



# ชุดงศกัณฐ์ปุ่น

โดย หลวงพ่อมิตฺตชฺโร คุเวสโก

# ตอนที่ 1

## เริ่มเดินทาง

คืนสุดท้ายก่อนออกเดินทางจากประเทศไทย อาจารย์ก็ไปพักอยู่ที่บ้านร่มโพธิ์ทองของโยมมณูญที่แถบสุขุมวิท วันนั้นอาจารย์ได้พักอยู่อย่างสบาย ได้ฉันอาหารเช้าที่มีคนมาให้กำลังใจก่อนออกเดินทาง

พอถึงวันที่ 15 เมษายน 2532 อาจารย์ก็นั่งเครื่องบินไปถึงที่สนามบินนาริตะ ประเทศญี่ปุ่น สรุปแผนการง่าย ๆ คือเดินไปถึงเมืองฮิโรชิมา ระหว่างการเดินทางก็รักษาพระวินัยเคร่งครัด หมายถึง ไม่รับเงินทอง อาศัยบิณฑบาต หาทัก แล้วก็ไม่นั่งรถ พอลงจากเครื่องบินแล้วก็เริ่มใช้ชีวิตเหมือนหอยทาก ซึ่งอาจารย์ชอบเปรียบว่าใช้ชีวิตเหมือนกับพระธุดงค์ แยกเอาบ้านคือเปลือกหอยติดตัวไปไหนมาไหนตลอดเวลา อาจารย์เองก็เช่นกัน ต้องแยกบริวารสัมภาระทั้งหมดติดตัวไปด้วยตลอด มีตั้งแต่บาตร จีวร สังฆาฏิ กลด ผ้าใบสำหรับปูนอน กระตักน้ำ ฯลฯ รวมน้ำหนักประมาณ 15 กิโลกรัม

ที่นี้จากประสบการณ์การธุดงค์ในเมืองไทยของอาจารย์เองก็ถือว่าไม่ลำบากมาก อย่างน้อยบิณฑบาตก็ไม่ค่อยมีปัญหาในเมืองไทย ถ้ามีบ้านมีคน อย่างน้อยมีข้าวเปล่าๆ ก็อิมท้อง ที่นี้เมื่อจะเดินธุดงค์ในญี่ปุ่นอะไรๆ ก็ไม่แน่นอน คนญี่ปุ่นไม่มีประเพณีใส่บาตรด้วยอาหาร เพราะพระญี่ปุ่นในนิคายมหายานก็รับเงินได้ ทำครัวเองได้ แต่เมื่อเราไม่รับเงินทอง รับแต่อาหารก็ไม่แน่ว่าจะได้ไหม หรือได้รับทันทีจะฉันท่อนเที่ยงไหม ได้ก็ฉันได้ ไม่ได้ก็ฉันไม่ได้ แล้วก็เดินไปเรื่อยๆ จะพักที่ไหน นอนที่ไหนก็เป็นธุดงค์จริงๆ ทุกสิ่งทุกอย่างไม่แน่นอน

## คืนแรกในญี่ปุ่น

อาจารย์ไปถึงสนามบินนาริตะประมาณสี่โมงครึ่ง เป็นเวลาเกือบเย็นแล้ว ออกเดินไปถึงตัวเมืองนาริตะที่ห่างไปราว 10 กิโลเมตร ก็ท้องฟ้าเริ่มมืด ไปถึงหน้าประตูวัดนาริตะชั้น ที่ราว 2 ทุ่ม

วัดนาริตะชั้นเป็นวัดนิกายชินงอน มีหลักคำสอนตามนิกายตันตระ สอนให้คนบรรลุโพธิญาณด้วยการสวดมนต์อ้อนวอน นับถือพระไวโรจนะพุทธรูปเป็นหลัก และถือคัมภีร์มหาไวโรจนะสูตรเป็นสำคัญ นิกายชินงอนนี้มีลักษณะของลัทธิตันตระซึ่งผสมรวมเอาแนวคิดของฮินดูเข้าไปด้วย และนิกายชินงอนนี้ก็ได้นำแนวคิดของลัทธิชินโตเข้าไปผสมเพิ่มเติม

ที่วัดนี้จะเปิดอยู่ตลอดเวลา ไม่มีประตู ไม่มียาม ใครจะเข้าออกตอนไหนก็ได้ อาจารย์ก็รอกจนถึงสองทุ่มแล้วค่อยเข้าไปดู ข้างในมีศาลาอยู่ ยกพื้นสูงประมาณเมตรหนึ่ง ก็เดินขึ้นบันไดไป ประตูศาลาก็ปิดอยู่ แต่ระเบียงนอกชานก็มีหลังคาคลุม นอนได้ อาจารย์ก็กับญานะซัง (เมื่ออาจารย์ตัดสินใจจะไปธุดงค์ในญี่ปุ่นแล้ว อาจารย์ก็มีสหธรรมิกพระญี่ปุ่นอยู่องค์หนึ่งชื่อญานะโตะ อาจารย์ชอบเรียกเขาว่าญานะซัง เลยตกลงกันว่าจะไปธุดงค์กันสององค์) ก็เลยนั่งสมาธิตรงนั้น เอาผ้ามุ้งกลดที่เป็นผ้าร่มมาห่มคลุมตัวไว้ เกรงว่าจะโดนไล่ แต่ก็ไม่

มีใครมาว่า ผู้คนก็เดินเข้าออกได้อิสระ บริเวณที่อาจารย์นั่งอยู่ก็ไม่มีใครเดินผ่าน พอเห็นว่าไม่มีคนแล้วและไม่น่าจะมีปัญหาอะไรอาจารย์ก็เลยนอนตรงนั้น นั่นเป็นคืนแรกในญี่ปุ่น

พอเช้ามีตอาจารย์ก็เก็บของให้เรียบร้อย พอคนเข้ามาจะได้ไม่รบกวนใคร แล้วอาจารย์ก็นั่งสมาธิ ชมวัดรอเวลาไปจนผู้คนเริ่มตื่นเริ่มออกมาข้างนอกกัน

ก่อนจะมาญี่ปุ่นก็มีโยมคนไทยคนหนึ่งถามว่าจะไปถึงวัดนาริตะชั้นวันไหน เขารับปากว่าพออาจารย์ไปถึงก็จะมาใส่บาตร นัดเจอกันตรงโคมไฟสีแดงใหญ่ๆ บริเวณซุ้มประตูทางเข้า อาจารย์เลยนั่งรอโยมอยู่ที่จุดนัดพบ ให้ญาณะซังไปบิณฑบาตคนเดียว แต่ก็คุยกับโยมไว้นานแล้ว อาจจะไม่มาตามที่คุยกันก็ได้ อาจารย์เลยเผื่อใจไว้ก่อนว่า "มากที่สุด ไม่มากที่สุดไม่เป็นอะไร ทุกสิ่งทุกอย่างล้วนไม่แน่นอน" อาจารย์ก็นั่งสมาธิรอไป ระหว่างนั้นอาจารย์ก็ย่นระลึกถึงเมื่อครั้งกลับมาญี่ปุ่นครั้งแรก

## การกลับมาญี่ปุ่นครั้งแรก

อาจารย์ได้กลับมาญี่ปุ่นครั้งแรกเมื่อปี พ.ศ.2529 คือประมาณสามปีก่อนที่จะมาตุ้งค์ครั้งนี้ ตอนนั้นบวชได้ 12 พรรษา ไม่เคยกลับมาญี่ปุ่นนานถึง 15 ปีแล้ว มาถึงก็รักษาศีลรักษาวินัยไม่รับเงิน แต่ก็ไม่ได้ติดต่อญาติพี่น้องไว้ก่อนเลย ก่อนมาได้คุยกับโยมญี่ปุ่นคนหนึ่งที่เคยมาปฏิบัติธรรมที่วัดป่านานาชาติ เป็นช่างภาพอิสระอยู่ที่โตเกียว โยมคนนี้ก็บอกว่า อาจารย์ไม่มีทางเดินออกจากสนามบินได้ จะออกมาก็ต้องนั่งรถไฟหรือรถประจำทางเท่านั้น แต่ไม่มีเงินก็ขึ้นรถไม่ได้อีก พอลงจากเครื่องบินผ่านด่านตรวจคนเข้าเมืองแล้วอาจารย์ก็นั่งอยู่พักหนึ่ง หนัวย่อยๆ เหมือนกันว่าจะเดินออกจากสถานีได้ไหม

พอเดินออกมาก็เจอประตูทางออก มีเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยเฝ้าอยู่ อาจารย์ก็ค่อยๆ เดินไป ลุ้นอยู่ในใจว่าเขาจะยอมให้เราเดินออกไปไหม แต่ก็เดินออกไปได้ไม่มีอะไร

อาจารย์รู้จักทิดชาวญี่ปุ่นคนหนึ่งที่เคยบวชอยู่ด้วยกันที่กรุงเทพฯ ตอนนี้ออกมาแล้วกลับมาอยู่ที่ตัวจังหวัดชิบะ เมืองนาริตะเองก็อยู่ในจังหวัดชิบะนี่เหมือนกัน เรียกได้ว่าไม่ไกลกันเกินไปนัก อาจารย์อยากจะโทรหาทิดคนนี้แต่ก็โทรไม่ได้เพราะไม่มีเงิน พอเดินออกมาได้สิบเมตรเลยเดินกลับมาหาเจ้าหน้าที่แล้วขอเขาใช้โทรศัพท์ เจ้าหน้าที่ก็เดินเข้าออฟฟิศไปถามหัวหน้า แล้วก็เดินออกมาชี้ให้ไปใช้โทรศัพท์สาธารณะที่อยู่ห่างไปประมาณหกสิบเมตรโทร อาจารย์ก็เลยไม่โทร เดินออกมาเลยจริงๆ ถ้าอธิบายไปว่าเราเป็นพระต้องรักษาศีลไม่ใช้เงินก็คงจะยอมให้ใช้ แต่ตอนนั้นใจอาจารย์รู้สึกไม่ยอมอธิบาย เลยไม่โทรก็ได้

เดินออกมาได้ก็จริงอยู่แต่ถนนที่เดินออกมาไม่มีทางเดิน เป็นถนนให้รถวิ่งอย่างเดียวไม่มีฟุตบาท ถนนก็ค่อนข้างแคบ มีแต่รถวิ่งทั้งนั้น แถมก่อนกลับมาชาวบ้านที่อุบลราชธานีก็รู้ว่าอาจารย์จะกลับมาญี่ปุ่น ก็เลยซื้อของฝากถวายให้อาจารย์เอาไปฝากแม่ มีทั้งหมดสามเหลี่ยมทั้งผ้าขาวม้า อาจารย์ก็เอาเชือกฟางมัดไว้แล้วทำหูหิ้วถือไว้ข้างหนึ่ง อีกข้างหนึ่งก็สะพายบริการ ของฝากไม่ได้หนักมากแต่หิ้วแบบนี้แล้วเชือกมันบาดมือ เจ็บมือพอสมควร ก็ต้องคอยเปลี่ยนข้างถือสลับกันไปมาระหว่างของฝากกับบริการ ต้องเดินริมๆ ระวังรถชนอีก หลีกๆ เลน่าดู

พอประมาณสองถึงสามทุ่มอาจารย์ก็อยากจะนอนพัก แต่หาที่นอนไม่ได้ เพราะอากาศขึ้นจนดินเปียก ปักกลตนอนไม่ได้ มองไปข้างทางมีแต่โรงแรมสูงๆ ทั้งนั้น เลยต้องเดินไปเรื่อยๆ เจ็บมือก็เจ็บ จนมาเกือบถึงตัวเมืองแล้วเจอริมถนนใต้ทางยกระดับมีที่ว่างเยอะ ตอนนั้นก็ประมาณเที่ยงคืนแล้ว อาจารย์เลยปูอาสนะ เอามุ้งมาคลุมทั้งตัว ตั้งบาตรไว้แล้วงอตัวลงมาหนุนบาตรนอน อาจารย์ก็เคยปฏิบัติเนสัชชิกอยู่ประจำคือไม่เอนกายนอนเลย เคยฝึกต่อเนื่องเป็นเดือนๆ พอจะนั่งหลับแบบนั้นได้

พอตื่นมาประมาณตีสี่ก็เห็นแต่รถสิบล้อคันใหญ่ๆ วิ่งไปวิ่งมา ก็เริ่มมีความรู้สึกไม่มีที่ไป ไม่รู้จะไปไหนดี ตอนนั้นฟ้าเริ่มสว่างแล้วเพราะที่ญี่ปุ่นสว่างเร็ว แต่ชาวบ้านก็ยังไม่ตื่นกัน ก่อนออกจากสนามบินอาจารย์ก็หยิบแผ่นพับแนะนำสถานที่ต่างๆ ในเมืองมาด้วย ก็เลยไปตามแผนที่ตั้งใจจะไปวัดนาริตะชั้น วัดแห่งนี้โด่งดังมาก อาจารย์ก็เคยได้ยินชื่อมาตั้งแต่สมัยมัธยมต้น แต่ระหว่างทางก็ไปแวะนั่งตามสวนสาธารณะก่อนเพื่อฆ่าเวลา

พอไปถึงก็ราวๆ เจ็ดโมงกว่า อาจารย์ก็วางบริวารแล้วเดินชมวัด ออกจากญี่ปุ่นมาเป็นสิบปีแล้ว เลยรู้สึกไม่คุ้นตา เหมือนตัวเองเป็นนักท่องเที่ยวคนหนึ่ง เดินชมว่าวัดญี่ปุ่นเป็นแบบนี้เอง สวยดีเหมือนกัน พอประมาณแปดโมงพระก็ออกมาทำกิจจัดสถานที่ อาจารย์เลยเข้าไปคุยกับเขาว่าพอมิทางที่จะขอพักที่นั่นสักคืนหนึ่งได้ไหม พระก็ชี้นิ้วไปที่โรงแรมราคาถูกริมถนน ชั้นล่างเป็นร้านขายของส่วนชั้นบนเป็นที่พัก ต้องเสียค่าบริการ อาจารย์ก็รู้สึกว่าจะเอาอีกแล้วหรือ ถ้าอย่างนั้นไม่พักก็ได้ ออกเดินทางต่อเลยแล้วกัน

ที่เมืองนี้ก็เป็นเมืองโบราณสมัยซามูไร ถนนหนทางก็แคบๆ ขอโทรศัพท์ก็ถูกปฏิเสธ ขอพักก็ถูกปฏิเสธอีก อาจารย์เลยรู้สึกว่าจะอย่างนั้นก็ไม่เป็นไร ตัดสินใจไปเลยว่าจะวันนี้ไม่บิณฑบาต เดินไปจนกว่าจะหมดแรงล้มลงไปเลย ก่อนอื่นต้องเข้าไปที่ตัวเมืองซิบะแล้วเดินต่อไปจนถึงโตเกียว จากนั้นก็เดินกลับไปบ้านเกิดที่อิวาเตะสมัยเรียนเคยนั่งรถไฟจากอิวาเตะมาก็ต้องนั่งรถนอนคืนหนึ่งจึงจะถึงโตเกียว ไกลมาก

แต่อาจารย์ก็เดินไปเรื่อยๆ ก้าวขาไปที่ละก้าว เจ็บมือก็เจ็บ มานึกตอนนี้ก็สงสัยเหมือนกันว่าทำไมตอนนั้นไม่เอาผ้ามาพันเชือกหัวของจะได้ไม่เจ็บมือ ไม่รู้ทำไมนึกไม่ออก ประมาณ 11 โมงเช้าก็ไปถึงทางเชื่อมเข้าถนนไฮเวย์ รถที่ออกจากถนนแคบๆ ของเมืองก็ต้องหยุดรถก่อนแล้ว อาจารย์ก็วางบริวารไว้ริมถนนตรงนั้นแล้วเดินไปมา ไม่นานก็มีรถคันแรกขับผ่านมา เขาก็จอดแล้วถามว่าจะไปไหน พอรู้ว่าจะไปซิบะก็เลยนิมนต์อาจารย์ขึ้นรถ

พอคุยกันบนรถ อาจารย์ก็เล่าว่าออกจากญี่ปุ่นไปบวชเป็นพระอยู่ประเทศไทยสิบกว่าปี ออกจากญี่ปุ่นมาได้ 15 ปีเพิ่งได้กลับมา โยมคนนั้นก็บอกว่าเขาเป็นสัตวแพทย์ เมื่อปีก่อนทางรัฐบาลญี่ปุ่นส่งเขามาทำงานที่จังหวัดนครศรีธรรมราช ตามโครงการช่วยเหลือด้านวิทยากร ได้อยู่เมืองไทยมาหนึ่งปี ดูออกว่าอาจารย์เป็นพระไทยเลยจอดรับ แล้วเขาก็ถามว่าฉันอาหารแล้วหรือยัง พอบอกไปว่ายังเขาก็รีบหาร้านอาหารที่อยู่ตามข้างถนนไฮเวย์ ตอนนั้นก็ประมาณ 11 โมงครึ่ง เข้าไปแล้วโยมก็สั่งอาหารว่าเอาอาหารที่ทำได้เร็วที่สุดมาสองชุด เพราะเขารู้สึกว่าพระไทยฉันอาหารหลังเที่ยงไม่ได้ วันนั้นอาจารย์เลยไม่ต้องอด

พอฉันเสร็จก็ขอโยมใช้โทรศัพท์ เลยโทรไปติดต่อทิดได้ ทิดเลยนิมนต์ไปพักที่บ้าน คืนที่สองของการกลับมาญี่ปุ่นครั้งแรกก็ได้พักที่บ้านทิด

อาจารย์ได้ไปพักกับเพื่อนเก่าก็เลยนั่งคุยกันสัพเพเหระ ทิดเล่าว่าก่อนจะสึกได้ไปเที่ยวตามต่างจังหวัด เข้าไปตามวัดบ้านในชนบท พระเณรที่นั่นต้องมาช่วยชาวบ้านดำนา อาหารค่อนข้างขาดแคลน ชาวบ้านขาดเนื้อสัตว์ เณรเลยไปตักหนองในหอน้ำมา ล้างเอาของเสียออกให้เหลือแต่ตัวหนองแล้วเอาไปทำอาหารทาน

คุยเรื่องเก่าๆ กันกับทิด แล้วทิดก็ถามว่าได้ติดต่อที่บ้านแล้วหรือยัง พอรู้ว่าไม่ได้ติดต่อไปทิดเลยให้ใช้โทรศัพท์ พอโทรไปพี่ชายก็รับสาย ถามว่าจะไปถึงบ้านเมื่อไร อาจารย์ก็ตอบไม่ถูก บอกไปว่ากว่าจะเดินไปถึงนี่ก็อาทิตย์หนึ่งหรือสองอาทิตย์ก็ไม่รู้ แต่พอตอนเช้าทิดคนนี้ก็ซื้อตั๋วรถไฟชินกั่งเซ็นให้อาจารย์นั่งไปถึงเมืองสิสุ กุอิชิ ในจังหวัดอิวาเตะ บ้านเกิดของอาจารย์เลย กลายเป็นว่าเดินทางวันเดียวถึง นี่ก็เป็นประสบการณ์การกลับมาญี่ปุ่นครั้งแรกของอาจารย์

## บิณฑบาตวันแรกในญี่ปุ่น

อาจารย์รอยมที่โคมไฟทางเข้าวัดนาริตะชั้นอยู่จนแล้วจนรอด แต่สุดท้ายโยมที่นัดไว้ก็ไม่มาใส่บาตร ช่วงที่อาจารย์รอยมอยู่ก็ให้ญาณะซึ่งเป็นตัวแทนไปบิณฑบาตแทนอาจารย์ ญาณะซึ่งก็ไปเดินบิณฑบาตตามร้านค้าร้านขายของที่ระลึกในรอบๆ เมืองนาริตะแล้วกลับมา ได้มาแค่ลูกอมถุงเดียว พอตีมีเสปียงที่โยมในกรุงเทพถวายไว้ จำพวกเนยแข็ง ช็อคโกแลตซึ่งเป็นสัตว์ตาทะกาลิก หมายถึงอาหารที่พระพุทธเจ้าอนุญาตให้เก็บไว้ฉันได้ภายในเจ็ดวันหลังรับประเคน ก็เลยต้องเอาออกมาแบ่งกันฉันก่อนออกธุดงค์ต่อ



## ตอนที่ 2

ช่วงที่ถึงโตเกียวอาจารย์หาที่พักไม่ได้ก็เดินไปเรื่อยๆ คืนที่สามในญี่ปุ่นอาจารย์ก็ต้องไปนั่งพักผ่อนอยู่ริมถนน มีผู้หญิงวัยรุ่นที่นั่งรถผ่านตะโกนมาว่า "Nice Fashion" ชุดเก๋มาก เขาคงเห็นพระห่มจีวรแล้วดูแปลกตาดี เลยตะโกนแซว

ในโตเกียวนี้หาที่นอนแทบไม่ได้ ต้องนอนสถานีรถไฟเกือบตลอด คืนที่สามในญี่ปุ่นอาจารย์ก็เดินจนห้าทุ่ม รอรถไฟเที่ยวสุดท้ายออกไปก่อนแล้วอาจารย์ก็เข้าไปพักในสถานี พอตีสี่เขาก็เปิดไฟแล้วคนก็กรูเข้ามาขึ้นรถไฟเที่ยวแรกเต็มสถานีไปหมด อาจารย์ต้องรีบเก็บข้าวของแล้วออกมาจากสถานี จากนั้นก็เดินต่อไปเรื่อยๆ จนหกโมงเช้า แล้วไปนั่งสมาธิ นั่งริมถนน อากาศก็หนาวแถมง่วงด้วย เลยเอาผ้าพลาสติกมาคลุมตัวกันหนาว นั่งสมาธิหลับๆ ตื่นๆ อยู่ตรงนั้น แล้วจู่ๆ ก็มีรถดับเพลิงเปิดไฟสัญญาณฉุกเฉินเข้ามาจอดแต่ไม่ได้เปิดไซเรน เจ้าหน้าที่ดับเพลิงรีบลงมาถามว่าเป็นอะไร มีปัญหาอะไรหรือเปล่า เอรณมารับ จะพาไปส่งโรงพยาบาล อาจารย์ก็บอกไปว่าไม่มีอะไร สบายดี ปรากฏว่ามีคนเห็นอาจารย์นั่งอยู่ แล้วนึกว่าเป็นคนป่วยแต่ไปโรงพยาบาลไม่ได้เลยมานั่งหลับอยู่ตรงนี้ เขาเลยหวังดีโทรไปบอกให้เจ้าหน้าที่ดับเพลิงมาดู

### นัดพบกับมหาวิโร

อาจารย์กับภรรยาซึ่ง มาถึงเมืองโตเกียวเมื่อวันที่ 18 เมษายน 2532 พอมาถึงเขตเมืองโตเกียวแล้วอาจารย์ก็นัดพบกับลูกศิษย์คนหนึ่งชื่อโคอิจิโร นากาชิมา เป็นลูกชายของรัฐมนตรีว่าการกระทรวงอุตสาหกรรมญี่ปุ่น เขามาถือศีลอยู่ที่วัดป่านานาชาติช่วงหนึ่ง ตั้งใจว่าจะบวช แต่ช่วงนั้นเขากลับมาญี่ปุ่นเพื่อพูดคุยกับพ่อแม่ให้เข้าใจกันเสียก่อนจึงจะบวชได้ ภายหลังเขาก็ได้บวชแล้วได้รับฉายาว่า "มหาวิโร"

อาจารย์ก็นัดเจอกับเขาที่สถานีรถไฟ มหาวิโรที่ตอนนั้นยังเป็นโยมก็จะถวายอาหารบิณฑบาต ตอนนั้นเพิ่งแปดโมงกว่าร้านอาหารยังไม่เปิด มีแต่ร้านแม็คโดนัลด์ โยมเลยซื้อแฮมเบอร์เกอร์มาถวายรูปละสองชุด อาจารย์กับภรรยาซึ่งฉันจนหมดก็พออิมท้องหน่อยๆ อร่อยดี แต่ให้ฉันอีกเท่าตัวก็ยังไหวเพราะเราเดินกันทั้งวันด้วยความที่สนิทกันอาจารย์เลยบอกไปว่าที่ฉันไปนี่แค่ครึ่งท้อง แต่โยมบอกว่าขอโทษด้วย เงินหมดแล้ว อาจารย์ก็ว่าไม่เป็นไร ฉันประมาณนี้ก็ตรงตามหลักที่พระพุทธเจ้าสอนไว้ ว่าการฉันอาหารนั้น ให้ฉันจนรู้สึกว่ามีอีกห้าคำก็จะอิมแล้วให้หยุด จากนั้นค่อยดื่มน้ำตามสักแก้วหนึ่งจึงจะเป็นการฉันที่พอดี หลวงพ่อซาก็ชอบสอนเรื่องนี้อยู่เสมอเหมือนกัน

ฉันเสร็จแล้วโยมก็นิมนต์ให้ไปพักที่คอนโดของเขา แล้วรับปากว่าอยู่ที่นั่นจะถวายอาหารให้ฉันอิมเต็มที่แน่นอน แล้วโยมก็เอาบริการบางส่วนขึ้นรถไฟล่วงหน้าไป ส่วนอาจารย์กับภรรยาซึ่งต้องเดินเท้าไปตามที่ตั้งใจไว้ พอสัมภาระที่ต้องแบกเบาแล้วอาจารย์ก็เดินเร็วหน่อย เพราะจะต้องเดินให้ถึงคอนโดภายในวันนั้น

อาจารย์ก็เดินผ่านพระราชวังไปจนถึงคอนโดของมหาวิโรช่วงเย็นๆ แล้วก็พักอยู่ที่นั่น 3-4 วัน ตอนนั้นเท้าอาจารย์ก็แตกจนเลือดไหล ต้องเอาพลาสติกมารักษาปิดไว้ ช่วงที่พักอยู่ที่คอนโดเลยพยายามรักษาแผลให้แห้ง

จะได้หายเร็วๆ ระหว่างนั้นก็มีโยมชื่อคุณปรีดีจากสถานทูตไทยมาคอยดูแลถวายอาหารที่คอนโด ที่จริงแล้วโยมปรีดีนับถือศาสนาคริสต์ แต่มีคนรู้จักที่กรุงเทพฯ ผากให้ช่วยดูแลอาจารย์ด้วย เขาก็เลยมา



## รายการโทรทัศน์ติดต่อขอถ่ายสารคดี

ช่วงที่อยู่คอนโดในโตเกียว อาจารย์ก็โทรไปหาช่างภาพอิสระที่เคยโทรติดต่อกันเมื่อตอนกลับมาญี่ปุ่นคราวก่อน เขาก็ส่งข่าวไปทางสถานีโทรทัศน์ Nippon Television ทางสถานีเขาเลยติดต่อมา เขาไม่เชื่อว่ายุคสมัยนี้ ถ้าไม่ได้ใช้เงินแล้วเราจะสามารถไปถึงเมืองอิโรชิม่าได้อย่างไร เลยขอติดตามไปทำสารคดี อาจารย์ก็อนุญาต

การถ่ายทำสารคดีในญี่ปุ่นใช้งบประมาณสูงมาก เขาจะคอยติดตามอัปเดตถ่ายภาพอาจารย์เป็นช่วงๆ ไป ช่วงละ 3-4 วัน จนกว่าจะถึงอิโรชิม่า อย่างตอนอยู่โตเกียวก็มาตามถ่ายเก็บข้อมูล เก็บประสบการณ์ของอาจารย์อยู่ 3 วันแล้วก็กลับ พอไปถึงฟูจิก็มาอีก 3 วันอย่างนี้ อาจารย์ก็มีบัตรโทรศัพท์อยู่ พอไปถึงเมืองไหนก็คอยโทรบอกว่าเรากำลังอยู่ที่ไหนนะ กำลังอยู่ที่นี้กำลังจะเข้าเขตนี้ ถ้าเขาอยากจะทำภาพก็จะนั่งรถชินกันเซนมา ผู้ผลิตรายการจะเช่ารถมาตามหาอาจารย์ก่อนว่ากำลังเดินจุดงค์อยู่ตรงไหน พอเจอกันแล้วเขาก็เรียกทีมงานมาอยู่กับเรา 3-4 วัน โดยจะไม่เข้ามารบกวนหรือช่วยเหลืออะไรทั้งสิ้น แล้วเขาก็กลับไปทำงานอื่นๆ ทำอย่างนี้

ทีมงานถ่ายทำมีประมาณเกือบ 10 คน มีช่างภาพคอยถ่าย เอาไมโครโฟนมาติดที่ตัวอาจารย์กับญาณะซังด้วย เราจะพูดอะไรเขาก็อัดเทพหมด มีใครมาคุยด้วยเขาก็อัดไว้ เวลาเราบิณฑบาตหรือหาที่พักเขาก็จะเดินตามหลังไปเรื่อยๆ เพื่อถ่ายทำ ระหว่างที่เราเดินทางเขาก็กลับขึ้นรถตู้ขับตามเก็บภาพจากมุมต่างๆ พอมีใครมาพูดหรือคุยด้วยคอยรีบเข้ามาถ่ายใกล้ๆ ทีมงานจะปล่อยให้เราเดินอย่างอิสระไม่มารบกวน แต่จะมีทีมงานคนหนึ่งคอยเดินตามหลังอยู่ไกลๆ จะได้ว่าอาจารย์อยู่ที่ไหน

พระเอกของสารคดีนี้คือท่านญาณรโต ญาณะซังเรียนจบหมอมจากมหาวิทยาลัยเกียวโต เรียนจบแล้วก็มาบวชเป็นพระในพระพุทธศาสนาเลยไม่เข้าทำงาน ทีมงานถ่ายในมุมมองว่าญาณะซังเรียนจบสูงๆ แล้วมาบวชเป็นพระ มาติดตามเป็นลูกศิษย์อาจารย์ที่เป็นนักแสวงบุญเดินธุดงค์ไปฮีโรชิม่า ระหว่างทางจะผ่านบ้านเกิดของญาณะซังที่เมืองนารา พ่อแม่ก็รอพบเขาอยู่ที่นั่น

สารคดียาว 1 ชั่วโมง พอออกอากาศแล้วก็มียอดวิว 17 เปอร์เซ็นต์ คือจากคนดูที่วีร้อยกว่าล้านคน มีคนดูสารคดีนี้ 17 ล้านคน ยอดวิวสูงมากพอสมควร



มियाซาว่า เคนจิ

**มियाซาว่า เคนจิ** เป็นกวีและนักประพันธ์วรรณกรรมเด็กชื่อดังของญี่ปุ่น เรียกได้ว่าคนญี่ปุ่นแทบทุกคนต้องรู้จักผลงานของเขา

เคนจิเกิดเมื่อปี พ.ศ.2439 ที่จังหวัดอิวาเตะ จังหวัดเดียวกับบ้านเกิดของอาจารย์ ที่บ้านของเคนจิเป็นคหบดีในเขตนั่น ทำธุรกิจโรงรับจำนำ แต่เขาเป็นคนขี้สงสาร เห็นคนจนๆ ต้องลำบากมาขอจำนำของแล้วทนดูไม่ได้ เลยไม่มีใจรักที่จะทำธุรกิจนี้ จนมีปัญหากับพ่อ

เคนจิเป็นคนชอบอ่านชอบเขียนหนังสือ ไปไหนก็จะมีกระดาษกับดินสอด่ติดไปด้วยเสมอ พอคิดอะไรออกก็เขียนเก็บเอาไว้ เป็นคนเขียนเร็วมาก บางครั้งถึงกับอ่านคำที่ตัวเองเขียนไว้ไม่ออกก็มี นอกจากนี้ยังเป็นคนชอบการเกษตรและเรื่องดวงดาว เขานับถือนิยายนิชิเรน โดยเน้นไปที่การเมตตาและช่วยเหลือผู้อื่น เมื่อไม่



ลงรอยกับพ่อเรื่องธุรกิจที่บ้านแล้ว เคนจิจึงออกจากบ้านไปอยู่โตเกียว เรื่องนี้เป็นข่าวดังในแถบนั้นจนถึงกับลงหนังสือพิมพ์ท้องถิ่น

ระหว่างที่อยู่โตเกียวก็เลี้ยงดูตัวเองด้วยการทำงานที่สำนักพิมพ์ แต่สุดท้ายก็ต้องกลับมาบ้านเกิด เมื่อโทชิน้องสาวที่เขารักมากป่วย เมื่อกลับมาแล้วเคนจิก็คือเป็นครูอยู่ 4 ปี ในช่วงที่เป็นครูนี้เขาก็ตีพิมพ์หนังสือและบทกวีออกมาเยอะพอสมควร

มีข่าวว่า เคนจิมองว่าจังหวัดอิวาเตะอุดมสมบูรณ์ มีสภาพแวดล้อมที่สวยงามและสงบสุข เป็นเมืองในอุดมคติ แต่ช่วงนั้นมีชาวภัยธรรมชาติ สภาพอากาศฤดูกาลผิดเพี้ยน มีผู้คนเดือดร้อนเต็มไปหมด เขาจึงตระหนักว่าอาหารเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในโลก จึงตั้งใจที่จะพัฒนาการเกษตรให้ก้าวหน้า

ในด้านความเป็นครูนั้น เคนจิก็คือจะเป็นคนสบายๆ ไม่เคร่งครัด เขาเป็นคนชอบทานแตงโม ชอบเอาหลอดที่ม้วนเข้าไปในผลแตงโมทั้งลูกแล้วดูดเนื้อกิน แตงโมที่ปลูกในโรงเรียนร้อยลูก จะถูกเคนจิดูดจนเนื้อกลวงไปเสียยี่สิบลูก วันหนึ่งเขาพาเด็กๆ ที่ทำงานจนเหนื่อยไปอาบน้ำที่แม่น้ำ แล้วชวนเด็กๆ ให้ว่ายข้ามแม่น้ำไปแอบเจาะแตงโมในสวนอีกฟากแม่น้ำกิน พอเจาะแตงโมกินไปได้สักพักเจ้าของสวนก็ออกมาไล่ เด็กๆ และเคนจิก็อ้วงหนีกันอย่างสนุกสนาน แต่ที่จริงแล้วเคนจิจ่ายเงินค่าแตงโมไว้ล่วงหน้าก่อนแล้ว พร้อมทั้งตกลงกับเจ้าของไร่ว่าให้ทำแบบนี้เพื่อให้เด็กๆ ได้มีประสบการณ์ที่สนุกสนาน

เคนจิดูแลเด็กทุกคนเป็นอย่างดี พุดจาดี หากมีใครป่วยก็จะคอยไปดูแล พอแต่ละคนเรียนจบเขาก็จะพยายามหางานที่เหมาะสมกับเด็กคนนั้นให้ แต่ด้วยความเป็นคนไม่เคร่งครัดของเขา ทำให้เขาลาออกจากอาชีพครูในที่สุด เมื่อลาออกมาแล้วเขาก็ยึดอาชีพทำไร่ ผลผลิตที่ได้ก็นำมาจำหน่ายในราคาถูกๆ เรียกว่าทำด้วยใจรักมากกว่าจะแสวงหากำไร

มีข่าวว่า เคนจิก็คือเสียชีวิตในปี พ.ศ.2476 ด้วยอายุเพียง 37 ปี หลังจากนั้น 18 ปี อาจารย์मितซูโอะ คเวสโก ก็ถือกำเนิดขึ้นในเมืองชิสุกุอิชิ จังหวัดอิวาเตะ

หลังจากเคนจิจเสียชีวิตแล้วก็มีการพิมพ์ผลงานต่างๆ ของเขาที่ยังไม่เคยตีพิมพ์มาก่อนอีกมากมาย เขากลายเป็นนักเขียนที่คนญี่ปุ่นอ่านผลงานมากที่สุดคนหนึ่ง วรรณกรรมที่โด่งดังของเขาคือเรื่อง "รถไฟสายทางช้างเผือก" และบทกวีที่โด่งดังที่สุดคือ "Ame ni mo Makezu" แปลชื่อเป็นภาษาไทยได้ว่า "ไม่ยอมแพ้ กระแสฝน"



"ไม่ยอมแพ้กระแสฝน  
ไม่ยอมแพ้กระแสลม  
ไม่ยอมแพ้หิมะและความร้อนของฤดูร้อน  
ขอเพียงมีร่างกายแข็งแรง  
ไม่มีความโลภ  
ไม่โกรธโดยเด็ดขาด  
ยิ้มอย่างสงบอยู่เสมอ  
กินข้าวกล้องวันละสี่ถ้วย  
พร้อมกับมิโสะและผักอีกชนิดหน่อย  
ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้นก็ตาม  
ไม่เอาอึดตาตัวตนเข้าไปเกี่ยวข้อง  
ตาดู หูฟังอย่างเข้าใจ จดจำได้ไม่ลืม  
ภายใต้ร่มเงาของต้นสน  
ปลูกกระท่อมหญ้าเล็กๆอยู่อาศัย  
ถ้าทิศตะวันออกมีเด็กเจ็บป่วยไข้  
จะไปช่วยเยียวารักษาให้  
ถ้าทิศตะวันตกมีแม่ผู้อ่อนล้า  
จะไปช่วยแบกฟอนข้าวให้  
ถ้าทิศใต้มีใครกำลังจะตาย  
จะไปปลอมโยนว่าไม่มีอะไรต้องกลัว  
ถ้าทิศเหนือมีใครทะเลาะเบาะแว้งกัน  
จะไปเตือนสติว่า หยุดดีกว่า  
ไม่มีประโยชน์อันใด  
เมื่อเกิดความแห้งแล้งจะหลั่งน้ำตา  
เมื่อเกิดหนาวสั่นในฤดูร้อนจะเดินพละ่าน  
ใครๆ ก็เรียกว่าคนไม่ได้ความ  
ไม่มีใครชมเชย ไม่มีใครรำคาญ  
คนแบบนี้แหละที่ฉันอยากเป็น"

อาจารย์ได้อ่านงานเขียน "ไม่ยอมแพ้กระแสฝน" ของเขามาตั้งแต่สมัยเป็นวัยรุ่นแล้วรู้สึกประทับใจมาจนปัจจุบัน อ่านแล้วก็รู้สึกว่าการเห็นคุณค่าของชีวิตแบบนี้ ต้องการใช้ชีวิตอย่างนี้เหมือนกัน

"ไม่ยอมแพ้กระแสฝน" เป็นเหมือนอุดมคติของเคนจิที่จะใช้ชีวิตอย่างสมถะเรียบง่าย มีความมุ่งมั่นอดทน เสียสละ ตั้งใจที่จะช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน พูดได้ว่าคนญี่ปุ่นแทบทุกคนรู้จักบทกวี "ไม่ยอมแพ้กระแสฝน" เพราะมีการนำบทกวีนี้ไปเขียนลงบนผ้า สลักลงบนไม้ หรือหล่อเป็นแผ่นโลหะขายเป็นเครื่องประดับบ้านไว้ติดตามห้อง เป็นงานเขียนที่เป็นแรงบันดาลใจให้แก่ผู้คนเป็นจำนวนมาก

กระแสฝน กระแสลม หิมะฤดูหนาว ความร้อน เปรียบเหมือนความไม่แน่นอนและอุปสรรคที่ทุกชีวิตต้องเผชิญ สำหรับอาจารย์ การออกธุดงค์ไปญี่ปุ่นในครั้งนี้ก็เหมือนกัน เราก็ตั้งใจแน่วแน่ที่จะรักษาใจดีไว้ทุกสถานการณ์ ไม่ว่าจะต้องเผชิญกับความยากลำบากขนาดไหน เราจะไม่ละทิ้ง "ยิ้มน้อยๆ ในใจ" และเตือนใจตัวเองว่า **อดได้ ทนได้ รอได้ ด้วยใจดี**

## ตอนที่ 3

พอออกจากคอนโดของมหาวิโร ก็ใช้เวลาเดินสองชั่วโมงไปถึงสถานทูต เพื่อฉันอาหารตามที่เขานิมนต์แล้วเดินทางต่อ คืนแรกหลังออกจากคอนโดก็ได้ไปพักที่วัดนิคายนิชิเรน เป็นวัดใหญ่ในกรุงโตเกียว ฐานะซึ่งมีหน้าที่เข้าไปเคาะประตูติดต่อขอพัก พอไปขอพักที่วัดนี้เขาก็อนุญาต เจ้าอาวาสออกมาปฏิบัติสัณการต้อนรับอาจารย์ด้วยตัวเอง ท่านบอกว่าเคยไปประเทศไทย ได้ไปเยี่ยมวัดปากน้ำแล้วเห็นอุบาสกอุบาสิกาเป็นร้อยๆ คนมาปฏิบัติธรรมที่วัด จากที่สอนกันมาว่าพุทธศาสนาในประเทศไทยเป็นนิกายหินยาน เน้นปฏิบัติเพื่อความสุขเฉพาะตน แต่พอได้มาเห็นด้วยตัวเอง วัดในเมืองไทยมีผู้คนเข้ามาปฏิบัติธรรมเยอะมาก ทำให้ท่านรู้สึกที่ว่าวัดในไทยมี "กลิ่นของมหายาน" ที่เน้นการช่วยเหลือคนหมู่มาก ท่านว่าอย่างนั้น จากนั้นท่านก็จัดที่พักดีๆ ให้ อาจารย์ก็มีโอกาสได้นั่งสมาธิชมบรรยากาศในสวนญี่ปุ่น ตอนเช้าทางวัดก็นิมนต์ให้ฉันกับพระลูกวัดหม่อมๆ อาหารสำหรับพระเป็นอาหารง่ายๆ ฉันแค่นิดหน่อยก็หมด แต่พระญี่ปุ่นฉันได้สามมื้อ ส่วนอาจารย์นี่ก็เป็นมื้อสุดท้ายของวันแล้ว

นิกายนิชิเรนนี้เชื่อว่าคำสอนที่ถูกต้องของพระพุทธเจ้าคือ พระสัทธรรมปุณฺฑริกสูตร และเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนมีความเป็นพุทธอยู่ในร่างกาย จึงสามารถบรรลุถึงความเป็นพุทธได้ในชาตินี้ ผู้ที่นับถือนิกายนี้จะสวดมนต์ว่า "นัมเมียวโฮเร็งเงเคียว" แปลว่าขอนอบน้อมต่อพระสัทธรรมปุณฺฑริกสูตร ผู้ที่เปล่งคำสวดนี้ออกมาพร้อมกับประสิริรู้ถึงธาตุพุทธะที่อยู่ข้างในก็จะสามารถบรรลุพุทธภาวะได้

คืนที่สองหลังจากออกจากคอนโด อาจารย์ก็เดินไปจนถึงโยโกฮาม่า ฝนก็เริ่มตกและฟ้าก็มืดลงเรื่อยๆ ประมาณทุ่มหนึ่งก็ถึงสถานีรถไฟโยโกฮาม่า อาจารย์เลยตัดสินใจเข้าไปพักในสถานีรถไฟ แล้วก็นั่งดูผู้คนเดินผ่านไปมาเป็นหมื่นๆคน ทุกคนต่างก็มีที่ไป กลับไปทานข้าวกับครอบครัว กลับไปอาบน้ำ กลับไปที่พัก แต่สำหรับเราวันนี้ก็ไม่มีที่ให้ไป ไม่มีอาหาร ไม่มีที่ให้อาบน้ำ ไม่มีที่นอน

พอประมาณสามทุ่ม ร้านรวงในสถานีก็เริ่มปิดโลมาเรื่อยๆ อาจารย์ก็ต้องค่อยๆ ย้ายออกมา จนถึงห้าทุ่มก็ปิดกันหมด อาจารย์ต้องไปนอนอยู่ตรงมุมหนึ่ง มีคนจรจัดนอนอยู่สี่ห้าคน ที่แรกก็กลัวอยู่ว่าจะโดนตำรวจหรือเจ้าหน้าที่สถานีมาไล่ออกไปข้างนอกไหม แต่พอเห็นคนจรจัดก็อุ่นใจว่าเราก็มีเพื่อนนอนที่นี้เหมือนกัน พอตีสี่ก็เริ่มมีคนมาขึ้นรถไฟเที่ยวแรกแล้ว อาจารย์ก็เลยต้องเก็บข้าวของแล้วเดินตรงดิ่งต่อไป



โตบุตซี

อาจารย์เดินทางไปจนถึงเมืองคามาคุระ มีโยมคนหนึ่งมีญาติหรือเพื่อนอยู่ที่วัดโคโตะกุ พอไปถึง อาจารย์ก็โทรไปบอกว่า เราเป็นพระไทยเดินมาจากนาริตะ มีโยมคนนั้นคนนั้นแนะนำให้มาพัก ทางนั้นก็บอกว่า ทราบเรื่องแล้ว ทางนั้นไม่ได้ให้อาจารย์ไปพักในวัด แต่ให้ไปพักที่เรียวกังหรือโรงแรมแบบญี่ปุ่นแทน ที่เรียวกัง จะมีบริการอาหารเช้าให้ด้วย ก็ดีเหมือนกันเพราะจะได้อาบน้ำฉันอาหารสบายๆ

วัดโคโตะกุนี้เป็นวัดนิกายโจโดชู ที่มีชื่อเสียงและเป็นสถานที่ท่องเที่ยวสำคัญ ภายในวัดมีพระพุทธรูปองค์ใหญ่ ที่มีชื่อว่า "โตบุตซี" แปลเป็นภาษาไทยก็หลวงพ่อด เป็นพระพุทธรูปของพระอมิตาภะพุทธะ ซึ่งสร้างตามพระพุทธรูปโตบุตซีของเมืองนารา เวลาคนไทยไปเที่ยวญี่ปุ่นก็มักจะมาที่วัดนี้ด้วย

นิกายโจโดนี้ แปลว่านิกายสุขาวดี คำสอนของนิกายนี้เน้นการเจริญพุทธานุสสติถึงพระอมิตาภะพุทธะ และปรารถนาไปเกิดในแดนสุขาวดี นิกายโจโดเชื่อว่าการที่สรรพสัตว์จะพ้นทุกข์ได้นั้น จะต้องไปเกิดในแดนสุขาวดีของพระอมิตาภะพุทธะเสียก่อน หากไปเกิดในแดนนี้แล้วก็จะไม่มีทางตกลงไปสู่อบายภูมิอีก ผู้ที่จะไปเกิดในแดนสุขาวดีได้นั้น จะต้องมีความศรัทธาสามประการคือ กตัญญูทเวที ยึดพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่ง จิตมั่นคงต่อโพธิญาณ นอกเหนือจากนี้ต้องสวดมนต์ระลึกถึงพระอมิตาภะพุทธะ ตั้งปณิธานไปเกิดในสุขาวดีจึงจะไปเกิดสมปรารถนา คนแก่ที่ศรัทธาในนิกายนี้จะสวดคำว่า "นัมเมียวอมิตาบุตซี" 1,000,000 ครั้ง แปลว่าขออนอบน้อมแด่พระอมิตาภะพุทธะ ในเวลา 5 วินาทีจะสวดได้ประมาณ 3 ครั้ง ถ้าสวดต่อเนื่องวันละ 8 ชั่วโมงก็จะต้องใช้เวลาประมาณ 60 วันจึงจะสวดครบ 1,000,000 ครั้ง

มีอีกครึ่งหนึ่งที่อาจารย์เดินไปเจอกับพระนิทายใจโดที่ริมถนน แล้วท่านก็นิมนต์ให้ไปพักที่วัด ในวัดมีป้ายเขียนไว้ว่า "การนินทาว่ากันก็เหมือนถมน้ำลายรดฟ้า" อาจารย์ก็เคยได้ยินคำนี้และถือปฏิบัติมาตั้งแต่เด็ก พอมาเห็นเข้าอีกทีก็รู้สึกประทับใจ คนไทยในทุกวันนี้ก็ชอบว่านินทากันทั้งเมือง ทำกันเหมือนเป็นเรื่องปกติ จนลูกหลานบานปลายกลายเป็นปัญหาใหญ่โตของบ้านเมือง ดังนั้นเราจึงไม่ควรว่านินทากัน รู้จักเห็นโทษของการว่านินทา ว่าสุดท้ายแล้วคำพูดไม่ดีเหล่านั้นก็จะส่งผลไม่ดีกลับมาที่ตัวเราเอง

พอไปถึงเมืองโกเท็มบะซึ่งอยู่ในเขตภูเขาไฟฟูจิ เมื่อวันที่ 29 เมษายน อาจารย์ก็ไปที่วัดของโยมโฮริอูชิ ชื่อวัดโกเท็มบะ เฮอิวะ โคเอ็น ที่นี่เป็นสวนกับเจดีย์ขนาดใหญ่ สวยมาก มีคนมาท่องเที่ยวเยอะ ช่วงนั้นทีมถ่ายทำสารคดีก็กำลังตามถ่ายอยู่ด้วย มีโยมญี่ปุ่นคนหนึ่งรู้ข่าวล่วงหน้าว่าอาจารย์จะมา จึงมานั่งรอพบอาจารย์ตั้งแต่เช้า โยมคนนี้เป็่นวิศวกรที่กำลังจะเกษียณอายุ อยากไปบวชที่สวนโมกข์ เลยมาขอให้อาจารย์แนะนำวิธีออกเสียงสวดคำขอบวชแบบ "อุกาสะ" ให้ (การบวชแบบอุกาสะคือฝ่ายมหานิกายสามารถรับปัจจัยได้ อีกแบบหนึ่งคือการบวชแบบเอสาหัง คือฝ่ายธรรมยุติ เช่น ฉันทามือเดียว ไม่รับปัจจัย)

หลังจากนั้นพอฐานะซ่งเข้าไปติดต่อกับเจ้าหน้าที่ของวัดโกเท็มบะเพื่อขอพักค้างคืน ว่าจะให้พักที่ไหน มุมไหนก็ได้ขอให้มีหลังคาก็พอ ทางนั้นก็รู้ว่าเราเป็นใคร แต่เขาก็ปฏิเสธว่าไม่สะดวก คินนี่มีงาน ก็ไม่เป็นไร ภรรยาของโยมโฮริอูชิก็อยู่ที่วัด เขาเลยนิมนต์เข้าไปนั่งพักดื่มน้ำชาด้วยกันก่อน แต่ก็ให้ค้างไม่ได้ เขาก็ถวายเงินทำบุญ 100,000 เยน อาจารย์ก็ฝากให้ทางทีมถ่ายสารคดีช่วยเก็บไว้ให้ เงินจำนวนนี้ก็นำมาใช้เป็นเงินทุนในการก่อตั้งมูลนิธิมายา โคตมี ในภายหลัง ส่วนอาจารย์ก็เดินทางหาที่พักต่อ

จะว่าไปพระเจ้าหน้าที่ของวัดโกเท็มบะ เฮอิวะ โคเอ็นก็น่าสงสาร ตอนที่พวกอาจารย์ไปขอพักแล้วเขาปฏิเสธ ทีมงานก็ถ่ายอยู่ด้วย ฐานะซ่งเดินเข้าไปขอที่พัก เขาก็บอกว่า อืม..ก็ไม่ค่อยสะดวก ฐานะซ่งพยายามอธิบายแล้วว่าไม่ต้องให้นอนในห้องก็ได้ ขอที่ไหนก็ได้ที่มีหลังคาก็พอ เขาก็ไม่ให้ พอสารคดีออกอากาศไปแล้วก็มีข่าวว่าเขาโดนคนดูสารคดีตำหนิ โดนด่าว่าใจดำจากคนดูทั่วประเทศ คนดูก็เห็นอยู่ตั้งแต่ต้นว่าเป็นพระนักปฏิบัติ ตั้งใจจริง ขอพักแค่นี้ก็ไม่ให้ ถึงกับโทรไปตำหนิก็มี ที่จริงเขาก็แค่ตัดสินใจผิดคนเดียวเท่านั้นเอง

คนญี่ปุ่นค่อนข้างระวังคนแปลกหน้า สมัยก่อนเวลาคนจนๆ ไปเที่ยวก็ขอพักตามวัดได้ ไม่ต้องเสียเงินแค่ช่วยงานกวาดวัดให้อะไรลักษณะนั้น แต่เดี๋ยวนี้ไม่ค่อยมีแล้ว กลัวไม่ไว้ใจคนแปลกหน้า เพราะวัดสมัยนี้อยู่กันเป็นครอบครัวด้วย บางทีก็มีการถือนิกายกันด้วย ถ้านิกายต่างกันอาจจะมีการไม่ต้อนรับกัน แต่วัดที่ยินดีให้พักก็มีมากอยู่

หลังจากถูกที่โกเท็มบะ เฮอิวะ โคเอ็น ปฏิเสธไม่ให้พัก อาจารย์ก็ต้องออกเดินทางที่พักรอ พอราวๆ สี่ทุ่มก็ยังหาที่พักไม่ได้ เห็นสถานีดับเพลิงซึ่งมีคนทำงานทั้งคืน เลยเข้าไปอธิบายว่าเราเป็นใคร มาทำอะไร ขอที่เอนกายสักพักหนึ่งได้ไหม เขาก็โทรไปขออนุญาตหัวหน้า ปรากฏว่าได้ เขาก็ไปจัดที่เก็บของออกให้โล่งๆ จัดที่นอนให้ แล้วนิมนต์อาจารย์ดื่มชา

## ตอนที่ 4

ที่เมืองซิลโอะกะนี้ มีแต่ไร่ชาเต็มไปหมด บ้านเกิดอาจารย์ไม่มีไร่ชาแบบนี้เลย บรรยากาศของเมืองนี้สวยน่าประทับใจ มีภูเขาต่างๆ มากมาย ถนนหนทางก็มักเป็นถนนยกระดับสูงใหญ่ ตัดกับทิวทัศน์โดยรอบ

คืนนั้นอาจารย์หาที่พักไม่ได้จึงต้องเดินต่อไปเรื่อยๆ จนเริ่มมืด ฝนก็ตกพรำๆ เลยต้องเข้าไปพักที่ป้ายรถประจำทาง ที่รอรถของที่นี่มีหลังคาและมีผนังกระจกสีด้าน เพ็งเคยเจอป้ายรอรถแบบนี้ แฉวๆ นั้นมีแต่ไร่ชา ไม่มีบ้านผู้คนเลย

พอดึกก็ฝนก็ตกหนัก ลมพัดแรง อากาศหนาวมาก ทั้งที่มีผนังกันสีด้านแต่ก็หนาวจนนอนแทบไม่หลับ ขนาดนั่งเอาผ้าร่วมมาห่มคลุมตัวก็ยังหนาวไม่หาย

บางครั้งอาจารย์ก็เดินเจอฝนจนตัวเปียก จะไปขอพักที่ไหนก็ไม่กล้าเพราะกลัวทำสถานที่เขาสกปรกได้แต่นั่งหลบตามชายคาบ้าน มองดูรถราวิ่งผ่านไปมาแล้วก็รู้สึกเศร้าๆ ชีวิตคนเราก็มีหลายแบบ เมื่อสมัยมัธยมอาจารย์ก็มีความคิดแวบขึ้นมาในใจว่าอยากลองไปเป็นขอทานริมถนนเพื่อหาประสบการณ์ชีวิต เป็นนักคิด เป็นนักปรัชญา เป็นผู้พิจารณาถึงชีวิต ทำใจกับการโดนดูหมิ่นดูแคลน ดูเรา ดูเขา ดูว่าชีวิตของมนุษย์คืออะไร

แรงบันดาลใจของความรู้สึกนี้ก็มาจากพระ โดยเฉพาะพระนิกายเซ็นที่บรรลุนิพพาน คือได้ดวงตาเห็นธรรมแล้ว อาจารย์เซ็นเหล่านี้อาจไม่ได้อยู่ในวัดใหญ่โต แต่อยู่ตามป่าเขาปลูกผักเลี้ยงชีพ หรือนอนใต้สะพาน อยู่กับขอทาน อาจดูเป็นคนขอมข่อย แต่แท้จริงแล้วเป็นผู้บรรลุธรรม มาอาศัยอยู่เยื้องขอทานเพื่อเป็นการสอบอารมณ์ สมัยวัยรุ่นอาจารย์ก็นึกๆ ว่าเป็นอย่างนั้นบ้างก็ตีเหมือนกัน

ด้วยความที่เป็นคนชอบปีนเขา ก็เลยท่องเที่ยวปีนเขาตามที่ต่างๆ แบบคนจน บางครั้งก็อยู่กับขอทานตอนอยู่ในนิวเดลีก็นอนที่สถานีรถไฟ เมื่อสมัยอยู่เยอรมันก็ทำงานฝีมือเล็กๆ น้อยๆ อยู่ในเกสต์เฮาส์เล็กๆ แล้วเอามานั่งขายอยู่ริมถนนตลอด ทำให้อาจารย์รู้สึกว่าย่างถนนคือบ่อเกิดแห่งปัญญา จนกระทั่งได้มาบวชวัดป่า ได้เป็นภิกษุที่แปลว่าผู้ขอตามที่เคยคิดไว้ แล้วได้กลับมายังญี่ปุ่นอีกครั้ง

การเดินทางครั้งนี้ใช้ชีวิตอยู่ข้างถนนแบบนี้ช่วยเปลี่ยนมุมมองของอาจารย์ จากที่เคยมองว่าการตั้งรูปบูชาจิโงไว้ตามริมถนนเพื่อให้คุ้มครองรักษาเป็นเรื่องงมงาย แต่มาตอนนี้ก็เริ่มรู้สึกว่าเขาหวังดี มีเมตตา อยากรักษาทุกคนปลอดภัย อาจารย์จึงรู้สึกขอบคุณในความหวังดีของผู้ที่นำมาตั้งไว้

แม้เส้นทางที่อาจารย์เดินนั้นจะยาวไกล แต่มีสุภาภิตอยู่ประโยคหนึ่งว่า **"เส้นทางพันลี้เริ่มต้นด้วยก้าวๆ แรก"** คนทุกคนบนโลกต่างก็มีถนนที่ต้องเดิน ไม่ว่าจะรวย จะจน จะเป็นนักเรียน เป็นคนอกหัก สอบตก ชีวิตมีความสุข หรือต้องสูญเสียคนที่เรารัก สิ่งที่เราหวังไปก็ตาม ทุกคนก็ต้องเดินต่อไป ไม่อาจหยุดอยู่ได้

ตอนนี้อาจารย์ก็ต้องเดินต่อไป แม้ว่าจะต้องเผชิญกับความลำบากขนาดไหนก็ตาม แต่โดยหลักๆ แล้วใจสำคัญที่สุด

ถ้าใจเราดี หนักแน่น อดได้ ทนได้ รอได้ ต่อให้อยู่ในกองขยะ โดนดูหมิ่นดูแคลน หรือตกอยู่ในความ  
เศร้า ความยากลำบาก จิตใจก็ยังเข้มแข็งได้ ถ้าเก่งจริงเราก็สามารถรักษาใจดีไว้ได้

อาจารย์เองก็ลำบากตากแดดตากฝนอยู่ริมถนนเหมือนกันกับจิโซ เลยชวนให้นึกถึงกลอนของมियाซา  
ว่า เคนจิที่เคยอ่านเมื่อสมัยมัธยมแล้วประทับใจมาจนทุกวันนี้ กลอนบทนี้ก็คือ "ไม่ยอมแพ้กระแสน ไม่ยอม  
แพ้กระแสลม" ซึ่งอาจารย์ก็ได้แปลจากภาษาญี่ปุ่นและนำมาพิมพ์ไว้ในหนังสือเล่มนี้ด้วยเช่นกัน

อาจารย์ก็ตั้งใจเด็ดเดี่ยวที่จะมาเดินจุดศรัทธาแล้วก็จะไม่ยอมแพ้กระแสน ไม่ยอมแพ้กระแสลม คือไม่ย่อ  
ท้อต่ออุปสรรคทั้งปวงเหมือนกัน



วัดนิตไทยจิ

ตอนที่พักอยู่ในคอนโดของมหาวิโรที่โตเกียว โยมปริตีที่เป็นเลขานุการสถานทูตก็แนะนำว่า พอมมาถึงเมืองนาโงย่า ให้ไปพักที่ **วัดนิตไทยจิ** แปลว่าวัดไทยญี่ปุ่น เป็นวัดที่สร้างขึ้นเพื่อประดิษฐานพระบรมสารีริกธาตุที่ประเทศไทยมอบให้ประเทศญี่ปุ่น

พระบรมสารีริกธาตุองค์นี้ ชุดค้นพบเมื่อปี พ.ศ.2441 ในพระสถูปที่ชายแดนประเทศเนปาล ซึ่งเป็นที่ตั้งของเมืองกบิลพัสดุ์ โดยนายวิลเลียม เปปเป ชาวอังกฤษ ผู้มีถิ่นพำนักอยู่ในประเทศอินเดีย บนผอบ (อ่านว่า พะ-อบ) ที่บรรจุมีอักษรโบราณที่เก่าแก่ที่สุดในอินเดียเขียนไว้ว่าเป็นพระบรมสารีริกธาตุของพระพุทธเจ้า ส่วนที่กษัตริย์ศากยราชในกรุงกบิลพัสดุ์ ได้รับแบ่งมาเมื่อครั้งถวายพระเพลิงพระพุทธสรีระ ภายหลังมหาปรินิพพานได้ 7 วัน

**มาแควสเคอร์สัน** ชาวอังกฤษที่ปกครองอินเดียอยู่ในขณะนั้นมีความคุ้นเคยกับสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 5 แห่งกรุงสยาม เห็นว่านอกจากพระองค์แล้วไม่มีกษัตริย์องค์ไหนในโลกที่ทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาอย่างท่าน จึงถวายพระบรมสารีริกธาตุให้พระองค์

ทางประเทศไทยจึงส่งเจ้าพระยามรราชไปอัญเชิญพระบรมสารีริกธาตุมายังเมืองไทย ประดิษฐานไว้ที่ **บรมบรรพตวัดสระเกศ** หรือที่เรามักเรียกว่าภูเขาทองนั่นเอง

ในขณะนั้นประเทศที่นับถือพระพุทธศาสนาก็ได้แต่งตั้งทูตมาขอแบ่งพระบรมสารีริกธาตุไปบูชา โดยมีพม่า ศรีลังกา ไชบีเรีย และญี่ปุ่น ในปี พ.ศ.2443 ราชวงศ์ไทยจึงได้แบ่งพระบรมสารีริกธาตุให้ประเทศญี่ปุ่นโดยรวม คือไม่ได้แบ่งให้นิกายใดเป็นการจำเพาะเจาะจง

ทางประเทศญี่ปุ่นจัดพิธีฉลองพระบรมสารีริกธาตุอย่างยิ่งใหญ่ และสร้างวัดขึ้นใหม่ที่เมืองนาโงย่า เพื่อประดิษฐานพระบรมสารีริกธาตุ ทางราชวงศ์ไทยจึงพระราชทานทรัพย์พร้อมทั้งพระพุทธรูปโบราณมาด้วย วัดที่สร้างขึ้นนี้จึงชื่อวัดนิตไทยจิ เพื่อเป็นสัญลักษณ์ของความสัมพันธ์อันดีระหว่างประเทศทั้งสอง สร้างแล้วเสร็จเมื่อ พ.ศ.2447 มีเอกลักษณ์เป็นพิเศษทางพุทธศาสนาของญี่ปุ่น คือเป็นวัดเดียวที่รวมนิกายต่างๆ เข้าด้วยกัน ไม่ถือว่าสังกัดนิกายใดนิกายหนึ่ง เจ้าอาวาสของวัดก็ให้หัวหน้าสงฆ์จาก 19 นิกาย ผลัดกันดำรงตำแหน่งวาระละสามปี

ในบริเวณวัดนี้กว้างขวาง สะอาด ทั้งราชวงศ์ไทยหรือนักท่องเที่ยวทั่วไปถ้ามานาโงย่าก็ต้องแวะมาสักการะพระบรมสารีริกธาตุที่วัดนี้

เมื่อวันที่ 29 มกราคม 2545 **คุณสุคนธ์ ขาดิระการโกศล** ทายาทของเจ้าพระยามรราชอัญเชิญพระบรมสารีริกธาตุที่หลงอยู่ในที่บรรจุเมื่อครั้งไปอัญเชิญมาจากอินเดีย และได้รับพระราชทานอนุญาตให้เก็บไว้บูชาถวายให้อาจารย์ อาจารย์จึงสร้างเจดีย์เพื่อประดิษฐานพระบรมสารีริกธาตุไว้ที่วัดสุนันทวนาราม

พอไปถึงนาโงย่าเมื่อวันที่ 13 พฤษภาคม พ.ศ.2532 อาจารย์ก็แวะไปติดต่อขอพักตามที่ทางสถานทูตแนะนำมา แต่ทางวัดปฏิเสธไม่ให้พัก เพราะอาจารย์ไปถึงตอนเย็นๆ พระในวัดจะกลับไปพักที่วัดต้นสังกัดของ



ตัวเอง มีแต่เจ้าหน้าที่ดูแลรักษาความปลอดภัยอยู่เท่านั้น อาจารย์เลยสวมมณฑัสการะพระบรมสารีริกธาตุ  
สั้นๆ ก่อนออกหาที่พักสำหรับคืนนี้ต่อ



อนุสรณ์ขององค์รัชกาลที่ 5 ที่วัดนิทไทยจิ

## ตอนที่ 5

อาจารย์ไปเจอวัดแห่งหนึ่งเลยให้ญานะซังไปเคาะประตูขอพัก มีโยมผู้หญิงออกมาปฏิเสธไม่ให้พัก  
เพราะว่าตอนนี้ลูกป่วย และพระก็ไม่อยู่ อาจารย์ก็เข้าใจแล้วก็หาที่ต่อ

อาจารย์ก็เดินต่อไปจนถึงวัดของศาสนาเทนริเคียว เป็นศาสนาที่เกิดขึ้นใหม่เมื่อ พ.ศ.2381 นับถือเทพ  
เจ้า มีลักษณะคล้ายๆ ซินโต โรงเรียนเทนริเคียวก็โด่งดังเรื่องเบสบอลระดับมัธยมปลาย ช่วงหลังอาจารย์ไป  
ญี่ปุ่นทุกปีก็เห็นเด็กวัยรุ่นไทยใส่เสื้อเทนริเคียวอยู่เหมือนกัน น่าจะเป็นสมาชิกในไทย เพราะศาสนานี้มี  
สำนักงานอยู่ในไทยด้วย

ทางวัดยินดีต้อนรับให้เข้าพัก บรรยากาศในวัดแปลกตามาก ทุกคนอารมณ์ดี ยิ้มแย้มแจ่มใส เข้าวัดมา  
ก็ที่ไม่เคยเจอบรรยากาศแบบนี้เลย ผู้คนไหว้กัน อารมณ์ดี คุยกันสนุกสนาน อาจารย์มารู้ทีหลังว่าคำสอนของ  
ศาสนาเทนริเคียวนี้ เชื่อว่าร่างกายของเราขอยืมมาจากเทพเจ้า จึงต้องใช้ชีวิตประจำวันด้วยความผาสุกเบิก  
บานใจ

อาจารย์ก็ชมวัด แสดงความเคารพศาลเจ้าของที่นั่นตามมารยาทและเพื่อให้เกียรติแก่เจ้าของสถานที่  
พักอยู่ที่นั่นคืนหนึ่งแล้วออกเดินทางต่อไป

ทางสถานีโทรทัศน์ก็ตามมาถ่ายทำต่อ ดูในแผนที่แล้วเมืองนี้มีแม่น้ำสายใหญ่ไหลผ่าน มีสะพานเยอะ  
อาจารย์เลยตั้งใจจะพักใต้สะพาน แต่พอไปถึงก็ปรากฏว่าน้ำขึ้นเต็ม พักใต้สะพานไม่ได้ ก็ต้องเดินต่อไปหา  
สะพานอื่น ปรากฏว่าก็เต็มอีก เลยต้องเดินหาไปเรื่อยๆ กว่าจะหาที่พักได้ก็ตึก วันนั้นเดินกันไกลมากที่สุด เดิน  
จนถึงห้าทุ่ม เครื่องนับก้าวซึ่งผู้ถ่ายทำสารคดีถวายไว้ แสดงตัวเลขว่าวันนี้เดินมา 57,000 ก้าว ทีมถ่ายทำ  
สารคดีก็ต้องเดินตามถ่ายกันจนเหนื่อยเหมือนกัน

## วัดนิายเซ็น

บางครั้งอาจารย์ก็มีโอกาสได้ไปพักในวัดนิายเซ็น นิกายเซ็นเน้นหลักคำสอนเกี่ยวกับการฝึกกรรมฐาน  
เป็นหลัก ถ่ายทอดธรรมกันแบบ "จิตสู่อุบัติ" เพราะเชื่อว่าธรรมะอันสูงสุดนั้นถ่ายทอดด้วยคำพูดไม่ได้ จึงเน้นการ  
ปฏิบัติและสั่งสอนในแบบนามธรรม

เชื่อกันว่าจุดกำเนิดของนิกายเซ็นเริ่มจากพระมหากัสสปเถระ โดยวันหนึ่งบรรดาพระอรหันต์ทั้งหลาย  
นั่งประชุมกัน พระพุทธเจ้ายกดอกบัวดอกหนึ่งขึ้น มองดูดอกบัว บรรดาพระอรหันต์ทั้งหลายไม่รู้ว่าเป็น  
พระพุทธรูปเจ้าทำอะไร แต่พระมหากัสสปเถระยิ้มน้อยๆ เข้าใจความหมายของพระพุทธรูป ก็เป็นการถ่ายทอด  
ธรรมแบบจิตสู่อุบัติ เรื่องนี้ก็อยู่ในคัมภีร์ของเซ็น ถ่ายทอดธรรมแบบไม่ต้องใช้คำอธิบาย อยู่เหนือคำอธิบาย

การเจริญกรรมฐานแบบนิกายเซ็นนั้น ปกติจะมีชั้นยกพื้นยาวๆ ปูอาสนะไว้ให้ ทุกคนจะนั่งขัดสมาธิ  
เพชร ต้องลืมตาไว้ ห้ามหลับตา ไม้ให้วงนอน จะมีพระถือไม้คอยเดินวนไปมาอย่างสำรวม พระที่ทำหน้าที่นี้  
จะมีประสบการณ์พอที่จะรู้ว่าพระองค์ไหน อุบาสก อุบาสิกาคนไหน ฟุ้งซ่าน ท่านก็จะเอาไม้แตะเบาๆ เตือนสติ  
ก่อน พอผู้ที่ฟุ้งซ่านนั่งยึดตัวตรงตั้งสติสำรวมกายเรียบร้อย ท่านก็เอาไม้ตีลงไปที่ไหล่ เสร็จแล้วผู้ถูกตีก็จะไหว้

การตีเป็นการเตือนให้เปลี่ยนอิริยาบถ ให้นั่งตัวตรง ไม้ให้นั่งอยู่ในท่าโปร่งไม่เหมาะสม ผู้ตรวจต้อง  
เป็นผู้ปฏิบัติแตกฉานมาแล้ว ดูออกว่าใครกำลังฟุ้งซ่าน ปกติก็เป็นพระองค์ที่ส่องรองจากเจ้าอาวาส การตีก็เป็น  
การตีที่ถูกจุด ตีให้เสียงดังแต่ไม่มีอันตราย เพราะหากตีไม่ดีแล้วอาจทำให้กระดูกไหปลาร้าหักได้ เป็นการขับ  
นิเวศน์ทั้งของผู้ที่ถูกตีและผู้อื่นที่ร่วมปฏิบัติด้วย คนอื่นๆ ได้ยินเสียงตึงตึงก็นิเวศน์หมดไปเหมือนกัน  
เพราะฉะนั้นการนั่งกรรมฐานในนิกายเซ็น คำนวณหลังนั่งสัปดาห์จะไม่มีให้เห็น

การเจริญกรรมฐานแบบสมณะนั้นจะตัดการรับรู้จากภายนอก พยายามสำรวมอายตนะทั้ง 6 ไม่ว่าจะ  
เป็นตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แต่แบบนิกายเซ็นนี้จะให้เปิดการรับรู้ ตื่นตัวทั้งทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจชัดเจน  
ตั้งใจฟังแม้กระทั่งเสียงมดเดิน แต่ต้องรับรู้โดยไม่มีอุปาทานยึดมั่นถือมั่น ใจนิ่ง เหมือนกับการปฏิบัติอานา-  
ปานสติขั้นที่ 16 การวางมือก็จะใช้มือขวาทับมือซ้ายวางไว้ที่หน้าตัก นิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างจรดกัน โดยต้องมี  
สติสำรวม นำนิ้วหัวแม่มือมาจรดกันให้พอดี ไม่บีบแน่น ไม่ปล่อยหลวม จนสามารถเอากระดาษบางๆ มาสอด  
เข้าไประหว่างนิ้วหัวแม่มือโดยกระดาษไม่หล่น

นิกายเซ็นเริ่มเผยแผ่เข้ามาในจีนโดยพระโพธิธรรม ที่เรารู้จักกันในชื่อปรมาจารย์ตั๊กม้อ ท่านโพธิ-  
ธรรม เกิดเมื่อราว พ.ศ.502 เดิมเป็นพระราชโอรสองค์ที่สามของพระเจ้าแผ่นดินแคว้นคันธารราช ประเทศ  
อินเดีย ภายหลังท่านได้บวชศึกษาพระธรรมในนิกายเซ็น ได้เป็นพระสังฆปริณายกองค์ที่ 28 โดยถือเอาพระ

มหากัสสปเถระเป็นองค์แรก เมื่อมาถึงเมืองจิ้งก็ได้สร้างวัดเส้าหลินขึ้นเผยแผ่พระศาสนา ทางประเทศจีนจึงถือว่าท่านเป็นสังฆปริณายกองค์แรกทางฝั่งจีน

นิกายเซ็นเข้ามาในญี่ปุ่นในสมัยของสังฆปริณายกองค์ที่สามตามการนับทางฝั่งจีน คำว่าเซ็นนี้ก็เป็นการเพี้ยนเสียงต่อกันมาเรื่อยๆ จากคำว่า "ฉาน" ในอินเดีย เมื่อสืบทอดไปที่จีนก็เรียกเพี้ยนเสียงเป็น "ฉาน" และเมื่อมาถึงญี่ปุ่นจึงเรียกเพี้ยนเสียงเป็น "เซ็น"



พระโพธิธรรม

คนญี่ปุ่นก็นับถือพระโพธิธรรมด้วยเช่นกัน แต่จะเรียกชื่อท่านว่า "ดาร์มะ" จนมีประเพณีทำตุ๊กตาดาร์มะขึ้นมา เป็นตุ๊กตาสีแดง วาดใบหน้าของท่านโพธิธรรมลงไป ตุ๊กตาดาร์มะนี้เป็นตุ๊กตาล้มลุก จะดันให้ล้มสักกี่ครั้งก็จะตั้งกลับขึ้นมาใหม่ได้เสมอ ในญี่ปุ่นก็มีสุภาษิตว่า "ล้ม 7 ลุก 8" หมายถึงความอดทนไม่ยอมแพ้ ไม่ว่าจะล้มลงไปสักกี่ครั้งก็ตาม พระโพธิธรรมเคยนั่งกรรมฐานหันหน้าเข้าผนังถ้าอยู่ถึง 9 ปี จึงกลายมาเป็นสัญลักษณ์ของความอดทนต่อสู้กับจิตใจของตนเอง ชาวญี่ปุ่นจึงทำตุ๊กตาดาร์มะนี้ขึ้นมาเพื่อเป็นเครื่องเตือนใจว่าความอดทนนี้เป็นสิ่งที่สำคัญ เหมือนพุทธภาษิตว่า **ขันติคือความอดทนเป็นตบะอย่างยิ่ง**



ตุ๊กตาดารูมะ

"ล้ม 7 ครั้ง ลุก 8 ครั้ง"

ไม่ว่าจะล้มสักกี่ครั้งเราก็ต้องลุกขึ้นสู้ต่อไป  
แม้ว่าจะล้มเหลวในชีวิตก็อย่าท้อแท้ ล้มได้ ก็ลุกได้  
เมื่อวันหนึ่งเสื่อมลาภ สักวันหนึ่งก็ต้องมีลาภ  
เมื่อวันหนึ่งเสื่อมยศ สักวันหนึ่งก็ต้องมียศ  
เมื่อวันหนึ่งถูกนิทา สักวันหนึ่งก็ต้องได้รับคำสรรเสริญ  
เมื่อวันหนึ่งมีทุกข์ สักวันหนึ่งก็ต้องมีสุข  
เพราะชีวิตนี้มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอด ไม่ว่าจะอะไรก็ไม่แน่นอน ทุกสิ่งล้วนเป็นโลกธรรม 8

"อดได้ ทนได้ รอได้ ด้วยใจดี"

พระโพธิธรรมนั่งหันหน้าเข้าผนังถ้าเพื่อเจริญกรรมฐาน  
ด้วยความอดทนถึง 9 ปี จนได้ดวงตาเห็นธรรม  
ชีวิตของคนเรานั้นเมื่อเจอกับความทุกข์ยาก  
ลำบากมากขนาดไหนก็ตาม  
"ต้องอดทน"  
เมื่อตะวันตกแล้วก็ย่อมมีแสงสว่างของวันใหม่ตามมา  
อนาคตของเราก็มีหวังอยู่เสมอเช่นกัน  
จงดูตุ๊กตาดารูมะเป็นแบบอย่าง เพื่อเตือนสติ  
และให้กำลังใจตัวเองไว้เสมอ

นอกจากนี้คนญี่ปุ่นก็นิยมขอพรกับตุ๊กตาดารูมะ โดยจะเขียนคำขอพรไว้ที่หน้าอกตุ๊กตา แต่เดิมตุ๊กตาดารูมะจะยังไม่วาดลูกตา เมื่อขอพรแล้วก็จะวาดลูกตาลงไปหนึ่งข้าง เมื่อประสบความสำเร็จตามที่ขอไว้จึงจะวาดลูกตาอีกข้างหนึ่งลงไป แต่ในปัจจุบันไม่มีการเติมลูกตาลักษณะนี้แล้ว เพราะมีผู้ร้องเรียนว่าเป็นการดูถูกคนตาบอด ว่าการไม่มีลูกตานั้นคือการไม่ประสบความสำเร็จ

# ตอนที่ 6

## เกียวโต

หลังจากภูเขาเออิ ในวันเดียวกัน อาจารย์กับญานะซังก็เข้าตัวเมืองเกียวโต เมืองนี้เป็นเมืองหลวงเก่า มีประวัติศาสตร์เก่าแก่มากตั้งแต่สมัยโบราณ เจริญรุ่งเรืองในทางศาสนา มาก จึงมีวัดตั้งอยู่มากมาย ได้รับการยกย่องจาก UNESCO ให้เป็นเมืองมรดกโลก ตามเส้นทางที่เดินลงจากเขาเออิก็ผ่านวัดมีชื่อเสียงหลายแห่ง อาจารย์กับญานะซังก็แวะไปสักการะ เช่นวัดเรียวอันจิที่มีสวยหिनสวยงาม และวัดคินกะกุจิ ที่มีศาลาทองคำ ญานะซังเคยเรียนอยู่ที่มหาวิทยาลัยเกียวโตจึงรู้จักเมืองนี้ดี ญานะซังเลยเป็นคนนำทางพาชมสถานที่ และเล่าประสบการณ์สมัยเรียนให้ฟัง คินแรกในเกียวโตเราแอบเข้าไปพักในวัดแห่งหนึ่งซึ่งเมื่อสมัยญานะซังเรียนอยู่ชอบเข้ามาที่วัดนี้เกือบทุกวัน

คินที่สองในเกียวโตก็มีโยมชาวญี่ปุ่นติดต่อให้อาจารย์ไปพักที่วัดนินนาจิ ซึ่งเป็นวัดท่องเที่ยวมีชื่อเสียงโด่งดัง จัดสวนสวยงาม ทางวัดจัดที่พักพร้อมให้การปฏิสนธการเป็นอย่างดี ที่วัดนี้ก็มีศิลปะอาหารเจที่โด่งดัง อาจารย์ได้เทศน์อบรมพระนวกะของวัดนี้ เราจัดประชุมตอนเย็น ก็อธิบายชีวิตวัดป่าของไทย ปฏิบัติ การรักษาศีล เลี้ยงชีวิตด้วยอาศัยบิณฑบาต ชีวิตประจำวันทำอะไรบ้าง ปฏิบัติกรรมฐานอย่างไร ซึ่งเป็นปฏิบัติที่ตั้งเดิมตั้งแต่สมัยพุทธกาล เขาก็สนใจฟังมาก อาจารย์กับญานะซังก็พักที่นั่นสองคืน

## ระลึกถึงการกลับมาเกียวโตในฐานะพระภิกษุ

ระหว่างที่พักอยู่ที่วัดนินนาจินี้ อาจารย์ก็นึกย้อนไปถึงเหตุการณ์เมื่อสามปีก่อน ตอนที่ได้กลับมาญี่ปุ่นครั้งแรก พออาจารย์กลับไปอยู่ที่บ้านเกิดได้สองสัปดาห์ก็กลับโตเกียว ตั้งใจว่าจะอยู่ญี่ปุ่นสักสามเดือนแล้วค่อยกลับประเทศไทย หลังจากกลับมาอยู่โตเกียวได้อีกเดือนหนึ่ง อาจารย์ก็เดินทางมาเกียวโต

ตอนนั้นอาจารย์รักษาพระวินัยไม่รับเงิน แต่โชคดีที่มีโยมซื้อตั๋วรถไฟชินกันเซ็นถวายจึงไม่ต้องเดินมา พอมาถึงสถานีเกียวโตประมาณทุ่มสองทุ่ม พอออกมาเห็นตัวอาคารที่เป็นกระจกสวยๆ ซึ่งอาจารย์เคยเห็นแต่ในโทรทัศน์ ก็รู้สึกประทับใจ เพราะนี่เป็นครั้งแรกที่อาจารย์ได้มาเกียวโตขณะเป็นพระ

อาจารย์ไม่รู้จักใครในเกียวโตเลย จะไปไหนก็ไม่รู้ มีแค่เบอร์โทรศัพท์ของฮิดากะซังเท่านั้น ฮิดากะซังรู้จักกับอาจารย์ที่อินเดียตอนไปสังเวชนียสถาน 8 เมื่อปี พ.ศ.2524 ฮิดากะซังรู้สึกศรัทธาพระไทยตั้งแต่วันแรกที่พบกัน เพราะเห็นอาจารย์รักษาพระวินัยไม่รับเงิน เราจุดธูปอยู่ในอินเดียด้วยกันเป็นเดือน เมื่อฮิดากะกลับไปประเทศญี่ปุ่นก็ยังคงสนใจในพระพุทธศาสนา จึงเรียนปริญญาโทด้านพระพุทธศาสนา อยู่ที่มหาวิทยาลัยเกียวโต

อาจารย์มีบัตรโทรศัพท์ที่โยมถวายไว้ยู่ใบหนึ่ง แต่ไม่เคยใช้บัตรโทรศัพท์แบบนี้มาก่อนเลย พอโทรไปหาิตากระซึ่งตามเบอร์ที่ให้ไว้ก็มีเสียงตอบกลับมาว่า "เบอร์โทรศัพท์นี้ไม่สามารถใช้ได้" ติดต่อก็ไม่ได้ รู้สึกผิดหวังเล็กน้อยเลยเดินออกมา แล้วก็ลืมบัตรโทรศัพท์ไว้ในเครื่อง พอออกมาข้างนอกสถานีรถไฟก็สองทุ่มแล้ว ถนนด้านนอกแยกออกไปได้สี่ทิศ ดูแผนที่ก็แล้วแต่ก็ไม่รู้จะไปทางไหนดี ได้แต่ยืนนึกอยู่อย่างนั้น เห็นถนนข้างหน้ามีไฟสว่างและผู้คนเดินอยู่เยอะ จึงอาศัยสัญชาตญาณตัดสินใจเดินลุ่มไปทางนั้น ระหว่างเดินก็ได้สัมผัสกับวัฒนธรรมของเกียวโต ได้เห็นมิโกะซึ่งเป็นผู้ดูแลหญิงของศาลเจ้าชินโต สวมเสื้อกิโมโนกับกางเกงฮากามะสีแดงเดินผ่าน อาจารย์ก็เดินชมบรรยากาศต่อไปเรื่อยๆ อย่างไม่มีจุดหมาย

สองข้างทางมีร้านขายของเปิดไฟสว่างอยู่ตลอด แต่พอประมาณสามทุ่มอาจารย์เห็นที่ถนนฝั่งตรงข้ามมืดมืดสังเกตุ ไม่มีไฟ อาจารย์ก็กำลังหาที่นอนสำหรับคืนนี้อยู่เลยข้ามไปดู เข้าไปข้างในก็เห็นเป็นสวนป่า มีต้นสนต้นใหญ่ สะอาด มีห้องน้ำสาธารณะ รอบบริเวณเงียบสนิทไม่มีผู้คน เลยเดินเข้าไปข้างในตัดสินใจว่าคืนนี้จะนอนที่นี่

พอหาที่ที่เหมาะสมได้ก็กางกลตนอน มุ้งกลตที่ใช้เมื่อตอนนั้นเป็นสีขาว พอกางกลตแล้วก็นั่งสมาธิอยู่พักหนึ่ง ราวห้าทุ่มกว่าๆ ก็มีผู้ชายสี่คนเข้ามาถามว่าทำอะไรอยู่ ก็อธิบายไปว่าเป็นพระธุดงค์จากเมืองไทย ไม่ใช่ปัจจัย ตั้งใจจะพักที่นี่ ผู้ชายสี่คนนั้นก็ขอดูพาสปอร์ตแล้วเดินกลับไป พอตึกอาจารย์ก็นอนพักผ่อน นานๆ ที่พอมองไปหน้าประตูก็เห็นรถตำรวจวิ่งผ่านไป ประมาณตีสามก็มีตำรวจมาเรียกแล้วถามว่ามาทำอะไร ก็อธิบายไปตามเดิม เอาพาสปอร์ตให้ดู แล้วตำรวจก็ถามว่ามีใครเข้ามาหาไหม ก็บอกว่ามีมาสี่คนมาสอบถามแล้วก็ไปตำรวจเขาเลยบอกว่าที่นี่เป็นพระราชวังเกียวโต มาพักอย่างนี้ไม่ได้ ตอนนั้นตีสี่กว่าๆฟ้าก็เริ่มสว่างแล้ว อาจารย์เลยขอโทษแล้วก็บิรชารออกเดินทางต่อ

ระหว่างเดินออกไปก็เห็นตำรวจอยู่ตามอาคารต่างๆเต็มไปหมด รอบนอกก็เป็นสวนสาธารณะ มีคนมาวิ่งออกกำลังกายกัน อาจารย์ก็โชคดีเข้าประตูแล้วก็ตรงเข้ามาตรงนี้เลย เพราะถ้าเลี้ยวไปอีกทางคงเจอตำรวจแน่นอน พอออกมาด้านนอกอาจารย์ก็เดินต่อไปเรื่อยๆ มองไปทางขวามือเห็นแม่น้ำคาโมะ ริมฝั่งแม่น้ำในญี่ปุ่นจะมีการปรับให้เป็นลานสวนสาธารณะ ตอนนั้นก็ยังเปลี่ยอยู่เลยไปนอนพักผ่อนที่ม้านั่งริมแม่น้ำ พอเริ่มเข้าอาจารย์ก็ตื่นมานั่งสมาธิกลางบรรยากาศเงียบสงบ ดูชาวบ้านมาวิ่งออกกำลังกาย ประมาณสิบโมงเช้าก็ยังไม่รู้จะไปไหนต่อจึงออกบิณฑบาตเสียก่อน

อาจารย์ก็เดินไประยะหนึ่งแล้วเลี้ยวเข้าตลาดย่านชุมชน มีโยมใส่บาตรเป็นขนมปังชิ้นหนึ่ง อาจารย์ก็เดินต่อไปเรื่อยๆ จนเจอแม่น้ำอีกแห่งหนึ่ง อีกฟากแม่น้ำมีผู้ชายที่ร้านขายของยื่นมองอาจารย์อย่างสนใจ อาจารย์เลยเดินไปข้ามสะพาน แล้วย้อนกลับไปหาผู้ชายคนนั้น เขาบอกว่าใส่บาตรแล้วเอาเงินหนึ่งพันเยนให้ คิดเป็นเงินไทยปัจจุบันก็ประมาณสามร้อยบาท อาจารย์ก็บอกไปว่าไม่รับปัจจัย บิณฑบาตแต่อาหาร เขาก็รับเข้าไปในร้านแล้วเอาฟักทองดิบชิ้นใหญ่มาให้ชิ้นหนึ่ง ก็ต้องอธิบายต่อไปอีกว่ารับแต่อาหารที่สามารถทานได้เลย โยมถึงได้เข้าใจ แล้วไปเปิดตู้เอาขนมปังแถวยาวใส่เนื้อแช่เย็นชิ้นใหญ่ๆ ราคาน่าจะสักหนึ่งพันเยน โยมก็เอามาใส่บาตรให้ทั้งชิ้นเลย เป็นอันว่าวันนี้ก็บิณฑบาตได้พอฉันทิ่มแล้ว

โยมคนนั้นก็เล่าให้ฟังว่าปีนี้ได้มาเที่ยวที่กรุงเทพฯ อยู่สัปดาห์หนึ่งเลยรู้จักพระไทย พอเห็นอาจารย์เลยสนใจ โยมบอกว่าอาหารไทยอร่อย ทางโรงแรมที่พักจัดอาหารชาววังมาให้ เป็นแกงที่ใส่มาในสับปะรดผ่าครึ่ง ประทับใจมาก เสร็จแล้วอาจารย์ก็เดินต่อมาหาที่นั่งสบายๆ แล้วนั่งเอามือตักขนมปังฉั่น อิ่มมาก

พอฉันเสร็จแล้วก็ยังไม่รู้จะไปไหนต่อดี เปิดแผนที่ที่หยิบมาจากสถานีรถไฟดูแล้วก็ต้องประหลาดใจ เพราะที่อยู่ของฮิดากะซังที่อาจารย์จัดไว้อยู่ในย่านนี้เอง เดินไปไม่ถึงชั่วโมงก็ถึง อาจารย์เลยเคาะประตู แล้วฮิดากะซังก็เปิดประตูมารับด้วยความประหลาดใจ อาจารย์เองก็ประหลาดใจอยู่เหมือนกัน เพราะเดินสุ่มมาแท้ๆ ไม่ได้ตั้งใจจะตามหาที่พักของฮิดากะซังเลย

## ตอนที่ 7

**อาจารย์อธิบายให้ฮิดากะซังฟังว่า** ตั้งใจจะอยู่ที่เกียวโตนี้สักหนึ่งเดือน อยากไปศึกษาวัฒนธรรมต่างๆ และเยี่ยมชมวัดในเกียวโตซึ่งเป็นวัดนิกายมหายานในฐานะพระ ฮิดากะซังจึงอาสาไปคุยกับเจ้าของพาร์ตเมนต์ให้ เพราะมีห้องว่างอยู่ เลยได้พักอยู่ที่พาร์ตเมนต์ห้องเล็กๆ สำหรับนักศึกษาแห่งนี้อยู่หนึ่งเดือน

เกียวโตก็เป็นเมืองพุทธศาสนา มีวัฒนธรรมการบิณฑบาต พอญาติโยมเห็นพระเดินมาก็เข้าใจว่ากำลังบิณฑบาต แต่โดยมากจะบิณฑบาตปัจจัยกับอาหารแห้ง ระหว่างที่อยู่ที่นั่นหนึ่งเดือนอาจารย์ก็ออกบิณฑบาตไปตามสถานที่ต่างๆ อยู่ทุกวัน ได้อาหารที่ฉันได้ก็เอามาฉัน แต่ถ้าได้อาหารดิบเป็นข้าวเป็นผักหรือมันฝรั่งมาก็รับไว้ แล้วเอาไปสละให้ฮิดากะซัง เขาก็เอาไปทำอาหารถวายอาจารย์อีกที ฮิดากะซังซื้อคู่มือประจำทางไว้ให้อาจารย์ เวลาไปไหนไกลๆ จะได้ไม่ต้องเดิน ตลอดหนึ่งเดือนนี้อาจารย์ก็ได้ไปเยี่ยมชมทั่วทุกแห่ง ทั้งวัดพุทธและศาลเจ้าชินโต ถ้าเป็นฆราวาสก็ต้องเสียค่าเข้าชมสถานที่ราคาหลายร้อยบาทอยู่ แต่เป็นพระไม่ต้องเสียค่าเข้า นี่เป็นประสบการณ์การมาเมืองเกียวโตครั้งแรกของอาจารย์เมื่อสามปีก่อนที่จะมาเดินธุดงค์ครั้งนี้

## การหาที่พักระหว่างธุดงค์

ในการธุดงค์นั้นเราต้องหาที่พักเกือบทุกวัน ไม่ได้ติดต่อไว้ล่วงหน้าว่าจะมาขอพักเหมือนเวลาเราไปเที่ยวที่จะจองทัวร์โรงแรมตามจุดต่างๆ ไว้ก่อน ถึงแม้ว่าอาจารย์จะเดินทางตามถนนโตไกโด ที่ปัจจุบันนี้ก็ยังเป็นเส้นทางสัญจรสำคัญอยู่ ขนาดในยุคเอโดะยังมีที่พักตามจุดต่างๆ ถึง 53 จุด เรียกว่าหาที่พักได้ง่ายสบาย แต่การเดินธุดงค์ในสมัยนี้ การหาที่พักกลับเป็นเรื่องใหญ่ จะพักที่ไหนดี ช่วงเดือนเมษายนถึงมิถุนายนในญี่ปุ่นปกกลดนอนกลางแจ้งไม่ได้ หนาว หนาวมาก แล้วก็เปียกด้วย ต้องหาที่นอนตามใต้สะพาน หรือว่าที่มีหลังคาทั้งหนาวทั้งเปียกแบบนี้กลางแจ้งไม่ได้ ต้องหาสถานที่ที่เปิดให้คนนอกเข้าได้ อาจจะเป็นศาลาในสวนสาธารณะ สถานีรถไฟหลังรถไฟเที่ยวสุดท้าย ลานจอดรถของห้างสรรพสินค้า กลางคืนเข้าไปราวสี่ทุ่มห้าทุ่ม พอตื่นมาตีสี่ก็รีบเดินออก ที่ไหนก็ได้ขอให้ไม่เปียก บางทีก็ต้องใช้ผ้าห่มหรือผ้าร่มคลุมเป็นผ้าห่มถึงจะกันหนาวพอนอนได้ แต่ถ้าสถานีโทรทัศน์กำลังตามถ่ายอยู่ก็จะพยายามหาที่กางกลดนอนให้เขาถ่าย ถ้าไม่จำเป็นจะไม่ค่อยกางร่มกลด อากาศหนาวจนนอนไม่ค่อยหลับ

เย็นไหนถ้าอากาศดี ก็เดินเคาะประตูตามวัดเพื่อขอพักบ้าง ที่เลือกเฉพาะวันอากาศดีเพราะถ้าตัวเราผ้าเราเปียกก็เกรงใจไม่กล้าไปขอพัก เกรงว่าจะไปทำสถานที่เขาสกปรก เวลาไปขอพักก็บอกเขาว่าเราเป็นพระมาจากเมืองไทย มารุดงค์ ขออาศัยพักได้ไหม พักตรงไหนก็ได้ บางครั้งก็ถูกปฏิเสธว่าไม่สะดวกบ้าง เจ้าอาวาสไม่อยู่บ้าง ถ้าเจ้าอาวาสไม่อยู่ก็หมายความว่าไม่มีแต่ผู้หญิง เพราะพระญี่ปุ่นมีภรรยาได้ อยู่กันเป็นครอบครัว เจ้าอาวาสไม่อยู่ก็แปลว่าสามีไม่อยู่ เราเข้าใจก็บอกขอบคุณไปแล้วเดินหาต่อ ก็เดินต่อ ถ้าเจอเจ้าอาวาสนี่ก็แล้วแต่ บางคนก็ดีใจ นิมนต์พักต้อนรับปฏิบัติสัณณการอย่างดีก็มี เฉลี่ยแล้วจะถูกปฏิเสธไม่ให้พักประมาณหนึ่งที่ถึงสองที่ แล้วก็จะมีที่ที่อนุญาตให้พัก บางคนมีคนรู้จักหรือมีญาติอยู่ตามเส้นทางที่เราจะไป เขาก็เอาที่อยู่ เอาเบอร์โทรศัพท์ของคนนั้นให้อาจารย์ไว้ แล้วเขาจะโทรไปบอกคนรู้จักไว้ให้ก่อน ถ้าผ่านเมืองนี้แล้วก็แวะติดต่อให้นิมนต์พักที่นั่น เมื่อเราถึงใกล้ๆ ประมาณหนึ่งวันก่อนจะถึงย่านนั้นก็จะโทรไปตามเบอร์โทรศัพท์ที่เขาให้ไว้ ทางโน้นก็จะรู้แล้วก็จะนิมนต์ให้ไปพัก เราก็ได้ที่พัก ถ้ามีการโทรนัดติดต่อไว้ล่วงหน้าแบบนี้แล้วก็ไม่เคยถูกปฏิเสธเลย บางทีก็มีคนเห็นแล้วเกิดศรัทธา นิมนต์ให้พักที่บ้าน แต่นานๆ ที่จะมีแบบนี้สักครั้ง

เรื่องที่พักในบางช่วงก็ลำบาก ถ้าไม่ได้พักตามวัดหรือตามบ้านก็ไม่ได้อาบน้ำซักผ้า ไม่ได้อาบน้ำตลอดอาทิตย์ก็มี เคยไปนอนพักใต้สะพานรถไฟข้ามแม่น้ำโคโซคาว่า เป็นแม่น้ำใหญ่ 1 ใน 3 ของญี่ปุ่น กลางคืนนอนก็มีรถไฟ "จิกกะซึก จิกกะซึก" พักที่ชายทะเลก็มี ต้องนอนบนพื้นทราย ทั้งหิวทั้งหนาว นอนไม่หลับแทบทั้งคืน บางครั้งไปนอนในลานจอดรถ อากาศหนาวมาก ลมแรง ฝนก็ตก มีที่ไปนอนที่ป้ายรถเมล์ ถึงจะมีหลังคาแต่ก็เจอพายุด้วย ฝนตกตลอด นอนก็ไม่หลับ แต่ก็ไม่มีที่อื่นให้ไปแล้ว เราก็ใช้ผ้าพลาสติกคลุม แต่ก็ยังหนาวอยู่นั่นเอง หายใจออกมาก็เป็นไอน้ำทันที คืนที่ต้องพักข้างถนนหลวงนี้หนาวที่สุด หนาวเหมือนอยู่ขั้วโลก

## การบิณฑบาตระหว่างรุดงค์

เรื่องการบิณฑบาตนี้ก็เป็นเรื่องใหญ่เหมือนกัน เพราะเราตั้งใจที่จะรักษารุดงค์วัตรและพระวินัยว่าจะถือบิณฑบาตเป็นวัตร ฉันทมือเดียว และไม่ฉันอาหารหลังเที่ยง แต่ที่ญี่ปุ่นไม่มีวัฒนธรรมการตักบาตรอาหาร ที่มีมาบิณฑบาตก็จะเป็นพระนิกายเซ็น แต่ส่วนใหญ่จะใส่บาตรด้วยปัจจัยหรือข้าวสาร เวลาอาจารย์ออกบิณฑบาตจึงไม่ค่อยสะดวก โยมมักใส่เงิน 100 เยนบ้าง 500 เยนบ้าง ก็ต้องอธิบายว่าเราบิณฑบาตอาหาร ถ้ามีร้านขายอาหารอยู่ใกล้ๆ แล้วโยมก็จะใส่บาตรเดินไปซื้ออาหารพวกขนมปังหรือผลไม้มาใส่บาตรก็มี หรือไม่ก็ไปยื่นบิณฑบาตที่ร้านขายของที่มีของกินขาย ถ้าเป็นเจ้าของอยู่เขาก็เลือกอาหารที่จะกินได้ใส่บาตร ถ้าไม่มีเจ้าของพนักงานที่ดูแลร้านไม่กล้าใส่ ก็อาจจะเฉยไป

อาจารย์ต้องบิณฑบาตแบบอินเดีย คือไปหยุดยืนหน้าบ้านสักพักหนึ่งให้เจ้าของบ้านเห็น แสดงตัวว่าเราจะบิณฑบาต ถ้าเดินไปเรื่อยๆ ตามทางแบบบิณฑบาตในเมืองไทย ก็มีน้อยคนที่จะเข้าใจว่าเรามาทำไม พอไปหยุดยืนหน้าบ้านให้เห็นเขาก็จะเข้าใจแล้วก็ใส่บาตร เวลายืนก็ไม่ไปยืนนานมาก วางกติกาวินัดหนอยว่าจะสวดอติปิโสในใจจบหนึ่ง ราวๆ หนึ่งนาที ถ้าสวดจบแล้วเขาไม่มาใส่บาตร ก็จะเดินบิณฑบาตต่อ

บางที่เจอเจ้าของร้านขายของเป็นผู้ขายนั่งอ่านหนังสือพิมพ์อยู่ พอเหลือบมาเห็นเราเขาก็อ่านหนังสือพิมพ์ต่อ อย่างนี้เรารู้ว่าเขาไม่มาใส่บาตรแน่นอน เวลาเดินก็เอาบาตรออกมาข้างนอก แล้วแบกบริการทั้งหมดไปด้วย ไม่ใช่วางบริการไว้แล้วบิณฑบาตเสร็จค่อยเดินกลับมาเอา จะได้ไม่เสียเวลา ส่วนใหญ่ที่บิณฑบาตได้ก็เป็นขนมปัง ลูกอม ผลไม้ กล้วย ที่ใส่บาตรเป็นกับข้าวหรือข้าวไม่ค่อยจะมี แต่เท่าที่บิณฑบาต



ได้มาก็อิมได้ อิมน้อยๆ ในบาตรได้มาแต่มะเขือเทศ ฉันทะเขือเทศไปเยอะๆ ก็อิมอยู่เหมือนกัน แต่ไม่นานก็ย่อย เป็นน้ำหมด ถ้าฝนตกก็กลายเป็นว่าวุ่นอยู่แต่กับน้ำ ทั้งตัวเปียกทั้งระบายน้ำออกจากร่างกาย ที่บิณฑบาตได้น้อยที่สุดก็ที่เมืองโอคายามา บิณฑบาตทั้งเมืองจนเกือบจะเที่ยงก็ยังไม่มีการใส่บาตรเลย ต้องเดินไปเรื่อยๆ ทุกชอย ได้มาแค่กล้วย 4 ผล กับแอปเปิ้ล 2 ลูกเท่านั้นเอง ตอนเดินบิณฑบาตไม่หิว แต่พอฉันเสร็จกลับยิ่งหิวขึ้นไปอีก

บางครั้งบิณฑบาตเสร็จแล้วไปนั่งฉันที่ศาลเจ้าชินโต ส่วนมากจะไม่มีใครอยู่ มีแต่ศาลเจ้ากับสวนด้านหน้า อาจารย์เลยไปใช้สถานที่ เพื่อนั่งฉันบิณฑบาตสบายๆ แล้วมีโยมผู้หญิงคนหนึ่ง อายุ 70 กว่าแล้ว มีศรัทธาเอาขนมมาถวายเยอะเยอะเลย แต่อาจารย์ถือธุดงค์วัตร ซึ่งห้ามรับอาหารถวายภายหลังก็เลยปฏิเสธไป โยมเลยปวารณาว่า ต้องการอะไรที่พอจะจัดให้ได้ไหม รองเท้าอาจารย์ก็หุขาดอยู่ ใช้ลวดที่ทำมาได้ผูกไว้ให้พอใส่ต่อได้ อาจารย์เลยบอกไปว่าต้องการรองเท้า โยมเลยจะถวายให้สามคู่ พออาจารย์จะเดินไปซื้อด้วยจะได้ลองใส่ให้พอดี โยมผู้หญิงอายุ 70 คนนี้ก็ไมยอม บอกว่า "ไม่ได้ ไม่ได้ ที่นี้เป็นสังคมชนบทเล็กๆ ฉันเป็นผู้หญิง จะไปไหนกับผู้ชายแปลกหน้า ต้องถูกนินทาแน่นอน" เขาทำท่าอายด้วยนะ ทั้งที่อายุ 70-80 แล้ว อาจารย์เลยไม่ได้ไปด้วย ให้โยมไปซื้อมาให้

พอบิณฑบาตก็เริ่มคิดถึงอีสาน เพราะอย่างไรก็ได้ข้าวเหนียวแน่นอน ข้าวเหนียวฉันแล้วอยู่ท้อง อิมแต่ที่ญี่ปุ่นไม่ค่อยได้ข้าว เพราะที่ญี่ปุ่นมีวัฒนธรรมว่า ถ้าจะถวายข้าวก็ต้องถวายของดีหน่อย จะใส่ข้าวและกับข้าวชนิดหน่อยไม่ได้ ถ้าจะถวายก็ต้องถวายให้ดีๆ เลยไม่มีใครถวายข้าวสักเท่าไร แต่อาหารจำพวกขนมปังหรือผลไม้เขาไม่ถือ ใส่อย่างไรก็ได้

เมื่อมีโอกาสได้พักตามบ้านหรือตามวัด เจ้าของสถานที่ก็จะถวายอาหารอยู่แล้ว ก็จะมีพ่อบ้านแม่บ้านมานั่งทานรวมกันที่โต๊ะกินข้าว แต่ก็มีปัญหาว่า ทั้งที่เขารู้ว่าเราฉันมื้อเดียว พอมีแขกไปพักเขาก็เพิ่มกับข้าวให้เยอะเป็นพิเศษ แต่เท่าที่อาจารย์สังเกตเห็นคือเขาหุงข้าวน้อย อีกอย่างหนึ่งคือ วัฒนธรรมญี่ปุ่น มื้อเช้าจะทานกับข้าวแค่ชนิดหน่อย มีข้าวถ้วยหนึ่งกับซุปรมิโซะ นัตโตะ สาหร่ายโนริ ทานอะไรง่ายๆ มื้อเที่ยงก็ธรรมดา จะมาหนักเอามือเย็น อาจารย์ก็ฉันหลังเที่ยงไม่ได้ ถ้าเจอแม่บ้านเป็นผู้หญิงเรียบร้อยเขาก็มักไม่ค่อยคุยกับแขก จะไปบอกอะไรเขามากก็ไม่ได้ เขาเลยหุงข้าวน้อยเหมือนเดิม แต่ถ้าแม่บ้านมาพูดคุยกถามว่าเป็นอย่างไรบ้าง อาจารย์ก็จะอธิบายไปว่า เดินธุดงค์ต้องแบกบริวารหนัก 15 กิโลกรัม เดินทั้งวันใช้พลังงานเยอะ ถ้าได้ฉันข้าวเยอะๆ หน่อยก็จะดี ไม่ได้บอกไปตรงๆว่าให้หุงข้าวเพิ่ม แต่เขาก็เข้าใจแล้วหุงข้าวเยอะๆ นานที่เจอลักษณะอย่างนี้สักครั้งก็อิมชนิดหน่อย

เวลาเดินบิณฑบาตตามชอยตามบ้านคน อาจารย์ก็กับญาณะซังก็จะแยกกันเดินคนละสาย แล้วไปนัดเจอกันตรงปลายทาง อาจารย์ก็มักบิณฑบาตได้พอฉันแล้ว แต่ญาณะซังยังไม่พอฉันเลยต้องบิณฑบาตต่อ อาจารย์ก็นั่งรอ พอออกโทรทัศน์แล้วเขาก็บรรยายว่า อาจารย์กับญาณะซังแต่งตัวเหมือนกัน วิธีบิณฑบาตก็เหมือนกัน แต่อาจารย์แค่เวสโกได้อาหารมากกว่าลูกศิษย์ทุกที มันก็เป็นอย่างนั้นจริงๆ แปลกดีเหมือนกัน

## ตอนที่ 8

วันหนึ่งก็มีโยมที่เห็นเราเดินแล้วศรัทธาในมนต์ให้พักที่บ้านเขา อาจารย์ก็โทรไปบอกรายการโทรทัศน์ไว้แล้วว่าอยู่เมืองนี้ พอดีโยมเขานิมนต์ให้พักต่ออีกวัน เขาอยากให้เราพักผ่อนบ้าง จะดูแลอาหารให้เป็นอย่างดี และอยากจะคุยกับอาจารย์ต่อ ทางอาจารย์ก็อยากจะพักเหมือนกัน จะได้ซักผ้าอาบน้ำให้สบายๆ โปรติวเซอร์ รายการสารคดีเขาก็มาตามหาอาจารย์วันที่อาจารย์พักบ้านนั้นพอดี ปกติเขาขับรถหาไม่กี่ชั่วโมงก็จะเจอ อาจารย์เดินอยู่ริมถนน แต่วันนั้นอาจารย์พักอยู่บ้านโยมเขาเลยหาไม่เจอ หาทั้งวันก็ไม่เจอ ส่วนอาจารย์ก็พักผ่อนอยู่บ้านโยมอย่างสบายใจ กว่าที่จะหากันเจอก็ตอนอาจารย์ออกเดินทางต่อ

ทางเขาก็ต้องลำบากคอยตามหา ทางอาจารย์ก็ฉันได้ไม่ค่อยอึด อาจารย์เลยเสนอไปว่า เราเปลี่ยนจากตามหากันแบบนี้เป็นนัดเจอกันดีกว่าไหม พอมาเจอกันแล้วก็จะให้โอกาสเขาได้ทำบุญด้วย พุดง่ายๆ ก็ให้เขาทำบุญถวายอาหารให้พวกอาจารย์นี้แหละ อาจารย์จะได้หมดห่วงเรื่องอาหารไปมือหนึ่ง ทางโปรติวเซอร์ก็ไม่ต้องลำบากตามหาอาจารย์ ทางนั้นเลยตกลงว่าทุกครั้งที่เจอกันจะทำบุญถวายอาหารในวันแรกหนึ่งมื้อ และก่อนกลับอีกหนึ่งมื้อ ส่วนใหญ่ก็จะเป็นร้านอาหารริมทางเล็กๆ ทำกันเองในครอบครัว จะมีอาหารชุดหลายๆ อย่างให้เลือก ราคาไม่แพง อาจารย์ก็สั่งอาหารชุดจำพวกคองบุริ เป็นข้าวหน้าต่างๆ ประมาณสามชุด ตบท้ายด้วยของหวานกับกาแฟด้วย นานๆ ที่จะได้ฉันอะไรแบบนี้ที่

### ลำบากอย่างไรก็รักษาดีจนเคร่งครัด

การเดินทางดูคงดีในญี่ปุ่นแม้จะไม่มีเรื่องไม่ดีเกิดขึ้น แต่ก็ต้องเจอความลำบากอยู่บ่อยๆ ทั้งการบิณฑบาต การหาที่พัก บางครั้งก็หิว บางครั้งก็ต้องนอนตามป้ายรถเมล์ ต้องทนความหนาว บางครั้งก็นั่งหลับนอนอยู่ริมถนน มองดูรถที่วิ่งผ่านไปมาแล้วเกิดอารมณ์ความรู้สึกแปลกๆ ขวนขวายถึงที่หลวงพ่อบูชาผู้รู้สักเมื่อครั้งดูคงดีในป่า ว่าเราต้องมาลำบาก ไม่มีบ้านอยู่ ไม่มีพ่อ ไม่มีแม่ อาจารย์ก็รู้สึกอย่างนี้ขึ้นมาเหมือนกัน แต่เราก็สมัครใจมาเดินดูคงดีเองเลยไม่เป็นทุกข์ บางครั้งก็เดินผ่านภัตตาคาร เห็นคนนั่งทานอาหารกันอย่างมีความสุข แต่อาจารย์ต้องเดินตัวเปียกอยู่ริมถนน ร้านขนมปังก็ชอบเป็นกระจกใสเปิดไฟสว่าง มีขนมปังวางเยอะๆ พอเดินผ่านไปตอนกลางคืนก็ได้แต่มองดู

เราตั้งใจจะรักษาพระวินัยไม่รับเงินทอง มีคนแก่กลุ่มหนึ่งเข้ามาไหว้แล้วเอาเงิน 100 เยนวางไว้ข้างหน้าด้วยความเคารพและศรัทธา ถึงจะหิวก็ใช้เงินไม่ได้ พอหนุ่มสาวคู่หนึ่งเดินผ่านเราก็ให้ปัจจัยแก่เขาไป บอกว่าเอาไปทำอะไรก็ได้ให้เป็นประโยชน์ก็แล้วกัน

วันหนึ่งเราเดินอยู่ก็มีสุภาพสตรีคนหนึ่งนั่งรถติดตามเรามา พอถึงที่ลงมาจะทำบุญ บอกเราว่า "อยากจะทำบุญ" เราบอกว่า "เราไม่รับปัจจัย รับแต่อาหาร" เขาก็รีบหยิบอาหารที่เตรียมไว้เป็นอาหารกลางวันของเขาเอง ออกมาถวายเราหมด ถวายแล้วก็บอก "ขอบคุณ" อย่างนี้ก็มี เดินไปเรื่อยๆ เวลาบิณฑบาต ก็มีโยมถวายปัจจัยบ่อยๆ เราก็ปฏิเสธเรื่อยไป ญาณะซังก็เลยถามอาจารย์ใหญ่ว่า ทำไมไม่รับปัจจัยไม่ได้ โยมก็อยาก

ถวายเป็นของขวัญ คนญี่ปุ่นที่อยากถวายปัจจัยก็มีอยู่เรื่อยๆ อาจารย์ก็ตอบไปว่า "ถ้ารับปัจจัยเราก็เริ่มเก็บปัจจัย เก็บสมบัติก็เริ่มสร้างทุกข์ แต่ถ้าเรารับอาหาร ฉันทไม่ต้องเก็บสะสมก็เป็นสันโดษ"

ญาณะซึ่งก็เคยบอกไว้ว่า เวลาเดินตามอาจารย์ใหญ่ เกือบ 99 เปอร์เซ็นต์ ก็เดินตามหลังสักสองสาม เมตร จริงๆ ก็น่าจะถือบริวารให้อาจารย์ใหญ่ แต่ก็ไม่ไหว เลยถือให้แต่กลดกับยาม ของญาณะซึ่งเองก็มีกฎ บาดรกับกลด เดินตามหลังปกติก็ไม่เห็นอะไร เห็นแต่เท้าของอาจารย์ใหญ่ ก้มหน้าก้มตาเดิน มีแต่ทุกข์ทรมาน หิวก็หิว ฉันทก็ไม่ค่อยจะอิม นอนก็ไม่ค่อยจะหลับ ถนนที่เดินก็อยู่ในเมือง เขาก็กินข้าวกันอร่อย เราก็ไม่ได้กิน ตอนเย็นเราก็ต้องเดิน มีความรู้สึกที่ว่า เขาอยู่บนสวรรค์ เราอยู่ในนรก วันหนึ่งอาจารย์หันกลับมาบอกว่า "ญาณะซึ่ง ดุซิด ต้นซากำลังออกไปไม้ใหม่ เขียวสวยงามาดูนะ" แต่ปรากฏว่า ญาณะซึ่ง ทุกข์ตลอด

## การเดินทางหนึ่งเป็นเรื่องราวที่ขุดในโลก

การเดินทางที่ต้องเจอกับความลำบากอย่างนี้ ระหว่างทางก็มีหลายคนถามอาจารย์ว่า จะเดินจุดนี้ ไปอิโรชิม่าทำไม อาจารย์ก็ตอบว่า อิโรชิม่าไม่ใช่เป้าหมาย แต่ต้องการฝึกจิตให้เป็นสมาธิ เดินไปที่ละก้าวด้วยความเอาใจใส่ มีสติสัมปชัญญะ ในทุกอย่างก้าว ดุซิด รักษาจิตของเราไว้ นี่คือการปฏิบัติของญาณะซึ่ง จุดนี้เราก็ต้องอยู่กับปัจจุบัน แม้จุดหมายปลายทางจะอยู่ที่เมืองอิโรชิม่าก็ตาม เราก็ต้องรู้ตัวตลอดเวลาว่า เป้าหมายแท้จริงคือ ต้องให้ความสำคัญกับทุกก้าวเดิน อยู่กับปัจจุบัน คือเดินจงกรมนี้แหละ ทำหน้าที่ในปัจจุบัน ทำดีที่สุด ด้วยใจดีเป็นหลัก ก็เดินไปด้วยใจเป็นสมาธิ

## ความสุขเล็กๆ น้อยๆ

เมื่อจิตเป็นสมาธิอยู่กับปัจจุบันแล้ว ก็มีความสุขกับสรรพสิ่งรอบตัวได้ เห็นดอกหญ้าข้างถนนแค่นี้ก็รู้สึกมีความสุข เจอเด็กๆ เจอผู้คนมาคุยด้วยก็มีความสุข คนที่พบเราก็มีความสุข มีความสุข เช่นครั้งหนึ่งก็มีโยมผู้หญิงเข้ามาไหว้ แล้วก็ขอเดินตามไประยะหนึ่ง ระหว่างเดินโยมคนนี้ก็สวดอิติปิโสของญี่ปุ่นเสียงดังไปด้วย หรืออย่างเมื่อคราวเจอเด็กๆ ประมาณประถม 1 ถามอาจารย์ว่ามาจากไหน จะเดินไปไหนหรือ พออาจารย์บอกไปว่าเดินมาจากนาริตะ จะเดินไปเรื่อยๆ จนกว่าจะถึงเมืองอิโรชิม่า เด็กๆ ได้ยินแล้วก็ตื่นเต้นกันใหญ่ ขอเดินตามไปด้วยระยะหนึ่ง แล้วก็เอาน้ำชาจากกระติกน้ำเล็กๆ ของเขามาถวายอาจารย์ เพียงเท่านั้นก็มีความสุข เห็นเทวรูปจิโซอยู่ริมทางก็มีความสุข เห็นทิวทัศน์ธรรมชาติหรืออะไรเล็กๆ น้อยๆ ก็มีความสุข เมื่อจิตเป็นสมาธิอยู่กับปัจจุบันแล้ว เรื่องอะไรเล็กๆ น้อยๆ ก็มีความสุขได้ พบอะไรก็รู้สึกว่าเป็นประสบการณ์ที่มีคุณค่า แม้จะเป็นสิ่งที่คนทั่วไปเห็นว่า น่าเบื่อ หรือไร้ค่าก็ตาม ไม่เหมือนกับผู้คนทั่วไปที่ต้องเห็นอะไรที่แปลกใหม่ น่าตื่นเต้น หรือไปหาอาหารดีๆ ราคาแพงรับประทานจึงจะมีความสุข บางคนต้องลงทุนลงแรงต่างๆ นานาจึงจะมีความสุขได้ แต่อาจารย์ไม่ต้องลงทุนอะไรก็มีความสุขได้ เพียงแค่จิตเป็นสมาธิอยู่กับปัจจุบันไปที่ละก้าวเดินเท่านั้นก็พอ



## ตอนที่ 9

### ความเป็นมาของชุดงศวัตร 13 ข้อ

ก่อนที่พระพุทธเจ้าจะตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ พระองค์ก็เคยบำเพ็ญทุกรกิริยา ทรมานร่างกาย เช่น ทำตัวเหมือนสุนัข ทำตัวเหมือนสัตว์ป่า กลั่นหายใจหรืออดข้าวต่างๆ สารพัดอย่างนาน 6 ปี เกือบตาย ผอมลงจนเรียกว่าหนังหน้าท้องก็ติดกระดูกสันหลัง เมื่อตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณแล้ว ท่านก็ทรงแสดงปฐมเทศนาสอนปัญจวัคคีย์ทั้ง 5 ด้วยพระสูตรธัมมจักกัปปวัตตนสูตรว่า

"ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ที่สุดแห่งการกระทำสองอย่างนี้ มีอยู่ เป็นสิ่งที่บรรพชิตไม่ควรข้องแวะเลย นี่คือการประกอบตนพัวพันอยู่ด้วยความใคร่ในกามทั้งหลาย (กามสุขัลลิกานุโยค) เป็นของต่ำทราม เป็นของชาวบ้าน เป็นของคนชั้นปุถุชน ไม่ใช่ข้อปฏิบัติของพระอรหันต์ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลย น้อย่างหนึ่ง อีกอย่างหนึ่งคือการประกอบการทรมานตนให้ลำบาก (อัตตทกิลมณานุโยค) เป็นสิ่งนำมาซึ่งทุกข์ ไม่ใช่ข้อปฏิบัติของพระอรหันต์ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์เลย"

แต่ควรเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 ซึ่งก็เป็นการปฏิบัติธรรมของเรา ต่อมาภายหลังพระพุทธองค์ก็มองเห็นว่า วิธีปฏิบัติของชุดงศวัตรซึ่งจัดเป็นทรมานตนให้ลำบากนั้น บางสิ่งบางอย่างก็เป็นประโยชน์ จึงอนุญาตและส่งเสริมชุดงศวัตร 13 ข้อ ให้เป็นข้อปฏิบัติที่เข้มงวดเป็นพิเศษ เพื่อเป็นการขัดเกลากิเลสอย่างยิ่ง ใครจะปฏิบัติหรือไม่ก็ได้ เลือกปฏิบัติเป็นบางข้อก็ได้ ไม่ได้บังคับ

## รูดงควัตรทั้งหมดมีอยู่ด้วยกัน 13 ข้อ แบ่งออกเป็น 4 หมวด คือ

### หมวดที่ 1 เกี่ยวกับจิ๋วร มี 2 ข้อ

1. ถือฝ้าบังสุกุลเป็นวัตร หมายถึงใช้ฝ้าที่ชาวบ้านไม่ใช่แล้วทิ้งไว้เป็นขยะหรือนำฝ้าห่อศพมาใช้
2. ถือฝ้าไตรจิ๋วรเป็นวัตร คือ ใช้ฝ้าเพียง 3 ผืน ได้แก่ สบง จิ๋วร และสังฆาฏิ

### หมวดที่ 2 เกี่ยวกับบิณฑบาต มี 5 ข้อ

3. ถือบิณฑบาตเป็นวัตร
4. ถือบิณฑบาตตามลำดับบ้านเป็นวัตร ไม่ใช่มุ่งหน้าเลือกเดินไปเฉพาะบ้านที่มีฐานะดี
5. ถือการฉันในอาสนะเดียวเป็นวัตร
6. ถือการฉันในบาตรเป็นวัตร
7. ถือการห้ามภัตที่ถวายภายหลังเป็นวัตร เช่นกำลังฉันอยู่ มีคนมาถวายอาหารเพิ่มก็ไม่รับแล้ว

### หมวดที่ 3 เกี่ยวกับที่พักอาศัย มี 5 ข้อ

8. ถือการอยู่ป่าเป็นวัตร
9. ถือการอยู่โคนไม้เป็นวัตร
10. ถือการอยู่กลางแจ้งเป็นวัตร
11. ถือการอยู่ในป่าช้าเป็นวัตร
12. ถือการอยู่ในเสนาสนะที่เขาจัดไว้ให้เป็นวัตร

### หมวดที่ 4 เกี่ยวกับการปรารภความเพียร มี 1 ข้อ

13. ถือนิสสัยชิก คือไม่เอนกายนอน ปฏิบัติอิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง เทำนััน (เวลาว่างก็นั่งพิงข้างฝาแล้วหลับไป)

## พระมหากัศสปะ : สวากผู้เป็นเลิศด้านรูดงควัตร

พระมหากัศสปะเถระคือผู้ที่ได้รับการยกย่องจากพระพุทธเจ้าว่า เป็นเอตทัคคะในด้านผู้มีรูดงควัตร หมายถึงเป็นภิกษุสวากผู้เป็นเลิศด้านรูดงควัตร

พระมหากัศสปะเถระ เป็นบุตรของกบิลพราหมณ์ ในหมู่บ้านพราหมณ์ ใกล้กรุงราชคฤห์ มีนามเดิมว่า "ปิปปลล" ตระกูลของท่านมีทรัพย์สมบัติเป็นอันมาก เมื่ออายุได้ 20 ปี ท่านถูกพ่อแม่รีบเร่งให้แต่งงาน แต่ท่านไม่ต้องการ จึงออกอุบายหลบเลี่ยง แต่สุดท้ายก็ไม่อาจเลี่ยงได้ จึงต้องแต่งงานกับนางภัททกาปิลานี

ทั้งตัวท่านและนางภัททกาปิลานีต่างก็ไม่ต้องการครองเรือนและไม่สนใจในกาม เมื่อแต่งงานกันแล้ว ยามร่วมเรือนหอ ท่านจะขึ้นที่นอนจากทางขวา ส่วนภรรยาขึ้นที่นอนจากทางซ้าย แล้วเอาพวงมาลัยวางไว้กึ่งกลางที่นอน และจะไม่ล่วงข้ามพวงมาลัยไปโดยเด็ดขาด

ต่อมาทั้งตัวท่านและภรรยาต่างปรารถนาที่จะออกบวช ทั้งสองจึงปลงผมให้กันและกัน ห่มผ้าข้อมน้ำ ผาด เอาบาตรใส่ถุง แล้วแยกกันออกเดินทางตามหาศาสนา

พระพุทธเจ้าพำนักอยู่ในพระเวฬุวันวิหาร เห็นด้วยพระญาณว่าปีปลงกับนางภัททกาปิลาณีได้ตัดสิ้นใจ ออกบวช จึงออกไปนั่งอยู่ใต้ต้นไทรเพียงลำพัง แล้วแปลงพุทธรัศมีเรื่องรอง เมื่อปีปลงมาเห็นเข้าจึงคิดว่าคนผู้นี้ คงเป็นศาสดาของเรา จึงเข้าไปขอบวช พระพุทธเจ้าจึงบวชให้

เมื่อบวชแล้วพระมหากัสสปเถระมีโอกาสดำเนินผ้าสังฆาฏิกับพระพุทธเจ้า ท่านจึงรู้สึกว่าคุณธรรมจะ ปฏิบัติให้สมกับที่ได้รับพระกรุณา จึงสมาทานธุดงค์วัตรทั้ง 13 ข้อ หลังจากบวชได้ 7 วัน พระมหากัสสปเถระก็ บรรลอรหัตผล เป็นพระอรหันต์

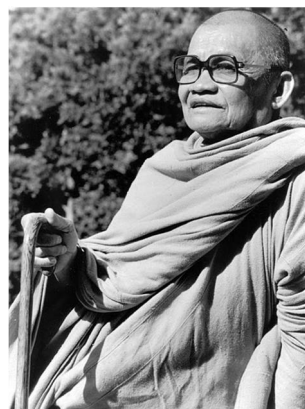
พระมหากัสสปเถระถือธุดงค์วัตรอยู่ป่าจนเข้าสู่วัยชรา วันหนึ่งท่านไปเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าที่พระเวฬุวัน พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า "กัสสป บัดนี้เธอชราแล้ว ผ้าปานบังสกุลเหล่านี้ของเธอหนัก ไม่น่าสวม ไม่น่าห่ม เพราะเหตุนี้แล เธอจงใช้คฤหบดีจิวร จงบริโภคนิเวศน์ที่เขานิมนต์ และจงอยู่ในสำนักของเราเถิด"

แต่พระมหากัสสปตอบปฏิเสธว่า ตนถือธุดงค์เป็นวัตรมานานแล้ว และสรรเสริญคุณของธุดงค์วัตร เมื่อ พระพุทธเจ้าตรัสถามว่าเห็นประโยชน์อันใดจากการถือธุดงค์วัตรต่อไป พระมหากัสสปจึงตอบว่าเห็นประโยชน์ สองประการดังนี้

1. เล็งเห็นการอยู่เป็นสุขในทิวาสธรรม (ความสุขที่ได้รับในทันที ผลที่ประจักษ์แก่ตนในชาติปัจจุบัน)
2. เพื่อเป็นแบบอย่างให้กับชนภายหลังได้ปฏิบัติตามได้เห็นว่าธุดงค์วัตรเป็นข้อปฏิบัติที่เป็นประโยชน์

เมื่อได้ยินดังนั้นแล้ว พระพุทธเจ้าจึงตรัสชื่นชมในความตั้งใจ ที่จะกระทำตนเป็นแบบอย่าง เพื่อ อนุเคราะห์แก่ชนรุ่นหลัง ท่านจึงทรงอนุญาตให้พระมหากัสสปเถระถือธุดงค์วัตรทั้ง 13 ข้อต่อไป

ภายหลังพระพุทธเจ้าตรัสยกย่องพระมหากัสสปเถระว่า "ภิกษุทั้งหลาย พระมหากัสสปเถระเป็นเลิศ กว่าพวกภิกษุสาวกของเรา ผู้ทรงธุดงค์และสรรเสริญคุณของธุดงค์"



หลวงพ่ocha สุภัทโท

## สรรพสิ่งที่เห็นเป็นธรรม

ท่ามกลางความลำบากต่างๆ มากมาย หากจิตใจเราสงบแล้ว ก็สามารถมองเห็นธรรมะได้ ในขณะที่ผู้อื่นอาจมองไม่เห็นประโยชน์อะไรเลยก็ตาม อย่างวันหนึ่งอาจารย์เดินอยู่ชายทะเล เห็นเศษแก้วชิ้นหนึ่ง ถูกน้ำทะเลซัดไปๆมาๆอยู่อย่างนั้น จนกลมเกลี้ยงไม่มีอันตราย อาจารย์ก็สอนญาณะซังว่า จงเป็นเหมือนแก้วชิ้นนั้น คือ ชัดเกลากิเลสออกไปให้หมด

และเมื่อญาณะซังได้พบกับพ่อแม่ที่เมืองนารา หลังจากออกจากบ้านมาได้ 5 ปี พ่อแม่ก็ดีใจที่ได้พบลูก แต่ญาณะซังก็อธิบายให้พ่อแม่เข้าใจไม่ได้ว่ามาบวชทำไม หลังจากพ่อแม่กลับไปแล้ว ทีมงานสารคดีก็สัมภาษณ์ ญาณะซังอีกครั้งหนึ่ง ญาณะซังบอกว่า เราต้องอดทนจนกว่าพ่อแม่จะเข้าใจเรา อาจารย์เลยบอกไปทันทีว่า "อดทนอย่างเดียวไม่พอ ต้องมีความเพียรด้วย" ญาณะซังก็บอกว่า "แม้จะไปถึงอิโรชิม่าแล้วผมก็ยังคงฝึกฝนตนเองต่อไป" อาจารย์เลยบอกไปอีกว่า "ไม่ใช่ อิโรชิม่าเป็นแค่จุดเริ่มต้นของการฝึกฝนต่างหาก"





อนุสาวรีย์ทรงอานม้าในบริเวณ Peace Memorial Park

ตอนช่วงเช้าของวันที่ 25 มิถุนายน 2532 อาจารย์ก็บินชบาตอยู่ในตัวเมืองฮิโรชิมาแล้ว ทางสถานีโทรทัศน์ก็ตามมาถ่ายสารคดีด้วย วันนั้นมีโยมศรัทธามาใส่บาตรเยอะมาก ไม่นานอาหารก็ค่อนข้างจะเต็มบาตร ทีมถ่ายทำสารคดีบอกว่า เพราะชาวเมืองฮิโรชิมามีนิสัยชอบช่วยเหลือคนเดินทาง คู่กันเคยกับการอนุเคราะห์อาคันตุกะ

พอฉันเสร็จอาจารย์ก็ออกเดินต่อจนมาถึงจุดหมายปลายทาง Peace Memorial Park จิตอาจารย์ก็รู้สึกแปลกๆ นับตั้งแต่เดินทางออกจากสนามบินนาริตะมาจนถึงที่หมาย สิ่งที่อาจารย์เป็นห่วงที่สุดในการชดงค์ครั้งนี้คือห่วงว่าจะเจอกลุ่มวัยรุ่นมาก่อวุ่น ที่ญี่ปุ่นมีปัญหาเด็กวัยรุ่นชอบทำร้ายคนจรจัด รวมทั้งห่วงว่าจะมีปัญหากับตำรวจ ทั้งเรื่องไปพักตามที่จอดรถหรือสวนสาธารณะและการบิณฑบาต เพราะการบิณฑบาตในญี่ปุ่นจะต้องมีใบอนุญาตจากเจ้าหน้าที่เสียก่อน แต่อาจารย์ไม่มีและไม่ได้ติดต่อไว้ เห็นว่าเราบิณฑบาตอาหารไม่ได้ไปรบกวนหรือเรียอะไรปัจจัยใคร ก็ไม่น่ามีปัญหาอะไร สุดท้ายเรื่องไม่ดีที่อาจารย์เป็นห่วงก็ไม่เกิดขึ้นเลย ถึงที่หมายได้โดยสวัสดิภาพ





A-Bomb Dome

สถานที่เด่นที่สุดใน Peace Memorial Park ซึ่งมีบริเวณกว้างขวางใหญ่โตก็คือ A-Bomb Dome เป็นซากตึกศูนย์แสดงสินค้าที่อยู่บริเวณใกล้ใจกลางจุดทิ้งระเบิดนิวเคลียร์ โดนระเบิดจนเหลือแต่ซากตั้งอยู่เป็นอนุสรณ์สถานของเหตุการณ์ทิ้งระเบิดนิวเคลียร์ที่เมืองฮิโรชิมาเมื่อวันที่ 6 สิงหาคม พ.ศ.2488 มีคนเสียชีวิตทันทีที่โดนระเบิด 70,000 ถึง 80,000 คน เสียชีวิตหลังจากนั้นอีกราว 70,000 คน รวมแล้วมีคนเสียชีวิตไปไม่น้อยกว่า 140,000คน

บริเวณรอบๆ อนุสรณ์สถานก็มีอนุสาวรีย์ต่างๆ ที่เป็นเครื่องเตือนใจถึงผลเสียหายในครั้งนั้น และเรียกร้องให้ทุกคนบนโลกไฝ่หาสันติภาพ เช่นอนุสาวรีย์ที่ระลึกถึงเด็กๆ ที่เสียชีวิตไปในเหตุการณ์ครั้งนั้น ตัวยอดของอนุสาวรีย์เป็นรูปเด็กผู้หญิงชุนกกระเรียนกระดาษ เด็กผู้หญิงคนนี้ชื่อ ซาดาโกะ ซาซากิ บ้านของเด็กคนนี้อยู่ห่างจากจุดระเบิดไปหนึ่งกิโลเมตรกว่า ตอนที่ระเบิดนิวเคลียร์ถูกทิ้งลงที่เมืองฮิโรชิมานั้น ซาดาโกะเพิ่งอายุได้ 2 ขวบ พออายุได้ 12 ปีก็ป่วยเป็นโรคลูคีเมียอย่างรุนแรง เพราะผลกระทบจากกัมมันตภาพรังสีในตอนนั้น ซาดาโกะเชื่อว่าถ้าพับนกกระเรียนครบ 1,000 ตัวแล้วก็จะหายจากโรคนี้อได้ แต่สุดท้ายซาดาโกะก็เสียชีวิตลง แม้ว่าจะพับได้มากกว่า 1,000 ตัวก็ตาม นกกระเรียนทั้งหมดถูกฝังลงในหลุมศพของเด็กคนนี้ด้วย ในปัจจุบันนี้รอบอนุสาวรีย์ก็ มีจัดแสดงนกกระเรียนกระดาษที่เด็กทั่วโลกพับส่งมา เพื่อเป็นการแสดงความรำลึกและเรียกร้องสันติภาพ ดูแล้วก็เกิดความรู้สึกแปลกๆ จิตส่วนหนึ่งก็รู้สึกพอใจที่ทำตามเป้าหมายได้สำเร็จ จิตอีกส่วนหนึ่งก็คิดถึงความสุขเสียจากสงครามที่มีคนตายมากมาย ทั่วทั้งโลกจากสงครามโลกครั้งที่ 2 ก็ร่วม 70 ล้านคน เลยทำให้ไม่ค่อยสบายใจ



อนุสาวรีย์รำลึกถึง ซาดาโกะ ซาซากิ

**อาจารย์กับญานะซัง** ก็ไปนั่งสมาธิเจริญเมตตาภาวนาให้แก่ผู้คนที่เสียชีวิตไปในครั้งนั้น อยู่ตรงบริเวณอนุสาวรีย์ทรงอานม้าที่สลักชื่อผู้เสียชีวิตทั้งหมดไว้บนนั้น นั่งสมาธิอยู่ประมาณครึ่งชั่วโมง ถ้ามองลอดอนุสาวรีย์นี้ไปก็จะเห็นกองไฟแห่งสันติภาพที่จุดไว้ตั้งแต่ พ.ศ.2507 และจะไม่ยอมให้ดับลงจนกว่าโลกนี้จะพ้นจากภัยของอาวุธนิวเคลียร์ ถ้าทอดสายตาต่อไปก็จะเห็น A-Bomb Dome ที่เป็นเครื่องเตือนใจให้ผู้คนเห็นความสำคัญของสันติภาพ

พอนั่งสมาธิเสร็จแล้วอาจารย์กับญานะซังเข้าไปเยี่ยมชมพิพิธภัณฑ์ Peace Memorial Museum ภายในพิพิธภัณฑ์มีภาพถ่ายของผู้ที่ถูกระเบิดนิวเคลียร์ คนที่อยู่ใกล้จุดระเบิดแล้วถึงกับระเหยไปเลยก็มี บางคนอยู่ห่างออกมาก็ถูกความร้อนเผาจนผิวไหม้เกรียมทั้งตัว ที่ถูกเผาจนลายของเสื้อผ้าที่สวมฝังลงไปใ้ในผิวก็มี ผู้ที่อยู่ห่างๆ ก็โดนผลกระทบจากกัมมันตภาพรังสี ซึ่งมีเนื้องอกทั่วตัว ผอมร่วงเกือบหมดศีรษะ และเป็นโรคต่างๆ นานา

นอกจากนี้ก็มีข้าวของเครื่องใช้ที่เหลือรอดมาได้ นาฬิกาที่หยุดเดินเมื่อเวลา 8 นาฬิกา 15 นาทีซึ่งเป็นเวลาที่เกิดระเบิด กล่องข้าวกลางวันของเด็กคนหนึ่งที่ทำร้ายไม่เจอ รถสามล้อถีบของเด็กที่ถูกระเบิดเสียชีวิต เสื้อผ้าที่ผู้ถูกระเบิดสวมใสในวันนั้น พร้อมภาพถ่ายเจ้าของที่ไหม้เกรียมไปทั้งตัว ไปจนถึงเส้นผมและชิ้นส่วนอวัยวะบางชิ้น อย่างเล็บที่ดำเกรียมบิดเบี้ยวผิดรูปของผู้รับผลกระทบจากระเบิด

คืนนั้นอาจารย์ได้พักที่โรงแรมโดยทางทีมถ่ายทำสารคดีเป็นคนจัดการให้ พอตอนเช้าก็พาพวกอาจารย์ไปเลี้ยงโอโคโนมิยากิหรือพิซซ่าญี่ปุ่น ซึ่งเป็นอาหารที่มีชื่อเสียงของฮิโรชิม่า ระยะทาง 1,000 กิโลเมตร ใช้เวลาทั้งสิ้น 72 วัน เดิน 2,200,000 ก้าวโดยประมาณจนมาถึงที่หมาย... (จบ)