

A  
GENEROUS  
HEART



---

บุญ

---

พระวิเทศพุทธิคุณ (อมโรภิกขุ)  
Phra Videsabuddhiguna  
(Amaro Bhikkhu)

บุญ

พระวิเทศพุทธิคุณ  
(อมโรภิกขุ)

## A Generous Heart

Phra Videsabuddhiguna  
(Amaro Bhikkhu)

# A Generous Heart

© Phra Videsabuddhiguna (Amaro Bhikkhu)

## บุญ

พระวิเทศพุทธิคุณ (อมโรภิกขุ)  
แปลโดย ลดาวัลย์ ตั้งทรงจิตรากุล

ISBN 978-616-485-856-5

พิมพ์ครั้งที่ ๑ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๒ จำนวน ๒,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามคัดลอก ตัดตอน หรือนำไปพิมพ์จำหน่าย

หากท่านใดประสงค์จะพิมพ์แจกเป็นธรรมทานโปรดติดต่อ :

Amaravati Buddhist Monastery

St. Margarets, Great Gaddesden, Hemel Hempstead,

Hertfordshire, HP1 3BZ, United Kingdom.

Tel. +44(0)1442-842-455

[www.amaravati.org](http://www.amaravati.org)

หากท่านไม่ได้ใช้ประโยชน์จากหนังสือเล่มนี้แล้ว

โปรดมอบให้กับผู้อื่นจะเป็นบุญกุศลอย่างยิ่ง

พิมพ์ที่ : บริษัท โอ.เอส.พรินติ้ง เฮ้าส์ จำกัด

๑๑๓/๑๓ ซอยวัดสุวรรณคีรี ถนนบรมราชชนนี แขวงอรุณอมรินทร์

เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐ โทร. ๐๒-๘๘๔-๖๖๗๑-๒

email : [os\\_printing@yahoo.com](mailto:os_printing@yahoo.com) | [www.osprintinghouse.com](http://www.osprintinghouse.com)

ภิกษุทั้งหลาย อานิสงส์การให้ทาน ๕ ประการนี้  
อานิสงส์การให้ทาน ๕ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. ผู้ให้ทานย่อมเป็นที่รักที่พอใจของคนหมู่มาก
๒. ลีตบุรุษผู้สงบย่อมคบหาผู้ให้ทาน
๓. กิตติศัพท์อันงามของผู้ให้ทานย่อมขจรไป
๔. ผู้ให้ทานย่อมไม่ห่างเหินจากธรรมของคฤหัสถ์
๕. ผู้ให้ทานหลังจากตายแล้วย่อมเกิดในสุคติโลกสวรรค์

อังคุตตรนิกาย ปัญจก-นักกนิบาต ทานานิสังสสูตร



# บุญ

วันนี้เป็นวันครบรอบร้อยวันที่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชได้เสด็จสวรรคต และที่อาตมาได้บอกไว้ตอนสวดบทอุทิศเพื่ออุทิศให้แก่โยมผู้ดูแล ช่วยเหลือ อุปัฏฐากคณะสงฆ์ คือโยมเพลิน เพชรเกื้อ ซึ่งใกล้ถึงวาระสุดท้ายของชีวิตแล้ว เมื่อ ๒-๓ เดือนก่อน แพทย์วินิจฉัยว่าโยมเพลินมีก้อนเนื้ออกในสมองถึง ๕ ก้อน อาตมาพร้อมกันทำนอาจารย์ปสันโน คณะสงฆ์ และกลุ่มโยม มีโอกาสไปเยี่ยมโยมเพลินที่บ้านเกิดในจังหวัดสงขลาเมื่อเดือนธันวาคมที่ผ่านมา

เมื่อระลึกถึงบุคคลทั้งสอง คือ พระมหากษัตริย์รัชกาลที่ ๙ แห่งประเทศไทยและโยมเพลิน ในแนวทางพุทธศาสนาสามารถกล่าวได้ว่าทั้งพระองค์ท่านและโยมเพลินเป็นผู้ที่สร้างบุญกุศลไว้มากมาย พระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ ๙ ทรงอุทิศพระองค์ตลอด ๗๐ ปี แห่งการครองราชย์ สร้างสรรค์ทฤษฎี หลักการและแนวทางการดำเนินชีวิตเพื่อประโยชน์สุขแก่คนในชาติอย่างแท้จริง เป็นต้นว่า การพัฒนาแหล่งน้ำ การเกษตรกรรม ระบบการสื่อสาร ฯลฯ โยมเพลินมีส่วนร่วมในการดูแลอุปัฏฐากวัดต่างๆ ของเราหลายวัด อีกทั้งยังช่วย

จัดพิมพ์หนังสือธรรมะต่างๆ เป็นจำนวนมาก ในสองสามวันที่ผ่านมา นี้ อาตมา รู้สึกได้อย่างแจ่มชัดขณะที่แจกหนังสือที่โยมเพลินเป็นผู้ดำเนินการในการจัดพิมพ์ เช่น หนังสือที่ระลึกต่างๆ ในงานพระราชทานเพลิงศพหลวงพ่อบุชา และหนังสือเกี่ยวกับการก่อตั้งวัดอมราวดี เป็นต้น ในช่วงเวลาหลายปีที่ผ่านมา โยมเพลินรับผิดชอบในการจัดพิมพ์หนังสือธรรมะต่างๆ อีกมากมาย

เมื่อเราพูดว่า คนนั้นชอบทำบุญ หรือคนนี้มีวิถีชีวิตอยู่บนเส้นทางสายบุญ เราอาจพิจารณาได้หลายแบบ บางคนก็อาจจะมึทศนคติแบบ ‘สุดโต่ง’ คือพูดว่าไม่สนใจในการทำบุญ แต่สนใจการปฏิบัติเพื่อบรรลุความหลุดพ้น และการรู้แจ้งในธรรมเท่านั้น อย่างอื่นถือเป็นเพียงน้ำจิ้มหรือเครื่องประดับ ความคิดในเรื่อง “การสร้างกรรมดี” ความต้องการบุญเป็นเพียงแค่เรื่องทางโลก เราสนใจในเรื่องที่เหนือกว่านั้น เราอาจนำพระดำรัสของพระพุทธเจ้ามาสนับสนุนความคิดนี้ ที่ว่า ในสมัยที่พระพุทธเจ้าเป็นพระโพธิสัตว์ ทรงบำเพ็ญบารมี มารเคยพยายามชักจูงพระองค์ให้ทรงเลิกการบำเพ็ญเพียรอย่างเคร่งครัดเสีย แล้วหันกลับไปใช้ชีวิตครองเรือนแทน พระองค์ตรัสตอบมารว่า

๑ ‘เราไม่มีความต้องการบุญแม้แต่น้อย  
ความจริง ท่านผู้เป็นมาร  
ควรไปบอกแก่คนผู้ต้องการบุญ’

ไปชักชวนคนที่หวังอยากจะได้บุญเกิด พระองค์มุ่งมัน เพื่อการตรัสรู้เท่านั้น เราอาจจะมองในแง่หนึ่ง และคิดว่าใครกันที่ต้องสร้างกรรมดีและจะไปมีผลอะไรในระยะยาว โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อ “ทุกสิ่งเป็นอนัตตา” ความรู้แจ้งเท่านั้นที่สำคัญที่สุด

เราสามารถที่จะมองในแง่หนึ่งก็ได้ แต่เอาตมาว่านี่เป็นความคิดที่คับแคบ และแสดงให้เห็นถึงความอวดดี ถือตัวว่าเราสูงส่งกว่าคนอื่นในการปฏิบัติทางจิต เหมือนกับจะบอกว่า “ฉันอุทิศตนในเรื่องการปฏิบัติทางจิตมากกว่าคุณ” หรือ “ความทุ่มเทเพื่อที่จะเข้าถึงอสังขตธรรมของฉันมีมากกว่าของคุณ” และที่แปลกไปกว่านั้นก็คือ “ฉันเข้าใจถึงความ ‘ไม่เป็นสุดโต่งทั้งสองข้าง’ ได้มากกว่าคุณซึ่งก็นับว่าเป็นการกระทำอันสุดโต่งสำหรับความเข้าใจในเรื่องของการ ‘ไม่เป็นสุดโต่งทั้งสองข้าง’

จริง ๆ แล้วอาจมีบุคคลประเภทที่มีลักษณะชอบตัดสินคนอื่น ชิงดีชิงเด่นและมีทัศนคติที่เชื่อว่าตนเองเหนือกว่าผู้อื่น จึงคิดว่าการปฏิบัติตนตามแบบพุทธศาสนิกชนในขั้นพื้นฐานนั้น ไม่จำเป็น แต่อย่างไรก็ตามพระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ในพระสูตรหนึ่งว่า “เธอทั้งหลายอย่ากลัวต่อบุญเลย คำว่าบุญนี่เป็นชื่อของความสุข” แม้จะไม่มีรายละเอียดแสดงไว้ว่าเหตุใดพระพุทธองค์จึงตรัสเรื่องนี้ไว้ในพระสูตรดังกล่าว แต่เป็นไปได้ว่า พระองค์ตรัสเพื่อโปรดบุคคลที่ให้ความเห็น



และมีทัศนคติที่ไม่สนใจในการทำบุญ คนประเภท “ใครกัน  
ที่ต้องการบุญ จุดมุ่งหมายคือพระนิพพานเท่านั้น”

เมื่อพิจารณาถึงผู้ที่ใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า หลวงพ่อ  
สุเมโธได้สร้างกุศลอันยิ่งใหญ่ในการก่อตั้งวัดอมราวดี สถานที่  
ที่เรานั่งกันอยู่ขณะนี้ และยังพากเพียรสั่งสอนชาวตะวันตก  
นับครั้งไม่ถ้วนตลอดช่วงเวลา ๓-๔ ทศวรรษที่ผ่านมาและ  
ยังคงทำต่อไป ความอุตสาหะในการก่อตั้งวัดเพื่อหมู่สงฆ์  
ก่อตั้งสี่ลธรา (นักบวชหญิง) รับภาระในการอุปสมบทภิกษุ  
หลายร้อยรูปเป็นเวลาหลายปี ความพยายามเพื่อก่อสร้าง  
พุทธสถานอันงดงามซึ่งเราเหล่าสานุศิษย์รู้สึกซาบซึ้งในบุญ  
กุศลที่หลวงพ่อได้สร้างมาทั้งหมดนี้

พระมหากษัตริย์ของประเทศไทย (รัชกาลที่ ๙) ได้  
เสด็จไปทรงเยี่ยมเยียนประชาชนในชนบทที่ห่างไกลตลอด  
๗๐ ปีที่ทรงครองราชย์ ทรงริเริ่มโครงการพัฒนาแหล่งน้ำ  
โครงการด้านการเกษตร พัฒนาคุณภาพชีวิตของพลสกนิกร  
ของพระองค์ พระราชทานอภัยโทษแก่ผู้ก่อการร้าย  
คอมมิวนิสต์ที่หลบซ่อนอยู่ตามป่าเขามานานปี ทรงพระ  
ปรีชาสามารถอย่างยิ่งในการทรงงาน อาตมาได้มาอยู่เมือง  
ไทยในเดือนธันวาคมนี้ราว ๆ ๓ สัปดาห์ได้เห็นการแสดงออก  
ถึงความจงรักภักดีอันยิ่งใหญ่ของประชาชนที่มีต่อพระองค์  
ผู้คนมากมายใส่ชุดดำ เพื่อเป็นการไว้อาลัยต่อการจากไป  
ของพระองค์ ประชาชนชาวไทยต่างเศร้าโศก และพากันมา

ชุมนุม ณ ท้องสนามหลวง บริเวณหน้าพระบรมมหาราชวัง ผู้คนเข้าแถวกันนานหลายชั่วโมง เพียงเพื่อจะได้เข้ากราบพระบรมศพด้วยเวลาเพียง ๓๐ วินาที มีประชาชนมากันหลายหมื่นคนในแต่ละวัน

อิทธิพลของสัตตบุรุษหรือคนที่ดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า ก่อให้เกิดนาบุญ หรือ “บุญญ์กเขตตั้ง” เหมือนในบทสวด “อนุตตระรัง บุญญ์กเขตตั้ง โลกัสสชาติ” พระสงฆ์เป็นนาบุญของโลกเช่นเดียวกัน เพราะได้ก่อคุณงามความดีให้เกิดขึ้นในโลกนี้ การที่โยมทั้งหลายเลือกมาอยู่ที่วัดอมราวดี มาเข้าปฏิบัติธรรมภาคฤดูหนาว ณ วัดแห่งนี้ เท่ากับได้เข้ามาอยู่ในเขตนาบุญของพระพุทธเจ้า หลวงพ่อชา และหลวงพ่อสุเมโธ เรากำลังเสวยผลของการได้เข้ามาอยู่ในเขตนาบุญนี้ เสมือนกับดินที่อุดมสมบูรณ์ยอมให้พืชผลงดงาม ออกดอก แสนสวย เพราะการได้เลือกเข้ามาอยู่ในเขตนี้ นานาบุญพวกเราจึงได้รับอานิสงส์จากนาบุญนี้เช่นกัน

กรณีของโยมเพลิน ถึงแม้จะไม่ยิ่งใหญ่เท่าพระเจ้าอยู่หัวหรือหลวงพ่อสุเมโธ แต่เธอก็ได้เลือกใช้ชีวิตอย่างฉลาด และเป็นคนที่ใจบุญอย่างยิ่ง พวกท่านหลายคนคงเคยพบเธอในโอกาสต่างๆ เมื่อ ๓ ปีที่แล้ว มีการประชุมสงฆ์นานาชาติ โยมเพลินได้มาปักหลักในโรงครัวนานเกือบ ๓ เดือน ทำอาหารอย่างไม่รู้จบสิ้น ช่วยเหลือ ดูแลหม่คุณแม่โดยไม่คิดถึง ความเหนื่อยยาก ทุ่มเทเพื่อสนับสนุนการปฏิบัติธรรมอย่าง

จริงจัง ทั้งยังพิมพ์หนังสือธรรมะอีกนับเป็นสิบ ๆ ควบคู่กันไป  
อาตมารู้จักโยมเพลินครั้งแรก ตอนที่จะสร้างวัดป่า  
อภัยคีรีในแคลิฟอร์เนีย ปลายปี พ.ศ. ๒๕๓๘ ถึงต้นปี ๒๕๓๙  
เป็นช่วงเริ่มต้นโครงการ ตอนนั้นหลวงพ่อปัสันโน เป็น  
เจ้าอาวาสวัดปานานาชาติมา ๑๕ ปีแล้ว ท่านรับอาสาที่จะ  
เป็นผู้ไปก่อตั้งวัดใหม่แห่งนี้ ท่านเป็นที่เคารพรักของทั้งคณะ  
สงฆ์ ญาติโยม และสาธุชนทั้งหลายในเมืองไทย มีเสียงลือ  
กันในหมู่ญาติธรรมทั้งหลายว่า หลวงพ่อปัสันโนจะย้ายไป  
แคลิฟอร์เนียเพื่อก่อตั้งวัดใหม่

ในเวลานั้น หลวงพ่อสุเมโธได้เดินทางไปแทบจะทั่ว  
เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ เพื่อแสดงพระธรรมเทศนาโดยมี  
อาตมาร่วมเดินทางไปด้วยในฐานะพระเลขา หลวงพ่อเป็น  
ผู้นำการปฏิบัติธรรมอยู่ที่ จังหวัดเชียงใหม่ ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม  
“บ้านพอ” ราว ๆ วันที่ ๓ หรือ ๔ ของการปฏิบัติ หลวงพ่อ  
บอกว่า ท่านรู้สึกเหนื่อย บ่ายนี้ขอให้อาตมาทำหน้าที่ในภาค  
การถาม-ตอบปัญหาแทน เมื่ออาตมาเรียนท่านว่า อาตมา  
พูดภาษาไทยไม่เก่ง ท่านก็บอกว่าอาตมาทำได้ ญาติโยม  
ส่วนใหญ่พูดอังกฤษได้ ดังนั้น อาตมาจึงต้องเปลี่ยนสถานะ  
จากเลขามาเป็นครูสอนธรรมะแทน อาตมาบอกญาติโยมว่า  
หลวงพ่อกำลังเพื่อย จึงให้อาตมาทำหน้าที่สนทนาธรรมแทน  
ญาติโยมท่านไหนอยากถามปัญหาเชิญได้ ไม่ต้องเกรงใจ  
โยมผู้หญิงคนหนึ่งที่นั่งอยู่ข้างหน้า ตรงกลางสุด ถามขึ้น

ทันทีว่า “อยากรู้ว่าท่านเป็นใคร? ทำไมจึงพรากท่านอาจารย์ปสันโนไปจากพวกเรา?” ช่างเป็นช่วงเวลาที่น่าสนใจ “ท่านคิดว่าท่านเป็นใคร...” มีความกว้างแข็งอยู่เบื้องหลังคำถามนั้น ไม่ใช่คำถามที่เกี่ยวข้องกับเรื่องวิญญูณและนามรูปหรือคำถามเกี่ยวกับธรรมะใดๆ เลย

สรุปว่า การถาม-ตอบปัญหาในวันนั้นเกี่ยวกับการก่อตั้งวัดป่าอภัยคีรีทั้งสิ้น หลวงพ่อปสันโนไปเกี่ยวข้องได้อย่างไร อาตมาเป็นพระหน้าใหม่มาจากไหน ไม่ได้มาเมืองไทยหลายปี เป็นแค่พระชาวอังกฤษเดินทางมากับหลวงพ่อสุมเมธ ตลอดเวลาประมาณชั่วโมงนั้น ค่อนข้างจะเป็นการแลกเปลี่ยนคำถามที่เข้มข้น ญาติโยมเสียใจ ไม่พอใจ ที่ท่านอาจารย์ผู้เป็นที่รักกำลังถูกพรากไป และมองอาตมาว่า มาลักพาตัว มาขโมย ท่านอาจารย์ผู้ทรงคุณค่าไปไว้ที่เมืองแคลิฟอร์เนียที่มีแต่ความหลงกลวงไร้ศีลธรรม เป็นเรื่องเปล่าประโยชน์จริงๆ ที่ท่านอาจารย์ผู้ประเสริฐจะต้องไปอยู่ท่านกลางคนอเมริกันที่ไม่รู้คุณค่า

สิ่งที่น่าสนใจสำหรับการสนทนาธรรมในค่านั้น คือ ในตอนท้าย โยมเพลินกับเพื่อนอีก ๒ คน คือ คุณปัทมา บุญหลง และคุณลัดดาวัลย์ เผ่าวิบูลย์ ได้เข้ามาหาและเอ่ยปากว่ายินดีที่จะช่วยในขณะนี้อีก ๕๐ - ๖๐ คนยังคงบ่นพึมพำทำอย่างไม่ค่อยพอใจ โยมเพลินกับเพื่อนอีก ๒ คน กลับตรงกันข้าม เพราะเห็นได้อย่างชัดเจนแล้วว่า เรื่องนี้

กำลังเกิดขึ้น และมุ่งมั่นที่จะช่วย การเริ่มต้นช่วยในครั้งนั้น นับว่าเป็นการสนับสนุนที่มีคุณค่าอย่างยิ่งต่อการก่อตั้ง วัดป่าอภัยคีรี คนกลุ่มเล็ก ๆ – โยมเพลิน โยมลัดดาวัลย์ และ โยมปัทมา เป็นแกนนำในการช่วยเหลือและกระจายข่าวการ ก่อตั้งวัดป่าอภัยคีรี และช่วยสร้างความสัมพันธ์ระหว่างวัดที่ เพิ่งเริ่มสร้างกับชุมชนชาวไทย

ตลอดช่วงปีแรก ๆ ของการเริ่มสร้างสร้างวัด โยม เพลิน กระตือรือร้นในการชักชวนให้คนมาวัด ให้ข้อมูลด้าน สถานที่ของวัด และจัดงานต่าง ๆ กล่าวโดยทั่วไปคือช่วยใน การให้กำเนิดวัดอภัยคีรี อาตมาเองมีส่วนร่วมในการก่อตั้ง วัด ดังนั้นจึงมีความรู้สึกขอบคุณในการริเริ่มและความเต็มอก เต็มใจช่วยเหลือของโยมเพลินแม้ว่าโยมเพลินจะเป็นคนตัว เล็ก ๆ แต่ทว่ายิ่งใหญ่และเต็มเปี่ยมไปด้วยพลัง อาตมารู้สึก ขอบคุณโยมเพลินที่มีใจมุ่งมั่น กล้าที่จะริเริ่มและพูดว่า “เรา ทำได้ เราทำให้เกิดขึ้นได้ มีอะไรที่เราช่วยได้บ้าง” การที่มีวัด อภัยคีรีขึ้นมาในวันนี้ และได้เป็นที่ ๆ คนทั้งหลายได้มาปฏิบัติ ธรรม ได้เข้ามาบวชเรียน ได้มาอยู่ในป่า พัฒนาตนเองในวิถี ของมรรคมืองค์แปด ความจริงแล้ว ส่วนหนึ่งต้องถือว่าเกิด จากพลังของคน ๆ หนึ่งที่เปี่ยมด้วยศรัทธาและความทุ่มเท

\* \* \*

เมื่อคิดถึงคำว่าบุญ ให้พวกเราระลึกถึงที่พระพุทธองค์ตรัสว่า บุญคือความสุข ลองพิจารณาตนเอง เราจะเห็นว่าเมื่อเราทำอะไรที่ไม่เห็นแก่ตัว มีเมตตา คำนึงถึงประโยชน์ของผู้อื่น เป็นกุศล มีคุณธรรม และงดงาม ความแจ่มใสจะบังเกิดขึ้น มีความชื่นบาน และความสว่างไสวปรากฏขึ้นในจิตใจอย่างเป็นธรรมชาติเมื่อเราทำสิ่งใดด้วยจิตอันเป็นกุศลด้วยคุณธรรมเป็นตัวนำ ถ้าเรามีการกระทำที่ไม่เห็นแก่ตัว มีเมตตากรุณา การกระทำเหล่านี้จะก่อให้เกิด บุญ และ บุญนี้ คือ ความสุข ความสว่างในจิตใจ เราอาจจะดูแคลนเรื่องนี้และกล่าวว่า ความมืด ความสว่างก็เหมือนๆ กันเป็นแค่ “ความว่าง” แต่เมื่อจิตใจของคนได้เกิดเป็น “บุญ” แล้ว บุญนี้จุดความสว่างไสวและความสุขขึ้นในใจ ซึ่งจะเป็นพื้นฐานที่มั่นคงของความดีงามด้านอื่น ๆ ให้เกิดขึ้น

มีบทสนทนาที่สำคัญระหว่างนางวิสาขาและพระพุทธเจ้าปรากฏอยู่ในพระวินัย นางวิสาขาเป็นลูกศิษย์ที่ร่ำรวยอยู่ในเมืองสาวัตถี เมืองหลวงของแคว้นโกศล เป็นผู้มีบทบาทในการอุปฐากพระพุทธเจ้าและหมู่สงฆ์ที่นั่น วันหนึ่งนางได้เข้าไปขอประทานอนุญาตต่อพระพุทธองค์ ๘ ประการ<sup>๒</sup>

พระพุทธเจ้าทรงถามกลับว่า ๘ ประการนี้คืออะไรบ้างหรือวิสาขา

นางทูลตอบว่า

ขอถวายภัตตาหารแต่พระภิกษุและภิกษุณีที่อาพาธ

พร้อมทั้ง ข้าวยาคุ

ขอถวายภัตตาหารแด่พระภิกษุและภิกษุณีผู้อุปัฏฐาก  
พระภิกษุหรือภิกษุณีที่อาพาธ เพื่อที่จะได้ไม่ต้องทิ้งพระภิกษุ  
และภิกษุณีที่อาพาธไปบิณฑบาต

ขอถวายภัตตาหารแด่พระภิกษุและภิกษุณีที่เพิ่งมาถึง  
เมืองสาวัตถี เพื่อท่านจะไม่ลำบากในการหาเส้นทางบิณฑบาต

ขอถวายภัตตาหารแด่พระภิกษุหรือภิกษุณีที่มาอยู่  
ใหม่ในวัดเชตวัน หรือวัดใดวัดหนึ่งในกรุงสาวัตถี

ขอถวายผ้าอาบน้ำแด่ภิกษุณีสงฆ์

เมื่อนางกราบทูลขอพรนั้นแล้ว พระพุทธเจ้าตรัสถาม  
ว่า “ดูก่อนวิสาขา เธอเห็นประโยชน์อันใดที่จะเกิดแก่ตัวเธอ  
จึงได้ขอเช่นนั้น” พระองค์มิได้ตรัสถามว่ามีประโยชน์อย่างไร  
ต่อพระภิกษุและภิกษุณี แต่ทรงถามว่า มีประโยชน์อะไร  
สำหรับตัวนาง

นางทูลตอบว่า “ข้าแต่พระองค์ ประโยชน์สำหรับตัว  
หม่อมฉัน คือ เมื่อใดก็ตามที่หม่อมฉันได้ยินว่า มีพระภิกษุหรือ  
ภิกษุณีอาพาธ หม่อมฉันจะทราบได้ว่าภัตตาหารที่หม่อมฉัน  
ได้ถวายแด่พระภิกษุและภิกษุณีทำให้ท่านเหล่านั้นฟื้นไข้และ  
หายจากอาพาธในที่สุดและหม่อมฉันรู้สึกมีความสุข” “เมื่อ  
ใดก็ตามที่หม่อมฉันทราบว่ามีพระภิกษุและภิกษุณีที่มาใหม่  
และเพิ่งเข้ามาอยู่วัดต่าง ๆ ในเมืองสาวัตถี เมื่อนั้น หม่อมฉัน  
จะรู้ว่าภัตตาหารที่ได้ถวายไปนั้นช่วยให้ท่านเหล่านั้นมี

โภชนาการและความเป็นอยู่ที่ดี และนั่นทำให้หม่อมฉันรู้สึกมีความสุข” ฯลฯ

พระพุทธรองค์ตรัสถามต่อว่า “แล้วเธอเห็นอานิสงส์อะไรจึงขอพร ๘ ประการกับตถาคต”

นางวิสาขาทูลว่า “เมื่อหม่อมฉันมีความอึดใจ ภายจะสงบ เมื่อกายของหม่อมฉันสงบ จะมีความสุข เมื่อหม่อมฉันมีความสุข จิตจะตั้งมั่น หม่อมฉันจะได้บรมอิทธิฤทธิ์ พละ และโพชฌงค์ หม่อมฉันเห็นอานิสงส์นี้จึงกราบทูลขอพร ๘ ประการนี้”

พระพุทธรเจ้าทรงพอใจกับคำตอบที่แสดงถึงทัศนคติและความเข้าใจของนาง พระองค์จึงตรัสตอบว่า “ดีแล้ว วิสาขา” และประทานอนุญาตตามที่นางขอ

นับว่าน่าสนใจที่พระพุทธรเจ้าไม่ได้ตรัสถึงประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นแก่สงฆ์ แต่กลับถามถึงแรงจูงใจที่นางวิสาขาอยากทำ ว่าเป็นไปเพื่อสิ่งสมบุญ เพื่ออยากขึ้นสวรรค์ เพื่อเอาใจพระองค์หรือเพราะความเชื่อเหลวไหลเกี่ยวกับการสร้างกรรมดี เมื่อพระองค์ได้ทรงทราบว่านางมีความเข้าใจถึงประโยชน์อันบังเกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ มิได้คิดจะทำเพียงเพื่อสะสมบุญ แต่เพื่อพัฒนาความรู้ ความเข้าใจ พระพุทธรองค์ทรงเห็นว่า นางเข้าใจอย่างถ่องแท้ถึงคุณค่าและคุณประโยชน์ของการทำบุญไม่ใช่ทำเพียงเพราะความหลงเชื่ออภิมายหรือทำบุญเพียงเพื่อเอาหน้า ทว่า นางเห็นว่ามันคือ



รากฐานอันนำไปสู่ความหลุดพ้น ซึ่งเป็นวัตถุประสงค์ที่แท้จริงในการทำบุญ พระองค์จึงทรงอนุญาตด้วยความยินดี

มีเรื่องน่าสนใจของพระพุทธเจ้าที่ตรัสเล่าเกี่ยวกับการทำบุญหรือการถวายทาน ในพระชาติที่พระองค์เกิดเป็นพราหมณ์คหบดีชื่อเวลามะ<sup>๓</sup> พระองค์ตรัสว่า “มีทรัพย์สมบัติมหาศาล ทำทานถึง ๘๔,๐๐๐ หม้อเงินที่เต็มไปด้วยทอง และอีก ๘๔,๐๐๐ หม้อทองที่เต็มไปด้วยเงิน ม้า ๑๐,๐๐๐ ตัว ช้าง ๑๐,๐๐๐ ตัว แม้ว่าจะเป็นมหาทานอันยิ่งใหญ่ กรรมดีอันเกิดจากการให้ทานนี้ ก็ยังไม่เท่ากับ ...” จากนั้นในพระสูตรได้กล่าวถึงผลบุญของการให้ทานที่มียิ่ง ๆ ขึ้นจากการถวายทานแตกต่างกัน เช่น การถวายภัตตาหารแด่พระอรหันต์ และทำยาสีฟันถวายอารามแต่คณะสงฆ์ พระองค์ตรัสต่อไปว่า การให้ทานแม้จะยิ่งใหญ่เพียงใด ก็มีอานิสงส์ไม่เท่าการเข้าถึงพระรัตนตรัยและการรักษาศีลห้า บุญจากการรักษาศีลห้า นั้น ยิ่งใหญ่กว่าบุญจากการถวายวัตถุทานทั้งปวง

พระองค์ทรงอธิบายต่อไปว่า การรักษาศีลยังได้อานิสงส์น้อยกว่าการเจริญเมตตาภาวนาที่ใช้เวลาเพียงชั่วระยะเวลารัตนมวู (ประมาณ ๒๐ - ๓๐ นาที)<sup>๔</sup> และที่สุดของบุญคือปัญญาที่เกิดจากการภาวนาเพื่อเข้าถึง “อนิจจัง” แม้แต่เพียงชั่วเวลาลัดนิ้วมือก็มีบุญ มีอานิสงส์มากกว่าการถวายทานมูลค่าหลายพันล้านเสียอีก

เหมือนครั้งที่พระพุทธองค์ได้ทรงตรัสไว้กับนาง

วิชาฯ พระพุทธองค์ทรงชี้ให้เห็นว่าการได้ปัญญา รู้แจ้งถึง  
 ลัทธิธรรมจะมีอานิสงส์สูงสุด แต่อย่างไรก็ตามเช่นเดียวกับ  
 ที่นางวิชาฯ ได้ตระหนักถึงความสุขจากการถวายวัตถุทาน  
 ซึ่งจะเป็นพื้นฐานนำไปสู่ความสงบและปัญญา ดังนั้นเราจึง  
 ไม่อาจปฏิเสธการทำบุญให้ทานและคิดไปว่า ต่อไปนี้ก็ไม่  
 ต้องสะสมเงินทองเพื่อบริจาคมาก ๆ สามารถประหยัดเงิน  
 และเพียงแค่นี้ทำให้เกิดความตระหนักรู้ในอนิจจังชั่วลัดนิ้ว  
 มือเดี๋ยวก็เป็นวิธีที่ถูกที่สุดและเร็วที่สุด แต่แค่ความคิดที่จะ  
 ตระหนักรู้ในเรื่องอนิจจังนั้นไม่พอ เพราะไม่เหมือนกับการ  
 ได้ตระหนักรู้อย่างแท้จริง เช่นเดียวกับการอ่านเมนูอาหาร  
 ไม่ได้ทำให้หายหิว

การเจริญปัญญานั้นมีอานิสงส์มากมายมหาศาลก็จริง  
 แต่การจะกระทำเช่นนั้นได้ ต้องมีพื้นฐานและจำเป็นต้องมี  
 ปัจจัยสนับสนุนเพื่อให้คุณธรรมเหล่านั้นเกิดขึ้นและคงอยู่ได้  
 การรู้แจ้งนั้นจำเป็นที่จะต้องมีความที่ตั้ง และเราได้พบว่าการ  
 เจริญสมาธิ เจริญปัญญาอย่างแท้จริงนั้น ตั้งอยู่บนพื้นฐาน  
 ของความสุขที่มีรากฐานมาจากการมีเมตตาธรรม โดยเริ่ม  
 จากจิตใจที่เต็มไปด้วยความรัก ความเมตตา ต่อทั้งตนเอง  
 และเพื่อนร่วมโลก นอกจากนั้น เรายังต้องมีความเคารพ  
 ตัวเอง ไม่เศร้าโศกอยู่แต่กับความรู้สึกผิดต่อสิ่งที่ได้ทำมาใน  
 อดีต และไม่ตำหนิติเตียนตัวเอง

เมื่อเราได้พิจารณาบุคคลที่แวดล้อมเรา คนที่บำเพ็ญ

ประโยชน์ มีจิตใจเอื้อเฟื้อแผ่เหล่านี้ล้วนเป็นตัวอย่างที่ดีสำหรับเรา พื้นฐานของปัญญา คือ ความไม่เห็นแก่ตัว การมีความเมตตา และความมีน้ำใจในการช่วยเหลือกิจการงานต่างๆ เช่นที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวและโยมเพลินได้กระทำตลอดมา หรือคนอื่นๆ รอบๆ ตัวเราที่ช่วยค้ำจุนวิถีชีวิตที่พื้นฐานของปัญญาจะเจริญขึ้นได้นั้น มาจากบุคคลเหล่านี้ที่พร้อมจะให้ความช่วยเหลือ ผู้ที่คอยถาม “ต้องการอะไรไหม” “จะให้ช่วยอะไรหรือเปล่า” คนที่พร้อมจะช่วยเหลือและคำนึงถึงผู้อื่นก่อนเสมอ มองข้ามความพึงพอใจ ความกลัว ความต้องการของตนเอง คนที่มีใจพร้อมที่จะเป็นผู้ที่ไม่เห็นแก่ตัว ผู้ที่ลงมือทำและเกื้อหนุนต่อชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดีของผู้อื่น นี่คือพื้นฐานของการดำเนินไปสู่ความหลุดพ้นได้

บุคคลตัวอย่างเช่นหลวงพ่อบุชา ซึ่งมีปัญญาเลิศและคำสอนอันลึกซึ้ง ท่านเป็นผู้ที่ปราศจากความเห็นแก่ตัวโดยสิ้นเชิง ท่านไม่เคยมีเวลาเป็นส่วนตัว ท่านเต็มใจอุทิศเวลาทุกวัน ทุกชั่วโมงให้แก่ทุกคนที่มาหา อาตมามีโอกาสอยู่ใกล้ชิดท่านในเมืองไทยราวๆ ๓ สัปดาห์ ในปี พ.ศ. ๒๕๒๑ - ๒๕๒๒ ในช่วงเวลาสั้นๆ ที่ได้อยู่กับท่านนั้น อาตมาพบว่าหลวงพ่อบุชารับแขกตลอดเวลาดังแต่เช้าตรู่ จนถึงยามค่ำคืน พร้อมให้ความช่วยเหลือ ให้คำแนะนำทั้งด้านศาสนากิจการทำงาน และอื่นๆ

หลวงพ่อบอกแสดงให้เห็นถึงคุณสมบัติพิเศษของการเป็นผู้ไม่มีความเห็นแก่ตัว พร้อมที่จะให้คำแนะนำสั่งสอนทั้งในเรื่องการปฏิบัติและเรื่องทั่วไป และร่วมทำงานกับหมู่คณะ (ครั้งแรกที่อาตมาได้พบหลวงพ่อบุชา ท่านกำลังสร้างห้องน้ำ ในมือท่านถือเกรียงของช่างปูน อาตมาคิดว่านี่ต้องเป็นเรื่องสำคัญมาก ท่านอาจารย์ใหญ่กำลังสร้างห้องน้ำในบริเวณวัดหนองป่าพง คงจะเป็นสาระสำคัญอะไรสักอย่าง) ถึงแม้หลวงพ่อบุชาเป็นผู้มีสติปัญญาหลักแหลมลึกซึ้ง สามารถที่จะสอนทฤษฎีธรรมะขั้นสูงได้ แต่ท่านพร้อมที่จะสอนในเรื่องทั่วๆ ไปได้ตลอดเวลา ไม่ว่าจะกับชาวบ้านหรือหมู่สงฆ์เมื่อชาวบ้านทะเลาะกัน ตกลงเรื่องทรัพย์สินกันไม่ได้ หรือพ่อแม่กับลูกมีเรื่องกัน หลวงพ่อบุชาพร้อมที่จะช่วยตลอดเวลา

อาตมาจำได้ว่าหลวงพ่อบุชาเคยพูดว่า ได้เห็นหลวงพ่อบุชามีท่าทีลังเล คือ แสดงอาการเหมือนไม่ค่อยจะสะดวกใจเพียงครั้งเดียว ช่วงประมาณต้นปี พ.ศ. ๒๕๑๓ ซึ่งเวลานั้นหลวงพ่อบุชามีอาการหนักพอสมควร อาตมาคิดว่าน่าจะเป็นอาการของมาลาเรียอย่างแรงหรืออะไรทำนองนั้น วันนั้นเป็นวันพระและหลวงพ่อบุชาได้ขึ้นธรรมมาสน์เทศน์นานถึง ๒-๓ ชั่วโมง ในคำเทศน์นั้นซึ่งพอดีกับพระชาวต่างประเทศรูปหนึ่งเกิดอาการจิตวิปลาส และท่านอาจารย์สุเมโธได้พยายามดูแลพระรูปนั้นอยู่แล้ว เพราะท่านมีอาการคลุ้มคลั่ง พันเพื่อนมาก เมื่อหลวงพ่อบุชามาจากศาลาท่านมีท่าทาง

อิดโรยและอ่อนเพลียมาก ท่านอาจารย์สุเมโธได้ร้ออยู่ที่ประตูและกราบเรียนท่านว่า พระฝรั่งรูปหนึ่งกำลังมีปัญหาทางจิตอย่างหนัก ท่านอาจารย์สุเมโธถามหลวงพ่อด้วยความกระวนกระวายใจ “หลวงพ่อบอกว่าท่านสักหน่อยได้หรือเปล่าครับ ขอเวลาให้ท่านสักสองสามนาที”

แวบหนึ่งเท่านั้นที่สีหน้าของหลวงพ่อก็เหมือนจะบอกว่าขอพักสักหน่อยเถอะ แต่แล้วท่านกลับใช้เวลาทั้งคืนอยู่กับพระรูปนั้น คุณดูแลและช่วยให้พระรูปนั้นผ่านพ้นภาวะอันเลวร้ายของสภาพจิตใจไปได้จนกระทั่งเช้าวันใหม่ นั่นเป็นครั้งแรกที่หลวงพ่อบุญเห็นหลวงพ่อบุญในสภาพปลั่งเปล่งอยู่ชั่วครู่ นอกนั้นเห็นแต่ความใจกว้างไม่มีประมาณของท่าน

อาตมาไม่ได้ต้องการให้คนทั้งหลายต้องทุ่มเทจนเหนื่อยล้า แต่ต้องการสะท้อนให้เห็นในเรื่อง บุญ เป็นเรื่องสำคัญที่เราจะเข้าใจว่า เราอาจจะคิดอย่างมีคุณธรรมสูงส่งว่า ‘เพียงเข้าใจเรื่อง อนิจจัง ช่วงเวลาสั้นนี้มีมือเดียวก็เป็น บุญ อันสูงสุด การเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่างๆ นั้นไม่เห็นจะต้องไปสนใจ ไม่เห็นจะต้องไปเกี่ยวข้องกับเรื่องโลกๆ แบบนั้นเลย’ แต่ทุกอย่างต้องทำไปด้วยกัน และประกอบด้วยปัจจัยหลากหลายมิติ ทั้งด้านจิตใจ อารมณ์ ร่างกาย ความใส่ใจต่อแ่งมุมในทุกๆ ด้านของชีวิตของเรา ดังนั้นการมีโอกาสนี้ที่แสดงออกถึงการใส่ใจคนอื่น การดูแลคนที่ป่วย การจัดเก็บสิ่งของให้เป็นระเบียบ การทำความสะอาดบริเวณ

ที่ปัก ฯลฯ อีกนับหมื่นวิธีที่เราสามารถใส่ใจต่อสิ่งแวดล้อม และคนรอบตัวเรา ความเมตตากรุณา ความปรารถนาดีก่อ กำนีตนาบุญ “บุญญักเขตตัง” นอกจากนั้นแล้วการมีเมตตา กรุณาปรากฏให้เห็นได้จากการไม่มุ่งร้าย การมีความซื่อสัตย์ การให้ความเคารพต่อผู้ที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับเรา ลักษณะ เหล่านี้จะขาดไม่ได้ถ้าปรารถนาจะ ‘ประสบความสำเร็จ’ ในการทำสมาธิเพื่อให้เกิดบรรลุสังขารม ตั้งที่ตรัสไว้ใน เวลามาสูตรว่า คีล เมตตา และวิปัสสนาปัญญา เป็นบุญที่มี พลังที่สุด ๓ ประการ

ถ้าสนใจแต่การทำสมาธิ ‘ฉันมุ่งภาวนาเพื่อปัญญา เท่านั้น ไม่อยากเกี่ยวข้องกับใคร ฉันไม่มีเวลาสำหรับ อย่างอื่น นอกจากการเจริญสมาธิ เจริญปัญญาเท่านั้น’ ความคิดนี้ดูเหมือนจะเป็นความตั้งใจที่สูงส่ง แต่น่าแปลก ทั่วทัศนคติแบบนี้จะทำให้ความแจ่มใสในจิตใจหายไป อาตมาเคยมีประสบการณ์จากการได้ใส่ใจกับรายละเอียด ต่าง ๆ มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อผู้อื่นในวันและเวลาที่เขาต้องการ อย่างเช่นที่นางวิสาขากระทำนั้น ก่อให้เกิดความรู้สึกดี ๆ ขึ้น ได้ เราอาจจะมองไปทั่ว ๆ ในหมู่คณะและเห็นว่า ‘พระรูป นั้นอาพาธ เราพิจารณาอาหารไปถวายท่านดีกว่า หรือแม่ชี ท่านนี้ไม่มีถุงเท้า เราไปเบิกจากคลังมาให้ท่านเถอะ ท่านจะ ได้ไม่หนาวเท้า เรื่องเล็กน้อยเหล่านี้ส่งผลให้จิตใจแจ่มใส มี ความสุข เมื่อภาวนาก็ทำให้สงบเป็นสมาธิได้ง่าย ขอให้ลอง

ทำดู จะได้รับรู้ด้วยตนเองและขอให้ระลึกถึงที่พระพุทธองค์ตรัสไว้อย่าดูถูกบุญ - อย่ามองข้าม บุญ แต่ให้มองว่า บุญคืออีกนิยามหนึ่งของความสุข

อีกหนึ่งคำสอนเกี่ยวกับเรื่องนี้ที่พระพุทธองค์ตรัสสอนคนที่กำลังจะสิ้นใจ เราสนับสนุนให้ห่วงใยผู้อื่น แต่บางครั้งการเอาใจใส่ต่อคนอื่นหรือสิ่งต่างๆ มากเกินไปโดยปราศจากปัญญาพิจารณาจนกลายเป็นความวิตกกังวล หรือเป็นคนจู้จู้ขี้บ่นจนเป็นที่น่ารำคาญของทั้งสองฝ่าย แม้ว่าความปรารถนาดี ความเมตตากรุณาจะเป็นทักษะพื้นฐานที่ดี แต่ถ้ามากเกินไป หรือมองแต่ในมุมของทางโลกก็จะทำให้เกิดเอือมระอาของความผูกพัน เพียงแค่เห็นคนอื่นมีความทุกข์หรือเจ็บป่วยเพียงเล็กน้อยก็ทำให้เราเครียด เป็นห่วงทุกคนไปเสียหมด มองออกไปเห็นบางคนทำท่าท้าวทวง บางคนทำทางอารมณ์ไม่ค่อยดี ไม่มีความสุข บางคนเหมือนจะไม่สบาย เมื่อเห็นแล้วเรากลับเป็นทุกข์ นี่เป็นความเมตตา กรุณา ความมีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แบบขาดปัญญา และจะทำให้กลายเป็นโรคประสาท จิตใจเคร่งเครียดไปหมด ดังนั้น ความสมดุลระหว่างปัญญาและเมตตาจึงเป็นเรื่องสำคัญ

มีคำสอนที่น่าสนใจอยู่เรื่องหนึ่ง เมื่อครั้งที่พระพุทธเจ้าตรัสสอนพระเจ้ามahanama เจ้าผู้ปกครองแคว้นคากยะซึ่งเป็นพระญาติของพระองค์ พระเจ้ามahanama ทรงถามพระพุทธองค์ว่า “หม่อมฉันฟังกล่าวสอนผู้ป่วยที่

กำลังจะสิ้นใจอย่างไร”

๕ พระพุทธเจ้าตรัสแนะนำว่า “มหาบพิตรพึงถามเขาว่า ‘ท่านมีความหวังใยในมารดาและบิดาอยู่หรือ’ ถ้าเขากล่าวว่า ‘ยังมีความหวังอยู่’ พึงกล่าวกับเขาอย่างนี้ว่า ‘ถึงแม้ท่านจะกระทำความหวังใยในมารดาและบิดา หรือไม่หวังก็ตาม ท่านก็จะต้องตายไป ขอท่านจงละความหวังใยในมารดาและบิดาของท่านเสียเถิด’ ในเมื่อความตายเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ ทำไมจึงต้องสร้างความกังวลให้กับตัวเองเพิ่มขึ้นเล่า

แล้วพึงถามเขาอย่างนี้ว่า ‘ท่านยังมีความหวังใยในบุตรและภริยาอยู่หรือ’ ถ้าเขากล่าวว่าใช่ พึงกล่าวกับเขาอย่างนี้ว่า ‘ถึงแม้ท่านจะกระทำความหวังใยในบุตร ภริยา หรือไม่หวังก็ตาม ท่านก็จะต้องตายไป ขอท่านจงละความหวังใยในบุตรและภริยาของท่านเสียเถิด’ ความตายเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ ไม่มีประโยชน์ที่จะแบกความกังวลนั้นอยู่จริงอยู่ที่การแนะนำแบบนี้พึงดูเหมือนจะเป็นคำแนะนำที่ค่อนข้างโหดร้าย ขาดความเห็นอกเห็นใจไปสักหน่อย แต่จะเป็นประโยชน์มากถ้าได้นำมาพิจารณา

พระพุทธองค์ตรัสต่อไปอีกว่า “แล้วพึงถามเขาอย่างนี้ว่า ‘ท่านยังมีความหวังใยในกามคุณ ๕ อันเป็นของมนุษย์อยู่หรือ’ ถ้าเขากล่าวว่า ‘ยังมี’ พึงกล่าวกับเขาอย่างนี้ว่า ‘กามอันเป็นทิพย์นั้นดีกว่า ประณีตกว่ากามคุณของมนุษย์ ขอท่าน



จงพรากจิตออกจากกามอันเป็นของมนุษย์ แล้วน้อมจิตไปให้ถึงสวรรค์ชั้นจาตุมหาราชิกาเกิด' นี่เป็นสวรรค์ชั้นต่ำที่สุดและเข้าถึงง่ายที่สุดในภพภูมิตามคติทางพระพุทธศาสนา

จากนั้นพระพุทธองค์ได้ตรัสให้น้อมจิตจากสวรรค์ชั้นที่ต่ำกว่าสู่ชั้นที่สูงขึ้นไปตามลำดับ จนกระทั่งถึงพรหมโลก แล้วจึงตรัสว่า “ฟังกล่าวกับเขาอย่างนี้ว่า ‘แม้พรหมโลกก็ไม่เที่ยง ไม่ยั่งยืน ยังนับเนื่องในสังกายนะ (อุปาทานขันธ ๕) ขอท่านจงพรากจิตให้ออกจากพรหมโลก แล้วน้อมจิตเข้าสู่ความดับสังกายนะเกิด’ ถ้าเขากล่าวอย่างนี้ว่า ‘จิตของเราออกจากพรหมโลกแล้ว เรานำจิตเข้าสู่ความดับสังกายนะแล้ว’ ดูก่อนมหาบพิตร อาตมภาพไม่กล่าวถึงความต่างอะไรกันของอุบาสกผู้มีจิตพ้นแล้วอย่างนี้ กับจิตภิกษุผู้พ้นแล้วตั้ง ๑๐๐ ปี คือพ้นด้วยวิมุตติเหมือนกัน’ สำหรับอุบาสกผู้เห็นแจ้งถึงระดับนั้นแล้ว สภาวะแห่งความหลุดพ้นนั้น ก็เป็นเช่นเดียวกันกับ พระอรหันต์ที่หลุดพ้นแล้วตั้งร้อยปี ไม่มีความแตกต่างระหว่างจิตทั้งสอง นี่เป็นพระสูตรเพียงไม่กี่บทในพระไตรปิฎก ที่พระพุทธเจ้าทรงกล่าวถึงการบรรลอรหันต์ของคฤหัสถ์

ถึงจะเป็นคำสอนที่ตรงไปตรงมา เปิดเผย แต่อาทมาว่าเป็นตัวอย่างที่ดีในการให้คำแนะนำ สำหรับคนที่กำลังจะสิ้นใจ ‘ทำไม่ถึงยังจะยึดมั่นถือมั่นอยู่ คุณปล่อยวางได้ ปล่อยวาง และปล่อยวาง’ นับว่าเป็นความเมตตาอย่างยิ่ง

ใหญ่ที่ช่วยปลดปล่อยจิตใจจากการยึดติด และกังวลต่อโลกภายนอกซึ่งไม่อยู่ภายใต้การควบคุมของเราอีกต่อไป และยิ่งไปกว่านั้นเป็นการช่วยไม่ให้จิตใจเกาะเกี่ยวกับการที่จะต้องไปเกิดบนสวรรค์ชั้นต่าง ๆ นอกจากนั้น ยังเป็นการชี้แนะแนวทางเพื่อจะไม่ต้องกลับมาเกิดอีกต่อไป รวมถึงการปล่อยวางอดีต ตัวตนอันแสดงให้เห็นถึงพระมหากษัตริย์คุณ และนับได้ว่าเป็นพรอันประเสริฐ คือ บุญ คำสอนนี้เป็นคำแนะนำที่มีคุณค่าและเป็นประโยชน์อย่างที่สุด ทางสายกลาง คือ การประสมกันอย่างน่าประหลาด ระหว่างคุณลักษณะ ๒ อย่าง คือ การดูแลเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน และการปล่อยวางความผูกพันซึ่งกันและกัน

เมื่อพิจารณาถึงชีวิตของหลวงพ่อบุญ ท่านแสดงให้เห็นถึงการผสมผสานกันอย่างลึกซึ้งระหว่างความคิดที่รอบคอบและความใส่ใจ ท่านเอาใจใส่ต่อคนอื่นอย่างยิ่ง แต่ขณะเดียวกันไม่ผูกพัน ไม่ยึดติด ไม่เข้าไปพัวพันกับปัญหาในชีวิตของคนอื่นหรือสิ่งอื่นใด เป็นเรื่องยากที่ใครจะทำได้แบบนี้ แต่เห็นได้ชัดเจนในตัวหลวงพ่อบุญ อย่างกรณีที่ท่านได้ช่วยเหลือพระรูปนั้นที่มีปัญหาทางจิต ท่านพร้อมให้ความเอาใจใส่ดูแลตลอดคืนจนผ่านพ้นวิกฤตไปได้ ทั้ง ๆ ที่หลวงพ่อบุญอ่อนเพลียเป็นอย่างมาก แต่ในขณะเดียวกันท่านไม่ผูกพัน ไม่เอาปัญหาของคนอื่นมาเป็นปัญหาของตัวเอง เป็นเรื่องทำทายเป็นอย่างง่ายสำหรับบุคคลที่จะสามารถเข้าใจ

และปฏิบัติต่อกันด้วยความเอาใจใส่อย่างลึกซึ้ง ห่วงกังวลอย่างจริงใจ แต่ในขณะที่เดียวกันไม่ผูกพัน ไม่ยึดติด

ทำได้อย่างไร ห่วงใยแต่ไม่ผูกพัน เอาใจใส่แต่ไม่ยึดติด มีความรักในเพื่อนมนุษย์แต่ไม่ก่อเกิดตัวตน เราจะได้  
อย่างไร

นี่เป็นความท้าทายอย่างหนึ่งในคำสอนของพระพุทธเจ้า ความท้าทายที่จะหาความสมดุลระหว่างความรัก ความห่วงใยที่มีต่อทุกๆ คน ทุกรายละเอียด ทุกความต้องการ ของคนรอบข้าง ในขณะที่เดียวกันยอมรับสิ่งต่างๆ ตามเป็นจริง ไม่เกิดความเครียดขึ้นในจิตใจ ไม่มีทุกข์กับสิ่งเหล่านี้ ถ้าเป็นเพียงหัวข้อในการสนทนา คงเป็นเรื่องยากที่จะเป็นไปได้ แต่ถ้าเราฝึกปฏิบัติบ่อยๆ เวลาที่เราอยู่ร่วมกัน เราจะพบแนวทางสายกลางนี้ เราสามารถเอาใจใส่ดูแลกันและกัน หรือสร้างนาบุญขึ้นมา “บุญญิกเขตตั้ง” แต่ไม่ยึดติดในบุญนั้น ไม่เป็นเจ้าของ ไม่ผูกพัน มีวิธีที่นำมาปฏิบัติให้เกิดผลได้ ถ้าเราให้ความสนใจและใช้ปัญญาในการฝึกฝน

อาตมาฝากไว้ให้ท่านได้พิจารณาในคำวันนี้

---

พระธรรมเทศนาแสดงเมื่อวันที่ ๒๐ มกราคม ๒๕๖๐ วันแรม ๘ ค่ำ ณ วัดอมราวดี ประเทศอังกฤษ ตามเวลาสากลมาตรฐานกรีนิช (GMT) ประมาณ ๒๐:๔๐ - ๒๑:๓๐

ทางวัดได้รับข้อความจากคุณอุษา ปลุกสวัสดิ์ ว่า โยมเพลิน ถึงแก่กรรมด้วยอาการสงบในเช้าวันเสาร์ที่ ๒๑ มกราคม เวลา ๐๔:๓๐ ซึ่งเป็นเวลาประมาณ ๒๑:๓๐ (ของวันที่ ๒๐ มกราคม ตามเวลา สากลมาตรฐานกรีนิช (GMT))

## เชิงอรรถ

<sup>๑</sup> พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย สุตตนิบาต ๓. มหาวรรค ๒. ปธานสูตร (พระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาลงกรณฯ เล่มที่ ๒๕ หน้า ๕๙๙ (๔๓๔))

<sup>๒</sup> พระวินัยปิฎก มหาวรรค (๘. จีวรขันธกะ ๒๑๙. วิสาขาวัตถุ) (พระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาลงกรณฯ เล่มที่ ๕ หน้า ๒๒๑-๒๒๕)

<sup>๓</sup> พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย นวกนิบาต (๑. ปฐมปัณฑาสก์) ๒. สีนหาทวรรคที่ ๑๐. เวลามสูตร (พระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาลงกรณฯ เล่มที่ ๒๓ หน้า ๔๗๑-๔๗๔)

<sup>๔</sup> พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย นวกนิบาต (๑. ปฐมปัณฑาสก์) ๒. สีนหาทวรรคที่ ๑๐. เวลามสูตร (พระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาลงกรณฯ เล่มที่ ๒๓ หน้า ๔๗๓)

<sup>๕</sup> พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวรรค (๑๑. โสดาปัตติสังยุต) ๖. สัปปัญญวรรค ๔. คิลานสูตร (พระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาลงกรณฯ เล่ม : ๑๙ หน้า : ๕๗๔-๕๗๖)

*There are these five benefits that come as the result of generosity:*

*One is dear and appealing to many people;*

*Good people draw close to one;*

*One is blessed with a good reputation;*

*One comfortably fulfils the duties of the householder;*

*With the break-up of the body, after death, one reappears in a good destination, in the heavenly worlds.*

# A Generous Heart

Today is the 100th day after the passing away of the king of Thailand: His Majesty King Bhumibol Adulyadej. Also, at this time, a good friend of the sangha, Yom Ploen Petchkua, is very close to the end of her life. She was diagnosed with five brain tumours a few months ago and I had the chance to go down and see her with Ajahn Pasanno, and a number of monastic and lay friends in December, in her hometown in Songkla, southern Thailand.

Reflecting on these people – the king of Thailand and Yom Ploen – it is said in our Buddhist way of regarding things that these are people who have created a lot of merit, a lot of *puñña* in their lives. The king of Thailand dedicated himself, for the 70 years that he was on the throne, through living in a skilful way and endeavouring to establish wholesome principles of conduct in the hearts of the Thai people, to help them in genuine, practical and efficient ways: developing water systems, gardening systems, systems of communication and so forth. Yom

Ploen has been very involved in supporting our monasteries and helping to publish many Dhamma books. In the last few days I have been conscious of giving away books that she was directly involved in producing books about the funeral of Luang Por Chah and the foundation of Amaravati. Over the years she has been responsible for bringing into being dozens of different Dhamma books.

When we say someone ‘has made a lot of merit’ or ‘has lived a very meritorious life’, there are different angles from which we can consider that. There can be an ‘over-ardent Dhamma-farer’ attitude of, ‘I’m not interested in making merit; I’m only in this business to realize total enlightenment. Pure insight, that’s all I’m concerned about, all the rest is gravy. The idea of “making good karma” is mundane, worldly, just frills and decorations. Who needs merit? I’m only interested in transcendence.’ We can even quote the Buddha to back this attitude up; when he was still a Bodhisattva before his enlightenment, when Māra was trying to persuade him to give up his practices and to take up the household life instead, the Bodhisattva said to Māra:

‘Let Māra speak of merit then  
To those that stand in need of it.’

(SN 431, Bhikkhu Ñāṇamoli trans.)

‘Why don’t you go and talk about merit to those who are interested in it. I’m determined to realize enlightenment.’ We can have that kind of approach, thinking, ‘Who needs to make good karma? What does it really matter in the long run, especially since “All things are not-self”. Insight wisdom is the only quality that is of significance.’

We can look at things in that way but I’d say there’s a narrowness in holding that view and it displays a kind of conceit, a spiritual elitism; as if to say, ‘I am more dedicated to spirituality than you are’ or ‘my commitment to the Unconditioned is stronger than your commitment’ or, more weirdly, ‘I’m more into non-duality than you are’ – which is a strangely dualistic kind of non-dualism! There can be this type of judgmentalism or competitiveness, an attitude of superiority that holds, ‘I don’t need this sort of kindergarten Buddhist practice.’ However, the Buddha also said in a different *sutta*, ‘Don’t look down upon *puñña*, don’t look down on merit. Don’t dismiss it, don’t belittle it. *Puñña* is another word for happiness’ (A 7.62, Iti 22 ). There isn’t any detail given as to why the Buddha addressed the subject in that particular *sutta* but it would make sense that it was being given to some people who’re making those kind



of comments, who held that kind of attitude: ‘Who needs *puñña*? *Nibbāna* or bust!’

It’s helpful to consider the lives of people who have lived very skilfully. Luang Por Sumedho made a huge amount of merit establishing Amaravati and building this Temple which we are all sitting in right now. It was an extremely meritorious act to establish this monastery, to give countless teachings for over three decades in the West and to be still continuing to teach. Making the effort to establish this monastery, to train the sangha, to found the order of *Sīladharā*, to take the trouble to give the ordination to hundreds of people over the years, all the effort of constructing the extraordinarily beautiful spiritual space of this Temple – these are meritorious acts we are all the grateful recipients of.

The king of Thailand spent seven decades on the throne. He undertook endless journeys, visiting remote regions, developing water projects, promoting agricultural projects, helping to benefit the lives of the people, and he granted amnesty to all the communist guerrillas hiding in the forest, after so many years. The results of his life and his actions have been extremely fruitful and far-reaching. I was in Thailand last December for three weeks or so and

was able to witness the depth of love for and devotion to the King, the huge proportion of people wearing black as a gesture of mourning for his loss and as an expression of great gratitude for him. His body was laid out and made available for people to visit and pay respects to. Tens of thousands of people gathered in Sanam Luang, the park area in front of the Grand Palace, to queue for hours and hours just to be able to spend 30 seconds near his body, to pay their respects and then move on. Tens of thousands every day.

The influence of a noble person, a good-hearted person, the acts of a good-hearted person create a field of blessings and this is what is meant by the word *puññakkhetta* in the chanting we do: ‘*Anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassā’ti*’. The quality of Sangha creates an ‘unsurpassed field of blessing’. ‘They give occasion for incomparable goodness to arise in the world’. By having chosen to come to Amaravati, having chosen to spend time in the winter retreat and to be in the Temple on this occasion, we are entering the field of blessings of the Buddha, Luang Por Chah and Luang Por Sumedho. We are enjoying the fruitfulness of that field. Like a fertile field that wonderful and nutritious crops and beautiful plants and flowers are growing in. Because of

choosing to enter that field, we reap the rewards that come from being in that field.

Someone like Yom Ploen, although she has obviously not operated on a grand scale like the king of Thailand or Luang Por Sumedho, nevertheless has chosen to live her life very skilfully and has been an amazingly generous person. Many of you have seen her here during numerous different events. Three years ago when we had a big sangha meeting, an International Elders' Meeting here at Amaravati, she was pretty much camped out in the kitchen for three months: endlessly cooking, helping and looking after the well-being of the community, with never a thought for herself – only wanting to help support the practice of Dhamma. Along with printing dozens of Dhamma books into the bargain.

I first got to know her when Abhayagiri Monastery was about to open in California, back at the end of 1995, early '96. The project was on the verge of being launched and Luang Por Pasanno had volunteered himself to be available to help lead the new place. He had been the abbot of Wat Pah Nanachat for fifteen years and was very much loved and cherished by the monastic and the lay communities in Thailand. Rumour had recently been spreading fast through the field of Dhamma practitioners

that Luang Por Pasanno was about to be taken off to California to start a new monastery.

At this time I was traveling as Luang Por Sumedho's secretary, on an extended teaching tour through South-East Asia. He was leading a retreat up in the Chiang Mai area, at a retreat centre called Bahn Por. Three or four days into the retreat, Luang Por said, 'I'm a little tired this afternoon, why don't you lead the question and answer session.' I said, 'My Thai isn't very good, Luang Por.' But he responded, 'Well ... I'm sure you can manage. Most of them can speak English'. So I showed up for the question and answer session and I said, 'Luang Por is a bit tired this afternoon so he asked if I would lead the Dhamma discussion and the questions and answers today. If any of you would like to ask any questions please don't be shy.' A woman sitting in the front, at the very centre, immediately said, 'I want to know who *you are* and why you are taking Ajahn Pasanno away from us!?' That was an interesting moment. 'I want to know who you think *you are ...*' There was a certain vigour behind that question! She wasn't asking about 'What is the relationship between *viññāṇa* and *nāma-rūpa*' or the usual Dhamma questions.

The entire question and answer session got turned into discussion about the foundation of Abhayagiri, how

Ajahn Pasanno had got involved, who *I* was ... because nobody knew me from anywhere. I hadn't been in Thailand for years and years, so I was just some English bloke travelling with Luang Por Sumedho. That hour or so was quite an aggressive series of exchanges; people were upset that their beloved Ajahn was being taken away from them and I was being seen as some kind of kidnapper, stealing their treasured Ajahn, whisking him off to a den of iniquity and delusion called California. What a waste of their wonderful Ajahn to be amongst those deluded Americans!

What was most interesting, in the context of tonight's talk, was that at the end of that session Yom Ploen and two other friends, Yom Pattama Boonlong and Yom Laddawan Paoviboon, stepped up and said, 'We'd like to help you with this new project – what can we do?' Whilst the other 50 or 60 people there were mostly grumbling and a bit upset, Yom Ploen and these two friends took the opposite approach. They realized, 'This is obviously happening so we would like to aid you in making it happen in a good way. What can we do? How can we help you?' That initiative was tremendously beneficial in enabling Abhayagiri Monastery to get established, because that little

group of people – Ploen, Laddawan and Pattama – formed a core of support and spread the word in Thailand, and helped to create a connection between the newly-founded Abhayagiri Monastery and the Thai community.

Over the foundational years of Abhayagiri Yom Ploen was active in bringing people over, providing information about the place and organizing events – generally helping to be the midwife to Abhayagiri Monastery in its gestation and early infancy. I was deeply involved in that process myself, so I feel personally very grateful for her initiative and readiness to lend a hand. Even though she’s physically very small, she’s a very *big* small person with a powerful presence and I was grateful that she had that spirit of enterprise; she said, ‘Yes we can do it. We can make this happen – what can I do to help?’ The fact that Abhayagiri Monastery is there and has been a place of Dhamma practice for many people – training in the monastic life, living in the forest, developing the Eightfold Path – is partly due to that person’s initiative, that person’s energy, resolution, faith and commitment.

\* \* \*

When we think about *puñña*, therefore, we should think about the Buddha's teaching that, 'Puñña is another word for happiness'. If we reflect on our own lives we see that when we act in a way that is unselfish, that is kind – that is focused on benefitting others, on what is wholesome, what is noble, what is beautiful – that creates brightness in the heart. There is a joyfulness and a natural radiance that arises in the heart when the motivation is wholesome and noble. When there is unselfishness, kindness and compassion being acted upon, that creates *puñña* and that *puñña* is the brightness of the heart. We can look down on that and say, 'Pah! Who need brightness? Brightness, darkness, it's all the same, it's all empty.' We can say that but it's also the case that when there is that quality of delight and brightness, radiance in the heart, it creates a much more firm foundation for other liberating spiritual qualities to arise.

There is a very significant dialogue between the great lay disciple Visākhā and the Buddha, mentioned in the Vinaya teachings; she was a wealthy lay person living in Sāvattthī, the capital of the kingdom of Kosala, and was very active in supporting the Buddha and the Sangha there. One day she went to the Buddha and said, 'I'd like to ask

eight favours of you, Venerable Sir. There are eight things that I'd like to ask permission for.'

The Buddha replied, 'What are these favours, Visākhā?'

She said, 'I'd like to have permission that, whenever there is a monk or a nun who is sick, I can provide special food to be made available for them; and also rice porridge for sick monks and sick nuns; and I'd also like to provide food for the attending monks or nuns so that they don't have to leave their sick monastic friend to go seek for food for themselves, they can be looked after as well. In addition I'd like to provide food for incoming monks and nuns for when they arrive in Sāvattihī; coming to town they don't know the alms routes, they don't know the area very well. So when the newly arrived monks or nuns come to the city of Sāvattihī to stay in one of the monasteries, the Jetavana or the Eastern Park, I'd like permission to be able to provide special food for them when they first arrive. I'd also like to be able to provide bathing cloths for the nuns' community.'

When she had described all these favours she wanted to offer, the Buddha responded, 'Visākhā, what kind of advantage do you see for yourself, what kind of benefit do you see for yourself in providing these things?' He didn't



ask why it would be useful for the monks and nuns but rather, ‘What do you see for yourself in this?’

She then said, ‘Venerable Sir, the advantages I see for myself are these: whenever I hear of the sick nun or sick monk, I’ll know that the food that I provided is helping to support them to become healthy again. That’ll be something that brings happiness to my heart. When I see incoming nuns or monks coming to stay at the various monasteries here in Sāvattihī then I’ll know that my offerings have helped to give them nourishment and provide for their well-being; that will also bring happiness to my heart ... and so forth.

Then the Buddha asked further, ‘What do you see as being beneficial in that?’ He keeps grilling her.

She responds, ‘When my mind is happy, my body will be tranquil. When my body is tranquil, I shall feel pleasure. When I feel pleasure, my mind will become concentrated. That will maintain the spiritual faculties in being in me and also the spiritual powers and the enlightenment factors. This, Venerable Sir, is the benefit I see for myself in asking these eight favours of the Tathāgata.’

The Buddha was very pleased by her attitude and her understanding, ‘Good, Visākhā, good – well said.’ Then he

granted permission for her to provide those things. (MV 8)

It's an interesting exchange because he doesn't even mention the benefit that it'll bring to the Sangha but rather he was asking about her motivation: 'Are you doing it because you want to score merit points to get a place in heaven or to please me, or because of a superficial idea about creating good karma just for the sake of it? What's the purpose?' When he saw that she realized that it was of practical spiritual benefit here and now, not to accumulate anything but rather to develop insight, to develop wisdom and true understanding, he recognized that she saw what was of true value, of true benefit: that making offerings is not just some kind of superstition, or relating to *puñña* in a materialistic way, but rather seeing it as a basis for liberation. So he was very happy to give her the permission for that.

On another occasion, when the Buddha was speaking about making merit, he talked about a previous life of his when he was a very wealthy Brahmin called Velāma. He said, 'I was extremely wealthy at that time. I made a grand offering: 84,000 silver pots filled with gold and 84,000 gold pots filled with silver; 10,000 horses, 10,000 elephants ... a massively abundant offering. Even though that was the

most magnificent offering, the good karma that came from that was not equivalent to ...' Then in the *sutta* there is a long succession of different kinds of offering that bring even more benefit than that, such as offering food to an Arahant, and finally offering a dwelling for the Sangha. Then he goes on to say that the good karma, the blessings coming from taking the Three Refuges with sincerity and keeping the Five Precepts, exceeds all of that. The *puñña*, the blessings, coming from living by the Five Precepts far exceeds the *puñña* coming from making such an abundant material offering.

As he goes on he describes how even more *puñña*, even more blessings come from practising loving-kindness for the time that it takes to milk a cow (about 20-30 minutes). Finally, the Buddha declares that it's even more meritorious, most meritorious of all, to sustain the insight into *anicca*, impermanence, uncertainty, just for the duration of a finger-snap (A 9.20). To truly know impermanence, uncertainty for one finger-snap creates more good karma, more *puñña*, more brightness in the heart than even what would be billions of pounds-worth of material offerings.

Thus, in the same way that he did with Visākhā, he's pointing out that what is of the greatest value is insight,

wisdom or true understanding. However, just as Visākhā recognized the happiness that came from making material offerings supports the development of insight, we will be foolish if we think, 'Oh great, I don't have to bother accumulating all that money to make a big offering. I can save the cash and just have a finger-snap of insight. That's by far the cheapest and quickest way!' It's not enough to merely have an *idea about* a direct insight into *anicca*. That is not the same as the genuine insight itself, just as reading a menu does not satisfy the body's hunger.

The development of wisdom is of immense benefit but it does need a foundation; it does need real support for those qualities to be brought into being, to be sustained. The insight has to have a basis and what we discover is that if we want to develop any real concentration and any real insight, there has to be a foundation of happiness and that in turn is based on loving-kindness. There has to be a benevolent attitude towards oneself and towards the world. There has to be a foundation of self-respect, freedom from remorse and freedom from self-criticism.

When we reflect upon the lives of the people around us, which have been very beneficial and generous, we can take them as an example for ourselves. The basis for that

foundation of wisdom is constant unselfish, kindly, compassionate activity that people like the king of Thailand and Yom Ploen have embodied. Similarly the people more immediately around us who help to sustain this monastery; the means whereby the foundation of wisdom is created is by those who are endlessly ready to help, who ask, 'What do you need?' 'How can I help you?' It is a readiness to reach out to benefit others, to put the needs, the wishes of others first, to be looking outside the range of our own personal preferences, our own fears, our own desires; the heart that is ready to be unselfish, to act and to support the lives and the well-being of others – this is the basis of liberation.

If you look at the life of someone like Luang Por Chah, along with the extremely profound and detailed wisdom teachings that he gave, he also offered us an example of being a person who is totally unselfish. He had no private life. He gave whole-heartedly to people day after day, hour after hour. On account of various circumstances I only spent a little bit of time in his company, probably three weeks altogether while I was living in Thailand for a couple of years, 1978-79. But during those brief times that I was with him I could see that he was available for people all day, every day. From early in the morning until late at

night, he was ready to engage with others.

He demonstrated an extraordinary quality of unselfishness, a readiness to be a support by giving spiritual or practical advice, being out joining in with the work parties. (The first time that I ever saw him, my first contact with him, he was building a toilet. He had a cement trowel in his hand. I thought, 'This is very significant. This is the great master building a toilet. Some kind of spiritual message here...' – with a cement trowel in his hand directing the work of building a toilet in the main courtyard area at Wat Pah Pong). Even though Luang Por Chah had extraordinarily profound wisdom, and could teach on a very high level, he was ready to lend a hand on a practical level at all times. He was ready to give time and attention to the villagers, to help them in settling their squabbles or their property disputes, fights between parents and children ... He was always available and ready to help.

I remember Luang Por Sumedho saying that there was only one time he ever saw Luang Por Chah wobble, that is to display a moment of hesitation to be available. It was in the early 1970's and at that time Luang Por Chah had been pretty ill. I think he had had a bad bout of malaria or something like that. It was on the Observance Day and he

had been up on the Dhamma seat for two or three hours giving a lengthy Dhamma talk that evening. One of the foreign monks had been having a mental breakdown and Ajahn Sumedho had been trying to look after him because he was in a very distraught, deranged state. As Luang Por Chah came out of the Dhamma Hall at Wat Pah Pong he was looking completely drained and exhausted, Ajahn Sumedho was waiting for him by the door and told him that one of the foreign monks was having a great deal of mental difficulties. Ajahn Sumedho nervously asked Luang Por, ‘Could you see him? Could you give him a few minutes?’

For a moment, apparently, there was a look that crossed Luang Por Chah’s face, as if to say, ‘Oh, give me a break’ and then it was gone and then Luang Por Chah spent the whole night with this distressed monk, staying up with him and looking after him, helping him to deal with the psychotic breakdown that he was experiencing, all the way through until dawn. Luang Por Sumedho said that that was the only time that he’d ever seen Luang Por Chah wobble, even for a moment.

I’m not encouraging people to exhaust themselves but in terms of understanding, of reflecting on *puñña*, it’s important to understand that we can take that high-minded

position of thinking, ‘If just one finger snap of insight into *anicca* is the highest kind of *puñña*, who needs to bother with all this generosity stuff? Why should I bother with these worldly concerns?’ But they work together; what makes that insight genuine, and integrated with all the dimensions of our mental, emotional and physical being, is the wholehearted attention to all those different dimensions of our lives. So taking the opportunity to act in a caring way for each other – to look out for each other; to care for those who are sickly; to pay attention to how things are kept in a tidy way or to see that things are cleaned up; or what is the emotional need of the people around us; all the 10,000 little ways that we can pay attention to the field of those we share a life with – that sense of benevolence and caring creates the *puññakkhetta*, the field of blessing. In addition, part of that caring manifests as the commitment to harmlessness, the commitment to honesty, to living respectfully in relationship to others. If we want our meditation to be ‘successful’, want to develop insight and concentration, it’s very much tied up with these other aspects of our lives – remember, as described in the *Velāma Sutta*, *sīla*, loving-kindness and insight are the three most powerful kinds of *puñña*.



If we are only interested in meditation, 'I'm only here for the wisdom, I don't want to be bothered with these other people, these practical details. I haven't time for that! I just want concentration and wisdom.' We can think like that, and that outlook can be based on a noble intention, but in a strange way that very attitude cuts off the brightness of our own heart. My experience is that when we are ready to pay attention to all these details and to open to each other, caring for each other on a practical moment by moment, day by day basis, that creates, just as it did for Visākhā, a profound sense of well-being. You can look at each other and say, 'That monk was sick the other day, I helped to take food for him. Or, that nun was lacking a good pair of socks so I got a pair of socks out of the stores and offered them to her because it looked like she had cold feet...'. Little things of this nature create a foundation, a ground of brightness in the heart and that is what conditions a contentment, an ease of being. So when the mind then tries to concentrate the whole system is already relaxed and calm. The whole system is much more settled. You can explore this for yourself and reflect on that comment of the Buddha, 'Don't belittle *puñña*' – don't look down on *puñña* but rather see it as another word for happiness.

Another teaching that comes to mind, related to this area, was given by the Buddha in the context of advice for those who are passing away. We are encouraged to care for each other but sometimes, unwittingly, in our efforts to help we can lean too far in a worldly direction and create more worry and fuss, and thus tie each other up. Even though loving-kindness and compassion are what create a skilful foundation, if we go too far in that direction, or if we see it only in a worldly way, then it can create a web of attachments and we make other people's happiness become a source of anxiety for us. We worry about everybody. Someone looks a bit cold or a bit upset, a bit unhappy, a bit ill... and we find ourselves stressing over that. That's an unskilful way of relating to loving-kindness, compassion, generosity and so forth. It becomes a source of neurotic stress in the heart. So it's important to keep these aspects in balance with each other.

There's an interesting teaching when the Buddha was giving advice to Mahānāma who was a relative of his. Mahānāma was a ruler of the Sakyans. At a certain point he asked the Buddha, 'What advice should I give to somebody on their deathbed?'

The Buddha's response was, 'You should ask the

person, “Are you worried about your mother and father?” If they say, “Yes, I am,” then you should say, “Whether you worry about your mother and father or you *don’t* worry about your mother and father you are going to die anyway, so why don’t you just put aside your worry about your mother and father?” Since death is inevitable, why create more stress for yourself?

‘Then you should ask, “Are you worried about your children, and your spouse?” If they say, “Yes,” then say, “Whether you worry about your children and your spouse or you *don’t* worry about them, you are going to die anyway so why don’t you just put aside your worries and be free of that?”’ You are going to die anyhow so there’s no point carrying them around with you as well. Admittedly this advice can come across as a bit brutal – not a very cuddly piece of counsel – but it can be very helpful, if it’s reflected upon.

The Buddha then goes on to say, ‘Then you should ask, “Are you worried about saying goodbye to worldly pleasures?” If they say “Yes,” Then you should say to them, “Celestial pleasures are far more excellent and sublime than worldly pleasures so please fix your mind on the Heaven of the Four Great Kings.” This is one of the lowest and

therefore most ‘easily accessible’ of the heavenly realms, according to Buddhist cosmology.

Then the Buddha encourages a progressive relinquishing of resolve on the lower heavens and a focusing of intent upon higher ones, stage by stage until reaching the Brahmā World. At this point he advises, “Then they should be told, “Even the Brahmā World is impermanent, unstable and included in identity. So please withdraw your mind from the Brahmā World and direct it to the cessation of identity.”

‘If they say, “My mind has been withdrawn from the Brahmā World; I have directed my mind to the cessation of identity,” then, Mahānāma, I say there is no difference between a lay follower who is thus liberated in mind and a bhikkhu who has been liberated in mind for a hundred years, that is, between one liberation and the other (S 55.54). For the lay person who has that realization, the state of liberation is exactly the same as someone who has been an Arahant for 100 years. There’s no difference between those two minds. This is one of the few places in the Pali Canon where the Buddha talks about a lay person realizing arahantship.

Despite any apparent bluntness of this teaching,

I would suggest that it's a very good example of giving advice to someone on their deathbed, 'Why hang on to this? You don't have to be focused on it. You can let go, let go and let go...'. It is a great kindness to be encouraging the mind not to try to hang on to worldly concerns, that are no longer under our personal control, and to not even strive for rebirth in refined heavenly realms. Instead, the pointing to not being born at all – and to letting go of identity altogether – is the greatest expression of compassion and kindness, and the greatest blessing – *puñña*. It is the most beneficial and helpful advice. In this manner, along with the blessings that come from practical caring for each other is also the blessing of letting go of each other; the Middle Way is the mysterious blending of both of these qualities.

In reflecting on Luang Por Chah's life, we can see that he embodied this profound mixture, this blending of qualities of both extraordinary thoughtfulness and attention, practical care for other people, but at the same time being totally unattached, totally uninvolved and unentangled in the lives of people and things. It's hard to see how that fits together but in someone like Luang Por Chah it's clearly the case. He was ready to be available,

to be helpful with the struggling monk who had those psychological difficulties – ready to stay up all night to take care of him when he himself was exhausted – but at the same moment completely unattached, unentangled, unlimited by any of those aspects of engagement. That's a challenge, a difficult quality of being to realize; there is both a profound care and sincere concern, but at the same time a complete non-attachment.

How can we be concerned and unattached at the same time? How do we both care and not care? How to do both – sincerely love all beings and in the same breath not create any beings? How do we do that?

In a way it's the root challenge of the Buddha's teachings, the challenge of the Middle Way – to find that mysterious balance where there's absolutely sincere caring and concern for every being, every detail, every need of the world around us and at the same time to be totally at ease with things exactly as they are, not creating any *dukkha*, any distress in the heart on account of anything. When we spell it out or talk about it, it's hard to see how it could be but when we practise, when we live together, we find that there's that mysterious Middle Way. There's that capacity whereby we can both care for each other, look

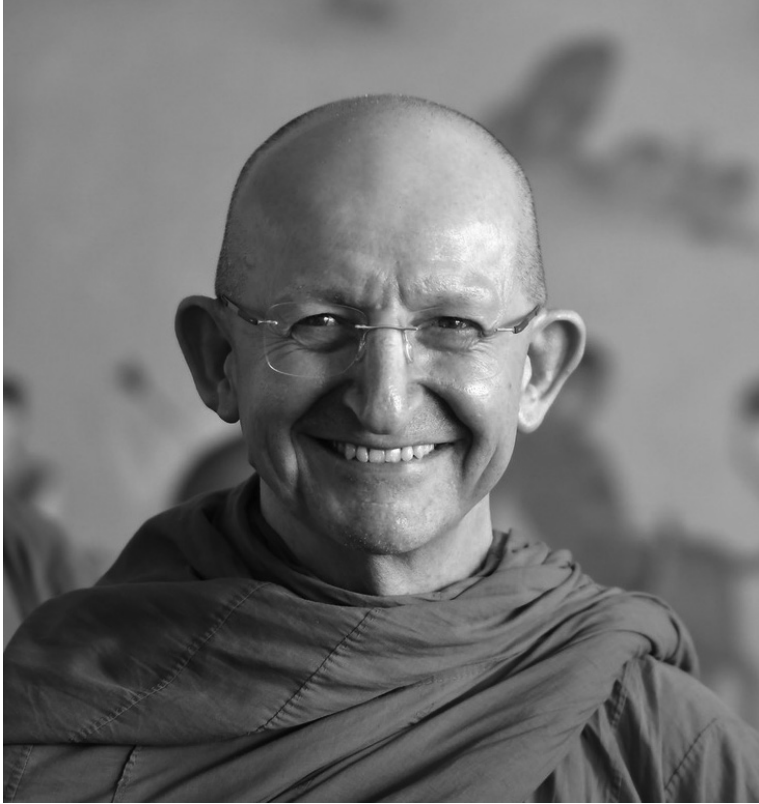
out for each other and cultivate that field of blessing, that puññakkhetta, and also not be the owner of the field, not to be possessive, not to be identified, attached or entangled. There's a way that can be embodied, actualized, if we pay attention, if we are skilful in our practice.

I offer these thoughts for your consideration this evening.

---

*Talk given: 20th January 2017, waning half-moon day, at Amaravati Buddhist Monastery, ~20:40-21:30 GMT.*

*Message from Usa Plooksawadi: 'Ploen passed away peacefully on Saturday morning [Jan. 21st] at 04:30' = 20th January, 21:30 GMT.*



**พระวิเทศพุทธิคุณ (อมโรภิกขุ)**

เจ้าอาวาส วัดอมราวดี ประเทศอังกฤษ

**Venerable Phra Videsabuddhiguna  
(Amaro Bhikkhu)**

The Abbot of Amaravati Buddhist Monastery  
United Kingdom



- นามเดิม** เจเรมี ชาร์ลส์ จูเลียน ฮอว์เนอร์ (J.C.J. Horner)
- เกิดเมื่อ** เดือนกันยายน พ.ศ. ๒๔๙๙ ที่ประเทศอังกฤษ
- การศึกษา** สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาจิตวิทยา และสาขาชีววิทยา (BSc. in Psychology and Physiology) จากมหาวิทยาลัยลอนดอน (University of London) ประเทศอังกฤษ
- พ.ศ. ๒๕๒๑** มีโอกาสเดินทางมายังประเทศไทย และเดินทางต่อไปที่ วัดป่านานาชาติ แล้วพักศึกษาและปฏิบัติธรรมที่นั่น
- พ.ศ. ๒๕๒๒** เดือนเมษายน อุปสมบทเป็นภิกษุในพระพุทธศาสนา โดยมีพระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อบุชา สุภัทโท) เป็นพระอุปัชฌาย์
- เดือนตุลาคม เดินทางกลับมาประเทศไทย เพื่อร่วมกับ หลวงพ่อสุเมโธ ก่อสร้างวัดชิตฮีโร่สท์ (ปัจจุบันคือ วัดป่าจิตตวิเวก)
- พ.ศ. ๒๕๒๖** เดินทางริบถุดงค์จากวัดป่าจิตตวิเวก ไปยังวัดสาขาที่ ก่อตั้งใหม่ (วัดอรุณรัตนคีรี) ด้วยระยะทาง ๘๓๐ ไมล์ (ประมาณ ๑,๔๐๐ กิโลเมตร) และพำนักอยู่เป็นเวลา ๒ ปี เพื่อพัฒนาวัด
- พ.ศ. ๒๕๒๘** เดือนกรกฎาคม ย้ายไปพำนักปฏิบัติศาสนกิจที่ วัดอมราวดี
- พ.ศ. ๒๕๓๓** รับนิมนต์ไปสอนกรรมฐานที่แคลิฟอร์เนีย ประเทศสหรัฐอเมริกา ทุกปี
- พ.ศ. ๒๕๓๙** เดือนมิถุนายน ก่อตั้งวัดป่าอภัยคีรี และพำนักประจำอยู่ที่วัด

- Lay name** J.C.J. Horner.
- Born** September 1956, England.
- Education** Received BSc in Psychology and Physiology with Honours (Upper Second) from University of London.
- 1978** Took up residence at Wat Pah Nanachat, in the lineage of Ven. Ajahn Chah in Ubon Province, North-east Thailand.
- 1979** April – Ordained as a Bhikkhu (*Upasampadā*), Phra Bodhiyana Thera (Luang Por Chah Subhaddo) was his preceptor.  
October – returned to England to join Ven. Ajahn Sumedho at Wat Pah Cittaviveka, a newly founded forest monastery in Chithurst, West Sussex.
- 1983** Journeyed 830 miles on foot to the newly opened Harnham Vihāra (now called Aruna Ratanagiri Monastery) in Northumberland and spent 2 years there.
- 1985** Was invited to Amaravati Buddhist Monastery by Luang Por Sumedho, to help with teaching and administration.
- 1990** Was invited to start coming to the USA, spending a few months each year teaching there.
- 1996** June – established Abhayagiri Monastery.

- พ.ศ. ๒๕๔๐** รับตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดป่าอภัยคีรี ร่วมกับ  
พระอาจารย์ปล้นโน
- พ.ศ. ๒๕๔๗** เดินทางและพำนักปฏิบัติธรรมที่ประเทศอินเดีย  
เนปาล และภูฏานเป็นเวลา ๑ ปี
- พ.ศ. ๒๕๕๓** รับนิมนต์จากหลวงพ่อบุญโธ (พระราชสุเมธาจารย์)  
เจ้าอาวาสวัดอมราวดี ประเทศอังกฤษ ให้กลับมา  
ประเทศอังกฤษเพื่อรับหน้าที่เป็น เจ้าอาวาส  
วัดอมราวดี สืบต่อจากท่าน
- พ.ศ. ๒๕๕๔** ได้รับแต่งตั้งเป็นพระอุปัชฌาย์
- พ.ศ. ๒๕๕๘** ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์  
เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ฝ่ายวิปัสสนาธุระ  
ในราชทินนามที่ “พระวิเทศพุทธิคุณ”

### **ผลงานการเขียนหนังสือ**

มีผลงานการเขียนหนังสือมากกว่า ๒๐ เล่ม อาทิ เช่น Tudong (เป็นเรื่องการเดินทางจากวัดป่าจิตตวิเวกไปยังวัดอรุณรัตนคีรีที่ ฮาร์นัม ระยะทางประมาณ ๑,๔๐๐ กิโลเมตร), Small Boat, Great Mountain, Rain on the Nile และ The Pilgrim Kamanita (นิยายอิงธรรมะ กามนิตกับวาสิฏฐี ภาคภาษาอังกฤษ) และเขียนร่วมกับท่านอาจารย์ปล้นโนจำนวน ๕ เล่ม หนึ่งในนั้นคือ The Island – An Anthology of the Buddha’s Teaching on Nibbāna หนังสือที่ท่านเขียนได้รับการแปลเป็นภาษาต่างๆ รวม ๙ ภาษา ได้แก่ ภาษาไทย สิงหล ฝรั่งเศส สเปน อิตาลี เยอรมัน โปรตุเกส จีน และเวียดนาม

- 1997** Led the community of Abhayagiri Monastery in collaboration with Ven. Ajahn Pasanno, as co-abbots.
- 2004** Spent one year visiting the Buddhist holy places in India, Nepal, and Bhutan.
- 2010** Returned to England and took up the role of abbot at Amaravati, on the retirement of the founding abbot, Ven. Ajahn Sumedho.
- 2011** Was granted permission to be an *upajjhāya* (ordination preceptor).
- 2015** Along with Ajahn Pasanno, Ajahn Amaro was honoured by the King of Thailand with the ecclesiastical title 'Chao Khun'. Together with this honour he was given the name 'Videsabuddhigūṇa'.

Ajahn Amaro has written more than 20 books, including an account of an 830-mile trek from Chithurst to Harnham Vihara called Tudong, other titles include: Small Boat, Great Mountain; Rain on the Nile and The Pilgrim Kamanita; 5 books were co-written with Ajahn Pasanno, one of these is The Island - An Anthology of the Buddha's Teachings on Nibbāna.

His books have been translated to 9 languages; Thai, Sinhala, French, Spanish, Italian, German, Portuguese, Chinese and Vietnamese.



This work is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License.

To view a copy of this license, visit  
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

You are free to:

- copy and redistribute the material in any medium or format

The licensor cannot revoke these freedoms as long as you follow the license terms.

Under the following terms:

- Attribution: You must give appropriate credit, provide a link to the license, and indicate if changes were made. You may do so in any reasonable manner, but not in any way that suggests the licensor endorses you or your use.
- Non-Commercial: You may not use the material for commercial purposes.
- No Derivatives: If you remix, transform, or build upon the material, you may not distribute the modified material.
- No additional restrictions: You may not apply legal terms or technological measures that legally restrict others from doing anything the license permits.

Notices:

You do not have to comply with the license for elements of the material in the public domain or where your use is permitted by an applicable exception or limitation.

No warranties are given. The license may not give you all of the permissions necessary for your intended use. For example, other rights such as publicity, privacy, or moral rights may limit how you use the material.



เมื่อจิตใจของคนได้เกิดเป็น "บุญ" แล้ว  
บุญนี้จุดความสว่างไสวและความสุขขึ้นในใจ ซึ่งจะ  
เป็นพื้นฐานที่มั่นคงของความดีงามด้านอื่นๆ ให้เกิดขึ้น

When there is that quality of delight  
and brightness, radiance in the heart,  
it creates a much more firm foundation  
for other liberating spiritual qualities to arise.