



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา

ประสบการณ์ ทางธรรม

จารุพรรณ เพ็งศรีทอง



ประสบการณ์ทางธรรม

จารย์พรณ เพ็งศรีทอง



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา

© พ.ศ. ๒๕๕๙ มุลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา
สงวนลิขสิทธิ์

ISBN-10: 974-94059-5-1
ISBN-13: 978-974-94059-5-6

พิมพ์ครั้งที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๕๙ จำนวน ๕,๐๐๐ เล่ม

ท่านที่ประสงค์จะพิมพ์หนังสือของมูลนิธิฯ เพื่อเป็นธรรมทานโปรดติดต่อ

มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา

เลขที่ ๑๗๔/๑ เจริญนคร ๗๘ แขวงดาวคะนอง เขตธนบุรี กรุงเทพฯ ๑๐๖๐๐

โทรศัพท์ / โทรสาร ๐๒ ๔๖๘ ๐๒๓๙

หรือที่

บ้านธัมมะ

เลขที่ ๑๓๖ หมู่ ๕ ตำบลหนองควาย อำเภอหางดง เชียงใหม่ ๕๐๒๓๐

โทรศัพท์ ๐๕๓ ๔๓ ๑๖๗๘

Email: info@dhammahome.com

<http://www.dhammahome.com>

พิมพ์ที่ โอ. เอส. พริ้นติ้งเฮ้าส์ กรุงเทพฯ

พิมพ์เพื่อเป็นธรรมบรรณการ

คำนำ

หนังสือเล่มนี้เขียนด้วยศรัทธาและการเห็นประโยชน์ของพระธรรมและการศึกษาธรรม ผู้เขียนเล่าประสบการณ์ทางธรรมอย่างตรงไปตรงมาตามความเป็นจริงที่ประสบ ตามความรู้สึกนึกคิดของผู้เขียน โดยไม่ได้ต่อเติมให้เกิดความน่าสนใจหรือตื่นเต้น นับเป็นประสบการณ์ที่เรียบง่าย แต่แสดงถึงการแสวงหาจนกระทั่งได้พบพระธรรม คำตอบความจริงของชีวิตซึ่งเป็นเสมือนแผนที่นำทางระยะยาวที่จะต้องดำเนินไปในสังสารวัฏ

หนังสือแบ่งออกเป็น ๒ ตอน คือ ตอนที่ ๑ เล่าประสบการณ์ทางธรรมของผู้เขียน ตอนที่ ๒ เป็นการรวบรวมพระสูตรและอรรถกถาบางตอนจากพระไตรปิฎก บางพระสูตรเคยนำมาร่วมสนทนากันในกลุ่มผู้ศึกษาธรรม จุดประสงค์เพื่อแสดงให้เห็นโทษภัยของการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ และทำยที่สุดเพื่อแสดงพระมหากรุณาธิคุณของพระผู้มีพระภาคที่มีต่อสัตว์โลก และการมีพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งอันประเสริฐ

ประโยชน์และกุศลใดๆ ของท่านผู้อ่านอันเนื่องมาจากหนังสือเล่มนี้ เป็นที่ยินดียอย่างยิ่งของผู้เขียน และผู้เขียนขออนุโมทนาในกุศลนั้นๆ ด้วย

จารุพรรณ เพ็งศรีทอง

พฤษภาคม ๒๕๔๔

คำอุทิศ

ความดีของหนังสือนี้ ขออุทิศส่วนกุศลให้แก่มารดาบิดา
ผู้แสดงโลกนี้แก่ลูก และเป็นบุคคลแรกที่ให้ธรรมะ

คำขอบคุณและอนุโมทนา

ขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์สุจินต์ บริหารวนเขตต์ ที่กรุณาให้คำแนะนำและตรวจทานความถูกต้อง ขอขอบคุณคุณจันทนา คุณเอนก ที่ให้คำแนะนำการขยายความในตอนที่ ๑ ทำให้เรื่องราวชัดเจนขึ้น รศ. มธุรส วิสุทธกุล ที่ให้คำแนะนำเพิ่มเติมข้อความเพื่อความกระจ่างชัดยิ่งขึ้น คุณประเชิญ แสงสุข ที่ได้แสดงพระสูตรที่ต้องการนำมาคัดข้อความในหนังสือเล่มนี้ว่าอยู่ในพระไตรปิฎกเล่มใด หัวข้อใด คุณคำปิ่น อักษรวิสัย ผู้พิมพ์และเรียบเรียงเชิงอรรถ คุณวรรณิ์ แซ่โจ้ว ตลอดจนผู้ที่มีส่วนทำให้หนังสือเล่มนี้สำเร็จ ลุล่วงไปได้ด้วยดี

สารบัญ

คำนำ
คำอุทิศ
คำขอบคุณและอนุโมทนา

ตอนที่ ๑
การแสวงหาและคำตอบ ๑

ตอนที่ ๒
ทุกข์ภัยในสังสารวัฏ ๔๑

ตอนที่ ๑

การแสวงหาและคำตอบ

ดิฉันเกิดในครอบครัวที่นับถือพระพุทธศาสนา มีพี่สาว ๑ คน มารดาเป็นครู บิดาทำงานบริษัทฝรั่ง ตั้งแต่เด็กจำได้ว่า มีการตักบาตรที่หน้าบ้านเป็นประจำ พระภิกษุจำนวนมาก พอสมควรเดินผ่านมารับบิณฑบาต สมัยนั้นไม่ใช่ถุงพลาสติกใส่อาหาร ที่บ้านตั้งโต๊ะหน้าบ้าน ใช้ขันส้อมฤทธิ์ใบใหญ่ใส่ข้าวสวย ต้มบนพาน มีทัพพีตักข้าวเข้าชุดกัน กับข้าวและขนมแห้งห่อด้วยใบตอง กับข้าวและขนมที่มีน้ำใส่ภาชนะที่ไม่ทำให้หกเลอะเทอะ เมื่อครบรอบวันเกิดของดิฉัน คนเลี้ยงจะเตรียมอาหารให้ใส่บาตร อายุ ๕ ขวบใส่บาตรพระ ๕ รูป ๗ ขวบใส่บาตรพระ ๗ รูป จำนวนเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ตามอายุ จนถึงอายุ ๓๐ กว่า ไม่มีพระผ่านมารับบาตรหน้าบ้านเพียงพอกับจำนวนที่ต้องการตักบาตร ประกอบกับคนเลี้ยงแก่เฒ่าลง ทำอาหารใส่บาตรจำนวนมากไม่ไหว จึงได้เปลี่ยนไปทำบุญที่โรงพยาบาลสงฆ์แทน

ที่บ้านมีการทำบุญเลี้ยงพระทุกปี สมัยนั้นไม่มีร้านขายอาหารมากมายเหมือนสมัยนี้ ก่อนวันทำบุญบรรยาการจะคึกคักเป็นพิเศษ มีผู้คนเดินทางมาค้างที่บ้านเพื่อช่วยกันจัดสถานที่และอาหารถวายพระ ห้องพระต้องช่วยกันทำความสะอาด คุณพ่อขอยืมพรหมปูพื้น อาสนะและหมอนจากวัด

ใกล้บ้าน ก่อนถึงวันทำบุญ ชายสองคนจะแบกพรมผืนหนา ใหญ่ผืนยาว หักคนท้ายคนจากวัดมาบ้าน ญาติๆ และเพื่อน คุณพ่อมางานเลี้ยงพระในวันรุ่งขึ้น

คุณพ่อมักพาครอบครัวไปทำบุญตามวัดที่คุณพ่อรู้จัก ที่บ้านดิฉันมักได้ยินรายการธรรมะทางวิทยุเป็นประจำ ทำให้มีความรู้พื้นฐานทางพระพุทธศาสนา จำได้ว่าบางครั้งามีพระเทศน์รูปเดียว บางคราวมี ๒ รูปถามตอบ เรียกว่า ปุจฉาวิสัชนา ในยุคนั้นชาวไทยนับถือศาสนาพุทธกว่าร้อยละ ๙๐ คุณพ่อคุณแม่สอนให้ทำทาน รู้จักบาปบุญ โรงเรียนสอนวิชาศีลธรรม ทำให้รู้เรื่องพุทธประวัติ ความชั่วความดี และหัวข้อธรรมต่างๆ เช่น พรหมวิหาร ๔ ถึงแม้จะไม่เข้าใจมากนัก แต่เป็นพื้นฐานในการศึกษาธรรมะต่อมา

เมื่อดิฉันอยู่ในโรงเรียน สิ่งแวดล้อมดี ประชากรทั้งประเทศมีประมาณ ๒๐ กว่าล้านคน ถนนหนทางในกรุงเทพฯ ปลอดภัย รถไม่ติด โทรศัพท์สี-ขาวดำเริ่มออกอากาศเมื่อดิฉันอายุประมาณ ๑๐ ขวบ รายการโทรทัศน์เริ่มประมาณ ๑๕.๐๐ น. เลิกรายการประมาณ ๒๐.๐๐ น. รายการโทรทัศน์มีคนอ่านข่าวประจำวัน รายการดนตรี ละคร รวมทั้งรายการธรรมะด้วย จำได้ว่าวันหนึ่งมีรายการสนทนาธรรมระหว่างบุคคล ๒ คน คือ พ.อ. ปิ่น มุทุกันต์ กับใครคนหนึ่ง หัวข้อที่สนทนาเกี่ยวกับเรื่องทุกข์ โดยแบ่งทุกข์ออกเป็น ๒ ประเภทใหญ่ๆ คือ ทุกข์ประจำ และทุกข์จร ทุกข์ประจำคือเกิด แก่ เจ็บ ตาย ส่วนทุกข์จรมีในระหว่างมีชีวิตอยู่นั้น

มีหลากหลาย เช่น ความยากจน โรคภัย เป็นหนี้สิน ภัยธรรมชาติ อุบัติเหตุ เป็นคดีความขึ้นศาล ออกหัก ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รักและความทุกข์อื่นๆ นานาประการ ดิฉันไม่ได้เปิดวิทยุหรือโทรทัศน์ฟังธรรมะเอง แต่รับรู้รายการธรรมะที่ผ่านเข้ามา ทำให้ทราบเรื่องของบุญ บาป เรื่องกรรม นรก สวรรค์ ฯลฯ สำหรับเรื่องความทุกข์ที่ได้ฟังมา พิจารณาแล้วก็เห็นด้วย

ดิฉันดำเนินชีวิตเหมือนกับคนทั่วไปในครอบครัวชั้นกลาง ชีวิตดำเนินไปอย่างราบเรียบ วัยเด็กเรียนหนังสือมีความสุขมาก จำได้ว่ามีแต่เล่นกับเรียน เรียนจบจากโรงเรียนก็สอบเข้ามหาวิทยาลัย เรียนจบมหาวิทยาลัยแล้วไปศึกษาต่อ เสร็จแล้วทำงานรับราชการซึ่งเป็นงานที่มั่นคง สมัยเรียนอยู่ในโรงเรียน พอเริ่มก้าวเข้าสู่วัยรุ่น เริ่มที่จะคิดถึงอนาคตของตนเอง ชีวิตภายนอกดูราบเรียบ แต่ภายในจิตใจไม่ได้ราบเรียบ แต่เต็มไปด้วยความสงสัยปนวิตกกังวล เมื่ออยู่ชั้นมัธยมต้องคิดแล้วว่าต่อไปจะเรียนอะไรหลังจากจบจากโรงเรียน แล้วจะทำอาชีพอะไรดี คำตอบที่อยู่ในใจคือ ไม่รู้จะทำอาชีพอะไร ไม่เห็นมีอะไรน่าทำสักอย่าง และคิดไกลต่อไปว่า ทำอาชีพไปทำไม คำตอบคือเพื่อเลี้ยงชีพ ไม่ทำมาหากินได้หรือไม่ คำตอบคือไม่ได้ ถ้าไม่ทำมาหากินจะเอาเงินที่ไหนมาใช้ ดิฉันถามตัวเองต่อไปว่า ทำมาหากินได้เงินเลี้ยงชีพแล้วอะไรต่อไป ก็เอาเงินไปซื้ออะไรที่ต้องการ ซื้ออาหาร เครื่องนุ่งห่ม ข้าวของเครื่องใช้ ซื้อบ้าน ซื้อรถ และอื่นๆ ใช้เงินหาความสุขใส่ตัวตามรสนิยม

ของแต่ละคน แล้วอย่างไรต่อไป ต่อมาเราก็ต้องแก่เฒ่าลง เจ็บและตายไปในที่สุด ไม่มีใครที่ไม่ตาย ชีวิตมีอยู่เท่านี้หรือ เกิดมาเพื่อที่จะต้องตายเท่านี้หรือ ทำไมจึงมีอยู่เท่านี้ ไม่มี ความสุขอะไรในชีวิตที่มากกว่านี้หรือ ถ้าอย่างนั้นเราเกิดมา ทำไม ทำไมจึงมาอยู่ตรงนี้ได้ เหล่านี้เป็นคำถามที่ดิฉันไม่ได้พูด หรือถามใคร เป็นคำถามที่อยู่ในใจเสมอ และคิดว่าจะต้องหาคำตอบให้ได้

ตั้งแต่เด็กดิฉันชอบอ่านหนังสือ อายุประมาณ ๑๔-๑๕ ปี ได้อ่านหนังสือเล่มหนึ่งไม่หนานัก จำไม่ได้ว่าชื่อเรื่องอะไร ใครแต่ง หนังสือเล่มนี้น่าสนใจมาก ถึงแม้เวลาจะผ่านมาหลายปี เรื่องราวในหนังสือเล่มนั้นก็ยังอยู่ในใจ เรื่องราวเริ่มต้นจากการที่ผู้เล่าเรื่องซึ่งใช้คำว่า “ข้าพเจ้า” ได้เดินทางไปยังดินแดนแห่งหนึ่งซึ่งเป็นคุกที่กว้างขวางใหญ่โตมาก ผู้คนที่อยู่ในคุกไม่ทราบเลยว่าตนเองติดคุก และเป็นคุกที่แปลกมาก คือ นักโทษจะต้องหากินเอง ดำเนินชีวิตไปตามที่เห็นสมควร ไม่มีใครหาอาหารเสื้อผ้าและยารักษาโรคมาให้ นักโทษต้องสร้างบ้านเอง เลือกรับอาชีพเอง นักโทษแต่ละคนไม่มีใครทราบว่าตายเมื่อใด อาจตายวันใดก็ได้ เมื่อถึงเวลาที่นักโทษต้องตาย จะมีเพชรฆาตประหารนักโทษนั้นโดยไม่มีการพิจารณาโทษหรือบอกกล่าวล่วงหน้า นักโทษทุกคนดำเนินชีวิตไปโดยไม่มีผู้ใดคิดจะแหกคุก เพราะมีกำแพงกันหลายชั้น และไม่ทราบว่าจะเอาเครื่องมือใดมาทำลายกำแพงเหล่านั้นได้ มีนักโทษบางคนพยายามออกจากคุก คนเหล่านั้นชอบเครื่องมือ มีขวานเป็นต้น

มาที่ชุมชนและกล่าวว่า ขวานพิเศษนี้สามารถทำลายกำแพงได้ กำแพงแต่ละชั้นต้องการเครื่องมือทำลายต่างๆ กัน แต่ในที่สุด ต้องอาศัยเครื่องมือที่ยอดเยี่ยมสุดยอด จึงจะทำลายกำแพง เหล่านั้นได้ นักโทษหลายคนพากันมามุงดู ส่วนมากหัวเราะ แล้วเดินหนีไป มีน้อยคนสนใจจริงๆ และได้คุยกับผู้ที่นำ เครื่องมือมา ในที่สุดผู้ที่ใช้นามว่า “ข้าพเจ้า” บอกผู้ที่นำมาดู คุณว่า เขาได้ดูคุณนี้นานพอสมควรแล้ว อยากจะกลับ ผู้พามา กล่าวว่า ไม่ได้ ท่านจะออกจากคุณนี้ได้ เพราะท่านก็เป็น นักโทษคนหนึ่งเหมือนกัน ลงท้าย “ข้าพเจ้า” สรุปว่าเราเอง ก็เป็นนักโทษ และท่านผู้อ่านทั้งหลายก็เป็นนักโทษด้วย เหมือนกัน เราทุกคนไม่สามารถออกจากคุณได้ในขณะนี้

ดิฉันอ่านด้วยความสนใจ อาศัยความรู้ทางพระพุทธศาสนา ที่ได้จากการฟัง การอ่าน ทราบดีว่าเรื่องทั้งหมดเป็นการอุปมา อุปไมย คุณนั้นคือโลกนี้เอง ความจริงไม่ใช่แต่โลกนี้เท่านั้น แต่หมายถึงสังสารวัฏ เราพ้นจากคุณแสนยาก ผู้ชอบขวานและ เครื่องมือต่างๆ ที่จะทำลายกำแพง คือผู้ที่แนะนำว่ามีทางที่จะ ออกจากคุณได้ถ้าพยายาม แต่คนทั้งหลายไม่เข้าใจ เข้าใจว่า ชีวิตที่อยู่ในคุกดีแล้ว ไม่เดือดร้อนอะไร เพชฌฆาตฆ่าตาย วันใดก็เป็นเรื่องธรรมดา พวกเราจึงไม่สนใจฟังผู้ที่แนะนำ เครื่องมือ

เอ! เราทั้งหมด ทั้งผู้เขียนและผู้่านก็อยู่ในคุก ชัก ไม่ชอบมาพากลแล้ว นี่มันอะไรกัน อยู่ดีๆ ก็มาอยู่ในคุก ไม่น่ารื่นรมย์เลย

หลายปีต่อมาดิฉันอยากอ่านหนังสือเล่มนี้ซ้ำ แต่ก็หาไม่พบ พยายามค้นหาอย่างไรก็ไม่พบ หนังสือชื่ออะไร ใครแต่ง เล่าให้ใครฟังก็ไม่มีใครทราบเรื่อง ไม่ได้รู้แนวของหนังสือเล่มนี้ มีรุ่นพี่คนหนึ่งเคยอ่านเมื่อหลายปีก่อน บอกว่าประทับใจมาก ใครแต่งก็ไม่ทราบ รู้สึกว่าชื่อของหนังสือเล่มนี้คือ นักโทษ ประหาร ไม่ทราบว่าจะไปหาอ่านได้ที่ไหนอีก ดิฉันคิดเรื่องนี้เรื่อยมา แต่ก็ไม่ทราบว่าจะไปพูดกับใคร พูดกับเพื่อนก็ได้ เพื่อนคงให้ความคิดเห็นหรือคำตอบอะไรไม่ได้ พูดกับใครดี พูดกับพ่อดีกว่า ดิฉันมักถามปัญหาธรรมะกับพ่อบ่อยๆ แม่ครัวได้ยินเข้าก็เคยพูดกับดิฉันหลายปีต่อมามาว่า จำได้ว่าพูด เรื่องธรรมะบ่อยๆ หลายๆ คำถามที่ดิฉันถามพ่อ จำไม่ได้ว่าถามอะไรบ้าง แต่บางคำถามที่จำได้คือ “คุณพ่อคะ ทำไมเทวดาจึงอยู่เป็นเทวดาต่อไปไม่ได้ ต้องลงมาเกิดเป็นมนุษย์บ้าง เทวดามีความสุขกว่ามนุษย์ น่าจะเป็นเทวดาไปเรื่อยๆ” คุณพ่อตอบว่า “เหมือนกับเก็บเงินไปเที่ยว ซื้อตั๋วเหวบิน ลูกเก็บเงินได้มาก ไปเที่ยวได้ไกลๆ พักผ่อนได้ที่นั่นตามที่จ่ายเงินได้ พอเงินที่ไปเที่ยวหมด ลูกจะอยู่ต่อได้อย่างไร ลูกก็ต้องกลับเทวดาทำนมหมดบุญเมื่อใด ท่านก็อยู่ต่อไปบนสวรรค์ไม่ได้”

อีกคำถามหนึ่งที่พอจะจำได้คือ “ทำไมจึงต้องออกจากสังสารวัฏด้วย” คุณพ่อตอบว่า “สังสารวัฏก็เปรียบเหมือนห้องส้วม ทำให้ห้องส้วมต้อย่างไร สวยงามเพียงใดมันก็คือห้องส้วม ใครบ้างอยากอยู่ในห้องส้วมตลอดไป”

คำสนทนาเหล่านี้ดิฉันถามคุณพ่อเมื่ออยู่ชั้นมัธยมจากการอ่านหนังสือธรรมะ สมัยนั้นเจ้าภาพงานศพจะต้องแจกหนังสือธรรมะ อ่านแล้วทำให้เข้าใจอะไรมากขึ้น จากการอ่านหนังสือบ้าง ฟังวิทยุเรื่องธรรมะบ้าง สรุปแล้วไม่เข้าใจว่าเกิดมาทำไม เกิดมาแล้ว ทำไมจึงต้องมีความทุกข์ด้วย ทุกข์ของมนุษย์มากกว่าสุขหลายเท่า

ดิฉันผ่านร้อนหนาวมาเป็นเวลาพอสมควร ประสบการณ์ชีวิตยังราบเรียบ เรียนหนังสือเป็นหลัก ไม่มีทุกข์ที่เด่นชัด นอกจากเมื่อคุณตาจากไปและแมวตัวโปรดได้ตายไป ในที่สุดเมื่อพิจารณาแล้วก็ยังไม่เห็นจุดมุ่งหมายของชีวิตอย่างแท้จริง

วันหนึ่งดิฉันคุยกับแม่เรื่องต่างๆ แล้วก็เอ่ยขึ้นว่า “หนูไม่อยากเกิดอีกเลย” แม่คงประหลาดใจมากเมื่อได้ยินลูกวัยรุ่นพูดเช่นนั้น ดิฉันจำไม่ได้ว่าพูดประโยคนั้นเมื่อเรียนอยู่ชั้นใด ทราบแต่ว่าอยู่ชั้นมัธยม ยังไม่ได้เข้ามหาวิทยาลัย อายุไม่เกิน ๑๗ ปี แม่ถามว่า “ทำไมลูกจึงพูดเช่นนั้น ลูกมีความทุกข์อะไรหรือ ลูกไม่อยากเรียนหนังสือหรือ?”

ดิฉันตอบว่า “หนูไม่มีเรื่องทุกข์อะไรเป็นพิเศษ จะมีเรื่องเจ็บป่วยบ้าง เล็กๆ น้อยๆ หนูมีความสุขที่ได้ไปเที่ยวหัวหินกับพ่อแม่ทุกปีตอนปิดเทอม และก็ชอบเรียนหนังสือ” สมัยนั้นครูจะจัดให้มีการสอบ ใครสอบได้ต่ำกว่า ๕๐ เปอร์เซนต์ของคะแนนวิชาต่างๆ ทั้งหมดถือว่าสอบตก ครูจะเรียงลำดับตามคะแนนที่นักเรียนแต่ละคนได้รับ ออกมาเป็นสอบได้ที่ ๑,

ที่ ๒, ที่ ๓ ตามลำดับไปเรื่อยๆ จนหมดจำนวนนักเรียนในชั้น ดิฉันไม่เคยสอบได้เกินลำดับที่ ๑๐

ดิฉันกล่าวต่อไปว่า “เกิดมา ดูๆ ไปแล้วไม่เห็นมีอะไรที่ต้องเจ็บ ต้องตายในที่สุด ระหว่างมีชีวิตอยู่ก็ต้องผจญกับความทุกข์ คิดดูแล้วไม่เกิดนั้นแหละดีค่ะ” คุณแม่เอาเรื่องนี้ไปพูดให้คุณพ่อฟัง คุณพ่อคงประหลาดใจอยู่เหมือนกัน แต่ไม่พูดอะไร ท่านอาจจะคุยกันถึงเรื่องนี้เมื่อดิฉันไม่อยู่ ณ ที่นั้น ดิฉันถามคุณพ่อว่า “ถ้าอย่างนั้น เวลาทำบุญหนุนอธิษฐานว่า ไม่เกิดอีก ดีไหม” คุณพ่อตอบอย่างไรจำไม่ได้ จำได้แต่ว่าสรุปแล้วไม่ควรอธิษฐานเช่นนั้น คุณพ่อให้เหตุผลอย่างไรก็จำไม่ได้

เมื่อมีญาติมาที่บ้าน คุณแม่เล่าเรื่องนี้ให้ญาติฟัง ญาติบอกว่าลูกเขาไม่เคยเป็นอย่างนี้เลย ลูกเขาสนุกสนานไม่เคยพูดเลย เรื่องทุกข์เรื่องไม่เกิด นับแต่นั้นเป็นต้นมา ดิฉันพยายามแสวงหาจุดประสงค์ของชีวิตและคำตอบว่าเกิดมาทำไม แต่ไม่ได้คำตอบที่ถูกใจ อ่านหนังสือธรรมก็ทราบว่าเกิดมาเพื่อใช้กรรม ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น อย่างไรก็ตาม ก็จะต้องหาคำตอบให้ได้

วันเวลาผ่านไป ดิฉันเรียนอยู่ในมหาวิทยาลัย ยุ่งกับการศึกษา ไม่ใคร่มีเวลาอ่านหนังสือธรรมะเหมือนก่อน ดิฉันเลือกเรียนวิชาปรัชญา เพื่อจะได้ทราบแนวคิดหรือคำตอบเรื่องนี้บ้าง พบหนังสือเล่มใดเกี่ยวกับการแสวงหาความหมายก็เอามาอ่าน หนังสือชื่อ *Man's Search for Meaning* ของ Victor E. Frankl พูดถึงการแสวงหาความหมายในชีวิต เขาเป็น

ศาสตราจารย์ทางด้านจิตวิทยาที่เคยอยู่ในค่ายกักกันของพวกเขาซี เขาเป็นจิตแพทย์ชั้นนำในยุโรป ทฤษฎีใหม่ของเขาเรียกว่า “logotherapy” เป็นที่ยอมรับในสาขาจิตวิทยา คือการช่วยให้คนไข้ได้ทราบความหมายหรือจุดประสงค์ในชีวิต เขาให้ข้อคิดว่า มนุษย์ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงสถานการณ์ที่เราต้องประสบ แต่สามารถเปลี่ยนทัศนคติต่อสถานการณ์นั้นๆ ได้

เขายกตัวอย่างเรื่องหนึ่ง แพทย์รุ่นพี่มาปรึกษาเขาเกี่ยวกับความทุกข์อันเนื่องมาจากการตายของภรรยา เขาต้องทนทุกข์ระทมใจอย่างรุนแรงและยังไม่หายจากความทุกข์ใจนั้น ถึงแม้ภรรยาของเขาได้เสียชีวิตไปแล้ว ๒ ปี และเป็นผู้ที่เขารักมากกว่าคนอื่นใด ผู้เขียนเล่าว่าเขาไม่ได้บอกกล่าวอะไรเลย แต่ได้ตั้งคำถามว่า “อะไรจะเกิดขึ้นล่ะหมอ ถ้าหมอตายก่อนและภรรยายังมีชีวิตอยู่ต่อมา” เขาตอบว่า “สำหรับภรรยา ถ้าเหตุการณ์นี้เกิดขึ้น เธอคงจะแย่มาก เธอจะทุกข์อย่างมาก” ผู้เขียนตอบว่า “เห็นไหมล่ะหมอ เธอไม่ต้องทนทุกข์อย่างนั้น หมอเองต่างหากที่ทุกข์แทนเธอ โดยที่ต้องมีชีวิตอยู่และเศร้าโศกถึงเธอ” หมอที่มาปรึกษาไม่ได้กล่าวอะไรสักคำ ได้แต่จับมือและเดินออกจากห้องไป ความทุกข์ดูเหมือนว่าจะหมดไปในแง่ที่ว่า ขณะที่เขาพบความหมาย สำหรับเขา เป็นความหมายที่เขาต้องเสียสละและเป็นทุกข์โศกแทนภรรยา

ผู้เขียนกล่าวว่า เขาไม่สามารถเปลี่ยนชะตากรรมของหมอได้ ไม่สามารถทำให้ภรรยาเขาฟื้นขึ้นมาได้ แต่ผู้เขียนประสบความสำเร็จ ที่ได้เปลี่ยนทัศนคติของหมอที่มีต่อชะตากรรมที่

เปลี่ยนแปลงไม่ได้ อย่างน้อยเขาเห็นความหมายของความทุกข์ของเขา พื้นฐานของการศึกษาที่เรียกว่า logotherapy คือการช่วยให้คนไข้พบกับความหมายของชีวิต มนุษย์ไม่ได้อยู่เพื่อเพียงแสวงหาความสุขและหลีกเลี่ยงความทุกข์ มนุษย์พร้อมที่จะยอมทุกข์เมื่อทราบว่าคุณค่าของความทุกข์ของเขา มีความหมาย ผู้เขียนกล่าวในหนังสือของเขาว่า มนุษย์สามารถที่จะมีชีวิตอยู่หรือแม้แต่ตายเพื่ออุดมคติและสิ่งที่เขาเห็นคุณค่า

อ่านหนังสือเล่มนี้แล้วยังไม่โดนใจนัก หนังสือเล่มอื่นๆ ก็เช่นกัน เวลาผ่านไป เมื่อจบการศึกษาและทำงาน ดิฉันเริ่มคิดว่า ไม่มีใครรู้เรื่องชีวิตเท่ากับพระพุทธเจ้า ไม่มีใครสอนเลย ว่าทำอะไรจึงจะไม่เกิดอีก เพราะฉะนั้นต้องหาคำตอบจากการศึกษาธรรมะ

ทำงานได้สักสองสามปี มีผู้แนะนำให้ศึกษาธรรมะกับคุณลุงจิต เหมะทัต คุณลุงแสดงธรรมะหัวข้อต่างๆ ที่บ้าน รวมทั้งสอนให้ทำสมาธิด้วย ธรรมะที่คุณลุงแสดงมีหลากหลาย ตั้งแต่เรื่องอกุศลกรรมบถ ๑๐ เรื่องจิต เรื่องเจตสิก สติ มรรคมีองค์ ๘ โพชฌงค์ ๗ เป็นต้น คุณลุงเน้นเรื่องอกุศลกรรมบถ ๑๐ และกุศลกรรมบถ ๑๐ ว่าถ้าใครมันคงในสองหลักนี้ยังพอเอาตัวรอดได้ ทำให้เวียนว่ายตายเกิดดีในวัฏฏะ ดิฉันได้พินิจความรู้ทางพระพุทธศาสนาจากคุณลุงจิตอย่างที่ไม่เคยได้เรียนรู้จากที่ไหนมาก่อน คุณลุงแจกหนังสือมหาสติปัฏฐานสูตรฉบับมหาเมฆกุฎราชวิทยาลัย และกล่าวถึงธรรมะ ๔ หมวด คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตา-

นุสสนาสติปัญฐาน และธัมมานุสสนาสติปัญฐาน เรื่อง
ธรรมะที่จะต้องศึกษานั้นมีมากจริงๆ ดิฉันยังระลึกถึงพระคุณ
ของคุณลุงจนถึงบัดนี้ ที่ทำให้ดิฉันเข้าใจธรรมะมากกว่าสมัย
ก่อนหน้านี้ และเป็นพื้นฐานที่ทำให้ศึกษาธรรมะและพระพุทธ
ศาสนาได้เข้าใจยิ่งขึ้นต่อมา

ต่อมามีผู้แนะนำให้ฟังวิทยุรายการ “แนวทางเจริญวิปัสสนา”
บรรยายโดย อาจารย์สุจินต์ บริหารวนเขตต์ ท่านอาจารย์
บรรยายธรรมะเรื่อง ทวาร ๖ ว่าเรารู้โลกนี้ได้ ๖ ทางคือ
ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โลกทางทวาร ๖ รวมทั้งตัวเรา
ไม่ใช่สัตว์ ตัวตน บุคคล เป็นอนัตตา ตัวเราเป็นแต่เพียง
รูปธรรม นามธรรม โลกทางทวาร ๖ ก็เช่นกัน เป็นเพียง
รูปธรรมนามธรรม สติปัญฐานเป็นสติชนิดหนึ่งซึ่งระลึกถึงสภาพ
ธรรมตามความเป็นจริง ว่าเป็นรูปธรรมหรือนามธรรม เรื่อง
สติปัญฐานเป็นเรื่องสำคัญ เป็นเรื่องละเอียดที่ต้องใช้เวลาศึกษา
นาน ซึ่งไม่สามารถกล่าวรายละเอียดในที่นี้ได้ ก่อนเข้าใจเรื่อง
สติปัญฐาน ต้องเข้าใจว่าปรมัตถธรรมต่างกับสมมุติบัญญัติ
อย่างไร ก่อนเข้าใจปรมัตถธรรม ต้องเข้าใจก่อนว่าธรรมะ
คืออะไร ศึกษาไปจะเข้าใจว่ากิเลสที่เราสะสมมาเนิ่นนานใน
สังสารวัฏ ทำให้เราไม่สามารถรู้สภาพธรรมตามความเป็นจริง
อวิชชาปิดบังความจริงจนเราไม่สามารถทราบความจริงได้
การอบรมเจริญสติปัญฐานเป็นการก้าวเข้าไปสู่โลกปรมัตถ์มากขึ้น
สตिक่อยๆ ระลึกถึงสภาพธรรมที่กำลังปรากฏทางทวาร ๖
สติปัญฐานไม่เกิดขึ้นง่ายๆ ต้องอาศัยการฟังการพิจารณาบ่อยๆ

ทราบว่าการอบรมเจริญสติปัญญาไปเรื่อยๆ ปัญญาสามารถเกิดได้ และปัญญารู้สภาพธรรมตามความเป็นจริง สามารถประจักษ์แจ้งสภาพธรรมตามลำดับขั้น แต่จะให้มีปัญญาเกิดมากทันทีไม่ได้ ต้องอบรมค่อยๆ เจริญไป

กว่าจะพอเข้าใจเรื่องสติปัญญานี้ใช้เวลานานเป็นปี ต้องใช้คำว่ากว่าจะพอเข้าใจ ไม่ได้เข้าใจมากมายทะลุปรุโปร่ง ฟังพระธรรมกว่าจะเข้าใจไม่ใช่เรื่องง่าย เพราะพระธรรมเป็นเรื่องละเอียดและลุ่มลึก ศึกษาไปจะทราบว่ากิเลสนั้นแสนเหนียวแน่น ความติดข้องละเอียดมาก เราติดข้องทุกสิ่งทางทวาร ๖ ทางตา ติดข้องมากมายในสิ่งที่เห็น ทางหูเราติดข้องกับเสียงที่เราหวังว่าต้องไพเราะ ทางจมูกเราติดข้องกับกลิ่นหอม ทางลิ้นอาหารเป็นที่ติดข้องมากต้องปรุงให้อร่อย ทางกายเราติดกับสัมผัสที่สบาย และทางใจเราติดข้องกับเรื่องที่เกิดกับบุคคลกับวัตถุเรื่องราวต่างๆ

ท่านอาจารย์เคยพูดเสมอว่าการศึกษาธรรมเป็นเรื่องละเอียดกับเรื่องทางโลกหรือวิชาการต่างๆ ซึ่งเป็นเรื่องที่คุณศึกษาต้องการจะเอา ไม่มีวิชาการใดในโลกสอนการละกิเลส นอกจากพระธรรมเท่านั้น ทำไมจึงต้องละกิเลส เพราะถ้ามีกิเลสมากทุกข์ก็มาก การละกิเลสละเป็นขั้นๆ กิเลสที่ต้องละก่อนไม่ใช่ละโลภะ เป็นไปไม่ได้ที่จะละโลภะ เพราะพระอรหันต์เท่านั้นที่จะละโลภะได้ บางคนคิดว่าศึกษาธรรมะแล้วต้องไม่มีโลภะ ไม่แต่งตัวสวยงาม ไม่รับประทานอาหารอร่อย อยู่อย่างไม่ต้องเพิลิตเพิลินกับอะไร เป็นความเข้าใจผิด ละโลภะก่อน

ไม่ได้ จะละโทษก่อนก็ได้ อีก บางคนคิดว่าศึกษาธรรมะแล้วต้องไม่โกรธ เป็นไปไม่ได้ พระอนาคามีจึงละโทษได้ ดังนั้นกิเลสที่ต้องดับก่อนคือ ความเข้าใจผิดยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน ผู้ไม่ได้ศึกษาพระธรรมอาจกล่าวว่า ฉันไม่เห็นจะเข้าใจผิดอะไร การที่ไม่เข้าใจว่าทุกอย่างเป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน ก็เป็นการเข้าใจผิดแล้ว ถ้าไม่ได้ศึกษา และไม่รู้ทุกอย่างเป็นแต่เพียงรูปธรรมและนามธรรมเท่านั้น รวมทั้งตัวเราตั้งแต่หัวจรดเท้าด้วยก็เป็นการเข้าใจผิด การยึดถือสิ่งต่างๆ ที่ปรากฏทางทวาร ๖ ว่าเป็นสิ่งหนึ่งสิ่งใด เป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เป็นตัวเรา ของเรา เป็นความเห็นที่ไม่ถูกต้อง ความเห็นจะถูกโต้ต่อเมื่อฟังพระธรรม สติปัญญาค่อยๆ เกิด อบรมเจริญปัญญาไปเรื่อยๆ

ปัญญาที่เกิดขึ้นเป็นลำดับขั้นนั้น จะถึงความสมบูรณ์เมื่อเป็นพระโสดาบัน พระโสดาบันยังมีโลภะ แต่บางเบากว่าปุถุชนมาก ท่านไม่เข้าใจผิดในสภาพธรรม ท่านละความสงสัยในพระรัตนตรัย เป็นต้น ท่านละโทษได้แต่ไม่เป็นสมุจเฉท ปัญญาขั้นสูงต่อไปคือพระสกทาคามี พระอนาคามี และในที่สุดคือพระอรหันต์ ที่ละกิเลสต่างๆ ได้เด็ดขาด ไม่กลับมาเกิดอีก จะเห็นได้ว่ายากเพียงใดในการละกิเลส ไม่ใช่นึกคิดเอาว่าละได้แล้ว แต่ต้องอาศัยการอบรมเจริญปัญญา ไม่ใช่อบรมเพียงในชาตินี้เท่านั้น แต่ต้องอบรมละกิเลสไปเรื่อยๆ นานแสนนาน ไม่ใช่แค่ร้อยปี พันปี เป็นกัปๆ ในสังยุตตนิกาย นิทานวรรคสาสปสูตรที่ ๖ เปรียบเทียบความนานของกัปไว้ว่า

นครที่ทำด้วยเหล็ก ยาว ๑ โยชน์ กว้าง ๑ โยชน์ สูง ๑ โยชน์ เต็มด้วยเมล็ดพันธุ์ผักกาด มีเมล็ดพันธุ์ผักกาด รวมกันเป็นกลุ่มก้อน บุรุษพึงหยิบเอาเมล็ดพันธุ์ผักกาดเมล็ดหนึ่งๆ ออกจากนครนั้น โดยล่องไปหนึ่งร้อย ปีต่อ ๑ เมล็ด เมล็ดพันธุ์ผักกาดกองใหญ่นั้น พึงถึงความสิ้นไปหมดไปเพราะความพยายามนี้ ยังเร็วกว่าแล ส่วนกับหนึ่งยังไม่ถึงความสิ้นไปหมดไป กับนานอย่างนี้แล...

เพราะฉะนั้นเรื่องออกจากคุกหรือวัฏณะ ไม่ใช่เรื่องเร็วเรื่องง่าย และที่สำคัญคือ ถ้าไม่พบพระธรรมคำสอนของพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่สามารถรู้หนทางคือ มรรคมรรค ๘ ที่จะพ้นจากวัฏณะได้ เราไม่ได้เกิดมาพบพระธรรมทุกชาติชาติใดที่เกิดในอบายภูมิ เป็นสัตว์เดรัจฉานเป็นต้น ก็ไม่มีโอกาสเข้าใจธรรมะ เมื่อทราบอย่างนี้แล้วจะเห็นว่าจะไม่นาน เป็นกับได้อย่างไรในการอบรมเจริญปัญญา อุปมากับการลอยคออยู่กลางมหาสมุทรมองไม่เห็นฝั่ง จะว่ายน้ำอย่างไรกว่าจะถึงฝั่ง ไม่ต้องคำนึงถึงเรื่องการถึงนิพพาน เพราะยังอีกไกลแสนไกล แต่เมื่อรู้หนทางแล้ว ก็ต้องเจริญกุศลในทุกทางและอบรมเจริญปัญญาในทุกๆ ชาติที่มีโอกาส

เมื่อพอจะเข้าใจเรื่องสติปัญญา ดิฉันดีใจมาก ทราบได้ทันทีว่านี่เป็นสุดยอดของการแสวงหา ไม่ต้องแสวงหาอีกต่อไป การแสวงหาหลายปีนั้นสิ้นสุดลง จะไม่ให้ดีใจได้อย่างไร ในเมื่อ

แสวงหามาตลอด การแสวงหาไม่ใช่แสวงหาธรรมอะไรก็ได้ แต่แสวงหาธรรมที่ชี้ทางออกจากวัฏฏะโดยเฉพาะ เคยคิดก่อนหน้านี้ว่า ใครสอนวิชาทำอะไรไม่ต้องมาเกิดอีก ก็จะเรียนวิชานั้นกับผู้นั้น แต่หาไม่ได้เลยในโลก นอกจากธรรมของพระพุทธเจ้าเท่านั้น ภายหลังมานั่งคิดดู โอ้เอ๋ย...ก็จะหาจากคนอื่นๆ ได้อย่างไรเล่า ในเมื่อเขาก็ออกจากคุกไม่ได้ แล้วจะมาบอกได้อย่างไรว่าวิธีออกจากคุกจะต้องทำอย่างไร

ดิฉันได้พบคำตอบแล้ว วิเศษอะไรอย่างนั้น ไม่มีอะไรมากไปกว่านี้แล้ว ดิฉันเข้าใจดีขึ้นในเรื่องชีวิตและก็เป็นอย่างที่เคยคิดไว้จริงๆ เหมือนหนังสือที่เคยอ่าน ไซ้แล้ว เราเป็นนักโทษทางออกจากคุกแสนยากไม่ใช่โลกเราเท่านั้นที่เปรียบเหมือนกับคุกทั้งวัฏฏะที่เราจะต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่นั้นคือคุก ถึงแม้ทางออกจากคุกจะยากอย่างไรก็ตาม ต้องเดินตามทางนี้ แม้จะมีหนทางเดียวคือ มรรคมืองค์ ๘ ทางออกจากวัฏฏะไม่ต้องเกิดอีกมีอยู่ ถึงแม้จะต้องอบรมไปเป็นจิรกาลภาวนา นานนับไม่ถ้วนเป็นกัปๆ ก็ไม่เป็นไร เมื่อทราบหนทางแล้ว อย่างน้อยยังมีทางออกจากคุกได้ ดิฉันได้พบความหมายของชีวิตแล้ว ไม่ใช่เกิดมาทำงานหาเงิน แสวงหาความสุขแล้วตายไปเท่านั้น แต่เกิดมาเพื่อเจริญกุศลในทุกทาง และที่สำคัญคืออบรมเจริญปัญญาไม่ใช่แต่ชาตินี้เท่านั้นแต่อบรมไปจนถึงขั้นที่ไม่ต้องกลับมาเกิดอีกในที่สุดดิฉันรู้สึกมีความสุขมากขึ้น รู้สึกโชคดียิ่งๆ ที่ได้พบคำตอบที่แสวงหามานาน คำตอบที่แสนวิเศษซึ่งไม่มีใครตอบได้นอกจากพระพุทธเจ้า

ถ้าไม่ได้พบเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน ดิฉันคงจะรู้สึกกว่าชีวิตนี้ขาดอะไรไป ไม่รู้จะไปแสวงหาความหมายได้ที่ใดและคงจะตายไปทั้งๆ ที่รู้สึกกว่าชีวิตยังขาดอะไรอยู่ ยังมีอะไรค้างคาอยู่ในจิตซึ่งไม่สามารถจะถามหรืออธิบายให้ใครฟังได้

มาพบเรื่องสติปัฏฐานเมื่ออายุประมาณ ๓๕ ปี ก่อนข้างห้า แต่ยังมีเรี่ยวแรงสติปัญญาพอศึกษาธรรมได้อีก การเจริญสติปัฏฐานเป็นเรื่องยาก แต่ไม่เคยคิดต่อรองว่าทางลัดมีไหม ทางไม่ยากมีไหม ทราบได้ทันทีว่าของแท้ต้องยาก อย่างไรก็ตามพบทางออกยังดีกว่าไม่พบ การเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ มีอะไรดี หัวจรดเท้าเกิดขึ้นก็เป็นเรื่องทุกข์แล้ว ในการดูแลรักษา หาอาหารให้มันกิน ต้องทำมาหากิน ทำงานหนักงานเบาอย่างไร้แล้วแต่ ในที่สุดก็ตาย ตายตอนแก่หรือไม่ใช่ ตอนหนุ่มสาวก็ตายได้ แล้วแต่กรรมใดจะให้ผล ถึงจะมีชีวิตอยู่ถึงชรา ชราก็น่าทุกข์มาให้อีก ก่อนชราต้องเผชิญปัญหาชีวิต นานาชนิด ชราแล้วก็ต้องตาย ระหว่างมีชีวิตอยู่จะทำอย่างไรก็ต้องตาย มนุษย์ต้องพบกับโรคภัยก่อนตายหรือประสบอุบัติเหตุก่อนตาย ไม่ใช่หนีอยากตายสบายเมื่อใดก็ได้ ไม่อยากเกิดก็ต้องเกิด ระหว่างมีชีวิตอยู่จะทำอย่างไรก็ต้องพลัดพรากจากบุคคลที่รัก นี่ยังดีว่าเกิดเป็นมนุษย์ ถ้าเป็นสัตว์หรือเกิดในอบายภูมิจะยิ่งทวีความทุกข์ไม่รู้ที่เท่า พิจารณาเรื่องนี้เท่าที่อายุผ่านมา ยิ่งเป็นการตอกย้ำความคิดที่เคยมีตั้งแต่สมัยอยู่โรงเรียนว่า การเกิดไม่ดีเลย สิ่งที่ทำให้พอดทนได้คือสิ่งที่แปลกมาเล็กๆ น้อยๆ กับความสุขทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

เรามีกิเลสโดยเฉพาะโลภะ เราจึงติดยึดในความสุขเล็กๆ น้อยๆ เหล่านั้น ต้องการซ้ำแล้วซ้ำอีก ความติดยึดนำความทุกข์มาให้ในที่สุด จะไม่ให้ติดยึดก็ไม่ได้ พิจารณาแล้วการเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะช่างเลวทรามชั่วช้าสามัญ เป็นสิ่งที่ไม่ต้องการรับและรับไม่ได้ จะให้หน้าขึ้นตาบานบอกตนเองว่าเป็นเรื่องธรรมดาโลก ทำไม่ได้ เพราะฉะนั้นทางออกจะยากเย็นแสนเข็ญ ใช้เวลานานเป็นแสนปี ล้านปี เป็นกัปก็ต้องเอา เพราะทางเลือกอื่นไม่มี แต่จะให้ทอดเข้าเจ้าจุกเป็นทุกข์ เคร่งเครียดบ่นว่าทุกข์หนอ นั่นไม่ใช่ปัญญา ไม่ใช่ทางออก หากปราศจากการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าแล้ว ทางออกจากวัฏฏะหรือคุณไม่มีทางเป็นไปได้

ในพุทธประวัติเคยเรียนมาว่า เมื่อพระพุทธเจ้าเสวยข้ามรุษปายาสเสร็จแล้ว ทรงลอยเถาเถา ถัดนั้นลอยทวนน้ำ แสดงว่าธรรมที่พระองค์ทรงตรัสรู้นั้นทวนกระแสโลก จะไม่ทวนได้ อย่างไร ถ้าไปตามกระแสไม่ใช่หนทางหลุดพ้น ชาวโลกเห็นว่าโลภงาม สุข เทียง เป็นตัวตน ธรรมที่พระองค์ตรัสรู้นั้นตรงกันข้าม คือ ไม่งาม เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน

ฟังเรื่องการเจริญสติปัฏฐานจากรายการวิทยุ “แนวทางเจริญวิปัสสนา” บรรยายโดยท่านอาจารย์สุจินต์ บริหารวนเขตต์ แล้วชอบใจตรงที่ว่า ไม่ต้องเปลี่ยนวิถีชีวิตความเป็นอยู่ หรือฝืนทำอะไรต่างๆ ที่ไม่ต้องการทำ แต่เป็นเรื่องของการเจริญปัญญาที่ต้องค่อยๆ สะสม ฟังไปนานพอสมควรกว่าจะพอเข้าใจ ฟังไปๆ จะเข้าใจว่าขั้นแรกไม่ใช่ละโลภะ แต่ที่ควรละคือการ

ยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน พิจารณาดูแล้วเห็นด้วย ใคร
ตัวตนสูง เย่หยิ่ง คิดว่าตัวดี แ่กว่าผู้อื่น เห็นแก่ตัว
ตัวสำคัญที่สุด เป็นคนที่น่าจะหลีกห่าง ไม่น่าคบหาสมาคมด้วย
การบรรยายไม่ใช่มีแต่เรื่องสติปัญญาอย่างเดียว แต่เป็นเรื่อง
ของกุศลอกุศลในวงกว้าง รวมทั้งเรื่องทาน คีล ภาวนา
ปัญญา ฯลฯ เพิ่งเข้าใจว่าปัญญาทางธรรมต่างกับปัญญาทาง
โลก ถ้าไม่เข้าใจสภาพธรรมตามความเป็นจริง จะเป็นปัญญา
ทางธรรมไม่ได้ เคยเรียนถามท่านอาจารย์ว่า ทำไมจึงต้องมี
เรื่องอื่นประกอบมากมาย มีแต่เรื่องสติปัญญาล้วนๆ ไม่ได้หรือ
ท่านอาจารย์ตอบว่า จะแกงไก่ มีแต่ไก่ แต่ไม่มีเครื่องปรุง
จะเป็นแกงไก่ได้ไหม สติปัญญาต้องอาศัยกุศลอื่นด้วย ฟังไป
ฟังมา พอสรุปได้ว่าทางออกจากคุณนั้นแสนยาก แทบจะเป็นไป
ไม่ได้ แต่ทว่ามีผู้ดำเนินตามพระธรรมออกจากคุกได้เป็นพระ
อรหันต์ เพราะฉะนั้นต้องค่อยๆ อบรมเจริญปัญญาไปเรื่อยๆ

สติปัญญา เป็นสติชนิดหนึ่งซึ่งไม่ใช่สติธรรมดาที่เป็น
โสภณเจตสิกที่เกิดขึ้นทำกุศล เช่น ทาน คีล เป็นต้น แต่เป็น
สติที่ระลึกรู้สภาพธรรมที่เป็นปรมาัตถธรรม คือรูปธรรมหรือ
นามธรรม สติปัญญาเกิดขึ้น เป็นการเข้าสู่โลกของสภาพธรรม
ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนมากขึ้น ก่อนอื่นต้องศึกษาความต่างกัน
ของปรมาัตถธรรม ซึ่งเป็นสภาพที่มีจริง ไม่ใช่เฉพาะในโลกนี้
แต่ในทุกจักรวาลมีสภาพที่เป็นจริงคือ จิต เจตสิก รูป
จิตเป็นสภาพที่รู้อารมณ์ เจตสิกเกิดพร้อมจิต ดับพร้อมจิต
รู้อารมณ์เดียวกับจิต แต่ละขณะทำหน้าที่ต่างๆ กันตามประเภท

ของเจตสิก เพราะฉะนั้นจิตและเจตสิกเป็นสภาพซึ่งเป็นนาม
ธรรม รูปเป็นสภาพที่ไม่รู้อะไรเลย เป็นรูปธรรม นิพพานเป็น
สภาพธรรมที่มีจริง ไม่ใช่สวรรค์ ไม่ใช่สถานใด แต่เป็นนามธรรม
ไม่เกิดดับ เทียง และเป็นอนัตตา พระโสดาบันประจักษ์แจ้ง
นิพพานเป็นอารมณ์ ปุถุชนไม่มีทางรู้นิพพานได้ ท่านที่เคย
กล่าวว่าไม่อยากไปนิพพาน อย่าหวังเลยว่าจะไปได้ง่ายๆ ยัง
ไม่รู้อะไรแล้วจะหมดกิเลสได้อย่างไร การไปนิพพานคือการ
ดับกิเลสนั่นเอง จุดประสงค์ของการเจริญสติปัฏฐานคือการรู้
นามธรรมรูปธรรม ในโลกนี้มีความจริงแท้ ๒ อย่าง คือ นาม
ธรรมและรูปธรรม โลกของสมมุติบัญญัติเป็นที่รู้จักกันดีอยู่
แล้ว คือการเห็นเป็นสัตว์บุคคลตัวตนอย่างที่เห็นกันในชีวิต
ประจำวัน สติระลึกรู้สภาพธรรมที่ปรากฏตามความเป็นจริงทาง
ตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และทางใจ เท่านั้นก็ยาก
เย็นแสนเข็ญเหลือคณา ท่านอาจารย์เคยบอกเสมอว่า ก่อน
อื่นต้องทราบขณะที่สติเกิดกับขณะที่หลงลืมสติว่าต่างกันอย่างไร
มิฉะนั้นจะเจริญสติปัฏฐานไม่ได้ สติปัฏฐานไม่ใช่ความเข้าใจ
ในขั้นคิดเท่านั้น แต่ไม่ได้ห้ามการคิด ต้องอาศัยการสังเกต
พิจารณาทีละน้อย สิ่งที่ปรากฏทางตาเป็นอย่างไร ต่างกับที่เรา
เห็นตามปกติเป็นคนสัตว์สิ่งของอย่างไร ไม่ใช่เรื่องง่าย เพราะ
เราสะสมการมองเห็นเป็นคนสัตว์สิ่งของมานานเป็นกัปๆ จะให้
เข้าใจว่าเป็นแต่เพียงสิ่งที่ปรากฏทางตาเท่านั้น ยากที่จะเป็นไปได้
ในเวลาอันรวดเร็วหรือแม้แต่ในชาตินี้ แค่วิธีรู้สภาพธรรม
ให้ทั่วทั้ง ๖ ทวาร ว่าเป็นเพียงสภาพธรรมนั้น จะไม่ใช่เวลานาน

ได้อย่างไร เพราะเป็นการฝึกการสะสมที่เคยเป็นมาในอดีตอย่างที่สุด เป็นการเปลี่ยนสัญญาใหม่ ลองคิดว่าเปลี่ยนสัญญาที่เคยจำว่าเป็นสัตว์บุคคลตัวตน มาเป็นการจำว่าเป็นเพียงสภาพธรรมเท่านั้น จะยากและใช้เวลานานเพียงใด จุดประสงค์หลักคือการรู้ว่าอะไรเป็นรูปธรรม อะไรเป็นนามธรรม กว่าจะถึงจุดนั้นยังไกลมาก รายละเอียดต่างๆ มีอยู่มากมาย ซึ่งไม่สามารถนำมากล่าวในที่นี้ เพราะต้องอาศัยการฟัง การค่อยๆ พิจารณา ซึ่งกว่าจะเข้าใจได้ก็เป็นเวลานาน แต่ขอบอกความรู้สึกว่ายากอะไรอย่างนั้น เคยเรียนอะไรมามากในทางโลก แต่ไม่เคยพบอะไรยากเท่านี้เลย

เคยเรียนถามท่านอาจารย์หลังจากฟังวิทยุรายการนี้มา ๒ ปี ว่าคิดกับระลึกรู้ต่างกันอย่างไร ท่านอาจารย์ตอบว่าเมื่อร้อนเย็นเกิดขึ้น เราไม่ต้องคิดก่อนเลยว่า นี่ร้อนนะ นี่เย็นนะ แต่เรารู้ทันทีโดยไม่ต้องคิด ระลึกรู้คือการรู้ทันที ไม่ใช่คิดเป็นคำๆ การเจริญสติปัฏฐานไม่มีรูปแบบ ถ้าตั้งใจ จงใจ ด้วยความเป็นตัวตน บอกตนเองว่าวันนี้ฉันจะเจริญทางตา เมื่อเห็นอะไรก็ว่า เห็นหนอ เห็นหนอ สิ่งที่ปรากฏทางตานะไม่ใช่ตัวตน นั่นไม่ใช่การเจริญสติปัฏฐาน แต่เป็นการคิดนึกเกี่ยวกับเรื่องสติปัฏฐาน ไม่ใช่การระลึกรู้สภาพธรรมที่ปรากฏ

ดังนั้นตลอดชาติบางคนอาจได้แค่ขั้นนึกคิดเกี่ยวกับเรื่องสติปัฏฐาน ก็ต้องยอมรับตามความจริงว่าความสามารถยังไม่ถึงขั้นระลึกรู้ คำถามหนึ่งซึ่งมีคนถามอาจารย์มากคือ ทำอย่างไรให้สติเกิดบ่อยๆ มากๆ คำตอบคือ ทำไม่ได้ ถ้าไปฝืนบังคับ

นั้นไม่ใช่สติปัญญา เพราะฉะนั้นการเจริญสติปัญญาเกิดจากการพิจารณาธรรมบ่อยๆ เองๆ ไม่ใช่เรื่องเครียดที่จะต้องฝืนให้สติเกิดให้ได้ ให้บ่อยๆ มากๆ ด้วยความโลภ

ลองคิดดูเถิดว่า กว่าสติจะเกิดระลึกขันธ์นามและรูปทางทวารต่างๆ ๖ ทวาร จนกระทั่งเกิดวิปัสสนาญาณขั้นที่ ๑ (นามรูป/ปริจฺเจทญาณ) ซึ่งเป็นปัญญาที่รู้ชัดโดยประจักษ์ลักษณะที่แยกขาดจากกันของนามธรรมและรูปธรรมได้ ซึ่งไม่เคยเกิดเลยในสังสารวัฏ จะต้องใช้เวลานานเท่าใด วันหนึ่ง เดือนหนึ่ง ปีหนึ่ง สติปัญญาเกิดบ่อยหรือ เปล่าเลย นานๆ เกิดครั้งหรือไม่เกิด เพียงแต่ได้ฟังและพยายามพิจารณาให้เข้าใจเรื่องสติปัญญา แต่สติไม่เกิดระลึกขันธ์สภาพธรรมทางทวารใดเลยก็เป็นไปได้ เคยเรียนถามท่านอาจารย์ในห้องประชุมมูลนิธิฯ ว่าหลังจากฟังมานานหลายปี เท่าที่ท่านอาจารย์บรรยายทั้งหมดเกี่ยวกับสติปัญญา ไม่ได้หมายความว่าต้องเห็นผลในชาตินี้ใช่หรือไม่ ท่านอาจารย์ตอบว่า ใช่ เพราะฉะนั้นใครใจร้อน ใจเร็ว เบื่อหน้าหนี คิดว่าไม่เอาด้วยแล้ว อะไรกัน อบรมเจริญปัญญาเป็นกัปๆ ไปเจริญกุศลอย่างอื่นดีกว่า พอสงบๆ บ้างก็เอาแล้ว พอแล้วทางยากอย่างนั้นจะไปเดินทำไม เดินทางง่ายๆ ก่อน คิดดูแล้วน่าเห็นใจ เพราะเป็นการฝืนกิเลสอย่างแรง บางคนไม่เป็นหน้าเปล่า แถมบอกว่าสอนผิดแล้ว ทางง่ายทางลัด ต้องมี

อย่างไรก็ตาม เวลาที่ต้องผ่านไปๆ เป็นกัปๆ อยู่ดี เวลาผ่านไปโดยไม่ได้เริ่มต้นอบรมเจริญปัญญาในชาติที่มีโอกาสพบพระธรรมเรื่องสติปัญญา จะมีประโยชน์อะไร ชีวิตจะต้อง

เต็มไปด้วยอวิชชาอย่างเดิม สะสมการไม่อบรมเจริญปัญญา เอา
ธรรมง่าย ๆ ดีกว่า ก็ต้องเวียนว่ายในสังสารวัฏต่อไปด้วยความ
ไม่รู้ พระพุทธศาสนาไม่มีการบังคับ ใครจะเห็นประโยชน์รับ
พระธรรมได้เพียงใดสุดแล้วแต่บุคคลนั้น ใครอยากเพลิดเพลिन
ในวัฏฏะต่อไปไม่มีใครว่าอะไร ทุกคนมีสิทธิเสรีภาพ เลือกทาง
เดินชีวิตและการสะสมของตนได้เต็มที่

ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา ดิฉันฟังรายการนี้ และไปฟังการ
บรรยายที่วัดบวรฯ ด้วย มีโอกาสไปสนทนาธรรมที่ใด ดิฉันก็
จะตามไปเพื่อถามปัญหาต่างๆ ที่ข้องใจ ปัญหาที่ดิฉันได้ยินคน
ถามท่านอาจารย์มากที่สุดคือ ต้องการปฏิบัติ ให้กรุณาบอก
ด้วยว่าอยากปฏิบัติ จะปฏิบัติอย่างไร ขอให้บอกวิธีจะได้ทำตาม
จะต้องนุ่งขาวห่มขาวหรือไม่ จะต้องนั่งขัดสมาธิเอามือไหนทับ
มือไหนให้บอกมา ท่านอาจารย์ต้องอธิบายซ้ำแล้วซ้ำอีกคนแล้ว
คนเล่าว่า ต้องฟังให้เข้าใจก่อน ยังไม่เข้าใจอะไรเลยแล้วจะ
ปฏิบัติอะไร ใครบอกให้ทำอะไรก็ทำ นั่นไม่ใช่ปัญญา ไม่ใช่การ
พิจารณาด้วยความเข้าใจ ให้เลือกเอาว่าจะเข้าใจหรือจะปฏิบัติ
บางท่านก็ยังยืนยันว่าจะปฏิบัติ ท่านอาจารย์อธิบายให้ฟังว่า
อย่างนั้นไม่ถูก และเริ่มอธิบายตั้งแต่คำว่า ปฏิบัติ หมายความว่า
อะไร ฟังให้เข้าใจในเรื่องของสภาวะธรรม และโลกทางทวาร
๖ เมื่อฟังเข้าใจพิจารณาแล้ว สติซึ่งเป็นธรรมะฝ่ายดีจะปฏิบัติ
กิจของสติ ความรู้ที่ได้ฟังจะปรุงแต่งจิต ปัญญาซึ่งเป็นความ
เข้าใจจะค่อยๆ เกิดขึ้น ต้องอธิบายกันนานกว่าจะเข้าใจว่า
ปฏิบัติหมายความว่าอย่างไร ไม่ได้มีรูปแบบที่เห็นได้

ปี พ.ศ. ๒๕๒๕ คณะท่านอาจารย์ไปศรีลังกา ๒ อาทิตย์
ตอนที่ไปมีประมาณ ๒๐ คน เราไม่ได้ใช้บริการของบริษัททัวร์
ในเมืองไทย คุณลอยด์และคุณราณี ชาวศรีลังกาซึ่งรู้จักกับ
ท่านอาจารย์และคุณดวงเดือนเป็นผู้จัดให้ เรานั่งรถไปตามเมือง
ต่างๆ แวะชมวัดสถานที่สำคัญทางพระพุทธศาสนาและสถานที่
ท่องเที่ยว เราสนทนาธรรมกันเท่าที่โอกาสอำนวย จำได้ว่า
ดิฉันเคยถามท่านอาจารย์เรื่องรูปทางใจว่าเป็นอย่างไร เพราะ
เท่าที่ทราบ ทางตามีสิ่งที่ปรากฏทางตาและนามธรรมที่เห็น
ทางหูมีเสียงและได้ยิน ทางจมูกมีกลิ่นและรู้กลิ่น ทางลิ้นมีรส
และรู้รส ทางกายมีเย็น ร้อน อ่อน แข็ง ตึง ไหวและสภาพรู้
ทางกาย ส่วนทางใจต่างจากทวารอื่น ทราบแต่ว่าเห็นทางตา
แล้วต่อทางใจ ได้ยินเสียงแล้วต่อทางใจ สภาพธรรมเกิดทาง
ปัญจทวารแล้วต่อทางใจ แต่รูปทางใจไม่เคยได้ยินมาก่อน ซึ่ง
ท่านอาจารย์ได้อธิบายว่า มีปสาทรูป ๕ สุขุมรูป ๑๖ จิต
เจตสิก นิพพาน และบัญญัติ ก็รู้ได้เฉพาะทางใจเท่านั้น

คุณออสการ์น้องชายคุณลอยด์ไปกับเราด้วยทุกแห่งเพื่อ
อำนวยความสะดวก เหตุการณ์ที่ประทับใจคือ ได้ไปถวาย
ภัตตาหารเพลที่วัดพระศรีมหาโพธิ์ ซึ่งตรงกับวันคล้ายวันเกิด
ของดิฉันพอดี คุณลอยด์และคุณราณีจัดเตรียมภัตตาหาร
ถวายพระภิกษุ เราเดินทางไปในมัสการมหาอุปเจตียองค์ใหญ่
และสนทนาธรรมกันที่ลานเจตีย์ ผู้คนมากมายมานมัสการ
พระเจตีย์ ดิฉันชอบการเดินทางในศรีลังการั้งนี้มากจนคิดว่า
จะไปอีกในปีต่อๆ ไป แต่ไม่มีโอกาสได้ไปเพราะเกิดการรบกวน

ในศรีลังกาเป็นเวลาหลายปี ไม่ปลอดภัยในการเดินทาง
น้องชายคุณลอยด์เขียนจดหมายส่งข่าว เราตอบจดหมายกัน
เป็นเวลาหลายปี ในระยะหลังไม่ได้รับจดหมายจากน้องชายคุณ
ลอยด์อีก

๒๐ ปีผ่านไป ดิฉันมีโอกาสไปศรีลังกากับคณะท่านอาจารย์
อีกในปี พ.ศ. ๒๕๔๕ บริษัททัวร์ในไทยเป็นผู้จัด ดิฉันเขียน
จดหมายไปบอกคุณลอยด์และคุณราณีล่วงหน้าว่าคณะเราจะไป
ศรีลังกา พร้อมทั้งฝากบอกน้องชายคุณลอยด์ด้วยว่าจะได้พบ
กันอีก คุณลอยด์ตอบจดหมายพร้อมทั้งแจ้งว่า น้องชายได้เสียชีวิต
แล้วอย่างกะทันหันด้วยโรคหัวใจ ดิฉันรู้สึกเศร้าใจแต่จะทำ
อย่างไรได้ เราไม่สามารถบังคับบัญชาอะไรได้ ไปศรีลังกา พ.ศ.
๒๕๔๕ ต่างกับศรีลังกาเมื่อ ๒๐ ปีก่อนมาก สถานการณ์
เปลี่ยนไป มีการระมัดระวังความปลอดภัยอย่างเข้มงวดตาม
สถานที่สำคัญๆ ที่วัดพระศรีมหาโพธิ์พวกเราขึ้นไปนมัสการ
ตามใจชอบไม่ได้เหมือนก่อน พระและเจ้าหน้าที่ในวัดจำกัด
จำนวนคนที่จะขึ้นไปนมัสการแต่ละครั้ง นมัสการเสร็จแล้วให้
เดินแถวกลับลงไปยังล่าง จะเดินดูอะไรรอบๆ ตามสบาย
เหมือนเมื่อก่อนไม่ได้ ที่วัดพระเขี้ยวแก้วก็เช่นกัน เราต้อง
ออกจากโรงแรมตั้งแต่ตี ๔ ซึ่งเป็นเวลาที่ทางวัดจัดให้ คณะเรา
ไปนมัสการมหาอุปเจดีย์ในตอนเย็น บรรยากาศเงียบเหงา ผู้คน
ไม่มากมายเหมือนแต่ก่อน

ปี พ.ศ. ๒๕๒๖ ท่านอาจารย์และคณะเดินทางไปประเทศ
อินเดียนมัสการสังเวชนียสถาน และเที่ยวชมสถานที่สำคัญใน

เมืองต่างๆ เราไปกันประมาณ ๓ อาทิตย์ ขณะเดินทางมี
ประมาณ ๓๐ ท่าน ใช้รถบัสดันเดียว รถไม่มีเครื่องปรับอากาศ
ทุกเช้าคนงานจะช่วยกันขนกระเป๋าเดินทางทั้งหมดของพวกเรา
ขึ้นบนหลังคารถ ใช้เชือกผูกให้แน่น เราไปกันเดือนเมษายน
อากาศร้อนมาก แต่ก็สนุกเป็นพิเศษ เราไปสังเวชนียสถาน ๔
แห่ง และไปเมืองชัยปุระ ขึ้นช้างชมปราสาทบนเขา ได้ดู
ขบวนแห่ตามเทศกาลในเมืองนั้นพอดี เราไปชมถ้ำอาจินตา
และเอลโลรา ซึ่งนับว่าเป็นสิ่งมหัศจรรย์ของโลก แทบไม่น่าเชื่อ
ว่าคนสมัยก่อนใช้ถ้ำในเทือกเขาแบ่งเป็นห้องๆ แกะสลัก
ลวดลายภายในถ้ำได้งดงามอย่างนั้น เราบินไปเมืองโอรังคบาด
เยี่ยมชมปราสาทและป้อมปราการที่นั่น การไปอินเดียครั้งนั้น
เป็นการไปนมัสการสังเวชนียสถานเป็นครั้งแรกของดิฉัน เรา
สนทนาธรรมกันตามโอกาสอำนวยตามสังเวชนียสถานทั้ง ๔
แห่ง ท่านอาจารย์ให้เราอ่านข้อความจากพระสูตรที่เกี่ยวกับ
สถานที่นั้นคนละหนึ่งประโยคสองประโยค เวียนกันอ่านจนจบ
เวลาผ่านไปนานมากจนจำไม่ได้ว่าสนทนาธรรมกันเรื่องอะไรบ้าง
จำได้ว่าใครมีอะไรสงสัยในเรื่องธรรมะเรื่องสติปัฏฐาน เรียน
ถามท่านอาจารย์ได้ คำถามหนึ่งที่จำได้คือ มีผู้ถามว่าไม่เคย
รู้มาก่อนเลยว่าเย็น ร้อน อ่อน แข็ง นั้นเมื่อพิจารณาไปจน
สติปัฏฐานเกิดแล้วจะทำให้ถึงความเป็นพระอรหันต์ได้

ดิฉันได้ไปฟังการบรรยายธรรมที่ท่านอาจารย์บรรยายที่วัด
บวรฯ ทุกวันอาทิตย์ ท่านอาจารย์บรรยายในห้องบรรยายใหญ่
ชั้นล่าง สมัยนั้นยังเป็นคณะศึกษารธรรม ยังไม่มีการตั้งมูลนิธิ

ต่อมาในปี พ.ศ. ๒๕๒๗ จึงได้ตั้งเป็นมูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา ผู้ไปฟังธรรมะมีหลากหลาย ต่อมาเรค่อยๆ คั่นเคยกัน ผู้ฟังท่านหนึ่งถามผู้ที่มาฟังธรรมะว่าสนใจสนทนาธรรมไหม เราจะตั้งกลุ่มสนทนาธรรม ผู้ที่สนใจให้ลงชื่อพร้อมเบอร์โทรศัพท์ติดต่อไว้ในสมุด ดิฉันสนใจจึงได้ลงชื่อไว้ ต่อมาผู้ชักชวนได้เชิญพวกสหายธรรมไปสนทนาธรรมที่บ้านของเขา ทุกวันเสาร์ เราสนทนาธรรมที่นั่นเป็นเวลานานพอสมควร

ดิฉันไปฟังธรรมะที่วัดบวรฯ ที่ไร่ เห็นโบสถ์เล็กๆ หลังหนึ่ง ชื่อโบสถ์รังสี รู้สึกชอบใจอยากให้เป็นที่สนทนาธรรม เพราะเป็นสถานที่อยู่ใจกลางเมือง เดินทางสะดวก โบสถ์รังสีตั้งอยู่หน้าห้องบรรยายใหญ่ ขณะนั้นอยู่ในระหว่างการปรับปรุงซ่อมแซมจนจะเสร็จแล้ว บังเอิญดิฉันรู้จักอาจารย์ท่านหนึ่งที่ทำงานที่เดียวกัน ท่านเคยบวชเป็นพระและรู้จักพระผู้ใหญ่ที่วัดบวรฯ ดิฉันบอกความประสงค์ให้ท่านฟัง อาจารย์ท่านพาไปพบพระผู้ใหญ่ที่วัด และช่วยพูดเรื่องขอให้โบสถ์รังสีเป็นที่สนทนาธรรม พระท่านให้ทำหนังสือเป็นทางการขอให้โบสถ์รังสีเป็นที่สนทนาธรรมวันเสาร์เวลาบ่าย โชคดีที่ยังไม่มีใครมาขอใช้โบสถ์ในวันเสาร์ กลุ่มสนทนาธรรมเริ่มใช้สถานที่สนทนาธรรมตั้งแต่เดือนเมษายน พ.ศ. ๒๕๒๕ เรื่อยมาจนกระทั่งถึงต้นเดือนพฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๔๓ จึงได้คืนสถานที่ไป เพราะมีสถานที่ทำการถาวรของมูลนิธิ ที่ซอยเจริญนคร ๗๘ รวมเวลาที่สนทนาธรรมกันที่โบสถ์รังสีเป็นเวลาทั้งสิ้น ๑๘ ปี

ตอนเริ่มตั้งกลุ่มมีสมาชิกทั้งหมด ๘ คน เราไปสนทนากันที่บ้านของผู้ที่ชักชวนตั้งกลุ่มสนทนาธรรม ต่อมาจึงย้ายมาสนทนาที่โบสถ์รังสี วัดบวรนิเวศวิหาร ตอนแรกๆ ไม่มีหัวข้อสนทนาที่ชัดเจน ใครมีปัญหาข้อข้องใจใดๆ ในธรรมะที่ได้ยินได้ฟังเอามาถามได้ คนที่ทราบจะตอบคำถามให้

ใน ๕ ปีแรกกลุ่มสนทนาวันเสาร์ทำท่าจะเลิกล้มหลายครั้ง สนทนากันไปเกิดมีข้อขัดแย้งและความไม่พอใจ ผู้ชักชวนตั้งกลุ่มสนทนาเป็นคนแรกที่ไม่ขอร่วมสนทนาธรรมอีกต่อไป สมาชิกคนอื่นๆ ค่อยๆ หายหายไปทีละคนสองคนจนกระทั่งเหลือ ๒-๓ คน บางเสาร์ไม่มีใครมาเลย ดิฉันนำเรื่องนี้ไปปรึกษาท่านอาจารย์ ท่านอาจารย์แนะนำว่าถ้าเหลือคนเดียวมานั่งอ่านหนังสือก็ได้ ต่อมาเมื่อมีสมาชิกรวมเพิ่มอีก ๒-๓ คน และหายไปไม่มาอีก จนในที่สุดเหลือ ๓ คน จึงปรึกษากันว่าเราจะทำอย่างไร จะเลิกสนทนาธรรมและคืนสถานที่ไหม ดิฉันยืนยันว่าไม่เลิก จะเลิกกลุ่มสนทนาธรรมต่อเมื่อเหลือเพียงคนเดียวซึ่งไม่มีใครจะสนทนาด้วย สมาชิก ๓ คน สนทนาธรรมกันต่อไป ต่อมาเมื่อผู้สนใจเริ่มมาเป็นกลุ่มขนาดประมาณ ๘-๙ คน คราวนี้ดิฉันเริ่มรู้สึกที่เราคงจะร่วมสนทนากันไปได้ ชั้นแรกเราเอาหนังสือ *ปรมัตถธรรมสังเขป* ของท่านอาจารย์สุจินต์ บริหารวเขตต์ มาอ่านกันทีละบรรทัด ใครสงสัยข้อความตอนใดถามได้ ถ้าใครมีข้อข้องใจเกี่ยวกับเรื่องการเจริญสติปัฏฐานเราก็นำมาสนทนากัน ต่อมาเราจึงแบ่งเวลาประมาณ ๑ ชั่วโมง

หลังจากอ่านหนังสือมาสนทนาเรื่องสติปัญญา เริ่มศึกษาเรื่อง
สติปัญญาใหม่ๆ ดิฉันไม่เข้าใจนักในเรื่องความเป็นอนัตตา
ไม่ใช่ตัวตน คิดว่าคำว่า อนัตตา แปลว่า ว่างเปล่า ไม่มีอะไร
เลย สหายธรรมท่านหนึ่งได้กรุณาอธิบายให้เข้าใจว่า อย่า
เข้าใจอย่างนั้น มิฉะนั้นจะกลายเป็นมิจฉาทิฐิ อนัตตา ไม่ใช่
ว่าไม่มีอะไรเลย แต่มีสภาพธรรมซึ่งเป็นนามธรรมและรูปธรรม
ซึ่งเราเข้าไปยึดถือด้วยความเป็นตัวตน ซึ่งทำให้เข้าใจดีขึ้น
กลุ่มสนทนาธรรมช่วยให้เข้าใจธรรมะในแง่มุมต่างๆ ดีขึ้น
ละเอียดขึ้น บางครั้งมีผู้ถามปัญหาซึ่งผู้อื่นไม่เคยคิดมาก่อน
แต่ก็เป็นประเด็นที่น่าสนใจ ต่อมากลุ่มสนทนาธรรมมีสมาชิก
เพิ่มขึ้น บางคราวมีพระภิกษุมาร่วมสนทนาด้วย เราเริ่มนำ
หนังสืออื่นมาอ่านด้วยกัน เช่น ธรรมบท ดิฉันปรึกษาท่าน
อาจารย์ว่าเราควรนำอะไรมาอ่านกัน ท่านแนะนำให้อ่านอัฐสาลีนี้
มาอ่านและสนทนากัน ธรรมบทนำไปอ่านเองได้ พวกเราจึง
อ่านอัฐสาลีนี้ด้วยกัน บางคราวเราอ่านพระสูตรด้วย สมาชิก
ท่านหนึ่งที่มาร่วมสนทนาธรรม มอบพระไตรปิฎกฉบับ
มหามกุฏราชวิทยาลัยให้พวกเราทั้งชุด เมื่อเห็นพวกเราไม่มีตู้ใส่
หนังสือ ท่านได้กรุณาซื้อตู้ให้ด้วย พวกเราอนุโมทนากุศลจิต
ของท่าน ทำให้พวกเราได้ค้นคว้าหาหลักฐานอ้างอิงเวลาสนทนา
ธรรมกันได้สะดวกขึ้น เราเริ่มแบ่งเวลาศึกษาพระสูตรและ
พระอภิธรรมอย่างละประมาณ ๑ ชั่วโมง สมาชิกได้อาศัยโบสถ์
รังสีเจริญปัญญาเป็นเวลาหลายปี เราไม่มีวันหยุด วันเสาร์ได้
ตรงกับวันหยุดราชการเราก็ไม่หยุด

มีอยู่เสาร์หนึ่งท่านอาจารย์สุจินต์ไปอินเดีย สมาชิกต่างก็ร่วมเดินทางไปกับท่านอาจารย์ เหลือแต่สหยาธรรมคนหนึ่งกับดิฉันเท่านั้น นัดมาสนทนาธรรมกันที่โบสถ์ เราสองคนเดินผ่านแม่ค้าขายนก เราก็ซื้อนกมา ๑ กรง เอานกมาปล่อยหน้าโบสถ์ปล่อยนกเสร็จ เราสองคนตั้งใจว่าจะนำเอาพระสูตรมาอ่านกัน พอเปิดกรง นกบินออกไป มีนกตัวหนึ่งไม่แข็งแรงเดินอยู่ที่พื้น แมวมาเห็นเข้าคาบเอานกไป เราสองคนพยายามไล่แมว แต่แมวเกิดคาบนกเข้าไปใต้ห้องรถ เราจึงหมดปัญญาช่วยนกให้รอดชีวิตได้ วันนั้นจิตเรามีแต่อกุศล นึกถึงนกที่โดนแมวคาบไป อ่านพระสูตรกันไปก็ช่วยกันปลอบใจว่า นกไปเกิดใหม่แล้ว เขามีกรรมเป็นของเขา เราบังคับบัญชาไม่ได้ เราช่วยกันเตือนสติ แต่อกุศลจิตก็เกิด ต่างคนอ่านจบแล้วก็แยกกันกลับบ้าน ด้วยจิตที่ไม่แจ่มใส ดิฉันสังเกตว่าการสนทนาธรรมแต่ละครั้ง จิตไม่ได้เป็นกุศลทุกครั้ง บางครั้งง่วงนอน บางครั้งก็มีข้อขัดแย้งเถียงกัน บางครั้งพวกเราต่างนำของว่างของขบเคี้ยวมาแบ่งกันรับประทาน เวลาผ่านไป เรามาพิจารณากันว่าไม่ควรเอาของขบเคี้ยวมารับประทานให้เป็นอกุศลเลย ต้องแบ่งขนมใส่จานเสร็จแล้วเอาจานไปล้าง เป็นภาระ เราเลยตกลงกันว่าเราจะไม่เอาขนมมารับประทานกันอีก จะมีน้ำเปล่าใส่น้ำแข็งไว้ดื่มแก้กระหายเท่านั้น อย่างไรก็ตาม โดยสรุปแล้วดิฉันได้ความรู้ความเข้าใจเพิ่มขึ้นจากการสนทนาธรรมร่วมกันเป็นเวลานานถึง ๑๘ ปี

พวกเราสนทนาธรรมกันบ่อยครั้ง นอกเหนือจากการฟังการบรรยายของท่านอาจารย์ในวันอาทิตย์ และฟังธรรมทางวิทยุซึ่งมีทุกวัน เราสนทนาธรรมกันทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด การสนทนาธรรมที่ประทับใจคือ ที่บ้านคุณหญิงณพรัตน์ สนิทวงศ์ ณ อยุธยา ตอนแรกสนทนากันทุกวันอาทิตย์ต้นเดือน ต่อมาเปลี่ยนเป็นทุกวันเสาร์ต้นเดือน ตั้งแต่เช้าจนถึงบ่าย รวมทั้งมีการเลี้ยงอาหารกลางวันด้วยเป็นเวลา ๑๐ ปี หัวข้อสนทนามีหลากหลาย ตั้งแต่เรื่องสติปัญญา พระอภิธรรม และพระสูตร สมาชิกที่มาร่วมสนทนาธรรมกับท่านอาจารย์ และมาฟังการสนทนาธรรมมีจำนวนมากพอสมควร จนกระทั่งเจ้าของบ้านต้องสร้างห้องน้ำและขยายที่รับประทานอาหารเพิ่ม ท่านมีกุศลจิต ต้องการให้ผู้ที่มาฟังธรรมเกิดปัญญาความเข้าใจ ธรรมะ ท่านยอมสละเวลาและทรัพย์จัดทุกอย่างอำนวยความสะดวก จำได้ว่าท่านอาจารย์ปูพื้นฐานในเรื่องปรมัตถธรรมให้แก่ผู้มาใหม่ เริ่มตั้งแต่ธรรมะคืออะไร ปรมัตถธรรมคืออะไร มีอะไรบ้าง อะไรเป็นรูปธรรมนามธรรม ชันธ ๕ คืออะไร จิตเจตสิกคืออะไร ทำหน้าที่อะไร

นอกจากการจัดสนทนาธรรมที่บ้านแล้ว คุณหญิงณพรัตน์ ได้จัดสนทนาธรรมที่บ้านท่านที่เขาค้อหัวหิน ประมาณปีละครั้ง ท่านได้เชิญท่านอาจารย์และพวกเราไปสนทนาธรรม ดิฉันมีความสุขมากที่ได้ไปบ้านท่านที่เขาค้อ บรรยากาศชายทะเลลมเย็น ได้ทั้งฟังธรรมและสนทนาธรรม เนื้อที่บ้านกว้างขวางติดหาดทรายชายทะเล บ้านเป็นเรือนไม้แบบสมัยก่อน เรือน

ไม้ ๒ ชั้น สร้างตามแนวยาวไปตามหาด เหลือเนื้อที่ด้านหน้ากว้างขวางจอดรถได้หลายคัน ห้องพักพวกเรตั้งเตี้ยเรียงกัน ห้องดินันพักไม่มีเครื่องปรับอากาศซึ่งดิฉันชอบมาก เพราะชอบอากาศธรรมชาติจากทะเลมากกว่า เปิดห้องมาเป็นระเบียบยาวลงบันไดไปชั้นล่างติดกับพื้น มีโต๊ะเก้าอี้นั่งเล่น และมีห้องพักข้างล่างอีกห้องหนึ่ง บ้านชายทะเลแบบนี้คล้ายกับบ้านชายทะเลที่ดิฉันไปพักตากอากาศหน้าร้อนกับครอบครัวทุกปีสมัยอยู่โรงเรียน จากบริเวณบ้าน เดินลงหาดได้ทันที สมัยปัจจุบันจะหาทำเลแบบนี้ไม่ได้อีก เพราะทำเลปัจจุบันมักจะมีถนนคั่นแล้วจึงถึงหาด หาดทรายกว้างขวางเป็นแนวยาว เป็นหาดค่อยๆ ลาดลงไปไม่ลึกชัน เหมาะที่จะลงไปเล่นน้ำทะเลเดินไปตามหาดทรายจะไม่ใคร่พบผู้คน มีคนมาเที่ยวบ้างแต่เป็นกลุ่มเล็กๆ หาดเงียบสงบเหมือนเป็นหาดส่วนตัว บรรยากาศดีมากหาแบบนี้ไม่ยากนักในสมัยนี้ ดิฉันมีความสุขมากทุกครั้งที่ได้ไปเขาเต่า

ภายในบริเวณบ้านมีศาลาซึ่งเป็นที่ๆ พวกเรารับประทานอาหารและสนทนาธรรมกัน บางท่านเรียกศาลานี้ว่า ศาลาสุธรรมมา พวกเราเดินทางไปสนทนาธรรมกันประมาณ ๕๐ คน หัวหินไม่ไกลจากกรุงเทพฯ นัก บางคนขับรถไปเอง วันแรกๆ จะมีรถขับทยอยกันเข้ามา และทยอยกันกลับแล้วแต่ธุระของแต่ละท่าน

คุณหญิงท่านอำนวยความสะดวกทุกประการ ตั้งแต่ที่พัก อาศัย อาหาร สถานที่ มีโต๊ะหินม้าหินเป็นชุดๆ และเก้าอี้ผ้าใบ

ตั้งอยู่ในบริเวณหน้าบ้านก่อนจะถึงหาด ท่านจัดอาหารอย่างดี มีรสอร่อยให้พวกเราได้รับประทานกันทุกมื้อ นับเป็นการ สนทนาธรรมในบรรยากาศที่พิเศษจริงๆ ขอกราบขอบพระคุณ และอนุโมทนาในกุศลที่ท่านเจ้าของบ้านได้ทำมา ณ ที่นี้ด้วย

เรื่องที่เราสันทนาธรรมที่เขาเต่ามีหลากหลาย เป็นโอกาสดีที่ ใครมีอะไรสงสัยในเรื่องธรรมะถามท่านอาจารย์ได้ เราสันทนา กันเรื่องสติปัฏฐาน เรื่องพระอภิธรรม พระสูตร เรื่องทาน ศีล ข้อสงสัยในทางธรรมบางประการในชีวิตประจำวัน

วันเวลาผ่านไป กลุ่มสนทนาธรรมที่โบสถ์รังสีย้ายสถานที่ มาสนทนาธรรมกันที่มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา เมื่อมูลนิธิ มีที่ดินและอาคาร ซึ่งได้รับการบริจาคจากท่านผู้มี ศรัทธาทั้งหลาย ซึ่งได้เริ่มกิจการของมูลนิธิในวันวิสาขบูชา พ.ศ. ๒๕๔๓ คุณดวงเดือน บารมีธรรม และคุณแม่ปาหนัน บารมีธรรม เป็นผู้บริจาคที่ดิน นอกจากการเผยแพร่พระธรรม ทางวิทยุ ซึ่งได้ดำเนินการมาเป็นเวลาประมาณ ๓๐ กว่าปีก่อน เริ่มตั้งเป็นมูลนิธิ เมื่อ พ.ศ. ๒๕๒๗ แล้ว มูลนิธิ มีการ ศึกษาและเผยแพร่พระธรรมที่อาคารมูลนิธิ ทั้งในวันเสาร์ และวันอาทิตย์ เป็นการร่วมสนทนาพระวินัย พระสูตร และ พระอภิธรรม และเรื่องการอบรมเจริญสติปัฏฐาน พระสูตร ที่นำมาสนทนามีหลากหลาย ล้นบ้าง ยาวบ้าง ย้ายบ้าง ยากบ้าง พระสูตรใดดูเหมือนง่าย แต่เมื่อร่วมกันพิจารณาอย่าง ลึกซึ้ง ทำให้ได้แง่มุมความคิดต่างๆ ที่น่าสนใจ ถ้าอ่านเอง คงเข้าใจไม่ลึกซึ้งอย่างนั้น และมีวิทยากรผู้รู้ภาษาบาลีคอย

ตรวจสอบ และให้ความรู้เกี่ยวกับศัพท์และข้อความบางตอนที่แปลมาจากภาษาบาลีซึ่งนับว่ามีประโยชน์มาก

ตอนที่ ๒

ทุกข์ภัยในสังสารวัฏ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรม ๓ ประการนี้ ไม่เพียงมีในโลก
พระตถาคตอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่เพียงบังเกิดในโลก
ธรรมวินัยที่พระตถาคตทรงประกาศไว้แล้ว ไม่เพียงรุ่งเรือง
ในโลก ธรรม ๓ ประการเป็นไฉน คือ ชาติ ๑ ชรา ๑
มรณะ ๑^๑

เมื่ออ่านข้อความข้างบนนี้แล้ว ท่านคิดอย่างไร ข้อความ
ข้างต้นแฝงความจริงที่ลึกซึ้ง ธรรม ๓ ประการ ที่ท่านเห็นเป็น
เรื่องธรรมดาโลก คือ ชาติ ชรา และมรณะนั้น เป็นสภาพที่
ทุกคนไม่อาจหลีกเลี่ยงได้เลยตราบเท่าที่ยังเวียนว่ายตายเกิดใน
สังสารวัฏ ชราและมรณะเป็นสภาพที่ไม่พึงประสงค์ ส่วนการ
เกิด คือชาติ คนส่วนมากอาจคิดว่าเป็นสภาพที่น่าเพลิดเพลิน
ยินดี เมื่อมีทารกเกิดใหม่ ญาติและมิตรสหายจะแสดงความ
ยินดีกับบิดามารดา แต่อันที่จริงแล้ว “ทุกข์แม้ไรๆ ในโลกนี้
ซึ่งมีในที่ไหนๆ นี้ จะไม่มีได้ในกาลไหนๆ เพราะเว้นจากความ
เกิด มิใช่หรือ เพราะเหตุนั้น พระมหาฤๅษีจึงตรัสความเกิดนี้ว่า
เป็นทุกข์ก่อนทุกข์ทั้งปวงดังนี้”^๒ เพราะเหตุไร เพราะการเกิด
นำชราและมรณะมาในที่สุด ซึ่งไม่มีมนุษย์คนใดประสงค์

จากประสบการณ์การศึกษาและสนทนาธรรมมาเกือบ ๓๐ ปี ไม่พบข้อความในพระไตรปิฎกเลยที่พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญวัฏฏะ หรือสนับสนุนให้ใครอยู่ในวัฏฏะไปนานๆ จากข้อความเริ่มต้นของตอนนี้อาจนึกไม่ถึงว่า มีพระพุทธเจ้าเท่านั้นที่ทรงแก้ทุกข์จากชาติ ชรา มรณะได้ เราอาจจะเคยได้ยินลำนวนภาษาไทยที่ว่า พระองค์อุบัติขึ้นในโลกเพื่อ “รื้อสัตว์ ชนสัตว์” หมายถึง การชี้ทางนำสัตว์ออกจากสังสารทุกข์ ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดพบกับชาติ ชรา มรณะอีกต่อไป ถ้าพระองค์ไม่อุบัติขึ้น การออกจากสังสารวัฏจะไม่มีทางเป็นไปได้เลย เราจะมีตบอด ต้องยอมรับสภาพเกิด แก่ ตายอย่างไม่มีทางหลีกเลี่ยง ไม่รู้จักจบโดยสิ้นเชิง ถ้าพระผู้มีพระภาคไม่ทรงบอกทาง เราจะไม่ทราบเลยว่าเราสามารถพ้นจากชาติ ชรา มรณะได้ ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกด้วย การดับกิเลสเป็นสมุจเฉท ส่วนเมื่อใดจะพ้นทุกข์ได้เป็นอีกเรื่องหนึ่ง ขึ้นอยู่กับการอบรมเจริญปัญญาของผู้นั้น การเปรียบเทียบการเกิด แก่ ตาย ที่เห็นได้ชัด คือการเปรียบเทียบทุกข์ทั้ง ๓ ดังข้อคิก ๓ คน

ฉันชื่อว่า ชาติ ชรา และมรณะเหล่านี้ ย่อมเที่ยวแสวงหาโอกาส คุปปัจจามิตรผู้เข่นฆ่าสัตว์เหล่านี้ คือเปรียบเหมือนข้าศึก ๓ คนของบุรุษผู้คอยโอกาสเผ่าคูดอยู่คนหนึ่งพูดว่า ข้าจกกล่าวชมชื่อป้านั้นแล้วจักพาเขาไปในป้านั้น ในเรื่องนี้ไม่มีอะไรที่ทำได้ยากสำหรับเรา

คนที่ ๒ พูดว่า ในเวลาที่เจ้าพาคณีนี้อไป เราจักโบยตี
กระทำให้ทุพพล ในเรื่องนี้ไม่มีอะไรยากสำหรับเรา
คนที่ ๓ พูดว่า เมื่อเจ้าโบยตีทำบุรุษนี้ให้หมดกำลังแล้ว
ชื่อว่าเอาดาบคมตัดศีรษะ จงเป็นหน้าที่ของเราเถิด ดังนี้
ข้าศึกทั้ง ๓ นั้นครั้นพูดอย่างนั้นแล้วก็กระทำอย่างนั้น

ในการอุปมานั้น ชื่อว่า การคร่าออกจากวงของเพื่อน
และญาติแล้วให้เกิดในภพใดภพหนึ่ง ดูเวลาที่ข้าศึก
คนหนึ่งกล่าวชมป่า แล้วพาบุรุษนั้นไปในป่านั้น พึงทราบ
ว่าเป็นหน้าที่ของชาติ (ความเกิด) การที่ขันธซึ่งเกิดขึ้น
แล้วตกไป (คืออ่อนกำลังลง) แล้วทำให้เป็นผู้พึ่งคนอื่น
และมีเตียงนอนเป็นเบื้องหน้า ดูข้าศึกคนที่ ๒ โบยตี
ทำให้เป็นทุพพล พึงทราบว่าเป็นหน้าที่ของชรา การให้
ถึงความสิ้นชีวิต ดูข้าศึกคนที่ ๓ เอาดาบคมตัดศีรษะ
พึงทราบว่าเป็นหน้าที่ของมรณะ ฉะนั้น

อีกประการหนึ่ง ในทุกข์ทั้ง ๓ นี้ พึงเห็นชาติทุกข์
เหมือนการเข้าสู่ทางกันดารใหญ่ที่มีโทษ พึงเห็นชราทุกข์
เหมือนความเป็นผู้ทุพพลที่อดข้าวและน้ำในทางกันดารนั้น
พึงเห็นมรณทุกข์ เหมือนการให้ถึงความพินาศด้วย
เครื่องผูกมัดเป็นต้นแก่คนทุพพลผู้มีความพยายามให้
อิริยาบถเป็นไปถูกขจัดแล้วแล

การเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏนั้นนับชาติไม่ถ้วน เป็น
ระยะเวลานานวันนับจำนวนปีไม่ได้ พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับ

อยู่ ณ พระเชตะวัน อารามของท่านอนาถบิณฑิกเศรษฐี
กรุงสาวัตถี ครั้งนั้นแล พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสเรียกภิกษุ
ทั้งหลายแล้วได้ตรัสว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สังสารนี้กำหนดที่สุดเบื้องต้น
เบื้องต้นปลายไม่ได้ เมื่อเหล่าสัตว์ผู้มีอวิชชาเป็นที่กำกวม
มีตัณหาเป็นเครื่องประกอบไว้ ท่องเที่ยวไปมาอยู่ ที่สุด
เบื้องต้นย่อมไม่ปรากฏ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เหมือน
อย่างว่า บุรุษป้อนมหาปฐพีนี้ให้เป็นก้อน ก้อนละเท่าเม็ด
กระเบาแล้ววางไว้ สมมติว่า นี่เป็นบิดาของเรา นี่เป็น
บิดาของบิดาของเราโดยลำดับ บิดาของบิดาแห่งบุรุษนั้น
ไม่พึงสิ้นสุด ส่วนมหาปฐพีนี้พึงถึงการหมดสิ้นไป
ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะว่าสังสารนี้กำหนดที่สุดเบื้องต้น
เบื้องต้นปลายไม่ได้ ฯลฯ ที่สุดเบื้องต้นย่อมไม่ปรากฏ
พวกเธอได้เสวยทุกข์ ความเผ็ดร้อน ความพินาศ ได้
เพิ่มพูนปฐพีที่เป็นป่าช้าตลอดกาลนาน เหมือนฉะนั้น
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็เหตุเพียงเท่านี้ พอทีเดียวเพื่อจะ
เบื่อหน่ายในสังขารทั้งปวง พอเพื่อจะคลายกำหนัด พอ
เพื่อจะหลุดพ้น ดังนี้

จะเห็นได้ว่าการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ ไซ้จะนำ
ความสุขมาให้ สังเกตได้จากข้อความที่ว่า “พวกเธอได้เสวย
ทุกข์ ความเผ็ดร้อน ความพินาศ ได้เพิ่มพูนปฐพีที่เป็นป่าช้า

ตลอดกาลนาน” และข้อความตอนท้ายพระสูตรที่ว่า “ก็เหตุ
เพียงเท่านี้ พอทีเดียวเพื่อจะเบียดหนายในสังขารทั้งปวง พอเพื่อ
จะคลายกำหนด พอเพื่อจะหลุดพ้น ดังนี้” ถึงแม้ว่าการ
เวียนว่ายตายเกิดจะทุกข์ยากเพียงใด แต่โลกนี้ยังดูเหมือน
น่าอยู่น่าเพลิดเพลิน เพราะเรายังมีกิเลส พระผู้มีพระภาค
ไม่ได้ปฏิเสธสุขเวทนาและความน่าเพลิดเพลิน ดังปรากฏใน
สุพรมสูตร เรื่องของสุพรมเทพบุตร

ได้ยินว่า เทพบุตรนั้นอันเหล่าเทพอัปสรห้อมล้อมแล้ว
ไปยังสนามกีฬานั้นวัน นัง ฌ อาสนะที่จัดไว้ได้โคน
ต้นปาริฉัตร เหล่าเทพธิดาหาร้อยกึ่งนั่งล้อมเทพบุตรนั้น
เหล่าเทพธิดาหาร้อยกึ่งป็นขึ้นต้นไม้ ถามว่า ก็ต้นไม้
สูงหนึ่งร้อยโยชน์ ก็น้อมลงมาถึงมือด้วยอำนาจจิตของ
เหล่าเทวดามิใช่หรือ เหตุไร เทพธิดาเหล่านั้นจึงต้อง
ป็นขึ้นเล่า ตอบว่า เพราะเทพธิดาเหล่านั้นสนใจแต่จะ
เล่น แต่ครั้งป็นขึ้นไปแล้ว ก็ขับเพลงด้วยเสียงอันไพเราะ
ทำดอกไม้ทั้งหลายให้หล่นลง เหล่าเทพธิดานอกนี้
(ที่ไม่ได้ป็นขึ้น) เก็บดอกไม้เหล่านั้นเอามาร้อยทำเป็น
พวงมาลัยชั่วคราวเหมือนกัน ครั้งนั้น เหล่าเทพธิดาที่ป็นขึ้น
ต้นไม้ก็ทำกาละ (จุติ) ด้วยอำนาจอุปปัฏเจตกรรม
ประหารครั้งเดียวเท่านั้น ไปบังเกิดในอเวจีนรก เสวย
ทุกข์ใหญ่ เมื่อเวลาล่วงไป เทพบุตรก็นึกรำพึงว่า
ไม่ได้ยินเสียงเทพธิดาเหล่านั้น ดอกไม้ก็ไม่หล่น เขา

ไปไหนกันหนอ ก็เห็นไปบังเกิดในนรก เกิดรังทศไจ
เพราะความโศกในของรัก จึงดำริว่า ด้วยเหตุเพียงเท่านี้
เหล่าเทพธิดาก็ไปตามกรรม ตัวเราจะมีอายุสังขารเท่าไร
กันเล่า เทพบุตรนั้นก็ดำริว่า ในมนุษย์โลกพร้อมทั้ง
เทวโลก นอกจากพระตถาคตแล้ว ก็ไม่มีใครสามารถ
ดับความโศกของเรานี้ได้ จึงไปเฝ้า กล่าวคาถาว่า
“นิจุมฺตรสฺสํ ดํนี้เป้นต้น”๔

สุขเวทนา ความนำเพลิดเพลินนั้น ถึงจะเป็นระยะที่
ยาวนานในสวรรค์ แต่ความสุขนั้นก็ไม่เที่ยง เมื่อหมดบุญที่อยู่
ในสวรรค์ ถึงคราวที่อกุศลกรรมให้ผล ทำให้เทพธิดาจุติไปเกิด
ในนรกได้ หรือดังที่ปรากฏในเรื่องอภัยราชกุมาร ในพระคาถา
ว่า “ท่านทั้งหลายจงมาดูโลกนี้ อันตระการตจฺจราชรถ ที่พวก
คนเขลาหมกอยู่ แต่พวกผู้รู้หาซึ้งอยู่ไม่”๕

เมื่อติดข้องเพราะกิเลส เราก็ไม่รู้ว่าจะติดข้อง เรายังรู้สึก
ถึงแม้จะมีทุกข์เพียงใด โลกนี้ก็ยิ่งสวยงามน่ารื่นรมย์ ไม่เห็น
ควรที่จะต้องหลุดพ้น ความเบื่อหน่ายอาจจะมีบ้างเป็น
ครั้งคราว แต่ก็พอจะยอมรับได้ และเห็นว่าเป็นเรื่องธรรมดา
ของโลก คนเขลาหมกกว่าผู้รู้ และคนเขลาที่ไม่รู้ตัวว่าเป็น
คนเขลา ถ้าไม่ได้ฟังพระธรรมจะไม่มีวันทราบเลยว่าอริสา
มีทว่มหันเพียงใด กว่าจะเปลี่ยนจากคนเขลาเป็นผู้รู้คือบัณฑิต
จากผู้ติดข้องกว่าจะ “หาซึ้งอยู่ไม่” ไม่ใช่เรื่องง่าย ถ้าไม่มี
ปัญญาจะต้องติดข้องอยู่เรื่อยไป

ความทุกข์ที่พบจากการศึกษาพระไตรปิฎก แบ่งเป็นประเภทใหญ่ๆ ๒ ประการ คือ ความทุกข์ทางกาย และความทุกข์ใจ เป็นความทุกข์ที่เกิดจากรูปธรรมและนามธรรม เริ่มต้นด้วยรูปธรรมคือกาย “กาย’ เพราะอรรถว่าเป็นที่รวมแห่งอวัยวะน้อยใหญ่’ ที่ชื่อว่า ‘กาย’ เพราะอรรถว่าเป็นแหล่งที่มาของสิ่งที่น่ารังเกียจ”๖

เมื่อมีกายเกิดขึ้น จะต้องมียปัจจัยต่างๆ ที่ทำให้กายดำรงอยู่ได้ อุณหภูมิต้องพอเหมาะ ไม่ร้อนเกินไปหนาวเกินไป การหายใจเข้าออกสม่ำเสมอ มีแต่หายใจเข้าหรือหายใจออกไม่ได้ อาหารเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้กายนี้ดำรงอยู่ได้ ต้องแสวงหาอาหารที่เป็นประโยชน์แก่ร่างกาย ความหิวต้องบำบัดกันวันละ ๓ ครั้ง มนุษย์ต้องทำงานเพื่อได้เงินมา ก่อนอื่นต้องซื้ออาหารรับประทาน ลำวนภาษาไทยที่ว่า “ทำมาหากิน” เหมาะสมแท้ ต้องเอามากินก่อน ส่วนเรื่องแต่งตัวมาทีหลัง เราอาจจะลืมความยากลำบากในการหาอาหาร เพราะซื้อหาได้สะดวก มีของอร่อยรับประทานทำให้ติดในความอร่อยนั้น แต่ถ้าเมื่อใดการแสวงหาอาหารเต็มไปด้วยความยากลำบาก เช่น ยามเกิดสงคราม จะเห็นความทุกข์ในการแสวงหาอาหารชัดเจนขึ้น อย่างไรก็ตามจะเห็นได้ว่าความหิวทำให้สัตว์และมนุษย์ต้องเสี่ยงภัยถึงชีวิตเพื่อให้ได้อาหาร เช่น กวาง ต้องเสี่ยงภัย เหลียวซ้ายแลขวาระวังศัตรูที่จะมาจับกินเป็นอาหารเพื่อที่จะได้ดื่มน้ำจากบ่อหรือเวลาเล็มใบไม้ การทำมาหากินของบางคนต้องเสี่ยงภัย ต้องเสี่ยงกับสัตว์ร้าย เช่น ในการเล่นละครสัตว์เพื่อการเลี้ยงชีพ

อย่างไรก็ตาม กายนี้ประกอบด้วยธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ
เปรียบเสมือนอสรพิษทั้ง ๔ จำพวก

พึงทราบว่า ธาตุเหล่านั้นมีสถานะเหมือนกันกับอสรพิษ
โดยถือเอาแต่สิ่งไม่น่าปรารถนา โดยบำรุงเลี้ยงยาก โดย
เป็นสัตว์ไม่รู้คุณคน โดยมีปกติกัดไม่เลือก โดยมีโทษ
และอันตรายอย่างอนันต์^๔

อสรพิษ ๔ จำพวกนี้มีเดชกล้าพิชร้าย ท่านพึงปลุก
ให้ลุกตามเวลา ให้อาบน้ำตามเวลา ให้กินอาหารตาม
เวลา ให้เข้าสู่ที่อยู่ตามเวลา เวลาใดอสรพิษทั้ง ๔
จำพวกนี้ ตัวหนึ่งตัวใด โกรธขึ้น เวลานั้นท่านก็จะพึง
ถึงความตายหรือถึงทุกข์ปางตาย^๕

เรื่องของการรักษาสุขภาพเป็นเรื่องใหญ่ กายต้องได้อาหาร
พอเหมาะ มากไปน้อยไปก็มีโทษ หรือรับประทานอาหารที่
ไม่มีประโยชน์ทำให้เกิดปัญหาแก่สุขภาพได้ ต้องให้เข้านอน
อาบน้ำ กินอาหารตามเวลา เข้าสู่ที่อยู่ตามเวลา ทำกิจการใด
เหน็ดเหนื่อยเกินไป นอนดึกเกินไป ก่อให้เกิดปัญหาแก่กายนี้
ได้ทั้งสิ้น ต้องระวังภัยนานาชนิดที่จะเกิดขึ้นแก่กาย ภัยจาก
แมลงสัตว์มีพิษ ภัยจากธรรมชาติ ภัยจากอุบัติเหตุ ภัยจาก
มนุษย์ด้วยกัน เมื่ออยู่ในวัยหนุ่มสาว กายนี้จะบำรุงเลี้ยง
ไม่ยาก แต่เมื่อมีโรคภัยเกิดขึ้น คำเปรียบเทียบกับ
อสรพิษดูจะชัดเจนขึ้น และจะยิ่งชัดเจนขึ้นเมื่อถึงวัยสูงอายุ

ซึ่งมักจะมีโรคร้ายมาเบียดเบียนมากบ้างน้อยบ้าง โรคร้ายต่างๆ ได้เบียดเบียนมนุษย์มาตั้งแต่มีมนุษย์เกิดขึ้น โรคเกิดขึ้นได้กับทุกวัย ตั้งแต่วัยทารกจนถึงวัยชรา เกิดขึ้นได้กับทุกอวัยวะของร่างกาย ไม่ว่าอวัยวะนั้นจะเล็กหรือใหญ่ ความทุกข์อันเกิดจากโรคร้ายหรืออสรพิษตามที่เปรียบเทียบ ทำพิษมีตั้งแต่เล็กน้อยพอทนได้ ไปจนถึงความเจ็บปวดทรมานที่ทนไม่ได้ ต้องหาทางเยียวยารักษาเท่าที่สามารถจะทำได้ โรคร้ายมีหลากหลาย บางคนอาจพิจารณาตั้งแต่กำเนิด ขึ้นอยู่กับกรรมที่ให้ผลของผู้นั้น โรคร้ายที่ร้ายแรงน่ากลัวทำให้ผู้ป่วยช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ต้องเป็นภาระของผู้ดูแล สร้างความทุกข์กายและใจทั้งแก่ผู้ป่วยและผู้ดูแล โรคร้ายที่น่ารังเกียจที่เราคาดไม่ถึง มีปรากฏในพระไตรปิฎก ในอรรถกถาข้อความว่า

เมื่อคนเป็นโรคเรื้อน หู จมูก เป็นต้น ก็จะขาดตกไป เป็นที่เนื้อตัว ผุงแมลงวันห้าวเขียวก็จะตอม กลืนตัวก็จะคลั่งไปไกล บุรุษโรคเรื้อนกำลังดำก็ดี กำลังร้องครวญครางก็ดี คนทั้งหลายก็ไม่อาจเข้าไปด่าโกลั้ๆ ได้ ไม่อาจเข้าไปช่วยโกลั้ๆ ได้ ต้องปิดจมูก บ้วนน้ำลาย ห่างบุรุษโรคเรื้อนนั้นไปเสียไกลๆ^๕

ปัจจุบันโรคที่น่ากลัวดังที่กล่าวไว้ไม่เป็นที่พบเห็น แต่จะแน่ใจได้อย่างไรว่าถ้ายังเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ โรคร้ายร้ายแรงอย่างนี้จะไม่มีวันเกิดขึ้น ไม่มีใครรับประกันได้ เพราะ

ขึ้นอยู่กับทำให้ผลของกรรมที่เคยทำมาในอดีต ซึ่งอาจย้อน
หลังไปหลายกับ

ในภุมิที่มีชั้น ๕ คือ มนุษยภูมิ ทุกข์กาย และทุกข์ใจ
เกี่ยวเนื่องกัน “เพราะทุกข์ทางกายนี้ ย่อมบีบคั้นและย่อมให้
เกิดทุกข์ทางใจอย่างยิ่ง” ในทำนองเดียวกัน “เพราะโหม้นส
ย่อมบีบคั้นจิต และย่อมนำความบีบคั้นมาแก่ว่างกาย”^{๑๐}

ในปฏิจจสมุปบาท (ธรรมที่อาศัยกันเกิดขึ้นเป็นไป) กล่าว
ถึงทุกข์ที่มาจากการเกิดเป็นต้นเหตุ คือชาตินำไปสู่ชราและ
มรณะ ในสัสมโหวิโนทนี อรรถกถาพระวิภังค์กล่าวถึง
ความทุกข์ใจคือ โสกะ ความเศร้าโศก ได้แก่ความเสื่อมญาติ
ความเสื่อมแห่งภคะ ความเสื่อมคือโรคเป็นต้น ปรีเทวะ
ความคร่ำครวญ ได้แก่ ความคร่ำครวญถึงผู้ที่เป็นที่รักจากไป
การพลัดพรากจากสิ่งที่น่ารัก การต้องสมาคมกับสัตว์ไม่เป็น
ที่รักเป็นต้น ทุกข์ โหม้นส คือทุกข์ทางกายและทางใจ ผู้มี
ทุกข์เป็นผู้มีความเดือดร้อน ทุกข์มากอาจจะถึงกับฆ่าตัวตาย
เพื่อให้พ้นจากทุกข์นั้น ท่านให้คำจำกัดความของอุปายาสว่า
“อุปายาส เป็นชื่อของความลำบากจิตที่เป็นไปโดยการตกใจ
และเศร้าใจ ความแค้นใจอย่างแรง”^{๑๑}

อนึ่งบรรดาทุกข์ ๓ อย่างมีโสกะเป็นต้นเหล่านี้ โสกะ
พึงเห็นเหมือนการหุงน้ำมันเป็นต้น ในภายในภาชนะ
เท่านั้นด้วยไฟอ่อน พึงเห็นปรีเทวะเหมือนการลั่นออก
ข้างนอกภาชนะของน้ำมันที่หุงอยู่ด้วยไฟแรง พึงเห็น

อุปายาสเหมือนการเกี่ยวจนแห้งภายในภพนั้น
นั้นแล ของน้ำมันเป็นต้น ซึ่งเหลือจากการล้นไปข้างนอก
ไม่พอที่จะล้นไปได้^๒

รายละเอียดในเรื่องความทุกข์ มีคำอุปมาและตัวอย่าง
ความหมายของคำว่า โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และ
อุปายาส สามารถอ่านได้จากสัมโมหวิโนทนี อรรถกถาพระ
อภิธรรมปิฎก สังขยวิภังคินิเทศ วรรณนาสูตรตันตภาษณีย์

มีหลายพระสูตรที่กล่าวถึงความทุกข์ เช่น ในลัลลสูตรที่ ๘
ว่าด้วยความเป็นธรรมดาของสัตว์โลก พระผู้มีพระภาคทรง
อนุเคราะห์อุปาสกคนหนึ่งผู้เป็นอุปัฏฐากของพระองค์ บุตรของ
เขาถึงแก่กรรม อุปาสกอดอาหารถึง ๗ วัน ไม่คลายความ
เศร้าโศก พระผู้มีพระภาคเสด็จไปเยี่ยมและตรัสพระคาถานี้ว่า

ชีวิตของสัตว์ทั้งหลายในโลกนี้ ไม่มีเครื่องหมาย ใครๆ
รู้ไม่ได้ ทั้งลำบาก ทั้งน้อย และประกอบด้วยทุกข์^๓

พระองค์ทรงแสดงสังขธรรมของชีวิตด้วยพระคาถาที่ไพเราะ
ว่า ชีวิตของสัตว์ทั้งหลายในโลกนี้ ไม่มีเครื่องหมาย คือไม่มี
ใครทราบว่าจะจากโลกนี้ไปเมื่อใด ขณะต่อไปอะไรจะเกิดขึ้น
ไม่มีทางรู้ได้ ลำบากเพราะปัจจัยในการให้ชีวิตดำรงอยู่มีหลาย
อย่าง เช่น อาหาร ใ่อุ่น ลมหายใจ เป็นต้น ทั้งน้อยเพราะ
มนุษย์อยู่ได้อย่างมาราวๆ ถึงหนึ่งร้อยปีก็ต้องตายไป และ

ประกอบด้วยทุกข์ ซึ่งทุกคนประสบทั้งหนาว ร้อน หิว กระหาย
ทั้งทุกข์ใจเมื่อไม่ประสบกับสิ่งที่ปรารถนาหรือบุคคลที่รักจากไป
และยังมีชั้น ๕ ซึ่งต้องบำรุงรักษา สองพระคาถาสุดท้าย
กล่าวถึงผู้ก้าวล่วงความโศกเพราะหมดกิเลสแล้ว คือ

คนผู้แสวงหาความสุขเพื่อตน พึงกำจัดความรำพัน
ความทะยานอยาก และความโทมนัสของตน พึงถอน
ลูกศรคือกิเลสของตนเสีย เป็นผู้มีลูกศร คือกิเลสอัน
ถอนขึ้นแล้ว อันค้นหาและทักขุไม่อาศัยแล้ว ถึงความ
สงบใจ ก้าวล่วงความเศร้าโศกได้ทั้งหมด เป็นผู้ไม่มี
ความเศร้าโศก เขือกเย็น ฉะนี้แล^๔

ถึงแม้จะยังไม่ถึงจุดที่ก้าวล่วงความโศกได้ในปัจจุบัน
แต่ในอนาคตคงจะก้าวล่วงได้ ถ้าอบรมเจริญปัญญาจนถึง
ความดับกิเลสได้

อัสสสุตฺตฺรแสดงภาพพจน์ที่เด่นชัดของความทุกข์ที่เกิดจาก
การพลัดพราก เปรียบน้ำตาของผู้ที่ท่องเที่ยวไปในวัฏฏะ ร้องไห้
คร่ำครวญมีมากกว่าน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ถูกอะไร พวกเธอทราบธรรมที่เรา
แสดงแล้วอย่างนี้ ถูกแล้ว น้ำตาที่หลังไหลออกของพวก
เธอผู้ท่องเที่ยวไปมา ฯลฯ โดยกาลนานนี้แหละมากกว่า

ส่วนน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย พวกเธอได้
ประสบมรณกรรมของมารดาตลอดกาลนาน น้ำตาที่
หลังไหลออกของเธอเหล่านั้น ผู้ประสบมรณกรรมของ
มารดาคร่ำครวญร้องไห้อยู่ เพราะประสบสิ่งที่ไม่พอใจ
เพราะพลัดพรากจากสิ่งที่พอใจนั้นแหละมากกว่า ส่วน
น้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔ ไม่มากกว่าเลย พวกเธอได้
ประสบมรณกรรมของบิดา... ของพี่ชายน้องชายพี่สาว
น้องสาว... ของบุตร... ของธิดา... ความเสื่อมญาติ... ความ
เสื่อมแห่งโกละ... ได้ประสบความเสื่อมเพราะโรค
ตลอดกาลนาน น้ำตาที่หลังไหลออกของพวกเธอเหล่านั้น
ผู้ประสบความเสื่อมเพราะโรค คร่ำครวญร้องไห้
อยู่เพราะประสบสิ่งที่ไม่พอใจ เพราะพลัดพรากสิ่งที่น่า
พอใจ นั้นแหละมีมากกว่า ส่วนน้ำในมหาสมุทรทั้ง ๔
ไม่มากกว่าเลย เพราะเหตุไร เพราะว่าสังสารนี้กำหนด
ที่สุดเบื้องต้นเบื้องปลายไม่ได้เลย ฯลฯ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย
ก็เหตุเพียงเท่านี้ พอทีเดียวเพื่อจะเบื่อหน่ายในสังขารทั้ง
ปวง พอเพื่อจะคลายกำหนัด พอเพื่อจะหลุดพ้น ดังนี้^๕

สำหรับมนุษย์ปุถุชนคิดว่าความรักย่อมนำสุขมาให้ อย่างไรก็ตาม ความเป็นจริงมิได้เป็นเช่นนั้น นางวิสาขาไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคเพราะเศร้าโศกถึงหลานที่ตายไป พระผู้มีพระภาคตรัสว่า

คุณอนางวิสาขา ผู้ใดมีสิ่งทีรักหนึ่งร้อย ผู้นั้นก็มีทุกข์
หนึ่งร้อย ผู้ใดมีสิ่งทีรักเก้าสิบ ผู้นั้นก็มีทุกข์เก้าสิบ ผู้ใด
มีสิ่งทีรักเจ็ดสิบ ผู้นั้นก็มีทุกข์เจ็ดสิบ ผู้ใดมีสิ่งทีรัก
ห้าสิบ ผู้นั้นก็มีทุกข์ห้าสิบ ผู้ใดมีสิ่งทีรักสามสิบ ผู้นั้นก็
มีทุกข์สามสิบ ไปจนถึงผู้ใดมีสิ่งทีรักจำนวนน้อยลงจน
เหลือ ๓, ๒, ๑ ผู้ใดมีสิ่งทีรักหนึ่ง ผู้นั้นก็มีทุกข์หนึ่ง
ผู้ใดไม่มีสิ่งทีรัก ผู้นั้นก็ไม่มีทุกข์ เรากล่าวว่าผู้นั้นไม่มี
ความโศก ปราศจากกิเลสฐิติ "ไม่มีอุปายาส"

ลำดับนั้นแล พระผู้มีพระภาคทรงทราบเนื้อความนี้แล้ว
จึงทรงเปล่งอุทานนี้ในเวลาอันว่า

ความโศกก็ดี ความร่ำไรก็ดี ความทุกข์ก็ดี มากมาย
หลายอย่างนี้มีอยู่ในโลก เพราะอาศัยสัตว์หรือสังขารอัน
เป็นที่รัก เมื่อไม่มีสัตว์หรือสังขารอันเป็นที่รัก ความ
โศกความร่ำไร และความทุกข์เหล่านี้ย่อมไม่มี เพราะ
เหตุอันนั้นแล ผู้ใดไม่มีสัตว์หรือสังขารอันเป็นที่รักใน
โลกไหนๆ ผู้นั้นเป็นผู้มีความสุข ปราศจากความโศก
เพราะเหตุอันนั้นแลผู้ปรารถนาความไม่โศกอันปราศจากกิเลส
คุณฐิติไม่พึงทำสัตว์หรือสังขารให้เป็นที่รักในกาลไหนๆ"

เมื่อยังเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ คงเป็นไปไม่ได้ที่จะไม่มี
สัตว์หรือสังขารอันเป็นที่รัก ความทุกข์ที่เกิดจากการพลัดพราก

จะต้องตามมาอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ไม่มีใครสามารถไม่พึงทำ
สัตว์หรือสังขารให้เป็นที่รักได้ ถ้าไม่ใช่ด้วยปัญญาถึงขั้นพระอ
นาคามิ ไม่มีใครทำได้ด้วยการนึกคิดเท่านั้น ตราบใดที่ยังยึด
สัตว์หรือสังขารว่าเป็นตัวตน เป็นของเรา ต้องถึงขั้นปราศจาก
ธุลี คือปราศจากราคะ ถึงความเป็นพระอรหันต์จึงจะดับกิเลส
ไม่มีสัตว์หรือสังขารอันเป็นที่รักอีกต่อไป

ตราบใดที่ยึดถือสภาพธรรมว่าเป็นตัวตน ไม่มีทางที่จะเริ่ม
ละคลายได้ ในการสูตร ภาวะคืออุปาทานชั้น ๕ การยึดถือ
รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณว่าเป็นตัวตน เป็นของเรา
ชั้นอื่นที่ยึดถือนั้นเป็นอุปาทานชั้น ๕ บางท่านคิดว่าเรามี
ภาวะต้องดูแลผู้อื่น ต้องดูแลบุคคล ในครอบครัว แต่อันที่จริง
แล้วภาวะที่แท้จริงคือการดูแลรักษาชั้น ๕ ต้องดูแลรูปให้ดำรง
อยู่ได้ในสภาพที่ไม่ทำให้เกิดโทษภัย ส่วนนามธรรมอีก ๔ คือ
เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ต้องพยายามรักษาให้ไม่เกิด
ทุกข์ การแสวงหาสุขเวทนาเป็นไปอย่างไม่รู้จบ ได้เท่าใดก็ไม่พอ
เราต้องบริหารชั้นตลอดชีวิตตราบใดที่ยังมีกิเลส แม้จุติไปแล้ว
เกิดในภพใหม่ จะมีชั้นใหม่ ภาวะใหม่ที่ต้องบริหารอีกไม่จบสิ้น

ชั้น ๕ ชื่อว่า ภาวะแล และผู้แบกภาวะคือบุคคล
การถือภาวะเป็นเหตุนำมาซึ่งความทุกข์ในโลก การวาง
ภาวะเสียได้เป็นสุข บุคคลวางภาระหนักเสียได้แล้ว
ไม่ถือภาระอื่น ถอนต้นหาพร้อมทั้งมูลรากแล้ว เป็นผู้
หายหิว ดับรอบแล้วดังนี้”^{๑๑}

พระธรรมสอนให้เรารู้จักชั้น ๕ คือรู้จักตนเองตามความเป็นจริง แต่เรามีอุปาทานยึดถือชั้น ๕ ว่าเป็นของเรา ตัณหาเป็นประธานในการยึดถือรวมถึงกิเลสอื่นที่ยึดถือในชั้น เรามีความเห็นวิปลาสว่าชั้นงาม สุข เทียบ และเป็นตัวตน การวางภาระจริงๆ คือการเป็นพระอรหันต์ การยึดถือเป็นการะหนัก เพื่อให้พ้นจากภาระหนักในสังสารวัฏ พระผู้มีพระภาคทรงแสดงธรรมเพื่อการไม่ยึดถือ ตราบใดที่ไม่รู้สภาพธรรมตามความเป็นจริง ก็ไม่สามารถวางภาระลงได้

อุปาทานชั้น ๕ ที่หลงยึดถือไว้นั้น อันที่จริงไม่มีสาระ การอุปมาชั้น ๕ กับหลายสิ่งที่แสดงถึงความไม่มีสาระดังนี้คือ

พระพุทธเจ้าผู้เป็นเผ่าพันธุ์พระอาทิตย์ ทรงแสดงรูปเปรียบดังก่อนฟองน้ำ เวทนาเปรียบดังต่อน้ำ สัญญาเปรียบดังพยับแดด สังขารเปรียบดังต้นกล้วย และวิญญูณเปรียบดังเล่ห์กล

ในพระบาลีเหล่านั้น ฟังทราบความที่อุปาทานชั้น ๕ มีรูปเป็นต้น เป็นเช่นกับก่อนฟองน้ำเป็นต้นอย่างนี้ เหมือนอย่างว่า ก่อนฟองน้ำเป็นของไม่มีสาระ ฉันทโครูปก็ฉันทนั้น ไม่มีสาระ เพราะเว้นจากสาระคือความเป็นของเที่ยง เว้นจากสาระคือความเป็นของยั่งยืน เว้นจากสาระคือความเป็นอิตตาโดยแท้ อนึ่ง ก่อนแห่งฟองน้ำ

นั่น ใครๆ ไม่อาจเพื่อจะถือเอาด้วยคิดว่า เราจักทำ
บาตรหรือถาดด้วยก้อนแห่งฟองน้ำนี้ แม้ถือเอาได้ก็ไม่
ให้สำเร็จประโยชน์นั้น ย่อมแตกทำลายไป ฉะนั้น รูปก็
ฉนั้น ใครๆ ไม่อาจถือเอาว่ารูปนี้เป็นของเที่ยง ยั่งยืน
หรือว่ารูปนี้เป็นเรา เป็นของเรา แม้ถือเอา รูปก็ไม่ตั้ง
อยู่อย่างนั้น ย่อมเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา
เป็นอสุภะทั้งนั้น เพราะฉะนั้น รูปนั้นจึงเป็นเช่นกับ
ก้อนแห่งฟองน้ำนั้นเทียว^๔

เวทนาเปรียบเหมือนต่อน้ำ ซึ่งเมื่อเกิดขึ้นก็จะแตกไปใน
ทันที ตั้งอยู่ไม่นาน สัญญาเปรียบเหมือนพยับแดด ย่อม
แปรเปลี่ยน หลอกหลวงว่าสวยงาม สุข เที่ยง สังขารเปรียบ
เหมือนต้นกล้วย เป็นที่ประชุมของธรรมมาก ส่วนวิญญาณ
เปลี่ยนแปลงเร็วเหมือนมายา รายละเอียดท่านสามารถอ่านได้
ในพระอภิธรรมปิฎก วิภังค์ภาคที่ ๑ และอรรถกถา ซึ่งมีการ
อุปมาเปรียบเทียบชั้น ๕ กับสิ่งต่างๆ เพื่อให้ผู้ศึกษาได้เข้าใจ
เพิ่มมากยิ่งขึ้น

อย่างไรก็ตาม ขึ้นอยู่กับปัญญาที่จะเห็นความจริงได้ โดย
การค่อยๆ ขัดเกลากิเลส โดยเฉพาะความติดข้องต่างๆ ใน
ชั้น ๕ ในปฐมสมุททสุตตร ได้กล่าวถึงการติดข้องหวั่นไหว
ทางทวาร ๖ เปรียบเหมือนสมุทรซึ่งเป็นห่วงน้ำใหญ่มีภัย
มีทั้งคลื่นและสัตว์ร้าย

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สมุทรรู้จักว่า เป็นแอ่งน้ำใหญ่ เป็นห้วงน้ำใหญ่ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย จักขุเป็นสมุทร ของบุรุษ กำลังของจักขุนั้นเกิดจากรูป บุคคลโดย้อม อดกลั้นกำลังอันเกิดจากรูปนั้นได้ บุคคลนี้เรียกว่าเป็น พราหมณ์ ข้ามสมุทรคือจักขุ ซึ่งมีทั้งคลื่น มีทั้งน้ำวน มีทั้งสัตว์ร้าย มีทั้งผีเสื้อน้ำ แล้วขึ้นถึงฝั่งตั้งอยู่บนบก ฯลฯ ใจเป็นสมุทรของบุรุษ กำลังของใจนั้นเกิดจาก ธรรมารมณ์ บุคคลโดย้อมอดกลั้นกำลังอันเกิดจาก ธรรมารมณ์นั้นได้ บุคคลนี้เรียกว่าเป็นพราหมณ์ ข้าม สมุทรคือใจได้ ซึ่งมีทั้งคลื่น มีทั้งน้ำวน มีทั้งสัตว์ร้าย มีทั้งผีเสื้อน้ำแล้วขึ้นถึงฝั่งตั้งอยู่บนบก^{๑๙}

ในอรรถกถาอธิบายว่า

อารมณ์ชื่อว่าสมุทรเพราะอรรถว่าเต็มได้ยาก ส่วนจักขุ ชื่อว่าเป็นสมุทรในเพราะอารมณ์ทั้งหลายมีสีเขียว เป็นต้นนั้น อันภิกษุไม่สำรวจแล้ว ย่อมถึงความกล้าแข็ง ด้วยการดำเนินไปที่มิโทษเพราะเป็นเหตุเกิดกิเลส เพราะฉะนั้นจึงชื่อว่าสมุทร^{๒๐}

สมุทรมีทั้งคลื่น มีทั้งน้ำวน ไม่ใช่สมุทรที่ราบเรียบปราศจาก คลื่นลม แต่เต็มไปด้วยภัย ทุกคนมีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แต่ไม่รู้ความจริงที่ปรากฏทางทวาร ๖ เหล่านั้น

ยังยึดถือสิ่งที่ปรากฏทางทวาร ๖ พร้อมทั้งตนเองว่าเป็น
สัตว์บุคคลตัวตน ไม่ทราบว่าเป็นแต่เพียงรูปธรรมและนามธรรม
เป็นสภาพธรรมแต่ละอย่าง ถ้าปัญญารู้ความจริงแล้วย่อม
ละคลายความติดข้อง แต่เพราะกิเลสอันเกิดจากความไม่รู้
จึงเป็นเหมือนอยู่ในมหาสมุทร ซึ่งทำให้ต้องผจญภัยเรื่อยมา
ตราบใดที่มีอารมณ์ การติดข้องทำให้เกิดโลภะ โทสะ โมหะ
ส่วนใหญ่จะเป็นไปกับโลภะโดยไม่รู้ตัว ผู้มีปัญหาจึงพยายาม
ว่ายน้ำเข้าหาฝั่ง ถ้าไม่ละคลายการยึดถือตัวตนด้วยปัญญา
จะไม่มีทางออกจากสมุทรได้ ห้วงน้ำใหญ่หรือสมุทรนั้น คือ
อวิชชาและกิเลสทั้งหลาย

ในทุติยสมุททสูตรซึ่งว่าด้วยสมุทรต่อจากปฐมสมุททสูตร
เน้นถึงอายตนะภายนอก ดังนี้คือ

หมู่สัตว์พร้อมทั้งสมณพราหมณ์ เทวดาและมนุษย์มีอยู่
ในสมุทรนี้โดยมากเป็นผู้เศร้าหมอง เกิดเป็นผู้ยุงคูด้าย
ของช่างหูก เกิดเป็นปมประหนึ่งกระจุกคูด้าย เป็นคูก
หล้าปล้องและหล้ามุงกระต่าย หาล่วงอบาย ทุกคติ
วินิบาต สังสารไปได้ไม่ บุคคลใดคลายราคะ โทสะ และ
อวิชชาได้แล้วบุคคลนั้นชื่อว่าข้ามสมุทรนี้ซึ่งมีทั้งสัตว์ร้าย
มีทั้งผีเสื้อน้ำ มีภัยคือคลื่นที่ข้ามได้แสนยากได้แล้ว
เรากล่าวว่าบุคคลนั้นล่วงพ้นเครื่องข้อง ละมัจจุไม่มีอุปธิ
และทุกข์ได้ขาดเพื่อไม่เกิดต่อไป ถึงความดับสูญ
ไม่กลับมาเกิดอีก ลวงมัจจุราษให้หลงได้^{๒๐}

ตัวอย่างของผู้ที่มีปัญญาเห็นโทษภัยของสมุทร เช่น ท่าน
รัฐपालะ ตามข้อความในมัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์
รัฐपालสูตร ท่านพระรัฐपालะ เป็นกุลบุตรในตระกูลเลิศตระกูล
หนึ่งในสกุลโกฏฐิตินคม ท่านต้องการรู้ทั่วถึงธรรมที่พระผู้มี
พระภาคทรงแสดงแล้วด้วยการออกบรรพชา แต่บิดามารดา
ไม่อนุญาต ท่านยอมอดน้ำและอาหารเอาชีวิตเข้าแลกเพื่อ
ขอบวช ในที่สุดมารดาบิดายอมให้ท่านออกบวช ท่านบวชแล้ว
บรรลุปะเป็นพระอรหันต์ วันหนึ่งพระเจ้าโกรพยะเห็นท่านอยู่ใน
อุทยาน ได้สนทนากับท่าน เพราะสงสัยว่าบางคนบวช
เพราะประสบกับความเลื่อม ๔ ประการ คือ เพราะชรา เพราะ
ความเจ็บไข้ เลื่อมลามก โภคสมบัติ เลื่อมจากญาติ แต่ท่าน
รัฐपालะยังหนุ่มแน่น เป็นผู้ไม่อาพาธ มั่งคั่งด้วยโภคสมบัติ
มีญาติเป็นจำนวนมาก ท่านไม่ได้มีความเลื่อมเหล่านี้เลย
เหตุใดจึงออกบวช

ท่านรัฐपालะแสดงธรรม สรุปรธรรม ๔ ประการ เรียกว่า
อัมมุตเทส ๔ กล่าวถึงเหตุผลที่ท่านออกบวชดังนี้คือ

- ๑) โลกอันชรานำเข้าไปไม่ยั่งยืน
- ๒) โลกไม่มีผู้ต้านทาน ไม่เป็นใหญ่เฉพาะตน
- ๓) โลกไม่มีอะไรเป็นของตน จำต้องทิ้งสิ่งทั้งปวงไป
- ๔) โลกพร่องอยู่เป็นนิตย์ ไม่รู้จักอิ่ม เป็นทาสแห่งตัณหา

จากอัมมุตเทส ๔ ข้อนี้ จะเห็นได้ว่าท่านได้กล่าวถึงความ
เป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา และเป็นทาสแห่งตัณหา ได้แก่
กามคุณ ๕ เท่าใดไม่รู้จักพอ ไม่ใช่เฉพาะในชาตินี้เท่านั้น

แต่รวมไปถึงชาติต่อๆ ไปด้วย ถ้าไม่อาศัยปัญญาที่ท่านได้
สะสมอบรมแล้ว ท่านคงไม่คิดบวชและหาทางพ้นทุกข์จากโลก
ซึ่งไม่มีอะไรยั่งยืนเป็นสาระแก่นสาร แม้ท่านจะมีโภคทรัพย์
และสิ่งอื่นที่น่ารื่นรมย์เพียบพร้อม แต่ท่านไม่ยึดติดหรือหลงใน
สมบัติเหล่านั้น

บางคนกล่าวว่า เขาไม่อยากศึกษาพระพุทธศาสนา เพราะมี
แต่เรื่องทุกข์ ดูเหมือนไม่มีความรื่นรมย์ทำให้จิตใจห่อเหี่ยว
และมีความคิดว่าพระพุทธศาสนามองโลกในแง่ร้าย อันที่จริง
พระพุทธศาสนามองโลกตามความเป็นจริง ผู้ศึกษาเห็นความจริง
ตามที่พระผู้มีพระภาคทรงสอน จะไม่รู้สึกเศร้าหรือห่อเหี่ยว
เพราะชีวิตจะหลีกเลี่ยงจากความทุกข์ไม่ได้ ไม่ว่าจะสุขอย่างไร
ก็ต้องพบกับความทุกข์ เพราะทุกสิ่งต้องเปลี่ยนแปลงเกิดดับ
และทุกข์ที่สุดของชีวิตในชาติหนึ่งๆ คือความตาย เรื่องสุขทุกข์
ไม่มีใครบังคับบัญชาได้ เมื่อมีเหตุปัจจัยของกรรมที่ทำมาแล้ว
ส่งผลให้เกิดวิบากที่เป็นสุขหรือทุกข์ พระผู้มีพระภาคทรงแสดง
เรื่องทุกข์ ไม่ใช่ให้เราเศร้าหรือท้อถอย พระองค์ทรงแสดงการ
ดับทุกข์ด้วย ทุกข์เกิดเพราะไม่มีปัญญาเข้าใจความจริงที่
ปรากฏ การไม่รู้สภาพธรรมตามความเป็นจริงทำให้ยึดถือว่าเป็น
เรา เป็นของเรา ต้องละคลายความเป็นเราก่อนที่จะละคลาย
โลภะ เมื่อถึงการรู้แจ้งอริยสัจธรรม ทุกข์จะหมดไปตามลำดับ
ขึ้นอยู่กับปัญญาของแต่ละคนว่ารู้ได้เพียงใด เพียงเข้าใจ
เรื่องราวของทุกข์ยังดับทุกข์ไม่ได้ ต้องค่อยๆ อบรมเจริญ
ปัญญา รู้ลักษณะสภาพธรรมไปจนถึงปัญญาขั้นประจักษ์แจ้งได้

พระพุทธศาสนาไม่บังคับใครให้ทำอะไร ใครจะเลือกดำเนินชีวิตอย่างไรขึ้นอยู่กับผู้นั้น พระผู้มีพระภาคได้แต่ทรงชี้แนะหนทางเป็นต้นว่าเรื่องการแสวงหาที่ประเสริฐ และไม่ประเสริฐดังข้อความว่า

ภิกษุทั้งหลาย ก็การแสวงหาที่ไม่ประเสริฐเป็นไฉน ภิกษุทั้งหลาย บุคคลบางคนในโลกนี้ ตัวเองเป็นผู้มีความเกิดเป็นธรรมดาอยู่แล้ว ก็ยังแสวงหาสิ่งที่มีวันเกิดเป็นธรรมดา นั้นแล ตัวเองมีความแก่เป็นธรรมดา... มีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา... มีความตายเป็นธรรมดา... มีความโสกะเป็นธรรมดา... มีความเศร้าหมองเป็นธรรมดาอยู่แล้ว ก็ยังแสวงหาสิ่งที่มีมีความเศร้าหมองเป็นธรรมดานั้นแล ภิกษุทั้งหลาย ก็พวกเธอย่อมกล่าวอะไรว่ามีความเกิดเป็นธรรมดา ภิกษุทั้งหลาย บุตรและภรรยามีความเกิดเป็นธรรมดา คนใช้หญิงชายมีความเกิดเป็นธรรมดา แพะ แกะ มีความเกิดเป็นธรรมดา ไก่ หมู มีความเกิดเป็นธรรมดา ช้าง วัว ม้า ลา มีความเกิดเป็นธรรมดา เงินทอง มีความเกิดเป็นธรรมดา ภิกษุทั้งหลาย ก็สิ่งที่มีวันเกิดเป็นธรรมดาเหล่านี้ เป็นตัวอุปธิ (สภาพที่ทรงไว้ซึ่งทุกข์) ทั้งหมด บุคคลนี้เป็นผู้อันอุปธิผูกไว้ ทำให้สยบ ให้ต้องโทษในสิ่งเหล่านี้ ภิกษุทั้งหลาย ส่วนการแสวงหาที่ประเสริฐเป็นไฉน ภิกษุทั้งหลาย บุคคลบางคนในโลกนี้ ตัวเองเป็นผู้มีความ

เกิดเป็นธรรมดาอยู่แล้ว เห็นโทษในสิ่งที่มีความเกิด เป็นธรรมดา ย่อมแสวงหานิพพานที่ไม่เกิด เป็นที่เกษมจากโยคะ (กิเลสเครื่องประกอบสัตว์ไว้ในทุกข์) อันยอดเยี่ยม ตัวเองมีความแก่เป็นธรรมดา... มีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา... มีความตาย ความโศก และเศร้าหมองเป็นธรรมดาอยู่แล้ว เห็นโทษในสิ่งที่มีความเศร้าหมองเป็นธรรมดา ย่อมแสวงหานิพพานที่ไม่เศร้าหมองเป็นที่เกษมจากโยคะอย่างยอดเยี่ยม ภิภุขทั้งหลาย นี่เป็นการแสวงหาที่ประเสริฐ^{๒๒}

บรรดาสรรพวิชาในโลกนี้ ไม่มีวิชาการใดสอนให้ละคลายสอนให้ดับทุกข์ มีแต่จะสอนว่าจะต้องได้อะไรบ้าง มีพระพุทธศาสนาเท่านั้นที่สอนเรื่องการละคลาย สอนเรื่องกิเลส เราเกิดมาไม่เคยรู้เรื่องกิเลส เราจะไม่ทราบว่ามีกิเลสและมีอย่างท่วมท้นทั้งทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ พระผู้มีพระภาคทรงสอนให้เรารู้จักตนเอง รู้จักกิเลส และพิจารณาว่ากิเลสทำให้เกิดความทุกข์อย่างไร กิเลสใหญ่ๆ ที่ชาวพุทธทราบกันดีคือ โลภะ โทสะ โมหะ อวิชชาหรือโมหะ เป็นกิเลสที่เกิดร่วมกับโลภะ และโทสะ ความไม่รู้หรือโมหะ คือความไม่รู้สภาพธรรมตามความเป็นจริง ปัญญาเท่านั้นที่จะดับโมหะได้ ถ้าพระองค์ไม่ทรงแสดงธรรมอนุเคราะห์สัตว์โลก จะไม่มีใครชี้ทางดับทุกข์ได้ พระองค์ไม่ทรงสอนให้ดับทุกข์เพียงชั่วคราว แต่ทรงชี้ทางดับทุกข์อย่างเด็ดขาด ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิด

รับทุกข์อีก ไม่มีใครสอนอย่างนี้เลย นักคิดและนักปรัชญา
ไม่สามารถมองได้ลึกถึงสาเหตุของทุกข์ ในเรื่องการยึดถือใน
ตัวตนและสิ่งที่ปรากฏ ผู้ที่แสดงทางดับทุกข์ได้คือผู้ตรัสรู้เท่านั้น
ผู้ที่ปัญญาไม่ถึงระดับขั้นเป็นพระโสดาบัน ยังต้องเวียนว่ายตาย
เกิดอยู่ ไม่สามารถปิดประตูบายนได้ ยังมีเหตุปัจจัยที่จะไปเกิด
ในอบายภูมิ ถึงแม้จะคิดว่าทำความดีมามาก แต่ด้วยพระมหา
กรุณาธิคุณแสดงพระธรรมอนุเคราะห์สัตว์โลก พระผู้มีพระภาค
ทรงรู้แจ้งโลก สามารถสอนสัตว์โลกว่าจะพ้นทุกข์ได้อย่างไร
สัตว์โลกเปรียบเหมือนกับนักโทษในคุก สังสารวัฏเปรียบเหมือน
คุกใหญ่ การเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ นำความทุกข์มาให้
ไม่มีใครทราบหนทางออกจากคุกออกจากวัฏฏะได้ พระองค์ทรง
แสดงหนทางพ้นทุกข์ไปสู่การดับกิเลสคือมรรคมงคล ๘

ในมหากรุณาสมบัติติฎณานิเทศ แสดงถึงพระมหากรุณา
ที่พระองค์มีต่อสัตว์โลก ข้อความบางตอนมีดังนี้คือ

ผู้มีพระภาคเจ้าทั้งหลาย ผู้ตรัสรู้แล้ว ทรงเห็นอยู่ว่าโลก
สันนิวาส^{๒๓} อันไฟติดโชนแล้วจึงทรงแผ่พระมหากรุณา
ไปในหมู่มสัตว์ พระผู้มีพระภาคเจ้าผู้ตรัสรู้แล้ว ทรง
เห็นอยู่ว่า โลกสันนิวาสขกพลแล้ว^{๒๔}... โลกสันนิวาส
เคลื่อนพลแล้ว^{๒๕}... โลกสันนิวาสเดินผิดแล้ว... โลกอัน
ขรณำเข้าไปมิได้ยั่งยืน... โลกไม่มีที่ต้านทาน^{๒๖} ไม่เป็น
ใหญ่... โลกไม่มีอะไรเป็นของตน จำต้องละทิ้งสิ่ง
ทั้งปวงไป... โลกพร่องอยู่เป็นนิตย์ ไม่รู้จักอิ่ม เป็นทาส

แห่งตัณหา... โลกสันนิวาสนี้ไม่มีที่ด้านทาน... โลก
สันนิวาสนี้ไม่มีที่เร้น... โลกสันนิวาสนี้ไม่มีที่พึง... โลก
สันนิวาสนี้ไม่มีที่พึงของใคร... โลกสันนิวาสพึงชาน
ไม่สงบ... โลกสันนิวาสมีลูกศร ถูกลูกศรเป็นจำนวน
มากเสียบแทงแล้ว ใครอื่นนอกจากเราผู้จะถอนลูกศร
ทั้งหลายของโลกสันนิวาสนั้น เป็นไม่มี... โลก
สันนิวาสมีความมืดคืออวิชชาปิดกันไว้ ถูกใส่เข้าไป
ยังกรงกิเลส ใครอื่นนอกจากเรา ซึ่งจะแสดงธรรมเป็น
แสงสว่างแก่โลกสันนิวาสนั้น เป็นไม่มี... โลก
สันนิวาสตกอยู่ในกองทุกข์... โลกสันนิวาสถูกตัณหาซัด
ไป... โลกสันนิวาสถูกกำแพงคือขราแฉดล้อมไว้... โลก
สันนิวาสถูกบ่วงมัจจุคล่องไว้... โลกสันนิวาสถูกผูกไว้
ด้วยเครื่องผูกเป็นอันมาก เครื่องผูกคือราคะ โทสะ โมหะ
มานะ ทิฏฐิ กิเลส ทุจริต ใครอื่นนอกจากเราผู้จะช่วย
แก้เครื่องผูกให้แก่โลกสันนิวาสนั้น เป็นไม่มี... โลก
สันนิวาสเดินไปตามทางแคบมาก ใครอื่นนอกจากเราผู้
จะช่วยชี้ทางสว่างให้แก่โลกสันนิวาสนั้น เป็น
ไม่มี... โลกสันนิวาสถูกความกังวลเป็นอันมากพันไว้ ใคร
อื่นนอกจากเราผู้จะช่วยตัดความกังวลให้แก่โลก
สันนิวาสนั้น เป็นไม่มี... โลกสันนิวาสตกลงไปในเหว
ใหญ่ ใครอื่นนอกจากเราผู้จะช่วยนำโลกสันนิวาสนั้น
ให้ขึ้นพ้นจากเหวเป็นไม่มี... โลกสันนิวาสเดินทาง
กันดารมาก ใครอื่นนอกจากเราผู้จะช่วยให้โลก

สันนิวาสนั้นข้ามพ้นทางกัณดารได้ เป็นไม่มี... โลก
สันนิวาสเดินทางไปในสังสารวัฏใหญ่ ใครอื่นนอกจาก
เราผู้จะช่วยให้โลกสันนิวาสนั้นพ้นจากสังสารวัฏได้ เป็น
ไม่มี...

พระผู้มีพระภาคทั้งหลาย ผู้ตรัสรู้แล้ว ทรงพิจารณา
เห็นว่าโลกสันนิวาสถูกทิกฺขุ ๖๒ กลุ้มรุม จึงทรงแผ่
พระมหากรุณาไปให้หมู่สัตว์ว่า ก็เราแต่เป็นผู้ข้ามได้แล้ว
แต่สัตว์โลกยังข้ามไม่ได้... เราเป็นผู้สงบแล้ว จะช่วย
ให้สัตว์โลกสงบด้วย เราเป็นผู้เบาใจแล้ว จะช่วยให้
สัตว์โลกเบาใจด้วย เราเป็นผู้ดับรอบแล้ว จะช่วยให้
สัตว์โลกดับรอบด้วย พระผู้มีพระภาคทั้งหลาย ผู้ตรัสรู้
แล้ว ทรงพิจารณาเห็นดังนี้ จึงทรงแผ่พระมหากรุณา
เป็นไปในหมู่สัตว์ นี่เป็นมหากรุณาสมาปตติญาณของ
พระตถาคต^{๒๗}

พระสูตรนี้แสดงให้เห็นความวุ่นวายของสัตว์โลกที่อยู่
ร่วมกัน เป็นโลกที่ไม่สงบ ฟุ้งซ่าน อยู่ในที่มีดคืออวิชชา
ถูกขราและมรณะล้อมรอบไว้ สัตว์โลกอาจรู้สึกหรือไม่รู้สึกถึง
ความไม่สงบนั้น อาจจะไม่เคยชินเห็นเป็นเรื่องธรรมดา ถ้าพระผู้มี
พระภาคไม่ทรงแสดงธรรม สัตว์โลกจะไม่สามารถพ้นไปจาก
อวิชชาและภัยในสังสารวัฏได้เป็นอันขาด นี่เป็นพระมหา
กรุณาธิคุณอย่างที่สุดที่มีต่อชาวโลก ผู้เข้าใจพระธรรมเปรียบ
เหมือนผู้เห็นแสงสว่าง จะเห็นอย่างน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับ การ

สะสมอบรมเจริญปัญญาของผู้นั้น ถ้าเปรียบเทียบการเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏเหมือนกับนักโทษซึ่งอยู่ในคุก นักโทษคงอยากออกจากคุกเป็นอิสระ อันที่จริงเราคิดว่าเราจะไปไหนก็ได้ เราเป็นอิสระในโลกนี้ เดินทางขึ้นเครื่องบินไปไหนได้ทั้งสิ้น แต่ในความเป็นจริงเราจะเป็นอิสระได้อย่างไร ทางกายเราเป็นทาสของร่างกาย เราทำอะไรได้ในขอบเขตจำกัด พละกำลังของเรามีจำกัด ความสามารถทางกายเรามีจำกัด เราจะเห็นได้ชัดเมื่ออวัยวะใดของเราเกิดปัญหา เช่น แขนขาเราใช้การไม่ได้ดังปกติ หรือผู้ป่วยที่ขยับกายเคลื่อนไหวลำบาก ยิ่งเห็นได้ชัดว่าเราไม่มีอิสระทางกายอย่างแท้จริง ส่วนทางนามธรรมเรายังเป็นทาสของโลกะ โทสะ โมหะ ความเป็นอิสระที่แท้จริงคืออิสระจากโลกะ โทสะ โมหะนั้นเอง นักโทษคนใดเข้าใจธรรมะแสวงหาทางออกจากคุก คงไม่มีจุดประสงค์หาความเพลิดเพลินในกามคุณ ๕ เป็นหลัก คงไม่ต้องการสะสมแต่โมคคหรัพย์ ซึ่งสามารถใช้ได้ในชาติที่มีชีวิตอยู่เท่านั้น เมื่อมีโอกาสพบพระธรรมอันประเสริฐควรจะสะสมอริยทรัพย์คือ ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา หิริ โอตตัปปะด้วย อริยทรัพย์ที่สำคัญมากคือปัญญา ซึ่งได้มาจากสุตะ การฟังมากศึกษามาก พิจารณาธรรมเนื่องๆ บ่อยๆ อริยทรัพย์สามารถนำติดตัวไปได้ในชาติต่อไป และเพื่ออบรมเจริญปัญญาให้ถึงการดับทุกข์พ้นภัยจากสังสารวัฏในที่สุด เมื่อยังเป็นปุถุชน ศรัทธายังไม่มั่นคงเท่าพระโสดาบัน สามารถเปลี่ยนศัสตราได้ ถ้าได้สะสมอริยทรัพย์ไว้มากได้ไม่เลยผ่านพระพุท

ศาสนาไปยังสำนักเดียรฉาย ซึ่งจะทำให้ไม่ถึงทางพ้นทุกข์
ทรัพยากรใดๆ ที่ชาวโลกเห็นว่ามีค่า ไม่ว่าจะเป็นแก้ว แหวน
เงิน ทองใดๆ ก็ตาม ไม่เท่ากับรัตนะอันประเสริฐคือการเข้าถึง
พระรัตนตรัยเป็นสรณะ เพราะทำให้ผู้เข้าถึงเกิดปัญญาสามารถ
ดับทุกข์ได้ในที่สุด

ข้อความในจุนทิสสูตร^{๒๘} แสดงความจริงในเรื่องของรัตนะ
อันเลิศ ผู้เขียนขอจบหนังสือเล่มนี้โดยการยกจุนทิสสูตรมา
ทั้งพระสูตร เพื่อเป็นกำลังใจแก่ผู้เขียนเองและแก่ผู้ศึกษา
ธรรมทุกท่าน

เพื่ออบรมเจริญปัญญาต่อไปในทุกๆ ชาติที่มีโอกาสพบ
พระพุทธรูปศาสนา จนกว่าจะสามารถดับกิเลสได้ในที่สุด

จุนทิสูต (ว่าด้วยสิ่งที้อำนวยผลเลิศ)

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับอยู่ ณ พระวิหารเวฬุวัน กลันทกนิวาปสถาน ใกล้กรุงราชคฤห์ ครั้งนั้นแล ราชกุมารีพระนามว่า จุนที แวดล้อมด้วยรถ ๕๐๐ คัน และกุมารี ๕๐๐ คน เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้าถึงที่ประทับ ถวายบังคมแล้วประทับนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง ครั้นแล้ว ได้กราบทูลว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ราชกุมารพระนามว่า จุนทะ พระภาคดาของหม่อมฉันกล่าวอย่างนี้ว่า หญิงหรือชาย เป็นผู้ถึงพระพุทธเจ้าเป็นสรณะ ถึงพระธรรมเป็นสรณะ ถึงพระสงฆ์เป็นสรณะ เว้นขาดจากปาณาติบาต เว้นขาดจากอทินนาทาน เว้นขาดจากกาเมสุมิจฉาจาร เว้นขาดจากมุสาวาท เว้นขาดจากการดื่มน้ำเมาคือสุราและเมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท ผู้นั้นตายไปแล้วย่อมเข้าถึงสุคติอย่างเดียว ไม่เข้าถึงทุกคติ ดังนี้ หม่อมฉันจึงขอลุกลถามว่า ผู้ที่เลื่อมใสในพระศาสนาเช่นไร เมื่อตายไปแล้วจึงเข้าถึงสุคติอย่างเดียว ไม่เข้าถึงทุกคติ ผู้ที่เลื่อมใสในธรรมเช่นไร เมื่อตายไปแล้วจึงเข้าถึงสุคติอย่างเดียว ไม่เข้าถึงทุกคติ ผู้ที่เลื่อมใสในสงฆ์เช่นไร เมื่อตายไปแล้วจึงเข้าถึงสุคติอย่างเดียว ไม่เข้าถึงทุกคติ ผู้ที่ทําให้บริบูรณ์ในศีลเช่นไร เมื่อตายไปแล้วจึงเข้าถึงสุคติอย่างเดียว ไม่เข้าถึงทุกคติ พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า ดูก่อนจุนที

สัตว์ที่ไม่มีเท้าก็ดี มี ๒ เท้าก็ดี มี ๔ เท้าก็ดี มีเท้ามากก็ดี
 มีรูปก็ดี ไม่มีรูปก็ดี มีสัญญาก็ดี ไม่มีสัญญาก็ดี มีสัญญาก็คือมีใช้
 ไม่มีสัญญาก็มีใช้ก็ดี มีประมาณเท่าใด พระตถาคต
 อรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า บัณฑิตกล่าวว่า เลิศกว่าสัตว์เหล่านั้น
 ชนเหล่าใดเลื่อมใสในพระพุทธเจ้า ชนเหล่านั้นชื่อว่าเลื่อมใสใน
 สิ่งที่เกิด กิวกาอันเลิศ ย่อมมีแก่บุคคลที่เลื่อมใสในสิ่งที่เลิศ
 ธรรมที่เป็นปัจจัยปรุงแต่งก็ดี ที่ปัจจัยไม่ปรุงแต่งก็ดี มี
 ประมาณเท่าใด **วิราคะ** คือ ธรรมอันย่ำยีความเมา กำจัด
 ความกระหาย ถอนเสียซึ่งอาลัย เข้าไปตัดวัฏฏะ เป็นที่สิ้น
 ตัณหาเป็นที่คลายกำหนด เป็นที่ดับ นิพพานอันบัณฑิต
 กล่าวว่าเลิศกว่าธรรมเหล่านั้น ชนเหล่าใดเลื่อมใสในวิราคะธรรม
 ชนเหล่านั้นชื่อว่าเลื่อมใสในสิ่งที่เลิศ กิวกาอันเลิศย่อมมีแก่
 บุคคลผู้เลื่อมใสในสิ่งที่เลิศ หมูกัถิ คณะกัถิ มีประมาณเท่าใด
 สงฆ์สาวกของพระตถาคต คือ คู่แห่งบุรุษ ๔ คู่ บุรุษบุคคล
 ๘ นี่เป็นสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นผู้ควรของค่านับ
 เป็นผู้ควรของต่อนับ เป็นผู้ควรของทำบุญ เป็นผู้ควรทำอัญชลี
 เป็นนาบุญของโลกไม่มีนาบุญอื่นยิ่งกว่า บัณฑิตกล่าวว่า
 เลิศกว่าหมู่หรือคณะเหล่านั้น ชนเหล่าใดเลื่อมใสในสงฆ์ ชน
 เหล่านั้นชื่อว่าเลื่อมใสในสิ่งที่เลิศ กิวกาอันเลิศย่อมมีแก่บุคคล
 ผู้ที่เลื่อมใสในสิ่งที่เลิศ ศีลมีประมาณเท่าใด ศีลที่พระอริยเจ้า
 ใคร่แล้ว คือศีลที่ไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ต่าง ไม่พร้อย เป็นไท
 อำนวยบุญชนสรรเสริญ อันตันทาและทักขิไยไม่ลุ่มคล่ำ เป็นไปเพื่อ
 สมานิ บัณฑิตกล่าวว่าเลิศกว่าศีลเหล่านั้น ชนเหล่าใดย่อมทำให้

บริบูรณ์ในอริยกัณฑ์ล ชนเหล่านั้นชื่อว่าทำให้บริบูรณ์ในสิ่งที่
เลิศ ก็วิบากอันเลิศย่อมมีแก่บุคคลผู้ทำให้บริบูรณ์ในสิ่งที่เลิศ

บุญอันเลิศ คือ อายุ วรรณะ ยศ
เกียรติ สุขและกำลัง ย่อมเจริญแก่บุคคล
ผู้รู้แจ้งธรรมที่เลิศ เลื่อมใสในสิ่งที่เลิศ คือเลื่อมใส
ในพระพุทธเจ้าผู้เลิศ ผู้เป็นทักษิณบุคคลชั้นเยี่ยม
เลื่อมใสในพระธรรมที่เลิศ อันปราศจากราคะ เป็นที่
เข้าไปสงบ เป็นสุข
เลื่อมใสในพระสงฆ์ผู้เลิศ เป็นนาบุญชั้นเยี่ยม
ให้ทานในสิ่งที่เลิศ ปราชญ์ผู้ถือนั่นธรรมที่เลิศ
ในสิ่งที่เลิศ
เป็นเทวดาหรือมนุษย์ ย่อมถึงสถานที่เลิศ บันเทิงใจอยู่

จบจันทิสูตร

เชิงอรรถท้ายบท

๑. อภิปพสูตร อังคุตตรนิกาย ทสกนิบาต
๒. สัมโมหวิโนทนี อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก สังขยวิภังคินิเทศ
วรรณนาสูตรตันตภาขณีย์
๓. สัมโมหวิโนทนี อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก สังขยวิภังคินิเทศ
วรรณนาสูตรตันตภาขณีย์
๔. สारัตถปกาสินี อรรถกถาพระสูตรตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถ
วรรค สุพรหมสูตร
๕. พระสูตรตันตปิฎก ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท โลกวรรค
วรรณนา เรื่องอภัยราชกุมาร
๖. สุมังคลวิลาสินี อรรถกถาพระสูตรตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค
มหาสติปัฏฐานสูตร
๗. อาสิวิสูตร สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค
๘. อาสิวิสูตร สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค
๙. สारัตถปกาสินี อรรถกถาพระสูตรตันตปิฎก สังยุตตนิกาย
สฬายตนวรรค อาสิวิสูตร
๑๐. สัมโมหวิโนทนี อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก สังขยวิภังคินิเทศ
วรรณนาสูตรตันตภาขณีย์
๑๑. สัมโมหวิโนทนี อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก สังขยวิภังคินิเทศ
วรรณนาสูตรตันตภาขณีย์
๑๒. สัมโมหวิโนทนี อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก สังขยวิภังคินิเทศ
วรรณนาสูตรตันตภาขณีย์
๑๓. สัลลสูตรที่ ๘ ขุททกนิกาย สุตตนิบาต มหาวรรค
๑๔. สัลลสูตรที่ ๘ ขุททกนิกาย สุตตนิบาต มหาวรรค

๑๕. อัสดรสูตร สังยุตตนิกาย นิทานวรรค
๑๖. วิสาขาสสูตร ขุททกนิกาย อุทาน
๑๗. การสูตร สังยุตตนิกาย ชนธวารวรรค
๑๘. สัมโมหวิโนทนี อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก ชั้นธวิวงศ์นิตย
วรรณนาสูตรตันตภาณีย์

๑๙. ปฐมสมุททสูตร สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค สมุททวรรค
๒๐. ปฐมสมุททสูตร สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค สมุททวรรค
๒๑. ทุติยสมุททสูตร สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค สมุททวรรค
๒๒. สุมังคลวลิลานี อรรถกถาพระสูตรตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหา
วรรค ลักกปัญหสูตร

๒๓. โลกสันนิวาส ในอรรถกถาอธิบายว่า ได้แก่ เบญจขันธ์ ชื่อว่า
โลก, โลกด้วยอรรถว่าสลายไป ชื่อว่าสันนิวาส เพราะเป็นทีอาศัยของ
สัตว์ทั้งหลาย ด้วยอำนาจตัณหาและทิฏฐิ

๒๔. โลกสันนิวาสยกผลแล้ว คือ ทำความพยายาม ทำความ
อุตสาหะ เพราะชวนชวายเป็นนิจในกิจหลายอย่าง

๒๕. โลกสันนิวาสเคลื่อนผลแล้ว คือ เริ่มจะไปตายด้วยความไม่
มั่นคง ดุจแม่น้ำซึ่งเกิดจากภูเขา

๒๖. โลกไม่มีที่ต้านทาน คือไม่สามารถที่จะต้านทาน คือรักษาไว้ได้
อธิบายว่า ไม่มีเครื่องป้องกัน

๒๗. มหากรุณาสมาปตติญาณนิตยเทศ ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทา
มรรค

๒๘. จุนทิสสูตร อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต

หมายเหตุ: หลักฐานอ้างอิงในหนังสือเล่มนี้ทั้งหมด อ้างจากพระไตร
ปิฎกและ อรรถกถาฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย ชุด ๔๑ เล่ม

มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา

วัตถุประสงค์โดยย่อของมูลนิธิ คือ ศึกษาและปฏิบัติธรรม เผยแพร่พระธรรมตามแนวพระไตรปิฎก จัดพิมพ์เอกสารประกอบการศึกษาพระไตรปิฎก เผยแพร่เป็นสาธารณกุศล

คณะกรรมการบริหาร

ประธานกรรมการ	น.ส. สุนันต์ บริหารวนเขตต์
รองประธานกรรมการ	น.ส. ดวงเดือน บารมีธรรม
กรรมการ	นางสงวน สุจริตกุล คุณหญิงณพรัตน์ สนิทวงศ์ ณ อยุธยา น.พ. สัมชาย ศรีสวัสดิ์ พลโท สพร้ง กัลยาณมิตร นาวาอากาศตรี เกื้อกุล แสนทอง
กรรมการและเหรัญญิก	น.ส. จารุพรรณ เพ็งศรีทอง
กรรมการและเลขานุการ	พลตรี ดร.วีระ พลวัฒน์

ท่านที่ประสงค์จะพิมพ์หนังสือของมูลนิธิ
เพื่อเป็นธรรมบรรณาการในการกุศล หรือมีศรัทธาจะสมทบทุนมูลนิธิ
โปรดติดต่อมูลนิธิ หรือกรรมการของมูลนิธิ

สำนักงาน

๑๗๔/๑ เจริญนคร ๗๘ แขวงดาวคะนอง เขตธนบุรี กรุงเทพฯ ๑๐๖๐๐

โทรศัพท์ / โทรสาร ๐๒ ๔๖๘ ๐๒๓๙

<http://www.dhammadhome.com>

รายการเผยแพร่พระธรรมทางสถานีวิทยุฯ

โดย มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา

จังหวัด	สถานี	ความถี่ (AM)	เวลา	วัน
กรุงเทพฯ	อสมท.	1494	04:30 น.	อ.-อา.
	รัฐสภา	FM87.5	05:00 น.	จ.-อ.
	สวพ.	FM91	05:30 น.	อา.-พฤ.
	สทร.2	675	6:00-7:00 น.	ทุกวัน
			21:00 น.	จ.-ศ.
	ทอ.01	945	12:30 น.	ทุกวัน
			18:00-19:00 น.	ทุกวัน
กำแพงเพชร	ทภ.3	738	05:00 น.	จ.-ศ.
		FM105	05:00 น.	จ.-ศ.
ขอนแก่น	รต.	1152	20:30 น.	ทุกวัน
เชียงราย	ชุมชน	FM101.75	06-07:00 น.	ทุกวัน
	ทอ.016	1224	05:00 น.	ทุกวัน
	ทภ.3	999	05:00 น.	จ.-ศ.
เชียงใหม่	วปถ.2	738	20:30 น.	จ.-ส.
นครสวรรค์	ทภ.3	FM101.5	05:00 น.	จ.-ศ.
	ทภ.3	801	22:30 น.	ทุกวัน
น่าน	ทภ.3	FM99.5	05:00 น.	จ.-ศ.
นครศรีธรรมราช	ทภ.4	684	06:05 น.	จ.-ส.
เพชรบูรณ์	ทภ.3	1242	05:00 น.	จ.-ศ.
พิษณุโลก	ทภ.3	1116	05:00 น.	ทุกวัน
	ทภ.3	1188	05:00 น.	ทุกวัน
	สวท.	1026	09:30 น.	จ.-ศ.
แพร่	ทภ.3	585	05:00 น.	จ.-ศ.
พะเยา	ทภ.3	FM103.5	05:00 น.	จ.-ศ.
	ทภ.3	FM107.5	05:00 น.	จ.-ศ.
พิจิตร	ทภ.3	1409	05:00 น.	จ.-ศ.
ภูเก็ต	1ปณ.	FM85	05:00 น.	ทุกวัน
ลำปาง	ทภ.3	FM101.75	05:00 น.	จ.-ศ.
ลำพูน	ทภ.3	FM107.5	05:00 น.	จ.-ศ.
สิงห์บุรี	ชุมชน	FM104.75	08:00 น.	ทุกวัน
สุพรรณบุรี	ทภ.1	1404	20:30 น.	ทุกวัน

จังหวัด	สถานี	ความถี่	เวลา	วัน
สุราษฎร์ธานี	สวท.	FM89.75	05:00 น.	จ.-ศ.
สุโขทัย	ทภ.3	FM102.25	05:00 น.	จ.-ศ.
		828	05:00 น.	จ.-ศ.
อุดรธานี	ยานเกราะ	684	19:30 น.	จ.-ส.
อุบลราชธานี	ทอ.08	801	05:00 น.	ทุกวัน
อุตรดิตถ์	ทภ.3	1287	05:00 น.	จ.-ศ.
		FM97.5	05:00 น.	จ.-ศ.

รายการอาจเปลี่ยนแปลงได้ โทรศัพท์สอบถามได้ที่ 02 468 0239
หรือที่เว็บไซต์ของมูลนิธิฯ www.dhammahome.com

ประสบการณ์ทางธรรม เขียนด้วยศรัทธาและการเห็นประโยชน์
ของพระธรรมและการศึกษาธรรม ผู้เขียนเล่าประสบการณ์ทาง
ธรรมอย่างตรงไปตรงมา ตามความเป็นจริงที่ประสบ ตามความ
รู้สึกนึกคิดของตน โดยไม่ได้ต่อเติมให้เกิดความน่าสนใจหรือตื่นเต้น
นับเป็นประสบการณ์ที่เรียบง่าย แต่แสดงถึงการแสวงหาจนกระทั่ง
ได้พบพระธรรม คำตอบความจริงของชีวิต ซึ่งเป็นเสมือนแผนที่
นำทางระยะยาวที่จะต้องดำเนินไปในสังสารวัฏ

ภาพปก: วัดร่องขุน จังหวัดเชียงราย



มูลนิธิศึกษาและเผยแพร่พระพุทธศาสนา

ISBN-10: 974-94059-5-1

ISBN-13: 978-974-94059-5-6