



อ อ น นั อ ม ถ อ ม ต น

นรชนใดกระด้างโดยชาติ กระด้างโดยทรัพย์ และ
กระด้างโดยโคตร ย่อมคูหมิ่นแม่ญาติของตน กรรม ๔ อย่าง
ของนรชนนั้น เป็นทางแห่งความเสื่อม





อ่อน นุ่ม ถ่อม ตน

๔๔๖

ชีวิตของสรรพสัตว์ทั้งหลาย ล้วนมีความทุกข์เป็นพื้นฐาน ตั้งแต่วันแรกเกิด กระทั่งถึงวันที่หลับตาลาโลก ทุกชีวิตต่างมีความทุกข์เป็นปกติ เหมือนกับโลกที่มีความมืดเป็นพื้นฐาน แต่ที่เรามองเห็นคนสัตว์สิ่งของอะไรต่างๆ ได้ เพราะมีแสงสว่างจากดวงอาทิตย์ ดวงจันทร์ ดวงดาว จึงทำให้โลกเราสว่าง เพราะฉะนั้นเมื่อเราเข้าใจความเป็นจริงของชีวิตว่าชีวิตเป็นทุกข์แล้ว เราจะเกิดความเบื่อหน่ายในทุกข์ทั้งหลาย และรีบชวนขวายหาทางหลุดพ้นจากทุกข์ให้เข้าถึงความสุขที่แท้จริง การปฏิบัติธรรมเป็นวิธีที่ดีที่สุดสำหรับชีวิตของผู้ที่ปรารถนาความหลุดพ้น เพื่อไปให้ถึงที่สุดแห่งทุกข์ทั้งปวง

พระลัมมะลัมพุทเธเจ้าตรัสไว้ใน ปราภวสูตร ว่า

“ชาติถุโธ ธนถุโธ โคตตถุโธ จ โย นโร
สญญาตี อติมญเญติ ตํ ปราภวโต มุขํ

นรชนใดกระด้างโดยชาติ กระด้างโดยทรัพย์ และกระด้างโดยโคตร ย่อมดูหมิ่นแม้ญาติของตน กรรม ๔ อย่างของนรชนนั้น เป็นทางแห่งความเสื่อม”

ผู้ที่จะเป็นผู้ยิ่งใหญ่ได้รับการยกย่องนับถือจากผู้อื่นด้วยความจริงใจนั้น จะต้องเป็นผู้มีความอ่อนน้อมถ่อมตน ถ้าขาดคุณธรรมข้อนี้แล้ว แม้จะได้รับยศตำแหน่งก็จะอยู่ได้ไม่นาน



อ่อน น้อม ถ่อม ตน

๔๔๓

เพราะการเป็นคนแข็งกระด้าง อวดดีถือดีดูถูกดูหมิ่นคนอื่น เป็นผลเสียอย่างใหญ่หลวง ทั้งต่อตนเองและหมู่คณะ โดยที่บุคคลนั้นก็คาดไม่ถึงว่า จะมีโทษมากถึงเพียงนั้น

ผลเสียของผู้ที่ไม่มีความอ่อนน้อมถ่อมตนนั้น ต่อไปจะทำให้เป็นผู้ที่ไม่สามารถรับความดีจากคนอื่นได้ เพราะกลัวเสียเกียรติ ประเมินค่าตนสูงเกินความเป็นจริง คิดแต่ว่าเราดีอยู่แล้ว ใครๆ ก็สู้เราไม่ได้ สุดท้ายก็มีแต่พวกประจบสอพลอห้อมล้อม ผลเสียอีกอย่างหนึ่ง คือ ทำให้สูญเสียเพื่อนที่ดี ที่มีความจริงใจ

ในทางตรงกันข้าม หากมีความอ่อนน้อมถ่อมตน ทำตนเหมือนภาชนะเปล่า พร้อมทั้งจะยอมรับสิ่งที่ดี แม้จะมีคุณธรรมเป็นเลิศอยู่แล้ว แต่ก็ยอมลดตนลงเพื่อรองรับคุณธรรมความรู้จากผู้อื่นตลอดเวลา เหมือนมหาสมุทรที่รองรับน้ำ จากแม่น้ำทุกสาย และน้ำในมหาสมุทรก็ไม่เคยล้น ถ้าทำตัวได้อย่างนั้น ย่อมเป็นทางมาแห่งความเจริญรุ่งเรือง และความสำเร็จในชีวิต อย่างแท้จริง

ยิ่งถ้าหากหมู่คณะใดที่สมาชิกมีความอ่อนน้อมถ่อมตน แม้บางครั้งจะมีการทะเลาะเบาะแว้งกันบ้าง แต่ไม่นานก็สามารถสมานสามัคคีกันได้ เพราะรู้จักอมชอมกัน เหมือนดินเหนียวในท้องถิ่น ยามหน้าแล้งก็แตกกระแหงเป็นร่องลึก ครั้นฝนตกลงมา



อ่อน น้อม ถ่อม ตน

๔๔๘

ก็ประสานกันเป็นดินผืนเดียวกันได้ ดังตัวอย่างที่ดีของผู้ที่มีความอ่อน น้อม ถ่อม ตนเป็นอุทาหรณ์สอนใจกัน

เรื่องมีอยู่ว่า พระสารีบุตรเถระได้ชื่อว่า เป็นผู้ที่มีความอ่อน น้อม ถ่อม ตนมากเป็นพิเศษ แม้ตัวท่านเองจะเป็นปริพาชก ผู้มีความฉลาดแตกฉานในลัทธิต่างๆ เคยท่องเที่ยวไปทั่วชมพูทวีป ใครถามอะไรก็ตอบได้หมด แต่เมื่อท่านเป็นฝ่ายถามเขาบ้าง กลับไม่มีใครตอบได้ ต่อมาท่านได้เห็นกิริยาอันสงบของพระอัสสชิเถระ ท่านก็ยอมที่จะนอบน้อมเข้าไปหา เพื่ออยากฟังถ้อยคำอันเป็นสิริมงคล เพื่อจะได้เกิดมรรคผลขึ้นบ้าง ด้วยความอ่อน น้อม ในครั้งนั้น ทำให้ท่านได้รับสิ่งที่แสวงหามานาน คือพบหนทางไปสู่อายตณนิพพาน ท่านได้บรรลุธรรมเป็นพระโสดาบัน เพราะได้ฟังธรรมเพียงประโยคสั้นๆ

ต่อมา แม้ว่าท่านจะได้รับตำแหน่งเอตทัคคะ เป็นอัครสาวกเบื้องขวา เป็นพระธรรมเสนาบดี สมองงานพระผู้มีพระภาคเจ้า บริหารหมู่สงฆ์และเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้กว้างไกลออกไป ถึงกระนั้น ท่านก็ไม่ได้มีความถือเนื้อถือตัว มีความเสมอต้นเสมอปลาย ให้ความเป็นกันเองกับภิกษุสามเณรทุกรูป ทำให้ท่านเป็นที่เคารพรักของภิกษุสงฆ์ อีกทั้งญาติโยมก็เลื่อมใสศรัทธาในตัวท่านมาก



อ่อน น้อม ถ่อม ตน

๔๔๕

*ครั้งหนึ่ง พระเถระถูกพระภิกษุรูปหนึ่งใส่ความว่า เป็นถึงอัครสาวก แต่แก้มลงมาเดินกระทบตน พระลัมมาลัมพุทเจ้า จึงตรัสถามพระสารีบุตรในที่ประชุมสงฆ์ว่า เป็นจริงหรือ พระสารีบุตรทูลว่า “ข้าพระพุทธเจ้ามีสติสัมปชัญญะอยู่เสมอ ระวังตน ประคองสติอันเป็นไปในกาย เสมือนบุรุษประคอง ถาด ซึ่งบรรจุน้ำมันอยู่เต็มเปี่ยม และมีคนเงื้อมดาบอยู่เบื้องหลัง พร้อมขู่ ว่า ถ้าน้ำมันหกจะประหารเสีย ข้าพระองค์ประพฤตินั้น เสมือนผ้าเก่าสำหรับเช็ดเท้า เสมือนโคที่มีเขาขาด เหมือนเด็ก จันทาลที่พลัดหลงถิ่น ย่อมไม่มีอำนาจที่จะแก้กล้าว้าอาจหาญ ประการใด”

ขนาดพระสารีบุตร ซึ่งก่อนบวชได้ร่ำเรียนจนเจนจบในวิชา ๑๘ สาขามาแล้ว อดีตท่านก็เป็นถึงบุตรของหัวหน้าหมู่บ้าน ทรัพย์สมบัติก็มากมาย บวชแล้วก็ได้เป็นพระอรหันต์ เป็นอัครสาวก เบื้องขวาของพระลัมมาลัมพุทเจ้า ยังมีความอ่อนน้อม ถ่อมตนถึงเพียงนี้ มีความสงบเสงี่ยมเจียมตัวอยู่ตลอดเวลา เปรียบตนเองเหมือนผ้าขี้ริ้วเก่าๆ เหมือนโคเขาขาด เหมือนเด็ก จันทาลไม่มีความถือตัวหรือทะนงตนแม้แต่น้อย

เมื่อพระสารีบุตรบันลือลีลนาทในท่ามกลางสงฆ์ แผ่นดิน



อ่อน น้อม ถ่อม ตน

๔๕๐

ที่แม้ไม่มีจิต ก็ยังเกิดอาการหวั่นไหว เป็นการอนุโมทนาในคุณธรรมอันสูงส่งของท่าน ภิกษุรูปนั้นเกิดความเร่าร้อนในสรีระเหมือนมีไฟมาเผาไหม้ตัว อตรนทนอยู่ไม่ได้ ต้องลุกขึ้นขอโทษพระสารีบุตร และยอมรับสารภาพต่อหมู่สงฆ์ว่า ได้กล่าวดูใส่ความพระสารีบุตร

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสรรเสริญว่า “สารีบุตรมีจิตมั่นคงตั้งขุนเขา หนักแน่นเหมือนแผ่นดิน เป็นผู้ไม่แสดงอาการยินดียินร้าย เป็นผู้คงที่ และมีวัตรดี เป็นผู้มีใจใสสะอาดเหมือนน้ำที่ไม่มีฝุ่นหรือโคลนตม สังสารวัฏย่อมไม่มีแก่สารีบุตร” พระพุทธองค์ทรงรับสั่งให้พระสารีบุตรอดโทษแก่ภิกษุผู้กล่าวดูมีเช่นนั้นแล้ว ศีระของภิกษุรูปนั้นจะแตกเป็น ๗ เลี่ยง พระสารีบุตรเองยอมอดโทษให้ทุกอย่าง เพราะท่านไม่เคยมีความคิดที่จะประทุษร้ายใคร อีกทั้งมีความถ่อมตน ยังปวารณาตัวอีกว่า หากตัวท่านเองได้ประพฤติดิตพลาล่วงเกิน ทั้งที่มีเจตนาหรือไม่มีเจตนาที่ดี ขอให้เพื่อนสหธรรมิกได้โปรดให้อภัยงดโทษนั้นด้วย

จากเรื่องนี้ จะเห็นได้ว่า นักปราชญ์บัณฑิตผู้ประสบความสำเร็จทั้งทางโลกและทางธรรม ท่านจะมีความอ่อนน้อมถ่อมตนเป็นพื้นฐาน คุณธรรมข้อนี้เปรียบเสมือนบันได ให้เราได้ไต่เต้าขึ้นไปสู่จุดสูงสุดของชีวิต ทั้งชื่อเสียง เกียรติยศ ลาภ ยศ



อ่อน น้อม ถ่อมตน

๔๕๑

และตำแหน่งหน้าที่ อีกทั้งได้เข้าถึงความเต็มเปี่ยมของชีวิตอย่างแท้จริง คือ การได้เข้าถึงพระรัตนตรัยภายใน เพราะฉะนั้นเราต้องฝึกฝนคุณธรรมข้อนี้ให้เป็นอุปนิสัยติดตัวไปข้ามชาติ

วิธีการแก้ไขทิฐิมานะ และการจะเป็นผู้มีความอ่อนน้อมถ่อมตน ก็ต้องคบหาสมาคมกับกัลยาณมิตร คือ คบสัตบุรุษที่จะคอยแนะนำเตือนสติเรา เราจะได้ประเมินค่าของตนเองได้ถูกต้องไปตามความเป็นจริง อะไรที่ไม่ดีจะได้ปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์ขึ้น และอย่าไปคบคนประจบสอพลอ ซึ่งจะทำให้หลงตัวเองพาไปในทางเสีย นอกจากนี้ยังจะต้องแสดงความเคารพบูชาในบุคคลที่ควรบูชาเสมอ เราจะได้ตระหนักถึงผู้ที่มีคุณธรรมสูงกว่าเรา และต้องมีโยนิโสมนสิการ คือ รู้จักคิดไตร่ตรอง เช่น พิจารณาว่า ตัวของเราก็คือเหมือนกับคนอื่นๆ ถึงจะเก่งอย่างไร ในที่สุดก็ต้องตายเหมือนกัน เราไม่ได้วิเศษกว่าคนอื่น สิ่งใดที่เป็นข้อถือตัวของเรา เช่น ชาติ ตระกูล ฐานะ รูปร่างหน้าตา ตำแหน่งหน้าที่การงาน ให้หมั่นนำสิ่งนั้นมาพิจารณาเรื่อยๆ ว่า สิ่งเหล่านั้นไม่จริงยั่งยืน ไม่ได้อยู่กับเราตลอดไป คิดอย่างนี้จะได้ไม่หยิ่งผยอง

ผู้ที่มีความถ่อมตน จะเป็นผู้ที่รู้คุณค่าของตนตามความเป็นจริง เจียมเนื้อเจียมตัว ทำให้มีลักษณะอาการแสดงออกที่



อ่อน น้อม ถ่อม ตน

๔๕๒

เด่นกว่าคนอื่น ๆ คือ มีกิริยาอ่อนน้อม แต่ก็ไม่ลดตัวลงจนไร้คุณค่า และไม่ถือตัวจนเกินงาม สงบเสงี่ยมแต่ก็มีความองอาจ สง่างามอยู่ในตัว เป็นผู้มีความจำอ่อนหวาน มีคำพูดที่ไพเราะ ไม่โอ้อวดยกตัว และไม่พูดกล่าวโทษลบหลู่ทับถมคนอื่น เมื่อทำพลาดพลั้งต่อใคร ก็ยอมขอโทษเสมอ เมื่อผู้ใดทำคุณ ก็ออกวาจาขอบคุณ ใครผิดพลาดก็ไม่เยาะเย้ย เห็นใครทำดี ก็ชื่นชมสรรเสริญด้วยใจจริง นอกจากนี้ ยังเป็นผู้มีจิตใจอ่อนโยน แต่หนักแน่นตั้งขุนเขา ไม่นิยมอวดกำลังความสามารถ แต่พยายามฝึกตนเองให้มีความสามารถ เมื่อใครไม่เห็นพ้องกับตนก็ไม่ด่วนสรุป แต่จะค่อยๆ ปรับความคิดเห็นเข้าหากัน โดยยึดหลักธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นบรรทัดฐาน

เพราะฉะนั้น ให้เราฝึกฝนอบรมคุณธรรมข้อนี้ ชีวิตของเราจะได้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นไป และจะได้เป็นต้นแบบต้นบุญให้กับชาวโลกด้วย

