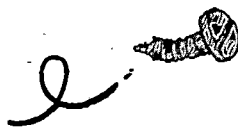
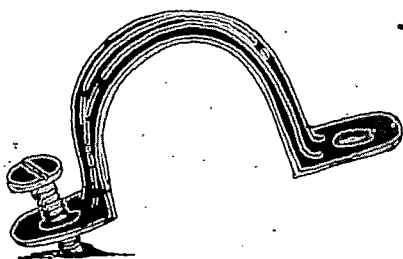


แพทย์เวชกรรม
๑๖๖๓

เยียวาสังคบทด้วย พุทธธรรม



ห้องสมุดวัดเขาบางทราย
เลขทะเบียน ๐๐๙๓๓
เลขเรียก BG ข ๒๙๒๔

ที่ระลึกงานพระราชทานเพลิงศพ
มานะ บวรวัฒนวงศ์

เสาร์ที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๒๙
ณ วัดนอก อำเภอเมือง จังหวัด ชลบุรี

เขียนโดยสังคมด้วย

พุทธธรรม

ของ

แพทย์เวชกรรม ๑๖๖๓

กลุ่มศึกษาและปฏิบัติธรรม

จัดพิมพ์

เขียนยาล้างคมด้วยพุทธธรรม

โดย แพทย์เวชกรรม ๑๖๖๓

พิมพ์ครั้งที่สาม ตุลาคม ๒๕๒๘

จัดพิมพ์โดย

กลุ่มศึกษาและปฏิบัติธรรม

พิมพ์ที่โรงพิมพ์จักรานุกูลการพิมพ์

๕๓/๒-๓ ตลาดใหม่บ้านนาถม กทม. ๑๐๒๐๐

แบบปก เซาว์ อัสว

ท่านที่สนใจ สั่งซื้อได้โดยตรงที่

คุณวิไลชัย ทวีศักดิ์ศิริผล

โกวลิย์ ๘๔/๒๔ ถนนพญาไท (ใกล้สี่แยกราชเทวี)

เยื้องโรงแรมเอเชีย กท. ๑๐๔๐๐

โทร. ๒๕๑-๘๐๕๔

ราคาเล่มละ ๗ บาท

คำนำ

พุทธธรรมหรือธรรมของพระพุทธเจ้าได้รับขนานนามอีกประการหนึ่งว่า เป็นธรรมโอสถที่ช่วยเยียวยาให้สัตว์โลกพ้นจากความเจ็บไข้ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ จนถึงขั้นวิญญาณ คือ เพิกถอนกิเลสและความหลงผิดทั้งมวล ยังชีวิตให้บริบูรณ์เต็ม เปี่ยมด้วยความสุข ความสงบ และความรู้แจ้งเห็นจริง พระพุทธองค์ตรัสว่า พระองค์เป็นแพทย์ผู้เยียวยารักษาสัตว์โลกไม่มีใครยิ่งกว่าด้วยประการฉะนี้

นับเป็นสิ่งที่น่ายินดีที่แพทย์ไทยในปัจจุบัน หันมาสนใจธรรมะในฐานะเป็นการแก้ปัญหาของสังคมและให้เครื่องมือในการพัฒนา บัณฑิตบุคคลที่จะยึดลู่ลัดและรอบด้านมาก ดังจะเห็นได้จากผลงานชุด "พุทธธรรมกับสังคม" และ "วิถีแก่แข็งสร้างสุข" ของ ท่านศ.จ.น.พ.ประเวศ วะสี ซึ่งมีบทบาทในการนำพุทธปรัชญามาใช้ในการวางแผนพัฒนาส่งเสริมการแก้ปัญหาสาธารณสุขขั้นมูลฐาน เน้นให้ประชาชนพึ่งตนเองและช่วยเหลือซึ่งกันและกันตามหลักพุทธธรรม นอกจากนี้ก็ยังมีนายแพทย์อีกมากที่สนใจนำหลักการภาวนา ในทางศาสนาไปใช้ในชีวิตของคนและคนไข้อย่างได้ผลดี และมีผลงานเผยแพร่พุทธศาสนาที่รู้จักกันอย่างกว้างขวางมานานมีอาทิ เช่น ศ.จ.น.พ.อวย เกตุสิงห์ น.พ.ชินโอสถ ทัสมาเรอ รวมถึง พ.ญ.อมรา มลิลลา เป็นต้น ด้วยการแนะนำหลักธรรมเข้าสู่ประชาชนของท่านเหล่านั้น ใช้ภาษาง่ายๆ สือสารกับชาวบ้านได้ดี จึง

ทำให้ประสบกับความสำเร็จในการปรารถนาธรรมะกับชีวิตประจำวันได้อย่างดียิ่ง ทั้งนี้ท่านเหล่านั้นเป็นนักปฏิบัติ มีประสบการณ์ด้วยตนเองและยังเข้าใจปัญหาความบีบคั้นอันเป็นท่อนชีวิตจิตใจของผู้คนในสังคมนั่นเอง

หนังสือเล่มเล็กที่ท่านถืออยู่นี้ ก็เป็นผลงานของนายแพทย์นิรนามอีกท่านหนึ่ง ที่พยายามจะชี้ให้เห็นว่า พุทธศาสนามีคุณค่าต่อการแก้ปัญหาสังคมขั้นพื้นฐานทีเดียว โดยที่ท่านเป็นแพทย์ในทางจิตประสาท และสนใจเกี่ยวกับเด็กซึ่งเป็นอนาคตของชาติและสังคมเป็นพิเศษ คำอธิบายสั้นๆในหนังสือเล่มนี้จะช่วยให้ผู้อ่านมั่นใจและตระหนักในคุณค่าพุทธศาสนา นอกจากนั้นท่านยังได้เสนอแนะวิธีการมองปัญหา ด้วยภาษาที่ง่ายๆสั้น แต่เตือนจิตสะกิดใจให้สติและปัญญาอยู่ไม่น้อย

องค์การฟื้นฟูพุทธศาสนา เคยจัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้ ๒ ครั้งแล้ว เมื่อปีพ.ศ. ๒๕๒๑ และพ.ศ. ๒๕๒๓ รวมจำนวน ๒๐,๐๐๐ เล่มให้ชื่อว่า "นายแพทย์ชี้จุดแก้ไขความวุ่นวายในสังคม" และทางกลุ่มเห็นว่า หนังสือได้ขาดคราวไปนานแล้ว จึงติดต่อขออนุญาตท่านผู้ประพันธ์ เพื่อเป็นการเผยแพร่ขึ้นใหม่ โดยเชื่อว่าคงจะเป็นประโยชน์แก่ผู้อ่านทุกเพศทุกวัย ไม่จำกัดกาลสมัย

กลุ่มฯ ขออนุโมทนาแด่ท่านนายแพทย์ผู้มีเลขทะเบียนประกอบ

โรคศิลปะ ว ๑๖๖๓ และบรรณานุกรมที่มีจิตเสียสละ โดยประ-
สงค์จะให้ท่านนี้แพร่หลายกว้างไกลออกไป เพื่ออำนวยความสะดวก
สวัสดิ์แก่ทุกชีวิตจะพึงได้รับจากพระพุทธศาสนา

ด้วยความปรารถนาดี

กลุ่มศึกษาและปฏิบัติธรรม

๑๕ ตุลาคม ๒๕๒๔

บทนำ

เมื่อข้าพเจ้ายังอยู่ในวัยเด็กและวัยรุ่น แม้ว่าบิดามารดาของข้าพเจ้าจะเป็นชาวพุทธ คือ ไปวัด ทำบุญ ตักบาตร ฟังเทศน์ ถือนิสสัยบ้าง ศีลแปดบ้าง ข้าพเจ้าก็ร่วมทำกับท่านมาโดยตลอด แต่ความสงสัยหลายอย่างเกี่ยวกับคำสอนของศาสนาพุทธก็มีอยู่ในใจตลอดมา เช่นพระท่านสอนว่าให้หมั่นทำบุญไว้เถิดเกิดชาติหน้าจะได้พบความสุขความสบาย จะร่ำรวย จะขึ้นสวรรค์ ถ้าทำบาปทำชั่วเวลาตายจะไปตกนรก ซึ่งเด็กส่วนมากก็เชื่อตาม ในระยะศึกษาเล่าเรียนในมหาวิทยาลัย ก็ไม่มีเวลาจะมาศึกษาหรือซักถามข้อข้องใจกับใครได้เกี่ยวกับศาสนาพุทธ เช่น นรกสวรรค์มีจริงหรือไม่ ชาติก่อนและชาติหน้ารู้กันได้อย่างไร คนตายไปแล้วจะเกิดอีกหรือไม่ หรือจะไปไหน การทำบุญไว้เพื่อหวังเอาบุญในชาติหน้าจะได้จริงหรือไม่ ทำไมทุกคนจึงเกิดมารวยจนผิดกัน มีทุกข์มีสุขผิดกัน สิ่งเหล่านี้เป็นเพราะกรรมเก่าที่เขาทำไว้ในชาติก่อนจริงแน่หรือไม่ สิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่คนเคารพบูชากันนั้นมีตัวตนจริงหรือไม่ เรื่องผีสังคนจนแสดงท่าทางแปลก ๆ เป็นไปได้อย่างไร การที่คน

๔
นั่งสมาธิ วิปัสสนา แล้วเห็นนรกเห็นสวรรค์ หรือถึงนิพพานนั้น
จะจริงเท็จจริงอย่างไร ข้าพเจ้ามีความเคลือบใจอยู่ตลอดเวลา

ข้าพเจ้าเคยถามปัญหาเหล่านี้เมื่อเป็นผู้ใหญ่แล้วกับคนหลาย
คน ก็ยังคงได้รับคำตอบไม่เป็นที่พอใจ เพราะไม่มีเหตุผลที่จะทำ
ให้ข้าพเจ้าเชื่อได้ ข้าพเจ้าเพิ่งจะเข้าใจหลักคำสอนของพระพุทธ
ศาสนาและจิตใจความสงสัยในปัญหาต่าง ๆ ดังกล่าวได้ เมื่อข้าพ
เจ้าหันมาศึกษาธรรมะซึ่งสอนในแนวใหม่ของท่านพุทธทาส ท่าน
ปัญญานันทะ และของคุณปูณ จงประเสริฐ เมื่อข้าพเจ้ามีอายุ
ล่วงเข้ามาถึงวัยกลางคน คนขนาดอย่างข้าพเจ้ายังมีความหลงผิด
โง่งมงายต่อปัญหาต่าง ๆ มานาน ข้าพเจ้าจึงไม่อยากจะให้คนรุ่นนี้
ต้องหลงมงายไปนมนานอย่างข้าพเจ้า จึงได้เขียนหนังสือเล่มนี้
ขึ้นมาเพื่อช่วยเผยแพร่ความรู้ทางธรรมให้กว้างขวางยิ่งขึ้นอีก โดย
ผ่านองค์การฟื้นฟูพุทธศาสนาของคุณปูณ จงประเสริฐ เพื่อให้คน
รุ่นใหม่ได้เชื่อหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างถูกต้อง โดยอาศัย
แนวคำสอนของท่านพุทธทาส ท่านปัญญานันทะ และของคุณปูณ
จงประเสริฐ เป็นหลักของการพิจารณาค้นคว้าหาความจริง

อนึ่ง ในฐานะที่เป็นแพทย์ ข้าพเจ้าขอแสดงความรู้ทางการ
แพทย์ที่มีบทบาทอย่างสำคัญมากในการเสริมสร้างรากฐานจิตใจ

ของบุคคล มิให้เกิดมีความเห็นแก่ตัวขึ้นมาอยู่ในส่วนลึกของจิตใจ
 อันยากจะแก้ไขด้วยวิธีใด ๆ ทั้งสิ้น รากเง้าของความชั่วร้ายวุ่นวาย
 ในสังคมทุกวันนี้ เกิดมาจากการเห็นแก่ตัวจัดทรงเน้น ข้าพเจ้า
 จึงอยากเชิญชวนผู้มีเงินเหลือกินเหลือใช้ทั้งหลายที่ไม่เห็นแก่ตัว
 ให้อ่านข้อความในหนังสือเล่มนี้ด้วยความพิจารณาอย่างมีเหตุ
 ผล เพื่อบริจาคเงินส่วนเหลือใช้ของท่านจัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้แจก
 แก่ประชาชน เพื่อความรู้นี้จะได้เผยแพร่ออกไปอย่างกว้างขวาง
 ข้าพเจ้าไม่สงวนลิขสิทธิ์ในหนังสือเล่มนี้ แต่ห้ามดัดแปลงแก้ไข
 ก่อนปรึกษาฉัน เพราะมีความรู้หลายตอนที่เกี่ยวกับวิชาการแพทย์
 อันจะนำมาใช้รักษาและป้องกันโรคประสาท โรคบ้า หรือวิกลจริต
 และความวุ่นวายต่าง ๆ ของสังคม ตั้งแต่ในหมู่นักศึกษาจนถึงระดับ
 ข้าราชการชั้นนำที่บริหารประเทศชาติ

เรื่องความวุ่นวายทั้งหลายของสังคมปัจจุบันในทุกระดับและ
 ทุกวงการ พวกเราทุกคนสามารถช่วยกันแก้ไขและทำให้สงบเรียบ
 ร้อยได้แน่นอน แต่จะต้องใช้เวลาระยะหนึ่ง เวลาระยะนั้นจะเร็ว
 หรือช้าเพียงใดก็อยู่ที่การช่วยกันเผยแพร่วิธีเช่นนี้ให้มากที่สุด
 โดยการแจกฟรีให้แก่ประชาชนได้ยิ่งดี ส่วนความรู้ทางธรรมะ
 ก็จะต้องศึกษาไปอย่างมีระเบียบเป็นขั้นเป็นตอน เหมือนการเรียน

หนังสือในโรงเรียน เช่นจะเรียน ป. ๑ แล้วกระโดดข้ามไปเรียน
ม.ศ. ๕ เลยยอมเป็นไปไม่ได้ ตั้งเห็นคนส่วนใหญ่ปัจจุบันนี้จะ
ศึกษาเพียงแค่นี้ศีลธรรมในพระพุทธศาสนาเท่านั้นก็คิดว่าเพียงพอแก่
การเป็นคนดีแล้ว ซึ่งถ้าเป็นจริงอย่างนั้นก็จำเป็นจะต้องอาศัย
พระบัญญัติของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ทรงตรัสรู้ เพราะศีลธรรมนั้น
เปรียบเสมือนข้อปฏิบัติในชั้นประถมเท่านั้นเอง จึงขอให้ท่านผู้อ่าน
ศึกษาเอาเองตามสติปัญญาของท่าน และช่วยกันให้หนังสือเล่มนี้
แก่คนอื่นยืมไปอ่านด้วยจึงจะคุ้มค่า ความดีทั้งหลายของหนังสือ
เล่มนี้หากจะมี ข้างเจ้ายกให้แต่ คุณแม่ของผู้อ่าน หรือท่านผู้ท
จะมาเป็นแม่ของลูกในอนาคต

ธรรมเนียม^๐กันและรักษาโรคประสาทได้

ถึงแม้ว่าข้าพเจ้าจะเป็นแพทย์รักษาโรคภัยไข้เจ็บตามธรรมดา แต่ก็ต้องช่วยแก้ปัญหาให้แก่คนไข้ที่เป็นโรคประสาทปนอยู่ด้วย โรคประสาทอาจพบได้ทั้งในเด็กและผู้ใหญ่ที่มีความวิตกกังวลใจอยู่เป็นประจำ แล้วคนไข้ก็ไม่วิถีที่จะคลายความตึงเครียดทางจิตใจได้ด้วยตนเอง เช่นไม่รู้หลักธรรมของพระพุทธศาสนาที่จะช่วยในเรื่องนี้ได้เป็นอย่างดี หรือไม่วิถีที่แพทย์จิตเวชได้แนะนำไว้จริงอยู่ ความวิตกกังวลใจนี้อาจเกิดขึ้นได้ในทุกคน แม้เด็กอายุเพียง ๖-๘ เดือน ก็เริ่มจะมีความวิตกกังวลเป็นครั้งแรกเมื่อแม่หรือคนเลี้ยงที่เขาสอบจากไป จะจากไปชั่วคราวหรือนานก็ตาม เด็กจะเกิดความวิตกกังวลเรื่องนี้มาก คือเด็กจะร้องไห้เมื่อแม่จากไป และจะหยุดร้องทันทีที่แม่กลับมาหา นี่เป็นจุดเริ่มต้นของความวิตกกังวลอันดับแรกในชีวิต อาการโรคประสาทของเด็กปรากฏออกมาในรูปเด็กชอบกอดเล็บ ชอบดูดหัวแม่มือ บัดสาวระตือนอน รวด ส่วนในผู้ใหญ่ ความวิตกกังวลมักเกิดจากเช่น ความล้มเหลวในชีวิตสมรส ความล้มเหลวในการงานและอาชีพ ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญของโรคประสาท คนวัยชราที่เกิดมีความวิตกกังวลว่า ตัว

แก่แล้วจะไม่มีลูกหลานดูแล หรือจะถูกทอดทิ้งให้ว้าเหวเดียวดาย
และกังวลใจเรื่องความตายที่จะมาถึงตน วธ๑

โรคประสาทตามความหมายที่ทราบกันทั่วไปนั้น หมายถึง
โรคทางจิตใจชนิดหนึ่งซึ่งมีอาการน้อยๆ เริ่มด้วยการขี้หลงขี้ลืม
ขี้รำคาญ หงุดหงิดใจง่าย ตกใจง่าย โมโหง่าย หัวใจเต้น
เต้นแรง อาการขับปัสสาวะได้แก่ ปวดหัว นอนไม่หลับ เบื่ออก
แน่นอก จนถึงอาการหนักขึ้นอะละอะละวาด ชักคันชักงอ หรือ
ซึมเศร้าเฉื่อยข่ม ร้องไห้บ้างหัวเราะบ้าง ไม่ยอมกิน ไม่ยอม
นอน ไม่พูดไม่คุย ซึ่งขั้นต่อไปอาจจะกลายเป็นโรคจิต

อนึ่ง ก็แตกต่างกัน เมื่อเกิดขึ้นในใจของผู้ใดแล้ว ย่อมทำ
ให้เขาเศร้าหมองถ้าไม่ประคองจิตไว้ให้มั่นคง ถ้าปล่อยจิตให้เป็น
ไปตามอำนาจของมัน มันก็จะชักนำไปในทางที่ต่ำ แม้ปัญหา
ความทุกข์ใจหรือความเดือดร้อนต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันก็เหมือน
กัน บางคนก็เก็บเอาเรื่องนั้นมาไว้ในสมองให้เป็นความวิตกกังวล
อยู่ตลอดเวลา หลักธรรมะในพุทธศาสนาจึงสอนว่า ให้ค้นคว้า
หาสาเหตุแห่งทุกข์ และให้กำจัดเหตุ นั้น ๆ เสีย จึงจะพ้นทุกข์ได้
คนส่วนมากมักไปโทษสาเหตุอื่นนอกกาย เช่นโทษคนอื่น จึงไป
โกรธคนนั้นเกลียดคนนั้น เพราะคิดว่าเป็นสาเหตุแห่งทุกข์ของตน
ที่ทดลองมาโทษสาเหตุที่ตัวเองบ้าง ก็จะไม่ไปหลงโกรธเกลียดเกลียด

แค่นั้นใคร และจะไม่ไปกระทำอะไรผิดๆ คนไหนที่รู้จักยอมรับว่า
ตัวเขาผิดเอง คนนั้นชีวิตมักจะเรียบง่าย ไม่ค่อยจะตกต่ำ ไม่
วุ่นวาย เพราะสามารถแก้ไขข้อบกพร่องได้ตรงจุด อย่างน้อยที่สุด
ก็ทบทวนความประมาทของตนเอง คนคิดได้อย่างนี้ย่อมมีจิตใจผ่องใส
หมดความวิตกกังวลใจไปได้มาก โอกาสที่จะเป็นโรคประสาทก็มี
น้อยเหลือเกิน ส่วนบุคคลที่ยังทำไม่ได้เพราะเข้ข้างตัวจัด ชีวิต
เขาจะประสบแต่ความเศร้าหมองมากบ้างน้อยบ้าง เลยเกิดความ
ท้อแท้ใจเพราะจมอยู่ในกองทุกข์จนไม่มีเวลาที่จิตจะแจ่มใส ความ
ท้อแท้มีรากฝังลึกแน่นลงไปในชีวิตใจ จนคิดว่าชีวิตนั้นทรมาณเป็น
ที่สุด และคิดไปว่าการที่จะทำให้หมดทุกข์นั้นเป็นเรื่องสุดวิสัย จึง
เกิดอาการทางโรคประสาทขึ้นมาได้ แต่บุคคลที่มีพื้นฐานทางจิตใจ
มั่นคงมาตั้งแต่วัยเด็ก จะเป็นโรคประสาทได้ยาก

ตามปกตินั้น ความทุกข์โศกหรือความกังวลใจอย่างรุนแรง
ทั้งหลาย ที่บังเกิดขึ้นมาในคนหนึ่งๆ นั้น จะค่อยๆ จางหายไป
เองในเวลา ๒-๓ วัน หรืออย่างช้าใน ๑-๒ อาทิตย์ เพราะ
ธรรมชาติสร้างกลไกให้ร่างกายได้นอนหลับพักผ่อน เพื่อให้เกิด
การลืมเรื่องนั้นๆ ได้ แต่ทำไมบางคนจึงเศร้าโศกหรือวิตกกังวล
หรือมีปฏิกิริยาโต้ตอบอย่างรุนแรง และคิดอยู่นานติดต่อกันเป็น
แรมเดือนหรือแรมปี โดยไม่สามารถจะปรับตัวให้พ้นจากความคิด

นั้น ๆ ไปได้ในเวลาอันสมควร ทางจิตแพทย์ได้อธิบายไว้ว่า เนื่อง
จากแต่ละคนมีพื้นฐานทางจิตใจที่สร้างมาในวัยเด็กไม่เหมือนกัน
จึงอยากจะขอล่าวย่อ ๆ เป็นอันดับแรกว่า เรื่องจิตใจของเด็กนั้น
มีอย่างไรบ้าง

เด็กเกิดใหม่อายุ ๑-๓ เดือน ไม่มีปฏิกิริยาโต้ตอบใด ๆ เลย
ในทางจิตใจ มีแต่นอนหลับ ตื่นมา ร้องไห้ และดูดนมเท่านั้น
เด็กวัย ๓-๖ เดือน จะเริ่มมีความรู้สึกถึงความสุขเป็นอย่างไร
เช่นมีความสุขในการดูดนม เริ่มยิ้มกับแม่ เริ่มจำแม่ได้บ้าง
แต่ยังจำได้ไม่เต็มที่ เพราะฉะนั้นเด็กจะเล่นกับใครยิ้มกับใครก็ได้
จะแสดงความดีอกดีใจ ถ้าร้องไห้ก็จะเงียบถ้ามีคนมาเล่นด้วย
เริ่มรู้สึกมีความสุขอบอุ่นทางจิตใจ เป็นระยะที่ชอบเอาของต่าง ๆ
มาใส่ปาก หรือเอามารอไว้ที่ปาก จะกินได้หรือกินไม่ได้ก็เอามา
ใส่ไว้ตรงปาก ความพอใจอยู่ที่ปาก ถึงแม้จะไม่หิวก็ยังพอใจ
ในการดูด เด็กจะมีปฏิกิริยาต่อการขาดแม่ ตั้งแต่ระยะนี้เป็นต้นไป

เด็กวัย ๖-๘ เดือน จำหน้าแม่ได้ชัดเจน รู้จักแยกบุคคล
ว่าใครใช่แม่ ใครไม่ใช่แม่ เริ่มมีความวิตกกังวลว่าแม่จะจากไป
จึงร้องหาแต่แม่หรือคนเลี้ยงที่เขาติดใจ เขาไม่สนใจคนอื่น และ
มีการกีดกันแปลกหน้า เด็กเริ่มเกิดความวิตกกังวลตั้งแต่ระยะนี้

เป็นต้นไป จึงเห็นได้ว่าเด็กวัย ๓-๑๒ เดือนนั้น เป็นช่วงที่เขาต้องการเอาใจจากแม่มากที่สุด เช่นการเอาใจเรื่องกินนม เรื่องอุ้มโอบกอดนั้น ในช่วงนี้ไม่มีผู้ใดเสียต่อเด็กเลย อย่าคิดว่าการเอาใจมากเกินไปในช่วงนี้ จะทำให้เด็กเสียนิสัย การคิดเช่นนั้นไม่เป็นความจริง เมื่อเขาตื่นขึ้นทุกครั้งต้องให้เขาได้เห็นหน้าแม่ และถ้าเขาหิวนมต้องได้กินนมทันที ตลอดเวลาทั้งกลางวันและกลางคืน เด็กที่เลี้ยงได้แบบนี้ เด็กจะเติบโตขึ้นมาโดยมีรากฐานความมั่นคงทางจิตใจเป็นเยี่ยมที่สุด เพราะเด็กจะมีความอบอุ่นทางจิตใจและพอใจอยู่เสมอ

ช่วงระยะอายุ ๑ ปีแรกนั้น เป็นช่วงที่เกิดนิสัยสร้างความเชื่อมั่นให้แก่ตัวเอง และนิสัยไม่เห็นแก่ตัว เมื่อเขาร้องให้ทุกครั้งจะต้องมีแม่มาอุ้มอุ้มโอบอุ้ม ถ้าหิวก็หามาให้ดูด แล้วเด็กจะไม่ร้องมาก เด็กจะรู้จักการรอคอยเมื่อได้ยินเสียงเตรียมนม เขาจะเกิดมีความเชื่อมั่นทั้งในตนเองและความไว้วางใจในคนอื่น เขาจะมองโลกแต่ในแง่ดีและมองอย่างเป็นสุข นิสัยนี้จะติดตัวมาจนโตเป็นผู้ใหญ่ จะมีจิตใจมั่นคงเป็นคนเมตตาปรานี ไม่เห็นแก่ตัว แม่คนใดที่เลี้ยงลูกใน ๑ ปีแรกไม่ได้แบบนี้ ลูกจะมีนิสัยผิดไปจากนี้ไม่มากนักน้อย ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับระยะเวลาของการรอคอยการกินนม และความอบอุ่นที่เขาได้รับจากแม่ เช่นเขาได้ใกล้ชิดกับแม่วันหนึ่งๆ

นั้นมากนักน้อยเพียงใด คนสมัยก่อนเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ลูกย่อม
มีความสุขและความอบอุ่นทางจิตใจมากกว่า และสมัยก่อนแม่ไม่
ต้องไปทำงานนอกบ้าน จึงเห็นได้ว่าคตินิยมสมัยก่อนนั้น เขามีความ
สัมพันธ์ระหว่างญาติมิตรดีกว่าคนสมัยนี้ ความวุ่นวายในสังคมก็
เกิดขึ้นน้อยและเป็นเรื่องไม่ค่อยรุนแรงโทรมร้ายทารุณเหมือนทุกวันนี้
จริงอยู่เด็กขาดแม่สมัยก่อนก็ต้องมีอยู่เหมือนกัน แต่ไม่มาก
เท่าทุกวันนี้ และมีความจริงอีกอย่างหนึ่งว่า ผลเสียจากการขาด
แม่นั้น ไม่สามารถจะแก้ไขให้หายได้ด้วยการอบรมทางศีลธรรม
เมื่อเขาโตขึ้นมา ทุกท่านลองสอบถามผู้พี่ชอเด็กจากโรงพยาบาล
หรือเด็กกำพร้าแม่มาเลี้ยง จะพบว่าโตขึ้นมาเป็นคนดีจริง ๆ ไม่ถึง
๕ เปอร์เซ็นต์

เด็กอายุ ๑-๓ ปี เป็นช่วงที่เขาขัดขืนต่อต้านและเห็นแก่ตัว
นิสัยเหล่านี้ถือว่าเป็นสิ่งปกติสำหรับเด็กวัยนี้ จะเห็นว่าเขาชอบขัด
ขืนข้อห้ามต่าง ๆ และไม่มีนิสัยให้อะไรแก่ใคร ทุกสิ่งทุกอย่าง
จะเอามายึดถือไว้เป็นของตัวเอง จึงเป็นระยะที่ห้ามผู้ใหญ่พูดคำว่า
“อย่า” หรือลงโทษเด็กระยะนี้ เพราะเด็กยังไม่มีความคิด ยังไม่มี
การตัดสินใจ ยังไม่รู้จักเหตุผล นอกจากนี้ เมื่อสอนเขาแล้ว
เขาก็ยังลืมอีก เพราะธรรมชาติเขาเป็นอย่างนั้น ถ้าสอนเขาแบบ
คนใจเร็วจะทำให้เขาเป็นคนโมโหง่าย อารมณ์รุนแรง ถ้าหัด

อย่างมีระเบียบเข้มงวดมาก เขาอาจเป็นคนเจ้าระเบียบ พิถีพิถัน
มีอารมณ์ตึงเครียดตลอดเวลา หรือกลายเป็นคนที่ขาดความอบอุ่น
ทางใจไปเลย เพราะเขาคิดว่าแม่ไม่รักเขา จึงคิดว่ากลัวเขา
ตลอดเวลา

เด็กวัย ๓-๕ ปี ระยะเวลาที่ความคิดเห็นของเด็กจะมีแปลก ๆ
อย่าไปทำให้เขารู้สึกเกิดความอายต่อผู้ใหญ่ในเรื่องความคิดเห็น
ของเขา เพราะถ้าเขาอายเขาจะเป็นคนไม่กล้าพูดไม่กล้าถาม เด็ก
ก็ไม่ทราบความจริง ระยะเวลาที่เด็กคิดว่าพ่อแม่เป็นผู้วิเศษ สามารถ
จัดหาทุกสิ่งทุกอย่างให้เขาได้ตามปรารถนา ระยะเวลาเป็นระยะของ
การอบรมทุกสิ่งทุกอย่างให้เด็กรู้ความจริง แต่ที่ไม่สามารถจะแก้
นิสัยเดิม ที่ติดตัวเด็กมาในช่วงอายุ ๓-๑๒ เดือน และ ๑-๓ ปี
เด็กจะมีนิสัยเหมือนคนเลี้ยงในช่วงอายุ ๓-๕ ปีนี้ ฉะนั้น จะเห็น
ได้ว่า ถ้าเด็กขาดแม่ตั้งแต่เล็กอายุได้ ๓ เดือนถึง ๕ ปี เด็กจะเสีย
หายหลายอย่างเป็นผลทวีคูณ และยากที่จะแก้ไข ถ้าขาดแม่ตั้งแต่
อายุ ๕ ปีขึ้นไป นิสัยเลวร้ายต่าง ๆ จะค่อย ๆ ลดลงไปตามส่วน
แต่ถ้าขาดแม่เมื่อโตอายุ ๗-๑๐ ปี ก็จะไม่ค่อยบังเกิดผลร้ายเท่าใด
นัก และผลที่เกิดขึ้นสามารถแก้ไขให้หายได้ ถ้าเขาเป็นคน
ไม่ขาดแม่ตั้งแต่วัยเด็ก ๓ เดือนแรกถึง ๕ ปี

อาจจะมีความแย้งว่า ยายหรือย่าเป็นคนรักเด็ก บางครั้ง
รักมากกว่าพ่อแม่ของเด็กเสียด้วย เด็กก็น่าจะมีความอบอุ่นใจพอ
เพียงพอไม่น่าจะเสียคนที่เสียคนนั้นเพราะอยู่อย่างสิ่งแวดล้อมมากกว่า
ในข้อนี้ขอตอบว่า ความเห็นแก่ตัวนั้นไม่ได้เกิดมาจากคนเสียมี
นิสัยรักเด็ก หรือสิ่งแวดล้อมอื่น แต่เกิดมาจากเด็กขาดความ
สัมพันธ์ทางใจกับแม่เด็ก จึงไม่มีความอบอุ่นทางใจ แม้แต่พ่อ
ของเด็กก็ยังไม่สามารถให้ความอบอุ่นทางใจแก่เด็กได้เท่าแม่ของ
เด็ก เรื่องนี้เป็นเรื่องของสัญชาตญาณความเป็นแม่เป็นลูกกัน
เช่นเดียวกันกับในสัตว์ทุกชนิด ซึ่งอธิบายกันไม่ได้ด้วยเหตุผลทาง
วิทยาศาสตร์ ความอบอุ่นทางจิตใจในเด็ก เกิดจากการสัมผัส
ทางผิวหนังอันมีส่วนช่วยให้เกิดความอบอุ่นทางจิตใจ เด็กที่ถูก
ทอดทิ้งให้นอนโดยไม่มีกรอุมไ้ ย่อมเกิดความรู้สึกว่าเหง่มากกว่า
เด็กที่มีคนมาอุมไ้ ถึงแม้จะไม่ใช่ว่า ก็ยังดีกว่าปล่อยไว้ตาม
ลำพัง

สภาพปัจจุบันในสังคมเมืองหลวง พ่อแม่ออกจากบ้าน
ไปตั้งแต่เช้ากว่าจะกลับก็เย็นค่ำ ทั้งลูกเล็ก ๆ ให้อยู่ในความ
ดูแลของคนที่ หนึ่งมีความประพฤติน้ำใจหลังหลอก เด็ก
จะถูกทอดทิ้งบ้าง ถูกทำโทษ หรือถูกกระทำในทางก้าวร้าว
บ่มชื้ออยู่เสมอ นิสัยและจิตใจของเด็กจึงเปลี่ยนไปโดยความ

ประมาทของพ่อแม่ ท่านลองคิดดูว่าสังคมของประเทศ
 ในอนาคตเมื่อเด็กรุ่นนี้เติบโตเป็นผู้ใหญ่จะเกิดผลดีร้ายเช่นไร
 จำนวนอาชญากรและพิษสังคมจะมีสถิติสูงชันอย่างน่าใจหาย
 เป็นการอธิบายให้เห็นชัดแจ่มแจ้งอยู่ในตัวของมันเองแล้วว่า
 สาเหตุอยู่ที่การขาดแม่

การที่จะมาอบรมหรือบังคับให้ทุกคนทำดีในภายหลังนั้น คุณ
 จะได้ผลเลือนลางเต็มที่ คนทำชั่วนั้นไม่ใช่ว่าเขาไม่รู้ แต่เขากล้า
 เสี่ยงทำเพราะความเห็นแก่ตัวจัด ฉะนั้น ถ้าใครมีความเห็นแก่ตัว
 จัดแล้วยากที่จะเป็นคนดีได้ การแก้ไขจึงต้องแก้ที่ต้นเหตุ (คือ
 แก้ที่ความเห็นแก่ตัว) การจะอบรมสั่งสอนบังคับคนไม่ให้มีความ
 เห็นแก่ตัวนั้น เป็นการยาก ในเมื่อความเห็นแก่ตัวมันเป็นนิสัยที่
 เกิดขึ้นมาตั้งแต่เขาเป็นเด็กเกิดใหม่อายุเพียง ๓-๑๒ เดือน และ
 ความรู้สึกเห็นแก่ตัวนั้นมันฝังลึกลงไป ในจิตใจจนยากที่จะทำการ
 ถอนออกให้หมดได้ ตัวอย่างเช่นไฟไหม้โรงภาพยนตร์ คนหนึ่งกัน
 ขุดมุน่วนวาย คนแก่หรือเด็กจะหกล้ม คนมาข้างหลังจะเหยียบ
 ข้ำ คนที่มีความเมตตากรุณาในสันดานเดิมเท่านั้นที่จะช่วยเหลือ
 คนแก่หรือเด็กที่ล้มเพราะเกรงว่าคนจะเหยียบตาย คนที่เห็นแก่ตัว
 จะผ่านไปหรือเหยียบไปเลยโดยไม่ช่วยเหลืออะไรทั้งสิ้น จนกว่า

จะมีสติคิดได้ตามที่เขาได้รับการอบรมศีลธรรมมา คนที่ไม่เห็นแก่ตัว
 มาโดยกำเนิด (คนไม่ขาดแม่) จะมีสติคิดเรื่องนี้ได้เร็วกว่าคนที่
 ไม่เห็นแก่ตัวโดยการอบรมสั่งสอนในภายหลัง (คนขาดแม่) คนที่
 มีความโลภหรือเห็นแก่ตัวทั้งหลายโดยมาก เขาจะชอบการกระทำ
 ของเขาไว้ เขาคิดว่าแอบทำคนอื่นคงไม่เห็น และถ้ามีโอกาส
 เมื่อใดก็จะเอาเปรียบผู้อื่นทันที ฉะนั้น การแก้ไขเรื่องความเห็น
 แก่ตัวนี้ ต้องแก้กันตั้งแต่เป็นเด็กเล็ก ๆ เมื่อความเห็นแก่ตัวได้
 ผั่งลึกเสียแล้ว จะไปขุดรากเง้าออกเท่าไรก็ขุดได้ไม่หมด สังคม
 มันจึงต้องวนวายกันดังที่เห็นอยู่ในทุกวันนี้ ไม่ว่ารัฐบาลชุดไหน
 จะมาใช้มาตรการอะไร จะมีบุคคลสามารถขนาดไหนมาแก้ ก็
 ไม่ได้ผลอะไรเลย เพราะแก้ไขกันไม่ถูกจุด

ขอย้อนกลับมาเรื่องประสาท เท่าที่ได้ลองคุยกับคนไข้โรคจิต
 หรือโรคประสาทที่เขาหายแล้ว ถามเขาว่าทำไมมันถึงเป็นขึ้นมา
 เขาก็ว่าเริ่มต้นมันรู้สึกรำคาญก่อน อะไร ๆ ดุมันรำคาญไปหมด
 ได้ยินเสียงอะไรตามธรรมดาที่รำคาญ แต่เวลามีจิตใจปกติมันไม่
 รำคาญ ความรำคาญนั้นในทางพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นเครื่องกั
 จิตไม่ให้บรรลุถึงคุณงามความดี คนพวกนี้จะไม่มีความสบายใจ
 เหมือนคนอื่น เป็นคนที่น่าสงสารจริง ๆ ทางพระพุทธศาสนาจึง
 สอนให้ตัดฝึกจิตใจให้สงบไม่ให้คิดฟุ้งซ่าน และให้อดทน ให้หัด

มองดูโลกมองดูคนอื่นแต่ในแง่ดี หัดยิ้ม หัดคุยแต่ในเรื่องดีเรื่อง
 สนุก อีกประการหนึ่งคืออย่าไปนั่งจดจำเรื่องที่ผ่านมาแล้ว บางคน
 สู้จำทุกซักจำ ใครด่าก็เที่ยวเอามาจดจำไว้แล้วมานอนโกรธอยู่
 คนเดียวเลยกลายเป็นความพยาบาท เพราะสิ่งต่าง ๆ ที่ชอบจดจำ
 ไว้นี้จะทำให้เกิดเป็นอารมณ์เรวร้อนขึ้นมา เช่นเป็นความรัก ความ
 ชัง ความพยาบาท ความริษยา ความโลภ ความโกรธ ความ
 หลง เราจึงต้องเลิกจดจำเสียบ้างเพื่อคลายอารมณ์ การไปยึดมั่น
 ถือมั่นในเรื่องต่าง ๆ จะทำให้เสียความสมดุลย์ของจิตใจ จิตใจ
 ที่ไม่สมดุลย์จึงแสดงอาการของมันออกมาในรูปของโรคประสาท
 หากปล่อยวางได้ ไม่ยึดมั่นถือมั่นได้ จิตใจก็จะเป็นปกติ ไม่มี
 วิตกกังวลใจอะไรกับใคร เวลาตื่นอยู่ก็จะเป็นสุข เวลานอนก็จะ
 หลับสนิท ไม่มีฝันร้าย คนที่นอนหลับยากมักจะเป็นคนที่มีพื้นฐาน
 ทางจิตใจไม่มั่นคง หรือมีความวิตกกังวลเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ถ้า
 อาการมากขึ้น เช่นมีเรื่องมากกระทบกระทั่งจนจิตใจซ้ำเติมเพิ่มขึ้น
 ก็จะทำให้นอนไม่หลับ ถ้าติดต่อกันหลายคืน ร่างกายจะเปลี่ยน
 ไปในทางทรุดโทรม มีอาการโรคทางกายเกิดขึ้นมา เช่น เบื่อ
 อาหาร กินอาหารไม่ย่อยง่าย ท้องอืด ท้องเฟ้อ ปวดท้อง
 แน่นอก ปวดหัว มึนหัว หนาม็ดตาตาย ร่างกายหมดแรง ขึ้น
 สดท้ายก็คือ หมดความรู้สึกลงทางเพศ

คนที่รู้ธรรมะอย่างถูกต้องและได้นำมาใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เขาสามารถจะปรับตัวให้พ้นทุกข์ได้ ผิดไปจากคนที่ไม่รู้ธรรมะ ยกตัวอย่างเช่น คนไข้คนหนึ่งมีอาการเพียงแคเบื่ออาหารและผอมลงไปทุกวันๆ อย่างอื่นไม่ได้เจ็บป่วยอะไรเลย จิตใจสดชื่นแจ่มใสร่าเริงดี ไปหาแพทย์ตรวจรักษามาหลายแห่งแล้ว มีแต่ผอมลงไปเรื่อย ๆ ยังคงเบื่ออาหาร ต่อมาระยะนี้เริ่มมีกังวลใจนอนไม่หลับ และคิดว่าถ้าเป็นอย่างนี้เรื่อย ๆ ไป คงตายแน่ ตัวเองคงจะต้องมีโรคอย่างหนึ่งอย่างใดแน่นอน แต่หมอยังตรวจไม่พบหรือหมอกงไม่กล้าบอก จิตใจเขาจึงเริ่มเสีย ร่างกายก็พลอยทรุดโทรมตามไป ส่วนคนที่เขามีธรรมะประจำใจ เป็นคนมีเหตุผล เขาจะไม่ยอมวิตกกังวลโดยไม่มีเหตุผล และเขาไม่กลัวแม้กระทั่งความตาย เขาก็จะเชื่อแพทย์ว่าไม่มีโรคอะไร เขากลบตีใจสบายใจ หายห่วง เมื่อหายกังวลก็หลับสนิท ทำให้กินอาหารได้ โรคก็หายไป แพทย์มักพบคนไข้ประเภทที่ไม่มีธรรมะอยู่มากมายในแต่ละวัน อันไม่ใช่เรื่องที่จะถือว่าเป็นธรรมดา จึงควรจะทำความเข้าใจให้แจ่มแจ้งเพื่อจะได้หายป่วย โดยไม่ต้องเสียเวลาเสียเงินเสียทองโดยใช่เหตุ นี่แสดงให้เห็นว่าคนที่ไม่รู้ธรรมะนั้นจะเกิดมีวงจรรวนหนึ่งหมุนเวียนไปในทางเลวร้ายอย่างไม่จบสิ้น คือเมื่อใจป่วย (มีทุกข์ใจ) ก็ทำให้เกิดคิดมาก ไม่ยอมกินไม่ยอมนอน

ร่างกายก็ยิ่งทรุดโทรม โรคทางกายก็ยิ่งกำเริบมากขึ้น ความ
 ทรมาณที่ร่างกายจะได้รับก็ยิ่งทวีขึ้นตามลำดับ ใจก็ป่วยมาก (ทุกข์
 ใจมาก) ขึ้นไปอีก จึงเกิดการวนเวียนเลวลง ชนิดที่จะจบด้วย
 ความตายเท่านั้นเอง

อาการป่วยจากโรคประสาทถ้าไม่ทุเลา จะเป็นเหตุนำไปสู่
 การเกิดโรคทางกายที่ร้ายแรงอีกหลายโรค เช่น โรคความดันโลหิต
 สูง ซึ่งมีอาการปวดหัวเป็นสำคัญ โรคเส้นเลือดในสมองแตกเกิด
 อัมพาตของแขนขา โรคเส้นเลือดหัวใจตีบ กล้ามเนื้อหัวใจตาย
 เพราะขาดเลือดทำให้หัวใจวาย โรคแผลกระเพาะอาหารและลำไส้
 ซึ่งเกิดจากความเครียดอารมณ์ได้เช่นเดียวกัน นอกจากนั้นมีโรคเบา
 หวานและโรคตาเป็นต้อหิน อนึ่ง คนที่มีรากฐานของจิตใจไม่มั่น
 คง หรือบางคนที่มีปมด้อยในเรื่องหนึ่งเรื่องใด เมื่อเวลาตัวเอง
 เจ็บป่วยไข้ หรือทุกข์ใจขึ้นมา จะมีปฏิกิริยาผิดแปลกไปจากคน
 อรรมตา เช่น จะแกล้งแสดงการเจ็บปวดที่เล็กน้อยให้เป็นเหมือน
 การเจ็บป่วยมาก เช่น แกล้งร้องเอะอะ แกล้งว่าตะคอกจะกินแขนขา
 ขั๊กหน้าบิตเบี้ยว ๕๕๕ เนื่องจากเป็นอาการของโรคจิตชนิดหนึ่ง ที่
 มีรากฐานมาจากอารมณ์ที่ถูกกดดันปิดกั้นไว้ อยู่ทางหนึ่ง แต่มา
 แสดงออกอีกทางหนึ่ง ส่วนคนที่หันไปใช้สุราเป็นเครื่องปลอบใจ
 ก็มีมาก คือตัวเองไม่กล้าพอที่จะทำกิจการอย่างใดอย่างหนึ่ง เลย

ใช้สุราเป็นเครื่องกระตุ้นย้อมใจให้เกิดความกล้าที่จะทำสิ่งนั้นได้ ถ้าเขาปฏิบัติเช่นนั้นนาน ๆ ต่อไปจะเป็นโรคติดสุรา มีอาการหวาดระแวง ชีตงสัย หึงหวงง่าย สุราจะบั่นทอนทั้งร่างกายและจิตใจ ถ้าไม่ได้กินจะมีอาการมือสั่น นอนไม่หลับ บางคนเพื่อเอะอะสุดท้ายก็จะตายด้วยโรคตับแข็งหรือโรคแผลในกระเพาะอาหาร หรือเส้นโลหิตในสมองแตก หัวใจวาย ฉะนั้น การรู้ธรรมะและการปฏิบัติธรรมเท่านั้น จะช่วยไม่ให้เขาเป็นโรคประสาทได้

แม้คนที่ประพฤติปฏิบัติชอบครบทุกอย่างตามหลักของศีลธรรม เช่น ทำแต่ความดี ไม่ทำความชั่ว แต่ยังมีได้ทำจิตใจให้บริสุทธิ์มากพอควร ก็ยังเป็นโรคประสาทได้ สาเหตุที่จะไม่เป็นโรคประสาทนั้น นอกจากต้องเป็นคนมีรากฐานทางจิตใจมั่นคงมาตั้งแต่วัยเด็กแล้ว ยังมีเรื่องของกิเลสตัณหาอุปาทานเข้ามาพัวพันให้เกิดโรคประสาทได้เป็นครั้งคราว ต้องอาศัยโลกุตตรธรรมเช่น ความไม่ยึดมั่นถือมั่นเข้ามาใช้ปฏิบัติด้วยจึงจะเป็นคนไม่มีทุกข์ และยังจะต้องเป็นคนที่ไม่แสวงหาความผิดของผู้อื่น เพราะนิสัยที่ชอบค้นคว้าหาความผิดของผู้อื่นจะเป็นอุปสรรคตัวสำคัญที่ทำให้จิตใจไม่ว่าง นอกจากนั้นยังจะต้องระวังการเผยแพร่ของพองตัว ไม่ดูหมิ่นผู้อื่น และจะต้องปฏิบัติต่อทุก ๆ คนในฐานะเป็นเพื่อนมนุษย์ ไม่ถือชั้นวรรณะ แสดงความเมตตากรุณาด้วยการเสียสละทรัพย์สิน

เงินทองส่วนเกินแก่ผู้ตกทุกข์ได้ยาก หรือให้ธรรมทานแก่มหาชน
 สิ่งเหล่านี้ถ้าทำได้บ่อยๆ จิตใจก็จะหมดกังวลว่างสงบ ปราศจาก
 ความหงุดหงิดใจ การรักษาและป้องกันโรคประสาทด้วยหลักธรรม
 ของพุทธศาสนา จึงเป็นวิธีการที่ได้ผลดี สมควรที่ทุกคนควรศึกษา
 และปฏิบัติ เรื่องอย่างนี้เป็นเรื่องที่ต้องเข้าใจด้วยปัญญา ต้องมี
 ความเพียรหัดนึกคิด เลือกลงอ่านหนังสือธรรมะที่ดีๆ บุคคลใด
 ที่มีปัญญายอมจำคำสอนเหล่านี้ไว้ได้เพื่อนำมาใช้ปฏิบัติในชีวิต
 ประจำวันไปจนตรบสิ้นลมหายใจ บุคคลใดที่ยังไม่ต้องการธรรมะ
 มานำทางให้ชีวิตของตน จะหยิบยื่นคำสอนเหล่านี้ไปให้ผู้อื่นเขา
 อ่าน ก็ยังถือว่าเป็นธรรมทานอันได้บุญกุศลมากเหมือนกัน

พระพุทธศาสนามีบทบาทในการเจริญ เติบโตทางจิตใจของเด็กอย่างไร

หลักความจริงมีอยู่ว่า แม่ที่มีหลักธรรมอยู่ในใจย่อมแสดง
 ความเมตตากรุณาและให้ความยุติธรรมต่อลูกได้ดีกว่าแม่ประเภทไม่
 เอาไหน เด็กที่ขาดแม่หรือขาดคนเลี้ยงดูที่มีความรักต่อเด็ก (เช่น
 เดียวกับแม่) ย่อมจะขาดทั้งความรัก และความอบอุ่นทางจิตใจ

เมื่อเติบโตเป็นเด็กวัยรุ่นจะมีแนวโน้มกลายเป็นบุคคลที่ชอบก่อเหตุเดือดร้อนให้แก่สังคมในทุกด้านไม่มากนักน้อย และเป็นการยากที่จะอบรมนิสัยให้เปลี่ยนแปลงกลับมาเป็นพลเมืองดี เพราะเขาเหล่านั้นมีนิสัยเป็นเช่นนั้นมาแล้วตั้งแต่ยังอยู่ในวัยเด็ก การอบรมศีลธรรมหรือศาสนาในโรงเรียนจะมีส่วนช่วยแก่นิสัยเด็กวัยรุ่นเหล่านั้นได้น้อย เพราะเป็นการแก้ที่ปลายเหตุ การใช้กฎหมายลงโทษกันอย่างหนักก็คงไม่ได้ผลเช่นเคย

เด็กขาดแม่ส่วนใหญ่เกิดจากพ่อและแม่มีอันเป็นไปต้องเลิกจากกัน เช่นแม่อาจไปมีสามีใหม่หรือพ่ออาจไปมีภรรยาใหม่ เด็กจึงได้รับการเลี้ยงดูจากคนที่ไม่ใช่แม่ ฉะนั้น ปัญหาที่จะต้องระวังก็คือ ทำอย่างไรชีวิตสมรสจึงจะยาวนานมีความสุขตลอดไป คำตอบไม่ได้อยู่ที่การเลือกคู่ชีวิต ที่มีทรัพย์สินสมบัติแต่อย่างเดียว แต่ต้องเลือกคู่ที่มีศีลธรรมดี มีความประพฤติดี มีนิสัยและอารมณ์ดี เป็นบุคคลที่ปฏิบัติธรรมะถูกต้องตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา เพราะการมีชีวิตสมรสอยู่ด้วยกันนาน ๆ จะเกิดมีอุปสรรคต่าง ๆ นานาประดังเข้ามาตลอดเวลา จะแก้ได้ก็ด้วยธรรมะในพระพุทธศาสนาที่สอนให้คนทุกคนรู้จักค้นคว้าหาเหตุของความยุ่งยาก และแก้เหตุนั้น ๆ เสีย ก็จะพ้นจากความทุกข์ได้ คู่สมรสที่รู้จักนำหลักธรรมะเข้ามาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน จะเกิดมีความอดทนต่อความ

เป้าหมายในชีวิตจำเริญของแต่ละฝ่าย จะรู้จักคลายความยึดมั่นถือ
มั่นในตัวตน-ของตนออกไป และจะดำเนินชีวิตตามหนทางของผู้ที่
เขามาร่วมทุกข์ร่วมสุขด้วยกัน ได้เป็นอย่างดี จึงเห็นได้ว่าชีวิต
ที่มีศีลธรรมและความประพฤติดีนั้นยังหาเพียงพอมิได้ ยังต้องอาศัย
การรู้โลกุตตรธรรมด้วย

สาเหตุของการหย่าร้างที่สำคัญประการหนึ่งก็คือ การไม่ม
ีใจพอใจในรสกามของแต่ละฝ่าย ทำให้ผู้ที่ขาดธรรมะประจำใจ
ต้องเฝ้าใจหาคนใหม่มาทดแทน นี่เป็นปัญหาเกิดแก่ปุถุชนคนมี
วาระรุนแรง แต่ถ้าหญิงชายคนใดมีจิตใจสูง เห็นแก่นาคตลูก
หรือสงสารลูกๆ กลัวว่าเมื่อโตเป็นผู้ใหญ่จะกลายเป็นผู้ใหญ่ที่ไม่ดี
เพราะขาดความอบอุ่นทางใจ ก็จะทนอยู่กันต่อไปได้จนลูกเติบโต
จนมีจิตใจเข้มแข็งพอที่จะทนการขาดแม่ได้ เรื่องนี้ต้องยกความดี
ทั้งหมดให้แก่ผู้เป็นแม่ที่ยอมอดทนเลี้ยงลูกโดยไม่มีสามีใหม่ ลูก
ขาดพ่อไม่เกิดผลต่อการเจริญเติบโตทางจิตใจของเด็กรุนแรงเท่ากับ
ลูกขาดแม่ ความเป็นแม่จึงมีบทบาทสำคัญมากต่อการเจริญเติบโต
ทางจิตใจของเด็ก สัญชาตญาณของความเป็นแม่ย่อมมีความรัก
ต่อลูกตามธรรมชาติอยู่แล้ว แต่ก็ยังมีสาเหตุมากมายที่ทำให้เด็ก
ต้องขาดแม่ สาเหตุเหล่านี้เราช่วยกันกำจัดให้เหลือน้อย หรือ

หมดไปได้ โดยแต่ละคนต้องศึกษาหลักธรรมตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ดังจะกล่าวต่อไป

พ่อแม่ที่ขอมอบรวมลูกด้วยเหตุผล และจะไม่แสดงอารมณ์รุนแรงต่าง ๆ เป็นตัวอย่างให้เด็กเห็น ชีวิตในครอบครัวของคนที่มีธรรมะจะมีความสุขราบรื่น พ่อแม่ย่อมแสดงความรักความเมตตา กรุณาต่อลูก ลูกจะมีความรู้สึกอบอุ่นทางจิตใจ ลูกของพ่อแม่ในครอบครัวอย่างนี้จะเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่มีจิตใจสมบูรณ์ เต็มไปด้วยความเมตตา กรุณา ปราศจากความเห็นแก่ตัว ประพฤติแต่สิ่งดีงาม ผู้เลี้ยงแทนแม่จะเป็นใครก็ตามย่อมแสดงความรักให้เด็กเกิดความอบอุ่นทางจิตใจได้ไม่ดีเท่าแม่ (ยกเว้นแม่ไม่ดี) เด็กที่ขาดแม่จึงเติบโตขึ้นมาด้วยความจิตใจที่ขาดความอบอุ่นขาดความมั่นคงทางจิตใจ จึงเต็มไปด้วยความเห็นแก่ตัวมากบ้างน้อยบ้าง ความเห็นแก่ตัว ก็เป็นรากเงาของความวุ่นวายทั้งหลายในโลกนี้ จากการสำรวจอาชญากรในเรือนจำหลาย ๆ ประเทศโดยนายแพทย์ผู้เชี่ยวชาญทางโรคจิต ก็ได้พบความจริงแนວเดียวกัน และยอมรับกันทั่วไปแล้วว่า ในจำนวนอาชญากรวัยรุ่นทุก ๆ ๑๐๐ คน จะมีประวัติของการขาดแม่ในวัยเด็กเล็กถึง ๕๐ คน และเด็กที่ขาดแม่ตั้งแต่อายุน้อยกว่า ๕ ปีลงไป จะมีโอกาสเป็นอาชญากรได้มากเป็นสองเท่าของเด็กที่ขาดแม่ เมื่ออายุเลยห้าปีขึ้นมาแล้ว ฉะนั้น

แม้จึงมีความสำคัญต่อเด็กเล็กตั้งแต่อายุ ๓ เดือน ถึงอายุ ๗-๘ ปี
 เด็กอายุ ๓ เดือนเขาเริ่มจำแม่ได้ จำเสียง จำใบหน้าและท่าทาง
 การสัมผัสของแม่ได้ อย่างคิดว่าเขาไม่มีความคิดความจำ เขามีอยู่
 ครบ เพียงแต่ว่าเขาพูดไม่ได้เท่านั้น เด็กไม่ได้ต้องการแต่นมและ
 อาหารหรือของเล่น แต่เขาต้องการความรัก ต้องการความเอาใจ
 ใส่ ถ้าเด็กขาดแม่จะมีผลกระทบกระเทือนต่อจิตใจของเด็กอย่าง
 รุนแรง ญาติคนอื่น ๆ ก็ไม่สามารถจะให้ความรักและความอบอุ่น
 ทางจิตใจ ได้ดีเท่าแม่ที่มีหลักธรรมชาติประจำใจ

การที่เด็กมีแม่อยู่เป็นตัวตน แต่แม่ขาดความเอาใจใส่ต่อลูก
 เช่น แม่มีลูกหลายคน แม่ต้องทำงานนอกบ้านเพื่อหารายได้ แม่
 ที่ผลิตเพลินในกิจการบางอย่างภายนอกบ้านจนลืมตัว และให้คน
 อื่นเลี้ยงลูกแทน ลูกจึงเติบโตมาเป็นผู้ใหญ่ที่ไม่ดีเช่นเดียวกันกับ
 ลูกที่ขาดแม่ ครอบครัวที่มีลูกเกินสามคนขึ้นไป ลูกคนกลางมัก
 เสียคน เพราะพ่อแม่เอาใจใส่ต่อลูกคนแรกและคนสุดท้ายมากกว่า
 คนกลาง ๆ ลูกคนกลางมักจะขาดความรักจากแม่ จึงขอเตือน
 บรรดาแม่ ๆ ไปด้วย เพราะเป็นหลักความจริง ซึ่งทางการแพทย์
 ยอมรับกันทั่วไป และเช่นในกรณีที่เด็กอายุ ๓-๔ เดือนถูกแม่ทอด
 ทิ้ง จะเริ่มด้วยอาการขอบร้อ้งให้ จะร้องครวญจะยาวนานติดต่อกัน
 ถ้าหากเด็กไม่ได้รับการตอบสนองที่อบอุ่นจากคนที่คล้ายแม่ของเขา

นาน ๆ ไปเด็กจะค่อย ๆ เฉยเจิบลงไปเอง จนกลายเป็นเด็กที่ไม่สนใจใคร คุณเณร ๆ ก็ว่าเป็นเด็กที่เลี้ยงง่ายไม่กวนเลย ถ้าปล่อยให้ขาดแม่จนมีอาการเช่นนี้เกิน ๓ เดือนขึ้นไป ผลร้ายที่เกิดขึ้นทางจิตใจของเด็กนี้จะอยู่คงทนถาวรตลอดไป จะแก้ไขกลับคืนดีเป็นปกติได้ยาก ความจริงอันนี้เป็นสิ่งที่แพทย์ทางโรคจิตได้ค้นคว้าพบ และยอมรับรอกันทั่วไปแล้ว เด็กเล็กที่ขาดแม่ ถึงแม้จะมีอายุเพียง ๔-๖ เดือน จะเกิดความผิดหวังขัดข้องใจ เช่น เมื่อมีความหิวอยากดื่มนมแต่ไม่ได้ดื่มนมไม่ได้กิน อยากได้เห็นคนมาแสดงความรักความเอาใจใส่ แต่ก็ไม่มีใครมาแสดงความรักหรือมาเล่นด้วย นาน ๆ เข้าอารมณ์ของเด็กจะเฉยเมยต่อสิ่งแวดล้อม ไม่ค่อยแสดงการตอบโต้ต่อสิ่งเร้าภายนอก เด็กบางคนอาจจะร้องไห้โยเยตลอดวัน และร่างกายมีการเคลื่อนไหวน้อยลงกว่าปกติ ทำให้เขาหัดคลานช้า นิ่งช้า ตั้งไข่และเดินได้ช้ากว่าเด็กปกติ

เด็กบางคนแม่หายหน้าไป ๒-๓ วันแล้วกลับมา เด็กจำเสียงแม่ได้ดี เด็กเริ่มเกิดมีความวิตกกังวลคิดว่าแม่จะต้องแยกจากไปอีก ความคิดนี้จะมีอยู่ตลอดเวลา ทำให้เด็กนอนหลับยาก และร้องไห้กวนคนเลี้ยง คนเลี้ยงไม่รู้สาเหตุว่าเด็กร้องกวนโยเยเพราะเหตุไร อาจจะลงโทษตีเด็ก หรือแกล้งปล่อยเด็กให้ร้องอยู่ตามลำพัง จนเจิบบวร้องไปเองเพราะเหนื่อย การกระทำเช่นนี้เป็นการ

ทำลายจิตใจเด็กอย่างรุนแรง ซึ่งพบได้ทั่ว ๆ ไปในทุกหลังคาเรือน การแก้ไขที่ดีที่สุดคือ ผู้เป็นแม่ต้องสละเวลาทำธุรกิจการงานต่าง ๆ ให้น้อยลง ใช้เวลาส่วนมากอยู่กับลูก จนกว่าลูกจะมีความอบอุ่น เกิดขึ้นแก่จิตใจอย่างเพียงพอ ซึ่งจะสังเกตเอาเองได้ง่าย ๆ เด็กที่มีความอบอุ่นทางจิตใจนั้นจะเป็นเด็กที่ร่าเริง ชอบหัวเราะ กินเก่ง นอนหลับ เคลื่อนไหวตัวอยู่ตลอดเวลาที่เขาตื่น และไม่มีอารมณ์โมโหเวลาหิว

อยากจะขอย้ำอีกครั้งว่า เด็กเล็กวัยนี้ถ้าถูกปล่อยให้อยู่แต่ลำพังคนเดียวมานาน ๆ หลาย ๆ ครั้ง จนเด็กเคยชินเงิบไปเองนั้น อย่างนี้กว่าเด็กจะง่ายง่ายไม่กวนใคร แต่จิตใจของเด็กนั้นเสียไปแล้วอย่างถาวร ฐิ์ได้ง่ายเช่นเวลาอุ้มเด็ก จะรู้สึกว่เด็กทำตัวขึ้น ๆ ไม่มีการตั้งใจตอบสนองต่อคนเลี้ยง คล้าย ๆ กับว่าเด็กอยากจะนอนหรืออยากจะเล่นวัตถุอย่างอื่น ไม่ยอมให้อุ้ม เด็กจะไม่มีการมองตามสิ่งเร้าต่าง ๆ คนแปลกหน้ามาหา เด็กก็ไม่กลัวเพราะไม่มีความรู้สึกอันใดต่อคน เด็กพวกนี้จะไม่ติดใครเลย ใครจะมาอุ้มก็ได้ แต่ตัวจะขึ้น ๆ เหมือนเราอุ้มตุ๊กตา เด็กไม่แสดงความรักตอบ เด็กจะสนใจแต่วัตถุ ของกิน ของเล่นมากกว่าสนใจคน นี่แหละคือเด็กที่ขาดความอบอุ่นทางจิตใจจากการขาดแม่ จึงขอให้ผู้เป็นแม่ อย่าคิดว่าลูกตัวเองเลี้ยงง่าย เลี้ยงปล่อยให้คนอื่น

เลี้ยงแทน แล้วตัวเองไปทำงานหรือผลิตผลิตในทางอื่น จนเกิด
ผลเสียต่อการเจริญเติบโตทางจิตใจของเด็ก จนเสียคนในอนาคต

เด็กขาดแม่เหล่านี้ เมื่อเติบโตขึ้นอายุ ๑-๕ ปี เขาจะเป็น
เด็กที่มีความอยากได้ในทุกสิ่งอย่างรุนแรง เขาจะมีนิสัยก้าวร้าว
โมโหง่าย รังแกคนอื่น และเห็นแก่ตัว ถ้าจะมีสิ่งของอะไรเอา
มาเป็นของตัวเองได้ก็จะรีบแย่งเอามาเป็นของตัวเอง จะมีการแย่งของกิน
แย่งของเล่น มีการทะเลาะตักกันระหว่างเด็ก ๆ มีการขู่คุกคามก้าว
ร้าว อารมณ์ฉุนเฉียว ทั้งนี้เกิดมาจากเด็กต้องร้องไห้หิวนมเป็น
เวลานานเมื่อเขายังเล็กอยู่ เป็นการเพาะนิสัยโมโหฉุนเฉียวขึ้นมา
อย่างถาวร ถ้าพ่อแม่เลี้ยงเด็กเอง เหตุการณ์เช่นนั้นจะเกิดขึ้นได้
น้อยมาก ยกเว้นในกรณีที่พ่อแม่เป็นคนไม่รักลูก ไม่มีความ
เมตตา กรุณา

แม่คนเดียวเท่านั้น ที่จะเป็นผู้ให้ความรักความอบอุ่นต่อเด็ก
ได้โดยสมบูรณ์ แม้แต่พ่อก็ให้ความรักต่อเด็กได้ไม่สมบูรณ์เท่าแม่
แม่คอยอุ้มชูดูแลป้องกันอันตราย บัดเป่าความเจ็บปวดและความ
ไม่สบายต่าง ๆ ให้แก่ลูกนอกจากนี้แม่ยังแสดงความชื่นชม หยอก
ล้อเล่นกับลูกให้ลูกเกิดความสุข มีความอบอุ่นแก่จิตใจได้อย่าง
สมบูรณ์ เด็กที่ไม่ขาดแม่ส่วนมากจึงเติบโตขึ้นมาเป็นผู้ใหญ่ที่มี
จิตใจเข้มแข็ง มีสุขภาพจิตดี มีนิสัยเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เมตตาและ

เห็นใจเพื่อน ๆ ผิดกับเด็กภูซัดแม่ซึ่งมีแต่ความเห็นแก่ตัว โมโห
 ร้าย อิจฉาริษยา โกหกเก่ง และขี้นโมย ในแง่จิตแพทย์
 อธิบายว่า เด็กพวกนี้ไม่มีความอดทน ที่จะเห็นคนอื่นมีความสุข
 เขาจะไม่ยอมช่วยคนที่ได้รับทุกข์ให้พ้นทุกข์ จะไม่ยอมช่วยเหลือ
 ใครให้มีความสุขจึงดูเหมือนว่าเขามีความเห็นแก่ตัวอยู่ตลอดเวลา
 บางครั้ง ยังแกล้งให้คนอื่นเกิดความทุกข์ด้วย เช่น แกล้งขโมย
 ของสุดรักสุดหวงของคนอื่นเพื่อให้เกิดความเสียใจ ทั้ง ๆ ที่ตัว
 เองมิได้ขาดแคลนสิ่งของนั้น แต่ทำการขโมยเพื่อทำลายจิตใจผู้อื่น
 ให้หมดสุข เหมือนกับตัวเองในสมัยเมื่อยังเด็ก หรืออาจจะแกล้ง
 ใส่ร้ายหาเรื่องใส่ความ ขอบพุดเรื่องต่างๆ ในทางเลวร้าย ไม่
 เคยพูดชมความดีของคนอื่น ทั้งนี้เพื่อก่อความทุกข์ใจกังวลใจให้
 กับคนอื่น การกระทำเช่นนี้ เขากะทำไปทั้ง ๆ ที่รู้ว่า^๕ เป็นสิ่งชั่ว
 แต่จิตใจต่ำนักของเขามีแรงผลักดันให้ทำไปเช่นนั้นโดยมิได้รู้สึกตัว
 เท่าที่ควรจะรู้

เด็กที่มีอายุน้อยตั้งแต่เด็กจนถึง ๓ ปี ไม่ควรได้รับการลงโทษ
 ใดๆ เลยทั้งสิ้น เพราะเด็กยังเล็กเกินไป ยังไม่มีความคิดเห็น
 ตัดสินใจลงไปแล้วอะไรผิดอะไรถูก สอนไปเท่าใดเด็กก็ยังไม่เข้าใจ
 ถึงแม้ว่าบางคนจะพอเข้าใจแต่ก็ยังลืมง่าย เด็กเล็กนั้นลืมง่าย เลย
 ทำให้ผู้เลี้ยงเข้าใจผิดคิดว่าสอนแล้วไม่จำ หรือคิดว่าเด็กโง่ จึงมี

การลงโทษกัน พ่อแม่บางคนเข้มงวดกับเด็กมากเกินไป ผิดนิด
ผิดหน่อยก็ลงโทษ เด็กเล็กจะปรับตัวเองไม่ได้เร็วให้ทันตามความ
ต้องการของผู้ใหญ่ การจะสอนเด็กจึงต้องเป็นการสอนแบบค่อยๆ
สอน ช้าแล้วช้าอีก ทีละขั้นตอนอย่างมีเหตุผล เด็กจึงจะคิดตาม
ทัน อย่าไปหลงตำราว่าลูกของตัวเองโง่ ถ้าเขาโง่จริง ก็โง่เพราะ
พ่อแม่ของเด็กเป็นผู้ทำให้โง่

เด็กถ้าถูกลงโทษบ่อย ๆ เด็กจะรู้สึกผิดหวังหลายครั้ง ทับ
ถมซ้ำซ้อนกันเข้ามาเรื่อย ๆ จนรู้สึกว่าตัวเองได้เสียทุกสิ่งทุกอย่าง
ไปจนหมดสิ้น รู้สึกว่าตัวเองไม่มีค่าอะไรเลย ไม่มีใครต้องการเขา
เป็นภาวะที่เด็กทนไม่ได้ ยิ่งพ่อแม่ไม่เข้าใจกลับไปกล่าวหาพูดจา
ตำราซ้ำเติม เด็กจะยังมีปฏิกิริยาโต้ตอบ หนัก ๆ เข้าเด็กจะไม่รู้
เลยว่า เขาทำอะไรไปอย่างหนึ่งนั้นผิดหรือถูก เป็นการทำให้ขาด
ความเชื่อมั่นในตัวเอง และติดตัวมาจนเป็นผู้ใหญ่ นอกจากนั้นยัง
เกิดความรู้สึกเสียความเป็นมิตรต่อกันระหว่างผู้เลี้ยงกับเด็ก ไม่ว่า
ผู้เลี้ยงเด็กจะเป็นใครก็ตาม เด็กจะมีความรู้สึกว่าเขาไม่ได้เป็น
ที่รักหรือที่ต้องการของพ่อแม่อีกแล้ว เด็กจะหวาดกลัวความรัก หนัก ๆ
เข้าถ้าไม่ได้ความรักมา ก็จะกลายเป็นความเคียดแค้นชิงชัง โมโห
ใจร้อน และจะไม่เชื่อคำพูดคำสอนของใคร ๆ ทั้งสิ้น จึงดูคล้าย

กับว่ามีนิสัยคือ คำพูดที่ว่า “ประเดี๋ยวก่อน รอก่อนซิดุก” จะ
 ไม่มีความหมายสำหรับเด็กเหล่านั้นเลย

นิสัยของเด็กที่ขาดแม่เหล่านั้นเมื่อเด็กโตเข้าสู่วัยรุ่นจะเปลี่ยน
 เป็นคนที่ไม่เคารพผู้ใหญ่ ไม่รู้จักคำว่าอาวุโส จะไม่รู้จักคำว่า
 กตัญญู แม้แต่พ่อแม่ของเขาเองเขาก็ไม่รู้จักบุญคุณ จะเป็นคนที่
 มีแต่ความเห็นแก่ตัวจัด จะมีความคิดเห็นและการกระทำในแบบ
 ต่อต้านผู้ใหญ่ อยู่ตลอดเวลา เด็กบางรายไม่มีทางระบายออก
 เพราะเกรงกลัวผู้ใหญ่ในบ้าน เด็กจะหันไประบายความคับแค้นใจ
 โดยการแสดงที่ไม่มีความเคารพ แสดงการก้าวร้าวต่อครูบาอาจารย์
 และผู้บังคับบัญชาแทน และบางรายยังประพฤติไปในทางผิดกฎ-
 หมายและข้อบังคับของสังคม จึงสรุปได้ว่า ปัญหาต่างๆ ที่เด็ก
 วัยรุ่นเหล่านั้นก่อขึ้นนั้น มีรากฐานมาจากการผิดปกติทางจิตใจที่ได้
 รับมาจากการเลี้ยงดูผิดๆ ในวัยเด็ก ผู้ใหญ่ทุกท่านจึงต้องรับผิดชอบ
 ต่อสิ่งที่เหล่านั้น และจะต้องรับช่วยกันแก้ไขให้ถูกต้อง.

ผู้ใหญ่บางคนอาจมีความเห็นแย้งว่า เขาเลี้ยงลูกมาอย่างดี
 ตามใจทุกอย่างแต่ลูกก็ยังเสียคน ชื่อนักเพราะว่า พ่อแม่ตามใจ
 ให้เด็กแต่วัตถุนิยมของกินของเล่น แต่ไม่เคยให้ความรักเด็ก
 อย่างพอเพียง จนเกิดความอบอุ่นให้กับจิตใจเด็ก เมื่อเด็กไม่ม
 ความอบอุ่นทางจิตใจตั้งแต่อายุเขาได้ ๓ เดือน การที่จะมาเอาใจ

ให้ความรักกันภายหลังเมื่อเด็กโตขึ้นย่อมไม่ได้ผล จึงเป็นการสายเกินไปที่จะแก้ไขเด็กขาดแม่ดังกล่าวให้มีจิตใจเป็นปกติได้ ด้วยเหตุผลทางการแพทย์ที่กล่าวแล้ว ฉะนั้น ในการให้ความรัก การให้ความสุข การให้ความอบอุ่นแก่จิตใจเด็ก ย่อมเป็นสิ่งที่ต้องแสดง ถึงแม้จะเสียเวลามากแต่ก็จำเป็นและได้ผลคุ้มค่า พ่อแม่จึงต้องสละเวลา สละความเห็นแก่ตัวให้ลดน้อยลง โดยใช้เวลามากคลุกคลีอยู่กับลูกของตัวเองให้มาก จึงจะเรียกว่าเป็นการเลี้ยงลูกให้ถูกทาง และถูกต้องตามหลักวิชาการแพทย์ปัจจุบัน ส่วนเด็กที่ถูกตามใจมากเกินไป ทั้งๆที่พ่อแม่เลี้ยงเองก็ตาม จะไม่รู้จักระเบียบและข้อห้ามใดๆ จึงต้องมีการสั่งสอนกันแบบค่อยเป็นค่อยไป ถือหลักปฏิบัติเดินสายกลางของพระพุทธเจ้า สอนเด็กครั้งละเล็ก ๆ น้อย ๆ สอนเปลี่ยนเรื่องทุกวัน แล้ววันเว้นวันมาสอนซ้ำเรื่องเดิมอีก ทำเช่นนั้นเรื่อย ๆ ไป ยกตัวอย่างเปรียบเทียบหรือเล่านิทานที่มีคติสอนใจให้เด็กเข้าใจถึงเรื่องนั้นๆ และอย่าลืมว่า เรื่องผิดพลาดทุกอย่างในเด็ก ต้องโทษเหตุอยู่ที่คนเลี้ยงเด็กทั้งสิ้น

พฤติกรรมของเด็กที่มีผิดปกติ เช่น เด็กดื้อ พุดปด ขอบขโมย หนีออกจากบ้าน หนีโรงเรียน เล่นไฟ เหล่านี้มีสาเหตุส่วนใหญ่มาจากเด็กขาดความรัก ขาดความใกล้ชิดสนิทสนมกับ

พ่อแม่หรือบุคคลอื่นในครอบครัว เป็นเด็กที่ถูกทอดทิ้งหรือเปลี่ยน
 พี่เลี้ยงบ่อย ๆ จนเด็กคิดว่าไม่มีใครรักเขาจริงเลย แพทย์เคยค้น
 คว้าสอบถามเด็กพวกนี้ว่าต้องการอะไรมากที่สุด เด็กจะตอบมีใจ
 ความเหมือน ๆ กันคือ ต้องการให้พ่อแม่อยู่ด้วยกัน ขอให้มีคนรัก
 สรุปแล้วเด็กจะตอบเกี่ยวกับความรักของพ่อแม่ที่มีต่อเขา เพราะ
 เขารู้ว่าถ้าวันใดพ่อแม่ทะเลาะกัน ตัวเขาจะไม่มีความสุขไม่มีความ
 อบอุ่นในวันนั้น เด็ก ๆ ที่ชอบขโมยของก็เหมือนกัน พ่อแม่จะ
 ต้องหาสาเหตุว่าเกิดจากอะไร เขาขาดแคลนสิ่งนั้นหรือไม่ เขา
 ขโมยเพราะแกล้งกัน หรือว่าเด็กไม่เข้าใจคำว่าสิทธิของการเป็น
 เจ้าของ หรือเพราะความสนุกทำไปกับเพื่อน ๆ ผู้ที่เป็นพ่อแม่จะ
 ต้องศึกษาหาเหตุและแก้ที่เหตุ การทดลองใจเด็กโดยวางของที่น่า
 ขโมยล่อใจเด็กให้ขโมยนั้น ไม่ควรทำ เพราะเป็นการยั่วยุเด็กให้
 ทำซ้ำเติม มีแต่จะถูกลงโทษมากขึ้น แล้วจะสูญเสียความเป็น
 มิตรสัมพันธ์ต่อกัน อันจะนำไปสู่ความเสียหายยิ่งใหญ่ต่อไปใน
 ภายหน้า

เด็กบางคนชอบหนีออกจากบ้านไป โดยไม่บอกใครเลยว่า
 เขาไปไหนและเมื่อไหร่จะกลับ ทั้งนี้เกิดจากเด็กมีความอยากรู้อยากเห็น
 และเด็กยังเด็กไม่รู้ขอบเขต ไม่รู้จักระวังอันตราย ถ้า
 ปลดปล่อยไปตั้งแต่ยังเล็ก ๆ จะเกิดความเคยชินเมื่อโตขึ้น จะเป็นคน

อยู่บ้านไม่ติด เวลาที่มีอารมณ์โกรธ ใครทำอะไรไม่ถูกใจหรือสูญเสียของบางอย่างไป เขาจะหนีออกจากบ้าน การที่เขาถูกทอดทิ้งมาตั้งแต่เป็นเด็กเล็ก หรือการที่พ่อแม่มีเรื่องต้องทะเลาะกันบ่อยๆ การที่พ่อแม่ต้องคิดว่าเด็กเป็นประจำและไม่ได้แสดงความรักต่อเด็กเลย จะทำให้เขามองเห็นว่าบ้านที่เขาอยู่นั้นไม่มีความสุข ทำให้เด็กไม่อยากอยู่บ้าน การคาดโทษอย่างใดอย่างหนึ่งไว้จนทำให้เด็กกลัวมาก เช่นเมื่อเรียนไม่เก่งแล้วสอบตก ก็เลยถือโอกาสหนีออกจากบ้านไป

เด็กที่เรียนหนังสือได้ เพราะฉลาด หรือเก่ง นอกจากจะมีสมองที่มีร่างกายแข็งแรงแล้ว ยังจะต้องมีจิตใจที่เป็นสุขและอบอุ่น และมีความรู้สึกว่าคุณเป็นสิ่งที่พึ่งแก่ตนเองได้ เด็กจึงจะเกิดมีความกล้าซักถามข้อสงสัยต่างๆ จากครู ในทางตรงข้าม เด็กที่ติดบ้านไม่เคยหรือไม่กล้าออกไปไหนเลย ไม่กล้าไปโรงเรียน เพราะเด็กมีความกังวลและมีความลังเลใจจะต้องพึ่งคนอื่น ถ้าไปโรงเรียนไม่รู้จะไปพึ่งใครจึงไม่กล้าไป เวลาเรียนเวลาสอบจะมีแต่ความกังวลที่เคยรู้สึกเมื่อสมัยตอนเป็นเด็กเล็ก เด็กที่ขาดแม่มักเป็นเช่นนั้น มีการเมื่อการเรียน ไม่สนใจการเรียนเพราะมีความเครียดของอารมณ์ในเรื่องกังวลต่างๆ อยู่ตลอดเวลา การกักขัง

เด็กให้อยู่คนเดียว โตขึ้นเด็กอาจกลายเป็นเด็กขี้อาย วิตกกังวล หวาดกลัว เกิดผลร้ายได้เหมือนกับการขาดแม่

เด็กบางคนกินง่ายนอนง่าย บางคนกินยากนอนยาก จะกินอะไรต้องเลือกแล้วเลือกอีก เป็นคนช่างคิดเพราะพ่อแม่หัดมาอย่างนั้น โดยตามใจหรือบังคับกันมากเกินไป เลยต้องเป็นคนช่างคิด เพราะทำอะไร ๆ ไม่ถูก ไม่มีเหตุผลที่แน่นอน สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นซ้ำซาก เป็นการหล่อหลอมจิตใจเด็กจนเกิดความเสียหาย ถ้านิสัยเดิมของเด็กเป็นคนเก็บตัว เมื่อโตขึ้นเป็นเด็กวัยรุ่น ก็จะเข้าสังคมนอกบ้านลำบาก อาจจะพบกับปัญหาที่ผ่นความรู้สึกรู้สึกของตนเอง เมื่อพบบ่อย ๆ เข้า แทนที่จะเกิดความเคยชินเหมือนเด็กปกติอื่น ๆ อาจจะกลายเป็นปัญหาหนักใจ จนจิตใจของเด็กทนไม่ได้ อาจกลายเป็นโรคจิตได้ พ่อแม่ของเด็กบางคนเคยเมย์ชอบเก็บตัว เด็กก็อาจจะถือเอาเป็นตัวอย่าง โดยชอบเก็บตัวเองแยกตัวออกจากเพื่อนฝูงชอบอยู่คนเดียวเงียบ ๆ หรือนั่งเขียนอ่านหนังสือ พ่อแม่ก็ตั้งใจนึกว่าลูกเป็นคนขยัน แต่หาทราบไม่ว่าลูกถือหนังสือเฉย ๆ ไม่ได้อ่านเลย แต่ใช้ความคิดเพื่อมันไปตามความกดดันที่จะพาให้เขาคิดไป เด็กมีโอกาสมันเป็นโรคจิตได้ง่ายเมื่อโตขึ้น เด็กพวกนี้แต่เด็ก ๆ จะมีนิสัยขี้อาย ฟุ้งตัวเองไม่ค่อยได้ ต้องคอยฟังคนอื่นอยู่เสมอ เด็กอาจจะติดแม่เพราะต้องฟังแม่จนแม่รำคาญ

แต่จากสาเหตุจริง ๆ แล้ว สิ่งเหล่านี้เกิดจากการผิดพลาดในการเลี้ยงเด็กตั้งแต่ตอนยังเป็นเด็กเล็ก ๆ มีอายุ ๓ เดือนถึง ๓ ปีดังกล่าวแล้ว คนไข้โรคจิตที่พบในโรงพยาบาลโรคจิตประมาณ ๑๐๐ ละ ๑๕ จะมีประวัติการขาดแม่ตอนที่เขายังเป็นเด็กเล็ก ๆ

เด็กที่ได้รับการเลี้ยงดูไม่ยุติธรรม เช่นเด็กถูกลงโทษทั้ง ๆ ที่ตัวเด็กไม่ผิด (ความจริงตัวเองผิดหรือไม่ผิดเด็กก็ไม่รู้ เพราะยังเด็กเกินไป) จะทำให้เด็กได้รับการสะท้อนใจอย่างแรง เด็กจะมีความคิดอ่านที่จะบิดเบือนความจริงออกมาในรูปแบบของการโกหก เพื่อให้ตัวเองได้รับความยุติธรรม เด็กจึงมีนิสัยชอบโกหก ชอบกล่าวได้ว่าคนอื่นเพื่อให้ตัวเองพ้นผิด หรือจะแกล้งทำมางายให้พ่อแม่รักเห็นใจก็ได้ ถ้าเด็กได้รับความยุติธรรมดี ได้รับการสอนที่มีเหตุผลและเด็กเข้าใจ เพราะมีความรักต่อผู้สอน เหตุการณ์เช่นนี้จะไม่เกิดขึ้นแก่เด็กในครอบครัวนั้นเลย เด็กบางคนได้รับความไม่ยุติธรรมเหล่านี้บ่อย ๆ เข้า อาจกลายเป็นคนเจ็บขี้น้ำ ข้างคิด ข้างฝัน นิ่งเหม่อใจลอย แยกตัวอยู่คนเดียว เมื่อเด็กเติบโตขึ้นจะมีโอกาสเป็นโรคจิตได้ง่าย

เด็กที่มีความอิจฉาน้องก็เช่นเดียวกัน ความอิจฉาเกิดขึ้นมาเพราะเด็กรู้สึกว่าคุณเองหมดความสำคัญ ไม่เป็นที่ต้องการของพ่อแม่อีกต่อไป ทุกคนหันเหความสนใจไปสู่พี่น้องหมด พี่จึงไม่ชอบ

น้อง จึงแย่งของเล่นบ้าง ตักกันบ้าง เรียกร้องเอาสิ่งของให้ได้
เหมือนน้องบ้าง ซึ่งพ่อแม่ที่ไม่เข้าใจจะรำคาญ อาดุดและทำโทษ
พี่ ซึ่งจะยังเป็นการซ้ำเติมเพิ่มความเครียดความกังวลให้แก่เด็ก
มากขึ้น และเป็นสาเหตุให้พี่น้องไม่รักกันเมื่อโตขึ้น ยิ่งอาจเป็น
ต้นเหตุของความเกเรอันธพาลจนถึงเสียคนไปเลย วิธีแก้ไขก็คือ
อย่าดุว่าหรือลงโทษพี่ให้น้องได้ยินได้เห็น อย่าบอกว่าเดี๋ยวแม่จะ
ตีพี่ให้ เดี่ยวแม่จะตีน้องให้ จะซื้อของให้น้อง ๑ ชิ้นก็ต้องให้พี่
๑ ชิ้นในสภาพเหมือนกัน ต้องแสดงความรักความเอาใจใส่ต่อพี่
ให้มากเท่ากันกับน้อง อย่างนี้เป็นต้น

การเคี่ยวเข็ญให้เด็กเรียนหนังสือมากเกินไป เด็กจะหมด
ความสุข ถ้าเด็กไม่ฉลาดจำหนังสือได้ไม่ดี จะเกิดปมด้อยและ
เกิดความท้อแท้ จึงอย่าไปเคี่ยวเข็ญเด็กที่ไม่ฉลาดให้เรียนหนังสือ
มากเกินไป เพราะสมองของเขามีความสามารถเพียงเท่านั้น ใน
ทางตรงข้าม เด็กที่ฉลาดมากก็มักอาจมีนิสัยถูกคนอื่น เพราะรู้
ว่าตัวฉลาดว่า อาจแสดงความอวดดีแม้ต่อผู้ใหญ่รวมทั้งพ่อแม่
ด้วย เด็กพวกนี้ก็จะก่อปัญหาทางสังคมขึ้นมาได้ เช่นเดียวกัน
กับเด็กโง่ เด็กฉลาดที่ขาดแม่เมื่อโตขึ้นเขาจะได้เป็นบุคคลชั้นนำ
ระดับชาติ แต่เต็มไปด้วยความเห็นแก่ตัวซ่อนลึกอยู่ในใจของเขา

เขาจะโกงอย่างฉลาด เป็นเศรษฐีขึ้นมาได้ด้วยความสามารถทางคดี
 โกง ซึ่งกลับยิ่งร้ายหนักขึ้นไปเสียยิ่งกว่าเด็กโกงขาดแม่ด้วยซ้ำไป
 เท่าที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ จะเห็นว่าวิธีแก้ไขจิตใจของผู้ใหญ่
 นั้น จะต้องแก้ที่การเลี้ยงดูเด็กเล็กตั้งแต่อายุ ๓ เดือนจนถึง ๗-๘
 ปี เด็กจะต้องได้รับการเลี้ยงดูอย่างอบอุ่นด้วยวิธีการดังกล่าวจาก
 แม่ หรือจากคนเลี้ยงเด็กที่รักเด็กเหมือนลูกของตัวเอง และแม่
 จะต้องเป็นบุคคลที่มีหลักธรรมประจำใจ ไม่มีโทสะ โมหะ ลุ่ม
 หลงในสิ่งใดจนเกินไป และจะต้องปฏิบัติตัวเป็นช้างเท้าหลัง เดิน
 ตามสามีผู้เป็นหัวหน้าครอบครัว ด้วยความซื่อสัตย์สุจริตทุกอย่าง
 ไม่ถือทิฐิมานะรู้จักการแพ้เพื่อเห็นแก่ลูกบ้างตามสมควร เงินทอง
 ที่พ่อแม่หามาได้มิได้ช่วยแก้ไข ภาวะผิดปกติทางจิตใจของเด็กได้
 เลย จึงควรใช้เวลาเพื่อความอบอุ่นทางจิตใจของลูกให้เพียงพอ
 เด็กอันธพาลวัยรุ่นนั้น เมาผลาญเงินทองและจิตใจของพ่อแม่ร้าย
 ยิ่งนัก นี่ก็เป็นผลกรรมที่พ่อแม่ได้ทำกับเขาไว้เมื่อยังเด็กโดยหันตา
 เห็น และมาว่าตัวเมื่อทุกอย่างมันสายเกินไปที่จะแก้ไขเสียแล้ว

คนวัยรุ่นทุกอาชีพและทุกระดับชั้น ที่ทราบความรู้จากบท-
 ความนี้ จงใช้สติปัญญาของท่านไตร่ตรองให้รอบคอบเสียก่อนว่า
 คู่รักของท่านเป็นคนขาดแม่ในวัยเด็กหรือเปล่า จะต้องสอบนิสัย
 และความประพฤติให้รู้แน่นอน อย่ามัวลี้ลตามใจอันรีบเร่งงานกัน

บุคคลที่จะเป็นแม่ของลูกเรานี้จะต้องเป็นคนชนิดใด ควรตั้งหลัก
เกณฑ์เอาไว้ แล้วก็เลือกให้ได้ตามนั้น การที่หนุ่มสาวพบกันครั้งแรก
แล้วต่างคนต่างรักกัน แล้วก็หักทักเธอว่าเป็นเนื้อคู่ของตน
เพราะรสนิยมคล้ายกัน เลยไม่ยอมใคร่ควรยับยั้งซึ่งใจทั้งๆ ที่รู้
อยู่ว่าเขาเป็นคนไม่ค่อยดี แบบนี้ชีวิตสมรสย่อมเป็นไปไม่ได้นาน
ความจริงคนที่ตกงานยังมีอีกมาก เพียงแต่เรายังไม่พบ เรื่องจึง
อยู่ที่ว่าต้องรู้จักการรอไปก่อน การขาดรสชาติเล่นหาไม่ทำให้เรา
ถึงแก่ความตาย จึงสมควรที่จะรอไปจนกว่าจะพบแม่ของลูกที่เป็น
คนที่ครบถ้วนตามวิชาการ

เราทุกคนมีส่วนในการผลิตประชาชนของประเทศ และมีส่วน
ในการสร้างความมั่นคงเรียบร้อยให้แก่สังคม แต่ถ้าเรามีลูกที่ขาด
แม่ในวัยเด็กเล็ก ก็เหมือนกับว่าเราผลิตคนเลวร้ายขึ้นมาอีกคนหนึ่ง
เราจะต้องคำนึงอย่างนี้ จึงจะเรียกว่าเป็นคนรักชาติที่ได้ช่วยกันแก้ไข
สังคมให้มั่นคง แต่คนที่เห็นแก่ตัวจะไม่คิดอย่างนี้ จะเห็นแก่
ความสุขส่วนตัวเป็นใหญ่ ลูกเกิดมาโตแล้วจะกลายเป็นคนอย่างไร
ตัวเองก็ไม่รับผิดชอบ กลับโยนความผิดให้รัฐบาลจัดการแก้ไข
ซึ่งก็เห็นอยู่แล้วว่าไม่มีทาง นอกจากจะแก้ไขวิธีการเลี้ยงเด็กให้
ถูกต้องดังกล่าวนี้อแล้ว และข้าพเจ้าขอร้องทูลท่านเศรษฐีใหญ่บุญทั้ง
หลาย รวมทั้งเจ้าหน้าที่ของรัฐบาล ที่เกี่ยวข้องกับการแก้ปัญหานี้

สังคม จะได้กรุณาช่วยกันพิจารณาเพื่อเผยแพร่ความรู้^๘ออกไปสู่
ประชาชน และงานเช่นนี้อาจจะต้องใช้เวลา^๙นาน ๒๐-๓๐ ปีกว่า
จะเห็นผล จึงควรรีบทำกันเสียตั้งแต่บัดนี้.

นรกและสวรรค์อยู่ที่ไหน

ในทางพระพุทธศาสนานั้นถือว่า เรื่องจิตนี้เป็นเรื่องสำคัญ
อะไร ๆ ก็อยู่ที่จิตใจของเราเอง นรกสวรรค์ พรหม นิพพาน ก็
อยู่ที่จิตใจของเราทั้งนั้น เราสร้างภูมิสร้างภพ สร้างภาวะจิตใจ
ขึ้นมาได้เองทุกอย่าง เช่น สร้างความทุกข์เผด็จเองก็ได้ แบบ
นรกขุมอเวจี (“อเวจี” แปลว่า ไฟลุกไม่รู้จักดับ) จนกระทั่ง
กินไม่ได้นอนไม่หลับ นรกที่เรียกว่า “โลหกุมภี” เป็นหม้อทอง
แดงมีน้ำเดือด ใครตกลงไปในนรกขุมนั้น ก็จะถูกต้มให้เร่าร้อน
กระวนกระวายใจอยู่ตลอดเวลา นรกจึงเป็นสิ่งที่เราสร้างมันขึ้นเอง
ตัวอย่างเช่น สร้างความไม่เป็นมิตรกับคนรอบ ๆ บ้านจนเป็นศัตรู
ของเราทั้งหมด เราก็จะต้องมีความเป็นอยู่ด้วยความร้อนใจ นอน
ก็ไม่ใช่สุข นั่งก็ไม่ใช่สุข รับประทานอาหารก็ไม่มีความสุข
เพราะว่ามีความหวาดระแวงเพื่อนบ้านจะทำร้ายคิดร้าย อย่างนี้
เรียกว่าตกนรกขุมโลหกุมภี เป็นเรื่องที่จะเกิดขึ้นได้ภายในชีวิต

นั่นเอง ฉะนั้น นรกที่แท้จริงนั้นก็คือสภาพความเดือดร้อน ความ
 กระทบกระทั่งที่เกิดขึ้นในจิตของเรา นรกอย่างนี้แหละเป็นที่น่า
 กลัว เพราะตกกันได้ในปัจจุบันทันตาเห็น ใครทำผิดเมื่อใดก็ตก
 เมื่อนั้น แม้อยู่ในบ้านหลังใหญ่ๆ นั่งรถยนต์คันใหญ่ๆ แต่ใจ
 ก็ไม่สบาย อันนั้นมันเรื่องมาจากใจอยู่ในขมุนรกนั่นเอง นี่แสดง
 ว่าคนเป็นสัตว์นรกได้ด้วยใจ แล้วโรคประสาทก็จะเกิดขึ้นติดตาม
 มาได้โดยง่าย

แต่สวรรค์หรือนรกของภาษาชาวบ้านอยู่นอกกายและอยู่
 ที่ไหนไม่รู้ ส่วนนรกหรือสวรรค์ในความหมายของภาษาธรรมนั้น
 อยู่ในจิตใจของเราเอง จะไปถึงเมื่อไรก็สุดแล้วแต่การดำเนินชีวิต
 ถูกหรือผิด เราจะขึ้นสวรรค์หรือลงนรกก็ได้ในชีวิตนี้เอง จะขึ้น
 ลงวันละกี่ครั้งก็ได้ คราวใดเราพอใจทุกขใจคราวนั้นก็ตกนรก
 คราวใดสบายใจคราวนั้นก็ขึ้นสวรรค์ ถ้าใครคิดว่าตายแล้วจึงจะ
 ตกนรกหรือขึ้นสวรรค์ นั้นแหละคือคนที่ถือศาสนาแต่ยังไม่ถึงธรรม
 คือยังเขลาไปตามวิสัยของคนที่ไม่ได้ศึกษาธรรมะให้ถึงแก่น แม้
 อยากรู้ขึ้นสวรรค์แต่ไม่ได้ขึ้นสักทีจนไม่มีความสุขใจ ก็เรียกได้ว่า
 กลับตกนรก เพราะเป็นทุกข์ใจที่ไม่ได้ขึ้นสวรรค์นั่นเอง

ส่วนเรื่องเทวดา พรหม และสัตว์ในอบายภูมิ ก็เป็นไป
 ตามสภาพของจิตใจ เช่นมีความสุขกายสุขใจในเรื่องกิน กาม

และเกียรติ ก็เทียบได้กับเป็นทวดา แต่ถ้าทวดานั้นเกิดมีความ
 โลกมาก กอบโกยหาสิ่งของเงินทองเข้าตัว อย่างหมดยายอายุ
 เขาก็จะกลายเป็นเปรตขึ้นมา ถ้าเขาแสวงหาแบบโหดร้ายถึงกับฆ่า
 คน เขาก็กลายเป็นสัตว์เดรัจฉาน ถ้าเขาเกิดความกลัวจะถูกจับ
 ลงโทษ เขาก็เป็นอสุรกาย ทุกข์ใจหนักเมื่อใด ก็เป็นสัตว์นรก
 ถ้าเขามีความเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา เขาก็กลายเป็น
 พรหม นี่เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า ถ้าผู้ใดยังมีความสงสัยไม่
 แน่ใจว่าจะเชื่อได้หรือไม่ ก็ขอให้ข้ามเรื่องนั้นไปก่อน คือให้อ่าน
 ข้อต่อไปได้เลย

พิสูจน์เรื่องชาติก่อนและชาติหน้า

ได้อย่างไร

ผู้ที่จะเรียนธรรมะ ผู้ที่รู้ธรรมะมาบ้างแล้ว และผู้ที่กำลัง
 เป็นครูสอนธรรมะ จะต้องระวังเรื่อง^{๕๑}นี้ให้ดี เพราะจะต้องรับผิดชอบ
 ในการสอนลูกหลานต่อไป ในภาษาธรรม คำว่าเกิดหรือชาติ
 มิได้หมายความว่า เป็นการเกิดมาจากท้องแม่ แต่หมายความว่า
 เกิดของความ^{๕๒}รู้สึกว่าเป็นตัวเรา—ของเราขึ้นมาครั้งหนึ่ง ก็เรียกว่า
 เกิดมาชาติหนึ่งแล้ว พอความ^{๕๓}รู้สึกอันนั้นสิ้นสุดไปทีหนึ่ง ก็เรียกว่า

ชาตินั้นสิ้นสุดลงไปในชาติหนึ่ง และพร้อมที่จะมีชาติหน้าต่อไปทันที
 คือมีตัวฉันเกิดขึ้นมาใหม่อีก ในลักษณะของจิตใจที่เปลี่ยนไปแล้ว
 แม้พระเยซูก็ยังกล่าวว่า คนที่เปลี่ยนนิสัยไปแล้วนั้นคือคนเก่าตาย
 ไปแล้วเกิดเป็นคนใหม่ นี่ก็ตรงกับคำสอนที่ว่า กรรมในชาติก่อน
 จะมาแสดงผลเอาในชาตินี้ ถ้าทำผิดวันนี้ (ชาตินี้) ก็จะต้องได้รับ
 ผลเอาในวันหน้า (ชาติหน้า) แต่คนส่วนมากไม่เข้าใจความหมาย
 ของคำว่า “ชาติ” คิดว่าต้องตายไปเสียก่อนจึงจะเกิดใหม่เป็นชาติ
 หน้า คือเอาชาติหน้าไปไว้เสียไกลอยู่ที่ไหนก็ไม่รู้ ฉะนั้น ชาติ
 หน้าของคนฉลาด ต้องอยู่ที่ใจและอยู่ในชีวิตนี้ ติดต่อกันไปจาก
 เดียวนี้ ชาติหน้าของคนโง่จะต้องตายเข้าโลงไปเสียก่อน แล้วจึง
 เกิดจากท้องแม่ใหม่เป็นชาติหน้า แล้วมันจะแก้ปัญหาคความทุกข์ใจ
 ได้อย่างไรกัน เช่นว่าขณะนั้นเราทุกข์ทรมานใจเหลือเกิน แต่กลับ
 ไปเชื่อว่าทุกข์นี้เกิดจากผลกรรมชาติก่อนที่ทำได้ จึงอมืองอเท้า
 ปล่อยไปตามบุญตามกรรม ไม่คิดขวนขวายแก้ไขที่เหตุ การแก้
 ทุกข์ก็ต้องหาเหตุแห่งความทุกข์ แล้วต้องทำลายต้นเหตุนั้นเสีย
 ถ้าเอาเหตุไปไว้เสียในชาติก่อน ๆ แล้วจะไปตัดต้นเหตุแห่งทุกข์
 ในชาติก่อนได้อย่างไร มันต้องอยู่ในชีวิตนี้ เราจึงจะสามารถตัด
 ต้นเหตุแห่งทุกข์นั้นได้ และจะได้รับผลเป็นความไม่มีทุกข์ทันตา
 เห็นในชีวิตนี้ พระพุทธเจ้าสอนเรื่องที่อยู่ในวิสัยที่คนเราจะแก้ไข

ได้ หรือจัดการกับมันได้ แม้จะอธิบายให้ใคร ๆ ฟังก็เห็นจริงได้ แต่ถ้าเอาเหตุและผลไปไว้ห่างกันเสียคนละ ๑๐๐ ปี แล้วมันจะมีประโยชน์อะไร ฉะนั้น ผู้สอนธรรมะน่าจะคิดกันเสียใหม่ในเรื่องนี้

ถ้าใครคนหนึ่งเขาเชื่อว่าชาติหน้าไม่มี เขาก็จะทำบุญโดยไม่หวังผลอย่างไรตอบแทนแม้แต่สิ่งที่เรียกว่าบุญ นี่จึงเป็นการทำบุญเพื่อประโยชน์ต่อสังคมด้วยใจเมตตาปรานี แต่ถ้าอีกคนหนึ่งคิดว่าชาติหน้ามีจริง เขาก็อยากจะไปเกิดใหม่ให้เป็นผู้ที่มีความสุขที่สุด พวกนี้จึงทำบุญเพื่อเห็นแก่ตัว และจะได้ประโยชน์ต่อสังคมน้อยมาก เช่น การสร้างโบสถ์ด้วยหรรษาหลายสิบล้านเพื่อแลกเอากับวิมาน พร้อมทั้งนางฟ้าอีก ๕๐๐ สังคมส่วนใหญ่จะไม่ได้ประโยชน์อะไรจากเขาเลย เพราะคนแบบนี้ จะไม่มีน้ำใจกรุณาเมตตาใคร เขาจะหวงทรัพย์สมบัติไว้ไม่เจือจานใครจนกระทั่งตัวตาย การทำบุญแต่ละครั้งก็คล้ายการลงทุนค้าขายเพื่อหวังหากำไร ฉะนั้น การเข้าใจผิดในเรื่องของชาติหน้า จึงทำให้คนเห็นแก่ตัวจัด

คราวใดมีความรู้สึกสำคัญมันหมายความว่า “ตัวเรามีอยู่” ซึ่งจะต้องอยากอย่างนั้น ยึดอย่างนั้น ฯลฯ นี่แหละเป็นการเกิดของตัวเราแล้ว เมื่อได้จิตใจเราว่างจากความรู้สึกดังว่า เพราะเห็นว่าตัวเราเป็นเพียงธรรมชาติกลุ่มหนึ่งอันมีคนอื่นมาตั้งชื่อให้ว่าเป็นนายนั้นนางนี้เพื่อป้องกันการใช้ตัวผิด แต่ความจริงไม่มีตัวเรา—ของเรา

ใครเห็นเช่นนั้นได้ เมื่อนั้น “ตัวเรา” ก็จะต้องตายไป หากไม่เกิดความรู้สึกรู้ว่ามีตัวตนหรือเป็นตัวตนขึ้นมาอีกเลย ก็เรียกว่าตัวเราตายไปแล้วไม่เกิดอีก (คือกิเลสตัณหาอุปาทานไม่เกิดอีก) นี่แหละท่านเรียกว่านิพพาน (=ความทุกข์ดับสิ้นเชิง เพราะหมดกิเลสตัณหา) ฉะนั้น จึงต้องทำความเข้าใจกันให้ได้ จึงจะเข้าใจเรื่องที่ว่า การเกิดทุกที่เป็นทุกข์ทุกที และจะเข้าใจข้อความที่ว่า นิพพานหมายถึงไม่มีการเกิดการตายของ “ตัวตน” อีกต่อไปในลักษณะเช่นนั้น เท่านั้น จึงขอสรุปว่า คำว่า “ชาติ” หรือ “เกิด” นั้นมีความหมายกว้างขวางมาก และการเวียนว่ายตายเกิดในโลกอดีตและโลกหน้าจะมีแค่ไหนเพียงใดนั้น เป็นการไม่สมควรที่จะกล่าวในที่นี้ เพราะเป็นเรื่องที่จะต้องศึกษาและสามารถเรียนรู้ได้เห็นได้เฉพาะตัวเท่านั้น

ทำบุญอย่างไรจึงจะได้บุญจริง

มีคำสอนที่คุ้นเคยกับเรื่องทั้งหลายอย่าง เช่น “จงทำบุญในชาตินี้เพื่อติดตัวไปกินในชาติหน้า” ซึ่งถ้าถือตามหลักภาษาฝ่ายธรรมะที่อธิบายมาแล้วในตอนต้น ก็จะต้องพูดเสียใหม่ว่า “จงทำบุญ (ความดี) เสียแต่วันนี้ เพื่อติดตัวไป (เป็นประโยชน์) ในวัน

หน้า” คำสอนที่คุ้น ๆ หูอีกเรื่องหนึ่งก็คือ “จงฝังทรัพย์ไว้ใน
ศาสนา แล้วใคร ๆ จะแย่งเอาของเราไปไม่ได้” นี่เป็นคำสอนให้
ทำบุญด้วยความเห็นแก่ตัวของทั้งผู้สละและผู้ปฏิบัติตาม คนโง่
เลยทำบุญกันมากจนลูกหลานอดอยากไม่มีจะกิน เพราะผู้ทำบุญ
หวังเอาความสุขส่วนตัวในสวรรค์นิมิต และต่อไปถึงในชาติหน้า ๆ
น้อยคนนักที่จะทำบุญด้วยความเมตตากรุณาช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ ให้มี
ความสุข และเพื่อลดช่องว่างของสังคม อันเป็นการทำบุญให้ทาน
โดยมิได้หวังผลประโยชน์อะไรเข้าตัวเลย นอกจากความสุขใจที่
ได้เห็นคนอื่นเขามีความสุขด้วยเท่านั้น

ศาสนาทั้งหลายในโลก จะสอนให้คนนำเอาส่วนเกินที่เหลือ
กินเหลือใช้ ไปแจกจ่ายให้ทานแก่ผู้อื่นด้วยความกรุณา โดยไม่
หวังเอาสิ่งตอบแทนแต่อย่างใด มีแต่ในภพขในพุทธศาสนาที่ขาด
การศึกษาเท่านั้นที่สอนว่าให้ทำบุญเพื่อหวังผลตอบแทนในภายหน้า
พระพุทธเจ้าท่านไม่ได้สอนไว้อย่างนั้นเลย ท่านเพียงตรัสว่า ผู้ใด
ทำบุญให้ทานและถือศีล คนนั้นจะได้รับความสุขใจ (สวรรค์)
และท่านยังกล่าวอีกว่า การทำบุญที่มีจิตใจประกอบไปด้วยกิเลส
(เช่น ตัณหาและอุปาทาน) ย่อมไม่ได้บุญ หรือพูดง่าย ๆ ก็ว่า การ
ทำบุญโดยหวังเอาบุญก็ย่อมไม่ได้บุญ นี่เป็นความแตกต่างของ
การทำบุญเพื่อเอา กับ การทำบุญเพื่อให้ ซึ่งท่านจะเลือก

อย่างไหนก็ได้สุดแล้วแต่สติปัญญาของท่าน แต่ควรพิจารณาเสีย
ก่อนว่าทำบุญแบบไหนจะเป็นบุญอันบริสุทธิ แบบไหนประโยชน์
จะไปได้กับผู้สอนผิด ๆ โดยผู้ทำบุญเองจะไม่ได้รับถึงสัจธรรมที่
แท้จริงเลย ฉะนั้น การทำบุญเอาหน้า การทำบุญเพื่อหาคะแนน
เสียง ทำบุญเอาวิมาน จึงเป็นการทำบุญที่ไม่สุจริตใจ อันใครๆ
ไม่ควรอนุโมทนา ส่วนการบำรุงพระพุทธศาสนานั้น ก็คือเผยแพร่
สัจธรรมเพื่อความดับทุกข์ของประชาชน บำรุงสงฆ์ที่ปฏิบัติธรรม
วินัยอย่างถูกต้อง คือ พระที่เข้ามาบวชเพื่อศึกษาธรรมะ ปฏิบัติ
ธรรมะ และได้มรรคผลตามสมควร ไม่ใช่คนที่เข้ามาบวชเพื่อ
เกาะศาสนาทำมาหากิน หรือพระที่สอนธรรมะหลอกลวงประชาชน

คนจนคนรวยเพราะอะไร

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า “ใครทำกรรมอย่างใดไว้ ก็ต้อง
รับผลของกรรมนั้น” ฉะนั้น คนที่ยังไปบนบานศาลกล่าวเจ้าพ่อ
เจ้าแม่ผีสงหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์เพื่อให้อวยพรเหลือตนนั้น จึงถือได้ว่า
เขาไม่เข้าใจพระพุทธศาสนาเลย คนจะสูงศักดิ์หรือต่ำศักดิ์ไม่ใช่
เพราะวงศ์ตระกูล แต่สูงต่ำเพราะการกระทำความดีหรือความเลว
ใครก็ตามที่เชื่อว่า คนจะต้องเป็นไปตามพรหมลิขิต หรือตาม

อำนาจของดวงดาวบนท้องฟ้า หรือโดยการบรรดาของเทวดาและ
 พระผู้เป็นเจ้า หรือแม้แต่เป็นไปโดยอำนาจของกรรมเก่า ๆ ในชาติ
 ปางก่อน การเชื่อเช่นนั้นจะทำให้คนไม่ชวนชวายแก้ไขปัญหาชีวิต
 ของตนเอง เพราะไปถือว่าได้เป็นไปตามการบรรดาของเทวดา
 หรือของกรรมที่ล่วงมาแล้ว ซึ่งกลับไปแก้ไขอะไรไม่ได้ แต่พระพุทธ
 องค์ทรงแนะนำให้ทุกคนแก้ไขปัญหาทุกชนิดเอาเองได้ทุกเมื่อ พระ
 องค์สนับสนุนให้ทุกคนมีความเพียรแก้ไขเหตุร้ายทั้งหลาย ไม่ให้
 งามมืองอเท้าปล่อยไปตามยถากรรม ไม่ให้เชื่อว่าคนจะจนจะรวย
 เพราะกรรมเก่าในชาติก่อน ๆ สมัยไหนก็ไม่ทราบ เพราะการเชื่อ
 เช่นนั้นมันเป็นความเห็นผิด ชีวิตของเราในวันนี้คือผลของการ
 กระทำในอดีต เราต้องยากจนทุกวันนี้ก็เพราะเราช้เกียจเรียนหนังสือเมื่อสมัยตอนเราเป็นเด็ก ฉะนั้น กรรมเก่าที่^{๕๕๕}จะทำให้คนรวย
 นั้นก็คือ เมื่อยังเป็นเด็กต้องขยันศึกษาหาความรู้เอาไว้มากที่
 สุด ตามสติปัญญาและตามกำลังทุนทรัพย์ ยอมรับการอบรม
 ให้เป็นคนดีและยอมปฏิบัติตาม เมื่อมาถึงวัยหนุ่มสาวก็ต้องตั้งใจ
 ทำมาหากินในทางซื่อสัตย์สุจริต ไม่กระทำความผิดกฎหมายและศีลธรรม
 ไม่หมกมุ่นในอบายมุข และยังต้องรู้จักใช้เงินทองไม่สุรุ่ยสุร่าย
 ทำอย่างนั้นได้ก็จะไม่ยากจน แม้ชาวป่าชาวตงจะเป็นใหญ่เป็นโต

ว่ารวยได้ ก็เพราะเขาปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธองค์ ไม่ใช่
กรรมเก่าบุญเก่าแบบที่พระสวามีท่านสอนกันอยู่ตามวัดวาอาราม

คนเราเมื่ออยากจนหรือได้รับเคราะห์กรรมไม่ดี ก็ควรคิดว่า
เป็นผลมาจากความผิดพลาดของตัวเอง แต่คนส่วนมากไม่เคยคิด
โทษตัวเองเลย มัวแต่ไปโทษคนอื่นหรือโทษเหตุอื่นที่อยู่นอกตัว
จึงต้องอาศัยคนอื่น หรือสิ่งนอกกาย ให้ช่วยแก้ความทุกข์ให้ตน
อันเป็นการไม่ถูกต้องเลย คนมีโทษะ ก็เพราะการไปโทษคนอื่น
คนที่มียมมะไม่โทษคนอื่นจึงไม่มีโทษะ คนมีกรรมะไม่ต้องไปเที่ยว
หาหมอดู หมอทำพิธีให้รวย หมอสะเดาะเคราะห์ให้ รตนามนต์
ให้ เพราะกรรมย่อมคุ้มครองผู้ประพฤติกรรมอยู่แล้ว และอย่าไป
โทษว่าพระไม่ช่วย พระจะช่วยได้อย่างไรเมื่อเขาหันหลังให้กรรมะ
โดยการประพฤติผิดศีล ผิดธรรม ผิดกฎหมาย ใครไม่ทำผิด
เหตุการณ์เลวร้ายต่างๆก็จะไม่เกิดขึ้น ความอยากจนหรือความชวย
นั้น ตัวเราทำมันขึ้นมาเอง จึงไม่ต้องไปล้างชวยสะเดาะเคราะห์ที่
ไหนอีก ควรล้างจิตใจของเราให้สะอาดปราศจากกิเลสและปฏิบัติ
ธรรมนั้นแหละจึงจะถูกต้อง แล้วเรื่องโชคร้ายก็จะไม่เกิดขึ้นแก่เรา
จริงอยู่ คนรวยมีลูกมาลูกก็รวย คนจนมีลูกมาลูกก็จนเป็นธรรมดา
แต่ถ้าลูกคนรายนั้นไม่มีการทำความดี และยังไม่มัวเมาในอบายมุข
ก็อาจกลายเป็นคนจนได้ ทุกคนเกิดมามีพ่อแม่เหมือนกันในฐานะ

เป็นมนุษย์ แต่คนมีความสามารถแตกต่างกันไปเพราะสติปัญญา
การอบรมศึกษา ความขยันหมั่นเพียร^๐ และความประพฤติ ผลของ
การทำงานจึงไม่เท่ากัน ค่าแรงงานและรายได้ก็ต้องไม่เท่ากัน
ตามไปด้วย จึงเป็นเหตุให้คนจนหรือรวยผิดกันไป

ข้อความที่อ่านมาแล้วตั้งแต่ต้น จะจริงหรือไม่เพียงใดนั้น
ท่านจงใช้สติปัญญาพิจารณาเอาเอง ปัญญาชนนั้นเขาจะเชื่อแต่
สิ่งที่พิสูจน์ได้ สิ่งใดที่มองไม่เห็นหรือพิสูจน์ยังไม่ได้เขาก็ยังไม่เชื่อ
แต่คนขาดปัญญาหรือพวกเชื่อง่าย ๆ พอถูกใครจูงไปทางไหน
ก็ไปทางนั้น ใครเขาสอนแบบไร ๆ มาอย่างไร ก็เชื่อไปอย่างนั้น
โดยไม่ยอมใช้มันสมองของตนเอง บุคคลประเภทนี้จะเจริญยาก
ทั้งทางโลกและทางธรรม ผู้เขียนเองก็เคยเข้าใจธรรมะผิดมานาน
เพราะไม่ได้เฉลียวใจ ว่าพระพุทธศาสนาที่เขาเคยสอนกันมานั้น
ไม่ตรงกับที่พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้ ต่อเมื่อได้มาอ่านหนังสือ
ธรรมะขององค์การฟื้นฟูพุทธศาสนา จึงได้เลิกความเชื่อที่ยังเคลง
ใจ เพราะขณะนี้ได้รู้แจ้งเห็นจริงแล้วพอสมควรด้วยตัวเอง คล้าย
คนเก่าได้ตายไปแล้วมาเกิดเป็นคนใหม่ไม่โง่ตั้งแต่ก่อน จึงตั้งใจ
ว่าจะใช้ชีวิตในชาติใหม่นี้มาทำประโยชน์ให้แก่พระพุทธศาสนา
เท่าที่จะเจียดกำลังทรัพย์ และกำลังปัญญามาช่วยเหลือเท่าที่ทำได้

“จิตว่าง” มีความสำคัญต่อสังคมอย่างไร

“จิตว่าง” (สุญญตา) เป็นเรื่องสูงสุดของพระพุทธศาสนา และมีสอนอยู่ในศาสนาพุทธเท่านั้น จึงน่าจะเป็นที่สนใจของผู้มีปัญญาทั้งหลายจะได้ศึกษา และหากคนชั้นผู้นำ ผู้ปกครอง ประเทศชาติ ตลอดจนข้าราชการ พ่อค้า ประชาชน ได้มีความรู้เรื่องนี้แล้ว ความสันติและความสมบูรณ์พูนสุขก็ย่อมจะเกิดขึ้นในประเทศแน่นอน ภิกษุใดได้ศึกษาและปฏิบัติเรื่อง “จิตว่าง” ก็จะเป็นพระอริยสงฆ์ การเผยแพร่คำสอนเรื่อง “จิตว่าง” ก็เป็นการประกาศคำสอนของพระพุทธเจ้าเรื่องสุดท้ายที่มีประโยชน์ที่สุด

คนส่วนมากพอได้ยินคำว่า “จิตว่าง” ก็เข้าใจเอาเองว่ามันไม่มีอะไรหรือไม่ทำอะไร เอาแต่นั่งหรือนอน หรือมีสมาธิจนตัวแข็งทื่อเป็นท่อนไม้ หรือค้ำว่ามันว่างไม่ได้ มันต้องคิดนึกอยู่เสมอตามหน้าที่ของจิต แต่คำว่า “จิตว่าง” นั้น ไม่ได้หมายถึงจิตที่ไม่คิดไม่นึกอะไร มันยังคงทำหน้าที่นึกคิดตามธรรมชาติของจิต มีพฤติกรรมต่าง ๆ ตามที่จิตจะต้องมี แต่ว่าในความคิดนึกหรือพฤติกรรมของจิตเหล่านั้นมันไม่เจืออยู่ด้วยความเห็นแก่ตัว มันจึงทำอะไรได้ผลดีกว่า ทำได้มากกว่า และผลิตผลิตดีกว่า แม้ตามปกติธรรมดา

จิตของคนเรา^{นั้น}ก็มี “ความว่าง” (จากกิเลส) อยู่เป็นพื้นฐาน แต่
ที่จิตมัน “ไม่ว่าง” นั้น เป็นเพราะมีกิเลสเกิดขึ้นมาเป็นครั้งคราว
พุทธภาษิตก็มีอยู่ว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ! จิตนี้เป็นประภัสสร
แต่จิตนี้เศร้าหมองไปก็เพราะมีอุปกิเลสเป็นแขกผู้แปลกหน้า จรเข้า
มาเป็นครั้งคราว” เรื่องการดับทุกข์จึงไม่ต้องทำอะไรมาก เพียง
แต่มีสติระงับอย่าให้แขกแปลกหน้าเข้ามาบนเรือนของเรา หรือว่า
ถ้าเข้ามาแล้ว เราก็ต้องต้อนรับอย่างที่จะไม่ให้แขกมาทำความ
วุ่นวายให้แก่เราได้

สรุปได้ว่า จิตจะคิดนึกไปอย่างไรก็ได้ ขอแต่อย่าคิดไปใน
ทางที่เป็นการเห็นแก่ตัว (เพื่อตัวกู-ของกู) ก็แล้วกัน พอคิดไป
ในทางเห็นแก่ตัวจัดเมื่อไร มันก็เกิดความกระหายเผาใจตัวเองเมื่อ
นั้น ถ้าจิตคิดไปในทางที่ไม่เป็นกิเลส มันก็ไม่มีความร้อนใจอะไร
เพราะได้ทำไปตามความรู้สึกที่เป็นสติปัญญา มีสติสัมปชัญญะ
คนที่มี “จิตว่าง” (จากตัวกู-ของกู) จึงทำงานได้ดี ทำงานได้มาก
แล้วจะเพลิดเพลินในการทำงาน ไม่มีความร้อนรนในใจ จึงทำ
ให้ไม่มีความทุกข์เลย จะสังเกตดูก็ได้ว่า บางครั้งเมื่อเราทำงาน
อย่างหนึ่งเพลิน ๆ เวลาจะผ่านไปรวดเร็วโดยเราไม่รู้ตัวเลย
เช่นหมอยืนผ่าตัดอยู่ได้อย่างไรตั้งหกชั่วโมง ไม่ได้นั่งเลยโดยไม่
เมื่อย ทั้งนี้เพราะมีใจจดจ่ออยู่แต่เรื่องผ่าตัด ถ้าใจมีกิเลสอยาก

พักอยากนอนขึ้นมาเมื่อไร ก็จะรู้สึกเมื่อยทันที งานที่ทำได้ผล
เต็มที่ เพราะเกิดมีการเห็นแก่ตัวขึ้นมา

ถ้าคนไทยมี “จิตว่าง”^๐ ตามแบบพุทธศาสนาดังที่อธิบายมา
แล้ว เขาก็จะรักษาดีตามแบบของธรรมะ เขาจะรู้จักหน้าที่ของ
ตนเอง และจะไม่ละเลยหน้าที่นั้นเป็นอันขาด แต่ถ้าเจ้าหน้าที่
คนนั้นมีจิตไม่ว่าง เมื่อไปฆ่าใครหรือตัดสินคดีด้วยความพยาบาท
อาฆาตหรือลำเอียง มันก็เป็นบาป แต่ถ่วงกับข้าศึกเพื่อป้องกัน
ประเทศ ปรวนโจรหรือผู้ก่อการร้ายเพื่อความสงบของบ้านเมือง
ไม่มีโทษจะเข้ามาเจอบน แม้ฆ่าคนตายในเมื่อเขาจะมาฆ่าเรา เรา
ก็ไม่บาป เพราะทำไปด้วยความรู้สึกผิดชอบชั่วดีว่ามันเป็นหน้าที่
ซึ่งเราต้องรักษาความยุติธรรม เมื่อการข่มเหงเบียดเบียนมันไม่
เป็นธรรม เราก็ต้องทำลายต้นเหตุมันให้หมดไป ไม่ใช่ทำด้วย
เจตนาร้าย คือไม่มีเจตนาจะฆ่าคน ฉะนั้น ลองคิดว่า คนที่
ปฏิบัติหน้าที่ด้วย “จิตว่าง” (จากกิเลส) เช่นนี้ กับคนที่มิจิตว่าง
ไปด้วยกิเลสจัด คนไหนจะน่าสรรเสริญกว่ากัน “จิตว่าง” จึงมี
ประโยชน์ถึงเพียงนี้

เด็กเล็ก ๆ ที่คลอดออกมาจากท้องแม่ใหม่ ๆ มันยังไม่มี
ความอยาก (ตัณหา) อะไร เพราะมันไม่รู้จักอะไรนั่นเอง แต่พอ
มันได้สัมผัสอะไร ๆ ทางตาหูจมูกลิ้นกายใจเข้าเท่านั้น มันก็เริ่มรู้

จักความเป็นสุขบ้างความเป็นทุกข์บ้าง (เวทนา) มันจึงเริ่มอยาก
 อย่างนั้นไม่ใช่ว่าอย่างนี้ แล้วก็เพิ่มมากขึ้น ๆ ในเวลาต่อมา นี้จะ
 เห็นได้ว่าเพราะสิ่งแวดล้อมข้างนอกไปทำให้เด็กคนนั้นเกิดความ
 อยากและความยึดติด (อุปาทาน) เพื่อประโยชน์ของตัวเอง (ตัวกู-
 ของกู) เมื่อเด็กมีอายุได้ ๓-๔ เดือน มันก็เริ่มยึดว่าคนนั้นเป็น
 แม่คนนี้เป็นพ่อ โตขึ้นมาอีก ก็ยึดตุ๊กตาหรือของเล่นอื่นว่าเป็น
 “ของกู” ใครมาแย่งไปก็โกรธร้องไห้จนกว่าจะได้ “ของกู” กลับ
 คืนมา ทนเมื่อโตเป็นหนุ่มสาวเป็นผู้ใหญ่ ยิ่งเต็มไปด้วยความยึด
 มั่นในสิ่งต่าง ๆ จนแบกไว้หนักเกินตัว พระพุทธเจ้าทรงแนะนำให้
 วางของหนักลงเสียบ้าง แต่คนโง่ไม่เชื่อพระพุทธเจ้าง่าย ๆ เพราะ
 นิสัยเห็นแก่ตัวซึ่งติดมาตั้งแต่เป็นเด็กเล็ก ๆ ผู้ใหญ่เราจึงอยู่ไม่สุข
 จิตมันเที่ยวไปอยากอย่างนั้นยึดอย่างนั้นอยู่เรื่อย ๆ ไป (จิตไม่ว่าง)
 ถ้าสิ่งใดถูกใจก็รักและอยากจะได้มาเป็น “ของกู” ถ้าไม่ถูกใจก็
 โกรธและคิดจะทำลายเสียในฐานะเป็นปรปักษ์แก่ “ตัวกู” ฉะนั้น
 คนเราจึงควรควบคุมความอยาก และความยึดมั่นถือมั่นไว้ให้มีแต่
 น้อยที่สุด ด้วยสติปัญญาที่รู้ว่าไม่มีอะไรที่เราจะยึดว่าเป็นตัวตน-
 ของตนได้เลย จะได้นอนหลับสบายใจ มีจิตใจผ่องใส จะได้
 พุทธิปัญญาที่ดี มีความสุขความเจริญ แต่ถ้าเกิดโลกเกิดความยึดมั่น

ถือนั่นเมื่อใด ก็เกิดความเห็นแก่ตัวกู—ของกู เกิดความเห็นแก่ตัว
จัดขึ้นมา แล้วก็ทำความชั่วและทำบาปได้ทุกอย่างเหมือนกัน

การทำงานเพื่อสังคมหรือเพื่อประเทศชาติ ก็ต้องถือหลักว่า
ทำงานเพื่องาน (คือทำงานด้วย “จิตว่าง” นั่นแหละ) ในประเทศ
ที่เจริญทางเศรษฐกิจ คนของเขาจะต้องมุ่งมั่นในการทำงาน จน
ลืมประโยชน์ของตนเอง (มีจิตว่าง) ถ้าใครยังเห็นแก่ตัวอยู่แล้ว
การทำงานจะไม่ประณีต แม้แต่นักวิทยาศาสตร์จะค้นคว้าทดลอง
เรื่องใด ๆ ก็ตาม จะต้องมีความขยันในงานและเพื่อผลของงาน
จนลืมเรื่องส่วนตัวลืมประโยชน์ของตัวเอง คือมี “จิตว่าง” จึงจะ
ทำงานที่ยากลำบากอย่างนั้นได้ แม้ที่สุดการพัฒนาประเทศชาติ
ก็อย่าลืมว่าพัฒนาแต่ทางวัตถุนั้นไปไม่รอด ต้องพัฒนาด้านจิตใจ
คนให้ได้เสียก่อน เพื่อเขาจะได้เป็นคนที่ไม่เห็นแก่ตัว แล้วทำงาน
เพื่องาน ไม่ไปคอยแต่คอร์รัปชั่นหาประโยชน์ใส่ตัว ความไม่
เห็นแก่ตัวนี้ ต้องสร้างรากฐานทางจิตใจมาตั้งแต่เด็ก ด้วยการ
เลี้ยงให้เด็กมีความอบอุ่นทางจิตใจ และเมื่อเด็กนั้นโตขึ้นมาเป็น
ผู้ใหญ่ เขาก็จะเป็นผู้ใหญ่ที่ไม่มีความเห็นแก่ตัว จิตที่ได้รับการ
อบรมไว้ดีย่อมมีค่าเหนือกว่าทรัพย์สินสมบัติใด ๆ ที่พ่อแม่จะมอบให้
ฉะนั้น คนเราควรหัดทำจิตใจให้ว่างจากความอยากและความยึดมั่น
ถือนั่น (ตัณหาและอุปาทาน) เพราะทุกสิ่งทุกอย่าง มันไม่เที่ยง

ทนได้ยาก ไม่ใช่ตัวตน—ของตน ทุกอย่างเป็นมายาของดวงตา จึงไม่ต้องทำบาปในการกอบโกยหรือหวังไถ่หนี้มัน แล้วจะไม่ต้องร้อนใจจนวณายใจ วิตกกังวลใจ แม้กระทั่งเรื่องความเจ็บไข้และความตาย เมื่อรู้จักปลงให้ตกหรือปล่อยวางของหนักลงเสียบ้างอย่างนี้แล้ว ผู้นั้นก็จะไม่มีความรู้สึกว่ามีตัวตนหรือมีอะไร ๆ เป็นของตนเหลืออยู่ให้ความทุกข์เข้ามาเกาะอีกต่อไป นี่เป็นทางที่จะเอาชนะความทุกข์ได้โดยสมบูรณ์ เราจึงนอนหลับได้สนิท จิตใจสงบ ไม่ปวดหัวเป็นโรคประสาท วิตกกังวล หรือไม่ต้องเป็นบ้า ไม่ต้องฆ่าตัวตายเพราะจิตมันวณายมากเกินไป นี่แหละ คืออานิสงส์อันยิ่งใหญ่ของพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ชาวพุทธควรช่วยเผยแพร่มาก ๆ เพื่อประโยชน์แก่สังคม

นิพพานคืออะไร

“นิพพาน” แปลกน่าย ๆ ว่า ความทุกข์ร้อนใจมันดับเย็นไป จึงเป็นเรื่องที่คนหนุ่มสาวในยุคนี้สามารถจะเข้าใจได้ เพราะถ้าใครเดินหรือปฏิบัติตามทางสายกลางของพระพุทธเจ้าแล้ว ก็จะมีภาวะเป็นผู้สันตสุข ฉะนั้น นิพพานจึงเกี่ยวข้องอยู่กับการทำงานหรือการประพฤติปฏิบัติประจำวันของคนทุกคน ซึ่งสามารถจะ

ประสบพบได้ในชาตินี้ ทั้งในแบบชั่วคราว หรือแบบถาวร จึงควร
สนใจเรื่องนิพพานไว้ในฐานะที่เป็นเรื่องวิวัฒนาการด้านจิตใจของ
คนเราในชาตินี้เอง

การที่เขาแนะนำให้ทำวิปัสสนา นั้น ก็เพื่อให้พิจารณาอง
เห็นความจริงที่ว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็น
อนัตตา เมื่อรู้แจ้งเห็นจริงอย่างนั้นแน่ชัดแล้ว ใจมันก็เบื่อกที่จะไป
อยากและไปยึดในอะไร ๆ เพราะมองเห็นว่าไม่มีอะไรที่น่าเอา น่า
เป็น น่ามี น่ายึดถือ ทุกสิ่งล้วนแต่มาया เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้ว
ก็ดับไปตามธรรมชาติ นี่คือการเห็นธรรมชาติที่สำคัญ (คือเห็นความ
ไม่เป็นสาระของสิ่งทั้งปวง) อันจะทำให้จิตใจไม่โลภ ไม่โกรธ
ไม่หลงมกมาย ไม่เห็นแก่ตัว ยอมสละประโยชน์ของตัวเพื่อผู้อื่น
ได้ด้วยใจเมตตากรุณา แล้วคนแบบนี้ก็จะไม่มีความทุกข์ใจ ฉะนั้น
ผู้ที่อยากพ้นทุกข์ ก็ควรเริ่มศึกษาและปฏิบัติธรรมะตามแนวคำสอน
ของท่านพุทธทาส ซึ่งเป็นทางลัดไม่ต้องเสียเวลามาก ไม่ต้องมี
อาจารย์ ไม่มีทางที่จะเสียสติเป็นบ้า ส่วนคำสอนธรรมะรุ่นเก่า ๆ
ถ้าไม่แก้ไขให้ประกอบด้วยเหตุผลหรือให้ตรงกับเจตนาของพระ-
พุทธเจ้า ก็จะไม่มีการเชื่อคำสอนนั้นอีกต่อไป เพราะคนรุ่นใหม่
ส่วนมากมีการศึกษา เขาจะเชื่อแต่ในสิ่งที่พิสูจน์ได้หรือมีเหตุผล
พอเชื่อได้เท่านั้น และหลักการปฏิบัติธรรมะที่รวบรัดที่สุดก็คือ อย่า

ให้สิ่งที่มาสัมผัสตัวเราทางตาหูจมูกกลิ่นกายใจ มาทำความเข้าใจ
แก่จิตใจของเรา จนเกิดอารมณ์ที่จะก่อความทุกข์ใจให้แก่เราได้
กล่าวคือ ต้องเป็นผู้ไม่ประมาท ต้องมีสติสัมปชัญญะรู้ตัวให้ทัน
เหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นอยู่เสมอ แล้จ้แก่ไขอุปสรรคต่าง ๆ ด้วยสติ
ปัญญา เหตุของความทุกข์ใจมันอยู่ที่ไหน ก็ต้องแก้ที่เหตุนั้น
ไม่ใช่ไปอ่อนน้อมมีสงวนเทวดาให้มาช่วยตน แม้ภิกษุใดก็ช่วยไม่ได้
ถ้าท่านไม่รู้ธรรมะที่จะใช้ดับทุกข์ตามหลักของพระพุทธเจ้า

โดยปกติ เด็กและคนหนุ่มสาว จะต้องใช้เวลาในการศึกษา
วิชาอาชีพ พอเป็นพ่อคนแม่คน ก็ต้องประกอบหน้าที่การงานอย่าง
หนัก แต่เมื่ออายุผ่านวัยกลางคนแล้ว ก็ควรละหรือวางความวุ่น
วายต่าง ๆ ลงเสียบ้าง คือหันมามองด้านจิตใจหรือด้านธรรมะบ้าง
เช่น เรื่องคนเราเกิดมาเพื่ออะไร ชีวิตคืออะไร เกียรติที่แท้จริงนั้น
คืออะไร การหาเงินทองหาชื่อเสียงหาทุก ๆ อย่างนั้นหาไปทำไม
บางคนพยายามดิ้นรนทุกวิถีทาง แม้กระทั่งฆ่าเหยียบหัวคนอื่นขึ้นไป
เพื่อให้ถึงเป้าหมายที่ตนตั้งใจไว้ แล้วเขาจะไม่รู้จักตายหรือ
อย่างไร และที่มัวแต่นะว่า ๆ ไปตามอารมณ์นั้นมันคุ้มค่าแล้วหรือ
ถ้าเราหัดตั้งปัญหาถามตัวเองอย่างนี้บ่อย ๆ ก็จะทำให้เราไม่ต้องเป็น
บ้าคลั่งไปอย่างคนอื่น ๆ แม้คนที่มึนศีลธรรมดี มีความประพฤติดี ก็ยัง
หาพ้นความทุกข์ใจไปทุกอย่างไม่ บางครั้งก็ยังมีอารมณ์แค้นว่าโลก

เสียใจ วิตกกังวลอยู่กับการแก่เจ็บตาย และเสียใจเมื่อสูญเสีย
 ของรัก บางครั้งก็ทุกข์ใจเพราะไม่ได้ตามความอยาก ฉะนั้น เรา
 จะต้องหัดปลงให้ตกว่า ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข และการหมด
 ลาภ หมดยศ นิินทา ทุกข์ นั้นมันเป็นเรื่องธรรมดาของโลก
 ไม่ว่าใครก็ต้องพบเป็นครั้งเป็นคราว มันผ่านมาแล้วมันก็ผ่านไป
 เหมือนความร้อนความหนาวของอากาศ นิ่งทนมันไปชั่วคราว
 ไม่ต้องไปตีใจเสียใจ ไม่ปล่อยให้ความเศร้าเข้ามาพัวพันจิตใจ
 สิ่งต่างๆ ในโลกนี้ล้วนแต่ไม่มีอะไรแน่นอน และไม่มีอะไรเป็น
 ของเราจริง แม้กระทั่งร่างกายและจิตใจมันก็มีชี้อของเรา มัน
 เป็นเพียงธรรมชาติกลุ่มหนึ่งที่มีชีวิตจิตใจเท่านั้น เมื่อเราใช้สติ
 ปัญญา มองดูให้เห็นจริงได้ดังนี้แล้ว เราก็จะไม่เกิดห่วงไหวใน
 อารมณ์ตามวิสัยของชาวโลก จิตใจก็จะสะอาดปราศจากกิเลส จะ
 สว่างจากความโง่มงายทั้งหลายที่เคยมีมาในอดีต จิตใจจะสงบ
 จากความวุ่นวายและทุกข์ใจทั้งปวง ซึ่งเรียกกันว่านิพพาน อัน
 พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าเป็นของได้เปล่าๆ ไม่ต้องเสียเงิน แต่
 ถึงอย่างไรก็ตาม นิพพานนั้นมีหลายระดับ อันยากที่จะบรรยายให้
 เข้าใจได้หมด ในที่นี้ เพราะเป็นเรื่องที่จะต้องศึกษาอย่างจริงจัง
 และสามารถเรียนรู้ได้เห็นได้เฉพาะตัวเท่านั้นเอง



ธรรมชา... ข้างนั้นเลย..!

ท่านอาจารย์รอบนอกฉันท์...
“ธรรมชา... มันเป็นอย่างนั้นเอง”
...ฮุทรีไม่รอบ...
...เพื่อนหญิงแก่... คิดถึงบ้าน...
...ปากหัว... เจ็บไม่รู้อะไร...
“มันเป็นอย่างนั้นเอง”
ฉันไม่รู้อะไร
แต่ฉันก็สงสัย
เมื่อท่านพูดกับฉันท์...
“ธรรมชา... มันเป็นอย่างนั้นเอง”





สภาพปัจจุบันในสังคมเมืองหลวง พ่อแม่ออกจากบ้าน
ไปตั้งแต่เช้ากว่าจะกลับก็เย็นค่ำ หนึ่งลูกเล็กๆ ให้อยู่ในความ
ดูแลของคนที่ใช้ ที่มีความประพฤติหน้าไหวหลังหลอก เด็ก
จะถูกทอดทิ้งบ้าง ถูกทำโทษ หรือถูกกระทำในทางก้าวร้าว
ข่มขู่อยู่เสมอ นิสัยและจิตใจของเด็กจึงเปลี่ยนไปโดยความ
ประมาทของพ่อแม่ ท่านลองคิดถึงชีวิตสังคมของประเทศ
ในอนาคตเมื่อเด็กรุ่นนี้เติบโตเป็นผู้ใหญ่จะเกิดผลดีร้ายเช่นไร
จำนวนอาชญากรและผู้เสพติดยาจึงมีสถิติสูงขึ้นอย่างน่าใจหาย
เป็นการอธิบายให้เห็นชัดแจ่มแจ้งอยู่ในตัวของมันเองแล้วว่า
สาเหตุอยู่ที่การขาดแม่

