



อนาลจิตตภา ภาตด้วยใจไม่ขุ่นมัว (ในสถานการณ์โควิด)

พระพรหมบัณฑิต
[ประยูร ธมฺมจิตฺโต]
วัดประยูรวงศาวาส วรวิหาร

อนาวิลจิตตกถา ว่าด้วยใจไม่ขุ่นมัว
(ในสถานการณ์โควิด)

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)
(ป.ธ.๙,ศ.,ดร.,ราชบัณฑิตกิตติมศักดิ์, อัครมหาบัณฑิต)
กรรมการมหาเถรสมาคม
ประธานสภาสากลวันวิสาขบูชาโลก
เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร
ประธานศูนย์พระปริยัตินิตยภัตแห่งคณะสงฆ์
ประธานศูนย์การเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ
อุปนายกสภา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถ
แสดงผ่านทางโซเชียลมีเดีย
ในวันธรรมสวนะ (วันพระแรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๗)
ให้แก่ภิกษุ-สามเณร คณะอุบาสก-อุบาสิกา และสาธุชน
ออนไลน์ ณ พระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร
เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร
เมื่อวันที่ ๒๐ มิถุนายน ๒๕๖๓

อนาวิสัจจิตตกถา ว่าด้วยใจไม่ชุ่มมัว (ในสถานการณ์โควิด)

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

(ป.ธ.๘,ศ.,ดร.,ราชบัณฑิตกิตติมศักดิ์, อัครมหาบัณฑิต)

กรรมการมหาเถรสมาคม ประธานสภาสากลวันวิสาขบูชาโลก

เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร

ประธานศูนย์พระปริยัตินิเทศก์แห่งคณะสงฆ์

ประธานศูนย์การเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ

อุปนายกสภา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

-
- คำสำคัญ :** พระธรรมเทศนาถ้อยคำอุโบสถ ผ่านทางโซเซียลมีเดีย
ในวันธรรมสวนะ (วันพระแรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๗)
ให้แก่ภิกษุ-สามเณร คณะอุบาสก-อุบาสิกา และสาธุชน
ณ พระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร
เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร
เมื่อวันที่ ๒๐ มิถุนายน ๒๕๖๓
- วัตถุประสงค์ :**
- เพื่อเป็นคลัง ศูนย์การเรียนรู้ และเป็นต้นแบบ
การแสดงพระธรรมเทศนา ปาฐกถา ธรรมกถา
สัมโมทนียกถา และอื่นๆ ในพระพรหมบัณฑิต
 - เป็นธรรมวิทยาทาน

บรรณาธิการ : พระพรหมบัณฑิต

จัดพิมพ์/แบบปก : พระมหาผล วิเชฏฐสมณโณ

ตรวจทาน : พระครูโสภณปริยัตยานุกิจ, พระมหาผล วิเชฏฐสมณโณ,
พระปลัดยรรยง ยสวฑฒโก, สมัชชา เลิศชนะการ (ศา)
นายทรงศักดิ์ ขวศุกกุล, นายกกล้าณรงค์ จิตรมุง

ติดต่อ : สำนักงานประชาสัมพันธ์วัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร
โทร. ๐๒-๔๖๖-๑๖๙๓, ๐๘๑-๗๗๓-๖๖๐๓

Website : www.watprayoon.com

สำนักพิมพ์ : องค์การเผยแผ่วัดประยุรวงศาวาส



อนาวิลจิตตกลา ว่าด้วยใจไม่ขุ่นมัว
(ในสถานการณ์โควิด)

พระพรหมบัณทิต

(ประยูร ธมฺมจิตฺโต ป.ธ.๙,ศ.,ดร.,ราชบัณฑิตกิตติมศักดิ์,อัครมหาบัณฑิต)

กรรมการมหาเถรสมาคม

ประธานสภาสากลวันวิสาขบูชาโลก

เจ้าอาวาสวัดประยูรวงศาวาสวรวิหาร

ประธานศูนย์พระปริยัตินเทศก์แห่งคณะสงฆ์

ประธานศูนย์การเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ

อุปนายกสภามหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย



อนาวิลจิตตกลา ว่าด้วยใจไม่ชุ่มมัว (ในสถานการณ์โควิด)*

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)
(ป.ธ.๙,ศ.,ดร.,ราชบัณฑิตกิตติมศักดิ์, อัครมหาบัณฑิต)

กรรมการมหาเถรสมาคม

ประธานสภาสภากล้นวิชาขุขะโลก

เจ้าอาวาสวัดประยูรวงศาวาส วรวิหาร

ประธานศูนย์พระปริยัตินิตศกัแห่งคณะสงฆ์

ประธานศูนย์การเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ

อุปนายกสภามหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

อนาวิลมหิ จิตเต โส ปสฺสตี อตฺตทตฺถํ ปฺรตฺถนตี.

พ. ชดก. ๒๗/๒๑๙.

ณ บัดนี้ จะรับประทานแสดงพระธรรมเทศนา ในอนาวิลจิตตกลา ว่าด้วยใจไม่ชุ่มมัว เพื่อเป็นเครื่องประคับประคองฉลองศรัทธา ประดับ ปัญญาบารมีอนุโมทนากุศลบุญราศีของญาติโยมพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ผู้ ขวนขวายมาบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศลในวันนี้ ซึ่งตรงกับวันพระใหญ่ แรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๗

ตามปกติแล้วเดือน ๗ จะเป็นเดือนขาด วันพระใหญ่จะเป็นวันแรม ๑๕ ค่ำ แต่วันนี้นาน ๆ จะมีสักครั้งหนึ่งที่ตรงกับแรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๗ ทั้งนี้เพราะว่า

*พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถผ่านทางโซเชียลมีเดียแสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระแรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๗) ให้แก่ภิกษุ-สามเณร คณะอุบาสก-อุบาสิกา และสาธุชน ออนไลน์ ณ พระอุโบสถ วัดประยูรวงศาวาส วรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๒๐ มิถุนายน ๒๕๖๓

อนาวิลจิตตกลา ว่าด้วยใจไม่ชุ่มมัว
(ในสถานการณ์โควิด)





ปีนี้เป็นปีอธิกสุรทิน หมายถึงมีวันแรมเข้ามา ๑ วันในรอบปีมี ๓๖๖ วัน เพราะมีวันที่ ๒๙ กุมภาพันธ์ ปกติ ๔ ปีจะมีสักครั้งหนึ่งที่เดือนกุมภาพันธ์ มี ๒๙ วัน ปีไหนเดือนกุมภาพันธ์มีวันที่ ๒๙ ปีนั้นเดือน ๗ จะมีแรม ๑๕ ค่ำ เพื่อที่จะนับวันตามจันทรคติให้ตรงหรือใกล้เคียงกับทางสุริยคติ

วันนี้ถือว่าท่านทั้งหลายมาฟังเทศน์เป็นกรณีพิเศษในวันแรม ๑๕ ค่ำ เดือน ๗ และเป็นพิเศษที่เปิดโอกาสให้ญาติโยมเข้ามานั่งฟังกันเต็มพระอุโบสถวัดพระยวงศาवास หมายถึงเต็มตามเก้าอี้ที่จัดตั้งไว้เพื่อรักษาระยะห่างทางสังคม ในรอบ ๓ เดือนที่ผ่านมา วัดจัดเทศน์ผ่านออนไลน์ มีแต่พระเถระฟัง ญาติโยมฟังผ่านทางสื่อสังคมออนไลน์ วัดปฏิบัติตามนโยบายของรัฐบาล แต่มาบัดนั้นนโยบายของรัฐบาลผลิดอกออกผล การปิดบ้านปิดเมืองที่เรียกกันว่าล๊อคดาวน์ มีผลทำให้ภายในประเทศเราไม่มีผู้ติดเชื้อใหม่ติดต่อกันมาถึงเมื่อวานนี้ ๒๔ วัน ผู้ติดเชื้อใหม่เป็น ๐ มา ๒๔ วันแล้ว ที่เราเห็นตัวเลขผู้ติดเชื้อล้วนแต่มาจากต่างประเทศในรอบ ๒๔ วันที่ผ่านมา คนมาจากต่างประเทศถูกกักตัวอยู่ใน State quarantine คือที่กักตัวที่รัฐบาลจัดให้ ถ้าตรวจพบว่าติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ก็ส่งเข้ารักษา ใครที่ไม่ติดเชื้อหลัง ๑๔ วันก็ออกมาพร้อมกับคนทั่วไปในประเทศซึ่งปลอดเชื้อมาได้ ๒๔ วัน

ถ้าอีก ๔ วันข้างหน้าเราไม่มีผู้ติดเชื้อโควิดครบ ๒๘ วัน ตอนนั้นเชื่อว่าประเทศไทยเสี่ยงน้อยแล้ว วันนี้ยังเสี่ยงมากอยู่ แต่หากครบ ๒๘ วันไม่มีผู้ติดเชื้อในประเทศ ก็จะทำให้ประเทศไทยเข้าทำเนียบประเทศที่เสี่ยงน้อย และอาจเปิดประเทศรับนักท่องเที่ยวจากประเทศที่ปลอดเชื้อ ๒๘ วันเหมือนกัน แต่การต่อयाटक ประมาทไม่ได้ เพราะว่าประเทศจีนปลอดเชื้อมากกว่า ๕๐ วันอยู่ดีๆ เชื้อก็แพร่ระบาดขึ้นมาที่ปักกิ่งในช่วงนี้ คนแปลกใจว่าเชื้อมาจากไหน



๕ พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)
วัดพระยวงศาवास วรวิหาร



ทั้ง ๆ ที่จีนยังไม่ได้เปิดเมืองต้อนรับชาวต่างประเทศ

อย่างไรก็ตาม เมื่อสถานการณ์บ้านเมืองผ่อนคลาย ทางมหาเถรสมาคม ก็ผ่อนคลายตามไปด้วย ยกเลิกมติที่ห้ามวัดทั่วประเทศจัดกิจกรรมอันเป็นที่รวมของประชาชน ต่อไปนี้วัดจัดกิจกรรมได้ตามปกติเหมือนทางฝ่ายบ้านเมือง แม้กระทั่งพิธีอุปสมบทวชนพระก็ทำได้ เวียนเทียนก็ทำได้ แต่ต้องรักษาระยะห่างทางสังคม ใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ โดยปฏิบัติตามข้อกำหนดหรือคำแนะนำของฝ่ายบ้านเมือง

วันนี้เป็นโอกาสที่เมื่อมีการผ่อนคลายก็มีพิธีบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศลในวันพระตามปกติ ท่านทั้งหลายมีโอกาสได้เข้ามาฟังธรรมในพระอุโบสถ การฟังธรรมเพื่อให้เกิดความสงบกาย สงบวาจา สงบใจ ที่ว่าสงบกาย คือฟังด้วยความเคารพมีการพนมมือเพื่อเจริญสติ ไม่หลงลืมสติ เมื่อไม่มีการพูดคุยกันก็มีความสงบวาจา ส่วนที่ว่าสงบใจคือไม่ฟุ้งซ่าน ใจไม่ขุ่นมัว และเมื่อใจไม่ขุ่นมัวก็จะฟังเทศน์รู้เรื่อง ได้อานิสต์ทันตา คือ ได้รู้จักประโยชน์ตน ประโยชน์ท่าน ดำรงชีวิตให้เป็นประโยชน์แก่สังคม ดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกเป็นนิกเขบทเบื้องต้นว่า “อนาวิลมฺหิ จิตฺเต” เป็นต้น แปลความว่า “เมื่อใจไม่ขุ่นมัว บุคคลย่อมเห็นประโยชน์ตน ประโยชน์คนอื่น” แต่หากใจขุ่นมัวก็ไม่เห็นประโยชน์ทั้งของตนและของคนอื่น แล่นทำลายประโยชน์ของตนและของคนอื่น กลายเป็นคนมีปัญห

ท่านเปรียบใจเหมือนน้ำในสระ ถ้าน้ำในสระใสสงบนิ่ง คนก็จะมองเห็นหอยกาบ หอยโข่ง เห็นปลาว่ายอยู่ในสระ ในทำนองเดียวกัน ถ้าใจผ่องใสไม่ขุ่นมัว คนเราจะรู้จักผิดชอบชั่วดี รู้จักที่จะพูดจาไพเราะอ่อนหวาน ปฏิบัติ

อนาวิลจิตตกฺขา ว่าด้วยใจไม่ขุ่นมัว
(ในสถานการณ์โควิด)



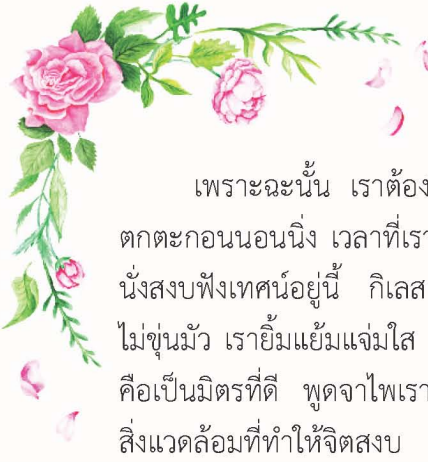


ต่อกันอย่างน่ารัก นาคบหาสมาคม แต่หากใจขุนมัว การแสดงออกทางกายก็ไม่น่ารัก วาจก็ไม่ใช่อารยธรรม สีสหน้าท่าทางก็ขุนมัวก็เหมือนกับน้ำที่เราเอาสีไปเติม น้ำปกติเป็นน้ำใสไม่มีสี ถ้าเราทำให้เกิดสี เช่น กวนให้น้ำขุ่น ให้ตะกอนที่อยู่ข้างล่างฟุ้งขึ้นมา พอน้ำขุ่นก็มองไม่เห็นปลา วัดเคยเลี้ยงปลาคราฟไว้ในเขาเต่า แต่น้ำขุ่น คนมาก็มองไม่เห็นปลา ปัจจุบันนี้จำนวนน้อยลง แต่เต่ายังคงอยู่ในเขามอ

น้ำขุ่นมาจากตะกอนที่ฟุ้งขึ้นมา ตะกอนอาจจะทำให้น้ำมีสีต่าง ๆ ในทะเลบางแห่งมีตะกอนหรือตะไคร้เป็นสีเขียว บางแห่งเป็นสีแดง บางแห่งน้ำทะเลขุ่นเป็นสีดำอาจจะเป็นเพราะมีน้ำมันหกในทะเล ที่เปรียบเป็นสี ๓ สี เพราะว่าเวลาตะกอนในน้ำฟุ้งเป็นสีเขียว นั้นเปรียบเหมือนเวลาที่ใจฟุ้งด้วยความโลภ เป็นสีแดงเพราะฟุ้งด้วยความโกรธ เป็นสีดำเพราะฟุ้งด้วยความหลง ดังพระบาลีที่ว่า “ลฺหโร อตฺถํ น ชานาติ คนโลภยอมนไม่เห็นประโยชน์ กุฬโร อตฺถํ น ชานาติ คนโกรธมองไม่เห็นประโยชน์ มูฬโห อตฺถํ น ชานาติ คนหลงก็มองไม่เห็นประโยชน์”

เวลาอยู่ตามปกติ จิตของเราสงบ เช่น เวลาคนอารมณ์ดี เพราะกิเลสตก ตะกอนนอนนิ่ง ดังพระบาลีที่ว่า “ปภสฺสรมิทํ ภิกฺขเว จิตฺตํ” เป็นต้น แปลความว่า “ภิกษุทั้งหลาย จิตนี้ประภัสสร ผ่องใส ก็จิตนั้นแลเศร้าหมอง เพราะอุปกิเลสทั้งหลายที่จรมา” อุปกิเลสจรมาทะบิจิตเหมือนกับการที่เราเอาก้อนอิฐทุ้มลงไปในสระ ตะกอนในจิตฟุ้งขึ้นมา เป็นความโลภ ความโกรธ ความหลง จิตขุนมัว เมื่อจิตขุนมัว มองไม่เห็นประโยชน์อันใด เวลาโลกมากก็เป็นขโมยเป็นโจร เมื่อโกรธมากก็เข่นฆ่าทำร้ายกัน เมื่อหลงมากก็ล้าจนเป็นโรคประสาท





เพราะฉะนั้น เราต้องฝึกประคองจิตของเราให้สงบ เพราะอนุสัยกิเลส ตกตะกอนนอนนิ่ง เวลาที่เราไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง ไม่ใช่ว่าหมดกิเลส เวลานั้นสงบพึ่งเทศน์อยู่ กิเลสตกตะกอนนอนนิ่งอยู่ได้ทั้งสัระ ช่วงนี้จิตผ่องใส ไม่ขุ่นมัว เรายิ้มแย้มแจ่มใส ดังนั้น คนเข้าวัดประจำเรียกว่า เป็นกัลยาณมิตร คือเป็นมิตรที่ดี พุดจาไฟเราะอ่อนหวาน กิริยามารยาทเรียบร้อย เราอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ทำให้จิตสงบ แต่เมื่อกลับไปบนท้องถนน รถติดก็เครียด ไม่สบายใจเหมือนตอนไหว้พระในโบสถ์ เมื่อเจอรถติดหรือรถอื่นแซงซ้าย แซงขวา ปาดหน้า ใจเราเกิดความเครียด ความโกรธ กิเลสฟุ้ง กิเลสที่นอนอยู่กัน บ้างเรียกว่าอนุสัยกิเลส พอมีคนมาทวงให้ขุ่นก็ฟุ้งขึ้นมากลายสภาพเป็นปริยภูฐานกิเลส หมายถึงกิเลสที่เคยนอนอยู่กันบึ้งหัวใจได้ฟุ้งขึ้นกลุ้มรมุจจิตใจกลายเป็นความโลภ โกรธ หลง

ถ้ามีคนมาบอกเราว่าเราจะได้สิ่งนั้นสิ่งนี้ กิเลสก็ฟุ้ง คนเข้าวัดไปเจอ ตะเคียนอายุร้อยปีจัดการขุด ได้เลขเด็ดอะไรมาทีไรก็ว่าถูกหวยแบ่งวุ้นนี้ความโลภฟุ้งและจะฟุ้งไปจนถึงวันหวยออก และจะสงบเมื่อถูกหวยกิน คนโลกจะไม่เห็นประโยชน์ คำว่าประโยชน์ คือไม่เห็นคุณและไม่เห็นโทษ ดังเรื่องคนขโมยกระดิ่ง

ปดิกะระดังมีเสียงดังกรังกรัง เขาแขวนกระดิ่งไว้หน้าร้าน นายโลกมากคนหนึ่งไม่มีเงินซื้อกระดิ่ง เขามองมันทุกวันแล้วนึกอยากจะขโมยกระดิ่ง เขาอยากได้มันมาก แต่ไม่กล้าไปขโมยเพราะกลัวว่ากระดิ่งจะส่งเสียงดัง เขาเกิดความคิดขึ้นว่า ที่กระดิ่งมีเสียงดังเพราะหูเราได้ยิน ถ้าเราอุดหูจะไม่ได้ยินเสียง กระดิ่งก็ไม่ดัง เราก็ขโมยมันได้ พอคิดได้ดังนี้เขาก็ำนำดินน้ำมันมาอุดหูตนเองแล้วเดินไปหยิบกระดิ่งออกไปจากร้าน เจ้าของร้านก็เรียกคนมาช่วย

อนาวิลจิตตกตา ว่าด้วยใจไม่ขุ่นมัว
(ในสถานการณ์โควิด)





จับตัวเขาส่งตำรวจข้อหาขโมยกระดิ่ง ความโลภบังตาทำให้เขากล้าอูดหุขโมยกระดิ่ง

เรื่องนี้สอนให้รู้ว่า “อติโลภโก ทิ ปาปโก โลกมากเกินไปแล้ว” คนเราพอโลภมากเกินไปจนคุมไม่อยู่ก็ทำทุจริตคอร์รัปชัน โกงบ้านโกงเมือง ติดคุกกันไป ไม่ใช่ว่าไม่รู้ว่าการทำผิดกฎหมาย แต่เพราะโลภมากจึงห้ามใจไม่อยู่ พอโกรธมากก็ฆ่ากันตาย ลูกฆ่าพ่อ บางคนไม่ได้ฆ่าเพราะความโกรธแต่ฆ่าเพราะความหลง คือเสพยาเสพติดมากเกินไปจึงเพี้ยนประสาทหลอนถึงกับฆ่าพ่อฆ่าแม่ บางคนรักกันอยู่ดี ๆ พอความหึงหวงครอบงำก็ฆ่าคู่ครองของตน กิเลสคือโลภ โกรธ หลงในระดับที่สร้างความรุนแรงขนาดที่ละเมิดศีลท่านเรียกว่าวิติกมมกิเลส เป็นระดับที่กิเลสกระฉอกออกมาทำให้ละเมิดศีล

เราได้เห็นแล้วว่า กิเลสที่นอนนิ่งอยู่ใต้กันบังหัวใจ เรียกว่า อนุสัยกิเลส คือความโลภ โกรธ หลง ซึ่งตกตะกอนยังไม่แสดงอาการ ต่อเมื่อเราไปกวนทำให้มันฟุ้ง เรียกว่า ปริยภูฐานกิเลส คือโลภ โกรธ หลงที่กวนใจเราอยู่เรื่อย ขึ้นต่อมาเราก็เลสมีกำลังมากจนเราอยากทำร้ายเขา อยากขโมยของเขา ในที่สุดกิเลสต้องล้นออกมาเป็นวิติกมมกิเลส จนต้องลักขโมย ต้องฆ่ากัน เพราะกิเลสกระฉอกออกมาข้างนอก เรียกว่าวิติกมมกิเลส แปลว่า กิเลสที่ทำให้ละเมิดศีล การที่เราสมาทานศีลวันนี้ก็เพื่อคุมไม่ให้กิเลสกระฉอกออกมา ถ้ากิเลสทำให้ฆ่ากันตายก็ผิดศีลข้อที่ ๑ เพื่อควบคุมไม่ให้ความโลภ โกรธ หลงกระฉอกออกมาเป็นการกระทำหรือคำพูดที่เบียดเบียนกัน เราจึงต้องรักษาศีล

คนเราจะสามารถรักษาศีลให้ได้ผลก็ต้องมีอินทรีย์สังวร หมายถึง ต้องควบคุมอินทรีย์ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อย่าไปดู อย่าไปอ่าน อย่าไปฟัง



อย่าไปรับรู้เรื่องที่กระตุ้นกิเลสให้กระฉอก ถ้าเราปิดหูปิดตาไม่รับรู้สิ่ง
ยั่ววนทั้งหลาย ใจเราจะสงบ ไม่เกิดกิเลสที่เป็นเหตุให้ละเมิดศีล

การที่ท่านทั้งหลายมาเข้าโบสถ์ฟังธรรมก็เป็นโอกาสฝึกทำอินทรีย์สังวร
ด้วยการเพ่งดูแต่พระพุทธรูปประธานขณะฟังพระเทศน์ โดยไม่สนใจเรื่อง
กวนกิเลสทั้งหลาย เมื่ออยู่บ้าน แทนที่จะดูละครทีวีกระตุ้นความโลภ โกรธ
หลง เราเปิดดูรายการธรรมะ จิตเราสงบ เพราะว่าเรามีอินทรีย์สังวร คือ การ
ควบคุมช่องทางที่เป็นใหญ่ในการเห็น ในการฟัง เป็นต้น เมื่อทำอินทรีย์สังวร
เราก็จะมีศีลสังวรคือรักษาศีลได้ แต่บางครั้งก็รักษาศีลไม่ได้เพราะว่าขาด
อินทรีย์สังวรคือการควบคุมตนเอง ดังที่มีหลายคนพากันออกไปนอกบ้านตั้ง
วงดื่มสุรา ผิดศีลข้อที่ ๕ เมื่อเมาขึ้นมาก็ไม่กลัวโควิด ไม่ใส่หน้ากากอนามัย
ไม่รักษาระยะห่างทางสังคม บางทีก็เล่นการพนันและเสพยาเสพติด เรียกว่า
รับอบายมุขเข้ามาเป็นพรวน เพราะไม่มีอินทรีย์สังวร

ในช่วงโควิดกำลังระบาด คนเราต้องรับวิถีชีวิตแบบนิวนอร์มอล คือใช้
ชีวิตวิถีใหม่ให้เป็นปกติด้วยการใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือ รักษาระยะห่าง
ทางสังคม เราปรับวิถีชีวิตใหม่ด้วยการทำอินทรีย์สังวร

คำว่า **สังวร** แปลว่า ควบคุม คำว่า **อินทรีย์** หมายถึงอายตนะจุดเชื่อมต่อ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจที่เป็นใหญ่รับรู้โลกภายนอกในด้านนั้น
เช่นตาเป็นใหญ่ในการมองเห็น หูเป็นใหญ่ในการฟัง คำว่า **อินทรีย์สังวร**
หมายถึงการควบคุมประสาทสัมผัสทั้งห้ารวมทั้งการควบคุมใจของเรา เช่น
ไม่ปล่อยตาให้มองสิ่งที่กระตุ้นความโลภในช่วงหยุดเชื้อเพื่อชาติ ไม่พาตัวเอง
ไปเดินตามสถานที่แออัดที่เสี่ยงต่อการติดโควิด เมื่อเราหลีกเลี่ยงสถานที่

อนาวิลจิตตกลา ว่าด้วยใจไม่ขุ่นมัว
(ในสถานการณ์โควิด)





ที่ไม่ควรไป จิตของเราก็ไม่ชุ่มฉ่ำ เมื่อจิตของเราไม่ชุ่มฉ่ำ เราจะรักษาระยะห่างทางสังคมได้อย่างปกติ เป็นนิวนอร์มอล วิถีชีวิตใหม่

การที่ประเทศไทยของเราสามารถควบคุมการแพร่ระบาดของเชื้อโควิดมาจากการทำดี ๒ อย่างคือ (๑) รักษาศีล ปฏิบัติตามกฎหมายบ้านเมือง ที่การควบคุมมาจากภายนอกตัวเรา และ (๒) เราควบคุมตัวเองหรือมีวินัยในตัวเองด้วยอินทรีย์สังวร กล่าวคือ เราควบคุมตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ไม่ให้ซัดส่ายไปยังสิ่งยั่วชวน ใจของเราสงบด้วยการทำจิตตสังวร คือควบคุมใจไม่ให้กิเลสฟุ้ง เราควบคุมใจด้วยสติ

สติ คือใส่ใจอยู่กับผัสสะปัจจุบันคือสิ่งที่กำลังกระทบตา หู เป็นต้น อย่าปล่อยให้ใจลอยไปที่อื่น มองให้เห็น ฟังให้ได้ยิน ตัวอย่างคือขณะนี้ ท่านกำลังฟังเทศน์ในโบสถ์หรือผ่านการถ่ายทอดสดก็ตาม เสียงของพระเทศน์เป็นสิ่งที่มากระทบคือผัสสะปัจจุบัน ท่านสนใจตามกระแสเสียงแสดงพระธรรมเทศนาด้วยสติพร้อมทั้งทำจิตตสังวร คือคุมใจให้อยู่กับธรรมที่พระกำลังเทศน์ สติเป็นเหมือนเชือกผูกใจไว้กับผัสสะปัจจุบัน เราก็จะได้ปัญญาอันเกิดจากการฟังเทศน์ฟังธรรม

จิตตสังวร คือการควบคุมใจเป็นเรื่องสำคัญ ถ้าไม่คุมให้ดี ใจก็ฟุ้งชาน ชุ่มฉ่ำเพราะความโลภ ความโกรธ ความหลงถูกกระตุ้น ดังที่หลายประเทศ คุมการระบาดของโควิด ๑๙ ไม่ได้เพราะประชาชนขาดจิตตสังวร แม้รัฐบาลสั่งล็อกดาวน์ปิดบ้านปิดเมือง ประชาชนทนไม่ได้ก็ออกมาเดินขบวนประท้วง คนประท้วงพากันติดโควิดกันมากมาย วันเดียวติดเป็นหมื่นคน ตอนนี้ ในสหรัฐอเมริกามีการประท้วงเรื่องคนผิวดำถูกตำรวจผิวขาวเอาเข้ากวดคองจนถึง





แก่ความตาย การประทุง์ลุกลามไปทั่วโลก เป็นเหตุให้เชื้อโควิดระบาดหนัก ในอังกฤษที่มีคนติดเชื้อรวมกัน ๓ แสนคน มีคนตายกว่า ๔ หมื่น อังกฤษมีคน ตายมากเป็นอันดับ ๓ ของโลกรองจากสหรัฐอเมริกาและบราซิล

ทำไมอังกฤษมีติดเชื้อโควิดมากและมีคนตายมาก เหตุหนึ่งเป็นเพราะ มีความอคติทางเชื้อชาติเข้ามาเกี่ยวข้อง ดังที่งานวิจัยที่ออกมาเมื่อสัปดาห์ ที่แล้วเปิดเผยว่า ในประเทศอังกฤษ คนที่ตายเพราะโควิดส่วนมากเป็นคน ผิวดำและคนเอเชีย คนเหล่านี้ตายมากกว่าคนอังกฤษผิวขาว ๒ เท่าตัว ดัง นั้น ไม่แปลกที่ได้ยินข่าวว่าคนไทยเวลาป่วยอยู่ที่นั่น เขาไม่รับเข้ารักษาใน โรงพยาบาล ถึงเข้าโรงพยาบาลก็ตายมากกว่า เพราะโรงพยาบาลมีอคติใน การเลือกปฏิบัติ ซึ่งตอนนี้กำลังเป็นที่ถกเถียงกัน ทำให้คนไทยอยากกลับบ้าน ไม่ว่าจะอยู่ที่ใดก็คิดถึงเมืองไทย เพราะเมืองไทยไม่มีอคติทางเชื้อชาติ

ท่านทั้งหลายคงจำได้ว่า มีแรงงานต่างด้าวหลบหนีเข้าเมืองไทยมาจาก ประเทศเพื่อนบ้าน ทางกรมไทยจับตัวไว้ในค่ายกักกัน ๑๔ วัน หากพบว่าติด เชื้อโควิด แทนที่จะผลักดันออกนอกประเทศ รัฐบาลไทยประกาศว่า จะรักษา พวกเขาให้หายจากโควิดเสียก่อนจึงค่อยผลักดันออกนอกประเทศ โดยให้คำ อธิบายว่าเพื่อเห็นแก่มนุษยธรรม การทำอย่างนี้ใช้เงินไม่ใช่น้อย แต่ความที่ คนไทยไม่มีอคติทางเชื้อชาติ รัฐบาลจึงรับคนต่างด้าวไว้รักษาจนหาย เหลือ คนต่างด้าวติดเชื้อโควิดอยู่ตอนนี้ไม่มาก จากที่ติดเชื้อ ๓,๑๐๐ คน เรารักษา หายเกือบหมด เหลือที่ยังรับการรักษาตัวอยู่ ๘๐ คน

ประเทศไทยเป็นประเทศแรกในโลกที่มีคนติดเชื้อโควิดจากจีน เมื่อวันที่ ๑๓ มกราคม ๒๕๖๓ เนื่องจากนักท่องเที่ยวจีนเอาเชื้อจากภู่อันมาปล่อย อนุาวิจิตตกลา ว่าด้วยใจไม่ชุ่มมัว
(ในสถานการณ์โควิด)





ที่ประเทศไทยเป็นประเทศแรก แต่ตอนนี้ประเทศไทยได้รับการยอมรับว่าจัดการปัญหาโควิดได้ดีเป็นอันดับ ๒ ของโลก รองจากประเทศออสเตรเลีย ที่เราทำได้อย่างนี้ทั้งที่ประเทศเรามีพลเมือง ๖๗ ล้านคน เพราะเรามีจิตตสังวรสามารถคุมจิตใจให้สงบได้

คนที่จิตใจสงบจะเห็นว่าประโยชน์ตนกับประโยชน์ท่านสัมพันธ์กัน จะเห็นความปลอดภัยของแรงงานต่างด้าวเป็นเรื่องสำคัญที่ปล่อยไปไม่ได้ คนที่มาจากต่างประเทศต้องมีค่ายกักตัว ดูแลเขาอย่างดีเพื่อประโยชน์รวมกัน ประเทศไทยจึงปลอดเชื้อโควิดมา ๒๔ วัน ทั้งนี้เพราะเราเห็นว่า ประโยชน์ตนและประโยชน์ท่าน รวมกันเป็นประโยชน์ส่วนรวม (อุภยัตถะ) จึงไม่แบ่งเขา แบ่งเรา เวลาใส่หน้ากากอนามัย มิใช่เราห่วงตัวเราเองเพื่อประโยชน์ตนเท่านั้น แต่เรายังห่วงประโยชน์ของคนอื่นด้วยปรารถนาดีหวังให้เขาปลอดภัยจากโควิดด้วย สมดังพระบาลีที่ว่า “อุตตานิ รกฺขนโถ ปรี รกฺขติ ผู้รักษาทนชื่อว่ารักษาคณอื่น” เราทำตนเองให้ปลอดเชื้อโควิดก็เท่ากับทำให้พ่อแม่ปู่ย่าตายายที่บ้านปลอดเชื้อไปด้วย เรายังรักษาระยะห่างทางสังคม ล้างมือ เพราะห่วงใยคนอื่น เมื่อห่วงใยคนอื่น ตนเองก็พลอยปลอดภัย

ฉะนั้น เมื่อจิตไม่ขุ่นมัวด้วยความโลภ โกรธ หลง เราจะห่วงใยกัน และจะไม่โกรธแค้นว่าทำไมเขาทำให้เราต้องถูกกักตัวอยู่บ้าน เรายินดีอยู่บ้านหยุดเชื้อเพื่อชาติ อยู่บ้านด้วยการทำอินทรีย์สังวรมีความสุขสบายใจเพราะจิตไม่ฟุ้งซ่านด้วยความโลภ โกรธ หลง ส่วนคนที่มีความโลภ โกรธ หลงมากจะมองไม่เห็นประโยชน์อันใดของนิวนอร์มอลหรือวิถีชีวิตใหม่ มีหนาซ้ำยังทำลายประโยชน์คนอื่น ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสเล่าไว้เป็นนิทานชาดกดังต่อไปนี้



ที่สำนักอาจารย์ทศปาโมกษ์ เมืองตักกศิลา อาจารย์สอนศิลปวิทยา ให้ศิษย์ ๕๐๐ คนที่มาจากทิศานุทิศ วันหนึ่งศิษย์ทั้งหลายได้รับเชิญให้ไป สารายามนตร์ที่บ้านงานแห่งหนึ่ง มีกำหนดต้องออกไปงานนั้นแต่เช้า เพราะ ฉะนั้นพวกเขาก็ส่งคนครัวให้หุงข้าวต้มแต่เช้า กะว่าเมื่อทานข้าวต้มแล้วจะ ออกเดินทางไป ปรากฏว่ารุ่งขึ้นเวลาสายแล้วยังไม่ได้ทานข้าวต้ม อาจารย์ตื่น ขึ้นมาก็ไม่เห็นบรรดาศิษย์ออกเดินทางไปกันจึงถามว่าทำไมยังไม่ไปทำงาน

ศิษย์คนหนึ่งตอบว่า คนๆ เดียวเป็นเหตุทำให้คนหลายร้อยคนไปงาน ไม่ทัน ทั้งที่คนครัวตื่นแต่เช้าเพื่อหุงข้าวต้มแต่หุงไม่ได้เพราะพื้นเป็นไม้สดไม่ ติดไฟ เมื่อเย็นวานมีคนเอากิ่งไม้สดๆ มาวางไว้บนกองฟืน เมื่อคนครัวตื่นมา ตอนเช้ามีดก้เอากิ่งไม้สดข้างบนสุดไปใส่เตา เกิดควันโขมง ไม่ติดไฟเพราะพื้น เป็นไม้สด ต้มข้าวต้มไม่ได้ เมื่อรออาหารจะทานเช้า เวลาสายมากก็ยังไม่ ได้ทาน ศิษย์ทั้งหมดจึงต้องยกเลิกการไปทำงาน

เมื่อสอบถามว่าใครนำกิ่งไม้สดมาวางไว้บนกองฟืนก็พบว่าเป็นฝีมือของ นักศึกษาจอมขี้เกียจคนหนึ่งที่ทำอะไรชักช้าประจำ เป็นพวกโมหจริตชอบ หลงลืมเสมอ เมื่อวานถึงเวลาที่เขาพร้อมกับเพื่อนรวม ๑๐ คน ต้องออกไปหา กิ่งไม้แห้งมาทำฟืนในโรงครัว เพื่อนนักศึกษาอื่นๆหาได้กิ่งไม้แห้งมาคนละกำ สองกำ แต่นักศึกษานายนี้มัวแต่นอนหลับอยู่ใต้ต้นไม้ เมื่อเพื่อน ๆ แยกกิ่งไม้ แห้งผ่านมา นายคนนี้ตื่นขึ้นเห็นเพื่อนแยกกิ่งไม้แห้งก็นึกได้ว่าหน้าที่ของเขา คือหากิ่งไม้แห้งมาทำฟืน พอนึกขึ้นได้ เขาก็รีบป็นต้นไม้ที่ตนนอนอยู่ข้างล่าง ขึ้นไปหักกิ่งไม้สดด้วยเข้าใจว่าเป็นกิ่งไม้แห้ง ไม่พิจารณาให้ถี่ เมื่อเขาพยายาม หักกิ่งไม้สดอยู่นั้น กิ่งไม้สดกิ่งหนึ่งสะบัดมากระทบลูกตาของเขาจนดวงตา แดงไปข้างหนึ่ง เขาเอามือข้างหนึ่งปิดตาที่เลือดไหลอาบ มืออีกข้างหนึ่งหอบ

อนาวิจิตตกตา ว่าด้วยใจไม่ชุ่มมัว
(ในสถานการณ์โควิด)





กิ่งไม้สดเอามาวางไว้บนกองฟืนในห้องครัว กิ่งไม้สดเหล่านี้แหละทำให้หุงข้าวต้มไม่ได้ จึงทำให้เสียประโยชน์ตนของคนตาแตก และเสียประโยชน์ส่วนรวมของเพื่อนศิษย์ทั้งหมด

คติธรรมจากชาดกเรื่องนี้มีอยู่ว่า เมื่อดวงตาแตกไปข้างหนึ่ง คนก็แยกไม่ออกระหว่างกิ่งไม้แห้งกับกิ่งไม้สด ฉันทใด คนที่จิตขุ่นมัวด้วยความโลภ โกรธ หลง ย่อมแยกไม่ออกระหว่างสิ่งที่ เป็นประโยชน์และสิ่งที่ไร้ประโยชน์ ฉันทนั้น ดังที่คนในหลายประเทศไม่เห็นประโยชน์ของการใส่หน้ากากอนามัย ล้างมือและรักษาระยะห่างทางสังคม ส่วนคนที่ใจไม่ขุ่นมัวด้วยอคติย่อมเห็นประโยชน์ของวิถีชีวิตใหม่ตามความเป็นจริง สมดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกขึ้นเป็นนิกเขปบทเบื้องต้นว่า “อนาวิลมहि จิตโต” เป็นต้น แปลความว่า “เมื่อใจไม่ขุ่นมัว บุคคลย่อมเห็นประโยชน์ตน ประโยชน์ท่าน” แต่คนที่มีจิตขุ่นมัวด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลง ย่อมมองไม่เห็นประโยชน์ตน ประโยชน์ท่าน ทั้งยังทำลายประโยชน์ตน ประโยชน์ท่าน ดังพรรณนามาพอสมควรแก่เวลา

เทศนาปริโยสานะ ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศนา
รัตนัตตะยานุภาเวนะ รตนัตตะยะเตชสา ด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และอานุภาพแห่งบุญกุศลที่เกิดจากธรรมสวนมัย คือการฟังธรรมนี้ บารมีของหลวงพ่พระพุทธรธรรมวิเชษฐศาสตร์ดา พระประธานในพระอุโบสถ หลวงพ่พระพุทธานาคันศักดิ์สิทธิ์ในพระวิหาร พระบรมสารีริกธาตุบนพระบรมธาตุมหาเจดีย์ ขอจงรวมกันเป็นตบะ เป็นเดชะ เป็นพลวปัจจัยอำนวยอวยพรเป็นสัพพะโรคะวิมุติโต รอดพ้นจากโรครภัยทั้งปวงโดยเฉพาะโรคติดเชื้อโควิด ๑๙ ปราศจากสิ่งใดที่เป็นไปโดยชอบประกอบด้วยธรรม



ขอให้ความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จ จงพลันสำเร็จ จงพลันสำเร็จ
สมมโนรุ่มงมาดปรารถนาทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนาในอนาวิลจิตตกลา ว่าด้วยใจไม่ขุ่น
มัว พอสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้ ฯ



อนาวิลจิตตกลา ว่าด้วยใจไม่ขุ่นมัว
(ในสถานการณ์โควิด)

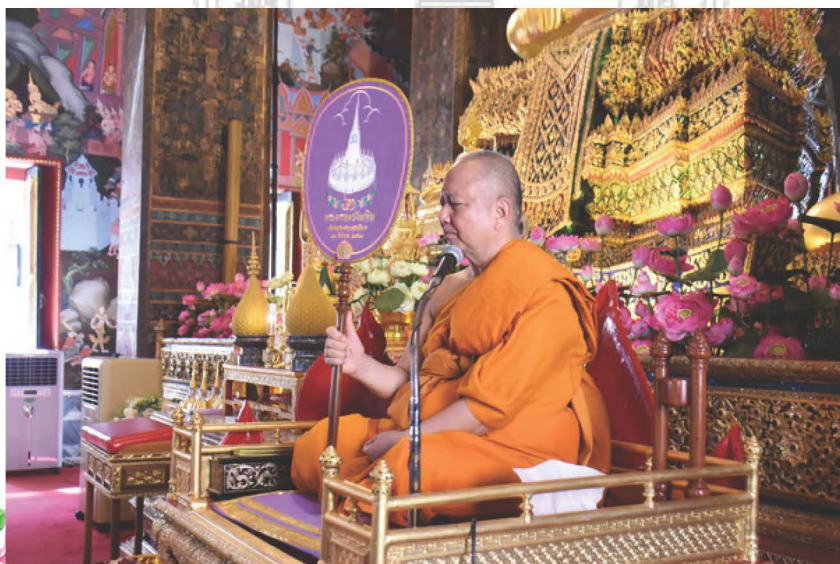






อนาวิลจิตตกถา ว่าด้วยใจไม่ชุ่มมัว
(ในสถานการณ์โควิด)







อนาวาลจิตตกลา ว่าด้วยใจไม่ชุ่มมัว
(ในสถานการณ์โควิด)





อนาวิลจิตตกลา ว่าด้วยใจไม่ชุ่มมัว
(ในสถานการณ์โควิด)







อนาวิลจิตตกถา ว่าด้วยใจไม่ชุ่มมัว
(ในสถานการณ์โควิด)







อนาวิลจิตตกลา ว่าด้วยใจไม่ชุ่มมัว
(ในสถานการณ์โควิด)

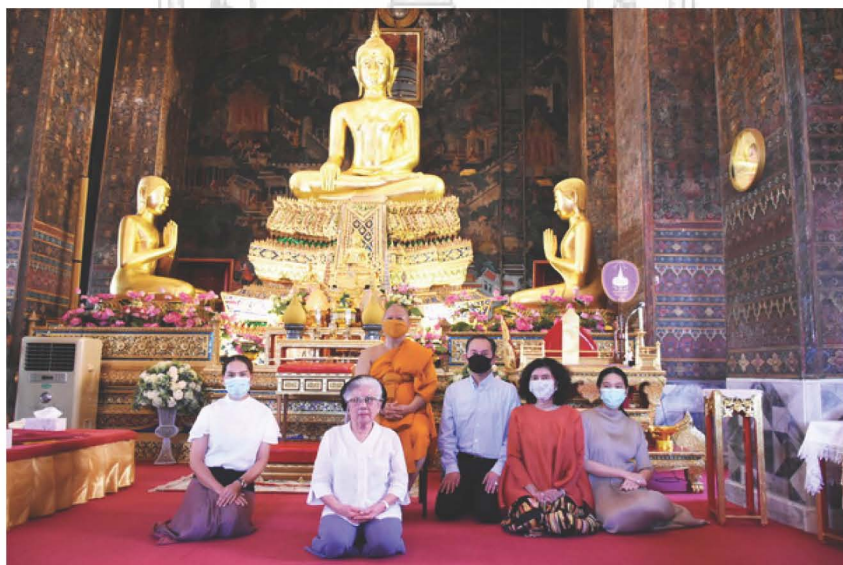




อนาวิลจิตตกลา ว่าด้วยใจไม่ชุ่มมัว
(ในสถานการณ์โควิด)







อนาวิลจิตตกถา ว่าด้วยใจไม่ชุ่มมัว
(ในสถานการณ์โควิด)

ในช่วงโควิดกำลังระบาด
คนเราต้องปรับตัวชีวิตแบบนิวนอร์มอล
คือใช้ชีวิตวิถีใหม่ให้เป็นปกติ
ด้วยการใส่หน้ากากอนามัย,
ล้างมือ, รักษาระยะห่างทางสังคม
หลีกเลี่ยงสถานที่ที่ไม่ควรไป
จิตของเราก็จะไม่ขุ่นมัว
เมื่อจิตของเราไม่ขุ่นมัวแล้ว
เราจะรักษาระยะห่างทางสังคมได้อย่างปกติ
เป็นนิวนอร์มอล วิถีชีวิตใหม่



พระพรหมบัณฑิต
(ประยูร ธมฺมจิตฺต)
วัดประยูรวงศาวาส วรวิหาร