

# ออกพรรษา

## สู่ชีวิตแห่งการจาริกเทศนา

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

ธรรมทานเพื่อการศึกษาธรรม

ออกพรรษา ๒๕๖๗

## ออกพรรษา

# สู่ชีวิตแห่งการจาริกเทศนา

© สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

## พิมพ์ครั้งแรก

– ธรรมทานเพื่อการศึกษาธรรม

๒,๐๐๐ เล่ม

## พระนวกะ รุ่นพรรษา ๖๖

ผู้แจ้งพิมพ์หนังสือธรรมทาน "เข้าพรรษา" & "ออกพรรษา"

- |                            |                         |
|----------------------------|-------------------------|
| ๑. พระณต คุณานนฺโท         | ๒. พระนพดล รวิธฺโน      |
| ๓. พระศรีชัย อภิลาโร       | ๔. พระระพีณ ปุณฺณโร     |
| ๕. พระสมมน คุณมฺเตโช       | ๖. พระกฤตธฺมฺม กตปุณฺโณ |
| ๗. พระภวันวิวัฒน์ กวิสฺสโร | ๘. พระวิกร ภูริธฺโน     |
| ๙. พระปพนธ์ธีร์ รติภาโส    | ๑๐. พระศุภชัย ธีรธฺโน   |

แบบปก: **วโร**

ข้อมูล: ธรรมกถาแก่พระสงฆ์วัดญาณเวศกวัน ในวันมหาปวารณา ๒๕๖๖

บันทึกเมื่อวันที่ ๒๙ ตุลาคม ๒๕๖๖

ผู้ถอดเสียงบันทึก ๑ : พระวิกร ภูริธฺโน

(ปัจจุบันคือ ศีตวิกร ธรรมนิรมล ศึกษาศา ๖ พ.ย. ๖๖)

ผู้ถอดเสียงบันทึก ๒ : พระณต คุณานนฺโท

พิมพ์เป็นธรรมทาน โดยไม่มีค่าลิขสิทธิ์

ท่านผู้ประสงค์จัดพิมพ์ โปรดติดต่อขออนุญาตที่

วัดญาณเวศกวัน ต.บางกระทึก อ.สามพราน จ.นครปฐม ๗๓๒๑๐

<http://www.watnyanaves.net>

พิมพ์ที่

## อนุโมทนา

หนังสือเล่มนี้ ก็เช่นเดียวกับหนังสือเรื่อง *เข้าพรรษา - สุชีวิตแห่งการศึกษา* เล่มก่อนหน้า ซึ่งเกิดจากเรื่องที่ถูก โดยมีความเป็นมาว่า ในโอกาสแห่งวันปวารณา พ.ศ. ๒๕๖๖ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ปยุตฺโต) ได้กล่าวธรรมกถา แก่พระสงฆ์วัดญาณเวศกวัน ทั้งหมด รวมทั้งพระนวกะ ในวันที่ ๒๙ ต.ค. ๒๕๖๖ โดยมีการบันทึกเสียงไว้ ต่อมา นวกภิกษุ ๒ รูป คือ ๑. พระณต คุณานนโท และ ๒. พระวิกร ภูริตโน ได้ถอดเสียงบันทึกธรรมกถานั้น และจัดทำต้นฉบับเป็นรูปเล่มเตรียมไว้พร้อมที่จะให้งานพิมพ์หนังสือทำได้สะดวก แล้วส่งต้นฉบับนั้นมาที่ผู้กล่าวธรรม ตั้งแต่ปลายปี ๒๕๖๖ เพื่อให้ตรวจชำระได้เร็วไว แล้วจะได้พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน ในนามของพระนวกะ รุ่นพรรษา พ.ศ. ๒๕๖๖

ในงานตรวจชำระต้นฉบับหนังสือนี้ ได้แทรกเสริมสาระและขยายความเพิ่มขึ้นมาตามสมควร เพื่อให้ได้ประโยชน์สมตามนามหนังสือที่ตั้งชื่อเป็นที่กำหนดหมายว่า *ออกพรรษา - สุชีวิตแห่งการจาริกเทศนา*

ขออนุโมทนาพระนวกะแห่งพรรษา ๒๕๖๖ ที่ได้เอาใจใส่เห็นความสำคัญของหลักแห่งไตรสิกขา ที่เป็นเนื้อตัวของพระพุทธศาสนา พวกกันถอดเสียงออกมาเป็นตัวหนังสือ และจัดพิมพ์เป็นหนังสือธรรมทานแผ่ขยายประโยชน์กว้างขวางออกไป ให้เป็นเครื่องดำรงรักษาหลักธรรมวินัยไว้ได้ยั่งยืนนาน

ขออนุโมทนาพระครูสังฆวิจารณ์ (พงศธรณ์ เกตุญาโณ) ที่ได้ช่วยนำพาภาระในงานติดต่อสื่อสารทั้งหลาย เอื้ออำนวยเวลาให้แก่งานตรวจชำระหนังสือ

ขอให้บุญกุศลแห่งธรรมทานนี้ มีผลเป็นการดำรงรักษาไตรสิกขา พร้อมทั้งนำมาซึ่งประโยชน์สุขที่แท้และยั่งยืนแก่ชีวิตและสังคมสืบต่อไป

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ปยุตฺโต)

๙ มิถุนายน ๒๕๖๗

## สารบัญ

อนุโมทนา..... ก

### ออกพรรษา

สู่ชีวิตแห่งการจาริกเทศนา ..... ๓

ตัวจริงของคนเป็นธรรมชาติ

คนจะอยู่ดี เมื่อมีธรรมชาติที่อุดม..... ๒

ออกพรรษา รอท่าผ้ากฐิน ก่อนจะสิ้นฤดูฝน ..... ๕

ก่อนแยกย้ายกันไป

อนุรักษ์สามัคคีไว้ ด้วยการปวารณา ..... ๗

ได้บวชเรียนแล้ว

พระใหม่เจริญงอกงาม โยมพ่อแม่ก็มีความสุข ..... ๑๐

ทุนดีได้ทำไว้

ก็ให้เป็นฐานของความเจริญงอกงามต่อไป ..... ๑๔

## ออกพรรษา

# สู่ชีวิตแห่งการจาริกเทศนา\*

วันนี้เป็นวันสำคัญในพระพุทธศาสนา ตามประเพณีเราเรียกกันมาว่า “วันออกพรรษา” แต่วันออกพรรษานี้ เป็นคำเรียกของประชาชน หรือชาวบ้านเรียกกัน เพื่อให้รู้เข้าใจกันง่ายๆ แต่สื่อความหมายไม่ชัดเจน ไม่ตรงตามความจริงแท้

วันออกพรรษานั้น ที่จริงมันเป็นไปเอง คือเมื่อเข้าพรรษา พระบอกว่าจำพรรษา ๓ เดือน พอครบ ๓ เดือน การจำพรรษาก็สิ้นสุด พระก็ออกพรรษาไปเอง

วันนี้ขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑ เป็นวันสุดท้ายของพรรษา เรียกได้ว่าเป็นวันสิ้นสุดพรรษา ถ้าเรียกเป็นวันออกพรรษา ก็อาจทำให้สับสน หลายคนบอกว่า อ้าว.. วันนี้ออกพรรษาแล้ว พระจะไปไหนก็ได้ แต่อีกท่านก็ค้านว่า เอ๊ะ.. ยังไม่ออกพรรษานี้ วันนี้ขึ้น ๑๕ ค่ำ พระยังต้องอยู่ในวัด ต้องรับอรุณรุ่งนี้ก่อน จึงจะไปได้ แล้วหลายคนก็ไปพูด เอาวันรุ่งนี้เป็นวันออกพรรษา ก็เลยสับสน

\* ธรรมกถาวันมหาปวารณา ของ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต) แก่พระสงฆ์วัดญาณเวศกวัน ๒๙ ตุลาคม ๒๕๖๖ ในโอกาสวันออกพรรษา; พระภิกษุ ๒ รูป คือ พระรวิกร ภูริตโน (ปัจจุบันคือ ศิทธวิกร ธรรมโฆบล ลาลิกขมาเมื่อ ๖ พ.ย. ๖๖) และ พระณต คุณานนโท ได้ถอดเสียงบันทึกธรรมกถานั้น และได้จัดทำรูปเล่ม เติร์ยมไว้พร้อมที่จะให้งานตรวจชำระต้นฉบับทำได้สะดวกและสำเร็จส่งพิมพ์ได้รวดเร็ว

ตกลงเอาเป็นว่า วันนี้เรียกกันมาตามภาษาของชาวบ้านว่า วันออกพรรษา แต่ถ้าจะให้ไม่ต้องเถียงกัน ก็คือเป็นวันสุดท้ายของพรรษา คือยังอยู่ในพรรษา

เมื่อก็นับบอกว่าวันออกพรรษานั้น เป็นชื่อที่ไม่เป็นทางการ ชาวบ้านก็เรียกกันไป ส่วนชื่อทางการของวันนี้ เรียกตามกิจของสงฆ์ คือสังฆกรรมที่พระสงฆ์ได้ประชุมกันทำไปเมื่อกี่ ในวันนี้เองว่า “วันปวารณา” (ปวารณาทิวสะ, ปวารณาทิวส)

วันปวารณานี้เป็นเรื่องของพระวินัย คือมีพุทธบัญญัติไว้สำหรับพระสงฆ์ว่า เมื่อจำพรรษากันมา ๓ เดือนแล้ว ในวันสุดท้ายคือขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑ ให้ทำสังฆกรรมพิเศษ เปลี่ยนจากปกติที่มีการสวดปาติโมกข์ วันนี้เว้น ไม่ต้องสวดปาติโมกข์ แต่เปลี่ยนเป็นทำปวารณา โดยกล่าวคำที่เรียกว่าคำปวารณา

## ตัวจริงของคนเป็นธรรมชาติ

### คนจะอยู่ดี เมื่อมีธรรมชาติที่อุดม

ก่อนจะถึงปวารณา ขอให้สังเกตว่า วันสำคัญทางพระพุทธศาสนานั้น ใช้จันทร์คติเป็นหลัก โดยมากเรามีวันสำคัญในพระพุทธศาสนา เป็นวันกลางเดือน คือวันเพ็ญ ที่พระจันทร์เต็มดวง หรือวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เช่นอย่างวันมาฆบูชา และวันวิสาขบูชา แล้วมาถึงวันนี้ที่สิ้นสุดพรรษา เป็นวันสุดท้ายของพรรษา ก็เป็นวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑ ที่ว่าเป็นวันปวารณา ก็คือขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑ เป็นอันว่าสอดคล้องกันหมด

การกำหนดกาลเวลาอย่างนี้ เป็นไปตามโบราณนิยม ซึ่งสะดวกสำหรับสมัยโบราณนั้น ที่คนทั้งหลายอยู่กับธรรมชาติ ได้ใกล้ชิดกับดาวเดือน

โดยเฉพาะชีวิตของพระสงฆ์นี้ เข้ากันดีกับธรรมชาติ ซึ่งเป็นไปตามฤดูกาลที่ผันผ่านหมุนเวียนไป เมื่อจะกำหนดเวลาสำหรับกิจการหรืองานพิเศษอะไร ก็คล้อยไปตามการโคจรของดวงอาทิตย์ และดวงจันทร์ พระสงฆ์ที่อยู่กับธรรมชาตินั้น ได้ดูดวงเดือน ได้เห็นดวงตะวันอยู่ใกล้ตัว ต่างกับคนมากมายในสมัยปัจจุบันนี้ ที่อยู่กันไปได้รู้ได้เห็นแต่ตัวเลขบอกวันเดือนปี ที่เป็นสุริยคติของดวงตะวัน โดยแทบไม่รู้ไม่เห็นได้ว่าพระจันทร์ที่มีแสงนวลแจ่มกระจ่างเป็นอย่างไร ดวงตะวันโคจรไปอย่างไรในแต่ละวัน หลายคนแทบไม่ได้เห็นแสงเดือนแสงตะวันอะไรเลย

ที่นี่ ชีวิตที่อยู่ห่างเหินธรรมชาตินั้น ก็มีข้อเสียหลายอย่าง ง่ายๆ คนเราที่นี่ ที่เรียกกันว่าคนนั้นคนนี่ ก็คือบุคคล ที่อยู่ในสังคม แต่ตัวแท้ตัวจริงของเขานั้น ก็คือชีวิต ซึ่งเป็นธรรมชาติ อยู่ในธรรมชาติ โดยเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาตินั้น แล้วยังหนีไม่พ้นที่จะต้องอาศัยธรรมชาติ ถ้าธรรมชาติที่คนสมัยนี้เรียกว่าเป็นสิ่งแวดล้อม ไม่ดี ไม่เป็นปกติ ชีวิตของคนเราที่นี่ ที่เป็นธรรมชาติ และต้องเป็นไปตามเหตุปัจจัยในธรรมชาตินั้นด้วย ก็กระทบกระเทือน ทำให้เกิดปัญหาอะไรต่างๆ มากมาย วิปริตผันแปรเรื่อยไป

เวลานี้ ปัญหาเกี่ยวกับธรรมชาติที่คนเรานี้ได้ไปทำให้มันเสียไปนั้น ผุดโผล่ขึ้นมามากมาย นอกจากว่าคนไม่ค่อยได้มีความสุขกับธรรมชาติที่ดั่งงามแล้ว กลายเป็นว่าเขาต้องผจญความทุกข์ทรมาน และทนความเดือดร้อนจากธรรมชาติที่เสื่อมโทรมเสียหายมากมาย และรุนแรงขึ้นๆ ไปทุกที คนเรานี้จะต้องสำนึกว่า ชีวิตของเรานั้น เป็นธรรมชาติ อะไรที่ดีแก่ธรรมชาติ ก็ดีแก่ชีวิตของเราด้วย อะไรที่ไม่ดีต่อธรรมชาติ ก็จะทำร้ายชีวิตของเราด้วย มันจะทำให้คนหมดความสุข และทำให้เกิดปัญหาขึ้นมาต่างๆ เรื่อยไป

ชีวิตของพระเจ้า รวมไปถึงญาติโยมประชาชนที่อยู่กันมาแต่โบราณนั้น ได้ใกล้ชิดกับธรรมชาติอย่างที่ว่าแล้ว เราจึงมีประเพณีเกี่ยวกับวันสำคัญทั้งหลาย ในพระพุทธศาสนา ที่ทำให้เราได้คำนึงนึกถึงธรรมชาติด้วย และเมื่อถึงวันสำคัญนั้นๆ ก็ขอให้เราอย่าลืมนึกถึงธรรมชาติด้วย จะได้เตือนใจเรา ให้อยู่ด้วยดีกับธรรมชาติ ไม่ให้ห่างเหินจากธรรมชาติเกินไป และช่วยกันรักษาธรรมชาตินั้นไว้ ให้ดำรงความสมบูรณ์สดชื่นงดงามอยู่ด้วยดี

ภาวะของธรรมชาติ ที่ดำรงอยู่ด้วยดีมีความสดชื่นงดงามนั้น คำพระเจ้าเรียกว่า “รมณีย์” แปลว่า รื่นรมย์ น่าชื่นชม ชวนให้ยินดี ในเชิงของความมีใจ่องใส เบิกบาน ไม่ใช่ในเชิงของกิเลส รมณีย์นั้นสำคัญนัก พระพุทธเจ้า ครั้งยังเป็นโพธิสัตว์ ก่อนตรัสรู้ เสด็จมาถึงอรุเวลา เสนานิคม ทรงพบว่าที่นั่นรมณีย์ดียิ่ง จึงตกลงพระทัยใช้ถิ่นนั้นเป็นที่บำเพ็ญเพียร จนได้ตรัสรู้ที่ต้นศรีมหาโพธิ์ บนฝั่งแม่น้ำเนรัญชรา

เมื่อไปอยู่ในถิ่นสถานที่รมณีย์ มีธรรมชาติงดงาม สดชื่น พื้นถิ่นเรียบ สะอาด น่าดู น่าเดิน มองลงไปเห็นแม่น้ำลำธารไหลใส สะอาด มองไปข้างหน้าเห็นนาาพรรณพฤกษาเรียงรายดอกผลดก ตื่นใบเขียวขจี มองขึ้นไปข้างบนเห็นท้องฟ้าที่โล่งสว่างสดใส มีอากาศบริสุทธิ์ พร้อมด้วยสายลมเย็นพัดมา ถ้าเป็นคืนวันเพ็ญ ก็ได้เห็นดวงจันทร์กระจ่างเต็มดวง เป็นสภาพของชีวิตที่มีหลักประกันว่าจะเป็นอยู่ได้ดี และเป็นบรรยากาศที่สะอาดแจ่มใส ให้กายใจกระปรี้กระเปร่าและมีความสุข ที่ว่ารมณีย์ก็คือเป็นอย่างที่ว่านี้

เป็นอันว่า เมื่อพูดถึงชีวิตความเป็นอยู่ของพระเจ้า หรือพูดถ้อยคำเกี่ยวกับพระเจ้า จะมีความรู้สึกว่าอยู่ใกล้ชิดธรรมชาติ ตั้งแต่วันเวลาของชีวิตและกิจธุระการงาน ก็เป็นไปตามฤดูกาลที่หมุนเวียนไป



## ออกพรรษา รอทําผ้ากฐิน ก่อนจะสิ้นฤดูฝน

เมื่อเดือนอาสาฬหะ แรม ๑ ค่ำ เดือนแปด เป็นฤดูฝน ได้เข้าพรรษามาแล้ว อยู่มา ๓ เดือน บัดนี้ถึงกลางเดือนอัสสยุชะ ขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑ ถึงท้ายฤดูฝนนั้น ก็เป็นอันว่าจะออกพรรษา

เราบอกว่าอยู่จำพรรษา มาถึงกลางเดือน ๑๑ นี้ ก็ได้ ๓ เดือน ไหนบอกว่าอยู่ประจำที่ในฤดูฝน และฤดูฝนนั้นที่จริงมี ๔ เดือน ไปสิ้นสุดในกัตติกมาส กลางเดือนสิบสอง แล้วทำไมพระจำพรรษาแค่ ๓ เดือนล่ะ

ตอบว่า พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติให้พระจำพรรษา ๓ เดือนของฤดูฝนนั้น เพื่อให้พระประจำอยู่กับที่ ไม่ต้องเที่ยวเดินทางไปไหนที่นี้ ซึ่งเป็นการยุ่งยากทั้งแก่ตัวเอง และอาจทำความเดือนร้อนแก่ประชาชน ที่นี้ ที่พระพุทธเจ้าให้พระจำพรรษา ๓ เดือนนั้น ก็คือวันเดือนสุดท้ายของฤดูฝนนั้นไว้เดือนหนึ่ง สำหรับเป็นช่วงเวลาที่พระจะได้ทำจีวร คือว่าพระนั้น ในสมัยก่อนนั้น ไม่อยู่กับที่ แต่เดินทางจาริกไปตามท้องถื่นดินแดนต่างๆ เรื่อยไป เพื่อให้ธรรม สั่งสอนประชาชน

ที่นี้ เมื่อเดินทางเรื่อยไปนั้น หลักสำคัญของพระก็คือต้องคล้องตัว ไม่มีห่วงกังวล โดยมีข้าวของเครื่องใช้แค่ที่จำเป็นติดตัวไปว่าตามที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ พระมีแค่บาตรและจีวร (ไตรจีวร) จะไปไหน ก็ไปได้เลย เหมือนนกมีแค่ปีก ๒ ปีก จะไปไหน ก็บินไปได้ทันที (เช่น ที.ส. ๙/๑๒๔/๙๕) แล้วต่อมา จึงมีสิ่งของเครื่องใช้ประกอบเล็กๆ น้อยๆ เพิ่มขึ้น จนเป็น ๘ อย่าง เรียกว่าอัฐบริขาร (ไตรจีวร บาตร มีดโกนหรือมีดตัดเล็บ เข็ม ประคดเอว ผ้ากรองน้ำ หรือกระบอกกรองน้ำคือธมกรก)

ที่นี้ จีวรทั้งชุด ที่เรียกว่าไตรจีวรนั้น จำเป็นสำคัญที่สุด เพื่อให้พระออกพรรษาโดยพร้อมที่จะจาริกไป พระพุทธเจ้าจึงทรงอนุญาตให้ใช้เดือนสุดท้ายของฤดูฝน คือเดือน ๑๒ หลังจากสิ้นสุดพรรษา ในวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑ แล้ว ตั้งแต่วันรุ่งขึ้น คือแรม ๑ ค่ำ เดือน ๑๑ เป็นต้นไป ถึงวันเพ็ญกลางเดือน ๑๒ รวม ๑ เดือน เป็นเวลาที่พระจะทำจีวร (จีวรกาล) เตรียมตัวให้พร้อม พอสิ้นสุดฤดูฝน ก็ออกเดินทางจาริกกันไปได้ทันที

การที่พระต้องทำจีวร ก็เลยเป็นเหตุให้มีการกรานกฐิน คือมิใช่แต่เพียงพระทำจีวรเพื่อส่วนตัวเท่านั้น แต่เพื่อเป็นความสามัคคีที่ได้มาอยู่ร่วมกัน ก็มาร่วมกันทำจีวรต่างหากขึ้นมาผืนหนึ่ง แล้วประชุมตกลงกันมอบจีวรนั้นให้แก่พระภิกษุรูปหนึ่งในชุมชนสงฆ์ของตัวเองนั้น ที่เป็นพระดีปกติ แต่มีจีวรเก่าหรือขาดแคลนที่สุด เป็นความสามัคคีรวมใจกันไว้ในธรรมในวินัย

ที่นี้ ชาวบ้านญาติโยมมองเห็นว่าพระจะหาเศษผ้าชิ้นผ้าผืนผ้าหรือผ้าดิบมาตัดเย็บทำจีวรกันนั้นยากลำบาก อยากจะช่วยให้พระสงฆ์สะดวกไม่ต้องยุ่งยาก ก็เลยไปรวมกำลังกันจัดหาจัดทำขึ้นมาเป็นจีวรสำเร็จรูป หรือบางคนมีกำลังมากก็จัดการสำเร็จโดยลำพัง พร้อมแล้วก็นำเอาผ้านั้นมาถวายพระ เพื่อให้พระสงฆ์กรานกฐินได้โดยสะดวก พระพุทธเจ้าก็ทรงอนุญาต กฐินก็เลยเกิดเป็นเรื่องใหญ่แพร่หลายขึ้นมา ทำให้เดือนสุดท้ายของฤดูฝนนั้น กลายเป็นเดือนของการที่ญาติโยมประชาชนจะช่วยเหลือเป็นความสามัคคีกับพระ โดยนำผ้ากฐินมาถวายแก่พระสงฆ์ ให้สังฆะนั้นได้ทำสังฆกรรมมอบผ้ากฐินแก่พระภิกษุรูปใดรูปหนึ่งนั้น แล้วก็ได้กลายเป็นประเพณีทอดกฐิน ในเวลา ๑ เดือนสุดท้ายของฤดูฝน คือตั้งแต่แรม ๑ ค่ำ เดือน ๑๑ ไปจนถึงขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๒ เป็นอันสิ้นสุดลงที่กลางเดือนกัตติมาส ที่เรียกกันว่า เป็นวันลอยกระทง

เป็นอันว่า วันลอยกระทง ซึ่งเป็นวันสิ้นสุดฤดูฝน คือสิ้นสุดฤดูวิเศษหรือวัสสานฤดู สิ้นสุดพรรษาที่แท้จริง เป็นวันสุดท้ายของฤดูฝน มิใช่เป็นวันสิ้นสุดการจำพรรษาหรือวัสสาวาเสของพระสงฆ์ ก็ให้โยมรู้เรื่องนี้กันไว้ จะได้ชัด

### ก่อนแยกย้ายกันไป

#### อนุรักษสามัคคีไว้ ด้วยการพิจารณา

วันนี้ เป็นวันสุดท้ายของการจำพรรษา มีสังฆกรรมสำคัญที่เรียกว่า “พิจารณา” ก่อนจะเข้าฤดูกฐินตั้งแต่พรุ่งนี้เป็นต้นไป

พิจารณาคืออะไร? เมื่อถึงวาระสิ้นสุดพรรษานั้น พระสงฆ์อยู่รวมกันมา ๓ เดือนแล้ว

ที่นี้ ในการอยู่ร่วมกันของสงฆ์นั้น ถ้อยคำสำคัญว่าให้มีความสามัคคี อยู่ร่วมกันอย่างเป็นกัลยาณมิตรต่อกัน เกื้อกูลสนับสนุนกัน ในการเป็นอยู่และการทำกิจหน้าที่ของของกันและกัน โดยแต่ละองค์ก็อาศัยหมู่คณะ พร้อมทั้งเป็นส่วนร่วมที่จะสร้างเสริมหมู่คณะ

ในความสามัคคีนั้น ถ้าภิกษุแต่ละรูปประพฤติปฏิบัติชอบ ทำกิจหน้าที่ของตนเองดี และเกื้อกูลผู้อื่นไปด้วย ก็ทำให้ชุมชนสังฆะของตนอยู่ดี เข้มแข็ง มั่นคง เจริญอกงาม โดยที่ในเวลาเดียวกัน สงฆ์คือส่วนรวมนั้น ก็มีบรรยากาศผาสุกสบาย เรียกว่าเป็นสัพปายะ เป็นที่อยู่ดีมีความสุขสบาย เกื้อหนุนให้พระแต่ละองค์พร้อมใจมีกำลังใจในการปฏิบัติกิจหน้าที่ของตนๆ แลเมื่อกำลังใจทำอะไร ก็ง่ายก็สะดวก โดยมีพระรุ่นน้อง-รุ่นพี่ เฉพาะอย่างยิ่งครูบาอาจารย์ที่จะมาร่วมมือหรือช่วยเหลือ และแก้ไขความติดขัด อยากรู้ศึกษา อยากรู้อะไร ก็ไปฟัง ไปไต่ถาม ไปปรึกษา อะไรๆ ก็คล่อง ก็ง่าย ทำให้ก้าวไปในการศึกษา เจริญอกงามในธรรมวินัยได้เป็นอย่างดี

กาลแห่งพรรษาเป็นเวลาที่ดี ในการที่พระมาอยู่ร่วมกัน พร้อมเพรียง ได้เกื้อหนุนเกื้อกูลกัน ก้าวไปในการศึกษาดังที่ว่าไปแล้วนี้ และพร้อมกันนั้น ในหมู่พระ ก็ได้รู้จักกันด้วย เนื่องจากพระทั้งหลายต่างองค์ก็มีชีวิตจิตใจไม่เหมือนกัน มีจริตอัธยาศัยแตกต่างกันไป แม้โดยมิได้ตั้งใจ บางทีก็เกิดความกระทบกระทั่งกัน โดยแสดงออกบ้าง ไม่แสดงออกบ้าง บางทีมีจิตใจไม่สบายกับองค์นั้น องค์นี้ นี่ก็อยู่กันมา ๓ เดือนแล้ว พระพุทธเจ้ามีพระประสงค์จะให้พระสงฆ์มั่นในความสามัคคี ก็ทรงบัญญัติให้มีสังฆกรรมขึ้นมาอีก อย่างหนึ่งว่า ถึงวันสุดท้ายของพรรษา คือวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๑ นั้น ให้พระสงฆ์ที่จำพรรษามาด้วยกัน มาประชุมกันทำสังฆกรรมที่เรียกว่า “ปวารณา”

ปวารณา คืออะไร? ญาติโยมไม่น้อยก็รู้จักคำว่าปวารณา โยมปวารณาแก่พระว่า ท่านต้องการอะไร ก็บอกฉันนะ ไม่ต้องเกรงใจ และโยมอาจจะปวารณาให้พระบอกขอจำกัดเฉพาะของบางอย่างก็ได้ เช่น ให้พระบอกขอสบู่ และยาสีฟัน

ที่มีการปวารณาขึ้นมานั้น ก็เพราะว่าพระพุทธเจ้าทรงระวังมากที่จะไม่ให้พระไปรบกวณชาวบ้าน จึงทรงบัญญัติห้ามหรือจำกัดการขอไว้ ไม่ให้พระไปขอนั้นขอนี่ เช่นขอจีวร จากคฤหัสถ์ ที่มีโชติญาติ ที่เขามีได้ปวารณาไว้ คือไม่ได้บอกแจ้งเปิดโอกาสไว้

ที่ว่าปวารณาคือบอกแจ้งเปิดโอกาสไว้นั้น ก็คือ แจ้งแก่พระว่า ท่านต้องการนั้นต้องการนี้ ก็บอกมา ฉันจะจัดถวาย จะปวารณาจำกัด ให้ขอได้เฉพาะข้าวของบริวารอย่างนี้ๆ ก็ได้ หรือปวารณาไม่จำกัด ก็ได้ ถ้าปวารณาแบบไม่จำกัด พระต้องการอะไร มีอะไรติดขัดขาดไป ถ้าเป็นของฉันของใช้ที่เหมาะสมสำหรับพระ เป็นกัปปิยะ ก็นิมนต์บอกได้ นี่คือบอกเปิดโอกาสให้ขอ เรียกว่าปวารณา

เป็นอันว่า คำว่า “ปวารณา” คือบอกเปิดโอกาส สำหรับ  
คฤหัสถ์ญาติโยมเมื่อกี้ คือบอกแก่พระเปิดโอกาสให้ขอได้

แต่ที่นี้ ในการปวารณาของพระ ที่ว่าพระพุทธรเจ้าทรงบัญญัติ  
เมื่อกี้ นี่ก็เปิดโอกาส แต่ไม่ใช่บอกให้ขออะไรๆ ได้ หากเป็นการเปิด  
โอกาสให้ว่ากล่าวกันได้ ให้บอกความบกพร่องย่อหย่อนของตัวที่  
ควรจะได้แก้ไขปรับปรุง ทำนองว่า เอ้อ.. เรานะ ที่อยู่กันมานี้ ท่านได้  
เห็นอะไร ได้ยินว่าผมมีความประพฤติอะไรไม่ค่อยดี ไม่ค่อยงาม หรือ  
ทำอะไรที่กระทบกระเทือนใจของท่าน หรือทำให้เสียแก่หมู่คณะ  
หรือมีข้อบกพร่องอะไรๆ ก็ขอเปิดโอกาสไว้ ขอให้ท่านบอกกล่าวแก่  
ผมด้วยนะ ผมตรวจดูตัวเห็นแล้ว จะได้แก้ไข พุดเป็นคำบาลีว่าดังนี้

**สงฆมณเฑ ปวาเรมิ** - ข้าแต่ท่านผู้เจริญทั้งหลาย ข้าพเจ้า  
ขอปวารณาเปิดโอกาสไว้ กะสงฆ์ คือพระทั้งหมดนี้

**ทัญเชน วา สุเตน วา ปริสงกาย วา** - จะโดยได้เห็นก็  
ตาม โดยได้ยินก็ตาม หรือโดยนาระแวงสงสัยก็ตาม (ว่าผมได้ทำ  
ผิดพลาด มีข้อบกพร่องอะไรๆ)

**วทนตุ มํ อายสฺมนโต อนุกมปิ อูปาทาย** - ขอท่านทั้งหลาย  
(ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย ก็คือท่านทั้งหลายนั้นแหละ) มีใจเกื้อกูล (อนุกัมปัง  
อุปาทายะ อาศัยอนุกัมปา คือด้วยความปรารถนาดี คิดเกื้อกูล เอื้อเอ็นดู)  
ของจงบอกกล่าวข้าพเจ้าเถิด (**วะทันตุ มัง**)

**ปสฺสนโต ปฏิกริสฺสามิ** เมื่อมองเห็น ข้าพเจ้าจักแก้ไข

นี่ละ คือคำปวารณา เป็นอันว่า บอกให้โอกาสไว้ ท่านเห็นผมทำ  
อะไรไม่ดี มีความผิด ทางกายก็ดี ทางวาจาก็ดี มีศีลบกพร่อง หรือเป็น  
ปัญหาเฉพาะตัวกับท่าน ก็บอกมาเถิด ไม่ใช่บอกได้เฉพาะวันนี้เท่านั้น  
ต่อไปก็บอกได้ แล้วก็จะได้สบายใจกัน เป็นทางของความสามัคคี

การอยู่รวมกันเป็นหมู่ เป็นคณะ ที่จะให้สามัคคี อยู่ร่วมกัน สุขสันต์มั่นคงสวัสดิ์ ต้องมีหลักการที่จะให้ทำได้อย่างนี้ แม้ในสังคม คุฤหัสถ์ ถ้านำเอาหลักการนี้ไปปฏิบัติ เมื่ออยู่รวมกัน ก็ปวารณากัน ไว้ เปิดโอกาสแก่กันไว้ ไม่มัวถือตัวกันเกินไป ก็จะทำให้อยู่รวมกัน เป็นผาสุก เรื่องของปวารณาก็มีอย่างนี้เอง

วันนี้เป็นวันปวารณาอย่างที่ว่าแล้ว พระก็ได้ทราบแล้ว โยมก็ ได้ทราบกันด้วย เดียวจะพูดมากมายยาวเกินไป เอาละ เป็นอันว่า ปวารณา ก็คือมาเปิดโอกาสแก่กัน ให้ออกกล่าวตักเตือน บอก ข้อผิดพลาดบกพร่องกันได้ เพื่อที่จะได้แก้ไขทำให้ดีและอยู่กันดีต่อไป

## ได้บวชเรียนแล้ว

### พระใหม่เจริญอกงาม โยมพ่อแม่ก็มีความสุข

ปวารณาเปิดโอกาสให้แล้ว ก็โล่ง พຽນนี้ก็โล่งเหมือนกัน คือ ออกพรรษาแล้ว โล่งละ จะออกจาริกไปไหน ก็ไปกันได้เลย แต่ที่นี้ บางท่านที่โล่ง ก็ยังไม่เต็มที อย่างพระเก่าที่ยังจะรับภจฺจิน จึงโล่งไม่ เท่ากัน ท่านที่โล่งได้เป็นพิเศษมากหน่อย ก็คือพระนวกะ

พระนวกะที่มาบวชนั้น หลายท่านก็มาได้ปฏิญาณกับ ใคร ได้แต่รู้กันเฉพาะตัว คือตั้งใจไว้ แล้วบอกกับตัวเองหรือบอก แก่โยมบิดามารดา ว่าจะบวช ๓ เดือน แค่ ๑ พรรษา พอครบ ๓ เดือนแล้ว ที่นี้ออกพรรษา ก็โล่งไปเลย คือถึงเวลาที่ตัวเองจะได้ สิ้นสุดกำหนดกาลที่จะจำกัดตัวอยู่ในวัด ที่จะอยู่ในเพศ โอกาสเปิด ให้แล้วที่จะออกจากเพศไป

อย่างไรก็ตาม พระใหม่ที่จะลาเพศนั้น ถ้าเกิดมีศรัทธาจะขอ อยู่ต่อไป ท่านก็ไม่ว่าอะไร เรียกว่าพรรษาที่จบไปนี้ ก็เปิดโอกาสให้ ท่านอยู่ยึดออกไปได้

ที่ว่าออกพรรษาเปิดโอกาสให้ และตัวพระใหม่เองก็ตั้งใจไว้ว่าจะออกจากเพศ เรียกว่าลาเพศ หรือลาสิกขาไป เป็นอันว่าได้โล่งแล้วนั้น ก็มีใช้ว่าโล่งแบบว่าอะไรๆ หลุดหายหมดไป แต่เป็นการโล่ง โดยได้โอกาสข้างนอก เพื่อจะไปในที่ไหนๆ แต่ภายในได้ทำคุณความดีที่เป็นความเจริญงอกงามไว้แล้ว ซึ่งกลายเป็นเนื้อเป็นตัวอยู่ข้างใน ที่จะคงอยู่และเจริญได้ต่อไป

การที่ได้มาจำพรรษาอยู่กันนี้ เป็นระยะเวลาที่ได้ทำความดีหรือบำเพ็ญศาสนกิจอย่างเป็นพิเศษ ถึงตอนออกพรรษา ก็ทำพิเศษอีก คือจาริกไปทำศาสนกิจ ไปอบรมสั่งสอนประชาชน เผยแพร่ธรรมอย่างกว้างขวางทั่วไป เป็นอันว่า ทั้งเข้าพรรษา และออกพรรษา ก็คือเป็นเวลาของการทำความดีทั้งนั้น

ในพรรษานั้นเป็นกาลเวลาพิเศษ ก็ได้ทำความดีอย่างพิเศษ คือได้ศึกษาปฏิบัติเต็มที่ บอกแล้วว่า ศึกษากับปฏิบัติคืออันเดียวกัน ปฏิบัติก็รวมอยู่ในคำว่าศึกษา และตัวศึกษาที่แท้ก็คือปฏิบัติ ถ้าไม่ปฏิบัติ ก็ไม่เป็นศึกษา ฟังปรีดีอย่างเดียว ก็ได้สุตะ คือได้ข้อมูลที่จะเป็นมูลของการศึกษา ส่วนที่จะเป็นการศึกษาก็คือการปฏิบัติ โดยปฏิบัติด้วยกาย ด้วยวาจา ด้วยใจแล้ว ก็ให้เกิดปัญญา

เป็นอันว่า ในพรรษานั้น พระเก่า เมื่อจำพรรษา มาอยู่ในที่จำกัดก็จริง แต่ก็ได้ทำศาสนกิจอย่างจริงจังเป็นพิเศษ เช่น เจริญการศึกษายิ่งขึ้นไป หรือได้ทำหน้าที่ เช่นเป็นพระอาจารย์สั่งสอนพระใหม่ แล้วสำหรับพระใหม่ ผู้มาบวชเฉพาะในพรรษา ก็ได้มาด้วยความตั้งใจ ได้บวชเรียน คือได้ศึกษาอย่างเต็มที่แล้ว ตลอดพรรษานั้น

ที่นี้ ถึงตอนนี้ออกพรรษา ก็ดีอีก ในพรรษาตอนที่เก็บกักตัวไว้ เป็นเวลาที่ดี มีโอกาสให้ศึกษาได้ทำความดีเต็มที่แล้ว ออกพรรษาก็เป็นโอกาสอีก ตอนนีเปิดตัวโล่งออกไป จะได้ทำอะไรๆ ตามที่ได้ตั้งใจไว้ขยายออกไป

สำหรับพระทั้งเก่าและใหม่ ที่ยังจะอยู่ต่อไป ออกพรรษาแล้วก็ถึงเวลาที่จะออกจาริกไป เพื่อจะได้ปฏิบัติตามพระพุทธานุสาสนีที่ทรงแสดงไว้ ให้ไปให้ธรรม ไปแสดงธรรม “พหูชนหิตายะ พหูชนสุขายะ โลกานุกัมปายะ” (เช่น วินย.๑/๓๒/๓๙) เพื่อประโยชน์สุขของประชาชน เพื่อเกื้อการุณย์แก่มวลประชาชาวโลก กว้างขวางทั่วไป

สำหรับพระนวกะ ก็อนุโมทนาที่ท่านได้มาบวช ที่เรียกว่าบวชเรียน แล้วก็บอกว่าตามประเพณี ที่พูดกันว่า ตอบแทนพระคุณบิดามารดา

คำว่า “ตอบแทนพระคุณบิดามารดา” นั้น จะตอบแทนได้อย่างไร ไม่ใช่หมายความว่า อ้อ.. โยมพ่อโยมแม่เลี้ยงเรามา คราวนี้หมดแล้ว ฉันทอบแทนคุณหมดแล้ว โยมพ่อแม่หมดบุญคุณแล้ว ไม่มีคุณอะไรเหลือแล้ว อย่างนี้ก็ไมไหว ไม่ใช่อย่างนั้น ที่ว่าฉันบวชให้แล้วฉันได้ชดใช้คุณพ่อแม่หมดแล้วนั้น ไม่ใช่ความหมายของถ้อยคำนั้น

ที่ว่า “แทนคุณ” ในที่นี้ก็คือ พ่อแม่ที่เลี้ยงลูกมานั้น รักลูกมาก ท่านมีเมตตาปรารถนาดี ไม่ใช่รักลูกแค่ในปัจจุบันต่อหน้า แต่ที่สำคัญมากคือท่านหวังข้างหน้า มองไปในอนาคตไกลๆ มองไปโน่น ถึงเวลาที่ท่านจะไม่อยู่ด้วยแล้ว ถึงขั้นเป็นห่วงค้างคาอยู่ในใจ คิดหวังอยากให้ลูกเป็นคนดี ได้มีการศึกษา เป็นคนเก่งดีมีปัญญาที่จะเจริญก้าวหน้ารุ่งเรืองต่อไป เรื่องเป็นอย่างนี้ การตอบแทนคุณของท่าน ก็คือการทำให้ท่านสมหวัง



คุณพ่อคุณแม่มีเมตตาอยากให้ลูกเป็นคนดีมีความเจริญรุ่งเรือง เมื่อได้เห็นลูกมาบวชเรียน ได้ศึกษาในไตรสิกขา มีความรู้เข้าใจ มีคุณธรรมความดี มีความรู้จักรับผิดชอบเป็นผู้ใหญ่ขึ้น เป็นต้น ท่านได้เห็นอย่างนั้นแล้ว ก็ชื่นใจ สมหวัง เกิดมีความมั่นใจในอนาคตของลูก แล้วก็เกิดมีปิติ อิ่มใจ ปลื้มใจ หายห่วงโย มีความสุขได้ นี่คือใช้คำแบบชาวบ้าน เรียกว่าตอบแทนพระคุณ

ที่จริง คำทางพระ ไม่เรียกว่าทดแทนคุณหรือกณะ แต่จะเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “สนองคุณ” คำว่าสนองคุณ ก็คือทำให้เต็มตามนั้น ทำให้เป็นไปอย่างนั้น พระคุณสำคัญ ก็คือ เมตตา กรุณา เป็นต้น ที่จริงแท้ยังยืนอยู่ในใจในชีวิตของท่าน ที่ว่า สอนงเมตตา สอนงความปรารถนาดีของโยม ก็คือทำให้โยมสมหวัง ให้โยมได้สมความรักความปรารถนาดี ที่อยากให้ลูกเป็นคนดี มีความสุขความเจริญ ให้โยมสมหวัง โยมจะได้ปลาบปลื้มใจ มีปิติสุข นี่แหละ เรียกว่าได้สนองพระคุณแล้ว ตัวเองก็ดีขึ้น โยมพ่อแม่ก็ดีใจ

ส่วนการที่จะไปทดแทนคุณ อย่างภาษาชาวบ้านที่เขาพูดกัน คือจะไปทำอะไรอย่างไรให้ท่านนั้น เป็นเรื่องที่จะทำกันต่อไป ไม่ใช่จบแค่นี้ แต่กลับยิ่งทำได้ดีกันใหญ่เลย เพราะว่าตอนนี้ลูกเป็นคนดี มีความเจริญก้าวหน้า มีการศึกษาได้ปัญญาดีแล้ว เมื่อจะสนองพระคุณพ่อแม่ ก็รู้ด้วยว่าจะสนองอย่างไรดี จะทำอะไรอย่างไรดี เพราะฉะนั้น ต่อไปนี้ลูกก็ยิ่งทำดีใหญ่เลย ทั้งดีแก่ตัวเอง ที่ทำตนเองให้ดี แล้วก็ดีที่ทำเพื่อคุณพ่อคุณแม่ นี่ก็คือว่า ที่ลูกทำอะไรให้ดีนั้น ก็เป็นการทำดีให้แก่ตัวเองนั่นแหละ แล้วยิ่งทำเพื่อพ่อแม่ ก็ยิ่งดีเต็มที่เลย เพราะคุณพ่อคุณแม่อยากให้ลูกเป็นคนดี มีความสุขความเจริญ พอได้เห็นลูกมีความสุขความเจริญดีอย่างนั้น ท่านก็สมใจชื่นใจ

สำหรับพ่อแม่ จะมีความสุขอะไรเท่ากับความสมหวัง ที่ทำให้ท่านได้มั่นใจว่า ลูกเรานี้ เดินทางชีวิตได้ถูกต้องแล้ว จะเจริญก้าวหน้าต่อไปได้อย่างดีแน่ๆ อะไรอย่างนี้ แค่นี้แหละพ่อแม่จะมีความสุขที่สุดเลย จะมีอะไรดีกว่านี้ ที่จะทำให้ท่านมีความสุขได้

เพราะฉะนั้น ที่ว่าสนองคุณนี้ ก็เป็นการทำให้พ่อแม่มีความสุขทั้งกับการบวชที่มองเห็นอยู่ต่อหน้าในบัดนี้ และมีความสุขกับความสมหวังที่เล็งเห็นในเบื้องหน้า มิใช่แค่ว่ามีความสุขในบัดนี้ มองไปเห็นอนาคตก็สดใสด้วย

เอาละ ก็เลยอนุโมทนากับพระใหม่ กับพระนวกะนี้เป็นพิเศษว่า ที่ท่านได้ตั้งใจมาบวชนี้ เป็นบุญเป็นกุศลอย่างยิ่งแล้ว จะว่ามาบวชเรียน เพื่อพัฒนาตนเอง ก็ได้ หรือเพื่อสนองพระคุณบิดามารดา ก็ได้ หรือว่าเพื่อจะสืบต่อพระศาสนา ก็ได้ทั้งนั้น

### **ทุนดีได้ทำไว้ ก็ให้เป็นฐานของความเจริญออกงามต่อไป**

เวลานี้มาถึงออกพรรษาแล้ว ท่านทั้งหลายได้ทำกิจหน้าที่เสร็จสิ้นไป เพราะฉะนั้น ตอนนี้ที่ว่าโล่งนั้น ก็ให้จิตใจของท่านทั้งหลายโล่งสบายด้วย คือโล่งใจว่า สิ่งที่ต้องทำและที่ควรทำ เราได้ทำแล้ว

พอนึกขึ้นมาว่า ในการบวชเรียนนี้ การศึกษานวกภูมิเราก็ได้เล่าเรียนแล้ว กิจวัตรทั้งหลายที่พึงทำในการอยู่จำพรรษา และข้อปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมในสังฆะตามพระวินัย เราก็ได้ปฏิบัติไปแล้ว สิ่งที่เราควรทำ เราได้ทำดีแล้ว เราได้ทำวัตรทั้งหลายอย่างงาม และได้มีได้เป็นกัลยาณมิตรอยู่ในวัดอย่างดี ปรีดีปฏิบัติอะไรๆ ก็เป็นอันว่าเราได้ทำถูกต้องแล้ว

เมื่อระลึกถึงคุณความดี และการที่ได้ปฏิบัติกิจหน้าที่ให้  
เป็นไปด้วยดีแล้วนี้ ก็ขอให้ท่านมีปีติปราโมทย์ขึ้นมาในใจ พุดอย่าง  
ชาวบ้านว่าท่านมีสิทธิที่จะได้ปีติปราโมทย์ ที่จริงนั้น ไม่ใช่มีสิทธิ  
แต่มันเป็นธรรมดาอย่างนั่นเอง คือว่า ท่านมีความพร้อมที่จะเกิดมี  
ปีติปราโมทย์นั้น

เพราะฉะนั้น จึงขอให้ท่านทั้งหลายระลึกถึงกิจหน้าที่ ความ  
ดีงามอะไรต่างๆ ที่ได้ทำมาแล้ว เกิดมีปีติปราโมทย์ **ปีติ** แปลว่า  
ความอิ่มใจ ปลื้มใจ และ **ปราโมทย์** แปลว่า มีใจโปร่งโล่ง แล้วก็  
เบิกบาน ร่าเริง สดใส อะไรทำนองนี้

พอท่านมีปีติปราโมทย์ได้ ก็เป็นการศึกษาขึ้นมาขั้นหนึ่ง  
เพราะว่า การทำใจให้ผ่องใส มีปีติปราโมทย์ได้นั้น เป็นการฝึกจิต  
ของตัวเอง เป็นการศึกษาทางจิตใจขั้นต้นในวิถีทางของการเจริญ  
สมาธิ พระพุทธเจ้าได้ทรงสอนหลักนี้ไว้ ย้ำแล้วย้ำอีก

การศึกษาสำคัญอย่างหนึ่งนั้น คือการฝึกทำจิตใจของตัวเอง  
ให้เป็นจิตใจที่ดี อย่างสามัญก็คือให้เป็นจิตใจที่มีปราโมทย์เป็น  
ประจำดังได้ว่าเมื่อก็ พระพุทธเจ้าตรัสไว้ให้คนทั้งหลาย โดยเฉพาะ  
พระที่จะปฏิบัติ ให้เป็น “ปราโมชชพหุโล” แปลว่าผู้มากด้วย  
ปราโมทย์ ถ้าพูดสำหรับหลายคน เรียกว่า ปราโมชชพหุลา  
พระพุทธเจ้าตรัสไว้ หลายท่านคงเคยได้ยิน

พระพุทธเจ้าตรัสบอกพระทั้งหลายไว้ เป็นหลักการปฏิบัติ  
ใหญ่อันสำคัญว่า (ม.ม.๑๒/๓๙๑/๔๒๑; ฉบับสยามรัฐเป็น ปามุชชพหุลา)

ปราโมชชพหุลา โทถ เขมํ ปตเถถ ภิกขโว

เธอทั้งหลาย จงเป็นผู้มากด้วยปราโมทย์ พึงปรารถนาความเกษมเถิด

นี่คือพระพุทธเจ้าได้ตรัสหลักการสำคัญไว้ ถ้าทำตามนี้ได้ ท่านก็จะเดินหน้าไปในพระศาสนา จะก้าวหน้าไปในการปฏิบัติธรรม หรือในการดำเนินชีวิตของตัวเอง พึงวางฐานอันนี้ไว้ ชีวิตที่ดีจะเดินหน้าไป เพราะใจเป็นเหมือนแกนชีวิตของเรา ต้องฝึกต้องพัฒนาให้เป็นจิตใจที่ดี ที่บริสุทธิ์ สดใส สะอาด มีความสุข ให้เป็นที่ตั้งของปัญญา ที่จะเจริญเดินหน้าไป

เป็นอันว่า ตัวประเดิมเริ่มต้นสำคัญ ที่จะนำไปก้าวหน้าไป ก็คือปราโมทย์นี้ ที่แปลว่า ความสดชื่น แจ่มใส มีใจโปร่งโล่ง เบิกบาน ซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสสอนให้เรามีประจำใจ ฉะนั้น จึงขอย้ำ จำไว้เลยว่า *ปาโมชฺชพฺพุโถ/ปาโมชฺชพฺพุตา* ตัวข้าฯ นี้ จะเป็นผู้มากด้วยปราโมทย์ ทำจิตใจให้ร่าเริง เบิกบาน แจ่มใส แล้วเวลาเจอใคร เรามีปราโมทย์ใจดี ก็ยิ้มได้ ทักทาย ปฏิสันถารเขา ให้คนอื่นพลอยได้อานิสงส์ มีความสุขไปด้วย พาให้มีความสดชื่นบานใจไปด้วยกัน แล้วตัวเราก็เจริญงอกงามขึ้นไปๆ พระพุทธเจ้าตรัสย้ำอันนี้ไว้ ให้ปราโมทย์เป็นธรรมที่ประจำอยู่ในใจ เป็นของง่ายๆ ในการปฏิบัติธรรม

บางคนไม่รู้ตัว ทำใจให้ขุ่นมัวเป็นประจำเลย ก็มี อย่างนี้ในระยะยาว ชีวิตจะทรุดโทรม ใจห่อเหี่ยวแล้ว ก็พลอยให้ร่างกายหมองมัวหมดราศีไปด้วย แล้วก็พาความหดหู่ไปสู่คนข้างเคียงขยายออกไปๆ

ฉะนั้น จึงขอชวนให้เจริญปราโมทย์ไว้ จำตติใจไว้เลยว่า *ปาโมชฺชพฺพุโถ* ทั้งพระใหม่ และพระเก่า เจริญได้ทั้งนั้น โดยเฉพาะพระใหม่นี้ ได้ทำกิจสนองพระคุณของโยมเป็นต้นอย่างดีแล้ว ก็ปราโมทย์ แล้วมีปีติอิ่มใจพร้อมไปด้วยเลย

พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลายนั้น ท่านอยู่ด้วยปีติเลยทีเดียว ปีตินี้แรงกว่า คือปราโมทย์นั้นแรงขึ้น จึงเป็นปีติ ที่นี้พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลายนั้น ท่านอยู่ด้วยปีติ

พูดต่อไปอีกหน่อยถึงพระพุทธเจ้า วันหนึ่งพระองค์เสด็จออกไปบิณฑบาต ไม่ได้เลย ไม่มีใครตักบาตร พระพุทธเจ้าก็เสด็จกลับมาบาตรเปล่า ทีนี้ ตามเรื่องเล่าบอกว่า มารก็เลยมาเยาะเย้ยบอกว่า วันนี้ท่านไปไม่ได้บิณฑบาต ท่านอดแน่ แยกแล้ว พระพุทธเจ้าตรัสว่าไม่เป็นไร “*ปิติภักขา ภวิสุตัม*” - พวกเรานี้ จะมีปิติเป็นภักขา (ส.ส.๑๕/๔๖๙/๑๖๗)

ที่พระพุทธเจ้าตรัสนั้น หมายความว่า พระองค์ทรงมีปิติ คือ ความอิ่มใจเป็นอาหาร คนทั้งหลายกินอาหาร ก็อิ่มกายใช้ไหม หลายคนอิ่มกาย แต่ไม่อิ่มใจ ก็ไปไม่ถึงความสุข กลายเป็นว่าบางที ทั้งที่กินอิ่ม แต่ใจไม่มีความสุข แล้วชีวิตก็ไม่ดี ต้องให้อิ่มใจด้วย ชีวิตจึงจะอยู่ไปได้อย่างดี

ทีนี้ พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์นั้น ไม่ว่าจะกายจะอิ่มหรือไม่ แต่ท่านมีใจที่อิ่ม อย่างที่ว่า *ปิติภักขา* เพราะฉะนั้น ท่านก็จึงมีชีวิตที่สดใส โดยมีกำลังจิตใจที่ดี เอาเป็นว่า สำหรับคนทั่วไปนี้ ให้มีพื้นฐานเริ่มต้นที่ปราโมทย์ ทำใจให้ร่าเริง เบิกบาน ผ่องใส โปร่งโล่งอยู่เรื่อยๆ ถ้าใจจะขุ่นมัวเมื่อไร ก็ให้เตือนตัวเองว่า หยุด! หยุด! หยุด! สติเตือนใจให้หยุดขุ่นมัว แล้วทำใจให้เบิกบานผ่องใสร่าเริงต่อไป

เอาละนะ ทำปราโมทย์ให้เป็นพื้นใจเลยนะ ให้เป็นตัวเริ่มต้น แล้วปิติ ปัสสัทธิ สุข และสมาธิ ก็จะตามมาได้ เราต้องการสมาธิใช้ไหม เพราะจะได้ปฏิบัติธรรมให้เจริญก้าวหน้าไป ให้ถึงปัญญา ถ้าไม่ได้สมาธิ ก็ไปถึงจุดหมายไม่ได้ เพราะจิตไม่พร้อมที่จะเดินหน้าไป

สมาธินั้นเป็นที่ทำงานของปัญญา แต่สมาธิจะมาได้ ก็เริ่มต้นที่ปราโมทย์ จึงให้มีปราโมทย์ไว้ แล้วต่อไปปราโมทย์ที่นำหน้า ก็จะพาไปถึงปิติ ปัสสัทธิ สุข แล้วก็สมาธิต่อไป

ลำดับกันอีกที ปราโมทย์ คือ ร่าเริง เบิกบาน สดชื่น ผ่องใส ปลอดภัยโล่งใจ แล้วก็ ปิติ คือ อิ่มใจ ปลื้มใจ แล้วก็ ปัสสัทธิ แปลว่า ผ่อนคลาย ใจพักรีนเบาสบาย ไม่มีอะไรให้หนักให้เหนื่อย พาร่างกายให้ผ่อนคลายไปด้วย เท่ากับได้พักผ่อนอยู่ตลอดเวลา จะทำงานแค่ไหน ก็ไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อยอะไรเลย

คนที่มีปราโมทย์ ปิติ ปัสสัทธิ นี้นะ แม้จะทำงานเท่าไร ใจ ผ่อนคลายแล้ว ก็ไม่เหนื่อยเลย อยู่กับงานทำไป ๔ ชั่วโมง ๕ ชั่วโมง ทำไปเกิด ไม่มีเหน็ดเหนื่อย นี่คือปัสสัทธิ ผ่อนคลาย แล้วก็ สุข คนจะมีความสุขได้ ต้องมีปัสสัทธิ ใจต้องผ่อนคลาย ไม่มีอะไรหนักเหนื่อย แล้วก็ สุข พอสุข คล่องสบาย ไม่มีอะไรบีบคั้น รบกวนแล้ว จิตก็เป็นสมาธิได้ พอถึงสมาธิ จิตที่ตั้งหลักเป็นฐานที่ มั่นได้ ปัญญาจะมาทำงานต่อไป ใจใสแล้ว สงบ มั่นแน่ว ปัญญา ก็เดินหน้า พากการปฏิบัติธรรมให้ก้าวเรื่อยไป

ได้พูดมามากมายแล้ว เอาเป็นว่าขออนุโมทนาทุกท่าน ทั้ง พระทั้งโยม ที่ได้ผ่านเวลาของพรรษานี้มาจนพ้นออกไป ขออนุโมทนา ที่ได้ปฏิบัติกิจในธรรมกันมาด้วยดี สำหรับโยม ก็ได้ทาน ศีล ภาวนา และสำหรับพระ ก็มีศีล สมาธิ ปัญญา ที่เจริญก้าวหน้ากันไป

ขอให้ท่านทั้งหลายได้มีปิติปราโมทย์ อย่างน้อยในการที่ได้ บำเพ็ญบุญกุศลต่างๆ ด้วยการทำกิจทางธรรมวินัยทั้งหลาย ขอให้ เจริญงอกงามยิ่งขึ้นไป ด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ตั้งแต่ในส่วน ของแต่ละบุคคลแล้ว ขยายออกไป พร้อมทั้งแผ่ความสุขไปให้แก่ มวลประชาชนทั่วทั้งหมดด้วย ตลอดนิตยกาลสืบไป