

ภาษาบาลี ๑ คำ คติธรรมประจำสัปดาห์ “อุปมาทภาวนา — อบรมเจริญความ ไม่ประมาท”

อุปมาทภาวนา อ่านตามภาษาบาลีว่า อับ - ปะ - มา - ทะ - พา - วะ - นา มาจากคำว่า น (ไม่) [แปลง น เป็น อ แล้วซ้อน ป] ปมาท (ประมาท) กับคำว่า ภาวนา (อบรมเจริญ, ยังสิ่งที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น) จึงรวมกันเป็น อุปมาทภาวนา เขียนเป็นไทยได้ว่า อับปมาทภาวนา แปลว่า อบรมเจริญความไม่ประมาท สำหรับความไม่ประมาทนั้น ได้แก่ ขณะที่ไม่ปราศจากสติซึ่งเป็นสภาพธรรมที่ระลึกเป็นไปในกุศล ขณะที่ เป็นกุศลนั่นเอง ที่ไม่ประมาท

ข้อความในปรมัตถทีปนี อรรถกถา ขุททกนิกาย อิติวุตตกะ อุโฆธตถสูตร แสดงความเป็นจริงของการ อบรมเจริญความไม่ประมาท หรือ อับปมาทภาวนา ได้แก่ การเจริญกุศล การทำความดีทุกประการ ดังนี้

ถามว่า ความไม่ประมาทนี้ พึงให้เจริญอย่างไร ตอบว่า ภาวนา อย่างหนึ่ง ที่จะแยกออกมาต่างหาก แล้วชื่อว่า เป็นการอบรมเจริญความไม่ประมาท ย่อมไม่มี เพราะเหตุว่า การทำบุญ ทำกุศล อย่างไรก็ดี อย่างหนึ่ง ทั้งหมดนั้น พึงทราบว่าเป็นการอบรมเจริญความไม่ประมาท ทั้งนั้น”

พระธรรมทุกส่วน ล้วนเกี่ยวเนื่องต่อการอบรมเจริญความไม่ประมาท เช่น ข้อความในพระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย นิทานวรรค นชชีขสูตร ดังนี้

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงชวนผู้เล็กน้อย ไว้ที่ปลายพระนขา (ปลายเล็บ) แล้วตรัสถามภิกษุทั้งหลายว่า “ดูกร ภิกษุทั้งหลายเธอทั้งหลายจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน ผู้เล็กน้อยที่เราชวนขึ้นไว้ที่ปลายเล็บนี้ กับมหาปฐพีนี้ ไฉนมากกว่ากัน?”

ภิกษุทั้งหลายกราบทูลว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ มหาปฐพีนั้นแหละมากกว่า ผู้เล็กน้อยที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงชวนขึ้นไว้ที่ปลายพระนขา มีประมาณน้อย ย่อมไม่ถึงแม้ซึ่งการนับ ย่อมไม่ถึงแม้ซึ่ง การเทียบเคียง ย่อมไม่ถึงซึ่งแม้ซึ่งส่วนแห่งเสี้ยว เพราะเทียบมหาปฐพีเข้าแล้ว ผู้ที่พระผู้มีพระภาคเจ้า ทรงชวนขึ้นไว้ที่ปลายพระนขา มีประมาณเล็กน้อย”

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า

“ดูกร ภิกษุทั้งหลาย สัตว์ กลับมาเกิดในหมู่มนุษย์ มีประมาณน้อย สัตว์ไปเกิดในกำเนิดอื่น จาก มนุษย์ มีมากกว่ามากทีเดียว ฉะนั้นเหมือนกัน เพราะเหตุดังนี้แหละ เธอทั้งหลายพึงศึกษาอย่างนี้ว่า เรา จักเป็นผู้ไม่ประมาท ดูกร ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลาย พึงศึกษาอย่างนี้แหละ”

พระธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดง เป็นไปเพื่อประโยชน์เกื้อกูลแก่ผู้ที่ได้ฟังได้ศึกษาอย่างแท้จริง ซึ่งมีเสวนาน้อยเท่านั้นที่จะได้ยินได้ฟังคำจริงที่เป็นวาจาจะอันเกิดจากพระปัญญาตรัสรู้ของพระองค์ ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดง ที่ใครๆ ก็ไม่สามารถคัดค้านหรือเปลี่ยนแปลงได้เลย เพราะความจริงเป็นอย่างนั้น แต่ละคำที่พระองค์ตรัส ไม่ว่าจะปรากฏในส่วนใดของคำสอน ก็เป็นไปเพื่อปัญญาความเข้าใจถูกเห็นถูกโดยตลอด ความเข้าใจพระธรรมนี้เอง เป็นประโยชน์ เป็นสิ่งที่มีค่าที่สุด สะสมเป็นที่พึงทั้งในชาตินี้และในชาติต่อไปด้วย

ขณะใดที่เป็นอกุศลขณะนั้นประมาท ในทางตรงกันข้าม ขณะใดที่เป็นกุศลขณะนั้นไม่ประมาท พระธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงอุปการะเกื้อกูลเพื่อความเป็นผู้ไม่ประมาทในชีวิตอย่างแท้จริง ขณะนี้ทุกคนได้เกิดมาเป็นมนุษย์อยู่ในสุคติภูมิ พ้นจากการเกิดในอบายภูมิแล้วในขณะนี้ แต่เมื่อละจากโลกนี้ไปแล้วย่อมไม่แน่ว่าจะไปเกิดในภพภูมิใด ขึ้นอยู่กับกรรมที่ได้กระทำแล้วเป็นสำคัญว่ากรรมใดจะให้ผลนำเกิดถ้าเป็นผลของอกุศลกรรม ซึ่งไปเกิดได้ง่ายมากทีเดียวสำหรับอบายภูมิ โดยทั่วไปแล้วมักจะกลัวการไปเกิดในอบายภูมิ ซึ่งเป็นการกลัวผล แต่ว่ากลัวเหตุคือ อกุศลธรรมทั้งหลาย ได้แก่ โลภะ โทสะ โมหะ เป็นต้น หรือไม่ อกุศลธรรมมีมากเป็นอย่างยิ่ง แม้ในวันนี้เองก็ไม่ทราบว่ามีมากเท่าไรแล้ว การอบรมเจริญปัญญา สะสมปัญญาไปตามลำดับ ระลึกรู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมที่กำลังปรากฏ เมื่อปัญญาถึงพร้อมก็ทำให้ได้รู้แจ้งอริยสัจธรรมถึงความเป็นพระอริยบุคคล เมื่อนั้นก็จะไม่ไปเกิดในอบายภูมิอีกเลย คือ ไม่เกิดเป็นสัตว์นรก ไม่เกิดเป็นเปรต ไม่เกิดเป็นอสุรกาย ไม่เกิดเป็นสัตว์ดิรัจฉาน ตราบใดที่ยังไม่รู้แจ้งอริยสัจธรรม กิเลสที่มีมากทุกวันก็จะมีกำลังที่จะทำให้เกิดกายทุจริต วจีทุจริต และมโนทุจริต ที่จะเป็นเหตุนำไปสู่อบายภูมิได้ เพราะเหตุว่ากิเลสยังไม่ได้ดับหมดไป กิเลสมีมากแต่กุศลธรรมมีน้อย พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงได้ตรัสเตือนเพื่อให้พุทธบริษัทเป็นผู้ตั้งอยู่ในความไม่ประมาทอยู่เสมอ มีชีวิตอยู่ก็เพื่อประโยชน์ คือได้ฟังพระธรรม ศึกษาพระธรรม อบรมเจริญปัญญา ประพฤติตามพระธรรม ไม่ละเลยโอกาสแห่งการเจริญกุศลในชีวิตประจำวัน เพราะทั้งหมดนั้น คือ การอบรมเจริญความไม่ประมาท ซึ่งไม่มีตัวตนที่ไปอบรมเจริญ แต่เป็นสภาพธรรมฝ่ายดีเกิดขึ้นทำกิจหน้าที่ ไม่ใช่สัตว์ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน

จะเห็นได้ว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ทรงละเว้นโอกาสที่จะพราศสอนพุทธบริษัทให้เป็นผู้ที่ไม่ประมาท เพราะเหตุว่าถ้ายังมีกิเลสอยู่ ตราบใดที่ยังไม่รู้แจ้งอริยสัจธรรมถึงความเป็นพระอริยบุคคลแล้ว การที่จะไปสู่กำเนิดอื่นนั้นมีมากกว่าการที่จะกลับมาสู่ความเป็นมนุษย์ ข้ออุปมาระหว่างฝุ่นที่ปลายเล็บกับพื้นมหาปฐพี เห็นได้ชัดเจนทีเดียว แต่ละบุคคลก็เห็นฝุ่นที่เล็บอยู่ทุกวัน แต่ไม่มีใครเตือนให้ได้คิด แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์ไม่ทรงละเว้นโอกาส แม้แต่การที่จะให้ระลึกได้ว่าฝุ่นที่เล็บ ย็มน้อยกว่าที่พื้นมหาปฐพี เหมือนกับวันหนึ่งๆ นี้ กิเลส เกิดมากกว่ากุศลอย่างเทียบกันไม่ได้เลย

ถ้าไม่มีความอดทน ไม่มีความจริงใจที่จะเป็นผู้อบรมเจริญปัญญา ระลึกรู้ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมบ่อยๆ เนืองๆ จนกว่าปัญญาจะรู้ชัด ก็ไม่มีหนทางอื่นที่จะทำให้พ้นจากอบายภูมิได้ แต่ถ้าศึกษาพระธรรม ฟังพระธรรมอยู่บ่อยๆ เนืองๆ ค่อยๆ สะสมความเข้าใจถูกเห็นถูกไปที่ละเล็กทีละน้อย ก็ย่อมมีโอกาสที่จะไปถึงซึ่งการพ้นจากการเกิดในอบายภูมิได้ และพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้ในที่สุด

พระธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงตลอด ๔๕ พรรษา ไม่ว่าจะเป็นส่วนใดของคำสอนก็ตาม ล้วนเป็นประโยชน์เกื้อกูลโดยตลอด แต่ละคำของพระองค์ เป็นคำที่หวังดี เป็นคำเกื้อกูลเพื่อให้เกิดความเข้าใจถูกเห็นถูก เป็นประโยชน์สำหรับผู้ได้ฟังได้ศึกษาเท่านั้น ทำให้ผู้ที่ได้ฟังได้ศึกษา มีความเข้าใจถูกเห็นถูก เป็นไปเพื่อการขัดเกลาละคลายกิเลสของตนเองที่เคยสะสมมาอย่างมากและยาวนานในสังสารวัฏจนกว่าจะดับได้อย่างหมดสิ้นในที่สุด ซึ่งจะต้องอาศัยกาลเวลาที่ยาวนานในการอบรมเจริญปัญญา

ชมรมบ้านธัมมะ มศพ. : www.dhammahomefellowship.com, โทร. ๐๘๑-๘๓๒๐๕๗๗