

หนังสือธรรมะเพื่อชีวิต

บุคคลหาได้ยาก 2 อย่าง

บุพพการี — ผู้ทำอุปการะก่อน
กตัญญูกตเวที — ผู้รู้อุปการะแล้ว และตอบแทน

พระพรหมญาณโกศล

กตัญญูหาได้ยาก กตัญญูหาได้ยาก

พระราชนิพนธ์

วัดป่าธรรมชาติ

Wat Padhammachart

บุคคลหาได้ยาก 2

1) บุพพการี

2) กตัญญูกตเวที

คำนำ

ในพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าตรัสถึง “บุคคลหาได้ยากในโลก” อยู่หลายประเภท และหนึ่งในหมวดธรรมที่กินใจมนุษย์ที่สุดก็คือ

บุคคลหาได้ยาก 2

1. บุพพการี — ผู้ทำอุปการะก่อน

2. กตัญญูกตเวที — ผู้รู้อุปการะที่เขาทำแล้ว และตอบแทนคุณ

ธรรม 2 ข้อนี้ เป็นรากฐานของความเป็น “มนุษย์ที่สมบูรณ์” เพราะถ้าโลกมีแต่คน “รับ” แต่ไม่มีคน “ให้” หรือมีแต่คน “ได้ประโยชน์” แต่ไม่ “เห็นคุณ” โลกก็จะค่อย ๆ แห้งแล้งทั้งน้ำใจ ความอบอุ่น และความดี ธรรม 2 ข้อนี้จึงไม่ใช่เรื่องเล็ก แต่เป็น หัวใจของครอบครัว สังคม ชาติ และพระศาสนา

1. ทำไมจึงเรียกว่า “บุคคลหาได้ยาก”

เพราะคนส่วนมากมักคิดถึง “สิทธิของตน” มากกว่า “คุณของผู้อื่น” มนุษย์โดยธรรมชาติมักนึกถึงว่า

- “ฉันขาดอะไร”
- “ฉันควรได้อะไร”
- “ใครควรทำอะไรให้ฉัน”

แต่ไม่ค่อยย้อนกลับมาถามว่า

- “ใครเคยทำอะไรให้ฉันบ้าง”
- “ฉันเป็นหนี้บุญคุณใครบ้าง”
- “ฉันควรตอบแทนใครบ้าง”

ดังนั้น...

- คนที่คิดช่วยเหลือผู้อื่นก่อน โดยไม่หวังผลตอบแทน = หายาก
- คนที่จำคุณคนและตอบแทนคุณเป็น หายากยิ่ง เพราะการจะเป็นคนเช่นนี้ ต้องอาศัยทั้ง
- ใจที่สูง
- ความไม่เห็นแก่ตัว
- สติ
- ปัญญา
- และความอ่อนโยนทางจิตใจ

คนจำนวนมาก อยากเป็นผู้รับ แต่ไม่ค่อยอยากเป็นผู้ให้ และคนจำนวนมาก ชอบรับความช่วยเหลือ แต่เมื่อชีวิตดีขึ้นแล้ว กลับลืมคนที่เคยพยุงตนขึ้นมา พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า สองคนนี้แหละ หาได้ยากในโลก

2. บุพพการี คืออะไร

ความหมาย

คำว่า บุพพการี แปลว่า ผู้ทำอุปการะก่อน ผู้ให้ก่อน ผู้ช่วยเหลือก่อน ผู้วางรากฐานให้ก่อน คือผู้ที่ยังไม่ทันมีใครมาขอ แต่เขาเห็นก่อน รู้ก่อน ช่วยก่อน เมตตา ก่อน เขาไม่ได้รอว่าอีกฝ่ายจะ “มีประโยชน์ตอบแทน” แต่เขาทำเพราะ

- เมตตา
 - หน้าที่
 - ความรับผิดชอบ
 - ความรัก
 - และความปรารถนาดี
-

ตัวอย่างของบุพพการี

บุพพการีที่ซัดที่สุดในชีวิตเรา คือ

1) พ่อแม่

พ่อแม่คือบุพพการีอันดับแรกของลูก

- ให้อะไรชีวิต
- เลี้ยงดู
- ปกป้อง
- อดทน
- เสียสละ
- สร้างอนาคตให้ลูก

ก่อนที่ลูกจะช่วยตัวเองได้ พ่อแม่ช่วยทุกอย่างมาก่อนแล้ว

2) ครูอาจารย์

ครูคือผู้ให้แสงสว่างทางปัญญา ก่อนที่เราจะยืนได้ด้วยความรู้ ครูได้ปลูกความรู้ ความคิด วินัย และแนวทางชีวิตให้ก่อน

3) พระพุทธเจ้าและพระอริยเจ้า

พระพุทธเจ้าทรงเป็นมหาบุพพการีของโลก เพราะพระองค์ทรงค้นพบทางพ้นทุกข์แล้วทรงนำมาบอกมนุษยทั้งโลก โดยไม่หวังสิ่งตอบแทน

4) ผู้มีพระคุณทั้งหลาย เช่น

- ญาติผู้ใหญ่
- ผู้ให้โอกาส
- ผู้เคยช่วยในยามลำบาก
- ผู้สนับสนุน
- ผู้ชี้ทางชีวิต

บางครั้ง คนที่เป็นบุพพการีของเรา อาจไม่ใช่คนที่อยู่กับเรานานที่สุด แต่เป็นคนที่ “ยื่นมือมาในวันที่เราจะล้ม”

ลักษณะของบุพพการี

ผู้เป็นบุพพการีมักมีลักษณะดังนี้

- มองเห็นความทุกข์ของผู้อื่น
- พร้อมช่วยโดยไม่ต้องถูกขอ
- ให้โดยไม่คำนวณผลกำไร
- เสียสละเวลา แรงกาย แรงใจ หรือทรัพย์
- ไม่ชอบทวงบุญคุณ
- ยินดีเห็นผู้อื่นเติบโต

นี่คือความงามของคน “ให้ก่อน”

3. กตัญญูกตเวที คืออะไร

ความหมาย

คำว่า กตัญญู แปลว่า รู้คุณ รู้ว่าใครเคยทำดีแก่ตน

คำว่า กตเวที แปลว่า ตอบแทนคุณ แสดงออกต่อคุณนั้นอย่างเหมาะสม

ดังนั้น กตัญญูกตเวที จึงหมายถึง ผู้รู้คุณ และตอบแทนคุณ ไม่ใช่แค่ “จำได้ในใจ” แต่ต้อง “แสดงออกในชีวิต”

กตัญญูไม่ใช่แค่พูดว่า “ขอบคุณ” หลายคนพูดคำว่า “ขอบคุณ” ได้ แต่ไม่ได้แปลว่าเป็นคนกตัญญูเสมอไป เพราะความกตัญญูแท้จริงต้องมี 2 ชั้น

ชั้นที่ 1 รู้คุณ คือรู้ว่า

- เราไม่ได้เติบโตมาด้วยตัวคนเดียว
- เรามีวันนี้ เพราะมีคนจำนวนมากช่วยกันสร้าง

ชั้นที่ 2 ตอบแทนคุณ คือทำสิ่งที่เหมาะสม เช่น

- ดูแล
- ช่วยเหลือ
- เคารพ
- ไม่ทำให้ผู้มีพระคุณเสียใจ
- สืบทอดสิ่งดีที่เขามอบให้

ดังนั้น “กตัญญู” ไม่ใช่แค่เรื่องอารมณ์ แต่เป็นเรื่องของ การกระทำ

4. ทำไมคนกตัญญูจึงหาได้ยาก

เพราะมนุษย์มีนิสัยลืมน้อยใน 3 เรื่อง

1) ลืมตอนที่ตัวเองเคยลำบาก เมื่อสบายแล้ว มักลืมวันที่เคยอ่อนแอ

2) ลืมคนที่เคยช่วย พอเข้มแข็งขึ้น ก็คิดว่า “ฉันทำได้เอง” ทั้งที่จริงแล้ว เคยมีคนคอยอุ้ม คอยประคอง

3) ลืมคุณ แต่จำโทษ บางคนจำได้ดีว่าใครเคยพูดไม่ดีใส่ตน แต่ลืมหมดว่าใครเคยเสียสละเพื่อเขา นี่จึงเป็นเหตุที่ คนกตัญญูแท้ ๆ หาได้ยาก เพราะการรู้คุณ ต้องอาศัย

- ใจละเอียด
- ความถ่อมตน
- ความซื่อตรงต่อความจริง
- และปัญญาเห็นความสัมพันธ์ของชีวิต

5. การมีหรือไม่มีธรรม 2 ข้อนี้ มีคุณ-โทษอย่างไร

(ก) ถ้ามี “บุพพการี”

คุณ

- โลกมีความอบอุ่น
- มีผู้ให้กำเนิดโอกาส
- เด็ก คนยากจน คนอ่อนแอ ได้รับการพุง
- สังคมไม่แข็งกระด้าง
- ความดีเกิดก่อนผลประโยชน์

บุพพการีคือ “ผู้จุดไฟแห่งความหวัง” ให้โลก

ถ้าไม่มีบุญพหการี

- คนจะอยู่แบบตัวใครตัวมัน
- ไม่มีใครอยากช่วยก่อน
- ทุกอย่างต้องแลกเปลี่ยนผลประโยชน์
- สังคมจะเย็นชา
- คนอ่อนแอจะถูกทิ้ง

โลกที่ไม่มีบุญพหการี คือ โลกที่คน “อยู่ร่วมกัน” แต่ไม่ “เกื้อกูลกัน”

(ข) ถ้ามี “กตัญญูกตเวที”

คุณ

- ความดีไม่สูญเปล่า
- ผู้ให้มีกำลังใจทำดีต่อ
- ความสัมพันธ์ยั่งยืน
- ครอบครัวมั่นคง
- ลูกหลานไม่เนรคุณ
- สังคมเต็มไปด้วยความเคารพและความอ่อนโยน

คนกตัญญู คือคนที่ “รักษาน้ำใจคน” และทำให้ความดีหมุนเวียนต่อไป

ถ้าไม่มีกตัญญู

- คนทำดีแล้วท้อใจ
- ผู้มีพระคุณเสียใจ
- ครอบครัวแตกร้าง
- คนเห็นแก่ตัวเพิ่มขึ้น
- สังคมขาดรากศีลธรรม

คนอกตัญญูอาจดูเก่งในสายตาโลก แต่ในทางธรรมถือว่า ใจยังหยาบ เพราะไม่เห็นแม่แต่รักแห่งชีวิตตนเอง

6. ความสัมพันธ์ของธรรม 2 ข้อนี้

ธรรม 2 ข้อนี้เหมือนวงจรแห่งความดี

- บุพพการี = ผู้เริ่มต้นให้
- กตัญญูกตเวที = ผู้รับแล้วไม่ลืม และตอบกลับด้วยความดี

ถ้าสังคมมีแต่บุพพการี แต่ไม่มีคนกตัญญู ให้ก็จะเหนื่อยและท้อ ถ้าสังคมมีแต่คนเรียกร้องความกตัญญู แต่ไม่เคยเป็นบุพพการี ก็จะกลายเป็นสังคมที่ “อยากได้ความเคารพ” แต่ไม่เคย “สร้างคุณ” ดังนั้น ชีวิตที่สมบูรณ์คือ เมื่อยังมีแรง จงเป็นบุพพการีแก่ผู้อื่น เมื่อได้รับคุณ จงเป็นกตัญญูกตเวที

7. ประโยชน์ของการปฏิบัติธรรม 2 ข้อนี้

ประโยชน์ในทางโลก

- 1) ทำให้เป็นคนน่ารัก น่าเคารพ คนกตัญญูและมีน้ำใจ เป็นคนที่ใคร ๆ ก็อยากคบ
 - 2) ทำให้ครอบครัวมั่นคง บ้านที่ลูกเห็นคุณพ่อแม่ บ้านที่พ่อแม่เสียสละเพื่อลูกคือบ้านที่มีรากฐานมั่นคง
 - 3) ทำให้สังคมน่าอยู่ ถ้าคนช่วยกันก่อน และรู้จักขอบคุณกัน สังคมจะอบอุ่นและไว้วางใจกันได้
 - 4) ทำให้เกิดเครือข่ายแห่งความดี คนที่ได้รับความช่วยเหลืออย่างมีความหมายมักจะอยากส่งต่อความดีนั้นไปยังคนอื่น
-

ประโยชน์ในทางธรรม

- 1) ลดความเห็นแก่ตัว การเป็นบุพพการี ทำให้ใจ “ให้” มากกว่า “เอา”
- 2) ลดอัตตาและความหลงตัว ความกตัญญูทำให้เรารู้ว่า “ฉันไม่ได้ยืนอยู่ได้ด้วยตัวเองเพียงลำพัง”
- 3) เป็นพื้นฐานของศีลและเมตตา คนรู้คุณ มักไม่กล้าทำร้ายคน คนให้ก่อน มักมีเมตตาในใจ

4) เป็นเหตุแห่งความเจริญ

ในพระพุทธศาสนา ความกตัญญูถือเป็นมงคลชีวิตอย่างยิ่ง ผู้รู้คุณคน ย่อมเจริญทั้งทางโลกและทางธรรม

5) เป็นเหตุให้ใจอ่อนโยน พร้อมต่อการปฏิบัติธรรม ใจที่รู้คุณและเสียสละ เป็นใจที่พร้อมต่อการภาวนา สมาธิ และปัญญา

8. วิธีปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

วิธีฝึกเป็น “บุพพการี”

- เห็นใครลำบากแล้วช่วยเท่าที่ช่วยได้
- ย่ามรอให้ทุกอย่างต้องมีผลตอบแทน
- เป็นผู้ให้ก่อนในเรื่องเล็ก ๆ
- ให้โอกาส ให้เวลา ให้กำลังใจ
- ใช้ความสามารถของตนเพื่อประโยชน์ผู้อื่น

วิธีฝึกเป็น “กตัญญูกตเวที”

- ระลึกถึงผู้มีพระคุณทุกวัน
 - ดูแลพ่อแม่ ครูอาจารย์ และผู้เคยช่วยเรา
 - ไม่ทำให้ท่านเสียใจ
 - ตอบแทนตามกำลัง
 - ถ้าตอบแทนไม่ได้ทั้งหมด อย่างน้อยอย่าลืมคุณ
 - สืบทอดความดีของผู้มีพระคุณ
-

9. สรุปบทบรรยาย

สรุปแล้ว...

บุพพการี คือ ผู้ให้ก่อน

กตัญญูกตเวที คือ ผู้รู้คุณและตอบแทนคุณ

สองคนนี้น่าได้ยาก เพราะคนส่วนใหญ่ชอบ “รับ” มากกว่า “ให้” และชอบ “เรียกร้อง” มากกว่า “ระลึกถึงคุณ”

แต่ถ้าชีวิตใดมีธรรม 2 ข้อนี้ ชีวิตนั้นจะงดงามอย่างยิ่ง

- เป็นลูกที่ดี
- เป็นศิษย์ที่ดี
- เป็นเพื่อนที่ดี
- เป็นผู้นำที่ดี
- เป็นชาวพุทธที่ดี
- และเป็นมนุษย์ที่น่ารักของโลก

ขอให้เราทุกคนฝึกตนให้เป็นทั้งสองอย่างนี้ เมื่อเรายังมีแรง จงเป็น
บุพพการีแก่คนอื่น เมื่อเราได้รับคุณ จงเป็นกตัญญูกตเวที เพราะนี่คือธรรมะที่ทำให้
ให้ คนงามขึ้น ครอบครัวดีขึ้น สังคมดีขึ้น และโลกน่าอยู่ขึ้น



เพลงไทย

ชื่อเพลง: “คนหายาก”

Verse 1

โลกนี้มีคนมากมาย
แต่คนที่ให้ใจก่อนนั้นมีไม่มาก
หลายคนอยากได้ความรัก
แต่อาจไม่คิดจะรักใครก่อนเลย
บางคนลืมวันอ่อนแอ
ลืมมือที่เคยประคองเราไว้
ลืมคนที่เคยเข้าใจ
ในวันที่ใจเรามีคมมน

Pre-Chorus

พระพุทธองค์ตรัสเตือนใจ
ให้เรารู้จักคนงามสองคน

คือผู้ให้ก่อนด้วยใจเปี่ยมล้น
และคนไม่ลืมพระคุณ

Chorus

บุพพการี... ผู้ให้ก่อน
สร้างชีวิต สร้างแรงใจ อบอุน
กตัญญู... ผู้ไม่ลืมพระคุณ
ตอบแทนความดีที่เคยได้รับมา
สองคนนี้... ช่างหายาก
แต่ถ้ามี โลกจะงามน่ายกย่อง
ให้ก่อน แล้วจำคุณไว้ทุกครา
นี้แหละธรรมชาติที่งดงาม

Verse 2

พ่อแม่คือผู้ให้ก่อน
อดทนทุกตอนแม้เหนื่อยเท่าไร
ครูคือแสงแห่งหัวใจ
ผู้จุดทางไปให้เราได้ดี
คนที่ยื่นมือวันลึ้ม
คนที่ช่วยยามเราหมดศักดิ์ศรี
อย่าปล่อยเวลาใจนี้
ให้ลืมความดีของใคร

Bridge

ถ้าโลกมีแต่ผู้รับ
แต่ไร้คนคอยเกื้อหนุน
ถ้ามีแต่คนลืมคุณ
โลกคงวุ่นและแห้งแล้งใจ
แต่ถ้าเรายังจำได้
ว่าใครเคยให้เรามา

เราจะส่งต่อเมตตา
ให้โลกนี้งดงามยิ่งขึ้น

Chorus (Final)

บุพพการี... ผู้ให้ก่อน
สร้างชีวิต สร้างแรงใจ อบอุน
กตัญญู... ผู้ไม่ลืมพระคุณ
ตอบแทนความดีที่เคยได้รับมา
สองคนนี้... ช่างหายาก
แต่ถ้ามี โลกจะงามน่ายกย่อง
ให้ก่อน แล้วจำคุณไว้ทุกครา
นี่แหละธรรมมาพาชีวิตงดงาม

Outro

เมื่อยังมีแรง... จงเป็นผู้ให้
เมื่อได้รับน้ำใจ... อย่าลืมพระคุณ
คนเช่นนี้... แม้จะหายากในโลกหมุน
แต่คือมนุษย์ที่งดงามที่สุดในใจคน