

คำว่าอิ่มเดียวหลับเดียวนั้น มาจากพระพุทธพจน์ ที่ทรงให้ตัดความโลภ เพื่อให้ ชีวิตเป็นสุข ให้รู้จักคำว่าพอ เพราะมนุษย์เรานั้นจะกินได้มากเท่าใด ก็ไม่เกินอิ่มของตน พออิ่มแล้วก็เท่านั้นแหละ อะไรก็ไม่พิเศษอีกแล้ว การนอนก็เช่นกัน จะนอนนานแค่ไหนก็แค่นอนนอนของตัวเองเท่านั้น มนุษย์เรานั้นวนว่ายอยู่ทุกวันนี้ ก็เพราะไม่รู้จักอิ่ม ได้มาอิ่มแล้วก็ยังอยากได้อีก

พระราชดำรัสในหลวง “ชีวิตมนุษย์เรานี้ อิ่มเดียว หลับเดียวเท่านั้น”

อิ่มเดียว หลับเดียว ข้าพเจ้าจะนำท่านย้อนหลังกลับไปเมื่อ ๔๐ ปีที่แล้วมา ขณะที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงครองราชย์ใหม่ๆ ทรงโปรดการทรงภูษาเป็นสนับเฒ่าสั้น (กางเกงขาสั้น) ในยามดึก เวยยามรอบพระราชฐานที่ประทับ ต่างทำหน้าที่กัน ตามจุดต่างๆ ไม่มีบกพร่อง ไม่มีการละทิ้งหน้าที่ ไม่มีการหยอกล้อเฮฮา ส่งเสียงอึกทึกหรือเล่นหัวกัน เพราะต่างรู้หน้าที่ของตนว่ากำลังถวายอารักขาแลถวายความปลอดภัย แด่องค์พระประมุขของชาติ จอมคนของปวงชนชาวไทย แม้จะมีได้ทรงเสด็จออกมาทอดพระเนตร แต่ทุกคนก็รู้หน้าที่กันเป็นอย่างดี ยิ่งดึกอากาศยิ่งหนาว ลมพัดกรูเรียวเสียงน้ำค้างตก ใครจะนึกบ้างแล้วว่าพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวจะทรงเสด็จลงมา

ทรงพระราชดำเนินไปรเวท (เดินเล่น) บางครั้งทรงเสด็จพระราชดำเนินมาเจียบๆ แล้วก็มีการรำลึกทักทายแก่ทหารมหาดเล็กที่ถวายเวยยาม และนายทหารราชองครักษ์เวร ประจวบกับที่พี่ยาตลงชโลมดวงใจของผู้ที่ทำการเวยยามให้ได้ระลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณว่า

ทรงเป็นห่วงผู้ที่มาเวยยามด้วยความจงรักภักดี แม้เวลาจะดึกดื่นแล้วก็ยังคงอยู่ในหน้าที่ด้วยอาการสงบที่เป็นการถวายชีวิตเป็นราชพิธี... ตอนนั้น ทรงเสด็จพระราชดำเนินผ่านหน้าข้าพเจ้า ซึ่งกำลังหมอบกราบด้วยความเคารพอย่างสุดชีวิต ทรงหยุดพระราชดำเนินแล้วมีพระราชดำรัสเรียกชื่อของข้าพเจ้า

จากนั้นทรงพระราชดำรัสต่อไปว่า “ชีวิตมนุษย์เรานี้ อิ่มเดียวหลับเดียวเท่านั้น” ทรงเสด็จพระราช ดำเนินผ่านไปจนลับพระองค์

ข้าพเจ้าทบทวนพระราชดำรัสจนขึ้นใจ นึกไม่ออกว่าทรงหมายความว่าอย่างไร จนรุ่งเช้าออกเวยแล้วจึงได้กลับบ้าน อีกสองสามวันต่อมาได้มีโอกาสเข้าไปคุยธรรมะกับพระที่วัดเทพธิดา จึงได้เอ่ยถามท่านมหาผู้มีเบญญเป็นตีกิริว่า “ท่านมหาขอรับ

คำว่าอิ่มเดียวหลับเดียวนี หมายความว่า อย่างไรขอรับ”

พระราชดำรัสในหลวง “ชีวิตมนุษย์เรามี อิ่มเดียว หลับเดียวเท่า

เขียนโดย ม.ล.ชาญโชติ ชมพูนุท

วันเสาร์ที่ 02 กุมภาพันธ์ 2013 เวลา 00:00 น. - แก้ไขล่าสุด วันเสาร์ที่ 02 กุมภาพันธ์ 2013 เวลา 13:52 น.

ท่านมหาหมัดคิวแล้วอนถามผมด้วยความฉงนฉงาย ทำให้ผมยิ่งงงเข้าไปอีกว่า

“โยมเฉลิมศักดิ์ไปเอาค่านี้นี้มาจากไหนกันล่ะ” ข้าพเจ้ามิได้บอกท่านตรงๆ ในที่สุดท่านก็ได้ตอบปัญหาให้ผมได้เข้าใจอย่างแจ่มแจ้งว่า.....

โยมเฉลิมศักดิ์ค่านี้นะ ผู้ที่ได้กล่าวถึงนี้เป็นผู้มีความรู้ในพระพุทธพจน์อันมีความหมายยาวไพศาลยิ่ง เข้าใจได้ง่ายอีกด้วย คำว่าอิ่มเดียวหลับเดียวนั้น มาจากพระพุทธพจน์ ที่ทรงให้ตัดความโลภ เพื่อให้ ชีวิตเป็นสุข ให้รู้จักคำว่าพอ เพราะมนุษย์เรานั้นจะกินได้มากเท่าใด ก็ไม่เกินอิ่มของตน พออิ่มแล้วก็เท่านั้นแหละ อะไรก็ไม่พิเศษอีกแล้ว การนอนก็เช่นกัน จะนอนนานแค่ไหนก็แค่อิ่มนอนของตัวเองเท่านั้น มนุษย์เรานั้นรุ่มรวยอยู่ทุกวันนี้ ก็เพราะไม่รู้จักอิ่ม ได้มาอิ่มแล้วก็ยังอยากได้อีก

นอนอิ่มแล้วก็อยากนอนอีกอยาก ได้ให้มันมากขึ้นไปอีก ถ้าคนเรายึดในหลักว่าอิ่มเดียวหลับเดียว โลกก็จะเป็นสุข ไม่ต้องแก่งแย่งชิงดี และแสวงหาจนทำให้เดือดร้อนกันไปทั่ว คนเราเช่นโยม จะบริโภคอาหารอันอิ่มเอมโอชะสักเท่าใดก็อิ่มเดียว กินข้าวคลุก น้ำปลา หรือกินอาหารจีนรสเลิศขามละเป็นพันบาท ก็อิ่มเดียวแค่อิ่มเท่านั้น กินเข้าไปไม่ได้แล้ว จะนอนบนที่นอนยัดนุ่นรองด้วยสปริง อยู่ในห้องแอร์เย็นฉ่ำ นอนในสลัมหรือนอนในคุกหาสน์ ก็แค่นอนหลับอิ่มเดียวเท่านั้น เต็มอิ่มแล้วก็ต้องลุกขึ้นมา ชีวิตของมนุษย์ทุกคน ก็เท่าเทียมกันด้วยอิ่มเดียวและหลับเดียวนี่แหละ

ขอพระองค์ทรงพระเจริญยิ่งยืนนาน

พระราชดำรัสในหลวง “ชีวิตมนุษย์เรามี อิ่มเดียว หลับเดียวเท่านั้น

เขียนโดย ม.ล.ชาญโชติ ชมพูนุท

วันเสาร์ที่ 02 กุมภาพันธ์ 2013 เวลา 00:00 น. - แก้ไขล่าสุด วันเสาร์ที่ 02 กุมภาพันธ์ 2013 เวลา 13:52 น.

อ่านพบมาจากเฟซบุ๊กค่ะ ขอขอบพระคุณผู้นำมาโพสต์

บทความนี้คัดลอกมาจาก บันทึกของ "กัลยาณมิตรแห่งชีวิต ของคุณจริยา ไวศยารัตน์" ใน <http://www.gotoknow.org/posts/518206>

{jcomments on}