



ผู้ประมาทในวัย

หากบุคคลรู้ว่าตนเป็นที่รักไซ้ พึงรักษาดนนั้นไว้ให้ดี
บัณฑิต ควรประคับประคองตนไว้ ในบรรดาวัยทั้ง ๓ อย่าง
น้อยที่สุด ก็รักษาดนไว้ในวัยใดวัยหนึ่ง





ผู้ประมาทในวัย

๒๓๐

ร่างกายของคนเรา เป็นสิ่งสำคัญต่อการประกอบ
ภารกิจการทำงาน จึงมีความจำเป็นจะต้องดูแล และชำระล้างให้
สะอาดทุกวันด้วยน้ำ ฉันทิ จิตใจก็จำเป็นต้องชำระล้างให้
สะอาดบริสุทธิ์ ด้วยการเจริญภาวนา ฉันทิ นั้น พระผู้มีพระภาคเจ้า
ได้ทรงสั่งสอนให้พุทธบริษัท เจริญภาวนาอยู่ในหนทางสายกลาง
ฝึกฝนใจให้ผ่องใสอันจะนำสุขมาให้ เป็นทางมาแห่งมหาคุณ
เป็นเครื่องนำสัตว์โลกทั้งหลายไปสู่สุคติโลกสวรรค์ และนำทุก
ชีวิตไปสู่เป้าหมายอันสูงสุด คือ การบรรลุมรรคผลนิพพาน

มีพุทธพจน์บทหนึ่งในขุททกนิกาย ธรรมบท กล่าวว่า

**“อตฺตานญฺเจ ปิยํ ชญฺญา รกฺขะเยย นํ สุรกฺขิตํ
ติณฺณมณฺญตรํ ยามํ ปฏิชคฺเคยฺย ปณฺทิตो**

**หากบุคคลรู้ว่าตนเป็นที่รักไซ้ร้ พึงรักษาตนนั้นไว้ให้ดี
บัณฑิตควรประคับประคองตนไว้ ในบรรดาวัยทั้งสาม
อย่างน้อยที่สุดก็รักษาตนไว้ในวัยใดวัยหนึ่ง”**

เมื่อมองไปรอบตัวทั่วทุกสารทิศ จะเห็นว่า ไม่มีใครที่จะ
เป็นที่รักยิ่งไปกว่าตนเอง น้อยคนนักที่จะรักคนอื่นมากกว่ารักตน
มนุษย์ทุกคนจึงพยายามแสวงหาสิ่งที่ดีที่สุดในให้กับตนเองเสมอ

ช่วงชีวิตของทุกคนสามารถแบ่งได้เป็น ๓ วัย คือ ช่วง
เป็นเด็ก ซึ่งช่วงนี้พ่อแม่เป็นบุคคลสำคัญยิ่งเพราะอยู่ใกล้ชิด จึง



ผู้ประมาทในวัย

๒๓๑

ควรอบรมสั่งสอน และเป็นต้นแบบในการทำตนให้เป็นคนดี สอนให้รู้จักทำบุญกุศล รักษาศีล นั่งสมาธิ ตั้งแต่วัยเยาว์ เมื่อเติบโตขึ้น เด็กจะคุ้นกับการทำความดี และจะเป็นคนดีของสังคมต่อไป

ในมัชฌิมวัย คือ วัยกลางหรือวัยหนุ่มวัยสาว ซึ่งเป็นวัยที่ร่างกายกำลังเจริญเติบโต และสมองกำลังพัฒนากระตือรือร้นในการเรียนรู้สิ่งต่างๆ จึงเป็นวัยที่ควรได้ความรู้ที่ถูกต้องในการดำเนินชีวิต และรู้ว่าทำอะไรเรียกว่าความชั่ว ทำอย่างไรเป็นการทำความดี รู้เป้าหมายของการเกิดมาสร้างบารมี ผู้ปกครองและครูบาอาจารย์จึงควรให้ความรู้และประทับประครองเด็กให้ใช้ชีวิตช่วงนี้อย่างมีคุณค่ามากที่สุด เนื่องจากมีสิ่งยั่วยุรอบตัวให้เด็กเหวี่ยงไปทำสิ่งไม่ดีได้ง่ายๆ

วัยสุดท้าย คือ ปัจฉิมวัย เป็นวัยชราที่ความแข็งแรงของร่างกายเริ่มถดถอย มีโรคภัยไข้เจ็บมาเยือนบ่อยๆ แต่ถ้าหากเราตั้งใจจริงที่จะเรียนรู้ธรรมะและปฏิบัติตนตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็ถือว่ายังไม่สายเกินไป

เนื่องจากความตายไม่มีนิมิตหมาย เราจึงควรเร่งรีบขวนขวายในการทำความดีตั้งแต่วันนี้ ขณะยังแข็งแรงและมีโอกาสสร้างบารมี เพื่อลูกหลานจะได้ยึดถือเป็นแบบอย่างและ



ผู้ประมาทในวัย

๒๗๒

ประพุดิตตาม

หากไม่ได้ทำความดีในวัยใดวัยหนึ่งจะเป็นชีวิตที่สูญเปล่า เป็นโมฆะบุรุษ คือบุคคลผู้ว่างเปล่าจากความดี แม้จะมีอายุ ยืนยาวนาน แต่มิได้ทำอะไรให้เป็นประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่น ชีวิตจึงเปรียบเหมือนจอกแห่น หรือสวะลอยน้ำ ไหลไปอย่างไร จุดหมายปลายทาง

พระพุทธองค์จึงตรัสว่า “พวกคนเขลา ไม่กระทำความดี ไม่ชวนชวาทหัตถ์พโยในคราวเป็นหนุ่ม ย่อมชบเซา ดังนก กระเรียนแก่ ที่ชบเซาอยู่ในเปือกตมที่หมดปลา เขาย่อมนอน ทอดถอนใจถึงทรัพย์เก่าที่หมดไป”

พระลัมมาลัมพุทธเจ้าได้ตรัสเล่าเรื่องของมหาเศรษฐีที่ กลายเป็นยากกว่า *ในกรุงราชคฤห์ มหาเศรษฐีคนหนึ่ง มี ทรัพย์มากถึง ๘๐ โกฏิ มีลูกชายคนเดียว เศรษฐีรักลูกคนนี้มาก ไม่อยากให้ลูกลำบาก จึงไม่ให้เรียนหนังสือ เพราะเห็นว่าลำพัง เงินที่พ่อแม่หามาทั้งหมด รวมทั้งทรัพย์สมบัติประจำตระกูล คงพอที่จะให้ลูกอยู่อย่างมีความสุขไปตลอดชีวิต

เมื่อเติบโตขึ้น ได้แต่งงานกับลูกสาวของเศรษฐีอีก

*มก. บุตรเศรษฐีมีทรัพย์มาก เล่ม ๔๒ หน้า ๑๘๑



ผู้ประมาทในวัย

๒๓๓

ตระกูลหนึ่ง ซึ่งมีฐานะเท่าเทียมกัน เมื่อนำทรัพย์มารวมกัน จึงเป็นตระกูลที่ร่ำรวยมั่งคั่งมาก วันเวลาที่ผ่านไป ทั้งคู่เอาแต่การขับร้องประโคมดนตรี เทียวเล่นสนุกสนานเฮฮา ไม่ได้สนใจเรื่องการทำมาหากิน เอาแต่ใช้จ่ายทรัพย์สุรุ่ยสุร่าย ทำให้ทรัพย์หมดไปอย่างไร้ค่า หาสาระอันใดไม่ได้เลย

ต่อมา พ่อแม่ของทั้งสองได้ถึงแก่กรรม มหาสมบัติทั้งหลายจึงตกเป็นของลูกชายลูกสาวรวมเป็นทรัพย์มากถึง ๑๖๐ โกฏิ ซึ่งถ้าหากใช้จ่ายธรรมดา ตลอดชีวิตก็ใช้ไม่หมด แต่ลูกชายเศรษฐีกลับคบคนพาล ลูกหลอกให้ดื่มเหล้า บอกว่า “นี่เป็นน้ำกระชับไมตรี มีรสชาติอร่อย ประดุน้ำผึ้ง” ลูกเศรษฐีอยากคบหาเพื่อน จึงลองดื่มดู เกิดติดใจในรสชาติ พวกนักเลงสุราพากันแก้งประจบเพราะเห็นแก่ทรัพย์ จึงตั้งให้ลูกเศรษฐีเป็นหัวหน้าของพวกตน ตั้งแต่นั้นมา เขามีบริวารที่เป็นคนพาลขึ้นเมา เอาแต่เทียวเตรเฮฮา เล่นการพนัน เงินทองร่อยหรอไปเรื่อยๆ จนทรัพย์สมบัติหมดในเวลาเพียงไม่กี่ปี

เนื่องจากลูกชายเศรษฐีไม่ได้เรียนหนังสือ ไม่รู้จักการทำมาหากิน จึงต้องขายทีนา ขายสวน สุดท้ายต้องขายบ้านเพื่อนๆ ที่เคยเที่ยวด้วยกัน ค่อยๆ หายหน้า หมดไปพร้อมๆ กับมหาสมบัติ ๑๖๐ โกฏิ ในที่สุดไม่มีแม้ที่อยู่อาศัย ต้องเร่ร่อน



ผู้ประมาทในวัย

๒๓๔

ขอทานเขากินไปวันๆ

วันหนึ่ง พระลัมมาลัมพุทเจ้าเสด็จบิณฑบาตผ่านมา เห็นเขายืนอยู่ที่ประตูโรงฉัน คอยรับอาหารจากพระภิกษุสามเณร หลังจากพระพุทธองค์เสวยภัตตาหารแล้ว แยมพระโอบุส พระอานนท์ทูลถามถึงสาเหตุ พระพุทธรองค์ตรัสว่า “บุตรของเศรษฐี ผู้นี้เคยมีทรัพย์มาก แต่ได้ผลาญสมบัติถึง ๑๖๐ โกฏิ พากรรยา เที่ยวขอทานอยู่ในเมือง ถ้าเขาตั้งใจทำงานประกอบอาชีพ สุจริตในปฐมวัย เขาจะได้เป็นมหาเศรษฐีอันดับ ๑ ในเมืองนี้ และหากออกบวชจะบรรลอรหัตผล แม้ภรรยาของเขาจักดำรง อยู่ในอนาคามิผล

ถ้าเขาไม่ผลาญทรัพย์ให้หมดไป ตั้งใจทำงานในมัชฌิมวัย จะได้เป็นเศรษฐีอันดับ ๒ หากออกบวช จะได้บรรลุนาคามิผล แม้ภรรยาของเขาจะบรรลุสภิกาคามิผล

หากไม่ผลาญทรัพย์ให้สิ้นไป ไม่มัวประมาท ตั้งใจทำงาน ในปัจฉิมวัย เขาจะได้เป็นเศรษฐีอันดับ ๓ และหากออกบวชจะได้บรรลุสภิกาคามิผล แม้ภรรยาของเขาจักดำรงอยู่ในโสดาปัตติผล แต่เดี๋ยวนี้บุตรของเศรษฐีได้เสื่อมแล้วจากโภคะของคฤหัสถ์ และเสื่อมแล้วจากสามัญญผล จึงเป็นเหมือนนกกระเรียนแก่ ในเปือกตมที่แห้งขอด ฉะนั้น”



ผู้ประมาทในวัย

๒๓๕

ความประมาทมัวเมาในชีวิต และการคบคนพาลเป็นเพื่อน จะทำให้เราสูญเสียทุกสิ่งทุกอย่างไปอย่างน่าเสียดาย สูญเสีย ทั้งโลกียทรัพย์และโลกุตระทรัพย์ ดังนั้น คนมีปัญหาจึงไม่ประมาท แต่จะดำเนินชีวิตอย่างมีเป้าหมาย คือ เกิดมาสร้างบารมี มีพระนิพพานเป็นเป้าหมาย ถ้าหากเรารักตัวเองจริง ต้องไม่มัวเกียจคร้าน ไม่มีข้อแม้ ข้ออ้างและเงื่อนไขในการสร้างบารมี โดยเฉพาะความรักตนที่แท้จริงนั้น คือ ต้องไม่ประมาท ซึ่งพระพุทธองค์ทรงสรรเสริญความไม่ประมาทว่า

“รอยเท้าของสัตว์ทั้งหลาย ผู้สัญจรไปบนแผ่นดิน ชนิดใดชนิดหนึ่ง ทั้งหมดนั้นย่อมถึงความประชุมลงในรอยเท้าช้าง บัณฑิตกล่าวว่า รอยเท้าช้าง เลิศกว่ารอยเท้าสัตว์ทั้งหลาย เพราะเป็นรอยใหญ่ แม้ฉันใด กุศลธรรมเหล่าใดเหล่าหนึ่ง ทั้งหมดนั้น มีความไม่ประมาทเป็นมูล รวมลงในความไม่ประมาท บัณฑิตกล่าวว่า ความไม่ประมาท เลิศกว่ากุศลธรรมทั้งหลาย ฉะนั้น ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อัมภิกขุผู้ไม่ประมาท พึงหวังข้อนี้ ได้ว่า จักเจริญอริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘ จักกระทำ ให้มากซึ่งอริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘”

ฉะนั้น ผู้ที่รักตนอย่างแท้จริง ควรฝึกทำให้หยุดนิ่ง เพราะเป็นวิธีที่ดีที่สุดของความไม่ประมาท หยุดใจไว้ตรง



ผู้ประมาทในวัย

๒๓๖

ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ อย่าให้คลาดเคลื่อน เมื่อหยุดใจได้สนิท
มรรคสมัยคี่ คือ การประชุมกันของมรรคมืองค์ ๘ ก็บังเกิดขึ้น
รวมเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เราจะเห็นดวงปฐมมรรค กลม ไส
สว่าง ปรากฏเกิดขึ้นที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ดวงปฐมมรรค
นี้แหละ คือ ต้นทางที่จะไปสู่อายตนิพพาน

เมื่อเราดำเนินจิตเข้าสู่เส้นทางสายกลาง กลางของ
กลางเรื่อยไป เมื่อจิตยิ่งบริสุทธิ์มากขึ้น การรู้ การเห็น ก็ยิ่ง
ละเอียดมากขึ้น เริ่มตั้งแต่เห็นแสงสว่าง เห็นดวง เห็นกายในกาย
ตั้งแต่กายมนุษย์ละเอียด เข้าไปเรื่อยๆ จนสุดท้ายจะเห็นเป็น
องค์พระธรรมกาย เข้าถึงธรรมกายอรหัต เป็นอันหนึ่งอันเดียว
กับธรรมกายอรหัต ชัดใสแจ่มอยู่ภายใน เข้าถึงตัวตนที่แท้จริง
อย่างนี้ จึงจะได้ชื่อว่าเป็นผู้รักตนอย่างแท้จริง

