

ธรรมะใกล้ตัว

dharma at hand

มาร่วมเป็นอีกหนึ่งกำลัง ที่ช่วยสร้างภาพใหม่ให้กับพระพุทธศาสนา ด้วยการร่วมส่งบทความ ข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ท้ายเล่ม หรือที่ <http://dungtrin.com/dharmaathand/>



รู้เฉพาะตน

เปี่ยมเบนทางเพศบรรลุได้ไหม

หน้า ๒๒

รักแท้มีจริง

พบกับตอนสุดท้ายของ
บทที่ ๓ เลือกคนที่ใช่
ได้ในฉบับนี้

หน้า ๒๖

สัพเพพระธรรม

มาฟังคุณ วิลาสินี เล่านิทานชาดก
เพื่อเสริมสร้างกำลังใจ
ให้กับคนที่กำลังท้อแท้กับชีวิต

หน้า ๔๗

ธรรมะจากพระผู้รู้	๑๒
รู้เฉพาะตน <ul style="list-style-type: none">► เบี่ยงเบนทางเพศบรรลุได้ไหม	๒๒
รักแท้มีจริง	๒๖
ข่าวน่ากลั้ม	๓๒
ไดอารี่หมอดู	๓๘
กวีธรรม <ul style="list-style-type: none">► ดอกสร้อยร้อยผงา[► ดอกราฟพฤกษ์ ► ดอกชัยพฤกษ์]	๔๓
คำคมชวนคิด	๔๕
สัพเพหระธรรม <ul style="list-style-type: none">► คนไร้ลาภ	๔๗
แง่คิดจากหนังสือ <ul style="list-style-type: none">► Fly, Daddy, Fly – ใจพ่อ	๕๐
เรื่องสั้นอิงธรรมะ <ul style="list-style-type: none">► เรื่องของกรรมอันซับซ้อน (๑)	๕๗
นวนิยายอิงธรรมะ <ul style="list-style-type: none">► รัก พ.ศ. ๑๐๐	๖๓

ธรรมะใกล้ตัว

dharma at hand

ที่ปรึกษาและผู้จุดประกาย: ศรินย์ โมตรีเวช

หัวหน้าบรรณาธิการ

จากใจบ.ก.ใกล้ตัว: อลิสา ฉัตรานนท์
ธรรมะจากพระผู้รู้: อนัญญา เรื่องมา
เตรียมเสบียงไว้เลี้ยงตัว: อนัญญา เรื่องมา
เขียนคนให้เป็นท้าว: อนัญญา เรื่องมา
ไดอารี่หมอดู: จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ
กวีธรรม: ศิราภรณ์ อภิรัฐ
คำคมชวนคิด: ศิราภรณ์ อภิรัฐ
สัพเพหระธรรม: ชนินทร์ อารีหนู
ธรรมะจากคนสู่กิเลส: พรราวพรรณราย
มัลลิกะมาลย์ ทองเลี่ยมนาค
ของฝากจากหมอ: พริม ทังวงศ์
แง่คิดจากหนังสือ: เกสรา เตมลิณวณิช
นิยาย/เรื่องสั้นอิงธรรมะ: สุปราณี วอง
เทียววัด: เกสรา เตมลิณวณิช
ธรรมะปฏิบัติ: ชนินทร์ อารีหนู
ธรรมะกับไลฟ์สไตล์: ศदानันท์ จารุพูนผล

กองบรรณาธิการ: กนกเรขา ฤกษ์ฤกษ์
กานต์พัทธ์ รัชพันธ์ • กิษรา รัตนภิรัต
จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ • ชนินทร์ อารีหนู
ณัฐชญา บุญมานันท์ • ณัฐธิดา ปนิทานเต
ณัฐพร สกุลอุทัยศักดิ์ • ปริยาภรณ์ เจริญบุตร
ปิยมงคล ใจติกเสถียร • พรราวพรรณราย
มัลลิกะมาลย์ ทองเลี่ยมนาค
พรหมเนตร สมรักษ์ • พิจิตรา โตวิวิชัย
พิทา จารุพูนผล • พริยสณฑ์ อุบลวัตร
มยุรฉัตร พงษ์ผาตินันท์ • เมธี ตั้งตรงจิตร
เยาวลักษณ์ เกิดปราโมทย์ • วรางคณา บุตรดี
วิบูรณ์ศักดิ์ ใจภักดี • วิมล ถาวรวิภาส
วิมุตติยา นีวาดังบกข • ศदानันท์ จารุพูนผล
ศศิธร ศิวะนันท์ทการณ • ศิราภรณ์ อภิรัฐ
สมเจตน์ ศฤงคารรัตน์ • สารีณี สาณะเสน
สิทธินันท์ ชนะรัตน์ • สุปราณี วอง
อนัญญ์อร ยิ่งชล • อนัญญา เรื่องมา
อมรา ตั้งบริบูรณ์รัตน์ • อัชฌนา ผลานุวัตร

ฝ่ายรวบรวมบทความ: สิทธินันท์ ชนะรัตน์
ฝ่ายสื่อสารเสียงอ่านนิตยสาร: อนุสรณ์ ตรีโสภา
ฝ่ายสื่อเว็บไซต์: สมเจตน์ ศฤงคารรัตน์
ไฟล์น สายสนธิเสิร์กุล • กฤษฎา อักษรวงศ์
ฝ่ายสื่อ Word: พริยสณฑ์ อุบลวัตร
ฝ่ายสื่อ PDF: บุญยศศักดิ์ อีรวงศ์กิจ
เกียรติภูมิ จารุเสน • จรรยาณี วิสุทธิกุลพาณิชย์
โยธิน มรกตอัมพร • วรณรักษ์ ปัญจขวพร
ฝ่ายระบบ Send mail: สมเจตน์ ศฤงคารรัตน์

และทีมงานอาสาท่านอื่นๆ อีกจำนวนมาก

ท่านสามารถรับนิตยสารฉบับนี้ได้
ในรูปแบบ เสียงอ่าน • Word

สวัสดีค่ะ

ช่วงนี้ มีหลายคนทีเดียวค่ะ มาทออดอนใจให้ฟัง ว่ารู้สึกสลดหดหู่เหลือเกิน กับเหตุการณ์ความรุนแรงต่าง ๆ ในบ้านเมืองที่เกิดขึ้น และความเสียหายมหาศาลที่ตามมา ติดตามข่าวไปแต่ละวัน ๆ แล้วก็พลอยหดหู่ไปด้วยนะคะ ประเทศไทย สยามเมืองยิ้มของเรา เดี่ยวนี้แทบจะหาข่าวที่น่าชื่นใจให้หัวใจเบิกบานกันสักข่าวหนึ่งได้ยากเย็นเหลือเกิน

จำได้ว่า ประมาณช่วงเดียวกันนี้ ของเมื่อสัก ๒ ปีที่แล้ว เอแบคโพลเขาสำรวจดัชนีความสุขของคนไทยแล้วพบว่า ในขณะที่ดัชนีความสุขทางด้านการเมือง และด้านเศรษฐกิจ ถึงกับติดลบอย่างน่าเป็นห่วง คนไทยกลับมีความสุขสูงสุด จากความรู้สึกจงรักภักดี และความปลื้มปีติอันล้นพ้น ในช่วงงานฉลองสิริราชสมบัติครบ ๖๐ พรรษา ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ซึ่งมีคะแนนความสุขเฉลี่ยทั่วประเทศพุ่งขึ้นสูงจนเกือบ ๑๐ คะแนนเต็ม

ไม่ว่าเวลาจะผ่านไปแค่ไหน ก็เห็นจะเป็นอย่างนั้นจริง ๆ นะคะ ท่ามกลางความแห้งผากและรุ่มร้อน เพียงนึกถึงพระองค์ท่านขึ้นมาในใจครั้งใด แม้เพียงในมโนภาพ ก็ราวกับมีหยดน้ำที่ชุ่มฉ่ำหล่อเลี้ยงหัวใจเราทุกคนทันทีแล้ว

นับว่าเป็นบุญของคนไทยนะคะ ที่เรามีพระมหากษัตริย์ผู้ทรงพระปรีชาสามารถ และทรงปกครองแผ่นดินโดยธรรมอย่างแท้จริงเช่นพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวของเรา

พระองค์ทรงเป็นแบบอย่างของการเพียรทำความดีอย่างไม่ย่อท้อ พระองค์ทรงสอนให้คนไทยเราเข้มแข็ง หนักแน่น ในการทำสิ่งที่ดีงามและถูกต้อง แม้ว่าจะไม่มีใครมองเห็นความดีงามนั้นของเรา ราวกับปิดทองเพียงหลังพระก็ตาม

“ที่ให้ปิดทองหลังพระก็เพื่อเตือนตัวเองว่า

การทำความดีไม่จำเป็นต้องอวดใคร หรือประกาศให้ใครรู้
ให้ทำหน้าที่เพื่อหน้าที่ และถือว่าความสำเร็จในการทำหน้าที่
เป็นบำเหน็จรางวัลที่สมบูรณ์แล้ว...”

“...ปิดทองไปข้างหลังพระเรื่อย ๆ
แล้วทองจะล้นออกมาที่หน้าพระเอง”

(จาก “บันทึกความทรงจำของ พล.ต.อ. วชิรฐ เดชภูญสร”)

เวลาได้ยินข่าวว่ามีใคร “ทำดีถวายเป็นหลวง” อย่างเป็นรูปธรรมขึ้นมาสักครั้ง
ก็อดรู้สึกปลาบปลื้มใจไม่ได้นะค่ะ และเชื่อว่าพลังแห่งความดีในแต่ละคน แต่ละครั้งนั้น
ย่อมส่งกระแสความสุขถึงคนรอบข้างและสังคมโดยรวม เป็นแรงบันดาลใจให้กันได้อย่าง

อย่างเมื่อปีที่แล้ว ๓๑ ต.ค. ๕๐ มีข่าวใหญ่ขึ้นหน้า ๑ หนังสือพิมพ์ไทยรัฐอยู่ข่าวหนึ่ง
น.ส.ดร.ณี มีสุวรรณ เก็บกระเป๋าทองสีด้าที่ตกอยู่ที่พื้นใต้โถหนึ่ง และพบว่าในนั้น
มีเงินต่างประเทศอยู่ถึง ๑ ล้านกว่าบาท เธอจึงได้นำมามอบให้ตำรวจ
เพื่อตามหาเจ้าของ

ตำรวจถามเธอว่า เงินจำนวนมากขนาดนี้ ไม่รู้สึกอยากได้บ้างหรือ?

คำตอบของเธอทำเอาทุกคนที่ได้ยินตื่นตันไปตาม ๆ กันค่ะ

เธอบอกว่า... เธอไม่อยากเก็บไว้ เธอขอ “ทำความดีถวายเป็นหลวง”

กระแสความโลภ ความโกรธ ความหลง ของคนทุกวันนี้ เชี่ยวรากรยิ่งนักนะค่ะ
ถ้าไม่มั่นคงในความดีงามเสียแล้ว เกิดพลาดพลั้ง เราอาจเินเวลาเบ้าปัญญา
ทำอะไรโดยปราศจากสำนึกผิดชอบชั่วดีไปได้อย่างง่ายดาย ทั้งที่ไม่ได้ตั้งใจ
โดยเฉพาะถ้าเราพยายามจะเป็นน้ำดี ทั้งที่อยู่ท่ามกลางน้ำเสีย เราจะมีแรงสู้อยู่ได้อย่างไร

ในหลวงท่านทรงตรัสสอนพวกเราไว้อย่างนี้ค่ะว่า

“การทำความดีนั้น สำคัญที่สุดอยู่ที่ตัวเอง ผู้อื่นไม่สำคัญ
และไม่มีความจำเป็นอันใดที่จะต้องเป็นห่วงหรือต้องรอคอยเขาด้วย
เมื่อได้ลงมือลงแรงกระทำแล้ว ถึงแม้จะมีใครร่วมมือด้วยหรือไม่ก็ตาม

ร้อยกรองของไทย

(โคลง ฉันท์ กาพย์ กลอน ร่าย)

<http://thaiarc.tu.ac.th/poetry/index.html>

๒.๔ ความยาวของบทความ และการจัดย่อหน้า
ปกติแล้วเราไม่จำกัดความยาวของชิ้นงานในทุกคอ
ลัมน์ค่ะ แต่ก็อยากให้ผู้เขียนใช้ดุลยพินิจดูด้วยค่ะว่า
ความยาวประมาณใดน่าจะเหมาะสม โดยลองดูจาก
บทความที่ลงในเล่ม และลองเทียบเคียงความรู้สึกใน
ฐานะผู้อ่านดูนะค่ะ

สำหรับเรื่องสั้น หรือนวนิยาย ที่อาจมีความยาวมาก
กว่าบทความอื่น ๆ และมีการเปลี่ยนฉากอยู่บ้าง อย่า
ลืมเบรกสายตาผู้อ่าน โดยการขึ้นย่อหน้าใหม่เมื่อถึง
จุดหนึ่ง ๆ ของเรื่องที่เหมาะสมด้วยนะค่ะ เพราะ
การเขียนเป็นพริด เห็นแต่ตัวหนังสือติด ๆ กันลงมา
ยาว ๆ จะลดทอนความน่าอ่านของบทความไปอย่าง
น่าเสียดายค่ะ

หากบทความใด อ่านยาก ๆ หรือมีจุดบกพร่องที่ต้อง
แก้ไขเยอะมาก ๆ ทางทีมงานอาจจะต้องขออนุญาต
เก็บไว้เป็นอันดับหลัง ๆ ก่อนนะค่ะ

๓. ส่งบทความได้ที่ไหน อย่างไร

๓.๑ กระดานส่งบทความ

เมื่อเขียน อ่านทาน และตรวจทาน บทความพร้อมส่ง
เรียบร้อยแล้ว งานเขียนทุกชิ้น สามารถโพสต์ส่งได้ที่
กระดาน “ส่งบทความ” ได้เลยนะค่ะ ที่:

<http://dungtrin.com/forum/viewforum.php?f=2>

โดยหัวข้อกระทู้ ขอให้ใช้ฟอร์แมตลักษณะนี้นะค่ะ

(ชื่อคอลัมน์) ชื่อเรื่อง โดย ชื่อผู้แต่ง

เช่น

(สัพเพเหระธรรม) เทพธิดาโรงงาน โดย คนไกลวัด

(ธรรมะปฏิบัติ) เส้นทางปฏิบัติ 1 โดย sotima

(ของฝากจากหมอ) เครียดได้...แต่อย่าทน โดย หมออดิ

เพื่อช่วยให้ทีมงานสามารถจัดหมวดหมู่ของชิ้นงาน

ได้เร็วขึ้นค่ะ

๓.๒ แนบไฟล์ Word มาด้วยทุกครั้ง

หากแนบเนื้อความลงในกระทู้เลย ฟอร์แมตต่าง ๆ
เช่น ตัวหนา ตัวบาง ตัวเอียง จะหายไปค่ะ เพื่อความ
สะดวก รบกวนทุกท่านแนบไฟล์ Word ที่พิมพ์ไว้มา
ด้วยนะค่ะ (ในหน้าโพสต์ จะมีปุ่ม Browse ให้เลือก
Attach File ได้เลยนะค่ะ)

ใครมีรูปประกอบ ก็ Attach มาด้วยวิธีเดียวกันนี้เลย
นะค่ะ

และหากไฟล์มีขนาดใหญ่ ทำเป็น zip เสียก่อน ก็จะ
ช่วยประหยัดพื้นที่ได้ไม่น้อยค่ะ

๔. ส่งแล้วจะได้อะไรหรือไม่

ปกติแล้ว เว็บไซต์นี้เป็นเวทีที่เปิดกว้าง หากบทความ
นั้น ให้เนื้อหาสาระที่เป็นไปเพื่อเกื้อกูลกันในทางสว่าง
และเป็นแนวทางที่ตรงตามแนวทางคำสอนของ
พระพุทธเจ้า หรือเป็นประโยชน์ต่อผู้อ่านจากผู้จริง
ในด้านที่เชี่ยวชาญ ก็จะได้รับรางวัลแน่นอนค่ะ

ทั้งนี้ รวมถึงความยากง่ายในการอ่านพิจารณา
บทความ การแก้ไขจุดบกพร่องต่าง ๆ ในงานพิสูจน์
อักษร หากเป็นไปอย่างคล่องตัว ก็จะช่วยให้พิจารณา
ชิ้นงานได้ง่ายขึ้นด้วยค่ะ

แต่หากบทความใด ยังไม่ได้รับคัดเลือกให้ลง ก็อย่า
เพิ่งหมดกำลังใจนะค่ะ วันหนึ่ง คุณอาจรู้อะไรดี ๆ
และเขียนอะไรดี ๆ ในมุมที่ใครยังไม่เห็นเหมือนคุณ
อีกก็ได้ค่ะ :)

และถ้าอยากเริ่มต้นการเป็นนักเขียนธรรมะที่ดี ก็ลอง
ติดตามอ่านคอลัมน์ เขียนให้คนเป็นเทวดา ที่คุณ ‘ดัง
ตฤณ’ มาช่วยเขียนเป็นนักเขียนประจำให้ทุกสัปดาห์
ดูนะค่ะ

ขออนุโมทนาในจิตอันมีธรรมเป็นทานของท่านนะค่ะ

เป็นทั้งกำลังใจ สำหรับผู้ที่กำลังร่วมเดินทางอยู่บน
เส้นอริยมรรคเส้นเดียวกันนี้

คอลัมน์: ของฝากจากหมอ

เนื้อหา: นำเสนอข่าวสารในวงการแพทย์ หรือ
สารน่ารู้อันเป็นประโยชน์เกี่ยวกับสุขภาพ ที่คน
ทั่วไปสนใจ หรือนำไปใช้ได้ เพื่อเป็นวิทยาทานให้กับ
ผู้อ่าน จากมุมมองต่าง ๆ ที่แพทย์แต่ละแขนงมีความรู้
ความเชี่ยวชาญต่าง ๆ กัน

กติกา:

- ▶ หากเป็นบทความที่แนะนำให้มีการทดลองกิน
ยา หรือแนะนำให้ผู้อ่านปฏิบัติตามด้วย ขอ
จำกัดเฉพาะผู้เขียน ที่เป็นผู้เรียนหรือทำงาน
ในสาขาวิชาชีพที่เกี่ยวข้องเท่านั้น เพื่อป้องกันการ
นำเสนอข้อมูลที่คลาดเคลื่อน และอาจส่งผล
ต่อผู้อ่านได้ค่ะ
- ▶ หากนำเสนอประเด็นที่ยังเป็นที่ถกเถียงอยู่ใน
วงการแพทย์ ขอให้มีการอ้างอิงด้วย เช่น มา
จากงานวิจัยชิ้นไหน หรือหากเป็นเพียงความเห็น
ส่วนตัวของหมอ ก็กรุณาระบุให้ชัดเจนด้วยค่ะ

๒. อ่านสัณนิษฐาน ก่อนคิดเขียน

เนื่องจากในแต่ละสัปดาห์ มีงานเขียนส่งเข้ามาเป็น
จำนวนมากชิ้นขึ้นเรื่อย ๆ ดังนั้น เพื่อเป็นการช่วยลด
เวลา และลดภาระให้กับอาสาสมัคร ในการเข้ามา
ช่วยกันคัดเลือก และพิสูจน์อักษรของบทความ
ต้องขอขอบคุณผู้ส่งบทความ เรียบเรียงงานเขียนตาม
แนวทางดังนี้ด้วยนะคะ

๒.๑ ตรวจทานก่อนถูกผิดให้เรียบร้อย

ก่อนส่งบทความ ปรกอบผู้เขียนทุกท่านช่วยตรวจทาน
ให้แน่ใจก่อนนะคะว่า ไม่มีจุดไหนพิมพ์ผิดหล่น พิมพ์
เกิน พิมพ์ผิดพลาด หรือเขียนตัวสะกดไม่ถูกต้อง ผ่าน
สายตาของผู้เขียนแล้ว

หากไม่แน่ใจตัวสะกดของคำไหน สามารถตรวจสอบ
ได้จากที่นี่เลยคะ

เว็บเครือข่ายพจนานุกรม ราชบัณฑิตยสถาน

<http://rirs3.royin.go.th/ridictionary/lookup.html>

๒.๒ จัดรูปแบบตามหลักงานเขียนภาษาไทย
เพื่อให้ทุกบทความมีลักษณะของการจัดพิมพ์ที่
สอดคล้องกัน ขอให้ใช้การจัดรูปแบบในลักษณะดังนี้
นะคะ

- ▶ **เครื่องหมายคำถาม (?) และเครื่องหมาย
ตกใจ (!)**
เขียนติดตัวหนังสือด้านหน้า และวรรคด้านหลัง
เช่น “อ้าว! เธอไม่ได้ไปกับเขาหรือหรือ? ฉัน
นึกว่าเธอไปด้วยเสียอีก”
- ▶ **การตัดคำเมื่อขึ้นบรรทัดใหม่**
สำหรับคนที่นิยมเขียนแบบเคาะ [Enter] เพื่อ
ตัดขึ้นบรรทัดใหม่ แทนการรบกวนคำอัตโนมัติของ
โปรแกรมคอมพิวเตอร์ อยากให้ช่วยดูการตัด
คำด้วยนะคะว่าตัดได้อย่างเหมาะสม คืออ่าน
ได้สโลน ไม่สะดุด ไม่แยกคำ หรือไม่ขึ้นบรรทัด
ใหม่ผ่ากลางวลีที่ควรอ่านต่อเนื่องกัน โดยไม่
จำเป็น เช่น

“ฉันไม่อยากให้เธอทำแบบนั้น” ก็เลยบอกเธอไปว่าผลกรรม
ข้อกาเมนั้นหนักไม่ใช่เล่น”

“ฉันไม่อยากให้เธอทำแบบนั้น” ก็เลยบอกเธอไปว่า
ผลกรรมข้อกาเมนั้นหนักไม่ใช่เล่น” (อ่านง่ายกว่าค่ะ)

หรือดูหลักเกณฑ์อื่น ๆ ได้จากที่นี่เพิ่มเติมด้วยก็ได้ค่ะ

ราชบัณฑิตยสถาน > หลักเกณฑ์ต่าง ๆ

<http://www.royin.go.th/th/profile/index.php>

๒.๓ ความถูกต้องของฉันทลักษณ์สำหรับชิ้น งานร้อยกรอง

สำหรับท่านที่แต่งร้อยกรองเข้ามาไว้ในคอลัมน์
กวีกรรม ขอให้ตรวจทานให้แน่ใจสัณนิษฐานด้วย
บทกลอนนั้น ถูกต้องตามฉันทลักษณ์แล้วหรือยัง จะ
ได้ช่วยกันใส่ใจและเผยแพร่แต่ในสิ่งที่ถูกต้องให้ผู้อื่น
กันคะ

คุณผู้อ่านสามารถตรวจสอบ หรือหาความรู้เพิ่มเติม
เกี่ยวกับฉันทลักษณ์ของกวีไทยได้จากที่นี่ด้วยนะคะ

ผลดีที่ทำงานจะต้องเกิดขึ้นแน่นอน และยังทำมากเข้า นานเข้า ยิ่งยืนเข้า
ผลดีก็ยิ่งเพิ่มพูนมากขึ้น และแผ่ขยายกว้างออกไปทุกที
คนที่ไม่เคยทำดีเพราะเขาไม่เคยเห็นผล ก็จะได้เห็นและหันเข้ามาตามอย่าง

**หลักประกันสำคัญในการทำดีจึงอยู่ที่ว่า
แต่ละคนต้องทำใจให้มั่นคง ไม่หวั่นไหวกับสิ่งแวดล้อม
ที่เห็นอยู่ ทรายอยู่ มากเกินไป จนเกิดความท้อถอย**

**เมื่อใจมั่นคงแล้ว ก็ขอให้ตั้งอกตั้งใจ
สร้างนิมิตและค่านิยมใหม่ขึ้นสำหรับตัวเอง
ตามที่พิจารณาเห็นดีด้วยเหตุผลอันถูกต้องเที่ยงตรงแล้ว
แล้วมุ่งหน้าปฏิบัติดำเนินไปให้เต็มกำลังจนบรรลุผลสำเร็จ**

**ในที่สุด ความดีความเจริญที่ปรารถนาที่จะเกิดทวีขึ้น
และจะเอาชนะความเสื่อมทรามต่าง ๆ ได้ไม่นานเกินรอ...**

(พระบรมราชาบาท ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร
แก่ผู้สำเร็จการศึกษาจากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
ณ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
วันศุกร์ที่ ๒๐ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๒๑)

ใครสะดวกดูวิดีโอออนไลน์ อยากให้ลองเปิดหนังสือขึ้นมาขึ้นนี้ดูกันนะคะ
เป็นหนังสือเรื่องหนึ่ง ที่สะท้อนความพยายามในการสร้างจิตสำนึกให้กับใครก็ตาม
ที่อาจกำลังอ่อนแอกับกิเลส ได้มั่นคงในความดีงาม อย่างน้อยก็เพื่อในหลวงของเรา

วิดีโอเรื่อง: “เข้มแข็งในความดี เพื่อในหลวงของเรา”

<http://www.youtube.com/watch?v=VNTN0Q-2MQ>

ไม่ใช่เพียงแต่ความดีเท่านั้น

ที่ในหลวงท่านทรงปรารถนาให้คนไทยที่เกิดบนแผ่นดินพุทธได้เจริญรอยตาม

พระองค์ยังทรงปรารถนาให้พวกเราชาวพุทธทุกคน

ลงมือศึกษาคำสอนของพระพุทธเจ้า ด้วยการลงมือพากเพียรปฏิบัติด้วยความตั้งใจจริง

เพราะตราใบไต่ตราที่ยังหลงดันไปตามกิเลสเรา ๆ ไปเรื่อย ๆ
ก็ไม่ต่างอะไรกับการใช้ชีวิตท่ามกลางความมืดอยู่เช่นนั้นไม่รู้จบสิ้น

“...ความจริงปฏิบัติพระพุทธศาสนา
ตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านั้นไม่ใช่ของยาก
แต่ละคนทำได้ทั้งนั้น แต่ว่าจะต้องมีความตั้งใจ
เมื่อเราอยากที่จะปฏิบัติธรรม มีความอยากแล้ว
ก็หมายความว่าเรายินดี เราอยากที่จะปฏิบัติ

ถ้าเราสนใจพระพุทธศาสนาและปฏิบัติธรรมของพระพุทธศาสนา
เริ่มสนใจก็เริ่มทำได้แล้ว เพราะว่าถ้าคนเราไม่อยากปฏิบัติ ขี้เกียจปฏิบัติ
หรือไม่คิดอ่านที่จะปฏิบัติ ก็ยอมไม่ได้ปฏิบัติ
เมื่อไม่ได้ปฏิบัติ ความมืดก็ครอบคลุม เพราะว่าไม่ได้เปิดไฟ
แต่ถ้าเราอยากขึ้นมา และเห็นว่าศาสนานี้เป็นสิ่งที่มียุทธประโยชน์
ก็ยอมเป็นการเปิดไฟ แม้จะริบหรี่ก็เป็นความสว่างให้เห็น ...”

(พระบรมราชาโชวาท พระราชทานแก่คณะผู้แทนพุทธสมาคมทั่วประเทศ
ที่เข้าเฝ้าทูลละอองธุลีพระบาท เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา
ณ ศาลาดุสิดาลัย วันเสาร์ที่ ๑๓ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๒๓)

ใครที่มีภูมิข้ออ้างให้ตัวเองว่า งานยุ่ง ไม่มีเวลา เอาไว้แก่ชรา เอาไว้เกษียณก่อน ฯลฯ
เคยลองนึกดูไหมคะว่า ในหลวงท่านทรงงานหนักกว่าพวกเราที่ร้อยเท่า
ทรงดูแลโครงการต่าง ๆ เพื่อความสุขของพสกนิกร
พระองค์ต้องเหน็ดเหนื่อยเพียงไหน
แม้กระนั้น พระองค์ก็ยังทรงไม่ละทิ้งการศึกษาธรรมะ
เพื่อประโยชน์อันสูงสุดที่ชาวพุทธคนหนึ่งพึงจะเรียนรู้ได้ในชีวิตหนึ่งนี้
แต่ครั้งไหนที่หลวงท่านได้เสด็จไปกราบครูบาอาจารย์พระป่าในอดีตหลาย ๆ องค์
พระปฐมาของท่านนั้น ได้สะท้อนให้เห็นถึงความใฝ่พระทัย
ในการมุ่งสู่ประโยชน์สูงสุดของธรรมะอย่างจริงจังทั้งสิ้น

ร่วมส่งบทความ

นิตยสารเล่มนี้เป็นนิตยสารคุณภาพได้ ก็ด้วยเนื้อหา
ดี ๆ ภายในฉบับที่จัดสรรลงอย่างต่อเนื่องนะค่ะ

หากคุณผู้อ่านท่านใด มีความสามารถในการเขียน มี
ศรัทธา และความเข้าใจในคำสอนของพระพุทธศาสนา ไม่
ว่าจะเป็นระดับเบื้องต้น เบื้องกลาง หรือเบื้องปลาย
และมีใจรักที่อยากจะสื่อสารถ่ายทอดสิ่งนั้นให้กับผู้อื่น
ได้ทราบ และได้ประโยชน์จากสิ่งเหล่านั้น เช่นเดียวกับ
ที่เราอาจเคยได้รับจากผู้อื่นมาแล้ว ก็ขอเชิญทุกท่าน
ส่งบทความมาร่วมเป็นส่วนหนึ่งของ ธรรมะใกล้ตัว
ด้วยกันนะค่ะ

คุณอาจไม่จำเป็นต้องเป็นนักเขียนฝีมือเลิศ แต่หากมี
ใจที่คิดอยากจะทำถ่ายทอด มีสิ่งที่คิดว่าอยากแบ่งปัน
ความรู้ความเข้าใจนั้นให้กับคนอื่น ๆ ก็ลองเขียนส่ง
เข้ามาได้เลยค่ะ

๑. คอลัมน์ที่เปิดรับบทความ

คอลัมน์: ธรรมะจากคนสู้กิเลส

เนื้อหา: เปิดโอกาสให้คุณ ๆ ได้เล่าประสบการณ์จริง
ของตนเอง ว่าผ่านอะไรมาบ้าง มีอะไรเป็นข้อคิดที่เป็น
ประโยชน์บ้าง อะไรทำให้คนธรรมดาคนหนึ่ง กลายเป็น
คนดีขึ้นมา และทำให้คนมีกิเลสเยอะกลายเป็น
คนกิเลสบางลงได้ มีแต่คนที่เปลี่ยนแปลงตัวเองแล้ว
เท่านั้น จึงจะเขียน ธรรมะใกล้ตัว ได้สำเร็จ

คอลัมน์: นิยาย/เรื่องสั้นอิงธรรมะ

เนื้อหา: เปิดโอกาสกว้างสำหรับคนที่ชอบคิดชอบ
เขียน โดยเฉพาะอดีตนักฝัน ที่เพิ่งผันตัวมาอยู่ใน
โลกธรรมะ เพื่อสร้างสรรค์เรื่องราวให้คนได้ขบคิดข้อ
ธรรม ผ่านความสนุกของรูปแบบนิยายหรือเรื่องสั้น
ได้อย่างเพลิดเพลิน

คอลัมน์: คำคมชวนคิด

เนื้อหา: รวบรวมข้อคิด หรือคำคมของบุคคลต่าง ๆ
ที่เคยได้ยินมาแล้วสะดุดใจ มาบอกต่อ ยิ่งถ้าใคร
สามารถสร้างสรรค์วรรคทองได้เองยิ่งดี เพราะจะ

ได้ฝึกเริ่มรู้สึกสะดุดใจ ซึ่งเป็นแม่บทของกรรมที่ทำให้
มีความคิดสร้างสรรค์ได้อย่างสุดยอด เนื่องจาก
แง่คิดดี ๆ จะช่วยให้คนอ่านคิดดี หรือได้คิดเพื่อ
เปลี่ยนแปลงชีวิต วิชาที่ย้อนกลับมาสนองตอบแทน
คุณ ก็คือการผุดไอเดียเหมือนน้ำพุไม่รู้จักรู้สิ้น กับทั้ง
เป็นที่ยอมรับในวงกว้างด้วย

กติกา: หากเป็นการคัดมาจากที่อื่น หรือแปลมาจาก
ภาษาอังกฤษ กรุณาระบุแหล่งที่มา หรือชื่อของบุคคล
ผู้เป็นเจ้าของคำคมด้วยนะค่ะ

คอลัมน์: สัพเพเหระธรรม

เนื้อหา: เรื่องราว เรื่องเล่า อาจมาจากฉากหนึ่งใน
ชีวิตของคุณ ที่มีเกร็ดข้อคิดทางธรรม หรือข้อคิดดี ๆ
อันเป็นประโยชน์ อาจเป็นเรื่องเล่าสั้น ๆ ในรูปแบบที่
เสมือนอ่านเล่น ๆ แต่อ่านจบแล้ว ผู้อ่านได้เกร็ดธรรม
หรือข้อคิดดี ๆ ติดกลับไปด้วย

คอลัมน์: กวีธรรมะ

เนื้อหา: พื้นที่ที่เปิดกว้างสำหรับกวีธรรมะทั้งหลาย
โดยไม่จำกัดรูปแบบและความยาวของบทกวี หรือ
หากจะคัดเอาบทกวีที่น่าประทับใจ ให้แง่คิดอะไร
ในเชิงบวก ก็สามารถนำมาลงได้เช่นกัน แต่ถ้าให้ติ
กลั่นกรองออกมาด้วยตนเองได้ ก็ยิ่งดีค่ะ
กติกา: หากเป็นการคัดมาจากที่อื่น ต้องระบุที่มาที่
ไปอย่างชัดเจนด้วยนะค่ะ

คอลัมน์: เที่ยววัด

เนื้อหา: รับหมดไม่ว่าจะเป็นวัดสวยหรือสถานที่
ปฏิบัติธรรม ข้อมูลข่าวสารจากทั่วประเทศนั้น ไม่มี
วันที่ใครคนเดียวยังรู้ได้หมด ถ้าช่วยเป็นหูเป็นตาให้
แก่กัน ก็คงจะมีประโยชน์อย่างมาก

กติกา: นอกจากข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่ บรรยายภาพ
ปฏิปทา ฯลฯ ของวัดแล้ว ต้องขอรูปภาพส่งภาพ
สวย ๆ มาประกอบบทความ อีกทั้งไม่พาดพิงหรือ
แทรกธรรมะด้านการปฏิบัติที่ขัดแย้งกับแนวทางของ
นิตยสารนะค่ะ

คอลัมน์: ธรรมะปฏิบัติ

เนื้อหา: ร่วมบอกเล่าประสบการณ์จริง ประสบการณ์
ตรงจากการปฏิบัติธรรม เพื่อเป็นทั้งธรรมทาน และ

หญิงสาวเริ่มขยับตัวใกล้พื้นคั่นสติ เจ้าชายจึงรีบเก็บสังวาลชุกไว้ในฉลองพระองค์ หอดพระเนตรจับจ้องสาวน้อยร้อยซึ่งที่พบกันอย่างไม่คาดฝัน แท้ที่จริงเป็นคู่หมั้นหมายที่ต้องทรงเข้าพิธีอภิเษกในอีกไม่กี่เดือนข้างหน้า นี่คงคิดจะมาหลอกดูพระทัยพระองค์ ตรงกลางป่า ดีว่าทรงจับได้เสียในเวลานี้ พินิจดูสตรีที่ค่อยๆ ลืมตาขึ้นด้วยดวงพระเนตร ซ่อนเล่ห์ หมายถึงซ่อนกลเช่นเดียวกับครั้งที่จันทราวตีพบพระพักตร์และยินยอมติดตามเจ้าชายมาจากกลางป่าในคืนแรกนั้นแล้ว

(...อ่านตอนต่อไปในฉบับหน้า)

หมายเหตุ

มรฺุปลายาส ข้าวสุกที่หุงด้วยนมโค บางครั้งอาจมีน้ำผึ้งและเนยเป็นส่วนผสม

สารบัญ ⇐



เช่นเมื่อครั้งที่ในหลวงและพระราชินีฯ ท่านได้เสด็จเยี่ยม หลวงปู่ดูลย์ อตุโล วัดบูรพาราม จ.สุรินทร์ เป็นการส่วนพระองค์ ในหลวงท่านก็ได้ทรงมีพระราชบัญชาว่า

“การละกิเลส นั้น ควรละกิเลสอะไรก่อน”

หลวงปู่ได้ถวายวิสัชนาพระองค์ว่า

“กิเลสทั้งหมดเกิดรวมที่จิต ให้ดูที่จิต อันไหนเกิดก่อนให้ละอันนั้นก่อน”

(จากหนังสือ หลวงปู่ฝากไว้)

นอกจากนี้ ยังมีครั้งหนึ่ง ที่ในหลวงท่านได้เสด็จเยี่ยม หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี วัดหินหมากเป้ง จ.หนองคาย พระองค์ก็ได้ทรงมีพระราชบัญชาถึง “ที่สุด” ในพระพุทธศาสนาว่า

**“ที่สุดของศีล คืออะไร?
ที่สุดของสมาธิ คืออะไร?
และที่สุดของปัญญา คืออะไร?”**

หลวงปู่เทสก์ท่านได้ถวายวิสัชนาพระองค์ว่า

**“ที่สุดของศีล คือ เจตนาวิริติ
ที่สุดของสมาธิ คือ อัปนาสมาธิ
และที่สุดของปัญญา คือ ไตรลักษณ์”**

ใครอ่านแล้วยังงง ๆ ไม่รู้ว่าคำศัพท์ทั้งสามหมายถึงอะไร ก็ขอทิ้งไว้เป็นปริศนาธรรมให้ลองไปค้นคว้าหาคำตอบกันดูก็แล้วกันนะคะ ขอเฉลยเฉพาะคำสุดท้ายคือ “ไตรลักษณ์” และอยากให้ถ้อยคำนี้เป็นคำสำคัญค่ะ เพราะที่สุดแล้ว เราปฏิบัติธรรมทั้งหลายทั้งปวงกันไปก็มีใช้เพื่ออะไร แต่เพื่อให้มีปัญญาเห็นสิ่งนี้เท่านั้นเอง คือ “ไตรลักษณ์” หรือ ลักษณะสามประการ ได้แก่ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา หรือแปลอีกทีว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน

เพราะปัญญาที่เห็นเช่นนี้ได้เท่านั้น ที่จะทำให้เราคลายวางจากความยึดถือทั้งปวง เป็นความสว่างที่เข้ามาแทนที่ความมืด เป็นความสุขที่แท้จริง อย่างไม่กลับเป็นอื่นอีก

วันนี้... หากจะมีสิ่งใด ที่เราจะพึงเดินตามรอยในหลวงของเราได้

นอกจากความเข้มแข็งมั่นคงต่อความดีงาม

และการเพียรศึกษาปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างไม่หวั่นเกรง

ก็อยากให้เราได้นึกถึงความเพียรอันบริสุทธิ์ของ “พระมหาชนก”

ไว้เป็นแบบอย่างในชีวิต ([อ่านเรื่องย่อ พระมหาชนก](#))

พระราชนิพนธ์ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

จากชาดกในพระพุทธศาสนา เรื่อง “พระมหาชนก”

เป็นอีกหนึ่งเรื่องราวที่สะท้อนถึงพระปณิธานความตั้งใจมั่นในความเพียรของพระองค์ และพระองค์เองก็ทรงปรารถนาจะถ่ายทอดเป็นแรงบันดาลใจให้กับคนไทยทุกคนด้วย

เพื่อความเป็นผู้มีความเพียรอันบริสุทธิ์ ไม่ท้อถอย ไม่เกียจคร้าน ไม่อ่อนแอ

และมีความเด็ดเดี่ยวกล้าหาญ กล้ากระทำในสิ่งอันควร

อย่างไม่ละทิ้งในเป้าหมาย

ท่ามกลางความวุ่นวายทั้งปวงในสังคมวันนี้

กระแสความดีงาม กระแสความสงบ กระแสความร่มเย็น รอบ ๆ ตัวเรา

นับวันก็จะยิ่งหากันได้น้อยลงทุกทีนะค่ะ

แต่ก็ไม่ใช่ว่า เราจะช่วยกันสร้างความสงบร่มเย็นเหล่านั้นให้กลับคืนมาใหม่ไม่ได้

อยากฝากพระราชดำรัสของในหลวงปิตุลาธิราชวชิราลงกรณไว้อีกสักนิดหนึ่งนะค่ะ

ถ้าเป็นไปได้ ก็อยากขอฝากถึงคุณผู้อ่าน และคนไทยในวันนี้ทุก ๆ

คนทั่วประเทศเลยนะค่ะ

“ประเทศไทยเราอาจจะไม่เป็นประเทศที่รุ่งเรืองที่สุดในโลก

หรือรวยที่สุดในโลก หรือพุ่มพวงที่สุดในโลก

แต่ก็ขอให้เมืองไทยเป็นประเทศที่มีความมั่นคง มีความสงบได้

เพราะว่าในโลกนี้หายากแล้ว

บทที่สิบเจ็ด

เทวินทร์วรมนต์อุ้มร่างที่สลบไสลไม่ได้สตินั้นไปยังที่ประทับแล้วบรรจงวางลงกับพรมอันอ่อนนุ่ม ใบหน้าของโณมงามซีดเผือดและมีหยดเหงื่อเกาะพรอาบนหน้าผากและไรผม เจ้าชายเอื้อมพระหัตถ์จับแล้วไล้แก้มบางด้วยความรักและห่วงใยท่วมท้นในพระอุระ ประจักษ์ชัดว่าหากเมื่อครุ่นนางสิ้นใจได้คมดาบของผู้ประสงค์ร้าย พระองค์ก็คงเสียพระทัยแทบวางวายได้ในบัดเดี๋ยวนั้น ตั้งพระทัยมั่นว่าหากกลับจากงานสังคายนางจะพาหญิงสาวกลับไปแต่งตั้งเป็นอัครมเหสี แม้พระธิดาที่เป็นบรรณาการแห่งแคว้นโกศลจะเลอโฉมเพียงใด ก็มีใช้สตรีที่พระองค์พึงประสงค์เลยแม้แต่น้อย ครุ่นหนึ่งริมฝีปากบางก็ครวญแผ่วดังร้องขอความช่วยเหลือ เจ้าชายเข้าพระทัยว่าเธอพ้นคืนสติจึงปีบพระหัตถ์กระชับมือน้อยนั้นไว้

“เป็นอย่างไรบ้างวดี เราอยู่ที่นี้แล้ว”

สองเนตรนั้นยังหลับตาพริ้ม มีน้อยเอะกะกุ่มพระหัตถ์นั้นไว้อย่างไขว่คว้าหาที่พึ่ง

“เสด็จพ่อ... เสด็จแม่... ช่วยลูกด้วย” สรรพสำเนียงนั้นเป็นคำราชาศัพท์ที่ใช้ในราชสำนัก เทวินทร์วรมนต์เริ่มกลางแคลงสงสัย

“เจ้าเรียกหาผู้ใด...วดี”

ดังว่าพระตำรัสหลุดลอยไปกับสายลม หญิงสาวยังพรั่นเพื่อไม่ได้สติ

“ลูกอยากกลับสาวดีสิ เสด็จพ่อ เสด็จแม่ ช่วยลูกด้วยเพคะ”

เทวินทร์วรมนต์จับร่างน้อยนั้นเขย่าให้ได้สติ ในเวลานั้นสังวาลที่คล้องคอหญิงสาวก็หลุดตกลงบนพรม เจ้าชายจึงหยิบขึ้นมาพินิจ สังวาลนั้นมีจี้จี้เล็กๆที่เป็นตรารูปดวงจันทร์ประทับ พลิกด้านหลังเป็นเครื่องหมายแสดงความเป็นเชื้อพระวงศ์ของเมืองสาวดี

“เจ้าหญิงจันทราวดี...นี่เจ้า...?”

“แล้วเจ้าล่ะเป็นใคร เราไม่คุ้นหน้า”

“ข้าพระองค์มีชื่อว่าอรชุนพะยะค่ะ ท่านอำมาตย์นาทียุโยเป็นผู้เป็นลุงของข้าพระองค์
สั่งให้มาอารักขาฝ่าบาท มาถึงขบวนได้เมื่อครู่เห็นฝ่าบาทคล้อยหลังขึ้นมาบนเชิงผา
หมายจะมาเข้าเฝ้า ก็เจอเข้ากับโจรร้ายพวกนี้พอดี”

ฟังชื่ออำมาตย์ชราแล้วจึงถอนพระทัยโล่งก่อนดำรัส

“ขอบใจมากที่มาช่วยเราได้ทันเวลา ที่เหลือช่วยจัดการศพฝังให้เรียบร้อยแล้วเอา
คนที่เหลืออยู่ไปสอบสวน”

เจ้าชายรับสั่งกับองครักษ์เสร็จสิ้นแล้ว จึงหันไปดูอาการหญิงสาวที่ยืนตัวสั่น
เทาอยู่ไม่ห่าง ดวงตาคู่นั้นเหม่อลอยและสีหน้าซีดเผือด ครั้นเทวรินทร์วรรณต์เข้าไป
ประคอง ก็ทรุดลงสลบซบนิ่งไม่ไหวติงอยู่ในอ้อมพระอุระ

เราทำประเทศเราให้เป็นประเทศที่สงบ
ประเทศที่มีคนช่วยเหลือซึ่งกันและกันจริง ๆ

เราจะเป็นที่หนึ่งในโลกในข้อนี้....”

(พระราชดำรัส ในโอกาสที่ประธานมูลนิธิราชประชานุเคราะห์ในพระบรมราชูปถัมภ์

นำคณะกรรมการบริหารมูลนิธิ และนักเรียนทุนพระราชทานเข้าเฝ้าฯ

ถวายพระพรชัยมงคลในโอกาสฉลองสิริราชสมบัติครบ ๕๐ ปี

ณ ศาลาดุสิตาลัย วันจันทร์ที่ ๒๒ เมษายน พุทธศักราช ๒๕๓๙)

ช่วยกันขัดเกลากันตัวเองทุก ๆ วัน

และเพื่อแผ่ความร่มเย็นถึงคนรอบข้างเท่าที่เราจะทำได้

เพื่อให้เมืองไทยเป็นหนึ่งในโลก อย่างที่ในหลวงของเราทรงตั้งพระปณิธานกันนะค่ะ

เรื่อนำสนใจประจำฉบับ

ฉบับนี้ *คุณวิลาสินี* ส่งนิทานอ่านเพลินมาเล่าเป็นกำลังใจให้ทุก ๆ ท่านค่ะ

ใครเป็นโรคซีท้อ ตัดพ้อแต่ว่า วาสนาไม่ดี ไม่เคยมีอะไรสมหวังกับเขาเลย

ลองฟังโลสกาซากด ที่คุณวิลาสินีหยิบมาเล่าให้ฟัง

ในคอลัมน์ “สัพเพเหระธรรม” ตอน **คนไร้ลาภ** กันดูนะค่ะ

คนไร้ลาภยิ่งกว่าเรายังมีอยู่ แต่ความเพียรที่เรามี อาจสู้ท่านไม่ได้เลยก็ได้ค่ะ

บางครั้งชีวิตก็เป็นเรื่องซับซ้อนเกินกว่าจะเข้าใจ แต่ก็ไม่มีสิ่งใดยิ่งใหญ่ไปกว่ากรรม

คุณธีระวัฒน์ อนันตวรสกุล ได้ฝาก “เรื่องสั้นอิงธรรมะ” เรื่อง

เรื่องของกรรมอันซับซ้อน (ตอนที่ ๑) มาให้คุณผู้อ่านได้ร่วมเห็นภาพตามไปกับเขา

หมออ้อย แพทย์สาวคนหนึ่ง กับจ๋อน ยายของจ๋อน และแม่ซี ในห้องผู้ป่วยที่โรงพยาบาล

พวกเขาผ่านเข้ามามีอิทธิพลอย่างไรในชีวิตของเธอ ปมต่าง ๆ เพิ่งเริ่มต้นเท่านั้น

ติดตามความซับซ้อนที่ชวนติดตามผ่านชีวิตของหมออ้อยได้ในเรื่องสั้น ๒ ตอนจบนี้ค่ะ

ปิดท้ายด้วยหนังสือต้อนรับวันพ่อที่กำลังจะมาเยือนกับเรื่อง
Fly, Daddy, Fly – ใจพ่อ ในคอลัมน์ “แ่งคิดจากหนังสือ” โดย *คุณชลนิล*
ร่วมพิสูจน์ความรักของพ่อ และหัวใจเหล็กที่ยืนหยัดเพื่อปกป้องลูกสาว
แม้ชีวิตจริงของเรจะไม่ดราม่าเหมือนในละคร แต่เชื่อไหมคะว่า
พ่อของเรา ก็พร้อมจะเสียสละเพื่อความสุขของเราได้ไม่น้อยไปกว่าในละครกันเลย

และแจ่มกันนิดหนึ่งค่ะ สำหรับคอลัมน์ “รู้เฉพาะตน” และ “ชวน่ากลุ้ม”
ฉบับนี้คุณผู้อ่านจะได้อ่านกันเป็น ฉบับสุดท้าย แล้วนะคะ
แต่แน่นอนว่า **คุณดังตฤณ** ก็ยังไม่ได้หายไปไหน
เพราะได้เตรียมคอลัมน์ใหม่ กับเนื้อหาที่น่าสนใจ มาฝากคุณผู้อ่านไว้เรียบร้อยแล้ว
ส่วนจะเป็นคอลัมน์อะไร และคุณดังตฤณจะหยิบอะไรมาบอกเล่า...ความลับค่ะ ;)
อย่ารู้... ต้องรอให้คุณดังตฤณเปิดคอลัมน์มาเฉลยกันฉบับหน้านะคะ :)

ข่าวสารและกิจกรรมที่น่าสนใจ

วันอังคารที่ ๙ ธันวาคม ๒๕๕๑ นี้ หลวงพ่อคำเขียน สุวณโณ
ท่านจะมาแสดงธรรมที่ บ้านอารีย์ ซอยอารีย์ ๑
หลวงพ่อกำเขียนท่านเป็นพระแท้ที่หายากอีกองค์หนึ่งในปัจจุบันนะคะ
ใครสนใจเรียนรู้วิธีเจริญสติด้วยการรู้สึกตัว อย่างที่ท่านใช้คำว่า “รู้ชื่อ ๆ”
อยากให้ลองแวะไปกราบฟังคำสอนของท่านกันดูนะคะ
ดูแผนที่ไปบ้านอารีย์ได้จากที่นี่ค่ะ <http://www.baanaree.net/contact.php>

หมอพีร์ เจ้าของคอลัมน์ “ไดอารี่หมอ” ประจำนิตยสารของเรา
ส่งบันทึกเทปรายการวิทยุ “คุยแะแะกรรม” มาฝากเราเป็นตอนที่ ๓ แล้วค่ะ
เข้าไปฟังได้ที่ <http://www.goodfamilychannel.com>
แล้วค้นหาด้วยคำว่า “หมอพีร์”
หลายคนเริ่มถามเข้ามาว่า ทำยังไงถึงจะได้โทรเข้าไปถามสด ๆ ในรายการบ้าง
ถ้าใครสนใจ ก็เขียนอีเมลล์เข้ามาแจ้งชื่อ (หรือนามสมมติ) และเบอร์โทรศัพท์
ฝากไว้ที่ mor-pee@hotmail.com จ้าหัวไว้เนิ่นๆสำหรับรายการ “คุยแะแะกรรม”

ชุดดำแล้ววัดพระวรกายอ้อมไปด้านหลังอย่างรวดเร็ว ก่อนจะพลิกปลายดาบหาง
จรดปลายไว้ที่คอหอยของหัวหน้าผู้บุกรุกพร้อมทวาดให้ลูกน้องทุกคนหยุด

“วางอาวุธ!”

แม้คนร้ายที่หมายฆ่าจันทรทวารตีกี่เจ็ดดาบค้ำ ต่างรีรอมิยอมวางดาบ ทันใดนั้น
ปรากฏบุรุษผู้สวมชุดองครักษ์จากนครราชฤดีติดตามมา พร้อมเหล่าทหารที่พากัน
ออกมาปรากฏกายพร้อมอาวุธครบมือ สถานการณ์พลิกผัน ฝ่ายตกอยู่ในวงล้อม
กลับกลายเป็นกลุ่มผู้บุกรุก ลูกน้องที่กรูเข้าไปเมื่อครู่ล่าถอยงุนงง เหลียวมองทาง
ไหนก็เห็นแต่ทหารรักษาพระองค์อยู่รายรอบ ต่างคนต่างรีบวางอาวุธร้องขอชีวิต

บุรุษชุดดำยอมจำนนอย่างสิ้นท่า เทวรินทร์วรมันต์ถอยห่างแล้ววัดปลายดาบ
กระชากผ้าคลุมหน้าออก ใบหน้านั้นค้นตาว่าเป็นหนึ่งในนายทหารที่ติดตามองค์อนุชา
ภักทรเสน หมายจะสอบสวนเอาความให้ได้จากปาก องครักษ์แปลกหน้าก็ตรงเข้ามาคว่ำ
ดาบพื้นสະພາຍແລ່ງ นายทหารชุดดำผู้นั้นเบิกตามองเจ้าชายเทวรินทร์วรมันต์เบิ่งค้ำ
อ้าปากครวญครางอย่างจะพูดอะไรก่อนตายแต่ก็ทรุดลงไปในอนิจกรรมเลือดหนึ่ง

“ไอ้ชาติชั่ว รนหาที่ตายแท้ๆ”

บุรุษแปลกหน้าวัดดาบเข้าฝักอย่างว่องไวก่อนหันมาถวายบังคมเจ้าชายเทวรินทร์
วรมันต์

“ทรงปลอดภัยแล้วพะย่ะค่ะฝ่าบาท”

“ใช่ เราปลอดภัย แต่ทำไมต้องฆ่าเขา”

เจ้าชายตรัสถามด้วยความขุ่นข้องพระทัย

“ข้าพระองค์เห็นมันกำอาวุธลับ จึงรีบสังหารเสียก่อนที่มันจะทำร้ายฝ่าบาท”

“เลยไม่ทันได้สอบสวน ว่าใครเป็นผู้บงการ” เทวรินทร์วรมันต์รับสั่งตำหนิ องครักษ์
จึงผงะอึ้งแล้วคุกเข่าลงคำนับหัวจรดพื้น

“ข้าพระองค์วู่วาม ขอพระราชทานอภัยพะย่ะค่ะ”

“ถือเป็นของกำนัลที่เจ้าช่วยชีวิตเราไว้ พระคุณของเจ้าเราจะจดจำไม่รู้ลืม และเราก็อยากให้เจ้าจดจำภาพที่เห็นในวันนี้ไว้ตลอดไปเช่นกัน”

“ขอบพระทัยเพคะฝ่าบาท” จันทราวดีน้อมรับอย่างตื้นตันใจ...พระโอรสคล้ายลังเลอยู่ครู่หนึ่งจึงตรัส

“หากเสร็จงานครั้งนี้แล้วกลับนคร เราอาจ...”

“มีอาจกลับไปได้แล้วพะย่ะค่ะ!”

ไม่ทันขาดคำก็มีเสียงดังขึ้นมาขัดจังหวะ บุรุษผู้พุดอยู่ในชุดสีดำสนิทและปกคลุมหน้าตาไว้มิดชิดออกมายืนผงาด ลูกน้องที่อยู่ในพุ่มไม้ก็นับสิบนายก็ย่างสามขุมเข้ามาพร้อมอาวุธในมือ บุรุษชุดดำเพียงยกมือขึ้นทำอาณัติ ทุกคนก็หยุดนิ่งรอฟังสัญญาณต่อ

ไม่ต้องถามที่มาก็พอคาดเดาเจตนาของผู้บุกรุกได้ เจ้าชายขยับประทับบังเหียงสาวที่ยืนอยู่ข้างกายให้ไปหลบด้านหลังแล้วรับสั่งแผ่วเบา

“เจ้าจะปลอดภัย แต่อย่าได้อยู่ห่างเราเป็นอันขาด” แล้วจึงหันไปตรัสกับผู้บุกรุกอย่างพระทัยเย็น

“ประสงค์สิ่งใดก็ว่ามา แต่อย่าแตะต้องน้องหญิงผู้นี้”

จันทราวดีประจักษ์ชัดในน้ำพระทัย เจ้าชายทรงห่วงใยจากกันบึ้ง

“ข้าพระองค์มิได้ประสงค์สิ่งใดจากฝ่าบาท แต่มีผู้อื่นประสงค์ให้พระองค์เสด็จไปยังปรโลก พวกเรา ลงมือ!”

สิ้นเสียงบัญชา คมดาบของผู้บุกรุกก็กรูกันเข้าจู่โจมเป้าหมาย แต่มีทันได้แต่ต้องพระวรกายแม้เพียงปลายดาบ เทวรินทร์วรมันต์ตัวใดดาบขึ้นรับแล้วฟันฟาดอยู่กลางวงล้อม คมดาบนับสิบกระหน่ำลงมาอย่างว่องไวดุเดือด ดาบต่อดาบประสานกันดังกึกก้อง พลดาบคนหนึ่งอยู่นอกวงล้อมเห็นจันทราวดียืนอยู่เพียงผู้เดียวจึงเงื้อดาบหมายฟาดฟัน เทวรินทร์วรมันต์พลันเข้าถึงตัวหัวหน้า ลดปลายดาบลงยันดาบของบุรุษ

แล้วทางรายการจะโทรไปนัดวันบันทึกเทปอีกที อ้อ แต่ต้องใจเย็นนิดตามลำดับนะค่ะ :)

สุขสันต์วันพ่อล่วงหน้าด้วยนะค่ะ

๕ ธันวาคมนี้ ขอให้มียิ้มกันทุกครอบครัว และเย็นศิระกันทั่วไทยค่ะ :)

กลางชล

สารบัญ ↩



ถาม: ผมปฏิบัติมาหลายปีแล้ว
แล้วก็พยายามที่จะรู้กายรู้ใจในโอกาสต่างๆ ตลอดเวลา
โดยเฉพาะอย่างยิ่งเวลาที่ให้กับการปฏิบัติธรรมในทุกอิริยาบถ
ไม่ว่าจะยืน เดิน นั่ง นอน ก็พยายามระลึกกายรู้ใจ
แต่ก็ไม่เห็นสักทีว่ากายนี้ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ทราบว่าเป็นเพราะอะไรครับ

เพราะว่ายังจงใจปฏิบัติอยู่ ยังบังคับตัวเองอยู่
ท่านรู้สึกไหมว่าบังคับ ยังบังคับอยู่
อย่างขณะนี้นั่งฟังความจริง ดูออกไหม
จิตมันถูกกดให้หนึ่งผิดความจริงอยู่นิดหนึ่ง
จิตไหลไปคิดแล้วทราบไหม
ตรงที่จิตไหลไป คอยรู้ทันนะ รู้ทัน
พอเรารู้ทันสภาวะได้จริงๆ แล้วจึงจะเห็น
ใจมันจะตื่นขึ้นมา
เพราะฉะนั้น หน้าที่แรกเราให้รู้สภาวะบ่อยๆ
สภาวะธรรมมีมาก ทั้งรูปธรรม ทั้งนามธรรม
พอเราให้รู้ไปแล้วจิตมันตื่นขึ้นมามันตั้งมั่น
มันจะเห็นทันทีเลย ร่างกายมันไม่ใช่ตัวเรา
ตัวที่เดินอยู่ที่นี่เหมือนหุ่นยนต์ที่จิตมาอาศัยอยู่ แล้วมันก็เดินไปเดินมาได้
แต่ถ้าเมื่อไหร่จิตของเราหลุดไปอยู่ในโลกของความคิด
หรือจิตของเราไปเพ่ง จงใจปฏิบัติ เราจะไม่สามารถเห็นกายเห็นใจมันไม่ใช่ตัวเรา
ตรงนั้นละคือค้นหา อย่าพยายาม ความพยายามเป็นโลภะ
อยากจะรู้กายอยากจะรู้ใจ อยากจะปฏิบัติ ท่านไม่ต้องพยายามนะ
ถ้าจิตมันอยากจะปฏิบัติให้รู้ว่าอยากจะปฏิบัติ นี่คือปฏิบัติเสร็จเรียบร้อยแล้ว
ตรงที่เราพยายามนั่นเองมันคือการไปตรึงความรู้สึกของเราให้หนึ่งผิดความเป็นจริง



“ส่วนลำน้ำที่ทอดยาวอยู่เบื้องล่างคือคงคามหานทีที่หล่อเลี้ยงชมพูทวีปมานานนับ
แตกแขนงเป็นลำธารน้อยใหญ่ไหลเรื่อยไปตามป่าเขาลำเนาไพร บางทีตรงที่ศนั้นอาจ
จะเป็นลำธารที่เราพบกับเจ้าพิกันครั้งแรก...” เจ้าชายตรัสในตอนท้ายอย่างอ่อนโยน

“หลังจากที่เราเสี่ยงตายไปช่วยเจ้าแล้วปล่อยเสือเข้าป่าไป ก็แทบไม่ได้เห็นหน้าเจ้าอีกเลย วันนี้เรามองหาเจ้าทั้งวันก็ไม่รู้ไปอยู่ไหน ทำไมต้องคอยหลบเลี้ยงเราด้วย”

จันทราวดีเพื่อนหน้าหนี่ไม่ยอมสบพระพักตร์ เจ้าชายยังชักสงสัย

“ตอบมา ไม่เช่นนั้นเราก็ต้องดึงตัวเจ้าไว้ไม่ยอมปล่อย”

“ทรงเข้าพระทัยผิดแล้วเพคะ ข้าพระองค์เดินช้า จึงไปรั้งท้ายอยู่ปลายขบวนมิได้หลบเลี้ยงไปไหน” น้ำเสียงนั้นเครือแหวและหมางเมิน เทวรินทร์รมันต์ได้ยินแล้วอ่อนพระทัย

“ปล่อยมือข้าพระองค์เถิดเพคะฝ่าบาท ทรงล่วงเกินมากไปแล้ว”

“ก็ได้ หากเจ้ารับปากว่าจะตามเราไป ไม่ต้องให้ลากจูง”

ถือเป็นข้อต่อรอง สาวชาวบ้านสายหน้าระอาใจ เจ้าชายจึงรวบรัดเอาว่าเป็นคำตอบตกลง ยินยอมปล่อยพระหัตถ์แล้วเสด็จดำเนินนำไปทางเชิงผาอีกด้าน ฝ่ายเจ้าหญิงเหลียวมองหาภาวิณีไม่รู้ไปอยู่ไหน จำใจเดินตามเจ้าชายไปตามชะง่อนผาลัดเลาะผ่านซอกหินและป็นไหล่เขาขึ้นไปบนหน้าผาสูงชัน ผ่านถ้ำขนาดใหญ่ภายในมีหินงอกหินย้อยประดับประดาสวยงาม แต่เจ้าชายพาเดินผ่านหน้าปากถ้ำลัดเลาะไปตามซอกผา กระทั่งออกมาถึงลานกว้างสุดขอบเป็นหน้าผา เบื้องหน้าเป็นภาพตรึงใจอย่างไม่รู้ประมาณ เมื่อมองออกไปเห็นทิวทัศน์สวยงามตระการตา จันทราวดีเหม่อมองภูมิทัศน์เบื้องหน้าอย่างตะลึงลาน

“มองจากตรงนี้จะเห็นเทือกเขาเบญจคีรีทั้งห้าลูก” พระโอรสชี้ไปทางเทือกเขาฝั่งตรงข้ามที่ทอดยาวซ้อนเหลื่อมกัน “อิสสิริ บันทวะ คิชฌกูฏ เวภาระ และเวปุลละ ล้อมรอบนครราชคฤห์ที่เราจากมา”

จันทราวดีทอดสายตามองตามอย่างตื่นเต้น

อย่างตอนนี้จิตมันไหลเวียนเมื่อกี้นั้นนะ แล้วก็พยายามจะบังคับตัวเองไว้ เราไม่บังคับ คือเราจะดูจิตใจของเรา ไม่ได้ดูเหมือนเราตรวจแถวทหารแถวทหารต้องเรียบร้อย เราดูจิตใจของเราเหมือนดูเด็กนักเรียนเด็กมันวิ่งเล่น เหมือนดูเด็ก เด็กนี้เดี๋ยวก็หัวเราะ เดี่ยวเด็กก็ร้องไห้ เดี่ยวเด็กก็เรียบร้อย เดี่ยวเด็กก็ซน เดี่ยวเด็กก็โมโห อะไรอย่างนี้ เราจะดูเหมือนเราดูเด็กคนหนึ่ง เพราะฉะนั้นเวลาเราจะดูเด็กคนหนึ่ง เราไม่ได้ไปจ้องห้ามพลาดสายตา ถ้าจ้องมากๆ เด็กไม่มีความสุข เด็กจะนิ่ง นิ่งผิดความจริง เพราะฉะนั้นเราจัดการกับจิตของตัวเองเหมือนเราเลี้ยงเด็กคนหนึ่ง เราคอยดู คอยดูเขาไปเรื่อยๆ แต่อย่าไปนั่งเฝ้า ถ้านั่งเฝ้าเด็กจะเครียด

ถาม: รู้สึกว่ามันทำได้แค่อย่างใดอย่างหนึ่ง คือถ้าจะฟังท่านให้รู้เรื่องก็ต้องฟังไปคิดไป แต่ก็ทำให้ลืมหายลืมใจ

ใช่ๆ จะฟังให้รู้เรื่องต้องฟังไปคิดไป
เห็นไหม จิตรู้อารมณ์ได้ครั้งละอย่างเดียว
พอไปรู้เรื่องที่ฟัง ไปรู้เรื่องที่คิด ก็ลืมหายลืมใจ
แต่ว่าหน้าที่ของผู้ปฏิบัติไม่ได้ฟังให้รู้เรื่อง
เราฟังนี้เพื่อจะหัดรู้กายรู้ใจไปเรื่อยๆ
อย่างนั่งตรงนี้ไม่ต้องรู้เรื่องก็ได้นะ
ไม่ต้องรู้เรื่องก็ได้ แต่กายของเราเป็นยังไงเรารู้สึก ใจเราเป็นยังไงเรารู้สึก
อย่างฟังซีดีหลวงพ่อก็เหมือนกัน ไม่ได้ฟังเอาเรื่องนะ
ไม่ใช่ฟังเอาเรื่อง ไม่ได้อ่านเอาเรื่อง
ฟังแล้วก็สังเกตกายสังเกตใจของเราไปเรื่อย
หลวงพ่อพูดเป็นเพื่อนเท่านั้นเองไม่ให้หลับ
พูดเป็นเพื่อนไม่ให้หลับ พูดไปเรารู้กายรู้ใจของเราไป
เราไปจงใจปฏิบัติเรารู้ เราใจลอยไปเรารู้

อย่างจิตใจเป็นยังไงเราคอยรู้ไปเรื่อย
พอเรารู้ได้ ต่อไปนี้กายกับใจจะเป็นครูสอนธรรมะเรา
หลวงพ่อสอนธรรมะใครไม่ได้
ธรรมะเป็นเรื่องเฉพาะตัวแท้ๆ เลย ต้องรู้ด้วยตัวเอง
สิ่งที่หลวงพ่อกำลังทำก็คือชวนพวกเรามาคอยรู้กายรู้ใจ

๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๐
สวนสันติธรรม

ถาม: กระผมใคร่ขอเรียนถามว่าที่พระพุทธเจ้าท่านตรัสกับพระอานนท์ว่า ให้
ระลึกถึงความตายทุกลมหายใจเข้าออก ท่านหมายความว่าอย่างไรครับผม

ก็คือเราจะเห็นความตายเกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลาเลย
เราจะเห็นสภาวะธรรมทั้งหลายทั้งปวง เกิดขึ้นแล้วก็ดับลง เกิดขึ้นแล้วก็ดับลง
นี่ละ เราเห็นความตายอยู่ตลอดเวลา เรียกว่าไม่ประมาท
ความตายไม่ใช่ร่างกายนี้ตายนะ
ความตายนี้เกิดขึ้นทั้งทางกายและทางใจ
จิตของเรานี้ก็เกิดแล้วก็ตายตลอดเวลา
เช่น จิตมีความสุขเกิดขึ้นมาแล้วก็ตายไป
จิตมีความทุกข์เกิดขึ้นมาแล้วก็ตายไป
จิตโลภ จิตโกรธ จิตหลง แต่ละอย่างๆ เกิดแล้วก็ตายไป
ถ้าโยมทำได้อย่างที่พระพุทธเจ้าสอนพระอานนท์
ก็จะเป็นพระอรหันต์เหมือนพระอานนท์นั่นแหละ

๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๐
สวนสันติธรรม

นวนิยายอิงธรรมะ

อ่านบนเว็บ • ฟังเสียงอ่าน

รัก พ.ศ. ๑๐๐

โดย วิลาสินี

(เริ่มลงตั้งแต่ฉบับที่ ๔๖ <http://dungtrin.com/mag/?46.fiction>)

บทที่สิบหก

ผ่านไปอีกหลายวัน ขบวนของนครราชคฤห์ยাত্রามาจนพ้นเขตแดนรัฐประเทศ
ของแคว้นวัชชี เพื่อมุ่งตรงไปยังนครหลวงคือเมืองเวสาลี ก่อนจะพลบค่ำคาราวาน
ธรรมก็หยุดพักอีกครั้งเพื่อแปรขบวนสำหรับข้ามเชิงเขาที่มีลักษณะเป็นหินผา หากพ้น
เชิงเขาเข้าไป เดินเท้าอีกเพียงสัปดาห์เดียวก็ถึงนครหลวง และหากส่งพระภิกษุถึงวิหาร
ที่ทำการประชุมแล้ว เหล่าฆราวาสก็จะได้แยกย้ายกันไปพักผ่อนตามอัธยาศัย

ศรียาไปควบคุมคนงานลากถาดปาอยู่เบื้องหน้า ข้าราชการที่ทำหน้าที่จัด
เตรียมที่ประทับสำหรับพระโอรสถูกจัดให้ไปจัดหาอาสนะให้พระภิกษุ ส่วนเทวรินทร์
วรมันต์ดำริจะปลีกวิเวกไปประทับตามลำพัง ในเวลาโพล้เพล้จึงสั่งห้ามไม่ให้ผู้ใด
ติดตามและเสด็จเพียงลำพังไปเยี่ยมชมหลังขบวน

เหล่าอุบาสิกากำลังสาละวนอยู่กับการหุงหาอาหารด้วยการก่อกองไฟและต้ม
ส่วนผสมหม้อใหญ่สำหรับกวนข้าวสุกถวายพระเถระและผู้ติดตามขบวนใน
วันรุ่งขึ้น จันทราวตีหิยคนโทเดินออกมาหมายจะไปตักน้ำริมลำธาร เจ้าชายดักกร
อยู่ได้ร่มไม้คว่ำสไปไว้ พอหญิงสาวเดินสะดุดจึงเข้าไปประคอง

“ทำอะไรเพคะ” จันทราวตีปิดป้องร้องเสียงขุ่น

“มาทางนี้กับเราหน่อย”

เจ้าชายขยับกายออกห่างแต่ยังไม่ยอมปล่อยพระหัตถ์ หญิงสาวสะดุ้งเบี่ยงไม่หลุด
แต่ก็ไม่ยอมก้าวเท้าตาม

พรุ่งนี้ห่วยจะออกแล้ว พยาบาล แม่บ้าน แม่ค้า ต่างคุยกันถึงเรื่องเลขเด็ดอย่างหนาหู หมาหมูประหลาดตลอดจนต้นไม้พิสดาร ล้วนถูกนำมาตีเป็นเลขเด็ด เภยาจารย์ร่างทรงที่ไหนอาจเป็นที่มาของเลขโชค เธอไม่ค่อยสนใจหรอก เพราะคิดว่ามันไม่ใช่ทางที่จะนำมาสู่ความร่ำรวย ครอบครัวเธอสอนว่า การจะรวยได้ต้องขยัน ประหยัด อดออม เธออยากจะลงทุนในตลาดหุ้นมากกว่า และกำลังเริ่มศึกษากับพ่อของเด็กผู้ป่วยคนหนึ่งที่เกี่ยวข้องทางการแพทย์

“มีเลขเด็ดไหมหมอ” พยาบาลถามหมอที่เล่นที่จริง

“ไม่มีหรอกพี่ เคยเล่นด้วยก็ทีที่ก็ถูกกินหมด หนูคงไม่มีดวงทางนี้ เล่นไปก็ถูกกินอีก ไม่เอาดีกว่า” หมออ้อยตอบยิ้มๆ เธอไม่สนใจหรอก โอกาสถูกน้อยจนแทบจะไม่มี แต่เพื่อร่วมสนุกกับบรรดาพี่ๆ พยาบาล ก็ร่วมเล่นสนุกๆ ไปอย่างนั้นเป็นครั้งคราว วันห่วยออกเป็นวันที่คึกคัก ก่อนเวลาปิดรับแทงห่วย เรื่องห่วยมีให้ได้อินอย่างหนาหู เธอไม่ได้สนใจอะไรมากมายนัก เพียงคืนครึ่งหลังจากวันห่วยออก เป็นวันใหม่แล้ว หมออ้อยออกเวร จึงกลับห่ออาบน้ำ แล้วต้องหาของบางอย่าง จึงพบตะกรุดกระดาศยัดหลอดกาแพที่แม่ชีให้มา เกิดความสงสัย ลืมไปแล้วว่าแม่ชีให้มา จึงเปิดดูพบว่าแม่ชีเขียนเลขไทยสวยชัดเจน ทั้งหมด ๒ บรรทัดในกระดาศ บรรทัดแรก มี ๓ ตัว บรรทัดที่สองมี ๒ ตัว นึกสงสัยคล้ายคล้ายคลบลว่าอาจจะเป็นเลขห่วยงวดนี้ ถ้าถูกตรงหมด คงน่าเสียดายแย่ เปิดอินเทอร์เน็ตดูผลห่วยงวดล่าสุด แล้วก็ต้องตกใจ ทั้ง ๓ ตัวบน ๒ ตัวล่าง ตรงกับกระดาศที่แม่ชีเขียนให้ล่วงหน้าอย่างไม่ต้องกลับ อยากจะบอกคนอื่นให้รู้ แต่ก็เหมือนมีอะไรบางอย่างสะกดไว้ให้ ปากหนัก ไม่ให้บอกความมหัศจรรย์นี้แก่ใครๆ ความศรัทธาต่อแม่ชีชราเกิดขึ้นอย่างท่วมท้นจิตใจ นึกถึงสายตาเอื้ออาทรของแม่ชีที่เคยมองเธอในระหว่างที่เธอตรวจคนไข้ในห้องผู้ป่วยอายุรกรรมหญิง เมื่อครั้งที่แม่ชียังนอนอยู่ในโรงพยาบาล เหมือนกับแม่ชีมีอะไรจะบอกกับเธอ ตั้งใจไว้ว่า วันว่างพรุ่งนี้จะไปหาแม่ชีที่วัด

(โปรดติดตามอ่านตอนจบฉบับหน้า...)

สารบัญ ←

ถาม: ที่ผมอ่านตำราณะครับ มีบอกไว้ว่าพอพระพุทธเจ้าท่านสำเร็จแล้ว ท่านบอกว่าท่านจะไม่สอนชาวโลกหรอก เพราะว่าสิ่งที่ท่านทราบนี้มันลึกซึ้งเหลือเกิน คราวนี้เดือดร้อนถึงพระสัทมบดีพรหมต้องลงมาขอร้องให้ท่านโปรดสัตว์ครับ อันนี้จริงหรือเปล่าครับผม

โอ้ หลวงพ่อเกิดไม่ทัน ตอนพระพรหมมาอาราธนา ก็จำไม่ได้ แต่มันมีสภาวะธรรมอันหนึ่ง

เวลาที่จิตของเราเข้าถึงธรรมสุดขีดแล้ว มันจะรู้สึกถอดใจเลย

มันยากเหลือเกิน มันยากเหลือเกินที่จะพูดให้คนอื่นฟังได้

อย่างไรเลยจะนึกได้ว่าจิตผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ในความเป็นจริงคือตัวทุกข์ ไม่มีใครนึกออกหรอก

ใครจะรู้ว่าร่างกายนี้ทุกข์ล้วนๆ ไม่ใช่ทุกข์บ้างสุขบ้าง

ใครจะรู้ว่าจิตนี้ทุกข์ล้วนๆ ไม่ใช่ทุกข์บ้างสุขบ้าง

ใครจะรู้ว่านอกจากความทุกข์ไม่มีอะไรเกิดขึ้น

นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรตั้งอยู่ นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรดับไป

ยากสุดขีดเลยนะ ยากจริงๆ

พอใจเข้าถึงธรรมตรงนี้ปุ๊บนะ ถอดใจเลย

หันไปมองเพื่อนร่วมทุกข์ทั้งหลาย ตัวใครตัวมันดีกว่า ไม่รู้จะพูดยังไง

แต่เสร็จแล้ว มันจะผ่านช่วงนี้ไปช่วงหนึ่ง เป็นทุกคน

ผ่านช่วงนี้ไปช่วงนี้ ใจมันจะมานึกขึ้นได้ว่าทำไมเราผ่านมาได้

เราผ่านได้คนอื่นเขาก็ผ่านได้เหมือนกัน

ทำไมจะวิเศษอยู่คนเดียว

ก็ค่อยๆ มาทบทวนว่าทำไมถึงผ่านมาได้

ที่ผ่านมาได้ก็เพราะว่าเรารู้กายรู้ใจตัวเอง

ขั้นแรกสุด ถือศีลไว้ก่อน เราต้องมีศีล

อันต่อมา เราก็มาฝึกใจของเราให้สงบ ให้ตั้งมั่น อย่าฟุ้งซ่านมาก

ต่อมา เราก็มาคอยรู้กายคอยรู้ใจตัวเองบ่อยๆ
 ทางเดินมันก็คือการฝึกสติ สมาธิ ปัญญานั้นเอง
 ฝึกไปเรื่อย เดินตามไปทางนี้ มันก็ไปถึงจนได้
 ช้าบ้างเร็วบ้างแล้วแต่อินทรีย์แก่อ่อน
 ความกรุณามันจะเกิดขึ้นในใจ จะทวน
 ที่แรกก็ไม่ไหวนะ รู้สึกมันเหลือวิสัยจริงๆ มันรอดตายมาได้
 เวลาภาวนาถึงจุดแตกหักนะ มันมีความรู้สึกรอดตายมาได้
 รอดตายรอดบ้ำมาได้ โอ้ มันน่ากลัว

คือในคัมภีร์เราพูดถึงว่าพระพุทธเจ้าจะ นั่งลงไปแล้ว
 นั่งบนรัตนบัลลังก์ เรียกรัตนบัลลังก์หมายถึงว่า
 จะนั่งสู่ตายตรงนี้ไม่ถอยแล้ว
 พอจิตตั้งมั่นลงไปว่าสู่ตายไม่ถอยแล้ว
 กิเลสจะมาเป็นกองทัพเลย มารจะเริ่มผจญ
 พอตั้งมั่นไป จะรู้อยู่ที่จิตที่เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน จิตสงบจิตตั้งมั่น จิตสบาย
 จะรู้อยู่ตรงนี้ การปฏิบัติจะปีบวงเข้ามาหาจิตอันเดียวเลย
 เสร็จแล้วจู่ๆ จิตมันจะพลิกตัว
 จากตัวที่เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน กลายเป็นตัวทุกข์ล้วนๆ
 ทุกข์ตัวนี้ไม่เหมือนทุกข์เวทนา
 ทุกข์เวทนาอย่างเรานั่งแล้วเมื่อย เราขยับก็หาย
 หรือจิตใจของเราเคยฟังชานเคยมีความทุกข์ขึ้นมา
 เราพูดโธๆ หรือกำหนดลมหายใจก็หาย
 อันนี้ทำยังไงก็ไม่หายเพราะความทุกข์กับตัวจิตเป็นตัวเดียวกัน
 ตัวนี้คิดยังงี้ก็คิดไม่ออกเลย ตัวจิตเป็นตัวทุกข์
 ตัวนี้เรียกว่าขันธมาร ตัวขันธนั้นแหละคือตัวมาร
 ความรู้สึกมันทุกข์มากขึ้นๆ เหมือนความตายมารอยู่ตรงหน้าแล้ว
 ถ้าไม่ถอยออกจากการปฏิบัติตอนนี้เรียกว่าถอยออกจากรัตนบัลลังก์ที่มารมาได้
 บอกให้ลูกชะ บัลลังก์นี้เป็นของมาร ให้พระพุทธเจ้าลูกเสีย
 ถ้าไม่ถอยออกมา สิ่งที่จะเกิดขึ้นถัดจากนั้นไป ไม่ช้าก็ตาย จิตจะระเบิดตายแล้ว

“มันเป็นไปตามกรรม รักษาได้ก็รักษา รักษาไม่ได้ก็ไม่ใช่ไร ปลอยไปตามกรรม”

หมออ้อยรู้ว่าอาการแม่ขึ้นนั้นหนักเอาการอยู่ แต่เสียงโอดโอยสัณนิทกก็ไม่เคยเล็ดลอด
 ออกมาจากปากให้หมอหรือพยาบาลรำคาญใจ แก่ก็เป็นคนแก่น่ารักคนหนึ่ง

วันนี้หมออ้อยมาทำบุญถวายสังฆทาน แล้วก็เอาขนมปังมาเลี้ยงปลาที่ท่าหน้า
 วัด จึงเจอแม่ชีอีกครั้ง หมออ้อยยกมือไหว้

“สวัสดีค่ะ แม่ชี” แล้วหมออ้อยก็ต้องแปลกใจที่แม่ชีกล่าวได้อย่างล่องรู้สิ่งที่ตน
 เองกำลังคิด

“หนูนี้ใจดีนะ สงสารเจ้าจ๊อน เลยมาทำบุญให้มัน”

“ค่ะแม่ชี หนูเห็นจ๊อนเป็นเด็กดี เด็กฉลาด น่าเสียดายที่ต้องมาเจอโชคร้ายแบบ
 นี้” หมออ้อยตอบ

“ทุกอย่างล้วนเป็นไปตามกรรม อะไรจะเกิดก็ต้องเกิด” แม่ชีหยิบกระดาษออก
 มาจากกระเป๋าเสื้อ แล้วเอาดินสอเขียนอะไรบางอย่างลงในกระดาษแผ่นนั้น พอเขียน
 เสร็จ ม้วนกระดาษจนกลมแล้ว สอดเข้าไปในหลอดกาแฟพลาสติกขนาดสั้นอันหนึ่ง
 ที่แม่ชีตัดเตรียมมาไว้

“แม่ชีทำตะกรุดหรือคะ” หมออ้อยถามอย่างขำๆ แต่ไม่เห็นว่แม่ชีเขียนอะไร
 ลงไปในนั้น

“หนูเอาไป แล้วรีบไปไปที่โรงพยาบาลเถอะ” แม่ชีพูดจบหมาดๆ โทรศัพท์มือ
 ถือของหมออ้อยก็ดังขึ้น เรียกตัวเธอกลับโรงพยาบาลด่วน เพราะมีอุบัติเหตุหมู่ อัน
 เนื่องมาจากคนเมาอีกแล้ว มีคนเจ็บหลายคนถูกลำเลียงมาที่โรงพยาบาล เธอจึงรีบ
 ลาแม่ชีไป

หลายวันผ่านไป...

“เซลล์แมนรักคุณมาซึ่งดั่งคลองดับ เด็กโซคร้ายตายด้วยหนึ่ง”

หนังสือพิมพ์หัวสีพาดหัวข่าวการตายของจ๋อน อันเนื่องจากชายชีเมาคนนั้นซึ่ง
อกหัก ไม่สมหวังในความรัก จึงเลือกน้ำเมาเปลี่ยนนิสัยเป็นทางดับทุกข์ ดับสติตลอด
จนชีวิตตนเองในที่สุด แถมท้ายด้วยชีวิตของจ๋อนที่ไม่รู้โอ้หน้ออะไรด้วย สงสาร
ทั้งจ๋อนเด็กดีที่มีแว่วว่าจะมีอนาคตอันสดใส อีกทั้งสงสารย่าของเจ้าจ๋อนที่ต่อไปนี้จะ
ต้องอยู่ใช้ชีวิตต่อไปโดยไม่มีจ๋อนอีกแล้ว

ไม่กี่วันต่อมาก็หายดี จึงได้ทราบข่าวร้าย สะเทือนใจרבขวัญก่อนออกจากโรง
พยาบาล นำแปลกใจที่ย่าเล่าว่า วันที่จ๋อนตายตอนเช้านั้น มันยังมาหาย่าตอนเย็นอยู่
เลย แต่งตัวด้วยเสื้อผ้าใหม่สะอาด มาบอกย่าว่า หายไฉ่ ถ้าจ๋อนหายไฉ่ ไม่ต้องเป็น
ห่วงจ๋อน จ๋อนสบายดี แต่ย่าก็สะลึมสะลือเต็มที

“แม่ชีชราเตียงข้างๆ ก็เห็น แม่ชีเรียกฉันเองบอกฉันว่าจ๋อนมาหา” ย่าของจ๋อน
ยืนยันกับญาติ แต่ก็ไม่มีใครสนใจ เพราะคิดว่าย่าคงจำวันผิด ย่าของจ๋อนและแม่ชีออ
ออกจากโรงพยาบาลไปในวันเดียวกัน เตียงถูกผู้ป่วยรายอื่นเข้ามานอนแทนที่ไปแล้ว

หมออ้อยเมื่อว่างจากภารกิจ มีเวลาเล็กน้อยพอที่จะไปวัดใกล้ๆ โรงพยาบาลได้
เธอคิดจะไปทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้จ๋อนผู้นำสงสาร ไหว้พระทำบุญเสร็จ ก็ออกมา
พบกับแม่ชีชราที่เคยเป็นผู้ป่วยนอนเตียงติดกันกับย่าของจ๋อน แม่ชีชรากำลังนั่งพัก
อยู่ที่เก้าอี้ใกล้ศาลาริมน้ำ แม่ชีออกไปจากวัดพร้อมๆ กับย่าของจ๋อน โดยมีคนของ
เจ้าหงส์เจ้าของตลาดเอกขนร่ำรวย จักรณมารับไปส่งถึงวัด คราวนี้แกป่วยจนต้องมา
โรงพยาบาล แกได้รับการอุปถัมภ์อย่างดีจากเจ้าหงส์ผู้ใจบุญ เจ้าของตลาดสดที่ใหญ่
แห่งหนึ่งของจังหวัด เจ้าหงส์คงใจดีอุปการะคนไปทั่วกระมัง แม่ชีเลือกเองที่จะรักษา
ตัวเองที่โรงพยาบาลจังหวัดแห่งนี้ไม่ยอมไปกรุงเทพตามที่เจ้าหงส์เสนอ นำแปลกอีก
อย่าง หัวหน้าแม่ชีในวัดก็ดูค่อนข้างจะยำเกรงแม่ชีชรารูปนี้ไม่น้อยเหมือนกัน เห็นได้
จากวันที่มาเยี่ยมแม่ชีที่โรงพยาบาล แม่ชีขณะอยู่โรงพยาบาลไม่เคยร้องไห้อยุ อยู่
กับความเจ็บปวดได้อย่างสงบ ไม่มีทีท่าทุกข์ร้อนกังวลใจใดๆ ให้รุ่นวาย หมออ้อยยัง
จำคำพูดของแม่ชีได้ดี

มันจะเห็นเลยจิตใจนี้ ใจมันจะเกิดความคิดขึ้นมา

ถอยดีกว่า นี่เรียกว่าอภิสังขารมาร

ใจบางทีก็เกิดความท้อแท้ จนหมดสติหมดปัญญาแล้ว

ไม่มีทางสู้แล้ว นี่เรียกว่ากิเลสมาร

มันบั่นทอน จิตใจท้อแท้สุดขีด ตัวจิตเองนี้เรียกว่าเทวบุตรมาร

จิตที่กลับกลอก ถอยเถอะๆ

ตัวจิตที่คิดจะถอยนี้เรียกว่าเทวบุตรมาร

มาร ๕ ตัวนั้นะ พยายามจะไล่เราให้ถอยจิตออกมาจากนาฬิกานี้ที่จะแตกหัก

พยายามไล่ตลอดเวลาเลยนะ

ถ้ายังทนต่อไปไม่บ้าก็ตาย มีอยู่แค่นี้เอง

ถึงตรงนี้สิ่งที่เราศึกษาอบรมมาตลอดยาวนานในสังสารวัฏจะมาช่วยเรา

ตัวนี้เรียกว่าบารมี

ไม่มีอะไรจะเป็นที่พึ่งของเราได้นะ นอกจากบารมี

เพราะฉะนั้นต้องสร้างบารมี

ไปดูเอาเองนะ ๑๐ อย่าง

บารมี ๑๐ อย่างเช่นทานบารมี

ทานบารมี เรากล้าไหมที่จะสละชีวิตตัวเองเพื่อธรรมะครั้งนี้

กล้าไหมที่จะตายก็ตาย มันจะไม่ได้รู้สึกตายแล้วได้ธรรมะนะ

จะรู้สึกว่าย่าหรือเปล่า จะกล้าสละชีวิตครั้งนี้ไหม

จิตเราจะมีความเป็นปกติไหม หรือจะกระเพื่อมหวั่นไหวขึ้นมา นี่คือนิสัยบารมี

จิตเราเป็นปกติไหม เรามีขันติไหม

เราจะทนต่อความทุกข์ที่แสนสาหัส เราจะสามารถทนไปโดยไม่ถอยจนตายได้ไหม

เรามีอธิฐานบารมี มีความตั้งใจมั่นใหม่ว่าคราวนี้สู้ตายแล้วนะ

ครั้งนี้ไม่หนีแล้วนะ หนีมาตลอดแล้วตกเป็นทาสมาตลอด ครั้งนี้ไม่ถอยแล้วนะ

มีสติจะไหม มีความจริงใจที่จะปฏิบัติตามรู้ทุกสิ่งทุกอย่างตามที่มันเป็นได้ไหม

เรียนรู้สัจจะความจริงอย่างนี้ได้ไหม

มีเนกขัมมบารมี กล้าสละไหม สุขทางตาหูจมูกลิ้นกายต่อไปนี้

ภาวนาต่อไปนี้แล้วอาจจะบ้าก็ได้

อยู่ต่อมานะ สมมติว่ารอดตายมาได้ รอดมาได้ก็บ้าเลย
มันจะรู้สึกอย่างนั้นล่ะ
เราจะกลัาสละความสุขทางตาหูจมูกกลิ่นกายใจทั้งหมดนั้นได้ไหม
ถ้ากลัาสละได้นะ นี่เรียกว่าเนกขัมมบารมี
มีปัญญาที่จะรู้สภาวะธรรมทั้งหลายตามความเป็นจริงไหม นี่เป็นปัญญาบารมี
บารมีทั้งหลายนี้แหละ เอามาใช้ในาฬิกฤตินี้เอง
ไม่มีใครจะเป็นเพื่อนเราได้เลย
พ่อแม่พี่น้องมันหนีหายไปไหนหมดแล้วก็ไม่รู้
เทวดาอินทร์พรหมอะไรนี่หมดเลย
นี่มานึกๆ ดูนะ มันคล้ายๆ ในพระไตรปิฎก
ที่ว่ามารผจญ แล้วพระพุทธเจ้าอยู่ตามลำพัง ไม่มีใครช่วยเลย
เทวดาก็หนีไปหมด ท่านก็สู้ด้วยบารมีนั่นเอง เอาบารมีมาเป็นที่ตั้ง
เมื่อบารมีแก่กล้า ยอมสละยอมเป็นยอมตาย ตายก็ตาย
ไม่ได้อะไรเลยก็ไม่ได้อะไรเลย
ไม่ตายแล้วอยู่แบบบ้าๆ ไปเลยก็ช่างมัน ยังไงก็ได้
นี่หมดความรักในกายหมดความรักในใจอย่างแท้จริง
พอหมดความรักในกายในใจอย่างแท้จริงมันสลัดทิ้งเลย
มันปล่อยวางกายปล่อยวางใจทิ้งเลย กายนั้นปล่อยไปก่อนแล้ว
มันจะปล่อยใจออกไป ปล่อยจิตทิ้ง
นี่พอปล่อยลงไปมันเหมือนกับโลกกระเทือน ที่จริงใจกระเทือน
ใจเราหลุดออกจากเปลือกที่ห่อหุ้มอยู่ ใจหลุดออกจากอาสวกิเลสที่ห่อหุ้มอยู่
เป็นอิสระขึ้นมากระจายตัวออกเต็มโลกธาตุเลย
ใจใหญ่ ใจใหญ่ไม่มีขอบไม่มีเขต ไม่มีที่ตั้ง ไม่มีประมาณ
มีความสุขแทรกอยู่ทุกๆ อณูเลย เต็มโลกธาตุเลย
พอสัมผัสที่แรกนะ น้ำตาร่วงเลย
อย่างนี้ก็มีด้วยหรือ ธรรมะอย่างนี้มีด้วยหรือ
มันรู้สึกอย่างนี้นะ

แปดโมงครึ่ง หมออ้อยต้องออกไปตรวจผู้ป่วยนอก ที่มีคนรออยู่อย่างแน่นขนัด
แต่ก็ยังไม่เห็นจ๊อนมาอย่างเคย หมออ้อยออกตรวจผู้ป่วยจนถึงเวลาพักกลางวันซึ่ง
ล่วงเลยไปเกือบบ่ายโมง จึงได้ทราบข่าวร้ายจากเพื่อนแพทย์ที่ไปออกเวรชั้นสูตร
ศพบเช้านี้ อุบัติเหตุคนเมาขับรถชนคนตายและพุ่งตกคลองตายไปด้วย รวม ๒ ศพ
ได้ความว่า

“จ๊อนเสียชีวิตแล้วเมื่อเช้านี้จากอุบัติเหตุ ถูกรถที่คนเมาขับชน จ๊อนเสียชีวิตคาที่
จักรยานยับเยิน ลูกจิ๊กที่จ๊อนตั้งใจเอามาป้องกันแตกกระจาย คนเมาก็ตายเหมือนกัน
ชนจ๊อนเสร็จก็พุ่งลงคลองเลย”

ข่าวร้ายของจ๊อนทำเอาหมออ้อยสะเทือนใจไม่น้อย นึกถึงรอยยิ้มหลังคำขอบคุณ
ของเจ้าจ๊อนเด็กช่างพูดในวันหนึ่งในอาทิตย์ที่แล้ว ที่หมออ้อยนำสมุดฉีก ขนาด
กระดาษ A4 และปากกาหลายด้าม ที่ได้รับแจกจากเภสัชกรขายยาของบริษัทยา
ในงานประชุมมาให้ แอบประทับใจ ที่เห็นจ๊อนเอาการบ้านที่ได้รับมอบหมายให้ทำ
ระหว่างปิดเทอมมาทำที่โรงพยาบาล ขณะที่มาเฝ้ายาที่โรงพยาบาล แล้วก็เมื่อวาน
นี้เอง หมออ้อยเพิ่งเห็น เจ้าจ๊อนเก็บขวดแก้วจากถังขยะในโรงพยาบาล รวบรวมใส่
ถุงพลาสติกใบใหญ่ ในระหว่างเวลางดเยี่ยมตอนบ่าย

“เก็บไปขายหรือ ทำไมไม่เก็บขวดพลาสติก หรือ กระป๋องอลูมิเนียมล่ะ ขาย
ได้ราคาดีกว่านะ”

“กระป๋องกับขวดพลาสติกราคาดีกว่า ไว้ให้พี่ที่เขาเก็บประจำละกันครับหมอ ผม
เอาแค่ของที่เขาไม่เอาละกันครับ ว่าจะเก็บให้ได้เงินซื้อจิ๊กให้ย่ากิน ย่าคงเบื่ออาหาร
โรงพยาบาล” หมออ้อยคิดจะให้เงินเด็กชายจ๊อน แต่ก็คืนลิ้มเอากะเป๋เงินมาซะนี่

ศพของจ๊อนมาที่โรงพยาบาล ญาติกำลังติดต่อรับศพไปประกอบพิธีทางศาสนา
ญาติๆ ไม่ยอมให้ยารู้ จึงโกหกไปว่า ครูที่โรงเรียนเรียกไปช่วยงานโรงเรียน ความ
สงสารถาโถมเข้ามาสู่ใจของหมออ้อย เพราะเหล่านั้ๆ จ๊อนเด็กดีที่น่ารักของหมอ
และพยาบาลทั้งตึก นักเรียนทุนโรงเรียน นักเรียนที่รักของครู และเพื่อนๆ จากไป
ก่อนวัยอันควร จ๊อนทำผิดอะไรด้วยหรือ?

วันนี้หมออ้อยมาราวนหวอดในตอนเช้า ถือนมกล่องมาด้วย ๑ กล่อง เป็นนมกล่องจากชุดข้าวเวรที่เธอไม่ดื่ม เธอแช่ตู้เย็นไว้ คิดว่าจะมาให้จ๋อนกล่องหนึ่ง ก่อนหน้านี้เธอจะนำไปให้เพื่อนแพทย์หรือเจ้าหน้าที่พยาบาลคนอื่นๆ แต่แล้ววันหนึ่งที่ร้านสะดวกซื้อของโรงพยาบาล เธอเห็นลูกเล็กๆ ของคนป่วยยากจนรบเร้าขอให้แม่ซื้อนมกล่องให้กิน แต่แม่ไม่มีเงินซื้อให้ ดูน่าสงสาร วันนั้นเธอออกค่านมกล่องให้ไป และได้เห็นรอยยิ้มและแววตาที่มีความสุขของเด็กจากเงินเพียงเล็กน้อยของเธอ

หลังจากนั้นเธอจึงเห็นว่าควรนำไปให้คนที่ไม่มีสตางค์ซื้อจะดีกว่า แววตาของเด็กในวันนั้นบ่งบอกถึงความดีใจอย่างมาก คิดได้ว่าหากใช้ความคิดสร้างสรรค์สิ่งรอบตัวหลายอย่างก็สามารถเปลี่ยนแปลงเป็นวัตถุดิบได้มากมาย แม้แต่เศษอาหารที่กินเหลืออาจเป็นขยะไปแล้วในสายตาคนบางคน ก็อาจส่งไปย่อยในท้องของแมวหรือสุนัข ให้สารอาหารพลังงานยืดชีวิตของมัน แทนที่จะเน่าในกองขยะไปเฉยๆ แม้แต่เม็ดมะละกอที่ร้านค้าในโรงพยาบาลคว้านทิ้ง ก็อาจนำไปโปรยลงพื้นที่ว่างเปล่าด้านหลัง สร้างแหล่งอาหารให้ผู้ยากไร้ที่ต้องการเก็บกินลูกมะละกอในภายหลัง

เธอตรวจติดตามอาการของคนไข้ในความดูแลของเธอ บนตึกผู้ป่วยอายุรกรรมหญิงที่ละเตียงๆ พอดตรวจยาจ๋อนเสร็จ ก็ไปตรวจแม่ชีชราที่นอนเตียงติดกัน แม่ชีดูเจี๊ยบๆ และดูสงบกับอาการป่วย ไม่ปรีปากบ่น เคยถามแม่ชี ก็บอกว่า

“มันเป็นตามกรรม รักษาได้ก็รักษา รักษาไม่ได้ก็ไม่เป็นไร ปล่อยไปตามกรรม” แม่ชีท่านนั้นแอบมองเธออยู่บ่อยๆ ซึ่งเธอก็ไม่รู้ว่าทำไม เหมือนแม่ชีชราอยากบอกอะไรกับเธอสักอย่าง

หมออ้อยฝากนม ๑ กล่องให้จ๋อนไว้กับย่า คิดว่าเดี๋ยวประมาณ ๗ โมงเช้า จ๋อนก็คงจะจอดจักรยานล่ำมโซ่ มาขึ้นรถหน้าห้องผู้ป่วยอายุรกรรมหญิงเป็นคนแรก และก็จะมานั่งที่นั่นประจำตรงหัวเตียงย่า อ่านหนังสือให้ย่าฟัง หมออ้อยทราบจากญาติๆ ว่า พ่อแม่จ๋อนเสียชีวิตจากอุบัติเหตุตั้งแต่จ๋อนเล็กๆ จ๋อนจึงสนิทกับย่ามาก

“จ๋อนมันเป็นเด็กดินะครบหมอ เรียนได้ทุนทุกปีเลย ไม่เคยต้องควักเงินค่าหนังสือ กระจกกลมไม่เห็นมีใครเรียนเก่งสักคน ไม่รู้มันผ่าเหล่าผ่ากอมาจากไหน” น้ำของจ๋อนเล่าให้ฟังอย่างภูมิใจ

มีด้วยหรือธรรมะอันนี้ มันเป็นธรรมะที่ฝากเป็นฝากตายได้อย่างแท้จริงเลย ไม่มีอะไรกระเทือนเข้าถึงมันได้อีกต่อไปแล้ว

เพราะฉะนั้นการภาวนาไม่ใช่แค่ว่าหัดรู้กายหัดรู้ใจลูกเดียว บารมีอื่นๆ ก็ต้องสร้าง ศิลต้องรักษา คนไม่มีศีลข้ามภพข้ามชาติไม่ได้ ต้องกล้ำสละ กล้ำเสียสละ ต้องสู้จริงๆ เลย ต้องมีสัจจะ สัจจะกับตัวเองก็ต้องมี ต้องมีอธิษฐานบารมี ตั้งใจในสิ่งที่ดีแล้วต้องทำให้ได้ ลำบากแค่ไหนก็ต้องทำ ต้องฝึกทั้งสิบเลยสิ่งเหล่านี้ เพราะฉะนั้นบารมี ๑๐ อย่างต้องสร้างต้องทำ จะเอาแต่ปัญญาบารมีอย่างเดียวไม่ได้ มีแต่ปัญญาไม่มีศีล จะเป็นปัญญาของโจร มีสมาธิ มีปัญญาไม่มีสมาธิไม่ใช่ปัญญาที่แท้จริง เป็นความฟุ้งซ่าน

เพราะฉะนั้นเราต้องพัฒนา สำนวตตัวเองไปเรื่อยๆ มีสติมีปัญญา สำนวตตัวเองอย่างเป็นกลางที่แท้จริงเลย อย่าลำเอียง อย่าเข้าข้างตัวเอง อะไรที่มันเลวๆ อยู่ในตัวเอง คุณมันเข้าไป รู้มันเข้าไปเรื่อยๆ วันนึงถึงจะสู้กับมันได้ งานข้ามภพข้ามชาติไม่ใช่งานเล่นๆ

เมื่อก่อนหลวงพ่อยู่กับท่านรองสงคราม สภาความมั่นคงน่านงานซีเรียสนะ มาเทียบกับงานปฏิบัติง่ายกว่ากันเยอะเลย อย่างเราทำงานอย่างนั้นยังมีเป็นทีมใช้ไหม ช่วยกันได้ นี่ตัวคนเดียวเลย ต้องสู้ๆ ต้องสู้เอา เพราะฉะนั้นต้องค่อยๆ พัฒนาคุณงามความดี แต่ละด้านๆ ไม่ดูถูกมัน บางคนดูถูกการทำทานการถือศีล พุดโกหกเล็กๆ น้อยๆ ไม่เป็นไร ใครสั่งใครสอนโกหกเล็กน้อยไม่เป็นไร ต้องค่อยๆ ฝึกนะ ค่อยๆ ฝึก อย่างเราเติบโตขึ้นทุกวันๆ เข้มแข็งขึ้นทุกวัน รวมกำลังเอาไว้มันเอง เอาไว้ใช้ในที่สุดท้ายที่จะข้ามภพข้ามชาตินั้นแหละ

ตอนธรรมะเบื้องต้นนะ ง่ายนะไม่ถึงขั้นจะเป็นจะตายหรอก
ธรรมะเบื้องต้นดู ดู ดูไป พอใจปั้งขึ้นมา แหม สบายเสียอีก หลุดออกไปเฉยๆ เลย
จะข้ามภพข้ามชาติคล้ายๆ คนจะคลอด
คนจะคลอดนะ ถ้าแม่ไม่ตายเสียก่อนลูกคงออกมาได้
เพราะฉะนั้นเวลาหลุดพ้น
พระพุทธเจ้าจะใช้คำว่าจิตหลุดพ้นจากอาสวะเพราะความไม่ถือมั่น
จิตหลุดพ้นจากอาสวะ

อาสวกิเลสเป็นเครื่องท้อหุ้มจิตไว้
ย้อมจิตไว้เป็นเนื้อเดียวกับจิตเลย
ย้อมตั้งแต่ข้างในสุดจนข้างนอกสุดเป็นเปลือกหุ้มจิตไว้อีก
จะต้องสํารอกอาสวะออกให้หมด
หลุดจากอาสวะได้เพราะไม่ถือมั่นในรูปธรรมนามธรรม ในกายในใจ
ไม่ถือมั่นในกายในใจได้เพราะมีปัญญาเห็นทุกขอย่างแจ่มแจ้งว่า
กายนี้ใจนี้คือทุกข์ล้วนๆ ไม่ใช่ทุกข์บ้างสุขบ้าง
จะมีปัญญาเห็นกายเห็นใจเป็นทุกข์ล้วนๆได้ จิตต้องตั้งมั่นเป็นผู้รู้ผู้ดูนะ
ตั้งมั่นอย่างแท้จริงเลย แล้วดูโดยไม่แทรกแซง
ไม่ใช่จงใจดู
สติต้องเกิดเอง สติระลึกขึ้นเองไม่ได้จงใจ
ขณะที่รู้จิตมีสัมมาสมาธิ ไม่ถลาลงไปในการรู้ สักว่ารู้สักว่าเห็น
รู้แล้วไม่เข้าไปแทรกแซง รู้แล้วดูทุกอย่างตามที่เขาเป็นเพื่อให้เกิดปัญญา
นี่ ทำซ้ำแล้วซ้ำอีกอยู่อย่างนี้นะนะ สะสมทุกวันๆ นะ
ศีล สมาธิ ปัญญา ค่อยอบรมแก่กล้าขึ้นทุกทีๆ
ถึงวันหนึ่งมันก็ต้องไปสู่ตายกันนะ ต้องไปสู่ตายกัน
ถึงจุดนั้นมันจะรู้สึกเลย ถอยหรือไม่ถอยดี
ถ้าถอยนะ ตกเป็นทาสของมารนี่ต่อไป
แต่ก็มีชีวิตอย่างมีความสุขมากกว่าคนทั้งโลกแล้ว
มีความรู้สึกเหมือนว่าถ้าถอยก็เป็นพระเจ้าจักรพรรดิ
มีความสุขกว่าคนทั้งโลกแล้ว

เรื่องสั้นอิงธรรมะ

อ่านบนเว็บ • ฟังเสียงอ่าน

เรื่องของกรรมอันซับซ้อน (๑)

โดย ชีระวัฒน์ อนันตวรสกุล

หมออ้อยเป็นแพทย์ใช้ทุนปีที่สอง เธอได้มาทำงานประจำจังหวัดแห่งหนึ่งเป็นเวลา
ปีเศษแล้ว ภาพของโรงพยาบาลที่มีผู้ป่วยจำนวนมาก ภาพเตียงเสริมเพื่อให้บริการผู้
ป่วยล้นออกมาจากห้องผู้ป่วยอายุรกรรมทั้งชายหญิง ล้นจนมาถึงหน้าบันไดทางขึ้นตึก
นอกห้องเป็นสิ่งที่เห็นจนเจนตา เรียกว่าในบางครั้งถ้าขึ้นลิฟท์มา พอลิฟท์เปิดออก ก็
แทบจะเห็นเตียงผู้ป่วยตั้งต่อนับอยู่หน้าลิฟท์เลยทีเดียว งานหมอเป็นงานหนักและ
ต้องเสียสละ ยิ่งเป็นหมอในโรงพยาบาลรัฐบาลต่างจังหวัดด้วยแล้ว อัตราส่วนคนไข้ต่อ
หมอ ๑ คน จึงเป็นอัตราที่สูงกว่าในเมืองหลวง งานของเธอจึงต้องทำทั้งกลางวัน เย็น
อีกทั้งอดนอนทั้งคืน อยู่เวรสัปดาห์ละหลายวัน หากจะนอนก็ไม่เต็มอิ่ม แต่กระนั้น
วันทุกวันที่เธอมีความสุขภายใต้สภาวะการทำงานหนักหน่วงหาญทุ่มสุดตัว ทั้ง
งานประจำวัน อยู่เวรเพื่อให้บริการรักษาผู้ป่วยไข้ในโรงพยาบาลรัฐบาลแห่งนั้น

อาชีพแพทย์เป็นอาชีพที่เธอใฝ่ฝัน และบัดนี้เธอก็ได้ทำมันสำเร็จแล้ว หลังจาก
พักเพียรศึกษาเป็นเวลาถึง ๕ ปีเต็ม เธอเป็นคนรักเด็ก ชอบเล่นกับเด็ก ฝันที่จะ
เรียนต่อทางด้านกุมารเวชศาสตร์เมื่อใช้ทุนครบ ๓ ปี

เมื่ออาทิตย์ที่แล้วนี้เอง จ้อน เด็กชายวัย ๑๐ ขวบคนหนึ่ง ได้ผ่านเข้ามาในชีวิต
ของเธอ จ้อนมาเฝ้าย่าที่ป่วยในช่วงปิดเทอมภาคต้น เด็กคนนี้ทำทางฉลาดช่างพูด จึง
เป็นที่เอ็นดูของพยาบาลในตึกนี้ จ้อนจะถีบรถจักรยานเก่าๆ มาจากบ้านทุกเช้า อยู่
เป็นเพื่อนย่างตั้งแต่เริ่มเวลาเย็นจนเย็นวันแต่ช่วงดึกเย็นประมาณเที่ยงถึงบ่ายแล้วจึง
กลับ ระยะทางจากบ้านจ้อนไปโรงพยาบาลประมาณเกือบ ๑๐ กิโลเมตร ไปกลับวัน
ละเกือบ ๒๐ กิโลเมตรทุกวัน โชคดีของย่า ที่หลานชายคนนี้เป็นเด็กดี

หมออ้อยชอบเจ้าเด็กคนนี้ เพราะทำทางเป็นเด็กดี ฉลาด ช่างพูด ไม่บ่น แม้ว่า
จะต้องอดเล่นสนุกกับเพื่อนเพื่อมาเฝ้าย่าที่ป่วยนอนโรงพยาบาล

กระทั่งเด็กหนุ่มอย่างโกซุงซุก ที่วางตัวเป็นอาจารย์ของคาพิลมาตลอด ยังยอมเอ่ยปากเรียกเขาว่า “ปา” เหมือนจะบอกว่า ตนเองก็อยากมีพ่ออย่างคาพิล...พ่อที่เด็กอย่างเขา ร่ำร้องโหยหาในส่วนลึกของหัวใจมานาน

สิ่งที่คาพิลกระทำมาทั้งหมดนั้น มันมากพอที่จะแสดงให้เห็นถึงหัวใจของคนเป็นพ่อ...หัวใจของผู้ชายคนหนึ่ง ที่พร้อมจะปกป้องทุกคนในครอบครัวให้ปลอดภัย



โกซุงซุกได้แต่หวังว่า...สักวัน เขาคงสามารถเป็นพ่ออย่างคาพิลได้...

รูปภาพประกอบจาก

- http://www.hancinema.net/korean_movie_Fly_v_Daddy_v_Fly.php#pictures

สารบัญ ←

ถ้าสู้ต่อไป โอกาสรอดนี้ไม่เห็นเลย
มาถึงจุดนี้นะถึงหลังชนกำแพงเลย ไม่มีโอกาสรอดเลย
มีแต่หนีหรือไม่ก็ตาย ถ้ารอดตายแล้วยังสู้ต่อกับข้า ไม่มีทางเลือกเลย
เพราะฉะนั้นต้องแกร่งจริงๆ ต้องฝึก
อย่าดูถูกกุศลทั้งหลาย ศีล สมาธิ ปัญญา สำคัญหมดเลย
ต้องสู้ตายจริงๆ เลย กว่าจะพ้นทุกข์คนหนึ่งๆ ไม่ใช่่ง่ายนะ
คนในโลกมีหลายพันล้านคน มีหกพันกว่าล้านคนใช้ไหม
คนที่มาภวานาจริงๆ มีสักกี่คน ภวานาจนจิตตื่นขึ้นมา มีสักกี่พัน
เหลือระดับพันแล้วนะ ที่จิตตื่นขึ้นมาได้
ที่จะเข้าถึงมรรคถึงผลจริงๆ มีเป็นระดับร้อยเท่านั้นเอง
เพราะฉะนั้นต้องสู้ นะ ต้องสู้

๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๐

สวนสันติธรรม

พระปราโมทย์ ปาโมชฺโช

สารบัญ ←

เบี่ยงเบนทางเพศบรรลุได้ไหม

กรณีเฉพาะตนของ - firsttime

อาชีพ - ศึกษาต่อคณะนิติศาสตร์

ลักษณะงานที่ทำ - งานเกี่ยวกับคดี เป็นงานเอกสารที่ต้องคิดและนั่งโต๊ะทั้งวัน จึงมีเวลาส่วนตัวค่อนข้างมาก

คำถามแรก - สมานี่ไม่ค่อยดี จิตไม่นิ่ง เห็นได้ว่าตอนตรวจคำถูกคำผิด แม้ปากจะอ่านสำนวนไปด้วย แต่รู้สึกวุ่นวายในหัวจะมีความคิดเรื่องโน้นเรื่องนี้เกิดอยู่ตลอดเวลา ดิฉันสวดมนต์ไหว้พระทุกวัน วันละประมาณ ๑๕ นาที และนั่งสมาธิเฉพาะวันอาทิตย์ที่วัด ๓ ชั่วโมง เท่านั้นเพียงพอหรือไม่ ในการนำมาเจริญสติตามรู้ภายในระหว่างวัน?

การสวดมนต์และทำสมาธินั้นมีส่วนสำคัญครับ แต่ทำที่ชั่วโมงต่อวันหรือต่ออาทิตย์นั้น ไม่อาจนำมาเป็นเกณฑ์ตัดสินว่าพอหรือไม่พอ โดยเฉพาะที่จะสนับสนุนการเจริญสติระหว่างวัน

ตรงกันข้าม ผมอยากให้ตั้งคำถามกันใหม่ว่า การเจริญสติรู้ภายในระหว่างวันเพียงพอจะเป็นบาทฐานให้นั่งสมาธิได้ดีๆหรือยัง

ถ้าตั้งใจไปที่การเจริญสติระหว่างวัน ความถูกต้องทุกประการจะไปรวมอยู่ที่นั่นหมด กล่าวคือ ถึงแม้งานจะยุ่งเหยิงเพียงใด คุณก็จะไม่ปล่อยใจให้เตลิดไปกับความฟุ้งซ่าน แล้วก็จะไม่ปล่อยจิตให้จมลงไปกับความหดหู่

เมื่อฟุ้งซ่านก็รู้ว่าฟุ้งซ่าน หดหู่ก็รู้ว่าหดหู่ ถึงแม้จะไม่หายฟุ้งซ่าน ไม่เลิกหดหู่ แต่ก็จะไม่เตลิด แล้วก็ไม่จม เรียกว่ามีสติเป็นฐาน ไม่ปล่อยให้เป็น



เมื่อกลับมาถึงโรงพยาบาล เขาได้พบรอยยิ้มให้อภัย และการต้อนรับอย่างอบอุ่นจากเมียและลูกอย่างคาดไม่ถึง

สิ่งที่คาฟิลไม่เคยรู้เลย คือโกซุงซุกและเพื่อน ได้แอบบอกเรื่องราวการฝึกฝนเพื่อทางศักดิ์ศรีครอบครัวครั้งนี้แก่ภรรยาและลูกของเขาไปแล้ว

ตามี ลูกสาวเขาได้รับภาพถ่ายการฝึกฝนอันตรายครั้งนี้มาตลอด เธอยอมรับและให้อภัยพ่อมาตั้งนานแล้ว ต่อให้คาฟิลไม่ขึ้นชก หรือต่อสู้แล้วแพ้ ทั้งลูกและเมียก็ไม่มีทางตำหนิ ว่ากล่าวเด็ดขาด



โกซุงซุกที่ว่าใจแข็งแล้วยังบอกให้คาพิลยอมแพ้ด้วยความสงสาร เห็นใจ... แต่คาพิลไม่ยอมเด็ดขาด...เพื่อลูก เขายังลูกไหว ยืนขึ้นได้ทุกครั้ง ไม่ว่าจะล้มหมอนท่าเพียงใด

เพราะหากเขาแพ้ ศักดิ์ศรีของตนและลูกจะไม่เหลือ...ร่างกายนี้อาจเทียบคนหนุ่มอย่างกังแต่สู้ไม่ได้ ทว่าหัวใจมันผิดกัน...เหนือกว่าชนิดเทียบกันไม่ได้... คาพิลมีหัวใจของคนเป็นพ่อ...พ่อที่ยอมสู้เพื่อลูก...พ่อที่มีความรักเหนือใคร...พ่อที่จะไม่ยอมอ่อนแอพ่ายแพ้อีกแล้ว!

คาพิลชนะ...หัวใจคนเป็นพ่อ ชนะคนหนุ่มได้โดยไม่ต้องพึ่งพาปาฏิหาริย์!

จิตที่มีสติเป็นฐาน ไม่ปล่อยปละละเลยนั้น พอเอามาใช้ทำสมาธิ ก็เหมือนจะทรงตัวง่าย ระหว่างไม่เตลิดไปกับความฟุ้งซ่าน แล้วก็ไม่จมลงกับความหดหู่ เหมือนกับที่ฝึกเจริญสติไว้ระหว่างวันนั่นเอง

หากยึดเอาเกณฑ์ดังกล่าวข้างต้น แล้วนำมาเทียบกับกรณีของคุณ จะเห็นได้ว่าคุณยังเจริญสติไม่พอจะก่อให้เกิดสมาธิ หรืออีกทางหนึ่งคือ แม้คุณจะนั่งสมาธิอาทิตย์ละ ๓ ชั่วโมง ก็ไม่เพียงพอจะช่วยให้สติระหว่างวันดีขึ้นได้

การที่คุณทำธรรมาอย่างหนึ่ง แต่ในหัวกลับเต็มไปด้วยเรื่องโน้นเรื่องนี้ สะท้อนให้เห็นครับว่าจิตอยู่ในภาวะฟุ้งซ่านเกือบตลอด

ไม่ถ้านักถ้าจะเปลี่ยนตนเองจากความเป็นนักฟุ้งซ่านให้เป็นคนสงบ โดยมากต้องอาศัยเวลาหลายปี ไม่ใจร้อน ไม่เร่งอยากจะเปลี่ยนให้ได้เร็วๆ **คุณต้องบอกตัวเองว่าถ้าฝึกสติไปเรื่อยๆ เดียวก็จะสงบลงเอง อาศัยเวลาไม่ถึงครึ่งชีวิต แต่ถ้าไม่ฝึกปล่อยเลยตามเลย ก็ต้องฟุ้งซ่านไปทั้งชีวิต!**

ในการอ่านสำนวนแต่ละครั้ง อย่าอ่านรวดเดียว เพราะจะทำให้คุณอ่านแบบนกแก้วนกขุนทองด้วยความซาชิน ตาดูหนังสือ ปากพูดตามทีเห็น ส่วนใจก็ลอยไปไหนต่อไหน ขอให้เอาใหม่ครับ **ให้ตั้งใจอ่านแค่ทีละย่อหน้า โดยคิดว่าพอจบย่อหน้าเราจะหยุดสำรวจตัวเองว่า สติยังอยู่กับเนื้อกับตัวดีไหม**

หากมีสติดีแบบโลกๆนะครับ คุณจะรู้สึกที่กำลังนั่งอยู่ท่าไหน หลังตรงหรือหลังงอ เท้าแบหรือเท้าเกร็ง นั่งสบายหรืออึดอัด ฯลฯ โดยย่นย่อคือรู้สึกว่าการกำลังตั้งอยู่ในท่าใด และที่สำคัญกว่านั้นคือยังมีความนิ่งจดจ่อ อยากรู้ข้อความในย่อหน้าถัดไปหรือไม่

ถ้าอยากรู้ข้อความต่อไปแปลว่าสติยังอยู่กับสำนวน แต่ถ้าไม่อยากรู้ ลอยๆหายๆ ก็แปลว่าสติขาดหายไปแล้ว

วิธีทำโทษตัวเองให้ได้ทั้งประโยชน์ทั้งทางโลกและทางธรรม คือให้อ่านย่อหน้าที่ผ่านมาซ้ำอีกครั้ง อ่านจบแล้วสำรวจจิตอีกที ถ้าขาดสติอีกก็เอาใหม่อีก แต่ถ้ารู้สึกว่ายังจดจ่อกับข้อความ ก็ให้อ่านย่อหน้าต่อไปได้

จำง่าย ๆ คือจบแต่ละย่อหน้าสำรวจจิตตนเองทีหนึ่ง ถ้าขาดสติต้องปรับ ถ้ามีสติ
ค่อยให้เดินหน้าต่อ นี่แหละครับ วิธีเดียวที่จะช่วยให้เลิกใจลอยเสียได้ คุณจะพบว่า
นั่งสมาธิครั้งต่อมามีสติดีขึ้น และไม่จำเป็นต้องนั่งรวดเดียว ๓ ชั่วโมง เอาแค่วันละ ๑๐
นาทีก็อาจจะพบว่าใจคุณนิ่งกว่าเดิม เป็นสุขกว่าเดิมเยอะทีเดียว

คำถามที่สอง – มีคนบอกว่าพวกที่เปี่ยงเบนทางเพศไม่สามารถบรรลุธรรมขั้นสูง
หรือได้ฌานญาณใดๆ หากจะทำได้ก็แค่สงบเบื้องต้นเท่านั้น เพราะคนที่เปี่ยงเบน
ทางเพศเป็นคนมีกรรม ศีลไม่ครบ แม้ปัจจุบันจะรักเดียวใจเดียว ไม่เจ้าชู้ ก็ถือว่า
ศีลยังขาดอยู่ ยังมีความเห็นผิดอยู่ ใจยังเป็นอกุศลอยู่ จึงไม่อาจบรรลุธรรม เมื่อไร
ที่ใจกลับมาชอบเพศตรงข้ามได้จึงบรรลุธรรมได้ ดิฉันชอบเพศเดียวกัน จึงสงสัย
ว่านี่เป็นความจริงหรือไม่?

ไม่ว่าจะเปี่ยงเบนหรือไม่เปี่ยงเบน ถ้ายังจดจ่ออยู่กับเรื่องทางเพศก็บรรลุไม่ได้
ทั้งนั้นแหละครับ การบอกว่าถ้าใจกลับมาชอบเพศตรงข้ามได้ก็บรรลุธรรมได้นั้น
ไม่เป็นไปตามเกณฑ์มรรคมงคล ๘

มรรคมงคล ๘ นั้น ให้ข้อสรุปเกี่ยวกับเรื่องทางเพศคือ ถ้าใครพร้อมจะบรรลุ
ธรรมได้ ขณะนั้นต้องไม่มีความคิดข้องแวะไปในเรื่องทางเพศ มีแต่จะคิดปลีกตัว
ออกจากกาม

เท่าที่เห็น คนเปี่ยงเบนทางเพศจะมีรายละเอียดทางใจแตกต่างกัน บางคนโยกเยก
หวั่นไหวง่าย อันนี้ก็ทำสมาธิยาก เกิดญาณยาก เกิดมรรคผลยากเป็นธรรมดา แต่
บางคนก็จิตใจมั่นคงพอควร ยิ่งเจริญสติยิ่งนิ่ง และเปื้อนหายเรื่องทางเพศ ไม่ต่าง
จากนักเจริญสติทั่วไป จะเปี่ยงเบนหรือไม่เปี่ยงเบนก็ตาม

ผมไม่แน่ใจว่าคุณจำคำมาครบทั้งหมดหรือเปล่า แต่การเปี่ยงเบนทางเพศไม่เกี่ยว
กับศีลขาดหรือไม่ขาดนะครับ ศีลข้อสามขาดหมายถึงตั้งใจล่วงประเวณีกับคนมีเจ้าของ
แต่อาการเปี่ยงเบนทางเพศ คือผลทางตรงหรือทางอ้อมของการผิดศีลข้อ ๓



มันเป็นการกระทำที่ดูเหมือนเปล่าประโยชน์ และแทบไม่มีความหวังเอาเสียเลย
แต่ขงคาพิลก็ยอมกระทำ...ต้องทำให้ได้

เพื่อเรียกศักดิ์ศรีของหัวหน้าครอบครัวกลับมา

และเพื่อบอกให้ลูกรู้ว่า...

พ่อคนนี้...สามารถปกป้องเกียรติของลูกได้!

บนเวที...คาพิลเจ็บมากกว่าที่เคยเจ็บ กลัวมากกว่าที่เคยกลัว เหนื่อยทรมาณกว่า
ตอนซ้อมเป็นร้อยเท่า...เขาล้มไม่รู้กี่ครั้ง ถอดใจไม่รู้กี่หน หน้าตายับเย็นด้วยหมัดที่
ประเคนมาแบบไม่มีปราณี



บางทีป้าภาริยนั่นก็มาพร้อมกับเด็กหนุ่มนิสัยแปลกแยก โดดเดี่ยว ไร้ครอบครัว ผู้เชี่ยวชาญต่อสู้อย่างโกซงซุก ซึ่งเคยเอาชนะแชมป์นักมวยอย่างกังแตงมาแล้ว

คาฟิลขอให้เด็กหนุ่มคนนี้สอนวิชาการต่อสู้ให้ เขายอมลดอัตราตัวเองยอมรับเด็ก รุ่นลูกเป็นอาจารย์ โกซงซุกยอมรับ และทำการฝึกฝนเขาอย่างหนักชนิดไม่มีปราณี จนคาฟิลสะบักสะบอม เหนื่อยจนเกือบทนไม่ไหว หน้าตาฟกช้ำกลับบ้านทุกวัน ถึงอย่างนั้นเขาก็ยอมอดทนเพื่อต้องการต่อสู้กับกังแตงอย่างสมศักดิ์ศรี

สรุปง่ายๆดีกว่า ขอให้เลือกเชื่ออะไรจากประสบการณ์ตรง อย่างที่เรียกว่า ‘รู้เฉพาะตน’ ทำตามที่พระพุทธเจ้าสอน เจริญสติตามที่เรียนรู้มาอย่างถูกต้องตรงทาง หากเจริญสติแล้วสติเจริญขึ้น ใจนิ่งขึ้น รู้สึกว่ากายใจไม่เที่ยง กายใจไม่ใช่เราชัดขึ้นเรื่อยๆ ความปรารถนาทางเพศลดลงเรื่อยๆ ก็ให้ดูไปครับว่าชาตินี้จะบรรลุธรรมได้ไหม คำตอบที่ฟุ้งออกมาจากกายใจตัวเองนั่นแหละ ที่ยืนอยู่ข้างความจริง และไม่อาจเปลี่ยนข้างไปตามความคิดหรือความเชื่อส่วนตัวของใคร

ดังตฤณ

สารบัญ ↩



บทที่ ๓ (ต่อ) เลือกคนที่ใช่

ความสามารถในการทำเรื่องดีๆร่วมกัน

ที่จะเดินมาแล้วใช้เวลานั้นไม่มี มีแต่ทำอะไรร่วมกันก่อนแล้วค่อยใช้

รักแท้ไม่ได้ฝากไว้ที่กาย แค่อากายมาผูกติดกันมันจุดได้แต่ไฟระคะ ส่วนไฟแห่งรักต้องจุดขึ้นด้วยจิต

ขอให้จำไว้แม่นๆว่า รักแท้จะอยู่กับจิตใจที่สว่างสดใส เต็มไปด้วยกำลังใจและความเคลื่อนไหวที่ไร้รัง

จิตที่สว่างสดใส นั้น เป็นภาวะทางธรรมชาติอย่างหนึ่ง ซึ่งเราเรียกกันมาช้านานว่า ‘กุศลจิต’ กุศลจิตเป็นอะไรอย่างหนึ่งที่เกิดได้ดับได้ไม่ต่างจากเปลวเทียน เปลวเทียนมีเหตุให้เกิด กุศลจิตก็มีเหตุให้เกิดเช่นกัน เปลวเทียนดับได้เมื่อหมดเหตุ กุศลจิตก็ดับได้เมื่อหมดเหตุเช่นกัน

ภาวะทางธรรมชาติที่ตรงข้ามกับกุศลจิตคือ ‘อกุศลจิต’ อกุศลจิตคือจิตที่มีดหม่นเกิดขึ้นด้วยเหตุ และดับเพราะหมดเหตุเช่นกัน รักแท้ไม่อาจยืนอยู่บนจิตที่มีดหม่น ไร้เรี่ยวแรง และเต็มไปด้วยความหดหู่เฉื่อยชา

ที่เราพูดกันในหนังสือเล่มนี้ทั้งหมด ก็มุ่งประเด็นที่ว่าทำอย่างไรจะสร้างเหตุให้เกิดจิตที่สว่างสดใสร่วมกันระหว่างคุณและคนที่คุณรักนั่นเอง

ลูกผู้มีอิทธิพล ตำรวจไม่กล้าแตะ แจ้งความไปก็ไม่มีประโยชน์ เรียกร้องให้เขาและครอบครัวมาขอโทษ ยอมรับผิดชอบก็ไม่ได้

โกรธ...แค่นั้น!

ชาวคาพิลทำได้แค่นั้นจริงๆ เขาเป็นแค่นักงานบริษัทวัยกลางคนที่ขลาดเขลาอ่อนแอ ต่อให้โกรธแค่น้อยๆ ก็ไม่กล้าเรียกร้องความยุติธรรมให้กับลูกสาว เพราะโดนข่มขู่จากฝ่ายตรงข้ามว่าสามารถทำให้เขาตกงานได้

นั่น...ทำให้ดามี ลูกสาวไม่ยอมมองหน้า ไม่ยอมรับพ่ออย่างเขา

คาพิลหาทางแก้แค้น ด้วยการพยายามดักทำร้ายกัณฑ์ เด็กหนุ่มลูกผู้มีอิทธิพลคนนั้น แต่ด้วยความเป็นคนขลาด ใจไม่กล้าพอ ประกอบกับไม่มีความสามารถด้านการต่อสู้ จึงไม่สามารถกระทำสำเร็จ

เมื่ออยู่ท่ามกลางความมืดมน คาพิลมองเห็นแสงสว่างเส้นเดียวที่จะพาเขาออกจากความมืดมิดแห่งชีวิตไร้ศักดิ์ศรีนี้ได้ นั่นคือ...ต้องทำสู้กับกัณฑ์อย่างเปิดเผยท่ามกลางสายตาผู้คน สั่งสอนเด็กหนุ่มคนนั้นให้สำนึกถึงการกระทำชั่วของตัวเอง

แต่นี้จะเป็นการหวังสูงไปหรือไม่ ในเมื่อเด็กหนุ่มคนนั้นเป็นถึงแชมป์มวยนักเรียน ส่วนเขาแค่ชายกลางคน ที่สภาพสังขารอ่อนเพละ ไม่มีกำลังเรี่ยวแรงใด...คงต้องหวังปาฏิหาริย์อย่างเดียว

Fly, Daddy, Fly – ใจพ่อ

โดย ชลนิล

บทความนี้มีการเฉลยเนื้อหาที่อาจจะทำให้ผู้อ่านเสียอารมณ์ในการชมภาพยนตร์



คนเป็นพ่อจะรู้สึกอย่างไร เมื่อลูกสาวถูกรังแก ทำร้ายโดยเด็กหนุ่มที่เป็นถึงนักมวยระดับแชมป์ของโรงเรียน จนบาดเจ็บต้องเข้าโรงพยาบาล แถมเด็กหนุ่มคนนั้นเป็นถึง

คุณคงเคยได้ยินมานานว่าคู่แท้ที่มาพบและรักกันได้นั้น ก็ด้วยอำนาจบุญเก่าที่เคยทำร่วมกันมา หนังสือเล่มนี้ไม่เพียงยอมรับความจริงดังกล่าว แต่ยังจะจาระไนให้เห็นด้วยว่าทำบุญแบบคู่รักเขาทำกันอย่างไร

ส่วนท้ายของบทนี้ เรามา ‘คัดคน’ กันด้วยความจริงที่ว่า **คนที่ใช่ต้องพร้อมทำเรื่องดีๆร่วมกัน**

การทำอะไรดีๆร่วมกันได้ตั้งแต่ต้น จะมีความหมายมากกว่าให้เกิดความประทับใจในช่วงแรกคบ คือจะจุดชนวนความสุขใสสว่างให้กับจิตของกันและกันอีกด้วย

ความบันเทิงร่วมกัน

เคยลองนั่งคิดดูดีๆไหมครับว่า ‘การอยู่ร่วมกัน’ คืออะไร?

ใจจริงนะ คนเราชอบความบันเทิงครับ มาอยู่ด้วยกันก็หวังความบันเทิงนั่นแหละ ไม่มีใครอยากอยู่กับคนแปลกหน้าเพราะปรารถนาภาระหนักหรือ

และความบันเทิงร่วมกันระหว่างชายหญิงที่ธรรมชาติให้มาล่อใจก็คือเซ็กซ์!

นี่แปลว่าเหตุผลง่ายๆของการหาคนแปลกหน้ามาอยู่ร่วมกัน คือคุณจะได้มีเซ็กซ์กับเขาหรือเธอได้ทุกวันกระนั้นหรือ?

เออละ! มามองกันตามจริงให้เห็นเป็นภาพใหญ่กัน เซ็กซ์ไม่ใช่สิ่งเดียวที่เราต้องการหรือ ขนาดบางคู่แทบไม่มีเซ็กซ์กัน พวกเขายังมีใบหน้าเปื้อนรอยยิ้มเจิดจรัสกันได้เลย

มนุษย์เราหาคู่เพื่อแก้เหงา และเพื่อใช้ชีวิตให้เป็นไปตามที่ธรรมชาติสั่งมา คือสร้างบ้าน ดูแลบ้าน สร้างลูก ดูแลลูก ทำไปโดยไม่ต้องสงสัยว่าทำไมไปทำไม เพราะไหนๆก็มีชีวิตแล้ว หลีกหนีไม่ได้อยู่แล้วจนกว่าจะตาย

มองอย่างนี้ได้ข้อสรุปว่าคนเราอยู่ร่วมกันไม่ใช่เพื่อเอาตัวมาอยู่ใกล้กัน แต่เพื่อ ‘ทำอะไรด้วยกัน’ ทว่าในทางปฏิบัติแล้ว บางคนประพฤติดนรากับเชื่อว่าการอยู่ร่วมกันคือการเอาตัวมาอยู่ใกล้กันตามหน้าที่เฉยๆ

การอยู่ร่วมกันอย่างแท้จริงคือการทำความรู้จักตัวตนของกันและกัน ตัวตนของคนเรามีหลายแง่มุม และคุณจะไม่มีการรู้จักแต่ละแง่มุมของคนรักผ่านการบอกเล่าว่าเขาหรือเธอทำอะไรเป็นบ้าง คุณต้องเห็นกับตา ร่วมสนุกด้วยกับตัว จึงจะลงเอยเป็นความ ‘รู้จักกันดี’ จริงๆ

เมื่อคนเรารู้จักกันดี ก็จะยอมรับได้ถูกว่าตรงไหนเข้ากันได้ ตรงไหนเข้ากันไม่ได้ และความรู้จักกันดีนั่นเอง ทำให้ตกลงกันถูกว่าจะไม่ฝืนใจอยู่กับตัวตนด้านนี้ แต่เลือกไปอยู่กับอีกตัวตนที่เข้ากันได้ของคนรัก

ตัวตนที่เข้ากันได้คืออะไร? คือตัวตนแบบเดียวกัน เช่น ถ้าคุณเป็นนักเทนนิสด้วยกัน ก็ยอมไปสูสนามเทนนิสเพื่อมีความสุขสนุกสนานกับการหวดแร็กเก็ตร่วมกันได้ แล้วนั่นก็จะทำให้ใจคุณนึกถึงและอยากเจอกันอีกเรื่อยๆ

ตัวตนที่เข้ากันไม่ได้คืออะไร? คือตัวตนคนละแบบ หรือเป็นปฏิปักษ์กัน เช่น ถ้าคุณผู้ชายชอบตกปลา แต่คุณผู้หญิงเกลียดการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต อย่างนี้คงเป็นที่รำคาญของกันและกัน ไม่อาจร่วมกิจกรรมเทือกนี้ด้วยกัน ซึ่งก็คงไม่ต้องเดานะครับ ถ้ามีใครเข้ามาในชีวิตแล้วทำให้รู้สึกว่าคุณเป็นสิ่งที่น่ารำคาญ คุณคงไม่อยากเจอเขาหรือเธอบ่อยนัก

เมื่อความจริงเป็นเช่นนี้ คุณก็มองหาคนที่สามารถทำกิจกรรมร่วมกันได้มาก คือไม่ใช่ทำทุกอย่างได้เหมือนกันหมดนะครับ แต่ขอให้ทำได้มากหน่อย การเลือกอยู่กับคนที่เข้าหากับคุณได้ในกิจกรรมหลากหลายชนิด เป็นจุดเริ่มต้นของชีวิตคู่ที่มีสีสันไม่ซ้ำซากจำเจ ส่วนการเลือกอยู่กับคนที่ทำอะไรร่วมกับคุณได้ยาก หรือกระทั่งชอบแต่กิจกรรมที่เป็นตรงข้ามกัน ย่อมเป็นलगบอกเหตุของชีวิตคู่ที่จะค่อยๆเหินห่างกันออกไปวันละคืบ วันละศอก

หากไม่จับไว้ยากตุมธูอาจหายไปจากบาตรด้วยผลกรรม
พระโลศกตีสสะณอิมวันนั้นเพียงวันเดียวแล้วนิพพานในวันนั้นเอง

หากเทียบกันในเชิงปริมาณ ผลกรรมที่พระโลศกตีสสะเถระได้รับนั้น
นับว่าทวีคูณเป็นอย่างมากกับการทำให้พระอรหันต์อดเพียงมือเดียว
แต่ตนต้องอดไปอีกหลายร้อยหลายพันชาติ
แต่กระนั้น ท่านก็ได้จิตใจในเคราะห์กรรมของตัวเอง
ยังสู้สุดส่ำบำเพ็ญเพียรภาวนาจนสำเร็จเป็นพระอรหันต์อีกองค์หนึ่ง
เช่นนี้จึงไม่น่าเสียดายที่ได้ขัดใช้ผลกรรมมาจนถึงชาตินี้

ขณะที่หลายคนก็ยังคร่ำครวญกับชีวิตว่าปราศจากความรุ่งเรืองจริงหนอ
ตั้งใจอะไรก็ยังไม่สมหวัง อยากได้อะไรก็หลุดมือไปเสียหมด
ลองนึกถึงอรรถกถาเรื่องนี้ดูบ้างว่าคนไร้ลาภที่แท้จริงเป็นอย่างไร
ท่านยังชวนขวยไปในทางประเสริฐที่สุดคือเข้าถึงนิพพานได้
นับประสาอะไรกับคนที่ยังกินอิมมณหลับ มีเรี่ยวแรงต่อสู้อีกยาวไกล
ลุกขึ้นสู้ใหม่ยังไม่สายค่ะ

สารบัญ ←



ซึ่งอุกฤษฏ์กรรมนี้เป็นผลของความริษยา ตั้งแต่อดีตชาติเมื่อหลายพันปีก่อน ท่านเคยบวชเป็นภิกษุในพระพุทธศาสนา เป็นภิกษุผู้ทรงศีล วันหนึ่งพบพระเถระรูปหนึ่งที่เป็นพระอรหันต์เดินทางมาจากแดนไกล พระโลศกติสสะไม่ทราบว่าเป็นพระรูปนี้สำเร็จสมณกิจแล้ว ด้วยความเกรงว่าโยมอุปัฏฐากจะเลื่อมใสพระอาคันตุกะรูปใหม่มากกว่าตน ด้วยความริษยาจึงแกล้งทำให้พระอาคันตุกะนั้นอดอาหารหนึ่งมื้อ ฝ่ายพระอาคันตุกะซึ่งเป็นพระอรหันต์ หยั่งรู้ว่าพระภิกษุผู้นี้มีความอิจฉาริษยาตน จึงจากไปโดยมิได้รำลา ครั้นโลศกติสสะเถระในชาตินั้นกลับไปถึง จะกลับตัวกลับใจก็ไม่ทันเวลา ได้แต่นั่งเสียใจคร่ำครวญว่า ตนได้ล่วงเกินแก่พระอรหันต์ผู้ทรงธรรม

ผลกรรมนี้ส่งผลให้ท่านตกนรกหมกไหม้อยู่เป็นเวลาหลายแสนปี เศษของผลกรรมยังนำไปเกิดเป็นยักษ์ถึง ๕๐๐ ชาติ ไม่เคยได้กินอาหารเต็มท้องสักวันเดียว (จนถึงวันจะตายจึงได้กินอิม) คือได้กินรอกคนเต็มท้องอยู่วันหนึ่ง ถัดจากเกิดเป็นยักษ์ก็ไปเกิดเป็นหมา ๕๐๐ ชาติ แม้ในกาลที่เป็นหมานั้น ก็ได้กินรอกเต็มท้องวันเดียวเท่านั้น ส่วนในกาลที่เหลือไม่เคยได้กินเต็มท้องเลย ตลอดเวลาที่เป็นหมา ๕๐๐ ชาติแล้วมาเกิดเป็นคนที่ไม่เคยกินอิมเลย พระสารีบุตรหยั่งรู้ถึงอดีตชาติของพระโลศกติสสะเถระ ก็บังเกิดความสังเวชและเห็นใจ

ในวันหนึ่งเมื่อพระโลศกติสสะใกล้นิพพาน พระสารีบุตรหยั่งรู้ว่าท่านจะนิพพานในวันนั้น จึงใช้คนนำอาหารไปให้ท่าน เพื่อจะได้ฉันอาหารอิมก่อนนิพพาน แต่ด้วยผลกรรมเก่าทำให้คนนำอาหารลืมนำแล้วเททิ้ง ต่อมาพระสารีบุตรนึกขึ้นได้ให้คนไปถามว่าฉันอาหารหรือยัง ท่านตอบว่าวันนี้ไม่ได้ฉันอะไร พระสารีบุตรจึงนำยาจตุมธุไปให้ท่านฉัน โดยพระสารีบุตรได้จับบาตรไว้ตลอดเวลาที่ท่านฉันอยู่

ย่ำว่าสำคัญและจำเป็นครับ อะไรก็ตามที่ทำได้ทั้งคู่ เช่น เล่นเกมคอมพิวเตอร์ ไปวิ่งออกกำลังกาย ไปร้องคาราโอเกะ ไปฟิตเนส ไปเรียนทำขนม ไปเข้าคอร์สโยคะ ฯลฯ ขอเพียงทำให้ร่างกายและจิตใจสดชื่นเป็นดีทั้งนั้น เพราะถือว่าสามารถทำอะไรเป็นสุขร่วมกันได้แล้ว

อย่างที่เกริ่นไว้ก่อนหน้านี้แหละ ร่างกายที่เคลื่อนไหว และจิตใจที่แจ่มใส เป็นสิ่งที่รักแท้ชอบ โดยเฉพาะถ้าร่างกายและจิตใจดังกล่าวดำเนินมาจากการทำกิจกรรมร่วมกัน

ถ้าไม่มีกิจกรรมใดที่ทำร่วมกันได้เลย ก็อย่าเลือกมาเป็นคู่เด็ดขาด เพราะแปลว่าในส่วนลึกของพวกคุณไม่ได้ต้องการอยู่ร่วมกันแม้แต่น้อย ถึงขนาดสร้างข้ออ้างว่าทำอะไรง่ายๆด้วยกันไม่ได้เลยสักเรื่องเดียว!

ศักยภาพในการทำบุญร่วมกัน

กิจกรรมที่ดีที่สุดในโลกมนุษย์คือการทำบุญ เพราะการทำบุญด้วยความเลื่อมใสบริสุทธิ์ คือการเพิ่มความสุขให้แก่จิตโดยตรง

จิตที่มีความสุขจากบุญ จะมีความรื่นเริงเหมือนเข้าร่วมงานฉลองที่น่าเพลิดเพลินยินดี แต่ที่ดียากกว่านั้นคือมีสติรู้ตัวรู้ชั่ว เห็นอะไรๆตามจริงได้ถนัดชัดเจน

หมายความว่ายิ่งฐานของบุญหนาแน่นขึ้นเท่าไร โอกาสที่ใจจะเป็นทุกข์ และโอกาสจะทำอะไรพลั้งพลาด ก็ยิ่งน้อยลงเท่านั้น

ผลอันมหัศจรรย์ของบุญที่เห็นได้ทันตามืออยู่ เช่น หากทำบุญด้วยความมีปิติสุข ต่อให้เป็นคนโง่ทึบก็จะรู้สึกเหมือนฉลาดขึ้นชั่วขณะ หรือต่อให้กำลังเศร้าจัดแทบอยากฆ่าตัวตาย ก็จะสามารถรู้สึกดีขึ้นอย่างประหลาดจนอยากมีชีวิตต่อ รวมนต์สาปของสิ่งชั่วร้ายคลายลงพักหนึ่ง กล่าวได้อีกอย่างว่าจิตที่มีคุณภาพนั้นแหละ คือผลอันเป็นปัจจุบันแห่งบุญ

คนไร้ลาภ

โดย วิลาสินี

ห่างหายไปทำภาระกิจของตัวเองเสียนาน

วันนี้วิลาสินีมีนิทานชาดกมาฝากค่ะ เป็นเรื่องย่อจากอรรถกถา

ชื่อว่า โลสกชาดก (อ่านว่า โล สะ กะ ชาดก) เป็นเรื่องราวด้วยคนที่ต้องเศร้าโศก

จ้าวหัวเรื่องก็ชวนเศร้าเสียแล้ว แต่อยากให้ลองอ่านกันดูเสียก่อน

มีเรื่องสอนใจไม่น้อยเลยทีเดียวค่ะ

มีเรื่องเล่าว่าในสมัยพุทธกาลมีพระอรหันต์รูปหนึ่งโลสกตีสสะ

ตอนท่านถือปฏิสนธิในครรภ์มารดา บิดามารดาก็ได้รับทุกข์แสนสาหัส

บ้านของท่านเกิดไฟไหม้จนสิ้นเนื้อประดาตัว

แต่พวกท่านก็อดทนเลี้ยงดูจนโลสกเติบโตใหญ่รู้ความ

เมื่อเดินไปไหนมาไหนได้ก็ถูกทอดทิ้งเป็นขอทานอยู่ข้างถนน

วันหนึ่งพระสารีบุตรเถระมาเห็นเข้าก็สงสาร

พระสารีบุตรได้หยั่งรู้ว่าเด็กคนนี้เคยสั่งสมบารมีธรรมมาในชาติปางก่อน

จึงได้นำตัวมาวัดแล้วให้บวชเป็นสามเณร

ต่อมาท่านอุปสมบทเป็นพระภิกษุชื่อโลสกตีสสะ

ภายหลังเจริญวิปัสสนากรรมฐานแล้วบรรลุเป็นพระอรหันต์

จะมีใครเชื่อหรือไม่ว่า พระโลสกตีสสะเถระ

ตั้งแต่ท่านเกิดมาจนกระทั่งบรรลุอรหัตผล

ไม่เคยกินอิ่มแม้สักวันหนึ่งเลย

ทั้งนี้เพราะเวลาที่ท่านบิณฑบาตอยู่

เมื่อคนใส่บาตรท่านแล้วอาหารหายไปเองก็มี

หรือแม้จะมีอาหารอยู่เพียงเล็กน้อย

แต่คนอื่นกลับเห็นอาหารอยู่เต็มบาตร เลยไม่ถวายอีกก็มี

ที่พิเศษสำหรับนักเลือกคู่ก็คือ บุญเป็นเครื่องชี้ได้ว่าพอจะไปกันได้ไหม ถ้าทำบุญด้วยกันแล้วเป็นสุขทั้งคู่ก็เรียก ‘ไปกันได้’ แต่ถ้าทำบุญด้วยกันแล้วฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเป็นทุกข์ หรือเป็นทุกข์ทั้งสองฝ่าย ก็ควรจะเข้าข่าย ‘ทางใครทางมัน’

ฉะนั้น อาศัยการทำบุญร่วมกันแหละ เป็นหนึ่งในเครื่องมือเลือกคู่ คบใครอยู่ก็ให้ชักชวนไปทำบุญด้วยกันบ่อยๆ ที่ไหนอย่างก็ได้ อาจเป็นริมคลองใกล้บ้านเพื่อปล่อยนกปล่อยปลา อาจเป็นสถานสงเคราะห์ผู้ด้อยโอกาสเพื่อทำให้พวกเขามีเสื้อผ้าดีๆ ใช้สักชุด หรืออาจเป็นวัดที่มีพระดีเพื่อนำของจำเป็นในการดำรงชีพไปถวายพวกท่าน

ถ้าทำครบวงจร ทั้งสงเคราะห์สัตว์ ทั้งให้ความอนุเคราะห์คนยากไร้ กับทั้งถวายทานแด่สงฆ์ อย่างนี้ไม่ก็ครั้งก็จะรู้ผลแล้วครับ หากพวกคุณเป็นคู่บุญกันมา บุญใหม่จะเป็นตัวอย่างให้เข้าใจว่าการจะอยู่กับใครสักคนอย่างมีความรัก มีความสุข มีความเข้าใจ ก็ต้องด้วยการร่วมกันทำอะไรดีๆ ทำนองนี้ และไม่ควรร้อยไปกว่านี้

ที่เป็นเช่นนั้นก็เพราะการทำบุญเป็นสิ่งมีอาถรรพณ์ หากเคยร่วมบุญกันไว้มากกว่าร่วมบาป บุญเก่าจะพยายามรักษาเส้นทางเดิมของตนไว้ โดยช่วยสนับสนุนให้รู้สึกดี ตลอดจนจัดปัดเป่าอุปสรรคทั้งมวลในวันทำบุญออกไป เมื่อทำบุญได้สำเร็จตามความตั้งใจ จึงบังเกิดความเบิกบานร่วมกันเต็มที่ เป็นกำลังใจให้รู้สึกว่าสามารถร่วมทำอะไรดีๆ ด้วยกันต่อได้อีก

แต่หากพวกคุณเป็นคู่เวรกันมาก่อน บาปเก่าจะตัดหน้า มาเป็นมารขวางไม่ให้ได้ทำบุญกันอย่างราบรื่น โดยอาจแทรกแซงด้วยสารพัดวิธีที่นึกไม่ถึง และไม่ทันเตรียมตัวรับได้ถูก เช่น อยู่ดีๆ ก็แกล้งตั้งใจให้หงุดหงิดจ้องแสบใส่กันจนร้อนไปหมด บั่นทอนความเชื่อมั่นว่าจะอยู่กันได้ตลอดรอดฝั่ง ไม่ก็ครั้งคุณจะนึกเข็ดขยาดไม่อยากทำบุญด้วยกันอีก หรือหนักกว่านั้นบางคู่อาจนักรังเกียจกันและกันไปเลย

ที่รังเกียจก็เพราะความรู้สึกแสบๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างเส้นทางทำบุญ จะปรากฏเหมือนร่องรอยนำเกลียดบนผ้าขาว หรือรอยแผลเป็นบนหน้าผากสะอาด ย่อมมันรังเกียจกว่าปกติ เพราะถูกขับให้เห็นเด่นชัดเหลือเกิน ตรงนี้ถ้าคิดในทางดีก็คือบุญใหม่ช่วยสงเคราะห์พวกคุณ โดยการส่งสัญญาณเตือนให้รีบถอยเสียก่อนจะสายเกินกว่านี้

ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวเรา เราจำเป็นต้องแก้ไขอยู่แล้ว
ซึ่งเราบังคับไม่ได้ และบางครั้งก็เลือกไม่ได้ด้วย
แต่เราจะแก้ปัญหานั้นด้วยจิตที่เป็นทุกข์
หรือไม่เป็นทุกข์ ตรงนี้สามารถเลือกได้
เพราะทุกคนเกิดมาเพื่อที่จะไม่ต้องเป็นทุกข์
อย่าไปเอาความทุกข์มาครองไว้ในจิตใจเรา
ให้ความยุติธรรมแก่จิตใจเราบ้าง

จาก “จิตสวสไม์กายพิการ”
โดย อาจารย์กำพล ทองบุญนุ่ม
สรรหามาฝากโดย แคท

Reality doesn't bite, rather our perception of reality bites.
ความจริงไม่ทำให้เราเจ็บปวด
มุมมองของเราต่อความจริงนั้นต่างหากที่ทำให้เราเจ็บปวด

โดย แอนโธนี เจ ดิแอนเจโล
สรรหามาฝากโดย วิมุตติยา

สารบัญ ⇐

สรุปคือนำเสนอสนับสนุนให้คู่ที่กำลังเริ่มๆดูใจกัน ไปทำบุญด้วยกันบ่อยๆ ยิ่งเริ่มทำ
กันได้เร็วขึ้นเท่าไรก็ยิ่งรู้ตัวเร็วขึ้นเท่านั้น ย้ำว่าต้องหลายครั้งนะครับ ดูกันครั้ง
เดียวไม่พอ คู่ที่ ‘ทำบุญขึ้น’ จะมีจิตสว่างสดใสไปด้วยกันยิ่งขึ้นเรื่อยๆ บุญยืนของ
รักแท้ให้เป็นปึกแผ่นขึ้นทุกทีครับ

ท้ายบท

หวังว่าบทนี้คงลบความคิดเดิมๆ ที่ว่าคู่แท้หมายถึงคนที่ตรงตามสเปค เจอปั๊บทุก
อย่างลงตัวปั๊บไปหมด ตรงข้ามคนที่คุณหมามันปั้นมือว่าต้องเอาให้ได้ แท้จริงอาจ
เข้ามาเพื่อเล่นเกมจ้องแค้นต่อเท่านั้น

เมื่อคุณมีเสน่ห์และเจอคนที่ใช่ ก็แทบประกันได้ตายตัวว่าความรักอยู่ที่นั่นแล้ว
โจทย์สำคัญข้อต่อไปคือพอความรักอยู่ในมือ คุณจะรักษาไว้ไม่ให้หลุดหายไป
อย่างไร

ดังตฤณ

สารบัญ ⇐

ข่าวน่ากลุ้ม

อ่านบนเว็บ • ฟังเสียงอ่าน

เฮ้อ! – เศรษฐีแค่ ๔๐๐ คน มีเงินรวมกันคิดเป็นเงินไทยได้ ๕๓ ล้านล้านบาท หรือ ๖ เท่าตัวของมูลค่าสินค้าและบริการในไทยทั้งประเทศประจำปี ๒๕๕๐ ที่มีอยู่แค่ ๘.๕ ล้านล้านบาท!

ว่ากันว่ามนุษย์เป็นเผ่าพันธุ์ที่ครองโลก แต่ความจริงก็คือบนโลกใบนี้ มีมนุษย์เพียงไม่กี่คนที่กุมชะตาชีวิตมนุษย์อื่นๆไว้ และยิ่งน้อยเท่านั้นที่รู้จักรสชาติของการเป็นผู้ ‘ครองโลก’ กันจริงๆ

ในอดีตนั้น ความหมายของการครองโลกคืออำนาจปกครองประเทศหลายๆประเทศ สิ่งเป็นสิ่งที่ตามใจชอบ และวิธีการก็คือนำกองทัพทหารไปรุกรานผู้ที่ยังไม่สวามิภักดิ์ หรือไม่ก็ปราบปรามผู้กระด้างกระเดื่องให้กลับสยบแทบเท้า

แต่ปัจจุบัน ความหมายของการครองโลกคืออิทธิพลที่มีต่อประเทศหลายๆประเทศ อาจพลิกชีวิตและทิศทางของโลกได้ด้วยกำลังความรู้ กำลังความสามารถ ตลอดจนถึงกำลังทรัพย์

ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดที่สุดคือ บิลล์ เกตส์ ผู้ก่อตั้งบริษัทไมโครซอฟต์ หากคิดว่าเขาเป็นพระราชา พสกนิกรทั่วโลกต่างก็ต้องจ่ายเงินให้พระราชา ไม่ทางตรงก็ทางอ้อม เพื่อจะได้มีชีวิตอยู่ในอาณาจักรคอมพิวเตอร์ได้โดยไม่ต้องถูกเนรเทศไปเป็นคนป่าคนดอย

ก่อนหน้านี้ บิลล์ เกตส์ และคณะจะทำซอฟต์แวร์ออกมา ชาวโลกเกือบร้อยเปอร์เซ็นต์ไม่รู้จักคอมพิวเตอร์ นี่ก็ว่ามันเป็นเครื่องจักรกลล้ำสมัยที่มีแต่นักวิทยาศาสตร์ระดับโลกได้ใช้ แต่ตัววันนี้สิครับ คุณคนไหนบ้างที่ไม่เคยใช้คอมพิวเตอร์?

เริ่มต้นมันคือสินค้าที่ผู้ผลิตวางขายให้ตัดสินใจซื้อ ตัดสินใจเลือกใช้ แต่ลงเอยพอคนใช้สินค้านั้นกันทั้งโลก สินค้าก็กลายเป็นอาวุธในการปกครอง น้อยคนจะมี

คำคมชวนคิด

อ่านบนเว็บ • ฟังเสียงอ่าน

“บุคคลไม่เชื่อว่าทรงธรรมด้วยเหตุเพียงที่พุดมาก
ส่วนผู้ใดฟังธรรมเมื่อน้อยแล้ว
ย่อมพิจารณาเห็นธรรมด้วยนามกาย [และ] ไม่ประมาทธรรม
ผู้นั้นแล ชื่อว่าเป็นผู้ทรงธรรม”

คาถาธรรมบท ธัมมัตถวรรคที่ ๑๙

จากธรรมบท ในพระสุตตันตปิฎก

จากพระไตรปิฎก ฉบับสยามรัฐ เล่มที่ ๒๕

สืบค้นข้อมูล จาก <http://84000.org>

ทำดีไม่ใช่เห็นทันตา

จะทันอย่างเดียวก็คือทันใจ

ใจที่มันเป็นสุข

โดย ดังตฤณ

สรรหามาฝากโดย กลางวัน

ที่มา <http://larndham.net/index.php?showtopic=30567&st=977>



ดอกชัยพฤกษ์

- | | |
|----------------------------|-------------------------------|
| ๑ ชัยเอ๋ยชัยพฤกษ์ | ชวนตรองตรึกความหมายในนามนี้ |
| ชนะอันหมั่นแสนใดในชีวิต | เทียบเท่าที่ชนะกิเลสเหตุมีตน |
| การชิงชัยเพื่อชิงยิ่งใหญ่ | เพื่อหาญหักสังสารนี้หนีให้พ้น |
| มอธรางวัลยิ่งใหญ่ให้แก่นัก | คือสิ้นนวัฏนั้นนิรันดร์เอย |

สำหรับสืบค้นคำศัพท์

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พุทธศักราช ๒๕๔๒
<http://rirs3.royin.go.th/dictionary.asp>

พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม
 และ พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์
<http://84000.org/tipitaka/dic/>

สารบัญ ◀

สิทธิ์ใช้ชีวิตอยู่นอกเหนืออาณาจักรของไมโครซอฟต์ ไม่ว่า บิลล์ เกตส์ และขุนนางในอาณาจักรไมโครซอฟต์จะคิดอะไรขึ้นมา พวกเราจะต้องคิดตามนั้น และมีชีวิตอยู่ในกรอบนั้นๆ

ด้วยวิถีทางที่ไมโครซอฟต์ปูไว้ ปัจจุบันเกิดช่องทางสร้างอาณาจักรย่อยๆ ขึ้นมากมาย ถ้าบุญเก่าดีพอ บวกกับกรรมใหม่ที่รู้จักช่องทางทำมาหากินบนอินเทอร์เน็ต วันนี้คุณก็มีสิทธิ์เป็นเศรษฐีระดับโลกได้ อย่างเช่นมหาเศรษฐีอายุน้อยที่สุดปีนี้ ได้แก่ มาร์ก ซักเคอร์เบิร์ก วัย ๒๔ ปี ผู้ก่อตั้ง 'เฟซบุ๊ก' (Facebook) ซึ่งเป็นเครือข่ายชุมชนออนไลน์สุดฮิต มีทรัพย์สินรวม ๑,๕๐๐ ล้านดอลลาร์ หรือคิดเป็นเงินไทยได้ราวห้าหมื่นล้านบาท (และจะเพิ่มขึ้นกว่านี้อีกถ้าเอาเฟซบุ๊กเข้าตลาด)

เครือข่ายเฟซบุ๊กคือไอเดียของซักเคอร์เบิร์ก และอยู่ในการดูแลควบคุมของซักเคอร์เบิร์ก ผู้คนไม่รู้กี่ล้านที่เข้าไปใช้บริการก็ต้องตกอยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ของซักเคอร์เบิร์ก หรือพูดง่ายๆ ว่าอยู่ในการปกครองของซักเคอร์เบิร์กแบบอ้อมๆ

นี่คือความจริงของโลก เงินและอำนาจปกครองส่วนใหญ่ไปกระจุกอยู่กับคนเพียงไม่กี่ร้อยคน ขณะที่คนอีกหกพันล้านอยู่ในฐานะรวยมาก รวยน้อย พอมีพอใช้ ไปจนกระทั่งชักหน้าไม่ถึงหลัง หรือมีไม่พอจะยาได้

แล้วนี่คือความผิดของใคร? หากมองแบบคอมมิวนิสต์ นี่คือการอยู่ดีธรรมของระบบ ทางแก้คือคนควรใช้ชีวิตแบบแบ่งปัน ไม่มีใครได้ครอบครองสมบัติส่วนตัว ซึ่งเมื่อพยายามทำตามแนวคิดในอุดมคติ ก็พบว่าเรื่องยิ่งเลวร้ายลง เพราะในที่สุดก็ต้องหาผู้มีอำนาจปกครองมาจัดสรรปันสมบัติ กลายเป็นว่าให้สมบัติทั้งหมดตกอยู่ในมือผู้ปกครองเพียงไม่กี่คน!

อำนาจปกครองนับเป็นมนต์ดำชนิดหนึ่ง ใครถืออำนาจปกครองไว้ ก็มักลืมนวลินหน้าที และกระทั่งลืมนิพนธ์ธรรม จากหน้าที่ผู้รับใช้ประชาชน มักกลายเป็นผู้กดขี่ให้ประชาชนมารับใช้ตนกันเกือบทั้งสิ้น

แต่หากมองแบบพุทธ คุณจะหยุดุ่นวายใจ สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม! ถ้าสร้างเหตุให้รวย อยากรู้ก็ต้องรวย และเหตุแห่งความรวยก็ต้องประกอบกันทั้งอดีตชาติที่เคยให้ทานรักษาศีล กับปัจจุบันชาติที่ขยันและฉลาดขายในทางใดทางหนึ่ง

ความจริงที่ปรากฏตลอดมา คือ น้อยเท่านั้นที่มีสิทธิ์รวยมหาศาล ก็ด้วยตาเปล่าเถิดครับว่ามีสักกี่คนที่คงเส้นคงวาในการบริจาทานและห้ามใจไม่ผิดศีลได้ตลอดรอดฝั่ง เมื่อไม่มีการสร้างดวงเศรษฐีเพื่อไว้ให้ชาติหน้า ต่อให้ชาติหน้าขยันขันแข็งแค่ไหน ก็คงต้องเวียนวนปะปนอยู่กับคนส่วนใหญ่ที่พอมีพอกิน หรือชักหน้าไม่ถึงหลังกันไปครับ

เฮ้อ! – คนไทยเป็นโรคซึมเศร้ากันมากขึ้น แบบที่เจ้ากรรมสถิติไม่กล้าระบุว่าปัจจุบันเป็นโรคเครียดเท่าไรกันแน่ ไหนจะพิษโลกร้อน ไหนจะพิษเศรษฐกิจ ไหนจะพิษการเมือง รวบรวมกับทุกคนกำลังโดนอสุรกายพันพิษใส่ก็ไม่ปาน แล้วนี่จะทำยังไงกันดี มีชีวิตไปจนกว่าจะเป็นบ้าอย่างนั้นหรือ?

พวกเรากำลังอยู่ในช่วงเวลาแห่งการพิสูจน์ตนเอง ที่เคยเชื่อว่า ‘รู้แค่นี้พอแล้ว’ หรือ ‘ทำได้แค่นี้เต็มที่แล้ว’ ยังคงเป็นความเชื่อที่ใช้ได้อยู่หรือไม่

เวลาปล่อยกัน เราได้แต่พูดกันติดปากว่า ‘ต้องทำใจ’ ทว่าการทำใจนั้น มีสักกี่วิธีที่ได้ผลจริง?

บางคนเลือกวิธีทำใจยอมรับงานที่หนักขึ้นหรือแตกต่างไปจากที่ถนัด เพื่อให้เกิดรายได้เสริม

บางคนเลือกวิธีทำใจยอมรับว่าไม่เหมาะกับการมีลูกในช่วงนี้ (ซึ่งอาจหมายถึง ๒ ปี ๕ ปี หรือกระทั่ง ๑๐ ปี!) เพื่อไม่ต้องแบกภาระค่าใช้จ่ายของเด็กเล็ก กับทั้งเพื่อไม่ให้ลูกน้อยต้องเกิดมาเจอภาวะขาดทุน ชักหน้าไม่ถึงหลังของพ่อแม่

กวีธรรม

อ่านบนเว็บ • ฟังเสียงอ่าน

ดอกสร้อยร้อยพกา

โดย ศิราภรณ์ อภิรัฐ



ดอกราชพฤกษ์

๑ ราชเอ๋ยราชพฤกษ์
เทิดเอกราชคัมภักซ์ตรา

เหลืองอร่ามยามผลิดอกออกยลเห็น
มากประโยชน์สรรพคุณสมุนไพโร

เดือนสำนึกให้รักชาติศาสนา
“รู้รักสามัคคี” ยำนำชาติไทย

จับตาเย็นเปรียบธรรมส่องผ่องใส
คือดอกไม้ประจำชาติพิลาสเอย

การคิดเรื่องไม่ดีซ้ำ ๆ กันจะเชื่อมกับกรรมเดิมที่ผ่านมา เหมือนเราลอยอยู่ใน
อวกาศ ออกกบฏก่อนหนึ่งลอยมา เราก็กะมือไปคว้าไว้ มันก็เลยหนัก เราต้อง
พยายามลอยอยู่ในอวกาศโดยไม่คว้าอะไร ทำหน้าที่ดูมันเฉย ๆ ว่ามันผ่านมาสุดท้าย
มันก็ผ่านไป อย่าปล่อยไปคว้าไว้ จะทุกซอกทุกที่ถ้าแกะออกไม่เป็น หรือไม่เห็นว่าตัวเอง
คว้าไว้ อดีตมีไว้เป็นบทเรียนว่าอย่าทำอีก ไม่ใช่มีไว้ซ้ำเติมตัวเอง

สารบัญ ⇐



บางคนเลือกวิธีทำใจยอมรับว่าค่าใช้จ่ายที่ผ่านมาไม่รัดกุมพอ ต้องควบคุมให้
ชัดเจนขึ้น เพื่อให้รายได้ไม่รั่วไหลเปลืองเปลืองมากเกินไปจนอยู่

บางคนเลือกวิธียอมรับว่าโลกเป็นแบบนี้ ชีวิตเป็นแบบนี้ เพื่อไม่ให้เกิดความ
คาดหวัง ไม่ให้เกิดความยึดมั่นในอดีตอันรุ่งโรจน์หรืออนาคตอันเรืองรอง อันเป็นเหตุ
ให้ทรมานใจ ทรมานใจเรียกว่าร้องในสิ่งที่เป็นไปได้

บางคนเลือกวิธี 'ไม่ยอมรับ' อะไรที่กำลังเป็นอยู่อีกต่อไป และเข้าสู่ทางออก
สุดท้าย คือเลือกที่จะฆ่าตัวตายไปเสียให้พ้นๆ

จตุรมนะครับ มาลงที่ใจทีเดียว คุณจะเลือกวิธีไหนก็ตาม ถ้าไม่ทำให้เกิดความ
หดหู่ เศร้าหมอง และจมอยู่กับความคิดมากเกินไป วิธีนั้นถูกต้องเสมอ ใช้ได้จริง
เสมอ และเป็นเครื่องเพิ่มบารมี เป็นศรีแก่ชีวิตเสมอ!

บางคนเข้าใจว่าตนเองบำเพ็ญบารมีธรรมมามาก เมื่อเจอเข้ากับภาวะ
หน้าสิ่วหน้าขวานที่เป็นปรากฏการณ์มหาทุกขมหาร้อนพร้อมกันทั่วโลกเข้าเช่นนี้ ก็
ทราบเลยว่าบารมีทางธรรมของตนมากพอหรือน้อยไป

ถ้าใจไม่หดหู่ ไม่เศร้าหมอง ไม่คิดมาก ทั้งที่พายุกำลังซัดกระหน่ำเหมือนจะเอาให้
ตาย นั้นแปลว่าใช้ได้ครับ แต่หากเป็นตรงข้าม คุณยังหดหู่ ยังเศร้าหมอง ยังคิดมาก
ทั้งที่เมฆดำเพิ่งตั้งเค้าหะมีนครึ้มขึ้นมาตรงหน้า ยังไม่กระหน่ำจริงด้วยซ้ำ อันนี้แปล
ว่าต้องใช้ความรู้ ใช้สติปัญญาแบบพุทธที่มีอยู่ให้เป็นประโยชน์แล้ว

ไม่ฝึกไม่ได้ นะครับ อย่างมัวแต่เสียเวลาบ่นกันทั้งวันเลย เสียงบนจะพลอยทำจิต
ให้มัวหมองหนักกว่าเดิมเปล่าๆ

เฮ้อ! – คดีครูล่วงละเมิดเด็กอื้อ ทั้งทำร้ายร่างกาย ล่วงละเมิดทางเพศ และข่มขืน
ครูที่ทำผิดจริงและถูกให้ออก มักหันไปสมัครสอนโรงเรียนเอกชน และโรงเรียน
เอกชนก็ไม่ค่อยจะตรวจสอบประวัติให้ดีเสียด้วย!

จริงๆ แล้ววิกฤตศรัทธาในฐานะของคุณครูไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะในเมืองไทย เมืองนอก
เองก็มีปัญหาน่าปวดหัวไม่เว้นแต่ละวันเช่นกัน

อย่างที่หนังสือพิมพ์เดอะซันเพิ่งรายงานข่าวไปเมื่อเร็วๆ นี้ ก็ปรากฏว่ามีครูสาว
วัยยี่สิบต้นๆ รูปร่างหน้าตาก็จัดว่าสะสวย แต่นึกครึ้มหรือคิดเพี้ยนอย่างไรไม่ทราบ
ฝ่าเข้าไปเล่นเกมกับเด็กๆ ในงานเลี้ยงระหว่างภาคเรียน ประมาดว่าใครจะต้องพูด
ความจริงหรือทำตามคำท้า ซึ่งก็ปรากฏว่าครูสาวคงจะแพ้ไถ่ทำไหน เด็กๆ ก็เรียกร้อง
ให้ครูเต้นรูดเสา ซึ่งหมายถึงต้องเปลื้องผ้าชั้นนอกออกให้เหมือนสาวบาร์รูดเสา

เธอบ้าจ๊อฟที่จะทำ! แล้วก็ป่วนชาวเกรียวกราวระดับโลกทีเดียว เพราะบรรดาครู
และผู้ปกครองเรียกร้องให้ครูใหญ่ไล่เธอออก แต่ครูใหญ่กลับลงโทษเพียงตักเตือน และ
ให้ความเห็นว่าเธอไม่ได้โง่โง่ไรมากไปกว่าชุดที่คุณจะเห็นใส่กันตามชายหาด!

ตามหลักแล้ว การประสิทธิประสาทวิชาความรู้ให้กับเด็กๆ นั้นะครับ ต้อง
มีความรู้สึกขึ้นมาก่อนอย่างหนึ่ง คือ ตนเป็นฝ่ายอยู่เหนือกว่าเด็ก เพราะเด็กต้องรับฟัง
รับคำสั่ง ตลอดจนรับภาระต่างๆ ตามแต่ครูจะเห็นควร ถ้าเด็กคนไหนคิดหือ ออก
นอกกลุ่มนอกทาง ก็มีสิทธิ์สอบตกหรือเรียนไม่จบได้

แต่เท่าที่ผมเห็นด้วยตาเปล่า และรับฟังมาด้วยแก้วหู ก็พบว่าครูในสมัยนี้ขาดจิต
วิญญาณความเป็นครูกันตั้งแต่วัยในมุ้ง กล่าวคือเห็นวิชาความรู้เป็นเครื่องมือหารายได้
เสริม ถึงขนาดที่ว่าถ้าไม่เรียนพิเศษ ก็ไม่มีทางรู้แนวข้อสอบ หรือกระทั่งไปสอบแข่ง
เข้าสถาบันอื่นก็แพ้เขา พุดง่าย ๆ คือกักความรู้ในท้องเอาไว้ เพื่อเอาไปขายให้กับเด็ก
ที่จะมาติวเข้มกับตนเท่านั้น

พอแนวคิดก็กลายเป็นจุดยืนของครูยุคใหม่ ในฐานะครูโดยภาพรวมก็เหมือน
ถูกลดระดับลงมาเป็น ‘นักขายความรู้’ ไป

ต้องเสียใจกับคำพูดใคร ก็ยอมรับไปซื่อ ๆ ว่ากรรมนั่นเอง พอใจไม่โทษคนอื่นว่าทำไม
เขาถึงว่าเรา หรือเมื่อไหร่มันจะหมดสักที สุดท้ายมันก็จะหายไปเอง

และบอกเธอไปอีกว่า ตอนนี้เธอก็กำลังเสวยกรรมเรื่องคำพูดอยู่เหมือนกันคือ
อาการคิดซ้ำ ๆ ตอกย้ำตัวเองแต่เรื่องแย่ ๆ ที่เคยพลาดมา ไม่ให้อภัยแม้กระทั่ง
ความผิดตัวเอง ก็เป็นผลของกรรมเรื่องคำพูดเหมือนกัน เธอก็เห็นสภาวะการซ้ำเติม
ตัวเองจริง ๆ

ตอนนั้นจิตใจเธอหลุดออกมาจากอาการหนัก ๆ ตึง ๆ พันที่ จิตที่เสวยภพนรก
ทางใจ หลุดออกมาเป็นอิสระมีความสุข จนเธอหลุดออกมาหลังจากที่จิตใจเธอหลุด
ออกมาว่า พี่หายปวดหัวแล้วละ จิตใจมันโล่งเบาสบายมาก ๆ

ได้แนะเพิ่มเติมให้เธอว่า ให้ถือศีลห้าเพื่อจะได้ไม่ทำให้อันอื่นเดือดร้อน ไม่
เบียดเบียนคนอื่น ไม่ใช่ถือศีลห้าไปเพื่อลบความผิดที่ผ่านมา ส่วนเรื่องของการทำทาน
ก็ให้คิดว่า ทำไปก็เพื่อเกื้อกูลศาสนาพุทธให้อยู่ต่อไปได้ยาวนาน ทำทานกับเด็กหรือ
คนที่ด้อยกว่าเพื่อให้เขาได้มีโอกาสมีชีวิตที่ดีขึ้น ไม่ใช่เพื่อไถ่บาปกับความผิดที่ผ่านมา
หรือคิดว่าจะให้กรรมไม่ดีที่ทำมาไม่ให้ผล

ภavana ไปเพื่อให้เข้าถึงความจริงว่า ร่างกายไม่ใช่เรา จิตใจไม่ใช่เรา ทุกสิ่งทุกอย่าง
เปลี่ยนแปลงไปตลอด ไม่ใช่เพื่อให้ได้ความสงบ ให้ได้ความสุข เพราะสุขเดี๋ยวมันก็
ทุกข์ สงบเดี๋ยวมันก็ฟุ้งซ่าน ถ้าตั้งใจภavana เพื่อให้ได้ความสุข เวลาเกิดความทุกข์ขึ้น
มาจะรับไม่ได้ จะรู้สึกจิตตกมาก เธอเคยได้ฟังซีดีหลวงพ่อปราโมทย์มา เลยแนะนำ
ให้ฟังต่อไปเรื่อย ๆ

ก่อนเธอจะออกไปได้สะกิดให้เธอเห็นว่า ขณะนี้จิตใจเธอกำลังมีความสุข ซึ่งมัน
แตกต่างกับจิตต่อนก่อนหน้านี้นัก ๆ ถามเธอว่าเห็นไหมคะ เธอบอกว่าเห็น อาการ
ที่จิตมีความสุขแบบนี้ คือสรวลครีในใจ ตายไปตอนนี้พี่ก็ไปสุคติ แต่เมื่อห้าปีก่อนที่
จิตหนัก ๆ เป็นทุกข์เมื่อไหร่ ก็อนรรคนใจ ถ้าต้องตายไปในตอนนั้น ตกนรกพอดี เธอ
หัวเราะออกมาอย่างสดใสและเห็นด้วยว่ามันเป็นอย่างนั้นจริง ๆ เธอกลับบ้านพร้อม
กับความเข้าใจ

เธอเห็นอาการกลัวบาปให้ผลเป็น เพราะเธอเริ่มจิตมาระดับหนึ่ง แนะนำเธอว่าอย่าไปกลัวสิ่งที่เคยทำผิดไว้ในอดีตจะมาให้ผลมากจนเกินไป ความกลัวที่เกิดขึ้นในใจนั้นเกิดจากการกลัวตัวเองได้รับความทุกข์ สงสารตัวเองที่จะต้องมาใช้กรรม ก็เลยทำให้เวลาทำบุญหรือภาวนา เกิดความอยากที่จะเอาผลของการทำบุญหรือภาวนานั้นไปลบกรรมหรือความผิดในอดีต ซึ่งก็บอกเธอไปว่า เป็นไปไม่ได้นะ ที่จะเอาบุญไปลบบาป

เลยยกเรื่ององค์ลิลามมาให้เขาฟังอีกครั้งหนึ่งว่า ท่านฆ่าคนมาเก้าร้อยเก้าสิบเก้าคน พออีกวันท่านยังบรรลุนิพพานได้ ไม่ใช่ว่าความผิดที่ฆ่าสัตว์จะมาเป็นอุปสรรคไม่ให้บรรลุนิพพาน ซึ่งองค์ลิลามท่านอาจจะมีบุญเก่ามาก่อน แต่พวกเราก็สามารถสร้างกรรมดีขึ้นมาใหม่ได้เหมือนกัน

ตอนนี้กรรมก็ยังไม่ให้ผลทำให้ร่างกายที่ต้องเป็นอะไรไปสักหน่อย จะกลัวไปทำไม การคิดซ้ำ ๆ ว่าตัวเองได้ฆ่าสัตว์ ได้พูดจาไม่ดี ทำนินยาไม่ดีไว้ เป็นการคิดซ้ำ ๆ ที่ทำให้จิตตกต่ำลง ทำให้จิตเป็นทุกข์เศร้าหมอง รู้สึกผิดจนมากเกินไป เหมือนกับการสั่งสมนรกไว้ในใจ จิตใจเธอสะอึกสั่นหนึ่งในขณะนี้ เธอคงคิดตามได้เพราะสภาวะจิตเธอทุกข์เหมือนตคนรกจริง ๆ

บอกเธอต่อไปอีกว่าสำนึกผิดแค่ครั้งเดียวก็พอ คราวหน้าให้ตั้งใจไว้ว่าจะไม่ทำผิดอีก ความรู้สึกผิดกับลูกที่ผ่านไป ก็ให้ไปทำบุญกับเด็ก ๆ จนใจตัวเองเกิดความสบายใจ เธอถามว่าทุกวันนี้ทำบุญจะอุทิศส่วนกุศลให้พวกเขาตลอด แนะนำไปว่าจิตใจของเธอไม่แข็งแรงพอที่จะทำแบบนี้ เพราะมันจะตอกย้ำความรู้สึกผิดมากเกินไป ทำให้รู้สึกว่าบาป เศร้าหมองอยู่ทุกวัน ไม่ต้องอุทิศส่วนกุศลให้ แต่ให้ทำความดีกับเด็กจนเกิดความสบายใจไม่ติดค้างก็พอ จะเป็นการวิงหนีกรรมเรื่องนี้ออกมาได้

ส่วนกรรมเรื่องคำพูดที่ทำร้ายคนอื่นให้ต้องเสียใจก็ให้ตั้งใจใหม่ต่อหน้าพระว่า จะไม่พูดตอนโมโห ไม่พูดเสียดแทง กระแนะกระแหน ตอกย้ำคนอื่นให้เจ็บปวดอีก อะไรที่เคยผิดมาลูกขอสำนึกผิด

แนะนำเธออีกว่าถ้าหากปฏิบัติธรรมให้ตรงทางไปเรื่อย ๆ เวลากรรมให้ผลจะเสียใจแค่หน้าที่เดียวมันก็หาย ถ้ายังทำไม่ได้ ก็ให้ค่อย ๆ สอนใจให้ยอมรับได้ง่าย ๆ ว่า เวลาที่

เมื่อจิตวิญญานความเป็นครูถูกลดชั้น พอมาประกอบเข้ากับการเสพสื่อนาจารรวมทั้งข่าวฉาวในแวดวงครูป่อยเข้า ก็เหมือนกลายเป็นหลุมดำที่มีพลังดึงดูด ลากจูงให้บรรดาครูเห็นผิดเป็นชอบ ตามกันมาเป็นพรวน โดยแทบไม่มีพลังมโนธรรมแห่งความเป็นครูเข้ามาช่วยฉุดดึงไว้บ้าง

งานคัดตัวหรือตรวจสอบประวัติก่อนเป็นครู คงไม่ใช่แค่ที่โรงเรียนแล้วครับ คนใกล้ชิดคุณนี่แหละ ถ้าเขาบอกว่าจะเรียนครู หรือสอบบรรจุ หรืออยากสอนโรงเรียนเอกชนที่ไหน ถ้าเห็นว่าเขาไม่มีแววอยากสอน แต่ไปสอนเพราะไม่รู้จะทำอะไรดีกว่านั้น ก็ต้องช่วยกันทักท้วง เพราะคนที่ไม่นัดสอน ไม่อยากสอน แต่ดันทุรังจะไปสอนนั้น ส่อแววว่าจะไม่ใช่ครูมาตั้งแต่เริ่มแล้ว และอาจทำอะไรที่เลวเชื่อว่าคุณจะท้านับไม่ถ้วน

ก็คนไม่ใช่ครูนี้ครับ จะให้รักษารายครูได้อย่างไร?

ดังตฤณ

สารบัญ ↩



ไดอารี่หมอดูหน้าที่ ๕๖

โดย หมอผีร์

อากาศช่วงนี้กำลังหนาวเย็นเลย ดูแลร่างกายให้อบอุ่นกันหน่อยนะคะ ลูกชายผีร์เพิ่งจะออกจากโรงพยาบาลเองคะ เป็นปอดอักเสบ ปกติก็เป็นภูมิแพ้เรื้อรังพอเจออากาศเย็นเลยแฉะเลย คนไหนที่เป็นหวัดต้องรีบรักษาให้หายสนิทนะคะ เดี่ยวจะมีโรคแทรกซ้อนอีก เดี่ยวนี้โรคยิ่งดื้อยามากขึ้นเรื่อย ๆ การที่มีโรครักษาหายยาก ๆ นี่เป็นส่วนหนึ่งของการที่มนุษย์เรามีจิตใจที่ซับซ้อนในการทำบาป เชื่อโรคพัฒนาความรุนแรงตามจิตใจที่มีความซับซ้อนในการทำบาปของมนุษย์

นอกจากจิตใจมนุษย์เป็นที่มาที่ไปของบาปแล้ว จิตใจมนุษย์ยังเป็นที่มาของความทุกข์ เพราะสุขสวดยกกันที่ใจ เห็นได้ในปัจจุบันไม่ต้องรอชาติหน้า จิตของมนุษย์ถ้ายังไม่ถูกฝึก จะค่อนข้างซับซ้อนยุ่งเหยิง ยิ่งพวกเราเรียนหนังสือมามาก ศึกษาสิ่งต่าง ๆ รอบตัวมาก แทนที่จะฉลาดขึ้นในเรื่องของจิตใจ แต่กลับนำความยุ่งเหยิงซับซ้อนมาให้จิตใจมากมาย สุดท้ายก็พันกันหาทางออกไม่เจอจึงเกิดทุกข์

สัปดาห์นี้มีพี่คนหนึ่งอายุประมาณสามสิบต้น ๆ มาดูดวงกับเพื่อน บอกว่าคุณหมอที่โรงพยาบาลแนะนำมา ผีร์มองหน้าเธอแล้วรู้สึกสงสาร เพราะจิตใจมีแต่ความทุกข์ ความเครียดความกดดันทั้งนั้น

ตอนนั้นยังไม่ได้สังเกตละเอียดเท่าไรว่า ความทุกข์ทางใจของเธอมันเกิดมาจากอะไร เลยค่อย ๆ ค่อย ๆ ค่อย ๆ ไปให้เธอเกิดความสบายใจก่อน แต่เธอก็ไม่หาย เริ่มคำนวณดวงออกมา อย่างที่รู้สึกเลยคะ ดวงเธอตกมรณะในช่วงนี้พอดี บอกเธอว่าปีนี้ต้องอดทนหน่อยนะคะ จิตใจอาจจะต้องสวดยทุกข์เหมือนนรกบนดิน เธอพยักหน้าตอบรับ บอกออกมาว่ากำลังทุกข์ หลายคนฟังอาจจะตกใจว่ามรณะต้องแปลว่าตายแน่ ๆ ซึ่งมรณะนั้นไม่ได้หมายความว่าตายอย่างเดียว มรณะในที่นี้มีความหมายอีกอย่างหนึ่งคือ ความทุกข์

สำรวจความทุกข์จากในดวงที่ละจุด ดวงเรื่องงานดีมากไม่ตกอับเลย เรื่องเพื่อนไม่เป็นไร เรื่องเงินมีเข้ามาตลอดไม่ลำบาก สามมีไม่นอกใจ ที่บ้านสงบสุข พยายามค้นไปเรื่อย ๆ ก็ยังไม่เจอ

เลยสังเกตไปข้างในใจเธอแทน เจอประเด็นหนึ่งคือ ความทุกข์ที่เกิดจากจิตใจที่สับสนไม่เข้าใจ และปรุงแต่งความทุกข์ให้ตัวเอง จิตใจเกิดอาการกลัวว่าบาปที่ทำมาในชาตินี้จะตามมาให้ผล พะวงกับกรรมเก่าที่เคยทำมามาก ๆ ว่าจะตามมาให้ความทุกข์ความทรมานกับเธอ

อาการกลัวกรรมมาก ๆ ทำให้เธอไปปฏิบัติธรรม ถือนศีลห้า หรือทำทานต่าง ๆ เพื่อที่จะเอาบุญไปลบล้างความผิดที่เธอทำมาในอดีต เพื่อให้บาปทำอะไรตัวเองไม่ได้ นอกจากนี้เธอมีใจปรารถนาความหลุดพ้นไม่ยอมเกิดใหม่เลยตั้งใจปฏิบัติธรรม แต่ยังคงกลัวอีกว่าการภาวนาไม่ก้าวหน้าไปไม่ถึงธรรมแน่ ๆ เพราะพลาดพลั้งไปทำกรรมหนักไว้

กรรมที่ติดตัวเธอมีแรง ๆ อยู่สองอย่าง อย่างแรกคือตอนก่อนหน้านี้อเธอเป็นคนใจร้อนปากร้าย ชอบพูดให้คนอื่นเสียใจ น้อยเนื้อต่ำใจ และตอกย้ำความผิดของคนอื่นเสมอ ๆ และอย่างที่สองคือเธอพลาดพลั้งฆ่ามนุษย์ไปสองคนซึ่งคือลูกของเธอเอง

จิตใจเธอมีแต่สภาวะการกลัวผลของกรรมที่ทำมาทั้งสองอย่างนี้ มีผลให้เธอเครียด ฟุ้งซ่าน ทุกข์หนัก ยังมีโอกาสได้ฟังคำสอนของครูบาอาจารย์ที่ดี ๆ ได้อ่านหนังสือธรรมะประเภทกฎแห่งกรรม ทำให้รู้เรื่องบุญบาปมากขึ้น เธอยิ่งเครียดหนักขึ้นไปใหญ่

เกิดสภาวะกดดันตัวเองจนต้องไปหาหมอ ปัญหาที่ตามมาคือการเจ็บป่วย มีอาการปวดหัวตลอดเวลา หนักหัว มึนหัว เธอยังบ่นให้ฟังว่า เธอปวดหัวมาก ๆ ไม่รู้ว่าเป็นอะไร จึงบอกเธอไปว่าเธอกลัวบาปให้ผลมากเกินไป เธอเห็นจิตตัวเองตรงนั้นพอดีเลยเข้าใจได้