

มงคลสูตร ครั้งที่ ๖

โดยพระอาจารย์ชยสาโร ฌ โรงเรียนปัญญาประทีป ปากช่อง

วันพระครั้งที่ ๗ วันที่ ๑๑ กันยายน ๒๕๕๒

วันนี้บรรยายเรื่องสิ่งที่ทำให้ชีวิตมีค่าที่ท่านเรียกว่ามงคล ประโยคว่า “สุภาสิตา จะ ยาวาจา” เรื่องการพูดที่ดี คำว่า สุ แปลว่าดี ทุ แปลว่าไม่ดี เหมือน สุขะ ความสุข ภาษาอังกฤษก็ยังมี Superman สุ แปลว่าดี มนุษย์ดีเยี่ยม

การชนะกิเลส บางอย่างถึงจะยากก็ชัดเจน วิธีการจะง่าย ทำได้ทำไม่ได้ ไม่ได้ละเอียดอ่อนมาก บางอย่างก็เพียงแต่ไม่ทำโน่นสิ่งนั้น เช่น ดื่มเหล้า เป็นต้น อย่าเข้าใจสิ่งเหล่านั้นก็ปลอดภัย แต่กิเลสบางอย่างมันพัวพันอยู่กับสิ่งที่มนุษย์เรางดเว้นไม่ได้ เช่น กิเลสที่เกิดจากการกิน การกินข้าว กินอาหาร ไม่ใช่จะชนะกิเลสได้ด้วยการหยุดทานอาหาร มันเป็นไปได้ กิเลสที่เกิดขึ้นที่การพูดก็เหมือนกัน ไม่ใช่ว่างดพูดแล้วชนะกิเลสได้

ในพุทธกาลมีวัด ๑ แห่ง พระท่านชอบทะเลาะกัน มีเรื่องอยู่เรื่อยเลยประชุมกันก่อนเข้าพรรษาว่าจะอยู่



อย่างไรจึงจะสงบ พระท่านตกลงกันว่าจะไม่พูดตลอดสามเดือนดีไหม ถ้าเกิดมีเรื่องฉุกเฉินเรื่องสำคัญ ๑ ก็ตีระฆังเอา นอกจากนั้นไม่ต้องพูดดีกว่า จะได้ไม่ทะเลาะกัน ปรากฏว่าทำได้สำเร็จ ภูมิใจกันมาก ออกพรรษาตามธรรมเนียมต้องเดินทางไปเฝ้าพระพุทธองค์ เล่าประสบการณ์ในช่วงเข้าพรรษา ก็ได้กราบทูลว่าพรรษานี้มีข้อวัตรปฏิบัติพิเศษ แล้วก็ทำได้ นึกว่าพระพุทธเจ้าจะชมตรงกันข้ามพระพุทธเจ้าทรงดำหนิว่าทำอย่างนี้ไม่ถูก นอกจากนั้นพระพุทธองค์ยังบัญญัติสิกขาบทว่าห้ามพระทั้งวัดงดพูดในเวลาเดียวกัน

ถ้าเป็นองค์ใดองค์หนึ่งเพราะเป็นข้อวัตรปฏิบัติส่วนตัวเป็นครั้งคราวเพื่อเป็นการฝึกตัวเอง ก็ไม่เป็นไร แต่ไม่ต้องการให้เป็นนโยบายในวัด เพราะว่าการเจริญในธรรมตามหลักอริยมรรค มีองค์แปด ข้อหนึ่งคือสัมมาวาจา หลวงพ่อชา ก็พูดว่า **งดข้าว ไม่กินข้าวไม่ยาก กินมากไปก็ไม่ยาก แต่ที่ยากคือกินให้พอดี การพูดก็เหมือนกัน ที่จริงไม่พูดนี้ไม่ยาก พูดมากก็ไม่ยาก ทุกคนก็ทราบแล้ว แต่การพูดให้พอดี การพูดให้เป็นสัมมาวาจา นั้นยาก ดังนั้นควรจะเป็นเป้าหมายชีวิตของชาวพุทธเรา ทุกคน พัฒนาตนอย่างไรเราจึงจะเป็นผู้มีสัมมาวาจา**



หลายสิ่งหลายอย่างในชีวิตเรานี้จะพัฒนาสิ่งนั้นได้ จะประสบความสำเร็จในสิ่งนั้นได้ อยู่ที่เรามีอุดมการณ์ก่อน ว่า อยากมีสัมมาวาจาไว้ก่อน เป็นอันทะ ถือเป็นเรื่องสำคัญ ในชีวิต ไม่ใช่ถ้าทำได้ก็ดี ไม่ได้ก็ไม่เป็นไร อย่างนี้คงไม่ได้ ต้องมีความตั้งใจ ต้องเห็นความสำคัญของสัมมาวาจา เมื่อเรา พิจารณาให้เกิดความอยากที่เป็นกุศลอย่างนี้ เราก็ดูในสอง ข้อ เรื่องคุณเรื่องโทษ คุณโทษของมิจฉาวาจา เห็นไหมที่เรามี อารมณ์กัน ไม่ว่าในครอบครัว ในที่ในที่ไหนก็เหมือนกัน ส่วนใหญ่เกิดจากการพูดของคนอื่นหรือของเราเอง เพราะเรา ไม่สามารถในการพูด

เราต้องพยายามระลึกอยู่ในกรณีที่เคยมีเรื่องทะเลาะวิวาทกัน มีอารมณ์กัน มีความทุกข์ใจ เสียใจ เพราะการพูดของเราหรือคนอื่น เราจึงเห็นว่าอยู่ในชุมชนไหนก็ตามถ้าคนมีมิจฉาวาจาแล้ว ไม่ค่อยน่าอยู่ ทำให้รู้สึกเชิงเบื่อหน่ายได้ง่าย นั่นเป็นส่วนหนึ่งที่เราควรจะได้สังเกต ส่วนคุณของ สัมมาวาจา ถ้าเราเคยมีบุญได้อยู่ในชุมชนของคนมีสัมมาวาจา จะรู้ว่ามันสงบสบายขนาดไหน อย่างเช่นไปอยู่ในวัดอยู่กับผู้ที่พยายามฝึกให้มีสัมมาวาจา มันน่าอยู่มาก คนที่ไม่เคยไปอยู่วัด บางทีดู จากภายนอกมันธรรมดา ต้องตื่นแต่เช้าตีสามตีสี่ ต้องทำวัตรเช้าทำวัตรเย็น มันยาก มันหนัก แต่สำหรับผู้ที่เคยอยู่แล้ว สิ่งที่คุณหนักเหล่านั้นไม่กั๊วหนัก

สิ่งที่เราจะขบซึ่งใจคือความสบายในการอยู่กับผู้ทรงศิลป์ที่เราไม่ต้องคอยหวาดระแวง ไม่ต้องรำคาญ ไม่ต้องเบื่อหน่ายบ่อย ๆ รู้สึกว่าทุกคนพยายามสำรวจกาย สำนวณเวลา ดังนั้นก็พิจารณาในเรื่องโทษของมิจฉาวาจา คุณของสัมมาวาจา จากประสบการณ์ของเราเอง ไม่ต้องไปดูในตำราอะไรที่ไหน ทุกคนคงมีประสบการณ์เรื่องนี้อยู่แล้ว

การตั้งสติกับการพูดเป็นเรื่องยาก เพราะว่าเราต้องพูดอยู่แล้ว ไม่ใช่ชานาน ๆ ที มีความจำเป็นที่ต้องพูดทั้งวัน ดังนั้นเราต้องมีบางสิ่งบางอย่างเป็นเครื่องระลึกของสติ ระลึกถึงสิ่งที่จะเตือนภัย ๔ อย่างในสัมมาวาจา **หนึ่ง เรื่องการพูดปด** พูดสิ่งที่ไม่เป็นจริง เรื่องนี้เรามีมากกว่าที่เราอยากจะยอมรับ แต่ถ้าเราตั้งใจว่าจะไม่พูดไม่จริงไม่ว่าโดยเหตุผลใด ๆ จิตใจจะเข้มแข็งขึ้นมาทันทีแล้วจะทำให้เรารู้สึกตัวเองได้มากขึ้น เพราะเมื่อเราตั้งใจจะไม่พูดปดแล้ว ทุกครั้งที่เราคิดจะพูด จะมีความรู้ขึ้นมาว่าตอนนี้กำลังจะเสียสัจจะแล้ว

เรามีโอกาสที่จะได้ถามตัวเองว่าทำไมเราพูดความจริงไม่ได้ เพราะอะไร เพราะเราต้องการอะไรไหม หรือเพราะเรากลัวอะไรไหม หรือเพราะเราอายเรื่องใดเรื่องหนึ่งไหม มันเป็นเรื่องกิเลสทั้งนั้น เหมือนปิดบังอำพราง พูดสิ่งที่ไม่จริงเพราะว่ากลัวเขาจะไม่รักเรา กลัวเขาจะไม่เคารพเรา กลัวเขาจะดูถูกเรา กลัวเขาจะรู้ความไม่ดีของเรา ถ้าเป็นอย่างนี้ก็แก้ในทางที่ไม่ใช่ทางแก้ แต่เป็นการปิดบัง และมักจะปิดไม่ค่อยอยู่ ไม่นานเรื่องจริงก็ออกมา ทำให้คนไม่ค่อยไวใจเรา เพราะเราเคยโกหกเรื่องนี้แล้ว ความไว้วางใจกันเป็นปัจจัยสำคัญของการอยู่กับกันอย่างเป็นกัลยาณมิตร

ถ้าคนโกหกได้ พูดปดได้ ก็ไวใจไม่ได้ ไม่ถึง ๑๐๐ % ก็เรียกว่าไม่ไวใจ ถ้าเราพูดความจริงแล้วตั้งใจจะไม่พูดปด บางสิ่งบางอย่างเวลาคิดจะทำ เราก็มีกำลังใจที่จะสู้ ที่จะไม่ทำสิ่งนั้น เพราะว่าถ้าทำแล้วเราจะปิดบังไม่ได้ เราต้องเปิดเผย ถ้าเราคิดว่าทำสิ่งนี้แล้วเปิดเผยกับคนอื่นจะอาย ก็อย่าทำ ไม่ใช่ว่าทำสิ่งที่น่าอายแล้วก็คอยปิดบัง ไม่มีใครรู้ อย่างนี้คิดแบบกิเลส ถ้าคิดแบบนิกปฏิบัติ ดูแล้วถ้าทำแล้วมันจะน่าอาย ถ้าคนอื่นรู้แล้วเราจะเขินมาก ก็อย่าไปทำมัน ดังนั้นการรักษาสัจจะเป็นตัวเสริมกำลังของศีลเรามาก ถ้าเรารู้ว่าทำสิ่งใดที่ไม่ดีแล้ว สิ่งนั้นอาจจะถูกเปิดเผยเมื่อไรก็ได้ เราจะไม่ปิดบัง เราไม่ทำในสิ่งนั้นได้

สอง เรื่องการพูดหยาบ เราอยู่ในสังคมไม่ใช่เฉพาะเมืองไทย เป็นสังคมทั่ว ๆ ไปของวัยรุ่นที่มักจะถือว่าการพูดหยาบเป็นเครื่องแสดงว่าเป็นผู้ใหญ่แล้ว เพราะเวลาเราเริ่มจะวัยรุ่น เราไม่รู้ว่าเป็นผู้ใหญ่เป็นอย่างไร ก็ลุ่มสับสนห้หาอะไรสักอย่างเป็นเครื่องแสดงว่าเราไม่ใช่เด็ก เริ่มเป็นผู้ใหญ่แล้ว การพูดหยาบโดยเฉพาะผู้ชายมักถือเป็นผู้ใหญ่ เป็นลูกผู้ชาย เท่ห์ แต่พออายุมากขึ้นพ้นวัยรุ่นแล้ว จะนึกย้อนหลังสมัยวัยรุ่น เราพูดหยาบแล้วรู้สึกอาย ไม่รู้พูดได้อย่างไร เพื่อจะไม่ต้องเสียเวลากับคำนิยมอย่างนี้ ไม่พูดดีกว่า และให้ดูด้วยว่าใครพูดหยาบ เราชอบไหม ชอบทำไม ไม่ชอบแล้วพูดทำไม ต้องใช้ปัญญาของตัวเองดูว่าพูดอย่างไรรู้สึกดี พูดอย่างไรรู้สึกเศร้าหมอง ใช้ปัญญาพิจารณา

สาม เรื่องการพูดส่อเสียด

หมายถึงการที่เราพยายามจะทำลายความเป็นเพื่อนของคนอื่น ส่วนมากจะเป็นในลักษณะที่เราชอบคนนี้อยากเป็นเพื่อนสนิท แต่เขามีเพื่อนรักอีกคนหนึ่ง เขาไม่ค่อยอยากจะทำลายกับเรา ก็พยายามจะทำลายความเป็นเพื่อนของเขา เพื่อจะดึงเขามาเป็นเพื่อนของเรา จึงใช้ความพยายามให้เขาเข้าใจผิดกัน ว่าเขาไม่ดี



อย่างนั้นไม่ดีอย่างนี้ หรือว่าเปิดเผยสิ่งที่ไม่ดีของคนใดคนหนึ่งให้อีกคนหนึ่งฟัง เพื่ออะไร เพื่อว่าเมื่อคนนั้นทราบความจริงแล้ว เขาก็จะไม่ชอบ ตัวเราก็ได้ประโยชน์ เขาจะมาเป็นเพื่อนของเรามากขึ้น การแย่งเพื่อน การคิดที่จะดึงใครมาเป็นหมู่ของเรา เป็นบริวารของเรา นี่ก็เป็นกิเลสในหมู่ชนทุก ๆ หมู่ แม้แต่ในวัดก็มีอย่างนี้ เราต้องระมัดระวังอย่าไปพูดความไม่ดีของคนใดคนหนึ่งให้อีกคนหนึ่งฟังลับหลัง และถึงจะต่อหน้าก็ต้องมั่นใจว่าพูดด้วยเมตตา พูดด้วยความหวังดี และพูดด้วยความจำเป็น นี่ก็เป็นเรื่องการดูใจ ดูใจตัวเองว่าพูดทำไม

สี่ เรื่องการพูดเพื่อเจ้อ เรื่องนี้มีขอบเขตกว้าง เราต้องมีเวลาที่เราจะพูดคุยแบบธรรมดา ๆ ไม่ใช่ว่าต้องเคร่งเครียด สำรวมมากตลอดเวลา แต่ขออย่าให้พูดในทางที่เป็นกิเลสมาก อย่าพูดในทางที่เสริมกิเลสต่าง ๆ ความหยาบในจิตใจ ความโลภ ความโกรธ ความหลง นี่เป็นเรื่องที่เราต้องสังเกตว่าบางครั้งเราพูด เรารู้สึกพูดไม่ดี ชวนให้ดูถูกดูหมิ่นบางคน หรือเสริมความรู้สึกรังเกียจ หรือเสริมความรู้สึกในทางโลกอย่างใดอย่างหนึ่ง อันนี้ก็เป็นความเพื่อเจ้อที่มีโทษ

ดังนั้นสัมมาวาจาในเบื้องต้นคือการงดเว้นจากการพูดสี่อย่าง คือ พูดปด พูดหยาบ พูดส่อเสียด และพูดเพื่อเจ้อ

ในเรื่องของสุภาวชิตก็เป็นอีกชั้นหนึ่ง เคยพูดเรื่องนี้ก็ขอทบทวน **หนึ่ง** การพูด พยายามให้เป็นเรื่องจริง **สอง** ให้เป็นสิ่งที่ เป็นประโยชน์ด้วย สองข้อนี้โยงไปถึงสัมมาวาจาเมื่อกี้ ข้อแรกก็เป็นข้อไม่พูดปด ส่วนการพูดสิ่งที่ เป็นประโยชน์ตรงกับ การไม่พูดเพื่อเจ้อ **สาม** เพิ่มว่าเป็นการพูดที่ถูกกาลเทศะ **สี่** พูดด้วยความหวังดี **ห้า** พูดอย่างสุภาพอ่อนโยน นั่นจะเป็นคู่กับสัมมาวาจาทั้งดเว้นจากการพูดหยาบ ห้าข้อนี้เป็นหลักคอยตรวจการพูดของตัวเอง และเราสามารถใช้เป็นหลักเจริญปัญญากับการคอยตรวจคำพูดของคนอื่น

การพูดมีสี่บอย่าง ห้าคุณสอง คือใครพูดกับเราไม่ว่าเป็นใคร เราต้องใช้ปัญญา โดยเฉพาะเป็นคนที่เราไม่ค่อยรู้จักนี่สำคัญว่าสิ่งที่เขาพูด จริง ไม่จริง เป็นประโยชน์ ไม่เป็นประโยชน์ ถูกกาลเทศะ ไม่ถูกกาลเทศะ พูดด้วยความหวังดี พูดด้วยความหวังร้าย และพูดหยาบ พูดสุภาพ สิบข้อ เราเห็นว่า มีหลายทางเลือกอยู่ในนี้ คือบางคนพูดจริง พูดสิ่งที่ เป็นประโยชน์แต่พูดหยาบ เมื่อเราแยกแยะออกมาได้ ไม่ให้จิตใจเกิดปฏิกิริยารังเกียจในคำพูดหยาบ เราอาจจะได้ประโยชน์จากสิ่งที่เขาพูด ได้ความจริงที่เป็นประโยชน์อยู่ในเวลานั้น แต่บางครั้งอาจจะพูดความจริงแต่ไม่ถูกกาลเทศะ ถึงจะพูดด้วยความหวังดี เช่น เราพูดในที่ประชุมที่เราควรเจียม หรือเพื่อนชวนคุย อาจจะ เป็นเรื่องประโยชน์ก็ได้ แต่เราต้องกำหนดว่าไม่ถูกกาลเทศะ จะไปอ้างว่าเขาพูดสิ่งที่ เป็นจริงเป็นประโยชน์ ใจ แต่ต้องแยกประเด็น ใจเป็นเรื่องจริง เป็นประโยชน์แต่ไม่ถูกกาลเทศะ มันจะไม่เป็นสุภาวชิต เราก็คอยดูคำพูด



เราจะฉลาดในคำพูดของตัวเองฉลาดในคำพูดของคนอื่นเมื่อเราได้ลิบข้อนี้มาเป็นข้อพิจารณาตลอดเวลา บางคนก็บอกว่านักปฏิบัติธรรมนี่เชื่อคนมาก ไม่ทันคนอื่น ไม่ใช่เลย เพราะว่าถ้าเป็นนักปฏิบัติจริง ๆ ทุกครั้งที่มีคนมาพูดกับเรา เราจะมีคำพูดอยู่ในใจว่าจริงหรือไม่จริง ไม่แน่นอน ถ้าเป็นเพื่อนหรือเป็นพระหรือเป็นคนที่เราไว้ใจ เราก็มักให้กำลัิบแก้เปอร์เซ็นต์แต่เรายังไม่ให้ร้อยเปอร์เซ็นต์ เพราะว่าบางทีเขาอาจจะเชื่อว่าเป็นจริงแต่อาจไม่จริง อาจจะได้ข้อมูลผิด ๆ มาพูดแบบมั่นใจว่าเป็นความจริง แต่ว่าเขาผิดพลาดหลงผิดก็มี

ดังนั้นถึงจะเป็นคนที่น่าไว้ใจ เราก็กังไม่เชื่อร้อยเปอร์เซ็นต์ ทุกสิ่งทุกอย่างเราใช้ปัญญาคอยพิจารณาว่าอะไรสุภาษิต อะไรทุภาษิต และก็พยายามจะพัฒนาตัวเองให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ตักเตือนซึ่งกันและกันด้วยความหวังดี

ในชุมชนที่เราอยู่นี้เมื่อเราสร้างมาตรฐานที่เป็นที่พอใจของทุกคนแล้วว่าเราจะพูดอย่างนี้แรก ๆ ทุกคนก็รู้สึกฝืนฝืนอยู่บ้าง แต่ว่ามาถึงขั้นหนึ่งจะกลายเป็นความปกติของเราที่จะพูดเช่นนั้น หลังจากนั้นก็ไม่ต้องฝืนอีกแล้ว กลายเป็นความปกติ แต่เวลาเราเจอข้อวัตรปฏิบัติหรือสิ่งใดที่เราไม่ชินแล้วเรารู้สึกฝืน แต่ขอให้เข้าใจว่าการฝืนเป็นแค่ขั้นตอนหนึ่งเมื่อเราไม่ชินกับสิ่งนั้นทุกอย่างใหม่ ๆ ก็ต้องผ่านขั้นนี้ไปก่อน พอผ่านแล้วก็กลายเป็นว่าพูดสุภาพง่ายกว่าพูดไม่สุภาพคนที่ฝืนอย่างนี้ดีแล้ว จะพูดหยาบต้องฝืนจริง ๆ จึงจะพูดได้ จะพูดปดต้องฝืนจริง ๆ จึงจะพูดปดได้ เพราะเราได้สร้างความเคยชินใหม่ ความเคยชินที่เป็นมงคล ความเคยชินที่จะพูดเป็นสุภาษิต

วันนี้คงพอสมควรแก่เวลา...