

คู่มือปลูกฝังศีลธรรม บ้านกัลยาณมิตร

ข้อคิด

จาก

พระมหาชนก



ทางแก้วกฤตสังคมไทย



คำนำ

นับเป็นมหาโชคมหาลาภของคนไทยที่มีพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ผู้ทรงพระอัจฉริยภาพและเปี่ยมล้นด้วยทศพิธราชธรรม เพราะการที่มีพระปรีชาญาณ ทรงพระราชนิพนธ์เรื่องพระมหาชนก ทรงชี้นำคุณค่าอันยิ่งใหญ่ของความเพียรอันบริสุทธิ์ของพระโพธิสัตว์กลับคืนมาสู่สังคมไทย ได้ส่งผลช่วยให้พลกนิกรของพระองค์มีกำลังใจในการฟันฝ่าภาวะวิกฤตของประเทศต่อไปอย่างไม่ย่อท้อ โดยที่ชาวพุทธจำนวนมากเริ่มหันกลับมามองเห็นคุณค่าของหลักธรรมในพระไตรปิฎกที่เป็นประโยชน์ต่อการแก้ไขวิกฤตการณ์ พระบุญญาบารมีของพระองค์นั้นจึงเป็นร่วมโพธิสมภารให้ประชาชนไทยมาตลอด ๕๓ พรรษาแห่งการครองราชย์ พระองค์จึงเป็นที่พึ่งของพลกนิกรได้แม้ในยามยาก

ดังนั้น เพื่อเป็นการสดุดีพระปัญญาบารมีของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ที่มงานพระไตรปิฎกจึงได้เรียบเรียงพระธรรมเทศนาของพระเดชพระคุณพระภาวนาวิริยคุณ ในเรื่องข้อคิดจากพระราชนิพนธ์พระมหาชนกอีกครั้ง ซึ่งเล่มนี้จะเป็นตอนที่ต่อจากเรื่อง **“พระราชนิพนธ์พระมหาชนกอ พระอัจฉริยภาพพระมหากษัตริย์ไทย”** โดยพระเดชพระคุณหลวงพ่อได้อธิบายข้อคิดจากพระราชนิพนธ์ให้เห็นเด่นชัดว่า ขอเพียงประชาชนไทยตั้งใจประพฤติตนตามที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงพระราชทานพรว่า ขอจงมีความเพียรที่บริสุทธิ์ ปัญญาที่เฉียบแหลม กำลังกายที่สมบูรณ์ อย่างเต็มที่ เต็มอิม เต็มใจ เต็มกำลัง จะสามารถกอบกู้วิกฤตต่างๆ ในสังคมไทยให้ดีขึ้นดีขึ้นมาเป็นอัศจรรย์ที่เดียว

ที่มงานพระไตรปิฎก
สำนักประชาสัมพันธ์



สารบัญ

๑. วิสัยทัศน์ของพระโพธิสัตว์
กับต้นมะม่วงที่ออกผลและไม่ออกผล ๗
๒. เปลี่ยนข้อคิดจากสองข้างทาง
ให้เป็นวิสัยทัศน์เพื่อแก้วิกฤตการณ์ ๑๓
๓. การบังเกิดขึ้นของวิริยบารมีในตัวคนเรา ๒๑
๔. แก้ไขภาวะศีลธรรมและเศรษฐกิจตกต่ำ
ด้วยวิริยบารมี ๒๙
๕. พรอันประเสริฐสุดแห่งพระมหากษัตริย์
พระราชทานกำลังใจแก่คนไทยทั้งแผ่นดิน ๓๓
- วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น ๓๙





วิสัยทัศน์ของพระโพธิสัตว์

กับต้นมะม่วงที่ออกผลและไม่ออกผล

เนื้อเรื่องต่อไปนี้มีอยู่ว่า ภายหลังจากที่พระมหาชนก ทรงข้ามมหาสมุทรมาได้ และผ่านเหตุการณ์ต่างๆ นานา จนกระทั่งเสด็จขึ้นครองราชสมบัติมิลินทรแล้ว

วันหนึ่ง พระมหาชนกก็ได้ทรงพบเหตุการณ์ ที่ให้ข้อคิดอย่างใหญ่หลวงต่อชีวิต เนื่องจากในขณะที่ พระมหาชนกเสด็จประพาสอุทยานนั้น ตรงปากทางเข้า อุทยานนั้นมีต้นมะม่วงงามๆ อยู่ ๒ ต้น ดูจากลักษณะ ภายนอก ต้นมะม่วงทั้งสองต้นนี้มีลักษณะการเจริญเติบโต ที่ดีใกล้เคียงกันอย่างมาก



แต่ทว่าสิ่งที่ต้นมะม่วงทั้งสองต้นนี้แตกต่างกัน ก็คือ ต้นหนึ่งใบเขียวขุ่ม แต่ยังไม่ออกผล ส่วนอีกต้นหนึ่งที่ปลูกคู่กัน กำลังออกผลดกเต็มต้นนำรับประทาน ประการสำคัญคือ ผลที่ออกเต็มต้นนั้น มีรสหวานเจี๊ยบ อย่างกับน้ำผึ้ง อีกทั้งกลิ่นก็หอมหวานชวนรับประทาน เมื่อพระมหาชนกเสวยเข้าไปแล้ว ทรงรู้สึกถึงรสอร่อยโอชะ แล้วพระองค์ก็เสด็จผ่านต้นมะม่วงคู่นี้ไป พร้อมกับตั้งพระทัยว่าหลังจากเสด็จประพาสพระราชอุทยานแล้ว จะกลับมาเสวยมะม่วงอีกสักสองสามผล

ครั้นเมื่อพระมหาชนกเสด็จประพาสพระราชอุทยานจนทั่วแล้ว ในเวลาเย็นได้เสด็จกลับมาทางต้นมะม่วงคู่นี้อีกครั้ง แต่แล้วก็ทรงถึงกับต้องตกตะลึง ไม่ใช่ตะลึงในเหตุการณ์อัศจรรย์ แต่ทรงตะลึงในความวิบัติของต้นมะม่วงที่ออกผลรสหอมหวานนั้น เพราะว่าเมื่อพระองค์เสด็จผ่านต้นมะม่วงไป หลังจากเสวยผลมะม่วงรสหอมหวานแล้ว บรรดาข้าราชการบริพารทั้งหลาย ตั้งแต่พระอุปราชจนกระทั่งมหาดเล็ก รวมไปถึงบรรดาลูกเล็กเด็กแดงทั้งหลายที่ตามเสด็จ ต่างก็พากันแย่งกันเก็บมะม่วงต้นนี้กิน ใครที่ป็นได้ก็ป็น ใครป็นไม่ได้ก็เอาไม้สอยหาไม้สอยไม่ได้ก็เอาดุ้นพินขว้างขึ้นไป ต่างคนต่างแย่งกัน

เก็บผลมะม่วงมากิน ในที่สุดต้นมะม่วงถูกถอนรากถอนโคน ลำต้นล้มนอนอยู่ตรงทางเข้าออกพระราชอุทยาน เมื่อพระมหากษัตริย์ทอดพระเนตรเห็นต้นมะม่วงที่มีผลรสหวานต้นนั้นถูกหักโค่นทำลาย ขณะที่ต้นไม่มีผลไม่เป็นอะไรเลย จึงทรงสอบถามความจริงจากเหล่าอำมาตย์ เมื่อทรงทราบถึงเหตุแห่งความตั้งอยู่และดับไปของต้นมะม่วงทั้งสองแล้ว ก็ทรงถึงความสังเวชพระทัย มีพระราชดำริขึ้นมาว่า

“แม้ราชสมบัติก็เป็นเช่นเดียวกับต้นมะม่วงที่มีผลเลิศ วันหนึ่งคงจะมีพระราชอาแวนแคว้นอันยกทัพมาประชิดติดเวียงชัย เพื่อบรรฆ่าฟันแย่งชิงเมือง เหมือนดังที่พระราชบิดากับพระเจ้าอาของพระองค์เคยแย่งราชสมบัติกันมาแล้ว ไม่ช้าก็เร็ว ราชสมบัติของพระองค์คงต้องแตกทำลาย เหมือนอย่างกับต้นมะม่วงที่หักโค่นเพราะผลที่มีรสหวานของมันเอง

ส่วนบรรพชา คือ การบวช ย่อมเป็นเช่นกับต้นมะม่วงไม่มีผล อย่าว่าแต่กิ่งไม่หัก ต้นไม้โค่นเลย ไบ่สักใบยังไม่ร่วง เมื่อทรงพระราชดำรินั้นแล้ว ทรงพิจารณาต่อไปว่า “ภยย่อมไม่มีแก่ผู้ที่ไม่กังวล ภยย่อมไม่มีแก่ผู้ที่ไม่มีผลประโยชน์ เราจักไม่เป็นเหมือนต้นมะม่วงมีผล

จักเป็นเหมือนต้นไม้มีผล เราจักสละราชบัลลังก์ออกบวช”

พระมหาชนกทรงอุปมาเตือนพระองค์เองว่า “เสียเสียงถูกนายพรานฆ่าเพราะหนึ่ง ช้างถูกฆ่าเพราะงา คนมีสมบัติมาก ถูกฆ่าเพราะสมบัติ แต่ใครจะฆ่าผู้ไม่มีเหย้า ไม่มีที่ดินหา ไม่มีกิเลส เพราะมะม่วงต้นหนึ่งมีผล อีกต้นหนึ่งไม่มีผล ทั้ง ๒ ต้นนั้น เป็นครูของข้าพเจ้า”

ตรงนี้มีข้อคิดอันยิ่งใหญ่ซ่อนอยู่ พวกเราดูให้ดี **คนมีบารมีแก่กล้าเห็นอะไรสองข้างทาง ย่อมสามารถเอามาเป็นครูสอนตัวเองได้หมด พร้อมทั้งเป็นข้อคิดอันพิเศษที่นำมาตรึกตรองเป็นธรรมะสอนตัวเองได้** จนกระทั่งมองเห็นความจริงของโลกและชีวิตได้ชัดแจ้งยิ่งขึ้นกว่าเดิม โลกนี้มันไม่มีอะไร คนเราอยู่ได้เพราะความบริสุทธิ์ใจที่กลั่นเป็นกำลังใจอันบริสุทธิ์มหาศาลเท่านั้น และสิ่งที่คนทั้งโลกนี้จะชนติดตัวไปได้เมื่อถึงคราวหมดอายุขัย ก็มีแต่บุญกับบาปที่ตัวเองเป็นผู้กระทำเท่านั้น อย่างอื่นนอกเหนือจากนี้หรือแม้แต่ร่างกายของตัวเองก็เอาติดตัวไปไม่ได้ เมื่อสอนตัวเองได้ขนาดนั้นแล้ว ย่อมเกิดเป็นกำลังใจมหาศาลที่คิดจะทำความดีอย่างยิ่งยวดกว่าเดิมให้ทวีคูณมากขึ้นไปอีก

คนที่มีบุญบารมีเห็นอะไรสองข้างทาง เขาก็ได้คิดเป็นธรรมะเอามาเป็นครูสอนตัวเองได้ แต่ถ้าคนบุญน้อย

เดินไปสองข้างทาง กลับมองไม่เห็นสมบัติที่มีอยู่สองข้างทาง แต่ว่าด้วยสติปัญญาระดับพระโพธิสัตว์มองอะไรแล้ว มองข้ามชาติ ท่านมีสติปัญญา มองไปไกลกว่าคนธรรมดาหลายชั้นนัก พบเห็นอะไรเป็นศีลธรรมไปหมด ไม่มองเห็นคุณประโยชน์เพียงแค่อยาบาๆ แต่ไปมองคุณค่าทางด้านศีลธรรมที่เป็นพื้นฐานของจิตใจอย่างที่ว่าพระมหาชนกทรงมองเห็น ข้อคิดจากต้นมะม่วงมีผล เหมือนราชบัลลังก์ย่อมมีศัตรูพร้อมย่ายีปีศา แต่ถ้าวอกบวชเมื่อไร ก็คงหาคัดครุไม่ได้ เหมือนกับมะม่วงไม่มีผลนั่นเอง

เมื่อพระมหาชนกได้คิดอย่างนี้แล้ว ก็ตัดใจออกบวชโดยไม่มีสมบัติพัสถานติดตัว ใครอยากได้ราชสมบัติให้เขามาเอาไป สำหรับเรื่องนี้อาจจะให้ข้อคิดเอาไว้ว่า อย่าว่าแต่ราชสมบัติที่มีศัตรูเลย แม้แต่คนธรรมดาที่เป็นเศรษฐีมีทรัพย์สินมาก ยังพลอยมีศัตรูมากไปด้วย เพียงแต่ศัตรูจะได้จังหวะมาปล้นชิงเมื่อไรเท่านั้นเอง ไม่เพียงเท่านั้น ในยุคปัจจุบัน แม้วัดใดพอจะมีสมบัติบ้าง ก็ต้องระมัดระวังไว้บ้างเหมือนกัน ไม่เช่นนั้นแม้จะเป็นสมบัติของพระพุทธรูปศาสนาก็ตาม ย่อมสามารถเป็นเหตุให้มีศัตรูที่ไม่เคยรู้จักขึ้นมาได้ทั้งนั้น



๒

เปลี่ยนข้อคิดจากสองข้างทาง
ให้เป็นวิสัยทัศน์เพื่อแก้วิกฤตการณ์

เมื่อพระมหากษัตริย์เสด็จออกผนวชแล้ว ได้มีเหตุการณ์ที่แสดงให้เห็นพระบารมีของพระองค์อีก เพราะบุคคลผู้เป็นพระโอรสองค์นี้ การเสด็จออกผนวชไม่ใช่ของง่าย เนื่องจากต้องแก้ไขปัญหามากมาย เช่น พระมเหสีที่ทรงคร่ำครวญร่ำไห้ด้วยความอาลัยรัก และเหล่าข้าราชการที่ทักท้วงสารพัดด้วยความจงรักภักดีนั้น ให้เข้าใจโดยดี ไม่อาละวาดพุ่มพวย แต่เพราะพระองค์ทรงเป็นผู้มีบารมีมาก เวลามองโลกไม่ได้มองเอาผลประโยชน์เข้าตัว แต่พระองค์ทรงมองโลกแบบจะเอาศีลธรรมเข้าตัว

จึงต้องสวนกระแสต่อความเข้าใจของชาวโลก และพระองค์ก็ทรงอาศัยมุมมองที่เหนือวิสัยชาวโลกนั่นเอง มาชี้ทางสว่างให้ชาวโลกได้เข้าใจในความจริงของโลกและชีวิตตามที่พระองค์ทรงมองออกในชาตินั้น ดังตัวอย่างที่มีปรากฏในพระไตรปิฎก ซึ่งจะขอตัดตอนมาอธิบายให้เป็นภาษาที่เข้าใจได้ง่ายๆ เพื่อประโยชน์ต่อการนำไปปฏิบัติธรรม

ขณะที่พระองค์ทรงออกผนวชและกำลังเสด็จเข้าป่า ฝ่ายพระมเหสี อำมาตย์ทั้งหลาย ก็รีบตามมาอย่างไม่ลดละ พระองค์จะทรงขับไล่อย่างไร ก็ไม่มีใครยอมกลับ เมื่อถึงที่สุด การขับไล่ไล่ส่งใช้ไม่ได้แล้ว พระองค์จึงทรงหาวิธีเตือนสติพระมเหสีไม่ให้ติดตาม ซึ่งตรงนี่เองที่เป็นข้อคิดอันประเสริฐสำหรับชาวโลก เพราะพระองค์ใช้เหตุการณ์สองข้างทางมาเตือนสติพระมเหสีให้กลับบ้านกลับเมือง หรือไม่ก็ให้ออกผนวชไปเสีย แต่แยกย้ายกันไปบำเพ็ญเพียร

พระองค์เสด็จไปพบเด็กผู้หญิงคนหนึ่ง กำลังตำข้าว ผัดข้าวอยู่ พอตีมือทั้งสองข้างของเด็กหญิงมีก่าโลสวมอยู่ มือข้างหนึ่งสวมก่าโลอยู่คนเดียว อีกข้างหนึ่งสวมก่าโลสองอันและกำลังกระทบกันเสียงดัง พอพระองค์ทรงเห็นก่าโลเท่านั้น ทรงหาทางเอาเสียงก่าโลเปลี่ยนมาเป็นข้อคิดเตือนสติพระมเหสีได้ทันที โดยทรงถามเด็กผู้หญิงว่า

“นางกุมาริกาผู้ประดับกำไลมือเป็นนิจ กำไลมือของ เจ้าข้างหนึ่งมีเสียงดัง แต่อีกข้างหนึ่งไม่มีเสียงดัง เพราะเหตุอะไร”

เด็กผู้หญิงก็ตอบพระองค์ไปว่า “ข้าแต่สมณะ เสียงกำไลที่ได้ยินนี้ เกิดจากกำไลสองอันที่สวมอยู่ในมือ ของข้าพเจ้านี้กำลังกระทบกันอยู่ เพราะการกระทบกันนั้นเอง ทำให้เกิดเสียงดังขึ้นมา แต่กำไลที่สวมในมืออีกข้าง ข้าพเจ้านั้น มีเพียงอันเดียว ย่อมไม่ส่งเสียงที่เกิดจากการกระทบกัน ซึ่งเหมือนอย่างกับนักปราชญ์ผู้สงบนิ่งอยู่ ถ้าบุคคลอยู่ด้วยกัน ๒ คน ก็วิวาทกัน แต่ถ้าอยู่คนเดียว จะไปวิวาทกับใครเล่า ท่านผู้ใคร่ต่อสวรรค์จงชอบความเป็นผู้อยู่คนเดียวเถิด”

ตรงนี้ดูให้ดี นี่เป็นวิธีการเอาข้อคิดจากสองข้างทาง มาแก้วิกฤตการณ์ เพราะพระมหาชนกทรงเตือนพระมเหสี ก็แล้ว ชักแม่น้ำทั้งห้ามาตรัสให้เสด็จกลับก็แล้ว ยังไม่ยอมเสด็จกลับ คราวนี้จึงทรงอาศัยปากเด็กพูดเตือนสติ โดยตั้งคำถามง่ายๆ ให้เด็กตอบ แล้วเด็กผู้หญิงที่ผิดข้าวนั้น ก็ฉลาดไม่เบาทีเดียว ตอบได้แบบเตือนสติชนิดเจาะใจดีเหลือเกิน

ผู้มีบารมีมากๆ อย่างพระมหาชนก ทรงเห็นอะไร

ก็เป็นอรรถเป็นธรรมได้หมด หรือแม้แต่เด็กผู้หญิงที่ตอบคำถามนี้ ฟังคำพูดแล้วก็ฟังอีกเหมือนกันว่า บารมีของเด็กคนนั้นไม่เบาทีเดียว พอพระมหาชนกได้สดับเด็กผู้หญิงตอบอย่างนั้น พระองค์ก็ไม่ปล่อยโอกาสสำคัญนี้ให้ผ่านไป ทรงถามพระมเหสีว่า

“สิวลี เธอได้ยินคาถาที่เด็กหญิงคนนั้นพูดแล้วหรือยัง เด็กหญิงเป็นเพียงชั้นสาวใช้ ยังติเตียนเราได้ เพราะความประพฤติของเราทั้งสอง คืออาตมาเป็นบรรพชิต เธอเป็นสตรีเดินตามกันมา ย่อมเป็นเหตุแห่งครหาได้ ถนอหน้าหน้านี้เป็นทางสองแพร่ง เราทั้งสองจงแยกกันไปเถิด เธออย่าเรียกอาตมาว่าสามี และอาตมาจะไม่เรียกเธอว่าเป็นมเหสีของอาตมาอีก”

ขณะเดียวกันนั้น ได้เสด็จเข้าไปยังอีกนครหนึ่ง ขณะนั้นใกล้เป็นเวลาฉันภัตตาหาร พระมหาชนกเสด็จไปยืนอยู่ตรงประตูของนายช่างศร

ฝ่ายนายช่างศรกำลังตัดลูกศรให้ตรงอยู่ นายช่างศรหันตาข้างหนึ่ง ใช้นิ้วชี้ข้างหนึ่งเล็งลูกศรอันหนึ่งบนมือ เพื่อจะดูว่าตรงไหนคด ตรงไหนไม่คด เมื่อพระมหาชนกทรงเห็นนายช่างศรกำลังตัดศรอยู่ที่หน้าซุ้มประตูนั้น พระองค์ทรงมองเห็นข้อคิดที่เป็นอรรถเป็นธรรมออกมาได้

อย่างเหนือกว่าวิสัยทัศน์ของคนทั่วไป พระองค์ทรงถาม นายช่างครผู้้นั้นทันทีว่า

“ดูก่อน นายช่างคร ท่านจงฟังอาตมา ท่านหลับตาข้างหนึ่ง ส่วนอีกข้างหนึ่งใช้เล็งดูลูกศรอันคดนั้น ด้วยประการใด ท่านเห็นความสำเร็จประโยชน์อันใดในวิธีการนั้นหรือ”

นายช่างครก็เป็นผู้มีสติปัญญาไม่เบาทีเดียว ได้ตอบพระมหาชนกไปว่า

“ข้าแต่พระสมณะ การเล็งลูกศรด้วยตาสองข้าง ย่อมทำให้พร่าไป มองไม่เห็นว่าตรงไหนคดหรือก แต่ที่ว่าถ้าหลับตาข้างหนึ่ง เพื่อเล็งดูที่คดด้วยดวงตาที่เหลืออีกข้างหนึ่ง จะเล็งเห็นจุดที่คดอยู่เบื้องหน้าได้ง่าย ย่อมสามารถดัดลูกศรอย่างถูกต้องให้ตรงได้ เหมือนกับบุคคลสองคนอยู่ด้วยกัน ย่อมวิวาทกันได้ ถ้าอยู่คนเดียว จะวิวาทกับใครเล่า ท่านผู้ใคร่ต่อสวรรค์ จงขอความเป็นอยู่ผู้เดียวเถิด”

ฟังคำตอบของนายช่างครตอบแล้ว แสดงว่าบุญในตัวของเขาไม่เบาเหมือนกัน เพราะยุคนั้นแม้จะไม่มีพระพุทธรูปเข้ามาบังเกิดขึ้น ถึงกระนั้น ยังสามารถตอบได้กับพระมหาชนกได้อย่างเป็นอรรถเป็นธรรมขนาดนั้น สติปัญญาไม่เบาจริงๆ

พระมหาชนกทรงได้ยิณนายช่างศรตอบโต้ทันกัน
อย่างนั้น ก็ทรงหันกลับไปถามพระมเหสีว่า

“ดูก่อนสิวลี เธอได้ยิณคาถาที่ช่างศรกล่าวหรือยัง
ช่างศรเป็นเพียงคนรับใช้ ยังติเตียนเราได้ ความที่เราทั้งสอง
ประพาศตินั้นเป็นเหตุแห่งความครหา

ดูก่อนนางผู้เจริญ ทางสองแพร่งนี้ เราจงมาแยกกัน
ไป เธอจงไปทางหนึ่ง อาตมาก็จะไปอีกทางหนึ่ง เธออย่า
เรียกเราว่า สวามี และเราก็จะไม่เรียกเธอว่าเป็นมเหสี
ของเราอีกต่อไป”

ผู้มีบารมีเห็นอะไรสองข้างทาง ก็สามารถเอามาเป็น
ข้อคิดเตือนใจให้ประพาศติธรรมได้ ตรงนี้อาจจะฝากเป็น
ข้อคิดเอาไว้ว่า **ขณะนี้ในการดำเนินชีวิตจริงของเรา เรา
มีสติถึงธรรมอยู่ตลอดเวลาหรือเปล่า** ถ้ายัง ก็พึงว่า
การนั่งสมาธิ การรักษาศีล รวมทั้งการให้ทานของเรายัง
หย่อนอยู่มาก ถ้าแก้กล้าเพียงพอ ก็คงได้มีเชื้อสายของ
พระมหาชนกขึ้นมาบ้าง แต่ถ้าใครมีสติถึงธรรมขึ้นมาได้
บ้างแล้ว จะมากบ้างน้อยบ้างก็ตาม แสดงว่าการประพาศติ
ปฏิบัติตัวในชีวิตประจำวันของเรา เข้าเส้นทางของนักสร้าง
บารมีอย่างสมบูรณ์แบบขึ้นมาทุกวันๆ

ครั้งเมื่อพระมหาชนกทรงเตือนสติให้พระมเหสี

ทรงแยกทางไปได้แล้ว โดยอาศัยปัญญาของพระองค์บวกกับเหตุการณ์สองข้างทางแล้ว ก็เสด็จเข้าป่าลึกไป แต่ด้วยความเป็นคนที่มีบุญมาก เมื่อผ่านไปทางไหน อายตนะของคนมีบุญย่อมดึงดูดคนมีบุญให้มาเจอกัน และแน่นอนในทางตรงข้าม คนมีบาปก็จะดึงดูดคนมีบาปให้มาอยู่ด้วยกัน

ในระหว่างที่เดินเข้าป่าไปนั้น พระมหาชนกก็ทรงได้พบกับนักบวชผู้มีบุญทั้งหลาย ซึ่งท่านเหล่านั้นเมื่อเห็นพระมหาชนกแล้ว ก็มีความยินดี เดินเข้ามาหาเพื่อให้สติเป็นข้อคิดในการบวชอีกหลายท่าน

ในจำนวนนักบวชทั้งหลายที่ทรงพบในระหว่างทางนั้น ได้มีฤๅษีเหาะมาให้ข้อคิดกับพระมหาชนกว่า ความเห็นแก่นอน ความเกียจคร้าน ความง่วงเหงาหาวนอน ความไม่ชอบใจหงุดหงิด ความเมาในอาหาร สิ่งเหล่านี้เป็นศัตรูของการบรรลุธรรม ซึ่งทั้ง ๕ ข้อนี้เรียกว่า นิวรณ์ เป็นกิเลสชั้นกลาง ที่คนทั่วไปมักนึกไม่ถึงว่ามันคือกิเลส และท่านฤๅษีก็ให้ข้อคิดที่หนักยิ่งขึ้นว่า เป็นกษัตริย์ออกบวช อย่าได้ดูหมิ่นนักบวชอื่นว่าเลวทรามต่ำช้าเพราะวรรณะต่างกัน แล้วท่านฤๅษีก็ให้เคล็ดลับการบวชว่า ให้รีบไปทำศีลให้สมบูรณ์ ไปทำบริกรรมภาวนาให้สมบูรณ์ เมื่อบริบูรณ์แล้ว ปฐมฌานย่อมบังเกิด เมื่อเกิดแล้วอย่าพอใจ

**อยู่แค่นั้น ให้ทำบริกรรมภาวนาให้ยิ่งขึ้นไป ย่อมได้บรรลุ
อภิญญาไปตามลำดับ ซึ่งอภิญญา คือ ความรู้ยิ่ง เห็นจริง
เป็นฤทธิ์อย่างยิ่ง ที่เกิดจากการฝึกสมาธิไปตามลำดับ**

ในที่สุด พระพระมหาชนกทรงบำเพ็ญเพียรภาวนา
จนสามารถบรรลุฌาน พระองค์ไม่เสื่อมจากฌานเลย ครั้น
เมื่อละโลกแล้ว ได้ไปบังเกิดในพรหมโลก

๓

การบังเกิดขึ้นของวิริยบารมี ในตัวคนเรา

เมื่อมาถึงตรงนี้ ข้อคิดที่ได้จากพระมหาชนกนั้น มากมายยิ่งนัก ซึ่งพอจะต่อ ยอดให้ เกิดข้อคิดประการต่อ มาได้ว่า ความสำเร็จของคนเรานั้น ขึ้นอยู่กับความเพียร ๒ ระดับ

ระดับที่ ๑ อาศัยความเพียรในปัจจุบัน

คือ ถ้าอยาก จะประสบความสำเร็จในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะ เป็นการ ศึกษาเล่าเรียน การทำงานหาเลี้ยงชีพ หรือ ด้านใด ๆ ก็ตาม ต้องอาศัยความเพียรในปัจจุบันเป็นหลัก

เป็นแรงผลักดันให้ทุ่มเทสร้าง ทุ่มเททำ ไม่ยอมงอมืองอเท้า
แต่ใช้เรี่ยวแรงของลูกผู้ชายนี้ทุ่มเทชีวิตจิตใจประกอบความ
เพียรขึ้นมา นี่เป็นความเพียรในปัจจุบัน

ระดับที่ ๒ อาศัยบุญเก่าที่ติดตัวมาข้ามชาติ

เรื่องนี้เป็นต้นเหตุเล็กๆ ซึ่งยากที่จะรู้ว่า ในตัวของ
คนเรามีสิ่งนี้มากหรือน้อยแค่ไหน แต่ว่ามีบุญเก่ากันทุกคน
บุญเก่านี้เปรียบเหมือนอะไร บุญเก่าเปรียบเหมือน
กับน้ำใต้ดิน เพราะลึกลงไปใต้ดินนั้นมีน้ำอยู่ แต่ว่าจะต้อง
ขุดลึกลงไปเท่าไรจึงจะพบ เราไม่รู้ และตอบไม่ได้ว่า มี
ปริมาณน้ำมากน้อยเท่าไร แต่ว่าน้ำใต้ดินนั้นมีอยู่ และ
อยู่ดีๆ น้ำใต้ดินก็ไม่ทะลักขึ้นมาให้เราใช้ดื่มกินง่ายๆ ถ้า
หากจะเอาน้ำนี้มาใช้ ก็ต้องมีความเพียรเจาะลงไปเอามา

บางแห่งมีน้ำน้อย แถมอยู่ลึก ก็เหมือนกับคนที่มี
บุญเก่าน้อย บางแห่งมีน้ำมาก แถมอยู่ตื้น ก็เหมือนกับ
คนที่มีบุญเก่ามาก แต่อย่างไรก็ตาม ถ้าลองว่าได้เกิดเป็นคน
แล้ว แสดงว่ามีบุญเก่าพอที่จะเกิดเป็นคน เพราะถ้าไม่มี
บุญเก่ามาพอสมควร คงไปเกิดเป็นหมู หมา กา ไก่ ไป
แล้ว คงไม่ได้มาเกิดเป็นคน ที่มีทั้งกำลังกาย กำลังความคิด
สติปัญญาในการทำมาดี นี่เป็นเพราะมีบุญเก่าติดตัวมา

แต่บุญมากบุญน้อยไม่สามารถทราบได้ แต่เราพออุ่นใจได้ว่ามีอยู่ แล้วเราก็รู้ว่า คงรอให้บุญเก่าทะลักขึ้นมาไม่ได้ ต้องลงมือทำความเพียรสร้างบุญใหม่ขึ้นมา

เมื่อเข้าใจความสำเร็จในตัวของคนเราแล้ว มีสิ่งที่ควรศึกษาต่อไปว่า วิริยบารมีนั้นเกิดขึ้นในตัวคนเราอย่างไร

ในทางพระพุทธศาสนา **ความเพียร มาจากภาษาบาลีว่า วิริยะ แปลว่า ความกล้า**

เพราะฉะนั้น คนมีความเพียร คือ คนที่มีความกล้าที่จะทำความดี และกล้าที่จะไม่ทำความชั่วอยู่ในตัว แต่ถ้าเป็นคนขี้ขลาด ขี้กลัว ความเพียรไม่มีทางเกิด

แต่การจะทำความเพียร หรือสร้างวิริยบารมีตามพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไปนั้น จำเป็นจะต้อง**รู้จักโลกในการทำความเพียรของคนเรา** ว่าต้องประกอบด้วย

๑. มีสติ

ถ้ากล้าแบบบ้าบิ่นไม่ใช่ความเพียร ต้องกล้าแบบมีสติจึงจะเรียกว่าความเพียร

๒. มีสัมมาทิฐิ

คือ มีปัญญาพอที่จะรู้หรือแยกแยะได้ว่าสิ่งที่จะทำนี้ดีจริง หรือสิ่งที่จะทำนั้นมันชั่วจริงต้องเลิกทำ

๓. ทุ่มเทวีวิตจิตใจทำความดี

เพราะฉะนั้น ใครจะทำความเพียรอะไร ต้องถามตัวเองสองเรื่องนี้ก่อนว่า สิ่งที่ตนเองจะทำนั้น เป็นเรื่องเพื่อการทุ่มเทสร้างความคิดใหม่ หรือ เป็นความทุ่มเทที่จะละความชั่ว ถ้าใช้อย่างใดอย่างหนึ่งในสองเรื่องนี้ แปลว่าใช้ได้ แล้วให้ใช้สติของตัวเองประดับประคองทำความดีนั้นไปอย่างทุ่มเทให้เต็มที่ เต็มอím เต็มใจ เต็มมือ เมื่อนั้นตัวของเราจึงจะมีความเพียรที่ถูกต้องเกิดขึ้นในตัว

มีสิ่งที่ชาวพุทธไม่ควรมองข้ามประการหนึ่งว่า ทำไมบางคนกล้าทำความดี แต่บางคนไม่กล้า ซึ่งแน่นอน ผู้ที่กล้า จะต้องมึปัญญา มองทะลุปรุโปร่ง แยกออกว่าอย่างไรหนอดีจริง อย่างไรหนาชั่วจริง มีสติปัญญาตรงตามหลักของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทีเดียว

ตอบได้ทันทีว่า ข้าศึกของความเพียรคือความขี้เกียจได้แก่ พวกโรคบิดติดเลือด งานการเบือ ข้าวกินได้ พวกนี้ไม่มีความกล้าหอก มีแต่ความเกียจคร้านเป็นสำคัญ

อีกพวกหนึ่ง**เป็นพวกติดสุขที่เคยมีอยู่แล้ว** เพราะตัวเองเคยสะดวกสบายมาก่อน เลยไม่กล้าทำ เกิดกลัวความยากลำบากเสียแล้ว ยิ่งกว่านั้น ยังมีนิสัยผลัดวันประกันพรุ่งที่ติดตัวมาข้ามภพข้ามชาติมากพอแรงทีเดียว ทำให้กลายมาเป็นอุปสรรคในการทำ ความเพียร หรือความ

กล้าที่จะสร้างวิริยบารมีในชาตินี้ ทั้งๆ ที่ความเพียรของมนุษย์มีไว้เพื่อสร้างความสำเร็จต่างๆ ให้บังเกิดขึ้น เพราะเราจะทำงานสร้างฐานะให้เป็นปึกแผ่น ทำมาหากินได้ เจริญรุ่งเรือง ย่อมต้องอาศัยความเพียรของตัวเองเป็นหลัก ถ้าชี้แจงไม่มีทางสำเร็จ

ประการสำคัญคือ **ความเพียรมีไว้เพื่อทำงานสร้างบารมีติดตามพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไปให้สำเร็จ ซึ่งเป็นงานข้ามภพข้ามชาติ** งานสร้างฐานะความเป็นอยู่นั้น ต้องทำกันทั้งชาติ งานสร้างประเทศต้องทำกันหลายชั่วอายุคน คือตัวเองทำแล้วยังไม่เสร็จ ต้องอบรมลูกหลานให้ทำต่อไป ส่วนงานสร้างบารมีเป็นงานข้ามชาติ ถ้าชาตินี้ทำไม่เสร็จ ก็ต้องทำชาติหน้าต่อไปอีก

เมื่อความเพียรเป็นลักษณะที่ทำต่อเนื่องกันเช่นนี้ เพราะฉะนั้นความเพียรจึงเป็นธาตุสำเร็จในตัวคน แต่เดิมที่เรารู้จักกันแต่ธาตุหลัก ธาตุทองแดง ธาตุสังกะสี ธาตุดีบุก ธาตุเงิน ธาตุทองคำ ซึ่งทั้งหมดนั้นเป็นธาตุหยาบๆ แต่ว่าธาตุแห่งความเพียรนั้น เป็นธาตุละเอียดอย่างหนึ่ง เป็นธาตุแห่งความสำเร็จ ใครมีธาตุแห่งความเพียรนี้เกิดขึ้น ในใจมากเท่าไร ก็เป็นการสร้างธาตุแห่งความสำเร็จมากขึ้นเท่านั้น

ในการสร้างวิริยบารมีหรือธาตุแห่งความเพียรให้เกิดขึ้นในใจนั้น พระลัมมมาลัมพุทเธเจ้าได้แบ่ง**ช่วงเวลา**ที่**กลับธาตุความสำเร็จขึ้นในใจไว้ ๓ ช่วง** คือ

ช่วงที่ ๑ เรียกว่า อารัมภธาตุ หรือธาตุเริ่มต้น

คือ กล้าที่จะคิดถึงคุณงามความดีตั้งแต่ต้น กล้าที่จะพูดถึงความดีที่ตั้งใจจะทำ และกล้าที่จะลงมือทำความดีตามที่คิด ที่พูดเอาไว้ให้สำเร็จ

ช่วงที่ ๒ เรียกว่า นิกัมมธาตุ หรือธาตุท่ามกลาง

คือ กำลังดำเนินการกลับธาตุแห่งความเพียร ธาตุแห่งความสำเร็จให้เกิดขึ้นในตัวเรื่อยๆไป

ช่วงที่ ๓ เรียกว่า ปรักกมุขธาตุ หรือ ธาตุแห่งความก้าวหน้า

คือ ธาตุแห่งความเพียร หรือวิริยบารมีนั่นเอง

คนบางคนเป็นนักคิดนักฝัน กล้าคิด กล้าพูด กล้าทำ แต่เป็นความกล้าที่อุปมาเหมือนกับการจุดไม้ขีดไฟต้มน้ำเท่านั้น แต่ไม่ใส่เชื้อเพลิง ไม้ขีดไฟใส่ฟืนต่อไป ไฟก็มอดดับ ต้มน้ำไม่สำเร็จ เพราะชอบแต่จุดไฟ แต่ใส่เชื้อไฟไม่เป็น

อีกพวกหนึ่ง กล้าคิด กล้าพูด กล้าทำ เช่นกัน แต่ถ้าใช้เวลาทำนาน รอความสำเร็จไม่ไหว กลับไปนอนดีกว่า

ทำได้ช่วงระยะเวลาหนึ่ง

แต่มีอยู่พวกหนึ่ง พวกนี้ธาตุความเพียรสูง เป็นชนิดกัดฟันสู้ทีเดียว กัดฟันยังไม่พอ ต้องบอกว่ากัดเหงือกสู้ด้วย พวกนี้ทำอะไรแล้ว ถ้าไม่เสร็จไม่เลิก ให้มันตายรู้แล้วรู้รอดไป กลุ่มนี้เองที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสรรเสริญ เพราะงานใหญ่ๆ ความดีอันยิ่งใหญ่เป็นงานข้ามภพข้ามชาติ ต้องอาศัยกลุ่มคนที่มีธาตุแห่งความเพียรแข็งแกร่งเช่นนี้ทำงาน จึงจะประสบความสำเร็จ

เพราะฉะนั้น การที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าสร้างบารมีมาจนกระทั่งตรัสรู้ธรรมได้ เป็นเพราะพระองค์ทรงสั่งสมธาตุแห่งความเพียรมายาวนานอย่างเอาชีวิตเป็นเดิมพัน ดังเช่น ชาดกเรื่องพระมหาชนกที่พระองค์ทรงนำมาตรัสเล่านี้เป็นตัวอย่างสำคัญ





แก้ไขภาวะศีลธรรมและเศรษฐกิจตกต่ำ

ด้วยวิริยบารมี

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนให้ชาวพุทธตั้งวิริยบารมีหรือความเพียรไว้ในใจ ๔ ประการด้วยกัน คือ

ประการที่ ๑ คือ กล้าตัดสินใจเลิกทำความชั่ว

ความชั่วใดก็ตามที่มีมาแต่เดิม ไม่ว่าจะเคยทำมากน้อยเท่าไร เมื่อรู้แล้วว่าเป็นความชั่ว ก็มีความกล้าจะเลิกทำความชั่วขึ้นมาทันที แล้วพร้อมกล้าเผชิญกับความจริงที่จะเกิดขึ้นตามมา เช่น ทำไมคนเราจึงโกหก เพราะไม่กล้าเผชิญความจริง จึงต้องโกหก แต่ถ้ากล้าเผชิญกับ



ความจริงเมื่อไร จะเลิกโกหกได้ทันที แล้วจะมีนิสัย อีก
ประการตามมา คือเมื่อเวลาพูดอย่างไรเอาไว้ ก็ทำอย่างนั้น
ทำอย่างไรเอาไว้ ก็พูดอย่างนั้น ซึ่งเรื่องนี้เป็นเรื่องที่ต้องใช้
กำลังใจสูง จึงจะกล้าสู้ความจริง

ประการที่ ๒ คือ กล้าหักห้ามใจไม่ไปข้องแวะกับ ความชั่วที่มาเย้ายวน

ความชั่วใดที่ไม่เคยทำ แต่ถ้ามีใครมาชวน มายั่วเย้า
ยั่วยวนให้ทำ ก็มีความกล้าที่จะหักห้ามใจไม่ไปยุ่งกับมัน
เช่น ไม่เคยกินเหล้า ไม่เคยเที่ยวบาร์เที่ยวผับ แต่เพื่อนมา
ชวนต้องกล้าหักห้ามใจ หรือตลอดเวลาที่ทำราชการมาขนาดนี้
ไม่เคยคอร์รัปชันเลย วันนี้ได้เติบโตจากหน้าที่การงาน ได้
เป็นผู้ใหญ่ในวงการขึ้นมา เขายัดเงินก้อนโตๆ ลอดใต้โต๊ะ
เข้ามา รีบหักห้ามใจไม่รับเลย แล้วกำลังใจมหาศาลที่จะสู้
กับความชั่วจะเพิ่มขึ้นมา เพราะถ้ากำลังใจน้อยๆ ต้านทาน
ความอยากไม่ไหว เวลาเขาเอาเงินพันเงินหมื่นมายื่นให้ใต้โต๊ะ
เตะหิ้งเลย กล้าปฏิเสธเขาได้ เพราะเห็นว่าเป็นเงินบาป เงินชั่ว
แต่พอเขาใส่มาให้เงินแสนเงินล้าน ถ้าความกล้าไม่พอ
กำลังใจไม่ไหว ก็ชักจะเห็นว่าไม่บาป ยิ่งถ้าเป็นเงินหลายล้าน
รีบคว้าใส่กระเป๋าทันที เพราะฉะนั้นต้องกล้าหักห้ามใจจาก

ความชั่ว ความชั่วใหม่จะได้ไม่เกิดกับตัวเรา

ประการที่ ๓ คือ กล้าหาญเบิกบานที่จะทำความดีใหม่ๆ ที่ไม่เคยทำ

ยกตัวอย่าง แต่ก่อนเคยนั่งสมาธิอยู่คนเดียว เหลียวไปทางไหนก็ไม่กล้าไปชวนใคร ทั้งๆ ที่รู้ว่านั่งสมาธิ นั้นดี แต่กลัวเขาจะรู้ว่าเราเป็นนักปฏิบัติธรรม กลัวเขาจะหาว่าเซย แต่เมื่อไร ความกล้าหาญเบิกบานที่จะทำความดี นั้นเต็มเปี่ยมขึ้นมา คราวนี้กล้าที่จะเปิดบ้านตัวเองเป็นบ้านนักปฏิบัติธรรม แล้วไปชวนเพื่อนบ้าน เพื่อนจากที่ทำงาน พอตกเย็นให้มาสวดมนต์ไหว้พระ นั่งสมาธิด้วยกัน นี่คือ กล้าที่จะทำความดีอย่างเต็มหัวใจ

ประการที่ ๔ คือ กล้าหาญเบิกบานที่จะทำความดีที่เคยทำแล้วให้ยิ่งๆ ขึ้นไป

คือ ความดีที่เคยทำแล้ว ไม่หยุดอยู่แค่นั้น ทำซ้ำแล้วซ้ำอีกเรื่อยไป พยายามพัฒนาทั้งเวลา เพิ่มทั้งปริมาณ และคุณภาพในการทำความดีให้ยิ่งๆ ขึ้นไป พยายามทำซ้ำแล้วซ้ำอีกเป็นร้อยครั้งพันครั้ง หรือแม้จะต้องทำเป็นแสนครั้ง ล้านครั้ง ก็ไม่มีเบื่อ ไม่มีบ่น มีแต่กล้าหาญ เบิกบาน

พยายามทำความเพียรนี้ให้เชี่ยวชาญชำนาญ จนกระทั่ง
ติดตัวติดใจ เป็นนิสัยรักความเพียรชอบข้ามภพข้ามชาติ
เรื่อยไป นี่คือความกล้าหาญเบิกบานที่จะทำความดีที่เคย
ทำแล้วให้ยิ่งๆ ขึ้นไป

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสรรเสริญความกล้าหาญ
หรือวิริยบารมีไว้ ๔ ประการนี้

เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะประชาชนไทยหรือใครก็ตาม
จะเป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ คนหนุ่มหรือสาว มีการศึกษาอย่างไร
ประกอบอาชีพอะไร ตำแหน่งเล็กหรือใหญ่ก็ตาม แต่ถ้า
หากมีความเพียรทั้ง ๔ ประการนี้แล้ว บ้านเมืองไทยที่
ตกอยู่ในภาวะศีลธรรมและเศรษฐกิจตกต่ำในเวลานี้ จะ
พลิกฟื้นขึ้นมาได้อย่างทันตาเห็น เรื่องรื้ออื่นๆ ทั้งหลายใน
บ้านเมืองของเราจะได้บางเบา มีแต่ความรุ่มเย็นมาแทนที่
เพราะไม่ว่าใครจะทำอะไรก็ตาม ถ้ามีความกล้าตัดสินใจเล็ก
ทำความชั่ว กล้าหักห้ามใจที่จะไม่ข้องแวะกับความชั่วที่มา
เย้ายวน กล้าหาญเบิกบานที่จะทำความดีใหม่ๆ ที่ไม่เคยทำ
และกล้าหาญเบิกบานที่จะทำความดีเดิมที่เคยทำแล้วให้ดียิ่งๆ
ขึ้นไป ผลงานที่ออกมานั้นย่อมบังเกิดประโยชน์และคุณงาม
ความดีอย่างใหญ่หลวงทั้งต่อตนเอง ครอบครัว สังคม
และประเทศชาติโดยอัตโนมัติ





๕

พรอันประเสริฐสุดแห่งพระมหากษัตริย์
พระราชทานกำลังใจแก่คนไทยทั้งแผ่นดิน

เมื่อมาถึงตรงนี้ พวกเราคงจะได้ข้อคิดจากเรื่องพระมหาชนกไปอย่างมากมาย และเมื่อมองย้อนกลับมาถึงการสร้างบารมีของเรา ก็พอจะสรุปเป็นข้อคิดในทางปฏิบัติได้อย่างน้อย ๓ ประการ

๑. ความเพียรที่แท้จริง คือ ความกล้า

คนมีความเพียร คือ คนที่มีความกล้า เป็นคุณสมบัติของคนที่มีกำลังใจสูง เพราะความเพียรเป็นสิ่งที่ไม่ใช่ทำกัน



ประเดี๋ยวประด๋าว แต่ต้องทำอย่างต่อเนื่อง เป็นแรมเดือน
แรมปี และหลายๆ ปี จนกระทั่งหลายภพหลายชาติ

๒. นักสร้างบารมีตัดสินใจด้วยหลักธรรมของ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่ทำตามกระแสสังคม

คนประเภทนี้ไม่ตามกระแสคนอื่น แต่มีจุดยืนอยู่
บนหลักธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตามธรรมดาของ
คนในสังคมส่วนมาก มักตัดสินใจด้วยเสียงส่วนใหญ่ แต่
วิสัยของนักสร้างบารมีนั้น ไม่ตัดสินใจอะไรตามกระแส ถ้า
สิ่งนั้นพิจารณาไตร่ตรองตามหลักธรรมของพระพุทธองค์
แล้วว่าผิด แม้คนเป็นล้านว่าถูก ก็ยังขอยืนยันว่าผิด แต่
ถ้าสิ่งใดที่ถูกต้อง แต่คนเป็นล้านๆ ว่าผิด ก็ขอยืนยันว่า
ถูกต้องเช่นกัน มีกำลังใจมหาศาลที่จะโต้กระแสต่างๆ ไม่
ว่าจะยาวนานเจ็ดวันเจ็ดคืนหรือนานเพียงไรก็ตาม เพราะ
นักสร้างบารมีตัดสินใจอะไร ย่อมเอาความถูกต้องตามหลัก
ธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นหลัก ไม่เอาความถูกต้อง
ของใครมาเป็นหลักเป็นเกณฑ์ อย่าว่าแต่กระแสมหาชนจะ
เป็นอย่างไรเลย แม้พ่อของตัวเองทำผิด ก็ต้องบอกว่าผิด
คนใช้ทำถูก ก็ต้องบอกว่าถูก เพราะไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้น
ก็ตาม ผิดก็ยังคงเป็นผิด ถูกก็ยังคงเป็นถูก ไม่มีใคร

เปลี่ยนแปลงความจริงข้อนี้ได้

๓. นักสร้างบารมีต้องมีสติอยู่ตลอดเวลา

วิสัยของนักสร้างบารมีต้องมีสติอยู่ตลอดเวลา เห็นอะไรสองข้างทางแล้วจะมีสติไปกำกับปัญญา ให้พลิกเหตุการณ์เหล่านั้น ไม่ว่าจะเลวร้ายสักปานใด ก็จับมาเป็นศีลเป็นธรรมมาใช้แก้ไขสถานการณ์ให้ดีขึ้นมาได้

ทั้ง ๓ ประการนี้ เป็นมรดกธรรมที่พระมหากษัตริย์ทรงเป็นต้นแบบในการบำเพ็ญเพียรทั้งในทางโลกและทางธรรมมาตลอดจนกระทั่งในพระชาติสุดท้าย **ด้วยความเพียรที่สั่งสมจนกลายเป็นสัมมาวายามะคือความเพียรชอบ** ในที่สุดพระโพธิสัตว์ทรงสามารถตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ให้พวกเราได้อาศัยพระวิสุทธิคุณ พระปัญญาธิคุณ และพระมหากรุณาธิคุณของพระองค์ในการสร้างบารมีตามรอยพระบาทของพระองค์ไป

นับเป็นมหาโชคมหาลาภอย่างมหาศาลของชาวไทย ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงเปี่ยมด้วยพระอัจฉริยภาพ และทรงเป็นพระมหากษัตริย์นักให้กำลังใจในการทำความดี โดยทรงหยิบยกหลักธรรมจากพระไตรปิฎก มาใช้เป็นตำรับตำราปลูกฝังความเพียรให้ประชาชนทั้งแผ่นดินไทย

ข้อคิดจากการศึกษาพระราชนิพนธ์เรื่องพระมหากษัตริย์
จึงได้กลับมาแพร่หลายเป็นต้นแบบของความเพียรใน
เมืองไทยอีกครั้งหนึ่ง เพราะฉะนั้น ถ้าเมื่อไรประชาชน
ไทยทั้งแผ่นดินตั้งใจประกอบความเพียรที่บริสุทธิ์ รู้จัก
วางแผนด้วยปัญญาที่เฉียบแหลม และทำความดี ละเว้น
ความชั่ว ทำจิตใจให้ผ่องใส อย่างเต็มกำลังกายที่สมบูรณ์
แล้ว ไม่ว่าจะมรสุมต่างๆ ที่รุมเร้าเข้ามาจะรุนแรงแค่ไหน
นาวาประเทศไทยนี้ย่อมสามารถผ่านพ้นวิกฤตการณ์ไปได้
ดังพรอันประเสริฐสุดที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรง
มอบไว้เป็นกำลังใจให้แก่พสกนิกรไทยทั้งแผ่นดินอย่าง
แน่แท้

วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น

สมาธิ คือความสงบ สบาย และความรู้สึกเป็นสุข อย่างยิ่งที่มนุษย์สามารถสร้างขึ้นได้ด้วยตนเอง เป็นสิ่งที่พระพุทธรศาสนามกำหนดเอาไว้เป็นข้อควรปฏิบัติ เพื่อการดำรงชีวิตทุกวี่นอย่างเป็นสุข ไม่ประมาท เต็มไปด้วยสติสัมปชัญญะและปัญญา อันเป็นเรื่องไม่เหลือวิสัย ทุกคนสามารถปฏิบัติได้ง่ายๆ ดังวิธีปฏิบัติที่ **พระเดชพระคุณ-พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)** หลวงพ่อวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ได้เมตตาสั่งสอนไว้ดังนี้

๑. กราบบูชาพระรัตนตรัย เป็นการเตรียมตัว เตรียมใจให้นุ่มนวลไว้เป็นเบื้องต้น แล้วสมาทานศีลห้าหรือศีลแปด เพื่อย้ำความมั่นคงในคุณธรรมของตนเอง

๒. คุกเข่าหรือนั่งพับเพียบสบายๆ ระลึกถึงความดี ที่ได้กระทำแล้วในวันนี้ ในอดีต และที่ตั้งใจจะทำต่อไปในอนาคต จนวนราวกับว่าร่างกายทั้งหมดประกอบขึ้นด้วยธาตุแห่งคุณงามความดีล้วนๆ

๓. นั่งขัดสมาธิ เท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย นิ้วชี้ขวาจรดนิ้วหัวแม่มือซ้าย นั่งให้อยู่ในท่าที่พอดี ไม่ฝืนร่างกายมากจนเกินไป ไม่ถึงกับเกร็ง แต่อย่าให้หลังโค้งงอ หลังตาพอสบายคล้ายกับกำลังพักผ่อน ไม่บีบ

กล้ามเนื้อตาหรือขมวดคิ้ว แล้วตั้งใจมั่น วางอารมณ์สบาย สร้างความรู้สึกให้พร้อมทั้งกายและใจว่า กำลังจะเข้าไปสู่ภาวะแห่งความสงบสบายอย่างยิ่ง

๔. นึกกำหนดนิมิต เป็น “ดวงแก้วกลมใส” ขนาดเท่าแก้วตาดำใสบริสุทธิ์ ปราศจากราคีหรือรอยตำหนิใดๆ ชาวไสยเห็นตาเห็นใจตั้งประกายของดวงดาว ดวงแก้วกลมใสนี้เรียกว่า **บริกรรมนิมิต** นึกสบายๆ นึกเหมือนดวงแก้วนั้นมานิ่งสนิทอยู่ ณ ศูนย์กลางกายฐานที่เจ็ด นึกไปภาวนาไปอย่างนุ่มนวล เป็นพุทธานุสติว่า **“สัมมา อะระหัง”** หรือค่อยๆ น้อมนึกดวงแก้วกลมใสให้ค่อยๆ เคลื่อนเข้าสู่ศูนย์กลางกายตามแนวฐาน โดยเริ่มต้นตั้งแต่ว่านิมิตที่หนึ่งเป็นต้นไป น้อมนึกอย่างสบายๆ ใจเย็นๆ ไปพร้อมๆ กับคำภาวนา

อนึ่ง เมื่อนิมิตดวงแก้วกลมใสปรากฏแล้ว ณ กลางกาย ให้วางอารมณ์สบายๆ กับนิมิตนั้น จนเหมือนกับว่าดวงนิมิตเป็นส่วนหนึ่งของอารมณ์ หากดวงนิมิตนั้นอันตรายหายไป ก็ไม่ต้องนึกเสียดาย ให้วางอารมณ์สบายแล้วนึกนิมิตนั้นขึ้นมาใหม่แทนดวงเก่า หรือเมื่อนิมิตนั้นไปปรากฏที่อื่น ที่มีใช้ศูนย์กลางกาย ให้ค่อยๆ น้อมนิมิตเข้ามาอย่างค่อยเป็นค่อยไป ไม่มีการบังคับ และเมื่อนิมิตมาหยุดสนิท ณ ศูนย์กลางกาย ให้วางสติลงไปยังจุดศูนย์กลางของดวงนิมิต ด้วยความรู้สึกคล้ายมีดวงดาวดวงเล็กๆ อีกดวงหนึ่ง ซ่อนอยู่ตรงกลางดวงนิมิตดวงเดิม

แล้วสนใจเอาใจใส่แต่ดวงเล็กๆ ตรงกลางนั้นไปเรื่อยๆ ใจจะปรับจนหยุดได้ถูกส่วน เกิดการตกศูนย์ และเกิดดวงสว่างขึ้นมาแทนที่ ดวงนี้เรียกว่า **“ดวงธรรม”** หรือ **“ดวงปฐมมรรค”** อันเป็นประตูเบื้องต้นที่จะเปิดไปสู่หนทางแห่งมรรคผลนิพพาน

การระลึกรู้ถึงนิมิต สามารถทำได้ในทุกแห่ง ทุกที่ ทุกอิริยาบถ ไม่ว่าจะนั่ง นอน ยืน เดิน หรือขณะทำภารกิจใดๆ

ภาพแสดงที่ตั้งจิตทั้ง ๗ จ्ञาน

ฐานที่ ๑ ปากช่องจมูก { หญิงข้างซ้าย
ชายข้างขวา

ฐานที่ ๒ เพลาตา { หญิงข้างซ้าย
ชายข้างขวา

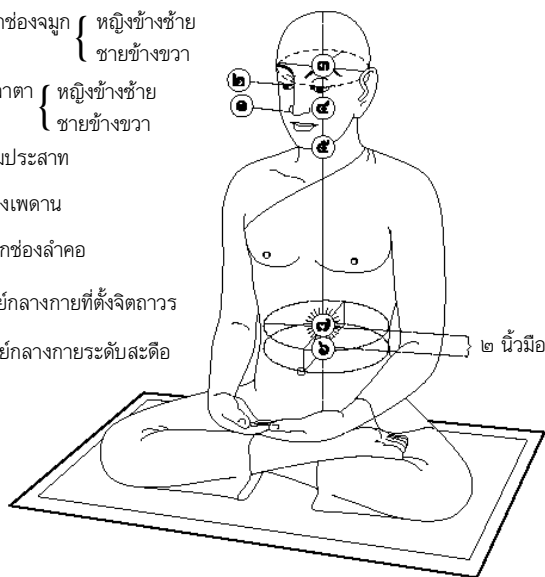
ฐานที่ ๓ จอมประสาท

ฐานที่ ๔ ช่องเพดาน

ฐานที่ ๕ ปากช่องลำคอ

ฐานที่ ๗ ศูนย์กลางกายที่ตั้งจิตถาวร

ฐานที่ ๖ ศูนย์กลางกายระดับสะดือ



ข้อแนะนำ คือ **ต้องทำให้สม่ำเสมอเป็นประจำ ทำเรื่อยๆ ทำอย่างสบายๆ** ไม่เร่ง ไม่บังคับ ทำได้แค่ไหน ให้พอใจแค่นั้น ซึ่งจะเป็นการป้องกันมิให้เกิดความอยากจนเกินไป จนถึงกับทำให้ใจต้องสูญเสียความเป็นกลาง และเมื่อการฝึกสมาธิบังเกิดผลจนได้ **“ดวงปฐมมรรค”** ที่ใสเกินใส สวยเกินสวย ติดสนิทมั่นคงอยู่ที่ศูนย์กลางกายแล้ว ให้หมั่นตรีกะลิกนึกถึงอยู่เสมอ

อย่างนี้แล้ว ผลแห่งสมาธิจะทำให้ชีวิตดำรงอยู่บนเส้นทางแห่งความสุข ความสำเร็จ และความไม่ประมาทได้ตลอดไป ทั้งยังจะทำให้สมาธิละเอียดลุ่มลึกไปตามลำดับอีกด้วย

ข้อควรระวัง

๑. อย่าใช้กำลัง คือไม่ใช้กำลังใดๆ ทั้งสิ้น เช่น ไม่บีบกล้ามเนื้อตาเพื่อจะให้เห็นนิมิตเร็วๆ ไม่เกร็งแขน ไม่เกร็งกล้ามเนื้อหน้าท้อง ไม่เกร็งตัว ฯลฯ เพราะการใช้กำลังตรงส่วนไหนของร่างกายก็ตาม จะทำให้จิตเคลื่อนจากศูนย์กลางกายไปสู่จุดนั้น

๒. อย่าอยากเห็น คือทำให้เป็นกลาง ปรองดองสติ มิให้เปลวจากบริกรรมภาวาและบริกรรมนิमित ส่วนจะเห็นนิมิตเมื่อใดนั้น อย่ากังวล ถ้าถึงเวลาแล้วย่อมเห็นเอง การบังเกิดของดวงนิมิตนั้น อุปมาเสมือนการขึ้นและตก

ของดวงอาทิตย์ เราไม่อาจจะเร่งเวลาได้

๓. อย่างกังวลถึงการกำหนดลมหายใจเข้าออก เพราะการฝึกสมาธิเจริญภาวนาเพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกาย อาศัยการนึกถึง **“อาโลกสิณ”** คือกลืนความสว่างเป็นบาทเบื้องต้น เมื่อฝึกสมาธิจนเข้าถึงดวงปฐมมรรคแล้ว ฝึกสมาธิต่อไป ผ่านกายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม จนกระทั่งเข้าถึงพระธรรมกายแล้วจึงเจริญวิปัสสนาในภายหลัง ดังนั้นจึงไม่มีความจำเป็นต้องกำหนดลมหายใจเข้าออกแต่ประการใด

๔. เมื่อเลิกจากนั่งสมาธิแล้ว ให้ตั้งใจไว้ที่ศูนย์กลางกายที่เดียว ไม่ว่าจะอยู่ในอิริยาบถใดก็ตาม เช่น ยืนก็ดี เดินก็ดี นอนก็ดี หรือนั่งก็ดี อย่าย้ายฐานที่ตั้งจิตไปไว้ที่อื่นเป็นอันขาด ให้ตั้งใจบริกรรมภาวนา พร้อมกับนึกถึงบริกรรมนิมิตเป็นดวงแก้วใสควบคู่กันตลอดไป

๕. นิมิตต่างๆ ที่เกิดขึ้น จะต้องน้อมไปตั้งไว้ที่ศูนย์กลางกายทั้งหมด ถ้านิมิตเกิดขึ้นแล้วหายไป ก็ไม่ต้องตามหา ให้ภาวนาประคองใจต่อไปตามปกติ ในที่สุด เมื่อจิตสงบ นิมิตย่อมปรากฏขึ้นใหม่อีก

การฝึกสมาธิเบื้องต้นเท่าที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ ย่อมเป็นปัจจัยให้เกิดความสุขได้พอสมควร เมื่อชักซ้อมปฏิบัติอยู่เสมอๆ ไม่ทอดทิ้ง จนได้ดวงปฐมมรรคแล้ว ก็ให้หมั่นประคองรักษาดวงปฐมมรรคนั้นไว้ตลอดชีวิต ดำรงตนอยู่

ในศีลธรรมอันดี ย่อมเป็นหลักประกันได้ว่าได้ที่พึงของชีวิต ที่ถูกต้องดีงาม ที่จะส่งผลให้เป็นผู้มีความสุขความเจริญ ทั้งในภพชาตินี้และภพชาติหน้า

ประโยชน์ของการฝึกสมาธิ

๑. ผลต่อตนเอง

๑.๑ ด้านสุขภาพจิต

- ส่งเสริมให้คุณภาพของใจดีขึ้น คือทำให้จิตใจผ่องใส สะอาด บริสุทธิ์ สงบ เยือกเย็น ปลอดภัย โปร่ง โล่ง เบา สบาย มีความจำ และสติปัญญาดีขึ้น
- ส่งเสริมสมรรถภาพทางใจ ทำให้คิดอะไรได้รวดเร็ว ถูกต้อง และเลิกคิดแต่ในสิ่งที่ดีเท่านั้น

๑.๒ ด้านพัฒนาบุคลิกภาพ

- จะเป็นผู้มีบุคลิกภาพดี กระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่า มีความมองอาจสง่าผ่าเผย มีผิวพรรณผ่องใส
- มีความมั่นคงทางอารมณ์ หนักแน่น เยือกเย็นและเชื่อมั่นในตนเอง
- มีมนุษยสัมพันธ์ดี วางตัวได้เหมาะสมกับกาลเทศะ เป็นผู้มีเสน่ห์ เพราะไม่มักโกรธ มีความเมตตากรุณาต่อบุคคลทั่วไป

๑.๓ ด้านชีวิตประจำวัน

- ช่วยให้คลายเครียด เป็นเครื่องเสริมประสิทธิภาพในการทำงาน และการศึกษาเล่าเรียน
- ช่วยเสริมให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เพราะร่างกาย

กับจิตใจย่อมมีอิทธิพลต่อกัน ถ้าจิตใจเข้มแข็ง ย่อมเป็นภูมิ-
ต้านทานโรคไปในตัว

๑.๔ ด้านศีลธรรมจรรยา

- ย่อมเป็นผู้มีสัมมาทิฐิ เชื่อกฎแห่งกรรม สามารถ
คุ้มครองตนให้พ้นจากความชั่วทั้งหลายได้ เป็นผู้มีความประพฤติ
ดี เนื่องจากจิตใจดี ทำให้ความประพฤติทางกายและวาจาดี
ตามไปด้วย

- ย่อมเป็นผู้มีความมักน้อย สันโดษ รักสงบ และมีขันติ
เป็นเลิศ

- ย่อมเป็นผู้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เห็นประโยชน์ส่วนรวม
มากกว่าประโยชน์ส่วนตัว ย่อมเป็นผู้มีสัมมาคารวะและมีความ
อ่อนน้อมถ่อมตน

๒. ผลต่อครอบครัว

๒.๑ ทำให้ครอบครัวมีความสุข เพราะสมาชิกใน
ครอบครัวเห็นประโยชน์ของการประพฤติธรรม ทุกคนตั้งมั่น
อยู่ในศีล ปกครองกันด้วยธรรม เด็กเคารพผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่
เมตตาเด็ก ทุกคนมีความรักใคร่สามัคคี เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

๒.๒ ทำให้ครอบครัวมีความเจริญก้าวหน้า เพราะสมาชิก
ต่างก็ทำหน้าที่ของตนโดยไม่บกพร่อง เป็นผู้มีใจคอหนักแน่น
เมื่อมีปัญหาครอบครัวหรือมีอุปสรรคอันใด ย่อมร่วมใจกัน
แก้ไขปัญหานั้นให้ลุล่วงไปได้

๓. ผลต่อสังคมและประเทศชาติ

๓.๑ ทำให้สังคมสงบสุข ปราศจากปัญหาอาชญากรรม และปัญหาสังคมอื่นๆ เพราะปัญหาทั้งหลายที่เกิดขึ้นในสังคม ไม่ว่าจะเป็นปัญหาการฆ่า การข่มขืน โจรผู้ร้าย การทุจริตคอร์รัปชัน ล้วนเกิดขึ้นมาจากคนที่ขาดคุณธรรม เป็นผู้ที่ไม่มีจิตใจอ่อนแอ ห้วนไหวต่ออำนาจสิ่งยั่วยวนหรือกิเลสได้ง่าย ผู้ที่ฝึกสมาธิย่อมมีจิตใจเข้มแข็ง มีคุณธรรมในใจสูง ถ้าแต่ละคนในสังคมต่างฝึกฝนอบรมใจของตนให้หนักแน่น มั่นคง ปัญหาเหล่านี้ก็จะไม่เกิดขึ้น ส่งผลให้สังคมสงบสุขได้

๓.๒ ทำให้เกิดความมีระเบียบวินัย และเกิดความประหยัด ผู้ที่ฝึกใจให้ตั้งมั่นด้วยการทำสมาธิอยู่เสมอ ย่อมเป็นผู้รักความมีระเบียบวินัย รักความสะอาด มีความเคารพกฎหมายของบ้านเมือง ดังนั้น บ้านเมืองเราก็จะสะอาดน่าอยู่ ไม่มีคนมกง่าย ทิ้งขยะลงบนพื้นถนน จะข้ามถนนก็เฉพาะตรงทางข้าม เป็นต้น เป็นเหตุให้ประเทศชาติไม่ต้องสิ้นเปลืองงบประมาณ เวลา และกำลังเจ้าหน้าที่ที่จะไปใช้สำหรับแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากความไม่มีระเบียบวินัยของประชาชน

๓.๓ ทำให้สังคมเจริญก้าวหน้า เมื่อสมาธิในสังคมมีสุขภาพจิตดี รักความเจริญก้าวหน้า มีประสิทธิภาพในการทำงาน ย่อมส่งผลให้สังคมเจริญก้าวหน้าตามไปด้วย และเมื่อมีกิจกรรมของส่วนรวม สมาธิในสังคมก็ย่อมพร้อมที่จะลดความสุขส่วนตน ให้ความร่วมมือกับส่วนรวมอย่างเต็มที่ และถ้ามีผู้ไม่ประสงค์ดีต่อสังคมจะมายุแหย่ให้เกิดความแตกแยก ก็จะไม่เป็นผลสำเร็จ เพราะสมาธิในสังคมเป็นผู้มีจิตใจหนักแน่น มีเหตุผล และเป็นผู้รักสงบ

๔. ผลต่อพระศาสนา

๔.๑ ทำให้เข้าใจพระพุทธศาสนาได้อย่างถูกต้อง และรู้ซึ่งถึงคุณค่าของพระพุทธศาสนา รวมทั้งรู้เห็นด้วยตัวเองว่าการฝึกสมาธิไม่ใช่เรื่องเหลวไหล หากแต่เป็นวิธีเดียวที่จะทำให้พ้นทุกข์ เข้าสู่นิพพานได้

๔.๒ ทำให้เกิดศรัทธาตั้งมั่นในพระรัตนตรัย พร้อมทั้งจะเป็นหนายแก้ต่างให้กับพระศาสนา อันจะเป็นกำลังสำคัญในการเผยแผ่การปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องให้แพร่หลายไปอย่างกว้างขวาง

๔.๓ เป็นการสืบอายุพระพุทธศาสนาให้เจริญรุ่งเรืองตลอดไป เพราะตราบไต่ที่พุทธศาสนิกชนยังสนใจปฏิบัติธรรมเจริญภาวนาอยู่ พระพุทธศาสนาก็จะเจริญรุ่งเรืองอยู่ตราบนั่น

๔.๔ จะเป็นกำลังส่งเสริมทะนุบำรุงพระศาสนา โดยเมื่อเข้าใจซาบซึ้งถึงประโยชน์ของการปฏิบัติธรรมด้วยตนเองแล้ว ย่อมจะชักชวนผู้อื่นให้ทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนาตามไปด้วย และเมื่อใดที่ทุกคนในสังคมตั้งใจปฏิบัติธรรม ทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา เมื่อนั้นย่อมเป็นที่หวังได้ว่าสันติสุขที่แท้จริงก็จะบังเกิดขึ้นอย่างแน่นอน

ข้อคิดจากพระมหาชนก ทางแก้วิกฤตสังคมไทย

ชื่อมูล	พระธรรมเทศนาพระภิกษุญาณาวิริยคุณ (เผด็จ ทัตตชีโว)
เรียบเรียง	ทีมงานพระไตรปิฎก สำนักประชาสัมพันธ์
ISBN	974-88353-3-2
ผู้จัดทำ	กองสื่อธรรมะ สำนักประชาสัมพันธ์
จำนวน	๔๘ หน้า
พิมพ์ครั้งที่ ๑	๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๔
ลิขสิทธิ์	มูลนิธิธรรมกาย
จำนวนพิมพ์	๑๐,๐๐๐ เล่ม

ร่วมสนับสนุนการจัดพิมพ์ ได้ที่
กองสื่อธรรมะ สำนักประชาสัมพันธ์
โทร. ๕๒๔-๐๒๕๗-๖๓ ต่อ ๑๗๘๐-๒

รายนามผู้สนับสนุนในการจัดพิมพ์

พระวฑุฒิ สุฑุทธิโก	พระณรงค์ ทนตจิตโต
พระสุพลิชฐ์ จนุทาโก	ครอบครัวสุพละเศรฐ์
ครอบครัวเหลืองธาดา	ครอบครัวอุณหัตถ์มีวงศ์
ครอบครัวโตศิริพัฒนา	ครอบครัวพะหุชนม์
ครอบครัวช่วงศักดิ์โสภาคย์	ครอบครัวฉัตรธงชัย
ครอบครัวพิกมณี	หอพักดวงแก้ว
ครอบครัวจันผะกา	ครอบครัววันพลสวัสดิ์
ชาวพุทธสวนหลวง	ศูนย์ปฏิบัติธรรมฮ่องกง
กลุ่มกุรุฐู	คุณวีไลลักษณ์ เลขาชา
คุณวิภารัตน์ วาจาพัฒนา	คุณศิริพร ฉัตรธงชัย
คุณรัตเกล้า ลิวเฉลิมวงศ์	คุณนาถนดา นิโรจน์
คุณวาสนา อินทร์สวัสดิ์	คุณภัทรา ศรีวิสุธา
คุณปราวณี ชัยผดุง	คุณดนยา กุหาภก
คุณกฤษฎะ รั้งสีสกรณ	คุณสุจิตรา พูนพิพัฒนา
คุณเกษมศักดิ์ - คุณวิภาพร กัมพลพาณิชย์วงศ์	
คุณวีระศักดิ์ - คุณอารีรัตน์ ศิริคุรุรัตน์	
คุณสุวัฒน์ - คุณอารีรัตน์-คุณวันสุข ศิริคุรุรัตน์	
คุณหนู - คุณจันทร์หาทิพย์ มานะไชยรักษ์	
คุณมณทิชา - เด็กชายกรพิบูลย์ คณาทรัพย์	