



อนุสรณ์งานพระราชทานเพลิงศพ

นายวิบูลย์ บุรณะหิรัญ ท.ม. ท.ข.

อดีตผู้ตรวจการพาณิชย์

วันอาทิตย์ที่ ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๕๑ เวลา ๑๖.๐๐ น.

สำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าโปรดกระหม่อม พระราชทานเพลิงศพ นายวิบูลย์ บุรณะหิรัญ ซึ่งนับเป็นพระมหากรุณาธิคุณ ล้นเกล้า ล้นกระหม่อม เป็นเกียรติอันสูงสุดแก่ผู้วายชนม์และวงศ์ตระกูลอย่างหาที่สุดมิได้

หากความทราบโดยญาณวิถีถึงดวงวิญญาณของ นายวิบูลย์ บุรณะหิรัญ ได้ด้วยประการใดในสัมปรายภพ คงจะมีความปลาบปลื้มซาบซึ้งเป็นล้นพ้นในพระมหากรุณาธิคุณที่ได้รับพระราชทานเกียรติยศอันสูงยิ่งในวาระสุดท้ายแห่งชีวิต

ข้าพระพุทธเจ้าผู้เป็นภรรยา บุตร ธิดาและหลานฯ ขอพระราชทานพระบรมราชวโรกาสกราบถวายบังคมแทบเบื้องพระยุคลบาทด้วยความสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณอย่างหาที่สุดมิได้ และจะเทิดทูนไว้เหนือเกล้าเหนือกระหม่อมเป็นสรรพสิริมงคลแก่ข้าพระพุทธเจ้าและวงศ์ตระกูลตลอดไป

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม ขอเดชะ

ข้าพระพุทธเจ้า

ภรรยา บุตร ธิดา และหลานฯ

ประวัติ

นายวิบูลย์ บุรณะหิรัญ เกิดเมื่อวันอาทิตย์ที่ 1 ธันวาคม 2472 ที่ตำบลชายค่าย อำเภอเมือง จังหวัดพังงา เป็นบุตรคนที่ 2 ของขุนบริบูรณ์หิรัญสาร (นายบริบูรณ์ บุรณะหิรัญ) และ นางอุสาค์ บุรณะหิรัญ (เชียด ธนกิจ) มีพี่น้องร่วมบิดามารดาเดียวกันทั้งสิ้น 8 คน คือ

1. นางสาวอาน กาญจนพจน์ สมรสกับ พล.ต.ท.จุมพล กาญจนพจน์ (ถึงแก่กรรมทั้งคู่)
2. นายวิบูลย์ บุรณะหิรัญ สมรสกับ นางสาวสาวิตรี เศลารมย์
3. นางสาวอด ท้าวขุนราชา สมรสกับ นายอานนท์ ท้าวขุนราชา (ถึงแก่กรรม)
4. นายหิรัญ บริบูรณ์หิรัญสาร สมรสกับ นางสาวพนิดา ศาสตรระรุจิ (ถึงแก่กรรม)
5. นางสาวระ ลิ้มปิสุต สมรสกับ นายตุลา ลิ้มปิสุต
6. นายวิฑูรย์ บุรณะหิรัญ สมรสกับ นางสาวศรียา ทรัพย์สมบูรณ์
7. นางนงน้อย ทาห์ล่า สมรสกับ DR.Tha-hla (ถึงแก่กรรม)
8. นายวิสุทธิ์ บุรณะหิรัญ สมรสกับ นางสาวปรียาภรณ์ รักรุ่งโรจน์

สมรส เมื่อวันที่ 11 พฤษภาคม 2501 มีบุตร-ธิดา รวม 4 คน คือ

1. นางพรรณมน ไทยวัฒนานุกูล สมรสกับ นายสมศักดิ์ ไทยวัฒนานุกูล
2. ร.ต.อ.หญิง วิรัญญา ประสพสุข สมรสกับ พ.ต.ท. ไพโรจน์ ประสพสุข (ถึงแก่กรรม)
มีบุตรและธิดา คือ นายจักรพรรษ และเด็กหญิงฉัตรบงกช ประสพสุข
3. นายธีรเดช บุรณะหิรัญ (ถึงแก่กรรม)
4. นายเศรษฐพร บุรณะหิรัญ สมรสกับ นางสาวลลิต แซ่อี่
มีบุตร 1 คน คือ นายณอน บุรณะหิรัญ



นายวิบูลย์ บุรณะหิรัญ เข้าศึกษาครั้งแรกที่โรงเรียนประจำจังหวัดระนอง ในปี พ.ศ.2482 และย้ายโรงเรียนตามบิดาไปเรียนที่จังหวัดสตูลและภูเก็ตจนจบชั้นมัธยมศึกษา ตอนปลายที่โรงเรียนภูเก็ตวิทยาลัย เมื่อปี พ.ศ. 2491

- เข้ารับราชการครั้งแรก เมื่อวันที่ 3 มกราคม 2496 ปี พ.ศ. 2496 ตำแหน่งเสมียนพนักงาน ชั้นจัตวา สำนักงานเลขานุการ กรมการวัฒนธรรม กระทรวงวัฒนธรรม

- 1 ส.ค. 2504 ชั้นตรี ประจำแผนก แผนกสารบรรณ สำนักงานเลขานุการ สำนักงาน คณะกรรมการส่งเสริมสินค้าขาออก

- 29 ก.ค. 2507 ชั้นโท หัวหน้าแผนก แผนกสารบรรณ สำนักงานเลขานุการ สำนักงาน ก.ส.อ.

- 9 มี.ค. 2520 เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป 5 สำนักงานเลขานุการรัฐมนตรี กระทรวง พาณิชย์

- 1 ต.ค. 2526 เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป 7 สำนักงานเลขานุการรัฐมนตรี กระทรวง พาณิชย์

- 1 ต.ค. 2530 พาณิชย์จังหวัดภูเก็ต

- 20 ม.ค. 2532 พาณิชย์จังหวัดปทุมธานี

- 20 ก.ย.2533 ผู้ตรวจการพาณิชย์ (เจ้าหน้าที่บริหารงานพาณิชย์ 8)

เครื่องราชอิสริยาภรณ์

- ทวีติยาภรณ์มงกุฎไทย

- ทวีติยาภรณ์ช้างเผือก



ภายหลังเกษียณอายุราชการได้ประมาณ 5 ปี ก็เริ่มป่วยด้วยโรคเบาหวานเส้นเลือดหัวใจตีบและโรคมะเร็งต่อมลูกหมาก เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลวิชัยยุทธ โรงพยาบาลโรคทรวงอก และโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้ามาเป็นลำดับ ในวันครบรอบวันเกิดอายุ 78 ปี เมื่อวันที่ 1 ธันวาคม 2550 ได้ไปทานอาหารนอกบ้านกับครอบครัว เมื่อกลับถึงบ้านมีอาการหน้ามืด หกล้มจนข้อต่อสะโพกหัก เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลวิชัยยุทธ แพทย์ลงความเห็นว่ายังไม่สามารถรักษาผ่าตัดกระดูกสะโพกที่หักได้ เนื่องจากควรได้รับการรักษาผ่าตัดโรคหัวใจเสียก่อน จึงได้นำตัวเข้ารับรักษาที่โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้าตั้งแต่วันที่ 11 ธันวาคม 2550 เป็นต้นมา ได้กลับมาอยู่บ้านอย่างมีความสุขอีกครั้ง เมื่อวันที่ 5 กุมภาพันธ์ 2551 และต้องกลับเข้าโรงพยาบาลติดต่อกันถึง 2 ครั้ง เมื่อวันที่ 24 มีนาคม และวันที่ 8 เมษายน 2551 และได้จากครอบครัวไปด้วยอาการสงบในวันที่ 11 พฤษภาคม 2551 เวลา 17.38 น. สิริอายุได้ 78 ปี 5 เดือน 11 วัน



อาลัยพี่เต๋า

พี่เต๋า เราแต่งงานกันเมื่อวันที่ 11 พฤษภาคม 2501 พี่เต๋าก็มาจากชูไปในวันครบรอบแต่งงานปีที่ 50 ปีของเราพอดี ตลอดเวลาที่เรายู่ด้วยกันมา พี่เต๋ารักและตามใจชู จะไปเที่ยวไหนๆ ไม่ว่าจะในประเทศหรือต่างประเทศ ก็ไม่เคยหวงห้าม รักพี่รักน้องๆ ทุกคน รวมถึงเครือญาติทุกฝ่าย เลี้ยงดูอุ้มชูลูกและหลานทุกคน ช่วยเหลือเกื้อกูลทั้งญาติ พี่น้องและคนอื่นๆ ในทุกเรื่องเท่าที่จะช่วยได้ เป็นผู้ให้ที่ไม่หวังผลตอบแทน พี่เต๋าเป็นคนที่ไม่เสียสละ อดทน และทุ่มเทกับการทำงานราชการมาตลอดชีวิต รักและดูแลเอาใจใส่ครอบครัวเป็นอย่างดี วันนี้ไม่มีพี่เต๋่อีกแล้ว ชูขอให้พี่เต๋ากลับให้สบาย อย่าได้เป็นห่วงชูและลูกๆหลานๆเลย ขอดวงวิญญาณของพี่เต๋างไปสู่สุคติ



รักพี่เต๋า
ชู



คำไว้อาลัยลุงเต๋

ถึงจะรู้ว่าลุงเต๋ป่วยและอ่อนแรงลงมาหลายเดือน แต่ก็ยังดีที่ได้ไปเยี่ยมเยียน อยู่บ้าง ถึงเวลาลุงจากไปจริงๆ ก็สุดใจหายและเสียใจยิ่ง ยังจำไม่เลือนถึงความรัก ความห่วงใยที่ลุงมีให้กับครอบครัวของเรามาตลอด โดยเฉพาะความรักและกำลังใจที่มีให้กับ หลานนั้นตั้งแต่เล็กจนปัจจุบัน ลุงเป็นแบบอย่างของการให้ความรัก อาหารต่อลูกหลาน และผู้ใกล้ชิดทุกคน

ขอให้ลุงเต๋หลับให้สบาย ขออานิสงส์ของบุญที่ลุงทำไว้ และที่พวกเราจะได้กระทำต่อไป จงส่งผลให้ลุงเต๋ จงเป็นสุข เป็นสุข สงบ เย็น ชั่วนิรันดร์

วิฑูรย์-ศรียา และจิตชญา บุรณะหิรัญ

พ่อของลูก

พ่อจ๋า.... ภาพที่ลูกเห็นพ่อมาตลอดชีวิต พ่อคือผู้ชายที่รักครอบครัว รักเมีย รักลูก รักหลาน ชอบช่วยเหลือคน ใครที่มาขอความช่วยเหลือ พ่อจะเอื้อเพื่อเอาใจใส่ช่วยเหลือทุกคน พ่อรักงานราชการเป็นชีวิตจิตใจ พ่อกระตือรือร้นกระฉับกระเฉงทุกวันที่ไปทำงาน แม้จนวันสุดท้ายของการทำงาน ไม่เคยเห็นพ่อลาหรือพักร้อนเลย พ่อเป็นคนชอบทำอาหารให้แม่และลูกทานเป็นประจำในวันหยุด เมนูยอดฮิตของพ่อจะมีขาหมูพะไล หมูต้มเค็ม แกงเหลือง ก๋วยเตี๋ยวราดหน้า เป็นต้น พ่อขับรถรับส่งลูกสาวทั้งสองคน ตั้งแต่เรียนเซนต์โยเซฟคอนเวนต์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ จนลูกสาวของพ่อเข้ารับราชการทั้งสองคน พ่อภูมิใจมากที่เราสองคนสอบเข้ารับราชการได้ จนเมื่อพ่อถูกย้ายไปเป็นพาณิชย์จังหวัดภูเก็ต เราสองคนจึงต้องไปเรียนขับรถ หลังเกษียณอายุราชการแล้ว พ่อมีความสุขมากกับการได้เลี้ยงหลานตาทั้งสองคน ลูกยังจำภาพที่พ่อป้อนข้าวหลานแบกใส่บ่าร้องเพลงเพื่อกล่อมนอนตอนกลางวัน ขับรถไปรับไปส่งลูกของน้ำทั้ง 2 คน จนจบโรงเรียนอนุบาล พ่อรักและเป็นห่วงหลานสองคนมากตั้งแต่วันที่คลอด

พ่อไม่ได้อยู่ใกล้ชิดกับลูกชาย ทั้งสองคน เพราะหนุ่มไปทำงานต่าง จังหวัด ส่วนหน้อยไปอยู่ต่างประเทศ เมื่อหนุ่มจากพวกเราไป หน้อยและครอบครัวก็จะกลับมาเยี่ยมพ่อและแม่ เสมอเกือบทุกปี พ่อมีหลานปู่คนเดียว แม้ว่าไม่ได้เลี้ยงดูเหมือนหลานตา แต่พ่อก็รักและภูมิใจที่มีหลานปู่เป็นเด็กดี แข็งแรง และเป็นนักกีฬา พ่อเป็นผู้ให้ มาตลอด พ่อไม่ยอมรับเงินที่ลูกๆ หยิบ ยื่นให้เลย เพราะพ่อจะบอกว่าพ่อมีเงิน บ้านาญ พ่อขา... ตลอดชีวิตของลูกไม่เคยพบความลำบากเลย วันเกิดของลูก เมื่อเดือนมีนาคมที่ผ่านมากลูกมากอดขอ พรพ่อ พ่อก็ให้พรว่าขอให้เจริญๆ ที่ลูก เติบโตมั่นคงได้จนถึงทุกวันนี้ได้ก็เพราะ มีพ่อที่แสนดี ตลอดเวลาที่พ่อป่วยกว่า



5 เดือน แม้ว่าลูกจะทุกข์ทรมานใจแค่ไหน แต่ก็ดีใจที่พ่อยังอยู่กับพวกเรา นกและน้ำจะไปสวดมนต์ และร้องเพลงที่พ่อชอบร้องให้ฟังที่โรงพยาบาลเกือบทุกวัน บางวันก็ร้องไม่จบเพราะร้องให้เสียก่อน พ่อได้ฟังบทสวดมนต์ยอดพระกัณฑ์ไตรปิฎกที่น้ำสวดให้ฟังจน ลมหายใจสุดท้าย พ่อได้ไปพบพระที่พ่อบอกกับแม่ว่าพ่อได้เห็นแล้วนะ

พ่อจำ....ลูกสัญญาว่าจะดูแลแม่ น้องๆ และหลานๆ ทุกคนแทนพ่อเป็นอย่างดี ตราบลมหายใจสุดท้ายของลูก

รักและบูชาพ่อ

ลูกนก



พ่อที่รักของลูก

พ่อคะ พ่อจะรู้ไหมนะว่าลูกรู้สึกเสียใจเพียงใดที่ไม่อาจจะทดแทนบุญคุณของพ่อได้มากกว่านี้ พ่อเป็นพ่อที่ประเสริฐยิ่ง พ่อทุ่มเทความรัก ความเอาใจใส่ดูแล อบรมเลี้ยงดูตั้งแต่ลูกยังเล็กๆ จนแม้เมื่อมีครอบครัวแล้วพ่อก็ยังคงเป็นห่วงเป็นใยเหมือนเดิมมิได้ขาด ลูกสามารถพูดได้เต็มปากเต็มคำว่าลูกเป็นตัวเป็นตนเช่นทุกวันนี้ ก็เพราะพ่อคนนี้แหละ

ยามที่เห็นพ่อเจ็บป่วย ลูกยังเคยคิดว่าถ้าความเจ็บป่วยแทนกันได้ ลูกขอเจ็บป่วยเองเสียดีกว่า ลูกไม่อยากเห็นพ่อเจ็บป่วยเลย ที่จริงแล้วพ่อเป็นคนแข็งแรงและเป็นคนอดทนมาก ลูกไม่เคยเห็นพ่อปวดหัว ตัวร้อน หรือเป็นไข้จนต้องหยุดงานเลย เข้าโรงพยาบาลครั้งสุดท้ายนี้พ่อน่าสงสารมาก เพราะหมอเขาใส่ท่อช่วยหายใจทางปาก ใส่สายอาหารทางจมูก ทำให้พ่อไม่สามารถพูดบอกอะไรแก่ลูกได้เลย ลูกรู้ว่าหากพ่อพูดได้ พ่อคงบอกให้ลูกพาพ่อกลับบ้านแน่ๆเลย แต่พ่อคะ ครั้งนี้ลูกไม่สามารถพาพ่อกลับมาบ้านของเราได้ ลูกเสียใจจริงๆเลย ชาติหน้านะคะ ขอโอกาสให้ลูกได้มีโอกาสตอบแทนพระคุณของพ่อ ได้เกิดเป็นลูกของพ่ออีก น้ำรักพ่อคะ

ร.ต.อ.หญิง วิชญญา ประสพสุข (ลูกน้ำ)



คิดถึงพ่อ

พ่อครับ

แค่อยากจะบอกว่า ผมรักพ่อมากเท่าฟ้า ตอนเด็กแม่เคยถามผมว่ารักพ่อแค่ไหน ผมยังจำได้คำตอบก็เหมือนเดิม รักพ่อเท่าฟ้า ผมบุญน้อยจากพ่อไปใช้ชีวิตอยู่ต่างแดน ไม่ค่อยได้มีโอกาสรับใช้พ่อ ตอนนี้เป็นตาของพ่อแล้วนะ ที่พ่อจากผมไป พ่อไม่ต้องเป็นห่วงนะครับ ลูกพ่อสู้เหมือนกัน ไม่กลัวความลำบากเหมือนกัน

รักพ่อเท่าฟ้าตลอดไป

น้อย

“ตา”

ตาที่ผมรู้จักคือคนที่รักและเอาใจใส่ ดูแลลูกและหลาน
ตาเป็นคนที่อบอุ่น และมีรอยยิ้มที่อ่อนโยนมอบให้เสมอ
ความรักของตาที่มีต่อผมไม่เคยเปลี่ยนไม่ว่านานแค่ไหน
ความรักที่ผมมีต่อตาก็จะไม่เปลี่ยนไปเหมือนกันตลอดไป
ขอให้ตาที่ผมรักและเคารพ หลับอย่างมีความสุข
ไม่ต้องมีห่วงอะไรอีก รักตานะครับ

บอส



I never told anybody how proud I was to have the same last name as my grandfather, but I am, more than anyone could believe. Growing up when I was younger I would always be embarrassed saying it because in America Buranahirun is very different. Now that I'm older, when people ask me "How do you pronounce your last name?" I answer them "Buranahirun" with pride. I even wear the ring that has our last name on it to school everyday, even though I can't read it. There were so many things I wanted to ask him and talk to him about but whenever I get a chance I just freeze. I never know what to say, it never seemed like the right time. Why do we always wait until it's too late? He never knew how proud I was of him, how I try to be like him in certain ways. The thing I remember my father telling the most, was when my grandfather smacked a car with his bare hands when it almost hit him and my grandmother. The guy got out of the car, and my grandfather ran after him with his fists clenched. The guy got scared and got back in the car, and drove away. After I heard that story, I never let anybody do anything to my girlfriend. When somebody would accidentally throw something, or bump in to her, I would always be on there case and telling them to apologize and if they didn't, well, they always did because they saw my facial expression and my tone of voice. I was trying to be like my grandfather so much but I never got to tell him that. I do Muay Thai a lot with my friends, and by myself. I tell them "I have fighting in my blood my grandfather used to be a Muay Thai fighter." Growing up I would always seem to have a knack for getting into fights and wanting to box. My father says because it's in my blood, and that I'm a lot like my grandfather. Living in America made it really hard for me to get to know him, and for him to know me. But I hope he knows that I love him so much and that I'm so proud to be his grandson.

Sean B.



ผมไม่เคยบอกใครถึงความภูมิใจที่ได้ใช้นามสกุลของปู่ เพราะเมื่อตอนผมยังเด็กๆ ผมอายุที่จะบอกใครถึงนามสกุลของผม เพราะว่าที่อเมริกา นามสกุล “บุรณะหิรัญ” ไม่เหมือนกับคนในประเทศนี้ แต่ตอนนี้ผมโตขึ้นแล้ว เมื่อมีใครถามว่าผมนามสกุลอะไร ผมเอ่ยได้อย่างเต็มปากเต็มคำถึงนามสกุลของผมด้วยความภาคภูมิใจ ตอนนั้นผมใส่แหวนนามสกุลของปู่ไปโรงเรียนทุกวัน ถึงแม้ว่าผมจะอ่านไม่ออกก็ตาม มีอีกหลายสิ่งหลายอย่างที่ผมอยากจะถามและคุยกับปู่ แต่เมื่อมีโอกาสผมก็ไม่รู้ว่าจะพูดอย่างไรหรือจะพูดเมื่อไหร่ ทำไมนะผมจึงต้องรอจนมันสายเกินไป ปู่คงไม่เคยรู้ว่าผมภูมิใจในตัวปู่แค่ไหน ผมอยากเป็นเหมือนปู่ในหลายๆเรื่อง ผมจำได้ถึงเรื่องที่พ่อเล่าถึงปู่ว่าเมื่อตอนปู่เป็นหนุ่มมีรถที่ขับเร็วจนเกือบจะชนย่า ปู่ก็เอามือตบท้ายรถคันนั้น คนขับรถคันนั้นก็ออกมาจากรถและทำท่าว่าจะเข้ามาทำร้ายปู่ ปู่ก็วิ่งเข้าไปหาอย่างไม่เกรงกลัว คนขับรถคนนั้นเมื่อเห็นปู่ก็รีบวิ่งหนีขึ้นรถไป หลังจากที่ผมได้ยินเรื่องนี้แล้ว ผมพยายามยึดปู่เป็นแบบอย่างที่ต้องคอยปกป้องคนที่เรารัก ผมก็ไม่เคยที่จะบอกปู่ว่าผมฝึกเรียนมวยไทยด้วยตัวของผมเอง ผมบอกกับเพื่อนๆว่าเพราะมันอยู่ในสายเลือดของผม เพราะปู่ผมเคยเป็นนักมวย ผมโตขึ้นผมคิดเสมอที่อยากจะขึ้นไปต่อสู้และชกมวยไทย พ่อบอกผมเสมอว่าผมมีเลือดปู่อยู่เต็มตัว การที่ผมอยู่อเมริกาทำให้เป็นเรื่องยากที่ปู่กับผมจะได้ใกล้ชิดกันมากกว่านี้ แต่ผมก็หวังว่าปู่คงรู้ว่าผมรักปู่มากแค่ไหนและภูมิใจที่ได้เกิดเป็นหลานของปู่ครับ

รักและคิดถึง



ตั้งแต่จำความได้ ตั้งแต่บว้เกิด
มา มีตาที่คอยเลี้ยงดู บว้บ้นข้าว
บว้บ้นน้ำ ไปรับไปส่งอยู่ทุกวัน ไม่
ว่าอยากไปที่ไหนเพียงแค่ว่าพูดกับ
ตาเค้าเดียว ตาก็พาไป ไม่เคย
ขัดใจเลย ทุกๆเย็นตาจะเรียกบว้
ไปหา ไม่ก็เดินมาหาด้วยตัวเอง
ตาเป็นทุกอย่างของบว้ ตั้งแต่
พ่อแม่จนถึงเพื่อนหรือพี่น้อง
ตอนที่แม่โทรมาบอกว่าตาเสีย
แล้ว หลายคำถามผุดขึ้นมาใน
หัวว่า ถ้าไม่มีตาจะมีใครคอย
เรียกเรา จะมีใครคอยเรากลับ

บ้าน จะมีใครคอยดูแลเอาใจใส่ จะมีใครคอยยินดีกับความสำเร็จ จะมีใครที่รักเรา
ได้เท่าตา ฯลฯ การจากไปของตาทำให้ทุกคนเสียใจมาก ตาเคยพูดว่าจะอยู่จนถึง
บว้รับปริญญา บว้ดีใจมากที่ตาอยากจะอยู่เพื่อบว้ บว้ดูรูปเก่าๆที่เคยถ่ายกับตา
บว้รู้ว่าตาไม่ค่อยยิ้ม แต่เวลาถ่ายรูปกับบว้ต้ายิ้มทุกรูป แม่กับป้าบอกว่าที่ต้ายิ้ม
เพราะตารักบว้ บว้รู้ว่าตารักบว้มากแค่ไหน แต่น้อยครั้งที่บว้จะบอกว่า “บว้รักตา”
แต่ไม่ใช่บว้ไม่รักตา เพียงแค่ว่าอายที่จะพูดเท่านั้นเอง ตอนนี้นบว้คงไม่มีโอกาสได้
พูดคำนี้ให้ตาฟังอีกแล้ว แต่ตาจะอยู่ในใจบว้เสมอ บว้ดีใจและภูมิใจที่ได้เกิดมาเป็น
หลานของตา ไม่ว่าจะชาติหน้าหรือชาติไหน บว้ก็ยังอยากเป็นหลานของตาตลอดไป
หลับให้สบายนะคะ

รักตาที่สุด

บว้

สารบัญ

1. ตามที่พระอาจารย์สอนว่า "ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว" อยากทราบว่า เมื่อทำความดีแล้ว จะเป็นการลบล้างความผิดที่เคยทำได้หรือไม่ (หน้า 1)
2. มีหลายคนเชื่อในคำพูดที่ว่า "ทำดีได้ดีมีที่ไหน ทำชั่วได้ดีมีถมไป" ควรทำอย่างไรให้เขาได้เข้าใจในสิ่งที่ถูก (หน้า 5)
3. กราบเรียนถามท่านพระอาจารย์ว่า ในเรื่องของกรรม หากข้าพเจ้าพบเสือโคร่งกำลังจะฆ่ากวางเป็นอาหาร ข้าพเจ้าสามารถเพิกเฉยหรือสามารถเลือกที่จะขัดขวางและช่วยชีวิตกวางได้ แต่หากเป็นเช่นนั้น เสือก็อาจตายได้ด้วยความหิว อยากทราบว่าในสถานการณ์เช่นนี้ อันไหนคือ กรรมดี กรรมชั่ว (หน้า 7)
4. คนส่วนมากเข้าใจว่า การที่เสียชีวิตตั้งแต่อายุน้อยเป็นบุญ เพราะเขาไม่ต้องชดใช้กรรมอะไร ขอความกรุณาพระอาจารย์ช่วยอธิบายด้วย (หน้า 9)
5. องคุลีมาล ทำกรรมชั่วไว้มาก เหตุใดจึงบรรลุธรรมอย่างรวดเร็ว และองคุลีมาลได้รับกรรมจากการฆ่าคนที่ได้ทำไว้หรือไม่ เมื่อใด และได้รับกรรมอย่างไร (หน้า 11)
6. การที่เจ้าหน้าที่ตำรวจฆ่าโจรผู้ร้ายที่สร้างความเดือดร้อนสาหัสให้ชาวบ้านสุจริตชนเป็นบาปหรือไม่ ถ้าบาปจะบาปมากน้อยเพียงใด และจะมีวิธีบรรเทาหรือผ่อนคลายบาปนั้นได้อย่างไร (หน้า 22)

7. มีเรื่องเล่า (จากหนังสือธรรมะเล่มหนึ่ง) ว่ามีอุบาสกท่านหนึ่ง ขณะมีชีวิตอยู่ บำเพ็ญทาน ศีล โดยเฉพาะได้ทำบุญมาอย่างมากมาย แต่กลับไปเกิดเป็นเปรต เพราะขณะใกล้ตาย ใจเกิดไปยึดติดอยู่กับเรื่อง จะสร้างห้องน้ำให้กับวัด แต่ยังไม่ได้สร้าง จึงยังติดค้างอยู่ในใจ เพราะเหตุใด บุญกุศลที่ทำมามากๆ จึงไม่ช่วยให้เขาไปเกิดดีๆ คะ พระอาจารย์ช่วยอธิบายถึงเรื่อง “การยึดติด” ซึ่งเป็นเหตุของการเกิด ในภพชาติต่อไป ประกอบกับเรื่อง “กรรม” ด้วยเจ้าคะ (หน้า 25)
8. ในขณะที่เดินจงกรม ไม่แน่ใจว่าได้เหยียบแมลงที่ตายอยู่แล้ว หรือว่าเราทำให้เขาตาย รู้สึกไม่สบายใจ ขอให้พระอาจารย์ช่วยแนะนำว่าควรทำอย่างไร (หน้า 27)
9. การที่เรามารักษาศีล แล้วตบยุงตาย จะบาปหรือไม่ (หน้า 29)
10. การมาเกิดอีก ทางพุทธศาสนาอธิบายเหตุผลไว้อย่างไร (หน้า 30)
11. สังคมปัจจุบันมีคนติดยาเสพติดกันมาก สาเหตุเป็นเพราะกรรมเก่า หรือกรรมปัจจุบัน (หน้า 31)
12. หลังจากการปฏิบัติธรรม เมื่อกลับบ้าน ได้บอกคุณพ่อ คุณแม่และญาติมิตรว่า เาบุญมาฝาก ถามว่าเขาจะได้รับผลบุญจากการปฏิบัติธรรมของเราหรือไม่ (หน้า 32)
13. บุญเกิดจากการปฏิบัติธรรมที่วัด 5 วัน กับการไปทำบุญที่วัด แตกต่างกันมากน้อยอย่างไร (หน้า 34)

14. การที่เราเป็นคนชอบประนีประนอมนั้นแสดงว่าใจเรามีลักษณะ
อย่างไร (หน้า 35)
15. ถ้าคนไทยทั้งประเทศบวช หรือถือศีล 8 ทั้งประเทศจะเป็นอย่างไร จะ
มีใครทำงานหรือไม่ นักการเมืองที่บริหารงานแผ่นดินที่ประพฤตินิด
ศีลธรรมจะเป็นอย่างไร เหตุใดคนเหล่านี้จึงยังมีหน้ามีตาอยู่ในสังคม
ได้ (หน้า 36)
16. การทำบุญควรจะอธิษฐานหรือไม่ ถ้าอธิษฐานควรจะอธิษฐาน
อย่างไร (หน้า 39)
17. ถ้ารู้ตัวว่าป่วยและไม่มีเงินรักษา จะขอตายได้หรือไม่ (หน้า 40)
18. ถ้ามีคนทำนายว่าเกิดชาตินี้จะต้องชดใช้กรรม แล้วเราจะชดใช้หมด
หรือไม่ (หน้า 41)
19. ในเมื่อเราไม่สามารถพิสูจน์ได้ว่า ชาติหน้ามีจริง นรก หรือ สวรรค์ มี
จริง คนบางคนจึงคิดว่าตายแล้วดับสูญไปแล้ว จะทำให้เขาเชื่อได้
อย่างไร (หน้า 44)
20. จดหมายจากโยมที่กรุงเทพมหานคร (หน้า 47)
- 20 – 1 อะไรคือกรรมเก่า อะไรคือกรรมใหม่ (หน้า 49)
- 20 – 2 ทำไมพยายามทำความดี ทำบุญให้ทานในปัจจุบัน แต่ยังไม่
เห็นผล (หน้า 52)
- 20 – 3 ทำไมคนถึงไม่สามารถละกรรมชั่วได้ ทั้งๆ ที่รู้ว่ามันชั่ว ทั้งๆ ที่รู้ว่า
มันไม่ดี (หน้า 56)

21. จดหมายจากโยมจังหวัดร้อยเอ็ด (หน้า 58)

21 - 1 สติกับสามัญสำนึกเป็นตัวเดียวกัน หรือแตกต่างกันอย่างไร (หน้า 60)

21 - 2 ที่บ้านค้าขายซึ่งต้องอาศัยลูกน้องหลายคน บางคนชอบเล่นตัว ู้ งานเลยทำให้ดิฉันรู้สึกว่ามีเขาเราก็ทำได้ ความรู้สึกเหล่านี้เป็นคราบฝัง ในจิตใจอยู่ตลอด ดิฉันจะไม่ค่อยจะออก แต่อากัปฏิกิริยาที่แสดงออกมา ภายนอกนั้นก็อ่อนน้อมถ่อมตนกับคนทั่วไปอยู่เจ้าคะ หลวงพ่อโปรด เมตตาชี้แนะแนวทางปฏิบัติเพื่อลดละสิ่งนี้ด้วยเจ้าคะ (หน้า 61)

21 - 3 การเดินจงกรมของดิฉัน รู้สึกว่าจิตเริ่มสงบลงเร็วกว่านั่งสมาธิ โดยเฉพาะทำนั่งที่เอาขาขวาทับขาซ้าย ดิฉันจะรู้สึกอึดอัดมาก แต่ถ้านั่ง เอาขาซ้ายทับขาขวาจะรู้สึกว่าตัวเบาและจับลมหายใจได้ตลอดสายจน เกือบไม่มีลมหายใจ ดิฉันเลยลุกขึ้น ทำนั่งแบบนี้ผิดไหมเจ้าคะ และดิฉัน ปฏิบัติถูกไหมเจ้าคะ (หน้า 63)

21 - 4 เมื่อเดือนธันวาคม 2546 ดิฉันมาปฏิบัติธรรมที่วัด หลวงพ่อเทศน์ สอนเรื่องธรรมะ 37 ข้อ ชื่ออะไรเจ้าคะ ดิฉันจำไม่ได้ จึงอยากทราบชื่อ ส่วนรายละเอียดจะไปค้นหาเองคะ (หน้า 64)

21 - 5 ทำไมตึกแกถึงชอบร้องเวลานั่งสมาธิขณะจิตกำลังเริ่มสงบเจ้าคะ (หน้า 71)

22. ทำไม “การนั่งสมาธิ” จึงเป็นวิธีปฏิบัติธรรมที่ถือว่าดีที่สุดที่สุดเมื่อเทียบกับ การปฏิบัติธรรมแบบอื่นๆ (หน้า 72)

23. สถิติกับสัมพัทธ์มี ความหมายว่าอย่างไร การขาดสถิติกับความไม่รอบคอบเป็นสิ่งเดียวกันหรือไม่ กรุณายกตัวอย่างให้เห็นชัดเจนและอธิบายถึงสถิติสัมพัทธ์ในชีวิตประจำวันด้วยค่ะ (หน้า 73)
24. กำเนิด 4 และภูมิ 3 คืออะไร กราบเรียนพระอาจารย์กรุณาอธิบายและยกตัวอย่าง (หน้า 76)
25. สัตว์ที่มีชั้น 5 ชั้น มีชั้น 1 ชั้น และมีชั้น 4 ชั้น หมายความว่าอย่างไร (หน้า 77)
26. เคยได้ยินมาว่าคนที่เกิดมามีชีวิตลำบากในชาตินี้ เช่นเป็นขอทาน เป็นคนเก็บขยะ ในชาติก่อนเคยเป็นคนไม่ดีจึงต้องมารับกรรมในชาตินี้จริงหรือไม่ (หน้า 80)
27. การที่พ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย ห่วงเรามากเกินไปจนกลายเป็นการขีดเส้นทางเดินให้ชีวิตเราทุกอย่าง หากเราไม่ทำตามเพราะคิดว่าชีวิตนี้เป็นของเรา ควรทำในสิ่งที่เราคิดว่าดี เป็นความคิดที่ผิดหรือไม่ และจะเป็นกรรมไม่ดีหรือไม่ (หน้า 83)

พระอาจารย์मितซูโอะ คเวสโก
ตอบปัญหาธรรมอันสืบเนื่องจากเหตุการณ์
คลื่นยักษ์สึนามิวันที่ 26 ธันวาคม 2547

1. คนที่ใส่บาตร สวดมนต์ ทำบุญ ให้ทานอยู่เป็นประจำ แล้วทำไมยังต้องมาประสบเคราะห์กรรมในเหตุการณ์ครั้งนี้ (หน้า 85)
2. ควรใช้หลักกรรมข้อใด เพื่อช่วยบรรเทาทุกข์จากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น (หน้า 87)
3. ผู้ที่สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก ญาติพี่น้อง ตลอดจนทรัพย์สินสมบัติเงินทอง จะใช้ธรรมะข้อใดเป็นหลักในการดำเนินชีวิตต่อไป (หน้า 93)
4. ทำอย่างไรที่จะช่วยให้ดวงวิญญาณของผู้เสียชีวิตในเหตุการณ์ครั้งนี้ไปสู่สุคติ (หน้า 94)
5. เราควรจะได้เรียนรู้อะไรบ้างจากเหตุการณ์ภัยพิบัติจากคลื่นยักษ์สึนามิ (หน้า 95)
6. ในฐานะที่เราไม่ได้เป็นผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ และไม่มีกำลังทรัพย์ เราจะช่วยเหลือได้อย่างไร (หน้า 96)
7. เหตุการณ์ครั้งนี้ทำให้เด็กจำนวนมากกลายเป็นเด็กกำพร้าพ่อแม่ เราจะช่วยเหลือเด็กเหล่านี้ได้อย่างไร (หน้า 97)

8. ทำไมคนต่างชาติ ต่างศาสนา ไม่น่าจะเคยทำกรรมร่วมกันมาจึงต้องมาประสบเหตุการณ์คลื่นยักษ์สึนามิตายพร้อมๆ กัน (หน้า 99)
9. ทำไมมีข่าวว่า มีวิญญาณไปบอกผู้คนที่ตนเองโดนซากปรักหักพังทับอยู่มานานมาก ทั้งๆ ที่ เมื่อตายจิตก็แยกออกจากกายไปแล้ว (หน้า 100)
10. ทำไมเมื่อจิตแยกออกจากกายไปแล้ว (ตายแล้ว) ไม่ไปเกิดตามภพภูมิใหม่ตามกรรมที่ได้กระทำไว้ ยังมาปรากฏให้คนเห็นอยู่ (หน้า 101)
11. ทำไมจิตวิญญาณยังห่วงร่างของตนเอง (หน้า 102)
12. การตายในเหตุการณ์คลื่นยักษ์สึนามิ ถือเป็น การตายแบบไม่ดี ยากที่ผู้ตายจะไปสู่สุคติใช่หรือไม่ เพราะเป็นการตายแบบกะทันหัน ทั้งผู้ตายและญาติพี่น้องไม่มีโอกาสเตรียมตัวเตรียมใจล่วงหน้า เปรียบเทียบกับการป่วยตาย ทั้งผู้ป่วยและญาติยังมีเวลาเตรียมตัวเตรียมใจ (หน้า 104)
13. เราจะมีชีวิตอยู่ต่อไปเพื่ออะไร (หน้า 106)

1. ตามที่พระอาจารย์สอนว่า “ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว”
อยากทราบว่า เมื่อทำความดีแล้ว จะเป็นการลบล้าง
ความผิดที่เคยทำได้หรือไม่

ตามหลักกฎแห่งกรรมแล้วก็ลบล้างกันไม่ได้ ทำดีได้ดี ทำชั่ว
ได้ชั่วเป็นกฎตายตัว อย่างไรก็ตาม บางครั้งจาก
ประสบการณ์ทำให้เรารู้สึกเหมือนกับว่า กรรมดีลบล้าง
กรรมชั่วได้ เรื่องนี้อธิบายได้ว่า กรรมชั่วเปรียบเหมือนเกลือ
กรรมดีเปรียบเหมือนน้ำในภาชนะ เมื่อทำกรรมชั่วแล้ว ทำ
กรรมดีให้มากๆ ความดีเปรียบเหมือนน้ำที่เพิ่มขึ้นๆ เกลือที่
มีอยู่เท่าเดิมก็ย่อมถูกน้ำทำให้เจือจางไป หรือเมื่อทำกรรมดี
มากๆ ผลแห่งความดีจะออกผลก่อน กรรมชั่วที่ยังไม่ได้
ออกผลก็อาจจะหมดกำลังไปก่อน เหมือนกับว่าได้รับ
อโหสิกรรมไป หรือหากพิจารณาในทางโลก คดีความต่างๆ
ก็มีอายุความ โดยเฉพาะหากไม่ใช่ความผิดร้ายแรง ก็ไม่
ต้องรับโทษมาก หากถูกลงโทษจำคุก เมื่ออยู่ในเรือนจำแล้ว
มีความประพฤติดีก็ได้รับอภัยโทษ ได้รับการปล่อยตัวเร็วขึ้น
หรือยกตัวอย่างเช่น สมัยเป็นเด็กเคยทำความผิด เช่นเสพ
ยาเสพติด ทำให้พ่อแม่เสียใจ แต่เมื่อสำนึกได้แล้วกลับตัว
เป็นคนดี พ่อแม่ก็ให้อภัย เมื่อทำความดีสม่ำเสมอ พ่อแม่ก็

รู้สึกสบายใจขึ้นและสามารถไว้วางใจในตัวลูกได้ เป็นต้น
ดังนั้นแม้เมื่อทำกรรมชั่วแล้ว จะลบล้างด้วยการทำกรรมดี
ไม่ได้ก็จริง แต่ก็สามารถผ่อนหนักเป็นเบาได้

นอกจากนี้ หากเปรียบกรรมชั่วเป็นเกลือ เกลือในปริมาณ
เล็กน้อยก็ช่วยปรุงรสน้ำตาล หรือเปลี่ยนผลไม้รสเปรี้ยวให้มี
รสชาติหวานขึ้น ถือเป็นสิ่งที่ประโยชน์ได้เหมือนกัน เช่น
บางคน สมัยเป็นวัยรุ่นเคยติดยาเสพติด เมื่อเห็นโทษ สำนึก
ได้แล้วก็พยายามเลิก กลับตัวกลับใจหันมาสร้างกรรมดี
และสามารถเอาประสบการณ์ในอดีตมาเป็นบทเรียนเพื่อ
เตือนสติตนเองและสอนผู้อื่นได้ บางครั้งก็สามารถเป็น
วิทยากรถ่ายทอดประสบการณ์ ให้คำแนะนำแก่ผู้อื่น ทำตัว
เป็นประโยชน์แก่สังคมได้ก็มีมาก

อย่างไรก็ตาม หากว่ากรรมชั่วที่ทำเป็นกรรมหนักก็ต้องรับ
วิบากกรรม ตัวอย่างเช่น ยกกรณีของพระโมคคัลลานะมา
พิจารณา ขนาดสำเร็จเป็นพระอรหันต์ เป็นอัครสาวกของ
พระพุทธเจ้า ช่วยพระพุทธเจ้าในการเผยแผ่ประกาศธรรม
วินัยมาหลายปี เป็นเอตทัคคะผู้เป็นเลิศในการแสดง
ปาฏิหาริย์ก็ตาม ในอดีตชาติเคยทำกรรมหนัก เรียกว่า

อนันตริยกรรม คือฆ่าพ่อแม่ ทำให้ต้องตกนรกมาหลายชาติ จนในชาติสุดท้ายแม้บรรลุเป็นพระอรหันต์แล้วก็ยังได้รับผลของกรรมชั่ว ถูกโจร 500 คน จะทำร้าย ท่านรู้เหตุการณ์ล่วงหน้าก็ใช้อิทธิฤทธิ์หนีไป หนีอยู่หลายครั้ง ประมาณ 3 เดือน ท่านก็พิจารณาถึงเหตุ จึงทราบว่าเป็นวิบากกรรมของท่าน เป็นกฎแห่งกรรมที่หนีไม่พ้น และท่านก็หมดอายุขัยแล้ว ท่านจึงปล่อยให้โจรทำร้ายทุบจนกระดูกแตกไปทั้งร่าง ฝ่ายโจรเข้าใจว่าท่านตายแล้วก็นำร่างของท่านไปซ่อนไว้ในพุ่มไม้

พระโมคคัลลานะเถระ คิดว่า "เราควรไปกราบทูลลาพระพุทธเจ้าก่อนจึงปรินิพพาน" คิดดังนี้แล้วก็เยียวยารักษาอัมพาพร่างกายประสานกระดูกด้วยกำลังมาน เหาะมาเฝ้าพระบรมศาสดา ถวายบังคมแล้วกราบทูลลาปรินิพพาน พระพุทธองค์ตรัสถามว่า "โมคคัลลานะ เธอ จะ ปรินิพพาน ที่ไหน เมื่อไร ?" "ข้าพระองค์ จะนิพพานที่กาฬศิลาในวันนี้ พระเจ้าข้า" "โมคคัลลานะ ถ้าอย่างนั้น เธอจงแสดงธรรมแก่ตถาคตก่อน ด้วยว่าการได้เห็นพระเถระเช่นเธอนี้ จะไม่มีอีกแล้ว" พระเถระได้รับพระพุทธบัญชาเช่นนั้นจึงทำปาฏิหาริย์เหาะ

ขึ้นไปบนอากาศแสดงพระธรรมเทศนาแล้วลงมาถวาย
อภิวาทกราบทูลลาไปยังกาฬศิลา และปรินิพพาน ณ ที่นั้น
พระผู้มีพระภาค เสด็จไปพร้อมด้วยภิกษุสงฆ์ทั้งหลาย ทรง
เป็นองค์ประธานจุดเพลิงฉาปนกิจศพให้ท่าน และโปรดให้
สร้างเจดีย์บรรจุอัฐิไว้ ณ ที่ใกล้ชุมประตูแห่งพระเชตวัน
มหาวิหารนั้น

มนุษย์เราเมื่อหมดอายุแล้วก็ต้องตายด้วยกันทั้งนั้น แต่
พระโมคคัลลานะท่านตายแบบไม่ดี ถ้าไม่มีวิบากกรรมนี้
ก็คงจะตายอย่างสงบ แต่สำหรับจิตใจของพระโมคคัลลา
นะก็พ้นจากกฎแห่งกรรม ตั้งแต่สำเร็จเป็นพระอรหันต์
จิตใจเป็นวิมุติหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง รับกรรมก็เพียงทาง
กายเท่านั้น

นอกจากนี้แล้ว เมื่อศึกษาพุทธประวัติ เราก็จะทราบว่าแม้
พระพุทธองค์ก็ทรงได้รับวิบากกรรมเหมือนกัน ตัวอย่างเช่น
กรรมที่ทำให้ห่อพระโลหิต ก็มีเหตุมาจากในอดีตชาติสมัยที่
พระองค์เสวยพระชาติเป็นพระโพธิสัตว์ กล่าวคือ พระ
โพธิสัตว์และพระเทวทัตเกิดเป็นพี่น้องร่วมบิดา แต่ต่าง
มารดากัน ครั้นบิดาล่วงลับไปแล้ว เกิดทะเลาะกันด้วยเหตุ

แห่งทรัพย์ พระโพธิสัตว์มีกำลังมากกว่า จึงกดน้องชายลงกับพื้นดิน แล้วกลิ้งศิลาก้อนใหญ่ทับไว้ ประสงค์จะให้ตายด้วยวิบากแห่งกรรมนั้น พระโพธิสัตว์ต้องเสวยทุกข์ในอบายภูมิเป็นเวลานาน แม้เมื่อตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าแล้ว ด้วยเศษกรรมยังเหลืออยู่ พระองค์จึงต้องถูกสะเก็ดศิลาที่พระเทวทัตกลิ้งลงมาหมายจะให้ทับพระองค์ กระเด็นมากระทบนิ้วพระบาทจนห้อพระโลหิต ขณะที่พระพุทธเจ้าเสด็จขึ้นบนเขาคิชฌกูฏ เป็นต้น

2. มีหลายคนเชื่อในคำพูดที่ว่า “ทำดีได้ดีมีที่ไหน ทำชั่วได้ดีมีถมไป” ควรทำอย่างไรให้เขาได้เข้าใจในสิ่งที่ถูก

เรื่องนี้พูดอาจจะไม่เข้าใจ ต้องเฝ้าดูความคิด การพูด การกระทำติดต่อกันไปเรื่อยๆ และจะเห็นความจริงปรากฏ ว่าเมื่อเหตุดีผลก็ดี เหตุไม่ดีผลก็ไม่ดี ต้องหัดเจริญสติจึงจะเห็นความจริงของกฎแห่งกรรมตามธรรมชาติ ผลของกรรมอาจเปรียบได้กับการปลูกต้นไม้ ต้นไม้บางชนิด เช่นต้นกล้วยออกผลเร็ว บางชนิด เช่น มะม่วง ต้นตาล ออกผลช้า อย่างไรก็ตาม สิ่งที่แน่นอนคือปลูกต้นไม้ชนิดใดย่อมได้ผลของต้นไม้ชนิดนั้น กรรมดีและกรรมชั่วก็เหมือนกัน คือทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว เป็นกฎธรรมชาติ

พระพุทธเจ้าได้เคยอธิบายว่าความชั่วเมื่อยังไม่ออกผล ลาก ยศ สรรเสริญ สุข จะมีรสชาติหอมหวานเหมือนน้ำผึ้ง ตัวอย่างเช่น คนที่เก่ง เฉลียวฉลาด มีความสามารถ หากคิดทำสิ่งดีก็ทำได้ สำเร็จและเกิดประโยชน์ได้มากมาย แต่เมื่อเกิดกิเลสตัณหาคิดทุจริตทำผิดกฎหมายก็มักไม่มีใครจับได้ ในทางโลก จึงเหมือน ประสบความสำเร็จได้ลาก ยศ สรรเสริญ อย่างเช่น โจรปล้น ธนาคารเมื่อตำรวจจับไม่ได้ เขาก็มีเงินทองมีฐานะดี แต่จริง ๆ แล้วนั้นไม่ใช่ผลของการปล้นธนาคารแต่เป็นผลของความดีในอดีต ซึ่งอาจเป็นอดีตชาติ หรืออดีตในชาติปัจจุบันก็ได้ ส่วนผลของความชั่วที่เป็นรูปธรรมคือเสื่อมลาภ เสื่อมยศ ถูกนินทา แม้จะยังไม่เกิดขึ้น แต่ในแง่จิตใจแล้วเขาก็คงทุกข์ใจ หวาดระแวง เมื่อถึงเวลาที่ความชั่วออกผลจริงๆ แล้ว ชีวิตก็จะเสียหาย ต้องได้รับโทษ เสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์ ไม่มีทางทำอะไรได้ เมื่อมองผิวเผินจึงคล้ายกับว่าทำชั่วแต่ได้ดี ซึ่งจริงๆ แล้ว ไม่ใช่ แต่เป็นเพราะกรรมชั่วยังไม่ออกผลนั่นเอง

"ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว" ข้อนี้เป็นกฎตายตัวหากทำดีแล้วยังไม่ได้ดีก็ต้องอดทนทำความดีต่อไป เมื่อกรรมดีออกผลก็ย่อมได้รับผลแห่งกรรมดี คือ ความสุข

3. กราบเรียนถามท่านพระอาจารย์ว่า ในเรื่องของกรรม หากข้าพเจ้าพบเสือโคร่งกำลังจะฆ่ากวางเป็นอาหาร ข้าพเจ้าสามารถเพิกเฉย หรือสามารถเลือกที่จะ ฆ่ากวางและช่วยชีวิตกวางได้ แต่หากเป็นเช่นนั้น เสือก็อาจตายได้ด้วยความหิว อยากทราบว่าใน สถานการณ์เช่นนี้ อันไหนคือ กรรมดี กรรมชั่ว

ในสถานการณ์เช่นนี้ สิ่งที่ดีที่สุดคือ ทำใจเป็นอุเบกขา วางเฉย มันเป็นทุกข์โทษของวิญญูสงสาร เกิดมาเป็นสัตว์ ต้องเป็นอย่าง นั้น อาจารย์เองก็เคยสงสัย จึงถามหลวงพ่อบุญตา ถามท่านพุทธ ทาสว่า แมวจับหนูกินเป็นอาหาร ฆ่าหนูเป็นประจำ หรือไก่กิน หนอนทุกวัน การเกิดเป็นสัตว์กินเนื้อสัตว์อื่น ถือเป็นบาป เหมือนการฆ่าสัตว์ใหม่ ท่านอาจารย์ทั้งสองก็ตอบคล้ายๆ กัน ว่า การเกิดมาเป็นสัตว์ มันเป็นบาปกรรมอยู่แล้ว การจับสัตว์ อื่นกิน ก็เป็นธรรมชาติของมัน ไม่ได้มีเจตนาที่จะเบียดเบียน กรรมนี้เลือกับกวาง แมวกับหนู ไก่กับหนอน ฯลฯ จึงไม่ใช่การ สร้างกรรมชั่วเพิ่ม แต่บางคนอาจจะสงสัย สับสนขึ้นมาว่า เมื่อเราเดินไปในสถานที่เปลี่ยว มีชายอันธพาลคนหนึ่ง กำลัง ทำร้ายผู้หญิงคนหนึ่งอยู่ เราควรจะนิ่งเฉย วางใจเป็นอุเบกขา

จะดีหรือไม่ กรณีเช่นนี้ ถ้าเราเพิกเฉย ถือว่าเรากำลังสร้างบาปหนัก ทั้ง 3 ฝ่าย คือ

- ผู้ชาย กำลังสร้างบาปหนัก
- ผู้หญิง กำลังจะได้รับทุกข์เดือดร้อนหนัก
- ตัวเรา ถ้าหากว่าเพิกเฉย แสดงว่าเราก็ก่อกรรมหนักด้วยกันเหมือนกันที่ปล่อยให้ทั้งสองฝ่ายต้องได้รับทุกข์โทษ โดยไม่หาทางช่วยเหลือ

มนุษย์คือผู้มีใจสูง หมายถึงต้องมีใจเมตตา กรุณา ในฐานะของมนุษย์ เราจึงต้องช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ในกรณีข้างต้น หากเราเพิกเฉยไม่มีน้ำใจ หรือกลัวอันตรายเสียจนไม่คิดจะหาทางช่วยเหลือ นอกจากฝ่ายผู้ชายจะสร้างบาปหนัก ฝ่ายผู้หญิงจะต้องได้รับความทุกข์สาหัสแล้ว ตัวเราก็คงจะไม่สบายใจไปตลอดชีวิตเช่นกัน

หลายคนเข้าใจความหมายของคำว่าอุเบกขาผิด ว่าหมายถึงวางเฉย ไม่สนใจว่าใครจะเป็นอย่างไร ความจริงแล้ว อุเบกขาถือเป็นคุณธรรมขั้นสูงอันเปี่ยมไปด้วย เมตตา กรุณา มุทิตา อย่างสมบูรณ์ในขณะเดียวกัน หมายความว่า ในทุกๆ สถานการณ์ หากเราพยายามทำดีที่สุดแล้วด้วยใจดี มีเมตตา กรุณา มุทิตา ก็ให้เรายอมรับผลนั้นๆ ด้วยจิตใจที่ปล่อยวาง ไม่ยินดี ยินร้าย เป็นอุเบกขา

4. คนส่วนมากเข้าใจว่า การที่เสียชีวิตตั้งแต่อายุน้อย
เป็นบุญ เพราะเขาไม่ต้องชดใช้กรรมอะไร ขอความ
กรุณาพระอาจารย์ช่วยอธิบายด้วย

ตามความเห็นของอาจารย์เห็นว่า เราไม่ควรด่วนสรุปว่าการ
เสียชีวิตตั้งแต่อายุน้อยเป็น “บุญ” หรือเป็น “บาป” เพราะ
จริงๆ แล้วขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยอื่นๆ ด้วย เปรียบเทียบการ
เดินทางมาที่วัดสุนันทวนารามครั้งหนึ่งเหมือนกับการเกิดชาติ
หนึ่ง มีคนที่เดินทางมาวัดเพียงวันเดียวก็กลับบ้าน บางคนมา
พักค้างคืน 2-3 คืน บางคนมาอยู่เป็นสัปดาห์ หรือพักอยู่เป็น
เดือนก็มี ในกลุ่มคนเหล่านี้ คนที่มาอยู่วัดแค่ระยะเวลาสั้นๆ ก็มี
ทั้งมาแล้วประทับใจ ตั้งใจฟังเทศน์ฟังธรรม เกิดศรัทธานำไป
ประพฤติปฏิบัติตาม เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตก็มีมาก
หรือตรงกันข้าม บางคนมาแล้วรู้สึกไม่ดี ไม่พอใจ มีปัญหาอย่าง
นั้นอย่างนี้ ตัวเองก็ไม่ได้ปฏิบัติอะไร มองสิ่งต่างๆ ในแง่ร้าย
ตำหนิเพื่อน ทำให้คนอื่นลำบากใจ หรือเป็นภาระแก่วัดก็มี
เหมือนกัน การเกิดมาชาติหนึ่ง อายุสั้น อายุยืนก็คล้ายกัน บาง
คนอายุสั้น เสียชีวิตตั้งแต่อายุน้อย ยังไม่ทันได้ทำอะไร
มากมายก็มี หรือเกิดมาแล้วตัวเองเป็นทุกข์ ทำให้พ่อแม่ทุกข์ ไม่
สบายใจก็มีเช่นกัน สาระสำคัญจึงอยู่ที่ว่ามีชีวิตอยู่อย่างไร ใช้

ชีวิตอย่างไรมากกว่าระยะเวลาของการมีชีวิตอยู่ การมีชีวิตสั้นๆ แต่เป็นชีวิตที่สร้างคุณงามความดีก็ย่อมดีกว่าอายุยืนแล้วสร้างบาปกรรมให้ตัวเองและผู้อื่นเดือดร้อน เป็นต้น

สำหรับคนที่เป็นพ่อแม่ เมื่อลูกตายไปก่อน ไม่ว่าจะอายุสั้น อายุยืนก็ตาม พ่อแม่ก็ต้องรู้จักปล่อยวาง ไม่ใช่เป็นทุกข์ไปตลอดชีวิต ลองนึกดูว่าหากลูกที่ตายไปได้รับรู้ว่าพ่อแม่จมอยู่กับความทุกข์ความเศร้าหมอง ลูกก็คงไม่อาจสงบสุขได้ ดังนั้นพ่อแม่ควรทำใจปล่อยวางด้วยความสบายใจว่า ลูกไปดีแล้ว ไปตามทางพอดีๆ ของเขา

ความจริงแล้ว ดีที่สุดก็น่าจะเป็นการมีชีวิตอยู่นานพอสมควร โดยใช้ชีวิตเพื่อการปฏิบัติธรรม ชัดเกลากิเลส พัฒนาจิตใจ ตามหลักไตรสิกขา คือการศึกษาและปฏิบัติตามหลัก ศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อเข้าใจในอริยสัจ 4 หรืออย่างน้อยก็ให้เข้าถึงสุขภาพใจดี มีความสงบสุข เบิกบานใจ เมื่อจะตายก็ตายด้วยใจดี จึงน่าจะเรียกได้ว่าประสบความสำเร็จในชีวิต

5. องคุลีมาล ทำกรรมชั่วไว้มาก เหตุใดจึงบรรลุนิพพาน
อย่างรวดเร็ว และองคุลีมาลได้รับการชมเชยจากพระเจ้า
ที่ได้ทำไว้หรือไม่ เมื่อใด และได้รับการชมเชยอย่างไร

ประวัติขององคุลีมาลนับเป็นเรื่องหนึ่งที่น่าสนใจ และมีคนสงสัย
กันมากกว่า ทำไมท่านจึงบรรลุนิพพานได้ทั้งๆ ที่ฆ่าคนถึง 999 คน มี
ตำราหลายเล่มกล่าวถึงประวัติความเป็นมาขององคุลีมาลไว้
บ้างก็นำมาเขียนเป็นนวนิยายอิงหลักธรรมะ ซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

เรื่องเกิดขึ้นในแคว้นโกศล โดยมีพราหมณ์ปุโรหิตผู้หนึ่ง เมื่อได้
บุตรชาย ก็ทราบด้วยฤกษ์ยามว่า บุตรชายของตนเองเกิดมาใน
ฤกษ์ดาวโจร จึงกราบทูลให้พระเจ้าปเสนทิโกศลทำการสังหาร
เสีย แต่พระเจ้าปเสนทิโกศลเห็นว่าเด็กไม่มีความผิดจึงไม่ฆ่า
พราหมณ์จึงตั้งชื่อบุตรของตนว่า อหิงสกะ แปลว่า ผู้ไม่
เบียดเบียน

อหิงสกะ เมื่อโตขึ้นเป็นหนุ่มรูปงามร่างใหญ่ ได้ไปเรียนวิชาที่
สำนักทศปาโมกข์แห่งนครตักกศิลา ซึ่งเป็นสำนักที่มีชื่อเสียง
มากโดยเฉพาะในวิชาอาถรรพเวท อหิงสกะเป็นผู้เรียนดี ความ
ประพฤติอ่อนน้อมและมีความสามารถมาก เป็นที่รักใคร่ของ

อาจารย์มากกว่าศิษย์คนอื่น จึงทำให้เพื่อนศิษย์ด้วยกันเกิดความอิจฉาริษยา โดยเฉพาะศิษย์รุ่นพี่ที่ชื่อว่ามารุต และกฤษณะ ที่เคยมีเรื่องไม่พอใจที่อหิงสกะมีกำลังและมีมือเพลงดาบดีกว่าตน อีกทั้งความรูปร่างงามของอหิงสกะก็เป็นเสน่ห์ดึงดูดให้ผู้หญิงที่มาอรุตหมายปองมาหลงรัก ทั้งสองคนจึงคบคิดปรึกษากันหาทางกำจัดอหิงสกะด้วยการประจบเอาใจอาจารย์ และหาเรื่องใส่ร้ายเป่าหูอาจารย์ว่า อหิงสกะอาจจะสำเร็จเป็นพรหมก่อนอาจารย์ และจะตั้งตนเป็นใหญ่แทน โดยขณะนี้ อหิงสกะกำลังมีใจเอนเอียงไปนับถือพุทธศาสนาของเจ้าชายสิทธัตถะ ฝ่ายอาจารย์ทศปาโมกข์กำลังรู้สึกว่ามีปมด้อยที่ตัวเองยังไม่เป็นพรหม ยังไม่สามารถเข้าถึงโมกษะ (โมกษะคือการบรรลุอมตะธรรม เข้าร่วมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับพระพรหม ถือเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของชีวิตตามหลักศาสนาพราหมณ์) อาจารย์ทศปาโมกข์ตั้งตนเป็นศัตรูกับเจ้าชายสิทธัตถะผู้มีวรรณะกษัตริย์อันเป็นวรรณะที่ต่ำกว่าพราหมณ์และถือว่าการสอนของศาสนาพุทธเป็นศัตรูสำคัญของศาสนาพราหมณ์ เพราะศาสนาพุทธไม่เชื่อเรื่องพรหมลิขิต แต่สอนว่ากรรมจำแนกคนให้เป็นไปได้ต่างๆ กัน แม้ว่าจะกำเนิดในวรรณะจันทาลถ้าประพฤติดีก็เป็นพรหมได้ ดังพุทธพจน์ที่ว่า "มิใช่เพราะมุนชฎา มิใช่เพราะโคตร มิใช่เพราะกำเนิด (ที่ดี) ที่ทำคน

ให้เป็นพราหมณ์ ใครก็ตามมีสัจจะและทรงธรรม ย่อมจะบริสุทธิ์
ล้ำและเป็นพราหมณ์ได้ หลักคำสอนดังกล่าวจึงเป็นการปฏิเสธ
เรื่องชนชั้นวรรณะโดยสิ้นเชิง ซึ่งชนชั้นพราหมณ์อย่างอาจารย์
ทศปาโมกข์ยอมไม่ได้เด็ดขาด ประกอบกับเมื่อถูกเป่าหูว่า
อหิงสกะอาจจะสำเร็จเป็นพรหมก่อน จึงเกิดความริษยาต่อ
อหิงสกะมาก จนคิดหาทางกำจัด โดยคิดหลอกอหิงสกะให้
กลายเป็นโจรร้าย แล้วยืมมือทางบ้านเมืองให้จัดการแทน โดย
เรียกอหิงสกะเข้ามาพบแล้วบอกว่า อหิงสกะเป็นนักเรียนที่ดี
เลิศ มีความรู้ความสามารถเหนือศิษย์ทุกคนในสำนัก ดังนั้น
อาจารย์จะสอนวิชาอันเยี่ยมยอดให้แก่อหิงสกะเพื่อการเข้าถึง
โมกษะ แต่การจะสำเร็จวิชาสูงสุดได้นั้น อหิงสกะจะต้องแสดง
ความซื่อตรงต่อสำนักที่เขาศึกษาอยู่ และต้องรับใช้ศาสนา
พราหมณ์ ด้วยการไปฆ่าคนนอกศาสนาพราหมณ์ให้ได้ 1,000
คน เพื่อเป็นการบูชาครู อาจารย์ก็กล่าวแก่อหิงสกะว่า

“เจ้าจงไปรับใช้ศาสนาพราหมณ์ จงกระทำการอันเป็นการ
พิสุจน์ให้เห็นความจริงแห่งโหราศาสตร์ ไสยศาสตร์ และ
ปรัชญาเวทानตะในพระมหาคัมภีร์อุปนิษัท เมื่อโหราศาสตร์
บอกว่าเจ้าจะเป็นโจรต่อไปในภายหน้า เจ้าจงก้มหน้าเป็นโจรไป
ตามนั้น กิตติศัพท์ในวันกำเนิดของเจ้าเป็นที่เลื่องลือระบือไป

ไกล ฉะนั้นเมื่อเจ้าประพุดิตตนเป็นโจรขึ้นจริงๆ ประชาชนก็จะเกิดความเชื่อมั่นว่าโหราศาสตร์เป็นความจริง”

“อหิงสกะ... ดวงจิตของเจ้านั้นเป็นสิ่งบริสุทธิ์ ผู้ใดตั้งมั่นอยู่ใน
อาตมัมหรือจิตอันบริสุทธิ์แล้ว เขาจะกระทำการกรรมได้โดยไม่มี
ผลตอบแทนเลย เจ้าจงฆ่าคนให้ครบ 1,000 คน เกล็ดของการ
สำเร็จเป็นพรหมของเจ้าอยู่ที่การกระทำการอันหนักด้วยจิตใจ
ที่ไม่หวั่นไหว ครั้นแล้วจิตของเจ้าจะเป็นโมกษะ เจ้าจงไปรับใช้
ศาสนาพราหมณ์ด้วยการเลือกฆ่าคนนอกศาสนา นอกวรรณะ
ซึ่งเป็นศัตรูกับศาสนาเรา รูปกายนั้นเป็นเพียงมายา อาตมัมคือ
จิตที่บริสุทธิ์ต่างหากที่เป็นอมตะ เป็นของจริง เจ้าเป็นโจรฆ่าคน
ก็ฆ่าเพียงมายาอันว่างเปล่า ไม่ได้เป็นการทำลายอาตมัมของ
เขา เพราะอาตมัมเป็นสิ่งที่ทำลายไม่ได้ ดังนั้นสิ่งที่เจ้าทำถือว่า
ไม่ได้ฆ่าใคร และไม่มีใครถูกฆ่า ไม่ถือว่าเป็นบาปเลย”

เมื่ออหิงสกะถูกอาจารย์พูดจาหวานล้อม เขาเองมีความเคารพ
ในตัวอาจารย์ ต้องการรับใช้ศาสนาพราหมณ์ ประกอบกับ
ความปรารถนาที่จะบรรลุอมตะธรรมเข้าถึงโมกษะ จึงตัดสินใจ
จะทำตามที่อาจารย์สอน ตั้งแต่นั้นมาจึงปรากฏจอมโจรองคฺลี
มาล แปลว่า ผู้มีพวงมาลัยเป็นนิ้วมือมนุษย์ ออกเช่นฆ่าผู้คนที่
ผ่านเข้าไปในป่าซึ่งเขาหลบซ่อนตัวอยู่ ผู้ใดถูกสังหารก็จะโดน

ตัดนิ้วเอาไว้เป็นหลักฐาน เมื่อครบ 999 นิ้ว ยังขาดอีกเพียงนิ้วเดียว องคุสีมालก็ตั้งใจพยายามจะหาเหยื่อเพื่อสังหาร ขณะเดียวกันพระเจ้าปเสนทิโกศลก็กำลังเตรียมยกไพร่พลไปปราบโจรของคุสีมาล

ในครั้งนั้นนางมันทานีผู้เป็นมารดา ทราบข่าวว่าพระเจ้าปเสนทิโกศลกำลังยกกองทัพจะไปปราบจอมโจรของคุสีมาล จึงรีบไปตามหาลูกชายด้วยความเป็นห่วง พระพุทธองค์ซึ่งทรงประกอบพุทธกิจในยามเช้ามืดของวันนั้น คือทรงพิจารณาสัตว์โลกที่มีอุปนิสัยที่พระองค์จะเสด็จไปโปรดได้ ทรงทราบด้วยญาณว่าองคุสีมาลในคราวนี้จะก่อกรรมหนักคือฆ่าผู้เป็นมารดาหากได้พบเจอ และเมื่อตรวจดูผลกรรมในอดีตชาติแล้ว ก็ทราบว่าหากองคุสีมาลได้รับฟังคำสอนที่เหมาะสม ก็จะบรรลุนิพพานอันวิเศษบรรลุมรรคผลนิพพานได้ แต่ถ้าจอมโจรของคุสีมาลสังหารผู้เป็นมารดาเสียในคราวนี้ ก็จะกลายเป็นอนันตริยกรรม คือกรรมอันหนักที่จะทำให้ไม่สามารถบรรลุนิพพานได้ในชาตินี้ ไม่ว่าจะทำดีมากขนาดไหนก็ตาม อีกทั้งพระพุทธองค์ทรงทราบด้วยญาณว่ามารดาขององคุสีมาลกำลังเดินทางมา พระองค์จึงรีบเสด็จไปโปรดจอมโจรของคุสีมาล

ขณะที่พระองค์เสด็จไปโปรดนั้น ทรงทราบว่าจอมโจรของคูลีมาล กำลังหมกมุ่นด้วยโมหะจิต คิดว่าบัดนี้ได้นิ้วมือมาแล้ว 999 นิ้ว ยังขาดอีกเพียงนิ้วเดียวจะไปหาที่ไหน เมื่อจอมโจรของคูลีมาลได้ เห็นพระพุทธรองค์ก็ดีใจ รีบวิ่งไล่กวาดไปพร้อมทั้งจับดาบขึ้น หมายจะไล่ฟันพระศาสดา แต่ออกแรงวิ่งไล่ตามเท่าไรก็ไม่ทัน พระพุทธรองค์ซึ่งทรงดำเนินอยู่ตามปกติ ทั้งที่ตัวเองก็วิ่งสุดกำลัง จึงรู้สึกแปลกใจมาก

"หยุดก่อนสมณะ" องค์คูลีมาลโจรตะโกนเรียก

"เราหยุดแล้ว ท่านยังไม่หยุด" พระพุทธรองค์ทรงตอบ

"อะไรกัน ก็ยังดำเนินอยู่หน้าเราทำไมถึงบอกว่าหยุดแล้ว"

องค์คูลีมาล ตะโกนและวิ่งจนเหนื่อย จึงได้แต่หยุดหอบพักหนึ่ง เมื่อเห็นพระพุทธรองค์ยังคงเสด็จพระราชดำเนินอยู่ตรงหน้า จึง ตะโกนอีกครั้ง

"หยุดก่อนสมณะ สมณะหยุดก่อน"

พระพุทธรองค์ก็ยังคงพระดำเนินไปตามปกติ แต่ตรัสตอบ เหมือนเดิม

"เราหยุดแล้ว แต่ท่านนั้นแหละที่ไม่หยุด"

องค์คูลีมาลได้ฟังดังนั้นก็บังเกิดความขจัดใจพูดตำหนิไปว่า

"ดูกรสมณะ ท่านเป็นบรรพชิตชอบที่จะมีคำสัตย์ให้สมกับเพศ
แต่ยังเดินอยู่หน้าเรากลับบอกว่าหยุดแล้ว ส่วนเราหยุดแล้วท่าน
กลับบอกว่าไม่หยุด เหตุไฉนจึงพูดไม่เป็นความจริงอย่างนี้เล่า"

ในคราวนั้นพระพุทธองค์จึงหยุดประทับยืน แล้วรับสั่งว่า

"อหิงสกะ ตถาคตกล่าวแต่ความจริงตามปกติ"

"เราไม่เชื่อ" อหิงสกะกล่าวตอบ

"ดูกร อหิงสกะ ที่ตถาคตกล่าวว่าเราหยุดแล้ว คือหยุดฆ่า
หยุดเบียดเบียน หยุดแสวงหาในทางที่ผิด หยุดดำเนินไป
ในทางทุจริตสิ้นหมดทุกประการ แต่เธอนั้นมีสันดานพาล
แรงกล้าไม่ยอมหยุด มีอนันต์ถืออาวุธหมายจะเข่นฆ่า แต่ปาก
กลับบอกว่าหยุดแล้ว น่าละอายใจนัก ท่านซิกกล่าวคำเท็จ เหตุ
ใดจึงมาว่าเราอีกเล่า"

เมื่อได้ฟังคำวิภาษของผู้มีพระภาค อหิงสกะก็เกิดดวงตาเห็น
ธรรม เข้าใจความของพระพุทธองค์ที่ทรงเทศนาสั่งสอนได้ใน
เวลานั้น องคุลิมาลหึงดาบลง แล้วก็มลงกราบแทบพระบาท
ของพระพุทธองค์ และทูลขอบวชตามเสด็จพระบรมศาสดา
กลับไปยังวัดเชตวันในกรุงสาวัตถี ต่อมาองคุลิมาลก็สำเร็จเป็น
พระอรหันต์

กล่าวถึงพระเจ้าปเสนทิโกศล ซึ่งกำลังนำกองทัพเพื่อออกไป
ปราบจอมโจรของคูลีมาล ระหว่างทางที่เสด็จก็ได้ไปเข้าเฝ้าพระ
บรมศาสดาพร้อมด้วยไพร่พล พระพุทธองค์จึงตรัสถาม

"ดูกร มหาบพิตร พระองค์เตรียมไพร่พลมากมายจะไปไหน"

"ไปปราบจอมโจรของคูลีมาลพระเจ้าข้า"

"หากพบจอมโจรของคูลีมาลแล้ว และพบว่าเขาได้มาบวช
ประพฤติธรรมวินัย ละเว้นอย่างเด็ดขาดจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต
จากการลักขโมยฉ้อฉล ละเว้นจากการพูดเท็จ ประพฤติ
พรหมจรรย์ มีศีล มีกัลยาณธรรม (เป็นอริยสงฆ์) จะทำอย่างไร"

"ข้าพระองค์จะกระทำอภิวัตพระเจ้าข้า และจะถวายปัจจัย 4
พร้อมทั้งถวายความคุ้มครองอันเป็นธรรม"

พระพุทธองค์จึงขึ้นไปทักขุบวชใหม่องค์หนึ่งซึ่งนั่งอยู่ข้าง ๆ

"ลองดูซิว่าภิกษุรูปนี้คือใคร"

พระเจ้าปเสนทิโกศล มองอยู่ชั่วครู่ก็รู้ว่าเป็นของคูลีมาล ก็บังเกิด
ความเกรงกลัวถึงกับตกพระทัย พระพุทธองค์รีบตรัสห้าม

"อย่ากลัวไปเลย อนึ่งสกะหยุดการเช่นฆ่าแล้ว บัดนี้หิงสกะคือ
บุตรของเรา"

พระเจ้าปเสนทิโกศลจึงพิจารณาที่จะถวายปัจจัย 4 แต่พระ
องคูลีมาลทูลว่า มีไตรจีวรอยู่ครบแล้ว

"โอพระศาสดา"

พระเจ้าปเสนทิโกศลกราบทูล

"ข้าพระองค์ถึงแม้มีกำลังทหารและอาวุธอันทรงอานุภาพ แต่ก็ไม่สามารถปราบจอมโจรของคูลีมาลได้ แต่พระพุทธองค์ทรงปราบได้ด้วยพุทธธรรม"

ด้วยคำสัตย์ที่พระเจ้าปเสนทิโกศลทรงให้ไว้ต่อพระพุทธองค์ของคูลีมาลจึงได้รับอภัยโทษ พ้นไปเสียได้จากโทษทัณฑ์ของบ้านเมือง

อย่างไรก็ตามผลของกรรมที่ยังคงค้างอยู่นั้น ทำให้องคูลีมาลไม่ได้อาหาร เมื่อเข้าไปบิณฑบาตในพระนครสาวัตถีในเวลาเช้า ชาวบ้านต่างพากันตกใจเกรงกลัวหลบหนีไปหมด บางคนก็ว่านี่เป็นสมณะส่วนเพื่อนก็บอกว่านั้นคือของคูลีมาลปลอมตัวมา ไม่ว่าจะพระของคูลีมาลจะไปบิณฑบาตทางไหน ประชาชนต่างก็พากันหวาดเกรงหลบหนีไป บ้างก็เอาก้อนหิน เอาเศษไม้ขว้างปาด้วยความโกรธ ไม่มีใครนำอาหารใส่บาตรแม้แต่คนเดียว ภิกษุที่ไปด้วยก็ต้องพลอยอดอาหารไปด้วย ต่อมาพระพุทธเจ้าก็ทรงบอกแก่ญาติโยมที่มาเฝ้ากราบทูลเรื่องของคูลีมาลแก่พระองค์ให้ได้ทราบว่า บัดนี้ของคูลีมาลเป็นบุตรของพระองค์แล้ว

วันหนึ่ง เมื่อพระองค์ลีมาลเข้าไปบิณฑบาตในหมู่บ้านแห่งหนึ่ง พบหญิงท้องแก่ใกล้คลอดกำลังนอนร้องครวญครางอยู่ข้างทาง เมื่อมองเห็นพระองค์ลีมาล ก็ตกใจกลัว พระองค์ลีมาลรู้สึกสงสาร จึงกล่าวแก่หญิงท้องแก่ นั้นว่า

“ดูกร น้องหญิง อย่ากลัวเราเลย เราไม่ทำอะไรหรอก” จากนั้นก็อธิษฐานจิตแผ่เมตตาให้แก่หญิงท้องแก่ เพื่อให้คลอดบุตรง่าย ด้วยคาถาว่า

“ดูกร น้องหญิง เพราะเหตุที่เราผู้เกิดใหม่แล้วโดยอริยชาติ เราไม่เคยจงใจที่จะปลงชีวิตมนุษย์และสัตว์ใดๆ เลย ด้วยอำนาจแห่งสัจจะวาจา นี้ ขอความสวัสดิ์จะมีแก่น้องหญิงและบุตรในครรภ์ของน้องหญิงเกิด”

เมื่อพระองค์ลีมาลแผ่เมตตาให้แล้ว นางก็คลอดบุตรออกมาได้โดยง่าย เรื่องราวในครั้งนี้เป็นที่เลื่องลือในหมู่บ้าน ทำให้ผู้คนหันมานิยมนับถือพระองค์ลีมาล

เรื่องวิบากกรรมของพระองค์ลีมาลนั้น เมื่อท่านได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์แล้ว จิตใจของพระองค์ลีมาลก็เป็นจิตที่อยู่เหนืออกุศลแห่งกรรม ปล่อยวางทั้งกุศลและอกุศล เป็นโลกุตระจิต อย่างไรก็ตาม เมื่อยังมีร่างกายอยู่ในวัฏสงสาร จึงยังต้องได้รับผลของ

กรรมอยู่บ้าง เช่น ไม่ได้รับประทานอาหารเมื่อออกบิณฑบาต บางครั้งก็ ถูกชาวบ้านเอาก้อนหินขว้างปาทำให้ท่านถึงกับศีรษะแตก โลหิตไหลก็มี ถือเป็นเศษของกรรมเพียงเล็กน้อย องคุลีมาล สร้างสมกุศลกรรมมาหลายภพหลายชาติ แม้กระทั่งชาติสุดท้าย ก็เป็นศิษย์ที่ดีเลิศ และด้วยความปรารถนาจะเข้าถึงจิตบริสุทธิ์ ทำให้เชื่ออาจารย์และทำกรรมชั่วเพราะหลงผิดไป มิใช่ด้วย โทสะ จนในที่สุดด้วยอานิสงส์ของกุศลกรรมที่สร้างสมมา ทำให้ ได้พบกับกัลยาณมิตรคือพระพุทธเจ้า ได้ฟังธรรมจึงเกิดดวงตา เห็นธรรม เข้าถึงจิตที่บริสุทธิ์ได้จริง

อาจารย์เปรียบเทียบวิบากกรรมต่างๆ เหมือนลูกปืน วิบาก กรรมต่างๆ ในอดีตที่มารบกวน ทำให้มีสิ่งที่ไม่ดีเกิดขึ้นในชีวิต คือเสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์

วิบากกรรมเปรียบเหมือนลูกปืน ที่บินมาจากอดีต มาโดนตัวเรา ทำให้เราบาดเจ็บ ทีนี้ถ้าเราปฏิบัติตามหลักศีล สมาธิ ปัญญา ก็ ช่วยให้วิบากกรรมนั้นอ่อนกำลังลง เรียกว่าผ่อนหนักเป็นเบา หรือเป็นอโหสิกรรมไปได้ สมมติว่าเมื่อเรารักษาศีลบริสุทธิ์ เรา ก็จะลอยตัวขึ้น 50 เซนติเมตร วิบากกรรมที่บินมาต่ำๆ ก็ไม่โดน เรา เปรียบเหมือนเป็นอโหสิกรรม ชีวิตเราก็ดีขึ้น ทีนี้ถ้าเรา

เจริญเมตตาภาวนา จนโลก โกรธ หลงลดน้อยลง จิตมีเมตตา
กรุณาต่อสรรพสัตว์มากขึ้น ก็ลอยตัวเพิ่มขึ้นอีก 50 เซนติเมตร
หมายความว่า วิชากรรมที่อยู่ในช่วง 100 เซนติเมตร ก็ไม่โดน
เรา และที่สุดหากเราเจริญวิปัสสนา ละโลก โกรธ หลง ชำระ
จิตให้สะอาดบริสุทธิ์ จนไม่มีอุปาทานยึดมั่นในชั้น 5 ก็ไม่มี
ตัวตน ไม่มีทุกข์ จิตก็เป็นโลกุตระ อยู่เหนือกฎแห่งกรรม จิตก็
พ้นทุกข์สิ้นเชิง แต่ตราบใดที่ยังมีชีวิตอยู่ในวัฏสงสาร ก็ต้องรับ
วิชากรรมทางกายบ้างเป็นธรรมดา เหมือนเช่นองค์ลีมาล

**6. การที่เจ้าหน้าที่ตำรวจมาโจรผู้ร้ายที่สร้างความ
เดือดร้อนสาหัสให้ชาวบ้านสุจริตชน เป็นบาปหรือไม่
ถ้าเป็นบาป จะบาปมากน้อยเพียงใด และจะมีวิธี
บรรเทาหรือผ่อนคลายบาปนั้นได้อย่างไร**

มีเรื่องเล่าในสมัยพุทธกาล มีเพศฉมาตคนหนึ่ง เมื่อได้ฟังเทศน์
จากพระสารีบุตรก็เกิดไม่สบายใจที่ตนเคยฆ่าคน พระสารีบุตร
ตั้งคำถามว่า “เธอมีความยินดีพอใจในการฆ่านั้นหรือไม่”
เพศฉมาตก็ตอบว่า “หามิได้ ถ้าไม่จำเป็นก็ไม่ทำอยู่แล้ว” พระ
สารีบุตรจึงอธิบายต่อว่า เป็นเรื่องกรรมเก่าที่เขาเกิดมาใน
ตระกูลเพศฉมาต จึงไม่มีทางเลือกเมื่อได้รับคำสั่งจาก

พระราชทานให้ประหารชีวิตนักโทษ อย่างไรก็ตามก็ดี เมื่อเขาไม่ได้ยินดีพอใจในการฆ่า ก็ควรปล่อยวาง ทำความรู้สึกว่าเราไม่ได้เป็นผู้ฆ่า เราไม่ได้มีเจตนาจะฆ่าใคร เพชฌฆาตก็ทำใจปล่อยวาง และภาวนาตามที่พระสารีบุตรสอน หลังจากนั้นไม่นาน เมื่อเขาตายลงก็ได้ไปเกิดบนสวรรค์

ในกรณีของทหาร ตำรวจก็เหมือนกัน ต้องพิจารณาว่า ทหาร ตำรวจ มีหน้าที่พิทักษ์สันติราษฎร์ เมื่อศัตรูใจร้ายมากก็จำเป็นที่ต้องปฏิบัติหน้าที่ ต้องฆ่าใจร การฆ่าอันนี้ จะผิด-ถูก ต้องพิจารณาใน 2 ประเด็น

ผิดศีล = ฆ่าคน แต่การฆ่าจะบาปมากบาปน้อย ก็มีเหตุผลต่างกันไป

ฆ่าบิดา มารดา บาปหนัก

ฆ่าคนดี บาปหนัก

ฆ่าคนใจบาป ก็ยังบาป

ขนาดเจตนาฆ่ายังเป็นบาป แต่บาปก็น้อยกว่าการฆ่าสัตว์ใหญ่ เป็นต้น แต่มองในแง่ธรรมความดีก็มีอยู่มาก คือกตัญญู กตเวทีต่อประเทศชาติ ต่อพ่อแม่พี่น้อง ช่วยชาติ ประชาชนจึงยกย่องสรรเสริญ ว่าเป็นตำรวจทำความดี ช่วยชีวิตคนดี ถึงจะบาปก็ไม่มาก เขาจำเป็นต้องฆ่าใจร้ายเพื่อรักษาชีวิตของคน

ส่วนใหญ่ รักษาชีวิตของสุจริตชนอีกเป็นจำนวนมาก นอกจากนี้
ยังเป็นการระงับไม่ให้โจรผู้ร้ายสร้างบาปต่อไป

ในฐานะตำรวจ บางครั้งจำเป็นต้องฆ่าโจรผู้ร้าย ถ้าเราจิตใจ
อ่อนแอ คิดกังวลฟุ้งซ่านอยู่ก็จะเป็นบาป สร้างมโนกรรมที่เป็น
บาปในปัจจุบัน จิตเศร้าหมอง เราต้องอบรมจิตใจให้เข้มแข็ง
รู้จักการปล่อยวาง และเข้าใจตามกฎแห่งกรรม มีอุเบกขา ตาม
หลักของพรหมวิหาร 4

การปฏิบัติหน้าที่ของเจ้าหน้าที่ตำรวจ ควรจะมีเมตตา กรุณา ไม่
มีอคติ 4 (ฉันทาคติ โทสาคติ โมหาคติ และภยาคติ) ที่ทำให้
จิตใจไม่เป็นกลาง แต่ให้มีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา เมื่อ
ปฏิบัติหน้าที่ก็ทำตามหน้าที่ เมื่อฆ่าผู้ร้ายแล้วต้องทำให้
ปล่อยวาง พิจารณาตามกฎแห่งกรรม อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา
ปล่อยวางสัญญาอารมณ์เสีย และพยายามรักษา เมตตา กรุณา
ต่อไป เหตุการณ์ในอดีตให้ปล่อยวาง อย่างนำมารบกวนจิตใจ
ทำความรู้สึกเหมือนอดีตไม่มี ทำจิตใจให้หนักแน่นและทำ
ปัจจุบันให้ดีที่สุด รักษาสุขภาพใจดี รักษาศีล 5 บาปก็น้อย
ความดีก็มีมาก

7. มีเรื่องเล่า (จากหนังสือธรรมะเล่มหนึ่ง) ว่ามีอุบาสกท่านหนึ่ง ขณะมีชีวิตอยู่ บำเพ็ญทาน ศีล โดยเฉพาะได้ทำบุญมาอย่างมากมาย แต่กลับไปเกิดเป็นเปรต เพราะขณะใกล้ตาย ใจเกิดไปยึดติดอยู่กับเรื่องจะสร้างห้องน้ำให้กับวัด แต่ยังไม่ได้สร้าง จึงยังติดค้างอยู่ในใจ เพราะเหตุใด บุญกุศลที่ทำมามากมาย จึงไม่ช่วยให้เขาไปเกิดดี ๆ คะ พระอาจารย์ช่วยอธิบายถึงเรื่อง "การยึดติด" ซึ่งเป็นเหตุของการเกิดในภพชาติต่อ ๆ ไป ประกอบกับเรื่อง "กรรม" ด้วยเจ้าคะ

การสร้างความดีของเรานั้นก็มีอยู่ 3 ทาง กายกรรม วจีกรรม มโนกรรม การทำความดี ถ้ากระทำอย่างไม่ตั้งใจจริง เรียกว่ายังไม่ถึงใจ ผลยังไม่สมบูรณ์ เพราะไม่ได้ทำด้วยใจ

บำเพ็ญทานก็ให้ถึงใจ การรักษาศีล รักษาให้ถึงใจ เจริญภาวนาทำให้ถึงใจ คือทำด้วยสติ สัมปชัญญะ

ตามความเข้าใจของอาจารย์ สำหรับอุบาสกท่านนี้ เมื่อไปวัดเห็นห้องน้ำขาดแคลนก็เกิดศรัทธาที่จะสร้างถวาย จึงคิดจะรวบรวมทุนทรัพย์ให้ตามกำลังของเขาและญาติพี่น้องที่เคยร่วมบุญกันมา และได้พิจารณาไว้กับเจ้าอาวาสตามความเป็นจริง

ความรู้สึกศรัทธา ตั้งใจจะทำบุญ ก็ทำให้เกิดปิติยินดีได้ ถ้าเราพิจารณาจริงๆ แล้วความตั้งใจที่สร้างห้องน้ำ ถือว่าการทำบุญนี้สำเร็จด้วยใจที่เป็นกุศลแล้ว ถ้ารักษาใจอันเป็นกุศลนี้ไปเรื่อยๆ แม้จะมีปัญหารวบรวมทุนได้ไม่ถึงเป้าหมาย หรือมีเหตุขัดข้องทำไม่สำเร็จจริงๆ เราก็สามารถบอกเจ้าอาวาสตามความจริง ก็ไม่น่าจะเสียหายอะไร หรือถ้ามีเหตุปัจจัย เช่น เจ็บไข้ ป่วย ไก่จะตาย เราก็อาจฝากญาติพี่น้องไว้ และยังสามารถรักษาปิติยินดีไว้ จนแม้จะตายก็ไม่เป็นไร

การเข้าวัดรักษาศีลอาจเป็นเรื่องภายนอก ชีวิตด้านในหมายถึงเรื่องจิตใจเป็นสิ่งสำคัญมาก เพราะใจเป็นประธาน ใจเป็นหัวหน้า เราจะเข้าวัดหรือไม่เข้าวัด ทำบุญรักษาศีลหรือไม่สนใจ ทำบุญก็ตาม หากเราเป็นคนมีนิสัยชอบหมกมุ่น คิดวิตกกังวลในอดีตบ้างอนาคตบ้าง ชอบคิดเรื่องไม่ดี คิดแล้วก็ไม่สบายใจ การมีนิสัยแบบนี้ทำให้จิตใจเศร้าหมอง ถึงแม้ไม่มีเรื่องสร้างห้องน้ำ ก็จะต้องคิดกังวลถึงเรื่องอื่นๆ อยู่ดี เมื่อเป็นเช่นนี้ จิตก็จะยึดติดในอารมณ์ไม่สบายใจ มโนกรรมขณะใกล้จะตายจึงให้ผลก่อน อย่างไรก็ตาม สำหรับอุบาสกผู้นี้ น่าเชื่อได้ว่า หากต้องรับผลกรรม คือไปเกิดเป็นเปรต ก็คงรับวิบากกรรมเพียงช่วงเวลาสั้นๆ เพราะมีบุญเก่าช่วยเหมือนกัน เพราะการทำบุญ

รักษาศีล เป็นอริยทรัพย์ที่สร้างสมไว้ ถือเป็นทรัพย์ภายในที่เราจะพึ่งพาอาศัยได้ ไม่เพียงแต่ชาตินี้ แต่อาศัยได้หลายภพ หลายชาติต่อไป แม้จะมีวิบากกรรมต้องไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน ก็ยังมีฐานะแตกต่างกันได้ เช่น เกิดเป็นสุนัขข้างถนน กับเกิดเป็นสุนัขที่เลี้ยงอยู่ในบ้านเศรษฐีอยู่ดีกินดี เป็นต้น

ดังนั้น เราจึงควรให้ความสำคัญกับการภาวนา ฝึกหัดชำระล้างจิตใจเป็นประจำ ฝึกเจริญกรรมฐานสม่ำเสมอ เพื่อทำจิตใจให้สงบ ปล่อยวาง มีสุขภาพใจดี มีความสุข สบายใจ

8. ในขณะที่เดินจงกรม ไม่แน่ใจว่าได้เหยียบแมลงที่ตายอยู่แล้ว หรือว่าเราทำให้เขาตาย รู้สึกไม่สบายใจ ขอให้พระอาจารย์ช่วยแนะนำว่าควรทำอย่างไร

เมื่อเราจะเดินจงกรม ถ้าจะให้ดี ก่อนที่จะเดินควรใช้ไม้กวาดอ่อนๆ กวาดทางเดินจงกรมเสียก่อน เพื่อไม่ให้มีสัตว์อยู่บนทางเดิน การกวาดก็เพื่อทำความสะอาด ตามปกติพระเณรในวัดก็มีกิจวัตรต้องกวาดทางเดิน คูแลโบสถ์ เจตีย์ วิหาร ฯลฯ เพื่อรักษาความสะอาด ไม่ได้มีเจตนาจะเบียดเบียนสัตว์แต่อย่างใด

เมื่อเดินจงกรมก็ให้มีสติสำรวจกาย วาจา ใจ ถ้ามองเห็นสัตว์ก็
ควรหยุด หลีกเลียงไม่ไปเหยียบ แต่ก็ไม่ควรวิตกกังวลจน
ระมัดระวังมากเกินไป เราต้องฝึกหัดทำจิตใจให้เข้มแข็ง ไม่
หวั่นไหว พยายามไม่ให้เกิดความรู้สึกไม่สบายใจ สัตว์ที่อยู่บน
ทางเดินจงกรม เราอาจเหยียบโดยไม่เจตนาที่จะฆ่า แต่เมื่อ
เดินแล้วบังเอิญไปเหยียบให้เขาตาย ก็ถือเป็นเรื่องธรรมดาของ
วิภวสังสาร แม้การออกบิณฑบาต เดินธุดงค์ พระเณรท่านก็เดิน
เพื่อเดิน หากบังเอิญไปเหยียบมด แมลง หอย ฯลฯ ทำให้เขา
ตาย ไม่ได้มีเจตนา ก็ต้องปล่อยวาง ไม่ยึดติดทำให้ใจเศร้าหมอง
ดังนั้นเมื่อเราตั้งใจเดินจงกรมแล้วไปเหยียบโดนสัตว์โดยไม่
เจตนา ไม่ถือว่าผิดศีล เมื่อเรารู้ว่าไม่ผิดศีล ก็รักษาจิตใจ
หนักแน่น รักษาสุขภาพใจดี เป็นส่วนสำคัญของการเจริญ
ภาวนา

เกี่ยวกับเรื่องนี้ อาจจะอธิบายเปรียบเทียบได้ว่า คน 2 คน จับ
ลูกหมาเล็กๆ มาโยนเล่นกัน แล้วบังเอิญหมาตกลงมาตาย ฝ่าย
หนึ่งก็คิดว่าไม่ได้มีเจตนาจะฆ่า ก็ปล่อยวางความรู้สึกที่ไม่ดี
แล้วก็ตั้งใจว่าต่อไปจะไม่ประมาทเช่นนี้อีก ปล่อยวางอดีต มีสติ
อยู่กับปัจจุบัน

ส่วนอีกฝ่ายหนึ่งก็รู้สึกผิด ครุ่นคิด วิตกกังวล เกิดอุปาทานยึดมั่นถือมั่น นึกขึ้นมาบ่อยๆ นึกแล้วก็เสียใจ เป็นมโนกรรมในปัจจุบันที่ทำให้ใจเศร้าหมอง เปรียบเหมือนทำบาปทางใจอยู่เป็นประจำ

ถ้าพิจารณาเหตุการณ์ข้างต้นสำหรับคน 2 คนนี้ ก็พูดได้ว่า คน 2 คน ทำผิดพอ ๆ กัน แต่ฝ่ายแรกรู้จักคิดดี คิดถูก ปล่อยวาง ความไม่สบายใจได้ ก็บาปน้อย เป็นต้น

9. การที่เราฆ่ารักษาศีล แล้วตบยุงตาย จะบาปหรือไม่

การรักษาศีล 5 อยู่ที่เจตนา การพิจารณาว่าผิดศีลข้อปาณาติปาตาหรือไม่ พิจารณาจากองค์ประกอบ 3 ประการคือ มีเจตนาในการฆ่า ลงมือฆ่า และสัตว์นั้นตาย ยกตัวอย่างเช่น เจตนาจะตบยุง แต่ยุงบินหนีไปได้ ก็ไม่ผิดศีล หรือเรารู้สึกคัน เอามือไปเกาถูกยุงตายพอดี ก็ไม่ผิดศีลเพราะไม่มีเจตนาสำหรับกรณีที่ยอมถ้าม เข้าใจว่าเจตนาตบยุงและยุงก็ตาย จึงถือเป็นบาป อย่างไรก็ตาม เมื่อทำผิดแล้ว ก็ให้ตั้งใจว่าต่อไปจะไม่ทำอีก แต่สิ่งที่ทำไปแล้วก็ควรปล่อยวางสัญญาอากรมณ์ เพื่อ

ไม่ให้เกิดความไม่สบายใจ หากปล่อยวางอดีต มีสติอยู่กับ
ปัจจุบันได้ บาปก็น้อย

10. การมาเกิดอีก ทางพระพุทธศาสนา อธิบายเหตุผลไว้ อย่างไร

การเกิดของเรานั้น เพราะเรายังมีวิชา กิเลส ตัณหา ที่นำพา
ให้ไปเกิดในภพทั้ง 3 ถ้าเราหมดตัณหา ก็ไม่มีการเกิดต่อไปอีก
ดังที่พระพุทธเจ้าเมื่อทรงบรรลุอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ ทรง
เปล่งอุทานว่า

เราแสวงหานายช่างผู้สร้างเรือน คือตัณหา
เมื่อไม่พบ จึงท่องเที่ยวไปตลอดชาติสงสารมิใช่น้อย
การเกิดบ่อยๆ เป็นทุกข์
ดูก่อน นายช่างผู้สร้างเรือน คือตัณหา
เราพบท่านแล้ว ท่านจักสร้างเรือนแก่เราอีกไม่ได้แล้ว
โครงสร้างเรือนของท่านเราหักเสียแล้ว
ยอดเรือน คืออวิชา เราก็กำจัดเสียแล้ว
จิตของเราถึงพระนิพพาน
อันเป็นธรรมที่ปราศจากสังขาร
เพราะความดับสูญสิ้นไปแล้วแห่งตัณหา

11. สังคมปัจจุบันมีคนติดยาเสพติดกันมาก สาเหตุเป็น เพราะกรรมเก่า หรือกรรมปัจจุบัน

การที่สังคมเราในปัจจุบันมีคนติดยาเสพติดกันมาก ถือว่าทั้ง
อดีตและปัจจุบันเป็นเหตุ

อดีตเป็นเหตุ ปัจจุบันเป็นผล

ปัจจุบันเป็นเหตุ อนาคตเป็นผล

สมมติวันนี้เป็นปัจจุบัน สังคมที่มีปัญหาเสพติดอยู่ในปัจจุบัน
ก็เพราะอดีตคนติดยาเสพติดมาก ถือเป็นเหตุ (กรรมเก่า) แต่
ปัจจุบันเป็นเหตุ อนาคตเป็นผล ดังนั้นกรรมปัจจุบันจึงสำคัญ
ที่สุด พระพุทธเจ้าท่านทรงเน้นที่ปัจจุบันธรรม เพราะกรรมใน
ปัจจุบันนี้เราสามารถเลือกได้ เราสามารถสร้างเหตุใหม่ที่ดีได้
หรือเราจะปล่อยให้กรรมเก่าออกผลก็ได้

กรณีปัญหาเสพติด ถ้าเราสร้างกรรมใหม่ คือหยุดเสียแต่วันนี้
ก็ได้เหมือนกัน ดังนั้นถ้าเราให้ความสำคัญกับการสร้างเหตุใหม่
จึงจะแก้ปัญหาได้ คือตั้งใจสร้างเหตุปัจจุบันที่ถูกต้อง

**12. หลังจากการปฏิบัติธรรม เมื่อกลับบ้าน ได้บอกคุณพ่อ
คุณแม่และญาติมิตรว่า เขาบุญมาฝาก ถามว่าเขาจะ
ได้รับผลบุญจากการปฏิบัติธรรมของเราหรือไม่**

บุญ คือสบายใจ สุขใจ สำเร็จได้ด้วยการบำเพ็ญทาน ศีล
ภาวนา ความดีทุกประการก็เป็นบุญตามหลักบุญกิริยาวัตถุ 10
ประการซึ่งประกอบด้วย

1. ทานมัย ทำบุญด้วยการแบ่งปันสิ่งของแก่ผู้อื่น
2. สีสัมมัย ทำบุญด้วยการรักษาศีลหรือประพฤติดี
3. ภาวนามัย ทำบุญด้วยการเจริญภาวนาคือฝึกอบรมจิตใจ
4. อปจายนมัย ทำบุญด้วยการประพฤติอ่อนน้อม
5. เวชยาวัจจมัย ทำบุญด้วยการช่วยขวนขวายรับใช้
6. ปัตติทานมัย ทำบุญด้วยการเฉลี่ยส่วนแห่งความดีให้แก่ผู้อื่น
7. ปัตตานุโมทนามัย ทำบุญด้วยการยินดีในความดีของผู้อื่น
8. ธรรมัสสวนมัย ทำบุญด้วยการฟังธรรมศึกษาหาความรู้
9. ธรรมเทศนามัย ทำบุญด้วยการสั่งสอนธรรมให้ความรู้
10. ทิฏฐุชุกัมม ทำบุญด้วยการทำความเห็นให้ตรง

เมื่อเราปฏิบัติธรรมที่วัด ฟังเทศน์ฟังธรรม รักษาศีล เรามีความ
พอใจ สบายใจ เท่ากับเราได้บุญจากการปฏิบัติธรรมในวัด เป็น

การเจริญทาน คือ ภาวนา เมื่อกลับบ้านก็มีความสุขใจ สบายใจ
ใจที่เป็นบุญเป็นกุศลของเรา ซึ่งเป็นนามธรรมนี้แผ่ออกไป
ให้กับผู้อื่นได้ 3 ทาง คือกายกรรม วาจกรรม และมโนกรรม

กายกรรม โดยประพฤติทางกายให้เรียบร้อย แสดงกิริยาที่
สุภาพ อ่อนโยนต่อคนรอบข้าง มีความเอื้ออาทร ให้ความ
ช่วยเหลือผู้อื่นเท่าที่สามารถทำได้

วจกรรม โดยใช้คำพูดที่เป็นปิยวาจา ทำให้ผู้ฟังสบายใจ
สุขใจ เช่น บอกว่าเขาบุญมาฝาก คุญเรื่องราวประสบการณ์ที่ดีๆ
ให้เขาฟัง พูดธรรมะที่ได้ฟังเทศน์มาให้พ่อแม่ฟัง ถ้าผู้ฟังมีความ
พอใจที่ได้ฟังและอนุโมทนา เขาก็ได้รับผลบุญด้วย

มโนกรรม คิดดี หวังดี มีความรู้สึกที่ดี มีใจเมตตากรุณาต่อ
ผู้อื่น โดยเฉพาะต่อพ่อแม่ ผู้มีพระคุณ เมื่อพ่อแม่ได้รับบุญ คิด
ดี พูดดี ทำดี กว่าเก่า พ่อแม่ก็ได้บุญด้วย

13. บุญเกิดจากการปฏิบัติธรรมที่วัด 5 วัน กับการไป ทำบุญที่วัด แตกต่างกันมากน้อยอย่างไร

บุญ คือ ความสบายใจ ที่ตั้งแห่งการทำบุญ หรือทางแห่งความดี เรียกว่า บุญกิริยาวัตถุ 10 รายละเอียดดังปรากฏในข้อ 12

การไปทำบุญที่วัดถือเป็นทานมัย บุญสำเร็จด้วยการให้ทาน ส่วนการปฏิบัติธรรมที่วัด 5 วัน มีการรักษาศีล 8 เพื่อขัดเกลากิเลส มีการนั่งสมาธิ เดินจงกรม ฟังเทศน์ ฟังธรรม เป็นการอบรมสัมมาทิฏฐิ ช่วยทำให้เข้าใจตนเอง เข้าใจอารมณ์ของตนเองมากขึ้น จะเห็นโทษของกิเลส ซึ่งในที่สุดจะมีผลให้เกิดความตั้งใจที่จะแก้ไข ปรับปรุงตนเองไม่มากนักน้อย เช่นจากช้ำโกรธ ช้ำโมโห ก็จะไม่โกรธน้อยลง หรืออย่างน้อยเมื่อโกรธ โมโหก็จะรู้สึกตัวเร็วขึ้น ดังนั้นการเข้าวัดปฏิบัติธรรม เป็นการแก้ปัญหาคีติ จึงมีอานิสงส์มาก ทำให้ชีวิตมีความเป็นปกติ มีความสบายใจมากขึ้น เป็นบุญในระดับ ศีล และภาวนา

14. การที่เราเป็นคนชอบประนีประนอมนั้นแสดงว่าใจเรา มีลักษณะอย่างไร

นิสัยประนีประนอม เป็นได้ทั้งข้อดีและข้อเสีย ขึ้นอยู่กับเจตนา

เป็นข้อดี ถ้าเป็นการละทักฎฐิमानะ เป็นไปเพื่อระงับการทะเลาะ
วิวาทรุนแรง หรือบางกรณี ความขัดแย้งที่เกิดขึ้น เป็นเรื่องของ
อารมณ์ ก็ควรปล่อยวาง และประนีประนอมกันเสีย เช่นการ
ทะเลาะเบาะแว้งระหว่างสามีภรรยา ถ้าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งยอม
ประนีประนอมก็จะช่วยไม่ให้เกิดเรื่องราวใหญ่โตได้

อย่างไรก็ดี หากการประนีประนอม เกิดขึ้นเพราะอคติ ครอบงำ
อาจทำให้ประนีประนอมเพราะ ความรัก (ฉันทาคติ) ความกลัว
(ภยาคติ) เพราะความไม่รู้ (โมหาคติ) หรือเพราะความขง
(โทสาคติ) ก็ถือเป็นข้อเสีย ถ้าเป็นกรณีเช่นนี้ เราต้องปรับปรุง
ตัวเอง ทำจิตใจให้เป็นกลางมีความยุติธรรม และกล้าที่จะ
ตัดสินเรื่องต่างๆ บนพื้นฐานของความถูกต้องชอบธรรม

15. ถ้าคนไทยทั้งประเทศบวช หรือถือศีล 8 ทั้งประเทศจะ
เป็นอย่างไร จะมีใครทำงานหรือไม่ นักการเมืองที่
บริหารงานแผ่นดินที่ประพฤตินิสิตธรรมจะเป็นอย่าง
ไร เหตุใดคนเหล่านี้จึงยังมีหน้ามีตาอยู่ในสังคมได้

สมัยหลวงพ่อบุญยังมีชีวิตอยู่ มีโยมเคยถามท่านในลักษณะ
อย่างนี้เหมือนกัน ท่านหัวเราะแล้วตอบว่า มันเหมือนกับ
ได้เดือนกินดินแล้วกลัวดินจะหมด จริงๆ แล้วก็ไม่มีวันที่ดินจะ
หมดหรอก

ตั้งแต่สมัยพุทธกาล ได้พยายามให้ประชาชนรักษาศีล 8 แต่
จริงๆ แล้ว ก็มีประชาชนเพียงไม่กี่เปอร์เซ็นต์ที่รักษาศีล 8 ได้
ปัจจุบันนี้ การที่จะให้คนถือศีล 8 เฉพาะวันพระ หรือแม้แต่
เฉพาะวันสำคัญทางพุทธศาสนา ก็มีน้อยคนนักที่มีศรัทธาจะ
รักษา หรือแม้แต่ศีล 5 ก็มีน้อยคนที่จะทำได้

เรื่องที่จะมีประชาชนบวชกันทั้งประเทศจึงเป็นไปได้ ยิ่งคนที่มี
ศรัทธาแรงกล้าที่จะบวชตลอดชีวิตแล้วก็มีน้อยมาก ส่วนมาก
คนไทยที่มาบวชก็บวชอยู่ได้ไม่นานก็สึกไป เปรียบเทียบกับการ
แต่งงาน ตอนจะแต่งงานกัน จดทะเบียนสมรส ทำพิธีสาบานตน
ทุกคนก็ตั้งใจว่าจะครองคู่อยู่ด้วยกันตลอดชีวิต แต่คนที่จะทำได้

ตามนั้นจริงๆ ก็มีไม่มาก อย่างน้อย 50% ก็แยกทางกัน ทั้งๆ ที่จริงๆ แล้ว การแต่งงานก็เพื่อมีความสุข เรียกว่าทำตามกิเลส ขนาดตั้งใจที่จะมีความสุขยังทนอยู่ไม่ได้ การบวชซึ่งเป็นการขัดเกลา เพื่อละกิเลสตัณหาจึงถือเป็นงานหนัก ไม่ใช่จะอยู่ได้ง่ายๆ

ถ้าหากประชาชนทั้งประเทศหันมาถือศีล 5 กันจริงๆ แล้ว สังคมก็จะสงบสุข การรักษาศีล 8 ศีล 5 ไม่ได้ขัดแย้งกับชีวิตการทำงานที่เป็นสัมมาอาชีพะ ยิ่งถือศีล 5 ศีล 8 ด้วยแล้ว จะยิ่งทำให้มีเวลา มีกำลังกาย กำลังสติปัญญา ที่จะทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

ถ้าคนทั้งประเทศรักษาศีล 5 อานิสงส์ที่จะเกิดขึ้นกับสังคม ประเทศชาติอย่างแน่นอนก็คือ ทุกคนจะมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัย ไม่มีการคดโกงฉ้อราษฎร์บังหลวง สถาบันครอบครัวมั่นคง ประเทศชาติประชาชนมีความน่าเชื่อถือ สามารถไว้วางใจซึ่งกันและกันได้ สังคมไม่มีปัญหาเสพติด ประเทศชาติก็จะเจริญ และเป็นแบบอย่างให้กับชาติอื่นๆ ได้ ประชาชนในประเทศก็จะมีสุขถ้วนหน้า ปัญหาสังคมใดๆ ที่ประเทศกำลังประสบอยู่ก็จะหมดไป คงเป็นเหมือนสวรรค์บนดินอย่างนั้นแหละ

แต่ในความเป็นจริงแล้ว ดูเหมือนยังห่างไกล เพราะรัฐบาลชุดปัจจุบันก็กำลังใช้ความพยายามอย่างหนักในการปราบปรามการค้าและการเสพยาเสพติด กำจัดกลุ่มอิทธิพล ข้าราชการรับหลง และการพนัน

ส่วนข้อที่ว่าทำไมคนมีศีลยังมีหน้ามีตาอยู่ในสังคมได้ อาจเป็นเพราะเขายังไม่ได้รับผลของกรรม ยังอาศัยบุญบารมีเก่าอยู่ คนที่ทำความชั่วแล้ว ดูเหมือนได้ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ซึ่งมีรสชาติหวานหอมเหมือนน้ำผึ้ง แต่ความจริงแล้ว ความชั่วยังไม่ออกผล กรณีนักการเมืองที่ทุจริตแล้วได้ลาภ ยศ เป็นเพราะเขาสังสมบารมีมาในอดีต อีกทั้งในปัจจุบันเขาก็มีความสามารถจึงสร้างบารมีได้ เป็นนักการเมืองได้ คนที่มีความรู้ ความสามารถมาก หากเป็นคนสุจริต มีเมตตา กรุณาแล้วก็จะสร้างผลงานที่เป็นประโยชน์ มีคุณค่ามหาศาลแก่ชาติบ้านเมือง แต่หากเกิดอกุศลจิตแล้วก็ทำชั่วได้มาก ทำความเสียหายได้มหาศาลเหมือนกัน สำหรับคนประเภทนี้ (นักการเมืองที่ทุจริต) จึงถือว่าเขากินบุญเก่าอยู่ แต่วันใดวันหนึ่งไม่ว่าชาตินี้ หรือชาติหน้า เมื่อกรรมชั่วส่งผลแล้วก็แก้ไขอะไรไม่ได้ ต้องเสื่อมลาภ เสื่อมยศ ถูกนินทา มีทุกข์อย่างแน่นอนตามกฎหมายแห่งกรรม หรือแม้ว่าปัจจุบันนี้จะยังมี

หน้ามีตาในสังคม ก็เป็นเฉพาะผลภายนอก ส่วนภายในจิตใจ
ของคนมีศีลก็มักจะเศร้าหมอง ไม่มีความสุขอย่างแท้จริง

16. การทำบุญควรจะทำอธิษฐานหรือไม่ ถ้าอธิษฐานควรจะทำ อธิษฐานอย่างไร

อธิษฐาน หมายถึง ความตั้งใจที่เป็นกุศลเจตนา น่าจะถือเป็นสิ่ง
ที่ดี เช่นบางคนอธิษฐานว่า นิพพานัง ปัจจะโย โหตุ (ขอให้บุญ
กุศลนี้ จงเป็นปัจจัยเพื่อพระนิพพาน) หรือบางคนก็อธิษฐาน
เพื่อเป็นการอุทิศส่วนกุศลให้แก่บุคคลอื่นได้รับผลของบุญด้วย
สำหรับอาจารย์ เวลาให้ทาน ก็นึกแผ่เมตตาให้ผู้รับมีความสุข

เราควรตั้งใจอธิษฐานเพื่อลดกิเลส ลดความเห็นแก่ตัว อธิษฐาน
ตามความรู้สึกที่เป็นกุศลเจตนา ไม่ใช่ตามความรู้สึกโลก หรือ
บางครั้งทำทานแล้วอธิษฐานว่าขอให้รวย ขอให้ถูกลอตเตอรี่
อานิสงส์ของท่านอาจจะไม่ได้ทำให้ร่ำรวยแบบมั่งคั่ง แต่โดย
ปกติอานิสงส์ของท่านก็ทำให้ชีวิตไม่ลำบากขัดสน มีความสุข
ความพอใจในชีวิตตามอัธยาศัยซึ่งก็เรียกว่าฐานะดีเหมือนกัน

17. ถ้ารู้ตัวว่าป่วยและไม่มีเงินรักษา จะขอตายได้หรือไม่

ได้ แต่ต้องไม่ใช่การฆ่าตัวตายเพราะเป็นบาปหนัก ถือเป็นฆ่าชีวิตๆ หนึ่งเหมือนกัน แต่หากเป็นการปล่อยตามธรรมชาติ หมายถึงว่า ไม่ได้ใช้ยาบำบัดรักษา แต่กินอาหารได้ก็กิน ดื่มน้ำได้ก็ดื่ม รักษาชีวิตตามปกติ ตั้งสติ ตั้งใจปฏิบัติธรรมในช่วงสุดท้ายของชีวิตก็ถือเป็นโอกาสทองที่จะศึกษาและเข้าใจธรรมะ ให้เราตั้งใจแน่วแน่ที่จะปฏิบัติธรรมเคร่งครัด อย่างน้อยก็ตั้งสติให้มีจิตใจที่กล้าหาญที่จะรับทุกขเวทนา ถือเป็นภาระเจริญวิปัสสนาอย่างตรงไปตรงมา พิจารณาความแก่ ความเจ็บ ความตาย พิจารณาร่างกายเป็นปฏิรูป เป็นศพ พิจารณาอสุภกรรมฐาน ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มองเห็นกายเป็นสักแต่ว่ากาย โอปนยิโก น้อมเข้ามาที่จิต จิตที่เป็นผู้รู้ รู้ความรู้สึกชัดเจน มีสติสัมปชัญญะเกิดขึ้นที่ใจได้ เป็นไปตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 พยายามมีความรู้สึกตัวอยู่ที่จิต พิจารณา "ผู้รู้" เป็นส่วนหนึ่ง เวทนาคือ "รู้สึก" ก็เป็นอีกส่วนหนึ่ง กำหนดรู้ทุกขเวทนาเป็นสักแต่ว่าทุกขเวทนา ไม่ยึดมั่นถือมั่นในเวทนา หรือแม้แต่ความรู้สึกนึกคิดต่างๆ ก็เพียงพิจารณาเป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน การปฏิบัติธรรมยามเจ็บป่วยขั้นวิกฤต แม้เวลาในชีวิตเหลืออยู่น้อย

แต่บางคนก็ปฏิบัติได้ดี เรามีโอกาสเข้าใจธรรมะ มองเห็นความจริงของชีวิตได้ในช่วงนี้ พิจารณาเป็นอริยสัจ 4 ได้ก็ถือเป็นช่วงเวลาที่มีคุณค่ามากที่สุดของชีวิต เรียกว่ามองเห็นอนิจจัง เพียงเสี้ยววินาทีก็มียุคค่ามากกว่ามีชีวิต 100 ปีที่ไม่เคยเห็นธรรม

พิจารณาอีกแง่หนึ่ง ตามธรรมชาติของสัตว์ป่า เวลาเจ็บป่วย ไม่สบาย มันก็จะนอนนิ่งๆ ธรรมชาติของร่างกาย ชีวิต อินทรีย์ ก็ จะเยียวยารักษาตนเองจนอาการดีขึ้นได้เหมือนกัน ชีวิตของคน หากไม่ได้เจ็บป่วยด้วยโรคร้าย บางที่ไม่ต้องใช้ยา ปล่อยให้ธรรมชาติ ระบบภูมิคุ้มกันของร่างกายเยียวยาตนเองก็เป็นไปได้

18. ถ้ามีคนทำนายว่าเกิดชาตินี้จะต้องชดใช้กรรม แล้วเราจะชดใช้หมดหรือไม่

การที่เราเกิดมาแล้วต้องเผชิญกับความทุกข์ในชีวิต เช่น ยากจน อ่อนแอ ผิดหวัง เกิดอุบัติเหตุ ประสบความล้มเหลวหรือมีปัญหาอะไรก็ตามในชีวิต คนเรามักจะคิดว่าเป็นการชดใช้กรรม แต่ความจริงแล้ว ถ้าเราเข้าใจชีวิต จะไม่มีคำว่า “ เราเกิดมาชดใช้กรรม “ จริงอยู่ชีวิตเรามีอุปสรรค มีทุกข์ เป็นธรรมชาติของทุก

ชีวิตที่เวียนว่ายอยู่ในวัฏสงสาร แต่หากเรารู้จักคิดดี คิดถูกแล้ว
เราจะรับสถานการณ์เหล่านี้ได้ด้วยจิตใจดี

คนเราเมื่อประสบกับโลกธรรมฝ่ายไม่น่าปรารถนา คือ เสื่อม
ลาภ เสื่อมยศ นินทา ทυχฺช เรามักคิดว่าเป็นการชดใช้กรรม แต่
หากขณะนั้นเราสามารถทำจิตใจไม่ให้เป็นทุกข์ ไม่หวั่นไหวได้ ก็
เป็นการสร้างบารมี ทุกข์นั้นก็เปรียบเหมือนยาบำรุงกำลังให้
แข็งแรง เช่นการบำเพ็ญเพียรของพระโพธิสัตว์ แต่ละชาติพระ
โพธิสัตว์ต้องเผชิญกับทุกข์แสนสาหัส แต่พระองค์ก็อดทนอด
กลั้น เอาชนะอุปสรรคต่างๆ ได้ ด้วยการทำความดี ซึ่งเรียกว่า
การบำเพ็ญบารมี

หากเราศึกษาประวัติของเจ้าชายสิทธัตถะ เจ้าชายสิทธัตถะต้อง
เป็นกำพร้าแม่เมื่ออายุเพียง 7 วัน สำหรับพระนางพิมพาเมื่อ
คลอดพระราหุลได้ไม่กี่วัน เจ้าชายสิทธัตถะพระสวามีของนางก็
ทรงหนีออกผนวช ฝ่ายพระราหุล พอเกิดมาได้ไม่กี่วันพ่อก็ไม่อยู่
แล้ว สำหรับพระเจ้าสุทโธทนะ พระราชบิดาของเจ้าชายสิทธัต
ถะ มีพระราชสมบัติมากมายมหาศาล แต่โอรสก็ไม่อยู่สืบราช
บัลลังก์ เจ้าชายสิทธัตถะเอง แม้เมื่อตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัม
พุทธเจ้าแล้ว ก็ต้องประสบกับเหตุการณ์ที่ไม่น่าปรารถนาหลาย

ครั้งหลายหน เช่น พระเทวทัตพยายามลอบทำร้ายพระองค์ พระเทวทัตส่งลูกศิษย์ไปทำร้ายพระญาติของพระองค์ แม้ท่านทรงพยายามห้ามอยู่ 2-3 ครั้ง แต่ในที่สุดก็ต้องปล่อย

จะเห็นได้ว่าแม้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าแล้ว พระองค์ก็ยังคงประสบกับเหตุการณ์ที่ไม่น่าปรารถนา ซึ่งเป็นทุกข์โทษในวัฏสงสารสำหรับทุกคนทุกชีวิต สิ่งสำคัญอยู่ที่ว่า ทำอย่างไรเราจะรับสถานการณ์เหล่านี้โดยรักษาใจดี ใจเป็นกุศล มีเมตตา กรุณา ยกจิตอยู่เหนือปัญหาต่างๆ ได้ นี่คือนิพพานที่ถูกต้อง ไม่ใช่เกลียดกลัวความแก่ ความเจ็บ ความตาย โลกธรรม 8 คือ ได้ ลาก เสื่อมลาก ได้ยศ เสื่อมยศ สรรเสริญ นินทา สุข ทุกข์ เป็นสิ่งไม่แน่นอน ไม่ใช่สิ่งที่เราจะยึดมั่นถือมั่น

พระพุทธเจ้าตรัสถึงทุกข์ว่า เป็นอริยสัจ คือความจริงอันประเสริฐที่เราจะต้องศึกษา ทุกข์เป็นของจริง ของประเสริฐ เมื่อเรากำหนดรู้ทุกข์ ชีวิตคือการศึกษาศึกษาและปฏิบัติ หมายถึงการเจริญศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อพ้นทุกข์ในชาติปัจจุบัน วันนี้เดี๋ยวนี้ ทุกข์เป็นเพียงบันไดก้าวขึ้นสู่ ความพ้นทุกข์ ทุกข์เป็นอาจารย์ เป็นกัลยาณมิตร เป็นปุ๋ย เป็นวิตามิน ในการบำรุงชีวิตของเรา ให้เข้มแข็งขึ้น จึงเรียกว่า “ทุกข์เป็นสิ่งที่ประเสริฐ”

เรียนรู้การอยู่ร่วมกับความทุกข์อย่างมีสติ ไม่มัวคิดน้อยใจว่า
ชดใช้กรรมเก่า เราต้องมีความเชื่อเรื่องกฎแห่งกรรมอย่างมี
ปัญญา โดยต้องเข้าใจว่ากรรมปัจจุบันสำคัญที่สุด ที่เราจะเลือก
สร้างแต่เหตุที่ดี ตั้งเจตนาที่จะสร้างแต่กุศลกรรม และรักษา
จิตใจให้เป็นกลาง ปล่อยวาง ไม่ยินดี ยินร้าย

**19. ในเมื่อเราไม่สามารถพิสูจน์ได้ว่า ซาติน้ำมีจริง นรก
หรือ สวรรค์ มีจริง คนบางคนจึงคิดว่าตายแล้วดับสูญ
ไปแล้ว จะทำให้เขาเชื่อได้อย่างไร**

พระพุทธองค์ตรัสว่า กัลยาณมิตร เป็นปัจจัยภายนอกที่
สำคัญที่สุดที่จะช่วยให้เกิดสัมมาทิฐิ ดังนั้นในกรณีนี้จึง
ควรแนะนำหรือหาหนังสือเกี่ยวกับเรื่องนี้ให้เขาอ่าน พาเขา
ไปเข้าอบรมสมาธิ ฟังเทศน์ปฏิบัติธรรม หาโอกาสให้เขาได้
พูดคุยกับผู้ที่มีสัมมาทิฐิ เมื่อเขาได้ยินได้ฟัง เรื่อง
วัฏสงสารมีจริง กฎแห่งกรรมมีจริง ก็อาจเกิดเป็นสุตมย
ปัญญา คือ ปัญญาที่เกิดจากการได้ยินได้ฟัง

ความจริงแล้วการปฏิบัติธรรมก็เป็นวิธีหนึ่งที่จะพิสูจน์เรื่องนี้
ได้ ผู้ปฏิบัติธรรมทุกคน ถ้าปฏิบัติได้ผลในระดับหนึ่งจะไม่

สงสัยอีกต่อไป เมื่อฝึกสมาธิจนจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิแล้ว เราจะเห็นกายชัดๆ เป็นรูปธรรม เห็นใจชัดๆ เป็นนามธรรม กายใจแยกออกจากกันชัดเจน หรือการพิจารณาอสุภกรรมฐาน พิจารณามรณานุสติด้วยจิตที่เป็นสมาธิตั้งมั่นก็ดี เราจะเห็นด้วยใจว่า ความแก่ ความเจ็บ ความตาย อยู่ที่รูปธรรมคือกาย ส่วนนามธรรมคือใจไม่ได้แก่ ไม่ได้เจ็บ ไม่ได้ตาย ถ้าเราเฝ้าดูกาย ใจ ในแง่กายกรรม วชิกรรม มโนกรรมแล้ว ก็จะมองเห็นว่ากฎแห่งกรรมมีจริง ทำดี ได้ดี ทำชั่ว ได้ชั่ว เห็นว่าบาปอกุศล หรือบุญกุศลอยู่ที่จิต ยกตัวอย่าง ชายคนหนึ่งชอบกินเหล้า เมายา วันหนึ่งมีโอกาสฟังเทศน์จากอาจารย์เซน เกิดสลดสังเวช กลับไปปิดห้องนั่งสมาธิจนใจสงบตั้งมั่น เกิดเห็นสภาวะธรรม จิตว่าง ปล่อยวางจนเห็นจิตชัดๆ เมื่อเกิดประสบการณ์ดังกล่าวแล้ว ก็เข้าใจ มองเห็นบาปอกุศลล้วนเกิดที่จิต ก็เปลี่ยนพฤติกรรมตนเองได้ หรือกรณีนางวิสาขา ได้ฟังเทศน์ พระพุทธเจ้าเมื่ออายุ 7 ขวบแล้วเกิดดวงตาเห็นธรรม ก็หมายถึงว่านางวิสาขาหมดสงสัยในเรื่องวัฏสงสาร

ถ้าเราเริ่มเข้าใจตัวเอง รู้จักตัวเองตามความเป็นจริงมากขึ้น ในระดับหนึ่ง ก็จะหายสงสัยได้ การรักษาศีล นั่งสมาธิ

ปฏิบัติธรรม เจริญสติปัฏฐาน 4 เจริญวิปัสสนา เป้าหมาย
เบื้องต้นประการหนึ่งก็เพื่อให้เข้าใจเรื่องวัฏสงสารมีจริง
เป็นสัมมาทิฏฐิเบื้องต้น หากเกิดวิปัสสนาญาณ เห็นไตร
ลักษณ์แล้วก็จะสิ้นความสงสัยในเรื่องนี้ทุกคน

20. จดหมายจากโยมที่กรุงเทพมหานคร

กราบนมัสการพระอาจารย์ใหญ่ที่เคารพยิ่ง

พระอาจารย์ครับ ตอนนี้พระอาจารย์มีชื่อเสียงขจรไปไกลมากๆ มีแต่คนอยากมาประพฤติปฏิบัติธรรมกับพระอาจารย์ ซึ่งหลายคนที่ได้มาประพฤติปฏิบัติธรรมกับพระอาจารย์เท่าที่ผมเห็นเขา (สาธุชน) ต่างก็สุขและอิ่มเอิบสบายใจกลับไป มีปีติ มีความสุข และความเจริญก้าวหน้ากันโดยมาก พระอาจารย์ใหญ่ครับ ผมไปปฏิบัติธรรมกับท่านแต่ก็ไม่ค่อยได้มีโอกาสปฏิสังขานกับพระอาจารย์เท่าไรนัก เพราะผมกลัวพระอาจารย์ประคบกับความมากในทิสฺฐิมานะ อุตตาและตัวตนของผมเอง

ในโอกาสปีใหม่นี้ผมอยากจะปรึกษาธรรมกับพระอาจารย์หลายๆ เลยครับ เพราะผมสงสัยมาหลายปีแล้วว่า “อะไรคือกรรมใหม่ อะไรคือกรรมเก่า” ทำไมคนเราทำดีแล้วถึงไม่ได้ดี แต่ทำไมทำชั่วมันเห็นผลเร็วทันตา และทุกข์ทน ทุกข์นานเหลือเกิน เมื่อเปรียบกับคนอื่น ทำไมเขาไม่ต้องเข้าวัด ฟังเทศน์ ฟังธรรม แต่เขาก็มีศีลมีธรรมครองตนอยู่ได้ ในขณะที่ผมบวชก็แล้ว ฟังเทศน์ก็แล้ว ปล่อยนก ปล่อยปลา ถวายสังฆทาน นั่งสมาธิ แต่

ทำไมตอนนี้ใจผมไม่เคยสงบและปล่อยวางได้เลย ทำไมชีวิตไม่มีอะไรก้าวหน้าเลย ผมจึงอยากจะเรียนถามพระอาจารย์ว่า “อะไรคือกรรมใหม่ อะไรคือกรรมเก่า” ทำไมเราตั้งความปรารถนาดี อยากประพฤติตนเป็นคนดีก็ทำไม่ได้ อันนี้เป็นกรรมใหม่หรือกรรมเก่าครับ

เราจะหลุดพ้นบ่วงของกรรมได้อย่างไรครับ ถ้าพระอาจารย์ใหญ่พอมีเวลาช่วยตอบคำถามให้ผมเข้าใจด้วยครับว่า ทำไมคนเราต้องทำความดี ทำไมคนเราไม่สามารถละกรรมชั่วได้ ทั้งๆ ที่รู้ว่ามันชั่วและไม่ดี ก็เพราะอะไรครับ อะไรคือกรรมใหม่ อะไรคือกรรมเก่า และเมื่อไรเราจะได้เก็บเกี่ยวผลของบุญกุศลที่เราทำไปแล้วบ้างครับ นอกจากนั่งรอนอนรอเห็นผลแต่กรรมชั่วที่มันตามสนองอยู่ทุกวันนี้

กราบนมัสการมาด้วยความเคารพครับ

โยม...จากกรุงเทพมหานคร

20 – 1 คำถาม อะไรคือกรรมเก่า อะไรคือกรรมใหม่

คำตอบ พระพุทธเจ้าสอนไว้ว่า “กรรมเก่า “ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สำหรับ “กาย” หมายถึงถึง กายและสิ่งที่กายอาศัยอยู่ในปัจจุบัน เช่น สภาพแวดล้อม สังคม ประเทศชาติ ฐานะความเป็นอยู่ พ่อแม่ พี่น้อง บริวาร เป็นต้น สิ่งที่เกี่ยวข้องกับเราเหล่านี้ล้วนเป็นผลจากกรรมเก่าของเรา ส่วน “ใจ” นั่นคือจิต นิสัย กิเลส ความโลภ ความโกรธ ความหลง ฉลาด ขยัน วาสนาดี คือมีทั้งลักษณะนิสัยที่ดีและไม่ดี เป็นต้น

“กรรมเก่า” คือสิ่งต่างๆ ที่ปรากฏในปัจจุบัน แก้ไม่ได้แต่รู้เท่าทันได้ ดังคำกล่าวที่ว่า “อดีตเป็นเหตุ ปัจจุบันเป็นผล”

“กรรมใหม่” คือการสร้างเหตุในปัจจุบัน หากปล่อยใจตามกิเลส ตัณหา ตามความเคยชิน ก็เท่ากับเราทำเหตุไม่ดี แต่เมื่อใดที่เราตั้งใจปฏิบัติ สร้างเหตุที่ดี สร้างกรรมที่ดีในปัจจุบันด้วยการใช้ศีล สมาธิ ปัญญาเป็นหลักในการดำเนินชีวิต ผลที่ตามมาในอนาคตก็จะเป็นผลดีอย่างแน่นอน ดังคำกล่าวที่ว่า “ปัจจุบันเป็นเหตุ อนาคตเป็นผล” เหตุดี ผลจึงดี

เราจึงสรุปได้ว่าเมื่ออดีตเป็นเหตุของปัจจุบัน และปัจจุบันเป็นเหตุของอนาคต ปัจจุบันจึงเป็นที่รวมของทั้งเหตุและผล เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้ว เราจึงควรสร้างกรรมดี สร้างเหตุที่ดี ทั้งทางกาย วาจา ใจ ด้วยการใช้ศีล สมาธิ ปัญญาตั้งแต่บัดนี้

ยกตัวอย่างเช่น ถ้ามีใครนินทาเรา “นินทา” เป็นกรรมเก่าที่ปรากฏในปัจจุบัน เมื่อเราได้ยินแล้วก็รู้สึกไม่พอใจ ตามนิสัยของเรา เราอาจจะเกิดน้อยใจ เสียใจ โกรธ ไม่พอใจ คิดอาฆาตพยาบาท ถ้าเราเคยชินแบบนี้ ปล่อยให้อึดใจเราคิดแบบเดิมๆ เราก็จะเป็นแบบนี้ตลอดไป เพราะเหตุมันเป็นแบบนี้ ผลมันก็ต้องเป็นแบบนี้ แต่ถ้าเราตั้งใจสร้างกรรมใหม่ที่ดีในปัจจุบัน คือใช้สติปัญญากำหนดรู้เท่าทันว่านี่ความรู้สึกที่ไม่ดี และรู้จักคิดดี คิดถูกว่า ความรู้สึกที่ไม่ดี ไม่ชอบใจนี้ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา ปฏิบัติโดยการรักษาศีล ทำใจให้เป็นศีล ศีลก็ถึงใจ ใจเราจะเป็นปกติ หนักแน่น ไม่ยินดียินร้าย ตั้งเจตนาถูกต้อง เมื่อเราปฏิบัติถูกต้อง สร้างเหตุที่ดี เราจะไม่หวั่นไหวกับคำนินทา ทำใจได้ แต่หากเรายังมีอารมณ์ไม่พอใจ เราก็ต้องน้อมเข้ามาดูความรู้สึกไม่พอใจ พังพิจารณา ปล่อยวางความรู้สึกที่ไม่ดี ไม่ยึดมั่นถือมั่น รักษาสุขภาพใจ เพื่อสร้างความสงบในจิตใจ ระวังความรู้สึกนึกคิดให้ได้ แล้วเราก็จะสบายใจขึ้นได้

ให้มีสติสัมปชัญญะ คือมีความรู้สึกตัว ถึงไม่ชอบก็ไม่ยึดมั่นถือมั่น สติสัมปชัญญะทำให้เกิด “สมาธิ” และ มีเมตตา เมื่อมีเมตตา จะมีความสุข เมื่อสุขภาพใจดี เวลาที่มีผู้อื่นนินทา ให้คิดสงสารเขา เพราะคนที่นินทาผู้อื่น จริงๆแล้ว ก็คือคนที่ไม่มีความสุข

การรักษาศีล ทำให้เกิดสมาธิและปัญญา พิจารณามองเห็นความเป็นจริง “อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา” ไม่มีอะไรเที่ยงแท้แน่นอน ไม่มีเรา ไม่มีเขา ก็ไม่มีทุกข์ ทุกสิ่งทุกอย่างเกิดและดับไปตามกาลเวลาของมัน เมื่อเข้าถึงขั้น “วิปัสสนา” เราจะมีความเบิกบาน สุขใจ ดังนั้น การทำใจให้มี “ศีล” คือการไม่ยินดียินร้าย การมี “สมาธิ” คือการมีเมตตา สุขใจ ปรรณนาติดต่อผู้อื่น การเข้าถึง “วิปัสสนา” คือใจบริสุทธิ์ สะอาด ไม่เศร้า ไม่ทุกข์

สรุปได้ว่า กรรมปัจจุบันสำคัญที่สุด ปัจจุบันเป็นที่รวมของทั้งเหตุและผล เราจึงควรกำหนดรู้ในปัจจุบัน ซึ่งเรามีทางเลือกกว่าจะทำเหตุดีหรือเหตุไม่ดี

20 - 2 คำถาม ทำไมพยายามทำความดี ทำบุญให้ทานในปัจจุบัน แต่ยังไม่เห็นผล

คำตอบ การทำความดีต้องทำให้ถึงใจ ให้ใจดีมีเมตตากรุณา จึงจะเป็นการทำบุญ เป็นการทำความดีอย่างแท้จริง การไปวัด ทำบุญ การบวช เข้าพิธีอุปสมบท ถือเป็นเรื่องภายนอก ที่สำคัญกว่าคือภายในจิตใจ ต้องเป็นบุญเป็นกุศล มีเมตตากรุณาจึงจะเป็นการทำความดีด้วยใจดี เมื่อทำความดีด้วยใจที่ดีแล้ว อานิสงส์ก็เห็นได้ในปัจจุบัน คือความสุขใจ สบายใจ อย่างน้อยก็ไม่เกิดลัษณะสงสัยเกิดคำถามว่า "ทำไมพยายามทำความดี ทำบุญให้ทานในปัจจุบัน แต่ยังไม่เห็นผล" แบบนี้

อย่างไรก็ตาม การที่คนจำนวนมากรู้สึกว่าการทำความดีแต่ยังไม่เห็นผลนั้น ส่วนหนึ่งอาจเป็นเพราะกำลังประสบกับวิบากกรรม จากกรรมเก่าในอดีต หรือในชาติก่อนๆ ซึ่งเป็นกรรมตาของวิภูสงสาร อย่าว่าแต่คนธรรมดาสามัญเลย แม้แต่พระพุทธเจ้า ก็ยังมีประสบการณ์เกี่ยวกับการเสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์ เช่นกัน แต่พระองค์ทรงตั้งมั่นอยู่ในความดี ใจดีมีเมตตาตลอด ได้ลาภ เสื่อมลาภ ได้ยศ เสื่อมยศ สรรเสริญ นินทา สุข ทุกข์ เป็นโลกธรรมแปดที่ไม่แน่นอน ไม่ใช่เรื่องสำคัญ สิ่งที่สำคัญกว่า

สำหรับคุณภาพชีวิตคือ "ทำใจได้" และ"มีกำลังใจ" เชื่อมั่นใน "กฎแห่งกรรม" ว่าการทำดีต้องได้ดี ทำชั่วต้องได้ชั่ว และหมั่นทำความดีต่อไป

เราอาจมีความสงสัยว่าทำไมบางคนทำชั่วแต่ได้ดี เช่น คนปล้นธนาคารหรือนักการเมืองที่ทุจริตในหน้าที่ ทำไมรวยล้นฟ้าสามารถเสวยสุขได้ในปัจจุบัน ขอให้เข้าใจว่ากรรมชั่วนั้นยังไม่แสดงผลในทันทีก็ได้ ส่วนที่เขาร่ำรวยอยู่นี้ เป็นผลของกรรมดีในอดีตมากกว่า อย่างไรก็ตาม อย่างไรก็ดี เชื่อได้ว่าชีวิตบ้านปลายของเขาอาจจะไม่เป็นอย่างนี้ก็ได้ เมื่อกรรมชั่วออกผลแล้ว ก็ต้องรับผล ไม่มีใครช่วยได้

ยกตัวอย่างกรณีของพระพุทธเจ้า ที่ครั้งหนึ่งถูกพระเทวทัต ลอบปลงพระชนม์ โดยพระเทวทัตพยายามดันก้อนหินลงมาจากภูเขา แต่สุดท้ายหินก้อนนั้นกลับโดนเพียงพระบาทของพระพุทธเจ้าห่อพระโลหิต หากเราประเมินเหตุการณ์ดังกล่าวโดยผิวเผิน จะคิดว่าพระเทวทัตนั้นมีจิตใจที่บาป โหดเหี้ยม แต่เมื่อพิจารณาเหตุการณ์ย้อนหลังไปแล้วจะพบว่า พระพุทธเจ้าก็มีวิบากกรรมเช่นกันคือ ในอดีตชาติ ชาติหนึ่งพระพุทธเจ้าซึ่งเกิดเป็นลูกกษัตริย์องค์หนึ่งได้ฆ่าน้องชายต่างมารดาโดยผลึก

ตกหน้าผา ซึ่งเมื่อประสบกับเหตุการณ์ที่ถูกก้อนหินกลิ้งลงมา
โดนพระบาทในชาตินี้ พระพุทธเจ้าทรงรู้ทันที่ว่านั่นคือวิบาก
กรรม

หรือยกตัวอย่างกรณีของพระโมคคัลลานะ ที่ถูกโจร 500 คน
ลอบฆ่า เมื่อเห็นโจรมาก็อธิษฐานหายตัวบ้าง แปลงกายเป็น
แมลงวันบ้าง เป็นอย่างนี้อยู่หลายครั้ง จนเกิดความสงสัยว่าเหตุ
ใดโจรเหล่านี้จึงคิดปองร้ายตน เมื่อพิจารณาดูพบว่าท่านมี
วิบากกรรมที่ในอดีตชาติหนึ่ง ท่านเคยฆ่าพ่อแม่ของท่าน ซึ่ง
กรรมดังกล่าวได้ตามมาเห็นผลในชาตินี้

นอกจากเรื่องกรรมเก่า กรรมใหม่แล้ว เราต้องรู้จักปล่อยวางใน
ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ต้องคิดให้ได้ว่ามีลาภ ก็มีเสื่อมลาภ เมื่อ
มียศ ก็มีเสื่อมยศ เมื่อมีสรรเสริญ ก็มีนินทา เมื่อมีสุข ก็ต้องมี
ทุกข์ ของพวกนี้ไม่แน่นไม่นอน ไม่ให้ยึดมั่นถือมั่น ไม่ให้ใส่ใจ
ของพวกนี้ก็เหมือนกับลมฟ้าอากาศไปๆ มาๆ ของมันอยู่อย่าง
นั้น ให้พิจารณาอยู่อย่างนั้น

ให้พิจารณาดูตัวเอง ทั้งความคิด คำพูด การกระทำ ให้เป็นศีล
สมาธิ ปัญญา ไม่ยินดียินร้าย ยกจิตให้อยู่เหนือปัญหา หมั่น
สร้างกรรมดี หมั่นสร้างบารมี

ถ้ายังมีทุกข์อยู่ ก็ต้องตั้งใจปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้อง ถ้าเราทำสิ่งที่
ถูกต้อง เราก็ไม่ต้องกลัวอะไร ให้เชื่อมั่นว่าเราจะมีชีวิตที่ดีขึ้น

นอกจากนี้ ให้ฝึกสร้าง “กำลังใจ” ให้กับตนเอง โดยให้เชื่อมั่นใน
กฎแห่งกรรม “ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว” แต่ทำอย่างไรจึงจะสร้าง
กำลังใจเพื่อสร้างกรรมที่ดี เหตุที่ดี

แนวทางในการสร้างกำลังใจ คือ

1) แสวงหากัลยาณมิตร ได้แก่ ครูบาอาจารย์ เพื่อน หนังสือ
ธรรมะเช่น “ทุกข์เพราะคิดผิด” ให้ลองอ่านดู มีโยมท่านหนึ่งอ่าน
หนังสือดังกล่าวทุกวัน แต่ไม่ใช่อ่านเฉยๆ ต้องใช้สติปัญญา
พิจารณาคิดตามไปด้วย

2) พิจารณา...”โยนิโสมนสิการ” คือการคิด คิด คิด คิด คิด
ให้ดี คิดให้ถูก เพื่อสร้างศรัทธา (ความเชื่อมั่น) วิริยะ (ความ

ขยันหมั่นเพียร) สติ (การระลึกได้) สมาธิ (การตั้งใจให้มั่น)
ปัญญา (ความรอบรู้)

20 – 3 คำถาม ทำไมคนถึงไม่สามารถละกรรมชั่วได้ ทั้งๆ ที่รู้
ว่ามันชั่ว ทั้งๆ ที่รู้ว่ามันไม่ดี

คำตอบ การที่คนเรายังทำชั่วอยู่ทั้งๆ ที่รู้ว่ามันไม่ดี ก็เพราะยัง
ไม่เห็นโทษของความชั่ว แม้ใจจะรู้ว่ามันชั่ว แต่ก็มองไม่เห็นโทษ
ชัดๆ เราต้องเฝ้าดูการกระทำของเราทั้งกาย วาจา ใจ ด้วย
สติสัมปชัญญะ โดยใช้หลักโยนิโสมนสิการ จึงจะเกิด
hiri-ottappa คือมองเห็นด้วยใจว่านี่คือชั่ว เห็นโทษของกรรมชั่ว
จริงๆ แล้วก็จะละอายเกรงกลัวต่อบาป เมื่อนั้นจึงจะมีโอกาสที่
จะแก้ไข ปรับปรุงตัวเองได้

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในธรรมบทว่า เมื่อคนโง่เห็นความโง่ของ
ตัวเอง ผู้นั้นเป็นบัณฑิต ดีกว่าคนโง่เข้าใจว่าตัวเองเป็นคนฉลาด
ความโง่ในที่นี้หมายถึงอวิชชา กิเลส ความโลภ ความโกรธ
ความหลง เมื่อใดก็ตามที่เราเห็นกิเลสเป็นกิเลสด้วยปัญญาแล้ว
เราจะเห็นโทษ เมื่อนั้นจะเป็นจุดเริ่มต้นให้เราพิจารณาปรับปรุง
แก้ไขพฤติกรรมของตัวเอง พัฒนาดตนด้วยการเจริญศีล สมาธิ

ปัญญา ยกตัวอย่างจากประสบการณ์ของอาจารย์ เมื่อบวชใหม่ ๆ ฉันอาหารมือเดียว เมื่อหิวแล้วคิดถึงเรื่องอาหารก็เห็นว่า เป็นความสุข ไม่เห็นโทษจริงๆ เห็นกิเลสเป็นเรื่องของความสุข ที่นี้พอพรรษาที่ 4 อาจารย์ตั้งใจอดข้าว 1 เดือน เมื่ออดข้าวผ่านไปได้ 7-8 วัน ร่างกายก็เริ่มปรับตัวได้แล้ว เวทนาทางกายก็สงบระงับไป พอทนได้ เหนื่อยก็นอนพักก็เหมือนอิม ความหิวก็หายไป แต่พอเริ่มคิดว่าอดข้าวครบกำหนด 1 เดือนแล้ว น่าจะเริ่มฉันน้ำมะพร้าว น้ำย่อยก็ออกมาจนแทบท้อง หิวขึ้นมาจริงๆ ทุกข์กายทุกข์ใจขึ้นมาทันที จึงมองเห็นว่าต้นหา ความอยากนี้มีโทษ ทำให้เกิดความกลัวในการคิด สติปัญญาว่างไวระมัดระวังความคิด เพราะเห็นโทษของกิเลสต้นหาจนกลัว

21. จดหมายจากโยมจังหวัดร้อยเอ็ด

กราบนมัสการหลวงพ่ोज้าคะ

ดิฉันมาปฏิบัติธรรมที่วัดป่าเป็นปีที่ 2 แล้วจ้าคะ แม่บอกว่า ดิฉันเข้มแข็งขึ้น และมีความคิดสร้างสรรค์ นำออกมาเป็น รูปธรรมได้ดีจ้าคะ แต่ดิฉันก็ยังรู้สึกว่าอินทรีย์ยังอ่อนอยู่มาก (ปกติจะเป็นคนที่ฟุ้งซ่านประจำอยู่แล้ว) อาศัยช่วงเวลาว่างจับ ลมบ่อยๆ เอา ตอนนี้งากำลังฝึกรักษาศีล 8 อยู่จ้าคะ ดิฉันมีข้อ สงสัย ขอกราบเรียนถามดังนี้จ้าคะ

1. สติกับสมาธิสำนึก เป็นตัวเดียวกันหรือแตกต่างกัน อยางไรจ้าคะ
2. ที่บ้านค้าขาย ต้องอาศัยลูกน้องหลายคน บางคนชอบ เล่นตัว อู้งาน เลยทำให้ดิฉันรู้สึกว่าไม่มีเขาเราก็ทำได้ ไม่ เห็นจะง้อเลย ความรู้สึกเหล่านี้เป็นคราบฝังในจิตใจอยู่ ตลอด ดิฉันจะไม่ค่อยจะออก แต่อาภักปฏิกิริยาที่แสดงออก มาภายนอกนั้นก็อ่อนนุ่มถ่อมตนกับคนทั่วไปอยู่จ้าคะ หลวงพ่อบุไปรดเมตตาชี้แนะแนวทางปฏิบัติเพื่อลดละสิ่งนี้ ด้วยจ้าคะ

3. การเดินจงกรมของดิฉันรู้สึกว่จิตเริ่มสงบลงเร็วกว่ที่นั่งสมาธิ โดยเฉพาะทำนั่งเอนขาขวาทับขาซ้าย ดิฉันจะรู้สึกอึดอัดมาก แต่ถ้านั่งเอนขาซ้ายทับขวา จะรู้สึกว่ตัวเบาและจับลมหายใจได้ตลอดสาย จนเกือบไม่มีลมหายใจ ดิฉันเลยลุกขึ้น (กลัวตายเจ้าคะ) ทำนั่งแบบนี้ผิดใหม่เจ้าคะ และดิฉันปฏิบัติถูกใหม่เจ้าคะ
4. เมื่อ เดือนธันวาคม 2546 ดิฉันมาปฏิบัติธรรมที่วัด หลวงพ่อเทศน์สอนว่ ธรรมะ 37 ข้อ ก่อนโพชฌงค์ 7 ชื่ออะไรเจ้าคะ ดิฉันจำชื่อไม่ได้ อยากทราบชื่อ สอนรายละเอียดจะไปค้นหาเองได้
5. คำถามนี้ นอกเรื่องไปหน่อยเจ้าคะ ทำไมตึกแกถึงชอบร้องเวลานั่งสมาธิ ขณะจิตกำลังเริ่มสงบเจ้าคะ

ท้ายสุดนี้ ขอกราบอาราธนาคุณพระรัตนตรัย จงดลบันดาลให้หลวงพ่อดีสุขภาพพลานามัยที่แข็งแรง อยู่เป็นที่พึงให้กับคนทั่วไปและดิฉันไปตลอดนานๆ นะเจ้าคะ

กราบนมัสการ

21 – 1 คำถาม สติกับสามัญสำนึกเป็นตัวเดียวกันหรือ
แตกต่างกันอย่างไร

คำตอบ “สามัญสำนึก” คือสติและปัญญาในระดับทั่วไปที่คน
ธรรมดาสามัญรู้ได้และมีอยู่ (Common Sense) ซึ่งทำให้คนเรา
ทั่วไปแสดงออกทางกาย วาจา หรือเรียกว่า มีกิจกรรมารยาทเป็น
ปกติ การไม่มีสามัญสำนึกคือ มีความคิดและพฤติกรรม
แตกต่างจากคนทั่วไปในสังคมจนทำให้แสดงออกผิดปกติไป
จากคนธรรมดา เช่น การเดินเปลือยกายในที่สาธารณะ การทำ
ผิดกฎต่างๆ การทำผิดศีลธรรมอย่างรุนแรง เช่น ดื่มสุราจนขาด
สติ ดินยาเสพติด รวมถึงการแสดงออกซึ่งอารมณ์รุนแรงในที่
สาธารณะซึ่งกิริยาเหล่านี้เป็นที่น่ารังเกียจกับสังคมทั่วไป

“สติ” เป็นตัวควบคุมจิตของเราและอยู่เหนือสามัญสำนึก คนที่
ไม่มีสติเปรียบเสมือนคนเป็นโรคประสาท ชอบคิดฟุ้งซ่าน

การปฏิบัติธรรมในวัดเป็นการฝึกให้เรา มีสติ สติจะเป็นตัว
ควบคุมความคิด อารมณ์ ความรู้สึกต่างๆ ได้ เช่น อารมณ์ซี้
กั้ว ซึ้น้อยใจ ซึ้อิจฉา ซึ้อโมโห ฯลฯ

การเจริญสติทำให้เรากำหนดรู้เท่าทันอารมณ์ สงบ ไม่ยินดียินร้าย และสุขภาพใจดี ซึ่งเหล่านี้คือเป้าหมายในการเจริญสติ การเจริญสติระดับสูง คือการเข้าสู่ "อริยมรรค อริยมผล ตั้งแต่ระดับโสดาบันขึ้นไป ซึ่งก็คือการมองเห็นตามความเป็นจริงของตัวเองและหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งหลาย

21 - 2 คำถาม ที่บ้านค้าขายซึ่งต้องอาศัยลูกน้องหลายคน บางคนชอบเล่นตัว อู้งานเลยทำให้ดิฉันรู้สึกว่ามีเขาเราก็ทำไม่ได้ ความรู้สึกเหล่านี้เป็นคราบฝังในจิตใจอยู่ตลอด ดิฉันละไม่ค่อยจะออก แต่อากัปกิริยาที่แสดงออกมาภายนอกนั้นก็อ่อนน้อมถ่อมตนกับคนทั่วไปอยู่เจ้าค่ะ หลวงพ่อโปรดเมตตาชี้แนะแนวทางปฏิบัติเพื่อลดละสิ่งนี้ด้วยเจ้าค่ะ

คำตอบ เราจะถือตัวถือตนว่าเราสูงกว่าเขา ดูหมิ่นว่าเรารวยแต่เขาจน เขาไม่มีความรู้ เขาเป็นลูกน้อง เราเหนือกว่าเขา เราเป็นเจ้านาย เป็นเจ้าแก เราลองคิดในอีกแง่หนึ่งว่า ชีวิตในวันนี้เราก็ต้องอาศัยเขาเหมือนกัน ปัจจุบันเรามีทุกวันนี้ก็เพราะการพึ่งพาอาศัยเขาอยู่ เขามีบุญคุณต่อเราเช่นกัน ดังนั้นในใจของเราต้องให้เกียรติชอบคุณยกย่องเขาเหนือเราทุกคน เหมือนเช่นพระกรรมฐานเวลาออกธุดงค์พบเจอสัตว์ป่าแม้เป็นสัตว์เดรัจฉาน

ท่านก็มีใจเคารพยกย่องให้เขาเป็นใหญ่ ให้มองเห็นเขาเป็นเหมือนพ่อแม่พี่น้องของเราตามที่พระพุทธเจ้าสอนว่า "สัตว์ที่เราเห็นกันในชาตินี้ไม่เคยเป็นพ่อแม่พี่น้องกันไม่มี"

ปัจจุบันเราสมมติว่าเราเป็นเจ้านาย เขาเป็นลูกน้อง ดังนั้น ให้พิจารณาใหม่ว่า ให้ทำใจเราก่อนโดยการทำใจเมตตากรุณา ให้เกียรติเขา ยกตัวอย่างเช่นครั้งหนึ่งมีคนงานในวัดนั่งพักขณะทำงาน ความเข้าใจครั้งแรกคือเขาไม่ทำงาน แต่เมื่อพิจารณาดูให้ดีแล้ว ผลงานโดยรวมของเขาในขั้นสุดท้ายก็เป็นที่น่าพอใจเหมือนกัน ดังนั้น จุดเล็กๆ น้อยๆ บางอย่างก็ควรมองข้ามไป โดยให้มองกลับกันว่าถ้าเราต้องลงไปทำเองก็เหนื่อยเหมือนกัน จ้ะก็เจ็บบ้างเหมือนกัน

นอกจากนี้ ให้ลองพิจารณาอีกว่าลูกน้องของเราให้ภัยหรือโทษใดๆ กับเราหรือไม่ ถ้าเขาไม่ถึงกับทำร้ายร่างกายเรา เราก็น่าจะยอมรับได้ แต่ในทางกลับกัน หากเขาทำร้ายเราหรือขโมยของของเรา เราก็ต้องระมัดระวังมากขึ้น หาวิธีป้องกันแก้ไข

ถ้าเราไม่พอใจลูกน้องของเราจนถึงขั้นไล่ออก ก็ต้องพิจารณาต่อไปว่าปัญหาอะไรจะตามมาบ้าง เช่น เราอาจจะต้องเหนื่อย

ไปทำงานเอง คนใหม่ที่เรากำลังมาว่าไว้ใจแค่ไหน มีศีลธรรมแค่ไหน ลูกน้องเก่าที่เราไล่ออกจะมาอาฆาตแค้นเราหรือไม่ อันนี้ก็ต้องพิจารณา

โดยสรุป เราควรใจดีมีเมตตา หากพอยอมรับได้ก็อยู่ด้วยกันไปอยู่ด้วยกันแล้วก็เจริญสติ รู้เท่าทันอารมณ์ รู้ว่าความรู้สึกในใจเรานี้คือ "มานะ" เป็นกิเลสที่ทำให้ใจเศร้าหมอง บางครั้งก็มีโทษมาก ทำให้เกิดทะเลาะกัน แต่หากเรารู้เท่าทันอารมณ์แล้วก็ระมัดระวัง พยายามสงบระงับ ลดละที่รู้มานะนี้เสีย ก็เป็นการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน

21 – 3 **คำถาม** การเดินจงกรมของดิฉัน รู้สึกว่าจิตเริ่มสงบลงเร็วกว่านั่งสมาธิโดยเฉพาะทำนั่งที่เอาขาขวาทับขาซ้าย ดิฉันจะรู้สึกอึดอัดมาก แต่ถ้านั่งเอาขาซ้ายทับขาขวาจะรู้สึกตัวเบาและจับลมหายใจได้ตลอดสายจนเกือบไม่มีลมหายใจ ดิฉันเลยลุกขึ้น (กลัวตายเจ้าคะ) ทำนั่งแบบนี้ผิดไหมเจ้าคะ และดิฉันปฏิบัติถูกไหมเจ้าคะ

คำตอบ ถูกแล้วเราเอาทำนั่งสบายเป็นหลัก กำหนดตัวรู้ รู้ รู้ รู้ ไป รู้สึกตัว ลมหายใจหายก็รู้ รู้สึกตัวตลอดเวลา เมื่อสบายใจ

แล้วก็รักษาสบายใจนี้ต่อเนื่องกัน หากเราเห็นใจสงบนี้ชัดๆ แล้ว
เมื่อมีอารมณ์เกิดขึ้น ก็จะได้เห็นโทษของอารมณ์ต่างๆ ได้ชัดเจน
ใจสงบนี้จึงเป็นกำลังที่จะสงบระงับกิเลสได้ ปฏิบัติไปเรื่อยๆ ก็
จะทำให้จิตใจเป็นปกติมากขึ้น ใจหนักแน่น ไม่ยินดียินร้าย

21 – 4 คำถาม เมื่อเดือนธันวาคม 2546 ดิฉัน มาปฏิบัติธรรมที่
วัด หลวงพ่อเทศน์สอนเรื่องธรรมะ 37 ข้อ ชื่ออะไรเจ้าคะ ดิฉัน
จำไม่ได้ จึงอยากทราบชื่อ ส่วนรายละเอียดจะไปค้นหาเองค่ะ

คำตอบ ธรรมะ 37 ข้อ ชื่อว่า **โพธิปักขิยธรรม 37** คือ ธรรม
อันเป็นฝั่งฝ่ายแห่งความตรัสรู้ เกื้อกูลแก่การตรัสรู้ธรรม เกื้อกูล
แก่อริยมรรค ซึ่งประกอบด้วย สติปัฏฐาน 4 สัมมัปปธาน 4 อิทธิ
บาท 4 อินทรีย์ 5 พละ 5 โพชฌงค์ 7 และอริยมรรคมีองค์ 8

• สติปัฏฐาน 4

สติปัฏฐาน 4 คือการเจริญสติระลึกรู้ธรรมะ 4 หมวดคือ

1. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน
2. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน
3. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน
4. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

เป็นข้อปฏิบัติที่มีสติเป็นประธาน เป็นสัมมาสติในอริยมรรคมีองค์ 8 เพื่อละสังโยชน์ เข้าถึงอริยมรรค อริยมผล และพระนิพพาน สติที่ระลึกอารมณ์ในสติปัฏฐาน 4 ได้แก่สติที่ระลึกรู้ตามความเป็นจริงว่า

กายเป็นสักแต่ว่ากาย

เวทนาเป็นสักแต่ว่าเวทนา

จิตเป็นสักแต่ว่าจิต

ธรรมเป็นสักแต่ว่าธรรม

ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน เป็นอนัตตา หากหลงไปยึดมั่นถือมั่นเมื่อใดก็เกิดเป็นอัตตาดัวตน เกิดเห็นแก่ตัว เป็นทุกข์เมื่อนั้น

* สัมมัปปธาน 4

คือความเพียรพยายามอย่างยิ่ง ซึ่งต้องเป็นไปในธรรม 4 คือ

- 1 เพียรพยายามระงับอกุศลที่ยังไม่เกิด มิให้เกิดขึ้น เช่น ไม่คิดโกรธ
- 2 เพียรพยายามละอกุศลที่เกิดแล้วให้หมดไป เช่น ระวังอารมณ์โกรธ
- 3 เพียรพยายามสร้างกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด ให้บังเกิดขึ้น เช่น พยายามฝึกจิตใจให้มีเมตตา กรุณา

- 4 เพียรพยายามทำให้กุศลธรรมที่เกิดแล้ว ให้เจริญยิ่งขึ้น เช่น รักษาเมตตากรุณาในจิตใจเอาไว้ในทุกสถานการณ์ แม้เมื่อต้องประสบกับความเสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์ ก็ยังพยายามทำจิตใจให้มีเมตตา กรุณา

● **อิทธิบาท 4**

คือทางแห่งความสำเร็จในกิจอันเป็นกุศล มีองค์ประกอบ 4 ประการคือ

1. **ฉันทะ** ความพอใจและเต็มใจ
2. **วิริยะ** ความเพียรพยายาม
3. **จิตตะ** ความเอาใจใส่ จิตใจจดจ่อ
4. **วิมังสา** ปัญญาที่พิจารณาใคร่ครวญ หาเหตุผล เพื่อแก้ปัญห หรือพัฒนาให้ดียิ่งขึ้น

● **อินทรีย์ 5**

หมายถึงธรรมที่ทำหน้าที่เป็นใหญ่ และต้องเป็นไปตามสภาวะธรรมที่เป็นกุศล มี 5 ประการคือ

- 1 **สัทอินทรีย์** คือความศรัทธาเป็นใหญ่ในอารมณ์ เป็นศรัทธาอันแรงกล้าในจิตใจ ซึ่งอกุศลไม่อาจทำให้ศรัทธานั้นเสื่อมคลายได้

- 2 **วิริยอินทรีย์** มีความเพียรเป็นใหญ่ และต้องเป็นความเพียรที่บริบูรณ์ด้วยองค์ 4 แห่งสัมมปปธาน
- 3 **สติอินทรีย์** สติที่ระลึกไว้ในอารมณ์ปัจจุบัน อันเกิดจากสติปัญญาฐาน 4
- 4 **สมาธิอินทรีย์** การทำจิตให้เป็นสมาธิตั้งมั่นจดจ่ออยู่ในอารมณ์กรรมฐาน ไม่ฟุ้งซ่าน
- 5 **ปัญญาอินทรีย์** ปัญญาทำหน้าที่เป็นใหญ่ด้วยการรู้แจ้งเห็นจริงว่า ชันธ 5 เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

สติอินทรีย์เป็นธรรมที่เป็นตัวกลาง กำกับและเชื่อมให้สัทอินทรีย์กับ ปัญญาอินทรีย์ และวิริยอินทรีย์กับสมาธิอินทรีย์ทำงานประสานกันอย่างสมดุล ไม่เอียงไปข้างใดข้างหนึ่งที่ทำให้เกิดผลเสียได้

● **ผละ 5**

หมายถึงธรรมอันเป็นกำลังที่เกื้อหนุนแก่อริยมรรค จะเกิดผละ 5 ได้ เมื่ออินทรีย์ 5 สมบูรณ์ มีความมั่นคงเกิดเป็นกำลังที่ทำให้อดทนไม่หวั่นไหวและทำให้เข้มแข็งเอาชนะธรรมที่เป็นข้าศึกได้
ผละ 5 ประกอบด้วย

- 1 **ศรัทธาผละ** ความเชื่อ เลื่อมใส ศรัทธาที่เป็นกำลังให้
อดทน และเอาชนะธรรมอันเป็นข้าศึกเช่น ตัณหา เป็นต้น
- 2 **วิริยะผละ** ความเพียรพยายาม เป็นกำลังให้ต่อสู้กับ
ความขี้เกียจ
- 3 **สติผละ** มีความระลึกได้ในอารมณ์สติปัญญา อันจะเป็น
กำลังให้ต้านทานความประมาท พลังเผล
- 4 **สมาธิผละ** ความตั้งใจมั่นจดจ่ออยู่ในอารมณ์กรรมฐาน
ทำให้เกิดกำลังต่อสู้เอาชนะความฟุ้งซ่าน
- 5 **ปัญญาผละ** เป็นกำลังปัญญาที่เข้มแข็ง ซึ่งทำให้เอาชนะ
โมหะ คือความเผลอ ความหลงได้

เช่นเดียวกับสติในอินทรีย์ 5 สติในผละ 5 เป็นตัวเชื่อมให้ศรัทธา
กับปัญญา และวิริยะกับสมาธิ ทำงานประสานกันได้อย่าง
สมดุล คือมีกำลังที่เกื้อหนุนกันพอดีๆ เพื่อให้เกิดสติปัญญา 4
ได้สมบูรณ์

โพชฌงค์ 7

คือองค์ธรรมสำคัญที่ทำให้การตรัสรู้ โพธิจิต หรือการบรรลุธรรม
เกิดขึ้นได้ มีสติเป็นบาทฐาน ประกอบด้วยองค์ธรรม 7 ประการ
คือ

- 1 สติความระลึกได้
- 2 ธัมมวิจยะ การวิจยธรรม ความรู้จักลักษณะแท้จริง
ของสภาวธรรม ซึ่งเป็นตัวปัญญา ไม่ใช่การคิดเอา
- 3 วิริยะ ความพากเพียร
- 4 ปีติ ความอิ่มใจ สุขใจในการปฏิบัติธรรม
- 5 ปัสสัทธิ ความสงบกาย สงบใจ ความผ่อนคลาย
กายใจ
- 6 สมาธิ ความตั้งใจมั่นของจิตที่มีอารมณ์เดียว ไม่ซัด
ส่ายไปในอารมณ์ต่างๆ
- 7 อุเบกขา ความที่จิตมีความสงบระงับอย่างยิ่ง ไม่
กระเพื่อมไหวไปตามสิ่งต่างๆ ไม่ว่าจะมีความสุข
ทุกข์ ดีใจ เสียใจ รัก ชัง กล้า กลัว ยินดี ยินร้าย ฯลฯ
ซึ่งจะเป็นจิตที่มีความประณีต ละเอียดอ่อน ปลอด
โปร่ง เบาสบาย

๘ อริยมรรคมีองค์ 8

หมายถึงหนทางปฏิบัติที่นำไปสู่การบรรลุมรรคผลนิพพาน มีสัมมาลติเป็นตัวกำกับและเป็นพื้นฐานของอริยมรรคทุกข้อ ประกอบด้วยองค์ธรรม 8 ประการคือ

- 1 **สัมมาทิฏฐิ** ปัญญาอันเห็นชอบ คือเห็นอริยสัจ 4
- 2 **สัมมาสังกัปปะ** ความดำริชอบ คือคิดออกจากกาม ไม่คิดพยาบาท และคิดที่จะไม่เบียดเบียนใคร
- 3 **สัมมาวาจา** วาจาชอบ คือ ไม่พูดเท็จ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดเพ้อเจ้อ
- 4 **สัมมากัมมันตะ** กระทำชอบ คือ เว้นจากการฆ่าสัตว์ เว้นจากการลักทรัพย์ เว้นจากการประพฤตินิन्दในกาม
- 5 **สัมมาอาชีวะ** เลี้ยงชีวิตชอบ คือ การประกอบอาชีพแต่ในทางสุจริต ไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีลธรรม ไม่ทำให้ใครเดือดร้อน ไม่ผิดจากหน้าที่อันควร
- 6 **สัมมาวายามะ** ความเพียรชอบ คือ เพียรในสัมมัปปธาน 4
- 7 **สัมมาสติ** ระลึกรชอบ คือ ระลึกในสติปัฏฐาน 4
- 8 **สัมมาสมาธิ** สมาธิชอบ ความตั้งใจมั่นชอบ หมายถึง การเข้าสมาธิที่เป็นไปเพื่อละนิวรณ์โดยตรง

21 – 5 คำถาม ทำไมตึกแกถึงชอบร้องเวลานั่งสมาธิขณะจิตกำลังเริ่มสงบเจ้าคะ

คำตอบ เพราะว่าช่วงนั้นเป็นกิจวัตรของตึกแกที่จะร้องก่อนที่มันจะเข้านอน สำหรับเราตามปกติที่มีอะไรทำวุ่นวายอยู่ มีเสียงตึกแกร้อง เราก็มักไม่ได้สังเกต หรือได้ยินแล้วก็เฉยๆ ไม่ได้ใส่ใจอะไร แต่พอตั้งใจจะนั่งสมาธิ ตั้งใจจะให้จิตสงบแล้ว เสียงตึกแกก็ปรากฏชัดเจน จนรู้สึกว่ตึกแกจงใจร้องตอนนี จริงๆ แล้วก็ไม่ใช่ หลวงพ่อชาสอนว่า ถ้าเรารู้สึกว่าเสียงตึกแกรบกวนเรา (เกิดความรู้สึกยินร้าย) เวลาเรานั่งสมาธิ จริงๆ แล้วจิตเราไปรบกวนตึกแกต่างหาก หากเข้าใจแล้ว เราก็ทำ “ใจสงบ” เป็น “ตัวรู้” เสียงตึกแกเป็นรูป ตัวรู้เป็นนาม จิตรับรู้อารมณ์ ระหว่างจิตกับเสียง มีช่องว่าง คือรูปและนามแยกออกจากกัน พัฒนาเป็นวิปัสสนาได้

22. ทำไม “การนั่งสมาธิ” จึงเป็นวิधिปฏิบัติธรรมที่ถือว่าดี ที่สุดเมื่อเทียบกับการปฏิบัติธรรมแบบอื่นๆ

คำตอบ จิตใจของเราคิดตลอดทั้งวัน ชี้เกียด ชี้ฟุ้งซ่าน ชื่นชอบใจ
ชี้โกรธ ชี้โลภ อยากได้ อยากมี อยากเป็น อารมณ์จากกิเลสทั้ง
วันทั้งคืน

สมาธิจิตตั้งมั่นคือการปล่อยวาง ทำให้เกิดสติปัญญา ช่วยรักษา
ความไม่สบายใจและโรคทางจิตใจต่างๆ ยกตัวอย่างเช่น การที่
เราไม่พอใจคำพูดของคนรักและติดเอาอารมณ์โกรธมา การนั่ง
สมาธิจะทำให้จิตใจสงบลงหยุดอารมณ์ต่างๆ ได้

การนั่งสมาธิไม่ใช่เป็นเพียงการนั่งหลับตา แต่จิตต้องสงบ มีสติ
สัมปชัญญะซึ่งเป็นบุญที่สุดแล้ว เพราะทำให้สุขใจ เกิดเมตตา
เมื่อมีความสุขสบายใจ เราจะมองเห็นตัวเราและคนอื่นชัดเจน
ขึ้น มองเห็นสภาวะต่างๆ ตามความเป็นจริง ซึ่งนั่นก็คือการเกิด
อริยมรรค อริยมผล นิพพาน เกิดสติปัญญา

23. สติกับสัมปชัญญะ มีความหมายว่าอย่างไร การขาด สติกับความไม่รอบคอบเป็นสิ่งเดียวกันหรือไม่ กรุณา ยกตัวอย่างให้เห็นชัดเจนและอธิบายถึง สติสัมปชัญญะในชีวิตประจำวันด้วยค่ะ

สติสัมปชัญญะเป็นธรรมที่มีอุปการะมาก เกื้อกูลในการทำ ความดีทุกอย่าง มีความหมายลึกซึ้งมาก ธรรม 84,000 พระ ธรรมชั้นตรี สรุปลงได้ที่ สติและสัมปชัญญะ ก็ว่าได้ หลัก ไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ก็ต้องอาศัยสติสัมปชัญญะ ทั้งนั้น

สติ หมายถึง ความระลึกได้ กำหนดได้ มีความรอบคอบ ไม่ลืม ไม่เผลอ มีความไม่ประมาทเป็นพื้นฐาน **สัมปชัญญะ** หมายถึง ความรู้สึกตัว ไม่หลงลืม รู้สึกตัวอยู่เสมอทุกขณะว่ากำลังทำอะไร โดยอยู่ จึ่งเกี่ยวข้องกับ “ปัจจุบัน” ไม่สนใจไปในอดีตหรืออนาคต

สติสัมปชัญญะ เป็นสติที่มีปัญญาสนับสนุน ทำให้รู้จักโอปนยิโก น้อมเข้ามาดูจิตใจตัวเอง มองตัวเองในการทำ การพูด การ คิด เป็นสภาวะที่ทั้งรู้เท่าและรู้ทัน ไม่หลงผิดไปตามกิเลส ตัณหา

รู้เท่า หมายถึง รู้ตามความเป็นจริงว่า รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส
ธรรมารมณ์ เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

รู้ทัน หมายถึง สติว่องไว เป็นมหาสติ สามารถกำหนดรู้ทัน
อารมณ์ได้ในแต่ละปัจจุบันขณะ

หลวงพ่อบุญมาท่านเปรียบเทียบไว้ว่า สติ เปรียบเหมือน พี่ ส่วน
สัมปชัญญะเปรียบเทียบเหมือน น้อง พ่อแม่บางคนอยากมีลูก แต่ก็
ไม่มี บางคนมีลูกคนเดียว บางคนมีลูกคนโต แล้วก็มีน้อง
ตามมา เปรียบเทียบกับผู้ปฏิบัติธรรม บางคนสติก็ไม่เกิด บาง
คนพอมีสติบ้าง บางคนมีแต่สติแต่ยังไม่ถึงขั้นสัมปชัญญะ เมื่อ
มีสติสมบูรณ์แล้วเท่านั้นจึงจะเกิดสัมปชัญญะขึ้นได้ ดังนั้น
เมื่อมีสติแล้ว ก็พยายามเจริญสติให้ติดต่อกันจนเกิดเป็น
สัมปชัญญะ ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม

ตัวอย่างเช่น ฝึกนั่งให้ขึ้นต้นมะม่วง แล้วก็ให้ลิงเขย่า หรือเก็บผล
มะม่วงโยนทิ้งลงมา ทีนี้เรานิ่งแหละวิ่งไปวิ่งมาคอยรับผลมะม่วง
ก็รับได้ การรับผลมะม่วงได้ เป็นอาการที่เรามีสติดี แต่เราก็ต้องรู้
ว่ามะม่วงผลนั้นดีหรือไม่ดี ต้องเลือกเก็บเอาผลมะม่วงที่ดี
มะม่วงผลที่ไม่ดีก็ทิ้งไป อาการรู้ลักษณะนี้คือ สัมปชัญญะ เป็น
ตัวปัญญา ในการฝึกสติสัมปชัญญะก็คล้ายกัน อาการที่มีสติ

คือ การระลึกได้ การกำหนดได้ จับอารมณ์ได้ อากาโรที่มี
สัมปชัญญะคือ รู้สึกตัวชัดเจน รู้ผิดถูกชั่วดี รู้ว่าสิ่งใดเป็น
ประโยชน์ มิใช่ประโยชน์

การเจริญสติในชีวิตประจำวันของเรา ให้เฝ้าติดตามจิต
รักษาอารมณ์ให้พอดีๆ ตามหลักมัชฌิมาปฏิปทา ปกติคนเรา
เมื่อกระทบอารมณ์แล้ว จิตก็ปรุงแต่งไปตามอารมณ์ยินดี ยิน
ร้าย เป็นสุขทุกข์ใจที่ไม่ดี

เมื่อกระทบอารมณ์ที่ทำให้ไม่พอใจ โกรธ เสียใจ ก็ให้นึกใน
ใจว่าดี แล้วหายใจออก เอาดี เช็ดความรู้สึกที่ไม่ดีออกไป เมื่อ
หายใจออก ให้ตั้งสติกลมหายใจยาวๆ เบาๆ เช็ด ถู กวาด
ความรู้สึกที่ไม่ดีออกไป ทำความเข้าใจว่า เหตุการณ์ต่างๆ ที่
เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเป็นไปตามกฎแห่งกรรม เหตุการณ์ที่จะต้อง
เกิดมันก็เกิด

เมื่อกระทบอารมณ์ที่ทำให้พอใจ ดีใจ ก็ให้นึกในใจว่าพอ
แล้วหายใจออกเอาพอ เช็ดความรู้สึกตื่นเต้นดีใจที่มากเกินไป
ออกไป เมื่อหายใจออก ให้ตั้งสติกลมหายใจยาวๆ เบาๆ เพื่อ
ระงับความตื่นเต้น และทำใจให้สงบลง

เมื่อเรามีสติสัมปชัญญะ มีความรู้ตัวชัดเจนแล้ว เราจะมองเห็นชัดเจนว่า ความรู้สึกไม่ว่ายินดี ยินร้าย สุข ทุกข์ ก็ล้วนไม่แน่นอน เราไม่ไปหลงยึดไว้ เป็นทาสของความรู้สึกยินดี ยินร้าย ตั้งเจตนาที่จะสงบระงับความโลภ โกรธ หลง รักษาอารมณ์พอดี ๆ เป็นมัชฌิมาปฏิปทา หรือเรียกว่าทางสายกลาง ไม่ยินดี ยินร้าย รักษาใจเป็นปกติ สุขภาพใจดี

**24. กำเนิด 4 และภูมิ 3 คืออะไร กราบเรียนพระอาจารย์
กรุณาอธิบายและยกตัวอย่าง**

กำเนิด 4 หรือ โยนิ 4 คือ รูปแบบหรือชนิดของการเกิด

- 1) สัตว์เกิดในครรภ์ (ชลาพุชะ) มีตัวผู้ ตัวเมีย ปฏิสนธิแล้ว คลอดออกมาเป็นตัวจากครรภ์มารดา เช่น คน วัว สุนัข แมว หนู ปลาโลมา
- 2) สัตว์เกิดในไข่ (อณฑชะ) คือ ออกไข่เป็นฟองก่อนแล้ว จึงฟักเป็นตัว เช่น นก เป็ด ไก่ งู จิ้งจก ตุ๊กแก จระเข้
- 3) สัตว์เกิดในเมือกในโคล (สังเสทชะ) คือ เกิดในของที่ขึ้น และสกปรก ขยายและแพร่ออกไปเอง เช่น หนอนบางชนิด เชื้อไวรัส เรือด ไร

- 4) สัตว์เกิดผุดขึ้นเหมือนแสงสว่าง (โอบปาติกะ) เช่น เทพ
เทวดา เปรต ยักษ์ สัตว์นรก ไม่มีซาก

ส่วน ภูมิ 3 คือ ภพภูมิของสัตว์ที่ยังท่องเที่ยวอยู่ในวัฏสงสาร อยู่ใน
โลกียะภูมิ เป็นภาวะชีวิตของสัตว์โลกที่มีอยู่

- 1) **กามภพ** คือภพของผู้ที่ยังเสวยกามคุณ 5 ท่องเที่ยว
อยู่ในกาม ได้แก่ อบาย 4 มนุษย์โลก และกามาวจร
สวรรค์ทั้ง 6 ชั้น
- 2) **รูปภพ** คือภพของผู้เข้าถึงรูปฌาน ได้แก่ พรหมทั้ง
16 ชั้น
- 3) **อรุภพ** คือภพของผู้เข้าถึงอรุฌาน ได้แก่ อรูป
พรหม 4

25. สัตว์ที่มีชั้น 5 ชั้น มีชั้น 1 ชั้น และมีชั้น 4 ชั้น
หมายความว่าอย่างไร

ชั้น 5 ประกอบด้วย**รูป** (ประกอบด้วยธาตุ 4 คือ ธาตุดิน ธาตุ
น้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ) และ**นาม** (ประกอบด้วย เวทนา สัญญา
สังขาร วิญญาณ) รูปและนามรวมเรียกว่าชั้น 5 ซึ่งแปลว่ากอง
หรือการรวมเข้าเป็นหน่วยเดียว สามารถจำแนกอธิบายได้ดังนี้

1. รูป หมายถึง ร่างกาย
2. เวทนา หมายถึง ความรู้สึก สุข ทุกข์ หรือ ไม่สุขไม่ทุกข์
3. สัญญา หมายถึง ความจำได้หมายรู้
4. สังขาร หมายถึง การปรุงแต่ง
5. วิญญาณ หมายถึง การรับรู้ของจิต

สัตว์ที่มีขันธ 5 ขันธ ได้แก่

1. หมู่สัตว์ทุกประเภทที่เกิดในกามภพ ได้แก่ภพอันเป็นที่เกิดและอาศัยอยู่ของหมู่สัตว์ผู้ยังมีใจยึดติดเพติดเพลินอยู่กับกามคุณ 5 ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส หมู่สัตว์ที่เกิดอยู่ในกามภพมีทั้งสุคติภูมิ (คือโลกมนุษย์ 1 และสวรรค์ 6) และทุคติภูมิ (คืออบายภูมิ 4 ได้แก่ นรก เปรต ยักษ์ สัตว์เดรัจฉาน)
2. รูปพรหมที่อาศัยอยู่ในรูปภพทั้งหมด **ยกเว้นรูปพรหมชั้นอสนฺณีสัตว์** รูปภพคือภพอันเป็นที่เกิดและอาศัยของรูปพรหมทั้ง 4 ภูมิ ซึ่งแบ่งตามระดับจิตที่เข้าถึง 4 ระดับ คือ ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน (แต่ละภูมิแบ่งเป็นภูมีย่อยภูมิละ 4 ชั้น รวมเป็นรูปพรหม 16 ชั้น)

สัตว์ที่มีชั้น 1 ชั้น ได้แก่ รูปพรหมชั้นอสังขญีสัตว์ ที่มีแต่รูปชั้นเพียงชั้นเดียว **อสังขญีสัตว์** แปลตามศัพท์ว่า สัตว์ที่ไม่มีสัญญา โดยความหมายคือมีแต่รูปชั้น ไม่มีนามชั้น (นามชั้นดับชั่วคราว แต่เมื่อหมดอายุขัยของการเป็นอสังขญีสัตว์แล้วไปเกิดในภพภูมิอื่น นามชั้นก็จะทำงานสืบเนื่องต่อไปในวัฏสงสาร) แต่ถึงกระนั้นก็จัดเป็นสิ่งมีชีวิต เป็นพรหมประเภทที่เรียกตามภาษาชาวบ้านว่า พรหมลูกฟัก ดำรงอยู่เหมือนฟักหรือน้ำเต้า ไม่มีความรู้สึกนึกคิด ไม่มีอารมณ์เคลื่อนไหวใดๆ ทั้งสิ้น

อสังขญีสัตว์ คือบุคคลที่ได้จุดตถฌาน แต่เกิดความรู้สึกเบื่อหน่ายในนามชั้น เพราะพิจารณาว่ารูปชั้นแม้จะไม่เที่ยงแต่ก็สามารถดำรงอยู่ได้เป็นเวลานานกว่านามชั้นซึ่งดำรงอยู่ได้เพียงขณะจิตเดียวก็เปลี่ยนแปลงไป ถือเป็นสิ่งไม่เที่ยงอย่างยิ่ง จึงกลับยินดีพอใจในรูปชั้น ด้วยเหตุที่กระทำไว้ในใจและยึดถืออยู่อย่างนี้ เมื่อตายหรือดับจิตลงในขณะที่จิตอยู่ในจุดตถฌาน จึงเกิดมาเป็นอสังขญีสัตว์

สัตว์ที่มีชั้น 4 ชั้น ได้แก่ รูปพรหมที่อาศัยอยู่ในรูปภพทั้งหมด เป็นพรหมที่ไม่มีรูปชั้น มีแต่นามชั้น 4 ชั้น

อรุปรพรม คือบุคคลที่ได้อรุปรพมาน แต่เกิดความรู้สึกเบื่อหน่าย ในรูปขันธ์ เพราะพิจารณาว่ารูปขันธ์ คืออายตนะภายนอก อันประกอบด้วย ตา หู จมูก ลิ้น กาย เป็นสื่อในการรับรู้ของ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส อันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ จึงรังเกียจรูปขันธ์ ด้วยเหตุที่กระทำไว้ในใจและยึดถืออยู่อย่างนี้ เมื่อตายหรือดับ จิตลงในขณะที่จิตอยู่ในอรุปรพมาน จึงไปเกิดในอรุปรพ

26. เคยได้ยินมาว่าคนที่เกิดมามีชีวิตลำบากในชาตินี้ เช่น เป็นขอทาน เป็นคนเก็บขยะ ในชาติก่อนเคยเป็นคน ไม่ดีจึงต้องมารับกรรมในชาตินี้จริงหรือไม่

การเกิดมารวยหรือจน มีการศึกษาสูงหรือไม่มีการศึกษาไม่ สำคัญ สิ่งสำคัญอยู่ที่การประพฤติปฏิบัติตนของเรา กาย วาจา ใจเป็นอย่างไร มีความซื่อสัตย์ ใจดีมีเมตตาหรือไม่ จิตใจที่ สัมผัสกับผู้คนรอบข้างมีความเมตตา กรุณา หรือไม่ เราไม่ควรดู หมิ่นอาชีพคนเก็บขยะ หรือชาวไร่ชาวนาว่าเป็นอาชีพต่ำต้อย ทุกอาชีพหากเป็นการเลี้ยงชีวิตชอบ ทำด้วยความซื่อสัตย์สุจริต แล้ว ก็เป็นอาชีพที่ควรได้รับการยอมรับทั้งนั้น ในยุคขามูไรของ ญี่ปุ่น ก็มีการแบ่งวรรณะโดยใช้อาชีพเป็นหลัก มี 4 ชั้น ด้วยกันคือ

1. ซามูไร
2. ชาวนาและเกษตรกร
3. หัตถกรรมและอุตสาหกรรม
4. พ่อค้า

สังคมญี่ปุ่นก็ยังยอมรับและยกย่องชาวนาและเกษตรกรว่าเป็นอาชีพที่สูงกว่าการทำอุตสาหกรรม และการค้า อีกด้วย

ความจริงแล้วถ้าเราเข้าใจกฎแห่งกรรมอย่างถูกต้อง เราจะไม่คิดว่า เราเกิดมาเพื่อชดใช้กรรม หากเราพิจารณากฎแห่งกรรม ด้วยปัญญาชอบแล้ว เราจะเข้าใจว่า กรรมปัจจุบันสำคัญที่สุด

อดีตเป็นเหตุ ปัจจุบันเป็นผล

ปัจจุบันเป็นเหตุ อนาคตเป็นผล

เราต้องยอมรับความจริงว่า อดีตผ่านไปแล้ว เราไม่อาจแก้ไขอะไรได้ อนาคตก็ยังไม่มาถึง แต่ปัจจุบันเราสามารถเลือกได้ว่า เราจะใช้ชีวิตอย่างไร

จริงๆ แล้ว การบวชเป็นภิกษุในพุทธศาสนา ภิกษุ ก็แปลว่าผู้ขอฐานะของภิกษุก็เป็นขอทานเหมือนกัน หากแต่ภิกษุมีอุดมคติ มีอุดมการณ์ที่จะพัฒนาจิตใจ จึงยอมสละความสะดวกสบายทาง

โลก มาใช้ชีวิตนักบวชเพื่อขัดเกลากิเลส มุ่งหาทางออกจากทุกข์
ดูตัวอย่างจากพระเทมีย์ราชกุมาร ซึ่งเป็นอดีตชาติของพระพุทธ
เจ้าสมัยบำเพ็ญบารมีเป็นพระโพธิสัตว์ ทรงเห็นโทษของโลกีย
สุข จึงบำเพ็ญเนกขัมมบารมี คือการออกบวช โดยทรงอดทนอด
กลั้นต่อความทุกข์อย่างแสนสาหัส เพื่อหาทางออกจากทุกข์ใน
วัฏสงสาร จริงๆ แล้วให้เราลองพิจารณาดูเรื่องการบำเพ็ญทศ
บารมีของพระโพธิสัตว์ พระโพธิสัตว์เกิดมาแต่ละชาติ ก็ลำบาก
แสนสาหัสจนเกือบตาย แต่พระองค์ก็ต่อสู้ เอาชนะอุปสรรค
ต่างๆ ได้ด้วยการทำความดี เรียกว่าบำเพ็ญบารมี ไม่ว่าจะเป็
นเนกขัมมบารมี ทานบารมี ศีลบารมี ขันติบารมี สัจจบารมี ฯลฯ
พระองค์ก็ผ่านพ้นอุปสรรค บรรลุถึงเป้าหมายที่ตั้งใจไว้ด้วยการ
บำเพ็ญบารมีนั้นจนเต็มเปี่ยมในพระชาตินั้นๆ

27. การที่พ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย ห่วงเรามากเกินไปจนกลายเป็นการขีดเส้นทางเดินให้ชีวิตเราทุกอย่าง หากเราไม่ทำตามเพราะคิดว่าชีวิตนี้เป็นของเรา ควรทำในสิ่งที่เราคิดว่าดี เป็นความคิดที่ผิดหรือไม่ และจะเป็นกรรมไม่ดีหรือไม่

ชีวิตของคนเรามีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ เรียกว่ากรรมพันธุ์ คือเกิดมาผูกพันกัน มีกรรมร่วมกันมา บุคคลที่เราต้องประสบพบเจอ เป็นไปตามกฎแห่งกรรม เราเคยห่วงเขา เขาเคยห่วงเรา กลับไปกลับมาวนเวียนไปเรื่อยๆ สิ่งที่เราประสบอยู่ตอนนี้ ในอดีตชาติเราอาจเคยเป็นฝ่ายกระทำ เราต้องหาทางออกที่ดีในแต่ละสถานการณ์ ไม่ตามใจเกินไปและไม่ฝืนจนเกินไป ให้พอดีๆ ใช้ปัญญาหาทางออกที่ทำให้เกิดความสบายใจกับทุกฝ่าย มีความเมตตา กรุณาในการแก้ปัญหา การที่เราคิดว่าชีวิตเป็นของเรา ดำเนินชีวิตตามอุดมคติของเรานั้นก็ไม่ผิด แต่ต้องมั่นใจจริงๆ ว่าเรามีสติปัญญา มีอุดมการณ์ชัดเจนแล้ว ถ้าสิ่งที่จะทำนั้นถูกต้องเป็นสัมมาปฏิบัติ เป็นสิ่งที่ดีงามแล้ว การทำตามอุดมการณ์ของเราก็น่าจะดีที่สุด ยกตัวอย่างเช่น การออกบวชของเจ้าชายสิทธัตถะ ก็ไม่ใช่ความประสงค์ของพระบิดา แต่พระองค์มีอุดมการณ์เพื่อแสวงหาโมกขธรรม เพื่อพ้นทุกข์ จึง

ไม่ใช่การละทิ้งครอบครัวอย่างไม่นับผิดชอบ สำหรับเจ้าชาย สิทธัตถะเมื่อตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ก็ทรงมีเมตตา กรุณา มีความกตัญญูอย่างเต็มเปี่ยม พระองค์ทรงกลับมาช่วย พระราชบิดาพระราชมารดา พระมเหสี พระราชโอรส ตลอดจน พระญาติอีกหลายๆ พระองค์จนสามารถบรรลุนิพพานได้

อย่างไรก็ตาม ในความเป็นจริง ความรักของพ่อแม่ ญาติพี่น้อง ก็มีความเห็นแก่ตัวตามธรรมชาติของปุถุชนซึ่งมีกิเลส ทำให้ บางครั้งไม่อาจหาทางออกพอดีๆ อันเป็นที่พอใจของทั้งสองฝ่าย ได้ ในกรณีเช่นนี้ หากเรายืนยันจะทำตามความคิดเห็นของเรา ก็ให้พิจารณาด้วยสติปัญญา หากอุดมการณ์ของเราถูกต้อง ไม่ ผิดศีลธรรม เราสามารถรับผิดชอบชีวิตตัวเองได้ และที่สำคัญ เรามีกำลังใจเข้มแข็งพอที่จะเอาชนะอุปสรรคได้ ก็ควรทำในสิ่ง ที่เราต้องการจะทำ

พระอาจารย์มิตซูโอะ คเวสโก

ตอบปัญหาธรรม

สืบเนื่องจากเหตุการณ์คลื่นยักษ์สึนามิวันที่ 26 ธันวาคม 2547

1. คนที่ใส่บาตร สวดมนต์ ทำบุญ ให้ทานอยู่เป็นประจำ แล้วทำไมยังต้องมาประสบเคราะห์กรรมในเหตุการณ์ครั้งนี้

เหตุการณ์ภัยพิบัติจากคลื่นยักษ์สึนามิที่ทำลายทรัพย์สิน และชีวิตของประชาชนไปจำนวนหลายแสนคนในครั้งนี้ แสดงให้เห็นอย่างชัดเจนถึงธรรมชาติและความจริงที่ พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า *ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความเสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์ เป็นธรรมดาของสัตว์โลก* เมื่อยังเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏสงสารก็ไม่มีใครหนีพ้น เราเรียกเหตุการณ์ครั้งนี้ว่าสึนามิที่เป็นเหตุแห่งความตาย เราเห็นภาพที่น่ากลัวจากทีวี หนังสือพิมพ์ แต่จะมีใครคิดบ้างใหม่ว่านั่นคืออนาคตของเรา เราเองก็ต้องประสบเหตุการณ์แบบนี้ (ความตายที่ไม่รู้กำหนดว่าจะมาเมื่อไร) เหมือนกัน จริงๆ แล้ว เราทุกคนกำลังถูกสึนามิเสียบกคลื่น

กินชีวิตของเราทีละคนๆ อยู่ตลอดเวลา ต่างสถานที่ ต่าง
เวลากัน สีนามิในความหมายของมัจจุราช หรือความตายที่
กำลังคืบคลานมาสู่เราทุกคนเหมือนกันหมด ไม่ว่าคนดี คน
เลว

อย่างไรก็ตาม เมื่อมีชีวิตอยู่ การที่ได้ทำบุญให้ทานอยู่เป็น
ประจำ ถือเป็นกุศลกรรมความดี หรือเรียกว่าเป็น
อริยทรัพย์* ที่จะติดตามเราไป เป็นที่พึ่งที่อาศัยแก่เรา สีนามิ
ก็แย่งเอาไปไม่ได้ ชีวิต ทรัพย์สินถูกคลื่นสินามิกวาดล้าง
ทำลายไป เหลือแต่ใจ หากจิตใจดี ใจบุญ ใจกุศล เมื่อจะ
ตายก็ตายด้วยใจที่ดี มีสุคติเป็นที่ไป เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะ
เกิดอะไรขึ้นก็ตาม ขอให้เรามั่นคงในการคิดดี พูดดี ทำดี ใน
ทุกสถานการณ์

*อริยทรัพย์มี 7 ประการ คือ 1. ศรัทธา คือความเชื่อในสิ่งที่ควรเชื่อ 2. ศีล คือการ
รักษากาย วาจา ใจ ให้เรียบร้อย 3. นิริ คือความละอายต่อบาป ทุกจริต 4. โอตตัปปะ
คือความเกรงกลัวต่อบาป 5. พานุสัจจะ คือความเป็นผู้ได้ป็นได้ฟังธรรมมาก และจำ
ธรรมเหล่านั้นได้อย่างดี รู้ศิลปวิทยามาก 6. จาคะ รู้จักสละ แบ่งปันสิ่งของของตน
ให้แก่คนที่ควรได้ 7. ปัญญา รอบรู้ว่าเป็นประโยชน์ และมีประโยชน์

2. ควรใช้หลักธรรมข้อใด เพื่อช่วยบรรเทาทุกข์จาก เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

ให้ใช้หลักธรรมทุกข้อ 84,000 พระธรรมขันธ์ แต่กล่าวโดยย่อที่สุดคือ **ให้มีสติในการดำเนินชีวิต** เหตุการณ์สึนามิ เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น เป็นอดีตผ่านไปแล้ว เหมือนเป็นฝันร้าย ให้ตั้งสติมองดูปัจจุบัน ตั้งใจเริ่มต้นชีวิตใหม่ ดำเนินชีวิตด้วยสติ มีความอดทน ทำวันนี้ให้ดีที่สุด ถึงแม้มีทุกข์มากขนาดไหนก็ตาม หากเราตั้งใจทำให้ดีที่สุดทุกวัน ทุกนาที ชีวิตก็มีความสุขได้

ใช้หลักขันติธรรม อย่างน้อยสำหรับทุกคนก็คือให้มีขันติธรรม ตามที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ขันติความอดทนอดกลั้น เป็นธรรมะที่ประเสริฐที่สุดรองจากพระนิพพาน เป็นคุณธรรมที่มีประโยชน์มากที่สุดที่จะเกื้อหนุนให้เราฟันฝ่าอุปสรรคไปได้ ดังนั้นเราจึงควรพยายามอดทนอดกลั้นรักษา กาย วาจา ใจให้เป็นปกติ ตั้งมั่นอยู่ในความดี ความถูกต้อง บางคนคิดว่า ปัจจุบันนี้เป็นทุกข์ ก็ต้องทนทุกข์ไปก่อน รอไว้วันข้างหน้า เมื่อได้สิ่งนั้นสิ่งนี้สมความปรารถนาแล้วจึงมีความสุขได้ แต่จริงๆ แล้ว อดทนไม่ใช่ทนด้วยใจที่เป็นทุกข์

แต่อดทนคือทำใจได้ รักษาใจเป็นปกติได้ พอใจในปัจจุบัน และมีชีวิตอยู่อย่างมีความหวัง มีกำลังใจ เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น หากเราทำใจได้ ผ่านพ้นอุปสรรคไปได้ ก็ถือเป็นโอกาสทองในการสร้างบารมี เหมือนเช่นพระโพธิสัตว์บำเพ็ญบารมี เอาชนะอุปสรรคนานัปการได้ด้วย การสร้างคุณงามความดี

ใช้หลักอนิจจัง เมื่อประสบกับปัญหา มีความทุกข์ ให้เราพิจารณาถึงความเป็นอนิจจัง คือความไม่แน่นอนของสิ่งทั้งปวง และให้เข้าใจว่าโลกธรรม 8 เป็นอนิจจัง ไม่ว่าโลกธรรมฝ่ายน่าปรารถนา คือ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข และโลกธรรมฝ่ายที่ไม่น่าปรารถนา เสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์ ล้วนเกิด-ดับ เกิด-ดับ ควบคู่กันไป ไม่มีอะไรเที่ยงแท้ยั่งยืน ในขณะนี้เมื่อเราต้องประสบกับโลกธรรมฝ่ายไม่น่าปรารถนา ก็ให้เรามีความหวังในชีวิต เพราะทุกสิ่งทุกอย่างก็ไม่แน่นอน ทุกสิ่งทุกอย่างเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัยอยู่เสมอ พิจารณาดูตามความเป็นจริงก็จะเห็นว่า ขณะนี้มีองค์กรต่างๆ จากทั่วโลก จัดทำโครงการต่างๆ เพื่อพัฒนาพื้นที่ที่ได้รับผลกระทบจากภัยพิบัติและให้ความช่วยเหลือผู้ประสบภัยอย่างต่อเนื่อง ทั้งด้านปัจจัย 4 การศึกษา

การสร้างงานสร้างอาชีพ ฯลฯ เปรียบเทียบกับอีกหลายๆ
พื้นที่ในโลกที่มีประชากร อดอยากขาดแคลนที่ความ
ช่วยเหลือยังเข้าไปไม่ถึง ก็ยังมีอยู่มาก

อนิจจัง คือความไม่แน่ เหตุการณ์ที่ไม่ดีอาจเป็นเหตุให้เรา
ได้พบกับสิ่งดีๆ ในชีวิตก็ได้ ยกตัวอย่างเช่น มีครอบครัวหนึ่ง
ที่รอดชีวิตมาได้ อาจารย์ได้คุยกับแม่บ้านที่มีลูกเล็กๆ เขา
บอกว่าเมื่อก่อนนี้เขาคิดว่าสามีไม่รัก อยู่กันตามปกติเขาก็
เฉยๆ ไม่เคยแสดงความรัก แต่เมื่อเกิดเหตุการณ์ได้รู้ว่าสามี
ร้องให้ออกตามหาลูกเมียแล้ว จึงรู้สึกว่าเขารักครอบครัว
มาก ตอนนี้ได้กลับมาอยู่พร้อมหน้าพร้อมตากันแล้ว เห็น
คุณค่าของกันและกัน รู้สึกว่าครอบครัวรักกันมากกว่าเดิม

ใช้หลักพรหมวิหาร 4 คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา

- เมตตา ปรารถนาให้เขามีความสุข
- กรุณา ปรารถนาให้เขาพ้นจากทุกข์
- มุทิตา พลอยยินดีด้วยเมื่อเขาได้ดี
- อุเบกขา ทำใจเป็นกลาง วางเฉย (เพราะเข้าใจในกฎแห่งกรรม)

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า สัตว์ที่เกิดมาในวัฏสงสารนี้ ที่ไม่เคยเป็นญาติ พ่อ แม่ พี่น้องกันนั้นไม่มี โดยเฉพาะมนุษย์เราล้วนเคยเป็นญาติกันมาทั้งในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต เมื่อเป็นเช่นนี้ เราทุกคนทุกฝ่ายควรมีใจที่เมตตากรุณาต่อผู้ประสบภัยในฐานะที่เขาเป็นญาติพี่น้องของเรา อะไรที่ทำได้ ที่พอจะช่วยบรรเทาทุกข์ให้กับเขาได้ เราควรช่วยเหลือเหมือนอย่างที่เราจะช่วยเหลือพ่อแม่ ญาติ พี่น้องของเรา ตามกำลังกาย กำลังสติปัญญา กำลังทรัพย์ เท่าที่จะสามารถช่วยเหลือได้

ใช้หลักสติปัฏฐาน 4 เป็นวิธีปฏิบัติตามหลักพระพุทธศาสนาที่จะบรรเทาทุกข์จนถึงขั้นกำจัดทุกข์ได้สิ้นเชิง ตามที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า

“หนทางนี้เป็นทางเดียวที่จะทำให้เหล่าสัตว์บริสุทธิ์ได้
ล่องพ้นความโศกและความรำพันคร่ำครวญได้
ดับทุกข์และโทมนัสได้ บรรลุอริยมรรคเพื่อเห็นแจ้งพระ
นิพพานได้

หนทางนี้คือ สติปัฏฐาน 4”

สติปัฏฐาน 4 คือการเจริญสติระลึกรู้ธรรมะ 4 หมวดคือ

1. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน
2. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน
3. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน
4. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การเจริญสติตามหลักสติปัฏฐาน 4 เพื่อให้เกิดสติระลึกรู้อยู่ที่กายและใจอยู่ในปัจจุบันขณะ อย่างน้อยก็ช่วยบรรเทาทุกข์ ไม่ให้คิดฟุ้งซ่านปรุงแต่งไปตามอารมณ์ เช่นกลัว โกรธ ไม่สบายใจ หรือคิดหมกมุ่นอยู่กับเรื่องราวไม่สบายใจในอดีตและคิดวิตกกังวลไปถึงอนาคต เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม สำหรับเป้าหมายสูงสุดของการเจริญสติปัฏฐาน 4 ก็เป็นไปเพื่อให้เกิดปัญญาที่รู้แจ้งตามความเป็นจริงว่า กายเป็นสักแต่ว่ากาย เวทนาเป็นสักแต่ว่าเวทนา จิตเป็นสักแต่ว่าจิต ธรรมเป็นสักแต่ว่าธรรม ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน เป็นอนัตตา เข้าถึงสภาวะของผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน รู้ความเป็นจริงว่า ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา ธรรมทั้งปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น

กล่าวโดยสรุปแล้ว ไม่ว่าจะเป็นธรรมะข้อไหน กล่าวคือขันติ
ธรรม พิจารณาอนิจจัง หลักพรหมวิหาร 4 หรือสติปัฏฐาน 4
เราคุ่นเคยอันไหนก็ให้ปฏิบัติตามนั้น แต่เป้าหมายสำคัญ
ที่สุดของหลักธรรมทั้งปวงก็อยู่ที่ เพื่อให้จิตใจปล่อยวาง
สบายใจ มีกำลังใจ ให้มีความสบายใจ สุขใจในปัจจุบัน
เดี๋ยวนี และมองเห็นอนาคตสว่าง ให้ทำหน้าที่ในปัจจุบันให้
ดีที่สุดตามหลักอิทธิบาท 4 คือ

1. **ฉันทะ** มีความพอใจในสิ่งที่ทำ โดยเราควร
ตั้งเป้าหมายไว้ ตามความเหมาะสมกับฐานะและ
กำลังความสามารถของเรา
2. **วิริยะ** ความเพียรพยายามและตั้งใจทำสิ่งนั้น
3. **จิตตะ** ความเอาใจใส่ จิตใจจดจ่อกับสิ่งที่ทำ
4. **วิมังสา** ปัญญาที่พิจารณาใคร่ครวญ หาเหตุผล
เพื่อแก้ปัญหา หรือพัฒนาให้ดียิ่งขึ้น

เมื่อเราทำดีที่สุดด้วยใจดีมีเมตตาแล้ว ทุกสิ่งทุกอย่างก็จะดี
ขึ้น ปัจจุบันเป็นเหตุ อนาคตเป็นผล เมื่อปัจจุบันดี อนาคตก็
ย่อมดีแน่นอน

3. ผู้ที่สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก ญาติพี่น้อง ตลอดจนทรัพย์สินสมบัติเงินทอง จะใช้ธรรมะข้อใดเป็นหลักในการดำเนินชีวิตต่อไป

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่าญาติทางสายเลือดไม่สำคัญเท่ากับญาติทางความประพฤติ บางครั้งญาติพี่น้องทางสายเลือดอาจจะไม่ได้อยู่ใกล้ชิด เกือกลงกันเท่ากับญาติทางความประพฤติก็เป็นได้มาก ญาติทางความประพฤติหมายถึงเพื่อน พี่น้องร่วมชาติ คนที่ปรารถนาดีต่อเรา ที่เมตตากรุณา และให้ความช่วยเหลือเราในปัจจุบันนี้แหละ

ให้มีชีวิตอยู่กับปัจจุบันให้มากที่สุด เหตุการณ์ที่ผ่านไปแล้วเป็นอดีต เปรียบเหมือนชาติก่อนแก้ไขอะไรไม่ได้ เราเกิดมาใหม่ในชาตินี้ ก็เริ่มต้นใหม่ด้วยใจดี สัมผัสกับจิตใจที่เป็นปัจจุบันด้วยใจที่สงบ มองทุกสิ่งทุกอย่างด้วยใจที่เป็นธรรมตามความเป็นจริง จะเห็นว่าปัจจุบันนี้ก็มีหน่วยงานทั้งภาครัฐบาลและเอกชน ทั้งในประเทศและต่างประเทศคอยให้ความช่วยเหลือ คนจำนวนมากจากทั่วโลกแสดงความเป็นมิตรเป็นห่วงเป็นใยเรา เหล่านี้สร้างความอบอุ่นใจ ความสุขใจให้กับเราได้

4. ทำอย่างไรที่จะช่วยให้ดวงวิญญาณของผู้เสียชีวิตในเหตุการณ์ครั้งนี้ไปสู่สุคติ

ตามหลักพุทธศาสนา ดวงวิญญาณของผู้ตายมีที่ไปที่ "พอดีๆ" กับกรรมที่ตนได้ทำไว้ คือเป็นไปตามกฎแห่งกรรม อย่างไรก็ตาม การทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้แก่ผู้ตาย การประกอบพิธีทางศาสนา เช่นสวดมนต์ ทำสมาธิ แผ่เมตตา เพื่อให้ดวงวิญญาณของผู้ตายไปสู่สุคติ ก็พอจะมีส่วนช่วยอยู่เหมือนกัน เปรียบเทียบเหมือนเราจองตั๋วเครื่องบินแล้ว ยังไม่ได้ที่นั่ง ยังต้องติดอยู่ในกลุ่มสำรอง แต่บางครั้งเมื่อมีผู้ใหญ่ช่วยจัดการให้เป็นพิเศษ ช่วยให้มีที่นั่งเดินทางไปได้ก็มี บางคนจองตั๋วเครื่องบินได้ที่นั่งเรียบร้อยแล้ว ไปถึงสนามบินไม่ทันเวลา แต่เครื่องบินก็ยังรอทำให้ได้เดินทางไม่ตกเครื่องบินก็มี ดังนั้น เมื่อเราสวดมนต์แผ่เมตตาให้กับใคร เมื่อเขามีชีวิตอยู่เมตตาจิตก็มีส่วนสนับสนุนให้เขามีความสุข เมื่อมีการทำบุญอุทิศส่วนกุศล แผ่เมตตาให้กับผู้ตายก็มีส่วนช่วยให้ผู้ตายไปสู่สุคติได้เหมือนกัน นอกจากนี้ผลดีที่ได้รับแน่นอนก็คือ ผู้ที่มีชีวิตอยู่ก็จะสบายใจขึ้น โดยเฉพาะผู้ให้ก็ได้แสดงกตัญญูกตเวทิต่อญาติพี่น้อง แสดงถึงเมตตากรุณาต่อสรรพสัตว์ ดังนั้น การทำบุญ

ประกอบพิธีกรรมทางศาสนาเพื่ออุทิศส่วนกุศลแก่ผู้ตายจึง
เป็นสิ่งที่ควรกระทำ

**5. เราควรจะได้เรียนรู้อะไรบ้างจากเหตุการณ์ภัยพิบัติ
จากคลื่นยักษ์สึนามิ**

ก็แล้วแต่บุคคลว่าจะเรียนรู้อะไรบ้าง เช่น คลื่นยักษ์สึนามิ
แสดงถึงพลังธรรมชาติที่ยิ่งใหญ่ ภัยพิบัติครั้งนี้เหมือน
ธรรมชาติสั่งสอนว่า มนุษย์ควรเคารพธรรมชาติ ไม่
เบียดเบียน ทำลายธรรมชาติแวดล้อมจนเสียสมดุลของ
ระบบนิเวศน์ การใช้ทรัพยากรธรรมชาติอย่างสิ้นเปลือง เผลอ
ผลาญพลังงานอย่างฟุ่มเฟือย การตัดไม้ทำลายป่า ทำให้
ชั้นบรรยากาศโลกมีอุณหภูมิสูงขึ้นอย่างผิดปกติและเป็น
เหตุให้ธารน้ำแข็งขั้วโลกละลาย การทดลองระเบิดปรมาณู
ได้น้ำ ฯลฯ เหล่านี้ล้วนเป็นต้นเหตุให้เกิดภัยพิบัติทาง
ธรรมชาติ ทั้งสิ้น ดังนั้น เราควรใช้ชีวิตตามหลักเศรษฐกิจ
พอเพียง พออยู่พอกิน รู้จักประหยัดพลังงาน ช่วยกันรักษา
ธรรมชาติแวดล้อม ไม่โลภแสวงหาความสุข ความ
สะดวกสบายจนไปทำลายสมดุลของธรรมชาติ เป็นต้น

สำหรับบางคนก็อาจทำให้ตระหนักถึงความตาย สีนามิ
เปรียบเหมือนเป็นเทวดาเตือนสติเราว่า ความตายกำลัง
วิ่งเข้าหาเรา เรากำลังวิ่งเข้าหาความตายอยู่ทุกขณะ คนที่
ถูกกลืนไปในคลื่นยักษ์สึนามิก็เป็นเสมือนภาพสะท้อนถึง
อนาคตของเรา เรียกว่าโอปนนิโก น้อมเข้ามาดูตนเพื่อที่เรา
จะไม่ประมาทมัวเมาอยู่ในโลกียสุข พิจารณามรณานุสติ
เมื่อความตายมาถึง เราจะต้องละทิ้งทุกสิ่งทุกอย่าง ทรัพย์สิน
สมบัติ ครอบครัว แม้แต่ร่างกายของเรา ทุกสิ่งทุกอย่างใน
โลกถือเป็นเรื่องชั่วคราวเท่านั้น มีแต่ความดีที่จะเป็น
อริยทรัพย์ติดตามเราไป ทำให้มุ่งมั่นที่จะทำบุญทำกุศล ทำ
ความดี ด้วยการให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา

**6. ในฐานะที่เราไม่ได้เป็นผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ และไม่มี
กำลังทรัพย์ เราจะช่วยเหลือได้อย่างไร**

ตามหลักพุทธศาสนา หากเราเจริญเมตตาภาวนาแล้ว เรา
สามารถแผ่เมตตาแก่สรรพสัตว์ได้ ในกรณีนี้อาจใช้วิธีแผ่
เมตตาโดยระลึกถึงสถานที่ก็ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากร่วม
ใจกันทำหลายๆ คนก็จะยิ่งดี

อย่างไรก็ตาม หากไม่อยู่ในฐานะที่จะช่วยเหลือไม่ว่าจะเป็น
กำลังทรัพย์ หรือช่วยด้วยแรงงานก็ไม่ต้องเดือดร้อนใจ ให้มี
สติระลึกถึงหน้าที่ของตนว่า เราเป็นพ่อ แม่ เป็นลูก เป็น
เจ้านาย ลูกน้อง มีหน้าที่อย่างไร ก็ให้ตั้งใจทำหน้าที่นั้นๆ
ให้ดีที่สุด มีใจเมตตากรุณาต่อเพื่อนมนุษย์ ไม่เบียดเบียน
ตน ไม่เบียดเบียนผู้อื่นทั้งด้วยกาย วาจา ใจ ก็ถือว่าทำ
หน้าที่คนดีของสังคมแล้ว ให้เข้าใจว่า เมื่อเราทำหน้าที่ของ
เราที่มีต่อบุคคลต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตเราได้สมบูรณ์ ทั้ง
ทางมโนกรรม วชิกรรม และกายกรรม ด้วยใจที่มีเมตตา
กรุณา มุทิตา อุเบกขา ก็เท่ากับว่าเราได้มีเมตตา กรุณา
มุทิตา อุเบกขาต่อสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงด้วยเช่นกัน ไม่ว่าจะอยู่
สถานที่ไหน เวลาใด

**7. เหตุการณ์ครั้งนี้ทำให้เด็กจำนวนมากกลายเป็นเด็ก
กำพร้าพ่อแม่ เราจะช่วยเหลือเด็กเหล่านี้ได้อย่างไร**

จริงๆ แล้วถึงไม่มีเหตุการณ์สึนามิ ก็มีเด็กกำพร้าจำนวน
มากในเมืองไทย ซึ่งหมายรวมถึงเด็กที่พ่อแม่ยังมีชีวิตอยู่แต่
ไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่ คือมีพ่อแม่ก็เหมือนไม่มี เด็กบาง
คนถูกทอดทิ้งไม่มีใครเลย

ในกรณีของสึนามิ จะเห็นได้ว่ามีองค์กรทั้งภาครัฐและเอกชนทั้งในประเทศและต่างประเทศเข้ามาให้ความช่วยเหลืออย่างมาก เด็กกำพร้าจากเหตุการณ์บางคนมีผู้รับอุปการะเลี้ยงดูจะส่งเสียให้เรียนหนังสือสูงๆ ก็มี

ดังนั้น หากจะช่วยเหลือเด็กกำพร้าแล้ว ก็ไม่ต้องจำกัดเฉพาะแต่เด็กกำพร้าจากเหตุการณ์สึนามิก็ได้ ให้เรามีความเมตตากรุณาต่อเขา โดยเฉพาะสำหรับคนที่เกี่ยวข้องอยู่ใกล้ชิดกับพวกเขา ก็ให้เอาใจใส่เลี้ยงดู ให้ความรักความอบอุ่นกับเขาเหมือนเป็นลูกหลาน เขาก็จะมีความสุขในชีวิตได้ อาจจะมากกว่าเด็กที่พ่อแม่ยังมีชีวิตอยู่แต่ไม่ได้รับความรักความเอาใจใส่จากพ่อแม่ จนดูแล้วน่าเป็นห่วงก็มีมาก การเลี้ยงลูก เมื่อเรารักลูก อยากให้ลูกได้ดี พ่อแม่ต้องปรับปรุงพฤติกรรมของตนเลี้ยงลูกด้วยความรักความเอาใจใส่ เป็นตัวอย่างที่ดี การกระทำของพ่อแม่มีผลโดยตรงต่อลูก ถ้าเข้าใจจุดนี้แล้ว พ่อแม่ก็ต้องประพฤติตนอยู่ในศีลธรรม เป็นคนดีของครอบครัว ของสังคม

8. ทำไมคนต่างชาติ ต่างศาสนา ไม่น่าจะเคยทำกรรม
ร่วมกันมาจึงต้องมาประสบเหตุการณ์คลื่นยักษ์สึนามิ
ตายพร้อมๆ กัน

ก่อนอื่นต้องเข้าใจให้ถูกต้องว่า กรรม จำแนกโดยการแสดงออก
ของกรรม มี 3 ทาง คือ

1. กายกรรม การกระทำทางกาย
2. วจีกรรม การกระทำทางวาจา
3. มโนกรรม การกระทำทางใจ

ดังนั้น ทุกวันนี้มนุษย์เราแม้ต่างชาติ ต่างศาสนา ต่างเพศ ต่าง
วัย ล้วนกำลังสร้างกรรมร่วมกันอยู่ในหลายๆ เรื่อง ยกตัวอย่าง
เช่น เมื่อเกิดเหตุการณ์คลื่นยักษ์สึนามิครั้งนี้ คนทั่วโลกก็ร่วมมือ
ร่วมใจกันช่วยเหลือผู้ประสบภัย ทั้งด้วยการให้แรงงานช่วยเหลือ
ด้วยกำลังทรัพย์ กำลังสติปัญญา กำลังใจ เหล่านี้ก็เป็น การ
สร้างกรรมดีร่วมกัน

หรือยกตัวอย่างในกรณีสงครามอิรัก มีประชาชนจากหลายชาติ
หลายศาสนามาร่วมกันสนับสนุนสหรัฐอเมริกาให้ทำสงคราม
ต่อต้านอิรัก ไม่ว่าจะเป็นด้วยกายกรรม (ส่งเงิน ส่งทหาร อาวุธ
ไปช่วยรบ) วจีกรรม (ตำว่า ตำหนิฝ่ายอิรัก พุดสนับสนุนฝ่าย

สหรัฐ) หรือ มโนกรรม (คิดสถาปนาแข่งอิรักให้แพ้สงคราม คิดสนับสนุนสหรัฐให้รบชนะ) ก็เรียกว่ากำลังสร้างกรรมร่วมกันอยู่

9. ทำไมมีข่าวว่า มีวิญญาณไปบอกผู้คนที่ตนเองโดน
ซากปรักหักพังทับอยู่มานานมาก ทั้ง ๆ ที่ เมื่อตายจิตก็
แยกออกจากกายไปแล้ว

เรื่องนี้อาจเป็นไปได้ใน 2 กรณี

กรณีแรก เป็นนิมิตของผู้เห็น ภาพข่าวที่เราเห็นในโทรทัศน์
ยังทำให้ใจเราเศร้าหมองได้ ยิ่งสำหรับคนที่ได้เห็นภาพ
เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงแล้ว ก็ยิ่งกระทบกระเทือนใจ ไปอยู่
ไปเห็นสภาพแวดล้อมที่นั่น ก็อาจทำให้เกิดอุปาทานยึดมั่น
ถือมั่นในสัญญา อารมณ์ การปรุงแต่งของจิตจนมองเห็น
ภาพชัดเจน เรียกว่าเห็นชัดเจนมากกว่าเห็นด้วยตาเนื้อแต่ก็
เรียกว่าเห็นจริง แต่สิ่งที่เห็นไม่ใช่ของจริง

กรณีที่ 2 ความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็น
ประสบการณ์ในสัญญา (ความจำได้หมายรู้) ซึ่งเกิดขึ้นที่จิต
ซึ่งเมื่อเกิดขึ้นแล้วก็คงอยู่ยาวนาน แม้ร่างกายแตกสลายไป
แล้ว แต่ส่วนของจิต (เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) ก็
ยังคงอยู่ต่อไป อย่างกรณีนี้ผู้ที่ประสบเหตุการณ์อาจตาย

ด้วยทุกข์ทรมานทั้งกายและใจ แม้กายจะเน่า เผาทิ้งแล้ว
แต่ส่วนของจิต คือเวทนา สัญญาที่เจ็บปวดทรมานยังคงอยู่

10. **ทำไมเมื่อจิตแยกออกจากกายไปแล้ว (ตายแล้ว) ไม่
ไปเกิดตามภพภูมิใหม่ตามกรรมที่ได้กระทำไว้ ยังมา
ปรากฏให้คนเห็นอยู่**

ทุกอย่างจะเป็นไปตามเหตุปัจจัย ตามเวลาที่เหมาะสม
เปรียบเทียบเหมือน มีบ้านเรือนถูกคลื่นยักษ์สึนามิทำลาย
หลายพันหลัง บางคนก็มีบ้านใหม่ในเมืองย้ายเข้าไปอยู่ได้
ทันที บางคนก็ต้องรอเวลาพักหนึ่งทางราชการจึงมาช่วย
ปลูกสร้างให้ หลายคนตอนนี้ก็ยังคงพักอยู่ในเต็นท์
ชั่วคราวยังไม่รู้อนาคต เรื่องของจิตวิญญาณก็เหมือนกัน
การไปเกิดในภพภูมิใหม่ก็เป็นไปตามเหตุปัจจัย ตามเวลาที่
เหมาะสม ตามกรรมที่ได้ทำไว้

อย่างไรก็ดี เป็นไปได้มากกว่าเป็นนิมิตของผู้เห็น ตามที่
อธิบายไว้ข้างต้นในข้อ 9 คือเห็นจริง แต่สิ่งที่เห็นไม่ใช่ของ
จริง บางครั้งแม้แต่พระเดินจงกรมอยู่ เกิดนิมิตเห็นโยมมา
นั่งคุกเข่าประนมมือก็มี หรือบางคืนอยู่เนสัชชิก ปฏิบัติธรรม

แล้ววงนอน มองเห็นกระโถนวางอยู่ พอจะไปเก็บเข้าที่ กลับไม่มีกระโถนอยู่ตรงนั้น เป็นต้น

ประสบการณ์เหล่านี้ (นิมิต) คือไม่แน่นอนจริงๆ แล้ว เราก็ไม่อาจรู้ได้ว่าความจริงเป็นอย่างไร จึงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น ไม่ควรยินดียินร้ายตามความรู้สึกพอใจไม่พอใจ แต่ให้ปล่อยวาง

11. ทำไมจิตวิญญาณยังห่วงร่างของตนเอง

การตายทุกๆ ไป ธรรมดาถึงเวลาตายหรือหมดอายุขัย จิตจะมุ่งมันไปข้างหน้า เรื่องอดีตผ่านไปแล้วก็ลืมไป เหมือนเป็นเรื่องธรรมดา เปรียบเหมือนรถยนต์เมื่อเก่ามากแล้ว เราก็พร้อมจะเปลี่ยนเป็นรถคันใหม่ไม่เสียหาย การตายก็เหมือนกับการเปลี่ยนรถ แต่ในบางกรณี เมื่อจะตายจิตยังมีอุปาทานยึดมั่นถือมั่น เหมือนอย่างเช่นในสมัยพุทธกาล มีพระภิกษุรูปหนึ่งจิตยึดมั่นในจีวร เมื่อตายแล้วมีภพที่จะเกิดพอดี ก็เลยไปเกิดเป็นตัวไรมาเกาะติดอยู่ที่จีวรนั้นต่อไปอีก (ถ้ายังไม่มีการภพที่จะไป จิตก็อาจจะยังอยู่ที่นั่น) เรียกว่าเป็นอุปาทาน

หรือเปรียบเทียบจิตที่มีอุปาทานยึดติดเหมือนสามภรรยาที่อยู่กินร่วมกันมาหลายปี เกิดปัญหาสามีไปมีคนอื่นใหม่ ทอดทิ้งภรรยาไป หย่าขาดแยกทางจากกัน ไม่พบกันอีก เหมือนจบสิ้นกันเพียงเท่านั้น แต่จริงๆ แล้ว ลึกๆ ในใจ ภรรยาก็ยังไม่อาจลืมสามีไปได้ ยังห่วงอาลัย คิดถึง มีอุปาทานยึดมั่นถือมั่นอยู่ ก็มีมาก หรืออย่างเช่น เมื่อคนที่เรารักตายไปแล้วเป็นสิบๆ ปี เราก็กังคิดถึง บางคนเมื่อคนรักตายก็ถึงกับหมดกำลังใจในการมีชีวิตอยู่ต่อไป อยากตายตามคนรักไป ก็เป็นเพราะมีอุปาทานยึดมั่นถือมั่นด้วยกันทั้งนั้น

เพราะฉะนั้น ตั้งแต่ยังหนุ่มยังสาวอยู่ การดำเนินชีวิตของเรา จึงควรเจริญอุสภกรรมฐาน พิจารณาร่างกายตัวเราเป็นศพ เป็นปฏิภูม พิจารณามรณานุสติ เพื่อทำใจให้รู้จักปล่อยวางหรืออย่างน้อยก็คลายความยึดมั่นถือมั่นลง

12. การตายในเหตุการณ์คลื่นยักษ์สึนามิ ถือเป็น การตายแบบไม่ดี ยากที่ผู้ตายจะไปสู่สุคติใช่หรือไม่ เพราะเป็นการตายแบบกะทันหัน ทั้งผู้ตายและญาติพี่น้อง ไม่มีโอกาสเตรียมตัวเตรียมใจล่วงหน้า เปรียบเทียบกับการป่วยตาย ทั้งผู้ป่วยและญาติยังมีเวลาเตรียมตัวเตรียมใจ

คนที่ตายในเหตุการณ์ครั้งนี้ ก็เรียกว่าถึงที่ตาย ถึงเวลาพอดีๆของเขา พอดีในที่นี่ ไม่ใช่เรื่องอายุมาก อายุน้อย แต่เป็นความพอดีๆ กับกรรมของเขา ทุกอย่างเป็นไปตามกฎแห่งกรรม แต่ไม่ได้หมายความว่า การตายแบบนี้ ตายไม่ดีไปทุกคติ ก็ไม่ใช่ การตายแบบกะทันหัน เช่นถูกคลื่นยักษ์ซัดจนจมน้ำไป โดยธรรมชาติจิตก็จะเป็นสมาธิอย่างหนึ่ง คือหยุดคิด จิตไม่ฟุ้งซ่านเหมือนนอนรอความตายด้วยความทุกข์ทรมานก็เป็นไปได้มาก คนที่ป่วยหนัก นอนรอความตายเป็นหลายๆ เดือน ก็เชื่อว่าเตรียมตัวเตรียมใจ ปล่อยวางได้ หลายคนก็กลัวอนาคต วิตกกังวล บางคนคิดถึงกรรมชั่วที่เคยทำก็กลัวตกนรก บางคนเคยทำกรรมไม่ดี เล็กๆน้อยๆ ก็เกิดคิดปรุงแต่งเป็นความไม่สบายใจ กลัวบาป บางที่ยิ่งใกล้ตายก็ยิ่งเป็นห่วงลูกห่วงหลาน ห่วงทรัพย์

สมบัติ ญาติพี่น้องทะเลาะกันแย่งสมบัติกันให้เห็นก็มี ทำให้
จิตใจไม่สงบ เศร้าหมอง คิดปรุงแต่งฟุ้งซ่านไปได้มากมาย
อีกทั้งทุกข์เวทนาทั้งกายและใจเป็นเวลายาวนาน ก็ต้อง
อดทนต่อทุกข์เวทนาอย่างมาก

อาจารย์เองก็เคยมีประสบการณ์เกือบจมน้ำตาย เมื่อว่ายน้ำ
น้ำอยู่ในแม่น้ำคงคาที่ฤาษีเกษ ว่ายน้ำไปแล้วก็เหมือนโดน
น้ำพัดไปจนหมดแรงจะจมน้ำ จิตในขณะนั้นกลับหยุดคิด
เหมือนเป็นสมาธิ หรือเมื่อตอนที่ออกธุดงค์ในป่าแล้วเจอ
เสือโคร่ง ก็รู้สึกที่จิตนิ่ง จึงเข้าใจว่าคนที่ตกใจสุดขีด จิตจะ
นิ่ง หยุดคิดฟุ้งซ่าน ดังนั้น ถ้าอาจารย์เลือกได้ก็ยังไม่อยากตาย
แบบสิ้นนามิมากกว่านอนอยู่ห้อง ICU หลายๆ เดือนแล้ว
ค่อยตาย ไม่ต้องทนทุกข์เวทนาไปนานๆ ลองคิดดูจาก
มุมมองของผู้ตาย คนที่ตายก็น่าจะพอใจการตายแบบนี้ คือ
ดำเนินชีวิตประจำวันไปตามปกติ เมื่อถึงที่ถึงเวลาก็ตาย
แบบปัจจุบันทันด่วน ไม่ต้องเจ็บป่วยทุกข์ทรมานนอนรอ
ความตายเป็นเดือนเป็นปี

อย่างไรก็ตาม เหล่านี้ก็เป็นเรื่องไม่แน่นอน ไม่ควรไปคิด
กังวล เรื่องที่ควรคิดพิจารณาคือ ทำชีวิตในปัจจุบันให้ดี

ที่สุด ทำหน้าที่ให้สมบูรณ์ เมื่อเรายังมีชีวิตอยู่ เราควร
ดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาทขาดสติ คิดดี พูดดี ทำดี
ในทุกสถานการณ์ พร้อมทั้งจะตายได้ทุกเมื่อ นั่นแหละดีที่สุด

13. เราจะมีชีวิตอยู่ต่อไปเพื่ออะไร

เมื่อเรายังอยู่ในวัฏสงสาร ไม่ว่าจะในฐานะอะไร เป็นเปรต
สัตว์เดรัจฉาน มนุษย์ เทวดา ชีวิตมันก็ต้องดำเนินต่อไป ไม่
มีหยุด จนกว่าจะบรรลุธรรมขั้นสูงสุด คือพระนิพพาน การ
เกิดในวัฏสงสาร เป็นเพราะอวิชชา และตัณหา ต้องวิ่งไป
ข้างหน้าตลอด แต่สำหรับมนุษย์เรา ก็พอจะเลือกได้
เหมือนกันว่า ชีวิตเราจะให้เจ็บมาก เจ็บน้อย เหนื่อยมาก
เหนื่อยน้อย เราเลือกได้ด้วยสติปัญญา ด้วยการประพฤติ
ปฏิบัติของเรา ธรรมดาแล้วเราทุกคนก็ต้องประสบกับ
ความทุกข์กันทั้งนั้น ตามที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ความเกิด
แก่ เจ็บ ตายเป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากสิ่งที่รักที่พอใจ
เป็นทุกข์ มีความปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้นนั่นก็เป็นทุกข์

ดังนั้น เมื่อเรายังต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏสงสาร
หน้าที่สำคัญของความเป็นมนุษย์ก็คือพัฒนาจิตใจให้

บริสุทธิ์ เพื่อพ้นจากทุกข์ คือการเกิด แก่ เจ็บ ตาย ดำเนินชีวิตด้วยทาน ศีล สมาธิ ปัญญา ให้ทุกคนพัฒนาชีวิตจิตใจ ด้วยการบำเพ็ญบุญบารมี ตามหลักบุญกิริยาวัตถุ 10 ประการ คือ

1. ทานมัย ทำบุญด้วยการแบ่งปันสิ่งของ
2. สีลมัย ทำบุญด้วยการรักษาศีลหรือประพฤติดี
3. ภาวนามัย ทำบุญด้วยการเจริญภาวนาคือฝึกอบรมจิตใจ
4. อปจายนมัย ทำบุญด้วยการประพฤติอ่อนน้อม
5. เวชยาวัจจมัย ทำบุญด้วยการช่วยขวนขวายรับใช้
6. ปัตติทานมัย ทำบุญด้วยการเฉลี่ยส่วนแห่งความดีให้แก่ผู้อื่น
7. ปัตตานุโมทนามัย ทำบุญด้วยการยินดีในความดีของผู้อื่น
8. ธัมมัสสวนมัย ทำบุญด้วยการฟังธรรมศึกษาหาความรู้
9. ธัมมเทศนามัย ทำบุญด้วยการสั่งสอนธรรมให้ความรู้
10. ทิฏฐชุกัมม ทำบุญด้วยการทำความเห็นให้ตรง

หรืออย่างน้อยที่สุดก็ให้เรารักษาศีล 5 ซึ่งเป็นคุณธรรมที่จะ
รักษาความเป็นมนุษย์ มนุษย์ที่หมายถึงผู้มีใจสูง มี
สติปัญญารู้ผิดชอบชั่วดี รู้ว่าสิ่งใดเป็นกุศลและอกุศล และ
ให้เราเลือกทำในสิ่งที่ดีที่ถูกต้อง เพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคม
อย่างสงบสุข ไม่เบียดเบียนกันและกัน



รายนามเจ้าภาพสวดอภิธรรมศพ

วันจันทร์ที่ ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๕๑	ภรรยา บุตร ธิดาและหลาน
วันอังคารที่ ๑๓ พฤษภาคม ๒๕๕๑	บริษัท โอลิมเปียไทย (จำกัด) ครอบครัว อุดมผล
วันพุธที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๕๑	ญาติพี่น้องของสะใภ้ที่สหรัฐอเมริกา
วันพฤหัสบดีที่ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๕๑	สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา สำนักงานประธานวุฒิสภา
วันศุกร์ที่ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๕๑	สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร เครือข่ายนิติตระกูล บุรณะหิรัญ เครือข่ายนิติตระกูล หุตะจูฑะ เครือข่ายนิติตระกูล สังข์ผลิพันธ์ เครือข่ายนิติตระกูล ธนกิจ
วันเสาร์ที่ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๕๑	ครอบครัว ไทยวัฒนานุกูล พ.ต.อ.ปรีชา เพ็งพลอย ครอบครัว ประสพสุข
วันอาทิตย์ที่ ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๕๑	
	๑๐.๐๐ น. แสดงพระธรรมเทศนา 1 กัณฑ์
	๑๐.๓๐ น. สวดพระพุทธรมนต์
	๑๑.๐๐ น. ถวายภัตตาหารเพล
	๑๓.๐๐ น. เคลื่อนศพสู่เมรุ
	๑๖.๐๐ น. พระราชทานเพลิงศพ





มรดกพ่อ-แม่

พ่อแม่ไม่มีเงินทองอะไรให้ จงตั้งใจพากเพียรเรียนหนังสือ
หาวิชาความรู้เป็นคู่มือ เพื่อยึดถือเอาไว้ใช้เลี้ยงกาย

พ่อกับแม่มีแต่จะแก่เฒ่า จะเลี้ยงเจ้าเรื่อขไปนั้นอย่าหมาย
ให้วิชาช่วยตนไปจนตาย ลูกสบายแม่กับพ่อก็ชื่นใจ