

บทที่ 8
มงคลหมู่ที่ 7
การแสวงหาธรรมะเบื้องต้นใส่ตัว

เนื้อหาบทที่ 8

มงคลหมู่ที่ 7 การแสวงหาธรรมะเบื้องต้นในตัวเอง

- 8.1 มงคลหมู่ที่ 7 การแสวงหาธรรมะเบื้องต้นในตัวเอง
- 8.2 มงคลที่ 22 มีความเคารพ
 - 8.2.1 ความเคารพคืออะไร
 - 8.2.2 สิ่งที่ควรเคารพอย่างยิ่ง
 - 8.2.3 การแสดงความเคารพ
 - 8.2.4 อานิสงส์การมีความเคารพ
- 8.3 มงคลที่ 23 มีความถ่อมตน
 - 8.3.1 ความถ่อมตนคืออะไร
 - 8.3.2 ความแตกต่างระหว่างความเคารพกับความถ่อมตน
 - 8.3.3 สิ่งที่คุณทั่วไปหลงถือเอาทำให้ถือตัว
 - 8.3.4 โทษของการอวดดีถือดี
 - 8.3.5 วิธีแก้ความอวดดีถือดี
 - 8.3.6 ลักษณะของผู้มีความถ่อมตน
 - 8.3.7 ตัวอย่างผู้มีความอ่อนน้อมถ่อมตน
 - 8.3.8 อานิสงส์การมีความถ่อมตน
- 8.4 มงคลที่ 24 มีความสันโดษ
 - 8.4.1 สันโดษคืออะไร
 - 8.4.2 ลักษณะของความสันโดษ
 - 8.4.3 ประเภทของสันโดษ
 - 8.4.4 สิ่งที่คุณทั่วไปไม่รู้จักพอ
 - 8.4.5 สันโดษเป็นต้นทางแห่งความสุขที่แท้จริงได้อย่างไร
 - 8.4.6 การหาเลี้ยงชีพอย่างมีสันโดษ
 - 8.4.7 หลักปฏิบัติเกี่ยวกับทรัพย์สิน
 - 8.4.8 ประเภทของคนจน
 - 8.4.9 วิธีฝึกให้มีสันโดษ
 - 8.4.10 วิธีฝึกสันโดษในสังคมไทย
 - 8.4.11 อานิสงส์การมีสันโดษ
- 8.5 มงคลที่ 25 มีความกตัญญู
 - 8.5.1 ความกตัญญูคืออะไร
 - 8.5.2 สิ่งที่ควรกตัญญู
 - 8.5.3 ความกตัญญูจำเป็นอย่างไรในการสร้างชีวิต
 - 8.5.4 อานิสงส์การมีความกตัญญู
- 8.6 มงคลที่ 26 พังธรรมตามกาล
 - 8.6.1 การพังธรรมตามกาลหมายถึงอะไร
 - 8.6.2 กาลที่ควรพังธรรม
 - 8.6.3 คุณสมบัติของผู้แสดงธรรมที่ดี
 - 8.6.4 คุณสมบัติของผู้ฟังธรรมที่ดี
 - 8.6.5 อุปนิสัยจากการพังธรรม
 - 8.6.6 อานิสงส์การพังธรรมตามกาล



1. การแสวงหาธรรมะเบื้องต้นในตัวเอง หลังจากที่เตรียมสภาพใจพร้อมดีแล้ว จำเป็นต้องมีคุณสมบัติดังนี้ คือต้องมี ความเคารพ รู้และตระหนักถึงคุณค่าความดี ต้องมีความอ่อนน้อมถ่อมตน ต้องมีความ สันโดษ รู้จักพอ รู้จักประมาณ ต้องมีความกตัญญู และหาโอกาสพึงธรรมตามกาล

2. ความเคารพ หมายถึง ความตระหนัก ซาบซึ้ง รู้ถึงคุณค่าความดีที่มีอยู่จริงของบุคคลอื่น ยอมรับนับถือความดีของเขาด้วยใจจริง แล้วแสดงความนับถือต่อผู้นั้นด้วยการแสดงความอ่อนน้อม อ่อนโยน อย่างเหมาะสม ทั้งต่อหน้าและลับหลัง ทำให้มีโอกาที่จะถ่ายทอดคุณความดีนั้นๆ จากผู้อื่นมาสู่ตนเอง ดังนั้นบุคคลที่มีความเคารพ จึงเป็นบุคคลที่มีปัญญา เพราะใจของเขาได้ยกสูงขึ้น พ้นจากความถือตัวต่างๆ เป็นใจที่เปิดกว้างพร้อมจะรองรับความดีจากผู้อื่นเข้าสู่ตน

3. มีความถ่อมตน หมายถึง การเอามานะทิฏฐิออก มีความสงบเสถียร เจียมตน ไม่ทะนงตน ไม่มีความมานะถือตัว ไม่อวดดีถือดี ไม่ยโสโอหัง ไม่ดูถูกเหยียดหยามใคร ไม่กระด้าง ไม่เยอหยิ่งจองหอง ดังนั้น คนที่มีความถ่อมตน จึงเป็นผู้ที่ปรารถนาตนเอง คอยตามพิจารณาข้อบกพร่องของตนเอง จับผิดตัวเอง สามารถประเมินค่าของตนเองได้ถูกต้องตามความเป็นจริง มีจิตใจสูงสามารถน้อมตัวลง เพื่อถ่ายทอดคุณความดีของผู้อื่นเข้าสู่ตนเองได้อย่างเต็มที่

4. บุคคลที่มีความสันโดษ เป็นผู้ที่รู้จักพอ รู้จักประมาณ สุขใจพอใจในของของตน ทำให้จิตใจสงบจากกิเลส สามารถรองรับคุณธรรมจากผู้อื่นได้เต็มที่ สามารถฝึกตนเองให้มีความเจริญก้าวหน้า เป็นไปเพื่อความเจริญสุขทั้งแก่ตนเอง ครอบครัว และสังคมประเทศชาติ

5. บุคคลที่มีความกตัญญู หมายถึงบุคคลที่ตระหนักซาบซึ้งถึงบุญคุณ เป็นผู้มีสติใจใสกระจ่างมีสติปัญญาบริบูรณ์ รู้อุปการะของบุญทั้งหลายที่ช่วยให้ตนได้ดีมีสุขในปัจจุบัน และรู้อุปการะของผู้อื่นที่กระทำแล้วแก่ตน พยายามหาทางตอบแทน ทำให้เป็นคนน่ารัก น่าเอ็นดู น่านับถือ จนใครๆ ก็เมตตาถ่ายทอดความรู้ คุณธรรมความดีต่างๆ ให้

6. การพึงธรรมตามกาล คือการขวนขวายหาเวลาไปพึงธรรม ฟังคำสั่งสอนจากผู้มีธรรมะ เพื่อยก ระดับจิตใจและสติปัญญาให้สูงขึ้น โดยเมื่อพึงธรรมแล้วก็น้อมเอาคุณธรรมเหล่านั้น มาเป็นกระจกสะท้อนดูตนเองว่ามีคุณธรรมนั้นหรือไม่ จะปรับปรุงคุณธรรมที่มีอยู่ให้ดียิ่งๆ ขึ้นไปได้อย่างไร

1. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจ และสามารถอธิบายความสำคัญของมงคลหมู่ที่ 7 การแสวงหาธรรมะเบื้องต้นใส่ตัวได้อย่างถูกต้อง
2. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจ และสามารถบอกความหมายของความเคารพ และสิ่งที่ควรเคารพ 7 ประการได้อย่างถูกต้อง
3. เพื่อให้นักศึกษาสามารถบอกความหมาย และวิธีการแสดงความเคารพ พร้อมทั้งบอกอานิสงส์การมีความเคารพได้อย่างถูกต้อง
4. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจ และสามารถบอกความหมายของความถ่อมตน สามารถอธิบายความแตกต่างระหว่างความเคารพและความถ่อมตนได้อย่างถูกต้อง
5. เพื่อให้ศึกษานักสามารถอธิบายสิ่งที่คนทั่วไปหลงถือเอาทำให้ถือตัว และสามารถบอกโทษของการอวดดีถือดี ได้อย่างถูกต้อง
6. เพื่อให้ศึกษานักสามารถบอกลักษณะ และยกตัวอย่างผู้มีความอ่อนน้อมถ่อมตน พร้อมทั้งอานิสงส์การมีความถ่อมตน ได้อย่างถูกต้อง
7. เพื่อให้ศึกษานักเข้าใจ และสามารถบอกความหมาย ลักษณะ และประเภทของความสันโดษ ได้อย่างถูกต้อง
8. เพื่อให้ศึกษานักสามารถบอกสิ่งที่ทุกคนทั่วไปไม่รู้จักพอ และอธิบายได้ว่าสันโดษ เป็นต้นทางแห่งความสุขที่แท้จริงได้อย่างไรได้อย่างถูกต้อง
9. เพื่อให้ศึกษานักสามารถอธิบายการหาเลี้ยงชีพอย่างสันโดษ หลักปฏิบัติเกี่ยวกับทรัพย์สิน และบอกประเภทของคนจนได้อย่างถูกต้อง
10. เพื่อให้ศึกษานักสามารถอธิบายวิธีฝึกให้มีสันโดษ และอานิสงส์การมีสันโดษได้อย่างถูกต้อง
11. เพื่อให้ศึกษานักเข้าใจ และสามารถบอกความหมายของความกตัญญู และสิ่งที่ควรกตัญญูได้อย่างถูกต้อง
12. เพื่อให้ศึกษานักสามารถอธิบายว่าความกตัญญูมีความจำเป็นอย่างไรในการสร้างคุณธรรม และสามารถบอกอานิสงส์การมีความกตัญญูได้อย่างถูกต้อง
13. เพื่อให้ศึกษานักเข้าใจ และสามารถบอกความหมายของการพึงธรรมตามกาล และกาลที่ควรพึงธรรมได้อย่างถูกต้อง
14. เพื่อให้ศึกษานักสามารถอธิบายคุณสมบัติของผู้แสดงธรรมที่ดี และคุณสมบัติของผู้ฟังธรรมที่ดีได้อย่างถูกต้อง
15. เพื่อให้ศึกษานักสามารถอธิบายอุปนิสัยที่ได้จากการฟังธรรม และบอกอานิสงส์การฟังธรรมตามกาลได้อย่างถูกต้อง



มงคลหมู่ที่ 7 การแสวงหาธรรมะเบื้องต้นใส่ตัว

8.1 มงคลหมู่ที่ 7 การแสวงหาธรรมะเบื้องต้นใส่ตัว

มงคลที่ 22 มีความเคารพ

มงคลที่ 23 มีความถ่อมตน

มงคลที่ 24 มีความสันโดษ

มงคลที่ 25 มีความกตัญญู

มงคลที่ 26 พังธรรมตามกาล

เมื่อเราเตรียมสภาพใจของเราไว้พร้อมด้วยการแก้ไขปรับปรุงให้เป็นผู้ที่ไม่ข้องแวะกับสิ่งที่เป็นบาป สิ่งที่ทำลายสติสัมปชัญญะ และเป็นผู้ที่มีความกระตือรือร้น ไม่ปล่อยชีวิตให้ไปตามยถากรรมแล้ว เมื่อถึงมงคลหมู่ที่ 7 ก็เริ่มลงมือแสวงหาธรรมะเบื้องต้นใส่ตัวทีเดียว เป็นคุณธรรมที่จำเป็นสำหรับบุคคลผู้ที่ต้องการพัฒนาตนเองให้มีความเจริญก้าวหน้าทุกคน เพื่อนำมาปรับปรุงความประพฤติของตนให้สมบูรณ์ ผู้จะแสวงหาธรรมะใส่ตัวได้ จำเป็นต้องมีคุณสมบัติ ดังนี้

1. ต้องมีความเคารพ หมายถึง มีความตระหนัก ซาบซึ้ง รู้ถึงคุณความดีที่มีอยู่จริงของบุคคลอื่น ยอมรับนับถือความดีของเขาด้วยใจจริง แล้วแสดงความนับถือต่อผู้นั้นด้วยการแสดงความอ่อนน้อม อ่อนโยน อย่างเหมาะสม ทั้งต่อหน้าและลับหลัง รู้ว่าจะเข้าไปหาคุณธรรมความดีได้จากใคร ทำให้มีโอกาสที่จะถ่ายทอดคุณความดีนั้นๆ จากผู้อื่นมาสู่ตนเอง ดังนั้น บุคคลที่มีความเคารพ จึงเป็นบุคคลที่มีปัญญา เพราะใจของเขาได้ยกสูงขึ้น พ้นจากความถือตัวต่างๆ เป็นใจที่เปิดกว้างพร้อมจะรองรับความดีจากผู้อื่นเข้าสู่ตน

2. ต้องมีความอ่อนน้อมถ่อมตน หมายถึง การเอามานะทิฏฐิออก มีความสงบเสงี่ยม เจียมตน ไม่ทะนงตน ไม่มีความมานะถือตัว ไม่อวดดีถือดี ไม่ยโสโอหัง ไม่ดูถูกเหยียดหยามใคร ไม่กระด้าง ไม่เยอหยิ่งจองหอง ดังนั้น คนที่มีความถ่อมตน จึงเป็นผู้ที่ปรารถนาตนเอง คอยตามพิจารณาข้อบกพร่องของตนเอง จับผิดตัวเอง สามารถประเมินค่าของตนเองได้ถูกต้องตามความเป็นจริง มีจิตใจสูงสามารถน้อมตัวลงเพื่อถ่ายทอดคุณความดีของผู้อื่นเข้าสู่ตนเองได้อย่างเต็มที่

คนที่มีความเคารพ รู้ว่าคนอื่นมีดีอะไร ถ้าหากขาดความอ่อนน้อมถ่อมตนเสียแล้ว ใจเขาจะพองขึ้นแข่งกันที่ว่า ถึงใครจะแน่แต่ฉันก็หนึ่งเหมือนกันใจจะคอยแต่เบ่งคิดว่าตัวเก่งกว่าทุกที ก็เลยรับคุณธรรมของใครไม่ได้ เพราะคิดว่าตัวเก่งกว่าเสียแล้วนั่นเอง

เราดูมหาสมุทรเป็นที่รวมของน้ำได้ ก็เพราะพื้นผิวอยู่ต่ำกว่าแม่น้ำลำธารทั้งหลาย ถ้าเมื่อใดมหาสมุทรยกตัวสูงขึ้น น้ำก็ไหลย้อนกลับรับน้ำไม่ได้อีกต่อไป คนเราก็เช่นกัน ถ้าขาดความอ่อนน้อมถ่อมตน อวดเบ่ง ยกตัวเราสูงขึ้นกว่าแล้ว ก็จะรับเอาคุณธรรมจากใครไม่ได้

3. ต้องมีความสันโดษ เป็นคนรู้จักพอ รู้จักประมาณ สุขใจพอใจกับของของตน ของสิ่งนั้นต้องเป็นสิ่งที่ดีและสมควรกับตน คนมีความสันโดษทำให้จิตใจสงบ เยือกเย็น ดำเนินชีวิตอย่างมีสติ สามารถรองรับคุณธรรมจากผู้อื่นได้เต็มที่ สามารถฝึกตนเองให้มีความเจริญก้าวหน้า เป็นไปเพื่อความเจริญสุขทั้งแก่ตนเอง ครอบครัว และสังคมประเทศชาติ

คนที่ขาดสันโดษ ใจของเขาจะเต็มไปด้วยความเร่าร้อนกระวนกระวายกระหายอยากได้ มีลิบล้ำนก็ไม่มีพอ จะเอาร้อยล้าน มีร้อยล้านก็ไม่พอจะเอาพันล้าน หมื่นล้าน ไม่รู้จักอิ่ม ซึ่งใจของคนชนิดนี้ไม่สามารถจะรองรับคุณธรรมได้ ไปฟังพระเทศน์เท่าไรก็ไม่ซึมซับเข้าไปอยู่ในใจ ลืมตาหลับตาเขาก็มองเห็นแต่ตัวเลข คิดแต่ว่าอยากรวยๆ ธรรมะจึงนึกไม่ออก

4. ต้องมีความกตัญญู หมายถึง มีความตระหนักรู้ซึ่งถึงบุญคุณ เป็นผู้ที่มีสติใจใสกระจ่างมีสติปัญญาบริบูรณ์ รู้อุปการะของบุญทั้งหลายที่ช่วยให้ตนได้ดีมีสุขในปัจจุบัน และรู้อุปการะของผู้คนที่กระทำแล้วแก่ตน พยายามหาทางตอบแทน ทำให้เป็นคนน่ารัก น่าเอ็นดู น่านับถือ จนใครๆ ก็เมตตาถ่ายทอดความรู้ คุณธรรมความดีต่างๆ ให้ ในวงการต่างๆ ผู้ที่มีความกตัญญูรู้คุณ จะเป็นผู้ที่มีชื่อเสียงเลื่องลือไป

แม้เราจะมีคุณความดีแล้ว รู้ข้อดีของคนอื่น มีจุดมุ่งหมายแล้วว่าจะไปถ่ายทอดเอาคุณธรรมนั้นๆ ได้จากใคร มีความถ่อมตน ใจเราก็พร้อมที่จะน้อมไปรับคุณธรรมนั้น และมีความสันโดษ คือใจก็สงบพอที่จะรับเอาธรรมะนั้นๆ มาไตร่ตรองให้เข้าใจได้ แต่ก็ยังไม่แน่ว่าเขาจะยอมสอนเราหรือไม่ เราต้องเป็นคนมีความกตัญญูรู้คุณคนด้วย เป็นการรับประกันตนเองว่าจะไม่เนรคุณภายหลัง คนอื่นจึงจะเมตตาสอนธรรมะให้เรา ทำให้เราสามารถพัฒนาตนเองให้มีคุณธรรมสูงขึ้นไปได้

5. ฟังธรรมตามกาล คือ การชวนขวายหาเวลาไปฟังธรรม ฟังคำสั่งสอนจากผู้มีธรรมะในทุกโอกาสที่อำนวยให้เพื่อยกระดับจิตใจและสติปัญญาให้สูงขึ้นโดยเมื่อฟังธรรมแล้ว ก็น้อมเอาคุณธรรมเหล่านั้นมาเป็นกระจกสะท้อนดูตนเองว่า มีคุณธรรมนั้นหรือไม่ มีข้อบกพร่องต้องแก้ไขตรงไหน จะพัฒนาคุณธรรมให้เพิ่มพูนขึ้นได้อย่างไร จะปรับปรุงคุณธรรมที่มีอยู่ให้ดียิ่งๆ ขึ้นไปได้อย่างไร เพราะคนเรายังมีกิเลสอยู่ บางวันจิตใจผ่องใสเบิกบาน บางวันจิตใจหดหู่ เศร้าหมอง ยังไม่แน่นอน จึงต้องสำรวจปรับปรุงพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้มีความเจริญก้าวหน้าฝ่ายเดียว

8.2 มงคลที่ 22 มีความเคารพ

เมื่อจะใช้ประโยชน์จากสิ่งใด

เราจำเป็นต้องรู้ถึงคุณค่าของสิ่งนั้นก่อนฉันใด

ผู้ที่รับประโยชน์จากบุคคลอื่นได้

ก็จำเป็นต้องมีความเคารพต่อบุคคลทั้งหลายก่อนฉันนั้น

8.2.1 ความเคารพคืออะไร

ความเคารพ หมายถึง ความตระหนัก ซาบซึ้ง รู้ถึงคุณค่าความดีที่มีอยู่จริงของบุคคลอื่นยอมรับนับถือความดีของเขาด้วยใจจริง แล้วแสดงความนับถือต่อผู้นั้นด้วยการแสดงความอ่อนน้อม อ่อนโยนอย่างเหมาะสม ทั้งต่อหน้าและลับหลัง

วัตถุทั้งหลายในโลก ต่างมีคุณสมบัติเฉพาะตัวของมัน ถ้าใครทราบคุณสมบัติเหล่านั้นตามความเป็นจริง ก็สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้มาก เช่น นักวิทยาศาสตร์รู้คุณสมบัติของแม่เหล็กก็นำไปใช้ผลิตกระแสไฟฟ้าได้ รู้คุณสมบัติของแร่เรเดียม ก็นำไปใช้รักษาโรคมะเร็งได้

แต่การที่จะรู้คุณสมบัติตามความเป็นจริงของสิ่งต่างๆ นั้นทำได้ยากมาก เป็นวิสัยของนักปราชญ์ของผู้มีปัญญาเท่านั้น

เช่นกัน คนทั้งหลายในโลกต่างก็มีคุณความดีในตัวต่างๆ กันไป มากบ้างน้อยบ้างไม่เท่ากัน ผู้ใดทราบถึงคุณความดีของบุคคลทั้งหลายได้ตามความเป็นจริง ก็จะเป็นประโยชน์ ทำให้มีโอกาสที่จะถ่ายทอดคุณความดีนั้นๆ จากผู้อื่นมาสู่ตนเอง แต่การที่จะสามารถรู้เห็นถึงคุณความดีของผู้อื่นก็ทำได้ยากยิ่งกว่าการรู้คุณสมบัติของวัตถุต่างๆ เพราะมีกิเลสมาบังใจ เช่น มีความคิดลบหลู่คุณท่านบ้าง ความไม่ใฝ่ใฝ่บ้าง ความทะนงตัวบ้าง ทำให้มองคนอื่นก็คนๆ ก็ไม่เห็นมีใครดี คนนั้นก็ไม่มีดี คนนี้ก็ไม่มีดี คนไหนก็ไม่มีดี ไม่เห็นมีใครดีสักคน ถ้าจะมีก็เห็นจะมีอยู่คนเดียว คือ ตัวเอง

คนพวกนี้เป็นพวกตาไม่มีแวว คือตาที่ใสๆ ดี แต่ไม่เห็นเพราะขาดความสังเกต มองคุณความดีของคนอื่นไม่ออก เมื่อมองความดีของเขาไม่ออก ก็ไม่สนใจที่จะถ่ายทอดเอาความดีของเขาเข้ามาสู่ตัวเอง

ดังนั้น คนที่มีปัญญามากจนกระทั่งตระหนักในคุณความดีของผู้อื่น จึงจัดเป็นคนพิเศษจริงๆ เพราะใจของเขาได้ยกสูงขึ้นไปแล้ว พ้นจากความถือตัวต่างๆ เปิดกว้างพร้อมที่จะรองรับความดีจากผู้อื่นเข้าสู่ตน คนเช่นนี้คือ คนที่มีความเคารพ

8.2.2 สิ่งที่ควรเคารพอย่างยิ่ง

ในโลกนี้มีคน สัตว์ สิ่งของ เหตุการณ์ การงาน และอื่นๆ อีกมากมายจนนับไม่ถ้วนที่เกี่ยวข้องกับตัวเรา แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแนะนำให้เรามีความเคารพ ไม่ดูเบา ตระหนักในสิ่งมีคุณค่าที่สำคัญ 7 ประการ ได้แก่

1. ให้มีความเคารพในพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
2. ให้มีความเคารพในพระธรรม
3. ให้มีความเคารพในพระสงฆ์
4. ให้มีความเคารพในการศึกษา
5. ให้มีความเคารพในสมาธิ
6. ให้มีความเคารพในความไม่ประมาท
7. ให้มีความเคารพในการต้อนรับแขก

ความเคารพในพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือ ตระหนักถึงพระคุณความดีอันมีอยู่ในพระองค์ ซึ่งกล่าวโดยย่อได้แก่ พระปัญญาธิคุณ พระกรุณาธิคุณ และพระบริสุทธิคุณ แล้วแสดงออกซึ่งความเคารพ ดังนี้

สมัยเมื่อพระองค์ยังทรงพระชนม์อยู่ ก็แสดงความเคารพโดย

1. เข้าเฝ้าทั้ง 3 กาล คือ เช้า กลางวัน เย็น
2. เมื่อพระองค์ไม่สวมรองเท้าจกรม เราจะไม่สวมรองเท้าจกรม
3. เมื่อพระองค์จกรมในที่ต่ำ เราจะไม่จกรมในที่สูงกว่า
4. เมื่อพระองค์ประทับในที่ต่ำ เราจะไม่อยู่ในที่สูงกว่า
5. ไม่ห่มผ้าคลุมบ่าทั้งสอง ในที่ซึ่งทอดพระเนตรเห็น
6. ไม่สวมรองเท้าในที่ซึ่งทอดพระเนตรเห็น
7. ไม่กางร่มในที่ซึ่งทอดพระเนตรเห็น
8. ไม่ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะในที่ซึ่งทอดพระเนตรเห็น

สมัยเมื่อพระองค์ปรินิพพานแล้วก็แสดงความเคารพโดย

1. ไปไหว้พระเจดีย์ตามโอกาส
2. ไปไหว้สังเวชนียสถาน คือสถานที่ประสูติ ตรัสรู้ ปรุ้มเทศนา ประินิพพาน ตามโอกาส
3. เคารพพระพุทธรูป
4. เคารพเขตพุทธาวาส คือเขตโบสถ์
5. ไม่สวมรองเท้าในลานพระเจดีย์
6. ไม่กางร่มในลานพระเจดีย์
7. เมื่อเดินใกล้พระเจดีย์ ไม่เดินไปพุดไป
8. เมื่อเข้าไปในเขตอุโบสถก็ถอดรองเท้า หุบร่ม ไม่ทำอาการต่างๆ ซึ่งแสดงถึงความกระด้าง หยาบคาย
9. ปฏิบัติตนตามพุทธโอวาทอยู่เป็นนิตย์

ความเคารพในพระธรรม คือตระหนักถึงคุณประโยชน์อันมหาศาลของพระธรรมคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วแสดงออกซึ่งความเคารพดังนี้

1. เมื่อมีประกาศแสดงธรรมก็ไปฟัง
2. ฟังธรรมด้วยความสงบ สำรวม ตั้งใจ
3. ไม่นั่งหลับ ไม่นั่งคุยกัน ไม่คิดฟุ้งซ่าน ขณะฟังธรรม
4. ไม่วางหนังสือธรรมะไว้ในที่ต่ำ
5. ไม่ดูหมิ่นพระธรรม
6. บอกรธรรม สอนธรรม ด้วยความระมัดระวังไม่ให้ผิดพลาด

ความเคารพในพระสงฆ์ คือตระหนักถึงคุณความดีของพระสงฆ์ ผู้ประพฤติปฏิบัติชอบ เป็นผู้สืบอายุพระพุทธศาสนา แล้วแสดงออกซึ่งความเคารพ ดังนี้

1. กราบไหว้ โดยกิริยาอาการเรียบร้อย
2. นั่งเรียบร้อย ไม่นั่งกอดเข่าเจ้าจุก
3. ไม่สวมรองเท้า ไม่กางร่ม ในที่ประชุมสงฆ์
4. ไม่คะนองมือคะนองเท้าต่อหน้าท่าน
5. เมื่อพระเถระไม่เชิญ ไม่แสดงธรรม
6. เมื่อพระเถระไม่เชิญ ไม่อวดรู้แก้ปัญหาธรรม
7. ไม่เดิน ยืน นั่ง เบียดพระเถระ
8. แลดูท่านด้วยจิตเลื่อมใส
9. ต้อนรับท่านด้วยไทยธรรม

ความเคารพในการศึกษา คือตระหนักถึงคุณค่าของการศึกษาหาความรู้ แล้วแสดงออกซึ่งความเคารพ โดยตั้งใจศึกษาเล่าเรียนอย่างเต็มที่ทั้งทางโลกและทางธรรม จะศึกษาเรื่องใดก็ศึกษาให้ถึงแก่น ให้เข้าใจจริงๆ ไม่ทำเหยาะแหยะ บำรุงการศึกษา สนับสนุนการศึกษาทั้งทางโลกและทางธรรม

ความเคารพในสมาธิ คือตระหนักถึงคุณประโยชน์อันมหาศาลของการทำสมาธิ แล้วแสดงออกซึ่งความเคารพ โดยตั้งใจฝึกสมาธิอย่างสม่ำเสมอให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ เพราะสมาธิเป็นสิ่งสำคัญยิ่งในการสร้างคุณดีทั้งหลาย เป็นการฝึกฝนตนเองอย่างยิ่งยวด ทำให้รู้และเข้าใจธรรมอย่างแท้จริง ดังจะเห็นได้จากไตรสิกขา อันเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ศีลจะเป็นพื้นฐานทำให้เกิดสมาธิได้ง่าย แล้วสมาธิจะทำให้เกิดปัญญาซึ่งเป็นเครื่องพาเราให้บรรลุนิพพาน จะเห็นว่าเรารักษาศีลก็เพื่อไม่ให้ไปทำความชั่ว ทำให้ใจไม่เศร้าหมอง เป็นสมาธิได้ง่าย และปัญญาก็เกิดจากสมาธิ สมาธิจึงเป็นหัวใจหลักในการทำมาดีทุกชนิด แม้การกำจัดกิเลสเข้าสู่นิพพาน

มีบางคนพยายามจะเข้าถึงธรรม โดยการอ่านและฟังธรรม โดยไม่ยอมทำสมาธิ แม้เขาจะอ่านจะท่องธรรมะได้มากเพียงใด ก็ยอมไม่มีโอกาสเข้าถึงธรรมได้เลย เพราะความรู้ธรรมะจากการอ่านการท่องนั้น เป็นเพียงพื้นฐานความรู้เท่านั้น จะบังเกิดผลเป็นดวงปัญญาที่แจ่ม สว่างไสว ต่อเมื่อได้นำไปปฏิบัติด้วยการทำสมาธิอย่างยิ่งยวดแล้วเท่านั้น

ยังมีบางคนกล่าวว่า การทำสมาธิเป็นส่วนเกินบ้าง เป็นการเสียเวลาเปล่าบ้าง ถ้าพบใครที่กล่าวเช่นนี้ก็พึงทราบทันทีว่าเขากล่าวต่อพุทธพจน์เสียแล้ว เป็นคนที่ใช้ไม่ได้ ไม่ควรคบ เพราะเขายกตัวของเขาเอง เขาผยองคิดว่าตนเก่งกว่าพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเสียแล้ว ใช้ไม่ได้

ความเคารพในความไม่ประมาท คือตระหนักถึงคุณประโยชน์ของการมีสติกำกับตัวในการทำงานต่างๆ แล้วแสดงออกซึ่งความเคารพโดยหมั่นฝึกสติเพื่อให้ไม่ประมาท ด้วยการเจริญสมาธิภาวนา อยู่เนืองๆ มิได้ขาด

ความเคารพในการต้อนรับแขก คือตระหนักถึงคุณประโยชน์ของการต้อนรับแขก ว่าทำให้ไม่ก่อศัตรู ปกติกคนเราจะให้ตีพร้อม ทำอะไรถูกใจคนทุกอย่างยอมเป็นไปไม่ได้ อาจมีช่องว่างรอยโหว่ มีข้อบกพร่องบ้าง การต้อนรับแขกนี้จะเป็นการปิดช่องว่างรอยโหว่ในตัว ทำให้ได้มิตรเพิ่ม เราจึงต้องให้ความสำคัญแก่ผู้มาเยือน ด้วยการต้อนรับ 2 ประการ ดังนี้

1. อามิสปฏิสันถาร ต้อนรับด้วยสิ่งของ เช่น อาหารน้ำดื่ม เลี้ยงดูอย่างดี ไม่ให้ขาดตกบกพร่อง
2. ธรรมปฏิสันถาร ต้อนรับด้วยธรรม เช่น สนทนาธรรมกัน แนะนำธรรมะให้แกกัน ฯลฯ

นอกจากตัวเราจะต้องตระหนักถึงความสำคัญของการต้อนรับแขกแล้ว แม้คนในบ้านก็ต้องฝึกให้ต้อนรับแขกเป็นด้วย ไม่เช่นนั้นจะพลาดไป เช่น ข้าราชการผู้ใหญ่บางคนตนเองต้อนรับแขกได้อย่างดีเยี่ยม แต่ไม่ได้ฝึกคนในบ้านไว้ เวลาตนเองไม่อยู่มีแขกมาหาที่บ้าน เด็กและคนรับใช้พูดจากับเขาไม่ดีทำให้เขาผูกใจเจ็บ คิดหาทางแก้แค้น หาทางโจมตีเอาจนต้องเสียผู้เสียคนมากี่มากต่อมากแล้ว โดยที่ตนเองก็ไม่รู้สาเหตุว่าเขาเป็นศัตรูเพราะอะไร

เมื่อเราสังเกตให้ดีจะเห็นว่า คนในโลกนี้มีหลายพันล้านคน สิ่งของ เหตุการณ์ การงานในโลกนี้มีหลายแสนหลายล้านอย่าง แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนให้เราสนใจอย่างจริงจัง 7 อย่าง ดังนี้ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ การศึกษา สมานี ความไม่ประมาท และการต้อนรับ ทั้ง 7 ประการนี้ มีความสำคัญเพียงใดโปรดคิดดู

สิ่งที่ควรเคารพทั้ง 7 ประการนี้ เป็นแกนหลักของความเคารพทุกอย่าง เมื่อเราสามารถรองจนตระหนักถึงคุณของสิ่งที่ควรเคารพอย่างยิ่ง ทั้ง 7 ประการนี้แล้ว ต่อไปเราก็จะสามารถรองถึงความดีของสิ่งอื่นๆ ได้ชัดเจนและละเอียดลึกซึ้งยิ่งขึ้น กลายเป็นผู้รู้จริงและทำได้จริงผู้หนึ่ง

เมื่อฝึกตนเองให้มากด้วยความเคารพแล้ว ในไม่ช้านิสัยชอบจับผิด ผู้อื่นก็จะค่อยๆ หายไป เจอใครก็จะคอยมองแต่คุณความดีของเขา ต่อไปความชั่วทั้งหลายเราก็จะนึกไม่ออก นึกออกแต่ความดีและวิธีทำความดีเท่านั้น ตัวเราก็จะกลายเป็นที่รวมแห่งความดีเหมือนทะเลเป็นที่รวมของน้ำฉะนั้น

8.2.3 การแสดงความเคารพ

การแสดงความเคารพ คือการแสดงความตระหนักในคุณความดีของสิ่งที่เราเคารพด้วยใจจริง ให้ปรากฏชัดแก่บุคคลทั่วไป ด้วยการแสดงออกทางกาย วาจา มีอยู่หลายวิธี เช่น หลีกทางให้ลุกขึ้นยืนต้อนรับ การให้ที่นั่งแก่ท่าน การประณมมือเวลาพูดกับท่าน การกราบ การไหว้ การขออนุญาต ก่อนทำกิจต่างๆ การวันทยาอูฐ การวันทยหัตถ์ การยิงสลุต การลดธง ฯลฯ

การแสดงความเคารพที่ถูกต้องตามหลักธรรม หมายถึง การแสดงออกเพราะตระหนักในคุณความดีของสิ่งที่เคารพด้วยใจจริง นักเรียนที่คำนับครูเพราะเกรงว่าถ้าไม่ทำจะถูกตัดคะแนนความประพฤติ ทหารที่ทำวันทยหัตถ์ผู้บังคับบัญชาเพราะเกรงว่าถ้าไม่ทำจะถูกลงโทษ อย่างนี้ไม่จัดว่าเป็นความเคารพ เป็นแต่เพียงวินัยอย่างหนึ่งเท่านั้น

ข้อเตือนใจ

ดังได้กล่าวแล้วว่า ความเคารพ คือการตระหนักในความคิดของคนอื่นและสิ่งอื่น ซึ่งผู้ที่จะตระหนักในความคิดของคนอื่นและสิ่งอื่นได้ จะต้องมีความสัมพันธ์อย่างหนึ่งเป็นทุนอยู่ในใจก่อนคือมีปัญญา ความรู้จักผิดชอบชั่วดีพอสมควร

และเมื่อเราแสดงความเคารพออกไปแล้ว อีกฝ่ายหนึ่งก็จะรู้ทันทีว่า อ้อ คนนี้เขามีคุณธรรมสูง มีความเคารพและมีแนวปัญญา เขาก็เกิดความตระหนักในความคิดของเรา และแสดงกิริยาเคารพต่อเรา ที่เรียกว่า รับเคารพ

แต่ถ้าผู้ใด เมื่อมีคนมาแสดงความเคารพแล้วเฉยเสีย ไม่แสดงความเคารพตอบ ผู้นั้นจัดเป็นคนน่าตำหนิอย่างยิ่ง เพราะการเฉยเสียนั้นเท่ากับบอกให้ชาวโลกรู้ว่า ตัวฉันนี้ แสนจะโง่งง หามีปัญญาพอที่จะเห็นคุณค่าความดีในตัวท่านไม่ เท่านั้นเอง

คนที่ไม่ยอมแสดงความเคารพคนอื่น หรือเมินเฉยต่อการเคารพตอบ มักเป็นเพราะเข้าใจว่าการแสดงกิริยาเคารพออกมานั้น เป็นการลดส่งอาราธนาของตนแล้วเอาไปเพิ่มให้แก่คนอื่นเลยเกิดความเสียหายเกรงว่าตัวเองจะไม่ใหญ่โต หรือเกรงว่าคนอื่นจะไม่รู้ว่าตัวเองใหญ่โต นั้นเป็นการคิดผิดอย่างยิ่ง

8.2.4 อานิสงส์การมีความเคารพ

1. ทำให้เป็นคนน่ารัก น่าเอ็นดู น่าเกรงใจ
2. ทำให้ได้รับความสุขกาย สบายใจ
3. ทำให้ผิวพรรณผ่องใส
4. ทำให้ไม่มีความเดือดร้อน ไม่มีเวร ไม่มีภัย
5. ทำให้สามารถถ่ายถอดความดีจากผู้อื่นได้ง่าย
6. ทำให้ผู้อื่นอยากช่วยเหลือเพิ่มเติมคุณค่าความดีให้
7. ทำให้สติดีขึ้น เป็นคนไม่ประมาท
8. ทำให้เป็นคนมีปัญญาละเอียดอ่อน รู้จริง และทำได้จริง
9. ทำให้เกิดในตระกูลสูงไปทุกภพทุกชาติ
10. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย

ฯลฯ

ภิกษุผู้มีพระศาสนาเป็นที่เคารพ 1 มีพระธรรมเป็นที่เคารพ 1 มีความเคารพในพระสงฆ์อย่างแรงกล้า 1 มีความเคารพในสมาธิ 1 มีความเพียรเคารพยิ่งในไตรสิกขา 1 มีความเคารพในความไม่ประมาท 1 มีความเคารพในปฏิสังขาร 1 เป็นผู้ไม่ควรเพื่อจะเสื่อม ชื่อว่าอยู่ในที่ใกล้นิพพานทีเดียว

อง สุตตก. 23/29/29-30

8.3 มงคลที่ 23 มีความถ่อมตน

มหาสมุทรซึ่งเป็นที่ไหลมารวมกันของน้ำจากทุกสารทิศ
จะต้องมีระดับพื้นที่
ต่ำกว่าพื้นที่ตรงต้นน้ำทั้งหลายฉันใด
ผู้ที่ต้องการจะรับการถ่ายทอดคุณความดีจากบุคคลทั้งหลาย
ก็จะต้องมีความอ่อนน้อมถ่อมตนก่อนฉันนั้น

8.3.1 ความถ่อมตนคืออะไร

ความถ่อมตน มาจากภาษาบาลีว่า นิวาโต
วาโต แปลว่า ลม พองลม
นิ แปลว่า ไม่มี ออก

นิวาโต แปลว่า ไม่พองลม เบาลมออกแล้ว คือเอามานะทูลออก มีความสงบเสงี่ยม เจียมตน
ไม่เบ่ง ไม่ทะนงตน ไม่มีความมานะถือตัว ไม่อวดดีถือดี ไม่ยโสโอหัง ไม่ดูถูกเหยียดหยามใคร ไม่กระด้าง
ไม่เย่อหยิ่งจองหอง

8.3.2 ความแตกต่างระหว่างความเคารพกับความถ่อมตน

ความเคารพ เป็นการปรารภผู้อื่น คือตระหนักในคุณความดีของผู้อื่น พบใครก็คอยจ้อง
หาข้อดีของเขา ไม่จับผิด สามารถประเมินคุณค่าของ ผู้อื่นได้ตามความเป็นจริง แล้วแสดงอาการเคารพ
นับถือด้วยกาย วาจา ใจ

ความถ่อมตน เป็นการปรารภตนเอง คือคอยตามพิจารณาข้อบกพร่องของตนเอง จับผิดตัวเอง
สามารถประเมินค่าของตนเองได้ถูกต้องตามความเป็นจริง ไม่อวดดีถือดี สามารถน้อมตัวลง
เพื่อถ่ายทอดคุณความดีของผู้อื่นเข้าสู่ตนเองได้อย่างเต็มที่

คนที่มีความเคารพอาจขาดความถ่อมตนก็ได้ เช่น บางคนเมื่อพบคนดีก็ตระหนักในความดี
ความสามารถของเขา คือมีความเคารพแต่ขณะเดียวกัน ถ้าจะให้อ่อนเข้าไปหาเขาทำไม่ได้ ชอบเอาตัว
เข้าไปเทียบด้วย แล้วใจของตัวก็พองรับทันทีว่า ถึงเอ็งจะแน่ แต่ข้าก็หนึ่งเหมือนกัน ใจของเขาจะพองเหมือน
อึ่งอ่างพองลม คอยแต่คิดว่า ข้าวิเศษกว่าทุกที

8.3.3 สิ่งที่คนทั่วไปหลงถือเอาทำให้ถือตัว

1. ชาติตระกูล เช่น คิดว่า ตระกูลฉันนี้เป็นตระกูลใหญ่ เชื้อสาย ผู้ดีเก่า พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย
ก็รุ่นก็รุ่นมีชื่อเสียงโด่งดังมาตลอด คนอื่นจะมาเทียบฉันได้อย่างไร เมื่อหลงถือว่าตนมีชาติตระกูลสูงกว่าผู้อื่น
ความถือตัวก็เกิดขึ้น

2. ทรัพย์สมบัติ เช่น คิดว่า เฮอะ ทรัพย์สินเงินทองของฉันมีมาก มาย จะซื้อจะหาอะไรก็ได้สบายใจ
ไม่เห็นจะต้องไปง้อ ไปเกรงใจใคร เมื่อหลงถือว่าตนมีทรัพย์สมบัติมากกว่าผู้อื่น ความถือตัวก็เกิดขึ้น

3. รูปร่างหน้าตา เช่น คิดว่า ฮี ฉันทึ่สวยน้อยหน้าใครเสียเมื่อไหร่ ดูซี ผิวก็ละเอียด จมูกก็โด่ง ตาก็กลม นางงามจักรวาลที่ว่าสวยๆ ลองมาเทียบกันดูซักทีเถอะน่า ไม่นแหรอก เมื่อหลงถือว่าตน มีรูปร่างหน้าตาดีกว่าผู้อื่น ความถือตัวก็เกิดขึ้น

4. ความรู้ความสามารถ เช่น คิดว่า ฉันทึ่ความรู้ระดับปริญญาโท ปริญญาเอก ปริญญาที่ไหน ที่ว่ายากๆ กวาดมาหมดแล้ว ฝีมือก็แกร่งกว่าใคร ใครๆ ก็สู้ฉันทึ่ไม่ได้ เมื่อหลงถือว่าตนมีความรู้ความสามารถ สูงกว่าผู้อื่น ความถือตัว ก็เกิดขึ้น

5. ยศตำแหน่ง เช่น คิดว่า ฮี ฉันทึ่มีมันชั้นผู้อำนวยการกอง อธิบดี ปลัดกระทรวง ซี 8 ซี 9 ซี 10 ซี 11 แล้วใครจะมาแ่งเท่าฉันทึ่ เมื่อหลงถือว่าตนมียศตำแหน่งสูงกว่าผู้อื่น ความถือตัวก็เกิดขึ้น

6. บริวาร เช่น คิดว่า เฮอะ สมัครพรรคพวก ลูกน้องฉันทึ่มีเยอะแยะใครจะกล้ามาทือ ใครจะ กล้ามากำเริบเลียบสาน เมื่อหลงถือว่าตนมีบริวารมากกว่าผู้อื่น ความถือตัวก็เกิดขึ้น

คนทั่วไปมักหลงยึดเอาสิ่งต่างๆ 6 ประการนี้ เป็นข้อถือดีของตัวเอง ไม่เคยคิดว่าสิ่งต่างๆ ที่ว่านั้น มันจะเป็นของเราตลอดไปหรือไม่ จีรังยังยืนหรือเปล่า ที่ว่าหล่อๆ สวยๆ พออายุสักหกสิบเจ็ดสิบจะมีใครอยากมอง เศรษฐี มหาเศรษฐี ทำการค้าผิดพลาดเข้า ล่มจมกลายเป็นยากภายในวันเดียวก็มี ตัวอย่างมากมายแล้ว และถึงจะเป็นเศรษฐีไปจนตายก็ใช้ว่าจะขนเงินขนทองไปปรโลกด้วยได้เมื่อไหร่ ถ้าไม่รู้จักสร้างคุณงามความดี ถึงมีเงินทองมากเท่าไรก็ไม่พ้นทุกข์ไปได้ ยิ่งรวยมากก็ยิ่งทุกข์มาก ทั้งหา ห่วง หวง ยศตำแหน่ง บริวารนั้นก็ใช้ว่าจะคงอยู่กับเราอย่างนั้นตลอดไป ทุกอย่างไม่มีอะไรแน่นอน ไม่ใช่เป็นของเราจริงๆ เป็นเพียงสิ่งสมมุติกันขึ้นเพื่อให้คนในสังคมทำงานตามหน้าที่ของตนเท่านั้น สิ่งที่จะ คงอยู่กับตัวเราอย่างแน่นอน และช่วยให้เราพ้นทุกข์ได้จริงๆ คือความดีในตัวของเราต่างหาก

และการที่เราถือตัวเยอหยิ่งทะนงตนนั้น มันทำให้อะไรในตัวเราดีขึ้นบ้าง จะทำให้คนอื่นนับถือ ว่าตัวเรายังใหญ่ก็หาไม่ได้รังแต่จะทำให้เขาเกลียดชังเหม็นหน้า เหมือนคนอยากให้คนอื่นรู้ว่าตัวอ้วนท้วนสมบูรณ์ จึงอมลมเข้าเต็มปากทำให้แก้มตุ่ย ใครเห็นเข้าแทนที่จะชม เขาก็มีแต่จะหัวเราะเยาะ และขินอมลมอยู่ อย่างนั้น ข้าวก็กินไม่ได้ น้ำก็กินไม่ได้ ตัวก็มีแต่จะผอมซูบซีดลงทุกที

แท้จริง ผู้ที่จะเป็นผู้ยิ่งใหญ่ ได้รับการยกย่องนับถือจากคนอื่นทั้งกายและใจนั้นจะต้องเป็นผู้มีความอ่อนน้อมถ่อมตนอย่างเต็มที่เท่านั้น ผู้ที่ฉลาด จึงไม่ควรหลงยึดเอาสิ่งเหล่านี้มาทำให้ตนเกิดความถือตัว

8.3.4 โทษของการอวดดีถือดี

1. ทำให้เสียตน เพราะเป็นคนรับความดีจากคนอื่นไม่ได้ กลัวเสียเกียรติ ประเมินค่าตน สูงกว่าความเป็นจริง คิดแต่ว่าเราดีอยู่แล้ว ใครๆ ก็สู้เราไม่ได้ โบราณท่านจึงมีคำสอนเตือนใจไว้ว่า ลูกท่านหลานเธอ ลูกเจ้าบ้านหลานเจ้าวัด มักจะเอาดีไม่ค่อยได้ เพราะมักจะติดนิสัยอวดดีถือดี ยโสโอหัง จึงไม่มีใครอยากแนะนำสั่งสอนให้ ทำผิดก็ไม่มีใครอยากเตือน สุดท้ายก็คบอยู่แต่กับพวกประจบสอพลอ ทำผิดถล่ำลิกไปทุกทีจนสุดทางแก้

2. ทำให้เสียมิตร เพราะเป็นคนเจ้ายศเจ้าอย่าง ที่ไม่ควรถือก็ถือ ไม่ควรโกรธก็โกรธ จึงไม่มีใครอยากคบด้วย คนพวกนี้ถึงแม้ในเบื้องต้นอยากจะทำความดี แต่ทำไปได้ไม่กี่น้ำก็จอดเพราะไม่มีคน

สนับสนุน เป็นเหมือนเจดีย์ฐานแคบ ไม่สามารถสร้างให้สูงขึ้นไปได้

3. ทำให้เสียหมู่คณะ เพราะเป็นคนอวดแบ่ง จะเอาแต่อภิสิทธิ์ ทำให้เสียระเบียบวินัย หมู่คณะแตกแยก

หมู่คณะใดที่สมาชิกมีความอ่อนน้อมถ่อมตน แม้บางครั้งจะมีการทะเลาะเบาะแว้งกันบ้าง แต่ไม่นานก็สามารถสมานสามัคคีป้องกันอันตรายทั้งหลายได้โดยง่าย เหมือนดินเหนียวในท้องนา ยามหน้าแล้งก็แตกกระแหงเป็น ร่องลึก ดูเหมือนไม่มีทางที่จะประสานรวมกันได้อีกแล้ว แต่พอฝนตกลงมา ชูเดียวก็สามารถประสานคืนเป็นผืนเดียวกันได้อย่างน่าอัศจรรย์

ส่วนหมู่คณะใดที่สมาชิกมีความถือตัวจัด จึงไม่มีทางที่หมู่คณะนั้นจะเกิดความสมานสามัคคีกันได้ เหมือนดินทรายที่แม้ฝนจะตกจนน้ำท่วมฟ้าก็ไม่มีทางประสานรวมกันได้สนิท เช่นประเทศอินเดียในอดีต ซึ่งพลเมืองมีความถือตัวจัด แบ่งชั้นวรรณะกันอย่างหนัก แม้เพียงคนวรรณะสูงไปเห็นคนวรรณะต่ำ เห็นคนฉันทาลเข้าก็ต้องรีบไปเอาน้ำล้างตา เพราะกลัวเสียดจัญไรจะติด เพราะถือตัวกันอย่างนี้ พอถึงคราวมีข้าศึกรุกราน เลยไม่มีใครช่วยใครกำจัดศัตรู ปล่อยให้ศัตรูเข้ายึดครองประเทศโดยง่าย พวกคนวรรณะต่ำก็คิดว่าดีแล้ว คนวรรณะสูงๆ จะได้รู้สึกเสียบ้าง คนวรรณะสูงด้วยกันเองก็ยังถือตัวทะเลาะรบกันเอง เพราะถือตัวกันอย่างนี้ แม้มีพลเมืองมากหลายร้อยล้านคนก็ยังตกเป็นเมืองขึ้นของอังกฤษ ซึ่งส่งทหารมาเพียงแค่หยิบมือเดียว

นระใดกระต่างโดยชาติ

กระต่างโดยทรัพย์ และกระต่างโดยโคตร

ย่อมคูหมิ่นแม้ญาติของตน

กรรม 4 อย่างของนระนั้น เป็นทางแห่งความเสื่อม

(ปรามาสสูตร) ขุ. ส. 25/304/347

8.3.5 วิธีแก้ความอวดคือถือดี

1. ต้องคบกับยามมิตร คือคบคนดี จะได้คอยแนะนำเตือนสติเราให้ประเมินค่าของตนเอง ถูกต้องตามความเป็นจริง คอยแนะนำปลูกสร้างนิสัยดีๆ ให้กับเรา ไม่คบคนประจบสอพลอซึ่งจะพาเราไปในทางเสีย นอกจากนี้จะต้องแสดงความเคารพบูชาบุคคลที่ควรบูชาเสมอๆ เราจะได้ตระหนักเสมอว่า ผู้ที่มีคุณธรรมสูงกว่าเรายังมีอยู่

2. ต้องมีโยนิโสมนสิการ คือรู้จักคิดไตร่ตรองเอง เช่น พิจารณาว่า อูจจาระปีสภาวะของเราก็เหมือนกับของคนอื่นๆ เขา เราเองก็ไม่ได้ยู่ค้ำฟ้า ถึงจะเก่งอย่างไรในที่สุดก็ต้องตายเหมือนกัน ตัวเราไม่ได้วิเศษกว่าคนอื่นเลย สิ่งใดที่เป็นข้อถือตัวของเรา เช่น ชาติตระกูล ฐานะ รูปร่างหน้าตา ตำแหน่งหน้าที่ การงาน บริวาร ให้หมั่นนำสิ่งนั้นมาพิจารณาเรื่อยๆ ว่า สิ่งเหล่านั้นไม่เที่ยงแท้ ไม่จีรังยั่งยืน ไม่ได้อยู่กับเราตลอดไป

8.3.6 ลักษณะของผู้มีความถ่อมตน

ผู้มีความถ่อมตน จะเป็นผู้ที่รู้จักคุณค่าของตนตามความเป็นจริง เจียมเนื้อเจียมตัว ทำให้มีลักษณะอาการแสดงออกที่ดีเด่นกว่าคนทั้งหลาย 3 ประการ ดังนี้

1. มีกิริยาอ่อนน้อม คือไม่ลดตัวลงจนเกินควร และไม่ถือตัวจนเกินงาม มีกิริยาอันเป็นที่รักอ่อนละมุนละไมต่อคนทั่วไป ทั้งผู้ใหญ่ผู้น้อยและผู้เสมอกัน รู้ที่ต่ำที่สูง ไม่ตีตนเสมอท่าน มีคุณสมบัติผู้ดีแสดงแก่คนทั้งหลาย โดยเสมอหน้ากัน ไม่เลือกว่าเขาจะมีฐานะสูงกว่าหรือต่ำกว่าตน สงบเสงี่ยมแต่ก็มีความมองอาจ ผึ่งผายในตัว

2. มีวาจาอ่อนหวาน คือมีคำพูดที่ไพเราะดูดี ออกมาจากใจที่ใสสะอาดนุ่มนวล ไม่แข็งกระด้าง ไม่พูดโอ้อวดยกตัว และไม่พูดกล่าวโทษลบหลู่ ทั้บถคนอื่น เมื่อตนทำพลาดพลั้งสิ่งใดต่อใคร ย่อมออกวาจาขอโทษเสมอ เมื่อผู้ใดแสดงคุณต่อตนอย่างไรก็ออกวาจาขอบคุณเขาเสมอ ไม่พูดเยาะเย้ยถากถาง ผู้ทำผิดพลาด ไม่ใช่วาจาชมผู้ผู้อื่น เห็นใครทำดีก็ชมเชยสรรเสริญจากใจจริง

3. มีใจอ่อนโยน คือมีใจนอบน้อม ละมุนละม่อม ถ่อมตัว มีใจอ่อนละไมแต่มีใช้อ่อนแอมิใจแข็งแต่มีใช้แข็งกระด้าง ไม่นิยมอวดกำลังความสามารถ แต่พยายามฝึกตนเองให้มีความสามารถ ถือคติว่า จงมีแรงเหมือนยักษ์ แต่อย่าใช้แรงอย่างยักษ์ ไม่ถือความคิดของตนเป็นใหญ่ มีใจเปิดกว้าง ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น รู้จักลดหย่อนผ่อนผันแก่กัน ถือคติว่า ไฉ่ลำเดียวยังต่างปล้อง ฟันยังต่างใจ ลิบคนลิบความรู้ ลิบคนลิบความคิด แม้ลิบคนก็ลิบความเห็น เมื่อใครเขาไม่เห็นพ้องกับตนก็ไม่ด่วนโกรธแล้วค่อยๆ ปรับความคิดเห็นเข้าหากัน โดยยึดเอาคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นแกนกลาง

8.3.7 ตัวอย่างผู้มีความอ่อนน้อมถ่อมตน

ครั้งหนึ่ง พระสารีบุตรถูกพระภิกษุรูปหนึ่งใส่ความว่า ทะนงตนว่าเป็นอัครสาวกแล้วแก่งมาเดินกระทบตน พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงตรัสถามพระสารีบุตรในที่ประชุมสงฆ์ว่าเป็นจริงหรือไม่

พระสารีบุตรทูลว่า “ข้าพระพุทธเจ้ามีสติสัมปชัญญะอยู่เสมอ ระมัดระวังตน ประคองสติอันเป็นไปในกาย เสมือนบุรุษประคองถาดซึ่งบรรจุน้ำมันอยู่เต็มเปี่ยมและมีคนถือดาบอยู่เบื้องหลังพร้อมขู่ว่า ถ้าน้ำมันหกจะประหารเสีย ข้าพระองค์ประพฤตินั้นเสมือนผ้าเก่าสำหรับเช็ดภาชนะ เสมือนโคที่เขาขาดเสียแล้ว เสมือนเด็กจัญทาลที่พลัดเข้าไปในหมู่บ้าน ย่อมไม่มีอำนาจที่จะแก้มวล้าอาจหาญประการใด.....”

เราดู ขนาดพระสารีบุตร ซึ่งก่อนบวชก็ร่ำเรียนจนเจนจบในวิชา 18 ประการมาแล้ว เปรียบสมัยนี้ก็เท่ากับได้ปริญญา 18 สาขา บวชแล้วก็ได้เป็นพระอรหันต์ เป็นอัครสาวกเบื้องขวาของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ยังมีความอ่อนน้อมถ่อมตนถึงเพียงนี้ มีความเจียมตัวอยู่ตลอดเวลา เปรียบตนเองเหมือนผ้าขี้ริ้วเก่าๆ ที่เขาใช้เช็ดถ้วยชาม เหมือนโคที่เขาขาดแล้ว เหมือนเด็กจัญทาล ซึ่งเป็นคนชั้นต่ำสุดในอินเดียสมัยนั้น ไม่มีความถือตัวทะนงตนแม้แต่น้อย แล้วพวกเราซึ่งยังเป็นปุถุชนธรรมดาๆ อยู่มีละ มีดีอะไรมาหนักหนาจึงจะมากถือตัวกัน

เมื่อพระสารีบุตรกล่าวอยู่เช่นนี้ พระภิกษุรูปนั้นก็เกิดความเร่าร้อนในสรีระเหมือนมีไฟมาเผาตัว อตรนทนอยู่ไม่ได้ต้องลุกขึ้นขอโทษพระสารีบุตรและยอมรับสารภาพต่อหมู่สงฆ์ว่ากล่าวดูใส่ความพระสารีบุตร

พระลัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสรรเสริญว่า พระสารีบุตรมั่นคงเหมือนแผ่นดิน เหมือนเสาหิน เป็นผู้ไม่แสดงอาการยินดียินร้าย เป็นผู้คงที่และมีวัตรดี เป็นผู้ใสสะอาดเหมือนน้ำที่ไม่มีฝุ่นหรือโคลนตม สังสารวัฏย่อมไม่มีแก่บุคคลเช่นนี้

8.3.8 อานิสงส์การมีความถ่อมตน

1. ทำให้อยู่เป็นสุข ไม่มีศัตรู
2. ทำให้น่ารัก น่านับถือ น่าเคารพกราบไหว้
3. ทำให้เกิดความสามัคคีในหมู่คณะ
4. ทำให้ได้กัลยาณมิตร
5. ทำให้สามารถถ่ายถอดคุณความดีจากผู้อื่นได้
6. ทำให้ได้ที่พึงทั้งภพนี้ภพหน้า
7. ทำให้ไม่ประมาท ตั้งอยู่ในธรรม
8. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย

ฯลฯ

บุคคลผู้เป็นบัณฑิตถึงพร้อมด้วยศีล ละเอียดย มีปฏิภาณไหวพริบ ประพฤติถ่อมตน และ ไม่กระด้างเช่นนั้น ย่อมได้ยศ

ที. ปา. 11/205/206

8.4 มงคลที่ 24 มีความสันโดษ

น้ำแม้เพียงน้อย ก็สามารถทำให้แก้วน้ำเต็มบริบูรณ์ได้
ตรงข้าม แม้มีน้ำมากมหาศาล
ก็ไม่สามารถทำให้มหาสมุทรเต็มบริบูรณ์

ในทำนองเดียวกัน ทรัพย์สินเงินทองแม้เพียงน้อย
ก็สามารถยังใจของผู้มีความสันโดษ
ให้เต็มเปี่ยมไปด้วยความสุขความพอใจ

ตรงข้าม แม้มีทรัพย์สินเงินทองมากมายมหาศาลเพียงใด
ใจของผู้ที่ไม่มีความสันโดษ
ก็ยังเร่าร้อน กระวนกระวาย กระหายอยากได้อยู่นั่นเอง

8.4.1 สันโดษคืออะไร

สันโดษ มาจากภาษาบาลีว่า สันโตสะ สัน แปลว่า ตน โตสะ แปลว่า ยินดี สันโดษจึงแปลว่า ยินดี ชอบใจ พอใจ อิ่มใจ จุใจ สุขใจ กับของของตน ความหมายโดยย่อคือ ให้รู้จักพอ รู้จักประมาณ

เรื่องสันโดษนี้ เป็นเรื่องหนึ่งที่มีผู้เข้าใจผิดกันมาก เข้าใจกันว่าสันโดษทำให้ยากจนบ้าง ละเข้าใจว่าสันโดษทำให้เกียจคร้านบ้าง เข้าใจว่าสันโดษ ชัดขวางความเจริญบ้าง ขอให้เรามาศึกษากันต่อไป ว่าความเข้าใจของคนทั้งหลายนั้นเป็นจริงหรือไม่ ลักษณะสันโดษที่แท้จริงเป็นอย่างไร มีคุณหรือโทษ

8.4.2 ลักษณะของความสันโดษ

ความยินดี ความสุขใจ ความพอใจ ดังได้กล่าวมาแล้วนั้น ที่จัดว่าเป็นสันโดษต้องมีลักษณะ 3 อย่าง ดังต่อไปนี้คือ

1. สเกนสันโดษ ยินดีกับของของตน
2. สันเตนสันโดษ ยินดีกับสิ่งที่ได้มา
3. สเมนสันโดษ ยินดีโดยมีใจสม่ำเสมอ

ยินดีกับของของตน หมายถึง ยินดีกับสิ่งที่ตนมีอยู่แล้ว พอใจกับของของตนไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ของเรา ลูกเมียของเรา งานของเรา ประเทศชาติของเรา ถึงจะมีข้อบกพร่องอย่างไรก็ค่อยๆ แก้ไขกันไปให้ดีขึ้น ไม่คิดไขว่คว้าแย่งชิงเอาของคนอื่นเขามาเป็นของตน

ช่างซ่อมรองเท้าริมถนนมีความพอใจในงานของตน ตั้งใจทำงานด้วยความขยันขันแข็งรอบคอบ ละเอียดลออเป็นที่ดีใจของลูกค้า สามารถเก็บหอมรอมริบทีละเล็กละน้อย จนตั้งตัวได้กิจการขยายใหญ่โต ก็มีตัวอย่างให้เห็น

บุคคลเมื่อพอใจในสิ่งใด เขาย่อมก้าวหน้าอย่างไม่หยุดยั้งในสิ่งนั้น ความพอใจจะเป็นพลังหนุนให้เกิดความพยายาม ส่วนความไม่พอใจจะทำให้คนเหนื่อยหน่าย ระอิดระอา

สันโดษข้อนี้ จะเป็นเครื่องกำจัดความเกียจคร้านเบื่อหน่าย และความโลภอยากได้ของผู้อื่น มาเป็นของตน

ยินดีกับสิ่งที่ได้มา หมายถึง ยินดีกับของส่วนที่ตนได้มา คือเมื่อแสวงหาประโยชน์อันใด ทุ่มเท สติปัญญาความสามารถทำไปเต็มที่แล้ว ได้เท่าไรก็พอใจเท่านั้น อาจจะได้ไม่ถึงเป้า ประสิทธิภาพไม่ถึงเป้า ก็พอใจยินดีเพียงแค่นั้น ไม่ถึงกับกระวนกระวายเป็นทุกข์ เพราะได้ไม่สมอยาก ไม่เป็นคนชนิดที่ไม่ได้ด้วยเล่ห์ ก็เอาด้วยกล ไม่ได้ด้วยมนต์ก็เอาด้วยคาถา

คนที่ขาดลักษณะสันโดษข้อนี้ มักเป็นคนดูถูกโชควาสนาของตนเอง พยายามดิ้นรนหาเพราะ ความไม่รู้จักพอจนเดือดร้อน แทนที่จะชอบส่วนที่ได้กลับนึกเกลียดชัง รำคาญใจ แล้วเอาความชอบใจไปฝากไว้ กับส่วนที่ตัวไม่ได้

คนทอดแหหาปลาที่ขาดสันโดษข้อนี้ มักจะคิดเสมอว่าปลาตัวที่หลุดมือลงน้ำตัวโตกว่าตัวที่จับได้ เกลียดปลาตัวที่จับได้ แต่พอใจปลาตัวที่หลุดมือ ผลที่สุดก็ต้องกินปลาตัวที่เกลียด แล้วเฝ้าทุกข์ใจเสียดายปลา ตัวที่หลุดมือ คนประเภทนี้ไม่มีหวังได้กินปลาอร่อยๆ จนตาย เพราะคิดเสมอว่า ตัวที่อร่อยที่สุด คือตัวที่ จับไม่ได้

ยินดีโดยมีใจสม่ำเสมอ หมายถึง ไม่รู้สึกดีใจจนเกินไปเมื่อได้พบสิ่งที่ถูกใจ และไม่เสียใจจนเกินไป เมื่อต้องประสบกับสิ่งที่ไม่ถูกใจ

8.4.3 ประเภทของสันโดษ

สันโดษมี 3 อย่างคือ

1. ยถาลภสันโดษ ยินดีตามที่ได้
2. ยถาพลสันโดษ ยินดีสิ่งที่ควรแก่สมรรถภาพ
3. ยถาสารูปสันโดษ ยินดีตามควรแก่ฐานะ

ยินดีตามที่ได้ คือได้สิ่งใดมา ก็พอใจอย่างนั้น ไม่เสียใจถ้าได้ไม่เท่าที่ต้องการ แต่ชวนช่วยสร้างเหตุให้ดีที่สุด และให้ดียิ่งๆขึ้นไป เช่น เป็นข้าราชการขยันทำงาน ตั้งใจว่าน่าจะจะได้เลื่อนขั้นขึ้นสัก 2 ชั้น แต่ถ้าเกิดได้เลื่อนแค่ชั้นเดียว ก็ไม่เสียใจ พอใจว่าได้เลื่อนขึ้นมา 1 ชั้น ก็ทำงานสร้างประโยชน์ได้มากกว่าเดิมแล้ว จากนั้นก็ตั้งใจทำงานในหน้าที่ให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป

ยินดีสิ่งที่ควรแก่สมรรถภาพ คือคนเรามีความสามารถไม่เท่ากัน ทั้งกำลังกาย กำลังความคิด กำลังใจ กำลังความดี ก็ให้รู้ความสามารถของตนเองและแสวงหาหรือยอมรับเฉพาะของที่ควรแก่สมรรถภาพของตนเองเท่านั้น ไม่เป็นคนตีราคาตัวเองผิด คิดเอาง่ายๆ ตื่นๆ ว่าเขาเป็นอะไรตัวก็จะเป็นได้อย่างเขาทุกอย่าง เข้าทำนอง “เห็นเขานั่งคานหาม เอามือประสานกัน” ความสามารถเป็นได้แค่ รัฐมนตรีก็ไม่ดีนรไปเป็นนายก หรือความสามารถแค่เป็นคนใช้ก็อย่าริเป็นคุณนาย

ยินดีสิ่งที่สมควรแก่ฐานะ คือให้พิจารณาว่าเรามีฐานะเป็นอะไร นักบวช ชาวบ้าน ผู้ใหญ่ ผู้น้อย ครู นักเรียน นายพัน นายร้อย นายสิบ อธิบดี เลมียน ฯลฯ แล้วก็แสวงหาหรือยอมรับแต่ของที่ควรกับฐานะของตน ไม่เป็นคนใฝ่สูงเกินศักดิ์ เช่น เราเป็นผู้้น้อยก็ไม่ควรใช้ข้าวของเครื่องใช้ที่หรูหราราคาแพง เกินหน้าเกินตาเพื่อนร่วมงานหรือผู้บังคับบัญชา เพราะอาจทำให้เกิดความหมั่นไส้ อิจฉาริษยา และไม่เป็นผลดีกับตัวเรา ไม่เป็นคนประเภทมโง่งม

สันโดษทุกประเภทจะต้องประกอบด้วยศีลธรรม คือของใดก็ตามแม้เราจะได้มา แต่ถ้าไปยินดีกับของนั้นแล้วจะทำให้ผิดศีลธรรม เสียชื่อเสียง เสียเกียรติยศ เสียศักดิ์ศรี ก็ไม่ควรยินดีกับสิ่งนั้น เช่น ของที่ลักปล้นโกงขามา ของที่เป็นสินจ้างในทางที่ผิด ไม่เป็นคนลุแก่อำนาจความมักได้

ข้อเตือนใจ

คนจำนวนมากเข้าใจสันโดษผิด คิดว่าสันโดษคือการไม่ทำอะไร หรือการพอใจอยู่คนเดียว การไม่ทำอะไรนั้น ภาษาบาลีเรียกว่า โกลัชชะ คือเกียจคร้าน ไม่เรียกว่า สันโดษ การพอใจอยู่คนเดียวนั้น ภาษาบาลีเรียกว่า ปวีริตตะ ไม่เรียกว่า สันโดษ

คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในเรื่องสันโดษนั้น ไม่ได้สอนให้คนเกียจคร้าน ท้อถอย ไม่ทำงาน หรือทำงานเรื่อยๆ เฉื่อยเฉาะ เป็นภัยต่อความเจริญความก้าวหน้าอย่างที่เข้าใจกัน ตรงกันข้าม มงคลข้อนี้ชี้ให้เห็นอย่างเด่นชัดว่า ถ้าแต่ละคนรู้จักสถานภาพของตนเอง สำนึกในฐานะ ความสามารถ และ

ความมีคุณธรรมของตนอยู่เสมอแล้ว ความมีสันโดษจะเกิดขึ้นเองโดยอัตโนมัติ จะทำให้ทุกคนพอใจกับของของตน พพอใจกับของที่ตนได้มา และพอใจกับของที่สมควรแก่ตน จะไม่มีการเบียดเบียน แข่งแย่งชิงดีชิงชား ให้อภัยผู้อื่น ฉ้อโกงกัน ฯลฯ

การแก่งแย่งชิงดีกันในหมู่ผู้ใหญ่จนถึงทำลายกัน ใสร้ายป้ายสีกัน การทุจริตและมิจฉาชีพต่างๆ ที่ระบอบในสังคมทุกวันนี้ก็เพราะใจของคนเหล่านั้นไม่มีสันโดษ มุ่งจะเอาแต่ได้ ไม่คำนึงถึงผิดชอบชั่วดี ความเห็นแก่ตัวของผู้มีอำนาจการกอบโกยฉวยโอกาสของพ่อค้านักธุรกิจ โดยไม่คำนึงถึงความเดือดร้อนของคนส่วนมาก ความเร่าร้อนใจเพราะโลภจัด ได้เท่าไรก็ไม่รู้จักพอ จนกลายเป็นมัวเมาในวัตถุ ทะเยอทะยานจนเกินกำลังความสามารถของตน ได้มาโดยสุจริตไม่ทันใจ ก็ลงมือประกอบการทุจริตต่างๆ เพื่อสนองความอยากอันเผาลนจิตใจอยู่ ดำเนินชีวิตไปอย่างไรเหตุผลก็เพราะขาดสันโดษนั่นเอง

การพัฒนาสังคมจำเป็นต้องมีทั้งสันโดษและความเพียร เพราะความเพียรพยายามที่ไม่มีสันโดษควบคุมย่อมเกินพอดีและนำไปสู่ทางที่ผิดได้ง่าย ล่อแหลมต่ออันตรายเหมือนรถไม่มีเบรคหรือเบรคแตก ย่อมวิ่งเลยขีด ที่ต้องการไป ตกหลุมตกลบลงเหวข้างทางได้ง่าย บังคับให้หยุดไม่ได้ตามความปรารถนา

ฉะนั้นจึงกล่าวได้ว่า สันโดษเป็นคุณธรรมอันประเสริฐ เป็นไปเพื่อความเจริญสุขทั้งแก่ตนเอง ครอบครัว และสังคมประเทศชาติ หัวใจของผู้มีความสันโดษเท่านั้น จึงจะเหมาะแก่การปลูกฝังคุณธรรมอื่นๆ และคนมีสันโดษเท่านั้นจึงจะทำความดีได้ยั่งยืนไม่จิตจาง และทำดีด้วยความสุจริตใจ ที่สังคมพัฒนาไปได้ช้าเพราะคนขาดสันโดษต่างหาก หาใช่เพราะคนมีสันโดษไม่

8.4.4 สิ่งที่คนทั่วไปไม่รู้จักพอ

คนทั่วไปไม่รู้จักพอ ไม่รู้จักประมาณในสิ่งต่อไปนี้

1. อำนาจวาสนา เช่น เป็นผู้อำนวยการกองก็ไม่พอ อยากรับอธิบดี หรือเป็นผู้แทนราษฎรก็ไม่พอ อยากรับรัฐมนตรี ทั้งๆ ที่ความสามารถไม่ถึง
2. ทรัพย์สินสมบัติ เช่น มีบ้านหลังเล็กก็ไม่พอ อยากรับได้บ้านหลังใหญ่ มีเงินล้านก็ไม่พอ อยากรับได้เงินสิบล้าน
3. อาหาร เช่น มีอาหารธรรมดารับประทานก็ไม่พอ ยังอยากรับประทานอาหารแพงๆ ตามภัตตาคารหรูๆ
4. กามคุณ เช่น มีสามีหรือภรรยาแล้วก็ไม่พอ อยากรับจะมีใหม่อีก

วิธีสร้างความสุข สร้างความเจริญก้าวหน้า ต้องเริ่มด้วยการรู้จักพอใจ กับสิ่งที่ตัวมีอยู่ และทำหน้าที่ของตนให้ดีที่สุด ไม่ใช่คิดว่าทะเลาะทะเลาะจนเกินเหตุ เช่น เป็นหัวหน้าแผนก อยากรับมีความสุขความก้าวหน้าก็ให้พอใจในตำแหน่งของตนแล้วตั้งใจทำหน้าที่ให้ดีที่สุด ความสุขก็เกิด ความเจริญก้าวหน้าก็จะมีมาเอง เป็นสามีหรือภรรยาอยากมีความสุขก็ให้พอใจในคู่ครองของตน แล้วทำหน้าที่ของตนให้ดีที่สุด ความสงบสุขในครอบครัวก็จะมีมาเอง ไม่ใช่เที่ยววิ่งวุ่นมีบ้านเล็กบ้านน้อย ยิ่งมีก็ยิ่งทุกข์ หากความสุขไม่ได้สักที

โบราณท่านผูกเรื่องสอนใจไว้ว่า มีสุนัขขี้ขลาดตัวหนึ่งเดินพลัดหลงทางเข้ามาในบ้าน เจ้าของบ้านสงสารหาน้ำข้าวให้กิน พอกินน้ำข้าวได้ 7 วัน วันที่ 8 จะกินข้าว พอเจ้าของบ้านหาข้าวให้กิน กินข้าวได้ 7 วัน วันที่ 8 จะกินกับ พอเจ้าของบ้านหาผักให้กิน กินกับข้าวได้ 7 วัน วันที่ 8 จะขึ้นโต๊ะกินร่วมกับเจ้าของบ้าน

จึงถูกไล่แผ่นดินออกจากบ้านเพราะมันเป็นโรคไม่รู้จักพอ โรคชนิดนี้เกิดขึ้นได้ทั้งในคนและสัตว์ ทั้งในหญิงและชาย ทั้งในคนจนและคนรวย ทั้งในคนมีความรู้และคนไม่มีความรู้

8.4.5 สันโดษเป็นต้นทางแห่งความสุขที่แท้จริงได้อย่างไร

ความสุขในโลกนี้อาจแบ่งได้เป็น 2 ประเภท คือ

1. สามีสุข เป็นความสุขที่ต้องอาศัยวัตถุภายนอก มาตอบสนองความต้องการทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และความคิดอยากต่างๆ เป็นความสุขชั้นหยาบ เพราะมีทุกข์เจือปนมากตลอดเวลา มีอาการคือ

1.1 ต้องแสวงหาดี้นรจนกระวนกระวายเป็นอาการนำหน้าเนื่องจากของทั้งหลายหาได้ยาก มีจำกัด

1.2 เมื่อได้มาก็ต้องระวัง รักษา ยึดติด คับแคบ อึดอัด หวงแหน ผูกพัน กลัวสูญหาย

1.3 ถ้าไม่ได้มา ถูกขัดขวางก็ขัดใจ คิดทำลาย คิดอาฆาต พยาบาท จองเวร

2. นิรามีสสุข เป็นความสุขภายใน ที่ไม่ต้องอาศัยวัตถุภายนอกมาสนองความอยาก เป็นความสุขขณะที่มีลักษณะ

สะอาด ไม่มีกิเลสปน

สงบ ไม่ดี้นรจนกระวนกระวาย

เสรี เป็นอิสระ โปร่งเบา ไม่คับแคบ

สว่างไสว ประกอบด้วยปัญญา เห็นสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง

สมบูรณ์ ไม่มีความรู้สึกขาดแคลน ไม่รู้สึกบกพร่อง ไม่อ้าวเหว มีแต่ความแช่มชื่น เบิกบานอึดเอิบอยู่ภายใน

นิรามีสสุขจึงเป็นความสุขที่แท้จริง เป็นภาวะสุขที่ไม่ก่อให้เกิดปัญหาใดๆ ตามมา ช้ำยังช่วยขจัดปัญหาต่างๆ ด้วย ผู้ที่จะมีนิรามีสสุขได้จะต้องมีสภาพใจที่สงบไม่ดี้นรจน คือมีความสันโดษเสียก่อน ยิ่งสันโดษต่อสามีสุขมากเท่าไร ก็ยิ่งได้นิรามีสสุขมากขึ้นเท่านั้น

8.4.6 การหาเลี้ยงชีพอย่างมีสันโดษ

ในการดำรงชีพ พระพุทธศาสนามุ่งให้ทุกคนหาปัจจัย 4 หล่อเลี้ยงร่างกาย พอเพียงเพื่อให้สังขารนี้สามารถดำรงอยู่ได้ตามอัตรภาพ จากนั้นก็ใช้ร่างกายนี้สร้างความคิดต่างๆ ให้เต็มที่ทุกรูปแบบทุกโอกาส มิได้มุ่งหมายให้คนเราดี้นรจนไขว่คว้าทะเลาะทะเลาะกันเกินเหตุ เพื่อให้มีวัตถุต่างๆ พรั่งพร้อมบริบูรณ์ไว้บำรุงบำเรอตน

เพราะฉะนั้นความสำเร็จในการพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศ มิใช่วัดด้วยการมีทรัพย์สินเต็มท้องพระคลังหรือเต็มล้นอยู่ ณ ที่ใดที่หนึ่ง แต่อยู่ที่ไม่มี คนอดอยากยากไร้ต่างหาก

การไม่มีคนยากจน เป็นเครื่องวัดความสำเร็จของรัฐได้ดีกว่าการมีคนร่ำรวย

8.4.7 หลักปฏิบัติเกี่ยวกับทรัพย์สิน

1. การแสวงหา ต้องหามาโดยชอบธรรม ไม่ข่มเหงรังแกใคร ไม่ทำผิดกฎหมาย ผิดประเพณี ผิดศีล ผิดธรรม
2. การใช้ ไม่เป็นคนตระหนี่และไม่ฟุ่มเฟือย ให้รู้จักใช้ทรัพย์เลี้ยงตนและคนเกี่ยวข้องให้เป็นสุข รู้จักทำทาน เผื่อแผ่ แบ่งปัน ใช้ทรัพย์ทำสิ่งที่ดีงาม เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม
3. ทศนคติเกี่ยวกับทรัพย์สินไม่ถือว่าทรัพย์สินเงินทองเป็นพระเจ้า แต่เป็นเพียงอุปกรณ์อย่างหนึ่งในการดำเนินชีวิต

8.4.8 ประเภทของคนจน

คนจนในโลกนี้มีอยู่ 2 ประเภท ได้แก่

1. จนเพราะไม่มี คือคนที่ขัดสนทรัพย์ มีทรัพย์น้อย จัดว่าเป็นคนจนชั่วคราว ถ้าหากทำมาหากิน ถูกช่องทาง ย่อมมีโอกาสรวยได้
 2. จนเพราะไม่พอ คือคนที่มีทรัพย์มากแต่ไม่รู้จักพอ จัดว่าเป็นคนจนถาวร เป็นเศรษฐีในอนาคต ต้องจนจนตาย
- สันโดษ คือการรู้จักพอ จึงเป็นคุณธรรมที่มหัศจรรย์ สามารถทำให้คนเล็กเบียดเบียนกัน เลิกฟุ้งเฟ้อเห่อเหิม เลิกสะเพร่า เลิกสงคราม ทำให้คนอิ่มใจได้ แม้มีทรัพย์ มียศ มีตำแหน่งน้อย และ ทำให้คนรวยเป็นเศรษฐีได้ โดยสมบูรณ์ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงตรัสว่า

สนตุฏฐี ปรมฺ ธนํ

ความสันโดษเป็นยอดทรัพย์

ขุ. ธ. 25/25/42

8.4.9 วิธีฝึกให้มีสันโดษ

1. ให้หมั่นพิจารณาถึงความแก่ ความเจ็บ ความตาย อยู่ตลอดเวลา ว่าจะหลีกเลี่ยงจากสิ่งเหล่านี้ไปไม่ได้ ถึงดินร่นหาเงินทองมากเท่าไร ก็นำติดตัวไปไม่ได้ เมื่อพิจารณาบ่อยเข้าความโลภก็จะลดลง แล้วความสันโดษ ก็จะเกิดขึ้น
2. ให้รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร กินเพื่ออยู่ไม่ใช่อยู่เพื่อกิน เป็นการฝึกสันโดษขั้นพื้นฐานที่เราต้องปฏิบัติอยู่ทุกวัน
3. ให้หมั่นให้ทานอยู่เสมอๆ เป็นการฆ่าความตระหนี่ ความโลภในตัวไปทีละน้อยๆ เมื่อทำบ่อยๆ เข้า แล้วความสันโดษก็จะเกิดขึ้น
4. ให้หมั่นรักษาศีล โดยเฉพาะศีล 8 ผู้ที่รักษาศีล 8 จะช่วยให้เกิดความสันโดษในหลายเรื่อง เช่น ศีลข้อ 3 ทำให้สันโดษในกามคุณ ศีลข้อ 6 ทำให้สันโดษในเรื่องอาหาร ศีลข้อ 7 ทำให้สันโดษในเรื่องเครื่องนุ่งห่ม การแต่งเนื้อแต่งตัว และศีลข้อ 8 ทำให้สันโดษในเรื่องที่อยู่อาศัยที่หลับนอน
5. ให้หมั่นทำสมาธิเป็นประจำ เมื่อทำสมาธิอย่างสม่ำเสมอจิตใจก็จะสงบนุ่มนวลขึ้น ความอยากเด่นอยากดัง หรืออยากได้ในทางที่ไม่ชอบก็จะค่อยๆ หายไป

8.4.10 วิธีฝึกสันโดษในสังคมไทย

สังคมไทยตั้งแต่โบราณ มีวิธีฝึกสันโดษได้ผลดีเยี่ยมอย่างหนึ่งก็คือ การบวช แม้จะเป็นการบวชช่วงสั้นเพียงพรรษาเดียวก็ตาม

ผู้บวชจะมีโอกาสสัมผัสกับความสุขชนิดไม่อิงวัตถุ แต่เป็นความสุขใจที่เกิดจากความพอเกิดจากความสงบภายใน ซึ่งในชีวิตประจำวันหาโอกาส ทำได้ยาก

ผู้บวชเป็นพระภิกษุ จะได้สัมผัสกับความสุขในขณะที่มีเครื่องนุ่งห่มครองกายเพียงผ้า 3 ผืน มีบาตร 1 ใบ บิณฑบาตเลี้ยงชีพ จะได้สัมผัสความสุขจากการไม่มีห่วง ไม่มีภาระสะสม ไม่ถูกผูกมัดจากวัตถุ มีอิสระไปรุ่งเบา เหมือนนกน้อยในอากาศ เปรียบเทียบกับความสุขหยาบๆ หลอกๆ ในขณะที่เป็นฆราวาส ซึ่งเป็นสุขปนทุกข์ ต้องแสวงหาเป็นห่วงและห่วงแหวนอยู่ตลอดเวลา ทำให้เข้าใจถึงประโยชน์อันยิ่งใหญ่ของการมีสันโดษ

8.4.11 อานิสงส์การมีสันโดษ

1. ทำให้ตัดกังวลต่างๆ เสียได้
2. ทำให้หลุดพ้นจากอกุศลกรรม
3. ทำให้มีความสบายกายสบายใจ
4. ทำให้พ้นจากความผิดพบแต่สิ่งถูกต้อง
5. ทำให้ศีลธรรมเกิดในใจได้ง่าย
6. ทำให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งปวง
7. ทำให้มีกำลังใจสูง รู้ว่าสิ่งใดไม่ดีก็ไม่ฝ่าฝืนทำ
8. นำความเจริญก้าวหน้ามาสู่ตน
9. ทำให้มีโอกาสกระทำแต่สิ่งดีๆ ยิ่งๆ ขึ้น
10. ได้ชื่อว่านำพระพุทธศาสนาให้รุ่งเรือง

ฯลฯ

ภิกษุผู้สันโดษ ย่อมเป็นผู้อยู่เป็นสุขในทิศทั้ง 4 และเป็นผู้ไม่กระทบกระทั่ง สันโดษอยู่ด้วยปัจจัยตามมีตามได้ ครองจำเสียดซึ่งอันตรายทั้งหลาย ไม่หวาดเสียว เป็นผู้เดียวเช่นกับนอแรด ฟิงเที่ยวไป

ช. ส. 25/296/333

8.5 มงคลที่ 25 มีความกตัญญู

คนตาบอด ย่อมมองไม่เห็นโลก

แม้ดวงอาทิตย์จะส่องสว่างอยู่ฉนั้นใด

คนใจบอด ย่อมไม่มีความกตัญญู

แม้จะได้รับความเมตตากรุณาจากผู้มีอุปการคุณฉนั้นนั้น

8.5.1 ความกตัญญูคืออะไร

ความกตัญญู คือความรู้จักคุณ หมายถึง ความเป็นผู้มีใจระจ่าง มีสติปัญญาบริบูรณ์ รู้อุปการคุณที่ผู้อื่นกระทำแล้วแก่ตน ผู้ใดก็ตามที่ทำความแก่ตนแล้ว ไม่ว่าจะมากน้อยเพียงใดก็ตาม เช่น เลี้ยงดูสั่งสอนให้ที่พัก ให้งานทำ ฯลฯ ย่อมระลึกถึงด้วยความซาบซึ้งอยู่เสมอ ไม่ลืมอุปการคุณนั้นเลย

อีกนัยหนึ่ง ความกตัญญู หมายถึง ความรู้บุญหรือรู้อุปการะของบุญ ที่ตนทำไว้แล้ว รู้ว่าที่ตนเองพ้นจากภัยอันตรายทั้งหลาย ได้ดีมีสุขอยู่ในปัจจุบัน ก็เพราะบุญทั้งหลายที่เคยทำไว้ในอดีตส่งผลให้จึงไม่ลืมอุปการะของบุญนั้น และสร้างสมบุญใหม่ให้ยิ่งๆ ขึ้นไป

รวมความแล้ว กตัญญูจึงหมายถึงการรู้จักบุญคุณ อะไรก็ตามที่เป็นบุญหรือมีคุณต่อตนแล้ว ก็ตามระลึกนึกถึงด้วยความซาบซึ้งไม่ลืมเลย คนมีกตัญญูถึงแม้จะนัยน์ตาบอดมืดทั้งสองข้าง แต่ใจของเขาใสระจ่างยิ่งกว่าดวงจันทร์ดวงอาทิตย์รวมกันเสียอีก

8.5.2 สิ่งที่ควรกตัญญู

สิ่งที่ควรแก่ความกตัญญูแบ่งได้เป็น 5 ประการ ได้แก่

1. กตัญญูต่อบุคคล คือใครก็ตามที่เคยมีพระคุณต่อเรา ไม่ว่าจะมากน้อยเพียงไร จะต้องกตัญญูรู้คุณท่าน ติดตามระลึกถึงเสมอด้วยความซาบซึ้ง พยายามหาโอกาสตอบแทนคุณท่านให้ได้ โดยเฉพาะพระลัมมาลัมพุทฺธเจ้า พระสงฆ์ บิฑา มารดา ครู อุปัชฌาย์อาจารย์ พระมหากษัตริย์หรือผู้ปกครองที่ทรงทศพิธราชธรรม จะต้องตามระลึกนึกถึงพระคุณของท่านให้จงหนัก

ให้ปฏิบัติตัวให้เป็นลูกที่ดีของพ่อแม่ เป็นศิษย์ที่ดีของครูอาจารย์ เป็นพลเมืองที่ดีของประเทศชาติ และเป็นพุทธมามกะสมชื่อ

2. กตัญญูต่อสัตว์ คือสัตว์ที่มีคุณต่อเรา เช่น ช้าง ม้า วัว ควาย ที่ใช้งาน จะต้องใช้ด้วยความกรุณาปรานี ไม่เมียนตมันจนเหลือเกิน อย่าใช้งานหนักจนเป็นการทรมาน และเลี้ยงดูให้อาหารอย่าให้อดอยากให้ได้กินได้นอนได้พักผ่อนตามเวลา ตัวอย่างในเรื่องกตัญญูต่อสัตว์นี้มีอยู่ว่า

ในสมัยก่อนพุทธกาล วันหนึ่งพระเจ้ากรุงราชคฤห์เสด็จประพาสอุทยาน และได้บรรทมหลับในอุทยานนั้น ขณะนั้นมีงูเห่าตัวหนึ่งเลื้อยเข้ามาและกำลังจะฉกกัดพระองค์ เผอญมีกระแตตัวหนึ่งเห็นเข้าแล้วร้องขึ้น พระองค์จึงสะดุ้งตื่นและไล่งูหนีไปทัน ทรงระลึกถึงคุณของกระแตว่าเป็นผู้ช่วยชีวิตพระองค์ไว้ จึงรับสั่งให้พระราชทานเหยื่อแก่กระแตในอุทยานนั้นทุกวัน และห้ามไม่ให้ใครทำอันตรายแก่กระแตในอุทยานนั้น คนทั้งหลายจึงเรียกอุทยานนั้นว่า เวสุวันถกนินวาปสถาน แปลว่า ป่าไผ่อันเป็นที่พระราชทานเหยื่อแก่กระแต ซึ่งต่อมาก็คือ เวสุวันมหาวิหาร วัดแห่งแรกในพระพุทธศาสนา

3. กตัญญูต่อสิ่งของ คือของสิ่งใดก็ตามที่มีคุณต่อเรา เช่นหนังสือธรรมะ หนังสือเรียน สถานศึกษา วัด ต้นไม้ ป่าไม้ วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการ หาเลี้ยงชีพ ฯลฯ จะต้องปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านี้ให้ดี ไม่ลบหลู่ดูแคลนไม่ทำลาย

ตัวอย่างเช่น ไม้คานที่ใช้หาบของขาย เมื่อเจ้าของตั้งตัวได้ ร่ำรวย ขึ้นก็ไม่ทิ้ง ยังคิดถึงคุณของไม้คานอยู่ถือเป็นของคู่ชีวิตช่วยเหลือตนสร้างฐานะมาจึงเลี่ยมทองเก็บไว้เป็นที่ระลึกไว้เป็นเครื่องเตือนใจอย่างนี้ก็มี

มีกล่าวไว้ในเตมียชาดกว่า

อย่าว่าถึงคนที่เราได้พึ่งพาอาศัยกันเลย แม้แต่ต้นไม้ที่ได้อาศัยร่มเงาก็หาควรจะหักกิ่ง รีดก้าน รานใบของมันไม่ ผู้ใดพำนักอาศัยนั่งนอนใต้ร่มเงาของต้นไม้ได้แล้ว ยังขึ้นหักกิ่ง รีดก้าน รานใบ เด็ดยอด ขูดราก ถากเปลือก ผู้นั้นชื่อว่าทำร้ายมิตร เป็นคนชั่วช้าเลวทราม จะมีแต่อัปมงคลเป็นเบื้องหน้า

4. กตัญญูต่อบุญ คือรู้ว่าคนเราเกิดมา มีอายุยืนยาว ร่างกายแข็งแรง ผิวพรรณดี สติปัญญาเฉลียวฉลาด มีความสุขความเจริญ มีความก้าวหน้า มีทรัพย์สมบัติมาก ก็เนื่องมาจากผลของบุญ จะไปสวรรค์ กระทั่งไปนิพพานได้ ก็ด้วยบุญ กล่าวได้ว่า ทุกอย่างสำเร็จได้ด้วยบุญ ทั้งบุญเก่าที่ได้สั่งสมมาดีแล้ว และบุญใหม่ที่เพียรสร้างขึ้นประกอบกัน จึงมีความรู้คุณของบุญ มีความอ่อนน้อมในตัว ไม่ดูถูกบุญ ตามระลึกถึงบุญเก่าให้จิตใจชุ่มชื่น และไม่ประมาทในการสร้างบุญใหม่ให้ยิ่งๆ ขึ้นไป

5. กตัญญูต่อตนเองคือรู้ว่าร่างกายของเรานี้เป็นอุปกรณ์สำคัญที่เราจะได้อาศัยใช้ในการทำความดี ใช้ในการสร้างบุญกุศลนานาประการ เพื่อความสุขความเจริญก้าวหน้าแก่ตนเอง จึงทะนุถนอมดูแลร่างกาย รักษาสุขภาพให้ดี ไม่ทำลายด้วยการกินเหล้า เสพสิ่งเสพยาเสพติด เที่ยวเตร่ดึกๆ ดื่นๆ และไม่นำร่างกายนี้ไปประกอบความชั่ว เช่น ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ เจ้าชู้ อันเป็นการทำลายตนเอง

8.5.3 ความกตัญญูจำเป็นอย่างใดในการสร้างความดี?

การที่คนเราจะมีความคิดใฝ่ดี ตั้งใจทำความดีสร้างสมคุณธรรมให้เกิดขึ้นในตัว เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ยาก แต่ที่ยากยิ่งกว่านั้นก็คือ ทำอย่างไรจึงจะรักษาความตั้งใจที่ตินั้นไว้ โดยไม่ทอดทิ้งไม่เลิก กลางคัน เพราะในการทำความดีย่อมมีอุปสรรค มีปัญหาขัดขวางมากมาย ไหนจะปัญหาภายนอก จากคนรอบข้าง จากสิ่งแวดล้อม ไหนจะปัญหาภายในจากกิเลสรุ่มล่อมประดังกันเข้ามา เราจะเอาตัวรอด ยืนหยัดสู้ปัญหาทั้งหลายที่เข้ามาผลงัดได้โดยไม่ทอดทิ้ง ก็ต้องมีสิ่งที่ยึดเหนี่ยวใจไว้ นั่นคือความกตัญญู

ไปโรงเรียน เรียนหนังสือ แม้จะยากแสนยาก ท้อถอยจะเลิกเสียนี่หลายครั้ง เพื่อนฝูงบางคนชวนไปเที่ยวเตร่เฮฮา ดูน่าสนุกกว่ามาก แต่เมื่อนึกถึงคุณพ่อคุณแม่ คิดว่าท่านอุตส่าห์ทะนุถนอมเลี้ยงดูเรามาจนเติบใหญ่ ท่านฝากความหวังไว้กับตัวเรา อยากเห็นตัวเราได้ดีเพียงใด พอคิดเท่านี้ความกตัญญูเกิดขึ้นก็มีแรงสู้ แม้จะยากแสนยาก แม้จะเหนื่อยแสนเหนื่อย ก็กัดฟันสู้มานะ ตั้งใจเรียนให้ดีให้ได้ ไม่ยอมประพฤติตัวไปในทางเสื่อมเสียแก่วงศ์ตระกูล ให้คุณพ่อคุณแม่ครูบาอาจารย์ได้อายโดยเด็ดขาด

แม้ในหมู่ผู้ปฏิบัติธรรม ผู้ตั้งใจจะทำหน้าที่เผยแผ่พระพุทธศาสนา แน่นนอนว่าในการทำงานนั้น จะต้องมีการกระทบกระทั่งกัน คนเราหลายคนก็หลายความเห็น ต่างคนก็ต่างตั้งใจดีกันทั้งนั้น แต่ความคิด ความอ่านความสามารถอาจไม่เท่ากัน และบางครั้งก็เกิดจากทิฐิมานะคิดไปว่า ถึงแก่จะหนึ่งแต่ฉันก็แน่เหมือนกัน ทำให้ไม่ยอมกัน ที่เป็นเช่นนี้ เพราะต่างก็กำลังฝึกฝนตนเองอยู่ กิเลสในตัวก็ยังมียังไม่ได้หมด ดังนั้นถ้าไม่รู้จักควบคุมให้ดี จึงมีโอกาสขัดใจกันได้ หรือบางทีออกไปทำงานเผยแผ่ธรรมะ ก็พบกับคนที่ยังไม่เข้าใจ ไม่เห็นด้วย พุดนินทาวาร้าย เยาะเย้ยถากถางเอาบ้าง

เพราะเหตุนี้จึงมีนักปฏิบัติธรรม นักเผยแผ่ธรรมะ รวมทั้งผู้ที่ตั้งใจทำงานเพื่อสังคมส่วนรวม หลากๆ คนเมื่อหน่ายท้อถอย และเลิกออกไปกลางคันอย่างน่าเสียดาย

แต่ถ้าเป็นผู้ที่มีความกตัญญูเป็นพื้นใจแล้ว เมื่อความท้อถอย ความหน่ายเอือมระอาเกิดขึ้น

เพียงแต่นึกว่า ที่ตัวเราได้มีโอกาสเรียนรัฐธรรมนูญ รัฐการสร้างบุญกุศล รัฐวิธีการดำเนินชีวิตอันประเสริฐ รัฐบุญรู้บาปอยู่ทุกวันนี้ก็เพราะพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ได้ทรงเสียสละอุทิศชีวิตทุ่มเทค้นคว้าจนตรัสรู้หลักอริยสัจ คือความจริงอันประเสริฐทั้งหลายมาสอนเรา ได้คิดถึงชีวิต เลือดเนื้อ ความเพียรพยายามที่พระองค์ได้ทรงทุ่มเทลงไป ตลอดระยะเวลาที่ทรงบำเพ็ญบารมีอยู่นานถึง 4 อสงไขยกับแสนกัป ว่ามากมายมหาศาลเพียงใด (เวลากัปหนึ่งอุปมาได้กับมิถุนเขาหินรูปสี่เหลี่ยมลูกบาศก์ กว้าง 16 กิโลเมตร ยาว 16 กิโลเมตร สูง 16 กิโลเมตร ทุก 100 ปี มีเทวดาเอาผ้าทิพย์บางเบา มาลูบครั้งหนึ่ง เมื่อใดภูเขาลูกนี้สึกหมดเรียบเสมอฟื้นดิน ระยะเวลาสั้นเท่ากัปหนึ่ง ; 1 อสงไขย = 10^{140} คือจำนวนที่มีเลข 1 และมีเลข 0 ต่อท้าย 140 ตัว) ตลอดจนถึงพระคุณของครูบาอาจารย์ทั้งหลายที่ท่านอุทิศส่่าห์ถ่ายถอดคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าต่อๆ กันมา และอบรมสั่งสอนให้เราได้ทราบได้รู้ถึงคำสอนของพระองค์ โดยไม่เห็นแก่ความเหนื่อยยาก คิดเพียงเท่านี้ ความท้อถอยก็หาย ความเหนื่อยหน่ายก็คลาย แม้ความตายก็ไม่หวั่น เกิดกำลังใจที่จะทำความดีต่อไปไม่มีที่สิ้นสุด

ความกตัญญูจึงเป็นคุณธรรมที่สำคัญยิ่ง ที่จะประคองใจของเราให้ดำรงมั่นอยู่ในคุณธรรมอันยิ่งๆ ขึ้นไป

8.5.4 อานิสงส์การมีความกตัญญู

1. ทำให้รักษาคุณความดีเดิมไว้ได้
2. ทำให้สร้างคุณความดีใหม่เพิ่มได้อีก
3. ทำให้เกิดสติ ไม่ประมาท
4. ทำให้เกิดหิริโอตตปปะ
5. ทำให้เกิดขันติ
6. ทำให้จิตใจผ่องใส มองโลกในแง่ดี
7. ทำให้เป็นที่สรรเสริญของคนดี
8. ทำให้มีคนอยากคบหาสมาคม
9. ทำให้ทั้งมนุษย์และเทวดาอยากช่วยเหลือ
10. ทำให้ไม่มีเวรไม่มีภัย
11. ทำให้ลาภผลทั้งหลายเกิดขึ้นโดยง่าย
12. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย

ฯลฯ

บุคคลผู้กตัญญู ย่อมถึงอนิฏฐผล

มีนินทาเป็นต้น

ส่วนบุคคลผู้กตัญญู

แม้พระศาสดา ก็ทรงสรรเสริญ

8.6 มงคลที่ 26 ฟังธรรมตามกาล

กระจกเงาสามารถสะท้อนให้เห็นความสวยงาม
หรือซี้ริ้วของร่างกายเราได้ฉันใด
การฟังธรรมตามกาล
ก็สามารถสะท้อนให้เห็นถึงความดีงาม
หรือความบกพร่องในตัวเราได้ฉันนั้น

8.6.1 การฟังธรรมตามกาลหมายถึงอะไร

การฟังธรรมตามกาล คือการชวนขวนขวายหาเวลาไปฟังธรรม ฟังคำสั่งสอนจากผู้มีธรรมะ เพื่อยก
ระดับจิตใจและสติปัญญาให้สูงขึ้น โดยเมื่อฟังธรรมแล้วก็น้อมเอาคุณธรรมเหล่านั้น มาเป็นกระจก
สะท้อนดูตนเองว่ามีคุณธรรมนั้นหรือไม่ จะปรับปรุงคุณธรรมที่มีอยู่ให้ดียิ่งๆ ขึ้นไปได้ได้อย่างไร

เช่นเมื่อได้ฟังธรรมเรื่องความกตัญญูแล้ว ก็นำเรื่องนี้มาสำรวจดูใจของตนเองทันทีว่า เรามีความ
กตัญญูไหม ถ้ามี มีมากน้อยเพียงไร เมื่อฟังธรรมแล้วสำรวจดูจะรู้ทันทีว่า เราขาดอะไรไป จะปรับปรุงแก้ไข
อย่างไรจึงจะดี

8.6.2 กาลที่ควรฟังธรรม

1. วันธรรมสวนะ คือวันพระนั่นเอง เฉลี่ยประมาณ 7 วันครั้ง ทั้งนี้ เพราะธรรมดาคนเราเมื่อได้
ฟังเทศน์ฟังธรรม ฟังคำสั่งสอนตักเตือนจากพ่อแม่ ครูอาจารย์ ใหม่ๆ ก็ยังจำได้ดีอยู่ แต่พอผ่านไปสัก 7 วัน
ซักจะเลือนๆ ครู อาจารย์บอกให้ขยันเรียน ขยันไปได้ไม่กี่วันซักจะซี้เกียจอีกแล้ว เพราะฉะนั้น 7 วัน
ก็ไปให้ท่านกระหนาบ ย้ำเตือนคำสั่งสอนเสียครั้งหนึ่ง

2. เมื่อจิตถูกวิตกกครอบงำ คือเมื่อใดก็ตามที่มีความคิดไม่ดีเกิดขึ้นในใจของเรา ทำให้ใจขุ่นมัว
เศร้าหมอง ฟุ้งซ่าน เมื่อนั้นให้รีบเร่งไปฟังธรรม จะเช้า จะสาย จะบ่าย จะเย็น วันโกน วันพระ หรือวันอะไร
ก็ตาม ไม่เกี่ยงทั้งนั้น ไม่ต้องรอ

ความคิดที่ทำให้ใจของเราเศร้าหมอง แบ่งได้เป็น 3 ประเภทใหญ่ๆ ได้แก่

- 2.1 เมื่อกามวิตกกำเริบ คือเมื่อใจของเราฟุ้งซ่านด้วยเรื่องเพศ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส
ห้วงหาอาลัยอาวรณ์ต่อสิ่งอันเป็นที่รักที่พอใจ
- 2.2 เมื่อพยาบาทวิตกกำเริบ คือเมื่อใจของเราถูกความโกรธเข้าครอบงำ เกิดความรู้สึก
อยากล้างผลาญทำลายผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นการคิดผลาญทรัพย์ ผลาญชีวิต หรือผลาญ
เกียรติยศศักดิ์ศรีก็ตาม
- 2.3 เมื่อวิหิงสาวิตกกำเริบ คือเมื่อใดที่ใจของเราเกิดความคิดอยากจะเบียดเบียนผู้อื่น คิดจะ
เอาเปรียบ คิดจะกลั่นแกล้งรังแกเขา

เมื่อใดที่ความคิดทั้ง 3 ประเภทนี้เกิดขึ้น ให้รีบไปฟังธรรม อย่างมัวซักซ้า มิฉะนั้นอาจไปทำ
ผิดพลาดเข้าได้

3. เมื่อมีผู้รู้มาแสดงธรรม คือเมื่อมีผู้มีความรู้มีความสามารถและมีธรรมะมาแสดงธรรม ให้รีบไปฟัง เพราะบุคคลเช่นนี้หาได้ยากในโลก ต้องรอให้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าบังเกิดขึ้นในโลกก่อน แล้วต้องตั้งใจศึกษาธรรมของพระองค์ให้เข้าใจแตกฉาน เท่านั้นยังไม่พอ จะต้องมีความสามารถ ถ่ายทอดความรู้ให้ผู้อื่นได้อีกด้วย ดังนั้นเมื่อมีโอกาสเช่นนี้เราต้องรีบไปฟังธรรมจากท่าน

8.6.3 คุณสมบัติของผู้แสดงธรรมที่ดี

อานนท์ การแสดงธรรมให้คนอื่นฟัง ไม่ใช่ของง่ายเลย ผู้ที่จะแสดงธรรมให้คนอื่นฟังจะต้องอยู่ในธรรมถึง 5 ประการ

นี่คือพุทธวจนะที่ตรัสแก่พระอานนท์ ถึงคุณสมบัติของผู้แสดงธรรมที่ดี 5 ประการ คือ

1. ต้องแสดงธรรมไปตามลำดับเรื่อง ไม่วกวน ไม่กระโดดข้ามขั้นตอน ลุ่มลึกไปตามลำดับ ซึ่งผู้ที่จะแสดงเช่นนี้ได้จะต้อง

1.1 มีความรู้จริง รู้เรื่องที่จะเทศน์สอนดีพอ ทราบว่าอะไรควรพูดก่อน อะไรควรพูดทีหลัง

1.2 มีวาทศิลป์ มีความสามารถในการพูด มีจิตวิทยาในการถ่ายทอด รู้สภาพจิตใจของผู้ฟังว่าควรรู้อะไรก่อน อะไรหลัง

1.3 ต้องมีการเตรียมการ วางเค้าโครงเรื่องที่จะแสดงล่วงหน้า ทำอะไรมีแผน ไม่ดูเบา ไม่ใช่เทศน์ตามอำเภอใจ

ต้องมีองค์ประกอบ 3 อย่างนี้ จึงจะแสดงธรรมลุ่มลึกไปตามลำดับได้

2. ต้องแสดงธรรมอย่างเหตุอย่างผลให้ผู้ฟังเข้าใจได้ผู้แสดงจะต้องเข้าใจเรื่องที่จะแสดงอย่างประูโปร่ง ไม่ใช่ท่องจำเขามาพูด เวลาแสดงธรรมก็อย่างเหตุอย่างผล ยกตัวอย่างประกอบ แยกแยะให้เห็นอย่างชัดเจน แจ่มแจ้งได้ เมื่อ ผู้ฟังสงสัยซักถามจุดไหนประเด็นไหนก็ชี้แจงให้ฟังได้

3. ต้องแสดงธรรมด้วยความหวังดีต่อผู้ฟังอย่างจริงใจ มีความเมตตากรุณาอยู่เต็มเปี่ยมในใจ พูดไปแล้วผู้ฟังยังไม่เข้าใจ ยังตามไม่ทัน สติปัญญายังไม่พอ ก็ไม่เบื่อหน่าย ไม่ละทิ้งกลางคัน แม้จะพูดซ้ำหลายครั้งก็ยอม มีความหวังดีต้องการให้ผู้ฟังรู้ธรรมจริงๆ มุ่งทำประโยชน์แก่ผู้ฟังเต็มที่ ไม่ใช่พูดแบบขอไปที

4. ต้องไม่แสดงธรรมเพราะเห็นแก่ลาภ คือไม่เห็นแก่ชื่อเสียงคำสรรเสริญเยินยอ ลาภสักการะ เพราะฉะนั้นไม่ว่าการแสดงธรรมนั้นจะมีค่าตอบแทนหรือไม่ จะมีคนมาฟังมากน้อยเท่าไรก็ไม่ถือเป็นอารมณ์แสดงธรรมอย่างเต็มที่ ไม่ใช่ว่างานของคนใหญ่คนโตก็แสดงอย่างเต็มที่ แต่งานของคนกระจอกงอกง่อยก็แสดงกะล่อมกะแล่มไม่เป็นเรื่องเป็นราว ไม่ใช่อย่างนั้น ถ้าผู้ใดแสดงธรรมเพราะเห็นแก่ลาภ ผู้นั้นก็เป็นเพียงลูกจ้างของคนฟัง กระแสเสียงที่แสดงธรรมก็มักจะเต็มไปด้วยการประจบประแจงเจ้าภาพ ซึ่งเป็นนายจ้าง ถ้าเอาอามิสมาเป็นเจ้าหัวใจแล้วละก็ เป็นใช้ไม่ได้ทีเดียว

5. ต้องไม่แสดงธรรมกระทบตนเองหรือผู้อื่น คือไม่ฉวยโอกาสยกตัวอย่างความดีของตัวเอง เพื่อโอ้อวด หรือยกความผิดพลาดของคนอื่นเป็นตัวอย่างเพื่อประจานความผิดของเขา ไม่ใช่ถือว่ามีไม้ใครโพนอยู่ในมือ ก็คอยวัดตัวทับถมคนอื่นเรื่อยไป ผู้พูดต้องมุ่งอธิบายธรรมะจริงๆ หากจะยกตัวอย่างเรื่องใดประกอบ เพื่อเป็นข้อสนับสนุนให้ผู้ฟังเข้าใจข้อธรรมะที่แสดง ก็ต้องระวังไม่ให้ผู้อื่นเสียหาย

การฉายโอกาสเวลาแสดงธรรมใส่ร้ายป้ายสีผู้อื่น เป็นการกระทำผิดหลักธรรมคำสอนของศาสนาพุทธ

เราจะเห็นได้ว่าพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงวางวิธีการเผยแผ่ศาสนาของพระองค์ไว้อย่างรอบคอบ แทนที่จะมุ่งแต่แผ่อิทธิพลศาสนาของพระองค์และทับถมโจมตีศาสนาอื่น กลับทรงวางคุณสมบัติควบคุมผู้ทำการสอนพระพุทธศาสนาไว้อย่างรัดกุม ซึ่งหาได้ยากในศาสนาอื่นๆ

8.6.4 คุณสมบัติของผู้ฟังธรรมที่ดี

1. ไม่ดูแคลนหัวข้อธรรมที่ท่านแสดงว่าง่ายไป เช่น

โถ เรื่องง่ายๆ อย่างนี้ มาสอนคนอย่างเรา เราก็เข้าวัดมาตั้งนานแล้ว เหมือนดูถูกกันนี้

อย่าคิดอย่างนั้น เพราะธรรมะทุกบททุกข้อในพระพุทธศาสนามีอันสงฆ์ว่า ถ้าใครนำไปปฏิบัติจริงๆ อย่างยิ่งยวด แม้เพียงข้อเดียวเท่านั้นก็สามารถ ทำกิเลสให้หมดเข้านิพพานได้ทั้งสิ้น เช่น การไม่คบคนพาล ซึ่งเป็นธรรมะขั้นพื้นฐาน แต่ถ้าเราไม่คบคนพาลจริงๆ โดยเฉพาะพาลภายใน คือนิสัยไม่ดีต่างๆ ในตัว ไม่ยอมคบด้วยตัดทิ้งให้เด็ดขาดก็เข้านิพพานได้ หรือหิริโอตตปปะ ความละอายและเกรงกลัวต่อบาป ถ้าเรามีคุณธรรมข้อนี้อย่างเต็มที่ สิ่งใดที่เป็นบาปแม้เพียงน้อยนิดก็ไม่ยอมคิดพูดหรือทำโดยเด็ดขาด สร้างแต่บุญกุศลอย่างเต็มที่ อย่างนี้ถ้าไม่เข้านิพพานแล้วจะให้ไปไหน

2. ไม่ดูแคลนความรู้ความสามารถของผู้แสดงธรรม

โถ พระเด็กๆ เรานี้หลงงมงายหลงตาเทศน์มาตั้งเยอะแล้ว มาฟังพระเด็กๆ มันจะไปได้อะไร อย่าคิดอย่างนั้น

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสเตือนถึงสิ่งต่อไปนี้ไว้ว่าอย่าดูแคลน

2.1 อย่าดูถูกไฟว่าเล็กน้อย เพราะมันเผาเมืองได้

2.2 อย่าดูถูกงูพิษว่าตัวเล็ก เพราะกัดแล้วตายได้

2.3 อย่าดูถูกกษัตริย์ว่าย่างเยาว์ เพราะกษัตริย์บางพระองค์แม้อายุยังน้อยก็เป็นมหาราชได้ เช่น อเล็กซานเดอร์มหาราช เป็นมหาราช ตั้งแต่อายุ 20 ปีเศษ ปกครองถึงคอนโลก

2.4 อย่าดูถูกสมณะว่าย่างหนุ่ม เพราะสมณะบางรูปแม้อายุยังน้อย ก็มีคุณธรรมสูง บางรูปอายุแค่ 7 ขวบ เป็นพระอรหันต์แล้ว

3. ไม่ดูแคลนตัวเองว่าโง่งงไม่สามารถรองรับธรรม

โถ ใ้อเรามันโง่ดักดานอย่างนี้ กิเลสในตัวก็หนาปึกถึงไปฟังธรรม ก็คงไม่รู้เรื่อง ไม่ไปดีกว่า

อย่าคิดอย่างนั้น เพราะถึงแม้สติปัญญาจะไม่เฉลียวฉลาด แต่ถ้ามีโอกาสเหมาะๆ แล้ว ก็อาจบรรลุธรรมได้ ในสมัยพุทธกาลมีตัวอย่างอยู่มาก พระบางรูปปัญญาที่บวม ธรรมะแค่ 4 บรรทัดท่องจำเป็นเดือนๆ ยังท่องไม่ได้ แต่มีความเพียรไม่ย่อท้อ พอสบโอกาสเหมาะได้ฟังพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแสดงธรรม และทรงแนะนำวิธีการทำสมาธิให้โดยแยบคาย พอปฏิบัติตามก็สำเร็จมรรคผลนิพพานเป็นพระอรหันต์ได้ ตัวเราเองก็ไม่แน่ มีโอกาสเหมือนกัน หรืออย่างน้อยที่สุด ถึงฟังธรรมยังไม่เข้าใจในขณะนี้ ก็จะเป็นอุปนิสัยติดตัวไปกายหน้า เมื่อได้ฟังซ้ำอีกก็จะเข้าใจได้ง่าย

4. มีใจเป็นสมาธิขณะฟังธรรม

ฟังธรรมด้วยความตั้งใจขณะฟังธรรม ไม่พูดคุย ไม่ล้วงแคะแคะเกา เพราะในการฟังธรรมนั้น ยิ่งมีใจเป็นสมาธิมากเท่าไรก็สามารถน้อมนำใจตามไป เกิดความรู้ความเข้าใจในธรรมะได้มากเท่านั้น ในสมัยพุทธกาล เวลาพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเทศนาในเรื่องสำคัญๆ ที่ละเอียดลึกซึ้ง จะทรงหลับพระเนตร เทศน์ในสมาธิ ผู้ฟังก็จะหลับตาทำสมาธิฟัง จึงสามารถน้อมใจไปตามธรรมะที่ละเอียดลึกซึ้งลุ่มลึกไปตามลำดับ ได้สำเร็จมรรคผลนิพพานกันเป็นจำนวนมาก พวกเราก็ต้องตั้งใจฟังธรรม ฟีกให้มีสมาธิขณะฟังธรรม ตามแบบอย่างของบัณฑิตทั้งหลายในกาลก่อนด้วย

5. มีโยนิโสมนสิการ

คือรู้จักพิจารณาตามธรรมนั้นอย่างแยกคาง พอฟังแล้วก็คิดตามไปด้วยรู้จักจับแง่มุมมาพิจารณา ขบคิดตาม ทำให้มีความแตกฉานเข้าใจในธรรมได้เร็วและลึกซึ้ง

8.6.5 อุปนิสัยจากการฟังธรรม

อุปนิสัย หมายถึง ความประพฤติ ความเคยชินที่ติดตัวเรามา และจะติดตัวเราไป เป็นพื้นใจ ในภายใน

การฟังธรรม จะทำให้เกิดความดีที่เป็นทุนหรือเป็นพื้นอยู่ในใจเรา แล้วเป็นเครื่องอุดหนุน ให้เรามีความเจริญรุ่งเรือง และเข้าถึงธรรมได้โดยง่าย ดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสอนว่า ผู้ที่หมั่น ฟังธรรม แล้วพยายามศึกษาทำความเข้าใจ ถึงไม่เข้าใจก็พยายามจำ จะได้รับอานิสงส์ 4 ประการ คือ

1. เมื่อละจากโลกนี้ไปเกิดในภพอื่น ย่อมมีปัญญารู้ธรรมได้เร็วสามารถระลึกได้ด้วยตนเองและ ปฏิบัติตามธรรมนั้น บรรลุมรรคผลนิพพานได้เร็ว
2. เมื่อละจากโลกนี้ไปเกิดในภพอื่น เมื่อรู้ธรรมแล้วก็สามารถสั่งสอนคนอื่นได้ด้วย ตนเองก็บรรลุ มรรคผลนิพพานได้เร็ว
3. เมื่อละจากโลกนี้ไปเกิดในภพอื่น แม้จะยังระลึกธรรมเองไม่ได้ แต่เมื่อมีผู้แสดงธรรมให้ฟัง ก็ย่อม ระลึกได้ มีความเข้าใจโปร่ง ไม่คลางแคลงสงสัย ทำให้สามารถบรรลุมรรคผลนิพพานได้เร็ว เหมือนคนที่เคย ได้ยินเสียงกลองมาแล้ว พอเดินทางไปในที่ไกลแล้วได้ยินเสียงกลองอีก ก็รู้ทันทีว่านั่นเสียงกลอง ความ คลางแคลงสงสัยว่านั่นใช่เสียงกลองหรือไม่ ย่อมจะไม่เกิดขึ้นแก่บุคคลนั้น
4. เมื่อละจากโลกนี้ไปเกิดในภพอื่น แม้จะยังระลึกธรรมเองไม่ได้และไม่มีผู้แสดงธรรม แต่เมื่อมีผู้ ตักเตือนด้วยคำเพียงไม่กี่คำหรือแม้บางครั้งได้ยินโดยบังเอิญก็ทำให้สามารถระลึกธรรมได้และมีความเข้าใจ สามารถบรรลุมรรคผลนิพพานได้เร็ว

พวกเราที่สวดมนต์ทำวัตรเช้าเย็นกันบ่อยๆ แม้ยังไม่เข้าใจความหมายของคำบาลี แต่ก็ไม่ได้เสียเวลา เปล่า เพราะอย่างน้อยก็ทำให้เกิดความสงบทางใจ และเกิดความคุ้นเคยในสำเนียงภาษาธรรมะ ภาวนาเบื้องต้น ได้ยินใครสวดมนต์ ก็อยากเข้าใกล้ ได้ยินใครพูดธรรมะก็อยากเข้าใกล้ ทำให้มีโอกาสได้ฟังธรรม ฟังแล้ว ก็เข้าใจได้ง่าย เพราะมีอุปนิสัยพื้นใจมาแต่เดิมแล้ว ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานได้เร็ว

8.6.6 อานิสงส์การฟังธรรมตามกาล

1. เป็นการเพิ่มพูนความรู้ใหม่ เพราะผู้แสดงธรรมย่อมจะศึกษาค้นคว้าขบคิด นำข้อธรรมะต่างๆ มาแสดง ทำให้เราได้ยินได้ฟังธรรมะที่ไม่เคยได้ยินได้ฟังมาก่อน
2. เป็นการทบทวนความรู้เดิม คือถ้าหัวข้อธรรมที่ผู้แสดงนำมาแสดงนั้น ตรงกับสิ่งที่เราเคยศึกษามาแล้ว ก็จะทำให้เราได้ทบทวนความรู้เดิมให้เกิดความเข้าใจแตกฉาน สามารถจดจำได้แม่นยำยิ่งขึ้น
3. เป็นการปลดปล่อยความสงสัยเสียได้ คือถ้าผู้ฟังยังมีความลังเลสงสัยในการละความชั่วบางอย่าง หรือการทำความดีบางอย่าง เมื่อได้ฟังธรรมะเพิ่มเติมแล้ว จะทำให้ความลังเลสงสัยนั้นหมดไป ตัดสิ้นใจละความชั่วทำความดีงายขึ้น
4. เป็นการปรับความเห็นให้ตรง คือในระหว่างการดำเนินชีวิตสู่จุดหมายของคนเรานั้น เราจะถูกมารคือกิเลสและสิ่งแวดล้อมไม่ดีต่างๆ ทำให้มีความเห็นผิดๆ เกิดขึ้นได้ แล้วทำให้การดำเนินชีวิตวอกวนเฉไฉ ผิดเป้าหมายไป การฟังธรรมจะช่วยให้เราเกิดความสำนึกตัวว่า ความคิดเห็นของเราได้บิดเบือนไปอย่างไร แล้วจะได้เลิกความเห็นที่ผิดเสีย ประคองความเห็นที่ถูกต้องไว้
5. เป็นการฝึกอบรมจิตใจให้สูงขึ้น คือการฟังธรรมจะเป็นเครื่องเตือนสติเรา ทำให้ใจของเราเลิกละจากความคิดฟุ้งซ่านในเรื่องกาม ความคิดพยาบาทอาฆาต ความคิดเบียดเบียนผู้อื่น และสอพลอซึ่งทำให้เราเห็นถึงจุดอ่อนข้อบกพร่องในตัว ซึ่งจะต้องปรับปรุงแก้ไข ยกกระดับจิตใจของเราให้สูงขึ้นๆ จนกระทั่งสามารถขจัดข้อบกพร่องได้เด็ดขาด บรรลุมรรคผลนิพพานได้ในที่สุด

ดูก่อน ท่านผู้เห็นภัยในวัฏสงสารทั้งหลาย สมัยใดพระอริยสาวกฟังธรรม ฟังให้จดระดุก ฝังไว้ในใจ รวบรวมกำลังใจทั้งหมดมา เจียหลุงมาฟังจริงๆ ในสมัยนั้น นีวรณ 5 ของเธอย่อมไม่มี และโพชฌงค์ 7 ก็จะมีซึ่งความสมบูรณ์เต็มเปี่ยม เพราะอำนาจแห่งภาวนา

ส. ม. 19/492/134