

ภาษาบาลี ๑ คำ คติธรรมประจำสัปดาห์ “กายทุกข --- ทุกข์ทางกาย”

กายทุกข อ่านตามภาษาบาลีว่า กา - ยะ - ดุค - ขะ มาจากคำว่า กาย (กาย, กายปสาท ซึ่งเป็นรูป
หยาบที่ซึมซาบอยู่ทั่วตัว) กับคำว่า ทุกข (ทนได้ยาก, ทุกข์, ไม่สบาย) รวมกันเป็น กายทุกข เขียนเป็นไทย
ได้ว่า กายทุกข หมายถึง ทุกข์อันเป็นไปทางกาย, ทุกข์ทางกาย

ตามความเป็นจริงแล้ว รูปธรรม เป็นสภาพที่ไม่รู้อะไรเลย เมื่อเป็นเช่นนี้ กาย ซึ่งเป็นส่วนที่เป็นรูปธรรม
จึงไม่เจ็บไม่ปวด แต่ที่เป็นความทุกข์หรือความไม่สบายที่เป็นไปทางกายนั้น ไม่ใช่รูปธรรม แต่เป็นสภาพรู้ ซึ่ง
เป็นความรู้สึกที่ไม่สบายหรือเป็นทุกข์ที่เกิดขึ้นเป็นไปทางกายนั่นเอง ตราบใดที่มีกาย ก็ยังเป็นเหตุปัจจัยให้
เกิดทุกข์ทางกายได้ เป็นผลของอกุศลกรรมที่ได้กระทำแล้ว ไม่มีใครทำให้เลย แม้พระอรหันต์ผู้ห่างไกลแสน
ไกลจากกิเลสแล้ว ไม่มีความทุกข์ใจ เพราะดับกิเลสได้หมดสิ้นแล้ว แต่ยังมีทุกข์ทางกายได้ ตามข้อความใน
ปรมัตถทีปนี อรรถกถา ขุททกนิกาย อุทาน กรรมสูตร ดังนี้

**จริงอยู่ ธรรมดาว่า พระชินาสพ(ผู้สิ้นอาสวะแล้ว, พระอรหันต์) ไม่มีทุกข์ทางใจ
แต่ทุกข์ทางกาย ยังมีอยู่เหมือนกัน**

ตัวอย่างของพระสาวกในอดีต แม้จะมีความทุกข์ทางกาย แต่เพราะมีปัญญาเข้าใจความจริง ก็ไม่
เดือดร้อนใจ เป็นผู้ไม่ประมาท ระลึกรู้สภาพธรรมที่กำลังปรากฏตามความเป็นจริง จนถึงความเป็นพระ
อรหันต์ได้ แล้วท่านยังได้กล่าวคำที่เป็นประโยชน์เกื้อกูลอย่างยิ่งแก่ชนรุ่นหลังอีกด้วย ตามข้อความใน พระ
สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา อุตติยเถรคาถา ดังนี้

พระอุตติยเถระ (พระอรหันต์รูปหนึ่งในพระพุทธศาสนา) ได้กล่าวคาถานี้ว่า

**เมื่ออาพาธ (ความเจ็บป่วย) บังเกิดขึ้นแก่เรา สติก็เกิดขึ้นแก่เราว่า อาพาธเกิดขึ้นแก่เราแล้ว
เวลานี้ เป็นเวลาที่เราไม่ควรประมาท**

พระธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดง ตลอด ๔๕ พรรชานั้น แสดงให้เข้าใจสิ่งที่มีจริงที่กำลัง
ปรากฏในขณะนี้ ตามความเป็นจริง ธรรม เป็นจริงอย่างไร ก็เป็นจริงอย่างนั้น มีลักษณะเฉพาะของตนๆ ไม่
เปลี่ยนแปลงลักษณะเป็นอย่างอื่น ไม่มีใครจะไปเปลี่ยนแปลงลักษณะของธรรมแต่ละอย่างๆ ได้เลย จะเห็น

ได้ว่า พระอริยสาวกผู้ที่ได้รับประโยชน์จากพระธรรมที่พระองค์ทรงแสดง ประจักษ์แจ้งสิ่งที่มีจริงตามความเป็นจริง ก็มีการกล่าวคำจริงตามที่พระองค์ทรงแสดงเพื่อประโยชน์แก่ชนรุ่นหลัง **คำจริง ไม่ว่าจะบุคคลใดกล่าว ก็เป็นคำจริงโดยตลอด ไม่ผิด ไม่คลาดเคลื่อนจากความเป็นจริง**

สิ่งที่มีจริง เป็นธรรมและมีจริงในชีวิตประจำวันด้วย ไม่ต้องไปแสวงหาที่ไหนเลย เพราะมีจริงๆ อยู่ทุกขณะ ถ้าไม่ได้ฟังพระธรรมที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงก็จะไม่มีทางเข้าใจความจริงได้เลย **มีติดด้วยความไม่รู้มานานแสนนาน จนกว่าจะได้ฟังคำจริงที่พระองค์ทรงแสดง** แต่ละคำล้วนเป็นไปเพื่อความเข้าใจถูกเห็นถูกว่า เป็นธรรมไม่ใช่เรา แม้แต่ทุกข์ทางกาย ก็เป็นธรรม เพราะมีจริงๆ ผู้ศึกษาพระธรรมต้องทราบว่า ทุกข์ทางกาย เป็นทุกข์เวทนา เป็นความรู้สึกที่เป็นทุกข์ทางกาย เป็นผลของอกุศลกรรมในอดีต ไม่มีใครทำให้เลย และควรจะได้พิจารณาว่า ทุกข์เวทนาทางกาย เกิดขึ้นได้ เพราะมีกาย กล่าวคือ เมื่อมีรูปร่างกายแล้ว ไม่มีใครสามารถหลีกเลี่ยงความเจ็บไข้ได้ป่วยได้ เนื่องจากว่าร่างกายเป็นรังของโรค **หรือแม้ไม่ใช่โรคภัยไข้เจ็บ** เพียงการกระทบสัมผัสกับสิ่งที่ไม่น่าปรารถนาไม่น่าใครไม่น่าพอใจทางกาย นั่นก็เป็นเหตุปัจจัยให้เกิดทุกข์ทางกายแล้ว

ขณะที่ลักษณะอาการของทุกข์ทางกายเกิดขึ้นปรากฏในขณะนั้น ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน แต่เป็นสภาพธรรมซึ่งเกิดขึ้นโดยอาศัยกายปสาทเป็นทวาร คือ เป็นทางที่รูรูปที่กำลังกระทบสัมผัสกาย ซึ่งไม่น่าพอใจ เป็นปัจจัยให้ทุกข์เวทนาเกิดขึ้น เป็นผลของอกุศลกรรมที่ได้กระทำแล้ว **แสดงถึงความเป็นจริงของธรรมที่เกิดขึ้นเป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่มีเราสักขณะเดียว** บุคคลบางคนขณะใดที่มีทุกข์ทางกายเกิดขึ้น ก็สามารถพิจารณารู้ลักษณะสภาพของนามธรรมที่กำลังประกอบด้วยความรู้สึกไม่สบายทางกาย ในขณะนั้นก็จะเห็นตามความเป็นจริงได้ว่า เป็นเพียงชั่วขณะที่ต่างกับเห็น ต่างกับได้ยิน ต่างกับคิดนึก เพราะฉะนั้น บางคนแม้ว่ามีทุกข์ทางกายเกิดขึ้น แต่ว่าใจไม่ได้เป็นทุกข์ด้วย **ต้องเป็นผู้ที่อบรมเจริญปัญญาจริงๆ** จึงสามารถมีความเข้มแข็งได้ ด้วยความเข้าใจความจริง แม้มีทุกข์ทางกายเกิดขึ้น เมื่อมีกาย ต้องมีทุกข์กายเป็นของธรรมดา จะผิดธรรมดาไม่ได้ เพียงแต่ว่าทุกข์นั้นจะมากหรือน้อย จะเกิดขึ้นช้า ยังไม่เกิดขณะนี้ แต่ต่อไปอาจจะเกิดก็ได้ โดยที่ไม่มีใครสามารถที่จะรู้ว่าทุกข์ระดับไหนจะเกิดเมื่อไหร่ เพราะเป็นธรรมที่ใครๆ ก็บังคับบัญชาไม่ได้

โดยความเป็นไปของผู้ที่หลงลืมสติ เวลาที่ทุกข์ทางกายเกิดขึ้น ใจที่จะไม่เดือดร้อนกระสับกระส่ายเป็นทุกข์กระวนกระวายด้วยย่อมไม่มี เพราะฉะนั้น ขณะใดที่ทุกข์เวทนาเกิด จะให้ใจเป็นสุขนั้น เป็นสิ่งที่ยากมาก นอกจากจะเป็นผู้มีปกติอบรมเจริญปัญญาที่รู้ลักษณะของธรรมที่กำลังปรากฏตามความเป็นจริง

วันหนึ่งๆ จะเห็นได้ว่า ทุกข์ทางกาย ต้องมี มากหรือน้อยแล้วแต่เหตุปัจจัยที่จะเกิดขึ้น ถ้ายังแข็งแรงดีอยู่ ก็ยังไม่ค่อยจะรู้สึกว่ายากเป็นทุกข์เท่าไร แต่ว่าทางใจเดือดร้อนบ้างไหม แม้ว่าทางกายไม่ได้เป็นทุกข์

และในระหว่างทุกข์ทางกายกับทุกข์ใจแต่ละท่านก็จะสังเกตได้ว่า ท่านสามารถที่จะทนอย่างไรได้มากกว่ากัน เพราะว่าบางคนอาจจะเป็นคนแข็งแรง ทุกข์กายทนได้ แต่พอถึงเรื่องทุกข์ใจ ทนไม่ได้เลย ก็ยอมเป็นไปได้ หรือสำหรับบางคนเป็นผู้ที่จิตใจเข้มแข็ง ไม่ค่อยจะหวั่นไหวเรื่องของทางใจ แต่ว่าพอถึงทางกาย เป็นผู้ที่ไม่ได้เลยต่อความไม่สบายทางกายก็ได้ ขึ้นอยู่กับว่าแต่ละท่านจะสะสมมาอย่างไร

แม้พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตลอดจนถึงพระอริยบุคคลทั้งหลาย ก็ไม่พ้นจากทุกข์กายอันเกิดขึ้นเพราะอกุศลกรรมในอดีตเป็นปัจจัย บุคคลผู้มีทุกข์กาย แต่ไม่ทุกข์ใจนั้น มีอยู่อย่างแน่นอน แต่สำหรับผู้ที่ไม่มียุติแล้ว แม้บางครั้งบางคราว ไม่มีทุกข์กายเลย แต่ก็มีทุกข์ใจได้

สิ่งที่ควรจะได้พิจารณาเป็นอย่างยิ่ง คือเราไม่รู้ว่าอะไรจะเกิดขึ้นบ้าง แม้แต่ในขณะต่อไป ฉะนั้นในแต่ละวันๆ ควรอย่างยิ่งที่จะเป็นผู้ไม่ประมาทในชีวิต ไม่ประมาทในการฟังพระธรรม ศึกษาพระธรรม อบรมเจริญปัญญา และไม่ประมาทในการเจริญกุศลทุกๆ ประการ สะสมเป็นที่พึ่งต่อไป

ชมรมบ้านธัมมะ มศพ. : www.dhammadhomefellowship.com, โทร. ๐๘๑-๘๓๒๐๕๗๗