

หลวงพ่อกันนา สุภาโม

ใจดี ใจสบาย

Delivery

การปฏิบัติธรรมเป็นความจำเป็นสำหรับเราทุก ๆ คน

การปฏิบัติธรรมเป็นความจำเป็นสำหรับเราทุก ๆ คน



การประพฤติปฏิบัติธรรมเป็นหน้าที่ เป็นความจำเป็นสำหรับเราทุก ๆ คน ไม่มีใครยกเว้น ทุกคนจะต้องปฏิบัติธรรม

ปฏิบัติธรรมนะเริ่มจากใจของเราเพื่อจะเข้าหาหนทางที่ประเสริฐ

สมาทานคิดแต่สิ่งที่ดี ๆ ระลึกถึงแต่สิ่งที่ดี ๆ พูดแต่สิ่งที่ดี ๆ ทำแต่สิ่งที่ดี ๆ ตามพุทธทาสภิกขุที่ตรัสว่า "การไม่ทำบาปทั้งปวง ทำบุญทำกุศลให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท..."

ทุก ๆ ท่านทุกคนนะต้องขยัน ต้องรับผิดชอบ ต้องอดทน มีความตั้งมั่นด้วยปฏิปทาที่สม่ำเสมอ มีสติมีสัมปชัญญะตลอดเวลา เพื่อให้เราเกิดความฉลาด เกิดความชำนาญ หรือเป็นผู้ที่เชี่ยวชาญในคุณงามความดี



สิ่งไหนมันเป็นบาป เป็นกรรม เป็นเวร เป็นอกุศลนั้น พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราคิด ไม่ให้เราพูด ไม่ให้เราทำ ต้องอดต้องทน ให้มีสติ ให้มีสัมปชัญญะ เพิ่มความละอายต่อบาป เพราะตัวละอายต่อบาปเกรงกลัวต่อบาปนี้คือภูมิคุ้มกันเพื่อจะไม่ให้เราคิดในสิ่งที่เป็นบาป พูดในสิ่งที่เป็นบาป กระทำในสิ่งที่เป็นบาปนะ

ความละอายต่อบาป ความเกรงกลัวต่อบาปนี้ เป็นสิ่งที่สำคัญมาก

สิ่งที่ล้มเหลวในชีวิตของเราเนาะ คือเป็นคนไม่ละอายต่อบาป ไม่เกรงกลัวต่อบาป กล้าคิด กล้าพูด กล้าทำในสิ่งที่เป็นบาป มันเป็นเรื่องที่ลิดรอนสิทธิความเป็นมนุษย์ของเรา พระพุทธเจ้าท่านถึงให้เราละอายต่อบาป เกรงกลัวต่อบาปนะ

พระอรหันตชีนาสพทั้งหลายเนาะ ท่านจะไม่คิด ไม่พูด ไม่ทำในสิ่งไหนที่เป็นบาป เป็นอกุศล ถือว่าท่านมีความละอายต่อบาป ความเกรงกลัวต่อบาปอย่างสมบูรณ์ เรียกว่าเป็นผู้มีสติสมบูรณ์เป็น "มหาสติ..."

สติสัมปชัญญะนี้เป็นสิ่งที่สำคัญมาก...

ถ้าเรามีสติมีสัมปชัญญะเราจะเป็นคนมีกำลังใจ มีความเชื่อมั่น
ในตัวเอง เป็นผู้ที่มีความสุข เป็นผู้ที่มีความดับทุกข์

ด้วยเหตุนี้เราทุกคนต้องฝึกมีสติมีสัมปชัญญะ ฝึกให้ใจอยู่กับเนื้อ
กับตัว อยู่กับหน้าที่การงาน

การทำงานของเรานี้... พระพุทธเจ้าให้เราทำงานด้วยความเสียสละ
เสียสละเต็มร้อยเปอร์เซ็นต์ไปเลย โดยไม่หวังอะไรตอบแทน...
"ไม่หวังในผลการเรียน ในผลการศึกษา ไม่หวังที่จะได้คะแนนดี
ไม่หวังในคำสรรเสริญเยินยอ แต่เราจะทำเพื่อเสียสละ"

เราปฏิบัติธรรมนี้เราเน้นเพื่อการเสียสละ เน้นเพื่อละความเห็นแก่ตัว

เราทำงาน เราเน้นความเสียสละ ละความเห็นแก่ตัว

เรามาบวช เรามาปฏิบัติธรรม เรามาเสียสละเพื่อละความเห็นแก่ตัว
เพื่อไม่มีตัวไม่มีตน เพื่อไม่มีใครที่จะได้บรรลुธรรมหรือได้รับผลของธรรม

พระพุทธเจ้าท่านให้เราฝึกใจของเราอย่างนี้ ถ้าเราทำอะไร
เพื่อผลตอบแทน สิ่งเหล่านี้ไม่มีเลยที่จะไม่เป็นโทษแก่จิตใจของเรา

ความดีมันก็ต้องมาทำร้ายใจของเรา สิ่งที่ไม่ดีมันก็ต้องมาทำร้าย
ใจของเรานะ

พระพุทธเจ้าถึงให้เราทำความดีโดยไม่หวังอะไรตอบแทน
ปัญญาก็จะเกิดแก่เราได้

ที่ตัวเรามันมีปัญหา คนอื่นมันมีปัญหาก็เพราะเรื่องผลประโยชน์
หรือสิ่งที่ตอบแทน มันไม่ได้เป็นไปเพื่อความสุขความดับทุกข์
มันมีอะไรแอบแฝง มีสิ่งที่แอบแฝง...

พระพุทธเจ้าถึงให้เราคิดอะไรเพื่อเสียสละ พุทธอะไรก็เพื่อเสียสละ
ทำอะไรก็เพื่อเสียสละ



คนเรานี้มันมีสักรายกิริยา มีความยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวเป็นตน
 เป็นผู้ชายผู้หญิง เป็นเด็ก เป็นหนุ่ม เป็นสาว เป็นคนกลาง คนเผ่าชรา
 ที่แท้จริงแล้วเราทุกคนไม่ได้เป็นอะไร มีความแก่ มีความเจ็บ มีความตาย
 ด้วยกันทั้งหมดทุกคนนะ

คนเรานะถ้าไม่ส่องกระจกดู เราก็ไม่รู้ว่าตัวเองเป็นผู้หญิงผู้ชาย
 เป็นเด็ก เป็นผู้ใหญ่ เป็นคนเผ่าไหนนะ เพราะจิตใจของคนนั้นมันว่าง
 มันเป็นประภัสสรนะ

ใจของเรามันไม่ได้เป็นเด็ก เป็นคนแก่ ไม่มีอะไร "มันว่าง...
 ถ้ามีเรา มันไม่ว่าง" เพราะเรามายึดมาถือ มาเอาตัวตนเป็นที่ตั้ง มาเอาวัตถุ
 เป็นที่ตั้ง เราถึงพากันมามีทุกข์ พากันมาเป็นทุกข์ "เรื่องทุกข์นั้นให้เป็น
 เรื่องทางกาย เรื่องทางใจนั้นพระพุทธเจ้าสอนเราไม่ให้มีทุกข์"

ทุกคนถึงพากันมาเสียสละ ทุกคนถึงมาละความเห็นแก่ตัว
 ทุกคนถึงพากันมาทำอะไรทุกอย่างโดยไม่ได้หวังผลตอบแทน

คนเรานั้น... พระพุทธเจ้าให้เรา มีเครื่องอยู่ด้วยการทำงาน
 ด้วยการเสียสละ

อย่างเราคนหนึ่งนี้แหละ การใช้ชีวิตเราก็ทำงานเพื่อเสียสละ
 ตั้งอยู่ในศีลในธรรม โดยไม่หวังอะไรตอบแทน เราก็จะมีความสุข
 ความดับทุกข์ตลอดไป ตลอดกาล

อย่างพระอย่างเณรก็มีการทำงานของพระของเณร คือเดินจงกรม นั่งสมาธิ ทำกิจวัตรต่าง ๆ โดยไม่หวังอะไรตอบแทนเลย ไม่หวังที่จะสงบ ไม่หวังที่จะบรรลุธรรม เดินจงกรมเพื่อเสียสละ นั่งสมาธิเพื่อไม่เอาอะไร เราเข้านิโรธสมาบัติหรือฌานสมาบัติก็เพื่อเสียสละ เพื่อไม่เอาอะไร ไม่มีอะไร ถ้าเราจะเอาจะได้อยู่มันต้องมีเรื่องแค้นมีความเครียดแน่

คนเราตั้งใจทำความเพียรเพื่อบรรลุธรรมไม่วันมันก็เครียด

ทำไมล่ะ...? เพราะเราทำผิดนะ

เราทำเพื่อจะเอา จะมี จะเป็น เราไม่ได้ปฏิบัติธรรมะ...

เราเอาความหลงเป็นที่ตั้ง มันไม่ได้เกิดจากปัญญานะ "เดี๋ยวก็เสื่อม" เพราะเราเอาความหลงเป็นที่ตั้ง

พระพุทธเจ้าสอนให้เราฉลาด ทำกุศลให้ถึงพร้อม จิตใจของเราให้มีปัญญา

บางคนอาจจะคิดว่า เมื่อเราไม่เอา ไม่มี ไม่เป็นเราจะทำไปเพื่ออะไร...?

ตอบว่า เราทำเพื่อพระนิพพานนะ เพื่อทำที่สุดแห่งกองทุกข์ เพื่อใจไม่มีทุกข์

ทุกคนเวลาเท่า ๆ กัน พระก็เท่ากันโยมก็เท่ากัน ๒๔ ชั่วโมงเท่ากัน
ทุกคนก็ต้องทำหน้าที่ เราต้องทำด้วยความเสียสละ ไม่หวังอะไรตอบแทน
ผลประโยชน์ที่ได้รับ ทุกคนก็ได้รับแน่นอนอยู่แล้ว

พระพุทธเจ้าตรัสว่า "เพราะสิ่งนี้มี สิ่งนี้มันถึงมี"

ทุกคนก็จะได้ทั้งทรัพย์ ได้ทั้งอริยทรัพย์ เราก็จะได้เป็นคนมีคุณภาพ
เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน เอาธรรมเป็นใหญ่ เอาธรรมเป็นที่ตั้ง เราไม่ไปเอา
ความโลภ ความโกรธ ความหลงเป็นที่ตั้ง ถ้าเอาความโลภความโกรธ
เป็นที่ตั้ง นรกก็เผาเราในชีวิตประจำวัน เรายังไม่ตายก็ตกนรกทั้งเป็นนะ
"ทุกคนนั้นถึงจำเป็นต้องปฏิบัติธรรมะ..."

ปฏิบัติธรรมะไม่ได้หมายความว่าต้องมาอยู่วัด ต้องมาเข้าคอร์ส...

ชีวิตประจำวันของเรานั้นนะ... ความคิด การกระทำ คำพูด
เพื่อเสียสละ ขยัน อดทน รับผิดชอบ

คนส่วนใหญ่ที่นั่นนะต้องการมรรคผลนิพพานแต่ไม่เสียสละ
ต้องการจะรวยแต่ไม่เสียสละ ไม่รับผิดชอบ สิ่งเหล่านั้นก็เป็นไปไม่ได้
เกิดขึ้นไม่ได้ เพราะว่าไม่มีเหตุ ไม่มีปัจจัยให้สิ่งเหล่านั้นเกิดได้

การประพฤติปฏิบัติธรรมนี้ก็ให้ทุกคนพากันเข้าใจแล้วจะได้นำไป
ประพฤติปฏิบัติ เพราะตามเป็นจริงแล้ว มนุษย์เราถ้าเข้าใจถ้าปฏิบัติตาม
พระพุทธเจ้านั้น ความทุกข์จะน้อยมากถึงกับไม่มีทุกข์ทางจิตใจเลย

ให้ทุกคนนั้นระลึกนึกถึงเสมอว่า เราเป็นผู้โชคดี เป็นผู้ประเสริฐ
ที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์สามารถสร้างสวรรค์สมบัติ นิพพานสมบัติให้กับตัวเอง
ได้ตลอดกาล

เราทุกคนปฏิบัติไป ๆ มันก็มีติดบอดนะ...!

ทำไมมันถึงมีติดบอด...? เพราะเราทำเพื่อจะเอา เพื่อบรรลุมรรคผล
นิพพาน เราปฏิบัติเพื่อจะให้มันร่ำรวย เราปฏิบัติไม่ได้ปฏิบัติเพื่อละเพื่อวาง
แล้วเราจะเป็นมีปัญญา หูตาสว่างได้อย่างไร...

พระพุทธเจ้าให้เราเข้าใจนะ... ไม่มีใครมาสมมติให้เราเป็นพระได้

พระโสดาบันไม่มีใครมาสมมติให้เราได้ พระสกิทาคามี พระอนาคามี
พระอรหันต์ ไม่มีใครมาสมมติให้เราได้ นอกจากเราพากันประพฤติปฏิบัติ
ตามอริยมรรคมีองค์ ๘ ตามที่กล่าวมานี้ซึ่งมีกับเราอยู่ทุกหนทุกแห่ง

ให้ถือว่าเราเป็นคนโชคดีที่ได้มาแก้ไขปรับปรุงปฏิบัติทาของตัวเอง
อย่าได้ปฏิบัติตามความเคยชิน พุดตามความเคยชิน คิดตามความเคยชิน

ทุก ๆ ท่านทุกคนนั้นต้องมีการประพุดติการปฏิบัติ เพื่อที่จะไม่ได้
ทำบาปทั้งปวง เพื่อจะทำกุศลให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท



เราฝึกอะไรสิ่งนั้นก็ชำนาญ

เราฝึกเป็นคุณครู... สิ่งที่เราเรียนมาแล้วก็นำไปสอนให้ชำนาญ

เราฝึกเป็นคุณหมอ... ให้เข้าใจแล้วไปปฏิบัติให้ชำนาญขึ้น

ทุกอย่าง... เพราะสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี ทุกคนไม่ปฏิบัติ สิ่งนี้จะมี
มันเป็นไปไม่ได้ ทุกคนถึงต้องปฏิบัติธรรมกันทุกคน

คำว่าปฏิบัติธรรมนี้ ปฏิบัติเพื่อเสียสละ

ให้ทุกท่านทุกคนพากันเข้าใจคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าที่ปราศจาก
ความโลภ ความโกรธ ความหลงด้วยประการทั้งปวง

ขออนุโมทนากับทุกท่านทุกคนที่เป็นผู้ประเสริฐ ที่ได้เกิดมา
เป็นมนุษย์ และได้ประพฤติปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า

ขออำนวยการให้ทุกคนจงเข้าถึงการประพฤติปฏิบัติ เข้าถึงมรรคผล
นิพพานด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ...

พระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่องค์หลวงพ่อกันนา สุริยาโม เมตตาให้นำมาบรรจุ

เข้าวันพุธที่ ๒ กรกฎาคม พุทธศักราช ๒๕๕๗

