

## เดินสายธรรมสังฆจร

อาตมาเดินทางมาถึงสนามบิน LAX เมื่อวันพฤหัสบดีที่ 1 พฤศจิกายน 2555 เวลาประมาณ 19.30 น. หลังจากผ่านพิธีการตรวจคนเข้าเมืองแล้ว เดินทางกลับวัดพุทธปัญญา เวลา 20.30 น. โดยมีคุณบุญเลิศ จิตส่องใส นำรถไปรับ เดินทางถึงวัดพุทธปัญญาสามทุ่มกว่าแล้ว มีท่านบุญพิทักษ์ โยมจวน โยมจูไรและโยมพรรณี ถวายความสะดวก ถวายน้ำดื่ม น้ำปานะและช่วยยกกระเป๋าขึ้นบนที่พักรถโบสถศาลาชั้นบนห้องทิศตะวันออก

เนื่องจากเวลาเปลี่ยนจากประเทศไทยเป็นอเมริกาภายในไม่ถึงยี่สิบสี่ชั่วโมง จึงทำให้หลับได้ยาก จึงอ่านหนังสือและฟังธรรมะภาคภาษาอังกฤษ กว่าจะหลับได้คงไม่ต่ำกว่าตีสองของวันใหม่

เช้าวันศุกร์ที่ 2 พฤศจิกายน 2555 ตื่นเช้าขึ้นมา ท่วมบริเวณวัดสว่างจำไปหมดแล้ว เหลือบมองนาฬิกา เวลาเจ็ดโมงกว่าแล้ว หลังจากเข้าห้องน้ำทำภารกิจยามเช้าแล้ว ได้ฉันทานอาหารเช้าที่โยมจวนนำมาถวาย เสร็จแล้ว ก็เริ่มเก็บงานที่ค้างค้างต่างๆ และจัดสิ่งของเครื่องใช้ที่จำเป็นลงกระเป๋าเดินทาง โดยเฉพาะอากาศเริ่มหนาวแล้วจึงต้องเตรียมเครื่องกันหนาวให้เพียงพอ

เวลาใกล้ๆ เพล มีญาติโยมที่รู้จักมักคุ้นและคิดถึงกัน จำนวนไม่น้อยกว่าห้าสิบคน มาสนทนาและถวายภัตตาหารเพลและรอการฟังคำบรรยายเรื่อง การล้างพิษ ล้างกาย ล้างใจ ล้างไต ล้างเมื่อได้  ตับ ตามที่ได้ประกาศให้ทราบก่อนหน้านั้นแล้ว ปฏิสันถารกันพอสมควรแล้ว จึงได้ฉันภัตตาหารเพล

แม้ญาติโยมจะนำอาหารมามากมายเต็มสองโต๊ะในวาระพิเศษเช่นนี้ แต่ก็ได้กำหนดรู้ซึ่งเวทนาคือ ความสุขที่เกิดจากการฉันอาหารที่มีรสชาติที่ประกอบด้วยเปรี้ยว หวาน มัน เค็มมากๆ นั้น เป็นเพียงปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นเพียงชั่วขณะแล้วผ่านไป แต่ผลข้างเคียงที่ตามมา(Side effect) อาจจะเป็นเหตุปัจจัยให้เกิด เบาหวานบ้าง ความดันโลหิตสูงบ้างและโรคทั้งหลายที่มีสาเหตุมาจาก หวานเกิน มันเกินและเค็มเกิน พิจารณาเช่นนี้แล้วเลือกตัดอาหารผักและปลาเพียงเล็กน้อยเพื่อฉลองศรัทธาของทายาททายิกาย่างทั่วถึง พร้อมอธิบายว่า ตอนนี้สังขารทรุดโทรมด้วยโรคภัยเบียดเบียนหลายอย่าง ทางที่จะบรรเทาโรคได้คือ การบริโภคอาหารที่ให้คุณค่าแท้ๆ แค่นี้พอเพียงเพื่อหล่อเลี้ยงร่างกายตามความจำเป็นเท่านั้น

ญาติโยมที่มาถวายอาหารในวันนั้นส่วนใหญ่ต้องการมาฟังคำบรรยายเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ จึงเข้าใจกันได้ไม่ยาก เมื่อได้ทราบถึงวิธีการฉันอาหาร(Life style) ของอาตมาที่เปลี่ยนไปและเจตนาที่ฉันอาหารน้อยลงตามคตินิยมที่ชาวพุทธปัญญาได้ชวนกันสาธยายก่อนถวายอาหารทุกครั้งว่า “กินน้อย ย่อยง่าย เบาสบาย ไร้โรคา อายุยืน”

เมื่อพระสงฆ์ฉันอาหารเสร็จแล้วและพุทธศาสนิกชนรับประทานอาหารเสร็จแล้วทุกคนกลับมาสู่อุโบสถศาลากันอีกครั้งหนึ่ง เพื่อฟังการบรรยายพิเศษเรื่อง ล้างกาย ล้างใจ ล้างไต และล้างตับ ซึ่งมีหมอเทียนทองช่วยให้คำแนะนำอย่างใกล้ชิด (Comments) ในเรื่องผลเลือดที่เปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้นในทุกๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นผลเลือดที่เกี่ยวข้องกับ ตับ ไต ไขมันทุกชนิดและเบาหวานที่มีค่าลดลงมาเป็นปกติทั้งหมดหลังจากทำการล้างพิษสามครั้ง ที่สำคัญคือ น้ำหนักลดลงมาจาก 104 ก.ก. สู่ 86 ก.ก. ภายในสามเดือนด้วย



ใช้เวลาบรรยาย ชักถามสนทนากันกว่าจะเสร็จสิ้นเวลา 16.00 น. ท่านผู้ฟังจึงแยกย้ายกันกลับบ้านด้วยความสุขใจ โดยมีหนังสือ ล้างพิษ ล้างกาย ล้างใจ ล้างไต และล้างตับ ตัดมือกลับบ้านกันไปคนละหนึ่งเล่ม

จากเช้าถึงบ่าย จากบ่ายถึงค่ำ พุทธศาสนิกชนที่ยังคิดถึงกันได้เดินทางมาเยี่ยมเยือนอย่างไม่ขาดสาย โยมเพ็ญสุขและโยมจวนซึ่งเป็นพุทธศาสนิกชนชนิดแฟนพันธุ์แท้ได้ปักหลักนอนที่วัดพุทธปัญญาด้วย เนื่องจากอ่อนเพลียจากการเดินทาง การต้อนรับแขก และการบรรยาย สนทนาที่ยาวนาน จึงขออนุญาตญาติโยมเข้านอนแต่หัวค่ำและหลับไปด้วยความอ่อนเพลีย ทำให้นึกถึงคติที่พูดกันว่า *เหนื่อยกายหลับง่าย เหนื่อยใจหลับยาก*

ญาติโยมหลายคนพากันสอบถามว่า เมื่อออกเดินทางจากวัดพุทธปัญญาแล้วจะเดินทางไปบรรยายธรรมที่ไหนต่อไปอีก ขอถือโอกาสนี้แจ้งให้ทราบว่า เส้นทางการเดินทางบรรยายธรรมมีดังต่อไปนี้

วันอาทิตย์ที่ 4 พฤศจิกายน 2555 บรรยายธรรมในงานทอดกฐินวัดพุทธธรรม เมืองวิลโล บรูค มลรัฐอิลลินอย หรือ เรียกรวมๆ กันว่า ชิคาโก

วันเสาร์ที่ 10 พฤศจิกายน 2555 บรรยายธรรมในงานทอดกฐินวัดชาวพุทธลาว พอร์ทแลนด์ มลรัฐออเรกอน

วันอาทิตย์ที่ 11 พฤศจิกายน 2555 บรรยายธรรมในงานทอดกฐินวัดพุทธออเรกอน เมืองเทินเนอร์ เซเล็ม มลรัฐออเรกอน

วันอังคารที่ 13 พฤศจิกายน 2555 สวดพระปาฏิโมกข์ที่วัดพุทธออเรกอน เมืองเซเลียม มลรัฐออเรกอน

วันพุธและวันพฤหัสบดีที่ 14-15 พฤศจิกายน 2555 ธรรมสังฆจรที่เมืองวิกตอเรีย ประเทศแคนาดา

วันอาทิตย์ที่ 18 พฤศจิกายน 2555 บรรยายธรรมที่วัดพุทธปัญญาันทาราม เมืองแวนคูเวอร์ ประเทศแคนาดา

วันที่ 19-21 พฤศจิกายน 2555 จัดโครงการล้างพิษถวายแก่พระครูสิทธิธรรมวิเทศ วัดอัมมยทาราม เมืองวูดคินวิลล์ มลรัฐวอชิงตัน

วันอาทิตย์ที่ 25 พฤศจิกายน 2555 บรรยายธรรมในงานทอดกฐินวัดสมเด็จพระมหาธรรมราชา เมืองเบอเกอร์ฟีลด์ มลรัฐแคลิฟอร์เนีย

วันอังคารที่ 27 พฤศจิกายน 2555 เดินทางไปบรรยายธรรมที่วัดมหาชนก ที่แอตแลนต้า มลรัฐจอร์เจีย

เนื่องจากผลการตรวจเลือดพบว่า PSA ตัวบ่งชี้เกี่ยวกับเนื้องอกในต่อมลูกหมาก (Tumor in prostate) มีค่าสูง 12.90 ก่อนที่จะเข้าพรรษาที่ผ่านมา แม้ว่าจะได้พยายามดูแลสุขภาพด้วยการล้างพิษและรับประทานอาหารที่ไม่ส่งเสริมค่าการขยายตัวของ PSA ตามคำแนะนำของแพทย์และท่านผู้รู้ในเบื้องต้น เช่น การใช้น้ำมันมะเขือเทศชนิดเข้มข้น ต้มชาเขียว น้ำมันมะพร้าวผสมกระเทียม พริกไทย ก็ทำให้ค่าของ PSA ลดลงได้เพียง 11.90



กล่าวได้ว่า การดูแลสุขภาพด้านอาหาร ทำให้ค่าของ PSA ลดลงเพียงจุดเดียว คือ จาก 12.90 มาที่ 11.90 โดยส่วนตัวแล้ว ไม่มีความรู้สึกน่ากลัวหรือหวาดหวั่นแต่อย่างใด กลับรู้สึกว่าการจะทดลองแนวทางการดูแลสุขภาพแบบทางเลือกอันตั้งอยู่บน ธรรมชาติต่อไป แต่เมื่อได้พบกับญาติโยมที่เป็นแพทย์ทั้งที่เป็นผู้เชี่ยวชาญโดยตรง และ แพทย์สาขาอื่นๆ ร่วมสืบทอด ได้ให้คำแนะนำทางเดียวกันว่า ควรจะรีบไปหาทางให้ แพทย์ผู้เชี่ยวชาญเจาะเนื้อเยื่อ (Biopsy) ออกมาวินิจฉัยว่ามีเชื้อมะเร็งหรือไม่โดยด่วน เพราะจากการทำเอ็มอาร์ไอ ได้ผลออกมาว่า เนื้องอกที่ตรวจพบอยู่ในระยะที่สอง ยังไม่ ลามไปที่อื่นอันเป็น โอกาสดีที่จะได้รักษาอย่างทันท่วงที เพราะวิธีการนี้ เป็นวิธีการที่ เป็นวิทยาศาสตร์และแน่นอนมากกว่า การรักษาแบบทางเลือกที่ค่อยปรับภูมิและค่อยเป็น ค่อยไป

แพทย์หลายท่านที่ล้วนเป็นกัลยาณมิตรกันมานานมีความเป็นห่วงมากถึงกับแนะนำ ไม่ควรจะเดินสายบรรยายธรรมอีกควรจะไปรักษาเลย เพราะจะได้มีชีวิตยืนยาวเพื่อ ทำหน้าที่เผยแผ่พระพุทธศาสนาต่อไป ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางท่านหนึ่งให้คำแนะนำว่า หากได้ทำการผ่าตัดอย่างทันท่วงที จะหายได้ง่ายและอยู่ได้อีกสามสิบปี

บรรดากองเชียร์ได้ฟังอย่างนี้ก็เชียร์กันใหญ่ว่าให้รีบทำ

ตามตารางการนัดตรวจสุขภาพของอาตมาได้กำหนดไว้ว่า ถ้าการรักษาแบบ ทางเลือก อาการไม่กระตือรือร้นจนเป็นที่น่าพอใจก็จะเข้าทำการทำ (Biopsy) คือตัด เนื้อเยื่อเพื่อค้นหาเชื้อมะเร็งในวันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2556 ที่โรงพยาบาลมหाराช จังหวัด เชียงใหม่ แต่ญาติโยมที่เป็นแพทย์และพยาบาลตลอดถึงพุทธศาสนิกชนที่มีศรัทธาต่อ

กันได้เร็วเร้าว่า ควรจะเดินทางกลับไปทำการรักษาโดยด่วน ไม่ควรล่าช้าถึงกำหนดนัด  
ของแพทย์เดือนกุมภาพันธ์ปีนี้ ซึ่งอาจจะทำให้เนื้องอกที่มีอยู่น้อยนิดลุกลามไปได้

เนื่องจากการทำงานเผยแผ่พระพุทธศาสนาที่วัดพุทธปัญญาและในประเทศอเมริกา  
ดำเนินไปได้ด้วยความร่วมมือของญาติโยมผู้ปรารถนาดีจำนวนมาก กิจกรรมทุกอย่าง  
ในด้านนโยบายของวัด เช่น การไม่เรียไร การไม่ทำและ ไม่แจกเครื่องรางของขลังก็ล้วน  
ออกมาจากเสียงเรียกร้องของญาติโยมทั้งสิ้น

เมื่ออาตมามีปัญหาสุขภาพ ญาติโยมทั้งหลายก็แนะนำกันว่า ให้รีบรักษาเสียโดย  
ด่วน ล้วนเป็นคำแนะนำที่หลังไหลออกมาจากความปรารถนาดีแห่งหัวใจ อาตมาจึง  
สดับรับฟังและพิจารณาปฏิบัติตามเสียงแห่งความปรารถนาดีเหล่านั้น โดยไม่คือร้อนแข็ง  
จนแต่ประการใด

จึงตัดสินใจว่า หลังจากแสดงธรรมที่วัดพระมหาชนกเมืองแอตแลนต้า มลรัฐ  
จอร์เจียแล้ว จะเดินทางกลับเมืองไทยเพื่อทำการรักษาในเวลาเร็วขึ้นกว่า เวลานัดเดิม  
ตามคำแนะนำด้วยความปรารถนาดีของกัลยาณมิตรทั้งหลายที่ดังมาจากทั่วสารทิสว่า  
ท่านยังทำงานให้แก่พระพุทธศาสนาอีกนาน ขอให้รีบรักษาสุขภาพก่อนเถิด

หลายคนตั้งคำถามว่า ทำไมต้องเดินทางไปรักษาสุขภาพที่เมืองไทย ทำไมไม่รักษา  
ที่อเมริกา

อาตมาขอตอบว่า เรื่องนี้เป็นอุดมการณ์ส่วนตัวที่มีมาตั้งแต่มาเป็นผู้นำก่อสร้างวัด  
พุทธปัญญาว่า อาตมามาที่นี่เพื่อให้ ไม่ปรารถนาจะรับสิ่งตอบแทนหรือผลประโยชน์  
ใดๆ ที่เกิดขึ้นจากเงินบริจาคของวัด

ค่าใช้จ่ายในการเดินทางและการบริจาคบำเพ็ญกุศลกับเยาวชนในถิ่นชนบท ประเทศไทยที่ได้ทุกปี ก็มาจากเงินที่ญาติโยมถวายด้วยความเต็มใจว่า ถวายไว้ให้ใช้จ่ายส่วนตัวตามอัธยาศัย จึงไม่เคยเบิกเงินของวัดเพื่อค่าเดินทางหรือค่าใช้จ่ายใดๆ ที่เป็นเรื่องส่วนตัว นอกจากเรื่องส่วนรวมเช่น พิมพ์หนังสือ ชื่อซีดีอัลบั้มแจกอันเป็นเรื่องธรรมทานเพื่อแจกแก่พุทธศาสนิกชนเท่านั้น

กรรมการวัดพุทธปัญญาทุกชุดและผู้ที่เกี่ยวข้องกันหลายท่านเคยแนะนำเสมอมาว่า พระภิกษุทุกรูปควรมีการทำประกันสุขภาพให้

อาตมาบอกว่า ขอให้ทำประกันให้พระรูปอื่นๆ ตามที่พิจารณาเห็นสมควรเถิด แต่สำหรับอาตมาขออนุญาตไม่รับทำประกันสุขภาพ เพราะอยากจะรักษาความตั้งใจว่า ไม่รับผลประโยชน์ใดๆ จากทางวัดที่ต้องใช้จ่าย ปัจจุบันที่ประชาชนมุ่งถวายวัดอันเป็นเรื่องกิจกรรมการพัฒนาดูแลรักษาวัดและเผยแผ่ธรรมอันเป็นส่วนรวม

ถ้าญาติโยมและกรรมการปรารถนาที่จะถวายของสักการะในการทำงาน ก็อนุญาตให้อาตมาไม่ต้องทำประกันสุขภาพเถิด

กรรมการทั้งหลายได้ทราบถึงความมุ่งมั่นอันนี้ก็เลยยอมรับข้อเสนอตามที่อาตมาได้เสนอไป

หากมีปัญหาด้านสุขภาพจะทำอย่างไร

หากปัญหาสุขภาพไม่รุนแรงถึงขั้นประสพอุบัติเหตุที่ตายคาที่ หรือ เคลื่อนไหวร่างกายไม่ได้ ก็จำยอมที่จะต้องรักษาที่อเมริกานี้ตามเงื่อนไขที่พอจะมีอยู่ตามโรงพยาบาล

ของรัฐโดยทั่วไป แต่หากยังพอจะเดินทางได้ขอให้เอาตัวไปรักษาสุขภาพที่ประเทศไทยเถิด

นี่คือ ความตั้งใจที่มีมานานตั้งแต่มาปฏิบัติหน้าที่พระธรรมทูตในประเทศอเมริกา การเดินทางไปรักษาสุขภาพที่ประเทศไทย เป็นโอกาสที่จะได้อยู่ในบ้านเกิดเมื่อนอน ได้มีเวลาภวานาเพื่อเตรียมตัวให้พร้อมด้วยความไม่ประมาท ไม่ว่าจะรักษาหายหรือไม่ก็ตาม

เป้าหมายของการประพาศิพรหมจรรย์ ไม่ว่าจะอยู่หรือจะไป ขอให้อยู่ใกล้ชีวิตสนิทแน่นกับพระธรรมคือ สติ อย่างใดอย่างหนึ่ง ไม่ว่าจะเป็ยสติปัญญา หรืออานาปานสติ ล้วนเป็นเวลาที่ประเสริฐที่สุด

เอาตัวไปพยายามรักษาทำให้ปกติ ไม่มีโรคภัยใดๆ มาเบียดเบียนมาตามลำดับ แต่เมื่อกฎไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา มีคำสั่งมาถึง ก็ต้องเป็นไปตามกฎอันศักดิ์สิทธิ์นั้น ไม่มีทางหลีกเลี่ยง แต่การรักษาใจมิให้เป็นโรคใจก็ต้องทำกันต่อไป เพราะใจนี้จะเป็นตัวบ่งชี้ว่า ชีวิตเกิดมาจะมีค่ามีความหมายมากน้อยเพียงใด

หากจะวัดค่าชีวิต ตามหลักพระพุทธศาสนาที่วัดบนหลักการที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า บุคคลใดที่เกิดมาตั้งร้อยปีแต่ไม่พบความสงบเลย ผู้บุคคลที่เกิดมาเพียงชั่วขณะเดียวแต่ได้พบความสงบไม่ได้

ชีวิตที่เริ่มป่วยไข้ซึ่งยังมีเวลาดูแลรักษา จึงเป็นโอกาสทองที่จะอยู่ด้วยความไม่ประมาทจะได้ใช้เวลาทุกนาทีในการสร้างค่าสร้างความหมายให้แก่ชีวิต คือ ทำจิตให้สงบหรือ รักษาจิตที่สงบอยู่แล้วให้สงบอยู่เป็นปกติ



ด้วยเหตุปัจจัยคั้งที่ได้เล่ามานี้อาตมาจึงต้องถือโอกาสนี้อำลาญาติโยมที่เคารพนับถือกันทั้งที่ได้พบกันและไม่เคยได้พบกัน แต่ติดตามธรรมะของกันและกันมาตลอดไปดูแลรักษาธาตุขันธ์ที่แปรผันไปตามกฎ อนิจจัง ทุกขัง และ อนัตตา ตามเหตุปัจจัยที่จะพึงมีพึงเป็นด้วยความไม่ประมาท

หากเหตุปัจจัยในการดูแลรักษาทำให้แข็งแรงพอจะเดินทางไปบรรยายธรรมโปรดญาติโยมตามที่ต่างๆ ได้ก็จะได้พบกันอีกจะช้าหรือเร็วกำหนดไม่ได้ สุดแล้วแต่พระธรรมจะบัญชา

หากมีเหตุปัจจัยที่จะต้องอำลากันตลอดไป ก็ไม่มีสิ่งใดจะฝากไว้ นอกจากธรรมะขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ปราสอนพุทธศาสนิกชนในวาระสุดท้ายแห่งพระชนม์ชีพ



ว่า “สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา ท่านทั้งหลาย จงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด”

พระพุทธคำรัสนี้ ช่างเป็นพระธรรมบรรณาการที่ยิ่งใหญ่ เป็นอมตะและดำรงอยู่เป็นอนันตกาล เป็นดวงประทีปสว่างที่ส่องสว่างกระจ่างใจของมวลมนุษยชาติ ที่ผ่านมาเยือนโลกมนุษย์ แล้วจากไปด้วยจิตใจที่สงบเย็นไม่เป็นทุกข์หม่นหมอง

จงน้อมรับของขวัญอันเป็นอมตะที่พระพุทธองค์ได้ทรงประทานไว้เถิด จงใช้สอยของขวัญอันล้ำค่านี้ในการภาวนา เพื่อรักษาจิตให้พ้นจากกิเลสร้ายทั้งหลายมากล้ากราย มีจิตอันผ่องใส รู้ตื่น เบิกบาน ตามรอยบาทแห่งองค์พระบรมศาสดาชั่วกาลนานเทอญ



วัดพุทธออเรกอน เมืองเทินเนอร์ เซเล็ม มลรัฐออเรกอน

วันศุกร์ที่ 9 พฤศจิกายน 2555

เวลา 17.10 น.

ดร.พระมหาจรรยา สุทธิญาโณ

เจ้าอาวาสวัดพุทธปัญญาและวัดลอยฟ้า

[www.buddhapanya.org](http://www.buddhapanya.org) & [www.skytemple.org](http://www.skytemple.org)