

จะฟังตน ก็ต้องมีตนที่ฟังได้

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

วันพฤหัสบดี

ครอบครัว อารยางกูร

๑๕ กรกฎาคม ๒๕๖๔

จะฟังตน ก็ต้องมีตนที่ฟังได้

© สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

ISBN: [REDACTED]

พิมพ์ครั้งที่ ๑ – กรกฎาคม ๒๕๖๔

๑๐,๐๐๐ เล่ม

- วันพฤหัสบดีที่ ๑๕ กรกฎาคม ๒๕๖๔
- มูลนิธิ “ชาติภูมิ ป. อ. ปยุตฺโต”
- มูลนิธิบรรจงบิณฑุและสหปฏิบัติฯ
- ระลึกถึง คุณลุงยอด ฟังเพาะปลูก ๓๐ มิ.ย. ๒๕๖๔
- อายุวัฒนมงคล ๘๕ ปี ทพ. เอก อารยางกูร ๒๕ ต.ค. ๒๕๖๔
- อายุวัฒนมงคล ๗๕ ปี คุณนวิศ คณิศกุล ๒๔ มิ.ย. ๒๕๖๔
- ดร.อัมรินทร์ จันทะศิริ

ข้อมูล: ถอดเสียง เป็นตัวอักษร โดย พระครูสังฆวิจารณ์ (พงศธรณ์ เกตุภาณ)

แบบปก: อาจารย์เถกิง พริ้งพวงแก้ว

พิมพ์ที่:

คำปรารภ

วันบุญประจำปี ครอบครัว อารยางกูร ตามที่วางกำหนดกันไว้โดยถือวันถึงแก่กรรมของคุณพ่อสำราญ อารยางกูร ณ วันที่ ๙ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๓๕ เป็นจุดกำหนด ลูกหลานได้บำเพ็ญกุศลเริ่มต้นตั้งแต่วันที่ครบปีแต่หันมาโดยลำดับ เป็นปีที่ ๒๙ ในบัดนี้

การทำบุญประจำปีนั้น ก็ด้วยเป็นการแสดงความรำลึกถึงและบูชาพระคุณของท่านผู้ได้จากไป ซึ่งเตือนใจให้ผู้อยู่ข้างหลังได้มาพร้อมใจ ร่วมกันทำความดี ที่จะเป็นคุณประโยชน์แก่คนทั้งหลายแพร่ขยายกระจายออกไป บุญกิริยาที่ได้บำเพ็ญกันมาเป็นหลักมี ๒ อย่าง คือ พิธีทำบุญอุทิศกุศล และการพิมพ์หนังสือแจกเป็นธรรมทานแก่ญาติมิตรประชาชน

โดยลำดับกาลที่ผ่านมา ลูกหลาน พี่น้อง ได้จัดพิธีทำบุญประจำปี อุทิศแก่ คุณพ่อสำราญ อารยางกูร คุณแม่ชุนกี อารยางกูร และน้องจิตรา วัชรบุศราคำ พร้อมในวันเดียวกัน โดยถือวันที่ ๙ กุมภาพันธ์ ที่คุณพ่อจากไปเป็นจุดรวมความรำลึก แต่ในบางปี ได้เปลี่ยนไปจัดพิธีในวันที่ ๑๕ กรกฎาคม ซึ่งเป็นวันจากไปของคุณแม่ชุนกี อารยางกูร (ถึงแก่กรรม พ.ศ. ๒๕๓๐) และบางปี จัดในวันที่จากไปของน้องจิตรา คือวันที่ ๑๗ สิงหาคม (ถึงแก่กรรม พ.ศ. ๒๕๒๗) โดยได้ปฏิบัติเสมอมาตลอดเวลายาวนาน

กาลผ่านมาเกือบ ๒๐ ปี จนถึงเวลาใกล้ๆ นี้ ตั้งแต่ปลายปี ๒๕๕๖ ถึง พ.ศ. ๒๕๕๗ ในเวลาไม่เต็ม ๑ ปี ครอบครัวได้สูญเสียพี่ชายใหญ่ทั้งสามไปในเวลาไม่ห่างกัน คือ พี่ผาสุก อารยางกูร ถึงแก่กรรมในวันที่ ๑๖ ก.ย. ๒๕๕๖ ต่อมาก็เสียพี่สรศักดิ์ อารยางกูร ในวันที่ ๗ พ.ย. ๒๕๕๖ แล้วจากนั้นไม่ทันครบปี ณ วันที่ ๓๐ ส.ค. ๒๕๕๗ พี่ชายคนโต คือ นายแพทย์เกษม อารยางกูร ก็จากไป

ต่อมาอีกไม่นาน กาลล่วงไปอีก ๒ ปี คุณพีรศมี อารยางกูร ได้ถึงแก่กรรมในวันที่ ๑๓ พ.ย. ๒๕๕๙ แล้วอีก ๒ ปีต่อมา คุณพีระจวบ อารยางกูร ก็ได้ถึงแก่กรรมในวันที่ ๒๓ ส.ค. ๒๕๖๑

ครั้นมาถึงเวลาใกล้ๆ ๒-๓ ปีนี้ ได้มีความเป็นไปได้ทำให้สถานการณ์ไม่อำนวยที่จะจัดพิธีทำบุญตามกำหนดกาล พี่น้องได้คิดกันไว้ตั้งแต่ปลายปี ๒๕๖๒ว่าจะจัดพิธีทำบุญประจำปี ในช่วงวันที่ ๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓ แต่ท้ายปี ๒๕๖๒ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ปยุตฺโต) ก็ได้อาพาธด้วยโรคมะเร็ง ต้องเข้าสู่กระบวนการบำบัดรักษาที่ยาวนานแล้วพอถึงต้นปี ๒๕๖๓ บ้านเมืองก็ได้เข้าสู่สถานการณ์วิกฤติโรคโควิด-๑๙ ที่ยืดเยื้อมาจนบัดนี้ เป็นเหตุให้ต้องรอรเวลาพิจารณาวันทำบุญประจำปีในโอกาสข้างหน้า

ระหว่างรอรเวลาเหมาะสำหรับพิธีทำบุญ ก็เห็นกันว่าควรพิมพ์หนังสือธรรมทานเป็นบุญกุศลินำหน้าไปก่อนตามกาล ดังนั้น คุณกานดา อารยางกูร และคุณบุบผา คณิตกุล จึงมีสมานฉันท์พร้อมใจกันจัดพิมพ์หนังสือธรรมเป็นอุทิศนาการเนื่องในวันที่ ๑๕ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๔ ตามรายชื่อ ๒ เรื่องต่อไปนี้ คือ

๑. *ชื่นชมรมณีย์ ฐิติภาวนา (บทนำสู่ พุทธธรรม)*
๒. *จะพึงตน ก็ต้องมีตนที่พึงได้*

ขออุทิศกุศลที่เกิดจากธรรมทานนี้ แต่ คุณพ่อสำราญ คุณแม่ซุนกี อารยางกูร พร้อมทั้งพี่น้องทั้ง ๘ ท่าน

ขอให้หนังสือธรรมทานนี้ จงเป็นปัจจัยส่งเสริมให้กัลยาณธรรมงอกงามแพร่หลาย เพื่อให้ชีวิตและสังคมอุดมทั้งด้วยอามิสไพบูลย์และธรรมไพบูลย์ นำมาซึ่งความเพิ่มพูนแห่งประโยชน์สุขของมหาชน สืบไปยาวนาน

ธุกๆ หลานๆ พี่น้อง

สารบัญ

อนุโมทนา.....ก

จะฟังตน

ก็ต้องมีคนที่ฟังได้.....๓

ใครว่าพระสอนให้ฟังตน?..... ๑

ไม่ฟังตนแล้วจะฟังใคร? ๓

ตนเป็นฟังของตน คนอื่นเป็นที่ฟังแท้จริงไม่ได้

เพราะฉะนั้น จะต้องทำอะไร? ๔

สัตว์พวกอื่นเก่งด้วยความรู้ที่มีมาแต่กำเนิด

แต่คนเลิศด้วยความรู้ที่เรียนที่ฝึกขึ้นไปให้มีปัญญา ๖

คนที่ฝึกแล้ว จึงเป็นผู้ประเสริฐ.....๑๐

มีคนที่ฟังได้แล้ว จะฟังตนนั้นอย่างไร?๑๑

มีคนที่ฟังไม่ได้ เป็นปัญหาคุณภาพคน จนถึงระดับชาติ ..๑๓

คนเป็นสัตว์ที่ต้องฝึก การศึกษาจึงต้องเป็นชีวิตของคน ..๑๔

ฝึกเถิด ฝึกกันไป เป็นนักฝึกที่ดี จะฝึกอย่างมีความสุข.....๑๖

จะฟังตน

ก็ต้องมีตนที่ฟังได้^๑

ใครว่าพระสอนให้ฟังตน?

คนไทยเรานี่ ชอบสอนกัน เตือนกัน บอกกันว่า ให้ฟังตน ให้ฟังตัวเอง แล้วบอกว่าเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นหลักพระพุทธศาสนา ก็ถูกต้องอยู่บ้าง แล้วก็ดีด้วย เป็นการบอกให้คนเพียรพยายาม ให้รู้จักที่จะไม่งอมีองอเท้า ให้ทำอะไรๆ โดยรู้จักขยันหมั่นเพียร ไม่มีวรอความช่วยเหลือจากผู้อื่น อันนี้ก็ดีในแง่หนึ่ง แต่ว่าถูกต้องทีเดียว

ทำไมจึงว่าถูกต้องทีเดียว เพราะมันไม่ใช่หลักพระพุทธศาสนาเต็มที ถ้าพูดว่าเป็นคำสอนของพระพุทธศาสนา ก็เป็นคำสอนแค่ครึ่งหนึ่ง ยังไม่ครบ

การสั่งสอนบอกให้คนฟังตัวเองนั้น จะเห็นได้ว่าบางครั้งมันก็ใช้ไม่ได้ แล้วก็กลายเป็นข้ออ้างสำหรับไม่ช่วยคนอื่น ใครมาขอความช่วยเหลือ ก็บอกว่า เออ.. แกก็ฟังตัวเองสิ พระท่านสอนไว้เมื่อพูดอย่างนี้ ก็เลยไม่ต้องช่วยกัน นี่ก็อย่างหนึ่ง

^๑ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ปยุตฺโต) พุทธธรรมตามโอกาส ณ ที่พักพระอาพาธ ในชนบท - ที่กุฏิชาติ ก่อนภัตเพล วันที่ ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔ ความยาว ๓๑.๕๐ นาที

อีกอย่างหนึ่ง ในบางเรื่องบางเหตุการณ์ เองง่ายๆ เช่น เราไปเห็นคนตกน้ำ ก็บอกว่า “เธอก็ช่วยตัวเองซิ พระท่านสอนให้ฟังตน” เขาจะฟังตนได้อย่างไรละ ในเมื่อเขาร่วงน้ำไม่เป็น พอเราบอกให้เขาฟังตน เขาก็ตายนะสิ

เพราะอย่างนี้แหละ การบอกให้ฟังตัวเองใช้ไม่ได้ทั่ว อย่างที่บอกแล้วว่าเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าแค่ครั้งเดียว เราเอามาสอนกันครั้งๆ กลางๆ

ถึงตรงนี้ ก็ต้องถามว่า หลักธรรมที่แท้เป็นอย่างไร?

ที่เราบอกกันสอนกันมาให้ฟังตัวเอง อะไรๆ อย่างนี้ เรามักอ้างหลักที่ว่า

อตตตา หิ อตตโน นาโถ

แปลว่า: ตนเป็นที่พึ่งของตน

ดูให้ดีนะ ในหลัก “อตตตา หิ อตตโน นาโถ” ว่าตนเป็นที่พึ่งของตนนี้ ท่านสอนให้เราทำอะไร ที่ว่าท่านบอกให้ฟังตัวเองนั้น ดูซิ มันอยู่ตรงไหน ที่ว่า “ตนเป็นที่พึ่งของตน” นี้ ท่านบอกตรงไหนว่าให้ฟังตน ท่านไม่ได้บอกให้ทำอะไรสักหน่อย แต่ท่านบอกความจริงให้ชี้ใหม่ คือท่านสอนท่านแสดงหลักความจริงตรงไปตรงมาว่า ตัวเองนี่แหละ เป็นที่พึ่งของตน ความจริงเป็นอย่างนี้

แล้วที่ท่านสอน ก็ไม่จบแค่นั้น ต่อจาก อตตตา หิ อตตโน นาโถ ยังมีต่อไปอีก เดี่ยวจะบอกว่าอะไร

ว่ากันที่ “อตตตา หิ อตตโน นาโถ” นี้ก่อน แปลกันอีกที ท่านว่า “แท้จริงแล้ว ตนเป็นที่พึ่งของตน” นี้คือท่านเตือนเราให้นึกถึงความจริงว่า ที่พึ่งที่แท้คือตัวเอง นึกไว้ จำไว้ให้ชัดเจนว่า ตัวเองของแต่ละคน ของทุกคนนี่แหละ เป็นที่พึ่งที่แท้จริงของตน

ไม่ฟังตนแล้วจะฟังใคร?

แล้วท่านยังบอกความจริงต่อไปอีกว่า

โก หิ นาโต ปโร ลียา

แปลว่า: คนอื่น ใครเล่าจะเป็นที่ฟัง (แท้จริง) ได้

ขอให้นึกดู เราบอกว่าคนโน้นคนนี้ช่วยเหลือเรา แม้แต่ลูกบอกให้คุณพ่อคุณแม่ช่วย คุณพ่อคุณแม่ช่วยได้แค่ไหน ที่ว่าคนโน้นคนนี้ช่วยเหลือเรานั้น เขาช่วยอย่างไร

เอาง่ายๆ เราบอกว่า ให้คนนั้นช่วยสอนหนังสือ เขาก็มาบอกอะไรต่ออะไรให้ แต่ถ้าเราไม่คิด เราไม่ใช่สมองของเรา เราก็ไม่รู้ไม่เข้าใจ เราก็ไม่ได้ปัญญา เขามาสอนให้ เขามาช่วยเต็มที่ แต่ในที่สุดจะทำได้จริง จะได้เป็นของตัวเอง เราก็ต้องฟังตัวเอง เราก็ต้องทำให้ได้เอง นี่คือ ที่แท้นั้น ตอนที่จะได้ปัญญา ก็อยู่ที่ตัวเองนี่แหละ ต้องรับฟัง ต้องคิดพิจารณา เป็นต้น บางคน เขามาสอนมาบอกอะไรๆ ก็ไม่ฟัง ไม่เอาใจใส่ ไม่สนใจ ใจไม่เอา แล้วจะไปได้ปัญญาจากที่ไหน

แม้แต่อย่างง่ายที่สุด เขาบ้วนข้าวให้ เขาช่วยเต็มที่แล้ว ขนาดจะกินอาหาร ก็ไม่ต้องเอามือใช้งาน ไม่ต้องเอามือจับช้อนไปตักข้าวมาใส่ปาก แต่เสร็จแล้ว เขาเอาช้อนตักอาหารมาจะใส่ปากให้ ตัวเองไม่ยอมอมอ้าปากรับ เขาเอาข้าวใส่ปากให้แล้ว ไม่ยอมเคี้ยว ไม่ยอมกลืน ก็ไม่สำเร็จ ในที่สุดก็ต้องฟังตัวเอง แม้แต่กลืนไปแล้ว ไม่ย่อย ร่างกายไม่ทำงาน จะเป็นอย่างไร นี่แหละ ในที่สุดก็ต้องฟังตัวเอง นี่คือ คนอื่นมาเป็นตัวประกอบ มาช่วยเสริม มาสนับสนุนได้ แต่ในที่สุด ที่ฟังที่แท้ก็อยู่ที่ตนเองนี่แหละ

ตนเป็นฟังของตน คนอื่นเป็นที่ฟังแท้จริงไม่ได้ เพราะฉะนั้น จะต้องทำอะไร?

ที่นี้ก็ถามว่า ในเมื่อแท้จริงนั้น ตนเป็นที่ฟังของตน คนอื่นเป็นที่ฟังจริงแท้ไม่ได้ แล้วจะทำอย่างไร

หันมาดูคำสอนของพระพุทธเจ้า ก็จะทำให้เห็นว่าพระองค์ไม่ได้สอนแค่นั้น เมื่อได้บอกแล้วว่า ที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “อตตนา หิ อตตโน นาโถ” ตนเป็นที่ฟังของตน คนอื่นเป็นที่ฟังที่แท้ไม่ได้นั้น พระองค์ตรัสหลักความจริง ทรงบอกความจริงว่ามันเป็นเช่นนั้น ยังไม่ได้ตรัสสอนว่าจะให้เราทำอะไร

แต่พระพุทธเจ้าไม่ได้ตรัสแค่นั้น ยังไม่จบแค่นี้ พระองค์ตรัสต่อไปอีกว่าเราควรจะทำอะไร เราจะต้องทำอย่างไร อันนั้นคือคำตรัสสอนท่อนต่อไป เท่ากับเป็นคำสรุปปิดท้าย เรียกได้ว่าเป็นจุดย้ำ เป็นคำสอนที่เป็นใจความสำคัญ

ลองทายซิว่า อันนี้จะสรุปปิดท้ายเป็นคำสอนว่าอย่างไร?

“ตนเป็นที่ฟังของตน คนอื่นเป็นที่ฟังแท้จริงไม่ได้” เพราะฉะนั้น.....

พวกเราหลายคนคงสรุปว่า (เพราะฉะนั้น จึงต้อง) “ฟังตน” คำสรุปปิดท้ายนี้ ฟังดูเข้าที แต่ไม่ตรงกับของพระพุทธเจ้า

พระพุทธเจ้าตรัสปิดท้ายว่าอย่างไร?

พระพุทธเจ้าตรัสว่า (เพราะฉะนั้น จึงต้อง) “มีตนที่ได้ฝึกอย่างดี ซึ่งจะเป็นที่ฟังอันยอดเยี่ยม”^๑

รวมความก็คือ พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า ตนเป็นที่ฟังของตน คนอื่นเป็นที่ฟังจริงแท้ไม่ได้ จึงต้อง “ฝึกตัว” ให้มีตนที่ฟังได้ดีจริงๆ

^๑ “อตตนา หิ สุตฺแทน นาทิ ธมฺมิตฺตํ ทูลลภํ” = มีตนที่ฝึกดีแล้วนั้นแหละ คือได้ฟังซึ่งทำได้แสนยาก

ที่เราสอนกันมาให้ฟังตุนั้น ก็คือคำสรุปของพวกเราอย่าง
ที่ว่าเมื่อกี้ ซึ่งก็ดีมีประโยชน์ แต่ใช้ได้ครั้งเดียว และก็ไม่ใช่หลักจริง
แต่อย่างทีพระพุทเจ้าทรงสอนไว้

อย่างที่ว่าแล้ว คำสรุปของพวกเราที่สอนกันว่า ให้ฟังตัวเองๆ
นั้น ยังบกพร่อง เหมือนอย่างทีบอกเมื่อกี้ว่า เราไปเห็นคนตกน้ำ
เขาว่ายน้ำไม่เป็น เขาฟังตัวเองไม่ได้ พูดอย่างพระว่า “เขามีตนที่
ฟังไม่ได้” แล้วเราบอกให้เขาฟังตนเอง “ฟังตัวเองๆ” เขาจะ
ฟังตนเองได้อย่างไร ในเมื่อเขามีตนที่ฟังไม่ได้ คือเขาว่ายน้ำไม่เป็น
เมื่อเราไม่ช่วย เขาก็ตายเท่านั้นเอง สำหรับรายอย่างนี้ ก็เลย
กลายเป็นว่า ให้เขาฟังตนเอง เขาก็เลยต้องตายเท่านั้นเอง

เพราะฉะนั้น จุดสำคัญอยู่ตรงที่ว่า คนนั้นๆ มีตนเองที่ฟังได้
ใหม่ เขาจะต้องมีตนซึ่งเป็นที่ฟังได้ เขาจึงจะฟังตนเองได้ คนตกน้ำ
ถ้าเขาว่ายน้ำไม่เป็น ก็คือเขามีตนที่ฟังไม่ได้ หรือพูดยาวๆ ว่า เขา
มีตนซึ่งเป็นที่ฟังไม่ได้ เพราะฉะนั้นเขาจึงไม่สามารถฟังตนเองได้

แล้วจะทำอย่างไร อ้อ.. คนที่ว่ายน้ำไม่เป็น ถ้าเขาตกน้ำ เขา
ก็มีตนที่ฟังไม่ได้ เขาจึงฟังตนเองไม่ได้ แล้วจะทำอย่างไร เราก็ให้
เขาฝึกว่ายน้ำ ให้เขาว่ายน้ำเป็นไว้ให้พร้อมดี แล้วทีนี้ ถ้าเขาตกน้ำ
เขาก็มีตนที่ฟังได้ เพราะเขาว่ายน้ำเป็น เขาก็ปลอดภัยไปได้สวัสดิ
ตรงนี้แหละคือเริ่มเข้าหลักพระพุทธศาสนา คำสอนของ
พระพุทธเจ้าเริ่มที่จุดสำคัญตรงนี้

ทวนความกันหน่อย เราบอกคนให้เขาฟังตนเอง แต่เขาฟัง
ตนเองไม่ได้ เพราะเขามีตนที่ฟังไม่ได้ หรือพูดให้เต็มว่ามีตนซึ่งเป็นที่
ฟังไม่ได้ แล้วจะทำอย่างไร ตอบว่า ก็ให้เขาทำตนให้เป็นที่ฟังได้
แล้วทำอย่างไร เขาจะทำตนเองให้เป็นที่ฟังได้ ก็ตอบว่า ให้เขาทำ
ตนให้เป็นที่ฟังได้ ด้วยการฝึกตน นี่คือ “ฝึกตน” ให้คนมีตนที่ฟังได้

สัตว์พวกอื่นเก่งด้วยความรู้ที่มีมาแต่กำเนิด แต่คนเลิศด้วยความรู้ที่เรียนที่ฝึกขึ้นไปให้มีปัญญา

ได้พูดมายี่ดียว ทวนอีกทีว่า ตนเป็นที่ฟังของตน คนอื่นเป็นที่ฟังแท้จริงไม่ได้ จึงต้องทำตนให้เป็นที่ฟังได้ ด้วยการฝึกตน นี่คือต้องฝึกตนให้ดี จะได้มีตนที่ฟังได้อย่างดี

ตรงนี่คือมาถึงหลัก “ฝึกตน” ที่เป็นธรรมหลักใหญ่ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงสอนโดยสอดคล้องกับธรรมชาติของมนุษย์

ธรรมชาติของมนุษย์เป็นอย่างไร? ทางธรรมถือว่าคนหรือมนุษย์นี้ เป็นสัตว์ที่ต้องฝึก ท่านเรียกว่า “ทम्म” (‘ท’ ไม่ใช่ ‘ธ’) คนเป็นสัตว์ที่ต้องฝึก และก็ฝึกได้ด้วย

ดูในพุทธคุณ มีบทหนึ่งว่า “บุริสทम्मสารถิ” นี่คือ ในการที่พระพุทธเจ้ามาสอนเรานั้น พระองค์ทรงมีพระคุณสำคัญอย่างหนึ่งคือพระองค์ทรงเป็นเหมือนสารถิที่ฝึกมนุษย์ ซึ่งเป็นสัตว์ที่ต้องฝึก แล้วก็ฝึกได้ ตรงนี้แหละเป็นจุดสำคัญ ก็คือมาเริ่มตรงนี้ เมื่อคนเป็นสัตว์ที่ต้องฝึกและฝึกได้ แล้วก็ฝึกตัวเองได้ด้วย เราก็ฝึกคนให้เขาฝึกตนเอง จะพูดให้สมสมัยหน่อยก็ว่าให้เขาพัฒนาตัวเอง

มนุษย์ทำไมจึงเป็นสัตว์ที่ต้องฝึก เพราะมนุษย์นั้นด้อยในด้านสัญชาตญาณ มนุษย์อาศัยสัญชาตญาณอย่างเดียว อยู่ไม่รอดแพ้สัตว์อื่นทุกๆ ไป ที่เกิดขึ้นมาแล้ว แทบไม่ต้องฝึกอะไร ก็อยู่ได้ด้วยสัญชาตญาณ คืออยู่ด้วยความรู้ที่มีมาเองตั้งแต่เกิด ง่ายๆ ก็อย่างลูกเปิด แม่เปิดไข่แล้วพิกมาถึงเช้าวันนั้น เจ้าลูกเปิดออกจากไข่ พอสาย แม่เปิดเดินๆ วิ่งๆ ลงไปในน้ำ ปรากฏว่าเจ้าลูกเปิดที่ออกจากไข่ใหม่ๆ นั้น วิ่งตามแม่เปิดลงไปในน้ำ แล้วก็ว่ายน้ำตามไปหากินกับแม่ ไม่ต้องฝึกไม่ต้องหัด ก็เดินได้ วิ่งได้ ว่ายน้ำได้เลย

หันมาดูคน เกิดมาแล้ว แค่จะเดิน ก็ต้องหัด และก็ไม่ใช่่ง่ายๆ กว่าที่จะเดินได้ ต้องหัดเดินกันหลายเดือน จะพูดก็ต้องหัด จะว่ายน้ำก็ต้องฝึกกันนาน จะทำอะไรจะรู้เข้าใจอะไร ก็ต้องฝึกต้องหัดต้องเรียน ทั้งนั้น ทำไม่ได้อย่างพวกลิงพวกค่าง อย่างลิงนั้น พอเจอผลไม้ มันก็รู้เลยว่าอันไหนกินได้ อันไหนกินไม่ได้ แต่คนนี่ไปเข้าป่า ถ้าไม่มีคนอื่นที่มีความรู้มาก่อนไปด้วย จะกินอะไรก็ไม่ได้ ดีไม่ดีไปกินผลไม้ที่ไม่รู้ว่าเป็นพิษ ก็ตายไปเลย คนก็เลยต้องรอดูลิง ถ้าลิงไม่สอน ก็ไม่รู้จะกินอะไร เป็นอันว่ามนุษย์นี้ต้องฝึกต้องหัดต้องเรียนรู้อันนั้น

อย่างเมื่อคราวเกิดสึนามิ (Tsunami, ๒๖ ธ.ค. ๒๕๔๗, คนตาย ๒๕๐,๐๐๐ คน) ที่มาถึงฝั่งทะเลภาคใต้ของไทย เช่นที่พังงา และภูเก็ต อยู่ๆ น้ำก็ลดฮวบลงไป ปรากฏว่าจำพวกสัตว์อย่างสุนัข นี่ ทำไม่มันรู้จักหนีได้ล่ะ มันเกิดมา ๑๐ ปี ๒๐ ปี ก็ไม่เคยเจอเหตุการณ์แบบนี้ พอเกิดภัยนี้ขึ้นมา มันพากันขึ้นไปบนภูเขา แล้วพวกมันก็รอดไปได้ แต่ฝ่ายคนจำนวนมากมาย แม้จะเล่าเรียนกันมานานักหนา มีการศึกษาอย่างดี ก็ไม่รู้ไม่เข้าใจภัยอย่างนี้เลย พอเห็นน้ำลดลงไป ก็อยากจะดู จึงตามน้ำลงไป แล้วเป็นอย่างไร น้ำมาพรวดเดียว หนีไม่ทัน ก็เลยปรากฏว่าคนมากมายต้องเสียชีวิตกันไป นี่เป็นตัวอย่างให้เห็นได้ชัดเจนว่า มนุษย์เราไม่มีใช้อยู่ได้แค่ด้วยสัญชาตญาณ ความรู้คู่กำเนิดนั้นช่วยเราได้น้อย คนเราจะต้องเรียน ต้องฝึก ต้องหัด ให้มีปัญญาที่จะรู้จักเป็นอยู่ และรู้จักทำอะไรๆ ได้

ก็เป็นอันเทียบกันเห็นได้ว่า สัตว์อื่นต่างๆ ไปนั้นมีความรู้ติดตัวมาตั้งแต่เกิด โดยมีตา หู จมูก เป็นต้น ที่ฉับไวเฉียบคมเป็นเครื่องช่วย มันไม่ศึกษาเล่าเรียน ไม่ต้องฝึกไม่ต้องหัด ก็มีชีวิตเป็นอยู่ได้ด้วยสัญชาตญาณ และเก่งกาจไปตามเผ่าพันธุ์ของมัน แต่มนุษย์นี้ ด้อยด้านสัญชาตญาณ ต้องอยู่ด้วยความรู้ที่เกิดจากการเรียนการหัดการฝึกการศึกษา ที่เรียกว่าปัญญา

อย่างไรก็ดี ถึงจะด้อยด้านความรู้ที่ติดตัวมาแต่เกิดคือ สัญชาตญาณอย่างที่ว่า แต่ความรู้ที่ฝึกที่หัดที่เรียนให้เกิดขึ้น ปัญญาพัฒนาขึ้นมา ถ้ามนุษย์ไม่มัวเพลินขี้เกียจอยู่ แต่พยายาม เรียนหาความรู้ศึกษาฝึกหัดยิ่งขึ้นไป ปัญญาความรู้ที่ฝึกศึกษา ขึ้นมานี้ ก็จะทำให้มนุษย์พัฒนาขึ้นไป เป็นผู้ที่เก่งกาจเป็นเลิศ ประเสริฐ เป็นเจ้าใหญ่ เป็นอิสระอยู่เหนือกว่าบรรดาสัตว์ทั้งปวง

อย่างดิรัจฉานบางจำพวก นอกจากเก่งกาจด้วยสัญชาตญาณแล้ว ยังเป็นสัตว์ที่พอจะฝึกได้ด้วย เช่นอย่าง ช้าง ม้า วัว ลิง สุนัข เรียกว่าเป็นสัตว์ชั้นเลิศ แต่มันก็ฝึกตัวมันเองแทบไม่ได้ ต้องให้คน ฝึกให้ และกลายเป็นว่าคนฝึกมันเอาไว้ใช้งานของคน เช่นเป็นช้าง ลากซุง เป็นพาหนะ หรือไว้เล่นละครสัตว์ สุนัขที่ตา หู จมูก ใจดีนั้น คนก็ฝึกมันไว้ใช้งาน เป็นนักสำรวจ นักตรวจ นักพิสูจน์ ตลอดจน เป็นผู้กู้ชีพของคน สัญชาตญาณที่ยอดเยี่ยมของสัตว์ ก็จึงมาอยู่ใน อาณัติรับใช้ปัญญาของคน

หันมาดูการฝึกการหัดของคนกันอีกหน่อย อย่างที่ว่าแล้ว คนนี้จะมีชีวิตของตัวเองอยู่ไปได้ เริ่มต้นก็ต้องเดิน แต่แค่จะเดิน ก็ ต้องหัดเดิน แล้วต่อไปพูด ก็ต้องหัดพูด ว่ากันเหนื่อย แต่ข้อดีอยู่ที่ว่าแล้ว คือมนุษย์นี้ หัดได้ ฝึกได้ เพราะฉะนั้น เมื่อพูดยังไม่ได้ ก็ฝึก ให้พูดได้ และไม่แค่นั้น มนุษย์นี้ยังฝึกยังหัดให้ดียิ่งขึ้นไปกว่านั้นอีก

เมื่อรู้จักธรรมชาติของมนุษย์แล้ว เราก็ใช้ประโยชน์มันให้เต็มที่ คือไม่ใช่เอาแค่พูดได้ แต่ฝึกต่อไปอีก ฝึกให้มันดียิ่งขึ้น เราไม่เอาแค่พูดได้ แต่ฝึกต่อไปให้พูดเป็น ให้พูดเก่ง ให้พูดได้คมคาย พูดให้ สละสลวย พูดให้หลักแหลม พูดให้ไพเราะ พูดให้น่าฟัง พูดแล้วคน ออยากฟัง ออยากจะเชื่อ เป็นต้น ก็หัดไปฝึกไป ยิ่งได้ยิ่งเป็นประโยชน์

เพราะฉะนั้น คนเรานี้จะดีจะเลิศจะเยี่ยมยอดได้ด้วยการฝึก นี้แหละจุดสำคัญที่พระสอน อยู่ที่นี้

ที่พูดทั้งหมดนี้ ก็มาเข้าหลักให้ฟังตน โดยมีตนที่ฟังได้ ถ้าไปเรียนไปศึกษา เป็นนักฝึกนักหัดไม่หยุดยั้งอย่างที่ว่าแล้ว ก็จะมีตน ซึ่งเป็นที่ฟังได้อย่างดี เหมือนในคาถาที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ ที่ว่า

อตุตตะนา หิ สุทนต์น นาคี ลภตี พุทธภา

แปลว่า: มีตนที่ฝึกดีแล้วนั้นแหละ คือได้ที่ฟังซึ่งหาได้แสนยาก

เพราะฉะนั้น เราควรต้องชวนกันมาถือหลักนี้ คือหลักการฝึกตน ไม่ใช่มีไว้แต่บอกว่าให้ฟังตน แต่ควรถามว่าทำอย่างไรคนจึงจะฟังตนได้ คือทำอย่างไรคนจึงจะมีตนที่ฟังได้ ทำอย่างไรเราจะมีตน ซึ่งเป็นที่ฟังได้ แล้วก็จะได้คำตอบว่า ก็ฝึกตนขึ้นไปสิ อย่ามัวจมอยู่กับสัญชาตญาณที่คนเรานี้แพ้มันแต่สัตว์เล็กสัตว์น้อย

เอาละ ถ้าจะพูดว่าฟังตน ก็ต้องไปให้ถึงฝึกตน จะให้ตัวเป็นอะไร ก็ฝึกตนนี้แหละขึ้นไป

คนนี้อยู่ที่ฝึกทั้งนั้น เริ่มแรกก็ฝึกให้ทำได้ แล้วต่อไปก็ฝึกให้ทำเป็น แล้วก็ฝึกให้ทำเก่งให้ได้ผลอย่างดี เช่นที่บอกเมื่อกี้ว่าฝึกให้พูดนั้น ไม่ใช่แค่ให้พูดได้ ต้องให้พูดเป็น ให้พูดได้เก่ง ให้พูดได้ดี พูดแล้วคนอยากฟังอยากเชื่อ พูดให้คนรักคนสามัคคีกัน พูดนำคนให้มารวมกันทำงานสร้างสรรค์

นั่นฝึกแสดงออกมาข้างนอก ที่จริงต้องฝึกตั้งแต่ข้างใน ฝึกความคิดให้คิดเป็น คิดให้ได้ปัญญา ไม่ใช่มีแต่ความคิดเห็น แล้วก็คิดไปตามความรู้สึก แต่ให้รู้จักคิดด้วยความรู้ ฝึกหาความรู้ แล้วเอาความรู้ที่จริงแท้มาเป็นฐานของความคิด คิดบนฐานของความรู้ นั่นคิดอย่างมีเหตุผล คิดสร้างสรรค์ คิดแก้ปัญหา ไม่ใช่คิดแต่ก่อปัญหา คนที่ฝึกตนอยู่เสมอ ก็จะพัฒนาอย่างยิ่ง ฝึกชีวิตทั่วไปหมดทุกด้าน ตั้งแต่ฝึกการเป็นอยู่ ฝึกความประพฤติ ฝึกในเรื่องของจิตใจ จนถึงข้อสำคัญอย่าให้ขาด คือฝึกในทางปัญญาอย่างที่ได้ว่าไปแล้ว

คนที่ฝึกแล้ว จึงเป็นผู้ประเสริฐ

คำว่า “ฝึก” ก็คือศึกษา การศึกษาต้องเน้นที่การฝึก ไม่ใช่เอาแค่หาความรู้ มีอะไรๆ ก็ไปฟังเขา แล้วเขาบอกอะไร ก็ได้รู้ ไม่ใช่แค่นั้น ศึกษาต้องฝึกให้รู้เข้าใจ ให้ทำได้ ให้ทำเป็น ฉะนั้น ศึกษาจึงไม่ใช่อยู่แค่รู้ว่ารู้เท่านั้น ต้องทำได้ด้วย คนเรียนรู้และเรียนทำ จึงจะเป็นศึกษา คือ เรียนให้รู้เข้าใจ เรียนให้ทำได้ทำเป็น นั้นเรียกว่า ศึกษา แค่ว่าเข้าใจเป็นขั้นหนึ่งเท่านั้น ต้องฝึกคิด ฝึกพูด ฝึกทำด้วย คำว่าฝึกจึงเป็นการศึกษา

การฝึกคือศึกษาเป็นจุดเน้นของพระพุทธศาสนา ฝึกจนกระทั่งเป็นพระอรหันต์ อย่างในพุทธภาษิตที่ว่า

ทนโต เสฏโฐ มนุสเสสุ

แปลว่า: ในหมู่มนุษย์นี้ คนที่ฝึกแล้ว เป็นผู้ประเสริฐ

คนที่ฝึกแล้วนี้แหละ จะเป็นคนที่ประเสริฐสุด การที่มาเรียนพระพุทธศาสนา มาปฏิบัติธรรม จนกระทั่งได้บรรลุธรรม ก็คือเรื่อง การฝึก เป็นเรื่องของการศึกษาทั้งนั้น เพราะฉะนั้นจึงต้องเน้นตรงนี้ คือตรงที่ว่าจะต้องฝึกกันเรื่อยไป ยิ่งขึ้นไปๆ ซึ่งก็จะมาเข้าหลักที่ว่า เมื่อฝึกตัวแล้ว ก็จะทำให้ตนเป็นที่ฟังได้

ถึงตรงนี้ การฟังตน กับการฝึกตน เป็นเหตุเป็นผลต่อทอดกัน มาโดยตลอดแล้ว ตามลำดับความในคาถาของเรื่องนี้ที่ว่า “อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ” - ตนนี้แหละเป็นที่ฟังของตน “โก หิ นาโถ ปโร สียา” - คนอื่นใครเล่าจะเป็นที่ฟังแท้จริงได้ “อตฺตนา หิ สุกฺกเตน นานํ ฌมฺมิตฺตํ” - มีตนที่ฝึกดีแล้ว คือมีตนที่ฝึกให้เป็นที่ฟังของตนเองได้ แล้วนี้แหละ คือได้ที่ฟังยอดเยี่ยมอย่างที่จะหาที่ไหนไม่ได้

จะฟังตน ก็ต้องมีตนที่ฟังได้ จะมีตนที่ฟังได้ ก็ต้องฝึกตน พอฝึกตนดี ก็ฟังตนได้ เป็นอันว่าสำเร็จ

มีตนที่ฟังได้แล้ว จะฟังตนนั้นอย่างไร?

หลักฟังตนที่แท้นั้น เป็นข้อความแค่นั้นๆ พระพุทธเจ้าตรัสไว้
จับเอาคำสำคัญมาว่า “อตุตฺตธรรมา...ธมฺมธรรมา”^๑ แปลเอาความ
ว่า จงมีตนเป็นที่ฟัง...จงมีธรรมเป็นที่ฟัง

อ้าว.. ว่ามีตนเป็นที่ฟัง แล้วทำไมว่ามีธรรมเป็นที่ฟังอีกล่ะ
จะให้ทำอย่างไรแน่ ทำไมพระพุทธเจ้าตรัสสองคำ?

อตุตฺตธรรมา – มีตนเป็นที่ฟัง แล้วก็ ธมฺมธรรมา - มีธรรมเป็นที่
ฟัง นี่ก็อันเดียวกัน

“มีตนเป็นที่ฟัง” นี่คือที่พูดกันไปแล้วว่า ที่ฟังอยู่ที่ตัวเอง จึง
ต้องฝึกตัวให้ตนเป็นที่ฟังได้ แล้วก็ มีตนที่ฟังได้

ทีนี้ ที่ว่ามีตนที่ฟังได้นั้น เป็นอย่างไร? ก็คือ “มีธรรมเป็นที่
ฟัง” ธรรมเป็นที่ฟังอย่างไร ฟังธรรมอย่างไร? อ้าว.. ก็ไม่ประมาณ
ความไม่ประมาณเป็นธรรมใช่ไหม? ใช่! เป็นธรรมสำคัญทีเดียว
แหละ เออ.. แล้วใครไม่ประมาณ ก็ตัวเองนี่แหละไม่ประมาณ

“มีธรรมเป็นที่ฟัง” เอาซิ.. เพียรพยายาม ขยันอดทน มีสติ มี
สมาธิ ใช้ปัญญา รู้จักคิดพิจารณาแก้ปัญหา อะไรต่างๆ เหล่านี้
ที่ว่าไปนี่ ก็คือธรรมทั้งนั้นเลยใช่ไหม?

เพียรพยายามก็คือธรรม ชันติก็คือธรรม สติ สมาธิ ปัญญา ก็
ธรรมทั้งนั้น แล้วความเพียรพยายาม สติ สมาธิ ปัญญา อยู่ที่ใคร?
ใครเพียรพยายาม ใครใช้ขันติ...สติ...สมาธิ...ปัญญา ก็ตัวเองนี่แหละ
ใช่ไหม เพราะฉะนั้น ที่เราบอกว่าฟังตน ที่จริงก็คือฟังธรรมใช่ไหม

^๑ ตสฺมาตีหานนฺท อตุตฺตทึปา วิหฺรธ อตุตฺตธรรมา ธมฺมธรรมา ธมฺมธรรมา ธมฺมธรรมา ธมฺมธรรมา
(ที.ม.๑๐/๙๓/๑๑๙)

บอกว่า “ฟังตน” แต่ถ้าตนไม่มีธรรม เช่นสติ และปัญญา จะฟังตนได้อย่างไร ฉะนั้น จึงต้องฝึกตนให้มีธรรม ต้องฝึกให้ธรรมพัฒนาขึ้นมาในตน แล้วก็จะฟังตนได้ โดยฟังธรรมที่มีในตนนั้น

เรื่องมันก็คือว่า ธรรมนั้นอยู่ที่ตัวเอง พอเราฟังธรรมปั๊บ ก็คือฟังตน พอบอกว่าฟังตน ก็คือฟังธรรม ฟังความไม่ประมาท ฟังสติ ฟังสมาธิ ฟังปัญญา ใครไม่ประมาท ก็ตัวเองใช่ไหม ใครเพียรพยายาม ใครมีสติ ใครมีสมาธิ ใครมีปัญญา ก็ตัวเองทั้งนั้น ฟังธรรม ก็ฟังความเพียรพยายาม ฟังสติ ฟังสมาธิ ฟังปัญญา ก็ฟังตัวเองทั้งนั้น เพราะฉะนั้น ฟังตน กับฟังธรรม จึงหมายความว่าอันเดียวกัน ใครฟังธรรม ก็คือฟังตน ใครไม่ฟังธรรม คนนั้นก็ไม่มีตนเออ! ใช้นะ.. ใครขี้เกียจ ใครไม่ขยันหมั่นเพียร คนนั้นก็ไม่มีตน

เอาละ นี่คือท่านย่าเท่านั้นเอง พระพุทธเจ้าตรัสบอกไว้ ที่ว่า ฟังตนนั้น ก็คือฟังธรรม คือฟังคุณสมบัติที่มีในตัวเอง ก็ฟังตัวเอง ในการเพียรพยายาม ฟังตัวเองในการขยันอดทน ในการใช้สติ ฟังตัวเองที่ต้องทำจิตใจให้เป็นสมาธิ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วุ่นวาย ไม่กระวนกระวาย ไม่กระสับกระส่าย ไม่เครียด ฟังตัวเองที่จะใช้ปัญญา

นี่แหละนะ ในที่สุดก็มาอยู่ที่นี้ อันนี้คือหลักพระพุทธศาสนาที่แท้ เพราะฉะนั้นในที่สุดแล้ว ฟังตน ก็คือฟังธรรม

ที่นี้ เมื่อฟังตน คือฟังธรรม โดยมีตนเป็นที่ฟัง คือมีธรรมเป็นที่ฟัง ก็จึงต้องบอกว่า ที่เราต้องฝึกตนนั้น ก็คือฝึกให้ตนมีธรรมที่จะฟังได้ดีขึ้นมาขึ้น คือต้องฝึกตนให้ธรรมทั้งหลาย เช่น ความเพียรพยายาม ความเข้มแข็งอดทน เมตตากรุณา ปราโมทย์ ปิติ บัณฑิติ สติ สมาธิ ปัญญา พัฒนาขึ้นมาในตัวเรานั้น มากขึ้นๆ ยิ่งขึ้นๆ แล้วเราก็จะฟังตนได้ดีขึ้นๆ

เมื่อทำได้อย่างที่ว่านี้ ก็จะไปบรรจบกับหลักที่ได้บอกไว้แล้วข้างต้นว่า เราก็จะมีตนที่ฝึกดีแล้ว ซึ่งเป็นที่ฟังอย่างยอดเยี่ยม

มีตนที่ฟังไม่ได้ เป็นปัญหาคุณภาพคน จนถึงระดับชาติ

“ฟังตน คือฟังธรรม” ที่พูดเมื่อกี้นั้น เราไปสอนคนทั่วไป ถ้าพูดเรียงความไม่ชัด จัดลำดับไม่ดี เขาไม่เข้าใจหรือ แต่อย่างน้อยให้เขาเข้าใจอันเมื่อกี้นี้ว่า “จะฟังตน ก็ต้องมีตนที่ฟังได้”

ไปเจอหนูน้อยก็ถามว่า “นี่หนู เธอมีตนที่ฟังได้หรือยัง?” ที่คุณพ่อคุณแม่เลี้ยงลูกโตขึ้นมา ก็เป็นเวลาที่ลูกจะเตรียมตัวฝึกไว้หัดไว้ เพื่อว่าต่อไปลูกจะเลี้ยงตัวเองได้ แล้วเขาจะฟังตนเองได้ ไช้ไหม? ในที่สุดพ่อแม่ก็ไป ทานไม่อยู่ด้วยหรือ แล้วตัวเอง เธอมีตนที่ฟังได้หรือยัง

ถ้าคุณพ่อคุณแม่ยังอยู่ด้วย คุณพ่อคุณแม่อุตสาหามาช่วยในการฝึกในการหัดอะไรต่างๆ เป็นโอกาสให้เธอฝึกตนเตรียมตัวไว้ แต่ตัวเธอเองไม่ใช้โอกาสที่จะฝึกตนให้ตัวเองเป็นที่ฟังได้นี้ พ่อคุณแม่ไม่อยู่ด้วย คุณพ่อคุณแม่ไปไหนแล้ว เป็นอย่างไร ก็ทำอะไรไม่เป็น รับผิดชอบตัวเองไม่ได้ มีตนที่ฟังไม่ได้ ก็แยเลย

เพราะฉะนั้น เรามีพ่อแม่ มีครูอาจารย์ มีคนที่มาเหมือนเป็นที่ฟังให้ ที่จริงก็คือมาช่วยเป็นโอกาสให้เราได้ฝึกตนเตรียมไว้ เพื่อให้เราฟังตนเองได้ต่อไปนั่นเอง หมายความว่า ตัวเราเองนี้แหละ ต้องฝึกตนให้พร้อมที่จะมีตนซึ่งเป็นที่ฟังได้ แล้วจะได้ฟังตนเองได้ต่อไป เพราะฉะนั้น จะต้องมานั่นกันตรงนี้

ว่าถึงในระดับประเทศชาติ ก็มานั่นกันที่ประเทศไทยนี้ ไม่ต้องไปบอกว่าให้ฟังตนๆ ไม่ต้องไปมัวเน้นกันที่ว่าให้ฟังตน อย่างที่บอกเมื่อกี้นี้ ถ้าเขามีตนที่ฟังไม่ได้แล้ว จะให้เขาฟังตนได้อย่างไร

ขอให้ถามเมืองไทยว่า คนมีตนที่ฟังไม่ได้ มีมากแค่ไหน หรือไม่ก็ถามว่า คนมีตนที่ฟังได้ มีมากน้อยแค่ไหน คูชิเมืองไทยนี้ ปัญหาของประเทศชาติ คือปัญหาที่ว่า มีคนซึ่งมีตนที่ฟังไม่ได้เยอะ ไช้ไหม ถ้าใช่อย่างนี้ ก็คือลำบาก

เพราะฉะนั้น จะทำอย่างไร? คนในสังคมต้องช่วยกันหาทางที่จะทำให้คนรู้จักฝึกตัว พัฒนาตน ถ้าพูดในระดับประเทศ ก็คือจะต้องพัฒนาคุณภาพของคน ด้วยการศึกษาก่อน ไม่ใช่แค่หาความรู้ แต่ให้รู้จักเรียนรู้เรียนทำ ให้มีสำนึกในการที่จะฝึกตน ดังที่ว่าแล้ว

การศึกษานั้นมีความหมายแท้อยู่ที่ฝึก การฝึกนี้ก็อยู่ในหลักฝึกตนที่ว่าแล้ว เราต้องทำให้ประเทศชาติมีประชาชนที่มีคุณภาพเป็นคนมีตนที่ฟังได้ ให้เขาเป็นคนที่อยู่กับหลักการฝึกตน ฝึกกันเรื่อยไป ให้การศึกษากลายเป็นชีวิตของเขา

คนเป็นสัตว์ที่ต้องฝึก การศึกษาจึงต้องเป็นชีวิตของคน

พูดกันมาตั้งแต่ต้นว่าคนเป็นสัตว์ที่ต้องฝึก จะมีชีวิตเป็นอยู่ได้ จะทำอะไรได้ จะทำอะไรเป็น จะให้เก่ง จะให้ดี จะให้เลิศอย่างไร ก็ต้องหัดต้องฝึกเอา ไม่ว่าจะการรับรู้ ทักษะ ศิล ภาวะจิต จนถึงปัญญา ต้องฝึกทั้งนั้น ทำกันไปอย่างนี้ตลอดชีวิต บอกแล้วว่าการศึกษาคือการฝึก เพราะฉะนั้น คนจึงต้องศึกษาตลอดชีวิต การศึกษาจึงต้องเป็นชีวิตของคน

การฝึก การศึกษา ก็คือรู้จักเรียนรู้ เรียนทำ ทั้งเรียนรู้ ให้รู้ เข้าใจ และเรียนทำ ให้ทำได้ทำเป็น พอทำได้แล้ว ก็ทำให้เป็น แล้วก็ทำให้ดียิ่งขึ้น ทำให้มีคุณภาพสูงขึ้น เมื่อจบทำงานนี้แล้ว คราวนี้ทำได้ ต่อไปก็ทำให้ดีทำให้ประณีตยิ่งขึ้น ฝึกกันเรื่อยไป การฝึกต้องเป็นชีวิตของมนุษย์ เพราะธรรมชาติของมนุษย์คืออย่างนั้น อย่างที่บอกแล้วว่ามนุษย์เป็น “หมีมะ” เป็นสัตว์ที่ฝึกได้ เป็นสัตว์ที่ต้องฝึก ตอนที่ว่าเป็นสัตว์ที่ต้องฝึก ตรงนี้รู้สึกว่าการลำบาก แต่พอบอกว่าฝึกได้ ตอนนี้นี่ดีนี่ เมื่อฝึกได้ ก็ฝึกให้พิเศษไปเลย

ก็มาเข้าหลักที่พระพุทธเจ้าตรัสนี้แหละ ที่ว่าคนที่ฝึกแล้ว ประเสริฐ ตรัสไว้หลายพุทธภาษิต อย่างง่ายๆ ก็คือที่บอกไปแล้ว เมื่อกี้ว่า “ทนโต เสฏโฐ มนุสเสสุ” - ในหมู่มนุษย์นั้น คนที่ฝึกแล้ว เป็นผู้ที่ประเสริฐสุด

คนที่ฝึกแล้ว ศึกษาแล้ว ก็จะไม่เก่ง จะดี มีคุณภาพ ทำให้สังคมเจริญ พัฒนา รุ่งเรือง งอกงาม มีความสุข มีสันติ มีอะไรๆ ทุกอย่างที่ดี พุดในแง่ที่เป็นประเทศชาติ ก็มีพลเมืองที่มีคุณภาพสูง

พอได้อย่างนี้แล้ว ทุกอย่างก็จะดีไปตาม มนุษย์ดีแล้ว อะไรต่ออะไร ก็ดีไปด้วย ตลอดไปจนถึงธรรมชาติ ที่มนุษย์ไม่ฝึกตัว ไม่มีคุณภาพ ทำให้ธรรมชาติเสื่อมลงไปๆ มนุษย์มีคุณภาพดีขึ้น ก็รู้จักใช้ รู้จักปฏิบัติต่อธรรมชาติ สิ่งแวดล้อมก็จะพลอยดีขึ้น

ตกลงว่า ก็มาสรุปที่นี้แหละ คือ ที่ว่าให้ฟังตนนั้น ก็ต้องถามว่าเรามีตนที่ฟังได้ หรือมีตนซึ่งเป็นที่ฟังได้หรือยัง เขาเป็นอะไร ทำงานอะไร มีอาชีพอะไร เขาทำงานทำอาชีพได้สำเร็จผล มีคุณภาพดี มีความภูมิใจมั่นใจในงานในการอาชีพที่ทำไหม แล้วก็โยงมาที่หลักการฝึกตน หรือการศึกษาเป็นชีวิต ตลอดชีวิตนี้แหละ ให้ฝึกฝนให้ทำเป็นและทำให้ดียิ่งขึ้น ให้เก่ง ให้ชำนาญ ให้เชี่ยวชาญ ให้ดีมีคุณภาพสูงยิ่งขึ้นไปอย่างมั่นใจ ให้เป็นมนุษย์ที่ เป็นผู้ประเสริฐสมชื่อ อย่างที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้

ย้ำไว้ด้วย ที่เราพูดกันมาว่า มนุษย์เป็นสัตว์ประเสริฐนั้น ที่จริงยังไม่ประเสริฐหรอก เราต้องแถมตามที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า มนุษย์ที่ฝึกแล้ว เป็นสัตว์ประเสริฐ ถ้าพูดอย่างนี้ จึงจะได้ความ

ฝึกเถิด ฝึกกันไป เป็นนักฝึกที่ดี จะฝึกอย่างมีความสุข

ก็บอกกันให้สบายใจว่า การฝึกตน การศึกษา การเรียนรู้ การฝึกการหัดอะไรต่ออะไรนี้ เป็นเรื่องของชีวิตของเราเอง ตามธรรมชาติของธรรมชาติ เมื่อเป็นเรื่องธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ ก็ฝึกก็ศึกษากันเรื่อยไปตลอดชีวิตนั่น ไม่ต้องไปคิดว่ามันจะจบเมื่อไร ฝึกศึกษาไปจนเป็นพระอรหันต์เมื่อไร มันก็จบไปเอง ตามหลักที่ว่า พระอรหันต์เป็นอิสระ ผู้ไม่ต้องศึกษา คือจบการศึกษา ผู้ที่จะเป็นพระอรหันต์ ก็คือเป็นนักฝึกตัวเอง ฝึกเรื่อยไปตลอดเวลา จนจบการศึกษา ไม่มีเรื่องอะไรที่จะต้องฝึกอีก นั่นคือธรรมชาติของชีวิต

ที่นี้ เราทั้งหลายก็มาฝึกตนกันให้เป็นธรรมดา ไม่ว่าจะเจออะไร ก็ฝึกได้เลย ตั้งแต่ฝึกตา ฝึกให้มองดูเป็น ให้ดูให้เห็นแล้ว ถามตัวเองว่า ได้ความรู้ไหม ใจยังดีอยู่ไหม หรือดูแล้วเห็นแล้ว ติดอยู่แค่ชอบใจ ไม่ชอบใจ ดีใจเสียใจ ไม่ได้รู้ไม่ได้เข้าใจว่าอะไรเป็นอะไรอย่างไร

ไม่เฉพาะตา ถึงแม้หู จมูก ลิ้น กายสัมผัส ก็ฝึกการรับรู้ได้ทั้งนั้น โดยเฉพาะหูนั้นสำคัญนัก เป็นช่องทางเข้ามาของข่าวสาร ข้อมูลมากมาย คู่กับตา คนมากมายใช้ตา ดู หูฟังแล้ว ก็ติดอยู่แค่รู้สึก ถูกใจไม่ถูกใจ ได้แค่อินดียินร้าย ใจเสียดูดี เอียงมาชอบ เอียงไปชัง อยู่กับความรู้สึกติดค้าง ไปด้วยความสุขความทุกข์ที่แฝงโมหะ ถูกมันปั่น ตกอยู่ใต้อำนาจของมัน เสียหลัก ทำให้ไม่เกิดปัญญา ตั้งแต่ไม่รู้เท่าทัน แล้วก็เสียท่า เป็นต้นไป

พอรู้จักฝึกตัวเอง ตาเห็นนั่นนี่ที่ไม่น่าชอบใจ ก็ไม่มัวปรุแง่งไปตามความรู้สึก แต่ไปทางเรียนรู้ เอ้อ.. อันนี้ยังไม่ดี ยังไม่เรียบร้อย เราทำได้ เราก็ไปแก้สิ ตรงนี้ควรจะทำให้สะอาดเรียบร้อย ก็ไปกวาดไปถู เรื่องนี้ต้องแก้ไข ก็ชวนกันแก้ปัญหา รวมทั้งไปปรึกษาคนมีหน้าที่ที่จะมาทำให้ดี

หูได้ยินได้ฟัง ก็ทำนองเดียวกัน ไม่ค้างคาอยู่แค่กับความรู้สึก ชอบใจไม่ชอบใจ ถูกหูไม่ถูกหู แต่เรียนรู้ว่าสิ่งที่ได้ยินได้ฟัง คืออะไร เป็นอะไร เมื่อฝึกไปๆ เรื่องที่ฟังแล้วไม่ถูกหู ไม่ชอบใจ พอเปลี่ยน จากความรู้สึกเป็นเรียนรู้ได้แล้ว ต่อไป ไม่ว่าจะอะไรที่ได้ฟังได้เห็น ที่ รู้สึกชอบใจหรือไม่ชอบใจ กลายเป็นรู้เข้าใจ แล้วชอบที่จะรู้ไปหมด นี่คือได้ฝึกตัวเอง เปลี่ยนจากความรู้สึก ไปเป็นเรื่องของความรู้อีก

ถ้าเราดูแล้วอยู่แค่ความรู้สึก ชอบใจ ไม่ชอบใจ ถูกใจ ชัดใจ สบายใจ ไม่สบายใจ เราก็ยุ่งอยู่กับสุขกับทุกข์ ที่ถูกอารมณ์ข้างนอกมันบังคับ เรียกว่าเรารับรู้้อย่างเป็นผู้ถูกกระทำ อยู่ใต้อำนาจของมัน ถูกมันบีบ ถูกมันทำเอา

ที่นี่ เราพลิกกลับมาให้เป็นการรับรู้้อย่างที่เราเป็นผู้กระทำ พอรับรู้้อย่างไร แทนที่จะตกเป็นทาสของความรู้สึกที่อารมณ์นั้นมัน บังคับพาไป เราก็เรียนรู้มัน เราก็กลับเป็นเจ้าของการรับรู้ เป็นผู้ได้ประโยชน์จากการรับรู้

ที่นี่ เมื่อเราเป็นฝ่ายกระทำ เราดู-รู้ ฟัง-รู้ พอเห็นสิ่งที่ชอบใจ ไม่ชอบใจ เราไม่ติดอยู่แค่กับความรู้สึกนั้นแล้ว เราไปที่ความรู้ เช่น รู้ว่าอันนี้มันดี อันนี้ไม่ดี ถ้ามันไม่ดี ควรที่จะแก้ไข ถ้าเรามีโอกาส ก็ไปแก้ไข ไปจัดให้มันดี แต่ถ้ายังทำไม่ได้ เราก็ได้เรียนรู้ของที่ไม่ดี ว่ามันเป็นอย่างไร มันเป็นอย่างนั้นเพราะเหตุปัจจัยอะไร ได้เรียนรู้เข้าใจ เหตุปัจจัย ก็มาเข้าหลักพระพุทธศาสนาอีก เลยได้ศึกษากันใหญ่

ถึงนี่ก็เป็นขั้นสี่บลิ๊กแล้ว คือรู้เหตุผล รู้เหตุปัจจัย รู้ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งทั้งหลาย รู้จักความเปลี่ยนแปลงที่เป็นไปตามเหตุปัจจัยเหล่านั้น คราวนี้ได้เรียนรู้กันใหญ่ มองเห็นว่าควรจะทำอย่างไร ถ้าทำไม่ได้ ก็เรียนรู้ไว้ก่อนว่ามันเป็นเพราะเหตุอะไร จะแก้ไขเหตุปัจจัยอย่างไร พอไปในทางของการศึกษาอย่างนี้ ปัญญาที่พัฒนาไม่รู้จักจบ

วันนี้พูดมาเยอะแล้ว เขาเป็นอันว่า นี่แหละที่ว่าฟังตนนั้น หลักที่แท้ก็คือ ให้ทำตนให้เป็นที่ฟังได้ หรือให้มีตนซึ่งเป็นที่ฟังได้ ถามตัวเองว่า เรามีตนที่ฟังได้ หรือว่าเรามีตนซึ่งเป็นที่ฟังได้หรือยัง ถ้ายัง ก็ฝึกตัวเองได้เลย ฝึกแล้วจะดีใจ เมื่อรู้เข้าใจความหมายแล้ว ก็จะมีความสุขจากการฝึกตนนั้น

คนที่ใฝ่ฝึกตัว มีสำนึกในการฝึกตน เป็นนักฝึกตนนั้น ถ้าจะต้องทำอะไรที่ยาก ก็ไม่กลัว เพราะยิ่งยาก ก็ยิ่งได้ฝึกตนมาก จริงไหม? อะไรยาก เราก็ได้ฝึกตัวมาก อะไรง่าย เราก็แทบไม่ได้ฝึกตัวเลย เพราะฉะนั้น นักฝึกตัวจึงไม่กลัวความยาก เพราะยิ่งยาก ยิ่งได้มาก จำไว้เป็นคติเลยก็ได้

คนที่ใจไม่เป็นนักฝึกนั้น ชอบง่าย ๆ ก็เลยไม่ได้อะไร ไม่ได้ เรียนรู้ ไม่ได้ศึกษา ไม่ได้ฝึกตน เวลาผ่านไปเปล่า แกรมใจไม่ดีด้วย

แต่พอมาเข้าหลักพระพุทธศาสนาที่พระพุทธเจ้าสอนให้ฝึกตน พอเจออะไร ก็นึกเลยว่าอันนี้มันจะให้เราได้ฝึกตัวแล้ว เขาเลยถ้ามันยาก เราก็ได้ฝึกตนมาก ยิ่งยาก ก็ยิ่งได้ฝึกมาก ยิ่งฝึกมาก เราก็ยิ่งชำนาญจัดเจนมาก เพราะฉะนั้น นักฝึกตนจึงมีคติว่า “ยิ่งยาก ยิ่งได้มาก” แล้วพอเจองานยากสนใจตามคตินั้น ก็ชอบใจ กลายเป็นว่า ยิ่งได้ทำงานยาก ก็ยิ่งมีความสุขมาก ก็สบายไปเลย

นี่แหละก็จึงมาลงท้ายเข้าในหลักที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ คือ “ทนฺโต เสฏฺฐิโจ มนุสฺเสสุ” - ในหมู่มนุษย์นั้น คนที่ฝึกแล้วประเสริฐสุด เป็นอันว่าจบตรงนี้เลย



ฟังเสียง: “จะฟังตน ก็ต้องมีตนที่ฟังได้”