



ค ว า ม ก อ ย ใ จ ร ั ว น มี้ แ ต่ โ ท ช

เธอทั้งหลายจงลุกขึ้นเถิด จงนั่งเถิด เธอทั้งหลายจะได้ประโยชน์อะไรด้วยความหลับ เพราะความหลับจะเป็นประโยชน์อะไรแก่เธอทั้งหลายผู้เร่าร้อนเพราะโรค คือกิเลสมีประการต่างๆ ถูกลูกศรคือโรคจะเป็นคันแทงแล้ว ย่อยยับอยู่

มัจจุราขออย่ารู้ว่าเธอทั้งหลายปรมาทแล้วอย่ายังเธอทั้งหลายผู้ตกอยู่ในอำนาจให้ลุ่มหลงเลย เธอทั้งหลายจงข้ามตณหาอันชานไปในอารมณ์ต่างๆ ขณะอย่าได้ล่วงเธอทั้งหลายไปเสีย เพราะว่าผู้ล่วงขณะเสียแล้ว เป็นผู้ยึดเยียดกันในนรก ย่อมเศร้าโศกอยู่





ความเกียจคร้านมีแต่โทษ

๘๐

มนุษย์ต่างมีเรื่องราวที่ต้องทำในชีวิตมาก หลายเรื่องมีความสำคัญ ดูเหมือนชีวิตของคนเรามีเรื่องสำคัญที่ต้องทำอยู่ตลอดเวลา แต่เมื่อมาพิจารณาอย่างถ่องแท้แล้ว เรื่องใดๆ ก็ไม่สำคัญเท่ากับการทำความดี คนที่ชอบอ้างว่า ยังไม่พร้อมที่จะทำความดี ถือว่าพลาดเรื่องที่สำคัญไป บางครั้งที่เราารู้สึกว่าอยากย้อนเวลากลับไปเพื่อใช้ชีวิตให้ดีกว่าวันที่ผ่านมา ให้คุ้มค่ากับเวลาที่สูญหายไป แต่เราก็ไม่อาจทำได้ เพราะเวลาเป็นทรัพยากรที่มีอย่างจำกัด เป็นสิ่งเดียวที่ทุกคนในโลกมีเท่าเทียมกัน ไม่มีใครได้เปรียบหรือเสียเปรียบ สู้แต่ใครจะใช้เวลาที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ และมีคุณค่ามากกว่ากัน

พระลัมมะลัมพุทเธเจ้าตรัสไว้ใน อฏฐฐานสูตร ความว่า

“เธอทั้งหลายจงลุกขึ้นเถิด จงนั่งเถิด เธอทั้งหลายจะได้ประโยชน์อะไรด้วยความหลับ เพราะความหลับจะเป็นประโยชน์อะไรแก่เธอทั้งหลายผู้เร่าร้อนเพราะโรค คือกิเลส มีประการต่างๆ ถูกลูกศรคือราคะเป็นต้นแทงแล้ว ย่อเย้ยบอย

มัจจุราชอย่ารู้ว่า เธอทั้งหลายประมาทแล้ว อย่ายังเธอทั้งหลายผู้ตกอยู่ในอำนาจให้ลุ่มหลงเลย เธอทั้งหลายจงข้ามค้นหาอันชานไปในอารมณ์ต่างๆ ขณะอย่าได้ลวงเธอทั้งหลายไปเสีย เพราะว่าผู้ลวงขณะเสียแล้ว เป็นผู้



ความเกียจคร้านมีแต่โทษ

๘๑

ยัดเยียดกันในนรก ย่อมเศร้าโศกอยู่”

นี่เป็นคำพร่ำสอนของพระลัมบาลัมพุทฺธเจ้า ที่ทรงตักเตือนสาวกของพระองค์ ให้ขยันในการทำความเพียรเอาชนะอาสวกิเลสในตัวให้ได้ พระองค์ทรงเห็นโทษของความหลับและความเกียจคร้าน ว่าเป็นเหตุให้ประสบทุกข์ และต้องไปแออัดยัดเยียดกันอยู่ในนรกเป็นเวลายาวนาน

ความหลับและความเกียจคร้าน เป็นสิ่งที่ทำให้ตกอยู่ภายใต้อำนาจบังคับบัญชาของกิเลสอาสวะ ทำให้ใจของเราตกต่ำชีวิตหลังความตายของผู้หลับ และเกียจคร้านก็ไปสู่อบาย แต่ถ้าเราไม่ยอมแพ้ไม่ว่าจะโง่งว่องอ่อนเปลี้ยเพลียแรงแค่ไหน ถึงเวลาก็สลัดความง่วงเหงาหาวนอน สลัดความเกียจคร้านออกไป ลุกขึ้นมานั่งสมาธิเจริญภาวนา ทำให้บริสุทธิ์หยุดหนึ่งให้ใสสว่างพ้นจากความมืด เช่นนี้แสดงว่าเรากำลังดำเนินตามปฏิบัติทางของผู้ตื่นอยู่ ชีวิตของผู้มีความเพียรอย่างนี้ เป็นชีวิตที่ไม่เปล่าประโยชน์

*เรื่องความเป็นผู้เกียจคร้านนี้ พระบรมศาสดาปรารภถึงพระตีสละที่เกียจคร้านในการทำความเพียร จึงทรงนำเรื่อง



ความเกียจคร้านมีแต่โทษ

๘๒

ในอดีตมาตรัสแล้วว่า เมื่อครั้งที่พระโพธิสัตว์เสวยพระชาติเป็นอาจารย์ทิศาปาโมกข์ มีบิรवारเป็นมาณพหนุ่ม ๕๐๐ คน วันหนึ่งอาจารย์ได้ให้ศิษย์ทั้ง ๕๐๐ ออกไปหาฟืน แต่มีมาณพคนหนึ่งเป็นคนเกียจคร้าน ขณะที่เพื่อนมาณพกำลังหาฟืนด้วยกัน มาณพนี้กลับไปในนอนพักไต้ต้นไม้ เมื่อตื่นขึ้น เกรงว่าจะหากิ่งไม้ไม่ทัน จึงปีนขึ้นไปหักกิ่งสดบนต้นไม้ ด้วยความร้อนรน ทำให้กิ่งไม้สดนั้นติดตาจนตาบอด ได้รับความทุกข์ทรมานแสนสาหัส นี่เป็นเรื่องที่พระพุทธองค์ ทรงนำมาตรัสเป็นอุทาหรณ์ให้ภิกษุทั้งหลายได้รับฟังกัน

ความเกียจคร้านมีแต่โทษ ควรที่เราจะขยัน และอย่าประมาทมัวเมาในชีวิต เพราะความจริงตัวเราแก่ลงไปทุกวัน อย่างนี้กว่ายังเป็นหนุ่มเป็นสาวอยู่ ให้นึกถึงความแปรเปลี่ยนที่เสื่อมไปตลอดเวลา ถ้ายังทะนงตนว่า เป็นหนุ่มเป็นสาวอยู่ ย่อมมีโอกาสพลาดพลั้งตกนรกได้ง่ายๆ ต้องคิดว่าเราเริ่มแก่ตั้งแต่ยังเป็นหนุ่มเป็นสาว จะได้เร่งสร้างบารมี เอาบุญละอายดีไปมากๆ ให้มากกว่าบุญหยาบ บุญละอายคือบุญที่เกิดจากการฝึกฝนสมาธิให้ใจบริสุทธิ์หยุดนิ่ง ซึ่งจะทำให้หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะได้

วันคืนล่วงไป ล่วงไป สรรพสิ่งและสรรพสัตว์ทั้งหลาย



ความเกียจคร้านมีแต่โทษ

๘๓

เปลี่ยนแปลงเสื่อมไปตามกาลเวลา ทั้งคน สัตว์ สิ่งของ ล้วนมีการเปลี่ยนแปลงไปสู่จุดสลาย ไม่อาจจะหลีกเลี่ยงได้ ชีวิตของคนเราก็คงเช่นกัน มีการแปรเปลี่ยนไปเป็นธรรมดา แปรเปลี่ยนไปสู่ความเสื่อมชราทุกอนูวินาที ความแข็งแรงที่มีอยู่ก็ค่อยๆ ลดน้อยถอยลงไปตามลำดับ ชีวิตก็เลยเข้าไปสู่ความตาย ส่วนตายแล้วจะไปนรกหรือสวรรค์ ต้องอาศัยญาณทัสสนะของผู้รู้เท่านั้น จึงจะรู้เห็นปรโลกของสัตว์ทั้งหลาย

ชีวิตของเราแบ่งเวลาออกเป็นช่วงกว้างๆ ได้ ๓ ช่วง ช่วงที่ ๑ ปฐมวัย นับตั้งแต่แรกเกิดจนอายุประมาณ ๒๕ ปี ช่วงนี้เป็นวัยที่แข็งแรง ความสนุกสนานร่าเริง มีแต่ความเพลิดเพลินในชีวิต ดุจลิงโลดสวยงามไปหมด ผ่านมาช่วงที่ ๒ มัชฌิมวัย อายุตั้งแต่ ๒๖ ปี ถึง ๕๐ ปีโดยประมาณ ช่วงนี้กำลังสติปัญญาสมบูรณ์ที่สุด จะรวยหรือไม่ จะสร้างฐานะได้หรือไม่ ขึ้นอยู่ระหว่างช่วงนี้ ช่วงสุดท้าย คือช่วงปัจฉิมวัย ตั้งแต่อายุ ๕๑ ปี จนถึง ๗๕ ปีโดยประมาณ หรือนับไปจนถึงวันสุดท้ายของชีวิต ช่วงเวลานี้ ต้องเร่งทำความเพียรแล้ว เพราะเวลาเหลือน้อยเต็มที

อย่างไรก็ตาม ไม่มีใครบอกได้ว่า บุคคลใดจะอยู่ได้ครบทั้ง ๓ ช่วงอายุขัย จะหมดลมล้มตายลงวันไหนก็ไม่อาจรู้ได้ทันทีที่ลืมตาขึ้นมาดูโลก ดวงชวลาแห่งชีวิตก็เริ่มนับถอยหลัง



ความเกียจคร้านมีแต่โทษ

๘๔

ไปสู่ความตายทุกขณะแล้ว อีกทั้งระเบิดเวลาของชีวิต ซึ่งเป็นผลมาจากกรรมในอดีตที่ทำไว้ ก็ไม่มีผู้ใดรู้ว่าระเบิดเมื่อไร ระเบิดเวลาที่เรากำลังกรรมเอาไว้ข้ามภพข้ามชาติ ทำไว้นานจนตนเองลืมไปแล้ว แต่ผลแห่งการกระทำนั้นยังคงอยู่ไม่สูญหายไปไหน รอคอยเวลาและจังหวะที่จะให้ผล ทุกวันนี้เราจึงมีชีวิตอยู่ท่ามกลางมรสุมร้าย ที่พร้อมจะพัดเทยชีวิตให้ดับลงไปได้ทุกขณะ และระเบิดเวลาที่พร้อมจะระเบิดขึ้นมา ทำให้โอกาสแห่งการสร้างบารมีในอัตภาพนี้ไม่เต็มที่นัก

พูดถึงความตายแล้ว หลายคนอาจรู้สึกว่าจะไม่อยากจะได้ยินได้ฟังคำนี้ ฟังแล้วไม่เป็นมงคล อยากจะได้ยินคำอื่นมากกว่า แต่จริงๆ แล้ว คำสอนของพระลัทธิมัจจุรเจ้าประชุมรวมกันตรงที่สอนให้ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท คนไหนประมาทก็เหมือนคนที่ตายแล้ว คือตายจากคุณงามความดี ชีวิตหลังความตายน่าสะพรึงกลัวมาก เพราะฉะนั้น ความตายจึงเป็นสิ่งที่ต้องพูดถึงบ่อยๆ เพื่อจะได้เจริญมรณานุสติ ไม่ประมาทในชีวิต และขยันทำความเพียรให้ยิ่งๆ ขึ้นไป ชีวิตจะได้ปลอดภัยและมีชัยชนะทั้งในโลกนี้และในปรโลก

ชีวิตของเรามีเวลาเหลือน้อยเต็มทีแล้ว โดยเฉพาะน้อยต่อการฝึกฝนอบรมใจให้หยุดนิ่ง ให้หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะที่นอนเนื่องอยู่ในใจเรา คนส่วนใหญ่ใช้เวลายังไม่คุ้ม



ความเกียจคร้านมีแต่โทษ

๘๕

เอาเวลาการทำมาหากิน ไปใช้กับการกินการดื่มบ้าง เทียวเล่น
สนุกสนานเพลิดเพลินบ้าง หมดเวลาไปวันๆ ที่จะเจียดเวลามา
ประพฤติปฏิบัติธรรมอย่างเอาจริงเอาจังน้อยเหลือเกิน บางที
แม้รู้แล้ว เข้าใจแล้ว แต่เพราะความประมาทและเกียจคร้าน
ทำให้ยังไม่สมปรารถนาในการเข้าถึงธรรมกัน

เพราะฉะนั้น หลวงพ่อจึงอยากตอกย้ำพรั้งเตือนทุกท่าน
ให้พิจารณาถึงความเป็นจริงของชีวิตอย่าได้ประมาท ควรมอง
ให้เห็นถึงมรณภัย ที่กำลังย่างกรายเข้ามา เมื่อความตายมาถึง
รูปกายของเราต้องแตกดับ แต่คุณธรรมความดีในตัวนั้นไม่ดับสูญ
มีแต่จะเจริญงอกงาม เป็นบุญบารมี เป็นความบริสุทธิ์ที่ยิ่งๆ ขึ้นไป

เราเป็นนักสร้างบารมี ต้องไม่ปล่อยเวลาในชีวิตให้ผ่าน
ไปเปล่า เวลาของเรามีไม่มาก สิ่งที่ต้องทำกลับมีอีกมาก เราจึง
ไม่ควรประมาทในวัยของชีวิต ต้องหมั่นสร้างความดี สร้าง
บารมีให้เต็มที่ ให้ขจัดอุปสรรคข้อแม้ข้ออ้าง หรือเงื่อนไขต่างๆ
ในการทำใจหยุดใจนิ่งให้หมดสิ้นไปจากใจ จะได้ดำเนินชีวิตได้
อย่างถูกต้องปลอดภัยและสมปรารถนา เราจะได้มีที่พึ่งที่ระลึก
ภายในคือพระรัตนตรัยกันทุกคน

