

ใจดี ใจสบาย

Delivery





“นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส”

ขออนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น
ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

โศกาทธรรมเนื่องในงานสวดมาติกา "อาม่าลัมสี่ แซ่ลัม"

ณ โอกาสต่อไป เราจะได้นำสรีระของโยมอาม่าลัมสี่ แซ่ลัม
ไปประชุมเพลิง ณ เมรุชั่วคราว ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมารามแห่งนี้



หลวงพ่อใหญ่และทางลูกหลานของอาม่า ก็ขออนุโมทนากับเจ้าอาวาส
ทั้งหมดจำนวน ๒๓ วัด ตลอดถึงญาติธรรมทุก ๆ คน

สิ่งที่สำคัญในชีวิตของเราทุกคนที่พระพุทธเจ้าท่านมีเมตตาตรัสโอวาท คำสั่งสอนเป็นครั้งสุดท้ายไว้ว่า "วาระสุดท้ายสังขารทั้งหลายทั้งปวง มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา อปฺปะมาเทนะ สัมปาทะ ท่านทั้งหลาย จงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด..."

พระพุทธเจ้าท่านเมตตาเราเป็นห่วงเรา กลัวเราทุก ๆ คนจะตั้งอยู่ในความประมาท เพราะส่วนใหญ่แล้วยังตั้งอยู่ในความประมาทอยู่ ด้วยเหตุผลต่าง ๆ นานา

ร่างกายของคนเราจะมีอายุขัยจำกัด ชีวิตนี้ถือว่าเป็นชีวิตที่ประเสริฐ ที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์เกิดมาเพื่อสร้างความคิด สร้างบารมี สร้างคุณธรรม

สมณะที่ ๑ ที่ ๒ ที่ ๓ ที่ ๔ นั้น พระพุทธเจ้าตรัสว่ามีอยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘ ในชีวิตประจำวันของเรา ทุก ๆ คนนั้นปฏิบัติได้เหมือน ๆ กันหมดทุกคน เพราะจิตใจนั้นมันเป็นอย่างเดียวกันหมดนะ สิ่งที่แตกต่างกัน อาจจะเป็นเพียงเพศหรือวัยตามที่พวกเรามาสมมุติแต่งตั้งกัน

การประพฤติกการปฏิบัติธรรมนั้น พระพุทธเจ้าท่านให้เราปฏิบัติที่ใจของเรา เพราะร่างกายนี้ก็เปรียบเสมือนรถยนต์คันหนึ่งแล้วแต่เจ้าของรถยนต์



จะเข้าไปที่ไหนจะให้เค้าหยุดหรือพักผ่อนนะขึ้นอยู่ที่เจ้าของ ใจนี้จึงเป็นเรื่องที่สำคัญ

การปฏิบัติใจนั้นเราปฏิบัติอย่างไร...?

พระพุทธเจ้าตรัสว่าเราต้องปรับใจเข้าหาศีลทั้ง ๕ เข้าหาศีลทั้ง ๘ เข้าหาศีลทั้ง ๑๐ เข้าหาศีลทั้ง ๒๒๗ นะ นี่เป็นเครื่องมือเป็นอุปกรณ์ที่จะให้เราได้รับจิตปรับใจเข้าหาธรรมะ เข้าหาความดี เข้าหาบารมีเข้าหาคุณธรรม

คนเรานะมันมีตัวมีตนมันทุกข์มาก เราารู้สึกว่าเราเป็นพ่อเป็นแม่เราก็ทุกข์ เราารู้สึกว่าเราเป็นผู้หญิงผู้ชายเราก็ทุกข์ เราารู้สึกว่าเป็นพระเป็นเณรเราก็ทุกข์นะ เพราะเราถูกเค้าแต่งตั้ง เค้าให้ตำแหน่ง มันมีความทุกข์นะเพราะเรามีอัตตามีตัวมีตน

พระพุทธเจ้าท่านถึงให้เรามาละสลักกายทิฐิ ละตัวละตน เพื่อจะคลายจากความยึดมั่นถือมั่น เราเห็นมัย..? เรามองดูนะเค้าแต่งตั้งให้เราพระเราต้องนั่งสงบนิ่ง ๆ เวลาเดินก็สงบเสถียร มันเกร็งนะ ถ้าเราเป็นผู้หญิงผู้ชายเราก็มีความเกร็งมีความเครียดนะเพราะเรามีอัตตาตัวตน เค้ามองเราว่าเราเป็นคนดีคนเก่งเราก็ทุกข์อย่างคนดีคนเก่งนะ เพราะเราแบกอัตตาตัวตน



ถ้าเรามองเราว่าเรายากจนเราไม่มีสติปัญญาเราก็ทุกข์อย่างคนจน แต่ว่าเรา
ไม่สวຍไม่หล่อเราก็ทุกข์เราก็เครียด เพราะเรามีอัตตาตัวตนนะ

การปฏิบัติตนก็คือการมาละสลักกายทิฐิ ละตัวละตน ต้องปรับใจ
เข้าหาศีล หาทรรรม เพราะตัวศีลตัวสมาธินั้นคือตัวธรรมะตัวธรรมชาติ
ตัวที่ไม่มีความโลภ ความโกรธความหลง เป็นความบริสุทธิ์ผุดผ่อง

คนเรานะที่เราพากันมีปัญหา ก็เพราะเราทำตามใจทำตามอารมณ์
เราคิดว่าจะแก้ปัญหา เราทุกคนต่างก็พากันสร้างปัญหากันด้วยการทำตามใจ
ตามอารมณ์นะ

พระพุทธเจ้าถึงให้เราตัดความโลภ ความโกรธ ความหลง
ตัดใจของเรา ตัดอารมณ์ของเรา เข้าหาศีลหาทรรรมเพื่อจะได้หมดปัญหา

สมาธิก็คือความสุขความดับทุกข์ทั้งกายทั้งใจ ถ้าเราไม่มีความโลภ
ความโกรธ ความหลง ใจของเราตั้งอยู่ในศีลในธรรมใจของเราถึงมีสมาธิ

ในชีวิตประจำวันของเราพระพุทธเจ้าให้เรามีความสุข
ในการมีสติสัมปชัญญะ มีความสุขกับการมีศีลมีธรรม มีความสุขในการทำงาน



ที่เป็นงานปราศจากโทษ ปราศจากการเบียดเบียน เราจะได้ทำความดี เราจะได้เสียสละ เราจะได้มาซึ่งทรัพย์และอริยทรัพย์โดยไม่มีโทษ ไม่มีภัย

วันหนึ่งนะเราทุกคนอยู่กับการงานเป็นส่วนใหญ่ ตั้งแต่เช้ากว่าจะนอนหลับก็หลายทุ่ม พระพุทธเจ้าถึงให้เรามีความสุขในการทำงาน ไม่ว่าการงานอะไรที่ไม่เป็นบาปนั้นนะ ถือว่าเป็นการงานที่เราจะได้เจริญสติสัมปชัญญะเราจะได้เสียสละ

พระพุทธเจ้าไม่ให้เราเน้นความสุขความสะดวกสบาย อยู่ดีกินดี อยู่ในห้องแอร์ มีรถมีเครื่องบินคันสวย ๆ ไม่ใช่อย่างนั้น

ทุก ๆ คนต้องมาแก้ที่จิตที่ใจ เพื่อให้ใจสงบใจมั่นเย็น เย็นยิ่งกว่าแอร์อีก ใจของเราถึงจะมีความสุข ใจของเราถึงจะมีกำลัง "เราเป็นตัวของธรรมชาติ ธรรมชาติเป็นตัวของเรา" เราจะได้เข้าถึงธรรมะคือตัวพระพุทธ พระธรรม พระอริยสงฆ์ มีพุทธโฆ เป็นผู้รู้ เป็นผู้ตื่น เป็นผู้เบิกบาน มีความสุข มีความดับทุกข์อยู่ตลอดเวลาตลอดกาลตลอดเวลา ไม่ว่าเราจะอยู่ที่ไหนทำอะไร

พระพุทธเจ้าท่านเมตตาให้พวกเราพากันปฏิบัติอย่างนี้



ณ โอกาสต่อไปก็ให้ทุกท่านทุกคนได้พากันทำใจให้สงบ น้อมบุญ
 น้อมกุศลมอบให้แก่อำมาลิมสี แซ่ลิ่ม ขออำมาจงได้ไปสู่สุคติคือสวรรค์
 มรรคผลนิพพาน ถ้ามีความทุกข์ก็ให้พ้นเสียจากทุกข์ ถ้ามีความสุข
 ขอให้มีความสุขยิ่ง ๆ ขึ้นไป และอำนวยการขอให้ทุกท่านทุกคนที่มีเมตตา
 ร่วมในงานครั้งนี้ จงได้พากันประพฤติปฏิบัติตามอริยมรรคขององค์สมเด็จพระ
 พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เข้าถึงพระนิพพานด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ...



พระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่องค์ตนลงพ้อกันนา สุภาโม เมตตานิให้น้ำมามรรยา
 ในงานสวดมาติกาณัฏฐกุล อำมาลิมสี แซ่ลิ่ม ม่วงวันอังคารที่ ๘ เมษายน พุทธศักราช ๒๕๕๗
 ณ วัดป่าภักดิ์วิทยธรรมาราม ต.จันทน์ อ.จันทน์ กิ่งกา จ.นครราชสีมา



โอกาสธรรมเนื่องในงานบำเพ็ญกุศลพิเศษ "อำมาลิมส์ แซลิม"

วันนี้เป็นโอกาสพิเศษ เป็นการบำเพ็ญบุญกุศลให้อำมาลิมส์ แซลิม โดยเป็นคุณแม่ของคุณโยมอนันต์ อำมาอายุ ๕๖ ปี ซึ่งได้ลาละสังขาร ในช่วงเช้าของวันที่ ๕ เวลาตี ๕ "เสาร์ที่ ๕" ถือว่าเป็นมงคล ถือว่าพิเศษ

อำมาเป็นคนดีมาก เป็นคนดีพิเศษ เป็นผู้ที่ตั้งมั่นในความดี เอาความดีเป็นที่ตั้งมั่น เอาความดีเป็นข้อประพฤติปฏิบัติ เป็นผู้มีใจสงบ ใจเย็น มีความสุข ความดีทุกข้ออยู่ทุกหนทุกแห่ง

อำมาเป็นคนพิเศษ มีลูกสาวและลูกชายสองคนซึ่งเป็นคนดีทั้งนั้น

โยมอนันต์ถือว่าเป็นผู้ที่มีบุญมีบารมี ได้คุณแม่บัวคำเป็นคู่บารมี...

คุณแม่บัวคำถือว่าเป็นบุคคลที่ดี ทุก ๆ คนจะต้องเอาเป็นตัวอย่าง ท่านมีความตั้งมั่นในพระรัตนตรัย มีความตั้งมั่นในการรักษาศีล ๕ ตั้งมั่นในการรักษาศีล ๘ ถือว่าเป็นคุณแม่ที่ประเสริฐ ลูกที่เกิดมาล้วนได้เป็นคนดี เพราะมีแม่บัวคำเป็นแบบพิมพ์เป็นตัวอย่าง ถ้าญาติโยมอยากรู้จักชาวพุทธ



ที่แท้จริง ที่เราจะเอาเป็นตัวอย่างได้ หลวงพ่อใหญ่ท่านบอกให้เราเอาคุณแม่บัว
คำเป็นแบบอย่าง คุณแม่บัวคำไม่เคยว่าไม่เคยตำหนิให้ใคร พุทเพราะ พุทสุภาพ
จิตใจสงบ ครอบครัวของโยมอนันต์จึงถือว่าเป็นครอบครัวที่มีบุญ เป็นครอบครัว
ที่ตั้งมั่นในคุณพระรัตนตรัยอย่างแท้จริง

โยมพี่สาวของโยมอนันต์ก็ดีมาก คีเสมอดันเสมอปลาย ส่วนน้องชาย
ก็ดีมาก คุณเลออุปัฏฐากอาม่า เป็นคนดี ใจดี จึงถือว่าอาม่าเป็นผู้มีบุญพิเศษ
ที่ได้สร้างบุคลการที่ดีเป็นแบบอย่าง



จึงเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้องค์พ่อแม่ครูอาจารย์ให้นำอาม่ามาบำเพ็ญกุศล พิเศษในที่นี้ โดยไม่เอาความสุขสบายของเรา เน้นบุญกุศลสู่อาม่า ให้สู่สุคติ สวรรค์ พระนิพพาน...

ชีวิตของเราเป็นชีวิตที่ประเสริฐ เป็นชีวิตที่เกิดมาสร้างบารมีโดยเฉพาะ เกิดมาเพื่อสร้างมรรคผลพระนิพพานโดยเฉพาะ เอาร่างกายนี้มาสร้างบารมี สร้างความดี

คนเราจะดูแลร่างกายเขาอย่างดี พักผ่อน ทานอาหาร ที่สุดแล้วก็ต้อง จากโลกนี้ไป ให้เราเน้นเรื่องจิตเรื่องใจเน้นคุณธรรมมาอันดับหนึ่ง เรื่องเศรษฐกิจ เรื่องทำมาหาเลี้ยงชีพมาอันดับสอง

พระพุทธเจ้าท่านให้เราเอาพระรัตนตรัยเป็นที่ตั้ง เอาศีลเอาธรรมเป็นที่ตั้ง อย่าไปเอาข้าวของเงินทอง ลาภ ยศ สรรเสริญเป็นที่ตั้ง เพราะสิ่งเหล่านั้น เป็นของไม่จีรังยั่งยืน



ทุก ๆ วันเราต้องนำเพณฺบาลมึคควบคู้กัการทํางาน

การงานทุกอย่างมุ่งเพื่อมรรคผลนิพพาน เพื่อไม่มีตัวไม่มีตน ไม่ใช่เพื่อ
ความโลภ ความโกรธ ความหลง การทํางานไม่ให้มาเผาใจเรา ทํางาน
เพื่อให้จิตใจเย็น มีสติ มีสัมปชัญญะ

เราก้าวแต่ละก้าวต้องมีสติสัมปชัญญะ ทํางานอะไรทุกอย่างต้องมี
สติสัมปชัญญะ

การงานต้องสงบร่มเย็น เย็นทั้งความคิด เย็นทั้งคำพูด

ทุก ๆ คนต้องเอาชนะใจตัวเองให้ได้ ชนะอารมณ์ตัวเองให้ได้
ด้วยการเจริญสติสัมปชัญญะ

คนเราทำตามใจจนเคยชินจนเป็นคนเจ้าอารมณ์ เวลาไม่ได้ดังใจ
มันเครียด มันแน่นหน้าอก เช่นเวลาทำคิดว่าดี แต่ถ้าเขาไม่ได้ทำตามเรา
เราก็เครียด ไม่สงบ นี่มันเผาเรา

หน้าที่ของเราต้องปฏิบัติธรรมให้ใจเย็น ไม่ให้โลกธรรมมาครอบงำ

ถ้าเราไปที่ไหนแล้วใจไม่สงบมันมีปัญหานั้น ถ้าใจสงบนะไม่มีปัญหา...



ถ้าเราไม่มีสติสัมปชัญญะยับยั้งจิตใจ เราต้องสร้างต้องทำขึ้นมา...

ไม่พูดผิด ไม่คิดผิด ไม่ทำผิด แม้จะตายก็จะไม่คิด ไม่พูด ไม่ทำ

เราจะเป็นพระ เป็นเณร เป็นชี เป็นโยมมันก็เผลอเราทั้งนั้นถ้าเราไม่รู้จักมัน

ทุกคนมีต้นทุนเท่ากันทั้งนั้น พระพุทธเจ้าท่านพาเราประพฤติปฏิบัติ

พระพุทธเจ้าท่านเพียบพร้อม เป็นพระมหากษัตริย์อยู่ในพระราชวัง
แต่ท่านก็ทิ้งทุกอย่างมาแก้เรื่องของจิตใจ จนท่านได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า

เราพากันคิดว่า ปัญหาเรื่องความไม่รวย ปัญหาเรื่องพ่อแม่ เรื่องลูก
เรื่องหลานหลานเป็นเรื่องที่ต้องจัดการ เป็นเรื่องที่ต้องแก้ไข เป็นปัญหาสำคัญ
แต่ปัญหาเหล่านั้นไม่สำคัญเท่าปัญหาในการแก้จิตแก้ไข คนเราเมืองเดิมไม่มี
กิเลสมันไม่พอ มันก็มีความสุข...

คนมีสตางค์น้อยแต่ใจสงบจิตใจมีความสุข คนมีสตางค์เป็นล้าน
มีความโลภมากไม่อึดไม่พอจิตใจมันก็มีความสุข

ทุกคนพากันวิ่ง ๆ ไป แล้วก็แก่ เจ็บ ตาย สุกท้ายเลยเป็นโมฆะบุรุษ
เป็นโมฆะสตรีไม่ได้อะไรเลย



เมื่อเรามีเพียบพร้อมพระพุทธรูปเจ้าท่านตรัสว่าอย่าได้พากันประมาท
อย่าได้พากันเพลิน ต้องสร้างสติสัมปชัญญะ ฝึกจิตใจให้แข็งแรง

เบื้องต้นให้เรากวดเราทน ถ้าไม่อดไม่ทน สมาธิมันเกิดไม่ได้ เราจะเป็น
คนพ่ายแพ้ เพราะเราไม่ได้อดได้ทน

ต้องอดทนไม่วิ่งไปตามอารมณ์ ตัวอดทนเป็นตัวธรรมะเป็นตัวธรรมชาติ
ที่ปราศจากตัวตน ปราศจากเราเขา

เราเอาตัวเรา เอาชีวิตเรา ที่เรากำหนดชีวิตประจำวันเป็นสนาม
ในการประพาศปฏิบัติธรรมะ เราจะไปคิดว่าเมื่อนั้นเมื่อนี้จะทำจะประพาศปฏิบัติ
นี้แสดงว่าเราเป็นคนที่อยู่ในความเพ้อฝัน จิตใจยังไม่รู้จักมันจะไปปฏิบัติที่ไหน?

เราอย่าไปคิดว่า เรามีบุญน้อย มีวาสนาน้อย ปฏิบัติไม่ได้ทำไม่ได้
อันนั้นมันเป็นความคิดเป็นอารมณ์ เพราะเราเอาอัตตาตัวตนเป็นที่ตั้ง

เป็นวิทยาศาสตร์ เพราะเรามีอัตตาตัวตนเยอะ เหตุผลเยอะ เพราะคนเรา
ถ้ามีตัวตนอยู่ที่ไหนมันก็ต้องมีทุกข์ที่นั่น มีตัวตนมันเครียดนะ



พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เรามีตัวตน ให้ละสัkkายทิณฺณิ ไม่ให้เราลบล้าง
ในการประพฤติปฏิบัติที่ดี ๆ คนเราต้องกล้า ต้องคม

เราไม่ต้องไปหาสถานที่ดี ๆ หาครูบาอาจารย์ดี ๆ ไปหาเท่าไร
ก็ไม่เจอ เพราะปัญหาทุกอย่างมันอยู่ที่เรา เรื่องพระศาสนาเป็นเรื่องแก้ไขตนเอง

สมาธิต้องแข็งแรงแข็งแกร่ง ปัญญาเกิดไม่ได้ถ้าจิตใจไม่แข็งแรง
"ข้ามภูเขาคือข้ามได้ทุกอย่างถ้าไม่อ่อนทนนไม่เข้มแข็ง..."

สัมมาสมาธิจึงเป็นข้อสุดท้ายแห่งมรรคมรรค ๘ เป็นข้อที่บังคับให้เรา
ตั้งมั่นในความดี

เราอย่าไปคิดว่าปฏิบัติธรรมมันจะเครียด มันจะทำให้เราไม่มีความสุข
"ทำความดีเราไม่เครียด เราทำความดีมีความสุข..."

การได้น้อมนำพระธรรมคำสั่งสอนแห่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
ที่องค์พ่อแม่ครูบาอาจารย์ให้มาบรรยายในวันนี้ก็พอเห็นสมควรแก่เวลา

ด้วยอานุภาพของพระพุทธเจ้า ด้วยอานุภาพของพระธรรม ด้วยอานุภาพ
ของพระอริยสงฆ์ จงเป็นเหตุเป็นปัจจัยน้อมเอาบุญเอากุศลส่งถึงอาม่าลิ้มสี่ แซ่ลิ้ม
หากมีความทุกข์ขอให้หายจากความทุกข์ เมื่อมีความสุขขอให้มีความสุขยิ่ง ๆ



ขึ้นไป และขออำนวยอวยชัยให้ญาติโยมทั้งหลายที่มาพร้อมร่วมนับบำเพ็ญบุญกุศล
ครั้งนี้ ตลอดจนญาติโยมที่ได้พากันมาถือศีลปฏิบัติธรรม จงมีความสุขกายสุขใจ
เข้าถึงพระนิพพานด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ...



พระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่องค์หลวงพ่อกันนาค สุริยาโม เมตตานิพนธ์นามบรรพชา
 ดำเนินจาริกที่ ๕ เมษายน พุทธศักราช ๒๕๕๗
 ณ วัดมหาโพธิ์ท้าวธรรมาราม ต.วังน้ อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา



จิตใจในสงม...

ให้ทุกท่านทุกคนฝึกใจให้สงบ... ให้ใจอยู่กับกาย ฝึกปล่อยวางเรื่องที่เป็นอดีต ปล่อยวางที่วิตกกังวลในเรื่องอนาคต พยายามให้ใจสงบอยู่กับปัจจุบัน ความสงบนี้มีความจำเป็นมาก เพราะว่าความสงบเป็นที่อยู่ที่อาศัยของใจ ถ้าใจเราไม่สงบมันเสียศูนย์ไปหมด สมเด็จพระพุทธทาสภิกขุตรัสไว้ว่า...
"ความสุขความดับทุกข์อันไหนก็สู้ความสงบไม่ได้ไม่มี"

เราฝึกหายใจเข้าสบายหายใจออกสบายทุก ๆ อิริยาบถ ใจของเราจะได้อยู่กับปัจจุบัน พระพุทธเจ้าท่านตรัสพุทธทาสภิกขุในโอวาทพระปาฏิโมกข์ไว้ว่า **"สัพพะปาปีสสะ อะกะระณัง"** คือการไม่ทำบาปทั้งปวง

คนเราต้องทำความดีตั้งแต่เช้าจนนอนหลับ ตื่นขึ้นก็ทำความดีต่อเสียสละต่อ ปฏิบัติอย่างนี้เขาเรียกว่าเป็นคนรักษาศีลเป็นผู้ปฏิบัติธรรม มีสมาธิอยู่กับการรักษาศีล สมาธิก็แปลว่าความสงบ ความสุข ความดับทุกข์ ความเย็นใจ ความสบายใจ **"ศีลกับสมาธิมันก็ต้องไปด้วยกัน..."**



ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ใจมีความสุข ใจเย็น ใจสบาย ปัญญาคือความฉลาดความเฉลียวรอบคอบ คิดได้คิดได้เก่ง เป็นคนมีเหตุมีผล แต่ปัญญานี้ก็ยังใช้งานไม่ได้ ถ้าไม่มีศีล ถ้าไม่มีสมาธิ ปัญญาเราจะได้ผล ไม่สามารถที่จะละกิเลสละตัวละตนได้

ต้องอาศัยศีลนะ คือความประพฤติดีปฏิบัติชอบ ต้องอาศัยสมาธินะ คือความตั้งมั่นหนักแน่นไม่หวั่นไหว ไม่อ่อนแอ ไม่โยกคลอน ทนต่อการท้าทาย ทนต่อการพิสูจน์

จิตใจที่สงบเป็นจิตใจที่มีพลังเป็นธรรมชาติ เป็นตัวของตัวเอง เป็นอิสระ เป็นจิตใจที่ความปรุ้งแต่งเข้ามาก่อกรวนไม่ได้

เราถึงจำเป็นต้องฝึกสมาธิให้เป็นธรรมชาติในชีวิตประจำวัน ให้ใจมีความสุข ให้ใจมันอยู่กับเนื้อกับตัว ไม่ให้จิตใจมันหลงโลกหลงอารมณ์ หลงสิ่งแวดล้อม

เป็นจิตใจที่ไม่ถูกอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม ไม่ว่าจะเป็นรูป เสียง กลิ่น รส ลาภ ยศ สรรเสริญในชีวิตประจำวันมันมาครอบงำ ถ้าเรามีสมาธิแล้ว เราจะแยกกันไปคนละเรื่อง



สิ่งภายนอกมันก็เป็นภายนอก กายมันก็เป็นกาย ใจมันก็เป็นใจ

มันจะสงบอยู่ เป็นสุขอยู่ คับทุกข์อยู่ เราต้องทำไปอย่างนี้ทำไปเรื่อย ๆ
ทำไปทุกวัน

เราทำงานก็ให้ใจเรามีความสุขกับการทำงาน เราทำกิจวัตรก็ให้ใจ
เรามีความสุขกับการทำกิจวัตรประจำวัน เราอย่าไปแยกว่า "การปฏิบัติธรรม
ก็อย่างหนึ่ง การทำงานก็อย่างหนึ่ง" ที่แท้มันเป็นอันเดียวกันมันจะแยกกันไม่ได้
เหมือนกับเรามีลมหายใจ เราอยู่ที่ไหนเราต้องหายใจ ถ้าเราปฏิบัติอย่างนี้
อินทรีย์ของเราก็จะแก่กล้า เราก็จะรู้ว่าเขาทำอย่างนี้เอง เขาปฏิบัติอย่างนี้เอง
คือการปฏิบัติธรรม



การปฏิบัติธรรมคือการเสียสละละตัวละตน การทำงานก็คือการเสียสละละตัวละตน ละความขี้เกียจขี้คร้าน ละความติดสุขติดสบาย ผลที่ได้รับก็คือ เราจะเป็นผู้ที่มีความสุขร่ำรวยด้วยโภคทรัพย์ แล้วก็ร่ำรวยด้วยคุณธรรม

ทำไปเรื่อย ๆ อย่าไปใจร้อน คนเรามันใจร้อน ทำอะไรนิดหน่อย ก็อยากได้มาก ปฏิบัตินิดหน่อยก็อยากได้บรรลุ ก็เลสมันเผาตัวเอง มันเผาทั้งที่ยังไม่ตาย เรียกว่ามันตกนรกทั้งเป็น ทั้งที่ยังไม่ตาย...

มันเผาตนเองยังไม่พอ มันเผาคนอื่น เผาพี่เผาน้อง สารพัดที่มันจะเผา เราไม่ต้องอยาก เราสร้างเหตุสร้างปัจจัยให้พร้อมให้เต็มที่ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท ที่จริงเราก็ไม่อยากจะประมาทแต่บางทีธาตุขันธ์ของเราไม่อำนวย เลยกลายเป็นคนประมาท

เราเป็นคนใจอ่อนจิตใจไม่เข้มแข็ง ไม่ตั้งมั่น ใจไม่มีสมาธิ มันเลยไม่มีกำลัง เราก็ต้องเข้มแข็ง ต้องหนักแน่น ต้องกล้าหาญ ต้องกล้าตัด

กล้าละ กล้าวาง เราต้องตาย คือตายจากความคิดอย่างนี้ อารมณ์อย่างนี้ ตายจากความยึดมั่นถือมั่นอย่างนี้ ถ้าเราไม่ตายเราก็ไม่ได้เปลี่ยนแปลงตัวเอง ไปในทางที่ดี ส่วนมากมันติด มันอาลัยอาวรณ์ มันไม่ยอมทิ้ง เพราะว่า สิ่งเหล่านี้มันสร้างบารมีมาด้วยกันนานแล้วมันไม่ยอมพลัดพรากจากกัน



เราจำเป็นต้องตัดต้องละต้องวาง เราต้องตัดสังโยชน์ ตัดสังสาร์วัฏ ด้วยความจำเป็น เพราะการเกิดทุกคราวเป็นทุกข์ร่ำไป การแก่ทุกคราวเป็นทุกข์ ร่ำไป การเจ็บทุกคราวเป็นทุกข์ร่ำไป การตายทุกคราวเป็นทุกข์ร่ำไป เป็นสิ่งที่น่าเบื่อ มันไม่มีอะไรนอกจากทุกข์เกิดขึ้นเท่านั้น ทุกข์เท่านั้นตั้งอยู่ ทุกข์เท่านั้นดับไป

การที่เรามาสงบระจับสังขารทั้งหลาย จะเป็นสุขอย่างยิ่ง

เรามีสมาธิมีความตั้งมั่น พระพุทธเจ้าท่านถึงหายใจเข้าก็สบาย หายใจออกก็สบาย มีปีติสุข เอกัคคตา ไม่วิ่งไปตามอารมณ์ ตามสังขาร ชื่อว่าความปรุ้งแต่มันเป็นทุกข์อย่างยิ่ง



ให้เรากลับมาที่ใจเรา มันเป็นเรื่องง่าย ปัญหาต่าง ๆ ในโลกนี้ มันมาจากที่ใจเรา เรื่องภายนอกมันไม่จบ เรามาทำปณิญาทำเรื่องคับทุกข์ ภายในจิตใจให้กับตัวเอง นี่แหละเป็นการปฏิบัติที่ถูกต้องถูกต้องตรง สมควร และเป็นบุคคลที่น่ากราบนำไหว้ เป็นบุคคลที่เกิดมามีประโยชน์ไม่สูญเปล่า เป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นบุคคลเช่นนี้น่าจะมีมาก ๆ จะได้นำความสงบ ความสุข ความร่มเย็นแก่ชาวโลก

ทุก ๆ คนที่เกิดโลกเดียวกันกับเรา การเห็นเราเป็นบุคคลเช่นนี้ เราต้องเปลี่ยนแปลงตัวเองด้วยการมีศีล สมาธิ ปัญญา จะได้เป็นผู้มีความสุข ความคับทุกข์สู่ตนเองที่ถาวร

นี่เป็นคำตรัสคำสอนของพระพุทธเจ้า...

เราฟังแล้วก็สบายใจ ฟังแล้วสบายใจยังไม่พอ เรายังต้องนำไปปฏิบัติ ให้เกิดความสบาย ไม่ว่าเราจะอยู่วัด อยู่บ้าน อยู่ทำงาน เราอยู่ที่ไหน เราก็ต้องประพฤติปฏิบัติ

ส่วนใหญ่เราจะอยู่ที่บ้าน อยู่ทำงาน อยู่ในสังคม สิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ไม่ว่าเราจะอยู่ที่ไหนเราก็ไม่ลืมการประพฤติปฏิบัติ



เราเป็นคนใจอ่อน พระพุทธเจ้าให้เรารักษาศีลให้ดี ๆ ให้จิตใจของเรา มีความสุขอยู่กับเนื้อกับตัว อยู่กับการรักษาศีล เพราะศีลเป็นเรื่องของจิตของใจ ที่จะละชั่วบำเพ็ญดี ทำจิตทำใจของเราให้สะอาดผ่องใส ถ้าไม่มีสิ่งต่าง ๆ ไม่มีโอกาสต่าง ๆ เราก็ไม่ได้รักษาศีล เราก็ไม่ได้ทำสมาธิ เราก็ไม่ได้ทำจิตใจให้สบาย

เราจะมาอยู่วัดเหมือนพระก็ไม่ได้ เรามาอยู่วัดได้เป็นบางครั้งบางคราว เราพยายามแก้ที่ตัวเรา ปัญหาต่าง ๆ มันอยู่ที่ตัวเราเอง ที่มันเกิดจากใจของเรา ถ้าอันไหนมันชอบก็ว่ามันดี ถ้าอันไหนมันไม่ชอบก็ว่ามันไม่ดี ใจเรานี้มันมี ปัญหา มันเจ้าปัญหา มันพยายามที่จะแก้แต่สิ่งภายนอก ไปปรับปรุงแต่สิ่งภายนอก พระพุทธเจ้าท่านให้แก้ที่จิตที่ใจของเรา ไปแก้ที่กายของเรา ไปแก้ที่วาจาของเรา สิ่งต่าง ๆ มันเกิดจากความเห็นแก่ตัวของเรา เกิดจากความประมาทความไม่รอบคอบของเรา บางทีเราได้รับการกระทำต่าง ๆ จากสิ่งแวดล้อมจากพ่อจากแม่จากเพื่อนจากฝูง จากสังคม สิ่งเหล่านั้นบางทีมันเป็นสิ่งที่ถูกต้องและสิ่งที่ไม่ถูกต้อง ทั้งผิดศีล ทั้งที่ยึดมันถือมันในอัตตาตัวตน เพื่อดำรงชีพดำรงชีวิต เพื่อเอาตัวรอดไม่ว่าจะด้วยวิธีใด



พระพุทธเจ้าสอนเราไม่ให้ทำบาปทั้งปวง ทำกุศลให้ถึงพร้อม ทั้งความคิด ทั้งกาย ทั้งใจ "สิ่งที่เก่า ๆ ที่ผ่านมาแล้วก็แล้วไป มันคิดมันก็นึก ไปแล้ว มันถูกมันก็ถูกไปแล้ว" ทุก ๆ คนทำได้ปฏิบัติได้ ไม่มีปัญหา ที่ปฏิบัติไม่ได้เพราะยังไม่ได้ปฏิบัติ

ในชีวิตประจำวันพระพุทธเจ้าให้เราเอาธรรมนำไปปฏิบัติเพื่อเป็น หลักการ เพื่อเป็นบรรทัดฐานจะได้ไม่มีความทุกข์ในจิตใจ "แต่ก่อน... มันทุกข์ทั้งทางกายทุกข์ทั้งทางใจ"

ที่นี่เราให้มันทุกข์แค่ทางกาย ให้ใจมันไม่มีทุกข์ ธรรมะคือความจริง เป็นสัจจะเป็นของที่มีอยู่แต่ถ้าเราไม่นำไปประพาศปฏิบัติ มันก็เท่ากับเป็นของไม่มี เป็นของว่างเปล่า "สิ่งที่เป็นความรู้ ถ้าเราไม่นำไปประพาศปฏิบัตินี้ ความรู้จะเจือจางเลือนลางไปในที่สุด"

เราจะต้องนำไปประพาศปฏิบัติให้มันเห็น ให้มันเป็น ให้มันเกิดประโยชน์ ตัวเองก็จะรับประโยชน์ คนอื่นก็จะได้รับประโยชน์

ส่วนใหญ่เราคิดว่าธรรมะมันสะดวกในการประพาศปฏิบัติเฉพาะอยู่ที่วัด อยู่ในที่เงียบสงบสงัด พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าเหมาะกับทุกหนทุกแห่งที่เราอยู่



ที่มันไม่เหมาะอยู่ที่ตัวเราเองที่ไม่นำไปประพฤติปฏิบัติ เป็นเพราะ
ความคิดความเห็นของเราเอง อาหารการรับประทาน เอาไปรับประทานอยู่ที่ไหน
มันก็เกิดประโยชน์ทั้งนั้น

การปฏิบัติของเรา พระพุทธเจ้าท่านให้เราปฏิบัติให้สม่ำเสมอ ไม่ว่าเรา
จะอยู่วัด เราจะอยู่บ้าน อยู่บ้านอยู่ทำงานต้องปฏิบัติให้สม่ำเสมอ



คนเรานั้นมันลืมตัวเอง เวลาไปเอาสิ่งแวดล้อมก็ไม่มีอะไรเหลือเลย
ตามไปหมด ไม่มีสติเลย ไม่มีสมาธิเลย หลงตัวเอง ลืมตัวเอง ที่มันเจอ
สิ่งแวดล้อม เราต้องปฏิบัติเราต้องทำใจ เราเกี่ยวข้องกับใครเราจะทำอย่างไร
เราจะพูดอย่างไร เราจะคิดอย่างไร เราต้องมีสติดี ๆ นะ



ทุก ๆ คนเขาก็ต้องการคนคืออยู่แล้ว เขาไม่ต้องการคนสวมหน้ากาก
เขาไม่ต้องการคนหลอกลวง พระพุทธเจ้าท่านให้เราเอาศีลเอาธรรมเป็นใหญ่

เราวัชรธรรมะ เราปฏิบัติธรรมะ เราอย่าเป็นคนพุดมาก เพราะคนพุดมาก
เป็นคนเมาธรรมะ

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าเราไม่ต้องพุดมาก ให้พุดในใจ ให้พุดกับตัวเอง
ให้เป็นคนสุขุม มีความสงบ ไม่หึงคำว่าอนิจจังในใจ ไม่หึงคำว่าอนัตตาในใจ
ไม่หึงความว่าเป็นทุกข์ ถ้าเราไม่ทำ ไม่ดี ไม่ถูกนะ

เวลาทำการทำงานคือการปฏิบัติธรรม

พระพุทธเจ้าท่านให้เรามีความสุขในการทำงาน ให้ใจเรามีสติกับเพื่อน
กับฝูงกับลูกน้อง ให้มีความสุขกับการทำงาน เราได้ความสุขกับการทำงานแล้ว
ยังไม่พอนะ ยังได้เงินได้ทองได้คุณธรรมอีก เรากลับบ้านขับรถกลับบ้านเราก็มี
ความสุขอยู่กับการขับรถกลับบ้าน ให้ใจอยู่กับการขับรถ

ขับรถบนถนนก็ไม่ใช่ว่ามีคนคนเดียวก็มีคนอื่น ขับแข่งกันไปกันมา
คนอื่นเขาขับรถแข่งหน้าแข่งหลังก็เป็นเรื่องธรรมดา ให้เราปรับที่จิตที่ใจของเรา
อย่าไปขับรถไปค่าเขาไป มันไม่ดีมันไม่ถูก "แทนที่จะได้ฝึกจิตฝึกใจ
กลับกลายเป็นคนขาดสติ..."



เวลาเรดคิดไฟแดงให้เรารู้จักคิด ให้เรารู้จักปรับจิตปรับใจ...

ให้คิดในใจว่าดีเหมือนกันจะได้พักผ่อนสมอง พักผ่อนสายตาสักครั้งนาที่ก็ยังดี "นักกีฬาเขายังมีการพักยก เราเป็นคนขับรถเราพักยกที่ไฟแดงก็ไม่เห็นเป็นไร..."

พยายามมีสติในการขับรถ เรามีสติอยู่แต่เพื่อนที่ขับรถบนถนนเขาอาจจะไม่มีสติ ต้องคิดเผื่อคนอื่นด้วย การขับรถหรือผิดพลาดในการใช้สติมันจะได้ไม่มีหรือมีน้อย

เมื่อเรากลับถึงบ้านเราก็ปฏิบัติธรรมที่บ้านเรา เรามีพ่อแม่แม่มีครอบครัว บ้านเราต้องเปรียบเสมือนเมืองสวรรค์ บ้านของเราต้องเปรียบเสมือนนิพพาน เรามีความสุขอยู่กับครอบครัว อยู่กับลูก ๆ หลาน ๆ ต่างคนก็ต่างให้ความรัก ความเมตตาให้ความอบอุ่นซึ่งกันและกัน คุณแลบ้าน คุณแลพ่อ คุณแลแม่ คุณแลลูกหลาน คุณแลความสะอาด ทุก ๆ คนต้องการความรักความเมตตา

ทุกท่านทุกคนต้องมอบความรักความเมตตาให้กับครอบครัวของเรา อย่าไปหาสวรรค์หาานิพพานไกลเกิน สวรรค์นิพพานอยู่ในใจอยู่ในครอบครัวของเรานั้นแหละ "ให้เรารู้จัก" เราอย่ามองไปไกลตัวเราเกินมันอยู่ที่ตัวเราเอง แล้วก็อยู่ที่รอบตัวเราเอง



ให้เราสงบ ให้เรามีความสุข ให้เรามีความพอใจ "คนรณะเมืองพอมันไม่มีนะ เราเผลเมื่อไหร่เปรตมันเข้าไปในหัวใจของเรา..."

คนเราถ้ารู้จักพอมันสงบ เราอยู่บ้านก็ได้หมกมุ่นอยู่กับโทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต ทั้งการบ้านการเมือง ให้มีสติให้มีปัญญากัน มันชอบเหลือเกิน ชอบยุ่งเรื่องคนอื่น ให้เรารู้จักไหว้พระสวดมนต์ นั่งสมาธิ ทำใจให้สงบ ที่ห้องนอนเรา หรือว่าที่ห้องพระในบ้านเรา เวลากราบก็ตั้งใจกราบ ให้มันเกิด ความสงบ เวลาสวดมนต์ก็ให้มันเกิดความสงบ เวลานั่งสมาธิก็ให้เราเกิด ความสงบ



เราไปทำการทำงานยุ่งเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ มันก็คิดมาก พระพุทธเจ้าท่านให้เราปล่อยเราวางหมดไม่เหลือ ให้เราอยู่กับลมหายใจเข้า ให้อยู่กับลมหายใจออกให้สบาย หรือจะท่องพุทโธ ๆ ก็ได้ หรือจะเอาสติมาปักไว้ในท้องก็ได้ ท้องยุบก็พักผ่อนคลาย ท้องพองก็พักผ่อนคลาย

ฝึกสติให้มันสงบ ให้มันนิ่ง ให้มันปล่อยมันวาง สิ่งต่าง ๆ ในชีวิต ก็ให้เราปล่อยมันไป ไม่มีอะไรจริงยั่งยืน ไม่ว่าความดีความชั่ว

ความไพเราะสวยงาม ล้วนแต่เป็นสิ่งที่ตระการใจ มันเป็นเรื่องที่ย้อมใจ มันเป็นนิมิตทางจิต ทางใจให้เรา มันมาปิดมาบังจิตใจของเรา

พระพุทธเจ้าให้เราเข้าถึงปัจจุบัน ให้อยู่ให้ว่าง อย่าให้มันสะสม หมักหมมอยู่ในใจของเรา

นิมิตใจความคิดความจำ มันเป็นกระบวนการที่จะเป็นภพเป็นชาติ ใ้เราก่อกรรมทำเวร ทั้งกรรมดีกรรมชั่ว ให้ทุกท่านทุกคนรู้ว่าพวกเรา และท่านนั้นกำลังประพฤติปฏิบัติกรรมในชีวิตประจำวัน เพื่อความเจริญ ความก้าวหน้าทางจิตใจ ไม่ใช่หลงอยู่ติดอยู่...

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า "ดูทั้งหลายจงมาดู โลกนี้อันสวยสดงดงาม คุจราขรต ทำให้คนทั้งหลายหลงอยู่ หมกมุ่นอยู่ แต่ผู้รู้หาคิดหาข้องอยู่ไม่..."



ถ้าเรามาคิดดูดี ๆ สิ่งเหล่านี้เองทำให้เกิดสติเกิดปัญญาที่จะพัฒนาตนเอง ถ้าไม่มีรูป เสียง กลิ่น รส ถ้าไม่มีลาภ ยศ สรรเสริญ เราจะเอาอะไรมาปฏิบัติ จิตใจของเรา สมมติว่าเราเป็นคนหูหนวก สมมติว่าเราเป็นคนตาบอดมันก็ไม่ดี ที่ว่าเราเป็นคนพิการพิการมันก็ไม่ดี...

หูหนวกตาบอดนี้ก็หมายถึงอยู่ในที่วิเวกไม่เห็นอะไรเลยมีแต่ความสงบ... เราจะไปคิดอย่างนั้นไม่ได้ เพราะเรามันมีปากมีท้องมีพ่อแม่ลูกหลาน มันต้องทำมาหากินประกอบอาชีพ ส่วนที่มันบกพร่อง ที่มันขาดไปก็คือ พวกเราพากันทิ้งศีลทิ้งธรรม ไม่พากันประพฤติปฏิบัติเลย แทนที่จะเอาศีล เอาธรรม เอาสติ เอาสมาธิ เอาปัญญา来帮助 กลับทิ้งไปหมดทิ้งไปเลย

เราจะไปโทษใคร... โทษสิ่งแวดล้อมโทษสังคม อย่างนี้ถือว่าเราไม่ให้ความยุติธรรม เราไปโทษแต่สิ่งภายนอก เรายังไม่ได้ปรับปรุงตัวเอง ให้เป็นนักปฏิบัติ

ทุกแห่งทุกสถานให้มีความสม่ำเสมอ... ในสถานที่เราอยู่ ที่เราไป ที่อาศัย ธรรมะนี้ช่วยเราได้ เราก็มีความสุข ผู้ที่เกี่ยวข้องกับเราก็มีความสุขหมด สถานการณ์มันเปลี่ยนแปลงเพราะตัวเรามันเปลี่ยนแปลง



พระพุทธรูปเจ้าท่านไม่ให้เราคิดว่า พุทว่า มันทำไม่ได้ มันพูดไม่ได้ มันก็จริงอยู่เพราะมันไม่ได้ทำ "มันไม่ได้ทำจะทำได้อย่างไร" ธรรมชาติมันเป็นสิ่งที่จะต้องปฏิบัติ ไม่ใช่เป็นสิ่งที่เราขอร้องได้

หวังว่าทุกท่านทุกคนจะได้นำคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่ว่าเราจะอยู่ที่ไหน อยู่วัด อยู่ทำงาน อยู่ที่บ้าน ชีวิตและการงานจะได้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไปด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ...



พระธรรมดาสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่องค์หลวงพ่อกันนา สุภาโม เปรียญในนามธรรมวง

เช้าวันพฤหัสบดี ๑๕ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๕๔



แสงสว่างนำทางชีวิต...

พวกเราทุกคนเป็นกลไกของสังคมของประเทศชาติ เป็นมือเป็นเท้า
ไว้ในหลวง เพื่อพัฒนาบ้านเมือง สังคมและประชาชนให้มีกิน มีใช้ อยู่ดี
อยู่สบาย...

การจะพัฒนาบ้านเมือง ต้องเริ่มพัฒนาที่คน...

ที่เขาให้เราเรียนหนังสือตั้งแต่อนุบาลจนถึงปริญญาเอก... จุดมุ่งหมาย
เพื่อให้เราทำงาน เป็นงาน ช่วยตนเองได้ ช่วยเหลือคนอื่นได้ เป็นคนดี
เป็นคนเก่ง เป็นคนมีคุณธรรม เป็นคนมีศาสนา

ศาสนาเป็นชื่อของความคิด ที่เรามาตั้งแต่เกิดจนเดี๋ยวนี้ชื่อว่า
"ศาสนา" ส่วนที่มีชื่อว่าพุทธ คริสต์ อิสลาม เป็นเพียงชื่อของความคิด

คนเราจะไม่มีศาสนาไม่ได้ แม้ว่าบางคนจะปฏิเสธว่าไม่มีศาสนา
เพราะว่าคนเราต้องมีความดี "ความดีนี้จะพาให้เรามีความสุข สังคมมีความสุข
ประเทศชาติมีความสุข"

ตอนนี้ประเทศไทยมีประชากร ๗๐ ล้านคน ๕๕ เปอร์เซ็นต์
เป็นคนยากจน หลายคนก็มาจากพ่อแม่ที่ลำบากยากจน



สาเหตุที่ประเทศไทยยากจนนั้นก็เพราะเรื่อง โกงเรื่องกิน...

คนที่โกงกินก็มีตั้งแต่ข้าราชการทุกหมู่เหล่า แม้แต่พระก็เอากับเค้าด้วย..!

การ โกงการกินในบ้านเรา กินทุกอย่าง ตั้งแต่ระดับบนจนถึงระดับล่าง กินงบประมาณสร้างถนนหนทาง หรือแม้แต่งบประมาณที่ไปช่วยคนพิการก็ยังกิน น้ำท่วม ฝนแล้ง ก็กินอีก การ โกงการกินในบ้านเรานี้ กินกันมาตั้งแต่ไหนแต่ไร โกงกินกันมาตั้งแต่ดึกดำบรรพ์ ที่ไม่โกงกินนี้หายาก กินกันจนเป็นขบวนการ ทั่วประเทศ ทั้งหมดที่เป็นอย่างนี้ก็เพราะความเห็นแก่ตัว

การศึกษาในบ้านเรามุ่งไปเพื่อให้คนเก่ง มุ่งให้ไปทำนาบนหลังคนอื่น

เช่นเด็กและเยาวชนหลายคนมีความตั้งใจว่า โตขึ้นมาจะเป็นหมอด้วย สาเหตุเพราะอาชีพหมอหาเงินง่าย อาชีพหมอเป็นอาชีพที่หากินกับคนใกล้ตาย...!

คนเก่งที่สุดคือคนที่เอาเปรียบคนอื่น ได้มากที่สุด...

โดยธรรมชาติการเรียนการศึกษานั้นดี แต่ที่มีปัญหา ก็เพราะเราไม่เอา ศีลธรรมเป็นหลัก "ถ้าการศึกษาไม่เอาศีลเอาธรรมเป็นหลัก สังคมก็จะลุกเป็นไฟ" สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้มันต่อเนื่องมาถึงเรา น้ำท่วม ฝนแล้ง ทุกอย่างมันเกี่ยวเนื่องกันหมด มันดึงตัวเราเข้าไปเป็นส่วนร่วมทั้งหมด

กลับเข้ามาที่ตัวของเรา... ในครอบครัวเราเป็นพ่อเป็นแม่ ได้ชื่อว่าเรา เป็นพระอรหันต์ประจำบ้าน นำความสุขความร่มเย็นมาสู่บ้านสู่ตระกูล



พระพุทธเจ้าท่านให้เราเป็นคนดีเป็นคนเสียสละ เป็นที่เคารพสักการะบูชา
ของคนอื่น "คนที่เป็่นพ่อเป็นแม่จึงต้องปฏิบัติตนให้เป็นปฐุนิยบุคคลให้ได้
ให้สมกับที่เป็นพระอรหันต์ประจำบ้าน..."

ถ้าใจของเราดี วาจาของเราดี การกระทำของเราดี ทุกอย่างก็ดีไปหมด
เพราะมันเป็นสัจธรรมของชีวิต

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้โทษสิ่งภายนอก เช่น คนนั้นเป็นอย่างนั้น
คนนี้เป็นอย่างนี้ ให้เราท่องไว้ในใจว่า "ถ้าใจเราดี ทุกอย่างดี เพราะมนุษย์
สำคัญที่ใจ..."

ถ้าเราจะไปแก้ไขปัญหาภายนอกมันจะเครียด เพราะวิทยาศาสตร์มันมี
เหตุผลมาก เมื่อเรามีความเครียดปัญญาเราก็ไม่มี เมตตาคตนเองก็ไม่เป็น
เมตตาคคนอื่นก็ไม่เป็น "ถ้าเราเครียดใจของเราก็มีทั้งยักษ์ ทั้งมาร เป็นสงคราม
ในระบบประสาท เป็นสงครามทางจิตใจ..."

การทำงานต้องมีความเสียสละ มีความสุขกับเพื่อน กับรุ่นพี่ รุ่นน้อง
ไม่ชิงดี ไม่ชิงเด่น ไม่เอาดีใส่ตัว เอาชั่วใส่คนอื่น "ทุกคนเป็นมือ เป็นเท้า
เป็นอะไหล่ของกันและกัน..."



ทุกคนต้องมีระเบียบวินัย ต้องเป็นคนมีระเบียบวินัย...

คนเราอยู่กันตั้งแต่สองคนขึ้นไปต้องมีระเบียบวินัย แม้แต่ตัวเอง ก็ต้องมีระเบียบวินัยทั้งทางการกระทำ คำพูด และความคิด อย่าไปทำอะไรสะเปะสะปะ อย่าไปพูดอะไรเอาสะใจเข้าว่า อย่าไปคิดมาก อย่าไปฟุ้งซ่าน เรื่องไม่จำเป็น อย่าเอาความคิด ทำอย่างนี้เขาเรียกว่าเป็นคนมีระเบียบวินัยทางความคิด "ยิ่งคนมีกิเลสมากต้องมีระเบียบวินัยมาก..."



ให้ทารกในสิ่งทีทุกต้องดีงาม ให้ทารกในระเมิงมกัณ

ให้ทารกในงตในตำแหน่งของผู้อื่น

ยศ ตำแหน่ง... เป็นเครื่องหมายของความรับผิดชอบ ทุกคนที่มียศ มีตำแหน่ง ให้คุตัวเองว่าตัวเองมีความดีหรือยัง ทั้งคำพูด การกระทำ และความคิด "ให้ละตัวตน ละยศ ลคมานะ ละทฤษฏี"

โลกนี้คือโรงละคร เขาสมมติให้เราเป็นนั่นเป็นนี่ เพื่อให้สะดวกในการทำคุณงามความดี ไม่ใช่มีไว้ให้เราเห็นแก่ตัว อย่าหลงยศ หลงตำแหน่ง ให้ปฏิบัติตัวเป็นคนกตัญญูกตเวทิต์ "พระพุทเจ้าท่านเป็นคนกตัญญูกตเวทิต์ ในหลวงท่านก็เป็นคนกตัญญูกตเวทิต์..."

ข้าราชการ รัฐวิสาหกิจ บริษัท ร้านค้าทุกหมู่เหล่าที่เรามาวัด ก็เพื่อปรับปรุงตัวเอง พัฒนาคตนเองให้เป็นคนดี เป็นคนกตัญญูกตเวทิต์ ภาพรวมของประเทศชาติจะได้ดีขึ้น

เมื่อศีลธรรมลดต่ำลง ปัญหาต่าง ๆ ย่อมเกิดขึ้น ยิ่งเป็นผู้หลักผู้ใหญ่ ยิ่งเป็นคนสำคัญด้วยแล้ว จะเข้าทำนองที่ว่า "ผู้ใหญ่กินใหญ่ ผู้กลางกินกลาง ผู้น้อยกินน้อย..."

มนุษย์เก่งในการพัฒนาเทคโนโลยี แต่มนุษย์ไม่ได้พัฒนาสายพันธุ์ตัวเอง ปล่อยให้ตัวเองตกต่ำไปเรื่อย ๆ...



อาชญากรรม โจรกรรมมากขึ้น มีการปล้น ฉกชิง วิ่งราว ตีดาเสพติด
ทั้งคิต ทั้งจำหน่าย แสดงว่าสายพันธุ์มนุษย์ขาดการพัฒนาพันธุกรรม

บ้านเมืองเราแต่ก่อน หมู่บ้านหมู่บ้านหนึ่งมีหลายร้อยหลังคาเรือน
มีคนกินเหล้าอยู่ไม่กี่บ้าน แต่เดี๋ยวนี้กินเป็นกันทั้งนั้น ตั้งแต่อายุสิบขวบขึ้นไป
ก็กินเป็นกันแล้ว

รถชนข้าวเปลือกเป็นรถอีแต๋น แต่รถชนเหล้าชนเบียร์เป็นรถเทเลอร์
คันใหญ่ ๆ คังนั้นคนที่ขายเหล้าขายเบียร์จึงเป็นคนที่รวยที่สุดในประเทศไทย
เพราะกู ๆ ภาพรวม ๆ แล้ว คนส่วนใหญ่กำลังตกอยู่ในอบายมุข

ถ้าใครยอมให้ตัวเองตกเป็นทาสของอบายมุขก็เหมือนตกนรกทั้งเป็น

อบายมุขมันคุกคามเชื่อมั่น คุกคามเป็นตัวตน คุกคามภาพของเราไป
"เรามารับกันใหม่โดยให้เริ่มจากตัวเรา..."

เราต้องรู้จักการทำสมาธิ...

หลักของการทำสมาธิ พระพุทธเจ้าท่านสอนให้กายกับใจมันอยู่ด้วยกัน
วิธีที่ง่ายคือ "อานาปานสติ"

ลมหายใจเป็นเพื่อนที่สำคัญ เป็นเพื่อนที่ดีที่สุดสำหรับเรา ให้เราฝึก
หายใจลึก ๆ ยาว ๆ ให้กายกับใจมันกลับมาอยู่ด้วยกัน



ถ้าจำเป็นต้องเกี่ยวข้องกับคนอื่น "กาย วาจา ใจ" ต้องอยู่พร้อมกัน

สมาธินั้นมีหลายระดับ ตั้งแต่สมาธิที่ใช้ในชีวิตประจำวันจนถึงขั้นที่จะ
เข้าถึงมรรคผลพระนิพพาน

ให้เราฝึกทำสมาธิให้มาก ๆ ฝึกจนจิตใจเป็นหนึ่ง จิตใจเป็นเอกัคคตา

การฝึกสมาธิต้องเริ่มจากสติสัมปชัญญะ ถึงเวลาเร็วก็เร็ว ถึงเวลาช้าก็ช้า
อย่าไปมัวแต่เดิม "ทำเร็วก็ได้ ทำช้าก็ได้..."

สมาธิคือความสงบ ความเย็น ใจมันจะเย็น จะสงบ มีความสุข

สมาธิคือบ้านหลังหนึ่ง ถ้าคนไม่มีสมาธิมันร้อน ยังไม่ตายก็ถูกเผาทั้งเป็น
กายหยาบ วาจาหยาบ ใจหยาบ เพราะขาดสมาธิ ปัญญามากเกินไป
ก็เผาตัวเอง

สมาธิคือเรื่องของตัวเอง ไม่ใช่เรื่องของคนอื่น ต้องฝึกสมาธิจนใจ
โกรธไม่เป็น ร้อนไม่เป็น

สมาธิคือการดับทุกข์ในปัจจุบัน

ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน แยกกันได้เฉพาะทฤษฎี

เราเก่งในการปลูกต้นไม้ แต่ถ้าเราไม่รักษา ต้นไม้ก็ไม่เติบโต
ถ้าเราเก่งแล้วมีความรู้แล้วไม่นำไปประพฤติปฏิบัติก็ไม่เกิดประโยชน์



ให้เราเกิดมาเพื่อเป็นผู้ให้ อย่าเป็นคนที่เกิดมาระราน โลกนี้...

ดวงอาทิตย์ให้ความสว่างกลางวัน แสงจันทร์ให้ความสว่างกลางคืน
แต่ไฟฟ้าให้แสงสว่างทั้งกลางวันและกลางคืน

ต่อไปให้ทุกท่านมีแสงสว่างในการทำความดี เพราะการทำความดีคือ
การให้แสงสว่างแก่จิตใจ **"ไฟฟ้านั้นให้แสงสว่างภายนอก แต่การทำความดี
ให้แสงสว่างภายใน ที่จะนำทางของเราไปตลอดกาล..."**



พระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่องค์หลวงพ่อกันนาค สุภาโมเมตธนาในนามมรรณวาง
วันพฤหัสบดีที่ ๒๒ มีนาคม พุทธศักราช ๒๕๕๕



“ศาสนา” พาโลกร่วมเย็น...

พระศาสนาเป็นสิ่งที่ทำให้โลกร่วมเย็น พุทธศาสนา คริสต์ศาสนา ฮินดูศาสนา อิสลามศาสนา ศาสนาต่าง ๆ ในโลกนี้เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้โลกร่วมเย็น

อย่างพระพุทธศาสนาที่เกิดขึ้นในโลกทำให้กุลบุตรลูกหลานได้บรรลุธรรมกันมากมาย พระพุทธศาสนาจึงยืนยงอยู่ได้นานตราบเท่าทุกวันนี้

อย่างพระเรา ญาติโยมพุทธบริษัทก็ได้พากันต่อยอดสืบทอดพระพุทธศาสนาไปเรื่อย ๆ อาศัยพระไตรปิฎก พระวินัยปิฎก พระสุตตันตปิฎก พระอภิธรรมปิฎก ก็มีกุลบุตรลูกหลานพากันบวชพากันบรรพชาอุปสมบทก็มีญาติโยมประชาชนรักษาศีล ๕ ศีล ๘ กันตลอด

แล้วก็มีเรานี้แหละ เป็นคนหนึ่งที่ได้อาศัยบุญของพระศาสนาของพระพุทธเจ้า ได้มาบวช ได้มาปฏิบัติในพุทธศาสนาเพื่อจะสร้างคุณงามความดี เพื่อจะสร้างบารมี เพื่อเข้าถึงมรรคผลนิพพาน



เรามาคำนวณดูบททวนคุณะ ว่าเราทำอย่างไรถึงจะเป็นพระที่ดีได้
ทำอย่างไรถึงจะเป็นสามเณรที่ดีได้ ถ้าเป็นคุณแม่ชี เป็นอุบาสกอุบาสิกา
ก็เป็นผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบได้ เพราะว่าความเป็นพระของเรา ความเป็นเณรของเรา
ความเป็นอุบาสกอุบาสิกาของเรานี้มันอยู่ที่ใจ...

เครื่องแบบไม่ว่าจะจีวร ไม่ว่าผ้าขาวที่เราพากันใส่ปฏิบัติธรรม
นี้เรามาคิดดูมันเป็นเพียงเครื่องแบบนะ มันใช้ได้เพียงแต่พระแต่งตั้ง สามเณร
แต่งตั้ง อุบาสกอุบาสิกาแต่งตั้งเท่านั้น มันไม่มีอะไรที่มากไปกว่านั้นเลย

ทุก ๆ คนในสังคมในประเทศเห็นสมควร มีความเห็นพร้อมเพรียงกันว่า
"สถาบันทางศาสนานี้มีประโยชน์นะ..."

ถ้าเรามุ่งแต่ทางวัตถุ มุ่งแต่เรื่องทำมาหากิน โลกนี้ก็จะร้อนเป็นไฟ...!

ความเป็นมนุษย์เป็นผู้ประเสริฐนะ แต่มันจะไม่เหลืออยู่ก็เพราะทุก ๆ คน
ไม่มีศาสนา ถ้ามนุษย์มีแต่ความเห็นแก่ตัว ชีวิตของมนุษย์ก็จะไม่แตกต่างจาก
สัตว์เดรัจฉาน

เมื่อสังคมประเทศชาติให้โอกาสเราทำความดี ให้เราดำรงชีพด้วยการ
เป็นบรรพชิตหรือนักบวช พระพุทธเจ้าท่านให้เราทำหน้าที่ของเรา ให้เรามาดู
เดินตามรอยพระพุทธเจ้า



เดินตามรอยของพระพุทธเจ้ามันเดินอย่างไร...?

เดินตามรอยของพระพุทธเจ้าคือ ปฏิบัติตามศีลทุกข้อ มันย่อยละเอียด เป็นพระวินัย พระวินัยข้อใหญ่ ข้อกลาง ข้อเล็ก ผู้ที่เดินตามรอยของพระพุทธเจ้า ต้องปฏิบัติตามศีลตามพระวินัยทุกข้อ ไม่มีข้อใดยกเว้น ไม่มีข้อแม้ใด ๆ ทั้งสิ้น จะมีบ้างเพียงเล็กน้อยสำหรับภิกษุ ผู้อาพาธและภิกษุบ้า เพราะว่าเป็นคนบ้า "ถ้าใครย่อหย่อนผ่อนปรนต่อพระวินัย ถือว่าไม่ได้เดินตามรอยของพระพุทธเจ้าที่แท้จริง"



พระพุทธศาสนาเป็นของประเสริฐ เป็นของสูง ถ้าใครปฏิบัติตามอย่างถูกต้อง อย่างละเอียด บุคคลนั้นย่อมเข้าถึงพระนิพพานได้ทุก ๆ คน

พระศาสนาได้สืบทอดกันมาตั้งสองพันกว่าปี บางคนก็ไม่ได้ศรัทธา เลื่อมใสอย่างแท้จริงนะ แต่เข้ามาบวชเพื่อเอาพุทธศาสนาเป็นที่ทำมาหากิน เป็นที่เลี้ยงชีพ เป็นที่ประกอบอาชีพ บางคนสุขภาพร่างกายไม่ดี ไม่สะดวกในการทำมาหากิน ก็พากันมาบวช บางคนคิดเล่ห์ตึกยา ก็มาบวชเพื่อหวังที่จะแก้ไขปรับปรุงตัวเองให้มันดีขึ้น

ที่พระพุทธเจ้าท่านทรงเมตตา คือ ให้ผู้ที่มีศรัทธาซึ่งเป็นผู้เห็นภัย ในวัฏฏสงสารได้เข้ามาบวชในพระพุทธศาสนา ผู้ที่มีความคิดอย่างนี้ เจตนาอย่างนี้ ได้ชื่อว่าเป็นผู้ที่ตรงต่อพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า

"ความคิดและเจตนาออกจากรนี้ ถือว่ายังไม่ตรงต่อพุทธประสงค์..."

การมาบวชมาปฏิบัติเป็นการปฏิบัติบูชา ไม่ใช่อามิสบูชา คือเอาตัวเองมาปฏิบัติ มาเสียสละ มายากลำบาก มาเสียสละทางวัตถุข้าวของเงินทอง มาทำตามพระพุทธเจ้า คุณตัวอย่างพระพุทธเจ้า ทำตามพระพุทธเจ้า



ถ้าเราเป็นพระ ถ้าเราไม่ละ ถ้าเรายังรับเงิน เรายังมีอะไรแบบโลก ๆ ที่เขามีกัน อย่างนี้ถือว่าไม่ถูกต้องตามพระธรรมวินัย ถึงเราจะว่าเราไม่มีอะไร เพราะใจของเราไม่มีอะไร เพราะใจของเราไม่ยึดไม่ถือ **“ถ้าเราคิดอย่างนี้ละ เราเ็นเองเป็นผู้ที่ทำลายพระศาสนา เพราะไม่ทำตามพระวินัยของพระพุทธเจ้า”**

สมัยครั้งพุทธกาล พระขอของจากคนที่ไม่ใช่ญาติไม่ใช่ปวรรณาไม่ได้ พระอริยสาวกก็พากันเคร่งครัด พระบาตรแตก จีวรชำรุด ถ้าไม่มีผ้าห่มก็ยังเอาใบไม้เอาเปลือกไม้มาพรางกาย



การเคารพเคารพในพระวินัย เมื่อสมัยพระพุทธเจ้าดำรงชีวิตอยู่ มั่นน่่าเคารพเลื่อมใส พระพุทธเจ้าก็มีเมตตาสงสารพระ ก็อนุญาตให้พระขอจีวรจากผู้ที่ไม่ใช่ญาติไม่ใช่ปวรรณาได้แต่ได้เพียงผืนเดียว เพื่อปิดอวัยวะที่น่าเกลียด เพื่อไม่ให้เป็นที่ขบถ



การเคารพการวาระในพระวินัยมันยอดเยี่ยมจริง ๆ มันเป็นสิ่งอัศจรรย์
น่าเคารพน่าเลื่อมใส

พระวินัยมันเลยเป็นสิ่งที่ศักดิ์สิทธิ์ มันนำทุกคนออกจากวัฏฏสงสารได้
เพราะเรามองๆ คนผู้ที่ปฏิบัติตามพระวินัยคือผู้ที่เดินตามทางสายกลางที่แท้จริง
ไม่ได้ทำตามความคิดความเห็นของตัวเอง เอาศีลเป็นที่ตั้ง เอาพระวินัยเป็นที่ตั้ง
"พระวินัยแต่ละข้อมันเป็นการละความเห็นแก่ตัว ละความมักง่าย..."

ที่เราคิดสุขคิดสบาย ความสะดวกสบายนั้นเป็นการสั่งสมกิเลส
สมดังคำตัดสินพระธรรมวินัยที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ***"กรรมเหล่าใดเป็นไป
เพื่อสะสมกิเลส กรรมเหล่านั้น ไม่ใช่คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า"***

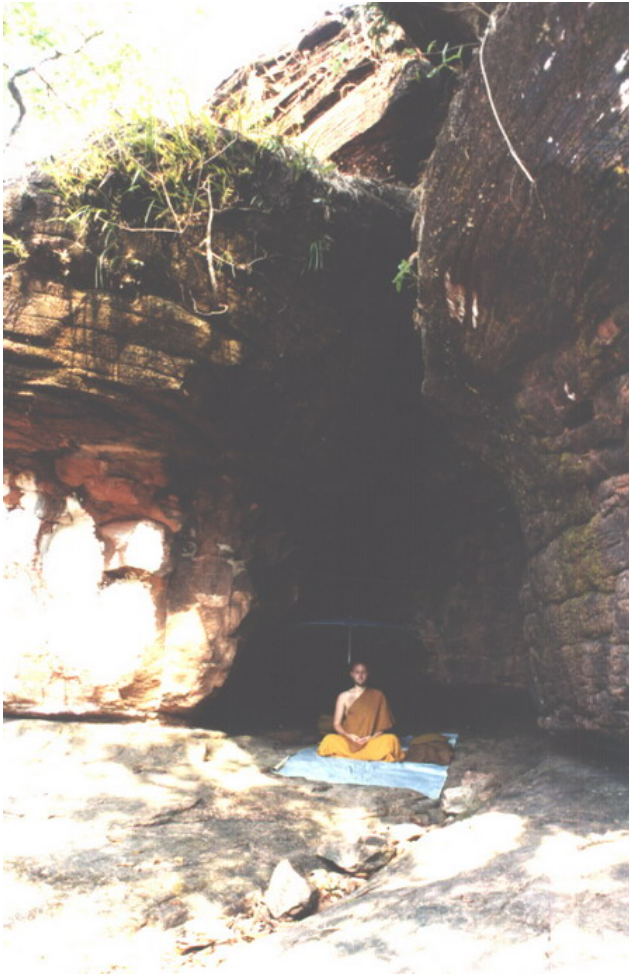
ผู้ที่ปฏิบัติตามพระวินัยจึงเป็นผู้ปฏิบัติตามทางสายกลาง เป็นผู้ปฏิบัติจริง
เป็นผู้ปฏิบัติแท้ เป็นพระจริง ไม่ใช่พระปลอม

ถ้าเราบวชมาปลงผมนั่งห่มจีวร แต่เราย่อหย่อนในพระวินัย พระพุทธเจ้า
ท่านถือว่าผู้นั้นเป็นพระปลอม บวชมาเพื่อเอาพระศาสนาบังหน้า ปลอมตัวมาเป็น
นักบวช เพื่อจะบริโภคน้ำใจ ๔ ที่ศรัทธาเขาเคารพนับถือเลื่อมใส



ถ้าเราย่อหย่อนในพระวินัย มันเป็นการทำลายพระศาสนา...

พระวินัยทุกข้อที่พระพุทธเจ้าท่านมีเมตตาสั่งสอนเรา เราต้องปฏิบัติตาม ด้วยความเคารพด้วยศรัทธา อย่าได้มีข้อแม้ใด ๆ ทั้งหมดทั้งสิ้น นั่นแหละคือ เดินตามรอยพระพุทธเจ้า



อานิสงส์แห่งการรักษาพระวินัย มันทำให้เราพ้นภัยได้...

ไม่ว่าภัยอะไรต่าง ๆ เราจะเป็นสมาธิโดยอัตโนมัติในตัวเลย เพราะพระวินัยนั้นเป็นข้อวัตรที่ตัดกิเลสที่หยาบ ๆ มันจะเป็นสมาธิโดยธรรมชาติเลย เพราะว่าสมาธิคือความตั้งมั่น ถ้าเรามีการปฏิบัติในศีลทุกข้อ คือความตั้งใจมั่น ถ้าใครเข้าใจในเรื่องศีลที่ถูกต้องแล้วปฏิบัติตาม บุคคลนั้นจะได้รับอานิสงส์คือจะได้มีสัมมาสมาธิไปในตัว เปรียบเสมือนยิงนกนัดเดียวได้ทั้ง ๓ ตัว คือได้ทั้ง "ศีล สมาธิ และปัญญา" มันเป็นกระบวนการที่นำเราไปสู่มรรคผลนิพพาน

ผู้ที่รักษาศีลได้ คือผู้ที่เสียสละละความเห็นแก่ตัว ผู้ที่ไม่มีตัวมีตน ถึงจะรักษาศีลได้ ผู้ที่จะเกิดสัมมาสมาธิก็คือผู้ที่ทำตามศีล คือผู้ที่ไม่มีความโลภ ความโกรธ ความหลง

สมาธิแปลว่าผู้ที่ปราศจากนิวรณ์ต่าง ๆ...

ผู้ที่เข้ามาบวชในพระศาสนา มันไม่ใช่รักษาศีลทำสมาธิเจริญปัญญาอย่างเดียว เพราะเราอยู่ในบ้านอยู่ในสังคม มันย่อมมีกิจกรรมทางพระศาสนาทั้งภายในวัดทั้งภายในบ้าน มันก็เป็นสิ่งที่ยากอยู่พอสมควรนะ มันไม่ใช่เรื่องง่าย ผู้ที่เข้ามาบวชต้องเป็นผู้ที่ขยัน เป็นผู้เสียสละ "ถ้าใครไม่ขยัน ไม่เสียสละ มันจะเป็นพระที่ตีไม่ได้"



พระพุทธเจ้าก็ตรัสไว้ว่า **"กรรมเหล่าใดเป็นไปเพื่อความเกียจคร้าน
กรรมเหล่านั้นไม่ใช่คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า"** พระพุทธเจ้าท่านเกียจคร้าน
ไม่เป็น พระอรหันตสาวกท่านก็เกียจคร้านไม่เป็น

ผู้ที่เข้ามาบวชต้องฝึกเป็นผู้ขยันอดทน เสียสละ ไม่เอาความสุข
ความสบายในเรื่องฉัน เรื่องนอน เรื่องพักผ่อน เรื่องคุย เรื่องเล่น
ต้องเอาความสุขกับการเสียสละ ขยันอดทน ต้องทำกิจวัตรทุกวัน ถ้าวันไหน
ไม่ทำกิจวัตร ถือว่าผิดศีลผิดพระวินัย

เราจะอยู่เฉย ๆ โดยไม่ทำกิจวัตรชั่ววัตรไม่ได้ พระทุกรูปต้องทำวัตร
สวดมนต์ ไหว้พระ ต้องทำความสะอาด **"ถ้าไม่ทำอย่างนี้ปฏิบัติอย่างนี้
เขาเรียกว่าเป็นพระผิดศีล"**

เราดูสำนักสายวัดป่า เขาจะมีข้อวัตรกิจวัตรเข้มแข็งกันพอสมควร
ถ้าครูบาอาจารย์ ประชานสงฆ์เข้มแข็ง วัดนั้น ๆ ก็มีศีลดี มีข้อวัตรปฏิบัติดี

บทสวดมนต์บททำวัตรเช้าวัตรเย็น พระทุกรูปต้องสวดให้ได้ต้องท่องให้ได้

บทสวดมนต์พุทธมนต์ต้องท่องให้ได้ บทสวดคถากรรม บทสวดมาติกา
ต้องสวดได้ บทให้พรไม่ต้องอาศัยใครก็สวดได้ เหมือนพระภิกษุปาฏิโมกข์นี่นะ
เขาสวดเดี่ยวอย่างนี้ได้



ผู้ที่บวชมาที่จะเป็นครูบาอาจารย์ ผู้ที่บวชไม่สึกต้องสวดได้ชัดเจน
ฉะฉาน บทให้สวดให้พรต้องท่องได้ ไม่กลัว ไม่สั่น ไม่สะทกสะท้าน ถ้าเราสวด
ไม่ได้เราต้องมีปัญหาแน่นอน พอเราบวชไปหลายปีเราต้องนั่งอยู่ข้างหน้า
"เราไม่ยอกนั่งข้างหน้าเราก็ตองนั่งเพราะเราบวชนาน..."

ผู้ที่บวชนานหรือสืบทอดต่อยอดพระศาสนาต้องท่องบทสวดมนต์
บทให้พรต่าง ๆ ให้มันได้ "ถ้าไม่อย่างนั้นอนาคตท่านมีปัญหาแน่นอน..."

ท่านอย่าไปคิดว่า "เราไม่อยากจะเจ้าอาวาส เราไม่อยากจะ
ประธานสงฆ์ เราไม่อยากจะใหญ่อยากดัง" ท่านอย่าไปคิดอย่างนั้น วันนี้ท่านจะ
หลับไปทุกวัน ๆ แต่ที่สวดแล้วท่านก็หลับไม่ได้ เพราะคนเราแก่ไปทุกวัน

พระพุทธเจ้าท่านถึงให้เราเป็นพระที่แท้จริง...

ถ้าเราไม่ปฏิบัติตามพระพุทธเจ้า เราเองก็เคารพตัวเองไม่ได้ คนอื่นก็มา
เคารพเราไม่ได้ มันเป็นความคิดเห็นที่ผิดพลาด เพราะเราเอาตัวตนเป็นใหญ่
เราไม่ได้เอาพระธรรมเป็นใหญ่ เราไม่ได้เดินสายกลาง

เรามาคิด ๆ ดู มาคำนวณดูนะ... ถ้าเราปฏิบัติคือปฏิบัติชอบเหมือนที่
พระพุทธเจ้าสอน มันเป็นเรื่องที่ดีมาก เป็นสิ่งที่ประเสริฐมาก ตัวเราเองก็เคารพ
ตัวเองได้ คนอื่นก็เคารพกราบไหว้เราได้และเป็นบุคคลที่ควรเคารพบูชา
ญาติโยมเขาจะถวายทานกับเราเขาก็ได้บุญได้กุศลมาก





ความดีมีนันทาร มีนันทารทั้งใน
 กัณหาภิรมย์ภิรมย์ภิรมย์ นั้นแหละคือการสร้างนันทารใน



ทุกคนน่าจะห่วงอนาคตของตัวเอง ว่าอนาคตตัวเองจะอยู่อย่างไร...?

การปฏิบัติตามรอยของพระพุทธเจ้านี้แหละคือการสร้างอนาคตที่งดงาม
มันเป็นความงามในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง งามในที่สุด ชีวิตของเรา
ในอนาคตมันสดใสแน่นอนนะ

อย่างเราเป็นอุบาสกอุบาสิกาที่มาอยู่วัด จะบวชเป็นชีพรามณ์หรือบวชชี
ปลงผมหรือเป็นตาผ้าขาว ก็ต้องปฏิบัติให้มันดีให้มันเยี่ยม ถ้าไม่อย่างนั้นตัวเรา
จะกราบไหว้ตัวเองไม่ได้ **"ตอนเราแก่เราเฒ่าใครจะมาดูแลเรา ถ้าเราเป็นคน
ไม่น่าเคารพบูชา...?"**

พระพุทธเจ้าท่านให้เราปฏิบัติให้มันขลัง ให้มันศักดิ์สิทธิ์ ต้องเปลี่ยน
พฤติกรรมตัวเองใหม่นะ

ใครรู้ว่าตัวเองมันยังไม่ดียังไม่ดีมาตราบฐาน ก็ให้ตั้งมั่นในศีล ในข้อวัตร
ปฏิบัติ ให้เสียสละไว้

เราอยากไปนิพพานมันก็ไปไม่ได้นะ ถ้าเราไม่ตั้งอกตั้งใจประพฤติปฏิบัติ
เราฆ่าแต่คุ้มฆ่าแต่อดไปเป็นวัน ๆ นะ อย่างนี้ไม่ได้ อย่างนี้ไม่ถูก

เราต้องตั้งมั่นในข้อวัตรปฏิบัติ อย่าไปสนใจออกข้างนอกเยอะ
ต้องกลับมาหาตัวเอง กลับมาหาปฏิบัติที่มันสม่ำเสมอ ปฏิบัติดี ๆ ตลอดกาลนะ



อย่าเป็นคนปฏิบัติตามอารมณ์ ปฏิบัติได้สักพักก็เบื่อ เบื่อก็หยุด "ไม่ได้..!"

สมาธิมันต้องอยู่เหนือความเบื่อ มันต้องข้ามความเบื่อ คนเราทำอะไรกำลังจะได้ดี มันชอบเบื่อ...

เราจะเป็นพระพเนจร เป็นพระที่ไปตามอารมณ์ "ไม่ได้...!" เป็นพระพเนจร เป็นแม่ชีพเนจรไม่ได้ จิตใจมันส่งออกไปข้างนอก มันไม่มีนิสัยของพระพุทธเจ้า ไม่มีนิสัยของพระอรหันต์ เอาแต่เที่ยวไปโน่นไปนี่ จิตใจมันไม่หนัก จิตใจมันไม่แน่น

คนเรานี้มันไม่ค่อยรู้ตัวนะ "โง่มีัย...?" ไม่รู้ว่าตัวเองมันเน่ามันเหม็น อยู่ข้างใน มันถึงระเบิดออกมาข้างนอก

ที่มันไม่อยู่เย็นเป็นสุข ที่มันเที่ยวแต่ข้างนอกเที่ยวต่างประเทศ เราอย่าไปคิดว่า เราเป็นพระเรตติ้งสูงเป็นพระอินเตอร์นะ ที่แท้แล้ว "เรากำลังเน่านะ..."

เราอย่าไปคิดว่าเราเป็นนักเผยแผ่กัณฑ์นะ เรานี้จะเป็นนักนอนแผ่ ทั้งนิสัยของพระพุทธเจ้า ทั้งนิสัยของพระอรหันต์ เป็นบุคคลที่ส่งใจไปภายนอก หลงโลก หลงอารมณ์



เราเป็นพระนี่นะ ถึงเราจะเทศน์ไม่เก่งสอนไม่เก่ง **"ไม่สำคัญไม่มีปัญหา"**
 เราช่วยพระศาสนาได้ด้วยการเป็นพระที่ดี เป็นพระที่เดินตามรอยพระพุทธเจ้า
**"การพูดการเทศน์การสอนเป็นร้อยครั้ง ก็สู้เป็นตัวอย่างที่ดีให้หมู่คณะ
 ให้ญาติโยมดูไม่ได้"**

พระพุทธเจ้าท่านให้เราพัฒนาตัวเอง พัฒนาทางจิตใจ ที่มันเป็น
 พระพเนจรไม่เดินตามรอยพระพุทธเจ้า มันถึงทำให้เรามีปัญหา เรามันชอบ
 พเนจรไปในทิศทั้ง ๔ สุดท้ายก็ได้เป็น **"ทิด"** กันเป็นแถว ๆ ตามบาปตามกรรม
 ที่ตัวเองทำไว้...

เพราะว่าความเผอเรอ ความประมาทในสิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ อนุโลมตาม
 ญาติตามโยม มีเจตนาดี มีความมุ่งหวังดี แต่ตั้งอยู่ในความประมาทมากเกินไป

พระพุทธเจ้าท่านมีเมตตาต่อเราทุกคน ก่อนที่ท่านจะเสด็จดับขันธ
 สู่ปรินิพพาน ก็ตรัสโอวาทครั้งสุดท้ายไว้ว่า **"สังฆารทั้งหลายทั้งปวงมันไม่เที่ยง
 ท่านจงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด"** นี่เป็นพระวาจาที่มีในครั้งสุดท้าย
 ของพระตถาคตเจ้า



พระเรานี้ก็แปลกนะ ปฏิบัติคือปฏิบัติชอบพอสมควร ญาติโยมเขานิมนต์
ไปที่โน่นที่นี่ ไปเมืองนอกเมืองนาก็พากันดีใจพอใจ "อืม ๆ กันนะ..."

พระพุทธเจ้าท่านให้ราระวังตัวดี ๆ เดี่ยวจะเป็นพระสังฆราช เดี่ยวจะเป็น
พระพนजर ลืมเนื้อลืมตัว ลืมการประพฤติปฏิบัติของตัวเอง ไม่ได้เอาพระธรรม
พระวินัยเป็นที่ตั้ง เอาญาติเอาโยมเป็นที่ตั้ง โยมเขาว่าอย่างไรก็เอาอย่างนั้น
"ใช่มั้ย...?"

ที่โยมเขามาหาพระมาที่วัดของเรานะ เขาไม่ได้มาคุวัดใหญ่ ๆ มาคุกุฏิ
ศาลาสวย ๆ นะ "เขาพากันมากุข้อวัตรปฏิบัติ"

กุฏิใหญ่ ๆ ศาลาใหญ่ ๆ มันสู้ญาติโยมเขาไม่ได้อยู่แล้ว ที่ญาติโยม
เขากันในในเมืองมันใหญ่อยู่แล้ว สูงตั้งหลายสิบชั้น

เขามากุข้อวัตรปฏิบัติ มาคุการกระทำการปฏิบัติสิ่งที่ประเสริฐ...
ว่าพระว่าอาจารย์วัดนี้ เขาปฏิบัติกันน่าเคารพน่ากราบไหว้เพียงใด "สมกับเป็น
ลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า สมกับเป็นลูกศิษย์ของครูบาอาจารย์หรือไม่...?"

เรามีเจตนาดี เราตั้งใจวชไม่สึก... พระพุทธเจ้าท่านให้เราสร้างเหตุ
สร้างปัจจัย ไม่ให้ย่อหย่อนอ่อนแอ ติดสุขติดสบาย ติดฟรีสไตล์



พระของเราถ้าไม่ปฏิบัติตามพระวินัยเขาเรียกว่าเป็น "พระบาป"

เมื่อมันบาปใจมันก็ป่วย ใจมันป่วยใจมันก็ผอมโซ ใจมันไม่มีกำลัง ไม่มีพลัง ใจมีโรคมีภัยเยอะ เพราะการประพฤติปฏิบัติธรรมนี้ ตัวเองมันรู้ตัวเองว่ามันกราบตัวเองไม่ได้ มันไหวตัวเองไม่ได้ มันกำลังเน่มาจากข้างในใจนั่นแหละ

การที่จะรักษาตัวเองให้หายป่วย ให้หายเจ็บทางใจ รักษาความเน่า ความเห่หมั่นในใจ พระพุทธเจ้าท่านให้เราพากันเดินตามทางสายกลางคือ **"ตั้งใจใหม่"** ให้เอาพระวินัยเป็นที่ตั้งให้ตั้งใจใหม่เหมือนกับพระบวชใหม่นี้แหละ

เราจะบวชนานก็จริง แต่ใจของเรามันก็ยังเป็น โยมเป็นฆราวาสอยู่ ใจของเรามันยังไม่ได้เป็นพระเลย

พระพุทธเจ้าท่านให้เราเมตตาตัวเอง สงสารตัวเอง อย่าทำร้ายตัวเอง ด้วยการฝึกศีล ฝึกวินัย ฝึกข้อวัตรปฏิบัติ

เมื่อท่านปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ เดินตามทางสายกลางที่พระพุทธเจ้าทรงสอน สถานการณ์ในใจของเรามันก็จะเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี มีพลังจิตพลังใจ คุณคงพญาช้างสารที่มันแข็งแรง ที่เรามาเป็น โรคทางจิตทางใจมันก็หายไปหมด ตามปฏิปทาตามเหตุตามปัจจัยที่เราปฏิบัติ



ความสุขความสบายมันเป็นสิ่งเสพติด ถ้าเราไม่รู้จักเขาก็จะทำให้การประพฤติปฏิบัติของเรา "เป่" เหมือนกัน ทำให้เป่เอียงไปเอียงมา

พระพุทธเจ้าท่านถึงให้เราตั้งอยู่ในความไม่ประมาทนะ สร้างความดี สร้างบารมีให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป ปฏิบัติความดีของเราต้องต่อเนื่องตลอดกาลไม่ให้ขาดสาย การสืบทอดต่อยอดพระศาสนาเป็นการส่งต่อกันไปเรื่อย "ถ้าไม่มีรูปแบบไม่มีตัวอย่าง สิ่งที่ดี ๆ ก็หมดไป"

เรามาบวชมาปฏิบัติ... พระพุทธเจ้าท่านให้เราสร้างประโยชน์ตนให้ถึงพร้อม และก็สร้างประโยชน์ผู้อื่นด้วยการเป็นตัวอย่าง

การสร้างบารมีในการทำความดีทุกคนต้องอดทน ต้องขยัน ต้องบำเพ็ญ ต้องสร้างเอง เคี้ยวนี้เราอาศัยบารมีของพระพุทธเจ้า เราอาศัยบารมีของพ่อแม่-ครูอาจารย์ที่ท่านปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ สำหรับบารมีตัวเราเองมันยังน้อยอยู่ มันยังไม่พอ

เราสังเกตครูบาอาจารย์ที่ดี ๆ ที่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ที่ท่านลาละสังขารส่วนใหญ่ไม่ค่อยจะมีลูกศิษย์ลูกหาปฏิบัติดี ๆ มีความเก่งมีความสามารถเหมือนกับครูบาอาจารย์



ตามเป็นจริงแล้วมันเลียนแบบกันได้ มันถอดแบบกันได้ เพราะว่ามีความ
ตัวอย่างให้ดู ให้เห็น ให้ได้ยิน ได้ฟัง ได้สัมผัส เราก็จับเอาแต่สิ่งที่ดี ๆ
เพื่อต่อยอดสืบทอดพระพุทธศาสนาให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป

“พระพุทธเจ้าท่านให้เราทุก ๆ คนกลับมาดูความบกพร่องของตัวเอง”

เมื่อมันเห็นความบกพร่องของตัวเอง ก็ให้เราแก้ไข พวกกันเดินตามทางสายกลาง

เราอย่าไปโทษญาติโยมเขา ว่าโยมไม่ใช่ออย่างโน้นไม่ใช่ออย่างนี้
โยมสมัยนี้ติดเหล้าอมแงม ส่ำสอนเจ้าชู้ ไม่สนใจเข้าวัด ไม่สนใจ
พระพุทธศาสนา "สาเหตุที่ญาติโยมเขาเป็นอย่างนั้นก็เพราะพระเรายังเป็น
ตัวอย่างได้ไม่ดี"

ที่เขาไม่เข้าวัดก็เพราะเขาไม่เลื่อมใสในตัวเรา ถ้าเขามีศรัทธาเลื่อมใส
เขาก็พากันมาทั้งวันเลย จนพระไม่มีเวลาพักผ่อน เพื่อจะมาราบมาไหว้
อยู่ตั้งไกลเขาก็ยังพากันมา เพราะความดีเป็นสิ่งที่หอมไกล เป็นสิ่งที่ทุกคน
ต้องการ

เห็นไหมตัวอย่างที่พระพุทธเจ้าท่านอุทิศขึ้นมาในโลก... ท่านอนาถะ-
บิณฑิกะเศรษฐีได้ยินว่าพระพุทธเจ้าเกิดขึ้นก็ดีใจ เกิดปีติจนสลบไป และได้ไป
กราบพระพุทธเจ้าฟังธรรมได้บรรลุธรรมเป็นพระโสดาบัน เป็นมหาอุบาสก
ได้สร้างวัดถวายพระพุทธเจ้ามีนามว่าเชตวัน



เราจะไปโทษคนอื่นว่าคนอื่น เป็นความไม่ยุติธรรมเลย ไม่ถูกต้อง...

เราต้องหันกลับมาหาตัวเอง ถึงแม้มันจะยากลำบาก พระพุทธเจ้าท่านก็ให้พวกเราพากันทำ

ชีวิตนี้มันประเสริฐอยู่ที่เราได้ปฏิบัติตามพระพุทธเจ้า ได้เดินตามทางสายกลางของพระพุทธเจ้า ความประเสริฐความเป็นสิริมงคลก็เกิดแก่เรา **"สุคติ"** มีความเป็นอยู่ด้วยความผาสุก มีพระนิพพานเป็นบ้านที่อยู่อาศัยด้วยกันทุกท่านทุกคน



ทุก ๆ วันนี้ พ่อแม่ครูบาอาจารย์ ท่านมองเห็นพระหลาย ๆ รูป แม่ชีหลาย ๆ คน ปฏิปทานั้นยังไม่ดีมันยังไม่ได้มาตรฐาน ท่านเป็นห่วงอนาคตว่าเขาแก่ไปมากกว่านี้ ชีวิตของเขาจะเป็นอย่างไร เพราะปฏิบัติเขาไม่ดีไม่ได้มาตรฐาน ใครเขาจะมาเคารพ ใครจะมานับถือ ใครจะมาอุปัฏฐาก อุปัถม์ เวลามีพ่อแม่ครูบาอาจารย์ให้ฟังบารมี ฟังโบบุญ ชีวิตของเขาต้องลำบากแน่...!

ให้ทุกคนกลับมาพิจารณาว่าตัวเองนั้นปฏิบัติตรงต่อคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้วหรือยัง..?

ท่านอย่าไปคิดว่าวัดในประเทศไทยมันมีเยอะ ไม่อยู่วัดนี้ก็ไปอยู่วัดนั้น วัดนี้ ยิ่งแก่ยิ่งเฒ่าก็ยิ่งลำบาก เพราะสาเหตุเราเป็นคนเห็นแก่ตัว เป็นคนขี้เกียจ ขี้คร้าน ติดสุขติดสบายนี้แหละ กรรมมันถึงได้ตามสนอง เพราะบาปมันมีจริง นรกมันมีจริง

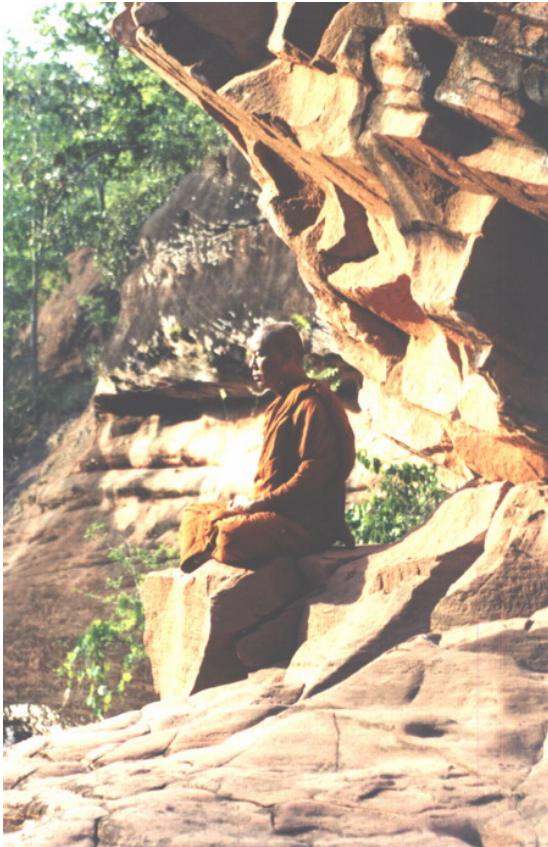
เราจะไปโทษคน โน้นคนนี้ว่าเขาไม่เคารพเลื่อมใสไม่ได้...

เพราะตัวเราเองทำตัวไม่น่าเคารพเลื่อมใส ผู้ที่เขา มีสติปัญญาจะเคารพนับถือใครเขาย่อมคู่ให้



เราจะปฏิบัติแบบปากกัศตีนดิบเอาตัวรอดไปวัน ๆ ไม่ได้ พุคประจบ
คนโน้น พุคประจบคนนี้ ความดีไม่มีก็สรรหาเรื่องราวต่าง ๆ มาอวดมากุญ
เพราะเราไม่มีความจริง

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าทุกคนไม่ต้องห่วงอนาคต ให้เดินตามศีล สมาธิ
ปัญญาอย่างเดียว ทุกอย่างจะดีเอง เป็นสิ่งที่แน่นอน ทุก ๆ คนเคารพนับถือหมด
ผู้ใหญ่ก็เคารพนับถือ ผู้น้อยขรราวาสนาติโยมก็เคารพนับถือนะ



วันนี้ครูบาอาจารย์ท่านมีเมตตาบอกเรา สอนเรา เตือนเรากลับเราจะคิดจะหลงอยู่ ให้เราตั้งใจพัฒนาตัวเอง ให้ทุกท่านทุกคนถือว่าพระพุทธเจ้าท่านชี้ชุมทรัพย์ให้แก่เรา ครูบาอาจารย์บอกสอนเราเตือนเรา ถ้าเราฟังหูซ้ายทะลุหูขวาอย่างนี้มันไม่ถูกนะ

ทุกท่านทุกคนเอามาคิดดูว่าตัวเราเองต้องปรับปรุงแก้ไขอะไร ที่ปฏิบัติอย่างนี้แหละ เราจะได้เข้าถึงมรรคผลนิพพาน เราจะไปนิพพานก็ต้องสร้างเหตุสร้างปัจจัย

เราอย่าไปพูดเรื่องพระนิพพานอยู่ไกล ๆ โน้น อยู่สูง ๆ โน้น ให้กลับมาหาศีลหาข้อวัตรปฏิบัติ นี่แหละคือหนทางไปสู่พระนิพพาน

ความขี้เกียจขี้คร้านนี่มันเป็นปัญหาใหญ่หลวง ทุกคนอย่าได้ไปสนใจกับความขี้เกียจขี้คร้าน **"ถ้าเราไปสนใจมันไปติคมัน ชีวิตของเราจะเจริญก้าวหน้าได้อย่างไร..."**

ที่มันมีปัญหาใหญ่เรื่องติดสุขติดขี้เกียจขี้คร้าน เราต้องเดินออกจากความสุข ความขี้เกียจขี้คร้าน ปรับตัวเองเข้าหาพระวินัยเข้าหาข้อวัตรปฏิบัติ เพราะเรามีข้อวัตรมีพระวินัยเป็นเครื่องฝึกในชั้นหยาบ ๆ **"อกทนเอา เสียสละเอา ถือนิสัยของพระพุทธเจ้าไว้..."**



ทำความดีสร้างปฏิบัติให้มันสม่ำเสมอ ก้าวไปข้างหน้าเรื่อย
อย่าถอยหลังนะ...

ถึงเราเดินช้าก็ไม่ใช่ไร มีความหนักแน่นด้วยสมาธิ คือความตั้งใจมันชอบ
ต้องตั้งใจจริง ๆ มันถึงจะได้ดี ไม่ใช่จด ๆ จ้อง ๆ รูป ๆ คลำ ๆ
เป็นการรูปคลำในสี่ลัทธิคัมภีร์ ในข้อวัตรข้อปฏิบัติ

พระพุทธเจ้าท่านให้เราตั้งใจนะ...

การตั้งใจในประเพณีปฏิบัติธรรมะอย่างเข้มข้นมันไม่ตายหรอก อย่างมาก
ก็เพียงนอน อุตุนเอา ถึงเวลาทำกิจวัตรต่าง ๆ ต้องปรับตัวเองเข้าหากิจวัตร
ต่าง ๆ อย่าได้มีข้อแม้ใด ๆ ทั้งสิ้น

ความดีนะ พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เรากลัวนะ **"ความดี"** ถ้าเรากลัว
ความดีเขาเรียกว่าเป็น **"คนบาป..."**

เราอย่าไปคิดว่าพอแล้วพอแล้ว แค่นี้ก็เหนื่อยมากแล้ว แค่นี้ก็ยากลำบากแล้ว
"ไม่รู้หรือเปล่าว่าสมาธิมันกำลังจะเกิด ปัญหามันกำลังจะเกิด อย่าท้อแท้"



การปฏิบัติมันต้องอยู่เหนือความเบื่อ เขาเรียกว่าสัมมาสมาธิ...

การปฏิบัติบูชามันลำบาก มันฉัดวันประกันพรุ่งเนอะ มันรอให้เวลาผ่านไป เขาตีระฆังแล้วมันก็ไม่อยากไป มันรอให้ถึงเวลาทำวัตรมันถึงไป อย่างนี้เป็นต้น "มันกลัวความคิ มันท้อใจ..."

การทำข้อวัตรปฏิบัติ คนที่มีกิเลสมันก็ไม่อยากทำ เหมือนนักโทษ มันไม่อยากเข้าแดนประหาร...

กิเลสมันคือนักโทษนะ มันก็ไม่อยากเข้าแดนประหาร มันก็ไม่อยากตาย กิเลสในใจของเราเนี่ย ผู้เป็นนายคุมนักโทษต้องเข้มแข็ง ชื่อตรงต่อเวลา ต้องควบคุมนักโทษสู่แดนประหาร

การประหารก็ได้แก่ นำเจ้าทมิฬมานะอัตตาตัวคนนี่แหละเข้าสู่ข้อวัตรปฏิบัติ ใช่มั้ย...?

เพื่อตัดสิ่งที่หยาบ ๆ ออกจากจิตใจของเรา รู้หรือเปล่าทุกท่านทุกคน กำลังพากันเป็นนักโทษ โทษเพราะท่านเกิดมานี่แหละ ต้องปราบนักโทษด้วยการ มาเดินทางสายกลาง อาศัยศีลอาศัยข้อวัตรปฏิบัติ อาศัยสัมมาสมาธิมาประพฤติ ปฏิบัตินะ



บุคคลคนหนึ่งที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองได้ มันต้องอาศัยศีลอาศัยข้อวัตร
ปฏิบัติมันถึงจะเปลี่ยนแปลงได้ ไม่ใช่อยู่เฉย ๆ มันจะเปลี่ยนแปลง

หวังว่าทุกท่านทุกคนจะได้ นำเอาพระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่องค์พ่อแม่ครูอาจารย์เมตตาฝากให้เราได้พากันประพฤติ
ปฏิบัติเพื่ออนาคตวันข้างหน้า ต่อยอดสืบทอดพระศาสนาด้วยกันทุกท่าน
ทุกคนเทอญ...



พระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่องค์หลวงพ่ออภัยภูธร ฝากไว้ให้พวกเราทุกคนได้ปฏิบัติตาม

เช้านี้ที่ ๑๖ พฤษภาคม พุทธศักราช ๒๕๕๕



เรามีพ่อแม่มีครอบครัว
บ้านเราต้องเปรียบเสมือนเมืองสวรรค์
บ้านของเราต้องเปรียบเสมือนนิพพาน
เรามีความสุขอยู่กับครอบครัว อยู่กับลูก ๆ หลาน ๆ
ต่างคนก็ต่างให้ความรักความเมตตาให้ความอบอุ่นซึ่งกันและกัน
ดูแลบ้าน ดูแลพ่อ ดูแลแม่ ดูแลลูกหลาน ดูแลความสะอาด
ทุก ๆ คนต้องการความรักความเมตตา

**ทุกท่านทุกคนต้อง
มอบความรักความเมตตาให้กับครอบครัวของเรา
อย่าไปหาสวรรค์หา นิพพาน ไกลเกิน
สวรรค์นิพพานอยู่ในใจอยู่ในครอบครัวของเรานั้นแหละ
ให้เรารู้จัก เราอย่ามองไปไกลตัวเราเกินมันอยู่ที่ตัวเราเอง
แล้วก็อยู่ที่รอบตัวเราเอง**

หลวงพ่อกัณหา สุขกาโม