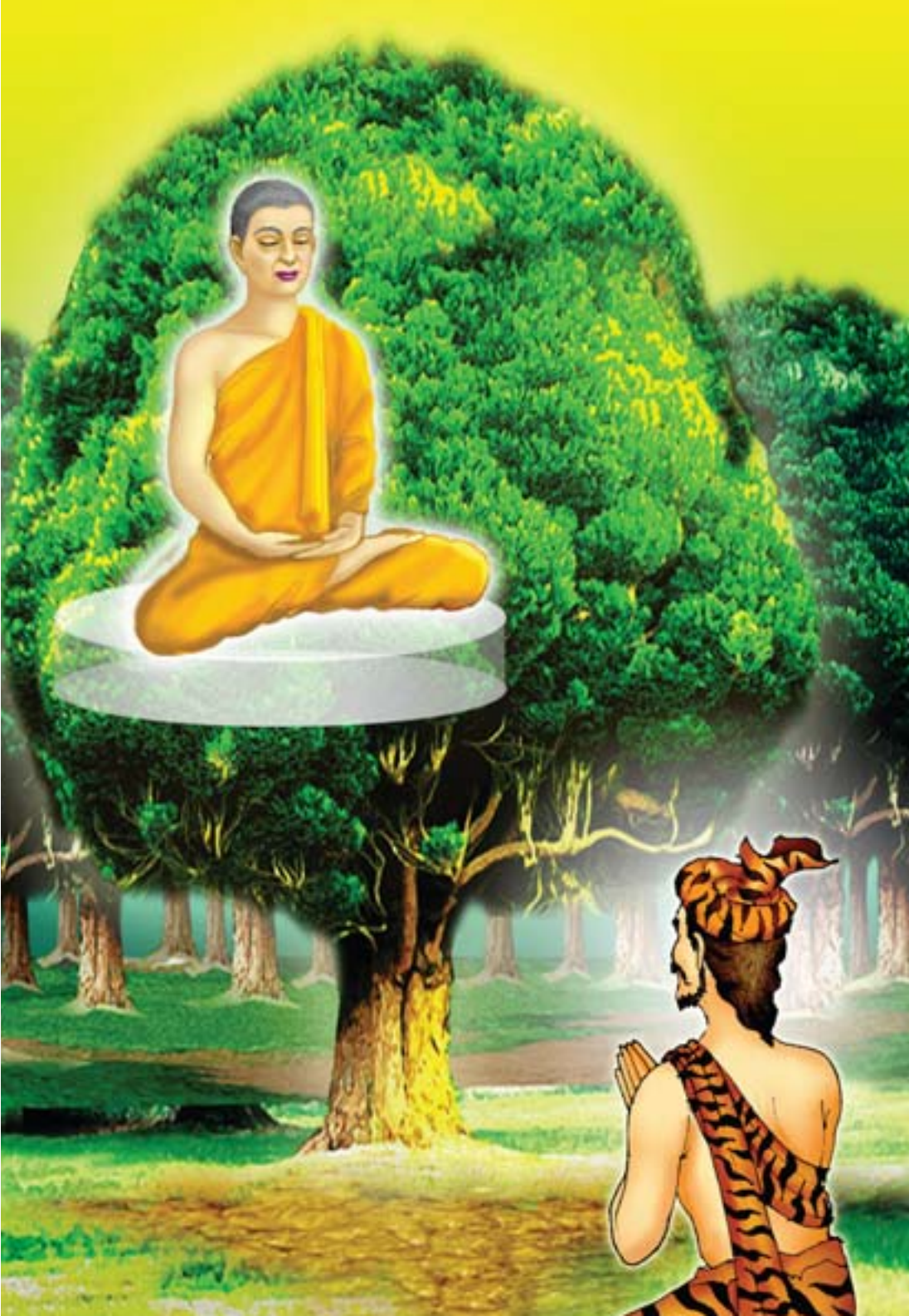




สั ต วิ ร ำ ย
ร ัก ข า อู โ บ ส ถ

ผู้มีปัญญาพึงรักษาจิตที่เห็นได้ยาก ละเอียดยิ่งนัก
มักตกไปในอารมณ์ที่น่าใคร่
เพราะว่าจิตที่คุ้มครองแล้วนำสุขมาให้





สัตร์ร่ายรักษาอุโบสถ

๑๑๓

ต้นหญ้าเล็กๆ ที่อยู่ใต้ต้นไม้ใหญ่ เมื่อถูกใบไม้ร่วงหล่นทับถม หากขาดคนดูแลปัดกวาด ปล่อยทิ้งไว้ไม่ตัดหญ้าทุกวัน ทำให้หญ้าไม่มีโอกาสได้รับออกซิเจนหรือสังเคราะห์แสงจากหญ้าสีเขียวย่อมจะกลายเป็นสีเหลือง และเหี่ยวเฉาตายไปในที่สุดฉันใด จิตใจที่ถูกอาสวกิเลส คือ ความโลภ โกรธ หลงครอบงำทุกวันทุกเวลา โดยเจ้าตัวไม่หาโอกาสขจัดออกไป จิตนั้นย่อมมัวหมอง กระทบทุกข์และเสื่อมจากความดีได้ ฉะนั้น ดังนั้น การให้โอกาสกับตนเอง ด้วยการสละเวลานั่งธรรมะ ผีกฝนใจให้หยุดนิ่ง จึงเป็นวิธีการอันประเสริฐ ที่จะทำให้จิตดวงนี้เป็นจิตที่ประภัสสร สว่างไสวและใสบริสุทธิ์ เป็นใจที่เหมาะสมต่อการเข้าถึงที่พึ่งอันประเสริฐ คือ พระรัตนตรัยนั่นเอง

พระลัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ใน ขุททกนิกาย ธรรมบท ว่า

“สุทฺตฺสํ สุนิปุณํ ยตฺถ กามนิปาตินํ
จิตฺตํ รกฺขเณ เมธาวิ จิตฺตํ คฺคตฺตํ สุขาวหํ

ผู้มีปัญญาพึงรักษาจิตที่เห็นได้ยาก ละเอียดยิ่งนัก มักตกไปในอารมณ์ที่น่าใคร่ เพราะว่าจิตที่คุ้มครองแล้วนำสุขมาให้”

ความสุขของมนุษย์เริ่มจากจิตใจที่ต้งามใสบริสุทธิ์ ถ้าจิตมีมลทินมีกิเลสอาสวะห่อหุ้มมาก ย่อมมีความสุขน้อย ถ้ามี



สัตวรักษ์รักษาอุโบสถ

๑๑๔

กิเลสเข้ามาปนน้อย ย่อมมีความสุขมาก นักปราชญ์บัณฑิต
วัดความสุขกันที่ความบริสุทธิ์ของใจ เพราะเป็นนิรามิสสุข คือ
สุขที่ไม่ต้องเจือด้วยอามิสหรือวัตถุสิ่งของ แต่ถ้าเป็น สามีสุข คือ
สุขที่ต้องอาศัยอามิสแล้ว ไม่ว่าจะเป็นรกรากบ้านช่อง ทรัพย์สิน
เงินทองมากมายขนาดไหน หรือจะพรั่งพร้อมด้วยเครื่องอำนวยความสะดวก
ความสะดวกครบครัน แต่หากมีใจขุ่นมัว จิตยังคุกรุ่นด้วยไฟ คือ
ราคะ โทสะ โมหะ ก็ไม่เชื่อว่าเป็นผู้มีความสุขอย่างแท้จริง

พระบรมศาสดาทรงสอนว่า ถ้าอยากพบกับความสุข
เป็นอมตะ คือสุขล้วนๆ ที่ไม่มีทุกข์เจือปน ต้องตามรักษาจิตไว้
ให้ตั้งมั่น หากไม่ฝึกฝนอบรมจิตให้ดีแล้ว จะส่งผลกระทบเสีย
หายไปถึงวาจาและการกระทำทางกาย เพราะธรรมชาติของจิต
มีปกติดิ้นรนเหมือนลิง คือไม่ชอบอยู่นิ่ง ถ้าไม่ควบคุมให้ดี มัก
จะดิ้นรนซัดส่ายไปหากิเลส ซึ่งเป็นเหตุให้ต้องเดือดร้อนอยู่รำไป

ผู้ปรารถนาความสุข จึงต้องเริ่มต้นที่การฝึกฝนจิต ถ้า
หมั่นรักษาไว้ ให้คงความบริสุทธิ์ จนเห็นเป็นดวงใสสว่างอยู่
กลางกายเสมอ ประคองให้หยุดนิ่งอยู่ตลอดเวลา เมื่อถึงคราว
จะพูด หรือกระทำการสิ่งใด ก็จะมีคามพอเหมาะพอดี และจะนำ
แต่สิ่งที่ดีมีสิริมงคลเข้ามาสู่ตัวเรา ดังนั้น จิตที่ฝึกดีแล้ว จึงนำ
สุขมาให้



สัตร์รายรักษาอุโบสถ

๑๑๕

มีเรื่องเล่าว่า *มีงูพิษตัวหนึ่งเลื้อยออกจากป่าไปหาเหยื่อตามทุ่งนา ขณะเดียวกันนั่นเอง โคตัวหนึ่งกำลังขวิดจอมปลวกเล่นอยู่ งูกลัวจะถูกเหยียบ จึงรีบเลื้อยไปหลบอยู่ในจอมปลวก แต่เลื้อยหลบไม่พ้นจึงถูกโคเหยียบหาง มั่นโกรธจัดจึงฉกโคแล้วฟันพิษใส่ ทำให้โคล้มตายในทันที เจ้าของเห็นโคของตนตายรู้สึกโศกเศร้าเสียใจมาก จึงขุดหลุมฝังมันด้วยความอาลัยอาวรณ์ยิ่งนัก

เมื่อเจ้าของโคกลับไปแล้ว งูได้สำนึกว่า “เพราะความโกรธของเราแท้ๆ ทำให้โคตัวนี้ต้องตาย ผู้คนต้องมาโศกเศร้าเสียใจไปด้วย หากเราข่มความโกรธไว้ไม่ได้ เราจะไม่ยอมออกหาอาหารอย่างเด็ดขาด” จากนั้นมันได้เลื้อยเข้าไปในอาศรมของฤาษีนอนสมาทานอุโบสถศีลเพื่อข่มความโกรธตามที่ตั้งใจไว้

สุนัขจึงจอกตัวหนึ่งเที่ยวหาอาหาร เห็นข้างตายอยู่ข้างทาง มันดีใจคิดว่า เป็นลาภลอยชิ้นใหญ่ของเราแล้ว จึงตรงเข้าไปกัดที่วง แต่กัดไม่เข้า จึงเปลี่ยนไปแทะที่ขา ก็รู้สึกเหมือนกับแทะแผ่นหิน กัดที่หาง ก็รู้สึกเหมือนกัดสากตำข้าว ครั้นกัดช่องทวารหนักก็รู้สึกว่าได้กินเนื้อนุ่มๆ จึงเกิดติดใจมุดเข้าไปอยู่ข้างในท้องช้าง แล้วกัดกินเครื่องในอย่างเอร็ดอร่อย



สัตร์รายรึกษาอุโบสถ

๑๑๖

เมื่ออิมแล้วมันจึงยึดท้องช้างนั้นเป็นที่พักผ่อนนอนหลับ ไม่ยอมออกไปไหนเลย

หลายวันผ่านไป ชากของช้างเริ่มแห้งลง ทำให้ช่องทวารหนักถูกปิด มันจึงติดอยู่ช้างในหาทางออกไม่ได้ วันหนึ่งฝนตกหนักทำให้ช่องทวารหนักของช้างอ่อนตัวลง สุนัขจึงจอกเห็นแสงสว่างลอดเข้ามา จึงรีบตะเกียกตะกายออกไปจนสุดกำลัง เมื่อรอดชีวิตมาได้ มันสอนตนเองว่า “เพราะความโลภแท้ๆ ทำให้เราแทบเอาชีวิตไม่รอด ถ้าเราข่มความโลภไม่ได้ เราจะไม่สามารถออกหากินเด็ดขาด” จากนั้น มันได้ไปนอนสมาทานอุโบสถเพื่อข่มความโลภที่อาศรมของฤาษี

หมีตัวหนึ่งไม่พอใจในถิ่นที่อยู่ของตน อยากทดลองไปเที่ยวในถิ่นของมนุษย์ จึงออกจากป่าไปหากินตามแถบชนบท พบชาวบ้านเห็น จึงพากันเอาธนูยิงหมี เอาไม้พลองทุบตีจนเลือดไหลอาบทั้งตัว เมื่อหลบหนีเจือมมีมนุษย์มาได้ มันได้คิดว่า “เป็นเพราะเราไม่รู้จักประมาณตนแท้ๆ จึงต้องได้รับความเจ็บปวดถึงเพียงนี้” จากนั้น มันได้ไปสมาทานอุโบสถศีลที่อาศรมของฤาษี เพื่อข่มความทะยานอยากของตน

ฝ่ายฤาษีโพธิสัตว์กำลังมัวเมาอยู่ในอำนาจมานะ ถือตัวว่าตนเองมีชาติตระกูลสูง จึงไม่หมั่นเจริญสมาธิภาวนา แม้จะ



สัตร์รายรักษาอุโบสถ

๑๑๗

แสดงตนว่าเป็นนักบวชที่เคร่งครัด แต่มีจิตใจฟุ้งซ่าน ไม่สามารถทำสมาธิสมาบัติให้บังเกิดขึ้นได้ ขณะนั้น พระปัจเจกพุทธเจ้าพระองค์หนึ่ง หวังจะอนุเคราะห์ท่านฤๅษี เพราะเห็นว่าบำเพ็ญบารมีมานาน จึงมาปรากฏกายให้เห็น พร้อมทั้งแนะนำให้รีบเร่งทำความเพียร หมั่นสำรวมระวังจิตให้ดี อย่าได้ประมาท แต่ท่านกลับไม่เชื่อ เพราะถือตัวว่า เป็นนักบวชเหมือนกัน พระปัจเจกพุทธเจ้าจึงได้เหาะขึ้นไปในอากาศให้เห็นในขณะนั่นเอง

ท่านฤๅษีเห็นความอัศจรรย์เช่นนั้นก็ได้สติและเกิดความสลดใจว่า “ท่านผู้นี้เป็นสมณะ มีสรีระหนักแต่สามารถเหาะไปในอากาศได้เหมือนปูย่น ส่วนเรามัวแต่ถือตัว จึงไม่มีคุณวิเศษอะไร ชาติตระกูลจะช่วยอะไรได้ ศีลและจรณะเท่านั้นเป็นใหญ่ เมื่อทวิภูมิมานะของเรายังพอกพูนอยู่เช่นนี้ก็มิแต่จะพาเราไปสู่รณฉะนั้น หากเรายังข่มมานะไม่ได้ เราจะไม่ไปหาผลไม้มามากินอย่างเด็ดขาด”

ท่านรีบเข้าสู่บรรณศาลาสมาทานอุโบสถศีลเพื่อข่มมานะนั่งขัดสมาธิคู้บัลลังก์ เพียงไม่กี่วันก็สามารถละมานะความถือตัวลงได้ ทำใจให้หยุดนิ่งจนได้อภิญญาสมาบัติ แล้วจึงเหาะไปหาผลไม้มากินตามปกติ เมื่อท่านเห็นสัตว์ทั้งสามที่มาสมาทานอุโบสถศีลเพื่อข่มจิต ท่านเมตตาสั่งสอนให้ตั้งใจรักษา



สัตร์รายรักษาสังฆาอุโบสถ

๑๑๘

อุโบสถศีลไว้ให้มัน ภพชาติต่อไปจะได้ไม่ต้องเกิดเป็นสัตว์
เดียรัจฉานอีก

เราจะเห็นได้ว่า ไม่ว่าจะเป็นคนหรือสัตว์ หากรู้จักการ
สำรวมระวังจิตแล้ว ย่อมก่อให้เกิดผลดีทั้งต่อตนเองและเพื่อน
ร่วมโลก เหตุที่มนุษย์เกิดมามีความแตกต่างกัน เพราะได้
ทำกรรมที่แตกต่างกัน การกระทำที่แตกต่างกันนั้น ล้วนมา
จากจิตใจที่ต่างกัน เพราะใจเป็นบ่อเกิดของคำพูดและการกระทำ
พระพุทธร่องค์จึงตรัสว่า กัมมํ สุตเต วิภงฺกิตํ ธรรมเป็นเครื่อง
จำแนกสัตว์ให้แตกต่างกัน กรรมที่แตกต่างกัน เพราะกิเลส
ตัณหาทำให้จิตไม่บริสุทธิ์ เมื่อจิตไม่บริสุทธิ์ผ่องใสแล้ว คำพูด
หรือการกระทำก็ไม่บริสุทธิ์ไปด้วย

การตามรักษาสัจให้หยุดนิ่ง เป็นภารกิจหลักของพวกเรา
ทุกคน ที่จะต้องช่วยเหลือตนเองก่อนสิ่งอื่นใด เพื่อให้เข้าถึง
ความบริสุทธิ์ภายใน เข้าถึงดวงธรรม ถึงพระรัตนตรัยภายใน
เพราะฉะนั้น ให้ช่วยกันชักชวนสร้างความดีต่อไป เพื่อนร่วม
โลกของเราจะได้มีที่พึ่งที่ระลึกที่แท้จริงในชีวิตกันทุกคน

