



**ฉานกถา ว่าด้วยการเพ่งพินิจ  
(ในสถานการณโศกิตระลอกที่ ๓)**

**พระพรหมบัณฑิต  
(ประยูร ธรรมจิตโต)  
วัดประยูรวงศาวาส วรวิหาร**

# ฉานกถา

ว่าด้วยการเพ่งพินิจ (ในสถานการณ์โควิดระลอกที่ ๓)

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

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

กรรมการมหาเถรสมาคม

ประธานสภาสากลวันวิสาขบูชาโลก

เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร

ประธานศูนย์พระปริยัตินิตยเทศก์แห่งคณะสงฆ์

ประธานศูนย์การเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ

อุปนายกสภา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถ

แสดงผ่านทางโซเชียลมีเดีย

ในวันธรรมสวนะ (วันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๘)

ออนไลน์ ณ พระอุโบสถ วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร

เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร

เมื่อวันที่ ๒๔ มิถุนายน ๒๕๖๔

## மானகா வாத்வயகாரபேங்பினிச (இனஸ்தானகாரணிகொவிரசரலொகதி ௩)

### พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

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

กรรมการมหาเถรสมาคม ประธานสภาสากลวันวิสาขบูชาโลก

เจ้าอาวาสวัดประยูรวงศาวาส วรวิหาร

ประธานศูนย์พระปริยัตินิตเทศก์แห่งประเทศไทย

ประธานศูนย์การเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ

อุปนายกสภา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

**คำสำคัญ :** พระธรรมเทศนากัณฑ์อุโบสถ ผ่านทางโซเชียลมีเดีย  
ในวันธรรมสวนะ (วันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๘)  
ออนไลน์ ณ พระอุโบสถ วัดประยูรวงศาวาสวรวิหาร  
เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร  
เมื่อวันที่ ๒๔ มิถุนายน ๒๕๖๔

**วัตถุประสงค์ :** - เพื่อเป็นคลัง ศูนย์การเรียนรู้ และเป็นต้นแบบ  
การแสดงพระธรรมเทศนา ปาฐกถา ธรรมกถา  
สัมมนาวิทยกถา และอื่นๆ ในพระพรหมบัณฑิต  
- เป็นธรรมวิทยาทาน

**บรรณาธิการ :** พระพรหมบัณฑิต

**จัด/พิมพ์/แบบปก :** พระมหาผล วิเชฏฐสมโณ

**ตรวจทาน :** พระครูโสภณปริยัตยานุกิจ, พระมหาผล วิเชฏฐสมโณ,  
พระปลัดยรรยง ยสวฑฒโก, สมัชชา เลิศชนะการ (ศา)

**ติดต่อ :** สำนักงานประชาสัมพันธ์วัดประยูรวงศาวาส วรวิหาร  
โทร. ๐๒-๔๖๖-๑๖๙๓

**Website :** [www.watprayoon.com](http://www.watprayoon.com)

**สำนักพิมพ์ :** องค์การเผยแผ่วัดประยูรวงศาวาส



## ฌานกถา

ว่าด้วยการเพ่งพินิจ (ในสถานการณ์โควิดระลอกที่ ๓)

### พระพรหมบัณฑิต

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

กรรมการมหาเถรสมาคม

ประธานสภาสากลวันวิสาขบูชาโลก

เจ้าอาวาสวัดประยูรวงศาวาสวรวิหาร

ประธานศูนย์พระปริยัตินิเทศก์แห่งคณะสงฆ์

ประธานศูนย์การเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ

อุปนายกสภามหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย



## ฉานกถา

### ว่าด้วยการเพ่งพินิจ (ในสถานการณ์โควิดระลอกที่ ๓)\*



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

กรรมการมหาเถรสมาคม

ประธานสภาสากลวันวิสาขบูชาโลก

เจ้าอาวาสวัดประยูรวงศาวาสวรวิหาร

ประธานศูนย์พระปริยัตินิตเทศก์แห่งคณะสงฆ์

ประธานศูนย์การเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ

อุปนายกสภามหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

### นตฺถิ ปณฺญา อณฺายิโน.

พ. ค. ๒๕/๖๕

ฉน บัดนี้ จักรับประทานแสดงพระธรรมเทศนาในฉานกถา ว่าด้วย  
การเพ่งพินิจ เพื่อเป็นเครื่องประคับประคองฉลองศรัทธา ประดับปัญญา  
บารมี อนุโมทนากุศลบุญราศีของญาติโยมสาธุชนทั้งหลายในสถานการณ์  
โควิด ๑๙ ซึ่งในยามที่มีความทุกข์เดือดร้อนใจอันเนื่องมาจากโรคภัยรุมล้อม  
เบียดเบียน ทำให้ต้องหาที่พึ่ง โดยเฉพาะที่พึ่งทางใจ ในยามที่มนุษย์ถูกภัย  
คุกคาม มนุสฺสา ภยตฺชชิตา ก็ไม่มีอะไรที่จะเป็นที่พึ่งได้ดีกว่าพระรัตนตรัย  
โดยเฉพาะพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่จะเป็น  
หลักยึดในจิตใจ ในสถานการณ์แพร่ระบาดของโควิด ๑๙ ในประเทศไทย

\* พระธรรมเทศนากันต์อุโบสถผ่านทางโซเชียลมีเดีย แสดงในวันธรรมสวนะ (วันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ  
เดือน ๘) ออนไลน์ ณ พระอุโบสถ วัดประยูรวงศาวาส วรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๒๔  
มิถุนายน ๒๕๖๔

ฉานกถา ว่าด้วยการเพ่งพินิจ  
(ในสถานการณ์โควิดระลอกที่ ๓)



ขณะนี้

เมื่อวานนี้มีผู้ติดเชื้อใหม่ ๓,๑๐๐ คน เสียชีวิต ๕๑ คน เป็นภาวะที่น่าตกใจในความสูญเสีย แม้ว่าทางการจะผ่อนคลายให้ศาสนสถาน วัดวาอารามสามารถจัดกิจกรรมทางศาสนา รวมคนได้ไม่เกิน ๕๐ คนก็ตาม แต่เนื่องจากสถานการณ์ยังไม่น่าไว้วางใจ วัดประยุรวงศาวาสจึงยังจัดกิจกรรมทางศาสนาในวันพระนี้ผ่านสื่อสังคมออนไลน์ เพื่อให้ท่านทั้งหลายไม่ต้องพบกับความเสี่ยง ๔ ประการ คือ **หลีกเลี่ยงคนเสี่ยง สถานที่เสี่ยง กิจกรรมเสี่ยง และโอกาสเสี่ยง** เพราะเราไม่มีทางรู้ว่า ภัยจากโควิดจะมาทางไหน เราจึงต้องหลีกเลี่ยงความเสี่ยง ๔ อย่าง ดังต่อไปนี้

**๑. คนเสี่ยง** คือคนติดโควิดหรือคนที่เราคาดว่าสัมผัสใกล้ชิดผู้ที่ติดโควิด ไม่อยู่ใกล้คนเหล่านั้น หรือถ้าเราอาศัยอยู่ในเขตที่โควิดระบาดหนัก เราก็หลีกเลี่ยงการพบคนเสี่ยงชั่วคราว

**๒. สถานที่เสี่ยง** ที่ใดมีการระบาดของโควิด ๑๙ จะเป็นคลัสเตอร์กลุ่มก้อนหรือไม่ก็ตาม ไม่จำเป็นอย่าไป ไม่ว่าจะเป็นสถานที่ใกล้บ้าน ใกล้วัด หรือเป็นเมืองก็ตาม

**๓. กิจกรรมเสี่ยง** งานที่รวมคนจำนวนมาก ไม่ว่าจะเป็นงานศพ งานฉลอง งานบวชนาค เว้นได้ก็เว้น

**๔. โอกาสเสี่ยง** งานเทศกาล อย่างเช่น วิสาขบูชาที่ผ่านมา ไม่มีการเวียนเทียนกันที่วัดนี้ และที่อื่น ๆ ทำกิจกรรมผ่านสื่อออนไลน์ เพื่อหลีกเลี่ยง





ไม่ให้เกิดประวัติศาสตร์ซ้ำรอยเหมือนวันสงกรานต์ปี ๒๕๖๔ ที่ผ่านมา เพราะ  
ไม่มีการห้ามจัดงานสงกรานต์ เป็นผลทำให้มีการระบาดของโควิดระลอกที่ ๓  
ต่อเนื่องมาจนถึงวันนี้

ตอนนี้ใกล้จะถึงเทศกาลเข้าพรรษา ต้องจัดงานนี้ด้วยความระมัดระวัง  
คือ จ้องตาไม่กระพริบ ในภาษานักมวย เขาบอกว่า การ์ดอย่าตก คือ ยก  
หมัด ๒ ช้างคอยป้องกันคาง ป้องกันจุดอ่อน ไม่ให้นักมวยคู่ต่อสู้มาชกปลาย  
คาง โควิด ๑๙ เหมือนนักมวยคู่ต่อสู้ ถ้าเราประมาท ไม่ยกการ์ดปกป้องตัว  
เอง ไม่สวมหน้ากากอนามัย ไม่ล้างมือ ไม่รักษาระยะห่างทางสังคม และไม่  
ห่างจากความเสี่ยงทั้ง ๔ ประการ อย่างนี้เรียกว่าการ์ดตก

การที่การ์ดไม่ตกอย่างเดียวไม่พอ ต้องหลบเก่งด้วย หลบสถานที่เสี่ยงและความเสี่ยงทั้งหลาย ดังที่กล่าวมา ตาจับจ้องดูว่าคนเสี่ยง กลุ่ม  
เสี่ยง กิจกรรมเสี่ยง สถานที่เสี่ยงอยู่ที่ไหน ไม่จำเป็นก็อย่าไปยุ่งในช่วงนี้ ดัง  
พุทธศาสนสุภาษิตที่ว่า “สงเกยย สงกิตพฺพานิ พิงระเวงสิ่งทีควรระเวง  
รกุเขยยานาคดี ภยั ระวังภัยที่ยังมาไม่ถึง” ความระวังระเวงนี้เรียกว่า  
ความตระหนกโดยไม่ตระหนก เพียรรักษาความปลอดภัยให้กับตัวเอง  
ครอบครัว หมู่บ้าน และประเทศของเรา ตาจับจ้องดูภัยที่อาจจะมาถึง เรียกว่า  
จ้องตาไม่กระพริบ

การจับจ้องเป็นการเพ่งพินิจ ไม่ใช่จ้องอย่างอาฆาตมาดร้าย ระเวง  
จนเกินไป แต่เป็นการจับจ้องหรือเพ่งพินิจด้วยปัญญา เป็นการผ่อนคลายเป็น  
ด้วย ไม่ใช่เป็นโรคประสาทเพราะระเวงเกินไป แค่อใจเจ็บคอนิดหน่อยก็คิด  
ว่าตนเป็นโควิดไปแล้ว การเพ่งพินิจที่ถูกต้องทำให้เกิดปัญญา ดังพระบาลี

ฉานกถา ว่าด้วยการเพ่งพินิจ  
(ในสถานการณ์โควิดระลอกที่ ๓)



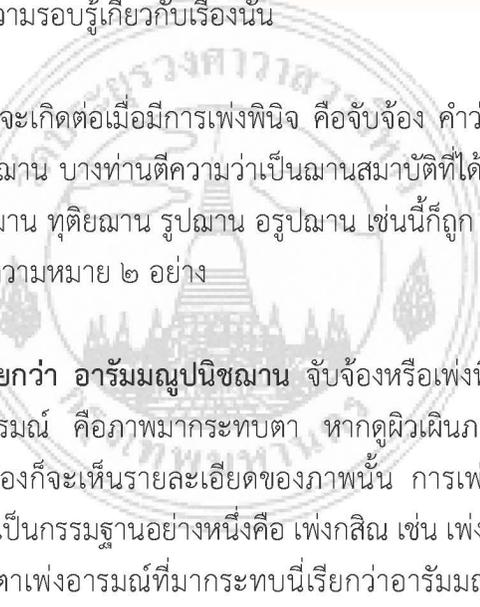


นิกเขปบทที่ยกไว้ ณ เบื้องต้นว่า “นตฺถิ ปณฺญา อณฺายโน ปญฺญาคือความรอบรู้ ไม่เกิดมีแก่ผู้ไม่ฟังพินิจ” คือผู้ที่ไม่จับจ้องฟังพินิจพิจารณา ฟังเทศน์วันนี้หากไม่ตั้งใจจับจ้องติดตามทุกประโยค ทุกคำพูด ปัญญาคือความรอบรู้เกี่ยวกับเรื่องที่เทศน์วันนี้จะไม่สมบูรณ์ จะตกหล่นหายไป เพราะใจลอยไปที่อื่น การจับจ้องสิ่งใดแสดงว่าเราไม่วอกแวกในสิ่งนั้น ที่เรียกว่าจ้องตาไม่กระพริบ เราสนใจเรื่องใด จะจ้องดูอย่างละเอียด ติดตามเรื่องนั้นอย่างต่อเนื่องก็จะเกิดปัญญา คือความรอบรู้เกี่ยวกับเรื่องนั้น

ฉะนั้น ปัญญาจะเกิดต่อเมื่อมีการฟังพินิจ คือจับจ้อง คำว่า ฟังพินิจตรงกับภาษาบาลีว่า ฌาน บางท่านตีความว่าเป็นฌานสมาบัติที่ได้จากการนั่งกรรมฐาน เช่น ปฐมฌาน ทุติยฌาน รูปฌาน อรูปฌาน เช่นนี้ก็ถูก แต่ฌานคือการฟังพินิจในที่นี้มีความหมาย ๒ อย่าง

อย่างที ๑ เรียกว่า อารัมมณฺุปนิชฌาน จับจ้องหรือฟังพินิจสิ่งที่มีมากระทบเรา เมื่อรูปรารมณฺ์ คือภาพมากระทบตา หากดูผิวเผินภาพจะไม่ชัด หากเราฟังพินิจจับจ้องก็จะเห็นรายละเอียดของภาพนั้น การฟังดูภาพนั้นนานราว ๔ - ๕ นาที เป็นกรรมฐานอย่างหนึ่งคือ ฟังกสิณ เช่น ฟังเทียน หรือ ฟังอะไรก็ได้แล้วแต่ ตาฟังอารมณ์ที่มากระทบนี้เรียกว่าอารัมมณฺุปนิชฌาน

ขณะฟังเสียง หูก็จับอยู่กับเสียงนั้นเสียงเดียว นี่ท่านเรียกว่า ฌานคือฟังเรื่องเดียว ฟังเทศน์ก็ฟังอย่างเดียว ต่อให้มีเสียงอื่นมารบกวนก็ไม่สนใจ ตาดู หูฟัง มือสัมผัสอะไรก็ตาม สงใจไปจับจ้องจดจ่ออยู่กับเรื่องนั้น ท่านเรียกว่า ฟังอารมณ์ให้เกิดความสงบ ถ้าเราคิดฟังชานเรื่องอื่นแล้วอยากให้ใจสงบก็ต้องการอะไรมาฟังดู จะเป็นต้นไม้ สายน้ำ ชื่นชมกับความงามของกระแสน้ำ





เรามีความสุขสงบ สัมปัญหาทั้งหลายเพราะใจนิ่งสงบอยู่กับสิ่งที่เพิ่งเฉพาะ  
หน้า

บางท่านนอนไม่หลับกลางคืน เปิดดูโทรทัศน์หรือฟังเทปธรรมะ ส่งใจ  
ตามกระแสของธรรมะที่พระบรรยาย ไม่ฟังชานไปคิดถึงปัญหาชีวิตในรอบวัน  
ที่ผ่านมา สักพักก็หลับ นี่คือผลของฌานประเภทที่ ๑ สร้างความสงบ เรียกว่า  
อารมณ์อุปนิชฌาน เพราะฉะนั้นการเข้าวัดทำบุญช่วยให้ลืมเรื่องก่อกวน ขุ่นข้อง  
หมองใจ เข้าไปในวัดแล้วมีบรรยากาศที่ทำให้เราเพิ่งพินิจแล้วเกิดความสงบ  
นั่งฟังพระพุทธรูป จิตรกรรมฝาผนัง ฟังเสียงกระดิ่ง ระฆัง หรืออะไรก็ได้แล้ว  
แต่ จิตเป็นสมาธิผ่องคลายแล้วเกิดความสงบ

ในสถานการณ์โควิดนี้ เรามีความวุ่นวายจิตใจ อ่านข่าว ฟังข่าวแล้ว  
กลัดกลุ้ม หัดพักใจเสียบ้างด้วยการเพิ่งใจไปยังเรื่องที่ทำให้เราสบายใจ คิดถึง  
สถานที่หรือคนที่ทำให้เรามีความสุข ท่านเรียกว่า ฌานที่สร้างความสงบ คน  
ญี่ปุ่นถนัดในการใช้การเพิ่งพินิจในชีวิตประจำวัน

การเพิ่งพินิจของคนญี่ปุ่น ภาษาบาลีเรียกว่า “ฌาน” คนญี่ปุ่นเรียก  
ว่า “เซน” พระพุทธศาสนิกายเซนของญี่ปุ่น คือการนำเอาฌานหรือการ  
เพิ่งพินิจไปใช้ในทุกกิจกรรมที่ทำประจำวัน ทำอย่างช้า ๆ มีสมาธิ เช่น ชงชา  
อย่างมีสมาธิ ใครได้ไปร่วมพิธีชงชาของญี่ปุ่น ต้องยอมรับว่าไม่ใช่เรื่องสุขเอา  
เผากิน คนชงชาจะมีสมาธิเพิ่งพินิจกับชาที่ชง การจัดดอกไม้ก็จะมีการเพิ่งไม่  
วอกแวก ดอกไม้ที่จัดจึงสวยงาม สินค้าของญี่ปุ่นใส่ใจเรื่องหีบห่อบรรจุภัณฑ์  
ไม่ว่าจะเป็นกล่องบรรจุอาหารญี่ปุ่น ภาชนะทุกอย่าง แม้กระทั่งห่อใส่ขนม  
ทำสวยงาม เพราะในชีวิตประจำวันพวกเขาเพิ่งพินิจจนเกิดสุนทรียะ คือ

ฌานกถา ว่าด้วยการเพิ่งพินิจ  
(ในสถานการณ์โควิดระลอกที่ ๓)





ความงาม ผ่อนคลายเมื่อไปวัดดูสวนญี่ปุ่น มีเมล็ดทรายกระจายอยู่ในสวน มีก้อนหินและบอนไซ แค่นั้น เรียบง่ายงดงาม ไม่มีอะไรมากมายที่ทำให้คนวอกแวกในสวนญี่ปุ่น เขาต้องการให้ฟังพินิจ แม้กระทั่งในศิลปะการต่อสู้ไม่ว่าจะเป็นซูโม่ ยูโด ซามูไรสมัยโบราณ ล้วนใช้การฟังพินิจทั้งนั้น ที่ทำมานพั่งพินิจ ก็เพื่อให้เกิดความสงบใจ

ดังกรณีที่ซามูไรคนหนึ่งไปวัดญี่ปุ่นเพื่อจะไปเรียนศาสนาแบบเซน นักดาบซามูไรคนนี้ใจร้อน โยโสโอหัง เขาเดินสวนทางกับอาจารย์เจ้าพิธีชงชา ก็ไม่หลบ กระแทกไหล่ใส่กัน อาจารย์เจ้าพิธีชงชาไม่ทันสังเกต ไม่นึกว่าในวัดจะมีคนเดินถือดาบซามูไรมา ก็เกิดกระทบกระทั่งกัน นักดาบซามูไรโกรธมาก หาว่าหมิ่นศักดิ์ศรี อย่างนี้ถือว่าทำทนาย เขาทำดวลดาบกับอาจารย์ชงชาคนนั้น จะขอโทษเขาก็ไม่ยอม เขากำหนดดวลดาบซามูไรในวันรุ่งขึ้น

อาจารย์เจ้าพิธีชงชาฟันดาบไม่เป็นแต่ก็ต้องรับคำท้า เขากลับเข้าวัดไปปรึกษาหลวงพ่อาจารย์เซน อดีตเคยเป็นนักดาบซามูไรก่อนบวช ปรึกษาว่าทำอย่างไรจึงจะสู้กับนักดาบซามูไรตัวจริงได้ ปรึกษาไปถึงชงชาถวายท่านไปด้วย

หลวงพ่อาจารย์เซนนั่งดูเจ้าพิธีพิธีชงชาที่กำลังชงชาถวายท่าน เห็นความสงบในสีหน้า ความมีสมาธิพั่งพินิจในขณะที่ชงชา หลวงพ่จึงแนะนำว่า ฟุ้งนี้เวลาดวลกัน จงวางสีหน้าเรียบเฉยแบบที่ท่านกำลังทำด้วยการพั่งพินิจในขณะที่ชงชาถวายพระ มีสติสมาธิทุกขณะ ดุสงบนิ่ง ยกดาบซามูไรขึ้นบนศีรษะเพื่อจ้องจะฟัน ให้คิดถึงขณะที่กำลังชงชา ใจเคยนิ่งขณะชงชาอย่างไร ให้คิดอย่างนั้น แม้ขณะนั้นเป็นวาระแห่งความเป็นความตาย ไม่ต้อง



คิดถึงเรื่องอื่น คิดแต่เรื่องชงชาขณะยกดาบชามูไรไว้เหนือศีรษะ เตรียมพร้อมที่จะฟันออกไป

พอรุ่งขึ้นเจ้าพิธีชงชาไปถึงสถานที่นัดควดาบ นักชามูไรก็ชักดาบออกมา จับจ้องไปที่เจ้าพิธีชงชา ฝ่ายเจ้าพิธีชงชาก็ยกดาบชามูไรชูไว้เหนือศีรษะส่งใจนึกถึงการชงชาที่ตัวเองชอบ สีหน้านิ่งสงบ เหมือนกับอยู่ในพิธีชงชา เขาถือดาบยี่หนึ่ง สีหน้าเรียบเฉยในขณะแห่งความเป็นความตาย เวลาผ่านไปสักพักใหญ่ นักดาบชามูไรจ้องไปที่สีหน้าอันเรียบเฉยของเจ้าพิธีชงชา ใจเขาสงบตามไปด้วย เมื่อฝ่ายหนึ่งสงบจึงไม่กระตุ้นความโกรธเกลียด กลับมีพลังจูงใจให้อีกฝ่ายหนึ่งเกิดความสงบไปด้วย พอจิตสงบและซาบซึ้งในสีหน้าอันเรียบสงบของเจ้าพิธีชงชา นักดาบชามูไรได้รับกระแสแห่งความชุ่มเย็น เขาค่อยๆ วางดาบลง โคนศีรษะค้ำนับแล้วหยิบดาบเดินจากไปด้วยความนับถือ นี่เรียกว่า ใช้ความสงบ สยบความเคลื่อนไหว

ในสภาวะที่เป็นวิฤกตติหัตถ์แล้วหัตถ์ต่อแห่งความเป็นความตาย ถ้าใจเราเพ่งพินิจเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ไม่ใส่ใจกับปัญหาอุปสรรคขณะนั้น จิตของเราจะสงบและทำให้เกิดปัญญาว่าจะหาทางออกอย่างไร จะเอาชนะอย่างไร จะเกิดความตระหนักโดยไม่ตื่นตระหนก เพราะเราฝึกเพ่งพินิจ นี่คือการใช้ธรรมะในชีวิตประจำวัน เรามาสวดมนต์ที่วัด เมื่อกลับไปบ้านเจอรถติด แทนที่จะนั่งอยู่ในรถเฉย ๆ เราก็กสวดมนต์ในใจไปด้วย เคยนั่งกรรมฐานภาวนานานอยู่แต่ในบ้าน แต่เมื่อต้องไปประชุมในสถานที่ ที่มีคนทะเลาะกันก็ภาวนาในใจไปด้วย ไม่ทิ้งการเพ่งพินิจ ทำอย่างนี้แล้วชีวิตจะเปลี่ยน ต่อให้มีโคโรนาไวรัส เราก็สามารถนึกถึงบทสวดมนต์ หรือสิ่งดีงาม ใช้กรรมฐานคุ้มครองใจด้วยการเพ่งพินิจ

ฉานกถา ว่าด้วยการเพ่งพินิจ  
(ในสถานการณโคโรนาที่ ๓)





ถามว่า เหตุใดคนเรามักฟังพินิจไม่ค่อยได้ ในสถานการณ์ต่างๆ เรา  
 อยากจะฟังพินิจ แต่ใจเกิดการวอกแวก ไม่เกิดความรับรู้ ด้วยปัญญา ตอบ  
 ว่า เพราะการฝึกฝนยังไม่ถูกจุด เราต้องฝึกใจให้ฟังพินิจในสิ่งที่ชอบเป็นเบื้องต้น  
 ท่านเรียกการฟังพินิจในสิ่งที่ชอบนี้ว่า ฉันทสมาธิ แปลว่า สมาธิที่เกิดจาก  
 ฉันทะคือความชอบใจ

คนเราชอบเรื่องใด จะฟังพินิจเรื่องนั้นได้นาน เราชอบคนไหน จะคุย  
 และมองหน้าเขาได้นาน ชอบนักร้องคนใด จะฟังเพลงหรือชมคอนเสิร์ตของ  
 เขาได้นาน ชอบวิชาไหน จะเรียนวิชานั้นได้นาน ชอบธรรมชาติของใคร ก็  
 จะศึกษาธรรมชาติของเขาได้นาน แต่หากว่าใจไม่ชอบ เราจะฟังพินิจได้ยาก  
 ดังนั้น เราต้องฝึกใจให้ชอบคือมีฉันทะ แล้วการฟังพินิจจะตามมา ฟังพินิจใน  
 เรื่องที่ชอบก่อน และเมื่อฟังพินิจแล้ว ปัญญาจะตามมา ดังมีกรณีที่เกิดขึ้นใน  
 กรุงนิวยอร์ก ประเทศสหรัฐอเมริกา

ชายสองคนเป็นเพื่อนกัน คนหนึ่งมาจากบ้านนอก อีกคนเป็นคนในเมือง  
 ทั้งสองคนเดินไปตามถนนในเวลากลางวัน รถก็วิ่งไปมาตามถนน ชาย  
 บ้านนอกเป็นคนอินเดียแดง เป็นคนพื้นเมือง ขณะที่ชายบ้านนอกเดินคุยไป  
 กับเพื่อนชาวกรุง เขาหยุดเดินแล้วถามว่า “ได้ยินเสียงจิ้งหรีดร้องใกล้ทางเดิน  
 หรือไม่”

คนในเมืองตอบว่า “ไม่ได้ยิน มีแต่เสียงรถแล่นไปมา”  
 คนอินเดียแดงบอกว่า “แถวนี้มีจิ้งหรีดเพราะผมได้ยินเสียงร้อง”  
 คนบ้านนอกเดินไปตามเสียงร้องนั้นแล้วพบจิ้งหรีดจริงๆ





คนในเมืองรู้สึกอัศจรรย์ใจถามว่า “เหตุใดคุณจึงได้ยินเสียงจิ้งหรีด ซึ่งผมไม่ได้ยินเลย”

คนอินเดียแดงตอบว่า “ขึ้นอยู่กับที่ว่าคุณให้ความสนใจจิ้งหรีดหรือเปล่า ถ้าคุณเห็นว่าจิ้งหรีดสำคัญ คุณจะได้ยินเสียงมันเอง ถ้าใจชอบเรื่องไหน คุณจะได้ยินเรื่องนั้น ไม่เชื่อจะทดลองให้ดู”

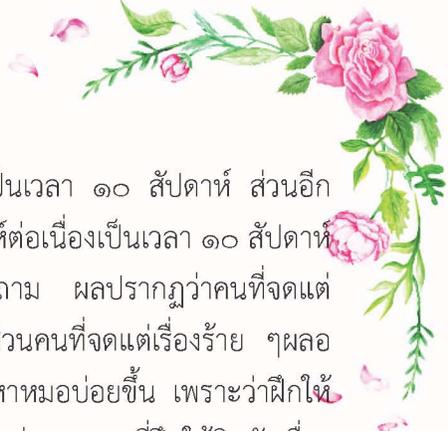
พวกเขาพากันเดินไปบริเวณที่มีไฟฟ้าส่องสว่างหน้าห้างสรรพสินค้า ชายบ้านนอกหีบเหรีญ ๒๕ เซนต้ออกมาจากกระเป๋า ๒ - ๓ เหรีญ และโยนเหรีญไปบนพื้น ซึ่งขณะนั้นมีเสียงคนกำลังคุยกัน อีกทั้งมีเสียงรถ เสียงบีบแตรเยาะแยะไปหมด ไม่น่าที่จะมีใครได้ยิน แต่พอมีเหรีญ ๒ - ๓ เหรีญ หล่นกระทบพื้น ตาของคนที่ได้เดินผ่านหันมามองว่าเงินตกที่ไหน เพราะว่าในใจของคนในเมืองมีแต่เรื่องเงิน พอได้ยินเสียงอย่างนี้ก็รู้ว่าเป็นเสียงเงินทันที แต่คนอินเดียแดงเป็นคนบ้านนอก ชอบฟังแต่เสียงจิ้งหรีด เสียงนก ร้อง เขาจึงได้ยินเสียงจิ้งหรีด คนในเมืองได้ยินเสียงเงินตก เราให้คุณค่ากับเรื่องใด ใจก็จะจับจ้องกับเรื่องนั้น ดังคำประพันธ์ที่ว่า

“สองคนยลตามช่อง คนหนึ่งมองเห็นโคลนตม  
อีกคนตาแหลมคม เห็นดวงดาวอยู่พรวยพราย”

คนเห็นโคลนตมเพราะจับจ้องแต่เรื่องไม่ดี เขามองโลกในแง่ร้าย ส่วนอีกคนหนึ่งมองโลกในแง่ดีจึงเห็นดวงดาว เขาชื่นชมสิ่งดีงาม มองไปทางไหน ก็เห็นแต่เรื่องดีงาม มีความสุขทุกวัน ดังกรณีที่อาจารย์วิชาจิตวิทยาแห่งมหาวิทยาลัยที่แคลิฟอร์เนียได้ส่งนักศึกษากลุ่มหนึ่งให้จดบันทึกแต่เรื่องดี ๆ

มานานกว่าด้วยการเพ่งพินิจ  
(ในสถานการณ์โควิดระลอกที่ ๓)





ที่เกิดขึ้นจำนวน ๓ เรื่องต่อสัปดาห์ต่อเนื่องเป็นเวลา ๑๐ สัปดาห์ ส่วนอีกกลุ่มหนึ่งให้บันทึกเรื่องที่ไม่ดี ๓ เรื่องต่อสัปดาห์ต่อเนื่องเป็นเวลา ๑๐ สัปดาห์ เมื่อครบเวลาที่กำหนด อาจารย์เรียกมาสอบถาม ผลปรากฏว่าคนที่จดแต่เรื่องดี ๆ มีความสุขมากขึ้น สุขภาพดีขึ้น ส่วนคนที่จดแต่เรื่องร้าย ๆ ล้อออกมาว่า สุขภาพจิตแย่ง มีทุกข์มากขึ้น ไปหาหมอบ่อยขึ้น เพราะว่าฝึกให้ชินกับเรื่องร้าย ๆ จึงเพิ่งพินิจแต่เรื่องร้าย ๆ ต่างจากคนที่ฝึกให้ชินกับเรื่องดี ๆ สุขภาพจิตดีขึ้น การพินิจเรื่องดี ๆ ทำให้เกิดความสงบสุข นี้เรียกว่า ฆานประเภทที่ ๑ คือ อารัมมณูปนิชฌาน พังพินิจผัสสะที่มากกระทบที่ทำให้เราเกิดความสงบ

**ฆานประเภทที่ ๒** เรียกว่า **ลักขณูปนิชฌาน** แปลว่า พังพินิจไปที่ลักษณะร่วมของสิ่งทั้งหลาย ไม่ได้พังเรื่องเดียว แต่เพียงหลายเรื่องเพื่อหาแก่นแห่งความจริง เวลาฟังคนพูดเกี่ยวกับเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หากเราฟังอยู่เรื่องเดียวไม่สนใจเรื่องอื่น เรียกว่า อารัมมณูปนิชฌาน พังเพื่อให้เกิดความสงบ แต่ถ้าฟังเรื่องเดียวกันจากหลาย ๆ คน แล้วดึงข้อมูลที่พวกเขาพูดเอามาสรุปเป็นสาระสำคัญ เราเกิดปัญญามากขึ้น นี้เรียกว่า **ลักขณูปนิชฌาน** ที่ไม่ได้มุ่งให้เกิดความสงบ แต่มุ่งให้เกิดความเข้าใจ ความตระหนักรู้ อย่างเช่นเราดูข่าวเรื่องโควิดระบาด เราไม่ได้ดูแต่ข่าวในประเทศไทย เราดูข่าวประเทศเพื่อนบ้าน ในอังกฤษ อเมริกา แล้วหาจุดร่วมว่า มันระบาดเพราะอะไร และสงบลงเพราะอะไร เพราะการฉีดวัคซีนหรือเพราะวิถีชีวิตใหม่ เราจะได้ข้อสรุปเป็นวิธีปฏิบัติที่ถูกต้องในสถานการณ์โควิด นี้เรียกว่า พังพินิจแล้วได้ปัญญา เวลาที่ฟังพระเทศน์หลายเรื่อง เราสรุปเอามาเป็นแก่นในการปฏิบัติ นี้เรียกว่า **ลักขณูปนิชฌาน** คนที่พังพินิจในเรื่องใดก็จะได้ปัญญาในเรื่องนั้น



ใครๆก็เคยเห็นผลไม้หล่นจากต้น แต่ไม่ได้เฟ่งพินิจ แต่คนคนหนึ่งนั่ง  
จ้องดูลูกแอปเปิ้ลที่ตกลงมา จากต้นแอปเปิ้ลหลายต้นแล้วเก็บเอาไปเฟ่ง  
พินิจเพื่อตอบคำถามว่า ทำไมลูกแอปเปิ้ลจึงตกลงมาเขาเฟ่งพินิจพิจารณาจน  
ได้บทสรุปว่า เพราะกฎแรงโน้มถ่วงของโลกดึงให้ตกลงมา และไม่ใช่ว่า  
แอปเปิ้ลที่ตกลงมา สิ่งของทุกอย่างก็ตกลงมาเช่นกัน เขาจึงสรุปว่าเป็นเพราะ  
แรงโน้มถ่วง ชายคนนี้เป็นคนแรกที่ค้นพบกฎแห่งแรงโน้มถ่วงของโลก เขาเป็น  
นักวิทยาศาสตร์ที่ยิ่งใหญ่ ชื่อว่า “ไอแซก นิวตัน”

ปัญญาทางวิทยาศาสตร์มาจากการเฟ่งพินิจ > เกิดจากการติดตามเฝ้า  
มองเหมือนเฟ่งกลืน อเล็กซานเดอร์ เฟลมมิงผู้ค้นพบเพนิซิลลินก็ทำแบบ  
เดียวกัน ก่อนออกเดินทางไปพักร้อนนอกเมือง เขาว่างลาดเพาะเลี้ยงเชื้อไว้  
บนม้านั่งที่มุมห้อง เมื่อกลับมาเขาพบว่ามิดลาดเพาะเชื้ออันหนึ่งเกิดการปน  
เปื้อนด้วยเชื้อรา และในบริเวณที่เชื้อราเกิดขึ้นนั้นแบคทีเรียถูกทำลายไป เขา  
ได้นำลาดเพาะเชื้อชิ้นนั้นไปเพาะเลี้ยงต่อ แล้วพบว่าเชื้อรานั้นได้ฆ่าแบคทีเรีย  
ที่ก่อให้เกิดโรคหลายชนิด เขาได้ตั้งชื่อสารนั้นว่า “เพนิซิลลิน” ถ้าเขาไม่เฟ่ง  
พินิจ แต่กลับนำเอาลาดที่ใส่เชื้อราไปล้างเหมือนคนทั่วไป ก็จะไม่มีการค้นพบ  
เพนิซิลลิน ถ้าไม่มีการเฟ่งพินิจ จะไม่เกิดปัญญาและจะไม่มีการค้นพบทาง  
วิทยาศาสตร์

ลักษณะปนิชมาน เป็นการเฟ่งหาลักษณะร่วมหรือสามัญลักษณะใน  
ทางวิทยาศาสตร์ซึ่งทำให้ค้นพบกฎวิทยาศาสตร์ ถ้าเป็นทางธรรม เรียกว่าเฟ่ง  
พินิจแล้วได้เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ดังที่  
พระพุทธเจ้าตรัสสอนท่านโมฆราชว่า “สุญญโต โลกํ อเวกขสฺสุ โมฆราช สทา  
สโต” แปลว่า “โมฆราช เธอจะมีสติทุกเมื่อ มองโลกหรือเฟ่งพินิจโดยความ

มานกถา ว่าด้วยการเฟ่งพินิจ  
(ในสถานการณ์โควิดระลอกที่ ๓)





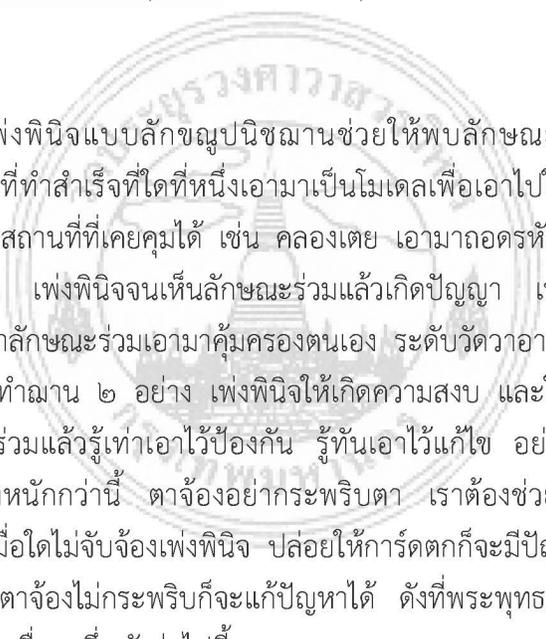
เป็นของว่าง” คำว่า ว่าง หมายถึง ว่างจากแก่นสาร สาระ เฟ่งความว่างมาก ๆ ในที่สุดก็เห็นสรรพสิ่งเป็นความว่าง ไม่มีอะไรจะต้องยึดมั่นเป็นตัวฉัน ของฉัน รู้แล้วละ รู้แล้ววาง บรรลุดธรรม ดับทุกข์

**ลักษณะปนิชฌาน** การเฟ่งพินิจหาลักษณะร่วมทำให้เกิดปัญญาทั้งในทางวิทยาศาสตร์ และเกิดปัญญาในทางธรรมใช้แก้ปัญหาชีวิตได้ คนไม่มีการเฟ่งพินิจแก้ปัญหาไม่ได้ เพราะตื่นตระหนก ไม่เกิดความตระหนัก ตัดโควิดโดยไม่รู้ตัว เพราะไม่มีการเฟ่งพินิจถึงทางมาของโควิดที่มาติดตัวเขา เมื่อถูกถามถึงไหม้ไลน์ว่าไปไหนมาบ้างก็ไม่รู้ แสดงว่าไม่ได้ระมัดระวังว่ามีความเสี่ยงที่ไหน มีกิจกรรมเสี่ยงที่ใด แต่ถ้าเป็นคนที่ไม่เฟ่งพินิจ เขาจะระมัดระวัง ก็จะไม่ติดโควิด และหากติดโควิดแล้วก็จะกันไม่ให้ลูกหลานแพร่เชื้อไปติดคนอื่น เขาจำกัดความเสียหายได้ เพราะมีไหม้ไลน์ว่าไปติดมาจากใคร ก็พาคนกลุ่มนั้นไปกักบริเวณ ถ้าหาไหม้ไลน์ไม่ได้ ก็ไม่รู้ว่าจะไปคุมที่ไหน พอไม่มีไหม้ไลน์ก็ติดกันมโหฬาร สืบไม่ได้ว่าคนแรกไปติดมาจากที่ใด

การเฟ่งพินิจทำให้รู้เท่าเอาไว้ป้องกัน รู้ทันเอาไว้แก้ไข เกิดการระมัดระวังไม่ให้นักงานในโรงงานนี้นำเอาเชื้อโควิดไปแพร่ให้โรงงานอื่น ตอนนี้โควิดลูกกลมไปทั่ว ไม่ติดกันเฉพาะในกลุ่มคนที่ใช้แรงงาน แสดงว่าไม่ได้มีการกักตัวกันอย่างเข้มงวด โควิดก็แพร่ไปติดชาวบ้าน และสมาชิกในครอบครัว เมื่อขาดการเฟ่งพินิจ ขาดการติดตามอย่างต่อเนื่องว่า คน ๆ หนึ่งไปไหนมาบ้าง จึงแพร่ไปติดคนจำนวนร้อย กลายเป็นคลัสเตอร์ใหม่อยู่เรื่อยๆ ตอนนี้ทางการไม่นิยมทำลักษณะปนิชฌาน เพื่อหาลักษณะร่วมกันของการติดโควิดแต่ละแห่งว่ามีลักษณะอย่างไร เป็นสายพันธุ์อะไร ติดมาจากไหน ปีที่แล้วคนไทยติดโควิดน้อย เพราะเป็นเชื้อสายพันธุ์ที่มาจากจีน ต้นปีนี้ติดโควิดมากขึ้น



เพราะเป็นสายพันธุ์ G ในระลอกที่ ๒ ตอนนี้เป็นระลอกที่ ๓ เชื้อผ่านมาจาก กัมพูชา เป็นสายพันธุ์อังกฤษ ซึ่งดูมากกว่า แพร่ได้เร็วกว่า ภายใน ๒ - ๓ เดือน สายพันธุ์อังกฤษยึดประเทศไทยไปแล้ว คนติดโควิดสายพันธุ์อังกฤษ คิดเป็น ๘๐ เปอร์เซ็นต์ของคนติดเชื่อทั้งหมด สายพันธุ์นี้แพร่ได้เร็วกว่าเดิม รุนแรงกว่าเดิม คนตายมากกว่าเดิม ต่อไป สายพันธุ์อินเดียกำลังจะเข้ามา ในอีก ๒ สัปดาห์ สายพันธุ์นี้หนักกว่าสายพันธุ์อังกฤษ ติดไวกว่า และรุนแรงกว่า



การเพ่งพินิจแบบลักขณุปนิชฌานช่วยให้พบลักษณะร่วมในการ ควบคุมโควิดที่สำเร็จที่ใดที่หนึ่งเอามาเป็นโมเดลเพื่อเอาไปใช้ที่อื่น การ หาโมเดลจากสถานที่ที่เคยคุมได้ เช่น คลองเตย เอามาถอดรหัส เรียกว่าลัก ขณุปนิชฌาน เพ่งพินิจจนเห็นลักษณะร่วมแล้วเกิดปัญญา เพ่งให้พบแก่น สาระ แล้วหาลักษณะร่วมเอามาคุ้มครองตนเอง ระดับวิวัฒนาการก็ทำแบบ เดียวกัน คือทำมาน ๒ อย่าง เพ่งพินิจให้เกิดความสงบ และให้เกิดปัญญา เห็นลักษณะร่วมแล้วรู้เท่าเอาไว้อป้องกัน รู้ทันเอาไว้อแก้ไข อย่าให้สายพันธุ์ อินเดียเข้ามาหนักกว่านี้ ตาจ้องอย่ากระพริบตา เราต้องช่วยกันคุ้มครอง บัองกัน ถ้าเมื่อใดไม่จับจ้องเพ่งพินิจ ปล่อยให้การ์ดตกก็จะมีปัญหา แต่หาก การ์ดไม่ตก ตาจ้องไม่กระพริบก็จะแก้ปัญหาได้ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสเล่าไว้ในนิทานชาดกเรื่องหนึ่ง ดังต่อไปนี้

ในป่าหิมพานต์มีลิงอยู่ฝูงหนึ่ง หัวหน้าฝูงเป็นลิงตัวผู้ชื่อจฉา ถ้ามีลูกลิง เป็นตัวเมียจะเลี้ยงเอาไว้มาระดับบารมี เป็นแม่พันธุ์ต่อไป แต่ถ้ามีลูกลิงตัวผู้ หัวหน้าฝูงจะจับตอหนวดด้วยการกัตัวอย่างวะเพศของลูกลิงตัวผู้ ทำอย่างนี้จน ได้ครองฝูงมานาน ต่อมาแม่ลิงตัวหนึ่งคลอดลูกเป็นตัวผู้ กลัวลูกลิงจะถูกตอ

ฉานกถา ว่าด้วยการเพ่งพินิจ  
(ในสถานการณ์โควิดระลอกที่ ๓)



ก็แอบพาไปซ่อนเลี้ยงไว้จนลูกสิงโตเป็นหนุ่ม หาผลไม้กินเองได้ แข็งแรงกำยำ ลูกสิงทามแม่ถึงว่า ใครเป็นพ่อ แม่ก็บอกว่า สิงจำฝูงที่ตั้งไม้้นั้นคือพ่อของเจ้า ลูกสิงจึงขอให้แม่พาไปพบพ่อสิงจำฝูงนั้น แม่สิงก็พาไปพบพ่อสิง เมื่อไปถึง แม่สิงแนะนำว่า นี่คือลูก ไปเติบโตที่อื่น ตอนนี้อากเห็นหน้าพ่อจึงพามาพบ

ความอิจฉาริษยาของจำฝูงเกิดขึ้นจึงบอกให้ลูกสิงเข้ามาหา พ่อลูกสิงเข้ามาใกล้ๆ พ่อสิงก็โอบรัดตัวลูกหวังจะให้กระดูกแตกเหล็กลาญ แต่ลูกสิงตัวนี้เป็นสิงโพธิสัตว์ มีร่างกายแข็งแรง ใช้กำลังโอบรัดพ่อสิงจนแทบหายใจไม่ออกจนพ่อสิงต้องปล่อยและนึกในใจว่า นี่เป็นสิงรุ่นหลัง เก่งกว่าเรา ถ้าหากอยู่ในฝูงมันต้องยึดอำนาจแน่นอน จึงออกอุบายว่า พ่ออยากจะทำเจ้าเป็นทายาทสืบต่อการปกครองฝูงสิง แต่เจ้าต้องแสดงความสามารถด้วยการไปเอาดอกบัวในสระ ๑๐ ดอกมาทำพิธีแต่งตั้งเป็นทายาท เพื่อเป็นเจ้าฝูงสิงต่อไป

สิงหนุ่มไปที่สระน้ำในป่าลึก ตอนแรกนึกดีใจว่าพ่อสิงจะให้เป็นจำฝูงแทน พอไปเห็นสระน้ำ ฟังพินิจดูก็พบว่า ในสระน้ำมีดอกบัวหลายชนิด นำลงไปดื่มแล้วเด็ดดอกบัว แต่เมื่อฟังดูสิ่งแวดล้อมรอบสระแล้วเกิดความสงสัยว่าทำไมไม่มีสัตว์อื่นมากินน้ำ น้ำเป็นพิษหรือไม่ แต่ก็มีปลาว่ายน้ำจึงไม่น่าจะเป็นพิษ สิงหนุ่มมองเห็นรอยเท้าสัตว์เดินลงสระ แต่ไม่มีรอยเท้าขึ้นจากสระ คาดว่าในสระนี้อาจมีกระซู่หรือสัตว์ร้ายที่ดักกินสัตว์ที่ลงไปกินน้ำ นั่นแสดงว่าพ่อสิงต้องการจะให้สัตว์ร้ายที่อยู่ในสระฆ่าเราแทน พ่อจึงออกอุบายให้เราไปเก็บดอกบัว

สิงหนุ่มฟังพินิจเห็นรอยเท้าสัตว์เอามาปะติดปะต่อกัน ทำให้เกิดลักขณูปนิชฌาน มองเห็นความเชื่อมโยงของสถานการณ์ สรุปได้ด้วยปัญญา





ว่า พ่อลิ่งทำที่เป็นหวังดีแต่ประสงค์ร้าย ให้มาเก็บดอกบัวเพื่อที่จะให้ตนตาย พอรู้เท่ารู้ทันแล้ว จึงยืนอยู่ริมสระ เอื้อมมือไปเด็ดดอกบัวได้ ๒ ดอก แต่ว่า ไม่มีดอกบัวเหลืออยู่ริมสระ จึงหามุมสระที่แคบแล้วก็โดดจากมุมสระหนึ่งไป ยังอีกมุมสระหนึ่ง ในจังหวะที่โดดไปนั้นก็เก็บดอกบัวไปด้วย โดยที่ไม่ลงสระ น้ำเลย เก็บดอกบัวได้ ๑๐ ดอกนำมากองไว้ริมสระ ภูมิใจในความสำเร็จของตัวเอง

ทันใดนั้นก็มิตัวประหลาดโผล่ขึ้นจากสระน้ำ รูปร่างน่าเกลียดน่ากลัว เป็นยักษ์อาศัยอยู่ในน้ำเรียกว่า รากษส สุนทรภู่เรียกว่าผีเสื้อสมุทร คือยักษ์ในทะเล ถ้าเป็นยักษ์ในสระน้ำเรียกว่า ผีเสื้อน้ำ รูปร่างคล้ายคน มีเขี้ยวโจ่ง ตัวดำใหญ่ โดดขึ้นจากสระน้ำมายืนบนฝั่งแล้วประนมมือคารวะ กล่าวว่ำนับถือท่าน ไม่เคยมีใครเอาดอกบัวไปได้เป็นกำอย่างท่าน ท่านมีปัญญาสามารถเก็บได้ดอกบัวโดยไม่ต้องเสียชีวิตเหมือนสัตว์อื่น

ลิ่งหนุ่มกล่าวตอบว่า “นั่นเพราะเราเพ่งพินิจ ถ้าเราไม่เพ่งพินิจก็ไม่มีปัญหาพอที่จะเอาดอกบัวไปได้”

ผีเสื้อน้ำฟังแล้วก็ถามว่า “ท่านจะเอาดอกบัวไปทำอะไร”

ลิ่งหนุ่มตอบว่า “เอาไปทำพิธีตั้งเราเป็นทนายทปครองฝูงลิง”

ผีเสื้อน้ำบอกว่า “ถ้าเป็นเช่นนั้น ท่านไม่ต้องหอบดอกบัวทั้งหมดไป เราจะถือไปให้” ว่าแล้วก็หอบดอกบัวเดินตามหลังลิงหนุ่มไป พอเข้าใกล้ฝูง ลิงจำฝูงผู้เป็นพ่อเห็นลูกลิงไม่ตายและยังให้ผีเสื้อน้ำถือดอกบัวตามหลังมา พ่อลิงตกใจกลัวสุดขีดจนหัวใจวายตาย ลิ่งหนุ่มจึงได้เป็นจำฝูงแทนตั้งแต่นั้นมา ลิ่งนี้ไม่ถูกผีเสื้อน้ำฆ่าตายเพราะรู้จักเพ่งพินิจจนเกิดปัญญาพาตนให้พ้นภัย

มานกเถา ว่าด้วยการเพ่งพินิจ  
(ในสถานการณ์ใดวิตระลอกที่ ๓)





ฉะนั้น ฝึกใจให้ชอบในเรื่องใดก็เพ่งพินิจในเรื่องนั้นเพื่อให้เกิดความสงบใจด้วยอَارัมมณูปนิชฌาน คือเพ่งเรื่องเดียวเหมือนกับอาจารย์เจ้าพิธีชงชาผู้มีใจสงบต่อหน้านักดาบชาวมุไร หรือเกิดความสงบต่อหน้าศัตรูเหมือนพญาวานรโพธิสัตว์เกิดความสงบต่อหน้าผีเสื้อน้ำ คนเราถ้ารู้จักเพ่งพินิจเกิดความสงบใจในสถานการณ์ที่วุ่นวายก็เป็นสุข ถ้ารู้จักเพ่งพินิจให้เห็นลักษณะร่วมหรือเห็นแก่นของสิ่งทั้งหลาย ก็จะไม่เกิดปัญหา มองเห็นทางออกในการแก้ปัญหา

ตอนนี้โควิดระบาดหนัก เราไม่ควรนั่งนอนใจ คอยจับจ้องไว้ เพราะต้นปีนี่เราการ์ตตก คิดว่าเราปราบโควิดอยู่ แต่แท้จริงแล้ว โควิดสายพันธุ์อังกฤษเข้ามายึดประเทศไทยไปเรียบร้อยแล้ว เพราะเราการ์ตตก ไม่เพ่งพินิจ ไม่จับจ้อง และต่อไปนี่ถ้าไม่เพ่งพินิจ ไม่จับจ้อง ไม่ระมัดระวัง ไม่หาลักษณะร่วมของการรักษาพยาบาลที่ใช้ได้ดีในที่หนึ่ง เอาไปใช้อีกในที่หนึ่ง ปล่อยให้คนเจ็บป่วยล้มโรงพยาบาล ในที่สุดนำไปสู่การแพร่ระบาดหนักขึ้นไปอีก เพราะสายพันธุ์อินเดียเป็นเหตุ ดังนั้น อย่าประมาท การ์ดอย่าตก จับจ้องเอาไว้ ตาอย่ากระพริบด้วยการเพ่งพินิจ คือทำสมาธิ ถ้าไม่ทำสมาธิจะไม่เกิดการระมัดระวัง ไม่เกิดปัญญา ดังพระบาลีที่อาตมภาพได้ยกไว้ ณ เบื้องต้นว่า “นตถิ ปญญา อณายิโน ปัญญาความรู้รอบย่อไม่เกิดแก่ผู้ไม่เพ่งพินิจ ไม่ทำสมาธิ” ตรงกันข้ามผู้เพ่งพินิจ ผู้ทำสมาธิ ย่อมจะเกิดปัญญารู้เท่ารู้ทัน รู้กันรู้แก่ ทำให้ประเทศชาติปลอดภัยจากโควิด โดยเฉพาะสายพันธุ์อินเดียที่จะตามมาด้วย ดังนั้น ฆานคือการเพ่งพินิจจะคุ้มครองป้องกันให้พ้นจากโควิด ๑๙ ดังที่รับประธานวิสัยชานมา พอสมควรแก่เวลา





เทศนาปริโยสานเน ในอวสานเป็นที่สุดแห่งพระธรรมเทศานี้  
รัตนัตตยานุภาเวนะ รัตนัตตยะเตชสาด้วยเดชะบารมีแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย  
และบุญกุศลทั้งปวง รวมทั้งเดชานุภาพของพระพุทธธรรมวิเศษฐศาสตร์  
พระประธานในพระอุโบสถ หลวงพ่อพระพุทธนาคอันศักดิ์สิทธิ์ในพระวิหาร  
พระบรมสารีริกธาตุบนพระเจดีย์ จงมารวมกันเป็นตบะ เป็นเดชะ พลวปัจจจัย  
คุ้มครองป้องกันภัยจากโควิด ๑๙ ให้เจริญรุ่งเรืองด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ  
ปฏิภาณ ธรรมสารสมบัติ ธนสารสมบัติ ปรารถนาสิ่งใดที่ชอบประกอบด้วย  
ธรรม ขอให้ความปรารถนานั้น ๆ จงพลันสำเร็จสมมโนระดมมามาปรารถนา  
ทุกประการ

รับประทานแสดงพระธรรมเทศนา ในฉานกถา ว่าด้วยการเพ่งพินิจ  
พอสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติลงคงไว้แต่เพียงเท่านี้

เอวัง ก็มีด้วยประการฉะนี้ ฯ

ฉานกถา ว่าด้วยการเพ่งพินิจ  
(ในสถานการณ์โควิดระลอกที่ ๓)







มานกตา ว่าด้วยการเฟ่งพินิจ  
(ในสถานการณ์โควิดระลอกที่ ๓)







มานกตา ว่าด้วยการเฟงพินิจ  
(ในสถานการณ์โควิดระลอกที่ ๓)







ฉนวนกถา ว่าด้วยการเพงพินิจ  
(ในสถานการณโควิตระลอกที่ ๓)



# วัดชินใจ

ฉีตวัดชินต่อต้าน  
สุมวัดชินทางจิต  
โรคกายหากหายสนิท  
ขาดซึ่งวัดชินแก้

โควิท  
แน่แท้  
ยังป่วย  
โรคเรื้อรมใจ

พระพรหมบัณฑิต  
วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร

[watprayoon.com](http://watprayoon.com)