

**บทที่ 9**  
**มงคลหมู่ที่ 8**  
**การแสวงหาธรรมะเบื้องสูง**  
**ใส่ตัวให้เต็มที**



## เนื้อหาบทที่ 9



### มงคลหมู่ที่ 8 การแสวงหาธรรมะเบื้องสูงใส่ตัวให้เต็มที่

#### 9.1 มงคลหมู่ที่ 8 การแสวงหาธรรมะเบื้องสูงใส่ตัวให้เต็มที่

#### 9.2 มงคลที่ 27 มีความอดทน

9.2.1 ความอดทนคืออะไร

9.2.4 วิธีฝึกให้มีความอดทน

9.2.2 ลักษณะความอดทนที่ถูกต้อง

9.2.5 อานิสงส์การมีความอดทน

9.2.3 ประเภทของความอดทน

#### 9.3 มงคลที่ 28 เป็นคนว่าง่าย

9.3.1 คนว่าง่ายคือใคร

9.3.5 วิธีฝึกให้เป็นคนว่าง่าย

9.3.2 ลักษณะของคนว่าง่าย

9.3.6 เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับคนหัวดี

9.3.3 ประเภทของคนว่าง่าย

9.3.7 อานิสงส์การเป็นคนว่าง่าย

9.3.4 เหตุแห่งความว่าง่าย

#### 9.4 มงคลที่ 29 เห็นสมณะ

9.4.1 ทำไมจึงต้องเห็นสมณะ

9.4.7 เหตุที่ชาวโลกอยากให้เห็นสมณะหรือ  
พระมีศีลไปเยี่ยมบ้าน

9.4.2 สมณะคือใคร

9.4.8 ข้อควรปฏิบัติเมื่อพบสมณะ

9.4.3 ลักษณะของสมณะ

9.4.9 อานิสงส์การเห็นสมณะ

9.4.4 ลักษณะของสมณะในเชิงปฏิบัติ

9.4.10 ตัวอย่างอานิสงส์การเห็นสมณะ

9.4.5 ชนิดของการเห็นสมณะ

9.4.6 กิจที่ควรทำเพื่อให้เกิดประโยชน์จากการเห็นสมณะ

#### 9.5 มงคลที่ 30 สนทนาธรรมตามกาล

9.5.1 ทำไมจึงต้องสนทนาธรรมตามกาล

9.5.5 วิธีสนทนาธรรม

9.5.2 สนทนาธรรมตามกาลคืออะไร

9.5.6 วิธีเลือกคู่สนทนาธรรม

9.5.3 ความยากในการสนทนาธรรม

9.5.7 การสนทนาธรรมในครอบครัว

9.5.4 ข้อควรปฏิบัติในการสนทนาธรรม

9.5.8 อานิสงส์การสนทนาธรรมตามกาล



1. เมื่อเราฝึกคุณธรรมเบื้องต้นต่างๆ แล้ว ก็ต้องเพียรฝึกคุณธรรมเบื้องสูงต่อไป โดยการฝึกให้มีความอดทน สามารถรักษาปกติภาวะของตนไว้ได้ เป็นคนว่าง่าย เป็นผู้ที่อดทนต่อคำสั่งสอนได้ดี เห็นสมณะ แสวงหาภิกษุผู้มีคุณธรรม มีความสงบกาย วาจา ใจ ดูเป็นแบบอย่าง และสนทนารธรรมตามกาลกับผู้มีคุณธรรม ความรู้ เพื่อหาธรรมะเบื้องสูงใส่ตัวอย่างเต็มที่

2. ความอดทน มาจากคำว่า ชันติ หมายถึง การรักษาปกติภาวะของตนไว้ได้ ไม่ว่าจะถูกรบกวน กระทั่งด้วยสิ่งอันเป็นที่พึงปรารถนาหรือไม่พึงปรารถนา มีความมั่นคงหนักแน่นเหมือนแผ่นดิน ซึ่งไม่หวั่นไหว ความอดทนเป็นคุณธรรมพื้นฐานสำหรับต่อต้านความท้อถอย หดหู่ ก่อให้เกิดความขยัน จนชนะอุปสรรคต่างๆ ทำงานได้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายทั้งทางโลกและทางธรรม

3. คนว่าง่ายสอนง่าย คือ คนที่อดทนต่อคำสั่งสอนได้ เมื่อมีผู้รู้แนะนำพร่ำสอนให้ ตักเตือนให้ โดยชอบธรรมแล้ว ย่อมปฏิบัติตามคำสอนนั้น ด้วยความเคารพอ่อนน้อม ไม่คัดค้าน ไม่โต้ตอบ ไม่แก้ตัว โดยประการใดๆ ทั้งสิ้น ทำให้สามารถรองรับการถ่ายทอดคุณธรรมมาฝึกตนได้มาก

4. สมณะ แปลว่า ผู้สงบ หมายถึง บรรพชิตที่ได้บำเพ็ญสมณธรรม ฝึกฝนตนเองด้วยศีล สมาธิ ปัญญา มาแล้วอย่างเต็มที่ จนกระทั่งมีกาย วาจา ใจ สงบแล้วจากบาป ทำนเป็นต้นแบบตัวอย่างมาตรฐาน ความประพฤติของชาวโลก การเห็นสมณะเป็นการเห็นอันประเสริฐ จะก่อให้เกิดศรัทธา เกิดกำลังใจ ในการสร้างชาติ การประพฤติปฏิบัติธรรมให้ยิ่งๆ ขึ้นไป

5. การสนทนารธรรมตามกาล คือ การพูดคุยซักถามธรรมะซึ่งกันและกันระหว่างคน 2 คนขึ้นไป มีวัตถุประสงค์เพื่อ ให้เกิดปัญญา เพื่อให้รู้ว่าสิ่งใดเป็นอกุศลธรรมความชั่ว จะได้ละเว้นเสีย สิ่งใดเป็นกุศลธรรมความดี จะได้ตั้งใจทำให้มาก โดยรู้จักเลือกและแบ่งเวลาให้เหมาะสม ซึ่งจะช่วยให้ได้รับความเบิกบานใจ มีความสุขความเจริญและบุญกุศลไปในตัวด้วย

1. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจ และสามารถอธิบายความสำคัญของมงคลหมู่ที่ 8 การแสวงหาธรรมะ เบื้องสูงใส่ตัวให้เต็มที่ได้ถูกต้อง
2. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจ และสามารถบอกความหมาย ลักษณะ และประเภทของความอดทน ได้อย่างถูกต้อง
3. เพื่อให้ศึกษานักศึกษาสามารถอธิบายวิธีฝึกให้มีความอดทน และสามารถบอกอานิสงส์ของการมีความอดทนได้อย่างถูกต้อง
4. เพื่อให้ศึกษานักศึกษาเข้าใจ และสามารถบอกความหมาย ลักษณะ และประเภทของคนว่าง่าย ได้อย่างถูกต้อง
5. เพื่อให้ศึกษานักศึกษาสามารถบอกสาเหตุแห่งความเป็นคนว่าง่ายวิธีฝึกให้เป็นคนว่าง่าย และอานิสงส์ การเป็นคนว่าง่ายได้อย่างถูกต้อง
6. เพื่อให้ศึกษานักศึกษาเข้าใจ และสามารถบอกความสำคัญของการเห็นสมณะ ความหมายและ ลักษณะในเชิงปฏิบัติของสมณะได้อย่างถูกต้อง
7. เพื่อให้ศึกษานักศึกษาสามารถอธิบายการเห็นสมณะ 3 ระดับ กิจที่ควรทำเพื่อให้เกิดประโยชน์ จากการเห็นสมณะ และสามารถบอกสาเหตุที่ชาวโลกอยากให้สมณะไปเยี่ยมบ้านได้อย่างถูกต้อง
8. เพื่อให้สามารถอธิบายข้อปฏิบัติเมื่อพบสมณะ สามารถบอกอานิสงส์การเห็นสมณะและ สามารถยกตัวอย่างได้อย่างถูกต้อง
9. เพื่อให้ศึกษานักศึกษาเข้าใจ และสามารถบอกสาเหตุที่ต้องสนทนารธรรมตามกาลและความหมาย ของการสนทนารธรรมตามกาลได้อย่างถูกต้อง
10. เพื่อให้ศึกษานักศึกษาสามารถอธิบายความยากในการสนทนารธรรม และสามารถบอกข้อควร ปฏิบัติในการสนทนารธรรมได้อย่างถูกต้อง
11. เพื่อให้ศึกษานักศึกษาสามารถอธิบายวิธีสนทนารธรรม และวิธีเลือกคู่สนทนารธรรมได้อย่างถูกต้อง
12. เพื่อให้ศึกษานักศึกษาสามารถบอกความสำคัญของการสนทนารธรรมในครอบครัว และสามารถ บอกอานิสงส์การสนทนารธรรมตามกาล



## เนื้อหาบทที่ 9



### มงคลหมู่ที่ 8 การแสวงหาธรรมะเบื้องสูงใส่ตัวให้เต็มที

#### 9.1 มงคลหมู่ที่ 8 การแสวงหาธรรมะเบื้องสูงใส่ตัวให้เต็มที

มงคลที่ 27 มีความอดทน

มงคลที่ 28 เป็นคนว่าง่าย

มงคลที่ 29 เห็นสมณะ

มงคลที่ 30 สนทนาธรรมตามกาล

เมื่อเราฝึกใจจนได้คุณธรรมเบื้องต้น จากการมีความเคารพ มีความอ่อนน้อมถ่อมตน มีความสันโดษ มีความกตัญญู จนได้รับการถ่ายทอดธรรมะจากผู้มีคุณธรรมสูงกว่า จากการฟังธรรมตามกาลแล้ว เปรียบได้กับเรากำลังก้าวเดินอยู่ในระหว่างเส้นทางแห่งความสำเร็จ เพื่อให้เราสามารถไปถึงเป้าหมายปลายทาง จึงต้องฝึกพัฒนาคุณธรรมให้สูงยิ่งขึ้นไป จำเป็นต้องฝึกใจให้มากยิ่งขึ้นเพื่อรองรับคุณธรรมเหล่านี้ โดย

1. มีความอดทน มาจากคำว่า ชันติ หมายถึง การรักษาปกติภาวะของตนไว้ได้ ไม่ว่าจะถูกกระทบกระทั่งด้วยสิ่งอันเป็นที่พึงปรารถนาหรือไม่พึงปรารถนา มีความมั่นคงหนักแน่นเหมือนแผ่นดิน ซึ่งไม่หวั่นไหว ความอดทนเป็นคุณธรรมพื้นฐานสำหรับต่อต้านความท้อถอย หดหู่ ก่อให้เกิดความขยัน จนชนะอุปสรรคต่างๆ ทำงานได้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายทั้งทางโลกและทางธรรม ชันติยังเป็นคุณธรรมพื้นฐานที่รองรับการพัฒนาคุณธรรมต่างๆในโลก ดังนั้นบุคคลที่จะเอาธรรมะต้องทนได้

2. เป็นคนว่าง่าย คือ เป็นผู้ที่ยอดทนต่อคำสั่งสอนได้ เมื่อมีผู้รู้แนะนำพร่ำสอนให้ ตักเตือนให้โดยชอบธรรมแล้ว ย่อมปฏิบัติตามคำสอนนั้น ด้วยความเคารพอ่อนน้อม ไม่คัดค้าน ไม่ได้ตอบโต้ ไม่แก้ตัว โดยประการใดๆ ทั้งสิ้น ทำให้สามารถรองรับการถ่ายทอดคุณธรรมมาฝึกตนได้มาก

เพราะผู้ที่เป็นคนดีคือ ว่าง่ายสอนยาก เปรียบเสมือนคนเป็นอัมพาต ถึงจะมีของดีๆ มาใกล้ตัว ก็ไม่สามารถเอามาใช้ได้ คำสอนดีๆ คนดีก็ไม่มีรับ แสลงต่อคำสอน ทำให้คุณธรรมของตนไม่เจริญก้าวหน้า

3. สมณะ แปลว่า ผู้สงบ หมายถึง บรรพชิตที่ได้บำเพ็ญสมณธรรม ฝึกฝนตนเองด้วยศีล สมาธิ ปัญญา มาแล้วอย่างเต็มที่ จนกระทั่งมีกาย วาจา ใจ สงบแล้วจากบาป ท่านเป็นต้นแบบ ตัวอย่างมาตรฐานความประพฤติของชาวโลก การเห็นสมณะเป็นการเห็นอันประเสริฐ จะก่อให้เกิดศรัทธา เกิดกำลังใจ ในการสร้างความดี การประพฤติปฏิบัติธรรมให้ยิ่งขึ้นไป

ธรรมะหลายๆ ข้อ ถ้าอธิบายธรรมดๆ หลายคนก็เข้าใจยาก ไม่ค่อยจะยอมเชื่อ แต่พอเห็นสมณะ เห็นตัวอย่างแล้วก็เชื่อโดยไม่ต้องอธิบายก็มีมาก เช่น การรักษาศีล พระสอนว่าศีลทำให้เกิดสุข อธิบายมากมายเขาก็ยังไม่ยอมเชื่อมักจะโต้แย้งว่าจะสุขได้อย่างไร มีข้อจำกัดสารพัด ล้วนไม่มีศีลไม่ได้สุขกว่า จะกินเหล้าก็กิน จะลักขโมยก็ลัก จะบึ้งตบขยุงตามสบาย สุขกว่าเยอะ

แต่พอเห็นสมณะเข้าเท่านั้นแหละ ได้คิด เอ! ท่านรักษาศีลนะ แล้วดูซิ หน้าตาผิวพรรณ ท่านก็ผ่องใส อิ่มเอิบดูมีความสุขจริงๆ คำพูดเท่านั้น ก็เกิดความเข้าใจแล้ว

4. สันทนาธรรมตามกาล คือการพูดคุยซักถามธรรมะซึ่งกันและกัน ระหว่างคน 2 คนขึ้นไป มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดปัญญา เพื่อให้รู้ว่าสิ่งใดเป็นอกุศลธรรมความชั่ว จะได้ละเว้นเสีย สิ่งใดเป็น กุศลธรรมความดี จะได้ตั้งใจทำให้มาก โดยรู้จักเลือกและแบ่งเวลาให้เหมาะสม ซึ่งจะทำให้ได้รับความเบิกบานใจ มีความสุขความเจริญและได้รับบุญกุศลไปในตัวด้วย รวมทั้งสามารถแสวงหาธรรมะเบื้องสูง ใสตัวได้อย่างเต็มที่ เพื่อนำธรรมะนี้มากำจัดกิเลสให้หมดสิ้นไป

เราจะเห็นว่าในมงคลหมู่ที่ 7 การหาธรรมเบื้องต้นใสตัวจากการฟังธรรมตามกาล เนื่องจากแค่ ฟังพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงให้เราเตรียมแค่การมีเคารพ มีความถ่อมตน มีความสันโดษและมีกตัญญูเท่านั้น

พอมาถึงมงคลหมู่ที่ 8 นี้ จะหาธรรมะเบื้องสูงใสตัวจากการสนทนาธรรมตามกาล เหตุที่ต้อง สนทนาธรรม พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงให้เราเตรียมตัวเพิ่มอีก 2 ข้อ ทรงสั่งว่าเจ้าจะต้องมีความอดทนเสียก่อนนะ ทั้งทนแดด ทนร้อน ทนหนาว ทนต่อการกระทบกระทั่ง ทนต่ออำนาจกิเลส รวมทั้ง ต้องเป็นคนว่าง่าย คือต้องพร้อมที่จะรับฟังและทำตามคำสั่งสอนให้ได้เสียก่อน แล้วจึงค่อยเข้าไปหาสมณะ แล้วสนทนาธรรมกับท่าน ไม่อย่างนั้น เวลาท่านสอนธรรมะที่ลึกซึ้งให้ เผอิญมันขัดกับกิเลสในตัวของเราแล้วถูกท่านจ้ำจี้จ้ำไชหนักเข้า เลยพาลโกรธแล้วจะพลาด ถ้าฝึกความอดทน ความว่างายมาไม่พอ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงวางตำแหน่งมงคลต่างๆ ได้เหมาะสมเหลือเกิน ยิ่งเราศึกษามากเพียงใด ก็ยิ่งซาบซึ้งในพระปัญญาธิคุณ และพระมหากรุณาธิคุณของพระองค์มากขึ้นเพียงนั้น

## 9.2 มงคลที่ 27 มีความอดทน

*หญิงแม่เป็นพีชต้นเล็กๆ แต่เพราะมีความทนทรหด*

*จึงสามารถแพร่พันธุ์ไปได้ทั่วโลกฉันใด*

*คนเราแม้กำลังทรัพย์ กำลังความรู้ ความสามารถจะยังน้อย*

*แต่ถ้ามีความอดทนแล้ว ย่อมสามารถฝึกฝนตนเอง*

*ให้ประสบความสำเร็จในชีวิตได้ฉันนั้น*

### 9.2.1 ความอดทนคืออะไร

ความอดทน มาจากคำว่า ขันติ หมายถึง การรักษาปกติภาวะของตนไว้ได้ ไม่ว่าจะถูกกระทบ กระทบด้วยสิ่งอันเป็นที่พึงปรารถนาหรือไม่พึงปรารถนาก็ตาม มีความมั่นคงหนักแน่นเหมือนแผ่นดิน ซึ่งไม่ หวั่นไหว ไม่ว่าจะมีคนทะเลาะไรลงไป ของเสีย ของหอม ของสกปรกหรือของดีงามก็ตาม

งานทุกชิ้นในโลกไม่ว่าจะเป็นงานเล็กงานใหญ่ ที่สำเร็จขึ้นมาได้นอกจากจะอาศัยปัญญาเป็นตัวนำแล้ว ล้วนต้องอาศัยคุณธรรมข้อหนึ่งเป็นพื้นฐานจึงสำเร็จได้ คุณธรรมข้อนั้นคือ ขันติ

ถ้าขาดขันติเสียแล้ว จะไม่มีงานชิ้นใดสำเร็จได้เลย เพราะขันติเป็นคุณธรรมสำหรับทั้งต่อต้าน

ความท้อถอยหดหู่ ชับเคลื่อนแรงเร้าให้เกิดความขยัน และทำให้เห็นอุปสรรคต่างๆ เป็นเครื่องท้าทายความสามารถ ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่า ความสำเร็จของงานทุกชิ้น ทั้งทางโลกและทางธรรม คืออนุสาวรีย์ของขันติทั้งสิ้น

โดยเหตุนี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงตรัสว่า  
ยกเว้นปัญญาแล้ว เราสรรเสริญว่าขันติเป็นคุณธรรมอย่างยิ่ง

### 9.2.2 ลักษณะความอดทนที่ถูกต้อง

1. มีความอดกลั้น คือเมื่อถูกคนพาลด่า ก็ทำราวกับว่าไม่ได้ยิน ทำหูเหมือนหูกระต่าย เมื่อเห็นอาการช่วยก็ทำราวกับว่าไม่ได้เห็น ทำตาเหมือนตาไม้ไผ่ ไม่สนใจใยดี ไม่ปล่อยใจให้เศร้าหมองไปด้วย ใส่ใจสนใจแต่ในเรื่องที่จะทำความเจริญให้แก่ตนเอง เช่น เจริญศีล สมาธิ ปัญญาให้ยิ่งๆ ขึ้นไป

2. เป็นผู้ไม่ดุร้าย คือสามารถข่มความโกรธไว้ได้ ไม่โกรธ ไม่ทำร้ายทำอันตรายด้วยอำนาจแห่งความโกรธนั้น ผู้ที่โกรธง่ายแสดงว่ายังขาดความอดทน มีคำตรัสของท้าวสักกะเป็นข้อเตือนใจอยู่ว่า

ผู้ใดโกรธตอบผู้ที่โกรธก่อนแล้ว  
ผู้นั้นกลับเป็นคนเร็วกว่าผู้ที่โกรธก่อน  
ผู้ที่ไม่โกรธต่อบุคคลผู้กำลังโกรธอยู่  
ย่อมชื่อว่า เป็นผู้ชนะสงครามอันชนะได้ยากยิ่ง  
ส. ส. 15/835/325

3. ไม่ปลุกน้ำตาให้แก่ใครๆ คือ ไม่ก่อกุศลให้แก่ผู้อื่น ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน หรือเจ็บแค้นใจจนน้ำตาไหล ด้วยอำนาจความเกรี้ยวกราดของเรา

4. มีใจเบิกบานแจ่มใสอยู่เป็นนิตย์ คือมีปีติอิ่มเอิบใจเสมอๆ ไม่พยายาม ไม่โทษฟ้า โทษฝน โทษเทวดา โทษโชคชะตา หรือโทษใครๆ ทั้งนั้น พยายามอดทนทำกรณงานทุกอย่างด้วยใจเบิกบาน

ลักษณะความอดทนนั้น โบราณท่านสอนลูกหลานไว้ย่อๆ ว่า

ปิดหูซ้ายขวา      ปิดตาสองข้าง  
ปิดปากเสียข้าง      นอนนั่งสบาย

คนบางคนชี้แจงทำงาน บางคนชี้แจงเรียนหนังสือ บางคนเกะกะ เกเร พอมีผู้ว่ากล่าวตักเตือนก็เฉยเสีย แล้วบอกว่าตนเองกำลังบำเพ็ญขันติบารมี อย่างนี้เป็นกรณการเข้าใจผิด ตีความหมายของขันติผิดไป ขันติไม่ได้หมายถึงการตกอยู่ในสภาพใดก็ตามอยู่อย่างนั้น

พวกที่จนก็ทนจนต่อไป ไม่ชวนชวายเป็นมาหากิน จัดเป็นพวกตายด้าน

พวกที่ถึงก็ทนโง่ไป ใครสอนให้ก็ไม่เอา จัดเป็นพวกตื้อด้าน

พวกที่ชั่วแล้วก็ชั่วอีก ใครห้ามก็ไม่ฟัง จัดเป็นพวกตื้อดิ่ง

ลักษณะที่สำคัญยิ่งของขันติ คือตลอดเวลาที่อดทนอยู่นั้น จะต้อง มีใจผ่องใส ไม่เศร้าหมอง

เราสรุปลักษณะของขันติโดยย่อได้ดังนี้

1. อดทนถนอมตัวหรือหลีกเลี่ยงจากความชั่วให้ได้
2. อดทนทำความดีต่อไป
3. อดทนรักษาใจไว้ไม่ให้เศร้าหมอง

### 9.2.3 ประเภทของความอดทน

ความอดทนแบ่งตามเหตุที่มากระทบได้เป็น 4 ประเภท คือ

1. อดทนต่อความลำบากตรากตรำ เป็นการอดทนต่อสภาพธรรมชาติ ดินฟ้าอากาศ ความหนาว ความร้อน ฝนตก แดดออก ฯลฯ ก็อดทนทำงานเรื่อยไป ไม่ใช่เอาแต่โทษเทวดาฟ้าดิน หรืออ้างเหตุเหล่านี้แล้วไม่ทำงาน

2. อดทนต่อทุกขเวทนา เป็นการอดทนต่อการเจ็บไข้ได้ป่วย ความไม่สบายกายของเราเอง ความปวด ความเมื่อย ผู้ที่ขาดความอดทนประเภทนี้ เวลาเจ็บป่วยจะร้องครวญคราง พร่ำเพ้อรำพัน หงุดหงิด ฉุนเฉียวง่าย ผู้รักษาพยาบาลทำอะไรไม่ทันใจหรือไม่ถูกใจ ก็โกรธง่าย พวกนี้จึงต้องป่วยเป็น 2 เท่า คือนอกจากจะป่วยกายที่เป็นอยู่แล้ว ยังต้องป่วยใจแถมเข้าไปด้วย ทำตัวเป็นที่เบียดเบียนแก่ชนทั้งหลาย

3. อดทนต่อความเจ็บใจ เป็นการอดทนต่อความโกรธ ความไม่พอใจ ความขัดใจ อันเกิดจากคำพูดที่ไม่ชอบใจ กิริยามารยาทที่ไม่งาม การบีบบังคับจากผู้บังคับบัญชาและลูกน้อง ความอยุติธรรมต่างๆ ในสังคม ระบบงานต่างๆ ที่ไม่คล่องตัว ฯลฯ

คนทั้งหลายในโลกแตกต่างกันมากโดยอวัยวะใจคอ โอกาสที่จะได้อย่างใจเรานั้นอย่าพึงคิด เพราะฉะนั้นเมื่อเริ่มเข้าหมู่คนหรือมีคนตั้งแต่ 2 คน ขึ้นไป ให้เตรียมขันติไว้ต่อต้านความเจ็บใจ

4. อดทนต่ออำนาจกิเลส เป็นการอดทนต่ออารมณ์อันน่าใคร่ น่าเพลิดเพลินใจ อดทนต่อสิ่งที่เราอยากทำแต่ไม่สมควรทำ เช่น อดทนไม่เที่ยวเตร่ ไม่เล่นการพนัน ไม่เสพสิ่งเสพยาเสพติด ไม่รับสินบน ไม่คอร์รัปชัน ไม่ผิดลูกเมียเขา ไม่เหยียด ไม่บ้าอำนาจ ไม่ซีไอ ไม่ซี้ฮวด เป็นต้น

การอดทนข้อนี้ทำได้ยากที่สุด โบราณเปรียบไว้ว่า

เขาค่าแล้วไม่โกรธ ว่ายากแล้ว

เขาชมแล้วไม่อึด ยากยิ่งกว่า

### 9.2.4 วิธีฝึกให้มีความอดทน

1. ต้องคำนึงถึงหิริโอตตปปะให้มาก เมื่อมีความละเอียดและเกรงกลัวต่อบาปอย่างเต็มที่ ความอดทนย่อมจะเกิดขึ้น ดังตัวอย่างในเรื่องของพระเตมีย์ใบ้

เมื่อครั้งพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังทรงบำเพ็ญบารมีเป็นพระโพธิสัตว์อยู่ มีอยู่ชาติหนึ่ง พระองค์ทรงเกิดเป็นโอรสกษัตริย์นามว่าพระเตมีย์ ขณะอายุได้ 6-7 ขวบ ได้เห็นพระราชบิดาสั่งประหารโจรโดยใช้ไฟครอกให้ตาย ด้วยบุญบารมีที่ทำมาดีแล้ว ทำให้พระเตมีย์ระลึกชาติได้ว่าภพในอดีต พระองค์ก็เคยเป็นกษัตริย์ และก็เคยประหารโจร ทำให้ต้องตกนรกอยู่ช้านาน จึงคิดว่า ถ้าชาตินี้เราต้องเป็นกษัตริย์อีก ก็ต้องฆ่าโจรอีก แล้วก็จะตกนรกอีก



ตั้งแต่วันนั้นมา พระเดมิย์จึงแกล้งทำเป็นใบ้ ทำเป็นง่อยเปลี้ยเสียขา ไม่ขยับเขยื้อนร่างกาย พระราชบิดาจะเอาขนมเอาของเล่นมาล่อ ก็ไม่สนใจ จะเอามาทำไมมากัด เอาไฟมาเผารอบตัวให้ร้อน เอาช่างมาทำท่าจะแทงก็เฉย ครั้นถึงวัยหนุ่ม เอาสาว ๆ สวย ๆ มาล่อ ก็เฉย เพราะคำนึงถึงภัยในนรก ทิริ โอตตปปะเกิดขึ้นเต็มที จึงมีความอดทนอยู่ได้

นานวันเข้าพระราชบิดาเห็นว่า ถ้าเอาพระเดมิย์ไว้ก็จะเป็นกาลกิณีแก่บ้านเมือง จึงสั่งให้คนนำไป ประหารเสียนอกเมือง เมื่อออกมาพ้นเมืองแล้ว พระเดมิย์ก็แสดงตัวว่าไม่ได้พิการแต่อย่างใด มีพลังกำลัง สมบูรณ์พร้อม แล้วทรงออกบวช ต่อมาพระราชบิดา ญาติพี่น้อง ประชาชนก็ได้ออกบวชตามไปด้วย และได้สำเร็จฌานสมาบัติกันเป็นจำนวนมาก

2. ต้องรู้จักขีดอารมณ์ที่มากกระทบนั้นให้สูงขึ้น คือนึกเสียว่าที่เขาทำต่อเราอย่างนั้นนะดีแล้ว เช่น เขาต่อก็นึกเสียว่าดีกว่าเขาตี เขาตีก็นึกเสียว่า ดีกว่าเขาฆ่า เมียที่มีชู้ยังดีกว่าเมียที่ฆ่าตัว ด้วมีเมียน้อยก็ยิ่ง ดีกว่าด้วที่มีเมียเพราะเห็นแก่หญิงอื่น ถ้าเปรียบกับการชกมวย การสู้แบบนี้ก็คือการหลบหมัดของคู่ต่อสู้ โดยวิธีหมอบลงต่ำให้หมัดเขาคร่อมหัวเราไปเสีย เราไม่เจ็บตัว ตัวอย่างในเรื่องนี้ ดูได้จากพระปุณณะเถระ

พระปุณณะเดิมเป็นชาวสุนาปรันตะ ไปค้าขายที่เมืองสาวัตถี ได้พึ่งเทศน์จากพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เกิดความเลื่อมใสศรัทธาจึงออกบวช

ครั้นบวชแล้วการทำสมาธิภาวนาไม่ได้ผล เพราะไม่คุ้นกับสถานที่ ท่านคิดว่าภูมิอากาศ ที่บ้านเดิม ของท่านเหมาะกับตัวท่านมากกว่า จึงทูลลาพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตรัสถามว่า

เธอแน่ใจหรือปุณณะ คนชาวสุนาปรันตะนั้นดุร้ายมากนัก ทั้งหยาบคายด้วย เธอจะทนไหวหรือ ไหวพระเจ้าข้า

นี่ปุณณะ ถ้าคนพวกนั้นเขาต่อาเธอ เธอจะมีอุบายอย่างไร

ข้าพเจ้าก็คิดว่าถึงเขาจะต่าก็ยังดีกว่าเขาตบต้อยด้วยมือพระเจ้าข้า

ถ้าเมื่อเขาต้อยอาล่ะ ปุณณะ

ก็ยั้งดีพระเจ้าข้า ดีกว่าเขาเอาก้อนดินขว้างเอา

ก็ถ้าเขาเอาก้อนดินขว้างอาล่ะ

ข้าพระองค์ก็จะคิดว่า ก็ยั้งดีพระเจ้าข้า ดีกว่าเขาเอาไม้ตะพดตีเอา

เออ ถ้าเมื่อเขาหวดด้วยตะพดล่ะ

ก็ยั้งดีพระเจ้าข้า ดีกว่าถูกเขาแทงหรือฟันด้วยหอกดาบ

อาล่ะ ถ้าเมื่อคนพวกนั้นเขาจะฆ่าเธอด้วยหอกด้วยดาบล่ะ ปุณณะ

ข้าพระองค์ก็จะคิดว่า มันก็เป็นการดีเหมือนกันพระเจ้าข้า

ดีอย่างไร ปุณณะ

ก็คนบางพวกที่คิดอยากตาย ยังต้องเสียเวลาเที่ยวแสวงหาคัลสตราวุธฆ่าตัวเอง แต่ข้าพระองค์ มีโชคดีกว่าคนพวกนั้น ไม่ต้องเสียเวลาไปเที่ยวหา คัลสตราวุธอย่างเขา

ดีมาก ปุณณะ เธอคิดได้ดีมาก เป็นอันตกลง เราอนุญาตให้เธอไปพำนักทำความเพียร ที่ตำบล สุนาปรันตะได้

พระปณณณะกลับไปเมืองสุนาปรันตะแล้ว ทำความเพียร ในไม่ช้าใจก็หยุดนิ่ง เข้าถึงพระธรรมกาย ไปตามลำดับ จนได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์

นี่คือเรื่องของพระปณณณะ นักอดทนตัวอย่าง ซึ่งอดทนได้โดยวิธีเซ็ดอารมณ์ที่มากกระทบนั้นให้สูงขึ้น

3. ต้องฝึกสมาธิมากๆ เพราะทั้งขันติและสมาธิเป็นคุณธรรมที่เกี่ยวพันกัน ขันติจะหนักแน่น ก็ต้องมีสมาธิรองรับ สมาธิจะก้าวหน้าก็ต้องมีขันติเป็นพื้นฐาน ขันติอุปมาเหมือนมือซ้าย สมาธิอุปมาเหมือนมือขวา จะล้างมือ มือทั้งสองข้างจะต้องช่วยกันล้าง จึงจะสะอาดดี

มีตัวอย่างของผู้มีความอดทนเป็นเลิศอีกท่านหนึ่ง คือพระโลมสนาคเถระ

พระโลมสนาคเถระ เป็นพระที่ทำได้สมาธิจนสามารถระลึกชาติได้แต่ยังไม่หมดกิเลส วันหนึ่งท่านนั่งสมาธิอยู่กลางแจ้ง พอถึงตอนเที่ยงแดดส่องเหงื่อไหลท่วมตัวท่าน พวกลูกศิษย์จึงเรียนท่านว่า

ท่านขอรับ นิมนต์ท่านนั่งในที่ร่มเถิด อากาศเย็นดี

พระเถระกล่าวตอบว่า

คุณ ฉันทันในที่นี้ เพราะกลัวต่อความร้อนนั่นเอง

แล้วนั่งพิจารณาอเวจีมหานรกเรื่อยไป เพราะเคยได้ตนกรมาหลายชาติ เห็นว่าความร้อนในอเวจีที่เคยตก ร้อนกว่านี้หลายร้อยหลายพันเท่า ท่านจึงไม่ลุกหนี ตั้งใจทำสมาธิต่อไป จนในที่สุดได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์

พวกเราควรนำมาเป็นข้อคิดเตือนใจว่า ที่อ้างร้อนนักหนาวนัก ชี้เกียจภาวนา ระวังจะไปร้อนหมกไหม้ในอเวจี หนาวเสียกระดูกในโลกันต์

### 9.2.5 อานิสงส์การมีความอดทน

1. ทำให้กุศลธรรมทุกชนิดเจริญขึ้นได้
2. ทำให้เป็นคนมีเสน่ห์ เป็นที่รักของคนทั้งหลาย
3. ทำให้ตัดรากเหง้าแห่งความชั่วทั้งหลายได้
4. ทำให้อยู่เย็นเป็นสุขทุกอิริยาบถ
5. ชื่อว่าได้เครื่องประดับอันประเสริฐของนักปราชญ์
6. ทำให้ศีลและสมาธิตั้งมั่น
7. ทำให้ได้พรหมวิหารโดยง่าย
8. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย

ฯลฯ

บุคคลอดทนต่อคำของผู้สูงกว่าได้ เพราะความกลัว  
อดทนถ้อยคำของผู้เสมอกันได้ เพราะเหตุแห่งความแข่งดี  
ส่วนผู้ใดในโลกนี้ อดทนต่อคำของคนเลวกว่าได้  
ลัทธิบุรุษทั้งหลายกล่าวว่า ความอดทนนั้นสูงสุด  
(สรภังคชาดก) ขุ. ชา. จตตาทิส. 27/2460/538

## 9.3 มงคลที่ 28 เป็นคนว่าง่าย

คนเป็นอัมพาต  
แม้จะมีของดีวางอยู่รอบตัว  
ก็ไม่อาจหยิบฉวยนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ได้ฉันใด

คนหัวดีอู่วายาก  
แม้จะมีครูอาจารย์ดีพิเศษแค่ไหน  
ก็ไม่สามารถถ่ายทอดเอาวิชา คุณความดี มาใส่ตัวฉันนั้น

### 9.3.1 คนว่าง่ายคือใคร

คนว่าง่ายสอนง่าย คือคนที่อดทนต่อคำสั่งสอนได้ เมื่อมีผู้รู้แนะนำพร่ำสอนให้ตักเตือนให้โดยชอบธรรมแล้ว ย่อมปฏิบัติตามคำสั่งสอนนั้น ด้วยความเคารพอ่อนน้อม ไม่คัดค้าน ไม่โต้ตอบ ไม่แก้ตัวโดยประการใดๆ ทั้งสิ้น

คนบางคน อดทนอะไรได้สารพัด ทนแดดทนร้อน ทนความลำบากตรากตรำ ป่วยไข้ไม่สบายแค่ไหน ก็ไม่เคยบ่น แต่ทนไม่ได้เมื่อมีใครมาแนะนำ สั่งสอนตักเตือน จะเกิดความรู้สึกคับแค้น โต้ตอบหักล้างขึ้นมาทันที เพราะเขามีเชื้อหัวดี อู่วายากสอนยากอยู่ในตัว

หากว่าเดิมเป็นคนโง่อยู่แล้ว ก็สุดแสนจะเข็น  
หากว่ามีความฉลาดอยู่บ้าง ก็แสนจะตะบึงตะบัน  
กลายเป็นคนอัมพาตทางใจ รับคุณความดีจากใครไม่ได้  
ดังนั้น เราจึงมาเป็นคนว่าง่ายสอนง่ายกันเถิด

### 9.3.2 ลักษณะของคนว่าง่าย

คนว่าง่ายสอนง่ายมีลักษณะที่สังเกตได้อยู่ 11 ประการ คือ

1. ไม่กลบเกลื่อนเมื่อถูกกล่าวตักเตือน ไม่แก้ตัว ไม่บิดพลิ้ว ยอมรับฟังด้วยความเคารพ
2. ไม่ยอมนิ่งเฉยเมื่อถูกตักเตือน พยายามปรับปรุงแก้ไขปฏิบัติตามคำแนะนำนั้น
3. ไม่มีจิตเพ่งคุณ เพ่งโทษผู้ว่ากล่าวสั่งสอน คือไม่คอยจับผิดท่าน แต่รับฟังโอวาทด้วยดี
4. เอื้อเฟื้อต่อคำสั่งสอนและต่อผู้สอนเป็นอย่างดีคือยอมทำตามคำสั่งสอนนั้นและเชื่อฟังผู้สอนอย่างดี ทำให้ผู้สอนมีเมตตาเกิดกำลังใจที่จะสอน ต่อๆ ไปอีก
5. เคารพต่อคำสั่งสอนและต่อผู้สอนเป็นอย่างดีตระหนักดีว่าผู้ที่เตือนคนอื่นนั้น นับว่าเสี่ยงต่อการถูกโกรธมาก ดังนั้นการที่มีผู้ว่ากล่าวตักเตือนเรา แสดงว่าเขาจะต้องมีคุณธรรม มีความเสียสละ มีความเมตตาปรารถนาดีต่อตัวเราจริงๆ จึงต้องมีความเคารพต่อคำสั่งสอนและตัวผู้สอนเป็นอย่างดี
6. มีความอ่อนน้อมถ่อมตนเป็นอย่างดี ไม่แสดงความกระด้างกระเดื่องโอหัง คิดว่าตัวเองดีอยู่แล้ว เก่งอยู่แล้ว

7. มีความยินดีปรีดาต่อคำสอนนั้น ถึงกับเปล่งคำว่า สาธุ สาธุ สาธุ รับฟังโอวาทนั้น คือดีใจอย่างยิ่งว่าท่านกรุณาชี้ข้อบกพร่องของเราให้เห็น จะได้รีบแก้ไข เหมือนท่านชี้ขุมทรัพย์ให้ จึงเปล่งวาจาขอบคุณไม่ขาดปาก

8. ไม่ดี้อารมณ์ คือไม่ดันทุรังทำไปตามอำเภอใจต่างๆ ที่รู้ว่าผิด แต่ทำไปตามความถูกต้อง เมื่อผิดก็ยอมแก้ไขปฏิบัติไปตามสมควรแก่ธรรม

9. ไม่ยินดีในการขัดคอ ไม่ได้กลับ มีความประพฤติชอบเป็นที่พอใจ เป็นที่ปรารถนา

10. มีปกติรับโอวาทเอาไว้อย่างดี ตั้งใจฟังทุกแง่ทุกมุมไม่ได้ตอบ ยิ่งไปกว่านั้นยังพิจารณาตัวไว้อีกว่าให้ว่ากล่าวสั่งสอนได้ทุกเมื่อ เมื่อเห็นข้อบกพร่องของตนเมื่อใด ก็ให้ตักเตือนได้ทันที

11. เป็นผู้อดทน แม้จะถูกว่ากล่าวสั่งสอนอย่างหยาบคาย หรือดูตัวอย่างไรก็ไม่โกรธ อดทนได้เสมอ เพราะนึกถึงพระคุณของท่านเป็นอารมณ์

โดยสรุปลักษณะคนว่าง่ายสอนง่าย สรุปโดยย่อได้ 3 ประการ คือ

1. รับฟังคำสั่งสอนด้วยดี ไม่กลบเกลื่อน ไม่แก้ตัว ไม่เถียง ไม่ขัดคอ ไม่ได้กลับ ไม่จ้องจับผิดท่าน
2. รับทำตามคำสั่งสอนด้วยดี ไม่ดี้อารมณ์ดันทุรัง ไม่รีรอ ไม่อึดออด กระบิิดกระบวน
3. ได้รับความรู้ผู้สอนอย่างดี ไม่โกรธ ไม่คิดลบหลู่คุณท่าน อดทนได้แม้ถูกว่ากล่าวสั่งสอนโดยหยาบคาย ไม่ว่าจะผู้สอนนั้นจะ
  - เป็นผู้ใหญ่กว่า ซึ่งเราทำใจยอมรับได้ง่าย
  - เป็นผู้เสมอกัน ซึ่งเราทำใจยอมรับได้ยากขึ้น
  - เป็นผู้น้อยกว่า ซึ่งเราทำใจยอมรับได้ยากที่สุด

### 9.3.3 ประเภทของคนว่าง่าย

โดยทั่วไปเรามักเข้าใจกันว่า คนที่เชื่อฟังผู้อื่น ไม่เถียงทำตามที่ท่านสั่งสอน คือคนว่าง่าย ซึ่งนั้นเป็นความเข้าใจที่ยังไม่ถูกต้องนัก เพราะคนที่มีลักษณะดังกล่าวข้างต้นอาจแบ่งออกได้เป็น 3 ประเภทตามสาเหตุที่ทำให้เป็นคนว่าง่ายนั้น ดังนี้

1. ว่าง่ายเพราะเห็นแก่ได้ คือคนที่เห็นแก่อำภิมิสรางวัล จึงว่าง่าย เช่นลูกเชื่อฟังพ่อแม่เพราะอยากได้มรดก ลูกน้องเชื่อฟังเจ้านายเพราะอยากได้รางวัล พวกนี้เป็นคนว่าง่ายเทียม จัดเป็นพวกคนหัวประจบ

2. ว่าง่ายเพราะขาดความเชื่อมั่นในตนเอง คือไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่มีความคิดเป็นของตนเอง ใครบอกให้ทำอะไรก็ทำ ชวนเรียนหนังสือก็เรียน ชวนไปเที่ยวก็ไป ชวนดื่มเหล้าก็ดื่ม ชวนเล่นการพนันก็เล่น ชวนไปวัดก็ไป ดึงไปไหนก็ไปด้วย เป็นพวกที่เรียกกันว่า คนหัวอ่อน เป็นคนว่าง่ายเทียมอีกเหมือนกัน จัดเป็นพวกคนโง่

3. ว่าง่ายเพราะเห็นแก่ความดี คือคนที่ยึดถือธรรมะเป็นใหญ่ เห็นแก่ธรรมจึงว่าง่าย ต้องการปรับปรุงแก้ไขตนเองให้ดีขึ้น เมื่อมีผู้ว่ากล่าวตักเตือน ชี้ข้อบกพร่องให้จึงพร้อมรับฟังด้วยดี ไม่ว่าจะผู้นั้นจะเป็นผู้ใหญ่กว่าหรือเด็กกว่าก็ตาม จัดเป็นพวก คนว่าง่ายที่แท้จริง

### 9.3.4 เหตุแห่งความว้าวก

สาเหตุที่ทำให้คนเราว้าวกสอนยาก มีอยู่ 16 ประการ คือ

1. มีความปรารถนาลามก เช่น อยากรวยจึงไปค้าฝิ่น ค้าเฮโรอีน เล่นการพนัน ใครห้ามก็ไม่ฟัง อยากได้ยศได้ตำแหน่งสูงๆ จึงทับถมเพื่อนร่วมงาน กลัวเขาได้เกินหน้า ใครตักเตือนก็ไม่ฟัง

2. ชอบยกตนข่มท่าน หลงตัวเองว่าวิเศษกว่าคนอื่น ไปถึงไหนๆ ก็คิดแต่ว่าตนเก่ง ใครๆ ก็สู้เราไม่ได้ ทำให้เกิดความทะนงตน คือ ใครเตือนก็ไม่ฟัง

3. มีนิสัยมักโกรธ พอมีใครเตือน ใครสอนอะไรก็โกรธขึ้นมาทันที พอเตือนครั้งสองครั้ง ก็มีอาการขึ้นมาทีเดียว รู้แล้วนะ มาพูดซ้ำซ้ำอยู่ได้ เดียว ไม่ทำเลย แล้วก็หน้าหงิกหน้างอ หน้านี้ว้าวกคนพวกนี้ ว้าวก

4. มีนิสัยผูกโกรธ คือ ไม่ใช่โกรธธรรมดาแต่ใครทำให้โกรธหน่อยก็เก็บ ผูกติดเอาไว้ในใจเป็นปีๆ เลย คนพวกนี้ขี้มไม่ค่อยเป็น หน้าบึ้งทั้งวัน ใครเตือน เข้าหน่อยหน้าบึ้งทั้งวัน ใครเตือนเข้าหน่อยเหมือนจะแยกเขี้ยวเข้าไล่จับทีเดียว ไม่ฟัง

5. มีความรังเกียจเหยียดหยามเพราะฤทธิ์โกรธ คือไม่ใช่แค่หน้าบึ้งเฉยๆ แต่พอโกรธใครเตือนทำให้ไม่พอใจแล้วก็แสดงอาการรังเกียจเหยียดหยามทันที เช่น กระตืบเท้าปึงๆ กระแทกประตู โครมคราม สะบัดหน้าหนี ถ่มน้ำลาย ฯลฯ

6. คิดต่อว่าต่อขาน คือพอมีใครมาตักเตือนเข้าแล้ว ก็เกิดอาการคันปากยิบๆ ขอให้ได้ต่อปากต่อคำ แล้วจึงจะสบาย เช่น ไปวัดมีคนเตือนให้แต่งตัวให้เรียบร้อย ก็ตอบทันทีว่า หน้าหัวใคร เป็นเสียอย่างนั้น ชอบพูดคำที่ทำให้ใกล้ต่อความโกรธ ทำให้ไม่ฟังคำแนะนำตักเตือน

7. คิดโต้แย้ง คือ เมื่อมีผู้แนะนำตักเตือนให้เห็นข้อบกพร่องของตนแล้ว ก็รีบโต้แย้งแก้ตัวทันที เช่น ไปหาผู้ใหญ่แล้วแต่งตัวไม่เรียบร้อย พอมีคนเตือนเข้าก็แย้งทันทีว่า ชอบแต่งตัวตามสบาย ไม่เสแสร้งแกล้งทำ เป็นเสียอย่างนั้น

8. คิดตะเพิด คือไม่สงบปากสงบคำรับเอาคุณความดีจากผู้หวังดี แต่กลับพูดจาระรานเขา เช่น คุณนี่ วันๆ ดีแต่นั่งจับผิดชาวบ้านเขาหรือไง ตะเพิดเขาส่งไปเลย

9. คิดข้อน คือ นอกจากไม่ฟังแล้วยังพูดข้อนให้เขาเจ็บใจ เช่น คุณไม่ต้องมาสอนฉันหรอกน่า ฉันรู้จักเอาตัวรอดได้ ไปสอนสามิคุณลูกคุณเถอะไป พูดข้อนเขาได้แล้วจึงจะสบายใจ

10. คิดกลบเกลื่อน คือ พอมีใครพูดถึงข้อบกพร่องของตัวเองก็พูดกลบเกลื่อน เฉฉออกไปเรื่องอื่น ไม่ยอมรับ กลัวเสียหน้า

11. คิดนอกเรื่อง คือ เมื่อมีคนเตือนแล้วกลับมอมองเจตนาเขาไปอีกแง่หนึ่ง ว่าเขาเตือนเพื่อหวังผลประโยชน์ กลายเป็นคนมองคนในแง่ร้าย จึงไม่ยอมรับฟัง

12. คิดปิดบังซ่อนเงื่อน คือเมื่อไปทำอะไรผิดมาแล้วไม่ยอมเปิดเผย จึงกลายเป็นคนมีชนกติดหลัง ใครพูดอะไรนิดหน่อยก็หวาดสะดุ้ง เกรงเขาจะรู้ความผิดของตัวเอง จึงมีใจซ่อนอยู่เสมอ ไม่เป็นอันตั้งใจฟังอะไรได้ กลายเป็นคน ว้าวกสอนยาก

13. คิดหลบหลู่ตีเสมอ คือเป็นคนไม่มีความกตัญญู ใครทำความดีไว้กับตัว ก็พยายามหลบหลู่ ตีเสมอเหยียบย่ำเขาลงไป เพราะเกรงจะเสียเกียรติจะติดหนี้บุญคุณเขา

14. คิดริษยาเห็นแก่ตัวจัด คือเป็นคนใจแคบ ใครมาแนะนำอะไรก็รับไม่ได้ เกรงว่าเขาจะเหนือกว่าตัว เกรงว่าเขาจะดีกว่าตัว

15. มีนิสัยอ้ออวด ไปที่ใดก็คุยอวดว่าตัวดี ตัวเก่ง พอคุยอวดบ่อยๆ เข้าก็จะเกิดความรู้สึกเล็กๆ ในใจว่าตัวเองเก่งแล้ว จึงไม่ยอมฟังคำเตือน ของใคร

16. มีความเห็นผิด เป็นมิจฉาทิฐิ เห็นผิดไปจากความเป็นจริง เช่น เห็นว่าพ่อแม่ไม่มีพระคุณต่อเรา เห็นว่าการให้ทานไม่ควรทำ เพราะทำให้คนขี้เกียจ ฯลฯ เมื่อมีความเห็นผิดเช่นนี้แล้ว เวลาใครตักเตือนอะไรเข้าแม้เป็นสิ่งดีมีประโยชน์ เขาก็ยอมมองไม่ออก เห็นเป็นสิ่งไม่ดีอยู่นั่นเอง

### 9.3.5 วิธีฝึกให้เป็นคนว่าง่าย

เมื่อเราทราบแล้วว่าที่เราเป็นคนว่ายากก็เพราะนิสัยไม่ดีทั้ง 16 ประการ ดังได้กล่าวมาแล้ว ดังนั้นเพื่อให้เป็นคนว่าง่าย เราก็ต้องกำจัดนิสัยที่ไม่ดี ทั้ง 16 ประการนั้น ให้ทุเลาเบาบางและหมดไปจากใจซึ่งทำได้ดังนี้

1. หมั่นนึกถึงโทษของความเป็นคนหัวดีอวดว่ายาก ว่าทำให้ไม่สามารถรับเอาความดีจากใครๆ ได้ เหมือนคนเป็นอัมพาตที่แม้มีของดีรอบตัวก็หยิบเอามาใช้ไม่ได้ อย่างนั้น หัวดีอวดมากๆ ลงท้าย ก็ไม่มีใครอยากสอนอยากเตือน ต้องโง่ทั้งชาติทำผิดเรื่อยไป

2. หมั่นนึกถึงพุทธพจน์ที่ว่า ผู้ซึ่งโทษ คือผู้ซึ่งข่มทรัพย์ให้

3. ฝึกให้เป็นคนมากด้วยความเคารพ มองคนในแง่ดี ใครมาแนะนำ ตักเตือนเราไม่ว่าเรื่องอะไรก็ตาม นึกขอบคุณเขาในใจ เพราะแสดงว่าเขามีความปรารถนาดีต่อเราจึงได้มาเตือน ไม่ว่าจะเรื่องที่ดีเตือนนั้นจะถูกต้องตามความเป็นจริงหรือไม่ก็ตามให้รับฟังไว้ก่อน ไม่ดวนเถียงหรือนึกดูหมิ่นเหยียดหยามเขา

4. ฝึกการปวารณา คือการออกปากยอมให้ผู้อื่นว่ากล่าวตักเตือนตน ไม่ว่าจะผู้ที่มีอายุมากกว่าเท่ากัน หรือน้อยกว่าก็ตาม ตัวอย่างเช่น พระภิกษุผู้มีวินัยอยู่ข้อหนึ่งว่า ในวันออกพรรษาให้มีการประชุมกันของพระภิกษุ ทั้งพระ ผู้ใหญ่และพระผู้น้อยในวันนั้น พระทุกรูปจะกล่าวคำปวารณากัน คืออนุญาตให้ผู้อื่นว่ากล่าวตักเตือนตัวเองได้ เรียกว่า วันมหาปวารณา หลักการนี้สามารถ นำมาใช้กับคนทั่วไปได้ เช่น ในหน่วยงานต่างๆ ในครอบครัว ทำบ่อยๆ แล้วจะเกิดความเคยชินเป็นนิสัย เป็นการฝึกให้เป็นคนว่าง่าย สอนง่าย

5. ต้องฝึกสมาธิให้มาก เพื่อให้ใจผ่องใส หนักแน่น สามารถตรองตามคำแนะนำสั่งสอนของผู้อื่น มีใจสงบเยือกเย็นพอที่จะพิจารณาข้อบกพร่องของตนเอง และปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นได้

### 9.3.6 เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับคนหัวดี

คนหัวดีในโลกนี้ อาจแบ่งใหญ่ๆ ได้เป็น 3 ประเภท คือ

1. ดีเพราะความโง่หรือความขี้เกียจ จัดเป็นพวกดี้อวด
2. ดีเพราะทิวาฐานะหลงตัวเองว่ารู้แล้ว จัดเป็นพวกดีอวด
3. ดีเพราะโหดโกรธง่าย จัดเป็นพวกบ้า

ในการปกครองคนหัวดีก็มีข้อพึงสังวรอยู่คือ



1. พวกต่อต้าน คือคือเพราะฤทธิ์โง่หรือขี้เกียจนั้น พวกนี้ชอบรับคำสั่ง คือมีอะไรก็ส่งไปให้ทำได้ แต่ไม่ชอบฟังคำสอน เพราะฟังไม่รู้เรื่องบ้าง ขี้เกียจฟังบ้าง

2. พวกต่อต้าน พวกนี้มีแววจิตตอยู่เหมือนกัน แต่ว่ายังไม่เฉลียว รู้แค่จุดใดจุดหนึ่ง ก็คิดว่าตัวเองรู้หมดแล้ว คือไม่รู้ตัวยังไม่รู้ เวลาใช้งาน คนพวกนี้อย่าไปบังคับ อย่าไปสั่งอย่างเดียว เขาจะไม่ค่อยยอมรับ ต้องค่อยๆ สอน ค่อยๆ อธิบายให้เข้าใจ พูดให้เข้าใจถึงประโยชน์ของงานที่ทำ ถ้าไม่ใช่ คนที่ทวิภูมิมาก จนเกินไปก็จะเข้าใจและรับไปทำได้ แต่ถ้าใครหลงตัวจัดมาก พูดอย่างไรก็ไม่ฟังก็ต้องปล่อยไป

3. พวกบ้า คือพูดอะไรผิดหน่อยก็โกรธ ฉุนเฉียวปึงปึง พวกนี้ยาก จะเอามาใช้ประโยชน์ได้ รั้งแต่จะทำให้หมู่คณะแตกแยกวุ่นวาย ปล่อยให้เป็นหน้าที่ของจิตแพทย์จัดการดีกว่า

นอกจากนี้ยังมีข้อน่าสนใจอยู่อีกหนึ่งอย่าง ในการปกครองพวกคนต่อต้านนั้น ถ้าหากว่ากล่าวสั่งสอนในขั้นแรกแล้วเขายังไม่ฟังจะทำอย่างไร คำตอบก็คือ ในขั้นที่สองก็ให้ลงโทษ อาจพักราชการ ตัดเงินเดือน หรืออะไรก็ได้แล้วแต่ความเหมาะสม ถ้าหากว่ายังไม่เชื่อฟัง ในทางพระพุทธศาสนามีวิธีแก้อยู่อีกอย่างหนึ่งคือ ท่านใช้คำว่า ลงพรหมทัณฑ์ บางแห่งเขาเรียก คว้าบาตร ดั่งมีตัวอย่างเรื่องในสมัยพุทธกาล ดังนี้

นายฉันทะซึ่งเป็นคนตามเสด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อครั้งทรงมำกัณฐกะออกบรพชา ภายหลังนายฉันทะได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุและเป็นคนหัวดีดีมาก ถือว่าเป็นคนใกล้ชิด ใครจะสอนจะเตือนอย่างไรก็ไม่ฟัง พระอานนท์ จึงกราบทูลถามพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่าจะทำอย่างไรดี พระบรมศาสดา จึงทรงแนะนำว่า เมื่อพระองค์เสด็จดับขันธปรินิพพานแล้วให้ลงพรหมทัณฑ์พระฉันทะ คือให้ภิกษุทุกรูปเลิกยุ่งเกี่ยวกับพระฉันทะ ให้ทำเหมือนกับว่าไม่มีพระฉันทะอยู่ในโลก พระฉันทะอยากจะทำอะไรก็ปล่อยให้ทำ ไม่มีใครยุ่งเกี่ยว ไม่มีใครพูดคุ้ยด้วย ต่อจากนั้นไม่กี่วัน หลังจากไม่มีใครสนใจใยดีด้วย กลายเป็นตัวประหลาดในท่ามกลางหมู่สงฆ์ พระฉันทะก็รู้สึกสำนึกตัว สาราภาพผิดต่อหมู่สงฆ์และเลิกดี้อีกต่อไป

การที่ทุกคนเลิกเกี่ยวข้องกับตัว ไม่ให้ความช่วยเหลือไม่รู้เรื่องอะไรทั้งสิ้น เรียกว่า ลงพรหมทัณฑ์

เพราะฉะนั้นถ้าในที่ทำงานไหน หรือตามโรงเรียน ตามบ้าน ถ้าเกิดมีลูกดื้อขึ้นมา ว่ายากสอนยาก พ่อแม่อาจจะลองลงพรหมทัณฑ์ลูกบ้างก็ได้ แก้วโรคดื้อได้ชะงัดนัก แต่ว่าถ้าเกิดพ่อดื้อหรือว่าแม่ดื้อขึ้นมา ลูกขึ้นไปลงพรหมทัณฑ์ก็มีหวังโดนตะพึด ต้องดูให้พ่อแม่เหมาะสมพอควรเป็นกรณีๆ ไป

### 9.3.7 อาบิสงสารเป็นคนว่าง่าย

1. ทำให้เป็นที่เมตตา อยากรแนะนำพร่ำสอนของคนทั้งหลาย
2. ทำให้ได้รับโอวาท อนุศาสน์
3. ทำให้ได้ธรรมะอันเป็นที่พึ่งแก่ตน
4. ทำให้ละโทษทั้งปวงได้
5. ทำให้บรรลุคุณธรรมเบื้องสูงได้โดยง่าย

ฯลฯ

บุคคลควรเห็นผู้มีปัญญา  
ที่คอยกล่าวคำขนาบ ชี้อโทษของเราให้เห็น  
ว่าเป็นคนผู้ซึ่งบอกขุมทรัพย์ให้  
ควรคบกับบัณฑิตที่เป็นเช่นนั้น  
เพราะเมื่อคบแล้ว  
ย่อมมีแต่ดีฝ่ายเดียว ไม่มีเลวเลย

ขุ. ๕. 25/16/25

## 9.4 มงคลที่ 29 เห็นสมณะ

เด็กต้องการตัวอย่างที่ดี  
จากพ่อแม่ครูอาจารย์ฉันใด  
ชาวโลกทั้งหลายก็ต้องการตัวอย่างที่ดี  
จากสมณะฉันนั้น

### 9.4.1 ทำไมจึงต้องเห็นสมณะ

ความสุขทั้งหลายในโลกนี้มีอยู่ 2 ประเภท คือ

1. ความสุขที่ต้องอิงวัตถุทางหรือความสุข เป็นความสุขทางเนื้อหนัง เช่น ได้ฟังเพลงเพราะๆ กินอาหารอร่อยๆ ได้สัมผัสที่นุ่มนวล ฯลฯ จัดเป็นความสุขภายนอกที่เห็นกันได้ง่าย

2. ความสุขที่ไม่ต้องอิงวัตถุ เป็นความสุขที่เกิดขึ้นจากการเจริญภาวนาให้ใจสงบและเกิดปัญญา เป็นความสุขของผู้เข้าถึงธรรม จัดเป็นความสุข ภายใน เมื่อเทียบกันแล้ว ความสุขภายในอันเกิดจากความสงบนั้น เป็นสุขที่เลิศกว่าอย่างเทียบไม่ได้ แต่เห็นและเข้าใจได้ยากกว่า

ความสุขภายในนั้น เป็นสิ่งที่ไม่น่าเชื่อว่าจะเป็นไปได้ เพราะเราคาดคะเนไม่ได้ เป็นเรื่องเฉพาะตัว ผู้ที่ยังไม่ปฏิบัติธรรมก็จะไม่พบกับความสุข ชนิดนี้ ทำให้ไม่คุ้น แม้อ่านจากตำราก็ยากจะเข้าใจ เช่น พระท่านบอกว่าผู้ที่รักษาศีลแล้วจะมีจิตที่ร่าเริงแจ่มใส ถ้าคนยังไม่เคยปฏิบัติธรรมจะนึกค้ำนทับที่ว่าคนรักษาศีลจะร่าเริงได้อย่างไร จะทำอะไรนิดอะไรหน่อยก็ต้องคอยระวังจะผิดศีล สู้คนไม่มีศีลไม่ได้ จะตีหม้อก็ตีหม้อ จะเที่ยวก็เที่ยว เห็นพวกขี้เมา ร้องรำทำเพลง เขียร์มวยแทงม้าส่งเสียงกันอึงคะนึงว่าเริงสนุกสนานกว่าตั้งเยอะ แล้วมาบอกว่ารักษาศีลแล้วจิตจะร่าเริงแจ่มใส อย่างมาหลอกกันให้ยากเลย เราไม่ยอมเชื่อหรอก

ต่อเมื่อได้พบคนที่เข้าถึงความสุขชนิดนี้ได้ เห็นคนที่รักษาศีลมาแล้ว อย่างดีเยี่ยม หน้าตาทำนองก็ผ่องใส ไม่บึ้งไม่ตึง พุดจากระเบิบเอออจริง คนที่รักษาศีลมาแล้วอย่างดี เขาร่าเริง แต่ร่าเริงอีกแบบหนึ่งไม่เหมือนที่เราเคยเห็น ไม่เหมือนที่เราเคยรู้จัก ถึงแม้ยังไม่เชื่ออย่างน้อยก็คิดที่จะทดลองทำตาม แม้ไม่ได้ทำตามก็ถูกคิดถึงการทำความดีบางอย่างขึ้นมา

คนที่เข้าถึงความสุขชนิดนี้ได้ คือสมณะ ซึ่งถ้าใครได้เห็นแล้วจะเกิดแรงบันดาลใจให้คิดถึงธรรม เหมือนระเบิดที่จุดชนวนแล้วย่อมแสดงอำนาจออกมาเต็มที่ สติปัญญา ความรู้ความสามารถที่มีอยู่



จะได้รับการกระตุ้นจากการเห็นสมณะนำมาใช้สร้างความดีให้เต็มที่

### 9.4.2 สมณะคือใคร

สมณะ แปลว่า ผู้สงบ หมายถึง บรรพชิตที่ได้บำเพ็ญสมณธรรม ฝึกฝนตนเองด้วยศีล สมาธิ ปัญญา มาแล้วอย่างเต็มที่ จนกระทั่งมีกายวาจา ใจ สงบแล้วจากบาป สมณะทุกรูปจึงต้องเป็นบรรพชิต แต่บรรพชิต บางรูปอาจไม่ได้เป็นสมณะก็ได้

คนเราไม่ใช่จะเป็นสมณะเพราะศีระะไล่น คนที่ไม่ทำกิจวัตร มีแต่พูดพล่อยๆ มีความริษยากัน เป็นคน ละโมบ จะจัดเป็นสมณะได้อย่างไร

คนที่เราตถาคตเรียกว่า สมณะ นั้น จะต้องเป็นผู้ระงับจากการทำบาปน้อยใหญ่เสีย

### 9.4.3 ลักษณะของสมณะ

1. สมณะต้องสงบกาย คือมีความสำรวม ไม่คะนอง ไม่มีกิริยาร้าย เช่น ทบตี ชกต่อย ฆ่าฟัน สะพายดาบ พกมีดพกปืน เดินขบวน หรือเฮล่ ยกพวกเข้าชิงดีชิงเด่น แย่งที่อยู่ที่ทำกินกัน อันเป็นกิริยา ของคนไม่สงบ คนที่เป็นสมณะไม่ว่าจะเข้าที่ไหนจะอยู่ที่ไหน ย่อมจะไม่ทำความชอกช้ำแก่ใคร

พระลัมมาสัมพุทธเจ้าทรงชมพระโศคัลลนในเรื่องนี้ว่า ท่านแม้จะมีฤทธิ์เดชมาก แต่ไม่ว่าจะไปที่ใดก็ไม่เคยทำความช้ำชอกแก่ตระกูลนั้นเลย จะบิดบาปตรับของถวายอะไรก็ตาม ก็คอยดูว่าเขาจะ เตือดร้อนไหม รับแต่พอประมาณ เปรียบเหมือนแมลงภูบินเข้าสวน ดูดเกสรดอกไม้จนอิมหันสำราญ แต่ไม่เคยทำความช้ำชอกให้แก่ดอกไม้เลย

นอกจากนี้แล้วสมณะยังต้องคำนึงถึง สมณสาธูป คือจะทำอะไรต้องให้ควรแก่สมณวิสัย

2. สมณะต้องสงบวาจา คือไม่เป็นคนปากร้าย ไม่นินทาว่าร้ายใคร ไม่ยุยงใส่ร้ายป้ายสีกัน จะเป็น ระหว่างพระกับพระ หรือพระกับฆราวาสก็ตาม จะทำไปโดยอังคะณะ อังนิกาย อังวัต อังพวกไม่ได้ ทั้งนี้ มีแต่วาจาที่เป็นอรรถเป็นธรรม ไม่ใช่วาจาเหมือนคมหอกคมดาบ แม้การพูดให้คนอื่นกระดากขวยเขิน เช่น พูดจาเกะแอะผู้หญิงเล่นสนุกๆ ก็ผิดสมณสาธูป

3. สมณะต้องสงบใจ คือทำให้หยุดนิ่งเป็นสุขอยู่ภายใน สงบจากบาปกรรม ตริกนิกถึงธรรม เป็นอารมณ์ ไม่ใช่ทำเป็นสงบแต่เปลือกนอกเหมือนเสือเต๋มาจ่าศีล จิตใจของสมณะที่แท้ย่อมเต็มไปด้วยความเมตตากรุณา ไม่เป็นภัยต่อผู้ใด

การที่มีความสงบกาย วาจา ใจ ทั้ง 3 ประการนี้ ส่งผลให้สมณะมีความสง่างามอยู่ในตัว มีคำอยู่ 2 คำที่ใช้ชมความงามของคน คือถ้าชมชายหนุ่มหญิงสาวทั่วไปเราใช้คำว่า สวยงาม แต่ถ้าจะชมสมณะ เราใช้คำว่า สง่างาม เป็นความงามที่สง่า และยังมี ความสงบเสถียรอยู่ในตัว ทั้งสง่างามและสงบเสถียร แต่ไม่จ้อง ไม่กระจอกงก่งอวย เพราะมีความเชื่อมั่นในคุณธรรมที่ตนเองปฏิบัติอยู่ มีความอิมเอิบอยู่ในธรรม เป็นตัวอย่างให้เห็นถึงอานิสงส์ของการประพฤติปฏิบัติชอบ

“สมณะจึงเป็นมาตรฐานความประพฤติของชาวโลกทั้งหลาย”

#### 9.4.4 ลักษณะของสมณะในเชิงปฏิบัติ

1. สมณะต้องไม่ทำอันตรายใคร ไม่ว่าจะทางกายหรือทางวาจาก็ไม่ทำความเดือดร้อนให้ใคร แม้ในความคิดก็ไม่คิดให้ร้ายใคร
2. สมณะต้องไม่เห็นแก่ลาภ ดำรงชีพอยู่เพียงเพื่อทำความเพียร มีความสันโดษไม่เป็นคนเห็นแก่กิน เห็นแก่ปากแก่ท้อง
3. สมณะต้องบำเพ็ญสมณธรรม พยายามฝึกฝนตนเอง ไม่เอาแต่ นั่งๆ นอนๆ กิจวัตรของตน เช่น การสวดมนต์ทำวัตร การศึกษาพระธรรมวินัย กิริยามารยาทต่างๆ ตั้งใจฝึกฝนอย่างเต็มที่
4. สมณะต้องบำเพ็ญตบะ คือทำความเพียรเพื่อละกิเลส เป็นทหารในกองทัพธรรมอย่างเต็มที่ ตั้งใจรบเอาชนะกิเลสให้ได้ ไม่ว่าจะโดยการเดิน จงกรม ทำสมาธิ อยู่ธุดงค์ ก็ตาม

#### 9.4.5 ชนิดของการเห็นสมณะ

การเห็นของคนแบ่งออกเป็น 3 ระดับ

1. เห็นด้วยตา เรียกว่า พบเห็น คือเห็นถึงรูปร่าง ลักษณะกิริยามารยาทอันสง่างามและสงบของท่าน
2. เห็นด้วยใจ เรียกว่า คิดเห็น คือนอกจากจะเห็นตัวท่านซึ่งเป็นสมณบุคลแล้ว ยังพิจารณาตรองดูด้วยใจ จนสามารถคาดคะเนได้ถึงคุณธรรมภายใน ที่ทำให้ท่านสงบเสงี่ยม แต่สง่างามอย่างน่าอัศจรรย์ หรือเรียกว่าเห็นถึงสมณธรรมของท่าน
3. เห็นด้วยญาณ เรียกว่า รู้เห็น คือไม่ใช่เป็นเพียงการคิดคาดคะเนถึงคุณธรรมของท่านเท่านั้น แต่เห็นด้วยญาณทัศนะ เห็นด้วยปัญญาทางธรรมที่เดียวว่า ท่านมีคุณธรรมมากเพียงใด เป็นการเห็นของผู้ที่ปฏิบัติธรรมมาดีแล้ว จนเข้าถึงธรรมภายในตัว แล้วก็อาศัยธรรมภายในตัวมองทะลุเข้าไปในใจคนอื่นได้ การเห็นชนิดนี้ชัดเจนถูกต้องแน่นอนไม่มีการผิดพลาด

#### 9.4.6 กิจที่ควรทำเพื่อให้เกิดประโยชน์จากการเห็นสมณะ

ในการเห็นสมณะนั้น ถ้าหากเห็นเพียงชั่วขณะ เช่น เห็นท่านเดินผ่านไป หรือเราเหยียด เดินไปเห็นท่าน แล้วก็ผ่านไป อย่างนั้นได้ประโยชน์ไม่เต็มที่ เพื่อให้ได้ประโยชน์เต็มที่จากการเห็นสมณะ พึงกระทำดังนี้

1. ต้องเข้าไปหา หมายถึง หมั่นเข้าใกล้ ไปมาหาสู่ท่าน เห็นคุณค่าในการเห็นสมณะ แม้งานจะยุ่งเพียงไรก็พยายามหาเวลาเข้าหาท่านเสมอ เพื่อรับการถ่ายทอดคุณธรรม
2. ต้องเข้าไปบำรุง หมายถึง เข้าไปช่วยทำกิจของท่าน เช่น ปิดกวาดเช็ดถูกุฏิ จัดหาปัจจัย 4 ไปถวายท่าน ท่านจะได้ไม่มีภาระมาก และจะได้มีเวลามีโอกาสได้สนทนาธรรมกันมากขึ้น
3. ตามฟัง หมายถึง ตั้งใจฟังคำเทศน์คำสอนของท่านด้วยใจจดจ่อ
4. ตามระลึกถึงท่าน หมายถึง เมื่อพบท่านได้ฟังคำสอนของท่านแล้วก็ตามระลึกถึงทั้งกิริยามารยาทของท่าน นำคำสอนโอวาทของท่านมาไตร่ตรอง พิจารณาอยู่เสมอ
5. ตามดูตามเห็น หมายถึง ดูท่านด้วยตาเนื้อของเราด้วยความเลื่อมใสศรัทธาอย่างหนึ่ง และตามดูท่านด้วยความคิดและปัญญาทางธรรมให้เห็นตัวสมณธรรมของท่านอีกอย่างหนึ่ง เห็นท่านทำอย่างไรเราก็ทำอย่างนั้น ไม่ตี้อัน

#### 9.4.7 เหตุที่ชาวโลกอยากให้สมณะหรือพระมีศีลไปเยี่ยมบ้าน

เมื่อสมณะหรือพระผู้มีศีลบริสุทธิ์เข้าสู่สกุลใดมนุษยทั้งหลายในสกุลนั้น ย่อมประสพบุญเป็นอันมาก ด้วยฐานะ 5 ประการ ดังนี้

1. จิตของเขาเยี่ยมเลื่อมใสเพราะได้เห็นสมณะ เป็นผลให้สกุลนั้น ชื่อว่า ปฏิบัติข้อปฏิบัติที่เป็นไปเพื่อสวรรค์
2. เขาย่อมพากันต้อนรับกราบไหว้ ให้อาสนะแก่สมณะซึ่งเข้าไปสู่สกุล เป็นผลให้สกุลนั้นชื่อว่า ปฏิบัติข้อปฏิบัติที่เป็นไปเพื่อการเกิดในสกุลสูง
3. เขาย่อมกำจัดมลทินคือความตระหนี่เสียได้ ในสมณะซึ่งเข้าไปสู่สกุล เป็นผลให้สกุลนั้นชื่อว่า ปฏิบัติข้อปฏิบัติที่เป็นไปเพื่อการได้เกียรติศักดิ์อันยิ่งใหญ่
4. เขาย่อมแจกจ่ายทานตามสติกำลังในสมณะผู้เข้าไปสู่สกุล เป็นผลให้สกุลนั้นชื่อว่า ปฏิบัติข้อปฏิบัติที่เป็นไปเพื่อการได้โภคะใหญ่
5. เขาย่อมเฝ้าตาม สอบสวน พังธรรม จากสมณะซึ่งเข้าไปสู่สกุล เป็นผลให้สกุลนั้นชื่อว่า ปฏิบัติข้อปฏิบัติที่เป็นไปเพื่อการได้ปัญญาใหญ่

#### 9.4.8 ข้อควรปฏิบัติเมื่อพบสมณะ

1. ถ้าไทยธรรมมีอยู่ พึงต้อนรับด้วยไทยธรรมนั้นตามสมควร
2. ถ้าไทยธรรมไม่มี พึงกราบด้วยเบญจางคประดิษฐ์
3. ถ้าไม่สะดวกในการกราบก็ประณมมือไหว้
4. ถ้าไหว้ไม่สะดวกก็ยืนตรง หรือแสดงความเคารพด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง เช่น หลีกทางให้
5. อย่างน้อยที่สุด ต้องแลดูด้วยจิตเลื่อมใส

#### 9.4.9 อานิสงส์การเห็นสมณะ

1. ทำให้ได้สติ จุกคิดถึงบุญกุศล
2. ทำให้เกิดแรงบันดาลใจที่จะทำความดีตามท่าน
3. ทำให้ตาผ่องใสตจแก้วมณี
4. ทำให้เป็นผู้ไม่ประมาท
5. ชื่อว่าได้บูชาพระรัตนตรัยอย่างยิ่ง
6. ทำให้ได้สมบัติ 3 คือมนุษยสมบัติ ทิพยสมบัติ และนิพพานสมบัติ โดยง่าย
7. ทำให้บรรลุมรรคผลนิพพานโดยง่าย

ฯลฯ

#### 9.4.10 ตัวอย่างอานิสงส์การเห็นสมณะ

พระสารีบุตรสมัยที่ยังเป็นกุลบุตรชื่อ อุปติสสะ เกิดในตระกูลที่มั่งคั่ง ได้ศึกษาศิลปวิทยาการทางโลกมาจนจบวิชา 18 ประการ หลังจากสำเร็จการศึกษาแล้วต้องการแสวงหาโมกขธรรม จึงออกบวช

ในสำนักของลัทธิชยปริพาชก เพราะขณะนั้นยังไม่พบพระพุทธรูป ศิลาจารึกแล้วก็ยังไม่สามารถ  
ปราบกิเลสในตัวได้ จึงออกท่องเที่ยวไปโดยหวังว่าอาจพบพระอรหันต์ในโลกนี้

อยู่มาวันหนึ่งไปพบพระอัสสชิ ซึ่งเป็นพระอรหันต์แล้ว กำลังเดินบิณฑบาตอยู่ เห็นท่านมีผิวพรรณ  
ผ่องใส กิริยามารยาทงดงาม ท่าทางสงบสำรวม เกิดความเลื่อมใสจึงติดตามไปและจัดที่นั่งให้ฉันอาหาร  
รอนท่านฉันเสร็จเรียบร้อยแล้วก็เข้าไปกราบเรียนถามท่านว่า

“ท่านขอรับ อินทรีย์ของท่านผ่องใสยิ่งนัก ผิวพรรณก็บริสุทธิ์ ท่านตั้งใจบวชเฉพาะใคร  
ใครเป็นศาสดาของท่าน ท่านชอบใจธรรมของใคร”

พระอัสสชิตอบว่า

“พระมหาสมณะผู้เป็นบุตรศากยราช ผู้ออกบวชจากศากยตระกูลนั้นมีอยู่ เราตั้งใจบวชเฉพาะ  
พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น พระผู้มีพระภาคเจ้านั้นเป็นศาสดาของเรา เราชอบใจธรรมของพระผู้มี  
พระภาคเจ้าพระองค์นั้น”

พระสารีบุตรถามต่อว่า

“ศาสดาของท่านมีปกติสอนอย่างไร”

พระอัสสชิตอบว่า

“เราเป็นผู้บวชใหม่อยู่ เพิ่งเข้าสู่ธรรมวินัยนี้ไม่นาน เราไม่อาจแสดงธรรมให้พิสดารได้ แต่เราพอจะ  
แสดงได้เฉพาะความย่อ

ธรรมเหล่าใดเกิดขึ้นแต่เหตุ พระตถาคตเจ้าทรงแสดงเหตุแห่งธรรมนั้น และความดับแห่งธรรม  
นั้น พระมหาสมณะมีปกติตรัสสอนอย่างนี้”

พระสารีบุตรท่านฟังแล้วตรองตาม ก็ได้เข้าถึงธรรมสำเร็จเป็นพระโสดาบันอยู่ ณ ที่นั่นเอง  
พวกเราฟังดูแล้วเป็นอย่างไร ธรรมที่พระอัสสชิทรงแสดง ฟังแล้วก็ไม่ค่อยเข้าใจ  
ไม่ค่อยซาบซึ้งเท่าไร เพราะภพในอดีตพบเห็นสมณะมากี่มาก แต่ยังไม่ค่อยได้ใส่ใจ แค่มองเห็นด้วยตาเนื้อ  
ยังไม่ได้คิดเห็นด้วยใจ หรือรู้เห็นด้วยญาณทัสนะถึงคุณธรรมของท่าน

แต่พระสารีบุตรท่านไม่ใช่อย่างเราท่านเห็นสมณะข้ามภพข้ามชาติมามาก เห็นแล้วก็ไม่ใช่เพียงแค่  
พบเห็น แต่พยายามทั้งคิดเห็นรู้เห็นถึงคุณธรรมของท่าน พยายามตรึกตรองให้เข้าใจให้ได้ มาในภพนี้  
พระอัสสชิเทศน์เพียง สั้นๆ ย่อๆ เท่านั้นท่านก็ได้สำเร็จเป็นพระโสดาบัน นี่คือนิสงส์ของการเห็นสมณะ  
ทั้งภพในอดีตและภพชาติปัจจุบัน

นอกจากนี้เราลองสังเกตถึงคุณธรรมของท่านทั้งสองต่อไปอีก พระสารีบุตรก็เป็นคนรู้จัก  
กาลเทศะ รอบรณนินยัตถินพระอัสสชิฉันภัตตาหารเสร็จ แล้วจึงได้ถามธรรมะ พระอัสสชิเองก็มีความอ่อนน้อม  
ถ่อมตนเต็มที่ ท่านเองเป็นถึงพระอรหันต์แล้ว แต่ก็ยังถ่อมตนว่ายังเป็นผู้บวชใหม่อยู่ เพิ่งเข้าสู่ธรรมวินัย  
นี้ไม่นาน ยังไม่อาจแสดงธรรมโดยพิสดารได้ ได้แต่แสดงแบบย่อๆ

เพราะฉะนั้นพวกเราทุกคน ใครที่นึกเอาว่าตนเองเก่งนักเก่งหนา วางก้ามวางโตนะ ลองถาม  
ตัวเองดูก่อนเถอะว่า คุณธรรมในตัวนั้นมีขนาดไหน เก่งกล้าสามารถจริงแล้วหรือถึงได้อวดเบ่งอย่างนั้น  
อย่าเลย มาฝึกฝนตนเองให้มีคุณธรรมจริง แต่ไม่อวดตัวอวดเบ่งอย่างพระอัสสชิ และให้มีความเคารพ  
รู้จักเห็นสมณะอย่างพระสารีบุตรกันเถิด

## 9.5 มงคลที่ 30 สันทนาธรรมตามกาล

การพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดด้วยจิตเมตตา  
เป็นที่มาแห่งความเจริญก้าวหน้าของวิชาการทางโลกฉันท  
การสนทนาธรรมตามกาลด้วยความเคารพในธรรม  
ก็ย่อมนำมาซึ่งสติปัญญา  
อันเป็นหนทางเพื่อความพ้นทุกข์ฉันทนั้น

### 9.5.1 ทำไมจึงต้องสนทนาธรรมตามกาล

ปญญา นรานํ รตนํ  
ปัญญาเป็นรัตนะของคน  
ส. ส. 15/159/50

นี่คือพุทธวจนะที่แสดงให้เห็นคุณค่าของปัญญา เพราะชีวิตคนนั้นมีปัญหามาก ปัญหาเหล่านี้ล้วนต้องแก้ด้วยปัญญา ใครมีปัญหามากก็เหมือนมีแก้วสารพัดนึกไว้ในตัว ย่อมสามารถฝ่าฟันอุปสรรคและปัญหาต่างๆ ได้โดยง่าย

ปัญญาเกิดได้จาก 2 เหตุใหญ่ คือ

1. จากการฟังธรรมของกัลยาณมิตร ผู้มีปัญญารู้จริง
2. จากการพิจารณาไตร่ตรองโดยแยบคาย

วิธีลัดที่จะทำให้เกิดปัญญาอย่างรวดเร็ว คือการสนทนาธรรมตามกาล ซึ่งเป็นการบังคับให้ตนเองต้องฟังฟังทั้งพูด ต้องเป็นนักฟังที่ดี ฟังผู้อื่นพูดด้วยความตั้งใจ ฟังแล้วก็ต้องพิจารณา ไตร่ตรองโดยแยบคายตามไปทันที สงสัยอะไรก็สามารถซักถามได้ นอกจากนั้นถ้าตนเองมีความรู้ในธรรมะเรื่องใดก็นำมาพูดเล่าให้ผู้อื่นฟังได้ด้วย

แต่ทั้งหมดนี้จะต้องทำอย่างระมัดระวัง มิฉะนั้นจะเกิดโทษมากกว่าคุณ

### 9.5.2 สันทนาธรรมตามกาลคืออะไร

การสนทนาธรรมตามกาล คือการพูดคุยซักถามธรรมะซึ่งกันและกันระหว่างคน 2 คนขึ้นไป มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดปัญญา โดยรู้จักเลือกและแบ่งเวลาให้เหมาะสม ซึ่งจะทำให้ได้รับความเบิกบานใจ มีความสุขความเจริญและบุญกุศลไปในตัวด้วย

ในพระพุทธศาสนา คำว่า ธรรม มีความหมายกว้างๆ อยู่ 2 ประการ คือ

1. ธรรม หมายถึง ความจริงตามธรรมชาติ เช่น คนเราต้องเกิด ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย นี่เป็นธรรมะคือความเป็นจริงตามธรรมชาติ
2. ธรรม หมายถึง ความดีความถูกต้อง เช่น การให้ทานเป็นความดี การรักษาศีล มีเมตตากรุณา

เป็นความดี ความกตัญญูทวดเวทิต่อพ่อแม่ เป็นความดี ใครปฏิบัติตามสิ่งเหล่านี้เรียกว่า ปฏิบัติธรรม

การสนทนาธรรมที่ถูกต้อง จึงหมายถึง การสนทนาให้รู้ว่าสิ่งใดเป็นอกุศลธรรมความชั่ว จะได้ละเว้นเสีย สิ่งใดเป็นกุศลธรรมความดีจะได้ตั้งใจทำให้มาก และสิ่งใดเป็นอัปยาคตธรรมคือความจริง ตามธรรมชาติ ไม่ดีไม่ชั่ว ก็รู้เท่าทันทุกประการ จะได้ไม่หลงเข้าใจผิดให้เกิดทุกข์

### 9.5.3 ความยากในการสนทนาธรรม

การสนทนาธรรม หรือที่เรียกกันง่ายๆ ว่าคุยธรรมะ นั้นดูเผินๆ ก็ไม่น่ายาก ก็เหมือนคนมาคุยกันตามธรรมดาอันนั้นแหละ เราก็คุยกันออกบ่อยไป เพียงแต่เรื่องที่คุยเป็นเรื่องธรรมะเท่านั้น แต่ตามความเป็นจริงแล้ว ผู้ที่ดูเบาในการสนทนาธรรม พูดคุยธรรมะกันได้ไม่นาน ก็มักมีเรื่องวงแตกกันอยู่บ่อยๆ พ่อลูกนั่งตีหม้อคุยธรรมะกัน พ่อบอกกินยาถ่ายพยาธิไม่บาป เพราะไม่เจตนาฆ่า ลูกบอกบาปเพราะรู้ว่ามันจะต้องตายก็ยังไม่กินยาถ่ายเสียกันไปเสียกันมาไม่กี่คำพ่อคว่ำปิ่นลูกของโลยิงถูกรอบบ้านอย่างนี้ก็มี นี่ก็เพราะดูเบาในการสนทนาธรรม ความยากในการสนทนาธรรมนั้นเป็นเพราะเหตุดังนี้

1. คู่สนทนาต้องพูดธรรมะเป็น คือเมื่อเข้าใจอย่างไรแล้วก็สามารถ ถ่ายทอดเป็นคำพูดให้เขาเข้าใจตามนั้นได้ด้วย โดยยึดหลักการพูดในมงคลที่ 10 มีวาจาสุภาสิตเป็นบรรทัดฐาน จะได้ไม่เกิดการแตกร้างเข้าใจผิดแก่ผู้ฟัง คือ

- 1.1 เรื่องที่พูดต้องเป็นเรื่องจริง
- 1.2 ต้องพูดด้วยถ้อยคำที่ไพเราะ
- 1.3 เรื่องที่พูดนั้นเป็นเรื่องมีประโยชน์
- 1.4 ต้องพูดด้วยจิตเมตตา
- 1.5 ต้องพูดถูกกาลเทศะ

การพูดธรรมะนั้นจะต้องยึดเอาความถูกต้องเป็นหลัก ไม่ใช่พูดเอาความถูกใจ คนส่วนมากในโลกนี้ชอบให้เขาชม แต่ว่าสนทนาธรรมกันแล้วมัวไปนั่งชมอยู่อย่างเดียว คุณก็เก่ง ฉันทก็เก่ง เตียวก็ได้บ้างกันทั้งคู่ แต่ก็ไม่ใช่มานั่งติอย่างเดียว คุณนิสัยอันไหนก็ไม่ดี อันนี้ก็ไม่ดี คนเรายังไม่หมดกิเลส เตียวก็ทนกันไม่ได้ ยิ่งถ้าแถมมีการยกตนข่มท่านเข้าไปอีก หรือไม่ก็ยกสำนักมาอวดกัน ถึงฉันไม่เก่ง อาจารย์ฉันก็เก่งนะอะไรทำนองนี้ เตียวก็ผูกใจเจ็บกัน สนทนาธรรมไปได้ 2-3 คำจะกลายเป็นสนทนากรรมไป จะต้องมีความพอเหมาะพอดี รู้จักใช้วาจาสุภาสิต

2. คู่สนทนาต้องฟังธรรมเป็น การฟังธรรมนี้ดูเผินๆ เหมือนจะง่าย ถึงเวลาก็แค่ไปนั่งฟังไม่เห็นจะมีอะไร แต่ในความเป็นจริงแล้ว การฟังธรรมะที่ถูกต้อง คือฟังด้วยความพิจารณา แต่การรู้จักควบคุมใจให้พิจารณาตามธรรม หยิบยกเอาประโยชน์จากการฟังนั้นยาก ยากกว่าการพูดธรรมะให้คนอื่นฟังหลายเท่าที่ว่ายากนั้นก็เพราะ

2.1 ยากที่จะควบคุมใจให้อยากฟังธรรม เพราะการฟังธรรมนั้นไม่สนุกเหมือนการไปฟังละครฟังเพลง ถ้าไม่รู้จักควบคุมตนเอง ฟังไปได้สักนิด หนึ่งตาก็เริ่มหนักพาลจะหลับเอา หรือไม่อย่างนั้นก็นั่งใจลอยคิดไปถึงเรื่องอื่น มีผู้เปรียบว่า การควบคุมใจให้อยากฟังธรรมะนั้น ยากกว่าคุณลิงให้นั่งนิ่งๆ เสียอีก

2.2 ยากที่จะยอมรับธรรมะที่ได้ยินนั้นเข้าไปสู่ใจ ทั้งนี้ก็เพราะกิเลสต่างๆ ในตัวเรา เช่น ความ



หัวข้อ ความถือตัว ความเห็นผิด ฯลฯ มันคอยต่อต้านธรรมะไว้ พอเรื่องธรรมะที่ได้ฟังขัดกับความเคยชินประจำตัว เช่น ฟังว่าต้องมีวินัยให้ข้ามถนนตรงทางม้าลาย ฟังแล้วก็เริ่มขัดใจ เพราะมันขัดกันกับความเคยชินของตัวเอง ขัดกับกิเลสในตัวเลยไม่ค่อยจะยอมรับ มันนึกค้ำในใจ

ผู้ที่ฟังธรรมเป็นนั้น จะต้องหมั่นฟังธรรมบ่อยๆ จนเคยชิน ฝึกเป็นคนมีความเคารพมองคนอื่นในแง่ดี มีความอ่อนน้อมถ่อมตน ไม่ถือตัว มีความสันโดษ ไม่ฟุ้งเฟ้อเห่อเหิม รู้จักพอ รู้จักประมาณ และมีความกตัญญูรู้อุปการคุณ ที่ท่านทำแล้วแก่ตน จะทำให้มีอริยาศัยใฝ่ธรรมฟังธรรมเป็น สามารถรองรับธรรมะที่ได้ยินได้ฟังนั้นได้

3. คู่สนทนาต้องสนทนาธรรมเป็น คือต้องฟังด้วย และพูดด้วยในเวลาเดียวกัน เขาพูดเราฟัง เราพูดเขาฟัง บางอย่างเราไม่อยากจะฟัง แต่เมื่อเขาพูดเราก็จำต้องฟัง บางอย่างเราอยากจะพูด แต่ไม่มีจังหวะที่จะพูดก็จำต้องระงับใจไว้ไม่พูด เมื่อตอนสอนคนอื่นเขาไม่มีใครค้ำลักคำ นี่ฟังยอมเราหมด แต่ตอนสนทนาธรรม เราจะต้องลดตัวลงมาอยู่ในฐานะเป็นทั้งคนพูด ทั้งคนฟัง ถ้าพูดถูกเขาก็ชม พูดผิดเขาก็ค้ำ อาจถูกตี ถูกขัด ถูกแหวะ ถูกชม ถูกค้ำ ได้ตลอดเวลา ซึ่งตรงนี้แหละที่ยั่วกิเลสหนักหนา ถ้าไม่ควบคุมใจให้ดี กิเลสมันก็คอยจะออกมาจู้จี้จ้านให้ได้ ขึ้นต้นคนกับคนคุยธรรมะกัน ไปได้ไม่กี่น้ำ กิเลสกับกิเลสมันออกมาได้กันให้ยุ่งไปหมด

ผู้ที่สนทนาธรรมได้ จึงต้องฝึกขันธ์ใจจนมีความอดทนต่อการถูกตี เป็นเลิศ ทนคำพูดที่ไม่ชอบใจได้ทั้งจากคนที่สูงกว่าและต่ำกว่า มีความว่าง่าย สอนง่ายในตัว และต้องเลือกคู่สนทนาเป็น คือต้องเป็นคนประเภทสมณะใฝ่สงบด้วยกัน

มีผู้อุปมาไว้ว่า การพูดธรรมะให้คนอื่นฟังก็เหมือนชกมวย ชกจนหมดแรงเราก็ไม่เจ็บสักนิดลมมันแพ้เราทุกที ทีนี้การฟังธรรมที่คนอื่นพูด เหมือนการชกกระสอบทราย คือชกไปก็รู้สึกเจ็บมือมาบ้าง ฟังเขาพูดก็เหมือนกัน ใจเราสะเทือนบ้าง แต่การสนทนาธรรมนั้นเหมือนการขึ้นชกบนเวทีจริงๆ เราชกเขา เขาชกเรา ชกกันไปชกกันมา ถูกล่อถูกหลอก ถูกกวมใจตลอดเวลา ถ้าไม่ระวังให้ดีอาจทนไม่ได้ โกรธขึ้นมาตนเองกลายเป็นคนพาลไป

#### 9.5.4 ข้อควรปฏิบัติในการสนทนาธรรม

1. ต้องชำระศีลให้บริสุทธิ์ก่อน ถ้าเป็นฆราวาสก็ต้องรักษาศีล 5 ให้บริสุทธิ์ หรือถ้ารักษาศีล 8 มาล่วงหน้าสัก 7 วัน ก่อนสนทนาได้ยิ่งดี ไม่ใช่เพิ่งสร้างมาแล้วมาคุยธรรมะกัน หรือว่ากินเหล้าไปก็คุยธรรมะไปอย่างนั้นใช้ไม่ได้

2. ต้องหมั่นเจริญสมาธิภาวนาเป็นประจำโดยเฉพาะอย่างยิ่งก่อนสนทนาธรรมถ้าได้ทำสมาธิก่อนจะดีมาก เพราะใจจะผ่องใสดี ทำสมาธิเหมือนอย่างกับว่า ทั้งเนื้อทั้งตัวของเราเป็นก้อนธรรมทั้งก้อน ให้ตัวเป็นธรรม ใจเป็นธรรมเสียก่อนแล้วจึงมาสนทนาธรรมกัน

3. แต่งกายสุภาพ ทีแรกเราชำระศีลให้บริสุทธิ์นั้น ภายกับวาจาเป็นธรรมแล้ว พอเราทำสมาธิบ่อยๆ เข้า ใจของเราก็เป็นธรรมด้วย ถึงเวลาจะสนทนาก็ต้องแต่งกายให้สุภาพ สะอาดตา ยิ่งถ้าเป็นชุดขาวได้ยิ่งดีมาก ไม่ควรใช้เสื้อผ้าสีบาดตา ทั้งนี้เพื่อให้เครื่องประกอบกายของเราเป็นธรรมด้วย

4. กิริยาสุภาพ จะยืนจะเดินจะนั่งให้เรียบร้อย หนักแน่น สงบเสงี่ยม สำรวม มีกิริยาเป็นธรรม

ไม่ให้กิริยาของเราทำให้ผู้อื่นขุ่นใจ เช่น เดินลงส้นเท้ามาปังๆ

5. วาจาสุภาพ คือมีวาจาสุภาพชัดเจนได้กล่าวมาแล้ว ไม่พูดเสียงดัง ไม่สรวลเสเฮฮา ไม่ยกตนข่มท่าน ถ้าไม่รู้ให้บอกว่าไม่รู้ ควรชมก็ชม ควรติก็ติแต่ไม่ด่า

6. ไม่กล่าวคำนพคุณ เพราะพจนานุกรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นั้น โดยเนื้อแท้แล้ว ย่อมถูกต้องร้อยเปอร์เซ็นต์ อรรถกถาหรือฎีกา\* เกือบทั้งหมดก็ถูกต้อง ขึ้นอยู่กับว่าสติปัญญาของเรามีพอจะ ไตร่ตรองตามท่านหรือไม่ ถ้าเราไปกล่าวคำนพคุณโดยเด็ดขาดไว้แล้ว ประการแรก ก็ไม่รู้จะใช้อะไร เป็นมาตรฐาน ประการที่ 2 หากคู่สนทนาอธิบายหรือชี้แจงถึงเหตุผลให้เราฟัง แม้เราจะเข้าใจก็อาจไม่ ยอมรับ เพราะกลัวเสียหน้า มีทิฐิ ทำให้เกิดการวิวาทบาดหมางใจกันได้ ดังนั้นสำหรับอรรถกถาหรือฎีกา เมื่อไม่เห็นด้วยก็ควรแสดงเพียงแต่ความรู้สึกสงสัย หรือแสดงความคิดเห็นของตนเองว่าน่าจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ มากกว่า พร้อมกับขอความเห็นจากคู่สนทนา

7. ไม่พูดวาจาที่ทำให้เกิดความแตกร้าง ไม่ใช่คำพูดก้าวร้าวรุนแรง แต่ใช้วาจาที่ก่อให้เกิดความ สามีคดี ประสานน้ำใจ

8. ไม่แสดงอาการโกรธเมื่อถูกขัดแย้ง เราพูดอะไรไปถ้าเขาแย้งมาอย่าเพิ่งโกรธ ให้พิจารณา ไตร่ตรองดูโดยแยกกาย เพราะบางทีเราอาจมองข้ามอะไรบางอย่างไป เรื่องบางเรื่องอาจถูกในที่หนึ่ง แต่ผิด ในอีกที่หนึ่ง ขึ้นอยู่กับเวลาและสถานที่ ถ้าเราด่วนโกรธเสียก่อน ความคิดที่จะไตร่ตรองตามก็ไม่มี ปัญญาของเราจะถูกความโกรธปิดบังหมด

9. ไม่ปรารถนาลามก คิดที่จะให้ตนมีชื่อเสียง อยากเด่นอยากดัง ตั้งใจจะฉีกหน้าผู้อื่นเพื่อให้ตน ดัง ถ้าวันไหนจะไปสนทนารธรรมแล้วเกิดมีความรู้สึกอยากจะไปฉีกหน้าใคร วันนั้นนอนอยู่บ้านดีกว่า มันไม่เป็นธรรมตั้งแต่ต้นแล้ว อย่าไปแกว่งปากหวนรกละ

10. ตั้งจิตไว้ว่าจะสนทนารธรรมเพื่อให้เกิดปัญญา จะเอาความรู้เราไปต่อเอาความรู้คนอื่นเขามา ไม่ใช่ไปเพื่ออวดรู้แต่จะไปแลกเปลี่ยนความรู้กัน

11. ไม่พูดออกนอกเรื่องที่ตั้งประเด็นไว้ ไม่อย่างนั้นจะกลายเป็น อวดดีหรือนินทาคนอื่นไป เช่น พูดเรื่องบาป พูดไปพูดมากกลายเป็นว่า ฉันนะไปทำทานไว้ที่นั่นที่นี่ กลายเป็นอวดว่าฉันใจบุญนะ หรือพูดเรื่อง ทาน พูดไป พูดมากกลายเป็นว่า อู๊ย แม่คนนั้นนะชี้เหนียว อีตาเศรษฐีคนนั้นก็ชี้เหนียว ถามว่าใครดี ฉัน ฉัน อย่างนี้ใช้ไม่ได้

12. ไม่พูดนานไปจนน่าเบื่อ รู้จักกาลเทศะ เรื่องบางเรื่องมันน่าฟัง แต่ถ้าพูดนานไป มากไป ผลที่ได้ กลับจะน้อยลงกว่าพูดพอดี เหมือนคนรับประทานอาหาร แม้เป็นอาหารดีรสอร่อย ถ้ารับประทานอึดไป จนจุกท้องเพื่อ ที่หลังก็จะพาลขยาตไม่อยากจะรับประทานอาหารชนิดนั้นๆ

### 9.5.5 วิธีสนทนารธรรม

โดยสรุป หลักในการสนทนารธรรมรวมได้เป็น 3 ประการ คือ

1. สนทนาในธรรม คือเรื่องที่จะสนทนากันต้องเป็นเรื่องธรรมะ ให้อยู่ในวงธรรมะ อย่าออกนอกวง เช่น ถ้าพูดถึงการทำความดีก็ให้สุดแค่ทำดี อย่าให้เลยไปถึงอวดดี ถ้าจะพูดถึงเรื่องการป้องกันไม่ให้ความชั่ว ก็ให้สุดแค่ป้องกันการทำความชั่ว อย่าให้เลยไปถึงนินทาคนอื่น



2. สนทนาด้วยธรรม คือผู้ที่สนทนากันจะต้องไม่แสดงกิริยาวาจาให้ผิดธรรมะ เช่น ทางกายก็มีการเคารพกันโดยฐานานารูป ควรไหว้ก็ไหว้ ควรกราบก็กราบ อย่าคิดทะนงตัวด้วยเหตุคิดว่ามีความรู้มากกว่าเขา ในทางวาจา ก็ใช้ถ้อยคำสุภาพเรียบร้อย เป็นวาจาสุภาสิต ถ้าฝ่ายหนึ่งถูกก็ชม ถ้าอีกฝ่ายผิดก็ทักโดยสุภาพ ไม่กล่าววาจาเหน็บแนมล่วงเกิน และถ้าพลาดพลั้งก็ขอโทษ ไม่ใช่สนทนากันด้วยกิเลส หรือปล่อยกิเลสออกมาได้กันดังได้กล่าวมาแล้ว

3. สนทนาเพื่อธรรม คือผู้สนทนาต้องตั้งจุดมุ่งหมายไว้ในใจของตนให้แน่นอนว่า เราจะหาความรู้ ความเข้าใจในธรรมะให้ยิ่งๆ ขึ้นไป ไม่ใช่จะ อวดรู้หรืออวดธรรมะ แม้บางจังหวะเราเป็นผู้แสดงความรู้ออกไป ก็คิดว่าเรา จะเอาความรู้ของเราไปต่อเอาความรู้ของผู้อื่นเข้ามา มีไม่ใช่เพื่ออวดรู้

### 9.5.6 วิธีเลือกคู่สนทนาธรรม

หลักในการเลือกคู่สนทนาธรรมมีอยู่ 2 ประการ คือ

1. คู่สนทนาต้องมีอัธยาศัยใฝ่ธรรมและสงบเสงี่ยมเยี่ยงสมณะ แม้เป็นฆราวาสก็เป็นคนรักสงบ ไม่เป็นคนชอบอวดภูมิ ไม่ชอบโม้
2. เรื่องที่จะสนทนาต้องเหมาะกับบุคคลนั้นๆ เช่น คุญเรื่องพระวินัย กับผู้เชี่ยวชาญพระวินัย คุญเรื่องชาดกกับผู้เชี่ยวชาญชาดก จะสนทนาเรื่องสมาธิก็เลือกสนทนากับผู้ที่เขาฝึกสมาธิมาแล้วอย่างจริงจัง เป็นต้น

### 9.5.7 การสนทนาธรรมในครอบครัว

ตั้งแต่โบราณ ในครอบครัวไทยก็มีการสนทนาธรรมกันอยู่เป็นประจำ เช่น กลางวันพ่อแม่ ออกไปทำนา ทำสวน ทำงานอื่นๆ ผู้เฒ่า ปู่ย่าตายายที่อยู่บ้านก็ทำงานสวนกระบุงสวนตะกร้าไปบ้าง ทำงานอื่นๆ บ้าง เด็กๆ ก็วิ่งเล่นกันอยู่ใกล้ๆ ลักพักปู่ย่าตายายก็เรียกมาล้อมวงเล่านิทานให้ฟัง ซึ่งก็ไม่พ้น นิทานธรรมะ เรื่องชาดกบ้าง เรื่องอื่นๆ บ้าง เด็กๆ ฟังแล้วสงสัยสิ่งใดก็ซักถามกัน ทำบ่อยๆ เข้า เด็กก็ซึมซาบ ธรรมะไปในตัว หรือตกเย็นตอนรับประทานอาหารก็อยู่กันพร้อมหน้าพร้อมตา รับประทานอาหารเสร็จแล้ว พ่อแม่ก็หยิบยกเรื่องธรรมะมาคุยกันบ้าง เล่าให้ลูกฟังบ้าง เป็นการสนทนาธรรมกันในครอบครัว ขณะเดียวกันก็คอยสังเกตลูกๆ ด้วย เพราะโดยธรรมชาติของเด็กเอง ก็พอจะทราบอยู่บ้างว่าอะไรถูกอะไรผิด ถ้าในวันนั้นเขาไปทำอะไรผิดมา จะมีพิรุณอยู่ในตัว ถ้าพ่อแม่สังเกตเห็น ก็จะได้อะไรเตือนสั่งสอนกัน แต่ถ้าเด็กทำผิดถึง 3 ครั้งแล้วยังจับไม่ได้ก็จะไม่มีพิรุณให้เห็นอีก เพราะเด็กจะเกิดความเคยชิน และถึงจะจับได้ภายหลังก็แก้ยาก เพราะความเคยชินจนติดเป็นนิสัยแล้ว

ปัจจุบันโอกาสที่จะสนทนาธรรมกันในครอบครัวมีน้อยลง ส่วนใหญ่พอตกเย็นหลังจาก รับประทานอาหารแล้ว พ่อแม่ลูกก็นั่งล้อมวงหน้าทีวี ไม่มีโอกาสได้พูดคุยธรรมะกัน ซึ่งอันนี้เป็นข้อบกพร่อง จะทำให้พวกเขาพลาดไป ถ้าพ่อแม่คนไหนอยากได้ลูกดี เป็นลูกแก้ว นำชื่อเสียงความเจริญมาสู่ตระกูล อยากให้ครอบครัวร่วมเย็น อย่ามองข้ามเรื่องนี้ไป ให้รื้อฟื้นการสนทนาธรรมในครอบครัวขึ้นมาให้ได้ ถ้าเป็นประเภทอาหารเย็นพ่อแม่ไปงานเลี้ยงที่หนึ่ง แม่ไปธุระ อีกที่หนึ่งให้ลูกๆ รับประทานอาหารกันเองหรืออยู่กับพี่เลี้ยง นั้นพลาดแล้ว

พ่อแม่ที่มัวแต่คิดจะหาเงินให้ลูก แต่ลืมนึกถึงการปลูกฝังธรรมะให้แก่ลูกตั้งแต่ยังเล็ก โอกาสที่ลูกจะเสียคนมีมากเหลือเกิน

### 9.5.8 อานิสงส์การสนทนาธรรมตามกาล

1. ทำให้จิตเป็นกุศล
2. ทำให้มีไหวพริบปฏิบัติภาณดี
3. ทำให้มีสติปัญญาเฉลียวฉลาด
4. ทำให้ได้ยินได้ฟังธรรมที่ตนยังไม่ได้ฟัง
5. ธรรมที่ฟังแล้วยังไม่เข้าใจชัด ย่อมเข้าใจชัดขึ้น
6. ทำให้บรรเทาความสงสัยเสียได้
7. เป็นการทำความเห็นของตนให้ตรง
8. เป็นการฝึกฝนอบรมจิตให้บริสุทธิ์ยิ่งขึ้น
9. เป็นการรักษาประเพณีอันดีงามของพระอริยเจ้าไว้
10. ชื่อว่าได้ดำเนินตามปฏิบัติทอาอันเป็นวงศ์ของนักปราชญ์

ฯลฯ