

๑๙



ต้นแบบแห่งความดี

บุคคลพึงเห็นโทษในการปฏิบัติผิดทาง
ควรศึกษาไตรสิกขา เพื่อละความดำริผิด
ควรศึกษาวิเวก และประพตวิเวกอันเป็นกิจของพระอริยเจ้า
บุคคลผู้ไม่มีความห่วงใยในกามทั้งหลาย
ย่อมข้ามโอฆะที่ข้ามได้โดยยาก





ต้นแบบแห่งความดี

๔๖๑

ปัจจุบันนี้คนส่วนใหญ่ยอมรับว่า การฝึกสมาธิไม่เพียงเป็นการช่วยผ่อนคลายความเครียดเท่านั้น ยังช่วยบำบัดรักษาโรคภัยไข้เจ็บได้อีกด้วย อย่างเช่น ช่วยเหลือผู้ป่วยที่เป็นโรคหัวใจได้ ช่วยควบคุมอาการปวดศีรษะของคนที่เป็นโรคไมเกรน ช่วยลดความดันโลหิต ให้อยู่ในระดับที่เป็นปกติได้ ช่วยบรรเทาอาการปวดเรื้อรัง รวมไปถึงสามารถบำบัดรักษาโรคมะเร็งได้อีกด้วย

ในวงการแพทย์รวมถึงนักจิตวิทยา และพ่อค่านักธุรกิจ ในบริษัทใหญ่ๆ ทั่วโลก ได้เห็นข้อดีของการฝึกสมาธิ ที่ส่งผลให้ผู้คนมีชีวิตที่ดีขึ้น บุคลากรมีคุณภาพมากขึ้น ความเครียดและการกระทบกระทั่งลดลง การทำงานมีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น ชีวิตประจำวันมีความสุขเพิ่มขึ้นทุกๆ ที่งานก็มากเหมือนเดิมแต่ปัญหากลับลดลง การดำรงชีวิตรวมไปถึงสมาชิกในครอบครัว มีความอบอุ่นขึ้น ได้รับความผาสุกทั้งที่บ้านและที่ทำงาน ทั้งนี้เพราะสมาธิมีส่วนช่วยประสานช่องว่างแห่งความสุขให้เชื่อมต่อกัน ดังนั้นเราจึงควรหันมาใส่ใจในการฝึกสมาธิให้เพิ่มมากขึ้น

มีวาระแห่งพุทธภาษิตที่มานี้ ดิสนเมตโดยยสูตร ว่า

“บุคคลพึงเห็นโทษในการปฏิบัติผิดทาง ควรศึกษา ไตรสิกขา เพื่อละความดำริผิด ควรศึกษาวิเวก และ



ต้นแบบแห่งความดี

๔๖๒

ประพัตติวิเวกอันเป็นกิจของพระอริยเจ้า บุคคลผู้ไม่มีความ ห่วงใยในกามทั้งหลาย ย่อมข้ามโอชะที่ข้ามได้โดยยาก”

การปฏิบัติผิตทาง ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงเคย
ผ่านมาแล้ว คือการทรมานร่างกาย และการทำตัวให้พัวพันกับ
เบญจกามคุณทั้งหลาย ทั้งสองอย่างนี้ไม่อาจทำให้พ้นทุกข์ได้
ท่านจึงหันมาปฏิบัติในทางสายกลาง ดำเนินตามหลักไตรสิกขา
คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ประพัตติวิเวกหลีกเร้น เพื่อเจริญสมาธิ
ภาวนา จนกระทั่งสามารถล่วงพ้นจากโอชะ ข้ามกิเลสเครื่อง
ร้อยรัดทั้งหลายได้ เครื่องร้อยรัดอย่างหนึ่ง คือกาม เป็น
ปฏิบัติต่อสมาธิ

*พระพุทธองค์ทรงปรารภเรื่องนี้เพราะเหตุมาจากกุลบุตร
ชาวกรุงสาวัตถี ๕๐๐ คน ได้ออกบวชในสำนักพระบรมศาสดา
แต่เนื่องจากยังเป็นผู้ใหม่อยู่ อินทรีย์ยังอ่อน จึงมีกามวิตก คือ
ความตรึกในเรื่องกาม พระบรมศาสดาจึงทรงรับสั่งให้
พระอานนท์เถระ ไปนิมนต์ภิกษุเหล่านั้นมาประชุมพร้อมกัน
แล้วมีพระพุทธดำรัสว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย การที่พวกเธอปล่อย
ให้กิเลสครอบงำใจเช่นนี้ ไม่สมควรเลย แม้แต่บัณฑิตในกาลก่อน



ต้นแบบแห่งความดี

๔๖๓

ยังข่มกิเลสไว้ได้ จนได้บรรลุถึงขั้นปัจเจกโพธิญาณ” ครั้นตรัส
ดังนี้แล้ว จึงทรงแสดงเรื่องในอดีตว่า

ในครั้งที่พระตถาคตเสวยพระชาติเป็นช่างปั้นหม้อ ได้
ยังชีพด้วยการปั้นหม้อขายเลี้ยงบุตรและภรรยา ครั้นนั้นได้มี
กษัตริย์พระองค์หนึ่ง ทรงพระนามว่า เนมิราช ในมิลลาราชธานี
เข้าวันหนึ่ง เมื่อทำวเธอเสวยเสร็จแล้ว ก็เสด็จออกประทับที่
ช่องพระกาล ได้แลเห็นเหยี่ยวตัวหนึ่ง คาบชิ้นเนื้อบินขึ้นไป
ในอากาศ ขณะนั้น มีหมู่สกุณชาติทั้งกาและนกตะกุ่ม รุมกัน
แย่งชิ้นเนื้อนั้นไปจากเหยี่ยว เหยี่ยวถูกรุมจิกตีได้รับความเจ็บปวด
จึงต้องปล่อยชิ้นเนื้อไปด้วยความอาลัยอาวรณ์

พระเจ้าเนมิราชทรงเห็นอาการเช่นนี้ จึงทรงดำริว่า
กามคุณทั้งหลายเปรียบเหมือนกับชิ้นเนื้อ ย่อมนำความทุกข์
มาให้แก่ผู้ที่ติดข้องอยู่ ส่วนตัวเรายังมีบิรवारเป็นเครื่องข้อง
มีเบญจกามคุณล้อมรอบ แวดล้อมด้วยหญิงงามหมื่นหกพันนาง
ควรที่เราจะละกามคุณเสีย แล้วแสวงหาสุขที่ประเสริฐยิ่งกว่า
เมื่อทรงดำริอย่างนี้ ก็ทรงพิจารณาไตรลักษณ์ญาณ เจริญวิปัสสนา
ก็ได้สำเร็จปัจเจกโพธิญาณ ณ ที่ตรงนั่นเอง

พระลัมมาลัมพุทเธ้ายังทรงตรัสเล่าเรื่องต่อไปว่า ยังมี
กษัตริย์อีกพระองค์หนึ่งทรงพระนามว่า ทุมมุขะ ในกบิลนคร



ต้นแบบแห่งความดี

๔๖๔

อยู่มาวันหนึ่ง พระองค์เสวยพระกระยาหารในเวลาเช้าแล้ว ก็เสด็จออกประทับในระหว่างท่ามกลางขุนนาง ทรงทอดพระเนตรลอดช่องพระแสง ได้แลเห็นคนเลี้ยงโคเปิดประตูคอก ปล่อยให้โคออกไปเที่ยวหากิน โคตัวผู้เมื่อออกจากคอกแล้ว ได้พากันวิ่งตามนางโคตัวหนึ่ง และได้เกิดขวิดกันขึ้นจนไล่ทะลักล้มตายลง

เมื่อพระเจ้าทুমมุขะได้ทอดพระเนตรเห็น จึงทรงดำริว่า แม้แต่เหล่าสัตว์เดียรัจฉานก็เกิดทุกข์ใหญ่เพราะอาศัยกามเป็นเหตุ เหมือนกับโคตัวผู้ที่ตายนั่นเป็นตัวอย่าง ตัวเราควรจะหาอุบายเครื่องละกิเลสกามเสีย จึงจะเป็นการดี ครั้นดำริอย่างนี้ ก็พิจารณาไตรลักษณ์ญาณ เจริญวิปัสสนา ก็ได้สำเร็จปัจเจกพุทธญาณ เป็นพระปัจเจกพุทธเจ้าในทันที

ครั้นอยู่มาวันหนึ่ง เมื่อยามเช้าพระปัจเจกพุทธเจ้าเสด็จออกจากเจ็อมเขานันทมูลกะ ได้ชำระพระโอษฐ์ และสรองสนานพระวรกายในสระอนินดาต แล้วเสด็จขึ้นประทับยืนห่มจีวรอยู่บนพื้นมโนศิลา ทรงครองจีวรและถือบาตร หะาะไปลงในที่ใกล้หมู่บ้านตำบลหนึ่ง ซึ่งอยู่ใกล้กับประตูเมืองพาราณสี เสด็จดำเนินเข้าไปนิมิตบาตภายในราชธานี

นายช่างหม้อคนที่กล่าวไว้ข้างต้นนั้น เห็นแล้วเกิดศรัทธา จึงถวายภัตตาหารด้วยความเคารพ เมื่อพระปัจเจกพุทธเจ้า



ต้นแบบแห่งความดี

๔๖๕

ฉันเสร็จแล้ว นายช่างหม้อจึงกล่าวว่า “การบรรพชาของท่าน ผู้ประเสริฐดั่งดงามยิ่งนัก อินทรีย์ของท่านก็ผ่องใส ผิวพรรณของท่านก็หาที่เปรียบมิได้ ท่านผู้มีอินทรีย์สงบสำรวมได้เห็น เหตุประการใด จึงได้พากันออกบรรพชา”

พระปัจเจกพุทธเจ้าองค์แรกตรัสว่า “เราได้เห็นนกการุณ กันจิกตีเหยี่ยวตัวหนึ่งซึ่งคาบชิ้นเนื้อบินไป เพราะอาศัยความ ทุกข์ที่เกิดจากแย่งชิงชิ้นเนื้อนั้นเป็นเหตุ เราจึงได้ออกบรรพชา” พระปัจเจกพุทธเจ้าอีกองค์หนึ่งตรัสว่า “เราได้เห็นโคผู้ตัวหนึ่ง อยู่ในระหว่างฝูงโค ที่มีร่างกายกำยำ มีกำลังมาก ได้ขวิดโคผู้ ตัวหนึ่งให้ถึงแก่ความตาย เพราะความรักใคร่ในนางโคเป็นเหตุ เมื่อเราได้เห็นจึงได้ออกบรรพชา”

เมื่อช่างหม้อได้ฟังพระคาถาแห่งพระปัจเจกพุทธเจ้าแล้ว ก็เกิดความเบื่อหน่ายในชีวิตการครองเรือนไปหลายวัน ครั้นอยู่มา วันหนึ่ง เมื่อบริโภคอาหารเช้าแล้ว จึงเรียกภรรยามาเล่าเรื่อง ให้ฟังว่า “พระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งหลาย แต่เดิมท่านทรง สมบูรณ์พร้อมในมนุษย์สมบัติ แต่ท่านได้สละราชสมบัติออก บรรพชา ส่วนตัวเราเป็นเพียงคนใช้แรงงาน หาเลี้ยงชีพด้วยการปั้นหม้อขายเท่านั้น เราไม่ควรจะยินดีด้วยฆราวาสวิสัยเลย ขอเธอจงเลี้ยงดูบุตรและดูบ้านเถิด ฉันจะออกบวช”



ต้นแบบแห่งความดี

๔๖๖

เมื่อภรรยาได้ฟังถ้อยคำของสามีแล้วจึงกล่าวว่า “ถึงข้าพเจ้าก็ไม่ปรารถนาจะอยู่ครองเรือนอีกต่อไป” ครั้นกล่าวอย่างนี้กับสามีแล้ว จึงนั่งสักครู่ แล้วกล่าวต่อไปว่า “เมื่อท่านไม่อยู่ จากนั้นไปก็ไม่มีผู้สั่งสอนข้าพเจ้าอีก เพราะฉะนั้นเมื่อข้าพเจ้าพ้นจากการปกครองของท่านแล้ว จะต้องอยู่คนเดียว เหมือนกับนางนกซึ่งอยู่เหงาหงอยตามลำพัง” เมื่อสามีได้ฟังดังนั้นก็ไม่ว่าอย่างไร ส่วนภรณยานั้นปรารถนาจะบวช จึงคิดจะลวงสามีซึ่งบวชเสียก่อน จึงบอกว่า “ข้าพเจ้าจะไปที่ทำน้ำขอให้ท่านดูบุตรด้วย” ว่าแล้วก็ถือเอาหม้อน้ำทำเป็นจะไปตักน้ำ แล้วก็หนีไปบวชอยู่ในสำนักของดาบลิณี

ฝ่ายสามีจำเป็นต้องอยู่เลี้ยงดูลูก จนกระทั่งเติบโตพอที่จะเลี้ยงตัวเองได้แล้ว จึงนำลูกไปฝากไว้กับหมู่ญาติ แล้วก็ออกบวชเป็นฤาษีอยู่ในที่ใกล้เมืองพาราณสี ทั้งสองได้ตั้งใจประพฤติพรหมจรรย์จนได้ฌานสมบัติ พอหมดอายุขัยในภพชาตินั้น ก็ไปสู่สุคติภูมิตามกุศลกรรมที่สั่งสมไว้ดีแล้ว

เราจะสังเกตเห็นว่า การประพฤติพรหมจรรย์ นอกจากจะทำให้เราได้รับความสุขที่ยิ่งกว่าเบญจกามคุณทั้งหลายแล้วยังเป็นเหตุให้ได้บรรลุมานสมบัติ สามารถรอดพ้นจากทุกข์ไปสู่สุคติภูมิ และได้บรรลุมรรคผลนิพพานในที่สุดอีกด้วย



ต้นแบบแห่งความดี

๔๖๓

การรู้จักจับแง่คิดจากสภาพแวดล้อมใกล้ตัว นับเป็นความชาญฉลาดในการดำรงชีวิต เหมือนดังเรื่องที่หลวงพ่อนำมาเล่าเมื่อสักครู่นี้ ต้องถือว่า “เพียงแค่นี้ ก็เป็นครูเราได้” ในขณะที่เราทำมาหากินอยู่ที่นี่ จะต้องรู้จักช่างสังเกต โดยเฉพาะสังเกตเห็นความไม่เที่ยงของสังขารร่างกาย หลวงพ่อยากให้ทุกท่านตระหนักเสมอว่า สังขารแม้โรยรา แต่บารมีต้องแก้รอบอายุขัยแก่ลง บารมีต้องแก้ตาม เราจะต้องสั่งสมบุญ เพิ่มเติมบุญบารมีให้สมกับอายุขัยที่แก่ลงไปเรื่อยๆ

การเจริญสมาธิภาวนา เป็นทางมาแห่งการเพิ่มเติมบุญบารมี เป็นยาวิเศษที่รักษาโรคทางใจ กระทั่งรักษาชีวิตให้รอดพ้นจากทุกข์ภัยในสังสารวัฏ นำพาไปสู่อายตนิพพาน ดังนั้นควรที่เราทุกคนจะต้องขยันเจริญสมาธิภาวนากันให้มาก เพื่อความสุขสมหวังในชีวิตของพวกเราทุกๆ คน

