

นางพ้อกัณนา สุภาโม

ใจดี ใจสบาย

Delivery

ฉบับการ์ตูน



“นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส”

ขออนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น
ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

สังขารขันธ...

พระพุทธรเจ้าท่านตรัสกับเราทุก ๆ คนว่า "ร่างกายของเราทุก ๆ ท่าน
ทุก ๆ คน มันเป็นของชั่วคราว อายุขัยส่วนใหญ่ไม่เกิน 100 ปี ในที่สุดแล้ว
ทุก ๆ คนก็สาละสังขารจากไป"

ทุกท่านทุกคนเกิดมาเป็นมนุษย์ถือว่าเป็นผู้มีบุญญาบารมี เป็นผู้มีประเสริฐ
ได้มีโอกาส ได้มีเวลามาสังสร้างบารมีให้กับตัวเราเอง

ร่างกายของเราก็เปรียบเสมือนยานพาหนะที่จะนำเราไปให้ถึงจุดหมาย
ปลายทาง คือความดับทุกข์ คือพระนิพพาน คือการหยุดเวียนว่ายตายเกิด

คนเราถ้าไม่หมดกิเลสไม่สิ้นอาสวะ มันยังมีการเวียนว่ายตายเกิดอยู่

พระพุทธรเจ้าท่านเป็นผู้เห็นภัยในวัฏฏะสงสาร ว่าการเวียนว่ายตายเกิดนี้
มันเป็นทุกข์อยู่รำไป ถึงจะเป็นคนรวยก็ทุกข์อย่างคนรวย ถึงจะเป็นคนจนก็ทุกข์
อย่างคนจน ผู้ที่จะไม่มีความทุกข์เลยไม่มีนะ มันมีแต่ทุกข์เกิดขึ้น มีแต่ทุกข์ตั้งอยู่
แล้วทุกข์ก็ดับไป ความทุกข์มันเผาใจตนเอง มันเผาใจคนอื่นตลอดเวลา คนที่ไม่มี
ทุกข์มีแต่พระพุทธรเจ้ามีแต่พระอรหันต์

พระพุทธเจ้าท่านมีทุกข์แต่ทางกายแต่ใจท่านไม่มีทุกข์

เราทุก ๆ คนมีทุกข์ทั้งทางกายและทุกข์ทั้งทางใจ ที่ว่าเรามีความสุขนี้มันไม่จริง มันเป็นความหลงมันเป็นความเพสิดเพสิด มันเป็นการบรรเทาทุกข์ด้วยการเปลี่ยนอิริยาบถต่าง ๆ เมื่อเรานั่งนานเราก็เป็นทุกข์ เรานอนนาน ๆ เราก็เป็นทุกข์ เราทำอะไรต่าง ๆ นาน ๆ มันก็ทุกข์ เราได้อาศัยการพลัดเปลี่ยนอิริยาบถเพื่อบรรเทาทุกข์เท่านั้น เราพยายามกลบเกลื่อนด้วยการดื่มด้วยการบริโภคของมีเมาต่าง ๆ นาน ๆ เพื่อกลบเกลื่อนทุกข์ พยายามหารูปสวย ๆ เสียงเพราะ ๆ มาฟังมาดู แล้วทุกสิ่งทุกอย่างมันก็ค่อยเปลี่ยนแปลงไปร่างกายของเรามันก็เปลี่ยนแปลงไป



พระพุทธรเจ้าท่านถึงตรัสบอกพวกเราทุก ๆ ว่า “สุกทั้งหลายจงมาดูแลโลกนี้
อันวิจิตรตระการตาดุจราชรถ ที่คนเขลาพากันลุ่มหลงหมกมุ่นอยู่ แต่ผู้รู้หาข้อ
อยู่ไม่” สุกทั้งหลายก็ได้แก่ตัวเราทุก ๆ คนที่พากันได้เกิดมาในโลกใบนี้

พระพุทธรเจ้าท่านให้เราทุก ๆ คนหันกลับมาดูตัวเอง มาเมตตาตนเอง
ส่วนใหญ่เราไปสลดสังเวชสงสารคนที่เขายากจน คนที่เขาพิกลพิการ
ประสบอุทกภัยต่าง ๆ ไปสงสารเขา อันนี้ก็เป็นสิ่งที่ดีนะ ความรักความเมตตา
ความสงสาร แต่มันยังไม่ดีเท่ากับเราเมตตาตนเอง สงสารตนเอง

สงสารตนเองว่าขณะนี้เรากำลังเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะสงสาร
เรามาลุ่มหลงกับสิ่งต่าง ๆ กับเงินทอง ลาภยศสรรเสริญมันไม่ดีแน่ เพราะอันนี้
มันเป็นของชั่วคราว เป็นของใช้ชั่วคราว มันไม่จากเราไปเราก็ต้องจากมันไป



คนเราหนีไม่พ้นจากแก่นักแก๊ว ไม่พ้นจากเจ็มนักเจ็มน ไม่พ้นจากพลัดพรากนักพลัดพราก

พระพุทธรูปเจ้าท่านให้เราทุก ๆ คนมีสติมีสมาธิมีปัญญา รู้จักนึกรู้จักคิด อย่าไปสืมว่าทุก ๆ คนเกิดมาคนเดียว เวลาตายก็ตายคนเดียว ไม่มีใครเขาอยาก จะตายไปกับเรา...

เราเกิดมาเราก็ไม่ได้เอาอะไรมาด้วย เวลาตายก็ไม่ได้เอาอะไรไปด้วย ครั้นสุดท้ายก็จะมีแต่ญาติพี่น้องเพื่อนฝูงบำเพ็ญกุศลให้เราเหมือนที่เรา กำลัง ปฏิบัติอยู่เดี๋ยวนี้ สุดท้ายเขาก็เชิญแขกผู้มีเกียรติมากอดผ้าบังสุกุลให้เรา

พระพุทธรูปเจ้าท่านตรัสว่า ถ้าเรามาหลงในทรัพย์ในข้าวของเงินทอง ญาติพี่น้องวงศ์ตระกูลนี้ ซึ่งเป็นเรื่องที่ประสบพบเจอกันที่หลัง จังว่ายังไม่เป็น ปัญหาหลักเป็นแค่ปัญหาชั่วคราว เป็นปัญหาเรื่องปากเรื่องท้องเรื่องเศรษฐกิจ ที่ทุกคนมีความจำเป็นใช้สอยปัจจัย ๔

เมื่อเรายังมีชีวิตอยู่นี้ มันเป็นงานเฉพาะหน้า มันเป็นปัญหาเฉพาะหน้า เท่านั้น ปัญหาใหญ่ปัญหาหลักคือปัญหาที่ทุก ๆ คนจะต้องออกจากวัฏฏะสงสาร ต้องประพาศิตตนปฏิบัติตนให้ถึงเข้ามรรคผลพระนิพพาน

พูดถึงเรื่องพระนิพพานญาติโยมฟังแล้วก็คิดว่ามันเป็นเรื่องเกินตัว แม้จะพูดถึงก็ไม่กล้าพูด แล้วคิดว่ามันไม่ใช่เรื่องของเรามาตามที่แท้จริงแล้ว เรื่องพระนิพพานมันเป็นเรื่องของเราเอง เรื่องความเป็นพระอริยเจ้านั้นเป็นเรื่องของเราเอง

พระพุทธรูปเจ้าท่านตรัสสอนไว้ว่า มันมีหน้าที่ของเราที่จะพึงประพฤติปฏิบัติ

ศีล ๕ นี่เป็นศีลของพระอริยเจ้า เป็นศีลของพระโสดาบัน ของพระสกิทาคามี ตลอดถึงพระอนาคามี ผู้มีธุรกิจมีหน้าที่ที่จะอยู่เป็นมรवास เป็นศีลของผู้ที่อยู่กับโลก อยู่กับสังคมอยู่กับคนดีกับคนไม่ดี อยู่กับธุรกิจการงาน การแก่งแย่งทรัพยากรกัน ถ้าไม่มีสิ่งเหล่านี้เราก็ไม่ได้ประพฤติดุสิตธรรม ไม่ได้รักษาศีล

ทุกท่านทุกคนคิดไว้แล้วเสมอว่า "มันปฏิบัติไม่ได้" เพราะอยู่ในสังคมอย่างนี้ อยู่ในสถานการณ์อย่างนี้มันจะปฏิบัติได้อย่างไร ถ้าจะปฏิบัติได้มันต้องไปอยู่วัด มันต้องปล่อยต้องวางทุกอย่างมันจึงจะปฏิบัติได้

เรากำลังพากันเห็นผิด กำลังคิดผิด... ความเป็นจริงแล้วทุกคนปฏิบัติได้ ที่มันปฏิบัติไม่ได้เพราะว่าเราไม่ปฏิบัติกัน

**"ทำไมถึงที่นี้ ถึงที่โน่น หรือสิ่งจั่วจกจนจนใจเราจะไม่ปฏิบัติมันทำไม
เพราะทุกอย่างเขาก็ส่งมาของมาอยู่แล้ว..."**

พระพุทธรูปเจ้าท่านตรัสสอนว่าสิ่งภายนอกนั้นมันแก้ได้บ้างมันแก้ไม่ได้บ้าง
ท่านให้เราพยายามมาแก้ที่ใจของเรา เหตุผลมันมีเยอะ เรื่องเหตุเรื่องผล
เรื่องวิทยาศาสตร์ มันเป็นเรื่องที่ถกเถียงกันมาก

พระพุทธรูปเจ้าท่านให้เราแก้ที่จิตที่ใจของเรา...

ทำไมเรามันถึงมีปัญหา เพราะเราไปถือกฏมานะไปถืออัตตาถือตัวถือตน
อัตตาตัวตนของเรามันมีอยู่ที่ไหน มันไม่มี มันมีแต่ความเกิด ความเจ็บ ความตาย
ความพลัดพรากจากกันไปอย่างนี้ เราจะรอปัญหาต่าง ๆ ให้มันหมดไปมันเป็น
ไปไม่ได้ เต็มหมดปัญหานี้ปัญหาก็ใหม่ก็มาอีก จนตายก็ไม่หมด อันนี้มันเป็น
วัฏฏะสงสาร มันเป็นเรื่องสังสารวัฏ คือการเวียนว่ายตายเกิด มันเกิดแล้วมันก็ตาย
มันไม่มีที่จบไม่มีที่สิ้น

สัปดาห์ที่ ๕ : หนั้หน้าคือองค์ทองพระพุทธรูปเจ้า คือองค์พระธรรม คือองค์พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า

เน้นที่จิตที่ใจ... คนเราเสียฟ้าอากาศต่าง ๆ ปกปิดร่างกายของเราได้ คนอื่นมองไม่เห็น แต่มันปกปิดตัวเองไม่ได้ ตัวเองมันรู้มันเห็นอยู่ ใจของเราเราคิดอะไร คิดดี คิดไม่ดี คิดเรื่องไม่น่าคิดก็คิด คนอื่นเขาไม่รู้ว่าเราคิดอะไร แต่เราก็ปกปิดตัวเองไม่ได้ **การรักษาศีล...** ให้เราเน้นมาที่เจตนาของเรา ให้เรามีเจตนาที่จะละเว้น เป็นคนละอายต่อบาปเกรงกลัวต่อบาป

"สุปฏิปันโน ก็คือตัวของเราเองทุก ๆ คนนี้แหละ..." อูสุปฏิปันโน ญายะปฏิปันโน สามเณรปฏิปันโน เป็นคนปฏิบัติดี เป็นคนปฏิบัติตรง เป็นคนปฏิบัติออกจากทุกข์ ก็คืออันไหนมันไม่ดีทำให้เราเป็นทุกข์เราก็อย่าไปคิด อย่าไปพูด อย่าไปทำ สามเณรปฏิปันโน คือตัวเราเองนี่แหละ คือผู้ปฏิบัติดีเราจะได้ไหว้ ได้กราบตัวเองได้ **"พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าก็เกิดขึ้นที่จิตที่ใจของเรา..."**

เราเป็นโยมเราก็เป็นพระทางจิตทางใจได้ พระที่เราข้างนอกเขาเรียกว่า "พระสมมุติสงฆ์" พระบิณฑบาตเหลือเรียกว่าพระสมมุติสงฆ์ ถ้าท่านไม่ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบท่านก็เป็นได้แค่พระโดยสมมติ ยังไม่ได้เป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ในพระพุทธศาสนา ยังเป็นได้แค่พระที่เขาแต่งตั้ง ยังเป็นพระปลอมอยู่...

ในโอกาส ในเวลานี้ ให้ทุกท่านทุกคนน้อมเอาความรักความเมตตาของ
พระพุทธรูปเจ้าที่ท่านเมตตาต่อพวกเราไม่มีที่สุดไม่มีประมาณ รับเอาข้อวัตรปฏิบัติ
รับเอาพระรัตนตรัย ข้อวัตรปฏิบัติไว้พระสวดมนต์รักษาศีล ๕ นั่งสมาธิภาวนา
แผ่เมตตา เป็นข้อวัตรปฏิบัติประจำตัวเราทุกคน เราจะได้เป็นผู้มีเมตตาต่อตนเอง
เพราะคนส่วนใหญ่ ทุกวันนี้ยังไม่ได้เมตตาตนเองนะ เพราะยังนำตัวเองไป
เพิกเฉยในสิ่งต่าง ๆ ไม่เห็นภัยในวัฏฏะสงสารกัน



(วัดอ่างเก็บน้ำแม่จั่วธรรมาราม ต.เด่นชัย อ.เด่นชัย จ.แพร่)

ส่วนใหญ่เราพากันคิดว่าข้าเขาเป็นอย่างนี้ สังคมเขาเป็นอย่างนี้ เมืองเขาเป็นอย่างนี้ เราก็ต้องปฏิบัติเหมือนเขา

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราปฏิบัติเหมือนเขา ถ้าอันไหนมันเป็นบาปเป็นอกุศล เพราะอยู่ในสังคมเขาถ้าอันไหนมันไม่เป็นบาปเป็นอกุศล เพราะอยู่ในสังคมมีทั้งส่วนดีและไม่ดีก็ช่างหัวมัน พระพุทธเจ้าท่านให้เลือกเอาแต่ส่วนที่ดีมาใส่จิตใส่ใจ อันไหนไม่ดีท่านให้ทิ้งมันไป ไม่ให้เรารับเอามา ถ้าเราไปรับมาใส่ใจของเราจะทำให้ใจของเราเกิดทุกข์ได้ ถ้าเราไปรับเอาสิ่งภายนอกมาใส่ใจของเราใจของเราจะไม่สงบ ไม่เป็นหนึ่ง ไม่เป็นเอกัคตา ไม่เป็นวิมุติคือความหลุดพ้น เพราะเรื่องของเรามันก็แย้อยู่แล้ว เรายังจะไปรับเอาเรื่องของเขามาอีก

ด้วยอำนาจแห่งคุณพระรัตนตรัย บุญกุศล ขอร้านวอยวายพรให้ท่านผู้ที่ล่วงลับจากโลกนี้ จงได้รับส่วนบุญส่วนกุศลจากพระพุทธเจ้า จากพระธรรม จากพระอริยสงฆ์ จากพ่อแม่ครูบาอาจารย์ และเพื่อน ๆ ตลอดถึงญาติ ๆ ญาติธรรม ถ้ามีสุขก็ให้มีสุขยิ่ง ๆ ขึ้นไป และขอร้านวอยวายชัยให้ศรัทธาญาติโยมพุทธบริษัททุกท่าน จงได้รับส่วนบุญส่วนกุศลที่พวกท่านทั้งหลายที่ได้มีเมตตา มาช่วยกันร้านวอยวายชัยส่งท่านผู้ที่ล่วงลับไปในวันนี้ จงมีแต่ความพาสுக ความสงบร่มเย็น ด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ

พระธรรมดำรัสสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ในหลวงพ่อกันหา สุภาโกเม เมตตานี้ให้นามบรรยาย

ตำวันจันทร์ที่ ๑๘ กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๕๖

Prod. Pontano.