



ตอบคำ **ถาม** ชาวพุทธ

เมื่อใดก็ตามที่เรา ยังไม่สามารถพัฒนาจิตใจ
ให้เข้าสู่หนทางแห่งปัญญาได้
เราก็จะเลือกกระทำการที่ตอบสนองต่อความงมงาย
ของตนเองอยู่เสมอ

จรรุณ โณ ภิกขุ

หนังสือ ตอบคำถามชาวพุทธ

โดย... จารุวณฺโณ ภิกขุ

ISBN : 978-616-623-933-1

ที่ปรึกษา : พระอาจารย์จารุวณฺโณ ภิกขุ
พระอาจารย์คุณวโร ภิกขุ
พระเชมวโส ภิกขุ

พิมพ์ครั้งที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๖๘

จำนวนพิมพ์ : ๕,๐๐๐ เล่ม

ถอดความและเรียบเรียง : เพจวันพุทธ Dharma-day

ออกแบบปก/รูปเล่ม : เพจวันพุทธ Dharma-day

พิมพ์ที่ : หจก.โรงพิมพ์ช้างเผือก

๑๔๙ ถ.ช้างเผือก ต.ศรีภูมิ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

คำนำ

หนังสือ “ตอบคำถามชาวพุทธ” เล่มนี้เป็นความตั้งใจอย่างยิ่งของคณะผู้จัดทำที่ได้รวบรวมขึ้นมา เพราะคำถาม-คำตอบ ที่อยู่ในหนังสือเล่มนี้ล้วนเป็นสิ่งที่สามารถคลายข้อสงสัยของชาวพุทธคนหนึ่ง ที่เติบโตและใช้ชีวิตอยู่ในสังคมที่เต็มไปด้วยความสงสัยในพิธีกรรม ประเพณี และหลักปฏิบัติต่าง ๆ ของชาวพุทธ ที่ไม่สามารถหาคำตอบให้กับคำถามที่เกิดขึ้นเหล่านั้นได้

เมื่อคำถามที่เกิดขึ้นมากมาย ได้พบกับคำตอบที่เป็นไปตามหลักสัจจะ หลักแห่งความจริง ทำให้คลายข้อสงสัยที่มีอยู่ และเมื่อข้อสงสัยกลายเป็นความเข้าใจตามหลักของสัจจะ เราจึงสามารถเลือกที่จะประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้องตามเหตุและผลได้

เนื้อหาในหนังสือเล่มนี้ เป็นบทสนทนาถาม-ตอบ ซึ่งได้ถูกถอดความและรวบรวมไว้ในเพจเฟซบุ๊ก วันพุทธ Dharma-day โดยเป็นคำถามที่พบเจอได้บ่อยในวิถีของชาวพุทธ รวมถึงคำถามที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติในหลักการนี้ ซึ่งหนังสือเล่มนี้ได้รวบรวมคำถามไว้ทั้งหมด ๑๑๐ หัวข้อและได้ถูกแบ่งเป็นหมวดหมู่ไว้ ๔ หมวด เพื่อให้่ายต่อการค้นหา

ทางคณะผู้จัดทำ ขอกราบขอบพระคุณพ่อแม่ครูบาอาจารย์ทุกรูปเป็นอย่างสูง ในความเมตตาไขข้อสงสัยของผู้มาศึกษาอย่างไม่ย่อท้อ ขอกราบขอบพระคุณคุณครูเงาะ และคุณโจอี้ ที่นำพาเหล่าคณะลูกศิษย์

ให้ได้พบเจอพ่อแม่ ครูบาอาจารย์ที่สอนถึงแก่นธรรมของพระพุทธศาสนา และ
ขอขอบคุณกัลยาณมิตรทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการจัดทำหนังสือเล่มนี้

ทั้งนี้ ผู้อ่านสามารถดูคลิปสนทนา และข้อมูลอ้างอิงจาก
พระไตรปิฎก ด้วยการใช้โทรศัพท์ของท่านสแกน QR code ที่อยู่ด้านท้าย
ของแต่ละหัวข้อ และสำหรับผู้ท่านอ่าน e-book (สามารถ download ได้
จากเว็บไซต์ dhammanava.net) โดยสามารถคลิกลิงก์หัวข้อจากสารบัญ
เพื่อไปยังหัวข้อนั้นได้อย่างรวดเร็ว และเพื่อดูคลิปสนทนาและอ้างอิง
พระไตรปิฎก สามารถคลิกลิงก์ได้ที่ QR code เช่นเดียวกัน

หากท่านใดมีข้อเสนอแนะ/ติชม สามารถส่งข้อความมาได้ทั้งที่
เพจเฟซบุ๊ก วันพุทธ Dharma-day ทางผู้จัดทำขอน้อมรับทุกคำติชม
เพื่อเป็นการพัฒนาหนังสือเล่มนี้ต่อไป

สุดท้ายนี้ ขอให้หนังสือเล่มนี้ยังประโยชน์ให้แก่ผู้อ่านทุกท่าน
และหวังเป็นอย่างยิ่งว่า ความรู้ความเข้าใจที่เกิดขึ้นนี้จะแผ่ขยายไปในวงกว้าง
เพื่อเป็นประโยชน์ต่อตนเอง เป็นประโยชน์ต่อสังคม และเป็นประโยชน์
ต่อประเทศชาติสืบไป



คณะผู้จัดทำ
หนังสือ ตอบคำถามชาวพุทธ



พระอาจารย์ตัน

คำนิยม

หลายสิ่งหลายอย่างในชีวิต... ที่สังคมพาเราทำ โดยที่เราไม่เคยตั้งคำถาม เพราะเราใช้ชีวิตอยู่ด้วยความเคยชินกับสังคม จนลืมสังเกต และตั้งคำถาม ยิ่งเรารู้สึกว่าสังคมส่วนใหญ่ก็ทำแบบเดียวกันกับเราก็กยิ่งเห็นว่าเป็นเรื่องปกติ

ชีวิตที่ “ไร้คำถาม” จึงเป็นชีวิตที่ “ไร้คำตอบ”

หนังสือเล่มนี้ รวบรวมคำถามจากชาวพุทธที่นำไปสู่คำตอบ ซึ่งคำตอบจะนำไปสู่การแสวงหาข้อเท็จจริง ความจริงจะทำให้เราตื่นรู้ และจะทำให้เราไม่กลับไปทำในสิ่งที่มลาย่อีกตลอดชีวิต

พุทธคุณ วิษุ



พระอาจารย์พนมพร

คำนิยม

ในโลกที่เต็มไปด้วยความวุ่นวาย หลายคนอาจตั้งคำถามว่า...
เราจะหาความสุขได้จากที่ไหน ?

คำสอนของพระพุทธศาสนานั้น มีคุณค่าอย่างลึกซึ้งในการ
นำทางชีวิต ชี้ให้เห็นถึงทางสายกลางที่ช่วยให้เราดำเนินชีวิตอย่างมีสติ
สมดุล และสงบสุข ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงและความทุกข์

ธรรมะที่พระพุทธองค์ทรงสั่งสอน เป็นเหมือนเข็มทิศที่ชี้แนะ
ให้เราเห็นถึงความจริงแห่งชีวิต การรู้จักพิจารณาตนเอง เข้าใจทุกข์และฝึกฝน
จิตใจให้พ้นจากอวิชชา เป็นแนวทางสู่ความสุขที่แท้จริง แต่ในระหว่างทางนั้น
การเรียนรู้ธรรมะมักเริ่มต้นด้วยคำถาม คำถามเกี่ยวกับความทุกข์
ความสงสัยในวิธีปฏิบัติ หรือแม้แต่ความหมายของชีวิต

การสนทนาถาม - ตอบ ที่เกี่ยวข้องกับหลักธรรมคำสอนจะช่วยให้
เราเข้าใจธรรมะได้ลึกซึ้งยิ่งขึ้น และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนิน
ชีวิต

การถามตอบธรรมะไม่เพียงช่วยให้เราเข้าใจ ส่งเสริมปัญญา
แต่ยังเปิดโอกาสให้เราได้สำรวจจิตใจ และพัฒนาความเข้าใจในตัวเอง

ความสำคัญของการถามและตอบในทางธรรม คือ การทำให้
ธรรมะเป็นสิ่งที่จับต้องได้ ช่วยขจัดความสงสัยและเป็นแรงผลักดัน
ในการปฏิบัติ ทุกคำถามที่เรามี ไม่ว่าจะเล็กหรือใหญ่ ล้วนเป็น
ก้าวสำคัญในการเดินทางสู่ความสงบสุขทางใจ

ขอให้หนังสือเล่มนี้เป็นสื่อกลางที่เชื่อมโยงเรากับธรรมะ และ
นำพาเราไปสู่การใช้ชีวิตที่เปี่ยมด้วยความสุขและปัญญา ค้นพบและเข้าถึง
ความสงบสุขอย่างแท้จริง

ปิโย อธิป

คำนิยม

พระอาจารย์ต้นเป็นพ่อแม่ครูบาอาจารย์ที่ครูศิโรราบ ในปีญาของพระอาจารย์ที่หาที่เปรียบไม่ได้ ครูมีครูบาอาจารย์ที่เคารพและศรัทธามากมาย ซึ่งให้ความรู้ที่เยี่ยมยอดต่อครูมาโดยตลอด และเมื่อได้มีโอกาสมาเจอพระอาจารย์ต้น มันทำให้นักถึงครูบาอาจารย์สมัยพุทธกาล ที่พระอริยสาวกแต่ละรูปจะมีความชำนาญต่างกัน บ้างเป็นผู้มีฤทธิ์มาก บ้างเป็นผู้เป็นเลิศด้านพระวินัย

และครูพูดได้อย่างเต็มปากเลยว่า พระอาจารย์ต้นคือหนึ่งในสงฆ์ที่มีความเป็นเลิศในเรื่องการสอนแห่งยุคนี้ เป็นเลิศในการถ่ายทอดทำเรื่องยากให้เป็นเรื่องง่าย ชี้ทางอย่างเป็นขั้นตอน เปลี่ยนจากความ เป็นไปไม่ได้ ไปสู่ความเป็นไปได้ ทำคนมืดให้เห็นทาง ทำให้การดับภพ จบชาติ เป็นเรื่องที่ลูกศิษย์ของพระอาจารย์ทุกคน เชื่อมั่นในหัวใจว่า อย่งไรเราก็ต้องไปถึงได้แน่นอน

ครูเป็นคนหนึ่งที่มีคำถามในหัวเต็มไปหมด ครูเชื่อว่าอาจจะ มีคำถามของครูอยู่ในหนังสือเรื่องนี้ด้วย แต่ไม่ว่าครูหรือใครจะถามอะไร ก็จะได้คำตอบจากพระอาจารย์ที่เที่ยงแท้ เกียงไม่ได้ แยังไม่ได้ เพราะ เต็มไปด้วยสัจจะความจริง

ยังพอได้เปิดอ่านไปในหนังสือเล่มนี้ ยังรู้สึกว่ มันคือคู่มือชาวพุทธ อย่างแท้จริง ที่ทุกคนควรมี เหมือนเป็นยาสามัญประจำบ้าน แต่เป็นยา แก่ โรค “ไม่รู้” โรค “หลง” และโรคที่ร้ายแรงที่สุด นั่นก็คือ โรค “ทุกข์” ที่สามารถรักษาได้ด้วย “ความรู้” ผ่านคำตอบของพระอาจารย์

พระอาจารย์ต้นเป็นพ่อแม่และครูบาอาจารย์ของครู ที่ครูขอ
มอบกายถวายชีวิตช่วยเหลืองานพระอาจารย์ ในการสืบทอดพระศาสนา
สืบไป และอยากชวนทุกคนว่า มาเถิด มาดูเอาเถิด มาศึกษากันเถิด
มาอ่านมาฟังกันเถิด

วันนี้ครูตั้งใจเหลือเกินที่คณะลูกศิษย์ของพระอาจารย์ได้รวบรวม
คำถามต่าง ๆ ที่มีต่อพระศาสนา และคำตอบที่แหลมคมของพระอาจารย์
ออกมาเป็นหนังสือ เพื่อเผยแผ่ความสว่าง สัมมาทิฐิ และสร้างปัญญา
สู่สาธุชนสืบไป

ขออนุโมทนากับคณะผู้จัดทำหนังสือเล่มนี้ ขอให้บุญกุศลนี้
หนุนนำให้คณะผู้จัดทำ ผู้อ่านทุกท่าน รวมทั้งตัวข้าพเจ้าเองได้เข้าถึงธรรม
อันเป็นที่สิ้นทุกข์ ดับภพ จบชาติ ตามองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
และอรหันตสาวกทุกพระองค์ได้ในที่สุดด้วยเถิด



รสสุคนธ์ กองเกตุ
ครูเงาะ

คำนิยม

ตอบคำถามชาวพุทธ คือ หนังสือที่เปลี่ยนชีวิตผมแบบที่ไม่สามารถไปใช้ชีวิตแบบเดิมได้อีก

พระอาจารย์ตัน จะพาให้คุณได้ตื่นจากการหลับที่แสนยาวในวัฏสงสาร ทำให้คุณได้ตื่นรู้ และค้นพบความหมายของชีวิตว่าเราเกิดมาทำไม? ในฐานะชาวพุทธ ขอยกหนังสือเล่มนี้ เป็นอีกเล่มที่ต้องกลับมาอ่านซ้ำ ๆ ซ้ำ ๆ

ขอให้ทุกคนเปิดใจ และสนุกกับการอ่านครับ

ราชเทพ คันตะปุระ
คุณโจอี้



คำนิยม

ถ้ามีโอกาส ๑ ครั้ง ด้วยหนังสือ ๑ เล่ม

เราจะเลือกหนังสือเล่มนี้ให้ผู้ที่ยังสงสัยในพระพุทธศาสนา

ที่ผ่านมา พุทธศาสนาอาจกำลังเผชิญวิกฤติความเชื่อโดยไม่รู้ตัว เมื่อเติบโตมากับวิถีที่เขาเรียกว่า “พุทธ” แต่กลับ “ดับทุกข์” ให้ตัวเองไม่ได้ เพราะขาดความเข้าใจในแก่นคำสอน จนบางคนสับสนในใจว่า... “เราทำสิ่งนี้ไปทำไม ?” เกิดความสงสัยในศาสนา หรือเกิดกำแพงต่อศาสนาขึ้นมา (ทั้งที่จริงมี “คำตอบของชีวิต” รอให้เราค้นพบอยู่)

หนังสือเล่มนี้แสดงให้เห็นว่า ความสงสัยในศาสนาไม่ใช่เรื่องผิด แต่เป็นโอกาสสำคัญที่จะพัฒนาปัญญา “สร้างความเข้าใจให้ตน” และ “ส่งต่อความเข้าใจให้กัน” ก่อนลงมือทำ ตั้งแต่พื้นฐานชาวพุทธ จนถึง การปฏิบัติขัดเกลาดนเอง เพียง... เพียรศึกษา ทำความเข้าใจจากหนังสือเล่มนี้ ยังมีคำถามในศาสนา ยิ่งต้องค้นหาความจริง เพราะศาสนาพุทธ ไม่ได้เป็นเพียงศาสนาแห่ง “ศรัทธา” แต่เป็นศาสนาแห่ง “ปัญญา” และมันเกิดขึ้นได้จาก “การกระทำ” ของตนเอง



วณิ อินพุธร



เพื่อนต่างศาสนา

คำนิยม

“

จากที่ไม่เคยเปิดใจให้กับพุทธศาสนาเลย จนได้มารับฟังแนวทางการสอนของพระอาจารย์ตัน ที่เอาแก่นของพุทธศาสนามาย่อยสอนโดยไม่มีพิธีกรรม และรูปเคารพมาเกี่ยวข้อง ทำให้ตรงจุด เข้าใจง่าย เป็นสาระ จึงทำให้เราฟังข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสัจจะ ที่ว่าด้วยเรื่องของแก่นจริง ๆ จึงทำให้ปฏิเสธได้ยาก

สุดท้ายแล้ว... เราทุกคนล้วนมีความทุกข์เป็นของตัวเองเหมือนกัน ต่างก็อยากหลุดพ้นจากความทุกข์เหมือน ๆ กัน เพราะฉะนั้น อย่าให้คำว่า “ศาสนา” มาเป็นตัวกั้นเราเลย เพราะจุดหมายที่เราต้องการคือจุดหมายเดียวกัน นั่นคือการหลุดพ้นจากความทุกข์ แต่เราจะเอาหลักสัจจศาสตร์ที่เป็นของกลางนี้ มาจัดการและเผชิญกับความทุกข์ในชีวิตของเราได้อย่างไร

ไม่มีคำถามไหนที่พระอาจารย์ตันตอบไม่ได้เลย...

เพราะฉะนั้น คำถามมากมายที่รวบรวมมาในหนังสือเล่มนี้จะตอบคำถามที่คาใจเราอยู่ได้ไม่มากนักอย่างแน่นอน และเป็นคำตอบที่จะทำให้เราเห็นว่า เรามาถูกทางแล้ว

เพื่อนจากศาสนาอิสลาม

”

“

จากคนที่เคยหันหลังให้ศาสนาพุทธ แล้วเลือกนับถือศาสนาอื่น (คริสต์) เพราะในอดีตเคยคิดว่าศาสนาพุทธเป็นศาสนาของความเชื่อ งามาย มีพิธีกรรมมากมาย หาเหตุและผลไม่ได้ ขึ้นอยู่กับสิ่งที่เหนือธรรมชาตินั้น จะคลั่งคลั่งให้หรือไม่ พอได้กลับมาเปิดใจศึกษาศาสนาพุทธตามแนวทาง พระอาจารย์ตัน ทำให้มองเห็นสาระของการฝึกตนเอง และความเป็นเหตุ เป็นผลในวิธีการปฏิบัติ

หนังสือเล่มนี้ เป็นหนังสือที่รวบรวมคำถามที่สงสัยตั้งแต่เด็ก จนถึง ทุกวันนี้ และมีคำตอบที่ทำให้เข้าใจในสิ่งที่สงสัยได้อย่างชัดเจน ผมมั่นใจว่า หนังสือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์สำหรับผู้ที่ยังมีคำถามคาใจ และยังคงหา คำตอบไม่ได้เกี่ยวกับศาสนาพุทธ นอกจากนั้นยังได้แนวทางในการปฏิบัติ ที่เป็นแก่นสารของศาสนาพุทธอย่างแท้จริง

เพื่อนจากศาสนาคริสต์

”

“

เพราะ “ทุกข์” ทำให้ผมได้มาเจอครูเงาะ และเพื่อน ๆ พุทธยุวชน ที่เป็นสะพานเชื่อมต่อหาครูบาอาจารย์ผู้ทรงปัญญาอย่างพระอาจารย์ตัน คำสอนของท่านนั้นเป็นสัจจะที่ผมตามหามาตลอด แล้วมันเถียงไม่ออก เลยจริง ๆ ทำได้เพียงน้อมรับว่า...

“เพราะเรามีปัญญาไม่เพียงพอที่จะเห็นทุกชั้นบนความเป็นจริง เราจึงเป็นทุกข์ซ้ำแล้วซ้ำเล่า”

หนังสือเล่มนี้รวบรวมคำสอนและความจริง ที่ทำให้ผมและหลายคน คลายความสงสัยมาแล้ว... เป็นความโชคดีมาก ๆ ที่ทุกท่านได้มีโอกาส อ่านหนังสือเล่มนี้ หวังว่าทุกท่านจะเกิดความเปลี่ยนแปลง และได้เข้าถึง พลังของปัญญา สัจจะ ความดี ไม่มากก็น้อย ยินดีกับทุกท่านด้วยครับ

เพื่อนจากศาสนาอิสลาม

”

สารบัญ

หมวด : ความเชื่อชาวพุทธ

๑. พุทธคุณจากพระเครื่องมีจริงหรือไม่ ?	๓
๒. การบูชาท้าวเวสสุวรรณเป็นคำสอนหรือความเชื่อ ?	๗
๓. การนับถือเทพ พญานาค เป็นส่วนหนึ่งของพระพุทธศาสนาไหม ?	๙
๔. มารดา บิดา ยึดติดพิธีกรรมและเครื่องรางของขลัง ควรอธิบายอย่างไรดี ?	๑๒
๕. การกรวดน้ำ ถูกต้องตามหลักการของพระพุทธศาสนาไหม ?	๑๗
๖. การสักยันต์มีพุทธคุณตามที่กล่าวอ้างไหม ?	๑๙
๗. การดูหม้อ ดูดวง มีอยู่ในพระพุทธศาสนาไหม ?	๒๑
๘. เบอร์มิงคัมผลต่อชีวิตจริงไหม ?	๒๓
๙. การปล่อยปลาถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนาไหม ?	๒๕
๑๐. เชื่อเรื่องฮวงจุ้ย ถือว่ามงกายหรือไม่ ขัดต่อหลักพระพุทธศาสนาไหม ?	๒๗
๑๑. พิธีขึ้นบ้านใหม่ จำเป็นไหม ?	๓๐
๑๒. การกินเจ ถือว่าเป็นสัปปุญสปรมาสไหม ?	๓๒
๑๓. จุดรูปให้วัชรบุรุษควรจุดกี่ดอก ตามจำนวนบรรพบุรุษหรือเปล่า ?	๓๗
๑๔. การสะเดาะเคราะห์ในพระพุทธศาสนามีหรือไม่ ?	๓๙
๑๕. แก้วกรรม แก้วได้ไหม อย่างไร ?	๔๑
๑๖. อธิษฐานใช้เวรกรรมแทนพ่อแม่ได้ไหม ?	๔๓
๑๗. ขาดิหน้า ขาดิทีแล้ว รู้ได้อย่างไรว่ามีจริง ?	๔๕
๑๘. เราสามารถเปลี่ยนศาสนาพุทธตามประเพณีความเชื่อ ให้เป็นศาสนาพุทธที่มีแก่นสารสาระได้อย่างไร ?	๔๘

หมวด : ความรู้ ความเข้าใจ ความสงสัย ของชาวพุทธ

๑๙. เนื่อนาบุญคืออะไร ?๕๓
๒๐. เลือกทำบุญกับพระอริยบุคคลอย่างใดได้ไหม ?๕๗
๒๑. ทำบุญกับพระอรหันต์ ทำบุญกับพระสงฆ์ธรรมดา
อานิสส์แตกต่างกันอย่างไร ?๕๙
๒๒. ทำบุญตักบาตรกับพระสงฆ์ ทำทานกับผู้ยากไร้
ได้บุญกุศลเท่ากันไหม ? ๖๔
๒๓. ทำบุญกับวัดหรือพระที่แค่ประกอบพิธีกรรม
ถือว่าส่งเสริมให้คนห่างจากธรรมะไหม และได้บุญหรือไม่ ?๖๖
๒๔. วิธีการทำบุญที่ถูกต้องควรทำอย่างไร ?๖๙
๒๕. บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ หลักการทำบุญตามหลักพระพุทธศาสนา
มีอะไรบ้าง ?๗๑
๒๖. ทำบุญใส่บาตรด้วยน้ำ/อาหาร ตายไปแล้วเราจะได้น้ำ/อาหาร แบบนั้น
ตามที่เรากวายเป็นไหม ?๘๑
๒๗. ทำบุญถวายพระด้วยเงินสดบาปไหม ?๘๓
๒๘. พระสงฆ์รับเงิน และใช้เงินนั้นไปช่วยเหลือผู้อื่นต่อสมควรไหม ?๘๖
๒๙. ทำบุญถือศีลในวันพระกับวันธรรมดา ได้อานิสส์เท่ากันหรือไม่ ?๘๘
๓๐. การอุทิศบุญให้พุดถึงนายเวร ไม่ต้องพุดถึงเจ้ากรรมเพราะอะไร ?๙๑
๓๑. การทำทานมีความสำคัญอย่างไร ?๙๒
๓๒. วิธีการทำสังฆทานที่ถูกต้องควรทำอย่างไร ?๙๔
๓๓. วิธีการขอพรแบบพุทธต้องทำอย่างไร ?๙๘
๓๔. ไม่สมาทานศีลเพราะกลัวผิดศีล และได้รับโทษ
แนวคิดนี้ถูกต้องหรือไม่ ? ๑๐๑
๓๕. อานิสส์ของศีล ๕/ศีล ๘/ศีล ๑๐ มีอะไรบ้าง ? ๑๐๕

๓๖. ผลกรรม ของการว่าร้าย/พูดจาทำร้ายเป็นอย่างไร ?๑๐๗
๓๗. ทำผิดศีลแก้ไขได้ไหม อย่างไร ?๑๐๙
๓๘. สมาทานศีล ๕ แล้วทำผิดศีล ผิดศีลข้อไหนบาปที่สุด ?๑๑๐
๓๙. แค่มิศีล ๕ และศรัทธาในพระรัตนตรัยก็เป็นโสดาบันแล้วจริงไหม ?
ถ้าไม่จริงต้องทำอะไรเพื่อให้ไปถึงโสดาบัน ?๑๑๓
๔๐. การสวดมนต์ที่แท้จริงหมายถึงอะไร และทำอะไร ?๑๑๕
๔๑. สวดมนต์จำเป็นไหม สวดแล้วได้บุญไหม ต้องรู้คำแปลไหม ?๑๑๘
๔๒. สวดมนต์เริ่มจากบทไหน เรียงลำดับอย่างไร ?๑๒๐
๔๓. ทำหนังสือสวดมนต์แจกได้บุญไหม ?
เรียกว่าเป็นการให้ธรรมะไหม ?๑๒๓
๔๔. การเดินธุดงค์คืออะไร ทำไมต้องเดินธุดงค์ ?๑๒๔
๔๕. ทำไมต้องไหว้/กราบพระหรือผู้ใหญ่ หรือคนที่ยศถาบรรดาศักดิ์สูงกว่า
ก็คนเหมือนกัน ?๑๒๖
๔๖. ทำไมพ่อ/แม่ เปรียบดังพระอรหันต์ในบ้าน ?๑๓๑
๔๗. พ่อ/แม่ ควรเริ่มสอนพระพุทธศาสนากับเด็กเล็ก ๆ อย่างไรดี ?๑๓๓
๔๘. ทำไมผู้หญิงประเคนของให้พระสงฆ์โดยตรงไม่ได้
หรือผู้หญิงเป็นเพศที่ไม่บริสุทธิ์ ?๑๓๔
๔๙. จากกฎความไม่แน่นอน ทำไมไม่มีการหยั่งรู้อนาคตได้ ?๑๓๖
๕๐. ตั้งจิตปรารถนาให้พ้นจากวิบากกรรมเก่า ทำอย่างไรดี ?๑๓๘
๕๑. ทำอย่างไรให้พ้นทุกข์ในภพหน้าได้ ?๑๔๕
๕๒. จะปฏิบัติดีปฏิบัติชอบได้อย่างไร หากไม่ได้นับถือศาสนาพุทธ ?๑๔๗
๕๓. ขวราวาสจะมีส่วนต่ออายุพระศาสนาได้อย่างไร ?๑๕๑

หมวด : การจัดการ ความคิด และอารมณ์

๕๔. การให้อภัยต้องฝึกอย่างไร ? ๑๕๕
๕๕. ทุกข์ในเรื่องงานแก้ไขอย่างไร ? ๑๕๗
๕๖. ทำอย่างไรให้หยุดคิดจิตใจ คิดไม่ติดผู้อื่น ? ๑๖๐
๕๗. ทำอย่างไรไม่ให้ใจไปรักไปเกลียด ? ๑๖๒
๕๘. โกรธแต่ไม่ตอบโต้ ทำไมถึงกลับรู้สึกแสบเอง ? ๑๖๔
๕๙. แม่เมตตาให้คนที่เกลียดเรา คนที่ทำให้เราทุกข์ มีประโยชน์อย่างไร
ต่อตัวเขา ในเมื่อเขาก็ไม่รู้ที่เราแม่เมตตาให้ ? ๑๖๖
๖๐. วิธีปล่อยวางง่าย ๆ ทำได้อย่างไร ? ๑๗๑
๖๑. คิดมากในเรื่องเดิมซ้ำ ๆ ควรแก้ไขอย่างไร ? ๑๗๓
๖๒. นอนไม่หลับ/กังวล แก้ไขอย่างไร ? ๑๗๖
๖๓. จิตตก แก้ไขและปฏิบัติอย่างไร ? ๑๗๘
๖๔. ธรรมะสามารถช่วยเรื่องโรคซึมเศร้า ได้หรือไม่ อย่างไร ? ๑๘๐
๖๕. ธรรมะช่วยแก้ไขความรู้สึกล้มเหลว หหมดกำลังใจได้อย่างไร ? ๑๘๒
๖๖. มีความรู้สึกเบื่อ ไม่อยากทำอะไรในชีวิต ทำอย่างไรดี ? ๑๘๔
๖๗. กระแสจิตที่ฟุ้งซ่าน จะดึงกลับมายังตนได้อย่างไร ? ๑๘๗
๖๘. เกิดความอยากได้/อยากมี ต้องทำอย่างไร ? ๑๘๘
๖๙. หากคู่ครองไม่เกื้อหนุนด้านการปฏิบัติ
ควรตั้งความเห็นอย่างไร ? ๑๙๐
๗๐. วิธีลดและแก้ไขการเพ่งโทษผู้อื่น ? ๑๙๒
๗๑. เราไม่ควรตัดสินคน แต่ก็ไม่ควรคบคนพาล
อย่างนี้เรียกว่าตัดสินไหม ? ๑๙๖

๗๒. ตั้งความคิดเห็นอย่างไรดี เมื่อเห็นพระภิกษุทำผิด
และเป็นชาวบ่อ ย ? ๑๙๙
๗๓. คิดไม่ดีกับพระ บาบ้ไหม ? จะจัดการกับสิ่งนี้อย่างไรดี ? ๒๑๐
๗๔. คิดไม่ดีในแวบแรก เช่น คิดไม่ดีต่อพ่อ/แม่/พระสงฆ์
ควรทำอะไร ? ๒๐๓
๗๕. ดิฉการซื้อลอตเตอรืทำอย่างไร และทำไมเราต้องยินดี
กับคนที่ถูกรางวัล ? ๒๐๖
๗๖. หากญาติ/คนรักเสียชีวิต ควรจะจัดการความคิด
ความเศร้าใจอย่างไรดี ? ๒๑๑
๗๗. ละจากคนตาย ทุกข์มาก/ห่วงมาก ทำอย่างไรดี ? ๒๑๓
๗๘. เครียดกับโรคร้ายจะต้องทำใจอย่างไร ? ๒๑๗
๗๙. ครอบครัวแบ่งแยกจากความเชื่อที่แตกต่างกันทำอย่างไรดี ? ๒๑๙
๘๐. ทางโลกกับทางธรรมสวนทางกัน จะใช้ชีวิตอย่างไร ? ๒๒๔
๘๑. รักตัวเอง เห็นคุณค่าของตัวเอง
ยังทำให้เรามีอัตตาตัวตนหรือไม่ ? ๒๒๖
๘๒. ความสุขที่แท้จริงคืออะไร ? ๒๒๗

หมวด : การปฏิบัติ

๘๓. เกิดมาเป็นมนุษย์ต้องเรียนรู้อริยสัจ ๔ เพราะอะไร

จำเป็นอย่างไร ? ๒๓๑

๘๔. ทุกข์แท้ ทุกข์เทียม อะไรกันแน่ที่เป็นทุกข์ ? ๒๓๗

๘๕. การกำหนดรอบรู้ขั้น ๕ ตามหลักอริยสัจ ๔ ทำอย่างไร ? ๒๔๐

๘๖. การเข้าถึงพระรัตนตรัยที่ถูกต้อง ต้องทำอย่างไร ? ๒๔๓

๘๗. พุทโธ เม นาโถ/พุทัง สะระณัง คัจฉามิ ต่างกันอย่างไร ? ๒๔๖

๘๘. การระลึกด้วยบท พุทโธ เม นาโถ

พระพุทเจ้า เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า กับ

พระพุท เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า แตกต่างกันไหม ? ๒๔๘

๘๙. บทระลึกถึงพระรัตนตรัยยังไม่ขึ้นแบบอัตโนมัติ

ต้องทำอย่างไร ? ๒๕๑

๙๐. เราจะทราบได้อย่างไรว่า จิตเรามีพระรัตนตรัยรองรับแล้ว ? ๒๕๒

๙๑. การดับอารมณ์ที่ถูกต้องควรปฏิบัติอย่างไร ? ๒๕๔

๙๒. กำหนดรู้อารมณ์ ทำไมอารมณ์นั้นถึงดับไปได้ ? ๒๕๖

๙๓. จับอารมณ์ไม่ทันต้องทำอย่างไร ? ๒๕๘

๙๔. รู้ไม่ทันความโกรธ มารู้อะไรหลังทุกที่ต้องทำอย่างไร ? ๒๖๐

๙๕. ปฏิบัติพิจารณาอารมณ์โกรธ

ทำไมถึงมีอาการโกรธมากกว่าปกติ เพราะอะไร ? ๒๖๒

๙๖. วิธีการเดินจงกรมทำอย่างไร ? ๒๖๕

๙๗. การพิจารณาความตาย (มรณานุสติ) พิจารณาอย่างไร ? ๒๖๗

๙๘. การเจริญมรณานุสติจะเกิดขึ้นจริงตามกฎแรงดึงดูด

(Law of attraction) หรือไม่ ? ๒๖๘

๙๙. การบริกรรมคืออะไร การภาวนาคืออะไร ต่างกันอย่างไร ? ๒๗๐

๑๐๐. ความคิดจากสมอง หรือปัญญาจากดวงจิต

แตกต่างกันอย่างไร ? ๒๗๓

๑๐๑. จิตที่ถูกปรุงแต่งด้วยความคิด เรียกว่าจิตส่งออกไปข้างนอก

ใช่หรือไม่ ? ๒๗๕

๑๐๒. ถ้าเราไม่มีสติ ยึดอุปาทาน มันจะเกิดเป็นภพเป็นชาติ

แต่ถ้าเรากำหนดรู้ ภพชาติก็จะสั้นลง ใช่หรือไม่ ? ๒๗๗

๑๐๓. ฟีนปฏิบัติธรรม แม้มีความไม่ย่อาก/ความขี้เกียจ

การฝึกทำนี้ถูกต้องแล้วใช่ไหม ? ๒๗๙

๑๐๔. มีอาการเจ็บปวดที่ร่างกาย แต่การปฏิบัติธรรมที่ให้ผู้มีสติ

ก็จะไปรู้สึกถึงความเจ็บปวดนั้น ต้องพิจารณาอย่างไร ? ๒๘๑

๑๐๕. ปฏิบัติธรรมต่อเนื่อง แล้วมีเรื่องอดีตมาปรุงบ่อยขึ้น เพราะอะไร

ทำไมถึงเป็นเช่นนั้น ? ๒๘๕

๑๐๖. เกิดถามราคะควรพิจารณาอย่างไร ? ๒๘๘

๑๐๗. จริต ๖ ที่อยู่ในตัวมนุษย์มีอะไรบ้าง

หลักปฏิบัติธรรมของแต่ละจริต แตกต่างกันไหม ? ๒๘๙

๑๐๘. กำลังของสติลดลง จากที่เคยฝึกจะมีกำลังมากกว่านี้

ทำอย่างไรดี ? ๒๘๒

๑๐๙. ถ้าศีลไม่บริสุทธิ์ การปฏิบัติธรรมจะไม่ก้าวหน้าจริงหรือ ? ๒๙๕

๑๑๐. ประกาศพระปริตร และคาถาหวังในสิ่งที่ขอ แบบนี้ผิดไหม ? ๒๙๘



ความเชื่อชาวพุทธ



มนุษย์ที่ยังเข้าไม่ถึง ...
การพัฒนาทางด้าน “ปัญญา”
ย่อมเลือกการกระทำสิ่งที่ตอบสนอง
ต่อ “ความงมงาย” ของตนเองอยู่เสมอ ...



พุทธคุณจากพระเครื่อง มีจริงหรือไม่ ?

พุทธคุณจากพระเครื่องมีจริง แต่ไม่ใช่พุทธคุณที่เป็นคุณของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจริง ๆ แต่เป็นคุณที่เกิดจากการปลุกเสกขึ้น เพราะการปลุกเสกคือ การใช้อำนาจที่อ้างอิงถึง พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มาเป็นกำลังทางใจ ทำให้เกิดอานุภาพขึ้นในวัตถุมงคลชนิดนั้น ๆ แล้วเรียกวัตถุที่เราเสกเข้าไปในนั้น โดยที่อ้างอิงพุทธคุณมา แล้วพิธีเสกเข้าไปให้มีอานุภาพขึ้นมา เราก็มักเรียกว่าเป็นพุทธคุณของวัตถุมงคลชนิดนั้น

**แล้วโทษของการที่เรายึดกับพระพุทธคุณ
ที่ไม่ใช่พระพุทธรูปแท้ เป็นโทษอย่างไร ?**

เราก็ต้องมาดูว่า พุทธคุณแท้อยู่ที่ไหน
พุทธคุณแท้ของพระพุทธรูป^๑ ก็คือ...

“อะระหัง” พระองค์ทรงเป็นพระอรหันต์

“สัมมาสัมพุทธโ” พระองค์ทรงเป็นผู้ตรัสรู้เองโดยชอบ

“วิชชาจะระณะสัมปันโน” พระองค์ทรงเป็นผู้มีวิชา และจรรยา คือความรู้และข้อประพฤติ

จรรยา แปลว่า ข้อประพฤติปฏิบัติ คือรู้อย่างไรก็ทำอย่างนั้น ปฏิบัติอย่างนั้น ประพฤติอย่างนั้น เพราะบางคนมีความรู้แต่ความประพฤติไม่ได้

หรือบางคนมีความประพฤติแต่ไม่มีความรู้ ส่วนพระองค์มีทั้งความรู้
และมีความประพฤติ เรียกว่า **วิชาจะระณะสัมปันโน**

“สุคะโต” พระองค์เป็นผู้เสด็จไปที่ไหนก็ดี ไปที่ไหนใครก็ต้อนรับ
ไปที่ไหนใครก็ต้องการ ไปที่ไหนคนเขาก็อยากให้ไป ไปไหนก็ดี

“โลกะวิทู” พระองค์ทรงเป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง

“อะนุตตะโร” ทรงเป็นผู้ยอดเยี่ยม คือเยี่ยมกว่าบุคคลอื่น
โดยศีล โดยสมาธิ โดยปัญญา และโดยวิมุตติ

“ปุริสัทมมะสารถิ” พระองค์ทรงเป็นผู้ฝึกบุรุษผู้สมควรฝึกได้
อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า เป็นคุณค่าที่พระองค์ทรงนำคนมาฝึกอย่างที่ไม่มีการ
เทียบเท่า ทรงฝึกคนที่เป็นปุถุชนให้เข้าถึง โสตาบัน สกทาคามี อนาคามี
และอรหันต์

ก่อนหน้าจะมีพระพุทธศาสนา ไม่มีใครสามารถทำได้เลย
แล้วพระองค์ก็ทรงทำได้ และทรงทำตลอดพระชนม์ชีพที่พระองค์
ได้เริ่มตรัสรู้จนถึงปรินิพพาน แม้ในกาลที่พระองค์ปรินิพพานไปแล้ว
ธรรมของพระองค์ ยังสามารถนำมาสู่การฝึกฝนบุคคลผู้มาคราหลัง
ที่เข้ามาสู่พระพุทธศาสนา แม้ในยุคปัจจุบันนี้ เรายังได้รับการฝึก คือฝึก
โดยลำดับตรัสฟังคำสอนของพระองค์ ...คำสอนของพระองค์จะเข้าไป
ฝึกใจเราเอง ใจเราจะได้รับการฝึก

เช่น พระองค์ทรงสอนว่า...

“กัมมุนา วัตตติ โลโก” สัตว์โลกเป็นไปตามกรรม

จิตเราจะได้รับการฝึกฝนให้เข้าใจเรื่องกรรม ที่เราจะได้ไม่ต้องเอาชีวิตเราไปอ้างอิงต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ให้เป็นเครื่องคุ้มครอง เครื่องรักษา เครื่องดลบันดาล แต่เราจะบันดาลชีวิตเราด้วยกฎแห่งกรรม คือการกระทำที่จะกระทำเอง *ทำดี* เราต้องได้รับความสำเร็จในความสำเร็จ และก็เชื่อมั่นในความดีที่จะเกิดขึ้น *ทำชั่วเราจะละ งดเว้นที่จะไม่กระทำ* หรือพระองค์ทรงบอกว่า... ถ้าผลหรือกระทำพลาดในการกระทำ ก็อย่าไปยินดีในการกระทำที่ไม่ดีนั้น เพราะถ้าเราไม่ตั้งจิตยินดีแล้ว เราก็จะไม่กลับวนไปกระทำการที่ไม่ดีนั้นอีก เราก็จะตั้งหน้าตั้งตาทำแต่กรรมดี

ฉะนั้น การฝึกบุรุษคือ ฝึกบุคคลผู้สมควรฝึกได้อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า ไม่มีใครยิ่งกว่าพระพุทธองค์จริง ๆ ในกรณีนี้

“สัตถา เทวะมะนุสสาณัง” ทรงเป็นครูผู้สอนเทวดาและมนุษย์ ทรงสอนทั้งมนุษย์ สอนทั้งเทวดา ให้เข้าถึงทางแห่งปัญญา และบรรลุถึงสัจธรรมไม่มีใครสามารถทำได้

“พุทโธ” พระองค์ทรงเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน คือ ร้อยยัสจ ๔ อย่างแจ่มแจ้ง

คำว่า “พุทโธ/พุทฺธะ” คือ ความหมายของร้อยยัสจ ๔ พระองค์ตรัสไว้ว่า “หากจะรู้จักเรา ควรรู้จักเราโดยความเป็นพุทฺธะ” เพราะตรัสยัสจจะ ๔ ไม่ใช่รู้จักเราตถาคต โดยความเป็นพุทฺธะในด้านอื่น ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านพุทฺธคุณที่อยู่กับเครื่องวัตถุมงคล เครื่องรางของขลัง ซึ่งพุทฺธคุณนั้นไม่ใช่ร้อยยัสจ ไม่ใช่ยัสจจะ ๔ แต่ถ้าจะรู้จักเราตถาคต รู้จักเราโดยความเป็นพุทฺธะนี้ ให้รู้ที่ร้อยยัสจ นั้นหมายถึงว่า หากใครได้รู้จักร้อยยัสจ คนนั้นจะรู้จักพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าอยู่ที่นี่ นี่คือสัจจะที่พระองค์ตรัสไว้แล้ว

“กะฉะวา” ทรงเป็นผู้จำแนกแจกพระธรรม

สิ่งนี้คือ พระพุทธคุณแท้ นอกนั้นเป็นพระพุทธคุณเทียม

ผู้ที่หลงยึดพระพุทธคุณเทียมเกิดอะไรขึ้น จะเกิดมิจฉาทิฏฐิ^๒
คือ หลงยึดถือผิด และมิจฉาทิฏฐินี้ พระองค์ทรงบอกว่าจะอำนวยการ
๒ ประการ คือ

๑) ทศคติที่เป็นปรต ผี ปีศาจ หรือ

๒) สัตว์เดรัจฉาน

อย่างใดอย่างหนึ่งใน ๒ อย่างนี้ เป็นที่ไปของบุคคลผู้มีมิจฉาทิฏฐิ
ในการยึดถือผิด

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม ข้อ ๓๐๓



๒) โลหิจจุสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๙ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑
ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค ข้อ ๓๕๖

พระอาจารย์จากรูณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงแก้ววนา
วันเสาร์ที่ ๒๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๕.๕๒ นาที)



๒

การบูชาท้าวเวสสุวรรณ เป็นคำสอนหรือความเชื่อ ?

การบูชาท้าวเวสสุวรรณ ถ้าจะเอาตามหลักการจริง ๆ

การบูชาในทางพระพุทธศาสนา

กล่าวถึง การอุทิศส่วนกุศลให้

มีอยู่คราวครั้งหนึ่งที่... *ท้าวเวสสุวรรณ* ลงมาสู่โลกมนุษย์
แล้วได้พบกับ *นางนันทมาตา* ที่กำลังสวดบทธรรมในทำนองสรภัญญะ

ท้าวเวสสุวรรณจึงยื่นฟังทำนองบทสวดสรภัญญะ อันเป็นบทธรรม
ที่พระพุทธองค์ตรัสสอน จากนั้นก็กล่าวอนุโมทนาในบทกล่าวสรภัญญะนั้น

นางนันทมาตาก็ถามว่า “ท่านเป็นใคร”

ท้าวเวสสุวรรณก็บอกว่า “เราเป็นท้าวเวสสุวรรณเอง”

นางนันทมาตาก็ถามว่า “แล้วท่านได้ยินบทสวดของเราหรือไม่”

ท้าวเวสสุวรรณก็บอกว่า “ได้ยินบทสวดอยู่”

นางนันทมาตาตอบว่า “ถ้าอย่างนั้นเราขอยกบทสวดนี้ให้เป็น
เครื่องบรรณาการแก่ท่าน”

ท้าวเวสสุวรรณบอกว่า... “การที่ท่านยกบทสวดนี้ให้เป็น
เครื่องบรรณาการแก่เรา ถือว่าเป็นเครื่องบรรณาการที่ท่านยกให้เรา
แต่เครื่องบรรณาการที่เราต้องการที่แท้จริงก็คือ เราต้องการให้ท่านอุทิศ
ส่วนบุญกุศลมาให้”^๑

“ฉะนั้น... ขอท่านจงเข้าไปสู่เมือง แล้วถวายทานกับภิกษุสงฆ์
สาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มีพระสารีบุตรและพระโมคคัลลานะ
เป็นประมุขแล้วอุทิศส่วนกุศลนี้ให้แก่เรา นั่นจึงได้ชื่อว่าเป็นการบรรณาการเรา
อย่างแท้จริง คือเราจะได้เครื่องบรรณาการที่เราจะได้จริง ๆ”

**การอุทิศส่วนกุศลนี้แหละ คือการบูชาท้าวเวสสุวรรณตามหลัก
พุทธศาสนา** แต่การทำรูปเหรียญ สร้างรูปเคารพของท้าวเวสสุวรรณ
ขึ้นมาแล้วไปจุดธูป จุดเทียน กราบไหว้บูชา นั่นคือการทำการบูชา
ที่ผิดพลาด เป็นการสื่อให้เห็นถึงการขาดความเข้าใจ ขาดความรู้
ในคำสอนของพระพุทธศาสนาอย่างมากในสังคมเราที่เป็นแบบนี้
แล้วเมื่อเราทำไปด้วยการขาดความรู้ความเข้าใจ ก็จะตกไปอยู่ในด้าน
ความมกมายแน่นอน จึงอยากจะแนะนำกันไว้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) มาตาสูตฺร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๓ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๕
อังคุตตรนิกาย สัตตก-อัฐก-นวกนิบาต

พระอาจารย์จาวุฒโน ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันเสาร์ที่ ๒ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๔๕ นาที)





การนับถือเทพ พญานาค เป็นส่วนหนึ่งของพระพุทธศาสนาไหม ?

พุทธศาสนาสอนให้เราเคารพกันระหว่างมนุษย์กับมนุษย์
มนุษย์กับมนุษย์เคารพกันได้บุญกุศล ได้คุณงามความดี

ถ้ามนุษย์เคารพเทพ ?

อันนี้ พระพุทธเจ้าทรงไม่ได้สอน เพราะว่าเทพทั้งหลาย โดยเฉพาะ
องค์สักกเทวราช (พระอินทร์) ได้กราบทูลต่อพระพุทธองค์ว่า...

“สาธุพระเจ้าข้า หากมนุษย์เหล่าใดเป็นผู้ประพฤติดีชอบในศาสนา
ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นผู้มีศีล เป็นผู้เลี้ยงดูมารดาบิดา (และภรรยา)
เป็นผู้ที่ทำความดีที่เป็นคุณงามความดีของสิ่งต่าง ๆ ในโลกนี้ ข้าพเจ้าขอนอบน้อม
มนุษย์ผู้นั้น”^๑

เทวดาอยู่บนสวรรค์จะไหว้คนที่ประพฤติดีในโลกมนุษย์นี้ ฉะนั้น
มนุษย์เราควรจะสร้างศักยภาพตัวเองให้เทวดากราบไหว้ ไม่ใช่ไปจำนน
ตนเองให้ต่ำกว่าเทวดา แล้วกราบไหว้เทวดา

เพราะอะไรรู้ไหม ?

เพราะมนุษย์เรามีศักยภาพเหนือกว่าความเป็นเทวดา

การจะไปเป็นเทวดาก็ต้องทำความดีจากการเป็นมนุษย์นี้จึงจะ
ได้ไปเป็น ไม่ใช่จู้ ๆ จะไปเป็นเลยด้วยฤทธาภาพ หรือภาวะบางอย่าง

ที่บังเกิดขึ้นด้วยอำนาจของตนไม่ใช่แบบนั้น การทำความดีเท่านั้นจึงจะ
ได้ไปเป็นเทวดา และบำเพ็ญคุณงามความดีเพิ่มขึ้นไปอีก ก็ไปเป็นพรหม

นาค^๒ คือ เจริญงาน ส่วนหนึ่งอยู่กึ่งเทพ กึ่งเจริญงาน

กึ่งเทพคือ คุณงามความดีที่ทำในขณะที่เป็นมนุษย์นี้ ส่งผลให้เขา
ได้รับภาวะอันเป็นทิพย์

กึ่งเจริญงานคือ ได้ประพาสผิติดเหมือนกัน ทำดีก็ทำ แต่ทำไม่ดี
ก็ทำ คือปนเปกันไปหมด ผลก็เลยปนเปไปอย่างนี้ทั้งเจริญงาน ทั้งอำนวยการ
ในส่วนของสุคติ คือภาวะเป็นทิพย์ ด้วยสมบัติอันเป็นทิพย์ ด้วยบุญกุศล
ส่วนนั้น

ฐานะของสัตว์เจริญงานต่ำกว่ามนุษย์

ถ้าจะเทียบกันมนุษย์สูงส่งกว่า ฉะนั้นถ้ามนุษย์ไปกราบไหว้
นาคราชก็เท่ากับว่า จ้านนตนเองลงไปให้ต่ำกว่าความเป็นสัตว์เจริญงานอีก
แล้วเคารพเขา

แต่เราสามารถอุทิศบุญให้ได้ใช่ไหม ?

ได้...

อันนี้คือข้อสำคัญมาก ที่ฐานะชาวพุทธเราควรที่จะเข้าใจ
ให้ถูกต้องว่า เมื่อเรารู้ว่ามีเขาอยู่ เราก็ไม่ได้ปฏิเสธว่าในความมีเขานั้น
ที่เขามีความเกี่ยวข้องกับมนุษย์ วิธีการปฏิบัติต่อเขาอย่างถูกต้อง
คือ อุทิศบุญให้เขา ไม่ใช่การไปเคารพสักการะกราบไหว้

คำว่า “บูชา” ในพระพุทธศาสนาหมายถึงว่า การทำดีต่อกัน ในภพชาวนิพพาน ด้วยการอุทิศบุญให้

ไม่ใช่ไปทำดีโดยการกราบไหว้เขา มนุษย์กับมนุษย์กราบไหว้กันได้
เคารพกันยังได้บุญกุศลเพิ่มพูน แต่ไปกราบไหว้อย่างนั้นไม่เกิดบุญ

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) ปฐมสังกนมนัส สุตที่ ๘ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๕ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๗
สังยุตตนิกาย สคาถวรรค ข้อ ๙๓๐



๒) เรื่อง นาคแปลงกายเป็นมนุษย์มาขอบวช พระไตรปิฎก เล่มที่ ๔ พระวินัยปิฎก เล่มที่ ๔
มหาวรรค ภาค ๑

พระอาจารย์จรัสวณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันเสาร์ที่ ๑๓ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๓๘ นาที)





มารดา บิดา ยึดติดพิธีกรรม และเครื่องรางของขลัง ควรอธิบายอย่างไรดี ?

เราต้องเข้าใจว่า... การเติบโตขึ้นของคนที่เกิดมาแต่ละยุคนั้น เขาได้มาพบพระพุทธศาสนาในช่วงเวลานั้น และถูกสอนเรื่องราวของพระพุทธศาสนาแบบนั้น

เมื่อเรื่องราวของพระพุทธศาสนาถูกสอนแบบนั้น การยึดถือ การเชื่อ การสืบทอด การทำตาม จึงเป็นการทำตามแบบถูกสอนด้วยอิทธิพลของจารีตประเพณี ขนบธรรมเนียม ซึ่งถือว่าเป็นศาสนาของคนในอดีต ที่ตอบสนองต่อความต้องการของคนในอดีต

แต่ถ้าจะเทียบกับคำสอนที่พระพุทธองค์ตรัสสอนแล้ว
สิ่งเหล่านี้ไม่ได้เข้ากับหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า

แต่เราก็ต้องเข้าใจว่า... ศาสนาที่ถูกออกแบบมาในยุคนั้น และทำให้คนยึดถืออย่างนั้นก็จำเป็นอย่างมาก ที่ความรู้สึกที่ถูกผูกติดแล้ว จะไปวางทันที จะไปเปลี่ยนทันที จะไปพลิกทันทีจึงเป็นของยาก นี่แหละ การยึดติดใด ๆ ก็ตาม จะออกจากสิ่งที่ยึดติดไม่ใช่เรื่องง่ายเลย เป็นสิ่งที่ยากมาก ฉะนั้น ค่อย ๆ ใช้เหตุผล และค่อยทำความเข้าใจ

ตั้งศรัทธาให้กับพระพุทธเจ้ามาก ๆ

ตั้งศรัทธาให้กับคำสอนของพระพุทธองค์ให้มาก

ตั้งศรัทธาให้กับพระอริยสงฆ์ ผู้ซึ่งเป็นผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ

แล้วท่านพาเราไปอย่างไร เราควรทำอย่างนั้น ในความหมายก็คือ เอาสงฆ์สาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้ซึ่งปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ เช่น พระสารีบุตร พระโมคคัลลานะ พระมหากัสสปะ พระอนนฺตฤทธะ พระอานนท์ พระอุบาลี ฯลฯ มาดูว่า ท่านเหล่านั้นได้ดำเนินตามปฏิปทาทางพระพุทธศาสนาตามที่พระองค์สอนไหม ? ได้ทำแบบที่พวกเราทำอยู่ในเวลานี้ หรือเปล่า ?

นั่นหมายถึงว่า พระอาจารย์เองก็กำลังจะดึงเอาเรื่องราวของพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นปฏิปทาของพระอริยสงฆ์สาวกแต่ครั้งพุทธกาลนั้น นำมาบอกพวกเรา เพื่อที่จะทำให้พวกเราได้เข้าใจ เกิดการตื่นรู้

ในลักษณะพระพุทธศาสนา ที่เราเคยสืบทอดมาทางด้าน ขนบธรรมเนียมประเพณี และพิธีกรรม ซึ่งเป็นอิทธิพลของจารีตที่ครอบงำใจเราอยู่ แล้วอิทธิพลเหล่านี้ที่ครอบงำใจเราอยู่นี้ จะทำให้เราสลัดออกจากการยึดถือในแบบวิธีการต่าง ๆ เหล่านั้นไม่ได้ เมื่อสลัดออกไม่ได้ จึงเกิดการผูกติดและพัวพันอยู่

พระอาจารย์จึงบอกว่า... ศาสนาที่เต็มไปด้วยอิทธิพลของจารีตประเพณีและพิธีกรรมนั้น ไม่ได้ช่วยทำให้เราเข้าไปถึงอิสรภาพทางใจ

แต่สิ่งนี้เป็นเครื่องพัวพันการทางใจที่ผูกติดเราอยู่ แล้วทำให้เราไม่เข้าไปถึงการปล่อยวางอย่างแท้จริง ดูสิว่าสิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เราผูกติดอยู่ในเรื่องราวเหล่านี้ เรายังปล่อยวางไม่ได้ แล้วเราจะดำเนินไปสู่หลักการทางพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นหลักการของการปล่อยวาง อันเป็นตัวกายตัวใจ ซึ่งคือตัวฉันท์ คือตัวเราทั้งหมด เราจะปล่อยวาง ได้อย่างไร ?

ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่นอกกาย นอกใจเรา

ฉะนั้น ต้องเข้ามาสู่หลักการและเหตุผล

การที่พระอาจารย์ได้นำเรื่องราวเหล่านี้ออกมาพูด ออกมาสอน ออกมาอธิบาย เพื่อที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอะไรบางอย่างให้ศาสนาเรา กลับมาเป็นศาสนาที่ควรจะเป็นศาสนาที่มีคุณค่าทางด้านการปฏิบัติ ให้มากที่สุด

ถ้าหากศาสนาที่ถูกปฏิบัติเพียงแค่ขนบธรรมเนียมประเพณี และ พิธีกรรมที่เราทำกันมานั้น ศาสนาที่ถูกสืบทอดไปนี้จะเกิดการเสื่อม และ มันเสื่อมแล้ว จนที่เราก็มารู้ตัวเองว่า ศาสนาเราเสื่อมอย่างไร ?

“แท้ที่จริงแล้ว ศาสนาเสื่อมเพราะขาดการปฏิบัติในหลักการ อันเป็นแก่นสารสาระทางศาสนา แล้วไม่ได้เป็นการพัฒนาตัวเราให้มี สติปัญญา”

เราต้องเข้าใจอย่างนี้ว่า การที่เราได้เข้ามานับถือพระพุทธศาสนา เราควรจะรู้ว่า พระพุทธศาสนาให้อะไรกับเรา แล้วเราควรจะได้รับอะไร จากศาสนาที่เรากำลังนับถืออยู่

“ลักษณะของพระพุทธศาสนานี้ เป็นศาสนาแห่งปัญญา”

สิ่งที่เราควรจะได้จากศาสนา ก็คือปัญญา แล้วสิ่งที่ศาสนา ควรจะให้กับเรา ก็คือปัญญาเช่นเดียวกัน

ฉะนั้น... อะไรก็ตามที่ไม่ใช่ตัวปัญญา ไม่ใช่หลักคำสอน ไม่ใช่
ตัวปฏิบัติ ที่เป็นเพียงแค่อธิพลของจารีตประเพณี ไม่ได้ก่อให้เกิดปัญญา
ภายในชีวิตเราที่เราจะรู้ธรรมตามความเป็นจริงได้... **จงวางออก สลัดออก**
ถึงแม้จะเปลี่ยนแปลงได้ยากหรือทำได้ยาก ให้ค่อย ๆ ปฏิบัติ
ในหลักการที่พระอาจารย์แนะนำ เดียวการปฏิบัติใหม่จะไปถ่ายเท
การยึดถือเก่า จะค่อย ๆ ออกห่างออกมาเรื่อย ๆ เรื่อย ๆ

คนรุ่นเก่าก็เป็นอย่างนี้เกือบจะทั้งนั้น

พระอาจารย์เองก็มีแม่ซึ่งผูกติดกับประเพณีค่านิยมเก่า ๆ
โบราณโบราณ กว่าจะดึงออกมาได้ก็ไม่ใช่ง่าย แต่พอดึงมาแล้วท่านพึงจะรู้ว่าการ
ปฏิบัติในหลักการนี้ทำให้ท่านได้เกิดความรู้ใหม่ มุมมองใหม่ และก็เป็น
พระพุทธรูปศาสนาที่ทำให้ท่านเกิดมีสติปัญญาในชีวิตปัจจุบัน ซึ่งไม่ได้
เป็นแบบเก่า ทำให้ท่านมีการเจริญเติบโต และพัฒนาทางจิตทางใจ
ที่เต็มไปด้วยปัญญา

ก็อยากจะฝากตรงนี้ไว้

พระอาจารย์จาวุฒโน ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
และ พระอาจารย์คุณวโร ภิกขุ (พระอาจารย์พนมพร)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live วันเสาร์ที่ ๙ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๗.๔๔ นาที)



สิ่งปลูกเสกทั้งหลาย ...

เป็นความมกมาย ที่บุคคลผู้โง่เขลายึดติด

ผู้ตื่นรู้กับความจริงแห่งสัจธรรม

จะยอมรับเอา “พระรัตนตรัย” ไว้เป็นเครื่องนำทางชีวิต





การกรวดน้ำ ถูกต้องตามหลัก ของพระพุทธศาสนาไหม ?

จากความเชื่อ นำมาสู่การยึดถือว่าเป็นจริง

และความเชื่อที่ถูกยึดถือว่าเป็นจริง

นี่คือความผิดพลาดทางด้านพุทธศาสนาเรา ที่ไม่ได้ถูกบอกสอนให้เข้าใจ แล้วความผิดพลาดที่ถูกยึดถือว่าเป็นจริงอย่างนี้ ทำให้ลักษณะของพระพุทธศาสนา ไม่ได้ถูกรับรู้ทางด้านแก่นสารสาระที่เป็นตัวคำสอนจริง ๆ และทำให้พระพุทธศาสนาเราอ่อนแอ

ความเชื่อเรื่องของการกรวดน้ำ

ขอให้เข้าใจว่า “นี่เป็นคติของพราหมณ์”

เพราะพราหมณ์เขาเชื่อว่า น้ำคือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เป็นของบริสุทธิ
สามารถสื่อถึงโลกวิญญานได้

แต่จริง ๆ แล้ว น้ำจะไปสื่อถึงโลกวิญญานไม่ได้เพราะมันคือ น้ำ
เพราะจิตวิญญานคือจิตวิญญาน น้ำคือน้ำ น้ำไม่ใช่สิ่งที่มีจิตวิญญาน
น้ำเป็นแค่วัตถุธาตุอย่างหนึ่ง

สิ่งที่จะสามารถสื่อถึงโลกวิญญานได้ คือจิตเราเองกับดวงจิต
ที่ละชีวิตไป สามารถสื่อถึงกันได้ใจเชื่อมต่อกันระหว่างใจ แล้วอุทิศบุญทางใจนี้
ส่งผลไปให้ใจอีกดวงหนึ่ง

บุญก็เป็นนามธรรม ใจก็เป็นนามธรรม
ผู้รับส่วนบุญในภพต่อไป ก็เป็นนามธรรม

ส่วนน้ำเป็นวัตถุ จะไม่สามารถเชื่อมต่อถึงนามธรรมคือจิตใจได้
บุญอันเป็นนามธรรมก็ไม่สามารถเกาะอยู่กับวัตถุ แล้วจะส่งต่อไปถึง
จิตอันเป็นนามธรรมในโลกหน้าได้ แต่ใจเราที่นึกถึงใครก็ตามกระแสนบุญ
ก็จะไปตามกระแสแห่งการระลึกนั้น

ฉะนั้น การอุทิศบุญทางใจ
จึงเป็นวิธีการทางพระพุทธศาสนา^๑

การกรวดน้ำเป็นความเชื่อที่แทรกเข้ามาในภายหลัง
ขอให้เข้าใจอย่างนี้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^๑ สารีปุตตเถรมาตุเปติวัตถุ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๖ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๘
ขุททกนิกาย วิมาน - เปตวัตถุ เถร - เถรีคาถา

พระอาจารย์จารุณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันเสาร์ที่ ๑๓ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๕๙ นาที)





การสักยันต์มีพุทธคุณ ตามที่กล่าวอ้างไหม ?

พุทธคุณในลายสักไม่มีอยู่จริง

เป็นเพียงแต่อำนาจภาพที่อ้างอิงกับพุทธคุณให้เกิดอำนาจภาพ โดยการอิงอาศัยบทพุทธคุณนั้นเสกขึ้นมาให้เกิดมีอำนาจภาพ เรียกว่า เป็นพุทธคุณเทียม คือสิ่งนี้เกิดการเสกไม่ใช่พุทธคุณแท้

“พุทธคุณแท้” เกิดจากความเป็นจริงหรือสัจจะ”

ไม่ได้เกิดจากการเสก

ฉะนั้น การที่อ้างบทพุทธคุณไปสวดหรือเสกขึ้น แล้วจะเกิดอำนาจพอนั้นขึ้น เป็นอำนาจภาพด้วยเวทย์คาถาในพิธีกรรมอันนั้น รวมไปถึงเรื่องพระเครื่องทุก ๆ กรณี เพราะนั่นเป็นความเข้าใจผิดของคน และเราถูกปลูกฝังให้เชื่ออย่างนั้นว่าเป็นจริงว่า... พุทธคุณจะอยู่ในนั้น สิ่งนี้จัดเป็น *ลัทธิพตปราชัย* และไม่นับเนื่องในความเป็นพระรัตนตรัย

บุคคลผู้ยึดถืออย่างนั้น ทำให้ไตรสรณคมน์ขาด และก็เป็นผู้หลุดออกจากศาสนาโดยที่ไม่รู้ตัว

เมื่อเราถูกบอกให้เชื่อว่าเป็นอย่างนั้น แล้วเราก็ตอบโดยไร้การพิสูจน์ หรือไร้การตั้งคำถามที่จะค้นหาความจริง และความรู้ในเรื่องเหล่านี้ให้ถูกต้อง... เมื่อเราไม่ได้ตั้งคำถามแล้วนำไปสู่การแสวงหาความรู้

และความจริง ความเชื่อจึงกลายเป็นความมกมายที่ถูกผูกติดกับวิถี
วัฒนธรรมของชาวพุทธ

วัฒนธรรมเหล่านี้เกิดมาได้ไม่กี่ปี...

“แต่หลักคำสอนของพระพุทธเจ้ามีมา ๒,๕๐๐ กว่าปี
ซึ่งเกิดจากพื้นฐานแห่งความจริง หรือสัจจะที่แท้”

และสิ่งเหล่านั้นไม่ได้มีความเชื่อมโยงกับพระเครื่องเลย พระ
เครื่องเป็นแค่เพียงอ้างเอาคุณที่แท้จริงที่มีอยู่ ไปใช้ในรูปแบบของวัตถุ
ซึ่งความเป็นพระพุทธรูปคุณไม่ใช่วัตถุ แต่เป็นนามธรรม

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑ พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม ข้อ ๓๐๓

พระอาจารย์จ้าวรณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเกียงวนา
วันอังคารที่ ๙ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๒๔ นาที)





การดูหมอ ดูดวง มีอยู่ในพระพุทธรศาสนาไหม ?

การดูหมอดูดวง มีมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล

เมืองอินเดียในเวลานั้น ก็มีการพยากรณ์ทางศาสตร์ของ
โหราศาสตร์ไว้อยู่ แม้พระราชาก็ต้องมีโหราศาสตร์เพื่อทำนายทายทัก
นิมิต หรือเรื่องราวบางประการที่เกี่ยวกับบ้านเมือง เกี่ยวกับบุคคล ซึ่งเป็น
กิจวัตรที่ต้องเรียกโหราจารย์ไปถาม... “เราฝันแบบนี้จะเกิดเหตุอะไร ?
วันนี้มีเหตุอะไรที่นำมาสู่การที่จะให้บ้านเมืองไม่สงบสุขอยู่ไหม ?” ก็ถาม
โหราศาสตร์ในหลาย ๆ เรื่อง

ฉะนั้น การดูดวง ดูหมอ ก็ไม่ต่างจากกษัตริย์ในอดีต
ซึ่งพระพุทธองค์ไม่เคยห้ามกษัตริย์เหล่านี้

พระองค์ตรัสไว้ว่า...

สิ่งที่นักดูหมอหรือดูดวงทั้งหลาย ไม่สามารถล่วงรู้เรื่องราว
ที่จะเกิดขึ้นกับบุคคลนั้นได้ คือเขาอาจจะสามารถทราบได้ว่าจะเจอเหตุ
อย่างนี้ เจอเรื่องราวแบบนี้ เจอสิ่งที่ไม่ดีในชีวิต ประสบความสำเร็จ
หรือล้มเหลว เขาสามารถล่วงรู้ได้ด้วยศาสตร์ของโหราศาสตร์อันนั้น

แต่พระองค์ทรงบอกว่า...

**“เขาจะไม่สามารถล่วงรู้ว่
เหตุที่จะนำมาซึ่งผลอย่างนี้มาจากไหน”**
เขารู้แต่เรื่องราว แต่เหตุคืออะไรเขาไม่รู้

ซึ่งพระองค์ทรงรู้เหตุ เมื่อพระองค์ทรงรู้เหตุว่ากรรมชนิดไหนนำมา
ก็สอนในวิธีที่จะแก้เหตุ โดยการแก้กรรมนั้นอย่างถูกต้อง

แต่นักโหราศาสตร์จะไม่ได้แก้กรรมอย่างถูกต้อง อาจจะแก้เรื่องราว
แบบเฉพาะหน้า คือขจัดปัดเป่าด้วยวิธีการบางอย่าง แต่การขจัดปัดเป่า
เราก็ต้องเข้าใจว่า เป็นแค่การเป่าออกไป สิ่งนั้นไม่ได้หายไปจริง ๆ ด้วย
การเป่าออกแต่ก็ยังมียู่ สุดท้ายมันก็จะวนกลับมาเหมือนเดิม แล้วเป่าใหม่
สุดท้ายก็ยังมีเหมือนเดิม วนกลับมาเหมือนเดิม

ส่วนการแก้เหตุตามที่พระองค์ตรัสไว้ แก้ที่เหตุได้ คือหยุดเรื่องนั้น
อย่างถาวรไม่กลับมาอีก

พระอาจารย์จาวนโน ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันอาทิตย์ที่ ๙ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๐๑ นาที)





เบอร์ดมงคล มีผลต่อชีวิตจริงไหม ?

มี... ถ้าเราใส่ใจกับเรื่องนี้ก็มีผล

**ถ้าจิตเราอยู่เหนือสิ่งเหล่านี้ก็ไม่มีผลอะไร
กับบุคคลผู้มีจิตอยู่เหนือสิ่งเหล่านี้**

แต่ถ้ารู้สึกกังวลใจก็เปลี่ยนได้ ไม่เป็นไร อย่าให้ความกังวลใจ
มาเป็นปัญหากับเรา บางครั้งจึงจกตกก็บอกให้ฟังหน่อย เหมือนกันคนตก
ก็เปลี่ยนได้ ไม่เป็นไรหรอก แต่อย่าถือผิดเท่านั้นเอง

คำว่า ถือผิด นี่คืออะไร ?

**คำว่า “ถือผิด” คือยึดถือสิ่งนั้นว่าเป็นมงคล จนลืมนงคล
ในพระพุทธศาสนาที่แท้จริง**

พระอาจารย์จาวรุณ โภกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันเสาร์ที่ ๒ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๔๐ นาที)



บุคคลผู้ยึดถือ “เอาสิ่งที่ไม่เป็นสาระว่าเป็นสาระ”
ย่อมไม่สามารถหลุดพ้นจากทุกข์ได้
บุคคลผู้ยึดถือ “เอาสิ่งที่เป็นสาระว่าเป็นสารถนั้น”
จึงจะพ้นทุกข์ได้
... นี่คือนสิ่งที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ ...





การปล่อยปลาถูกต้องตามหลัก พระพุทธรศาสนาไหม ?

เรื่องนี้ต้องบอกว่า...

สิ่งนี้เป็นภาพสะท้อนวิถีชาวพุทธ ในการเชื่อถือแก่มุมมืด ๆ จนนำไปสู่ **ลัทธิพตปราชญ์** ซึ่งเป็นลัทธิพตปราชญ์หรือลัทธิพตอย่างหนึ่งเหมือนกัน ...เรื่องราวจริง ๆ มาจากลูกศิษย์ของพระสารีบุตรที่ชื่อว่า **ติสสะสามเณร** จะมีอายุได้แค่ ๗ ปี แล้วไปปล่อยปลา ปล่อยสัตว์ที่ติดแล้ว (กับดักสัตว์ชนิดหนึ่ง) ให้เป็นอิสระ แล้วเณรก็อายุยืนนาน เรื่องราวเป็นมาอย่างนี้

ทีนี้จากเรื่องราวกลายเป็นค่านิยมทางความเชื่อ

คือเชื่อแบบถือเคล็ดถือกลาง ถืออะไรบางอย่างที่เชื่อว่า การปล่อยนก ปล่อยปลา ปล่อยสัตว์เหล่านี้จะช่วยส่งเสริมชีวิตเรา เช่น

ปล่อยปลาไหล เงินทองก็จะไหลมาเทมา

ปล่อยปลานิล ทรัพย์สินเงินทองก็จะเพิ่มพูน

ปล่อยปลาช่อน อะไรที่ปิดบังซ่อนเร้นก็จะได้ถูกเปิดเผยออกมา

ปล่อยตะพาบน้ำ ชีวิตก็จะราบเรียบอยู่เป็นสุข เจ็บไข้ได้ป่วย ก็จะไม่ มี อายุยืนนาน

สิ่งเหล่านี้นำไปสู่ลัทธิพตปราชญ์

ทีนี้เรามามองว่า วิถีอย่างนี้เป็นการส่งเสริมพุทธพาณิชย์มากกว่า เพราะที่มาของสัตว์เหล่านี้ ได้มาจากการตระเวนไล่จับสัตว์เหล่านี้มา

จะให้ปล่อยจริง ๆ คือคนที่ไปไล่จับมานั่น เอาไปปล่อยเถอะอย่าเอามา
ตั้งค่าราคาในการขายให้กับผู้ใจบุญ หรือหวังอาศัยผู้ใจบุญมาปลดปล่อย
ซึ่งการปลดปล่อยเหล่านี้ไม่มีผลมากเท่าไร แต่เป็นการสร้างธุรกิจบางอย่าง

ถ้าพูดอย่างนี้ อาจจะขัดแย้งกับวิถีที่เป็นอยู่ในเวลานี้
เพราะส่วนมากเราก็จะเจอกันในวัด มีทำน้ำเตรียมไว้ให้เรียบร้อย
ทำบุญเสร็จก็ปล่อยกันหน่อย

เราอย่าลืมว่า... การที่มีคนไปจับสัตว์เหล่านั้นมาขังไว้ เขาขาด
อิสรภาพแล้วตั้งแต่แรก แล้วการปลดปล่อยไม่ได้ปลดปล่อยอิสรภาพ
เพราะเราไม่รู้ว่าสัตว์เหล่านั้นที่ถูกจับมา จะคืนไปสู่ธรรมชาติโดยปกติ
ได้หรือเปล่า และการทำอย่างนั้นถือว่าเป็นการส่งเสริม และทำให้
พุทธพาณิชย์ด้านนี้มีอยู่ในสังคมไทย และเป็นค่านิยมที่ได้รับความนิยมกัน
อย่างสูงมากในประเทศไทยเรา

พระอาจารย์จาวรุดโน ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเกียรติวนา
วันเสาร์ที่ ๙ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๑๔ นาที)



การเชื่อกรรม เชื่อผลของกรรม

ในทางพระพุทธศาสนาไม่ได้หมายรวมไปถึงฮวงจุ้ย
(อันเป็น) ศาสตร์ของจีน คนละส่วนกัน

เราต้องเข้าใจ คือแยกแยะตรงนี้ให้เข้าใจว่า...

“สัมมาทิฐิ” ในความหมายที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้นี้

เป็นการสอนให้เราได้มองชีวิตตามเหตุปัจจัยจริง ๆ

ไม่ใช่มองชีวิตตามความเชื่อที่ผูกไว้กับพลังอำนาจวิเศษ พระผู้เป็นเจ้าของ
การดลบันดาล อิทธิฤทธิ์ และปาฏิหาริย์ใด ๆ

สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่มนุษย์ต้องเข้าใจว่า...

ชีวิตเราไม่ได้ขึ้นตรงต่อการบันดาลของใครผู้ใด เทพเจ้า หรือ
พระอิศวร แต่ชีวิตเราขึ้นตรงต่อกฎแห่งกรรม คือขึ้นตรงต่อการกระทำ
ของเราเอง นั่นหมายถึงว่า...

**“เราจะได้รับสิ่งใดก็ตามที่อำนวยผลในด้านดีหรือด้านร้าย
ล้วนแล้วแต่มีเหตุมาจากการกระทำของเรา”**

สัมมาทิฐิ สอนให้เราเชื่อตรงนี้

ส่วนเรื่องของฮวงจุ้ยนั้นเป็นศาสตร์ เป็นความรู้ เป็นหลักการของการดูพื้นที่ ดาราศาสตร์ดูพื้นที่ ดูลักษณะ ก็เป็นเรื่องปกติอยู่แล้ว การปลูกบ้านสร้างเมือง การสร้างถื่นฐาน การลงหลักปักฐานต่าง ๆ เขาก็ต้องดูที่ดูทางให้เหมาะสมกับสภาพอากาศ กับสถานที่ ที่จะเกิดภัยพิบัติอะไรตรงนี้รู้เปล่า? ทำตรงนี้แล้วจะเกิดโทษไหม?

แม้แต่การจะสร้างกฎเองก็ตาม

พระพุทธเจ้าทรงบอกว่า... ภิกษุรูปใดก็ตามจะสร้างกฎขึ้นที่ใด ๆ ก็ตาม ต้องให้ภิกษุสงฆ์ไปแสดงพื้นที่หรือตรวจสอบพื้นที่ว่า เป็นพื้นที่ที่เหมาะสมแก่การสร้างกฎหรือไม่ มีสัตว์ร้ายไหม เป็นที่ที่มีเจ้าของหรือเปล่า ถ้าไปทำกฎตรงที่มีสัตว์ร้าย สัตว์เลื้อยคลานเข้า ๆ ออก ๆ อยู่ ก็จะได้รับโทษได้รับความเสียหาย

แม้แต่ในครั้งก่อน ๆ หลวงปู่มั่นก็กล่าวสอนลูกศิษย์ว่า...

เวลาไปปักกลดต้องดูให้ดี ไปปักกลดที่ทางช้างเดินผ่านเตี้ยช้างก็มาเหยียบตาย หรือทางเสือผ่านก็ถูกมันขย้ำกิน เป็นต้น

มันเป็นลักษณะการดูที่ดูทาง เป็นความรู้ เป็นหลักการ
ไม่เกี่ยวกับความเชื่อเรื่องการที่จะไปเปลี่ยนแปลงกรรม
คือ ถ้าเราเชื่อกรรม เชื่อเรื่องผลของกรรมอยู่แล้ว
ไม่เป็นปัญหาหรอก

การใช้หลักฮวงจุ้ยเข้ามาเป็นส่วนเสริม เป็นความรู้ที่เราไม่ได้ศึกษา ไม่ได้เรียนรู้ เราก็ต้องเอาส่วนนี้ เอาคนที่มีความรู้มาใช้ประโยชน์ ถ้าเรามุ่งที่จะใช้ประโยชน์แล้ว ไม่ผิดหรอก เราไม่ได้ตั้งความเชื่อว่าทำฮวงจุ้ย

อย่างนี้แล้วชีวิตเราจะดีแบบนั้น เราจะได้แบบนี้... ไม่ใช่ลักษณะอย่างนั้น
เพราะเรารู้ดีอยู่แล้วว่า...

ทางพุทธศาสนาเราเน้นเรื่องการเชื่อกรรม
การเชื่อผลของกรรม
ชีวิตเราจะดี ก็ดีด้วยกรรม
ไม่ดีก็เพราะกรรมที่เราทำ ไม่ได้มาจากเหตุอื่น

พระอาจารย์จาร์วณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันเสาร์ ที่ ๓ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๐๖ นาที)





พิธีขึ้นบ้านใหม่ จำเป็นไหม ?

พิธีขึ้นบ้านใหม่

ไม่ได้มีตามหลักการทางพระพุทธศาสนา

แต่มีเรื่องราวที่สืบมาจากครั้งที่ สุนิธะอำมาตย์ กับ วัสสการะพราหมณ์ ตามพระสูตรที่เรียกว่า **ปาฏลิกามิยสูตร** ในคราวที่พระองค์รับนิมนต์ไปทำบุญในโอกาสที่สุนิธะอำมาตย์ และวัสสการะพราหมณ์สร้างเมืองใหม่

พระองค์ก็ตรัสกับอานนท์ว่า...

“ดูก่อนอานนท์ เมืองใหม่ที่ถูกสร้างขึ้นจะมีเทวดาเข้าสถิตตามฐานะ ตามยศของเทวดาชั้นสูง ชั้นปานกลาง และชั้นต่ำ เข้าสถิตตามศักดิ์ของอำมาตย์ผู้มีศักดิ์ใหญ่ ศักดิ์ปานกลาง และศักดิ์ต่ำ เทวดาเหล่านี้เข้าสถิตเพื่อหวังพึ่งบุญจากมนุษย์ ที่มนุษย์ได้เข้ากระทำความบุญและอุทิศบุญกุศลนี้ไปให้เขา”

วิธีการและหลักการที่สืบเนื่องมาจากการทำบุญขึ้นบ้านใหม่ ก็คือ นิมนต์พระภิกษุเข้าไปที่อยู่อาศัยที่สร้างขึ้นใหม่นั้น ถวายทานแล้วอุทิศบุญให้เทวดาที่สถิตเหล่านั้น

นี่คือหลักการที่มีมาในพระพุทธศาสนา

พิธีกรรมนอกจากนี้ ไม่ใช่สิ่งที่พระพุทธองค์ตรัสสอนไว้

ฉะนั้น... ให้เราพยายามคงหลักการที่พระองค์ทรงพาทำมา และตัดพิธีกรรมทั้งหมดออกไป ก็จะต้องตามหลักการทางพระพุทธศาสนา หากเราหาพระ หรือครูบาอาจารย์ที่อยู่ใกล้ไม่ได้เลย ก็อาศัยมารดา บิดาได้ ขอให้ท่านเจตนางดเว้นในสิกขาบท ๕ ประการไว้ แล้วก็ให้ผู้ทรงศีลนั้นเป็นผู้อาศัยบ้านเรือน แล้วถวายทานอุทิศให้กับเทวดาก็ยังได้บุญ ไม่จำเป็นต้องมีพิธีกรรมอะไรทั้งสิ้น

บอกพ่อแม่เลยว่า...

“แม่ พ่อ วันนี้ขอ ๑ วันนะ ตั้งเจตนางดเว้นสิกขาบท ๕ ประการขอวันเดียว ขอให้เป็นที่ตั้งแห่งการทำบุญของลูกด้วยนะ”

ขออย่างนี้เสร็จสิ้นแล้ว

แม่หรือพ่อจะทำอะไรก็ได้แต่หลังจากนั้น

แต่วันนั้นขอให้ท่านรักษาศีลให้หน่อย แล้วก็ทำบุญกับท่านได้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) เรื่อง สุนิธะวัสสการะมหาอำมาตย์ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๕ พระวินัยปิฎก เล่มที่ ๕
มหาวรรค ภาค ๒

พระอาจารย์จาวรุดน ภิภุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันอาทิตย์ที่ ๒๔ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๔๙ นาที)



พระอาจารย์พนมพร :

“ศีลพพตปรามาส” หมายถึงการประพฤติดีศีล หรือที่เรียกว่า
ศีลพรด

คำว่า พรด หมายความว่าเป็นอย่างไรร ?

พูดง่าย ๆ คือการประพฤติกการปฏิบัติทุกอย่าง ที่เราเข้าใจว่า
จะพาไปถึงความพ้นทุกข์ แต่สิ่งเหล่านั้นไม่ใช่ มันจะเป็นพรดทั้งหมดเลย
ถ้าหากข้อปฏิบัตินั้น ๆ จะพาให้พวกเราไปถึงความพ้นทุกข์ได้ จะไม่เป็น
พรด คือจะไม่เป็น “ศีลพพตปรามาส”

ฉะนั้น การสมทานกินเจ ถือว่าเป็น “ศีลพพตปรามาส” ทั้งหมด
หรือเปล่า ? ตรงนี้ก็ต้องไปดูว่าการที่เรากินเจเนี่ยด้วยเหตุไหน ?

ถ้าหากบางคนใช้การกินเจโดยมีความเห็นว่า เนื่อสัตว์กินลงไป
แล้วจะถึงความพ้นทุกข์ได้ อย่างนี้ถือว่าเป็น **มิจฉาทิฎฐิ** ถ้าเราทานแบบมี
สัมมาทิฎฐิ การกินนี้ก็จะเป็นพรด คือมีความเห็นว่า จริง ๆ แล้ว
ทานแบบนี้ก็ไม่เกิดมรรคผลอะไรหรอก ขึ้นอยู่กับว่าเวลาที่เรากินทำอะไร
สักอย่างจะทำให้มรรคเจริญไหม หรือมรรคไม่เจริญเลยตรงนี้ ถ้ามรรค
ไม่เจริญเลยก็เป็นพรด

พระอาจารย์ตัน :

ที่นี่ก็มีที่มาที่ไปในครั้งพุทธกาล เรื่องนี้ใน *อามคันธสูตร*^๑ หรือว่า *อามคันธพราหมณ์* เป็นมูลเหตุในเรื่องของการทานเจ

เนื่องจากว่า *อามคันธพราหมณ์* เขามองว่า บุคคลผู้บริโภคเนื้อสัตว์ ได้ชื่อว่า เป็นผู้มึกลิ่นคาวติดตัว บุคคลผู้มึกลิ่นคาวติดตัวจะไม่สามารถกระทำซึ่งที่สุดแห่งทุกข์ คือดับกิเลสไม่ได้ เพราะเขามีกลิ่นคาวติดตัวอยู่ การบริโภคเนื้อสัตว์มีกลิ่นคาว คนบริโภคกลิ่นคาวย่อมเกิดกลิ่นคาวอยู่ในตัวเอง กิเลสจะหมดสิ้นไปได้อย่างไร เขาก็เลยพาลูกศิษย์ไปอยู่ในป่า กินเผือก กินผลไม้ หัวมัน อยู่ในป่านั้น

ที่นี่ในโอกาสที่การบริโภคพืชผักผลไม้ นั้น ทำให้ขาดสารอาหารบางอย่าง ก็เลยอยากจะทำมาสู่เมือง สำนวนเขาใช้คำว่า เสพรสเค็ม รสเปรี้ยว เพราะว่าในป่าไม่มีเกลือ ไม่มีเครื่องปรุงก็จะขาดสารอาหารเหล่านี้ไป

พอกลับมาอยู่ในเมือง ชาวบ้านก็ต้อนรับเพราะนั่นคือ *อามคันธพราหมณ์* นี้ว่า เป็นผู้ประพฤติเคร่งครัด เป็นผู้หมดกิเลส ไม่มีกิเลสแล้ว จะว่าเป็นพระอรหันต์องค์หนึ่งก็ได้

แต่ที่นี่ ในวันที่ *อามคันธพราหมณ์* เข้ามาสู่เมือง

พระพุทธองค์ก็เสด็จไปที่เมืองนั้นเหมือนกัน ชาวบ้านเขาก็รำลึกว่า องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเสด็จมาสู่เมืองนี้ พวกเราจงเข้าไปฟังธรรมกับพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้นเถิด

อามคันธพราหมณ์ ได้ยินชาวบ้านกล่าวขานกันอย่างนี้

ก็เลยคิดในใจว่า... ดีแล้วที่องค์พระสัมมาสัมพุทธะเสด็จมา จะได้ยืนยันการบำเพ็ญพรตของเรามา เรากินอาหารที่ไม่มีกลิ่นคาว บริโภคพืชผักผลไม้ เราจะสิ้นกิเลสได้ ฉะนั้น บุคคลผู้เป็นสัมมาสัมพุทธะ ก็เป็นบุคคลผู้ไม่บริโภคเนื้อสัตว์เหมือนกัน

คือคนที่จะเป็นพระพุทธเจ้า เขาตั้งค่าไว้ว่า คนที่จะเป็นพระพุทธเจ้า ต้องไม่บริโภคเนื้อสัตว์ ต้องไม่บริโภคสัตว์ที่มีกลิ่นคาว ถ้าบุคคลผู้ประกาศตนเองว่าเป็นสัมมาสัมพุทธะแล้ว ยังบริโภคเนื้อสัตว์อยู่คนนั้นเป็นผู้โกหก เขาก็เลยเข้าไปสู่เมือง...

ในระหว่างที่ชาวบ้านกำลังถวายเป็นภัตตาหารแด่พระพุทธเจ้า พระองค์ก็เสวยเนื้อสัตว์... อามคันธพราหมณ์ สังเกตเห็นว่าพระองค์เสวยเนื้อสัตว์

“โอ... สมณะนี้ไม่ใช่สัมมาสัมพุทธะแน่นอน สมณะนี้โกหก สมณะโล้นนี้หลอกลวงชาวบ้าน ดิฉัน เราจะทำลายกลลวงของสมณะผู้นี้ ที่มาล่อลวงชาวบ้านให้เชื่อถือนับถือตนเอง”

จึงแหวกหมู่ชนเข้าไปกล่าวท้วงว่า...

“ท่านสมณะโล้น ท่านประกาศตนเองว่าเป็นสัมมาสัมพุทธะ แต่ยังบริโภคเนื้อสัตว์อันเป็นกลิ่นคาวอยู่นี้ ท่านจะพ้นกิเลสไปได้อย่างไร กลิ่นคาวก็ติดตัวท่านไป มลทินอันเป็นกิเลสต่าง ๆ ท่านยังไม่สามารถที่จะละได้เลย แม้แต่เรื่องการกินนี้ท่านก็ยังละไม่ได้ แล้วท่านจะเป็น สัมมาสัมพุทธะได้อย่างไร ฉะนั้น ท่านอย่ามาโกหกหลอกลวงชาวบ้าน เพราะว่าท่านยังบริโภคเนื้อสัตว์อยู่”

พระองค์ก็เลยบอกว่า...

คำว่า กลิ่นคาว ท่านมุ่งหมายถึง เนื้อสัตว์ ใช่มั้ย ?

อามคันธพราหมณ์ ก็บอกว่า ใช่มั้ย...

แต่ในความหมายตามวินัยของเราตถาคตนี้...

กลิ่นคาว หมายถึง ราคะ โทสะ โมหะ ต่างหาก นั่นคือกลิ่นคาว

บุคคลใดก็ตามบริโภค ข้าวฟ่าง ลูกเต๋อย ผือก มัน พืช ผัก
ผลไม้ แต่บริโภคด้วยใจอันประกอบด้วย ราคะ โทสะ โมหะ บุคคลนั้น
ก็มีกลิ่นคาวภายในจิต ก็ไม่สามารถเข้าถึงธรรมอันเป็นที่สิ้นทุกข์ได้...

แต่หากบุคคลใดก็ตามบริโภคเนื้อสัตว์อยู่

แต่ใจปราศจากราคะ โทสะ โมหะ

ก็ไม่ได้เป็นผู้ที่มีกลิ่นคาวติดอยู่ในภายในจิต

พระองค์ตรัสอย่างนี้... อามคันธพราหมณ์ ก็เลยน่าจะเปลี่ยนจิต
รีเปลา่ไม่แน่ใจ และก็นำนับถือองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑ อามคันธสูตร อรรถกถา ขุททกนิกาย สุตตนิบาต จุฬวรรค

พระอาจารย์จาวรุดน โภท (พระอาจารย์ตัน)
และ พระอาจารย์คุณวโร โภท (พระอาจารย์พนมพร)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live วันเสาร์ที่ ๙ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๗.๓๐ นาที)





บรรดาหนทางทั้งปวงในโลกนี้...
หนทางไปสู่ความเป็นเทวดา พรหม มนุษย์
หนทางนำเราไปสู่ อสุรกาย เปต ผี ปีศาจ
หนทางทั้งหลายทั้งปวงบนโลกนี้ ในวัฏจักรที่มีอยู่
“อริยมรรค คือ หนทางอันยอดเยี่ยม”
เพราะนำเราออกจากกองทุกข์ได้ ...

๑๓

จุดรูปไว้หัวบรรพบุรุษ ควรจุดที่ดอก
ตามจำนวนบรรพบุรุษหรือเปล่า ?

รูป แปลว่า ควัน เรียกว่า รูปะ ในภาษาบาลี
ภาษาไทยเราเรียกทับศัพท์ก็คือ รูป
แปลว่า ควัน สิ่งที่ทำให้เกิดควัน สิ่งที่เป็นควัน

ในครั้งพุทธกาล... ในคราวที่พระองค์จะทรงแสดงธรรมในเวลายามค่ำ
หรือช่วงค่ำของวัน จะมีการจุดสิ่งที่เรียกว่า กายานหรือไม้จันทน์ให้เกิดควัน
เพื่อไล่ยุงไล่แมลงไม่ให้รบกวนในที่ฟังธรรม

รูป ก็คือผงไม้ที่ทำเป็นแท่งที่สามารถจุดแล้วทำให้เกิดควันในที่
บริเวณนั้น กับตามประทีป (ห่อประทีป) จุดรูป หรือจุดเทียนตามประทีป

ในกรณีนี้เขาไม่ได้จุดรูปเพื่อบูชา หรือไม่ได้จุดเพื่อสักการะอย่างใด
อย่างหนึ่ง แต่เขาจะทำเมื่อมีกิจในการไล่ยุงไล่แมลง ถ้าเป็นตะเกียงก็คือ
ให้แสงสว่าง

ฉะนั้น... ความหมายของรูป
ที่ถุคนำมาใช้ในเรื่องของการสักการะบูชานั้น
เป็นคติของพราหมณ์ ไม่ใช่คติทางพระพุทธศาสนา

เมื่อเป็นคติของพราหมณ์ เราควรจะแยกความเป็นพราหมณ์
ออกจากพุทธแล้วยึดถือหลักการของพุทธ

การที่เราจะทำการบูชามารดาบิดาผู้ละชีวิตไป ไม่จำเป็นต้องจุดธูปก็ได้ ไม่ได้เป็นปัญหา ธูปไม่ได้ส่งผลต่อสภาพความเป็นอยู่ของท่าน และไม่ได้เปลี่ยนแปลงฐานะที่ท่านดำรงอยู่ในภพภูมินั้นให้ดีขึ้นอย่างที่เราเข้าใจ

บุคคลใดก็ตามระลึกถึงอุปการะของมารดาบิดา แล้วทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้ การทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้นี้ เรียกว่า การบูชาบิดามารดาอย่างถูกต้อง

ที่พระองค์ตรัสไว้ว่า...

“บูชา ปูชะยันติ มานิตา มานะยันตินัง”

คำว่า บูชา ที่มาในพระพุทธศาสนา คือ การทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้ ไม่ใช่การจุดธูปจุดเทียนบูชา ซึ่งเรื่องนี้เราควรจะทำความเข้าใจและแยกตรงนี้ให้ออก และกลับมาสู่ความเป็นศาสนาพุทธให้ถูกต้อง

พระอาจารย์จารุณ โภทฺธิ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงแก้ว
วันเสาร์ที่ ๒๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๓๖ นาที)



เราต้องดูว่า การกระทำเหล่านี้
 มาจากรากฐานของความเชื่อ และค่านิยมที่ผิด ๆ
 แล้วความเชื่อ และค่านิยมที่ผิด ๆ อันนี้ สร้างความหวาดกลัว
 ให้อยู่กับจิตใจมนุษย์เรา และความหวาดกลัวอันนี้เป็นสิ่งที่มนุษย์ไม่เคย
 เข้าไปเรียนรู้และทำความเข้าใจว่า... เราควรจะแก้ไขความหวาดกลัว
 ภายในใจตัวเองอย่างไร ?

หากจะบอกว่า ศาสนาทุกศาสนาในโลกนี้เกิดขึ้นมาเพราะ **ความกลัว**
 ในใจของมนุษย์ มนุษย์จึงจะต้องพยายามสร้างศาสนาขึ้นมา เพื่อเป็นที่
 ยึดเหนี่ยวทำให้ความกลัวนั้นหายไป และกระทำด้วยวิธีการต่าง ๆ เพื่อให้
 ลดทอนความกลัว หรือทำให้จิตใจของเราไม่ต้องได้รับทุกข์ รับโทษ
 รับเคราะห์ รับกรรมบางอย่างในกรรมวิธีเหล่านั้น

**พุทธศาสนาเป็นศาสนาที่แตกต่างจากศาสนาทั่วไป
 ก็คือ เป็นศาสนาแห่งความกล้า**

การที่พระองค์ตรัสถึงอริยสัจข้อที่หนึ่งคือ ทุกข์ แล้วให้เข้าไปเรียนรู้
 นี่คือการกล้าหาญที่สุดในชีวิตมนุษย์ที่มนุษย์พึงกระทำ

มนุษย์ควรจะกล้าเผชิญกับความทุกข์

ฉะนั้น เรื่องราวใด ๆ ก็ตามที่เป็นความทุกข์ พระองค์ไม่เคยให้เราหนี แต่ให้เรากล้าที่จะเผชิญกับความทุกข์... เรียนรู้และเข้าใจมัน จนมี ศักยภาพและสติปัญญาสูงกว่า ในการที่จะอยู่ภายใต้อำนาจแห่งความทุกข์ที่บีบคั้น

จิตที่ประกอบไปด้วยสติปัญญาที่พัฒนาตนเองดีแล้ว จะสามารถ อยู่เหนือความทุกข์ได้ ทั้ง ๆ ที่ความทุกข์นั้นยังมีอยู่ ยังคงอยู่ สติปัญญา อันนี้เป็นสิ่งที่เราควรจะสร้างขึ้น

การสะเดาะเคราะห์ไม่ใช่เรื่องของสติปัญญา

ไม่ใช่หลักการทางพระพุทธศาสนา

เมื่อไม่ใช่หลักการทางพระพุทธศาสนา และไม่ได้ก่อให้เกิดสติปัญญาเลย แต่นำไปสู่ความกลัวอยู่ภายในใจของเรา เราก็ไม่ควรที่จะพึ่งกระทำอย่างนั้น

แม้บุคคลนั้นจะชวนให้เราทำก็ตาม เพื่อนบ้านหรือใครก็ตาม ที่คิดหวังดีกับเรา ก็ไม่ควรที่จะยอมรับความหวังดีในลักษณะนั้น เราควรจะ อธิบายให้เขาฟัง ให้เขาได้รับรู้ว่าสิ่งที่เขาควรทำคืออะไร ควรฝึกฝนในจิต ในใจตัวเองอย่างไร ทางที่ดีที่สุดก็คือ ระลึกถึงพระรัตนตรัยไว้ให้จิตเป็น กุศลมาก ๆ

พระอาจารย์จรัสวณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมคดียธรรมา
วันเสาร์ที่ ๑๒ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๒๐ นาที)



“กรรมไม่ควรจะแก้ แต่ควรจะเข้าใจตามความเป็นจริง”

การยอมรับ ถ้าเป็นส่วนของกรรมแล้วเราได้ยอมรับส่วนนั้น
อย่าให้เป็นการยอมรับโดยที่เราไม่ได้ตั้งใจเพื่อที่สร้างสิ่งที่จะเป็น
อโหสิกรรม ให้เกิดขึ้น

ไหน ๆ เราก็ต้องได้รับกรรมเหล่านั้นมาเป็นวิบาก และส่งผลให้
เราได้ชดใช้อย่างนั้นแล้ว ให้เป็นการชดใช้โดยตั้งใจยินยอมที่จะชดใช้
ไม่ตั้งใจที่จะหลีกเลี่ยง ไม่ยอมรับ อยากจะแก้มัน อย่างนี้ไม่ถูก

เพราะการอยากจะแก้กรรมนี้ ไม่มีใครสามารถแก้กรรมได้

เพราะการแก้กรรม คือ...

การไปสร้างกรรมใหม่ เพื่อจะแก้กรรมเก่า

แต่การแก้ในทางที่ไม่ถูกต้องที่เราเคยเลือกมาใช้ในการแก้ เช่น
ทำพิธีขจัดปัดเป่า มันก็แค่ปาดออกไปแต่ไม่ได้ทำให้หายไป แต่มันก็จะ
วกกลับมาหาเราอีก

วิธีการที่ดีที่สุดเรียกว่า **ทำกรรมนั้นให้เป็นอโหสิกรรม**
คือตั้งใจที่จะยอมรับว่า...

“หากสิ่งนี้คือกรรมที่เราได้กระทำมาแล้ว ถึงการได้ถูกชดใช้
ในคราวครั้งนี้ ข้าพเจ้าขอยอมรับกรรมนั้นด้วยใจจริง แล้วด้วยเหตุแห่ง
การยอมรับกรรมของข้าพเจ้าในโอกาสนี้ จงนำมาซึ่งผลกรรมนี้ จงเป็น
อโหสิกรรม ต่อข้าพเจ้าตลอดกาลนาน”

ให้ตั้งใจไว้อย่างนี้เลย

การให้ผลเสร็จสิ้น ก็คือ เสร็จสิ้นพร้อมด้วยใจที่เรายอมรับมัน
มันเป็นเสร็จสิ้น แต่ถ้าใจเราพยายามอยากจะหนีมัน ไม่อยากให้มันเจอ
ก็จะไม่เสร็จสิ้นสักที เพราะยังงั้นเราก็ต้องได้เจออยู่แล้ว

พระอาจารย์จาวุฒโน ภิฑู (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงแก้ววนา
วันศุกร์ที่ ๕ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๒๙ นาที)





อธิษฐานใช้เวรกรรมแทนพ่อแม่ได้ไหม ?

การอธิษฐานขอใช้เวรกรรมแทนพ่อแม่เป็นสิ่งที่ไม่ดี ไม่เหมาะสม

กฎเกณฑ์ทางธรรมชาติ กำหนดไว้ตายตัวว่า...

“ใครทำสิ่งใดไว้ ย่อมได้รับสิ่งนั้น”

เราควรจะให้กฎแห่งกรรมนี้ทำหน้าที่ของมัน และควรจะให้ผู้กระทำในกฎนั้นรับผิดชอบกฎนั้นด้วยตัวของเขาเอง เพราะทุกคนต้องมีหน้าที่รับผิดชอบกับการกระทำของตนเอง ถ้าเราไม่ปล่อยให้ทุกคนทำหน้าที่ในการรับผิดชอบตัวเองจากการกระทำของตน เราจะไปให้ใครรับผิดชอบไม่ได้

เรากินแทนกันไม่ได้

เรานอนแทนกันไม่ได้

เราป่วยแทนกันไม่ได้

เรามีความสุขแทนกันไม่ได้

เรามีความทุกข์แทนกันไม่ได้

กฎแห่งกรรมก็ไม่อนุญาตให้เราทำแบบนั้น

แต่การที่เราบอกว่า เราต้องการจะรับกรรมของบิดามารดาแทน เป็นการสร้างกรรมจากเราเองต่างหาก ไม่ใช่ไปรับเอากรรมของบิดามารดา มาเป็นของเรา กรรมของบิดามารดายังเท่าเดิม ไม่ได้หายไปไหน

แต่เราไปสร้างกรรมใหม่ คือ...

อยากจะเป็นผู้เข้าไปรับผลแทน

อันนั้นเป็นกรรมใหม่ที่เราสร้างจากตัวเราเอง คือ สร้างกรรมให้ตัวเองไปมีกรรมร่วมกับมารดาบิดานั้นเป็นการเพิ่มกรรมต่างหาก ไม่ได้แก้อะไรให้มันดีขึ้น

แต่การช่วยเหลือมารดาบิดาเป็นสิ่งที่ดี เป็นคุณธรรมอย่างหนึ่ง

พระอาจารย์จาวุฒโน ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนาวา
วันเสาร์ที่ ๑๒ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๓๒ นาที)



๑๗

ชาติหน้า ชาติที่แล้ว รู้ได้อย่างไรว่ามีจริง ?

พระพุทธองค์ทรงได้ให้คำอธิบายไว้ว่า...

“การเกิดใหม่ประดุจตั้งเมล็ดพันธุ์พืช”

ถ้าเมล็ดพืชนี้สมบูรณ์ดี การเกิดนี้ ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์
ย่อมมีการเกิดอีกแน่นอน

ถ้าเมล็ดพืชนี้ไม่มีความสมบูรณ์ดี ถ้าร่วงหล่นจากต้นแล้วลงน้ำ
ถ้าร่วงหล่นลงพื้นคอนกรีต ก็แทบที่จะไม่สามารถเกิดได้เลย เหล่านี้คือ
เหตุปัจจัย

พระพุทธองค์ตรัสว่า...

**“ถ้าความพร้อมมูลของเหตุปัจจัยเหล่านี้
มีพร้อม มีครบถ้วน การเกิดย่อมมี”^๑**

แล้วมนุษย์เราล่ะ เป็นอย่างไร ?

เมื่อจิตเคลื่อนออกจากร่าง ประดุจตั้งผลไม้ที่ร่วงหล่นลงสู่พื้น
เมล็ดพันธุ์นั้น ประดุจตั้งวิญญาณ
เนื้อในของเมล็ดพันธุ์นั้น ประดุจตั้งตัณหา
(เนื้อในนี้พระองค์ใช้คำว่า ยางเหนียว)
พื้นดิน ประดุจตั้งกรรม

เหตุปัจจัยทั้ง ๓ อย่างนี้ ประกอบรวมกันพร้อมมูลเมื่อใด
การเกิดย่อมมี

พระอรหันต์ทั้งหลายท่านละต้นหาได้แล้ว คือ ยางเหนียว
ที่เป็นตัวพืชนั้นถูกทำลายแล้ว การเกิดย่อมไม่มี ส่วนปุถุชนมีเหตุ
พร้อมมูลทั้งหมด พอพร้อมมูลทั้งหมดการเกิดย่อมมี

การเกิดของมนุษย์ก็ได้แตกต่างจากพืชพันธุ์

เพราะมนุษย์เราคือธรรมชาติ เราย่อมมาถือตัวว่าเราคือมนุษย์
แล้วเหนือกว่าธรรมชาติ มนุษย์ ต้นไม้ ก็แก่ เจ็บ ตาย เหมือนกัน

พระองค์ทรงอธิบายเปรียบเทียบให้ทราบ เพื่อจะได้เห็นภาพว่า
การเกิดใหม่ย่อมมีด้วยเหตุปัจจัยเหล่านี้ ชาตินี้ตายแล้ว จบสิ้นกันไปแล้ว
ก็ขาดสูญไปเลยไม่ต้องรับผลกรรม อันนี้คือ มิจฉาทิฎฐิ ล้วน ๆ

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑ ภาวสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๐ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๒
อังคุตตรนิกาย เอก - ทุก - คติ niba.d

พระอาจารย์จากรูณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)

ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live

วันอาทิตย์ที่ ๒๗ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๔

สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๔:๑๐ นาที)





บางทีเราบอก ... “เราไม่อยากจะมาเกิด”
ถ้าเราไม่อยากจะมาเกิด มันไม่ได้เกิดหรอก
แต่เพราะมีเหตุปัจจัยที่ทำให้เรามาเกิด
จะอยากเกิด หรือไม่อยากเกิด ก็ต้องได้มา
นั่นหมายถึงว่า
“เรายังไม่สามารถทำเหตุปัจจัยที่นำไปสู่การเกิดให้หมดสิ้นได้”
เราก็ต้องมาเกิดอยู่แล้วอยู่เล่าในวัฏจักรนี้ ...

สิ่งนี้เป็นสิ่งที่มีความสำคัญมาก ในการตั้งคำถามเข้ามา

ทำไมเราถึงมีคำสะท้อนกับหลักการทางพุทธศาสนาในระยะเวลา
ที่ผ่านมาว่า ศาสนาที่ผ่านมาเป็นเพียงแค่เปลือก หรือเป็นศาสนา
ที่เป็นประเพณีที่สืบทอดกันมาเท่านั้น

เรามามองว่าความเชื่อนี้เปลี่ยนได้ยาก

จริง ๆ แล้วความเชื่อเปลี่ยนได้...

ถ้าเรามีเหตุผลในการที่จะบอกให้เขาเข้าใจ ความเชื่อถูกเปลี่ยน
ได้เสมอ ไม่ใช่ของคงที่ อะไรก็ตามไม่มีความคงที่ เป็นเพียงแต่ว่าความเชื่อ
ในระยะหรือยุคก่อนนั้นถูกทำให้เชื่ออย่างนั้น และให้รับรู้อย่างนั้น

ประเด็นสำคัญก็คือว่า เมื่อพุทธศาสนามาถึงยุคนี้แล้ว ยุคที่เรา
สามารถเข้าถึงข้อมูลความรู้ และเข้าใจข้อเท็จจริงในหลักคำสอนที่พระองค์
ตรัสไว้... ยังเป็นหลักการที่มีตัวหนังสือ มีบทธรรมในคำสอนทางพระไตรปิฎก
ยืนยันอยู่แล้วว่าที่ถูกที่ผิดเป็นอย่างไร

แต่เราไม่ได้เข้ามาสู่การรับรู้และเรียนรู้ นำหลักการรับรู้และเรียนรู้นี้
ออกไปสู่สังคม ให้เกิดความเชื่อในหลักการที่ถูกต้องเข้ามาใหม่ว่า สามารถ
สร้างได้ สามารถเปลี่ยนแปลงได้

ในครั้งพุทธกาล เราจะเห็นได้จากการที่พระองค์ส่งสาวกไปสอนในแต่ละที่ พระองค์ทรงทำงานหนักมาก สาวกในยุคแรกทำงานหนักมากในการเผยแผ่ ไม่ได้มานั่งอธิษฐานเพื่อให้คนตั้งใจเชื่อ หรือเปลี่ยนศรัทธาอันนี้ไม่ใช่ แต่เป็นการสอนธรรมะให้เกิดความรู้ ความเห็น ความเข้าใจตรงตามความเป็นจริง

เมื่อสอนแล้ว บอกให้คนรู้เห็นเข้าใจในข้อเท็จจริงในหลักคำสอนที่ถูกต้องว่าเป็นอย่างไร... ความเชื่อเปลี่ยนได้ เปลี่ยนจากความรู้ความเข้าใจที่เราบอกสอนนั่นเอง

ฉะนั้น เราต้องมาคิดว่า สังคมส่วนมากมักถูกกำหนดให้ทำตามประเพณีและความเชื่อมาอย่างยาวนานแล้ว สังคมเปลี่ยนแปลงตัวเองได้ยากมาก เพราะสังคมไม่คิดที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเอง แต่ต้องเข้าใจคำว่า สังคม

สังคมคือใคร ? ก็คือ มนุษย์เราเอง คือ ตัวพวกเราเองเป็นคนสร้างสังคมนั้นขึ้นมา ถ้าไม่มีมนุษย์เลย สังคมก็ยังไม่เกิดขึ้น

ตัวเราผู้ซึ่งเป็นมนุษย์...

ที่จะต้องเปลี่ยนแปลงสังคมด้วยตัวเราเอง โดยการพูด การกล่าวถึง การแสดงออก และการแนะนำหลักคำสอนที่ถูกต้อง ไม่เกี่ยวกับว่าสังคมยังจะยึดถือแบบเดิมอยู่หรือไม่ แต่การบอกการพูดของเรานี้ การสร้างความเข้าใจของคนนี้ เป็นสิ่งที่เราพึงกระทำ

และต้องเข้าใจว่า เมื่อมีผลสะท้อนจากมุมมองและทัศนะจากคนรุ่นใหม่ สะท้อนให้เห็นถึงพุทธศาสนา และประเพณีคนยุคเก่าว่าเป็นเพียงแค่เปลือกนอก นั้นก็บ่งบอกให้ทราบแล้วว่า...

พุทธศาสนาในระยะเวลาที่ผ่านมา ไม่ได้รักษาไว้ซึ่งความเป็นแก่นสารของพุทธศาสนาให้เราได้เข้าไปถึง **เราก็ควรสร้างแก่นสารขึ้นมาใหม่** เพราะศาสนาจะดำเนินไปสู่ยุคสมัยในอนาคตแน่นอน ศาสนาไม่มีทางย้อนหลังไปในอดีต เมื่อจะต้องดำเนินไปสู่อนาคตภายภาคหน้าแล้ว ถ้าเราไม่เริ่มสร้างตั้งแต่ตอนนี้ อนาคตจะเกิดขึ้นไม่ได้

ฉะนั้น การเริ่มสร้างตั้งแต่ตอนนี้ การบอกสอน การพูดถึงความจริง การยืนอยู่กับหลักแห่งความจริงอย่างนี้

ก็จะเป็นศาสนาที่มีแก่นสาร

และเราไม่ถูกคนในอนาคตมองคนในยุคของเราว่า เป็นยุคที่มีแค่เปลือก สิ่งนี้คือสิ่งที่สำคัญมาก เราต้องยืนยันในการที่จะบอกสอนความจริงกับคนให้ได้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๐ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๒
ทีฆนิกาย มหาวรรค

พระอาจารย์จาวรุดน ภิภุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันเสาร์ที่ ๑๒ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๔.๐๐ นาที)





ความรู้ ความเข้าใจ
ความสงสัย ของชาวพุทธ

เรามักจะมองสิ่งต่าง ๆ ตามทัศนะของเรา
เราจึงเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ตามทัศนะที่เรามอง
หากเราไม่มอง ... “ตามความเป็นจริงของสิ่งนั้น”
เราจะเข้าใจสิ่งต่าง ๆ
“เพียงโลกของความคิดที่เราคิดขึ้นเองทั้งนั้น”



๑๙

เนื่อนาบุญ คืออะไร ?

คำว่า เนื่อนาบุญนี้ สืบเนื่องมาจากการที่พระองค์ทรงเปรียบเทียบกับองค์คุณของสงฆ์สาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในบทที่ว่า...

สุปฏิปันโน ภควโต สาวกสงโฆ
อุสุปฏิปันโน ภควโต สาวกสงโฆ
ญายปฏิปันโน ภควโต สาวกสงโฆ
สามจีปิปฏิปันโน ภควโต สาวกสงโฆ

พระองค์ตรัสว่า สงฆ์สาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
๔ จำพวกนี้ บุคคลใดก็ตามที่ได้ทำ...

อาหุเนยโย ก็คือ การทำบุญถวายทานกับภิกษุเหล่านี้
ปาหุเนยโย ได้ต้อนรับภิกษุเหล่านี้
ทกขิณเยโย ได้ให้ทักษิณาทาน
อณขสิกรณิโย ทำความเคารพกราบไหว้ภิกษุเหล่านี้

จะเกิดผลบุญมาก เกิดอานิสงส์มากกว่าการทำความดีกับบุคคลผู้อื่น
ประดุจดังนาอันดี ที่บุคคลหว่านเมล็ดพันธุ์กลงไปในผืนนาอันสมบูรณ์นั้น
ย่อมได้รับผลอานิสงส์แห่งผลกล้านั้น งอกงามเกินกว่าที่ต้องการ^๑

แต่ถ้าหากข้อปฏิบัติของพระภิกษุไม่เป็น **สุปฏิปันโน** คือ ไม่ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ ประดุจดั่งนาที่ไม่สมบูรณ์ เป็นนาที่แห้งแล้ง นาที่น้ำท่วม หว่านเมล็ดพันธุ์หว่านเมล็ดกล้างไปในนาที่แห้งแล้ง ก็ไม่เกิดผลมาก ก็ไม่เกิดอานิสงส์มาก หว่านลงไปในนาที่น้ำท่วม ข้าวก็จะเน่าไม่เกิดผล ไม่เกิดอานิสงส์

พระองค์จึงตรัสถึงคำว่า **เนื่อนาบุญ** ว่า...

“ภิกษุสงฆ์สาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๔ จำพวกนี้ คือ บุคคลที่มนุษย์ปรารถนาบุญ หวังเพิ่มพูนบุญกุศล ต้องการให้เกิดอานิสงส์มาก เกิดผลมาก การทำบุญในแต่ละครั้งพึงให้ทานกับภิกษุ ๔ จำพวกนี้ ได้ชื่อว่า เป็นเนื่อนาบุญอันดีกว่านาบุญทั้งหลายในโลกนี้”^๒

สงฆ์สาวก ๔ จำพวกนี้

คือพระอริยบุคคล ๔ จำพวกใช้ไหม ?

สุปฏิปันโน นี้หมายถึง บุคคลผู้ปฏิบัติเพื่อความเป็นพระโสดาบัน ยังไม่เข้าถึงความเป็นพระโสดาบันก็ถือว่าเป็น **สุปฏิปันโน** แล้ว แต่มุ่งหมายจะเข้าถึงความเป็นโสดาบัน แล้วก็ปฏิบัติในมรรค ๘ อยู่ นั่นคือ **โสดาปัตติมรรค** นั่นคือจำพวกหนึ่ง จำพวกที่ ๒ คือ **สุปฏิปันโน** ในขั้นที่เข้าถึงผลแล้ว เรียกว่า **โสดาปัตติผล**

อุสุปฏิปันโน คือจำพวกที่เป็นโสดาบันแล้ว ตั้งความปรารถนาที่จะดำเนินมรรคไปสู่ความเป็นสกทาคามี แต่ยังเข้าไปไม่ถึงก็ได้ชื่อว่า เป็น **สกทาคามีมรรค** จนเมื่อเข้าถึงผลแห่งสกทาคามีแล้ว ก็จะเป็น **อุสุปฏิปันโน** อันบริบูรณ์ เป็น **สกทาคามีผล**

ญายปฏิปันโน บุคคลผู้เป็นสกทาคามีผล ประรณานาจะบรรลु หรือดำเนินมรรคไปถึงอนาคามี คือ ทำกามราคะ ปฏิฆะ ให้เด็ดขาด ออกจากจิต ก็เจริญอริยมรรค อันนั้นเขาเรียกว่า ญายปฏิปันโน หมายถึงว่า การปฏิบัติเพื่อออกจากกองทุกข์ คือกองทุกข์ในกามราคะ ปฏิฆะ อันนี้จัดอยู่ในกองทุกข์

สุปฏิปันโน แปลว่า ปฏิบัติดี

อุสุปฏิปันโน แปลว่า ปฏิบัติตรง เป็นการปฏิบัติตรงไปสู่ พระนิพพานเพียงอย่างเดียวไม่ไปที่อื่น

ญายปฏิปันโน ปฏิบัติเพื่อออกจากกองทุกข์ในกามทั้งหลาย เพราะกามทั้งหลายนี้เต็มไปด้วยความทุกข์ นี่คือสิ่งที่พระอนาคามีมองเห็น ถ้าเป็นสกทาคามีบุคคล คือท่านกำลังดำเนินสู่การสลัดออก จนเข้าไปถึง ผลแล้วก็เป็น ญายปฏิปันโน อันสมบูรณ์ คือบุคคลผู้เป็น *อนาคามี*

สามิจิปฏิปันโน บุคคลผู้เป็นอนาคามี เจริญอริยมรรคเพื่อเข้าไป ถึงอรหัตตผล ขณะที่เจริญอริยมรรคเพื่อเข้าไปสู่อรหัตตผล แต่ยังไม่ถึง ก็เป็น สามิจิปฏิปันโน แบบ *อรหัตตมรรค* จนต่อเมื่อเข้าถึงผลแล้ว ก็เป็น *อรหัตตผล* ก็เป็น สามิจิปฏิปันโน อันสมบูรณ์ คือบุคคลผู้ปฏิบัติอันสมควรแล้ว

สามิจิ แปลว่า ผู้สมควรแล้ว สมควรนี้คือสมควรแก่การได้รับสิ่ง ต่าง ๆ อันเป็นปัจจัย ๔ จากชาวบ้าน ชาวบ้านให้ปัจจัย ๔ มาอย่างไรก็ตาม เขาก็เรียกว่าเป็นผู้ควรแก่ปัจจัย ๔ เหล่านั้นโดยประการทั้งปวง โดยไม่มีข้อแม้ ให้สิ่งใดมาก็เป็นความควรโดยประการทั้งปวงที่ท่านจะได้รับ ในสิ่งนั้น ๆ

คำว่า สามิ จะแปลอีกแบบหนึ่ง คือ เป็นผู้เป็นเจ้าของ เรียกว่า
เป็นเจ้าของของท่านนั้นโดยตรงเลย เพราะบุญกุศลที่ท่านบำเพ็ญมา
จะอำนวยประโยชน์ให้กับท่าน โดยผ่านการให้ทานของบุคคลอื่น บุคคลอื่น
ผู้ให้ทานก็เป็นเหตุของเขาสืบต่อไปในวัฏฏะ เป็นไปเพื่อความดับทุกข์
ในสิ่งที่เขาปรารถนา ตัวของท่านก็จะได้รับผลอันที่ท่านได้สะสมมาที่จะ
อำนวยผลในวาระสุดท้ายของชีวิต ชาติขั้นที่ที่เหลืออยู่ในชาติสุดท้ายนั้น
ก็จะได้ผลนั้นเต็มที

ช้างอิงพระไตรปิฎก :



๑ อังกุรเปตวัตถุ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๖ พระสูตรตันตปิฎก เล่มที่ ๑๘
ขุททกนิกาย วิมาน - เปตวัตถุ เถร - เถรคาถา



๒ ปสาทสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๑ พระสูตรตันตปิฎก เล่มที่ ๑๓
อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต

พระอาจารย์จาวนโน ภิฑฺฑ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ ที่พักสงฆ์ป่านาโสกยัง
วันอาทิตย์ที่ ๘ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๕.๕๑ นาที)



ในคราวครั้งหนึ่ง... พระพุทธรองค์เสด็จไปถามชาวบ้านคนหนึ่ง
ที่เป็นชายตัดฟันชื่อว่า ทารุกัมมิกะ^๑

“ทารุกัมมิกะ บัดนี้เธอยังเป็นผู้ไม่ประมาท
บำเพ็ญกุศลกรรมในการให้ทานอยู่หรือไม่?”

ทารุกัมมิกะบอกว่า “ข้าพระองค์ไม่เคยลืมเลยพระเจ้าข้า
ข้าพระองค์ทำบุญอย่างดีตามที่พระองค์ทรงสอนมา ไม่เคยประมาทเลย
พระเจ้าข้า”

พระองค์ทรงถามต่อว่า “เธอเลือกทำบุญกับใคร?”

ทารุกัมมิกะตอบว่า “ข้าพระองค์เลือกทำบุญกับสงฆ์ที่เป็น
พระอรหันต์เท่านั้นพระเจ้าข้า”

พระองค์ทรงถามต่อว่า “เธอรู้ไหมว่าใครเป็นพระอรหันต์?”

ทารุกัมมิกะตอบว่า “ไม่รู้หรอกพระเจ้าข้า ข้าพระองค์ก็เคยไป
อย่างนั้นแหละพระเจ้าข้า”

พระองค์ตรัสต่อว่า...

“**ทารุณมิกะ** ต่อไปนี้ให้เธอทำสังฆทาน ถวายทานในสงฆ์สาวก
ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเถิด จักมีผลมาก มีอานิสงส์มาก”

พระองค์ทรงสอนไว้อย่างนี้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑ ทารุณมิกสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๒ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๔
อังคุตตรนิกาย ปิณฺณก - จักกนิบาต

พระอาจารย์จาวรุดิน โภกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันศุกร์ที่ ๕ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๐.๕๕ นาที)



๒๑

ทำบุญกับพระอรหันต์
ทำบุญกับพระสงฆ์ธรรมดา
อานิสงส์แตกต่างกันอย่างไร ?

พระพุทธเจ้าทรงนับผลแห่งทาน เริ่มตั้งแต่สัตว์เดรัจฉานจนไปถึง
ข้อปฏิบัติไม่ว่าจะเป็นพระภิกษุเองหรือฆราวาสที่ปฏิบัติธรรม พระองค์
ไม่ทรงชี้ไปที่พระภิกษุโดยตรง แต่พระพุทธองค์ทรงบอกว่า บุคคล
ผู้ประพฤติดีปฏิบัติชอบ บุคคลผู้ประพฤติดีปฏิบัติชอบไม่เกี่ยวกับพระภิกษุ
คือ เป็นตัวบุคคลหรือฆราวาสก็ได้... ที่นี้ฐานะแห่งการเพิ่มพูนบุญกุศล
มากหรือน้อย พระองค์ทรงเปรียบบุคคลผู้เป็นที่ตั้งแห่งการทำบุญไว้ที่
สงฆ์สาวกของสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ได้ชื่อว่าเป็น...

สุปฏิปันโน ภควโต สาวกสงฆ์

อุสุปฏิปันโน ภควโต สาวกสงฆ์

ญายปฏิปันโน ภควโต สาวกสงฆ์

สามิจิปฏิปันโน ภควโต สาวกสงฆ์

บุคคล ๔ จำพวกนี้ที่พระองค์ตรัสสรรเสริญว่า ทำบุญแล้ว
ได้ผลบุญมาก อานิสงส์มาก

พระภิกษุที่บวชเข้ามาแล้วได้เป็นสมมุติสงฆ์ หากไม่ได้อยู่ในวิสัย
ของสุปฏิปันโน จนถึงสามิจิปฏิปันโน ๔ จำพวกนี้ ภิกษุเหล่านั้น ถือว่า
ไม่เพิ่มพูนบุญกุศลของมหาชนให้มีผลมาก ให้มีอานิสงส์มาก

พระพุทธองค์จึงตรัสกำกับ กำชับพระภิกษุไว้ว่า...

“ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอจงกระทำศีล สมาธิ ปัญญาให้บริบูรณ์ เพราะเมื่อพวกเธอกระทำศีล สมาธิ ปัญญาให้บริบูรณ์แล้ว ทานของ มหาชนจะมีผลมาก มีอานิสงส์มาก”

นี่หมายความว่า... ภิกษุที่บวชเข้ามาแล้วไม่ยอมประพฤติตน ให้ตามหลักครรลองของข้อปฏิบัติปฏิบัติชอบ จะทำให้บุญของมหาชนนั้น ลดน้อยถอยลงไป

ถ้าจะเปรียบเทียบ... พระองค์ก็ไล่ไปตั้งแต่ทำให้ทานกับบุคคลผู้เข้าถึง พระรัตนตรัย มีผลประมาณไม่ได้ คือ มากกว่าภิกษุผู้ทรงฉาน ทรงสมาธิแบบขั้นลึก แต่ยังไม่เข้าถึงโสดาปัตติมรรค ได้ฉาน ญาณ สมาธิ แบบไหนก็ตาม ชนิดที่เรียกว่า เหาะเหิน เดินอากาศ มีอิทธิฤทธิ์ทำอะไรได้ ก็ตาม ปลุกเสกอะไรได้

การให้ทานกับภิกษุเหล่านั้น ยังไม่ถึงครึ่งหนึ่งของบุคคลผู้เข้าถึง โสดาปัตติมรรค คือ ตั้งแต่พระรัตนตรัยไป จนถึงความเป็นโสดาบัน ก็มากกว่าการให้ทานกับบุคคลที่นับถือพระรัตนตรัย

ให้ทานกับบุคคลผู้เป็นสกทาคามี ก็มากกว่าบุคคลผู้เป็นโสดาบัน
ให้ทานกับพระอนาคามีก็มากกว่าพระสกทาคามี
ให้ทานกับพระอรหันต์ก็ได้มากกว่าพระอนาคามี
ตามลำดับเช่นนี้^{๑๓}

ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น ?

**พระพุทธองค์เปรียบผู้ปฏิบัติปฏิบัติชอบแบบนี้
เหมือนกับ “ผีนนา”**

บุคคลผู้ปฏิบัติเพื่อเข้าไปสู่โสดาบันที่นับตั้งแต่พระรัตนตรัยไป เขาเรียกผืนนาเริ่มดี ผืนนาที่ดีก็คือ ผืนนาที่อุดมสมบูรณ์ไปด้วยแร่ธาตุ หรืออาหารต่าง ๆ ที่พร้อมจะให้เมล็ดพันธุ์พืชหยั่งรากลงสู่พื้น และก็เจริญเติบโต ออกเงยออกมา ออกดอก ออกผล ออกมาได้อย่างเต็มที่

พระองค์ทรงเปรียบเทียบและคำนวณไว้ว่า...

- ผืนนาแบบความเป็นพระโสดาบัน โสดาปัตติมรรค หรือเข้าถึงโสดาบัน จะออกดอกออกผลได้เท่านี้

- ผืนนาของบุคคลที่เข้าถึงสกทาคามี

จะออกดอกออกผลได้มากกว่าโสดาบัน

- ผืนนาของบุคคลที่เป็นอนาคามี

ก็ออกดอกออกผลได้มากกว่าสกทาคามี

- ผืนนาของบุคคลผู้เป็นอรหัตต์

ก็ออกดอกออกผลได้มากกว่าอนาคามี

พระองค์ได้เปรียบเทียบลักษณะอย่างนี้ จึงทำให้เห็นผลและอานิสงส์ของการให้ทาน อย่างที่พระองค์เคยกล่าวถึงผลต่างแห่งทานระหว่างปุถุชนกับพระอริยะ^๒ ไว้ว่า...

อังกูรเทพบุตรให้ทานหมดทรัพย์ ๘๔ โกฏิต่อวัน (โกฏิหนึ่งเท่ากับ ๑๐ ล้าน) ในคราวครั้งนั้น ตั้งโรงทาน ตั้งเตาหุงข้าว ตลอดระยะทางกว่า ๑๖ โยชน์ ตั้งไว้เป็นระยะ ๆ ในระยะ ๑๖ โยชน์ ให้ทานตลอดสิ้นชีวิต ขนทรัพย์ไปประมาณไม่ได้ว่าเท่าไร มากมายจริง ๆ จนไปบังเกิดอยู่สวรรค์ชั้นดาวดึงส์

ส่วน อินทกเทพบุตร ทำบุญกับพระอนุรุทธะเพียงแค่ว้าวทัพพีเดียว
ก็ไปบังเกิดอยู่สวรรค์ชั้นดาวดึงส์เหมือนกัน

ในคราวที่พระองค์เสด็จไปสู่เทวโลกในชั้นดาวดึงส์ เพื่อไปแสดงธรรม
โปรดพุทธมารดา... *อังกูรเทพบุตร* กับ *อินทกเทพบุตร* ก็ไปเข้าเฝ้าพระพุทธรองค์
นั่งอยู่ข้างพระพุทธรองค์ พอนั่งอยู่ข้าง ๆ มีเทพผู้มั่งคั่งดีใหญ่เข้ามาหาพระพุทธรองค์
อาสนะของ *อังกูรเทพบุตร* เลื่อนถอยออกไป ด้วยอำนาจและเดชบุญกุศล
ของผู้มั่งคั่งดีใหญ่นั้น อาสนะของ *อังกูรเทพบุตร* ไปอยู่ท้ายแถว

แต่อาสนะของ *อินทกเทพบุตร* ยังได้อยู่ใกล้ชิดกับพระพุทธรองค์
เรียกได้ว่า อาสนะไม่เคลื่อน

ทีนี้ *อังกูรเทพบุตร* ก็สงสัยว่า... “ระหว่างข้าพระองค์กับ
อินทกเทพบุตร เราก็ให้ทานมาบนสวรรค์เหมือนกัน แล้วทำไมอาสนะของ
ข้าพระองค์จึงเลื่อนไปอยู่ท้ายแถว ทำไมอาสนะของ *อินทกเทพบุตร*
จึงยังอยู่ข้าง ๆ พระพุทธรองค์ ไม่ขยับเขยื้อนไปไหนเลย ทั้ง ๆ ที่เทพผู้มั่งคั่งดี
ใหญ่มากขนาดนี้”

พระพุทธรองค์ก็ตรัสถึงความต่างของท่านนี้ไว้ว่า...

“ท่านที่เธอให้ เธอให้อะไรไว้บ้าง?”

อังกูรเทพบุตร ก็เล่าเรื่องทานของตัวเองที่ให้ทรัพย์ตั้งมากมาย
ตลอดช่วงอายุ หมดทรัพย์ไป ๘๔ โกฏิทุกวันในการให้ทาน ก็เลยถาม
อินทกเทพบุตร ว่า “อินทกะเธอทำทานทำบุญอะไรมา?” *อินทกเทพบุตร*
ก็รู้มูลเหตุแห่งบุญของตัวเองว่า “ข้าพระองค์ได้ให้ข้าวแค้นทัพพีเดียวพระเจ้าข้า”

อังกูรเทพบุตร ก็บอก

“เห็นไหมพระเจ้าข้า ทำไมมันต่างขนาดนี้ ข้าพระองค์ถึงไปอยู่
ท้ายแถว ไม่ได้อยู่ใกล้พระพุทธรองค์ ทำไม อินทกเทพบุตร ให้ข้า
แค่ทัพพีเดียวถึงได้อยู่ใกล้พระพุทธรองค์ ?”

พระองค์ก็เลยตรัสว่า...

“เธอให้ทานกับชาวบ้านทั่วไป เป็นปุณณมิกิเลส ผีนาที่หว่าน
ลงไปนั้นเป็นผีนาที่ไม่อุดมสมบูรณ์ แต่ อินทกเทพบุตร นี้ ให้ทานกับ
อนรุทธะ ผู้เป็นพระอรหันต์ มีใจซื่อตรงต่อพระพุทธรศาสนา ผลบุญนั้น
ย่อมหาประมาณไม่ได้ การที่อาสนะของ อินทกเทพบุตร ไม่เคลื่อนนั้น
เป็นเพราะว่า อนรุทธะ ผู้เป็นบุตรของเรานั้น จิตใจมั่นคงในศาสนาของ
พระพุทธรโคดมอย่างไม่เขยื้อนเคลื่อนคลาย อาสนะจึงยังไม่เคลื่อนไปไหน”

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑ ทักขินาวาภิวงศ์สูตร ที่ ๑๒ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๔ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๖
มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก



๒ พระสัมพุทธเจ้าไพโรจน์สว่างเหล่าเทวดา เรื่องยมกปาฏิหาริย์ อรรถกถา
ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท พุทธวรรคที่ ๑๔

พระอาจารย์จาวรุดน ภิกุฑ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานคอยเวียงเชียงวนา
วันเสาร์ที่ ๔ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๘.๐๔ นาที)



เรื่องนี้ต้องเอาบุคคลเป็นที่ตั้ง

ถ้าหากเราทำบุญตักบาตรกับบุคคล ผู้เป็น **ทักษิณียบุคคล**

ทักษิณียบุคคล คือ บุคคลผู้ที่ควรค่าแก่การให้ทักษิณาทาน

คำว่า บุคคลผู้ควรค่าแก่การให้ทักษิณาทาน คือ...

บุคคลผู้ประพฤดีดี ปฏิบัติชอบ ในหลักธรรมคำสั่งสอนของ
พระพุทธเจ้า ก็คือพระสงฆ์ที่เราตักบาตรด้วย พระสงฆ์นั้นจะต้องเป็น
ผู้ประพฤดีดี ปฏิบัติชอบ

หากจะเปรียบเทียบบุคคล ๒ จำพวกนี้

พระองค์ตรัสสรรเสริญบุคคลผู้ควรค่าแก่การให้ทาน

คือ พระสงฆ์สาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ว่าได้ผลมาก ได้อานิสงส์มาก

บุคคลผู้กำพร้าหรือยากไร้ ไม่ได้ถือว่าเป็นเนื้อนาบุญ

คือ ไม่ควรค่าแก่การให้ทานที่เพิ่มพูนบุญกุศลให้ยิ่งขึ้น แต่เป็น
การให้ทานที่ได้ผลเท่าที่ได้ให้แก่คุณค่าของบุคคลผู้นั้น

เช่น ให้คนธรรมดาให้ผลเป็นพัน (๑,๐๐๐)

แต่ให้สงฆ์สาวกของสัมมาสัมพุทธเจ้า

พระองค์ทรงบอกว่า...

ให้ผลประมาณไม่ได้ ซึ่งค่าของบุญต่างกันมาก^๒

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^๑ ปสาทสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๑ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๓
อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต



^๒ ทักขินาวิกังคสูตร ที่ ๑๒ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๔ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๖
มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ ข้อ ๗๑๐

พระอาจารย์จ้าวณฺเณ ภิฑฺฑ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเกียรติวนา
วันเสาร์ที่ ๒๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๓๓ นาที)



ก็เป็นดั่งโยมที่กล่าวมา...

พระที่เน้นพิธีกรรมเป็น ๙๐ เปอร์เซ็นต์ของพระทั้งหมดแล้ว และพิธีกรรมก็เป็นประดุจเหมือนดั่งแก่นสารของศาสนาไปแล้ว เหมือนขาดไม่ได้ แน่แน่นอนว่าเรามองเห็นความเสื่อมที่จะเกิดขึ้นได้เลย โดยไม่ต้องให้ใครมาพยากรณ์ คือรู้ได้เลยว่าความเสื่อมจะต้องเกิดขึ้น

พระพุทธรองค์ทรงบอกว่า...

การที่พระพุทธรศาสนาจะสืบต่อไปได้

จะต้องสืบต่อด้วยข้อปฏิบัติ

หรือเรียกว่า การปฏิบัติธรรมที่สมควรแก่ธรรม เป็นการปฏิบัติธรรมที่สืบทอดพระพุทธรศาสนาทางด้านการปฏิบัติบูชา

ฉะนั้น เรื่องของพิธีกรรม พระจะมีเหตุผลที่นำมาเป็นข้ออ้างว่า พระในส่วนที่เป็น **คามวาสี** คือ อยู่บ้าน มีหน้าที่ในการทำพิธีกรรมอยู่แล้ว พระในส่วนที่ท่านประพฤติปฏิบัติก็เป็น **อรัญวาสี** คือ ฝายอยู่ป่า ประพฤติขัดเกลากิเลสตัวเอง ก็อยู่ในส่วนของตนเองตรงนั้นไป เรียกว่า พระสายป่า กับ พระสายบ้าน

แต่ทีนี้เรามามองว่า พระสายป่า หรือ สายบ้านไหนก็ตาม ถ้าเราจะรักษาวินัย หรือรักษาพระศาสนานี้ ก็ควรจะรักษาที่หลักคำสอน ไม่ใช่จะรักษาอยู่แค่ขนบธรรมเนียมประเพณี

มีข้อขัดแย้งเข้ามาอีกว่า... ก็ตามธรรมดา แก่นจะอาศัยอยู่ได้ ก็ต้องอาศัย เปลือก กิ่ง และใบ เขาก็แย้งมาอย่างนั้น

แต่ที่นี้ ทางพระพุทธเจ้าเราก็คตรัสไว้ว่า...

“พุทธสาวกผู้ปฏิบัติตนตุดั่งผู้แสวงหาแก่น
เมื่อเราได้แก่นแล้ว กิ่ง เปลือก ใบ กระพี้ เนื้อใน อย่างนี้
จะเป็นสิ่งที่ถูกได้มาเอง ไม่เสียหายไปไหน”

“แต่ถ้าเราเลือกแค่กิ่งอย่างเดียว เลือกแค่ใบอย่างเดียว
เลือกเปลือกอย่างเดียว
ไม่เข้ามาถึงแก่น แก่นสูญหายไป
เราจะไม่เหลืออะไรเลย”^๑

ดังนั้น สิ่งที่สำคัญที่สุด คือ รักษาแก่น พอรักษาแก่นได้แล้ว
อย่างอื่นจะเป็นองค์ประกอบตามมา ไม่หายไปหรอก ฉะนั้น พระอาจารย์
เชื่อว่าไม่หายไป ทั้งกิ่ง ใบ เปลือก ไม่หายไป ยังคงอยู่

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^๑ มหาสาโรภมสูตรที่ ๙ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๒ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๔
มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์

พระอาจารย์จาวนโน ภิฑฺฑ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยววงนา
วันเสาร์ที่ ๔ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๔๖ นาที)



“พระอริยเจ้าทั้งหลายจะไม่กลัวทุกข์”
ถ้าใครกลัวทุกข์นะ ... ไม่ใช่แล้ว
ถ้าใครชอบสุขนะ ... ไม่ใช่แล้ว
เพราะกลัวด้วยอำนาจกิเลส
ชอบด้วยอำนาจกิเลส
ต้องไม่กลัวทุกข์
ตั้งแต่พระโสดาบันขึ้นไป จะไม่กลัวทุกข์ ...



๒๔

วิธีการทำบุญที่ถูกต้อง ควรทำอย่างไร ?

ถือว่าเป็นเสียงสะท้อนจากชาวพุทธคนหนึ่ง ที่สะท้อนออกมาให้เห็นแล้วว่า ศาสนาของเราในเวลานี้ เป็นศาสนาที่ไม่ได้ถูกปฏิบัติไปตามหลักการของศาสนาจริง ๆ **ศาสนาที่ขาดหลัก ก็เป็นศาสนาที่ไม่มี ความมั่นคงในตัวของศาสนาเอง**

เมื่อพุทธบริษัทเราในเวลานี้ เริ่มรับรู้และเข้าใจหลักคำสอน ซึ่งเป็นคำสอนที่พวกเราสามารถเข้าถึงและเรียนรู้ได้ ทำให้ได้มองเห็นภาพความจริงของศาสนาที่ได้เป็นอยู่ในเวลานี้ กับหลักคำสอนที่ถูกกล่าวสอนไว้ที่มีมาแต่ครั้งพุทธกาล มันไม่สามารถเข้ากันได้ จึงเกิดการที่จะหาวิธีการในการทำบุญที่ถูกต้อง ควรทำอย่างไร ?

เรื่องนี้เป็นสิ่งที่มีความสำคัญมาก

พระอาจารย์ก็อยากจะบอกว่า... วัดที่เราสามารถทำบุญได้จริง ๆ ก็มีอยู่มากมาย ไม่ใช่ไม่มีเลย มันก็มี ถ้าเราหาไม่ได้เลยจริง ๆ สุดท้ายก็จำเป็นต้องใช้คำสอนของพระพุทธองค์ ที่กล่าวสอนไว้ว่า...

“หากว่าอนาคตกาล จะมีภิกษุผู้ปฏิบัติที่ไม่ถูกต้องตามหลักธรรมวินัยแล้ว เธอประสงค์อยากจะทำบุญในพระศาสนานี้ก็พึงทำได้ แต่เธอนั้นพึงตั้งจิตทำบุญในสงฆ์สาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า อย่ามุ่งตั้งจิตทำบุญในพระภิกษุเหล่านั้น แต่อาศัยพระภิกษุเหล่านั้นเป็นที่ตั้งแห่งการทำบุญ โดยตั้งความรู้สึกลงใจว่า เราจะทำบุญแก่บุคคลที่เป็นสาวกของพระสัมมา-

สัมพุทธเจ้าเท่านั้น หากเธอได้ให้ทานหรือทำบุญกับสงฆ์ (ภิกษุ) เหล่านั้น แม้สงฆ์ (ภิกษุ) เหล่านั้น จะเป็นผู้ปฏิบัติไม่ดีไม่ชอบในพระศาสนา บุญอัน ใพบูลย์ก็ยิ่งจะเกิดขึ้นกับเธอ เหมือนกับการทำบุญกับพระอริยสงฆ์เท่ากัน”

แต่กรณีนี้จะใช้ได้ก็ต่อเมื่อศาสนาเราไร้ผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบแล้ว จริง ๆ คือ ไม่มีเลย ไม่เหลือเลย

ฉะนั้น วิธีการที่พระองค์ทรงแนะนำ คือ ทานที่ตถาคตสรรเสริญ ได้แก่ ทานที่เลือก ๒ ประการ^๑

๑) ทักขิไณยบุคคล

๒) ทักขินาทาน

คำว่า เลือกทักขิไณยบุคคล คือ เลือกบุคคลที่ควรค่าแก่การทำบุญ ประการหนึ่ง

ประการที่ ๒ คือ เลือกสิ่งของที่ควรค่าแก่การทำบุญ

สองประการนี้เป็นทานที่ตถาคตสรรเสริญ

ฉะนั้น ในเวลานี้ยังมีผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบอยู่ มองหาผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบนั้นให้ถูก แล้วก็หาแหล่งทำบุญให้ถูก ซึ่งมีมากมาย

พยายามมองให้ออก มองให้เห็น ก็เลือกที่จะทำบุญได้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^๑ อาทิตตชาดกที่ ๘ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๗ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๙ ขุททกนิกาย ชาดก ภาค ๑

พระอาจารย์จาวนโน ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเกียรติวนา
คลิบ วันเสาร์ ที่ ๑๓ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๐๓ นาที)



บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ นี้ เราต้องเข้าใจคำว่า บุญ

“คำว่า บุญ หมายถึง การชำระล้าง”

คนนอกพระพุทธศาสนา เขาก็มีการทำบุญโดยการชำระล้าง เช่น ศาสนาพราหมณ์ เขาจะชำระล้างบาปด้วยการอาบน้ำในแม่น้ำคงคา แต่ทางพระพุทธศาสนาเรานี้ก็บัญญัติคำว่า บุญ โดยการล้างบาปเหมือนกัน แต่ไม่ได้ล้างโดยการอาศัยน้ำเป็นเครื่องล้าง

แต่พระองค์ทรงให้พวกเราอาศัยตัวบุญนี้เป็นเครื่องล้าง และในบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ นี้ คือ สิ่งที่จะล้างบาปออกจากตัวเรา... บุญเป็นเครื่องชำระล้าง เมื่อล้างตามหลักการทางพระพุทธศาสนา ตัวเราเองก็จะได้เป็นผู้ไม่มัวหมอง หรือว่าเปื้อนด้วยบาปเหล่านั้น

ซึ่งข้อกำหนดที่พระพุทธองค์ตรัสไว้มีอยู่ ๑๐ ประการ^๑ เพื่อแก้สิ่งที่ทำให้เราเปื้อนด้วยบาปนั้นมีอยู่ ๑๐ ประการด้วยกัน คือ

๑) ทานมัย บุญอันสำเร็จด้วยการให้ทาน

ทานมัยนี้ไปล้างอะไร ล้างความตระหนี่ออกจากจิต ความตระหนี่ถือว่าเป็นบาปอย่างหนึ่งในตัวมนุษย์ เพราะว่าโดยสัญชาตญาณแล้ว ทุกสรรพสิ่งไม่ได้มีตัวตนเป็นของตนเอง เมื่อไม่ได้มีตัวตนเป็นของตนเองจริง ๆ การยึดถืออะไรไว้บางอย่างเพื่อตน จึงเป็นการยึดถือเกินไปเพื่อก่อให้เกิดโทษ

ฉะนั้น... พระองค์จึงทรงชี้ให้เห็นคติ หรือที่เกิดของบุคคลผู้มีความตระหนี่ มักจะไปสู่กำเนิดสัตว์เดรัจฉานเสียเป็นส่วนใหญ่ตามการยึดถือ ฉะนั้น ถ้าเราจะล้างบาปชนิดนี้ที่นำเราไปสู่ภพที่ไม่ดี เราก็ต้องให้ทาน แต่ไม่ได้หมายถึงว่าให้ทานแบบมัวเมา อันนั้นก็ผิดอีก ทั้งหมดนี้การให้ทาน ต้องอยู่พื้นฐานของปัญญาที่รู้เหตุรู้ผลในการให้ ไม่ใช่แค่รู้ว่าจะต้องกำจัดความตระหนี่ ก็ให้ไปเพื่อต้องการจะขจัดความตระหนี่ อันนี้ไม่ใช่ รู้เหตุรู้ผลแล้วจึงให้ ดังนั้น ทานจึงเป็นกิริยวัตถุอันดับแรกที่จะล้างความตระหนี่ ออกจากจิต ออกจากใจ

๒) สิลัมัย บุญสำเร็จด้วยการรักษาศีล

บุญสำเร็จด้วยการรักษาศีลอันนี้ เพื่อล้างโทษ ๕ ประการ (ศีล ๕) ในชีวิตมนุษย์ เมื่อมนุษย์ใช้ชีวิตอยู่ในโลกนี้ เป็นชีวิตที่เปื้อนไปด้วยโทษ ๕ ประการ อันเป็นบาป โทษ ๕ ประการ อันเป็นบาปเหล่านี้ เมื่อเกิดแล้ว มันไม่ได้เป็นอย่างนั้นแบบตายตัว คือ มันเป็นเรื่องที่มาเปื้อนกับชีวิตเรา ด้วยขบวนการความเป็นอยู่ การดำรงชีพ ที่เราต้องเกี่ยวข้องแล้วเป็นโทษ ติดตามมา แต่มันไม่ได้เป็นอย่างนั้น มีการชำระล้างกันได้

การชำระล้าง พระองค์ก็ทรงบอกว่า... เจตนางดเว้นในโทษ ๕ ประการอันนั้น เจตนางดเว้นในโทษ ๕ ประการนั้น คือ ตัวที่จะทำให้เราพ้นออกจากโทษ สมมุติว่าถ้าอยู่ในโรงฆ่าสัตว์ เราทำอาชีพโดยตรงของเรา อยู่แล้ว ข้อนี้นี้พระพุทธองค์ทรงไม่สอนให้สมาทานศีล ถ้าทำโดยปกติ โดยเป็นกิจ เป็นนิจอยู่แล้ว

แต่แน่นอนว่า เราทำได้เพียงแค่ชั่วขณะที่เรียวแรงเรายังมีอยู่ ช่วงที่เรียวแรงเราไม่มี คือ อายุมาก ร่างกายก็อ่อนแรงลง เราสามารถอาศัยช่วงเวลานั้นเจตนางดเว้น เพื่อให้ตัวเองพ้นจากโทษเหล่านั้น หรือหากว่ามีช่วงเวลาใดที่ว่างเว้นจากการทำหน้าที่ในอาชีพนั้น ๆ ก็อาศัยช่วงเวลานั้น งดเว้น โดยการสมาทานศีลขึ้นมา

การสมาทานศีลนี้ เริ่มต้นด้วยสิกขาบท ๑ ข้อ / ๒ ข้อ / ๓ ข้อ / ๔ ข้อ / ๕ ข้อ อันนี้เป็นสามัญญศีลเป็นศีลทั่วไป สำหรับคนที่ใช้ชีวิตอยู่

ศีลที่พิเศษขึ้นมาอีกหรือที่เรียกว่า ศีลสิกขาบท ๘ ประการ ศีลสิกขาบท ๘ ประการนี้ มีข้อที่ ๓ ที่แตกต่างจากศีล ๕ ประการ คือ กาเมสุมิฉฉาจาร เป็น อะพรหมะจะรียา

อะพรหมะจะรียา นี่เป็นเรื่องของการประพฤติกิจที่ไม่ใช่พรหมจรรย์ การประพฤติกิจที่ไม่ใช่พรหมจรรย์นี้ ไม่ใช่สักเพียงแต่ว่าเราดเว้นจากการอยู่ร่วมกันกับคู่ครอง หรือเกี่ยวข้องกับหญิงกับชาย อย่างนี้ไม่ใช่ แต่คำว่ากิจที่ไม่ใช่พรหมจรรย์นี้... รวมไปถึงการทำงานด้วย สังเกตได้จากนางวิสาขา... เมื่อวันอุบาสกศีลมาถึง แล้วท่านสมาทานศีลสิกขาบท ๘ ประการ ปิดโรงงาน ไม่ทำงานเลยวันนั้น หยุดงาน และสั่งให้ลูกน้องหยุดด้วย ทั้งหมด เพราะสมาทานศีลข้อนี้

แม้โดยที่สุด เด็กที่เกิดในวันนั้นและดื่มน้ำนมอยู่ ก็ให้บ้วนปาก หลังเที่ยง ไม่ให้ดื่มน้ำนม เขาสมาทานกันขนาดนั้นเลย เขาทำกันขนาดนั้น แล้วกิจของเขาก็คือ กิจของการสดับตรับฟังพระธรรมเทศนา หรือ เจริญกรรมฐานอย่างใดอย่างหนึ่ง... แต่ในยุคนี้ เราเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตหลาย ๆ ด้าน เราก็สามารถอนุโลมบางอย่างได้ที่ไม่ถึงกับว่าเป็นกิจโดยตรง เพราะเรายังเกี่ยวข้องกับการงานที่ไม่ใช่กิจโดยตรงได้ และก็อาศัย อะพรหมะจะรียา นี้ งดเว้นในสิกขาบทนี้ได้ และเพิ่ม วิกาละโภชนา ก็คือ การไม่บริโภคอาหารในเวลาวิกาล และก็ไม่ประดับตกแต่งร่างกายด้วยของหอม เครื่องหอม เครื่องทา การขบ්රอง รำ ประโคมดนตรี อันนี้ก็คืออยู่ในขอบเขตนี้ อยู่ในขอบข่ายนี้ก็ไม่เสียหาย อันนี้ที่เรียกว่า บุญที่เกิดจากการรักษาศีล เพื่อชำระโทษ

บางคนก็สงสัยว่า การที่เราบริโภคอาหารในยามวิกาลมีโทษด้วยหรือ ? ทำไมเราจะต้องมางดเว้น ก็ต้องตอบว่า “มี” มันเป็นโทษอ่อน ๆ แต่ชาวโลก ผู้ถือสิกขาบท ๕ ประการ ไม่ต้องกังวล แต่คนเราต้องการจะเพิ่มคุณค่า

ด้านการปฏิบัติขึ้น ต้องการถือสิกขาบท ๘ เพื่อฝึกฝนจิตใจตัวเอง คือ ขำระ
บางอย่างที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหาร ที่มีกิเลสเจือปนเข้ามาอยู่
ก็สามารถสมาทานงดเว้น และฝึกฝนตัวเองในข้อนี้ได้

เกี่ยวกับการขบร้องประโคมดนตรี ประโคมร่างกายด้วยของหอม
เครื่องย่อม เครื่องทา อันนี้ก็เพื่อที่จะไม่ให้เราหลงยึดถือกายสังขารตัวเอง
จนเกินไป เราจะได้รู้ความจริงของกายสังขารตัวเองว่า เวลาปกติมันเป็นอย่าง
นี้ เวลาตกแต่งมันเป็นอย่างนี้ เราก็จะได้เข้าใจ

แต่ไม่ได้หมายถึงการห้ามไปตลอดทั้งชีวิต แต่หากเราเข้าใจได้ว่า
กาลบางครั้งที่เราสามารถสมาทาน เรียกว่า ค่อย ๆ ฝึกฝนในกาลบางครั้ง
พระองค์ไม่ได้ห้าม... แม้แต่ นางวิสาขา เอง ก็งดเว้นในช่วง ๘ คำ ๑๕ คำ นี้
เท่านั้น ไม่ได้งดเว้นไปตลอด นางก็ยังมีการแต่งเนื้อแต่งตัวอยู่ เป็นเพียงแต่ว่า
การงดเว้นนี้มันจะไม่ให้คล้อยตาม ไปตามอำนาจของโทษบางอย่างที่จะ
เกิดขึ้นในเรื่องนั้นที่มีอยู่ นี่คือบุญที่เกิดจากการรักษาศีลที่จะชำระโทษ
๕ ประการ

๓) **ภาวนามัย** บุญสำเร็จด้วยการภาวนา ภาวนา หรือ เจริญภาวนา
จะมีอยู่ ๒ ประการ เรียกว่า **สมถภาวนา** และ **วิปัสสนาภาวนา**

สมถะ หมายถึง การสร้างอุปายทางจิตให้เกิดความสงบระงับ
วิปัสสนา คือ การทำให้จิตเกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง

แต่บรรดาภาวนาทั้ง ๒ อย่างนี้ คำ “ภาวนา” นี้มาในองค์มรรค
เรียกว่า มรรค ๘ หมายถึงว่า คนที่ทำสมถะ ถ้าจะทำวิปัสสนาเพื่อให้เจริญขึ้น
ก็ต้องเจริญบนหลักการของมรรค ๘ เพราะว่ามรรค ๘ นี้เอง ที่พระองค์
ตรัสไว้ว่าเป็น **ภาวितัง** หรือ **ภาเวตัพพัง**

ภาวितัง หรือ ภาเวตัพพัง แปลเป็นภาษาไทยก็คือ ภาวนา

ภาวนา แปลว่า การเจริญขึ้น

ภาวิตัง แปลว่า ทำให้เจริญ ทำให้มีขึ้น ทำให้เกิดขึ้น ทำให้มัน
เพิ่มพูนขึ้นเรื่อย ๆ

ฉะนั้น การทำ สมถภาวนา และ วิปัสสนาภาวนา ต้องอยู่บนพื้นฐาน
ของอริยมรรคนี้ นั่นก็คือการเข้าใจหลักของอริยสัจ ๔

อริยสัจ ๔ จะเป็นตัวทำให้เราอยู่ในสมถภาวนา และวิปัสสนา-
ภาวนา ได้โดยอัตโนมัติ ได้โดยธรรมชาติ โดยองค์คุณที่รักษาสมถภาวนา
และวิปัสสนาภาวนาไว้ในนั้นอยู่แล้วเรียบร้อยแล้ว อันนี้ที่เรียกว่า ภาวนามัย

ภาวนามัยนี้ชำระล้างอะไร ? **ชำระล้างโทษอันเกิดจากความที่เรา
ไม่รู้แจ้ง อันเป็นโมหจิต** ที่ทำให้เกิดความไม่เข้าใจ ว่าอะไรคือทุกข์
อะไรคือเหตุของทุกข์ อะไรคือความดับของทุกข์ และวิธีปฏิบัติเพื่อ
การดับทุกข์นั้นปฏิบัติอย่างไร ฉะนั้น... ภาวนามัยจะไปล้างความหลงผิด
ความไม่รู้แจ้งในสิ่งเหล่านี้ เพราะการไม่รู้แจ้งหรือหลงผิดนี้ ทำให้เกิดโทษได้
เพราะบางคนไม่รู้ว่ตัวทุกข์คืออะไร แล้วทำสิ่งที่ไปเพิ่มทุกข์ให้กับตัวเอง
หรือคนอื่นอีกมากมาย พอเรารู้จริง ๆ แล้วว่า...

“อ้อ ความทุกข์มันคือสิ่งนี้” เราก็จะรู้วิธีการที่จะไม่ทำตามอำนาจ
ของกิเลสที่ไปสร้างทุกข์หรือก่อทุกข์ ก็จะชำระล้างพวกนี้ออกไป

๔) **อปจายนมัย** บุญสำเร็จด้วยการประพาสตนเป็นผู้อ่อนน้อม
ถ่อมตน ที่เคยอธิบายไว้ใน *วุฑฒาปจายีบุคคล* คือ อปจายนธรรม **ใช้ล้างโทษ
อันเกิดจากความกระด้าง ความมานะถือตัวถือตน ความที่ตนเองไม่ยอม
ลงกับใคร การแข็งข้อ** การประพาสตนเป็นผู้อ่อนน้อม จะไปลดทอนกิริยา
อันกระด้างเหล่านั้นลงไปได้ ทิฐิ มานะ ก็ถูกควบคุมได้ด้วยอปจายนธรรมอันนี้

๕) **เวยยาวัจฉมัย** บุญสำเร็จด้วยการชวนช่วยส่วนบุญ เมื่อเราทราบว่ากิจอันใดอันเป็นบุญเกิดขึ้น ไม่พึงละเลยในกิจอันนั้น พึงแสวงหาประโยชน์และชวนช่วยช่วยเหลือกิจอันเป็นบุญนั้นกับบุคคลอื่นอยู่เสมอ คือ ถ้ารู้เรื่องในงานบุญ หรือเรื่องอะไรก็ตามที่เป็นบุญ ต้องเป็นบุญจริง ๆ เราก็ชวนช่วยในเรื่องนั้น ไม่ทอดธุระ ไม่นิ่งดูตาย ไม่ได้มองว่าเป็นเรื่องของใครของมัน

แม้แต่เรื่องของพระพุทธศาสนาเองนี้ บางครั้งพุทธสาวกเราทอดธุระ นิ่งดูตาย ไม่ยอมสนใจ คิดว่าเป็นเรื่องของพระสงฆ์องค์เจ้า เป็นเรื่องของผู้นำที่รับผิดชอบในด้านนั้น ๆ แท้ที่จริงแล้ว เรื่องของพระพุทธศาสนาเป็นเรื่องของพุทธสาวกด้วย ทั้งหมดรวมกัน ก็คือการพัฒนาและฝึกฝนปฏิบัติตนตามหลักธรรมคำสอน ถือว่าเป็นการชวนช่วยในกิจทางศาสนา เป็นบุญกุศลสำหรับตน เป็นการรักษาพระศาสนา เราก็จะได้รับประโยชน์จากศาสนาอันนั้นด้วย ถ้าไม่ชวนช่วยกิจการในงานของพระพุทธศาสนาให้ถูกต้อง เราก็ไม่ได้รับประโยชน์จากศาสนา เมื่อเราไม่ได้รับประโยชน์จากศาสนา โทษอันคือความเดือดร้อนจากการที่พระพุทธศาสนาไม่ได้สร้างประโยชน์ในการที่จะดับทุกข์ให้กับเรา ก็จะเกิดแต่ความทุกข์ ความเดือดร้อนภายในจิตใจ

ฉะนั้น การชวนช่วยส่วนบุญก็จะเป็นการเพิ่มพูนบุญกุศลในหลาย ๆ ด้าน อันนี้ยกด้านพระพุทธศาสนาขึ้นมาก่อน ส่วนด้านงานบุญอื่น ๆ ก็เป็นองค์ประกอบตามมา ซึ่งเกี่ยวข้องกับพุทธศาสนาโดยตรง อันนี้เรียกว่า **เวยยาวัจฉมัย** บุญสำเร็จด้วยการชวนช่วยส่วนบุญ **อันนี้ใช้ล้างโทษอันเป็นความเห็นแก่ตัว ไม่สนใจกับงานที่ควรจะทำ** ก็ล้างความเห็นแก่ตัวในตัวเองออกไป

๖) **ปัตติทานมัย** บุญสำเร็จด้วยการให้ส่วนบุญ เรียกว่า ไปทำบุญ ที่ไหนมาก็ตาม สามารถบอกบุญนี้กับคนข้างเคียงที่ไม่ได้ไปร่วมบุญว่า “ข้าพเจ้าได้ไปทำบุญนี้มา ขอแบ่งส่วนบุญนี้ให้ท่าน ขอให้ท่านจงอนุโมทนาเถิด” อันนี้เรียกว่า แบ่งส่วนบุญให้คนอื่นด้วย และอีกในกรณีก็คือ เมื่อทำบุญ แล้วอุทิศส่วนกุศล เรียกว่า ให้ส่วนบุญ

ปัตติ แปลว่า **แบ่งปัน ให้ไป** ให้ส่วนบุญนั้นไป ปัตติทานมัย บุญสำเร็จด้วยการให้ส่วนบุญนั้น เรียกว่า อุทิศ ที่เรียกว่าการแบ่งปันให้กับบุคคลผู้ละชีวิตไป บางคนบอกว่า “ถ้าเราอุทิศบุญบ่อย ๆ บุญเราก็จะหมดสิ ไปอุทิศบุญให้เขาเยอะ ๆ ทำไม ?” ยิ่งอุทิศหรือแบ่งปันบุญมากเท่าไร ก็จะเกิดบุญใหม่ซ้อนขึ้นมา เรียกว่า ปัตติทานมัย อันนี้เป็นบุญที่เกิดจากการให้ส่วนบุญ

ฉะนั้น การอุทิศบุญอยู่บ่อย ๆ บุญไม่ได้หมดไป มีแต่จะเพิ่มพูนมากขึ้นเรื่อย ๆ **เพื่อไปล้างโทษของความตระหนี่ในบุญ เอาแต่บุญไว้เป็นของของตน...** ตัวอย่างเช่น **พระพาหิยะ** ในอดีตกาล ท่านไม่แบ่งปันส่วนบุญของตัวเองที่ได้เกิดขึ้นกับตนให้กับคนอื่นเลย เพราะท่านบอกว่า “บุญใครทำ ก็เป็นของคน ๆ นั้น ใครทำกรรมมากก็ต้องเป็นกรรมของคน ๆ นั้น เราไม่ยุ่งเกี่ยว”

ฉะนั้น เวลาท่านมาพบพระพุทธเจ้าแล้วตรัสรู้ธรรมเป็นพระอรหันต์ ในขณะที่เป็นฆราวาส ท่านจึงไม่มีบาตร ไม่มีจีวร ไม่มีบริวารที่จะบวชกับพระพุทธองค์เลย แล้วก็ละสังขารก่อนที่จะบวช เพราะบุญตรงนี้ไม่เคยทำมา ไม่เคยแบ่งปันส่วนบุญนี้ให้กับใคร

๗) **ปัตตานโมทนามัย** บุญสำเร็จด้วยการอนุโมทนาส่วนบุญ หมายถึงว่า เราไม่มีโอกาสทำบุญ เราเห็นคนอื่นทำบุญ เราก็อนุโมทนากับเขาด้วย การอนุโมทนาด้วยจิตที่ตั้งมั่น เราจะได้บุญไม่บกพร่องเลย กับบุญที่คนอื่นเขาทำ หรือ **หากตั้งจิตอนุโมทนาด้วยความคิดว่า คนนั้นทำบุญ ประดุจตั้งเราเป็นผู้กระทำเอง** ถ้าคิดได้อย่างนี้ เหมือนกับเราเป็นผู้กระทำเอง จะเกิดอานุภาพ เกิดปิติ เป็นบุญกุศลที่เราสัมผัสได้ทางใจ

๘) **อัมมัสสวนมัย** บุญสำเร็จด้วยการฟังธรรม นั่งฟังกันอยู่นี้ ก็ได้บุญอยู่ เป็นการเพิ่มพูนบุญกุศลอย่างง่าย ๆ ถือว่าเป็นสิ่งที่ดีที่ทำให้คนที่นั่งอยู่ที่บ้านในช่วงเวลานี้สะสมบุญกุศลไว้ในจิตในใจของตนเอง เรียกว่า **อัมมัสสวนมัย อันนี้ใช้แก้โทษอันเกิดจากการไม่ฟังธรรม**

คนที่ไม่ฟังธรรม พระพุทธเจ้าตรัสว่า... “ย่อมไม่สามารถกำหนดรอบรู้ข้อที่ควรปฏิบัติและไม่ควรปฏิบัติว่า อะไรคือข้อปฏิบัติ อะไรคือไม่ข้อปฏิบัติ อะไรควรทำ อะไรไม่ควรทำ ในหลักการทางศาสนาที่ถูกต้อง”

การฟังธรรมจะทำให้เราแยกแยะและเห็นว่า ข้อปฏิบัติเป็นอย่างไร ในหลักการทางศาสนา อะไรเป็นคุณ อะไรเป็นโทษ อะไรเป็นกุศล อะไรไม่ใช่กุศล อะไรควรเจริญขึ้น หรืออะไรควรละ การฟังธรรมจะทำให้เรารู้ข้อนี้ และก็ประโยชน์มาก

๙) **อัมมเทสนามัย** บุญสำเร็จด้วยการเผยแพร่ธรรม แชร้ออกไป แสดงธรรมให้คนอื่นเขาได้เห็น การให้ธรรมะเป็นทาน เรียกว่า **อัมมเทสนามัย**

แสดงธรรมที่ทรงจำมา ที่รู้มา ที่รับทราบมา บุญกุศลนี้มากมาย ธรรมะถ้าไม่มีการบอกต่อนี้ เหมือนกับไฟที่ถูกจุดขึ้นแล้วไม่มีไฟดวงอื่นมาต่อ แสงสว่างก็จะมีอยู่เท่านั้น ไม่สามารถขยายแสงสว่างนี้ให้แพร่กระจายออกไปในที่ต่าง ๆ

ฉะนั้น การแสดงธรรม เหมือนกับการขยายแสงสว่างต่อไปให้คนอื่น หรือว่าแบ่งปันแสงสว่างให้กับคนอื่นมาต่อ โดยเหตุปัจจัยของเขาเองมาต่อแสงสว่างจากตัวเรา คือมารู้ รับทราบ รับฟัง ต่อ ๆ กันไป

“เมื่อแสงสว่างถูกต่อออกไปมากขึ้น แสงสว่างก็จะลู่ไหลลงท่ามกลางความมืด จะมีอะไรที่ดีหรือที่สำคัญกว่าแสงสว่าง เพราะเราอยู่บนโลกที่เต็มไปด้วยความมืด”

มืด คือ มืดด้วยอำนาจของอวิชชา ไม่ได้มืดด้วยสายตาที่มองไม่เห็น แต่คืออวิชชาที่ทำให้จิตใจเรามีขอบเขต แสงสว่างทางใจก็คือ ธรรมเทศนา การแสดงธรรมจึงเป็นการให้แสงสว่างกับคนอื่น และใช้แสงสว่างนั้นเป็นเครื่องนำทางชีวิต

๑๐) ญาณจุฑามั บัญชีสำเร็จจากการที่ทำความเข้าใจตรงการใช้ชีวิตในโลกมนุษย์นี้ หลาย ๆ คนใช้ชีวิตด้วยการทำความเข้าใจผิดพลาด ไม่ตรงกับความเป็นจริง คำว่า “ทำความเข้าใจตรง” คือ เชื่อกรรม เชื่อผลของกรรม เชื่อว่าทุกคนมีกรรมเป็นของของตน ทุกคนมีกรรมเป็นผู้ให้ผล ทุกคนมีกรรมเป็นแดนเกิด ทุกคนมีกรรมเป็นผู้ติดตาม ทุกคนมีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย ทำกรรมใดไว้อย่อมได้รับผลของกรรมนั้นสืบไป

ฉะนั้น เราได้รับสิ่งใดก็ตาม อย่าไปมัวบ่น หรือไปมัวเพ่งโทษ หรือกล่าวโทษสิ่งอื่น นอกจากกรรมที่เราเคยกระทำมา เพราะเราทำกรรมใดไว้ กรรมนั้นย่อมตกเป็นของเราสืบต่อไป ไม่ใช่ของใครหรอก มันเป็นของเรา นั่นแหละ สิ่งที่เกิดขึ้นกับเรามาจากเหตุปัจจัยที่เราเคยทำมา

ฉะนั้น เมื่อเรากลับมาสู่ร่องรอยของความเห็นที่ถูกต้องในหลักของกรรมแล้ว เราจะได้ระวังกรรมของเราเอง กายกรรม วาจากรรม มโนกรรม ที่จะกระทำในขณะนี้ว่า สิ่งที่เราจะทำ เราจะพูด และกำลังจะคิดนี้

เป็นไปเพื่อเบียดเบียน เป็นไปเพื่อโทษ เป็นไปเพื่อประโยชน์หรือไม่อย่างไร เราจะได้มาระวังตรงนี้ การระวังและควบคุมพฤติกรรมตัวเองในเรื่องนี้ จะทำให้เรารอบคอบมากขึ้น ในการที่จะพูด หรือทำ หรือคิดเรื่องใด ๆ

ฉะนั้น สมมุติฐานทุกเรื่องมาจากความเห็นที่ตรงกับความเป็นจริง เรียกว่า *ทิวฏฐุชัมม* การมองเรื่องกรรมนี้ให้ถูกต้องตามหลักของธรรมชาติ เป็นหลักของธรรมชาติจริง ๆ หลักกรรมนี้เป็นหลักสัจจะด้วย

อันนี้คือ บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ประการ

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑ ดิกนิบาตวรรณนา วรรควรรณนาที่ ๒ อรรถกถาบุญกิริยาวัตถุสูตร อรรถกถา
ขุททกนิกาย อิติวุตตกะ ดิกนิบาต ทุติยวรรค บุญกิริยาวัตถุสูตร

พระอาจารย์จาวนโน ภิภุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการแสดงธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเกียงวนา
วันเสาร์ที่ ๒๘ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒๐.๓๙ นาที)



๒๖

ทำบุญใส่บาตรด้วยน้ำ / อาหาร
ตายไปแล้วเราจะได้น้ำ / อาหาร
แบบนั้นตามที่เรากวายเป็นไหม ?

การตั้งความคิด หรือการตั้งค่าการทำบุญอย่างนี้ ก็ถูก...
แต่ถ้าเราจะฉลาดกว่านี้ บุญเป็นภาวะทิพย์ เราสามารถเปลี่ยนแปลง
บุญนั้นได้ เพื่อให้เป็นสิ่งที่เราต้องการในภาวะทิพย์ หรือโลกทิพย์อันนั้น

ไม่ได้หมายถึงว่า ทำบุญด้วยอาหารก็ได้แต่อาหาร ไม่สามารถ
เปลี่ยนแปลงอาหารมาเป็นน้ำได้ ไม่ใช่อย่างนั้น มันเปลี่ยนแปลงได้

เราก็อธิษฐานให้น้ำนี้ จงเป็นอาหาร หรือเครื่องดื่มให้กับญาติทิพย์
ของข้าพเจ้า หรือให้อาหารเป็นเครื่องดื่ม หรือน้ำเป็นอาหาร คือ สลับสับเปลี่ยน
ได้หมด เป็นเสื้อผ้าก็ได้ เป็นอะไรก็ได้^๑

อันนี้คือ การมีปัญหาในการใช้บุญกุศล

การมองบุญในแง่ของ อัตตา คือ ความตายตัว ว่าเป็นอย่างนั้น
ใส่อะไรไปก็ต้องได้กินอันนั้น ไม่ใช่ใส่อะไรไปก็จะได้กินอันนั้น เป็นการ
ทำบุญด้วยทฤษฎีที่เป็น สัสสตะ คือ ความเป็นอย่างนั้นตายตัว ก็เกิดเป็น
อัตตา พอเกิดเป็นอัตตา ก็เป็นอัตตาตามภาวะการณ ตามที่เราไปตั้งค่าไว้ว่า
เป็นแบบนี้

แต่ถ้าเรามองเห็นตามความเป็นจริงว่า... ทุกอย่างสามารถเปลี่ยนแปลงได้ เพราะระบบของโลกนี้เป็นระบบที่อยู่ใต้อกฏ อนิจจัง คือ ความเปลี่ยนแปลงตัวของมันเองอยู่เสมอ

ประดุจดังเรามีทรัพย์สิน^๒ เราสามารถเอาทรัพย์สินไปซื้อน้ำก็ได้ ไปซื้ออาหารก็ได้ ไปซื้อเครื่องนุ่งห่มก็ได้

บุญ ก็คือทรัพย์สินอย่างหนึ่งที่เป็นเครื่องรองรับชีวิตเรา เราสามารถเปลี่ยนแปลงเป็นอะไรก็ได้ตามที่เราต้องการในปัจจุบัน ๔ ในภพภูมิต่าง ๆ

ไม่อย่างนั้น อยากดื่มสุราก็ถวายสุราแก่พระ อย่างนี้จะเป็นบุญหรือ ? เทวดาดื่มสุราก็เอยะนะอยู่บนสวรรค์

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^๑ มธุรังสทหายกเถราปทานที่ ๔ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๓๓ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๒๕ ขุททกนิกาย อปทาน ภาค ๒ - พุทธวงศ์ - จริยาปิฎก



^๒ บัดโดททหายกเถราปทานที่ ๙ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๓๓ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๒๕ ขุททกนิกาย อปทาน ภาค ๒ - พุทธวงศ์ - จริยาปิฎก

พระอาจารย์จาวรุดน ภิกุขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันอาทิตย์ที่ ๒๔ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๓๗ นาที)



๒๗

ทำบุญถวายพระด้วยเงินสด บาปไหม ?

ค่านิยมของคนไทยเราในเรื่องการทำบุญ มาถึงขั้นที่ยอมรับในความผิดอันส่วนเป็น “บาป” ว่าเป็นความถูกต้องจนยากที่จะแก้ไข

สังคมโดยส่วนมากถูกอิทธิพลเหล่านี้ครอบงำ จนกลายเป็นจารีตประเพณี ขนบธรรมเนียม ที่ต้องทำแบบนี้ร่วมกัน ใครทำแตกต่างจากนี้ ถือว่าผิดจากสิ่งที่ยึดถือกันหรือปฏิบัติกัน ซึ่งอย่างนี้ถือว่าเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้องอย่างมาก

หากเราได้เรียนรู้ความจริงแล้วว่า การนำเงินถวายพระโดยตรง ต้องระบุว่าเป็นโดยตรง... พระพุทธรูปองค์ทรงไม่ได้ห้ามพระภิกษุไม่ให้ใช้สอยปัจจัย ๔ อันเกิดจากทรัพย์

แต่ห้ามพระภิกษุรับเงินหรือทรัพย์นั้นโดยตรง ด้วยตัวของพระภิกษุ หรือเก็บไว้จำเพาะภิกษุโดยตรงไม่ได้ อันนี้เป็นโทษหรือเป็นความผิดโดยตรง ซึ่งพระภิกษุเองก็ต้องรู้พระวินัยในข้อนี้ดี^๑

เมื่อถูกบังคับให้ทำ จะเกิดบาปไหม ?

อันนี้ เกิดบาปแน่นอน ในส่วนของบาป ในส่วนของความผิดของพระสมมุติว่า พระมีความผิดในข้อนี้ ๑๐๐ เราจะได้เศษหนึ่งส่วนสี่ ของความผิดของพระนั้น

ทีนี้ ถ้าพ่อแม่บังคับ การบังคับนั้นตามหลักพระวินัย ถ้าเราไม่เต็มใจ ถูกบังคับด้วยการกระทำของผู้เป็นมารดาบิดา โทษจะตกกับมารดาบิดา **ทั้งหมด ไม่ตกกับตัวเรา** คือ เราไม่ได้เป็นผู้มีโทษ

เรื่องนี้เทียบเคียงได้จากเรื่องของหญิงนางหนึ่ง ซึ่งเป็นภรรยาของ นายพราน ... หญิงนางนี้บรรลุธรรมเป็นพระโสดาบัน เวลาที่นายพราน ผู้เป็นสามีจะออกไปล่าสัตว์ แล้วสามีสั่งบอกว่า หยิบธนูให้หน่อย หยิบหอกให้หน่อย หยิบดาบให้หน่อย หยิบแร้วให้หน่อย หยิบอุปกรณ์ที่จะไปล่าสัตว์ให้นางหยิบให้หน่อย นางก็หยิบให้

จึงมีเรื่องกล่าวขานกันว่า หญิงนางนี้ผู้บรรลุโสดาบันแล้ว ทำไม ยังยินดีในปาณาติบาต คือ การฆ่าสัตว์ ที่สามิผู้เป็นนายพรานยังทำการฆ่า ?

พระพุทธองค์ก็ทรงไขคำตอบดังนี้ว่า...

“นางไม่ได้ทำด้วยเจตนาของตน แต่นางทำด้วยอำนาจสามีสั่ง บังคับ ฉะนั้น โทษจึงไม่ได้ตกกับนาง” คือ นางไม่ได้ทำผิดศีลข้อนี้ แต่โทษอยู่กับ สามีผู้ซึ่งเป็นผู้สั่งการนั้น

หมายถึงว่า ถ้าบิดามารดาบังคับ โทษจะตกที่บิดามารดา

พระพุทธองค์ตรัสไว้เลยว่า... เราทำบาปเพราะบิดา-มารดา ถ้าการทำเป็นไปด้วยความเต็มใจ เราจะได้บาปนั้นเต็ม ๆ แต่ไม่ได้ทำด้วยความเต็มใจบาปจะไม่ตกกับเรา คือ ไม่ได้เกิดจากเจตนาของเราโดยตรง ไม่มีบาป

ทีนี้ การที่จะแก้ไขความเชื่อกับค่านิยมแบบนี้ จะต้องอาศัย
การช่วยกัน ให้สร้างค่านิยมใหม่ สร้างความเข้าใจใหม่ สร้างหลักการ
ที่ถูกต้องให้เกิดขึ้นใหม่ เช่น การจัดงานศพโดยที่ไม่ถวายเงินพระได้ไหม ?

อาตมาบอกว่า ได้

อ้าว... ได้ แล้วทำไมพระทั่วไปไม่ทำอย่างนั้น

นี่แหล่ะมันก็เป็นปัญหาอยู่ ขอให้พื้นที่ของเพจฯ เป็นที่เผยแพร่
หลักการนี้ออกไปจะเป็นส่วนที่ดีมาก อาจจะทำให้สังคมเราได้ตื่นตัว
เข้ามาเรียนรู้แล้วก็ปรับตัวเองได้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^๑ เรื่องพระอุปนันททายบุตรจบ สิกขาบทวิภังค์ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒ พระวินัยปิฎก เล่มที่ ๒
มหาวิภังค์ ภาค ๒



^๒ เรื่องนายพราณกุฎกภูมิตร [๑๐๒] พระโศดาบันไม่ทำบาป อรรถกถา
ชุตตนิกาย คาถาธรรมบท ปาปวรรคที่ ๙

พระอาจารย์จาวนโน ภิฑฺฑ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันเสาร์ที่ ๔ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๖.๐๖ นาที)



พระสงฆ์ควรจะทำความเข้าใจไว้มากที่สุดว่า...

พระราชาเริ่มรู้เรื่องของพระวินัยมากขึ้นแล้ว และข้อมูลทางพระวินัยนี้
ไม่สามารถที่จะปกปิดไม่ให้พระราชาสักรู้ได้อีกแล้ว

ฉะนั้น เปิดเผยตนตามความเป็นจริง ตรงไปตรงมาเถอะว่า
เมื่อรับไม่ได้ ก็ต้องบอกว่ารับไม่ได้ อย่าฝืนพุทธบัญญัติ เพราะจะเป็นการ
ประพฤติดนขัดแย้งกับพระศาสดาของตนเอง ซึ่งจะเกิดโทษมาก

เมื่อรับมาแล้ว นำไปทำสิ่งไหนก็ตาม

ถ้าเอาไปซื้อน้ำ... จะต้องอาบัติเพราะการซื้อ มีโทษเพราะการซื้อ
เพราะห้ามภิกษุทำการซื้อ

รับน้ำนี้มา... ต้องอาบัติเพราะการได้ของนี้มาจากการซื้อ คือ
ของที่ได้มามีโทษเหมือนกัน

ถ้าหาน้ำนี้ไปดื่ม... ก็ต้องอาบัติทุก ๆ คำกลืนที่ดื่มน้ำนี้

ถ้าไปซื้ออาหาร... ก็ต้องอาบัติทุก ๆ คำกลืน

ถ้าเอาไปสร้างวิหาร... วิหารนี้ก็เป็นวัตถุวิบัติ

ถ้าเอาไปสร้างกุฏิ... กุฏิก็เป็นกุฏิวิบัติ

คำว่า วิบัติ หมายถึงว่า

ไม่ควรค่าแก่การใช้สอยของพระภิกษุ

หากวิหารนี้ถูกสร้างมาด้วยเงินของพระภิกษุที่รับมาด้วยตนเอง
แล้วมีภิกษุผู้มีศีลไปใช้สอย ภิกษุผู้มีศีลก็ต้องโทษเพราะการไปใช้สอย
วัตถุอันวิภัตนั้น มีส่วนแห่งโทษอันนั้นด้วย

ถ้าหากว่ายังเก็บเงินนี้ไว้กับตัวเองอยู่ ทุกกัวย่างต้องอาบัติ เพราะ
การก้าวเดินไป เพราะยังยึดถือครอบครองไว้อยู่... น่ากลัวนะ แต่พระ
ไม่ค่อยกลัวเรื่องพวกนี้ มันเป็นโทษ

และถ้าเอาไปช่วยเหลือคนอื่นก็ควรช่วย เพราะว่าเงินไม่ควร
จะอยู่กับพระ

พระพุทธองค์ทรงบอกว่า... เวลาจะสละเงินนี้ ควรจะสละให้แก่
ชาวบ้าน หรือโยนทิ้งไปเลย แล้วเวลาโยนทิ้ง อย่ากำหนดหมายที่ทิ้งนั้นว่า
ไปตกที่ไหน^๑ ห้ามหันไปดูเด็ดขาด ให้หันหลังแล้วก็โยนไปข้างหลัง เพราะ
ถ้าหันไปดูแล้ว จะรู้ว่าอยู่ตรงนี้ จะกลับมาเอาและเสียดายในภายหลัง

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^๑ ว่าด้วยองค์แห่งภิกษุผู้ทิ้งรูปียะ โกสิยวรรคที่ ๒ สิกขาบทที่ ๘ อรรถกถา
นิสสัคคิกถัมมัม นิสสัคคิยาจิตตัม โกสิยวรรคที่ ๒ สิกขาบทที่ ๘

พระอาจารย์จาวนโน ภิฑฺฑ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันอังคารที่ ๙ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๓๐ นาที)



เดิมทีแล้ว พระพุทธศาสนาเรายังไม่มีวันพระมาก่อน
การกำหนดวัน ๘ คำ หรือ ๑๕ คำ มาเป็นวันพระนี้
มีมาในภายหลัง

แต่มี *ลัทธิปริพาชก* ซึ่งมีมาก่อนหน้าพระพุทธศาสนา เรามี
การประชุมกันทุกวันพระ และในการประชุมกันทุกวันพระ ๘ คำ หรือ ๑๕ คำ
ซึ่งก็ไม่ได้เรียกว่า วันพระ แต่เรียกว่าเป็นวันที่มาประชุมกัน วันประชุมกันนี้
เรียกว่า *วันอุโบสถ* คือ มาอยู่รวมกันในหมู่มาก

กลุ่มปริพาชก ก็ไปอยู่กับปริพาชก
ทำพิธีแบบปริพาชก สวดสรรเสริญแบบปริพาชก
กลุ่มลัทธิพราหมณ์ ก็ไปอยู่แบบพราหมณ์
กลุ่มที่ทำพิธีบูชาญ ก็ไปรวมกลุ่มกัน

แต่พระพุทธศาสนาเรา ตอนแรกไม่ได้มีเลย ไม่ได้เกิดจากพระพุทธองค์
ทรงอนุญาตไว้ก่อน

ที่นี่ พระเจ้าพิมพิสาร ก็มากราบทูลพระองค์ว่า...

“ลัทธิอื่นเขามีการประชุมกันทุกวันพระ (วันอุโบสถ) ทุก ๘ คำ
และ ๑๔/๑๕ คำ แล้วทางพระพุทธศาสนาเรา ไม่มีบ้างเลยหรือพระเจ้าข้า ?”

พระองค์ก็เลยทรงบัญญัติขึ้นมาเลยว่า... นั่นพวกเราจึงประชุมกัน
ทุกวันพระ ๘ คำและ ๑๔/๑๕ คำได้” พระองค์ทรงอนุญาตไว้ ก็มีการมา
ประชุมกัน มาอยู่ร่วมกัน

พอมาประชุมกันเป็นวันอุโบสถ คือ การอยู่ร่วมกัน พอมาอยู่
ร่วมกันแล้ว ไม่รู้จะทำอะไร พอไม่รู้จะทำอะไรแล้ว ลัทธิอื่นเขาจะมีการสวดมนต์
สรรเสริญ มีเช่นสรวง เช่นไหว้ สักการะบูชาอะไรเต็มไปหมด แต่พระพุทธ-
ศาสนาไม่มีอะไรเลย นี่เป็นสิ่งที่บ่งบอกให้ทราบว่า พระพุทธศาสนาเรา
ไม่ได้มีพิธีกรรม ไม่ได้เกี่ยวข้องกับพิธีกรรม และไม่มีพื้นฐานจากพิธีกรรม
มาแต่เดิม

ที่นี้ เหล่าภิกษุสงฆ์จึงทูลถามพระองค์ว่า... “แล้วที่ข้าพระองค์
มาประชุมกัน ไม่ได้มีกิจอะไรเลย ศาสนาอื่น เช่น บริพาชก ก็มีกิจในการ
ทำของเขา แล้วศาสนาพุทธเรา ทางวินัยของพระองค์ให้ทำอะไรพระเจ้าข้า?”

พระองค์ทรงบอกว่า...

“หากพวกเธอมาประชุมกัน ไม่มีกิจอะไรที่จะกระทำ พวกเธอ
จงกล่าวธรรมกถา คือ คฤกันเรื่องธรรมะ”

คฤกันทางธรรม สอบถามปัญหา อธิบายธรรมะ ขบคิด ขบตี
นำธรรมะมายกกล่าว หรือแสดงธรรม แต่ไม่มีพิธีกรรมอื่นไปกว่านี้
ไม่มีการสวดมนต์ ไม่มีการเช่นสรวงสักการะเหมือนกับลัทธิอื่น นี่คือ
เดิมทีเลยนะ เดิมแรก ๆ เลย

ที่นี้ เมื่อพระพุทธองค์ทรงกำหนดวัน ๘ คำ กับ ๑๔/๑๕ คำ
เป็นวันอุโบสถ ก็เลยมีกิจของการกล่าวธรรม และมีกิจของการสมาทานศีล
ก็เริ่มตั้งแต่นั้นมา พอมีกิจของการสมาทานศีลขึ้นมา ข้อปฏิบัติก็นำสืบมา
จนปัจจุบันนี้

ชาวพุทธในประเทศไทย เรียกวันอุโบสถนี้ว่า...

วันพระ ๘ คำ ๑๔/๑๕ คำ

**ถามว่า การทำบุญในวันปกติ กับการทำบุญในวันพระ
อย่างไรได้บุญมาก อย่างไรได้บุญน้อย ?**

โดยปกติแล้ว พระองค์ทรงบอกว่า... ถ้าจิตเรามีความเลื่อมใส
เท่าเดิมในแต่ละวัน คือ ไม่ได้แตกต่างกันเลย ไม่ว่าวันพระหรือวันธรรมดา
ความเลื่อมใสเท่าเดิม บุญก็เท่าเดิม

แต่ถ้าเราถือวันพระเป็นวันพิเศษ ความเลื่อมใสจะเพิ่มมากขึ้น
บุญก็จะเพิ่มตามความเลื่อมใสของจิต ไม่ได้เพิ่มพูนตามวันพระ แต่เพิ่มพูน
ตามจิตที่เกิดความเลื่อมใสขึ้นมา เรียกว่า มีแรงทางใจที่ใคร่อยากจะทำบุญ
แบบเต็มเปี่ยม บุญก็เกิดขึ้นเต็มเปี่ยม ก็เลยไปสร้างค่าของวันเวลาขึ้นมาว่า
วันพระได้บุญมากกว่า วันธรรมดาได้บุญน้อยกว่า

**วันธรรมดา ถ้าเราสร้างเจตนาด้วยศรัทธาที่เต็มเปี่ยม ก็ได้เท่ากับ
วันพระ หรือได้มากกว่าวันพระก็ได้ อย่างนี้**

ข้างอิงพระไตรปิฎก :



๑ อุโบสถขันธกะ เรื่องปรีชาชนกอัณณเดียรธีย์ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๔ พระวินัยปิฎก เล่มที่ ๔
มหาวรรค ภาค ๑

พระอาจารย์จ้าวรณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยววนา
วันเสาร์ที่ ๒๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๔.๔๔ นาที)





การอุทิศบุญให้พูดถึง นายเวร ไม่ต้องพูดถึงเจ้ากรรม เพราะอะไร ?

“เจ้ากรรม ก็คือ ตัวเราเอง”

เป็นผู้กระทำความกรรม เรียกว่า เจ้ากรรม

เพราะเราสามารถกระทำสิ่งใด ๆ ก็ตาม ลงไปในขณะนี้ การกระทำ
นั้น ๆ ก็คือเป็นกรรมของเรา เรียกว่า เป็นเจ้ากรรม

“นายเวร คือ ผู้ที่เรากระทำกรรมกับเขาไว้”

ถ้าเป็นการกระทำที่ไม่ดีกับเขา เบียดเบียนเขา เขาก็จะ
มาเบียดเบียนคืน เขาจึงจะมาในฐานะของนายเวร ไม่ได้เป็นเจ้ากรรม

พระอาจารย์จวนคุณ โภท (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงแก้ว
วันอาทิตย์ที่ ๒๔ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ ใน QR code (๐.๕๐ นาที)



๓๑

การกำหนด มีความสำคัญอย่างไร ?

การให้ทาน เป็นพื้นฐานที่เราพึงกระทำไว้อยู่เสมอ ไม่ควรขาด

ทำไมเราต้องทำ ?

เพราะว่า สภาวะจิตบางเหล่าอันเป็นสติและกุศล

อาศัย **ทาน** ปรากฏขึ้น

บางอย่างก็อาศัย **ศีล** ปรากฏขึ้น

บางอย่างก็อาศัย **สมาธิ** ปรากฏขึ้น

บางอย่างก็อาศัย **ปัญญา** ปรากฏขึ้น

ซึ่งแต่ละคนอาจจะไม่เหมือนกัน

เพราะบางคนมีปัญหา และการมีปัญญาของเขา สติและ
วิปัสสนาญาณนั้นอาศัยปัญญาเป็นที่ตั้ง เขาก็สามารถบรรลุธรรมได้โดย
ไม่ต้องให้ทาน หรือรักษาศีลก็ได้

หรือบางคนต้องอาศัยศีล ถ้าไม่มีศีล สติปัญญาของเขาจะไม่เกิด
เขาต้องไปรักษาศีล สติเขาถึงเกิด ปัญญาเขาถึงเกิด และกำหนดรู้
รอบรู้ธรรมตามความเป็นจริง ก็บรรลุธรรมได้ ซึ่งบางคนต้องอาศัยการให้ทาน

อย่าง นางสาววิชาฯ บอกได้อย่างชัดเจนเลย

พระองค์ตรัสกับนางวิชาฯว่า...

“เธอมาให้ทานอย่างนี้ มาขอพรกับตลาดนี้ เธอเห็นประโยชน์
อย่างไรจึงให้?”

นางวิชาฯ ตอบว่า...

“ข้าพระองค์เห็นว่า ภิกษุเหล่าใดที่เข้ามาสู่เมืองนี้ย่อมได้รับทาน
ของข้าพระองค์ และเมื่อใดก็ตามที่ภิกษุเหล่านี้จาริกออกไปจากเมืองนี้
ไปสู่ที่อื่น และข้าพระองค์ได้ทราบข่าวว่าท่านเหล่านั้นบรรลุโสดาบันบ้าง
สกทาคามีบ้าง อนาคามีบ้าง อรหันต์บ้าง ข้าพระองค์ก็จะได้เกิดปัตติ
ปัตติย่อมนำมาซึ่งความสุข ความสุขย่อมนำมาซึ่งสมาธิ สมาธิย่อมทำให้เกิด
การรู้ธรรมตามความเป็นจริง ซึ่งนางวิชานั่นอาศัยจากการทำทาน
ให้ทานนี้”^๑

ช้างอิงพระไตรปิฎก :



๑ วิชาภาณวาร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๕ พระวินัยปิฎก เล่มที่ ๕
มหาวรรค ภาค ๒

พระอาจารย์จาวรณโณ ภิกษุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันอังคารที่ ๙ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๔๒ นาที)



การทำสังฆทาน มีองค์ประกอบอยู่ ๓ ประการ

๑) **ปรารภสงฆ์** คำว่า ปรารภสงฆ์ คือ ไม่ปรารภบุคคล
แต่ต้องอาศัยบุคคล คือ อาศัยพระภิกษุเป็นที่ตั้งแห่งการให้ทาน
แต่เราจะไม่ตั้งใจที่จะถวายทานกับพระภิกษุเหล่านั้น

แม้เมื่อพระองค์ยังทรงพระชนม์อยู่ พระองค์ก็ยังทรงบอก
พระนางปชาบดีโคตมี (พระน้านางผู้ให้น้ำนมเลี้ยงดูพระองค์ เมื่อคราว
ทรงเยาว์วัย) ว่า... “ผ้าที่เธอทอมานี้อย่าเอาถวายเราเลย ถวายแก่สงฆ์เถิด”

พระนางปชาบดีโคตมีก็บอกว่า...

“ขอถวายพระองค์นี้แหละ เพราะทำมาเพื่อพระองค์”

พระองค์ทรงบอกว่า...

“อย่าเลยปชาบดี ให้ทานกับสงฆ์นี้

จะได้ผลมาก ได้อานิสงส์มาก” ๑

นางปชาบดีก็บอกว่า...

“ข้าพระองค์ทำมาเพื่อพระองค์ ขอพระองค์จงรับทาน

ของข้าพระองค์ ขอเป็นครั้งสุดท้ายนี้ จะไม่ขอรับอีกแล้ว”

พระองค์ก็ตรัสตอบว่า...

“เธอจงถวายนานกับสงฆ์เถิด

อย่าเจาะจงแม้กระทั่งพระองค์”

ฉะนั้น ๑) ให้ปรารภสงฆ์ อย่าปรารภตัวบุคคล

๒) **อย่าตั้งจิตรังเกียจ** เมื่อเห็นว่าบุคคลนั้นประพฤติไม่ดี แล้วมารับทานของเรา ไม่งั้นก็จะเสียอีก เพราะคำว่า สงฆ์ ไม่มีคำว่าทุศีลหรือไม่ทุศีล ไม่มีคำว่าประพฤติเลวทรามหรือไม่เลวทราม

สงฆ์ คือ สงฆ์สาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ โดยส่วนเดียว

๓) **ตั้งจิตยินดีเต็มที่** ในขณะที่ถวายนานแด่สงฆ์นั้น ทำประดุจดังพระภิกษุที่อยู่ต่อหน้าเรานั้นว่าเป็นพระอรหันต์ผู้สิ้นอาสวกิเลสแล้ว ให้กราบเคารพนอบน้อมอย่างดี

พระองค์ตรัสว่า... **องค์ประกอบ ๓ อย่างนี้เป็นสังฆทาน** ถ้าไม่มีองค์ประกอบเหล่านี้ เราจะไปซื้อถึงสังฆทานมาก็ไม่เป็นสังฆทาน การเจาะจงไปที่ครูบาอาจารย์องค์นั้นองค์นี้ โดยที่ไม่ได้ตั้งใจว่าจะถวายแก่สงฆ์สาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็ไม่เป็นสังฆทาน

**คนส่วนใหญ่เข้าใจว่า ต้องซื้อเป็นถึงสังฆทาน
จริง ๆ แล้ว เราซื้ออะไรที่เหมาะสมแก่วัดนั้น
ก็ได้ใช้ให้หมดคะ ?**

ใช่... น้ำขวดเดียวก็ (ถวาย) เป็นสังฆทานได้

เพราะสังฆทานอยู่ที่การตั้งใจ ตั้งจิตปรารถนาเพื่อสงฆ์ ตั้งใจที่จะถวายทานนี้แต่สงฆ์ จะเป็นสังฆทานทันที ของสิ่งนั้นจะเป็นของสังฆทานโดยทันที

อย่างนี้เราตั้งใจระลึกรู้ตั้งแต่ซื้อเลยได้ใหม่ว่า...

เราไม่ได้ตั้งใจซื้อเพื่อถวายแก่พระรูปใดรูปหนึ่ง
แต่ตั้งใจถวายแก่สงฆ์ในอารามนั้น ?

ระลึกได้ตั้งแต่ก่อนถวาย ขณะถวาย และถวายเสร็จแล้ว
ต้องปรารถนาสงฆ์ไว้ตลอด คือ ตั้งใจประกาศไว้ว่า... “ทานของข้าพเจ้านี้
ถวายแด่พระสงฆ์สาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า” ก็เป็นสังฆทาน
เพราะเจตนาเราปรากฏขึ้นในขณะนั้น

กรณีที่ต้องการถวายปัจจัยไปตามวัดต่าง ๆ

โดยมอบไว้กับไวยาวัจกร บอกว่า...

“ขอถวายปัจจัยนี้แด่พระอาจารย์รูปนี้”

“และพระสงฆ์ในอาราม” อย่างนี้ควรระบุนะ
หรือไม่ควรระบุชื่อบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ?

ถ้าเราต้องการอานิสงส์ของสังฆทาน ไม่ควรระบุชื่อของครูบาอาจารย์
รูปใดเลย แต่ให้บอกว่า...

“ขอถวายทุนทรัพย์นี้ (เพื่อปัจจัย ๔)

แต่สงฆ์สาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้มาสู่อาวาสนี้”

ภิกษุรูปใดก็ตามที่เข้าไปสู่อาวาสนั้น ก็ได้บริโภคใช้สอยปัจจัย ๔ อันเกิดจากทรัพย์ที่เราได้ถวายไว้

หมายเหตุ **ปาฏิปุคคสิกทาน**^๒ เป็นการถวายที่ระบุจำเพาะเจาะจง ภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง จะได้รับอานิสงส์จากการถวายทานน้อยกว่าการถวาย สังฆทาน สังฆทานเป็นการถวายแต่พระสงฆ์สาวกทั่วทั้งสังฆมณฑล โดยไม่ระบุจำเพาะเจาะจง จะได้รับอานิสงส์อย่างนับประมาณไม่ได้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^๑ ทักขินาวิกังคสูตร (๑๔๒) พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๔ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๖ มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์



^๒ ทัทธลวิมานที่ ๖ ว่าด้วยผลบุญที่ทำให้เกิดในทัทธลวิมาน พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๖ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๘ ขุททกนิกาย วิมาน - เปตวัตถุ เถร - เถรีคาถา

พระอาจารย์จาวรุณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ ภูฏันชัตตันธรรม เขาใหญ่
วันเสาร์ที่ ๕ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๕.๐๖ นาที)



๓๓

วิธีการขอพรแบบพุทธ ต้องทำอะไร ?

พระอาจารย์มีวิธีตามหลักการในพระไตรปิฎก
จะยกตัวอย่างจากเรื่องของเด็ก ๒ คน...

เด็ก ๒ คน เขาเล่นขลุบกันอยู่ในครั้งพุทธกาล
เล่นขลุบ คือ การโยน โดยมีการขีดตารางแล้วก็เขียนตัวเลข
โยนไปในตารางไหนที่มีตัวเลขมาก คนนั้นจะได้ทรัพย์มาก โยนไปตรงไหน
ที่ตารางต้องเสีย คนนั้นก็ต้องจ่าย
อย่างนี้... เขาเรียกว่าการเล่นขลุบ^{*}

มีเด็ก ๒ คน เล่นขลุบด้วยกัน เด็กคนหนึ่งเป็นบุคคลผู้นับถือ
พระรัตนตรัย เด็กอีกคนหนึ่งเป็นบุคคลที่ไม่ได้นับถือพระรัตนตรัย เรียกว่า
นับถือศาสนาอื่นที่เรียกว่า กลุ่ม **เดียรธีย์** เรียกได้ว่า เด็ก ๒ คนนี้ แบ่งออกเป็น
ฝ่าย **สัมมาทิฐิ** กับฝ่ายที่เป็น **มิจฉาทิฐิ**

ฝ่ายที่เป็นสัมมาทิฐินี้ ระลึกถึงพระพุทธเจ้าก่อนที่จะโยนขลุบ
โดยระลึกทว่า... **นะโม พุทธัสสะ** ขอนอบน้อมแด่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า
ส่วนเด็กที่มีมิจฉาทิฐิ ที่นับถือนักบวชศาสนาอื่นที่เป็นเดียรธีย์
นักบวชศาสนานั้นถูกสอนมาว่าเขาเป็นอรหันต์ เด็กฝ่ายมิจฉาทิฐินี้
ก็ไประลึกถึงเดียรธีย์ว่า... **นะโม อระหันตานิ** ขอนอบน้อมแด่พระอรหันต์
ทั้งหลาย... (ระหว่าง) อรหันต์ของเดียรธีย์ กับพระพุทธเจ้า

ที่นี้ เด็กที่ระลึกถึงพระพุทธเจ้า ก็โยนไปได้ตารางที่ได้เงิน
เด็กที่นับถือเดียรถีย์ โยนไปก็เสียเงิน
แทงเท่าไรก็เสีย แทงเท่าไรก็เสีย

พระอาจารย์ก็เลยมองว่า... ให้ลองใช้ดูนะ **ใครต้องการที่จะอธิษฐาน
ขอพร ให้ตั้งจิตเคารพใน พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ อย่างแรงกล้า
ให้ทำประดุจว่า พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ อยู่ต่อหน้าเรา** คือ ความบริสุทธิ์
แห่งพระรัตนตรัยทั้ง ๓ ประการ คือ **พุทธรัตนะ ธรรมรัตนะ สังฆรัตนะ**
คือ ความบริสุทธิ์หมดจด สิ่งทีประเสริฐสูงสุดอันควรค่าแก่การสักการะ
เคารพในฐานะชาวพุทธ อยู่กับเรา อยู่ต่อหน้าเรา จะอยู่ในสภาพไหนไม่รู้
แต่ก็กำหนดรู้หมายความว่าสิ่งนี้มีความหมายสูงสุด และก็กล่าวคำระลึกว่า...

พุทธ เม นาโถ **พระพุทธ**เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า
ธัมม เม นาโถ **พระธรรม**เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า
สังฆ เม นาโถ **พระสงฆ์**เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า

กล่าวย่ำ ๆ อย่างนี้ ๗ รอบ
พอครบ ๗ รอบแล้ว ให้ระลึกต่อว่า
ด้วยสัจจะวาจานี้ ขอให้ข้าพเจ้า...
ก็ขออะไรไป ก็ขอไป

นี่คือวิธีการตั้งการขอพร
ในหลักการที่พึงกระทำในทางพระพุทธศาสนา

ไม่ต้องไปแสวงหาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ไม่ต้องไปอยู่หน้าพระพุทธรูป
ไม่ต้องไปอยู่ที่เครื่องรางของขลัง ฯลฯ
อธิษฐานจิตเข้าถึงพระรัตนตรัยนี้

ถ้าจะเพิ่มพลังแห่งการได้รับผล อย่างรวดเร็ว ให้ประกาศบทรัตนปริตร
แล้วลงท้ายบทรัตนปริตรว่า ด้วยสัจจะวาจานี้ ขอให้ข้าพเจ้า...

ต้องการอะไรก็อธิษฐานไป แต่ต้องเป็นสิ่งที่ดีนะ ลองทำดู
นี่คือ วิธีการขอพรในพระพุทธศาสนา
ไม่ต้องมาขอกับพระ

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) เรื่องนายทวารสารภิกษุ [๒๑๘] อรรถกถา ขุททกนิกาย
คาลาธรรมบท ปกิณณกวรรคที่ ๒๑

พระอาจารย์จาร์วณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงแก้ววนา
วันพฤหัสบดีที่ ๖ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๔.๒๐ นาที)



๓๔

ไม่สมาทานศีล เพราะกลัวผิดศีล
และได้รับโทษ
แนวคิดนี้ถูกต้องหรือไม่ ?

เรื่องนี้จะอธิบายให้แก่ชาวพุทธทั้งหลาย
ได้เข้าใจความหมายของคำว่า ศีล
และจุดประสงค์ของสิ่งที่พระพุทธรองค์บัญญัติไว้...

พระพุทธรองค์ทรงทราบอุปนิสัยของสัตว์โลกดีว่า มนุษย์เมื่อใช้ชีวิต
อยู่ในโลกนี้ ไม่สามารถที่จะเจริญศีลให้บริบูรณ์ได้ตลอดทั้งชีวิต พระองค์
จึงทรงบัญญัติการสมาทานศีลในวัน ๘ ค่ำ กับ ๑๔/๑๕ ค่ำไว้ เรียกว่า
อุโบสถศีล แล้วในคำบัญญัตินั้น พระองค์ไม่ได้ทรงบอกว่า ห้ามฆ่าสัตว์
ห้ามลักทรัพย์ ห้ามประพฤติดิฉินกาม ห้ามโกหก ห้ามดื่มสุรา

สิกขาบท ๕ ประการ ไม่ใช่ข้อห้าม แต่เป็น “ข้องดเว้น”
แล้วสมาทาน เพื่อที่จะไม่ก้าวล่วง

เพราะคำว่า เวรมณี ไม่ได้บอกว่า ห้าม
พระองค์ทรงทราบดีว่า ห้ามอย่างไรก็ห้ามไม่ได้

มนุษย์ทั้งหลายอยู่ในวิสัยของการฆ่าก็มี อยู่ในวิสัยของการลักก็มี
อยู่ในวิสัยของการประพฤติดิฉินกาม โกหก ดื่มสุรา เขาไม่สมาทานศีล
แต่เขาทำกรรมอย่างนี้ เขาก็ได้รับกรรมเท่ากับที่เขาทำ

แต่ถ้าเขาไปสมทานศีล ซึ่งเขาไม่สามารถจะทำได้ แต่ไปสมทาน
พอไปสมทานบิณฑบาต จะเกิดโทษ ๒ ประการ คือ

๑) โทษเพราะไม่ยอมรักษาศีล

๒) โทษเพราะกรรมเดิมที่ทำผิด

จะมี ๒ ชั้น... แต่ถ้าเราไม่สมทาน โทษก็จะเหลือเพียงกรรม
ที่เขาทำเท่านั้น แต่จะไม่เกิดโทษจากการรักษาศีล

ฉะนั้น พระองค์จึงทรงบอกว่า...

ศีลมีไว้สำหรับบุคคลพึงพอใจที่จะรักษา หมายถึงว่า เขามีศรัทธาภาพ
ที่จะรักษาได้ ก็ให้เขารักษา หรือถ้ายังไม่มีศรัทธาภาพเพียงพอก็ค่อย ๆ รักษาไป

วันอื่นปกติ ก็ใช้ชีวิตตามธรรมดาได้ แต่ถ้าเป็นวัน ๘ คำ กับ ๑๕ คำ
ถ้าเราเจตนางดเว้น อย่างน้อยเราจะเริ่มคุ้นเคยกับการรักษาในวันหนึ่ง
ที่เรารักษา เราก็ต้องรักษาเจตนางดเว้นอย่างแรงกล้าว่า...

วันเดียว เราไม่ฆ่าสัตว์ เราจะตายไหม ?

วันเดียว เราไม่ลักทรัพย์ เราจะตายไหม ?

วันเดียว เราไม่ประพฤติ ผิดในกาม ไม่โกหก ไม่ดื่มสุรา

เราจะตายไหม ?

สุดท้าย ถ้าเราฝึกอดทนอดกลั้นได้ ในวัน ๘ คำ ๑๕ คำ ที่ทำได้
บ่อย ๆ เดียวศีลที่เป็น **นิจศีล** จะค่อย ๆ บังเกิดขึ้นแล้ว

เราจะค่อย ๆ มีข้อประพจน์ ที่คุ้นเคยกับกุศโลบายไปเรื่อย ๆ
ค่อย ๆ พัฒนาตัวเองไป

ไม่ใช่มาสอนตัดเลยว่า ห้าม อย่างนี้ พระองค์ไม่เคยตรัสสอน
คำว่า ห้าม เพราะเวรมณี ไม่ใช่ข้อห้าม เป็นข้อยกเว้นในกาลบางคราว
ตอนนี้เราต้องทำความเข้าใจกันให้ถูกต้องนะ

แม้แต่เราเองหรือพระอาจารย์เอง แต่ก่อนก็เคยถูกสอนมาว่า
ห้ามฆ่าสัตว์ ห้ามลักทรัพย์ เป็นบาปแน่นอน ความรู้สึทุกครั้งที่เราเผลอ
ทำการฆ่าสัตว์ เราจะรู้สึกที่เราบาปมากเลย และดูเหมือนว่าตัวเอง
จะไม่สามารถประพจน์ตัวเองให้เป็นคนดีได้เลย

ฉะนั้น หลักการของพระพุทธศาสนา พระองค์จะค่อย ๆ
วางข้อปฏิบัติไว้ตามอินทรีย์ คือ กำลังใจ หรือสิ่งที่เราพอที่จะสามารถทำได้

พระองค์เปรียบเทียบกับ...

การที่มีกองไม้อยู่ ๓ กอง กองไม้แต่ละกอง ถ้าเราไม่สามารถ
ยกเอาไปเป็นกองได้เลย เราก็ค่อย ๆ เอาไปที่ละท่อน ทีละท่อน ทีละท่อน
เดี๋ยวก็หมดไปเอง ถ้ายกทีเดียว แบกไม่ไหว มันหนัก แล้วสุดท้ายเราก็ทิ้ง
ไปเลย ไม่ยอมเก็บกองไม้กองนั้น เราก็จะไม่ได้อะไรเลย อย่างนี้

บางที่เราบอกสมาทานศีล ๕ ข้อ โอโห... ทำไม่ได้ แล้วก็รู้สึก
ไม่อยากจะทำ และเห็นว่าไม่มีประโยชน์อะไรกับเราเลย รู้สึกว่าเป็นความทุกข์
ในใจ สุดท้ายก็ทิ้งศีลไปเลย ไม่สนใจศีล

ฉะนั้น พระองค์ทรงทราบอัธยาศัยของมนุษย์ และเข้าใจดี
พระองค์จึงทรงบอกว่า... ให้ค่อย ๆ จดเว้นไปตามลำดับ ทำได้ก็ทำได้
๑ ข้อ ก่อนก็ได้
๒ ข้อ ก่อนก็ได้
๓ ข้อ ก่อนก็ได้

ทำจนเราเกิดเป็นอาจิณกรรม กรรมที่ทำเป็นอาจิณ คือ บ่อย ๆ
เรื่อย ๆ เพียงวาจิณกรรมนั้นจะทำให้เราทำได้เองในภายหลัง

พระอาจารย์จาวุฒโน ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันเสาร์ที่ ๒๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๗.๕๔ นาที)



อานิสงส์ของการตั้งเจตนางดเว้น

ศีลข้อที่ ๑ ไม่ฆ่าสัตว์ ก็จะมีอายุที่ยืนนาน

ศีลข้อที่ ๒ ไม่ลักทรัพย์ ก็จะมีทรัพย์รองรับเราในทุกภพทุกชาติ

ศีลข้อที่ ๓ ไม่ประพฤติดุคในกาม ก็จะมีสมหวังในคู่รัก และจะไม่มีเวร
ต่อคนที่เป็นคู่รักต่อกันและกัน คือ จะไม่มีใครมาแย่งชิง

ศีลข้อที่ ๔ ไม่โกหก คือ เราจะได้รับคำพูดที่เป็นคำจริงในทุก ๆ ที่
และการพูดของเราก็จะเป็นคำพูดที่มีน้ำหนัก น่าเชื่อถือ

ศีลข้อที่ ๕ ไม่ดื่มสุรา เราก็จะมีปัญญาที่เฉลียวฉลาดเป็นเลิศ

ศีลข้อที่ ๖ ไม่บริโภคอาหารในยามวิกาล จะมีสุขภาพร่างกาย
ที่ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บมารบกวน เพราะการบริโภคอาหารน้อย ตามวิทยาศาสตร์
ก็ยังบอกว่า ช่วยทำให้สุขภาพร่างกายแข็งแรง หรือว่าการลดการบริโภค
อาหารเกินความจำเป็น ได้อานิสงส์คือ เราจะได้ไม่ต้องยุ่งยากในการทำ
อาหารให้มากความ

ศีลข้อที่ ๗ อานิสงส์ของการไม่ขบถ้องประโคนดนตรี เพื่อไม่ให้
จิตของเราผูกติดอยู่กับเสียงที่ขบถ้อง หรือดนตรีที่ขบถ้อง เพราะถ้าเรา
ไม่มีสิ่งเหล่านี้ เราก็จะไม่รู้สึกเป็นทุกข์ เราก็จะไม่มีการผูกติด ใจก็จะไม่
โน้มเอียงไป และพระองค์ทรงบอกว่า ใจที่ไม่โน้มไปในเสียงขบถ้องกับดนตรี
ที่ขบถ้อง จะทำให้จิตเป็นสมาธิได้ง่าย นี่คืออานิสงส์

ศีลข้อที่ ๘ ไม่นั่งนอนบนที่นั่งนอนอันสูงใหญ่ คือ ไม่ให้ติดอยู่กับ
การนอน และไม่สร้างความขี้เกียจ หรือเกียจคร้านให้กับตนเอง

ศีลข้อที่ ๙ การประดับตกแต่งร่างกายตนเองด้วยของหอม เครื่องย้อม เครื่องทา ก็จะทำให้เราได้รู้จักความเป็นจริงของร่างกายมากขึ้นว่า ร่างกายของเรา ความเป็นจริงที่แท้นั้นเป็นอย่างไร ก็ลองให้มันเหม็นบ้าง มีกลิ่นบ้าง อ้อ... ความจริงของร่างกายเราเป็นอย่างนี้เอง ก็จะได้ถอน ความหลงออกมา

ศีลข้อที่ ๑๐ เป็นศีลของสามเณร ก็คือ เกี่ยวข้องกับการไม่รับเงิน รับทอง อันนี้ เป็นองค์คุณของความเป็นสมณะโดยตรง ในการไม่เกี่ยวข้องกับ เงินและทอง คือ ตัดความกังวลในการที่จะใช้ชีวิตที่ไม่ยุ่งเกี่ยวกับทรัพย์ เพราะถ้ายังยุ่งเกี่ยวกับทรัพย์อยู่ ต้องไปแสวงหาทรัพย์ เราจะได้ทรัพย์ เท่านั้นเท่านั้นมาเลี้ยงชีพตัวเรา

การบิณฑบาตเลี้ยงชีพมันเพียงพอแล้ว และยังไม่มีสามเณร รูปไหนตาย ไม่ได้ใช้เงินแม้แต่บาทเดียวก็ไม่ตาย บิณฑบาตก็ยังอยู่ได้ อาตมาเองก็เป็นตัวอย่างในการที่ไม่รับเงินเลย ไม่ได้แตะต้องเงินมา ๒๐ กว่าปีแล้ว ก็คือยังอยู่ได้ และก็รู้ว่ามีอยู่ได้เหมือนกัน

พระอาจารย์จาวุฒโน ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเกียรติวนา
วันศุกร์ที่ ๕ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๐๖ นาที)



๓๖

ผลกระทบของการว่าร้าย พูดจาทำร้าย เป็นอย่างไร ?

ถ้าเราจะมองกรรมในชีวิตประจำวัน
สิ่งที่เกิดง่ายที่สุด คือ คำพูด
เราสร้างกรรมทางคำพูดนี้กันเร็วมาก
และสติเราขาดหายไปกับการพูดนี้เยอะ...

สมัยที่พระอาจารย์อยู่กับหลวงปู่ (คำสุข ญาณสุโข) จะพูดแต่ละคำ
ต้องระแวงระวัง ต้องคิดอย่างหนัก คิดให้คิดว่าควรพูดหรือไม่ ก่อนพูด
ต้องพิจารณาใคร่ครวญอย่างดีเลยว่า สิ่งที่เราจะพูดนี้จะถูกค่าหรือไม่ถูกค่า
จากหลวงปู่ ระวังมากจนแทบจะเรียกว่า ในแต่ละวันพูดน้อยมาก พูดกับ
เพื่อนพระด้วยกันต้องเรียกว่า กระซิบกระซาบกัน

หลวงปู่ท่านสอนให้เราพิจารณาเห็นโทษ แม้เพียงเล็กน้อย
จากการกล่าววาจา คือ ต้องเห็นโทษทางวาจาอยู่เรื่อย ๆ อยู่เสมอ
ในการที่เราจะไม่พูดอะไรที่เป็นเรื่องเล่น ๆ เรื่องที่พูดโดยไม่สร้างประโยชน์
หรือไม่สร้างเหตุปัจจัยอะไรเลย

เพราะว่าทุกคำพูดจะเป็น วชิกรรม

คำว่า วชิกรรม สามารถนำไปสู่การกระทำในเรื่องนั้น ๆ ได้ด้วย
แล้ววจิกรรมตัวนี้ นำไปสู่ อบายภูมิ^๑ ในเบื้องต้นได้อีก แล้วการที่เรา
กล่าววาจาที่ทำให้เราไปสู่อบายภูมินี้ ก็เป็นการกล่าววาจาที่เป็นการสร้างทาง
ที่จะไปสู่โทษที่เราจะได้รับ

พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า...

หากจะกล่าวถึงโทษในอบายภูมิ ถ้ากล่าว คือ เป็นเปรต

นี่แบบเบาบางสุด ๆ เลยนะ เกิดเป็นเปรต จะมีหนอนซอนไซ
อยู่ในปากนั่นตลอดทั้งวันและคืน หนอนตัวนี้ปากเป็นเหล็ก เจาะและ
กัดกินที่ปาก อยู่ตลอดทั้งกลางวันและกลางคืน

พวกที่สองก็คือ ไปเกิดในที่ไหน ๆ ก็ตาม ปากจะมีกลิ่นเหม็น
อยู่ตลอด คือ เหม็นผิดปกติ เหม็นที่เกิดจากกรรม (วจีกรรม) จะเหม็นแบบ
ผิดปกติอย่างมาก รู้ได้เลยว่า... นี่เป็นกลิ่นเหม็นที่เกิดจากกรรม (วจีกรรม)
แน่นอน

ถ้าหนักที่สุดก็คือ อดก้อนถ่านเพลิงแดง ๆ ไว้ในปากเต็มปาก
จนก้อนถ่านเพลิงไหม้ที่ปาก ริมฝีปาก ซ่องปาก ทั้งหมดจนเหลือแต่กระดูก
ที่ปาก ไม่สามารถที่จะพูดอะไรได้

กรรมเหล่านี้บังเกิดโทษในอบายภูมิจริง ๆ ไม่เพียงแต่กล่าวให้เกิด
ความกลัวกันเท่านั้น แต่มีอยู่จริงและเป็นจริงแน่นอน

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) คามนิสังยุตต์ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๘ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๐
สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค

พระอาจารย์จาวรวัฒน์ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันอาทิตย์ที่ ๙ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๔๐ นาที)



๓๓

กำเนิดศิลปะ แก่ได้ไหม อย่างไร ?

สิกขาบท ๕ ประการ ที่เราเคยละเมิดมา เราต้องมามองบริบทที่ว่า
เราได้ เจตนางดเว้น หรือ สมาทานศีล ข้อนั้นไว้หรือไม่...

ถ้าไม่สมาทานศีลไว้ก่อน ก็ไม่ได้ถือว่าเป็นการผิด

แต่ถ้าสมาทานแล้วทำผิด

พระองค์ก็ทรงบอกว่า...

ให้ตั้งใจใหม่ ที่จะงดเว้นใหม่อยู่เรื่อย ๆ การตั้งใจที่จะงดเว้นใหม่
อยู่เรื่อย ๆ นี้ จะต้องมีความเคารพอย่างแรงกล้าในสิกขาบท ๕ ประการ
เพื่อที่จะงดเว้นให้ได้พ้นมาจากโทษ ๕ ประการนั้น

การงดเว้น สามารถทำได้ในวัน ๘ คำ ๑๔/๑๕ คำ หรือ ตามวาระ
โอกาสที่เรามีช่วงเวลาว่างที่จะเข้ามาสู่การประพฤติปฏิบัติใน เจตนาการงดเว้น
ในเรื่องของศีล และสามารถงดเว้นได้ในระยะยาว เช่น ๓ เดือน ในช่วงฤดู
เข้าพรรษา หรือ ตลอดชีวิต เรียกว่า นิจศีล

พระอาจารย์จากรูณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเกียรติวงษา
วันอาทิตย์ที่ ๘ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๐๕ นาที)



๓๘

สมาทานศีล ๕ แล้วทำผิดศีล ผิดศีลข้อไหนบาปที่สุด ?

ในสิกขาบท ๕ ประการ

พระองค์ไม่ได้ทรงบอกว่า สิกขาบทข้อไหน บาปที่สุด
แต่ละอันก็มีโทษแตกต่างกัน...

ถ้าจะเปรียบเทียบโทษ พระองค์ทรงบอกว่า...

ปาณาติบาต ทำให้เกิดอายุสั้น มีโรคเบียดเบียนมาก มีอวัยวะ
พิการพิการ อยู่โดยไม่เป็นปกติสุขในภวาระชีวิต เจ็บป่วย ออด ๆ แอด ๆ
นี่คือโทษจากปาณาติบาต

อทินนาทาน คือ ทรัพย์ได้มาก็ถึงความฉิบหายไป

กาเมสุมิฉฉาจาร ย่อมไม่ได้รับความสมหวังในคู่ครองของตน
แล้วเกิดมีเวรภัย เพราะการทำผิดในคู่ครองคนอื่น

มสุสาวาท ก็ได้รับโทษในเรื่องของการที่ไม่ได้รับการเชื่อถือ คือคำพูด
ไปพูดที่ไหนก็ไม่มีน้ำหนักพอที่จะเชื่อถือได้

สุราเมรัยยะ ก็คือทำให้เกิดความเป็นผู้มึนสติไปบ้า เสียจริต
เมื่อเกิดมาเป็นมนุษย์

โทษแต่ละอย่างขึ้นอยู่กับว่า... ใครยอมรับโทษอันไหนได้ ใครยอมรับโทษอันไหนไม่ได้ ถ้าใครยอมรับโทษอันไหนไม่ได้ โทษอันนั้นจะหนักและรุนแรงสำหรับคน ๆ นั้น ถ้าใครยอมรับได้ โทษอันนั้นก็จะไม่รุนแรงจะบอกว่าอันไหนมากกว่าอันไหน มันบอกไม่ได้ โทษแต่ละอย่างมีความต่างกันโดยโทษอยู่แล้ว

**คำว่า ยอมรับแล้วเบา กับ ไม่ยอมรับแล้วหนัก
นี่คืออย่างไรคะ ?**

การยอมรับ หมายถึงว่า...

ยกตัวอย่างพระอาจารย์อย่างนี้ พระอาจารย์มีโรคมมาก มีการถูกเบียดเบียนทางด้านสุขภาพร่างกาย ถ้าเป็นโดยปกติ เมื่อยอมรับกับการเจ็บป่วยชนิดที่เรื้อรังยาวนานมาถึง ๑๗ ปี ถ้ายอมรับไม่ได้ ชีวิตก็คงจะใช้ชีวิตแบบไม่มีคุณภาพ คือ ใช้ชีวิตแบบต้องหมดอาลัยตายอยากในชีวิตแน่นอน บางทีถึงคราวขั้นที่เรียกว่า ตายดีกว่า อะไรประมาณนี้ มันถึงขั้นนั้นเลยนะ

แต่เมื่อยอมรับได้แล้วว่าสิ่งเหล่านี้คือความจริง ที่ส่งผลมาจากอดีต และแน่นอนว่า เหตุปัจจัยไม่เคยให้ผลผิดพลาดจากสิ่งที่เราเคยทำ ไม่มีทางผิดพลาด ยืนยันว่าไม่ผิดพลาด ให้ผลตรงกับสิ่งที่เราเคยทำมาทั้งหมด รายละเอียดของกรรมเป็นะทุกอย่าง ทุกชนิด เล็ก ๆ น้อย ๆ จนถึงใหญ่ที่สุด เป็นเรื่องของกรรมที่ส่งผลทั้งนั้น

แน่นอนว่าเมื่อเราเข้าใจมัน รู้เรื่องของมัน ก็ไม่ได้ส่งผลกระทบอะไรกับตัวเรา แต่ส่งผลกระทบแค่กายสังขารที่ต้องเป็นไปตามกรรมแบบนี้แหละเป็นวิบาก

แม้แต่ตัวพระพุทธองค์เอง พระองค์ก็ทรงบอกว่า...

เราปวดศีรษะตลอดชีวิต เพราะอดีตชาติ เรายินดีในบาปของคนอื่น
ในคราวที่พระองค์เป็นพ่อค้าปลา แล้วยินดีในปลาที่ชาวประมงหามาได้
พอใจมาก เพราะตัวเองจะได้ปลาไปค้าขายด้วย เพราะความพอใจอย่างนี้แหละ
ทำให้พระองค์ปวดศีรษะ

ในคราวที่เป็นนักมวยปล้ำ ทำให้พระองค์ปวดหลัง

ในคราวที่พระองค์จุดไฟ (กิด) กันทางไม่ให้พระพุทธเจ้าในอดีตกาล
ไปบิณฑบาตในหมู่บ้าน... เสด็จไปที่ไหน พระองค์ก็ถูกลอบปลงพระชนม์
คือเป็น (วิบาก) กรรม ที่พระองค์ทรงได้รับ

พระอาจารย์จาวนโน ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันเสาร์ที่ ๒๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๕.๐๑ นาที)



๓๙

แค่มีศีล ๕ และศรัทธาในพระรัตนตรัย
ก็เป็นโสดาบันแล้ว จริงไหม ?
ถ้าไม่จริงต้องทำอะไร เพื่อให้ไปถึงโสดาบัน ?

อันนี้ยังไม่ได้...

เพราะว่า การมีจิตหยั่งมั่นในพระรัตนตรัย จะมีอยู่ ๒ ลักษณะ
ลักษณะแรก เรียกว่า **โลกียะ**

ลักษณะที่เป็นโลกียะนี้ หยั่งมั่นในพระรัตนตรัยชั้นโลกียะนี้
จะไม่สามารถเข้าถึงความเป็นโสดาบัน จะมีศีล ๕ บริบูรณ์แค่ไหนก็ตาม
ก็ยังไม่มีความเข้าถึงโสดาบัน

เพียงแค่รองรับภพชาติที่ดี ไม่ตกต่ำกว่าความเป็นมนุษย์ จะได้
เทวโลกและมนุษย์โลกไปตลอดหนึ่งแสนกัป^๑ ในกัปที่หนึ่งแสน ถึงจะ
เข้าถึงพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ได้

แต่ถ้าต้องการเข้าถึงภายในชาตินี้ ต้องมี **สัมมาทิฐิ** มีพระรัตนตรัย
ที่เป็นนิยตะ จะมีศีลอันบริสุทธิ์หรือไม่บริสุทธิ์ก็ตาม แต่ต้องเจริญอริยมรรคให้ได้

ถ้าไม่สามารถเจริญอริยมรรคได้

ก็จะไม่สามารถเข้าถึงความเป็นโสดาบันได้เลย

ถ้าไม่เข้าใจอย่างนี้จะผิดพลาดในการปฏิบัติ

เพราะลำพังเพียงแค่การเข้าถึงพระรัตนตรัย และถือศีล จะไม่ส่งผล
ให้ถึงความเป็นโสดาบัน เพราะความเป็นโสดาบันจะต้องอาศัยคุณธรรม
ด้านอริยมรรค

**ต้องเจริญอริยมรรคเท่านั้น
เพื่อละสัkkายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส**

ล่ำฟั้งพระรัตนตรัยยังละสัkkายทิฏฐิไม่ได้
ศีล ๕ สมาทานตลอดชีวิตก็ยังไม่ละสัkkายทิฏฐิไม่ได้

**การจะละสัkkายทิฏฐิได้ จิตต้องเห็นอริยสัจ ๔
หมายถึงว่า เราต้องเจริญมรรคจนเห็นอริยสัจ ๔**

เรียกว่า แหวงตลอดอริยสัจ แล้วจะทำให้พระนิพพานปรากฏ^๒
สัkkายะจึงจะละได้เด็ดขาด

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) สยัมปฎิภาณียเถราปทาน พระไตรปิฎก เล่มที่ ๓๓๓ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๒๕
ขุททกนิกาย อปทาน ภาค ๒ - พุทธวังสะ - จริยาปิฎก



๒) โอฐิโสกลา พระไตรปิฎก เล่มที่ ๓๗ พระอภิธรรมปิฎก เล่มที่ ๔
กถาวัตถุปรกรณ์ ขุททกนิกาย วิมาน - เปตวัตถุเถร - เถรีคาถา

พระอาจารย์จากรุ่นโน ภิภู (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live
วันอาทิตย์ที่ ๒๗ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๔๖ นาที)





การสวดมนต์ที่แท้จริง หมายถึงอะไร และทำอะไร ?

หลักการสวดมนต์ ที่แท้คือ...

การทบทวนคำสอน และการพยายามขบคิด
ใคร่ครวญในบทคำสอนนั้นให้แตก หรือให้กระจ่าง
ให้เป็นสิ่งที่ประจักษ์ชัดกับใจของเราเอง

นั่นคือ คุณค่าของการสวดมนต์ที่แท้จริง^๑

แต่การสวดเพื่อคาดหวังผล แล้วเราคาดหวังอะไรต่าง ๆ ในโลกนี้
อีกมากมายเต็มไปหมด เราก็สวดสาธยาย พร่ำบ่น ร้องขอ อ้อนวอน
ให้ได้รับการตอบสนองตามที่เรากำลังต้องการ

นั่นคือการทำให้หลักการแห่งข้อเท็จจริงในด้านสัจจะ
เสียหายไป และไม่ตรงกับหลักแห่งสัจจะ

เพราะสัจจะกำหนดไว้ตายตัวว่า...

“ใครทำกรรมใด ย่อมได้รับกรรมนั้น”

คือ ทำสิ่งใด ย่อมได้รับสิ่งนั้น

หมายถึงว่า เราจะได้รับสิ่งใดมาในชีวิตของเรา ต้องเกิดจากการกระทำของเรา ไม่ได้เกิดจากการอ้อนวอน ร้องขอ

เพราะการอ้อนวอน ร้องขอ ทำให้เราเสียนิสัย และทำให้เราต้องอยู่กับการรอคอยผลการดลบันดาล ซึ่งเป็นการใช้ชีวิตที่ไม่ได้พัฒนา และไม่ได้สร้างสรรค์อะไรกับชีวิตเลย

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑ นิทานเทววิภังค์ อุโบสถขันธกะ เรื่องปริพาชกอัญญเดียรัจฉัย
พระไตรปิฎก เล่มที่ ๔ พระวินัยปิฎก เล่มที่ ๔ มหาวรรค ภาค ๑ ข้อ ๑๕๐

พระอาจารย์จาวรุดน โภทฺธ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันเสาร์ที่ ๑๒ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๑๘ นาที)





ชาวพุทธเราควรจะรู้จัก “อริยสัจ ๔” ให้ชำนานญ
และเป็นความจำเป็นยิ่งกว่าการสวดมนต์ทำวัตร
ทุกวันนี้ ... เราถือการสวดมนต์ทำวัตรเป็นสาระสำคัญ
เป็นความจำเป็นที่ขาดไม่ได้
แต่อาตมาจะบอกว่า “ควรจะรู้จักอริยสัจ ๔”
ให้มากกว่าการสวดมนต์ทำวัตร ... ที่เราให้ความสำคัญ



สวดมนต์จำเป็นไหม

สวดแล้วได้บุญไหม ต้องรู้คำแปลไหม ?

หลักการทางพระพุทธศาสนา

ไม่มีบัพผญญัตติตายตัวว่าต้อง สวดมนต์

จะมีบ้างที่พระองค์ให้สวดตามเหตุและปัจจัยที่มีในเรื่งนั้น ๆ

ไม่ได้บอกว่าให้สวดเป็นนิจ หรือเป็นประจำ

มีครั้งหนึ่ง... พระพุทธองค์ถูกนิมนต์ให้ไปในหมู่บ้านที่ถูกกล่าวสอน
โดยสมณพราหมณ์ว่า ให้สวดมนต์เป็นกิจ เป็นสาระสำคัญ เป็นไปเพื่อสร้าง
ความสุข ความเจริญ และจะนำไปสู่สุคติโลกสวรรค์ได้^(๑)

พระพุทธองค์ตรัสถามว่า...

“อุปมาอุปมัยเหมือนบุคคลโยนหินลงไปแม่น้ำ เราจะถามว่า
ถ้าให้คนทั้งหมู่บ้านมาสวดมนต์ เพื่อให้หินก้อนนั้นลอยขึ้น มันจะลอยขึ้น
ไหม ?”

“ลอยไม่ได้พระเจ้าข้า”

ฉันใดก็ฉันนั้น...

“บุคคลที่กล่าวทู่เทสวดมนต์

หากไม่ประพฤติธรรมที่ถูกต้องแล้ว

จะไม่ล่วงพ้นอบายภูมิเลย

สวดมนต์ ถ้าไม่ประพฤติธรรมก็ไม่พ้นนรก”

“หากบุคคลใดก็ตามในหมู่บ้าน กระโดดลงไปในน้ำ เพื่อมหา
ก่อนหินนั้น ก็อาจจะหาก่อนหินนั้นเจอ”

ฉันใดก็ฉันนั้น...

“บุคคลใดประพฤติตามธรรม เน้นการปฏิบัติมากกว่าสวดสารถาย
ย่อมพ้นจากอบายภูมิได้”

นี่คือข้อความที่พระองค์ตรัสไว้

คือ ข้อตัดสินใจว่า จะสวดหรือไม่สวด

ถ้าจะสวด ก็ควรพลิกมาท่องสวดบทพระรัตนตรัย

และบทท่องธาตุกัมมัญฐานได้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑ ภูมิสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๘ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๐
สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค

พระอาจารย์จาวุฒโน ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live
วันอังคารที่ ๑๒ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๔.๒๐ นาที)



ตั้งแต่แรกนั้น... พุทธศาสนาไม่มีกิจของการสวดมนต์

และก็ไม่มีมาตลอดยุคสมัยที่พระองค์ทรงพระชนม์ชีพอยู่จนถึงปรินิพพาน แม้ปรินิพพานล่วงเลยมานานแล้วก็ยังไม่มียุติที่เกี่ยวกับการสวดมนต์

บทสวดมนต์ถูกนำมาใช้สมัยยุคที่พราหมณ์ปกครองแผ่นดินไทยมายาวนานถึง ๓๐๐ ปี พิธีพราหมณ์มักจะใช้มนต์เป็นเครื่องสื่อสารกับพระผู้เป็นเจ้า

เมื่อพุทธศาสนาของเราถูกบังคับให้นับถือพราหมณ์ไปด้วย และเป็นระยะเวลายาวนานถึง ๓๐๐ ปี เวลาเรากลับมาเป็นพุทธศาสนาเหมือนเดิมเราจึงยังติดอยู่กับพิธีกรรมแบบพราหมณ์ แล้วถูกส่งทอดพิธีกรรมอันนั้นมาเป็นขนบธรรมเนียมประเพณี จนเป็นรูปแบบในกิจของศาสนาในปัจจุบันนี้จนแยกไม่ออกว่า อะไรรคือถูก อะไรรคือผิด

บทที่พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตให้ใช้ประกาศได้ในทุก ๆ วัน คือ **บทอาฏานาติยปริตร** (เพิ่มเติมจากพระอาจารย์ต้น สามารถใช้ **บทรัตนปริตร** ในทุก ๆ วันได้) ที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า... “ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ฟังสวดหรือส่ายายอยู่เป็นนิจ” บทนี้จึงใช้ประกาศได้ทุกวัน แต่บทอื่น ๆ พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า ให้ใช้เมื่อมีเหตุจำเป็นเท่านั้น

ดังนั้น บทสวดมนต์ใด ๆ ที่ไม่ได้อยู่ในกรอบหรือหลักการที่พระพุทธองค์
ตรัสไว้ ฉะนั้น เราก็ไม่ต้องวิตกกังวลว่า...

ควรจะสวดบทไหน แบบไหน อย่างไร ?

สวดบทนี้จะให้ผลอย่างไร จะส่งคุณค่าอย่างไร ?

หรือมีอานิสงส์แบบไหน อย่างไร ?

“เพราะหลักการทางพุทธศาสนาเราไม่ได้ผูกติดไว้กับมนต์”

คำว่า มนต์ เป็นธงชัยของพราหมณ์

คำว่า ธงชัย คือ สิ่งสูงสุดของศาสนาพราหมณ์

เมื่อเป็นสิ่งสูงสุดของศาสนาพราหมณ์ พราหมณ์จึงจะใช้มนต์
เป็นเครื่องสาธยายในงานพิธีของพราหมณ์เอง เรียกว่า การร่ายเวทย์

“แต่ทางพุทธศาสนา เรามีปัญญาเป็นธงชัย”

คือ ความรู้ ความเข้าใจ ในการประพฤติปฏิบัติตนให้เข้าถึงสัจจะ
ที่เป็นตัวปัญญาแห่งแสงสว่าง ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า...

“นตฺถิ ปญฺญาสมา อาภา”

“ไม่มีแสงสว่างใด เสมอแสงแห่งปัญญา”

สิ่งนี้คือธงชัยของพระพุทธศาสนา ก็คือตัวปัญญา สิ่งที่เราองค์
ทรงต้องการจะให้เราเข้าถึงพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งความรู้ ความรู้
ก็คือตัวของปัญญา

เมื่อพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาของความรู้ พุทธสาวกก็ต้อง
เป็นสาวกที่มีความรู้ในหลักการทางพุทธศาสนา ที่ไปสู่ปัญญาให้ถูกต้อง

ฉะนั้น พระพุทธศาสนาจึงมีจุดมุ่งหมายในการแสวงหาความรู้
กับ แสวงหาความจริง

อะไรก็ตามที่เป็นความรู้ ความจริง ที่เป็นสัจจะแท้ นั่นคือสิ่งที่
สาวกพึงดำเนินไป แล้วเราจะเข้าถึงสิ่งที่เรียกว่า “ปัญญา” อันเป็น
แสงสว่างภายในตัวเราได้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) นัตถิปุตตสมสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๕ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๗
สังยุตตนิกาย สคาถวรรค

พระอาจารย์จาวรุณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันเสาร์ที่ ๒๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๗.๐๗ นาที)



๔๓

กำหนดสวดมนต์แจกได้บุญไหม เรียกว่าเป็นการให้ธรรมะไหม ?

พระพุทธเจ้าทรงบอกว่า...

บุญที่สูงที่สุด เป็นบุญใหญ่ คือ ธรรมทาน

การให้ธรรมเป็นทาน เลิศกว่าทานทั้งปวง^๑

คือ การให้ธรรมะเป็นทาน การแชร์ธรรมะ การเผยแพร่ธรรมะ

คำว่า ธรรมะ คือ ธรรมะ

การสวดมนต์ กับ ธรรมะ เป็นคนละส่วนกัน ไม่ใช่อันเดียวกัน

ธรรมะ คือ การกล่าวถึงความเป็นจริง

บทสวดมนต์ คือ การท่องบทโดยหวังว่าบทสวดนั้นจะอำนวยผล
ต่อชีวิต ให้เกิดผลตอบสนองต่อชีวิต จึงมีการสวด ๑๐๐ รอบ ๒๐๐ รอบ
หรือตามอายุ ซึ่งนั่นไม่ใช่หลักธรรม สิ่งเหล่านี้ไม่ใช่ธรรมะ ยังเป็นแค่วิธีการ
บางอย่างที่จะทำให้ได้มาซึ่งวิธีการสวดเท่านั้นเอง

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^๑ พราหมณสูตร อิติวุตตะก จดกกนิบาต พราหมณสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕

พระสูตรต้นปิฎก เล่มที่ ๑๗ ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ - ธรรมบท - อุทาน - อิติวุตตะก - สุตตนิบาต

พระอาจารย์จากรูณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)

ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live

วันอาทิตย์ที่ ๒๗ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๔

สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๕๑ นาที)





การเดินรูดงค์ คืออะไร ทำไมต้องเดินรูดงค์ ?

ที่จริงการเดินนี้ไม่ใช่รูดงค์ และรูดงค์ก็ไม่ใช่การเดิน
การเดิน คือ การจาริก

จาริก แปลว่า การท่องเที่ยวไปในที่ต่าง ๆ จากที่หนึ่งไปสู่ที่หนึ่ง^๑
ถือว่าการจาริก หรือว่าการเดินไป

ส่วน รูดงค์ คือ ข้อปฏิบัติเพื่อเป็นเครื่องขัดเกลาภิเลส^๒ รูดงค์
หรือ รูดังคะ แปลว่า เครื่องขัดเกลาภิเลส คนที่มีกิเลสจะต้องสมาทานรูดงค์
เพื่อกำจัดกิเลสของตนเอง

กิเลสที่พระองค์ทรงบัญญัติไว้ ที่ต้องสมาทานเกี่ยวกับรูดงค์นี้
มีอยู่ ๑๓ ข้อ ฉะนั้น พระภิกษุรูปใดที่รู้ว่าตนเองมีกิเลสข้อไหนก็สมาทาน
รูดงค์ คือ เครื่องกำจัดกิเลสในข้อนั้น ๆ ที่เหมาะกับตน ไม่ต้องไปสมาทาน
ทั้งหมดครบ ๑๓ ข้อ ไม่จำเป็น ข้อใดข้อหนึ่งก็ได้

เช่น ถ้ามีกิเลสในเรื่องของการยินดีในผ้า ก็สมาทานไปเลยว่า
ข้าพเจ้าจะขอใช้ผ้าบังสุกุล คือ ผ้าเปื้อนฝุ่น ผ้าเสรำหมอง ผ้าที่เขาทิ้งแล้ว
ผ้าที่ไม่ใช่เป็นผ้าใหม่ ผ้าที่ไม่มีเจ้าของ ถ้าใครกำหนดในผ้า ยินดีในผ้า
ผูกติดอยู่กับผ้า มีความยึดมั่นถือมั่นในผ้าอย่างนี้ ต้องสมาทานรูดงค์วัตร
ข้อนี้เพื่อทำลายกิเลสตัวนั้นที่ผูกติดอยู่

หรือใครมีกิเลสในเรื่องของการบริโภคอาหาร ชอบความเอร็ดอร่อย
ก็ให้อิฐฐานรุดงค์วัตร ในการที่จะฉันอาหารในบาตรใบเดียว ภาชนะ
ใบเดียว รวมกันไปหมดเลย อย่างนี้ก็สมาทานรุดงค์ข้อนี้เพื่อกำจัดกิเลส
ในด้านที่ตัวเองเป็น

เพราะฉะนั้น คนมีกิเลสจึงสมาทานรุดงค์ พอสิ้นกิเลสแล้วไม่ต้อง
สมาทานก็ได้ หรือจะสมาทานต่อไปก็ได้ไม่เป็นปัญหาอะไร ไม่ได้ถือว่าเป็น
ข้อบังคับตายตัว เป็นเรื่องของความสมัครใจที่จะทำหรือไม่ทำ

ฉะนั้น การเดิน เรียกว่า จาริก ไม่ได้เกี่ยวกับรุดงค์
การสมาทานรุดงค์ อยู่กับที่ก็เป็นรุดงค์ได้
ให้เข้าใจอย่างนี้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์



๒) พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม ข้อ ๓๔๒

พระอาจารย์จาวรุดงค์ ภิภู (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันอาทิตย์ที่ ๑๘ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๕๓ นาที)





ทำไมต้องไหว้/กราบพระหรือผู้ใหญ่
หรือคนที่ยศถาบรรดาศักดิ์สูงกว่า
ก็คนเหมือนกัน ?

สิ่งเหล่านี้ไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะคนยุคนี้

ในคนที่มีอายุ ๑๐๐ ปีมา พระพุทธองค์ทรงบอกว่า... คุณธรรม
อย่างหนึ่งในยุคของคน ๑๐๐ ปี จะขาดหายไป คือ การเคารพกราบไหว้
นอบน้อมต่อกันและกัน

ทำไมถึงให้ทำอย่างนี้ ?

เราอาจจะเคยได้ยินในบทธรรมที่ว่า...

“อะภิวาทะนะสีลิสสะ

นิจจัง วุฑฒาปะจาโยโน

จัตตาโร ธัมมา วัชณันติ

อายุ วัณโณ สุขัง พะลัง”

(หมายถึง ธรรมทั้ง ๔ ประการ คือ อายุ วรรณะ สุขะ พละ
ย่อมเจริญแก่ผู้มีปกติกกราบไหว้ และเคารพต่อวุฑฒาปะจาโยเป็นนิจ)

บทนี้ให้อภิวาท นอบน้อมต่อ **วุฑฒา** ซึ่งมีอยู่ ๔ จำพวก”

๑) **ชาติวุฒิ** ผู้เจริญโดยชาติ/ตระกูลกษัตริย์ ฐานะ/ตระกูลเศรษฐี
ตระกูลพราหมณ์ ยศถาบรรดาศักดิ์ คือ กษัตริย์เป็นที่หนึ่ง ควรค่าแก่การ
เคารพนอบน้อม

๒) **คุณวุฒิ** ผู้มีคุณ คือ บิดา มารดา ญาติ ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า
น้า อา พี่น้อง คนที่มีคุณค่าต่อตัวเรา

๓) **วัยวุฒิ** ผู้เจริญด้วยวัย ผู้ใหญ่มีคุณค่าแก่การมอบน้อม ผู้อายุน้อย
เคารพผู้อายุมาก

๔) **ปัญญาวุฒิ** ผู้มีความรู้ คือ ครูบาอาจารย์ผู้มีคุณค่าแก่การ
เคารพกราบไหว้

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า...

คุณธรรมเหล่านี้จะหายในช่วงอายุคน ๑๐๐ ปี

แล้วเมื่อมันขาดหายไป อายุของมนุษย์จะสั้นลง ๆ

ที่พระพุทธเจ้าให้ทำอย่างนี้ ก็เพื่อให้คน ๆ นั้นอายุยืน

เป็นคุณธรรมที่ทำให้เราอายุยืน สิ่งที่ทำให้เราอายุยืน คือ คุณธรรม
เหล่านี้ คือ การกราบไหว้ นอบน้อม เคารพ สักการะอย่างถูกต้อง อย่าไป
เคารพสิ่งอื่นนอกจากนี้

การเคารพสิ่งอื่นนอกจากนี้

พระองค์ทรงไม่ได้นับอยู่ใน *วุฑฒาปะจายี*

วุฑฒาปะจายีมีอยู่ใน ๔ จำพวกนี้ การเคารพนอบน้อมนี้จะเป็น
ประโยชน์ต่อเขาเอง ไม่ใช่เป็นประโยชน์ต่อผู้ที่เราไปกราบไหว้ แต่เป็น
ประโยชน์ต่อผู้ที่เขาแสดงออกอย่างนั้น ความนอบน้อมจะเข้าไปปรุงแต่ง
ตัวเขาด้วยบุญกุศล เรียกว่า *อปจายนมาย* ทำให้ตัวเขาเองมีอายุยืน
จะสามารถสืบต่ออายุเขาได้ นั่นหมายความว่า พระพุทธเจ้าทรงสอนวิธีการ
สืบชะตาตัวเรา โดยการแสดงออกถึงการเคารพนอบน้อมต่อสิ่งที่**ดี**
สิ่งที่มีคุณค่าในตัวเอง... เด็กคนไหนก็ตามที่ไม่ค่อยอ่อนน้อมถ่อมตน
มักจะอายุไม่ค่อยยืน จำพวกเกร่ ก้าวร้าว หัวแข็ง หัวดีเหล่านี้
ไม่รู้จะโดนอะไรบ้าง อันนี้ไม่ได้พูดในทำนองว่าเขาจะต้องได้รับโทษ
อย่างนั้นนะ แต่หมายถึงว่า มันเป็นเหตุและเป็นปัจจัยจริง ๆ

เหตุอันนี้มีเรื่องราวมาจาก *อายุวัฒน์กุมาร*^๒

ที่จะต้องอายุสั้น เพราะจะมีนายเวรเข้ามาทำร้ายหรือว่าเอาชีวิตไป
จะอยู่อีกไม่เกิน ๗ ปี แล้วจะต้องตาย พราหมณ์ก็ไปหาวิธีแก้ ซึ่งก็ไม่มีใครแก้ได้
จึงเข้าไปหาสมณโคตม พระพุทธเจ้าก็ทรงบอกว่ามีวิธีแก้

พราหมณ์ถามว่า “ทำอย่างไร ?”

พระพุทธเจ้าทรงตอบว่า “อ่านบทพระปริตรคุ้มครอง พออ่านบท
พระปริตรคุ้มครอง เด็กนี้จึงพ้นจากการที่จะถูกอมนุษย์มาเอาชีวิต”
ก็เลยมีอายุยืนไปถึง ๑๒๐ ปี

แล้วพ่อของเด็กก็ถามว่า “มีวิธีอื่นไหม ที่จะสืบทอดชีวิตของคนได้
โดยที่ไม่ต้องมาทำแบบนี้ ?”

พระพุทธเจ้าทรงบอกว่า “มี”

ทำอย่างไร ? ทำได้โดยการ... “อะภิวาทะนะลีลิสสะ นิจจัง
วุฑฒาปะจายโน จัตตาโร รัมมา วัชฌันติ อายุ วัณโณ สุขัง พะลัง”

กราบไหว้บุคคล ๔ จำพวกนี้เป็นนิത്യ

นี่คือการสืบทอดอายุ

แล้วพระองค์ทรงบอกว่า... ถ้าไม่ประพฤติธรรมในยุคนี้ คนจะอายุ
สั้นลง สั้นลง สั้นลง แล้วจะเกิดสิ่งที่ไม่ดีในยุคนี้ได้อยู่ ๓ ประการ

๑) **อธรรมราคะ** คือ การมีราคะไม่ตรงกับเหตุปัจจัย คือ ไม่ตรงกับ
กับภาวะเพศ เช่น ปกติผู้ชายกับผู้หญิงต้องมีราคะต่อกัน แต่นี่จะเป็นผู้หญิง
กับผู้หญิง ผู้ชายกับผู้ชาย นี่เกิดจากเหตุการณ์ไม่ภิวาท อ่อนน้อม กราบไหว้

๒) **อภิขมา วิสมโลภะ** เกิดความโลภในทางทุจริตมากขึ้น เช่น การคอร์รัปชัน ก็มาจากตรงนี้ เพราะไม่ยอมประพฤติธรรมในข้อนี้

๓) **เกิดภัยพิบัติ** เกี่ยวกับภัยพิบัติที่จะเกิดขึ้น (เกิดจากมิจฉาธรรม) อันนี้อยู่ใน *จกกวตติสูตร*^๗ ที่พระองค์ตรัสไว้เกี่ยวกับมูลเหตุที่จะสืบต่ออายุมนุษย์

อายุมนุษย์จะสั้นลง สั้นลง สั้นลง เพราะไม่อภิวาทอย่างนี้ จนอายุขัยของมนุษย์ที่สุดแล้วเหลืออยู่แค่ ๑๐ ปี เมื่อถึงกาลนั้น เจอกันฆ่ากันเลย เพราะความเคารพนอบน้อมไม่มีแล้ว ไม่ไหว้กันแล้ว

การไม่ยกมือไหว้กัน ถ้าเราผิดใจกัน การยกมือไหว้ยังจะทำให้ผู้อื่น ใจอ่อนอยู่นะ เพราะเขายังไหว้เรา การกราบเท้า ถ้ายังยอมกราบก็ยังไม่ชีวิตได้ แต่ถ้าไม่ยอมไหว้เลย แข็ง ๆ ต่อกัน ผิดใจปุ๊บก็ฆ่ากัน ทำร้ายกัน

พออายุมนุษย์เหลือ ๑๐ ปี จิตที่จะเคารพนอบน้อม อ่อนน้อม ยอมกราบไหว้กันจะไม่มีเลย ฆ่ากันทันที เข้าไปสู่ยุคที่เรียกว่า **มิกสัณญ์**

มิกสัณญ์ คือ การกำหนดหมายมิกะ (มิกะคือเนื้อ) สำคัญว่าเป็นเนื้อ ประดุจดั่งสัตว์ ฆ่ากันอย่างนี้ ไม่ได้มองเป็นคนนะ มองคนเป็นสัตว์ ทุกวันนี้ ก็ไอ้สัตว์กันอยู่แล้ว ไอ้เหี้ย ไอ้ควาย เนี่ย ไข่ไหมละ สมัยก่อนภาษาแบบนี้ ไม่มีนะ เพิ่งมีมาในยุคนี้แหละ เริ่มมองเห็นกันเป็นสัตว์แล้ว หรือที่เรียกว่า **กสิยุค**

ดังนั้น เราจึงควรมีคุณธรรมนี้ สิ่งเหล่านี้เป็นคุณธรรมที่ทำให้เรา อายุยืน คือการกราบไหว้ นอบน้อม เคารพ สักการะ อย่างถูกต้อง ไม่ใช่เป็นไปเพื่อประโยชน์ต่อผู้ที่เราไปกราบไหว้ มันเป็นประโยชน์ต่อเราเอง ไม่ใช่ใคร มันจะไปปรุงแต่งความเป็นกุศล มีอายุ วรรณะ สุขะ พละ สมบูรณ์

แล้วถ้าคนนั้นเป็นคนไม่ดี ไม่สมควรกราบไหว้ล่ะ ?

ไม่เพียงควรลดทอนคุณธรรมประจำใจเราลงไป แม้ว่าคน ๆ นั้นจะมีพฤติกรรมอย่างไรก็ตาม เราอย่าเอามาปนกับสิ่งที่เราจะประพฤติด้านคุณธรรมที่เราพึงกระทำ อย่าลดทอนคุณธรรมของเราด้วยพฤติกรรมที่ไม่ดีของคน ๆ นั้น อย่าหาเหตุและผลที่จะทำให้เราไม่ประพฤติกุณงามความดี เราใหวนอบน้อมในคุณธรรมที่ดีที่มีอยู่ในตัวเขา

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑ อรรถกถาภังคีสสูตรที่ ๙ อรรถกถา ขุททกนิกาย สุตตนิบาต จุฬวรรค ภังคีสสูตร



๒ เรื่องอายุวัฒนกุมาร การกราบไหว้ท่านผู้มีคุณทำให้อายุยืน อรรถกถา ขุททกนิกาย คาลาธรรมบท สหัสสวรรคที่ ๘



๓ จักรกัตติสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๑ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๓ ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค

พระอาจารย์จรรย์วณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live
วันอาทิตย์ที่ ๒๗ มิถุนายน และ ๑๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code
(๗.๐๕ นาที และ ๑๐.๐๕ นาที)





ทำไมพ่อ/แม่

เปรียบดังพระอรหันต์ในบ้าน ?

ความหมายของพระอรหันต์

ก็คือ เปรียบเหมือนดวงดวงใจที่บิดา/มารดา แสดงต่อบุตร

พระอรหันต์นี้ท่านจะรัก หรือมีใจรักทุกคน

เปรียบประดุจดังบิดา/มารดารักบุตร

มีความรู้สึกแบบเดียวกัน มีอาการแบบเดียวกัน ตั้งจิตเมตตา
ที่มีความรักต่อทุกคนบนโลกนี้ แบบเดียวกันกับบิดา/มารดามีความรัก
ต่อบุตร เป็นแบบเดียวกันเลย เกิดภาวะการณ์แบบนี้

เห็นทุกคนเปรียบประดุจดังบุตรทั้งหมด

นี่คือใจของ พระอรหันต์ เป็นอย่างนั้น

ก็เลยเปรียบคุณค่าของบิดา/มารดา ที่มีใจรักบุตรนั้น

เทียบเท่ากับคุณค่าของพระอรหันต์

แล้วต้องปฏิบัติอย่างไรกับพระอรหันต์ในบ้าน ?

สิ่งที่มีความสำคัญที่พระองค์ตรัสไว้ก็คือ

คำว่า มาตาปิตุอุปัฏฐาน^๑

มาตาปิตุ คือ มารดา บิดา

อุปัฏฐาน คือ การอุปัฏฐาก (อุปะ แปลว่า เข้าไปใกล้ ฐานะ คือ การตั้ง) อุปัฏฐากก็คือการเข้าไปตั้งเพื่อยูยใกล้ เข้าไปรับใช้

ที่พระองค์ตรัสไว้ว่า... เข้าไปให้อาหาร ให้เสื้อผ้า ให้การนวด ให้การดูแลเอาใจใส่ทุกอย่างต่อตัวท่าน ทำการดูแลรับใช้ท่านนั่นเอง

มาตาปิตุอุปัฏฐานนี้ เป็นสิ่งสำคัญที่บุตรพึงกระทำ

แต่ถ้าจะเป็นการตอบแทนคุณของบิดา/มารดาได้อย่างถึงที่สุด ก็ให้ตอบแทนท่านด้วยการแนะนำให้ท่านตั้งอยู่ใน พระรัตนตรัย^๒

คือ เป็นผู้มีศรัทธาในพระรัตนตรัย เป็นผู้มีศีล เป็นผู้มีความยินดี ใน จาคะ^๒ แล้วก็เป็นผู้รู้จัก อริยสัจ ๔

บุคคลใดก็ตามที่แนะนำบิดา/มารดา ให้ตั้งอยู่ในหลักปฏิบัติ ๔ ประการนี้ ได้ชื่อว่าเป็นผู้ตอบแทนคุณบิดา/มารดาได้อย่างถึงที่สุดแล้ว

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) พระรณนาคาภวว่า มาตาปิตุอุปัฏฐานํ อรรถกถา ขุททกนิกาย
ขุททกปาฐะ มงคลสูตรในขุททกปาฐะ



๒) พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๐ พระสูตรต้นตปิฎก เล่มที่ ๑๒
อังคุตตรนิกาย เอก-ทุก-ติกนิบาต

พระอาจารย์จาวุฒโน ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของกาสรสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันอาทิตย์ที่ ๒๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๓๖ นาที)



๔๗

พ่อ/แม่ ควรเริ่มสอนพระพุทธศาสนา
กับเด็กเล็ก ๆ อย่างไรดี ?

ต้องมามองว่า...

เด็กจำเป็นหรือเปล่าที่จะมาเรียนรู้เรื่องพวกนี้ บางทีอาจจะยังไม่จำเป็นก็ได้ สำหรับเด็ก ๆ นะ

แต่ถ้าเขาได้เห็นผู้หลักผู้ใหญ่ได้ทำในสิ่งที่คิดว่ามีประโยชน์
ในด้านพระพุทธศาสนาที่ถูกต้อง เด็กจะมีพฤติกรรมเลียนแบบ
และจะเรียนรู้เองตามธรรมชาติ โดยที่ไม่ต้องไปสั่งสอน

เด็กทุกวันนี้ยอมรับการสั่งสอนได้ยากมาก การสั่งสอนบางทีอาจจะ
ทำให้เกิดความขัดแย้งในตัวเขาเอง ในการที่เขาไม่ยอมรับในสิ่งที่เราบอกสอน

ดังนั้น... ถ้าเขาเห็นเราทำถูกต้องในหลักพระพุทธศาสนา
เขาจะเลียนแบบ และเกิดความรู้ขึ้นมาเอง ไม่ต้องไปสอนอะไรมากมาย
เขาก็จะเรียนรู้และเข้าใจเอง

พระอาจารย์จาวรุดน ภิภุข (พระอาจารย์ต้น)

ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live

วันอาทิตย์ที่ ๒๗ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๔

สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๔๒ นาที)



ก็ขอตอบคำถามนี้ ให้ชาวพุทธได้ทราบกันทั่วทั้งประเทศ
ให้ได้เข้าใจจริง ๆ ว่า...

องค์แห่งการประเคน ประกอบด้วยกัน ๔ ประการ

๑) ให้อย่างมือ รับด้วยมือ

๒) ให้อย่างมือ รับด้วยของที่เนื่องด้วยกาย

เช่น ผู้หญิงให้ของแด่พระภิกษุ ให้รับด้วยสิ่งที่เนื่องด้วยกาย ก็คือ
มีผ้ารับ นี่คือของที่เนื่องด้วยกาย

๓) ให้อย่างเท้า รับด้วยเท้า หรือให้อย่างมือ รับด้วยเท้าก็ได้

เอาเท้ารับก็ได้ แต่ภิกษุนี้ดูไม่งดงาม แต่ใช้ในกรณีว่า เมื่อพระภิกษุ
อาจจะมือไม่ว่าง สามารถใช้เท้ารับแทนได้

๔) สามารถโยนให้ได้

ฉะนั้นคำว่า ให้อย่างมือ รับด้วยมือ ไม่ได้จำกัดเพศ

ผู้หญิงยื่นของประเคนให้อย่างมือ ภิกษุสามารถรับด้วยมือเลยก็ได้
ไม่ผิด แต่สังคมเราสร้างกฎเกณฑ์ ข้อกำหนดที่เป็นตัวกฎเกณฑ์ขึ้นมา ว่าไม่ได้
ต้องเอาผ้ารับ ซึ่งอาจจะมาจากการให้ความเคารพพระภิกษุหรืออย่างไร
ในกรณีนี้ก็ไม่ว่าที่ไปที่มาที่มีกฎเกณฑ์อย่างนี้ขึ้น แต่ก็ไม่ได้ผิด ให้อย่างมือ

และรับของที่เนื่องด้วยกาย รับได้หมด หรือรับด้วยมือเองก็ไม่ผิด หรือเอา
เท้ารับก็ไม่ได้ผิด แต่ความเข้าใจของเราทำให้คนเราไปยึดติด ต้องไป
ทำความเข้าใจกันใหม่

**มีคนถามว่า พระพุทธศาสนาไม่เท่าเทียม ทำไมผู้หญิง
ไม่เท่ากับผู้ชาย บางที่ห้ามผู้หญิงขึ้นพระธาตุ พระอาจารย์มีความเห็น
อย่างไร ?**

จริง ๆ พระองค์ทรงพยายามสร้างความเท่าเทียมกันไว้เรียบร้อยแล้ว
ในด้านการปฏิบัติ แต่โดยเพศ เท่าเทียมไม่ได้อยู่แล้ว แต่ไม่ได้กีดกัน
ความเป็นเพศ ก็ยังเปิดเสมอเหมือนกันหมด

ผู้ชายบวชเป็นพระภิกษุได้ ผู้หญิงเขาก็บวชเป็นภิกษุณีได้
เป็นการแสดงออกถึงความเท่าเทียม อย่างที่ไม่เคยเกิดมาก่อนในครั้ง
พุทธกาล ในประเทศอินเดียในเวลานั้น ถือว่าเป็นการทำลายความเชื่อ
ทำลายรากฐานของวัฒนธรรมอินเดียอย่างใหญ่หลวง

พระองค์ก็ทรงสามารถสร้างเสรีภาพทางด้านนี้ขึ้นมา มีพระวินัย
ที่ประพฤติดุปฏิบัติที่พึงจะต้องรักษาตามสิกขาบท

ฉะนั้น... การห้ามไม่ให้ผู้หญิงขึ้นในบางพื้นที่ เป็นเรื่องทีนอกหลัก
คำสอน อาจจะเป็นข้อกำหนดเฉพาะพื้นที่ เฉพาะความเชื่อนั้น ๆ ไม่ใช่
ความจริงที่มีมาในหลักคำสอนของพระพุทธองค์ ผู้หญิงขึ้นได้ ไม่ผิด

พระอาจารย์จาวุณเณ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันเสาร์ที่ ๒๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๔.๕๗ นาที)



ที่เห็นและหยั่งรู้อนาคตได้นั้น
เพราะว่าความไม่แน่นอน นี่แหละ...
มันคือกฎเกณฑ์ของระบบสังขาร
ที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป

และด้วยความที่ระบบสังขารที่ไม่แน่นอนอย่างนี้ จะมีธรรมชาติ
อย่างหนึ่งคือ ถ้าคนไม่ได้เกิดการเปลี่ยนแปลงภาพตัวเองในขณะปัจจุบัน
เรียกว่า ถ้าปล่อยชีวิตตัวเองไปตามความไม่แน่นอนอันนั้น จะเกิดความ
แน่นอนว่า เขาจะเป็นอย่างนั้นแน่ ต้องเป็นอย่างนี้แน่

แต่ถ้าเขาเปลี่ยนภาพตัวเองใหม่ ความไม่แน่นอนก็จะเปลี่ยน
ทำให้เขาไม่ได้เป็นไปตามนั้น

อาตมาเองก็ถูกหมอดูทำนายทายทักมาเหมือนกันว่า...

“ได้ลาสิกขาแน่” เขาว่าอย่างนี้
เขาบอกว่ายังงั้นท่านก็ไปไม่รอด ตั้งแต่พรรษาที่ ๒
และตอนนั้นก็คิดจะลาสิกขาด้วยซ้ำ

ฉะนั้น... การพยากรณ์ว่าภาพที่เราจะเป็นอย่างไรนั้น มีอยู่ใน
ทุกคน จะมีภาพที่จะต้องเป็นอยู่

แต่ถ้าเราเปลี่ยนแปลงเหตุปัจจัยด้วยกรรมในปัจจุบันนี้
ก็สามารถเปลี่ยนภาพนั้น ไม่ให้ไปเป็นอย่างนั้นได้

แต่ถ้าปล่อยชีวิตไปตามความไม่แน่นอนอย่างนี้ ก็ไปเจออย่างนั้น
ไปตามกรรม ตามการกระทำ ก็เลยพยากรณ์ไปตาม กฎแห่งการกระทำ

พระอาจารย์จาร์วณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันเสาร์ที่ ๑๓ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๔.๑๖ นาที)



เรื่องของการทำให้กรรมวิบากเบาบางนี้ ไม่ต้องใช้คำอธิษฐาน

เพราะว่าจิตที่เข้าถึงพระรัตนตรัย จะแก้วิบากกรรมให้เบาบางเอง
แล้วการปฏิบัติสมาทานศีลเป็นสิ่งที่ดีมาก น่าอนุโมทนา

แต่สิ่งหนึ่งที่พระองค์ตรัสไว้ในบทธรรมเพื่อทำให้เราพ้นออกมา
จากกรรมวิบากนั้น แล้วพระอาจารย์นำมาสู่การบอกสอนที่จะนำให้คน
ได้นำไปสู่การฝึกปฏิบัติ

พระองค์ตรัสว่า...

กาย วาจา ใจ ที่เราได้รับอยู่ในเวลานี้ก็คือตัวเรา

เรียกว่า กรรมเก่า

ก็คือกาย วาจา ใจ เป็น กรรมเก่า

บุคคลอาศัยกาย วาจา ใจ

กระทำการใด ๆ ในขณะนี้ลงไป อันนี้เรียกว่า **กรรมใหม่**

ฟังให้ตึนะ กาย วาจา ใจ ที่เราได้มาทั้งหมดนี้ คือ กายสังขาร และ
จิตสังขาร คือขั้น ๕ หรือตัวชีวิตเรา อันนี้คือ **กรรมเก่า** ที่ได้มา

แต่ตัวเราที่อาศัยชั้น ๕ กระทำทางกาย วาจา ใจ ใดๆ
ลงไป ด้วยกาย วาจา ใจนี้ อันนั้นเป็น **กรรมใหม่**

มันจะมี **กรรมเก่า กรรมใหม่** อย่างนี้

เราต้องเข้าใจ กรรมเก่า กรรมใหม่ ในลักษณะนี้ให้ได้

หมายถึงว่า อดีตที่ผ่านมานำมาสู่ชีวิต ผลของชีวิตที่เราได้ถือกำเนิด
มาเป็นมนุษย์นี้ คือ ชีวิตทั้งหมดที่เกิดมา มาจากกรรมเก่าทั้งหมด... ตา หู
จมูก ลิ้น กาย ใจ มาจาก **กรรมเก่า** ทั้งหมด

แล้วเราอาศัยกายสังขาร จิตสังขาร อันเป็นกรรมเก่านี้ กระทำ
กรรมใหม่ทุก ๆ ขณะ อันนี้คือ **กรรมใหม่**

ก็จะมองเห็นอดีตกรรม ปัจจุบันกรรมที่เราเคยกระทำ

แล้วที่นี้พระองค์ก็ตรัสอีกบทหนึ่งว่า...

“นิโรธอันถูกต้องวิมุตติ ได้ชื่อว่าเป็นการดับกรรม”

คำนี้มีความสำคัญมากต่อการที่จะดับกรรม ก็คือ **นิโรธ** ที่สัมพันธ์
กับความหลุดพ้น หมายถึงว่า ความดับนี้จะทำให้จิตเราไปสัมพันธ์กับวิมุตติ
คือ ความหลุดพ้น เนื่องจากว่านิโรธตัวนี้อยู่ในอริยสัจข้อที่ ๓ ปกติพระองค์
จะตรัสเรื่อง **ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค (อริยสัจ ๔)**

แต่ในเรื่องนี้พระองค์ตรัส นิโรธ ขึ้นมาโดด ๆ แล้วสัจจะ ๒ คือ
ทุกข์สัจจะ สมุทัยสัจจะ อยู่ที่ไหน จู๋ ๆ มาพูดถึงนิโรธ

จริง ๆ พระองค์ตรัสอริยสัจครบทั้งสี่

กาย วาจา ใจ เป็นกรรมเก่า ก็คือ สมุทัยแต่ปางก่อน
กรรมเก่านี้เขาเรียกว่า ทุกขสัจจะ คือ กาย วาจา ใจ
อาศัยกาย วาจา ใจ ทำสิ่งใด ๆ ลงไป เรียกว่า กรรมใหม่
อยู่ตลอดเวลา อันนี้คือ สมุทัยสัจจะ
สมุทัยสัจจะ ก็คือเหตุนำมาที่ก่อให้เกิดกรรม เหตุที่ทำให้เกิด
กรรมใหม่อยู่ตลอดเวลา เป็น สมุทัยสัจจะ

นิโรธอันถูกต้องวิมุตติ เรียกได้ว่าเป็น นิโรธสัจจะ อันนี้เป็นตัว
ดับกรรม

ทีนี้พระอาจารย์จะมานั่งตรงที่ นิโรธ...

ว่านิโรธที่ถูกต้องวิมุตติ เป็นการดับกรรมนั้น
เราจะปฏิบัติอย่างไร ที่จะดับกรรมในข้อนี้ ?

เมื่อ นิโรธ แปลว่า ความดับ นั้นหมายถึงว่า พระองค์ทรงให้เรา
พิจารณาเห็นความดับของกรรมบ่อย ๆ การพิจารณาเห็นความดับของ
กรรมบ่อย ๆ คือ พิจารณาเห็นว่า...

“กรรมที่ทำทุก ๆ ขณะ ก็ดับไปทุก ๆ ขณะ”

กรรมที่ทำเมื่อ ๑๐ ปีที่แล้ว ก็ดับลงไปแล้ว ไม่มีอยู่ในเวลานี้
กรรมที่ทำเมื่อ ๕ ปีที่แล้ว ก็ดับลงไปแล้ว ไม่มีอยู่ในเวลานี้
กรรมที่ทำเมื่อปีที่แล้ว ก็ดับไปแล้ว ไม่มีอยู่ในเวลานี้

เรื่องราวใด ๆ ก็ตามที่อาชัยกรรมเกิดเมื่อปีที่แล้ว ก็เลสที่อาชัยกรรมเกิดขึ้นเมื่อปีที่แล้ว ความสุข ความทุกข์ อารมณ์อะไรก็ตามที่เกิดขึ้นเมื่อหนึ่งปีที่แล้ว ที่กระทำการไปด้วยอารมณ์นั้นและความรู้สึกนั้นดับลงไปหมดแล้ว ไม่เหลืออยู่แล้ว

กรรมที่ทำเมื่อเจ็ดวันที่แล้ว ก็ดับลงไปหมดแล้ว
กรรมที่ทำเมื่อวานนี้ ไม่เหลืออยู่ ดับลงไปหมดแล้ว
กรรมที่ทำเมื่อเช้านี้ ก็ดับลงไปหมดแล้ว
กรรมที่ทำเมื่อตอนสายๆ ก็ดับไปหมดแล้ว
กรรมที่ทำเมื่อตอนเที่ยง ผ่านเลยเที่ยงมาแล้ว ดับไปหมดแล้ว
คือสิ่งที่เราทำตอนเที่ยง ที่ผ่านมาแล้วก็ ดับไปหมดแล้ว
กรรมที่ทำตอนบ่ายโมง ก็ดับไปหมดแล้ว
กรรมที่ทำตอนบ่ายสองโมง ก็ดับไปหมดแล้ว
กรรมที่ทำอยู่ตอนนี้ ก็กำลังจะดับตรงนี้

สำคัญมาก ที่จะเป็นความหมายที่จะทำให้เราเข้าใจว่า
คำว่า **หลุดพ้น** ในความหมายนี้ ก็คือ...

ถ้าเราได้มองเห็นภาวะแห่งกรรมที่กระทำแล้วดับไป กระทำแล้วดับไป ๆ ทั้งดี ทั้งชั่ว ทั้งสุข ทั้งทุกข์ ประกอบไปด้วยประโยชน์และไม่ประโยชน์ เกิดแล้วก็ดับไป เกิดแล้วก็ดับไป

จิตเราจะไม่ไปผูกติดกับสิ่งที่เราเคยทำ

แล้วจิตนี้เวลามันผูกติด มักจะผูกติดกับกรรมที่เศร้าหมอง กรรมที่นำมาซึ่งความทุกข์ กรรมที่บีบคั้นทางความรู้สึกทางใจ กรรมที่ผ่านมาแล้วไม่รู้ก็ไป ยังจดจำไว้ ยังทรงจำไว้ ยังไปติงระลึกถึง เพราะมองไม่เห็นความดับว่ากรรมนี้ดับไป กระทำแล้วดับไป กระทำแล้วดับไป ทุก ๆ ขณะ

อันนี้เราไม่เข้าใจ เราไปผูกติดอยู่ว่า เราเป็นผู้กระทำความผิดความเป็นตัวเราผูกพันกับกรรมที่กระทำ

แม้ผ่านมา ๒๐ ปี ๓๐ ปี ๕๐ ปี

ยังรู้สึกว่าเป็นผู้กระทำ เพราะอะไร ?

เพราะความเห็นที่ไม่ได้เข้าใจความดับนี้ คือ ไม่ได้เห็น “นิโรธ” จึงมีอัตตาเข้าไปผูกติด คือ ตัวตน ไปผูกติดกับการกระทำของตน แม้แต่สิ่งที่ทำเมื่อวานนี้ ก็เข้าใจว่าตนเป็นผู้กระทำ มันจึงเกิดผล ส่งผลต่อตัวเราในปัจจุบันนี้ว่า เราทำสิ่งนั้น ส่งผลว่า “เรา” คือผู้สุขผู้ทุกข์ในสิ่งที่ทำมา

กรรมจึงพัวพันอยู่กับเรา แล้วกรรมไม่หลุดพ้นไปซะที กรรมก็เลยไม่หมดสิ้นจากการยึดถือในด้านทิฏฐิ หรือความเห็นของคน

ถ้าเราทำอย่างนี้เสร็จสิ้นแล้ว

ก็ไม่ต้องไปรับผลกรรมของตัวเองหรือ ?

ไม่อยากจะรับ มันก็รับ แต่ในความหมายของพระพุทธองค์ คือ การมองเห็นอย่างนี้จะช่วยให้เราได้ดับกรรม ไม่ได้หมายถึงว่าหยุดการกระทำทั้งปวง แต่ดับการที่จิตเรผูกพันกับกรรมนั้นแล้ว ทำให้พ้นออกมาจากกรรมนั้น นี่คือความหมายของคำว่า “นิโรธอันถูกต้องวิมุตติ”

ความดับที่เราฝึกพิจารณาเห็นอยู่ตลอดเวลา จะทำให้เราพ้นออกมา
จากกรรม กรรมที่ทำแม้จะยังส่งผลอยู่ แต่ก็ส่งผลแบบเบาบาง หรือ
กรรมเล็กน้อยก็ถึงความดับสิ้นไป หมดไป

สำหรับผู้ต้องการที่จะแก้กรรม ดับกรรมตัวเอง...

**เอาวิธีการนี้ไปปฏิบัติ ไปกำหนด ไปฝึก ไปทำความเข้าใจ
ไตร่ตรอง ใคร่ครวญ ตามที่พระอาจารย์แนะนำนี้ให้มาก แล้วจะสามารถ
แก้หรือบรรเทากรรมได้แน่นอน**

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) นวปฺราณวรรคที่ ๕ กรรมสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๘ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๐
สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค

พระอาจารย์จาวรุดน ภิภุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันพุธที่ ๘ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑๒.๑๘ นาที)



“อย่ากลัวกรรม จงกล้าเผชิญกับกรรม”
เพราะถ้าเรากลัวกรรม กรรมจะไม่หมดไป
แล้วเราจะเป็นทาสของกรรมอย่างนี้ตลอดไป ...



๕๑

ทำอย่างไรให้พ้นทุกข์ ในภพหน้าได้ ?

ให้ตั้งจิตระลึกถึงพระรัตนตรัย ด้วยบทระลึกถึงที่ว่า...

พุทโธ เม นาโถ พระพุทธเป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า
ธัมโม เม นาโถ พระธรรมเป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า
สังโฆ เม นาโถ พระสงฆ์เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า

ให้จิตระลึกในบทพระรัตนตรัย ย้ำ ๆ ซ้ำ ๆ อย่างนี้
ติดต่อเนื่องกันทั้งกลางวันและกลางคืน หลับไปก็หลับด้วยบทนี้
ตื่นมาก็สามารถระลึกถึงบทพระรัตนตรัยนี้ได้

หากทำได้อย่างนี้ตลอดจนสิ้นชีวิต
พระพุทธร่องค์ไตร่สวนิสงส์และสรรเสริญไว้ว่า...

“จิตดวงใดที่เล่นไปสู่กระแสพระรัตนตรัยตราบชั่วชีวิต
เขาจะไม่ไปสู่ทุกข์เลยตลอดหนึ่งแสนกัป”^๑

เขาจะเข้าถึง สุขคติ

อันมีเทวดากับมนุษย์ หรือว่าสวรรค์กับมนุษย์

สลับกันอย่างนี้ สลับกันไปมา

เกิด - ตาย ๆ มนุษย์ - เทวดา ๆ ตลอดไปอีกหนึ่งแสนกัปข้างหน้า

แล้วในกับที่หนึ่งแสน เขาจะเข้าถึงธรรมเป็นที่สิ้นทุกขได้
นี่คือ “คุณและอานิสงส์ของการเข้าถึงพระรัตนตรัย”

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) สัมปฏิกาณียเถราปทาน พระไตรปิฎก เล่มที่ ๓๓ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๒๕
ขุททกนิกาย อปทาน ภาค ๒ - พุทธวงศ์ - จริยาปิฎก

พระอาจารย์จาวรุดน โภกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ ที่พักสงฆ์ป่านาโสกยัง
วันอาทิตย์ที่ ๕ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๐๕ นาที)



สามารถ พิจารณากาย

หรือ ท่องธาตุกัมมัญฐาน ๔ ได้เลย...

เพราะ ธาตุกัมมัญฐาน ๔ ไม่ได้เป็นของผู้ใด

ธาตุกัมมัญฐาน ๔ เป็นของกลางประจำโลก ประจำจักรวาล

ดิน น้ำ ไฟ ลม ไม่ใช่ของใครผู้ใด ไม่ใช่ของศาสนาไหน

เป็นของกลางมาโดยตลอด

เรียกว่าเป็น *อภยาภคธรรม* ธรรมที่เป็นกลาง โดยตัวของธาตุอยู่แล้ว
ไม่ได้มีใครเป็นเจ้าของโดยผูกขาดหรือถาวรทั้งสิ้น เป็นเรื่องธรรมชาติที่ทุกคน
ทุกชนชาติ ทุกศาสนา ทุกเชื้อชาติ ก็อิงอาศัยธาตุ ๔ ดิน น้ำ ไฟ ลม นี้
เป็นประจักษ์ต่อสัจจะแห่งความเป็นจริง

“คำว่า สัจจะ นี้ ไม่ได้แบ่งแยกใครผู้คนใดทั้งสิ้น

แต่เป็นสัจจะ เกิดได้กับทุก ๆ คน”

ทุกขสัจจะ ก็ไม่ใช่เกิดเฉพาะหมู่ชาวพุทธเท่านั้น พระพุทธองค์
ทรงค้นคว้าหลักความจริงนี้อย่างกระจำจรัส ถ่องแท้แล้วว่า...

ความทุกข์เกิดขึ้นกับคนทุกคน โดยที่ไม่มีใครสามารถตัดค้านได้
ไม่ว่าจะเป็น ...พุทธ คริสต์ อิสลาม พราหมณ์ ฮินดู

คนทุกศาสนามีความทุกข์เหมือนกันหมด
หมายความว่า ทุกคนมีปัญหาอันเดียวกัน คือ...

มี “ทุกข์” เป็นปัญหา “ทุกข์สัจจะ”

มีเหตุของปัญหา คือ ตัณหา (ความอยาก) อย่างเดียวกัน

“สมุทัยสัจจะ”

มีการดับไปของปัญหา ว่าทุกข์กับเหตุเป็นสิ่งที่ดับได้เหมือนกัน
สามารถดับได้เหมือนกัน “นิโรธสัจจะ”

ส่วนกระบวนการเข้าไปดับทุกข์นี้ แน่นอนว่าแต่ละคนมีกระบวนการ
ที่ไม่เหมือนกัน ฉะนั้น ในทางพระพุทธศาสนา จึงสอนกระบวนการที่เข้าไป
ดับทุกข์ แล้วดับได้อย่างถาวร

ก็คือกระบวนการแห่ง “มรรค” (มัคคสัจจะ)

มรรค จึงมีในพระพุทธศาสนา

ดังในคราวก่อนที่จะปรินิพพาน พระพุทธองค์ตรัสไว้กับ สุภทัตปริพาชก^๑
ที่เป็นสาวกองค์สุดท้าย โดยสุภทัตปริพาชก เป็นนักบวชของกลุ่มปริพาชก
นอกพระพุทธศาสนา แต่ด้วยความที่สงสัยในธรรมะว่า...

อะไรคือจริง ? อะไรคือเท็จ ?

พระอรหันต์ในศาสนาอื่นมีอยู่หรือไม่ ?

บุคคลที่สิ้นอาสวะกิเลสในศาสนาอื่นมีอยู่หรือไม่ ?

ศาสนาอื่น ๆ ที่มีอยู่ในโลกในเวลานี้

รวมถึงพระพุทธศาสนาในคราวครั้งนั้น
เป็นศาสนาที่แท้จริงหรือไม่ ?
ศาสนาไหนกันแน่ ที่เป็นศาสนาแห่งแก่นสาร ?

ก็เข้าไปกราบทูลถามพระพุทธองค์ พระองค์ทรงไม่ได้บอกว่า
ศาสนาไหนดีหรือไม่ดี แต่พระองค์บอกว่า...

หากศาสนาไหนก็ตามสอนเรื่อง “อริยมรรค ๘”

คือ สอนเรื่อง สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ
สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ

ศาสนานั้นจะไม่ว่างจากบุคคลผู้รู้แจ้งในธรรม ไม่ว่างจากบุคคล
ผู้พ้นทุกข์ ไม่ว่างจากสมณะที่จะบังเกิดขึ้น

ฉะนั้น การที่พระองค์ไม่ได้บอกว่า ศาสนาไหนสอนถูก สอนผิด
แต่พระองค์ทรงบอกว่า... ทุกศาสนาที่เข้ามาปฏิบัติอยู่ในรูปรอยนี้ สามารถ
ดับทุกข์ได้เหมือนกัน

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) มหาปรินิพพานสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๐ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๒
ทีฆนิกาย มหาวรรค

พระอาจารย์จาวรณโณ ภิက္ขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
คลิบ วันเสาร์ ที่ ๑๖ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๒๔ นาที)



พระพุทธรองค์ตรัสไว้ว่า ...

ถ้าเรารักษาปัจจุบันกรรมของเราให้ดี ตั้งอยู่ในกุศลธรรม
มองภาพชีวิตตัวเองให้ออก ตามหลักของกรรม
แล้วตัดสินใจกระทำ เลือกในการทำความดีตั้งแต่บัดนี้
“ภาพชีวิตเราจะถูกส่งผลไปในทางที่ดีในอนาคตแน่นอน”



๕๓

ขรवासจะมีส่วน ต่ออายุพระศาสนาได้อย่างไร ?

ขรवास มีบทบาทที่สำคัญมากในการต่ออายุพระศาสนา

ด้วยการประพตปฏิบัติ

ตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา

เพราะถ้าไม่ปฏิบัติ ลำพังเพียงพระภิกษุปฏิบัติ ก็ยังไม่ได้เพียงพอ
ในการที่จะต่ออายุพระศาสนาเลย

ทุกส่วนมีการเชื่อมโยงในโครงสร้างพุทธศาสนา ไม่ว่าจะเป็น
ฝ่าย ภิกษุบริษัท ภิกษุณีบริษัท อุบาสกบริษัท และ อุบาสิกาบริษัท^{*}
ทั้งหลายมีความเชื่อมโยงต่อกันและกัน หมายถึงว่า...

ภิกษุปฏิบัติ ก็เพื่อที่จะนำให้ขรวาสรับรู้รับทราบแนวทาง
การปฏิบัติ แล้วปฏิบัติให้เข้าถึงผล

พระภิกษุรู้ธรรมเหล่าใด บอกธรรมเหล่านั้นแก่ขรวาสที่มุ่งบุญกุศล
มุ่งประพตธรรมขัดเกลากิเลส

เมื่อภิกษุบอกธรรมที่ตนเองได้รู้แล้วแก่ขรวาส ขรวาสเหล่านั้น
ย่อมมีสติปัญญา พากเพียรประพตปฏิบัติ เข้าถึงธรรมอันที่ภิกษุล่วงรู้นั้นได้
ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทั้ง ๒ ฝ่าย คือ

๑. การกระทำความทุกข์ให้หมดสิ้นไป

๒. ศาสนาเราก็จะได้รับการสืบทอด สืบทอด

แทบจะทุกด้านเลย

ที่ฆราวาสเองมีส่วนในการสืบทอดพระพุทธศาสนา

การดำรงอยู่ของพระพุทธศาสนานี้ ถ้าขาดฆราวาสแล้ว ถ้าพึ่ง
พระภิกษุฝ่ายเดียว ไม่สามารถจะนำสืบศาสนาต่อไปได้เลย

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) กัมพลสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๒ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๔
อังคุตตรนิกาย ปิณฺณก - อักกนิบาต

พระอาจารย์จาวุฒโน ภิภุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์
วันอาทิตย์ที่ ๕ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๕๗ นาที)





การจัดการ
ความคิด และอารมณ์



การตัดสินคนอื่น
ไม่ได้ช่วยให้เราดีขึ้น
แต่จะทำให้เรา
ตกเป็นเหยื่อของ ... กิเลสตัณหา



การให้อภัย ต้องฝึกอย่างไร ?

เราต้องมาทำความเข้าใจ คำว่า “อภัย” ก่อน...

คำว่า “การให้อภัย”

อะ แปลว่า ไม่

พะยะ คือ ภัย

อภัย คือ การไม่ทำให้มีภัยเกิดขึ้น

ภัย ก็คือ ความทุกข์ ความเดือดร้อน ที่จะเกิดขึ้นกับตัวเรา

จุดมุ่งหมายของการให้อภัย ไม่ใช่การแสดงออกน้ำใจของเรา
ต่อคนอื่น ที่เราเห็นเขาทำความผิดหรือทำอะไรไม่ดีกับเรา แล้วเราไปให้
อภัยเขา ไม่ใช่การแสดงน้ำใจอย่างนั้น

**อภัย คือ การสงบระงับความทุกข์ ความร่ำร้อน
ความเพ่งโทษ คิดร้าย ปรารถนาร้ายต่อคนอื่น**

การสงบระงับใจของเราไม่ให้ก่อเวรในเรื่องนี้ต่างหาก
คือ ความหมายของคำว่า อภัย

เพราะถ้าเราไม่มีตัวนี้ จิตเราก็จะคอยก่อเวรกับเขา กล่าวโทษเขา
เพ่งโทษเขา เอาแต่เรื่องของเขามาพูด ๆ ให้ผู้อื่นฟัง ให้เขาเห็นชอบกับเรา
แล้วก็เพิ่มการที่คนอื่นมาเห็นชอบกับเรา และเพิ่มโทษให้คนอื่นโกรธคนนั้น
หนักไปอีก ก็จะเป็นโทษหนักไปอีก

อภัย คือ เราระงับภัยพวกนี้ไม่ให้เกิดขึ้น ไม่จุดเรื่องนี้ให้เกิดขึ้น
ลามไปถึงคนอื่น... เราต้องเข้าใจเรื่องนี้ เมื่อเราเข้าใจเรื่องนี้ดีแล้ว เรายังจะ
เห็นคุณค่าของการให้อภัย

พระอาจารย์จาวุฒโน ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)

ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live

วันจันทร์ที่ ๒๓ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๗

ท่านสามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๐๖ นาที)



รื่องการงานนี้

พระพุทเจ้าตรัสไว้ในหลักของการทำงาน^๑ นั้นก็คือ...

๑. อุฏฐานสัมปทา - ถึงพร้อมด้วยความขยันหมั่นเพียร

๒. อารักขสัมปทา - ถึงพร้อมด้วยการรักษาทรัพย์ที่หามาได้แล้ว
จากการงานนั้น

๓. กัลยาณมิตตตา - คบเพื่อนที่ดีที่ชักชวนเราไปในทางที่ไม่ให้
เสียทรัพย์ ไม่ให้ทรัพย์นั้นถูกนำไปใช้ในทางที่ผิดพลาด หรือสูญเสียไป
โดยเปล่าประโยชน์

๔. สมชีวิตา - ใช้ชีวิตให้เสมอกับทรัพย์ที่แสวงหามาได้ ไม่ฟุ่มเฟือย
เกินไป

ฉะนั้น หลักการนี้ถามว่าเพียงพอหรือยัง ?

อันนี้เป็นหลักการที่ใช้ในการทำงาน แล้วถ้าใครสามารถทำได้
ทั้ง ๔ ข้อนี้ แน่แน่นอนว่าความเป็นอยู่ที่พออยู่ พอเป็น พอเพียง พอต่อชีวิต
ย่อมเป็นไปได้

แต่ถ้าคาดหวังให้มีทรัพย์เพิ่มมากขึ้น อันนี้บุญเป็นตัวกำหนดละที่นี้
ว่าใครจะได้ทรัพย์เพิ่มมากขึ้นเท่าไร

ตัวอย่างเช่น ในคราวครั้งพุทธกาล...

มีภิกษุรูปหนึ่ง ท่านทำบุญให้ทานในอดีตชาติมาน้อยมาก ท่านมาบวชแล้วก็เลยแสวงหาปัจจัย ๔ ได้ลำบาก ผิดเคือง จะมีคนมาถวายปัจจัย ๔ นี่ก็ยาก อันนี้เกี่ยวกับบุญเหมือนกัน... พุทธองค์ทรงเล็งอยู่ว่าเราจะอนุเคราะห์ภิกษุนี้อย่างไรหนอ ถึงจะทำให้ภิกษุนี้มีการเพิ่มพูนในความเป็นอยู่ ไม่ผิดเคือง ไม่ลำบากนักด้วยปัจจัย ๔

พระองค์จึงบอกภิกษุรูปนั้นว่า...

“ภิกษุ เธอจงมา เธอสามารถที่จะทำกิจของสงฆ์ในอาวาสนี้ รับผิดชอบกิจต่าง ๆ ของสงฆ์ทั้งหมดนี้ได้ไหม ไม่ว่าจะเป็นกิจใด ๆ ก็ตาม เธอจงเป็นผู้อาสารับใช้สงฆ์เถิด”

ภิกษุรูปนี้บอก...

“ข้าพระองค์สามารถรับใช้สงฆ์ได้ พระเจ้าข้า”

“งั้นเธอจงทำ”

ภิกษุรูปนี้ก็เลยทำกิจของสงฆ์ทุกอย่าง ด้วยอานิสงส์ของการทำกิจของสงฆ์เหล่านี้ กุศลธรรมเพิ่มพูนในปัจจุบันธรรมนี้เลย เปลี่ยนสภาพชีวิตเปลี่ยนแปลงตัวเองได้เลย

ด้วยการทำกิจของสงฆ์ไม่นาน ญาติโยมทั้งหลายก็เห็นคุณค่าของพระภิกษุนี้ว่า ท่านเป็นผู้ทำกิจของสงฆ์ เอาธุระในกิจของสงฆ์ เราควรที่จะให้ปัจจัย ๔ กับภิกษุนี้ ให้ท่านอยู่อย่างดีอย่างไม่ผิดเคืองนัก ญาติโยมก็เลยให้ปัจจัย ๔

พอภิกษุรูปนี้ได้ปัจจัย ๔ ที่เพียงพอต่อการใช้ชีวิตในความเป็น
พระภิกษุ แล้วก็ได้มากเกินกว่าที่ตัวเองต้องการด้วยซ้ำ ทำให้การบำเพ็ญ
สมณธรรมของตัวเองเป็นไปได้โดยความสะดวกและง่ายดาย ไม่นาน
ก็สิ้นอาสวกิเลสเป็นพระอรหันต์

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) อุชชยสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๓ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๕
อังคุตตรนิกาย สัตตก-อัฐก-นวกนิบาต

พระอาจารย์จาวรุธ โภกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานคอยเวียงเกียงวนา
คลิป วันเสาร์ ที่ ๑๓ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๓๗ นาที)





ทำอย่างไร ให้หยุดคิดอิจฉา คิดไม่ดีต่อผู้อื่น ?

การที่เรามีความคิดเหล่านี้ปรากฏขึ้นในจิตเรา
เป็นเครื่องสะท้อนธรรมชาติในจิตเราที่เคยมีมาแต่ดั้งเดิม
และจะปรากฏเองโดยธรรมชาติของเขาเอง
ไม่ได้ผ่านการตัดสินใจจากเรา

ฉะนั้นจงเข้าใจว่า...

**หากความคิดเหล่านี้เกิดขึ้นอยู่
เป็นความคิดที่อยู่นอกเจตนา**

ความคิดที่อยู่นอกเจตนาเป็นความคิดตามธรรมดา ธรรมชาติ
ที่ประสบกับเรื่องราวเหตุการณ์ ให้เป็นอาการเหล่านี้ที่คุ้นเคยกับสิ่งนั้น ๆ
แสดงธรรมชาติของสภาพจิตอย่างนี้ออกมา แต่เขาทำงานอยู่นอกเหนือ
เจตนาของเรา เมื่อทำงานอยู่นอกเหนือเจตนาของเรา นั่นก็คือสิ่งที่
ไม่ใช่เรา เพราะสิ่งที่เป็นเจตนาต่างหาก คือ ตัวเรา

พระพุทธเจ้าจึงตรัสไว้ว่า

“เจตนาหิ ภิกขเว กัมมัม วทามิ”

(เจตนาหัง ภิกขเว กัมมัง วะตามิ) *อ่านออกเสียงแบบมคธ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรา (ตถาคต) กล่าวว่า...

เจตนาคือตัวกรรม^๑

ถ้าเราไม่มีเจตนาจะคิดแบบนั้น แต่เป็นความคิดที่คิดขึ้นมาเอง ที่อยู่นอกเจตนา ไม่ได้ถือว่าเป็นกรรม เมื่อไม่ได้เป็นกรรม เราก็อำปยิต สิ่งที่เป็นความคิดนั้นว่าเป็นเราคิด

ถ้าเมื่อใดก็ตาม ที่เราไปยิตว่านั่นคือสิ่งที่เราคิด นั่นคือความคิดของเรา เราก็เข้าไปยิตสิ่งนั้นว่าเป็นตัวตนของตัวเอง การที่เข้าไปยิตอย่างนี้ ก็เป็นการสร้างกรรมใหม่ให้กับตัวเราในขณะนั้น

ฉะนั้นวิธีการ คือ มองความคิดเหล่านี้ให้เห็นว่า นั่นไม่ใช่เรา เราไม่ได้เป็นไปในสิ่งนั้น สิ่งนั้นไม่ใช่ตัวตนของเรา เพราะ (ความคิด) นั้นไม่ได้เกิดจากแรงแห่งเจตนา ที่เราตั้งใจจะคิดอย่างนั้น

แต่เราสามารถที่จะมองให้เห็นความคิดที่ไม่ดีเหล่านั้นมาเป็นที่ตั้งแห่งการเจริญกุศลธรรมได้ เช่น ถ้าอิจฉา ก็เจริญมุทิตา ถ้าคิดว่าเขาไม่ก็แผ่เมตตา อย่างนี้ใช้ได้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^{๑)} นิพเพธิกสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๒ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๔
อังคุตตรนิกาย ปิฎกจ - อักกนิบาต

พระอาจารย์จาวุฒโน ภิภุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานคอยเวียงเกียงวนา
คลิบ วันเสาร์ ที่ ๑๓ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๐๘ นาที)



๕๗

ทำอย่างไร ไม่ให้ใจไปรัก ไปเกลียด ?

อย่าพยายามเข้าไปทำอะไรกับจิต

แต่เรียนรู้และเข้าใจว่า นี่คือ “ธรรมชาติ” ของจิต
ที่จะต้องมึรัก มึชัง มึโกรธ มึเกลียด

การเรียนรู้นี้ จะทำให้เราไปเห็นเหตุ
เหตุที่ทำให้จิตไปแสดงออกในภาวะอย่างนั้น

เราต้องเข้าใจว่า **“จิตนี้เป็นผลของกรรม”**

คำว่า เป็นผลของกรรม หมายถึงว่า มันถูกปรุงแต่งมาจากระบบ
และกลไกของนามธรรม ที่สืบเนื่องมาแต่เหตุปัจจัยที่เคยกระทำไว้แต่ปางก่อน

หมายถึงว่า ทั้งรัก ทั้งชัง ทั้งโกรธ ทั้งเกลียด พอใจ ไม่พอใจ
ไม่ใช่ว่า ๑ เกิดขึ้น และเป็นเองได้เลย แต่มันส่งผลสืบต่อมาจากเรื่องราว
ในวัฏสงสาร ที่เราเคยเป็นอย่างนี้มาซ้ำ ๆ ซาก ๆ

เมื่อเคยเป็นมาแบบซ้ำ ๆ ซาก ๆ จนเป็นความเคยชิน เมื่อประสบ
กับเรื่องนั้น ๆ จะไม่ให้มันแสดงออกตามความเคยตัว เคยชิน ความเป็นปกติ
ของมันไม่ได้ ก็ให้มันแสดงออกมาตามปกติมันแหละ แต่เราเข้าใจและ
เรียนรู้มัน การเข้าใจและเรียนรู้นี้ แม้มันมีอยู่ก็ไม่ถูกยึดนำมาสร้างภาพ
สร้างชาติให้แก่เรา

สักวันหนึ่ง ความรู้ที่เรารู้อยู่มันนั้น
จะเข้าไปละ ไปคล้าย ไปดับ สิ่งเหล่านี้เอง

แต่คำว่า “รู้” ในความหมายของพระอาจารย์ คือ รู้โดยความ
เข้าใจสิ่งเหล่านี้ตามความเป็นจริงในหลักการของ อริยสัจ ว่า...

รัก ชัง โกรธ เกลียด พอใจ ไม่พอใจ สิ่งเหล่านี้เป็นทุกข์
เพราะเป็นสัจจะ เพราะเป็นขั้นของ อารัมมณะ คือ อารมณ์
ตัวอารมณ์นี้ทั้งหมดเป็น ทุกขสัจจะ ไม่ใช่สมุทัย

แต่เพราะ “ไม่รู้รู้จัก” อารมณ์เหล่านี้ที่เกิดขึ้นกับใจตัวเอง
ตามความเป็นจริงว่า นี่คือการเป็นธรรมดาอย่างหนึ่งของมัน อันนี้เป็น
สมุทัย เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ สมุทัยต่างหากที่ต้องละ คือ ความที่เราไม่รู้
เราต้องละ

เมื่อเรารู้แล้ว การดับไปของสมุทัยใหม่ที่เรารู้ต่อความทุกข์
ที่เกิดขึ้นด้านอารมณ์นี้ มันก็ดับไป ก็เป็น นิโรธ แล้วการทำได้แบบนี้ ก็คือ
มรรค ให้เข้าใจอย่างนี้

เมื่อเราเข้าใจอย่างนี้ เราก็จะเอาความรัก ความโกรธ ความเกลียด
เหล่านี้ มาเป็นเครื่องมือในการเจริญมรรค โดยการเห็นอารมณ์เกิดและดับ
ตามความเป็นจริงไปเรื่อย ๆ

พระอาจารย์จาวุฒินันท์ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมป่านาโสกอัง
วันเสาร์ที่ ๒๗ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๓๔ นาที)



ถาม : เวลามีคนทำไม่ดีกับเรา แล้วเราเกิดอารมณ์โกรธ

หรือรู้สึกไม่ดี แล้วเราไม่ตอบโต้กลับ แล้วปล่อย/ให้อภัย แต่ทำไมหลังจากนั้น เราออกจากความรู้สึกแย่ไม่ได้ ต้องกลับมาคิดหาเหตุผลหาคำตอบ กว่าจะออกได้ก็นาน ?

ตอบ : การใช้ธรรมะต่อผู้คนในสถานการณ์ที่เล่าถึงนี้ การใช้ธรรมะบางครั้งดู เหมือนกับเรายอมเป็นผู้แพ้ แต่แท้ที่จริงแล้ว เป็นการที่เรารอเพื่อที่จะให้ช่วงเวลาของเรื่องราวเหล่านั้น ไม่นำสู่การกระทำตอบโต้สิ่งที่เป็นกรรมในทางที่ไม่ดี ซึ่งกรรมนั้นเวลาเกิดขึ้นแล้วย่อมจะตกเป็นวิบากอำนวยผลให้กับเรา

เราไม่ได้เลือกที่จะเอาปัญหาเหล่านั้น มาสร้างกรรมกับเราในเวลานั้น แต่เราจะมองเห็นภาพของชีวิตว่า ที่เราเป็นอย่างนั้น เพราะเราเคยทำกรรมชนิดนี้มาก่อน กรรมจะเปิดโอกาสทุกทิศทุกทาง ให้บุคคลที่อยู่ในข่ายแห่งกรรมนั้น ได้กระทำตอบโต้เรา แล้วกรรมก็จะบีบบังคับให้เราจำยอมเพื่อที่จะให้กรรมนั้นเป็นโอโหสิกับเรา (กรรมโอโหสิ/โอโหสิกรรม หมายถึง กรรมที่ให้ผลเสร็จสิ้น)

แม้เราจะรู้สึกไม่ดี รู้สึกแย่ รู้สึกเครียด รู้สึกอะไรต่าง ๆ นั่นคือผลอันหนึ่งที่เราจะต้องได้รับผ่านวิบากของกรรม พระอาจารย์ก็อนุโมทนาที่เราเลือกที่จะไม่กระทำตอบโต้ด้วยการสืบต่อกรรมอันนี้อีกต่อไป

อย่างน้อยเราก็ยังมีสติปัญญาในการคิดใคร่ครวญ ตั้งจิตให้อย
ไม่ตอบโต้ และก็หาทางออกจากอารมณ์เหล่านั้น แม้จะรู้สึกแยก็ตาม
แต่เรายังหาทางออกจากมันได้อยู่ ก็ถือว่าเกิดเหตุการณ์อย่างนี้อีก
ในคราวครั้งต่อไป แล้วก็มีช่องทางและหาทางออกอย่างนั้นในทุก ๆ ครั้ง
ทุก ๆ คราว

การฝึกทำอย่างนี้ได้ จะเป็นการลดทอน และเป็นการขัดเกลากิเลสอย่างหนึ่งในตัวเรา

ขอให้เราอดทน และทำอย่างนี้ให้ถึงที่สุด เราจะเห็นผลในด้
การปฏิบัติ ตอนนี้อาจจะดูเหมือนว่ายังไม่มีผลในด้านการปฏิบัติใด ๆ
และเราเองเป็นฝ่ายรับผลกระทบในทางร้ายเสียเป็นส่วนมาก

แม้จะร้ายอย่างไรก็ตาม แม้จะเครียดยังงก็ตาม แม้จะรู้สึกแย
รู้สึกจิตตกต่ำสุดอย่างไรก็ตาม แต่พอการฝึกฝนที่เราได้ฝึกและอดทนปฏิบัติ
จะอำนวยผลให้กับเรา เรียกว่า มีอานิสงส์มากมายที่ยิ่งใหญ่มาก

ความสุข ความเบา ความสบาย ทุกอย่างจะย้อนกลับมาอำนวยผล
ให้กับเรา เทียบเท่ากับความทุกข์ที่เราได้รับ หรือได้อำนวยผลมากกว่านั้นอีก

พระอาจารย์จาวรุดน ภิภุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันอาทิตย์ที่ ๕ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๔๐ นาที)



การแผ่เมตตาแล้ว จะให้คนนั้นเป็นแบบนี้ แบบนี้
ดีขึ้น เปลี่ยนแปลง - เป็นการเข้าใจผิด

ถามว่า คน ๆ นั้น จะเปลี่ยนแปลงได้ไหม - เปลี่ยนแปลงได้
แต่กระบวนการการเปลี่ยนแปลง
ไม่ใช่เป็นการแผ่เมตตาแค่ครั้ง สองครั้ง

เพราะมีเรื่องที่พระพุทธรองค์จะเสด็จไปที่เมืองกุสินารา...

กษัตริย์โรชนี่ เป็นกษัตริย์ที่ไม่ได้นับถือพระรัตนตรัย เพราะมีการตั้งกติกากันของกลุ่มมัลลกษัตริย์ทั้งหลายที่เมืองกุสินารว่า เมื่อพระศาสดาทรงเสด็จมาสู่เมืองเรา ให้พวกเขาลงมาต้อนรับพระองค์ เพราะพวกเรา

เป็นพุทธศาสนิกชนต้องออกมาต้อนรับ และจัดแจงเครื่องสักการะ ในการต้อนรับพระพุทธองค์ไว้ด้วย ถ้าใครไม่ออกมาต้อนรับจะถูกลงโทษ ๕๐๐ กหาปณะ (มาตราเงินโบราณ)

แต่กษัตริย์โรหะณีไม่ได้นับถือพระรัตนตรัย เลยนับขึ้นมาว่า
“อะไร จะมาทั้งที ก็มาธรรมดาสี จะมาให้คนอื่นมาต้อนรับ”
ก็บ่นอยู่นั่น...

ทีนี้... กษัตริย์โรหะณีเป็นเพื่อนกับพระอานนท์ พอพระอานนท์
ทราบข่าว ก็กราบทูลพระพุทธองค์

“สาธุพระเจ้าข้า กษัตริย์โรหะณีไม่ฟังใจ ไม่พอใจ ไม่ยินดีกับการที่
พระองค์จะเสด็จไปที่กุสินาราแล้วต้องออกมาต้อนรับ ซึ่งมีการบังคับกันว่า
เขาตั้งกติกากันแบบนี้”

พระพุทธองค์ทรงไม่ต้องการให้ทำอย่างนั้นหรอก แต่ว่าเป็นการ
แสดงออกถึงความยำเกรง/เคารพต่อพระพุทธองค์โดยกษัตริย์ผู้เป็นใหญ่
ในเมืองนั้น ซึ่งโรหะณีกษัตริย์เป็นกษัตริย์น้อย หรือที่เรียกว่า อนุยนต์กษัตริย์
หรือกษัตริย์เล็ก กษัตริย์น้อย เป็นเชื้อพระวงศ์อะไรประมาณนี้

แต่พระองค์ทรงเคยตรัสสรรเสริญ บุคคลผู้ทำการสักการะพระองค์
ว่ามีผลมาก มีอานิสงส์มาก พระองค์ไม่ปฏิเสธสิ่งที่เขาทำว่ามีโทษอย่างไร
พระองค์ก็ทรงปล่อยให้ทำ

แต่กษัตริย์โรหะณีมองไม่เห็น เพราะไม่ได้นับถือพระรัตนตรัย

“ข้าพระองค์อยากให้กษัตริย์โรหะณี ซึ่งเป็นเพื่อนของข้าพระองค์
เป็นสหายของข้าพระองค์ หันมานับถือพระรัตนตรัย ไม่รู้จะทำอย่างไร

พระเจ้าข้า” พระอานนท์กราบทูลอย่างนั้น

พระพุทธเจ้าทรงบอกว่า...

“อานนท์ เราตถาคตเป็นสัมมาสัมพุทธะ
เดียวเปลี่ยนใจโรหะเอง

อานนท์ เธอทำให้สหายเถอะ ทำให้สหายเถอะ
ทำกิจวัตรของเธอไป หน้าที่นี้เป็นหน้าที่ของเรา”

พระองค์ก็ทรงนั่งแผ่เมตตาทั้งคืน

ฟังให้ตื่นะ! นั่งแผ่เมตตาทั้งคืน

พล່วงราตรีนั้น ตื่นเข้าขึ้นมา กษัตริย์โรหะรู้สึกแปลกใจ รู้สึกว่า
ก็ไม่น่าลำบากในการตั้งเครื่องสักการะ ไม่เห็นจะผิดแปลกอะไร ตรงไหน
ถ้าเขาทำกันก็ทำ ก็เริ่มใจอ่อนลง แต่ก่อนแข็งกระด้าง ดื้อด้านทำเดี๋ยว
ว่าไม่เอาที่ต้องมาทำอะไรแบบนี้ พอที่จะเริ่มสัมผัสกระแสเมตตาของพระองค์

ขนาดพระพุทธเจ้ายังนั่งแผ่เมตตาอยู่ทั้งคืน

อาตมาจึงบอกว่า... ระดับพวกเรา ๑ เดือน ต่อเนื่อง ห้ามหยุด
ซึ่ง จิตต้องปราศจากเวรก่อน จิตต้องเป็นปกติ จิตต้องเรียบ ไม่ใช่ว่า
ยังมีความรู้สึกไม่ดีอยู่ ยังมีอคติอยู่ อันนั้นต้องสงบระงับเวรก่อน พอสงบระงับแล้ว
ค่อยทำการแผ่เมตตา การแผ่เมตตาถึงจะออกไปเต็มร้อย จะทำให้จิต
ของคน ๆ นั้นอ่อนโยนลง

พอพระองค์เสด็จไปเพื่อไปแสดงธรรม

กษัตริย์โรหะตั้งใจฟังเพราะจิตใจอ่อนลงแล้ว จึงตั้งใจฟัง
แล้วบรรลุธรรมเป็นโสดาบัน... นี่คือประโยชน์

ถ้าทำกันอย่างนี้ทั้งประเทศ... ประเทศเราจะเจริญ

แต่เราไม่ทำกันอย่างนี้จะเป็นประเทศที่ขาดเมตตามาก ๆ ทั้ง ๆ ที่มีพระพุทธศาสนาที่สอนเรื่องเมตตา เมตตานี้กำลังขาดหายไปจากวิถีชีวิตของคน และหายไปจากข้อปฏิบัติของคนในสังคมที่ควรจะปฏิบัติและใส่ใจ น้ำจิตน้ำใจอันงามยังมีต่อกัน แต่เมตตายังขาดหาย เมตตากับน้ำจิตน้ำใจอันงามคนละอย่างกัน อย่าเอามาปนกัน

เมตตา คือ การทำจิตให้ปราศจากเวร

จิตใจของเราว่า ยังมีเวรอะไรกับใครไหม ยังผูกโกรธคนนั้นไหม ยังเกลียดคนนี้ไหม ยังไม่พอใจคนนั้นไหม เป็นเวรทั้งนั้น ให้แผ่เมตตาเยอะ ๆ

จะแผ่ได้อย่างไรพระอาจารย์ ?

นึกถึงหน้ามันที่รักก็มันได้ แผ่เมตตาไม่ลงหรอก

นั่นแหละ ยังต้องแผ่ จงเป็นสุข เป็นสุขเถิด

ไม่ได้เป็นการแผ่ให้เขา

แต่เป็นการแผ่ให้ใจเราสงบเย็น จะได้ไม่ทุกข์

พอไปเจอหน้าเขาอีก จะได้ไม่ทุกข์อีก ถ้าเราสงบระงับเวรในใจเราได้แล้ว เวลาเจอหน้าอีกครั้งหนึ่ง ก็จะไม่มีมูลเหตุที่จะทำให้เห็นหน้าแล้ว กระทบทางใจ

แต่ถ้าไม่แผ่ให้สงบแล้ว เจอหน้าอีกก็ขุ่นมัวอีกทุกคราว

พอใจเราสงบ ก็แผ่ไปถึงเขา ก็ขอให้เขาถึงความสงบ ขอให้เขาอย่าได้มีเวรมิร้ายต่อเรา ขอให้เขาถึงความสุขความเจริญ ขอให้เขารักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งปวงเถิด

จะให้เขารักษาตัวเองให้พ้นจากทุกข์ภัยทำไม ?
ยิ่งอยากให้เราเจอภัยเยอะ ๆ

อันนี้ก็หนักไปอีกใช้ไหม

คนเราทุกวันนี้ขาดคุณธรรมไปแล้วนะ ขาดหลักธรรมในเรื่องนี้
กันเยอะ เยอะมาก ๆ อันนี้ที่พูดถึงไม่ใช่ชาวบ้าน รวมไปถึงพระสงฆ์
องค์เจ้าด้วย ขาดเมตตาธรรมที่ถูกต้อง

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^๑ เตรียมการต้อนรับพระพุทธเจ้า พระไตรปิฎก เล่มที่ ๕ พระวินัยปิฎก เล่มที่ ๕
มหาวรรค ภาค ๒ ข้อ ๘๘

พระอาจารย์จาวรณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)

ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live

วันศุกร์ที่ ๓๐ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๔

สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๗.๒๒ นาที)



๒๐

วิธีปล่อยวางง่าย ๆ ทำได้อย่างไร?

วิธีการปล่อยวางแบบง่าย ๆ ก็คือ...

รับรู้อารมณ์โกรธ ไม่พอใจ เสียใจ ตีใจ ที่เกิดในจิต
รับรู้โดยที่ไม่ต้องไปเปลี่ยนแปลง หรือไม่ต้องไปกล่าวโทษ
ไม่ต้องไปคิดต่อ ไม่ไปกระทำอะไรต่อจากเรื่องราวนั้น ๆ
ก็รับรู้มันตรง ๆ เท่าที่ปรากฏ เท่าที่มันเกิดขึ้น

ถ้าเราพยายาม “อยาก” จะไปทำการปล่อยวาง
นั่นคือ ปัญหาของเรา
แต่การที่มันเกิดขึ้น นั่นคือปัญหาที่มาจาก เหตุ ของมัน

ปัญหาที่มาจากเหตุของมัน ถ้ามันอยู่เพียงแค่ขอบเขตที่เหตุของมัน
และเราไม่สร้างปัญหาจากปัญหานั้นเข้าไป ก็จะไม่อยู่เท่านั้น

พอมันอยู่เท่านั้น การวางก็เป็นเรื่องของมันเอง

เราก็เป็นผู้วางในขณะนั้น
แม้ขณะที่มันปรากฏ มันก็ถูกวางไว้แล้ว
เพราะเราจะไม่สร้างปัญหาต่อ

ปัญหาของเราก็คือ เวลาที่มันปรากฏด้วยเหตุปัจจัยนั้น ๆ เข้ามา
กระทบกับเรื่องราวและปัญหาสิ่งต่าง ๆ ที่เรารู้สึกรู้ว่าเป็นปัญหา

ปัญหาก็คือ เราพยายามไปสร้างปัญหาต่อ
จึงเป็นปัญหาของเราขึ้นมา

ฉะนั้น... แม้ปัญหานั้นจะยังอยู่ แต่มันก็จะถูกวาง เพราะเราจะ
ไม่เข้าไปสร้างปัญหากับมัน เพราะฉะนั้นการวางไม่ได้หมายความว่า
มันจะไม่มี... ก็มี แต่มันได้ถูกวางจากเราแล้วในขณะนั้น ก็คือวางเลย

พระอาจารย์จาวนโน ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันอาทิตย์ที่ ๒๔ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๑๔ นาที)



๖๖

คิดมากในเรื่องเดิมซ้ำ ๆ ควรแก้ไขอย่างไร ?

จริง ๆ แล้วการคิดซ้ำ ๆ ซ้ำ ๆ เป็นคุณสมบัติที่ดี

เป็นเพียงแต่ที่เราไม่ได้นำการคิดซ้ำ ๆ ซ้ำ ๆ

ไปใช้ในทางพระรัตนตรัย

เราไปคิดซ้ำ ๆ ซ้ำ ๆ อยู่กับเรื่องราวของอารมณ์

หรือสิ่งหนึ่งเหนียวภายในใจที่ครอบงำใจเราไว้

เรื่องราวเหล่านี้ ถ้าคิดซ้ำ ๆ ซ้ำ ๆ ลงไปในอารมณ์มากเท่าไร

เราก็ยิ่งจะจมปลักอยู่ในอารมณ์มากเท่านั้น ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่ดี

หลักการก็คือ การเข้าไปพักอาการนั้น แล้วก็เปลี่ยนความคิด
ให้ตั้งอยู่กับการระลึกถึงพระรัตนตรัย ซ้ำ ๆ ซ้ำ ๆ การพักอาการแห่งการคิด
ซ้ำ ๆ ซ้ำ ๆ ว่า

“เรากำลังมีความคิด

ความคิดกำลังเกิดขึ้นกับเรา

จิตกำลังมีความคิด

ความคิดกำลังเกิดขึ้นกับจิต

จิตกำลังปรุงแต่งความคิด

ความคิดเป็นสิ่งที่จิตปรุงแต่งขึ้น”

การทักอย่างนี้ จะช่วยให้เรามีสติเข้าไปรับรู้สิ่งที่จิตกำลังคิดอยู่ เราจะได้รู้ว่า นี่คือนี่ที่จิตคิด นี่คือความคิดของจิต ความคิดกำลังปรุงแต่งจิต จิตกำลังถูกความคิดปรุงแต่ง สิ่งนี้เราก็จะได้เข้าใจว่าตัวความคิดเป็นส่วนหนึ่ง เราเป็นอีกส่วนหนึ่ง และพยายามตั้งจิตให้คิดในเรื่องของพระรัตนตรัยว่า...

พุทโธ เม นาโถ พระพุทโธเป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า
ธัมโม เม นาโถ พระธรรมเป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า
สังโฆ เม นาโถ พระสงฆ์เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า

ตั้งความคิดไว้อย่างนี้ ระลึกย้ำ ๆ ซ้ำ ๆ ก็จะสามารถเปลี่ยนความคิด
ย้ำ ๆ ซ้ำ ๆ ในแง่อื่น มาเป็นการย้ำ ๆ ซ้ำ ๆ ในกระแสแห่งพระรัตนตรัย
อันเป็นมहाกุศล

พระอาจารย์จาวนโน ภิภุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนาวา
วันเสาร์ที่ ๑๒ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๔๒ นาที)





ชีวิตมนุษย์มันเป็นอย่างนี้...
บางครั้งก็จมปลักกับ “อดีต”
บางครั้งก็วิตกกังวลกับ “อนาคต”
ไม่พอใจกับความเป็นอยู่ใน “ปัจจุบัน”
และพยายามตอบสนองต่อตัณหาของตัวเอง
... เพราะตัณหาเนี่ยมันไม่เต็มสักที

การถ่ายเทอารมณ์ออกจากจิต

เป็นวิธีการที่จะช่วยให้ปัญหาเหล่านี้ถูกแก้ไข ถูกชำระ

และวิธีในการที่จะถ่ายเทอารมณ์ออกจากจิต

คือ “การเดินจงกรม”

ไม่ต้องคิด ไม่ต้องปรวิกรรม ไม่ต้องไปนึกถึงอะไรทั้งสิ้น เดินไป
แต่ละเรื่องจะค่อย ๆ ผุดขึ้น ๆ ๆ นั่นคือการถ่ายเทออก

ให้เรารู้ด้วยว่า ตอนนี้อารมณ์กำลังถ่ายเทออกจากจิต จิตเรากำลัง
ถ่ายเทอารมณ์ อารมณ์ต่าง ๆ ที่เคยเก็บไว้ กำลังถูกถ่ายเทออกมา พอถูก
ถ่ายเทออกมาหมดแล้ว กลุ่มอารมณ์อันเป็นนามธรรมที่ทำให้เกิดเคมี ก็จะถูก
กลายออกมาด้วย มันก็จะไปเปลี่ยนโครงสร้างทางเคมีในร่างกายใหม่

ถ้าจิตเราปรุ่งต่อจากการถ่ายเทความคิดนั้น

เรากำลังเลือกกลับไปกับความคิดนั้นใหม่

หรือสิ่งนี้ก็คือการทำงานของ การถ่ายเทอารมณ์ ?

ใช่...

สิ่งนี้เป็นการถ่ายเทอารมณ์ออกมา พร้อมกับการตอบสนอง
ด้วยระบบของสิ่งที่อยู่เหนือเจตนา จึงเป็นการทำให้เรื่องราวเหล่านั้น
ทั้งถูกถ่ายเท ทั้งถูกทำให้เราได้เห็นพฤติกรรมในจิตของเราเอง ไม่ใช่ตัวตน
ของเรา แต่จะเป็นส่วนหนึ่งจากตัวตนของเรา

ถ้าไม่ได้ถูกรู้เมื่อไร
ก็จะดึงเราเข้าไปเป็นส่วนร่วมที่จะไปเป็นตัวตนด้วย
แต่ถ้าถูกรู้ก็จะเห็น เป็นเพียงแค่เห็นอาการเหล่านั้น

ต้องใช้ความเข้าใจอย่างมาก เข้าใจที่จะรู้ เข้าใจที่จะเห็นว่า
อ้อ... สิ่งนี้มาล่ออารมณ์ มาล่อลวง เพื่อให้อัตตาชนิดนี้ออกมากระทำ
และดึงเราเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งในเวลานั้น ถ้าสติไม่พอ เราก็ตกอยู่ในห้วง
แห่งการกระทำต่อจากนั้นทันที

ถ้าเราผ่านมาได้ครั้ง สองครั้ง ต่อไปเราก็จะเห็นเรื่องนี้เป็นแค่
ตัวละครเท่านั้นเอง ไม่มีอะไรเลย

พระอาจารย์จรวณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันเสาร์ที่ ๙ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๕๙ นาที)



๖๓

จิตตก

แก้ยังไงและปฏิบัติอย่างไร ?

อาการจิตตก นั่นคือ สภาพของจิตที่ได้รับการกระทบ

แล้วไม่สามารถทรงอยู่ได้ในสภาพปกติ

เรียกว่า ตกไปอยู่ในห้วงของอารมณ์อันนั้น

วิธีการจริง ๆ ก็คือ “ไม่ต้องไปแก้”

เพราะการเข้าไปแก้ เท่ากับไปตอกย้ำ หรือ ไปทำให้การกระทบ

ในปัญหานั้นถูกซ้ำเติมเข้าไปอีก เพราะฉะนั้นไม่ต้องไปแก้

ธรรมชาติของจิตเรานั้น รับอารมณ์ใด ๆ ก็ตาม

จะมีการคลายอารมณ์เองด้วยตัวของมัน

แต่ที่ไม่คลายเพราะถูกแรงยึด ที่เราเคยยึดถือไว้ ย่ำลงไปในเรื่องนั้น คือ จิตเราจะหมนคิดในเรื่องนั้นย้ำ ๆ ซ้ำ ๆ จนห่วงเหนี่ยวความรู้สึกทั้งหมดของเราไปอยู่ในอารมณ์อันนั้น จิตเลยตก และส่งผลในภาวะในชีวิตประจำวัน ทำให้จิตอ่อนแอ ทำให้จิตหมดเรี่ยวแรง ไม่มีกำลังใจในการที่จะปฏิบัติ หรือ ต่อสู้กับชีวิตต่อไป สิ่งเหล่านี้คือปัญหาที่เคยเกิดขึ้นกับทุกคน

เมื่อไม่มีความจำเป็น ที่จะต้องเข้าไปแก้ไขสภาพจิตอย่างนั้น วิธีการที่จะพยุ้งจิต หรือ ประคับประคองจิต ให้ออกจากอารมณ์นั้นก็คือ การระลึกถึงพระรัตนตรัย หรือคุณงามความดี ระลึกถึงสิ่งที่ดี ให้จิตเกาะอยู่กับพระรัตนตรัยให้ได้ นี่คือสิ่งที่เราจะต้องกระทำ

ถ้าเราพยายามน้อมจิตน้อมใจเข้าถึงพระรัตนตรัย กระแสของ
พระรัตนตรัย จะเป็นตัวดึงดูดจิตของเราไม่ให้จมอยู่กับอารมณ์

“จิตของเรา ถ้าอะไรอยู่ใกล้ จะตอบสนองต่อสิ่งนั้น”

ถ้าเราให้พระรัตนตรัยแนบอยู่กับจิต จิตก็จะตอบสนองต่อ
พระรัตนตรัย **จิตที่ตอบสนองต่อพระรัตนตรัย จะไม่ตกลงไปในอารมณ์
ที่ถูกกระทบ** จะถูกดึงขึ้นมา แต่ถ้าไม่มีพระรัตนตรัยมาเป็นเครื่องแนบอยู่
กับจิตหรือเป็นที่สนใจกับจิต ก็จะไปสนใจกับอารมณ์อันนั้น

แล้วถ้ายังไปสนใจกับอารมณ์อันนั้น ก็ยังจะคิด และหมนวน
อยู่ในอารมณ์นั้น และเรื่องราวนั้นที่ทำให้เราทุกข์ ยิ่งทุกข์ก็ยิ่งคิดถึงมัน
นี่คือปัญหาอย่างหนึ่งที่เคยเกิดขึ้นกับมนุษย์หรือบุคคลทั่วไป แต่หลายคน
ก็ผ่านพ้นปัญหานั้นมาได้ ด้วยหลักการและวิธีการต่าง ๆ ก็เป็นสิ่งที่ดี

ถ้าหลายคนกำลังเจอปัญหาอย่างนี้ พระอาจารย์ก็แนะนำตามที่
อธิบายไว้ ขอให้นำไปใช้ก็จะมีประโยชน์ต่อชีวิตพวกเรา

พระอาจารย์จาวรวัฒน์ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมป่านาโสกยัง
วันเสาร์ที่ ๒๗ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๔๖ นาที)





ธรรมะสามารถช่วยเรื่อง โรคซึมเศร้า ได้หรือไม่ อย่างไร ?

ธรรมะช่วยเรื่องโรคซึมเศร้าได้มาก
และก็ช่วยทำให้หายได้ด้วย
แต่ธรรมะนั้นต้องเป็นเรื่องของ **สัจจะของชีวิต**

ถ้าเราได้เข้าใจเรื่องของชีวิต เราจะไม่ซึมเศร้าเลย
ชีวิตเราจะเป็นชีวิตที่มีชีวิตชีวา

เรียกว่า เราไม่เคยเข้าใจสัจจะของชีวิต
ว่าความจริงของชีวิต คืออะไร...

เราจึงตกอยู่ภายใต้ห้วงของอารมณ์ ที่จมปลักอยู่กับสิ่งที่เราไม่
ได้เข้าใจมัน และเราก็ไม่เข้าใจตัวเอง และเราก็ไม่ได้เข้าใจสิ่งที่อยู่รอบข้างเรา

ความไม่เข้าใจเหล่านี้ คือ อำนาจของอวิชชา

อวิชชา เป็นอำนาจมืด ที่ครอบงำใจเรามาเป็นระยะเวลายาวนานแล้ว
และเราไม่เคยทำลายอำนาจมืดเหล่านี้ให้ออกไปจากจิตจากใจเรา เพราะ
เราไม่เข้าใจสัจจะ ไม่เห็นสัจจะ ไม่รู้จักความจริงของชีวิต

ธรรมะที่กล่าวสอนเรื่องความจริงของชีวิต จะทำให้ชีวิตเรา
ออกจากความซึ่มเศร้านั้น เพราะตื่นรู้ เบิกบาน และจะเกิดปัญญาภายในตน
จะมีแสงสว่างภายในจิต และจะมองเห็นเหตุเห็นผล เข้าใจชีวิตตามความ
เป็นจริง

เรื่องของโรคซึมเศร้านี้จะเป็นเรื่องเล็ก ๆ ไปเลยทีนี้
มันจะไม่เกิดขึ้นกับชีวิต

พระอาจารย์จาวรณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันเสาร์ที่ ๒๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๒๙ นาที)



ไม่ประสบความสำเร็จ และหมดกำลังใจในชีวิต
จึงเล่นเกมส์ จนเสียงานเสียการไป

ลักษณะอย่างนี้ เราต้องตั้ง “ทิวณฺฐิ” ตั้งความเห็นในชีวิตใหม่

ถ้าเราจะมองว่า...

ในชีวิตเราทุกอย่างคือการเรียนรู้
ซึ่งการเรียนรู้นี้ ไม่มีคำว่าสำเร็จ หรือ ล้มเหลว
มีแต่การเรียนรู้

การเรียนรู้จะทำให้เราได้เข้าใจ แม้กระทั่งสิ่งที่สำเร็จและล้มเหลว
เราจะเรียนรู้ต่อสิ่งที่เราทำแต่ละสิ่งแต่ละอย่าง ผ่านพ้นมาแต่ละเรื่อง
และการเรียนรู้แต่ละครั้งในชีวิตของเรานั้น จะไม่เกิดการยึดติดในสิ่ง
ที่ผิดพลาด ไม่ได้ยึดติดในสิ่งที่ทำให้เราไม่สำเร็จในสิ่งต่าง ๆ

เพราะถ้าเราไม่เข้าใจชีวิตว่า **ชีวิตคือการเรียนรู้**

ชีวิตเราก็จะถูกผูกติดไว้กับบางสิ่งบางอย่าง ที่ทำให้เรารู้สึกมันคง
มั่นใจ รับประกันชีวิตเราได้ในแต่ละอัน แต่พอสิ่งนั้นไม่ได้เป็นไปตามที่เรา
ต้องการ และไม่สามารถรับประกันชีวิตเราได้ เราก็ล้มเหลว ทุกอย่าง
ก็พินาศ และชีวิตก็อยู่แบบ ไร้สาระ

พระอาจารย์แนะนำให้ตั้งความคิดใหม่ว่า...

**ชีวิตเรตาลอดทั้งชีวิตเรานั้น เกิดขึ้นมาจนถึงวันตาย เป็นชีวิต
แห่งการเรียนรู้** และชีวิตคือการเรียนรู้จริง ๆ ขอให้เกิดการเรียนรู้
หลาย ๆ ด้านของชีวิตที่เราเจอและเราประสบ เราจะเกิดปัญญา
เกิดช่องทาง เกิดเห็นสิ่งต่าง ๆ ที่ดีในชีวิตของเราเอง

ไม่ควรที่จะท้อแท้ ท้อถอย แล้วก็หมดกำลังใจต่อความล้มเหลว
และความไม่ประสบความสำเร็จ แล้วก็อย่ายอมทำอะไรต่อไปอีกในภายภาคหน้า
ทั้ง ๆ ที่เรายังมีชีวิตอยู่และหายใจอยู่ และก็ยังสามารถที่จะทำอะไรต่าง ๆ
อีกมากมาย

ขอให้ตั้งความเห็นใหม่ มามองชีวิตให้ถูกต้อง เรียนรู้ชีวิตต่อไป
ชีวิตนี้เรียนรู้ไม่มีทางจบสิ้น ความรู้ยังเรียนเท่าไรก็ยังรู้

ความรู้ยังเกิดขึ้นเท่าไร ปัญญาก็ยังเพิ่มมากขึ้น
นี่คือสิ่งที่ดี และเป็นประโยชน์ที่เกิดขึ้นกับเรา

พระอาจารย์จาวรณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
คลิป วันเสาร์ ที่ ๑๓ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๐๑ นาที)





มีความรู้สึกเบื่อ ไม่อยากทำอะไรในชีวิต ทำอย่างไรดี ?

ความเบื่อจะมีอยู่ ๒ ประเภท คือ...

เบื่อแบบ “**นิพพิทา**” คือ เบื่อหน่ายด้วยปัญญาแห่งความรู้แจ้ง
จึงเบื่อหน่ายแล้ววาง เบื่อหน่ายเป็นไปเพื่อการคลายกำหนดแล้ววาง

เบื่อหน่ายแบบที่ ๒ คือ เบื่อหน่ายแบบ “**ปฏิกขะ**” ไม่ต้องการ คือ
ไม่อยากจะทำอะไรเลย เบื่อหน่ายชนิดนี้เป็นกิเลส

เบื่อหน่ายแบบนิพพิทา เป็นปัญญา

เบื่อแค่นั้นก็อยู่กับสิ่งเหล่านั้นได้ด้วยปัญญา และก็ยังทำจำเจ
ซ้ำซากยังงมงายอยู่กับมันได้ ไม่ยอมเปลี่ยนแปลงมัน เพราะเข้าใจ
ตามความเป็นจริงว่า ความเป็นจริงเป็นอย่างนี้

แต่ถ้า **ปฏิกขะ** นี้ เบื่ออันนี้ ไปจับอันนั้น

เบื่ออันนั้น ก็ไปจับอย่างอื่น

เปลี่ยนไปเรื่อย ๆ จนสุดท้ายแล้วก็เบื่อไปหมด ไม่อยากจะทำอะไร
อันนี้คือ เบื่อแบบปฏิกขะ เป็นกิเลส

ถ้าเบื่อแบบนี้ต้องให้รู้ว่ามันเป็น สมุทัย

แล้วถ้าเกิดความเบื่อนี้ ต้องบอกความเบื่อนี้ไปตรง ๆ บอกอาการ
ของความเบื่อนี้ลงไปตรง ๆ เลยว่า

“นี่คือสมุทัย
นี่คือการเกิดขึ้นของสมุทัย
นี่คือการตั้งอยู่ของสมุทัย
สมุทัยกำลังปรุงแต่งจิต
จิตกำลังถูกสมุทัยปรุงแต่ง
สมุทัยกำลังเกิดขึ้นกับจิต ครอบงำจิต”

เราบอกไปอย่างนี้ตรง ๆ เดียวมันจะค่อย ๆ คลายออก ๆ ๆ

เพราะอะไรก็ตามที่ถูกรู้ถูกตัวของมันเนี่ย มันจะถูกจะแก้ไข
มันจะถูกแก้ไขเองอัตโนมัติ เราไม่ต้องไปแก้มัน แค่ทักตัวมันให้ถูกว่าเป็น
สมุทัย

สมุทัยนี้ เรียกว่า เหตุของความทุกข์
ที่เรากำลังทุกข์เพราะความเบื่อในเรื่อนั้น ๆ อยู่ ทำให้มีทุกข์
วนเวียนอยู่ในเหตุ นั้น ๆ กวนเวียน ก็เป็นทุกข์อยู่ในเหตุ นั้น ๆ อีก

พระอาจารย์จากรูณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันอาทิตย์ที่ ๒๗ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๕๗ นาที)



ความรู้ของพระพุทธเจ้า เรียกว่า “พุทธะ”
แปลว่า รู้ ตื่น เบิกบาน
หมายถึงว่า เมื่อใดก็ตามที่เรารู้ความจริง
เมื่อนั้น ... เราจะตื่นรู้ภายในตน
... เบิกบานภายในจิตใจ



๖๗

กระแสจิตที่พุ่งชน
จะดึงกลับมายังตนได้อย่างไร ?

ให้ระลึกถึงกาย

จิตจะชานไปไหนก็ตาม ให้ระลึกถึงกาย^๑

เช่น นั่งอยู่ก็ให้รู้นั่ง ยืนอยู่ก็ให้รู้ที่เรากำลังยืนอยู่ โดยมีเท้าสัมผัสกับพื้นอย่างไร หรือว่านอนอยู่ก็รับรู้ว่า ร่างกายเราเป็นแบบไหนอย่างไร ในขณะที่นอนหรือเดินอยู่ ก็รับรู้อริยาบทของการเดิน ทำกิจกรรมต่าง ๆ ในภาวะทางกาย ก็รับรู้ภาวะของกาย

การมีสติระลึกอยู่ในกาย

จะดึงความพุ่งชนกลับมาอยู่ที่ร่างกายนี้

ก็จะตัดปัญหาเหล่านั้นออกไป

การเจริญ ภาวนาคตาสติ (ระลึกรู้อยู่ในกาย) จึงเป็นส่วนสำคัญในการที่จะทำให้จิตของเรานี้กลับมาตั้งมั่น และไม่พุ่งชานไปตามอารมณ์ได้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^๑ ภาวนาคตาสติสูตร (๑๑๙) พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๔ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๖ มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ ข้อ ๒๙๔

พระอาจารย์จาวรุดน ภิกุญฺ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์
วันอาทิตย์ที่ ๕ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๐.๕๑ นาที)



ความอยากได้ อยากมี

อันนี้พระพุทธองค์ไม่ได้ห้าม แต่พระพุทธองค์ให้รู้จัก

เมื่อเราได้รู้จักแล้ว

“ความรู้” จะควบคุมความอยากไว้เอง

แต่ถ้าเราไม่รู้ว่...

จิตเรากำลังมีความอยาก

ความอยากกำลังเกิดขึ้นกับจิต

จิตกำลังถูกความอยากปรุงแต่ง

ความอยากกำลังปรุงแต่งจิตเราอยู่

เราต้องรู้อาการของต้นเหตุที่เกิดขึ้นบ่อย ๆ ในใจ เราก็จะเห็น
อาการเกิดของต้นเหตุและดับได้^(๑)

เมื่อเราเข้าใจแล้วว่า... ต้นเหตุเมื่อถูกรู้แล้วดับไป เราจึงไม่ต้องไป
ดับต้นเหตุ แต่เราจะเห็นต้นเหตุเกิดขึ้นปรุงแต่งจิตให้เกิดความอยาก
แล้วก็ตั้งใจเราให้ทะเยอทะยาน มีแรงผลักดันเข้าไปยึดจับสิ่งนั้นให้มารับ
การตอบสนองต่อต้นเหตุ เราก็จะเข้าใจท่าทีลักษณะของต้นเหตุที่เกิดขึ้นในใจ

เมื่อเราเข้าใจและเรียนรู้แบบนี้ ตัณhakก็จะถูกความรู้ที่เราเรียนรู้
ควบคุมตัวไว้ แล้วจะไม่ดึงใจเราไปตามอำเภอใจแบบแต่ก่อนที่เคยเป็นมา
มันก็จะสงบระงับ

แต่เราไม่ต้องไปดับมัน

เราแค่เห็น “การเกิดการดับ” ของตัณhakก็พอ

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) ตัณหาสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๗ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๙
สังยุตตนิกาย ขันธวารวรรค

พระอาจารย์จาวุณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live
วันพฤหัสบดีที่ ๒๐ มิถุนายน ๒๕๖๗
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๑๕ นาที)



ปุจฉา: หากคู่ครองที่เราเลือก เมื่ออยู่ด้วยกันแล้วไม่สนับสนุน ไม่ช่วยเหลือในด้านการปฏิบัติ ควรตั้งความเห็นอย่างไร ?

วิสัชนา: เราควรจะปฏิบัติในขอบเขตของเรา

มีหญิงนางหนึ่งที่เป็นพระโศดาบัน แล้วสามีเป็นนายพราน^๑ เรียกว่าไม่เข้ากันเลย เพราะสามีนี้ก็ต้องทำ *ปาณาติบาต* (ฆ่าและเบียดเบียน ชีวิตสัตว์) ส่วนภรรยาเป็นพระโศดาบัน ต้องรักษาสิกขาบทอย่างดี แม้จะไม่สนับสนุนกัน แม้จะทำคนละอย่าง มีแนวคิดคนละแนวคิด มีจุดหมายหมาย มีเป้าหมายคนละอย่างกัน ก็ยังอยู่ด้วยกันได้

การปฏิบัตินี้เป็นเรื่องของใครของมัน

ไม่ใช่เราปฏิบัติแล้ว เขาจะได้ด้วย

ถ้าเราปฏิบัติแล้ว เราก็ได้

เขาปฏิบัติ เขาก็ได้

เขาไม่ปฏิบัติ เขาก็ไม่ได้

เราไม่ปฏิบัติ เราก็ไม่ได้

เราไม่ควรจะเอาปัญหาของเขามาเป็นของเรา หรือเราก็ไม่ควร
ที่จะสร้างปัญหาจากตัวเรา ที่ไปมองเห็นว่าเขาไม่มีอะไรที่สนับสนุน
และตรงกับแนวคิดของเรา

ปฏิบัติในตัวเองนี้แหละ เดี่ยวเวอร์กรรมที่มีต่อกัน ก็จะหมดไปเอง

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) พระโสดาบันไม่ทำบาป อรรถกถา ขุททกนิกาย คทาธรรมบท ปาปวรรคที่ ๙

พระอาจารย์จากรูณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์
วันอาทิตย์ที่ ๕ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๒๐ นาที)



๗๐

วิธีลดและแก้ไข การเพ่งโทษผู้อื่น ?

การที่จะลดความคิดในการเพ่งโทษผู้อื่น
มีหลักที่พระองค์ตรัสไว้แล้ว
เป็นวิธีการที่ใช้ได้และใช้ได้ดี หากนำไปใช้
วิธีอื่นนั้นก็คือ พระองค์ตรัสไว้ว่า...

**“อาสวะย่อมเจริญ ในจิตในใจของบุคคลผู้เพ่งโทษอยู่เป็นนิจ
อาสวะก็จะเริ่มเพิ่มพอกพูนสะสมอยู่ในจิตของคน ๆ นั้น อยู่ตลอดเวลา
บุคคลผู้เพ่งโทษอยู่ตลอดเวลา ย่อมไม่สามารถละอาสวะได้”**

การนำคำสอนนี้ไปตัดเตือนจิตใจตนเองทุก ๆ คราวที่เราเพ่งโทษ
จะช่วยลดการเพ่งโทษได้เป็นอย่างดี... จำหลักการนี้ไว้เอาไปใช้

**“อาสวะย่อมเจริญตั้งมั่นอยู่ในใจ
ของบุคคลผู้เอาแต่เพ่งโทษผู้อื่นอยู่เป็นนิจ”**

อาสวะ คือ เครื่องหมักดองในสันดาน ขันธสันดานหรือชีวิตเรา
หรือตัวเราทั้งหมด หรืออัตตา หรือตัวตนในตัวเรานั้น ถูกหมักดองด้วยลักษณะ
ที่เราเคยเพ่งโทษอย่างนี้มาก่อนแล้ว เลยแสดงออกในภาวะการณปัจจุบันนี้

ฉะนั้น... การที่เขาแสดงออกถึงการเพ่งโทษนี้
ถือว่าเป็นเรื่องปกติ

แต่เราจะไม่ปล่อยให้ความเป็นปกติด้านอาสวะนี้ นำไปสู่การต่อเติม
อาสวะใหม่จากอาสวะเดิมที่เกิดขึ้น เราจะใช้หลักคำสอนของพุทธองค์
มากล่าวสอน และอบรมจิตใจตัวเองว่า...

อาสวะ คือ เครื่องหมักดองจิตใจของเรา ที่ทำให้เราต้องเป็นแบบนี้
เพราะมีเครื่องหมักดองมานานแล้ว

ลองนึกดูว่า ผลไม้เราเอาไปดอง
จะเปลี่ยนความเป็นธรรมชาติของตัวมันไป
ตามสิ่งที่หมักดองไว้

จิตเราที่ไม่ได้อยู่ในหลักธรรมชาติก็จะถูกดองไว้
ด้วยการเพ่งโทษ การกล่าวโทษ มองหาแต่โทษคนอื่น
อันนี้จะถูกหมักดอง ให้จิตเราไม่อยู่ในภาวะปกติที่ควรจะเป็น

ฉะนั้น... วิธีการที่จะลดการเพ่งโทษก็คือ

การไปเห็นโทษนี้ว่า...
การเพ่งโทษบุคคลอื่นอยู่เป็นนิจ
อาสวะย่อมเจริญ ย่อมงอกงาม ย่อมตั้งมั่น ย่อมบังเกิดขึ้น
พอกพูน เพิ่มพูน อยู่ในใจเราอยู่เสมอ

บุคคลผู้ฟังโทษคนอื่นอยู่เสมอ
ย่อมไม่สามารถละอาสวะที่เป็นเครื่องหมักดองสันดาน
ในจิตใจของเราได้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) คุณวิเศษไม่เกิดแก่ผู้ฟังโทษผู้อื่น เรื่องพระอุชฌมานสังยุตติเถระ อรรถกถา
ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท มลวรรคที่ ๑๘

พระอาจารย์จาวรุดน โภท (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยววนา

วิธีการฟังโทษผู้อื่น ทำอย่างไร
วันอาทิตย์ที่ ๒ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๐๓ นาที)



อาสวะ หมายถึงอะไร
วันอาทิตย์ที่ ๒ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๓๙ นาที)





ให้เข้าใจเถอะว่า ... โลกมันเป็นแบบนี้แหละ
คือ “ความจริง”
มีดี มีเลว ปะปนกันแบบนี้ ทุกยุค ทุกสมัย
ไม่ว่ายุคใด สมัยใด ... มันเป็นอย่างนี้
แล้วก็ตีคู่กันมา อยู่กันมา
ขัดแย้งกันอยู่อย่างนี้แหละ ทุกยุค ทุกสมัย
ตัวเราต้องรักษาความดีไว้กับตัวเราเองให้มั่นคง
“ศรัทธากับความดีของตัวเองให้มาก”
เดี๋ยวมันจะพาเราไปดีเอง ...

๗๑

เราไม่ควรตัดสินคน
แต่ก็ไม่ควรคบคนพาล
อย่างนี้เรียกว่าตัดสินไหม ?

การตัดสินคนนั้น เป็นการตัดสินด้วยความรู้สึก
ที่เราเข้าไปตีค่าในสิ่งที่เขาทำ

แต่ละคนมีวิบากกรรมในสิ่งที่ตัวเองได้รับผล ด้วยมูลเหตุที่เขา
ได้กระทำให้มาบางอย่าง วิบากได้เกิดขึ้นกับเขา ทำให้เขาได้รับผลเช่นนั้น
เป็นผลที่บางทีก็หลีกเลี่ยงไม่ได้ คือ อยู่ในวิสัยที่จะต้องรับในมูลเหตุ
ที่เคยกระทำให้มา

ฉะนั้น... การตัดสินคน ไม่ว่าจะกรณีใด ๆ ก็ตาม
ไม่ควรจะไปตัดสินว่า เขาเป็นคนที่เลวร้ายใด ๆ เลย

เพราะการตัดสินนั้น
เป็นการสร้างอกุศลวิบากสำหรับเราที่เข้าไปสู่การเพ่งโทษเขา

ส่วนการเลือกคบคนนั้น เป็นลักษณะของปัญญาที่จะทำให้เรา
แยกแยะผู้คน เราไม่ตัดสินคน แต่เราจะแยกแยะบุคคล ที่เราควรคบ
หรือไม่ควรคบ ไม่ได้หมายถึงว่า การตัดสินกับการไม่คบคนพาลนั้น
เป็นเรื่องเดียวกัน... เป็นคนละเรื่อง

แม้เขาจะเป็นคนพาล แม้เขาจะไม่ดี แม้เขาจะเลว เขาก็อาจจะ
เป็นพาล ไม่ดี และเลวในขณะนั้นก็ได้ แต่ขณะต่อไปเขาก็อาจจะไม่เลว
ซึ่งเราก็ไม่สามารถจะรู้ได้

พระองค์ก็ตรัสไว้ว่า...

**“ชีวิตของคนเรานี้เป็นไปโดยขณะ
ขณะหนึ่งเป็นอย่างนี้
ขณะต่อไปอาจจะไม่ได้เป็นอย่างนี้
เราไม่ได้เห็นชีวิตเขาตลอดทั้งชีวิต”**

ฉะนั้น... การบอกว่าเขาเป็นอย่างนั้นในขณะนั้น แล้วตัดสินเขา
ในขณะนั้น ก็เท่ากับเป็นการลงความเห็น แล้วเราก็เชื่อพร้อมกับยึดจับ
การตัดสินนั้นว่าเป็นจริง แต่ครั้งต่อไป ก็อาจจะทำให้เราไม่ได้ลบความเชื่อนั้น
ออกไปจากใจ

แต่ถ้าเขาดีได้ละ ถ้าเขาเปลี่ยนแปลงตัวเองได้ละ

นี่คือลักษณะของพระพุทธศาสนา เป็นลักษณะที่เปิดโอกาส
ให้คนเปลี่ยนแปลงตนเอง ได้ขัดเกลาก่อนตนเอง ได้แก้ไขตนเอง ได้พัฒนาตนเอง

เราจะไม่บอกเขาว่า... เขาเป็นคนเลวทรามอย่างนั้นอย่างนี้
ด้วยภาวะการณ์นั้น แต่เราจะเข้าใจในสิ่งที่เขาเป็นในเวลานั้น ด้วยการมอง
ในหลักของกรรม

มองเขาให้ออกว่า... เป็นวิบากกรรมส่วนหนึ่งหรือเป็น
วิธีหนึ่ง ซึ่งในขณะที่เขาเป็นอย่างนั้น เขาคิดอย่างนั้น เขารู้สึกอย่างนั้น
เขามีความประพฤติอย่างนั้น เราอย่าไปคบเขาในขณะนั้น แต่เราจะไม่ไป
ตัดสินเขา คือ ต้องเข้าใจข้อนี้ให้ดี

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) ขราสุตตันตปิฎกที่ ๖ ว่าด้วยชีวิตเป็นของน้อยด้วยเหตุ ๒ ประการ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๙
พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๒๑ ขุททกนิกาย มหานิเทศ

พระอาจารย์จาวรณ โภกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ ที่พักสงฆ์ป่านาโสกยัง
วันอาทิตย์ที่ ๘ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๐๓ นาที)



พระสงฆ์ที่ทำความผิดและออกชวานั้น ก็เป็นเรื่องธรรมดา

การทำความผิดอย่างนี้มีมาตั้งแต่ครั้งสมัยพระพุทธองค์ยังทรงพระชนม์อยู่แล้ว ไม่ใช่เพิ่งจะมี ถือว่าเป็นเรื่องปกติ เป็นเรื่องธรรมดาที่เกิดขึ้นได้และก็มีได้ ไม่ใช่เรื่องเสียหายอะไร

แต่ที่เสียหายก็คือ...

**เราไม่ได้เข้าใจ และก็ไม่ได้แยกแยะในบุคคลผู้ทำผิด
กับความเป็นพระศาสนา
เราไปมองว่า บุคคลผู้ทำผิดนั้นทำให้ศาสนาเสื่อม**

จริง ๆ แล้ว ศาสนาก็ยังเป็นศาสนาอยู่ ไม่ได้เสื่อมหายไป

เพราะการกระทำที่บุคคลนั้นได้กระทำความผิด ก็เป็นความผิดเฉพาะบุคคล ความผิดก็ตกอยู่กับบุคคลผู้นั้น แต่อย่าดึงศาสนาเข้าไปเกี่ยวข้องกับคน ๆ นั้น **เพราะฉะนั้น เราจะต้องแยกแยะตรงนี้ให้ดี** ไม่เช่นนั้นเราจะเหมารวมไปหมด ความผิดตรงนี้ต่างหากที่เราควรจะต้องให้เป็นเรื่องสำคัญ และเป็นเรื่องใหญ่

การทำความผิดของบุคคลเป็นเรื่องปกติ ทุกคนมีความผิดพลาดได้
และในความผิดพลาดนั้นก็อยู่จำเพาะในวงที่เขาทำ ก็ต้องจัดการกันไปตามเหตุ
ตามปัจจัย ตามเรื่องราว ตามระบบระเบียบซึ่งมีอยู่แล้ว

พระวินัย ก็กำหนดไว้ชัดเจนแล้วว่า ควรจะจัดการกับบุคคลผู้นี้
อย่างไร ศาสนาก็กว้างหลักการไว้อยู่แล้ว

เพราะศาสนานี้สะอาดประดุจตั่งน้ำทะเล^๑

ทะเลกับซากศพ จะไม่สามารถอยู่ร่วมกันได้

ถ้ามีซากศพอยู่ในทะเล

น้ำทะเลจะชั้ตซากศพขึ้นฝั่งเสมอ

บุคคลผู้ประพฤติไม่ดี หลักการทางศาสนาก็จะกำจัดบุคคลนั้น
ออกจากศาสนาไป แต่อย่าเอาเรื่องราวที่เป็นข่าวไม่ดีนั้นไปเหมารวม ทำให้
ศาสนาเสื่อมเสีย

เพราะคนที่จะทำให้ศาสนาเสื่อมเสีย

ก็คือคนที่เสพข่าว โดยที่ไม่พิจารณาแยกแยะ นี่คือปัญหา

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^๑ ความอัครยไม่เคยมียในมหาสมุทร ๘ ประการ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๗ พระวินัยปิฎก เล่มที่ ๗
จุลวรรค ภาค ๒ ข้อ ๔๕๔

พระอาจารย์จาวนโน ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันเสาร์ที่ ๑๘ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๑๗ นาที)



๗๓

คิดไม่ได้กับพระบาปโหม
จะจัดการกับสิ่งนี้อย่างไร ?

ถ้าความคิดประเภทนี้ ไม่ได้อยู่ในเจตนา

เป็นความคิดที่อยู่เหนือเจตนา

ความคิดที่สะสมมา นอนเนืองอยู่ภายในชั้นลึกของจิต รอคอย
แสดงออกและตอบสนองต่อผัสสะ และเรื่องราวที่มันคุ้นเคยต่อการที่เคยคิด
อย่างนี้มาก่อน

ตรงนี้ต้องแยกให้ออก...

อะไรที่ผุดขึ้นมาทางจิต ที่อยู่เหนือเจตนา

ไม่ใช่เจตนา ไม่ได้เป็นกรรม

เป็นแค่อารมณ์ที่แสดงออก ที่คุ้นเคย

ก่อนที่เราจะมาเป็นมนุษย์ เราสะสมมาหลายแสนชาติ สะสม
มิจฉาทิฏฐิ ในช่วงที่ไม่มีพระศาสนาอยู่ก็เป็นได้

เพราะฉะนั้น การที่ความคิดจะแสดงออกก็คือ การแสดงออก
ตามธรรมชาติ สิ่งที่สำคัญที่สุดคือ “เจตนา” พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า...

“แรงแห่งเจตนาเท่านั้น จึงเป็นตัวกรรม”^{*}

(เจตนะนาหัง ภิกขเว กัมมัง วะตามิ) *อ่านออกเสียงแบบมคธ

ที่นี้ถ้ามันเกิดขึ้นแล้วต้องทำอะไร ?

ต้องระวังไว้ว่าอย่าไปปรุงแต่งต่อ ให้ระลึกไว้ว่า

“สิ่งนี้คือความคิด

ความคิดนี้กำลังเกิดขึ้นกับจิต

จิตของเรากำลังมีความคิด

ความคิดกำลังปรุงแต่งจิต

จิตของเรากำลังถูกความคิดปรุงแต่ง”

พอระลึกอย่างนี้ ความคิดจะคลายและดับไป ทำอย่างนี้จะเป็นการฝึก
ที่สามารถล้างอาสวะเก่า ๆ ให้หมดสิ้นได้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) นิพเพติกสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๒ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๔
อังคุตตรนิกาย ปัญจก-ฉักกนิบาต

พระอาจารย์จาวรวัฒน์ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)

ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live

วันอังคารที่ ๑๒ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๔

สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๔.๑๕ นาที)



๗๔

คิดไม่ดีในแวบแรก

เช่น คิดไม่ดีต่อพ่อ / แม่ / พระสงฆ์
ควรทำอย่างไร ?

ลักษณะความคิดแรกๆ ที่แสดงออก

เป็นความคิดที่เกิดจากระบบของอุปาทานขั้น

คำว่า เกิดจากอุปาทานขั้น คือ...

เป็นระบบของขั้นที่แสดงออกและตอบสนอง

ต่อสิ่งที่ได้รับรู้ รับทราบในขณะนั้นแบบอัตโนมัติ

กลไกอัตโนมัติอย่างนี้เราไม่สามารถควบคุมได้ ซึ่งเป็นสิ่งที่อยู่เหนือเจตนา แต่อย่างน้อยเราสามารถที่จะรู้ว่า ความคิดแบบนี้เป็นความคิดที่ไม่ดี นั่นแสดงว่า มีปัญญาแยกแยะได้ รู้ว่าความคิดใดที่เราควรที่จะเลือกในการปฏิบัติต่อมันอย่างไร

เช่น ความคิดที่ดี เป็นความคิดที่เราควรเจริญขึ้น

ความคิดที่ไม่ดี เราก็ควรที่จะแก้ไข

ลักษณะอย่างนี้ต้องเข้าใจว่า ตอนแวบแรกที่เกิดขึ้นนั้น

ไม่ได้เกิดขึ้นด้วยแรงแห่งเจตนา

เมื่อไม่ได้เกิดขึ้นด้วยแรงแห่งเจตนา...

ก็ไม่เกิดเป็นกรรม

ก็คือ เป็นกิริยาของการแสดงออกต่อสภาพการณ์ที่จะต้องตอบสนองด้วยความเคยชินของระบบอุปาทานชั้นๆ ที่เป็นกลไกอัตโนมัติภายในจิตเรา

กลไกตรงนี้ขอให้เข้าใจว่า ไม่ใช่ตัวของเรา

เมื่อไม่ใช่ตัวของเราเนี่ย เวลามันเกิดขึ้นจะไม่เกิดเป็นกรรม และไม่เกิดเป็นบาป เพราะเจตนาจึงจะเป็นกรรม^๑

คำว่า เจตนา คือ จงใจคิดอย่างแรงกล้า

เพื่อที่จะทำให้ความคิดนั้นเกิดเป็นการพูด หรือกระทำออกไปตอบสนองต่อสิ่งที่เราต้องการให้เป็นอย่างนั้นจริงๆ เจตนาชนิดนี้ต่างหาก จึงจะเป็นกรรม

พระองค์จึงตรัสไว้ว่า...

“เจตนาหิ ภิกขเว กัมมํ วทามิ”

(เจตนาหัง ภิกขเว กัมมัง วะตามิ) *อ่านออกเสียงแบบมคธ

เราตถาคตกล่าวว่ เจตนาเป็นตัวกรรม

สิ่งที่ไม่ใช่เจตนาจะเป็นกรรมไม่ได้ แม้จะอิงอาศัยเราเกิดในขณะนั้นก็ตาม ก็ยังไม่ใช่เป็นตัวเรา หรือไม่ใช่เจตนาของเรา

แต่ถ้าหากเรายังมี “ความเห็นผิด” ที่คิดอยู่ว่า ความคิดนี้เป็นเรา ตรงนี้คือสิ่งที่เราจะต้องมาแก้ไขในข้อปฏิบัติอีกขั้นหนึ่ง ที่เราจะต้องมาเรียนรู้ในเรื่องของเห็นกายตามความเป็นจริงว่า

“กายก็ไม่ใช่เรา จิตก็ไม่ใช่เรา”

ความคิดนี้จึงจะไม่ถูกยึดจับ

ถ้าเรายังยึดจับความคิดที่ไม่ใช่เราว่า “เป็นเรา” เมื่อไร
ตัวนี้จะทำให้เกิดอัตตานุทิฏฐิ^๑

ความเห็นว่าคุณคิดนี้เป็นตน ก็เกิดโทษ
เพราะความคิดที่เราคิดว่าเป็นเราอยู่ในขณะนั้น

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^๑ นิพเพธิกสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๒ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๔
อังคุตตรนิกาย ปัญจก - ฉกกนิบาต



^๒ ว่าด้วยเหตุแห่งอัตตานุทิฏฐิ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๗ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๙
สังยุตตนิกาย ชันธรวรรค

พระอาจารย์จาวุฒโน ภิภุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ ที่พักสงฆ์ป่านาโสกยัง
วันอาทิตย์ที่ ๘ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๓๙ นาที)



จากทั้ง ๒ คำถาม ที่ถามมานั้น...

จะอธิบายเรื่องของการอนุโมทนายินดีเมื่อคนอื่นได้ทรัพย์

ไม่ว่าทรัพย์นั้นได้มาเป็นอย่างใดก็ตาม เรียกว่า **ความยินดี**

จัดอยู่ในชั้นของมูทิตาจิต ซึ่งเป็นคุณธรรมที่เราจะต้องปฏิบัติ เพราะถ้าเราไม่ได้ตั้งจิตยินดี หรือเป็นมูทิตากับเขา จิตก็จะไปตกอยู่อีกข้างหนึ่งของความรู้สึกก็คือ ความอิจฉา หรือว่าริษยา

ฉะนั้น... การตั้งจิตยินดีไม่ได้มีความเสียหาย

อีกส่วนหนึ่งก็คือ เมื่อเราตั้งจิตยินดี เราได้บำเพ็ญ **มูทิตาธรรม** ด้วยการทำความรู้สึกยินดีเมื่อเห็นคนอื่นได้ดี ให้เหมือนกับตนได้ทรัพย์นั้น จะเป็นจุดหนึ่งที่ตั้งให้ทรัพย์นั้นเข้ามาตอบสนองเรา แม้จะไม่ได้ด้วยวิธีการซื้อลอตเตอรี่ก็ตาม แต่เป็นการสร้างทางมาแห่งบุญที่จะเปิดโอกาสให้ตอบสนองในด้านใดด้านหนึ่งที่ได้มาแบบชอบธรรม เพราะพื้นฐานของ **มูทิตา** เป็นกุศลธรรม

พระพุทธเจ้าตรัสถึงสิ่งที่มนุษย์ทั้งหลายปรารถนาในโลก ก็คือ ทรัพย์ เมื่อทรัพย์เป็นสิ่งที่น่าปรารถนา **การได้มาซึ่งทรัพย์มีบุญเป็นตัวกำหนด** นั้นหมายถึงว่า ที่มาของบุญมาจากเหตุอะไรก็ตาม แต่การได้นั้น บุญเป็นตัวกำหนดให้เขาได้รับ และบาปเป็นตัวกำหนดให้เขาไม่ได้รับ

ฉะนั้น... ถ้าเรามองเรื่องของบุญ เราจะเห็นได้ว่าโจรบางจำพวก
ไปปล้น ถ้าโจรเหล่านี้ไม่เคยได้ทำบุญมาแต่ปางก่อน ปล้นยังงี้ก็ไม่ได้
แต่ถ้าโจรบางจำพวกที่ทำบุญมาแต่ปางก่อน ปล้นน้อยก็ได้มาก ปล้นมาก
ก็ยิ่งได้มาก เป็นเรื่องของบุญ ไม่เกี่ยวกับว่าเขาจะทำความผิดที่เป็นอกุศล
หรือไม่... ไม่เกี่ยว

แม้ในคราวที่พระพุทธองค์ไปเจอกับโจรก็ตาม พระองค์ทรง
ไม่ได้บอกවාให้เลิกเป็นโจร แต่พระองค์ทรงสอนวิธีการปล้นให้กับโจร^๑
พระองค์สอนยังงี้ พระองค์ทรงบอกว่า...

“เมื่อเธอปล้น อย่าฆ่าเจ้าทรัพย์ เมื่อนำทรัพย์เขาไปแล้ว อย่าเอา
ไปหมด เหลือให้เจ้าทรัพย์ไว้ครึ่งหนึ่ง อย่าลักพาเด็ก อย่าลักพาสตรี และ
อย่าปล้นนอกถิ่นของตน เมื่อได้ทรัพย์มาแล้ว จงเก็บทรัพย์นั้นไว้ อย่าใช้
จ่ายฟุ่มเฟือย” ไม่ได้ทรงบอกවාให้เลิกอาชีพโจร

การที่พระพุทธองค์สอนอย่างนี้ ทำให้เราได้เข้าใจหลักการ
ที่พระองค์ทรงสอนวิธีการปล้นให้กับโจร

ทำไมพระองค์ไม่ทรงเปลี่ยนแปลงอาชีพโจร ทำไมถึงทรงสอนวิธีการปล้นให้กับโจร ?

ซึ่งพระองค์ทรงมองว่า... โจรนี้ ถ้าไม่มีหลักของการปล้น

๑) ถ้าไปฆ่าเจ้าทรัพย์ ทำให้เจ้าทรัพย์เสียชีวิตและพลัดพรากจาก
คนในครอบครัว เมื่อมีการเสียชีวิตเกิดขึ้น เจ้าหน้าที่บ้านเมืองก็จะตามล่า
เขาจะได้รับความทุกข์จากการหลบหนี หรือถ้าถูกจับได้ เขาก็จะต้องถูกนำ

ไปสู่การลงโทษอย่างแน่นอน อันนี้เป็นทุกซ์ที่จะตามมา แต่ถ้าไม่ฆ่าเจ้าทรัพย์ ก็ไม่ต้องกังวลเรื่องการตามจับ ถึงจะมีการตามจับในยุคนี้นี้ แต่ก็ไม่ถึงกับมีโทษมาก หรือบางคนก็ไม่ได้แจ้งความจับเลยเพราะไม่ได้ถูกฆ่า เพราะเขาคิดว่าโจรไว้ชีวิตก็ถือว่าดีแล้ว

๒) อย่าปล้นทรัพย์ไปเสียทั้งหมดให้เหลือไว้ครึ่งหนึ่ง เพราะถ้าปล้นไปหมด เจ้าทรัพย์ก็จะไม่มีทรัพย์เหลือ พอไม่มีทรัพย์เหลือ เจ้าทรัพย์ก็จะไม่สามารถมีทุนทรัพย์ไปลงทุน เพื่อที่จะสร้างฐานะใหม่ เมื่อไม่มีทรัพย์ที่จะไปลงทุนสร้างฐานะใหม่ เจ้าทรัพย์ก็จะเป็นผู้ยากไร้ เจ้าทรัพย์ก็จะมีทรัพย์เพิ่ม โจรก็จะไม่รู้ว่าจะไปปล้นที่ไหน ก็เพราะเอาหมดแล้ว จะไปปล้นที่ไหนได้อีก

๓) อย่าลักพาเด็ก อย่าลักพาสตรี อันนี้กรรมเดียวกันก็คือ ถ้าลักพาเด็กลักพาสตรี ก็จะถูกตามล่าอีกเหมือนเดิม

๔) อย่าปล้นนอกถิ่นของตน (และของหลวง) เพราะถ้าไปปล้นก็จะเจอโจรถิ่นอื่น ย่อมเกิดการห้าหน้ากัน ทำลายล้างกัน เพราะเวลาโจรกับโจรเจอกันก็หมายถึงตายกันไปข้างหนึ่ง พระองค์จึงทรงสอนให้อย่าไปปล้นนอกถิ่น ให้อยู่ในขอบเขตของตัวเอง อย่าทับเส้นทางกัน

๕) ปล้นได้แล้วให้เก็บหอมรอมริบทรัพย์ อย่าใช้จ่ายฟุ่มเฟือย เพราะเมื่อใดก็ตามที่โจรเก็บทรัพย์ไว้ได้มากแล้ว เดียวก็จะเลิกอาชีพโจรเอง เพราะมีทรัพย์แล้ว เลี้ยงชีพตัวเองพอไปได้แล้ว

ฉะนั้น... ประโยชน์นี้จะเกิดขึ้น การที่พระองค์ทรงสอนอย่างนี้กับโจร
ประโยชน์ก็จะเกิดขึ้นกับเจ้าทรัพย์หลายประการ

เราต้องมองหลักธรรม หรือหลักการของพระพุทธศาสนานี้ให้ออก
เพราะคนที่ยังเป็นโจร ยังไงเขาก็ยังต้องเป็นโจรอยู่วันยังค่ำ นั่นหมายถึงว่า
บางทีบุญกำหนดให้เขาได้ทำการปล้นให้ได้ทรัพย์นั้นมา พระพุทธองค์
จึงไม่ได้ทรงมองว่าสิ่งที่เขาทำอันเป็นอกุศลกรรมนั้น จะเป็นอย่างไร
แต่พระองค์ทรงมองว่า บุญเป็นตัวกำหนดให้เขารับความสำเร็จ
แล้วพระองค์ก็ทรงกล่าวแก่กระทั้งว่า... อาชีพอื่น ๆ ที่แม้ว่าอาชีพนั่นเป็น
อาชีพอสุจริต หากไม่มีบุญมาแต่ปางก่อน ทำมากแค่ไหนก็ตามก็ไม่เกิดผล
สำเร็จ หรือได้น้อย หรือไม่ได้เท่าที่ตัวเองปรารถนาหรือต้องการ
บุญเป็นตัวกำหนด

มีพระภิกษุรูปหนึ่งในครั้งพระพุทธกาล... ที่ไม่เคยทำบุญมา
แต่ปางก่อนเลย คือ บิณฑบาตที่ไหนก็ไม่ได้อาหาร ต้องอาศัยอาหาร
บิณฑบาตจากพระรูปอื่นถวายให้ หรือมอบให้ ถึงขั้นนั้น

ฉะนั้น... การได้มาซึ่งลาภ เป็นเรื่องของบุญกุศล ซึ่งเป็นตัวกำหนด
ที่เขาจะได้รับ แต่เหตุที่เขาได้มาจะเป็นกุศลก็ตามหรืออกุศลก็ตาม อันนั้น
เป็นเรื่องของเหตุ แต่เรายินดีที่เขาควรได้รับ อนุโมทนากับเขา อย่างน้อย
เราก็ไม่ต้องไปอิจฉาริษยาเขา เราก็จะตั้งจิตอยู่ในกุศลธรรมในด้านนี้
แล้วจะเป็นการเปิดทางมาแห่งการตอบสนองด้วยทรัพย์ แม้ด้วยจะไม่ใช่
ไปตามที่เราอนุโมทนายินดีกับที่เขาได้รับ เราก็อาจจะได้บ้าง

ไม่ใช่แค่ครั้งเดียว เราต้องอนุโมทนาแล้ว อนุโมทนาอีก ทำสะสม
กันไป ให้เกิดกุศลจิตในด้านนี้อย่างมั่นคง อย่าอิจฉาใคร หรือแม้แต่เห็น
คนอื่นให้ทาน หรือได้รับความสำเร็จในด้านใด ๆ ก็ตาม ก็อนุโมทนา

อันดับที่สอง การซื้อลอตเตอรี่จนเกิดความโลภ แล้วนำทรัพย์สินไปซื้อเพื่อหวังให้ได้มา หมดบ้านหมดเรือน หมดไปอย่างนี้

ไม่ใช่โทษของการซื้อลอตเตอรี่ แต่เป็นโทษของความโลภ

อย่างที่มีคำโบราณได้บอกว่า “โลภมาก ลามหาย” คือสิ่งที่อยากได้เรียกว่า ลาม ก็หายไป เพราะความโลภครอบงำ

ฉะนั้น... เราต้องแยกให้ออกระหว่างเหตุของบุคคลผู้กระทำ อันนี้คือส่วนหนึ่ง แต่โลก คือกิเลสที่อาศัยจากจิต ประกอบพร้อมไปด้วยเหตุแห่งการกระทำอันนั้น ๆ เรื่องนี้ถ้าเรามองเห็นว่า เราจะเสียประโยชน์ไป เราก็เข้าไปตักเตือนได้ แต่ถ้าตักเตือนแล้วไม่ฟัง ก็วางใจเป็นกลางเรียกว่า อุเบกขา ปลอ่ยให้เป็นกรรมของสัตว์ เขาเรียกว่า แล้วแต่เขาจะไปอย่างไร ไปได้ดีหรือไม่ได้ดีก็ไม่ว่าจะอย่างไร ก็เพราะตักเตือนแล้วขอให้พิจารณาอย่างนี้ในเรื่องของการซื้อลอตเตอรี่

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) ใจสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๓ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๕
อังคุตตรนิกาย สัตตก - อัญญก - นวกนิบาต

พระอาจารย์จาวนโน ภิภุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันเสาร์ที่ ๒๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑๒.๒๙ นาที)



ความเสียใจ จัดอยู่ในทุกข์แท้ ที่เรียกว่า “อริยสัจ”

ที่เป็นความจริงที่ต้องเกิดขึ้นกับคนทุกคน

เมื่อใดก็ตามที่เราประสบกับความพลัดพราก แน่นนอนเราก็ต้อง
เกิดความทุกข์ แล้วความคิดที่เราพิริยไพโรจน์ รำพึงหาบุคคลที่ละชีวิตไป
ก็ต้องเกิดขึ้น และเราก็ควรจะต้องให้มันเกิดขึ้น

อย่าไปห้ามมัน

เพราะการพลัดพรากนำมาซึ่งความเศร้าโศกเสียใจแน่นอน

ฉะนั้น... อย่าห้ามความคิดในกรณีนี้

แต่ให้เข้าใจความคิดที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงว่า...

“สิ่งนี้คือความจริง สิ่งนี้เป็นสัจจะ”

สิ่งนี้เป็นสิ่งที่ไม่มีความหลีกเลี่ยง ไม่ว่าผู้ละชีวิตไป ก็หลีกเลี่ยงพ้นจาก
ความตาย แม้กระทั่งเราก็หลีกเลี่ยงพ้นจากความพลัดพราก เราก็ต้องเจอ
ความเศร้าโศกเสียใจ ถูกต้องตามสัจจะที่พระองค์ตรัสไว้ไม่มีผิด เพราะ
นี่คือความจริงที่จะต้องเกิด ความจริงที่จะต้องมี และความจริงนี้ก็เกิดขึ้น
กับเรา แล้วเราก็ได้รับผลจากความจริงชนิดนี้แล้ว

แล้วเมื่อมันเกิดขึ้น จงมองเห็นโทษภายในวัฏสงสารว่า หากเกิดอีก ก็ต้องเจอความพลัดพรากอีก ก็ต้องเจอเศร้าโศก เสียใจอีก ก็ต้องเกิด ความ พริ้วไฟร่าพันอีก และไม่ใช่ครั้งเดียวแน่ ๆ ในการเกิดในวัฏสงสารที่เราเพิ่ง จะมาพลัดพรากนี้ แต่เราต้องเคยพลัดพรากมาอย่างนี้ยาวนาน เคยเศร้าโศก ยาวนานมาแล้ว เคยเสียใจมายืดยาวนานมาก่อนนี้อีก เคยมาไม่รู้เท่าไร ต่อเท่าไร

ฉะนั้น ความจริงนี้กำลังจะบอกและเตือนตัวเราเองว่า...

“หากเราเกิดอีก เราก็คต้องเป็นอย่างนี้อีก”

แต่โดยทั่วไป เราไม่ค่อยชอบความจริงชนิดนี้ ไม่ค่อยชอบความรู้สึก ชนิดนี้ ไม่ค่อยชอบอารมณ์ชนิดนี้ที่เข้ามาอยู่ในจิตในใจเรา เราจึงอยากหา วิธีที่จะเข้าไปกำจัดหรือแก้ไข ซึ่งไม่ต้องทำ เพราะสิ่งเหล่านี้มันเกิดได้ ก็ต้องดับได้ เมื่อหมดเหตุปัจจัยเมื่อไร ความคิดนี้จะดับไปเอง

ขอเพียงแค่ทำความเข้าใจ เห็นความเกิดขึ้นและการปรุงแต่งใจ ของเรา จะปรุงแต่งให้เราทุกข์และเศร้าโศกเสียใจก็วันก็ตาม อย่าทิ้ง การรับรู้ **ขอให้ตั้งสติ ตั้งสมาธิปฏิบัติในการเห็นความจริงนั้น** ติดต่อเนื่องไป นี่คือการฝึกฝนจิตใจตัวเรา ถ้าเราไม่เอาสิ่งนี้มาฝึกฝนจิตใจตัวเรา ก็จะไม่เกิดปัญญารู้แจ้งธรรมตามความเป็นจริง ว่ามันเป็นสัจจะ เป็นความจริง และเป็นความจริงที่เกิดขึ้นกับคนทุกคนแน่นอน

พระอาจารย์จาวนโน ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)

ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยววนา

วันเสาร์ที่ ๒๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔

สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๕.๒๑ นาที)



๗๗

ละจากคนตาย ทุกข์มาก
ห่วงมาก ทำอย่างไรดี ?

เมื่อเป็นอย่างนี้ จะให้ไม่ทุกข์ไม่ได้

มันต้องทุกข์ ไม่ผิดที่ทุกข์ ถูกแล้ว...

อย่าไปเปลี่ยนแปลง ต้องยอมรับว่ามันต้องทุกข์

เพราะการเปลี่ยนแปลง การสูญเสีย การพลัดพราก ยังไงก็ต้องทุกข์ เพราะนี่คือสัจจะ คือความจริง

แล้วทำอย่างไรละ เมื่อความทุกข์เกิดขึ้น

เราจะปฏิบัติต่อมันอย่างไร ?

นี่เป็นสิ่งที่เราจะต้องเข้าใจ เมื่อทุกข์เกิดขึ้น ไม่ใช่จะไปจี้จ้นต่อความทุกข์ แต่เราจะปฏิบัติต่อความทุกข์อย่างไร นี่คือสิ่งที่เราต้องรู้

พระพุทธองค์ทรงบอกว่า... บุคคลผู้ละชีวิตไปย่อมดำรงอยู่ได้ด้วยบุญกุศล การที่เขาดำรงอยู่ได้ด้วยบุญกุศล จึงมีกิจของการทำบุญอุทิศส่วนกุศล

ตอนที่ท่านยังมีชีวิตอยู่ บุคคลที่มีบุญคุณต่อเรา มีอุปการะคุณต่อเรา มีคุณค่าต่อชีวิตเรา บิดา/มารดา หรือผู้ที่มีความสำคัญต่อชีวิตเรา ที่ละชีวิตไปแล้ว ตอนมีชีวิตอยู่ เราสามารถได้ถามสอบถามถึงความอยู่ดีมีสุข ได้เห็นหน้า แม้แต่ท่านจะเจ็บป่วยยังไง อย่างน้อยเราก็นึกถึงสบายใจ

แต่ถ้าละชีวิตไปแล้ว เราไม่สามารถไปถามไถ่ท่านได้ว่าท่านจะอยู่ดีมีความสุข
อย่างไร ตายไปแล้วอยู่ภพภูมิไหน ทั้งความพลัดพราก ก็สร้างความทุกข์

นี่คือความสำคัญในทางพระพุทธศาสนา ที่เรามีหลักคำสอน
คอยบอกสอนให้ได้ว่า **บุคคลผู้ละชีวิตไปจะดำรงอยู่ได้ด้วยบุญกุศล**
แล้วบุญกุศลจะทำให้เขามีความสุขในโลกหน้า

“บุญญานิ ปรโลกสมิ ปติฏฐา โหนติ ปาณิน”

(บุญญานิ ประโลกัสมิง ปะติฏฐา โหนติ ปาณินัง)

บุญย่อมเป็นที่พึ่งของบุคคลผู้ละไปสู่โลกหน้า^๑

นั่นหมายถึงว่าบุคคลผู้ละชีวิตไป ถ้าเราได้ทำบุญอุทิศให้ เขาก็จะ
ได้รับบุญ และเป็นความสุขในภพภูมิที่เขาเป็นอยู่ เขาก็จะมีความสุข
ด้วยบุญที่เราอุทิศไปให้

ถ้าเรามานั่งเสียใจ มานั่งทุกข์ใจ ความทุกข์นั้นก็จะส่งผลกระทบ
ต่อภพภูมิที่เขาเป็นอยู่ เขาก็จะรู้สึกถึงในสิ่งที่เรากำลังรู้สึกเสียใจ และ
ทุกข์ใจอยู่ในขณะนี้ มันเชื่อมโยงถึงกัน

พระพุทธองค์ทรงบอกว่า... ถ้าเราสามารถฝึกจิต หรือรู้ว่า
ผู้ละชีวิตดำรงอยู่ได้ด้วยบุญ ก็ควรที่จะสร้างเหตุตรงนี้ ทำบุญอุทิศไปเรื่อย ๆ
ระลึกถึงเท่าไรก็ต้องทำบุญไปเท่านั้น เพื่อที่จะทำให้ท่านอยู่ดีมีความสุข

ถ้าระลึกถึงเมื่อไรก็ร้องไห้เมื่อนั้น ความเศร้าหมองจะไปดึงภพภูมิ
ที่ท่านดำรงอยู่ แม้เราจะเคยอุทิศบุญไปให้ก็ตาม สมมุติว่าวิมานอยู่ที่สวรรค์

ชั้นจาตุมาหาราชิกา ก็จะลดลง ต่ำลง ๆ คือแรงความเกี่ยวโยงของจิตระหว่างเราที่อยู่ในโลกมนุษย์กับผู้ละชีวิตไปไม่มีความเกี่ยวโยงกันอยู่ การระลึกถึงมากเท่าไร ความเป็นห่วงของผู้ละชีวิตก็จะเป็นห่วงมากเท่านั้น กระแสของความ เป็นห่วงจะดึงเขาลงมาอยู่ใกล้ และจะตกต่ำกว่าภพภูมิที่ควรจะได้รับบุญกุศลที่เขาควรจะได้

ฉะนั้น การทำบุญอุทิศให้จึงเป็นความสำคัญ แล้วต้องเชื่อมั่นว่า เมื่อพระองค์ตรัสอย่างนี้ นี่คือทางออกที่เราสามารถที่จะทำ ที่จะสร้างการตอบแทนคุณต่อผู้ละชีวิตไป ไม่ใช่มานั่งเศร้าโศกเสียใจ

ถูก... ที่ต้องเศร้าโศกเสียใจ ก็เป็นอารมณ์อันหนึ่งที่ต้องเกิดขึ้นจริง แต่ถ้าเราจมปลักอยู่กับอารมณ์จะยิ่งเป็นการเพิ่มทุกข์ไปมากกว่านี้

เราควรสร้างสิ่งที่เป็นประโยชน์ ทำบุญอุทิศไปให้ ต้องเชื่อหลักการตรงนี้ ต้องเชื่อเหตุตรงนี้ และหมั่นทำเหตุตรงนี้ ย้ำ ๆ ซ้ำ ๆ ความสบายใจจะค่อย ๆ เกิดขึ้น เพราะการทำบุญจะเข้าไปทดแทนความเศร้าหมองของจิตที่เกิดการเศร้าโศกอยู่นั้น ทำบุญส่งบุญไปเรื่อย ๆ เดียวมันก็จะค่อย ๆ คลาย

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๕ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๗
สังยุตตนิกาย สคาถวรรค

พระอาจารย์จาวรวัฒน์ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live
วันอาทิตย์ที่ ๒๗ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๔.๑๐ นาที)





หลักการปฏิบัติที่เราจะต้องเข้าใจ คือ
“เราจะไม่เปลี่ยนแปลงสภาพการณ์ที่มันเป็นอยู่โดยปกติ”
แต่เราต้องตั้งความเห็นให้ถูก
สร้างความเห็นให้ตรงกับสิ่งนั้น ๆ แค่นั้น
เราก็จะพบกับความสงบ

น่าเครียดจริงนะโควิด มันไม่มีข้อยกเว้นต่อใครเลย

เสมอเหมือนกันหมดทุกคน กระทบกันหมดเลย

เรื่องของโควิดก็เป็นเรื่องที่น่าเครียดจริง ๆ แต่เครียดยังไง
ให้เรามีสติ คือ ความเครียดไม่ต้องไปแก้ไขมัน เครียดยังไงให้มีสติ

ต้องเข้าใจว่ามันเป็นสิ่งที่ต้องเครียดอย่างนี้

ความเครียดจัดเป็นทุกข์สัจจะ

ทุกข์สัจจะไม่ใช่กิเลส ทุกข์สัจจะเป็นความจริงที่ปรากฏให้เรา
รับรู้ต่อสิ่งนั้นว่า สิ่งนั้นเป็นสิ่งที่นำมาซึ่งความทุกข์ เรารู้สึกเป็นทุกข์
กับสถานการณ์โควิดอย่างนี้ เครียดแต่ก็ให้รู้ว่ นี่คือความจริง นี่คือสัจจะ

**ความจริงที่เราบอกกับจิตอยู่บ่อยๆ เพื่อให้เกิดการยอมรับ
เมื่อเรายอมรับได้เมื่อไร เดี่ยวความเครียดก็หายไป**

เพราะฉะนั้นการมีความเครียด เพราะเรายอมรับสิ่งเหล่านี้ไม่ได้
แต่ไม่ได้หมายความว่าเราจะยอมให้ความเครียดเกิดขึ้น

ความเครียดมันก็ต้องเกิดขึ้นนั่นแหละ มันจะถูกแก้ก็ต่อเมื่อ
เราเข้าใจตามความเป็นจริง แล้วมันได้เกิดการยอมรับ ได้มีกระบวนการ
และวิธีการจากความรู้ความเข้าใจจากเรา ว่ามันคือความจริง มันก็น่าเครียด
มันก็น่าทุกข์ มันก็ต้องเป็นทุกข์แบบนี้

จะไปอยู่ที่ไหนก็ต้องทุกข์ หันไปโลกไหน เราอยู่ในโลกนี้ ก็ต้อง
อยู่ในโลกนี้ต่อไป จะน่าเครียด น่าทุกข์ น่าเวทนายังไง ก็ต้องจำเป็นที่อยู่
ในโลกนี้เหมือนเดิม

หลีกเลี่ยงไปไม่ได้ ก็ต้องเข้าใจมันอย่างนี้

พระอาจารย์จาวนโน ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
วันอาทิตย์ที่ ๒๗ มิถุนายน ๒๕๖๔ ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
ไม่มีคลิปการสนทนาในหัวข้อนี้

สังคมเราเดินมาถึงจุดตรงที่เรียกว่า แบ่งแยกกันทางความเชื่อ หรือทางความคิดเห็น แต่ไม่ได้หมายความว่าสิ่งเหล่านี้จะไม่เคยเกิดขึ้น ในครั้งพุทธกาล เคยเกิดขึ้นมาเหมือนกัน...

เจ้าชายสิทธัตถะเองก็ทรงเติบโตบนความขัดแย้งกับรูป รอย เก่า ๆ เดิม ๆ จากประเพณีค่านิยมทางสังคม จารัต อธิธิพล ที่ถูกปลูกฝัง มานานในชั้นวรรณะ จนนำไปสู่การแสวงหาความจริง หรือแสวงหาความรู้

นั่นหมายความว่า... เมื่อเกิดความขัดแย้งแบบนี้ขึ้นมา ถ้าเราไม่แสวงหา ความจริงหรือไม่แสวงหาความรู้ แน่ใจว่าก็จะเกิดการทะเลาะกัน อะไร ก็ตามที่ไม่ได้นำไปสู่การแสวงหาความรู้ที่จะไปเห็นข้อเท็จจริงในสิ่งที่ตนเองเชื่อ

ต้องเข้าใจว่า ต่างคนต่างเชื่อ มันเป็นเรื่องของความเชื่อทั้งนั้น แต่ข้อเท็จจริงเป็นอย่างไรละ เราไม่เคยรู้ และเราไม่สามารถมองเห็น องค์ประกอบหรือภาพรวมของเหตุปัจจัยและเรื่องราวต่าง ๆ ได้ตรงจุดจริง ๆ

เราเห็นทุกอย่างบนโลกนี้ผ่านความคิด ผ่านมุมมอง ผ่านทัศนคติ ผ่านสิ่งที่เราได้ยินได้ฟัง สิ่งที่เราเสพ สิ่งที่เราเกี่ยวข้อง สิ่งที่ถูกจงใจไป สิ่งที่ถูกปล่อยวางให้เชื่อ หรืออาจจะถูกปลูกฝัง ซึมซับมาแต่ปางก่อน หรือปางไหนก็ตาม

เมื่อความเห็นทั้ง ๒ มาบรรจบกัน...

มาเจอกันในยุคสมัยนี้ของแม่กับลูก หรือคนในครอบครัวเดียวกัน พอมาเจอกันอย่างนี้แล้ว ความเชื่อของฝ่ายแม่จะบอกว่าลูกก็ไม่ได้ ความเชื่อของฝ่ายลูกจะบอกว่าลูกก็ไม่ได้ คือ เราจะไม่สามารถบอกว่าลูก คือถ้าใครบอกว่าลูก... แล้วจะลูกทั้ง ๒ อย่าง ได้อย่างไร ? ความถูกต้องต้องมีอันเดียว ต้องถามว่าทั้งสองจะเข้าไปหาจุดถูกต้องอันเดียวนี้ได้หรือเปล่า

ในครั้งพุทธกาล... มีภิกษุ ๒ รูป ทะเลาะกัน^๑ เป็นภิกษุระดับคณาจารย์รูปหนึ่ง เข้าไปในเวทกุฎี (ส้วม) ในข้อปฏิบัติจะมีกระบอกน้ำที่อยู่ในส้วมนั้น โดยพระวินัยแล้วต้องไม่เหลือน้ำไว้ในกระบอกนั้นเวลาใช้ส้วมเสร็จ แต่พระภิกษุรูปนี้ก็ทิ้งน้ำคาไว้ในกระบอกนั้น ไม่คว่ำไว้ให้แห้ง พอออกมา ภิกษุอีกรูปหนึ่งก็เข้าห้องน้ำนั้นต่อ เข้าไปเห็นกระบอกน้ำที่เป็นกระบอกไม้ไผ่มีน้ำอยู่ ก็สงสัยว่าพระภิกษุรูปก่อนหน้าไม่รู้พระวินัยหรืออย่างไร พอใช้ห้องน้ำเสร็จแล้วก็ออกมา แล้วก็นำเรื่องราวเหล่านี้ไปกล่าวโทษกัน

พอล่าวโทษกัน พระภิกษุรูปแรกก็บอกว่า ถ้าเป็นโทษจริง ๆ เป็นความผิดจริง ๆ ก็ขอโทษนะ คือขอขมาและขอแสดงอาบัติ (แสดงโทษ)

เมื่อแสดงโทษกันเสร็จเรียบร้อย พระภิกษุรูปที่สองที่เป็นผู้กล่าวโทษก็นำเรื่องราวนี้ไปเล่าให้ลูกศิษย์ฟัง ลูกศิษย์ของพระภิกษุรูปนี้ก็ไปกล่าวกับลูกศิษย์ของภิกษุรูปแรกฟัง พอล่าวเรื่องนั้นกันไปกันมา ก็บอกว่าอาจารย์ท่านไม่รู้พระวินัยถึงเพียงนี้เชียวหรือ ทำไมถึงทิ้งน้ำเหลือน้ำไว้ในกระบอก พระภิกษุรูปแรกก็บอกว่า เราได้แสดงอาบัติไปแล้วโทษก็ตกไปแล้ว ทำไมยังต้องเอาเรื่องนี้มากล่าวมาพูดกัน จนทำให้เกิดการทะเลาะกันทั้งสองฝ่าย

สังเกตว่า... การทะเลาะกันทั้งสองฝ่ายนี้ อะไรก็ตามที่นำไปสู่การทะเลาะกัน พระพุทธเจ้าทรงไม่ตัดสินว่าใครถูกใครผิด คือ ถ้าทะเลาะกันนี้ผิดทั้งคู่ ไม่มีฝ่ายไหนถูกเลย พระพุทธเจ้าจึงทรงบอกว่า... “ภิกษุทั้งหลาย จงสมัคสมานสามัคคีกัน อย่ากล่าวโจทก์กัน อย่าพุดขัดแย้งกันไป ในคนละทิศละทาง อย่าทะเลาะวิวาทกัน” พระองค์ทรงพยายามพูดอย่างนี้ แต่ถึงกระนั้นก็ตาม ภิกษุก็ยังถือดี แข่งดี ถึงขั้นบอกว่าไม่ใช่เรื่องของพระพุทธองค์ เป็นเรื่องของข้าพระองค์กับภิกษุทั้งสองฝ่ายนี้ พระพุทธองค์อย่ามายุ่ง อะไรประมาณนี้ พระองค์ก็ทรงไม่ยุ่งเลยคราวนี้

การทะเลาะกันจนลืมดูว่า เรามีพระศาสดาซึ่งเป็นบุคคลที่เราควรค่าแก่การเคารพสักการะ มันทำลายความเคารพต่อกันและกัน หายไปหมด บางทีลูกไม่เคารพพ่อแม่ไปเลย การทะเลาะกันจะทำลายคุณธรรมเหล่านี้ออกจากสังคมครอบครัว แล้วถ้าใครถือดี ไม่ว่าจะเป็นลูกหรือเป็นพ่อแม่เองที่ถือดีในความคิดของตัวเองว่าถูกต้อง แล้วนำไปสู่การทะเลาะกัน ดีทั้ง ๒ อย่างนี้ เป็นความดีที่ไม่ดี พระพุทธเจ้าไม่สรรเสริญว่าเป็นความดีอย่างนั้น

แต่ถ้าเป็นการพุดคุย นำไปสู่การแสวงหาความรู้หรือความจริง นี่คือสิ่งที่ดี เพราะทุกคนจะได้ปัญญา นี่คือความสำคัญ

ที่นี้ บริบททางสังคมเราในเวลานี้ เรามาถึงจุดนี้ และไม่ใช่เพิ่งจะมีมานานแล้ว แล้วก็มีมาในรากฐานของสังคมไทย แต่เกิดความรุนแรงขึ้นมาในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของพ่อแม่ ที่ใช้คำว่า ความกตัญญู บังคับลูกให้ทำตามที่ตัวเองต้องการ ให้เชื่อฟัง ให้เป็นไปตามความอยากของตัวเอง ลูกก็ดื้อรั้น คือสังคมทุกวันนี้ นำมาสู่ความขัดแย้งกัน

เกือบจะทุกกรณีไปแล้ว ทำให้สังคมครอบครัวยุติสภาพความอบอุ่น และ
คุณธรรมในเรื่องการเคารพยำเกรงก็ขาดหายไป

พระองค์ทรงบอกว่า เรื่องของคุณธรรมเหล่านี้...

เรียกว่า อปายนธรรม (ความอ่อนน้อมถ่อมตน/เคารพ) จะหายไป
เมื่ออปายนธรรมหายไป โลกจะดำเนินไปสู่ความเสื่อมแบบดิ่งกลับคืนมา
ไม่ได้เลย เสื่อมทั้งอายุ เสื่อมทั้งภาวะความเป็นอยู่ ชีวิต การดำรงชีพ
จะเกิดภัยพิบัติ เกิดอะไรต่าง ๆ นานา

ถ้าพวกเราสามารถดึงคุณธรรมเหล่านี้ คือความเคารพยำเกรง
ขึ้นมาได้ สมัยก่อนแม้จะมีความขัดแย้งอย่างไรก็ตาม ความเคารพยำเกรงนั้น
ยังคงมีมากอยู่ แต่สมัยนี้มีกันน้อยไป หรือแทบจะไม่ค่อยเกิดความเคารพ
ยำเกรงกัน

พระพุทธเจ้าจึงทรงบอกว่า... นี่คือการเสื่อมที่สามารถมองเห็นได้
ไม่ต้องรอให้พระพุทธองค์มาบอกก็ได้ว่าจะเกิดอะไรขึ้นในโลกนี้ พวกเรา
สามารถยึดถือหลักที่พระองค์ตรัสไว้แล้วพยากรณ์ได้เลยว่า โลกจะดำเนิน
ไปสู่ความเสื่อม แล้วก็นำมาซึ่งภัยพิบัติต่าง ๆ ความวิบัติต่าง ๆ จะเกิดขึ้น
กับโลกนี้อีกมากมาย เพราะขาดความเคารพซึ่งกันและกัน

ให้เราลองกลับไปมองดูว่า สิ่งที่เราเชื่อนี้

ข้อเท็จจริงเป็นอย่างไร

สาระสำคัญอยู่ที่ไหน ถ้าทำให้ทะเลาะกัน มันไม่ได้ทำให้เกิด
ประโยชน์กับสังคมรอบข้าง ประเทศชาติ สังคมโลก

ถ้าความเชื่อ ความจริงนั้น มี ๒ ฝ่าย แสดงว่า...
นั้นยังไม่ใช่ความจริง

ดังนั้นทางที่ดีที่สุด คือวางความเชื่อเราลง ให้เหลือแต่ความเป็น
แม่-ลูก ภรรยา-สามี ญาติพี่น้อง เพื่อนฝูง แสดงออกถึงธรรมชาติที่มีต่อกัน
ทั้งอย่างอื่นให้หมดก่อนแล้วให้เหลือจิตที่มีต่อกันและกัน เราจึงจะเห็น
ธรรมชาติที่แท้จริงที่เราจะสามารถรู้ได้ เข้าใจได้

ให้มีไมตรีคารพอ่อนน้อมซึ่งกันและกัน ดึงคุณธรรมนี้ ที่เรียกว่า
อุปายานธรรม ขึ้นมา แล้วเราจะเห็นความเสมอกันของความคิดความเห็น

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) พระวินัยธรรกับพระธรรมกถึกเถียงกันเรื่องวินัย อรรถกถา
ขุททกนิกาย คาลาธรรมบท ยมกวรรคที่ ๑

พระอาจารย์จาวรุธ โภกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live
วันอาทิตย์ที่ ๑๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑๐.๒๘ นาที)



ทางโลก กับ ทางธรรม

ถ้าจะบอกว่าสวนกัน ก็คือสวนกัน

แต่ถ้าบอกว่า สามารถทำควบคู่กันไปด้วยกันได้ ก็สามารถเป็นไปได้
ด้วยกันได้ ขึ้นอยู่กับว่าโลกจะยอมรับธรรมเข้าไปควบคู่กับชีวิตหรือไม่

ถ้าโลกไม่ยอมรับธรรมเข้าไปควบคู่กับชีวิต

ก็ประตูดังคนไข้ที่ไม่ยอมรับยา

ในการที่จะเข้าไปแก้ไขปัญหาของชีวิตตัวเองที่มีความทุกข์อยู่

ฉะนั้น แม้ธรรมจะสวนทางกับโลก

ก็จะเป็นการสวนทางกับโลก

ในลักษณะที่ยาสวนทางกับเชื้อที่จะแก้ไขกัน

ถ้าเราต้องการที่จะรักษาชีวิตเราในทางที่ดี เราก็ต้องนำธรรมะ
นี้แหละ เข้าไปสู่การประพฤติปฏิบัติ พระพุทธองค์ทรงบอกว่า...

เราจะดำรงอยู่ทางโลกอย่างไร ไม่ให้จิตหวนไหว

พระองค์ตรัสไว้ว่า...

บุคคลใดก็ตาม เมื่อสุข - ทุกข์บังเกิดขึ้นกับชีวิต
ไม่ติดอยู่ในข้างของความสุข
และไม่ปฏิเสธความทุกข์
บุคคลนั้นจะไม่หวั่นไหวในเรื่องของโลกธรรม
เมื่อเขาไม่หวั่นไหวในโลกธรรม
ก็สามารถปรินิพพานได้ เขาดับทุกข์ได้

นี่คือสิ่งที่พระองค์ตรัส

แต่ต้องพยายามฝึกอยู่เรื่อย ๆ อย่าติดอยู่ในข้างความสุข และ
อย่าปฏิเสธความทุกข์ ทำเพียงเท่านี้ เขาสามารถ เข้าถึงการปรินิพพานได้
นี่คือสิ่งที่พระองค์ตรัสไว้

พระอาจารย์จาวรุดน ภิกุญฺ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ ที่พักสงฆ์ป่านาโสกยัง
วันอาทิตย์ที่ ๘ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๓๕ นาที)



๘๑

รักตัวเอง เห็นคุณค่าของตัวเอง ยังทำให้เรามีอัตรากำลังหรือไม่ ?

การรักตัวเองเป็นธรรมชาติของมนุษย์เอง

แม้มนุษย์จะรักตัวเองจนเกิดเป็น อัตรากำลัง ในตนเองก็ตาม
มนุษย์ก็ต้องไม่ขัดแย้งกับธรรมชาติที่เป็นของมนุษย์

การรักตัวเองนี้มีความสำคัญมากต่อการปฏิบัติเพื่อทำลายอัตรากำลัง
ในตนเอง เพราะอัตรากำลังทำให้เรามีทุกข์ ผู้ที่รักตนเองย่อมไม่ทำให้ตนเอง
มีความทุกข์

อัตรากำลัง เกิดจากความเห็นตัวเองผิดจากหลักธรรมชาติ

การรักตัวเอง... การเห็นคุณค่าของตัวเอง... จะต้องเป็นการเห็น
บนความเห็นที่ถูกต้อง (สัมมาทิฐิ) โดยเห็นทุกข์ในตนเองก่อน แล้วหา
สาเหตุของทุกข์ พร้อมกับความดับทุกข์ แล้วดำเนินตามวิธีการดับทุกข์ให้ถูก

เมื่อบรรลุถึงผลของการปฏิบัติตามหลักอริยสัจแล้ว อัตรากำลัง
ย่อมหายไป อัตรากำลังเป็นส่วนเหตุในการดำเนินมรรค อนัตตาเป็นสิ่งที่ต้อง
บรรลุถึง หากมนุษย์ไม่รักตนเอง ไม่เห็นคุณค่าในตนเอง จะไม่สามารถ
ดำเนินตามหลักการนี้ได้ อัตรากำลังก็ยังคงมีอยู่เหมือนเดิม

พระอาจารย์จาวนโม ภิคุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการตอบคำถามในกลุ่ม facebook ‘พุทธรัตตัญญูชน’

เรื่องนี้ไม่ใช่เพิ่งจะมีคำถามเกิดขึ้นในยุคสมัยนี้
แต่คำถามนี้เคยเกิดขึ้นมาแล้ว แม้ในคราวครั้งพุทธกาล

กษัตริย์ ๓ พระองค์ ได้นั่งคุยกันว่า...

อะไรคือความสุขที่แท้จริง ?

ต่างฝ่ายก็ต่างพยายามเล่าถึงความสุขของตัวเอง
ในสิ่งที่ตัวเองมี

กษัตริย์ทั้ง ๓ พระองค์นี้ ก็พูดถึงความสุขไปคนละอย่างกัน
ว่าสิ่งนั้นมีความสุขสำหรับตน ว่าสิ่งนี้มีความสุขสำหรับตน การได้ดินแดน
ครอบครองพื้นที่มาก ๆ เป็นความสุข เป็นความสำเร็จ เป็นสิ่งที่พึงประสงค์
เป็นสิ่งที่รู้สึกได้ว่านั่นเป็นสิ่งสูงสุดในสิ่งที่เขาได้รับมา

บางองค์ก็บอกว่า... คือการใช้ชีวิตอย่างอิสระ และก็ได้รับ
การตอบสนอง ในรูป เสียง กลิ่น รส ที่บำรุงบำเรอตัวเอง อันนั้นเป็นความสุข
ที่เขาได้รับ

บางองค์ก็บอกว่า... เป็นความสุขที่เกิดจากการครอบครอง
บางสิ่งบางอย่าง ที่ทำให้เกิดความพึงพอใจ คือสิ่งเหล่านี้

ต่างก็พูดไปตามสิ่งที่เขาพึงพอใจ คนละแง่คนละมุม สุดท้ายก็ไม่สามารถตกลงกันได้ว่า อะไรคือความสุขที่ควรจะยึดถือที่แท้จริง

จึงได้ไปกราบทูลพระพุทธองค์ พระองค์ก็ตรัสว่า...

ความพอใจ คือความสุขสำหรับมนุษย์

มนุษย์พอใจสิ่งใด นั่นคือความสุขของมนุษย์ ถ้ามนุษย์ไม่พอใจสิ่งใด นั่นก็ไม่ใช่ความสุข ขึ้นอยู่กับว่ามนุษย์พอใจอะไร อันนั้นจะเป็นตัวกำหนดความสุขของมนุษย์เอง

แล้วความสุขของพระอาจารย์คืออะไร ?

พระอาจารย์ก็พอใจในธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

เมื่อพอใจในพระธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่ว่าจะเป็นปริยัติ ๔ มรรค ๘ หรือว่าจะเป็น พระนิพพาน ก็คือสิ่งที่อำนวยผลสำหรับพระอาจารย์ และทำให้พระอาจารย์อยู่ในเส้นทางนี้ตลอดทั้งชีวิต

พระอาจารย์จาวุฒโน ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ ที่พักสงฆ์ป่านาโสกยัง
วันอาทิตย์ที่ ๘ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๔ นาที)





การปฏิบัติ

หากเรามองดูความทุกข์ด้วยความเห็นว่า ...
“มันเกิดขึ้นโดยตัวของมันเอง”
“มันตั้งอยู่โดยตัวของมันเอง”
“มันดับไปโดยตัวของมันเอง”
เราอาจจะเข้าถึงมรรค ... วิธีแห่งการดับทุกข์ได้



“เป็นความจำเป็น ที่มนุษย์เราจะต้องรู้อริยสัจ ๔”

เป็นความจำเป็นเทียบเท่ากับ ความจำเป็นในสิ่งที่เราเห็นว่า
หลายสิ่งหลายอย่างที่เป็นความจำเป็นต่อชีวิตเรา

“อริยสัจ ๔” ก็เป็นความจำเป็นต่อชีวิตเราเหมือนกัน

อย่าลืมนะ... เราใช้ชีวิตอยู่บนโลกนี้ไปตามความรู้สึกในสิ่งที่เรา
ต้องการ ในการกระทำแต่ละการกระทำ เราจะมีความรู้ต่าง ๆ นานา
ที่เราศึกษาเรียนรู้มา มาเป็นเครื่องประกอบในการสร้างสิ่งต่าง ๆ เพื่อให้
เราได้บางสิ่งเข้ามาภายในชีวิต และเราก็เห็นว่าสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้น
เป็นความจำเป็นต่อชีวิตเรา

ที่นี่ “อริยสัจ ๔” มีความจำเป็นอย่างไร ?

นี่คือสาระสำคัญในทางพระพุทธศาสนา ที่เกิดขึ้นมาบนโลก
เพื่อจะบอกสอน และทำให้เราได้เข้าใจความจริงชนิดนี้ เนื่องจากว่า
ชีวิตเราทั้งชีวิตที่เกิดขึ้นมา เราไม่เคยรู้จักสัจธรรมของชีวิต หรือไม่รู้จัก
ความจริงของชีวิตของตัวเองเลย เราไม่เคยรู้ว่าตัวเราที่แท้จริงคืออะไรกัน
แน่ เมื่อเราไม่รู้จักตัวเราที่แท้จริง แม้เราจะเห็นความสำคัญของสิ่งต่าง ๆ

ในโลกนี้ ด้านการดำรงชีพ หรือด้านใด ๆ ก็ตาม ที่เราต้องการปรารถนา และมุ่งหมายให้ได้สิ่งนั้นมา เราก็คงเป็นผู้มีติดบอดในการใช้ชีวิต ชีวิตของเรา ยังตกอยู่ภายใต้วงจรแห่งความทุกข์ที่หาทางหลุดพ้นไม่ได้

ถ้าหากเราไม่มองไปถึงความหลุดพ้น...

“อริยสัจ ๔” ก็ยังเป็นสิ่งที่จำเป็น ตรงที่จะทำให้เราได้ใช้ชีวิต อยู่ในโลกลนี้ด้วยความมีสติ และด้วยความเข้าใจชีวิตมากขึ้น

เราจะไม่เกิดการผูกติด อยู่กับบางสิ่งบางอย่างที่เราได้รับมา
เราจะไม่เกิดความทุกข์ ในสิ่งที่เรายึดถือและครอบครอง
เราจะไม่มีปัญหาต่อสิ่งทั้งหลาย ที่เราเคยเชื่อมโยงเกี่ยวข้อง
แล้วรับผลกระทบจากแต่ละสิ่งแต่ละอย่าง

เราต้องเข้าใจว่า... การใช้ชีวิตในโลกนี้ไม่ได้ใช้ชีวิตแบบราบเรียบ
เสมอกันไปตลอดรอดฝั่ง บางทีเราเจอหลายเรื่องหลายราวที่ส่งผลกระทบ
ต่อชีวิตของเราเอง ที่เรารักและหวงแหนและเราก็ยึดมั่นถือมั่นในตัวเรา

**สิ่งที่จะช่วยแก้ไขปัญาเหล่านั้น
ก็คือหลักการทาง “อริยสัจ ๔”**

เพราะหลักการทางอริยสัจ ๔ นี้ คือทางออกของชีวิต และ
เป็นทางออกที่ปลอดภัยที่สุดในบรรดาทางออกทั้งหลาย” ที่เราควร
จะเลือกเข้ามาเป็นส่วนสำคัญ

ชีวิตที่เริ่มต้นจากการสร้างความเข้าใจในด้านสัจจะ ที่เรียกว่า ทุกขสัจจะ

ถ้าเรามาเริ่มต้นจากการรู้จักคำว่า **ทุกขสัจจะ** นั้นหมายถึงว่า เราจะรู้ว่าสิ่งที่เราแสวงหา กำลังได้มา กำลังได้รับการตอบสนอง และกำลังจะทำให้มันเกิดขึ้นต่อชีวิตเรา จะทำให้เรามีสติ

คำว่า ทุกข์ จะทำให้เรามีสติ และรับรู้ต่อสิ่งที่เราเกี่ยวข้องว่า เรากำลังเกี่ยวข้องกับสิ่งที่是一切ทุกข์ นี่ก็คือตัวทุกข์ สิ่งที่มาเกี่ยวข้องกับเราก็คือตัวทุกข์

สติตรงนี้จะทำให้เราไม่ไปผูกติดกับสิ่งที่เราเกี่ยวข้องอยู่ เพราะว่าเมื่อเราได้รับความทุกข์มา และตัวเราเองก็มีความทุกข์อยู่ในนี้

ความสุข จึงเป็นเครื่องบรรเทาความทุกข์ในชีวิตของเรา ความสุขที่เป็นเครื่องบรรเทาความทุกข์ของเรานี้ ทำให้เราต้องใช้ชีวิตเพื่อแสวงหาความสุขอย่างนี้ไปตลอดทั้งชีวิต และขณะที่เราแสวงหา มันคือความทุกข์อย่างหนึ่งในการแสวงหา

เมื่อเราแสวงหาและได้ความทุกข์ในการแสวงหา ถึงแม้ว่าจะได้รับผลคือความสุขก็ตาม แต่พื้นฐานของการแสวงหา คือความทุกข์แน่นอนว่าความทุกข์ก็จะต้องติดตามเราไปด้วยทุกข์ที่ไม่ได้หายไปไหน

ความจำเป็นในการที่จะแก้ไขชีวิตเราที่เกี่ยวข้อง ผูกติด เกาะเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ในโลกนี้ แล้วทำให้เราหลุดพ้นไม่ได้

“อริยสัจ ๔” นี้จะทำให้เราได้มีสติขึ้นมา และเห็นสิ่งนั้นตามความเป็นจริง

เมื่อเราได้เห็นสิ่งนั้นตามความเป็นจริง แล้วจิตจะเริ่มมองออกว่า
สาระสำคัญที่แท้จริงของชีวิตเราคืออะไร

ถ้าเราไม่มีอริยสัจ ๔ เข้ามาเป็นเครื่องกำหนดและชี้ให้เราได้เห็น
ว่า ทุกข์คืออะไรกันแน่ และเหตุของทุกข์ที่อยู่ในตัวเราคืออะไรกันแน่ ทำไม
เรามีแรงผลักดันจากภายในให้เข้าไปแสวงหาสิ่งนั้น ให้ได้สิ่งนี้ ให้ปรารถนา
สิ่งนั้น โดยที่ไม่รู้จักจบสิ้น ความต้องการ ความปรารถนา ความอยากได้
ไม่เคยหมดไปจากหัวใจจิตหัวใจคน

พระพุทธองค์ทรงบอกว่า...

ถ้าไม่ตาย อย่าบอกนะว่าไม่มีความอยากในใจ ทุกคนล้วนมีความ
อยากหมดเลย แม้แต่ตายไปแล้วก็เกิดใหม่ ความอยากยังติดตามไปได้อีก
และเราก็อาศัยความอยากเหล่านี้ ดิ้นรนแสวงหาไขว่คว้าให้ได้มา ชาตินี้
เราอาจจะโชคดีที่เรามีบุญกุศลรองรับ และอำนวยผลให้เราได้รับสิ่งต่าง ๆ
ตามความต้องการ

แต่อย่าลืมว่า... สัจจะที่แท้จริงของชีวิต คือ ความทุกข์

สติเราจะได้ถูกปลุกขึ้นมา ให้รับรู้ความจริงของสังขารในตัวเอง
แล้วเมื่อได้รู้ความจริงชนิดนี้ เราจะได้หาทางอีกทางหนึ่ง ในการที่จะดับ
หรือแก้ไขเหตุของทุกข์ ที่ทำให้เราต้องใช้ชีวิตและดำเนินชีวิตอย่างนี้

ถ้าเราไม่มีอริยสัจ ๔ นี้... เวลาเราเจอปัญหา ตอนนั้นความรู้สึก
สติ ปัญญา ในการแสวงหาทางออก มันจะมีติดไปหมดเลย มีติดหมดทุก ๆ ด้าน
เวลาเจอปัญหา ความเฉลียวฉลาดไม่รู้หายไปไหน บุญกุศลที่เคยทำ
ไม่รู้ไปอยู่ตรงไหน

ฉะนั้น เวลาเผชิญกับปัญหา ซึ่งแน่นอนว่าในชีวิตของเรา
เต็มไปด้วยปัญหา เมื่อเต็มไปด้วยปัญหา “อริยสัจ ๔” คือหนทางออก
ในการที่จะทำให้เราได้เข้าใจในการที่จะแก้ไขปัญหา

ถ้าเราจะบอกว่า... ทุกข์ คือ ปัญหา
เหตุให้เกิดทุกข์ คือ เหตุของปัญหา
การดับไปของทุกข์ คือ การดับไปของปัญหา
วิธีการปฏิบัติที่เป็นไปเพื่อการดับทุกข์
คือ วิธีการที่จะดับปัญหา

นั่นหมายถึงว่า ชีวิตของเราที่ผูกพันอยู่กับสิ่งรอบข้างทั้งหมด
คือ การผูกพันตัวเองไว้กับความทุกข์ แม้ในขณะนั้นความทุกข์จะยังไม่เกิดขึ้น
ก็ตาม แต่ก็คือสิ่งที่จะนำมาซึ่งความทุกข์ให้กับเราในภายหลังแน่นอน

“สัจจะกำหนดไว้อย่างนี้ ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้”

การเรียนรู้อริยสัจ ๔ จึงจะทำให้เราได้เห็นทางออกเมื่อเจอปัญหา
ที่นำมาซึ่งความทุกข์ในเวลานั้น

แล้วถ้าหากจะบอกว่า อริยสัจ ๔ คือสิ่งที่เราควรจะนำมาใช้กับชีวิต
ทุก ๆ วัน นั่นก็คือ จะเรียกว่า ๙๐ เปอร์เซนต์ ในชีวิตเราจำเป็นต้องใช้
อีก ๑๐ เปอร์เซนต์ เป็นเรื่องของความรู้ในการใช้ชีวิตในโลกที่ใช้ชีวิตมา
หรือบุญกุศลที่จะอำนวยการชีวิตเรา

แต่อริยสัจ ๔ นี่คือเรื่องราวของความจำเป็น ที่เราจะเอามาใช้
กับตัวเราทุก ๆ ขณะ เพราะว่าถ้าเมื่อใดก็ตามที่เราไม่ได้เข้าใจอริยสัจ ๔
เราก็จะหลงอยู่ในโลกนี้ ทะเยอทะยานวิ่งวนอยู่กับบางสิ่งบางอย่าง
แล้วสลัดออกจากสิ่งเหล่านั้นไม่ได้ และเมื่อใดก็ตามที่สิ่งนั้น ที่เราแสวงหา
มา มันผูกมัด รัตรึงเราอยู่เรื่อย ๆ แล้วสิ่งที่ผูกมัดมันเริ่มแน่นขึ้นเมื่อไร
เมื่อนั้นเราจะรู้สึกได้ว่าเป็นความทุกข์จริง ๆ ถ้าเราไม่ได้เตรียมใจในการที่จะ
เรียนรู้อริยสัจ ๔ ไม่มีทางเลยที่เราจะออกจากสิ่งที่ผูกมัดเราไว้ได้เลย

**“อริยสัจ ๔” จึงเป็นความสำคัญ
และเป็นความสำคัญอย่างมาก**

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) ทรงแสดงจตุราริยสัจ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๕ พระวินัยปิฎก เล่มที่ ๕
มหาวรรค ภาค ๒ ข้อ ๗๕-๗๖

พระอาจารย์จาวรณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานคอยเวียงเกียงนา
วันเสาร์ที่ ๒๕ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ QR code (๙.๒๘ นาที)



ต้องแยกให้เห็นสิ่งที่เราจะต้องปฏิบัติ

เพราะถ้าเราแยกไม่ออกว่าสิ่งที่เราจะปฏิบัติในด้านทุกข์แท้ หรือ
ทุกข์เทียม ว่าเราจะปฏิบัติอย่างไร มันก็ทำให้เราไม่เกิดผลในด้านการปฏิบัติ

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า...

ทุกข์แท้ คือ ทุกข์สัจจะ ทุกข์ที่เป็นความจริงแท้ที่ไม่แปรผัน
และไม่เปลี่ยนแปลงตัวมันเอง^๑ ตราบเท่าที่เราทุกคนที่อยู่บนโลกมนุษย์นี้
มีชีวิตอยู่ ทุกข์ชนิดนี้จะต้องแสดงออกและปรากฏขึ้นกับคนทุกคน

ทุกข์แท้ มีอยู่ ๑๑ ประการ^๒

แบ่งเป็น ๒ ด้าน คือ ทางกายและทางใจ

ได้แก่ เกิด แก่ ตาย เศร้าโศก คร่ำครวญ ลำบากกาย ลำบากใจ
คับแค้นใจ ประสบกับสิ่งที่ไม่ชอบ พลัดพรากจากสิ่งที่ชอบ ไม่ได้ตาม
ที่ต้องการ เป็นทุกข์ที่เป็นจริงแท้ไม่แปรผัน และไม่เปลี่ยนแปลงตัวมันเอง
ตราบเท่าที่เรามีชีวิต จะปรากฏกับทุกคนอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ไม่มีใคร
เปลี่ยนแปลงได้ พระพุทธเจ้าเองก็เปลี่ยนแปลงไม่ได้ พุทธสาวกที่สิ้นอาสวะ
กิเลสแล้ว ก็เปลี่ยนแปลงไม่ได้

เมื่อเปลี่ยนแปลงไม่ได้

สิ่งเดียวที่สามารถทำได้ คือ “การยอมรับ”

เพราะมันเป็นทุกข์แท้ ซึ่งเป็นสัจจะ หรือทุกข์สัจจะ
เป็นความจริงที่ต้องเป็นอย่างนี้

พวกเราหรือแม้แต่ตัวพระอาจารย์เอง สามารถบอกตัวเองได้เลยว่า จะต้องเจอทุกข์ ๑๑ ประการนี้ เสมอเหมือนกันหมด ไม่มีใครได้รับข้อยกเว้น **ทุกข์นี้จึงเป็นสัจจะ**

สัจจะนี้รวมไปถึงว่า ไม่ใช่คนในพระพุทธศาสนาเท่านั้นที่เป็นทุกข์ คนศาสนาอื่น คนประเทศอื่น คนทุกคน ใครก็ตามที่มีกายสังขาร และจิตตสังขาร ได้รับทุกข์ประเภทนี้ทั้งหมด แม้แต่เทวดาและพราหมณ์ก็ได้รับทุกข์ประเภทนี้ **สิ่งนี้จึงเป็นสัจจะ คือ ความจริงหนึ่งเดียวในโลกที่มีเหมือนกันทั้งหมด ไม่ได้แตกต่างกัน**

หน้าที่เดียวที่เราจะต้องปฏิบัติต่อทุกข์ชนิดนี้ คือ...

ยอมรับมันให้ได้

ถ้าใครยอมรับไม่ได้ จะเกิดความทุกข์ใหม่ขึ้นมา

เรียกว่า **ทุกข์เทียม**

คือ ไม่อยากให้ชีวิตเป็นแบบนั้นตามความทุกข์ที่เกิดขึ้น

ความไม่อยากเป็นทุกข์จากความทุกข์ที่เกิดขึ้น ไม่ประสงค์ ไม่ยินดี ไม่ปรารถนาทุกข์แต่ที่อยู่ในชีวิตเรา

เราไม่เข้าใจคำว่า **ทุกข์เทียม** ก็เลยพยายามหนีออกจากความทุกข์ที่เกิดขึ้นกับชีวิตเรา ไปมุ่งหาความสุขโดยคิดว่าเราได้รับความสุข ความสมปรารถนา ได้สิ่งที่ไม่พลัดพราก สิ่งที่ไม่เกิดความคับแค้น สิ่งที่ต้องสนองต่อความต้องการของเรา เราพยายามทำกันมาตลอดทั้งชีวิต

แต่ต้องเข้าใจ และหันกลับมามองว่า สิ่งที่เราพยายามจะแสวงหา
ทั้งหมดเหล่านั้น ไม่เคยอยู่กับเราได้ยั่งยืนไปตลอดกาล ที่แท้จริงแล้ว
บรรเทาเพียงชั่วคราว

การที่เราล้มเข้าไปเรียนรู้ความทุกข์แท้

จะทำให้เราพลาดจากการปฏิบัติต่อสัจจะ จะทำให้เราล้มเข้าใจ
คำว่า ทุกขสัจจะ พระองค์จึงตรัสแยกแยะให้พวกเราได้เห็นว่...

ทุกข์แท้ ต้องยอมรับ

แต่ ทุกข์เทียม จะต้องแก้ไข คือให้ละ

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) สัจจกถา พระไตรปิฎก เล่มที่ ๓๑ พระสูตรตันตปิฎก เล่มที่ ๒๓
ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค



๒) พระไตรปิฎก เล่มที่ ๓๑ พระสูตรตันตปิฎก เล่มที่ ๒๓
ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค

พระอาจารย์จาวรุดน ภิกุข (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live
วันอังคารที่ ๑๒ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑๗.๐๒ นาที)



๘๕

การกำหนดรอบรู้ขั้น ๕ ตามหลักอริยสัจ ๔ ทำอย่างไร ?

การเกิดขึ้นของขั้นจัดเป็น **ทุกข์**จะ
ต้นเหตุที่อิงอาศัยขั้นเกิดขึ้นจัดเป็น **สมุทัย**จะ
ความดับไปของต้นเหตุจัดเป็น **นิโรธ**จะ
การรู้จักทุกข์ รู้จักสมุทัย รู้จักนิโรธจัดเป็น **มรรค**จะ

เมื่อเข้าใจหลักอริยสัจในข้างต้นแล้ว ข้อปฏิบัติที่เราจะต้องลงมือทำ คือ ข้อมรรคข้อเดียว อริยสัจข้ออื่น ๆ เพียงแค่ให้ “รู้จักไว้” เท่านั้น การดำเนินมรรค คือ การเข้าไปปฏิบัติต่อทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ด้วยสัมมาทิฐิ ดังนี้

๑. ทุกข์จะ ให้ “กำหนดรู้” เมื่อขั้น ๕ ประสพกับอารมณ์ ภายนอกหรือภายใน การปรากฏขึ้นของอารมณ์เป็นการเกิดขึ้นของขั้น การดับไปของอารมณ์เป็นการดับไปของขั้น ให้กำหนดรู้ความเกิด - ดับ ของขั้นนี้ไว้อยู่เสมอ

๒. สมุทัยจะ ให้ “ละ” เนื่องจากว่าทุกข์ได้ถูกกำหนดรู้ไว้แล้ว ต้นเหตุจึงเกิดร่วมกับทุกข์ไม่ได้ แล้วจะละต้นเหตุที่เป็นตัวสมุทัยกันอย่างไร เรื่องนี้ต้องเข้าใจว่า ขั้นตอนที่ลงมือทำนี้เป็นขั้นตอนของมรรคที่มีสัมมาทิฐิ ทำหน้าที่กำหนดรู้ทุกข์ ด้วยอำนาจของสัมมาทิฐิที่กำหนดรู้อยู่นี้ ต้นเหตุจึงเกิดขึ้นไม่ได้ แต่อวิชชาสังโยชน์ยังคงมีอยู่ ทำให้ไม่เห็นความเกิด - ดับ ของขั้นนี้ได้ทันในทุกๆ คราว หากรู้ไม่ทันความเกิด - ดับ ไม่ได้ในคราวใด

ต้นหาก่เกิดขึ้นในคราวนั้น อวิชชาจึงนอนเนื่องอยู่ในทุกข์ได้ อวิชชานี้แหละ คือสมุทัยแท้ และถ้าเผลอไม่กำหนดรู้ทุกข์เมื่อไหร่ อวิชชาก็จะเป็นปัจจัย ให้ต้นหาก่เกิดร่วมกับทุกข์ได้เมื่อนั้น ฉะนั้น ในขั้นตอนนี้จึงไม่มีต้นหาปรากฏชัด แต่ก็ต้องเข้าใจว่า ต้นหาได้ถูกละอยู่ทุก ๆ คราวที่กำหนดรู้ทุกข์อยู่

๓. นิโรธจะ ให้ “ทำให้แจ่มแจ้ง” เมื่อทุกข์ถูกรู้ สมุทัยก็ถูกละ เมื่อสมุทัยถูกละนิโรธก็ปรากฏ ให้ทราบชัดความปรากฏของนิโรธว่า เพราะ สมุทัยดับไปจึงปรากฏนิโรธขึ้นมา

๔. มัคคัสจะ ให้ “เจริญขึ้น” การเจริญมรรค คือ การกำหนด รู้ความเกิด - ดับของขันธให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป จนกว่าจะเกิดการละได้ในที่สุด

ในการกำหนดขันธ ๕ จะกำหนดขันธใดขันธหนึ่งก็ได้ใน ๕ ขันธ เพราะขันธทุกขันธอิงอาศัยพร้อมกันเกิดเสมอ เพราะขันธทั้ง ๕ เป็นทุกข์สัจจะแท้ จะกำหนดขันธไหนก็ได้ทั้งนั้น

การดับทุกข์ ... คือ การดับไปของตัณหา
นิโรธ ... คือ การดับไปของสมุทัย
ทุก ๆ ครั้งที่สมุทัยดับ
ผ่านความรู้ ความเห็น ที่เรากำหนดรู้อยู่
โดยการที่เราไม่สร้างตัณหาเพิ่ม
“ภาวะแห่งการดับทุกคราวนั้น คือ นิโรธะ”





การเข้าถึงพระรัตนตรัย ที่ถูกต้องอย่างไร ?

การเข้าถึงพระรัตนตรัย คือ...

การอธิษฐานจิตเข้าถึงพระรัตนตรัยด้วยจิตที่มั่นคงต่อพระพุทธ
พระธรรม พระสงฆ์ อย่างจริงจัง^๑ โดยการอธิษฐานด้วยบทพระลี้ก เป็นบท
พระบาลี

**ถามว่า ทำไมเราต้องใช้บทบาลี
บทภาษาไทยไม่ได้หรือ ?**

ก็ต้องมีบาลีด้วย และก็ภาษาไทยด้วย

ภาษาไทยเพื่อให้รู้ความหมาย แต่บทบาลีเพื่อเชื่อมต่อคุณของ
พระรัตนตรัย หรือว่ากระแสของพระรัตนตรัย ให้เกิดการรองรับขึ้นในจิตเรา
ถ้าไม่มีบทบาลี การเชื่อมต่อทางจิตทางใจจะเกิดขึ้นยาก เพราะการเชื่อม
ต่อจิตกับพระรัตนตรัย จะเชื่อมต่อได้ ๒ ทาง ทางแรก ก็คือการระลึกถึง
พระรัตนตรัยด้วยบทบาลี คือ

พุทโธ เม นาโถ พระพุทโธเป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า
ธัมโม เม นาโถ พระธรรมเป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า
สังโฆ เม นาโถ พระสงฆ์เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า

ระลึกอย่างนี้ ย้ำ ๆ ซ้ำ ๆ นี่เป็นการเข้าถึงด้วยบทบาลี ด้วยการ
ระลึกถึงหรืออธิษฐานถึง

อันดับที่สอง คือ การเข้าถึงพระรัตนตรัยเชื่อมโยงกับจิต ด้วยการปฏิบัติในกระแสแรกของพระนิพพาน เรียกว่าความเป็น โสตาบัน

จิตพระโสตาบัน ท่านรู้กระแสธรรมพร้อมกับมีพระรัตนตรัยเชื่อมโยงกับจิต ไม่ใช่แค่เชื่อมโยง แต่เรียกว่าเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับจิตก็ว่าได้ ท่านจะเห็นสภาพจิตกับพระรัตนตรัยเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ท่านจะเห็นอยู่ด้วยตัวของท่านเอง ท่านจะประจักษ์ชัด

ดังนั้น การเข้าถึงพระรัตนตรัยจึงมี ๒ ด้าน^๒

ด้านโลกียะ คือ การอธิฐานถึง

ด้านโลกุตระ คือ ปฏิบัติเพื่อเข้าสู่ความเป็นโสตาบัน

และสัมผัสพระรัตนตรัยในช่วงนั้นได้

ในระดับปุถุชนคนทั่วไป จึงจำเป็นมากที่จะต้องเข้าถึงพระรัตนตรัยด้านโลกียะ โดยการอธิฐานจิตให้เข้าถึงพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ให้ได้ นั่นคือวิธีการเข้าถึงพระรัตนตรัย

ไม่ได้ยาก แค่อธิฐานจิตเข้าถึง คือ อธิฐานจิตระลึก

พุทฺธ เม นาโถ

ธัมม เม นาโถ

สังฆ เม นาโถ

อย่างนี้ ย่ำ ๆ ซ้ำ ๆ ให้ติดแนบอยู่กับจิตทั้งกลางวันและกลางคืน ในอิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม

บางคนบอกว่า...

“ใครจะไปทำขนาดนั้นได้พระอาจารย์?”

ทำเท่าที่ทำได้ไปก่อน เดี่ยวตอนที่มันทำได้จะได้อะไรเอง แต่ตอนนี้ยังไม่ได้ ก็ทำเท่าที่ทำได้ไปก่อน การทำเท่าที่ทำได้นี่แหละ จะไปทำให้เกิดการทำได้แบบติดต่อนะตัวเอง ตลอดทั้งกลางวันและกลางคืน มันจะเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) อรรถกถาปุตตสูตร ตติยวรรค ปุตตสูตร อรรถกถา
ขุททกนิกาย อิติวุตตกะ ตักนิบาต



๒) อรรถกถา ทีฆนิกาย สลขันธวรรค สามัญญผลสูตร หน้าต่างที่ ๗ / ๗

พระอาจารย์จากรูณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันอาทิตย์ที่ ๘ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๑๔ นาที)



๘๗

พุทโธ เม นาโถ
พุทัง สะระณัง คัจฉามิ
ต่างกันอย่างไร ?

พุทโธ เม นาโถ เป็นบทที่พระอาจารย์ให้ใช้เพื่อเป็นเครื่องระลึก

พุทัง สะระณัง คัจฉามิ เป็นคำสอนที่สอนให้เราระลึก

สองอย่างนี้ ต่างกันตรงที่ว่า...

บท พุทัง สะระณัง คัจฉามิ เป็นบทที่สอนให้เราได้ว่าเราจะเข้าถึง
พระพุทเจ้า เข้าถึงพระธรรม เข้าถึงพระสงฆ์ ควรจะเข้าถึงอย่างไร
จึงจะถูกต้อง

“พุทัง” แปลว่า ภาวะที่รู้ตื่นเบิกบาน

“ธัมมัง” คือ ภาวะแห่งสัจจะแท้ ความจริง เรียกว่า สัจธรรม

“สังฆัง” คือ ภาวะแห่งความดี หรือว่าข้อปฏิบัติดี ความปฏิบัติดี
ความประพฤติดี เรียกว่า สังฆัง เรียกว่า สังฆะ คือ สงฆ์นั่นเอง

พระพุท พระธรรม พระสงฆ์ ๓ ประการนี้

เรียกว่า “พระรัตนตรัย”

ฉะนั้น พระพุทธศาสนาเรา มีพระรัตนตรัยไว้ให้พุทธสาวก
ประพฤติปฏิบัติโดยการเข้าถึง

เข้าถึงอย่างไร ?

เข้าถึงโดยการ **สระระณัง คัจฉามิ** เข้าถึงแบบ **สระระณัง คัจฉามิ** เข้าถึงแบบไหน ? เราก็คงมาดูคำแปลว่า **สระระณัง คัจฉามิ** แปลว่าอย่างไร

สระระณัง แปลว่า การระลึก

คัจฉามิ แปลว่า เป็นการถึง ตัว มิ ในบทบาลี เป็นความหมาย แทนตัวเรา แปลว่า ข้าพเจ้า

รวมความทั้งหมด คำว่า **พุทฺธัง สระระณัง คัจฉามิ** แปลว่า **ข้าพเจ้า เข้าถึงพระพุทธเจ้าโดยการระลึก ระลึกแบบไหน ?**

ระลึกว่า...

พุทฺโธ เม นาโถ **พระพุทธ**เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า
ธัมโม เม นาโถ **พระธรรม**เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า
สังโฆ เม นาโถ **พระสงฆ์**เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า
นี่คือระลึก

ฉะนั้น บท **พุทฺโธ** เม นาโถ เป็นบทระลึก ต้องระลึกย้ำ ๆ ซ้ำ ๆ อย่างนี้ ให้แนบอยู่กับจิต บท **พุทฺธัง สระระณัง คัจฉามิ ธัมมัง สระระณัง คัจฉามิ สังฆัง สระระณัง คัจฉามิ** บอกให้เรา รู้จักการระลึก แยกให้ออก อันนั้นสอนให้เราเข้าถึงพระรัตนตรัย ว่าต้องให้เราเข้าถึงโดยการระลึก ระลึกยังงี้ ก็ระลึกบท **“พุทฺโธ เม นาโถ”** นี้

พระอาจารย์จาวรณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live
วันเสาร์ที่ ๔ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของวันนี้ได้ใน QR code (๒.๕๓ นาที)



ปุจฉา: ขอรบกวนเรียนสอบถามครับ

การท่องบทระลึกถึงพระรัตนตรัยว่า...

พุทโธ เม นาโถ

[พระพุทธเจ้า] เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า
 กับ

พุทโธ เม นาโถ

[พระพุทธ] เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า
 ให้ผลที่แตกต่างกันหรือไม่ครับ ?

เนื่องจากในคลิปของพระอาจารย์ได้กล่าวว่า...

พุทโธ เม นาโถ

[พระพุทธเจ้า] เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า

ในคลิปของครูเงาะกับคุณวนิ ก็ได้กล่าวว่า...

พุทโธ เม นาโถ

[พระพุทธเจ้า] เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า
 ด้วยเช่นกัน

ซึ่งทั้งพระอาจารย์ ครูเงาะและคุณวนิ ก็ได้เข้าถึงพระรัตนตรัย
 ด้วยคำกล่าวนี้นี้ จึงน่าเชื่อถือได้ครับ

แต่ในหนังสือหลักการชาวพุทธ
หัวข้อ การอธิษฐานจิตเข้าถึงพระรัตนตรัย
กล่าวว่า พุทโธ เม นาโถ
[พระพุทโธ] เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า

ทำให้เกิดความสับสนว่า ควรจะต้องท่องว่าอย่างไรจึงจะถูกต้อง
และสามารถเข้าถึงพระรัตนตรัยได้จริง หรือมีหลักฐานเชิงประจักษ์ว่า
ได้ผลทั้งสองแบบครับ ?

วิสัชนา: ขอแจ้งให้ทราบว่า ครั้งแรกที่เริ่มใช้คำว่า พุทโธ เม นาโถ นี้
เป็นการเริ่มใช้โดยอิงตัวบุคคล คือ พระพุทโธเจ้า ซึ่งเป็นพระรัตนตรัย
ทางด้าน “บุคคลาธิษฐาน” คือการยกเอาบุคคลเป็นที่ตั้ง จึงใช้คำว่า
“พระพุทโธเจ้า เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของข้าพเจ้า”

แต่เมื่อมีชาวต่างศาสนา มีความสนใจการปฏิบัติในแนวทางนี้
พระอาจารย์จึงอธิบายพระรัตนตรัยทางด้าน “ธัมมาธิษฐาน” คือการยก
สภาวะธรรมเป็นที่ตั้ง จึงใช้คำว่า “พระพุทโธ เป็นที่พึ่งอันประเสริฐของ
ข้าพเจ้า” เพื่อสื่อสารให้เข้าถึงสภาวะของพระรัตนตรัยตามความเป็นจริง

การอธิษฐานจิตเข้าถึงพระรัตนตรัยทางด้าน “บุคคลาธิษฐาน”
บางทีทำให้สับสนในการระลึกว่าจะระลึกถึงตัวตนพระพุทโธเจ้าได้อย่างไร
เมื่อพระองค์ปรินิพพานแล้ว พระอาจารย์จึงแก้ไขความสับสนนี้โดยให้
กล่าวถึง “พุทโธภาวะ” ทางด้านสภาวะธรรมตรง ๆ เลย คือคำว่า “พระพุทโธ”
ในหนังสือหลักการชาวพุทธ

ซึ่งการอธิษฐานถึงพระรัตนตรัยทั้งสองแบบนี้ หากเข้าใจโดยความเป็นสภาวะอย่างถูกต้อง ก็สามารถเข้าถึงได้ทั้งสองรูปแบบ ไม่ได้มีความแตกต่างกันแต่อย่างใด

พระอาจารย์จาวมโน ภิภุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการตอบคำถามในกลุ่ม facebook ‘พุทธรัตติกาล’
วันอังคารที่ ๑๘ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๗

ให้ระลึกต่อไป...

เพราะบางคนระลึกอยู่ ๒ ปี จึงเกิดการรับทราบภายใน

ที่มีคนบอกว่า “โธ้ย !... เข้าใจแล้วพระอาจารย์ ว่าทำไมพระอาจารย์ให้ระลึกบทนี้ ย้ำ ๆ ซ้ำ ๆ เป็นอย่างนี้เอง” เขาจะรู้ซึ่งเลย โดยที่ไม่ต้องอธิบายมาก เขารู้ซึ่ง ซาบซึ้ง จิตจะซาบซึ้งกับพระรัตนตรัยอย่างดี

ทำต่อไป จะกี่ปีก็ต้องทำต่อไป อย่าไปเร่งรัด อย่าไปคิดว่า เร็วหรือช้า อย่าลืมนะ พระอานนท์ อายุ ๘๐ ปี ถึงจะบรรลุลุทธิธรรมเป็นพระอรหันต์ บรรลุลุทธิธรรมตอนเป็นพระโสดาบันตั้งแต่อายุ ๓๖ เพราะบวชตอนอายุ ๓๖ แต่บรรลุลุทธิธรรมอายุ ๘๐ ปี ใช้เวลา ๔๔ ปี จึงบรรลุ

ฉะนั้น ไม่ต้องเร่งรีบ เพราะบางที่เร่งรีบ อาจจะมีปัญหา

ใจเย็น ๆ ให้ถ่ายเทข้อมูลเก่า ๆ ออกจากจิตก่อน แล้วเราก็เติมข้อมูลใหม่ลงไป เหมือนกับเราเติมน้ำมันแล้ว ถ่ายเทน้ำมันดีออกจากแก้ว เต็มพอเต็มรอบหมด ล้างชำระหมดรอบของมันแล้ว จะเจอความสะอาดในจิตใจเอง

พระอาจารย์จาวรุดน ภิกุญฺ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันพุธที่ ๘ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๑๒ นาที)



จิตที่เข้าถึงพระรัตนตรัยแล้ว...

“จะทราบได้ว่ามีพระรัตนตรัยรองรับ

จะรู้สึกถึงความมั่นคง

จะรู้สึกว่ามืออะไรรองรับอยู่ภายใน

จะเป็นความรู้สึกแตกต่าง

และพิเศษจากความรู้สึกของจิตปกติ”

จิตปกติเรารู้ว่ามันเป็นอย่างไร

แต่ตอนที่กระแสพระรัตนตรัยเกิดขึ้นกับจิต

เราจะเห็นความเปลี่ยนแปลงอย่างประจักษ์ชัด มันจะทราบได้

เหมือนกับเอานิ้วไปจุ่มน้ำร้อน

จะรู้เลยว่าร้อนเป็นแบบไหน

หรือเอาไปแตะน้ำเย็น จะรู้เลยว่าเย็นแบบไหน

เย็นชัด ประจักษ์ชัดอย่างนั้น ไม่ใช่แบบเอาไปแตะน้ำเย็นแล้ว

ยังไม่รู้ว่าเย็นเป็นยังไง

เหมือนกัน กระแสพระรัตนตรัยเวลาเกิด

จะเกิดภาวะอบอุ่น มีเครื่องรองรับ

อธิบายยาก แต่อธิบายอย่างนี้ ตามความรู้สึก

แต่เราไม่เอาความรู้สึกแบบความอบอุ่น ความเบาสบาย โปร่งโล่ง
อย่างอื่นมาแทนคำอธิบายนี้ แต่เราจะพูดว่าเหมือนมีตัวรองรับจริง ๆ
มีเครื่องรองรับจริง ๆ และมีความหนักแน่นอยู่ภายในใจ

**จิตเรากับพระรัตนตรัยจะรู้สึกว่าคุณพัวพันกัน
และเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันไปเลย**

พระอาจารย์จาวรุธ โภกข (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันพุธที่ ๘ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๒๑ นาที)



๕๑

การดับอารมณ์ที่ถูกต้อง ควรปฏิบัติอย่างไร ?

ปัญหาของมนุษย์ก็คือ...

อยากจะเข้าไปดับอารมณ์ ดับความโกรธ

และอยากจะให้เข้าไปดับให้เร็วที่สุดด้วย...

นั่นก็คือการตั้งค่าของ ตัณหา ในใจเราแล้ว

เนื่องจากว่า เราต้องเข้าใจสภาพการณ์ทุกอย่างที่เราเกี่ยวข้อง
อยู่นั้น ไม่อยู่ภายใต้การควบคุมบังคับบัญชาของเรา ถ้าเราเข้าใจข้อนี้ดี
เราจะไม่ต้องเข้าไปดับ และจะไม่ตั้งความอยากที่จะไปดับ และก็ไม่ต้อง
ทำให้ดับเร็วที่สุดด้วย

หลักการที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ ก็คือ การเข้าไปตั้งความเห็นให้ตรง
กับสิ่งนั้นว่า...

“ความโกรธกำลังเกิดขึ้นกับเรา

เรากำลังมีความโกรธ

ความโกรธกำลังมีอยู่ในเรา

เรากำลังถูกความโกรธปรุงแต่ง

ความโกรธกำลังปรุงแต่งเราอยู่”^๑

การเข้าไปรู้อย่างนี้ ความโกรธอันเป็นตัวอารมณ์จะถูกรับรู้ หรือว่า
ถูกรู้ด้วย “สัมมาทิฐิ” จากเรา

เมื่อถูกรู้แล้ว สิ่งที่ถูกรู้จะได้รับการแก้ไขด้วยตัวมันเอง
นั่นหมายถึงว่า...

เราไม่ได้มีหน้าที่เข้าไปละ เข้าไปดับตัวอารมณ์

เรามีหน้าที่ในการเจริญอริยมรรค

โดยตั้งความเห็นให้ตรง คือ ตัวสัมมาทิฏฐิ นี้

เพื่อที่จะเห็นและเข้าใจกับสภาพการณ์ของจิตที่ถูกอารมณ์กระทบ
โดยความรู้และเข้าใจว่า อารมณ์กำลังปรุงแต่งจิตเราอยู่ นี่คือหลักการ
ที่เราสามารถทำได้

แต่การทำนอกเหนือจากนี้ ถ้าเราไปทำอะไรจะผิดทันที เพราะทุก
สภาพการณ์ ทุกอารมณ์ ไม่อยู่ภายใต้การควบคุม และบังคับสิ่งที่เรา
ต้องการจะบังคับ เมื่อใดก็ตามที่เราบังคับในสิ่งที่ไม่เป็นไปตามการบังคับ
เราก็จะได้รับความทุกข์ใหม่จากความทุกข์เดิมที่กำลังเกิดขึ้น

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๒ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๔
มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก

พระอาจารย์จาวรุดน โภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนาวา
วันเสาร์ที่ ๑๒ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๔๒ นาที)



กำหนดรู้อารมณ์

อารมณ์ที่ถูกรู้จากเราจะถูกละ

อารมณ์ที่ไม่ได้ถูกรู้จากเรา มันก็จะตั้งค้างอยู่ในใจเรา

พระองค์จึงทรงสอน ให้เรามีสติในการรับรู้อารมณ์

เมื่อมีสติรับรู้อารมณ์ อารมณ์ก็จะถูกดับไป มันดับไปด้วยตัวของ
อารมณ์เอง เพราะอารมณ์เป็นนามธรรม จิตเราก็เป็นนามธรรม นามธรรม
กับนามธรรม ไม่สามารถตั้งค้างและตกค้างอยู่ด้วยกันได้

เมื่ออารมณ์ถูกรู้ก็จะดับไป แต่ที่ที่ตั้งค้างและตกค้างในจิตเราได้นี้
เพราะถูกยึด อาการที่ถูกยึดจึงมีอยู่

ทำไมถึงถูกยึด ก็มันไม่รู้ ไม่รู้ในขณะที่กำลังเกิดขึ้นกับจิต เมื่อไม่รู้
ก็ยึดอารมณ์เหล่านั้นไว้ปรุงแต่งใจตัวเองให้สืบท่อข้ามวัน ข้ามคืน
เมื่ออารมณ์ถูกรู้แล้วก็ดับ... ง่าย ๆ แบบนี้

อารมณ์ก็ไม่ได้เที่ยงแท้อะไร

อารมณ์ก็ไม่ได้มีอยู่ตลอดเวลา

อารมณ์ก็เปลี่ยนแปลงตัวเองได้อยู่เสมอ

อารมณ์เกิดแล้วก็ดับได้

ขอให้อารมณ์ถูกรู้จากเราเถอะ ดับได้แน่นอน

เป็นวิธีการง่าย ๆ เป็นวิธีการที่พระอาจารย์พยายามคิดค้น
หลาย ๆ อย่าง นำมาสู่การบอกสอนให้พวกเราใช้และเกิดผลทางด้าน
การปฏิบัติ และอยากจะทำให้พวกเราเห็นว่า...

**หลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนายังมีประสิทธิภาพ มีคุณภาพ
มีศักยภาพ สามารถประพจน์ปฏิบัติตาม เข้าถึงผลได้อยู่**

ขอให้ปฏิบัติตามหลักการนี้ เราจะสัมผัสถึงคุณวิเศษอันเป็นตัว
หลักคำสอนในหลักพระพุทธศาสนาของเราได้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑ จิตตานุปัสสนาสติปิฎกฐาน พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๒ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๔
มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก

พระอาจารย์จาวรณ โภกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันเสาร์ที่ ๒ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๓๑ นาที)



จับไม่ทันก็ถูกต้องแล้ว มันไม่ทันอยู่แล้ว

เราจะพยายามอย่างไรก็ไม่ทัน

วิธีการของพระอาจารย์ ก็คือ ต้องไม่ทันก่อน

แต่เราสามารถเรียนรู้หลังจากที่เสร็จสิ้นกระบวนการความ
ของเรื่องนั้นแล้วว่า... เวลามันเสร็จสิ้นกระบวนการเหล่านั้น เราไป
ตรวจตรา หรือทบทวนดูว่าที่เราไม่ทันตอนนั้นเป็นเพราะอะไร

เราสามารถทบทวนได้ และบอกตัวเองไว้ว่า...

“ครั้งนี้ไม่ทัน ครั้งต่อไปเราต้องให้ทัน”

แต่ครั้งต่อไปก็ไม่ทันอยู่ดี... แล้วเราก็ต้องมาบอกตัวเองใหม่ว่า
ครั้งต่อไปเราต้องให้ทัน การบอกอย่างนี้จะไปช่วยกระตุ้นจิตให้เกิดการ
พัฒนาตัวเอง ให้ไปสู่การเท่าทัน และก็จะไม่ทันเลยทีเดียวนะในครั้งต่อ ๆ
ไป แต่ก็เกิดการเรียนรู้เพื่อที่จะทำให้ทันเร็วขึ้นกว่าเดิม

เราจะเห็นว่า ระยะห่างของการไม่เท่าทันนี้จะสั้นลง ๆ ๆ จนกว่า
สติถูกพัฒนาขึ้นจนไปสู่การเท่าทัน คำว่า “เท่าทัน” ก็คือ เกิดตอนนั้น
รู้ตอนนั้น และกัดับไปตอนนั้น คือ “เท่าทัน”

นี่แหละการฝึกฝน ต้องเป็นแบบนี้ อย่าไปพยายามให้เท่าทันเลยทีเดียวนะ

คนที่เขาเท่าทันเลยในขณะนั้นได้แล้วนั้นแสดงว่า เขามีความรู้ความเข้าใจ การฝึกสติที่เพียงพอดีแล้ว จึงเป็นการเท่าทันในขณะนั้น เมื่อเรายังไม่ถึงขั้นนั้น ก็ต้องเริ่มจากการไม่เท่าทัน คือให้เสร็จสิ้นกระบวนการของเรื่องนั้นก่อน แล้วค่อยเข้ามาสู่การเรียนรู้ได้

**บางคนตั้งใจจับมากจนเครียด
ยิ่งทุกข์หนักกว่าเดิม... เพราะเครียด
ต้องวางใจอย่างไร ?**

วางใจ คือ ยังไม่ต้องไปจับ

คำว่า จับ นี้ หมายถึงว่า ให้มันกระทบก่อน ไม่ใช่ไปรอการกระทบที่จะไปจับมัน แต่ให้มันกระทบก่อน คือเกิดสิ่งนั้นขึ้นก่อนจึงค่อยจับสิ่งนั้นลงสู่ขั้นนี้

พระอาจารย์จาวุฒโน ภิภุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ ที่พักสงฆ์ป่าโนสโกยัง
วันอาทิตย์ที่ ๘ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๑๑ นาที)





รู้ไม่ทันความโกรธ บารุ่ก็หลังทุกก็ ต้องทำอย่างไร ?

แน่นอนว่า เราย่อมจะรู้ความโกรธที่หลังเสมอ...

ฉะนั้น ข้อปฏิบัติ ก็คือ ก็รู้ความโกรธที่หลังนั้นแหละ

อย่าไปรู้ก่อน เพราะแน่นอน การไปรู้ก่อนก็เท่ากับว่าเรายังไม่ได้รู้
ตามความเป็นจริง

การรู้ความโกรธที่เกิดขึ้นทีหลังได้ ถือว่าเป็นเครื่องฝึกสติอย่างหนึ่ง
แล้วการฝึกสตินี้เราอาจจะยังไม่รู้หรือกว่า แม้การรู้ความโกรธที่เกิดขึ้น
ทีหลังนั้น จะค่อย ๆ ทำให้สติเราได้ถูกพัฒนาขึ้น ถึงแม้เราจะไม่รู้ก็ตาม
แต่ขอให้รู้ว่าสติกำลังได้รับการพัฒนาอยู่ แม้จะเป็นทีหลังก็ตาม แต่จะ
ไม่เป็นทีหลังไปอย่างนี้ตลอด มันจะค่อย ๆ กระชั้นชิดเข้ามาเรื่อย ๆ
ขอให้รู้อย่างนี้

แล้วอย่าละเลยต่อการที่ใส่ใจในการที่จะรู้
พลาดพลอบบ้างในขณะที่ความโกรธเกิดขึ้นก็ไม่เป็นไร
เพราะเราอยู่ในฐานะของ “การเรียนรู้”
เรียกว่า พลาด ยังไม่ถึงว่าเป็นความผิด
แต่ถ้าไม่เรียนรู้เลยจะเป็นความผิด

เพราะการที่ไม่รู้นั้น จะเป็นการปิดกั้นความรู้

อวิชชา^๑ จะครอบงำใจ แต่ถ้าขณะที่เรารู้อยู่ แม้จะเป็นที่หลังก็ตาม
อวิชชาก็จะไม่สามารถครอบงำใจได้

เป็นเพียงแต่เรายังไม่เท่าทันในเวลานั้น ก็ถูกต้อง จะต้องยัง
ไม่เท่าทันทันที จะค่อย ๆ รู้ทันทีหลังอย่างนี้ไปเรื่อย ๆ เสมอ เพราะเรา
กำลังฝึกฝนอยู่ แต่ถ้าถึงขั้นที่เรียกว่า เชียนแล้วนี้ก็จะเท่าทันทันที

อย่าลืมนะว่า ความโกรธนี้เป็นอนาคามีที่ละได้^๒

ฉะนั้น... ระดับปุถุชนนี้ ถือว่าเป็นเรื่องปกติที่จะรู้ไม่ทัน
ตามสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างท่วงที เป็นเรื่องปกติ

แต่ขอให้เรียนรู้แบบนี้ไว้เรื่อย ๆ

ก็ต้องทันในวันใดวันหนึ่ง

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^๑ สมบุปัสสนาสูตฺร ว่าด้วยการพิจารณาเห็นอุปาทานขันธ ๕ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๗
พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๙ สังยุตตนิกาย ขันธวรรค



^๒ โภธสูตร พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๕ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๗
ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ - ธรรมบท - อุทาน - อิติวุตตกะ - สุตตันตปิฎก

พระอาจารย์จาวรุดน โภทฺธิ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมป่านาโสกอัง
วันเสาร์ที่ ๒๗ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๕๖ นาที)



เพราะแต่ก่อนนั้น อารมณ์นี้ไม่เคยถูกรู้

จริง ๆ เรื่องนี้

มีปัญหากับผู้ปฏิบัติตามแนวพระอาจารย์ในระยะแรก ๆ

พระอาจารย์จะบอกว่า...

ไม่ได้เป็นความผิด และไม่ได้ผิดเลย

ปฏิบัติไม่ผิดเลย ปฏิบัติถูกต้องนั่นแหละ

บอกเขาว่า ปฏิบัติถูกต้อง

แล้วทำไมถึงหงุดหงิดมากขึ้น ?

ทำไมถึงโมโหมากขึ้น ?

ทำไมความโกรธถึงเพิ่มมากขึ้นล่ะพระอาจารย์ ?

เมื่อก่อนนี้ความโกรธเหล่านี้ไม่ได้เคยถูกรู้จากเราจริง ๆ ความโกรธเหล่านี้ถูกเก็บไว้ แต่พอความโกรธเหล่านี้เริ่มถูกรู้ สิ่งที่ถูกเก็บเหล่านี้ก็เลยพุ่งพรูออกมา เกิดมาเป็นก้อนของอารมณ์แบบรุนแรง นั่นคือการถ่ายเทอารมณ์เก่า ๆ ที่เคยถูกเก็บไว้ในจิต มาผสมโรงกับเหตุการณ์ที่เกิดในคราวครั้งที่จะถ่ายเทออกมา หรือคลายออกมา

เรียกว่า “การรู้นั้นจะไปทำลายอาสวะ”

ไปล้างอาสวะออกจากจิต

อาสวะ คือ โทสะเหล่านี้จะออกมา จึงเกิดแบบรุนแรง

พระอาจารย์เชื่อว่าถ้าเกิดอย่างนี้ต่อไปเรื่อย ๆ จะไม่ค่อยรุนแรง
แล้วจะค่อย ๆ ลดทอนไป และเบาไป ๆ จากนั้นก็จะหมดไปเรื่อย ๆ

เพียงแต่ตอนนี้เราเริ่มจะเอะใจ แปลกใจว่า

ทำไมปฏิบัติแล้วความโกรธถึงมากขึ้น

พระอาจารย์จาวรณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันเสาร์ที่ ๙ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๘.๒๖ นาที)



การเป็นผู้ฟังโดยมาก ที่เรียกว่า “พหูสูต”
คือ ฟังมาก ๆ ฟังบ่อย ๆ ฟังเรื่อย ๆ
พิจารณาน้อย ๆ พิจารณาเรื่อย ๆ ในการปฏิบัติ
การปฏิบัติ ... คือ ปฏิบัติต่อขั้น ๕
ปฏิบัติต่อความคิดอย่างนี้ให้ถูก อย่างนี้คือการปฏิบัติ
ปฏิบัติอย่างนี้แหละ ... เธอจะเข้าถึงธรรมอันเป็นที่สิ้นทุกข์ได้
ถ้าโน้มตามธรรมได้เมื่อไหร่
“ธรรมจะดึงเราไปสู่ธรรมชาติแห่งการรู้แจ้ง”
อะไรก็ตามที่สมควรรู้แจ้ง จิตก็จะเข้าไปรู้แจ้งในสิ่ง ๆ นั้น
พอรู้แจ้งแล้ว จะดับความไม่รู้แจ้งทั้งปวง ...





วิธีการเดินจงกรม อย่างไร ?

ก้าวเดินไปตามธรรมดา... แขนก็แนบไว้ด้านข้างลำตัว จะแกว่งหรือไม่แกว่ง ไม่เป็นปัญหา ไม่จำเป็นต้องยกขึ้นมากุมไว้ที่หน้าท้องหรือบริเวณเอว ไม่จำเป็น

ปล่อยธรรมดา เดินปกติ ตามองไปข้างหน้า ไม่จำเป็นต้องมองต่ำ มองไปข้างหน้าให้เห็นในระยะที่สบาย ๆ ในขณะที่เดิน

หากอยู่ในวิถีของ “การระลึกถึงพระรัตนตรัย”
ก็ “พุทโธ เม นาโม” ไปเรื่อย ๆ

หากอยู่ในวิถีของ “การท่องธำมะ”
ก็เดินท่องธำมะไปเรื่อย ๆ

หากอยู่ในวิถีของ “การพิจารณาร่างกาย ๖ ขั้นตอน”
ก็เดินพิจารณากาย ๖ ขั้นตอน
กลับไปกลับมา กลับมากลับไป

ไม่มีเทคนิคและวิธีการที่ซับซ้อนไปกว่านี้
คือ เดินธรรมดา

หมุนตัวกลับ ก็หมุนธรรมดา ตามความถนัดของใครของมัน
เดินก็เดินไปตามธรรมดา เดินถึงจุดเร็ว ก็เร็ว ถึงจุดช้า ก็ช้า ขึ้นอยู่กับ
กระบวนการการพิจารณาธรรม

พระอาจารย์จ้าวรณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยววนา
วันพฤหัสบดีที่ ๖ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๓๖ นาที)



๔๗

การพิจารณาความตาย (มรณานุสติ) พิจารณาอย่างไร ?

“การพิจารณาร่างกาย ๖ ขั้นตอน”

ตามแบบที่พระอาจารย์วางไว้ ก็เป็นการซ้อมตายไปในตัว
ทำตามนี้ก็จะได้รับผลประโยชน์ในด้านการปฏิบัติ

ส่วนการพิจารณาความตาย

ตามที่ได้มีกล่าวไว้ในพระไตรปิฎกว่า...

ความตายเป็นของเที่ยง ชีวิตเป็นของไม่เที่ยง
ความตายเป็นของยั่งยืน ชีวิตเป็นของไม่ยั่งยืน
ทุกคนจักต้องตายเป็นแน่แท้

ระลึกบทนี้ไว้อยู่เสมอ ย้ำ ๆ ซ้ำ ๆ เป็นการพิจารณาความตาย
เรียกว่า “มรณานุสติ” ที่พระองค์ทรงสรรเสริญมาก^๑ ให้ตั้งการระลึกไว้อย่างนี้
อยู่เสมอ

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



^๑ พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๒ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๔
อังคุตตรนิกาย ปุญจก - ฉักกนิบาต มรณัสสดีสูตรที่ ๒

พระอาจารย์จาวรุดน โภกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันเสาร์ที่ ๒ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๐.๕๙ นาที)



ในแนวคิดทางตะวันตกหรือแนวคิดทางฝรั่งนี้
เขาเข้าไปไม่ถึงสัจจะ เขาจึงอยู่ในชั้นของความดี

เขาเลยสอนกันในแง่ของความดี ซึ่งเป็นขอบเขตที่เขาสามารถ
สอนกันได้ แต่เกินไปกว่านี้เขาสอนไม่ได้

แต่ทางพระพุทธศาสนาเราสอนเกินกว่าความดี
เรียกว่า สัจจะ

“สัจจะ เรียกว่า ความจริง”

ความจริงนี้ เรียกว่า *มรณานุสติ* เป็นความจริงที่ทุกคนจะต้องเจอ
หรือเผชิญ เรียกว่าง่าย ๆ ว่าจะต้องเกิดกับคนทุกคน ทั้งคนดี ทั้งคนที่ไม่ดี

ฉะนั้น... การระลึกถึงความตาย เรียกว่า *มรณานุสติ* นี้
เป็นการเข้าถึงความจริงอีกทางด้านหนึ่ง ที่จะทำให้เราเกิดปัญญารอบรู้
สิ่งที่จะเกิดขึ้นกับเรา เพื่อที่จะทำให้เราไม่ประมาทและจะดำรงสติอยู่ได้
เมื่อถึงกาลแห่งมรณภัยมาถึง จะละชีวิตด้วยความไม่หลงสติ ระลึกรู้
อยู่ภายในตนเองตลอดว่า **นี่คือความจริง นี่คือสัจจะ**

ฉะนั้น... ชั้นความดี คือชั้นของความดี
ชั้นของสัจจะ สูงส่งกว่าความดี
ความดีตกอยู่ในภายใต้ความไม่แน่นอน
แต่สัจจะเป็นความจริงที่เป็นอยู่อย่างนี้
ไม่มีทางเปลี่ยนแปลง

ความตายเกิดขึ้นกับคนทุก ๆ คน... ไม่มีใครสามารถที่จะไป
เปลี่ยนแปลงสัจจะข้อนี้ได้ พระพุทธองค์ก็ทรงเปลี่ยนไม่ได้ พระองค์ก็เสด็จ
ดับขันธปรินิพพาน พระอริยสงฆ์สาวกทั้งหลายทุกคนก็ตาย

ฉะนั้น ความดีเปลี่ยนแปลงได้
ตอนนี้ดี ตอนต่อไปไม่ดีก็ได้

แต่สัจจะเป็นความตาย เปลี่ยนแปลงไม่ได้
มันจึงมีความมั่นคงกว่า และทำให้เราเข้าถึงปัญญา
ที่รวบรวมสิ่งดี ๆ ให้มาเกิด บังเกิดขึ้นกับเรา

พระอาจารย์จาวรณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันเสาร์ที่ ๒๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๔.๐๗ นาที)





การบริการ คืออะไร การภาวนา คืออะไร ต่างกันอย่างไร ?

พระพุทธเจ้าทรงกล่าวเปรียบเทียบไว้ว่า...

การบริการ ก็คือ การปรับพื้นที่

ปรับ แปลว่า รอบ

กัมมะ (กรรม) ก็คือ การกระทำ

(แปลรวมแล้ว) คือ การกระทำให้รอบ ก็คือ ปรับพื้นที่

ถ้าสมมติว่า เราต้องการจะสร้างบ้านเรือนตรงที่รก ๆ มีหญ้า
มีต้นไม้ ตรงนั้นเลย โดยที่เราไม่ได้ปรับพื้นที่ บริการนั้นก็คือ การปรับ
พื้นที่ให้เหมาะแก่การที่จะปลูกสร้างบ้านเรือน

การบริการในพระพุทธศาสนาก็คือ การปรับจิตของเราให้ว่าง
ให้เบา ว่างจากอกุศลธรรม เมาจากการปรุงแต่งทั้งหลาย จึงมีศีล สมาธิ
เข้ามาสู่ในระบบของการทำบริกรรมจิต

**การระลึกถึงพระรัตนตรัย ก็จัดว่าอยู่ในส่วนของการบริการ
คือ ปรับจิตของเราให้ว่างจากอกุศลที่เข้ามาปรุงแต่ง**

ว่างในตอนนั้น ก็สามารถเจริญอริยมรรคได้ในตอนนั้น

ถ้ามีอกุศลมาปรุงแต่งใหม่ภายหลัง อกุศลนั้นก็จะถูกปฏิบัติ ถูกรู้

ถูกเข้าใจ และก็ถูกแก้ไข เพราะว่าในเรื่องของความเพียร ก็คือ **ละอกุศล** ที่เกิดขึ้น **เจริญกุศลให้เกิดขึ้น** ก็คือยังมีกุศลและอกุศลเข้ามาเกี่ยวข้อง แต่ในกิจของการเจริญมรรคอยู่ ก็ยังมีกิจของการแก้ไขอกุศล คือ ละอกุศล ที่เกิดขึ้นอยู่ และระวังอกุศล (ใหม่) ไม่ให้เกิดขึ้น แต่มันยังจะต้องเกิดอยู่ดี จึงต้องมีการทั้งละและระวัง

ทำไมต้องละ?

ถ้ามันเกิดขึ้น ก็ต้องละ ถ้าไม่ละ มันก็จะเจริญขึ้นไปเรื่อย ๆ
แต่จะห้ามไม่ให้มันเกิด ไม่ได้

ฉะนั้น ใน **ปธาน คือ ความเพียร ๔** จึงมีการละในส่วนที่เกิดขึ้นแล้ว และระวังไม่ให้มันเกิดขึ้น แต่จะระวังแค่ไหนก็ตามมันก็ยังจะเกิดขึ้นอยู่ดี แต่ก็พยายามเจริญกุศลอยู่ในจังหวะที่อกุศลไม่มา... พยายามทำอยู่ อย่างนี้แหละ

บริกรรม ก็คือปรับจิตของตัวเราไว้อยู่เรื่อย ๆ
อันนี้ก็คือการบริกรรมในทางพระพุทธศาสนา

ส่วน **การภาวนา คือ การเจริญอริยมรรค**^๒
เพราะการภาวนามีมาในมรรค ๘

ที่พระองค์ทรงใช้คำว่า
ภาวิตัง (เจริญขึ้นแล้ว - กตญาณ)
ภาเวตัพพัง (ควรเจริญขึ้น - กิจจญาณ)^๓

ภาวิตัง ก็คือ การภาวนา แปลว่า การเจริญขึ้น

ฉะนั้น การเจริญในข้อนี้ คือการเจริญความเห็นให้ถูกต้อง
คือ สัมมาทิฏฐิ

การเจริญความเห็นของสัมมาทิฏฐิ คือ การเห็นทุกข์ เห็นเหตุ
ของทุกข์ เห็นความดับของทุกข์ เห็นข้อปฏิบัติเป็นไปเพื่อความดับทุกข์

ถ้าเราเห็นสิ่งเหล่านี้อยู่แล้วในวิถีชีวิตปกติ ภาวนาก็เกิดขึ้น
ในขณะนั้น ไม่ใช่ไปนั่งภาวนา ไปเจริญภาวนา เจริญสติอะไรต่าง ๆ แต่คือ
การเห็นอย่างถูกต้อง นั่นคือการภาวนา

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ บริกรรมภาวนา



๒) พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม กิจในอริยสัจ ๔



๓) พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม ญาณ ๓

พระอาจารย์จวนโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันเสาร์ที่ ๒ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๔๐ นาที)



สมองอยู่ในส่วนของ รูปธรรม (รูปขันธ์/ร่างกาย)

ซึ่งรูปขันธ์นี้ไม่สามารถที่จะคิดเองได้

ความคิดเป็น นามธรรม (นามขันธ์)

ที่เป็นตัวสร้างความคิดขึ้นมา

บางคนบอกว่า ถ้าสมองคิดไม่ได้

ให้ลองตัดสมองออกสิ แล้วเราจะคิดได้ไหม ?

ตามที่เรารับรู้ตามหลักพระพุทธศาสนา เทวดามีสมองไหม ?

ก็ไม่ได้มี เพราะใช้ร่างกายเป็นทิพย์ เปรต ผี ปีศาจ เขาก็ไม่ได้

ใช้สมอง ใช้ร่างกายเป็นทิพย์

ที่ต้องใช้สมอง คือ มนุษย์กับสัตว์เดรัจฉาน ๒ จำพวกนี้ แต่ที่นี้

ถ้าเราพูดถึงเทวดาก็จะนอกเหนือจากวิทยาศาสตร์ เราจะพูดถึงแต่กายภาพ
ที่เกิดขึ้น

คนที่แม้จะเป็นโรคอัลไซเมอร์ หรือสมองพิการ หรืออะไร
ที่ไม่สามารถคิดทางสมองได้ แต่ภายในจิตคิดได้ ยังคิดยังปรุงแต่ง ยังรับรู้
เพียงแต่ว่าก่อนสมองไม่ตอบสนองต่อความคิดชนิดนี้ สมองมีหน้าที่ในการ
สั่งการให้อวัยวะทางกายทำสิ่งต่าง ๆ ตามสิ่งที่คิด

ถ้าจิตไม่คิด สมองไม่สามารถไปตอบสนอง หรือไปรับผลทางความคิด หรือสั่งการทางกายให้ไปกระทำต่ออวัยวะ เช่น ยกแขน เหยียด คู้ เหลียวแล กระพริบตา อ้าปาก พูดคุย นี่เป็นการรับคำสั่งจากจิต อันเป็นความคิดนี้ แล้วสั่งการไปตามอวัยวะทางกาย

ฉะนั้น สมองมีหน้าที่ในการสั่งการเท่านั้นเอง
คือรับข้อมูลและสั่งการออกไป แต่การสั่งการก็สั่งการไปด้วย
กระแสของความคิดจากภายใน

ในทางพระพุทธศาสนาหรืออิทธิธรรมจึงกล่าวไว้ว่า...

จิตตชวาโย จิตเป็นสมุฏฐานของทุกอย่างในกายสังขารนี้

ถ้าไม่มีจิต เช่น คนตาย

มีสมองใช้ไหม คิดได้ไหม ไม่ได้ใช้ไหมล่ะ

พระอาจารย์จรรย์มโน ภิภุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันอังคารที่ ๙ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๑๕ นาที)



๑๐๑

จิตที่ถูกปรุงแต่งด้วยความคิด
เรียกว่า จิตส่งออกไปข้างนอก
ใช่หรือไม่ ?

โดยปกติแล้ว จิตมันไม่เคยถูกส่งออกนอกเลย...

ไม่ว่ากรณีใด ๆ ทั้งสิ้น จิตไม่เคยออกไปข้างนอก เราจะเข้าใจว่า
ออกนอกอย่างไรก็ตาม จิตก็ไม่เคยออกนอก ถ้าเราไม่เคยเข้าใจจิต ก็เลย
เข้าใจว่าจิตออกไปข้างนอก ส่งออกไปนั่น ไปนี่

“โดยปกติแล้วจิตจะอยู่ที่ หทัยวัตถุ”

ก็คือ หัวใจเรานี้ เป็นที่ตั้งของการดำรงอยู่ของจิต^๑

การที่เราเห็นว่าจิตเราส่งออกนอก แท้ที่จริงแล้วก็คือ

การที่จิตที่อยู่ภายใน

แต่เอาเรื่องราวข้างนอกมาคิด เท่านั้นเอง...

แต่การที่จิตเอาเรื่องภายนอกมาคิดอยู่ภายใน

เรากลับไปเข้าใจว่าจิตส่งออกนอก

ความเข้าใจที่เราเข้าใจว่าจิตส่งออกนอกนี้ เป็นตัวที่ทำให้เรา
หลงเข้าใจจิตผิด และจะเป็นตัวทำให้เราเชื่อว่าจิตนั้นส่งออกนอกจริง ๆ
ด้วยความเข้าใจนั้น ซึ่งจะเป็ข้อผิดพลาดหลาย ๆ เรื่อง ก็คือว่า ถ้าเราเชื่อว่า
จิตเราส่งออกนอกจริง เราก็จะต้องดึงจิตเรากลับเข้ามาสู่ภายในอย่างนี้
อยู่เรื่อย ๆ

พระอาจารย์จึงบอกว่า... ไม่ต้องไปดึงให้จิตกลับมาสู่ภายใน
ให้เข้าใจเลยว่าจิตอยู่ข้างในอยู่แล้ว มันไม่ได้ส่งออกนอกไปไหน เป็นเพียง
การเก็บเรื่องภายนอกไปคิดอยู่ภายใน แค่นั้น

ครูเงาะ: มีตัวรับ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไปรับหน้าที่
เราไม่ได้มีการไปดึงกลับ เราแค่มีหน้าที่รู้ คือ รู้ว่าตอนนี้อะไรเกิด
อ้อ ตอนนี้ได้ยิน ตอนนี้ไม่ชอบ ตอนนี้จำได้ ตอนนี้ปรุงแต่ง เราก็รู้อยู่ตรงนี้
จริง ๆ ก็คือเหมือนดึงกลับ แต่ว่าไม่ใช่ดึงกลับ มันคือการมีสติรู้ตามความ
เป็นจริงใช้ไหมคะพระอาจารย์ ?

ถูกต้องเลย สติจะเกิดขึ้นตรงนี้

เราจะรู้เลยว่าจิตไม่เคยไปไหน ถ้าเราเข้าใจจิตจริง ๆ ว่าจิตอยู่
ตรงนี้ตลอดเวลา สติก็จะอยู่ตรงนี้ไม่มีทางไปดึงจิตกลับมา ไม่ต้องไปควบคุม
จิตใด ๆ ทั้งสิ้น

รู้จิตตามความเป็นจริง ในภาวะการณ์ที่มันเป็นแบบนี้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) พระไตรปิฎก เล่มที่ ๔๓ พระอภิธรรมปิฎก เล่มที่ ๑๐
ปฏิสานปรกรรม ภาค ๔

พระอาจารย์จาวรณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงแก้ววนา
วันเสาร์ที่ ๒๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๓๑ นาที)



๑๐๒

ถ้าเราไม่มีสติ ยึดอุปาทาน
มันจะเกิดเป็นภพเป็นชาติ
แต่ถ้าเรากำหนดรู้
ภพชาติจะสันลงใช้หรือไม่ ?

ใช่...

พระพุทธเจ้าทรงสอนเราว่า กายไม่ใช่เราใช่ไหม แล้วเราก็เข้าใจ
เราก็รับรู้ความเข้าใจแบบนี้มาตลอดว่า กายก็ไม่ใช่เรา แม้กระทั่งจิต
ก็ไม่ใช่เรา

ที่นี้ถามว่า จิตเกิดจากอะไร ?

ก็เกิดจากสิ่งเหล่านี้

คือ เกิดจากองค์ประกอบของแต่ละส่วนในจิต

กาย คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม

จิต มี เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ประกอบกัน

และยังประกอบไปด้วย ราคะ โทสะ โมหะ ประกอบด้วย
มิจฉาทิฏฐิ ประกอบด้วยสัมมาทิฏฐิ ประกอบด้วยสติ เหล่านี้ประกอบเข้าไป

แต่ถ้าเราค่อย ๆ เรียนรู้สิ่งนี้ทีละตัว ทีละตัว

อวิชชา ที่เรียกว่า ความไม่รู้ จะหายออกไป

พอหายออกไป จะทำให้เราเห็นว่า “อ้อ นี่กาย ไม่ใช่เรา”

จึงปรากฏว่า ความเป็นเราในกายหายไปหนึ่งขณะ

จิตไม่ใช่เรา

อย่างเช่น ราคะ เราไม่ใช่ราคะ

โทสะไม่ใช่เรา เราไม่ใช่โทสะ

จิตอย่างนี้เป็นจิตที่เรียกว่า จิตไม่ใช่เรา เราไม่ใช่จิต

สิ่งที่เรียกว่า ภพถูกตัด

เพราะความที่ว่าเราไม่เกิดเป็นจิตนั้น ขณะที่เราเห็น เราไม่เกิดเป็นกาย เราไม่เกิดเป็นขันธ เราไม่เกิดเป็นจิตด้วย แต่ละขณะ ๆ นั้น เรียกว่า ดับความเกิดแต่ละขณะ คือ เราก็จะไม่เกิดเป็นจิตในขณะนั้น ไม่เกิดเป็นกายในขณะนั้น อย่างนี้

ถ้าเรามองดูดี ๆ แล้ว ภพจะถูกตัด เหมือนกับว่าหั่นภพ

หั่น หั่น หั่น ไปเรื่อย ๆ จนกว่าความเห็นที่เรียกว่า สัมมาทิฐิ จะบริบูรณ์เต็มที่ จะสามารถเห็นทั้งหมดทั้งหมด เห็นว่าปรุงแต่งกันยุ่งังง คือ มีเหตุให้เกิดขึ้น ให้ตั้งอยู่ยุ่งังง อะไรดับไป สิ่งเหล่านี้ก็ดับไปด้วย

พระอาจารย์จาวรุธ โภก (พระอาจารย์ต้น)

ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live

วันเสาร์ที่ ๙ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔

สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๓๑ นาที)



ใช่... เราต้องฝึก

ตอนที่พระอาจารย์บวชใหม่ ๆ นี่ ฝึกขัดแย้งกับนิสัยเดิมของตน
ขัดแย้งกับสิ่งที่ตัวเองเคยเป็น ก็ฝึกมาก

วิธีการที่จะทำให้การฝึกของเราสามารถไปสู่ข้อปฏิบัติที่ถูกได้
ก็ไปอ่านเจอคำสอนของพระพุทธเจ้า พระองค์ตรัสไว้ว่า...

“ให้ตั้งฉันทะ”

ถ้าสิ่งไหนที่เราฝึกทำมาก ๆ บางทีบีบคั้นในใจตนเองมาก วิธีการ
คือตั้งฉันทะ คือ **พอใจที่จะทำในสิ่งนั้น** จะทำได้หรือทำไม่ได้ จะชอบทำ
หรือไม่ชอบทำก็ตาม ให้ตั้งฉันทะขึ้นมา ตั้งความพอใจที่จะทำ

เพราะเราอยู่ในวิสัยของผู้บวชเข้ามาแล้ว เราจะไปพอใจเรื่องอื่น
ทำไม แล้วการพอใจในเรื่องอื่นก็จะมีแต่ทำให้เราไม่อยู่ในวิสัย และฐานะ
ของตัวเองที่เป็นพระสงฆ์อยู่ เราก็ควรที่จะพอใจในการประพฤติตามธรรม
จะฝึกจะอะไรก็ต้องฝึก ทำในขอบเขตในสิ่งที่เราเป็นอยู่ ฝึกฝึกตัวเอง
อยู่อย่างนี้

การฝึกฝนเป็นส่วนหนึ่งของการประพฤติธรรม ที่เราจะต้องทำ
ขึ้นมา เพราะว่าไม่มีใครมาชี้ถูกชี้ผิดให้กับเราได้เลย ถ้าไม่มีหลักคำสอน
ที่คอยมาบอกสอนเรา

ฉะนั้น ทุกคนไม่สามารถฉลาดเองได้ โดยไม่มีคำกล่าวสอน
คำกล่าวสอนจึงเป็นความสำคัญอย่างยิ่ง ที่เราควรจะนำมาสู่การโน้มน้าวจิต
โน้มน้าใจเข้าไปสู่การทำ หรือสร้างให้มีขึ้น แล้วรอรับผลประโยชน์ในข้อปฏิบัติ
แห่งคำสอนที่ดีในหลักการทางพระพุทธศาสนาของเรา แล้วประโยชน์
อันนั้น ยังจะเกิดขึ้นกับเราอยู่ แล้วมีผลตอบแทนอันอเนกให้แก่เรา
ผู้ซึ่งปฏิบัติแน่นอน

**ฝึกไปเถอะ ตอนแรกก็ยุ่งยากหน่อย
แต่พอถึงจุดหนึ่งแล้ว มันจะอยู่ตัวเอง**

อาศัยการฝึก และเห็นคุณค่าของการฝึกอย่างมากเลยว้า...
ความฝึกนี้ คือ สิ่งที่ทำให้รอดมาถึงทุกวันนี้ได้

พระอาจารย์จาวรุณ โภกขุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ ภูฏันธาดตันธรรม เขาใหญ่
วันเสาร์ที่ ๕ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๒๐ นาที)



ความเจ็บปวด เป็นความจริงที่ปรากฏกับเรา

ถ้าเรายังอยู่ในวิสัยของผู้ยึดติดก็ต้องยึด

แต่ถ้าเราไม่ได้อยู่ในวิสัยของผู้ยึดติดแล้ว

ก็ไม่ได้มีปัญหาอะไร

ที่นี้ เราจะพูดในฐานะของผู้ที่อยู่ในวิสัยของผู้ยึดติด

อย่าพยายามจะไม่ยึดติดกับความรู้สึกเจ็บปวดที่เกิดขึ้น เพราะ
วิสัยของการยึดติดนั้นมีอยู่แล้วในตัวคนโดยปกติ จนต่อเมื่อการปฏิบัติ
ที่เรารู้ความเจ็บในร่างกายเราด้านเวทนาว่า...

“นี่คือเวทนา

นี่คือการเกิดขึ้นของเวทนา

นี่คือการปรุงแต่งของเวทนา

เวทนาปรากฏกับร่างกาย

เวทนาแสดงออกต่อร่างกาย

เวทนาที่มีอยู่ คือส่วนหนึ่งของชีวิตที่มีอยู่ในตัวเรา”

เข้าใจความจริงของชีวิตอย่างนี้ไปเรื่อย ๆ แม้จะยึดติดอยู่ก็ตาม

แต่ความรู้จากการพิจารณานี้... จะเข้าไปสู่การคลายละวาง
การยึดติดนั้นได้เอง ให้เข้าใจอย่างนี้

การดูเวทนา มีแง่มุมอย่างนี้ว่า... เวทนา เมื่อเกิดขึ้นกับเรา
จะมีอนุสัยนอนเนื่องไปในเวทนานั้นหรือไม่ ? เช่น

สุขเกิดขึ้น มีราคะนอนเนื่องหรือไม่ ?

ทุกข์เกิดขึ้น มีปฏิฆะนอนเนื่องหรือไม่ ?

เราไม่ได้ไปกำหนดเวทนาชนิดนั้นตรง ๆ ในตัวของเวทนา แต่เรา
จะดูตรง **ราคะ หรือ ปฏิฆะ**

ราคะ คือ ความพึงพอใจ ยินดี

ราคะนี้ไม่ได้ผิดหรอก แต่จะผิดตรงที่ว่า เราไม่รู้ว่ราคะเกิดขึ้น
การเกิดขึ้นของราคะต่อความสุขนั้นไม่ผิด เป็นธรรมชาติอันหนึ่ง แม้ราคะนั้น
จะเป็นอนุสัยก็ตาม แต่สิ่งนี้จะป็นอนุสัยกิเลสต่อเมื่อ **เราไม่ได้กำหนดรู้**

แต่ถ้าอนุสัยโดยธรรมดา เช่น สุข เราก็พึงพอใจ อันนี้เป็นอนุสัย
ธรรมดา แต่ความเป็นธรรมดาอย่างนี้เราไม่เข้าใจและไม่รู้ทัน **อวิชชา**
จะเข้ามาทำหน้าที่บนราคะนั้น เพื่อตั้งราคะนั้นที่อิงอาศัยเวทนา
ไปเป็นเชื้อแห่งภพ

แต่ถ้าเรารู้อยู่ ตัวพึงพอใจก็มีเหมือนเดิม ไม่ได้เสียหายอะไร
เพียงแต่อวิชชาไม่มี เมื่ออวิชชาไม่มี เชื้อแห่งภพก็ไม่มี เพราะถึงเวทนานั้น
ดับไป อนุสัยนั้นก็ดับไปด้วย

ปฏิกษะก็เหมือนกัน... ปฏิกษะเกิดมาเพื่อแสดงอาการปฏิกษะ
ต่อสิ่งที่ เป็นทุกข์ คือ ไม่ชอบใจ

เรารู้ตามความเป็นจริงว่าสิ่งนี้เราไม่ชอบใจ แต่อย่าไปให้วิชา
เข้าไปมีที่ตั่ง คือ เราต้องกำหนดรู้ ฉะนั้นการดูเวทนาก็เพื่อให้เห็นอนุสัย
พวกนั้นนอนเนื่องเท่านั้นเอง เพื่อไม่ให้วิชาเข้ามาอาศัยตรงนี้

ทีนี้เราจะเข้าใจกระบวนการที่เรียกว่า...

กระบวนการของขันธตามความเป็นจริง นี่คือการบวนการของ
อนุสัยของจิตตามความเป็นจริง

ถ้าเรารู้บ่อย ๆ เราจะสามารถแยกตัวของตัวมันออกว่า

“มันประชุมกันอย่างนี้ รวมตัวกันอย่างนี้

เกิดเหตุปัจจัยอย่างนี้”

สิ่งเหล่านี้จะเป็นปัญญาของจิตเอง

พระอาจารย์จาวรณโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันเสาร์ที่ ๙ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๘.๒๐ นาที)





การปฏิเสธสิ่งที่ไม่พอใจ
แสดงว่า ... ผู้กตอดอยู่กับความพอใจบางอย่างอยู่
จึงปฏิเสธสิ่งที่ไม่พอใจ
นั้นแหละ ... เพราะ รากะ เป็นตัวก่อให้เกิด ปฏิยะ

เป็นเพราะการปฏิบัติ...

เพราะขณะเราปฏิบัติอยู่ ระบบของสติและปัญญาจะทำให้มีภาวะลักษณะหนึ่ง ซึ่งเป็นธรรมชาติที่จะก่อให้เกิดการดึงเอา หรือเหนี่ยวรั้งเอาเรื่องราวที่สะสมในจิตเรามาตั้งแต่อดีต คือ การไปหวนนึกเรื่องอดีตขึ้นมา

ไม่ได้เป็นความผิด เพราะเป็นกลไกในระบบของการปฏิบัติ โดยการที่จะไปดึงเอาหรือไปคุ้ยเอาเรื่องเก่า ๆ ขึ้นมา แต่ไม่ได้คุ้ยขึ้นมาเพื่อสร้างปัญหาให้กับเรา

ถ้าเราไม่เข้าใจ เราจะนึกว่า เฮ้ ! ทำไมเรายังปฏิบัติจิตเราถึงยังไปคุ้ยแต่เรื่องอดีตขึ้นมา ?

เพราะการปฏิบัติ^{นี้} จะพยายามสอดส่องเข้าไปในจิต

ตัวมรรค/ตัวสัมมาทิฐิ จะเข้าสอดส่องไปในจิต ว่ามีอะไรอยู่ในจิต และดึงเรื่องเหล่านั้นออกมาชำระล้าง และขัดเกลาจิตเราให้สะอาดบริสุทธิ์หมดจด จากเรื่องเหล่านั้น

ฉะนั้น เรื่องใดก็ตามที่จิตติด จิตข้องเกี่ยวพัวพัน จิตเกาะเกี่ยว จิตผูกพันมา มีแรงยึดในระบบของอุปาทาน สติปัญญาจะไปดึงเรื่องนั้น มาคลี่คลาย แกไข โดยทำกิจของอริยสัจในการกำหนดรู้ แกไข และละมัน

ฉะนั้น ลักษณะของการที่เราปฏิบัติธรรมแล้วเรื่องราวในอดีตผุดขึ้น ให้เข้าใจได้เลยว่า นั่นคือการชำระล้างอนุสัยของจิต ชำระล้างอาสวะของจิต และชำระล้างกิเลสที่ฝังแน่นอยู่ในจิตของเรา พอมันชำระล้างเสร็จ ก็จะดับไป ดับไป ในแต่ละเรื่อง จิตเราจะรู้สึกเบาสบายในภายหลัง

แต่ตอนที่กำลังชำระล้าง เราอาจจะเหนื่อย ต้องยอมต่อสภาพการณ์ ที่จิตได้ถูกดึงเรื่องราวเหล่านี้ รื้อของเก่าออกมาอย่างนี้เพื่อชำระล้าง ในจิต กำลังชำระล้างอาสวะอยู่ภายใน

ไม่ต้องกลัว...

ขอให้สร้างความเข้าใจไว้ ยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้นในขณะนั้น เพราะการชำระล้าง เหมือนกับการขัด การถู ก็ต้องมีการขัดเกลา จึงจะสะอาดบริสุทธิ์ใช้ใหม่

เรามีการกระทบกระทั่งกับเรื่องราวต่าง ๆ ในอดีตที่ผ่านมาแล้ว ขอให้เรารู้ ตั้งความรู้ ตั้งความเข้าใจ และมีสติปัญญากำหนดรู้ตามหลักอริยสัจ

อย่าลืมนะว่า สิ่งที่เราากำลังทำคือ *ปัจจุบันธรรม*

สิ่งที่กระแสนของการปฏิบัติไปถึงเอาเรื่องราวในอดีตขึ้นมาชำระ เป็นอีกเรื่องหนึ่ง ตัวเราคือปัจจุบัน แต่เรื่องราวเหล่านั้นเป็นสิ่งที่เราจะต้อง

เข้าไปรู้ เข้าไปสร้างความเข้าใจจนกว่ามันจะดับหมดไป จิตใจเราก็จะรู้เอง
จะเกิดความเบาความสบายขึ้นมาจากภายใน

เรื่องนี้เป็นเรื่องที่สำคัญ

เพราะเราไม่รู้หรอก... บางเรื่องซ่อนอยู่ในใจเราตั้งมากมาย
ก็เรื่องต่อกี่เรื่อง แล้วไม่ได้ถูกแก้ไข ไม่ได้ถูกชำระล้าง

ข้อปฏิบัติทั้งหลายจะเข้าสู่การแก้ไขและชำระล้าง
ขอให้เข้าใจอย่างนี้ อย่าวิตกกังวล

พระอาจารย์จาวนโณ ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันศุกร์ที่ ๒๔ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๓.๕๔ นาที)



กามราคะพิจารณายังไง ก็ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้

นั่นคือสิ่งที่มีอยู่จริงในตัวคนทุกคน

ต้องบอกว่า ทุกคนเกิดมาจากกาม...

การที่กามปรากฏ ไม่ใช่เรื่องที่ผิดปกติ ไม่ใช่เป็นเรื่องเสียหายอะไร
กามราคะเป็นเรื่องของพระอนาคามีที่จะละได้ ทั้งปุถุชนและแม้แต่
พระโสดาบัน พระสกทาคามีเอง ยังมีสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่อยู่ประจำธาตุ
ประจำชั้น

สิ่งที่เราจะสามารถทำได้ก็คือ

“การระลึกถึงพระรัตนตรัย”

มีสติ ตั้งhiri - ความละเอียดต่อบาป

โอตตปปะ - ความเกรงกลัวต่อบาป ให้อัตติ

เพื่อที่จะไม่ละเมิดเกินกว่าความเป็นจริงที่เราจะกระทำ และ
ฝึกฝนอารมณ์เหล่านี้ ฝึกฝนไปตรง ๆ ฝึกที่จะไม่ทำตามมันตรง ๆ
อย่าคล้อยตาม อย่าโอนตาม อย่าเอนตาม เท่านั้น

พระอาจารย์จรรย์มโน ภิภุ (พระอาจารย์ต้น)

ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live

วันเสาร์ที่ ๒๑ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๔

สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของวันนี้ได้ใน QR code (๒.๑๒ นาที)



๑๐๗

จริต ๖ ที่อยู่ในตัวมนุษย์มีอะไรบ้าง
หลักปฏิบัติธรรม
ของแต่ละจริต แตกต่างกันอย่างไร ?

จริต แปลว่า ความประพฤติ

พฤติกรรมของตัวเราเองนี้แหละ เรียกว่า จริต

พฤติกรรมของมนุษย์ทั่ว ๆ ไป ทั้งหมดในโลกนี้ รวม ๆ แล้วมี
ทั้งหมด ๖ จริต เรียกว่า **จริต ๖** เรียกว่า การประพฤติ เรียกว่า การเป็นไป
คือ ความเป็นไปของ กาย วาจา ใจ ของเรา เป็นไปทางด้านไหน

ถ้าเป็นไปทางด้าน...

ราคจริต ก็คือ เป็นไปทางความรักสวย รักงาม

โทสจริต กาย วาจา ใจ ก็เป็นไปทางแสดงอารมณ์โมโหโกรธา

โมหจริต ก็จะเป็นประเภท เชื่อง่าย

วิตกจริต คิดมาก ขี้วิตก กังวล

พุทธิจริต ไม่เชื่ออะไรง่าย ๆ

ศรัทธาจริต คือ การเชื่อในเหตุและผล แต่ถ้าเชื่อง่าย ๆ แบบว่า
ไม่ได้ฟังเหตุผลเลย อันนี้เรียกว่า โมหะจริต

จริตทั้ง ๖ นี้ มีอยู่ในคนทุกคน แต่จริตไหนมากหรือน้อย จริตนั้น
ก็จะแสดงออกมาอย่างเด่นชัด จริตที่มากก็จะแสดงตนเองออกมามาก
จริตที่น้อยก็อ่อนน้อมไป ก็จะมีประปราย

แล้วการใช้ความรู้สึกของตนเองตามจริต โดยคิดว่าการปฏิบัติธรรม
ของเราอย่างนั้นถูกจริต อย่างนั้นไม่ถูกจริต อย่างนั้นเหมาะกับจริต อย่างนี้
ไม่เหมาะกับจริต

เราจะใช้อย่างนี้ไม่ได้

เพราะจริต ฟังชื่อคูลี รากจริต โทสจริต โมหจริต วิตกจริต
พหุธิจริต ศรัทธาจริต แต่ละชื่อ มักจะเป็นชื่อที่เจือปนไปด้วยกิเลสทั้งนั้น
การที่จริตเหล่านี้เกี่ยวเนื่องกับกิเลสอยู่ แล้วใช้กิเลส ใช้จริต เป็นตัว
กำหนดการปฏิบัติธรรมว่าอย่างนั้นถูกจริต อย่างนี้ไม่ถูกจริต ถือว่าเป็นการ
เอากิเลสไปกำหนดการปฏิบัติ

ฉะนั้น พระอาจารย์จึงสอนลูกศิษย์เสมอว่า ตัดเรื่องจริตออกไป
อย่าเอาคำว่า ถูกจริต หรือไม่ถูกจริต มาเป็นข้อกำหนดในทางด้านการปฏิบัติ
หรือไม่ปฏิบัติ

“จะจริตแบบไหนก็ตาม
ต้องปฏิบัติตามหลักการแห่งสังขะนี้”

ทุกจริตจะมีทุกข์
ทุกจริตจะมีเหตุของทุกข์
ทุกจริตจะมีความดับของทุกข์
ทุกจริตจะต้องมาปฏิบัติขอมรรคนี้
จึงจะสามารถละกิเลสได้

จะจิตไหนก็ตาม ต้องมาปฏิบัติในข้อของมรรคนี้ ซึ่งเป็นสัจจะอันเดียวกัน เมื่อปฏิบัติถึงความเป็นโสดาบันแล้ว ถึงตอนนั้นจึงจะรู้จักจิตแท้ ๆ ของตนเอง ก่อนที่เข้าถึงโสดาบัน ไม่มีใครรู้จักจิตแท้ของตัวเองหรอก ฉะนั้นปฏิบัติให้เข้าถึงโสดาบันก่อน จิตถึงจะมา พอจิตมาปุ๊ป ทำตามจิตได้ตอนนั้น เมื่อเราทำตามจิตแล้วก็ไปง่ายเลยทีนี้ ชอบจิตในด้านไหน นั่งสมาธิก็ไปนั่งเลยตอนนี้

นี่คือ จิตของมนุษย์ที่มีอยู่ในชีวิตของมนุษย์ทุกคน

และเมื่อเราเรียนรู้จิต ๖ ประการนี้ว่า มีอยู่ในชีวิตคนทุกคน จึงเป็นเรื่องปกติมาก ที่คนอยู่รอบตัวเรานั้นจะแสดงจิตของตนเองออกมา ไม่ใช่เรื่องผิดปกติอะไรเลย บางคนแสดงโทสจิตออกมา ก็ไม่ใช่เรื่องผิดปกติ

รู้ธรรมชาติของเขาว่า...

“อ้อ เขาเป็นแบบนี้ของเขาอย่างนี้”

เมื่อรู้ว่า เขาเป็นของเขาอย่างนี้ ก็ทำให้ถูกนิสสัยกันซะ มันก็จบอย่าไปใช้จิตเพื่อที่จะขัดแย้งกันและกัน อย่างนี้จะเกิดความเสียหายมาก เข้าใจเรื่องจิตนี้ให้ได้

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม จิต

พระอาจารย์จาวนโม ภิกขุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันศุกร์ที่ ๒๔ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๕.๒๕ นาที)



การที่จะทำให้สติคงที่อยู่เหมือนเดิม

เป็นเรื่องผิดปกติ และผิดจากธรรมชาติ เพราะอะไร ?

เพราะสติก็ไม่เที่ยง สติเป็นปัจจัยปรุงแต่งขึ้น ไม่เที่ยง

ฉะนั้น เราต้องกลับไปดู กลับไปทบทวนดูว่า ก่อนหน้านั้นสติเรา
เคยเกิดขึ้นด้วยวิธีการอันใด เราจะต้องทำให้เกิดขึ้นในวิธีการนั้น

เมื่อสติเป็นธรรมชาติ เหมือนกับธรรมชาติปรุงแต่งอย่างอื่น คือ
เกิดขึ้นแล้วก็ดับ ฉะนั้น **สติจึงเกิดและดับได้**

การเจริญสติ เราจะต้องอาศัยการเจริญสติบนความเห็นที่ถูกต้อง
อย่างนี้ว่า...

สติที่เคยทำมาแต่ก่อนนี้ ก็เป็นสติของแต่ก่อนนี้

สติที่ทำในตอนนี้ ก็เป็นสติในตอนนี้ ไม่ใช่สติของวันพรุ่งนี้

สติที่ทำของวันพรุ่งนี้ ก็เป็นของวันพรุ่งนี้ ไม่ใช่สติของวันนี้

สติของวันนี้เป็นแบบไหน อย่างไร ก็เป็นสติของวันนี้

สติของวันพรุ่งนี้จะเป็นอย่างไร ก็เป็นสติของวันพรุ่งนี้

สติของวันก่อนที่แล้ว จะติดยังไงก็ตาม ก็เป็นสติของวันก่อน
ไม่ใช่สติของวันนี้

ฉะนั้น สติเท่าที่มีในวันนี้จะอ่อนไปอย่างไรก็ตาม ก็เป็นสติในขั้น
ของความจริงที่เกิดขึ้นในวันนี้ เราจะไม่สามารถเอาสติของวันก่อน มาใช้
ในวันนี้ได้ เราไม่สามารถเอาสติของวันนี้ไปใช้วันพรุ่งนี้ได้ เพราะสติมีสภาพ
เกิด - ดับ เกิด - ดับ เกิด - ดับ

เราจะต้องสร้างสติขึ้นมาด้วยหลักการ... เราเคยสร้างขึ้นมามีด้วย
หลักการแบบไหน เราก็ต้องกลับไปสู่การสร้างหลักการอย่างนั้น คือสร้างเหตุ
ของสติให้ติดต่อเนื่อง

อย่าไปยึดถือสติที่เกิดขึ้น... แต่สร้างเหตุของสติที่เกิดขึ้นนั้น
ให้ต่อเนื่อง เมื่อถึงจุดที่สติต่อเนื่องได้แล้วมันจะต่อเนื่องเอง จะคงที่ของมันเอง
อย่าพยายามทำให้มันคงที่ อย่าไปบังคับให้มันคงที่ ซึ่งจะผิดไปจากหลัก
ธรรมชาติ ขอให้เข้าใจอย่างนี้

เป็นกำลังใจให้ ขอให้ตั้งใจเจริญเหตุของสติขึ้นมาเยอะ ๆ มันเคย
เกิดขึ้นได้ก็ต้องเกิดขึ้นได้อีก มันมาจากเหตุ เหมือนกับเรากินข้าว กินไป
เท่าไรมันก็อิ่ม กินอีกมันก็อิ่ม กินอยู่เรื่อย ๆ ก็อิ่มอยู่เรื่อย ๆ

ไม่ใช่เรื่องที่ลึกลับซับซ้อน สติเกิดจากเหตุ ต้องกลับไปหาเหตุ
ที่เราสร้างขึ้นมามีอย่างถูกต้อง แล้วสติก็จะเจริญตามมา เป็นเรื่องตรงไป
ตรงมาอยู่แล้ว

พระอาจารย์จรรย์มโน ภิภู (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยว
วันพุธที่ ๘ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๔
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๒.๕๙ นาที)



จุดที่เราต้องทำคือ ... “การสร้างเหตุ”
สำคัญกว่าการคาดการณ์
ว่าเราจะไปถึงแบบนั้น แบบนี้
“การสร้างเหตุ ... จะนำมาซึ่งผลเอง”



พระพุทธองค์ให้เริ่มจากการเจริญสติก่อน...

สำหรับบุคคลผู้มีสิกขาบทไม่บริบูรณ์ หรือไม่ดีพอ

พระองค์ตรัสเรื่องขององค์คุณของศีลไว้ว่า... “บุคคลผู้รักษาศีล
แม้หนึ่งข้อ ก็ได้ชื่อว่าเป็นผู้มีศีล” ไม่จำเป็นต้องครบทั้งห้าข้อก็ได้
เราอาศัยหนึ่งข้อนั้นในฐานะของบุคคลผู้มีศีลและประพฤตินิรโทษ ในการ
เจริญสติ

ส่วนสิกขาบทที่เรารักษไม่ได้ ด้วยกำลังของสติที่เราเจริญขึ้น
จะทำให้เกิดกำลังรักษาในแต่ละข้อตามลำดับที่พอจะทำได้ เพราะบางอย่าง
การใช้ชีวิตเราเกี่ยวเนื่องกับความผิดในบางข้อ เราก็ไม่ควรที่จะไปดเว้น
ในตรงนั้น พระองค์เองก็ไม่ได้บังคับ

ต้องเข้าใจว่า... ศีล ๕ ในทางพระพุทธศาสนา ไม่ได้เป็นข้อบังคับ
แต่เป็นเรื่องของความสมัครใจในการที่จะฝึกฝนพัฒนาตน หรือขัดเกลา
ตนเองด้วยข้อปฏิบัติที่พระองค์ทรงวางไว้ และทรงอนุญาตให้เราประพฤตินิ
ใน ๕ ข้อเหล่านี้ ถือว่าเป็นความเมตตากรุณาธิคุณของพระองค์ และ
พระองค์ก็ยังทรงบอกอีกว่า แม้ยังไม่ได้ครบทั้ง ๕ ข้อ ก็สามารถเจริญ
สติปัญญานได้ เพื่อที่จะไปดึงเอาสิกขาบทเหล่านั้นให้เกิดเป็นความสมบูรณ์
ขึ้นมา

ฉะนั้น ถ้าเรามองภาพของอริยมรรค ๘

พระองค์ทรงให้เริ่มต้นด้วยสัมมาทิฏฐีก่อน*

แล้วค่อยเข้าไปหาศีล

คือ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ

ซึ่งเป็นตัวของศีล

ฉะนั้น เมื่อเริ่มต้นด้วยสัมมาทิฏฐิแล้ว ถ้าเริ่มจากการที่เรา
มองเห็นอริยสัจ มีหลายคนมากที่ได้เข้าใจหลักการที่พระอาจารย์อธิบายว่า
พระอาจารย์ไม่เคยเริ่มต้นด้วยศีลเลย เขารู้สึกว่าผ่อนคลายมากทางด้าน
การปฏิบัติ แล้วฝึกในการรู้อริยสัจในชีวิต ได้แก้ไขปัญหาต่าง ๆ แล้วจิตใจ
เขาเบา แล้วเป็นกุศลมากขึ้น

พอจิตเป็นกุศลมากขึ้น เขาก็เริ่มที่อยากจะรู้จักการที่จะจดเว้น
ด้วยตัวเขาเอง ว่าเขาจะไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติดินกาม
จะเกิดมาจากกำลังทางธรรมชาติของจิตที่เป็นกุศลเหล่านั้น ที่ไม่ได้เริ่มจาก
การให้ศีล

เมื่อก่อนเขาไปวัดแล้วพระให้ศีล เขารู้สึกว่าไม่อยากจะเข้าวัด
เพราะรู้สึกว่ายังไม่สามารถรักษาได้ เมื่อเขารู้สึกว่าไม่สามารถรักษาได้แล้ว
ก็รู้สึกว่าจะไม่รู้จะไปวัดทำไม ก็เลยห่างออกมา

ซึ่งพระอาจารย์ได้อธิบายเรื่อง **สัมมาทิฏฐิ** นั่นคือ จุดเริ่มต้นของ
การบำเพ็ญกุศลธรรม แล้วค่อยเข้าไปหาศีล เขาก็เริ่มฟังและเริ่มปฏิบัติ
เริ่มทำตาม แล้วเข้าไปหาศีลเองโดยอัตโนมัติ

การมีศิลปะแต่ไม่มีสัมมาทิฐินี้อันตราย การมีศิลปะตามรูปแบบตามสิกขาบทนั้น เขาไม่ได้รักษาศีล แต่เขารักษาสิกขาบท มันต่างกันนะ ให้ผลต่างกัน ไม่ใช่เรื่องเดียวกัน

การรักษาศีล โดยการรักษาศักขาบทว่า เรารักษาได้ ๑ ข้อ ๒ ข้อ ๓ ข้อ ๔ ข้อ ๕ ข้อ พระพุทธองค์ทรงบอกว่า เป็นการรักษาศีลประดุจดัง โคบาละกะศีล คือ บุคคลผู้เลี้ยงโค คอยนับโคว่ามีเท่านี้ตัวเท่านี้ตัว เเท่าโน้นตัว แต่ตัวศีลจริง ๆ อยู่ที่ไหน เขายังไม่รู้

ศีล คืออะไร ?

ศีลไม่ใช่ข้อห้ามนะ

ศีลเป็นข้อศึกษา ข้อเรียนรู้ที่เราจะจดเว้น

ถ้าเราเรียนรู้แล้วเราจดเว้นไม่ได้ ก็อย่าเพิ่งจดเว้น แต่ถ้าเราไปรับสิกขาบทมา บางครั้งเราทำผิดพลาดในสิกขาบทเหล่านั้น พระองค์ทรงบอกว่า จะเกิดโทษมากกว่า เพราะเราไม่ได้เรียนรู้จริง ๆ

อ้างอิงพระไตรปิฎก :



๑) มหาจิตตาริสกสูตร (๑๑๗) พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๔ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๖ มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์

พระอาจารย์จาวนโน ภิภุ (พระอาจารย์ตัน)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ พุทธอุทยานดอยเวียงเงี้ยววัน
วันศุกร์ที่ ๕ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๕
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๕.๑๐ นาที)



ไม่ได้ผิด...

การประกาศพระปริตร

เป็นการคาดหวังจากการสร้างเหตุด้วยตัวของเราเอง

การสร้างเหตุ คือ การตั้งเจตนาระลึกถึงพระรัตนตรัย พร้อมกับการกล่าวบทวาจาอันเป็นสัจจะ คือ ความจริง

เป็นการกล่าวถึงองค์คุณแห่งพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ตามความเป็นจริงว่า...

- คุณแห่งความเป็นพุทธะนั้น มีคุณค่าอย่างไร
เป็นไปตามสัจจะวาจานั้น
- คุณแห่งธรรมะมีคุณค่าอย่างไร เป็นไปตามสัจจะวาจานั้น
- คุณแห่งสังฆะมีคุณค่าอย่างไร ก็เป็นไปตามสัจจะวาจานั้น

ไม่ว่ากาลไหน ๆ ก็ตาม การใช้สัจจะวาจาเป็นการใช้เพื่ออำนวยผลกับบุคคลผู้ใช้ในกรณีที่เขาต้องการ

ฉะนั้น จึงเป็นเรื่องของการสร้างเหตุ แล้วคาดหวังผลจากเหตุแห่งการกระทำของตนเอง ไม่ได้ถือว่าเป็นเรื่องผิด สามารถทำได้ และพระองค์ก็ทรงวางแบบไว้ให้เกิดการอ่านหรือการประกาศ

การอ่านหรือการประกาศนี้ คือการสร้างเหตุให้สัจจะวาจา^{นั้น}
มีกำลังทางด้านการอำนวยผล ก็ได้รับผลตามนั้น ไม่ได้ผิดอะไร

แต่ถ้าไปขอจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เช่น เอาหนังสือพระปริตรมาตั้งไว้
ต่อหน้า แล้วบอกว่าขอให้พระปริตรที่อยู่ในหนังสือช่วยเหลือตัวเอง โดยที่
ไม่สร้างเหตุใด ๆ เลย อันนี้ผิด

พระอาจารย์จวนคุณ โณ ภิคุ (พระอาจารย์ต้น)
ส่วนหนึ่งของการสนทนาธรรม live ณ สถานศึกษาธรรมดอยธรรมนา
วันพุธที่ ๑๖ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๖
สามารถรับชมคลิปการสนทนาธรรมของหัวข้อนี้ได้ใน QR code (๑.๑๕ นาที)



ท่านสามารถอ่านหนังสือของธรรมนาวาได้เพิ่มเติมที่ QR code นี้



และสามารถติดตามช่องทางต่าง ๆ ของธรรมนาวาได้ที่

- Facebook: ธรรมนาวา Dhammanava
- Facebook: ธรรมนาวา วัง - เรือหลวงแห่งธรรม
- Facebook: มูลนิธิธรรมนาวาสึกขาลัย
- Tiktok: AjanTon - พระอาจารย์ตัน
- Youtube: The Dhammanava
- Youtube: มูลนิธิธรรมนาวาสึกขาลัย
- Spotify: พระอาจารย์ตัน ธรรมนาวา
- Line official: ธรรมนาวา