



ธรรมสาส์น

# ชาวนาพร



200 Years  
of Destruction  
and Nothing



"

วิกฤตความเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศและระบบชีวภาค  
ไม่ได้รังรอคอยความขัดแย้งทางการเมืองและ  
คำพูดที่กลวงเปล่าของเราแม้สักวินาทีเดียว

"



เกรตา ธันเบิร์ก (Greta Thunberg)  
เยาวชนนักเคลื่อนไหวด้านสิ่งแวดล้อมชาวสวีเดน  
วัย ๒๐ ปี

แปลจาก

"The climate and the biosphere don't care about our politics  
and our empty words for a single second"

๘  
ไกลวัลยธรรม:  
ในฐานะที่เป็นธรรมชาติแห่งพุทธภาวะ  
พุทธทาสภิกขุ

๑๖  
ถ้อยคำที่ใจหมดยกทุกอย่าง  
ปัญญานันทภิกขุ

๒๔  
มองธรรมชาติ  
ด้วยความรู้สึกอย่างพุทธะ  
สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์  
(ป.อ. ปยุตฺโต)

๓๒  
เห็นตามธรรมชาติ  
หลวงพ่อดำเขียน สุวนฺตโน

ISSN ๐๑๒๕-๔๐๖๕

ผู้พิมพ์  
ชาวพุทธมูลนิธิ

เจ้าของ  
พุทธนิคม เชียงใหม่

ที่ปรึกษา  
พระครูสมุห์บุญเลิศ ขยวโร  
พระจรินทร์ อามสโร  
พระมหานรินทร์ นรินโท

บรรณาธิการ  
เพ็ญฉาย สีโรรส

ผู้จัดการ  
พิมพ์ รามเกื้อ

ศิลปกรรม  
อุบิสัตย์

๓๔  
พื้นฟูปา พื้นฟูใจ  
พระไพศาล วิสาโล

๔๐  
ธรรมะของหลวงปู่ดูลย์, หลวงปู่เทสก์  
หลวงพ่อพุทธทาส  
หลวงพ่อบราโมทย์ ปาโมชฺโช

๔๖  
ธรรมชาตีย์  
พระพรหมวชิรญาณ  
(หลวงพ่อสุมะโร)

๕๔  
เดินกายไปตามใจ:  
กายและใจพากันและกันกลับบ้าน (ตอนที่ ๑)  
พระมหานรินทร์ นรินโท

๖๐  
เลือกตั้ง  
หนานเอ

กองบรรณาธิการ  
พระอธิป อธิปญฺโญ  
พระราชันย์ อุมฺฐานโรโต  
พระสิทธิพร นรุตฺตโม  
ไชยิตา ธรรมรักษานุกุล  
อรทัย งามละออ  
วิชา บำรุงพรไพศาล

สำนักงานสวนพุทธธรรม  
วัดอุโมงค์สวนพุทธธรรม  
ถ.สุเทพ อ.เมือง เชียงใหม่ ๕๐๒๐๐  
โทร. ๐๙๙-๔๗๑-๖๗๖๗  
buddhanikomcm@gmail.com  
www.chaobuddha.com  
Facebook : ชาวพุทธวัดอุโมงค์

พิมพ์ที่  
ทรีโอ แอดเวอร์ไทซิง  
แอนด์ มีเดีย จำกัด  
โทร. ๐๕๓-๒๗๒-๐๗๙

# ชาวพุทธสนทนา

## กองบรรณาธิการ

เมื่อย่างเข้าสู่เดือนมีนาคมของทุกปี คนเชียงใหม่รวมไปถึงผู้คนที่อาศัยอยู่ในแถบอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขงได้มาตั้งแต่ภาคเหนือตอนบนของไทย ตอนบนของ สปป.ลาว และรัฐฉานของเมียนมา ต่างก็ต้องเผชิญกับฝุ่นพิษ หรือที่เราคุ้นหูในชื่อ PM ๒.๕ ซึ่งสร้างความยากลำบากในการใช้ชีวิตของผู้คนมาตลอด ๗-๘ ปีให้หลังมานี้ สอดคล้องกับรายงานฉบับใหม่ว่าด้วยภาพรวมคุณภาพอากาศโลก ปี ๒๕๖๕ (World Air Quality Report 2022)\* ที่จัดทำโดย IQAir หน่วยงานที่เฝ้าติดตามและรายงานผลเกี่ยวกับคุณภาพอากาศในพื้นที่ต่าง ๆ ทั่วโลกถึง ๗,๓๒๓ เมือง ใน ๑๓๑ ประเทศ โดยรายงานระบุว่า ประเทศไทยวัดค่า PM ๒.๕ โดยเฉลี่ยตลอดทั้งปี ได้ ๑๘.๑ ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร ซึ่งสูงเกินเกณฑ์มาตรฐานขององค์การอนามัยโลก (WHO) ถึง ๓.๖ เท่า ขณะเดียวกันก็พบข้อมูลว่าประเทศไทยมีอากาศที่ดีเพียง ๓ เดือนต่อปีเท่านั้น คือในช่วงเดือนมิถุนายน-กรกฎาคม ซึ่งเป็นฤดูฝน

ในทำนองเดียวกับงานศึกษาวิจัยของกรีนพีซ ประเทศไทย พบว่า ๑ ใน ๓ ของมลพิษอากาศข้ามพรมแดนในอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขง ซึ่งในที่นี่หมายความว่ารวมถึงภาคเหนือตอนบนของไทย ตอนบนของ สปป.ลาว และรัฐฉานของเมียนมา มีที่มาจากพื้นที่เผาไหม้ที่เกิดขึ้นในพื้นที่ปลูก “ข้าวโพดเลี้ยงสัตว์” อันเนื่องมาจากการขยายการลงทุนของบริษัทอุตสาหกรรมเนื้อสัตว์ เพื่อผลิตข้าวโพดเลี้ยงสัตว์ในประเทศอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขงคือหนึ่งในเบื้องหลังปัญหาฝุ่นควันภาคเหนือ

\* อ่านรายงานคุณภาพอากาศโลกปี 2565 ของ IQAir ฉบับเต็มได้ที่  
<https://act.gp/airpollution-iqair-2022-report>

หากมองให้ลึกลงไปปัญหาฝุ่นพิษซ่อนทับอยู่บนเงื่อนไขทางเศรษฐกิจกับปัญหาทางด้านสิ่งแวดล้อม ที่ส่งผลให้เกิดการทำลายและรุกรานพื้นที่ป่าเพื่อการเพาะปลูกพืชในระบบเกษตรเชิงเดี่ยวที่มุ่งเน้นการปลูกพืชชนิดเดียวที่ได้ผลผลิตสูงสุด โดยเฉพาะอย่างยิ่งการปลูกข้าวโพดเลี้ยงสัตว์และการปลูกอ้อยเพื่อทำน้ำตาลแล้วยังสะท้อนให้เห็นถึงภาวะทางศีลธรรมที่สร้างผลกระทบทางสิ่งแวดล้อมต่อผู้คนจำนวนนับล้านชีวิต

ปัญหาฝุ่นพิษที่ผู้คนในแถบอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขงต้องเผชิญจึงเป็นภาพสะท้อนให้เห็นถึงปัญหาเชิงโครงสร้างในระบบทุนนิยมที่ต่างเร่งกอบโกยเอาทรัพยากรธรรมชาติ เปลี่ยนผืนดิน ป่าไม้ แหล่งน้ำ ระบบนิเวศ และความหลากหลายทางชีวภาพให้กลายเป็นสินค้าและปัจจัยการผลิต พร้อมทั้งสร้างการผูกขาดผ่านระบบกรรมสิทธิ์ โดยมีจุดมุ่งหมายสูงสุดเพื่อกำไรและความมั่งคั่งของกลุ่มทุนที่มีไม่ถึง ๑% ของประชากรทั้งหมดของประเทศ หากแต่ได้สร้างผลกระทบทางสิ่งแวดล้อมอย่างใหญ่หลวงแก่ผู้คนกว่า ๙๙% ที่ไม่มีส่วนได้ส่วนเสีย มองกันในแง่นี้ปัญหาเชิงโครงสร้างในระบบทุนนิยมจึงนับเป็นปัญหาทางศีลธรรมอย่างแยกกันไม่ออก เพราะบ่งชี้ให้เห็นถึง “ความเห็นแก่ตัว” และ “ความโลภ” ซึ่งได้เบียดเบียนเอาทรัพยากรของส่วนรวมไปเป็นของตัวเอง ไม่เว้นแม้กระทั่งอากาศสะอาด ซึ่งควรจะเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานของทุกคน แต่น่าเศร้าอย่างยิ่งที่ดูเหมือนว่าในปัจจุบันอากาศสะอาด กลับกลายเป็นทรัพยากรที่เข้าถึงยากมากขึ้นเรื่อย ๆ.



# บัตร์ย่อเรื่องบรรยายธรรม

/ โดย พุทธทาสภิกขุ

๒ (ค 3.1/4 (1/2) ๑๑๐๖ 2 [497]  
โกวร้ายธรรม (เจ็ด) ๑๒.๓๐ น. เสาร์. ๑๙ พค. ๑๖

โกวร้ายธรรม ในฐานที่เป็น ธรรมชาติแห่งพุทธภาวะ.

บททวน ะ ในฐานะ กฎแห่งสามัคคีลักษณะ, -อิทัปปัจจยตา, -ลหุราวิยสัจ,  
ในฐานะที่เป็น "ธาตุ", มีโกวร้ายตา ในลักษณะ อย่างไร?  
จงสังเกต ะ ความไม่คงเกิดขึ้น-คงอยู่-ดับไป,  
ความไม่จำกัดขนาดและเวลา ของ อมิตาภ-อมิตายุ,  
เรา จะ คู่ กัน ต่อ ไป ในความว่างเปล่า เกิดพุทธภาวะขึ้นได้อย่างไร  
เรื่องนี้ มุ่งหมายจะให้เกิดกำลังใจ กันมากกว่า อย่างอื่น.

---

ธรรมชาติแห่งความเป็นพุทธะ ะ มี โกวร้ายตา อย่างเกี่ยวข้องกับสิ่ง ท.ข้างบน.  
ถ้าความว่างมีอนุภาค ะ พุทธธาตุ คึงคั่นอย่างไร ?  
ถ้าไม่มีอนุภาค ก็ตาม ะ พุทธธาตุ คึงคั่นอย่างไร ?

๐. ไภวธรรม : สิ่งที่มีลักษณะเป็น ไภวธรรม (ทั้งหมด โดยพื้นที่ และเวลา).  
ซึ่งจะจำแนกให้เห็นว่า มีอะไร อย่างไร เกี่ยวกับเราอย่างไร
๐. ธรรมชาติแห่งความเป็นพุทธะ : มี ไภวธรรม เช่นเดียวกับ ธรรมที่เป็นกฎเป็นต้น.  
มีลักษณะเป็น เชื่อแห่งความเป็น พุทธะ (มีความรู้)  
มีอยู่แล้ว แม้ในสมภาวะที่เรียกว่า "ว่าง",
๐. ในชาติแต่ละชาติ : คิน-น้ำ-ไฟ-ลม, มีความว่างจากตัวตน อย่างไร  
ก็มี ธรรมชาติเพื่อความเป็นพุทธะ อยู่แล้วอย่างนั้น.  
ธาตุสี่ธาตุ-วิญญาณ มีความหมายโดยตรง อยู่แล้ว.  
เมื่อรวมกันทั้งหมด ยิ่งสมบูรณ์ด้วย ธรรมชาติ พุ. ยิ่งขึ้น,
๐. ชีวิต ๒ แบบ : ชีวิตซัดเซง กังที่เห็นอยู่ทั่วไป.  
ชีวิตที่รู้ด้วยการคำนวณ (คณิตชีวิต) ว่า เป็นสิ่งที่ชีวิต :  
จุลินทรีย์ ท. และแม่เชื้อไวรัส ที่อาศัยจุลินทรีย์นั้นๆ
๐. ชีวิตทุกแบบ : ประกอบด้วย โครง-จิต-ธรรมชาติ พุ.  
ทั้งนั้น ทุกชีวิต มีความรู้สึก (ซึ่งเป็นผลของ ธ-พุ.)
๐. พุทธสภาพะ : มีสมรรถนะ ตามลำดับขั้น :  
เชื้อสำหรับ - รู้สึก - รู้สึกแจ้ง - รู้คิด - รู้ถูก - เบิกบานถึงที่สุด.  
ทั้งหมดนี้ ตั้งอาศัยอยู่ที่สิ่งที่เรียกว่า "ธรรมชาติแห่งพุทธะ"  
ธรรมชาติแห่งพุทธะ : ธรรมชาติแห่งการ "ตื่นจากหลับ"  
ชีววิวัฒนาการ (โลฟ)  
แสงสว่าง (โลท)  
มีลักษณะเป็น ไภวธรรม, ในทุกระดั.
๐. ประโยชน์ของไภวธรรม : ทำให้มีหวัง ในการบรรลุธรรม ได้ ทุกคน เสมอกัน  
ทำให้หวังได้ อย่างกะเป็นธรรมชาติ, (ไม่เหลือวิสัย),  
ทำให้เชื่อได้ว่า มีให้ ทุกยุคทุกสมัย, ทุกหนทุกแห่ง,  
เป็น รากฐานอันเดียวกัน ในทุกศาสนา (ทุกศาสนา)  
ไม่ว่าจะ ถูก - ผิด - ครึ่งถูกครึ่งผิด,  
ซึ่งเป็นเพราะ ไม่เข้าใจสมรรถนะ หรือไม่สมรรถนะ  
ใน สิ่ง สิ่งเดียวกัน.

( พ ล ก )

# ไกลวัลยธรรม: ในฐานะที่เป็นธรรมชาติแห่งพุทธภาวะ

พุทธทาสภิกขุ

## สิ่งที่เรียกว่า “ไกลวัลยธรรม”

การบรรยายธรรมประจำวันเสาร์ ภาควิสาขบูชา พ.ศ. ๒๕๑๖  
จับบรรยายเรื่อง “ไกลวัลยธรรม” จุดมุ่งหมายของการบรรยายธรรม  
ในวันเสาร์ เพื่อต้องการให้พุทธบริษัทได้รู้ในเรื่องที่ควรรู้ เพื่อยกฐานะ  
ของพุทธบริษัทให้สูงขึ้น ทั้งที่เป็นส่วนของการปริยัติและการปฏิบัติ

สิ่งที่เรียกว่า “ไกลวัลยธรรม” หมายถึง สิ่งที่มีอยู่ก่อนสิ่งทั้ง-  
ปวงและอยู่หลังสิ่งทั้งปวง ได้แก่ธรรมชาติที่ไม่รู้จักเปลี่ยนแปลง  
คำว่า “ไกลวัลย์” เป็นภาษาสันสกฤต ตรงกับภาษาบาลีว่า “เกวละ”  
แปลว่า “สิ้นเชิง” หมายถึง “นิพพาน” คำว่า “เกวละ” หรือ “เกวลัง”  
ยังแปลได้อีกหลายความหมาย แต่โดยใจความระบุถึง “นิพพาน”  
คือ ความเต็มไปหมด ไม่มีที่ว่าง, ความโดดเดี่ยวที่สุด, ความแบ่งแยก  
ช้อยละเอียดถี่ยับ, ความแข็งเป็นดุ้นเป็นก้อนเดียว, ความไม่รู้จักพอ  
ไม่รู้จักเต็ม ฯลฯ

BIA 6.2 / 45

[42]



## ไกลวัลย์มีอยู่ก่อนสิ่งทั้งปวง

สิ่งที่เรียกว่า “ไกลวัลย์” ไม่มีจุดเริ่มต้น และไม่มีวี่แวงสิ้นสุด จึงอยู่ในฐานะที่เป็นสิ่งมีอยู่ก่อนสิ่งทั้งปวง และอยู่ภายหลังสิ่งทั้งปวง หมายความว่า สิ่งทั้งปวงมีความหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป ท่ามกลางอาณาจักรแห่งความไม่เปลี่ยนแปลง ของ “ไกลวัลย์” นั้น ไกลวัลย์จึงเป็นสิ่งที่ตรงข้ามกับสังขารทั้งปวง ในเมื่อสังขารทั้งปวงเป็นที่ตั้งของความทุกข์ ครั้นนำความยึดมั่น ในสังขารทั้งปวงออกไปเสีย ก็จะพบความสุขในทีเดียวกันอยู่ตรงนั้น ในทำนองเดียวกัน เอาความร้อนออกพบความเย็น เอาความไม่เที่ยง ออกพบความเที่ยง ดังนี้ เป็นต้น รวมความว่า เมื่อเอาสิ่งทั้งปวง ออกไปให้หมด ก็จะพบความว่าง คือ “ไกลวัลยธรรม” โดยที่แท้แล้ว ไกลวัลยธรรมก็คือสิ่งเดียวกันกับสิ่งที่เรียกว่า อสังขตะ หรือนิพพาน หรือ สญญตา นั่นเอง ฉะนั้น การรู้เรื่องนี้ การปฏิบัติเรื่องนี้ การเข้าถึงเรื่องนี้ย่อมทำให้ความเป็นพุทธบริษัทสมบูรณ์ขึ้น

คำว่า “พุทธะ” แปลว่า “ผู้ตื่น” หมายถึง การตื่นขึ้นใน “ไกลวัลยธรรม” เป็นการเข้าร่วมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับกาลเวลาอย่าง เต็มพื้นที่ เพราะ “ไกลวัลย์” เป็นสิ่งที่ปรากฏอยู่ตลอดเวลา และมีอยู่ ในตลอดพื้นที่ของสิ่งทั้งปวง ที่ปรากฏขึ้นในไกลวัลย์ เป็นเพียงสัตว์น้ำ ที่โผล่ขึ้นเหนือผิวน้ำแห่งมหาสมุทรแล้วก็จมหายไป หมายความว่า สิ่งใดที่เกิดมาที่หลังในไกลวัลย์ ย่อมดับหายไปไกลวัลย์ แต่ไกลวัลย์ก็ ยังมีสภาพเป็นอย่างเดิม ทั้งก่อนและหลังสิ่งทั้งปวง ไม่เปลี่ยนแปลง อันความไม่เปลี่ยนแปลงนั้น เป็นสิ่งที่ทุกคนกำลังแสวงหาอยู่แล้ว มิใช่หรือ

## “ไกววัลย์” ทำให้มนุษย์ทุกคนเป็นมิตรกันหมด

การกำหนดว่า เป็นเราเป็นเขา เป็นของเรา เป็นของเขา จะทำให้เกิดการแบ่งแยก เมื่อมีการแบ่งแยก การแย่งชิงผลประโยชน์กันก็เกิดขึ้น ทำให้คิดเห็นแต่ประโยชน์ของตน พร้อมกันนั้นก็เกิดการเบียดเบียนทำลายประโยชน์ผู้อื่น ความเป็นศัตรูกันก็เกิดขึ้น ด้วยการไปยึดถือเอาสิ่งเล็กน้อยที่เปลี่ยนแปลง ประดุจฟองคลื่นแห่งไกววัลย์ แต่ถ้ามีการเข้าถึงสิ่งที่เรียกว่า “ไกววัลย์” เปรียบเสมือนแผ่นน้ำอันกว้างใหญ่ของมหาสมุทรแล้ว จะทำให้เห็นว่าทุกคนย่อมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ไม่อาจแบ่งแยกออกจากกันได้เลย ความรัก ความเมตตา ความเป็นมิตรกับผู้อื่นก็เกิดขึ้น

แม้การทะเลาะวิวาทกันในระหว่างศาสนาก็พลอยสิ้นสุดลงไปด้วย เพราะ “ไกววัลย์ธรรม” คือ สภาวะที่เป็นหนึ่งเดียวอันเต็มเปี่ยม และมีอยู่ทั่วไปในทุกหนทุกแห่ง นั่นคือย่อมมีอยู่ในทุกศาสนาด้วย ใครก็ตามเมื่อเข้าถึงความหมายของศาสนาแห่งตนแล้ว ย่อมทำให้เห็นตรงกันว่า ในโลกนี้มีเพียงศาสนาเดียว คือ “ศาสนาแห่งไกววัลย์” ไม่ต้องมีการแบ่งแยกตามชื่อสมมติที่ใช้เรียกศาสนา โดยเหตุนี้จึงทำให้สามารถปิดประตูทะเลาะวิวาท อันเนื่องมาจากการถือศาสนาเสียได้ แล้วการแยกนิกายของแต่ละศาสนาก็จะไม่เกิดขึ้น ที่ใดมีการแบ่งแยกที่นั่นแสดงว่ามีการรู้ไม่จริง เป็นลักษณะแห่งการไร้เดียงสาของผู้นับถือศาสนานั้น ๆ โดยเฉพาะพุทธบริษัท ควรมองศาสนาอื่นในฐานะที่ว่า เป็นเครื่องมือดับทุกข์ระดับหนึ่งด้วยกันทั้งนั้น จึงจะเชื่อว่าเป็นผู้มองด้วยความหมายของ “ไกววัลย์” เมื่อมีความเข้าใจใน “ไกววัลย์” ในความหมายที่ทำให้ทุกคนและทุกศาสนา เป็นมิตรกัน อย่างนี้แล้ว ย่อมเป็นการง่ายที่จะเข้าถึงสุญญตาหรือพระนิพพาน หรืออสังขตธรรมในทางศาสนา

" ในเมื่อทุกศาสนาบัญญัติขึ้นเพื่อชีวิต  
และทุกชีวิตก็คือสิ่งเดียวกัน ฉะนั้น  
ทุกศาสนาย่อมมีจุดหมายอันเดียวกัน  
คือการบรรลุสันติสุขของชีวิต เมื่อทุกชีวิต  
ถือกำเนิดมาจากสิ่งเดียวกัน มีการดำรงอยู่  
อย่างเดียวกัน และในที่สุด ก็มีการ  
แตกสลายเหมือนกันหมด โดยเหตุนี้  
จึงกล่าวได้ว่า ทุกชีวิตมีความ  
เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน "

จากหนังสือไกวัลยธรรม (ฉบับย่อ) โดย พุทธทาสภิกขุ หน้า ๑๓๒

### ไกวัลยธรรมในฐานะที่เป็นธรรมชาติแห่งพุทธภาวะ

ธรรมชาติแห่งพุทธภาวะ หมายถึง ธรรมชาติอันหนึ่ง ซึ่งทำ  
สัตว์ให้เข้าถึงพุทธภาวะ และมีอยู่ในทุกหนทุกแห่ง ทุกกาลเวลา  
ตามความหมายของไกวัลยธรรม การวิวัฒนาการของสิ่งมีชีวิต  
ย่อมไปถึงวาระสุดท้ายคือ พุทธภาวะ อันหมายถึงภาวะของความรู้  
ความตื่น ความเบิกบาน สิ่งที่เราเรียกว่าความรู้ในที่นี้ หมายถึง การรู้  
แจ้งด้วยปัญญาอันชอบว่า ความทุกข์ได้หมดสิ้นไปแล้ว ชาติสิ้น  
ไปแล้ว ชาตินี้เป็นชาติสุดท้าย ความเกิดย่อมไม่มีอีกต่อไป อย่างนี้  
เรียกว่าเบิกบานถึงที่สุด ซึ่งจัดว่าเป็นจุดหมายปลายทางที่แท้จริง  
ของทุกชีวิต

## ความเบิกบานตามธรรมชาติของสิ่งมีชีวิต

การมีชีวิตที่สมบูรณ์ หมายถึง การเข้าถึง พุทธภาวะ ในทางวิทยาศาสตร์ได้แสดงให้เห็นว่า โลกที่เราอาศัยอยู่นี้แยกมาจากดวงอาทิตย์แรกเริ่มเดิมทีที่เป็นดวงไฟ ครั้นเย็นลงจึงเกิดสิ่งมีชีวิตขึ้น ลักษณะอย่างนี้ย่อมกล่าวได้ว่า มีชีวิตซ่อนอยู่แล้วในดวงไฟ เมื่อได้โอกาสจึงปรากฏตัวออกมาเป็นชีวิตคน ดังที่ปรากฏอยู่นี้ วิวัฒนาการอย่างนี้กล่าวตามหลักธรรมะก็ได้แก่ กฎเกณฑ์ของ “อิทัปปัจจยตา” หรือ “สามัญญลักษณะ” มีความเปลี่ยนแปลงไปเรื่อยไม่หยุดนิ่ง จนเกิดความรู้สึกนึกคิด ความสุข ความทุกข์ ทำให้มีการแสวงหาความสุขที่แท้จริง จนกระทั่งพบการดับความรู้สึกที่เป็นทุกข์ได้ในที่สุด เป็นสภาวะของความเบิกบานถึงที่สุดแห่งความเป็น “พุทธภาวะ”

เป็นการแสดงว่า เชื้อแห่ง “พุทธภาวะ” ได้มีมาแล้วตั้งแต่แรกเริ่มเดิมที มิฉะนั้นก็ไม่อาจเจริญเติบโตขึ้นมา เป็นพุทธภาวะได้ โดยความหมายนี้ ต้องการชี้ให้เห็นว่าเชื้อแห่งความเป็น “พุทธะ” ได้มีอยู่แล้วในคนทุกคน ในชีวิตทุกชีวิต รอเวลาที่จะทำให้เจริญเติบโตเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ถึงที่สุด อันเป็นลักษณะของการเข้าถึงหรือปรากฏการณ์ของ “พุทธภาวะ” จัดเป็นการเข้าถึงความสมบูรณ์แห่งชีวิต

## ไถวัลยธรรมกับความเป็นพุทธะ

คำว่า “ไถวัลยตา” หมายถึง ความที่มันเป็นอย่างนั้น ส่วนคำว่า “ไถวัลยธรรม” หมายถึง สิ่งที่เป็นอย่างนั้น คือเป็นสิ่งเดียวกันทั้งหมด และมีอยู่ในสิ่งทั้งปวงตลอดเวลา บุคคลจะสามารถเข้าถึง “ไถวัลยธรรม” ด้วยการทำให้ “พุทธภาวะ” เปิดเผยออกมาจากสิ่งที่ห่อหุ้มอยู่คือกิเลส ฉะนั้น หน้าที่สำคัญของพุทธบริษัทจึงอยู่ที่การเรียนรู้ ปฏิบัติ พัฒนาให้รู้จักธรรมชาติของตนเองตามความเป็นจริงแล้วปล่อยวางเสีย ก็จะทำให้เข้าถึง “พุทธภาวะ” โดยความหมายนี้เป็นการแสดงว่า “ไถวัลยตา” กับ “พุทธภาวะ” ก็เป็นสิ่งเดียวกันต่างกันโดยสิ่งแรกเป็นพื้นฐานของธรรมชาติแห่งพุทธะ ส่วนสิ่งที่สอง

เป็นปรากฏการณ์ของพุทธะ เรียกว่า “ไภวฉลยธรรม” จึงเปรียบได้กับเชื้อ ของการเกิด และสิ่งที่เกิดขึ้น เช่น การเกิดขึ้นของคนมาจากเชื้อเริ่มแรกที่ยังมองไม่เห็น อันเนื่องมาจากการผสมพันธุ์ของพ่อแม่ แล้วคลอด ออกมาเป็นคนในภายหลัง หรือเปรียบอีกนัยหนึ่ง ความเป็นต้นมะม่วง ย่อมมีอยู่แล้วในเมล็ดมะม่วง ไภวฉลยตาจึงเปรียบ เมล็ดมะม่วง พุทธภาวะเปรียบต้นมะม่วง นั่นคือ สิ่งทั้งสองนี้ เป็นเหตุต่อกันหรือกล่าวว่าเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันก็ได้

### การประสมธาตุอย่างถูกส่วนทำให้เกิดชีวิต

นักคิดบางพวกมีความเห็นว่า การประสมกันอย่างถูกส่วน ระหว่างธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ย่อมทำให้เกิดชีวิตได้ แต่ในทาง พุทธศาสนาได้เติมเอาอากาศธาตุและวิญญาณเข้าไปด้วย จึงเกิดเป็น ธาตุ ๖ ความจริงวิญญาณธาตุสิงอยู่ในธาตุทั้ง ๔ แต่นักคิดพวกนั้น มองไม่เห็นจึงไม่ยอมรับ อากาศธาตุ หมายถึง ความว่าง หรือที่ว่าง อันเป็นที่ตั้งหรือที่รองรับของธาตุทั้งปวง ถ้าไม่มีที่ว่าง สิ่งทั้งปวง ก็ไม่อาจตั้งอยู่ได้ เป็นอันกล่าวได้ว่า ไม่มีธาตุใดที่มีความสมบูรณ์ในตัวเอง ต้องอาศัยการประสมปรุงแต่งกันทุก ๆ ธาตุ อย่างเหมาะสม จึงทำให้เกิดสิ่งที่เรียกว่า “ชีวิต” และมีความรู้สึกได้

สิ่งที่ต้องสังเกตและจำไว้เป็นหลัก ก็คือว่า “ถ้ามีชีวิตจะต้องมีความรู้สึกด้วย” อันหมายรวมถึงคน สัตว์ และพืช ฉะนั้น ทุกชีวิตย่อม มีเชื้อแห่งความเป็นพุทธะ คือ มีความรู้สึกได้ เมื่อถือเอาตามความ-หมายที่ว่า ในทุกธาตุย่อมมีวิญญาณธาตุแฝงอยู่ จักทำให้เข้าใจว่า แม้ในวัตถุธาตุก็มีเชื้อแห่งความเป็นพุทธะ และในเมื่อ “ไภวฉลยธรรม” เป็นสิ่งที่ไม่มีขอบเขตจำกัด และสิ่งทั้งปวงที่อยู่ในอาณาจักรแห่ง ไภวฉลยธรรม ย่อมมีธรรมชาติแห่งพุทธะ ฉะนั้น ย่อมกล่าวได้ว่า ทุกสิ่งมีเชื้อแห่งความเป็นพุทธะ

## ทุกสิ่งมีเชื้อแห่งความเป็นพุทธะ

การมองเห็นว่า สิ่งทั้งปวงย่อมมีเชื้อแห่งความเป็นพุทธะ ทำให้เกิดความเคารพรักในสิทธิของสิ่งทั้งปวง แม้เมื่อดกรวด เม็ดทราย ย่อมไม่ทำให้เกิดการดูถูกว่าเป็นของต่ำ การเป็นเหตุให้เกิดการแบ่งชนชั้น วรณะ ยึดมั่น ถือมั่น เป็นเขาเป็นเรา แต่จะมีความเห็นแจ่มแจ้งอยู่ว่า ทุกสิ่งมีสภาพแห่งความเป็นพุทธะอย่างเดียวกัน เป็นการเข้าถึงสภาวะแห่งความเป็นหนึ่ง ไม่มีการแบ่งแยกเป็นคน สัตว์ หรือสิ่งของ นั่นคือ มีแต่ธรรมชาติแห่ง “ความเป็นพุทธะ” แม้แต่ในปริมาณหนึ่ง ๆ ก็มีค่าสำหรับความเป็นพุทธะ หรือสำหรับความมีชีวิตในอนาคต ถ้าได้มีความเปลี่ยนแปลงที่ถูกต้องครบถ้วน เหมาะสมเมื่อไร ก็จะแสดงออกมาในรูปของความมีชีวิตหรือมีความรู้สึก ซึ่งเป็นเชื้อแห่งความเป็นพุทธะโดยตรง อันจะต้องมีการพัฒนาต่อไปจนเป็นมนุษย์ ซึ่งมีความพร้อมต่อการที่จะรู้แจ้ง “อริยสัจจ์ ๔”

ความรู้ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนาไปสู่ความรู้แจ้ง คือ การรู้ผิด รู้ถูก แต่ธรรมชาติแห่งความรู้สึก กับเชื้อแห่งความรู้สึกอยู่ห่างไกลกันมาก ยกตัวอย่างคน ๆ หนึ่ง นับตั้งแต่เกิดในท้องแม่ ย่อมมีความรู้สึกเกิดมาก่อน แล้วต่อมาจึงมีความนึกคิด และการที่ปรากฏออกมาเป็นความรู้สึกนึกคิด ย่อมแสดงว่า มีเชื้อแห่งความรู้สึกนึกคิดก่อตัวมาแล้ว ดังที่ได้กล่าวมาแล้วว่า ความรู้แจ้ง ได้แก่ “การรู้ผิด รู้ถูก” ความรู้นี้จะรุดหน้าต่อไปจนกระทั่งมีความเบิกบานเต็มที่ถึงที่สุด เรียกว่า “พุทธภาวะ” การที่มีความรู้แจ้งได้อย่างนี้ แสดงว่า “ธรรมชาติแห่งความเป็นพุทธะ” ได้มีอยู่แล้วในธรรมชาติอันนั้น.





# ดับร้อนที่ใจหมดภัยทุกอย่าง

ปัญญานันทภิกขุ

เดือนเมษาเป็นหน้าร้อน อากาศค่อนข้างร้อน เมื่ออากาศร้อน กายก็ร้อน จิตใจคนก็ร้อนไปด้วย ความร้อนทางกายไม่รุนแรง แกร้งง่าย มีพัดลมก็แก้ได้ อาบน้ำก็แก้ได้ คนมีสตางค์ก็ซื้อแอร์มาติด ก็สามารถคลายความร้อนอบอ้าวไปได้ แต่ว่าร้อนใจ เป็นเรื่องยากไม่รู้จะแก้อย่างไร ความร้อนใจนี้ร้ายแรงกว่าความร้อนทางกาย อันตรายทั้งหลายที่เกิดขึ้นแก่บุคคลนั้น มันเกิดขึ้นจากความร้อนใจ” หรือจาก “ความใจร้อน” จึงได้มีอาการเช่นนั้น แม้ร่างกายจะร้อน แต่ถ้าใจไม่ร้อนมันก็ไม่เป็นไร

เมื่อพระพุทธเจ้าถูกเทวทัตกลิ้งหินเพื่อทำร้าย แต่ว่าหินไปชนต้นไม้แล้วสะกิดนิดหนึ่ง มาโดนหน้าแข็ง เลือดชิบ ๆ เท่านั้น แต่ว่าหมอชีวกโกมารภัจจ์ ก็ไปเอายาให้ ยานี้มันมันแสบ ร้อนเหมือนกับทิงเจอร์นั้นแหละ สมัยก่อนโน้น เป็นเครื่องสมุนไพร...ไปไม่เอามาตำ ๆ แล้วพอกไว้ หมอกลับบ้านนอนไม่หลับทั้งคืน เป็นห่วงว่าเราไปเอายาให้พระผู้มีพระภาค ยานี้มันมัน ร้อนผิวหนัง พระองค์คงจะบรรทมไม่หลับ ตื่น แต่เข้ามิดมาเฝ้าพระพุทธเจ้าด้วยความเป็นห่วง มาถึงก็กราบทูลถามว่า “พระองค์บรรทม

หลับสบายดีหรือเมื่อคืนนี้” พระองค์ตอบว่า “เราคนหนึ่งที่ยังบรรทม  
เรียบร้อย นอนสบาย ไม่มีปัญหาอะไร” หมอบอกว่า “ที่ทูลถามนั้นก็  
เพราะว่า ความจริงทราบอยู่แล้วพระองค์ไม่มีปัญหาอะไร แต่ยาที่  
โปะให้มันร้อนมาก”

พระองค์บอกว่า “ความร้อนในตาค่ะ..ไม่มี เราดับร้อนได้ตั้ง  
แต่ตรัสรู้ที่ได้ดับโพธิ์ พอได้ตรัสรู้แล้วความร้อนก็หายไป ความร้อน  
ข้างในก็ไม่มี ความร้อนข้างนอกก็ไม่มี อะไรมา กระทบเราก็ไม่รู้สีก  
หนาว ไม่รู้สีก้อน ไม่รู้สีกอะไร” เพราะไม่มีการปรุงแต่งในพระทัย  
ของพระองค์ หมอได้ฟังเช่นนั้นก็คลายความกังวลได้คลายทุกข์  
คลายร้อนใจ เพราะพระองค์ไม่ได้ร้อน พระพุทธเจ้าท่านไม่ร้อน  
พระอรหันต์ทั้งหลายก็ไม่ร้อน แล้วก็ไมหนาว ไม่ยินดียินร้าย ไม่สุข  
และไม่ทุกข์ เป็นอย่างไร...เป็นกลาง ๆ ไม่ถูกปรุงแต่ง คือ จิตที่  
ไม่ถูกปรุงแต่ง มันก็ไม่มีอะไร

เราที่เป็นปุถุชนคนธรรมดาเนี่ย ยังถูกอะไร ปรุงแต่งอยู่ ยินดี  
ยินร้าย... มีโกรธมีเกลียด มีพยาบาท มีอารมณ์ประเภทต่าง ๆ  
เกิดขึ้นในใจ ก็แสดงว่าใจถูกปรุงแต่ง ถูกป้ายสี” คือ อารมณ์ที่  
มากระทบ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส มากระทบประสาทตา หู จมูก  
ลิ้น กาย ใจ แล้วจิตใจก็เอามาปรุงแต่ง เพราะไม่รู้ไม่เข้าใจ มี  
"อวิชชา" เป็นผู้นำ ไม่มี “ปัญญา” เป็นผู้นำ สภาพจิตใจเปลี่ยนแปลง  
ไปตามสภาพ ประเดี๋ยวดี ประเดี๋ยวร้าย

บางคนเป็นโง่...ประเดี๋ยวดีประเดี๋ยวร้าย ขึ้น ๆ ลง ๆ  
ที่เราพูดภาษาชาวบ้านว่า “ผีเข้า ผีออก” พอ ผีเข้า คือความโง่  
เกิดขึ้น ก็ปรุง แต่งในทางโง่ พอ ผีออก ค่อยสว่างขึ้นหน่อย ก็มี  
อารมณ์ยิ้มแย้มแจ่มใส แต่ประเดี๋ยวผีเข้าอีกก็เป็นโง่ไปเหมือนอย่างนั้น  
แสดงว่ายังไม่มီးอะไรดีขึ้น สภาพจิตใจยังไม่เปลี่ยนแปลง อะไรมา  
กระทบก็ตึงตังโผงผาง ไปตามอารมณ์ที่มากระทบ จิตใจก็เร้าร้อน  
วุ่นวายด้วยปัญหาต่าง ๆ คนเราอยู่กันมาก ๆ มีเหตุที่จะกระทบ  
กระทบกันได้เป็นธรรมดา ถ้าใจเย็นมันก็ไม่ปัญหา แต่ถ้าใจร้อน  
ก็เกิดปัญหาขึ้นทันที

ตัวอย่างที่เกิดอุบัติเหตุบนถนนนี้ มีคนมาเล่าให้ฟังว่า คน ๑  
หนึ่งเอารถไปจอดผิดที่ แล้วตำรวจเดินผ่านมา ก็เข้าไปเตือนว่า  
จอดผิดที่ให้เลื่อนไปเสีย คนนั้นก็เฉยๆ ตำรวจ ก็เลยขอใบขับขี่  
เพื่อจะเซ็นใบสั่ง แต่เขาไม่ยอม ให้ กลับโต้เถียงกันกับเจ้าหน้าที่  
เถียงกันมาก ขึ้นๆ ก็พอดีนายตำรวจผ่านมา ก็เลยประนีประนอม  
กันไป แต่เรื่องมันไม่จบแค่นั้น คนขับรถกลับไปบอกญาติผู้ใหญ่ที่  
เป็นนายทหารนายทหารนี่กว่ามีเรื่อง ก็เลยพาทหารมาหลายคน  
ตำรวจก็เลยเข้าใจว่าไปพาพวกมาสู้ ผลสุดท้ายจบฉากลงอย่างไร  
ตายทั้งคู่ ฉากนี้ เกิดขึ้นเพราะอะไร เพราะ...

๑. กฎหมายไม่เคารพกฎจราจร ไม่เคารพ

๒. เมื่อเจ้าหน้าที่จราจรเขาเตือน กลับแข็งข้อ ไม่ยอมรับฟัง

ที่ไม่ยอมรับฟังนี่เพราะอะไร... “อึดตา” มันใหญ่ ถือตัวถือตน  
สำคัญตัวว่า “ฉัน” เป็น อย่างนั้น “ฉัน” เป็นอย่างนี้ ฉันมีฐานะอย่าง  
นั้น ฉันอย่างนี้ “ไอ้แก่ ตำรวจเล็กๆ จะมาเซ็นสั่ง ฉันนั้นมันไม่  
สมควร” ถ้าหากว่าเราไม่มี “อึดตา” อย่างนั้น เป็นคนอ่อนเสียหน่อย  
พอเขามาบอก ก็ขอบคุณที่มาเตือน ผมเปลวไปหน่อยขอโทษ”  
อย่างนี้ก็ไม่มีความผิด ตำรวจก็สบายใจ

อีกประการหนึ่ง ใจของเราที่ชอบเก็บชอบสะสม ในเรื่องอะไร  
ต่าง ๆ เรื่องเก่า ๆ โบราณเต็มที่แล้ว เป็นเรื่องที่ไม่ควรจะมาคิด  
มานึกให้วุ่นวายใจ แต่ว่าเราก็ชอบคิดชอบนึก ให้วุ่นวายใจ เอามา  
นั่งคิด นั่งนึก แล้วก็ใจไม่ สบายลงโทษตัวเองให้เกิดปัญหา กินก็  
ไม่ได้ นอนก็ไม่หลับ เพราะความคิดที่มันวุ่นวายเกิด ขึ้นในใจ  
อย่างนี้เรียกว่า หาเรื่องให้ร้อนใจ ใส่ เชื้อเพลิงลงไปในกองไฟที่มัน  
จะมอดไปแล้ว เอ ไปใส่เข้า เอน้ำมันรดลงไป จุดให้มันลุกโพล่ง  
ขึ้นมาเผาตัวเองให้เราร้อนต่อไป คือเรื่อง อารมณ์นั้นแหละที่เราคิด

การคิดนั้นแหละคือการใส่ฟืน ใส่เชื้อลง ไปในกองเพลิงที่มันก  
ร้อนในใจของเรา มันจะดับแล้ว มันจะลืมหืมแล้ว แต่เราไม่ยอมให้มันดับ  
ไม่ยอมลืมหืม เอาเชื้อใส่ นั่งคิดถึงเรื่องนั้นคิดถึงเรื่องนี้ ล้วนแต่เป็น  
เรื่องเก่า ๆ แก่ ๆ ที่ผ่านมาแล้ว ทั้งนั้น เอามานั่งคิด

คิดแล้วก็ไม่สบายใจ แต่บางเรื่องคิดแล้วก็ดีใจสบายใจ ดีใจก็ทุกข์ เหมือนกันแหละ ไม่ดีใจมันก็ทุกข์เหมือนกัน เรียกว่า “ยินดี” นี่ก็เป็นทุกข์ “ยินร้าย” ก็เป็นทุกข์ เหมือนกันมันไม่ดีทั้งสองเรื่อง

พระพุทธเจ้าจึงสอนให้สำรวจใจ ไม่ให้ยินดียินร้าย เพราะ “ยินดี” ก็เป็นความทุกข์ “ยินร้าย” ก็เป็นความทุกข์ ยินดีเป็นทุกข์ ภายหลัง ชั้นแรกก็ดีใจหัวเราะร่าเริง เพราะได้สมปรารถนา แต่ว่า สิ่งทั้งหลายมันเที่ยงหรือเปล่า ถ้าเรามาคิดในแง่ธรรมะ ก็จะได้เห็นความจริงว่า สิ่งทั้งหลายมันไม่เที่ยง คือมันเปลี่ยนอยู่ตลอดเวลา อะไร ๆ มันก็เปลี่ยนอยู่ ทั้งนั้น ดินฟ้าอากาศก็เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เหตุการณ์ในชีวิตเรามันก็เปลี่ยนแปลง สภาพความเป็นอยู่อะไรมันก็เปลี่ยนอยู่ตลอดเวลา เรามักจะไปติดอยู่ในสิ่งนั้น ๆ เราไม่ยอม ให้มันเปลี่ยนแปลง เมื่อไม่ยอมให้เปลี่ยนแปลง ก็เรียกว่า “ฝืนธรรมชาติ”

“ยินร้าย” เหมือนกับจับถ่านไฟที่กำลังลุกโพล่ง ร้อนทันที “ยินดี” นั้นเหมือนกับจับถ่านไฟที่มันมอดแล้ว แต่ถ้าทำไว้นานมันก็ร้อนเหมือนกัน เพราะมันยังคุกรุ่นอยู่ข้างใน มันก็เกิดความร้อนขึ้นมา ทำให้มือไม้ของเราเสียหาย เพราะการไปจับต้องสิ่งนั้น ทั้ง ๒ อย่างจึงเป็นเรื่องไม่ดีทั้งนั้น เราจึงควรระมัดระวังสภาพจิตของเราไม่ให้ยินดีใน อารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความยินดี ไม่ให้ยินร้ายในอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความยินร้าย จะทำในใจอย่างไร จึงจะไม่ให้ยินดีไม่ให้

ยินร้าย คือ เราจะต้องมีสติปัญญากำกับความ รู้สึกอยู่ตลอดเวลา มีสติปัญญากำกับความคิด ของเรา เช่น เกิดความยินดี เพลิดเพลิน เรายึดรู้สึกตัว ต้องหัดทำสติให้รู้สึกตัวทันทั่วทั้ง เวลายินดีเกิดขึ้น หรือกำลังหัวเราะดัง ๆ อยู่ พอ มีสติมันก็หยุด หัวเราะทันที กำลังร่าเริงอยู่ก็หยุดทันที หยุดเพราะอะไร เพราะรู้สึกตัวว่า “มันมากไปเสียแล้ว ทำไม่จึงต้องหัวเราะก๊าก ๆ ทำไม่จึง ยินดีโลดเต้นอย่างนั้น มันไม่ใช่วิสัยของ คนมีความรู้มีปัญญา หรือไม่ใช่วิสัยของบัณฑิต”

[“ยिनร้าย” เหมือนกับจับถ่านไฟที่กำลัง  
ลุกโพลง ร้อนทันที “ยินดี” นั้นเหมือนกับ  
จับถ่านไฟที่มันมอดแล้ว แต่ถ้ากำไว้นาน  
มันก็ร้อนเหมือนกัน เพราะมันยังคุกรุ่น  
อยู่ข้างใน มันก็เกิดความร้อน ขึ้นมา  
ทำให้มือไม้ของเราเสียหาย เพราะการ  
ไปจับต้องสิ่งนั้น ทั้งสองอย่างจึงเป็น  
เรื่องไม่ดีทั้งนั้น]

บัณฑิตนี้เขาไม่แสดงอาการขึ้นลง พระพุทธเจ้าตรัสว่า...

**“น อัจฉารจํ ปณฺธิตา ทสฺสยนฺติ บัณฑิตไม่แสดง  
อาการขึ้นลง”**

อาการขึ้นก็คือยินดี อาการลงก็คือยินร้าย บัณฑิตอยู่ด้วย  
อารมณ์สงบ ไม่ยินดีและไม่ยินร้ายต่อรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส  
ตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้รส กายได้ สัมผัสสิ่งใด  
ใจก็ไม่เกิดความยินดีในสิ่งนั้น ไม่ยินร้ายในสิ่งนั้น ถ้าเราทำใจ  
อย่างนี้ได้ เราจะเป็นคนสุข คนหนึ่งในโลก อากาศจะร้อน จะเย็น  
อะไรจะเกิดขึ้นในชีวิตของเรา เราก็ไม่หวั่นไหว ไม่โยกโคลงไป  
ตามอารมณ์นั้น ๆ ใจเราคงที่ไม่เปลี่ยนแปลง คนที่สมาพจิตคงที่  
พระพุทธเจ้าเรียกว่า “ตาที่บุคคล” บุคคลที่มีสมาพจิตเป็นปกติ  
หรืออยู่ในอารมณ์เดียว มีความรู้สึกด้วยสติด้วยปัญญา อะไรมา  
กระทบก็ไม่ตื่นเต้นไปกับสิ่งนั้น

เราสูญเสียอะไรไปก็ไม่รู้สึกสูญเสียอะไรไป เรื่องอย่างนี้  
ต้องทำมาตั้งแต่ต้น คือเมื่อ “ได้” ไม่ยินดี ถ้าได้ไม่ยินดี เวลาเสีย  
เราก็ไม่ยินร้าย คือไม่เสียใจว่ามันเสีย เพราะเราไม่มีความรู้สึกกว่า  
เราได้ ไม่มีความรู้สึกกว่าดี ไม่มีความรู้สึกกว่าเราเป็นนั่น เป็นนี่  
เวลาเสียสิ่งนั้น มันเปลี่ยนแปลงไป เราก็ไม่มีความรู้สึกเสียใจ  
เสียตาย เพราะเราไม่ได้รับสิ่งนั้นด้วยความเขลา เรา “มี” สิ่งนั้น  
ด้วยปัญญา เรา “เป็น” ด้วยปัญญา เรา “ได้” อะไรมาก็ได้ด้วย  
ปัญญา สภาพจิตก็เป็นปกติ เมื่อสิ่งนั้นสลายไป เราก็รู้ทัน รู้ว่ามัน  
เป็นอย่างนี้แหละ ธรรมชาติมันเป็นอย่างนี้ เพราะสิ่งทั้งหลายนั้น  
ไม่คงที่ ไม่ถาวร มันมีการเปลี่ยนแปลง

เรื่องเก่า ๆ นี่ถ้าเราจะนึก ต้องนึกด้วยปัญญา อย่างนี้ให้เกิด  
ปัญหา คือทำให้ร้อนนอก ร้อนใจ คนที่ร้อนใจบ่อย ๆ หน้าเหี่ยว  
หน้าแห้งร่างกายไม่ดี กระเพาะก็ไม่ดี อวัยวะภายใน ตับ ไต ไข่ พุง  
มันไม่ค่อยเรียบร้อย เพราะความใจร้อน คนเป็นโรคเกี่ยวกับอาหาร  
ไม่ย่อยก็เนื่องมาจากใจร้อน ท้องผูกนี้เกี่ยวกับใจร้อน เหมือนกัน  
ถ้าท้องผูกบ่อย ๆ ต้องระงับจิตใจให้เยือกเย็นท้องจะดีขึ้น

ฉะนั้น เราจะต้องตรวจดูตัวเราเองว่า เดือนเมษายนาร้อนนี้  
เราร้อนหรือเปล่า ร้อนกาย ใจไม่ร้อนไม่เป็นไร ใจเย็น นั่งกลางแดด  
ก็เย็นใจได้ เดินก็เย็นใจได้ อะไรกระทบก็เย็น ใจได้ อย่างนี้สบายใจ  
ควรอยู่ด้วยความเย็น ผู้มีใจสงบ ใจเยือกเย็นทุกโอกาส แล้วจะมี  
ความสุขที่สุด

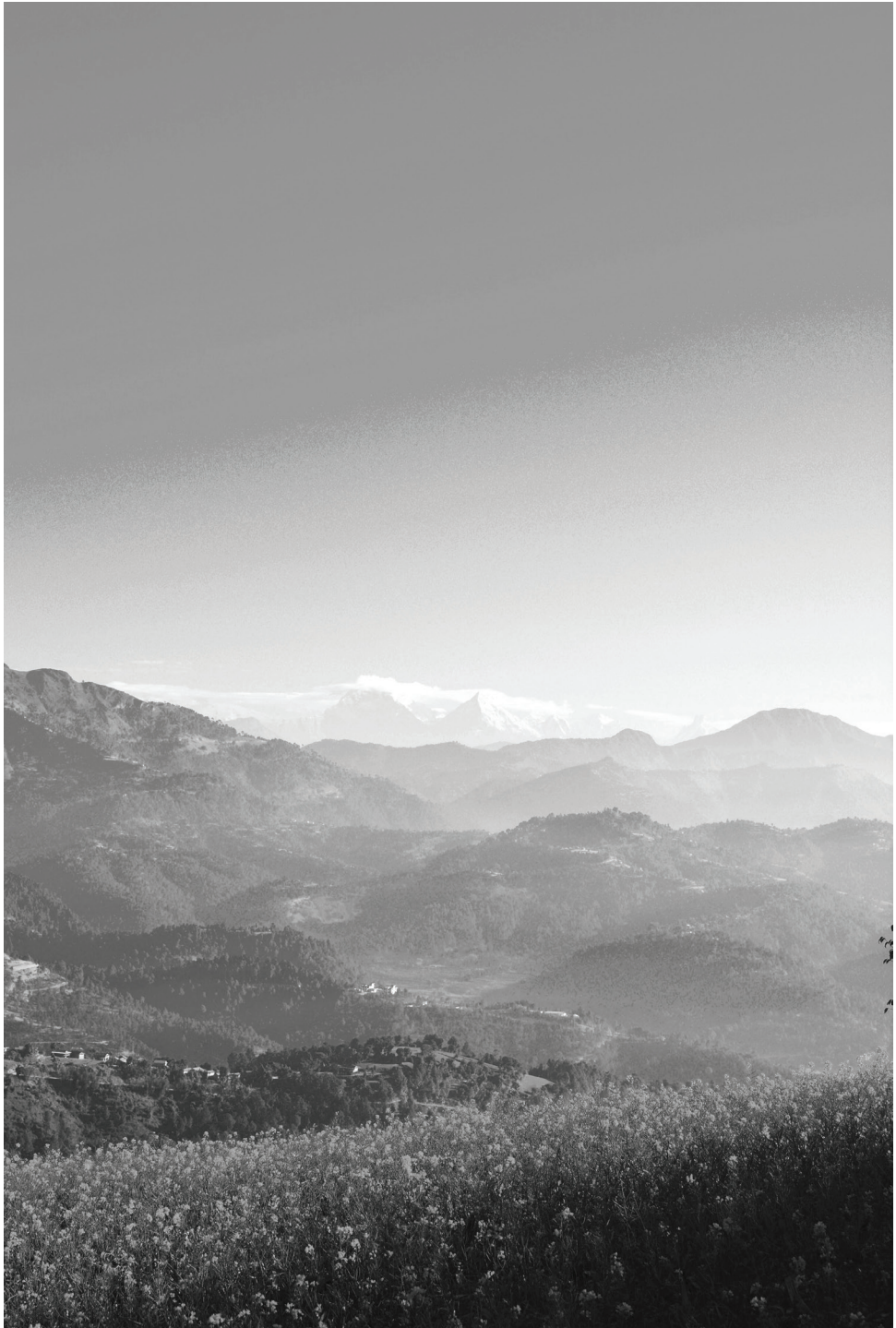
พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า “นตฺถิ สนฺติปฺรํ สุข สุขอื่นยิ่งกว่า  
ความสงบไม่มี” ความสงบใจคือยอดสุข ถ้าใจร้อนใจเร็ว หุนหัน  
พลันแล่นก็จะไม่มีความสุข มีเงินก็ไม่ เป็นสุข มีบ้านหลังใหญ่  
ก็ไม่มีเป็นสุข มีคนใช้ ตัวเราก็ไม่เป็นสุข คนใช้ก็ไม่เป็นสุขเหมือนกัน  
เพราะนายใจร้อน เรียกอะไรไม่ทันใจ พอมาถึงก็ดูทุกที คนใช้ก็เบื่อ  
ถ้าเราดูบ่อย ๆ ก็อันตรายนะ คนใช้สมัยนี้ไม่ได้ ดู ๆ หนักเข้า  
เกิดโมโหทุบนายเลย ทุบแล้วกลับบ้านเลยไม่มา ต่อไป เราก็แยะ

ถ้าเพียงทูปก็ไม่ใช่ไร ยังพอจะมีชีวิตต่อไปฆ่าเสียด้วยมีหลายราย แล้วถูกฆ่าเพราะใจร้อน ใจว่าจาไม่สมควร พุดไม่เรียบร้อย หาวว่า เขาเป็นคนไพร่สารเลว คนยากคนจน แล้วก็ไปตำไปว่าเขา กระทบ กระเทือนจิตใจ มันไม่ถูกต้องเลยเสียหาย ทำลายชีวิตของตน ด้วยปากของตน ด้วยกิริยาท่าทาง ด้วยใจเร่าร้อนของตนแท้ ๆ จึงต้องฝึกอารมณ์ให้เยือกเย็น ให้สงบ มีอะไรเกิดขึ้นก็ใจเย็นไว้ ปลอดภัยไว้ก่อน

ตามที่ทำงานคนมาก ๆ มีกากราบทเขียน และเขียนว่า “ปลอดภัยไว้ก่อน” อย่างนี้เคยเห็น ตอนไปเทศน์ให้คนงานฟัง ที่เขาว่า “ปลอดภัยไว้ก่อน” นะ ต้องทำใจให้สงบให้เยือกเย็น อย่าว่าวาม อย่าใจร้อน มันต้องปลอดภัยข้างใน แล้วข้างนอก ก็จะปลอดภัยไปด้วย ถ้าข้างในมันไม่ปลอดภัย ข้างนอกก็ไม่ปลอดภัย เขาจึงเขียนเตือนไว้ว่า “ปลอดภัยไว้ก่อน” ก็หมายความว่า ทำอะไรต้องทำด้วยสติปัญญา อย่าทำด้วยใจร้อน ใจเร็ว อย่าทำ ด้วยอารมณ์หุนหันพลันแล่น ทำด้วยจิตใจเยือกเย็น สรรวมระวัง ไม่ประมาท ก็จะเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดภัยอันตรายต่าง ๆ ได้.



ถอดเสียงคำบรรยายจากปาฐกถาธรรม วันอาทิตย์ที่ ๕ มีนาคม ๒๕๓๒



# มองธรรมชาติ ด้วยความรู้สึกอย่างพุทธะ

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์  
(ป.อ. ปยุตฺโต)

## พุทธศาสนามองธรรมชาติอย่างไร

เมื่อกล่าวถึงหลักธรรมในทางพุทธศาสนาเองแท้ ๆ เรื่องระบบของการพึ่งพาอาศัยกันนี้ ท่านย้ำมาก แต่นอกจากการพึ่งพาอาศัยกันแล้ว สิ่งสำคัญอย่างหนึ่งก็คือความรู้สึกที่ดีงามต่อกันระหว่างมนุษย์ต่อมนุษย์ และมนุษย์ต่อพืชและสัตว์ทั้งหลาย ความรู้สึกที่ดีงามอย่างหนึ่งได้แก่คุณธรรมที่เรียกว่า ความกตัญญู ความกตัญญูนี้มีใช้มีเฉพาะต่อมนุษย์ด้วยกันเท่านั้น แต่ท่านให้มีแม้แต่ต่อสัตว์และพืชทั้งหลายด้วย มีคาถาพุทธศาสนสุภาษิตบทหนึ่งที่ยำบอญ ๆ ในพระไตรปิฎก (เช่น ขุ.ชา.๒๗/๑๔๖๙/๒๙๗) สอนให้รู้จักคุณแม่แต่ของพืช มีใจความแปลเป็นไทยว่า บุคคลหนึ่งหรือนอนในร่มเงาของต้นไม้ใด ไม่พึงหักรานกิ่งใบของต้นไม้ นั้น ผู้ประทุษร้ายมิตรเป็นคนทราม

จึงเป็นคติเก่าแก่ แสดงถึงความรู้สึกที่ดีต่อกันให้ระลึกว่า ต้นไม้ที่เราได้อาศัยร่มเงาเป็นประโยชน์ ต้นไม้นี้มีค่า มีร่มเงาที่คนอื่นจะได้อาศัยต่อไป เรามาอาศัยร่มเงาของเขาแล้ว ก็เหมือนกับต้นไม้ที่เป็นมิตรของเรา เราก็ไม่มีเหตุผลอะไรที่จะไปแกล้งฟันกิ่งหรือส่วนต่าง ๆ ของเขาทิ้งเล่น ถ้าทำอย่างนั้น ท่านถือว่าเป็นการประทุษร้ายมิตร เป็นความรู้สึกที่ดีงามต่อพืชพรรณ คือต่อระบบชีวิตด้วยกัน

แม้แต่พืช เป็นเรื่องของทำที่ในจิตใจ คือก่อนที่จะแสดงออกมาเป็นพฤติกรรม พฤติกรรมจะออกมาได้ ก็เกิดจากทำที่ในจิตใจ ถ้าเรามีคุณธรรมเหล่านี้อยู่ในจิตใจ ก็จะเป็นเครื่องเหนี่ยวรั้งหรือทำให้มีความโน้มเอียงของจิตที่จะเป็นไปในทางที่ดี ที่จะช่วยเหลือเกื้อกูล ไม่ทำลายกัน

นอกจากความรู้สึกที่เห็นคุณค่าของกันและกัน หรือระลึกในคุณค่าของกันและกันแล้ว ก็คือความรู้สึกที่มองพืชและสัตว์ทั้งหลายด้วยเมตตาจิต เมตตา เป็นความรู้สึกที่สำคัญในทางพุทธศาสนา คือการมองสรรพสัตว์ว่าเป็นเพื่อนร่วมโลก ในพระพุทธรูปท่านสอนหลักธรรมสำคัญอย่างหนึ่งที่เรายึดกันเป็นประจำ คือ อนิจจัง ไตรลักษณ์ ความไม่เที่ยง ท่านบอกว่า มนุษย์และสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงล้วนต้องตกอยู่ในกฎของธรรมชาติ ต้องเกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งนั้น เมื่อเราต้องตกอยู่ในกฎธรรมชาติอันเดียวกัน เราก็เป็นเพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสุขของกันและกัน เมื่อเป็นเพื่อนร่วมโลก ร่วมสุขร่วมทุกข์กันแล้ว เราก็ควรจะมาช่วยเหลือเกื้อกูลกัน แทนที่จะมาเบียดเบียนซึ่งกันและกัน

การที่เราตกอยู่ใต้อำนาจของกฎธรรมชาติก็นับว่าแย่อยู่แล้วทำไมจะมาเบียดเบียนกันให้แย่นักลงไปอีก นอกจากพระยามัจจุราชที่คอยจะหาช่องเล่นงานเราอยู่เรื่อย ๆ แล้ว ก็ยังมีตัวก่อกวนที่เรียกว่าเป็นมัจจุเสนา คือ กองทัพของพระยามัจจุราชซึ่งได้แก่ความแก่ ความเจ็บไข้ ทั้งพระยามัจจุราชและเสนาของพระยามัจจุราช ต่างก็ตามตอแย หรือมารบกวนเราเรื่อย ๆ อยู่แล้วเราทุกคนต่างก็มีภัยอันตรายเหล่านี้ร่วมกันอยู่แล้ว จึงไม่ควรจะมาเบียดเบียนกันอีก ควรจะมาเป็นเพื่อนกันช่วยเหลือกัน อยู่ร่วมกันให้ดีที่สุด เพราะฉะนั้น จึงให้มองกันเป็นเพื่อนร่วมโลก เพื่อนร่วมสุขร่วมทุกข์ คติเรื่องเมตตาธรรมนี้ก็เป็นสิ่งสำคัญมาก พระพุทธศาสนาสอนให้มนุษย์มีเมตตาต่อมนุษย์ด้วยกัน และมีเมตตาต่อสรรพสัตว์ทั้งหมด ถ้าเรามีลักษณะหรือทำที่แห่งเมตตานี้ เราจะไม่ทำร้ายกัน การที่จะใช้หรือการที่จะทำอะไรต่อพืชต่อสัตว์จะเป็นไปด้วยเหตุผล โดยการใช้อนุญาพิจารณาก่อน ไม่ทำโดยประมาท หรือทำโดยไม่คิดไม่พิจารณาไม่เห็นความหมาย

"คติในทางพุทธศาสนาสอนให้มอง  
ธรรมชาติเป็นสภาพแวดล้อม ที่ "งดงาม  
น่ารื่นรมย์" และเป็นปัจจัยอย่างหนึ่งของ  
ความสุข คตินี้จะทำให้มนุษย์อยู่ร่วมกับ  
ธรรมชาติอย่างมีความสุข หรือมีความสุข  
ในการที่จะอยู่ท่ามกลางธรรมชาติ"

คติในทางพุทธศาสนาสอนให้มองธรรมชาติเป็นสภาพแวดล้อม  
ที่ "งดงามน่ารื่นรมย์" และเป็นปัจจัยอย่างหนึ่งของความสุข คตินี้จะ  
ทำให้มนุษย์อยู่ร่วมกับธรรมชาติอย่างมีความสุข หรือมีความสุขใน  
การที่จะอยู่ท่ามกลางธรรมชาติ อันนี้ก็เป็นลักษณะที่สำคัญอย่าง  
หนึ่งที่เดียว พร้อมกับการที่ถือว่าธรรมชาติ รวมทั้งสัตว์ และพืช  
ทั้งหลาย เป็นสภาพแวดล้อมและเป็นบรรยากาศที่น่ารื่นรมย์สวยงาม  
ทำให้มีความสุขแล้ว ธรรมชาติก็เป็นส่วนประกอบหรือเป็นปัจจัย  
ในการฝึกฝนพัฒนาตนของมนุษย์ด้วย

หลักข้อนี้หมายความว่า พระพุทธศาสนาเอาธรรมชาติแวดล้อม  
มาใช้เป็นองค์ประกอบอย่างหนึ่งในการศึกษาของคน คือในการที่จะ  
พัฒนาคนให้มีจิตใจเจริญงอกงาม เป็นคนที่มีคุณธรรมต่าง ๆ นั้น  
ท่านใช้ธรรมชาติเป็นองค์ประกอบในการฝึกด้วย การที่เอาธรรมชาติ  
แวดล้อม มาเป็นองค์ประกอบในการศึกษาของมนุษย์นี้เป็นสิ่งที่  
สำคัญมาก การศึกษาในที่นี้ไม่ได้หมายความว่าเราจะไปเรียนรู้ว่า  
มันคืออะไร แต่การศึกษาในที่นี้ หมายถึงการฝึกฝนพัฒนาชีวิต  
จิตใจคน

คนเราถ้า มองธรรมชาติอย่างถูกต้อง ก็จะได้เรียนรู้จักและรู้  
จากธรรมชาติ ธรรมชาติจะช่วยขัดเกลาและสร้างเสริมคุณภาพของ  
จิตใจได้ เริ่มตั้งแต่เป็นเครื่องชักจูงจิตใจให้โน้มไปสู่ความสงบ

โน้มนำไปสู่ความมีเมตตาการุณย์ และความรู้สึกที่ประณีตอ่อนโยน  
ตลอดจนช่วยให้เกิดสมาธิ และการที่จะใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้เข้าใจ  
ความจริงของธรรมชาติ รู้เท่าทันโลกและชีวิต

ดังนั้น พระพุทธศาสนาจึงใช้ธรรมชาติแวดล้อมของป่าเป็นส่วน  
ประกอบในการฝึกคน เช่น ให้พระที่บวชใหม่เข้าไปอยู่ในป่า ให้ไป  
ได้รับวิเวก จิตใจจะได้โน้มนำไปสู่ความสงบ และใช้เป็นเครื่องช่วยใน  
การปฏิบัติ เช่น การฝึกสมาธิ เมื่ออยู่ในสภาพแวดล้อมที่สงบไม่มี  
เสียงรบกวนและกิจกรรมที่วุ่นวาย ท่านเรียกว่า กายวิเวก คือ  
ความสงบทางด้านกาย เมื่อบรรยากาศทางด้านร่างกายสงบ  
โดยเฉพาะเมื่อไปอยู่ในป่า ในร่มไม้หญ้าไม้ที่มีความสงบ มีแต่ธรรม-  
ชาติ มีเสียงนกร้อง มีแต่เสียงหริตหริ่งเรไร ฯลฯ ก็ช่วยชักนำจิตใจ  
ให้โน้มนำไปสู่ความสงบด้วย เมื่อจิตใจรู้สึกสงบ มีความอึดใจ สดชื่น  
โน้มนำไปในทางที่ดี ก็จะทำให้เกิด จิตวิเวก คือความสงบทางจิต  
ตามมา

เมื่อจิตใจสงบสงัด ไม่มีอารมณ์วุ่นวายใจเข้ามารบกวน มีสมาธิ  
ก็อยู่ในสภาพที่พร้อมจะฝึกฝนพัฒนายิ่งๆ ขึ้นไปอีก คือเอาจิตที่พร้อม  
อย่างนั้นแล้วไปใช้งาน ในการพินิจพิจารณาให้เกิดปัญญา เห็น  
ความจริงของสิ่งทั้งหลาย ทำให้จิตใจเป็นอิสระที่เรียกว่าเป็น  
อุปปวิเวก คือ ทำให้เกิดความสงบจากกิเลสต่อไปในที่สุด

## มองธรรมชาติ ด้วยความรู้สึกอย่างพุทธะ

เนื่องจาก เรื่องของป่าที่เป็นสภาพแวดล้อมทางธรรมชาตินี้  
ท่านเอามาใช้เป็นองค์ประกอบในการศึกษาคือในการพัฒนามนุษย์  
ด้วย ดังนั้น ในประวัติพุทธศาสนาและตามบันทึกในคัมภีร์ต่าง ๆ  
จึงมีเรื่องราวมากมายที่ว่าพระได้เข้าไปปฏิบัติธรรมในป่า หรือแม้  
แต่พระพุทธเจ้าเอง ก็ทรงหาที่ที่สงบสงัดไปประทับอยู่ในป่า และ  
พระองค์ก็บำเพ็ญเพียรในป่า เราจึงมีคำกล่าวเกี่ยวกับเรื่องเหล่านี้  
อยู่มากมาย

ต่อไปนี้จะขออ่านข้อความจากพระไตรปิฎกให้ฟังว่า ในทาง

พระพุทธศาสนาท่านมีความรู้สึกต่อป่าอย่างไร และให้เห็นเป็นตัวอย่างว่า พระสงฆ์ที่ไปอยู่ในป่าท่านใช้ป่าเป็นอุปกรณ์หรือองค์ประกอบในการฝึกฝนพัฒนาตนอย่างไร เริ่มตั้งแต่ได้ความรู้สึกที่ดี มีการชื่นชมความงามของธรรมชาติ ทำให้จิตใจมีความสุข แล้วท่านก็ใช้เป็นส่วนประกอบในการฝึกอบรมจิตใจให้เข้าสู่สมาธิ

แม้แต่พระพุทธเจ้าเอง ก็ทรงออกไปแสวงหาพื้นที่ที่สงบสงัดอย่างนั้น ดังจะเห็นได้ในพุทธประวัติ อาตมาจะอ่านคำบรรยายในพระไตรปิฎกตอนหนึ่งให้ฟัง คือตอนที่ทรงแสวงหาที่ที่จะบำเพ็ญเพียรเพื่อโพธิญาณ ซึ่งพูดถึงธรรมชาติว่า (ม.ม.๑๒/๓๑๙/๓๒๒)

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรานั้นเมื่อยังเป็นผู้แสวงหาว่าอะไรเป็นกุศล ขณะที่แสวงหาทางประเสริฐแห่งสันติ อันยอดเยี่ยม เทียวจาริกไปในมคธชนบทโดยลำดับ ดำเนินมาถึงตำบลอุรุเวลาเสนานิคม ได้เห็นภูมิภาคอันรื่นรมย์ มีไพรสมณชน่าชื่นบานใจ มีแม่น้ำไหลใสเย็น มีทำน้างามสะอาดตา น่ารื่นรมย์ทั้งมีโคจรคามตั้งอยู่โดยรอบ จึงคิดว่า ภูมิภาคเป็นที่นารื่นรมย์หนอ ไพรสมณชน่าชื่นบานใจ แม่น้ำก็ไหลใสเย็น มีทำน้างามสะอาดตาน่ารื่นรมย์ทั้งมีโคจรคามตั้งอยู่โดยรอบ เป็นที่เหมาะแก่การบำเพ็ญเพียรของกุลบุตรผู้ต้องการบำเพ็ญเพียร เราจึงนั่ง ณ ที่นั้น ด้วยคิด ว่าที่นี้ละเหมาะที่จะบำเพ็ญเพียร”

ตามพุทธพจน์นี้ จะเห็นว่า พระพุทธเจ้าเองก็ทรงแสวงหาสถานที่ที่มีธรรมชาติแวดล้อมสวยงามรื่นรมย์ ท่าทีในพระทัยของพระองค์ก็คือทรงเห็นธรรมชาติเป็นสิ่งที่งดงาม มีผลเกื้อกูลต่อความคิดจิตใจ และเป็นเครื่องช่วยในการฝึกฝนพัฒนาตนเองให้เข้าถึงธรรม อันนี้เป็นแนวโน้มของจิตใจที่จะไม่มีการทำลายป่าเป็นอันขาด

ต่อจากนี้ ลองไปดูความรู้สึกนึกคิดของพระสาวกบ้างจะอ่านให้ฟังสัก ๒-๓ ตัวอย่าง เช่น พระภิกษุองค์หนึ่งไปอยู่ในป่า และได้พูดถึงความรู้สึกของท่าน ท่านชื่อพระวนวัจณเถระ ได้ภาสิตคาถาไว้อย่างนี้ว่า (ขุ.เถร.๒๖/๑๕๐/๒๖๓)

“ภูเขาทั้งหลาย ล้วนแล้วด้วยศิลา สีเขียวทะมิงดั่งเมฆ  
ตรุจิเรงงามดี มีธารวารีเย็นใสสะอาด ดารดาษไปด้วยแมลง  
ค่อมทอง แดนขุนเขา ทำใจเราให้รื่นรมย์”

คำกล่าวแบบนี้มีมากมาย ขอยกมาอีกท่านหนึ่ง คือพระมหา-  
กัสสปะ ได้กล่าวว่า (ขุ.เถร.๒๖/๓๙๗/๔๒๒)

“ตัวท่านนี้ ได้ไปสู่เรือนคือถ้ำ ที่เงื้อมเขาคันสวยงามดั่ง  
สรรสร้าง เป็นที่เหล่าหมู่ป่าและกวางพากันมาอาศัย อยู่ใน  
แดนป่าคราวฝนตกใหม่ จักได้รื่นรมย์ใจ

ณ ที่นั้น ผืนนกยูงมีขนคอเขียว มีหงอนและปีกงาม  
รำแพนหางมีแวววิจิตรนัก ส่งสำเนียงก้องกังวาลไพเราะจับใจ  
จักยังท่านผู้บำเพ็ญฌานอยู่ในป่าให้ร่าเริงได้

คราวฝนตกแล้ว หน้างอกยาวประมาณ ๔ นิ้ว ดอกไม้  
บานลานตา ท้องฟ้างามแจ่มใส ไร่เมฆปกคลุม ตัวท่านเป็นดั่ง  
กิ่งคอนขนไม้ นอนอยู่บนหญ้ารหว่างภูเขานั้น จะรู้สึก  
อ่อนนุ่มดั่งสำลี”

อีกองค์หนึ่งเป็นกษัตริย์เก่า ครองแคว้นศากยะแล้วออกมาบวช  
ขอเอามาอ่านเพื่อให้เห็นความรู้สึกของท่านที่เปลี่ยนแปลงไป ท่าน  
กล่าวไว้ว่า (ขุ.เถร.๒๖/๓๙๑/๓๙๖)

“ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ เมื่อก่อนนั้น ข้าพระองค์จะไปไหน  
ก็ขึ้นคอช้างไป แม้จะนุ่งห่มผ้า ก็นุ่งห่มแต่ผ้าที่ส่งมาจากแคว้น  
กาสิ มีเนื้ออันละเอียด แม้จะบริโภคน้ำ ก็บริโภคน้ำแต่อาหารล้วน  
เป็นข้าวสาลี พร้อมด้วยเนื้ออันสะอาดมีโอหารส ถึงกระนั้น  
ความสุขนั้นก็หาได้ทำจิตของข้าพระองค์ให้ยินดีเหมือนความสุข  
ในวิเวก ณ บัดนี้ไม่

ในกาลนี้ ข้าพระองค์ผู้มีนามว่าภททียะ โอรัสของพระ-  
นางกาลิโคธา เป็นภททชน ผู้มีความเพียรสม่ำเสมอ ยินดีแต่  
อาหารที่ได้มาด้วยการเที่ยวบิณฑบาต ไม่ถือมั่นสิ่งใด ๆ  
เพ่งพินิจธรรม

... ข้าพระองค์ละทิ้งเครื่องราชูปโภค คือ จานทองคำราคา ๑๐๐ ตำลึง ซึ่งล้วนแล้วด้วยลวดลายอันงดงามวิจิตรด้วยภาพทั้งภายในและภายนอก นับได้ตั้ง ๑๐๐ มาใช้บาตรดินใบนี้ นี่เป็นการอภิเษกครั้งที่สอง

แต่ก่อนนั้น ข้าพระองค์มีหมู่ทหารถือดาบรักษานก้าแพงอันสูงที่ล้อมรอบ กับทั้งที่ป้อมและซุ้มประตูพระนครอย่างแน่นหนา ก็ยังมีความหวาดเสียวอยู่เป็นนิตย์

บัดนี้ ข้าพระองค์ผู้ชื่อว่าภักทียะ โอรสของพระนาง-กาลิโคธา เป็นภักทรชน ไม่มีความสะดุ้งหวาดเสียว ละความขลาดกลัวภัยได้แล้ว มาหยั่งลงสู่ป่า เฟ่งพินิจธรรม ข้าพระองค์ตั้งมั่นอยู่ในศีลชั้นธ อบรมสติปัญญา ได้บรรลุถึงความสิ้นไปแห่งสังโยชนทั้งปวงโดยลำดับ"

คำพูดของท่านมีใจความว่า แต่ก่อนนี้ เมื่อเป็นกษัตริย์อยู่วังแสนจะมีความสุข มีเครื่องอุปโภคบริโภคใช้พร้งพร้อมทุกอย่าง ก็ยังมีความหวาดหวั่นพรั่นใจ ความสุขก็ไม่สมบูรณ์ แต่บัดนี้ได้มาดำเนินชีวิตอย่างสงบเรียบง่าย จิตใจเข้าถึงธรรมแล้ว แม้จะอยู่ป่า ไม่มีอะไรเลย ก็มีมีความสุข

คำบรรยายความรู้สึกที่มีมาในคัมภีร์อย่างนี้ แสดงถึงชีวิตของพระอรหันต์ ทั้งของพระพุทธเจ้า และพระสงฆ์สาวก เป็นคติทางพระพุทธศาสนาที่มีมาแต่เดิม ในด้านความสัมพันธ์กับธรรมชาติ ให้เห็นว่าธรรมชาติเป็นส่วนสำคัญของชีวิตที่ดำรง เป็นองค์ประกอบของชีวิตที่พึงประสงค์ มนุษย์ไม่ควรติดต่อธรรมชาติอย่างเป็นปฏิปักษ์ หรือมุ่งจะไป เอาประโยชน์จากธรรมชาติเท่านั้น แต่ควรมีความรู้สึกที่จะอยู่ร่วมกับธรรมชาติอย่างเป็นมิตรและมีความสุข แล้วแต่ละฝ่ายก็จะเป็น ปัจจัยแห่งความสุขแก่กันและกันได้.



คัดจากหนังสือคนไทยกับป่า จากธรรมกถา แก่คณาจารย์ และนิสิตผู้ฝึกปฏิบัติงานภาคฤดูร้อน ณ สถานพำนักสงฆ์สายใจธรรม เขาสำโรงดงยาง อ.พนมสารคาม จ.ฉะเชิงเทรา เมื่อ ๒๘ เมษายน ๒๕๓๖

บันทึกธรรมประจำวัน

๒๕/๐๑/๒๕๖๖

## เห็นตามธรรมชาติ

หลวงพ่อกำเขียน สุวณฺโณ

คนผู้มีสติ เวลากินข้าวจะไม่พูด เมล็ดข้าวก็ไม่ตก น้ำแกงก็ไม่หยด  
ผู้มีความเพียรเจริญสติ เวลาเดินจงกรมร่วมกันจะไม่พูดคุยกัน ผู้มีสติคือ  
ผู้มีความเพียร เวลาใดมันหลงคิดไป มีสติหยุดความคิดนั้นเรียกว่าภาวนา  
เมื่อมีสติจึงจะเห็นความคิด เห็นความหลง การใช้สติให้มากจะมากด้วยสติ  
สติมีอยู่ที่กายและจิตใจจึงจะเป็นสติปัฏฐาน เมื่อเห็นเมื่อฟังต้องดูตัวเองคือ  
การประพฤตินั้น คนผู้ที่ดูตนมีน้อย คนผู้ดูคนอื่นมีมาก ถ้าดูตน เห็นตน  
ก็จะได้เห็นธรรม การดูตนเองคือการรับผิดชอบตนเอง รักษาตนเอง  
จะพึงตนได้

บางคนเห็นรูปด้วยตาเป็นสี เป็นแสงตลอด มีกลิ่น มีรส นั่นคือนิมิต  
บางคนก็สมมติว่าฝันร้าย สมมติว่าฝันดี ความฝันไม่ต้องจริงจางอะไร อย่าพะวง  
หลงตัว กลางคืนก็ว่าฝัน กลางวันก็ว่าคิด เป็นเช่นนั้นเอง ถ้าง่วงก็ให้เห็น  
ร้อนหรือหนาวก็ให้เห็น อย่าเข้าไปเป็น ถ้าเป็นนั่นแหละคือทุกขสัจ

ความหลงที่น่ากลัวคือเข้าไปเป็น ความไม่หลงคือเห็นตามธรรมดา ๆ  
เป็นเช่นนั้นเอง ทุกข์ในอริยสัจคือเข้าไปเป็น เวทนาคือมีอยู่ตามธรรมชาติ  
ความร้อน ความหนาวมีอยู่ตามธรรมชาติ แต่เมื่อเข้าไปเป็นนั่นจึงจะเรียกว่า  
ทุกข์ ถ้าเห็นมันสุข เห็นมันทุกข์ นั่นก็ปลอดภัยแล้ว แต่ถ้าเป็นผู้สุข เป็นผู้  
ทุกข์นั้นอันตราย จะเป็นภพเป็นชาติ เวียนว่ายตายเกิดอยู่รำไป ถ้าเห็นตาม  
ธรรมชาติ ก็เรียกว่าเห็นตามธรรมก็ได้







# ฟื้นฟูป่า ฟื้นฟูใจ

พระไพศาล วิสาโล

วัดป่ามหาวันก่อตั้งขึ้นเมื่อปี ๒๕๑๔ ในช่วง ๑๔ ปีแรกไม่มีพระมาพำนัก แต่หลังจากปี ๒๕๒๘ ก็มีพระสงฆ์มาอยู่ประจำ นอกจากการส่งเสริมปฏิบัติธรรมแล้ว งานหลักอีกงานหนึ่งของวัดป่ามหาวันคือการอนุรักษ์ป่าภูหลง ซึ่งเป็นป่าที่สมบูรณ์ที่สุดบนเทือกเขาภูแล่นคา (หากไม่นับอุทยานตาตโตน) เป็นต้นกำเนิดของลำห้วยหลายสาย ซึ่งไหลรวมกันเป็นสายน้ำลำปะทาวและลงสู่แม่น้ำชี อันเป็นแม่น้ำสายหลักสายหนึ่งที่หล่อเลี้ยงชีวิตของคนอีสานตอนบน

ในช่วง ๒๐ ปีที่ผ่านมาภูหลงประสบภัยคุกคามทั้งจากผู้ลักลอบตัดไม้ พรานล่าสัตว์ และไฟป่า(ที่มาจากไร่ข้างเคียง) จนปัจจุบันยังคงสภาพป่าสมบูรณ์เพียง ๒,๐๐๐ ไร่ ส่วนพื้นที่อีก ๑,๕๐๐ ไร่กลายเป็นทุ่งหญ้าโล่งเตียน ถูกล้อมรอบด้วยพื้นที่ทำกินของชาวบ้านครอบคลุม ๓ อำเภอ ปัญหาดังกล่าวรุนแรงมากขึ้นเนื่องจากบริเวณโดยรอบนั้นถูกแผ้วถางจนไม่เหลือสภาพป่า ทำให้ผู้คนหันมาหาประโยชน์จากป่าภูหลงแทน

นับตั้งแต่ปี ๒๕๓๓ ชาวบ้านตาตรินทอง ได้จัดตั้งคณะกรรมการ  
อนุรักษ์ป่าขึ้น โดยร่วมมือกับคณะสงฆ์วัดป่ามหาวัน หน้าที่หลักคือ  
ปกป้องและฟื้นฟูป่าภูหลง นอกจากการลาดตระเวนเพื่อป้องกันการ  
ลักตัดไม้และล่าสัตว์แล้ว ในช่วงหน้าร้อนงานที่ต้องระดมคนเป็นพิเศษ  
คือการป้องกันไฟป่า มีการทำแนวกันไฟรอบป่า และร่วมกันดับไฟป่า  
ซึ่งเกิดจากพหรานล่าสัตว์และจากไร่ข้างเคียง ในช่วงหน้าฝนกิจกรรม  
หลักคือการปลูกป่า

นอกจากการอนุรักษ์และฟื้นฟูป่าโดยตรงแล้ว ทางวัดยังร่วมกับ  
ชาวบ้านจัดทำโครงการพัฒนาชุมชน เช่น ส่งเสริมเศรษฐกิจพอเพียง  
สนับสนุนเกษตรอินทรีย์และการทำปุ๋ยหมักชีวภาพ รวมทั้งการสนับ-  
สุนกลุ่มเยาวชนเพื่อร่วมฟื้นฟูชุมชน

ทุกปีจะมีการจัด “ธรรมยาตราเพื่อชีวิตและลุ่มน้ำลำปะทาว”  
ระหว่างวันที่ ๑-๘ ธันวาคมโดยเดินไปตามหมู่บ้านต่าง ๆ บนเทือก  
เขาภูแลนคา เพื่อรณรงค์สร้างจิตสำนึกอนุรักษ์ธรรมชาติ ผู้สนใจ  
ติดตามรายละเอียดที่ [www.visalo.org](http://www.visalo.org) หรือ [www.lampatao.org](http://www.lampatao.org)

การอนุรักษ์ป่าถือเป็นงานสำคัญของวัด มิใช่เพียงเพราะป่า  
เป็นทรัพยากรที่สำคัญต่อการดำรงชีวิตเท่านั้น หากป่ายังเป็นสถานที่ที่  
เอื้อต่อการบำเพ็ญกรรมฐานเพื่อเจริญสมาธิและปัญญา ป่าที่สงบ  
สดนอกจากช่วยให้จิตสงบได้ง่ายแล้ว ยังเอื้อต่อการมองตนเพื่อเห็น  
ธรรมชาติของจิตใจด้วย ในเมื่อป่ามีคุณค่าเช่นนี้ เราจึงควรช่วยกัน  
อนุรักษ์ป่า มิใช่เพื่อประโยชน์ของเราและอนุชนรุ่นหลังเท่านั้น  
หากยังเพื่อรักษาธรรม และเป็นการตอบแทนคุณของธรรมชาติด้วย

"มิใช่เพียงเพราะป่าเป็นทรัพยากรที่สำคัญต่อการดำรงชีวิตเท่านั้น หากป่ายังเป็นสถานที่ที่เอื้อเพื่อการบำเพ็ญกรรมฐานเพื่อเจริญสมาธิและปัญญา"

### ปลูกต้นไม้ในป่า ปลูกธรรมในใจ

กล่าวอย่างถึงที่สุดแล้วธรรมชาติแวดล้อมวิกฤตก็เพราะธรรมชาติภายในของผู้คนเสียสมดุล พูดอีกอย่างก็ได้ว่า ความผันผวนแปรปรวนของธรรมชาติแวดล้อมทุกวันนี้เป็นผลมาจากความผันผวนแปรปรวนของธรรมชาติภายในผู้คน เป็นเพราะผู้คนมีความทุกข์ อ้างว้าง และว่างเปล่าในส่วนลึกของจิตวิญญาณ จึงพยายามหาวัตถุมาเติมเต็ม แต่ไม่ว่าจะแปรธรรมชาติเป็นสิ่งที่เสพและทรัพย์สินเงินทองมากมายเพียงใด จิตวิญญาณก็ไม่เคยเติมเต็มเสียที

ธรรมชาติแวดล้อมจะไม่มีวันฟื้นฟูได้เลยหากธรรมชาติภายในของผู้คนไม่คืนสู่สมดุลหรือความปกติ ด้วยเหตุนี้ธรรมะจึงเป็นสิ่งจำเป็นยิ่ง ธรรมชาติกับธรรมะแยกจากกันไม่ออก หากจะฟื้นฟูธรรมชาติได้ก็จำเป็นต้องฟื้นฟูธรรมในใจของผู้คน นั่นคือทำให้ผู้คนกลับมาตระหนักถึงความเป็นจริงว่าเราเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ อยู่ได้เพราะธรรมชาติ และดังนั้นจึงควรสำนึกในบุญคุณของธรรมชาติ ขณะเดียวกันธรรมยังช่วยให้เรารู้จักพอ มีชีวิตที่เรียบง่ายได้โดยไม่ต้องฝืนใจ เพราะสามารถเข้าถึงความสุขที่ประณีต

ความสุขอันประณีตนั้นไม่ต้องอาศัยการเสพหรือมีวัตถุ แต่เกิดจากการมีจิตใจที่สงบเย็น จากการทำความดี จากการเห็นรอยยิ้มแห่งความสุขของผู้คนอันเป็นผลจากความเอื้อเฟื้อเกื้อกูลของเรา รวมทั้งจากความรู้สึกเป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติ เราทุกคนย่อมโหยหาความสุข และการที่เราพากันไปแสวงหาความสุขจากวัตถุ ก็เพราะเราไม่รู้จักหรือไม่สามารถเข้าถึงความสุขอันประณีต แต่เมื่อใดก็ตามที่เราเข้าถึงความสุขอันประณีตได้ ความสุขจากวัตถุจะมีเสน่ห์น้อยลง

ความสุขอันประณีตเกิดจากเข้าถึงธรรม เมื่อเรารู้จักพอ ความสุขก็เกิดขึ้นได้ง่าย และเมื่อจิตใจมีความสุข ความพอก็เกิดขึ้นได้ไม่ยาก ไม่มีความจำเป็นต้องเบียดเบียนธรรมชาติเพื่อปรนเปรอกิเลสหรือสนองความสุขอย่างหยาบ ๆ อีกต่อไป ทำให้มีชีวิตที่บรรสานสอดคล้องกับธรรมชาติแวดล้อม ใจที่มีธรรมจึงเป็นหลักประกันแห่งการรักษาคุ้มครองธรรมชาติที่ดีที่สุด

## รักษาป่า คือการรักษาธรรม

ป่ามิใช่เป็นแค่ต้นกำเนิดของแม่น้ำลำธารเท่านั้น หากยังเป็นต้นกำเนิดของพุทธศาสนาเลยก็ได้ ดังจะเห็นได้ว่าพุทธประวัติสัมพันธ์กับป่าโดยตลอด พระพุทธองค์ไม่เพียงประสูติได้ต้นไม้ หากยังบำเพ็ญเพียรในป่าจนตรัสรู้ได้ต้นไม้ และแสดงปฐมเทศนาในป่า และบำเพ็ญพุทธจริยาในป่าเกือบจะตลอดพระชนม์ชีพ จนสุดท้ายก็ปรินิพพานได้ต้นไม้

กล่าวได้ว่าถ้าพระพุทธองค์ไม่ได้มาบำเพ็ญเพียรในป่า ก็คงยากที่จะเห็นธรรม เพราะอะไร เพราะธรรมะกับธรรมชาติเรื่องเดียวกัน เมื่อเราเพ่งพิจารณาธรรมชาติภายนอกอย่างลึกซึ้ง เราก็เห็นธรรมชาติภายใน คือเห็นธรรม ด้วยเหตุนี้พระสงฆ์ตั้งแต่สมัยพุทธกาลจึงนิยมมาอยู่ป่าหรือใช้ป่าให้เป็นวัด ทั้งนี้เพื่ออาศัยธรรมชาติช่วยกล่อมเกลาจิตใจ จนเกิดความรู้ความเข้าใจกระจ่างแจ้งในชีวิต

พระสงฆ์ตั้งแต่สมัยพุทธกาลท่านขึ้นชมการอยู่ป่า บางท่านได้อุทานออกมาเป็นบทกวีที่ไพเราะมีผู้แปลไว้ดังนี้

“ยามสายลมเย็นพลิ้วอ่อน

กลั่นอบอวลจรไปทั่วทิศ

ฉันนั่งสงบจิตบนยอดผา

เพียรขจัดอวิชชา ไปจากจิตใจ”

การมาอยู่ป่า ท่ามกลางความเงียบสงัดของธรรมชาติ ช่วยน้อมจิตให้สงบ ทำให้เกิดความสุขที่ลุ่มลึก ขณะเดียวกันก็สามารถทำให้เกิดปัญญาประจักษ์แจ้งในสัจธรรม กล่าวคือเห็นว่าสิ่งทั้งปวงล้วนไม่เที่ยงเป็นทุกข์ และไม่ใช่ว่าตัวตนที่จะยึดมั่นได้ ปัญญาดังกล่าวจะช่วยให้เราและเห็นว่าธรรมชาติภายในกับธรรมชาติภายนอกเป็นหนึ่งเดียวกันเรากับเขามีได้แยกจากกันถึงตอนนั้นเรามีต้นธารภายในที่จะช่วยหล่อเลี้ยงเราในทุกที่ทุกสภาพไม่ว่าจะกระทบกระทั่งกับสิ่งใดก็ไม่ทุกข์ง่าย ๆ รู้จักปล่อยวาง ทำให้จิตมีที่พัก ไม่เตลิดเปิดเปิงไปหาเรื่องทุกข์มาใส่ตัวเอาไฟโทสะ ไฟราคะมาเผาผลาญจิตใจ จนกระทั่งไม่รู้จะทำอย่างไรกับชีวิต

นี่คือรากฐานของพุทธศาสนาที่สำคัญยิ่งกว่าโบสถ์วิหารหรืออาคารต่าง ๆ เสียอีก กล่าวได้ว่าพุทธศาสนาจะมั่นคงก็ต่อเมื่อผู้เข้าคนถึงความสงบและความสว่างไสวทางปัญญาดังกล่าว

การที่มีพระมารักษাপ่า ส่วนหนึ่งก็เพื่อปฏิบัติธรรมในป่า อีกส่วนหนึ่งก็เพื่อรักษাপ่าเอาไว้เพื่อผู้คนทั้งในปัจจุบันและยุคต่อ ๆ จะได้มีโอกาสสัมผัสกับธรรมชาติจนเข้าถึงคุณค่าอันลึกซึ้งในทางจิตวิญญาณ

นี่คือเหตุผลสำคัญประการหนึ่งว่าทำไมพระสงฆ์และชาวพุทธจึงควรรักษাপ่า ต่อสู้กับไฟป่า และช่วยกันปลูกป่าให้ร่มครึ้ม เพราะการรักษาป่าคือการรักษาธรรม





# ธรรมะของหลวงปู่ดูลย์, หลวงปู่เทสก์ หลวงพ่อพุทธทาส

หลวงพ่อบราโมทย์ ปาโมชฺโช

๒๗ มกราคม ๒๕๕๑

ที่จริงธรรมะไม่มีมาก มีมากเพราะเราคิดมาก เวลาไปเรียนกับ  
ครูบาอาจารย์ผู้หลักผู้ใหญ่จริง ๆ ท่านสอนไม่มาก แต่สิ่งที่ท่านสอน  
ทำการแรมปี หรือหลาย ๆ ปี บางทีทำกันทั้งชาติ อย่างหลวงปู่ดูลย์  
บอกให้ดูจิต ทำยพุดสั้น ๆ พุดง่าย ๆ ดูจิตไป เราก็ดูไป อย่าส่งจิต  
ออกนอก คือให้คอยรู้สึกตัวขึ้นมา อย่าให้หลง อย่างส่งจิตออกไป  
ข้างนอก แล้วก็คอยดูไม่ให้เพ่งจนเกินไป คอยดูจิตไปเรื่อย ๆ ก็  
เห็นอริยสัจของจิต อริยสัจของจิตก็คือ จิตจะปรุงความทุกข์ขึ้นมา  
เราจะเห็นกระบวนการที่จิตปรุงแต่งความทุกข์ขึ้นมา พอจิตเห็นจิต  
อย่างแจ่มแจ้งก็เป็นอริยมรรค จริง ๆ เป็นอรหัตมรรค จิตเห็นจิต  
อย่างแจ่มแจ้งก็คือไตรลักษณ์ ไม่ได้เป็นอย่างอื่น ท่านจึงสอนแต่เพียง  
สั้น ๆ ว่า “ให้ดูจิต อย่าส่งจิตออกนอก” สอนแม้เพียงสั้น ๆ แต่ต้อง  
ปฏิบัติกันนาน คนเรามีเรื่องให้ต้องคิดมากมาย ท่านสอนให้ไม่  
คิดมาก “คิดเท่าไรก็ไม่รู้ หยุดคิดถึงรู้”

หรือไปเรียนกับหลวงปู่เทศก์ ท่านก็สอนนิดเดียว สอนเรื่อง จิตกับใจ เรื่องฉานกับเรื่องสมาธิ เน้นอยู่สองเรื่อง ท่านบอก “จิตอันใด ใจอันนั้น” อันเดียวกัน คือเป็นธาตุรู้เหมือนกัน เป็นธรรมชาติรู้เหมือนกัน แต่จิตเป็นสิ่งที่รู้แล้วเสวยอารมณ์ด้วย จึงหลงไปตาม ความยินดียินร้าย กับการปรุงแต่งของจิต ที่แรกเราเห็นจิตทำงาน ให้เรารู้เพียงเท่านั้น ไม่เข้าไปทำอะไร คล้ายกับการดูจิต เสร็จแล้ว จิตก็จะเข้ามาเป็นใจ คือหมดความปรุงแต่ง คำว่า “ใจ” ท่านอธิบายไว้อีกอย่างหนึ่งแปลว่า “กลาง” ภาษาไทยโบราณคำว่าใจแปลว่ากลาง เช่น คำว่า ใจกลาง ใจมือ แต่ภาษาเต๋ยวันนี้ไม่มีคำว่าใจมือ ใจมือคือ กลางมือ ฉะนั้น “ถ้าเมื่อใดเข้าถึงความเป็นกลางอย่างแท้จริง จะพ้นจากทุกข์ทั้งปวง” คำสอนของท่านจึงเรียบง่าย แต่ต้องภาวนากันอย่าง ปางตายกว่าจะเห็นผล คือเห็นจิตทำงานไปเรื่อย ๆ บางทีก็มีตัวผู้รู้ ขึ้นมา ไปรู้กาย รู้เวทนา รู้จิตทำงานไปเรื่อย ๆ เราคิดว่าตัวผู้รู้เป็นใจ แต่ความจริงแล้วไม่ใช่ แต่ต้องวางจิตลงไปถึงจะเจอใจ ใจที่เป็นกลาง ไม่ได้อยู่ข้างนอก และไม่ได้อยู่ข้างใน

หลวงพ่เองได้ยินหลวงปู่ดูลย์บอก “อย่าส่งจิตออกนอก” หลวงพ่อก็ส่งเข้าข้างใน ไปเจอหลวงปู่สิม ท่านบอกว่าทำผิด ให้ออกมาอยู่ข้างนอก แต่แท้จริงแล้วคืออยู่กลาง ๆ คำว่ากลาง ๆ ไม่มีนอก ไม่มีใน ไม่มีอดีต ไม่มีอนาคต เป็นปัจจุบันอยู่ตรงกลาง แต่อย่าหวนะ จุตที่ตรงกลาง หาอย่างไรก็ไม่เจอ พอหาแล้วจะกลายเป็นจิตที่ ปรุงแต่ง วันใดที่หยุดการปรุงแต่งถึงจะเห็นความเป็นกลางที่แท้ ถ้าถามว่าความเป็นกลางอยู่ตรงไหน ก็ตอบว่าไม่อยู่ตรงไหน หากแต่อยู่ในทุกที่

หรือทำไมหลวงปู่เทศก์ท่านสอนเรื่องฌานกับสมาธิ เพราะคนรุ่นก่อน ๆ ส่วนมากชอบเพ่ง เพ่งให้จิตนิ่ง ๆ เพ่งท่านสมมุติเรียกว่า ฌาน แต่ภาษาไทยท่านไม่ตรงกับหลักปริยัติ ฌานของท่านแปลว่าการเพ่งเป็นแต่สมณะ ส่วนสมาธิเป็นใจตั้งมั่นในการรู้ คือใจที่รู้ตื่นเบิกบานขึ้นมา มีสมาธิ ท่านบอกว่าต้องแยกจิตกับใจให้ออก ต้องแยกฌานกับสมาธิให้ออก “จิต” เป็นตัวทำงานคิดนึกปรุงแต่ง “ใจ” เป็นผู้ตื่น “ฌาน” เป็นตัวเพ่ง น้อมจิตอยู่ในอารมณ์อย่างเดียว ส่วน “สมาธิ” คือใจที่ตั้งมั่น สักแต่ว่าเห็นอารมณ์ ฉะนั้น ฌานในความหมายของท่านก็คือ การทำสมณะ สมาธิตามนิยามของท่านก็เอาไว้ทำวิปัสสนา ท่านพยายามสอนให้เราแยกให้ออก

ถึงวันนี้ก็ยังจำเป็น ผู้ปฏิบัติเกือบทั้งหมดที่ไปเข้าคอร์สกัน เอาเข้าจริงก็คือการไปเพ่ง เพ่งมือบ้าง เพ่งเท้าบ้าง เพ่งท้องบ้าง เพ่งลมหายใจบ้าง เพ่งไปเรื่อย ๆ แล้วเกิดอะไรขึ้น ก็เกิดสมณะ เกิดความสงบขึ้น พอสงบยังไม่เต็มที่เกิดมีปิติ อาการของปิติบางคน หลงว่าเป็นวิปัสสนาญาณ ไม่ใช่ญาณ ญาณเป็นชื่อของปัญญา ไม่ใช่อาการทางร่างกายหรือจิตใจ ญาณเป็นความรู้ความเข้าใจไตรลักษณ์ ไม่ใช่รู้เข้าใจอย่างอื่น ฉะนั้นบางคนเดินจงกรมจนตัวลอย ตัวเบา ตัวโคลง ตัวใหญ่ บางคนรู้สึกตัวเล็ก บางคนรู้สึกตัวหนัก บางคนตัวโคลงไปโคลงมา บางคนรู้สึกเหมือนฟ้าแลบ บางคนรู้สึกเหมือนแมลงตัวเล็กตัวใหญ่มาได้ อันเป็นอาการของสมณะทั้งสิ้นเลย ไม่ใช่วิปัสสนา วิปัสสนาเป็นชื่อของญาณ เป็นชื่อของปัญญา วิปัสสนาคือการเห็นอย่างวิเศษ คือการเห็นกาย เห็นใจ แสดงไตรลักษณ์ ถ้าเห็นอย่างอื่นไม่ถือเป็นวิปัสสนา

ฉะนั้นคำสอนครูบาอาจารย์แต่ละคำ ๆ แต่ก่อนท่านสอนนิดเดียว แต่ปฏิบัติใช้เวลานานกว่าจะเข้าใจ คล้าย ๆ กับสอนเคล็ดวิชากำลังภายใน สอนเพียงคำสองคำ แต่ต้องฝึกกันแรมปี เมื่อเกิดความแตกฉานก็เกิดความเข้าใจอย่างกว้างขวาง ส่วนพวกเราในรุ่นนี้อินทรีย์อ่อนลง คล้าย ๆ กับการเรียนหนังสือ เมื่ออาจารย์มอบหมายงานให้ ต้องไปค้นคว้ามามากมายเพื่อไปสอบ แต่เดี๋ยวนี้มีดีวีเตอร์ดีวีข้อสอบ บางทีไปปลั้งข้อสอบมาเฉลยให้ฟัง หลวงพ่อก็คล้าย ๆ ดีวีเตอร์ หน้ารามฯ เข้าไปทุกที ต้องเฉลยอย่างถี่ถ้วน ไม่อย่างนั้นพวกเรา ขี้เกียจ ทำบ้าง ไม่ทำบ้าง ทำไม่จริง ถ้าทำจริง หมายถึงว่า มีสติอยู่เรื่อย ๆ เหมือนการต้องพายเรือทวนน้ำ หรือขึ้นบันไดเลื่อน ที่หยุดพักไม่ได้ ถ้าหยุดคือต้องถอยหลัง ต้องอดทน ฉะนั้นครูบาอาจารย์ สมัยก่อนสอนน้อย หลวงปู่ดุดาท่านสอนเพียง “กายเดียว จิตเดียว หนึ่งผืนเดียว” ก็จบแล้ว

หรือท่านพุทธทาสสอนเรื่องจิตเดิมแท้ แต่ส่วนมากคำสอนของท่านพุทธทาสจะเน้น “สัพเพ ธัมมา นาลัง อะภินิเวสายะ แปลว่า ธรรมทั้งปวงไม่ควรยึดมั่น” ท่านบอกถึงเป้าหมาย แต่ครูบาคืออื่น ๆ มักจะบอกวิธีปฏิบัติ อย่างหลวงปู่ดูลย์ท่านให้ดูจิตกับใจ เรื่องฉานกับสมาธิ นี่คือการปฏิบัติทั้งสิ้น เพราะท่านอาจารย์พุทธทาสไปชี้เป้าว่า สุดท้ายไม่มีอะไร ไม่มีตัวกู บางคนเรียนคำสอนของท่านไม่ครบถ้วน ท่านก็สอนวิธีการ วิธีการของท่านคืออานาปานสติหกชั้น แต่คนชอบมองข้าม ใคร ๆ คิดถึงท่านพุทธทาสก็คิดแต่ว่าไม่มีตัวกู ของกู ก็เลยไปคิดแต่เรื่องไม่มีตัวกู ของกู การคิดแต่เรื่องนี้จะกิเลสไม่ได้ ฉะนั้นไม่ควรนั่งคิดเอา ต้องมีมรรควิธี มีวิธีการ วิธีการที่ท่านสอน คือ อานาปานสติ ซึ่งครอบคลุมกระจายลงในสติปัฏฐานทั้งสี่ รวมความแล้วก็คือสอนสติปัฏฐานสี่นั่นเอง



ประมวลธรรมเทศนา ของหลวงพ่อบราโมทย์ ปาโมชฺโช เล่ม ๓  
เรียบเรียงโดย สุรพล สายพานิช และคณะ

"

วัตถุนิยมคือการที่มนุษย์ใช้สอย  
ทรัพยากรธรรมชาติเพื่อสนอง  
กิเลสตัณหามากกว่าสนอง  
ความจำเป็นในการดำรงชีวิตให้รอด

"

ดร.พระมหาจรรยา สุทธิญาโน  
๑๒ กันยายน ๒๕๖๕ , ๐๕.๑๓ น.  
จากหนังสือ "ร้อยคิด ร้อยธรรม ร้อยวัน"  
หน้า ๒๗



# ธรรมชาติรู้

พระพรหมวชิรญาณ

(หลวงปู่สุเมโธ)

ทุกวันนี้ เรื่องธรรมชาติรู้\*\* เป็นหัวข้อที่ค่อนข้างสำคัญพอสมควร เรารับรู้ธรรมชาติรู้กันได้ทุกคนอยู่แล้ว แต่เราก็มักอยากทำความเข้าใจ และหาหนิยามจำกัดความให้กับธรรมชาติรู้ หลายคนบอกว่า พวกเขาคิดว่าธรรมชาติรู้ ไม่ได้ต่างอะไรกับความคิดหรือความทรงจำ อาตมาได้ยินนักวิทยาศาสตร์และนักจิตวิทยาพูดว่าสัตว์ไม่มีธรรมชาติรู้ เพราะพวกมันคิดไม่เป็นและจดจำไม่ได้ แบบนี้ก็พูดแปลกไปหน่อย แต่ถ้าพูดกันในแง่ที่เกี่ยวข้องกับช่วงขณะ หรือปัจจุบันขณะ ธรรมชาติรู้ยู่ตรงนี้แล้ว ให้เราตั้งจิตรับรู้ รับฟังดู ธรรมชาติรู้อันบริสุทธิ์จะปรากฏก่อนที่จะเรารู้เริ่มคิด ขอให้ตระหนักแค่ว่า “ธรรมชาติรู้เป็นเช่นนั้น” อาตมาก็กำลังตั้งจิตรับรู้ รับฟัง ขณะที่อาตมาอยู่กับปัจจุบันขณะ รู้สึกอยู่กับปัจจุบัน และรู้สึกอยู่ ณ ที่นี้ในเวลานี้ เมื่อนึกถึงคำว่า “ธรรมชาติรู้” ขอให้ระลึกไว้ว่า “ธรรมชาติรู้เป็นเช่นนั้น” ธรรมชาติรู้ยู่ในที่ที่ความคิด ความรู้สึก และอารมณ์เกิดขึ้น เมื่อเรารับรู้อะไรไม่ได้ เราก็ไม่รู้สึก ไม่คิด ดังนั้น ธรรมชาติรู้จึงเป็นเหมือนสนามกว้างที่เปิดทางให้ความคิด ความทรงจำ อารมณ์และความรู้สึกเกิดขึ้นมาแล้วสลายตัวไป

\*\* แปลจากคำว่า Consciousness ซึ่งคำนี้แปลได้หลายอย่าง เช่น วิญญาณ, ชาติรู้, สภาพรู้, ผู้รู้ ในบทนี้ หลวงปู่ใช้ศัพท์นี้ศัพท์เดียวในความหมายหลายระดับ โดยขึ้นอยู่กับบริบทที่ท่านกล่าวถึง ดังในบทนี้ที่พระอาจารย์อมโรได้เขียนอธิบายไว้ เวลาที่เทศน์เป็นภาษาไทย หลวงปู่จะใช้คำว่า “ผู้รู้” ดังเช่นที่ครูบาอาจารย์สายวัดป่าหลายท่านใช้ (ในความหมายของจิตที่มีสติสัมปชัญญะกำกับ) ผู้แปลใช้คำว่า “ธรรมชาติรู้” ด้วยเหตุว่าเป็นคำแปลกลาง ๆ ที่ค่อนข้างครอบคลุมได้ทุกบริบท - ผู้แปล

ธรรมชาติดูไม่ใช่ตัวตน การที่จะกลายเป็นตัวตนขึ้นมา เราต้องอ้างสิทธิ์เอาอะไรสักอย่าง เช่น “เราเป็นคนที่จะรู้อะไรได้” แต่ในที่นี้ มันมีเพียงความรู้ตัว อันเป็นช่องทางให้เข้าไปสังเกตปัจจุบันขณะ และธรรมชาติดู ณ ปัจจุบันขณะนี้ ก็เป็นเช่นนั้นเอง จากนั้น เราจะสามารถสังเกตเสียงสังัด ซึ่งเป็นสภาพที่แค่ทรงตัวอยู่เฉยๆ เป็นความสามารถในการพักอยู่กับภาวะของธรรมชาติดูตามธรรมชาติ ที่ไม่เกี่ยวข้องกับตัวตนและไม่มี การยึดถือ ขอให้สังเกตว่า เรื่องนี้เป็นเหมือนการชี้ช่องทาง หรือทำให้เราสามารถพบกับสภาวะตามความเป็นจริง เมื่อเราเกิดขึ้นมา ธรรมชาติดูที่มีอยู่ภายในตัวเรา ซึ่งเป็นรูปแบบชีวิตที่แยกตัวออกมา ก็เริ่มทำงาน เด็กเกิดใหม่มีธรรมชาติดู แต่ยังไม่มีความคิดว่าตนเองเป็นผู้ชายหรือเป็นผู้หญิง หรือเป็นอะไรต่างๆ เรื่องพวกนี้เป็นเงื่อนไขปรุงแต่งที่คนเราได้รับหลังจากที่เกิดมาแล้ว

ภาพแห่งนี้เป็นภาพที่รู้สึกรับรู้อะไรได้ เราจะนึกถึงกันเฉพาะ ธรรมชาติดูแบบสากล และธรรมชาติดูตามที่หมายเอาในขั้นที่ทั้ง ๕ คือ รูป (ร่างกาย) เวทนา (การเสวยอารมณ์) สัญญา (ความจำได้หมายรู้) สังขาร (สิ่งปรุงแต่งทางใจ) และวิญญาณ (ธรรมชาติดูที่รู้อารมณ์ทางประสาทสัมผัส) แต่แล้วยังมีธรรมชาติดูอีกชนิดหนึ่ง ที่ไม่มีการยึดมั่น ไม่มีที่สิ้นสุด ในพระไตรปิฎก ๒ แห่ง ได้ระบุถึงคำว่า วิญญาณัง อนินทสฺสเนงิ อนันตัง สัพพะโตปะกัง ซึ่งเป็นกลุ่มคำที่ฟังดูยากชุดหนึ่ง ที่ระบุถึงสภาวะของธรรมชาติดูตามธรรมชาติ หรือสัจธรรมความจริง อันนี้ อาตมาเห็นว่าเป็นเรื่องที่มีประโยชน์มากในการตั้งจิตใส่ใจให้ชัดเจน “ธรรมชาติดูเป็นเช่นนั้น” เพราะหากอาตมาเริ่มใช้ความคิดมาเกี่ยวข้องกับเรื่องนี้ อาตมาจะต้องการคำจำกัดความที่ชัดเจน เช่น “มีธรรมชาติดูที่เป็นอมตะไหม?” ถ้าไม่เช่นนั้น เราก็จะต้องการนำเรื่องนี้ไปเกี่ยวข้องกับหลักคำสอนเชิงอภิปราย หรือไม่ก็จะปฏิเสธ แง่นั้นไปเลย ด้วยการสรุปว่า “ธรรมชาติดู เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ต่างหากละ”

คือพวกเราอยากจะอธิบายหรือให้คำจำกัดความของธรรมชาติดูให้ชัดเจน ไม่ว่าจะถือว่ามันเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงหรือไม่ใช่ตัวตนก็ตาม

หรือไม่อย่างนั้น เราก็จะต้องการยกธรรมชาติรู้ให้เป็นเรื่องของอภิปรัชญาไปเลย แต่ว่าเราจะไม่สนใจเผยแผ่คำสอนเชิงอภิปรัชญา ขณะเดียวกันก็ไม่อยากจะจำกัดกรอบตัวเองในการตีความหมาย เหมือนอย่างที่เรายึดถือปฏิบัติกันมาในสายเถรวาทของเรา แต่เราจะให้ความสำคัญในการลงมือสำรวจตรวจสอบโดยประสบการณ์ตรง ลักษณะนี้หลวงพ่อบุชชาเรียกว่า “เป็นปัจเจกตั้ง” คือเป็นสิ่งที่เราจะต้องรู้ได้ด้วยตนเอง ดังนั้นสิ่งที่อาตมาพูดถึงอยู่เดี๋ยวนี้ จึงเป็นเรื่องของการลงมือปฏิบัติ อาตมาไม่ได้พยายามเกลี้ยกล่อม หรือชักชวนให้พวกเราเปลี่ยนมาคล้อยตาม “ความคิดเห็น” ของอาตมา

ธรรมชาติรู้เป็นเช่นนี้ คือในปัจจุบันนี้ มีธรรมชาติรู้ปรากฏอยู่อย่างชัดเจน มีความตื่นตัวมีความรู้ตัว และมีสังขารสิ่งปรุงแต่งที่เกิดขึ้นแล้วดับไป ขอแค่เราตั้งมั่นและพักสงบอยู่กับธรรมชาติรู้ ที่ยังไม่มีมีการยึดมั่น โดยไม่ต้องพยายามทำอะไรทั้งสิ้น ไม่ต้องค้นหาหรือพยายามเป็นอะไร แต่แค่ผ่อนคลายและไว้วางใจ จากนั้นปรากฏการณ์ทั้งหลายก็จะเกิดขึ้นในขณะนั้นนั่นเอง เราจะสังเกตเห็นความรู้สึกทางกาย ความทรงจำหรืออารมณ์ โดยความทรงจำหรือความรู้สึกจากการกระทบสัมผัสจะปรากฏให้เป็นที่รับรู้ จากนั้นมันก็จะดับไป ธรรมชาติรู้จึงเป็นเหมือนกับสื่อกลางที่แสดงวิถีที่สิ่งทั้งหลายดำเนินไป

อาจจะมีคำถามว่า แล้วธรรมชาติรู้มีอะไรเกี่ยวข้องกับสมองหรือเปล่า? เรามักจะคิดว่าธรรมชาติรู้เป็นสภาวะทางจิตใจบางอย่างที่ขึ้นอยู่กับสมอง ทศณะของนักวิทยาศาสตร์ทางตะวันตกถือว่า ธรรมชาติรู้อยู่ในสมอง แต่ยิ่งเราได้ศึกษาสำรวจธรรมชาติรู้ โดยอาศัยสติสัมปชัญญะ และสติปัญญามากขึ้นเท่าใด เราจะยิ่งพบว่าสมอง ระบบประสาทรูปแบบ ทางความสัมพันธ์ระหว่างกายและจิตทุกอย่างที่มี ปรากฏอยู่ในภายในขอบเขตธรรมชาติรู้ และครอบคลุมไว้ด้วยธรรมชาติรู้อันนี้ เหตุนี้เองเราจึงสามารถระลึกรูปร่างกายในการพิจารณาอิริยาบถทั้ง ๔ คือ การนั่ง ยืน เดิน และนอน เมื่อเราระลึกถึงอิริยาบถหนึ่งว่าเป็นอาการที่ถูกรับรู้ ณ ขณะนี้ เราไม่ได้ถูกจำกัดด้วยอะไรก็ตามที่อยู่ในสมอง แต่รูปร่างกายปรากฏอยู่ในธรรมชาติรู้ เราจึงระลึกรูปร่างกายทั้งหมดได้เมื่อเราอยู่ในอาการนั้น

"ธรรมชาติรู้เป็นสิ่งที่บริสุทธิ์ ไม่มีคุณลักษณะ  
ของความเป็นบุคคล ตัวตน ไม่มีเงื่อนไขปัจจัย  
ที่จะทำให้มันเป็นชายหรือเป็นหญิง เราไม่สามารถ  
จับคุณสมบัติอะไรใส่ไปในธรรมชาติรู้ได้  
แต่มันเป็นอย่างที่มันเป็น มันเป็นอย่างนี้เอง"

ธรรมชาติรู้ที่ว่านั้น ไม่ใช่สิ่งที่เป็นตัวตน ไม่ใช่ว่ามีธรรมชาติรู้  
ในศีรษะของอาตมา แล้วก็มีธรรมชาติรู้ในศีรษะของพวกเรา พวก  
เราแต่ละคนมีประสบการณ์ทางธรรมชาติรู้เป็นของตนเอง ที่กำลัง  
ดำเนินไป ส่วนที่ว่า ธรรมชาติรู้ที่ว่านี้เป็นสิ่งที่รวมพวกเราเข้าด้วยกัน  
หรือเปล่า มันเป็นสภาวะของความเป็นหนึ่งเดียวกัน (เอกภาวะ)  
ของพวกเราหรือเปล่า อาตมาขอตั้งเป็นประเด็นคำถามไว้ วิธีพิจารณา  
เรื่องนี้มีอยู่หลากหลายวิธี โดยเมื่อเราวางข้อแตกต่างต่อไปนี้ทิ้งไป  
คือ "อาตมาเป็นอาจารย์สุเมโธ และคุณเป็นบุคคลผู้นี้" จะเห็นว่าถึง  
แม้เราจะปล่อยอัตลักษณ์ประจำตัวตนและความสำคัญมันหมายความว่า  
นี้ทิ้งไป แต่ธรรมชาติรู้ก็ยังคงทำงานของมันต่อไปอยู่ดี

ธรรมชาติรู้เป็นสิ่งที่บริสุทธิ์ ไม่มีคุณลักษณะของความเป็นบุคคล  
ตัวตน ไม่มีเงื่อนไขปัจจัยที่จะทำให้มันเป็นชายหรือเป็นหญิง เราไม่  
สามารถจับคุณสมบัติอะไรใส่ไปในธรรมชาติรู้ได้ แต่มันเป็นอย่างที่  
มันเป็น มันเป็นอย่างนี้เอง เมื่อใดที่เราเริ่มรู้จักว่า สิ่งที่เกี่ยวข้องพวกเรา  
ไว้ด้วยกัน สิ่งที่เป็นรากฐานร่วมกันของพวกเรา คือ ธรรมชาติรู้  
เมื่อนั้น เราจะมองออกกว่านี่เองคือสถานะที่เป็นสากล เวลาที่เราแผ่  
เมตตาไปให้ชาวจีนหนึ่งพันล้านคนในประเทศจีน บางที มันอาจไม่  
ได้เป็นแค่ความรู้สึกล่อนโยนเอ็นดูและความคิดที่ดีงามเท่านั้น อาจจะ  
มีกระแสพลังปรากฏอยู่ที่นั่นด้วยก็ได้ อาตมาเองไม่ได้รู้หรอกนะ  
เพียงตั้งเป็นประเด็นสังเกตเท่านั้น อาตมาจะไม่ตีกรอบจำกัดตัวเอง  
ไว้กับแนวคิดแบบเจาะจงตายตัว ที่อาตมาถูกกำหนดมาโดยภูมิหลัง  
ทางวัฒนธรรม เพราะว่าส่วนใหญ่แล้วมันยังค่อนข้างบกพร่องอยู่  
อาตมาไม่คิดว่าเงื่อนไขปัจจัยทางวัฒนธรรมของอาตมาจะไว้นั้น  
เชื่อใจได้เท่าใดนัก

บางครั้งสายเถรวาทของเราอาจจะมีพฤติกรรมที่ถูกมองว่าเป็นพวกเชื่อเรื่องชาตสุญญก็ได้ เพราะเข้าไปยึดแน่นเกินไปในหลักการเรื่อง “ไม่มีวิญญาณถาวร ไม่มีพระเจ้า ไม่มีตัวตน” หรือเข้าไปเกี่ยวข้อเรื่องนี้ในลักษณะของการยึดมั่นความเห็น ซึ่งถ้าพูดกันอีกด้านหนึ่ง คำสอนของพระพุทธเจ้ามีไว้เพื่อให้พิจารณาและทดสอบปฏิบัติ ไม่ใช่หรือ เราจึงไม่ต้องพยายามรับรองความคิดเห็นของใครที่มีในพระไตรปิฎก แต่จะใช้พระไตรปิฎกเพื่อทดสอบประสบการณ์ส่วนตัวของเราเองโดยตรง ซึ่งเป็นการมองเรื่องนี้ที่ต่างออกไปอีกวิธีหนึ่ง ถ้าเราสอดส่องพิจารณาเรื่องนี้ให้มาก เราจะเริ่มมองเห็นความแตกต่างได้อย่างชัดเจน ระหว่างธรรมชาติรู้ที่บริสุทธิ์และในขณะที่ตัวตนปรากฏขึ้น ไม่ใช่การรู้อะไรแบบเลื่อนรางหรือคลุมเครือ ในทำนอง “เอ...เดี๋ยวนี้ มีตัวตนอยู่หรือเปล่าละ” แต่เป็นความรู้เห็นที่ชัดเจน

พอมีตัวตนเกิดขึ้น อาตมาจะเริ่มนึกถึงตัวเอง นึกถึงความรู้สึกของตัวเอง นึกถึงความทรงจำ นึกถึงอดีตของตัวเอง นึกถึงความกลัวและความต้องการของตัวเอง รวมทั้ง นึกถึงโลกทั้งโลกที่ปรากฏรอบตัว “อาจารย์สุเมโธ” แล้วความคิดนึกก็จะพาก้าวไปสู่วงจรแห่งความเห็นของฉัน ความรู้สึกของฉันและทัศนคติของฉัน จนอาตมาจมเข้าไปอยู่ในโลกอันนั้น หรือในทัศนคติของตนเองที่ปรากฏขึ้นมาใน ธรรมชาติรู้ แต่ถ้าอาตมารู้ทัน ที่พึงอาศัยของอาตมาก็จะไม่อยู่ที่ความเป็นตัวตนอีกต่อไป อาตมาจะไม่ต้องฝากที่พึ่งไว้ในสภาวะแห่งความเป็นตัวตน หรือในทัศนคติและความเห็นของอาตมาอีกต่อไป ในที่สุดอาตมาก็จะสามารถปล่อยวางได้ และโลกของอาจารย์สุเมโธก็จะสิ้นสุดลง และสิ่งที่คงอยู่ เมื่อโลกสิ้นสุดลง คือ ะนิทัสสะนะ-วิญญานนี้ หรือธรรมชาติรู้รากฐานดั้งเดิมที่ไม่มีการแบ่งแยก ธรรมชาติจะยังคงดำเนินต่อไป ไม่ใช่ว่าอาจารย์สุเมโธจะตายและโลกจะถึงกาลอวสาน หรือว่าอาตมาจะไม่รู้สึกรับรู้อะไร เมื่อพูดถึงการสิ้นสุดของโลก อาตมาจำได้ว่ามีอยู่คนหนึ่งที่ได้ตั้งใจเรื่องนี้มาก โดยได้พูดแสดงความตกใจออกมาในทำนองว่า

“ชาวพุทธฝึกสมาธิภาวนา เพื่อจะได้เห็นวาระสุดท้ายของโลก ชาวพุทธอยากทำลายโลกนี้ให้พินาศเสียเหลือเกิน พวกเขากลียดโลก เลยพากันอยากเห็นจุดจบของโลก”

สำหรับพวกเราโลกคือสิ่งที่ปรากฏให้เห็นในทางกายภาพ เช่น โลกที่เป็นผืนพิภพแห่งนี้ โลกที่เป็นทวีปและผืนมหาสมุทร ขั้วโลกเหนือและขั้วโลกใต้ แต่ในทางพุทธธรรม โลก ก็คือ โลกที่เราปรุงแต่งขึ้นมาในธรรมชาตိรู้ ด้วยเหตุนี้ เราจึงสามารถอยู่ในโลกที่แตกต่างกันได้ โลกของอาจารย์สุเมโธก็ไม่เหมือนกันกับโลกที่พวกเราปรุงแต่งขึ้น แต่โลกแบบนี้เกิดขึ้นแล้วดับไป ส่วนสภาวะที่รู้เห็นโลกที่เกิดขึ้นและดับไปนั้น จะอยู่เหนือโลกขึ้นไป สิ่งนี้เป็นโลกุตตระ (อยู่เหนือโลก) ไม่ใช่โลกียะ (เกี่ยวข้องกับโลก)

เมื่อเราเกิดมาทางร่างกาย พวกเรามีธรรมชาตိรู้ที่อยู่ในรูปร่างกายนี้ ภายในรูปแบบชีวิตซึ่งแยกตัวออกมา แล้วหน่วยย่อยของธรรมชาติรู้นั้นก็เริ่มทำงาน ต่อมา เราก็รับเอาความรู้สึกของความเป็นตัวเรา ผ่านมาทางพ่อแม่และภูมิหลังทางวัฒนธรรมตามความเคยชิน ดังนั้น เราจึงรับเอาคุณค่าความหมายต่าง ๆ หรือสำนักแห่งการมีตัวตน ในฐานะที่เป็นตัวบุคคล โดยทุกอย่างจะยืนพื้นอยู่บนอวิชชา ไม่ได้อิงอยู่กับธรรมะ แต่มีพื้นฐานอยู่บนทัศนคติ ความคิด-เห็น และความนิยมชมชอบ ตามที่วัฒนธรรมกำหนด นี่เป็นสาเหตุว่าทำไม จึงเกิดปัญหาอันเนื่องมาจากความแตกต่างของลักษณะทางวัฒนธรรมได้อย่างไม่รู้จักจบสิ้น การใช้ชีวิตอยู่ในชุมชนที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรมแบบนี้ ทำให้เกิดความเข้าใจผิดต่อกันและกันได้ง่าย เพราะว่า พวกเราถูกวางเงื่อนไขกำหนด ให้มองตัวเราเองและโลกรอบตัวเรา ด้วยวิธีการที่ต่างกัน เพราะฉะนั้น ขอให้ตระหนักเถิดว่าเงื่อนไขหรือเหตุปัจจัยปรุงแต่งทางวัฒนธรรม เกิดมาจากอวิชชาหรือความไม่รู้ในธรรมะ สิ่งที่เรากำลังปฏิบัติกันอยู่ ณ ขณะนี้ คือการใช้ปัญญาบอกแจ้งความจริงให้แก่ธรรมชาติรู้ ปัญญาชนิดนี้คือปัญญาที่เป็นสากล ไม่ใช่หลักปรัชญาของวัฒนธรรมใดวัฒนธรรมหนึ่ง

เมื่อมองอย่างนี้ พุทธธรรมจึงไม่ใช่หลักคำสอนทางวัฒนธรรม ไม่ได้เกี่ยวกับวัฒนธรรมหรืออารยธรรมของชาวอินเดีย แต่พุทธธรรมเป็นเรื่องของกฎธรรมชาติที่พวกเราอาศัยอยู่ ได้แก่ การเกิดขึ้นและดับไปของปรากฏการณ์ พุทธธรรมจึงเกี่ยวกับสภาวะตามความเป็นจริงของสิ่งทั้งหลาย หลักธรรมคำสอน จะชี้ไปยังสภาวะที่สิ่งทั้งหลายดำเนินไปตามเป็นจริง ซึ่งไม่ได้ผูกติดอยู่กับข้อจำกัดด้านวัฒนธรรม

เราพูดถึงหลัก อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา หลักนี้ไม่ใช่หลักปรัชญาหรือ  
วัฒนธรรมของชาวอินเดีย แต่หลักเหล่านี้เป็นความจริง  
ที่เราต้องทำให้เห็นแจ้ง เราจะไม่ทำอะไรออกมาจากพื้นฐานของระบบ  
ความเชื่ออะไรก็ตาม ที่เป็นเรื่องทางวัฒนธรรม พระพุทธองค์ทรงเน้น  
ย้ำไปที่การตื่นและการใส่ใจ ไม่ใช่การกอดยึดอยู่กับหลักการคำสอน  
ที่เราอาศัยในตอนเริ่มต้น ความจริงนี้ทำให้พวกเราจำนวนมากสามารถ  
เชื่อมตนเองเข้าไปหาสภาวะความเป็นจริงได้ ทั้งนี้ เพราะเราไม่ได้  
พยายามเป็นชาวอินเดีย หรือเปลี่ยนไปเชื่อคำสอนทางศาสนา ที่มี  
ต้นกำเนิดมาจากประเทศอินเดีย พระพุทธเจ้าทรงเป็นผู้ตื่นต่อสภาวะ  
ตามความเป็นจริง ต่อกฎของธรรมชาติ ดังนั้น เมื่อเราสดส่องธรรม-  
ชาติรู้ หลักคำสอนหลายอย่าง เช่น ชันฐ์ ๕ จึงเป็นแนวทางที่แยบคาย  
และมีประสิทธิภาพ ในการใช้สำรวจและศึกษาประสบการณ์ของเรา  
คำสอนเหล่านี้ไม่ได้เหมือนอย่างที่ว่า

“คุณต้องเชื่อคำสอนเรื่องชันฐ์ ๕ และเชื่อว่ามันไม่ใช่ตัวตน  
คุณจะเชื่อในพระเจ้าไม่ได้อีกต่อไป การจะเป็นชาวพุทธต้องเชื่อ  
ว่าไม่มีพระเจ้า”

มีชาวพุทธที่มีทำที่แบบนี้อยู่ พวกเขาต้องการยืนหยัดในหลักการ  
ของการเป็นชาวพุทธ แต่สำหรับอาตมาแล้ว คำสอนเรื่องนี้ไม่ได้ถือ  
หลักทฤษฎีคำสอนเป็นใหญ่ แต่ถือเอาการส่งเสริมให้เกิดการตื่นเป็น  
ที่ตั้ง เราเริ่มจากที่นี้และเดี๋ยวนี้ได้เลย เริ่มจากความใส่ใจด้วยอาการ  
ที่รู้ตัว แทนที่จะเริ่มจากการพยายามพิสูจน์ว่า พระพุทธเจ้าเคยดำรง  
พระชนม์อยู่จริงหรือเปล่า บางคนอาจจะพูดก็ได้ว่า “บางที อาจจะไม่ใช่  
เคยมีพระพุทธเจ้าเลยก็ได้ พระพุทธเจ้าอาจจะแค่เรื่องในตำนาน  
เท่านั้น” ถึงจะอย่างนั้น ก็ไม่ใช่สาระสำคัญอะไรเลย เพราะเราไม่จำ  
เป็นต้องพิสูจน์หรือว่าพระโคตมพุทธเจ้า เคยมีพระชนม์ชีพอยู่จริง  
หรือเปล่า อันนั้นไม่ใช่จุดใหญ่ใจความเลย เราไม่ได้พยายามพิสูจน์  
ข้อเท็จจริงทางประวัติศาสตร์ แต่พยายามตระหนักรู้ว่า สิ่งที่เรา  
สัมผัสอยู่ต่อหน้า ณ ขณะปัจจุบันนี้ เป็นเช่นนี้เอง.\*





# เดินทางไปตามใจ: กายและใจพากันและกันกลับบ้าน (ตอนที่ ๑)

พระมหานรินทร์ นรินทร์โท

## บอกกล่าวท้าวเรื่อง

เมื่อตอนลามาจำพรรษาที่จังหวัดนครพนมบ้านเกิดปี ๑๕๖๕ ข้าพเจ้าได้รับการบอกชวนจากคุณป้าเพ็ญสาย สีโรรส หรือป้าแอว่า ท่านช่วยเขียนอะไรลงนิตยสารชาวพุทธบ้างนะ ก็คิดอยู่ในใจว่า ป้าออกปากชวนขนาดนี้ คงต้องเขียนอะไรบ้างแล้ว

ความจริงข้าพเจ้าก็เคยเกี่ยวพันกับนิตยสารชาวพุทธมาก่อน คือเคยเขียนเรื่องลงชาวพุทธและได้ช่วยดูแลต้นฉบับชาวพุทธอยู่ระยะหนึ่ง ถ้าจำไม่ผิดน่าจะราว ๆ ๕ - ๖ ปี ในช่วงปี พ.ศ. ๒๕๔๕ - ๒๕๕๐ ก่อนที่จะลาไปเรียนต่อที่อินเดีย และได้ขอให้ท่านพระอาจารย์ธธิปและคณะช่วยดูแลมาจนถึงปัจจุบัน จากวันที่ลาไปเรียนและรวมช่วงเวลาที่ไปปฏิบัติศาสนกิจที่สหรัฐอเมริกา ก็หยุดเขียนไปเลย จากนั้นถึงวันนี้ก็สิบกว่าปีมาแล้ว ช่วงที่เคยเขียนก็เขียนตามที่อยากเขียนบ้าง แล้วมาลงตัวที่เรื่องราวจากพระสูตรในชื่อเรื่องว่า "เนื่องมาจากพระสูตร"

มาคราวนี้ พอคิดว่าจะเขียน ก็ถามตัวเองว่าจะเขียนต่อหรือเขียนอะไรดี เลยทำให้อยากเขียนเรื่องที่ยากเขียนเป็นหนังสือแต่ไม่ได้ทำ คือเรื่องเกี่ยวกับการเดินทางกลับบ้านของตัวเอง จากเชียงใหม่ไปนครพนม การเดินทางครั้งนั้นเกิดขึ้นในปี พ.ศ. ๒๕๕๗ วันที่ ๑๓ มกราคม อันเป็นวันเกิด เพื่อจะจดจำได้ง่ายส่วนหนึ่ง และเพื่อจะลองทำอะไรใหม่ๆ ได้เรียนรู้อะไรใหม่ ๆ เป็นของขวัญวันเกิด และการเดินทางนั้นสิ้นสุดลงวันที่ ๑๗ มีนาคม ๒๕๕๗

ใช้เวลาเดินทาง คิดหักลบกลบกันก็ราว ๆ ๒ เดือน ๔ วัน หรือคิดเป็นวันก็ ๖๔ วัน ส่วนระยะทางนั้น เชียงใหม่ - นครพนม บางข้อมูลว่า ๙๐๐ กว่า กม. และเมื่อบวกกับระยะทางที่ต้องเดินต่อไปถึงอำเภอราทูพนมและย้อนกลับมาที่บ้านเกิดอำเภอสว่างสงคราม ก็คิดว่าน่าจะกว่าหรือเกิน ๑,๐๐๐ กม. ได้

ในการเดินก็เดินไปตามทาง ใช้ทางหลวงเป็นหลัก ใช้ทางเล็กบ้างบางช่วง ไม่ได้กำหนดเวลาว่าจะต้องถึงจุดหมายปลายทางวันไหน ขอเดินไปเรื่อย ๆ เหนื่อยก็พักหลายวันบ้าง ถึงวันไหนก็วันนั้น แต่มีความตั้งใจไว้อย่างเดียวคือจะไม่ขึ้นรถ จะเดินเท้าอย่างเดียว จุดประสงค์ส่วนหนึ่งคือ เพื่อจะได้พิสูจน์เรียนรู้ด้วยตัวเองว่า ที่คนสมัยก่อน เขาไปไหนมาไหนไกล ๆ ใช้เดินเท่านั้นเป็นอย่างไร

ในส่วนของเส้นทางก็เริ่มจากเชียงใหม่ เดินเลียบแม่น้ำปิงบางช่วงไปลำพูน และต่อไปลำปาง ออกไปอำเภอมะทะ เข้าอำเภอกะคาเพื่อไปกราบพระธาตุหลวงลำปางหลวง พระธาตุประจำปีเกิดปีฉลู ตัดยาวไปอำเภอด่อนชัย จังหวัดแพร่ ตัดเข้าจังหวัดอุตรดิตถ์ ผ่านอำเภothองแสนขัน ต่อก่อนที่อำเภอลาติตระการ อำเภอนครไทย ของจังหวัดพิษณุโลก แล้วไปต่อเข้าจังหวัดเลยที่อำเภอด่านซ้าย ผ่านอำเภอกู่เรือ และเข้าตัวเมืองจังหวัดเลย เพื่อแวะเยี่ยมเพื่อน ฉีกออกไปอำเภอยางคาน เพื่อจะได้เดินเลาะแม่น้ำโขงเลาะไปอำเภอบางคม แล้วเข้าจังหวัดหนองคายที่อำเภอสังคม ต่อก่อนที่อำเภอสว่างเชียงใหม่ อำเภอบำบ่อ และตัวเมืองหนองคายเพื่อแวะกราบหลวงพ่อบุญ จากนั้นไปต่อที่อำเภอนิคมพิสัย ตัดมาอำเภอนิคมไร่ อำเภอบุญเจริญ และอำเภอนิคมพิสัย เพื่อเยี่ยมโยมที่เจอกันระหว่างทาง จากนั้นก็ไปต่อที่อำเภอนิคม อำเภอบึงขังของหลวง และเข้าเขตจังหวัดนครพนมที่อำเภอบ้านแพง ตรงต่อไปที่อำเภอนิคมท่อน ทะลุถึงตัวจังหวัดนครพนม และไปต่อที่อำเภอนิคมเพื่อกราบพระธาตุนิคม พระธาตุนิคมบ้านคุ่มเมือง

ในการเดินครั้งนั้น เดินรูปเดียวเพื่อที่จะมีอิสระในการเดิน ในการตัดสินใจและได้อยู่กับตัวเองมากขึ้น ส่วนที่พิกักพักวัดเป็นหลักเพื่อความสะดวกในการสร้งน้ำ ซักผ้า และใช้ห้องน้ำ ดังนั้นในแต่ละวันจึงต้องเดินให้ถึงหมู่บ้าน ซึ่งบางวันก็ถึงเร็วแต่ยังวัน บางวันก็ถึงช้าจนมืดค่ำเพราะเป็นเขตป่าห่างไกลชุมชน

การเดินกลับบ้านนี้ได้รับแรงบันดาลใจมาจากสองส่วน ส่วนหนึ่งคือได้อ่านเรื่องราวเกี่ยวกับการเดินธุดงค์ของครูบาอาจารย์สายพระป่าพระปฏิบัติก็ทำให้มีศรัทธามีความปรารถนาอยากจะทำบ้าง อีกส่วนหนึ่งซึ่งถือว่าเป็นส่วนสำคัญคือ การเดินเท้ากลับบ้านจากจังหวัดเชียงใหม่ไปเกาะสมุย จังหวัดสุราษฎร์ธานี ของท่านอาจารย์ ดร.ประมวล เพ็งจันทร์

คือในปี ๒๕๔๘ ท่านอาจารย์ได้ลาออกจากมหาวิทยาลัยเชียงใหม่เมื่อตอนอายุได้ ๕๐ ปี แล้วได้เดินเท้ากลับบ้านเกิด โดยมีเงื่อนไขว่าจะไม่ใช้เงิน ไม่ออกปากขออาหาร ที่พักหรือความช่วยเหลือ และไม่เดินไปหาคนรู้จัก เพื่อเดินไปให้พ้นจากความกลัว ความโกรธ ความหลง และเพื่อพิสูจน์จิตใจของผู้คนในสังคม ซึ่งท่านได้นำมาบรรยายและเขียนเป็นหนังสืออันโด่งดังชื่อ “เดินสู่อิสระภาพ”

หลายครั้งที่มีการบรรยายและเสวนาเกี่ยวกับประสบการณ์การเดินของท่าน ข้าพเจ้าก็มีโอกาสได้รับฟัง และเมื่อท่านเขียนเป็นหนังสือก็ได้อ่านและได้รับจากมือท่านด้วย ทำให้ซาบซึ้งและเกิดแรงบันดาลใจอย่างมาก จนถึงขั้นตัดสินใจว่า ต้องทำแล้วหละ เพราะขนาดอาจารย์ท่านเป็นโยมยังทำได้ เราเป็นพระคงทำได้สะดวกกว่าโยม

เหตุการณ์การเดินกลับบ้านของข้าพเจ้าเกิดขึ้นล่าช้ามาหลายปีนับจากการเดินกลับบ้านของท่านอาจารย์ ดร.ประมวล และก็ล่วงเลยมาเกือบ ๙ ปี แล้วจึงจะมีโอกาสได้เขียน ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น คือ หลังจากได้ฟังเรื่องราว

ของอาจารย์ ดร.ประมวลในปี ๒๕๔๙ ในปลายปีนั้นและปีถัดมาข้าพเจ้าก็ได้ไปเดินเรื่องและไปเรียนต่อที่ประเทศอินเดีย จึงยังไม่ได้โอกาสทำ แต่หลังจากกลับมาจากไปศึกษาต่อที่อินเดียเมื่อสิ้นปี ๒๕๕๖ ก็ทำให้นึกถึงเรื่องที่ยากทำคือการเดินทางกลับบ้านขึ้นมาทันที และเมื่อคิดใคร่ครวญว่าจะต้องเดินทางไปปฏิบัติศาสนกิจที่วัดพุทธปัญญา เมืองโพโมนา รัฐแคลิฟอร์เนีย ประเทศสหรัฐอเมริกาในช่วงเดือนมิถุนายนตามที่ได้รู้ล่วงหน้าแล้ว ก็ทำให้ตัดสินใจว่าจะต้องกำหนดเดินทางในวันเวลาดังกล่าวนั้นแล้วหละ เพื่อให้มันมีเหตุและเพื่อให้ทุกอย่างลงตัว ส่วนที่มันล่วงเลยมามากจนเกือบ ๙ ปี นั้น เหตุผลส่วนหนึ่งคือเพราะมีกิจธุระตามที่ได้ไปปฏิบัติศาสนกิจที่สหรัฐอเมริกา เหตุผลตรง ๆ สั้น ๆ คือ มีแต่อยากแต่ไม่ได้ทำ แต่ก็ได้พูดบรรยายเอาไว้ที่วัดพุทธปัญญาถึง ๖ ตอน จนมาถึงวันนี้ วันที่กลับมาเดินเรื่องขอวีซ่าใหม่ที่ประเทศไทย และลามาจำพรรษาที่จังหวัดนครพนมแล้วป่าแอดออกปากชวน จึงได้เริ่มเขียน

ในการเขียน ก็เน้นเขียนความคิดที่เกิดขึ้นจากการได้เห็นได้คิดได้สัมผัสผู้คน สถานที่ เหตุการณ์ต่าง ๆ เพราะเพียงแค่เขียนเล่าเรื่องการเดินทาง ก็ดูจะไม่มีอะไรพิเศษมากนัก และคงจะเขียนเป็นเรื่องเป็นตอนสั้นบ้างยาวบ้าง ตามแต่เรื่องราวและความคิดจะพาไป

และในการเดินทางนี้ มีเพื่อนฆราวาสสมัยเรียนปริญญาโทสาขาปรัชญาที่มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ด้วยกัน ๕ ท่านรับรู้ด้วย และได้เตรียมไปรษณียบัตรไว้ให้ เพื่อจะได้เขียนส่งมาบอกกล่าวเล่าความถึงแต่ละท่านตามแต่จะสะดวก ซึ่งข้าพเจ้าก็ได้แบ่งระยะเขียนส่งให้ทุกคน แต่เห็นว่าได้รับกันไม่ครบทุกคน และข้าพเจ้าก็ได้ใช้เขียนบอกโยมแม่เป็นระยะ ๆ ด้วย

ส่วนชื่อเรื่องนั้น ได้มาก่อนการออกเดินทางด้วยซ้ำ คือคิดเล่น ๆ ว่า ถ้าการเดินทางเป็นไปได้อย่างดีและมีอะไรพอจะแบ่งปันเขียนเล่าสู่กันฟังบ้าง จะตั้งชื่อว่าอะไรดี วันหนึ่งขณะกำลังเดินบิณฑบาตอยู่ ชื่อนี้ก็ผุดเกิดขึ้นมา อาจจะฟังดูแปลก ๆ บ้าง ความหมายบางแง่ก็ตรง ๆ คือ ข้าพเจ้าใช้กายเดินไปตามที่ใจอยากทำอยากเดิน อีกความหมายคือใช้กายที่เดินไปนั้นเป็นตัว

ทำให้ใจกลับมาอยู่กับกาย ไม่ให้ล่องลอยหนีไปไหน ส่วนประโยคที่ว่า กายและใจพากันและกันกลับบ้าน ก็มีทั้งบ้านที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม บ้านที่เป็นรูปธรรมก็คือ จังหวัดนครพนม พระธาตุพนม และบ้านนาคำ ตำบลนาคำ อำเภอศรีสงคราม อันเป็นบ้านเกิด ตัวจังหวัดในฐานะเป็น ภาพรวมใหญ่ พระธาตุพนมในฐานะเป็นหัวใจหรือจิตวิญญาณของความเป็น จังหวัดนครพนม และบ้านนาคำในฐานะเป็นสถานที่เกิด อยู่อาศัยและเติบโต กายที่แข็งแรงไม่เจ็บไม่ป่วยก็พาตัวเองและใจที่ปรารถนาจะกลับบ้านมาถึง บ้านด้วยดีอย่างมีความสุข และกายจะทำภารกิจสำเร็จได้ก็ต้องอาศัยใจที่ ปรารถนา มีศรัทธา มุ่งมั่น เข้มแข็งและอดทน ปรคับประครอง ให้กำลังใจ พากาย พาตัวเอง และพากันและกันก้าวเดินไปจนถึงจุดหมายปลายทาง ส่วนบ้านที่เป็นนามธรรม มีความหมายถึงปัจจุบันขณะก็ได้ เมื่อกายเคลื่อนไหวก้าวเดินไปตลอดการเดินทางแล้วใจรับรู้ กายและใจก็กลับมาอยู่กับปัจจุบัน ขณะอันเป็นบ้านที่แท้จริง หมายถึงความทรงจำดี ๆ ในอดีตตอนเป็นเด็กที่เคย สุขสนุกสนานก็ได้ เมื่อกายได้พาใจกลับมาถึงบ้าน ภาพความทรงจำต่าง ๆ ตอนเป็นเด็กก็ผุดเกิดขึ้นมา ใจได้เห็นตัวเองในอดีตอีกครั้ง เหมือนกับว่ากาย และใจได้กลับไปในอดีตไปสัมผัสรับรู้เรื่องราวต่างๆจากความทรงจำเหล่านั้น

กายและใจจะเดินทางกันอย่างไร จะพบจะเจออะไรบ้าง เรื่องราวจะ ดำเนินไปอย่างไร โปรดติดตามตอนต่อไปในฉบับหน้า





# เลือกตั้ง

หนานเอ

ช่วงนี้ประเทศไทยกำลังจะจัดให้มีการเลือกตั้งครั้งใหม่ เราก็มองเห็นการหาเสียงหรือกิจกรรมต่างๆ มากมาย แต่ผมจะพาไปดูการเลือกตั้งของอีกประเทศหนึ่งครับ แตกต่างจากบ้านเราอยู่พอสมควร ประเทศนี้มีพรรคการเมืองใหญ่สามพรรคจับมือกันเป็นรัฐบาลบริหาร ถือว่าเป็นรัฐบาลเสียงเบ็ดเสร็จเลยก็ได้ เพราะพรรคฝ่ายค้านเป็นพรรคเล็ก ๆ ที่แทบไม่มีใครสนใจ คนในประเทศก็ไม่รับรู้ถึงการมีอยู่ การโฆษณาหาเสียงประชาสัมพันธ์อะไรก็ไม่มี พอสามพรรคคว่ำอย่างไรก็ไม่มีใครจะคัดค้านอะไรได้ แต่อย่างว่า ประชาชนในประเทศก็ล้วนเห็นดีเห็นงามกับสามพรรครัฐบาลนี้

พรรคแรกเป็นหัวหน้ารัฐบาล ชื่อพรรครวมหลงรักชาติเลส พรรคต่อมาก็พรรคเพื่อโลก และสุดท้ายก็ภูมิใจโกรธ เห็นอะไรหรือยังครับ พอจะเดาชื่อพรรคฝ่ายค้านได้ไหมครับ พรรคเล็ก ๆ จน ๆ ที่ไม่มีสิทธิ์มีเสียงไม่มีใครสนใจ ชื่อ พรรคสติครับ ประเทศนี้ขับเคลื่อนด้วยพรรครวมหลงรักชาติเลสนี่แหละครับ เป็นหัวหน้าใหญ่ เป็นคนคอยบงการชักใยทุกนโยบาย ทุกสิ่งทุกอย่างที่ออกมา บางครั้งมีปัจจัยภายนอกมากระทบ พรรคเพื่อโลก ก็จะแสดงความอยากออกมาแสดงความโลภ แสดงอย่างชัดเจน หรือไม่ก็เป็นหน้าที่พรรคภูมิใจ

โกรธที่จะแสดงแสนยานุภาพให้ประเทศเพื่อนบ้านเห็นว่า ข้านี้แหละ  
แน่ ข้านี้แหละเก่ง ไม่กลัวไม่เกรงสิ่งใด ความโกรธมันพร้อมแผดเผา  
ได้ทุกอย่างนาน ๆ ทีนะครับ พรรคสดีจะแสดงตัว จะมาเตือนประเทศ  
ว่าเกินไปแล้วนะ

คุณ ๆ หรือยังครับว่าประเทศที่มีสามพรรคการเมืองนี้บริหารอยู่  
นี้ชื่ออะไร จะเป็นอะไรไปไม่ได้เลยนอกจากตัวของเราเอง ตัวเราที่โดน  
บริหารด้วยความหลง ความโลภ และความโกรธ นาน ๆ จะมีสติสักครั้ง  
พอมองแบบนี้แล้วรู้สึกอย่างไรบ้างครับ ถ้าไม่ได้มองที่ตัวเราเอง  
มองว่าประเทศหนึ่ง มีผู้บริหารประเทศที่มีแต่ความโลภ ความโกรธ  
ความหลง ไม่มีสติ คิดว่าการบริหาร การออกนโยบาย การต่างประเทศ  
การคลัง การศึกษา การสาธารณสุข อะไรจะเป็นอย่างไรบ้าง เราจะ  
อยากอยู่ประเทศแบบนี้ไหม เราอยู่ประเทศแบบนี้แล้วเป็นอย่างไร  
บ้าง แล้วรีบกลับมามองที่ตัวเราเลยครับ ตัวเราก็ไม่ต่างจากประเทศนี้  
ที่มีแต่ความโลภ ความโกรธ ความหลงเข้าครอบงำ เราเห็นไหมว่า  
ตัวเราเป็นอย่างไร มันน่ามองไหมมันน่าอยู่ไหม

แล้วทำไมเราไม่รู้จักลุกขึ้นมาขับไล่ผู้นำพวกนี้ออกไป การขับไล่  
ผู้นำอย่างความโลภ ความโกรธ ความหลง ออกไปก็ไม่ได้ยากอะไร  
เราก็ต้องไปสนับสนุนฝ่ายสดี ให้สดีมีกำลังเข้มแข็ง แต่ก็ค่อยเป็น  
ค่อยไปนะครับ สดีที่ไม่เคยได้ทำอะไร แรกๆก็อาจจะทำอะไรไม่เป็น  
ผิด ๆ ถูก ๆ เร็วแรงกำลังก็ไม่มี เทียบเหมือนมี ส.ส. ๑ คนเทียบกับ  
ฝั่งกิเลสมีตั้ง ๙๙๙ คน อยู่ ๆ จะไปสู้ก็ไม่ได้ เราก็ค่อย ๆ เปลี่ยน ค่อย ๆ  
เจริญสดี ให้สดีมีกำลังมากขึ้น มีพวกมากขึ้น ไม่อาจจะทำได้ในวัน  
เดียวนะครับ แต่ถ้าไม่เริ่ม ก็จะไม่เห็นโอกาส และดีไม่ดี หาก ส.ส.  
สดีเพียงหนึ่งเดียวท้อแท้ใจแล้ว จะเป็นว่าเราเสีย ส.ส. สดี ไปให้  
ส.ส.ฝั่งกิเลส เป็น ๐ ต่อ ๑,๐๐๐ ถึงวันนั้น จะกอบกู้ ส.ส. สดีกลับมา  
จะยิ่งยากยิ่งกว่านะครับ

ที่นี้การจะเสริมสร้างสติ ก็ไม่ได้ยากเย็นอะไร ครูบาอาจารย์ท่านก็เมตตาสอนไว้แล้วว่า “มีสติรู้กายรู้ใจ (รู้รูปรู้นาม) ตามความเป็นจริง ด้วยจิตที่ตั้งมั่นและเป็นกลาง” โดยเราต้องเริ่มจากการรักษาศีล ศีลห้านี้แหละครับที่จะเป็นพื้นฐานให้สติและเป็นพื้นฐานของการปฏิบัติทั้งปวง พอมีศีลแล้ว เราก็ทำในรูปแบบและปฏิบัติในชีวิตประจำวัน การปฏิบัติในรูปแบบให้ต่อเนื่องทุกวันเหมือนเป็นการซ้อมนั่นเอง เมื่อเราปฏิบัติในรูปแบบได้ต่อเนื่องสมาธิเราจะดีขึ้น การเจริญสติในชีวิตประจำวันคือการดูของจริง ดูการทำงานของกิเลสที่เกิดขึ้นจริง ดูความหลง ความโลภ ความโกรธที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เช่น หลงไปคิด หลงไปดู หลงไปฟัง หลงลิ้มเนื้อลิ้มตัว หลงนี้หัวหน้ารัฐบาลเลยนะครับ อยู่เบื้องหลังกิเลสอื่นๆ ชักใยอยู่เบื้องหลัง พอหลงไปคิด หลงไปมอง เดียวก็มีความอยาก เดียวก็มีความโกรธ บางคนไม่ทันดูความหลง ก็ไปดูที่ความโลภความโกรธที่เกิดขึ้น อะไรอยู่ตรงหน้าก็ดูอันนั้น ไม่ต้องตั้งหน้าจั่งตาจะดูแต่หลง เพราะถ้ามันไม่เห็นหลง เดียวก็ลืมดู โลภลืมดูโกรธไปเสียอีก อะไรเกิดก็ดูอันนั้นนั่นแหละครับ มันวนเวียนกันแค่สามอย่าง โลภ โกรธ หลง ที่เหลือมันแค่พวกอนุกรมการ คณะทำงาน เช่น ดีใจ ชอบใจ เสียใจ เบื่อ โมโห หงุดหงิด แค้น เสร้า น้อยใจ เสร้าใจ เสียใจ ฯลฯ ถ้ามันโผล่มาก็ดูครับ แต่อย่าลืมว่ารากจริง ๆ ของมันก็คือ โลภ โกรธ หลง นี่แหละครับ

ค่อย ๆ เสริมให้สติแข็งแรง รักษาศีล หมั่นปฏิบัติในรูปแบบ และเจริญสติในชีวิตประจำวัน ถ้าทำทุกวันเดือนสองเดือนเราก็จะเห็นผลแล้วครับ จำนวน ส.ส. ของสติจะเพิ่มขึ้น แล้ว ส.ส. ผังพรรครวมหลงรักษากิเลส เพื่อโลภ ภูมิใจโกรธ ก็จะค่อย ๆ ลดจำนวนลง เราจะเริ่มเห็นการเปลี่ยนแปลงของประเทศ ของกายของใจเราเอง เราจะเริ่มเห็นคุณค่าของสติมากขึ้น ประเทศนี้ กายนี้ใจนี้ ก็จะดำเนินนโยบายที่ถูกทำนองคลองธรรมมากขึ้น ลงมือเสียแต่วันนี้ ก่อนที่จะไม่มีครูบาอาจารย์คอยชี้แนะนะครับ.



หมายเหตุ ผมเองเพิ่งเริ่มศึกษาธรรมะได้เพียงเล็กน้อย อาศัยว่าฟังธรรมจากครูบาอาจารย์ และนำมาเขียนตามความรู้ความเข้าใจของตัวเอง ความรู้ความเข้าใจของผมนั้น อาจจะผิดพลาด เพราะความไม่รู้ของผมเอง ซึ่งอาจพาท่านหลงทางโดยไม่เจตนาได้ บทความนี้จึงขอทำหน้าที่เพียงเพื่อกระตุ้นเตือนธรรมแก่คนอื่นเท่านั้น ดังนั้น หากเกิดความสนใจในธรรม อยากศึกษาเพิ่มเติม อย่าลืมสอบถามหรือฟังธรรมจากครูบาอาจารย์โดยตรงจะได้รับประโยชน์อย่างแท้จริง



ใบสมัครสมาชิกธรรมสาส์นชาวพุทธ  
โดย คณะพุทธนิคม เชียงใหม่

ข้อมูลผู้สมัครสมาชิก ( ) สมัครสมาชิกใหม่ ( ) ต่ออายุสมาชิก  
ข้าพเจ้าชื่อ.....นามสกุล.....เพศ ( ) ชาย ( ) หญิง ( ) ไม่ระบุ  
ที่อยู่ในการจัดส่ง เลขที่.....หมู่.....ตำบล/ถนน.....อำเภอ/เขต.....  
จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....อีเมล.....  
โทรศัพท์ .....

( ) เพื่อถวายเป็นมิตรา (ส่งให้กับโรงเรียน/ห้องสมุด/เรือนจำ ฯลฯ)  
โดยกรุณาส่งไปที่.....เลขที่.....หมู่.....ถนน.....  
ตำบล/แขวง.....อำเภอ/เขต.....จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....  
โทรศัพท์ .....

มีความประสงค์ขอรับเป็นสมาชิกธรรมสาส์น “ชาวพุทธ” ประเภท  
( ) 1 ปี ( ) 2 ปี ( ) (ระบุ) ..... ปี  
(อัตราค่าบำรุง ปีละ 150 บาท ต่างประเทศปีละ 250 บาท)  
โดยเริ่มตั้งแต่วันที่...../ ฉบับที่ ..... (ธรรมสาส์นชาวพุทธจัดพิมพ์ 4 เล่มต่อ 1 ปี )

วิธีการชำระ  
พร้อมกันนี้ได้ชำระเงินจำนวน.....โดย  
( ) ธนาคารดี หรือเช็คไปรษณีย์ สั่งจ่าย ป.ท. มช. เชียงใหม่  
( ) โอนเงินเข้าบัญชี น.ส.เพ็ญฉาย สิโรตธ ธนาคารกรุงไทย สาขานนทบุรี  
บัญชีออมทรัพย์ เลขที่บัญชี 521-0-02148-3

กรุณาส่งหลักฐานการโอนเงิน พร้อมใบสมัครสมาชิกได้ตามช่องทางดังนี้  
- น.ส.เพ็ญฉาย สิโรตธ (ผู้จัดการธรรมสาส์นชาวพุทธ)  
วัดอุโมงค์สวนพุทธธรรม ถ.สุเทพ ต.สุเทพ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ ๕๐๒๐๐  
- โทรศัพท์ : 086-730-3075, 087-300-1787, 099-271-2474, 0-537-8882  
- อีเมล : buddhanikomcm@gmail.com, chao\_buddha@hotmail.com  
- www.chaobuddha.com

“

พระพุทธศาสนาเอาธรรมชาติแวดล้อมมาใช้เป็นองค์ประกอบอย่างหนึ่ง  
ในการศึกษาของคน คือในการที่จะพัฒนาคนให้มีจิตใจเจริญงอกงาม  
เป็นคนที่มอบคุณธรรมต่าง ๆ นั้น ท่านใช้ธรรมชาติเป็นองค์ประกอบ  
ในการฝึกด้วย การที่เอาธรรมชาติแวดล้อมมาเป็นองค์ประกอบ  
ในการศึกษาของมนุษย์นี้เป็นสิ่งที่สำคัญมาก การศึกษาในที่นี้  
ไม่ได้หมายความว่าเราจะไปเรียนรู้ว่ามันเป็นอะไร แต่การศึกษาในที่นี้  
หมายถึงการฝึกฝนพัฒนาชีวิตจิตใจคน

”

จากหนังสือ “คนไทยกับป่า” โดย สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต)  
ธรรมสภาแก่ คณาจารย์และนิสิต ผู้ฝึกปฏิบัติงานภาคฤดูร้อน ณ สถานพำนักสงฆ์สายใจธรรม  
เขาลำไยวังยาง อ.พนมสารคาม จ.ฉะเชิงเทรา

