



# มงคล ชีวิต

ฉบับ “ธรรมทายาท”



โดย ดร. พระมหาสมชาย ฐานวุฑฺโฒ



พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

ทรงพระผนวช

พระบรมราโชวาท  
พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว  
องค์อัครศาสนูปถัมภก

“การอ้างความเจริญมั่นคงของพระพุทธศาสนา จึงน่าจะเน้นที่การแนะนำให้เห็นประโยชน์ของการศึกษาปฏิบัติธรรมเป็นสำคัญ เมื่อประโยชน์แห่งการปฏิบัติธรรมเกิดขึ้นแล้ว ก็จะมีพลังใจและจะชวนช่วยศึกษาปฏิบัติให้สูงขึ้น และเมื่อชาวพุทธรัฐธรรมะปฏิบัติธรรมกันอย่างถูกต้องทั่วถึงมากขึ้น พระศาสนาก็จะเจริญมั่นคง”\*

\* พระบรมราโชวาท พระราชทานเพื่อเชิญไปอ่านในการเปิดประชุมใหญ่ของสมาคมพุทธศาสนาทั่วราชอาณาจักร  
๗ มิถุนายน ๒๕๒๔



## อาศิรวาทราชสักการะ

ภูมิ ดลเด่นด้าว	แดนไทย
พล ธรรม ทรงชัย	เชิดฟ้า
มหา ธรรมิกอภิไธย	ธรรมราช
ราช หฤทัยล้นหล้า	หล่อเลี้ยงราษฎร์สยาม
<b>มหาเทพ</b> ดิลกล้ำ	โลกา
มหาปราชญ์ สรรพวิชา	โลกสร้อย
มหา คีตราชชา	ชาญเชี่ยวชาญ
มหาจักรี เกริกก้อง	กษัตริย์กล้าไวคุณฐู
ครองราชย์ไทยทั่วหล้า	สุชนา
ครองแผ่นดินโดยธรรม	ทั่วถ้วน
ครองจอมทัพไทยด้า-	รงรัฐ – สี่มาแล
ครองฉัตรชัยเลิศล้วน	วิลาล้านนำไทย
พระบารมีปกเกล้า	ชาวไทย
มหาราชเกริกเกรียงไกร	เกียรติก้อง
เฉลิมราชย์อธิปไตย	ไทยอยู่ สุชนา
พระร่มเกล้าปกป้อง	ทั่วฟ้าดินเย็น
ไทยราษฎร์รักภักดีพร้อม	บุชา
ทูนเทิดมหาราชชา	เทพไท้
เฉลิมพระเกียรติบุญญา	ยิ่งยศ
ด้วยรักสามัคคีไว้	กราบไหว้ปีตรงค์
ขอเชิญ <b>“โอมสิทธิ”</b> สร้าง	รังสรรค์
บริรักษ์อัศจรรย์ชั้น	คำเช่า
ครองเศวตฉัตรเฉลิมถวัลย์	เสวยสุข สราญแฮ
ชนมชีพพระผ่านเกล้า	กับปี “เก่า” โภภิกาล

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม ขอเดชะ

ข้าพระพุทธเจ้า

คณะกรรมการการศาสนา ศิลปะและวัฒนธรรม

สภาผู้แทนราษฎร

(นายบำรุง พันธุ์อุบล ; ร้อยกรอง)

# สารทํานประธานคณะกรรมการการศาสนา ศิลปวัฒนธรรม

ศาสนาทุกศาสนาล้วนมีคําสอนที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อให่มนุษย์ทุกคน  
ได้ทำดี สร้างคุณงามความดี เมื่อทุกคนทำดีได้สังคมก็จะมี ความสงบถึง  
พร้อมด้วยความสุขอย่างสันติ

นับแต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสรู้แล้ว และทรงเสวยวิมุติสุขแห่ง  
การรู้แจ้งแทงตลอดอยู่ ๗ วัน และทรงทราบว่ ธรรมะที่พระองค์ได้  
ตรัสรู้ นั้นยากแก่การที่มนุษย์ทั่วไปจะเข้าถึงได้ แต่กระนั้นพระองค์ทรง  
พินิจพิเคราะห์และวินิจฉัยเห็นว่า แม้จะเป็นการยากแต่ธรรมนั้นมี  
ประโยชน์อย่างยิ่งกว่าที่ประโยชน์อย่างอื่นจะมอบให้ได้ จึงทรงตัดสิน  
พระทัยที่จะนำธรรมที่พระองค์ตรัสรู้แล้ว โปรดบรรดาสรรพสัตว์ให้ได้รับรู้  
ถึงพระธรรม เพื่อนำไปสู่ความสงบสุขอันแท้จริง คือ นิพพาน

คณะกรรมการการศาสนา ศิลปะและวัฒนธรรม สภาผู้แทนราษฎร  
ต้องการเป็นส่วนหนึ่งในการสืบทอดพระพุทธศาสนาและเผยแผ่พระธรรม  
และเป็นการร่วมอนุโมทนาบุญร่วมกันกับพุทธศาสนิกชนชาวไทยทุกท่าน  
ด้วยการจัดพิมพ์ “มงคลชีวิต” โดย ดร. พระมหาสมชาย ฐานวุฑฺโฒ อันเป็นหลัก  
คําสอนที่ควรค่าคู่ควรแก่การน้อมนำมาปฏิบัติ ซึ่งเป็นสิ่งประเสริฐ เป็น  
มงคลของชีวิตที่ชาวพุทธควรแก่การฝึกฝนและปฏิบัติอย่างแท้จริง

ขอให้ผลบุญกุศลนี้ แผ่ผลานิสงส์ให้พุทธศาสนิกชนทุกท่านได้เต็มดํา  
ในสพระธรรมทั่วถึงความสงบเทอญ

(นายทนต์ศักดิ์ เล็กอุทัย)

ประธานกรรมการการศาสนา ศิลปะและวัฒนธรรม

สภาผู้แทนราษฎร

ที่ มธก. ๑๑๗๐/๐๖๑



๑๖ กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๑

เรื่อง อนุญาตให้พิมพ์หนังสือมงคลชีวิต

เจริญพร ดร.ประกอบ จีระกิติ รองประธานคณะกรรมการการศึกษา ศิลปะและวัฒนธรรม สภาผู้แทนราษฎร  
อ้างถึง หนังสือสภาผู้แทนราษฎรคว้นที่สุคที่ ๑๗๓๑/๒๕๕๑ ลงวันที่ ๑๒ กันยายน ๒๕๕๑

คมหนังสืออ้างถึงข้างต้น คณะกรรมการการศึกษา ศิลปะและวัฒนธรรม ขออนุญาต พิมพ์หนังสือมงคลชีวิต เรียบเรียงโดย พระมหา ดร.สมชาย ฐานวุฑฺโฒ ตามความแจ้งแล้วนั้น ซึ่งหนังสือดังกล่าวได้มีการปรับปรุง แก้ไข ทั้งด้านภาษาและเนื้อหาให้เข้ากับยุคสมัย และเหตุการณ์ต่างๆ ปัจจุบันใช้ชื่อว่า “มงคลชีวิต ฉบับท้าวแก้วหน้า”

มูลนิธิธรรมกายโดยพระราชาภวาวินวิสุทธ์ประธานมูลนิธิฯ อินคืออนุญาตให้คณะกรรมการฯ จัดพิมพ์ได้

อนึ่งมูลนิธิธรรมกาย ขออนุโมทนาบุญ ต่อคณะกรรมการการศึกษา ศิลปะและวัฒนธรรม ที่มีกุศลจิตในการเผยแพร่วัฒนธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า อันเป็นความวิสุคที่ทุกคนสามารถนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เพื่อความสงบร่มเย็นของครอบครัว สังคม และประเทศชาติสืบไป

ขอเจริญพร

(พระสมุห์อำนวยการวิสุคิ์ มูลนิธิโก)

กรรมการและเลขานุการมูลนิธิธรรมกาย

สำนักงานมูลนิธิธรรมกาย

โทร ๐๒-๘๓๑-๑๑๗๐-๒ , ๐๘๗-๕๑๓-๗๗๗๕

ด้วยศรัทธา ศิลปะและวัฒนธรรมล้ำเลิศ  
ต้นกำเนิดของมนุษย์(ศิลปวัฒนธรรม)  
มีศรัทธา ศิลปะและวัฒนธรรมประจำมา  
สร้างโลกให้เป็นบ้านวิมานทอง

คณะกรรมการการศาสนา ศิลปะและวัฒนธรรม

สภาผู้แทนราษฎร

ขอมอบเป็นธรรมบรรณาการ

แต่.....

จาก.....

# คำนำ

หนังสือเล่มนี้ อาตมาภาพได้เรียบเรียงขึ้นครั้งแรกเมื่อปีพุทธศักราช ๒๕๒๔ ขณะนั้นยังศึกษาอยู่ชั้นปีที่ ๓ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การจัดทำต้นฉบับได้เรียบเรียงขึ้นโดยใช้พระธรรมเทศนา เรื่อง “มงคลชีวิต” ของหลวงพ่อดัตตชีโว แห่งวัดพระธรรมกาย ที่อาตมาภาพได้รับฟังขณะเข้ารับการอบรมธรรมทายาท และจากการบรรยายทุกวันอาทิตย์เป็นหลัก รวมทั้งรวบรวมเพิ่มเติมจากหนังสือธรรมะต่างๆ ดังมีรายนามในบรรณานุกรมท้ายเล่ม เล่มที่ใช้ประกอบมากเป็นพิเศษ คือ มงคลชีวิต โดย พ.อ.ปิ่น มุกทุกันต์

การเขียนครั้งแรก ก็เพื่อใช้เป็นเนื้อหาเขียนขึ้นบอร์ดจัดนิทรรศการ “คนไทยต้องรู้” จึงต้องเขียนให้กะทัดรัด ใช้ข้อความสั้นๆ แต่เก็บสาระสำคัญของมงคลนั้นๆ ไว้ให้ครบ

การจัดนิทรรศการ “คนไทยต้องรู้” ณ มหาวิทยาลัยรามคำแหง เป็นการจัดนิทรรศการร่วมกันของชมรมพุทธศาสตร์ ๖ สถาบันครั้งแรก ซึ่งประสบความสำเร็จอย่างสูงยิ่ง ได้รับความสนใจจากผู้เข้าชมอย่างมาก ผู้เข้าชมส่วนใหญ่มีความสนใจชมนิทรรศการอย่างตั้งอกตั้งใจ ต่างจากชมนิทรรศการทางวิชาการทั่วไป ผู้ที่มีความอดุสาหะหาเก้าอี้นั่งจัดเนื้อความ

จากบอรรถตั้งแต่ต้นจนจบ มีตั้งแต่ นักศึกษา ประชาชนทั่วไป จนถึงนักเรียน  
ชั้นประถมตัวเล็กๆ หมอบเขียนอยู่กับพื้น ยิ่งไปกว่านั้น ผู้เข้าชมอีกนับพันตน  
ได้สมัครไปวัดพระธรรมกายกับคณะกรรมกรฯ เพราะต้องการฟังพระธรรม  
เทศนาจากพระอาจารย์เพิ่มเติม เพื่อให้เข้าใจหลักปฏิบัติตามมงคลชีวิตให้  
ละเอียดลึกซึ้งยิ่งขึ้น นับเป็นนิมิตหมายอันน่าปิติยินดีอย่างยิ่ง ทำให้อาตมา  
ภาพเกิดแรงบันดาลใจ อยากจะให้เนื้อหาธรรมะในมงคลสูตรนี้เผยแพร่แก่  
ชาวยิ่งขึ้นจึงจัดทำเป็นรูปเล่มพิมพ์ออกเผยแผ่ โดยขยายความเนื้อหาของ  
นิทรรคการให้ละเอียดขึ้น แต่ไม่ให้ยาวเกินไป รักษารูปแบบความกะทัดรัดไว้  
มีการอธิบายเป็นหัวข้อ หมวดหมู่ ใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย เพื่อให้ผู้ที่เริ่มศึกษา  
สามารถอ่านจบได้ในเวลาไม่นานนัก และเป็นการปูพื้นฐานความรู้ทางธรรมะให้  
อย่างดี

ในเวลานั้นอาตมาภาพมีอายุเพียง ๒๐ ปี เพิ่งศึกษาธรรมะได้ไม่กี่ปี  
และไม่เคยเขียนหนังสือเป็นเล่มมาก่อนเลย แต่เพราะเห็นซึ่งถึงคุณค่าของ  
ธรรมะในพระพุทธศาสนา ประารถนาจะให้ชาวพุทธทั้งหลายได้รู้ได้เห็น ได้  
ประโยชน์จากธรรมะของพระบรมศาสดาเหมือนที่อาตมาได้ประสบจึงตั้งใจ  
เรียบเรียงหนังสือเล่มนี้ขึ้น ซึ่งก็ได้พยายามทำให้ดีเต็มกำลังความสามารถ  
เขียนเสร็จแต่ละครั้งก็นำไปขอให้ท่านผู้รู้ช่วยอ่าน ช่วยวิจารณ์ ช่วยแนะนำ  
แก้ไขแล้วนำมาเขียนใหม่ แล้วก็นำไปให้อีกหลายๆ ท่านช่วยอ่านอีก วิจารณ์อีก  
แก้แล้วแก้อีก อยู่อย่างนี้ถึง ๗-๘ รอบ หมดกระดาศไปหลายพันแผ่น กว่าจะ  
อยู่ในสภาพที่เห็นพอจะพิมพ์ออกเผยแผ่ได้ ในโอกาสนี้จึงขอกล่าวานามและขอ  
อนุโมทนาต่อท่านที่มีส่วนอย่างสำคัญในการช่วยแนะนำแก้ไข และเรียบเรียง  
หนังสือเล่มนี้คือ รองศาสตราจารย์เสาวลักษณ์ เปี่ยมปิติ อาจารย์ที่ปรึกษา  
ชมรมพุทธศาสตร์และประเพณี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ศาสตราจารย์  
แพทย์หญิงสดใส เวชชาชีวะ คุณวิชญา ไตรวิเชียร คุณสุรีย์ สรรค์ศิริกุล

การจัดทำหนังสือเล่มนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ ก็ด้วยความเมตตาของ  
หลวงพ่อหัตถ์ชีโว ครูสอนธรรมะคนแรกของอาตมาภาพ ท่านได้ให้ทั้ง

เนื้อหาธรรมะหลักของหนังสือเล่มนี้ได้ให้คำแนะนำตลอดระยะเวลาของการ  
เรียบเรียง และยังได้กรุณาตรวจแก้ไขต้นฉบับเป็นครั้งสุดท้ายก่อนจัดพิมพ์

เมื่อจัดทำต้นฉบับ ๑๘ มงคลเสร็จแล้ว ได้จัดพิมพ์ขึ้นใช้ชื่อว่า มงคล  
ชีวิตฉบับ "ธรรมทายาท" จัดพิมพ์ในนามของชมรมพุทธศาสตร์ ๖ สถาบัน  
โดยมีสาธุชนที่มีจิตศรัทธารับเป็นเจ้าของภาพพิมพ์เผยแผ่เป็นธรรมบรณการ  
จัดพิมพ์ครั้งแรกเมื่อเดือนพฤษภาคม ๒๕๒๕ ต่อมาในระหว่างวันที่ ๑๐-๑๗  
พฤศจิกายน ๒๕๒๕ คณะกรรมการชมรมพุทธศาสตร์ ๖ สถาบัน ได้ร่วมกัน  
จัดนิทรรศการ "ทางก้าวหน้า" ที่ศาลาพระแก้ว จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
และได้จัดให้มีการสอบแข่งขันตอบปัญหาธรรมะระหว่างนักเรียนระดับมัธยม  
ศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครเป็นครั้งแรก โดยใช้หนังสือมงคลชีวิต ฉบับ  
"ธรรมทายาท" เล่ม ๑ เป็นหนังสืออ้างอิงร่วมกับหนังสือมงคลชีวิตของ พ.อ.ปิ่น  
มุกกันต์

ต่อจากนั้นได้มีการจัดพิมพ์มงคลชีวิต ฉบับ "ธรรมทายาท" เล่ม ๑  
อีกหลายครั้ง ในวาระต่างๆ กัน เช่น งานคล้ายวันเกิด งานศพ และงานอื่นๆ  
อีกหลายโอกาส นอกจากนั้นมีห้องสมุดโรงเรียน วัด หน่วยงานต่างๆ ครู นัก  
เรียน และประชาชนทั่วไป สนใจขอหนังสือเข้ามาเป็นจำนวนมาก มีหลาย  
ท่านแนะนำว่า ถ้าพิมพ์เผยแผ่เป็นธรรมบรณการอย่างเดียวอาจทำได้ไม่  
ทั่วถึง ควรทำออกจำหน่าย จะทำให้การเผยแผ่ได้ผลกว่า ผู้ต้องการก็  
สามารถหาตามร้านหนังสือได้โดยสะดวก

ในปีพุทธศักราช ๒๕๒๗ ขณะเรียนอยู่ชั้นปีที่ ๖ อาตมาภาพจึงได้  
ปรับปรุงเนื้อหาในหนังสือ มงคลชีวิต ฉบับ "ธรรมทายาท" เล่ม ๑ ให้  
สมบูรณ์ยิ่งขึ้นเพิ่มเนื้อหาขึ้นประมาณ ๓๐% พร้อมกันนั้นก็จัดทำ มงคลชีวิต  
ฉบับ "ธรรมทายาท" เล่ม ๒ ครอบคลุมเนื้อหา ๒๐ มงคลหลัง ออกมาพร้อม  
กันด้วย มงคลสูตรทั้ง ๓๘ ประการก็เป็นอันจบครบบริบูรณ์ ลิขสิทธิ์เป็นของ  
มูลนิธิธรรมกายอนุญาตให้ชมรมพุทธศาสตร์ฯ พิมพ์ออกเผยแผ่ในราคาย่อมเยา

ทราบว่าหนังสือมงคลชีวิตฉบับ “ธรรมทายาท” ได้รับความนิยมอย่างกว้างขวาง แต่กระนั้นก็ยังคงกระจายอยู่ในแวดวงนักเรียน นักศึกษาผู้ร่วมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นส่วนใหญ่

บัดนี้บริษัท กราฟิคอาร์ต 28 จำกัด ได้ขออนุญาตจัดพิมพ์ในรูปแบบเล่มใหม่จัดพิมพ์รวมเล่มเป็นเล่มเดียวกัน เพื่อให้สะดวกแก่ท่านผู้อ่านระดับผู้ใหญ่ในการเก็บรักษา สำหรับชุดของนักเรียน นักศึกษา ยังคงแยกพิมพ์เป็นเล่ม ๑ สำหรับ ๑๘ มงคลแรก และเล่ม ๒ สำหรับ ๒๐ มงคลหลัง เน้นการจำหน่ายในราคาย่อมเยาเช่นเดิม เนื้อหาในการพิมพ์ครั้งนี้คงเดิม ไม่ได้เพิ่มเติมแก้ไขแต่ประการใด

ขออนุภาพแห่งกุศลเจตนาของอาตมาภาพที่ได้ตั้งใจเรียบเรียงหนังสือนี้เพื่อเผยแผ่ธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จงดลบันดาลให้ทุกท่านมีดวงปัญญาสว่างไสว รู้แจ้งแทงตลอดในธรรมทั้งปวงแห่งองค์พระผู้มีพระภาคเจ้า ให้มีดวงตาเห็นธรรมเข้าถึงพระธรรมกายโดยเร็วพลันไปทุกภพทุกชาติ ตราบกระทั่งเข้าสู่พระนิพพานเทอญ

จายนุฑิต โภกิจุ

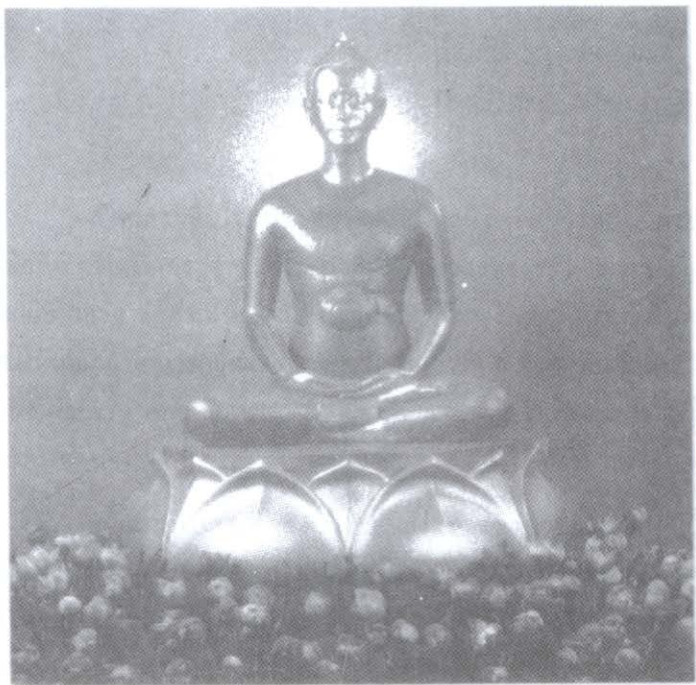
วัดพระธรรมกาย

๒๓ พฤษภาคม ๒๕๓๓

# สารบัญ

	หน้า
ที่มาของมงคล	๑
มงคล ๓๘ ประการ	๕
มงคลที่ ๑ ไม่คบคนพาล	๙
มงคลที่ ๒ คบบัณฑิต	๑๕
มงคลที่ ๓ บูชานุคคลที่ควรบูชา	๒๑
มงคลที่ ๔ อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม	๒๙
มงคลที่ ๕ มีบุญวาสนามาก่อน	๓๕
มงคลที่ ๖ ตั้งตนชอบ	๔๓
มงคลที่ ๗ เป็นพหูสูต	๕๑
มงคลที่ ๘ มีศิลปะ	๕๗
มงคลที่ ๙ มีวินัย	๖๑
มงคลที่ ๑๐ มีวาจาสุภาสิต	๗๓
มงคลที่ ๑๑ บำรุงบิดามารดา	๗๙
มงคลที่ ๑๒ เลี้ยงดูบุตร	๘๗
มงคลที่ ๑๓ สงเคราะห์ภรรยา(สามี)	๙๕
มงคลที่ ๑๔ ทำงานไม่ดั่งค่าง	๑๐๕
มงคลที่ ๑๕ บำเพ็ญทาน	๑๑๑
มงคลที่ ๑๖ ประพฤติธรรม	๑๑๙
มงคลที่ ๑๗ สงเคราะห์ญาติ	๑๒๗
มงคลที่ ๑๘ ทำงานไม่มีโทษ	๑๓๓

	หน้า
มงคลที่ ๑๙ งตเว้นจากบาป	๑๔๓
มงคลที่ ๒๐ สํารวมจากการตีมนํ้าเมา	๑๕๓
มงคลที่ ๒๑ ไม่ประมาทในธรรม	๑๕๙
มงคลที่ ๒๒ มีความเคารพ	๑๖๙
มงคลที่ ๒๓ มีความถ่อมตน	๑๗๗
มงคลที่ ๒๔ มีความสันโดษ	๑๘๗
มงคลที่ ๒๕ มีความกตัญญู	๑๙๙
มงคลที่ ๒๖ พึงธรรมตามกาล	๒๐๕
มงคลที่ ๒๗ มีความอดทน	๒๑๕
มงคลที่ ๒๘ เป็นคนว่าง่าย	๒๒๕
มงคลที่ ๒๙ เห็นสมณะ	๒๓๕
มงคลที่ ๓๐ สันทนาธรรมตามกาล	๒๔๕
มงคลที่ ๓๑ บำเพ็ญตบะ	๒๕๕
มงคลที่ ๓๒ ประพฤติพรหมจรรย์	๒๖๙
มงคลที่ ๓๓ เห็นอริยสัจ	๒๗/๙
มงคลที่ ๓๔ ทำพระนิพพานให้แจ้ง	๒๙๓
มงคลที่ ๓๕ จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม	๒๙๗
มงคลที่ ๓๖ จิตไม่โศก	๓๐๓
มงคลที่ ๓๗ จิตปราศจากธุลี	๓๐๙
มงคลที่ ๓๘ จิตเกษม	๓๑๗
สรุปคำอธิบายหมู่มงคล	๓๒๓
บรรณานุกรม	๓๔๐





# ที่มาของมงคล

สังคมเราไม่มีโรคประหลาดอยู่ชนิดหนึ่ง คือ โรคชื่อ สงบเป็นพัก ๆ แล้วก็กำเริบเป็นคราว ๆ ประเดี๋ยวชื่อเครื่องรางของขลัง ประเดี๋ยวชื่อผู้วิเศษ พอมีข่าวอาจารย์ท่านโน้นท่านนี้ให้หวยเบอร์แมน ก็แตกตื่นฮือกันไปหาพอมีข่าวคนโน้นคนนี้เป็นนารายณ์อวตารมาเกิดเป็นอรหันต์ ก็แตกตื่นเป็นกระต่ายตื่นตูมฮือกันไปหา พอคนฮือไปทางไหน ก็มีผู้แสดงตัวว่าเป็นคณาจารย์ในทางนั้นมากมาย

ย้อนหลังไป ๒๖ ศตวรรษ ประชาชนชาวชมพูทวีปก็มีโรคอย่างนี้เหมือนกัน คือ โรคชื่อ คนสมัยนั้นกำลังตื่นตัวในการค้นคว้าปัญหาเกี่ยวกับชีวิตจิตใจ เช่น คนเราเกิดมาจากไหน ดายแล้วจะไปไหน ทำอย่างไรจึงจะมีความสุขในชีวิต ทำอย่างไรจึงจะมีความสำเร็จในการทำงาน ฯลฯ มีการชุมนุมกันตามสวนสาธารณะบ้าง ประตู่เมืองบ้าง จตุรัสต่าง ๆ บ้าง เพื่ออภิปรายในปัญหาเหล่านี้อย่างกว้างขวาง

เมื่อมีผู้อภิปรายมากเข้า หลายคนก็หลายความคิด และต่างก็โฆษณาเผยแผ่ความคิดของตัวเอง ใครมีคนเชื่อตามมากก็กลายเป็นอาจารย์ มีลูกศิษย์กันคนละมาก ๆ

ขณะที่การประชุมสมัชชาสาธารณะกำลังเฟื่อง การอภิปรายกำลังเป็นไปอย่างครึกครื้น ปัญหาต่าง ๆ ได้ถูกพาดพิงด้วยวาทะคมคายเรื่องแล้วเรื่องเล่า โดยไม่มีใครคาดฝัน ได้มีผู้เสนอญัตติสำคัญเข้าสู่วงอภิปรายว่า

### “อะไรคือมงคลของชีวิต”

ดูรูปปัญหาแล้ว ก็ไม่น่าจะหนักหนาอะไร แต่เมื่อมีผู้เสนอตัวขึ้นกล่าวว่า แก่ กลับถูกผู้อื่นกล่าวว่าห้ะห้ะก้างอย่างไม่เป็นท่า

“ท่านทั้งหลาย โปรดฟังทางนี้ ข้าพเจ้าทราบดีว่าอะไรเป็นมงคล”

นักอภิปรายผู้หนึ่งนามว่า ทิฏฐมัจฉลิกะ เสนอตัวขึ้นในที่ชุมนุม

“รูปที่ตาเห็นนี้แหละเป็นมงคล ลอยสังเกตุชิวี เมื่อเราตื่นแต่เช้าตรู่ ได้เห็นนกบินเป็นฝูง ๆ พระอาทิตย์ขึ้น ต้นไม้เขียว ๆ เด็กเล็ก ๆ น่ารัก สิ่งที่เราเห็นนี้แหละเป็นมงคล”

พอทิฏฐมัจฉลิกะกล่าวจบลง นักอภิปรายอีกคนหนึ่งชื่อ สุตมัจฉลิกะก็กล่าวห้ะก้างทันทีว่า “ข้าก่อน ท่านทั้งหลายอย่าเพิ่งเชื่อ ที่นายทิฏฐมัจฉลิกะกล่าวนั้นเป็นไปไม่ได้ ถ้าสิ่งที่ตาเห็นเป็นมงคลแล้ว เวลาเรามองเห็นอุจจาระ ปัสสาวะ คนเป็นโรค สิ่งเหล่านี้ก็ต้องเป็นมงคลด้วยซิ มันจะเป็นไปได้อย่างไร”

“ต้องหูของท่าน เสียงที่หูฟังนี้แหละเป็นมงคล ตื่นเช้าเราก็ได้ฟังเสียงนก ร้องบ้าง เสียงเพลงบ้าง เสียงแม่หยอกล้อเล่นกับลูกบ้าง เสียงพูดเพราะ ๆ บ้าง เสียงลมพัดยอดไม้บ้าง ฯลฯ นี่ต้องเสียงที่หูได้ฟังจึงเป็นมงคล” นาย สุตมัจฉลิกะกล่าว

ไม่ทันขาดคำ ก็มีนักอภิปรายอีกคนหนึ่งชื่อ มุตมัจฉลิกะกล่าวแย้งทันทีว่า “เป็นไปไม่ได้หรอก ถ้าเสียงที่หูได้ยินเป็นมงคล อย่างนั้น เวลาเราได้ยินคนด่ากัน คนชู้ตะคอก คนโกหกมดเท็จ เสียงเหล่านี้จะเป็นมงคลด้วยหรือ”

“ต้องอารมณ์ที่ใจเราทราบซิท่านจึงจะเป็นมงคล ฟังสังเกตว่า ตื่นเช้า เราได้ดมกลิ่นดอกไม้หอม ๆ จับต้องสวมใส่เสื้อผ้าสะอาด ๆ รับประทานอาหารอร่อย ๆ นี่ต้องอารมณ์ที่ใจเรารับรู้ รับทราบ นี่แหละจึงเป็นมงคล

ทันควันอีกเหมือนกัน นักอภิปรายอีกคนก็แย้งทันทีว่า “เป็นไปไม่ได้ ถ้าอารมณ์ที่ใจเรารับรู้เป็นมงคลแล้ว อย่างนั้นเวลาเราได้กลิ่นเหม็น ๆ จับของสกปรก คิดเรื่องชั่วร้าย อารมณ์ตอนนั้นจะเป็นมงคลไปด้วยหรือ”

ข้อวิพากษ์วิจารณ์ในเรื่องมงคล ได้แผ่ขยายตัวออกไปอย่างกว้างขวางทั่วถ้วน ในบ้าน ในสภา ในสโมสร ในหมู่คนเดินทาง ฯลฯ ปัญหาเรื่องมงคล ได้ถูกนำขึ้นถกเถียงกันอยู่ทั่วไป

ไม่เฉพาะมนุษย์ แม้พวกเทวดาได้ยืมมนุษย์ถกเถียงกันก็นำเรื่องมงคลมาถกเถียงกันบ้าง ตั้งแต่เทวดารักษามนุษย์ ภูมเทวา อากาศเทวาตลอดจนเทวดาบนสวรรค์ทั้ง ๖ จนถึงชั้นพรหมโลก ต่างก็นำเรื่องมงคลมาถกเถียงกัน ปัญหามงคลนี้ได้กลายเป็นมงคลโกลาหล รำลือกันกระฉ่อนไปหมด ทัวทั้งมนุษย์โลก เทวโลก พรหมโลก แต่ก็ไม่มีใครชี้ขาดได้ว่าอะไรเป็นมงคลของชีวิต

แต่มีพรหมอยู่พวกหนึ่ง คือพรหมชั้นสุทธาวาส พวกนี้เป็นมนุษย์ได้ปฏิบัติธรรมถึงขั้นพระอนาคามี จึงทราบดีว่าอะไรเป็นมงคล แต่แค่ทราบไม่สามารถพูดอธิบายออกมาได้ ได้แต่ป่าวประกาศให้เทวดาทั้งหลายทราบว่ามีอีก ๑๒ ปี พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะบังเกิดขึ้นในโลก ให้คอยตามปัญหามงคลนี้กับพระองค์

เมื่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณแล้ว คืนหนึ่งขณะที่ประทับอยู่ ณ เขตวันมหาวิหาร ใกล้เมืองสาวัตถี ท้าวสักกเทวราชได้นำหมู่เทวดาเข้าเฝ้าและทูลถามพระองค์ว่า อะไรคือมงคลของชีวิต

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงทรงแสดงหลักมงคล ซึ่งมีทั้งหมด ๓๘ ประการ มงคลของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ยึดถือวัตถุ แต่ยึดถือการปฏิบัติฝึกฝนตนเอง

แม้หลักมงคลที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดง จะประกอบไปด้วย เหตุผลอย่างสมบูรณ์ ไม่มีใครสามารถหักล้างได้ แต่ก็ได้หมายความว่า คณาจารย์ นักคิด เจ้าลัทธิทั้งหลาย จะล้มเลิกความคิดเดิม หันมาเชื่อพระองค์ ทุกคน เพราะล้วนแต่หนาแน่นด้วยทฤษฎีกันทั้งนั้น แม้จะรู้ว่าผิด แต่ยังยืนยัน วาทะของตนอยู่ และสานุศิษย์ของแต่ละสำนัก ก็ยังทำการเผยแผ่อยู่อย่าง ไม่หยุดยั้ง ประกอบกับนิสัยของคนเรา มีความขลาดประจำสันดานอยู่แล้ว ชอบทำอะไรเพื่อเหนียวไว้ก่อน จึงมีผู้ยอมรับนับถือปฏิบัติสืบทอดกันมาเกิดเป็น มงคล ๒ สาย พัวพันกันมาจนถึงปัจจุบันคือ

๑. มงคลของนักคิด เรียกว่า มงคลมี ยึดถือเอาว่า การมีสิ่งนั้นสิ่งนี้เป็นมงคล ซึ่งแต่ละที่ แต่ละสมัยก็ยึดถือต่าง ๆ กันไป ไม่มีอะไรแน่นอนของ บางอย่างบางที่ถือเป็นมงคล บางที่อาจถือว่าเป็นอัปมงคลก็ได้

๒. มงคลของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เรียกว่า มงคลทำ ยึดถือเอาการ ปฏิบัติฝึกฝนตนเองเป็นเกณฑ์ เป็นสัจจธรรมที่ไม่เปลี่ยนแปลง ผู้ใดปฏิบัติ ตามแล้ว ย่อมได้ผลแน่นอน

มงคลของนักคิดนั้น มีผู้เสนอขึ้นมาแล้ว ก็มีผู้โต้แย้งลบล้างไป แล้วก็ยังมี ผู้เสนอขึ้นมาใหม่อยู่เรื่อย ๆ จนหาข้อยุติไม่ได้ แต่มงคลของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นั้น เมื่อทรงแสดงแล้ว ก็ไม่มีใครสามารถหาเหตุผลมาลบล้างได้ แม้พระองค์ จะทรงเปิดโอกาสให้คัดค้าน วิพากษ์วิจารณ์ ได้ตลอดเวลาตั้งความในบท สรรเสริญพระธรรมคุณที่ว่า

“เอหิภัสสิโก เชิญมาพิสูจน์เถิด”

# มงคล ๓๘ ประการ

## มงคลหมู่ที่ ๑

๑. อเสวนา จ พาลานัน
๒. ปณฺหิตานณฺ จ เสวนา
๓. ปุชา จ ปุชเนยานัน

๑. ไม่คบคนพาล
๒. คบบัณฑิต
๓. บูชาบุคคลที่ควรบูชา

## มงคลหมู่ที่ ๒

๔. ปฏิรูปเทศวาโส จ
๕. ปุพฺเพ จ กตปุณฺญตา
๖. อตตสมฺมาปณฺธิ จ

๔. อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม
๕. มีบุญวาสนามาก่อน
๖. ตั้งตนชอบ

## มงคลหมู่ที่ ๓

๗. พาทุสจฺจณฺ จ
๘. ลีปฺปณฺ จ
๙. วินโย จ สุสิกฺขิโต
๑๐. สุภาสิตา จ ยา วาจา

๗. เป็นพหูสูต
๘. มีศิลปะ
๙. มีวินัย
๑๐. มีวาจาสุภาสิต

**มงคลหมู่ที่ ๔**

- ๑๑. มาตาปิตุอุปภูฐาน์
- ๑๒. ปุตต สงคโห
- ๑๓. ทารุสสุ สงคโห
- ๑๔. อนาภุลา จ กมฺมนุตา

- ๑๑. บำรุงบิดามารดา
- ๑๒. เลี้ยงดูบุตร
- ๑๓. สงเคราะห์ภรรยา (สามี)
- ๑๔. ทำงานไม่คั่งค้าง

**มงคลหมู่ที่ ๕**

- ๑๕. ทานญ จ
- ๑๖. ฌมฺมจริยา จ
- ๑๗. ฉาตกานญ จ สงคโห
- ๑๘. อนวชฺชานิ กมฺมานิ

- ๑๕. บำเพ็ญทาน
- ๑๖. ประพฤติธรรม
- ๑๗. สงเคราะห์ญาติ
- ๑๘. ทำงานไม่มีโทษ

**มงคลหมู่ที่ ๖**

- ๑๙. อารตี วิรตี ปาปา
- ๒๐. มชฺชปานา จ สญญโม
- ๒๑. อปฺปมาโท จ ฌมฺเมสุ

- ๑๙. งดเว้นบาป
- ๒๐. สำรวมจากการดื่มน้ำเมา
- ๒๑. ไม่ประมาทในธรรม

**มงคลหมู่ที่ ๗**

- ๒๒. คารโว จ
- ๒๓. นิวาโต จ
- ๒๔. สนฺตุฎฺฐิ จ
- ๒๕. กตญญฺตา
- ๒๖. กาลเณ ฌมฺมสุสฺวาน์

- ๒๒. มีความเคารพ
- ๒๓. มีความถ่อมตน
- ๒๔. มีความสันโดษ
- ๒๕. มีความกตัญญู
- ๒๖. พึงธรรมตามกาล

**มงคลหมู่ที่ ๘**

- ๒๗. ขนฺตี จ
- ๒๘. โสวจฺสุสตา
- ๒๙. สมณานญ จ ทสฺสน์
- ๓๐. กาลเณ ฌมฺมสุสฺวากุฉา

- ๒๗. มีความอดทน
- ๒๘. เป็นคนว่าง่าย
- ๒๙. เห็นสมณะ
- ๓๐. สนทนาธรรมตามกาล

### มงคลหมู่ที่ ๙

- ๓๑. ตโป จ
- ๓๒. พุรหุมจริยญ จ
- ๓๓. อริยสัจจान ทสฺสนํ
- ๓๔. นิพพานสจฺฉิกริยา จ

- ๓๑. บำเพ็ญตบะ
- ๓๒. ประพฤติพรหมจรรย์
- ๓๓. เห็นอริยสัจจ์
- ๓๔. ทำพระนิพพานให้แจ้ง

### มงคลหมู่ที่ ๑๐

- ๓๕. ผุฏฺฐสฺส โลกธมฺเมหิ  
จิตฺตํ ยสฺส น กมฺปติ
- ๓๖. อโสกํ
- ๓๗. วิวัชํ
- ๓๘. เขมํ

- ๓๕. จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม
- ๓๖. จิตไม่โศก
- ๓๗. จิตปราศจากธุลี
- ๓๘. จิตเกษม

มงคลที่ ๑ ไม่คบคนพาล



คบพาล พาลพาไปหาผิด

# มงคลที่ ๑

## ไม่คบคนพาล

ใบไม้ที่ห่อหุ้มปลาเน่า ย่อมต้องพลอยเหม็นแปรเปลี่ยนไปด้วยฉันใดผู้ที่คบคนพาล ก็ย่อมต้องพลอยเสียชื่อเสียง ตีตกความเป็นพาล เดือดร้อนเสียหายไปด้วยฉันนั้น

### คนพาลคือใคร?

คนพาล คือ คนที่มีใจขุ่นมัวเป็นปกติ เป็นผลให้มีความเห็นผิด ยึดถือค่านิยมผิด ๆ และมีวิจรรย์เสีย คือ ไม่รู้ว่าอะไรดี อะไรชั่วอะไรควรอะไรไม่ควร เช่น บัณฑิตเห็นว่า “เหล่า” เป็นของจัญไรทำให้ขาดสติ นำความเสื่อมมาให้ให้นานัปการ แต่คนพาลกลับเห็นว่า “เหล่า” เป็นของประเสริฐเป็นเครื่องกระชับมิตร หรือบัณฑิตเห็นว่า “การเล่นไฟ” เป็นอบายมุข เป็นทางแห่งความฉิบหาย แต่คนพาลกลับเห็นว่า “การเล่นไฟ” เป็นสิ่งดี เป็นการฝึกสมองซ้อมวิชาคำนวณ ดังนี้ เป็นต้น

คนพาลเป็นคนเหมือนกับเรา คือมีร่างกายประกอบด้วยเลือดเนื้อเช่นเดียวกับเรา และอาจมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับเราก็ได้ เช่น เป็นญาติ พี่น้อง สามิภรรยา ครู อาจารย์ ฯลฯ อาจเป็นผู้มีการศึกษาสูง อาจมีตำแหน่ง

ฯลฯ แต่ไม่ว่าจะเป็นอะไร มีความสัมพันธ์กับเราหรือไม่ ขึ้นชื่อว่าพาลแล้วถึงแม้จะมีความรู้ มีความสามารถก็ไม่ใช่ความรู้ความสามารถในทางที่ถูกที่ควร เพราะเขาแสดงต่อความดี เหมือนคนไข้แสดงต่อน้ำเย็น

## ลักษณะของคนพาล

เนื่องจากคนพาลมีใจขุนมัวอยู่เสมอ ทำให้ไม่สามารถควบคุมใจให้คิดไปในทางที่ถูกต้องได้ คนพาลจึงมีลักษณะวิปริตผิดจากคนทั้งหลาย ๓ ประการคือ

๑. ชอบคิดชั่วต่ำเป็นปกติวิสัย ได้แก่ คิดละโมภะอยากได้ในทางทุจริต คิดพยาบาทปองร้าย คิดเห็นผิดเป็นชอบ ฯลฯ
๒. ชอบพูดชั่วต่ำเป็นปกติวิสัย ได้แก่ พูดปด พูดคำหยาบ พูดส่อเสียดยุยง พูดเพ้อเจ้อ ฯลฯ
๓. ชอบทำชั่วต่ำเป็นปกติวิสัย ได้แก่ เกะกะเกร ซอปล้างผลาญชีวิต คนและสัตว์ ลักทรัพย์ ฉุดคร่าอนาจาร ฯลฯ

## โทษของความเป็นคนพาล

๑. มีความเห็นผิด ก่อทุกข์ให้ตนเอง
๒. เสียชื่อเสียง ถูกติฉินนินทา
๓. ไม่มีคนนับถือ ถูกเกลียดชัง
๔. หมดสิริมงคล หมดสง่าราศี
๕. ความชั่วเภทภัยทั้งหลาย จะไหลเข้ามาหาตัว
๖. ทำลายประโยชน์ของตนเองทั้งโลกนี้และโลกหน้า
๗. ทำลายวงศ์ตระกูลของตนเอง
๘. เมื่อละโลกไปแล้วมีอบายภูมิเป็นที่ไป

## วิธีสังเกตคนพาล

คนพาลมักกระทำในสิ่งต่อไปนี้ คือ

### ๑. คนพาลชอบชักนำในทางที่ผิด

ชัก คือ ชักชวน เชิญชวน ชี้ชวน หรือ เสนอแนะ  
นำ คือ การทำให้เห็นเป็นตัวอย่าง

เช่น ชักชวนหนีโรงเรียน ชักชวนไปปล้นจี้ ชักชวนหนีตามกันไป  
ชักนำไปเป็นอันพาล ฯลฯ การชักนำนี้อาจทำด้วยความหวังดีก็ได้ แต่ว่ามี  
มโนคติ เช่น ได้เงินมากก็ชักชวนเพื่อนไปเลี้ยงเหล้าเที่ยวกลางคืน อย่างนี้ก็จัดว่า  
เป็นพาล

ผู้ที่ยังเยาว์วัย อ่อนความคิด อ่อนสติ มักถูกชักนำได้โดยง่าย ผู้ใหญ่  
ในบ้านจึงควรระมัดระวังการกระทำ และคำพูดทั้งของตนเองและผู้ที่มาติดต่อ  
คบหา เพราะเด็กมักจะทำ และทำตามอย่าง

### ๒. คนพาลชอบทำในสิ่งที่ไม่ใช้ฐานะ เกะกะเกเร หน้าที่การงาน ของตนไม่พยายามจัดการให้เรียบร้อย แต่ชอบไปก้าวก่ายหน้าที่การงานของ ผู้อื่น เช่น จับผิดผู้ร่วมงาน เขียนบัตรสนเท่ห์ กลั่นแกล้ง รังแก ทำความ รบกวนให้เดือดร้อน ฯลฯ

### ๓. คนพาลชอบแต่สิ่งผิด ๆ ชอบถือเอาสิ่งที่ชั่วว่าเป็นดี เช่น ชอบ คำของเถื่อน ชอบหนีโรงเรียน ชอบเถียงพ่อ แม่ ฯลฯ เห็นคนทำถูกเป็นคน เชื่อเห็นคนกัลลวผิดเป็นคนชอบ ฯลฯ

### ๔. คนพาลแม่พูดดี ๆ ก็โกรธ เช่น เตือนให้ดูหนังสือตอนใกล้สอบ ก็โกรธ เตือนให้ตื่นเช้าก็โกรธ แค่มองหน้าบางครั้งก็ยิงโกรธ ฯลฯ

### ๕. คนพาลไม่ยอมรับรู้ระเบียบวินัย เช่น ไม่ชอบข้ามถนนตรงทาง ม้าลาย ทิ้งขยะบนพื้นถนน ไปทำงานสาย ฯลฯ

## พฤติกรรมที่เรียกว่า “คบ” คืออย่างไร ?

คบ หมายถึง พฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งดังต่อไปนี้ คือ  
 ร่วม เช่น ร่วมกิน ร่วมนอน ร่วมก่อการ ร่วมพวก  
 รับ เช่น รับเป็นเพื่อน รับเป็นภรรยาหรือสามี รับไว้ทำงาน  
 ให้ เช่น ให้ความไว้วางใจ ให้คำชมเชย ให้ยศให้ตำแหน่ง ให้หีบหุ้ม  
 สิ่งของ

การไม่คบคนพาล คือ การไม่ยอมมีพฤติกรรมสัมพันธ์ใด ๆ ดังกล่าว  
 ข้างต้นกับคนพาล ถ้าเรายังคบคนพาลอยู่ ไม่ว่าจะในระดับไหนก็ตามรีบ  
 ถอนตัวเสียโดยด่วน อย่าประมาทรีบตัดไฟเสียแต่ต้นลม มิฉะนั้นจะพลาดติด  
 เชื้อพาลโดยไม่รู้ตัว กลายเป็นพาลตามไปด้วย

โบราณท่านให้คติเตือนไว้ว่า

ห่างสุนัขให้ห่างคอก  
 ห่างวอกให้ห่างวา  
 ห่างพาลให้ห่างหมื่นโยชน์แสนโยชน์

## โทษของการคบคนพาล

๑. ย่อมถูกชักนำไปในทางที่ผิด
๒. ย่อมเกิดความหายนะการงานล้มเหลว
๓. ย่อมถูกมองในแง่ร้าย ไม่ได้ได้รับความไว้วางใจจากบุคคลทั่วไป
๔. ย่อมอึดอัดใจ เพราะคนพาลแม้เราพูดดี ๆ ด้วยก็โกรธ
๕. หมู่มุคณะย่อมแตกความสามัคคี เพราะการยุยงและไม่ยอมรับรู้  
 ระเบียบวินัย

๖. กัย์อันตรายต่าง ๆ ย่อมไหลเข้ามาหาตัว
๗. เมื่อละโลกแล้ว ย่อมมีอบายภูมิเป็นที่ไป

## ประเภทของคนพาล

คนพาลมี ๒ ประเภท ได้แก่

๑. พาลภายนอก คือคนพาลทั่วไป ซึ่งแม้จะร้ายกาจเพียงใด เราก็ยังมีทางหลีกเลี่ยงได้ แต่มีพาลอีกประเภทหนึ่งที่ร้ายยิ่งกว่า เพราะมักเกิดขึ้นโดยไม่รู้ตัว และไม่มีทางหลีกเลี่ยงได้ คือ พาลภายใน

๒. พาลภายใน คือ ตัวเราเองขณะที่คิดชั่ว พุดชั่ว ทำชั่ว เช่น หนีงานบ้าง เทียวเกร ไปยุ่งธุระคนอื่นโดยใช้เหตุบ้าง แกล้งไปทำงานสายบ้าง คนอื่นเตือนตี ๆ ก็โกรธบ้าง หลีกเลียงวินัยบ้าง พุดไม่ไพเราะบ้าง ครั้นใดที่เราทำเช่นนี้ ครั้นนั้น เราเองนั่นแหละ คือตัวพาล มีเชื้อสายพาลอยู่ใน ต้องรีบแก้ไข

## หลักปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

๑. หมั่นห้ามใจตนเองจากความชั่วแม้เพียงเล็กน้อย ก่อนที่มันจะลุกลามต่อไป เช่น การนอนตื่นสาย การละเลยต่อการสวดมนต์ทำสมาธิ ก่อนนอน

๒. อย่าตามนึกถึงความชั่ว ความผิดพลาดในอดีต ทั้งของตนเอง และผู้อื่น ผ่านไปแล้วก็ให้แล้วกันไป ตั้งใจทำความดีใหม่ให้เต็มที่

๓. ตั้งใจให้ทาน รักษาศีล เจริญสมาธิภาวนาอย่างสม่ำเสมอ

๔. หลีกเลียงการอ่าน การฟัง การพูด เรื่องเกี่ยวกับคนพาล จะได้ไม่สะสมความคิดเกี่ยวกับพาลไว้ในใจ พยายามสะสมแต่ความคิดที่ดีงามโดยการอ่าน การฟัง การพูด แต่สิ่งที่ดีงาม เช่น อ่านหนังสือธรรมะ ฟังเทศน์ สนทนาธรรม พุดถึงคนที่ทำคุณความดี ฯลฯ

๕. ถ้าจำเป็นต้องอยู่ใกล้คนพาลอย่างไม่มีทางหลีกเลี่ยงได้ เช่น ทำงานในที่เดียวกัน เป็นญาติพี่น้องกัน ในกรณีเช่นนี้เราต้องระลึกรู้เสมอว่าเรากำลังอยู่ใกล้สิ่งที่เป็นอันตราย เหมือนอยู่ใกล้คนเป็นโรคติดต่อ ต้องระวังตัว

คือ ระวังความเป็นพาลของเขาจะมาติดเราเข้า ต้องหมั่นทำทาน รักษาศีล ทำสมาธิ เพื่อให้ใจผ่องใสอยู่เสมอ

เราต้องระลึกเสมอว่า หน้าที่อันยิ่งใหญ่และสำคัญที่สุดในชีวิตไม่มีอะไร ยิ่งไปกว่า การปราบพาลภายในตัวเราเอง

### อานิสงส์การไม่คบคนพาล

๑. ทำให้ไม่ถูกชักจูงไปในทางที่ผิด
๒. ทำให้สามารถรักษาความดีเดิมไว้ได้
๓. ทำให้สามารถสร้างความดีใหม่เพิ่มขึ้นได้อีก
๔. ทำให้ไม่ถูกคนพาลทำร้าย
๕. ทำให้ไม่ถูกตำหนิ ไม่ถูกใส่ความ
๖. ทำให้ไม่ถูกมองในแง่ร้าย ได้รับความไว้วางใจจากบุคคลทั่วไป
๗. ทำให้มีความเจริญก้าวหน้า สามารถตั้งตัวได้เร็ว
๘. ทำให้มีความสุขทั้งตนเอง ครอบครัว และประเทศชาติ
๙. เป็นการตัดกำลังไม่ให้เชื้อพาลระบาดไป เพราะขาดคนสนับสนุน

“ตลอดเวลาที่บาปยังไม่ให้ผล  
คนพาลสำคัญบาปเหมือนน้ำผึ้ง  
เมื่อใดบาปให้ผลคนพาลย่อมเข้าถึงทุกข์เมื่อนั้น”

(พุทธพจน์)



# มงคลที่ ๒

## คบบัณฑิต

ผ้าที่หอมๆของหอม ย่อมพลอยหอมตลอดไปด้วยฉันใด ผู้ที่คบบัณฑิต ก็ย่อมพลอยได้รับความรู้ ความสามารถ และความดีตามบัณฑิตไปด้วยฉันนั้น

### บัณฑิตคือใคร?

บัณฑิต คือ คนที่มีใจผ่องใสอยู่เป็นปกติวิสัย ทำให้มีความเห็นถูก ยึดถือค่านิยมที่ถูกต้อง สามารถดำเนินชีวิตอยู่ด้วยปัญญา

- เป็นผู้รู้ดี คือ รู้ว่าอะไรดีอะไรชั่ว
- เป็นผู้รู้ถูก คือ รู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด
- เป็นผู้รู้ชอบ คือ รู้ว่าอะไรบุญอะไรบาป

บัณฑิต อาจเป็นใครก็ได้ เช่น อาจเป็นผู้อ่านหนังสือไม่ออก อาจเป็น ชาวไร่ ชาวนา อาจเป็นผู้มีการศึกษาสูง อาจเป็นญาติของเรา ฯลฯ แต่ไม่ว่า จะเป็นอะไรก็ตาม จะต้องเป็นผู้ที่มีจิตใจผ่องใสและดำเนินชีวิตอยู่ด้วยปัญญา คือ เป็นคนดีนั่นเอง

มงคลที่ ๒ คบบัณฑิต



คบบัณฑิต บัณฑิตพาไปหาผล

คนทั่วไปมักเข้าใจว่า ผู้ที่เรียนหนังสือจนได้รับปริญญา นั้นคือบัณฑิต แท้จริง นั้นเป็นเพียงบัณฑิตทางโลกเท่านั้น ยังไม่ใช่บัณฑิตที่แท้จริง เพราะผู้ที่ได้รับปริญญาแล้ว ถ้าความประพฤติไม่ดี อาจไปทำผิดติดคุกติดตารางได้ แต่บัณฑิตที่แท้จริงย่อมเป็นผู้ตั้งใจละชั่ว ประพฤติชอบประกอบแต่ความดี ความถูกต้อง ความสุจริต สามารถป้องกันตนให้พ้นจากคุกจากตาราง และแม้กระทั่งจากรักได้

**“บัณฑิตมิใช่ผู้มีเพียงปริญญา  
แต่คือผู้อุดมศีล สมานธิ ปัญญา”**

### ลักษณะของบัณฑิต

เนื่องจากบัณฑิตเป็นผู้มีจิตใจผ่องใส มีความเห็นถูก ดำเนินชีวิตอยู่ด้วยปัญญา ฉลาดในการสอดส่องหาเหตุผล จึงมีลักษณะพิเศษสูงกว่าคนทั้งหลาย ๓ ประการ คือ

๑. **ชอบคิดดีเป็นปกติวิสัย** ได้แก่ คิดให้ทาน คิดให้อภัยอยู่เสมอ ไม่ผูกพยาบาท คิดเห็นถูกต้องตามความเป็นจริง เช่น เห็นว่าบุญบาปมีจริง พ่อแม่มีพระคุณต่อเราจริง เป็นต้น

๒. **ชอบพูดดีเป็นปกติวิสัย** ได้แก่ พูดคำจริง พูดคำสมานไมตรี พูดคำมีประโยชน์ พูดถูกต้องตามกาลเทศะและพูดด้วยจิตที่ประกอบด้วยเมตตา

๓. **ชอบทำดีเป็นปกติวิสัย** ได้แก่ เว้นการฆ่ากัน ไม่ลักขโมย ไม่ประพฤติผิดในกาม พอใจเฉพาะคูครองของตนเท่านั้น

### องค์คุณของบัณฑิต

๑. **กตัญญู** รู้อุปการะคุณที่ท่านทำแล้วแก้ตน
๒. **อิตตสัทธา** ทำตนให้บริสุทธิ์จากบาป
๓. **บริสุทธิ์** ทำผู้อื่นให้บริสุทธิ์จากบาป
๔. **สังคหะ** สงเคราะห์แก่ชุมชนทั้งหลาย

## วิธีสังเกตบัณฑิต

บัณฑิต มักกระทำในสิ่งต่อไปนี้ คือ

๑. บัณฑิตชอบชักนำในทางที่ถูก เช่น ชักนำให้เลิกสูบบุหรี่ เลิกดื่มสุรา เลิกเล่นการพนัน ชักนำให้สวดมนต์ก่อนนอน ให้รักษาศีล ให้ทำมาหากินในทางสุจริต เป็นต้น

๒. บัณฑิตชอบทำแต่สิ่งที่เป็นธุระ ไม่เกะกะเกรไคร่ ๗ เร่งรีบ ทำการงานในหน้าที่ของตนให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ไม่ปล่อยงานให้ค้างค้ำ และไม่ก้าวกายงานในหน้าที่ของคนอื่น เว้นแต่เมื่อได้รับการขอร้องหรือเพื่ออนุเคราะห์

๓. บัณฑิตชอบทำแต่สิ่งที่ถูกที่ควร เช่น ชอบพูดและทำตรงไปตรงมา ชอบสนทนารธรรม รังเกียจการนินทาว่าร้าย ชอบบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและต่อผู้อื่น เป็นต้น

๔. บัณฑิตเมื่อถูกกล่าวถักเตือนโดยคิโยมไม่โกรธ มีนิสัยถือเอาความถูก ความดีและความมีประโยชน์เป็นที่ตั้ง ไม่ถือตัวवादติคือรั้น แต่เห็นว่าผู้ที่ติักเตือนตนคือผู้ที่ซ้ขุมทรัพย์ให้ แล้วพยายามแก้ไขปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นตามคำแนะนำนั้น โดยไม่นึกรังเกียจว่าผู้ที่ติักเตือนจะมีอายุ ยศศักดิ์ ฐานะสูงหรือต่ำกว่า หากมีผู้อื่นเข้าใจผิด พูดก้าวร้าวไม่สมควร ก็อดทนไว้ไม่โกรธตอบ แล้วพยายามหาโอกาสชี้แจงให้เขาเข้าใจภายหลัง จึงทำความอบอุ่นและเย็นใจให้แก่ทุกคน

๕. บัณฑิตยอมรับฐานะเบียบวินัย รักที่จะปฏิบัติตามตามระเบียบวินัยของหมู่คณะอย่างเคร่งครัด เพราะตระหนักดีว่า วินัยเป็นเครื่องยกหมู่คณะให้เจริญขึ้นได้จริง ทำให้หมู่คณะสงบเรียบร้อยไม่วุ่นวายจริง ทำให้เกิดความประหยัดจริง ฯลฯ จึงรังเกียจความไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย ความไม่สะอาดกรรุงรัง

## วิธีคบบัณฑิต

๑. หมั่นไปมาหาสู่
๒. หมั่นเข้าไปนั่งใกล้
๓. มีความจริงใจ ให้ความเกรงอกเกรงใจต่อท่าน
๔. ฟังคำแนะนำ คำพูดของท่าน(ฟังธรรม)
๕. จำธรรมที่ได้ฟังนั้นไว้
๖. พิจารณาใจความของธรรมที่จะได้นั้นให้ดี
๗. พยายามปฏิบัติตามธรรมที่ได้ฟัง

## ประเภทของบัณฑิต

บัณฑิตมี ๒ ประเภท ได้แก่

๑. บัณฑิตภายนอก คือ บุคคลทั่วไปไม่ว่าใครก็ตามที่เป็นผู้ประพฤติดี มีคุณธรรม ดำเนินชีวิตด้วยปัญญา

๒. บัณฑิตภายใน คือ ตัวเราขณะที่คิดดี พูดดี และทำดีนั่นเอง ดังนั้น การคบบัณฑิตภายในก็คือ การพยายามฝึกตนให้เป็นผู้มีจิตใจผ่องใส มีสติ รำลึกถึงแต่ความคิดดี ๆ เป็นไปเพื่อความสร้างสรรค์ คำพูดดี ๆ เป็นไปเพื่อยกใจผู้พูดและผู้ฟังให้สูงขึ้น และการกระทำดี ๆ เป็นไปเพื่อประโยชน์ทั้งแก่ตนและผู้อื่น ซึ่งทำได้โดยการหมั่นทำทาน รักษาศีล และทำสมาธิอย่างสม่ำเสมอ

## อานิสงส์การคบบัณฑิต

๑. ทำให้มีจิตใจผ่องใส สามารถทำความดีตามไปด้วย
๒. ทำให้ได้ปัญญาเพิ่มขึ้น เป็นคนหนักแน่น มีเหตุผล
๓. ทำให้มีความเห็นถูก เป็นสัมมาทิฐิ
๔. ทำให้ไม่ต้องเศร้าโศกเดือดร้อน เพราะทำผิด
๕. ทำให้เป็นที่ยกย่องสรรเสริญของคนทั่วไป

๖. ทำให้มีความสุข ปลอดภัยจากอุปสรรคภัยพาลต่าง ๆ
๗. ทำให้มีความเจริญก้าวหน้า สามารถตั้งตัวได้เร็ว
๘. ทำให้แม่ละโลกนี้ไปแล้ว ก็ไปสู่สุคติโลกสวรรค์
๙. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานได้โดยง่าย

“แท้จริง บุคคลผู้มีปกติเที่ยวสมคบคนพาล ย่อมเศร้าโศกลึนกลานาน เพราะ การอยู่ร่วมกับคนพาล เป็นเหตุนำทุกข์มาให้ในกาลทุกเมื่อ เหมือนการอยู่ร่วมกับศัตรู ส่วนบัณฑิตมีการอยู่ร่วมเป็นสุข เหมือนสมาคมแห่งหมู่ญาติ เพราะเหตุนั้นแล นรชนพึง ถกบัณฑิต ผู้มีปัญญา เป็นพหูสูต เอาการเอางาน มีศีล มีวัตร ไกลจากกิเลส และ เป็นสัตบุรุษ เปรียบดังพระจันทร์คบอากาศ อันเป็นทางโคจรแห่งดวงดาวฉะนั้น”

(พุทธพจน์)



# มงคลที่ ๓

## บูชาบุคคลที่ควรบูชา

ต้นไม้เมื่อยังเล็กเป็นต้นกล้าอยู่ จำเป็นต้องมีหลักค้ำประคองไว้ป้องกัน  
ไม่ให้ล้ม รากขาด ตายเสียก่อนฉันใด

ผู้ที่หวังความเจริญก้าวหน้า ก็จำเป็นต้องบูชาบุคคลที่ควรบูชาไว้เป็น  
ตัวอย่างการดำเนินชีวิตที่ถูก เป็นหลักใจ ป้องกันความเห็นผิดและอกุศลกรรม  
ต่าง ๆ มิให้ย้อนกลับกำเริบขึ้นมาอีกฉันนั้น

### การบูชาคืออะไร

การบูชา คือ การยกย่อง เชิดชู เลื่อมใส ด้วยความบริสุทธิ์ใจ จริ่งใจ  
ไม่เสแสร้งแกล้งทำ หมายถึงกิริยาอาการสุภาพ ที่เราแสดงต่อผู้ที่ควรบูชาทั้ง  
ต่อหน้าและลับหลัง การแสดงต่อหน้า เป็นการแสดงให้ท่านทราบว่าเรามีความ  
เคารพและตระหนักในคุณธรรมความดีที่มีอยู่ในตัวของท่านอย่างจริงใจ การ  
แสดงลับหลัง เป็นการเตือนใจตัวเราเอง ให้ผูกใจไว้กับคุณธรรมอันสูงส่งของ  
ท่าน ก่อให้เกิดความรู้สึกอยากกระทำตาม ใจเราจะได้ยกสูงขึ้นเสมอ ๆ ไม่  
เลื่อนไหลไปในทางชั่วร้าย

มงคลที่ ๓ บุษามงคลที่ควรบูชา



การบูชา เป็นอุบายอย่างหนึ่งสำหรับฝึกใจที่ยังหยابกระด้างเพราะไม่อาจยอมรับคุณความดีของผู้อื่น ให้ละเอียดอ่อนลง ผู้ที่ยังด้อยปัญญายังไม่เข้าใจในคุณธรรมความดีของผู้ที่ควรบูชาหนัก แต่หากได้เคยชินกับการบูชาแล้ว ในที่สุดย่อมสามารถเล็งเห็นคุณธรรมความดีที่มีอยู่ในตัวของผู้ที่เราบูชาได้อย่างแจ่มชัด จนเกิดความเลื่อมใสกลายเป็นการบูชาอย่างแท้จริงอยากทำความดีตามท่านบ้าง ผู้ใหญ่จึงควรสอนบุตรหลานให้รู้จักสวดมนต์บูชาพระรัตนตรัย เป็นการปลูกศรัทธาตั้งแต่เล็ก ๆ

## บุคคลที่ควรบูชา

คือ บุคคลที่มีคุณความดีควรค่าแก่การระลึกนึกถึง และยึดถือเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติตาม ได้แก่ ผู้มีศีล สมาธิ ปัญญา สูงกว่าเรานั้นเอง ซึ่งประมวลสรุปได้ดังนี้

๑. พระพุทธเจ้า เป็นบัณฑิตที่ประเสริฐสุดในโลก ทรงไว้ด้วยพระปัญญาธิคุณ พระกรุณาธิคุณ พระวิสุทธิคุณ จัดเป็นบุคคลควรบูชาของพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย

๒. พระสงฆ์ ผู้ประพฤติปฏิบัติชอบก่อน แล้วจึงสอนให้ผู้อื่นประพฤติปฏิบัติชอบ ตามอย่างบ้าง จัดเป็นบุคคลควรบูชาของพุทธศาสนิกชน

๓. พระมหากษัตริย์ผู้ตั้งอยู่ในทศพิธราชธรรม เป็นธรรมราชาจัดเป็นบุคคลที่ควรแก่การบูชาของประชาชน

๔. บิดามารดา และญาติผู้ใหญ่ที่มีความประพฤติดี เป็นบัณฑิตอยู่ในฐานะสูงเกินกว่าจะคบ จัดเป็นบุคคลที่ควรแก่การบูชา หรือปูชนียบุคคลของบุตรหลาน

๕. ครูอาจารย์ที่มีความรู้ความสามารถ มีความประพฤติดี เป็นบัณฑิต อยู่ในฐานะที่สูงเกินกว่าศิษย์จะคบหา จัดเป็นบุคคลที่ควรแก่การบูชาของศิษย์

๖. ผู้บังคับบัญชาที่มีความประพฤติดี ตั้งอยู่ในธรรม จัดเป็นบุคคลที่ควรแก่การบูชาของผู้ที่อยู่ใต้บังคับบัญชา

**บัณฑิตที่มีเพศ ภาวะ สูงเกินกว่าที่จะคบในฐานะผู้สมถกันได้ล้วนจัด  
เป็น บุคคลที่ควรแก่การบูชาทั้งสิ้น**

วัดอุทิศเนื่องด้วยท่านเหล่านี้ ก็จัดเป็นวัดอุทิศควรบูชาอีกเช่นกัน เพราะ  
เมื่อเราบูชาวัดอุทิศเหล่านี้ ก็ทำให้ระลึกนึกถึงคุณงามความดีของบุคคลที่วัดอุทิศ  
มีความเกี่ยวข้องกับ ตัวอย่างคือ

๑. วัดอุทิศเนื่องด้วยพระพุทธเจ้า เช่น พระธรรมคำสั่งสอนของ  
พระองค์ พระบรมสารีริกธาตุ สังฆเวชนียสถาน
๒. วัดอุทิศเนื่องด้วยพระสงฆ์ เช่น พระธาตุ รูปพระสงฆ์สาวก
๓. คำสั่งสอน รูปภาพของบิดา มารดา ของครูบาอาจารย์ ของ  
ผู้บังคับบัญชา ของพระมหากษัตริย์ ซึ่งตั้งใจประพฤติธรรมเป็นบัณฑิต จัด  
เป็นวัดอุทิศควรบูชาทั้งสิ้น

## การแสดงออกถึงความบูชา

๑. ทางกาย ไม่ว่าจะยืน เดิน นั่ง นอน หรือประกอบกิจใด ๆ ก็อยู่  
ในอาการสำรวม เมื่ออยู่ต่อหน้าท่านหรือสัญลักษณ์ตัวแทนท่าน เช่น รูปปั้น  
ภาพถ่าย
๒. ทางวาจา สรรเสริญยกย่องคุณความดีของท่านทั้งต่อหน้าและ  
ลับหลัง เช่น การสวดมนต์บูชาพระรัตนตรัย การนำความดีของท่านไป  
สรรเสริญ ฯลฯ
๓. ทางใจ ตามระลึกนึกถึงคำสอนของท่านด้วยความเคารพและ  
ซาบซึ้ง

## ประเภทของการบูชา

การบูชาในทางปฏิบัติมี ๒ ประเภท คือ

๑. อามิสบูชา คือ การบูชาด้วยสิ่งของ เช่น บูชาระลึกถึงคุณของ  
บิดามารดา ศิษย์ระลึกถึงคุณของอาจารย์ จึงบูชาด้วยการนำทรัพย์สิน

เงินทอง ของใช้ ฯลฯ ไปมอบให้ เป็นต้น การบูชาพระรัตนตรัยด้วยดอกไม้  
รูปเทียน ก็จัดเป็นอามิสบูชาเช่นกัน

**๒. ปฏิบัติบูชา** คือ การบูชาด้วยการตั้งใจประพฤติปฏิบัติ ตาม  
คำสอน ตามแบบอย่างที่ดีของท่าน เช่น พยายามกำจัดความโลภ ความโกรธ  
ความหลง ด้วยการให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา ตามคำสอนของท่าน  
**การปฏิบัติบูชานี้ จัดเป็นการบูชาที่สูงที่สุด เพราะเป็นวิธีที่จะทำให้กาย วาจา  
ใจ ไสสะอาดเป็นบัณฑิตตามท่านได้โดยเร็ว**

## ข้อเตือนใจ

สำหรับนักเรียน นักศึกษา หรือนักปฏิบัติธรรม ฟังระลึกเสมอว่าสิ่ง  
ที่เราจะเรียนรู้นั้น ถ้าเราทอดทูนบูชา ตั้งใจประคองรักษาอย่างดี ไม่นำไป  
ล้อเลียน หรือพูดเล่น ผลของการศึกษาเล่าเรียนตลอดจนการปฏิบัติธรรม  
ของเรา ย่อมจะมีความเจริญก้าวหน้าประสบผลสำเร็จได้อย่างน่าอัศจรรย์

ตรงกันข้าม ถ้าเราไม่เคารพ ลบหลู่ครูอาจารย์ และสิ่งที่จะเรียนรู้  
ความเข้าใจ ความซาบซึ้งที่จะปฏิบัติตามคำสอนก็หมดไป เกิดความรู้สึกไม่  
อยากบูชา หรือไม่ศรัทธา ใจที่ควรจะตรึกนึกถึงธรรมะหรือบทเรียนต่าง ๆ ก็  
มิดมิด เป็นการปิดกั้นหนทางที่จะเข้าถึงปัญญา อันจะเป็นแสงสว่างส่องนำวิถี  
ชีวิตให้ก้าวไปในทางที่ถูกที่ควร ที่ก้าวหน้ายิ่ง ๆ ขึ้น

## ข้อควรระวัง

อย่าบูชาสิ่งที่ไม่ควรบูชา เพราะจะชักนำไปสู่ความมกมายหลงผิดจิตใจ  
ขุ่นมัวเป็นพาลไป ซึ่งทำได้ดังนี้

๑. ไม่บูชาคนพาล คือ ไม่ยกย่อง ไม่เชิดชู ไม่ส่งเสริม ไม่สนับสนุน  
คนพาล ไม่ว่าคนพาลนั้นจะมียศศักดิ์สถานภาพสูงส่งเพียงไรก็ตาม

๒. ไม่บูชาสิ่งเนื่องด้วยคนพาล เช่น รูปภาพ รูปปั้น ผลงาน  
สิ่งของ เครื่องใช้ของคนพาล

๓. ไม่บูชาสิ่งที่บูชาแล้ว ไม่ทำให้เกิดสิริมงคล ไม่ทำให้เกิดปัญญา เช่น รูปภาพดารา นักร้อง นักกีฬาที่ไม่มีคุณธรรมเพียงพอ ภาพโฆษณา เกี่ยวกับอบายมุข ฯลฯ หรือนำมาประดับบ้านเรือน

๔. ไม่บูชาสิ่งที่บูชาแล้วโง่ เช่น ต้นไม้ใหญ่ ภูเขาสูง ศาลพระภูมิ คนทรง ภูตผีปีศาจ ลูกกรอก ฯลฯ

### กราบ ๓ อย่าง

วิธีการบูชาพระพุทธรูปที่ใช้กันมาก คือ การกราบ ซึ่งมีหลายประเภท คือ

๑. ยิ่งกราบยิ่งเมื่อย คือ พวกที่เห็นคนอื่นกราบพระก็กราบตามเขา โดยไม่รู้ความหมายท่าลวก ๆ เหมือนลิงไหว้เจ้า ไม่ได้ประโยชน์เท่าที่ควร เมื่อยเปล่า

๒. ยิ่งกราบยิ่งโง่ คือ พวกที่กราบพระแล้วขอในสิ่งที่ไม่สมควร เช่น กราบพระขอหวย หรือไม่ดูหนังสือแล้วกราบพระขอให้สอบได้

๓. ยิ่งกราบยิ่งฉลาด คือ พวกที่กราบพระแล้วยึดถือพระธรรม คำสั่งสอนของพระองค์เป็นแบบอย่างในการประพฤติปฏิบัติตาม เช่น

กราบครั้งที่ ๑ ระลึกถึงพระปัญญาธิคุณของพระพุทธเจ้า ที่ทรงมีปัญญามาก สามารถพิจารณา เห็นทุกข์ และคิดค้นวิธีการดับทุกข์ได้ด้วยพระองค์เอง ทั้งนี้เป็นเพราะพระองค์ทรงศึกษาธรรมและฝึกสมาธิมากจึงมีใจใสสว่าง จนสามารถ ตรัสรู้ปราบกิเลสในตัวได้หมด เราก็ต้องตั้งใจหมั่นฝึกสมาธิศึกษาธรรม ตามอย่างพระองค์ด้วย

กราบครั้งที่ ๒ ระลึกถึงพระกรุณาธิคุณของพระองค์ ที่ทรงเทศนาสั่งสอนผู้คนทั้งหลายโดยไม่เห็นแก่ความเหน็ดเหนื่อย เพราะพระองค์ทรงฝึกหัดให้ท่านช่วยเหลือสัตว์โลก

มานับภพนับชาติไม่ถ้วน จึงมีความเมตตากรุณาเป็นเลิศ เราก็ตองตั้งใจหมั่นให้ทาน มีความกรุณา ช่วยเหลือผู้อื่นตามอย่างพระองค์ด้วย

กราบครั้งที่ ๓ ระลึกถึงพระวิสุทธิคุณของพระองค์ ที่ทรงมีความบริสุทธิ์ทั้งกาย วาจา ใจ เพราะพระองค์ทรงรักษาศีลมาากไม่เคยให้ร้ายแก่ใครเลยเป็นตัวอย่างใน การรักษาศีลได้อย่างดี เราก็ตองตั้งใจรักษาศีลให้บริสุทธิ์อย่างพระองค์ด้วย

## อานิสงส์การบูชาบุคคลที่ควรบูชา

๑. ยังความเห็นถูกที่ยังไม่เกิด ให้เกิดขึ้น
๒. ยังความเห็นถูกที่เกิดขึ้นแล้ว ให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้น
๓. ทำให้มีกิริยามารยาท สุภาพอ่อนโยน นำรักษาน้ำหนัก
๔. ทำให้จิตใจผ่องใส เพราะตรีกอยู่ในกุศลธรรมเสมอ
๕. ทำให้สติสัมปชัญญะบริบูรณ์ขึ้น เพราะมีความสำรวมระวังเป็น

การป้องกันความประมาท

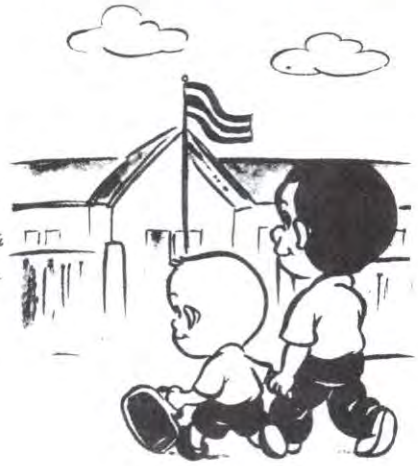
๖. ป้องกันความลืมหืมตัวความหลงผิดได้ เพราะตระหนักรู้เสมอว่าผู้ที่มีคุณธรรมสูง กว่าตนยังมีอยู่

๗. ทำให้เกิดกำลังใจและอานุภาพอย่างมหาศาล สามารถคุ้มครองป้องกันตนให้พ้นจากอุปสรรคและภัยพาลต่าง ๆ ได้

๘. เป็นการกำจัดคนพาลให้พินาศไปโดยทางอ้อมเพราะมีแต่คนบูชา บัณฑิตผู้มีคุณธรรม

๙. เป็นการเชิดชูบัณฑิตให้สูงเด่น ทำให้ท่านสามารถบำเพ็ญกรณียกิจ ได้สะดวกกว้างขวางยิ่งขึ้น

มงคลที่ ๔ อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม



# มงคลที่ ๔

## อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม

ต้นโพธิ์ต้นไทร หากปลูกไว้ในกระถาง ถึงจะไม่ตาย ก็ต้องกลายเป็นไม้แคระแกร็น แต่ถ้านำไปปลูกในที่ดินดี มีบริเวณกว้างขวาง น้ำท่าอุดมสมบูรณ์ ก็โตวันโตคืน กลายเป็นต้นไม้ใหญ่ แผ่กิ่งก้านสาขาเต็มที

เช่นกัน คนเราหากตกอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เลว ถึงจะมีความรู้ความสามารถก็ยากที่จะเอาดีได้ แต่ถ้าอยู่ในถิ่นที่เหมาะสมแล้ว ก็สามารถสร้างความสำเร็จก้าวหน้าได้โดยง่าย

### ถิ่นที่เหมาะสมหมายถึงอย่างไร?

ถิ่นที่เหมาะสม หมายถึง ถิ่นที่สิ่งแวดล้อมดี ไม่เป็นพิษเป็นภัย แก่สุขภาพกายและใจ ยิ่งกว่านั้น ยังสนับสนุนให้ผู้อยู่อาศัย สามารถประกอบกิจการงานในหน้าที่อันเป็นสัมมาอาชีพ ให้เจริญก้าวหน้าได้โดยง่าย และสร้างสมคุณงามความดีได้เต็มที่

ถิ่นที่เหมาะสม มีความหมายกว้าง ครอบคลุมถึงถิ่นที่อยู่ทุกระดับ เช่น บ้านที่เราอาศัย โรงเรียนที่เราเรียน สถานที่ที่เราทำงาน หมู่บ้านชุมชนที่เราอยู่ ตำบลที่เราตั้งหลักฐาน อำเภอ จังหวัด ประเทศ ทวีป.

## วิธีอยู่ในถิ่นที่เหมาะสม

๑. เมื่อเรายังเป็นเด็ก หรือเมื่อยังมีความสามารถน้อย ควรแสวงหาถิ่นที่เหมาะสมอยู่อาศัยให้ได้จึงจะเจริญ เช่น เสาะหาโรงเรียนดี ๆ ที่ทำงานดี ๆ ทำเลปลูกบ้านดี ๆ จะบวชก็หาวัดดี ๆ

๒. เมื่อเป็นผู้ใหญ่ หรือ มีความรู้ความสามารถเพียงพอแล้ว ไม่ว่าจะไปอยู่ที่ใดก็ตาม ต้องพยายามพัฒนาถิ่นที่เราอยู่ให้เป็นถิ่นที่เหมาะสมอย่างเต็มความสามารถ ไม่ว่าจะที่บ้านที่เราอยู่ สถานที่ที่เราทำงานหรือชุมชนที่เราอยู่อาศัยก็ตาม โดยยึดหลักการพัฒนาให้เป็นถิ่นที่เหมาะสมดังนี้

## ลักษณะของถิ่นที่เหมาะสม

๑. อากาศเป็นที่สบาย หมายถึง เป็นที่ที่มีสภาพทางภูมิศาสตร์ดี เช่น ถ้าเป็นบ้านก็ต้องให้มีต้นไม้ร่มรื่น น้ำไหลสะดวก ถ้าเป็นโรงเรียนก็ต้องมีสุขลักษณะดี มีอากาศถ่ายเทสะดวก ไม่มีเสียงอึกทึก มีบริเวณกว้างขวาง มีสนามกีฬา ถ้าเป็นที่ตั้งร้านค้า ก็ต้องเป็นบริเวณที่อยู่ในย่านชุมชน การคมนาคมสะดวก ถ้าเป็นจังหวัดหรือภาคก็ต้องเป็นบริเวณที่สภาพภูมิศาสตร์ดี เช่น ไม่ลุ่มไม่ดอนเกินไป ไม่หนาวไม่ร้อนจนเกินไป เป็นต้น

๒. อาหารเป็นที่สบาย หมายถึง เป็นบริเวณที่สามารถจัดหาอาหารกินได้สะดวก เช่น อาจอยู่ใกล้ตลาด บริเวณที่มีการเกษตรกรรมสามารถผลิตอาหารได้เองพอเพียง

๓. บุคคลเป็นที่สบาย หมายถึง บริเวณที่อยู่นั้นต้องมีนักเลงอันธพาล โจรผู้ร้ายไม่ชุกชุม คนส่วนใหญ่ในละแวกนั้นเป็นคนดี มีศีลธรรม มีวินัย ใฝ่หาความก้าวหน้า

## ๔. ธรรมะเป็นที่สบาย

- ในทางโลก หมายถึง ในถิ่นนั้นมีโรงเรียน สถานศึกษาสำหรับให้ความรู้ได้อย่างดี ตลอดจนมีหลักการปกครองที่ดีอีกด้วย

- ในทางธรรม หมายถึง ในถิ่นนั้นมีพระภิกษุ หรือ ขรवास ผู้รู้  
ธรรมเป็น บัณฑิต สามารถให้การอบรมสั่งสอนศีลธรรมได้อย่างดี หรือถิ่นที่  
พุทธศาสนาแผ่ไปถึง สามารถให้ทาน รักษาศีล ฟังเทศน์ เจริญสมาธิภาวนา  
ได้เป็นนิจ

## ลำดับความสำคัญของปัจจัยทั้ง ๔ ประการ

องค์ประกอบของถิ่นที่เหมาะสมดังได้กล่าวมาแล้วทั้ง ๔ ประการ  
จัดเรียงลำดับความสำคัญได้ดังนี้

ธรรมเป็นที่สบาย	สำคัญอันดับ ๑
บุคคลเป็นที่สบาย	สำคัญอันดับ ๒
อาหารเป็นที่สบาย	สำคัญอันดับ ๓
อवासเป็นที่สบาย	สำคัญอันดับ ๔

เพราะถึงแม้อवासจะไม่เป็นที่สบาย แต่ถ้ามีอาหารอุดมสมบูรณ์ก็ยังสามารถ  
พออยู่ได้ หรือถ้าอवासและอาหารไม่เป็นที่สบาย แต่บุคคลเป็นที่สบายแล้ว ก็จะ  
สามารถปรับปรุงอาหารและอवासให้เป็นที่สบายได้ แต่บุคคลจะเป็นที่สบายได้  
ก็ต้องมีธรรมเป็นที่สบายอยู่ในจิตใจเสียก่อน

ตัวอย่างเช่น ประเทศญี่ปุ่นพื้นที่เป็นเกาะ มีภัยธรรมชาติจากพายุพัด  
ภูเขาไฟระเบิดอยู่บ่อย ๆ พื้นที่ก็น้อย (อवासไม่เป็นที่สบาย) เดิมอาหารการกิน  
ก็ไม่เพียงพอ (อาหารไม่เป็นที่สบาย) แต่เนื่องจากประชากรของเขามี  
ประสิทธิภาพ ขยันขันแข็ง มีวินัย ใฝ่หาความก้าวหน้า (บุคคลเป็นที่สบาย)  
และมีหลักในการปกครองประเทศที่ดี มีความรักชาติ (ธรรมะในทางโลกเป็น  
ที่สบาย) จึงเป็นผลให้ประเทศญี่ปุ่นพัฒนาเจริญรุ่งเรือง จนเป็นมหาอำนาจ  
ทางเศรษฐกิจของโลกได้

ส่วนประเทศไทย มีสภาพภูมิศาสตร์ที่ดีเยี่ยม ไม่มีภัยธรรมชาติที่  
รุนแรง (อवासเป็นที่สบาย) อาหารการกินอุดมสมบูรณ์ (อาหารเป็นที่สบาย)  
แต่ที่ยังขาดอยู่คือ คนของเรายังขาดวินัย ยังมีความมานะพากเพียรไม่เพียงพอ

แม้เราชาวไทยจะมีพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ แต่ทว่าเรายังเห็นแก่ความสะดวกสบายส่วนตัวอยู่มาก ยังไม่นำพระธรรมคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาประพฤติปฏิบัติมากเท่าที่ควร ทำให้ความเจริญของเรายังล่าหลังประเทศอื่นอยู่มาก

ดังนั้น ถ้าพวกเราทั้งหลายร่วมใจกันพัฒนาตนเองให้เป็นคนดี มีระเบียบวินัย มีความขยันขันแข็ง ใฝ่หาความก้าวหน้าอยู่เสมอ นำหลักธรรมในพุทธศาสนามาประพฤติปฏิบัติ ก็เป็นที่หวังได้ว่าชาติไทยของเรา จะมีความรุ่งเรืองก้าวหน้าทัดเทียมอารยประเทศทั้งหลายได้ในอนาคตอันใกล้

## ข้อเตือนใจ

ในหลาย ๆ ประเทศ มีความเจริญรุ่งเรืองทางด้านวัตถุมาก ประชาชนได้รับความสะดวกสบายในเรื่อง เครื่องอุปโภค บริโภค ทำงานทำได้ง่าย เก็บเงินทองได้มาก ดูเผิน ๆ แล้วน่าไปอยู่อาศัยมาก แต่อย่าไปอยู่เลย เพราะธรรมะไม่เป็นที่สบาย โอกาสที่ผู้อยู่อาศัยจะสร้างความก้าวหน้าทางใจ โอกาสที่จะสร้างบุญบารมีมีน้อย คนอยู่ในประเทศเหล่านั้น ดิ้นเข้าขึ้นมากก็นึกถึงแต่งงานไม่เคยได้นึกถึงการทำบุญทำทาน การรักษาศีล หรือการทำสมาธิภาวนาเลย หรือบางครั้งนึกถึงแต่ก็ไม่มีใครแนะนำให้ ดังนั้น ถึงมีชีวิตอยู่ก็เหมือนคนที่ตายแล้ว คือ ตายไปแล้วจากคุณงามความดี

ในประเทศไทยเรา แม้ความเจริญทางด้านวัตถุ อาจจะยังล่าหลัง แต่ด้านธรรมะยังเจริญอยู่มาก เรายังมีโอกาสให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนาได้เต็มที่ มีโอกาสสร้างบุญให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปได้

## วิธีทำบ้านให้หน้าอยู่

๑. ดูแลบ้านให้สะอาด เป็นระเบียบ มีทางถ่ายเทอากาศได้สะดวก
๒. เลือกซื้อ เลือกทำอาหารให้ถูกหลักอนามัย แม่บ้านหัดทำอาหารให้เป็น

๓. จูงใจคนในบ้านให้มีศีลธรรม มีความเคารพซึ่งกันและกัน มีความขยันหมั่นเพียร โดยเริ่มปรับปรุงที่ตัวเราเองให้ดีกว่าก่อน แล้วจึงชักชวนผู้อื่นให้ปฏิบัติตาม

๔. ชักนำกันไปวัดฟังเทศน์ ฟีกสมาธิ รักษาศีล เป็นประจำ จัดบ้านให้มีอุปกรณ์ เครื่องเสริมสร้างทางใจ เช่น มีหนังสือธรรมะ มีห้องพระ หรือ หิ้งพระ กำจัดภาพและหนังสือที่ไม่เหมาะสมออกให้หมด เช่น ภาพหรือหนังสือลามก เป็นต้น

## อานิสงส์การอยู่ในถิ่นที่เหมาะสม

๑. ทำให้ได้รับความสุขกาย สุขใจ เต็มที่
๒. ทำให้ได้รับความเจริญก้าวหน้าทั้งทางโลกและทางธรรม
๓. ทำให้มีโอกาสบำเพ็ญบุญเต็มที่ทั้งทาน ศีล ภาวนา
๔. ทำให้ได้รู้พระสัทธรรม คือ ได้ศึกษาธรรมะ
๕. ทำให้ได้การเห็นอันประเสริฐ คือ ได้เห็นพระรัตนตรัย
๖. ทำให้ได้ฟังธรรมอันประเสริฐ คือ ได้ฟังคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
๗. ทำให้ได้ลาภอันประเสริฐ คือ ได้ความศรัทธาในพระรัตนตรัย
๘. ทำให้ได้การศึกษาอันประเสริฐ คือ ได้ศึกษาศีล สมาธิ ปัญญา
๙. ทำให้ได้การบำรุงอันประเสริฐ คือ ได้บำรุงพุทธศาสนา
๑๐. ทำให้ได้การระลึกอันประเสริฐ คือ ใจระลึกผูกพันอยู่กับพระรัตนตรัย
๑๑. ทำให้ได้นิสัยไม่ประมาท โดยดูตัวอย่างจากผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลาย
๑๒. ทำให้ได้ที่พึ่งอันสูงสุด คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์
๑๓. ทำให้ได้อริยทรัพย์ คือ ทรัพย์ของพระอริยเจ้า ได้แก่ หนทางสู่พระนิพพาน

# มงคลที่ ๕ มีบุญวาสนามาก่อน



ผลบุญ

ผลบาป

# มงคลที่ ๕

## มีบุญวาสนามาก่อน

ผลไม้พันธุ์เลว ถึงจะใส่ปุ๋ย รดน้ำพรวนดิน บำรุงรักษาดีอย่างไรก็ตาม อย่างมากก็ทำให้มีผลดกขึ้นบ้าง แต่จะทำให้มีรสโอชาขึ้นกว่าเดิมนั้นยาก ตรงกันข้าม ผลไม้พันธุ์ดี แม้รดน้ำพรวนดินเพียงพอประมาณ ก็ให้ผลมากเกินคาด รสชาติก็โอชา

เช่นกัน ผู้ที่ไม่ได้สร้างสมคุณความดีมาก่อน เมื่อประกอบกิจใด ๆ ถึงขยันขันแข็งสักปานไหน ผลแห่งความดีก็จะปรากฏเต็มที่ ก็ต้องใช้ความพยายามอย่างหนักและเสียเวลามาก ส่วนผู้ที่สะสมคุณความดีมาก่อนเมื่อทำความดี ผลดีปรากฏเต็มที่ทันตาเห็น ส่งผลให้มีความเจริญก้าวหน้าเหนือกว่าบุคคลทั้งหลาย ได้อย่างน่าอัศจรรย์

### บุญคืออะไร ?

บุญ คือ สิ่งซึ่งเกิดขึ้นในจิตใจแล้วทำให้จิตใจใสสะอาด ปราศจากความเศร้าหมอง ขุ่นมัว ก้าวขึ้นสู่ภูมิที่ดี เกิดขึ้นจากการที่ใจได้เพื่อนคิดที่ดี คือ พระธรรม ทำให้เลือกคิดเฉพาะสิ่งที่ดี ที่ถูก ที่ควร ที่เป็นประโยชน์แล้ว พุทธิ ทำดี ตามที่คิดนั้น

บุญ เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ย่อมส่งผลปรุงแต่งใจของเราให้มีคุณภาพดีขึ้น คือ ตั้งมั่นไม่หวั่นไหว บริสุทธิ์ผุดผ่องสว่างไสว โปร่งโล่งไม่ยึดติด อิ่มเอิบ ไม่กระสับกระส่าย ชุ่มชื้นเบาสบาย ผ่อนคลายไม่ตึงเครียด นุ่มนวลควรแก่การใช้งาน และบุญที่เกิดขึ้นนี้ยังสามารถสะสมเก็บไว้ในใจได้อีกด้วย

ผู้ที่ฝึกสมาธิจนเข้าถึงธรรมกาย และฝึกจนชำนาญแล้ว ย่อมสามารถมองเห็นบุญได้ คนทั่วไปแม้จะมองไม่เห็น “บุญ” แต่ก็สามารถรู้อาการของบุญ หรือ ผลของบุญได้ คือเมื่อเกิดขึ้นแล้ว ทำให้จิตใจชุ่มชื้น เป็นสุข เปรียบได้กับ “ไฟฟ้า” ซึ่งเรามองไม่เห็นตัวไฟฟ้าโดยตรง แต่เราสามารถสัมผัสกับอาการของไฟฟ้าได้ เช่น มองเห็นแสงสว่างจากหลอดไฟ ได้รับความเย็นจากเครื่องปรับอากาศ เป็นต้น

## คุณสมบัติของบุญ

๑. ชำระกาย วาจา ใจ ให้สะอาดได้
๒. นำความสุขความเจริญก้าวหน้ามาให้
๓. ติดตามตนไปทุกฝีก้าว แม้ไปเกิดข้ามภพข้ามชาติ
๔. เป็นของเฉพาะตน ใครทำใครได้ โจรลักขโมยไม่ได้
๕. เป็นที่มาของโภคทรัพย์สมบัติทั้งหลาย
๖. ให้มนุษย์สมบัติ ทิพย์สมบัติ นิพพานสมบัติ แก่เราได้
๗. เป็นปัจจัยให้บรรลุมรรคผลนิพพาน
๘. เป็นเกราะป้องกันภัยในวิภวสงสาร

## ประเภทของบุญในกาลก่อน

บุญในกาลก่อนแบ่งเป็น ๒ ชนิด ได้แก่

๑. บุญช่วงไกล คือ คุณความดีที่เราทำจากภพชาติก่อน มาจนถึงวันคลอด

๒. บุญช่วงไกล คือ คุณความดีที่เราทำในภพชาติปัจจุบัน ตั้งแต่คลอดจนถึงเมื่อวานนี้

บุญช่วงไกล การสั่งสมความดีมาแต่ภพชาติก่อน ส่งผลให้เห็นในปัจจุบัน เปรียบเสมือนผลไม้ที่ตัดพันธุ์มาดีแล้ว รสโอชะของมันย่อมติดมาในเมล็ด เมื่อนำเมล็ดนั้นมาปลูก ต้นของมัน ย่อมให้ผลที่รสอร่อยทันทีโดยไม่ต้องทะนุบำรุงมาก คนเราก็เช่นกัน ถ้าในอดีตชาติสะสมความดีมามากพอเกิดมาในชาตินี้ก็เป็นคนใจใส ใจสะอาดบริสุทธิ์ มาตั้งแต่เด็ก มีสติปัญญาดีมาแต่กำเนิด รูปร่างสง่างาม ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ มีโอกาสให้สร้างความดีได้มากกว่าคนทั้งหลาย ถ้าไม่ประมาทหมั่นสะสมความดีในปัจจุบันเพิ่มขึ้นอีก ก็จะมีเจริญก้าวหน้าได้อย่างรวดเร็ว แต่ถ้าประมาทไม่เอาใจใสในการทำความดีในปัจจุบัน ก็เปรียบเสมือนต้นไม้ยอดด้วน ยากที่จะเจริญเติบโตต่อไปได้

บุญช่วงใกล้ คนที่ทำความดีตั้งแต่เล็กเรื่อยมา เช่น ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน ขยันหมั่นเพียร คบคนดีเป็นมิตร ฝึกใจให้สงบใสมาตั้งแต่เด็ก ความคิดคำพูด การทำงาน ย่อมดีกว่าบุคคลอื่นในวัยเดียวกัน เมื่อเติบโตขึ้น ย่อมมีความเจริญก้าวหน้ามากกว่าผู้อื่น

เพราะฉะนั้นเราจึงควรสะสมบุญ โดยทำความดีเสียตั้งแต่วันนี้จะได้ส่งผลให้มีสติปัญญา มีความเฉลียวฉลาด มีความเจริญก้าวหน้าในชีวิตต่อไปในอนาคต ดังเช่น พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ซึ่งได้ทรงทำความดี สร้างสมบารมีมามากนับภพนับชาติไม่ถ้วน ในภพชาติสุดท้าย ก็ทรงฝึกเจริญสมาธิภาวนาศึกษาเล่าเรียนตั้งแต่เยาว์ จึงสามารถตรัสรู้ธรรม เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้เมื่อพระชนม์เพียง ๓๕ พรรษา

## ผลของบุญ

บุญเมื่อเกิดขึ้นแล้วก็มีผลกับตัวเรา ๔ ระดับ คือ

๑. **ระดับจิตใจ** เป็นบุญที่เกิดผลทันที คือ ทำความดีปั๊บก็เกิดปั๊บ ไม่ต้องรอชาติหน้า เกิดขึ้นเองในใจของเราทำให้

- สุขภาพทางใจดีขึ้น คือ มีใจเยือกเย็น ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวต่อคำยกยอหรือตำหนิติเตียน

- สมรรถภาพของใจดีขึ้น คือ เป็นใจที่สะอาด ผ่องใส ใช้คิดเรื่องราวต่าง ๆ ได้รวดเร็ว ว่องไว ลึกซึ้ง กว้างไกล รอบคอบ เป็นระเบียบ และตัดสินใจได้ฉับพลันถูกต้องไม่ลังเล

๒. **ระดับบุคลิกภาพ** คนที่ทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนาอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้มีใจที่สงบ ชุ่มชื้น เบิกบาน ชุ่มเย็น นอนหลับสบาย ไม่มีความกังวลหม่นหมอง หน้าตาผิวพรรณจึงผ่องใส ใจเปี่ยมไปด้วยบุญไม่คิดโลภอยากได้ของใคร ไม่คิดสร้างความเดือดร้อนให้ใคร มีแต่คิดช่วยเหลือเขา จึงมีความมั่นใจในตัวเอง มีความมองอาจสง่างามอยู่ในตัว ไปถึงไหนก็สามารถวางตัวได้พอเหมาะพอดี บุคลิกภาพย่อมดีขึ้นเป็นลำดับ

๓. **ระดับวิถีชีวิต** วิถีชีวิตของคนเรา เกิดจากการสรุปผลบุญและผลบาป ที่เราได้ทำมาตั้งแต่ภพชาติก่อน ๆ จนถึงภพชาติปัจจุบัน เป็นผลของบุญระดับจิตใจ และระดับบุคลิกภาพ รวมกันชักนำให้เราได้รับสิ่งที่น่าปรารถนาตอบสนองมาจากภายนอก เช่น ได้รับลาภ ยศ สรรเสริญ สุข การที่เราทำดีแล้ววิถีชีวิตของเราจะดีเต็มที่หรือไม่นั้น ขึ้นกับบุญเก่า หรือบาปในอดีต ที่เราเคยทำไว้ด้วย จึงเป็นเรื่องที่สลับซับซ้อน ทำให้บางคนเข้าใจผิด คิดว่าทำดีแล้วไม่ได้ดี เพราะบางครั้งขณะที่เราตั้งใจทำความดีอยู่กลับถูกใส่ร้ายป้ายสี หรือประสบเคราะห์กรรม ทำให้หมดกำลังใจในการทำความดี

แท้จริงแล้ว ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะในขณะนั้น ผลบาปที่เราเคยทำในอดีตกำลังส่งผลอยู่ แต่บุญที่กำลัง ทำอยู่ปัจจุบันย่อมไม่ไร้ผล เมื่อเราตั้งใจทำบุญไปโดยไม่ย่อท้อ บุญย่อมจะส่งผลให้ในเวลาที่เหมาะสมต่อไป

๔. **ระดับสังคม** เมื่อเราทำความดีมาแล้วอย่างเต็มที่ ไม่ว่าจะไปอยู่สังคมใด บุญก็จะส่งผลให้เป็นบุคคลที่สังคมยอมรับนับถือได้เป็นผู้นำของสังคม

นั้น และจะเป็นผู้ชักนำสมาชิกในสังคมให้ทำความดีตามอย่าง ทำให้เกิดความสงบร่มเย็น ความเจริญก้าวหน้าขึ้นในสังคมนั้น ๆ โดยลำดับ

### ตัวอย่างผลของบุญ

ผู้ที่มีอายุยืน	เพราะในอดีตไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต
ผู้ที่ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ	เพราะในอดีตไม่รังแกหรือทรมานสัตว์
ผู้ที่มีพละทานมัชฌมบูรณ์	เพราะในอดีตให้ทานด้วยข้าวปลาอาหารมามาก
ผู้ที่มีผิวพรรณงาม	เพราะในอดีตรักษาศีล และ ให้ทานด้วยเสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่มมามาก
ผู้ที่มีอำนาจมีคนเกรงใจ	เพราะในอดีตมีมุทิตาจิต ใครทำความดีก็ อนุโมทนา ไม่อิจฉาริษยาใคร
ผู้ที่ร่ำรวยมีโภคทรัพย์มาก	เพราะในอดีตให้ทานมามาก
ผู้ที่เกิดในตระกูลสูง	เพราะในอดีตบูชาบุคคลที่ควรบูชามามาก
ผู้ที่ฉลาดมีสติปัญญาดี	เพราะในอดีตคบบัณฑิต ฝึกสมาธิ เจริญภาวนามามากและไม่ดื่มสุรายาเมา

### วิธีทำบุญ

การทำความดีทุกอย่างล้วนได้ผลออกมาเป็นบุญทั้งสิ้น แต่เพื่อให้ง่ายต่อการเข้าใจ และนำไปปฏิบัติเราสามารถแบ่งวิธีทำบุญออกได้ ๑๐ วิธีเรียกว่า บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ประการได้แก่

๑. ทาน คือ การบริจาคทรัพย์สิ่งของแก่ผู้สมควรให้
๒. ศีล คือ การสำรวมกายวาจา ให้สงบเรียบร้อย
๓. ภาวนา คือ การสวดมนต์ ทำสมาธิ อ่านหนังสือธรรมะ ฯลฯ

๔. อปายณะ	คือ การมีความเคารพอ่อนน้อมต่อผู้มีคุณธรรม
๕. เวยยาวัจจะ	คือ การช่วยเหลือจนทนายในกิจที่ชอบ
๖. ปัตติทานะ	คือ การอุทิศส่วนบุญแก่ผู้อื่น
๗. ปัตตานุโมทนา	คือ การอนุโมทนาบุญที่ผู้อื่นทำ
๘. รัम्मัสสวณะ	คือ การฟังธรรม
๙. รัम्मเทศนา	คือ การแสดงธรรม
๑๐. ทิฏฐุชุกัมม	คือ การปรับปรุงความเห็นของตนให้ถูกต้อง

ทั้ง ๑๐ ประการนี้ สรุปลงได้เป็นบุญกิริยาวัตถุ ๓ คือ

- ทาน คือ ๑,๕,๖,๗ เป็นการฆ่าความตระหนี่ออกจากใจ
- ศีล คือ ๒ เป็นการป้องกันตนไม่ให้อำชั้ว
- ภาวนา คือ ๓,๔,๘,๙,๑๐ เป็นการฝึกตัวเองให้ฉลาด

**"แข่งบุญแข่งวาสนาชื่อว่าแข่งไม่ได้  
แต่ถ้าแข่งแล้วใครต้องแข่งด้วยการทำความดี"**

## บุญวาสนาเป็นอภินิหาร ?

บุญวาสนาไม่ใช่อภินิหาร แต่สามารถอธิบายด้วยหลักเหตุผลดังตัวอย่าง คนที่จิตสั่งสมแต่บาปหรือความชั่ว จะทำให้ใจมืดมัว ก็เลสต่าง ๆ เข้ายึดครองใจได้ง่าย ทำให้ผลร้ายต่อตนเอง เช่น เวลาโกรธจัด ความโกรธเข้ายึดครองใจ ทำให้หัวใจเต้นแรงผิดปกติระบบสูบฉีดเลือดผันแปรโลหิตมีการเผาไหม้มาก เกิดอาการร้อนผ่าวตั้งแต่หน้าอกจรดใบหน้า ปลายประสาทสั้น ความร้อนจะทำให้ผิวหยาบกร้าน ไม่มีน้ำมันวล อาหารไม่ย่อยท้องอืด คนโกรธง่ายจึงเป็นคนเจ้าทุกข์ หงุดหงิด พุดจาห้วนแบบมะนาวไม่มีน้ำเวลาโกรธจะขาดสติ คิดอ่านการใดก็ผิดพลาดได้ง่าย

ส่วนคนที่จิตสั่งสมแต่บุญหรือความดี จะทำให้ใจผ่องใสอยู่เป็นปกติ  
 กิเลสต่าง ๆ เข้ายึดครองใจได้ยาก เพราะมีสติคอยควบคุมใจไว้คอยสอนตนเอง  
 ไม่ให้ทำความชั่วได้ สามารถตัดกิเลสตนเองได้ จึงมีจิตใจที่สงบเยือกเย็น สดชื่น  
 ผ่องใส ระบบการทำงานของร่างกายก็เป็นปกติ มีผิวพรรณงาม เสี่ยงไฟเพราะ  
 กิริยาน่ารัก คิดอ่านการใดก็แจ่มใส ส่งผลให้มีความสำเร็จก้าวหน้าในชีวิตได้ง่าย

## ข้อเตือนใจ

เมื่อทราบว่า การทำบุญเป็นการสั่งสมความดีไว้เพื่อตนเองแล้วจึง  
 ไม่ควรประมาทในการทำบุญ ควรทำบุญเท่าที่กำลังความสามารถจะอำนวย  
 ผู้ที่ได้สั่งสมบุญมาดีแล้วแต่เพิกเฉยในการทำบุญเพิ่ม เปรียบเสมือนชาวนาที่  
 เก็บเกี่ยวผลผลิตแล้วแจกจ่ายขายกินหมด ไม่เหลือไว้ทำพันธุ์ต่อไปภายหน้าเลย  
 เขาย่อมเดือดร้อนในฤดูกาลทำนาครั้งต่อไป

ความดีทุกอย่างที่เราทำไว้ แม้จะไม่ให้ผลในปัจจุบันทันตาก็ไม่สูญเปล่า  
 ความดีเหล่านั้นจะรวมกันเข้าปรั่งแต่งจิตใจให้ดีขึ้น สิ่งนี้แหละคือ “บุญวาสนา”

เราจึงควรเร่งสร้างความดีเสียแต่บัดนี้ โดยหมั่นศึกษาวิชาการ ฝึกฝน  
 ตนเองทั้งทางด้าน การปรับปรุงคำพูด ความขยันขันแข็ง ทำการงานให้ดีขึ้น  
 และพยายามฝึกใจให้ผ่องใส ด้วยการหมั่นทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนาอย่าง  
 สม่ำเสมอ คนเช่นนี้ จึงเป็นคนมีบุญวาสนาที่แท้จริง

## หลักปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

เราต้องเร่งสร้างบุญใหม่ตั้งแต่บัดนี้ จะได้เป็นบุญเก่าติดตัวไปในวัน  
 หน้า โดยยึดหลักว่า

๑. เข้าใจยังไม่ได้ให้ทาน เช้านั้นอย่าเพิ่งกินข้าว
๒. วันใดยังไม่ได้ตั้งใจรักษาศีล วันนั้นอย่าเพิ่งออกจากบ้าน
๓. คืนใดยังไม่ได้สวดมนต์ เจริญสมาธิภาวนา คืนนั้นอย่าเพิ่งเข้านอน

เราต้องอดทน ฝึกตนให้สร้างความคิดเรื่อยไป แม้จะต้องกระทบ  
กระทั่งสิ่งใด มีอุปสรรคมากเพียงไหน ก็ปักใจมั่นไม่ย่อท้อ กัดฟันสู้ตั้งใจทำ  
ความคิดเรื่อยไป

**“น้ำหยดที่ละหยด ยังสามารถเต็มตุ่มได้ฉันใด**

**บุญที่เราหมั่นสะสมทีละน้อย**

**ก็ย่อมสามารถเต็มบริบูรณ์ ส่งผลให้เราอย่างเต็มที่ได้ฉันนั้น**

### อานิสงส์การมีบุญวาสนามาก่อน

๑. ทำให้มีปัจจัยต่าง ๆ พร้อม สามารถทำความดีใหม่ได้โดยง่าย
๒. อำนวยประโยชน์ทุกอย่างดังได้กล่าวมาแล้ว
๓. เป็นต้นเหตุแห่งความสุขทุกประการ
๔. เป็นเสบียงติดตัวทั้งภพนี้ ภพหน้า



# มงคลที่ ๖

## ตั้งตนชอบ

เรือที่ฝ่าคลื่นอยู่กลางสมุทร จะแล่นถึงฝั่งได้ นายเรือจะต้องตั้งจุดหมายปลายทางไว้ถูกต้อง และรู้จักควบคุมหางเสือให้เรือวิ่งไปไม่ผิดทิศทาง ฉะนั้นใดคนเราจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้ ก็จะต้องตั้งตนชอบนั่นเอง

### ตั้งตนชอบ หมายถึงอย่างไร

ตั้งตนชอบ หมายถึง การตั้งเป้าหมายชีวิตทั้งทางโลกและทางธรรมไว้ถูกต้องแล้วระดับพระองค์ตน ให้ดำเนินชีวิตไปตามเป้าหมายนั้นด้วยความระมัดระวัง การตั้งตนชอบ เป็นสิ่งสำคัญมาก เป็นขั้นตอนแรกในการสร้างความสุข ความเจริญก้าวหน้าแก่ชีวิต เพราะถ้าใครตั้งเป้าหมายชีวิตไว้ผิด เช่นตั้งเป้าไว้ว่าจะเป็นโจรที่ปล้นเก่งที่สุด หรือจะเป็นนักผลิตเฮโรอีนที่เก่งที่สุดแล้วพยายามดำเนินชีวิตไปตามนั้น คน ๆ นั้นก็ไม่มีทางที่จะมีความสุขความเจริญก้าวหน้าได้ ถึงจะไปเสาะแสวงหาความรู้ความสามารถได้มากเพียงไรก็ไม่เกิดประโยชน์อันใด เพราะความรู้ความสามารถนั้น ๆ ล้วนเป็นไปเพื่อยังความพินาศให้เกิดขึ้นแก่ตนเองและผู้อื่นทั้งสิ้น

ผู้ที่รักความก้าวหน้าทั้งหลาย จึงจำเป็นต้องตั้งเป้าหมายชีวิตให้ถูกต้องก่อน จากนั้นจึงไปเสาะแสวงหาความรู้ความสามารถ พากเพียรพยายามเพื่อบรรลุเป้าหมายชีวิตที่ถูกต้องนั้นให้ได้

มงคลที่ ๖ ตั้งตนชอบ



## อะไรคือเป้าหมายชีวิต

เป้าหมายของคนทุกคนแบ่งได้เป็น ๓ ระดับ ได้แก่

๑. **เป้าหมายชีวิตขั้นต้น** คือ การตั้งเป้าหมายชีวิตเพื่อประโยชน์ในชาตินี้ เป็นการตั้งเป้าหมายไว้ว่าจะต้องตั้งตัวตั้งฐานะให้ได้ ด้วยการประกอบอาชีพที่สุจริต ไม่ผิดกฎหมายไม่ผิดศีลธรรม จะเป็นอาชีพอะไรก็แล้วแต่ความถนัดของแต่ละบุคคล จะเป็นนักธุรกิจ แพทย์ วิศวกร ช่างนา ช่างไร่ หรืออื่น ๆ ได้ทั้งนั้น ขอแต่เพียงให้เป็นอาชีพสุจริตก็แล้วกัน และเมื่อตั้งเป้าหมายชีวิตไว้แล้ว ก็มานะฝึกฝนตนเองสร้างตัวให้บรรลุเป้าหมายชีวิตนั้นให้ได้

**หนูตัวเล็ก ๆ ยังสู้สุดส่าห้ครุอยู่**

**นกกระจิบกระจอกยังสู้สุดส่าห้สร้างรัง**

**เราเกิดมาเป็นคนทั้งทีก็ต้องสร้างฐานะให้ดีให้ดี**

๒. **เป้าหมายชีวิตชั้นกลาง** คือ การตั้งเป้าหมายชีวิตเพื่อประโยชน์ในชาติหน้า เป็นการตั้งเป้าหมายชีวิตไว้ว่า นอกจากจะพยายามตั้งฐานะของตนให้ได้แล้ว ก็จะต้องสร้างบุญกุศลอย่างเต็มที่ในทุก ๆ โอกาสที่อำนวยให้เพื่อสะสมเป็นทุนเป็นเสบียงในภพชาติต่อไป เพราะว่าสัตว์โลกทั้งหลายตายแล้วไม่สูญ トラบโดที่ยังไม่หมดกิเลส ก็ยังต้องเกิดใหม่อีกอยู่ร่ำไป

คนบางคนคิดแต่จะหาประโยชน์เฉพาะในชาตินี้ โดยไม่คำนึงถึงประโยชน์ชาติหน้าเลย คิดแต่จะหาทรัพย์จะตั้งฐานะให้ได้ โดยไม่ประกอบการบุญการกุศล เราลองคิดดูว่า ชีวิตของคนประเภทนี้ จะมีคุณค่าสักเพียงไร ตั้งแต่เกิดก็อาศัยพ่อแม่เลี้ยง โตขึ้นหน่ออกก็เรียนหนังสือหาความรู้ ครั้นโตขึ้นอีกก็ทำงาน มีครอบครัว เลี้ยงลูก เลี้ยงหลาน ดิ้นรนหาสิ่งต่าง ๆ มาบำรุงบำเรอตน แล้วก็แก่เฒ่าตายไป ดูพวกนกกา ตั้งแต่เล็กมันก็อาศัยพ่อแม่เลี้ยง สอนบิน สอนให้รู้จักหาอาหาร โตขึ้นก็แยกรังไปมีครอบครัว หาอาหารมาเลี้ยงลูกเลี้ยงตัว หาความสุขตามประสานกกา แล้วก็แก่เฒ่าตายไปเหมือนกัน ถ้ามีชีวิตอยู่เพียงเท่านั้น ก็มีคุณค่าไม่ต่างอะไรกับนกกา

แต่ที่เราเป็นคน ซึ่งมีโครงร่างที่เหมาะสมแก่การใช้ทำความดีมากที่สุด ดังนั้น นอกจากความพยายามตั้งฐานะในชาตินี้ให้ได้แล้ว เราทุกคนจึงควรที่จะรู้จักสร้างคุณค่าแก่ชีวิต ด้วยการตั้งใจทำความดี ประกอบการบุญ การกุศลอย่างเต็มที่เพื่อให้เป็นเสถียรในการเดินทางข้ามภพข้ามชาติ และเป็นปัจจัยในการบรรลุถึงเป้าหมายชีวิตขั้นสูงสุด

๓. เป้าหมายชีวิตขั้นสูงสุด คือ การตั้งเป้าหมายชีวิตเพื่อเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง ได้แก่ การตั้งใจปฏิบัติธรรมทุกรูปแบบ เพื่อปราบกิเลสให้หมดสิ้นแล้วเข้าพระนิพพาน ตามพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และเหล่าพระอรหันต์ทั้งหลาย จะได้มีแต่ความสุขอันเป็นอมตะตลอดไป ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดต่อไปอีก

โดยธรรมชาติ ทุกชีวิตเมื่อถึงที่สุดย่อมหมดกิเลสเข้าพระนิพพานไปด้วยกันทุกคน ต่างแต่ว่าช้าหรือเร็วเท่านั้น ในช่วงที่ยังไม่หมดกิเลสนี้ ก็ต้องทนรับทุกข์กันไป มากบ้างน้อยบ้าง ตามแต่กรรมที่ตนทำไว้ เราเวียนเกิดเวียนตายกันมานับภพนับชาติไม่ถ้วนแล้ว ถ้ามีใครสามารถเอากระดูกของเราทุกชาติมากองรวมกันเข้าก็จะสูงท่วมภูเขา ถ้าเอาน้ำตาของเราที่หลังไหลออกมาเพราะความทุกข์ ทุก ๆ ชาติมารวมกัน ก็จะมากกว่าน้ำในมหาสมุทรเสียอีก ใครสามารถเข้าพระนิพพานได้ก่อนก็หมดทุกข์ก่อน ที่ยังอยู่ก็ต้องเวียนเกิดเวียนตายในทะเลทุกข์แห่งวัฏสงสารต่อไป

แม้พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อยังเป็นพระโพธิสัตว์อยู่ ก็ต้องเวียนว่ายตายเกิดเช่นเดียวกับพวกเรา แต่พระองค์ตั้งเป้าหมายชีวิตไว้ถูกต้อง คือตั้งเป้าไว้ว่าจะกำจัดกิเลสในตัวให้หมดโดยเร็ว แล้วนำตนเองและผู้อื่นเข้าพระนิพพานด้วย จากนั้นก็ตั้งใจบำเพ็ญเพียรฝึกฝนตนเองอย่างเต็มที่ที่มานับภพนับชาติไม่ถ้วน แม้มีอุปสรรคหนักหนาสาหัสเพียงไรก็ไม่ย่อท้อสละได้แม้เลือดเนื้อและชีวิตเพื่อรักษาเป้าหมายที่จะเข้าพระนิพพานไว้ไม่ให้เกิดคลอนแคลน ในที่สุดพระองค์ก็ตรัสรู้ธรรมเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสามารถกำจัดกิเลสได้หมด เข้าพระนิพพานอันบรมสุขได้

ส่วนพวกเรามัวเที่ยวเถลไถล เกะ ๆ กะ ๆ ไม่เอาจริง ไม่ตั้งใจมุ่งมั่น ในการทำความดี บ้างก็ยังไม่รู้เป้าหมายสูงสุดของชีวิตว่าคือการเข้าพระนิพพาน บ้างก็รู้แล้ว แต่เกียจคร้านประพฤติด้อยหย่อน ทำ ๆ หยุด ๆ จึงต้องมาเวียนเกิด เวียนตายรับทุกข์อยู่อย่างนี้

ฉะนั้น ถ้าใครฉลาด ก็ต้องรีบแก้ไขตนเอง ตั้งเป้าหมายสูงสุดของชีวิต ไว้ให้มั่นคงไม่ประมาทในการสร้างความดี หมั่นให้ทาน รักษาศีลเจริญภาวนา ชำระกาย วาจา ใจ ให้บริสุทธิ์ เพื่อกำจัดกิเลสให้หมดจะได้พ้นทุกข์ เข้าพระนิพพาน ได้รับความสุขอันเป็นอมตะตามอย่างพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบ้าง

**“จงอย่าประมาท เร่งเดินตามรอยบาทพระบรมศาสดา”**

**“ถึงจะทำประโยชน์ให้คนอื่นมากมาย ก็ไม่ควรละทิ้งจุดหมาย**

**ปลายทางของตน เมื่อรู้ว่าอะไรคือ จุดหมายปลายทางแล้ว**

**ก็ควรใส่ใจจนขวย”**

## อุปสรรค

คนบางคน เริ่มแรกก็ตั้งเป้าหมายชีวิตดีอยู่ เช่น ตั้งใจจะทำมาหากิน โดยสุจริต แต่กำลังใจยังไม่เข้มแข็งพอ ครั้นทำไปทำไปเริ่มรู้สึกว่ารวยเข้าไป ไม่ทันใจ เป้าหมายชีวิตชักเขว ลงท้ายเลยไปคดโกงคนอื่นเขา ต้องติดคุกติดตะรางไป หรือบางคนตั้งใจจะให้ทาน รักษาศีล เจริญสมาธิภาวนา แต่พอถูกคนอื่นเข้าเหยียบบ้าง ล้อเลียนบ้าง เจอสิ่งชั่วๆ มากเข้ามากร้าวเข้าเลยเลิกปฏิบัติธรรม ปล่อยชีวิตให้เป็นไปตามอำนาจของกิเลส

ทำอย่างไร เราจึงจะป้องกันตัวเราไม่ให้เป็นอย่างนั้นบ้าง ทำอย่างไร จึงจะรักษาเป้าหมายชีวิตของเราไว้ให้มั่นคง

## วิธีการรักษาเป้าหมายชีวิตให้มั่นคง

๑. ฝึกให้เป็นคนมีศรัทธา ได้แก่ มีเหตุผล เชื่อในสิ่งที่ควรเชื่อ การเชื่อ มี ๒ แบบ คือ

- ๑.๑ เชื่ออย่างมีเหตุผล ประกอบด้วยปัญญา เรียกว่า **ศรัทธา**  
 ๑.๒ เชื่ออย่างไร้เหตุผล ปราศจากปัญญา เรียกว่า **งมงาย**

ศรัทธาขั้นพื้นฐาน ๓ ประการ คือ

**เชื่อว่าพระพุทธเจ้ามีจริง** เชื่อในพระปัญญาการตรัสรู้ของพระองค์  
**เชื่อในกฎแห่งกรรม** เช่น เชื่อว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว โดยการ  
 ทำดีนั้นจะต้องทำให้ครบองค์ประกอบสามประการ คือ ต้องทำให้

**ถูกต้อง** คือ มีปัญญาสามารถทำถูกต้องวัตถุประสงค์ของงานนั้น  
**ถึงดี** คือ มีความพยายามที่จะทำงานนั้นให้เต็มตามความสามารถ  
**พอดี** คือ มีสติดี ไม่ทำงานเลยเถิดไป เพื่อเหนียวมากไปจนเกิด  
 ความเสียหาย จึงจะได้ดี

**เชื่อในผลของกรรมว่าสามารถติดตามบุคคลผู้ทำนั้นตลอดไป**

๒. ฝึกให้เป็นคนมีศีล อย่างน้อยศีล ๕ (ความละเอียดของศีล ไปรตดู  
 ในมงคลที่ ๙)

๓. ฝึกให้เป็นคนมีความรู้ เป็นพหูสูต คือ หมั่นศึกษาหาความรู้ทั้ง  
 ทางโลกและทางธรรม

๔. ฝึกให้เป็นคนมีจาคะ คือ รู้จักเสียสละ การเสียสละแบ่งเป็น

๔.๑ **สละทรัพย์สิ่งของเป็นทาน** เป็นการกำจัดความตระหนี่ออกจาก  
 ใจ จึงเป็นที่รักของคนทั้งหลาย

๔.๒ **สละอารมณ์เบียดเบียนทาน** คือ ละอารมณ์โกรธ พยาบาทให้เป็น  
 อภัยทาน ทำให้ใจผ่องใสเบิกบานเป็นปกติ

๕. ฝึกสมาธิภาวนาเพื่อ**ให้ใจผ่องใส** เกิดปัญญา ซึ่งเป็นข้อที่สำคัญที่  
 สุดเพราะจะเห็นได้ว่า เหตุทำให้เป้าหมายชีวิตของเราคลอนแคลนนั้นเป็นเพราะ  
 ใจของเราขาดความมั่นคง ทนต่อความย่ำแย่ไม่ได้ แต่การฝึกสมาธิภาวนาเป็น  
 การฝึกใจโดยตรง ทำให้ใจของเรามีพลัง มีความหนักแน่นเข้มแข็ง ในการ  
 รักษาเป้าหมายชีวิตไว้ได้โดยสมบูรณ์

การฝึกทั้ง ๕ ประการนี้ นิยมเรียกว่า **สารธรรม** แปลว่า “ธรรมที่เป็นแก่น” ถ้าผู้ใดมีคุณธรรมทั้ง ๕ ข้อนี้ ชื่อว่า **เป็นคนที่มีแก่นคน**อย่างแท้จริง สามารถตั้งตนชอบได้

### อานิสงส์การตั้งตนชอบ

๑. เป็นผู้สามารถพึ่งตนเองได้
๒. เป็นผู้ไม่ประมาท
๓. เป็นผู้เตรียมไว้ดีแล้วก่อนตาย
๔. เป็นผู้มีความสวัสดิ์ในทุกที่ทุกสถาน
๕. เป็นผู้บูชาพระรัตนตรัยอย่างสูงสุด
๖. เป็นพลเมืองดีของประเทศชาติ
๗. เป็นตัวอย่างที่ดีแก่อนุชนรุ่นหลัง
๘. เป็นผู้ป้องกันภัยในอบายภูมิ
๙. เป็นผู้มีแก่นคน สามารถตัดดวงประโยชน์จากชีวิตได้เต็มที่
๑๐. เป็นผู้ได้รับสมบัติทั้ง ๓ โดยง่าย คือ มนุษย์สมบัติ ทิพยสมบัติ

และนิพพานสมบัติ



มงคลที่ ๗ พหุสูต



ขอบคั่นคว่ำ

# มงคลที่ ๗

## เป็นพหูสูต

แสงสว่างเป็นสิ่งจำเป็นในการเดินทางไกลจันใด ความเป็นพหูสูตก็เป็นสิ่งจำเป็นในการบุกเบิกสร้างความเจริญให้แก่ชีวิตจันนั้น

### พหูสูตคืออะไร?

**พหูสูต** หมายถึง “ความเป็นผู้ฉลาดรู้” คือผู้ที่รู้จักเลือกเรียนในสิ่งที่ควรรู้ เป็นผู้ที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมามาก ได้ยินได้ฟังมามาก และเป็นคนช่างสังเกต ซึ่งคุณสมบัติเหล่านี้เป็นต้นทางแห่งปัญญา ทำให้เกิดความรู้สำหรับบริหารงานชีวิตและเป็นกุญแจไขไปสู่ ลาก ยศ สรรเสริญ สุข และทุกสิ่งที่เราปรารถนา

### ความแตกต่างระหว่างบัณฑิตและพหูสูต

**บัณฑิต** คือผู้มีคุณธรรมประจำใจ มีความประพฤติดีงาม ไม่ว่าจะมีความรู้มากหรือน้อยก็ตาม บัณฑิตจะใช้ความรู้นั้น ๆ สร้างประโยชน์แก่ตนเอง และผู้อื่นอย่างเต็มที่ เป็นผู้ที่สามารถเอาตัวรอดได้แน่นอน ไม่ตกไปสู่อบายภูมิเป็นอันขาด

**พหุสูต** คือผู้มีความรู้มาก แต่คุณธรรมความประพฤติยังไม่แน่ว่าจะดี ยังไม่แน่ว่าจะเอาตัวรอดได้ ถ้าใช้ความรู้ที่มีอยู่ไปทำชั่ว เช่น เอาความรู้เคมีไปผลิตเฮโรอีน ก็อาจตกนรกได้

### ลักษณะความรู้ที่สมบูรณ์ของพหุสูต

๑. **รู้ลึก** หมายถึง รู้เรื่องราวสวาทไปหาเหตุในอดีตได้ ลึกซึ่งถึงความ เป็นมา เช่น แพทย์เมื่อเห็นอาการคนป่วยก็บอกได้ว่าเป็นโรคอะไร รู้ไปถึงว่า ที่เป็นโรคนั้นเพราะเหตุใด หรือช่างเมื่อเห็นอาการเครื่องยนต์ที่เสียก็สามารถ บอกได้ทันทีว่าเครื่องนั้นเสียที่ไหน เป็นเพราะอะไร เป็นต้น

๒. **รู้รอบ** หมายถึง ช่างสังเกต รู้สิ่งต่าง ๆ รอบตัว สภาพภูมิประเทศ ดินฟ้าอากาศ ผู้คนในชุมชน ความเป็นไปของเหตุการณ์ต่าง ๆ รอบตัว สิ่ง ที่ควรรู้อันรู้

๓. **รู้กว้าง** หมายถึง สิ่งรอบตัว แต่ละอย่างที่รู้จักก็รู้อย่างละเอียดรู้ถึง ความเกี่ยวพันของสิ่งนั้นกับสิ่งอื่น ๆ ด้วย คล้ายรู้รอบแต่เก็บรายละเอียดมากขึ้น

๔. **รู้ไกล** หมายถึง มองการณ์ไกล รู้ถึงผลที่จะตามมาในอนาคต เช่น เห็นสภาพดินฟ้าอากาศก็รู้ทันทีว่าปีนี้พืชผลชนิดใดจะขาดแคลน เห็นพฤติกรรม ของผู้ร่วมงานไม่น่าไว้วางใจก็รู้ทันทีว่า เขากำลังจะคิดไม่ซื่อ เห็นตนเองเริ่ม ย่อหย่อนต่อการปฏิบัติธรรมก็รู้ทันทีว่าถ้าทิ้งไว้เช่นนี้ต่อไปตนก็จะเสื่อมจากกุศล ธรรม ฯลฯ

ผู้ที่ประกอบด้วยความรู้ ๔ ประการนี้ ทั้งทางโลกและทางธรรมจึงจะ เป็นพหุสูตที่แท้จริง

### คุณสมบัติของพหุสูต หรือนักเรียน นักศึกษาที่ดี

๑. **พหุสูตุดา ความตั้งใจฟัง** คือมีนิสัยชอบฟัง ชอบอ่าน ชอบค้นคว้า ยึดหลัก “เรียนจากครู ดูจากตำรับ สดับปาฐะ”

๒. **ธดา ความตั้งใจจำ** คือมีความจำดี รู้จักจับสาระสำคัญ จับหลัก ให้ได้ แล้วจำได้แม่นยำ คนที่ความจำไม่ดี เพราะภพในอดีตชอบพูดปด ตี๋มสุรา

มาก ฯลฯ ดังนั้น ถ้าในชาตินี้เลิกดื่มสุรา เลิกพูดปดและพยายามทอ้งบ่อย ๆ หมั่นจดหมั่นเขียนบ่อย ๆ ไม่ซ้าก็จะเป็นผู้มีควมจำดี

๓. **วจสา ปริจิตา ความตั้งใจทอ้ง** คือต้องฝึกทอ้งให้คล่องปากทอ้ง จนขึ้นใจ จำได้คล่องแคล่วจัดเจน ไม่ต้องพลิกตำรา โดยเฉพาะพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งเป็นความจริงแท้แน่นอน ไม่เปลี่ยนแปลง ควรทอ้งไว้ให้ขึ้นใจทุกข้อกระทงควมให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ ส่วนวิชาการทางโลกยังมีการเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ เพราะยังไม่มีใครรู้จริง จึงควรทอ้งเฉพาะที่สำคัญ และหมั่นคิดหาเหตุผลด้วย

๔. **มนสานุปกขา ความตั้งใจขบคิด** คือใส่ใจนึกคิด ตรึกตรองสาวเหตุสาวผลให้เข้าใจตลอด พิจารณาให้เจนจบ นึกถึงครั้งใดก็เข้าใจปรุปร่งหมด

๕. **ทิวฐิยา สุปฏิวิททา ความแทงตลอดด้วยปัญญา** คือเข้าใจแจ่มแจ้ง ทั้งภาคทฤษฎีและปฏิบัติ ความรู้กับใจเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน อย่งไรก็ตาม ตราบใดที่ยังไม่ได้ฝึกสมาธิอย่างจริงจังจนสมบัตินี้ จะเกิดไม่เต็มที

## ลักษณะผู้ที่เป็นพหุสูตไม่ได้

๑. **คนราคะจริต** คือ คนขี้โอ๋ บ้ายอ เจ้าแง่แสนงอน รักสวยรักงาม พิถีพิถันจนเกินเหตุ มัวแต่งอน มัวแต่แต่งตัวจนไม่มีเวลาทอ้งบ่น ค้นคว้าหาความรู้ พวกนี้แก้โดยให้หมั่นนึกถึงความตาย พิจารณาซากศพอสุภะเนื่อง ๆ

๒. **คนโทสจริต** คือ คนขี้โมโห ฉุนเฉียว โกรธง่าย ผูกพยาบาทมาก มัวแต่คิดโกรธแค้นจนไม่มีเวลาไตร่ตรอง พวกนี้แก้โดยให้หมั่นรักษาศีลและแผ่เมตตาเป็นประจำ

๓. **คนโมหจริต** คือ คนสะเพร่า ขี้ลืม มั่งง่าย ทำอะไรไม่พยายามเอาดีสักแต่ให้เสร็จ สติไม่มั่นคง ใจกระด้างในการกุศล สงสัยในพระรัตนตรัย ว่ามีคุณจริงหรือไม่ พวกนี้แก้โดยให้หมั่นฝึกสมาธิอย่างสม่ำเสมอ

๔. **คนขี้ขลาด** คือ พวกขาดความเชื่อมั่นในตัวเอง ไม่กล้าลงมือทำอะไร กลัวถูกติ คอยแต่จะเป็นผู้ตาม ไม่มีความคิดริเริ่ม พวกนี้แก้โดยให้คบกับ

คนมาตรฐาน คือ คบบัณฑิต จะอ่าน จะทำอะไรก็ให้จับให้ทำแต่สิ่งที่เป็นมาตรฐาน ไม่สักแต่จะทำ

๕. คนหนักในอามิส คือ พวกบ้าสมบัติ ตีค่าทรัพย์สินว่ามากกว่าความรู้ ทำให้ไม่ชวนช่วยในการแสวงหาปัญญาเท่าที่ควร

๖. คนจับจด คือ พวกทำอะไรเหยาะแหยะไม่เอาจริง

๗. นักเลงสุรา คือ พวกขี้เมา ขาดสติ หมดหนทางที่จะเรียนรู้

๘. คนที่มีนิสัยเหมือนเด็ก คือ พวกชอบเอิกเกริกสนุกเฮฮาจนเกินเหตุ ไม่มีความรับผิดชอบ

## วิธีฝึกตนให้เป็นพหูสูต

๑. ฉลาดเลือกเรียนแต่สิ่งที่ควร

๒. ตั้งใจเรียนวิชาที่ตนเลือกแล้วอย่างเต็มความสามารถ

๓. มีความกระตือรือร้นที่จะศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอ

๔. ต้องหาความรู้ทางธรรมควบคู่ไปกับความรู้ทางโลกด้วย

๕. เมื่อเรียนแล้วก็จำไว้เป็นอันดี พร้อมทั้งจะนำความรู้ไปใช้ได้ทันที

## ข้อเตือนใจ

ถ้ามีความรู้ทางโลกอย่างเดียว ไม่ว่าตนเองจะเป็นคนฉลาดเพียงใดก็มีโอกาสพลาดพลั้งได้ เช่น มีความรู้เรื่องปริมาณ อาจนำไปใช้ในทางสันติเป็นแหล่งพลังงาน หรือนำไปสร้างเป็นระเบิดทำลายล้างชีวิตมนุษย์ก็ได้ เราจึงต้องศึกษาความรู้ทางธรรมไว้คอยกำกับความรู้ทางโลกด้วย ความรู้ทางธรรมจะเป็นเสมือนดวงประทีปส่องให้เห็นว่า สิ่งที่ทำนั้นถูกหรือผิด ควรหรือไม่ควร

ผู้ที่คิดแต่จะดักดวงความรู้ทางโลก แม้จะฉลาดร่ำรวยมีอำนาจสักปานใด ก็ไม่น่ารัก ไม่น่าเคารพ ไม่น่ายำเกรง ไม่น่านับถือ ยังเป็นหมุ่คณ ประเภท เอาตัวไม่รอด

โปรดจำไว้ว่า

**“ความรู้ที่เกิดแก่คนพาล ย่อมนำความฉิบหายมาให้  
เพราะเขานำความรู้ไปใช้ในทางที่ผิด ๆ”**

เราทุกคนจึงควรจะแสวงหาโอกาสศึกษาทั้งทางโลกและทางธรรมและรู้ให้ลึกซึ้งเกินกว่า การงานที่ตนรับผิดชอบ ความรู้ที่เกินมานี้ จะเป็นเสมือนดวงประทีป ส่องให้เห็นทางเบื้องหน้าที่จะนำไปสู่ความสำเร็จได้โดยง่าย

### อานิสงส์การเป็นพหูสูต

๑. ทำให้เป็นที่พึ่งของตนเองได้
๒. ทำให้ได้ความเป็นผู้นำ
๓. ทำให้แก้ว่ลวล้างอาจในทุกที่ทุกสถาน
๔. ทำให้บริบูรณ์ด้วยลาภ ยศ สรรเสริญ สุข
๕. ทำให้ได้รับคำชมเชย ได้รับความยกย่องเกรงใจ
๖. ไม่มีใครแย้งชิงได้ เป็นสหชาติปัญญาติดตัวข้ามภพข้ามชาติไป
๗. เป็นพื้นฐานของศิลปะ และความสามารถอื่น ๆ ต่อไป
๘. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานได้โดยง่าย

ฯลฯ



# มงคลที่ ๘ มีศิลปะ



ผู้มีศิลปะ แม้เพียงอย่างเดียว ก็หาเลี้ยงชีพได้โดยง่าย

(พุทธพจน์)

# มงคลที่ ๘

## มีศิลปะ

เราปลูกมะม่วง จะอิมจะรวยอยู่ที่ผลของมัน ช่วงแรกที่ปลูก มีลำต้น กิ่งใบ เป็นเพียงระยะเตรียมตัวเพื่อที่จะได้ผล เช่นเดียวกัน ความรู้ทุกอย่างหรือ ความเป็นพหูสูตที่เรามีอยู่ เป็นเพียงการเตรียมตัวเท่านั้น จะช่วยเราได้จริง ต่อ เมื่อเรามีศิลปะ สามารถนำออกมาใช้ได้อย่างดีเท่านั้น

### ศิลปะคืออะไร

ศิลปะ แปลว่า ฉลาดทำ คือ ทำเป็นนั่นเอง

พหูสูตนั้นเป็นผู้ฉลาดรู้ เรียนรู้ในหลักวิชา รู้ว่าอะไรเป็นอะไร รู้ว่าอะไร ทำอย่างไร ส่วนศิลปะ เป็นความสามารถในทางปฏิบัติ คือสามารถนำความรู้ นั้นมาใช้ให้บังเกิดผลได้

คนที่มีความรู้นั้น ไม่ใช่จะมีศิลปะทุกคน เช่นรู้วิธีหุงข้าว ว่าจะต้อง เอาข้าวสารใส่หม้อข้าวข้าว แล้วใส่น้ำยกขึ้นตั้งไฟ น้ำเดือดสักพักก็รินน้ำข้าวออก ดงให้ระอุอีกครู่หนึ่ง ก็คดข้าวออกมากินได้ นี่คือหลักวิชา แต่คนที่รู้เพียงเท่านั้น ไม่แน่ว่าจะหุงข้าวกินได้ทุกคน อาจจะได้ข้าวดิบบ้าง แฉะบ้าง ไหม้บ้าง เพราะ ไม่มีศิลปะในการหุงข้าว ฉลาดรู้แต่ยังไม่ฉลาดทำ

เรื่องอื่น ๆ ก็เช่นกัน ไม่ว่าจะขับรถยนต์ ตะตะกร้อ วាយน้ำ ทำกับข้าว ลองดูก็ได้ว่า ถ้ารู้แต่ทฤษฎีอย่างเดียวจะทำได้หรือไม่

## ประเภทของศิลปะ

**ทางกาย** คือฉลาดทำการช่างต่าง ๆ เช่น ช่างทอ ช่างเครื่อง ช่างวาด ช่าง-  
ออกแบบ ช่างปั้น ช่างภาพ ช่างพิมพ์ รวมทั้งฉลาดในการทำอาชีพอื่น ๆ  
เช่น การทำสวน ทำไร่ ปลูกพืชผัก การเขียนหนังสือ การตรวจคนไข้  
ตลอดจนถึงการยืน เดิน นั่ง นอน อย่างมีมารยาท การแต่งตัวให้  
เหมาะสม การต้อนรับแขก การแสดงความเคารพ การสำรวมกาย  
ก็จัดเป็นศิลปะทั้งสิ้น

**ทางวาจา** คือฉลาดในการพูด มีวาทศิลป์ รู้จักเลือกพูด แต่สิ่งที่ดีเป็นประโยชน์  
สามารถยกใจของผู้พูดและผู้ฟังให้สูงขึ้นได้

**ทางใจ** คือฉลาดในการคิดมีสติสัมปชัญญะ สามารถควบคุมความคิดให้คิดไป  
ในทางที่ดี คิดในทางสร้างสรรค์ คิดในทางที่ยกระดับจิตใจให้สูงขึ้น  
โดยย่อ ศิลปะ จึงหมายถึง คิดเป็น พูดเป็น ทำเป็น

## องค์ประกอบของศิลปะ

สิ่งที่ทำแล้วจัดว่าเป็นศิลปะ ต้องประกอบด้วยองค์ ๖ ดังนี้

๑. ทำด้วยความประณีต
๒. ทำให้สิ่งของต่าง ๆ มีค่าสูงขึ้น
๓. ทำแล้วส่งเสริมให้เกิดความคิดสร้างสรรค์
๔. ทำแล้วไม่ทำให้กามกำเริบ
๕. ทำแล้วไม่ทำให้ความคิดพยายาทกำเริบ
๖. ทำแล้วไม่ทำให้ความคิดเบียดเบียนกำเริบ

## คุณสมบัติของผู้สามารถมีศิลปะ

๑. **ต้องมีศรัทธา** มีความเชื่อมั่นในสิ่งที่จะทำว่าเป็นสิ่งดีจริง มีประโยชน์  
จริง มีใจรักที่จะทำ และมีความตั้งใจมั่นว่าจะต้องทำให้เสร็จ

๒. **ต้องไม่เป็นคนขี้โรค** รู้จักระวังรักษาสุขภาพของตัวเอง

๓. ต้องไม่เป็นคนที่ไม่มีขี้ความ คนโง่ทวดไม่มีใครอยากสอน ไม่มีใครอยากแนะนำ คนพวกนี้มัวแต่ทวด มัวแต่คุย จนไม่มีเวลาฝึกฝีมือตัวเอง
๔. ต้องไม่เป็นคนที่เกียจ มีความมานะพากเพียร อดทน
๕. ต้องเป็นคนมีปัญหา รู้จักพินิจพิจารณาช่างสังเกต

## วิธีฝึกตนให้มีศิลปะ

๑. ฝึกตนเองให้เป็นคนช่างสังเกต รู้จักหาจุดเด่นของสิ่งรอบตัว
๒. ตั้งใจทำงานทุกอย่างที่มาถึงตนให้ดีที่สุด อย่าดูถูกงาน อย่าเกียจงาน
๓. ตั้งใจทำงานทุกอย่างด้วยความประณีต ละเอียดลออ
๔. ตั้งใจปรับปรุงงานให้ดีขึ้นเสมอ ไม่ทำอะไรอย่างซู่ๆ ขอบไปที่
๕. หมั่นใกล้ชิดกับผู้มีศิลปะอย่างแท้จริงในสายงานนั้น ๆ
๖. ฝึกสมาธิอยู่เสมอ เพื่อให้ใจสงบผ่องใส เกิดปัญหาที่จะฝึกและปรับปรุงตนเอง ให้มีคุณสมบัติของผู้มีศิลปะได้

## ข้อควรระวัง

อย่าเอาแต่จับผิดผู้อื่น ไม่เช่นนั้นตัวเราจะกลายเป็น “ศิลปินนักตี” คือตีแต่ตีผลงานของผู้อื่นเรื่อยไป ตีคนอื่นไว้มาก เลยไม่กล้าแสดงฝีมือ เพราะกลัวคนอื่นจะตีเอาบ้าง สุดท้ายเลยกลายเป็นคนไม่มีผลงาน ทำอะไรไม่เป็น

## อานิสงส์การมีศิลปะ

๑. ทำคนให้เป็นคน
๒. ทำคนให้ดีกว่าคน
๓. ทำคนให้เด่นกว่าคน
๔. ทำคนให้เลิกกว่าคน
๕. ทำคนให้ประเสริฐกว่าคน

๖. ทำคนให้สูงกว่าคน
๗. ทำคนให้เลี้ยงตัวได้
๘. ทำคนให้ฉลาด
๙. ทำคนให้มั่งคั่งสมบูรณ์
๑๐. ทำคนให้ประเสริฐ
๑๑. ทำคนให้ได้รับความสุขทั้งโลกนี้โลกหน้า
๑๒. ทำโลกให้เจริญทั้งด้านวัตถุและจิตใจ

“ผู้มีศิลปะแม่เพียงอย่างเดียว ก็สามารถเลี้ยงชีพได้โดยง่าย”

(พุทธพจน์)



# มงคลที่ ๙

## มีวินัย

ดาบคมที่ไร้ฝัก ลูกกระเบิดที่ไม่มีสลักนिरภัย ย่อมเกิดโทษแก่เจ้าของได้ง่าย ฉันทิด “ความรู้” และ “ความสามารถ” ถ้าไม่มีวินัยกำกับแล้ว ก็จะมีโทษแก่ผู้เป็นเจ้าของได้ ฉันทันนั้น

ช่างดาบทำฝักดาบไว้กันอันตราย ช่างทำระเบิดก็ทำสลักนिरภัยไว้เช่นเดียวกัน เมื่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงสอนพุทธศาสนิกชน ให้เป็นคนฉลาดรู้ฉลาดทำแล้ว จึงทรงสั่งส่ำทับด้วยว่า ต้องมีวินัย

### วินัยคืออะไร

วินัยหมายถึง ระเบียบ กฎเกณฑ์ข้อบังคับสำหรับควบคุมความประพฤติทางกายของคนในสังคมให้เรียบร้อยดีงาม เป็นแบบแผนอันหนึ่งอันเดียวกัน จะได้อยู่ร่วมกัน ด้วยความสุขสบาย ไม่กระทบกระทั่งซึ่งกันและกัน ให้ห่างไกลจากความชั่วทั้งหลาย

การอยู่ร่วมกันเป็นหมู่เหล่า ถ้าขาดระเบียบวินัย ต่างคนต่างทำตามอำเภอใจ ความขัดแย้งและลักลั่นก็จะเกิดขึ้น ยิ่งมากคนก็ยิ่งมากเรื่อง ไม่มี ความสงบสุข การงานที่ทำก็จะเสียผล

มงคลที่ ๔ มีวินัย



ถ้าประชาชนแต่ละคนเป็นเสมือนดอกไม้แต่ละดอก ดอกไม้ทั้งหลายเหล่านี้จะด้อยค่าลง หากวางอยู่ระเกะระกะระจัดกระจาย ทั้งยังทำให้กรงรังอีกด้วย แต่เมื่อเรานำดอกไม้เหล่านี้มาร้อยรวมเข้าด้วยกันด้วยเส้นด้ายดอกไม้เหล่านี้ก็จะกลายเป็นพวงมาลัยอันงดงามเหมาะที่จะนำไปใช้ประดับตกแต่งให้เจริญตาเจริญใจ เส้นด้ายที่ใช้ร้อยดอกไม้ให้รวมกันอยู่อย่างมีระเบียบงดงามนั้นเปรียบเสมือนวินัย

วินัยจึงเป็นสิ่งที่ใช้ควบคุมคน ให้คนเราใช้ความรู้ ความสามารถไปในทางที่ถูกที่ควร คือทำให้เป็นคน “ฉลาดใช้” นั่นเอง

## ชนิดของวินัย

ตัวเรามีของสำคัญ ๒ อย่าง คือ ชีวิต กับ จิตใจ  
 ชีวิต ของเราขึ้นอยู่กับระบบโลก ต้องพึ่งโลกชีวิตจึงจะเจริญ  
 จิตใจ ของเราขึ้นอยู่กับระบบธรรม ต้องพึ่งธรรม จิตใจจึงจะเจริญ  
 เพื่อให้ชีวิตและจิตใจ เจริญทั้ง ๒ ทาง เราจึงต้องดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกันทั้ง ๒ ด้านด้วย

ผู้ที่ฉลาดรู้ ก็ต้องศึกษาให้รู้ทั้งทางโลกและทางธรรม  
 ผู้ที่ฉลาดทำ ก็ต้องทำให้เป็นให้ถูกต้อง ทั้งทางโลกและทางธรรม  
 เช่นกัน ผู้ที่ฉลาดใช้ ก็ต้องมีวินัยทางโลกและวินัยทางธรรมคอยช่วยกำกับ ความรู้ และความสามารถเอาไว้

## วินัยทางโลก

วินัยทางโลก หมายถึงระเบียบสำหรับควบคุมคนในสังคมแต่ละแห่งเป็นข้อตกลงของคนในสังคมนั้นที่จะให้ทำหรือไม่ให้ทำบางสิ่งบางอย่างซึ่งบางครั้งเราก็เรียกชื่อแยกแยะออกไปหลายอย่าง เช่น กฎหมาย พระราชบัญญัติ พระราชกฤษฎีกา กฎข้อบังคับ ระเบียบ ธรรมเนียมประเพณี คำสั่ง ประกาศ กติกา ฯลฯ สิ่งเหล่านี้รวมเรียกว่า วินัยทางโลกทั้งสิ้น

## วินัยทางธรรม

เนื่องจากเราชาวพุทธ มีทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิต ดังนั้นวินัยทางศาสนา จึงมี ๒ ประเภท คือ

๑. **อนาคาริยวินัย** วินัยสำหรับผู้ออกบวช ได้แก่ วินัยของพระภิกษุ สามเณร

๒. **อาคาริยวินัย** วินัยสำหรับผู้ครองเรือน หรือประชาชนชายหญิง ทั้ง ๆ ไป

## อนาคาริยวินัย

จุดมุ่งหมายสูงสุดของนิกบวช คือความหมดกิเลส ผู้จะหมดกิเลสได้ ต้องมีปัญญาอย่างยิ่ง ผู้จะมีปัญญาอย่างยิ่งได้จะต้องมีสมาธิอย่างยิ่ง ผู้จะมีสมาธิอย่างยิ่งได้ จะต้องตั้งอยู่บนฐานของศีลอย่างยิ่ง คืออนาคาริยวินัย ๔ ประการ อันเป็นพื้นฐานของความบริสุทธิ์ได้แก่

ก. **ปาฏิโมกขสังวร** คือการสำรวมอยู่ในศีล ๒๒๗ ข้อที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงบัญญัติ เว้นข้อที่พระองค์ทรงห้าม ทำตามข้อที่พระองค์ทรงให้ ปฏิบัติ

ข. **อินทริยสังวร** คือการรู้จักสำรวม ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้ เพลิดเพลินไปกับอารมณ์อันน่าใคร่ อันเกิดจากการเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส สัมผัส และการรับรู้อารมณ์ทางใจ อะไรที่ไม่ควรดูก็อย่าไปดู อะไรไม่ควร ฟังก็อย่าไปฟัง อะไรไม่ควรดมก็อย่าไปดม อะไรไม่ควรลิ้มชิมรสก็อย่าไปชิม อะไรไม่ควรถูกต้องสัมผัสก็อย่าไปสัมผัส และอะไรที่ไม่ควรคิดก็อย่าไปคิด

ก. **อาชีวะปาริสุทธิสังวร** คือ การหาเลี้ยงชีวิตในทางที่ชอบ ได้แก่ การบิณฑบาต สำหรับการเลี้ยงชีวิตในทางที่ผิด เช่นการหลาฆาตกรรม การด่า การไปขวย การเป็นหมอดู การเป็นพ่อสื่อแม่ชัก การประจบชาวบ้านจัดเป็น การกระทำที่ผิดพระวินัย

ง. **ปัจจัยปัจจบกขณะ** คือการพิจารณาก่อนที่จะบริโภคหรือใช้ปัจจัย ๔ ว่าสิ่งนั้นเป็นเพียงเครื่องหล่อเลี้ยงชีวิตให้อยู่ได้ เหมือนน้ำมันหยอดเพลารถให้รถ

เล่นไปได้เท่านั้น

พิจารณาตั้งนี้แล้ว ย่อมบรรเทาความหลง ความมัวเมาในอาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่ ยารักษาโรคได้ ทำให้กินเพื่ออยู่ ไม่ใช่ชอยู่เพื่อกิน

เมื่อแรกเริ่ม พระพุทธศาสนายังไม่มีการบัญญัติวินัย เพราะพระภิกษุยังมีจำนวนน้อย และทุกรูปต่างก็ตั้งใจประพฤติปฏิบัติธรรมอย่างเคร่งครัด ทราบดีว่าอะไรเป็นสิ่งควรทำหรือไม่ควรทำ ต่อมาพระภิกษุมีจำนวนมากขึ้น และมีผู้ประพฤติไม่คอยดีหลงเข้ามาบวชด้วย ไปทำสิ่งที่ไม่สมควรขึ้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงทรงบัญญัติวินัยขึ้นทีละข้อ วินัยทุกข้อในพระพุทธศาสนาจึงมีที่มาทั้งสิ้น ตัวอย่างเช่นวินัยข้อแรกในพุทธศาสนาเกิดขึ้นเพราะพระภิกษุรูปหนึ่งชื่อสุทิน ได้ย้อนกลับไปร่วมหลับนอนกับภรรยาเก่า เพราะบิดามารดาขอรับ เพื่อให้มีทายาทไว้สืบสกุล พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงทรงบัญญัติวินัยข้อที่ ๑ ขึ้นว่า “ห้ามเสพเมถุน”

## วัตถุประสงค์ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงบัญญัติวินัย

๑. เพื่อรองรับความตั้งอยู่ดีของหมู่สงฆ์
๒. เพื่อข่มบุคคลผู้เก้อยาก หน้าด้าน
๓. เพื่อความสุขสำราญแห่งหมู่สงฆ์
๔. เพื่อความสุขสำราญแห่งภิกษุผู้มีศีลเป็นที่รัก
๕. เพื่อป้องกันอาสวกิเลสอันจะบังเกิดในปัจจุบัน
๖. เพื่อป้องกันอาสวกิเลสอันจะบังเกิดในอนาคต
๗. เพื่อความเลื่อมใสของชุมชนที่ยังไม่เลื่อมใส
๘. เพื่อความเลื่อมใสยิ่งขึ้นของชุมชนที่เลื่อมใสแล้ว
๙. เพื่อความดำรงมั่นแห่งพระสังฆธรรม
๑๐. เพื่ออนุเคราะห์พระวินัย

## อากาเรียวินัย

วินัยสำหรับคฤหัสถ์ผู้ครองเรือน ที่สำคัญคือ ศีล ๕

## ศีลคืออะไร

ศีล แปลว่า ปกติ เป็นวินัยทางธรรมเบื้องต้นของคนเป็นเครื่องจำแนกคนออกจากสัตว์

ทุกสิ่งทุกอย่างจะต้องมีลักษณะปกติของมันเอง เช่น ปกติของม้าต้องยืน ไม่มีการนอน ถ้ามันนอนก็เป็นการผิดปกติแสดงว่าม้าป่วย ฤดูฝนตามปกติจะต้องมีฝน ถ้าฤดูฝนกลับแล้ง ฝนไม่ตกแสดงว่าผิดปกติ

## อะไรคือปกติของคน ?

๑. ปกติของคนจะต้องไม่ฆ่า ถ้าวันไหนมีการฆ่า วันนั้นก็ผิดปกติของคน แต่ไปเข้าข่ายปกติของสัตว์ เช่น เสือ หมี ปลา ฯลฯ ซึ่งฆ่ากันเป็นปกติเพื่อรักษาปกติของคนไว้ ศีลข้อที่ ๑ จึงเกิดขึ้นมาว่า **คนจะต้องไม่ฆ่า**

๒. ปกติของสัตว์เวลากินอาหารมันจะแย่งกัน ขโมยกัน ถึงเวลาอาหารที่ไร่นุ้ยจำเป็นต้องกัดกันทุกที แต่คนไม่เป็นอย่างนั้น เพื่อรักษาปกติของคนไว้ ศีลข้อที่ ๒ จึงเกิดขึ้นว่า **คนจะต้องไม่ลัก ไม่คอร์รัปชั่น ไม่ยกยอก กดโกง**

๓. ปกติของสัตว์ ไม่รู้จักหักห้ามใจให้พอใจเฉพาะคู่ของตน ในฤดูผสมพันธุ์สัตว์จึงมีการต่อสู้แย่งชิงตัวเมีย บางครั้งถึงกับต่อสู้กันจนตายไปข้างหนึ่งก็มี แต่ปกติของคนแล้วจะไม่แย่งคู่ครองของใคร พอใจเฉพาะคู่ครองของตนเท่านั้น เพื่อรักษาปกติของคนไว้ ศีลข้อที่ ๓ จึงเกิดขึ้นว่า **คนจะต้องไม่ประพฤติล่วงในกาม**

๔. ปกติของสัตว์ไม่มีความจริงใจต่อใคร พร้อมทั้งจะทำอันตรายได้ทุกเมื่อ แต่ปกติของคนนั้น เราพูดกันตรงไปตรงมา มีความจริงใจต่อกันถ้าใครโกหกหลอกลวงก็ผิดปกติไป เพื่อรักษาปกติของคนไว้ ศีลข้อที่ ๔ จึงเกิดขึ้นว่า **คนจะต้องไม่พูดเท็จ**

๕. ปกติแล้วสัตว์มีกำลังร่างกายแข็งแรงมากกว่าคน แต่สัตว์ไม่มีสติควบคุมการใช้กำลังของตนให้ถูกต้อง ดังนั้นจึงไม่สามารถเปลี่ยนกำลังกาย ให้เป็นกำลังความดีได้ มีแต่ความป่าเถื่อนตามอารมณ์ เช่น ช้าง ม้า วัว ควาย แม้มีกำลังกายมาก แต่ไม่เคยออกแรงไปหาอาหารมาเลี้ยง พ่อ แม่ ของมัน แต่อย่างไรใด

ส่วนคนแม้มีกำลังกายน้อยกว่าสัตว์ แต่อาศัยสติอันมั่นคงช่วยเปลี่ยนกำลังกายน้อย ๆ นั้น ให้เกิดเป็นกำลังความดี เช่น มีกตัญญูกตเวที เมื่อโตขึ้นก็เลี้ยงพ่อแม่เลี้ยงแม่ได้

สติเป็นของเหนียวแน่นคงทน แม้อดอาหารทั้งวันสติก็ยังมีดี ทำงานทั้งเดือนไม่ได้พักสติก็ยังดี นอนป่วยบนเตียงทั้งปีสติก็ยังดี แต่สติกลับเปื่อยยุ่ยทันที ถ้าไปเสพสุรายาเมาเข้า สุราเพียงครึ่งแก้วอาจทำผู้ดื่มให้สติพันเฟื้องถึงกับลืมตัวลงมือทำร้ายผู้มีพระคุณได้ หมดความสามารถในการเปลี่ยนกำลังกายให้เป็นกำลังความดี ดังนั้นผู้ที่เสพสุราหรือของมีนเมา จึงมีสภาพผิดปกติคือ มีสภาพโกล้สัตว์เข้าไปทุกขณะ

เพื่อรักษาปกติของคนไว้ ศิลข้อที่ ๕ จึงเกิดขึ้นว่า **คนจะต้องไม่เสพของมีนเมาให้โทษ**

ศิลทั้ง ๕ ข้อ คือ

๑. ไม่ฆ่า
๒. ไม่ลัก
๓. ไม่ล่วงในกาม
๔. ไม่หลอกลวง
๕. ไม่เสพของมีนเมาให้โทษ

จึงเกิดขึ้นมาโดยสามัญสำนึกและเกิดขึ้นพร้อมกับโลกเพื่อรักษาความปกติสุขของโลกไว้

ศิล ๕ มีมาก่อนพุทธกาล พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงรับเข้ามาไว้ในพระพุทธานุศาสน์และชี้แจงถึงความจำเป็นของการมีศิลให้ทราบ ดังนั้นศิลจึงไม่ใช่ข้อห้ามตามที่คนจำนวนมากเข้าใจ นอกจากนี้ศิลยังใช้เป็นเครื่องวัดความเป็นคนได้อีกด้วย

วันใดเรามีศิลครบ ๕ ข้อ แสดงว่าวันนั้นเรามีความเป็นคนครบบริบูรณ์ ๑๐๐%

ถ้ามีศิลเหลือ ๔ ข้อ ความเป็นคนก็เหลือ ๘๐% โกล้สัตว์เข้าไป ๒๐%

ถ้ามีศีลเหลือ ๓ ข้อ ความเป็นคนก็เหลือ ๖๐% ไกลสวรรค์เข้าไป ๔๐%  
 ถ้ามีศีลเหลือ ๒ ข้อ ความเป็นคนก็เหลือ ๔๐% ไกลสวรรค์เข้าไป ๖๐%  
 ถ้าศีลเหลือ ๑ ข้อ ความเป็นคนก็เหลือ ๒๐% ไกลสวรรค์เข้าไป ๘๐%

ถ้าศีลทุกข้อขาดหมด ก็หมดความเป็นคน หมดความสงบ หมดความสุข  
 ถึงยังมีชีวิตอยู่ก็เหมือนคนตายแล้ว ความดีใด ๆ ไม่อาจงอกเงยขึ้นมาได้อีก มีชีวิต  
 อยู่เพียงเพื่อจะทำความเดือดร้อนให้แก่ ตนเองและผู้อื่นเท่านั้น คนชนิดนี้คือ  
 คนประมาทแท้ ๆ

## วิธีรักษาศีลตลอดชีพ

เพื่อรักษาความเป็นคนของตนไว้ให้ดี ชาวพุทธจึงจำเป็นต้องรักษาศีล  
 ยิ่งชีวิต การจะรักษาศีลให้ได้เช่นนั้น ต้องอาศัยปัญญาเข้าช่วย จึงจะรักษา  
 ไว้ได้โดยง่ายก่อนอื่นให้พิจารณาว่า

- ศีล แปลว่า ปกติ
- คนผิดศีล คือ คนผิดปกติ

- แต่ปัจจุบันนี้คนซึ่งผิดศีลจนเป็นปกตินิสัย มีจำนวนมากขึ้นทุกที  
 กระทั่งหลายคนเห็นคนมีศีลกลายเป็นคนผิดปกติไป เมื่อความเห็นวิบัติไปเช่นนี้  
 ประเทศชาติบ้านเมืองที่เคยร่มเย็นตลอดมา จึงต้องพลอยวิบัติ มีการฆ่ากัน โกง  
 กัน ผิดลูกผิดเมีย ฯลฯ จนประชาชนนอนตาไม่หลับ สะดุ้งหวาดระแวงกันไป  
 ทั้งเมือง เราจะให้ผู้ใดมาดับทุกข์ความวิบัติครั้งนี้ ?

เราชาวพุทธแต่ละคนนี้แหละคือผู้ดับ เราจะดับทุกข์ด้วยการถือศีล ถึง  
 คนอื่นไม่ช่วยถือเราก็ถือเพียงลำพัง ถ้าเปรียบประเทศไทยเหมือนหม้อน้ำใหญ่  
 ก็เป็นหม้อน้ำที่กำลังเดือดพล่าน เดือดพล่านเพราะพินกว่าห้าสิบล้านตัน คือ  
 ประชากรประมาณ ๕๐ ล้านคนที่กระทบกระทั่งกันเพราะขาดศีล ถ้าตัวเรามี  
 ศีลเมื่อใดก็เหมือนกับตั้งตนเองออกจากกองไฟไป ๑ ต้น แม้น้ำในหม้อจะยัง  
 เดือดพลานอยู่ แต่ก็ไม่ใช่เพราะเรา เมื่อแต่ละคนต่างตั้งตนเองออกจากกองทุกข์  
 โดยไม่เกี่ยงงอนกันดังนี้ ในไม่ช้าไฟทุกข์ย่อมดับมอดลงเองประเทศชาติก็จะคืนสู่  
 สภาพปกติสุขได้

เพื่อเป็นการย้ำความคิดที่จะถือศีลให้มั่นคงตลอดชีพ จำต้องหาวิธีการที่เหมาะสม ซึ่งมีอยู่วิธีหนึ่งคือ วิธีปลุกพระ ทุก ๆ เช้าก่อนออกจากบ้านให้เอาพระเครื่องที่แขวนคออยู่ใส่ในมือพนมหรือพนมมืออยู่หน้าที่บูชาพระแล้วตั้งใจกล่าวคำสมาทานรักษาศีล ๕ ดังอย่างนี้

ปาณาติปาตา เวระมณี ข้าฯ จะไม่ฆ่า  
 อะทินนาทานา เวระมณี ข้าฯ จะไม่ลัก  
 กามเมสุมิจฉาจารา เวระมณี ข้าฯ จะไม่ล่วงในกาม  
 มุสาวาทา เวระมณี ข้าฯ จะไม่หลอกลวง  
 สุราเมระยะ มัชชปมาทัฏฐานา เวระมณี ข้าฯ จะไม่เสพของมึนเมา  
 ทางการแพทย์โรคที่เกิดขึ้นมี 2 ประเภท

๑) โรคประจำสังขาร เช่น โรคชรา โรคจากเชื้อโรคที่ระบาดเป็นครั้งคราว

๒) โรคจากการแส่หาด้วยความประมาท เช่น

ขาดศีลข้อ ๕ ทำให้เกิดพิษสุราเรื้อรัง ดับแข็ง ทะเลาะวิวาท

ขาดศีลข้อ ๔ ทำให้เกิดโรคความจำเสื่อม ผู้ที่โกหกมาก ๆ เข้าลงท้าย แม้กระทั่งตัวเองก็หลงลืมว่าเรื่องที่ตนพูดขึ้นนั้นเป็นเรื่องจริงหรือโกหก

ขาดศีลข้อ ๓ ทำให้เกิดกามโรคได้ง่าย

ขาดศีลข้อ ๒ ทำให้เกิดโรคจิต เช่น โรคหวาดผวา

ขาดศีลข้อ ๑ ทำให้อายุสั้น เช่น บุคคลประเภทเจ้าพ่อทั้งหลายฆ่าคนมามาก ลงท้ายก็โดนเขาฆ่าเอาบ้าง

**“ผู้ฆ่าย่อมได้รับการฆ่าตอบ ผู้ทรนายน่อมได้รับการทรนตอบ”**

(พุทธพจน์)

ดังนั้นหากเรารักษาศีล ๕ ได้ ก็เหมือนได้ฉนวนป้องกันสารพัดโรคไว้แล้ว

ในวันพระหรือทุก ๗ วัน ควรถือศีล ๘ ซึ่งมีข้อเพิ่มเติมจากศีล ๕ ดังนี้  
 ศีลข้อ ๓ เปลี่ยนจากประพฤตินิดในกามเป็น เว้นจากการเสพกาม  
 ศีลข้อ ๖ เว้นจากการกินอาหารยามวิกาล คือ ตั้งแต่เที่ยงถึงเช้าวันรุ่งขึ้น  
 ศีลข้อ ๗ เว้นจากการตกแต่งร่างกายด้วยเครื่องประดับ และ ของหอม  
 และเว้นจาก การดูการละเล่น

ศีลข้อ ๘ เว้นจากการนอนบนที่นอนอันนุ่มและสูงใหญ่

ศีลข้อ ๖-๘ จะควบคุมความรู้สึกทางเพศไม่ให้เกิดขึ้นเกินส่วนและนี่คือ

- ๑) เป็นการคุมกำเนิดโดยธรรมชาติ
- ๒) เป็นการลดช่องว่างระหว่างชนชั้น ไม่มีการแข่งขันระดับประดา  
 ร่างกาย เป็นอยู่อย่างไม่ฟุ้งเฟ้อ
- ๓) เป็นการทำให้จิตใจสงบเบื้องต้น แล้วสามารถเข้าถึงธรรมะขั้นสูง  
 ต่อไป

## อานิสงส์ของศีล

๑. ทำให้สามารถใช้สอยทรัพย์ได้เต็มอิม โดยไม่ต้องหวาดระแวงว่าจะมี  
 ใครมาทวงคืน
๒. ทำให้เกียรติคุณพุ่งขจรไปว่าเป็นคนเชื่อถือได้ มีอนาคตดี
๓. ทำให้แก่ล้าวกล้าอายุในท่ามกลางประชุมชน
๔. ทำให้เป็นคนไม่หลงลืมสติ มีจังหวะชีวิตดี
๕. เมื่อยังไม่บรรลุนิพพาน ตายแล้วก็ไปเกิดในสวรรค์

## อานิสงส์การมีวินัย

วินัยทั้งทางโลกและทางธรรมรวมกันแล้วทำให้เกิดประโยชน์คือ

๑. วินัยนำไปดี หมายความว่า ทำให้ผู้รักษาวินัยดีขึ้น ยกฐานะผู้มีวินัย  
 ให้สูงขึ้น เช่น

เด็กกลางถนน เข้าโรงเรียนมีวินัย กลายเป็น นักเรียน  
เด็กชาวบ้าน บวชแล้วถือศีล ๑๐ กลายเป็น สามเณร  
สามเณร บวชแล้วถือศีล ๒๒๗ กลายเป็น พระภิกษุ

วินัยเป็นข้อบังคับใจเราก็จริงแต่เป็นข้อบังคับเพื่อให้เราไปถึงที่หมาย  
ของชีวิตตามความประสงค์ของเราเอง

๒. **วินัยนำไปแจ้ง** คำว่า แจ้ง แปลว่า สว่าง หรือเปิดเผยไม่คลุม ๆ  
เครือ ๆ วินัยนำไปแจ้งคือเปิดเผยธาตุแท้ของคนได้ ว่าไว้ใจได้แค่ไหน โดยดูว่า  
เป็นคนมีวินัยหรือไม่

๓. **วินัยนำไปต่าง** เราดูความแตกต่างของคนด้วยวินัย ยกตัวอย่างคนที่  
ช่องสุ่มสมัศรพรรคพวกและอาวุธไว้สู้รบกับคนอื่น ถ้ามีวินัยเราเรียกว่า กองทหาร  
เป็นมิ่งขวัญของบ้านเมือง ถ้าไม่มีวินัยเราเรียกว่า กองโจร เป็นเสี้ยนหนามของ  
แผ่นดิน คนที่พกอาวุธเดินปนอยู่ในที่ชุมชนอย่างองอาจ ถ้ามีวินัยเราเรียกว่า  
ตำรวจ เป็นผู้พิทักษ์สันติราษฎร์ ถ้าไม่มีวินัยเราเรียกว่า นักเลงอันธพาลเป็น  
ผู้พิฆาตสันติสุข คนที่เกี่ยวภิกษาจารย์ฟังคนอื่นเลี้ยงชีวิตถ้ามีวินัยรักษาศีล ๒๒๗  
เราเรียกว่าพระภิกษุ เป็นบุญของผู้ให้ทาน ถ้าไม่มีวินัย เราเรียกว่า ขอทาน เป็น  
กรรมของผู้ถูกขอ

เราต้องการก้าวไปสู่ความดีความก้าวหน้า เราต้องการความบริสุทธิ์  
กระฉ่างแจ้ง เราต้องการยกฐานะให้สูงขึ้น เพราะฉะนั้นเราจึงจำเป็นต้องรักษา  
วินัย

**ผู้มีวินัยดี หมายถึง ผู้ที่รักษาวินัยทั้งทางโลกและทางธรรม  
อย่างถูกต้องและเคร่งครัด**



มงคลที่ ๑๐ มีวาจาสุภาสิต



# มงคลที่ ๑๐

## มีวาจาสุภาสิต

ปลามีชีวิตยืนยาวอยู่ได้ก็เพราะอาศัยปากเป็นสิ่งสำคัญ แต่ก็เพราะปากนั่นเอง ปลาจึงต้องคิดเบ็ดเสียชีวิตโดยง่าย

เช่นกัน คนเราจะประสบความสำเร็จได้รับความเจริญก้าวหน้าในชีวิตก็เพราะอาศัยวาจาสุภาสิตจากปาก แต่ก็เพราะวาจาทุภาสิตจากปากเพียงคำเดียวบางครั้งแม้แต่ชีวิตก็ยากจะรักษาไว้ได้

วาจาสุภาสิตคืออะไร ?

วาจาสุภาสิต หมายถึง คำพูดที่ผู้พูดได้กลั่นกรองไว้ดีแล้ว มีใช้สักแต่พูด อวยวะในร่างกายของคนเรานี้ก็แปลก

ตา มีหน้าที่ดูอย่างเดียว ธรรมชาติให้มา ๒ ตา

หู มีหน้าที่ฟังอย่างเดียว ธรรมชาติให้มา ๒ หู

จมูก มีหน้าที่ดมกลิ่นอย่างเดียว ธรรมชาติให้มา ๒ รู

แต่ปาก มีหน้าที่ถึง ๒ อย่าง คือ ทั้งกินและพูด ธรรมชาติกลับให้มาเพียงปากเดียว แสดงว่าธรรมชาติต้องการให้คนดูให้มาก ฟังให้มากแต่พูดให้น้อยๆ ให้มีสติคอยระมัดระวังปาก จะกินก็กินให้พอเหมาะ จะพูดก็พูดให้พอดี ลักษณะคำพูดที่พอเหมาะพอดี เป็นคุณทั้งแก่ตัวผู้พูดและผู้ฟังเรียกว่า วาจาสุภาสิต

## องค์ประกอบของวาจาสุภาษิต

๑. ต้องเป็นคำจริง ไม่ใช่คำพูดที่ปั้นแต่งขึ้นไม่ฉลาดเคลื่อนจากความ เป็นจริง ไม่บิดเบือนจากความจริง ไม่เสริมความ ไม่อำความต้องเป็นเรื่องจริง จริง จริง

๒. ต้องเป็นคำสุภาพ เป็นคำพูดไพเราะที่กลั่นออกมาจากน้ำใจที่ บริสุทธิ์ ไม่เป็นคำหยาบ คำดำ คำประชดประชัน คำเสียดสี คำหยาบนั้นฟังก็ ระคายหู แต่คิดถึงก็ระคายใจ

๓. พูดแล้วก่อให้เกิดประโยชน์ เกิดผลดีทั้งแก่คนพูดและคนฟังถึงแม้ คำพูดนั้นจะจริงและเป็นคำสุภาพ แต่ถ้าพูดแล้วไม่เกิดประโยชน์อะไรกลับจะทำให้ เกิดโทษ ก็ไม่ควรพูด

๔. พูดไปด้วยจิตเมตตา พูดด้วยความปรารถนาดี อยากให้คนฟัง มีความสุข มีความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป ในข้อนี้หมายถึงว่า แม้จะพูดจริง เป็นคำ สุภาพ พูดแล้วเกิดประโยชน์ แต่ถ้าจิตยังคิดโกรธ มีความริษยาก็ยังไม่สมควรพูด

๕. พูดถูกกาลเทศะ แม้ใช้คำพูดที่ดี เป็นคำจริง เป็นคำสุภาพ เป็น คำพูดที่มีประโยชน์ และพูดด้วยจิตที่เมตตา แต่ถ้าผิดจังหวะ ไม่ถูกกาลเทศะผู้ฟัง ยังไม่พร้อมที่จะรับแล้ว จะก่อให้เกิดผลเสียได้ เช่น จะกลายเป็นประจานกัน หรือจับผิดไป

- พูดถูกเวลา (กาล) คือ รู้ว่าเวลาไหนควรพูด เวลาไหนยังไม่ควรพูด ควรพูดนานเท่าไร ต้องคาดผลที่จะเกิดขึ้นไว้ด้วย

- พูดถูกสถานที่ (เทศะ) คือ รู้ว่าในสถานที่เช่นไร เหตุการณ์แวดล้อม เช่นไร จึงสมควรที่จะพูด หากพูดออกไปแล้วจะมีผลดีหรือผลเสียอย่างไร เช่น มีความหวังคืออยากเตือนเพื่อนไม่ให้ดื่มเหล้า แต่ไปเตือนขณะเพื่อนกำลังเมาอยู่ อย่างนั้นนอกจากเขาจะไม่ฟังแล้ว เราเองอาจเจ็บตัวได้

“คนฉลาดไม่ใช่เป็นแค่พูดเท่านั้น ต้องนิ่งเป็นด้วย”

“คนที่พูดเป็นนั้น ต้องรู้ในสิ่งที่ไม่ควรพูดให้ยิ่งกว่าสิ่งที่ควรพูด”

## เรื่อนำรู้เกี่ยวกับการพูด

### ลักษณะของพูดที่ดี (พูดสันติ)

๑. ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ไม่ด่วนปฏิบัติ
๒. เมื่อถึงคราวพูด ก็สามารถทำให้ผู้อื่นฟัง
๓. รู้จักกำหนดขอบเขตของการพูดให้กะทัดรัด
๔. จำเนื้อความทั้งหมดที่จะพูด
๕. เข้าใจเนื้อความทั้งหมดโดยละเอียดตามความเป็นจริง
๖. ทำให้ผู้อื่นเข้าใจตามได้
๗. ฉลาดในการพูดที่เป็นประโยชน์และมีใช้ประโยชน์
๘. ไม่ก่อการทะเลาะวิวาท

“ผู้ใด เข้าไปสู่บริษัทที่พูดคำหยาบคาย ก็ไม่สะทกสะท้าน ไม่ยั้งคำพูด ให้เสีย ไม่ปกปิดข่าวสาร พูดจนหมดความสงสัย และเมื่อถูกถามก็ไม่โกรธ ผู้นั้นย่อมควรทำหน้าที่พูด”

วินัย จุลวรรค ๗/๒๐๑

### โทษของการด่าบริภาษเพื่อนพรหมจรรย์

ผู้ด่าบริภาษเพื่อนพรหมจรรย์ คือ พระสงฆ์ และผู้ปฏิบัติธรรมดีเตียน พระอริยเจ้า จะประสบความฉิบหาย ๑๑ ประการ ต่อไปนี้

๑. ไม่บรรลุนิพพานที่ยังไม่บรรลุ
๒. เสื่อมจากธรรมที่บรรลุแล้ว
๓. สัทธรรมของภิกษุณั้นย่อมไม่ผ่องแผ้ว
๔. เป็นผู้หลงเข้าใจว่าได้บรรลุสัทธรรม
๕. เป็นผู้ไม่มีนดีประพฤติพรหมจรรย์
๖. ต้องอาบัติเศร้างามองอย่างใดอย่างหนึ่ง
๗. บอกลาสิกขา คือ สึกไปเป็นฆราวาส

๘. เป็นโรคอย่างหนัก
๙. ย่อมถึงความเจ็บป่วย คือ ความฟุ้งซ่านแห่งจิต
๑๐. เป็นผู้หลงใหลทำกาละ คือ ฆ่าตัวตาย
๑๑. เมื่อตายไปย่อมเข้าถึง อบาย ทุกคติวินิบาต

### ถ้อยคำที่ไม่ควรเชื่อถือ

๑. คำกล่าวพรรณนาคุณ ศรัทธา ของบุคคลผู้ไม่มีศรัทธา
  ๒. คำกล่าวพรรณนาคุณ ศील ของบุคคลผู้ทุศีล
  ๓. คำกล่าวพรรณนาคุณ พาหุสัจจะ ของบุคคลผู้ไม่สดับ
  ๔. คำกล่าวพรรณนาคุณ จาคะ ของบุคคลผู้ตระหนี่
  ๕. คำกล่าวพรรณนาคุณ ปัญญา ของบุคคลผู้โง่
- ทั้ง ๕ ประการจัดเป็นคำซึ่งไม่ควรฟัง ไม่ควรเชื่อ

### ลักษณะเสียงที่สมบูรณ์ของมหาบุรุษ

๑. แจ่มใส ไม่แหบเคี้ยว
๒. ชัดเจน ชัดถ้อยชัดคำ ไม่ติดขัด
๓. ไพเราะ อ่อนหวาน
๔. เสนาะโสด
๕. กลมกล่อม หดย้อย
๖. ไม่แตก ไม่พร่า
๗. ชิ่ง
๘. มีกังวาน

## อานิสงส์การมีวาจาสุภาพ

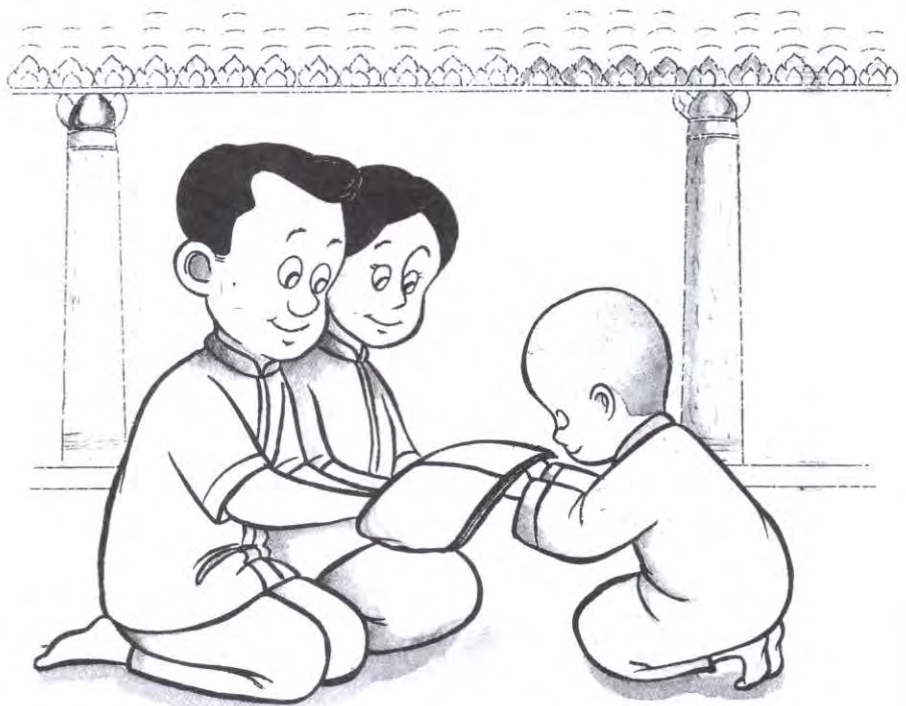
๑. เป็นคนมีเสน่ห์ เป็นที่รักของชนทุกชั้น
๒. มีความเจริญก้าวหน้าทั้งทางโลกและทางธรรม
๓. มีวาจาสิทธิ์ ได้รับความสำเร็จในสิ่งที่เจรจา
๔. ย่อมได้ยินได้ฟังแต่สิ่งที่ดีงาม
๕. ไม่ตกในอบายภูมิ

“วาจาสุภาพ ไม่ว่าจะพูดด้วยสำเนียงภาษาอย่างไรก็ตาม วาจาที่นั้น ย่อมเป็นวาจาชั้นสูง ควรแก่การสรรเสริญของบัณฑิต ตรงกันข้ามวาจาทุพภาษิต แม้จะพูดด้วยภาษาใดสำเนียงดีแค่ไหน บัณฑิตก็ไม่สรรเสริญ”

พุทธพจน์



มงคลที่ ๑๑ บำรุงบิดามารดา



# มงคลที่ ๑๑

## บำรุงบิดามารดา

ต้นไม้ที่ได้รับการดูแลหน้าให้ปุ๋ย ไปบำรุงลำต้นจนสมบูรณ์ เมื่อถึงเวลาแล้ว ไม่ยอมออกดอกออกผล ก็ต้องโค่นทิ้ง

คนที่ได้รับการเลี้ยงดูจนเติบโตใหญ่ แต่ไม่ยอมตอบแทนคุณพ่อแม่ก็เป็นคนหนักแผ่นดิน

ทองคำแท้หรือไม้ โคนไฟก็รู้ คนดีแท้หรือไม่ ให้ดูตรงที่เลี้ยงพ่อแม่ ถ้าดีจริง ต้องเลี้ยงพ่อแม่ ถ้าไม่เลี้ยง แสดงว่าดีไม่จริง เป็นพวกทองชุบ ทองแท้

### พระคุณของพ่อแม่

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสอุปมาว่า ถ้าบุตรจะพึงวางบิดามารดาไว้บนบาททั้งสองของตน ประดับประคองท่านอยู่บนบานั้น บ้อนข้าวบ้อนน้ำและให้ท่านถ่ายอุจจาระปัสสาวะบนบานั้นเสร็จ แม้บุตรจะมีอายุถึง ๑๐๐ ปี และปรณิบัติท่านไปจนตลอดชีวิต ก็ยังนับว่าตอบแทนพระคุณท่านไม่หมด

ยังมีผู้อุปมาไว้ว่า หากเราใช้ทองฟ้าแทนกระดาศ ยอดเขาพระสุเมรุ แทนปากกา น้ำในมหาสมุทรแทนหมึก เขียนบรรยายคุณของพ่อแม่ จนทองฟ้าเต็มไปด้วยอักษร ภูเขาสิขกร่อนจนหมด น้ำในมหาสมุทรเหือดแห้ง ก็ยังบรรยายคุณของพ่อแม่ไม่หมด

บิดามารดาเป็นผู้มีพระคุณอันยิ่งใหญ่ของบุตร สรุปลงโดยย่อคือ

๑. เป็นต้นฉบับทางกาย แบบเป็นสิ่งที่จำเป็นในการทำให้ของทั้งหลายในโลกมีค่าสูงขึ้น ตัวอย่างเช่น ก้อนดินเหนียวธรรมดา ถ้าหากนำมาใส่แบบพิมพ์ แล้วพิมพ์เป็นตุ๊กตา ก็ทำให้ดินก้อนนั้นมีค่าขึ้นมาเป็นเครื่องประดับบ้านเรือนได้ ดินเหนียวก้อนเดียวกันนี้ หากได้แบบที่ดีกว่าขึ้นมาอีกเช่นแบบเป็นพระพุทธรูป ก็จะทำให้เห็นว่าคุณค่าของดินเหนียวก้อนนี้ทรงคุณค่ามากยิ่งขึ้น ผู้คนได้กราบไหว้บูชา จะเห็นได้ว่าคุณค่าของดินเหนียว ก้อนนี้ขึ้นอยู่กับแบบที่พิมพ์นั่นเอง ในทำนองเดียวกัน การเกิดของสัตว์ เช่นเป็น ช้าง ม้า วัว ควาย ฯลฯ แม้จะมีปัญญาติดตัวมามากสักปานใดก็ไม่สามารถทำความดีได้เต็มที่ โชคดีที่เราได้แบบเป็นคน ซึ่งเป็นโครงร่างที่ประเสริฐกว่าสัตว์ทั้งหลาย เหมาะในการทำความดีทุกประการ เราจึงสามารถใช้ความรู้ความสามารถประกอบคุณความดีได้เต็มที่ พระคุณของพ่อแม่ในการเป็นต้นแบบทางกายให้เรา ก็นับว่ามีมากเหลือหลายแล้วยิ่งท่านอบรม เลี้ยงดูเรามาเป็นต้นแบบทางใจให้ด้วย ก็ยิ่งมีพระคุณมากเป็นอเนกอนันต์

๒. เป็นต้นแบบทางใจ ให้ความอุปการะเลี้ยงดู พุ่มพัก ทะนุถนอม อบรมสั่งสอน ปลูกฝังกิริยามารยาท ให้ความรู้ทั้งทางโลกและทางธรรมแก่ลูก

## สมณานามของพ่อแม่

สมณานามของพ่อแม่ นั้น กล่าวกันว่าท่านเป็นทั้งพรหมของลูก เทวดาคนแรกของลูก ครูคนแรกของลูก และเป็นพระอรหันต์ของลูก ซึ่งอธิบายได้ดังนี้

- พ่อแม่เป็นพรหมของลูก เพราะเหตุที่มีพรหมธรรม ๔ ประการ ได้แก่

๑. มีเมตตา คือ มีความปรารถนาดีต่อลูกไม่มีที่สิ้นสุด
๒. มีความกรุณา คือ ห่วงใจในความทุกข์ของลูกและคอยช่วยเหลือเสมอไม่ทอดทิ้ง

๓. **มีมุทิตา** คือ เมื่อลูกมีความสุขสบาย ก็มีความปลาบปลื้มยินดีด้วยความจริงใจ

๔. **มีอุเบกขา** คือ เมื่อลูกมีครอบครัวสามารถเลี้ยงตนเองได้แล้ว ก็ไม่วุ่นวายกับชีวิตครอบครัวลูกจนเกินงาม และหากลูกผิดพลาดก็ไม่ซ้ำเติม แต่กลับคอยเป็นที่ปรึกษาให้เมื่อลูกต้องการ

- **พ่อแม่เป็นเทวดาคนแรกของลูก** เพราะคอยปกป้องคุ้มกันภัยเลี้ยงดูลูกมาก่อนผู้มีความปรารถนาดีคนอื่น ๆ

- **พ่อแม่เป็นครูคนแรกของลูก** เพราะสั่งสอนอบรม คำพูดและกิริยามารยาทให้ลูกก่อนคนอื่น ๆ

- **พ่อแม่เป็นพระอรหันต์ของลูก** เพราะมีคุณธรรม ๔ ประการ ได้แก่  
๑. เป็นผู้มื่ออุปการะมากแก่ลูก ท่านได้ทำภารกิจอันทำได้แสนยาก ได้แก่ การอุปการะเลี้ยงดูลูก ซึ่งยากที่จะหาคนอื่นทำแก่เราได้如您ท่าน

๒. มีพระเดชพระคุณมาก ปกป้องอันตราย ให้ความอบอุ่นแก่ลูกมาก่อน

๓. เป็นเนื้อนาบุญของลูก มีความบริสุทธิ์ใจต่อลูกอย่างแท้จริงเป็นผู้ที่ลูกควรทำบุญต่อตัวท่าน

๔. เป็นอาหุไนยบุคคล เป็นผู้ควรแก่การรับของค่านับ และการนมัสการของลูก

## คุณธรรมของลูก

เมื่อพ่อแม่มีพระคุณมากมายปานนี้ ลูกจึงควรมีคุณธรรมต่อท่าน คุณธรรมของลูกเริ่มที่รู้จักคุณพ่อแม่ คือรู้ว่าท่านดีต่อเราอย่างไร สูงขึ้นไปอีกคือตอบแทนคุณท่าน ในทางศาสนาพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสบรรยายคุณธรรมของลูกไว้อย่างสั้น ๆ แต่จับความไว้ได้อย่างครบถ้วน คือคำว่า "กตัญญู กตเวที" คุณค่าและศักดิ์ศรีของความเป็นลูกรวมอยู่ใน ๒ คำนี้

**กตัญญู** หมายถึงเห็นคุณค่าท่าน คือเห็นด้วยใจ ด้วยปัญญา ว่าท่านเป็นผู้มีพระคุณต่อเราอย่างแท้จริง ไม่ใช่สักแต่ว่าปากทอพระคุณพ่อแม่ป่าว ๆ ไปเท่านั้น

คุณของพ่อแม่ได้จากอุปการะ คือประโยชน์ที่ท่านทำแก่เรามีอะไรบ้างที่แตกต่างจากคนอื่น ตามธรรมดาของคนทั่วไป เมื่อจะอุปการะใครเขาต้องเห็นทางได้ เช่น เห็นหลักทรัพย์ หรือดูนิสัยใจคอ ต่อเมื่อแน่ใจแล้วว่าอุปการะคุณของเขาจะไม่สูญเปล่า จึงลงมือช่วยเหลือ แต่ที่พ่อแม่อุปการะเรานั้นเป็นการอุปการะโดยบริสุทธิ์ใจจริง ๆ ไม่ได้มองถึงหลักประกันใด ๆ เลย เราเองก็เกิดมาตัวเปล่าไม่มีหลักทรัพย์แม้แต่เข็มเล่มเดียวยังไม่รู้เสียด้วยซ้ำว่าวัยจะร่างกายจะใช้ได้ครบถ้วนหรือไม่ ยืนยันนิสัยใจคอแล้วยังไม่ได้อะไรทีเดียว โตขึ้นมาจะเป็นอย่างไร จะเป็นคนอกตัญญูหรือไม่ไม่รู้ทั้งนั้น หนังสือสัญญาการรับปากสักคำเดียวระหว่างเรากับท่านก็ไม่มีแต่ทั้ง ๆ ที่ไม่มี ท่านทั้งสองก็ได้โถมตัวเข้าช่วยเหลือเราจนสุดชีวิต ที่ยากจนก็ถึงกับกู้หนี้ยืมสินคนอื่นมาช่วย เรื่องเหล่านี้ต้องคิดดูด้วยเหตุผลอย่าสักแต่คิดด้วยอารมณ์เท่านั้น การพิจารณาให้เห็นคุณค่าของพ่อแม่ด้วยใจอย่างนี้แหละเรียกว่า “กตัญญู” เป็นคุณธรรมเบื้องต้นของผู้เป็นลูก ยิ่งพิจารณาเห็นคุณค่าท่านมากเท่าไร แสดงว่าใจของเราเริ่มใสและสว่างมากขึ้นเท่านั้น

**กตเวทী** หมายถึง การทดแทนพระคุณของท่าน ซึ่งมีงานที่ต้องทำ ๒ ประการ คือ

๑. ประกาศคุณท่าน

๒. ทดแทนคุณท่าน

การประกาศคุณท่าน หมายถึง การทำให้ผู้อื่นรู้ว่า พ่อแม่มีคุณแก่เราอย่างไรบ้าง มากน้อยเพียงใด เรื่องนี้มีคนคิดทำอยู่มากเหมือนกัน แต่ส่วนมากไปทำตอนงานศพ คือเขียนประวัติสรรเสริญคุณพ่อแม่ในหนังสือแจก การกระทำเช่นนี้ก็ถูก แต่ถูกเพียงเปลือกนอกผิวเผินนัก ถ้าเป็นการกินผลไม้ก็แค่เคี้ยวเปลือกเท่านั้น ยังมีทำเลที่จะประกาศคุณพ่อแม่ที่สำคัญกว่านี้ คือ ที่ตัวเรานี่เอง

คนเราทุกคนคือตัวแทน ของพ่อแม่ตนทั้งนั้น เลือดก็แบ่งมาจากท่าน เนื้อก็แบ่งมาจากท่าน ตลอดจนนิสัยใจคอก็ได้รับการอบรมถ่ายทอดมาจากท่าน ความประพฤติของตัวเรานี่แหละจะเป็นเครื่องประกาศคุณพ่อแม่อย่างโจ่งแจ้งที่สุด ไม่ใช่อยู่ที่หนังสือแจก ไม่ใช่อยู่ที่หีบศพบนเชิงตะกอน แต่อยู่ที่ตัวเราเอง หากพิมพ์ข้อความไว้ในหนังสือแจกว่าคุณพ่อคุณแม่เป็นคนตั้งอยู่ในศีลในธรรม แต่ตัวเราเองประพฤติสามะเลเทเมา คอร์รัปชันทุกครั้งที่มีโอกาส ศีลข้อเดียวก็ไม่สนใจรักษา ก็ผิดที่ไป สดุดีคุณแม่แม่ว่าเป็นคนดี สุภาพเรียบร้อย แต่ตัวเราผู้เป็นลูกกลับประพฤติตัวเป็นนักเลงอันธพาล อย่างนี้คุณค่าของการสรรเสริญพ่อแม่ก็ลดน้ำหนักลง กลายเป็นวามอบหน้าทีในการกดเวทีประกาศ คุณพ่อแม่ให้หนังสือทำแทน ให้กระดาษ ให้เครื่องพิมพ์ ให้ช่างเรียงพิมพ์ แสดงกตเวทีแทน แล้วตัวเรากลับประจานพ่อแม่ของตัวเอง อย่างน้อยที่สุดก็ประจานแก่ชาวบ้านว่าพ่อแม่ของเราเลี้ยงลูกไม่เป็นประสา

พ่อแม่ของใครใคร่รัก เมื่อรักท่านก็ประกาศคุณความดีของท่านซี ประกาศด้วยความดีของตัวเองตั้งแต่เดี๋ยวนี้ ยิ่งท่านยังมีชีวิตอยู่ การประกาศคุณของเราจะทำให้ท่านมีความสุขใจอย่างยิ่ง ส่วนใครจะประพันธ์สรรเสริญคุณแม่พิมพ์แจกเวลาท่านตายแล้ว นั่นเป็นประเด็นเบ็ดเตล็ด จะทำก็ได้ไม่ทำก็ไม่เสียหายอะไร

ไม่ว่าเราจะตั้งใจประกาศคุณท่านหรือไม่ ความประพฤติของเราก็เป็นตัวประกาศคุณท่านหรือประจานท่านอยู่ตลอดเวลา คิดเอาเองก็แล้วกันว่าเราจะประกาศคุณแม่พ่อแม่ของเราด้วยเกียรติยศชื่อเสียง หรือจะใจดำถึงกับประจานผู้บังเกิดเกล้าด้วยการทำตัวเป็นพาลเกรและประพฤติต่ำทราม

**การตอบแทนคุณท่าน แบ่งเป็น ๒ ช่วง คือ**

๑. เมื่อท่านยังมีชีวิตอยู่ ก็ช่วยเหลือกิจการงานของท่าน เลี้ยงดูท่าน ตอบเมื่อยามท่านชรา ดูแลปรนนิบัติการกินอยู่ของท่านให้สะดวกสบายและเอาใจใส่ช่วยเหลือเมื่อท่านเจ็บป่วย

๒. เมื่อท่านล่องลับไปแล้ว ก็จัดพิธีศพให้ท่าน และทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้ท่านอย่างสม่ำเสมอ

แม้ว่าเราจะตอบแทนพระคุณท่านถึงเพียงนี้แล้ว ก็ยังนับว่าเล็กน้อยมาก เมื่อเทียบกับพระคุณอันยิ่งใหญ่ที่ท่านมีต่อเรา ผู้ที่มีความกตัญญูทศเวทที่ต้องการจะสนองพระคุณท่านให้ได้ทั้งหมด ฟังกระทำดังนี้

๑. ถ้าท่านยังไม่มีศรัทธาในพระพุทธศาสนา ก็พยายามชักนำให้ท่านตั้งอยู่ในศรัทธาให้ได้

๒. ถ้าท่านยังไม่ถึงพร้อมด้วยการให้ทาน ก็พยายามชักนำให้ท่านยินดีในการบริจาคทานให้ได้

๓. ถ้าท่านยังไม่มีศีล ก็พยายามชักนำให้ท่านรักษาศีลให้ได้

๔. ถ้าท่านยังไม่ทำสมาธิภาวนา ก็พยายามชักนำให้ท่านทำสมาธิภาวนาให้ได้

เพราะว่าการตั้งอยู่ในศรัทธา การให้ทาน การรักษาศีล การทำสมาธิภาวนา เป็นประโยชน์โดยตรง และเป็นประโยชน์อันยิ่งใหญ่แก่ตัวบิดามารดา ผู้ประพฤติปฏิบัติเองทั้งในภพนี้ ภพหน้า และเป็นประโยชน์อย่างยิ่งคือ เป็นหนทางไปสู่พระนิพพาน

## อานิสงส์การบำรุงบิดามารดา

๑. ทำให้เป็นคนมีความมอดทน
๒. ทำให้เป็นคนมีสติรอบคอบ
๓. ทำให้เป็นคนมีเหตุผล
๔. ทำให้พ้นทุกข์
๕. ทำให้พ้นภัย
๖. ทำให้ได้ลาภโดยง่าย
๗. ทำให้แคล้วคลาดภัยในยามคับขัน

๘. ทำให้เทวดาลงรักษา
๙. ทำให้ได้รับการยกย่องสรรเสริญ
๑๐. ทำให้มีความเจริญก้าวหน้า
๑๑. ถ้ามีลูกก็ได้ลูกที่ดี
๑๒. ทำให้มีความสุข
๑๓. ทำให้เป็นตัวอย่างอันดีแก่นุชนรุ่นหลัง



มงคลที่ ๑๒ เลี้ยงดูบุตร



# มงคลที่ ๑๒

## เลี้ยงดูบุตร

ต้นไม้ถ้าลูกมันรสไม่ดี ก็มีแต่คนจะโค่นต้นทิ้ง ไม่มีใครคิดจะบำรุงรักษาไว้ ตรงข้ามถ้าลูกมันรสดี ทั้งหวานทั้งมัน เจ้าของก็อยากใส่ปุ๋ย พรวนดินรดน้ำ ทะนุถนอมให้คงต้นอยู่นาน ๆ ต้นไม้ผลจะคงต้นอายุยืนได้รับการบำรุงรักษาดีเพียงไร จึงขึ้นอยู่กับลูกของมัน

คนเราก็เช่นกัน ถ้าลูกทำดี คนทั้งหลายก็ชมมาถึงพ่อแม่ว่าเลี้ยงลูกดี สุขกายสบายใจก็ติดตามมาเพราะลูก ความดีบุญกุศลก็ไหลมาเพราะลูกแต่ถ้าลูกทำชั่วชั่วแฉดทรมาน คนทั้งหลายก็แข่งด่ามาถึงพ่อแม่ด้วยเหมือนกันสร้างความลำบากให้พ่อแม่ ทั้งทรัพย์สินเงินทองชื่อเสียงเสียหายไปเพราะลูกพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงชี้ว่า สิริมงคลของคนที่เป็นพ่อเป็นแม่อยู่ที่ลูกและในทางตรงข้าม ถ้าไม่ป้องกันแก้ไขให้ดีแล้ว อัปปริยัจฉุไรก็จะมาจากลูกนั้นเหมือนกัน

### ทำไมจึงต้องเลี้ยงดูบุตร

วันหนึ่งเราต้องแก่และตาย สิ่งที่ยากได้กันทุกคน คือ ความปิติ ความปลื้มใจ ไร้หล่อเลี้ยงใจให้สดชื่น ความปลื้มปิติจะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อได้เห็น ผลแห่งความดี หรือผลงานดี ๆ ที่เราทำไว้ ยิ่งผลงานดีมากเท่าไร ยิ่งชื่นใจมากเท่านั้น แล้วอายุจะยืนยง สุขภาพจะแข็งแรง

สุดยอดผลงานของนักปฏิบัติธรรม คือ การกำจัดกิเลสในตัวให้หมด  
 สุดยอดผลงานของชาวโลก คือ การมีลูกหลานเป็นคนที่  
 ถ้าลูกหลานเป็นคนเลว มันซำใจยิ่งกว่าถูกใครจับใส่ครกโขลกเสียอีก  
 เลี้ยงสุนัขแล้วกัดสุนัขคนอื่นไม่ได้ยังเจ็บใจ  
 เลี้ยงลูกแล้วตีลูกคนอื่นไม่ได้มันจะซำใจสักแค่ไหน

## ความหวังสุดยอดของชาวโลก

๑. บุตรที่เราเลี้ยงมาแล้ว จักเลี้ยงตอบแทน
  ๒. บุตรที่เราเลี้ยงมาแล้ว จักทำกิจแทนเรา
  ๓. วงศ์สกุลของเราจักดำรงอยู่ได้นาน
  ๔. บุตรจักปกครองทรัพย์มรดกแทนเรา
  ๕. เมื่อเราละโลกไปแล้ว บุตรจักบำเพ็ญทักษิณาทานให้
- เพราะเล็งเห็นฐานะ ๕ ประการนี้ บิดามารดาจึงอยากได้บุตร

## บุตรแปลว่าอะไร ?

- บุตร มาจากคำว่า บุตต แปลว่า ลูก มีความหมาย ๒ ประการ คือ
- ผู้ทำสกุลให้บริสุทธิ์
  - ผู้ยังหทัยของพ่อแม่ให้เต็มอิม

## ประเภทของบุตร

ประเภทของบุตรแบ่งโดยความดีในตัว ได้เป็น ๓ ชั้น ดังนี้

๑. อภิชาติบุตร คือ บุตรที่ดีมีคุณธรรมสูงกว่าบิดามารดา เป็นบุตร  
 ชั้นสูง สร้างความเจริญแก่วงศ์ตระกูล
๒. อนุชาติบุตร คือ บุตรที่มีคุณธรรมเสมอบิดามารดา เป็นบุตร  
 ชั้นกลาง ไม่สร้างความเจริญแก่วงศ์ตระกูล แต่ก็ไม่ทำให้เสื่อมลง

๓. **อวชาตบุตร** คือ บุตรที่เลว มีคุณธรรมต่ำกว่าพ่อแม่ เป็นบุตรชั้นต่ำ นำความเสื่อมเสียมาสู่วงศ์ตระกูล

## องค์ประกอบให้ได้ลูกดี

๑. ตนเองต้องเป็นคนดี ทำบุญมาดีจึงได้ลูกดี เหมือนต้นไม้พันธุ์ดีก็ย่อมมีลูกพันธุ์ดี เด็กที่เกิดในท้องแม่จะมีคุณธรรมในใจที่ติดตัวมาในระดับใกล้เคียงกับของพ่อแม่ ดังนั้นพ่อแม่ที่ต้องการได้ลูกดี ก็ต้องชวนช่วยสร้างความคิดไว้มาก ๆ ยิ่งพ่อแม่สร้างบุญมากเท่าไร โอกาสที่จะได้ลูกดีก็มากเท่านั้น

๒. การเลี้ยงดูอบรมดี ซึ่งจะกล่าวรายละเอียดต่อไป

## วิธีเลี้ยงดูลูก

การเลี้ยงดูลูกมีอยู่ ๒ ทาง คือ การเลี้ยงดูลูกทางโลกและการเลี้ยงดูลูกทางธรรม ซึ่งพ่อแม่ควรที่จะเลี้ยงดูลูกให้พร้อมบริบูรณ์ทั้ง ๒ ทาง

## วิธีเลี้ยงดูลูกทางโลก

๑. กันลูกออกจากความชั่ว กัน หมายถึง บังกัน กีดกัน คือ ไม่เพียงแต่ห้าม หากต้องดำเนินการทุกวิถีทางที่จะไม่ให้ลูกตกไปสู่ความชั่ว ซึ่งบางครั้งพ่อแม่กับลูกก็พูดกันไม่เข้าใจ สาเหตุของความไม่เข้าใจกันนั้นมักเกิดจากการขัดกันอยู่ ๓ ประการ คือ

- ความเห็นขัดกัน
- ความต้องการขัดกัน
- กิเลส

**ความเห็นขัดกัน** คือ ของสิ่งเดียวกันแต่เห็นกันคนละทาง มองกันคนละแง่ เช่น การเที่ยวเตร่ เด็กวัยรุ่นมักจะเห็นว่าดี เป็นการเข้าสังคม ทำให้กว้างขวางทันสมัย แต่ผู้เป็นพ่อแม่กลับเห็นว่า การเที่ยวเตร่หามรุ่งหามค่ำนั้น มีผลเสียหลาย

หลายประการ เช่น อาจเสียการเรียน อาจประสบภัย อาจใจแตก เพราะถูกเพื่อนชักจูงไปให้เสีย ครั้นห้ามเข้าลูกก็ไม่พอใจ ดูถูกว่าพ่อแม่หัวเก่าล้าสมัย

เรื่องนี้ ถ้าจะพูดด้วยความเป็นธรรมแล้ว ลูกควรจะได้รับฟังความเห็นของพ่อแม่ด้วยเหตุผลง่าย ๆ ๒ ประการ คือ พ่อแม่ทุกคนหวังดีต่อลูก ๑๐๐% และพ่อแม่ย่อมมีประสบการณ์ รู้ที่ได้ที่เสียมากกว่า เราแน่ใจหรือว่าความรักของเพื่อนตั้งร้อยที่ล่อมหน้าล่อมหลังอยู่นั้น รวมกันเข้าทั้งหมดแล้วจะมากและบริสุทธิ์ ๑๐๐% เหมือนความรักในดวงใจของพ่อแม่ คนเราทุกคนเคยเห็นผิดเป็นชอบมาก่อน เมื่อยังเป็นเด็กกอมมืออยู่นั้น เราเคยเห็นว่าลูกโป่งอัดลมใบเดียวมีค่ามากกว่าธนบัตรใบละร้อยใช่ไหม ? จิตใจที่อยู่ในวัยเยาว์ก็ยอมเยาว์ตามไปด้วย ดังนั้นเชื่อฟังคำว่ากล่าวตักเตือนของพ่อแม่ไว้เถิดไม่เสียหลาย พ่อแม่เองเมื่อจะห้ามหรือบอกให้ลูกทำอะไร ก็ควรบอกเหตุผลด้วย อย่าใช้แต่อารมณ์

**ความต้องการขัดกัน** คือ คนต่างวัยก็มีรสนิยมต่างกัน สุขของคนที่ชอบสงบ หาเวลาพักผ่อนอยู่กับบ้าน แต่ความสุขของเด็กหนุ่มสาวมักอยู่ที่ได้แต่งตัวสวย ๆ ไปเที่ยวเตร่นอกบ้าน ข้อนี้ขัดแย้งกันแน่ ลูกกับพ่อแม่จึงต้องเอาใจมาพบกันที่ความรัก ตกลงกันที่มุมรักระหว่างพ่อแม่กับลูก รู้จักผ่อนสั้นผ่อนยาวตามสมควร การเลี้ยงลูกที่กำลังโตเป็นหนุ่มเป็นสาวนั้น เหมือนการเล่นว่าวได้ลม ผ่อนไปนิด ดึงกลับมาหน่อย จึงจะเป็นผลดี

**กิเลส** ถ้าทั้ง ๒ ฝ่าย มีความโกรธ มีทิฐิ ดื้อดึง ดื้อด้าน หลงตัวเอง หรือมีกิเลสอื่น ๆ ครอบงำอยู่แล้ว ก็ยากที่จะพูดกันให้เข้าใจ ต้องทำใจให้สงบและพูดกันด้วยใจที่เป็นธรรม ด้วยเหตุด้วยผล พ่อแม่ต้องฝึกตนให้เป็นคนมีคุณธรรม และสอนลูกให้เป็นคนดีมีเหตุผลเสียแต่ยังเล็ก ปัญหาข้อนี้ก็จะเป็นบางลง

**๒. ปลูกฝังลูกในทางดี** หมายถึง ให้ลูกประพฤติดี มีศีลธรรมพ่อแม่ต้องพยายามเลี้ยงเข้าหาใจของลูก เพราะใจเป็นตัวควบคุมการกระทำของคน ที่ว่าเลี้ยงลูกให้ดี คือ ทำใจของลูกให้ดีนั่นเอง

สิ่งของนั้นมียู่ ๒ ประเภท คือของกินกับของใช้ สำหรับของกินทุกคนต้องกินเหมือนกันหมด เพื่อให้ร่างกายเติบโตคงชีวิตอยู่ได้ ส่วนของใช้นั้นต่างคนต่างมีตามความจำเป็น เช่น ชวานาก็ต้องมีจอบ มีไถ เสมียนก็ต้องมีปากกา

สมบัติทางใจก็มี ๒ ประการเหมือนกัน

ธรรมะ เป็นอาหารใจ

วิชาความรู้ เป็นเครื่องมือของใจ

ตามธรรมดาร่างกายคน ถ้าขาดอาหารแล้วก็จะเสียกำลัง ใจคนก็เหมือนกัน ต้องมีธรรมะให้พอเพียง อาหารทางกายกินแทนกันไม่ได้ ไม่เหมือนของใช้ มีดเล่มเดียวใช้กันได้ทั้งบ้าน เรื่องของใจก็เหมือนกัน ใจทุกคนต้องกินอาหารเอง คือ ทุกคนต้องมีธรรมะไว้ในใจตนเอง จะถือว่าใจพ่อแม่มีธรรมะแล้วใจลูกไม่ต้องมีไม่ได้ ส่วนวิชาความรู้เปรียบเสมือนของใช้ใครจะใช้ความรู้ทางไหนก็หาความรู้เฉพาะทางนั้น ขาดเหลือไปบ้างพออาศัยผู้อื่นได้ ใจที่ขาดธรรมะเหมือนร่างกายที่ขาดอาหาร ใจที่ขาดวิชาความรู้เหมือนคนที่ขาดเครื่องมือทำงาน

พ่อแม่ต้องปลูกใจลูกให้มีทั้ง ๒ อย่าง จึงจะเป็นการปลูกฝังลูกในทางดีซึ่งทำได้โดย

๑. กระทำตนเป็นตัวอย่างที่ดีแก่ลูก

๒. เลือกคนดีให้ลูกคบ

๓. หาหนังสือดีให้ลูกอ่าน

๔. พาลูกไปหาบัณฑิต เช่น พระภิกษุ ครูบาอาจารย์ที่ดี

๓. ให้ลูกได้รับการศึกษา ภารกิจข้อนี้ความชัดเจนอยู่แล้ว คือให้ลูกได้เล่าเรียน เพื่อให้มีความรู้สามารถช่วยตัวเองต่อไปได้

พ่อแม่สมัยนี้ควรจะติดตามดูแลลูกอย่างใกล้ชิดมากขึ้น ควรติดต่อกับทางโรงเรียนอยู่เสมอขอทราบเวลาเรียน ผลการเรียน รวมทั้งค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ที่เด็กอ้างว่าทางโรงเรียนเรียกร้องด้วย พ่อแม่ที่มีลูกไปเรียนไกลบ้านต่างจังหวัด

และขาดผู้ดูแลที่ไว้วางใจได้ ควรจะเป็นห่วงลูกให้มาก หากไม่จำเป็นจริง ๆ ไม่ควรให้เด็กอยู่หอพัก เว้นแต่ท่านจะเชื่อใจเด็กได้ และต้องหาหอพักที่มีระเบียบ ข้อบังคับเคร่งครัดด้วย

#### ๔. จัดแจงให้ลูกแต่งงานกับคนดี

ความหมายในทางปฏิบัติมีอยู่ ๒ ขั้นตอน คือ

๑. พ่อแม่ต้องเป็นธุระในการแต่งงานของลูก ช่วยหาสินสอดทองหมั้นให้
๒. พ่อแม่ต้องพยายามให้ลูกได้คู่ครองที่ดี

ในข้อที่ ๒ อาจมีความขัดแย้งระหว่างพ่อแม่กับลูกอยู่ไม่น้อย คล้ายกับการกันลูกจากความชั่ว แต่การขัดแย้งกันในเรื่องคู่ครองมักจะแรงกว่าควรจะทำความเข้าใจกันให้ดีปัญหาสำคัญมีอยู่ ๒ ข้อ คือ

๑. พ่อแม่แทรกแซงความรักของลูก มีผลดีหรือเสียอย่างไร ?
๒. ใครควรเป็นผู้ตัดสินใจแต่งงานของลูก

**ปัญหาข้อแรก** ถ้าคิดดูโดยละเอียดถี่ถ้วนแล้ว จะเห็นว่าผลดีมีมากกว่าผลเสีย จะมีผลเสียอยู่เฉพาะในรายที่พ่อแม่ขาดจิตวิทยาและชอบทำอะไรเกินกว่าเหตุเท่านั้น แต่การร่วมมือกันเป็นของดีแน่ ความจำเป็นอยู่ที่ว่า ลูกยังอยู่ในวัยเยาว์ รู้จักโลกน้อย มองโลกในแง่ดีเกินไป อาจตัดสินใจผิดพลาดได้และความผิดพลาดในเรื่องคู่ครองนั้นมีผลมาก แก้กยาก

**ปัญหาข้อที่สอง** ใครควรเป็นผู้ที่ตัดสินใจแต่งงานของลูก เช่น ควรแต่งงานหรือยัง? ควรแต่งงานกับใคร? ทางที่ประเสริฐที่สุด คือ ปรึกษาหารือและตกลงกัน พ่อแม่ควรเป็นเพียงที่ปรึกษา ไม่เจ้ากี้เจ้าการจนเกินงามต้องให้ลูกได้แต่งงานกับคนที่เขารัก เพราะความรักเป็นมูลฐานของการสมรสฝ่ายลูกจะเลือกใครก็ต้องให้พ่อแม่เห็นชอบด้วย เพราะการทำให้ท่านสุขใจนั้นเป็นความกตัญญูกตเวทียของเรา และจะเป็นศรีสวัสดิมงคลแก่ครอบครัวสืบไป แต่ถ้าหากเป็นไปเช่นนั้นไม่ได้ พ่อแม่ควรจะถือหลักว่า

“คนที่เราไม่ชอบแต่ลูกรัก ดีกว่าคนที่เรารักแต่ลูกไม่ชอบ

คิดเสียว่าเขาเป็นเนื้อคู่กัน เว้นแต่คนที่ลูกปลงใจรักเป็นคนแล้ว หลอกหลวง จะชักนำลูกเราไปในทางเสีย อย่างนี้ต้องห้าม แม้ว่าลูกจะรักก็ตาม

**๕. มอบทรัพย์สินมรดกให้เมื่อถึงกาลอันสมควร** เมื่อถึงเวลาควรให้จึงให้ ถ้ายังไม่ถึงเวลาอันควรให้ก็อย่าเพิ่งให้ เช่น ลูกยังเยาว์ยังไม่รู้ค่าของทรัพย์สิน ก็ควรรอให้เขาเติบโตเสียก่อนจึงให้ ถ้าลูกยังประพฤติชั่ว เช่น หมกมุ่นอยู่ในอบายมุข ก็รอให้เขากลับตัวได้เสียก่อนแล้วจึงให้ ดังนี้ เป็นต้น

การทำธุระเกี่ยวกับทรัพย์สินมรดกให้เสร็จสิ้นก่อนตาย เป็นการชอบด้วย พุทธประสงค์ วงศ์ตระกูลก็มีความสุขต่อไป รายได้ที่พ่อแม่ไม่ทำพินัยกรรม ไว้ให้เรียบร้อย ปล่อยให้ลูก ๆ จัดการกันเอง ก็มักเกิดเรื่องราวฉานขึ้นในวง ฟ้า ๆ นอง ๆ จนถึงกับฟ้องร้องขึ้นศาลกันก็มี พี่น้องแตกความสามัคคี ทรัพย์สิน ก็เสื่อมหายลงเป็นเรื่องที่น่าสลดใจยิ่งนัก

## วิธีเลี้ยงดูลูกในทางธรรม

๑. พาลูกเข้าวัดเพื่อศึกษาหาความรู้ทางศาสนา
๒. ชักนำลูกให้สวดมนต์ก่อนนอนทุกคืน
๓. ชักนำให้ลูกทำบุญ เช่น ตักบาตร รักษาศีล เป็นต้น
๔. ชักนำให้ลูกทำสมาธิภาวนา
๕. ถ้าลูกเป็นชายให้บวชเป็นสามเณรหรือเป็นพระภิกษุ แล้วเข้าปฏิบัติ

กรรมฐาน

## ข้อเตือนใจ

๑. รักลูกแต่อย่าไถ่ลูก อย่าตามใจลูกเกินไป จะทำให้เด็กเสียนิสัยเหตุที่พ่อแม่ตามใจลูกเกินไป มักเป็นเพราะ
  - รักลูกมากเกินไป รักมากจนไม่กล้าลงโทษสั่งสอน
  - ไม่มีเวลาอบรม รู้สึกเป็นความผิดของตัวเอง ที่ไม่มีเวลาให้ลูกจึงปลอบประโลมตนเองด้วยการตามใจลูก ซึ่งเป็นวิธีแก้ที่ผิด
๒. อย่าเคร่งระเบียบจนเกินไป รู้จักผ่อนสั้นผ่อนยาว

๓. ให้ความอบอุ่นแก่ลูกให้เพียงพอ ไม่ว่างงานจะยุ่งมากเพียงไร ก็ต้องหาเวลาให้ลูก มิฉะนั้นจะต้องนำตาตึกในภายหลัง

๔. เมื่อเห็นลูกทำผิด การตำหนิทันทีจำเป็นมาก จะได้แก้ไขทันทีที่แต่ต้องใช้เหตุผล อย่าใช้อารมณ์ และเมื่อเห็นลูกทำดี ก็ชมเพื่อให้เกิดกำลังใจ

๕. ต้องฝึกให้ลูกทำงานตั้งแต่ยังเล็ก การปล่อยให้เด็กอยู่อย่างสบายเกินไปทุกอย่างมีคนรับใช้ มีเวลาว่างมากเกินไป จะกลับเป็นผลเสียต่อเด็กโตขึ้นจะช่วยเหลือตัวเองไม่ได้

๖. การเลี้ยงลูกให้แต่ปัจจัย ๔ ยังไม่พอ จะต้องให้ธรรมะแก่ลูกด้วย

## อานิสงส์การเลี้ยงดูบุตร

๑. พ่อแม่จะได้ความปิติภาคภูมิใจเป็นเครื่องตอบแทน
๒. ครอบครัวจะสงบร่มเย็นเป็นสุข
๓. ประเทศชาติจะมีคนดีไว้ใช้
๔. เป็นต้นแบบที่ดีงามของสังคมสืบไปตลอดกาลนาน



# มงคลที่ ๑๓

## สงเคราะห์ภรรยา(สามี)

ในการเที่ยวอาหาร ถัดกับพินทำงานไม่ประสานกัน ก็มีหวังขบลิ้น  
ตนเองต้องเจ็บปวดจนน้ำตาร่วง

เช่นกัน ในชีวิตการครองเรือน ถ้าสามีภรรยาไม่รู้จักสงเคราะห์กัน  
และกัน ไม่มีความเข้าใจกัน นอกจากจะไม่มีชีวิตก้าวหน้าในชีวิตแล้วทั้ง ๒ ฝ่าย  
ก็มีหวังเข้าใจจนน้ำตาร่วงได้เหมือนกัน

### ความหมายของสามี - ภรรยา

สามี แปลว่า ผู้เลี้ยง ฝั้ว

ภรรยา แปลว่า คนควรเลี้ยง เมีย

คำทั้งสองนี้ เป็นคำที่แฝงความหมายอยู่ในตัว และเป็นคำคู่กันผู้ชายที่ได้  
ชื่อว่าสามี ก็เพราะเลี้ยงดูภรรยา ผู้หญิงที่จะได้ชื่อว่าภรณาก็เพราะทำตัวเป็นคน  
น่าเลี้ยง

มงคลที่ ๑๓ สงเคราะห์ภรรยา (สามี)



## ประเภทของภรรยา

ภรรยาทั้งหลายในโลกนี้ แบ่งได้เป็น ๗ ประเภทคือ

๑. **วรกภรรยา** ภรรยาเสมอด้วยเพชรฆาต คือภรรยาที่มีใจคิดล้างผลาญชีวิตสามี พยายามฆ่าสามี ยินดีในชายอื่น ตบตี แข่งด่าสามี

๒. **โจรีภรรยา** ภรรยาเสมอด้วยโจร คือ ภรรยาที่ชอบล้างผลาญทรัพย์สามี ใช้ทรัพย์ไม่เป็นบ้าง ยักยอกทรัพย์เพื่อความสุขส่วนตัวบ้าง สร้างหนี้สินให้ตามใช้บ้าง

๓. **อัยภรรยา** ภรรยาเสมอด้วยนาย คือ ภรรยาที่ชอบล้างผลาญศักดิ์ศรีสามี ไม่สนใจช่วยการงาน เกียจคร้าน กินมาก ปากร้าย กล่าวคำหยาบ ชอบข่มขี้สามีซึ่งขยันขันแข็ง เหมือนเจ้านายข่มขี้ข้า ภูมิใจที่ข่มสามีได้

๔. **มาตาภรรยา** ภรรยาเสมอด้วยแม่ คือ ภรรยาที่มีความรัก เมตตาสามีไม่มีที่สิ้นสุด เหมือนมารดารักบุตร เช่นสามีจะตกต่ำหมดบุญวาสนาจะป่วยจะพิการตลอดชีวิตก็ไม่ทอดทิ้ง ไม่พูด ไม่ทำให้สะเทือนใจ แม้อย่างตายจากไปตั้งแต่ตนยังสาว ก็ไม่ยอมมีสามีใหม่

๕. **ภคินีภรรยา** ภรรยาเสมอด้วยน้องสาว คือ ภรรยาที่เคารพสามีเป็นคนละเอียดบอบ มีความรักยั่งยืน แต่มีขี้ดใจกันบ้าง ทั้งชน ทั้งนอน ทั้งขี้ยั่ว ทั้งขี้แยะ ต้องทั้งคู่ทั้งปโลบ ประเดี้ยวจะเที่ยว ประเดี้ยวจะกิน จะแต่งตัว แต่ก็ซื่อสัตย์ต่อสามี

๖. **สาขาภรรยา** ภรรยาเสมอด้วยเพื่อน คือ ภรรยาที่มีรสนิยม มีความชอบเหมือนสามี ถูกคอกัน เป็นคนมีศีลธรรม มีความประพฤติดี แต่มีความทะนงตัวโดยถือว่าเสมอกัน หากฝ่ายตรงข้ามขาดเหตุผลก็ไม่ยอมกัน

๗. **ทาสีภรรยา** ภรรยาเสมอด้วยคนใช้ คือ ภรรยาที่ทำตัวเหมือนคนใช้ ถึงสามีจะเข็นดี ดุด่า ขู่ตะคอกก็ไม่คิดพิโรธโกรธตอบสามี อดทนได้อยู่ในอำนาจสามี

จะดูว่าใครเป็นสามี - ภรรยาชนิดไหน ต้องดูหลังจากแต่งงานแล้ว ระยะเวลาหนึ่งจึงจะชัด การแต่งงานมีอยู่ ๒ ระยะเวลาคือ

**ระยะแต่ง** คือก่อนเป็นคู่หมั้นกัน ต่างคนต่างแต่ง ทั้งแต่งตัว แต่งท่าทาง อดทนสมบัติให้อีกฝ่ายหนึ่งเห็น

**ระยะงาน** คือหลังจากเป็นคู่หมั้นกันแล้ว ต่างคนต่างต้องทำงานตามหน้าที่ ใครมีข้อดีข้อเสีย ความรู้ความสามารถ ความประพฤติอย่างไรก็จะปรากฏชัดออกมา

### คุณสมบัติของคู่สร้างคู่สม

พื้นฐานอันมั่นคงที่จะทำให้สามีภรรยาครองชีวิตกันยืนยาว มีความสุขคือ คู่สามีภรรยาต้องมีสมชีวิธรรม ได้แก่

๑. **สมศัทธา** มีศรัทธาเสมอกัน ได้แก่ มีหลักการ มีความเชื่อมั่นในศาสนา มีเป้าหมายชีวิตเหมือนกัน

๒. **สมศีลา** มีศีลเสมอกัน ได้แก่ ความประพฤติศีลธรรมจรรยา กิริยามารยาทอบรมมาดีเสมอกัน

๓. **สมจาคะ** มีจาคะเสมอกัน ได้แก่ มีนิสัยเสียสละชอบช่วยเหลือไม่เห็นแก่ตัว ใจกว้างเสมอกัน

๔. **สมปัญญา** มีปัญญาเสมอกัน ได้แก่ มีเหตุมีผล มีความคิดสร้างสรรค์ ไม่ติดด้านตันทุรัง เข้าใจกัน เห็นอกเห็นใจกัน พูดยกกันรู้เรื่อง

### วิธีทำให้ความรักยั่งยืน

การเป็นสามีภรรยา กัน เป็นเรื่องที่จะว่ายากก็เหมือนง่าย แต่ครั้งจะว่าง่ายก็เหมือนยาก เพราะเพียงแต่เราตั้งคำถามว่า ทำอย่างไรคู่หมั้นจึงจะมีความรักยั่งยืนอยู่กันกินราบรินเพียงประเด็นเดียว แล้วลองเที่ยวหาคำตอบดูเถอะตามสิบคนก็ตอบสิบอย่าง บ้างก็ว่าเกี่ยวกับดวงชะตาคู่ธาตุ ต้องวางฤกษ์ วางลัคน์ให้เหมาะ ๆ บ้างก็ว่าเป็นเรื่องของพรหมลิขิต ที่ห้วงสมัยใหม่หน่อยก็ว่า สำคัญที่แหวนหมั้นขันหมากเงินทูนให้มาก ๆ เข้าไว้ ความสุขในชีวิตสมรสจะมีเอง

แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสเรื่องมงคลสมรสไว้สั้น ๆ เพียงคำเดียวว่า “สังคหะ” แปลว่าการสงเคราะห์กัน และให้ปฏิบัติตามหลักสังคหัตถุ ๔ เพื่อเป็นการยึดเหนี่ยวหัวใจกันดังนี้

๑. ทาน ปันกัน - การให้ คนเราถ้ารักที่จะอยู่ด้วยกันต้องปันกันกิน ปันกันใช้ หามาได้แล้ว ควรรวมกันไว้เป็นกองกลางแล้วจึงแบ่งกันใช้ หากไม่เอามารวมกัน อาจเกิดการระแวงกันได้ ที่ใดที่ปราศจากการให้ที่นั่นย่อมแห้งแล้งเหมือนทะเลทราย การปันกันนี้รวมทั้งการปันทุกข์กันในครอบครัวด้วย เมื่อฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดมีความทุกข์ มีปัญหา ก็ควรนำมาปรึกษากัน

๒. ปิยวาจา พูดกันด้วยวาจาไพเราะ แม้การดักเตือนกัน ก็ต้องระมัดระวังคำพูด ถ้าถือเป็นกันเองมากเกินไป อาจจะทำให้โกรธ ทำให้ครอบครัวไม่สงบสุข โดยถือหลักว่า ก่อนแต่งงานเคยพูดไพเราะอย่างไร หลังแต่งงานก็พูดให้ไพเราะ ๆ อย่างนั้น

๓. อตตจริยา ประพฤติตนเป็นประโยชน์ต่อกัน เมื่อรู้ว่าอะไรดีหรือไม่ดี ควรหรือไม่ควร ก็นำมาเล่าสู่กันฟัง พยายามศึกษาหาความรู้ทางธรรม เอาใจมาเกาะกับธรรมให้มาก สามีภรรยา นั้นเมื่อทะเลาะกันมักจะโยนความผิดให้อีกฝ่ายหนึ่ง ซึ่งแท้จริงแล้ว ย่อมมีความผิดด้วยกันทั้งคู่ อย่างน้อยก็ผิดที่ไม่หาวิธีที่เหมาะสม สั่งสอนดักเตือนกัน ปล่อยให้อีกฝ่ายหนึ่งทำความผิด

๔. สมานัตตตา วางตัวให้เหมาะสมกับที่ตัวเป็น เป็นพ่อบ้านก็ทำตัวให้สมกับเป็นพ่อบ้าน เป็นแม่บ้านก็ทำตัวให้สมกับเป็นแม่บ้าน ต่างก็วางตัวให้เหมาะสมกับหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายทั้งในบ้านและนอกบ้าน ซึ่งข้อนี้จะประพฤติกปฏิบัติได้ดี ต้องฝึกสมาธิให้ใจผ่องใสเป็นปกติ เพราะคนที่ใจผ่องใสจะรู้ว่าในภาวะเช่นนั้น ควรจะวางตนอย่างไร ไม่ระเริงโลก จนวางตนไม่เหมาะสม

โดยสรุป คือ ปฏิบัติตนตามหลักทาน (การให้ปันสิ่งของ) รักษาศีล (เพื่อให้มีคำพูดที่ไพเราะ และเพื่ออุดหนุนบารมีของตน จะได้เป็นคนมีประโยชน์) เจริญภาวนา (คือ การฟังธรรมและทำสมาธิ เพื่อให้ใจผ่องใสเกิดปัญญาจะได้วางตัวได้เหมาะสมกับที่ตัวเป็น)

## หน้าที่ของสามีต่อภรรยา

๑. ยกย่องให้เกียรติ คือยกว่าเป็นภรรยาไม่ปิดกั้น ใดๆ หากทำดีก็ชมเชยด้วยใจจริง หากทำผิดก็เตือน แต่ไม่ตำหนิต่อหน้าสาธารณชนหรือคนในบ้าน เพราะจะเสียอำนาจการปกครอง สิ่งใดเป็นเรื่องส่วนตัว เช่น การเลี้ยงเพื่อน พบปะญาติมิตร ควรให้อิสระ

๒. ไม่ดูหมิ่น ไม่เหยียบย่ำว่าต่ำกว่าตน ไม่ดูถูกเรื่องตระกูล ทรัพย์สิน ความรู้ การแสดงความคิดเห็น ไม่กระทำเรื่องที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวโดยไม่ปรึกษา ห้ามทุบตีตำหนิต่อหน้า

๓. ไม่นอกใจ ไม่ไปสมสู่กับหญิงอื่นในฐานะเป็นภรรยาเหมือนกัน เพราะเป็นการดูหมิ่นความเป็นหญิงของภรรยา ให้เอาใจเข้ามาใส่ใจเรา ภรรยาทุกคนจะปลื้มใจที่สุด ถ้าสามีรักและซื่อตรงต่อตนเพียงคนเดียว

๔. มอบความเป็นใหญ่ให้ คือ มอบให้เป็นผู้จัดการภาระทางบ้านไม่เข้าไปก้าวก่ายในเรื่องการครัว การปกครองภายใน นอกจากเรื่องใหญ่ ๆ ซึ่งภรรยาไม่อาจแก้ปัญหาได้

๕. ให้เครื่องแต่งตัว ขึ้นชื่อว่าผู้หญิงล้วนชอบแต่งตัว สนใจเรื่องสวย ๆ งาม ๆ ถ้าได้เสื้อผ้าเครื่องแต่งตัวสวย ๆ งาม ๆ แล้วชื่นใจ ถึงจะโกรธเท่าไรก็ได้เครื่องแต่งตัวถูกใจ ประเดี๋ยวก็หาย สามีก็ต้องตามใจบ้าง

## หน้าที่ของภรรยาต่อสามี

๑. จัดการงานดี จัดบ้านให้สบายน่าอยู่ จัดอาหารให้ถูกปากและทันตามความต้องการ จัดเสื้อผ้าเครื่องใช้ให้สะอาดอยู่เสมอ

๒. สงเคราะห์ญาติข้างสามี ด้วยการเอื้อเฟื้อ กล่าววาจาไพเราะให้ความช่วยเหลือตามฐานะที่จะทำได้

๓. ไม่นอกใจ จงรักภักดี รักสนิทแนบต่อสามีเพียงผู้เดียว

๔. รักษาทรัพย์ให้ดี ไม่ฟุ่มเฟือย แต่ก็ไม่ตระหนี่ รู้จักใช้ทรัพย์ให้เป็น

๕. ขยันทำงาน ขยันขันแข็งทำงานบ้าน ไม่เอาแต่กิน นอน เทียว หรือเล่นการพนัน

ประเพณีแต่งงานของไทยเรา เวลาเจ้าบ่าวเจ้าสาวรับน้ำพุทรมนต์ มักจะสวมมงคลแฝดไว้บนศีรษะคู่คล้าย ๆ กับยึดคนสองคนไว้ด้วยกัน ความมุ่งหมายนั่นคือ จะยึดคนทั้งสองไว้ไม่ให้แยกจากกัน นั่นเป็นการยึดผูกเพียงภายนอกผิวเผิน ซึ่งช่วยอะไรไม่ได้จริง

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนให้ยึดเหมือนกัน แต่แทนที่จะสอนให้ยึดด้วยด้าย ทรงสอนให้ยึดด้วยคุณธรรมที่เรียกว่า "สังคหะ" แทน การสังเคราะห์ที่ทั้งสองฝ่ายปฏิบัติต่อกัน จะเป็นเงื่อนไข ๒ วง วงหนึ่งคล้องไว้ในใจผัว อีกวงหนึ่งคล้องไว้ในใจเมีย ถ้าคล้องให้เหมาะ ๆ แล้ว ต่อให้มนุษย์หน้าไหนก็มาพรากไปจากกันไม่ได้ แม้แต่ความตายก็พรากได้เพียงร่างกาย ส่วนดวงใจนั้นยังคงคล้องกันอยู่ชั่ววันรันดร์

มีข้อเตือนใจอยู่ว่า แม้บางคนตั้งใจแล้วว่า จะต้องยึดใจเอาไว้ครั้นปฏิบัติจริงก็ไม่วายเขว พอผัวทำท่าจะหลงไหลนอกรทาง กลับวิ่งไปหาหมอเสน่ห์ ยาแฝด เสียเงินเสียทอง เสียเวลา แต่แล้วก็เหลว เพราะทิ้งบ้าน ทิ้งช่อง ไปเฝ้าหมอ ข้าวปลาไม่รู้จักหุงหา ปล่อยให้บ้านรกเป็นเล้าไก่อรงกา แทนที่จะคอยเอาใจผัว กลับไปกราบเท้าเอาใจหมอเสน่ห์เพื่อจะมาชิงข้อเอาอกกับผัว สถานการณ์ก็ยิ่งเลวร้ายลงทุกที ที่ถูกควรบักใจให้มันในศีลในทาน ในการทำความดี ปฏิบัติหน้าที่ของเราไม่ยอมให้บกพร่อง แล้วทุกอย่างจะดีขึ้นเอง

## โอวาทวันแต่งงาน

เป็นโอวาทปริศนาที่บิดาของนางวิสาขาให้แก่นางวิสาขาในวันแต่งงาน มีทั้งหมด ๑๐ ข้อ ดังนี้

๑. ไฟในอย่านำออก หมายถึง ไม่นำเรื่องราวปัญหา ความร้อนใจต่าง ๆ ในครอบครัวไปเปิดเผยแก่คนทั่วไปภายนอก

๒. ไฟนอกอย่านำเข้า หมายถึง ไม่นำเรื่องราวปัญหาต่าง ๆ ภายนอกที่ร้อนใจ เข้ามาในครอบครัว

๓. **ให้แก่ผู้ให้** หมายถึง ผู้ใดที่เราให้ความช่วยเหลือ ให้หยิบยืมสิ่งของแล้ว เมื่อถึงกำหนดก็นำมาส่งคืนตามเวลา เมื่อเรามีความจำเป็นต้องขอความช่วยเหลือ หากไม่เกินความสามารถของเขา เขาก็ยินดีช่วยเหลืออย่างเต็มใจ บุคคลเช่นนี้ภายหลังถ้ามาขอความช่วยเหลือเราอีก ก็ให้ช่วย

๔. **ไม่ให้แก่ผู้ที่ไม่ให้** หมายถึง ผู้ใดที่เราให้ความช่วยเหลือให้หยิบยืมสิ่งของแล้ว ไม่ส่งคืนตามกำหนดเวลา เมื่อเรามีเรื่องขอความช่วยเหลือ แม้ไม่เกินความสามารถของเขา และเป็นเรื่องถูกศีลธรรม เขาก็ไม่ยอมช่วย คนอย่างนี้ภายหลังถ้ามาขอความช่วยเหลือเราอีก อย่าช่วย

๕. **ให้ไม่ให้ก็ให้** หมายถึง ถ้าญาติพี่น้องเราที่ตกระกำลำบากอยู่มาขอความช่วยเหลือ แม้บางครั้งไม่ส่งของที่หยิบยืมตามเวลา ภายหลังเขามาขอความช่วยเหลืออีกก็ให้ช่วย เพราะถึงอย่างไรก็เป็นญาติพี่น้องกัน

๖. **กินให้เป็นสุข** หมายถึง ให้จัดการเรื่องอาหารการกินในครอบครัวให้ดี ปรนนิบัติพ่อแม่ของสามีในเรื่องอาหารอย่าให้บกพร่อง ถ้าทำได้อย่างนี้ตัวเราเองเวลากินก็จะกินอย่างมีความสุข ไม่ต้องกังวล

๗. **นั่งให้เป็นสุข** หมายถึง รู้จักที่สูงที่ต่ำ เวลานั่งก็ไม่นั่งสูงกว่า พ่อแม่ของสามีจะได้นั่งอย่างมีความสุข ไม่ต้องกังวล ไม่ถูกตำหนิ

๘. **นอนให้เป็นสุข** หมายถึง ดูแลเรื่องที่หลับที่นอนให้ดี และยึดหลักตื่นก่อนนอนที่หลัง ก่อนนอนก็จัดการธุระการงานให้เรียบร้อยเสียก่อน จะได้นอนอย่างมีความสุข

๙. **บูชาไฟ** หมายถึง เวลาที่พ่อแม่ของสามีหรือตัวสามีเองกำลังโกรธ เปรียบเสมือนไฟกำลังลุก ถ้าดูท่าอะไรเรา ก็ให้นั่งเสียยาไปต่อล้อต่อเถียงด้วย เพราะในช่วงเวลานั้น ถ้าเราไปเถียงเข้าเรื่องราวก็จะยิ่งลุกลามใหญ่โต ไม่มีประโยชน์ คอยหาโอกาสเมื่อเขาหายโกรธ แล้วชี้แจงเหตุผลให้ฟังอย่างนุ่มนวลจะดีกว่า

๑๐. **บูชาเทวดา** หมายถึง เวลาที่พ่อแม่ของสามีหรือตัวสามีเองทำ ความดี ก็พยายามส่งเสริมสนับสนุน พุดให้กำลังใจ ให้ทำความดีให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป

## อานิสงส์การสงเคราะห์ภรรยา (สามี)

๑. ทำให้ความรักยืนยง
๒. ทำให้สมานสามัคคีกัน
๓. ทำให้ครอบครัวมีความสุข
๔. ทำให้ได้รับการยกย่องสรรเสริญ
๕. เป็นตัวอย่างที่ดีแก่อนุชนรุ่นหลัง

**“ภรณานัน้อยู่ใกล้ชิด หากไม่ผูกมิตร ชีวิตจะสั้น  
ภรณานัน้อยู่ร่วมกัน หากคิดสร้างสรรค์ บ้านนั้นเจริญ”**



มงคลที่ ๑๔ ทำงานไม่คั่งค้าง



# มงคลที่ ๑๔

## ทำงานไม่คั่งค้าง

ดินที่พอกหางหมู มีแต่จะเพิ่มมากขึ้น ๆ และถ่วงหมูให้กินอยู่หลับนอนไม่เป็นสุขยิ่ง ๆ ขึ้นไปจันใด

การงานที่ปล่อยทิ้งไว้คั่งค้าง ก็มีแต่จะยิ่งเพิ่มมากขึ้น และถ่วงความเจริญก้าวหน้าทั้งแก่ตนเอง และหมู่คณะจันนั้น

“ค่าของคนอยู่ที่ผลของงาน  
หากปล่อยการงานให้คั่งค้าง  
ก็เท่ากับกำลังทำลายค่าของตนเอง”

### เหตุที่ทำให้งานคั่งค้าง

๑. **ทำงานไม่ถูกกาล** ยังไม่ถึงเวลาทำก็ร้อนใจด่วนไปทำ แต่พอถึงเวลาควรทำกลับไม่ทำ เช่น ตอนแดดออกมัวไปภูบ้านพอฝนตกกลับไปซักเสื้อผ้าตากเท่าไรก็ไม่แห้ง หรือตอนเด็กไม่ยอมเรียนหนังสือ เทียวสำมะเลเทเมา พอแก่เฒ่าจะมาเรียนก็เรียนไม่ไหวแล้ว

๒. **ทำงานไม่ถูกวิธี** ทำผิดขั้นตอน ผิดลำดับ เช่น จะทำความสะอาดบ้านก็ไปกวาดพื้นก่อน แล้วกวาดเพดานทีหลัง ผุ่นผ่งต่าง ๆ ก็ตกลงมาต้องกวาดพื้นใหม่อีก เป็นต้น

๓. *ไม่ยอมทำงาน* ชอบผัดวันประกันพรุ่ง หรือหาเหตุต่าง ๆ นานา มาอ้าง เช่น รอคฤกษ์รอนยาม พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า ถ้าเราจะทำความดี เมื่อไร ฤกษ์ก็ดีเมื่อนั้น ไม่ต้องรอ ทำไปได้เลย ประโยชน์ย่อมเป็นฤกษ์ของประโยชน์เอง

“ประโยชน์ย่อมถ่วงเลยคนโง่ ผู้มัวรอฤกษ์ยามอยู่”

(พุทธพจน์)

## วิธีทำงานให้เสร็จ

วิธีทำงานที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้คือ อิทธิบาท ๔ ได้แก่

๑. *ฉันทะ* ความเต็มใจทำ
๒. *วิริยะ* ความแข็งใจทำ
๓. *จิตตะ* ความตั้งใจทำ
๔. *วิมังสา* ความเข้าใจทำ

*ฉันทะ* คือ *ความรักงาน* จะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อเราเล็งเห็นผลของงานว่า ถ้าทำงานนี้แล้วจะได้อะไร เช่น เรียนหนังสือ แล้วจะได้วิชาความรู้ไปประกอบอาชีพ

คนสั่งงานจำเป็นอย่างยิ่ง ที่จะต้องปลุกความพอใจให้แก่ผู้ทำงานควร จะให้เขารู้ด้วยว่าทำแล้วจะเกิดผลดีอย่างไร หรือถ้าไม่ทำจะเสียผลทางไหน ผู้สั่งงานบางคนใช้อำนาจบาทใหญ่ บางทีสั่งพลางด่าพลาง ใช้ถ้อยคำดูหมิ่นเหยียดหยามไปพลาง เป็นการทำลายกำลังใจของผู้ทำ นับว่าทำผิดอย่างยิ่ง

*วิริยะ* คือ *ความพากเพียร* ความไม่ท้อถอยเป็นคุณธรรมทางใจเรียก ความรู้สึกนี้ว่า “ความกล้า” อยากรู้ว่ากล้าอย่างไร ต้องดูทางตรงข้ามเสียก่อน คือทางความเกียจคร้าน คนเกียจคร้านทุกคนและทุกครั้ง คือคนขลาด คนกลัว กลัวหนาว กลัวร้อน กลัวแดด กลัวฝน จะทำงานแต่ละครั้งเป็นต้องอ้างว่าหนาว จะตาย ร้อนจะตาย หิวจะตาย อิ่มจะตาย เหนื่อยจะตาย ง่วงจะตาย คนเกียจคร้านทุกคนตายวันละไม่รู้กี่ร้อยครั้ง

การเอาชนะคำขู่ของความเกียจคร้านเสียได้ท่านเรียกว่า วิริยะ คือ ความเพียร หรือความกล้าั่นเอง

ต้องละเว้นจากอบายมุขให้ได้เสียก่อน จึงจะมีความเพียรได้

มีข้อนำสังเกตสำหรับคนทำงานร่วมกันคือ จะต้องขยันด้วยกันทั้งหัวหน้าและลูกน้องจึงจะได้เรื่อง ยิ่งผู้เป็นหัวหนายังสำคัญมาก ถ้าเป็นคนเกียจคร้าน คิดกินแรงผู้น้อยทำเดี่ยว คิดแต่ว่า “ให้แก่วิดน้ำท่าข้าจะล่อน้ำแกง” ผู้น้อยก็มักขยันไปได้ไม่กี่น้ำ ประเดี๋ยวก็รามือกันหมด แต่ถ้าหัวหน้าเอาการเอางานก็ตั้งผู้น้อยให้ขยันขันแข็งขึ้นด้วย

**“ความเกียจคร้านย่อมทำลายคุณธรรมทุกประการ เป็นบรพชิตก็ไม่ดี เป็นคฤหัสถ์ก็ไม่ดี”**

**จิตตะ** คือ ความเอาใจใส่ คนมีจิตตะเป็นคนไม่ปล่อยปละละเลยกับงานของตน คอยตรวจตรางานอยู่เสมอ

ปกติคนที่โตเป็นผู้ใหญ่รู้ผิดรู้ชอบแล้ว ก็จะเป็นคนเฉยเมยไม่ใส่ใจกับงานเลยมีไม่เท่าไร ส่วนใหญ่มักจะใส่ใจกับงานอยู่แล้ว เพราะธรรมชาติของใจคนชอบคิด ทำให้หยุดคิดสียาก แต่เสียอยู่อย่างเดียวคือ ชอบคิดชอบเจ้าก็เจ้าการ แต่เรื่องงานของคนอื่น คอยติ คอยสอด คอยแทรก คอยวิพากษ์วิจารณ์ ฐานะของตัวเองกลับไม่คิดเสียนี้ เห็นคนอื่นใส่เสื้อขาดรูเท่าหัวเข็มหมุดก็ตำหนิติเตียนเขาเป็นเรื่องใหญ่ แต่ที่ตัวเอง มุ่งขาดรูเท่ากำปั้นตั้งเดือนแล้วเมื่อไรจะเย็บล่ะ? และที่เย็บไปสอดแทรกงานเขา แต่งานเราไม่ดูนั้น มันทำให้อะไรของเราดีขึ้นบ้าง เพราะฉะนั้นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้เราเป็นนักตรวจตรางาน คือให้มีจิตตะ แล้วก็ทรงให้อวาทสาทัพบัวด้วยว่า “จงตรวจตรางานของตัวเอง ทั้งที่ทำแล้วและยังไม่ได้ทำ”

**วิมังสา** สูดยอดของวิธีทำงานให้สำเร็จรวมอยู่ในอิทธิบาทข้อสุดท้ายนี้คือ วิมังสา แปลว่า การพินิจพิจารณา หมายความว่า ทำงานด้วยปัญญาด้วยสมองคิด ไม่ใช่สักแต่ว่าทำ คนเราแม้จะรักงานแค่ไหน บากบั่นปานใดหรือเอาใจ

ดจ้อยู่ตลอดเวลา แต่ถ้าขาดการใช้ปัญญาพิจารณางานด้วยแล้วผลที่สุดงานก็  
วังค้ำจนได้ เพราะแม้ว่าขั้นตอนการทำงานจะสำเร็จไปแล้วแต่ผลงานก็ไม่  
เรียบร้อย ต้องทำกันใหม่ซ้ำไป

อีกประการหนึ่ง คนทำงานที่ไม่ใช้ปัญญา ไปทำงานที่ไม่รู้จักเสร็จ  
จะปล้ำให้มันเสร็จ นักเข้าตัวเองก็กลายเป็นทาสของงาน เข้าตำรา “เปรตจัดหัว  
จัดตีน” ตามเรื่องที่ว่า เปรตตัวหนึ่งได้รับคำสั่งจากหัวหน้าเปรตให้ไปเฝ้า  
ศาลาข้างทาง เวลาคนนอนหลับเปรตก็ลงจากชื่อมาตรวดดูความเรียบร้อย ที่แรก  
ก็เดินดูทางหัว จัดแนวศิระชะให้ได้ระดับเดียวกันให้เป็นระเบียบ ครั้นจัดทาง  
ศิระชะเสร็จก็วนไปตรวจทางเท้า เห็นเท้าไม่ได้ระดับก็ดึงลงมาให้เท่ากัน แล้วก็  
วนไปตรวจทางศิระชะอีก วนเวียนอยู่อย่างนี้ไม่มีวันเสร็จสิ้นได้เลย หาได้นึกไม่ว่า  
คนเขาตัวสูงก็มี เตี้ยก็มี ไม่เสมอกัน จัดจนตายก็ไม่เสร็จ คนที่ทำงานไม่ใช้ปัญญา  
จัดเป็นคนประเภท “เปรตจัดหัวจัดตีน” อย่างนี้ก็มี ถ้าใช้ปัญญาพิจารณาหน่อย  
เดียว ทำให้เสร็จเท่าที่มันจะเสร็จได้ก็สบาย

คนที่ทำงานด้วยปัญญานั้นจะต้อง

- ทำให้ถูกกาล ไม่ทำก่อนหรือหลังเวลาอันควร
- ๖ ทำให้ถูกลักษณะของงาน

สรุปวิธีการทำงานให้สำเร็จนั้น มีลักษณะล้วนขึ้นอยู่กับใจทั้งสิ้นคือ  
เต็มใจทำ แข็งใจทำ ตั้งใจทำ และเข้าใจทำ วิธีการฝึกฝนใจที่ดีที่สุดก็คือ การให้ทาน  
การรักษาศีล และการทำสมาธิเพื่อให้ใจผ่องใส ทำให้เกิดปัญญาพิจารณาเห็นผล  
ของงานได้ รู้และเข้าใจวิธีการทำงาน มีกำลังใจ และมีใจจดจ่ออยู่กับงาน ไม่  
วอกแวก

## อุปสรรคในการทำงานให้เสร็จ

อุปสรรคใหญ่ในการทำงานให้เสร็จก็คือ อบายมุข ๖ ได้แก่

๑. ตุ่มน้ำเมา
๒. เที้ยวกกลางคืน
๓. ตุการละเล่นเป็นนิจ

๔. เล่นการพนัน
๕. คบคนชั่วเป็นมิตร
๖. เกียจคร้านในการทำงาน

อบาย แปลว่า ความเสื่อม ความฉิบหาย มุข แปลว่า ปาก อบายมุข จึงแปลว่า ปากทางแห่งความเสื่อม เนื่องจากมันเป็น “ปากทาง” เราจึงมักมองไม่เห็นความเสื่อม เพราะตัวความเสื่อมจริงๆ มันอยู่ “ปลายทาง” ซึ่งเรายังมองไม่เห็น แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าและท่านผู้รู้ทั้งหลายมองเห็น

ถ้าจะดูกันแต่ปากทางแล้ว ก็อาจเห็นเป็นความเจริญด้วยซ้ำ ปากทางที่จะไปเข้าคุก ก็เป็นถนนราบเรียบ แต่ปลายทางเป็นคุกกที่ทรมาณ

ปากทางที่จะตกลงบ่อ ก็เป็นพื้นดินสะอาด แต่ก้นบ่อมีน้ำที่จะทำให้ผู้ตกลงไปจมนหรือสำลักตาย

ปากทางที่จะตกลงเหว ก็เป็นป่าหวิ้งงามดี แต่ก้นเหวลึกมากจนทำให้คนที่ตกลงไปตาย

เช่นกัน อบายมุขซึ่งเป็นปากทางแห่งความฉิบหายนี้ ดูเผิน ๆ ก็ไม่มีพิษสงอะไร เทียบกลางคืนก็สนุกดี เล่นการพนันก็เฟลิดเฟลินดี แต่ก็ทำให้ผู้ประพฤติทำางานไม่สำเร็จ เสื่อมไปจากความเจริญก้าวหน้าและกุศลธรรมทั้งหลาย ที่ถึงกับฉิบหายขาดตัวไปแล้วก็มากต่อมาก

## เรื่องที่น่ารู้

คุณสมบัติของนายจ้างที่ดี

๑. จัดงานให้ลูกจ้างทำตามความเหมาะสม
๒. ให้ค่าจ้างรางวัลสมควรแก่งานและความสามารถ
๓. ให้สวัสดิการที่ดี
๔. มีอะไรได้พิเศษมา ก็แบ่งปันให้
๕. ให้มีวันหยุดพักผ่อนตามสมควร

### คุณสมบัติของลูกจ้างที่ดี

๑. เริ่มทำงานก่อน
๒. เลิกงานทีหลัง
๓. เอาแต่ของที่นายให้
๔. ทำงานให้ดียิ่งขึ้น
๕. นำความดีของนายไปสรรเสริญ

### อหิสงส์การทำงานไม่คั่งค้าง

๑. ทำให้ฐานะของตน ครอบคร้ว ประเทศชาติดีขึ้น
๒. ทำให้ได้รับความสุข
๓. ทำให้พึ่งตัวเองได้
๔. ทำให้เป็นที่พึ่งของคนทั้งหลายได้
๕. ทำให้สามารถสร้างบุญกุศลอื่น ๆ ได้ง่าย
๖. ทำให้เป็นผู้ไม่ประมาท
๗. ทำให้ป้องกันภัยในอบายภูมิได้
๘. ทำให้มีสุดติเป็นที่ไปเบื้องหน้า
๙. ทำให้เป็นนิสัยติดตัวไปข้ามภพข้ามชาติ
๑๐. ทำให้ได้รับการยกย่องสรรเสริญจากคนทั่วไป

“บุคคลใดไม่คำนึงถึงหนาวร้อน

อดทนให้เหมือนหญ้า

กระทำกิจที่ควรทำด้วยเรี่ยวแรงของลูกผู้ชาย

บุคคลนั้นย่อมไม่เสื่อมจากสุข”

(พุทธพจน์)



# มงคลที่ ๑๕

## บำเพ็ญทาน

ต้นไม้ที่ให้ผลและร่มเงา นอกจากจะได้ชื่อว่าเป็นไม้มีประโยชน์แล้ว  
ย่อมได้รับการดูแลใส่ปุ๋ยพรวนดินยิ่ง ๆ ขึ้นไปอีกฉันใด

ผู้ที่รู้จักให้ทาน นอกจากจะได้ชื่อว่าเป็นคนมีประโยชน์แล้ว ย่อมได้รับการยกย่องสรรเสริญ ช่วยเหลือสนับสนุน จากคนทั้งหลายอีกฉันนั้น

### ทานคืออะไร ?

ทาน แปลว่า การให้ หมายถึงการสละสิ่งของของตน เพื่อเป็นประโยชน์แก่ผู้อื่นด้วยความเต็มใจ

การให้ทาน เป็นพื้นฐานความดีของมนุษยชาติ และเป็นสิ่งที่ขาดเสียมิได้ในการจรรโลงสันติสุข

พ่อแม่ถ้าไม่ให้ทาน คือไม่เลี้ยงเรามา เราเองก็ตายเสียตั้งแต่เกิดแล้ว  
สามีภรรยา หากทรัพย์มาได้ ไม่ปันกันใช้ ก็บ้านแตก

ครู อาจารย์ ถ้าไม่ให้ทาน คือ ไม่สั่งสอนถ่ายทอดวิชาความรู้แก่เรา  
เราก็โง่ดักดาน

คนเรา ถ้าโกรธแล้ว ไม่ให้อภัยทานกัน โลกนี้ก็เป็นกลียุค

มงคลที่ ๑๕ บำเพ็ญทาน



ชีวิตของคนเราจึงดำรงอยู่ได้ด้วยทาน เราโตมาได้ก็เพราะทาน เรามีความรู้ในด้านต่าง ๆ ก็เพราะทาน โลกนี้จะมีสันติสุขได้ก็เพราะทาน การให้ทานจึงเป็นสิ่งจำเป็น และมีคุณประโยชน์อย่างใหญ่หลวงต่อมนุษยชาติ

## ประเภทของทาน

๑. อามิสทาน คือ การให้วัตถุสิ่งของเป็นทาน
๒. ธรรมทานหรือวิทยาทาน คือ การให้ความรู้เป็นทาน ถ้าเป็นความรู้ทางโลก เช่น ให้ศิลปวิทยาการต่าง ๆ เรียกว่า วิทยาทาน หากเป็นความรู้ทางธรรม เช่น สอนให้ละชั่ว ประพฤติดี มีศีลธรรม เรียกว่า ธรรมทาน
๓. อภัยทาน คือ การสละอารมณ์โกรธ เป็นทาน ให้อภัย ไม่จองเวร สละอารมณ์โกรธ พยายามให้ขาดออกจากใจ

การให้ธรรมะเป็นทาน ถือว่าเป็นการให้ทานที่ได้บุญสูงสุด มีคุณค่ากว่าการให้ทานทั้งปวง เพราะทำให้ผู้รับมีปัญญารู้เท่าทันโลก สามารถนำไปใช้ได้ ไม่รู้จักจบสิ้นชาตินี้และชาติต่อ ๆ ไป ส่วนทานชนิดอื่น ๆ ผู้รับได้รับแล้วไม่ซำก็หมดสิ้นไป

## จุดมุ่งหมายของการให้ทาน

๑. ให้เพื่อทำคุณ เป็นการให้เพื่อยึดเหนี่ยวน้ำใจกัน ให้เพื่อให้ผู้รับนิยมชมชอบในตัวผู้ให้ไม่ได้มุ่งเพื่อเป็นบุญ เช่นคนที่สมัครผู้แทนฯ ถึงเวลาหาเสียงที่ก็เอาเงิน ผ้าป่า ไปทอด ๑๐ วัด ๒๐ วัด ไปสร้างสะพาน สร้างถนน เพื่อให้ชาวบ้านเห็นว่าตนเป็นคนใจบุญ จะได้ลงคะแนนเสียงให้ตน หรือบางคนรักพี่สาวเขา ก็เลยเอาขนมไปฝากน้องชาย การให้อย่างนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อผลประโยชน์ เพื่อให้ผู้รับรักตัวผู้ให้ การทำเช่นนี้ถ้าถามว่าได้บุญไหม? ก็เห็นจะต้องตอบว่า ได้เหมือนกันแต่น้อยเหลือเกินได้ไม่เต็มที่ การให้ที่จะได้บุญมากนั้น ต้องให้เพื่ออนุเคราะห์ และสูงขึ้นไปอีก คือ ให้เพื่อบูชาคุณ

๒. ให้เพื่อนุเคราะห์ เป็นการอุดหนุนเอื้อเฟื้อกันให้ด้วยความเมตตา กรุณา เช่น พ่อ แม่ ให้อาหารแก่ลูก ครูอาจารย์ให้ความรู้แก่ศิษย์ ผู้มีทรัพย์ บริจาคทรัพย์เพื่อเป็นทุนการศึกษาแก่นักเรียนที่ยากจน เป็นต้น

๓. ให้เพื่อบูชาคุณ เมื่อมีผู้ปรารถนาดีต่อเรา เมตตากรุณา ช่วยเหลือ อุปการะเรา เช่น พ่อแม่ ครูอาจารย์ เราก็แสดงความเคารพนอบน้อมท่านด้วย กาย วาจา ใจ บูชาคุณท่านด้วยทรัพย์สันทนกำลัง ยามท่านเจ็บป่วยก็ช่วย พยาบาลรักษา ไม่ละทิ้งท่านทั้งในยามสุขและยามทุกข์ นอกจากนี้บุคคลที่ควร บูชาคุณ คือพระภิกษุสามเณรผู้ทรงคุณธรรม เป็นผู้ชี้ทางสันติสุขแก่โลก ให้รู้จักบาปบุญคุณโทษ เป็นธุระคอยสั่งสอนอบรมแนะนำประชาชนให้พ้นทุกข์ จึงควรบูชาท่านด้วยปัจจัยสี่ เพื่อให้ท่านมีกำลังบำเพ็ญพรต และบำเพ็ญ ประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์ตามสมณวิสัยได้เต็มที่

## ข้อเตือนใจ

คนเราเมื่อตายไปแล้ว ทรัพย์สมบัติแม้แต่เข็มเล่มเดียวก็ไม่สามารถ นำติดตัวไปได้ วิธีเดียวเท่านั้นที่จะนำทรัพย์ติดตัวไปได้ คือ การนำทรัพย์นั้น ไปทำทาน

ทานเป็นประโยชน์แก่ผู้มีชรา พยาธิ มรณะเผาผลาญอยู่ ถ้ารู้จัก ขนทรัพย์ออกด้วยทาน ทรัพย์นั้นย่อมเป็นประโยชน์แก่เขาได้ ทรัพย์ที่บำเพ็ญ ทานแล้วชื่อว่าขนออกแล้ว ดูเถอะเจ้าของเรือนที่ถูกไฟไหม้ ภาชนะใดที่ขนออก ได้ก็เป็นประโยชน์แก่เขา ส่วนที่ขนออกไม่ได้ก็ต้องถูกไฟไหม้อยู่ในเรือนนั่นเอง

## ทานที่ให้แล้วไม่ได้บุญ

๑. ให้สุรยาาเสพย์ติดเช่น บุหรี่ เหล้า ผิ่น กัญชา ฯลฯ
๒. ให้อาวุธ เช่น เขากำลังทะเลาะกัน ยื่นปืน ยื่นมีดให้
๓. ให้มหรสพ เช่น พาไปดูหนังดูละคร ฟังดนตรี เพราะทำให้ กามกำเริบ

๔. ให้สัตว์เพศตรงข้าม เช่น หาสุนัขตัวเมียไปให้ตัวผู้ หาสาว ๆ ไปให้เจ้านาย ฯลฯ

๕. ให้ภาพลามก รวมถึงหนังสือลามก และสิ่งยั่วยุกามารมณ์ทั้งหลาย

## วิธีทำงานให้ได้บุญมาก

การทำงานให้ได้บุญมาก ต้องพร้อมด้วยองค์ ๓ คือ

๑. **วัตถุบริสุทธ์** ของที่จะให้ท่านต้องเป็นของที่ท่านได้มาโดยสุจริต ขอบธรรม ไม่ได้คดโกงหรือเบียดเบียนใครมา

ให้ท่านด้วยน้ำพริกผักต้มที่ได้มาโดยบริสุทธ์ ได้กุศลมากกว่าให้อาหารโต๊ะจีนราคาตั้งพันด้วยเงินทองที่ได้มาโดยไม่บริสุทธ์

๒. **เจตนาบริสุทธ์** คือ มีเจตนาเพื่อกำจัดความตระหนี่ของตนทำเพื่อเอาบุญ ไม่ใช่เอาหน้า เอาชื่อเสียง เอาความเด่นความดัง ความรัก จะต้องมียเจตนาบริสุทธ์ผุดผ่องทั้ง ๓ ขณะ คือ

- ก่อนให้ก็มีใจเลื่อมใสศรัทธาเป็นทุนเดิม เต็มใจที่จะทำบุญนั้น
- ขณะให้ก็ตั้งใจให้ ให้ด้วยใจเบิกบาน
- หลังจากให้ก็มีใจแช่มชื่น ไม่นึกเสียดายสิ่งที่ให้ไปแล้ว

๓. **บุคคลบริสุทธ์** คือเลือกให้แก่ผู้รับที่เป็นผู้มีศีลบริสุทธ์ มีความสงบเรียบร้อย ตั้งใจประพฤติธรรม โดยทั่วไปแล้วพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนว่า พระสงฆ์เป็นนื่อนาบุญของโลก แต่ถึงกระนั้นก็ทรงสอนให้เลือกถ้าจะนิมนต์พระภิกษุเฉพาะเจาะจง ก็ให้นิมนต์พระที่เคร่งครัดในสิกขาวินัยนำเลื่อมใส ถ้าจะนิมนต์พระไม่เฉพาะเจาะจง ให้สมภารจัดให้ ก็ให้เลือกนิมนต์จากหมู่สงฆ์ที่ประพฤติสิกขาวินัยเคร่งครัด สำหรับผู้ให้ท่านคือตัวเราเองก็ต้องมีศีลบริสุทธ์จึงจะได้บุญมาก จะเห็นว่าทุกครั้งที่เราจะถวายสังฆทาน พระท่านจะให้ศีลก่อน เพื่อว่าอย่างน้อยที่สุดในขณะนั้นเรายังมีศีล ๕ ครบ จะได้เกิดบุญกุศลเต็มที่

## ผลของท่าน

การให้ทานเป็นเรื่องของความชุ่มเย็น ผู้ที่ให้ทานอยู่เสมอย่อมมีใจผ่องใสเยือกเย็น หมุ่ชนที่นิยมการให้ทานย่อมไม่มีความเดือดร้อนใจ เนื่องจากต่างคนต่างมีอริยาศัยไมตรีถ้อยทีถ้อยอาศัยกัน หนึ่งใจของคนเรานี้มีอำนาจมีพลังสามารถดึงดูดทรัพย์ได้ ถ้าใครสั่งสมการให้และการเสียสละมามากจะมีพลังดึงดูดทรัพย์มาก ถ้าใครมีใจตระหนี่มีความโลภมาก จะมีพลังดึงดูดทรัพย์น้อย โบราณท่านจึงกล่าวไว้ว่าคนทำทานมาก ๆ จะทำให้รวย แม้องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ยังทรงยกย่องทานไว้หลายลักษณะ ดังนี้

### คนควรให้ในสิ่งที่ควรให้

การเลือกให้ทานพระสุคตสรรเสริญ

คนพาลเท่านั้นที่ไม่สรรเสริญการให้ทาน

เมื่อมีจิตเลื่อมใสแล้ว ทักขินาทานหาชื่อว่าเป็นของน้อยไม่

บุญของผู้ให้ย่อมเจริญก้าวหน้า

ผู้ให้ย่อมผูกไมตรีไว้ได้

ผู้ให้ย่อมเป็นที่รักของคนหมู่มาก

ผู้มีปัญญาให้ความสุขย่อมได้รับความสุข

(พุทธพจน์)

ผู้ให้อาหารชื่อว่าให้กำลัง

ผู้ให้ผ้าชื่อว่าให้วรรณะ

ผู้ให้ยานพาหนะชื่อว่าให้ความสุข

ผู้ให้ประทับที่โคมไฟชื่อว่าให้จักขุ

ผู้ให้ที่พักอาศัยชื่อว่าให้ทุกสิ่งทุกอย่าง

ผู้ให้ธรรมทานชื่อว่าให้มฤตธรรม

(กีนททสูตร)

ผู้ให้ของที่พอใจ ย่อมได้ของที่พอใจ

ผู้ให้ของที่เลิศ ย่อมได้ของที่เลิศ

ผู้ให้ของที่ดี ย่อมได้ของที่ดี

ผู้ให้ของที่ประเสริฐ ย่อมเข้าถึงฐานะอันประเสริฐ

พระใดให้ของที่เลิศ ให้ของที่ดี และให้ของที่ประเสริฐ

พระนั้นจะเกิด ฌ ที่ใด ๆ ย่อมมีอายุยืน มียศ ฌ ที่นั้น ๆ

(มหาปทาโยสูตร)

### อานิสงส์การบำเพ็ญทาน

๑. เป็นที่มาของสมบัติทั้งหลาย
๒. เป็นที่ตั้งแห่งโภคทรัพย์ทั้งปวง
๓. ผู้ให้ย่อมได้รับความสุข
๔. ผู้ให้ย่อมเป็นที่รักของคนหมู่มาก
๕. ผู้ให้ย่อมผูกไมตรีไว้ได้
๖. ทำให้เป็นผู้มีเสน่ห์
๗. ทำให้เป็นที่น่าคบหาของคนดี
๘. ทำให้เข้าสังคมได้คล่องแคล่ว
๙. ทำให้แก้แค้นล้างอาชญาในทุกชุมชน
๑๐. ทำให้มีชื่อเสียงเกียรติคุณดี
๑๑. แม้ตายแล้วก็ไปเกิดในสวรรค์



มงคลที่ ๑๖ ประพฤติธรรม



# มงคลที่ ๑๖

## ประพฤติธรรม

ไม่จันทร แม่แห้ง

อ้อยแม่ถูกหีบ

เกลือแม่ถูกสะตุ

บัณฑิตแม่ตกทุกข์

ยังไม่สิ้นกลิ่นหอม

ยังไม่สิ้นรสหวาน

ยังไม่สิ้นรสเค็ม

ยังไม่เลิกประพฤติธรรม

### การประพฤติธรรมคืออะไร?

การประพฤติธรรม คือ การประพฤติตนให้อยู่ในกรอบของความถูกต้องและความดี ทั้งปรับปรุงพฤติกรรมของตนให้ติสรมกับที่เกิดเป็นคนและให้มีความเที่ยงธรรม ไม่ลำเอียง

เราจะเห็นได้ว่า การประพฤติธรรมนั้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้เป็นมงคลที่ ๑๖ ก่อนมงคลที่ ๑๗ และ ๑๘ คือ การสงเคราะห์ญาติและการทำงานไม่มีโทษ

เหตุที่พระองค์ทรงวางลำดับมงคลว่าด้วยการประพฤติธรรมไว้ตรงนี้ก็เพราะในการสงเคราะห์ญาติและการทำงานไม่มีโทษ ซึ่งเป็นการทำงานเพื่อส่วนรวมนั้น เราต้องมีการทำงานติดต่อกับคนจำนวนมาก ซึ่งมีอัธยาศัยต่าง ๆ กันไป ถ้าไม่ระมัดระวังให้ดีแล้ว โอกาสที่จะกระทบกระทั่งกันก็มีมาก โอกาสที่เราจะทำงานเสียเพราะขาดความเป็นธรรมก็มีมากเช่นกัน

ดังนั้น ก่อนทำงานเพื่อส่วนรวมจึงต้องประพฤติธรรม เพื่อเป็นการปรับปรุงตนให้พร้อมที่จะอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างผาสุก ไม่นำความเดือดร้อนมาสู่ตนเองและผู้อื่น ซึ่งได้แก่การประพฤติปฏิบัติตน ๒ ลักษณะควบคู่กันไป ได้แก่

๑. ประพฤติเป็นธรรม
๒. ประพฤติตามธรรม

**ประพฤติเป็นธรรม คือ มีความเที่ยงธรรม มีความยุติธรรม**

ความมั่นคงและความสงบเรียบร้อยของสังคมนั้น ขึ้นอยู่กับหลักธรรมอย่างหนึ่ง คือ “ความยุติธรรม” สังคมใดก็ตามแม้จะมีข้าวปลาอาหารสมบูรณ์ มั่งคั่งบริบูรณ์ แต่ถ้าขาด “ความยุติธรรม” เสียอย่างเดียว สังคมนั้นก็จะมีแต่ความเดือดร้อนวุ่นวาย

เพราะขาดความยุติธรรม ครอบครัวจึงแตกสลาย

เพราะขาดความยุติธรรม บ้านเมืองจึงเกิดปฏิวัติรัฐประหาร

เพราะขาดความยุติธรรม สงครามระหว่างประเทศจึงเกิดขึ้น

ความยุติธรรม คือ การกระทำที่ชอบด้วยเหตุผลนั้น จึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกหนทุกแห่ง มีบางคนเข้าใจว่า ความยุติธรรมเป็นเรื่องมาจากผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่เป็นผู้ให้ ตนเป็นผู้รับ ความเข้าใจเช่นนี้ผิด อันที่จริงความยุติธรรมเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนจะต้องให้แก่กัน

เราจึงต้องฝึกตนเองให้เป็นคนที่ปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างชอบด้วยเหตุผล มีความยุติธรรมไม่ลำเอียงเพราะอดีต ๔ ประการ ดังต่อไปนี้

๑. “ไม่ลำเอียงเพราะรัก เช่น ถึงจะรักนาย ก มากเพียงใดก็ตามแต่ถ้าไม่มีผลงานดีเด่นก็ต้องยกย่องคนอื่นที่มีความสามารถดีกว่าขึ้นมาไม่เห็นแก่หน้า ข้อนี้อวมถึงการไม่เป็นคนโลก ไม่รักทรัพย์สินสมบัติมากจนยอมเสียความเป็นธรรม

๒. **ไม่ลำเอียงเพราะชัง** คือ ถึงจะเกลียดหรือไม่ชอบใครเป็นเรื่องส่วนตัว ก็ไม่นำมาปนกับงานซึ่งเป็นเรื่องส่วนรวม หากเขาทำความดีก็ต้องปูนบำเหน็จรางวัลให้เช่นเดียวกับคนอื่น ไม่เลือกที่รักผลักที่ชัง

๓. **ไม่ลำเอียงเพราะหลง** คือ เป็นคนมีปัญญา หูตากว้างไกล รู้เท่าทันคน ไม่โง่ โกรธ ใดๆ ไม่สามารถหลอกหลวงได้ ไม่เป็นผู้ใหญ่ชนิด ลงโทษผู้น้อยโดยที่ไม่ได้ไต่สวนความผิดให้ชัดเจนก่อน เป็นต้น

๔. **ไม่ลำเอียงเพราะกลัวภัย** คือ มีใจอาจหาญไม่หวั่นไหว ไม่เกรงอิทธิพลมืดใด ๆ ถึงจะถูกขู่ทำร้าย ก็ไม่ยอมเสียความเป็นธรรม เพราะมีความรักธรรมยิ่งกว่าชีวิต

คุณสมบัติทั้ง ๔ ประการนี้ คนทุกคนจำเป็นต้องมี มิฉะนั้นโลกนี้ก็จะวุ่นวาย โดยเฉพาะผู้นำทุกท่านจะต้องปลูกฝังให้เกิดขึ้นในตนจนเต็มที

**“ผู้ใดไม่ละเมิดความยุติธรรม**

**เพราะความรักความซัง ความโง่เขลาและความกลัว**

**เกียรติคุณเกียรติยศ เกียรติศักดิ์**

**ของผู้นั้นย่อมเด่นดุจดวงจันทร์**

**เปล่งแสงสว่างในข้างขึ้นทุกคำคืน”**

(พุทธพจน์)

**ประพฤติดามธรรม** คือ การประพฤติปฏิบัติตนตามธรรมะที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอน ฝึกฝนอบรมตนเองให้คุณธรรมในตัวสูงขึ้นประเด็นขึ้นตามลำดับ ได้แก่ การปฏิบัติตามหลักกุศลกรรมบถ ๑๐ ประการ ดังนี้

๑. **เว้นจากการฆ่าสัตว์** คือ ไม่ฆ่าสัตว์ นับตั้งแต่ฆ่าพ่อฆ่าแม่ ฆ่าผู้มีพระคุณ ฆ่าคนทั่วไป ฆ่าสัตว์ที่มีคุณ และฆ่าสัตว์อื่น ๆ

เจตนารมณ์ของศาสนาในเรื่องนี้ ต้องการให้ทุกคนรู้จักแก้ปัญหาโดยสันติวิธี ไม่ใช่โดยวิธีฆ่าอีกฝ่ายหนึ่งเสีย เพราะการฆ่านั้น ผู้ฆ่าย่อมเกิดความทารุณโหดร้ายขึ้นในใจ ทำให้ใจเศร้าหมองและตนก็ต้องรับผลกรรมต่อไป

เป็นการแก้ปัญหาซึ่งจะสร้างปัญหาอื่น ๆ ต่อมาโดยไม่จบสิ้น ต้องคอยหวาดระแวงว่า ญาติพี่น้องเขาจะมาทำร้ายตอบ

๒. เว้นจากการลักทรัพย์ คือ ไม่แสวงหารายได้โดยทางทุจริต เช่น

ลัก	=	ขโมยเอาลับหลัง
ฉก	=	ชิงเอาซึ่งหน้า
กรรโชก	=	ขู่เอา
ปล้น	=	รวมหัวกันแย่งเอา
ตู่	=	เถียงเอา
ฉ้อ	=	โกงเอา
หลอก	=	ทำให้เขาหลงเชื่อแล้วให้ทรัพย์
ลวง	=	เบี่ยงบ่ายลวงเขา
ปลอม	=	ทำของที่ไม่จริง
ตระบัด	=	ปฏิเสศ
เบียดบัง	=	ซุกซ่อนเอาบางส่วน
สับเปลี่ยน	=	แอบเปลี่ยนของ
ลักลอบ	=	แอบนำเข้าหรือออก
ยักยอก	=	เบียดบังเอาของในหน้าที่ตน

เจตนารมณ์ของศาสนาในเรื่องนี้ ต้องการให้ทุกคนทำมาหาเลี้ยงชีพโดยสุจริต ซึ่งจะทำให้ใช้ทรัพย์ได้เต็มอ้อม ไม่ต้องหวาดระแวงว่าจะมีใครมาทวงคืน

๓. เว้นจากการประพฤติดีกในกาม คือ ไม่กระทำความผิดในทางเพศไม่ลุอำนาจแก่ความกำหนัด เช่น การทำชู้กับสามีภรรยาคนอื่น การข่มขืน การฉุดคร่าอนาจาร

เจตนารมณ์ของศาสนาในเรื่องนี้ ต้องให้ทุกคนมีจิตใจสูง เคารพในสิทธิ์ของเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน เป็นการรักษาความสงบเรียบร้อยในสังคม

๔. เว้นจากการพูดเท็จ คือ ต้องไม่เจตนาพูดให้ผู้ฟังเข้าใจผิดไปจากความเป็นจริง ซึ่งรวมถึงการทำเท็จให้คนอื่นหลงเชื่อรวม ๗ วิธีด้วยกัน คือ

พูดปิด	= โโกหกจิ้ง ๑
ทนสาบาน	= ทำผิดแล้วไม่ยอมรับผิด
ทำเสน่ห์กระเท่ห์	= ทำที่อวดอ้างความศักดิ์สิทธิ์ของตนเกินเหตุ
มารยา	= เจ็บน้อยทำเป็นเจ็บมาก
ทำเลศ	= ทำที่ให้ผู้อื่นตีความคลาดเคลื่อนเอาเอง
เสริมความ	= เรื่องนิดเดียวทำให้เห็นเป็นเรื่องใหญ่
อำความ	= เรื่องใหญ่ปิดบังไว้ให้เป็นเรื่องเล็กน้อย

การเว้นจากพูดเท็จต่าง ๆ เหล่านี้ หมายถึง

- ไม่ยอมพูดคำเท็จเพราะเหตุแห่งตน กลัวภัยจะมาถึงตน จึงโกหก
- ไม่ยอมพูดคำเท็จเพราะเหตุแห่งคนอื่น รักเขา อยากให้เขาได้ประโยชน์ จึงโกหกหรือเพราะเกลียดเขา อยากให้เขาเสียประโยชน์ จึงโกหก
- ไม่ยอมพูดเท็จ เพราะเห็นแก่อำมิสสินบน เช่น อยากได้ทรัพย์สินเงินทองสิ่งของ จึงโกหก

เจตนารมณ์ของศาสนาในเรื่องนี้ ต้องการให้ทุกคน มีความสัตย์จริงกล้าเผชิญหน้ากับความจริงเยี่ยงสุภาพชน ไม่หนีปัญหา หรือหาประโยชน์ใส่ตัวด้วยการพูดเท็จ

๕. เว้นจากการพูดส่อเสียด คือ ไม่เก็บความข้างนี้ไปบอกข้างโน้น เก็บความข้างโน้นมาบอกข้างนี้ ด้วยเจตนาจะยุแหย่ให้เขาแตกกัน หรือให้เขารักตน กล่าวแต่ถ้อยคำอันแสดงคุณค่าของความสามัคคี

เจตนารมณ์ของศาสนาในเรื่องนี้ ต้องการไม่ให้คนเราหาความชอบด้วยการประจบสอพลอ ไม่เป็นข้างซ้าย ข้างขวา ทำให้หมู่คณะสงบสุข สามัคคี

๖. เว้นจากการพูดคำหยาบ คือ ไม่พูดคำซึ่งทำให้คนฟังเกิดความระคายใจ ครูดหู และส่อว่าผู้พูดเองเป็นคนมีสกุลต่ำ ได้แก่

คำด่า	= พูดเผ็ดร้อน แทะหัวใจ พูดกดให้ต่ำ
คำประชด	= พูดยกจนลอย
คำกระทบ	= พูดเปรียบเทียบให้เจ็บใจเมื่อได้คิด

คำแตกต้น	= พุดกระแตกกระทัน
คำสภ	= พุดแข่งชั๊กหักกระดุก
คำหยาบโลน	= พุดคำที่สังคมรังเกียจ
คำอาฆาต	= พุดให้หวาดกลัวว่าจะถูกทำร้าย

เจตนารมณ์ของศาสนาในเรื่องนี้ ต้องการให้ทุกคนเป็นสุภาพชน รู้จักสำรวมวาจาของตน ไม่ก่อความระคายใจแก่ผู้อื่นด้วยคำพุด

๗. เว้นจากการพุดเพื่อเจ้อ คือ ไม่พุดเหลวไหล ไม่พุดพล่อย ๆ ลักแต่ว่ามีปากอยากพุดก็พุดไปหาสาระมิได้ พุดแต่ถ้อยคำที่ควรฝังไว้ในใจมีหลักฐาน มีที่อ้างอิง ถูกกาลเวลา มีประโยชน์

เจตนารมณ์ของศาสนาในเรื่องนี้ ต้องการให้ทุกคนมีความรับผิดชอบ ต่อถ้อยคำของตน

๘. ไม่โลภอยากได้ของเขา คือ ไม่เพ่งเล็งที่จะเอาทรัพย์สินของคนอื่นในทางทุจริต

เจตนารมณ์ของศาสนาในเรื่องนี้ ต้องการให้คนเราเคารพในสิทธิ ข้าวของของผู้อื่นมีจิตใจสงบไม่ฟุ้งซ่านไหวระเพื่อมิไปเพราะความอยากได้ทรัพย์สินของผู้อื่น ทำให้มีใจผ่องแผ้ว มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ พร้อมทั้งจะสร้างประโยชน์ให้แก่ส่วนรวม

๙. ไม่พยาบาทปองร้ายเขา คือ ไม่ผูกใจเจ็บ ไม่คิดอาฆาตล้างแค้น ไม่จองเวร มีใจเบิกบาน แจ่มใสไม่ขุ่นมัว ไม่เกลือกกลั้วด้วยโทษจจริต

เจตนารมณ์ของศาสนาในเรื่องนี้ ต้องการให้คนเรารู้จักให้อภัยทาน ไม่คิดทำลาย ทำให้จิตใจสงบผ่องแผ้วเกิดความคิดสร้างสรรค์

๑๐. ไม่เห็นผิดจากคลองธรรม คือ ไม่คิดแย้งกับหลักธรรม ได้แก่ มีความเห็นที่เป็นสัมมาทิฐิ ๘ ประการคือ

๑. เห็นว่าการให้ทานดีจริง ควรทำ
๒. เห็นว่าการบูชาบุคคลที่ควรบูชาดีจริง ควรทำ
๓. เห็นว่าการต้อนรับแขกดีจริง ควรทำ

๔. เห็นว่ากฎแห่งกรรมมีจริง
๕. เห็นว่าโลกนี้โลกหน้ามีจริง
๖. เห็นว่าบิดามารดามีพระคุณต่อเราจริง
๗. เห็นว่านรกสวรรค์มีจริง
๘. เห็นว่าสมณพราหมณ์ที่หมดกิเลสแล้วมีจริง

เจตนารมณ์ของศาสนาในเรื่องนี้ ต้องการให้คนเรามีจิตใจดีมีมาตรฐานความคิดที่ถูกต้อง ยึดถือค่านิยมที่ถูกต้อง มีวินัยจรรยาปฏิบัติ มีหลักการ มีแนวความคิดที่ถูกต้อง ส่งผลให้ความคิดในเรื่องอื่นถูกต้องตามไปด้วย

“เราไม่เห็นธรรมอื่นแม้สักอย่าง  
ซึ่งจะเป็นเหตุให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดได้เกิดขึ้น  
หรือกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว  
เพิ่มพูนไปพลอยยิ่งขึ้นเหมือนอย่างสัมมาทิฐินี้เลย”

(พุทธพจน์)

คุณธรรมทั้ง ๑๐ ประการนี้ คนทุกคนจำเป็นต้องฝึกให้มีในตน โดยเฉพาะผู้นำ ผู้ที่จะบำเพ็ญประโยชน์แก่สังคมส่วนรวม จะต้องฝึกให้มีในตนอย่างเต็มที่ จึงจะทำงานได้ผลดี

“ธรรมย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม.  
บุคคลใด หวังความสุข หวังความเป็นใหญ่  
หวังความก้าวหน้า ต้องประพฤติธรรม”

## อานิสงส์การประพฤติธรรม

๑. เป็นมหากุศล
๒. เป็นผู้ไม่ประมาท
๓. เป็นผู้รักษาสัทธรรม
๔. เป็นผู้นำศาสนาให้เจริญ
๕. เป็นสุขในโลกนี้และโลกหน้า
๖. ไม่ก่อเวรก่อภัยกับใคร ๆ
๗. เป็นผู้ให้อภัยแก่สรรพสัตว์
๘. เป็นผู้ดำเนินตามปฏิปทาของนักปราชญ์
๙. สร้างความเจริญความสงบสุขแก่ตนเองและส่วนรวม
๑๐. เป็นผู้สร้างทางมนุษย์ สวรรค์ พรหม นิพพาน

“ธมฺมจารี สุขํ เสติ  
การประพฤติธรรม นำสุขมาให้”

(พุทธพจน์)



# มงคลที่ ๑๗

## สงเคราะห์ญาติ

ต้นไม้ที่เกิดรวมกันเป็นป่าดง แต่ละต้นย่อมช่วยปะทะลมพายุให้แก่กัน จึงยืนต้นอยู่ได้นาน ผิดจากต้นไม้ที่เกิดอยู่โดดเดี่ยว แม้จะเป็นไม้เจ้าป่าสูงใหญ่ก็ตาม เมื่อได้พายุตามลำพัง ย่อมหักโค่นลงโดยง่าย เช่นกันคนที่มีญาติอยู่พร้อมหน้าก็ย่อมมีผู้คอยช่วยเหลือปะทะมรสุมชีวิตให้ผ่อนหนักเป็นเบา เมื่อเราทำดีมีสุข มีทางเจริญก้าวหน้า ก็มีคนให้ความสนับสนุน

### ญาติคืออะไร?

ญาติ แปลว่า คนค้ำค้ำ คนใกล้ชิด หมายถึงบุคคลที่ค้ำค้ำและวางใจกันได้ มี ๒ ประเภท ได้แก่

#### ๑. ญาติทางโลก แบ่งได้เป็น ๒ พวก คือ

- ญาติโดยสายโลหิต เช่น ทวด ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า น้า อา พี่ น้อง หลาน หลาน หลาน ฯลฯ (สำหรับพ่อแม่ ลูก ภรรยา สามี ถือว่าเป็นคนใกล้ชิดเรามากที่สุด ขอให้กันไว้ต่างหากเพราะเรามีหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติต่อบุคคลเหล่านี้ต่างกันออกไป)

- ญาติโดยความใกล้ชิดค้ำค้ำ เช่น เป็นเพื่อนสนิทสนมกับเราโดยตรง หรือสนิทสนมกับญาติทางสายโลหิตของเรา

# มงคลที่ ๑๗ สงเคราะห์ญาติ



๒. ญาติทางธรรม หมายถึงผู้เป็นญาติเพราะเหตุ ๔ ประการ คือ

- เป็นญาติเพราะบวชให้เป็นภิกษุ
- เป็นญาติเพราะบวชให้เป็นสามเณร
- เป็นญาติเพราะให้หนี้สัย
- เป็นญาติเพราะสอนธรรมะให้

## วิธีร่อนหาญาติแท้ ๆ

คนรู้จักกันที่เรียกว่าญาตินั้น ไม่ใช่เพียงรู้จักตัว ไม่ใช่เพียงรู้จักว่าเวลานี้เขาจะช่วยเหลือเราบ้าง แต่จะต้องมีใจผูกพันกับผู้ที่ตนถือว่าเป็นญาติเสมอ แม้แยกย้ายกันไปก็อยากรู้ข่าวคราวว่าผู้นั้นทุกข์หรือสุข หากเดือดร้อนก็พร้อมจะช่วยสงเคราะห์ อย่างนี้เรียกว่าญาติ ญาติที่แท้ต้องมีใจผูกพันทั้งต่อหน้าและลับหลัง ถ้ารู้จักกันเพียงผิวเผินจากไปแล้วก็แล้วกันไปอย่างนี้ไม่นับเป็นญาติ ยิ่งถ้าคนรู้จักมักคุ้นกันนั้นดีกับเราเฉพาะยามเราเจริญ คำก็พี่สองคำก็น้อง แต่พอเราพลีภัยพล้ำลาง ชักหันมาเล่นแง่ จะแลเอาเนื้อจะถือเอาหนัง คนอย่างนี้ไม่ใช่ญาติแน่นอน วิธีพิจารณาว่าใครเป็นญาติทำได้ง่าย ๆ คือ ใครก็ตามที่เมื่อเราเจ็บป่วย แล้วพอรู้ข่าวคราวก็มาเยี่ยมเยียนในยามที่เราปราศจากลาภ ยศ ตำแหน่งหน้าที่การงานอันมีเกียรติแล้วยังปฏิบัติตนอย่างสม่ำเสมอต่อเรา หรือถ้าเราตายก็พร้อมจะไปเผาศพพรานันแหละจึงนับว่าเป็นญาติ

## ลักษณะญาติที่ควรสงเคราะห์

๑. เป็นคนที่พยายามช่วยเหลือตนเองก่อนแล้วอย่างเต็มที่ ไม่ใช่เอะอะมีอะไรก็วิ่งมาหาทำเดี๋ยว งอมืองอเท้า ไม่ยอมช่วยตนเอง

๒. รู้จักทำตัวให้น่าช่วย มีความประพฤติดี ไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข มีสัมมาคารวะ มีความอ่อนน้อมต่อมตน มีน้ำใจ

## เวลาที่ควรสงเคราะห์ญาติ

๑. เมื่อยากจนหาที่พึ่งไม่ได้
๒. เมื่อขาดทุนทรัพย์ค้าขาย
๓. เมื่อขาดยานพาหนะ
๔. เมื่อขาดอุปกรณ์ทำกิน
๕. เมื่อเจ็บไข้ได้ป่วย
๖. เมื่อคราวมีธุระการงาน
๗. เมื่อคราวถูกใส่ความ มีคดี

เรื่องการสงเคราะห์ญาติ จะว่าง่ายก็เหมือนยาก ครั้นจะว่ายากก็เหมือนง่าย คนทั้งญาติพี่น้องเสียผู้เสียคนไปก็มี คนที่เอาพี่เอาน้องจนตัวเองแทบตายทั้งเป็นก็มาก เรื่องนี้จึงต้องมีขอบเขต มีวิธีการที่เหมาะสม ไม่ใช่ใครทำอะไรให้ญาติแล้วจะดีเสมอไป

## วิธีสงเคราะห์ญาติทางโลก

ความมุ่งหมายของการสงเคราะห์ญาติอยู่ที่การผูกสามัคคีรวมน้ำใจญาติให้เป็นปึกแผ่น โดยใช้หลักสังคหวัตถุ ๔ ดังนี้

๑. ทาน หมายถึง การเอื้อเพื่อแบ่งกันกินแบ่งกันใช้ ให้ของฝากยามเยี่ยมเยียน ให้ของขวัญยามมงคล ให้ของกินของใช้ยามตรุษยามสารท ตลอดจนให้ทุนรอนทำมาหากิน โดยควรจะต้องงบบกลางไว้สำหรับสงเคราะห์ญาติ โดยเฉพาะ และเมื่อแบ่งปันให้ญาติไปแล้ว ก็ไม่คิดจะทวงคืน แต่ถ้าเขานำมาคืนเองก็ควรเก็บสำรองไว้ในงบบกลางนี้อีกสำหรับสงเคราะห์ญาติคนอื่น ๆ ที่เดือดร้อนต่อไป

๒. ปิยวาจา พูดจาท่อกันด้วยคำสุภาพอ่อนโยน เรียกสรรพนามตามศักดิ์ เช่น เรียกลุง ป้า น้า อา อันเป็นภาษาของคนรักใคร่กัน ถึงจะโกรธเคืองขัดใจกันก็ไม่แซงแซกหักกระดูก หรือนินทาว่าร้าย

๓. **อตุณจริยา** ทำตัวให้เป็นประโยชน์แก่ญาติ คือ ช่วยเหลือเมื่อมีธุระ การงาน เช่น แต่งงาน บวชนาค เจ็บป่วย เป็นความ งานศพ และอื่น ๆ อย่างน้อยก็ให้กำลังใจ

๔. **สมานัตตตา** วางตัวกับญาติให้เหมาะสมกับฐานะ ตำแหน่ง เหตุการณ์ สิ่งแวดล้อม เคารพญาติผู้ใหญ่ เอ็นดูญาติผู้น้อย เสมอต้น เสมอปลาย ร่วมทุกข์ร่วมสุข ไม่ทอดทิ้งกัน

## วิธีสงเคราะห์ญาติทางธรรม

คือ ชักชวนญาติให้รู้จักประกอบการบุญการกุศล ชักพาให้ได้ ทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนา ให้ตั้งอยู่ในศรัทธา สอนธรรมะให้ ชักนำ ให้ บวช ชักนำให้ปฏิบัติธรรม

## ข้อเตือนใจ

การสงเคราะห์ญาติเป็นความดี เป็นมงคลแก่ผู้ทำ แต่ทั้งนี้ต้องทำตาม วิถีทางที่ถูกต้อง คือต้องไม่เอาการช่วยเหลือญาติพี่น้องมาทำให้เสียความเป็น ธรรมในหน้าที่ของตน

ทางฝ่ายญาติพี่น้องซึ่งเป็นผู้ขอรับความช่วยเหลือยังต้องคิดให้มาก ถ้ารักกันจริงแล้วไม่สมควรที่จะไปขอร้อง ญาติพี่น้องที่มีบุญวาสนามีอำนาจ หน้าที่ ให้เขาทำผิด ให้ช่วยเหลือเรา ในทางที่ไม่เป็นธรรม อย่าขอร้องหรือ แม้แต่จะทำให้เขาต้องกังวลใจ ที่จะมาทำความผิดเพื่อผลประโยชน์ของเรา การขอร้องญาตินั้นไม่ผิดศีล ไม่ผิดธรรมและไม่เสียมารยาทแต่อย่างใด ข้อ สำคัญอยู่ที่ว่าอย่าขอให้เขาทำผิดเพื่อเราก็มแล้วกัน

จะเห็นได้ว่า มงคลที่ ๑๑, ๑๒, ๑๓ เป็นการสงเคราะห์บิดามารดา บุตร ภรรยา แต่การสงเคราะห์ญาติแทนที่จะอยู่ต่อมาเป็น มงคลที่ ๑๔ กลับ เป็น มงคลที่ ๑๗ โดยต้องฝึกทำงานเป็นใน มงคลที่ ๑๔ บำเพ็ญทานใน

มงคลที่ ๑๕ และประเพณีธรรมมีความเที่ยงตรงไม่ลำเอียงใน มงคลที่ ๑๖ ก่อน จึงจะสงเคราะห์ญาติ เพื่อป้องกันการเล่นพรรคเล่นพวกให้เสียธรรม

## อานิสงส์การสงเคราะห์ญาติ

๑. เป็นฐานป้องกันภัย
๒. เป็นฐานอำนาจ
๓. เป็นบุญกุศล
๔. เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจกัน
๕. ทำให้สนิทสนมคุ้นเคยกัน
๖. ทำให้เกิดความสามัคคีกัน
๗. ทำให้เกิดความจงรักภักดีต่อกัน
๘. เป็นเหตุแห่งสันติสุขไปทั่วโลก
๙. เป็นประเพณีอันดีงามของนักปราชญ์
๑๐. ทำให้ตระกูลใหญ่โต มั่นคง
๑๑. ทำให้มีญาติมากทุกภพทุกชาติ
๑๒. เป็นตัวอย่างแก่นุชนรุ่นหลัง
๑๓. เป็นการสร้างสิ่งแวดล้อมที่ดีให้เกิดขึ้น

“ตระกูลใด ที่หมู่ญาติได้ร่วมกันสร้างสรรคัจริยโดมวงศ์วาน ให้เป็น ปีกแผ่นแน่นหนา จะเป็นทีเกรงขามแก่บุคคลทั้งหลาย แม้ผู้มั่งร่ำก็ไม่กล้ามา เบียดเบียน ประดุจความหนาทิบแห่งกอไม้ที่มีหนามแวดล้อมอยู่รอบข้างย่อม ไม่มีใครเข้าไปตัดได้ง่าย ๆ หรือเหมือนดังกอบัวที่เจริญงอกงามอยู่ในสระย่อม เป็นที่เจริญตาเจริญใจ แก่ผู้พบเห็น”



# มงคลที่ ๑๘

## ทำงานไม่มีโทษ

โรงงานที่ดีมีประสิทธิภาพ ไม่ใช่เพียงเพราะผลิตผลงานได้มากเท่านั้น แต่จะต้องผลิตผลงานที่มีคุณภาพ และเป็นประโยชน์ด้วย

เช่นกัน คนเราจะเจริญก้าวหน้า ทำประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่นได้ ไม่ใช่เพียงเพราะทำงานได้มากเท่านั้น แต่จะต้องเลือกทำเฉพาะงานที่ไม่มีโทษด้วย

### งานไม่มีโทษคืออะไร?

งานไม่มีโทษ หมายถึง งานที่ไม่มีตำหนิ ดีพร้อม ยุติธรรม ไม่มีเวร ไม่มีภัย ไม่เบียดเบียนใคร แต่เป็นประโยชน์ทั้งแก่ตนและผู้อื่น

ความสามารถในการทำงานของคน มีอยู่ ๒ ระดับ คือ “ขั้นทำได้” กับ “ขั้นทำดี”

“ทำได้” หมายถึง การทำงานสักแต่ให้เสร็จ ๆ ไป จะเกิดประโยชน์หรือไม่ เพียงใด ไม่ต้องคำนึง เป็นลักษณะของคนไม่รับผิดชอบงาน

“ทำดี” หมายถึง การเป็นผู้คิดให้รอบคอบ ถึงผลได้ ผลเสียทุกแง่มุม แล้วจึงเลือกทำเฉพาะแต่ที่เป็นประโยชน์จริง ๆ สิ่งใดที่ไม่เห็นว่าจะเป็นประโยชน์ ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่นเพียงพอ ก็ไม่ทำสิ่งนั้น พุดสั้น ๆ ก็คือ ถ้าทำต้องให้ดี ถ้าไม่ดีต้องไม่ทำ

มงคลที่ ๑๘ ทำงานไม่มีโทษ



กล่าวอีกนัยหนึ่ง “ทำได้” หมายถึง ทำสิ่งต่าง ๆ ได้ตามที่ตนอยากได้ อยากทำ เช่น อยากดำใครก็ดำ อยากได้ยศ อยากได้ตำแหน่ง ก็มุ่งมั่นช่วงชิง เอาให้ได้ ผิดถูกชั่วดีอย่างไรไม่ต้องคำนึง การทำได้จึงเป็นเพียงคุณสมบัติขั้นต้น ของคนทำงานเท่านั้น มือชั้นดีจริงแล้ว ต้องถึงขั้น “ทำดี” คนทำดีนั้นมี คุณสมบัติในตัวถึง ๒ อย่าง คือนอกจากจะ “ทำได้” แล้วยังสามารถเลือก “ไม่ทำก็ได้” ถ้าเห็นว่าทำแล้วจะไม่ดี อย่างนี้จึงจะเก่งแท้

อาจจะเปรียบได้ว่า คนทำงานขั้นทำได้ก็เหมือนกับ เด็กทารกที่เพิ่งรู้จักกิน ทำเป็นแต่เพียงหยิบอะไรใส่เข้าปาก แล้วกลืนลงท้องไป กินขั้นนี้เรียกว่า “กินได้” ยังไม่ใช่คนกินเป็น ยังไม่มีความตริพิเศษอะไรนัก ถ้าพี่เลี้ยงเผลออาจหยิบสิ่งที่เป็นพิษใส่เข้าปาก แล้วกลืนลงท้อง ให้ผู้ใหญ่เตือนต้องวิงวามอ กก็ได้ แต่คน “กินเป็น” จะต้องรู้จักเลือกของกิน เห็นว่าควรกินจึงกิน ถ้าไม่ ควรกินก็ไม่กิน เช่นกัน นักทำงานที่เก่งแท้ ต้องถึง “ทำดี” คือ ไม่ใช่สักแต่ว่า ทำงานได้ แต่ต้องเห็นว่างานที่จะทำเป็นงานที่ดีควรทำจึงลงมือทำ

## วิธีพิจารณางานว่ามีโทษหรือไม่

ในการพิจารณางานที่ทำ ว่าเป็นงานมีโทษหรือไม่ ต้องไม่ถือเอา คำติชมของคนพาลมาเป็นอารมณ์ เพราะคนพาลนั้น เป็นคนมีอาการวิบัติ ทางใจ ความคิดความเห็น ผิดเพี้ยนไปหมด สิ่งใดที่ถูกก็เห็นเป็นผิด ที่ผิดกลับเห็น เป็นถูก หรือที่ดีคนพาลก็เห็นเป็นเรื่องชั่ว แต่เรื่องที่ชั่วกลับเห็นเป็นเรื่องที่ดี ถือเป็นบรรทัดฐานไม่ได้

ส่วนบัณฑิตนั้น เป็นคนมีความคิดเห็นถูกต้อง รู้จักผิดชอบชั่วดี รู้จัก บำปบุญคุณโทษ ทั้งเป็นคนมีศีลมีสัตย์ คนประเภทนี้ ใจกับปากตรงกัน เราจึง ควรรับฟังคำติชมของบัณฑิตด้วยความเคารพ

หลักที่บัณฑิตใช้คำติชมใช้พิจารณางานมีโทษหรือไม่ นั้น มีอยู่ ๔ ประการด้วยกัน แบ่งเป็นหลักทางโลก ๒ ประการ และหลักทางธรรม ๒ ประการ

## องค์ประกอบของงานไม่มีโทษ

งานไม่มีโทษจะต้องมีองค์ประกอบ ๔ ประการดังนี้

๑. ไม่ผิดกฎหมาย
๒. ไม่ผิดประเพณี
๓. ไม่ผิดศีล
๔. ไม่ผิดธรรม

๑. **ไม่ผิดกฎหมาย** กฎหมายเป็นระเบียบข้อบังคับซึ่งทุกคนต้องปฏิบัติ ตามการทำผิดกฎหมายทุกอย่างจัดเป็นงานมีโทษทั้งสิ้น แม้บางอย่างจะไม่ผิด ศีลธรรมข้อใดเลย เช่น การปลูกบ้านในเขตเทศบาล ต้องขออนุญาตตามเทศ บัญญัติ ถ้าไม่ขอมิผิด การทำอย่างนี้ทางธรรมไม่ถือว่าผิด เพราะปลูกในที่ของ เราเอง และด้วยเงินทองของเรา แต่การกระทำดังกล่าวก็เป็นงานมีโทษคือมี ต่าหนี และโปรดทราบด้วยว่า เมื่อใครทำงานมีโทษก็ย่อมผิดหลักธรรมอยู่ นั้นเอง อย่างน้อยก็ผิดมงคล

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ทรงสั่งสอนเป็นหนักหนา ทั้งพระ ทั้ง ชาวบ้าน ให้เคารพต่อกฎหมายบ้านเมือง โดยเคร่งครัด ไม่เคยปรากฏในที่ ไตเลยว่า พระศาสดาของเรา สอนพุทธศาสนิก ให้แข็งข้อต่อกฎหมาย แม้ จะเอาการประพฤติธรรม หรือความเป็นพระ เป็นสงฆ์ เป็นข้ออ้างแล้วทำการ ดื้อแพ่ง ก็หาชอบด้วยพุทธประสงค์ไม่

ทั้งนี้แสดงให้เห็นว่า พระพุทธศาสนาต้องการให้ศาสนิกเป็นคน รักสงบและให้เคารพพระราชกำหนดกฎหมาย ชาวพุทธต้องไม่ทำตัว “ดื้อแพ่ง” ต่อกฎหมายบ้านเมืองไม่ว่าในกรณีใด ๆ

ถ้าเราพิจารณาในแง่มงคลแล้ว จะเห็นได้ชัดว่า การทำผิดกฎหมาย นั้นเป็นอัปมงคลแน่ เพราะเป็นการสร้างความผิดคลั่งของตัวเอง

๒. **ไม่ผิดประเพณี** ประเพณีหมายถึง จารีต ขนบธรรมเนียมของมหาชนในถิ่นหนึ่ง ๆ หรือสังคมหนึ่ง ซึ่งแตกต่างกันมากบ้างน้อยบ้าง แต่เมื่อคนทั้งหลายเขาถือกันเป็นส่วนมากและนิยมว่าดี ก็กลายเป็นกฎของสังคม ใครทำผิดประเพณีถือว่าผิดต่อมหาชน เช่น ประเพณีแต่งงาน ประเพณีต้อนรับแขก ประเพณีรับประทานอาหาร ประเพณีทำความเคารพผู้ใหญ่ ฯลฯ ซึ่งแตกต่างกันไปในแต่ละท้องถิ่น จึงต้องศึกษาให้ดี

เราชาวพุทธเมื่อจะเข้าไปสู่ชุมชนใด ก็ต้องถามไถ่ดูก่อนว่า เขามีประเพณีอย่างไรบ้าง อะไรที่พอจะโอนอ่อนผ่อนตามได้ ก็ทำตามเขา แต่ถ้าเห็นว่า ทำไปแล้วจะก่อให้เกิดความเสียหายต่อตัวเรา เสียหายแก่ภูมิธรรม และศักดิ์ศรีของชาวพุทธ ก็ควรงดเสียอย่าเข้าไปเกี่ยวข้อง เช่น ประเพณีไม่ให้เกียรติแก่ผู้สูงอายุ ดูถูกผู้หญิง ของคนบางเหล่า ประเพณีถือฤกษ์ยาม จนแทบไม่มีโอกาสทำมาหากิน ประเพณีห้ามถ่ายอุจจาระปัสสาวะซ้ำที่ของชาวอินเดียบางกลุ่ม จนกระทั่งไม่สามารถทำส้วมใช้

๓. **ไม่ผิดศีล** ศีลเป็นพื้นฐานของการทำความดีทุกอย่าง แม้ในไตรสิกขาซึ่งถือเป็นหัวใจของพุทธศาสนาก็บ่งไว้ว่า

ศีล	เป็นพื้นฐานของสมาธิ
สมาธิ	เป็นพื้นฐานของปัญญา
ปัญญา	เป็นเครื่องบรรลุนิพพาน

ดังนั้นผู้ที่คิดจะสร้างความดีโดยไม่นำพาในการรักษาศีลเลย จึงเป็นการคิดสร้างวิมานในอวกาศ

เราชาวพุทธทั้งหลายควรพิจารณาทุกครั้งก่อนทำงาน งานที่เราจะทำนั้นขัดต่อศีล ๕ หรือไม่ ถ้าผิดศีลก็ไม่ควร ให้งดเว้นจากการเหยียบย่ำทำลายศีล และงดเว้นจากการสนับสนุน ผู้อ้างตัวว่าเป็นผู้วิเศษ แต่ไม่มีศีล

### พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า

“เธอพึงพิจารณาเนื่อง ๆ ว่า ตัวเราเองตำหนิตัวเราเองโดยศีล ได้หรือไม่ เธอพึงพิจารณาเนื่อง ๆ ว่าท่านผู้รู้ใคร่ครวญแล้วตำหนิเราโดยศีลได้หรือไม่”

นัย อภินหะปัจเจกเวกขณ

๔. **ไม่ผิดกรรม** ธรรมคือความถูกต้องความดี ในการปฏิบัติงานทุกครั้ง ต้องคำนึงถึงข้อธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ให้ถี่ถ้วน เพราะ

งานบางอย่างแม้จะไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดประเพณี และไม่ผิดศีล แต่อาจผิดหลักธรรมได้ ดังเช่น

การผูกโกรธ คิดพยาบาท	ผิดหลักกุศลกรรมบถ
การเกียจคร้าน	ผิดหลักอิทธิบาท
การเป็นนักเลงการพนัน เจ้าชู้	ผิดหลักอบายมุข

ดังนั้นเมื่อเราทำงาน ไม่ว่าจะป็นงานทางกาย ทางวาจา หรือทางใจ ก็ตาม เราต้องทำให้ถูกต้องตามกฎหมาย ประเพณี ศีล และ ธรรม จึงจะได้ชื่อว่า เป็นคนทำงานไม่มีโทษ

คนบางคนมีปัญหาว่า ใจก็ต้องการทำงานไม่มีโทษ แต่ทำงานครั้งใดก็ว่าจะรู้ว่างานที่ตัวทำป็นงานมีโทษ ก็สลายไปเสียแล้ว ทำไปแล้วจึงมีปัญหาว่าทำอย่างไรเราจึงจะเป็นคนที่รู้ก่อนทำ

### วิธีรู้ก่อนทำ

ทางศาสนาสอนเรื่องการทำงานไว้ว่า “**นิสฺสุมม กรณํ เสยฺโย**” คือ “**ใคร่ครวญดูก่อน แล้วจึงลงมือทำ**” นักทำงานสมัยนี้ก็มีคติว่า “**อย่าดมก่อนเห็น อย่าเขินก่อนอ่าน**” ซึ่งก็เป็นการปฏิบัติตามหลักธรรมนั่นเอง

แต่การทำงานแบบนี้ คนหนุ่มสาวมักจะไม่ค่อยชอบเพราะใจร้อนเวลาเสนองานให้ผู้ใหญ่ พอท่านบอกว่า “**ขอคิดดูก่อน**” เด็กก็มักจะขัดใจหาว่า

คนแกช้ฉลาดทำอะไรไม่เด็ดขาด ความจริงไม่ใช่เรื่องกล้าหรือฉลาดแต่เป็น เรื่องการใช้ความคิด ท่านต้องการรู้ก่อนทำไม่ใช่ทำก่อนรู้ แล้วทำอะไร เราจึงจะรู้ก่อนทำ

ข้อสำคัญคือ ต้องทำให้เราให้คลายความอวดถือถือทิฐิมานะ ต้อง ยอมรับว่า เราไม่ใช่คนเก่งที่สุด เราไม่ใช่คนฉลาดที่สุด ยังมีผู้ที่เกิดก่อนเรา รู้เห็นมามากกว่าเรา ใครลดความลำพองของขงลงเสียได้ดังนี้ คนนั้นจะมีหวัง เป็นคนรู้ก่อนทำ ถ้าปรับปรุงตัวอย่างนี้ไม่ได้ก็ไม่มีหวัง จะต้องเป็นคนทำก่อน รู้ยู่ร่าไป สอบตกแล้วจึงรู้ว่าเกโรงเรียนไม่ดี ตั้บแข็งแล้วจึงรู้ว่ากินเหล้า มากไป หมดตัวแล้วจึงรู้ว่าไม่ควรเล่นการพนัน หนักเข้าก็ต้องเข้าคุก แล้วจึงรู้ ว่าบ้านเมืองมีข้อมีแป่ กรรมแท้ ๆ

## ประเภทของงานไม่มีโทษ

งานที่เราทำนั้นแบ่งได้เป็น ๒ ประการ คือ

๑. งานที่ทำเพื่อประโยชน์ตนเอง
๒. งานที่ทำเพื่อประโยชน์ส่วนรวม

ผู้ที่ทำงานไม่มีโทษก็หมายถึง ผู้ที่ทำงานทั้ง ๒ ประการนี้ อย่าง ถูกต้องและสมบูรณ์ตามกฎหมายเกณฑ์ทั้ง ๔ ประการ ดังได้กล่าวมาแล้ว

## งานที่ทำเพื่อประโยชน์ตนเอง

คือการทำมาหาเลี้ยงชีพต่าง ๆ เช่น ทำนา ทำสวน ค้าขาย เป็นครู เป็นช่างไม้ ช่างกล ฯลฯ ซึ่งในเรื่องการประกอบอาชีพนี้ พระสัมมา สัมพุทธเจ้าตรัสว่า อาชีพต้องห้ามต่อไปนี้ พุทธศาสนิกชนไม่ควรทำ ได้แก่

๑. การค้าอาวุธ
๒. การค้ามนุษย์
๓. การค้ายาพิษ

๔. การค้ายาเสพติด

๕. การค้าสัตว์เพื่อนำไปฆ่า

ใครก็ตามที่ประกอบอาชีพ ๕ ประการข้างต้นนี้ ได้ชื่อว่าทำงาน มีโทษ และก่อให้เกิดโทษแก่ตนเองมากมายสุดประมาณ แม้จะร่ำรวยเร็วก็ไม่คุ้มกับบาปกรรมที่ก่อไว้

## งานที่ทำเพื่อประโยชน์ส่วนรวม

คือการทำงานสังคมสงเคราะห์ช่วยเหลือคนข้างเคียง และช่วยเหลืองานที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมส่วนรวม เช่น สร้างสะพาน ทำถนน สร้างศาลาที่พักอาศัยข้างทาง ฯลฯ

## ข้อเตือนใจนักทำงานเพื่อส่วนรวม

ในการทำงาน ให้ทำเต็มที่ตามกำลังแต่อย่าทำจนล้นมือ และก่อนจะทำงานเพื่อส่วนรมนั้น เราจะต้องฝึกฝนตัวเราเองให้ดีก่อน ฝึกแก่นิสัยที่ไม่ดี ๆ ในตัว ด้วยการประพฤติธรรมดั่งมงคลที่ ๑๖ เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดกระทบกระทั่งกับผู้อื่นเวลาทำงาน และเพื่อให้สามารถควบคุมการทำงานให้เป็นไปตามเป้าหมายว่าเพื่อสังคมจริง ๆ ไม่ใช่เพื่อชื่อเสียง เพื่อความมีหน้ามีตาของเราเองและให้รับรู้ว่าการทำงานเพื่อส่วนรมนั้น แท้จริงผู้ที่ได้รับประโยชน์มากที่สุดก็คือ ตัวเราเอง คือ ได้ทั้งบุญกุศลและอุปนิสัยอันดีติดตัวไปเบื้องหน้า และเป็นการสร้างสิ่งแวดล้อมที่ดีแก่ตัวเองอีกด้วย ส่วนประโยชน์ที่ผู้อื่นจะได้รับถือเป็นเพียงผลพลอยได้เท่านั้น ถ้าคิดได้แบบนี้จะทำให้ใจสบาย มีกำลังใจในการทำงาน และไม่คิดทวงบุญทวงคุณเอากับใคร

นอกจากนั้น ผู้ที่จะทำงานเพื่อส่วนรวม จะต้องหัดรักษาศีล ๘ รักษาอุโบสถศีล เพื่อเป็นการฝึกควบคุมอารมณ์ให้ดี เพราะการทำงานเพื่อส่วนรมนั้น จะต้องคลุกคลีกับคนจำนวนมาก มีโอกาสที่จะกระทบกระทั่งกันได้ง่าย ทำให้เดือดร้อนในภายหลังทั้ง ๆ ที่ทำด้วยความหวังดี ตนเอง

ก็มีกรรมติดตัวไป และก่อนที่จะทำงานเพื่อสังคม ให้ปรับปรุงสภาพในครอบครัวของตนให้ดี ต้องมีเวลาให้ลูก ให้ครอบครัวให้พอ ครอบครัวจะได้มั่นคงเป็นสุข ส่งผลให้เราทำงานได้เต็มที่ โดยไม่ต้องห่วงหน้าพะวงหลัง

การทำงานไม่มีโทษทั้งเพื่อตนเองและเพื่อสาธารณประโยชน์ท่านสรุปไว้ ๑๐ อย่าง ดังนี้

## ตัวอย่างการทำงานไม่มีโทษ

๑. การรักษาอุโบสถศีล
๒. การทำงานช่วยเหลือกันในทางที่ชอบ
๓. การสร้างสถานที่ปฏิบัติธรรม เช่น วัด
๔. การปลูกต้นไม้เพื่อบูชาพระรัตนตรัย และให้คนได้พึ่งพาอาศัย
๕. การสร้างสะพาน เพื่อให้คนสัญจรไปมาได้สะดวก
๖. การสร้างประปา สร้างแหล่งน้ำ เพื่อให้ประชาชนได้ใช้น้ำสะดวก
๗. การตั้งน้ำดื่มน้ำใช้ไว้ เพื่อให้คนได้ใช้สะดวกสบาย
๘. การให้ที่อยู่อาศัยแก่บุคคล
๙. การตั้งอยู่ในบุญกุศล หรือตั้งอยู่ในบุญกิริยาวัตถุ ๑๐
๑๐. การถึงพร้อมด้วยศีลและการเจริญสมาธิภาวนา

## อานิสงส์การทำงานไม่มีโทษ

คนทำงานมีโทษนั้น ได้กับเสียเป็นเงาตามตัวยิ่งได้งานมากก็ทุกข์ใจมาก เข้าทำนอง “อ้อมท้องแต่พร่องทางใจ” ยิ่งรวยได้ทรัพย์มากเท่าไรโอกาสที่จะเสียคนก็มากเท่านั้น ยิ่งทำก็ยิ่งทุกข์ คุณความดีในตัวลดลงทุกที ส่วนคนที่ทำงานไม่มีโทษนั้นจะก้าวหน้าไปสู่ความสุขแท้และความเจริญแท้ถึงแม้จะไม่รวยทรัพย์แต่ก็รวยความดี

คนทำงานไม่มีโทษนั้นจะหลักก็เป็นสุข จะตื่นก็เป็นสุข ไม่อายใคร  
ไม่ต้องหวาดระแวงใคร เพราะงานที่ทำเป็นประโยชน์แก่โลกถ้วน ๆ ไม่มีโทษ  
เข้าไปเจือปนเลย ชื่อว่า ได้ทดแทนบุญคุณของโลกที่อาศัยเกิดมา เมื่อทำงาน  
เสร็จเรียบร้อยแล้วก็จะได้สันติสุขเป็นเครื่องตอบแทนไปชั่วกาลนาน

“ขย้อมเจริญแก่ผู้มีความหมั่น  
มีสติมีการงานสะอาดใคร่ครวญก่อนแล้วจึงทำ  
สำรวมแล้ว เป็นอยู่โดยธรรมไม่ประมาท”



“มงคล ๑๘ มงคลแรกนั้นเป็นเรื่องของการดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างมีความรู้ตามอัธยาศัย ทำให้ตัวของเราเป็นคนดีที่ใคร ๆ หรือสังคมไหน ๆ ก็ต้องการ

สำหรับมงคล ๒๐ มงคลหลัง จะเป็นเรื่องของการฝึกใจโดยเฉพาะ จนกระทั่งหมดกิเลสเป็นพระอรหันต์ทีเดียว ดังนี้”

มงคลที่ ๑๙ งตเว้นบาป



# มงคลที่ ๑๙

## งดเว้นจากบาป

ก่อนจะแต่งตัวให้สวยงาม เราจำเป็นต้องอาบน้ำชำระล้างสิ่งสกปรก โสโครกออกก่อนฉันใด ก่อนจะปรับปรุงใจให้สะอาดบริสุทธิ์มีคุณธรรมสูงขึ้น เราก็จำเป็นต้องงดเว้นจากบาปทั้งปวงก่อนฉันนั้น

### บาปคืออะไร

สิ่งของที่เสีย เรามีชื่อเรียกต่าง ๆ กันไป เช่น บ้านเสียเราเรียกบ้านชำรุด อาหารเสียเราเรียก อาหารบูด ฯลฯ คำจำพวกที่ว่า บูด ชำรุด แดก หัก ผุพัง เน่า ขาด ขึ้นรา ฯลฯ ถ้าพูดรวม ๆ เราเรียกว่า เสีย หมายความว่า มันไม่ดี

อาการเสียของจิตก็เหมือนกัน เราเรียกแยกได้หลายอย่าง เช่น จิตเศร้าหมอง จิตเหลวไหล ใจร้าย ใจดำ ใจขุนมิว ฯลฯ แล้วแต่จะบอกอาการทางไหน คำว่า เศร้าหมอง เหลวไหล ด่าทราวม ร้ายกาจ เป็นคำบอกว่าจิตเสีย ซึ่งความเสียของจิตนี้ทางศาสนาท่านใช้คำสั้น ๆ ว่า “บาป” คำว่าบาป จึงหมายถึง ความเสียของจิตนั่นเอง คือการที่ใจมีคุณภาพต่ำลง ไม่ว่าจะเสียในแง่ไหนก็เรียกว่าบาปทั้งสิ้น

## กำเนิดบาป

การกำเนิดของบาป ในทัศนะของศาสนาอื่น เช่น คริสต์ อิสลาม ฮินดู ต่างกับของศาสนาพุทธอย่างมาก เช่น แนวคิดในศาสนาคริสต์ก็ตี อิสลาม ก็ตี สอนว่าบาปจะเกิดเมื่อผิดคำสั่งของพระผู้เป็นเจ้าของ เช่น พระผู้เป็นเจ้าของให้หนักถึงพระองค์อยู่เป็นประจำ ถ้าลืมนึกไปก็เป็นบาป หรือพระผู้เป็นเจ้าของในศาสนาคริสต์สั่งให้ไม่ให้เอียนามพระองค์โดยไม่จำเป็น ถ้าใครเอียนามพระเจ้าพ่อก็เป็นบาป

ยิ่งไปกว่านั้นตามความเชื่อของเขา บาปยังมีการตกทอดไปถึงลูกหลานได้อีกด้วย เช่น ในศาสนาคริสต์ เขาถือว่า ทุกคนเกิดมามีบาปติดตัวมาด้วยทั้งนั้น เพราะเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนสืบเชื้อสายมาจากคนบาปคืออาดัมกับอีวา ซึ่งขัดคำสั่งพระเจ้าแอบไปกินแอปเปิ้ลในสวนเอเดน ถูกพระเจ้าปรับโทษเอาเป็นบาป ลูกหลานทั่วโลกจึงมีบาปติดต่อมาด้วย โดยนัยนี้ศาสนาคริสต์เชื่อว่า บาปตกทอดถึงกันได้โดยสายเลือด

สำหรับพระพุทธศาสนาเนื่องจาก พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงฝึกสมาธิมาอย่างดีเยี่ยมไม่มีผู้ใดเสมอเหมือน เป็นผลให้พระองค์ทรงเห็นและรู้จักธรรมชาติของกิเลสอันเป็นต้นเหตุแห่งบาปทั้งหลายได้อย่างถูกต้องตามความเป็นจริง และสามารถกำจัดกิเลสเหล่านั้นออกไปได้โดยสิ้นเชิงและเด็ดขาด พระองค์ได้ตรัสสรุปเรื่องการกำเนิดของบาปไว้อย่างชัดเจนว่า

“นตฺถิ ปาเป อกฺขนฺโต”

“บาปย่อมไม่มีแก่บุคคลผู้ไม่ทำบาป”

“อตุตฺตนา ว กตฺ ปาเป อตุตฺตนา สงฺกิลิสุตฺติ”

“ใครทำบาป คนนั้นก็บาปเอง”

“อตุตฺตนา อกตฺ ปาเป อตุตฺตนา ว วิสุขฺมตฺติ”

“ใครไม่ทำบาป คนนั้นก็บริสุทธิ์”

พระพุทธวจนะนี้เป็นเครื่องยืนยันการค้นพบของพระองค์ว่าบาปเป็นเรื่องเฉพาะตัว ไม่ใช่สิ่งติดต่อกันได้ ใครทำบาปคนนั้นก็ได้บาป ใครไม่ทำบาปก็รอดตัวไป พ่อทำบาปก็เรื่องของพ่อ ลูกทำบาปก็เรื่องของลูก คนละคนกันเปรียบเทียบเหมือนพ่อกินข้าวพ่อก็อิ่ม ลูกไม่ได้กินลูกก็หิว หรือลูกกินข้าวลูกก็อิ่ม พ่อไม่ได้กินพ่อก็หิว ไม่ใช่พ่อกินข้าวอยู่ที่บ้านลูกอยู่บนยอดเขาแล้วจะอิ่มไปด้วย เพราะเป็นเรื่องเฉพาะตัว ใครทำใครได้

ดังนั้นตามความเห็นของพุทธศาสนา บาปจึงเกิดที่ตัวคนทำเองคือเกิดที่ใจของคนทำ ใครไปทำชั่วเข้าบาปก็กัฏกร่อนใจของคนนั้นให้เสียคุณภาพ เสร้าหมอง ชุ่นมัวไป ทำให้เกิดความทุกข์ทรมานไป ไม่เกี่ยวกับคนอื่น

## วิธีล้างบาป

เมื่อทศนะในเรื่องกำเนิดบาปต่างกันดังกล่าว วิธีล้างบาประหว่างศาสนาที่มีพระเจ้า กับของพระพุทธศาสนาจึงห่างกันราวฟ้ากับดิน ศาสนาที่เชื่อพระเจ้า เชื่อผู้สร้าง ผู้ศักดิ์สิทธิ์ สอนว่า พระเจ้าทรงไว้ซึ่งสิทธิ์ขาดที่จะยกเลิกบาปให้ใคร ๆ ได้ โดยการไถ่บาป ขอบอย่างเดียวให้ผู้นั้นภักดีต่อพระผู้เป็นเจ้าของแล้วกัน

แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ทรงรู้แจ้งโลกหาใครเสมอเหมือนมิได้ตรัสสอนว่า

สุทฺธิ อสุทฺธิ ปจฺจตุตฺ  
 "ความบริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์ เป็นเรื่องเฉพาะตัว"  
 นาณโล อณฺเฏ วิโสธเย  
 "ใครจะไถ่บาป ทำให้คนอื่นบริสุทธิ์ไม่ได้"

พระพุทธวจนะทั้งหมดนี้ ปฏิเสธทศนะที่ว่า บาปของคนหนึ่งจะตกทอดไปยังอีกคนหนึ่งได้และปฏิเสธลัทธิที่ว่า บาปที่คนหนึ่งทำแล้วจะมีผู้หนึ่งผู้ใดมาไถ่ถอนให้ได้

วิธีการล้างบาปในพุทธศาสนาสามารถทำได้อย่างมีเหตุผลดังนี้

สมมุติว่าเรามีเกลืออยู่ช้อนหนึ่ง ใส่ลงไปในน้ำ ๑ แก้ว เมื่อคนให้ละลาย แล้วลองชิมดู ผลเป็นอย่างไร

“ก็เค็ม”

ถ้าเอาน้ำแก้วนี้ใส่ลงในถังน้ำแล้วเติมน้ำให้เต็ม ชิมดูเป็นอย่างไร

“ก็แค่กร่อย ๆ”

ถ้าเอาน้ำในถังนี้ ใส่ลงในแท่งค้ำน้ำฝนใบใหญ่ ชิมดูเป็นอย่างไร

“ก็จืดสนิท”

“เกลือหายไปไหนหรือเปล่า”

“เปล่า ยังอยู่ครบถ้วนตามเดิม”

“แล้วทำไมไม่เค็ม”

“ก็เพราะน้ำ มันมีปริมาณมาก เจือจางจนกระทั่งเกลือหมดฤทธิ์ เราจึงไม่รู้สึกรถึงความเค็ม พระท่านเรียก อัปโพหาริก แปลว่า มีเหมือนไม่มี คือเกลือนั้นยังมีอยู่แต่ว่าหมดฤทธิ์เสียแล้ว ถือได้ว่าไม่มี”

เช่นกัน วิธีล้างบาปในพุทธศาสนาก็คือ การตั้งใจทำความดีสั่งสมบุญให้มากเข้าไว้ ให้นุญกุศลนั้นมาเจือจางบาปลงไป การทำบุญอุปมาเสมือนเติมน้ำ ทำบาปอุปมาเสมือนเค็มเกลือ เมื่อเราทำบาป บาปนั้นก็ติดตัวเราไป ไม่มีใครไถ่แทนได้ แต่เราจะต้องหมั่นสร้างบุญกุศลให้มาก เพื่อมาเจือจางบาปให้หมดฤทธิ์ลงไปให้ได้

## งดเว้นจากบาปหมายความว่าอย่างไร

งด หมายถึง สิ่งใดที่เคยทำแล้วหยุดเสีย เลิกเสีย

เว้น หมายถึง สิ่งใดที่ไม่เคยทำ ก็ไม่ยอมทำเลย

งดเว้นจากบาป จึงหมายความว่า การกระทำใดก็ตามทั้ง กาย วาจา ใจ ที่เป็นความชั่ว ความร้ายกาจ ทำให้ใจเศร้าหมอง ถ้าเราเคยทำอยู่ก็จะงดเสีย ที่ยังไม่เคยทำก็จะเว้นไม่ยอมทำโดยเด็ดขาด

## สิ่งที่ทำแล้วเป็นบาป

คือ อกุศลกรรมมถ ๑๐ ได้แก่

- ๑.ฆ่าสัตว์ เช่น ฆ่าคน ฆ่านกตกปลา รวมถึงฆาตกรรมสัตว์
- ๒.ลักทรัพย์ เช่น ลักขโมย ปล้น ฉ้อโกง หลอกหลวง คอรัปชั่น
- ๓.ประพฤตินอกใจ เช่น เป็นชู้ ฆูดคร่า อนาคต
- ๔.พูดเท็จ เช่น พูดโกหก พูดเสริมความ ทำหลักฐานเท็จ
- ๕.พูดส่อเสียด เช่น พูดยุยงให้เขาแตกกัน ใส่ร้ายป้ายสี
- ๖.พูดคำหยาบ เช่น คำ ประชด แข่งชกหักกระดุก ว่ากระทบ
- ๗.พูดเพ้อเจ้อ เช่น พูดพล่าม พูดเหลวไหล พูดโอ้อวด
- ๘.คิดโลภมาก เช่น อยากได้ในทางทุจริต เฟ่งเล็งทรัพย์สินคนอื่น
- ๙.คิดพยาบาท เช่น คิดอาฆาต คิดแก้แค้น คิดปองร้าย
- ๑๐.คิดเห็นผิด เช่น เห็นว่าบุญบาปไม่มี เห็นว่าบิดามารดาไม่มี พระคุณ เห็นว่าตายแล้วสูญ เห็นว่ากฎแห่งกรรมไม่มี

## วิธีงดเว้นจากบาปให้สำเร็จ

คนเราประกอบขึ้นด้วยกายและใจ โดยใจจะเป็นผู้คอยควบคุมกาย ให้ทำหรือไม่ให้ทำสิ่งต่าง ๆ ตามที่ใจต้องการ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า

“ทุกอย่างมีใจเป็นใหญ่ สำเร็จได้ด้วยใจ ถ้าใครมีใจชั่วเสียแล้ว การพูด การกระทำของเขาก็ย่อมชั่วตามไปด้วย เพราะการพูดชั่วทำชั่วนั้น ความทุกข์ก็ย่อมตามสนองเขา เหมือนวงล้อเกวียนที่หมุนเวียนตามบดขยี้รอยเท้าโค ที่ลากมันไป

แต่ถ้ามีใจบริสุทธิ์ การพูด การกระทำ ก็ย่อมบริสุทธิ์ตามไปด้วย เพราะการพูด การกระทำ ที่บริสุทธิ์ดังงานั้น ความสุขก็ย่อมตามสนองเขา เหมือนเงาที่ไม่พรากไปจากร่างฉะนั้น”

ดังนั้นผู้ที่ปรารถนาหาความสุข ความก้าวหน้าทั้งหลาย จึงต้องฝึกใจตนเองให้สงบวันบาป ซึ่งทำได้โดย ต้องฝึกให้ใจมีหิริโอตตปปะเสียก่อน

## หิริโอตตปปะคืออะไร

หิริ คือ ความละอายบาป เป็นความรู้สึกรังเกียจ ไม่อยากทำบาป เห็นบาปเป็นของสกปรกจะทำให้ใจของเราเศร้าหมอง จึงไม่ยอมทำบาป

โอตตปปะ คือ ความเกรงกลัวบาป เป็นความรู้สึกกลัว กลัวว่าเมื่อทำไปแล้ว บาปจะส่งผลเป็นความทุกข์ทรมานแก่เรา จึงไม่ยอมทำบาป

สมมุติว่าเราเห็นเหล็กชิ้นหนึ่งเปื้อนอุจจาระอยู่ เรามีความรู้สึกรังเกียจ ไม่อยากจับต้องเกรงว่าอุจจาระจะมาเปื้อนมือเรา ความรู้สึกนี้เปรียบได้กับหิริคือความละอายต่อบาป

สมมุติว่า เราเห็นเหล็กก้อนหนึ่งเผาไฟอยู่จนร้อนแดง เรามีความรู้สึกกลัว ไม่กล้าจับต้อง เพราะเกรงว่าความร้อนจะลวกเผาไหม้มือเรา ความรู้สึกนี้เปรียบได้กับโอตตปปะ คือ ความเกรงกลัวต่อผลของบาป

“สัตบุรุษ ผู้สงบระงับ ประกอบด้วยหิริโอตตปปะ ตั้งมั่นอยู่ในธรรมชาว ท่านเรียกว่าผู้มีธรรมของเทวดาในโลก”

(พุทธสุภาษิต)

## เหตุที่ทำให้เกิดหิริ

๑. **คำนึงถึงความเป็นคน หรือชาติตระกูล** “ฉานี่มีบุญอุตสาห์ได้เกิดเป็นคนแล้ว ทำไมจึงจะมาฆ่าสัตว์ ทำไมต้องมาขโมยเขากินนั่นมันเรื่องของสัตว์เดียรัจฉาน ทำไมต้องมาแย่งผิวแย่งเมียเขา ไม่ใช่หมู หมา กา ไก่ ในฤกษ์สมพันธ์นี้ เรามีมันชาติคน เป็นมนุษย์สูงกว่าสัตว์ทั้งหลายอยู่แล้ว” พอคำนึงถึงชาติตระกูล หิริก็เกิดขึ้น

๒. **คำนึงถึงอายุ** “โธเอ๋ย เราก็ก่อนแล้ว จะมานั่งเกี้ยวเด็กสาว ๆ คราวลูกคราวหลานอยู่ได้อย่างไร โธเอ๋ยเราก็ก่อนแล้วจะมาขโมยของเด็กรุ่นลูก รุ่นหลานได้อย่างไร” พอคำนึงถึงวัย หิริก็เกิดขึ้น

๓. **คำนึงถึงความดีที่เคยทำ** “เราก็ก่อนมีความองอาจกล้าหาญทำความดีมาากแล้ว ทำไมจะต้องมาทำความชั่วเสียตอนนี้ละ ไม่เอาละ ไม่ยอมทำความชั่วละ” พอคำนึงถึงความดีเก่าก่อน หิริก็เกิดขึ้น

๔. **คำนึงถึงความเป็นพหูสูต** “ดูซิ เราก็มีความรู้ขนาดนี้แล้ว รู้ว่าอะไรดี อะไรชั่ว รู้ว่าอะไรควรทำ อะไรไม่ควรทำ รู้สารพัดจะรู้แล้วจะมาทำความชั่วได้อย่างไร” พอคำนึงถึงความเป็นพหูสูต หิริก็เกิดขึ้น

๕. **คำนึงถึงพระศาสดา** “เราเองก็ลูกพระพุทธเจ้า พระองค์ผู้ทนเหนื่อยยาก ตรัสรู้ธรรมแล้วทรงสั่งสอนอบรมพวกเราต่อ ๆ กันมา เราจะละเลยคำสอนของพระองค์ ไปทำชั่วได้อย่างไร” พอคำนึงถึงพระศาสดา หิริก็เกิดขึ้น

๖. **คำนึงถึงครูอาจารย์ สถานศึกษา** “อ้อ เราก็ศิษย์มีครูเหมือนกัน ครูอาจารย์สั่งสอนมา ชื่อเสียงสถาบันของเราก็ก้องดังเป็นที่ยกย่องสรรเสริญ แล้วเราจะมาทำชั่วได้อย่างไร” พอคำนึงถึงครูอาจารย์ สำนึกเรียนหิริก็เกิดขึ้น

## เหตุที่ทำให้เกิดโอดตปปะ

๑. **กลัวคนอื่นติ** “นี่ถ้าเราขึ้นไปขโมยของเขาเข้า คนอื่นรู้คงเอาไปพูดกันทั่ว ชื่อเสียงที่เราอุตสาหะสร้างมาอย่างดี คงพังพินาศหมดคราวนี้เอง” เมื่อกลัวว่าคนอื่นเขาจะติเอา โอดตปปะก็เกิดขึ้น จึงไม่ยอมทำบาป

๒. **กลัวการลงโทษ** “อย่าดีกว่า ขึ้นไปฆ่าเขาเข้า บาปกรรมตามทันตำรวจจับได้ มีหวังติดคุกตลอดชีวิตแน่” เมื่อกลัวว่าบาปจะส่งผลให้ถูกลงโทษ โอดตปปะก็เกิดขึ้น จึงไม่ยอมทำบาป

๓. **กลัวการเกิดในทุคติ** “ไม่เอาละ ขึ้นไปขโมยของเขาอีกหน้อยต้องไปเกิดเป็นสัตว์นรก สัตว์เดียรัจฉาน เป็นเปรต เป็นอสุรกาย ไม่ทำดีกว่า” เมื่อกลัวว่าจะต้องไปเกิดในทุคติ โอดตปปะก็เกิดขึ้นจึงไม่ยอมทำบาป

## ข้อเตือนใจ

**การทำชั่ว** เหมือนการเดินทางตามกระแสน้ำ\* เดินไปได้ง่าย ทุก ๆ คนพร้อมที่จะ กระทำสิ่งต่าง ๆ ไปตามกระแสกิเลส อยู่แล้ว ถ้าไม่ควบคุมให้ดี ยอม ตกเป็นทาสของกิเลส กระทำสิ่งต่าง ๆ ตามอำนาจของความอยากก็จะประสบทุกข์ในปัจจุบันปลาย

**การทำดี** เหมือนการเดินทางทวนกระแส น้ำ เดินลำบากต้องใช้ความอดทน ใช้ความมานะพยายามต้องระมัดระวังไม่ให้ลื่นล้ม การทำความดีเป็นการทวนกระแสกิเลสในตัว ไม่ทำสิ่งต่าง ๆ ตามอำเภอใจ คำหนึ่งถึงความถูกความดีเป็นที่ตั้งไม่ยอมเป็นทาสของความอยาก เป็นสิ่งที่ทำได้ยาก ต้องใช้ความสุขุมรอบคอบ ใช้ความมานะพยายามสูง แต่จะประสบสุขในปัจจุบันปลาย

การทำกลาง ๆ เหมือนยืนอยู่เฉย ๆ กลางกระแส น้ำไม่ซำก็ถูกกระแส  
น้ำพัดพาไปได้ คนที่คิดว่า “ฉันอยู่ของฉันอย่างนี้ก็  
ดีแล้ว ไม่ได้ทำความเดือดร้อนให้ใคร แต่ความดี  
ฉันก็ไม่สนใจที่จะทำ” เข้าทำนองบุญก็ไม่ทำ กรรม  
ก็ไม่สร้าง วัตก็ไม่เข้า เหล้าก็ไม่กิน เขาย่อมจะมี  
โอกาสเผลอไปทำ ความชั่วได้ในไม่ช้า เพราะใจของ  
คนเราพร้อมที่จะไหลเลื่อนลงไป ในที่ต่ำตามอำนาจ  
กิเลสอยู่แล้ว ผู้ที่คิดอย่างนี้ จึงเป็นคนประมาท อย่างยิ่ง

ดังนั้นเราชาวพุทธทั้งหลาย นอกจากจะต้องพยายามงดเว้นบาปเพื่อ  
ป้องกันใจของเราไม่ให้ไหลเลื่อนไปทางต่ำแล้ว จะต้องหมั่นยกใจของเราให้สูง  
อยู่เสมอ ด้วยการชวนชายสร้างสมบุญกุศลอยู่เป็นนิจ

## อานิสงส์การงดเว้นบาป

๑. ทำให้เป็นคนไม่มีเวร ไม่มีภัย
๒. ทำให้เกิดมหากุศลตามมา
๓. ทำให้โรคภัยไข้เจ็บไม่เบียดเบียน
๔. ทำให้เป็นผู้ไม่ประมาท
๕. ทำให้เกิดศรัทธาในพุทธศาสนามากยิ่งขึ้น
๖. ทำให้จิตใจผ่องใส พร้อมทั้งจะรองรับคุณธรรมขั้นสูงต่อไป



มงคลที่ ๒๐ สรรวมจากการตีมน้ำเมา



โทษของการตีมน้ำเมา  
ทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท

# มงคลที่ ๒๐

## สำรวจจากการดื่มน้ำเมา

ไม่ขีดเพียงก้านเดียว อาจเผาผลาญเมืองทั้งเมืองให้หมดไหม้ไปได้ฉับนิด  
น้ำเมาแม้เพียงเล็กน้อย ก็อาจทำลายทุกสิ่งทุกอย่างของเราได้ฉับนั้น

### สำรวจจากการดื่มน้ำเมาหมายถึงอะไร

น้ำเมา โดยทั่วไปหมายถึงเหล้า แต่ในที่นี้หมายถึง ของมีนเมาให้โทษ  
ทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นน้ำหรือแห้ง รวมทั้งสิ่งเสพติดทุกชนิด  
ดื่ม ในที่นี้หมายถึงการทำให้ซึมซาบเข้าไปในร่างกาย ไม่ว่าจะ  
โดยวิธี ดื่ม ตม อัด นัตถุ์ สูบ ฉีด ก็ตาม  
สำรวจ หมายถึง ระมัดระวังในนัยหนึ่ง และเว้นขาดในอีกนัยหนึ่ง

### เหตุที่ใช้คำว่าสำรวจ

พระพุทธศาสนา เป็นศาสนาประเภทมีเหตุผล บางศาสนาเห็นโทษ  
ของเหล้า เห็นโทษของแอลกอฮอล์ เพราะฉะนั้นนอกจากห้ามดื่มแล้วเอามา  
ทาแผลก็ไม่ได้ จับต้องก็ไม่ได้ คนตายแล้วเอาแอลกอฮอล์มาเช็ดล้างศพก็  
ไม่ได้เพราะเป็นของบาป

แต่ในพระพุทธศาสนาพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ได้ห้ามเหมารวมหมดยุ่อย่างนั้น เพราะ ทรงมองเห็นว่าเหล่าหรือสิ่งเสพย์ติดแม้จะมีโทษมหันต์ แต่ในบางกรณีก็อาจนำมาใช้ประโยชน์ในทางการแพทย์ได้ เช่น ใช้ฉีดยาจับความเจ็บปวด หรือยาบางอย่างต้องอาศัยเหล่าสกัดเอาตัวยาออกมาเพื่อใช้รักษาโรค คือเอาเหล่าเพียงเล็กน้อยมาเป็นกระสายยา ไม่มีรสไม่มีกลิ่นเหล้าคงอยู่ อย่างนี้ในพระพุทธศาสนาไม่ได้ห้าม แต่บางคนก็อยากจะทำเหล่าแล้วหาข้ออ้างนำเหล่ามาทั้งขวด เอายาใส่ไปนิดหน่อยอย่างนั้นเป็นการเอายามากระสายเหล่า ใช้ไม่ได้

โดยสรุปสำรวมจากการดื่มน้ำเมา จึงหมายถึง การระมัดระวังเมื่อใช้สิ่งเสพย์ติดทั้งหลายในการรักษาโรค และเว้นขาดจากการเสพสิ่งเสพย์ติดให้โทษทุกชนิดไม่ว่าโดยวิธีใดก็ตาม

## โทษของการดื่มน้ำเมา

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสรุปโทษของการดื่มสุราไว้ ๖ ประการคือ

๑. ทำให้เสียทรัพย์ เพราะไหนจะต้องซื้อเหล้ามาดื่มเอง ไหนจะต้องเลี้ยงเพื่อน งานการก็ไม่ได้ทำ ดังนั้น แม้เป็นมหาเศรษฐี ถ้าติดเหล้า ก็อาจจะล้มจมได้

๒. ทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท เพราะกินเหล้าแล้วขาดสติไม่สามารถควบคุมตนเองได้ จะเห็นได้ว่าในวงเหล้ามักจะมีเรื่องชกต่อย ตีรันฟันแทงอยู่เสมอ เพื่อนรักกัน พอเหล้าเข้าปากประเดี๋ยวเดียวก็ฆ่ากันเสียแล้ว

๓. ทำให้เกิดโรคหลายอย่าง ทั้งโรคตับแข็ง โรคกระเพาะ โรคหัวใจ โรคเส้นโลหิตในสมองแตก โรคทางระบบประสาท ฯลฯ

๔. ทำให้เสียชื่อเสียง เพราะไปทำสิ่งที่ไม่ดีเข้า ใครรู้ว่าเป็นคนซึ้เมา ก็จะดูถูกเหยียดหยาม ไม่มีใครไว้วางใจ

๕. ทำให้แสดงอุจาดขาดความละอาย พอเมาแล้วอะไรที่ไม่กล้าทำก็ทำได้ จะนอนอยู่กลางถนน จะเอะอะโวยวาย จะถอดเสื้อผ้าในที่สาธารณะ ทำได้ทั้งนั้น

๖. ทำให้สติปัญญาเสื่อมถอย พอเมาแล้ว จะคิดอะไรก็คิดไม่ออก อ่านหนังสือก็ไม่ถูก พูดจาวกวน พอดื่มหนัก ๆ เข้าอีกหน่อยก็กลายเป็นคนหลงลืม ปัญญาเสื่อม

**"เหล่าจึงผลาญทุกสิ่งทุกอย่าง ผลาญทรัพย์ ผลาญไมตรี ผลาญสุขภาพ ผลาญเกียรติยศ ผลาญศักดิ์ศรี ผลาญสติปัญญา"**

การดื่มเหล้านั้น ทำให้เกิดความสุขได้บ้างสำหรับคนที่ติด แต่เป็นความสุขหลอก ๆ บนความทุกข์ เหล้าทำให้เฟลิดเฟลิน แต่เป็นการเฟลิดเฟลินในเรื่องเศร้า

การดื่มน้ำเมามอมตัวเองวันแล้ววันเล่า จึงเป็นการบั่นทอนทุกสิ่งทุกอย่างของคนเองแม้ที่สุดความสุขทางใจ ที่คนเมาเห็นว่าตนได้จากการเสพสิ่งเสพยาติดนั้น ก็เป็นความสุขจอมปลอม

## โทษข้ามภพข้ามชาติของการดื่มสุรา

เหล้าไม่ได้มีโทษเฉพาะชาตินี้เท่านั้น แต่ยังมีโทษติดตัวผู้ดื่มไปข้ามภพข้ามชาติมากมายหลายประการ ตัวอย่างเช่น

๑. ทำให้เกิดเป็นคนใบ้ พวกนี้ตายในขณะที่เมาเหล้า คนที่เมาเหล้ากำลังได้ที่ ลื่นจุกปากกันทั้งนั้น พูดไม่รู้เรื่อง ได้แต่ส่งเสียง "แบะ ๆ" พอตายแล้วก็ตกนรก จากนั้นกลับมาเกิดใหม่ กรรมยังติดตามมา เลยเป็นใบ้

๒. ทำให้เกิดเป็นคนบ้า พวกนี้ภพในอดีตดื่มเหล้ามามาก เวลาเมาก็มีประสาทหลอน เวรนั้นติดตัวมา ในภพชาตินี้เกิดมาก็เป็นบ้า อยู่ดี ๆ ก็ได้ยินเสียงคนมากระซิบบ้าง เห็นภาพหลอนว่าคนนั้นคนนี้จะมาฆ่าบ้าง

๓. ทำให้เกิดเป็นคนปัญญาอ่อน พวกที่ตีมเหล่าจัด ๆ ตอนเมาก็คิดอะไรไม่ออกอยู่แล้ว ด้วยเวรสุรานี้ก็ส่งผลให้เกิดเป็นคนปัญญาอ่อน

๔. ทำให้เกิดเป็นสัตว์เลื้อยคลาน ไม่ว่าจะเป็นตะกวด งู เขี้ย มาจากพวกขี้เมาทั้งนั้น พวกนี้ซ้อมคลานมาตั้งแต่ตอนเป็นคนพอตายเข้าได้คลานสมใจนึก

## วิธีเลิกเหล้าให้ได้เด็ดขาด

๑. ตรงให้เห็นโทษ ว่าสุรามีโทษมหันต์ตั้งได้กล่าวมาแล้ว
๒. ตั้งใจอย่างแน่วแน่ว่าจะเลิกโดยเด็ดขาด ให้สัจจะกับผู้ใหญ่ที่เคารพนับถือ หรือกับพระ
๓. สิ่งใดที่จะเป็นสื่อให้คิดถึงเหล้า เช่น ภาพโฆษณา เหล้าตัวอย่าง ขนไปทิ้งให้หมด ถือเป็นของเสนียด นำอัปรีภัยุโรมาให้บ้าน
๔. นึกถึงศักดิ์ศรีตัวเองให้มากกว่า เราเป็นชาวพุทธ เป็นลูกพระพุทธรเจ้า เป็นศิษย์มีครู เป็นคนมีเกียรติยศ เป็นทนายาหมิตระกูล นึกถึงศักดิ์ศรีตัวเองอย่างนี้แล้วจะได้เลิกเหล้าได้
๕. เพื่อนขี้เหล้าขี้ยาทั้งหลาย เลิกคบให้หมด ไม่อย่างนั้นเดี๋ยวกาก็มาชวนเราไปตีมเหล้าอีก ข้อนี้อสำคัญที่สุด *ตราบไดยังเลิกคบเพื่อนขี้เหล้าไม่ได้ จะไม่มีทางเลิกเหล้าได้เลย*

## อานิสงส์การสำรวมจากการตีมน้ำเมา

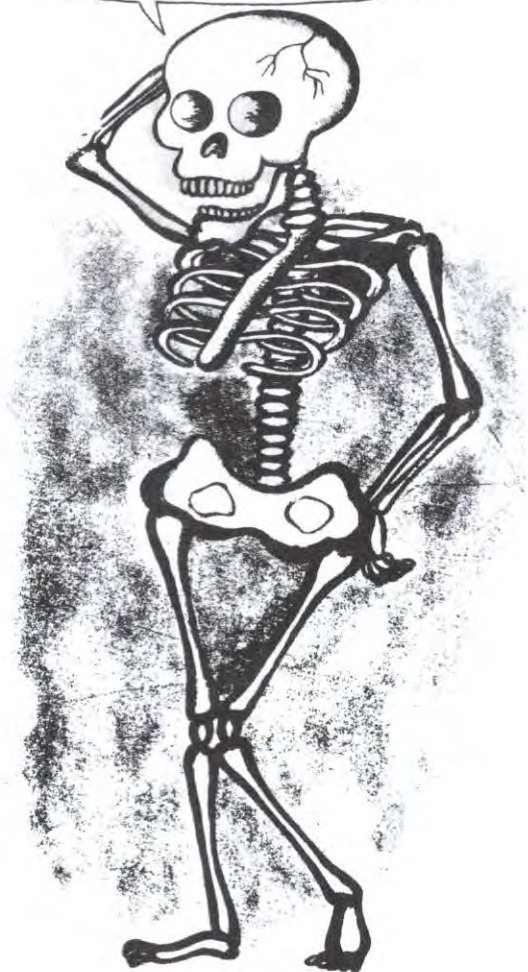
๑. ทำให้เป็นคนมีสติดี
๒. ทำให้ไม่ลุ่มหลง ไม่มัวเมา
๓. ทำให้ไม่มีความร่ำคาญ ไม่มีใครริษยา

๔. ทำให้รู้จักการทั้งในอดีต ปัจจุบันอนาคตได้รวดเร็ว
๕. ทำให้ไม่เป็นบ้า ไม่เป็นใบ้ ไม่เป็นคนปัญญาอ่อน
๖. ทำให้มีแต่ความสุข มีแต่คนนับถือยำเกรง
๗. ทำให้มีชื่อเสียง เป็นที่รักใคร่ของคนทั่วไป
๘. ทำให้มีความกตัญญูทวดเที
๙. ทำให้ไม่พูดโกหก ไม่พูดส่อเสียด
๑๐. ทำให้ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดเพื่อเจ้า
๑๑. ทำให้มีหิริโอตตปปะ
๑๒. ทำให้มีความเห็นถูก มีปัญญามาก
๑๓. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย



# มงคลที่ ๒๑ ไม่ประมาทในธรรม

แต่ก่อนเราก็เป็นเหมือนท่าน  
อีกทีน้อยท่านก็จะเป็นเหมือนเรา



# มงคลที่ ๒๑

## ไม่ประมาทในธรรม

ในการก่อสร้างอาคาร จำเป็นต้องมีเสาเป็นหลักค้ำจุนตัวอาคารไว้ฉันใด  
ในการสร้างชีวิตทุกชนิด ก็จำเป็นต้องมีความไม่ประมาทเป็นแกนหลักกรอง  
รับฉันนั้น

### ความไม่ประมาทคืออะไร

ความไม่ประมาทคือ การมีสติกำกับตัวอยู่เสมอ ไม่ว่าจะคิด จะพูด  
จะทำสิ่งใด ๆ ไม่ยอมถลาลงไปในทางที่เสื่อม และไม่ยอมพลาดโอกาสในการ  
ทำความดี ตระหนักดีถึงสิ่งที่ต้องทำ ถึงกรรมที่ต้องเว้นใส่ใจสำนึกอยู่เสมอ  
ในหน้าที่ ไม่ปล่อยปละละเลย กระทำอย่างจริงจังและดำเนินรุดหน้าตลอดเวลา

ความไม่ประมาทเป็นคุณธรรมที่สำคัญยิ่ง กล่าวได้ว่าคำสอนใน  
พุทธศาสนาทั้งหมด เมื่อสรุปแล้ว ก็คือสอนให้เราไม่ประมาท ดังจะเห็นได้  
จากปัจฉิมโอวาทของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือ

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราจักเตือนเธอทั้งหลาย สังขารทั้งหลาย  
เป็นของไม่เที่ยง มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงยังความไม่ประมาท  
ให้ถึงพร้อมเถิด”

## ไม่ประมาทในธรรมหมายความว่าอย่างไร

คำว่า “ธรรม” ในที่นี้หมายถึง คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวลาแปลเอาความท่านแปลว่าเหตุ หมายถึงต้นเหตุ ข้อธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าทุกข้อ ถ้าดูให้ดีแล้วล้วนแต่เป็นคำบอกเหตุทั้งสิ้นคือ บอกว่าถ้าทำเหตุอย่างนี้แล้ว จะเกิดผลอย่างนั้น หรือไม่ก็บอกว่าผลอย่างนี้เกิดมาจากเหตุอย่างนั้น เช่น ความขยันหมั่นเพียรเป็นเหตุให้เกิดความเจริญ ความเกียจคร้านเป็นเหตุให้เกิดความเสื่อม

ดังนั้น “ไม่ประมาทในธรรม” จึงหมายถึง “ไม่ประมาทในเหตุ” ให้มีสติรอบคอบตั้งใจทำเหตุที่ดียิ่งเต็มที่ เพื่อให้บังเกิดผลดีตามมานั่นเอง

### ลักษณะของผู้ที่ยังประมาทอยู่

๑. พวกกุสึตะ คือพวกไม่ทำเหตุดีแต่จะเอาผลดี เป็นพวกเกียจคร้าน เช่น เวลาเรียนไม่ตั้งใจเรียนแต่อยากสอบได้ งานการไม่ทำ แต่ความดีความชอบจะเอา ไม่ทำประโยชน์แก่ใคร แต่อยากให้คนทั้งหลายนิยมชมชอบ ทาน คีล ภาวนา ไม่ปฏิบัติ แต่อยากได้สวรรค์ นิพพาน ฯลฯ

๒. พวกทุจริตะ คือพวกทำเหตุเสียแต่จะเอาผลดี เป็นพวกทำอะไรตามอำเภอใจ แต่อยากได้ผลดี เช่น ทำงานเหลวไหลเสียหาย แต่พอถึงเวลาพิจารณาผลงานอยากได้เงินเดือนเพิ่ม ๒ ชั้น ปากเสียเที่ยวด่าว่าชาวบ้านทั่วเมือง แต่อยากให้ทุกคนรักตัว ฯลฯ

๓. พวกสิถิละ คือพวกทำเหตุดีเล็กน้อยแต่จะเอาผลดีมาก ๆ เป็นพวกค้ำก่าไรเกินควร เช่น จุดธูป ๓ ดอกบูชาพระ แต่จะเอาสวรรค์วิมานมีนางฟ้า เทวดา คอยรับใช้นับหมื่นนับแสน อ่านหนังสือแค่ ๑ ชั่วโมง แต่จะเอาที่ ๑ ในชั้น เลี้ยงข้าวเขาจานหนึ่ง แต่จะให้เขาจงรักภักดีต่อตัวไปจนตาย

รวมความแล้วผู้ที่ยังประมาทอยู่มี ๓ จำพวกคือ พวกไม่ทำเหตุดีแต่จะเอาผลดี พวกทำเหตุเลวแต่จะเอาผลดี พวกทำเหตุน้อยแต่จะเอาผลมาก ส่วนผู้ไม่ประมาทในธรรม มีคุณสมบัติตรงข้ามกับคน ๓ จำพวกดังกล่าว คือ จะต้องไม่เป็นคนดูเบาในการทำเหตุ ต้องทำแต่เหตุที่ดี ทำให้เต็มที และทำให้สมผล

### ผู้ที่ไม่ประมาททุกคนจะต้องมีสติอยู่เสมอ

## สติคืออะไร

สติ คือ ความระลึกรู้ได้ถึงความคิด-ชอบ-ชั่ว-ดี เป็นสิ่งกระตุ้นเตือนให้คิด ทำ พุท ในสิ่งที่ถูกต้อง ทำให้ไม่ลืมตัว ไม่เผลอตัว ใช้ปัญญาพิจารณา ใคร่ครวญสิ่งต่าง ๆ ได้

ธรรมชาติของจิต มีการนึกคิดตลอดเวลา การนึกคิดนี้ถ้าไม่มีสติกำกับ ก็จักกลายเป็นความคิดฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์ต่าง ๆ ใช้งานอะไรไม่ได้ แต่ถ้ามีสติกำกับแล้ว จะทำให้ไม่เผลอ ควบคุมความนึกคิดได้ ไม่ปล่อยใจให้เลื่อนลอยไป ไม่ปล่อยอารมณ์ให้เป็นไปตามสิ่งที่มากระทบ

## หน้าที่ของสติ

๑. สติเป็นเครื่องทำให้เกิดความระมัดระวังตัว ป้องกันภัยที่จะมาถึงตัว คือ ระแวงในสิ่งที่ควรระแวง และระวังป้องกันภัยที่จะมาถึงในอนาคต

ความระแวง หมายถึง ความกริ่งเกรงล่วงหน้าว่า จะมีความเสียหายอันใดเกิดขึ้น เช่น คนกำลังขับรถขณะฝนตก ถนนลื่น ก็ระแวงว่ารถจะคว่ำ ระแวงว่าจะมีรถอื่นสวนมาในระยะกระชั้นชิด ส่วนความระวังคือ การป้องกันไม่ให้ภัยชนิดนั้น ๆ เกิดขึ้น เช่น ลดความเร็วลง ตั้งใจขับมากขึ้น อย่างนี้เป็นต้น

๒. สติเป็นเครื่องยับยั้ง เตือนไม่ให้ตกไปในทางเสื่อม ไม่ให้มัวเมา ลุ่มหลง ไม่ให้เพลิดเพลินไปในสิ่งที่เป็นทุกข์เป็นโทษต่อตนเอง เช่น เพื่อนชวนไปดื่มเหล้า ก็มีสติยับยั้งตัวเองไว้ว่า อย่าไป เพราะเป็นโทษต่อตัวเอง ฯลฯ

๓. สติเป็นเครื่องกระตุ้นเตือนให้ชวนชวยในการสร้างความดีไม่แชะเขื่อนหยุดอยู่กับที่ ไม่ทอดธุระ ไม่เกียจคร้าน ป้องกันโรค “นอนบิตติตเสื่องานการเบือทำไมไหว ข้าวปลากินได้อร่อยดี”

๔. สติเป็นเครื่องเร่งเร้าให้มีความขะมักเขม้น คือ เมื่อเตือนตัวเองให้ทำความดีแล้วก็ให้ทำอย่างเอาจริงเอาจัง ไม่อืดอาดยียายด ไม่ทำแบบเรื่อย ๆ เฉื่อย ๆ

๕. สติเป็นเครื่องทำให้เกิดความสำนึกในหน้าที่อยู่เสมอ ตระหนักถึงสิ่งที่ควรทำและไม่ควรทำ ตระหนักถึงสิ่งที่ทำแล้วและยังไม่ได้ทำ

๖. สติเป็นเครื่องทำให้เกิดความละเอียดรอบคอบในการทำงานไม่สะเพร่า ไม่ชะล่าใจว่าสิ่งนั้น ๆ เป็นเรื่องเล็กน้อยไม่เป็นไร

## คำอุปมาสติ

*สติเสมือนเสาหลัก* บักแน่นในอารมณ์คือ คนที่มีสติเมื่อจะไตร่ตรองคิดในเรื่องใด ใจก็บักแน่นคิดไตร่ตรองในเรื่องนั้นอย่างละเอียดถี่ถ้วนไม่คิดฟุ้งซ่านไปเรื่องอื่น คิดไตร่ตรองจนเข้าใจแจ่มแจ้ง ทะลุปรุโปร่ง ท่านจึงเปรียบสติเสมือนเสาหลัก

*สติเสมือนนายประตู* คือ สติจะทำหน้าที่เสมือนนายประตู คอยเฝ้าดูสิ่งต่าง ๆ ที่จะผ่านเข้ามากระทบใจ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ตลอดจนเฝ้าดูถึงอารมณ์ที่ใจคิด ถ้าสิ่งใดเป็นประโยชน์ก็ปล่อยให้ผ่านไป แต่ถ้าสิ่งใดเป็นโทษ สติก็จะเป็นตัวยับยั้ง เมื่อมีสิ่งใดเกิดขึ้นสติก็จะใคร่ครวญทันทีว่า ควรปล่อยให้ผ่านไปหรือไม่ หรือควรหยุดไว้ก่อน ปรับปรุงแก้ไขให้ดีเสียก่อน

รวมความแล้วผู้ที่ยังประมาทอยู่มี ๓ จำพวกคือ พวกไม่ทำเหตุดีแต่จะเอาผลดี พวกทำเหตุเลวแต่จะเอาผลดี พวกทำเหตุน้อยแต่จะเอาผลมาก ส่วนผู้ไม่ประมาทในธรรม มีคุณสมบัติตรงข้ามกับคน ๓ จำพวกดังกล่าวคือ จะต้องไม่เป็นคนดูเบาในการทำเหตุ ต้องทำแต่เหตุที่ดี ทำให้เต็มที และทำให้สมผล

### ผู้ที่ไม่ประมาททุกคนจะต้องมีสติอยู่เสมอ

### สติคืออะไร

สติ คือ ความระลึกรู้ได้ถึงความผิด-ชอบ-ชั่ว-ดี เป็นสิ่งกระตุ้นเตือนให้คิด ทำ พุท ในสิ่งที่ถูกต้อง ทำให้ไม่ลืมตัว ไม่เผลอตัว ใช้ปัญญาพิจารณา ใคร่ครวญสิ่งต่าง ๆ ได้

ธรรมชาติของจิต มีการนึกคิดตลอดเวลา การนึกคิดนี้ถ้าไม่มีสติกำกับ ก็จะเป็นกลายเป็นความคิดฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์ต่าง ๆ ใช้งานอะไรไม่ได้ แต่ถ้ามีสติกำกับแล้ว จะทำให้ไม่เผลอ ควบคุมความนึกคิดได้ ไม่ปล่อยใจให้เลื่อนลอยไป ไม่ปล่อยอารมณ์ให้เป็นไปตามสิ่งที่มากระทบ

### หน้าที่ของสติ

๑. สติเป็นเครื่องทำให้เกิดความระมัดระวังตัว ป้องกันภัยที่จะมาถึงตัว คือ ระวังในสิ่งที่ควรระวัง และระวังป้องกันภัยที่จะมาถึงในอนาคต

ความระแวดระวัง หมายถึง ความกริ่งเกรงล่วงหน้าว่า จะมีความเสียหายอันใดเกิดขึ้น เช่น คนกำลังขับรถขณะฝนตก ถนนลื่น ก็ระแวงว่ารถจะคว่ำ ระวังว่าจะมีรถอื่นสวนมาในระยะกระชั้นชิด ส่วนความระวังคือ การป้องกันไม่ให้ภัยชนิดนั้น ๆ เกิดขึ้น เช่น ลดความเร็วลง ตั้งใจขับมากขึ้น อย่างนี้เป็นต้น

## ไม่ประมาทในธรรมหมายความว่าอย่างไร

คำว่า “ธรรม” ในที่นี้หมายถึง คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวลาแปลเอาความท่านแปลว่าเหตุ หมายถึงต้นเหตุ ข้อธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าทุกข้อ ถ้าดูให้ดีแล้วล้วนแต่เป็นคำบอกเหตุทั้งสิ้นคือ บอกว่าถ้าทำเหตุอย่างนี้แล้ว จะเกิดผลอย่างนั้น หรือไม่ก็บอกว่าผลอย่างนี้เกิดมาจากเหตุอย่างนั้น เช่น ความขยันหมั่นเพียรเป็นเหตุให้เกิดความเจริญ ความเกียจคร้านเป็นเหตุให้เกิดความเสื่อม

ดังนั้น “ไม่ประมาทในธรรม” จึงหมายถึง “ไม่ประมาทในเหตุ” ให้มีสติรอบคอบตั้งใจทำเหตุที่ดียิ่งเต็มที่ เพื่อให้บังเกิดผลดีตามมานั่นเอง

### ลักษณะของผู้ที่ยังประมาทอยู่

๑. พวกกุสึตะ คือพวกไม่ทำเหตุดีแต่จะเอาผลดี เป็นพวกเกียจคร้าน เช่น เวลาเรียนไม่ตั้งใจเรียนแต่อยากสอบได้ งานการไม่ทำ แต่ความดีความชอบจะเอา ไม่ทำประโยชน์แก่ใคร แต่อยากให้คนทั้งหลายนิยมชมชอบทาน คีล ภาวนา ไม่ปฏิบัติ แต่อยากได้สวรรค์ นิพพาน ฯลฯ

๒. พวกทุจริตะ คือพวกทำเหตุเสียแต่จะเอาผลดี เป็นพวกทำอะไรตามอำเภอใจ แต่อยากได้ผลดี เช่น ทำงานเหลวไหลเสียหาย แต่พอถึงเวลาพิจารณาผลงานอยากได้เงินเดือนเพิ่ม ๒ ชั้น ปากเสียเที่ยวด่าว่าชาวบ้านทั่วเมือง แต่อยากให้ทุกคนรักตัว ฯลฯ

๓. พวกลิลิละ คือพวกทำเหตุดีเล็กน้อยแต่จะเอาผลดีมาก ๆ เป็นพวกค้ำก่าไรเกินควร เช่น จูจรูป ๓ ดอกบูชาพระ แต่จะเอาสวรรค์วิมาน มีนางฟ้า เทวดา คอยรับใช้นับหมื่นนับแสน อ่านหนังสือแค่ ๑ ชั่วโมง แต่จะเอาที่ ๑ ในชั้น เลี้ยงข้าวเขาจานหนึ่ง แต่จะให้เขาจงรักภักดีต่อตัวไปจนตาย

รวมความแล้วผู้ที่ยังประมาทอยู่มี ๓ จำพวกคือ พวกไม่ทำเหตุดีแต่จะเอาผลดี พวกทำเหตุเลวแต่จะเอาผลดี พวกทำเหตุน้อยแต่จะเอาผลมาก ส่วนผู้ไม่ประมาทในธรรม มีคุณสมบัติตรงข้ามกับคน ๓ จำพวกดังกล่าว คือ จะต้องไม่เป็นคนดูเบาในการทำเหตุ ต้องทำแต่เหตุที่ดี ทำให้เต็มที และทำให้สมผล

**ผู้ที่ไม่ประมาททุกคนจะต้องมีสติอยู่เสมอ**

## สติคืออะไร

สติ คือ ความระลึกรู้ได้ถึงความผิด-ชอบ-ชั่ว-ดี เป็นสิ่งกระตุ้นเตือนให้คิด ทำ พุด ในสิ่งที่ถูกต้อง ทำให้ไม่ลืมตัว ไม่เผลอตัว ใช้ปัญญาพิจารณา ใคร่ครวญสิ่งต่าง ๆ ได้

ธรรมชาติของจิต มีการนึกคิดตลอดเวลา การนึกคิดนี้ถ้าไม่มีสติกำกับ ก็จะเป็นกลายเป็นความคิดฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์ต่าง ๆ ใช้งานอะไรไม่ได้ แต่ถ้ามีสติกำกับแล้ว จะทำให้ไม่เผลอ ควบคุมความนึกคิดได้ ไม่ปล่อยใจให้เลื่อนลอยไป ไม่ปล่อยอารมณ์ให้เป็นไปตามสิ่งที่มากระทบ

## หน้าที่ของสติ

๑. สติเป็นเครื่องทำให้เกิดความระมัดระวังตัว ป้องกันภัยที่จะมาถึงตัว คือ ระแวงในสิ่งที่ควรระแวง และระวังป้องกันภัยที่จะมาถึงในอนาคต

ความระแวง หมายถึง ความเกร็งเกรงล่วงหน้าว่า จะมีความเสียหายอันใดเกิดขึ้น เช่น คนกำลังขับรถขณะฝนตก ถนนลื่น ก็ระแวงว่ารถจะคว่ำ ระแวงว่าจะมีรถอื่นสวนมาในระยะกระชั้นชิด ส่วนความระวังคือ การป้องกันไม่ให้ภัยชนิดนั้น ๆ เกิดขึ้น เช่น ลดความเร็วลง ตั้งใจขับมากขึ้น อย่างนี้เป็นต้น

๒. สติเป็นเครื่องยับยั้ง เตือนไม่ให้ตกไปในทางเสื่อม ไม่ให้มัวเมา ลุ่มหลง ไม่ให้เพลิดเพลินไปในสิ่งที่เป็นทุกข์เป็นโทษต่อตนเอง เช่น เพื่อนชวนไปดื่มเหล้า ก็มีสติยับยั้งตัวเองไว้ว่า อย่าไป เพราะเป็นโทษต่อตัวเอง ฯลฯ

๓. สติเป็นเครื่องกระตุ้นเตือนให้ชวนชายในการสร้างความดีไม่ซนเขินหยูดอยู่กับที่ ไม่ทอดธุระ ไม่เกียจคร้าน ป้องกันโรค “นอนบิตติตตเสื่องานการเบื่อทำไม่ไหว ข้าวปลากินได้อร่อยดี”

๔. สติเป็นเครื่องเร่งเร้าให้มีความขะมักเขม้น คือ เมื่อเตือนตัวเองให้ทำความดีแล้วก็ให้ทำอย่างเอาจริงเอาจัง ไม่อืดอาดยืดอาด ไม่ทำแบบเรื่อย ๆ เฉื่อย ๆ

๕. สติเป็นเครื่องทำให้เกิดความสำนึกในหน้าที่อยู่เสมอ ตระหนักถึงสิ่งที่ควรทำและไม่ควรทำ ตระหนักถึงสิ่งที่ทำแล้วและยังไม่ได้ทำ

๖. สติเป็นเครื่องทำให้เกิดความละเอียดรอบคอบในการทำงานไม่สะเพร่า ไม่ชะล่าใจว่าสิ่งนั้น ๆ เป็นเรื่องเล็กน้อยไม่เป็นไร

## คำอุปมาสติ

*สติเสมือนเสาหลัก* ปักแน่นในอารมณ์คือ คนที่มีสติเมื่อจะไตร่ตรองคิดในเรื่องใด ใจก็ปักแน่นคิดไตร่ตรองในเรื่องนั้นอย่างละเอียดถี่ถ้วนไม่คิดฟุ้งซ่านไปเรื่องอื่น คิดไตร่ตรองจนเข้าใจแจ่มแจ้ง ทะลุปรุโปร่ง ท่านจึงเปรียบสติเสมือนเสาหลัก

*สติเสมือนนายประตู* คือ สติจะทำหน้าที่เสมือนนายประตู คอยเฝ้าดูสิ่งต่าง ๆ ที่จะผ่านเข้ามากระทบใจ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ตลอดจนเฝ้าดูถึงอารมณ์ที่ใจคิด ถ้าสิ่งใดเป็นประโยชน์ก็ปล่อยให้ผ่านไป แต่ถ้าสิ่งใดเป็นโทษสติก็จะเป็นตัวยับยั้ง เมื่อมีสิ่งใดเกิดขึ้นสติก็จะใคร่ครวญทันทีว่า ควรปล่อยให้ผ่านไปหรือไม่ หรือควรหยุดไว้ก่อน ปรับปรุงแก้ไขให้ดีเสียก่อน

**สติเสมือนขุนคลัง** เพราะคอยตรวจตราอยู่ทุกเมื่อว่าของที่ได้เข้ามา และใช่ออกไปมีเท่าไร งบประมาณบาปของเราเป็นอย่างไร ตรวจตราดูอย่างละเอียดถี่ถ้วน ไม่ยอมให้ตัวเองเป็นหนี้บาป

**สติเสมือนหางเสือ** เพราะสติจะเป็นตัวควบคุมเส้นทางดำเนินชีวิตของเราให้มุ่งตรงไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ คอยระมัดระวังไม่ให้เรือไปเกยตื้น ไม่ให้ตัวของเราไปทำในสิ่งที่ไม่ควร

## ประโยชน์ของสติ

๑. **ควบคุมรักษาสภาพจิตให้อยู่ในภาวะที่เราต้องการ** โดยการตรวจตราความคิด เลือกรับสิ่งที่ต้องการไว้ กั้นสิ่งที่ไม่ต้องการออกไป ตรึงกระแสความคิดให้เข้าที่ ทำให้จิตเป็นสมาธิได้ง่าย เช่น จะดูหนังสือก็สนใจ คิดติดตามไปตลอด ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่คิดเรื่องอื่น จะทำสมาธิใจก็จรดนิ่งสงบ ตั้งมั่น ละเอียดอ่อนไปตามลำดับ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วอกแวก เพราะฉะนั้น “ที่ใดมีสติ ที่นั่นมีสมาธิ ที่ใดมีสมาธิ ที่นั่นมีสติ”

๒. **ทำให้ร่างกายและจิตใจ อยู่ในสภาพเป็นตัวของตัวเอง** ไม่เป็นทาสของอารมณ์ต่าง ๆ เช่น ความโกรธเคือง ความลุ่มหลงมัวเมา จึงมีความโปร่งเบา ผ่อนคลาย เป็นสุข โดยสภาพของมันเองพร้อมที่จะเผชิญความเป็นไปต่าง ๆ และจัดการกับสิ่งทั้งหลายที่เกิดขึ้นอย่างถูกต้องเหมาะสม

๓. **ทำให้ความคิดและการรับรู้ขยายวงกว้างออกไปได้โดยไม่มีสิ้นสุด** เพราะไม่ถูกบีบคั้นด้วยกิเลสต่าง ๆ จึงทำให้ความคิดเป็นอิสระมีพลัง เพราะมีสติควบคุม เสมือนเรือที่มีหางเสือควบคุมอย่างดีย่อมสามารถแล่นตรงไปในทิศทางที่ต้องการได้โดยไม่วกวน

๔. **ทำให้การพิจารณาสืบค้นด้วยปัญญาดำเนินไปได้เต็มที่** เพราะมีความคิดที่เป็นระเบียบ และมีใจซึ่งมีพลังเข้มแข็ง จึงเป็นการเสริมสร้างปัญญาให้บริบูรณ์

๕. ขำระพฤติกรรมทุกอย่าง ทั้งทางกาย วาจา ใจ ให้บริสุทธิ์ เพราะมีสติ จึงไม่ผลออกไปเกลือกกลั้วบาปอกุศลกรรม ทำให้พฤติกรรมต่าง ๆ เป็นไปด้วยปัญญา หรือเหตุผลบริสุทธิ์

## การฝึกสติให้เป็นคนไม่ประมาท

๑. มีสติระลึกถึง การละเว้นทุจริตทางกาย วาจา ใจ อยู่เนื่อง ๆ มิได้ขาด จะไปทำอะไรบาปอะไรเข้า ก็มีสติระลึกได้ทันที ว่าสิ่งที่กำลังจะทำนั้นเป็นบาปหรือไม่ ถ้าเป็นบาปก็ไม่ยอมทำโดยเด็ดขาด

๒. มีสติระลึกถึง การประพฤตีสุจริตทางกาย วาจา ใจ อยู่เนื่อง ๆ มิได้ขาด จะทำอะไรก็มีสติระลึกได้เสมอ ว่าสิ่งที่กำลังจะทำนั้นเป็นบุญเป็นกุศลหรือไม่ ถ้าเป็นกุศลจึงจะทำ

๓. มีสติระลึกถึง ความทุกข์ในอบายภูมิอยู่เนื่อง ๆ มิได้ขาด มีสติระลึกได้เสมอว่า การเกิดในอบายภูมิ เป็นสัตว์นรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดียรัจฉาน นั้นมีทุกข์มากเพียงไร เมื่อระลึกได้เช่นนั้นแล้ว ก็ไม่ยอมทำชั่วเลย เพราะเกรงว่าจะต้องไปเกิดในอบายภูมิเช่นนั้น

๔. มีสติระลึกถึง ความทุกข์อันเกิดจากการเวียนว่ายตายเกิด ของสัตว์ในวัฏสงสารอยู่เนื่อง ๆ มิได้ขาด มีสติระลึกได้ว่า ถ้าเราายังต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่อย่างนี้ ก็ต้องมีการเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นทุกข์อยู่รำไป จึงหาโอกาสปฏิบัติธรรมอย่างเต็มที่ เพื่อให้เข้าพระนิพพานให้ได้เร็วที่สุด จะได้หมดทุกข์ เมื่อระลึกเช่นนั้นบ่อย ๆ ย่อมไม่หลงในอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความหลง ไม่กำหนดในอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความกำหนด ไม่ขัดเคืองในอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความขัดเคือง ได้ในที่สุด

๕. มีสติระลึกถึง กรรมฐานภาวนาที่จะละระาคะ โทสะ โมหะ ให้ขาดจากสันดานอยู่เนื่อง ๆ มิได้ขาด มีสติระลึกได้ว่าการที่เราจะทำดีหรือทำ

ซั่วนั้น ขึ้นอยู่กับใจของเราเป็นสำคัญ ว่าใจของเราจะเข้มแข็งทรงพลังเอาชนะความทะยานอยากต่าง ๆ ได้หรือไม่ และวิธีที่จะฝึกใจได้ดีที่สุดคือ การฝึกทำสมาธิ จึงต้องหาเวลาทำสมาธิภาวนาไม่ขาดเลย

## สิ่งที่ไม่ควรประมาทอย่างยิ่ง

๑. **ไม่ประมาทในเวลา** มีสติเตือนตนอยู่เสมอว่า “วันคืนล่วงไปๆ บัดนี้เรากำลังทำอะไรอยู่” อย่ามัวเมาทำในสิ่งไร้สาระ เช่น เล่นไพ่ คุยไม้ ดูแพชั่น ให้เร่งรีบทำงานให้เต็มที่แข่งกับเวลา เพราะเวลานั้นน้อย เมื่อกินชีวิตไปแล้วก็เรียกกลับคืนไม่ได้

๒. **ไม่ประมาทในวัย** มีสติเตือนตนอยู่เสมอว่า อย่าคิดว่าตัวยังเป็นเด็กอยู่ จึงเที่ยวเล่นเพลิดเพลินไปวัน ๆ หนึ่ง เพราะถ้านับอายุตั้งแต่ชาติแรก ๆ จนถึงบัดนี้ แต่ละคนต่างมีอายุคนละหลายกัปแล้ว

๓. **ไม่ประมาทในความไม่มีโรค** มีสติเตือนตนอยู่เสมอว่า อย่าคิดว่าเราจะแข็งแรงอยู่อย่างนี้ตลอดไป ถ้ากรรมชั่วในอดีตตามมาทันอาจป่วยเป็นโรค ไม่สบายเมื่อไรก็ได้ เพราะฉะนั้นในขณะที่สุขภาพยังดีอยู่นี้ ต้องรีบขวนขวายสร้างความดีให้เต็มที่

๔. **ไม่ประมาทในชีวิต** มีสติเตือนตนอยู่เสมอว่า อย่าคิดว่าเรายังมีชีวิตอยู่ สุขสบายดี เรายังมีชีวิตอยู่อีกนาน เพราะจริง ๆ แล้วเราอาจจะตายเมื่อไรก็ได้ มัจจุราชไม่มีเครื่องหมายนำหน้า จึงเร่งรีบขวนขวายในการละความชั่ว สร้างความดีและทำจิตใจให้ผ่องใสอย่างเต็มที่ ทุกรูปแบบ ทุกโอกาส

๕. **ไม่ประมาทในการทำงาน** มีสติเตือนตนอยู่เสมอว่า จะทำงานทุกอย่างที่มาถึงมือให้ดีที่สุด ทำอย่างทุ่มเทไม่อ้อมมือ ทำงานไม่ให้ค้างค้ำ-ไม่ทอดทิ้ง ไม่ผัดวันประกันพรุ่ง

๖. **ไม่ประมาทในการศึกษา** มีสติเตือนตนอยู่เสมอว่า จะชวนชวายนหาความรู้อย่างเต็มที่ อะไรที่ควรอ่านควรท่องก็จะรีบอ่านรีบท่องโดยไม่แซ่เขื่อนตระหนักถึงคุณค่า และความสำคัญของการศึกษาหาความรู้ซึ่งจะเป็นกุญแจไขปัญหาชีวิตทุก ๆ อย่าง

๗. **ไม่ประมาทในการปฏิบัติธรรม** มีสติเตือนตนอยู่เสมอว่า จะปฏิบัติธรรมอย่างสม่ำเสมอไม่ย่อท้อโดยเริ่มตั้งแต่บัดนี้ ไม่ใช่รอจนแก่ค่อยเข้าวัด จะฟังเทศน์ก็หูตึงฟังไม่ถนัด จะนั่งสมาธิก็ปวดเมื่อยขัดยอกไปหมด ลูกก็โอย นังก็โอย เมื่อระลึกได้เช่นนี้ จึงมีความเพียรใส่ใจในการปฏิบัติธรรม เพราะทราบดีว่า การปฏิบัติธรรมนั้น ทำให้เกิดความสุขแก่ตนทั้งโลกนี้และโลกหน้า และเป็นวิธีการเดียวที่ทำให้เราสามารถบรรลุเป้าหมายอันสูงสุดแห่งชีวิต คือ พระนิพพาน

## อานิสงส์การไม่ประมาทในธรรม

๑. เป็นมหากุศล
  ๒. เป็นคนไม่ตาย
  ๓. ป้องกันอบาย
  ๔. คลายจากกองทุกข์
  ๕. สนุกในธรรม
  ๖. นำสู่กุศล
  ๗. มีผลเป็นสุข
  ๘. ปลุกตนให้ตื่น
  ๙. ชื่นชมเบิกบาน
  ๑๐. เผาผลาญความชั่ว
- ฯลฯ

“ปมาโท มจฺจุโน ปท”  
 “ความประมาท เป็นทางแห่งความตาย”  
 “อุปฺปมาโท อมตํ ปท”  
 “ความไม่ประมาท เป็นทางอมตะ”  
 (พุทธพจน์)

“เวลาใด บัณฑิตกำจัดความประมาท ด้วยความไม่ประมาท  
 เมื่อนั้น เขา นับว่าได้ขึ้นสู่ปราสาท คือ ปัญญา  
 ไร้ความเศร้าโศก สามารถมองเห็นประชาชนผู้โง่เขลา  
 ผู้ยังต้องเศร้าโศกอยู่  
 เสมือนคนยืนอยู่บนยอดเขา  
 มองลงมาเห็นฝูงชน ที่ยืนอยู่บนพื้นดินฉะนั้น”  
 (พุทธพจน์)



มงคลที่ ๒๒ มีความเคารพ



# มงคลที่ ๒๒

## มีความเคารพ

เมื่อจะใช้ประโยชน์จากสิ่งใด เราจำเป็นต้องรู้จักคุณสมบัติของสิ่งนั้น ก่อนฉันใดผู้ที่รับประโยชน์จากบุคคลอื่นได้ ก็จำเป็นต้องมีความเคารพต่อบุคคลทั้งหลายก่อนฉันนั้น

### ความเคารพคืออะไร

ความเคารพ หมายถึง ความตระหนักซาบซึ่งรู้ถึงคุณความดีที่มีอยู่จริงของบุคคลอื่น ยอมรับนับถือความดีของเขาด้วยใจจริง แล้วแสดงความนับถือต่อผู้นั้นด้วยการแสดงความอ่อนน้อม อ่อนโยน อย่างเหมาะสมทั้งต่อหน้าและลับหลัง

วัตถุทั้งหลายในโลก ต่างมีคุณสมบัติเฉพาะตัวของมัน ถ้าใครทราบคุณสมบัติเหล่านั้นตามความเป็นจริง ก็สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้มากเช่น นักวิทยาศาสตร์รู้คุณสมบัติของแม่เหล็ก ก็นำไปใช้ผลิตกระแสไฟฟ้าได้ รู้คุณสมบัติของแร่เรเดียม ก็นำไปใช้รักษาโรคมะเร็งได้

แต่การที่จะรู้คุณสมบัติตามความเป็นจริงของสิ่งต่าง ๆ นั้นทำได้ยากมาก เป็นวิสัยของนักปราชญ์ ของผู้มีปัญญาเท่านั้น

เช่นกัน คนทั้งหลายในโลก ต่างก็มีคุณความดีในตัวต่าง ๆ กันไป มากบ้างน้อยบ้างไม่เท่ากัน ผู้ใดทราบถึงคุณความดีของบุคคลทั้งหลายได้ตามความเป็นจริง ก็จะเป็นประโยชน์ ทำให้มีโอกาสที่จะถ่ายทอดคุณความดีนั้น ๆ จากผู้อื่นมาสู่ตนเอง แต่การจะสามารถรู้เห็นถึงคุณความดีของผู้อื่นก็ทำได้ยาก ยิ่งกว่าการรู้คุณสมบัติของวัตถุต่าง ๆ เพราะมีกิเลสมาบังใจ เช่น มีความคิดลบหลู่คุณท่านบ้าง ความไม่ใส่ใจบ้าง ความทะนงตัวบ้าง ทำให้มองคนอื่นก็คน ๆ ก็ไม่เห็นมีใครดี คนนั้นก็ไม่มีดี คนนี้ก็ไม่มีดี คนไหนก็ไม่มีดี ไม่เห็นมีใครดีสักคน ถ้าจะมีก็เห็นจะมีอยู่คนเดียว...ใคร? ตัวเอง

คนพวกนี้เป็นพวกตาไม่มีแวว คือ ตาก็ใส ๆ ดี แต่ไม่เห็นเพราะขาดความสังเกต มองคุณความดีของคนอื่นไม่ออก เมื่อมองความดีของเขาไม่ออก ก็ไม่สนใจที่จะถ่ายทอดเอาความดีของเขา เข้ามาสู่ตัวเอง

ดังนั้น คนที่มีปัญญามากจนกระทั่งตระหนักในคุณความดีของผู้อื่น จึงจัดเป็นคนพิเศษจริง ๆ เพราะใจของเขาได้ยกสูงขึ้นแล้ว พ้นจากมานะต่าง ๆ เปิดกว้าง พร้อมทั้งจะรองรับความดีจากผู้อื่นเข้าสู่ตน คนชนิดนี้คือ คนที่มีความเคารพ

## สิ่งที่ควรเคารพอย่างยิ่ง

ในโลกนี้มีคน สัตว์ สิ่งของ เหตุการณ์ การงาน และอะไร ๆ อีกมากมายจนนับไม่ถ้วน ที่เกี่ยวข้องกับตัวเรา แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแนะนำให้เรามีความเคารพ ไม่ดูเบา ตระหนักในสิ่งมีคุณค่าที่สำคัญ ๗ ประการ ได้แก่

๑. ให้มีความเคารพในพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
๒. ให้มีความเคารพในพระธรรม
๓. ให้มีความเคารพในพระสงฆ์
๔. ให้มีความเคารพในการศึกษา

๕. ให้มีความเคารพในสมาธิ
๖. ให้มีความเคารพในความไม่ประมาท
๗. ให้มีความเคารพในการต้อนรับแขก

ความเคารพในพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือ ตระหนักถึงพระคุณความดีอันมีอยู่ในพระองค์ ซึ่งกล่าวโดยย่อได้แก่ พระปัญญาธิคุณ พระกรุณาธิคุณ และพระบริสุทธิคุณ และแสดงออกซึ่งความเคารพนี้

สมัยเมื่อพระองค์ยังทรงพระชนม์อยู่ ก็แสดงความเคารพโดย

๑. เข้าเฝ้าทั้ง ๓ กาล คือ เช้า กลางวัน เย็น
๒. เมื่อพระองค์ไม่สวมรองเท้าจงกรม เราจะไม่สวมรองเท้าจงกรม
๓. เมื่อพระองค์จงกรมในที่ต่ำ เราจะไม่จงกรมในที่สูงกว่า
๔. เมื่อพระองค์ประทับในที่ต่ำ เราจะไม่อยู่ในที่สูงกว่า
๕. ไม่ห่มผ้าคลุมบ่าทั้งสอง ในที่ซึ่งทอดพระเนตรเห็น
๖. ไม่สวมรองเท้าในที่ทอดพระเนตรเห็น
๗. ไม่กั้นร่มในที่ทอดพระเนตรเห็น
๘. ไม่ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะในที่ทอดพระเนตรเห็น

สมัยเมื่อพระองค์ปรินิพพานแล้วก็แสดงความเคารพโดย

๑. ไปไหว้พระเจดีย์ตามโอกาส
๒. ไปไหว้สังเขนียสถาน คือ สถานที่ประสูติ ตรัสรู้ ปรุ้มเทศนา  
ปรินิพพาน ตาม โอกาส
๓. เคารพพระพุทธรูป
๔. เคารพเขตพุทธาวาส คือ เขตโบสถ์
๕. ไม่สวมรองเท้าในลานพระเจดีย์
๖. ไม่กั้นร่มในลานพระเจดีย์
๗. เมื่อเดินใกล้พระเจดีย์ ไม่เดินไปพุดไป
๘. เมื่อเข้าไปในเขตวัด ก็ถอดรองเท้า หุ่ปร่ม ถ้าเป็นพระภิกษุต้อง  
ลดไหล่ ไม่ทำ อากาการต่าง ๆ ซึ่งแสดงถึงความกระด้าง หยาบคาย
๙. ปฏิบัติตนตามพุทธโอวาทอยู่เป็นนิตย์

**ความเคารพในพระธรรม** คือ ตระหนักถึงคุณประโยชน์อันมหาศาลของพระธรรมคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และแสดงออกซึ่งความเคารพดังนี้

๑. เมื่อมีประกาศแสดงธรรมก็ไปฟัง
๒. ฟังธรรมด้วยความสงบ สำรวม ตั้งใจ
๓. ไม่นิ่งหลับ ไม่นิ่งคุยกัน ไม่คิดฟุ้งซ่าน ขณะฟังธรรม
๔. ไม่วางหนังสือธรรมะไว้ในที่ต่ำ
๕. ไม่ดูหมิ่นพระธรรม
๖. บอกธรรม สอนธรรม โดยความระมัดระวังไม่ให้ผิดพลาด

**ความเคารพในพระสงฆ์** คือ ตระหนักถึงคุณความดีของพระสงฆ์ผู้ประพฤติดี ปฏิบัติชอบ เป็นผู้สืบอายุพระศาสนา แล้วแสดงออกซึ่งความเคารพดังนี้

๑. กราบไหว้ โดยกิริยาอาการเรียบร้อย
๒. นั่งเรียบร้อย ไม่นั่งกอดเข้าเจ้าจุก
๓. ไม่สวมรองเท้า กั้นร่ม ในที่ประชุมสงฆ์
๔. ไม่คะนองมือ คะนองเท้าต่อหน้าท่าน
๕. เมื่อพระเถระไม่เชิญ ไม่แสดงธรรม
๖. เมื่อพระเถระไม่เชิญ ไม่อวดรู้แก้ปัญหาธรรม
๗. ไม่เดิน ยืน นั่ง เบียดพระเถระ
๘. แลดูท่านด้วยจิตเลื่อมใส
๙. ดื้อนรับท่านโดยไทยธรรม

**ความเคารพในการศึกษา** คือตระหนักถึงคุณค่าของการศึกษาค้นคว้าความรู้ แล้วแสดงออกซึ่งความเคารพโดย ตั้งใจศึกษาเล่าเรียนอย่างเต็มที่ทั้งทางโลกและทางธรรม จะศึกษาเรื่องใดก็ศึกษาให้ถึงแก่น ให้เข้าใจจริง ๆ ไม่ทำเหยาะแหยะ บำรุงการศึกษา สนับสนุนการศึกษาทั้งทางโลกและทางธรรม

**ความเคารพในสมาธิ** คือ ตระหนักถึงคุณประโยชน์อันมหาศาลของการทำสมาธิแล้วแสดงออกซึ่งความเคารพโดย ตั้งใจฝึกสมาธิอย่างสม่ำเสมอ ให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ เพราะสมาธิเป็นสิ่งสำคัญยิ่งในการสร้างสติทั้งหลาย เป็นการฝึกฝนตนเองอย่างยิ่งยวด ทำให้รู้และเข้าใจธรรมอย่างแท้จริง ดังจะเห็นได้จากในไตรสิกขา ซึ่งถือเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา พระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ตรัสไว้ว่าศีลจะเป็นพื้นฐานทำให้เกิดสมาธิได้ง่าย แล้วสมาธิจะทำให้เกิดปัญญาซึ่งเป็นเครื่องพาเราให้บรรลุนิพพาน จะเห็นว่าเรารักษาศีลก็เพื่อไม่ให้ไปทำความชั่ว ทำให้ใจไม่เศร้าหมอง เป็นสมาธิได้ง่าย และปัญญาที่เกิดจากสมาธิ สมาธิจึงเป็นหัวใจหลักในการทำสมาธิทุกชนิด แม้การกำจัดกิเลสเข้าพระนิพพาน

มีบางคน พยายามจะเข้าถึงธรรม โดยการอ่านและฟังธรรมโดยไม่มียอมทำสมาธิ แม้เขาจะอ่านจะท่องธรรมะได้มากเพียงใด ก็ย่อมไม่มีโอกาสเข้าถึงธรรมได้เลย เพราะความรู้ธรรมจากการอ่านการท่องนั้นเป็นเพียงพื้นฐานความรู้เท่านั้น จะบังเกิดผลเป็นดวงปัญญาแจ่ม สว่างไสว ต่อเมื่อได้นำไปปฏิบัติด้วยการทำสมาธิอย่างยิ่งยวดแล้วเท่านั้น

ยังมีบางคนกล่าวว่า การทำสมาธิเป็นส่วนเกินบ้าง เป็นการเสียเวลาเปล่าบ้าง ถ้าพบใครที่กล่าวเช่นนั้น ก็พึงทราบทันทีว่า เขากล่าวต่อพุทธพจน์เสียแล้ว เป็นคนที่ใช้ไม่ได้ ไม่ควรคบ เพราะเขายกตัวของเขาเองเข้าข้างตัวเองว่าเก่งกว่าพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเสียแล้ว ใช้ไม่ได้

**ความเคารพในความไม่ประมาท** คือ ตระหนักถึงคุณประโยชน์ของการมีสติกำกับตัวในการทำงานต่าง ๆ แล้วแสดงออกซึ่งความเคารพโดยหมั่นฝึกสติเพื่อให้ไม่ประมาท ด้วยการเจริญสมาธิภาวนาอยู่เนือง ๆ มิได้ขาด

**ความเคารพในการต้อนรับแขก** คือ ตระหนักถึงคุณประโยชน์ของการต้อนรับแขก ว่าทำให้ไม่ก่อศัตรู ปกคิคนเราจะให้ดีพร้อม ทำอะไรถูกใจคนทุกอย่าง ย่อมเป็นไปไม่ได้ อาจมีช่องว่าง รอยไห้ว ขอบกพร่องบ้าง การ

ต้อนรับแขกนี่จะเป็นการปิดช่องว่างรอยโหว่ในตัว ทำให้ได้มิตรเพิ่ม เราจึงต้องให้ความสำคัญแก่ผู้มาเยือน ด้วยการต้อนรับ ๒ ประการ ดังนี้

๑. *อามิสปฏิสันถาร* ต้อนรับด้วยสิ่งของ เช่น อาหารน้ำดื่ม เลี้ยงดูอย่างดี ไม่ให้ขาดตกบกพร่อง ฯลฯ

๒. *ธรรมปฏิสันถาร* ต้อนรับด้วยธรรม เช่น สนทนาธรรมกัน และนำธรรมะให้แกกัน ฯลฯ

นอกจากตัวเราจะต้องตระหนักถึงความสำคัญของการต้อนรับแขกแล้ว แม้นคนในบ้านก็ต้องฝึกให้ต้อนรับแขกเป็นด้วย ไม่เช่นนั้นจะพลาดไปเช่นข้าราชการผู้ใหญ่บางคนตัวเองต้อนรับแขกได้ดีเยี่ยมเลย แต่ไม่ได้ฝึกคนในบ้านไว้ เวลาตนไม่อยู่มีแขกมาหาที่บ้าน เด็กและคนรับใช้พูดจากับเขาไม่ดี ทำให้เขาผูกใจเจ็บ คิดหาทางแก้แค้น หาทางโจมตีเอา จนต้องเสียผู้เสียคนก็มากต่อมาก โดยที่ตนก็ไม่ว่าเหตุว่าเขาเป็นศัตรูเพราะอะไร

เมื่อเราสังเกตให้ดีจะเห็นว่า คนในโลกนี้มีหลายพันล้านคน สิ่งของเหตุการณ์ การงานในโลกนี้ มีหลายแสนหลายล้านอย่าง แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนให้เราสนใจอย่างจริงจัง ๗ อย่าง ดังนั้น พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ การศึกษา สมานี ความไม่ประมาท และการต้อนรับ ทั้ง ๗ ประการนี้มีความสำคัญเพียงใดโปรดคิดดู

สิ่งที่ควรเคารพทั้ง ๗ ประการนี้ เป็นแกนหลักของความเคารพทุกอย่าง เมื่อเราสามารถตรงจนตระหนักถึงคุณค่าของสิ่งที่ควรเคารพอย่างยิ่งทั้ง ๗ ประการนี้แล้ว ต่อไปเราก็จะสามารถตรงถึงความดีของสิ่งอื่น ๆ ได้ชัดเจนและละเอียดลึกซึ้งขึ้น กลายเป็นผู้รู้จักจริงและทำได้จริงผู้หนึ่ง

เมื่อฝึกตนเองให้มากด้วยความเคารพแล้ว ในไม่ช้านิสัยชอบจับผิดผู้อื่น ก็จะค่อย ๆ หายไป เจอใครก็จะคอยมองแต่คุณค่าความดีของเขา ต่อไป

ความซึ้งทั้งหลายเราก็จะนึกไม่ออก นึกออกแต่ความดีและวิธีทำความดีเท่านั้น ตัวเราก็จะกลายเป็นที่รวมแห่งความดีเหมือนทะเลเป็นที่รวมของน้ำฉะนั้น

## การแสดงความเคารพ

การแสดงความเคารพ คือ การแสดงความตระหนักในคุณค่าความดีของสิ่งที่เราเคารพด้วยใจจริงให้ปรากฏชัดแก่บุคคลทั่วไป ด้วยการแสดงออกทางกาย วาจา มียุ่หลายวิธี เช่น หลีกทางให้ ลูกขึ้นยืนต้อนรับการให้ที่นั่งแก่ท่าน การประนมมือเวลาพูดกับท่าน การกราบ การไหว้ การขออนุญาต ก่อนทำกิจต่าง ๆ การวันทยาอุธ การวันทยาหัตถ์ การยิงสลุต การลดธง ฯลฯ

การแสดงความเคารพที่ถูกต้องตามหลักธรรม หมายถึง การแสดงออกเพราะตระหนักในคุณค่าความดีของสิ่งที่เคารพด้วยใจจริง นักเรียนที่คำนับครู เพราะเกรงว่าถ้าไม่ทำจะถูกตักเตือนความประพฤติ ทหารที่ทำวันทยาหัตถ์ ผู้บังคับบัญชาเพราะเกรงว่าถ้าไม่ทำจะถูกลงโทษ อย่างนี้ไม่จัดว่าเป็นความเคารพ เป็นแต่เพียงวินัยอย่างหนึ่งเท่านั้น

## ข้อเตือนใจ

ดังได้กล่าวแล้วว่า ความเคารพคือ การตระหนักในความดีของคนอื่นและสิ่งอื่น ซึ่งผู้ที่จะตระหนักในความดีของคนอื่นสิ่งอื่นได้ จะต้องมีความสมบัติอย่างหนึ่งเป็นทุนอยู่ในใจก่อน คือ มีปัญญา ความรู้จักผิดชอบชั่วดีพอสมควร

และเมื่อเราแสดงความเคารพออกไปแล้ว อีกฝ่ายหนึ่งก็จะรู้ทันทีว่า “อ้อ คนนี้เขามีคุณธรรมสูง มีความเคารพและมีแนวปัญญา” เขาก็เกิดความตระหนักในความดีของเราและแสดงกิริยาเคารพต่อเราที่เรียกว่ารับเคารพ

แต่ถ้าผู้ใด เมื่อมีคนมาแสดงความเคารพแล้ว เฉยเสียไม่แสดงความเคารพตอบ ผู้นั้นจัดเป็นคนนำด่าหน้อย่างยิ่ง เพราะการเฉยเสียนั้นเท่ากับ

บอกให้ชาวโลธรู่ว่า “ตัวข้านี้ แสนจะโง่งง่าหาแก้ปัญหาพอที่จะเห็นคุณความดีในตัวท่านไม” เท่านั้นเอง

คนที่ไม่ยอมแสดงความเคารพคนอื่น หรือเมินเฉยต่อการเคารพตอบ มักเป็นเพราะเข้าใจว่าการแสดงกิริยาเคารพออกมานั้น เป็นการลดสง่าราศีของตน แล้วเอาไปเพิ่มให้แก่คนอื่น เลยเกิดเสียตายเกรงว่าตัวเองจะไม่โต หรือเกรงว่าคนอื่นจะไม่รู้ว่าตัวโต ซึ่งเป็นการคิดผิดอย่างยิ่ง

### อานิสงส์การมีความเคารพ

๑. ทำให้เป็นคนน่ารัก น่าเอ็นดู น่าเกรงใจ
๒. ทำให้ได้รับความสุขกาย สบายใจ
๓. ทำให้ผิวพรรณผ่องใส
๔. ทำให้ไม่มีความเดือดร้อน ไม่มีเวร ไม่มีภัย
๕. ทำให้สามารถถ่ายทอดความดีจากผู้อื่นได้ง่าย
๖. ทำให้ผู้อื่นอยากช่วยเหลือเพิ่มเติมคุณความดีให้
๗. ทำให้สติดีขึ้น เป็นคนไม่ประมาท
๘. ทำให้เป็นคนมีปัญญาละเอียดอ่อน รู้จริง และทำได้จริง
๙. ทำให้เกิดในตระกูลสูงไปทุกภพทุกชาติ
๑๐. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย



ความซื่อทั้งหลายเราก็จะนึกไม่ออก นึกออกแต่ความดีและวิธีทำความดีเท่านั้น ตัวเราก็จะกลายเป็นที่รวมแห่งความดีเหมือนทะเลเป็นที่รวมของน้ำฉะนั้น

## การแสดงความเคารพ

การแสดงความเคารพ คือ การแสดงความตระหนักในคุณความดีของสิ่งที่เราเคารพด้วยใจจริงให้ปรากฏชัดแก่บุคคลทั่วไป ด้วยการแสดงออกทางกาย วาจา มียุ่หลายวิธี เช่น หลีกทางให้ ลูกขึ้นยืนต้อนรับการให้ที่นั่งแก่ท่าน การประนมมือเวลาพูดกับท่าน การกราบ การไหว้ การขออนุญาต ก่อนทำกิจต่าง ๆ การวันทยาอุธ การวันทยาหัตถ์ การยิงสลุต การลดธง ฯลฯ

การแสดงความเคารพที่ถูกต้องตามหลักธรรม หมายถึง การแสดงออก เพราะตระหนักในคุณความดีของสิ่งที่เคารพด้วยใจจริง นักเรียนที่คำนับครู เพราะเกรงว่าถ้าไม่ทำจะถูกตดตะแนบความประพฤติ ทหารที่ทำวันทยาหัตถ์ ผู้บังคับบัญชาเพราะเกรงว่าถ้าไม่ทำจะถูกลงโทษ อย่างนี้ไม่จัดว่าเป็นความเคารพ เป็นแต่เพียงวินัยอย่างหนึ่งเท่านั้น

## ข้อเตือนใจ

ดังได้กล่าวแล้วว่า ความเคารพคือ การตระหนักในคุณความดีของคนอื่น และสิ่งอื่น ซึ่งผู้ที่จะตระหนักในคุณความดีของคนอื่นสิ่งอื่นได้ จะต้องมีความสมบัติอย่างหนึ่งเป็นทุนอยู่ในใจก่อน คือ มีปัญญา ความรู้จักผิดชอบชั่วดีพอสมควร

และเมื่อเราแสดงความเคารพออกไปแล้ว อีกฝ่ายหนึ่งก็จะรู้ทันทีว่า “อ้อ คนนี้เขามีคุณธรรมสูง มีความเคารพและมีแนวปัญญา” เขาก็เกิดความตระหนักในคุณความดีของเราและแสดงกิริยาเคารพต่อเราที่เรียกว่ารับเคารพ

แต่ถ้าผู้ใด เมื่อมีคนมาแสดงความเคารพแล้ว เฉยเสียไม่แสดงความเคารพตอบ ผู้นั้นจัดเป็นคนนำด่าหน้อย่างยิ่ง เพราะการเฉยเสียนั้นเท่ากับ

บอกให้ชาวโลธรู้ ว่า “ตัวข้านี้ แสนจะโง่งงหาจะมีปัญหาพอที่จะเห็นคุณความดีในตัวท่านไม้มั” เท่านั้นเอง

คนที่ไม่ยอมแสดงความเคารพคนอื่น หรือเมินเฉยต่อการเคารพตอบ มักเป็นเพราะเข้าใจว่าการแสดงกิริยาเคารพออกมา นั้น เป็นการลดส่งราศีของตน แล้วเอาไปเพิ่มให้แก่คนอื่น เลยเกิดเสียดายเกรงว่าตัวเองจะไม่โต หรือเกรงว่าคนอื่นจะไม่รู้ว่าตัวโต ซึ่งเป็นการคิดผิดอย่างยิ่ง

## อานิสงส์การมีความเคารพ

๑. ทำให้เป็นคนน่ารัก น่าเอ็นดู น่าเกรงใจ
๒. ทำให้ได้รับความสุขกาย สบายใจ
๓. ทำให้ผิวพรรณผ่องใส
๔. ทำให้ไม่มีความเดือดร้อน ไม่มีเวร ไม่มีภัย
๕. ทำให้สามารถถ่ายถอดความดีจากผู้อื่นได้ง่าย
๖. ทำให้ผู้อื่นอยากช่วยเหลือเพิ่มเติมคุณความดีให้
๗. ทำให้สติดีขึ้น เป็นคนไม่ประมาท
๘. ทำให้เป็นคนมีปัญญาละเอียดอ่อน รู้จริง และทำได้จริง
๙. ทำให้เกิดในตระกูลสูงไปทุกภพทุกชาติ
๑๐. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย



# มงคลที่ ๒๓

## มีความถ่อมตน

มหาสมุทรซึ่งเป็นที่ไหลมารวมกันของน้ำจากทุกสารทิศ จะต้องมียุทธศาสตร์ที่ต่ำกว่าพื้นที่ตรงต้นน้ำทั้งหลายฉันใด ผู้ที่ต้องการจะถ่ายถอดคุณความดีจากบุคคลทั้งหลาย ก็จะต้องมีความอ่อนน้อมถ่อมตนก่อนฉันนั้น

### ความถ่อมตนคืออะไร

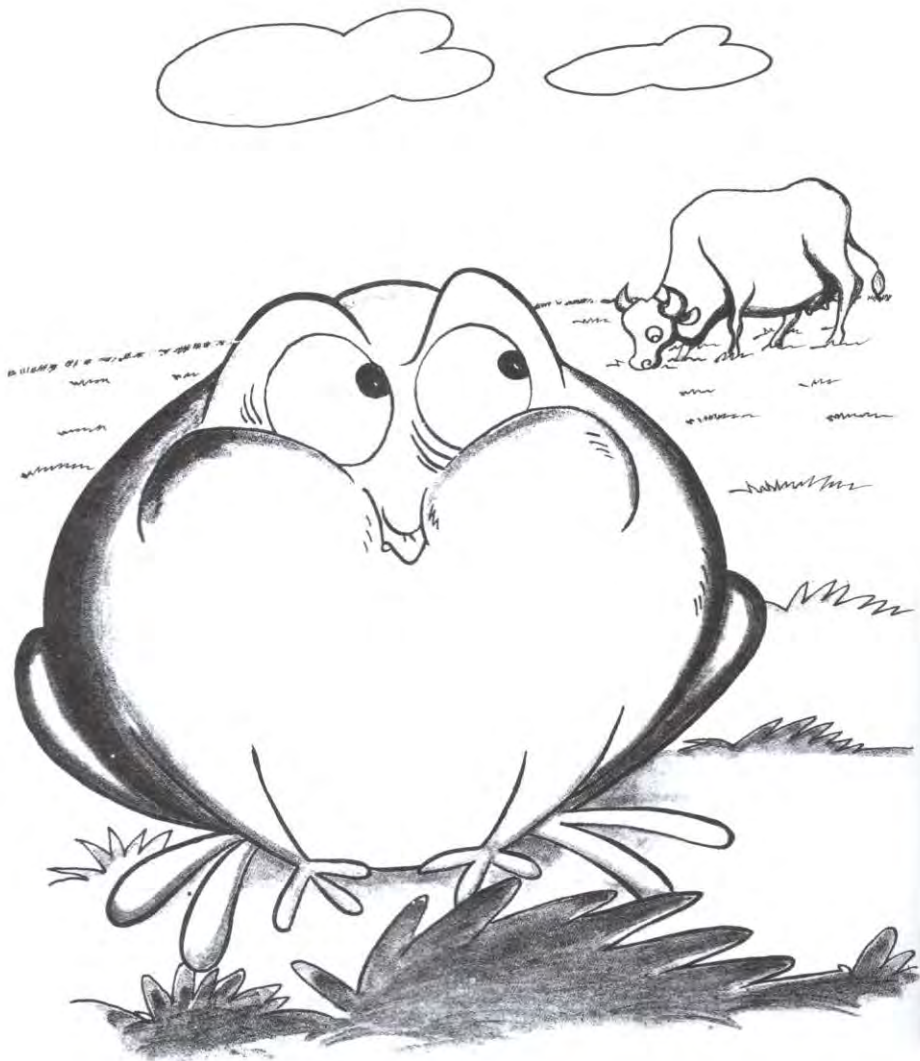
ความถ่อมตนมาจากภาษาบาลีว่า “นิวาโต”

วาโต แปลว่า ลม พองลม

นิ แปลว่า ไม่

นิวาโต แปลว่า ไม่พองลม เอาการออกแล้ว คือ เอาการทะนุถนอม มีความสงบเสงี่ยม เจียมตน ไม่เบ่ง ไม่ทะนงตน ไม่มีความมานะถือตัว ไม่อวดดีถือดี ไม่ยโสโอหัง ไม่ดูถูกเหยียดหยามใคร ไม่กระด้าง ไม่เย่อหยิ่ง จงหอง

มงคลที่ ๒๓ มีความถ่อมตน



## ความแตกต่างระหว่างความเคารพกับความถ่อมตน

ความเคารพ เป็นการปรารภผู้อื่น คือ ตระหนักในคุณงามความดีของผู้อื่น พบใครก็คอยจ้องหาข้อดีของเขา ไม่จับผิด สามารถประเมินคุณค่าของผู้อื่นได้ตามความเป็นจริง แล้วแสดงอาการเคารพนับถือด้วยกาย วาจา ใจ

ส่วนความถ่อมตน เป็นการปรารภตนเอง คือ คอยตามพิจารณาข้อบกพร่องของตนเอง จับผิดตัวเอง สามารถประเมินค่าของตนเองได้ถูกต้องตามความเป็นจริง ไม่อวดดีถือดี สามารถน้อมตัวลงเพื่อถ่ายถอดคุณความดีของผู้อื่นเข้าสู่ตัวได้เต็มที่

คนที่มีความเคารพอาจขาดความถ่อมตนก็ได้ เช่น บางคนเมื่อพบคนดีก็ตระหนักในความดีความสามารถของเขา คือมีความเคารพแต่ขณะเดียวกันถ้าจะให้อ่อนเข้าไปหาเขาทำไม่ได้ ชอบเอาตัวเข้าไปเทียบด้วย แล้วใจของตัวก็พองรับทันทีว่า “ถึงเอ็งจะแน่ แต่ข้าก็หนึ่งเหมือนกัน” ใจของเขาจะพองเหมือนอึ่งอ่างพองลม คอยแต่คิดว่า “ข้าวิเศษกว่า” ทุกที

## สิ่งที่คนทั่วไปหลงถือเอาทำให้ถือตัว

๑. **ชาติตระกูล** เช่น คิดว่า “ตระกูลฉันนี้เป็นตระกูลใหญ่ เชื้อสายผู้ดี เก่า พ่อแม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ก็รุ่นก็รุ่น มีชื่อเสียงโด่งดังมาตลอด คนอื่นจะมาเทียบฉันได้อย่างไร” เมื่อหลงถือว่าตนมีชาติตระกูลสูงกว่าผู้อื่น ความถือตัวก็เกิดขึ้น

๒. **ทรัพย์สมบัติ** เช่น คิดว่า “เฮอะ ทรัพย์สินเงินทองของฉันมีมากมาย จะซื้อจะหาอะไรก็ได้ยังไง ไม่เห็นจะต้องไปร้อ ไปเกรงใจใคร” เมื่อหลงถือว่าตนมีทรัพย์สมบัติมากกว่าผู้อื่น ความถือตัวก็เกิดขึ้น

๓. **รูปร่างหน้าตา** เช่น คิดว่า “ฮิ ฉันนี้สวยน้อยกว่าใครเสียเมื่อไหร่ คูชิ ผิวก็ละเอียด จมูกก็โด่ง ตาก็กลม นางงามจักรวาลที่ว่าสวย ๆ ลงมา

เทียบกันดูสักทีเถอะน่า ไม่น่าหรรอก” เมื่อหลงถือว่าตนมีรูปร่างหน้าตาดีกว่าผู้อื่น ความถือตัวก็เกิดขึ้น

๔. ความรู้ความสามารถ เช่น คิดว่า “ฉันนี่ความรู้ระดับปริญญาโท ปริญญาเอก ปริญญาที่ไหนที่ว่ายาก ๆ กวาดมาหมดแล้ว ฝีมือก็แน่นกว่าใครใคร ๆ ก็สู้ฉันไม่ได้” เมื่อหลงถือว่าตนมีความรู้ความสามารถสูงกว่าผู้อื่น ความถือตัวก็เกิดขึ้น

๕. ยศตำแหน่ง เช่น คิดว่า “ฮี้ ฉันนี่มันชั้น ผู้อำนวยการกองอธิบดี ปลัดกระทรวง ซี๘ ซี๙ ซี๑๐ ซี๑๑ แล้ว ใครจะมาแน่เท่าฉัน” เมื่อหลงถือว่าตนมียศตำแหน่งสูงกว่าผู้อื่น ความถือตัวก็เกิดขึ้น

๖. บริวาร เช่น คิดว่า “เฮอะ สมัครพรรคพวก ลูกน้องฉันมีเยอะแยะ ใครจะกล้ามาหือ ใครจะกล้ามากำเริบเสิบสาน” เมื่อหลงถือว่าตนมีบริวารมากกว่าผู้อื่น ความถือตัวก็เกิดขึ้น

คนทั่วไปมักหลงยึดเอาสิ่งต่าง ๆ ๖ ประการนี้ เป็นข้อถือดีของตัวเองได้เคยคิดไม่ว่า สิ่งต่าง ๆ ที่ว่านั้น มันจะเป็นของเราตลอดไปหรือไม่ จีรังยังยืนหรือเปล่า ที่ว่าหล่อ ๆ สวย ๆ พออายุสักหกสิบเจ็ดสิบจะมีใครอยากมอง เศรษฐี มหาเศรษฐี ทำการค้าผิดพลาดเข้า ล่มจมกลายเป็นยากจนภายในวันเดียวก็มีตัวอย่างมากมายแล้ว และถึงจะเป็นเศรษฐีไปจนตายก็เชื่อว่าจะชนเงินชนทองไปปรโลกด้วยได้เมื่อไหร่ ถ้าไม่รู้จักสร้างคุณความดี ถึงมีเงินทองมากเท่าไหร่ก็ไม่พ้นทุกข์ไปได้ ยิ่งรวยมากก็ยิ่งทุกข์มาก ทั้งหา ห่วง หวง ยศตำแหน่ง บริวารนั้นก็มิใช่จะคงอยู่กับเราอย่างนั้นตลอดไป ทุกอย่างไม่มีอะไรแน่นอน ไม่ใช่เป็นของเราจริง ๆ เป็นเพียงสิ่งสมมุติกันขึ้นเพื่อให้เห็นในสังคมทำงานตามหน้าที่ของตนเท่านั้น สิ่งที่จะคงอยู่กับตัวเราอย่างแน่นอน และช่วยให้เราพ้นทุกข์ได้จริง ๆ คือ ความดีในตัวของเราต่างหาก

และการที่เราถือตัวเย่อหยิ่ง ทะนงตนนั้น มันทำให้อะไรในตัวเรา ดีขึ้นบ้าง จะทำให้คนอื่นนับถือว่าตัวเรายิ่งใหญ่ ก็หาไม่ได้ รังแต่จะทำให้เขาเกลียดชังหมิ่นหน้า เหมือนคนอยากให้คนอื่นรู้ว่าตัวอ้วนท้วนสมบูรณ์จึงอมลมเข้าเต็มปากทำให้แก้มคู้ย ใครเห็นเข้าแทนที่จะชม เขาก็มีแต่จะหัวเราะเยาะและขินอมลมอยู่อย่างนั้น ข้าวก็กินไม่ได้ น้ำก็กินไม่ได้ตัวก็มีแต่จะผอมซูบซีดลงทุกที

แท้จริง ผู้ที่จะเป็นผู้ยิ่งใหญ่ ได้รับความยกย่องนับถือจากคนอื่นทั้งกายและใจนั้น จะต้องเป็นผู้มีความอ่อนน้อมถ่อมตนอย่างเต็มที่เท่านั้น ผู้ที่ฉลาด จึงไม่ควรหลงยึดเอาสิ่งเหล่านี้ มาทำให้ตนเกิดความถือตัว

## โทษของการอวดคือถือดี

๑. ทำให้เสียตน เพราะเป็นคนรับความดีจากคนอื่นไม่ได้ กลัวเสียเกียรติ ประเมินค่าตนสูงกว่าความเป็นจริง คิดแต่ว่าเราดีอยู่แล้ว ใคร ๆ ก็สู้เราไม่ได้ โบราณท่านจึงมีคำสอนเตือนใจไว้ว่า “ลูกท่านหลานเธอ ลูกเจ้าบ้านหลานเจ้าวัด มักจะเอาดีไม่ค่อยได้” เพราะมักจะติดนิสัยอวดดีถือตัว ยโสโอหัง จึงไม่มีใครอยากแนะนำสั่งสอนให้ ทำผิดก็ไม่มีใครอยากเตือน สุดท้ายก็คบอยู่แต่กับพวกประจบสอพลอ ทำผิดถล่ำลิกไปทุกที จนสุดทางแก่

๒. ทำให้เสียมิตร เพราะเป็นคนเจ้ายศ เจ้าอย่าง ที่ไม่ควรถือก็ถือ ไม่ควรโกรธก็โกรธ จึงไม่มีใครอยากคบด้วย คนพวกนี้ถึงแม้ในเบื้องต้นอยากจะทำความดี แต่ทำไปไม่ได้ไม่กี่น้ำก็จืด เพราะไม่มีคนสนับสนุน เป็นเหมือนเจดีย์ฐานแคบ ไม่สามารถสร้างให้สูงขึ้นไปได้

๓. ทำให้เสียหมู่คณะ เพราะเป็นคนอวดเบ่ง จะเอาแต่อภิสิทธิ์ ทำให้เสียระเบียบวินัย หมู่คณะแตกแยก

หมู่คณะใด ที่สมาชิกมีความอ่อนน้อมถ่อมตน แม้บางครั้งจะมีการทะเลาะเบาะแว้งกันบ้าง แต่ไม่นานก็สามารถสมานสามัคคีป้องกันอันตราย

ทั้งหลายได้โดยง่าย เหมือนดินเหนียวในท้องนายามหน้าแล้งก็แตกกระแหงเป็นร่องลึก ดูเหมือนไม่มีทางที่จะประสานรวมกันได้อีกแล้ว แต่พอฝนตกลงมาชุ่มเดียวก็สามารถประสานคืนเป็นผืนเดียวกันได้อย่างน่าอัศจรรย์

ส่วนหมู่คณะใด ที่สมาชิกมีความถือตัวจัด ก็ไม่มีทางที่หมู่คณะนั้น จะเกิดความสามานสามัคคีกันได้ เหมือนดินทรายที่แม้ฝนจะตกจนน้ำท่วมฟ้า ก็ไม่มีทางประสานรวมกันได้สนิท เช่นในประเทศอินเดียในอดีตซึ่งพลเมืองมีความถือตัวจัด แบ่งชั้นวรรณะกันอย่างหนัก แม้เพียงคนวรรณะสูงไปเห็นคนวรรณะต่ำ คนจัณฑาลเข้าก็ต้องรีบไปเอาน้ำล้างตาเพราะกลัวเสนียดจัญไรจะติด เพราะถือตัวกันอย่างนี้ พอถึงคราวมีข้าศึกรุกราน เลยไม่มีใครช่วยใครกำจัดศัตรู ปล่อยให้ศัตรูเข้ายึดครองประเทศโดยง่าย พวกคนวรรณะต่ำก็คิดว่าดีแล้ว คนวรรณะสูง ๆ จะได้รู้สึกเสียบ้าง คนวรรณะสูงด้วยกันเองก็ยังถือตัวทะเลาะรบกันเอง เพราะถือตัวกันอย่างนี้ แม้มีพลเมืองมากมายร้อยล้านคน ก็ยังตกเป็นเมืองขึ้นของอังกฤษ ซึ่งส่งทหารมาเพียงแค่หยิบมือเดียว

“นระใดกระด้างโดยชาติ

กระด้างโดยทรัพย์ และกระด้างโดยโคตร

ย่อมคูหมิ่นแม่ญาติของตน

กรรม ๔ อย่างของนระนั้นเป็นทางแห่งความเสื่อม”

(พุทธพจน์)

## วิธีแก้ความอวดดีถือดี

๑. ต้องคบกัลยาณมิตร คือ คบคนดี จะได้คอยแนะนำเตือนสติเรา ให้ประเมินค่าของตนเองถูกต้องตามความเป็นจริง คอยแนะนำปลูกสร้างนิสัยดี ๆ ให้กับเรา ไม่คบคนประจบสอพลอ ซึ่งจะพาเราไปในทางเสีย นอกจากนี้จะต้องแสดงความเคารพบูชาบุคคลที่ควรบูชาเสมอ ๆ เราจะได้ตระหนักเสมอว่า ผู้ที่มีคุณธรรมสูงกว่าเรายังมีอยู่

๒. **ต้องมีโยนิโสมนสิการ** คือ รู้จักคิดไตร่ตรองเอง เช่น พิจารณาว่า อัจฉริยะ ปัสสาวะของเราก็เหม็นเหมือนกับของคนอื่น ๆ เขา เราเองก็ไม่ได้ยู่ค้ำฟ้า ถึงจะเก่งอย่างไร ในที่สุดก็ต้องตายเหมือนกัน ตัวเราไม่ได้วิเศษกว่าคนอื่นเลย สิ่งใดที่เป็นข้อถือตัวของเรา เช่น ชาติตระกูล ฐานะ รูปร่างหน้าตา ตำแหน่งหน้าที่การงาน บริวาร ให้หมั่นนำสิ่งนั้นมาพิจารณาเนื่อง ๆ ว่า สิ่งเหล่านั้นไม่เที่ยงแท้ ไม่จีรังยั่งยืน ไม่ได้อยู่กับเราตลอดไป

## ลักษณะของผู้มีความถ่อมตน

ผู้มีความถ่อมตน จะเป็นผู้ที่รู้จักคุณค่าของตนเองตามความเป็นจริงเจียมเนื้อเจียมตัว ทำให้มีลักษณะอาการแสดงออกที่ดีเด่นกว่าคนทั้งหลาย ๓ ประการดังนี้

๑. **มีกิริยาอ่อนน้อม** คือ ไม่ลดตัวลงจนเกินควร และไม่ถือตัวจนเกินงาม มีกิริยาอันเป็นที่รัก อ่อนละมุนละไมต่อคนทั่วไปทั้งผู้ใหญ่ผู้น้อย และผู้เสมอกัน รู้ที่ต่ำที่สูง ไม่ตีตนเสมอท่าน มีคุณสมบัติผู้ดี สำหรับแสดงแก่คนทั้งหลายโดยเสมอหน้ากัน ไม่เลือกว่าเขาจะมีฐานะสูงกว่าหรือต่ำกว่าตนสงบเสงี่ยม แต่ก็มีคามมองอาจ ผึ่งผายในตัว

๒. **มีวาจาอ่อนหวาน** คือ มีคำพูดที่ไพเราะดูดีมี ออกมาจากใจที่ใสสะอาดนุ่มนวล ไม่แข็งกระด้าง ไม่พูดโอ้อวดยกตัว และไม่พูดกล่าวโทษลบหลู่ทับถมคนอื่น เมื่อตนทำพลาดหลังสิ่งใดต่อใคร ย่อมออกวาจาขอโทษเสมอ เมื่อผู้ใดแสดงคุณต่อตนอย่างไร ก็ออกวาจาขอบคุณเขาเสมอ ไม่พูดเยาะเย้ยถากถางผู้ทำผิดพลาด ไม่ใช่วาจาข่มขู่ผู้อื่น เห็นใครทำดีก็ชมเชยสรรเสริญจากใจจริง

๓. **มีใจอ่อนโยน** คือ มีใจนอบน้อม ละมุนละม่อม ถ่อมตัว มีใจอ่อนละไมแต่มีใจอ่อนแอ มีใจเข้มแข็งแต่มีใจแข็งกระด้าง ไม่นิยมอวดกำลังความสามารถ แต่พยายามฝึกตนเองให้มีความสามารถ ถือคติว่า “จงมีแรงเหมือน

ยักษ์ แต่อย่าใช้แรงอย่างยักษ์” ไม่ถือความคิดของตัวเป็นใหญ่ มีใจเปิดกว้าง ยอมรับความคิดเห็นคนอื่น รู้จักลดหย่อนผ่อนผันแก่กัน ถือคติว่า “ไม้ลำเดียว ยังต่างปล้อง ฟัน้องยังต่างใจ สิบคนสิบความรู้ สิบคนสิบความคิด แม้สิบคน ก็สิบความเห็น” เมื่อใครเขาไม่เห็นพ้องกับตน ก็ไม่ด่วนโกรธ แล้วค่อย ๆ ปรับความคิดเห็นเข้าหากันโดยยึดเอาคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นแกนกลาง

### ตัวอย่างผู้มีความอ่อนน้อมถ่อมตน

ครั้งหนึ่ง พระสารีบุตรถูกพระภิกษุรูปหนึ่งใส่ความว่า ทะนงตนว่า เป็นอัครสาวกมาเดินกระแทกตน พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงตรัสถามพระสารีบุตร ในที่ประชุมสงฆ์ว่าเป็นจริงหรือไม่

พระสารีบุตรทูลว่า “ข้าพระพุทธเจ้ามีสติสัมปชัญญะอยู่เสมอ ระมัดระวังตน ประคองสติอันเป็นไปในกาย เสมือนบุรุษประคองถาด ซึ่งบรรจุ น้ำมันอยู่เต็มเปี่ยม และมีคนถือดาบอยู่เบื้องหลังพร้อมขู่ว่าถ้าน้ำมันหกจะประหารเสีย ข้าพระองค์ประพฤตินั้นเสมือนผ้าเก่าสำหรับเช็ดภาชนะ เสมือนโคที่เขา หักเสียแล้ว เสมือนเด็กจันทาลที่พลัดเข้าไปในหมู่บ้าน ย่อมไม่มีอำนาจที่จะ แกล้วกล้าอาจหาญประการใด....”

เราดู ขนาดพระสารีบุตร ซึ่งก่อนบวชก็ร่ำเรียนจนเจนจบในวิชา ๑๘ ประการมาแล้ว เปรียบสมัยนี้ ก็เท่ากับได้ปริญญา ๑๘ สาขา บวชแล้ว ก็ได้เป็นพระอรหันต์ เป็นอัครสาวกเบื้องขวาของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ยัง มีความอ่อนน้อมถ่อมตนถึงเพียงนี้ มีความเจียมตัวอยู่ตลอดเวลา เปรียบตนเอง เหมือนผ้าขี้ริ้วเก่า ๆ ที่เขาใช้เช็ดถ้วยชามเหมือนโคที่เขาขาดแล้ว เหมือนเด็ก จันทาลซึ่งเป็นคนชั้นต่ำสุดในอินเดียสมัยนั้น ไม่มีความถือตัว ทะนงตน แม้ แต่่น้อย แล้วพวกเราซึ่งยังเป็นปุถุชนธรรมดา ๆ อยู่เนี่ยละ มีดีอะไรมากนักหา จึงจะมาถึงตัวกัน

เมื่อพระสารีบุตรกล่าวอยู่เช่นนั้น พระภิกษุรูปนั้นก็เกิดความเร่าร้อนในสรีระ เหมือนมีไฟมาเผาตัว อตรนทนอยู่ไม่ได้ ต้องลุกขึ้นขอโทษพระสารีบุตร และยอมรับสารภาพต่อหมู่สงฆ์ว่ากล่าวดูใส่ความพระสารีบุตร

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสรรเสริญว่า “พระสารีบุตรมันคงเหมือนแผ่นดิน เหมือนเสาหิน เป็นผู้ไม่แสดงอาการยินดียินร้าย เป็นผู้คงที่และมิวัตรดี เป็นผู้ใสสะอาดเหมือนน้ำที่ไม่มีฝุ่นหรือโคลนตม สังสารวัฏย่อมไม่มีแก่บุคคลเช่นนี้

## อานิสงส์การมีความถ่อมตน

๑. ทำให้อยู่เป็นสุข ไม่มีศัตรู
๒. ทำให้น่ารัก น่านับถือ น่าเคารพกราบไหว้
๓. ทำให้เกิดความสามัคคีในหมู่คณะ
๔. ทำให้ได้กัลยาณมิตร
๕. ทำให้สามารถถ่ายทอดคุณความดีจากผู้อื่นได้
๖. ทำให้ได้ที่พักทั้งภพนี้ ภพหน้า
๗. ทำให้ไม่ประมาท ตั้งอยู่ในธรรม
๘. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย



# มงคลที่ ๒๔ มีความสันโดษ



ความสันโดษเป็นยอดทรัพย์

# มงคลที่ ๒๔

## มีความสันโดษ

น้ำแม่เพียงน้อย ก็สามารถทำให้แก้วน้ำเต็มบริบูรณ์ได้ ตรงข้ามแม่มีน้ำมากมหาศาลก็ไม่สามารถทำให้มหาสมุทรเต็มบริบูรณ์ ในทำนองเดียวกันทรัพย์สิ้นเงินทองแม่เพียงน้อย ก็สามารถยังใจของผู้มีความสันโดษ ให้เต็มเปี่ยมไปด้วยความสุขความพอใจ ตรงข้ามแม่มีทรัพย์สิ้นเงินทองมากมายมหาศาลเพียงใดใจของผู้ไม่มีสันโดษก็ยังเร่าร้อน กระวนกระวาย กระหายอยากได้อยู่นั่นเอง

### สันโดษคืออะไร

สันโดษ มาจากภาษาบาลีว่า สันโตสะ สัน แปลว่า ตน โตสะแปลว่า ยินดี สันโดษจึงแปลว่ายินดี ชอบใจ พอใจ อิ่มใจ จุใจ สุขใจ กับของของตน ความหมายโดยย่อคือให้รู้จักพอ รู้จักประมาณ

เรื่องสันโดษนี้ เป็นเรื่องหนึ่งที่มีผู้เข้าใจผิดกันมาก เข้าใจกันว่า สันโดษทำให้ยากจนบ้างละ เข้าใจว่าสันโดษทำให้เกียจคร้านบ้างละ เข้าใจว่าสันโดษขัดขวางความเจริญบ้างละ ขอให้เรามาศึกษากันต่อไปว่า ความเข้าใจของคนทั้งหลายนั้นเป็นจริงหรือไม่ ลักษณะสันโดษที่แท้จริงเป็นอย่างไร มีคุณหรือโทษ

## ลักษณะของความสันโดษ

ความยินดี ความสุขใจ ความพอใจ ดังได้กล่าวมาแล้วนั้น ที่จัดว่าเป็นสันโดษ ต้องมีลักษณะ ๓ อย่างดังต่อไปนี้ คือ

- |                 |             |
|-----------------|-------------|
| ๑. สแกนสันโดษ   | ยินดีตามมี  |
| ๒. สันเตนสันโดษ | ยินดีตามได้ |
| ๓. สเมนสันโดษ   | ยินดีตามควร |

ยินดีตามมี หมายถึง ยินดีกับของที่ตนมีอยู่แล้ว พอใจกับของของตนไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ของเรา ลูกเมียของเรา งานของเรา ประเทศชาติของเรา ถึงจะมีข้อบกพร่องอย่างไร ก็ค่อย ๆ แก้ไขกันไปให้ดีขึ้น แต่ไม่คิดไขว่คว้าแย่งชิงเอาของคนอื่นเข้ามา

ช่างซ่อมรองเท้าริมถนนมีความพอใจในงานของตน ตั้งใจทำงานด้วยความขยันขันแข็ง รอบคอบ ละเอียดลออ เป็นที่ติดใจของลูกค้า สามารถเก็บหอมรอมริบทีละเล็กทีละน้อย จนตั้งตัวได้กิจการขยายใหญ่โตก็มีตัวอย่างให้เห็น

บุคคลเมื่อพอใจในสิ่งใด เขาย่อมก้าวหน้าอย่างไม่หยุดยั้งในสิ่งนั้น ความพอใจจะเป็นพลังหนุนให้เกิดความพยายาม ส่วนความไม่พอใจจะทำให้คนเหนื่อยหน่าย ระอิดระอา

สันโดษ ข้อนี้จะเป็นเครื่องกำจัดความเกียจคร้านเบื่อหน่าย และโลกอยากได้ของผู้อื่นมาเป็นของตน

**ยินดีตามได้** หมายถึง ยินดีกับของส่วนที่ตนได้มา คือ เมื่อแสวงหาประโยชน์อันใดแล้ว มันได้เท่าไรก็พอใจเท่านั้น มันอาจจะได้ไม่ถึงเป้า ประณีตสวยงามไม่ถึงเป้า ก็พอใจ ยินดีเพียงแค่นั้น ไม่ถึงกับกระวนกระวาย เป็นทุกข์ เพราะได้ไม่สมอยาก ไม่เป็นคนชนิด ไม่ได้ด้วยเล่ห์ก็เอาด้วยกล ไม่ได้ด้วยมนต์ก็เอาด้วยคาถา

คนที่ขาดสันโดษข้อนี้ มักเป็นคนดูถูกโชควาสนาของตนเอง พยายามใส่ไฟตนเองให้มันเดือดร้อนจนได้ แทนที่จะชอบส่วนที่ได้กลับนึกเกลียดขังรำคาญใจ แล้วเอาความชอบใจไปฝากไว้กับส่วนที่ตัวไม่ได้

คนทอดแหหาปลาที่ขาดสันโดษข้อนี้ มักจะคิดเสมอว่า ปลาตัวที่หลุดมือลงน้ำตัวใดกว่าตัวที่จับได้ เกลียดปลาตัวที่จับได้ แต่พอใจตัวที่หลุดมือ ผลที่สุดก็ต้องกินปลาตัวที่เกลียด แล้วเฝ้าทุกข์ใจ เสียตายปลาตัวที่หลุดมือ คนประเภทนี้ ไม่มีหวังได้กินปลาอร่อย ๆ จนตาย เพราะคิดว่า ตัวที่อร่อยที่สุดคือตัวที่จับไม่ได้

**ยินดีตามควร** หมายถึง ยินดีกับของที่สมควรกับตนเท่านั้น สิ่งใดที่มีอยู่ หรือที่จะได้ต่อไป หากเห็นว่าไม่ควรกับเรา ก็ไม่ยินดี ไม่ยอมรับเอาไว้

การพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ว่าควรกับเราหรือไม่นั้น ให้พิจารณาหลัก ๓ ประการดังนี้

๑. ยถาลาภะ                      ควรแก่ฐานะ
๒. ยถาพละ                      ควรแก่สมรรถภาพ
๓. ยถาสรूपะ                      ควรแก่ศีลธรรม

**ควรแก่ฐานะ** คือให้พิจารณาว่าเรามีฐานะเป็นอะไร นักบวช ชาวบ้าน ผู้ใหญ่ ผู้น้อย ครู นักเรียน นายพัน นายร้อย นายสิบ อธิบดี เสมียน ฯลฯ และก็แสวงหาหรือยอมรับแต่ของที่ควรกับฐานะของตนไม่เป็นคนใฝ่สูงเกินศักดิ์ เช่นเป็นเสมียนก็ยินดีกับเก้าอี้ไม้ธรรมดา ไม่ใช่ไขว่คว้าอยากได้เก้าอี้บุหนวม

ของอริบดี เป็นพระมีคนจะถวายผู้หญิงไว้คอยรับใช้บูที่หลับที่นอน ก็ต้องรู้ว่าไม่เหมาะกับฐานะของตนจึงไม่รับ

**ควรแก่สมรรถภาพ** คือ คนเรามีกำลังความสามารถไม่เท่ากัน ทั้งกำลังกาย กำลังความคิด กำลังใจ กำลังความดี ก็ให้รู้กำลังความสามารถของตนเอง และแสวงหาหรือยอมรับเฉพาะของที่ควรแก่สมรรถภาพของตนเองเท่านั้น ไม่เป็นคนตีราคาตัวเองผิด คิดเองง่าย ๆ ตื่น ๆ ว่าเขาเป็นอะไร ตัวก็จะเป็นได้อย่างเขาทุกอย่าง เข้าทำนอง “เห็นเขานั่งคานหาม เอามือประสานกัน” ความสามารถเป็นได้แค่รัฐมนตรี ก็ไม่ตื่นรนไปเป็นนายก หรือความสามารถแค่เป็นคนใช้ก็อย่าริเป็นคุณนาย

**ควรแก่ศีลธรรม** คือ ของใดก็ตามที่ควรกับฐานะของเรา ควรแก่ความสามารถของเรา แต่ถ้าไปยินดีกับของนั้นแล้ว จะทำให้เราผิดศีลธรรม เสียชื่อเสียง เสียเกียรติยศ เสียศักดิ์ศรี ก็ไม่ควรยินดีกับของสิ่งนั้น เช่น ของที่ลักปล้นฉ้อโกงเขามา ของที่เป็นสินจ้างในทางที่ผิด ไม่เป็นคนลูแก่อ่านาง ความมักได้

## ข้อเตือนใจ

คนจำนวนมากเข้าใจสันโดษผิด คิดว่าสันโดษคือการไม่ทำอะไร หรือการพอใจอยู่คนเดียว

การไม่ทำอะไรนั้น ภาษาบาลีเรียกว่า โภสัชชะ คือ เกียจคร้าน ไม่เรียกว่าสันโดษ

การพอใจอยู่คนเดียวนั้น ภาษาบาลีเรียกว่า ปวีวิตตะ ไม่เรียกว่าสันโดษ

คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในเรื่องสันโดษนั้น ไม่ได้สอนให้คนเกียจคร้าน ท้อถอย ไม่ทำงาน หรือทำงานเรื่อย ๆ เฉื่อยเฉื่อย เป็นภัย

ต่อความเจริญ ความก้าวหน้า อย่างที่เข้าใจกัน ตรงกันข้ามมงคลข้อนี้ชี้ให้เห็นอย่างเด่นชัดว่าถ้าแต่ละคนรู้จักสถานภาพของตนเอง สำนึกในฐานะ ความสามารถ และความมีคุณธรรมของตนอยู่เสมอแล้ว ความมีสันโดษจะเกิดขึ้นเองโดยอัตโนมัติ จะทำให้ทุกคนพอใจกับของของตน พอใจกับของที่ตนได้มา และพอใจกับของที่สมควรแก่ตน จะไม่มีการเบียดเบียน แก่งแย่งชิงดี อิจฉาริษยา ให้อายป้ายสี ฉ้อโกงกัน ฯลฯ

การแก่งแย่งชิงดีกันในหมู่ผู้ใหญ่จนถึงทำลายกัน ใส่ร้ายป้ายสีกัน การทุจริตและมิชฌาชีพต่าง ๆ ที่ระบาดในสังคมทุกวันนี้ก็เพราะใจของคนเหล่านั้นไม่มีสันโดษมุ่งจะเอาแต่ได้ ไม่คำนึงถึงผิดชอบชั่วดี ความเห็นแก่ตัวของผู้มีอำนาจการกอบโกยฉวยโอกาสของพ่อค้านักธุรกิจ โดยไม่คำนึงถึงความเดือดร้อนของคนส่วนมาก ความร่ำร้อนใจเพราะโลกจืด ได้เท่าไรก็ไม่รู้จักพอ จนกลายเป็นมัวเมาในวัตถุ ทะเยอทะยานจนเกินกำลังความสามารถของตน ได้มาโดยสุจริตไม่ทันใจ ก็ลงมือประกอบการทุจริตต่าง ๆ เพื่อสนองความอยากอันเผารนจิตใจอยู่ ดำเนินชีวิตไปอย่างไรเหตุผล ก็เพราะขาดสันโดษนั่นเอง

การพัฒนาสังคมจำเป็นต้องมีทั้งสันโดษและความเพียร เพราะความเพียรพยายามที่ไม่มีสันโดษควบคุมย่อมเกินพอดี และนำไปสู่ทางผิดได้ง่าย ล้อแหลมต่ออันตรายเหมือนรถไม่มีเบรคหรือเบรคแตกย่อมวิ่งเลยขีดที่ต้องการไป ตกหลุมตกบ่อลงเหวข้างทางได้ง่าย บังคับให้หยุดไม่ได้ตามความปรารถนา

ฉะนั้นจึงกล่าวได้ว่า สันโดษเป็นคุณธรรมอันประเสริฐ เป็นไปเพื่อความเจริญสุข ทั้งแก่ตนเอง ครอบครัว และสังคมประเทศชาติ หัวใจของผู้มีความสันโดษเท่านั้น จึงจะเหมาะแก่การปลุกฝังคุณธรรมอื่น ๆ และคนมีสันโดษเท่านั้นจึงจะทำความดีได้ยั่งยืนไม่จิตจาง และทำดีด้วยความสุจริตใจ ที่สังคมพัฒนาไปได้ช้า เพราะคนขาดสันโดษต่างหากหาใช่เพราะคนมีสันโดษไม่

## สิ่งที่คนทั่วไปไม่รู้จักพอ

คนทั่วไปไม่รู้จักพอ ไม่รู้จักประมาณในสิ่งต่อไปนี้

๑. อำนาจวาสนา เช่น เป็นผู้อำนวยการกองก็ไม่พอ อยากรับอธิบดี หรือเป็นผู้แทนราษฎรก็ไม่พอ อยากรับเป็นรัฐมนตรี ทั้ง ๆ ที่ความสามารถไม่ถึง

๒. ทรัพย์สินสมบัติ เช่น มีบ้านหลังเล็กก็ไม่พอ อยากรับได้บ้านหลังใหญ่ มีเงินล้านก็ไม่พอ อยากรับได้เงินสิบล้าน

๓. อาหาร เช่น มีอาหารธรรมดารับประทาน ก็ไม่พอ อยากรับไป รับประทานอาหารแพง ๆ ตามภัตตาคารหรู ๆ

๔. ความสุข เช่น มีสามีหรือภรรยาแล้วก็ไม่พอ อยากรับมีใหม่อีก

วิธีสร้างความสุข สร้างความเจริญก้าวหน้า ต้องเริ่มด้วยการรู้จักพอใจกับสิ่งที่ตัวมีอยู่ และทำหน้าที่ของตนให้ดีที่สุด ไม่ใช่คิดว่าทะเลเหาะยาน จนเกินเหตุ เช่น เป็นหัวหน้าแผนก อยากรับมีความสุข ความก้าวหน้าก็ให้พอใจในตำแหน่งของตนแล้วตั้งใจทำหน้าที่ให้ดีที่สุด ความสุขก็เกิด ความเจริญก้าวหน้าก็จะมีมาเอง เป็นสามีหรือภรรยาอยากมีความสุขก็ให้พอใจในคู่ครองของตน แล้วทำหน้าที่ของตนให้ดีที่สุด ความสงบสุขในครอบครัวก็จะมีมาเอง ไม่ใช่เที่ยววิ่งวุ่นมีบ้านเล็กบ้านน้อย ยังมีที่ยังทุกข์ หาความสุขไม่ได้สักที

โบราณท่านผูกเรื่องสอนใจไว้ว่า มีสุนัขชอดไซตัวหนึ่ง เดินพลัดหลงทางเข้ามาในบ้าน เจ้าของบ้านสงสารหาน้ำข้าวให้กิน พอกินน้ำข้าวได้ ๗ วัน วันที่ ๘ จะกินข้าว พอเจ้าของบ้านหาข้าวให้กิน กินข้าวได้ ๗ วัน วันที่ ๘ จะกินกับ พอเจ้าของบ้านหากับให้กิน กินกับได้ ๗ วัน วันที่ ๘ จะขึ้นโต๊ะกินร่วมกับเจ้าของบ้าน จึงถูกไล่แผ่นออกจากบ้านเพราะมันเป็นโรคไม่รู้จักพอ โรคชนิดนี้เกิดขึ้นได้ทั้งในคนและสัตว์ ทั้งในหญิงและชาย ทั้งในคนจนและคนรวย ทั้งในคนมีความรู้และคนไม่มีความรู้

## “เรื่อนำรู้เกี่ยวกับสันโดษ”

### สันโดษเป็นต้นทางแห่งความสุขที่แท้จริงได้อย่างไร

ความสุขในโลกนี้อาจแบ่งได้เป็น ๒ ประเภท คือ

๑. **สามิสสุข** เป็นความสุขที่ต้องอาศัยวัตถุภายนอก มาตอบสนองความต้องการทางหู ตา จมูก ลิ้น กายและความคิดอยากต่าง ๆ เป็นความสุขชั้นหยาบ เพราะมีทุกข์เจือปนมากตลอดเวลา มีอาการคือ

๑.๑ ต้องแส่หาดี้นรจนกระวนกระวาย เป็นอาการนำหน้า เนื่องจากของทั้งหลายหาได้ยาก มีจำกัด

๑.๒ เมื่อได้มากก็ต้องระวัง รักษา ยึดติด คับแคบ อึดอัด หวงแหน ผูกพันกลัวสูญ

๑.๓ ถ้าไม่ได้มา ถูกขัดขวาง ก็ขัดใจ คิดทำลาย คิดอาฆาต พยาบาท จ้องเวร

๒. **นิรามิสสุข** เป็นความสุขภายใน ที่ไม่ต้องอาศัยวัตถุภายนอกมาสนองความอยาก เป็นความสุขขณะที่ใจมีลักษณะ

สะอาด ไม่มีกิเลสปน

สงบ ไม่ดิ้นรจนกระวนกระวาย

เสรี เป็นอิสระ โปร่งเบา ไม่คับแคบ

สว่างไสว ประกอบด้วยปัญญา เห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง

สมบูรณ์ ไม่มีความรู้สึกขาดแคลน ไม่รู้สึกบกพร่อง ไม่ว่าหามีแต่ความ แซ่ซื่นเบิกบานอิมเอบอยู่ภายใน

นิรามิสสุข จึงเป็นความสุขที่แท้จริง เป็นภาวะสุขที่ไม่ก่อให้เกิดปัญหาใด ๆ ตามมา ซ้ำยังช่วยขจัดปัญหาต่าง ๆ ด้วย ผู้ที่จะมีนิรามิสสุขได้จะต้อง

มีสภาพใจที่สงบไม่ดิ้นรน คือ มีความสันโดษเสียก่อน ยิ่งสันโดษต่อสามีสสุข  
มากเท่าไร ก็ยิ่งได้นิรามีสสุขมากขึ้นเท่านั้น

### “สันโดษทำให้เกิดสุข”

(พุทธพจน์)

## การหาเลี้ยงชีพอย่างมีสันโดษ

ในการดำรงชีพ พระพุทธศาสนามุ่งให้ทุกคนหาปัจจัย ๔ หล่อเลี้ยง  
ร่างกาย พอเพียงเพื่อให้สังขารนี้สามารถดำรงอยู่ได้ตามอัตภาพ จากนั้นก็  
ใช้ร่างกายนี้สร้างความดีต่าง ๆ ให้เต็มที่ทุกรูปแบบทุกโอกาส มิได้มุ่งหมายให้  
คนเราดิ้นรนไขว่คว้าทะเลาะทะเลาะจนเกินเหตุ เพื่อให้มีวัตถุต่าง ๆ พรั่งพร้อม  
บริบูรณ์ไว้บำรุงบำเรอตน

เพราะฉะนั้น ความสำเร็จในด้านอาชีพเศรษฐกิจของประเทศมิใช่  
วัดด้วยการมีทรัพย์สินเต็มพระคลังหรือเต็มล้นอยู่ ณ ที่ใดที่หนึ่ง แต่อยู่ที่ไม่  
มีคนอดอยากยากไร้

“การไม่มีคนยากจน เป็นเครื่องวัดความสำเร็จของรัฐได้ดีกว่าการมี  
คนร่ำรวย”

## หลักปฏิบัติเกี่ยวกับทรัพย์สิน

๑. การแสวงหา ต้องหามาโดยชอบธรรม ไม่ข่มเหงรังแกใคร ไม่  
ทำผิดกฎหมาย ผิดประเพณี ผิดศีล ผิดธรรม

๒. การใช้ ไม่เป็นคนตระหนี่ และไม่ฟุ่มเฟือย ให้รู้จักใช้ทรัพย์สินเลี้ยง  
ตนและคนเกี่ยวข้องให้เป็นสุข รู้จักทำทาน เผื่อแผ่ แบ่งปัน ใช้ทรัพย์สินทำสิ่ง  
ดีงาม เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม

๓. ทศนคติเกี่ยวกับทรัพย์สิน ไม่ถือว่าทรัพย์สินเงินทองเป็นพระเจ้า

แต่เป็นเพียงอุปกรณอย่างหนึ่งในการดำเนินชีวิต

## ประเภทของคนจน

คนจนในโลกนี้มีอยู่ ๒ ประเภท ได้แก่

๑. **จนเพราะไม่มี** คือ คนที่ขัดสนทรัพย์ มีทรัพย์น้อย จัดว่าเป็นคน “จนชั่วคราว” ถ้าหากทำมาหากินถูกช่องทาง ย่อมมีโอกาสรวยได้

๒. **จนเพราะไม่พอ** คือ คนที่มีทรัพย์มากแต่ไม่รู้จักพอ จัดว่าเป็นคน “จนถาวร” เป็นเศรษฐีอนาถา ต้องจนจนตาย

สันโดษ คือ การรู้จักพอ จึงเป็นคุณธรรมที่มหัศจรรย์ สามารถทำให้คนเล็กเบียดเบียนกัน เลิกฟุ้งเพื่อเห่อเหิม เลิกสะเพร่า เลิกสงคราม ทำให้คนอึดใจได้ แม้มีทรัพย์ มียศ มีตำแหน่งน้อย และทำให้คนรวยเป็นเศรษฐีได้ โดยสมบูรณ์ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงตรัสว่า

“ความสันโดษเป็นยอดทรัพย์”

## วิธีฝึกให้มีสันโดษ

๑. ให้หมั่นพิจารณาถึงความแก่ ความเจ็บ ความตายอยู่ตลอดเวลา ว่าจะหลีกเลี่ยงจากสิ่งเหล่านี้ไปไม่ได้ ถึงดิ้นรนหาเงินทองมากเท่าไรก็นำติดตัวไปไม่ได้ เมื่อพิจารณาบ่อยเข้า ความโลภก็จะลดลง แล้วความสันโดษก็จะเกิดขึ้น

๒. ให้รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร กินเพื่ออยู่ไม่ใช่อยู่เพื่อกิน เป็นการฝึกสันโดษขั้นพื้นฐานที่เราต้องปฏิบัติอยู่ทุกวัน

๓. ให้หมั่นให้ทานอยู่เสมอ ๆ เป็นการฆ่าความตระหนี่ ความโลภในตัวไปทีละน้อย ๆ เมื่อทำบ่อย ๆ เข้า แล้วความสันโดษก็จะเกิดขึ้น

๔. ให้หมั่นรักษาศีล โดยเฉพาะศีล ๘ ผู้ที่รักษาศีล ๘ จะช่วยให้เกิดความสันโดษในหลายเรื่อง เช่น ศีลข้อ ๓ ทำให้สันโดษในกามคุณ ศีลข้อ ๖ ทำให้สันโดษในเรื่องอาหาร ศีลข้อ ๗ ทำให้สันโดษในเรื่องเครื่องนุ่งห่ม การแต่งเนื้อแต่งตัว และศีลข้อ ๘ ทำให้สันโดษในเรื่องที่อยู่อาศัยที่หลับนอน

๕. ให้หมั่นทำสมาธิเป็นประจำ เมื่อทำสมาธิอย่างสม่ำเสมอจิตใจก็จะสงบนุ่มนวลขึ้น ความอยากเด่น อยากรดั่ง หรืออยากได้ในทางที่ไม่ชอบก็จะค่อย ๆ หายไป

## วิธีฝึกสันโดษในสังคมไทย

สังคมไทยตั้งแต่โบราณ มีวิธีฝึกสันโดษได้ผลดีเยี่ยมอย่างหนึ่งคือการบวช แม้จะเป็นการบวชช่วงสั้นเพียงพรรษาเดียวก็ตาม

ผู้บวชจะมีโอกาสสัมผัสกับความสุขชนิดไม่อิงวัตถุ แต่เป็นความสุขใจที่เกิดจากความพอ เกิดจากความสงบภายใน ซึ่งในชีวิตประจำวันหาโอกาสทำได้ยาก

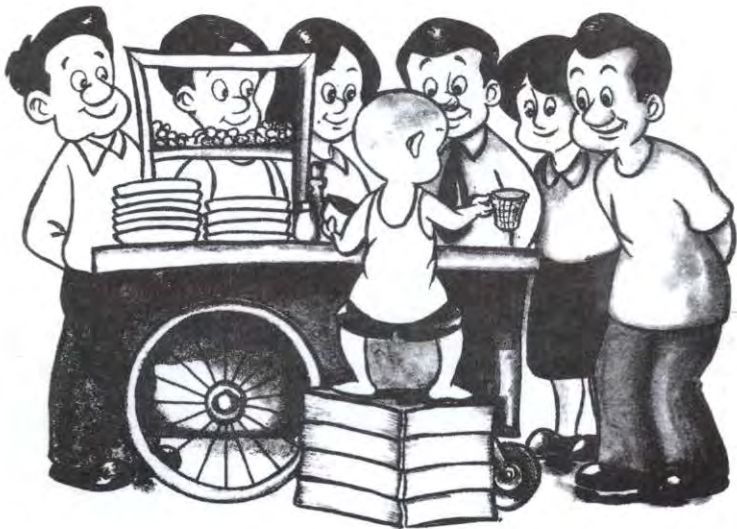
ผู้บวชเป็นพระภิกษุ จะได้สัมผัสกับความสุขในขณะที่มีเครื่องนุ่งห่มครองกายเพียงผ้า ๓ ผืน มีบาตร ๑ ใบ บิณฑบาตเลี้ยงชีพ จะได้สัมผัสความสุขจากการไม่มีห่วง ไม่มีภาระสะสม ไม่ถูกผูกมัดจากวัตถุมีอิสระโปร่งเบา เหมือนนกน้อยในอากาศ เปรียบเทียบกับความสุขหยาบ ๆ หลอก ๆ ในขณะที่เป็นฆราวาสซึ่งเป็นสุขปนทุกข์ ต้องแสวงหาเป็นห่วงและห่วงหาญอยู่ตลอดเวลา ทำให้เข้าใจถึงประโยชน์อันยิ่งใหญ่ของการมีสันโดษ

## อานิสงส์การมีสันโดษ

๑. ตัดกังวลต่าง ๆ
๒. ออกห่างอกุศล
๓. ทำตนให้สบาย
๔. คลายผิดติดถูก
๕. ปลุกศีลธรรม
๖. นำตนให้พ้นทุกข์
๗. ไม่ฝ่าฝืนทำชั่ว
๘. ปลุกแต่ความเจริญ
๙. สร้างแต่เหตุดี
๑๐. นำศาสนาให้รุ่งเรือง



มงคลที่ ๒๕ มีความกตัญญู



# มงคลที่ ๒๕

## มีความกตัญญู

คนตาบอดย่อมมองไม่เห็นโลก แม้ดวงอาทิตย์จะส่องสว่างอยู่จันใด  
คนใจบอด ย่อมไม่มีความกตัญญู แม้จะได้รับความสะดวกจากกรุณาจากผู้มีอุปการ  
คุณจันนั้น

### ความกตัญญูคืออะไร

**ความกตัญญู** คือ ความรู้คุณ หมายถึงความเป็นผู้มีใจระจ่าง มีสติ  
ปัญญาบริบูรณ์ รู้อุปการคุณที่ผู้อื่นกระทำแล้วแก้ตน ผู้ใดก็ตามที่ทำคุณแก่ตน  
แล้ว ไม่ว่าจะมากก็ตาม น้อยก็ตาม เช่น เลี้ยงดูสั่งสอน ให้ที่พัก ให้งานทำ ฯลฯ  
ย่อมระลึกถึงด้วยความซาบซึ้งอยู่เสมอ ไม่ลืมอุปการคุณนั้นเลย

อีกนัยหนึ่ง ความกตัญญู หมายถึง ความรู้บุญ หรือรู้อุปการะของ  
บุญที่ตนทำไว้แล้ว รู้ว่าที่ตนเองพ้นจากภัยอันตรายทั้งหลายได้ดีมีสุขอยู่ในปัจจุบัน  
ก็เพราะบุญทั้งหลายที่เคยทำไว้ในอดีตส่งผลให้ จึงไม่ลืมอุปการะของบุญนั้น  
เลย และสร้างสมบุญใหม่ให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป

รวมความ กตัญญู จึงหมายถึง การรู้จักบุญคุณ อะไรก็ตามที่เป็น บุญ หรือมีคุณต่อตน แล้วก็ตามระลึกนึกถึงด้วยความซาบซึ้งไม่ลืมเลย คน มีกตัญญูถึงแม่จะนับันตาบอดมีตทั้งสองข้าง แต่ใจของเขาใสกระจ่างยิ่งกว่า ดวงจันทร์ ดวงอาทิตย์ รวมกันเสียอีก

## สิ่งที่ควรกตัญญู

สิ่งที่ควรแก้ความกตัญญูแบ่งได้เป็น ๕ ประการ ได้แก่

๑. กตัญญูต่อบุคคล คือ ใครก็ตามที่เคยมีพระคุณต่อเรา ไม่ว่าจะ มากน้อยเพียงไร จะต้องกตัญญูรู้คุณท่าน ติดตามระลึกถึงเสมอด้วยความซาบซึ้ง พยายามหาโอกาสตอบแทนคุณท่านให้ได้ โดยเฉพาะพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระสงฆ์ บิดามารดา ครู อุปัชฌาย์อาจารย์ พระมหากษัตริย์หรือผู้ปกครอง ที่ทรงทศพิธราชธรรม จะต้องตามระลึกนึกถึงพระคุณของท่านให้จงหนัก

ให้ปฏิบัติตัวให้เป็นลูกที่ดีของพ่อแม่ เป็นศิษย์ที่ดีของครูอาจารย์ เป็น พลเมืองที่ดีของประเทศชาติ และเป็นพุทธมามกะสมชื่อ

๒. กตัญญูต่อสัตว์ คือ สัตว์ที่มีคุณต่อเรา เช่น ช้าง ม้า วัว ควาย ที่ใช้งาน จะต้องใช้ด้วยความกรุณาปรานี ไม่เขี้ยวตม้นจนเหลือเกิน อย่าใช้ งานหนักจนเป็นการทรมาน และเลี้ยงดูให้อาหารอย่าให้อดอยากให้ได้กินได้ นอนได้พักผ่อนตามเวลา ตัวอย่างในเรื่องกตัญญูต่อสัตว์นี้มีอยู่ว่า

ในสมัยก่อนพุทธกาล วันหนึ่ง พระเจ้ากรุงราชคฤห์ เสด็จประพาส อุทยาน และได้บรรทมหลับในอุทยานนั้น ขณะนั้นมีงูเห่าตัวหนึ่งเลื้อยเข้ามา และกำลังจะฉกกัดพระองค์ เภอญมีกระแตตัวหนึ่งเห็นเข้าแล้วร้องขึ้น พระองค์ จึงสะดุ้งตื่นและไล่หนีไปทัน ทรงระลึกถึงคุณของกระแตว่าเป็นผู้ช่วยชีวิต พระองค์ไว้ จึงรับสั่งให้พระราชทานเหยื่อแก่กระแตในอุทยานนั้นทุกวัน และ ห้ามไม่ให้ใครทำอันตรายแก่กระแตในอุทยานนั้น คนทั้งหลายจึงเรียกอุทยาน

นั่นว่า “เวฬุวันกถกนิวาปสถาน” แปลว่า “ป่าไผ่อันเป็นที่พระราชทานเหยื่อแก่กระแต” ซึ่งต่อมาก็คือ “เวฬุวันมหาวิหาร” วัดแห่งแรกในพระพุทธศาสนา

๓. **กตัญญูต่อสิ่งของ** คือ ของสิ่งใดก็ตามที่มีคุณต่อเรา เช่นหนังสือธรรมะ หนังสือเรียน สถานศึกษา วัด ต้นไม้ ป่าไม้ วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการหาเลี้ยงชีพ ฯลฯ จะต้องปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านี้ให้ดี ไม่ลบหลู่ดูแคลน ไม่ทำลาย

ตัวอย่าง เช่น ไม้คานที่ใช้หาบของขาย เมื่อเจ้าของตั้งตัวได้ ร่ำรวยขึ้นก็ไม่ทิ้ง ยังคิดถึงคุณของไม้คานอยู่ ถือเป็นของคู่ชีวิต ช่วยเหลือตนสร้างฐานะมา จึงเลี่ยมทองเก็บไว้เป็นที่ระลึก อย่างนี้ก็มิ

มีกล่าวไว้ในเตมียชาดกว่า

“อย่าว่าถึงคนที่เราได้พึ่งพาอาศัยกันเลย แม้แต่ต้นไม้ที่ได้อาศัยร่มเงา ก็หาควรจะหักกิ่งลิดก้านรานใบของมันไม่ ผู้ใดพำนักอาศัยนั่งนอนใต้ร่มเงาของตนไม่ได้แล้ว ยังขึ้นหักกิ่งลิดก้านรานใบ เด็ดยอดขูดรากถากเปลือกผู้นั้นชื่อว่าทำร้ายมิตร เป็นคนชั่วช้าเลวทราม จะมีแต่อัปมงคลเป็นเบื้องหน้า”

๔. **กตัญญูต่อบุญ** คือ รู้ว่าคนเราเกิดมาเมื่ออายุยืนยาว ร่างกายแข็งแรง ผิพรรณดี สติปัญญาเฉลียวฉลาด มีความสุขความเจริญ มีความก้าวหน้า มีทรัพย์สมบัติมาก ก็เนื่องมาจากผลของบุญ จะไปสวรรค์กระทั่งไปพระนิพพาน ได้ก็ด้วยบุญ กล่าวได้ว่า ทุกอย่างสำเร็จได้ด้วยบุญ ทั้งบุญเก่าที่ได้สะสมมาดีแล้ว และบุญใหม่ที่เพียรสร้างขึ้นประกอบกัน จึงมีความรู้คุณของบุญ มีความอ่อนน้อมในตัวเอง ไม่ดูถูกบุญ ตามระลึกถึงบุญเก่าให้จิตใจชุ่มชื้น และไม่ประมาทในการสร้างบุญใหม่ให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป

๕. **กตัญญูต่อตนเอง** คือ รู้ว่าร่างกายของเรานี้เป็นอุปกรณ์สำคัญที่เราจะได้อาศัยใช้ในการทำความดี ใช้ในการสร้างบุญกุศลนานาประการ

เพื่อความ สุข ความเจริญก้าวหน้า แก่ตนเองต่อไป จึงทะนุถนอมดูแลร่างกาย รักษาสุขภาพให้ดี ไม่ทำลายด้วยการกินเหล้าเสพสิ่งเสพยติดี เกี่ยวกับดี ๆ ดื่น ๆ และไม่นำร่างกายนี้ไปประกอบความชั่ว เช่น ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ เจ้าชู้ อันเป็นการทำลายตนเอง

## ความกตัญญูจำเป็นอย่างไรในการสร้างความคิด

การที่คนเราจะมีความคิดใฝ่ดี ตั้งใจทำความดีสร้างสมคุณธรรมให้เกิดขึ้นในตัว เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ยาก แต่ที่ยากยิ่งกว่านั้นก็คือ ทำอย่างไรจึงจะรักษาความตั้งใจที่ตั้นไว้ โดยไม่ห้อยลอยไม่เลิกกลางคัน เพราะในการทำความดีย่อมมีอุปสรรค มีปัญหาขัดขวางมากมาย ไหนจะปัญหาภายนอกจากคนรอบข้าง จากสิ่งแวดล้อม ไหนจะปัญหาภายในจากกิเลส รุ่มล่อมประดังกันเข้ามา เราจะเอาตัวรอด ยืนหยัด สู้ปัญหาทั้งหลายที่เข้ามาจัญได้ โดยไม่ห้อยลอย ก็ต้องมีสิ่งที่ยึดเหนี่ยวใจไว้ นั่นคือความกตัญญู

ไปโรงเรียน เรียนหนังสือ แม้จะยากแสนยาก ห้อยลอยจะเลิกเสียก็หลายครั้ง เพื่อนฝูงบางคนชวนไปเที่ยวเตร่เฮฮา ดูนาสนุกกว่ามากแต่เมื่อนึกถึงคุณพ่อคุณแม่ คิดว่าท่านอดส่ำหะนุถนอมเลี้ยงดูเรามาจนเติบโตใหญ่ ท่านฝากความหวังไว้กับตัวเรา อยากเห็นตัวเราได้ดีเพียงใดพอคิดเท่านั้น ความกตัญญูเกิดขึ้น ก็มีแรงสู้ แม้จะยากแสนยาก แม้จะเหนื่อยแสนเหนื่อย ก็กัดฟันสู้ มุมานะตั้งใจเรียนให้ดีให้ได้ ไม่ยอมประพฤติดัวไปในทางเสื่อมเสียแก่วงศ์ตระกูล ให้คุณพ่อคุณแม่ ครูบาอาจารย์ ได้อายโดยเด็ดขาด

แม้ในหมู่ผู้ปฏิบัติธรรม ผู้ตั้งใจจะทำหน้าที่เผยแผ่พระศาสนา แน่นนอนว่า ในการทำงานนั้น จะต้องมีการกระทบกระทั่งกัน คนเราหลายคนก็หลายความเห็น ต่างคนก็ต่างตั้งใจดีกันทั้งนั้น แต่ความคิดความอ่านความสามารถอาจไม่เท่ากัน และบางครั้งก็เกิดจากทิฐิมานะคิดไปว่า “ถึงแก่จะหนึ่ง

แต่ฉันก็แน่เหมือนกัน” ทำให้ไม่ยอมกัน ที่เป็นเช่นนี้ เพราะต่างก็กำลังฝึกฝนตนเองอยู่ ก็เลยในตัวก็ยังมียังไม่ได้หมดดังนั้นถ้าไม่รู้จักรักควบคุมให้ดี จึงมีโอกาสขัดใจกันได้ หรือบางทีออกไปทำงานเผยแพร่ธรรมะ ก็พบกับคนที่ยังไม่เข้าใจไม่เห็นด้วย พูदनินทาว่าร้าย เยาะเย้ยถากถางเอาบ้าง

เพราะเหตุนี้ จึงมีนักปฏิบัติธรรม นักเผยแพร่ธรรมะ รวมทั้งผู้ที่ตั้งใจทำงานเพื่อสังคมส่วนรวม หลาย ๆ คน เบื่อหน่าย ท้อถอย และเลิกออกไปกลางคันอย่างน่าเสียดาย

แต่ถ้าเป็นผู้ที่มีความกตัญญูเป็นพื้นใจแล้ว เมื่อความท้อถอย ความเบื่อหน่ายเอือมระอาเกิดขึ้น เพียงแต่นี้กว่า ที่ตัวเราได้มีโอกาสเรียนรู้ธรรมะ รู้การสร้างบุญกุศล รู้วิธีการดำเนินชีวิตอันประเสริฐ รู้บุญรู้บาปอยู่ทุกวันนี้ ก็เพราะพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์ได้ทรงเสียสละอุทิศชีวิตทุ่มเทค้นคว้า จนตรัสรู้หลักอริยสัจ คือ ความจริงอันประเสริฐทั้งหลายมาสอนเรา ได้คิดถึงชีวิต เลือดเนื้อ ความเพียรพยายามที่พระองค์ได้ทรงทุ่มเทลงไปตลอดระยะเวลาที่ทรงบำเพ็ญบารมีอยู่นานถึง ๔ อสงไขยกับแสนกัปว่ามากมายมหาศาลเพียงใด (เวลากัปหนึ่งอุปมาได้กับมีภูเขาหินรูปสี่เหลี่ยมลูกบาศก์ กว้าง ๑๖ กิโลเมตร ยาว ๑๖ กิโลเมตร สูง ๑๖ กิโลเมตร ทุก ๑๐๐ ปี มีเทวดาเอาผ้าทิพย์บางเบา มาลูบครั้งหนึ่ง เมื่อใดภูเขาลูกนี้สึกหมด เรียบเสมอฟื้นดิน ระยะเวลาสั้นเท่ากัปหนึ่ง ๑ อสงไขย =  $10^{40}$  คือ จำนวนที่มีเลข ๑ และมีเลข ๐ ต่อท้าย ๑๔๐ ตัว) ตลอดจนถึงพระคุณของครูบาอาจารย์ทั้งหลายที่ท่านอุทิศสัจจะคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าต่อ ๆ กันมา และอบรมสั่งสอนให้เราได้ทราบได้รู้ถึงคำสอนของพระองค์ โดยไม่เห็นแก่ความเหนื่อยยาก คิดเพียงเท่านั้น ความท้อถอยก็หาย ความเหนื่อยหน่ายก็คลาย แม้ความตายก็ไม่หวั่น เกิดกำลังใจที่จะทำความดีต่อไปไม่มีที่สิ้นสุด

ความกตัญญูจึงเป็นคุณธรรมที่สำคัญยิ่ง ที่จะประคองใจของเราให้ดำรงมั่นอยู่ในคุณธรรมอันยิ่ง ๆ ขึ้นไป

## อานิสงส์การมีความกตัญญู

๑. ทำให้รักษาคุณความดีเดิมไว้ได้
๒. ทำให้สร้างคุณความดีใหม่ได้อีก
๓. ทำให้เกิดสติ ไม่ประมาท
๔. ทำให้เกิดหิริโอตตปปะ
๕. ทำให้เกิดขันติ
๖. ทำให้จิตใจผ่องใส มองโลกในแง่ดี
๗. ทำให้เป็นที่สรรเสริญของคนดี
๘. ทำให้มีคนอยากคบหาสมาคม
๙. ทำให้ทั้งมนุษย์และเทวดาอยากช่วยเหลือ
๑๐. ทำให้ไม่มีเวรไม่มีภัย
๑๑. ทำให้ลาภผลทั้งหลาย เกิดขึ้นโดยง่าย
๑๒. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย



# มงคลที่ ๒๖

## ฟังธรรมตามกาล

กระจงงาสามารถสะท้อนให้เห็นความสวยงาม หรือชั่วร้ายของร่างกาย เราได้ฉันใด การฟังธรรมตามกาล ก็สามารสะท้อนให้เห็นถึงความดีงาม หรือความบกพร่องในตัวเราได้ฉันนั้น

### การฟังธรรมตามกาลหมายถึงอะไร

การฟังธรรมตามกาล คือ การชวนหาเวลาไปฟังธรรมคำสั่งสอน จากผู้มีธรรมะ เพื่อยกระดับจิตใจและสติปัญญาให้สูงขึ้น โดยเมื่อฟังธรรมแล้ว ก็น้อมเอาคุณธรรมเหล่านั้นมาเป็นกระจกสะท้อนดูตนเองว่า มีคุณธรรมนั้น หรือไม่ จะปรับปรุงคุณธรรมที่มีอยู่ให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไปได้อย่างไร

เช่นเมื่อได้ฟังธรรมเรื่องความอดทนแล้ว ก็นำเรื่องนี้มาตรวจดูใจตนเอง ทันทักว่า เรามีความอดทนไหม ถ้ามี มีมากน้อยเพียงไร อดทนหรือไม่อดทน ต่อสิ่งใดเช่น อดได้เหมือนกัน แต่ไม่ค่อยทน คือ อดข้าวอดปลาได้ แต่ทนต่อการยั่ว ทนต่อคำนิทาไม่ได้ อย่างนั้นหรือเปล่า เมื่อฟังธรรมแล้วตรวจดูจะ รู้ทันทีว่า เราขาดอะไรไป จะตกแต่งต่อเติมอย่างไรจึงจะดี

# มงคลที่ ๒๖ พังกรรมตามกาล



## กาลที่ควรฟังธรรม

๑. วันธรรมสวนะ คือ วันพระนั่นเอง เฉลี่ยประมาณ ๗ วันครั้ง ทั้งนี้เพราะธรรมดาคนเรา เมื่อได้ฟังเทศน์ ฟังธรรม ฟังคำสั่งสอนตักเตือน จากพ่อแม่ ครูอาจารย์ ใหม่ ๆ ก็ยังจำได้ดีอยู่ แต่พอผ่านไปสัก ๗ วัน ชักจะเลือน ๆ ครูอาจารย์บอกให้ขยันเรียน ขยันไปได้ไม่กี่วันชักจะขี้เกียจอีกแล้ว เพราะฉะนั้น ๗ วัน ก็ไปให้ท่านกระหนาบ ย้ำเตือนคำสั่งสอนเสียครั้งหนึ่ง

๒. เมื่อจิตถูกวิตกครอบงำ คือ เมื่อใดก็ตามที่มีความคิดไม่เกิดขึ้น ในใจของเรา ทำให้ใจขุ่นมัว เศร้าหมอง ฟุ้งซ่าน เมื่อนั้นให้รีบเร่งไปฟังธรรม จะเช้า จะสาย จะบ่าย จะเย็น วันโกน วันพระ หรือวันอะไรก็ตาม ไม่เกี่ยง ทั้งนี้ ไม่ต้องรอ

ความคิดที่ทำให้ใจของเราเศร้าหมอง แบ่งได้เป็น ๓ ประเภทใหญ่ ได้แก่

๒.๑ เมื่อกามวิตกกำเริบ คือ เมื่อใจของเราฟุ้งซ่านด้วยเรื่องเพศ เรื่องรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ห่วงหาอาลัยอาวรณ์ต่อสิ่งอันเป็นที่รักที่พอใจ

๒.๒ เมื่อพยาบาทวิตกกำเริบ คือ เมื่อใจของเราถูกความโกรธเข้า ครอบงำ เกิดความรู้สึกอยากล้างผลาญ ทำลายผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นการคิด ผลาญทรัพย์ ผลาญชีวิต หรือผลาญเกียรติยศ ศักดิ์ศรีก็ตาม

๒.๓ เมื่อวิหิงสาวิตกกำเริบ คือ เมื่อใดที่ใจของเราเกิดความคิดอยากจะ เบียดเบียนผู้อื่น คิดจะเอาเปรียบ คิดจะกลั่นแกล้งรังแกเขา

เมื่อใดที่ความคิดทั้ง ๓ ประเภทนี้เกิดขึ้นให้รีบไปฟังธรรม อย่างมัว ชักช้า มิฉะนั้น อาจไปทำผิดพลาดเข้าได้

๓. เมื่อมีผู้รู้มาแสดงธรรม คือ เมื่อมีผู้มีความรู้มีความสามารถและมีธรรม มาแสดงธรรมให้รีบไปฟัง เพราะบุคคลเช่นนี้หาได้ยากในโลก ต้อง

รอให้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าบังเกิดขึ้นในโลกก่อน แล้วต้องตั้งใจศึกษาธรรมของพระองค์ให้เข้าใจแตกฉาน เท่านั้นยังไม่พอ จะต้องมีความสามารถถ่ายทอดความรู้ให้ผู้อื่นได้อีกด้วย ดังนั้นเมื่อมีโอกาสเช่นนี้ เราต้องรีบไปฟังธรรมจากท่าน

## คุณสมบัติของผู้แสดงธรรมที่ดี

“อานนท์ การแสดงธรรมให้คนอื่นฟัง ไม่ใช่ของง่ายเลย ผู้ที่จะแสดงธรรมให้คนอื่นฟัง จะต้องอยู่ในธรรมะถึง ๕ ประการ”

นี่คือพุทธวาระที่ตรัสแก่พระอานนท์ ถึงคุณสมบัติของผู้แสดงธรรมที่ดี ๕ ประการคือ

๑. ต้องแสดงธรรมไปตามลำดับของเรื่อง ไม่วกวน ไม่กระโดดข้ามขั้นข้ามตอน แสดงธรรมลุ่มลึกไปตามลำดับ ซึ่งผู้ที่จะแสดงเช่นนี้ได้จะต้อง

๑.๑ มีความรู้จริง รู้เรื่องที่จะเทศน์จะสอนดีพอที่จะทราบว่าจะใครควรพูดก่อน อะไร ควรพูดทีหลัง

๑.๒ มีวาทศิลป์ มีความสามารถในการพูด มีจิตวิทยาในการถ่ายทอด ฐิติภาพจิตใจ ของผู้ฟังว่าควรรู้อะไรก่อน อะไรหลัง

๑.๓ ต้องมีการเตรียมการ วางเค้าโครงเรื่องที่จะแสดงล่วงหน้าทำอะไร มีแผน ไม่พูดเบา ไม่ใช่เทศน์ตามอำเภอใจ

ต้องมีองค์ประกอบ ๓ อย่างนี้ จึงจะแสดงธรรมลุ่มลึกไปตามลำดับได้

๒. ต้องแสดงธรรมอ้างเหตุอ้างผลให้ผู้ฟังเข้าใจได้ ผู้แสดงจะต้องเข้าใจเรื่อง ที่จะแสดงอย่างประูประ่อง ไม่ใช่ท่องจำ เขามาพูด เวลาแสดงธรรมก็อ้างเหตุอ้างผล ยกตัวอย่างประกอบ แยกแยะให้เห็นอย่างชัดเจนแจ่มแจ้งได้ เมื่อผู้ฟังสงสัยซักถามจุดไหน ประเด็นไหนก็ชี้แจงให้ฟังได้

๓. ต้องแสดงธรรมด้วยความหวังดีต่อผู้ฟังอย่างจริงใจ มีความเมตตา กรุณาอยู่เต็มเปี่ยมในใจ พูดไปแล้วผู้ฟังยังไม่เข้าใจ ยังตามไม่ทัน สติปัญญา ยังไม่พอ ก็ไม่เบื่อหน่าย ไม่ละทิ้งกลางคัน แม้จะพูดซ้ำหลายครั้งก็ยอม มีความหวังดี ต้องการให้ผู้ฟังรู้ธรรมจริง ๆ มุ่งทำประโยชน์แก่ผู้ฟังเต็มที่ ไม่ใช่พูดแบบขอไปที

๔. ต้องไม่แสดงธรรมเพราะเห็นแก่ลาภ คือไม่เห็นแก่ชื่อเสียงคำสรรเสริญเยินยอ ลาภสักการะ เพราะฉะนั้นไม่ว่าการแสดงธรรมนั้นจะมีค่าตอบแทนหรือไม่ จะมีคนมาฟังมากน้อยเท่าไร ก็ไม่ถือเป็นอารมณ์แสดงธรรมอย่างเต็มที่ ไม่ใช่ว่า งานของคนใหญ่คนโตก็แสดงอย่างเต็มที่แต่งานของคนกระຈองก่องอย ก็แสดงกะล่อมกะแล่มไม่เป็นเรื่องเป็นราว ไม่ใช่อย่างนั้น ถ้าผู้ใดแสดงธรรมเพราะเห็นแก่ลาภ ผู้นั้นก็เป็นเพียงลูกจ้างของคนฟัง กระแสเสียงที่แสดงก็มักจะเต็มไปด้วยการประจบประแจงเจ้าภาพซึ่งเป็นนายจ้าง ลงได้เอาอามิสมาเป็นเจ้าหัวใจแล้วละก็เป็นใช้ไม่ได้ทีเดียว

๕. ต้องไม่แสดงธรรมกระทบตนเองหรือผู้อื่น คือ 不要โอกาสยกตัวอย่างความดีของตัวเองเพื่อโอ้อวด หรือยกความผิดพลาดของคนอื่นเป็นตัวอย่างเพื่อประจานความผิดของเขา ไม่ใช่ถือว่ามีไมโครโฟนอยู่ในมือ ก็คุยอวดตัวทับถมคนอื่นเรื่อยไป ผู้พูดต้องมุ่งอธิบายธรรมะจริง ๆ หากจะยกตัวอย่างเรื่องใดประกอบ เพื่อเป็นข้อสนับสนุนให้ผู้ฟังเข้าใจข้อธรรมะที่แสดง ก็ต้องระวังไม่ให้ผู้อื่นเสียหาย การฉวยโอกาสเวลาแสดงธรรมใส่ร้ายป้ายสีผู้อื่นเป็นการกระทำผิดแบบฉบับของศาสนาพุทธ

เราจะเห็นได้ว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงวางวิธีการเผยแผ่ศาสนาของพระองค์ไว้อย่างรอบคอบ แทนที่จะมุ่งแต่แผ่อิทธิพลศาสนาของพระองค์ และทับถมโจมตีศาสนาอื่น กลับทรงวางคุณสมบัติควบคุมผู้ทำการสอนศาสนาไว้อย่างรัดกุม ซึ่งหาดูได้ยากในศาสนาอื่น ๆ

## คุณสมบัติของผู้ฟังธรรมที่ดี

### ๑. ไม่ดูแคลนหัวข้อธรรมที่ท่านแสดงว่าง่ายไป

“โถ เรื่องง่าย ๆ อย่างนี้ มาสอนคนอย่างเรา เราก็เข้าวัดมาตั้งนานแล้ว เหมือนดูถูกกันนี้”

อย่าคิดอย่างนั้น เพราะธรรมะทุกบท ทุกข้อในพระพุทธศาสนามีอานิสงส์ว่า ถ้าใครเอาไปปฏิบัติจริง ๆ อย่างยิ่งยวด แม้เพียงข้อเดียวแล้ว ก็สามารถทำกิเลสให้หมด เข้าพระนิพพานได้ทั้งสิ้น เช่นการไม่คบคนพาล ซึ่งเป็นธรรมะขั้นพื้นฐาน แต่ถ้าเราไม่คบคนพาลจริง ๆ โดยเฉพาะพาลภายใน คือ นิสัยไม่ดีต่าง ๆ ในตัว ไม่ยอมคบด้วยตัดทิ้งให้เด็ดขาด ก็เข้าพระนิพพานได้ หรือหิริโอตตปปะ ความละอายและเกรงกลัวต่อบาป ถ้าเรามีคุณธรรมข้อนี้ อย่างเต็มที่ สิ่งใดที่เป็นบาปแม้เพียงน้อยนิดก็ไม่ยอมคิด พูด หรือทำโดยเด็ดขาด สร้างแต่บุญกุศลอย่างเต็มที่ อย่างนี้ถ้าไม่ให้เข้าพระนิพพาน แล้วจะให้ไปไหน

### ๒. ไม่ดูแคลนความรู้ความสามารถของผู้แสดงธรรม

“โถพระเด็ก ๆ เรานี้หลงปู่หลงตาเทศน์มาตั้งเยอะแล้วมาฟังพระเด็ก ๆ มันจะไปได้อะไร”

อย่าคิดอย่างนั้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสเตือนไว้สิ่งต่อไปนี้อย่าดูแคลน

๒.๑ อย่าดูถูกไฟว่าเล็กน้อย เพราะมันเผาเมืองได้

๒.๒ อย่าดูถูกงูพิษว่าตัวเล็ก เพราะกัดแล้วตายได้

๒.๓ อย่าดูถูกกษัตริย์ว่าย่างเขาวัว เพราะกษัตริย์บางพระองค์แม้อายุยังน้อย ก็ เป็นมหาราชได้ เช่น อเล็กซานเดอร์มหาราช เป็นมหาราชตั้งแต่อายุ ๒๐ เศษ ปกครองถึงก่อนโลก

๒.๔ อย่าดูถูกสมณะว่ายังหนุ่ม เพราะสมณะบางรูปแม้อายุยังน้อย ก็มีคุณธรรม สูง บางรูปอายุแค่ ๗ ขวบก็เป็นพระอรหันต์แล้ว

### ๓. ไม่ดูแคลนตัวเองว่าโง่งนไม่สามารถรองรับธรรม

“โธ ไอ้เรามันโง่ดัดดานอย่างนี้ กิเลสในตัวก็หนาปึกถึงไปฟังธรรม ก็คงไม่รู้ เรื่อง ไม่ไปดีกว่า”

อย่าคิดอย่างนั้น เพราะถึงแม้สติปัญญาจะไม่เฉลียวฉลาด แต่ถ้ามีโอกาสมะมา ๑ แล้ว ก็อาจบรรลุธรรมได้ ในสมัยพุทธกาลมีตัวอย่างอยู่มาก พระบางรูปปัญญาที่บวมมาก ธรรมะแค่ ๔ บรรทัด ท่องจำเป็นปี ๑ ยังท่องไม่ได้ แต่มีความเพียรไม่ย่อท้อ พอสบโอกาสมะมาได้ฟังพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแสดงธรรม และแนะนำวิธีการทำสมาธิให้โดยแยบคาย พอปฏิบัติตามที่สำเร็จมรรคผลนิพพาน เป็นพระอรหันต์ได้ ตัวเราเองก็ไม่แน่ มีโอกาสเหมือนกัน หรืออย่างน้อยที่สุด ถึงฟังธรรมยังไม่เข้าใจในขณะนี้ ก็จะเป็นอุปนิสัยติดตัวไปกายหน้า เมื่อได้ฟังซ้ำอีก ก็จะเข้าใจได้ง่าย

๔. มีใจเป็นสมาธิขณะฟังธรรม ฟังธรรมด้วยความตั้งใจขณะฟังธรรม ไม่พูดคุย ไม่ล้วงแคะแคะเกา เพราะในการฟังธรรมนั้น ยังมีใจเป็นสมาธิมากเท่าไร ก็สามารถน้อมนำใจตามไป เกิดความรู้ความเข้าใจในธรรมะได้มากเท่านั้น ในสมัยพุทธกาล เวลาพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเทศนาในเรื่องสำคัญๆ ที่ละเอียดลึกซึ้ง จะทรงหลับพระเนตรเทศน์ในสมาธิ ผู้ฟังก็จะหลับตาทำสมาธิฟัง จึงสามารถน้อมใจไปตามธรรมะที่ละเอียดลึกซึ้งลุ่มลึกไปตามลำดับ ได้สำเร็จมรรคผลนิพพานกันเป็นจำนวนมาก พวกเราก็ต้องตั้งใจฟังธรรม ฝึกให้มีสมาธิขณะฟังธรรม ตามแบบอย่างของบัณฑิตทั้งหลายในกาลก่อนด้วย

๕. มีโยนิโสมนสิการ คือ รู้จักพิจารณาตามธรรมนั้นอย่างแยบคาย พอฟังแล้วก็คิดตามไปด้วย รู้จักจับแง่มุมมาพิจารณาขบคิดตามทำให้มีความแตกฉานเข้าใจในธรรมได้เร็วและลึกซึ้ง

## อุปนิสัยจากการฟังธรรม

อุปนิสัย หมายถึง ความประพฤติ ความเคยชิน ที่ติดตัวเรามา และจะติดตัวเราไปเป็นพื้นใจในภายหน้า

การฟังธรรมจะทำให้เกิดความคิดที่เป็นทุนหรือเป็นพื้นอยู่ในใจเรา แล้วเป็นเครื่องอุดหนุนให้เรามีความเจริญรุ่งเรืองและเข้าถึงธรรมได้โดยง่าย ดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสอนว่า ผู้ที่หมั่นฟังธรรม แล้วพยายามศึกษาทำความเข้าใจ ถึงไม่เข้าใจก็พยายามจำ จะได้รับอานิสงส์ ๔ ประการคือ

๑. เมื่อละจากโลกนี้ไปเกิดในภพอื่น ย่อมมีปัญญาวัตรธรรมได้เร็วสามารถระลึกได้ด้วยตนเอง และปฏิบัติตามธรรมนั้น บรรลุมรรคผลนิพพานได้เร็ว

๒. เมื่อละจากโลกนี้ไปเกิดในภพอื่น เมื่อวัตรธรรมแล้ว ก็สามารถสั่งสอนคนอื่นได้ด้วย ตนเองก็บรรลุมรรคผลนิพพานได้เร็ว

๓. เมื่อละจากโลกนี้ไปเกิดในภพอื่น แม้จะยังระลึกธรรมเองไม่ได้ แต่เมื่อมีผู้แสดงธรรมให้ฟัง ก็ย่อมระลึกได้ มีความเข้าใจประูโปร่ง ไม่คลางแคลงสงสัยทำให้ สามารถบรรลุมรรคผลนิพพานได้เร็ว เหมือนคนที่เคยได้ยินเสียงกลองมาแล้ว พอเดินทางไปในที่ไกล แล้วได้ยินเสียงกลองอีก ก็รู้ทันทีว่านั่นเสียงกลอง ความคลางแคลงสงสัยว่านั่นใช่เสียงกลองหรือไม่ ย่อมจะไม่เกิดขึ้นแก่บุคคลนั้น

๔. เมื่อละจากโลกนี้ไปเกิดในภพอื่น แม้จะยังระลึกธรรมเองไม่ได้ และไม่มีผู้แสดงธรรม แต่เมื่อมีผู้ตักเตือนด้วยคำเพียงไม่กี่คำหรือแม้บางครั้งได้ยินโดยบังเอิญ ก็ทำให้สามารถระลึกธรรมได้และมีความเข้าใจ สามารถบรรลุมรรค ผลนิพพานได้เร็ว

พวกเราที่สวดมนต์ทำวัตรเช้าเย็นกันบ่อย ๆ แม้ยังไม่เข้าใจความหมายของคำบาลี แต่ก็ไม่เสียเวลาเปล่า เพราะอย่างน้อยก็ทำให้เกิดความสงบทางใจ และเกิดความคุ้นเคยในสำเนียงภาษาธรรมะภพเบื้องหน้า ได้ยินใครสวดมนต์ก็อยากเข้าใกล้ ได้ยินใครพูดธรรมะก็อยากเข้าใกล้ ทำให้มีโอกาสได้ฟังธรรมฟังแล้วก็เข้าใจได้ง่าย เพราะมีอุปนิสัยพินิจมาแต่เดิมแล้ว ทำให้บรรลุผลนิพพานได้เร็ว

## อานิสงส์การฟังธรรมตามกาล

๑. เป็นการเพิ่มพูนความรู้ใหม่ เพราะผู้แสดงธรรมย่อมจะศึกษา ค้นคว้า ขบคิด นำข้อธรรมะต่าง ๆ มาแสดง ทำให้เราได้ยินได้ฟังธรรมะที่ไม่เคยได้ยินได้ฟังมาก่อน

๒. เป็นการทบทวนความรู้เดิม คือ ถ้าหัวข้อธรรมที่ผู้แสดงนำมาแสดงนั้น ตรงกับสิ่งที่เราเคยศึกษามาแล้ว ก็จะทำให้เราได้ทบทวนความรู้เดิม ให้เกิดความเข้าใจแตกฉาน สามารถจดจำได้แม่นยำยิ่งขึ้น

๓. เป็นการปลดปล่อยความสงสัยเสียได้ คือ ถ้าผู้ฟังยังมีความลังเลสงสัยในการละความชั่วบางอย่าง หรือการทำความดีบางอย่าง เมื่อได้ฟังธรรมะเพิ่มเติมแล้ว จะทำให้ความลังเลสงสัยนั้นหมดไป ตัดสินใจละความชั่วทำความดีง่ายขึ้น

๔. เป็นการปรับความเห็นให้ตรง คือ ในระหว่างการดำเนินชีวิตสู่จุดหมายของคนเรานั้น เราจะถูกลมร คือ กิเลสและสิ่งแวดล้อมไม่ดีต่าง ๆ ทำให้มีความคิดเห็นผิด ๆ เกิดขึ้นได้ แล้วทำให้การดำเนินชีวิตวอกวน เจมิผิดเป้าหมายไป การฟังธรรมจะช่วยให้เราเกิดความสำนึกตัวว่า ความคิดเห็นของเราได้บิดเบือนไปอย่างไร แล้วจะได้เลิกความเห็นที่ผิดเสียประคองความเห็นที่ถูกต้องไว้

๕. เป็นการฝึกอบรมจิตใจให้สูงขึ้น คือ การฟังธรรมจะเป็นเครื่องเตือนสติเรา ทำให้ใจของเราเลิกละจากความคิดฟุ้งซ่านในเรื่องกาม ความคิดพยาบาทอาฆาต ความคิดเบียดเบียนผู้อื่น และสอดส่องชี้ให้เราเห็นถึงจุดอ่อนข้อบกพร่องในตัว ซึ่งจะต้องปรับปรุงแก้ไข ยกกระดับจิตใจของเราให้สูงขึ้น ๑ จนกระทั่งสามารถจัดข้อบกพร่องได้เด็ดขาด บรรลุผลนิพพานได้ในที่สุด

“ดูก่อน ท่านผู้เห็นภัยในวัฏสงสารทั้งหลาย สมัยใด พระอริยสาวก ฟังธรรม ฟังให้จดกระดูก ฟังไว้ในใจ รวบรวมกำลังใจทั้งหมดมา เจียจุลงมา ฟังจริงๆ ในสมัยนั้น นีรณ ๕ ของเธอย่อมไม่มี และโพชนงค์ ๗ ก็จะถึงความสมบูรณ์เต็มเปี่ยม เพราะอำนาจแห่งภาวนา

(พุทธพจน์)



# มงคลที่ ๒๗

## มีความอดทน

หนูแม่เป็นพืชต้นเล็ก ๆ แต่เพราะมีความทนทรหด จึงสามารถแพร่พันธุ์ไปได้ทั่วโลกฉันใด คนเราแม่กำลังทรัพย์ กำลังความรู้ ความสามารถ จะยังน้อย แต่ถ้ามีความอดทนแล้ว ย่อมสามารถฝึกฝนตนเอง ให้ประสบความสำเร็จในความสุขความสำเร็จในชีวิตได้ฉันนั้น

### ความอดทนคืออะไร

*ความอดทน* มาจากคำว่า *ขันติ* หมายถึง การรักษาปกติภาวะของตนไว้ได้ ไม่ว่าจะถูกกระทบกระทั่งด้วยสิ่งอันเป็นที่พึงปรารถนาหรือไม่พึงปรารถนาก็ตาม มีความมั่นคงหนักแน่นเหมือนแผ่นดิน ซึ่งไม่หวั่นไหว ไม่ว่าจะมีความเดือดร้อนอะไรลงไป ของเสีย ของหอม ของสกปรกหรือของดีงามก็ตาม

งานทุกชิ้นในโลกไม่ว่าจะเป็นงานเล็กงานใหญ่ ที่สำเร็จขึ้นมาได้นอกจากจะอาศัยปัญญาเป็นตัวนำแล้ว ล้วนต้องอาศัยคุณธรรมอันหนึ่งเป็นพื้นฐาน จึงสำเร็จได้ คุณธรรมอันนั้นคือ *ขันติ*

มงคลที่ ๒๗ มีความอดทน



ถ้าขาดขันติเสียแล้ว จะไม่มีงานชิ้นใดสำเร็จได้เลย เพราะขันติเป็นคุณธรรมสำหรับทั้งต่อต้านความท้อถอยหดหู่ ขับเคลื่อนเร่งเร้าให้เกิดความขยัน และทำให้เห็นอุปสรรคต่าง ๆ เป็นเครื่องท้าทายความสามารถ ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่า **ความสำเร็จของงานทุกชิ้น ทั้งทางโลกและทางธรรม คืออนุสาวรีย์ของขันติทั้งสิ้น**

โดยเหตุนี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงตรัสว่า

**“ยกเว้นปัญญาแล้ว เราสรรเสริญว่าขันติเป็นคุณธรรมอย่างยิ่ง”**

### ลักษณะความอดทนที่ถูกต้อง

๑. **มีความอดกลั้น** คือ เมื่อถูกคนพาลด่า ก็ทำราวกับว่าไม่ได้ยิน ทำหูเหมือนหูกระต่าย เมื่อเห็นอาการขี้ขลาด ก็ทำราวกับว่าไม่ได้เห็น ทำตาเหมือนตาไม้ไผ่ ไม่สนใจโยคี ไม่ปล่อยใจให้เศร้าหมองไปด้วย ใส่ใจ สนใจ แต่ในเรื่องที่จะทำความเจริญให้แก่ตนเอง เช่น เจริญศีล สมาธิ ปัญญาให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป

๒. **เป็นผู้ไม่ดูร้าย** คือ สามารถข่มความโกรธไว้ได้ ไม่โกรธ ไม่ทำร้ายทำอันตรายด้วยอำนาจแห่งความโกรธนั้น ผู้ที่โกรธง่ายแสดงว่ายังขาดความอดทน มีค่าตริสของท้าวสักกะ เป็นข้อเตือนใจอยู่ว่า

**“ผู้ใดโกรธตอบผู้ที่โกรธก่อนแล้ว ผู้นั้นกลับเป็นคนเลวกว่า ผู้ที่โกรธก่อน  
ผู้ที่ไม่โกรธต่อบุคคลผู้กำลังโกรธอยู่  
ย่อมชื่อว่า เป็นผู้ชนะสงครามอันชนะได้ยากยิ่ง”**

๓. **ไม่ปลุกน้ำตาให้แก่ใคร ๆ** คือ ไม่ก่อกุศลให้แก่ผู้อื่น ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนหรือเจ็บแค้นใจจนน้ำตาไหลด้วยอำนาจความเกรี้ยวกราดของเรา

๔. มีใจเบิกบานแจ่มใสอยู่เป็นนิตย์ คือ มีปิติอิ่มเอิบใจเสมอ ๆ ไม่พยายาบท ไม่โทษฟ้า โทษฝน โทษเทวดา โทษโชคชะตา หรือโทษใคร ๆ ทั้งนั้น พยายามอดทนทำกรารงานทุกอย่างด้วยใจเบิกบาน

ลักษณะความอดทนนั้น โบราณท่านสอนลูกหลานไว้ย่อ ๆ ว่า

“ปิดหูซ้ายขวา ปิดตาสองข้าง  
ปิดปากเสียบ้าง นอนนั่งสบาย”

คนบางคนขี้เกียจทำงาน บางคนขี้เกียจเรียนหนังสือ บางคนกะกะเกรเกร พอมิผู้ว่ากล่าวตักเตือนก็เฉยเสีย แล้วบอกว่าตนเองกำลังบำเพ็ญขันติบารมี อย่างนี้เป็นกรารเข้าใจผิด ตีความหมายของขันติผิดไป ขันติไม่ได้หมายถึงการตกอยู่ในสภาพใดก็ทนอยู่อย่างนั้น

“พวกที่จน ก็ทนจนต่อไป ไม่ชวนขวยท้อมาหากิน จัดเป็นพวก ตายด้าน”

“พวกที่โง่ ก็ทนโง่ไป ใครสอนให้ก็ไม่เอา จัดเป็นพวก ตื้อด้าน”

“พวกที่ขี้กลัว แล้วก็ขี้กลัวอีก ใครห้ามก็ไม่ฟัง จัดเป็นพวก ตื้อดิ่ง”

ลักษณะที่สำคัญยิ่งของขันติ คือ ตลอดเวลาที่อดทนอยู่นั้น จะต้อง มีใจผ่องใส ไม่เศร้าหมอง

เราสรุปลักษณะของขันติโดยย่อ ได้ดังนี้

๑. อดทนถอนตัวหรือหลีกเลี่ยงจากความชั่วให้ได้
๒. อดทนทำความดีต่อไป
๓. อดทนรักษาใจไว้ไม่ให้เศร้าหมอง

## ประเภทของความอดทน

ความอดทนแบ่งตามเหตุที่มากระทบได้เป็น ๔ ประเภทคือ

๑. อดทนต่อความลำบากตรากตรำ เป็นการอดทนต่อสภาพธรรมชาติ ดินฟ้าอากาศ ความหนาว ความร้อน ฝนตก แดดออก ฯลฯ ก็อดทนทำงานเรื่อยไป ไม่ใช่เอาแต่โทษเทวดาฟ้าดิน หรืออ้างเหตุเหล่านี้แล้วไม่ทำงาน

๒. อดทนต่อทุกข์ขเวทนา เป็นการอดทนต่อการเจ็บไข้ได้ป่วยความไม่สบายกายของเราเอง ความปวด ความเมื่อย ผู้ที่ขาดความอดทนประเภทนี้ เวลาเจ็บป่วย จะร้องครวญคราง พร่ำเพ้อรำพัน หงุดหงิด ฉุนเฉียวง่าย ผู้รักษาพยาบาลทำอะไรไม่ทันใจหรือไม่ถูกใจ ก็โกรธง่ายพวกนี้จึงต้องป่วยเป็น ๒ เท่า คือ นอกจากจะป่วยกายที่เป็นอยู่แล้ว ยังต้องป่วยใจแถมเข้าไปด้วย ทำตัวเป็นที่น่าเบื่อหน่ายแก่ชนทั้งหลาย



๓. อดทนต่อความเจ็บใจ เป็นการอดทนต่อความโกรธ ความไม่พอใจ ความขัดใจ อันเกิดจากคำพูดที่ไม่ชอบใจ กิริยามารยาทที่ไม่งาม การบีบบังคับ ทั้งจากผู้บังคับบัญชาและลูกน้อง ความอยุติธรรมต่าง ๆ ในสังคม ระบบงานต่าง ๆ ที่ไม่คล่องตัว ฯลฯ

คนทั้งหลายในโลก แตกต่างกันมากโดยอหิยาสัยใจคอ โอกาสที่จะได้ อย่างใจเรานั้นอย่าพึงคิด เพราะฉะนั้น เมื่อเริ่มเข้าหมู่คนหรือมีคนตั้งแต่สองคนขึ้นไป ให้เตรียมขันติไว้ต่อต้านความเจ็บใจ

๔. อดทนต่ออำนาจกิเลส เป็นการอดทนต่ออารมณ์อันนำใคร่นำ เพลิดเพลินใจ อดทนต่อสิ่งที่เราอยากทำ แต่ไม่สมควรทำ เช่น อดทน ไม่เที่ยวเตร่ ไม่เล่นการพนัน ไม่เสพสิ่งเสพยาเสพติด ไม่รับสินบน ไม่คอร์รัปชัน ไม่ผิดลูกเมียเขา ไม่เห้อยศ ไม่บ้าอำนาจ ไม่ขี้อ้อ ไม่ขี้หวด เป็นต้น

การอดทนข้อนี้ทำได้ยากที่สุด โบราณเปรียบไว้ว่า

“เขาค่าแล้วไม่โกรธ ว่ายากแล้ว  
เขาชมแล้วไม่อึด ยากยิ่งกว่า”

## วิธีฝึกให้มีความอดทน

๑. ต้องคำนึงถึงหิริโอตตปปะให้มาก เมื่อมีความละเอียดและเกรงกลัว ต่อบาปอย่างเต็มที่ ความอดทนย่อมจะเกิดขึ้น ดังตัวอย่างในเรื่องของพระเตมีย์ไป

เมื่อครั้งพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังทรงบำเพ็ญบารมีเป็นพระโพธิสัตว์ อยู่ มีอยู่ชาติหนึ่ง พระองค์เกิดเป็นโอรสกษัตริย์นามว่าพระเตมีย์ ขณะอายุ ได้ ๖-๗ ขวบ ได้เห็นพระราชบิดาสั่งประหารโจรโดยใช้ไฟครอกให้ตาย ด้วย บุญบารมีที่ทำมาดีแล้ว ทำให้พระเตมีย์ระลึกชาติได้ว่าภพในอดีตพระองค์ ก็เคยเป็นกษัตริย์ และก็เคยสั่งประหารโจร ทำให้ต้องตกนรกอยู่ช้านาน จึง คิดว่า ถ้าชาตินี้เราต้องเป็นกษัตริย์อีก ก็ต้องฆ่าโจรอีก แล้วก็ตกนรกอีก

ตั้งแต่วันนั้นมา พระเตมีย์จึงแกล้งทำเป็นใบ้ ทำเป็นอ่อนปี้ลี่ยเสียขา ไม่ขยับเขยื้อนร่างกาย พระราชบิดาจะเอาขนมเอาของเล่นมาล่อ ก็ไม่สนใจ จะเอามาได้ ไรมากัด เอาไฟมาเผารอบตัวให้ร้อน เอาขี้มาทำท่าจะแทง ก็เฉย ครั้งถึงวัยหนุ่ม จะเอาสาว ๆ สวย ๆ มาล่อ ก็เฉยเพราะคำนึงถึงภัยใน นรก หิริโอตตปปะเกิดขึ้นเต็มที่ จึงมีความอดทนอยู่ได้

นานวันเข้าพระราชบิดาเห็นว่า ถ้าเอาพระเตมีย์ไว้ก็จะเป็นกาลกิณี แก่บ้านเมือง จึงสั่งให้คนนำไปประหารเสียนอกเมือง เมื่อออกมาพ้นเมืองแล้ว พระเตมีย์ก็แสดงตัวว่าไม่ได้พิการแต่อย่างใด มีผลกำลังสมบูรณ์พร้อม แล้วก็ ออกบวช ต่อมาพระราชบิดา ญาติพี่น้อง ประชาชนก็ได้ออกบวชตามไปด้วย และได้สำเร็จฉานสมาบัติกันเป็นจำนวนมาก

๒. ต้องรู้จักขีดอารมณ์ที่มากระทบนั้นให้สูงขึ้น คือ นึกเสียว่า ที่เขาทำแก่เราอย่างนั้นนะดีแล้ว เช่น เขาตำ ก็นึกเสียว่าดีกว่าเขาตี เขาตี ก็นึกเสียว่าดีกว่าเขาฆ่า เมียที่มีชู้ยังดีกว่าเมียที่ฆ่าผัว ผัวมีเมียน้อยก็ยิ่งดีกว่าผัวที่ฆ่าเมียเพราะเห็นแก่หญิงอื่น ถ้าเปรียบกับการชกมวย การสู้แบบนี้ก็คือการหลบหมัดของคู่ต่อสู้ โดยวิธีหมอบลงต่ำให้หมัดเขาคร่อมหัวเราไปเสีย เราไม่เจ็บตัว ตัวอย่างในเรื่องนี้ ดูได้จาก พระปुณณะเถระ

พระปุณณะเดิมเป็นชาวสุนาปรินตะ ไปค้าขายที่เมืองสาวัตถีได้ฟังเทศน์จากพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เกิดความเลื่อมใสศรัทธาจึงออกบวช

ครั้นบวชแล้วการทำสมาธิภาวนาไม่ได้ผล เพราะไม่คุ้นกับสถานที่ ท่านคิดว่าภูมิอากาศที่บ้านเดิมของท่านเหมาะกับตัวท่านมากกว่า จึงทูลลาพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า รับสั่งถามว่า

“เธอแน่ใจหรือ ปุณณะ, คนชาวสุนาปรินตะนั้นดุร้ายมากนักทั้งหยาบคายด้วย เธอจะทนไหวหรือ”

“ไหวพระเจ้าข้า”

“นี่ปุณณะ ถ้าคนพวกนั้นเขาตำเธอ เธอจะมีอุบายอย่างไร”

“ข้าพเจ้าก็จะคิดว่าถึงเขาจะตำก็ยังดีที่เขาตบต่อยด้วยมือพระเจ้าข้า”

“ถ้าเมื่อเขาต่อยเอาล่ะ ปุณณะ”

“ก็ยิ่งดีพระเจ้าข้า ดีกว่าเขาเอาก้อนดินขว้างเอา”

“ก็ถ้าเขาเอาก้อนดินขว้างเอาล่ะ”

“ข้าพพระองค์ก็จะคิดว่า ก็ยิ่งดีพระเจ้าข้า ดีกว่าเขาเอาไม้ตะพดตีเอา”

“เออ ถ้าเมื่อเขาหวดด้วยตะพดล่ะ”

“ก็ยิ่งดีพระเจ้าข้า ดีกว่าถูกเขาแทงหรือฟันด้วยหอกดาบ”

“เอาล่ะ ถ้าเมื่อคนพวกนั้นเขาจะฆ่าเธอด้วยหอกด้วยดาบล่ะ ปุณณะ”

“ข้าพพระองค์ก็จะคิดว่า มันก็เป็นการดีเหมือนกัน พระเจ้าข้า”

“ดีอย่างไร ปุณณะ”

“ก็คนบางพวกที่คิดอยากตาย ยังต้องเสียเวลาเที่ยวแสวงหาศัสตราวุธ มาฆ่าตัวเอง แต่ข้าพระองค์ มีโชคดีกว่าคนพวกนั้น ไม่ต้องเสียเวลาไปเที่ยวหาศัสตราวุธอย่างเขา”

“ดีมาก ปุณณะ เธอคิดได้ดีมาก เป็นอันตกลง เรานุญาตให้เธอไป ฟ่านักทำความเพียร ที่ตำบลสุนาปวันตะได้”

พระปุณณะกลับไปเมืองสุนาปวันตะแล้ว ทำความเพียร ในไม่ช้าใจ ก็หยุดนิ่ง เข้าถึงพระธรรมกายไปตามลำดับ จนได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์

นี่คือเรื่องของพระปุณณะ นักอดทนตัวอย่าง ซึ่งอดทนได้โดยวิธีขีด อารมณ์ที่มากกระทบนั้นให้สูงขึ้น

๓. ต้องฝึกสมาธิมาก ๆ เพราะทั้งขันติและสมาธิเป็นคุณธรรมที่เกี่ยว หนุนกัน ขันติจะหนักแน่นก็ต้องมีสมาธิรองรับ สมาธิจะก้าวหน้าก็ต้องมี ขันติเป็นพื้นฐาน ขันติอุปมาเหมือนมือซ้าย สมาธิอุปมาเหมือนมือขวา จะล้างมือ มือทั้งสองข้างจะต้องช่วยกันล้าง จึงจะสะอาดดี

มีตัวอย่างของผู้มีความอดทนเป็นเลิศอีกท่านหนึ่ง คือ พระโสมสนาค เถระ

พระโสมสนาคเถระ เป็นพระที่ทำสมาธิจนสามารถระลึกชาติได้แต่ ยังไม่หมดกิเลส วันหนึ่งท่านนั่งสมาธิอยู่กลางแจ้ง พอถึงตอนเที่ยงแดดส่อง เหนือไหล่ท่วมตัวท่าน พวกลูกศิษย์จึงเรียนท่านว่า

“ท่านขอรับ นิมนต์ท่านนั่งในที่ร่มเถิด อากาศเย็นดี”

พระเถระกล่าวตอบว่า

“คุณ ฉันทันในที่นี้ เพราะกลัวต่อความร้อนนั่นเอง”

แล้วนั่งพิจารณาอเวจีมหานรกเรื่อยไป เพราะเคยได้ตกนรกมาหลาย ชาติ เห็นว่าความร้อนในอเวจีที่เคยตก ร้อนกว่านี้หลายร้อยหลายพันเท่า ท่านจึงไม่ลุกหนี ตั้งใจทำสมาธิต่อไป จนในที่สุดได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์

พวกเราก็มีข้อคิดเตือนใจอยู่ว่า

“ที่อ้างร้อนนั้ก หนาวนั้ก ชั้เกียจจาวนา ระวัง จะไปร้อนหมกไหม้  
ในอเวจี หนาวเสียดกระดูกในโลกันต์”

## อานิสงส์การมีความอดทน

๑. ทำให้กุศลธรรมทุกชนิดเจริญขึ้นได้
๒. ทำให้เป็นคนมีเสน่ห์ เป็นที่รักของคนทั้งหลาย
๓. ทำให้ตัดรากเง่าแห่งความชั่วทั้งหลายได้
๔. ทำให้อยู่เย็นเป็นสุข ทุกอริยาบถ
๕. เชื่อว่าได้เครื่องประดับอันประเสริฐของนักปราชญ์
๖. ทำให้ศีลและสมาธิตั้งมั่น
๗. ทำให้ได้พรหมวิหารโดยง่าย
๘. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย

“บุคคลอดทนต่อคำของผู้สูงกว่าได้ เพราะความกลัว  
อดทนต่อคำของผู้เสมอกันได้ เพราะเหตุแห่งความแข่งดี  
ส่วนผู้ใดในโลกนี้ อดทนต่อคำของคนเลวกว่าได้  
สัตบุรุษทั้งหลายกล่าวว่า ความอดทนนั้นสูงสุด”

(พุทธพจน์)



มงคลที่ ๒๘ เป็นคนว่าง่าย



คนว่าง่าย



คนว่ายาก

# มงคลที่ ๒๘

## เป็นคนว่าง่าย

คนเป็นอัมพาต แม้จะมีของดีวางอยู่รอบตัว ก็ไม่อาจหยิบฉวยนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ได้ฉันทิด คนหัวดีอู่วายาก แม้จะมีครูอาจารย์ดีพิเศษแค่ไหน ก็ไม่สามารถถ่ายทอดเอาวิชาคุณความดีมาใส่ตัวฉันทิด

### คนว่าง่ายคือใคร

คนว่าง่ายสอนง่ายคือ คนที่อดทนต่อคำสั่งสอนได้ เมื่อมีผู้รู้แนะนำพร่ำสอนให้ ดักเตือนให้โดยชอบธรรมแล้ว ย่อมปฏิบัติตามคำสอนนั้นด้วยความเคารพอ่อนน้อม ไม่คัดค้าน ไม่ได้ตอบ ไม่แก้ตัวโดยประการใด ๆ ทั้งสิ้น

คนบางคน อดทนอะไรได้สารพัด ทนแดดทนร้อน ทนความลำบาก ตรากตรำ ป่วยไข้ไม่สบายแค่ไหน ก็ไม่เคยบ่น

แต่ทนไม่ได้เมื่อมีใครมาแนะนำสั่งสอนดักเตือน จะเกิดความรู้สึกคับแค้น โต้ตอบหักล้างขึ้นมาทันที เพราะเขามีเชื้อหัวดี อู่วายากสอนยากอยู่ในตัว

หากว่าเดิมเป็นคนโง่อยู่แล้ว ก็สุดแสนจะเป็น  
 หากว่ามีความฉลาดอยู่บ้าง ก็แสนจะตะบึงตะบัน  
 กลายเป็นคนอัมพาตทางใจ รับคุณความดีจากใครไม่ได้  
 ดังนั้น เราจึงมาเป็นคนว่าง่ายสอนง่ายกันเถิด

## ลักษณะของคนว่าง่าย

คนว่าง่ายสอนง่ายมีลักษณะที่สังเกตได้อยู่ ๑๑ ประการคือ

๑. ไม่กลบเกลื่อนเมื่อถูกว่ากล่าวตักเตือน ไม่แก้ตัว ไม่บิดพลิ้ว ยอมรับฟังด้วยความเคารพ

๒. ไม่ยอมนิ่งเฉยเมื่อถูกตักเตือน พยายามปรับปรุงแก้ไขปฏิบัติตามคำแนะนำนั้น

๓. ไม่มีจิตเพ่งคุณเพ่งโทษผู้ว่ากล่าวสั่งสอน คือ ไม่คอยจับผิดท่านแต่รับฟังโอวาทด้วยดี

๔. เื่อเพื่อต่อคำสอนและต่อผู้สอนเป็นอย่างดี คือ ยอมทำตามคำสอนนั้นและเชื่อฟังผู้สอนอย่างดี ทำให้ผู้สอน มีเมตตาเกิดกำลังใจที่จะสอนต่อ ๆ ไปอีก

๕. เคารพต่อคำสอนและต่อผู้สอนเป็นอย่างดี ตระหนักดีว่าผู้ที่เตือนคนอื่นนั้น นับว่าเสี่ยงต่อการที่จะโกรธมาก ดังนั้นการที่มีผู้ว่ากล่าวตักเตือนเรา แสดงว่าเราจะต้องมีคุณธรรม มีความเสียสละ มีความเมตตาปรารถนดีต่อตัวเราจริง ๆ จึงต้องมีความเคารพต่อคำสอน และตัวผู้สอน เป็นอย่างดี

๖. มีความอ่อนน้อมถ่อมตนเป็นอย่างดี ไม่แสดงความกระด้างกระเดื่องโอหัง คิดว่าตัวเองดีอยู่แล้ว เก่งอยู่แล้ว

๑. มีความยินดีปรีดาต่อคำสอนนั้น ถึงกับเปล่งคำว่า สาธุ สาธุ สาธุ รับโอวาทนั้น คือ ดีใจอย่างยิ่งว่าท่านกรุณาชี้ข้อบกพร่องของเราให้เห็น จะได้ รับแก้ไข เหมือนท่านชี้ขุมทรัพย์ให้ จึงเปล่งวาจาขอบคุณไม่ขาดปาก

๒. ไม่คือร้อน คือ ไม่ดันทุรังทำไปตามอำเภอใจ ทั้ง ๆ ที่รู้ว่าผิด แต่ ทำไปตามความถูกต้อง เมื่อผิดก็ยอมแก้ไขปฏิบัติไปตามสมควรแก่ธรรม

๓. ไม่ยินดีในการขัดคอ ไม่ศอกกลับ มีความประพฤติดชอบเป็นที่ พอใจ เป็นที่ปรารถนา

๑๐. มีปกติรับโอวาทเอาไว้ดีเยี่ยม ตั้งใจฟังทุกแง่ทุกมุมไม่โต้ตอบ ยิ่ง ไปกว่านั้นยังพิจารณาตัวไว้อีกว่า ให้อ่ากล่าวสั่งสอนได้ทุกเมื่อ เห็นข้อบกพร่อง ของตนเมื่อใดก็ให้ตักเตือนได้ทันที

๑๑. เป็นผู้อดทน แม้จะถูกว่ากล่าวสั่งสอนอย่างหยาบคายหรือดูค่า อย่างไรก็ไม่โกรธ อดทนได้เสมอ เพราะนึกถึงพระคุณของท่านเป็นอารมณ์

โดยสรุปลักษณะคนว่าง่ายสอนง่าย สรุปโดยย่อได้ ๓ ประการ คือ

๑. รับฟังคำสั่งสอนด้วยดี ไม่กลบเกลื่อน ไม่แก้ตัว ไม่เถียง ไม่ขัดคอ ไม่ศอกกลับ ไม่จ้องจับผิดท่าน

๒. รับทำตามคำสั่งสอนด้วยดี ไม่คือร้อน ดันทุรัง ไม่รีรอ อดอด กระบิิดกระบวน

๓. รับรู้คุณผู้สอนอย่างดี ไม่โกรธ ไม่คิดลบหลู่คุณท่าน อดทนได้ แม้ถูกว่ากล่าวสั่งสอนโดยหยาบคาย ไม่ว่าผู้สอนนั้นจะ

- เป็นผู้ใหญ่กว่า ซึ่งเราทำใจยอมรับได้ง่าย
- เป็นผู้เสมอกัน ซึ่งเราทำใจยอมรับได้ยากขึ้น
- เป็นผู้น้อยกว่า ซึ่งเราทำใจยอมรับได้ยากที่สุด

## ประเภทของคนว่าง่าย

โดยทั่วไป เรามักเข้าใจกันว่าคนที่เชื่อฟังผู้อื่น ไม่เถียงทำตามที่ทำนสั่งสอน คือ คนว่าง่าย ซึ่งนั่นเป็นความเข้าใจที่ยังไม่ถูกต้องนักเพราะ คนที่มีลักษณะดังกล่าว ยังอาจแบ่งออกได้เป็น ๓ ประเภท ตามสาเหตุที่ทำให้เป็นคนว่าง่ายนั้น ดังนี้

๑. ว่าง่ายเพราะเห็นแก่ได้ คือ คนที่เห็นแก่อำมิส รางวัล จึงว่าง่าย เช่น ลูกเชื่อฟังพ่อแม่เพราะอยากได้มรดก ลูกน้องเชื่อฟังเจ้านายเพราะอยากได้รางวัล พวกนี้เป็นคนว่าง่ายเทียม จัดเป็นพวก คนหัวประจบ

๒. ว่าง่ายเพราะขาดความเชื่อมั่นในตนเอง คือ ไม่มี ความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่มีความคิดเป็นของตนเอง ใครบอกให้ทำอะไรก็ทำ ขวนเรียนหนังสือก็เรียน ขวนไปเที่ยวก็ไป ขวนดื่มเหล้าก็ดื่ม ขวนเล่นการพนันก็เล่น ขวนไปวัดก็ไป ดิ่งไปไหนก็ไปด้วย เป็นพวกที่เรียกกันว่า คนหัวอ่อน เป็นคนว่าง่ายเทียมอีกเหมือนกัน จัดเป็นพวก คนโง่

๓. ว่าง่ายเพราะเห็นแก่ความดี คือ คนที่ยึดถือธรรมะเป็นใหญ่เห็นแก่ธรรมจึงว่าง่าย ต้องการปรับปรุงแก้ไขตนเองให้ดีขึ้น เมื่อมีผู้ว่ากล่าวตักเตือนชี้ข้อบกพร่องให้จึงพร้อมรับฟังด้วยดี ไม่ว่าผู้นั้นจะเป็นผู้ใหญ่กว่าหรือเด็กกว่าก็ตามจัดเป็นพวก คนว่าง่ายที่แท้จริง

## เหตุแห่งความว่าง่าย

สาเหตุที่ทำให้คนเราว่าง่ายสอนยาก มีอยู่ ๑๖ ประการ คือ

๑. มีความปรารถนาลามก เช่น อยากรวยจึงไปค้าฝิ่นค้าเฮโรอีน เล่นการพนัน ใครห้ามก็ไม่ฟัง อยากได้ยศได้ตำแหน่งสูง ๆ จึงทับถมเพื่อนร่วมงานกลัวเขาได้เกินหน้า ใครตักเตือนก็ไม่ฟัง

๒. **ชอบยกตนข่มท่าน** หลงตัวเองว่าวิเศษกว่าคนอื่น ไปถึงไหน ๆ ก็คิดแต่ว่าตนเก่งใคร ๆ ก็สู้เราไม่ได้ ทำให้เกิดความทะนงตนคือ ใครเตือนก็ไม่ฟัง

๓. **มีนิสัยมักโกรธ** พอมีใครเตือนใครสอนอะไรก็โกรธขึ้นมาทันที พอเตือนครั้ง สองครั้ง ก็มีอาการขึ้นมาทีเดียว “รู้แล้วนะ มาพูดซ้ำซ้ำอยู่ได้” “เดียวไม่ทำเลย” แล้วก็หน้าหงิกหน้างอ หน้านี้ชั่วขมวด คนพวกนี้ ว่ายาก

๔. **มีนิสัยผูกโกรธ** คือ ไม่ใช่โกรธธรรมดาแต่ใครทำให้โกรธหน่อย ก็เก็บผูกติดเอาไว้ในใจเป็นปี ๆ เลย คนพวกนี้ยิ้มไม่ค่อยเป็นหน้าบึ้งทั้งวันใครเตือนเข้าหน่อยหน้าบึ้งทั้งวัน ใครเตือนเข้าหน่อย เหมือนจะแยกเขี้ยวเข้าใส่จับทีเดียว ไม่ฟัง

๕. **มีความรังเกียจเหยียดหยามเพราะฤทธิ์โกรธ** คือ ไม่ใช่แค่หน้าบึ้งเฉย ๆ แต่พอโกรธ ใครเตือนทำให้ไม่พอใจแล้ว ก็แสดงอาการรังเกียจเหยียดหยามทันที เช่น กระต๊อบเท้าบึ้ง ๆ กระแทกประตูโครมคราม สะบัดหน้าหนี ถ่มน้ำลาย ฯลฯ

๖. **คิดต่อว่าต่อขาน** คือ พอมีใครมาตักเตือนเข้าแล้ว ก็เกิดอาการคันปากยิบ ๆ ขอให้ได้ต่อปากต่อคำแล้วจึงจะพอใจ เช่น ไปวัดมีคนเตือนให้แต่งตัวให้เรียบร้อย ก็ตอบทีเดียว “หนักหัวใคร” เป็นเสียอย่างนั้น ชอบพูดคำที่ทำให้ไกลต่อความโกรธ ทำให้ไม่ฟังคำแนะนำตักเตือน

๗. **คิดโต้แย้ง** คือ เมื่อมีผู้แนะนำตักเตือนให้เห็นข้อบกพร่องของตนแล้ว ก็รีบโต้แย้งแก้ตัวทันที เช่น ไปหาผู้ใหญ่แล้วแต่งตัวไม่เรียบร้อย พอมีคนเตือนเข้าก็แย้งทันทีว่า “ชอบแต่งตัวตามสบาย ไม่เสแสร้งแกล้งทำ” เป็นเสียอย่างนั้น

๘. **คิดตะเพิด** คือ ไม่สงบปากสงบคำรับเอาคุณความดี เกผู้หวังดี แต่กลับพูดจาระรานเขา เช่น “คุณนี่วัน ๆ ดีแต่นั่งจับผิดชาวบ้านเขาหรือไง” ตะเพิดเขาส่งไปเลย

๕. **คิดย้อน** คือ นอกจากไม่ฟังแล้วยังพูดย้อนให้เขาเจ็บใจ เช่น “คุณไม่ต้องมาสอนฉันหรอกน้า ฉันรู้จักเอาตัวรอดได้ ไปสอนสามี่คุณลูกคุณเถอะไป” พูดย้อนเขาได้แล้วจึงจะพอใจ

๑๐. **คิดกลบเกลื่อน** คือ พอมีใครพูดถึงข้อบกพร่องของตัวเองก็พูดกลบเกลื่อน เผลอออกไปเรื่องอื่น ไม่ยอมรับกลัวเสียหน้า

๑๑. **คิดนอกเรื่อง** คือ เมื่อมีคนเตือนแล้ว กลับมองเจตนาเขาไปอีกแห่งหนึ่งว่าเขาเตือนเพื่อหวังผลประโยชน์ กลายเป็นคนมองคนในแง่ร้าย จึงไม่ยอมรับฟัง

๑๒. **คิดปิดบังซ่อนเงื่อน** คือ เมื่อไปทำอะไรผิดมาแล้วไม่ยอมเปิดเผย จึงกลายเป็นคนมีชนกติดหลัง ใครพูดอะไรนิดอะไรหน่อยก็หวาดสะดุ้ง เกรงเขาจะรู้ความผิดของตัวเอง จึงมีใจขุ่นอยู่เสมอ ไม่เป็นอันตั้งใจฟังอะไรได้ กลายเป็นคนว่ายากสอนยาก

๑๓. **คิดลบหลู่ตีเสมอ** คือ เป็นคนไม่มีความกตัญญู ใครทำความดีไว้กับตัว ก็พยายามลบหลู่ตีเสมอเหยียบย่ำเขาลงไป เพราะเกรงจะเสียเกียรติจะติดหนี้บุญคุณเขา

๑๔. **คิดริษยาเห็นแก่ตัวจัด** คือ เป็นคนใจแคบ ใครมาแนะนำอะไรก็รับไม่ได้ เกรงว่าเขาจะเหนือกว่าตัว เกรงว่าเขาจะดีกว่าตัว

๑๕. **มีนิสัยโอ้อวด** ไปไหน ๆ ก็คุยอวดว่าตัวดี ตัวเก่ง พอคุยอวดบ่อย ๆ เข้า ก็จะทำให้ความรู้สึกกลั ก ๆ ในใจว่า ตัวเองเก่งแล้ว จึงไม่ยอมฟังคำเตือนของใคร

๑๖. **มีความเห็นผิด** เป็นมิจฉาทิฐิเห็นผิดไปจากความเป็นจริง เช่น เห็นว่าพ่อแม่ไม่มีพระคุณต่อเรา เห็นว่าการให้ทานไม่ควรทำ เพราะทำให้คนขี้เกียจ ฯลฯ เมื่อมีความเห็นผิดเช่นนี้แล้ว เวลาใครตักเตือนอะไรเข้าแม้เป็นสิ่งดีมีประโยชน์ เขาก็ยอมมองไม่ออก เห็นเป็นสิ่งไม่ดีอยู่นั่นเอง

## วิธีฝึกให้เป็นคนว่าง่าย

เมื่อเราทราบแล้วว่าที่เราเป็นคนว่าง่าย ก็เพราะนิสัยไม่ดีทั้ง ๑๖ ประการ ดังได้กล่าวมาแล้ว ดังนั้นเพื่อให้เป็นคนว่าง่ายเราก็ต้องกำจัดนิสัยที่ไม่ดีทั้ง ๑๖ ประการนั้น ให้ทุเลาเบาบางและหมดไปจากใจซึ่งทำได้ดังนี้

๑. หมั่นนึกถึงโทษของความเป็นคนหัวดีว่่ายาก ว่าทำให้ไม่สามารถรับเอาความดีจากใคร ๆ ได้ เหมือนคนเป็นอัมพาตที่แม้มีของดีรอบตัวก็หยิบเอามาใช้ไม่ได้เช่นนั้น หัวดีอวดมาก ๆ ลงท้ายก็ไม่มีใครอยากสอนอยากเตือน ต้องโง่ทั้งชาติทำผิดเรื่อยไป

๒. หมั่นนึกถึงพุทธพจน์ที่ว่า “ผู้ซึ่งโทษคือผู้ซึ่งขุมทรัพย์ให้”

๓. ฝึกให้เป็นคนมากด้วยความเคารพ มองคนในแง่ดี ใครมาแนะนำตักเตือนเราไม่ว่าเรื่องอะไรก็ตามนึกขอบคุณเขาในใจ เพราะแสดงว่าเขามีความปรารถนาดีต่อเราจึงได้มาเตือนไม่ว่าเรื่องที่เตือนนั้นจะถูกตองตามความเป็นจริงหรือไม่ก็ตาม ก็ให้รับฟังไว้ก่อน ไม่ด่วนเถียงหรือนึกดูหมิ่น เหยียดหยามเขา

๔. ฝึกการปวารณา คือ การออกปากยอมให้ผู้อื่นว่ากล่าวตักเตือนตน ไม่ว่าผู้นั้นจะมีอายุมากกว่า เท่ากัน หรือน้อยกว่าก็ตาม ตัวอย่างเช่น พระภิกษุมีวินัยอยู่ข้อหนึ่งว่า ในวันออกพรรษาให้มีการประชุมกันของพระภิกษุทั้งพระผู้ใหญ่และพระผู้น้อยในวันนั้น พระทุกรูปจะกล่าวคำปวารณากัน คือ อนุญาตให้ผู้อื่นว่ากล่าวตักเตือนตัวเองได้ เรียกว่า วันมหาปวารณา หลักการนี้ สามารถนำมาใช้กับคนทั่วไปได้ เช่น ในหน่วยงานต่าง ๆ ในครอบครัว ทำบ่อย ๆ แล้วจะเกิดความเคยชินเป็นนิสัย เป็นการฝึกให้เป็นคนว่าง่ายสอนง่าย

๕. ต้องฝึกสมาธิให้มาก เพื่อให้ใจผ่องใส หนักแน่น สามารถตรงตามคำแนะนำสั่งสอนของผู้อื่น มีใจสงบเยือกเย็นพอที่จะพิจารณาข้อบกพร่องของตนเอง และปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นได้

## เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับคนหัวดี

คนหัวดีในโลกนี้ อาจแบ่งใหญ่ ๆ ได้เป็น ๓ ประเภท คือ

๑. ดีเพราะความโง่หรือความซึ่เกียจ จัดเป็นพวกดีต่อต้าน
๒. ดีเพราะทริฏิมานะหลงตัวเองว่ารู้แล้ว จัดเป็นพวกดีตั้ง
๓. ดีเพราะโทะสะโกรธง่าย จัดเป็นพวกบ้า

ในการปกครองคนหัวดี ก็มีข้อพึงสังวรอยู่คือ

๑. พวกดีต่อต้าน คือ ดีเพราะฤทธิ์โง่หรือซึ่เกียจนั้น พวกนี้ชอบรับคำสั่ง คือมีอะไรก็ส่งไปให้ทำได้ แต่ไม่ชอบฟังคำสอน เพราะฟังไม่รู้เรื่องบ้าง ซึ่เกียจ ฟังบ้าง

๒. พวกดีตั้ง พวกนี้มีแวว ฉลาดอยู่เหมือนกัน แต่ว่ายังไม่เฉลียวรู้ แค่จุดใดจุดหนึ่ง ก็คิดว่าตัวเองรู้หมดแล้ว คือ ไม่รู้ว่าตัวยังไม่รู้ เวลาใช้งานคนพวกนี้ อย่าไปบังคับ อย่าไปสั่งอย่างเดียว เขาจะไม่ค่อยยอมรับต้องค่อย ๆ สอน ค่อย ๆ อธิบายให้เข้าใจ พุดให้เข้าใจถึงประโยชน์ของงานที่ทำ ถ้าไม่ใช่คนที่ทริฏิมามากจนเกินไป ก็จะเข้าใจและรีบไปทำได้แต่ถ้าใครหลงตัวจัดมาก พุดอย่างไรก็ไม่ฟังก็ต้องปล่อยไป

๓. พวกบ้า คือ พุดอะไรผิดหน่อย ก็โกรธ ฉุนเฉียวปึงปัง พวกนี้ยากจะเอามาใช้ประโยชน์ได้ รังแต่จะทำให้หมู่คณะแตกแยกวุ่นวายปล่อยให้เป็นหน้าที่ของจิตแพทย์จัดการดีกว่า

นอกจากนี้ยังมีข้อน่าสนใจอยู่อีกหน่อยว่า ในการปกครองพวกคนดีตั้งนั้น ถ้าหากว่ากล่าวสั่งสอนในขั้นแรกแล้วเขายังไม่ฟังจะอย่างไร คำตอบก็คือ ในขั้นที่สอง ก็ให้ลงโทษ อาจพักราชการ ตัดเงินเดือน หรืออะไรก็ได้แล้วแต่ความเหมาะสม ถ้าหากว่ายังไม่เชื่อฟังในทางศาสนามีวิธีแก้อยู่อีกอย่างหนึ่งคือ ท่านใช้คำว่า ลงพรหมทัณฑ์ บางแห่งเขาเรียก คำว่าบาตร ดั่งมีตัวอย่างเรื่องในสมัยพุทธกาล ดังนี้

นายฉันทะซึ่งเป็นคนตามเสด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเมื่อครั้งทรงมำกัณฐกะออกบรรพชา ภายหลังนายฉันทะได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุและเป็น

คนหัวดีมากเกินไปเป็นคนใกล้ชิด ใครจะสอนจะเตือนอย่างไรก็ไม่ฟัง พระ  
 อานนท์จึงกราบทูลถามพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่าจะทำอย่างไรดี พระบรม  
 ศาสตรา จึงทรงแนะนำว่า เมื่อเสด็จดับขันธปรินิพพานแล้วให้ลงพรหมทัณฑ์  
 พระฉันทะคือ ให้ภิกษุทุกรูปเลิกยุ่งเกี่ยวกับพระฉันทะให้เหมือนกับว่าไม่  
 มีพระฉันทะอยู่ในโลก พระฉันทะอยากจะทำอะไรก็ปล่อยให้ทำ ไม่มีใครยุ่ง  
 เกี่ยว ไม่มีใครพูดคุยด้วย ต่อจากนั้นไม่กี่วัน หลังจากไม่มีใครสนใจใยดีด้วย  
 กลายเป็นตัวประหลาดในท่ามกลางกลุ่มสงฆ์ พระฉันทะก็รู้สึกสำนึกตัว สารภาพ  
 ผิดต่อหมู่สงฆ์ และเลิกดี้อีกต่อไป

นี่การที่ทุกคนเลิกเกี่ยวข้องกับ ไม่ให้ความช่วยเหลือไม่รู้รู้อะไร  
 ทั้งสิ้น เรียกว่า ลงพรหมทัณฑ์

เพราะฉะนั้น ถ้าในที่ทำงานไหน หรือตามโรงเรียน ตามบ้าน ถ้าเกิด  
 มีลูกดีขึ้นมา ว่ายากสอนยากนัก พ่อแม่อาจจะลองลงพรหมทัณฑ์ลูกบ้าง  
 ก็ได้ แก่โรคคือได้ชะงัดนัก แต่ว่าถ้าเกิดพ่อดี หรือว่าแม่ดีขึ้นมา ลูกขึ้น  
 ไปลงพรหมทัณฑ์ ก็มีหวังโดนตะพัด ต้องดูให้พ่อแม่เหมาะสมเป็นกรณี ๆ ไป

## อานิสงส์การเป็นคนว่าง่าย

๑. ทำให้เป็นที่เมตตา อยากแนะนำพร้าสอนของคนทั้งหลาย
๒. ทำให้ได้รับโอวาท อนุศาสน์
๓. ทำให้ได้ธรรมะอันเป็นที่พึ่งแก่ตน
๔. ทำให้ละโทษทั้งปวงได้
๕. ทำให้บรรลุคุณธรรมเบื้องต้นได้โดยง่าย

“บุคคลควรเห็นผู้มีปัญญา

ที่คอยกล่าวคำขนาน ชี้อโทษของเราให้เห็น

ว่าเป็นคุณผู้ชื่อบอกขุมทรัพย์ให้

ควรคบกับบัณฑิตที่เป็นเช่นนั้น

เพราะเมื่อคบแล้ว

มงคลที่ ๒๙ เห็นสมณะ



อานิสงส์การเห็นสมณะ

# มงคลที่ ๒๙

## เห็นสมณะ

เด็กต้องการตัวอย่างที่ดีจากพ่อแม่ ครูอาจารย์ฉันใด ชาวโลกทั้งหลาย ก็ต้องการตัวอย่างที่ดี จากสมณะฉันนั้น

### ทำไมจึงต้องเห็นสมณะ

ความสุขทั้งหลายในโลกนี้มีอยู่ ๒ ประเภท คือ

๑. ความสุขที่ต้องอิงวัตถุภายนอกหรือความสุข เป็นความสุขทางเนื้อหนัง เช่น ได้ฟังเพลงเพราะ ๆ กินอาหารอร่อย ๆ ได้สัมผัสที่นุ่มนวล ฯลฯ จัดเป็นความสุขภายนอก ที่เห็นกันได้ง่าย

๒. ความสุขที่ไม่ต้องอิงวัตถุ เป็นความสุขที่เกิดขึ้นจากการเจริญภาวนาให้ใจสงบและเกิดปัญญา เป็นความสุขของผู้เข้าถึงธรรมจัดเป็นความสุขภายใน เมื่อเทียบกันแล้ว ความสุขภายใน อันเกิดจากความสงบนั้นเป็นสุขที่เลิศกว่าอย่างเทียบไม่ได้แต่เห็นและเข้าใจได้ยากกว่า

ความสุขภายในนั้น เป็นสิ่งที่ไม่น่าเชื่อว่าจะเป็นไปได้ เพราะเราคาดคะเนไม่ได้ เป็นเรื่องเฉพาะตัว ผู้ที่ยังไม่ปฏิบัติธรรมก็จะไม่พบกับความสุขชนิดนี้ ทำให้ไม่คุ้ม แม้อ่านจากตำราก็ยากจะเข้าใจ เช่นพระท่านบอกว่า ผู้ที่รักษาศีลแล้วจะมีจิตที่ร่าเริงแจ่มใส ถ้าคนยังไม่เคยปฏิบัติธรรมจะนึกค้ำันทันทีว่า คนรักษาศีลจะร่าเริงได้อย่างไร จะทำอะไรนิตะอะไรหน่อยก็ต้องคอยระวังจะผิดศีล สู้คนไม่มีศีลไม่ได้ จะดีมึนเหล่ากั้ดีมึน จะเที่ยวกั้เที่ยว เห็นพวกซี้เมา ร้องร่าทำเพลง เซียร์มวยแทงม้าส่งเสียงกันอึงคะนึงร่าเริงสนุกสนานกว่าตั้งเยอะ แล้วมาบอกว่ารักษาศีลแล้วจิตจะร่าเริงแจ่มใส อย่างมาหลอกกันให้ยากเลย เราไม่ยอมเชื่อหรอก

ต่อเมื่อใด ได้พบคนที่เข้าถึงความสุขชนิดนี้ได้ เห็นคนที่รักษาศีลมาแล้วอย่างดีเยี่ยม หน้าที่ท่านก็ผ่องใส ไม่บึ้งไม่ตึง พุดจากก็ไพเราะถึงได้เชื่อว่า เธอจริง คนที่รักษาศีลมาแล้วอย่างดี เขาร่าเริง แต่ร่าเริงอีกอย่างไม่เหมือนที่เราเคยเห็นไม่เหมือนที่เราเคยรู้จัก ถึงแม้ยังไม่เชื่ออย่างน้อยก็คิดที่จะทดลองทำตาม แม้ไม่ได้ทำตามก็ถูกคิดถึงการทำความดีบางอย่างขึ้นมา

คนที่เข้าถึงความสุขชนิดนี้ได้ คือ สมณะ ซึ่งถ้าใครได้เห็นแล้วจะเกิดแรงบันดาลใจให้คิดถึงธรรม เหมือนระเบิดที่ถูกจุดชนวนยอมแสดงอนุภาพออกมาเต็มที่ สติปัญญา ความรู้ความสามารถที่มีอยู่จะถูกสมณะกระตุ้นให้เอาออกมาใช้สร้างความดีให้เต็มที่

## สมณะคือใคร

สมณะ แปลว่า คนสงบ หมายถึงพระภิกษุที่ได้บำเพ็ญสมณธรรมฝึกฝนตนเองด้วยศีล สมาธิ ปัญญามาแล้วอย่างเต็มที่จนกระทั่งมีกายวาจาใจสงบแล้วจากบาป

สมณะทุกรูปจึงต้องเป็นพระภิกษุ แต่พระภิกษุบางรูปอาจไม่ได้เป็นสมณะก็ได้

“คนเราไม่ใช่จะเป็นสมณะเพราะหัวโล้น คนที่ไม่ทำกิจวัตรมีแต่พูดพล่อย ๆ มีความริษยากัน เป็นคนละโมภ จะจัดเป็นสมณะได้อย่างไร”

คนที่เราคาดคิดเรียกว่า “สมณะ” นั้น จะต้องเป็นผู้ระงับจากการทำบาปน้อยใหญ่เสีย

## ลักษณะของสมณะ

๑. สมณะต้องสงบกาย คือ มีความสำรวม ไม่คะนอง ไม่มีกิริยาร้าย เช่น ทูตตี ชกต้อย ฆ่าฟัน สะพายดาบ พกมีดพกปืน เดินขบวน หรือเอโลยกพวกเข้าชิงตีชิงเด่น แย่งที่อยู่ที่ทำกินกัน อันเป็นกิริยาของคนไม่สงบ คนที่เป็นสมณะไม่ว่าจะเข้าที่ไหนจะอยู่ที่ไหนย่อมจะไม่ทำความชอกช้ำแก่ใคร

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงชมพระโมคคัลลานะในเรื่องนี้ว่า ท่านแม้จะมีฤทธิ์เดชมาก แต่ไม่ว่าจะไปที่ใดก็ไม่เคยทำความช้ำชอกแก่ตระกูลนั้นเลย จะบิณฑบาตรับของถวายอะไรก็ตาม ก็คอยดูว่า เขาจะเดือดร้อนไหมรับแต่พอประมาณ เปรียบเหมือนแมลงภูบินเข้าสวนดูดอกไม้อันไหนนำสำราญ แต่ไม่เคยทำความช้ำชอกให้แก่ดอกไม้เลย

นอกจากนี้แล้วสมณะยังต้องคำนึงถึง “สมณसारูป” คือ จะทำอะไรต้องให้ควรแก่สมณวิสัย

๒. สมณะต้องสงบวาจา คือ ไม่เป็นคนปากร้าย ไม่นินทาว่าร้ายใคร ไม่ยุยงใส่ร้ายป้ายสีกัน จะเป็นระหว่างพระกับพระหรือพระกับฆราวาสก็ตามจะทำไปโดยอังกณะ อังกนิกาย อังกวัด อังพวกไม่ได้ทั้งนั้น มีแต่วาจาที่เป็นอรรถเป็นธรรมไม่ใช่วาจาเหมือนคมหอกคมดาบ แม้การพูดให้คนอื่นกระดากขวยเขิน เช่น พูดจาเกะแกะผู้หญิงเล่นสนุก ๆ ก็ผิดสมณसारูป

๓. **สมณะต้องสงบใจ** คือ ทำให้หยุดนิ่งเป็นสุขอยู่ภายในสงบจากบาปกรรม ตรีภิกขุถึงธรรมเป็นอารมณ์ ไม่ใช่ทำเป็นสงบแต่เปลือกนอกเหมือนเสือเผ่าจำศีล จิตใจของสมณะที่แท้ย่อมเต็มไปด้วยความเมตตากรุณา ไม่เป็นภัยต่อผู้ใด

การที่มีความสงบกาย วาจา ใจ ทั้ง ๓ ประการนี้ ส่งผลให้สมณะมีความสง่างามอยู่ในตัว มีคำอยู่ ๒ คำที่ใช้ชมความงามคน คือ ถ้าชมชายหนุ่มหญิงสาวทั่วไปเราใช้คำว่า สวยงาม แต่ถ้าจะชมสมณะ เราใช้คำว่า สง่างาม เป็นความงามที่สง่า และยังมีความสงบเสงี่ยมอยู่ในตัว ทั้งสง่างามและสงบเสงี่ยมแต่ไม่จ้อง ไม่กระจอกงก่งอ้อย เพราะมีความเชื่อมั่นในคุณธรรมที่ตนเองปฏิบัติอยู่ มีความอึดเอิบอยู่ในธรรม เป็นตัวอย่างให้เห็นถึงอานิสงส์ของการประพฤติปฏิบัติชอบ

“สมณะเป็นมาตรฐานความประพฤติของชาวโลกทั้งหลาย”

## ลักษณะของสมณะในเชิงปฏิบัติ

๑. **สมณะต้องไม่ทำอันตรายใคร** ไม่ว่าทางกายหรือทางวาจาก็ไม่ทำความเดือดร้อนให้ใคร แม้ในความคิดก็ไม่คิดให้ร้ายใคร

๒. **สมณะต้องไม่เห็นแก่ลาภ** ดำรงชีพอยู่เพียงเพื่อทำความเพียร มีความสันโดษ ไม่เป็นคนเห็นแก่กิน เห็นแก่ปากแก้อท้อง

๓. **สมณะต้องบำเพ็ญสมณธรรม** พยายามฝึกฝนตนเองไม่เอาแต่นั่ง ๆ นอน ๆ กิจวัตรของตน เช่น การสวดมนต์ ทำวัตร การศึกษาพระธรรมวินัย กิริยามารยาทต่าง ๆ ตั้งใจฝึกฝนอย่างเต็มที่

๔. **สมณะต้องบำเพ็ญตบะ** คือ ทำความเพียรเพื่อละกิเลสเป็นทหารในกองทัพธรรมอย่างเต็มที่ ตั้งใจรบเอาชนะกิเลสให้ได้ ไม่ว่าจะโดยการเดินจงกรม ทำสมาธิ ฝึกธุดงค์ ก็ตาม

## ชนิดของการเห็นสมณะ

การเห็นของคนแบ่งออกเป็น ๓ ระดับ

๑. **เห็นด้วยตา** เรียกว่า พบเห็น คือ เห็นถึงรูปร่าง ลักษณะกิริยามารยาทอันสง่างาม และสงบของท่าน

๒. **เห็นด้วยใจ** เรียกว่า คิดเห็น คือ นอกจากจะเห็นตัวท่านซึ่งเป็นสมณบุคคลแล้ว ยังพิจารณาตรองดูด้วยใจจนสามารถคาดคะเนได้ถึงคุณธรรมภายใน ที่ทำให้ท่านสงบเสถียร แต่สง่างามอย่างน่าอัศจรรย์ หรือเรียกว่า เห็นถึงสมณธรรมของท่าน

๓. **เห็นด้วยญาณ** เรียกว่า รู้เห็น คือ ไม่ใช่เป็นเพียงการคิดคาดคะเนถึงคุณธรรมของท่านเท่านั้น แต่เห็นด้วยญาณทัศนะ เห็นด้วยปัญญาทางธรรมที่เดียวว่า ท่านมีคุณธรรมมากเพียงใด เป็นการเห็นของผู้ที่ปฏิบัติธรรมมาดีแล้ว จนเข้าถึงธรรมภายในตัว แล้วก็อาศัยธรรมภายในตัวมองทะลุเข้าไปในใจคนอื่นได้ การเห็นชนิดนี้ชัดเจนถูกต้องแน่นอนไม่มีการผิดพลาด

## กิจที่ควรทำเพื่อให้เกิดประโยชน์จากการเห็นสมณะ

ในการเห็นสมณะนั้น ถ้าหากเห็นเพียงชั่วขณะ เช่น เห็นท่านเดินผ่านไป หรือเราเผอิญเดินไปเห็นท่านแล้วก็ผ่านเลยไปอย่างนั้นได้ประโยชน์ไม่เต็มที่ เพื่อให้ได้ประโยชน์เต็มที่จากการเห็นสมณะ พึงกระทำดังนี้

๑. **ต้องเข้าไปหา** หมายถึง เข้าไปช่วยทำกิจของท่าน เช่น บัดกวด เช็ดถูกุฏิของท่าน ช่วยซักสบง จีวรของท่าน เป็นต้น

๒. **ต้องเข้าไปบำรุง** หมายถึง จัดหาปัจจัย ๔ ไปถวายท่าน ท่านจะได้ไม่มีการะมาก และจะได้มีเวลามีโอกาสได้สนทนาธรรมกันมากขึ้น

๓. ตามฟัง หมายถึง ตั้งใจฟังคำเทศน์ คำสอนของท่าน ด้วยใจจดจ่อ
๔. ตามระลึกถึงท่าน หมายถึง เมื่อพบท่านได้ฟังคำสอนของท่านแล้วก็ตามระลึกถึงทั้งกิริยามารยาทของท่าน คำสอน โอวาทของท่าน นำมาไตร่ตรองพิจารณาอยู่เสมอ
๕. ตามดูตามเห็น หมายถึง ดูท่านด้วยตาเนื้อของเราด้วยความเลื่อมใสศรัทธาอย่างหนึ่ง และตามดูท่านด้วยความคิดและปัญญาทางธรรมให้เห็นตัวสมณธรรมของท่านอีกอย่างหนึ่ง เห็นท่านอย่างไรเราก็ทำตามอย่างนั้น ไม่ดื้อรั้น

## เหตุที่ชาวโลกอยากให้สมณะหรือพระมีศีลไปเยี่ยมบ้าน

เมื่อสมณะหรือพระผู้มีศีลบริสุทธิ เข้าสู่สกุลใดมนุษย์ทั้งหลายในสกุลนั้นย่อมประสพบุญเป็นอันมากด้วยฐานะ ๕ ประการ ดังนี้

๑. จิตของเขาย่อมเลื่อมใสเพราะได้เห็นสมณะ เป็นผลให้สกุลนั้นชื่อว่า ปฏิบัติข้อปฏิบัติที่เป็นไปเพื่อสวรรค์
๒. เขาย่อมพากันต้อนรับกราบไหว้ให้อาสนะแก่สมณะซึ่งเข้าไปสู่สกุล เป็นผลให้สกุลนั้นชื่อว่า ปฏิบัติข้อปฏิบัติที่เป็นไปเพื่อการเกิดในสกุลสูง
๓. เขาย่อมกำจัดมลทินคือความตระหนี่เสียได้ในสมณะซึ่งเข้าไปสู่สกุล เป็นผลให้สกุลนั้นชื่อว่า ปฏิบัติข้อปฏิบัติที่เป็นไปเพื่อการได้เกียรติศักดิ์อันยิ่งใหญ่
๔. เขาย่อมแจกจ่ายทานตามสติกำลังในสมณะผู้เข้าไปสู่สกุลเป็นผลให้สกุลนั้นชื่อว่า ปฏิบัติข้อปฏิบัติที่เป็นไปเพื่อการได้โภคะใหญ่
๕. เขาย่อมได้ถาม สอบสวน ฟังธรรม จากสมณะซึ่งเข้าไปสู่สกุล เป็นผลให้สกุลนั้นชื่อว่า ปฏิบัติข้อปฏิบัติที่เป็นไปเพื่อการได้ปัญญาใหญ่

## ข้อควรปฏิบัติเมื่อพบสมณะ

๑. ถ้าไทยธรรมมีอยู่ ฟังต้อนรับด้วยไทยธรรมนั้น ตามสมควร
๒. ถ้าไทยธรรมไม่มี ฟังกราบด้วยเบญจางคประดิษฐ์
๓. ถ้าไม่สะดวกในการกราบ ก็ประนมมือไหว้
๔. ถ้าไหว้ไม่สะดวก ก็ยืนตรง หรือแสดงความเคารพด้วย วิธีใดวิธีหนึ่ง เช่น หลีกทางให้
๕. อย่างน้อยที่สุด ต้องแลดูด้วยจิตเลื่อมใส

## อานิสงส์การเห็นสมณะ

๑. ทำให้ได้สติ จุกคิดถึงบุญกุศล
๒. ทำให้เกิดแรงบันดาลใจที่จะทำความดีตามท่าน
๓. ทำให้ตาผ่องใสดุจแก้วมณี
๔. ทำให้เป็นผู้ไม่ประมาท
๕. ชื่อว่าได้บูชาพระรัตนตรัยอย่างยิ่ง
๖. ทำให้ได้สมบัติ ๓ โดยง่าย
๗. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย

## ตัวอย่างอานิสงส์การเห็นสมณะ

พระสารีบุตรสมัยที่ยังเป็นกุลบุตรชื่ออุปติสสะ เกิดในตระกูลที่มั่งคั่ง ได้ศึกษาศิลปวิทยาการ ทางโลกมาจนเจนจบ วิชา ๑๘ ประการ เรียนจนสำเร็จหมด ก็ต้องการแสวงหาโมกขธรรม จึงออกบวชในสำนักของสังขชัยปริพาชก เพราะขณะนั้นพุทธศาสนายังไม่บังเกิดขึ้น ศึกษาจนหมดแล้วก็ยังไม่สามารถปราบกิเลสในตัวได้ จึงออกท่องเที่ยวไปโดยหวังว่าอาจพบพระอรหันต์ในโลกนี้

อยู่มาวันหนึ่ง ไปพบพระอัสนธิ ซึ่งเป็นพระอรหันต์แล้ว กำลังเดิน  
 บิณฑบาตอยู่ เห็นท่านมีผิวพรรณผ่องใส กิริยามารยาทงดงาม ท่าทางสงบ  
 สบายเกิดความเลื่อมใส จึงติดตามไปและจัดที่นั่งให้ท่านฉันอาหารรอนท่าน  
 ฉันเสร็จเรียบร้อยแล้วก็เข้าไปกราบ เรียนถามท่านว่า

“ท่านขอรับ อินทรีย์ของท่านผ่องใสยิ่งนัก ผิวพรรณก็บริสุทธิ์ท่าน  
 ตั้งใจบวชเฉพาะใคร ใครเป็นศาสดาของท่าน ท่านชอบใจธรรมของใคร?”

พระอัสนธิตอบว่า

“พระมหาสมณะผู้เป็นบุตรศากยราช ผู้ออกบวชจากศากยตระกูล  
 นั้นมีอยู่ เราตั้งใจบวชเฉพาะพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น พระผู้มีพระ  
 ภาคเจ้านั้นเป็นศาสดาของเรา เราชอบใจธรรมของพระผู้มีพระภาคเจ้า  
 พระองค์นั้น

พระสารีบุตรถามต่อว่า

“ศาสดาของท่านมี ปกคิสอนอย่างไร?”

พระอัสนธิตอบว่า

“เราเป็นผู้บวชใหม่อยู่ เพิ่งเข้าสู่ธรรมวินัยนี้ไม่นาน เราไม่อาจแสดง  
 ธรรมให้พิสดารได้ แต่เราพอจะแสดงได้เฉพาะความย่อ

ธรรมเหล่าใดเกิดขึ้นแต่เหตุ พระตถาคตเจ้าทรงแสดงเหตุแห่งธรรม  
 นั้นและความดับแห่งธรรมนั้น พระมหาสมณะมีปกคิตรัสสอนอย่างนี้”

พระสารีบุตรท่านฟังแล้ว ตรองตามก็ได้เข้าถึงธรรมสำเร็จเป็นพระ  
 โสดาบันอยู่ตรงนั้นเอง

พวกเราฟังดูแล้วเป็นอย่างไร ธรรมที่พระอัสนธิทรงแสดงฟังแล้วก็  
 งั้น ๆ ไม่ค่อยเข้าใจ ไม่ค่อยซาบซึ้งเท่าไร เพราะภพในอดีตพบเห็นสมณะมาก  
 มาก แต่ยังไม่ค่อยได้ใส่ใจ แค่มองเห็นด้วยตาเนื้อ ยังไม่ได้คิดเห็นด้วยใจ หรือ  
 รู้เห็นด้วยญาณทัสนะถึงคุณธรรมของท่าน

แต่พระสารีบุตรท่านไม่ใช่อย่างเรา ท่านเห็นสมณะข้ามภพข้ามชาติ  
 มาก เห็นแล้วก็ไม่ใช่เพียงพบเห็น แต่พยายามทั้งคิดเห็น รู้เห็น ถึงคุณธรรม  
 ของท่าน พยายามตรีกตรองให้เข้าใจให้ได้ มาในภพนี้ พระอัสสชิเทศน์เพียง  
 สั้น ๆ ย่อ ๆ เท่านั้นท่านก็ได้สำเร็จเป็นพระโสดาบัน นี่คืออานิสงส์ของการเห็น  
 สมณะทั้งภพในอดีต และภพชาติปัจจุบัน

นอกจากที่เราลองสังเกตถึงคุณธรรมของท่านทั้งสองต่อไปอีก พระ  
 สารีบุตรก็เป็นคนรู้จักกาลเทศะ รอปรมนิบัติจนพระอัสสชินั่งภัตตาหารเสร็จ  
 แล้วจึงได้ถามธรรมะ พระอัสสชิเองก็มีความอ่อนน้อมต่อมตนเต็มที ตนเอง  
 เป็นถึงพระอรหันต์แล้ว แต่ก็ยังต่อมตนว่ายังเป็นผู้บวชใหม่อยู่ เพิ่งเข้าสู่ธรรม  
 วินัยนี้ไม่นาน ยังไม่อาจแสดงธรรมโดยพิสดารได้ ได้แต่แสดงแบบย่อ ๆ

เพราะฉะนั้นพวกเราทุกคน ใครที่นึกเอาว่าตนเองเก่งนักเก่งหนา  
 วางก้ามวางโตนะ ลองถามตัวเองดูก่อนเถอะว่าคุณธรรมในตัวนั้นมีขนาดไหน  
 เก่งกล้าสามารถจริงแล้วหรือ ถึงได้อวดเบ่งอย่างนั้น อย่าเลยมาฝึกฝนตนเอง  
 ให้มีคุณธรรมจริงแต่ไม่อวดตัวอวดเบ่งอย่างพระอัสสชิและให้มีความเคารพ  
 รู้จักเห็นสมณะอย่างพระสารีบุตรกันเถิด



มงคลที่ ๓๐ สันทนาธรรมตามกาล



# มงคลที่ ๓๐

## สนทนาธรรมตามกาล

การพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดด้วยจิตเมตตา เป็นที่มาแห่งความเจริญก้าวหน้าของวิชาการทางโลกอันใด การสนทนาธรรมตามกาลด้วยความเคารพในธรรม ก็ย่อมนำมาซึ่งสติปัญญาอันเป็นหนทางเพื่อความพ้นทุกข์อันนั้น

### ทำไมจึงต้องสนทนาธรรมตามกาล

“ปัญญา นรานํ รตนํ  
ปัญญาเป็นรัตนะของคน”

นี่คือพุทธวจนะที่แสดงให้เห็นคุณค่าของปัญญา เพราะชีวิตคนนั้นมีปัญหามาก ปัญหาเหล่านั้นล้วนต้องแก้ด้วยปัญญา ใครมีปัญหามากก็เหมือนมีแก้วสารพัดนึกไว้ในตัว ย่อมสามารถฝ่าฟันอุปสรรคและปัญหาต่าง ๆ ได้โดยง่าย

ปัญญาเกิดได้จาก ๒ เหตุใหญ่คือ

๑. จากการฟังธรรมของกัลยาณมิตร ผู้มีปัญญาจริง
๒. จากการพิจารณาไตร่ตรองโดยแยกคาย

วิธีลัดที่จะทำให้เกิดปัญญาอย่างรวดเร็ว คือ การสนทนาธรรมตามกาล ซึ่งเป็น การบังคับให้ตนเองต้องทั้งฟังทั้งพูด ต้องเป็นนักฟังที่ดี ฟังผู้อื่นพูดด้วยความตั้งใจ ฟังแล้วก็ต้องพิจารณาไตร่ตรองโดยแยกกายตามไปทันที สงสัยอะไรก็สามารถซักถามได้ นอกจากนั้นถ้าตนเองมีความรู้ในธรรมะเรื่องใดก็นำมาพูดเล่าให้ผู้อื่นฟังได้ด้วย

แต่ทั้งหมดนี้จะต้องทำอย่างระมัดระวัง มิฉะนั้นจะเกิดโทษมากกว่าคุณ

## สนทนาธรรมตามกาลคืออะไร

*การสนทนาธรรมตามกาล คือการพูดคุยซักถามธรรมะซึ่งกันและกัน ระหว่างคน ๒ คนขึ้นไป มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดปัญญาโดยรู้จักเลือกและแบ่งเวลาให้เหมาะสม ซึ่งจะทำให้ได้รับความเบิกบานใจ มีความสุขความเจริญและบุญกุศลไปในตัวด้วย*

ในพระพุทธศาสนา คำว่า “ธรรม” มีความหมายกว้าง ๆ อยู่ ๒ ประการคือ

๑. ธรรมหมายถึงความจริงตามธรรมชาติ เช่น คนเราต้องเกิด ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย นี่เป็นธรรมะ คือความเป็นจริงตามธรรมชาติ

๒. ธรรมหมายถึงความดีความถูกต้อง เช่น การให้ทานเป็นความดี การรักษาศีล มีเมตตา กรุณา เป็นความดี ความกตัญญูกตเวทีต่อพ่อแม่เป็นความดี ใครปฏิบัติตามสิ่งเหล่านี้เรียกว่าปฏิบัติธรรม

การสนทนาธรรมที่ถูกต้อง จึงหมายถึง การสนทนาให้รู้ว่าสิ่งใดเป็นอกุศลธรรมความชั่ว จะได้ละเว้นเสีย สิ่งใดเป็นกุศลธรรมความดีจะได้ตั้งใจทำให้มาก และสิ่งใดเป็นอภัยกตธรรม คือ ความจริงตามธรรมชาติไม่ดีไม่ชั่ว ก็รู้เท่าทันทุกประการ จะได้ไม่หลงเข้าใจผิดให้เกิดทุกข์

## ความยากในการสนทนาธรรม

การสนทนาธรรม หรือที่เรียกกันง่าย ๆ ว่า “คุยธรรมะ” นั้นดูเผิน ๆ ก็ไม่น่ายาก ก็เหมือนคนมาคุยกันตามธรรมดาอันนั้นแหละ เราก็คุยกันออกบ่อยไป เพียงแต่เรื่องที่คุยเป็นเรื่องธรรมะเท่านั้น แต่ตามความเป็นจริงแล้ว ผู้ที่ดูเบาในการสนทนาธรรม พูดคุยธรรมะกันได้ไม่นานก็มักมีเรื่องวงแตก กันอยู่บ่อย ๆ พอลูกนั่งตีมเหล็กคุยธรรมะกันพอบอกกinyaถ่ายพยาธิไม่บาป เพราะไม่เจตนาฆ่า ลูกบอกบาปเพราะรู้ว่ามันจะต้องตายก็ยังไม่กinyaถ่าย เคียงกันไป เคียงมาไม่กี่คำ พอคว่ำปิ่นลูกของโลียงเสียวรอบบ้าน อย่างนี้ก็มิ นีก็เพราะดูเบาในการสนทนาธรรม ความยากในการสนทนาธรรมนั้นเป็นเพราะ

๑. **คู่สนทนาต้องพูดธรรมะเป็น** คือ เมื่อเข้าใจอย่างไรแล้ว ก็สามารถถ่ายทอดเป็นคำพูดให้เขาเข้าใจตามนั้นได้ด้วย โดยยึดหลักการพูดในมงคลที่ ๑๐ มีวาจาสุภาสิตเป็นบรรทัดฐาน จะได้ไม่เกิดการแตกร้างเข้าใจผิดแก่ผู้ฟัง คือ

- ๑.๑ เรื่องที่พูดต้องเป็นเรื่องจริง
- ๑.๒ เรื่องที่พูดนั้นเป็นเรื่องมีประโยชน์
- ๑.๓ ต้องพูดด้วยถ้อยคำที่ไพเราะ
- ๑.๔ ต้องพูดถูกกาลเทศะ
- ๑.๕ ต้องพูดด้วยจิตเมตตา

การพูดธรรมะนั้นจะต้องยึดเอาความถูกต้องเป็นหลัก ไม่ใช่พูดเอาความถูกใจ คนส่วนมากในโลกนี้ชอบให้เขาชม แต่ว่าสนทนาธรรมกันแล้วมันไปนั่งชมอยู่อย่างเดียว “คุณก็เก่ง ฉันทก็เก่ง” เตียวก็ได้บ้างกันทั้งคู่ แต่ก็ไม่ใช่มานั่งตีอย่างเดียว “คุณนิสสัยอันไหนก็ไม่ดี อันนี้ก็ไม่ได้” คนเรายังไม่หมดกิเลส เตียวก็ทนกันไม่ได้ ยิ่งถ้าแถมมีการยกตนข่มท่านเข้าไปอีก หรือไม่ก็ยกสำนักมาอวดกัน “ถึงฉันทไม่เก่ง อาจารย์ฉันทก็เก่งนะ” อะไรทำนองนี้ เตียวก็ผูกใจเจ็บกัน สนทนาธรรมไปได้ ๒-๓ คำ จะกลายเป็นสนทนากรรมไป จะต้องมีความพอเหมาะพอดี รู้จักใช้วาจาสุภาสิต

๒. **คู่สนทนาคือต้องฟังธรรมเป็น** การฟังธรรมนี้ดูเผิน ๆ เหมือนจะง่าย ถึงเวลาก็แค่นี้ไปนั่งฟังไม่เห็นจะมีอะไร แต่ในความเป็นจริงแล้วการฟังธรรมะที่ถูกต้อง คือฟังด้วยความพิจารณา แต่การรู้จักควบคุมใจให้พิจารณาตามธรรม หยิบยกเอาประโยชน์จากการฟังนั้นยาก ยากกว่าการพูดธรรมะให้คนอื่นฟังหลายเท่า ที่ว่ายากนั้นก็เพราะ

๒.๑ **ยากที่จะควบคุมใจให้อยากฟังธรรม** เพราะการฟังธรรมนั้นไม่สนุกเหมือนการไปฟังละคร ฟังเพลง ถ้าไม่รู้จักควบคุมตนเองฟังไปไม่ได้สักนิด หนึ่งตาก็เริ่มหนัก พาลจะหลับเอา หรือไม่อย่างนั้นก็นั่งใจลอย คิดไปถึงเรื่องอื่น มีผู้เปรียบว่า การควบคุมใจให้อยากฟังธรรมะนั้น ยังยากกว่าคุณลิงให้หนึ่งนั่ง ๆ เสียวอีก

๒.๒ **ยากที่จะยอมรับธรรมะที่ได้ยินนั้นเข้าไปสู่ใจ** ทั้งนี้ก็เพราะกิเลสต่าง ๆ ในตัวเรา เช่น ความหวัหือ ความถือตัว ความเห็นผิด ฯลฯ มันคอยต่อต้านธรรมะไว้ พอเรื่องธรรมะที่ได้ฟังขัดกับความเคยชินประจำตัว เช่น ฟังว่าต้องมีวินัยให้ข้ามถนนตรงทางม้าลาย ฟังแล้วก็เริ่มขัดใจ เพราะมันขัดกันกับความเคยชินของตัวเอง ขัดกับกิเลสในตัวเลยไม่ค่อยจะยอมรับ มันนึกค้ำในใจ

ผู้ที่ฟังธรรมเป็นนั้น จะต้องหมั่นฟังธรรมบ่อย ๆ จนเคยชินฝึกเป็นคนมีความเคารพ มองคนอื่นในแง่ดี มีความอ่อนน้อมถ่อมตน ไม่ถือตัว มีความสันโดษ ไม่ฟังเพื่อหือเทิม รู้จักพอ รู้จักประมาณ และมีความกตัญญู รู้อุปการคุณที่ท่านทำแล้วแก่ตน จะทำให้มีอหยาตัยไฝ่ธรรม ฟังธรรมเป็น สามารถรองรับธรรมะที่ได้ยินได้ฟังนั้นได้

๓. **คู่สนทนาคือสนทนาธรรมเป็น** คือ ต้องทั้งฟังด้วย และพูดด้วย ในเวลาเดียวกัน เขาพูดเราฟัง เราพูดเขาฟัง บางอย่างเราไม่อยากจะฟัง แต่เมื่อเขาพูดเราก็จำต้องฟัง บางอย่างเราอยากจะพูด แต่ไม่มีจังหวะที่จะพูดก็จำต้องระงับใจไว้ไม่พูด เมื่อตอนสอนคนอื่นเขาไม่มีใครค้านสักคำ นั่งฟัง

ยอมเราหมด แต่ตอนสนทนาธรรม เราจะต้องลดตัวลงมาอยู่ในฐานะเป็นทั้งคนพูดทั้งคนฟัง ถ้าพูดถูกเขาก็ชม พูดผิดเขาก็ค้าน อาจถูกตี ถูกขัด ถูกแขวะ ถูกชม ถูกค้าน ได้ตลอดเวลา ซึ่งตรงนี้แหละที่ยั่วกิเลสหนักหนา ถ้าไม่ควบคุมใจให้ดี กิเลสมันก็คอยจะออกมาจู้จี้จ้านให้ได้ ขึ้นต้นคนกับคนคุยธรรมะกัน ไปได้ไม่กี่น้ำ กิเลสกับกิเลสมันออกมาโต้กันให้ยุ่งไปหมด

ผู้ที่จะสนทนาธรรมได้ จึงต้องฝึกขันติจนมีความอดทนต่อการถูกตี เป็นเลิศ ทนคำพูดที่ไม่ชอบใจได้ทั้งจากคนที่สูงกว่า และต่ำกว่า มีความว่าง่ายสอนง่ายในตัว และต้องเลือกคู่สนทนาเป็นคือ ต้องเป็นคนประเภทสมณะ ใฝ่สงบด้วยกัน

มีผู้อุปมาไว้ว่า การพูดธรรมะให้คนอื่นฟังก็เหมือนชกมวย ชกจนหมดแรงเราก็ไม่เจ็บสักนิด ลมมันแพ้เราทุกที ที่นี้การฟังธรรมที่คนอื่นพูด เหมือนการชกกระสอบทราย คือ ชกไปก็รู้สึกเจ็บมือมาบ้าง ฟังเขาพูดก็เหมือนกันใจเราสะท้อนบ้าง แต่การสนทนาธรรมนั้นเหมือนการขึ้นชกบนเวทีจริง ๆ เราชกเขา เขาชกเรา ชกกันไปชกกันมา ถูกล่อถูกหลอก ถูกกวมใจตลอดเวลา ถ้าไม่ระวังให้ดี อาจทนไม่ได้โกรธขึ้นมาตนเองกลายเป็นคนพาลไป

## ข้อควรปฏิบัติในการสนทนาธรรม

๑. ต้องชำระศีลให้บริสุทธิ์ก่อน ถ้าเป็นฆราวาสก็ต้องรักษาศีล ๕ ให้บริสุทธิ์ หรือถ้ารักษาศีล ๘ มาล่วงหน้าสัก ๗ วัน ก่อนสนทนาได้ยิ่งดี ไม่ใช่เพิ่งสร้างมาแล้วมาคุยธรรมะกันหรือว่ากินเหล้าไปก็คุยธรรมะไปอย่างนั้นใช้ไม่ได้

๒. ต้องหมั่นเจริญสมาธิภาวนาเป็นประจำ โดยเฉพาะอย่างยิ่งก่อนสนทนาธรรมถ้าได้ทำสมาธิก่อนจะดีมาก เพราะใจจะผ่องใสดีทำสมาธิเหมือนอย่างกับว่า ทั้งเนื้อทั้งตัวของเราเป็นก้อนธรรมทั้งก้อน ให้ตัวเป็นธรรมใจเป็นธรรมเสียก่อนแล้วจึงมาสนทนาธรรมกัน

๓. แต่งกายสุภาพ ที่แรกเราชำระศีลให้บริสุทธิ์นั้นกายกับวาจาเป็นธรรมแล้ว พอเราทำสมาธิบ่อย ๆ เข้า ใจของเราก็เป็นธรรมด้วยถึงเวลาจะสนทนา ก็ต้องแต่งกายให้สุภาพ ให้เครื่องประกอบกายของเราก็เป็นธรรมด้วย ไม่ใช่เสื้อผ้าสีบาดตา แบบก็สุภาพ สะอาด ถ้าเป็นชุดขาวได้จะดีมาก

๔. กิริยาสุภาพ จะยืน จะเดิน จะนั่ง ให้เรียบร้อย หนักแน่น สงบ เสียงลม ส้ารวม มีกิริยาเป็นธรรม ไม่ให้กิริยาของเราทำให้ผู้อื่นขุ่นใจ เช่น เดินลงบันไดมาบัง ๆ

๕. วาจาสุภาพ คือ มีวาจาสุภาษิตตั้งได้กล่าวมาแล้ว ไม่พูดเสียงดัง ไม่สรวลเสเฮฮา ไม่ยกตนข่มท่าน ไม่รู้บอกกว่าไม่รู้ ควรชมก็ชม ควรติก็ติ แต่ไม่ต่ำ

๖. ไม่กล่าวคำนพุทธพจน์ หรือปฏิเสธรรตถกถาฎีกา\* โดยเด็ดขาด เพราะพุทธพจน์คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้น โดยเนื้อแท้แล้วย่อมถูกต้อง ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ อรรถกถาหรือฎีกาเกือบทั้งหมดก็ถูกต้อง ขึ้นอยู่กับว่า สติปัญญาของเรามีพอจะไตร่ตรองตามท่านหรือไม่ถ้าเราไปกล่าวคำนหรือปฏิเสธโดยเด็ดขาดไปแล้ว ประการแรก ก็ไม่รู้จะใช้อะไรเป็นมาตรฐาน ประการที่ ๒ หากคู่สนทนาอธิบายหรือชี้แจงถึงเหตุผลให้เราฟัง แม้เราจะเข้าใจก็อาจไม่ยอมรับเพราะกลัวเสียหน้ามีทิฐิ ทำให้เกิดกาวีวาทบาดหมางใจกันได้ ดังนั้น สำหรับอรรถกถาหรือฎีกา เมื่อไม่เห็นด้วยก็ควรแสดงเพียงแต่ว่ารู้สึกสงสัย หรือแสดงความเห็นของตนว่าน่าจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้มากกว่า พร้อมกับขอความเห็นจากคู่สนทนา

(\*อรรถกถา คือ หนังสือที่พระภิกษุสงฆ์อรรถกถาจารย์ในสมัยก่อนโน้นเขียนขึ้นเพื่ออธิบายขยายความเนื้อหาในพระไตรปิฎกให้เข้าใจง่ายขึ้น เหมือนเป็นหนังสือคู่มือพระไตรปิฎกนั่นเอง)

\*ฎีกา คือ หนังสือคู่มือที่อธิบายอรรถกถาให้เข้าใจง่ายขึ้น เหมือนเป็นหนังสือคู่มือของคู่มือพระไตรปิฎกนั่นเอง)

๓. ไม่พูดวาจาที่ทำให้เกิดความแตกร้าง ไม่ใช้คำพูดก้าวร้าวรุนแรง แต่ใช้วาจาที่ก่อให้เกิดความสามัคคี ประสานน้ำใจ

๔. ไม่แสดงอาการโกรธเมื่อถูกขัดแย้ง เราพูดอะไรไปถ้าเขาเข้ามาอย่าเพิ่งโกรธ ให้พิจารณาไตร่ตรองดูโดยแยกกาย เพราะบางที่เราอาจมองข้ามอะไรบางอย่างไป เรื่องบางเรื่องอาจถูกในที่หนึ่ง แต่ผิดในอีกที่หนึ่ง ขึ้นอยู่กับเวลาและสถานที่ ถ้าเราด่วนโกรธเสียก่อนความคิดที่จะไตร่ตรองตามก็ไม่มี ปัญญาของเราจะถูกความโกรธปิดบังหมด ๑๐๘

๕. ไม่ปรารถนาลามก คิดที่จะให้ตนมีชื่อเสียง อยากเด่นอยากดัง ตั้งใจจะฉีกหน้าผู้อื่นเพื่อให้ตนดัง ถ้าวันไหนจะไปสนทนาศรรคม แล้วเกิดความรู้สึกอยากจะไปฉีกหน้าใคร วันนั้นนอนอยู่บ้านดีกว่า มันไม่เป็นธรรม ตั้งแต่ต้นแล้ว อย่าไปแกว่งปากหวานรกละ

๑๐. ตั้งจิตไว้ว่าจะสนทนาศรรคมเพื่อให้เกิดปัญญา จะเอาความรู้เราไปต่อเอาความรู้คนอื่นเขามา ไม่ใช่ไปเพื่ออวดรู้ แต่จะไปแลกเปลี่ยนความรู้กัน

๑๑. ไม่พูดออกนอกเรื่องที่ตั้งประเด็นไว้ ไม่อย่างนั้นจะกลายเป็นอวดดี หรือินินทาคนอื่นไป เช่นพูดเรื่องบาป พูดไปพูดมา กลายเป็นว่า “ฉันนะไปทำทานไว้ที่นั่นที่นี้” กลายเป็นอวดว่าฉันใจบุญนะ หรือพูดเรื่องทาน พูดไปพูดมากกลายเป็นว่า “อ๊ย แม่คนนั้นนะขี้เหนียว อีตาเศรษฐีนั้นก็ขี้เหนียว” ถามว่าใครดี “ฉัน ฉัน” อย่างนี้ใช้ไม่ได้

๑๒. ไม่พูดนานไปจนน่าเบื่อ รู้จักกาลเทศะ

## วิธีสนทนาธรรม

โดยสรุป หลักในการสนทนาธรรมรวมได้เป็น ๓ ประการ คือ

๑. **สนทนาในธรรม** คือ เรื่องที่จะสนทนากันต้องเป็นเรื่องธรรมะให้อยู่ในวงธรรมะ อย่าออกนอกวง เช่นถ้าพูดถึงการทำความดีก็ให้สุดแต่ทำดีอย่าให้เลยไปถึงอวดดี ถ้าจะพูดถึงเรื่องการป้องกันไม่ให้ทำความชั่ว ก็ให้สุดแต่ป้องกันการทำชั่ว อย่าให้เลยไปถึงนินทาคนอื่น

๒. **สนทนาด้วยธรรม** คือ ผู้ที่สนทนากันจะต้องไม่แสดงกิริยาวาจาให้ผิดธรรมะ เช่น ทางกายก็มีการเคารพกันโดยฐานานุกรม ควรไหว้ก็ไหว้ควรกราบก็กราบ อย่าคิดทะนงตัวด้วยเหตุคิดว่ามีความรู้มากกว่าเขา ในทางวาจาก็ใช้ถ้อยคำสุภาพเรียบร้อย เป็นวาจาสุภาषิต ถ้าฝ่ายหนึ่งถูกก็ชม ถ้าอีกฝ่ายผิดก็ทักโดยสุภาพ ไม่กล่าววาจาเหน็บแนมล่วงเกิน และถ้าพลาดพลั้งก็ขอโทษ ไม่ใช่สนทนากันด้วยกิเลส หรือปล่อยกิเลสออกมาได้กันดังได้กล่าวมาแล้ว

๓. **สนทนาเพื่อธรรม** คือ ผู้สนทนาต้องตั้งจุดมุ่งหมายไว้ในใจของตนให้แน่นอนว่า เราจะหาความรู้ความเข้าใจในธรรมะให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป ไม่ใช่จะอวดรู้หรืออวดธรรมะ แม้บางจังหวะเราเป็นผู้แสดงความรู้ออกไปก็คิดว่าเราจะเอาความรู้ของเราไปต่อเอาความรู้ของผู้อื่นเข้ามา มิใช่จะเพื่ออวดรู้

## วิธีเลือกคู่สนทนาธรรม

หลักในการเลือกคู่สนทนาธรรมมีอยู่ ๒ ประการคือ

๑. **คู่สนทนาต้องมีอริยาศัยไฝธรรม** และสงบเสงี่ยมเยี่ยงสมณะแม้เป็นฆราวาสก็เป็นคนรักสงบ ไม่เป็นคนชอบอาตภูมิ ชอบไม้

๒. **เรื่องที่จะสนทนาต้องเหมาะกับบุคคลนั้น ๆ** เช่น คุยเรื่องพระวินัยกับผู้เชี่ยวชาญพระวินัย คุยเรื่องชาติกับผู้เชี่ยวชาญชาติจะสนทนาเรื่องสมาธิก็เลือกสนทนากับผู้ที่เขาฝึกสมาธิมาแล้วอย่างจริงจัง เป็นต้น

## การสนทนาธรรมในครอบครัว

ตั้งแต่โบราณ ในครอบครัวไทยก็มีการสนทนาธรรมกันอยู่เป็นประจำ เช่น กลางวันพ่อแม่ออกไปทำนา ทำสวน ทำงานอื่น ๆ ผู้เฒ่า ปู่ย่าตายายที่อยู่บ้าน ก็ทำงานสานกระบุง ตะกร้า ไปบ้าง ทำงานอื่น ๆ บ้าง เด็ก ๆ ก็วิ่งเล่นกันอยู่ใกล้ ๆ สักพักปู่ย่าตายายก็เรียกมาล้อมวงเล่านิทานให้ฟัง ซึ่งก็ไม่พ้นนิทานธรรมะเรื่องชาดกบ้าง เรื่องอื่น ๆ บ้าง เด็ก ๆ ฟังแล้วสงสัยสิ่งใดก็ซักถามกัน ทำให้บ่อย ๆ จะได้ซึมซาบธรรมะไปในตัว หรือตกเย็นตอนรับประทานอาหาร ก็อยู่กันพร้อมหน้าพร้อมตารับประทานอาหารเสร็จแล้ว พ่อแม่ก็หยิบยกเรื่องธรรมะมาคุยกันบ้าง เล่าให้ลูกฟังบ้าง เป็นการสนทนาธรรมกันในครอบครัว ขณะเดียวกันก็คอยสังเกตลูก ๆ ด้วย เพราะโดยธรรมชาติของเด็ก ก็พอจะทราบอยู่บ้างว่าอะไรถูกอะไรผิด ถ้าในวันนั้นเขาไปทำอะไรผิดมา จะมีพิรุณอยู่ในตัว ถ้าพ่อแม่สังเกตเห็น แล้วก็จะได้ตักเตือนสั่งสอนกัน แต่ถ้าเด็กทำผิดถึง ๓ ครั้งแล้วยังจับไม่ได้ ก็จะไม่มีการพิรุณให้เห็นอีก เพราะเด็กจะเกิดความเคยชิน และถึงจะจับได้ภายหลังก็แก้ยาก เพราะเคยชินเป็นนิสัยแล้ว

ปัจจุบัน โอกาสที่จะสนทนาธรรมกันในครอบครัวมีน้อยลง ส่วนใหญ่พ่อตกเย็นหลังจากรับประทานอาหารแล้ว พ่อแม่ลูกก็นั่งล้อมวงหน้าทีวี ไม่มีโอกาสได้พูดคุยธรรมะกัน ซึ่งอันนี้เป็นข้อบกพร่อง จะทำให้พวกเราพลาดไป ถ้าพ่อแม่คนไหนอยากได้ลูกดี เป็นลูกแก้ว นำชื่อเสียงความเจริญมาสู่ตระกูล อยากให้ครอบครัวร่วมเย็น อาย่มองข้ามอันนี้ไป ให้รื้อฟื้นการสนทนาธรรมในครอบครัวขึ้นมาให้ได้ ถ้าเป็นประเภทอาหารเย็นพ่อไปงานเลี้ยงที่หนึ่ง แม่ไปธุระอีกที่หนึ่ง ให้ลูก ๆ รับประทานอาหารกันเอง หรืออยู่กับพี่เลี้ยง นั้นพลาดแล้ว

พ่อแม่ที่มัวแต่คิดจะหาเงินให้ลูก แต่ลืมนึกถึงการปลูกฝังธรรมแก่ลูก ๆ ตั้งแต่ยังเล็ก โอกาสที่ลูกจะเสียคนมีมากเหลือเกิน

## อานิสงส์การสนทนาธรรมตามกาล

๑. ทำให้จิตเป็นกุศล
๒. ทำให้มีไหวพริบปฏิภาณดี
๓. ทำให้มีสติปัญญาเฉลียวฉลาด
๔. ทำให้ได้ยินได้ฟังธรรมะที่ตนยังไม่ได้ฟัง
๕. ธรรมที่ฟังแล้วยังไม่เข้าใจชัด ย่อมเข้าใจชัดขึ้น
๖. ทำให้บรรเทาความสงสัยเสียได้
๗. เป็นการทำความเห็นของตนให้ตรง
๘. เป็นการฝึกฝนอบรมจิตให้บริสุทธิ์ยิ่งขึ้น
๙. เป็นการรักษาประเพณีอันดีงามของพระอริยเจ้าไว้
๑๐. เชื่อว่าได้ดำเนินตามปฏิปทาอันเป็นวงศ์ของนักปราชญ์



# มงคลที่ ๓๑

## บำเพ็ญตบะ

ใจของเราคุ้นกับกิเลส เหมือนเสือคุ้นป่า ปลาคุ้นน้ำ แล้วกิเลสก็ย้อนกลับมาเผาใจเรา จนเราร้อนกระวนกระวาย เราจึงต้องบำเพ็ญตบะเพื่อเผากิเลส ให้มอดไหม้เสียแต่ต้นมือ ก่อนที่กิเลสจะเผาใจเราจนวอดวาย

### ทำไมจึงต้องบำเพ็ญตบะ

ผ่านบันไดชีวิตมาแล้ว ๓๐ ชั้น เราจะพบว่านิสัยไม่ดีความประพฤติน่ากลัวของตัวเราที่จะต้องปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นยังมีอยู่อีกมาก บางอย่างที่เราได้พยายามแก้ไขปรับปรุงแล้วมันก็ดีขึ้นตามลำดับ เคยมีโกรธ เห็นแก่ตัว ขี้อิจฉา โอหัง ฯลฯ ก็ดีขึ้นแล้ว แต่อีกหลาย ๆ อย่างทั้งที่พยายามแก้ไขแล้ว แต่ก็ยังไม่หายอยู่ดี เช่น กามกำเริบ รักสวยรักงาม รักความสะดวกสบาย จนเกินเหตุ ง่วงเหงา ซึมเซา ท้อถอย ฟุ้งซ่าน รำคาญใจ ฯลฯ เราจึงต้องหาวิธีที่รัดกุมยิ่ง ๆ ขึ้นไปอีกมาจัดการแก้ไข แต่สิ่งที่ควรจำไว้ก่อน คือ

# มงคลที่ ๓๑ บำเพ็ญตบะ



การทำสมาธิเพียรพากิเลสให้เราร้อน

๑. เหตุแห่งความประพฤติไม่ดีทั้งหลาย ล้วนเกิดมาจากกิเลสที่ชุกช่อนอยู่ในใจเรา

๒. เหตุที่ทำให้กำจัดกิเลสยาก เป็นเพราะ

๒.๑ เรามองไม่เห็นตัวกิเลส อย่างมากก็เพียงแค่เห็นอาการของกิเลส ทำให้ไม่รู้จักกิเลสดี บางคราวถูกกิเลสโจมตีเอาแล้วก็ยังไม่รู้ตัว

๒.๒ ใจของเราคุ้นเคยกับกิเลสมาก เหมือนเสือคุ้นป่า ปลาคุ้นน้ำ ปลาพอถูกจับพ้นน้ำแล้วมันจะดิ้นรนสุดชีวิต จะกลับลงน้ำให้ได้ คนส่วนใหญ่ก็เหมือนกัน รู้สึกว่าการมีกิเลสเป็นของธรรมดารักกิเลส พวกขี้เมาติดเหล้าเสียแล้ว ใครไปดึงขวดเหล้าออก เตี้ยเถอะได้ตามขวางกันเลย “อู้อยู่ไม่ได้ ไม้ได้ ไม้ชวดเหล้ามันมันเป็นกล่องดวงใจของฉันเชียวนะ” มันไม่ยอมหรือก หรือบางคนใครทำอะไรขัดใจหน่อยก็โกรธพุดจาโผผางไปเลย แล้วก็ภูมิใจ “เออ มันต้องให้รู้ชะบ้าง ไม่งั้นหนอยแน่ะ ไม่เกรงใจเราเลย” ภูมิใจในความมีกิเลสของตัวเอง เป็นเสียอย่างนี้

๒.๓ เรายังขาดวิธีที่เหมาะสมไปกำจัดกิเลส ตราบใดพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังไม่บังเกิดขึ้น เราก็ยังไม่รู้วิธีกำจัดกิเลส บางศาสนา บางลัทธิ เขารู้ว่ากิเลสมี แต่ก็ไม่รู้จะทำอย่างไร แก่ไม่ตก หาทงออกไม่เป็นเรื่อง บูชาไฟบ้าง กราบไหว้อ้อนวอนเทพเจ้าสิ่งศักดิ์สิทธิ์บ้าง

ในมงคลนี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนวิธีกำจัดกิเลสที่เหมาะสม และได้ผลเด็ดขาด เฉียบพลันให้กับเรา โดยถือหลักว่า “หนามยอกต้องเอาหนามบ่ง”

เมื่อกิเลสมันเผาใจเราให้รุ่มร้อน เราก็ต้องเอาไฟไปเผากิเลสบ้าง แต่เป็นการเอาไฟภายในเผา วิธีการที่เอาไฟภายในเผากิเลสในตัวเองนี้เราเรียกว่า ตบะ

ตะบะ แปลว่า ทำให้ร้อน หมายความว่ารวมตั้งแต่ การเผา ลน อย่าง ต้ม บึ่ง อบ คั่ว ผิง อะไรก็ได้ที่ทำให้ร้อน

**บำเพ็ญตะบะ** จึงหมายถึง การทำความเพียรเผาผลาญความชั่ว คือ กิเลสทุกชนิดให้ร้อนตัวทนนอยู่ไม่ได้ เกาะใจเราไม่ติด ต้องเผ่นหนีไปแล้วใจของเราก็จะผ่องใส หมดทุกข์

การที่เราจะขับไล่สิ่งใด เราก็จะต้องทำทุกอย่างที่ฝืนความต้องการของสิ่งนั้น เหมือนการไล่คนออกจากบ้าน เขาอยากได้เงินเราก็ต้องไม่ให้ อยากรักก็ไม่ให้รัก อยากรอนกก็ไม่ให้นอน คือ ต้องฝืนใจเขาจึงจะออก การไล่กิเลสออกจากใจก็เหมือนกัน หลักปฏิบัติอันสำคัญคือ ต้องฝืนความต้องการของกิเลส

## ประเภทของการบำเพ็ญตะบะ

การไล่คนออกจากบ้านนั้นมีหลายชั้น จะค่อย ๆ ขัดใจทีละนิดให้เขาทนไม่ได้แล้วออกไปก็ได้ หรือจะไล่ตะเพิดกันจริง ๆ ก็ได้ทันใจดีเหมือนกัน

การฝืนความต้องการของกิเลสเพื่อไล่กิเลสออกจากใจก็ในทำนองเดียวกัน คือ สามารถแบ่งออกได้เป็น ๒ แบบ ดังนี้

๑. **ประเภทสัลลหะ** เป็นการฝืนกิเลส กำจัดกิเลสแบบค่อยเป็นค่อยไป ค่อย ๆ ขัดเกลากันไป เช่น

ความต้องการของกิเลส	ลักษณะปฏิบัติ
โลภ	ให้ทาน
ขี้เกียจ	ขยันทำ
เห็นแก่กิน	งดอาหารยามวิกาล
ชอบเจ้าชู้	งดเสพเมถุน
ชอบโกรธคนอื่น	แผ่เมตตา
ฯลฯ	ฯลฯ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า ข้อธรรมในศาสนาของพระองค์ล้วนเป็น “สัลเลขธรรม” ทั้งสิ้น (ยกเว้นชุกตังค์) คือเป็นวิธีปฏิบัติเพื่อกำจัดกิเลสทุกข้อ เพราะฉะนั้น เมื่อใครตั้งอยู่ในธรรมข้อไหน ก็จัดเป็นการบำเพ็ญตบะขั้นต้นอยู่แล้วในตัว

๒. ประเภทชุกตังค์ เป็นการฝึกกิเลส กำจัดกิเลสแบบหักโหมรุนแรง ได้ผลทันตาเห็น ใช้ปฏิวัติอุปนิสัยได้รวดเร็วเฉียบพลัน ผู้ปฏิบัติต้องมีขันติ มีความเพียรสูง จึงจะทำได้แต่ให้ผลน่าชื่นใจ พระภิกษุที่บำเพ็ญชุกตังค์ควรรู้เราเรียกกันว่า พระชุกตังค์ แต่ชุกตังค์นี้ไม่ได้จำกัดเฉพาะพระภิกษุ แม้ฆราวาสก็ปฏิบัติได้เป็นบางข้อ ชุกตังค์มีข้อปฏิบัติรวม ๑๓ ข้อ แบ่งเป็น ๔ หมวดให้เลือกปฏิบัติได้ตามกำลังศรัทธา คือ

## หมวดที่ ๑ เกี่ยวกับเครื่องแต่งตัว

๑. ใช้แต่ผ้าบังสุกุลที่ซักรับได้เท่านั้น แม้จะได้มาทางอื่น เช่นมีคนถวายให้ด้วยมือก็ไม่ใช้

๒. ใช้เฉพาะผ้าไตรจีวรเพียง ๓ ผืนเท่านั้น คือ มีสบง จีวร สังฆาฏิ อย่างละผืน ใช้ผ้าอื่น ๆ อีกนอกจาก ๓ ผืนนี้ไม่ได้

เราลองคิดดู ทำถึงขั้นนี้แล้ว กิเลสมันจะร้อนตัวสักแค่ไหน คนนิสัยซื่ออวดมั่งอวดมี รักสวยรักงามพิถีพิถันกับเครื่องแต่งตัวจนเกินเหตุ ชนิดที่เสื้อผ้าเป็นตุ้ ๆ ก็ยังไม่พอใจนั้นเจอชุกตังค์สองข้อนี้เข้าก็สะอึกแล้ว

## หมวดที่ ๒ เกี่ยวกับการกิน

๑. ฉันทอาหารที่บิณฑบาตมาได้เท่านั้น ใครจะใส่ปิ่นโต ใส่หม้อแกง มาถวายที่วัดก็ไม่ฉัน บิณฑบาตมาได้เท่าไรก็ฉันเท่านั้น

๒. เดินบิณฑบาตไปตามแนวที่กำหนดไว้เท่านั้น ตั้งใจไว้ว่าจะไปทางไหนก็ไปทางนั้น ไม่ใช่มานึก ๆ เอาว่าไปทางนั้นจะได้มากทางนี้จะได้น้อยเลยเปลี่ยนทางเดินอยู่เรื่อย อย่างนั้นไม่ได้

๓. มั่นทนเดียว คือ วันหนึ่งฉันอาหารมือเดียว ที่เราเรียกกันว่าฉันเอกา

๔. มั่นสำรวม คือ ฉันอาหารในบาตร ไม่ใช่ภาชนะอื่นเอาอาหารทั้งหมดทั้งคาวทั้งหวาน ใส่ลงรวมกันในบาตรแล้วฉัน

๕. เมื่อลงมือฉันแล้วไม่รับประเคนอีก ใครจะนำอาหารมาถวายให้อีกก็ไม่รับ

ทั้งห้าข้อนี้เป็นตบะเกี่ยวกับการกิน ใช้แก่นิสัยตามใจปากตามใจท้องไม่ต้องพูดถึงว่าจะลักเขากินโก่งเขากิน แม้แต่ของที่ได้มาดี ๆ นี้แหละ ก็ตัดความฟุ้งเฟ้อลง พวกนิสสัยกินจุบกินจิบจะกินนั้นจะกินนี้ พิรีพิไรไม่รู้จักระป้าของตนเองตลอดจนกิเลสประเภทที่ยุ่งใจเราให้ทำผิดเพราะเห็นแก่ปากแก่ท้อง พอเจอจุดด้อย ๕ ข้อ นี้เข้าก็ถึง

### หมวดที่ ๓ เกี่ยวกับที่อยู่อาศัย

๑. อยู่ในป่านอกละแวกบ้านเท่านั้น ไม่มาอาศัยอยู่ตามแหล่งชุมชน

๒. อยู่ตามร่มไม้เท่านั้น ไม่อาศัยอยู่ในเรือนโรง ไม่อาศัยนอนในกุฎิศาลา ปักกลดนอน ได้ร่มไม้กันแดด

๓. อยู่กลางแจ้งเท่านั้น ในกุฎิก็ไม่นอนได้ร่มไม้ก็ไม่นอนกันละ ปักกลดนอนกลางแจ้งกันแดด

๔. อยู่ในป่าช้าเท่านั้น เข้าปักกลดนอนในป่าช้ากันแดด จะนั่งนอนบนหลังโลงศพ หรือปักกลดนอนใต้ต้นไม้ในป่าช้าก็เอา

๕. อยู่ในที่ที่คนอื่นจัดให้ ไม่เลือกที่อยู่ เขาจัดให้พักที่ไหนก็พักไม่เลือก

โปรดพิจารณา เรื่องโก่งที่โก่งทางต้องแ่งเพราะที่อยู่ไม่ต้องพูดถึงกันเพียงแค่นิสัยติดที่ ชอบที่นอนนุ่ม ๆ บ้านหรู ๆ เครื่องอำนวยความสะดวกพร้อมกิเลสเรื่องที่อยู่อาศัยพอเจอจุดด้อย ๕ ข้อนี้เข้าก็ผ่านหนีกันกระเจิง

## หมวดที่ ๔ เกี่ยวกับการตัดนิสสัยเกียจคร้าน

๑. อยู่ในอิริยาบถ ๓ คือ ยืน เดิน นั่ง ไม่นอนว่างมาก ก็ยืน เดิน อย่างมากก็นั่งหลับแต่ไม่ยอมนอน ไม่ให้หลังแตะพื้น

หมวดที่ ๔ นี้มีอยู่ข้อเดียว พวกที่ติดนิสสัยเกียจ เข้าเอน เพลนอน บ่ายพักผ่อน ดึก ๆ จำวัด นี้เจอจุดตั้งข้อนี้เข้าก็หาย พวกเราใครมีนิสัยชอบ ผัดวันประกันพรุ่ง จะลองรักษาจุดตั้งข้อนี้ดูบ้างก็ดีเหมือนกันจะรักษาสัก ๑ วัน ๓ วัน ๕ วัน ๗ วัน ก็ตามกำลัง สำหรับผู้ปฏิบัติธรรมทำสมาธิ ถ้าใจเริ่มสงบแล้ว การอยู่ในอิริยาบถ ๓ นี้ จะทำให้สมาธิก้าวหน้าเร็วมาก และถ้าสมาธิดีก็จะมีเมตตา มีพระภิกษุบางรูปรักษาจุดตั้งข้อนี้ได้ไม่นาน ๓ เดือน ๗ เดือนก็มี บางรูปรักษาลดชีวิต เช่น พระมหาภัสสะปะ ท่านอยู่ในอิริยาบถ ๓ ยืน เดิน นั่ง ไม่นอนได้ตลอดชีวิตได้โดยไม่มีว่างเลย พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงยกย่องว่าเป็นเอตทัคคะทางอยู่จุดตั้ง

ทั้งหมดนี้รวมเป็นจุดตั้ง ๑๓ ข้อ จัดเป็นตบะชั้นยอดในพุทธศาสนาความมุ่งหมายเพื่อจะกำจัดกิเลสออกจากใจให้เด็ดขาดในทางปฏิบัติ ใครจะเลือกทำข้อใดบ้างก็ได้ และจะทำในระยะใด ก็ให้ตั้งใจอธิษฐานสมาทานจุดตั้งเอา

## การบำเพ็ญตบะในชีวิตประจำวัน

พวกเราบางคนอาจสงสัยว่า การบำเพ็ญตบะทั้ง ๒ ประเภทที่กล่าวมาแล้วนั้น ตอนนั้นก็ทราบละ ประเภทสัลเลขะก็ดูเหมือนจะซ้ำ ๆ กับมงคลต้น ๆ ดั่งได้กล่าวมาแล้ว สำหรับประเภทจุดตั้งคะ ถ้าผู้ที่ยังเป็นฆราวาสอยู่ยังต้องทำงานทางโลกก็ยากที่จะปฏิบัติไปได้ตลอด อย่างมากก็หาเวลาช่วงว่าง ๆ สุดสัปดาห์หรือพักร้อนไปพักกลดกัน แล้วในชีวิตประจำวันมีวิธีบำเพ็ญตบะได้หรือไม่ คำตอบก็คือ ได้

วิธีบำเพ็ญตบะในชีวิตประจำวัน เพื่อกันไม่ให้กิเลสพุ่งและเพื่อกำจัดกิเลสออกจากร่างตัว ทำได้ดังนี้คือ

๑. มีอินทรีย์สังวร
๒. มีความเพียรปฏิบัติธรรม

## อินทรีย์สังวร

อินทรีย์สังวร คือ การสำรวมระวังตนโดยอาศัยสติเป็นตัวกำกับสำรวมอย่างไร ขอให้เรามาดูอย่างนี้

คนเรามีช่องทางติดต่อกับภายนอกอยู่ ๖ ทาง คือ

- |         |         |
|---------|---------|
| ๑. ตา   | ๔. ลิ้น |
| ๒. หู   | ๕. กาย  |
| ๓. จมูก | ๖. ใจ   |

เหมือนกับบ้านก็มีประตูหน้าต่าง เป็นทางติดต่อกับภายนอก คนเราก็เหมือนบ้านที่มีประตูหน้าต่างอยู่ ๖ ช่องทาง สิ่งต่าง ๆ ภายนอกที่เราจะรับรู้รับทราบก็มาจาก ๖ ทางนี้ จะเป็นสิ่งที่ตีทำให้ใจของเราสงบผ่องใสก็มาจาก ๖ ทางนี้ จะเป็นสิ่งที่ทำให้ใจของเราฟุ้งซ่าน ขุ่นมัว ก็มาจาก ๖ ทางนี้เหมือนกัน ช่องทางทั้ง ๖ นี้ นับว่ามีความสำคัญมากเราจึงควรรูจักถึงธรรมชาติช่องทางทั้ง ๖ นี้

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเปรียบเทียบช่องทางทั้ง ๖ ไว้ดังนี้

๑. ตาคคนเรานี้เหมือนงู คือ ชอบที่ลับ ๆ อะไรที่เขาปกปิดเอาไว้ละก็ชอบดู ยิ่งปกปิดยิ่งอยากดู แต่อะไรที่เปิดเผยออกแล้วไม่ลับแล้ว ความอยากดูก็ดับลดลง

๒. หูคนเรานี้เหมือนจระเข้ คือ ชอบที่เย็น ๆ อยากฟังคำพูดเย็น ๆ ที่เขาชมตัว หรือคำพูดเพราะ ๆ ที่เขาพูดกับเรา

๓. จมูกคนเรานี้เหมือนนกในกรง คือ ชอบดินร่นพอได้กลิ่นอะไรหน่อย ก็ตามดมทีเดียวว่ามาจากไหน

๔. ลิ้นคนเรานี้เหมือนสุนัขบ้า คือ บ้าน้ำลายว่าง ๆ ไม่รู้จะทำอะไร ขอให้ได้นินทาชาวบ้าน ละก็ชอบ

๕. กายคนเรานี้เหมือนสุนัขจิ้งจอก คือ ชอบที่อุ่น ๆ ที่นุ่ม ๆ ชอบชุก เดี่ยวจะไปชุกตักคนโน้น เดี่ยวจะไปชุกตักคนนี้ ชอบอิงคนโน้น ชอบจับคนนี้

๖. ใจคนเรานี้เหมือนลิง คือ ชอบชน คิดโน้น คิดนี้ ประเดี๋ยวก็พุ่งชานถึงเรื่องในอดีต ประเดี๋ยวก็สร้างวิมานในอากาศถึงเรื่องในอนาคต ไม่ยอมอยู่หนึ่ง ไม่ยอมสงบ

อินทรียัสักรว ที่ว่า ส้ารวมระวังตัว ก็คือระวังช่องทางทั้ง ๖ นี้ เมื่อรู้ถึงธรรมชาติของมันแล้วก็ต้องคอยระวังใช้สติเข้าช่วยกำกับ อะไรที่ไม่ควรดูก็อย่าไปดู อะไรที่ไม่ควรฟังก็อย่าไปฟัง อะไรไม่ควรคบก็อย่าไปคบ อะไรไม่ควรลิ้มชิมรสก็อย่าไปชิม อะไรไม่ควรสัมผัสก็อย่าไปสัมผัส อะไรไม่ควรคิดก็อย่าไปคิด หรือถ้าหลีกเลี่ยงไม่ได้ ไปเห็นสิ่งที่ไม่ควรดูเข้าแล้ว ก็ให้สุดแต่เห็น ไม่คิดปรุงแต่งต่อว่า สวยจริงนะหล่อจริงนะ อะไรทำนองนี้ ต้องไม่ถึงโดยอนุพยัญชนะ หมายถึง เห็นว่าสวยไปทั้งตัว เช่น “เออคนนี้สวยจริง ๆ” ต้องไม่นึกถึงโดยอนุพยัญชนะ หมายถึง เห็นว่าส่วนใดส่วนหนึ่งสวย เช่น “ตาสวยนะคมปลาบเลย” หรือแขนสวย ขาสวย อะไรอย่างนี้

อินทรียัสักรวนี้เป็นเรื่องสำคัญมาก เราจะสู้กับกิเลสชนะหรือแพ้ก็อยู่ตรงนี้ ถ้าเรามีอินทรียัสักรวดีแล้ว โอกาสที่กิเลสจะรุกรานเราก็ยากคุณธรรมต่าง ๆ ที่เราตั้งใจรักษาไว้ก็จะสามารถทำได้อย่างที่ตั้งใจเหมือนบ้านถ้าเราใส่กุญแจ ดูแลประตูหน้าต่างอย่างดีแล้ว ถึงแม้ตามลั่นชกตามตู้จะไม่ได้ใส่กุญแจ ก็ย่อมปลอดภัย โจรมาเอาไปไม่ได้ แต่ถ้าเราขาดการสำรวมอินทรียัสักรวในสิ่งไม่ควรดู จับต้องสัมผัสในสิ่งไม่ควรสัมผัส คิดในสิ่งไม่ควรคิด ฯลฯ แม้เรา

จะมีความตั้งใจรักษาศีล รักษาคุณธรรมต่าง ๆ ดีเพียงไร ก็มีโอกาสพลาดได้มาก เหมือนบ้านที่ไม่ได้ปิดประตู หน้าต่าง แม้จะใส่กุญแจตู้ ลินชักดีเพียงไร ก็ยอมไม่ปลอดภัย โจรสามารถมาลักไปได้ง่าย

วิธีที่จะทำให้อินทรีย์สังวรเกิดขึ้นนั้น ให้เราฝึกให้มีหิริโอตตปปะมีความละเอียดและเกรงกลัวต่อบาป โดยคำนึงถึงชาติตระกูล อายุ วิชาความรู้ ครูอาจารย์ สำนักศึกษาของเรา และอื่น ๆ ดังรายละเอียดในมงคลที่ ๑๙

ท่านเปรียบเป็นลูกโซ่แห่งธรรมไว้ดังนี้

หิริโอตตปปะ	ทำให้เกิด	อินทรีย์สังวร
อินทรีย์สังวร	ทำให้เกิด	ศีล
ศีล	ทำให้เกิด	สมาธิ
สมาธิ	ทำให้เกิด	ปัญญา

ผู้มีอินทรีย์สังวรดี ศีลก็ยอมบริสุทธิ์ ศีลบริสุทธิ์ สมาธิก็เกิดได้ง่าย สมาธิตั้งมั่น ปัญญาก็เกิดขึ้น เป็นความสว่างภายในเห็นถึงสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง เห็นถึงตัวกิเลสที่ซุกซ่อนอยู่ภายใน และสามารถกำจัดไปให้หมดสิ้นได้

เราทุกคนจึงควรฝึกให้มีอินทรีย์สังวรในตัวให้ได้

## ความเพียรปฏิบัติธรรม

คนเราส่วนใหญ่มักพอจะทราบอยู่ว่าอะไรดี อยากจะได้สิ่งดีที่เห็นว่าเป็นดีนั้นเกิดขึ้นกับตัว แต่ก็มักทำความดีนั้นไปไม่ได้ไม่ตลอดรอดฝั่ง ทั้งนี้เพราะขาดความเพียร คนเราถ้าขาดความเพียรเสียแล้ว คุณธรรมทั้งหลายก็ไม่สามารถงอกเงยขึ้นมาได้เลย

เราลองมาดูถึงเหตุที่ทำให้พระภิกษุเกียจคร้านและเหตุที่ทำให้พระภิกษุปรารถนาความเพียรที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ บางทีอาจได้ข้อคิดนำมาใช้กับตัวของเราได้

## เหตุแห่งความเกียจคร้าน ๘ ประการของภิกษุ

๑. รู้ว่างานมีอยู่ แต่กลัวว่าทำแล้วจะเหนื่อย จึงนอนเสียก่อนคิดว่าเอาแรง ไม่ปรารถนาความเพียร เพื่อให้บรรลุธรรมที่ตนยังไม่บรรลุ

๒. งานได้ทำเสร็จแล้ว คิดว่าทำงานมาแล้วเหนื่อยนักจึงนอน ไม่ปรารถนาความเพียร ฯ

๓. รู้ว่าทางที่จะต้องไปมีอยู่ แต่คิดว่าเมื่อเดินทางจะเหนื่อย จึงนอนเสียก่อนคิดว่าเอาแรง ไม่ปรารถนาความเพียร ฯ

๔. ได้เดินทางแล้ว คิดว่าเหนื่อยนัก จึงนอน ไม่ปรารถนาความเพียร ฯ

๕. บิณฑบาตไปไม่ได้อาหารมากตามต้องการ คิดว่าเหนื่อยนักถึงทำความเพียรคงไม่ได้ดี อย่างกระนั้นเลยนอนดีกว่าจึงนอน ไม่ปรารถนาความเพียร ฯ

๖. บิณฑบาตได้อาหารมามาก คิดว่าตัวก็ฉันทนอึดเนื้อตัวหนักไม่ควรแก่การงาน อย่างกระนั้นเลยนอนดีกว่า จึงนอน ไม่ปรารถนาความเพียร ฯ

๗. เจ็บป่วยเล็กน้อย ก็คิดว่าพอมีเหตุจะอ้างได้แล้วว่ากลัวโรคจะกำเริบ จึงนอน ไม่ปรารถนาความเพียร ฯ

๘. หายป่วยแล้ว ก็คิดว่าเพิ่งหายป่วย ตัวเรานี้กำลังยังไม่ดี เตียวโรคจะกลับ จึงนอนไม่ปรารถนาความเพียร ฯ

## เหตุแห่งความเพียร ๘ ประการของภิกษุ

๑. รู้ว่างานรออยู่ จึงคิดว่าเวลาทำงานจะทำสมาธิ ทำความเพียรก็ไม่สะดวก ตอนนี้อย่างงยังมีเวลา จึงรีบปรารภความเพียรเพื่อคุณวิเศษที่ตนยังไม่ถึง เพื่อบรรลุธรรมที่ตนยังไม่บรรลุ เพื่อให้แจ้งธรรมซึ่งตนยังไม่ได้ทำให้แจ้ง

๒. ทำงานเสร็จแล้ว จึงคิดว่าเมื่อตอนขณะทำงานการทำสมาธิก็ทำได้ไม่เต็มที่ ตอนนี้อย่างงงานว่างแล้วจึงรีบปรารภความเพียรฯ

๓. รู้ว่าทางที่จะต้องไปมีอยู่ จึงคิดว่าเวลาเดินทางจะทำสมาธิก็ไม่สะดวก ตอนนี้อย่างงไม่ได้เดินทาง ต้องรีบเอาเวลาไปปรารภความเพียรฯ

๔. เดินทางเสร็จแล้ว ก็คิดว่าเมื่อตอนเดินทางจะทำความเพียรก็ไม่สะดวกไม่เต็มที่ ตอนนี้อย่างงเดินทางเสร็จแล้ว ต้องรีบปรารภความเพียรฯ

๕. บิณฑบาตได้อาหารมาน้อย ก็คิดว่าตอนนี้เนื้อตัวกำลังเบาสบาย เหมาะแก่การงานอย่างกระนั้นเลยเราจะต้องรีบปรารภความเพียรฯ

๖. บิณฑบาตได้อาหารมามาก ก็คิดว่า ตอนนี้เรานอนอึดแล้วตัวกำลังมีกำลังการงาน อย่างกระนั้นเลย เราต้องรีบปรารภความเพียรฯ

๗. เจ็บป่วยเล็กน้อย ก็คิดว่าต่อไปอาจป่วยหนักกว่านี้ก็ได้ ต้องรีบฉวยโอกาสที่ยังป่วยน้อยอยู่นี้ รีบปรารภความเพียรฯ

๘. เพิ่งหายป่วย ก็คิดว่าเราเพิ่งหายป่วย โอกาสที่จะกลับไปป่วยอีกก็มีอยู่ ต้องรีบฉวยโอกาสที่หายป่วยแล้วนี้ทำความเพียร จึงรีบปรารภความเพียรฯ

พวกเราลองเอาหลักเหล่านี้มาเปรียบดูกับตัวเองก็แล้วกันว่า ตัวเรา  
 จัดอยู่ในประเภทไหน เกียจคร้านหรือขยัน แล้วจะปล่อยตัวเหลวไหลอย่างนั้น  
 ไป หรือจะปรับปรุงให้ดีขึ้น

“แม้เลือดเนื้อในกายของเราทั้งหมด จักแห้งเหือดหายไปเหลือแต่หนัง  
 เอ็น กระดูก ก็ตามที หากยังไม่บรรลुสัมมาสัมโพธิญาณแล้ว เราจะไม่ยอม  
 ลุกขึ้นเป็นอันขาด”

(ปณิธานในวันตรัสรู้ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า)

### อานิสงส์การบำเพ็ญตบะ

๑. ทำให้เลิกเป็นคนเอาแต่ใจตัวได้ในเร็ววัน
๒. ทำให้คุณธรรมทั้งหลายเกิดขึ้นในตัว
๓. ทำให้มงคลข้ออื่น ๆ ทั้งหมดเกิดขึ้นกับเรา
๔. ทำให้เข้าถึงพระนิพพานได้เร็ว

“ขนฺตี ปรมํ ตโป ตีติกฺขา”

ความอดทนอย่างแรงกล้า เป็นตบะอย่างยิ่ง”

(พุทธพจน์)



มงคลที่ ๓๒ ประพฤติพรหมจรรย์



โถงของกาม.

# มงคลที่ ๓๒

## ประพฤติพรหมจรรย์

ชาวสวนชาวไร่ หลังจากถางป่าเผาหญ้าแล้ว ต้องรีบปลูกพืชผักผลไม้ที่ต้องการลงไป ก่อนที่หญ้าจะกลับระบาดขึ้นใหม่ฉับไฉน คนเราเมื่อบำเพ็ญตบะทำความเพียรเผากิเลสจนเบาบางลงแล้ว ก็ต้องรีบปลูกฝังคุณธรรมต่าง ๆ ลงในใจ ด้วยการประพฤติพรหมจรรย์ เพื่อยกระดับจิตให้สูงขึ้น ก่อนที่กิเลสจะฟุ้งกลับขึ้นใหม่อีกฉับนั้น

**ประพฤติพรหมจรรย์ คืออะไร**

*การประพฤติพรหมจรรย์ แปลว่า การประพฤติตัวเองอย่างพระพรหม หรือความประพฤติอันประเสริฐ หมายถึงการประพฤติตนตามคุณธรรมต่าง ๆ ทั้งหมดในศาสนาให้เคร่งครัดยิ่งขึ้น เพื่อป้องกันไม่ให้กิเลสฟุ้งกลับขึ้นมาอีกจนกระทั่งหมดกิเลสซึ่งต้องผ่านขั้นตอนต่าง ๆ ตามภูมิขั้นของจิต*

## ภูมิชั้นของจิต

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงค้นพบว่า จิตของคนเราอาจแบ่งภูมิชั้นได้ เป็น ๔ ระดับ ตามการฝึกฝนตนเอง คือ

๑. กามาวจรภูมิ เป็นชั้นที่ท่องเที่ยวอยู่ในกามารมณ์ยังยุ่งเกี่ยวกับกามคุณอยู่ ได้แก่ ภูมิจิตของคนสามัญทั่วไป

๒. รูปาวจรภูมิ เป็นชั้นที่ท่องเที่ยวอยู่ในรูปารมณ์มีความสุขความพอใจอยู่ในอารมณ์ของรูปฌาน ได้แก่ ภูมิจิตของผู้ที่ฝึกสมาธิมากจนกระทั่งได้รูปฌาน เมื่อมีชีวิตอยู่ก็ไม่สนใจกามารมณ์ อิ่มเอิบในพรหมวิหารธรรม ซึ่งเป็นสุขประณีตกว่า กามารมณ์ เป็นเหมือนพระพรหมบนดิน ละจากโลกนี้ไปก็จะไปเกิดเป็น รูปพรหม

๓. อรูปาวจรภูมิ เป็นชั้นที่ท่องเที่ยวอยู่ในอรูปารมณ์มีความสุข อยู่ในอารมณ์ของอรูปฌาน ได้แก่ ภูมิจิตของผู้ที่ทำสมาธิจนกระทั่งได้อรูปฌาน มีความสุขที่ประณีตกว่าอารมณ์ของรูปฌานอีก เมื่อละจากโลกนี้ไปก็จะไปเกิดเป็นอรูปพรหม

๔. โลกุตตรภูมิ เป็นชั้นที่พ้นโลกแล้ว ได้แก่ ภูมิจิตของผู้หมดกิเลสแล้ว คือ พระอรหันต์ มีความสุขล้วน ๆ ละเอียด ประณีต ลึกซึ้ง

ทั้ง ๔ ภูมินี้ รวมเป็นประเภทใหญ่ๆ ได้ ๒ ประเภท คือ

โลกีย์ภูมิ ได้แก่

๑. กามาวจรภูมิ

๒. รูปาวจรภูมิ

๓. อรูปาวจรภูมิ

โลกุตตรภูมิ ได้แก่

๔. โลกุตตรภูมิ

ในชั้นโลกียภูมินั้น ก็มีสุขมีทุกข์คละเคล้ากันไป และมีการยกย้ายถ่ายเทขึ้นลงได้ ผู้ที่อยู่ในอรุปาวจรภูมิถ้าไม่ตั้งใจปฏิบัติธรรม ประมาท อาจตกลงมาอยู่ชั้นกามาวจรภูมิก็ได้ ผู้อยู่ชั้นกามาวจรภูมิ ถ้าตั้งใจทำสมาธิอาจเลื่อนไปอยู่รูปาวจรภูมิหรืออรุปาวจรภูมิได้ เลื่อนไปเลื่อนมาได้ไม่แน่นอน

และในชั้นโลกียภูมินี้ ถึงจะมีความสุขก็สุขอย่างโลกียะยังมีทุกข์ระคนอยู่ เหมือนอย่างที่เราเจอกัน มีลูกมีครอบครัวก็คิดว่าจะสุข พอมีจริงก็มีเรื่องกลุ้มใจให้ทุกข์จนได้ สุขเหมือนนี้กระหว่างหน้าร้อน ก็คิดว่าหน้าฝนจะสุข พอถึงหน้าฝนก็หวังว่าหน้าหนาวจะสบาย เลยไม่ทราบว่าจะสุขที่แท้จริงอยู่ที่ไหน พระท่านเปรียบความสุขทางโลกียภูมินี้ว่าเหมือนพยับแดด เราคงเคยเจอกัน ในหน้าร้อนมองไปบนถนนไกล ๆ จะเห็นพยับแดดระยิบระยับ อยู่ในอากาศเต็มไปหมด หรือเห็นเหมือนมีน้ำอยู่บนผิวถนน แต่พอเข้าไปใกล้ไปดูกลับไม่เห็นมีอะไร สุขทางโลกียะก็เหมือนกันหวังไว้แต่ว่าจะเจอสุขแต่พอเจอเข้าจริงกลับกลายเป็นทุกข์อยู่รำไป

ด้วยเหตุนี้จิตของคนที่ตั้งอยู่ในโลกียภูมิ ทางศาสนาท่านจึงใช้คำว่า “สังสารจิต” แปลว่า จิตวิงวุ่น วิ่งสับสนวนไปเวียนมาจะวิ่งไปไหนล่ะ? ก็วิ่งตะครุบสุขนะสิ แต่สุขโลกียะมันเป็นสุขกลับกลอก หลอกหลอนจิตก็แยกกลับกลอกไปด้วย ประการสำคัญคือ สุขโลกียะมันหนีได้ พอเราจะทันมันก็หนี เมื่อมันหนีเราก็ตตาม แล้วก็ตามไม่ทันสักที

ขอให้ลองสังเกตดูเถอะสุขโลกียะที่เป็นยอดสุขนั้นไม่มี เป็นร้อยตรีก็คิดว่าเป็นร้อยโทคงจะสุข พอเป็นร้อยโทก็คิดว่าเป็นร้อยเอกคงสุขไล่ตามขึ้นไป ร้อยเอกก็ว่าพันตรี พันตรีก็ว่าพันโท จนเป็นนายพลก็ยังคิดว่ามีสุขข้างหน้าที่ดีกว่าของตน

เชิญวิ่งตามตะครุบสุขไปเถอะ จะกี่วัน ก็เดือน ก็ปี ก็ชาติ วิ่งตามตะครุบไปได้สุขโลกียะมันิดหน่อย แต่คว้าติดทุกข์มาทุกที บวกลบกลบหนีดูแล้วทุกข์มากกว่าสุขและที่สำคัญจิตที่วิงวุ่นสับสน มีโอกาสพลาดพลั้งได้ง่าย

เหมือนคนวิ่งวนสับสนนั้นแหละมีหวังหกล้มตกหลุมตกบ่อเข้าจนได้ จิตก็เหมือนกันวิ่งไล่จับความสุขหัวซุกหัวซุน คนที่ระวังไม่ดีหกล้มเข้าคุกเข้าตะรางก็เยอะ ถล่มลงนรกอเวจีก็มาก

อุปมาความสุขในโลกีย์ภูมิทั้ง ๓ ชั้น ได้ดังนี้

กามาวจรภูมิ เป็นสุขชั้นต่ำ ยิ่งยุ่งเกี่ยวกับกาม สุขเหมือนเด็กเล่นขี้เล่นดิน

รูปาวจรภูมิ เป็นสุขที่สูงขึ้นมาหน่อย สุขเหมือนคนมีงานมีการที่ถูกใจทำ เพลิดเพลินไป

อรุปาวจรภูมิ เป็นสุขที่สูงขึ้นมาอีก สุขเหมือนพ่อ แม่ ครู อาจารย์ ที่เห็นลูกซึ่งตนเลี้ยงดู อบรมมา มีความเจริญก้าวหน้า หรือเห็นงานการที่ตนทำสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ชื่นชมผลงานของตน

ในศาสนาอื่น ๆ นอกเหนือจากพระพุทธศาสนา อย่างสูงที่สุดก็สอนให้คนเราพัฒนาจิตได้ถึงขั้นอรุปรามณ์เท่านั้น เช่น ศาสนาพราหมณ์ ก็สอนให้คนมุ่งเป็นพระพรหม ยังวนเวียนอยู่ในโลกีย์ภูมิขึ้น ๆ ลง ๆ

แต่พุทธศาสนาเรา สอนให้คนมุ่งหน้าสู่โลกุตตรภูมิ เข้าพระนิพพาน

## ความมุ่งหมายของการประพฤติพรหมจรรย์

ความมุ่งหมายสุดยอดของการประพฤติพรหมจรรย์ในพุทธศาสนา คือ ให้ตัดโลกีย์วิสัย ตัดเยื่อใยทุก ๆ อย่าง เพื่อมุ่งหน้าสู่โลกุตตรภูมิและอย่างแรกที่ต้องทำก่อน คือ ตัดกามารมณ์ แล้วจึงตัดรูปารมณ์ อรูปารมณ์ไปตามลำดับ

สำหรับพวกเราปุถุชนทั่ว ๆ ไป สิ่งสำคัญที่เห็นยว้งเราไว้ไม่ให้ก้าวหน้าในการพัฒนาจิต และทำให้กิเลสผูกกลับขึ้นได้ง่ายที่สุดก็คือกามารมณ์ ถ้าใครตัดกามารมณ์ได้ก็มีโอกาสก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมได้อย่างรวดเร็ว การประพฤติพรหมจรรย์ในมงคลข้อนี้ จึงมุ่งเน้นการตัดกามารมณ์เป็นหลัก

เราลองมาดูถึงอุปมาโทษของกามที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้

## อุปมาโทษของกาม

๑. กามเปรียบเหมือนสุนัขหิวแทะก่อนกระดุกเปื้อนเลือด ยิ่งแทะยิ่งเหนื่อย ยิ่งหิว อร่อยก็ไม่เต็มอยาก ไม่เต็มอ้อมพลาตท่าแทะพลาตไปถึงพันหัดได้ พวกเราก็เหมือนกันที่หลงว่ามีคู่รักแล้ว แต่งงานแล้วจะมีสุข พอมีเข้าจริงไม่เห็นจะสุขจริงสักราย ต้องมีเรื่องขัดใจให้ตะบึงตะบอนกัน ให้อุ้มใจให้ห่วงกังวล ทั้งห่วง ทั้งหวง ทั้งหึง ไม่เว้นแต่ละวันที่หนักข้อถึงกับไปกระโดดหน้าตาย หรือผูกคอตายเสียก็มากต่อมาก พอจะมีสุขบ้างก็ประเดี๋ยวประด๋าว พอให้มัน ๆ เต็ม ๆ เหมือนสุนัขแทะกระดุก

๒. กามเปรียบเหมือนขันเนื้อที่แรงหรือเหยี่ยวคาบบินมา แร้ง กา หรือเหยี่ยวตัวอื่นก็จะเข้ารุมจิกแย่งเอา คือไม่เป็นของสิทธิ์ขาดแต่ตัว ผู้อื่นแย่งชิงได้ คนทั้งหลายต่างก็ต้องการหมายปองเอา จึงอาจต้องชนฆ่ากันเป็นทุกข์แสนสาหัส เราลองสังเกตดูก็แล้วกัน ที่มีข่าวกันอยู่บ่อย ๆ ทั้งฆ่ากัน ชิงรักหักสวาทนะ หรือรอบ ๆ ตัวมีบ้างไหม ที่กว่าจะได้แต่งงานกันก็ฝ่าดวงมือฝ่าดวงเท้าเสียแทบตาย ถูกตีหัวเสียก็หลายที พอแต่งแล้วก็ยังไม่แน่เดียวใครมาแย่งไปอีกแล้ว ยิ่งสวยเท่าไรยิ่งหล่อเท่าไร ยิ่งอันตราย

๓. กามเปรียบเหมือนคนถือคบเพลิงที่ทำด้วยหญ้าลูกโหลงเดินทวนลมไป ไม่ช้าก็ต้องทิ้ง มิฉะนั้นก็โดนไหม้มีระยะหว่างเดินก็ถูกคว้นไฟรมหน้า ต้องทนทุกข์ทรมานย่ำแย่คนเราที่ตกอยู่ในกามก็เหมือนกันต้องทนรับทุกข์จากกามทำงานงก ๆ หาเงินเลี้ยงลูกเลี้ยงเมีย ต้องกลุ้มอกกลุ้มใจลูกจะเรียนที่ไหนดี จะเกเรหรือเปล่า เมียจะนอกใจไหมเดี๋ยวก็มีเรื่องขัดใจกัน เสริงแล้วก็ไม่ใช่จะได้อยู่ด้วยกันได้ตลอด เดี่ยวอ้าว! รถชนตายเสียแล้ว อ้าวเป็นมะเร็งตายเสียแล้ว หรือเผลอประเดี๋ยวเดียวก็ต้องแก่ตายกันเสียแล้วไม่ได้อยู่กันไปตลอดหรอก เหมือนคบเพลิงหญ้าถือได้ไม่นานก็ต้องทิ้ง

๔. **การเปรียบเทียบเหมือนหลุมถ่านเพลิงอันร้อนแรง** ผู้ที่รักชีวิตทั้ง ๆ ที่รู้ว่าหากตกลงไปแล้ว ถึงไม่ตายก็สาหัสแต่ก็แปลกเหมือนมีอะไรมาพรางตาไว้ เหมือนมีแรงลึกลับมากอดยุดให้หลงหลุมอยู่ร่ำไป พระท่านสอนที่ใดมีรักที่นั่นมีทุกข์ก็เชื่อท่านหรืออก แต่พอออกนอกวัดเจอสาว ๆ สวย ๆ หนุ่มรูปหล่อเข้า ลืมเสียแล้ว เวลาจะแต่งงานก็คิดถึงแต่ความสวยความหล่อ ความถูกใจหาได้มองเห็นไปถึงความทุกข์อันจะเกิดจากกามเกิดจากชีวิตการครองเรือนไม่

๕. **การเปรียบเทียบเหมือนความฝัน** เห็นทุกอย่างเจิดฉายอำไพ แต่ไม่นานก็ผ่านไป พอตื่นขึ้นก็ไม่เห็นมีอะไร เหลือไว้แต่ความเสียดาย คนเราที่จมอยู่ในกามก็เหมือนกัน แรก ๆ ก็คุยกันกะหงุกกะหนิง นื่องจะนื่องจ้ออยู่กันไม่นานพูดคำคำเสียแล้ว งานก็มากขึ้นเป็น ๒-๓ เท่าไม่เห็นสุขเหมือนที่คิดฝันไว้ กามเหมือนความฝัน พวกเราจะเป็นคนเพื่อฝันลม ๆ แล้ง ๆ หรือจะเป็นคนยืนอยู่บนความจริง ตั้งใจฝึกฝนตนเองปฏิบัติธรรมกันล่ะ

๖. **การเปรียบเทียบเหมือนสมบัติที่ยืมเขามา** เอาออกแสดงก็ดูโก้เก๋ดี ใครเห็นก็ชม แต่ก็ครอบครองไว้อย่างไม่มั่นใจได้เพียงชั่วคราวไม่เป็นสิทธิ์เด็ดขาดเจ้าของตามมาพบเมื่อไรก็เอาคืนเมื่อนั้น ตัวเองก็ได้แต่ละห้อยหา พวกเราก็เหมือนกันไปได้แฟนสวยแฟนหล่อมาก็ภูมิใจไปไหน ๆ ใคร ๆ ก็ทักว่าคู่นี้สมกันเหมือนกิ้งก่องใบหยก ยืดเสียดั่งที่เดียว ผลอประเดี้ยวเดียว อ้าวผู้หญิงกลายเป็นยายแร้งทิ้งไปเสียแล้ว ผู้ชายเหงหัวล้านพุงพลุ้ยเสียแล้ว นี่ความหล่อความสวยมันถูกระบบชาติถูกเวลาทวงกลับเสียแล้ว พวกเราจะไปหลงใหลมกมายอยู่กับของขอยืมของชั่วคราวแบบนี้หรือเปล่า

๗. **การเปรียบเทียบเหมือนต้นไม้มีผลตกอยู่ในป่า** ใครผ่านมาเมื่อเขาอยากได้ผล จะด้วยวิธีไหนก็เอาทั้งนั้น ปีนได้ก็ป็น ปีนไม่ได้ก็สอย บางคนก็โค่นเลย ใครอยู่บนต้นลงไม่ทันก็ถูกทับตาย เบาะ ๆ ก็แข่งขาทัก พวกเราก็เหมือนกันบางคนคงเคยเจอมาแล้ว เทียวไปจับคนโน้นคนนี้ ยังไม่ทันได้มาเลยถูกตะต่อยมาย่าง ถูกตีหัวมาย่าง ได้แต่บ่นรู้อย่างนี้ นอนอยู่บ้านดีกว่า นี่เหมือนผลไม้ในป่า ยิ่งดกยิ่งสวย แล้วก็ระวังเถาะจะเจ็บตัว

๘. **กามเปรียบเหมือนเจียงสับเนื้อ** ใครไปยุ่งเกี่ยวกับก็เหมือนกับเอาชีวิตให้ถูกสับ เพราะกามเป็นที่รองรับทุกข์ทั้งหลาย ทั้งกายและใจ เหมือนเจียงเป็นที่รองรับคมมีดที่สับเนื้อจนเป็นรอยแผลนับไม่ถ้วน

๙. **กามเปรียบเหมือนหอกและหลาว** ทำให้เกิดทุกข์ทิ่มแทงหัวใจ เกิดความเจ็บปวดรวดร้าวมาก ใครไปพัวพันในกามแล้ว ที่จะไม่เกิดความเจ็บช้ำน้ำใจนั้นเป็นไม่มีเหมือนหอกหลาวที่เสียดแทงร่างกายให้เกิดทุกข์เวทนาอย่างนั้น

๑๐. **กามเปรียบเหมือนห้วงพิช** เพราะกามประกอบด้วยภัยมาก ต้องมีความหวาดระแวงต่อกันอยู่เนื่อง ๆ ไม่อาจปลงใจได้สนิท วางจิตให้โปร่งไม่ได้ เป็นที่หวาดเสียวมาก อาจตกให้ถึงตายได้ทุกเมื่อเหมือนห้วงพิช

ทั้งหมดนี้ คือ อุปมาโทษของกามที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ ความจริงแล้วยังมีอีกมาก นี่เป็นเพียงตัวอย่างเท่านั้น เมื่อเราเห็นกันแล้วว่า กามมีโทษมากมายถึงปานนี้ เพราะฉะนั้นใครที่ยังไม่มีแฟน ยังไม่ได้แต่งงาน รีบฝึกสมาธิเข้ามาก ๆ ตั้งแต่เดี๋ยวนี้ เมื่อไรใจเราสงบ ความสว่างภายในบังเกิดขึ้น เราก็มีสुขที่เหนือกว่ากามสุขอยู่แล้ว ความคิดที่จะมีคู่ก็จะหมดไปเองส่วนคนที่แต่งงานแล้วก็ไม่ต้องหย่ากันหรือกนะเอาเพียงแค่ออ่าไปมีเมียน้อย ออ่าไปมีไหม้ออ่าไปหาอะไหล่มาเสริมก็แล้วกัน แล้วก็หาเวลารักษาศีล ๘ เสียบ้างด้วย เราลองมาดูวิธีประพฤติพรหมจรรย์กัน

## วิธีประพฤติพรหมจรรย์

**พรหมจรรย์ขั้นต้น** สำหรับผู้ครองเรือน ก็ให้พอใจเฉพาะคู่ครองของตนเท่านั้น รักษาศีล ๕ ไม่นอกใจภรรยา-สามี

**พรหมจรรย์ขั้นกลาง** สำหรับผู้ครองเรือน คือนอกจากรักษาศีล ๕ แล้ว ก็ให้รักษาศีล ๘ เป็นคราว ๆ ไปและฝึกให้มีพรหมวิหาร ๔

**พรหมจรรย์ขั้นสูง** สำหรับผู้ไม่ครองเรือน ถ้าเป็นฆราวาสก็รักษา  
ศีลอย่างน้อย ศีล ๘ ตลอดชีวิต ไม่ยุ่งเกี่ยวกับเรื่องเพศเลย หรือถ้าเป็นชาย  
ก็ออกบวชเป็นพระภิกษุ และปฏิบัติธรรมทุกข้อในศาสนาให้เต็มที่

พรหมจรรย์ทุกขั้นจะตั้งมั่นอยู่ได้ ต้องอาศัยการฝึกสมาธิเป็นหลัก

## เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับการบวช

เราชาวพุทธนิยมบรรพชาอุปสมบทกันเมื่ออายุครบ ๒๐ ปี จัดเป็น  
การฝึกประพาศพรหมจรรย์ที่ได้ผลดียิ่งวิธีหนึ่ง จึงควรที่พวกเราจะได้ทราบ  
เรื่องเกี่ยวกับการบวชไว้บ้าง ดังนี้

๑. **อายุขณะบวช** พวกเราถ้ามีเวลาควรหาโอกาสบรรพชาเป็นสามเณร  
กันสักช่วงหนึ่งระหว่างอายุ ๑๕-๒๐ ปี เพราะช่วงนี้ภาระยังน้อย ยังไม่ค่อย  
มีกังวลจะมีความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมเร็วหรือไม่เช่นนั้นก็ควรหาเวลา  
ที่เหมาะสมในการบวชพระเมื่ออายุ ๒๐-๒๕ ปี หรือเวลาอื่นที่สะดวก แต่ไม่  
ควรรอจนอายุมากเกินไป เพราะสังขารจะไม่อำนวย จะลุกจะนั่งจะฝึกสมาธิ  
ก็ไม่สะดวก ยิ่งกว่านั้นเมื่อมีอายุมากแล้วมักจะมีทิฐิว่ายากสอนยาก เหมือน  
ไม้แก่ตัดยาก

๒. **ระยะเวลาที่บวช** อาจบวชในช่วงเข้าพรรษา ๓ เดือน หรือบวช  
ภาคฤดูร้อน ๑-๒ เดือน บวชในเวลาที่เหมาะสมกลางานได้หรือบวชตลอดชีวิต  
ก็ได้ แต่ควรบวชนานกว่า ๑ เดือนจะได้มีเวลาศึกษาธรรมวินัยพอสมควร

๓. **การเลือกสำนักบวช** ข้อนี้สำคัญมาก การบวชจะได้ผลแค่ไหน  
ขึ้นอยู่กับสำนักบวชนี้เอง การเลือกจงเลือกสำนักที่มีการกวัดขันการประพาศ  
ธรรมและกวัดขันพระวินัย สำนักที่ดี พระอุปัชฌาย์อาจารย์จะมีการอบรม  
สั่งสอนพระใหม่อย่างใกล้ชิด มีการให้อโวกาเหี่ยวเชิญให้ปฏิบัติธรรมจนน่า

รำคาญ อย่างนี้ดี ส่วนสำนักไหนปล่อยปละละเลย บวชแล้วไม่มีใครสนใจ ปล่อยให้อยู่ตามสบาย บางที่ตั้งแต่บวชจนสึกพระใหม่ไม่ได้สนทนารวมกับ พระอุปัชฌาย์อาจารย์เลย อย่างนี้ใช้ไม่ได้ ป่วยการบวช ที่เราบวชก็มุ่งจะ ผากตัวให้ท่านอบรมให้ท่านไม่เอาใจใส่เราจะบวชทำไม กุศลไม่ใช่อยู่ที่ผ้าเหลือง เท่านั้น

๔. การรักษาวินัย ต้องคิดไว้เสมอว่า เราจะเป็นพระได้เพราะวินัย ถ้าถอดวินัยออกจากตัวเสียแล้วแม้จะโกนผมนุ่งผ้าเหลืองก็ไม่ใช่พระนอกจาก จะไม่ใช่พระแล้ว ชาวพุทธยังถือว่าผู้นั้นเป็นโจรปล้นศาสนาอีกด้วย เพราะ ฉะนั้นต้องศึกษาพระวินัยและรักษาโดยเคร่งครัด ไม่อย่างนั้น สึกออกมาแล้ว จะมาเสียใจจนตายว่าบวชเสียผ้าเหลืองเปล่า ๆ

๕. การปฏิบัติธรรม ควรใช้เวลาทั้งหมดในการศึกษาธรรมวินัยและ ทำสมาธิ ศึกษาธรรมะ งดคุยเฮฮาไร้สาระ

๖. การสงเคราะห์สังคม พระบวช ๓ เดือน ควรถือประโยชน์ตน เป็นใหญ่ การช่วยเหลืองานหมู่คณะให้ทำแต่พอควร เรามีเวลาน้อยต้องรีบ ศึกษาและปฏิบัติธรรมการช่วยเหลือส่วนรวมไว้สักแล้วมาช่วยก็ยังได้ ถ้าจะ สงเคราะห์ญาติโยม ยังไม่ต้องไปเทศน์โปรดเพราะความรู้ธรรมะก็ยังไม่มาก พอ เอาเพียงแต่ตั้งใจปฏิบัติตัวให้ดี บิณฑบาตก็ให้เป็นระเบียบ จะเดินจะเหิน มีกิริยาสำรวมเป็นที่ตั้งแห่งศรัทธา ให้ญาติโยมเขาได้เห็นเป็นตัวอย่างในการ มีวินัย และความสำรวมตนก็พอ

## อานิสงส์การประพฤติพรหมจรรย์

๑. ทำให้ปลอดโปร่งใจ ไม่ต้องกังวลหรือระแวง
๒. ทำให้เป็นอิสระ เหมือนนกน้อยในอากาศ
๓. ทำให้มีเวลามากในการทำความดี
๔. ทำให้เป็นที่สรรเสริญของบัณฑิตทั้งหลาย
๕. ทำให้ ศีล สมาธิ ปัญญา เจริญรุดหน้าไม่ถอยกลับ
๖. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานได้โดยง่าย

“กามทั้งหลายมีโทษมาก มีทุกข์มาก มีความพอใจน้อย เป็นบ่อเกิดแห่งความทะเลาะวิวาทกัน ความชั่วเป็นอันมากเกิดขึ้นเพราะ กามเป็นเหตุ...”



# มงคลที่ ๓๓

## เห็นอริยสัง

เมื่อยังมองไม่เห็นฝั่ง ผู้ที่ตกอยู่ในทะเลย่อมว่ายวนอยู่ในห้วงทะเล  
นั้น โดยไม่รู้จุดหมายอันใด เมื่อยังไม่เห็นอริยสัง บุคคลก็ย่อมเวียนว่ายตายเกิด  
ในทะเลทุกข์แห่งวัฏสงสาร โดยไม่รู้จบสิ้นฉนั้น

### แม่บทของศาสนา

ประเทศก็มีรัฐธรรมนูญเป็นกฎหมายสูงสุด เป็นแม่บทของกฎหมาย  
อื่น ๆ ในทำนองเดียวกัน ทุกศาสนาในโลกต่างก็มีหลักธรรมคำสั่งสอนที่เป็น  
แม่บทของศาสนานั้น ๆ

แม่บทของพระพุทธศาสนาก็คือ อริยสัง ๔

### อริยสัง ๔

อริยสังสามารถแปลได้หลายความหมาย เช่น

- คือ ความจริงอันประเสริฐ
- คือ ความจริงอันทำให้บุคคลผู้เห็นเป็นผู้ประเสริฐ

มงคลที่ ๓๓ เห็นอริยสัจ



อริยสัจ ๔ คือ ความจริงที่มีอยู่คู่โลกแต่ไม่มีใครเห็น จนกระทั่ง พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ คือ ทั้งรู้และเห็นแล้วทรงชี้ให้เราดู ได้แก่

๑. ทุกข์ คือ ความไม่สบายกายไม่สบายใจต่าง ๆ
๒. สมุทัย คือ สาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์
๓. นิโรธ คือ ความดับทุกข์ สภาพที่ทุกข์หมดไป
๔. มรรค คือ วิธีปฏิบัติเพื่อไปสู่ความดับทุกข์

ถ้าจะเปรียบกับโรค

ทุกข์ ก็เปรียบเหมือน สภาพที่ป่วยเป็นโรค

สมุทัย ก็เปรียบเหมือน ตัวเชื้อโรค

นิโรธ ก็เปรียบเหมือน สภาพที่หายจากโรค แข็งแรงแล้ว

มรรค ก็เปรียบเหมือน ยารักษาโรคให้หายป่วย

คนทุกคนในโลกนี้ ล้วนแต่มีความทุกข์กันทั้งนั้น เหมือนคนป่วยแต่ก็ ไม่รู้ว่าป่วยจากอะไร อะไรเป็นสาเหตุ จะแก้ไขรักษาให้หายป่วยหายทุกข์ ได้อย่างไร

ในมงคลนี้ เราจะมาศึกษาคุ้นให้เข้าใจถึงแก่นแท้ของชีวิตกันละเอา ให้รู้กันเลยว่าที่เราทุกข์ ๆ กันอยู่ทุกวันนี้ละ มันมีสาเหตุมาจากอะไรแล้วเรา จะได้รับปฏิบัติเพื่อให้พ้นทุกข์กันเสียที

## อริยสัจที่ ๑ ทุกข์

ทุกข์ คือ ความไม่สบายกายไม่สบายใจต่าง ๆ พระองค์ทรงพบ ความจริงว่า สรรพสัตว์ทั้งหลายล้วนตกอยู่ในความทุกข์ จะเป็นมหาเศรษฐี เป็นนายก เป็นประธานาธิบดี เป็นกษัตริย์ เป็นพระเจ้าจักรพรรดิ แม้ที่สุด เป็นพระภิกษุ ก็มีทุกข์ทั้งนั้น ต่างแต่เพียงว่าทุกข์มากหรือทุกข์น้อยและมีปัญหา พอที่จะรู้ตัวหรือเปล่าเท่านั้น พระองค์ได้ทรงแยกแยะให้เราเห็นว่า ความทุกข์ นี้มีถึง ๑๑ ประเภทใหญ่ ๆ ด้วยกัน แบ่งออกเป็น ๒ ลักษณะ ได้แก่

๑. สภาวะทุกข์ คือ ทุกข์ประจำ เป็นความทุกข์ที่หลีกเลี่ยงไม่ได้เป็นสภาพธรรมดาของสัตว์ ซึ่งเมื่อเกิดแล้วต้องมีทุกข์ชนิดนี้ มี ๓ ประการได้แก่

๑. การเกิดเป็นทุกข์
๒. การแก่เป็นทุกข์
๓. การตายเป็นทุกข์

ศาสนาอื่น ๆ ในโลก อย่างมากที่สุดก็บอกได้เพียงว่า ความแก่ ความเจ็บ ความตาย เป็นทุกข์ ส่วนการเกิดกลับถือว่าเป็นสุข เป็นพรพิเศษที่ได้รับประทานจากสรวงสวรรค์ แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์ทรงทำสมาธิ ทรงรู้แจ้งโลกด้วยดวงปัญญาอันสว่างไสว และชี้ให้เราเห็นว่า การเกิดนั้นแหละเป็นตัวทุกข์ ทุกข์ตั้งแต่ต้องขดอยู่ในท้อง พอจะคลอดก็ถูกมดลูกบีบรัดดันออกมา ศีรษะนี้ถูกผนังช่องคลอดบีบจนกระดูกโหลกเบียดซ้อนเข้าหากัน จากหัวกลม ๆ กลายเป็นรูปยาว ๆ เจ็บใจขาดเลยเพราะฉะนั้นทันทีที่คลอดออกมาได้ สิ่งแรกที่เด็กทำคือร้องจ้าสุดเสียงเพราะมันเจ็บจริง ๆ และการเกิดนี่เอง ที่เป็นต้นเหตุ เป็นที่มาของความทุกข์อื่น ๆ ทั้งปวง ถ้าเลิกเกิดได้เมื่อไหร่ก็เลิกทุกข์

อีกอย่างหนึ่งที่คนมักเข้าใจไขว่ไขว่กัน ก็คือ คิดว่าชราทุกข์นี้จะมีเอาก็คือเมื่ออายุ ๖๐-๗๐ ปี แต่จริง ๆ แล้วทันทีที่เราเริ่มเกิด เราก็เริ่มแก่แล้ว ชราทุกข์เริ่มเกิดตั้งแต่ตอนนั้น และค่อย ๆ เป็นมากขึ้นเรื่อย ๆ เซลล์ในร่างกายเริ่มแก่ตัวไปเรื่อย ๆ อันนี้ขอให้ทราบกันด้วย

๒. ปกิณณกทุกข์ คือ ทุกข์จร เป็นความทุกข์ที่เกิดจากจิตใจหย่อนสมรรถภาพ ไม่อาจทนต่อเหตุภายนอกที่มากกระทบตัวเราได้ ผู้มีปัญญารู้จักฝึกควบคุมใจตนเอง สามารถหลีกเลี่ยงทุกข์ชนิดนี้ได้ ทุกข์จรนี้มีอยู่ ๘ ประการได้แก่

๑. โสกะ ความโศก ความแห้งใจ
๒. ปริเทวะ ความคร่ำครวญรำพัน
๓. ทุกขะ ความเจ็บไข้ได้ป่วย

๔. โทมัสสะ ความน้อยใจ
๕. อุปายาสะ ความท้อแท้กลัวใจ
๖. สัมปะโยคะ ความเบื่อน่ายขยะแขยงจากการประสบสิ่งที่ไม่เป็นที่รัก
๗. วิปปโยคะ ความห่วงใย จากการพลัดพรากจากของรัก
๘. อาลภะ ความเสียดายจากการปรารถนาสิ่งใด แล้วไม่ได้สิ่งนั้น

นี่คือผลการวิจัยเรื่องทุกข์ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ทรงเป็นเหมือนแพทย์ผู้ชำนาญโรค สามารถแยกแยะอาการของโรคให้เราดูได้อย่างละเอียดชัดเจน

**“ทุกข์ อริยสัจจ์ ปริณฺเอยย”**  
**อริยสัจจ์ คือ ทุกข์ อันเราพึงกำหนดรู้**

(พุทธพจน์)

## อริยสัจจ์ที่ ๒ สมุทัย

สมุทัย คือ เหตุแห่งความทุกข์ทั้งหลายดังกล่าวข้างต้น ศาสนาอื่น ๆ หาเหตุแห่งความทุกข์ไม่เจอ จึงโทษไปต่าง ๆ นานา เป็นการลงโทษของพระเจ้าบ้าง ของผีบ้าง ถ้าเป็นจริงละก็ ผีป่าตนนี้คงใจร้ายน่าดู เทียวไปรังแกคนโน้นคนนี้ทั้งวัน ให้เขามีทุกข์ หน้าคงจะหงิกอยู่ทั้งวัน เขี้ยวอกเลยมีตัวนี้

แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงฝึกสมาธิมามาก พระองค์ทรงทำให้ให้ใส่เข้าถึงธรรมกาย แล้วเห็นความจริงอย่างชัดเจนเลยว่า ที่เราทุกข์ ๆ กันอยู่นี้ สาเหตุมันมาจากกิเลสที่มีอยู่ในใจนี้แหละ พระองค์บัญญัติศัพท์เรียกว่า ตัณหา คือ ความทะยานอยากในใจของเราเอง แบ่งเป็น ๓ ประเภทคือ

๑. กามตัณหา ความอยากได้ เช่น อยากได้เงิน อยากได้ทอง อยากสนุก อยากมีเมียหน่อย อยากให้คนชมเชยยกย่อง สรุปล คือ อยากได้ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส อารมณ์ที่น่าพอใจ

๒. ภาวตัณหา ความอยากเป็น เช่น อยากเป็น นายกรัฐมนตรี อยากเป็นใหญ่เป็นโต อยากเป็นทหาร อยากเป็นตำรวจ ฯลฯ

๓. วิภวตัณหา ความอยากไม่เป็น เช่น อยากไม่เป็นคนจน อยากไม่เป็นคนแก่ อยากไม่เป็นคนไข้โรค ฯลฯ

มนุษย์เราเกิดมาจากตัณหา ลอยค่ออยู่ในตัณหา เคยชินกับตัณหา คู่กันเคยกันกับตัณหา จนเห็นตัณหาเป็นเพื่อนสนิท กินด้วยกัน ดื่มด้วยกัน ถ้าขาดตัณหาแล้วเขากลัวว่าจะขาดรสของชีวิตที่เคยได้เคยอยู่เคยเป็น แต่ตามความเป็นจริง ตัณหาอันถ้าเป็นเพื่อนก็เพื่อนเทียม คอยหลอกล่อนำทุกข์มาให้เรา แล้วก็ยื่นหัวเราะขบใจ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นเหมือนแพทย์ผู้ชำนาญทรงแยกแยะชี้สาเหตุของโรคสาเหตุของทุกข์ ให้เราเห็นว่ามาจากอะไร เชื้อโรคชนิดไหนกิลสชนิดใด

“ทุกขสมุทโย อริยสัจจํ ปหาคัพพํ”  
อริยสัจ คือ ทุกขสมุทัย อันเราพึงละ

(พุทธพจน์)

### อริยสัจที่ ๓ นิโรธ

นิโรธ คือ ความดับทุกข์ หมายถึงสภาพใจที่หมดกิเลสแล้วโดยสิ้นเชิง ทำให้หมดตัณหา จึงหมดทุกข์ มีใจหยุดนิ่งสงบตั้งมั่นอยู่ที่ศูนย์กลางกายมีความสุขล้วน ๆ

ศาสดาของศาสนาอื่น ๆ เนื่องจากฝึกสมาธิมาน้อย หรือปฏิบัติไม่ถูกทาง จึงไม่ทราบว่ ความหมดทุกข์ที่แท้จริงเป็นอย่างไร ก็ได้แต่สมมุติกันขึ้นว่า คือ การได้ไปอยู่บนสวรรค์กับพระผู้เป็นเจ้า เป็นการสร้างความฝันลม ๆ แล้ง ๆ เหมือนคนหิวข้าวแล้วก็สร้างมโนภาพว่า อีกหน่อยจะมีผู้พิเศษเอาข้าวมาให้กิน ก็พอจะหลอกตัวเองปลอบใจตัวเองได้บ้าง

แท้ที่จริงนั้น ต่อให้ได้ขึ้นสวรรค์เป็นเทวดา นางฟ้าจริง ก็ยังวนเวียน อยู่แคในกามภพเท่านั้น สูงกว่าสวรรค์ทั้ง ๖ ชั้น ยังมีรูปพรหมอีก ๑๖ ชั้น รูปพรหมอีก ๔ ชั้น ซึ่งก็ยังไม่หมดทุกข์จะหมดทุกข์จริง ๆ ต้องฝึกจนกระทั่ง หมดตัณหา ดับความทะยานอยากต่าง ๆ โดย สิ้นเชิง หมดกิเลสเข้าพระนิพพาน เท่านั้น

**“ทุกขนิโรธ อริยสัจจ์ สจฺจิกาดุพฺ”**

**อริยสัจจ์ คือ ทุกขนิโรธะ อันเราพึงทำให้แจ้ง**

(พุทธพจน์)

## อริยสัจจ์ที่ ๔ มรรค

มรรค คือ วิถีปฏิบัติเพื่อให้พ้นทุกข์ ศาสนาอื่นฝ่ายเทวนิยมมองเหตุ แห่งทุกข์ไม่ออก ยกให้เป็นการลงโทษของสิ่งลึกลับ ของพระเจ้า ดังนั้นจึง หาวิธีพ้นทุกข์ผิดทาง ไปอ้อนวอนบวงสรวงให้พระเจ้าช่วย ถ้าจะเปรียบก็ คล้ายกับว่า เราป่วยเป็นไข้มาเลเรีย แล้วมีคนมาบอกเราว่า ที่เราเป็นอย่างนี้ เพราะมีผีมาจากป่าจากเขามาลงโทษเรา แล้วก็แนะนำให้เราเช่นไหว้อ้อนวอน กับผีบางเหล่านั้น เพื่อให้เราหายโรค ซึ่งเสียแรงใจเปล่า

แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ทรงเป็นเหมือนแพทย์ผู้ชำนาญ เห็นเหตุที่ทำให้เกิดโรค เกิดทุกข์ชัดเจน แล้วก็ทรงสอนเราว่า ที่เราป่วยเรา ทุกข์ก็เพราะเจ้าตัณหา ซึ่งเปรียบเหมือนเชื้อโรคนี้อเอง ถ้าต้องการหายจากโรค ก็ต้องกำจัดเจ้าเชื้อโรคนั้นให้หมดไป โดยพระองค์ทรงมอบยาดีไว้ให้เราใช้ กำจัดเชื้อโรคนั้นด้วย ซึ่งก็คือ มรรค ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อให้ใจหยุดใจนิ่ง ปรารบทุกข์ได้ รวม ๘ ประการ ได้แก่

๑. สัมมาทิฏฐิ มีความเห็นชอบ เบื้องต้นคือ ความเห็นถูกต้อง ๆ เช่นเห็นว่าพ่อแม่มีพระคุณต่อเราจริง ทำดีได้ดีทำชั่วได้ชั่วจริง โลกนี้โลกหน้า มีจริง ฯลฯ เบื้องสูงคือ เห็นทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ความดับทุกข์และวิธีปฏิบัติ เพื่อดับทุกข์ นั่นเอง

๒. สัมผัสกับปะ มีความคิดชอบ คือ คิดออกจากกาม คิดไม่ผูกพยาบาท คิดไม่เบียดเบียน ไม่ทำให้ใครเดือดร้อน

๓. สัมมาวาจา เจรจาชอบ คือ ไม่พูดปด ไม่พูดส่อเสียดให้เขาแตกแยก ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดเพื่อเจ้อวดอ้างความดีของตัวเอง หรือทับถมคนอื่น

๔. สัมมากรรมันตะ ทำการงานชอบ คือ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ และประพฤติกพรหมจรรย์ เว้นจากการเสพกาม

๕. สัมมาอาชีพะ เลี้ยงชีพชอบ คือ เลิกการประกอบอาชีพเลี้ยงชีวิตในทางที่ผิด แล้วประกอบอาชีพในทางที่ถูก

๖. สัมมาวายามะ มีความเพียรชอบ คือ เพียรป้องกันบาปอกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น เพียรละบาปอกุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดไป เพียรสร้างกุศลคุณความดีที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น และเพียรบำรุงกุศลคุณความดีที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้น

๗. สัมมาสติ มีความระลึกชอบ คือ ไม่ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่าน มีสติรู้ตัวระลึกได้ หมั่นพิจารณา เห็นกายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต ธรรมในธรรม อยู่เสมอ

๘. สัมมาสมาธิ มีใจตั้งมั่นชอบ คือ มีใจตั้งมั่นหยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลางกาย ผ่านกายในกาย ซึ่งก็คือฌานชั้นต่าง ๆ ไปตามลำดับจนเข้าถึงธรรมกาย ใจหยุดนิ่งตั้งมั่นอยู่ที่ศูนย์กลางธรรมกาย

มรรคทั้ง ๘ ข้อนี้นี้ ถ้าขยายออกไปแล้ว ก็จะได้แก่คำสอนในพุทธศาสนา ทั้ง ๘๔,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ ถ้าย่อเข้าก็จะได้แก่ไตรสิกขา หัวใจพระพุทธศาสนา ดังนี้

ศีล แยกออกเป็น สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ  
 สมာธิ แยกออกเป็น สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ  
 ปัญญา แยกออกเป็น สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ

มรรคทั้งแปดข้อนี้ให้ปฏิบัติไปพร้อม ๆ กัน ซึ่งว่าเกิดได้ขณะใจหยุด  
 นิ่งเป็นสมาธิ ทำให้เห็นอริยสัจได้อย่างชัดเจน และพ้นทุกข์ได้เป็นเรื่องของ  
 การฝึกจิตตามวิถีของเหตุผล ไม่ต้องไปวิงวอนพระเจ้าหรือใคร ๆ

**"ทุกขนิโรธคามินี ปฏิปทา อริยสัจจ ภาเวตพฺพ"**  
**อริยสัจ คือ ปฏิปทาให้ถึงความดับทุกข์ อันเราพึงบำเพ็ญ**

(พุทธพจน์)

## การเห็นอริยสัจ

อ่านอริยสัจมาถึงตรงนี้ เรารู้แล้วว่าทุกข์มีกี่ประเภท อะไรบ้าง อะไร  
 ที่ทำให้เกิดทุกข์ รู้ความดับทุกข์ รู้มรรคมีองค์ ๘ จำได้หมด แต่ยังไม่เรียกว่า  
 เห็นอริยสัจ เป็นแต่เพียงท่องจำอริยสัจได้เท่านั้น

การเห็นอริยสัจ แต่ละข้อจะต้องเห็นถึง ๓ รอบ รวม ๔ อริยสัจเท่ากับ  
 เห็นถึง ๑๒ ครั้ง เราเรียก รอบ ๓ อาการ ๑๒ ของอริยสัจ

การเห็นอริยสัจ แปลกกว่าการเห็นอย่างอื่น คือ เมื่อเห็นแล้วจะ  
 สามารถทำได้ด้วย เช่น เห็นสมุทัย เหตุแห่งทุกข์ว่าเป็น ตัณหา ก็จะเห็นว่า  
 ตัณหาควรละ และก็จะดับตัณหาได้ด้วย เป็นการเห็นที่บริบูรณ์จริง ๆ ถ้าจะเปรียบ  
 ก็เหมือนการรู้เรื่องยา จะเป็นความรู้ที่บริบูรณ์ ก็ต้องรู้อย่างนี้คือ

รู้ว่า นี่เป็นยา  
 รู้ว่า ยานี้ควรกิน  
 รู้ว่า ยานี้เราได้กินแล้ว

อริยสัจ ๔ ข้อ	เห็นรอบที่ ๑ ว่า	เห็นรอบที่ ๒ ว่า	เห็นรอบที่ ๓ ว่า
<p>ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค</p>	<p>มีทุกข์จริง ค้นหาทำให้เกิดทุกข์จริง นิโรธมีจริง มรรคทำให้พ้นทุกข์จริง</p>	<p>ทุกข์ควรกำหนดรู้ ต้นเหตุควรละ นิโรธควรทำให้แจ้ง มรรคควรรักษาเพื่อยุติทุกข์</p>	<p>ทุกข์ (เรา) ได้รู้แล้ว ต้นเหตุ (เรา) ได้ละแล้ว นิโรธ (เรา) ได้ทำให้แจ้งแล้ว มรรค (เรา) ได้บำเพ็ญให้บริบูรณ์แล้ว</p>

การเห็นอริยสังขี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนว่า เมื่อเห็นข้อใดข้อหนึ่งข้อที่เหลือก็จะเห็นหมด เช่น เมื่อเห็นทุกข์ ก็จะเห็นสมุทัย นิโรธ มรรค ด้วย เห็นสมุทัย ก็จะเห็นทุกข์ นิโรธ มรรค ด้วย

จะเห็นพร้อมกันทั้งหมด เพราะไม่ใช่การเห็นด้วยตาหรือการนึกคิดเห็นธรรมดา แต่เป็นการเห็นด้วยญาณของธรรมกาย

## กายในกาย

ในตัวของคุณคน มีกายที่ละเอียดประณีตซ้อนกันอยู่เป็นชั้น ๆ กายเหล่านี้เกิดขึ้นมาได้ด้วยอำนาจการปฏิบัติธรรม คือ

- |                    |                                     |
|--------------------|-------------------------------------|
| ประพฤติศีล ๕       | ก่อให้เกิดกายมนุษย์ละเอียด (กายผืน) |
| ประพฤติหิริโอตตปปะ | ก่อให้เกิดกายทิพย์ (เทวกาย)         |
| ประพฤติพรหมวิหาร ๔ | ก่อให้เกิดกายพรหม (พรหมกาย)         |
| ประพฤติมรรค ๘      | ก่อให้เกิดกายธรรม (ธรรมกาย)         |

เราทุกคนสามารถจะเข้าไปรู้ไปเห็นกายต่าง ๆ เหล่านี้ได้ด้วยตนเอง โดยการฝึกสมาธิทำให้หยุด ให้นิ่ง อยู่ที่ศูนย์กลางกาย คือ จุดกึ่งกลางท้องเหนือสะดือขึ้นมา ๒ นิ้ว

## ลักษณะของธรรมกาย

ธรรมกายมีลักษณะเป็นพระปฏิมากรเกตุดอกบัวตูม ตลอดทั้งองค์ใสเป็นแก้ว มีรัศมีสว่างไสวกว่าดวงอาทิตย์หลายร้อยหลายพันเท่า มีลักษณะมหาบุรุษครบ ๓๒ ประการเหมือนพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นรัตนะเป็น ๆ หรือพระเป็น ๆ ประทับอยู่ที่ศูนย์กลางกายของเราทุกคนเป็นธรรมขันธ์ประกอบด้วยธาตุธรรมส่วนที่ละเอียดประณีตเป็นพิเศษทั้งหลายจึงไม่อาจเกาะติดได้ ธรรมกายนี้แหละมีญาณ ทำให้เห็นอริยสังขี้ได้

## ผู้ที่สามารถเห็นอริยสังข์ได้

คนทั้งหลายอาจแบ่งตามคุณความดีในตัวได้เป็น ๓ ระดับ คือ

๑. **ปุถุชน** หมายถึง ผู้ที่ยังหนาแน่นไปด้วยกิเลส ได้แก่ คนทั่วไปทั้งหลาย ซึ่งก็มีดีบ้างเลวบ้างคละกั้นไป แม้นในคนเดียวก็บางครั้งก็ทำดีบ้างก็ทำชั่ว

๒. **โคตรภูบุคคล** หมายถึงบุคคลผู้กำลังเปลี่ยนโคตร คือ เปลี่ยนจากปุถุโคตรเป็นอริยโคตร ได้แก่ ผู้ที่ปฏิบัติธรรมจนเข้าถึงกายธรรมโคตรภูแล้ว มีกิเลสเบาบางลง เป็นบุคคลที่เปรียบเสมือนเท้าซ้ายเหยียบบนโลกเท้าขวาเหยียบบนพระนิพพาน ถ้าตั้งใจทำความดีต่อไป ก็จะมีกิเลสเบาบางลงอีกเข้าถึงกายธรรมที่ละเอียดอ่อนยิ่งขึ้นกลายเป็นพระอริยบุคคล แต่ถ้าทอดยในการทำความดี ก็จะถอยหลังกลับมาเป็นปุถุชน เป็นผู้ที่ยังหนาแน่นไปด้วยกิเลสอีก

๓. **พระอริยบุคคล** หมายถึงผู้ที่ปฏิบัติธรรมจนกระทั่งสามารถกำจัดกิเลสต่าง ๆ ออกได้ไปตามลำดับ จนหมดไปในที่สุด มีใจตั้งมั่นอยู่ในคุณความดีอย่างแน่นแฟ้น ยึดมั่นในพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งไม่เปลี่ยนแปลงจะไม่ถอยกลับมาเป็นปุถุชนทำความชั่วอีกอย่างเด็ดขาด เป็นผู้มีสุคติเป็นที่ไปแน่นอน แบ่งออกได้เป็น ๔ ระดับ คือ

- ผู้ที่เข้าถึงกายธรรมพระโสดา เป็นพระโสดาบัน
- ผู้ที่เข้าถึงกายธรรมพระสกิทาคา เป็นพระสกิทาคามี
- ผู้ที่เข้าถึงกายธรรมพระอนาคามี เป็นพระอนาคามี
- ผู้ที่เข้าถึงกายธรรมพระอรหัตต์ เป็นพระอรหัตต์

ผู้ที่จะสามารถเห็นอริยสังข์ได้ คือ พระอริยบุคคลทุกระดับและโคตรบุคคลที่เข้าถึงกายธรรมโคตรภูจนชำนาญแล้ว

## อานิสงส์การเห็นอริยสัจ

เมื่อเราเข้าถึงธรรมกาย เห็นอริยสัจด้วยญาณของธรรมกาย เราก็จะเข้าถึงความเป็นไปอันแท้จริงของโลกและชีวิตว่ามีแต่ทุกข์ ที่ว่าสุข ๆ กันนั้น แท้ที่จริงก็คือ

ช่วงขณะที่ความทุกข์น้อยลงนั่นเอง เราจะเข้าใจถึงคุณค่าของบุญกุศล อันตรายความน่าขยะแขยงของบาป เป็นความเข้าใจที่เข้าไปในใจจริง ๆ เวลา มีความทุกข์หรือไปทำอะไรไม่ได้เข้า ก็เห็นเลยว่าบาปมันเกิดขึ้นที่ใจอย่างไร เหมือนเราลืมหามองเห็นดวงแก้วกลมใสแล้วมีฝุ่นผงละอองมาเคลือบมาจับอย่างไร เราก็จะต้องเห็นบาปมันมาหุ้มเคลือบ หมัก ดองใจของเรา ให้ดำมืดไปอย่างนั้น

เมื่อเอาน้ำมาชำระล้างแล้ว เราจะเห็นดวงแก้วสะอาดแวววาวใส บริสุทธิ์ขึ้นอย่างไร เวลาเราทำความดี ทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนาแล้ว เราก็จะเห็นบุญกุศลที่เกิดขึ้น มาชำระล้างหล่อเลี้ยงใจของเรา ให้สะอาดบริสุทธิ์ ผ่องใสสว่างไสวขึ้นอย่างนั้น

เมื่อรู้เห็นเข้าใจอย่างนี้แล้ว ย่อมมีใจตั้งมั่นอยู่ในความดี หมั่นบำเพ็ญ อริยมรรคมีองค์ ๘ ทำใจหยุด ใจนิ่ง เข้าสู่ศูนย์กลางกายหนักขึ้น ๆ ๆ ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา โตใหญ่สว่างไสว มรรค ๘ เกิดขึ้นพร้อมบริบูรณ์ที่ ศูนย์กลางกาย ใจก็หยุดนิ่งละเอียดลงทุกที ๆ กิเลสต่าง ๆ ก็ค่อย ๆ ร่อนหลุดไปจากใจ จนหมดกิเลสเป็นพระอรหันต์ พ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารได้



มงคลที่ ๓๔ ทำพระนิพพานให้แจ้ง



# มงคลที่ ๓๔

## ทำพระนิพพานให้แจ้ง

มีที่ไหนในโลกนี้บ้าง ที่ทุกข์เข้าไปไม่ถึง .....ไม่มี  
เจ้าชายสิทธัตถะทำไมจึงออกบวช.....จะหาที่ที่ทุกข์เข้าไปไม่ถึง  
แล้วพบไหม .....พบแล้ว  
อยู่ที่ใด .....นิพพาน  
มีใครตามพระองค์ไปได้บ้างไหม .....มากมาย  
แล้วนิพพานอยู่ที่ไหน .....นั่นซิ จึงต้องมาศึกษากัน

### นิพพานคืออะไร

นิพพาน มีคำแปลได้หลายแบบ เช่น

- แปลว่า ความดับ คือ ดับกิเลส ดับทุกข์
- แปลว่า ความพ้น คือ พ้นทุกข์ พ้นจากภพสาม

นิพพาน โดยความหมาย หมายถึง ๒ นัยยะใหญ่ ๆ คือ

๑. หมายถึง สภาพจิตที่หมดกิเลสแล้ว
๒. หมายถึง สถานที่ที่ผู้หมดกิเลสแล้ว ไปเสวยสุขอันเป็นอมตะอยู่ ณ ที่นั้น ๆ

นิพพาน เป็นที่ซึ่งความทุกข์ทั้งหลายเข้าไปไม่ถึง อยู่พ้นกฎของไตรลักษณ์ ไม่มีการเวียนว่ายตายเกิด ไม่มีแก่ เจ็บ ตาย ทุกอย่างเป็นสุขซึ่งเป็นนิจจัง เป็นอตตะ เป็นตัวตนที่แท้จริง บังคับบัญชาได้ เที่ยงแท้แน่นอน ไม่มีการเปลี่ยนแปลง เกิดขึ้นด้วยอำนาจการปฏิบัติธรรม มีพระพุทธรูปองค์ที่กล่าวถึงนิพพานไว้หลายครั้ง อาทิเช่น

“นิพพานัม ปรมํ สุขญ”

นิพพานสุขอย่างยิ่ง คือ สุขุญกิเลส สุขุญทุกข์

“นิพพานัม ปรมํ สุข”

นิพพานสุขอย่างยิ่ง

ทหารเมื่ออยู่ในหลุมหลบภัย ย่อมปลอดภัยจากอาวุธร้ายของศัตรู ฉะนั้นใครที่มีใจจรดนิ่งอยู่ในพระนิพพาน ก็ย่อมปลอดภัยจากทุกข์ทั้งปวงฉนั้น

## ประเภทของนิพพาน

นิพพานมีอยู่ ๒ ประเภทใหญ่ ๆ คือ

๑. สอุปาทิเสสนิพพาน เรียกว่า นิพพานเป็น อยู่ในศูนย์กลางธรรมกายในตัวของเราทุกคนที่ปฏิบัติมรรคมีองค์ ๘ สามารถเข้าถึงนิพพานนี้ได้ขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ ยังเป็น ๆ อยู่ เป็นนิพพานของพระอริยเจ้าผู้ละกิเลสได้แล้ว แต่ยังมีชีวิตอยู่เพื่อบำเพ็ญประโยชน์แก่สัตว์โลกต่อไปพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเข้านิพพานเป็นนี้ได้ เมื่อวันที่พระองค์ตรัสรู้

นิพพานเป็นนี้ แต่ละคนก็มีเฉพาะของตนเป็นเหมือนหลุมหลบภัยในตัว เรามีทุกข์ โศก โรค ภัยใด ๆ พอเอาใจจรดเข้าไปในนิพพาน ความทุกข์ก็จะหลุดไปหมด จะตามไปรังควาน ไปบีบคั้นใจเราไม่ได้

๒. อนุปาทิเสสนิพพาน เรียกว่า นิพพานตาย เป็นเหตุว่างอยู่นอกภพสาม ผู้ที่หมดกิเลสเป็นพระอรหันต์เมื่อเบญจขันธ์ดับ (กายเนื้อแตกทำลายลง)

เหลือแต่กรรมพันธ์ (กรรมกาย) ก็จะถูกอายตนะนิพพานนี้ ดึงดูดให้ไปปรากฏที่นั่น เสวยความสุขอันเป็นอมตะ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเมื่อปรินิพพานแล้ว กรรมกายของพระองค์ก็ไปปรากฏประทับอยู่ที่อายตนะนิพพานนี้เอง โดยมีกรรมกายของพระอรหันต์สาวกอยู่ล้อมรอบ

## ผู้ที่สามารถทำพระนิพพานให้แจ้งได้

จะเข้านิพพานต้องเข้าด้วยกรรมกาย มนุษย์เข้าไปไม่ได้ เทวดาเข้าไปไม่ได้ รูปพรหมเข้าไปไม่ได้ อรูปพรหมก็เข้าไปไม่ได้ กรรมกายเท่านั้นที่มีสิทธิ์เข้าไปได้

เพราะฉะนั้นผู้ที่จะทำพระนิพพานให้แจ้งได้ ก็คือ พระอริยบุคคลทุกระดับ ทั้งพระอรหันต์ พระอนาคามี พระสกิทาคามี และพระโสดาบัน รวมทั้งโคตรภูบุคคลที่ปฏิบัติธรรมจนมีกิเลสเบาบางเกือบถึงขั้นพระโสดาบัน โดยต้องฝึกสมาธิจนเข้าถึงกรรมกาย จากนั้นเอาใจจรดเข้าสู่ศูนย์กลางกาย จึงเห็นอริยสัง และต้องเห็นอริยสังอย่างชำนาญ พิจารณาอริยสังซ้ำแล้วก็ซ้ำอีก จนใจแนบแน่นอยู่ที่ศูนย์กลางกาย จึงเห็นนิพพานได้

บางท่านอาจนึกสงสัยว่า ก็เห็นบอกว่าเข้าถึงนิพพานแล้วจะหมดกิเลส กิเลสความทุกข์ตามไปปรังควานไม่ได้ แล้วตอนนี้มาบอกว่าโคตรภูบุคคลซึ่งยังไม่ได้หมดกิเลสเป็นพระอรหันต์ก็เข้านิพพานได้ จะไม่เป็นการขัดกันเองหรือ

คำตอบคือ ไม่ขัดกัน เพราะโคตรภูบุคคลนั้น เมื่อเอาใจจรดเข้าพระนิพพาน ขณะนั้นก็หมดทุกข์ กิเลสทำอะไรไม่ได้แต่ทว่าใจยังจรดอยู่ในนิพพานได้ไม่ตลอดเวลา เมื่อไหร่ใจถอนออกมาก็ยังต้องมีทุกข์อยู่เหมือนตัวของเราถ้าหากเป็นแขกรับเชิญไปเที่ยวพักผ่อนยังปราสาทใหญ่ระหว่างที่พักอยู่ในนั้นก็มีความสุขสบาย แต่ก็อยู่ได้ชั่วคราวเพราะยังไม่ได้เป็นเจ้าของ เมื่อไหร่ครบกำหนดกลับก็ต้องออกจากปราสาท มาสู่เหตุการณ์ภายนอกใหม่

## ตัวของเราจะเข้านิพพานได้หรือไม่

คำตอบคือ ได้ โดยจะต้องตั้งใจฝึกสมาธิไปจนเข้าถึงธรรมกายก่อน แล้วฝึกต่อไปจนเข้าถึงธรรมกายที่ละเอียดอ่อนยิ่งขึ้น เห็นอริยสัจและทำพระนิพพานให้แจ้งได้ในที่สุด ซึ่งไม่ยากจนเกินไปที่เราจะปฏิบัติได้เพราะถ้ายากเกินไปแล้วคงไม่มีพระอรหันต์เป็นล้าน ๆ รูปในสมัยพุทธกาลถ้านิพพานนี้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเข้าไปได้พระองค์เดียว คนอื่นไปไม่ได้เลย เราจะบอกว่ายาก แต่จริง ๆ แล้วมีผู้ที่ปฏิบัติตามคำสอนของพระองค์ตั้งใจฝึกสมาธิเข้านิพพานได้เยอะแยะ แสดงว่าไม่ยากจนเกินไป แต่แน่นอนก็คงไม่่ง่ายเพราะถ้าง่ายเราก็คงเข้าไปตั้งนานแล้ว

เพราะฉะนั้นตั้งใจฝึกตัวเองกันเข้า วันหนึ่ง เราก็จะเป็นคนหนึ่งที่ทำได้แล้วเข้านิพพานได้ ตอนนี้ไม่ใช่ว่าทำไม่ได้แต่ว่ายังไม่ได้ทำต่างหากอย่าเพิ่งไปกลัว อย่าไปท้อใจเสียก่อนว่าจะทำไม่ได้ ถ้าทำจริงแล้วต้องได้

## อานิสงส์การทำพระนิพพานให้แจ้ง

๑. ทำให้จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม
๒. ทำให้จิตไม่โศก
๓. ทำให้จิตปราศจากธุลี
๔. ทำให้จิตเกษม

“ไฟใดเสมอด้วยวราคะไม่มี  
 โทษใดเสมอด้วยโทสะไม่มี  
 ทุกข์ใดเสมอด้วยเบญจขันธ์ไม่มี  
 สุขใดเสมอด้วยความสงบไม่มี  
 ความหิวเป็นโรคอย่างยิ่ง  
 สังขารเป็นทุกข์อย่างยิ่ง  
 พระนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง”

# มงคลที่ ๓๕

## จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม

ภูเขาคิลาล้วน ย่อมตั้งมั่นไม่หวั่นไหวเพราะแรงลมจันใด ผู้ที่ทำ  
พระนิพพานให้แจ้งแล้ว ก็ย่อมมีจิตตั้งมั่นไม่หวั่นไหวในโลกธรรมทั้งหลายจันนั้น

จิตหวั่น คือ ความหวั่นหวาด กังวล กลัวว่าจะประสบกับสิ่งที่ไม่ชอบใจ

จิตไหว คือ ความปรารถนาอยากได้สิ่งที่รักที่ชอบใจ

โลกธรรม คือ เรื่องราวที่เกิดขึ้นประจำโลก ใคร ๆ ก็ต้องพบหลีกเลี่ยง  
ไม่ได้ แม้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ทรงประสบ มีอยู่ ๘ ประการ แบ่งเป็น  
๒ ประเภทใหญ่ ๆ ได้แก่



ก. ฝ่ายที่คนทั่วไปปรารถนาอยากได้ คือ

๑. ได้ลาภ คือ การได้ผลประโยชน์ เช่น ได้ทรัพย์ ได้ลูก ได้เมีย ได้บ้าน ได้ที่ดิน ได้เพชรนิลจินดาต่าง ๆ เป็นต้น
๒. ได้ยศ คือ การได้รับตำแหน่ง ได้รับฐานะ ได้อำนาจ ได้เป็นใหญ่เป็นโต
๓. ได้สรรเสริญ คือ การได้ยินได้ฟังคำชมเชย คำยกยอ คำสดุดีที่คนอื่นให้เรา
๔. ได้สุข คือ ได้รับความสบายกายสบายใจ ได้รับความเบิกบานร่าเริง ได้ความบันเทิงใจทั้ง ๔ อย่างนี้เป็นเรื่องที่คนทั่วไปชอบ ยังไม่ได้ก็คิดหา ครั้นหาได้แล้วก็คิดหวัง หวังมาก ๆ เข้าก็หึงการที่จิตมีอาการหา-หวัง-ห้วง-หึง นี่แหละเรียกว่าจิตไหว

ข. ฝ่ายที่คนทั่วไปกลัวว่าจะเกิดขึ้นกับตน คือ

๑. เสื่อมลาภ คือ ผลประโยชน์ที่ได้มาแล้วเสียไป เช่น เสียเงิน เสียที่อยู่ ลูกรักตายเสีย เมียรักตายจาก
๒. เสื่อมยศ คือ ถูกลดความเป็นใหญ่ ถูกถอดออกจากตำแหน่ง ถูกถอดอำนาจ
๓. ถูกนินทา คือ ถูกตำหนิติเตียน ถูกตำว่าในที่ต่อหน้าหรือลับหลัง
๔. ตกทุกข์ คือ ได้รับความทุกข์ทรมานทางกายหรือทางใจ

ทั้ง ๔ ประการนี้เป็นเรื่องที่คนเราไม่ชอบ ไม่ปรารถนาให้เกิดขึ้นกับตัว เมื่อยังมาไม่ถึง จิตก็หวังว่ามันจะมา เมื่อมันมาแล้วก็ภาวนาว่าเมื่อไหร่จะไปเสียที ไปแล้วก็ยังหวังกันลัวว่ามันจะกลับมาอีก

**จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรมคืออะไร**

จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม หมายถึง สภาพจิตของผู้ที่ทำพระนิพพานให้แจ้งแล้ว มีใจตั้งมั่นเกิดความมั่นคงหนักแน่นดุจขุนเขา เป็นอุเบกขาวางเฉยได้

เมื่อพบกับความเสื่อมลาภ เสื่อมยศ ถูกนินทา ตกทุกข์ จิตก็ไม่หวั่น  
เมื่อพบกับความได้ลาภ ได้ยศ ได้สรรเสริญ เป็นสุข จิตก็ไม่ไหว

เพราะรู้เท่าทันว่า เรื่องที่เกิดขึ้นนั้นมันไม่เที่ยง ไม่จีรังยั่งยืนอะไร  
ลาภมิได้ก็เสื่อมได้ ยศตำแหน่งใหญ่โตก็ไม่ไช่ของเราตลอดไป สรรเสริญ  
นินทา สุข ทุกข์ ทุกคนต้องพบทั้งนั้น และในที่สุดก็ต้องเสื่อมหายไปเป็นธรรมดา  
ตามกฎของไตรลักษณ์

## ไตรลักษณ์

ไตรลักษณ์ เรียกอีกชื่อหนึ่งว่า สามัญญลักษณะ คือ ลักษณะประจำ  
ของทุกสรรพสิ่งในโลก

ของต่าง ๆ ในโลกก็มีคุณสมบัติต่างกันไป เช่น ทองก็มีสีออกเหลือง ๆ  
สะท้อนแสงมีประกายแวววาว กระจกก็ใส คนเราก็มีชีวิตจิตใจรู้จักคิดเพชร  
ก็แข็ง แต่ทุกสิ่งทุกอย่างไม่ว่าจะมีชีวิตหรือไม่ก็ตามจะมีลักษณะ ๓ ประการ  
ที่เหมือนกันหมดคือ

๑. อนิจจัง ความไม่เที่ยง ไม่หยุดอยู่กับที่ ต้องเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ  
เช่น บ้านเรือนก็ต้องเก่าคร่ำคร่า ทрудโทรมไป คนเราวันนี้กับเมื่อวานก็  
ไม่เหมือนกัน มันเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ เป็นธรรมดา

๒. ทุกขัง ความเป็นทุกข์ ในที่นี้ไม่ได้หมายถึงเป็นทุกข์ร้องไห้  
น้ำตาตกเท่านั้น แต่หมายถึงการคงอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ต้องแตกดับเพราะ  
เมื่อมันไม่เที่ยงเปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ แล้ว มันก็ต้องแตกดับ เช่น บ้านก็ต้องพัง  
คนเราก็ต้องตาย แม้โลกที่เราอยู่นี้ก็เปลี่ยนแปลงไปเรื่อย ๆ และสักวันหนึ่ง  
ก็ต้องทำลายลง

๓. อนัตตา ความไม่มีตัวตน ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริงของใครหาตัวตนที่แท้จริงไม่ได้ บังคับบัญชาไม่ได้ เช่น ตัวเราจะบังคับไม่ให้แก่ก็ไม่ได้ บังคับไม่ให้ป่วยไข้ก็ไม่ได้ บ้านบังคับไม่ให้แก่ก็ไม่ได้ แต่ตัวของเรากลับมาแยกธาตุกันจริง ๆ แล้วก็พบว่าประกอบขึ้นด้วยเลือด เนื้อ กระดูก ฯลฯ เท่านั้นหาตัวตนจริง ๆ ไม่เจอ เป็นเพียงการประชุมแห่งธาตุประกอบกันขึ้นมาชั่วคราว พอตายธาตุต่าง ๆ ก็แยกสลายจากกัน ไม่มีตัวตนที่แท้จริง

คนทั้งโลกมองไม่เห็นไตรลักษณ์ จึงลุ่มหลงมัวเมายินดีในร้ายหวังไหวในโลภธรรม ต้องตกอยู่ในห้วงทุกข์ตลอดมา

ผู้ที่ทำพระนิพพานให้แจ้งแล้ว ท่านเห็นธรรมกายเห็นพระนิพพาน ซึ่งเป็นธรรมชั้นที่อยู่พ้นกฎของไตรลักษณ์ มีลักษณะเป็นนิจจัง เป็นสุขขัง เป็นอิตตา เทียงแท้ แน่นอน ไม่มีการเปลี่ยนแปลง พ้นการเวียนว่ายตายเกิด เป็นตัวตนที่แท้จริงบังคับบัญชาได้ตามใจนึก จึงไม่โยตีในโลภธรรม ไม่ขุ่นมัวไม่หลงไหล ไม่หวั่นไหวในโลภธรรม ซึ่งเป็นของไม่เที่ยงยังอยู่ในกฎของไตรลักษณ์

ท่านจะได้ลาภ ได้ยศ มีคนสรรเสริญยกย่อง หรือเป็นสุข ท่านก็เฉย ๆ จิตไม่ไหว

ท่านจะเสื่อมลาภ เสื่อมยศ ถูกนินทาว่าร้าย หรือตกทุกข์ ท่านก็เฉย ๆ จิตไม่หวั่น

คนทั่วไปเวลาป่วยไข้มาเกิดความทุกข์ทั้งกายทั้งใจ แต่ผู้ที่ทำพระนิพพานให้แจ้งแล้ว ใจจรดอยู่ในพระนิพพาน จะเกิดความทุกข์อะไรอันเนื่องมาจากสังขารนี้ก็ตาม ทุกข์นั้นจะหยุดอยู่แค่กาย กินเข้าไปไม่ถึงใจท่าน ท่านมีจิตที่มั่นคงตลอด

## ข้อเตือนใจ

โบราณท่านสอนว่า อยากจะรู้ว่าใครถึงคราวตกทุกข์ได้ยากแล้ว จะพิลาปร่ำพันโอดครวญแค่ไหน ให้ดูอย่างนี้

ถ้าคนนั้นเวลาดีใจ ได้ของถูกใจ ก็หัวเราะฮา ๆ ก็รู้เลยว่า เมื่อถึงคราวเสียใจ เสื่อมลาภ เขาก็จะร้องไห้โฮ ๆ เป็นข้างร้องเชียว

ตรงกันข้าม ถ้าเวลาดีใจ เขาก็แค่มึน ๆ ก็รู้เลยว่า ถึงตอนเสียใจ อย่างมากก็คงจะแค่กัดฟัน หรืออึดใจสักอึด สองอึด แล้วก็หาย นี่เป็นอย่างนี้

ท่านจึงให้ข้อเตือนใจไว้ว่า “ถ้าดีใจก็จงยิ้มเพียงมุมปากเดียว เมื่อถึงคราวเสียใจจะได้ไม่ถึงกับร้องไห้”

และยังให้กำลังใจสำหรับผู้ตกอยู่ในความทุกข์อีกว่า

“ยังมีแต่่าไร แสดงว่ายังมีดี

ยังมีดีแต่่าไร ก็แสดงว่ายังมีใกล้สว่าง”

เพราะฉะนั้นจะเจอความทุกข์ขนาดไหน ความเสื่อมลาภ เสื่อมยศ ถูกนินทาปานใด สู้ทนทำความดีไปเถิด ยิ่งเจอหนักมากขึ้นแสดงว่ามันใกล้จะพ้นแล้วละ เหมือนยังมีดีก็ยังมีใกล้สว่าง

นอกจากนี้เราทุกคนจะต้องตั้งใจฝึกสมาธิภาวนากัน จนใจหยุดใจนิ่งที่ศูนย์กลางกาย เข้าถึงธรรมกายในตัว ใช้ธรรมกายพิจารณาอริยสัจ ๔ และทำพระนิพพานให้แจ้งให้ได้ จึงจะมีจิตตั้งมั่นไม่หวั่นไหวได้อย่างแท้จริง



# มงคลที่ ๓๖

## จิตไม่โศก

สัตว์ทั้งหลายแม้พญาราชสีห์ หากคิดบ่วงนายพราน ก็ย่อมสิ้นกำลัง และอำนาจ ได้รับแต่ความทุกข์ทรมานฉันใด คนทั้งหลายแม้มีฤทธิ์อำนาจ มากเพียงใด หากคิดบ่วงสินเฝ้า ก็ย่อมสิ้นฤทธิ์หมดอำนาจ มีจิตโศกเต็ม ไปด้วยความทุกข์ทรมานฉันนั้น

### จิตโศกคืออะไร

คำว่า โศก มาจากภาษาบาลีว่า โสกะ แปลว่า แห่ง

จิตโศก จึงหมายถึง สภาพจิตที่แห่งผาก เหมือนดินแห่ง ไร่ไม่แห่ง หมดความชุ่มชื้น เนื่องจากไม่สมหวังในความรัก ทำให้มีอาการเหี่ยวแห้ง หม่นไหม้ โหยหาขึ้นในใจ ใจซึมเซาไม่ยอมรับรู้อารมณ์อื่นใด ไม่อยากทำ การงาน

“เปมโต ชายเต โสโก”  
ความโศกเกิดจากความรัก

(พุทธพจน์)

มงคลที่ ๓๖ จิตไม่โตก



จะเป็นรักคน สัตว์ หรือสิ่งของก็ทำให้เกิดความโศกได้ทั้งนั้น แต่ที่หนักก็มักจะเป็นเรื่องรักคน โดยเฉพาะความรักของชายหนุ่มหญิงสาว

ปกติใจของคนเราชนเหมือนลิง ชอบคิดโน่นคิดนี่ รับอารมณ์อย่างโน้นอย่างนี้ เตียวจะฟังเพลงเพราะ ๆ เตียวไม่เอาอีกแล้วกินขนมดีกว่า กินอ่อมแล้ว ไม่เอาอนนตีกว่า เตียวเที่ยวดีกว่า เปลี่ยนไปเรื่อย ๆ ไม่อยู่ในอารมณ์ได้นาน ๆ

แต่แปลก พอใจของเราไปเจออารมณ์รักเข้าเท่านั้นแหละ มันไม่เปลี่ยน ติดหนับเลยเหมือนลิงติดตั้ง

พูดถึงลิงติดตั้ง บางท่านอาจไม่เข้าใจ ตั้งก็คือ ยางไม้ที่เขาเอาไปเคี้ยวจนเหนียวหนับ แล้วเอาไปป้ายไว้ตามต้นไม้ ตามที่ต่าง ๆ ไว้ดักนก ดักสัตว์เวลาสัตว์มาเกาะติดเข้าจะเดินไม่หลุด

ลิงเวลามาเจอตังเข้า มันจะใช้ขาข้างหนึ่งแหงดูตามประสาชน พอติดหนับถึงไม่ขึ้น ก็จะใช้ขาอีกข้างจะมาช่วยยัน ขาข้างนั้นก็ติดตั้งหนับเข้าอีก จะใช้ขาอีก ๒ ข้างมาช่วย ก็ติดตั้งหมดทั้ง ๔ ขา ใช้ปากช่วยดันปากก็ติดตั้งอีก ตกลงทั้ง ๔ ขา และปากติดตั้งแน่นอยู่อย่างนั้น เดินไม่หลุดรอกให้คนมาจับไป นี่ลิงติดตั้ง

คนเราก็เหมือนกัน ลงได้รักละก็ หนุ่มรักสาว สาวรักหนุ่มก็ตามที่แรกก็บอกว่าจับไปอย่างนั้นเอง พักเตียวถอนตัวไม่ออก ร้อง “ไม่เห็นหน้าเจ้า กินข้าวบ่ลงกินข้าวละ”

คำว่าเสน่ห์ ในภาษาไทยเราแปลว่า ความน่ารัก แต่คำคำนี้มาจากภาษาบาลีว่า สนิหะ แปลว่า ยางเหนียว ตรงตัวเลย ถ้าใครมาบอกเราว่าแม่คนนั้นเสน่ห์แรงจัง ให้รู้ตัวไว้เลยว่าแม่นั้นน่ะยางเหนียวหนับเลย อย่าไปเข้าใกล้ล่ะ เตียวติดยางเหนียวเข้าเป็นลิงติดตั้ง แล้วจะเดินไม่หลุด

ตอนรักเขายังไม่เท่าไร แต่ว่า รักเขาแล้วเขาไม่รักเราสิ หรือเมื่อความรักกลายเป็นอื่นเข้า หรือเขาตายจากเราไปก็ตาม ใจมันจะแห้งผากขึ้นมาทีเดียว แต่ก่อนเคยชอบรับอารมณ์อย่างนั้นอย่างนี้ พอถึงตอนนี้ใครจะมาร้องเพลงให้ฟังก็รำคาญ จะชวนไปเที่ยวดูหนัง ก็รำคาญ จะร้อง จะรำ จะเล่นอะไร รำคาญไปหมด ข้าวยังไม่อยากจะกิน ใจมันแห้งผาก ซึมซา รับอารมณ์ไม่ไหว คือ อากาที่เรียกว่า จิตโศก

บางคนอาจนึกว่าก็แล้วถ้าความรักสมหวัง ก็คงไม่เป็นไร จิตไม่โศก ละซี แต่ในความเป็นจริงนะมันเป็นไปได้ เพราะเรารู้อยู่แล้วว่าทุกอย่างในโลกนี้ล้วนตกอยู่ในกฎของไตรลักษณ์มันไม่เที่ยงต้องเปลี่ยนไปเรื่อย ๆ แดกดับไปเป็นธรรมดา เพราะฉะนั้น ลงว่าใครได้รักอะไรเข้าละก็ ไม่ว่าจะเป็นคน สัตว์หรือสิ่งของ ก็ให้เตรียมตัวโศกเอาไว้ได้ ถ้ารักมากก็โศกมาก รักน้อยก็โศกน้อย รักหลาย ๆ อย่างก็โศกถี่หน่อยนี้เป็นอย่างนี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตรัสเตือนสติไว้ว่า

“ผู้ใดมีความรัก ถึง ๑๐๐	ผู้นั้นก็ต้องมีความทุกข์ถึง ๑๐๐
ผู้ใดมีความรัก ถึง ๙๐	ผู้นั้นก็ต้องมีความทุกข์ถึง ๙๐
ผู้ใดมีความรัก ถึง ๘๐	ผู้นั้นก็ต้องมีความทุกข์ถึง ๘๐
ผู้ใดมีความรัก ถึง ๘๐	ผู้นั้นก็ต้องมีความทุกข์ถึง ๘๐
ผู้ใดมีความรัก ถึง ๖๐	ผู้นั้นก็ต้องมีความทุกข์ถึง ๖๐
ผู้ใดมีความรัก ถึง ๕๐	ผู้นั้นก็ต้องมีความทุกข์ถึง ๕๐
ผู้ใดมีความรัก ถึง ๔๐	ผู้นั้นก็ต้องมีความทุกข์ถึง ๔๐
ผู้ใดมีความรัก ถึง ๓๐	ผู้นั้นก็ต้องมีความทุกข์ถึง ๓๐
ผู้ใดมีความรัก ถึง ๒๐	ผู้นั้นก็ต้องมีความทุกข์ถึง ๒๐
ผู้ใดมีความรัก ถึง ๑๐	ผู้นั้นก็ต้องมีความทุกข์ถึง ๑๐
ผู้ใดมีความรัก ถึง ๕	ผู้นั้นก็ต้องมีความทุกข์ถึง ๕
ผู้ใดมีความรัก ถึง ๔	ผู้นั้นก็ต้องมีความทุกข์ถึง ๔
ผู้ใดมีความรัก ถึง ๓	ผู้นั้นก็ต้องมีความทุกข์ถึง ๓
ผู้ใดมีความรัก ถึง ๒	ผู้นั้นก็ต้องมีความทุกข์ถึง ๒
ผู้ใดมีความรัก ถึง ๑	ผู้นั้นก็ต้องมีความทุกข์ถึง ๑

ผู้ใดไม่มีสิ่งอันเป็นที่รัก ผู้นั้นก็ไม่มีความสุข เรากล่าวว่าคุณนั้นไม่มีความเศร้าโศก ปราศจากกิเลสจตุรฐี ไม่มีอุปายาส คือ ความตรอมใจ ความกลุ้มใจ”

โบราณ ท่านสรุปเป็นข้อเตือนใจไว้ว่า

“มากรักก็มากน้ำตา หมดรักก็หมดน้ำตา  
มากรักก็มากทุกข์ หมดรักก็หมดทุกข์”

## ข้อควรปฏิบัติ

ผู้ที่ทำพระนิพพานให้แจ้งแล้ว ขณะที่ใจท่านจรดอยู่ในพระนิพพาน ความรักเข้าไปรบกวนท่านไม่ได้ ตัดรักได้ ใจท่านจึงไม่แห้ง ไม่มีโศก ดังพุทธพจน์ที่ว่า

“เมื่อไม่มีรักแล้ว ความโศกก็ไม่มี ความกลัวก็ไม่มี”

พวกเราปุถุชนทั่วไป แม้ยังไม่สามารถตัดรักได้เด็ดขาดแต่ถ้าหมั่นทำสมาธิ เจริญกรรมฐานุสติเป็นประจำ ก็จะทำให้ความรักมามีอิทธิพลเหนือใจเราไม่ได้มาก มีสติดี ถึงคราวเด็ดเดี่ยว ก็จะมีจิตโศกน้อยกว่าคนทั่วไป อากาโรไม่หนักหนาสาหัสสัก เพราะนึกถึงความตายแล้วทำให้ใจคลายออกจากรักซึ่งเป็นต้นทางของความโศก พอลึกว่าเราเองก็ต้องตาย จะตายเมื่อไรก็ไม่รู้ เหนือนี้ก็เริ่มจะตัดคิด ความโศกความรักเริ่มหมดไปจากใจ มีสติมาพิจารณาตนเอง ไม่ประมาท ขวนขวายในการสร้างความดี แล้วที่สุดตั้งใจเจริญสมาธิภาวนาเต็มที่ก็จะสามารถทำพระนิพพานให้แจ้งได้ และตัดความรัก ตัดความโศกออกจากใจได้อย่างเด็ดขาดในที่สุด

## ข้อเตือนใจ

“ความโศก ความรำไร ความทุกข์ อันมากมายหลายอย่างนี้มีอยู่ในโลก ก็เพราะอาศัยสัตว์หรือสังขารอันเป็นที่รัก

เมื่อไม่มีสัตว์หรือสังขารอันเป็นที่รัก ความโศก ความรำไร ความทุกข์ เหล่านี้ย่อมไม่มี

ผู้ใดไม่มีสัตว์หรือสังขารอันเป็นที่รักในโลกไหน ๆ ผู้นั้นย่อมเป็นผู้มีความสุข ปราศจากความโศก

เพราะเหตุนั้น ผู้ใดปรารถนาความไม่โศก อันปราศจากกิเลสจุกจุกดีแล้ว ไม่พึงทำสัตว์หรือสังขารใดในโลกไหน ๆ ให้เป็นที่รักเลย”

(พุทธโอวาท)



# มงคลที่ ๓๗

## จิตปราศจากฐลี

บว้ย่อมมีใบ อันหยาดน้ำไม่อาจเกาะติดได้ฉันใด ผู้ทำพระนิพพานให้แจ้งแล้ว ก็ย่อมมีจิตอันฐลีกิเลสไม่อาจเกาะติดได้ฉันนั้น

### จิตปราศจากฐลีคืออะไร

ฐลี แปลว่า ฝุ่นละอองที่ละเอียดมาก ในที่นี้หมายถึงกิเลสอย่างละเอียดที่เกาะ ซึม แทรก หุ้มใจของเราอย่างชอนเร้นบาง ๆ ทำให้ความผุดผ่อง ความใสสะอาดเสียไป ถ้าไม่สังเกตจะไม่เห็นไม่รู้

จิตปราศจากฐลี หมายถึง จิตที่หมดกิเลสแล้วทั้งหยาบทั้งละเอียดอย่างถอนรากถอนโคน ไม่มีทางพินกลับเข้ามาในใจได้อีก ทำให้จิตสะอาดผ่องใส นุ่มนวลควรแก่การงาน ได้แก่จิตของพระอรหันต์

มงคลที่ ๓๗ จิตปราศจากชูลี



## ประเภทของกิเลส

กิเลสในใจคนมีอยู่ ๓ ตระกูลใหญ่ คือ ตระกูลราคะ โทสะ โมหะ กิเลสแต่ละตระกูลก็มีหลายระดับ ตั้งแต่ที่หายากมาก ๆ เห็นได้ชัดเจนเหมือนขยะมูลฝอย และเล็กลงเหมือนฝุ่นผง จนถึงที่ละเอียดมาก ๆ เหมือนธุลี บางคนเจอแล้วก็ยังไม่รู้ว่าเป็นกิเลสมองไม่ออก ดังนี้

๑. **ตระกูลราคะหรือโลภะ** คือ ความกำหนัดยินดีรัก อยากได้ ในคนสัตว์ สิ่งของ หรืออารมณ์ที่น่าใคร่ มีตั้งแต่หายากจนถึงละเอียด ดังนี้

๑. อภิชฌาวิสมโลภะ ความโลภอย่างแรง แสดงออก เช่น ปล้นเขา จี้ ลักขโมย

๒. อภิชฌา ความเพ่งเล็งทรัพย์ของผู้อื่น จ้อง ๆ จะเอาของเขาละ แต่ยังไม่สงวนท่าที ไม่แสดงออก

๓. โลภะ ความอยากได้ในทางทุจริต อยากได้ในทางที่ไม่ชอบ แต่ยังไม่แสดงออก

๔. ปาปิฉณา ความอยากได้โดยวิธีสกปรก เช่น อยากได้สตางค์เลยไปเล่นการพนัน ไม่รักษาเกียรติ ไม่รักษาชื่อเสียงของตน

๕. มหิจฉนา ความอยากใหญ่ ความมักมาก เช่น รับประทานอาหารวงเดียวกัน ก็คว้าเอาถ้วยอร่อย ๆ ไปทานเสียคนเดียว ไม่รู้จักเกรงใจคนอื่น ไม่รู้จักประมาณ

๖. กามราคะ ความพอใจในกาม รักเพศตรงข้าม ยังมีความรู้สึกทางเพศ

๗. รูปราคะ ความยินดีในอารมณ์ของรูปผານ เป็นเรื่องของผู้ฝึกสมาธิจนได้รูปผานแล้ว

๘. อรูปราคะ ความยินดีในอารมณ์ของอรูปผาน เป็นเรื่องของผู้ฝึกสมาธิจนได้อรูปผานแล้ว

ข้อ ๖-๘ นี้แหละที่จัดเป็นกิเลสละเอียด ที่เรียกว่าธุลีในตระกูลราคะ

๒. **ตระกูลโทสะ** คือ ความไม่ชอบใจ ความคิดร้าย คิดทำลายผู้ที่ทำให้ตนโกรธ มีตั้งแต่หยาบจนถึงละเอียดดังนี้

๑. พยาบาท ความผูกอาฆาต จองเวร ยากแค้น ไม่ยอมมอภัย บางทีข้ามภพข้ามชาติก็ยังไม่ยอม เช่น พระเทวทัตต์ผูกพยาบาทพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตั้งแต่ภพในอดีตมา

๒. โทสะ ความคิดร้าย คิดทำลาย เช่น คิดจะฆ่า คิดจะเตะ คิดจะด่า คิดจะเผาบ้าน คิดจะทำให้ಾಯ ฯลฯ

๓. โกรธะ ความเดือดดาลใจ คือคิดโกรธแต่ยังไม่ถึงกับคิดทำร้ายใคร

๔. ปฏิฆะ ความขัดใจ เป็นความไม่พอใจลึก ๆ ยังไม่ถึงกับโกรธแต่มันขัดใจ

ข้อ ๔ ปฏิฆะ นี้แหละที่จัดเป็นรูปสี่ กิเลสละเอียดในตระกูลโทสะ

๓. **ตระกูลโมหะ** คือ ความหลง เป็นอาการที่จิตมืดมน ไม่รู้จักผิดชอบชั่วดี ไม่รู้จักบุญบาป ส่วนความไม่รู้วิธยาการต่าง ๆ ไม่ใช่โมหะ คนที่มีความรู้วิธยาการมากเพียงใด มีปัญญาที่ใ้ก็ตาม หากยังไม่รู้จักบุญบาป ไม่รู้ว่าอะไรควรทำไม่ควรทำอะไร ได้ชื่อว่าตกอยู่ในโมหะทั้งนั้น กิเลสตระกูลโมหะ มีตั้งแต่หยาบถึงละเอียดดังนี้

๑. มิจฉาทิฐิ ความเห็นผิดจากทำนองคลองธรรม เช่น เห็นว่า พ่อแม่ไม่มีพระคุณ เห็นว่าบุญบาปไม่มี เห็นว่าโลกนี้โลกหน้าไม่มี เป็นต้น ไม่เพียงแต่ไม่รู้เท่านั้น ยังคิดเห็นผิดอีกด้วย

๒. โมหะ ความหลงผิด ความไม่รู้ผิดชอบชั่วดี

๓. สักกายทิฐิ ความเห็นว่ามีตัวตน เช่น คิดว่าร่างกายนี้เป็นของเราจริง ๆ

๔. วิจิกจฉา ความลังเลสงสัยในการปฏิบัติธรรม เช่น ยังไม่มั่นใจ  
๑๐๐ เปอร์เซนต์ว่า บุญบาปมีจริงไหม ทำสมาธิแล้วจะหมดกิเลสจริงหรือ

๕. สิลัพพตปรามาส ความติดอยู่ในศีลพรตอันงมงาย เช่น เชื่อ หมอดู เชื่อศาลพระภูมิ เชื่อว่ากินเจแล้วได้บุญ เชื่อพระเจ้า

๖. มานะ ความถือตัว ถือเขาถือเรา

๗. อุทธัจจะ ความฟุ้งซ่าน เป็นอาการที่จิตไหวกระเพื่อมน้อย ๆ ยังไม่จรตคุณย์กลางกายแนบสนิท ไม่ได้หมายถึงความฟุ้งซ่าน ไม่รู้เหนื่อรู้ได้ อย่างที่คนทั่วไปเป็น

๘. อวิชชา ความไม่รู้พระสัทธรรม เช่น ไม่รู้ว่าตัวเรามาจากไหน ตายแล้วจะไปไหน

ตั้งแต่ข้อ ๓-๘ เป็นรูลี กิเลสอย่างละเอียดในตระกูลโมหะ

โดยสรุป รูลีหมายถึง กิเลสอย่างละเอียดของทั้ง ๓ ตระกูลรวม ๑๐ ประการได้แก่

๑. สักกายทิฏฐิ
๒. วิจิกิจฉา
๓. สิลัพพตปรามาส
๔. กามราคะ
๕. ปฏิฆะ
๖. รูปราคะ
๗. อรูปราคะ
๘. มานะ
๙. อุทธัจจะ
๑๐. อวิชชา

ทั้ง ๑๐ ประการนี้บางที่เราเรียกว่า สังโยชน์ ๑๐ พระโสดาบัน จะสามารถละ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สิลัพพตปรามาสได้ มีความเชื่อมั่น ในคุณของพระรัตนตรัยเต็มที่ ไม่มีความลังเลเลย ส่วนพระสุกัณหาคามีก็ละได้ ๓ ข้อแรกเช่นเดียวกับพระโสดาบัน แต่กิเลสข้อที่เหลือเบาบางลง ส่วนพระ

อนาคามีจะได้เพิ่มอีก ๒ ข้อ คือ กามราคะและปฏิฆะ มีแต่พระอรหันต์เท่านั้น  
ที่ใจจรดอยู่ในพระนิพพานตลอดเวลาจึงละสังโยชน์รูลีกิเลสทั้ง ๑๐ ประการ  
ได้อย่างสิ้นเชิง มีจิตผ่องใส บริสุทธิ์ตลอด

เหตุที่พระโสดาบัน พระสกิทาคามี และพระอนาคามี ยังละสังโยชน์  
ทั้ง ๑๐ ได้ไม่หมดนั้น ก็เพราะใจยังจรดอยู่ในพระนิพพานได้ไม่ตลอดเวลา

### ระดับโทษของกิเลสทั้ง ๓ ตระกูล

ราคะ มีโทษน้อย แต่คล้ายชั่ว คนจะรักกัน อยู่กันฉันสามีภรรยา  
ถือว่าไม่ผิดศีลธรรม ขอย่าไปนอกใจหรือไปมีชู้ก็แล้วกัน โทษของราคะ  
ไม่ค่อยหนักนัก แต่จะทำให้เลิกละก็ยากมาก คลายชั่ว คนลองรักกันแต่ไม่  
เห็นหน้าไม่กี่วันก็ทำท่าจะตายเอาให้ได้ บางทีตายแล้วเกิดใหม่ใจยังผูกพันกัน  
อยู่เลย จะให้เลิกรักเลิกลยาก

โทสะมีโทษมาก แต่คล้ายเร็ว เวลาโกรธ ชัดใจขึ้นมาฆ่ากันได้ บางที  
ถึงขนาดฆ่าพ่อ ฆ่าแม่ทำอนันตริยกรรมก็ยังได้ มีโทษมาก แต่ทว่าคลายเร็ว  
ถ้าเขามาขอโทษขอโพย เอาอกเอาใจไม่นานก็หาย โทสะคลายเร็วอย่างนี้

โมหะ มีโทษมากด้วย คลายชั่วด้วย ความหลง ความไม่รู้ พระสังฆกรรม  
นี้มีโทษมาก ทำให้เราหลงไปทำบาปตกนรกเสียแย่เราต้องเวียนว่ายตาย  
เกิดในวัฏสงสารกันมานับภพนับชาติไม่ถ้วน ทนทุกข์กันตลอดมาก็เพราะ  
โมหะนี่เอง และแถมเจ้าโมหะความหลงนี้ยังคลายชั่วอีกด้วย คนหลงไม่รู้จักบุญ  
จักบาปละก็กว่าจะแก้ได้ ท่านว่าหืดขึ้นคอเลย บางทีก็ตั้งอรพพระสัมมาสัม  
พุทธเจ้าองค์ต่อ ๆ ไปโน้นยังไม่รู้จะแก้หายหรือเปล่า

## ข้อควรปฏิบัติ

เราต้องทราบว่ากิเลสทั้ง ๓ ตระกูลนี้ มันพุ่มนงองงามได้ เช่น คนบางคนเดิมอาจจะเป็นคนไม่โลภอะไร พอใจอยู่กับของของตน แต่ไม่ระวังตัว ผลลัพท์ไปหน่อยเดียว มีลาภยศมาล่อมาก ๆ เข้า อาจกลายเป็นคนโลภไปทำบาปทำชั่วเพราะความอยากได้ก็ได้ เดิมอาจเป็นคนใจเย็นแต่ถูกขู่ถูกแหย่มาก ๆ เข้าก็เลสก็อาจองงาม กลายเป็นคนเจ้าโทสะไปได้เหมือนกัน หรือเดิมก็เป็นคนธรรมดาทั่วไป เข้าใจธรรมะบ้าง ไม่เข้าใจบ้างบุญบาปก็แค่สงสัยว่ามีหรือไม่มี แต่ไปคบคนพาลเข้า กลายเป็นมีจิตทิฐิไม่เชื่อบุญเชื่อบาป ปฏิเสธนรกสวรรค์ คิดว่าพ่อแม่ไม่มีพระคุณต่อตัวเองเป็นไปไม่ได้เหมือนกัน

เราจึงต้องระวังตัวไม่ประมาทในการทำความดี ตั้งใจทำสมาธิภาวนาไปตามลำดับ ไม่ย่อท้อ สักวันหนึ่งก็คงจะทำให้หยุดใจนิ่งเข้าสู่ศูนย์กลางกาย เข้าถึงพระธรรมกายในตัว ทำพระนิพพานให้แจ้งได้ และกำจัดฐลิกิเลสทั้งหลายให้ร่อนหลุดไปจากใจ เป็นพระอรหันต์ เสวยสุขอันเป็นอมตะได้เหมือนกัน

**“ผู้ใดกำจัดโลภะได้แล้ว**

**ไม่โลภในอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความโลภ**

**ผู้ใดกำจัดโทสะได้แล้ว**

**ไม่ประทุษร้ายในอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความประทุษร้าย**

**ผู้ใดกำจัดโมหะได้แล้ว**

**ไม่หลงในอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความหลง**

**กิเลสทั้ง ๓ ตระกูลย่อมหมดไปจากใจผู้นั้น**

**เหมือนหยาดน้ำตกจากใบบัว**

**เหมือนผลตาลสุกหล่นจากขั้ว**

**เหมือนอาทิตย์อุทัย ขจัดความมืดให้หมดไปฉะนั้น”**



મંગલકી ૩૯ જિતગેષ્ઠ



# มงคลที่ ๓๘

## จิตเกษม

ผู้ที่ถูกตีตรวนคุมขังอยู่ เมื่อได้รับอิสรภาพหลุดพ้นจากเครื่องพันธนาการ ย่อมมีอิสระเสรี มีความสุขกายสบายใจฉันใด ผู้ที่ทำพระนิพพานให้แจ้งแล้ว หลุดพ้นจากกิเลสเครื่องร้อยรัดทั้งหลาย ก็ย่อมมีจิตเกษมฉันนั้น

### ภัยของมนุษย์

ทันทีที่เกิดลืมตามาดูโลก เราก็ต้องผจญกับภัยต่าง ๆ นานาชนิดที่พร้อมจะเอาให้ถึงตายอยู่ทุกวินาที เหมือนว่ายน้ำท่ามกลางความมืดอยู่กลางทะเลมหาโหด ภัยทั้งหลายเหล่านี้แบ่งออกได้เป็น ๒ ประเภท คือ

๑. ภัยภายใน พอเกิดมาเราก็มีภัยชนิดนี้มาผจญคอยดักอยู่ตลอดเวลา รุมล้อมรอบตัว

- |          |     |          |                |
|----------|-----|----------|----------------|
| ข้างหลัง | คือ | ชาติภัย  | ภัยจากการเกิด  |
| ข้างขวา  | คือ | ชราภัย   | ภัยจากความแก่  |
| ข้างซ้าย | คือ | พยาธิภัย | ภัยจากความเจ็บ |
| ข้างหน้า | คือ | มรณภัย   | ภัยจากความตาย  |

ภัยเหล่านี้รุมล้อมเราทั้งชายชวหน้าหลัง ทุกด้านเลยทีเดียว ใคร ๆ ก็หลีกเลี่ยงไม่ได้

๒. ภัยภายนอก มีอยู่นับไม่ถ้วน เช่น

- ภัยจากคน เช่น ผัวร้าย เมียเลว ลูกชู้ เพื่อนที่ไม่ดี คนพาล คนเกเร นับไม่ถ้วน

- ภัยจากธรรมชาติ เช่น น้ำท่วม แผ่นดินไหว ภูเขาไฟระเบิด พายุ

- ภัยจากบาปกรรมตามทัน ถูกล้างผลาญทุกรูปแบบ ไปลักขโมย โกงเขาเขาจับได้ถูกขังคุกลงโทษกัน ก็สารพัดละ

ฯลฯ

## ทำไมเราจึงต้องพบกับภัยเหล่านี้

การที่เราต้องตกอยู่ท่ามกลางวงล้อมของภัยทั้งหลาย ดันกันไม่หลุด เกิดแล้วตาย ตายแล้วเกิด ก็ยังต้องรับทุกข์รับภัยกันอยู่ไม่รู้กี่แสนกี่ล้าน ๆ ๆ ๆ ชาติมาแล้ว ทั้งนี้ก็เพราะถูกผูกด้วย “โยคะ” แปลว่า เครื่องผูกสัตว์ไว้ในภพ มีอยู่ ๔ ประการได้แก่

๑. กามโยคะ คือ ความยินดีพอใจในกามคุณ อยากฟังเพลง เพราะ ๆ อยากทานอาหารอร่อย ๆ ได้สวมใส่เสื้อผ้าสวย ๆ นุ่มนวลสวมสบาย อยากเห็นรูปสวย ๆ ได้สัมผัสที่นุ่มนวล ได้แฟนสวย ๆ มีสมบัติเยอะ ๆ ความใคร่ทั้งหลายเหล่านี้เป็นเหมือนเชือกเกลียวแรกที่ผูกมัดตัวเราไว้

๒. ภวโยคะ คือ ความยินดีพอใจในรูปฌานและอรุพฌาน คนที่พันเชือกเกลียวแรก พันกามโยคะมาได้ ก็มาเจอเชือกเกลียวที่ ๒ นี้ คือ เมื่อได้เจอความสุขจากการที่ใจเริ่มสงบ ทำสมาธิจนได้รูปฌานหรืออรุพฌานก็พอใจยินดีติดอยู่ในความสุขจากอารมณ์ของฌาน ตายไปก็ไปเกิดเป็นรูปพรหม หรืออรุพพรหม ซึ่งก็ยังไม่พ้นภัย หมดบุญก็ต้องลงมาเกิดเจอภัยกันอีก นี่เป็นเหมือนเชือกเกลียวที่ ๒

๓. **ทิฏฐิโยคะ** คือ ความยึดถือความคิดเห็นที่ผิด ๆ ของตนเอง เช่น เห็นว่าพ่อแม่ไม่มีพระคุณต่อตนบ้าง เห็นว่าโลกนี้โลกหน้าไม่มีจริงบ้าง เห็นว่าตนเองจะพ้นทุกข์ได้ด้วยการบวงสรวงอ้อนวอนบ้าง ใจยังมีติดอยู่ยังไปหลงยึดความเห็นผิด ๆ อยู่ สิ่งนี้ก็เลยเป็นเหมือนเชือกเกลียวที่ ๓

๔. **อวิชชาโยคะ** คือ ความไม่รู้แจ้งในพระสัทธรรม ความสว่างของใจยังไม่พอ ยังไม่เห็นอริยสัจ ๔ ไม่เห็นทางพ้นทุกข์พ้นภัย นี่ก็เป็นเหมือนเชือกเกลียวที่ ๔

ทั้ง ๔ อย่างนี้เป็นเหมือนเชือก ๔ เกลียวที่ผูกมัดตัวเราไว้กับภพ ทำให้ต้องเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารโดยไม่รู้จบสิ้น ทำให้ต้องมาพบกับภัยทั้งหลาย ดิ้นกันไม่หลุดทีเดียว

## จิตเกษมคืออะไร?

เกษม แปลว่า ปลอดภัย พ้นภัย ลีนกิเลส มีความสุข

จิตเกษม จึงหมายถึง สภาพจิตที่หมดกิเลสแล้ว โยคะเครื่องผูกสัตว์ไว้ในภพ เชือกทั้ง ๔ เกลียว ได้ถูกฟันขาดสะบั้นโดยสิ้นเชิง จิตเป็นอิสระเสรี ทำให้คล่องตัวไม่ติดขัด ไม่อึดอัดอีกต่อไป ไม่มีภัยใด ๆ มาบีบคั้นได้อีก จึงมีความสุขอย่างแท้จริง พ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดผู้ที่จะมีจิตเกษมได้อย่างแท้จริง คือผู้ที่มีใจระดิ่งแช่มอยู่ในพระนิพพานตลอดเวลา ซึ่งก็ได้แก่พระอรหันต์นั่นเอง

จิตของพระอรหันต์นั้น นอกจากจะหมดกิเลสแล้ว ก็ยังทำให้มีความรู้ความสามารถพิเศษอีกหลายประการ เช่น

## วิชา ๓

วิชา ๓ คือ ความรู้แจ้ง ความรู้พิเศษอันลึกซึ้งด้วยปัญญา ได้แก่ ญาณ คือ ความหยั่งรู้ ซึ่งเกิดจากการทำสมาธิสุดยอดเข้าถึงธรรมกายคือ

๑. ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ คือ ระลึกชาติตัวเองได้
๒. จุตูปปาตญาณ คือ ตาทิพย์ ระลึกชาติคนอื่นได้
๓. อาสวักขยญาณ คือ ความรู้ที่ทำให้หมดกิเลส

## อภิปัญญา ๖

อภิปัญญา ๖ คือ ความรู้อันยิ่งยวด เหนือความรู้จากการตรองด้วยหลักเหตุผลธรรมดา ได้แก่

๑. อิทธิวิธี แสดงฤทธิ์ได้ เช่น เหาะเหินเดินอากาศ แปลงกายเป็นสิ่งต่าง ๆ ย่อ-ขยายตัวได้ หายตัวได้ ฯลฯ
๒. ทิพยโสด มีหูทิพย์
๓. เจโตปริยญาณ รู้วาระจิตคนอื่น รู้ว่าเขากำลังคิดอะไร
๔. ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ระลึกชาติได้
๕. จุตูปปาตญาณ (ทิพยจักขุ) มีตาทิพย์
๖. อาสวักขยญาณ ทำกิเลสให้สิ้นไปได้

ในอภิปัญญา ๖ นี้ ๕ ข้อแรกเป็นโลกียอภิปัญญา ข้อที่ ๖ เป็นโลกุตระอภิปัญญา คุณวิเศษเหล่านี้ เป็นผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติธรรมด้วยตัวเอง ไม่ใช่เกิดขึ้นเพียงด้วยการบอกเล่าหรือสั่งสอนกัน ผู้ปฏิบัติธรรมถึงขั้นนั้น ๆ แล้วจึงจะประจักษ์แจ้งด้วยตนเอง

## ปฏิสัมพันธ์ญาณ ๔

ปฏิสัมพันธ์ญาณ ๔ คือ ความสามารถพิเศษในการสั่งสอนคนอื่นได้แก่

๑. **อรรถปฏิสัมพันธ์** ปัญญาแตกฉานในอรรถ เห็นข้อธรรมใดก็สามารถอธิบายขยายความออกไปได้โดยพิสดาร

๒. **สัมมปฏิสัมพันธ์** ปัญญาแตกฉานในธรรม สามารถสรุปข้อความได้อย่างกระชับเก็บความสำคัญได้หมด

๓. **นิรุตติปฏิสัมพันธ์** ปัญญาแตกฉานในนิรุตติ คือ แยกฉานเรื่องราวภาษาทุกภาษาทั้งภาษาของมนุษย์และสัตว์ สามารถเข้าใจได้

๔. **ปฏิภาณปฏิสัมพันธ์** ปัญญาแตกฉานในปฏิภาณ มีไหวพริบปฏิภาณดี สามารถอธิบายแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้าได้ดี ตอบคำซักถามได้แจ่มแจ้ง

การปฏิบัติธรรมมีอันสงฆ์มากมายถึงปานนี้ เราทุกคนจึงควรตั้งใจฝึกฝนตนเองตามมงคลต่าง ๆ ดังกล่าวมาแล้วข้างต้น ทำอย่างเอาจริงเอาจัง ตั้งใจ ไม่ช้าเราก็คจะเป็นผู้รู้จริงทำได้จริงผู้หนึ่ง มีจิตเกษมปลอดภัยจากภัยต่าง ๆ และมีความรู้พิเศษสุดยอด ตามเยี่ยงอย่างพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและเหล่าพระอรหันต์สาวกทั้งหลายได้

“เกิดมาว่าจะหาแก้ว พบแล้วไม่กำ จะเกิดมาทำอะไร  
 อ้ายที่อยากมันก็หลอก อ้ายที่หยอกมันก็ลวง ทำให้จิตเป็นห่วงเป็นใย  
 เลิกอยากลาหยอก รีบออกจากกาม เดินตามขั้นธรรมสามเรื่องไป  
 เสร็จกิจสิบหก ไม่ตกกันดาร จะเรียกว่านิพพานก็ได้”  
 (โอวาทพระมงคลเทพมุนี หลวงพ่อวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ)

# สรุปคำอธิบายหม่อมงคล

มงคลสูตรทั้ง ๓๘ ข้อนั้น รวมได้เป็น ๑๐ หมู่ ๕ หมู่แรกเป็นข้อปฏิบัติในการสร้างชีวิต ส่วน ๕ หมู่หลังเป็นการฝึกใจโดยตรง

ในการศึกษามงคลชีวิตให้เข้าใจง่าย ให้เราสมมุติตัวเองว่าเป็นพ่อแม่ และถามตัวเองว่าเราอยากจะให้ลูกเราเป็นคนมีคุณสมบัติอย่างไร หรือสมมุติว่าเราเป็นพี่ เราอยากจะให้น้องเราเป็นคนอย่างไร หรือสมมุติว่าเราเป็นเจ้าของบริษัทใหญ่ เราอยากจะให้พนักงานของเรามีคุณสมบัติอย่างไร

เราจะพบคำตอบว่า คนที่เราต้องการ ซึ่งเป็นลักษณะของคนที่ดีสมบูรณ์ นั้นคือ

๑. ต้องเป็นคนดี พวกคนเกร เกะกะเกกมะเหรกไม่มีใครชอบไม่มีใครต้องการ ทุกที่ต้องการแต่คนดี

๒. ต้องเป็นคนที่มีความพร้อมในการฝึกตัวเอง มีปัจจัยสนับสนุนในการทำงาน ใน การสร้างความคิด

๓. ต้องเป็นคนมีประโยชน์ มีฝีมือ ทำงานได้ ทำงานเป็น พุดเป็น ไม่ใช่เป็นคนมี ไฟแรง แต่ฝีมือไม่มี จับงานอะไรละก็พังทุกที อย่างนั้นไม่มีใครต้องการ

๔. ต้องเป็นคนมีครอบครัวดี ครอบครัวอบอุ่นสามัคคี ไม่มีการทะเลาะเบาะแว้งกัน และมีฐานะมั่นคง

๕. ต้องเป็นคนมีน้ำใจ รู้จักช่วยเหลือคนอื่น ไม่เห็นแก่ตัว ไม่เอาแต่ประโยชน์ตัวเอง แต่รู้จักเสียสละเพื่อส่วนรวม

ทั้ง ๕ ข้อนี้เป็นคุณสมบัติของคนที่ใคร ๆ ก็ต้องการ แต่เราก็ไม่รู้ว่าทำอย่างไรคุณสมบัติเหล่านี้จึงจะเกิดขึ้นได้ ความจริงพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสสอนเราไว้แล้ว ซึ่งก็คือหลักมงคลชีวิตนั่นเอง

มงคลสูตร ทั้ง ๓๘ ข้อนั้นรวมได้เป็น ๑๐ หมู่ ๕ หมู่แรกเป็นข้อปฏิบัติในการสร้างชีวิต เป็นสิ่งที่ทุกคนจะต้องพบต้องปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ส่วน ๕ หมู่หลังเป็นการฝึกใจโดยตรง ใครทำตามหลักมงคล ๕ หมู่ แรกละก็ คุณสมบัติ ๕ ข้อที่เราต้องการก็จะเกิดขึ้นมาดังนี้

## มงคลหมู่ที่ ๑ ฝึกให้เป็นคนดี

มงคลที่ ๑ ไม่คบคนพาล

มงคลที่ ๒ คบบัณฑิต

มงคลที่ ๓ บุษานุคคลที่ควรบูชา

นิสัยของคนเรา จะมาจากสิ่งแวดล้อม คนรอบตัว เราคบกับคนอย่างไร บุษายกย่องใคร เราก็จะค่อย ๆ มีนิสัย ไปตามเขา ใครคบคนชั่วเผลอเป็นเพื่อนสนิท ไม่ช้าก็กลายเป็นไอ้ขี้เมาตามไป เพราะฉะนั้นผู้ที่ต้องการจะเป็นคนดี จึงต้อง

๑. ไม่คบคนพาล เป็นการป้องกันไม่ให้นิสัยไม่ดี ความเห็นผิด ๆ ทั้งหลายจากคน พาล มาติดต่อเราเข้า และป้องกันไม่ให้ถูกคนพาลกลั่นแกล้งทำร้ายเอาด้วย

๒. คบบัณฑิต เพื่อถ่ายทอดเอานิสัยดี ๆ คุณธรรมต่าง ๆ มาสู่ตัวเรา

๓. บุคคลที่ควรบูชา เพื่อประดับประคองนิสัยที่ดีในตัวให้เจริญงอกงามขึ้น บุคคลที่ควรบูชาจะเป็นตัวอย่างแบบอย่างที่ดีให้เราดู เป็นหลักใจของเราทีเดียว

## มงคลหมู่ที่ ๒ สร้างความพร้อมในการฝึกตัวเอง

มงคลที่ ๔ อยู่ในถิ่นที่เหมาะสม

มงคลที่ ๕ มีบุญวาสนามาก่อน

มงคลที่ ๖ ตั้งตนชอบ

คนเราทำไมจึงมีความแตกต่างกัน คนอายุเท่ากันแท้ ๆ แต่ทำไมฝีมือไม่เท่ากัน ทำไมบางคนมีความรู้สูง ประสบความสำเร็จในชีวิตใหญ่โต แต่บางคนทำไมชีวิตเขาล้มเหลว เป็นเพราะอะไร

นั่นเป็นเพราะเขาฝึกตัวเองไม่เท่ากัน

แล้วทำไมจึงฝึกตัวเองไม่เท่ากันล่ะ

ก็เป็นเพราะว่าเขามีความพร้อม มีปัจจัยสนับสนุนในการฝึกตัวเองไม่เท่ากัน

อะไรจะเป็นปัจจัยสนับสนุนการฝึกตัวเอง

คนที่ฝึกตัวเองได้ดีนั้น จะต้องมียุคนสมบัติดังนี้

๑. ต้องอยู่ในถิ่นที่เหมาะสม รู้จักเลือกและปรับปรุงสิ่งแวดล้อมให้พอเหมาะแก่ตน โบราณท่านเปรียบไว้ว่า

ต้นโพธิ์ต้นไทร หากปลูกในกระถางก็กลายเป็นไม้แคระ แต่ถ้าเราไปปลูกในที่ดินดีสะก็ ไม่นานโตเป็นไม้ใหญ่โอบไม่รอบทีเดียว

คนเราก็เหมือนกัน ถ้าสิ่งแวดล้อมไม่อำนวยแล้วก็ยากจะเอาดีได้ แต่ถ้าสิ่งแวดล้อมดี ก็มีโอกาสเจริญก้าวหน้าได้มาก รอบ ๆ ตัวมีแต่คนดี เราก็มี

โอกาสเป็นคนดีถ่ายทอดคุณธรรมจากท่านได้สะดวก จะหาความรู้จะฝึกฝีมือ จะฝึกวินัย ฝึกพูด ก็หาคนสอนง่าย บ้านช่องมีอยู่สะดวกสบาย อาหารการกิน อุดมสมบูรณ์ ก็ฝึกตัวเองได้ง่าย

## ๒. ต้องมีบุญวาสนามาก่อน คือ สร้างบุญมาดี ทั้งบุญเก่า บุญใหม่

บุญเก่าที่ทำมาในอดีตชาติ ก็ทำให้เป็นคนมีร่างกายแข็งแรง สติปัญญา เฉลียวฉลาด ไหวพริบปฏิภาณไว อารมณ์แจ่มใสเบิกบานมีบุญคอยส่งอยู่ จะ ร่ำเรียนเขียนอ่าน ทำการงานอะไรก็ก้าวหน้าได้เร็วกว่าคนอื่น

บุญใหม่ที่ทำในชาตินี้ การตั้งใจยันหมั่นเพียร หมั่นทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนา ก็จะช่วยหนุนอีกชั้นหนึ่ง

ใครที่บุญเก่ามี แต่บุญใหม่ไม่ยอมทำ ก็มีโอกาสพลาดได้เหมือนกัน ฉลาดนักแต่ขี้เกียจ สอบตกมาก็เยอะแล้ว ถ้าบุญเก่าถึงจะน้อย แต่ชวนขวย สร้างบุญใหม่ ก็ยังเอาตัวรอดก้าวหน้าได้ เช่น ปัญญาปานกลางแต่ขยันได้ เกียรตินิยมก็มีตัวอย่างให้เห็น

ยิ่งถ้าใครบุญเก่าก็ดี บุญใหม่ก็ชวนขวยทำ ยิ่งก้าวหน้าได้เร็ว เป็น ทวีคุณ ฝึกตัวเองได้ง่าย

## ๓. ต้องตั้งตนชอบ คือ มีเป้าหมายชีวิตที่ถูกต้องเช่น จะเป็นครู เป็นแพทย์ เป็นวิศวกร เป็นนักธุรกิจ หรืออะไรก็ได้ แต่ก็ต้องมีเป้าว่าจะตั้ง ฐานะให้ได้ โดยอาชีพที่สุจริต ไม่เป็นคนโลเล ปล่อยตัวเองไปตามดวง วันนี้อยากเป็นแพทย์ พรุ่งนี้เปลี่ยนใจเป็นวิศวกรดีกว่า มะรืนเปลี่ยนใจอีกแล้วจะเป็นนักธุรกิจ อย่างนี้ล้มเหลวทั้งชาติ

คนที่ตั้งตนชอบจะทำให้มีเป้าหมาย จะชวนขวยหาความรู้ฝึกฝีมือ อะไรก็ทำไปตามเป้าที่วางเอาไว้ เมื่อมีเป้าหมายนี้แล้วก็ยอมมีความกระตือรือร้น สามารถทุ่มเทพลังความสามารถของตนเพื่อฝึกตัวเองให้บรรลุเป้าหมายนั้นได้อย่างเต็มที่ ไม่เปะปะจะมีความพร้อมในการฝึกตัวเองสูง

## มงคลหมู่ที่ ๓ ฝึกตนให้เป็นคนมีประโยชน์

มงคลที่ ๗ เป็นพหูสูต

มงคลที่ ๘ มีศิลปะ

มงคลที่ ๙ มีวินัย

มงคลที่ ๑๐ มีวาจาสุภาสิต

สรรพสัตว์ทั้งหลายในโลกมีมากสุดคณนา แต่มนุษย์ได้ชื่อว่าเป็นสัตว์ที่ประเสริฐสุด เพราะสามารถฝึกตนให้บำเพ็ญประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและสังคมได้เต็มที่

คนมีประโยชน์ ที่ใคร ๆ ต้องการนั้น ต้องมีคุณสมบัติดังนี้

๑. *ต้องไม่เป็นคนโง่* เราจึงต้องฝึกตัวเองให้เป็นพหูสูต ใฝ่หาความรู้ “ฉลาดรู้”

๒. *ต้องไม่เป็นคนชนิดความรู้ท่วมหัวเอาตัวไม่รอด* มีแต่ความรู้แต่พอให้ทำอะไรก็ทำไม่ได้สักอย่าง ทำไม่เป็น เราจึงต้องฝึกตัวเองให้มีศิลปะทำได้ ทำเป็น สามารถนำเอาความรู้มาใช้งานได้จริง ๆ “ฉลาดทำ”

๓. *ต้องไม่เป็นคนเจ้าอารมณ์* เอาแต่ใจตัวเอง เราจึงต้องฝึกตัวเองให้เป็นคนมีวินัย เคารพต่อกฎระเบียบของหมู่คณะ และวินัยของตนเองรู้จักควบคุมตนเองให้นำความรู้ความสามารถไปใช้ในทางที่ถูก “ฉลาดใช้”

๔. *ต้องไม่เป็นคนปากเปราะเรอะราย* คนเราต่อให้มีมือดีแค่ไหน มีความรู้ความสามารถสูงส่ง แต่ถ้าพูดไม่เป็นเข้าที่ไหนบ่อนแตกที่นั่น พูดจาไม่เข้าหูคน ก็ไม่มีใครต้องการ เราจึงต้องฝึกตัวเองให้มีวาจาสุภาสิต รู้จักควบคุมวาจา พูดเป็น “ฉลาดพูด”

มงคลทั้ง ๓ หมู่ รวม ๑๐ ข้อข้างต้นนี้ เป็นแต่เพียงการเตรียมตัวของเราให้พร้อมจะทำงานเท่านั้น ยังไม่ได้ลงมือทำเลย เราจะลงมือทำงานจริง ๆ จัง ๆ ก็ใน ๒ หมู่ถัดไป โดยเริ่มที่คนใกล้ตัวก่อน ดังนี้

## มงคลหมู่ที่ ๔ บำเพ็ญประโยชน์ต่อครอบครัว

- มงคลที่ ๑๑ บำรุงบิดามารดา  
 มงคลที่ ๑๒ เลี้ยงดูบุตร  
 มงคลที่ ๑๓ สงเคราะห์ภรรยา (สามี)  
 มงคลที่ ๑๔ ทำงานไม่คั่งค้าง

ผู้ที่จะมีครอบครัวดีได้ จะต้อง

๑. **บำรุงบิดามารดา** มีความกตัญญู รู้คุณพ่อแม่ เลี้ยงดูปรนนิบัติ ท่านให้ได้รับความสุขสบาย

๒. **เลี้ยงดูบุตร** รู้จักวิธีเลี้ยงลูกให้ลูกเป็นคนดี เป็นลูกแก้วนำชื่อเสียงเกียรติภูมิมาสู่พ่อแม่วงศ์ตระกูล

๓. **สงเคราะห์ภรรยา (สามี)** สามีภรรยาจะต้องรู้จักวิธีปฏิบัติตัวต่อกัน มีความเกรงอกเกรงใจ เคารพให้เกียรติกัน ไม่นอกใจกัน นี่จะเป็นการสร้างสายสัมพันธ์ของคนในครอบครัวให้อบอุ่นแน่นแฟ้น ครอบครัวจะมีแต่ความร่มเย็น เพียงย่างเท้าเข้าบ้านก็มีความสุขใจแล้ว เข้าบ้านก็เหมือนขึ้นสวรรค์

๔. **ทำงานไม่คั่งค้าง** ต้องทำงานไม่คั่งค้างเพราะ ครอบครัวก็ต้องมีค่าใช้จ่าย จะเลี้ยงพ่อแม่ เลี้ยงลูก เลี้ยงภรรยา ก็ต้องใช้สตางค์ทั้งนั้น เราจึงมีหน้าที่ก่อสร้างสร้างตัว ด้วยการทำงานไม่คั่งค้าง ต้องทำให้เสร็จ ทำให้สำเร็จ จะได้สร้างฐานะความเป็นปึกแผ่นแก่ตนเองและครอบครัว-

ใครปฏิบัติได้ครบ ๔ ข้อนี้ ครอบครัวก็จะมั่นคงมีความสุข

## มงคลหมู่ที่ ๕ บำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม

มงคลที่ ๑๕ บำเพ็ญทาน

มงคลที่ ๑๖ ประพฤติธรรม

มงคลที่ ๑๗ สงเคราะห์ญาติ

มงคลที่ ๑๘ ทำงานไม่มีโทษ

นอกจากการปรับปรุงครอบครัวของเราให้มีความสุข มีความอบอุ่น มีฐานะที่มั่นคงแล้ว เราทุกคนยังมีหน้าที่บำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคมช่วยเหลือส่วนรวมด้วย โดย

๑. **บำเพ็ญทาน** คือ การให้ รู้จักสละทรัพย์สินของที่เหมาะสมของตนแก่ผู้ที่สมควรได้รับ เป็นการกำจัดความตระหนี่ สร้างสมบุญกุศล ทำให้ใจของเราสูงขึ้น และเป็นการสร้างสันติสุขแก่มวลมนุษยชาติ

๒. **ประพฤติธรรม** บางคนอาจนึกสงสัยว่า “เอ๊ะ ทำไมประพฤติธรรมต้องมาอยู่ตรงหมู่นี้ด้วย ไม่เห็นเกี่ยวกับการบำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคมเลย พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสอนไว้มีดลำดับหรือเปล่า” คำตอบก็คือ “เปล่า” พระองค์เรียงลำดับไว้ถูกต้องเหมาะสมทุกประการ งามพร้อมจริง ๆ การบำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคมนี้ ถ้าขาดการประพฤติธรรมแล้วละก็จะไม่สมบูรณ์ไปได้เลย รายละเอียดจะยกไว้กล่าวตอนท้าย

๓. **สงเคราะห์ญาติ** คือ ช่วยเหลือทั้งญาติสายโลหิตเดียวกัน ทั้งพี่ บ้า น้า อา ลุง หลาน ฯลฯ รวมทั้งผู้รู้จักคุ้นเคยกัน ญาติร่วมจังหวัดญาติร่วมประเทศเดียวกัน ญาติร่วมโลก เป็นการสร้างเสริมความสามัคคี ความเป็นปึกแผ่นของสังคมให้เกิดขึ้น

๔. **ทำงานไม่มีโทษ** อันนี้ชื่อก็บอกตรงตัวอยู่แล้ว ทำงานไม่มีโทษก็หมายถึงทำงานมีประโยชน์คือ งานสาธารณกุศล งานสาธารณประโยชน์ งานสังคมสงเคราะห์ต่าง ๆ นั้นเอง

คราวนี้ เรามาดูกันว่า การประเพณีธรรมทำไมต้องอยู่ในมงคลหมู่

ประเพณีธรรม ก็คือ การปฏิบัติตามกุศลกรรมบท ๑๐ ได้แก่ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤตินิดในกาม ไม่พูดปด ฯลฯ

คนเราทั่วไปปกติเราก็มักเป็นคนดี รักษาศีลได้เป็นคนใจเย็นคนหนึ่ง แต่พอมาทำงานเพื่อสังคมเข้า เนื่องจากเป็นงานของส่วนรวมเพื่อส่วนรวม ดังนั้นก็มักจะมีผู้ร่วมงานมาก พอคนมากก็มักจะมีความเห็นแตกต่างกันบ้าง มีผู้ไม่หวังดีมากคอยขัดขวางงานบ้าง จากเดิมว่าเป็นคนใจเย็นล่ะ มันก็ชักจะมีอารมณ์ขึ้นมา ถ้าไม่ได้ประเพณีธรรมล่ะก็ ประเดี๋ยวโกรธหนักเข้า เลยฆ่าทิ้งเสียเลยเราจึงจำเป็นต้องมีกรรมบท ข้อ ๑ คือ ไม่ฆ่าสัตว์ จะต้องแก้ปัญหาด้วยสันติวิธีไม่แก้ปัญหาด้วยการฆ่า

หรืองานส่วนรวมผลประโยชน์มันก็มีมาก พอเป็นรัฐมนตรีเข้าเขาเอาเข็มนาให้บอกท่านเซ็นชื่อแกรีกเดียว เช็คเงินสด ๑๐ ล้านบาทเอาไปเลย เดิมก็ว่าเป็นคนรักษาศีลล่ะ แต่ถ้าไม่ได้ประเพณีธรรมล่ะก็มันก็ไม่แน่นอนเหมือนกัน ของมันยวนใจยั่วใจมีอยู่มาก

หรืออีกอย่าง งานเพื่อส่วนรวม มันก็ต้องทำกันหลายคนทั้งหญิงทั้งชาย ทำงานขลุ่ยกัน ถ้าไม่ได้ประเพณีธรรมเดี๋ยวก็เฟลออก ปล่อยใจไปยุ่งเกี่ยวกับเข้า มีเมียหน่อยบ้าง มีชู้บ้าง บ้านแตกครอบครัวระส่ำระสาย

ในการทำงานเพื่อส่วนรวม มีสิ่งยั่วใจให้ทำผิดมากเหลือเกิน พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงสั่งไว้ว่า ต้องประเพณีธรรม เราจะเห็นได้ว่าคำสอนของพระองค์ สมบูรณ์จริง ๆ งามพร้อมบริบูรณ์ไม่มีที่ติ โฟเพราะในเบื้องต้น ท่ามกลาง และเบื้องปลายจะหาคำสอนใครในโลกได้อย่างพระองค์ไม่มีอีกแล้ว

และที่เกิดปัญหากันในปัจจุบัน เราคงเคยได้ทราบบ้าง ประเดี๋ยวนักสังคมสงเคราะห์ ลุกไปติดเฮโรอีน กลายเป็นวัยรุ่นรูดชิงบ้าง คนเกร

บ้าง นั่นก็เพราะไม่ทำตามขั้นตอนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอน ยังบำเพ็ญประโยชน์ต่อครอบครัวได้ไม่ดี ลูกตัวเองยังไม่รู้จักเลี้ยง จะไปช่วยชาวบ้านทำเดี๋ยว ผลสุดท้ายเลยจอด

หรือที่มีข่าวเดี๋ยวนักสังคมสงเคราะห์คนนั้นคนนี้ หย่ากับสามีหรือภรรยาเสียแล้ว เพราะไปมีชู้ นี่ก็เพราะไม่ทำตามขั้นตอนคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ยังไม่ประพฤติธรรมแล้วจะไปสงเคราะห์สังคมเลยพลาด

มงคล ๕ หมู่แรกนี้เป็นเรื่องของการดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขตามอัธยาศัย ทำให้ตัวของเราเป็นคนดีที่ใคร ๆ หรือสังคมไหน ๆ ก็ต้องการ

สำหรับมงคล ๕ หมู่หลัง จะเป็นเรื่องของการฝึกใจโดยเฉพาะจนกระทั่งหมดกิเลสเป็นพระอรหันต์ทีเดียว ดังนี้

## มงคลหมู่ที่ ๖ ปรับเตรียมสภาพใจให้พร้อม

มงคลที่ ๑๙ งดเว้นจากบาป

มงคลที่ ๒๐ สรรวมจากการคืนน้ำเมา

มงคลที่ ๒๑ ไม่ประมาทในธรรม

ในการปรับเตรียมสภาพใจให้พร้อม เพื่อจะฝึกใจให้มีคุณธรรมมากขึ้น มีกิเลสเบาบางลงตามลำดับนั้น เราต้องทำดังนี้

๑. งดเว้นจากบาป คนที่ยังทำบาปสารพัดอยู่ ไม่ยอมเลิกไม่มีทางที่จะฝึกใจได้เลย เพราะบาปนั้นจะมาหุ้มใจ ทำให้ใจเสียคุณภาพรองรับธรรมะไม่ได้ ดังนั้นสำหรับผู้ต้องการฝึกใจ อะไรที่เป็นความชั่วที่ทำไปแล้ว ทำให้ใจของเราเศร้าหมอง เสียคุณภาพอันดีไป ที่เคยทำอยู่ก็ต้องงดเสีย ที่ไม่เคยทำก็จะต้องละเว้นไม่ยอมทำ โดยเด็ดขาด

๒. **สำรวจจากการตีมน้ำเมา** เพราะของมีนเมาเสพติดทั้งหลายจะทำให้เราขาดสติ และใจที่ขาดสตินั้นก็ไม่สามารถฝึกได้ ใครไม่เชื่อจะลองดูก็ได้ ลองไปเทศน์ให้คนเมาเหล้าฟัง ดูซิว่าเขาจะรู้เรื่องไหม

๓. **ไม่ประมาทในธรรม** ผู้ที่ประมาทมักจะปล่อยชีวิตไปตามยถากรรม คิดแต่ว่าไม่เป็นไร “ไม่เป็นไร เรายังอายุน้อยอยู่รอแก่ ๆ ค่อยทำความดี” หรือ “ไม่เป็นไรหรอกน่า เรายังแข็งแรงทำเมื่อไรก็ได้” หรือ “ไม่เป็นไรหรอกน่า เรายังมีชีวิตอีกนานทำเมื่อไรก็ได้” เขาเหล่านี้เมาแล้วในความเป็นหนุ่มเป็นสาว ในความไม่มีโรค ในความคิดว่ายังไม่ตาย จึงไม่ยอมทำความดี

ส่วนผู้ที่ไม่ประมาทในธรรม จะคิดเสมอว่า คนเราอาจป่วยขึ้นมาเมื่อใด หรือตายเมื่อไรก็ไม่รู้ มัจจุราชไม่มีเครื่องหมายนำหน้าไม่มีการบอกก่อน เพราะฉะนั้นจึงไม่ประมาท รีบชวนขวยสร้างบุญ สร้างกุศล ตั้งใจฝึกตนเอง ซึ่งใจของคนอย่างนี้จะมีความกระตือรือร้น พร้อมทั้งจะรับการฝึกกุศลธรรมทั้งหลายสามารถเจริญขึ้นได้โดยง่าย

## มงคลหมู่ที่ ๗ การแสวงหาธรรมเบื้องต้นใส่ตัว

- มงคลที่ ๒๒ มีความเคารพ
- มงคลที่ ๒๓ มีความถ่อมตน
- มงคลที่ ๒๔ มีความสันโดษ
- มงคลที่ ๒๕ มีความกตัญญู
- มงคลที่ ๒๖ พังกรรมตามกาล

เมื่อเราเตรียมสภาพใจของเราไว้พร้อมแล้วจากมงคลหมู่ที่ ๖ เมื่อถึงมงคลหมู่ที่ ๗ นี้ ก็เริ่มลงมือแสวงหาธรรมะเบื้องต้นใส่ตัวทีเดียว คราวนี้ผู้จะแสวงหาธรรมะใส่ตัวได้ ก็จำเป็นต้องมีคุณสมบัติ ดังนี้

๑. ต้องมีความเคารพ รู้และตระหนักถึงคุณค่าความดีที่มีอยู่จริงของผู้อื่น ใครมีข้อดีอะไรก็รู้ ทำให้รู้ว่าจะเข้าไปหาคุณธรรมได้จากใคร

คนไม่มีความเคารพ จะเป็นคนที่มองใครก็ไม่เห็นมีอะไรดี เลวไปหมดก็เลยไม่สามารถหาธรรมะใส่ตัวได้ เพราะเมื่อมองไม่เห็นข้อดีของใครแล้ว ก็เลยไม่รู้จะไปเอาธรรมะจากใคร

๒. ต้องมีความอ่อนน้อมถ่อมตน ไม่วดดีถือดี ไม่เบ่ง ไม่โสโอหัง รู้จักค่าของตนเอง ตรงตามความเป็นจริง พร้อมทั้งจะน้อมตัวลงรับเอาคุณความดีจากผู้อื่นมาใส่ตัวได้

คนที่มีความเคารพ รู้ว่าคนอื่นมีดีอะไร ถ้าหากขาดความอ่อนน้อมถ่อมตนแล้ว ใจเขาจะพองขึ้นแข่งกันที่ว่า ถึงเชิงจะแน่แต่ข้าก็หนึ่งเหมือนกัน เขาจะคอยแต่เบ่งคิดว่าตัวเก่งกว่าทุกทีก็เลยรับคุณธรรมของใครไม่ได้เพราะคิดว่าตัวเก่งกว่าเสียแล้ว

เราดูมหาสมุทรเป็นที่รวมของน้ำได้ ก็เพราะพื้นผิวอยู่ต่ำกว่าแม่น้ำลำธารทั้งหลาย ถ้าเมื่อใดมหาสมุทรยกตัวสูงขึ้น น้ำก็จะไหลย้อนกลับรับน้ำไม่ได้อีกต่อไป คนเราก็เช่นกันถ้าขาดความอ่อนน้อมถ่อมตนอวดเบ่ง ยกใจตัวเราสูงขึ้นกว่าแล้ว ก็จะไม่รับเอาคุณธรรมจากใครไม่ได้

๓. ต้องมีความสันโดษ เป็นคนรู้จักพอ รู้จักประมาณ สุขใจพอใจกับของของตน ทำให้จิตใจสงบ สามารถรองรับคุณธรรมจากผู้รับได้เต็มที่

คนที่ขาดสันโดษ ใจของเขาจะเต็มไปด้วยความเร่าร้อนกระวนกระวาย กระจายอยากได้ มีสิบล้านก็ไม่พอ จะเอาร้อยล้าน มีร้อยล้านก็ไม่พอจะเอาพันล้าน หมื่นล้าน ไม่รู้จักอิ่ม ซึ่งใจของคนชนิดนี้ไม่สามารถจะลงรับคุณธรรมได้ ไปฟังพระเทศน์เท่าไรก็ไม่ซึมเข้าไปอยู่ในใจ ลืมตา หลับตา เขามองเห็นแต่ตัวเลข คิดแต่ว่าอยากรวย ๆ ธรรมะนี่ก็ไม่ออก

๔. **ต้องมีความกตัญญู** ใครเคยทำคุณอะไรไว้ให้ตัวก็ตระหนักซาบซึ้งถึงบุญคุณ พยายามหาทางตอบแทนทำให้เป็นคนน่ารัก น่าเอ็นดู น่านับถือใคร ๆ ก็เมตตาอยากถ่ายทอดวิชาความรู้ คุณความดีต่าง ๆ ให้

เพราะแม้เราจะมีวามเคารพ รู้ข้อดีคนอื่นรู้เข้าแล้วจะไปถ่ายทอดเอาคุณธรรมนั้น ๆ ได้จากใคร มีความถ่อมตน ใจเราก็พร้อมจะน้อมไปรับคุณธรรมนั้น และมีความสันโดษ คือใจก็สงบพอที่จะรับเอาธรรมะนั้น ๆ มาไตร่ตรองให้เข้าใจได้ แต่ก็ยังไม่แน่นะว่าเขาจะยอมสอนเราหรือเปล่า เราต้องเป็นคนมีความกตัญญูรู้คุณคนด้วย คนอื่นจึงจะเมตตาสอนให้เรา

๕. **ฟังธรรมะตามกาล** เมื่อฝึกตัวเองมาครบ ๔ ข้อข้างต้นแล้ว ก็ไปฟังธรรมะจากผู้ทรงคุณธรรมที่เดียวในทุก ๆ โอกาสที่อำนวยให้

และอาศัยธรรมะที่ฟังนั้น ๆ มาเป็นกระจกส่องใจเราให้เห็นว่าตัวเรามีคุณธรรมมากน้อยเพียงใด มีข้อบกพร่องตรงไหน จะได้ปรับปรุงแก้ไขให้ดียิ่งขึ้น

## มงคลหมู่ที่ ๘ การแสวงหาธรรมะเบื้องสูงใส่ตัวให้เต็มที

มงคลที่ ๒๗ มีความอดทน

มงคลที่ ๒๘ เป็นคนว่าง่าย

มงคลที่ ๒๙ เห็นสมณะ

มงคลที่ ๓๐ สนทนาธรรมตามกาล

เมื่อเราฝึกจนได้คุณธรรมเบื้องต้นต่าง ๆ จากการฟังธรรมตามกาลแล้ว ก็ต้องฝึกหาคุณธรรมเบื้องสูงต่อไป โดย

๑. **มีความอดทน** ทั้งทนแดด ทนฝน ทนร้อน ทนหนาว ทนความปวดเมื่อยทางกาย ทนต่อความเจ็บใจ ทนต่ออำนาจของกิเลสทนสารพัดอย่างละจะเอาธรรมะต้องทนได้

๒. เป็นคนว่าง่าย คือ ไม่ว่าใครจะสั่งสอนด้วยคำพูดอย่างไร ไพเราะหรือหยาบคายก็ตาม ต้องทนได้ ไม่ได้เถียงไม่ศอกกลับ น้อมรับฟังด้วยดี พุดง่าย ๆ คือ ต้องสามารถอดทนต่อคำสั่งสอนได้นั่นเอง ท่านจะจ้ำจี้จ้ำไชอย่างไรต้องทนได้

๓. เห็นสมณะ คือ ไปหาตัวอย่างที่ดีดู หาพระภิกษุผู้ทรงคุณธรรม สงบกาย สงบวาจา สงบใจ

ธรรมะหลาย ๆ ข้อ ถ้าอธิบายธรรมดา ๆ ละก็เข้าใจยากไม่ค่อยจะยอมเชื่อ แต่พอเห็นสมณะ เห็นตัวอย่างแล้วมันเชื่อโดยไม่ต้องอธิบายเช่น การรักษาศีล พระสอนว่าศีลทำให้เกิดสุข อธิบายจนคอจะแตกเขาก็ยังไม่ยอมเชื่อ เถียงคอบเป็นเอ็นว่าจะสุขไปได้อย่างไร มีข้อจำกัดสารพัด ผู้คนไม่มีศีลไม่ได้สุขกว่า จะกินเหล้าก็กิน จะลักขโมยก็ลัก จะมีมดตบยุงตามสบาย สุขกว่าเยอะ

แต่พอเห็นสมณะเข้าเท่านั้นแหละ ได้คิด “เอ! ท่านก็รักษาศีลนะ แล้วดูซิ หน้าตาผิวพรรณท่าน ก็ผ่องใส อิ่มเอิบดูมีความสุขจริง ๆ” เท่านั้นแหละ ไม่ต้องอธิบาย มันเข้าใจมันเชื่อเลยการเห็นสมณะคืออย่างนี้ ทำให้เข้าใจธรรมะมากขึ้น

๔. สนทนาธรรมตามกาล คือ เมื่อเห็นตัวอย่างจากสมณะแล้ว เข้าใจธรรมะมากขึ้น แต่ถ้าหากยังมีข้อสงสัยอะไร ก็ให้ไปสนทนาซักถามจากท่าน จนเข้าใจกระจ่างแจ้ง หาธรรมะเบื้องสูงทั้งหลายใส่ตัวให้เต็มที

เราจะเห็นว่าในมงคลหมูที่ ๗ การหาธรรมะเบื้องต้นไล่ตัวจากการฟังธรรมตามกาล เนื่องจากแค่ฟัง พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงให้เราเตรียมแค่การมีความเคารพ มีความถ่อมตน มีความสันโดษ และมีกตัญญูเท่านั้น

พอมาถึงมงคลหมู่ที่ ๘ นี้ จะหาธรรมะเบื้องต้นสูงไล่ตัวจากการสนทนาธรรมตามกาล พอตีสนทนาเข้านั้นแหละ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงให้เราเตรียมตัวเพิ่มขึ้นมาอีก ๒ ข้อ สั่งว่าเจ้าจะต้องมีความอดทนเสียก่อนนะทั้ง ทนแดด ทนร้อน ทนหนาว ทนต่อความเจ็บใจ รวมทั้งต้องเป็นคนว่าง่าย คือ ต้องทนต่อคำสั่งสอนให้ได้เสียก่อน จึงค่อยไปหาสมณะ แล้วสนทนาธรรมกับท่านไม่อย่างนั้นละก็ เตียวท่านสอนธรรมะลึก ๆ อะไรให้ เผลอญมันขัดกับกิเลสในตัวเรา ท่านเจ้าจี้จ้ำไซหนักเข้า เลยพาลโกรธบึ้งบึ้งไป แล้วจะพลาดถ้าฝึกความอดทน ความว่าง่ายมาไม่พอ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงวางตำแหน่งมงคลต่าง ๆ ได้เหมาะเจาะเหลือเกิน ยิ่งเราศึกษามากเท่าใด ก็จะมียิ่งซาบซึ้งในพระปัญญาคุณ และพระมหากรุณาธิคุณของพระองค์มากขึ้นเพียงนั้น

## มงคลหมู่ที่ ๘ การฝึกภาคปฏิบัติเพื่อกำจัดกิเลสให้สิ้นไป

- มงคลที่ ๓๑ บำเพ็ญตบะ
- มงคลที่ ๓๒ ประพฤติพรหมจรรย์
- มงคลที่ ๓๓ เห็นอริยสัจ
- มงคลที่ ๓๔ ทำพระนิพพานให้แจ้ง

เมื่อจบมงคลหมู่ที่ ๘ คือว่าด้านทฤษฎีต่าง ๆ เราได้เข้าใจเต็มที่แล้ว มงคลหมู่ที่ ๘ นี้จะเป็นการลงมือปฏิบัติฝึกฝนอย่างจริงจังเพื่อกำจัดกิเลสให้หมดไป โดย

๑. **บำเพ็ญตบะ** ทำความเพียรเผากิเลสให้เราร้อนทนอยู่ไม่ได้ ต้องเผ่นหนีไปจากใจของเรา รูดงควัตรมีก็ข้อ ๆ ตั้งใจสมาทานรักษาเต็มที่ทีเดียว

๒. **ประพฤติพรหมจรรย์** คือ เมื่อบำเพ็ญตบะจนกิเลสเบาบางลงไปแล้ว ก็ต้องรีบปลุกฝังคุณธรรมต่าง ๆ ลงในใจก่อนที่กิเลสจะพุกกลับขึ้นมาอีก

โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ต้องยกใจออกจากกาม อันเป็นที่มาของความเสื่อม และจะนำความทุกข์ นำกิเลสมาสู่ใจของเราอีก

๓. **เห็นอริยสัจ** คือ ตั้งใจปฏิบัติธรรมฝึกสมาธิต่อไปอีกอย่างยิ่งยวด จนเข้าถึงธรรมกายและเห็นอริยสัจ คือ เห็นความจริงเกี่ยวกับโลกและชีวิต ด้วยธรรมกาย

๔. **ทำพระนิพพานให้แจ้ง** คือ เมื่อเห็นอริยสัจแล้ว ก็ตั้งใจทำสมาธิต่อไป ประคองใจหยุดนิ่งเข้ากลางธรรมกายไปเรื่อย ๆ ให้ใจละเอียดอ่อนยิ่งขึ้น จนทำพระนิพพานให้แจ้งได้ กิเลสต่าง ๆ ก็ค่อย ๆ ร้อนหลุดไปจากใจตามลำดับ ๆ จนหมดกิเลสเป็นพระอรหันต์ในที่สุด

## มงคลหมู่ที่ ๑๐ ผลจากการปฏิบัติจนหมดกิเลส

มงคลที่ ๓๕ จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม

มงคลที่ ๓๖ จิตไม่โศก

มงคลที่ ๓๗ จิตปราศจากธุลี

มงคลที่ ๓๘ จิตเกษม

เมื่อเราอาบน้ำชำระล้างร่างกายเรียบร้อยแล้ว ก็จะมีผลตามมาซึ่งเราอาจบรรยายได้หลายลักษณะ เช่น ไม่สกปรก ไม่เลอะเทอะ ไม่เหนียวเหนอะหนะ สะอาดสดชื่นผ่องใส

ในทำนองเดียวกัน เมื่อเราปฏิบัติฝึกฝนตนเองจนกิเลสต่าง ๆ ร้อนหลุดไปจากใจแล้ว เราก็อาจบรรยายสภาพจิตของเราในขณะนั้นได้หลายลักษณะ เช่น

๑. **จิตไม่หวั่นไหวในโลกธรรม** คือ มีความหนักแน่นเหมือนขุนเขา ไม่ย่นตียนร่ายในลาภ ยศ สรรเสริญ สุข หรือความเสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์อีกต่อไป

๒. **จิตไม่โศก** คือ หลุดพ้นจากยางเหนียวแห่งบ่วงสินหา ไม่ลุ่มหลง ในความรักอีกต่อไป มีใจที่อึดเอิบ ไม่แห้งผาก ผ่องใส ไม่เศร้าหมอง

๓. **จิตปราศจากธุลี** คือ กิเลสต่างๆ ทั้งหยาบทั้งละเอียดร้อนหลุด ไปจากใจหมด เหมือนหยาดน้ำตกจากใบบัวอย่างนั้น

๔. **จิตเกษม** คือ มีความสุข ปลอดภัยจากภัยอันตราย ทั้งหลายอัน เนื่องจากการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารสามารถตัดโยคะ เครื่องผูกสัตว์ ไว้ในภพทั้งสาม ได้ขาดสะบั้นโดยสิ้นเชิง จึงมีอิสระเสรีเต็มที่มีใจที่สะอาด ผ่องใส บริสุทธิ์ บริบูรณ์ สิ้นเชิง เข้าพระนิพพานตามพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และเหล่าพระอรหันต์สาวกทั้งหลาย

# บรรณานุกรม

- ทศตชีโว ภิกขุ, (เผด็จ ผ่องสวัสดิ์) "พระธรรมเทศनावันอาทิตย์"  
ณ ศูนย์พุทธจักรปฏิบัติธรรม (วัดพระธรรมกาย) ต.คลองสาม  
อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี พุทธศักราช ๒๕๒๔-๒๕๒๖
- มหามกุฏราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์, คณะกรรมการแผนกตำรา.  
มั่งคั่งตอที่ปนี แปล เล่ม ๑-๕ กรุงเทพฯ : มหามกุฏราชวิทยาลัย,  
๒๕๑๘
- พระราชสิทธิธมฺณี, (โชฎก ป. ๙) มงคล ๓๘. กรุงเทพฯ : อนุสรณ์ในงาน  
พระราชทานเพลิงศพ พระครูอาคมสุนทร (หลวงปู่มา) ๑๙ เมษายน  
๒๕๑๓
- สมเด็จพระสังฆราช, (อุฎฐายี). มงคลในพระพุทธศาสนา. กรุงเทพฯ :  
ประชาชน, ๒๕๑๒
- สมเด็จพระมหาวีรวงศ์, (พิมพ์ ฐมฺชโร). มงคลยอดชีวิต. กรุงเทพฯ :  
ชวนพิมพ์, ๒๕๑๘
- วคิน อินทสระ. สารสำคัญแห่งมงคล ๓๘ เล่ม ๑-๒. กรุงเทพฯ :  
บรรณาการ, ๒๕๑๔
- เดิมบางบริบาล, หลวง. มงคล ๓๘. กรุงเทพฯ : รุ่งเรืองธรรม, ๒๕๑๗
- เกษม บุญศรี. พุทธมงคล เล่ม ๑-๔. กรุงเทพฯ : ศุภสภา ลาดพร้าว, ๒๕๑๕

ปิ่น มุกกันต์, พ.อ. มงคลชีวิต ภาค ๑-๓ : ประมวลทางก้าวหน้าตามแนว  
พุทธศาสนา. กรุงเทพฯ : คลังวิทยา, ๒๕๐๒

ปิ่น มุกกันต์, พ.อ. แนวสอนธรรมะตามหลักสูตรนักธรรมตรี. กรุงเทพฯ :  
คลังวิทยา, ๒๕๑๔

ปิ่น มุกกันต์, พ.อ. คำบรรยายพุทธศาสตร์ ฉบับทดลอง ๒๕ พุทธศตวรรษ  
กรุงเทพฯ : คลังวิทยา, ๒๕๑๙

สุชีพ ปุญญานุภาพ. พระไตรปิฎกฉบับประชาชน. กรุงเทพฯ :  
บรรณาคาร, ๒๕๐๒

พระราชวรมนี, (ประยูรช ปยุตโต). พุทธธรรม. กรุงเทพฯ :  
ไอ.เอส.พรีนติ้ง เฮาส์, ๒๕๒๕

กิตติจุฑาโฆ ภิกขุ, พุทโธวาท. กรุงเทพฯ : อักษรสัมพันธ์, ๒๕๐๙

ศูนย์พุทธจักรปฏิบัติธรรม (วัดพระธรรมกาย). ก่อนไปวัด. กรุงเทพฯ :  
กราฟิคอาร์ต (๑๙๗๗), ๒๕๒๒

ศูนย์พุทธจักรปฏิบัติธรรม (วัดพระธรรมกาย). คนไทยต้องรู้. กรุงเทพฯ :  
กราฟิคอาร์ต (๑๙๗๗), ๒๕๒๐

ศูนย์พุทธจักรปฏิบัติธรรม (วัดพระธรรมกาย). ทางก้าวหน้า. กรุงเทพฯ :  
กราฟิคอาร์ต (๑๙๗๗), ๒๕๒๓

---





รายชื่อคณะกรรมการการศาสนา  
ศิลปะและวัฒนธรรม ชุดที่ ๒๓

- |                                    |                                       |
|------------------------------------|---------------------------------------|
| (๑) นายทศศักดิ์ เล็กอุทัย          | ประธานคณะกรรมการ                      |
| (๒) นายอิทธิเดช แก้วหลวง           | รองประธานคณะกรรมการ คนที่หนึ่ง        |
| (๓) นายประกอบ จิรกิติ              | รองประธานคณะกรรมการ คนที่สอง          |
| (๔) นายสมเกียรติ ศรีลัมพ์          | รองประธานคณะกรรมการ คนที่สาม          |
| (๕) นายสมชัย ฉัตรพัฒนศิริ          | รองประธานคณะกรรมการ คนที่สี่          |
| (๖) นายณัฐวุฒิ ประเสริฐสุวรรณ      | กรรมการ                               |
| (๗) นายวีระ รักความสุข             | ที่ปรึกษาคณะกรรมการ                   |
| (๘) นายปัญญาวัฒน์ บุญมี            | ที่ปรึกษาคณะกรรมการ                   |
| (๙) นายธีระ สลักเพชร               | ที่ปรึกษาคณะกรรมการ                   |
| (๑๐) นายจตุพร เจริญเชื้อ           | โฆษกคณะกรรมการ                        |
| (๑๑) นายฮอซาลี มาห์เหม็ง           | โฆษกคณะกรรมการ                        |
| (๑๒) นายสุรศักดิ์ พันธุ์เจริญวรกุล | โฆษกคณะกรรมการ                        |
| (๑๓) นางบุญรื่น ศรีธเรศ            | เลขานุการคณะกรรมการ                   |
| (๑๔) นายโสภณ ชาร์มย์               | ผู้ช่วยเลขานุการคณะกรรมการ คนที่หนึ่ง |
| (๑๕) นายวราวงษ์ พันธุ์ศิลา         | ผู้ช่วยเลขานุการคณะกรรมการ คนที่สอง   |

รายชื่อที่ปรึกษานักการ นักการ  
รายชื่อที่ปรึกษา ผู้ชำนาญการ นักวิชาการ  
และเลขานุการประจำคณะกรรมาธิการ

นางสาวกฤษณา สีลักษณ์	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นายอภิวัฒน์ อังคชร	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นายคเชนทร์ มาสमान	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นายพินิจ จันทรสมบูรณ์	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
ศาสตราจารย์ ดร.สันติ เล็กสุขุม	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นายไพสิต สุวินิจจิต	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นางสาวภัศร์สุกัญช์ ปฐมเจริญสุขชัย	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นายสไตโล โรจนวิชัย	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
พลเอกธันวาคม ทิพยจันทร์	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นายบุญชัย เบญจรงค์กุล	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นายพร้อมพงศ์ นพฤทธิ์	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นางทิพย์ อมาตยกุล	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นางวัลย์มณี ทวีแสงศิริ	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นางเปรมฤดี ชมพูนุช	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
ดร.พิพัฒน์ ปรีดากาภาต	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นางมณฑาทิพย์ โกวิทเจริญกุล	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นายบัณฑิตย์ โรจนรุ่งเรือง	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นายชัยณรงค์ ณ ลำพูน	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นายทวีป ตันติพิพัฒน์กุล	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ
นายทวีป ตัเทวีป ตันกุล	ที่ปรึกษาประจำคณะกรรมาธิการ	ธิการ

นายสันธิภูมิ ทวีผล	ผู้อำนวยการประจำคณะกรรมาธิการ
นายสมบัติ อุไรธรากุล	ผู้อำนวยการประจำคณะกรรมาธิการ
นางสาวสุวัฒนา สีหลักษณ์	นักวิชาการประจำคณะกรรมาธิการ
นายสุชาติ ไตรแสงรุจิระ	นักวิชาการประจำคณะกรรมาธิการ
นายธีระวุฒิ สัมมาทรัพย์	เลขานุการประจำคณะกรรมาธิการ
นางทวีพร ศิรินวกุล	เลขานุการประจำคณะกรรมาธิการ
นายเลิศชัย กิตติรัตน์ไพบูลย์	เลขานุการประจำคณะกรรมาธิการ
นายสันฐา สุทธยาคม	เลขานุการประจำคณะกรรมาธิการ
ดาโต๊ะพัฒนา หลังปุเต๊ะ	เลขานุการประจำคณะกรรมาธิการ
นายตระกูล เจริญเชื้อ	เลขานุการประจำคณะกรรมาธิการ
นายประยุทธ์ เก่งลือชัยบุตร	เลขานุการประจำคณะกรรมาธิการ
นางสาวจุฑารัตน์ โพธิกุล	เลขานุการประจำคณะกรรมาธิการ
นายธงชัย เจียมพุก	เลขานุการประจำคณะกรรมาธิการ

### รายชื่อที่ปรึกษาประธานคณะกรรมาธิการ

- พระครูปลัดสุวัฒนวิริคุณ
- พระมหากมล ถาวโร
- พระมหาทองสา ฐานิสฺสโร
- นายเอี่ยม ทองใจสด
- นายสุรศักดิ์ อนรรฆพันธ์
- นายพิษณุ พลไวย์
- นายปัญญา จีนาคำ
- นายวิชาญ โส้ห์ประเสริฐ
- นายปรีชา อยู่เจริญกิจ

## เจ้าหน้าที่คณะกรรมการการศาสนา ศิลปะและวัฒนธรรม

นายบำรุง พันธุ์อุบล	ผู้อำนวยการกลุ่มงานคณะกรรมการการศาสนา ศิลปะและวัฒนธรรม
นางเยาวลักษณ์ วัตงาม	วิทยากร ๖
นายภูมิ บุตรเพ็ง	นิติกร ๕
นายธนปรีชญ์ คงปาน	นิติกร ๔
น.ส. รังสิมา จินเจริญ	นิติกร ๔
นายกมล กลิ่นรำพึง	นิติกร ๓
นางนงนุช พลอยอ้อม	เจ้าหน้าที่ธุรการ ๖
นางอุไร ตะก้อง	เจ้าหน้าที่บันทึกข้อมูล ๕

