝ่ายมาร

ปรนิมมิตวสวัตติมาราธิราช คนทั่วไปรู้จักกันในนาม **พญาวสวัตติมาร** เราทั้งหลายล้วนรู้จักมารท่านนี้ดี ในฐานะพญามารผู้ตามขัดขวางการบำเพ็ญบารมีของพระพุทธเจ้ามาโดยตลอด จากพุทธประวัติตอนพระพุทธองค์ผจญมาร ซึ่งกลายมาเป็นพระพุทธรูปปางมารวิชัย ที่คนไทยเรานิยมสร้างกัน พระองค์มีพญาช้างที่มีกำลังมหาศาล ชื่อ “**ครีเมขล**” เป็นพาหนะคู่ใจ ว่ากันว่า พญาช้างขลิเมขลของพญามารนี้มี พละกำลังมหาศาลกว่าช้างเอราวัณของพระอินทร์

ก่อนตรัสรู้ พระพุทธเจ้าได้ผจญพญาวสวัตติมารนี้ แต่จะมีใครที่รู้ว่า พญามารท่านนี้เคยบำเพ็ญบุญมามาก และได้ตั้งความปรารถนาพุทธภูมิ คือ ตั้งความปรารถนาที่จะเป็นพระพุทธเจ้าในอนาคตด้วย



โพธิอามาทย์ อดีตชาติพญามาร

เมื่อครั้งเกิดเป็นมนุษย์ พญามารสวัตติมาร มีชื่อว่า “โพธิอามาทย์” เป็นอามาทย์ผู้ใหญ่ ของพระเจ้าแผ่นดินพระองค์หนึ่ง โพธิอามาทย์พร้อมทั้งชาวเมือง ถูกพระเจ้าแผ่นดินห้ามไม่ให้ทำบุญกับพระกัสสปพุทธเจ้า ถ้าใครขืนทำ จะมีโทษถึงถูกประหารชีวิต

โพธิอามาทย์นั้น มีศรัทธาอย่างแรงกล้า แม้จะถูกประหารชีวิตก็ยอม ขอเพียงได้ถวายทานแก่พระกัสสปพุทธเจ้า ด้วยมาคิดว่า การที่พระพุทธรูปอุบัติขึ้นในโลกนั้นเป็นเรื่องยาก การที่จะพบเห็นพระพุทธรูปนั้นก็เป็นเรื่องยากยิ่ง และบัดนี้พระพุทธรูปได้เสด็จมาถึงเมืองที่ตนอยู่แล้ว การมีโอกาสถวายทานแก่พระองค์จึงชื่อว่า เป็นลาภอันประเสริฐ

โพธิอามาทย์จึงยอมสละชีวิต เพื่อให้ได้ถวายทาน

ด้วยความตั้งใจแม้สละชีวิตก็ยอม ขอให้ได้ถวายทานแก่พระกัสสปพุทธเจ้า โพธิอามาทย์ได้ปรารถนาที่จะเป็นพระพุทธรูป ในอนาคต

ในการทํานุญครั้งนั้น โภธิอำมาตย์มีโทษถึงถูกตัดสินประหารชีวิต หลังจากโภธิอำมาตย์ตายแล้ว ได้ไปเกิดบนสวรรค์ชั้นปรนิมมิตวสวัตตี ปกครองเทพฝ่ายมาร มีชื่อว่า “**ปรนิมมิตวสวัตติมาราริราช**” แต่เพราะความที่ท่านยังเป็นปุถุชน แม้จะไปเกิดเป็นเทพบนสวรรค์ชั้นสูงสุด ก็ยังมีจิตติบ้างไม่ตีบ้าง ปะปนกันไป

เมื่อครั้งพระพุทธเจ้าของเราออกบวช จะได้ตรัสรู้เป็นพระสัมพันธัญญ์พุทธเจ้าก่อนพญาวสวัตติมาร จึงเกิดอิจฉาริษยาตามขัดขวางการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้ามาโดยตลอด แต่ไม่เคยทำอันตรายใดๆ ต่อชีวิต มุ่งหวังเพียงต้องการให้พระพุทธเจ้าของเรา เปลี่ยนความตั้งใจอย่างเดียว

ในพุทธประวัติ ได้กล่าวถึงตอนที่พระพุทธองค์มัจจุพญาวสวัตติมาราริราชไว้ว่า

พญามาราริราชคิดว่า จักให้พระโพธิสัตว์ลูก จากบัลลังก์หนีไปด้วยลม จึงบันดาลลมหนาวตะให้ตั้งขึ้น ลมนั้นถึงแม้ว่า จะสามารถพัดทำลายยอดภูเขาใหญ่น้อยทั้งหลายให้ราบคาบ สามารถถอนต้นไม้ กอไม้ และพัดกระหน่ำหมู่บ้านให้ละเอียดลงรอบด้าน แต่เมื่อมาถึงพระโพธิสัตว์ ก็ไม่อาจพัดชายฉิวรให้ไหวได้ ด้วยอานุภาพแห่งพระบารมีของพระโพธิสัตว์

พญาสวัสดิมาราธิราชจึงบันดาลให้ท่าฝนใหญ่ตั้งขึ้น
บันดาลท่าฝนเครื่องประหาร บันดาลท่าฝนหิน บันดาลท่าฝน
ถ่านเพลิง บันดาลท่าฝนเก้าอี้ บันดาลท่าฝนทราย บันดาลท่า
ฝนเปลือกตม และบันดาลความมืดรวมเป็นเครื่องประหาร ๙
ชนิด ให้ตั้งขึ้นรอบด้าน โดยมุ่งหวังจะให้พระโพธิสัตว์หนีไป
แต่อันตรายจากเครื่องประหารเหล่านั้น ก็ไม่สามารถทำให้
พระองค์สะดุ้งสะเทือนได้

สุดท้าย ภายหลังการตรัสรู้ ของพระพุทธองค์ ลูกสาว
แสนสวย ทั้ง ๓ คนของพญามาร คือ นางตันทา นางราคา
และนางอรดี ได้อาสามาพื่อนร่ายยั่ววนเมืองพระพักตร์
หวังจะให้พระองค์เลิกล้มความตั้งใจ แต่ก็ไร้ผล ทำให้พญา
มาราธิราชกลับไป ด้วยความเศร้าโศกเสียใจเป็นอย่างมาก
รอคอยโอกาสอยู่ในวิมานบนสวรรค์ของตน

ข้อความดังกล่าว นูรพาจารย์ ภายหลังได้นำมาร้อยเรียง
เป็นบทสวด ที่เราเรียกกันว่า บทถวายพรพระ หรือ บทพาหุง
ดังปรากฏข้อความ ในคาถาพ่อนแรกว่า

พาหุง สะทลัสสะมะภินิมิตตะสาวุธันตัง
ครีเมขะลัง อุทิตะโฆระสะเสนะ มารัง
ทานาทิธัมมะวิธินา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิฯ

ปางเมื่อพญามารนิรมิตแขนถืออาวุธครบตั้งพันแขน ขับซี
ข้าง ครีเมขล สะพริบพร้อมด้วยพลเสนามาร โห้ร้อง
ก้องกึ่งพิลิกสะพริงกล้วเข้ามาประจัญ พระจอมมุนีทรงใช้วิธี
ทางธรรม คือ ทรงเสี้ยงพระบารมี มีทาน เป็นต้น เข้าผจญ
ได้ชัยชนะ ด้วยเดชแห่งองค์พระผู้พิชิตมารนั้น ขอชัยมงคล
จงมีแก่ท่าน

หลังพระพุทธเจ้าปรินิพพานไปแล้วประมาณ ๓๐๐ ปี เมื่อครั้ง
พระเจ้าอโศกมหาราชสร้างเจดีย์ ๘๔,๕๐๐ องค์ ถวายเป็น
พุทธบูชา วสวัตติมาราธิราชได้มาขัดขวางการเฉลิมฉลอง แต่
พระอุปคุตมหาเถระ ผู้เกิดหลังพุทธปรินิพพานทรงอภิญญา
แก้กัณฑ์ได้ตั้งสัตยาธิษฐานปราบพญามารด้วยการเสกหมาเน่า
พันคอ มีให้ใครสามารถนำออกได้ พญามารได้รับความอับอาย
ในหมู่เทพพนนละพยศ

ในคราวครั้งนั้น พญามารคร่ำครวญว่า แม้เมื่อครั้ง พระพุทธเจ้า ผู้เป็นศาสดาของพระมหาเถระยังมีชีวิตอยู่ ตนได้ ประทุษร้าย ต่อพระพุทธองค์เป็นอันมาก แต่พระองค์ก็ยังเปี่ยม ด้วยเมตตา มิเคยทำให้ตนได้รับความอับอายเลย แต่ไฉนท่าน อุปัคตเถระ เป็นแต่เพียงพระสาวกของพระพุทธองค์ได้มีความ เมตตาเช่นนั้นต่อตนเลย

พญายามารได้ตั้งความปรารถนา ที่จะเป็นพระพุทธเจ้าผู้ เปี่ยมด้วยเมตตา ต่อหน้าพระอุปัคตมหาเถระเจ้าอีกครั้ง

สมัยก่อน พระสงฆ์นิยมนำเรื่องนี้มาเทศน์ ในงานเทศน์ มหาชาติ เราเรียกเทศน์กัณฑ์นี้ว่า “ปัญญาบารมี” ต่อจากนั้น จึงเทศน์กัณฑ์มัลลทินมาลัยแสน บอกเล่าเรื่องราวความเป็นไป ของนรกสวรรค์ เตือนสติชาวพุทธ

ปัจจุบันเรื่องเหล่านี้แทบจะหาฟังไม่ได้แล้ว

จำได้ว่า เมื่อยังเด็ก ในงานบุญมหาชาติหลังแห่พะวงส (พระเวสสันดร) เข้าเมือง ตกเย็นพระท่านจะเทศน์ปัญญาบารมี และมัลลทินมาลัยแสน ว่าด้วยพระมาลัยดับไฟนรก และ พระอุปัคตมหาเถระ ผู้เกิดหลังพุทธกาลว่า ๓๐๐ ปี กล่าวอ้างบารมี ๓๐ ทักษ์ของพระพุทธองค์ แล้วเอาชนะพญามารได้

พอถึงตอนพระอุปัคตเสกหมาเนาพันคอพญามาร ก็ดูเป็นเรื่องสนุก ยิ่งถึงตอนที่พญามารถูกหมาเนาพันคอ เหาะไปหา เทวดาต่างๆ ให้ช่วยก็ยิ่งดูน่าขัน

แต่ตอนนั้นก็ยังไม่รู้ เรื่องอะไร เพราะยังเด็กอยู่มาก

เรื่องราวสวรรค์ตามที่กล่าวมา แม้จะไม่ละเอียด แต่ก็พอจะทำให้โยมแม่ใหญ่เห็นภาพรวมได้บ้าง ต่อไปนี้จะพูดถึงเรื่องราวของพรหมโลก

พรหมโลก

โลกของปุุเข้าถึงความเป็นหมูพรหม

สวรรค์ตามที่กล่าวมานั้นมีทั้งหมด ๖ ชั้น สูงขึ้นไปกว่านั้น เป็นพรหมโลก

พรหมโลกนั้น มีทั้งหมด ๒๐ ชั้น แบ่งเป็นพรหมที่มีรูปร่าง เรียกว่า “**รูปพรหม**” ๑๖ ชั้น และพรหมที่ไม่มีรูปร่าง เรียกว่า “**อรุปรหม**” อีก ๔ ชั้น รวมเป็นพรหมโลก ๒๐ ชั้น ผู้ที่จะไปเกิดในพรหมโลกแต่ละชั้น ต้องทำสมาธิจนได้บรรลุฌาน ๔ ชั้นเท่านั้น คือ

- (๑) ปฐมฌาน ฌานชั้นที่หนึ่ง
- (๒) ทุตยฌาน ฌานชั้นที่สอง
- (๓) ตตยฌาน ฌานชั้นที่สาม
- (๔) จตุตถฌาน ฌานชั้นที่ ๔

ฌานทั้ง ๔ ชั้นต่ำสูงตามความละเอียดประณีตของฌานที่
ได้บรรลุ เกี่ยวกับฌานเป็นเรื่องค่อนข้างละเอียด เพราะเกี่ยวกับ
สมาธิโดยตรง อาตมาตั้งใจจะเล่าให้ฟังเป็นเรื่องหนึ่งต่างหาก

ในทางพระพุทธศาสนาได้จำแนกพรหมโลกชั้นต่างๆ ตาม
ระดับจิตที่ได้บรรลุฌานไว้ ดังนี้

ปฐมฌาน ฌานชั้นที่ ๑ ผู้ที่ได้บรรลุฌานชั้นที่หนึ่ง แต่มี
กำลังฌานอ่อน ไม่แก่กล้า หากฌานยังไม่เสื่อม เมื่อตายจะไป
บังเกิดในพรหมโลกชั้นแรก ชื่อว่า **พรหมปารีสัชชา** พรหมโลก
ชั้นนี้มีภพภูมิที่ละเอียด ประณีตสูงกว่าสวรรค์ทั้ง ๖ ชั้น มีอายุยืน
นับได้หนึ่งในสามของวิวัฏฐายีอสงไขยกัป

อายุของสวรรค์ตลอดจนพรหมโลกแต่ละชั้น จะกล่าว
เป็นการเฉพาะข้างหน้า

ผู้ที่ได้บรรลุปฐมฌาน ที่มีกำลังฌานปานกลาง เมื่อตาย
จะไปบังเกิดในพรหมโลกชั้น **พรหมปุโรหิต** พรหมโลกชั้นนี้
ประเสริฐกว่าพรหมชั้นแรก รูปร่างใหญ่และประณีตกว่าอายุของ
พรหมชั้นนี้ ก็ยาวนานกว่าพรหมชั้นแรก นับได้ ๓๒ อังตรกัป

ผู้ที่ได้บรรลุปฐมฌานระดับปณีตฌาน คือ ได้บรรลุ
ปฐมฌานที่มีกำลังแก่กล้า เมื่อตายจะไปบังเกิดบนพรหมโลกชั้น
มหาพรหม ซึ่งประเสริฐกว่าพรหมทั้งสอง พรหมชั้นนี้มีอายุนาน
นับได้ ๑ มหากัป

สำหรับพรหมโลกชั้นพรหมปาริไลชชา พรหมโลกชั้นพรหมบุโรหิต และพรหมโลกชั้นมหาพรหม ทั้ง ๓ ชั้นนี้ อยู่ในระดับเดียวกัน แต่มีความละเอียดประณีตแตกต่างกัน ตามความละเอียดประณีตของจิต ที่เกิดจากกำลังฌาน

ทุตติยฌาน ฌานชั้นที่ ๒ ผู้ที่ได้บรรลุทุตติยฌานมีกำลังฌานอ่อน เมื่อตายไปแล้ว จะไปบังเกิดอยู่ในพรหมโลกชั้น **ปริตตภาภูมิ** ซึ่งประเสริฐกว่าพรหมทั้งสามชั้นขึ้นไปอีก พรหมชั้นนี้มีอายุ ๒ มหากัป

ผู้ที่ได้บรรลุทุตติยฌานชั้นมัชฌิมทุตติยฌาน มีกำลังฌานปานกลาง เมื่อตายไปแล้ว จะไปบังเกิดอยู่ในพรหมโลกชั้น **อัปปมาณาภาภูมิ** พรหมโลกชั้นนี้นับว่าประณีตขึ้นไปอีก มีรัศมีมากมายมหาศาล พรหมชั้นนี้มีอายุถึง ๔ มหากัป

ผู้ที่บรรลุทุตติยฌานชั้นปณิตทุตติยฌาน มีกำลังฌานแก่กล้า เมื่อตายไปแล้ว จะไปบังเกิดในพรหมโลกชั้น **อาภัสสระ** ซึ่งประเสริฐกว่า พรหมทั้ง ๔ ชั้น คือ มีประกายรุ่งเรืองโรจน์รุ่งพุ่งเปล่งออกดังสายฟ้าแลบ อายุของพรหมชั้นนี้มีถึง ๘ มหากัป

ตติยฌาน ฌานชั้นที่ ๓ ผู้ที่ได้บรรลุตติยฌานมีกำลังฌานอ่อน เมื่อตายไปแล้ว จะไปบังเกิดในพรหมโลกชั้น**ปริตตสุภาภูมิพรหม** ชั้นนี้แม้จะมีความสง่างามแห่งรัศมีน้อยหน้อย แต่ก็ยังสูงกว่าพรหมทั้ง ๖ นั้น พรหมชั้นนี้มีอายุยืนถึง ๑๖ มหากัป

ผู้ที่ได้บรรลุดัตถิยามาน มีกำลังปานกลาง เมื่อตายไปแล้ว จะไปบังเกิดในพรหมโลกชั้นอัปมาณสุภาภูมิ พรหมชั้นนี้มีความสง่างาม มีรัศมีอันหาประมาณมิได้ อายุของพรหมชั้นนี้ มีถึง ๓๒ มหากัป ผู้ที่ได้บรรลุดัตถิยามานชั้น **ปณิตตติยามาน** มีกำลังฉานแก่กล้า เมื่อตายไปแล้วจะไปเสวยสุขอยู่บนพรหมโลกชั้น **สุภกิตทาภูมิ** พรหมชั้นนี้มีความรุ่งเรืองสง่างามแห่งรัศมี สลับซับซ้อนตลอดไปทั่วร่างกาย พรหมชั้นนี้มีอายุยืนถึง ๖๔ มหากัป

จตุตถยามาน ฌานชั้นที่ ๔ ส่วนผู้ที่ได้บรรลวจตุตถยามาน เมื่อตายไปแล้ว จะไปบังเกิดในพรหมโลกชั้นเวหัพผลาภูมิ พรหมชั้นนี้สมบูรณ์บริบูรณ์กว่าพรหมทั้ง ๙ ชั้น ไม่ต้องถูกทำลายหรือเกิดอันตรายจากไฟบ้าง น้ำบ้าง ลมบ้าง พอถึงเวลาจะถูกทำลาย ก็ต้องโดนทำลายไปตามกาลเวลา แต่พรหมชั้นนี้พ้นจากอันตรายเหล่านี้ ไม่ต้องถูกทำลาย เพราะบุญเต็มเต็มเปี่ยม พรหมชั้นนี้มีอายุยืนถึง ๕๐๐ มหากัป

จากนี้ไปจะกล่าวถึงฌานที่ละเอียดประณีตมาก จนรู้สึก ว่า ตนเองไม่มีรูปร่าง มีแต่จิตอย่างเดียว จึงเรียกผู้ที่เข้าฌานในระดับนี้ว่า **อรุปรมาณ** แปลว่า **ฌานไม่มีรูปร่าง** มี ๔ คือ

(๑) **อากาศานัญญาจยตนฌาน** ผู้ที่ได้บรรลุฌานชั้นนี้ นับว่า แผลก เพราะเป็นฌานไม่มีรูปไม่มีร่าง มีเพียงจิตเท่านั้น ที่เป็นเช่นนี้ เพราะเมื่อปฏิบัติสมาธิบรรลุจตุตถฌานแล้ว ก็ยังไม่พึงพอใจ เกิดความเบื่อหน่ายในร่างกายจึงบำเพ็ญเพียรต่อ โดยกำหนดเห็นอากาศไม่มีที่สิ้นสุด บำเพ็ญเพียรอยู่อย่างนี้ จนได้บรรลุอากาศานัญญาจยตนฌาน เมื่อตายไปแล้วจะไปบังเกิดในพรหมโลกชั้น **อากาศานัญญาจยตนภูมิ** พรหมโลกชั้นที่ ๑๗ ไม่มีรูปไม่มีร่าง มีเพียงจิต จึงจัดเป็นพรหมชั้นสูง จนไม่มีรูปร่าง อายุของพวกเขายืนยาว นานแสนที่จะนาน ถึง ๒,๐๐๐ มหากัป

(๒) **วิญญาณัญญาจยตนฌาน** ผู้ที่ได้บรรลุฌานชั้นนี้ก็ เช่นกับพวกพรหมชั้นอากาศานัญญาจยตนภูมิ คือ พวกพรหมไม่มีรูปร่าง มีเพียงจิตเสวยสุขอยู่ นิ่งเฉยเหมือนลอยอยู่ กลางอากาศ พรหมพวกนี้ได้บรรลุจตุตถฌาน แล้วก็ไม่พอใจ เกิดความเบื่อหน่ายในร่างกายตน จึงบำเพ็ญเพียร จนได้บรรลุอากาศานัญญาจยจนะ ก็ไม่พอใจ จึงบำเพ็ญเพียรต่อไป โดยกำหนดภาวนาถึงความละเอียดของวิญญาณ ไม่มีที่สิ้นสุดจนได้สำเร็จ **วิญญาณัญญาจยตนฌาน** เมื่อตายแล้วจะไปบังเกิดในพรหมโลกชั้น **วิญญาณัญญาจยตนภูมิ** พรหมไม่มีรูปร่าง มีเพียงจิตเสวยสุขอยู่ โดดเด่นบนอากาศ มีอายุยืนถึง ๔,๐๐๐ มหากัป

(๓) **อาภิกขุญญาตนถน** ผู้ที่ได้บรรลุภานนี้ ก็เช่นเดียวกัน ไม่พอใจในวิญญานถนญญาตนถน บำเพ็ญเพียร ต่อไปจนสำเร็จอาภิกขุญญาตนถน โดยกำหนดว่า **“อะไรๆ ก็ไม่มีๆๆ”** ภานาอยู่จนสำเร็จอาภิกขุญญาตนถน เมื่อตายไปแล้วจะไปบังเกิดในอรุปรหม คือ พรหมไม่มีรูป มีเพียงนามจิต ในชั้น**อาภิกขุญญาตนถน** มีอายุยืนยาวมาก นานถึง ๕,๐๐๐ มหากัป

(๔) **เนวลัญญานาญญาตนถน** ซึ่งเป็นภานชั้นสูงที่สุดในบรรดาภานโลกทั้งหลาย เป็นภานที่มีลัญญาละเอียดประณีตที่สุด คือ จะมีลัญญาก็ไม่ใช่ ไม่มีลัญญา ก็ไม่ใช่ ผู้ที่ได้บรรลุภานชั้นนี้ โดยกำหนดภานาว่า **“ประณีต ๆ ๆ”** ที่กำหนดภานาอยู่เช่นนี้ ก็เพื่อหนีทุกข์แห่งร่างกายให้ไกลที่สุด คิดแม้กระทั่งว่าจิตก็จงหมดสิ้นไป จิตอย่าได้มี จึงเรียกว่า **“มีลัญญาก็ไม่ใช่ ไม่มีลัญญาก็ไม่ใช่”** เป็นเพียงจิตอันละเอียดประณีตมาก เมื่อตายแล้วจะไปเสวยสุขอยู่ในพรหมโลกชั้นเนวลัญญานาญญาตนถน เป็นภานของพรหมที่ไม่มีรูป อายุยืนถึง ๘๔,๐๐๐ มหากัป

นอกจากนั้นยังมี **จตุตถภานอีกอย่างหนึ่ง** เรียกว่า **“อัญญจตุตถภาน”** แต่ก็จัดเข้าในเนวลัญญานาญญาตนถนภานนี้เช่นกัน ได้แก่ ภาน ๔ ที่ได้บรรลุจากปริกรรมวาโยกลินครั้งนออกจากภานแล้ว เกิดความเบื่อหน่ายจิต เกลียดชังจิตเป็นอันมาก เมื่อออกจากภานภานาอยู่ว่า **“ตัวข้าอย่ามีลัญญาๆๆ”** บำเพ็ญเพียรอยู่เช่นนี้ เมื่อตายแล้วจะไปเสวยสุขอยู่ในอรุปรหม คือ ปรากฏเหมือนมีเพียงรูปเท่านั้น

คัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา แสดงข้อที่นับว่าแปลกของพรหมชั้นนี้ไว้ว่า พรหมพวกนี้ตั้งอยู่ในวิมานอันสวยงาม แต่บางองค์ยืนนิ่ง บางองค์ก็นั่งนิ่ง ไม่มีหวั่นไหว ไม่มีการกระดิกทั้งนิ้วมือหรืออวัยวะอื่นใด เหมือนเทวรูปที่เขาปั้นตั้งไว้ ยืนอยู่อย่างไรก็อยู่อย่างนั้น ที่เป็นเช่นนี้ ก็เนื่องมาจากผู้ที่ได้บรรลุลक्षणุตตถกมาน ตายในอิริยาบถนั้น ก็จะขึ้นไปปรากฏนั่งนิ่งอยู่ไม่ขยับ ถ้ายืนตาย ก็จะขึ้นไปปรากฏยืนไม่ขยับ นั่งอยู่นิ่งๆ ยืนอยู่นิ่งๆ เหมือนรูปปั้นในพรหมโลกนั้น จึงเรียกพรหมโลกชั้นนี้ว่า “อสังขญสัตตาพรหม”

ต่อไปนี้จะพูดถึงพรหมโลกชั้นต่างๆ ให้โดยมพิง ส่วนรายละเอียดประวัติความเป็นมา จะขอกว่าเฉพาะชั้นที่สำคัญ และเกี่ยวเนื่องกับพระพุทธเจ้าของเรา พอเป็นอุทาหรณ์เท่านั้น พรหม ๒๐ ชั้นมี ดังนี้

- | | |
|---------------------|------------------|
| ๑. พรหมปาริฉชชา | พรหมโลกชั้นที่ ๑ |
| ๒. พรหมบุโรหิตาภุมิ | พรหมโลกชั้นที่ ๒ |
| ๓. มหาพรหมภุมิ | พรหมโลกชั้นที่ ๓ |

ที่ได้ชื่ออย่างนี้ เพราะเป็นที่อยู่ของพรหมผู้ใหญ่ทั้งหลาย
เมื่อว่าโดยอายุก็มีอายุยืนยาวมาก จนทำให้พรหมที่เกิดในชั้นนี้เข้า
ใจไขว่เขวไปต่างๆ ก็มี คือ เข้าใจไปว่า ตนเองไม่แก่และไม่ตาย
ตัวอย่างที่พอจะเล่าให้ฟังก็คือ **พกาพรหม** ตามที่ปรากฏในบท
ถวายพรพระ ที่พระสงฆ์ท่านใช้สวด ในเวลาที่เราทำบุญในโอกาส
ต่างๆ ข้อความในบทถวายพรพระ มี ดังนี้

ทุกคาหะทัญญุชชะเคนนะ สุกัญฐะหัตถัง
พรหมัง วิสุทธิชุตติมิตฺติพะกาภิธานัง
ญานาคะเทนะ วิธินา ชิตะวา มุนินโท
ตันเตชะสา ภาวะตุ เต ชะยะมังคะลานิฯ

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ทรงชนะพรหม
ชื่อพกะ ผู้สำคัญตนว่ามีความบริสุทธิ์ มีรัศมี เรื่องอำนาจ
และมีฤทธิ์ ไม่มีใครยิ่งกว่า จึงเกิดความเห็นผิดไปว่า
ชีวิตของพรหมเป็นชีวิตที่เป็นอมตะ จึงได้แย้งคำสอน
ของพระพุทธองค์ เปรียบเหมือนคนถูกงูกัดที่มือ พระ
จอมมุนี ทรงใช้วิธีแสดงพระญาณครอบงำญาน ให้กว้าง
กว่า ทำให้พรหมหมดความเห็นผิดจึงได้รับชัยชนะ ด้วย
เดชานุภาพ แห่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้
เป็นจอมมุนี ที่ได้ทรงชนะพรหมชื่อพกะนั้น ขอชัยมงคล
ทั้งหลายจงมีแก่ท่าน

พิกามหาพรหม บังเกิดในพรหมโลกชั้น**มหาพรหม** มีอายุยืนนานจนเกิดความคิดว่า ตนไม่แก่และไม่ตาย ยินดีกับคำยกยอที่มนุษย์สรรเสริญว่า มหาพรหมเป็นผู้ประเสริฐยิ่งนัก เป็นผู้ม้คักดานภาพยิ่งใหญ่นัก เป็นผู้สร้างโลกสร้างสัตว์น้อยใหญ่และสรรพสิ่งให้เกิดขึ้นในโลก เป็นผู้ม้ตบะยิ่งนัก มีอำนาจเหนือสิ่งทั้งปวง พิกาพรหมเกิดที่สิวิบัติไปว่า นิพพานที่พระพุทธเจ้าพูดถึงกันนั้น เป็นสิ่งไร้สาระ

องค์สมเด็จพระลัมมัลัมมพุทธเจ้า ทรงทราบวาระจิตของพิกามหาพรหม จึงได้เสด็จไปยังพรหมโลก ท้าวพิกาพรหมเห็นเข้า จึงเกิดความคิดที่จะได้หักล้างคำสอนของพระพุทธเจ้า ท้าวพิกาพรหมกล่าวว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงล้วนเป็นของเที่ยง ตั้งมั่น ยั่งยืนไม่เปลี่ยนแปลง คงทนถาวรไม่มีที่สิ้นสุด ไม่รู้จักแก่ ไม่รู้จักตาย ไม่มีความทุกข์เกิดแก่ผู้ใด มีแต่ความสุขเบิกบาน ทุกข์เพราะการเกิด ทุกข์เพราะความเจ็บ ทุกข์เพราะความแก่ และทุกข์เพราะความตายไม่มี

พระพุทธองค์ตรัสเตือนว่า แม้ท่านจะมีเดชาานุภาพมาก มีรัศมีส่องสว่างไปเป็นหมื่นโลก แต่หากไฟกิเลสยังเผาผลาญจิตใจอยู่เช่นนี้ จะชื่อว่า อยู่สุขสำราญได้อย่างไร แม้ท่านจะชื่อว่า เป็นผู้ม้คักดานภาพมาก แต่ก็ไม่อาจล่วงรู้ไปถึงที่อยู่ของพรหมชั้นสูงขึ้นไป ทั้งวิธีการที่จะไปเกิดในพรหมชั้นสูงๆ นั้น ก็ไม่รู้

ท้าวพกาพรหมกล่าวตอบพระพุทธเจ้าว่า พระพุทธองค์กล่าวเช่นนี้ เหมือนไอ้อวดว่า มีศักดิ์านุกาพมากสามารถล่วงรู้พรหมโลกเบื้องสูงแต่ผู้เดียว แม้ตัวเองมีศักดิ์านุกาพยิ่งหาใครเสมอมิได้ ก็ยังไม่ไอ้อวดไปว่ารู้

พระพุทธเจ้าตรัสว่า พกาพรหมกล่าวเหมือนตนเองมีฤทธิ์มาก ถ้าเช่นนั้น ท่านจงแสดงฤทธิ์หายตัวไป อย่าให้เราเห็นได้เดี๋ยวนี้ ท้าวพกาพรหมคิดว่า ตนเองมีศักดิ์านุกาพหาใครเสมอมิได้ จึงรับคำท้า แล้วหายตัวไป แต่จะหายตัวไปซ่อนเร้นที่ไหน พระพุทธเจ้าก็แสดงฤทธิ์ สามารถมองเห็นได้จนท้าวมหาพรหมจนปัญญา เจ้าจุกอยู่ ณ วิมานของตน และพระพุทธองค์ก็ทรงแสดงฤทธิ์ด้วยการหายตัวไป ยังปรากฏอยู่ที่แต่เสียงเทคนาของพระพุทธเจ้า ที่ดังก้องไปทั่วพรหมโลก ส่วนตัวนั้น หาปรากฏไม่

เมื่อครั้งมีชาติเป็นมนุษย์ พกาพรหมนั้นมาพิจารณาเห็นว่า การครองเรือนมีแต่ความทุกข์ จึงสละทรัพย์สมบัติ ออกบวชเป็นฤๅษี บำเพ็ญพรตจนได้ฌานชั้นที่ ๔ (จตุตถฌาน) ตายไปเกิดในพรหมโลกชั้นเวหัพปลา เลื่อมจากฌานชั้นที่ ๔ ตายไปแล้วลดลงมาเกิดในพรหมโลก ชั้นสุภกนิหา เมื่อฌานชั้นที่ ๓ เลื่อม ตายไปแล้วลดลงมาเกิดในพรหมโลกชั้น อาภัสสรพรหม ครั้นฌานชั้นที่ ๒ เลื่อมจึงลดชั้นลงมา เกิดในพรหมโลกชั้น มหาพรหม

พรหมโลกแต่ละชั้นก็มีอายุยืนนานมาก เพราะความที่พกาพรหมเกิดวนเวียนอยู่แต่ในพรหมโลก พกาพรหม จึงเข้าใจไปว่า ตนและสรรพสิ่งเที่ยงแท้ไม่แปรเปลี่ยน ไม่แก่และไม่ตาย

- | | |
|-------------------|-------------------|
| ๔. ปริตตภาภุมิ | พรหมโลกชั้นที่ ๔ |
| ๕. อัปพมาณาภุมิ | พรหมโลกชั้นที่ ๕ |
| ๖. อาภัสสรภุมิ | พรหมโลกชั้นที่ ๖ |
| ๗. ปริตตสุภุมิ | พรหมโลกชั้นที่ ๗ |
| ๘. อัปพมาณาสุภุมิ | พรหมโลกชั้นที่ ๘ |
| ๙. สุภกิมหาภุมิ | พรหมโลกชั้นที่ ๙ |
| ๑๐. เวห้พผลภุมิ | พรหมโลกชั้นที่ ๑๐ |
| ๑๑. อลัญญลัตตภุมิ | พรหมโลกชั้นที่ ๑๑ |
| ๑๒. อวิหาภุมิ | พรหมโลกชั้นที่ ๑๒ |
| ๑๓. อตปปาภุมิ | พรหมโลกชั้นที่ ๑๓ |
| ๑๔. สุทัสสาภุมิ | พรหมโลกชั้นที่ ๑๔ |
| ๑๕. สุทัสสิภุมิ | พรหมโลกชั้นที่ ๑๕ |
| ๑๖. อกนิฏฐภุมิ | พรหมโลกชั้นที่ ๑๖ |

พรหมโลกชั้นนอกนิฏฐะภูมินี้ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้มีศีล สมาธิ และปัญญา อันยิ่งกว่าล้าเลิศสูงกว่าพรหมทุกชั้นข้างต้น และเป็นพรหมชั้นสุดท้าย ที่มีรูปร่างละเอียดประณีตยิ่ง สูงขึ้นไปจากอกนิฏฐะพรหมนี้ เป็นพรหมที่ไม่มีรูปร่าง แต่อยู่ด้วยจิตและเจตสิก และเจตสิกนี้ หมายถึง ภาวะที่จิตรับรู้ได้

พรหมโลกชั้นนอกนิฏฐะภูมินี้ ปรากฏว่า เจตีย์ที่สำคัญองค์หนึ่ง ชื่อ “**ทุสเจตีย์**” เมื่อครั้งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเรา จะออกบวชนั้น พรหมทั้งหลายที่อยู่ในชั้นนอกนิฏฐะภูมินี้ ได้พากันถือเอาบริวารและผ้าไตรจีวร เครื่องใช้สำหรับผู้บวชมาจากพรหมโลก เพื่อให้พระโพธิสัตว์ผู้จะตรัสรู้เป็นพระพุทธรเจ้าเปลี่ยนเครื่องแต่งตัว เมื่อพระโพธิสัตว์รับเอาผ้า ไตรมาครองแล้ว ได้ยื่นผ้าขาวที่พระองค์ทรงก่อนบวชให้แก่พรหม ท้าวมหาพรหมรับผ้าขาวนั้นมาแล้ว นำไปยังอกนิฏฐะพรหมโลก เนรมิตเจตีย์แก้ว ชื่อว่า “**ทุสเจตีย์**” บรรจุผ้าขาวนั้นไว้สักการบูชา

ว่ากันว่า แม้ในปัจจุบัน ยังปรากฏมีพรหมเป็นจำนวนมาก พากันมาสักการะทุสเจตีย์ ที่บรรจุผ้าขาววันออกบวชของพระพุทธรเจ้า มิได้ขาด

อรุปรพรม ๔ ชั้น มีดังนี้

- ๑๗. อากาสาณัญญายตนภุมิ พรหมโลกชั้นที่ ๑๗
- ๑๘. วิญญาณัญญายตนภุมิ พรหมโลกชั้นที่ ๑๘
- ๑๙. อากิญัจญญายตนภุมิ พรหมโลกชั้นที่ ๑๙
- ๒๐. เนวสัญญานาสัญญายตนภุมิ พรหมโลกชั้นที่ ๒๐

ความละเอียดประณีตและอายุของเทวดาในแต่ละชั้น คุณจะเห็น เรื่องที่เข้าใจได้ยาก เพราะอยู่นอกเหนือจากสิ่งที่เราสามารถรับรู้ได้ เกินกำลังสติปัญญาของมนุษย์ จะทำความเข้าใจได้

การนับอายุของสวรรค์และพรหมโลก

การกำหนดนับอายุของผู้ที่ไปเกิดในสวรรค์และพรหมโลกนั้น เป็นสิ่งที่ทำได้ยากยิ่ง เพราะมีอายุยืนยาวจนไม่สามารถคำนวณ ด้วยภาษามนุษย์ แต่ท่านได้แสดงไว้พอให้เห็นเป็นตัวอย่าง ครั้นจะ ข้ามไป ไม่กล่าวถึงอายุเทวดาและอายุพรหม การเล่าเรื่องภพภูมิ ในพระพุทศศาสนา ก็จะไม่สมบูรณ์ ต่อไปนี้ จะเปรียบเทียบความ แตกต่าง ระหว่างอายุของผู้ที่เกิดในสวรรค์กับอายุของมนุษย์

(๑) จาตุมหทาราชิกาภุมิ มีอายุ ๕๐๐ ปีทิพย์ ท่านเปรียบเทียบกับเท่ากับ ๙ ล้านปี ในเมืองมนุษย์

(๒) ดาวติงสาภุมิ มีอายุ ๑,๐๐๐ ปีทิพย์ ท่านเปรียบเทียบกับเท่ากับ ๓๖ ล้านปี ในเมืองมนุษย์

(๓) ยามาภุมิ มีอายุ ๒,๐๐๐ ปีทิพย์ ท่านเปรียบเทียบกับเท่ากับ ๑๔๔ ล้านปี ในเมืองมนุษย์

(๔) ดุสิตาภุมิ มีอายุ ๔,๐๐๐ ปีทิพย์ ท่านเปรียบเทียบกับเท่ากับ ๕๓๘ ล้านปี ในเมืองมนุษย์

(๕) นิมมานรตีภุมิ มีอายุ ๘,๐๐๐ ปีทิพย์ ท่านเปรียบเทียบกับเท่ากับ ๒,๓๐๔ ล้านปี ในเมืองมนุษย์

(๖) ประนิมมิตวสวัตตีภุมิ มีอายุ ๑๖,๐๐๐ ปีทิพย์ ท่านเปรียบเทียบกับเท่ากับ ๙,๒๑๘ ล้านปี ในเมืองมนุษย์

ทั้งหมดตามที่ กล่าวนี้เป็นอายุของสวรรค์ทั้ง ๖ ชั้น

ส่วนอายุของผู้ที่เกิดในพรหมโลกนั้น ไม่สามารถเทียบได้กับอายุของโลกมนุษย์ เพราะพรหมนั้นมีอายุยืนยาวมาก เกินจำนวนนับด้วยภาษามนุษย์ ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ได้แสดงอายุของพรหมแต่ละชั้นไว้ ดังนี้

(๑) พรหมปาริฉัชชาภุมิ มีอายุ ๑/๓ วิวัฏฐุลาโยสโขยกัปป

(๒) พรหมบุโรหิตาภุมิ มีอายุ ๑/๒ วิวัฏฐุลาโยสโขยกัปป

(๓) มหาพรหมาภุมิ มีอายุ ๑ วิวัฏฐุลาโยสโขยกัปป

- (๔) ปริตตภาภุมิ มีอายุ ๒ มหากัป์
- (๕) อัปปมาณาภาภุมิ มีอายุ ๔ มหากัป์
- (๖) อาภัสสราภุมิ มีอายุ ๘ มหากัป์
- (๗) ปริตตสุภุมิ มีอายุ ๑๖ มหากัป์
- (๘) อัปปมาสุภุมิ มีอายุ ๓๒ มหากัป์
- (๙) สุกกิมหาภุมิ มีอายุ ๖๔ มหากัป์
- (๑๐) เวทัปปลาภุมิ มีอายุ ๕๐๐ มหากัป์
- (๑๑) อลัญญลัตตภุมิ มีอายุ ๕๐๐ มหากัป์
- (๑๒) อวิหาภุมิ มีอายุ ๑,๐๐๐ มหากัป์
 พรหมชั้นนี้บำเพ็ญลัทธินทริย์ คือ บำเพ็ญบารมีด้านศรัทธา
- (๑๓) อตปปาภุมิ มีอายุ ๒,๐๐๐ มหากัป์
 พรหมชั้นนี้บำเพ็ญวิริยอินทริย์ คือ บำเพ็ญบารมีด้านความเพียรพยายาม
- (๑๔) สุตัสสาภุมิ มีอายุ ๔,๐๐๐ มหากัป์
 พรหมชั้นนี้บำเพ็ญสตินทริย์ คือ บำเพ็ญบารมีด้านสติ
- (๑๕) สุตัสสีภุมิ มีอายุ ๘,๐๐๐ มหากัป์
 พรหมชั้นนี้บำเพ็ญสมานินทริย์ คือ บำเพ็ญบารมีด้านสมาธิ
- (๑๖) อกนิฏฐาภุมิ มีอายุ ๑๖,๐๐๐ มหากัป์
 พรหมชั้นนี้บำเพ็ญปัญญาอินทริย์ คือ บำเพ็ญบารมีด้านปัญญา
- (๑๗) อากาสาณัญญาตณภุมิ มีอายุ ๒๐,๐๐๐ มหากัป์
- (๑๘) วิญญาณัญญาตณภุมิ มีอายุ ๔๐,๐๐๐ มหากัป์
- (๑๙) อากัญญาตณภุมิ มีอายุ ๖๐,๐๐๐ มหากัป์
- (๒๐) เนาลัญญาตณภุมิ มีอายุ ๘๔,๐๐๐ มหากัป์

ตามคำสอนของพระพุทธเจ้า มนุษย์เราเวียนว่าย ตาย เกิดอยู่ในภพภูมิทั้ง ๓ นี้ ตามแต่บุญกรรมที่ได้กระทำไว้แตกต่างกัน บางครั้ง ต่ำลง บางครั้งสูงขึ้น หมุนเวียนเปลี่ยนไปไม่รู้จักจบสิ้น จึงเรียกว่า “สังสารวัฏ” พระพุทธองค์เห็นภพภูมิเหล่านี้ตามความเป็นจริง ด้วยญาณที่เกิดจากการบำเพ็ญทางด้านจิต จนบรรลุสัมมาสัมโพธิญาณ เหนือการรับรู้ด้วยตาของมนุษย์เราทั้งหลาย จึงได้แจกแจงสั่งสอนไว้ สิ่งเหล่านี้คนส่วนมากไม่เชื่อพร้อมทั้งปฏิเสธ

โดยให้เหตุผลว่า เป็นสิ่งที่พิสูจน์ไม่ได้ ไม่สามารถมองเห็นได้ และเป็นเรื่องงมงาย

แท้จริง พระพุทธองค์ไม่ได้สอนให้คนเชื่อ แต่สอนความจริง ใครจะเชื่อความจริงหรือไม่ก็ตาม ความจริงก็เป็นความจริง เพราะความจริงไม่ได้ขึ้นอยู่กับความเชื่อ หากใครเห็นตามนั้นก็สามารณำความจริง (ธรรมะ) ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อชีวิตได้

เหมือนความร้อนของไฟ ถ้ามีคนบอกว่า ไฟร้อน เราจะเชื่อหรือไม่ก็ตาม ก็ไม่มีผลอะไรต่อความร้อนของไฟ เพราะไฟยังคงร้อน และทำหน้าที่ของไฟอยู่ตามธรรมชาติ หากใครเห็นตามนั้น ก็สามารถนำไฟไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อชีวิตได้เช่นกัน

นรกสวรรค์ บุญกรรม การเวียนว่ายตายเกิดก็เช่นเดียวกัน ไม่ได้ขึ้นอยู่กับความเชื่อหรือไม่เชื่อของใคร แต่นรกสวรรค์ก็ยังคงดำเนินไป ตามธรรมชาติ

อาศัยพระมหากรุณาธิคุณ ที่พระองค์มีต่อสรรพสัตว์ จึงได้ออกเที่ยวสั่งสอนผู้คนให้รู้ถูกรู้ผิด ให้เห็นความเป็นจริงของสรรพสิ่ง ตลอดจนความเป็นไปของสรรพสัตว์ ที่เวียนว่ายตายเกิดในภพภูมิต่างๆ เพื่อจะได้ตั้งใจทำความดี และเพียรพยายามงดเว้นจากความชั่ว ในขณะที่ยังต้องเวียนว่ายตายเกิด จะได้หลีกเลี่ยงความทุกข์ ความเดือดร้อน ที่จะเกิดในกาลเบื้องหน้า และเพียรพยายามเพื่อก้าวข้ามภพชาติต่อไป

ลูกหลานต่างก็ไม่มีใครรู้ว่า สังขารร่างกายโยมแม่ใหญ่จะเป็นไปได้อีกนานแค่ไหน

นับวันกำลังก็ยิ่งโรยแรงลงไป คนวัย ๘๓ ปี อายุมีใช้น้อย โยมพ่อใหญ่ก็จากไปแล้วด้วยวัย ๘๐ ปี เป็นสิ่งยืนยันถึงความจริง ที่ทุกคนต้องเผชิญอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่ถึงแม้จะรู้เช่นนี้ อาตมาก็ยังรู้สึกหดหู่ใจ ยิ่งเห็นท้องทุ่ง ก็ยิ่งอดคิดถึงโยมพ่อใหญ่ไม่ได้

โยมพ่อใหญ่ มีชีวิตอยู่อย่างสงบเสงี่ยมเรียบง่าย ไม่ทำตนเองให้ลำบาก เดือดร้อน และไม่ทำผู้อื่นให้ลำบาก เดือดร้อน

ใครจะดีใครจะชั่วก็ไม่ได้เดือดเนื้อร้อนใจ ยังคงทำงานตามหน้าที่ของตน อย่างเจียมๆ **จากวัยหนุ่มตราบจนชรา** แล้วก็จาก ไปอย่างเจียมๆ

เมื่อต้นปีที่ผ่านมามีโอกาสกลับบ้าน เห็นท้องนา
 หมูไม้ คุ้มันเขียวเหงายังใจบอกลูกเหมือนมีอะไรสักอย่างขาด
 หายไป แนนอน ลิ่งที่ขาดหายไปคงหนีไม่พ้นชายชราวัย ๘๐ ปี ผู้
 เป็นเจ้าของท้องนาแห่งนี้ ชายชราที่เคยสอนให้อาตมารู้จักท้องนา
 และสายน้ำ สอนให้รู้คุณค่าของการดำรงชีวิตอย่างสงบเสถียร
 เรียบง่าย ตามกำลังความสามารถและความเพียรพยายามของตน
 ไม่คดโกง ไม่เบียดเบียน ไม่กล่าวร้าย ไม่ทำร้ายใครๆ มีศรัทธา
 ตั้งมั่นต่อพระพุทธศาสนา ไม่คลอนแคลน

**ชายชราคนนี้ได้จากพวกเราไปแล้ว เหมือนจะ
 ยืนยันคำสอนของพระพุทธองค์ว่า ความตายเป็นสังขาร
 ที่ไม่มีใครสามารถหลีกเลี่ยงได้**

จำได้ว่า เมื่อยังเป็นเด็ก พอถึงฤดูน้ำหลาก อาตมาชอบ
 นั่งเรือดูกบอ้วกยัดก้านหนิน้ำ จอกแหนไหลตามกระแส น้ำ เหมือน
 ผู้คนไหลตามกระแสของอำนาจกิเลส ต่างแก่งแย่งชิงดีชิงเด่น
 เช่นฆ่าทำลายล้างซึ่งกันและกัน เพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายกิเลส
 ที่ตนเองต้องการ

บางคนก็กล่าวร้าย บางคนก็ใส่ร้าย บางคนก็ทำร้ายผู้อื่น
 เหมือนไม่รู้ว่ามีชีวิตนี้สั้นนัก เพราะอำนาจ วาสนา ฐานันดรศักดิ์
 และค้ำยกยอปอขึ้นที่โลกมนุษย์สมมติให้

ดอกบัวบานสระพริ้ง แสงยออดหนีนํ้าหลาก รับแสงอาทิตย์
ดุงดงาม บนสายน้ำแห่งนี้เองที่โยมพ่อใหญ่ เกิด เติบโต ทํามา
เลี้ยงชีพ トラบจนชรา แล้วจากไปอย่างเสียบๆ บนท้องทุ่งแห่งนี้คง
มีผู้คนเกิด เติบโตและจากไปรุ่นแล้วรุ่นเล่า หมุนเวียนเปลี่ยนไป
ไม่รู้จักจบสิ้น แน่นนอน โยมพ่อใหญ่มีใช้คนสุดท้ายของทุ่งแห่งนี้
อย่างน้อยก็ลูกหลาน ที่เกิดตามโยมพ่อใหญ่มา ที่เราเห็นกันอยู่
ซึ่งก็รวมทั้งอาตมาด้วย

นึกแล้วเหมือนตัวเองกำลังแสวงหาอะไรสักอย่าง ที่
ตัวเองไม่สามารถรู้ได้ แม้จะแสวงหาจนแล้วจนเล่า ก็ยังไม่
อาจค้นพบ

บางครั้งอาตมาก็เกิดความคิดว่า ตัวเองไม่รู้เป็นลูกเป็น
หลานประสาอะไร ไม่สามารถอยู่ดูแลพ่อแม่ปู่ย่าตายายได้
เหมือนลูกหลานใครอื่นเขา อยากอยู่ใกล้พ่อแม่ปู่ย่าตายาย
อยากปรนนิบัติ อยากทำเหมือนอย่างที่ลูกหลานใครอื่นเขาทำ
แต่ก็เ็นได้เพียงความคิด เพราะมีบางอย่างย้าเตือนให้เดิน
ตามเส้นทางของตนเอง เส้นทางที่จริงๆ ก็ไม่รู้ว่าจะทอดขนาด
ไปสู่จุดหมายใด

แต่สิ่งหนึ่งที่ไม่เคยเลือนหายไปจากความทรงจำ ก็คือความ
มอบอุ่นที่ได้รับจากวัยเยาว์

จดหมายฉบับนี้ค่อนข้างพูดยาวไปหน่อย พอเขียนแล้วก็
หาที่ลงไม่ได้ ดูน่าเบื่อ ภาษาก็ออกจะฟุ้งยาก เห็นจะต้องหยุด
เสียที หากมี เวลาอาตมาจะเขียนมาอีกครั้ง

ด้วยอานุภาพแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และด้วยอานุภาพ
แห่งศีล สมาธิ ปัญญา อันเกิดจากการที่อาตมาได้บรรพชา
อุปสมบทในพระพุทธศาสนา และที่เคยได้บำเพ็ญมาตั้งแต่
อดีตชาติ ตลอดจนถึงชาติปัจจุบัน ขอให้โยมแม่ใหญ่มีพระพุทธเจ้า
มีพระธรรมเจ้า และมี พระสังฆอรวิญเจ้า เป็นที่พึ่งที่ระลึกอยู่
เสมอ อย่าได้ประมาท มีสุขภาพกายที่ดีและสุขภาพใจแจ่มชื่น
รื่นเริงเบิกบาน ในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
ตลอดไป

กรุงเทพฯ มณฑลนคร, วันเริ่มต้นปีพุทธศักราช ๒๕๕๔
วัน ๗ ดำ เดือน ๒



ประวัติ ผู้เขียน

พระวิจิตรธรรมาภรณ์
(เทอด ญาณวชิโร, วงศ์ชะอุ่ม,ป.ธ. 6 ,พร.ม.)
ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดสระเกศ
เกิดที่บ้านปากน้ำ ตำบลลุดลาด
อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี
เมื่อวันที่ 16 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2514
บิดา นายเกิน วงศ์ชะอุ่ม
มารดา นางหนูเพชร วงศ์ชะอุ่ม
บรรพชา ณ วัดปากน้ำ ตำบลลุดลาด
อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี
อุปสมบท ณ วัดสระเกศ ราชวรมหาวิหาร
กรุงเทพมหานคร
โดยมี เจ้าประคุณสมเด็จพระพุฒาจารย์
ประธานคณะผู้ปฏิบัติหน้าที่สมเด็จพระสังฆราช
เป็น พระอุปัชฌาย์
สำเร็จการศึกษาในระดับปริญญาโท
ทางด้านปรัชญา จากมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

งานเขียน

- หลักการทำบุญและปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน
- พุทธานุภาพ อานุภาพของพระพุทธองค์
- มหาสมยสูตร
- การ์ตูนแอนิเมชั่นเรื่อง“ปาฏิหาริย์พระบรมสารีริกธาตุ”
- ทฤษฎีเบื้องต้นแห่งปรัชญาไทย
- ประวัติประเพณีแห่งแม่มูล
- กษัตริย์ ปณิธานมหาบุรุษไม่เปลี่ยนแปลง
- สมาธิเบื้องต้นสำหรับชาวบ้าน
- โห้วพระสวดมนต์ก่อนนอน

