

หลวงพ่อกัณหา สุขกาโม

ใจดี ใจสบาย

Delivery





“นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส”

ขอนอบน้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น
ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง



ใจดี ใจสบาย

Delivery

พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ที่หลวงพ่อกันหา สุภาโม เมตตานี้ให้นำมามรรษา

วัดมัทธการพัทวิธรรมาราม ต.จันมี อ.จันทบุรี จ.นครราชสีมา

หน้า

๑. สมาทานความดี	๑
๒. การประพฤติปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน	๑๑
๓. ผู้ที่เต็มไปด้วยความอยากความต้องการ	๑๘
๔. การทำงานให้มีความสุข	๒๔
๕. ให้ความรักความเมตตาแก่กันและกัน	๓๘
๖. คุณงามที่ดี พยาบาลที่มีคุณธรรม	๔๘
๗. อาชีพที่ดี อาชีพที่ประเสริฐ	๕๘
๘. ประพฤติ ปฏิบัติธรรม	๗๔

สมาทานความดี...

ความดีเป็นสิ่งที่เราทุก ๆ คนต้องสมาทาน ต้องตั้งใจ ถ้าเราไม่ตั้งใจ เราไม่สมาทานนั้นไม่ได้ เหมือนกับอาหารเป็นสิ่งที่มีย่อย ถ้าเราไม่ตั้งใจทาน เราไม่ตั้งใจบริโภคนะอาหารที่เป็นสิ่งที่ดี ๆ มีคุณภาพอาหารนั้นก็ไม่เกิดประโยชน์อะไร ความดีก็เหมือนกันนะ ความดีเป็นสิ่งที่มีย่อย ถ้าเราไม่สมาทาน เราไม่ตั้งใจประพฤติปฏิบัติมันก็ไม่ได้

พิธีการอะไรต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับพระศาสนาท่านถึงให้เรากราบพระ สมาทานศีล หรือทำพิธีถวายภัตตาหารสังฆทานทุกครั้งนะ ส่วนใหญ่จะมีการสมาทาน เพื่อจะได้ได้น้อมจิตน้อมใจเข้าหาความดีนะ

ทำไมเราถึงต้องไหว้พระ เราถึงสวดมนต์นั่งสมาธิทุกวัน

เอาทุกอย่างมันอยู่ที่ใจไม่ได้เหรอ...?

"ไม่ได้...!" เพราะเรายังเป็นเสขบุคคล เป็นบุคคลที่ยังต้องศึกษา และพึงปฏิบัติ เราต้องมีการสมาทาน พยายามตื่นแต่เช้าตื่นตั้งแต่ตีสามนะ มานั่งสมาธิ ไหว้พระสวดมนต์ หรือว่าทำวัตรเย็น ฟังธรรม เพราะความตั้งใจนี้เป็นสิ่งที่สำคัญนะ ถ้าเราปล่อยไปโดยที่ไม่ได้ตั้งใจไม่ได้สมาทานนี้ ความดีมันอาจจะไม่เข้าถึงจิตถึงใจของเรา

ทำไมเราถึงมาบวชมาโกนหัวนุ่งห่มจีวร ทำไมเราถึงมาบวชเป็นเณร เป็นชี มาถือศีลอยู่วัดนะ จุดมุ่งหมายก็เพื่อให้เราสมาทานเพื่อให้เราตั้งใจ เพื่อจิตใจของเราจะได้เข้าถึงความดี เข้าถึงพระรัตนตรัย เอาความดีเป็นที่ตั้ง เอาความดีเป็นที่ประพฤติปฏิบัตินะ

คนเรามันจะขลังมันจะศักดิ์มันจะสิทธิ์มันอยู่ที่ความตั้งใจอยู่ที่การสมาทาน

ประการแรกใจของเรามันยังไม่เป็นนะ ต้องอาศัยการสมาทาน อาศัยความตั้งใจ มันต้องเกิดจากเจตนา ถ้าเราทำอะไรไม่ได้ตั้งใจ ไม่ได้เจตนาขึ้นก็คือว่าไม่เกิดผลทางจิตใจ

พระพุทธเจ้าให้เราทุกคนตั้งใจสมาทานความดีนะ...

เราทุกคนมีพื้นฐานด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลงเอาตัวเองเป็นที่ตั้ง ถ้าเราไม่ตั้งใจสมาทาน ไม่ตั้งใจตัดสังโยชน์เครื่องผูกมัดตัดความเคยชินที่มันรักมันโลภ มันโกรธ มันหลงออกจากใจของเราละ ไม่มีทางอื่น นอกจากเราตั้งใจเราสมาทาน พยายามเห็นภัยเห็นโทษในวิภวสงสารนะ เพราะชีวิตของเราทุก ๆ คนล้วนได้แก่ไปทุกวัน มีแต่เสียเวลาหมดเวลาไปทุกวันนี้

พระพุทธเจ้าท่านให้ทุกท่านทุกคนทุก ๆ คนตั้งใจสมาทานเอาสิ่งที่ดี ๆ ที่เป็นพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าไปประพฤติไปปฏิบัติ ถ้าทุก ๆ คนปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทุกคนได้ดีแน่นอน

พระพุทธเจ้าก่อนที่จะท่านจะเสด็จดับขันธปรินิพพาน ท่านได้ให้โอวาทแก่พระสงฆ์ว่า **“อัปปะมาเทนะ สัมปาเทละ สังขารทั้งหลายทั้งปวงมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา ท่านทั้งหลายจงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อมเถิด”**

เราทุก ๆ คนนี้นะ ไม่ว่าพระ ไม่ว่าโยม ไม่ว่านักเรียนนักศึกษา ส่วนใหญ่ ๙๙ เปอร์เซ็นต์พากันตั้งอยู่ในความประมาทกันนะ ยังไม่เห็นคุณไม่เห็นประโยชน์ในการตั้งมั่นในคุณธรรมคุณงามความดี ยังไม่เห็นภัยในความทุกข์ หรือว่าวิฆฏสงสารที่จะเกิดขึ้นแก่เราในวันข้างหน้า

ทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิตประจำวันของเรานะ พระพุทธเจ้าท่านมีเมตตาสอนเรา ทุก ๆ คนอย่าได้พากันตั้งอยู่ในความประมาท ไม่ว่าความคิด อันไหนมันคิดไม่ดีอย่าได้ไปคิดเป็นอันตราย อันไหนมันไม่ดีอย่าไปพูด เราอยากพูดเราก็ไม่ต้องพูด เพราะการพูดนี้สำคัญนะ ก่อนพูดเราเป็นนายนะ เมื่อเราพูดจบเราต้องเป็นบ่าว ต้องอดต้องทนให้ได้นะ อันไหนมันไม่ดีอย่าได้ไปทำเป็นเด็ดขาด พยายามฝืน พยายามอด พยายามทนเพื่ออบรม บ่มอินทรีย์ของตัวเอง เปลี่ยนแปลงตัวเองไปในทางที่ดี เราทำอย่างนี้ปฏิบัติ อย่างนี้แหละไม่กัวันใจของเรานั้นก็จะเย็นขึ้น สงบขึ้น

เราทุกคนต้องมีสมาธิที่แข็งแรง ตั้งมั่นไม่หวั่นไหว ไม่โยกไม่คลอน อย่าให้สิ่งที่ไม่ดีมาปรุงแต่งให้จิตใจของเราหวั่นไหว

คนเรานั้นมันจะดีได้เพราะการฝึก ถ้าไม่ได้ฝึก ไม่ได้หัด ไม่ได้ปฏิบัติ มันไม่ได้มันไม่เป็น พระพุทธเจ้าท่านถึงให้เราตั้งใจให้เราสมาทานเอาสิ่งที่ดี ๆ ไว้เพื่อชนะใจตัวเองชนะอารมณ์ตัวเอง

ธรรมะของพระพุทธเจ้าเป็นสิ่งที่ดีเป็นสิ่งที่ประเสริฐ เราฟังแล้วอย่าให้มันเข้าหูซ้ายออกหูขวา ให้พากันนำไปประพฤติปฏิบัติ นี่ให้เราถือว่าเป็นสิ่งที่สำคัญมากสำหรับเรา

ในจิตสำนึกของทุกท่านทุกคนจะต้องตั้งในใจว่า ชีวิตของเราที่เกิดมาเพื่อทำความดี เพื่อเสียสละ เพื่อไม่ตามใจตัวเองไม่ตามอารมณ์ตัวเอง จะเอาความดีเป็นที่ตั้ง เอาความดีเป็นข้อวัตรปฏิบัติ ให้ถือคติว่าเราเกิดมาเพื่อสร้างบารมี จะรักจะพอใจในการทำความดีถึงจะยากถึงจะลำบากก็ต้องทำ เพราะความดีนั้นเป็นสิ่งที่ทำได้ยาก มันต้องฝึกต้องอดต้องทนแล้วก็ตั้งมั่นไว้ตลอดกาล “พระพุทธเจ้าท่านให้ทุกท่านทุกคนปฏิบัติอย่างนี้นะ จำไว้...”

มีจิตสำนึกว่า สิ่งที่มีมันไม่ดีที่มีมันผ่านมานั้นจะทิ้งมันให้หมด ถึงจะชอบเท่าไรก็ต้องทิ้งให้หมด เพราะว่ามันเป็นอันตรายแก่เรา จะต้องสมทานเอาความดีตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป ถ้าเราไม่ประพฤติปฏิบัติอย่างนี้ ชีวิตของเรานั้นมันจะเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีไม่ได้...

จะพยายามมีหลักเกณฑ์ในชีวิต กราบพระไหว้พระทุกวัน นั่งสมาธิ สัก ๕ นาทีเป็นอย่างน้อยทุกวัน จะพยายามบังคับตัวเองไม่ให้ไปกินไปเล่นไปเที่ยวกับหมู่คณะเพื่อนฝูง จะพยายามเป็นผู้ใช้จ่ายเงินน้อยวางแผนในการใช้เงิน ไม่ใช่ทำตามพวกเพื่อน ๆ ที่เค้าไม่รู้จักรักคิด

อบายมุข หรือว่าเหตุปัจจัยที่ทำให้เราเสื่อมตกต่ำ ได้แก่ สิ่งเสพติดทุกชนิด จะเป็นเหล้า เป็นเบียร์ เป็นยาเสพติดทุกชนิดนี้ จะไม่ยุ่งไม่เกี่ยวจะไม่ทดลอง จะพยายามเป็นคนขยันอย่างมาก ๆ ขยันอย่างสม่ำเสมอจนเป็นคนขี้เกียจไม่เป็น เพราะคนขี้เกียจเค้าเรียกว่าคนบาป บุคคลที่จะมี

ความทุกข์ในอนาคตคือบุคคลชี้แจง “จำไว้...เพราะในโลกนี้ไม่มีใครต้องการคนชี้แจง...”

พวกโทรศัพท์ พวกอินเทอร์เน็ต เฟซบุ๊ก สิ่งเหล่านี้ก็ถือว่าเป็นสิ่งเสพติดเหมือนกัน มันมีทั้งคุณและโทษ พระพุทธเจ้าให้เราใช้สิ่งเหล่านี้ให้มันเกิดประโยชน์จะพยายามใช้เฉพาะในสิ่งที่จำเป็นจริง ๆ เราต้องหยุดตัวเอง เบรกตัวเอง หยุดตัวเองให้ได้ เพราะว่าสิ่งเหล่านี้ถือว่ามันเป็นได้ทั้งดีและไม่ดีต้องมีระเบียบวินัยให้กับตัวเอง

เราจะเป็นคนใจแข็ง ใจเข้มแข็ง อดเอาทนเอา เพื่อจะใช้เทคโนโลยีให้มันเกิดประโยชน์ไม่ใช่เอามาทำร้ายทำลายตัวเองนะ

จะเป็นคนที่มีคำพูดที่ดี ฝึกพัฒนาในการพูด สิ่งไหนไม่ดีจะไม่พูด เดียวมันจะติดนิสัย เพราะว่าเราอยู่ในชนกลุ่มไหนอะมันก็จะไปเหมือนเขา เราต้องฝึกพูดดี ๆ พูดเพราะ ๆ รู้จักสัมมาคารวะ รู้จักที่ต่ำที่สูง ไม่ก้าวร้าว ไม่เถียงพ้อเถียงแม่เถียงผู้หลักผู้ใหญ่ นะ เรื่องคำพูดนี้สำคัญ ถึงแม้เราจะเป็นคนพูดดี พูดเพราะพูดเก่งพูดฉลาดเราก็อำไปพูดมากเกินไป เพื่อเปิดโอกาสให้คนอื่นเค้าพูดบ้าง เพื่อฟังคนอื่นเค้าพูดมาก ถ้าไม่อย่างนั้นใครเค้าอยากจะพูดกับเรา เค้ามาพูดเมื่อไหร่เค้าก็ได้พูดมีแต่เค้าได้ฟัง

มีตัวอย่างอยู่มากเรื่องพูดนี้เพราะพื้นฐานของเราทุก ๆ คนที่เกิดมานะ ชอบเอาแต่ใจตัวเอง แล้วแต่อารมณ์ของตัวเอง เป็นคนใจร้อน ทุริฎิมานะมาก เจ้าอารมณ์ ชอบพูดตรงไปตรงมา ชอบพูดขวานผ่าซาก

เราอย่าไปคิดว่าเราพูดออกมาจากใจนะ...! เราพูดตรงไปตรงมาพูดจากใจ เราไปคิดอย่างนั้นไม่ได้ เพราะว่าใจของเราไม่ใช่ใจพระพุทธเจ้า ไม่ใช่ใจพระอรหันต์ คนบางคนเป็นคนเก่งเป็นคนฉลาดแต่ไปเสียที่พูดไม่ดี

ปากไม่ดี ปากกระเบิด เกิดมาเลยไม่มีเพื่อนกับเค้า เพราะว่าไม่มีใครอยาก
อยู่ใกล้ ไม่มีใครอยากพูด อยากคุยด้วย เรื่องพูดนี้ทุกท่านทุกคน ทุกคนต้องฝึก
คนเรามันฝึกได้นะ ถ้าไม่ฝึกมันไม่ได้ มันไม่เป็นให้ทุกคนตั้งใจไว้สมิทานไว้

ความจนความจนมันเพียรทำให้เรามีความสุข

ในทุกท่านทุกคนจำไว้:-

ถ้าเราจนมันเพียรทุกอย่างมันก็ดีขึ้นมด...

ความสุขของคนนี้ คือสุขเพราะร่างกายสุขภาพดีไม่มีโรคมะเร็ง
สุขเพราะเรามีเงินมีสตางค์ มีเครื่องอำนวยความสะดวกสบาย สุขจากที่เรา
ไม่เป็นหนี้ไม่เป็นสินใคร และสุขที่เราได้ประพฤติปฏิบัติธรรม ไม่ตามจิต
ตามใจของตนเองทุกอย่างมันก็มีแต่ความสุข มีแต่ความดับทุกข์

ให้ทุกคนสมิทานไว้ตั้งใจไว้ สร้างเหตุสร้างปัจจัยให้มันถึงพร้อม
ถ้าเรามีความอยาก มีความต้องการ แต่เราไม่นำเอาพระธรรมคำสั่งสอน
ของพระพุทธเจ้าไปปฏิบัติมันก็เป็นไปไม่ได้นะ

ถ้าเราเป็นคนดีแล้วก็มีเงิน มีทรัพย์สมบัติ มียศฐานบรรดาศักดิ์นี้
ทุกคนก็อยากเป็นเพื่อนเรา ทุกคนก็รักเคารพนับถือเรา เราจะได้เป็นผู้หลัก
ผู้ใหญ่ที่ดีในอนาคต **"คนเราตอนเด็ก ๆ นี่มันยังดุกันไม่ออก ระยะทาง
เป็นเครื่องพิสูจน์..."**

สิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของเรามันมายั่วชวนกวนจิตใจ
ถ้าเรา ใจอ่อนเราก็พลาดทำเสียที เสียอนาคต เสียเวลา เวลาดี ๆ มันเอา
คืนมาไม่ได้ ใครเคยโกหกพ่อโกหกแม่ต้องสมิทานหยุดหมดนะ บาปกรรม
มันจะมาถึงเรา มาถึงลูกเราหลานเราในอนาคต

พระพุทธเจ้าท่านให้เรารักคุณพ่อรักคุณแม่ มีความกตัญญูกตเวที ให้เป็นเลิศให้เป็นหนึ่ง คนเราน่ะถ้ามีความกตัญญูกตเวทีนี้ ในอนาคต ย่อมไม่ตกต่ำ ถึงแม้ตัวเองไม่ถึงขั้นร่ำรวย ลูกหลานเหลนก็ร่ำรวยนะ

ภาระของเราก็คือดูแลพ่อดูแลแม่ เพราะว่าพ่อแม่ของเราน่ะแก่เฒ่า ไปทุกวัน อีกไม่นานก็ทำงานไม่ได้แล้ว เราต้องรักคนแก่ดูแลคนแก่ คนรุ่นใหม่คนสมัยใหม่นี้ไม่รักคนแก่ไม่สงสารคนแก่นะ ประเทศไหนเจริญ ๆ คนเขาเอาพ่อแม่ไปไว้บ้านคนชรากันหมด ทำอย่างนี้ไม่ถูกต้องนะ ทำอย่างนี้เค้าเรียกว่า "คนบาป..."

พ่อแม่เราน่ะเป็นผู้ที่สูงที่สุดเป็นผู้ที่มีพระคุณ เราต้องรักท่าน... โบราณท่านถึงพูดว่าอย่าไปเถียงพ่อเถียงแม่มันบาป มันตกนรก บาปมัน คุณทวิ บาปกรรมมันจะถึงเรามากกว่าเราไปเถียงพ่อเถียงแม่อีก

ทุกท่านทุกคนต้องคิดให้มันเป็น พ่อแม่เรายากจนพ่อแม่เราลำบาก เราจะไปเถแต่เงินพ่อเงินแม่ พ่อแม่เราเป็นประสาทย่อยอยู่แล้วยังไปเพิ่ม โรคประสาทให้อีกมันเป็นบาปนะ ให้อดเอาทนเอาอย่าไปหลงวัตถุ เราจะไปเอาตัวเราไปเทียบกับคนรวย ๆ หรือเศรษฐกิจมันไม่ได้

ตนเรตาความสูงความดม้ทุกข้ออยู่ที่ใจสงบนะ

ใจไม่กังวลตามกิเลสไม่กังวลตามอารมณ์

ทุกท่านทุกคนฝึกทำให้สงบเสียบ้างนะจะได้ชื่อว่าเป็นมนุษย์ ที่แท้จริง เดียวนี้เราไปศึกษาต่อสิ่งภายนอกเราไม่ได้ศึกษาเรื่องจิตเรื่องใจ ที่จะทำให้มันสงบ ฝึกพักผ่อนอยู่กับความสงบความไม่ปรุงแต่ง

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า ความปรุ้งแต่งทั้งหลายทั้งปวงเป็นทุกข์อย่างยิ่ง การเข้ามาสงบระงับสังขารคือ การหยุดปรุ้งแต่ง มีความสุขอย่างยิ่ง

คนเราที่มันทุกข์มากก็เพราะเราพากันปรุ้งแต่งมาก เป็นคนที่หาเรื่องให้ตัวเองเป็นทุกข์เฉยๆ ชอบเฝ้าชอบทำร้ายตัวเองด้วยการไปคิดมากไปปรุ้งแต่งมาก ไปรักไปหลงอะไรชอบคิดวอกแวกแต่เรื่องเก่า ผลสุดท้ายเลยเป็นโรคกระเพาะ โรคประสาท ประเทศที่เค้าเป็นโรคประสาทโรคจิตเยอะคือประเทศที่พัฒนาทางวัตถุ เราพากันหลงในวัตถุต้องการวัตถุบางคนก็อยากได้สามีต่างประเทศ สามีรวย ๆ คิดว่ามันจะดี ก็ไปแต่งงานกับเค้าที่ไหนได้ละไปแต่งงานกับคนเป็นโรคประสาท

คนทุกวันนี้เป็นโรคประสาทกันเยอะนะ ทุกท่านทุกคนก็ต้องวางแผนไว้ด้วยว่าการพัฒนาต้องพัฒนาทั้งวัตถุและพัฒนาทั้งจิตใจ เราถึงไม่เป็นโรคประสาท ไม่เป็นโรคจิต

สิ่งไหนมันผิดพยายามอย่าไปคิด อย่าไปทำ อย่าไปพูด ถ้าใครทำผิดใจมันไม่สงบนะ ถึงคนอื่นไม่รู้มันก็ไม่สงบหรอก คนทำความผิดนะคิดไม่ดีอย่างนี้เค้าเรียกว่าทำผิดเหมือนกัน พูดไม่ดีก็เรียกว่าทำผิดเหมือนกัน

ประการแรกต้องเริ่มจากสิ่งที่มันหยาบนะ ก็คือเริ่มจากกาย คือกายนี้ไม่ต้องทำความผิดแล้วเน้นมาถึงจิตใจ

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราเอาเปรียบคนอื่นนะ เพราะเราส่วนใหญ่ที่อยู่ในโลก อยู่ในสังคม ส่วนใหญ่ทรัพยากรต่าง ๆ ได้มาจากบุคคลอื่น เราพยายามไม่เบียดเบียนใคร เราพยายามเป็นผู้ให้พยายามเป็นผู้เสียสละ ถ้าเราเป็นผู้ให้เป็นผู้เสียสละ เราถึงจะเป็นคนรวย ถึงจะเป็นผู้มีคุณธรรม

เดียวทุกอย่างมันจะดีเอง แต่เดี๋ยวนี้เรามองไม่ออก เพราะเรามันมีความเห็นแก่ตัวมาก มันมองสิ่งที่ดี ๆ ไม่ออก

ต้องฝึกมันจนเสียสละมาก ๆ

ถึงแม้ร่างกายมันจะเหนื่อยท้อไอร่ ก็ยังสู้มัน

เพราะเราไม่เอาความสุขทางร่างกาย

เราเอาความสุขทางจิตใจที่เราได้เสียสละ

เราลองคิดดูนะทุก ๆ คนในโลกนี้ ต้องการทำงานเบางานน้อย แล้วก็ได้เงินได้สตางค์มาก แสดงว่าจิตใจไม่เสียสละนะ จิตใจจะเป็นผู้เอาเอาเปรียบเค้า ถ้าเราทำงานอย่างเดียวกันนั้นแหละ แต่เราทำเพื่อไม่เอาไม่มี ไม่เป็น เพื่อเสียสละนะ เราได้ทั้งความสุขทางจิตใจ ได้ความสุขกับการมีเงินมีสตางค์อีกด้วย ทำงานไปมันก็มีความสุข ถึงแม้ทุกท่านทุกคนตอนนี้ยังคิดไม่เห็นเป็นตามพระพุทธรูปเจ้าก็ต้องอด ต้องทน ต้องเสียสละต้องรับผิดชอบ หนักก็เอาเบาก็สู้ไม่สะทกสะท้านหวั่นไหว ทุกท่านทุกคนอย่าไปกลัวผอม อย่าไปกลัวตัวดำ อย่าไปกลัวมันไม่หล่อไม่สวย ความหล่อความสวยนี้ มันช่วยเหลืออะไรเราไม่ได้ สู้ความดี มีความสามารถเสียสละไม่ได้หรอกนะ

เดี๋ยวนี้เรายังหนุ่มยังสาวหรือยังเป็นวัยกลางคน เราก็พากันไปหลงในความหล่อความสวย เราไม่เน้นในการเป็นคนขยันเป็นที่เสียสละเป็นคนที่มีศักยภาพ

คนเรามันชอบอวดชอบโชว์อยากให้คนอื่นสนใจ มันเลยวอกวุ่นอยู่กับสิ่งที่ไร้สาระนะ

ต้องเน้นที่ความประพฤติของเราเน้นที่การกระทำของเรา
กระตือรือร้นในการทำความดี

พระพุทธเจ้าท่านให้เราประพฤติปฏิบัติกันอย่างนี้นะ ให้พากัน
สมาทานไว้ตั้งใจไว้ การมาเข้าค่ายประพฤติปฏิบัติธรรมของเรามันจะได้มี
ประโยชน์มันจะได้ต่อเนื่องกัน เมื่อกลับไปบ้านไปทำงานแล้วก็นำธรรมะ
ของพระพุทธเจ้าไปประพฤติปฏิบัติกันทุก ๆ นะ ใครจะปฏิบัติหรือไม่ปฏิบัติ
ก็ช่างหัวเค้าแต่เราต้องประพฤติปฏิบัตินะ

ขออนุโมทนากับทุก ๆ คนที่เป็นคนดีที่ได้พากันมาประพฤติปฏิบัติธรรม
อย่างนี้เป็นสิ่งที่ดีแล้วเป็นสิ่งที่ประเสริฐแล้ว แต่ว่ามันยังไม่จบแค่นี้
เราต้องนำเอาพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าไปประพฤติปฏิบัติ...

วันจันทร์ที่ ๑๓ มกราคม พุทธศักราช ๒๕๕๗

การประพฤติปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน

พระพุทธเจ้าให้เราทุกคนพากันประพฤติปฏิบัติเพื่อให้เข้าถึงธรรมะ เพื่อจะได้แก้ไขกาย วาจา ใจของตัวเอง เพราะว่าปัญหาต่าง ๆ ที่มันเกิดขึ้น มันเกิดจากตัวของเราเองที่ยังมีความเห็นผิดที่ยังมีความเข้าใจผิด คิดผิด กระทำผิด

ทำไมถึงคิดผิด เข้าใจผิด มีความเห็นผิด มีความหลงมีความเข้าใจว่า ร่างกายนี้เป็นของเรา ความรู้สึกนึกคิดนี้เป็นของเรา ทรัพย์สมบัติข้าวของ เงินลาภยศสรรเสริญเป็นของเรา ตามความเป็นจริงแล้ว ทุกสิ่งทุกอย่างนั้น มันไม่ใช่ของ ๆ เราเลย มันมีแต่อวิชชา คือความหลงความเข้าใจผิด ความคิดผิด

เราจะมาแก้ไขอย่างไร...?

พระพุทธเจ้าท่านให้เราทุกคนเดินเพิ่บนทางสายกลาง

ได้แก่สี่ สภาสี มัคคุตา

ศีลนั้นคืออะไร...? ศีลนั้นคือความไม่โลภ ความไม่โกรธ ความไม่หลง

สมาธิคืออะไร...? สมาธินั้นคือความไม่โลภ ความไม่โกรธ ความไม่หลง

ปัญหาคืออะไร...? ปัญหา คือสิ่งที่รอบรู้่ว่าทุกสิ่งทุกอย่างนั้นไม่ใช่เรา ไม่ใช่ตัวตนของเรา เป็นสิ่งที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป เกิดจากเหตุ เกิดจากปัจจัยเท่านั้น

เรามาปรับใจของเราเข้าหาศีล หารธรรม หาคุณธรรม...

การที่เราทำตามใจของเรา ทำตามความคิดของเรานั้น มีแต่จะก่อเรื่อง ก่อปัญหา ก่อโทษเวรภัย เรื่องไม่มีเรื่องเราก็พากันทำเรื่อง เรื่องเล็กมันก็กลายเป็นเรื่องใหญ่่นะ เป็นการเวียนวอยตายเกิดในวัฏฏสงสาร

ทุกท่านทุกคนก็มีความรู้มีความเข้าใจทุก ๆ คนว่า มันไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเราแต่มันก็หยุดไม่ได้ มันก็สงบไม่ได้เพราะอะไร...? เพราะความเคยชินมันเป็นผลของกรรมที่เราทำมา

พระพุทธเจ้าท่านถึงเมตตาสอนเราในทุกคนนะ มีสติมีสัมปชัญญะ

รู้ตัวทั่วพร้อมในเฝ้าสติมันที่แท้ อย่าไม่ลุ่มไม่คล้ำในศีลนะ

ที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า สิ่งเหล่านี้ไม่ให้ทำก็ไม่ต้องไปทำมัน สิ่งเหล่านี้ไม่ให้พูดก็ไม่ต้องไปพูดมัน สิ่งเหล่านี้ไม่ให้คิดก็ไม่ต้องไปคิดมัน เราไม่ต้องเอาความคิดความเห็นของเราเข้าไปแอบแฝง

ศีลเป็นสิ่งที่ต้องปฏิบัติเป็นสิ่งที่ต้องตั้งมั่นเป็นสิ่งที่ต้องสมาทาน... เอาชีวิตเป็นเดิมพัน มันจะตายก็ช่างหัวมันขอให้ข้าพเจ้าได้ประพฤตีสีลปฏิบัติศีล

การรักษาศีลนี้เน้นมาที่ใจ เพราะร่างกายนั้นเป็นส่วนประกอบนะ ถ้ารู้ว่าผิดไม่คิด ไม่พูด ไม่ทำ ถ้าสงสัยอยู่ก็ไม่ให้ทำนะ ถึงแม้สิ่งเหล่านั้นไม่ผิดศีล ถ้าเราสงสัยอยู่ถ้าเราทำไป ก็ถือว่าเราผิดศีล “ศีลนี้ถึงเป็นตัวเจตนา ถ้าเราไม่มีเจตนาไม่เป็นไร...”

ศีลนี้มันสิ่งที่ดีมากมันสิ่งที่มีประโยชน์มาก

มันสิ่งที่จะนำทุกท่านทุกคนออกจากวัฏสงสาร

มันสิ่งที่จะนำทุกคนเข้าสู่สมาธิ

ถ้าเราทำตามใจของเรา ใจของเรามันจะไม่สงบ ใจของเราจะไม่เย็น มีแต่จะเพิ่มความร้อน ความไม่สงบ เรายังไม่ตายก็พากันถูกกิเลสมันเผาแล้ว

การเกิดทางกายนี้อาจจะหลายปีครั้งหนึ่ง แต่การเกิดทางจิตทางใจนี้มีสิทธิ์ที่จะเกิดได้วันหนึ่งหลายครั้ง

พระพุทธเจ้าท่านให้เราทุก ๆ ท่านทุก ๆ คนนะ พากันมานั่นที่จิตที่ใจ

ทุกท่านทุกคนมีความสะอาดทางจิตทางใจนะ เจออากาศหนาวก็พากันหั่นไผ่ เจออากาศร้อนก็พากันหั่นไผ่ เจอสุภาพร่างกายเจ็บไข้ ไม่สบายก็หั่นไผ่ เวลาหิวนี้ก็หั่นไผ่นะ เจอรูป เจอเสียง มีความรู้สึกนึกคิดว่าเราเป็นผู้หญิงผู้ชาย มีความรู้สึกกว่าเราเป็นคนสวยคนหล่อ คนไม่สวยไม่หล่อนะ

ทุกอย่างนะเราพากันมีความสะดวกทางจิตใจ... เพราะเราเอาอึดตา
ตัวตนเป็นที่ตั้ง พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าเราไม่มีสติสัมปชัญญะเลย เมื่อเจอ
อะไรก็ไปตามสิ่งเหล่านั้น

ชีวิตของเราขึ้นอยู่กับร่างกาย ขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อม ลากยศ
สรรเสริญนะ พระพุทธเจ้าท่านให้ทุกท่านทุกคนพากันมีสติสัมปชัญญะ
ให้เอาความสุขความดับทุกข์ในการมีสติมีสัมปชัญญะ ไม่ให้ตามใจของเราไป
ไม่ให้ตามอารมณ์ของเราไป เพราะสิ่งแวดล้อมนั้นมันเอาศีล สมาธิ ปัญญา
มาให้เราได้ฝึกได้ปฏิบัติได้บำเพ็ญบารมีอบรมอินทรีย์

เราทุกท่านทุกคนนะ... พระพุทธเจ้าเมตตาบอกว่าเราจะไปอยู่ที่ไหน
ทำอะไรนะ สุขความดับทุกข์มันอยู่ที่ใจของเราสงบ ให้เรามาแก้ที่ใจ
ของเราให้มันสงบ ให้สติ ให้สมาธิ ให้ปัญญาแก่เรา เพราะการประพฤติ
ปฏิบัติเราทุก ๆ ท่านทุก ๆ คนต้องประพฤติปฏิบัติเองด้วยน้ำพักน้ำแรง
ด้วยปีกแข้งของเราเอง ไม่มีใครประพฤติปฏิบัติให้

ทุกท่านทุกคนนะ ถือว่าเป็นผู้ที่โชคดีเป็นผู้ที่มีบารมีที่มีพระพุทธเจ้า
เป็นตัวอย่างได้บอกได้สอนว่าความดับทุกข์ที่แท้จริงนั้นอยู่ที่ตัวเรานะ

เราอย่าไปพากันกลัวศีลกลัวธรรม อย่าไปคิดว่าประพฤติปฏิบัติธรรม
แล้วชีวิตของเรามันจะขาดดุลในความสุขในความสะดวกความสบาย
ถ้าเราประพฤติปฏิบัติจิตใจของเรามันถึงจะสมดุล จิตใจของเรามันถึงจะ
ทันโลกทันสมัย มันจะไม่ถูกอิทธิพลของโลกของสิ่งแวดล้อมจูงเราไป
เหมือนเด็กไม่ก็ขวบนะ

การประพฤติการปฏิบัติในพระพุทธรูปเจ้าท่านตรัสว่าเราต้องประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวันของเรา ไม่ว่าเราจะเป็นเกษตรกร พ่อค้า ประชาชน ข้าราชการ หรือนักบวชนะ ทุกท่านทุกคนต้องเอาชีวิตประจำวันไปเป็นการประพฤติปฏิบัติธรรมไปเป็นการเสียสละ เราทำทุกอย่างเพื่อเสียสละเพื่อละความเห็นแก่ตัว เพื่อไม่เอา ไม่มี ไม่เป็นนะ เราก็จะได้ทั้งทรัพย์ ได้ทั้งอริยทรัพย์ ได้ทั้งลาภยศสรรเสริญที่ไม่มีโทษ ไม่มีเวร ไม่มีภัย เพราะเรามีความเข้าใจมีความเห็นที่ถูกต้องสมกับเป็นพุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

เราไม่ต้องไถ่มาความดั่งทุกข์ใน

เพราะความสุขความสงบความดั่งทุกข์มันมีอยู่กับเราอยู่แล้วในชีวิตประจำวัน

ถ้าเราทำงานเพื่อเงินเราก็ต้องมีทุกข์

เราทำงานเพื่อจะรวยเราก็ต้องมีทุกข์

ทำไมท่านไม่ให้ทำเพื่อเงินเพื่อรวย ให้ทำเพื่อเสียสละ ไม่ให้กิเลส ความโลภ ความโกรธ ความหลงมันแอบมันแฝงในจิตใจของเรา เพราะจิตใจของเรามันถูกผีสิง ถูกความโลภ ความโกรธ ความหลง มันสิงมาหลายภพหลายชาติแล้ว

ทุกท่านทุกคนต้องพากันมีสติสัมปชัญญะ เอาธรรมะเป็นที่ตั้ง มีความสุขในการทำมาหากิน มีความสุขในการทำงาน ถ้าเราวิ่งตามภายนอกตามสิ่งแวดล้อมไป ตัวเรามันก็ร้อนคนอื่นมันก็ร้อน เราไปแก้ปัญหาดังแต่ภายนอกเราถึงพากันไปนั่งขบวน เดินขบวน ยืนขบวน นอนขบวนกัน

มันไม่ดีมันไม่ถูกต้องนะ หัวใจเราไม่เย็นชีวิตของเราไม่เย็น เราไม่ได้เมตตาตนเอง เราไม่ได้เมตตาคนอื่น

ทุกวันนี้เราว่าแต่สิ่งภายนอกมันไม่ดี ว่าอากาศไม่ดี ว่าสังคมไม่ดี ว่ารูปมารบกวนเรา เสียงมารบกวนเรา โทษว่าพ่อแม่ไม่ดี พ่อแม่ไม่รายนะ อันนี้เราคิดอย่างนี้แหละจิตใจของเรามันก็ติดลบลงไปทุกวันนี้ ที่จริงแล้วนะสิ่งต่าง ๆ คำก็เป็นอยู่อย่างนั้นจะดีหรือไม่ดีคำก็เป็นอยู่อย่างนั้น เราไม่มีสิทธิ์ที่จะไปคิดอย่างนั้น ให้เรารู้จักสิ่งเหล่านั้นจิตใจของเรามันจะได้สงบใจของเราจะได้เย็น ความสุขความดับทุกข์มันถึงจะเกิดแก่เราทุกหนทุกแห่ง

**เราไม่อยู่ที่ไหนไม่ทำอะไรถ้าเราไม่รู้จักรู้ใจ
มันก็ก่อโทษกรรมไว้ในจิตใจของเราทั้งนั้น**

ทุกอย่างนะล้วนแต่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป... สิ่งต่าง ๆ มันจะตั้งอยู่ไม่ได้นะ ถ้าเรารู้จักอย่างนี้เราก็มีสติสัมปชัญญะมีปัญญา

อดเอาทนเอา เพราะอินทรียบาร์มีของเรามันยังไม่แก่ยังไม่แข็งแรง เรายังเป็นเสขบุคคลยังเป็นผู้ที่ยังจะต้องประพฤติปฏิบัตินะ ชีวิตของเราต้องปฏิบัติ “ใจ กาย วาจา” ไปเรื่อย ๆ นะ...

ชีวิตของเราทุกคนมันต้องก้าวไปข้างหน้าด้วยความดีด้วยการตั้งมั่น
ในศีล ในสมาธิ ในปัญญาขององค์สมเด็จพระศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า

การบรรยายพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
ในวันนี้ก็พอเห็นสมควรแก่เวลา ขอสมมุติยุติไว้เพียงเท่านี้

ด้วยอำนาจด้วยพลังแห่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ด้วย
อำนาจแห่งพระธรรมคำสั่งสอนที่ประเสริฐบริสุทธิ์ ด้วยอำนาจพลังแห่ง
พระอริยสงฆ์ ขอให้ทุกท่านทุกคนจงบรรลุถึงมรรคผลนิพพานด้วยกัน
ทุกท่านทุกคนด้วยเทอญ...

เข้าวันอาทิตย์ที่ ๑๒ มกราคม พุทธศักราช ๒๕๕๗

ผู้ที่ล้มไม่ได้จากความอยาก ความต้องการ...

ทุกคนทุกท่านถูกความอยากความต้องการมันเผามันกดดัน...
ร่างกายยังไม่ตายแต่ว่าถูกกิเลสมันเผาทางจิตทางใจ

พระพุทธเจ้าท่านสอนเราให้มีสติมีสัมปชัญญะ ให้รู้จักอารมณ์
ให้รู้จักความคิดของเรา พยายามทำใจของเราให้มันสงบ ทำใจของเราให้มัน
เย็นให้ได้ ฝึกหายใจเข้าก็ให้มันรู้สบาย หายใจออกให้มันรู้สบาย
พยายามหายใจเข้าสบายไว้ หายใจออกสบายไว้ เราไม่ต้องไปรื้อรู้ลมเข้า
ไม่ต้องรู้ลมออก เราพยายามหายใจเข้าก็ให้รู้สบายหายใจออกก็ให้รู้สบาย
ถ้าเราไปคอยรู้ลมเข้ารู้ลมออกอย่างนี้สำหรับเรานะ ผู้ที่เต็มด้วยความอยาก
ความต้องการกิเลสมันอาจจะเผาเรา ทางที่ดึ้นะให้เราเอาลมหายใจของเรา
มาทำงานเลย **ฝึกหายใจเข้าก็สบาย หายใจออกก็ให้มันสบาย ทำอย่างนี้
ปฏิบัติอย่างนี้ ใจของเราสงบเราค่อยรู้ลมเข้าค่อยรู้ลมออกนะ**

ส่วนใหญ่เราทุกคนเป็นคนเก่งเป็นคนฉลาดนะ แต่มันยังขาดการ
ฝึกจิตฝึกใจ ฝึกทำให้สงบ การทำให้สงบนี้สำคัญมาก เพราะคนเรามัน
ทุกอย่างอยู่ที่ใจ คนรวยถ้าใจไม่สงบก็เป็นทุกข์ คนจนถ้าใจไม่สงบก็เป็นทุกข์

ปัญหาต่าง ๆ นั้นทุกคนมีมากนะ เพราะความอยากความต้องการของเรามันผลักดันให้มันมีมาก มันอยากรวย มันไม่อยากให้ทุกอย่างหายไป ไม่อยากให้คนโน้นเป็นอย่างนี้คนนี้เป็นอย่างนั้น จิตใจของเรามันเครียด มีแต่ความขัดเคืองมีแต่ความไม่พอใจ เพราะว่ามันถืออภิสัทธีในอัตตาตัวตนว่าเราดีกว่าเขาว่าเราเก่งกว่าเขา หรือเราเสมอกับเขา หรือเราด้อยโอกาสกว่าเขา นี่คืออภิสัทธีในตัวในตอนที่เรายึดมันถือมันนะ

พระพุทธเจ้าท่านเมตตาบอกสอนว่าตัวตนของเรามันไม่มี...

เราอย่าไปลุ่มอย่าไปหลง เราอย่าไปถืออภิสัทธีว่าเราเป็นคุณพ่อ คุณแม่คุณปู่คุณย่าคุณตาคุณยาย สิ่งที่สำคัญนั้นคือความรักความเมตตา ความสงสาร บางทีความอยากความต้องการที่จะให้ลูกเราเป็นอย่างนี้หลานเราเป็นอย่างนี้ เรามันขาดสติขาดสัมปชัญญะ ขาดความเมตตา นะ ขาดคำพูดดี ๆ คำพูดที่ให้กำลังใจ สิ่งที่ทุกคนกำลังต้องการคือความรัก ความเมตตา คือความอบอุ่นและกำลังใจ

คุณพ่อคุณแม่ที่สำคัญมากนะ ดูตัวอย่างในหลวงพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวนะ ท่านบำเพ็ญทศพิธราชธรรมท่านรู้ใครดีใครชั่วหมดนะ แต่ท่านก็นิ่งท่านก็สงบ ท่านไม่ว่าใครดีใครชั่ว ถ้าไปว่าใครดีใครชั่วไม่ได้ นะ ประเทศชาติบ้านเมืองพังหมด เราก็เหมือนกันนะ อยู่ในบ้านอยู่ในครอบครัว ท่านให้เรามองในแง่ดี อันไหนไม่ดีก็เบรกไว้เฉย ๆ ไว้ ไม่ต้องไปพูดไม่ต้องไปว่า ถ้าอันไหนมันดี สรรเสริญ ชมเชย เราไม่ต้องไปกลัวลูกกลัวหลานของเรา หลงในคำสรรเสริญเยินยอ เขาจะได้กำลังใจ เขาจะได้มีความเชื่อมั่น

โรคของเราทุกคนคือ โรคขาดความอบอุ่น ขาดสติสัมปชัญญะ...

คนเรานะหาเงินหาสตาจ์หาลาภยศสรรเสริญ หาเท่าไรมันก็ไม่พอ หาเท่าไรมันก็ไม่เต็ม เพราะใจของเรามันไม่สงบ ใจของเรามันไม่อบอุ่น ครอบครัวของเราไม่สงบ ครอบครัวของเราไม่อบอุ่น เราทุกท่านทุกคนถึงมีความจำเป็นที่จะต้องหันมาแก้ที่ใจของเรา แก้ที่คำพูดของเราการกระทำของเราให้มันเกิดความสงบให้มันเกิดความเย็นให้ได้

**ทำไมพระอริยเจ้าท่านนะมีวิัตถุน้อยหรือว่าไม่มีวิัตถุเลย
ทำไมใจท่านสงบนะ...?** เพราะท่านมาแก้ที่จิตที่ใจ เพื่อฝึกใจให้มันมีสติสัมปชัญญะ ฝึกจิตใจไม่ให้มันตกอยู่ในความชอบหรือความไม่ชอบนะ เพราะความชอบก็ทำให้เราเป็นทุกข์ ความไม่ชอบก็ทำให้เราเป็นทุกข์

ส่วนใหญ่ใจของเรามันจะพยายามแก้ไขสิ่งต่าง ๆ นะ ใจของเรามันถึงไม่สงบ ความเป็นจริงแล้วมันไม่มีเรื่องอะไรหรอก แต่ใจของเรามันไม่รู้เรื่องมันเลยไปทำให้มันมีเรื่อง ใจของเรามันถึงไม่สงบ เพราะความอยากของเรา มันเป็นอัตโนมัตติ มันเป็นความเคยชินนะ มันหยุดไม่ได้ มันเย็นไม่ได้

ใจของใครก็ดีใจของคนนั้น:

ตนนั้นต้องฝึก ตนนั้นต้องปฏิบัติ ตนนั้นต้องตั้งใจ:

ไม่มีใครที่จะประพฤติกุศลแทนกันได้

ทุก ๆ ท่านทุกคนต้องฝึกใจของตัวเองทุก ๆ อิริยาบถนะ ไม่ต้องไปรอเวลาไหนเวลานี้ เพราะใจของคนเราทุกคนมันไม่นิ่ง ไม่มีนอน มันไม่มีเดิน ไม่มียืน มันคือใจนะ ต้องฝึกใจให้มันสงบ ต้องฝึกปล่อยฝึกวาง จะได้ปรับใจเข้าหาศีลหาธรรมหาคุณธรรม เราจะไปอยู่ที่ไหนทำอะไรก็คือใจของเราแน่ละ อยู่ที่บ้านอยู่ที่ทำงานก็คือใจของเรา อยู่ที่วัดก็คือใจของเราละ

การทำใจสบาย ทำใจให้ไม่มีทุกข์ ทำใจให้มีสติสัมปชัญญะ ถือว่าเป็นงานหลักงานใหญ่ เป็นงานดี เป็นงานประเสริฐ งานภายนอกก็ถือว่ายังไม่ประเสริฐเท่าแต่มันก็ต้องทำนะ เราต้องเอางานภายนอกมาเป็นการประพุดติปฏิบัติธรรมด้วย การทำงานภายนอกคือการเสียสละงานละความเห็นแก่ตัว งานเป็นผู้ให้ เราก็จะได้ทั้งทรัพย์ได้ทั้งอริยทรัพย์

ทุกคนเหมือนกับเราหมดนะ ไม่อยากแก่ก็ต้องแก่ ไม่อยากเจ็บก็ต้องเจ็บ ไม่อยากตายก็ต้องแก่ตาย ไม่มีใครจะจีรังยั่งยืน เมื่อยังมีชีวิตอยู่ก็ถูกความโลภ ความโกรธ ความหลง ความอยาก ความต้องการมันกดดันนะ ทำให้หึงหวงห่วง ถึงฆ่า ถึงขโมย ประพุดติผิด ตั้งอยู่ในความประมาท เพราะว่าพากันวิ่งตามความอยากความต้องการ ถึงกับพากันไปนั่งขบวนเดินขบวน นอนขบวนกัน พากันสร้างเรื่องสร้างปัญหานะ

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่ามันไม่ดี ในหลวงท่านตรัสว่ามันไม่ดีนะ พยายามทำจิตใจของเราให้มันสงบนะ สมาทานศีลให้มันเข้าถึงจิตถึงใจนะ

การรักษาศีลนักคือการพัฒนาใจการรักษาศีล นั่นคือนำจิตน้าใจของเรา

ความดีต้องตั้งใจ ความดีต้องสมาทาน จิตใจของเราจะไม่ได้ลุ่มไม่ได้คล้ำ จะไม่สืลัฟพตปรามาส ชีวิตของเราคือความดี ชีวิตของเราคือศีล คือธรรม คือคุณธรรมนะ ใครจะไม่ประพฤติปฏิบัติก็ช่างหัวเขา ช่างหัวมัน แต่ตัวเราต้องสมาทานต้องประพฤติปฏิบัติ

พยายามละอิตตาพยายามละตัวตน พยายามไม่ยกหูชูหางชูวงงนะ อิตตาตัวตนนี้นั้นสำคัญมาก มันมีพิษมีภัยให้ทั้งตัวเองให้ทั้งคนอื่นนะ

การปฏิบัติธรรมให้มันไหลมันซึมเหมือนน้ำซับน้ำซึม มันจะได้หล่อเลี้ยงชีวิตจิตใจของเราไปเรื่อย ๆ มันเหนียวก็ช่างมัน มันลำบากก็ช่างมัน ทุกอย่างมันไม่ได้ตามใจก็ช่างมัน ต้องทำใจให้สงบ ความสวยของเราคือศีล ความงามคือสมาธินะ ความสุขความดับทุกข์อยู่ที่ปัญญา ที่เราไม่ได้ตามความโลภ ไม่ได้ตามความโกรธความหลงนะ รู้เท่าความคิดรู้เท่าอารมณ์ รู้เขารู้เรา จิตใจของเรามันจะได้สงบ จิตใจของเรามันจะได้เย็น

คนเราทุกคนต้องก้าวไปข้างหน้า อย่าพากันถอยหลัง เพราะอดีตที่ผ่านไปแล้วมันจะดีหรือจะชั่วมันก็แก้ไขมันไม่ได้ ปัจจุบันเป็นสิ่งที่ตั้งมั่นเป็นสิ่งที่ต้องทำให้ได้ปฏิบัติให้ได้

เรื่องอยู่ เรื่องกิน เรื่องนอน เรื่องบริโภคมันก็แค่นั้นนะ มันไม่มีอะไรที่จะดีกว่านี้ ถึงจะกิน ถึงจะนอน ถึงจะบริโภคมันก็แค่ว่า เจ็บ ตายอย่างเก่านั้นแหละ ปรับใจเข้าหาศีลหาธรรม เอาพระนิพพานสิ่งที่ไม่เวียนว่ายตายเกิดดีกว่านะ

ความดีนั้นเป็นสิ่งที่หายาก เป็นสิ่งที่รักษาไว้อยาก เราอย่าไปยั่วนอดิต ระวังถึงความเอร็ดอร่อยแล้วก็ย้อนไปทำในสิ่งที่ลุ่มหลง ต้องก้าวไปข้างหน้า เรื่อยๆ ต้องตัดต้องละสังโยชน์ที่มันผูกพันจิตใจของเรา

เราทุกคนนะมีพ่อแม่มีลูกมีหลานมีเหลน แต่นั่นมันเป็น เรื่องภายนอกนะ เรื่องภายในนะเราไม่มีพ่อแม่มีพี่น้องมีหลานมีเหลน แม้แต่ตัวเรามันก็ไม่มี ทุกอย่างมันไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่ใช่ของเรา มันมีแต่ สิ่งที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป หาใช้สัต์หาใช้บุคคลตัวตนไม่

เราฝึกทำฝึกปฏิบัตินะ เราจะได้ตัดกรรมตัดเวรตัดภพตัดชาติ เราจะได้ตัดสังโยชน์ที่มันผูกพันในตัวในตน ในเราในของเรา

มนุษย์นี้เป็นผู้ที่ประเสริฐเป็นผู้ที่เกิดมาเพื่อทำความดี สร้างความดี สร้างบารมี มนุษย์นี้เป็นผู้ที่ตั้งมั่นในกัตถุญญกตเวที ดูแลผู้อื่นช่วยเหลือผู้อื่น แม้แต่ลาละสังขารแล้วยังบำเพ็ญกุศลอุทิศไปให้

การกระทำความดีนั้นมันทำได้ทั้งวัดภายนอกได้ทั้งภายใน ได้ทั้ง การกระทำแต่สิ่งที่ดี พูดแต่สิ่งที่ดี คิดแต่สิ่งที่ดีนะ ตัวสำคัญคือตัวที่จิตใจ นี้แหละ ที่จะต้องละความโลภ ความโกรธ ความหลง โดยทำให้มันมีสติ มีสัมปชัญญะนะ เพราะว่าสติสัมปชัญญะนั้นมันจะมารวมอยู่ที่ใจเป็นศีล เป็นสมาธิ เป็นปัญญา...

วันเสาร์ที่ ๑๑ มกราคม พุทธศักราช ๒๕๕๗

การทำงานให้มีคุณภาพ...

การนั่งสมาธิให้ทุกท่านทุกคนเข้าใจ เมื่อเข้าใจแล้วการทำสมาธิ
มันก็เป็นเรื่องง่าย

สมาธิหมายถึง ทำใจของเราให้สงบ ปกติแล้วใจของเรามันไม่สงบ
ใจของเราก็ออยู่กับเรื่องโน้นเรื่องนี้ อยู่เฉย ๆ อยู่นิ่ง ๆ ไม่เป็น คนเรานี้จะมี
สมาธิน้อยมากนะ พระพุทธเจ้าท่านถึงสอนเราให้มีสมาธิ

สมาธินี้ทุกท่านทุกคนต้องฝึก เราจะทำอะไรให้มันเป็นได้อย่างดี
เราต้องฝึกนะ เหมือนเด็ก ๆ นี่เราอ่านหนังสือไม่ได้ เราต้องไปเรียนหนังสือ
จนเราอ่านหนังสือได้ เมื่ออ่านหนังสือได้แล้วเราต้องการทำงานอะไรพิเศษ
เราก็ยอมไปเรียนเฉพาะทางให้มันชำนาญ

การทำสมาธินี้กันเหมือนกัน ทุกท่านทุกคนต้องฝึกสมาธิ:

การฝึกสมาธินี้ไม่ใช่เฉพาะนั่งนะ เดิน ยืน นั่ง นอน เราทุก ๆ คน
ต้องฝึกสมาธิกันหมด

คนเรานะถ้าใจมันปราศจากสมาธิมันไม่สงบ จิตใจเราร้อน "สมาธิคือตัวความสุขในชีวิตประจำวันของเราทุก ๆ คน" เหมือนเรามีบ้านที่พักอาศัยอยู่หลังหนึ่ง มีบ้านแล้วมันยังไม่พอเราต้องมีพัตลม มีพัตลมก็ยังไม่พอเราต้องมีแอร์เพื่อปรับอุณหภูมิตามที่เรต้องการ

คนเราทุก ๆ คนมันมีความอยากมีความต้องการ ติดสุขติดสบาย ติดชื้อเกียจชื้อร้าน ชอบทำอะไรตามใจ ความอยากของทุก ๆ คนมันถึงพอใจตัวเอง ใจกับกายของเราทุก ๆ คนมันถึงไม่ค่อยจะอยู่ด้วยกัน กายอยู่ที่นี้ แต่ว่าใจอยู่ที่อื่น

ส่วนใหญ่ใจของเราทุกคนมันไม่ได้อยู่ที่ปัจจุบัน ชอบอยู่กับเรื่องโน้น เรื่องนี้ เรื่องการเรื่องงาน เรื่องครอบครัวสารพัดเรื่อง **พระพุทธเจ้าท่านถึงสอนเราให้เราฝึกจิตใจของเราให้อยู่กับเนื้อกับตัว เราทำการงานอย่างนี้ ก็ให้ใจของเราอยู่กับการก้งงาน มีความสุขมีความพอใจในการทำงาน** เพราะงานนี้มันดีทำให้เราได้ฝึกใจอยู่กับเนื้อกับตัว มันทำให้เราได้เสียสละ ทำให้เราได้ละความฟุ้งซ่าน ละความเห็นแก่ตัว ละความชื้อเกียจชื้อร้าน

ทุกท่านทุกคนต้องทำงานนะ เพราะงานเป็นสิ่งที่จำเป็นกับเราทุก ๆ คน ทุกคนต้องทำงานทุกคนต้องมีความสุขกับการทำงาน เราจะได้ทั้งสติ เราจะได้ทั้งสมาธิ ได้ทั้งการทั้งงาน

การทำงานก็คือการฝึกสมาธิ คือการปฏิบัติธรรม

พระพุทธเจ้าท่านให้เราทุก ๆ คนตั้งใจทำงาน ถ้าเราทำอย่างนี้ เราปฏิบัติอย่างนี้ ชีวิตของเราก็จะมีความสุขขึ้น เพราะเราทุก ๆ คนรู้ว่าการทำงานคือการทำสมาธิ คือการปฏิบัติธรรม คือการเสียสละ คือการสร้างคุณธรรม สำหรับเงินเดือนนั้นมันเป็นผลพลอยได้นะ เกิดจากเราเป็นคนดีเป็นคนเสียสละ

ทุกคนนั้นมีความเห็นแก่ตัว ไม่อยากทำงานแต่ก็อยากได้เงิน หรือทำงานก็อยากทำงานเบา ๆ อยากเป็นแต่คนสั่งเค้าทำงาน แต่ไม่อยากทำงาน อย่างนี้เค้าเรียกว่า “คนเห็นแก่ตัว” คนที่เราทุก ๆ คนไม่ต้องการ

เราทุก ๆ คนนะต้องการคนทำงานต้องการคนเสียสละ ถ้าเราเป็นคนตั้งใจทำงาน เป็นคนเสียสละ เป็นผู้ที่รับผิดชอบในหน้าที่จิตใจของเรา ก็มีความสุข คนอื่นก็รักเรา เคารพนับถือเรา สงสารเรา ต้องการเราเป็นหัวหน้า เป็นเพื่อน หรือว่าเป็นลูกน้องห้องบิรวาร มันมีความสุข เป็นขบวนการ ที่บ้านเราทุกคนก็รักเรา ที่ทำงานทุกคนก็รักเรา คนอย่างนี้ ก็เหมาะที่จะเป็นผู้นำ เมื่อเราทำดี ใจของเราก็สงบพลอยให้สุขภาพร่างกายดีไปด้วย เรื่องการเงินของเรามันก็ดี ธุรกิจต่าง ๆ ก็ดี ถ้าเราตั้งใจอย่างนี้ เรียกว่า "เรามีสมาธิในการทำงาน..."

อย่างเราพูดอย่างนี้ พระพุทธเจ้าท่านก็ให้เรามีสมาธิในการพูด พูดให้จิตใจของเราสบาย จิตใจของคนอื่นสบาย ตั้งเจตนาไว้ดี ๆ ว่าคำพูด

ที่เราพูดออกไปจะเป็นดอกไม้ เป็นของหอม เป็นเครื่องบรรณาการ เราจะไม่เอาของเหม็นเอาของปฏิกูล หรือไม่เอาผิด เอาปิ่น เอาลูกกระเบิด เพื่อทำร้ายคนอื่น

คำพูดนี้สำคัญมาก เพราะมวลหมู่มนุษย์ของเรานี้เป็นสังคมเป็นกลุ่ม เป็นก้อน

คำพูดนี้สำคัญมาก ทุก ๆ คนต้องฝึกตัวเองนะ ต้องฝึกพูดเพราะ ๆ พูดสุภาพด้วยกิริยามารยาทที่สวยงาม เพราะก่อนพูดเราเป็นเจ้านาย เมื่อเราพูดเสร็จแล้วต้องกลายเป็นบ่าว

จิตใจของเราทุก ๆ คนนี้ ส่วนใหญ่ก็ยังเป็นบุคคลธรรมดา ยังไม่ใช่ พระอริยเจ้า ยังไม่ใช่พระอรหันต์ ยังไม่ใช่พระพุทธเจ้า ที่ปัญหาของสังคม หรือปัญหาครอบครัวส่วนใหญ่นี้มันมีมากเพราะเรื่องพูด ไม่ระมัดระวัง คำพูด แม้แต่เราเป็นคนเก่งเป็นคนฉลาด พูดดีพูดเพราะ พระพุทธเจ้าท่านก็ ยังไม่ให้เราพูดมากเกินไป ต้องเปิดโอกาสให้เค้าพูดบ้าง ฟังคนอื่นเค้าบ้าง ถ้าไม่ทำอย่างนี้ไม่ปฏิบัติอย่างนี้คนอื่นเค้าก็ไม่อยากมาเกี่ยวข้องกับเรา เค้ามาหาเราทุกทีมีแต่เราเป็นคนพูด เค้าไม่มีโอกาส ไม่มีเวลาได้พูด

ให้ทุกคนรู้ในใจว่าเรานี้ปากเรายังเป็นพิษอยู่นะ ยังมีพิษอยู่มาก พกทั้งมีดทั้งระเบิด...

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราฆ่าพระเมตนะ

ต้องเอาระเมิดออกจากปากหมดทุก ๆ คนมันผู้ที่ไม่รักก็มีแวมัก

ทุก ๆ คนต้องฝึก ถ้าไม่ฝึกมันไม่เป็น เราอยู่ในครอบครัว พ่อแม่ญาติ พี่น้องหรือเพื่อนฝูงคนกลุ่มนั้นเขาพูดอย่างไร เราก็พูดอย่างนั้นทั้งน้ำเสียง กิริยามารยาท อย่างนี้เค้าเรียกว่าเป็นการที่ยังไม่ได้ฝึกนะ เราทำความดี มันก็อายนะ มันเกือเขินนะ พูดดีพูดเพราะพูดสุภาพ ทำกิริยามารยาทที่ดี สิ่งไหนที่มันดีเราไม่ต้องอายเราไม่ต้องเกือต้องเขิน

ต้องฝึกฝนตัวเองในไม่ช้าในทางที่ดีสักวันมันมั่นคงมันมีความสุขใจสูง

มนุษย์แปลว่าผู้จิตใจสูง ทำแต่สิ่งที่ดี ๆ พูดแต่สิ่งที่ดี ๆ คิดแต่สิ่งที่ดี ๆ ไม่ทำบาปทั้งปวง สิ่งที่ไม่ดีนี้ถ้าเราเห็นเค้าทำ เราก็ทำตามเค้าหลายครั้ง หลายคราวมันก็ไม่ละอาย มันไม่เกือไม่เขิน แล้วก็คิดว่าเป็นสิ่งที่ดี อย่างเช่น บางคนอยู่ที่บ้านไม่ค่อยจะไหว้พระ ไปไหว้พระก็อายคนในครอบครัว ไม่เคย กราบคุณพ่อคุณแม่จะกราบคุณพ่อคุณแม่ก็อายเกือเขิน สิ่งที่ดี ๆ พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราอายไม่ให้เราเกือเขิน ต้องรีบทำ

**เรื่องคำพูดนี้สำคัญ... ถ้าเราเป็นคนเก่งคนฉลาดแต่พูดไม่ดี
ทุกคนเค้าจะไม่รักเรานะ**

บางคนนะมีเพื่อนไม่กี่ปีเค้าก็ตีจากเราไป คบกับใครเค้าก็จากเราไปหมด เกิดมาไม่ค่อยมีเพื่อนกับเค้า เวลาแก่มาแล้วนะสามีก็เข้ากันไม่ได้ ภรรยา ก็เข้ากันไม่ได้ บุคคลที่คนเค้าไม่รักไม่นับถือนี้ มันมีทุกข์มากนะ

คนเราจะทำอะไรก็เพื่อให้ทุกคนรัก ให้ทุกคนไว้วางใจ ให้คนอื่นค่านับถือ...

คำพูดนี้มันสำคัญมากค่ะ พระพุทธเจ้าท่านก็ใช้ในวิสาขมาสตามคำพูดที่ดี ๆ

อย่างเราเป็นเจ้านายอย่างนี้ หรือว่าเป็นคุณพ่อคุณแม่ ก็อย่าไปถือ
อภิสิทธิ์ว่าเราเป็นเจ้าเป็นนายเป็นพ่อเป็นแม่ อยากพูดอะไรก็พูด ใช้แต่ทฤษฎี
ใช้แต่มานะ ใช้แต่อารมณ์ ปฏิบัติอย่างนี้ไม่ได้ ต้องเป็นผู้ที่มีเมตตา มาก ๆ
มีกรุณา มาก ๆ มีความสงสารคนอื่น เป็นคนไม่โอ้อวดคนอื่น คนไหนเค้ารวย
คนไหนเค้าสวย คนไหนเค้าหล่อ คนไหนเค้าเก่งเราก็ต้องยินดีกับเขาทุก ๆ คนนะ
มีจิตใจเป็นอุเบกขา ต้องหนักแน่น

เราเป็นคุณพ่อคุณแม่ เป็นผู้หลักผู้ใหญ่ต้องหนักแน่น อดเอาทนเอา
อย่าให้แสดงออกมาทางกาย ทางวาจา ทางจิตใจ ต้องทำเรื่องใหญ่เป็นสิ่งที่
ไม่มีเรื่อง ทำเรื่องเล็กไม่ให้มีเรื่อง เหมือนกับพยับแดดมันระยิบระยับแล้วก็
หายไป เหมือนกับลมมันพัดมาแล้วก็พัดไป มันไม่มีอะไรอย่างนี้แหละ
ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไปมันก็ไม่มีอะไร

จิตใจต้องหนักแน่นนะ เพราะคนเราส่วนใหญ่มันไม่มีสมาธิ มันชอบ
ทำตามใจ ตามอารมณ์ ตามสิ่งแวดล้อม สมาธินี้ของเรานี้ต้องแข็งแรง
เราถึงจะเป็นผู้ใหญ่ที่น่ารักผู้ใหญ่ที่ใจดี สมกับเป็นผู้หลักผู้ใหญ่เป็นผู้นำ

บางคนนะก็ยังเป็นเด็กอยู่เป็นผู้น้อยอยู่ แต่นานไปทุกท่านทุกคน
ต้องเป็นผู้หลักผู้ใหญ่กันหมดนะ ต้องฝึกกันหมด เราอย่าคิดว่าเราเป็นผู้น้อย

เราต้องฝึกจิตใจของเราให้เป็นผู้ใหญ่ เป็นคนหนักแน่น มีพรหมวิหารธรรม มีคุณธรรม

**เรื่องดี เรื่องชั่ว สิ่งภายนอกเราอย่าเอามาใส่ใจของเรา
เพราะสิ่งภายนอกมันมีทั้งดี ทั้งชั่ว เรารู้แล้วก็แล้วไป**

ส่วนใหญ่นะเราอุเบกขาน้อย ชอบเอาเรื่องไม่เป็นเรื่อง มาใส่ในใจของเรา ไม่ปล่อยให้มันหายไปสลายไป ตัวของเราก็ก็นั่งอยู่แล้ว เรายังจะไปเอาเรื่องภายนอกมาใส่ใจของเรา มาเก็บไว้ในใจของเรา

พระพุทธเจ้าท่านให้เราทุกคนถือเอาเรื่องสิ่งต่าง ๆ มาฝึกใจของเรา เราจะปล่อยได้วาง เราจะได้ไม่โศกเศร้าเสียใจพิโรธรำพัน ถ้าเราไม่ฝึกอย่างนี้นะไม่ได้ เราเป็นคนฉลาดมากเป็นคนเก่งมากนะ ถ้าเราไม่ฝึกใจของเรา เราก็เป็นคนโรคประสาทมากเหมือนกัน เพราะว่าปัญญา กับสมาธิมันไม่สมดุลกันไม่เสมอกัน ชอบวิ่งตามอารมณ์ชอบเอาเรื่องภายนอกมาเผาตัวเอง มาไว้ในจิตในใจของเรา

**ทุกท่านทุกคนต้องอดได้ทนได้ ถึงแม้จะอดอดก็ช่างหัวมัน
ถึงจะแน่นหน้าอกก็ช่างหัวมัน เดี่ยวทุกอย่างมันก็ผ่านไป...**

ถ้าเราไม่อดไม่ทน ถ้าเราไม่ตั้งมั่นในสมาธิ ปัญญาเราก็ไม่เกิด เพราะ “ศีล สมาธิ ปัญญาจะเกิดได้ก็เพราะความอดความทน”

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราหนีปรากฏการณ์ ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้น ไม่ต้องหนี บุคคลที่เราไม่ชอบใจเราอย่าหนี การงานที่เราไม่ชอบใจเราอย่าหนี ทุกอย่างที่เราไม่ชอบใจเราอย่าไปหนี ทุกวันนี้ที่เราเป็นทุกข์อยู่นี้เพราะเราจะพากันหนีสิ่งที่ไม่ชอบใจ

พระพุทธเจ้าท่านให้เราแก้ที่จิตที่ใจของเรา แก้ที่คำพูดที่การกระทำของเรา ปรับปรุงตัวเองแก้ปัญหาให้มันได้ เราอย่าหนีไปไหนเพราะความทุกข์มันอยู่ที่จิตที่ใจของเรา หนีไปแล้วมันก็ไม่จบ เหมือนกับพระอานนท์เดินตามพระพุทธเจ้า คนที่อิฉาพระพุทธเจ้าจ้างคนมาด่าพระพุทธเจ้า พระอานนท์เดินตามพระพุทธเจ้าคอยแต่ผลักหลังพระพุทธเจ้าให้เดินไปข้างหน้า ให้พระพุทธเจ้าหนี พระพุทธเจ้าท่านถามอานนท์ว่าจะหนีไปไหน จะหนีไปตรงที่เค้าไม่ว่า พระพุทธเจ้าท่านตรัสกับพระอานนท์ว่าทำอย่างนั้นไม่ถูก เพราะปัญหามันอยู่ที่ใจเรา ถ้าใจเราไม่มีปัญหาทุกอย่างมันก็ไม่มีปัญหา

พระพุทธเจ้าท่านให้เราทุก ๆ คนกลับมาแก้ไขตัวเองปรับปรุงตัวเอง พัฒนาตนเอง เรื่องทุกอย่างมันแก้ได้หมดนะ แก้ไม่ได้ก็คือความแค้น ความเจ็บ ความตาย มันแก้ไม่ได้เพียงแต่บรรเทาเท่านั้น อย่างเรานี้หิวก็ทานข้าว เหนื่อยก็เปลี่ยนอิริยาบถมันก็แก้ได้ชั่วคราว

ทุกท่านทุกคนอย่าพากันหนีปัญหานั้น ให้แก้ไขตัวเอง แก้การกระทำของตัวเอง คำพูดของตัวเอง มันจะเป็นวิธีการแก้ที่ถูกต้องและดีที่สุด

พระพุทธเจ้าท่านให้เราฝึกสมาธิในการทานอาหารในการพักผ่อน

คนเราน่ะเรื่องทานอาหารเรื่องพักผ่อนนี่ถือว่าเป็นเรื่องใหญ่ เพราะชีวิตของเราต้องเดินด้วยอาหาร และด้วยการพักผ่อน คนทุกวันนี้เป็นโรคมะเร็งกันเยอะมากจริง ๆ เพราะสาเหตุมันมาจากเรื่องอาหารกับเรื่องจิตเรื่องใจ

พระพุทธเจ้าท่านให้เราฝึกสมาธิมีปัญญาในเรื่องทานอาหาร... เราจะเอาแต่เรื่องเอร็ดอร่อยอย่างเดียวไม่ได้ ต้องคำนึงถึงโรคภัยไข้เจ็บ เพราะว่าอาหารมันมีทั้งคุณและโทษ ต้องให้ทุกคนรู้จักเบรกดตนเอง หยุดตนเอง ของอร่อย ๆ มันชอบต้องเบรกดตัวเองนะ อย่าให้มันมากเกินไป อย่าให้มันน้อยเกินไป ส่วนใหญ่ถ้าอันไหนมันชอบมันจะมากเกินไป กว่าที่รู้ตัวมันก็สายแล้ว พระพุทธเจ้าท่านถึงตรัสว่า ให้ทุกคนเป็นผู้รู้จักประมาณในการบริโภค

ทุก ๆ วันนี้อาพาทันพัฒนาเรื่องความอร่อย แต่เราไม่ได้พัฒนาเรื่องเป็นผู้รู้จักประมาณในการบริโภค เวลาความอยากมากความหิวมาส่วนใหญ่มันควบคุมตัวเองไม่ได้

พระพุทธเจ้าท่านสอนเราให้หนักแน่นเข้มแข็ง ต้องมีสมาธิ ถ้าไม่มีสมาธิแล้วไม่ได้ เหมือนบุรุษคนหนึ่งแบกภาชนะน้ำผึ้งข้ามทะเลทรายแต่น้ำผึ้งมันเจือปนด้วยยาพิษ บุรุษนั้นต้องมีสติมีสมาธิ ช่มจิตช่มใจตัวเองหยุดตัวเอง ถ้าไม่อย่างนั้นจะอดกินน้ำผึ้งในภาชนะที่แบกข้ามทะเลทราย

ไปไม่ได้ ร้อยคนอย่างนี้ส่วนใหญ่ก็จะอดทนต่อความอยาก ความหิว ความกระหายไม่ได้ ส่วนใหญ่ก็จะตายเพราะน้ำผึ้งที่มียาพิษ ต้องเป็นบุคคล พิเศษ เป็นบุคคลที่อดทนอดกลั้นจริง ๆ นะ อย่าไปทำตามความอยาก อย่าไปทำตามเพื่อน ต้องมีสติมีสมาธิเพราะเรื่องทานอาหารนี้เป็นเรื่องสำคัญ

เรื่องพักผ่อนก็เหมือนกันนะ... การทำงานอย่างนี้ถ้าเรามีความสุขในการทำงานมันก็เป็นการพักผ่อนเหมือนกัน เป็นการคลายเครียดเหมือนกัน แล้วก็ถึงเวลานอนเวลาพักผ่อนพระพุทธเจ้าท่านก็ให้เราพากันพักผ่อน อย่าพากันไปกิน ไปเล่น ไปเที่ยว ไปกินเลี้ยง ไปทำกิจกรรมอะไรต่าง ๆ เหล่านี้ ก็ต้องจัดสรรเวลาให้ดีนะ ถ้าถึงเวลานอนเวลาพักผ่อนนะ เราไปเล่นคอมพิวเตอร์ เล่นอินเทอร์เน็ต ไอแพด ไอโฟน ไปเล่น โทรศัพท์มือถือ เพราะแอปพลิเคชันในโทรศัพท์มือถือรุ่นใหม่ ๆ มันจะออกมาเรื่อย มันจะเป็นการเบียดบังเวลาที่จะต้องนอนต้องพักผ่อน เครื่องอำนวยความสะดวกสบายเหล่านี้เค้าสร้างมาเพื่อให้เราใช้การใช้งาน เพื่อให้สะดวกสะดวกมากขึ้นรวดเร็วมากขึ้นไม่ใช่ให้เรามาเล่น มาหลงนะ ถ้าเรามาเล่นมาหลงเค้าเรียกว่าเป็นการตกนรกหลุมเล็กหลุมใหญ่ นะ พวกปัญญาชน พวกเรียนมากรู้มากมันมาเสียเพราะเรื่องนี้แหละ

ต้องหยุดตัวเองเบรกตัวเอง ถึงเวลาจะนอนพักผ่อนให้รู้จักไหว้พระ สวดมนต์นั่งสมาธิ ปล่อยวางทุกอย่างไม่ว่าดีไม่ว่าชั่ว ไม่ว่าสุขไม่ว่าทุกข์ เรื่องชอบไม่ชอบปล่อยวางหมด เอาทิ้งออกจากใจเราหมด ให้มันเหลือแต่ ลมหายใจ แล้วก็มาฝึกหายใจเข้ารู้ให้สบาย มาฝึกหายใจออกก็รู้ให้สบาย

ให้เรามาพักผ่อนอยู่กับลมหายใจนั้นนะ ลมหายใจเข้าก็รู้สบาย ลมหายใจออกก็รู้สบาย ให้ปล่อยให้อากาศให้พักผ่อน เพราะหัวใจของเรามันกระจุยกระเจามาทั้งวันแล้ว เราจะมาปล่อยมาวางมาละมาเล็ก เพื่อจิตใจของเราจะได้ตัดวงจรที่มันหมุนทั้งวันให้มันน้อยลง

พระพุทธเจ้าท่านให้เราทำอย่างนี้แหละ ใหม่ ๆ เราทำไม่เป็น เราฝึกปล่อยวาง ฝึกเสียสละ ฝึกไม่เอา ไม่มี ไม่เป็น มันจะดีมันจะชั่ว มันจะทุกข์จะจน จะมีเรื่องมีราวอะไรก็ปล่อยวางให้หมด เราปล่อยได้สักนาทีหนึ่งก็ยังดี

สมาธิคือความไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง ไม่มีตัว ไม่มีตน ไม่มีเรา ไม่มีเขา ไม่มีผู้หญิง ไม่มีผู้ชาย ไม่มีได้ ไม่มีเสีย ไม่มีสมมุติอะไรทั้งสิ้น

พระพุทธเจ้าท่านให้เราฝึกปล่อยฝึกวาง จะได้แจ้งใจออกจากกาย

แจ้งใจจากโลกธรรมะ ต้องฝึกปล่อยฝึกวางนะ ถ้าไม่ฝึกไม่ได้

อันนี้เป็นสิ่งที่จำเป็นต่อชีวิตของเรา ถ้าเราทำได้นาน ๆ ยิ่งดี ยิ่งเป็นบุญใหญ่เป็นอานิสงส์ใหญ่ เราฝึกปล่อยฝึกวางหมด ความรัก ความชอบ ความโกรธ ความเกลียดมาก็สับปีแล้วก็ต้องปล่อย ไม่ต้องไปคิดมากเราคิดมาก มันก็บาปมาก เรายึดมาก มันก็บาปมาก ต้องฝึกปล่อยฝึกวาง

เราอย่าไปอยากให้มันเป็นสมาธิ เพราะสมาธิไม่มีความอยาก มีแต่ความปล่อยความวาง เรานั่งสมาธิหรือนอนสมาธิทำใจเป็นสมาธิเพื่่อมุ่งความสงบ เพื่่อมุ่งไม่มีตัวไม่มีตนนะ

การใช้เงินการใช้สตาางค์นี้พระพุทเจ้าท่านให้ทุกคนมีสมาธิเหมือนกันนะ เพราะทุกวันนี้ะความเป็นอยู่ของเราล้วนแต่มาจากเงินจากสตาางค์ทั้งนั้น เรื่องอาหารการกิน ที่อยู่ที่นอน ยานพาหนะ มีแต่ใช้เงินทั้งนั้น ต้องวางแผนในการใช้เงิน ถ้าเราไม่มีการวางแผนนะเราต้องมีทุกข์แน่นอน เงินเดือนมากเท่าไรก็ทุกข์ ทรัพย์สินต่าง ๆ ที่เราใช้กันนี้ส่วนใหญ่ได้มาจากการเบียดเบียนธรรมชาติทั้งนั้น เป็นการตัดไม้ทำลายป่าทำลายภูเขาทำลายแม่น้ำ ทำลายสัตว์ต่าง ๆ ที่เราบริโภค ถ้าเราไม่วางแผนในการใช้เงิน มันสร้างบาปทั้งทางใจทั้งทางกายนะ ต้องบริหารเงินตามความเป็นจริงทุกวันนี้ะคน ๆ หนึ่งก็รู้ว่าตัวเองเงินเดือนเท่าไร แต่ไม่รู้ว่าตัวเองใช้อะไรบ้าง สุดท้ายก็เป็นหนี้เป็นสินหรือว่าไม่เหลือ

ความทุกข์ของคนส่วนใหญ่ก็ทุกข์เพราะเป็นหนี้เป็นสิน เพราะทรัพย์สินที่ได้รับไม่พอรายจ่ายมันมาก

ความสุขของเราส่วนหนึ่งเอาจากการบริโภคปัจจัยทั้งสี่ เงินทองที่ได้อาศัยยานพาหนะ ยารักษาโรค และความสุขอีกอย่างหนึ่งของเรานั้นอยู่ที่จิตใจของเราสงบนะ คนเรานี้จะรวยเท่าไรจะมีอำนาจวาสนาเท่าไรถ้าใจไม่สงบมันไม่มีความสุขหรอก คนที่ยังไม่รวยมันไม่รู้ แต่คนที่รวยมันรู้ว่ารวยแล้วใจมันไม่มีความสุขใจมันไม่สงบ

สรุปแล้ว...

ความสุขความดีทุกอย่างของทุก ๆ คนอยู่ที่ใจสงบ อยู่ที่จิตใจที่มีสมาธิ

สมาธินั้นแหละคือความสุขคือตัวหัวใจติดแอร์ เรามาปฏิบัติธรรมอย่างนี้พากันมาฝึกสมาธิให้ใจอยู่กับเนื้อกับตัว อย่าพากันสรวลเสเฮฮา พูดคุยกันมาก เดินก็รู้ว่าตัวเองกำลังเดิน นั่งก็รู้ว่าตัวเองกำลังนั่ง นอนก็รู้ว่าตัวเองกำลังนอน พยายามอยู่กับตัวเองให้มันมาก ทบทวนความบกพร่องของตัวเองที่ผ่านมา ต้องแก้ไขอะไรบ้าง ปรับปรุงอะไรบ้าง **“คนที่จะต้องแก้ไขนะ คนที่จะประเสริฐต้องพัฒนาตัวเอง”** พัฒนาทั้งจิตใจ พัฒนาทั้งการงาน พัฒนาทุกอย่างสู่ความดี ชีวิตนี้ต้องตั้งมั่นในความดีก้าวไปด้วยความดี เอาความดีเป็นที่ตั้ง ความเคยชินของเรามันมีมากมาย มันทำไปตามที่มันเคยชินมันเรียกว่าความเคยชินหรือว่า **“สัญชาตญาณ”**

ต้องพากันมาฝึกมาตั้งมั่น อดเอาหนเอาฝืนเอา มีความสุข มีความพอใจในการกระทำสิ่งที่ดีมันดี ๆ อีกหลาย ๆ เดือนหลาย ๆ ปีไปตัวเราเองนี้จะเปลี่ยนเป็นคนใหม่ เค้าเรียกว่าเกิดใหม่แล้ว เกิดเป็นคนดีแล้ว เค้าเรียกว่าขึ้นจากรกแล้ว ขึ้นจากความยากจนแล้ว ยังไม่ตายก็ขึ้นสวรรค์ทั้งเป็นแล้ว ไปนิพพานตั้งแต่ยังไม่ตายแล้ว

เราทุกคนนะถือว่าโชคดีได้พากันมาอยู่วัดมาปฏิบัติธรรม...

การปฏิบัตินี้ ให้ทุกคนเข้าใจนะ อยู่ที่ไหนเราก็ต้องปฏิบัติธรรมหมด อยู่ที่วัด อยู่ที่บ้าน อยู่ที่ทำงานก็คือการปฏิบัติธรรม การปฏิบัติธรรมก็คือการทำความดีเหมือนที่กล่าวมาทั้งหมดนี้

ทุก ๆ คนนะพระพุทธเจ้าท่านให้เราสมาทานให้เราตั้งใจในการ
กระทำความดีถ้าไม่ตั้งใจมันไม่ได้ ขนาดตั้งใจอยู่มันก็ยังล้มเหลว
ถึงต้องตั้งมั่นในสัมมาสมาธิ ...

ให้ทุกคนตั้งไว้ในใจเลย อันไหนดี ๆ สมาทานเอาตลอดชีวิตเลย
อย่าไปอาลัยอาวรณ์ในสิ่งที่มันไม่ดีนะ ให้ทุกท่านทุกคนคิดอย่างนี้
ที่มาเพี้ยนนี้ให้ถือว่ามาตัดกรรมตัดเวรตัดบาปตัดอกุศลออกจากใจของเรา
มาสมาทานเอาความดี มาเข้าถึงพระพุทธเจ้า ถึงพระธรรม ถึงพระอริยสงฆ์
มารับเอาสิ่งที่ประเสริฐ ให้ทุกคนคิดอย่างนี้ แล้วก็ตั้งมั่นในใจว่าจะพยายาม
ทำให้ดีที่สุด

หวังว่าทุกท่านทุกคนคงจะนำพระธรรมคำสั่งสอนที่ประเสริฐของ
องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไปประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวันด้วยกัน
ทุกท่านทุกคนเทอญ...

ด้วยบุญบารมีของพระพุทธเจ้าพระธรรมพระอริยสงฆ์ จงได้รับ
ความสำเร็จในการเรียนการศึกษา ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต
ครอบครัว ประสบความสำเร็จในธุรกิจหน้าที่การงาน และได้บรรลุถึง
มรรคผลนิพพานด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ...

เข้าวันที่ ๙ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๕๖

ในความรักความเมตตาแก่กันและกัน...

การประพาศิการปฏิบัติธรรม พระพุทธเจ้าท่านให้เราทุก ๆ คน มาแก้ไขตัวเอง เพราะว่าปัญหาต่าง ๆ ของเรามันอยู่ที่เราทั้งหมด

เราทุกคนจะรักสุขเกลียดทุกข์ มีความเห็นแก่ตัว มีความยึดมั่นถือมั่น ว่านี่ตัวเรา ว่านี่ของเรา ว่านี่พ่อเราแม่เรา ว่านี่ญาติพี่น้องเพื่อนฝูงของเรา พวกเขามาประพาศิปฏิบัติมันก็เพื่อเราอีกนั่นแหละ เพื่อเราจะได้สวรรค์ เราจะได้พระนิพพาน อะไรก็มีแต่เรา มีแต่ตัวตนทั้งนั้น มันมีแต่ผลประโยชน์ เพราะว่ามันมีความมุ่งหวังคือตัวเราคือของ ๆ เรา จิตใจของเรามันเลยไม่เป็นธรรม ไม่มีความยุติธรรม คนอื่นสัตว์อื่นนะที่ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ญาติพี่น้องของเราที่ไม่เกี่ยวข้องกับเรา แล้วจะมีความยากลำบากอย่างไรส่วนใหญ่เราก็ไม่สน เราไม่เคยเห็นอกเห็นใจ...

พระเทวทัตนะครั้งที่ปลงพระชนม์พระพุทธเจ้าก็เพราะว่าเรื่องผลประโยชน์ที่พระเทวทัตทำสงฆ์ให้แตกแยกก็เพราะเรื่องผลประโยชน์ เพราะถ้าปลงพระชนม์พระพุทธเจ้าได้ก็จะได้มีลาภสักการะ การที่เราทำบาปทำกรรมก็เพราะผลประโยชน์ของตัวเอง เพราะความเห็นแก่ปาก

แก่ท้องแก่ความสะดวสบาย จึงเป็นเหตุให้เบียดเบียนคนอื่น เบียดเบียนสัตว์อื่น

เราคิดดูดี ๆ นะเรามีความเห็นแก่ตัวมากนะ...!

เราเกี่ยวข้องกับหมู่มวลมนุษยชนไหนที่จะได้ประโยชน์สำหรับเรานะ เราก็ดูแลดี เทคแคร์ดี แต่ถ้าคนไหนจะมาเอาผลประโยชน์กับเรา เป็นคนที่ไม่ได้ให้ประโยชน์อะไรกับเรา นอกจากเราจะต้องเป็นผู้ที่ให้เค้าล่ะ หรือว่าเค้าเป็นคนยากคนจน ทุกคนก็ไม่อยากเกี่ยวข้อง ทุกคนก็ไม่อยากสนใจนะ นี่แหละมันถึงเป็นเหตุให้แตกแยกในหมู่คณะ แตกแยกในหมู่สงฆ์ แตกแยกในหมู่ประชาชน ประเทศชาติ พระศาสนา ก็เพราะความเห็นแก่ตัวของเราทุก ๆ คนนี่แหละ ไม่ได้คิดเลยว่าประชาชนคนทั้งหลายทั้งปวงนะ เค้าก็เป็นญาติพี่น้องเกิดแก่เจ็บตายกับเราด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น

พระพุทธเจ้าท่านถึงสอนให้ทุกคนนะเป็นผู้กตัญญูกตเวที เห็นคุณเห็นประโยชน์ในการดูแลเอาใจใส่คนอื่น คนเรานะถ้าแม้แต่พ่อแม่ของตัวเองก็ยังไม่ดูแลไม่สนใจนะเค้าเรียกว่า “คนไม่ดี เป็นคนยี่ห่อไม่ดี...”

**การดูแลคุณพ่อคุณแม่ หรือว่าเน้นคุณเน้นแม่ประโยชน์ในผู้อื่นนะ
เน้นคุณธรรม เน้นสมมติของตนดี**

พระพุทธเจ้าท่านถึงให้เราดูแลเสนาสนะให้อย่างดี ดูแลห้องน้ำ ห้องสุขาให้ดี ดูแลจิวร ดูแลบาตรให้อย่างดีด้วยกลัวมันจะขาดมันจะแตก จะผุพัง

ยกตัวอย่าง... อย่างของสงฆ์ทุกอย่างนี้แหละ จะเป็นกุฏิวิหารหรือ อุกรณ์ในการก่อสร้าง หรือวัสดุที่เอามาก่อสร้างอย่างนี้ พระพุทธเจ้าท่านให้เราดูแลอย่างดี ไม่ให้ถือว่าสิ่งเหล่านี้มันไม่ใช่ของ ๆ เรานะ เราเพียงมาอาศัยชั่วคราว เราคิดอย่างนี้แหละ ความคิดอย่างนี้มันเป็นบาป อย่างเรา เอาจอบไปใช้หรือเอาไม้กวาดไปใช้ หรือเอาทุกอย่างไปใช้ต้องเก็บ ต้องรักษาให้อย่างดีกลัวมันเสียหายเร็ว ถ้าเราไม่ดูแลไม่รักษาอย่างดี เราก็บาปนะ

อย่างวัดเราอย่างนี้แหละ ครูบาอาจารย์ก็เมตตาเปิดโอกาสให้ทุกคน ได้มารักษาศิลปปฏิบัติธรรมเพื่อมาสร้างความดีร่วมกัน พระพุทธเจ้าท่านก็ให้เราดูแลเค้าเทศแคร์เค้า ต้อนรับเค้าเป็นอย่างดี ให้ความรักความเมตตา ว่าเค้าจะอยู่อย่างไรกินอย่างไร..?

ไม่ใช่ว่าเค้าคนนี้ไม่ใช่ญาติ ไม่ใช่พี่น้อง ไม่ใช่คนรู้จักของเรา แล้วเค้า ก็ไม่ใช่คนที่จะผลประโยชน์ให้เงินให้สตางค์เรา เรายังเลยคิดว่าเราจะไปดูแล เค้าจะไปอุปฐากเค้าทำไม..? ถ้าเราคิดอย่างนี้จิตใจของเราก็เป็นบาป เพราะเรามันเห็นแก่ตัว

ส่วนใหญ่คนที่ยังไม่ได้ภาวนาไม่ได้พิจารณานะเค้าจะไม่สนใจคนอื่นเลยนะ เหมือนชาวบ้านต่างประเทศบางประเทศ บ้านใกล้เคียงกันก็ไม่สนใจ

กันหรอก ไม่รู้จักว่าบ้านข้าง ๆ เราเค้ายเป็นใครมาจากไหนทำอะไร เค้ายมีความสุขมีความสุขมัย ก็เพราะเค้าไปเน้นในทางเอาแต่เงินเป็นพระเจ้า เอาเงินเป็นใหญ่ เอากฎหมายเป็นใหญ่ ถ้าเราทำอย่างนี้แหละพระพุทธเจ้า ท่านตรัสว่าเราเป็นคนเห็นแก่ตัว ไม่รู้จักดูแลคนอื่น ไม่รู้จักสนใจคนอื่น เพราะว่าเราไม่ได้รับประโยชน์อะไรจากเค้า ไปคิดอย่างนั้นไม่ได้ไม่ถูกต้อง

เราปฏิบัติอย่างนี้นะพระพุทธเจ้าท่านเรียกว่าปฏิบัติธรรมนะ เพราะว่าพระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราตามใจตัวเอง ตามกิเลสตัวเอง คนเรามันเห็นแก่ตัวนะ โยมวัดบางคน หรือว่าพระบางรูปนะ ถ้าเห็นโยมคนไหน เค้ารวย ๆ อะไรอย่างนี้ก็ดูแลอย่างดี เทคแคร์เค้าอย่างดี ทำอย่างนั้นมันก็ถูกต้อง แต่ว่ามันไม่ถูกต้องกับที่คนจน ๆ คนที่ไม่มีผลประโยชน์ ถ้าเห็นคนจนมา หรือคนไม่มีประโยชน์มาอะไรไม่ให้อะไร ไม่ดูแล เลย ๆ กันนะ

เหมือนกับพระที่ยังหนุ่มอยู่ที่ยังไม่หมดกิเลสนี้แหละ เวลาเด็กนักเรียนมาหรือว่าสาว ๆ มาอะไรอย่างนี้ให้เทศน์ให้สอนก็ชั่วโมงก็ได้ ถ้าเป็นโยมแก่ ๆ ที่หมดความสวดยความงามแล้ว ก็ไม่มีกะจิตกะใจที่จะพูดคุยด้วย ไม่มีกะจิตกะใจที่จะบอกจะสอน นี่แสดงว่าเรากำลังทำผิดกำลังคิดผิด ไม่ใช่ธรรมไม่ใช่วินัย เราไปเทศน์ไปสอนแต่คนอื่น แต่พระพุทธเจ้าท่านว่า เราไม่ได้เทศน์ ไม่ได้สอนตัวเอง ยิ่งคนแก่อีกไม่นานเค้าจะละสังขารแล้ว เราควรจะมีเมตตา ควรจะสงสาร ควรจะให้กำลังใจบอกสอนเค้า

พระพุทธเจ้าท่านให้เราเกี่ยวข้องให้มันถูกต้องและก็สมควร
ไม่ให้มากเกินไปให้ไม่น้อยเกินไป ไม่ใช่รู้จักกับโยมคนโน้นคนนี้อะไรทุกอย่าง
ก็จะไปเกี่ยวข้องจะไปจัดการให้เค้าหมด เกินความเป็นพระเป็นเณร
เป็นสมณะของเราล่ะ

**พระพุทธรูปเจ้านักแลพระจะลงเรื่องผลมะโงธน์เรื่องลากสักการะ
เพื่อที่จะไม่มัวผูกจากโงม เพื่อที่จะไม่ประจวบประแจงโงมมากเกินไป
มันไม่ถูกต้อง มันไม่ยุติธรรม**

การดูแลการให้ความเมตตา พระพุทธเจ้าท่านสอนทุก ๆ คน
สอนพระทุกรูป สอนโยมทุกคนต้องมีเมตตาเค้าให้หมด ไม่ว่าเค้าจะเป็นคนดี
คนชั่ว “ถ้าเราเอาแต่คนรวย คนจนจะเอาไปทิ้งที่ไหน ถ้าเราจะเอาแต่คนดี
คนชั่วเราจะไปทิ้งที่ไหน” ที่ใจเราเป็นอย่างนี้เพราะใจของเราไม่มีธรรม
ไม่มีคุณธรรม ถูกต้องมั๊ย เราลองมาดูหัวใจของเรา...!

การภาวนาการปฏิบัติล่ะ พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราตามกิเลส ตาม
ความคิดเรา ตามอารมณ์เรา เพราะเรายังเป็นคนบาปอยู่ เป็นคนที่เผลอจิตใจ
ของตัวเองล่ะ มันเผลอตัวเองทุกอิริยาบถเลย

ต้องให้รู้จักยับยั้งตัวเองให้มีความอดความทนนะ มันอยากไปเราก็
ไม่ไป เราอยากพูดเราก็ไม่พูด เราอยากทำก็ไม่ทำนะ ทบทวนจิตใจของเรา
ให้มันสงบมันเย็น ถ้าเราไม่ทบทวนนะเราจะเป็นคนไม่หนักไม่แน่น
เป็นคนความรู้ท่วมหัวก็เอาตัวไม่รอด จบปริญญาหลายใบก็ยังใช้ไม่ได้...

ในชีวิตประจำวันของเรานี้ต้องทำให้ใจของเรามั่นสงบใจของเรามั่นเย็น เพราะสมณะที่ ๑ ที่ ๒ ที่ ๓ ที่ ๔ มันอยู่ในอริยมรรคในการประพฤติปฏิบัติ ในชีวิตประจำวันของเรานี้แหละ เราไม่ต้องไปหาพระนิพพานไกลหรือ พระนิพพานมันอยู่ที่กายวาจาใจของเรานี้แหละ

ปรับให้ได้... เราไม่ต้องแก้ไขคนอื่น ไม่ต้องปรับปรุงคนอื่น ต้องแก้ไข ที่เราที่ตัวเรา

พระพุทธเจ้าท่านให้เราเข้ากัมมัฏฐานนะ... กัมมัฏฐานมันไม่ได้อยู่ที่ไหนหรือ มันอยู่ที่กายวาจาใจของเรา อยู่ในชีวิตประจำวันของเรานี้แหละ ให้สงบไว้ ให้มันเย็นไว้ เพราะทุกสิ่งทุกอย่างมันเกิดขึ้น แล้วมันตั้งอยู่ แล้วมันก็ดับไปอย่างนี้แหละ ไม่มีอะไรมากกว่านี้

เราวิ่งไปหาความสงบมันไม่ถูกนะ เพราะว่าความสงบมันไม่ได้อยู่ที่อื่น ความสงบมันอยู่ที่ใจของเรามั่นสงบนะ ที่เราจะไม่อยากเห็นรูป ไม่อยากฟังเสียง ไม่อยากให้มันมีโลกธรรมนะอย่างนั้นมันก็ไม่ถูกต้อง อันนั้นมันว่างจากสิ่งที่ไม่มี พระพุทธเจ้าท่านสอนเราให้ว่างจากสิ่งที่มี

อย่างพระใหม่ พระบวชใหม่นี้แหละท่านถึงให้ถือนิสสัยของพระพุทธเจ้าไม่ให้เที่ยวโน่นเที่ยวนี่ ไม่ให้ตามใจ นึกอยากอยู่ก็อยู่นึกอยากไปก็ไป นึกอยากกินก็กิน นึกอยากนอนก็นอน ต้องฝึกจิตใจของเราให้มันเป็นคนไม่ตามใจตัวเอง

คนเราเน่มันตามใจตัวเองจนมันเป็นโรคกระเพาะ มันตามใจตัวเอง
จนเป็นโรคประสาท ตามใจตัวเองจนเป็นโรคจิต จนเป็นโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ
อันนั้นก็ดีอันนี้ก็ดี แต่ที่แท้นะมันเป็นคนหลงโลก หลงอารมณ์ หลงกิเลสเน

เหมือนเราที่เป็นหนุ่มเป็นสาวอย่างนี้นะ มันก็ดีมันก็มีความสุข
มัน ไม่มีเรื่องไม่มีปัญหา ที่นี้เราหลงโลกหลงอารมณ์อยากไปมีผัวมีเมียอย่างนี้
แหละปัญหาต่าง ๆ มันเลยรุมมาทุกทิศทุกทางทั้งล่างทั้งบน มันครอบงำ
หมด นี่แหละมันถึงเรียกว่า “ครอบคร้ว” มันครอบไว้ มันขังไว้ มันขังเราไว้
ในวัฏสงสาร มีลูกก็สงสารลูก มีหลานก็สงสาร มีภรรยาที่ต้องห่วงภรรยา
ทั้งรัก ทั้งขัง ทั้งหวานและขมขึ้นอยู่อย่างนี้แหละ **เพราะอะไร...?** ก็เพราะ
เราทำตามใจตัวเอง ตามอารมณ์ตัวเอง มันเป็นการสร้างบาปสร้างอกุศล
ให้กับตัวเองนะ

พระพุทธเจ้าท่านถึงให้เราหยุดให้เราเย็น นั่งให้มันสงบ เดินจงกรม
ให้มันสงบ ทำอะไรก็ให้มันสงบ มันจะคิดอะไร คิดเอาปราสาทเอาวิมาน
มันก็ได้ มันจะได้โรคประสาทโรคจิต นั่นแหละผลลัพธ์ของมัน...

ทุกคนนะสิ่งที่ผ่านมามันผิดพลาดก็มาก น่าเสียดาย...

พระพุทธรเจ้าท่านตรัสว่าช่างนัวมัน แล้วยังแล้งใจ

ไม่ต้องไม่พูดไม่ต้องไม่ทำมันอีก เราไม่ต้องให้มันมันเหมือนที่ผ่านมา

อย่าหันหน้าไปมองมันเลย หันหลังให้มันเลย ไม่ต้องกลับไปมองมันอีก มองในที่นี้ก็หมายถึงว่า เรื่องเก่า ๆ ที่มันเป็นจิตใต้สำนึกมันชอบผุดขึ้น มันชอบโผล่ขึ้นมาเราก็กปรุงไปเรื่อยนะ ของเก่า ๆ นะเราต้องทิ้งต้องปล่อยต้องวางแล้ว

ทุกตนหันหน้าออกนะ มหันตหน้าออกนะ มหันหน้าออกนะ มหันตอึดอันนะ

มันจุกก็ช่างหัวมัน... เพราะเรามันถูกหมัดของกิเลสมันก็ต้องจุก มันถูกทั้งศอกทั้งหมัดของกิเลส ถ้าเราไม่ตามใจมันก็อึดอัด เพราะว่ามันเป็นความเคยชิน มันเป็นสิ่งเสพติดสำหรับเราแล้ว ธรรมะถึงเป็นสิ่งที่ทวนโลก ทวนกระแส

เราต้องบังคับใจตัวเองนะ ใจของเราถ้าไม่บังคับมันไม่ได้

เราก็พากันดู ๆ เห็นพระก็วิงหาธรรมะ เห็นอุบาสกอุบาสิกาที่วิงหาธรรมะ เห็นญาติโยมที่วิงหาธรรมะกันนะ พระพุทธเจ้าท่านให้เราพากันเข้าใจเรื่องการปฏิบัติ ไม่ต้องไปวิงหาที่ไหนแล้ว สมควรแล้วที่จะตั้งอกตั้งใจปฏิบัติ นี่เราปฏิบัติไม่ถ้วน ไม่ถี่เดือน ไม่ถี่ปีเราก็กต้องการแต่ผลประโยชน์ ถ้าเราต้องการผลประโยชน์ผลลัพธ์มันก็ต้องเผาตัวเอง เพราะการปฏิบัติธรรมมันไม่ใช่เพื่อจะเอาผลลัพธ์นะ มันเป็นการปล่อยการวาง

ฝึกใจให้มันสงบ อย่าไปคิดมาก อย่างเค้าถือศีลห้าอย่างนั้นะ วันหนึ่งเค้าทานอาหารสามครั้ง เค้าก็ทานกันใช้เวลาประมาณไม่เกิน ๓๐ นาที

เคঁาก็หยุดเคঁาก็อิม แล้วก็ปล่อยให้มันย่อยไปเลี้ยงร่างกาย เทียงวันถึงทานอีก
ตอนคำถึงทานอีก ความคิดของเราที่เหมือนกันเราไปคิดมากเกินไปมันก็ปวดหัว
เพราะใจของเรานะเราไม่รู้จักทำให้มันสงบ ไม่รู้จักทำให้มันเย็น เพราะ
ธรรมชาติมันเป็นของสงบเป็นของเย็น สิ่งที่มีมันไม่สงบไม่เย็นนั่นก็คือใจของเรา

เราทำอะไรอยู่ เราปฏิบัติอะไรอยู่ต้องให้มันเป็นธรรมชาติเกิดธรรมะ
มันถึงจะเกิดประโยชน์แก่ชีวิตของเรานะ

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราประมาทนะ ความคิดเราก็ประมาทนะ

รู้ว่าไม่ดีเราก็คิด รู้ว่าไม่ดีเราก็กังฟูต รู้ว่าไม่ดีเราก็กังทำนั่นแหละ
คือเราประมาท เราอาลัยอาวรณ์ในกิเลสของเรานะ เราก็กังวันประกันพรุ่ง
ไปเรื่อยว่าอีกซักหน่อยถึงจะค่อยละค่อยทิ้ง

คนเราต้องเน้นลงที่ปัจจุบันนะ พระพุทธเจ้าท่านสอนอย่างนั้น
เดี๋ยวนี้ก็เป็นปัจจุบันชั่วโม่งหน้าก็เป็นปัจจุบัน ถ้าเราตัดชั่วโม่งนี้ไม่ได้
อีกชั่วโม่งหน้าเราจะตัดได้อย่างไร เพราะเราเป็นคนไม่อยู่กับปัจจุบัน
ต้องแก้ตัวเองให้ได้ต้องปฏิบัติตัวเองให้ได้

พระพุทธเจ้าท่านให้เราทุกท่านถอนตนออกตนเอง

จะเนืองกัซังมัน จะตางกัซังมัน

มรณทัเองกัซังธรรมะ กัซังเวลา กัซังกฎการะเม็งม

มันถึงจะปราบทิวภูมิมานะฮั้ตตาดัวตนของตัวเองได้ นอกจากพระธรรม คำสั่งสอนข้อวัตรปฏิบัติของพระพุทธเจ้าแล้วไม่มีอะไรที่จะมาแก้ไขตัวตนของเราได้

เพิ่มศรัทธาให้มากขึ้น ศรัทธาคือเชื่อในพระพุทธเจ้า พระธรรม พระอริยสงฆ์ อย่าเอาตัวเองเป็นใหญ่ เป็นประธาน ต้องเอาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นประธาน เราถึงจะพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด ทุกคนก็เบื่อโลกไม่อยากเกิดไม่อยากอย่างนี้แหละ ในโลกนี้มันยาก มันลำบาก มันมีปัญหา มันเบื่อไม่จริงนะ ถ้าเบื่อจริงนะมันก็ต้องปรับตัวเองเข้าหาศีลหาธรรม หาข้อวัตรปฏิบัติ

ด้วยการไม่ทำตามใจตัวเอง ด้วยการปฏิบัติตามรอยของพระพุทธเจ้า พระธรรม พระอริยสงฆ์ ให้ทุกท่านทุกคนจงมีดวงตาเห็นธรรมด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ....

คำวันอาทิตย์ที่ ๓๐ มิถุนายน พุทธศักราช ๒๕๕๖

คุณหมอกัด พยาบาลกัดคุณธรรม...

อาชีพหมออาชีพพยาบาลนี่ถือว่าเป็นอาชีพที่ดีที่ประเสริฐ เป็นอาชีพที่ได้สร้างบุญ สร้างกุศล สร้างความดีสร้างบารมีสร้างคุณธรรม ที่เค้าให้คุณหมอให้พยาบาลมาประพฤติมาปฏิบัติธรรม เพื่อจะได้เป็นคุณหมอที่ดีเป็นพยาบาลที่ดีมีคุณธรรม

ทุกคนที่เกิดมามีความทุกข์ทั้งท่ายกายมีความทุกข์ทั้งทางใจ มีความจำเป็นที่จะต้องพึ่งหมอฟึ่งพยาบาลกันทุก ๆ คน จะหลีกเลี่ยงไปไม่พ้นไปไม่ได้

ทุกวันนี้ประชาชนเค้าพูดคุยกันว่าคุณหมอและพยาบาล ตรวจโรครักษาพยาบาลไม่ค่อยจะดี ไม่เหมือนโรงพยาบาลเอกชนเค้า

คุณหมอและพยาบาลทุก ๆ คนที่เป็นโรงพยาบาลรัฐนะ เมื่อมีประชาชนเค้าพูดขานวิพากษ์วิจารณ์หรือทักท้วงกัน ก็ต้องพิจารณาตัวเองว่าใครมีความขาดตกบกพร่องอะไรบ้าง ถ้าขาดตกบกพร่องพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวนะ ท่านก็ให้คุณหมอและพยาบาลคนนั้น ๆ แก้ไขปรับปรุงตัวเอง

พระพุทธเจ้าท่านให้คุณหมอและพยาบาลทุกคนเจริญเมตตามาก ๆ ให้ถือว่าทุกคนนะคือญาติพี่น้องของเราทุก ๆ คน พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราเอาเงินเดือนอย่างเดียว ต้องทำงานเอาคุณธรรมคุณงามความดีด้วย

คนใช้ทุก ๆ คนนะไม่ว่าเค้าจะเป็นใครนะถึงไม่ใช่ญาติพี่น้องสายโลหิต หรือว่าไม่ใช่คนไทยเค้าเป็นคนต่างประเทศ เค้าเป็นคนยากคนจน เค้าไม่มีเส้น มีสาย พระพุทธเจ้าของเรา ในหลวงของเราท่านก็ให้มีเมตตากับคนป่วยคนไข้ ทุก ๆ คน ตั้งใจให้เต็มที่เต็มร้อย เอาใจใส่ ต้องชวนขายกระตือรือร้น ว่องไว รับผิดชอบ เรื่องเงินเรื่องสตางค์นั้นนะเอาไว้ทีหลัง

เราเป็นมนุษย์เป็นผู้ที่มีจิตใจสูง มีโอกาสทำความดีเราต้องรีบทำ ตั้งใจตรวจ ตั้งใจถาม ถามตัวเค้าไม่เข้าใจก็ต้องถามญาติพี่น้องของเขา เราอย่าไปมองหน้าเค้าแล้วถามนิด ๆ หน่อย ๆ ก็เขียนชื่อยาแล้วก็จ่ายยานะ อย่างน้อยก็เอาเครื่องหูฟังตรวจคนไข้ ใช้ปรอทวัดไข้ วัดความดัน **“ถึงเค้าไม่ใช่ญาติเราเค้าก็มีหัวใจ เค้าเป็นคนยากคนจนเค้าก็มีหัวใจ...”**

ส่วนใหญ่นะคนเรามันเห็นแก่ตัว ถ้าญาติเรา พ่อแม่พี่น้องเพื่อนฝูง เรานะเราก็เอาใจใส่ ดูแลเทคแคร์ แต่ถ้าเค้าไม่ใช่ญาติพี่น้องเพื่อนฝูงเค้าเป็นคนยากคนจนนะ บางทีเป็นคนต่างชาติ เป็นคนยากคนจนต่างชาติที่เค้ามาทำงานในประเทศเรา เราก็มองเค้าไปอีกระดับหนึ่ง ถ้าเราคิดอย่างนี้แหละ ถือว่าเราทำไม่ถูกต้อง เราไม่ได้ทำหน้าที่ของคุณหมอคุณพยาบาล

ประชาชนคนส่วนใหญ่เขาไม่มีญาติเป็นคุณหมอเป็นพยาบาล แถมก็ยังเป็นคนยาก คนจนอีกต่างหาก จะไปโรงพยาบาลเอกชนก็ไม่มีเงิน ไม่มีสตางค์ ถ้าคุณหมอไม่มีความเมตตา พยาบาลไม่มีความเมตตา ประชาชนคนเหล่านั้นเค้าจะไปพึ่งพาอาศัยใครละ

คุณหมอคุณพยาบาลต้องเป็นที่พึ่งทั้งทางกายและทางใจให้กับเค้าได้ ว่าทุก ๆ คน มีคุณธรรมมีความเป็นมาตรฐานอันเดียวกันหมด **“ชื่อว่าหมอชื่อว่าพยาบาลต้องไม่เลือกที่รักมักที่ชังนะ...”**

คนเราน่ะมันต้องสร้างความดีสร้างบารมี ละความเห็นแก่ตัว เวลาอยู่ที่โรงพยาบาลเราก็ดูแลเค้าอย่างเต็มที่ที่เคหะอย่างเต็มที่ ถ้าเราเปิดคลินิกแล้วเขาไปคลินิก เราก็ดูแลเค้าอย่างเต็มที่ที่เคหะอย่างเต็มที่เหมือนกัน อย่าให้เหมือนคุณหมอหลาย ๆ คนนะ อยู่ที่โรงพยาบาลรัฐบาลก็ดูแลรักษารักษาตาม แต่ถ้าไปคลินิกของตัวเองนะ ไม่ใช่รักษารักษาแต่รักษาดูแลเป็นพิเศษ อย่างนี้แหละพระพุทธเจ้าถือว่า เรามีความเห็นแก่ตัว เราปฏิบัติไม่ดี ไม่ถูกต้อง เห็นแก่เงินแก่สตางค์ ขาดคุณธรรมไม่มีคุณธรรม

ประเทศเราโรงพยาบาลใหญ่ ๆ ก็มีอยู่หลายโรงนะ...
เช่น โรงพยาบาลศิริราช รามาฯ จุฬาฯ แล้วก็ยังมีโรงพยาบาลทหารตำรวจ และโรงพยาบาลจิตเวช ถ้าทุก ๆ คนเน้นคุณธรรม เน้นเรื่องความเมตตา ความกรุณาเอาใจใส่กับคนป่วยทุก ๆ คนนะมันก็เป็นสิ่งที่ดีมาก

สถานีนามัยในหมู่บ้านในตำบลส่วนใหญ่ก็ปฏิบัติงานยังไม่ค่อยได้ มาตรฐาน ยังเป็นที่พึ่งของประชาชนไม่ค่อยจะได้ เวลาเจ็บเวลาป่วยมานะ ประชาชนชาวบ้านเค้าไปหาที่ไม่ค่อยจะพบพยาบาล เค้าก็เลยพากันไป ตั้งแต่โรงพยาบาลอำเภอ ก็ถือว่าประเทศเรา เมืองเรานามัยนี้ก็ยังไม่ค่อย เกิดประโยชน์ต่อชาวบ้านต่อประชาชน

โรงพยาบาลอำเภอ โรงพยาบาลประจำจังหวัดแต่ละจังหวัด การบริการรักษาดูแลประชาชนส่วนใหญ่ก็ยังไม่ค่อยดีพอ ยังไม่ได้มาตรฐาน ชาวบ้านแต่ละอำเภอนั้นเค้าพากันบ่น กันมากนะว่าคุณหมอใช้ไม่ได้ ว่าพยาบาลใช้ไม่ได้ ไม่ค่อยได้ตั้งใจตรวจโรค ไม่ค่อยได้ตั้งใจรักษาพยาบาล ไม่มีความกระตือรือร้นเอาใจใส่ในคนไข้ “**ประชาชนคนส่วนใหญ่**นะ

ไม่ต่ำกว่า ๒๐ เปอร์เซ็นต์เค้าพูดว่าโรงพยาบาลประจำอำเภอ โรงพยาบาลประจำจังหวัดไม่ค่อยได้มาตรฐาน”

บางคนเค้าป่วยหนักก็ไม่ได้ได้รับความเอาใจใส่ มันมีระบบระเบียบ ๓๐ บาทรักษาทุกโรค โรงพยาบาลก็มีต้นทุนจำกัด คนป่วยหนักจะส่งโรงพยาบาลจังหวัดก็ได้ เพราะว่าถ้าส่งไปแล้วทางโรงพยาบาลจังหวัดก็ต้องมาหักค่าพยาบาลจากโรงพยาบาลอำเภอ ทำให้โรงพยาบาลอำเภอเป็นหนี้เป็นสิน นี่เป็นสาเหตุให้คนที่ยากจนคนที่ไม่เส้นมีสายนั้นตายกันมาก ต้องรอจนมันจะหมดลมหายใจค่อยส่งไป ส่งไปมันก็ไม่ทันเหตุการณ์นะ เพราะคนเรามันจะตายแล้ว ก็เพราะว่าระบบ ๓๐ บาทรักษาทุกโรคนี้แหละ

คุณหมอผู้อำนวยการและก็คุณหมอทุกท่านตลอดจนพยาบาลนี้ก็น่าจะคิดให้ดีนะ... ถึงเค้าจะไม่เป็นญาติของเรา ไม่เป็นเพื่อนของเรา หรือว่าเค้าเป็นคนยากจนต่างประเทศอย่างนี้แหละ เราก็น่าจะเมตตาเค้า สงสารเค้านะ เพราะเค้าไม่มีทางไปแล้ว เค้าไม่รู้จะไปพึ่งพาอาศัยใครนะ

ทางที่ดีที่ถูกต้องคุณหมอก็ต้องรักษาให้ดีที่สุด มันจะเป็นหนี้เป็นสินเราก็ต้องยอม เพราะเรื่องความเจ็บความตายมันเป็นสิ่งที่จำเป็น เราอย่าเห็นแก่ตัวที่ไปห่วงงอแงคนไข้เพียงแค่ว่า ๓๐ บาทรักษาทุกโรค

ในโรงพยาบาลมันโรงพยาบาลที่แท้จริง

เมื่อก่อนที่ทองผาภูมิมันยังลางได้ อกในโรงพยาบาลของเรามีโรงฆ่าสัตว์”

พระพุทธเจ้าของเรา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวของเราน่ะ ท่านมีความเมตตาต้องการให้คุณหมอทุก ๆ คนนะตลอดจนถึงพยาบาล ต้องฝึกพูดกับคนไข้เพราะ ๆ แล้วก็พูดกับญาติคนไข้เพราะ ๆ น่ะ ทุกคนก็รู้อยู่แล้วเป็นคุณหมอเป็นพยาบาลนี่มันเครียดเนอะ แต่คนป่วย มันเครียดมากกว่าอีก ญาติคนป่วยมันเครียดมากกว่าอีก เป็นคุณหมอ คุณพยาบาลต้องใจดี เป็นคุณหมอคุณพยาบาลต้องใจเย็น เป็นคุณหมอ คุณพยาบาลต้องเป็นไม่มีทิฐิมานะ เจ้าอารมณ์

ส่วนใหญ่ละคุณหมอตลอดจนถึงผู้อำนวยการมันมีทิฐิมานะมาก มันมีตัวมีตนมาก มันมี EGO สูง มันวางมาดวางกล้ามากเกินไป มันทำให้ พยาบาลได้รับความยากลำบาก เอาใจลำบาก

ผู้จะเป็นคุณหมอทุกคนนะให้พิจารณาตัวเองนะ คนมีความรู้มาก มีความสามารถมากมันชอบหลงตัวเอง คนเก่งมันชอบหลงตัวเอง คนรวย มันชอบหลงตัวเอง อันตรายที่ร้ายแรงที่สุดก็คือการหลงตัวเองนี้แหละ พยาบาลทุกคนต้องการคำพูดดี ๆ เพราะ ๆ จากคุณหมอ

การอ่อนน้อมถ่อมตนต่อผู้อื่นมันดีมันเกิดบุญเกิดกุศล การพูดดี ๆ เพราะ ๆ กับคนอื่นมันเกิดบุญเกิดกุศลนะ แค่นี้ก็มีกำลังใจที่จะร่วมงาน กับเราทำงานกับเรา เราจะถือคติว่าเราพูดตรงไปตรงมาออกจากใจเรา ไม่ได้เสแสร้งอย่างนั้นไม่ได้ เพราะใจเรานั้นนะยังใช้ไม่ได้ ใจของเรานั้นยังมีความโลภความโกรธความหลง ใจของเรายังไม่ใช่ใจพระพุทธเจ้า ไม่ใช่ใจพระอรหันต์นะ

ดูตัวอย่างในหลวงของเรานะ ท่านพูดเพราะ ท่านดีดิน ท่านไม่ได้กร่าง ท่านไม่ได้ถือเนื้อถือตัว ท่านถึงเป็นที่พึ่งทั้งทางกายและจิตใจของปวงชนทั้งชาวไทยและชาวโลกทั้งหลาย

การทำงานนะพระพุทธเจ้าท่านก็ให้เรามีความสุขในการทำงาน ถ้าเราไม่มีความสุขในการทำงานนั้นก็เท่ากับเรตกรรททั้งเป็น ทำไปทุกข์ไป เราอย่าทำงานด้วยความจำเป็น ต้องทำงานเพื่อให้เกิดบุญเกิดกุศลเพื่อการเสียสละ ต้องมีความสุขในการทำงาน มีความสุขในการตรวจโรค มีความสุขในการรักษาพยาบาล มีความสุขในการพูดการจา การเดินทางเหิน “เราปฏิบัติอย่างนี้แหละเรียกว่าเราประพฤติเราปฏิบัติธรรม...”

เราทำงานนี้เราเกี่ยวข้องกับคนอื่น เมื่อเกี่ยวข้องกับคนอื่นเราก็ต้องเอาใจคนอื่นทุกคนต้องเอาใจคนอื่นหมดนะ แค่ว่าเอาใจเรา เราก็เอาใจเค้า อย่างนี้เค้าเรียกว่า มันเป็นธรรม ยุติธรรมดินะ ไม่ใช่เป็นคนเอาแต่ใจตัวเองเป็นคนเจ้าอารมณ์ คนที่เค้าทำงานด้วยเค้าก็มีความสุข ทุกท่านทุกคนต้องดูแลกันต้องแชร์ความสุขให้ซึ่งกันและกัน

เราอาจจะไม่พอใจคนนี้นับคนนั้นบ้างเราก็ต้องมาแก้ที่ใจของเรา ถ้าเราไปมองดูแต่คนโน้นผิดคนโน้นถูกเราก็เป็นคนพาลเป็นอันธพาล อันธพาลมันก็มี ๓ ระดับ ระดับหนึ่งก็ทางกาย ระดับหนึ่งทางวาจา ระดับหนึ่งก็ทางใจ

เราอย่าในใจเรามันตนพาลนะ มันมันทุกข์...

ใครตาจะดีจะชั่วมันก็เรื่องของเค้า เราก็ทำของเราในมันดี

เราก็ดีดอย่างนี้คนอื่นก็ดดีดอย่างนี้ทุกอย่างมันก็ดี

ดีมากที่คุณหมอคุณพยาบาลได้มาเข้าค่ายปฏิบัติธรรมมันจะทำให้ในโรงพยาบาลของเราเกิดความร่มเย็นระหว่างคุณหมอและพยาบาล รวมถึงระหว่างคุณหมอพยาบาลและคนไข้ เป็นการแก้ปัญหาที่ถูกต้อง จะเป็นความคิดของรัฐบาลก็ถูกต้อง เป็นความคิดของผู้อำนวยการก็ถือว่าถูกต้อง

ก็มีประชาชนมาพูดบ่อย ๆ มาถามบ่อย ๆ นะว่า... **โรงพยาบาลที่นั่นมาเข้าค่ายธรรมะมั๊ย โรงพยาบาลนั่นมาเข้าค่ายธรรมะมั๊ย...?** แค่อายากให้มาบ้างเพราะโรงพยาบาลที่นั่นแย่มากเลย

เรามาฝึกใจดีใจสบายอย่างนี้แหละ เรากลับไปบ้านก็ใจดีใจสบาย อยู่ที่บ้าน อยู่ที่ครอบครัวของเรา อยู่กับบุตรธิดาภรรยาสามีของเรา ครอบครัวของเราก็มีไม่กี่คน เราก็ดูแลทั้งกายทั้งใจทั้งหน้าที่การงานกัน ให้ความรักความเมตตาความอบอุ่นความสงสารซึ่งกันและกัน อย่าเป็นคนเอาแต่ใจตัวเอง เอาแต่ทิฐิฐิมานะเจ้าอารมณ์ มีอัตตาตัวตนมาก มีโลกส่วนตัวมาก อย่างนั้นไม่ได้ไม่ถูก กลับไปบ้านเราก็ดูแลคุณพ่อคุณแม่เราให้ดีขึ้นนะ ดูแลทางบ้านให้มันดี

เรามาวัดมาฝึกปฏิบัติธรรมนั้นก็ให้ทำใจให้สบายให้สงบ...

ฝึกปล่อยวางทุกอย่างให้ใจมันสงบ ที่เราโกรธเราเกลียดมาหลายเดือนหลายปีก็ทิ้งมันไป เรารักเราชอบมาหลายเดือนหลายปีก็ทิ้งมันไป สิ่งที่ผ่านมาแล้วในอดีตหนึ่งวินาทีสองวินาทีเราก็ทิ้งไปให้หมด ฝึกจิตฝึกใจให้สงบ เพราะคนเราความสบายอยู่ที่ใจสงบ

ถ้ามันไม่สงบก็ฝึกหายใจเข้าให้ชัดเจน ฝึกหายใจออกให้ชัดเจน คนเราถ้ามีสตางค์เยอะแต่ถ้าใจไม่สงบอย่างนี้นั่นก็ไม่มีความสุขหรอก

ถ้าเรามีเงินมีสตางค์เยอะแล้วเรามีปัญหาระหว่างภรรยาสามีเราก็
ไม่มีความสุขหรอก เราพยายามมาแก้ที่ใจ มาฝึกปล่อยฝึกวาง

เรามาอยู่วัดเรามาฝึกปล่อยวางนะ... เราเคยพูดมากเราก็ไม่พูด
เราเคยโทรศัพท์เราก็ไม่โทร เราจะฝึกทำใจสงบแล้ว ฝึกปล่อยฝึกวางแล้ว
เรื่องคนอื่นช่างเค้าเราไม่เกี่ยว ลองอยู่กับตัวเองบ้าง ให้สงบบ้าง
ปล่อยวางบ้าง

ทุกคนนะมีคุณพ่อคุณแม่ คุณพ่อคุณแม่ท่านก็เลี้ยงเรามาตั้งแต่
อยู่ในท้องจนเราถึงทุกวันนี้ ถือว่าเป็นผู้มีพระคุณ เรามาดูตัวเองว่า
เราให้อะไรคุณพ่อคุณแม่บ้าง เพราะเราเป็น “คนเอา” อย่างเดียวนะ
อายุ ๓ ขวบ ๔ ขวบก็เรียนหนังสือจนไปมีครอบครัวแล้วก็ยังไม่เคย
ได้ทดแทนดูแลพ่อแม่เลย

เมื่อพระพุทธเจ้ายังทรงพระชนม์อยู่มีพระภิกษุรูปหนึ่งไม่สบาย
เป็นโรคพุพอง พระพุทธเจ้าไปเห็นแล้วท่านก็ไปดูแลไปอุปัฏฐาก
ให้ต้มน้ำร้อน เช็ดตัวให้ ท่านก็เรียกภิกษุ มาบอกสอนว่า “การอุปัฏฐาก
คนไข้ถือว่ามีบุญใหญ่มีอานิสงส์ใหญ่ ถ้าเราได้อุปัฏฐากคนไข้ก็ถือว่า
ได้ดูแลพระพุทธเจ้า”

การที่เรามีพวงมาลัยมณฑนมนี่แหละ

เราทำความดี ดูแลคนเฒ่าคนแก่แล้วก็เลี้ยงสัตว์

อย่างนี้ได้ใจเร็วกว่ามณฑนมนี่ที่ท้าวในเกิดมณฑนเกิดทุกสกล

ที่เราจะสามารถมอบในกัณฑ์พ่อคุณแม่ได้

คุณพ่อคุณแม่เราบางคนยากลำบากมาก เป็นหนี้เป็นสินส่งเราเรียน ถ้าเราอยู่สะดวกกินสบายแล้วลืมพ่อลืมแม่ อย่างนี้เค้าเรียกว่าเป็นคนลืมตัว ลืมตน พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าอย่างนี้ไม่ถูกต้อง

ดูตัวอย่างพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวของเราท่านเป็นผู้ที่กตัญญู กตเวที ท่านถึงเหมาะสมที่จะเป็นพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ

ยกตัวอย่างเช่น ช่วงสมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอฯ ที่โรงพยาบาลศิริราช ในหลวงท่านเสด็จไปเยี่ยมทุกวัน มาป้อนข้าวป้อนน้ำป้อนยาให้แม่ ให้ความอบอุ่นแก่แม่ หลังงานพระบรมศพสมเด็จพระเจ้าเสร็จสิ้นลงแล้ว ราชเลขาของสมเด็จพระเจ้า มาแถลงในที่ประชุมต่อหน้าสื่อมวลชนว่า ก่อนสมเด็จพระเจ้าจะสิ้นพระชนม์ปีเศษ ตอนนั้นทรงพระชนมายุ ๙๓ พรรษา ในหลวงเสด็จจากวังสวนจิตรลดามาวังสระปทุมตอนเย็นทุกวัน ไปกินข้าว กับแม่ ไปคุยกับแม่ ไปทำให้แม่ชุ่มชื่นหัวใจ เนื่องจากพระองค์ต้อง ทรงงานอื่นด้วย ในหลวงจะเสด็จกลับมาอีกครั้งช่วงตีหนึ่งถึงตีสอง และ จะเสด็จกลับช่วงใกล้เช้า

ดูตัวอย่างองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เกิดมาทุกภพทุกชาติ สมัยที่ท่านยังบำเพ็ญบารมีเป็นโพธิสัตว์อยู่ท่านก็ดูแลพ่อแม่อย่างดีมาก ถึงแม้จะเสวยพระชาติเป็นสัตว์เป็นมนุษย์ท่านก็ดูแลพ่อแม่เป็นอย่างดี

สมัยทุกวันนี้ก็สะดวกสบายมีโทรศัพท์เราก็เอาไว้แต่ฟังเพลงโหลดเพลงเล่นอินเทอร์เน็ต เวลาพ่อแม่ก็ไม่โทรหาไม่ติดต่อ พ่อแม่ก็เป็นห่วงเรา ต้องการกำลังใจ

เราจะเป็นคนดีเราต้องแก้ไข

เราจะเป็นคนประพฤติปฏิบัติประพฤติกฎปฏิบัติตัวเอง

ไม่มีใครมาประพฤติปฏิบัติให้เรา ความสวยความงามมันไม่ได้อยู่ที่ใบหน้าหรือว่าผิวพรรณ ความสวยความงามมันอยู่ที่ความดีของเราต่างหาก ถ้าเรคบกับคนที่เค้าดี ๆ อยู่ใกล้ชิดเท่าไรก็ยิ่งสงบยิ่งเย็นยิ่งสวยงาม ถ้าเราอยู่กับคนที่เค้าไม่ดี มีทริฏฐิมานะมากปากจัดเห็นแก่ตัว ก็ยิ่งเห็นเค้าเป็นนางยักษ์นางมารร้าย ความดีเราต้องทำทุกวัน ๆ ทำติดต่อกันไปเรื่อย เดียวก็เจริญเองดีเองนะ ต้องอาศัยความตั้งมั่นนะ

การบรรยายพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าวันนี้ก็เห็นสมควรแก่เวลา ขออำนวยการถวายพรให้คุณหมอและพยาบาลรวมถึงญาติโยมทุกท่านคน จงเป็นคนดีมีคุณธรรม เป็นคุณหมอที่ดี เป็นคุณพยาบาลที่ดี

ด้วยบุญบารมีของพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระอริยสงฆ์...
จงได้รับความสำเร็จในการเรียน ประสบความสำเร็จในธุรกิจหน้าที่การงาน และได้บรรลุถึงมรรคผลนิพพานด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ...

คำวันอังคารที่ ๒๕ มิถุนายน พุทธศักราช ๒๕๕๖

อาชีพก๊อด อาชีพที่แม่เรารู้...

พระพุทธเจ้าท่านมีเมตตาต่อเราทุก ๆ คน ให้ทุกคนพากัน
ประพฤติปฏิบัติธรรมสร้างความดี สร้างบารมี...

เทคโนโลยี ความสะดวกสบายต่าง ๆ เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้ทุกท่าน
ทุกคนไปหลงใหลในวัตถุมากเกินไป บางทีมันก็ลืมนึกไป ลืมเมตตาคนอื่น
สงสารคนอื่น ลืมว่าเพื่อนที่เกิดขึ้นมาร่วมโลกกับเรานี้เขากำลังพากัน
ทุกข์กายทุกข์ใจนะ...!

“เรากำลังพากันลืมนึกแลเพื่อนนะ...” ไม่ช่วยเหลือเพื่อน เราพากัน
เอารัดเอาเปรียบเพื่อน ๆ

อย่างอาชีพ “**นักการเมือง**” เป็นอาชีพที่ดีเป็นอาชีพที่ได้บำเพ็ญกุศล
ได้ช่วยเหลือผู้อื่นเป็นผู้ที่ปฏิบัติหน้าที่บริหารจัดการเรื่องการบริหารบ้านการเมือง
เพื่อให้ประชาชนอยู่เย็นเป็นสุข เพื่อให้เพื่อนร่วมโลกเดียวกันอยู่เย็นเป็นสุข
แต่นักการเมืองกลับไปเอาหน้าทีการงานนั้น ๆ มาทำประโยชน์ของตัวเอง
แทนที่ประเทศชาติบ้านเมืองจะดีขึ้นกลับยิ่งแย่ไปกว่าเก่า

อย่างอาชีพ “ข้าราชการ การเมืองการปกครอง” แต่ละอาชีพที่ได้สร้างคุณงามความดี เป็นอาชีพที่ต้อง “เสียสละ” เป็นอาชีพที่ช่วยเหลือทุก ๆ คน เพื่อให้ทุก ๆ คนอยู่ดีมีสุข...

“เรามองดู มองเห็นภาพ เป็นอาชีพต่าง ๆ นี้ เป็นอาชีพที่ได้บุญ ได้กุศลนะ...” เพียงแต่เราขาดความรัก ความเมตตา ความสงสาร

อย่างอาชีพเป็น “หมอ” เป็น “คุณหมอ” เป็น “พยาบาล” เป็นอาชีพที่ได้บุญได้กุศลมาก แต่ถ้าเราเผลอประมาทไปก็กลายเป็นอาชีพที่ทำบาป ทำกรรม เพราะเป็นอาชีพที่เกี่ยวกับคนเจ็บไข้ได้ป่วยไม่สบาย หรือว่าคนที่ “ใกล้จะตาย...”

ถ้าเราไปเน้นเงิน เน้นรายได้ เราพากันขาดความเมตตา ไม่ทำอะไรเหมือนพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ที่ท่านทำอะไร ท่านทำเพื่อเมตตาผู้อื่น เกื้อกูลผู้อื่น

คนป่วยเยอะ คนเจ็บป่วยเยอะ โรงพยาบาลใหญ่ ๆ แต่ละวัน ๆ มีคนป่วยหลายร้อย หลายพันคน คนเป็นทุกข์มากทั้งกายและใจ คนจากชนบท คนจากต่างจังหวัดก็พากันเข้าสู่เมืองกรุง ต่างก็หวังว่าคุณหมอจะเป็นที่พึ่งเป็นครั้งสุดท้าย...

ถ้าคุณหมอมิเมตตาไม่พอ ไม่มุ่งหวังที่จะช่วยเหลือรักษาด้วยความตั้งใจด้วยความบริสุทธิ์ใจ คนไข้ก็แย่ละ ด้วยเหตุนี้จึงเป็นหน้าที่ของคุณหมอที่จะช่วยเหลือจากใจ ไม่ได้คิดว่าเขาเป็นคนอื่น ให้คิดเสมอว่าเขาเป็นญาติ

พี่น้องที่เกิดร่วมโลกเดียวกับเรา “ถ้าเราไปมุ่งหวังตั้งแต่เปิดคลินิก
จะได้เงินมาก ๆ ไปมุ่งหวังจะเปิดโรงพยาบาลเอกชนที่จะได้เงินมาก
ความเป็นหมอ เป็นพยาบาลของเรามันก็หายหมด...”

ถ้าเราไปคิดอย่างนั้น อาชีพหมอก็จะเป็นอาชีพที่เป็นบาปนะ...!

คนเรามันอยากรวยกันทุก ๆ คน แต่อย่าไปลืมความรัก
ความเมตตา ความสงสาร

บางประเทศเขาวางแผนวงกรอบในการปกครองประเทศของเขา
คุณหมอก็มีหน้าที่ตรวจโรคอย่างเดียว สำหรับยาเป็นหน้าที่ของเภสัชกร
เพราะเขากลัวคุณหมอรบรัดเป็นทั้งผู้ตรวจ และเป็นทั้งผู้ขายยา

คุณหมอก็ได้สตาจ์เท่าไรก็ว่าไปเลย ผู้ที่เป็นคนป่วยเขาก็
ไม่มีโอกาสต่อรองนะ เพราะเขากลัวหมอมักรักษาไม่ดี ทำอะไรต่าง ๆ
เกี่ยวกับหมอมันแต่ต้องใช้เงินใช้สตาจ์มาก ๆ “ผู้ที่เห็นแก่ตัวทั้งหลาย
ถึงอยากให้ลูกให้หลานเป็นหมอ...!”

เราเป็นหมอถ้าเราไปเอาเงินเอาสตาจ์แก่คนป่วยใกล้จะตายมาก ๆ
มันน่าเกลียดนะ มันน่าอายนะ...

ให้เราเมตตาเหมือนพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ นี่ดีนะ
ถูกต้อง ...

คุณหมอน่าจะมีจรรยาบรรณในความเป็นหมอให้มากที่สุด สังคมประเทศชาติจะได้ร่มเย็น ไม่ใช่เป็นนักฉวยโอกาสเรื่องความแก่ ความเจ็บ ความตาย ที่ทุกคนหลีกเลี่ยงไม่ได้

พระพุทธเจ้าท่านให้เราช่วยเหลือกันดูแลกัน อย่าไปซ้ำเติมกัน ผู้ที่จะเป็นหมออย่าได้ไปเอาตัวอย่างคุณหมอที่เห็นแก่ตัว เขาจะรวย เขาจะมีความสุขสบายก็ช่างหัวเขา ให้เราถือว่าเป็นโอกาสบำเพ็ญความดี บำเพ็ญบุญกุศล เราจะได้มาช่วยญาติพี่น้องของเรา ช่วยบ้านเกิด เมืองนอนของเรา

ที่เขาคัดเลือกสอบเอาคนเป็นหมอ เขาเลือกเอาคนดีมีคุณธรรมเพื่อจะนำความร่มเย็น ให้เกิดในหมู่มวลมนุษย์ **แต่ถ้าคุณหมอมีความโลภ ความอยาก ความหลงครอบงำ มันเป็นการกระทำความผิดนะ...!**

เราเป็นคนหัวดี เป็นคนเก่ง คิดได้ดี ได้เก่ง อย่าได้ฉวยโอกาสนี้เอาเปรียบคนอื่น ให้คุณหมอทั้งหลายทั้งปวง รู้บาป รู้บุญ รู้คุณ รู้โทษ ให้มีสติ ให้รู้จักตนเอง

ในปัจจุบันมีหมอดี ๆ ก็มากพอประมาณ แต่หมอที่เห็นแก่ตัว น่าจะมากกว่า...!

ถ้าเป็นโรงพยาบาลรัฐบาล คนไหนเขามีญาติเป็นคุณหมอก็ได้รับความสะดวกสบายหน่อย แต่คนไหนไม่มีญาติไม่มีเส้น ญาติผู้ป่วยก็ไม่ได้ได้รับความเมตตา ไม่ได้ได้รับความเป็นธรรมจากคุณหมอ เพราะว่าเขาไม่มีเส้นมีสาย

จะเข้าโรงพยาบาลก็ต้องอาศัยเส้นอาศัยสาย เพราะคุณหมอ คุณพยาบาล ขาดเมตตา ขาดคุณธรรม เลือกที่รักมักที่ชัง ถ้าใครประพฤติปฏิบัติอย่างนี้ เขาเรียกว่า “เป็นสิ่งที่ผิดพลาดในการดำรงชีวิตของผู้ที่เป็นหมอ...!”

ความเมตตาต้องเจริญในมาก ๆ

มีศรัทธา มีการสืบทอดในการทำงานในหน้าที่...

ผู้เป็นหมอส่วนใหญ่มีความเห็นแก่ตัวมาก มี Ego (อีโก้) มาก ถ้าไม่ได้ประพฤติปฏิบัติธรรมจะพูดกับคนไข้ก็ไม่เพราะ ไม่สุภาพ พูดกับญาติ ก็ไม่เพราะไม่สุภาพ ยิ่งพูดกับพยาบาลซึ่งเป็นผู้อำนวยความสะดวกให้นายแพทย์ ก็ยิ่งแสดงอาการตัวตนที่ไม่น่ารัก ไม่น่าเคารพ เพราะไม่ได้ประพฤติปฏิบัติเหมือนพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ท่านเป็นผู้ตติดิน เป็นผู้ที่อ่อนน้อม ถ่อมตน สุภาพเรียบร้อย ทุกท่านทุกคนต้องมองดูแล้วเอาเป็นตัวอย่าง

แพทย์บางคนโลภมากโลภหลาย เป็นแพทย์รวยยังไม่พอ เปิดคลินิก รวยยังไม่พอ ทำงานโรงพยาบาลเอกชนรวยยังไม่พอ ทั้งความเป็นแพทย์ ไปเป็นนักการเมือง เพราะนักการเมืองมันรวยมารวยกว่า มันรวยเร็ว

ที่จริงการเป็นนักการเมืองเป็นอาชีพที่ได้บุญมากจริง ๆ ถ้าเรา เป็นแพทย์ และเป็นนักการเมืองเพื่อที่จะบริหารให้ศักยภาพในการเป็นหมอ มันดียิ่ง ๆ ขึ้นไป มันได้บุญ

อาชีพที่มันได้เงินง่าย ๆ ทุกคนถึงอยากทำอาชีพนั้น ๆ ให้ประชาชน
ทุกคนในประเทศพยายามคิดใหม่นะ...

ที่พากันแย่งกัน แข่งขันกัน เป็นนักการเมือง เป็นข้าราชการกินบ้าน
กินเมือง ทำอาชีพบนหลังคนที่ทุกข์ยากมันไม่ดี ไม่ถูกต้อง มันแย่ไปมากกว่านี้
ไม่ได้แล้ว มันเลว มันหนักไปกว่านี้ไม่ได้แล้ว ถ้าเราไม่กลับมาหาธรรมชาติ
ไม่กลับมาหาคุณธรรม สังคมประเทศชาติคงจะลำบากมาก เพราะเราได้
มหาโจรมาครองบ้านครองเมือง

เราอย่าไปมองไกล... ที่เขาฆ่าคนโน้น เขาระเบิดคนนี่ มหาโจร
ผู้ยิ่งใหญ่ นั้น อยู่ในคราบของผู้ดี อยู่ในตัวของนักการเมือง ตั้งแต่ผู้ใหญ่บ้าน
จนถึงนายกรัฐมนตรี...!

“ถ้าไม่มีคุณธรรม ไม่มีความละอายต่อบาป เกรงกลัวต่อบาป
ก็เป็นมหาโจรที่ยิ่งใหญ่จริง ๆ”

ที่ผ่านมาเรามองดูนักการเมือง มันไม่ใช่ นักการเมืองที่แท้จริง
มันเป็นมหาโจรที่อยู่ในคราบนักการเมือง...

อย่างอาชีพ “ผู้พิพากษา อัยการ” เป็นสถาบันที่สำคัญมาก
เพราะเป็นสถาบันที่ดำรงความยุติธรรม ในหลวงท่านทรงให้ความสำคัญ
กับคนในสถาบันนี้มาก เพราะเมื่อเรียนจบขนาดท่านทรงพระประชวร
ท่านก็ยังเสด็จออกมาตรัสให้อโวาทกับบุคคลเหล่านี้เป็นพิเศษ
เพราะผู้พิพากษา อัยการผู้เป็นบุคคลที่ในหลวงทรงไว้วางใจ ที่ท่านให้
ช่วยเหลือแบ่งเบาพระราชภาระ ทำงานต่างพระเนตรพระกรรณ

แต่ในปัจจุบันสถาบันนี้เริ่มโอนเริ่มเอียง “เป็นสถาบันยุติธรรมที่สร้างความ
"อยุติธรรม" ให้มันระบาดไปทั่ว”

ผู้พิพากษา อัยการ ต้องเดินตามรอยของพระพุทธเจ้า เดินตามรอย
ของในหลวงฯ อย่างเช่นเมื่อครั้งพระพุทธเจ้าเสวยพระชาติเป็น “มโหสถ
บัณฑิต” ซึ่งผู้ที่ใช้ปัญญาในการดำรงและทรงไว้ซึ่งความยุติธรรม ช่วยเหลือ
ตัดสินคดีความต่าง ๆ ให้กับประชาชนผู้ที่หนีร้อนมาพึ่งเย็น

อย่างอาชีพ “ตำรวจ” ก็เป็นผู้พิทักษ์สันติราษฎร์ เป็นผู้บำบัดทุกข์
บำรุงสุขให้กับประชาชน เป็นผู้ป้องกันภัย รักษากติกาและระเบียบวินัย
ในสังคม

ส่วนใหญ่ที่พวกเราเข้ามาทำงานก็เพื่อปากเพื่อท้องของตัวเอง
เพื่อครอบครัวตัวเอง รายได้ เงินเดือน เงินทองที่ได้มาเป็นเครื่องอยู่
เครื่องกิน ให้ถือว่าเป็นผลพลอยได้ เพราะเรามาสร้างชาติ อย่าเป็นมือ
เป็นเท้าให้กับคนที่เบียดเบียนประชาชน อย่าเอาหูไปนา เอาตาไปไร่
อย่าสร้างความ อยุติธรรมให้เกิดขึ้น คนจนทำอะไรก็ผิด คนรวยทำอะไร
ก็ถูก อย่าเป็นมือเป็นเท้า ให้กับคนที่มาทำความเดือดร้อนให้กับประชาชน
เพราะประชาชนทุกคนเป็นพี่เป็นน้องของเรา

อย่างอาชีพ “คณะกรรมการการเลือกตั้ง (กกต.)” การที่มี กกต. ขึ้นมา
เป็นความคิดของผู้ที่หวังดีต่อประเทศ อยากให้เรามี กกต. เพื่อมาคัดสรร
เลือกสรรบุคคลที่ดีที่สุด มาดูแลประเทศนี้ สมดังพระบรมราโชวาทของ
ในหลวงฯ ที่ทรงตรัสไว้ว่า...

“บ้านเมืองมีทั้งคนดีและคนไม่ดี ไม่มีใครจะทำให้คนทุกคนเป็นคนดีได้ทั้งนั้น
การทำให้บ้านเมืองมีความมั่งคั่งเจริญรุ่งเรือง จึงมิได้การทำให้ทุกคนเป็นคนดี
หากแต่อยู่ที่การส่งเสริมคนดีในคนดีได้ปกครองบ้านเมือง
และควบคุมคนไม่ดีไม่ให้มีอำนาจ ไม่ให้เกิดความเดือดร้อนแก่คนทั่วไป”

ลมหายใจหรือทางออกของประชาชนคือ "กต..." กต. จึงเป็น
ด่านแรกที่สำคัญที่สุด ที่จะคัดกรองบุคคลเพื่อเข้าไปบริหารประเทศ

ดังนั้น กต. จึงเป็นทางออกให้กับประชาชน เป็นมือเป็นเท้าให้
ประชาชนในบ้านในเมือง

กต. จึงต้องเป็นที่ไว้วางใจของประชาชนทั้งประเทศ ทุกวันนี้เรา
เข้าใจว่า กต. เป็นผู้ที่ช่วยเหลือเค้าได้เป็นผู้ที่จะให้คุณให้โทษเขาหวังว่า
กต. จะเป็นคนของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ไม่ใช่เป็นคนของ
นักการเมืองหรือนายทุน ซึ่งเป็นผู้แสวงหาประโยชน์จากคนยากคนจน

ญาติโยมประชาชนก็เหมือนกัน ไปรับเงินรับทองจากนักการเมือง
ซื้อสิทธิ์ขายเสียงแล้วไปลงคะแนนเลือกเอา “มหาโจร” เข้ามาดูแลปกครอง
บริหารประเทศ เราจ่ายเงินเขามาไม่ก็ร้อย ไม่ก็พันบาท แต่เขามาเอาคืน
หลายร้อย หลายพันล้านบาท

เมื่อเราทำผิดกันเป็นขบวนการ ประเทศชาติก็สะดุด ติดในบาปในกรรม ต้องแก้ต้องปรับทุกฝ่าย ทุกคนต้องไม่เห็นแก่ตัว มันถึงจะได้รับประโยชน์กันทุกฝ่าย

กิเลสมันเป็นของไม่ดี ความเห็นแก่ตัวเป็นของไม่ดี ไม่ว่าเราทำอะไร เราต้องเป็นผู้เสียสละ เป็นผู้เกื้อกูล...

พระพุทธเจ้าท่านตรัสรู้ธรรม ท่านมาเทศน์ มาสอนธรรม ที่เป็นข้อสำคัญข้อแรก ท่านสอนให้มีเมตตา การให้ทาน ความเสียสละ เพราะคนเรามันเป็นผู้ที่หลงผิด เป็นผู้ที่เห็นแก่ตัวมันถึงได้เกิดมา

เรามองเห็นง่าย ๆ เช่นเรามายู่ในท้องก็เป็นผู้เอาแล้ว เอาเลือด เอาเนื้อจากพ่อจากแม่ เอาอาหาร การดูแล การอุปถัมภ์อุปฐากจากพ่อจากแม่ การเรียนการศึกษาก็เอาจากพ่อจากแม่ ไปทำการงานก็จะไปเอาจากคนอื่น เราล้วนแต่เป็นผู้เอา “พ่อแม่ยากจน ไม่รวย ไม่มีทรัพย์สินสมบัติให้ ก็ไปว่าพ่อแม่อีก...!”

พระพุทธเจ้าของเรา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวของเรา ท่านถึงให้เราเป็นผู้เสียสละนะ...

ที่เราเป็นคนขี้เกียจขี้คร้าน สิ่งเหล่านี้ ล้วนแต่เราเป็นผู้เอานั่น ไม่เสียสละ

การเสียสละถึงจะมีคุณธรรม คุณงามความดีเป็นสิ่งที่ทุก ๆ คน ต้องพึงปฏิบัติ

ถ้าเราไม่หยุดเป็นผู้เอา มันก็เพิ่มความโลภ ความโกรธ ความหลง
ให้เราไปยังทวีคูณ

**พระพุทธเจ้าท่านมีเมตตาให้เราสร้างความคิด สร้างบารมี “จะพากัน
โลกไปถึงไหน...?”**

วันหนึ่ง วันหนึ่ง เราทานอาหารไม่หมดมากเท่าไร ก็ต้องรู้จัก
แบ่งปันให้คนอื่น เกื้อกูลคนอื่น เวลาตายไป เวลาละสังขาร ยมบาลเขาไม่ได้
ถามว่าตอนที่เกิดเมืองมนุษย์เรารวยมัย เป็นมหาเศรษฐีมีเงินกี่ล้าน ค่าไม่ได้ถาม
อย่างนั้น มีตำแหน่งอะไร เป็นนายพล เป็นพลเอกหรือเปล่า ค่าไม่ได้ถาม
อย่างนี้ เขามีแต่ถามว่า เมื่อเปิดโอกาสให้เกิดในเมืองมนุษย์ได้ทำความดี
อะไรไว้บ้าง

คนรวยส่วนใหญ่เมื่อตายแล้วเมื่อละสังขารแล้ว พระพุทธเจ้าท่านถึง
ตรัสว่าคนรวยๆ ไปเกิดในนรกมาก เพราะมีความโลภมากมีความหลงมาก

พวกคนจนยังไม่ตายก็ตกนรกแล้ว เพราะมันทุกข์ มันยาก มันจน
ไม่ชวนชวาย ไม่เสียสละ ไม่ขยันหมั่นเพียร หลงในอบายมุข ทำแต่
บาปกรรม พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าก็ตกนรกเหมือนกัน เป็นสัตว์เดรัจฉาน
ส่วนใหญ่เหมือนกัน

เราจะมั่นคงจนตนรวยไม่สำคัญะ

มันสำคัญที่เราต้องมั่นคงดี มีศีล มีคุณธรรม

พระพุทธเจ้าท่านมีเมตตาต่อตัวเอง นำตัวเองออกจากวิภวสงสาร เราเองนะ เป็นผู้นำตัวเอง ไม่ใช่คนอื่นนำเรา เมื่อสมัยพระพุทธเจ้าที่ยังไม่ได้บำเพ็ญบารมีเป็นพระพุทธเจ้า ท่านเกิดเป็นพระมหากษัตริย์ เป็นผู้ปกครองเมืองหนึ่ง พระมหากษัตริย์ เป็นผู้ชี้เป็น ชี้ตาย ดูแลสุขทุกข์ของประชาชน ใครทำผิดทำถูก พระมหากษัตริย์เป็นผู้คาดโทษ เป็นคนอภัยโทษ

ต่อมาพระพุทธเจ้าของเราแน่แหละ เมื่อครั้งบำเพ็ญบารมีเพื่อเป็นพระพุทธเจ้า ท่านเกิดเป็นพระราชา कुमार ท่านระลึกชาติได้ว่า ตัวเองเคยเป็นพระมหากษัตริย์ เห็นโทษเห็นภัยในวิภวสงสาร ต้องตกนรกถูกทรมาน ถูกจองจำตั้งนาน เพราะการตัดสินคดีความที่ผิดพลาด

ด้วยบุญบารมีของพระราชา कुमार เมื่อเห็นโทษแล้ว ก็ได้ตั้งใจ อธิษฐานว่า เราจะไม่ทำบาปทำกรรมอีก เราจะกลายเป็นคนพิการ ขยับเขยื้อนร่างกายไม่ได้ พูดก็ไม่ได้ จนชาวเมืองเขาเรียกว่า “พระเตมียี่ไฉ้”

เขาใช้วิธีการโกต่าง ๆ เพื่อให้พระองค์เปลี่ยนแปลงกลับมาเป็นคนปกติ แต่แล้วก็ไม่ได้ผล ด้วยแรงอธิษฐานและด้วยพลังแห่งเนกขัมมบารมี ผลสุดท้ายเหล่าเสนาอำมาตย์ทั้งหลายก็ลงความว่า ท่านเป็นคนพิการจริง ๆ เขาจึงได้ให้นำไปประหารด้วยการฝังทั้งเป็น

เหล่าอำมาตย์เสนาบดี เมื่อไปถึงที่จัดประหารจัดฝัง ก็พากันชุดหลุม ชุดไปเรื่อย ๆ พระราชา कुमारในนามพระเตมียี่ไฉ้ ท่านถือโอกาสนี้ลุกขึ้นมา นั่งดู ยืนดูที่เขากำลังชุดหลุมกัน

ท่านก็ตรัสถามว่า ท่านชุดหลุมอะไร พวกกันทำอะไร...?

พวกนั้นก็ชุดไปตอบไป เขาตอบว่าพระราชา कुमार เป็นคนไข้ เป็นคนพิการเขาให้นำมาประหารด้วยการฝังทั้งเป็น

สุดท้ายพระเตมียีไ้ก็เล่าเรื่องให้ฟังว่า เราไม่ได้เป็นไข้ เราไม่ได้เป็นคนพิการ แต่เราเห็นโทษเห็นภัยในวิญญูสงสาร เราไม่ต้องการเป็นกษัตริย์เหมือนที่เราเคยเป็นมา ต้องตกนรกตั้งหลายภพหลายชาติเป็นเวลายาวนาน ท่านจึงบอกเสนาอำมาตย์ว่าท่านจะออกบรรพชา ออกอุปสมบท

บาปกรรมมันเป็นสิ่งที่มีจริงนะ...

ถ้าใจของเรามีความโลภ ความโกรธ ความหลง มันมองไม่เห็นนะ คนเรามันลืมอดีตที่ผ่านมา เมื่อเราเคยทำอะไรเมื่อ ๑๐ ปีก่อน ในวันเวลานั้น ๆ เราลืมหมด เขาเรียกว่า “สันตติ” มันขาดไป มันไม่ติดต่อ มันจำไม่ได้ นอกจากพระอริยเจ้าผู้ที่ท่านทรงอภิญญาญาณ เขาเข้าสมาธิระลึกชาติได้

บางองค์ก็ระลึกชาติได้หลายชาติ แต่ก็ไม่เท่าพระพุทธเจ้า เพราะพระองค์ระลึกได้หมด แม้แต่ตัวท่านเองและบุคคลอื่น ท่านก็ระลึกได้หมด

บ้านเมือง สังคม ประเทศชาติ มันเป็นภาพรวม มันเป็นส่วนใหญ่ เป็นสิ่งที่แก้ยาก คิดไปแล้วมันก็ปวดหัว เป็นไมเกรน เป็นโรคประสาท

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราไปแก้ไกลขนาดนั้น ท่านให้เราไปแก้ที่ตัวเองนี้...

เราจะให้คนอื่นเคียดแค้นทั้งเมืองมันไม่ได้ อันนี้มันเป็นโลก เป็นสังคม เป็นวิญญูสงสาร แม้แต่นิ้วมือของเรา มันก็ยังยาวสั้นไม่เสมอกัน ทั้ง ๆ ที่มันเกิดวันเดียวกัน

ให้ทุกท่านทุกคนถือว่าอันนี้มันเป็นโลก เป็นวิญญูสงสาร เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เราสร้างความคิด สร้างบารมี อย่าไปดูคนอื่น ให้กลับมาดูกาย มาดูวาจา มาดูใจของเรา เมื่อมันแก้ไขภายนอกไม่ได้ ก็ให้มาแก้ไขที่ใจของเราให้แหละ เพื่อเราจะเป็นคนมีคุณธรรม ได้ดีมีคุณธรรม พุทธมีคุณธรรม เราจะได้เป็นผู้นำของตนเอง

ในเราก็อ้อว่าเราก็ดมาเพื่อทำความดี เพื่อสร้างบารมี

เกิดมาก็มาคนดีงั้นนะ เวลาตายก็ตายไม่คนดีงั้น

“เมื่อเราเป็นคนดีมีความเกื้อกูลต่อคนอื่น มันดี มีประโยชน์” พระอาทิตย์อย่างนี้ที่มันขึ้นตอนเช้า ตกตอนค่ำ มันดวงเดียวนั่นแหละ แต่มันให้ความสว่างแก่โลกทั้งโลก...

เราคนเดียวมันแหละ ที่ให้ความสุขความสงบแก่โลก อย่าได้ไปท้อแท้ท้อถอย คนเรามันติดความคิดของตนเอง "มันคา" มันเลยบอกตนเองว่า “ทำไม่ได้” อย่างนี้ มันไปคิดไกลเกิน...

คนเรานี้มันมีพลังจิตนะ...

มันต้องสู้ชีวิตอย่างสุด ๆ เพราะความคิดเรามันเป็นธรรมชาติ ยิ่งประพฤติปฏิบัติไปทำยิ่ง ๆ ขึ้นไปทุกวัน ยิ่งมีความสุขนะ เหมือนมีผืนแผ่นดินโล่ง ๆ เราท้อใจในความแห้งแล้ง ความว่างเปล่าสุดลูกหูลูกตา คิดว่าเป็นไปไม่ได้ แก้ไขไม่ได้ ถ้าเราปลูกต้นไม้เราคิดว่าว่ามันจะโตก็หลายปี ความคิดอย่างนี้ เค้าเรียกว่าเป็นความคิดที่ฟ่ายแฟ้ เป็นความคิดของผู้แพ้

เราอย่าไปคิดเรื่องอนาคต ทำปัจจุบันให้ดี ๆ เราลองคิดดู ประเมินตัวเอง ว่าแต่ก่อนเราเป็นเด็กตัวเล็ก ๆ ไม่คิดว่าเราจะเป็นคนเฒ่า คนชรา เราเป็นตั้งแต่เมื่อไหร่ไม่รู้ เป็นตอนกลางวันหรือกลางคืน ความคิดของเราเนี่ย มันอยู่กับอดีตกับอนาคตมากเกินไป ไม่ทู่แท้ในปัจจุบัน ไม่กระตือรือร้นในปัจจุบัน สิ่งไหนมันไม่ดีในอดีตเก็บไว้หมด สิ่งดี ๆ ไม่เก็บไว้

พระพุทธรูปที่ท่านสอนให้เรามั่นใจที่ตัวเราเอง มีพลังจิตระดมจอบ้างข้าพเจ้า

มองเห็นสิ่งที่อยู่ในตัว ๆ โตะ ๆ นี่ทำกับเมล็ดงา

เมล็ดงาที่ ข้าพเจ้าในหัว ๆ มันเตะ มันเน่จึ้นมาแตกนมด

“พระพุทธรูปที่ท่านสอนให้เรามีพลังจิต พลบใจอย่างนี้...”

ความท้อแท้ ท้อกอง ในพากันทั้งไม่ให้นมด...

ต้องสดชื่น นกแห่น แก้มแดง ด้วยการต่อสู้ ด้วยการทำความดี

อย่าให้ความคิดความเห็นของเรามันไขว้เขว ให้ตั้งในความคิด ในความถูกต้อง
ตลอดกาล จริงแท้ต่อพระนิพพาน ต่อความดี อย่าพากันหลงซ้าย หลงขวา
บริโภคความขี้เกียจขี้คร้าน ความเห็นแก่ตัวไปวัน ๆ

**ที่ใจของเรามันมีสะดุด มันมีความสะทกสะท้านในภัยอันตราย
มันไม่ใช่ใจนะ...!**

มันคือพวกเหล่าเสนามารทั้งหลายทั้งปวงที่มาแทรกในหัวใจเรา
เราอย่าไปหลงซ้ายหลงขวา แล้วว่าปัญหาต่าง ๆ มันจะหมด ถ้าเราไม่แก้ไข
ไม่กระตือรือร้น เราไม่ต่อสู้ เราไม่ผ่านอุปสรรคด่านนี้นะ พวกเหล่าเสนามาร
ทั้งหลายทั้งปวง มันจะยังมีพลัง มันคุมเราไว้หมด มันควบคุมให้เราเดินตาม

พระพุทธเจ้าท่านบอกว่า เราอย่าไปกลัวเหนื่อยกลัวยากลำบาก
ต้องอดต้องทน ให้มันเกิดสมาธิขึ้นให้ได้ ถ้าเราไม่อดไม่ทนสมาธิมันไม่เกิด
ต้องทั้งอด ทั้งทน ทั้งเห็นคุณประโยชน์ในการทำความคิด ว่าทำอย่างนี้ดีแล้ว
อย่าไปกลัว อย่าไปลังเลสงสัย

ถ้าเราไม่เอาใหม่ก็ต้องเป็นอย่างเก่านี้แหละ...

เพราะโลกเป็นสิ่งที่เสพติด เหมือนยาเสพติด เป็นสิ่งที่ละได้ยาก ต้องเข้มแข็ง กล้าละ กล้าปล่อย กล้าวาง ใช้เวลาอบรมบ่มอินทรีย์ทำความดี ต่อ ๆ กัน หลาย ๆ เดือน หลาย ๆ ปีติดต่อกัน แล้วทุกสิ่งทุกอย่างนั้น มันจะดีของมันเอง

ขอให้ทุกท่านทุกคนนำเอาพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ไปประพฤติปฏิบัติ

ทุกท่านทุกคนจะนำตัวเองออกจากวิภวสงสาร เป็นคุณพ่อคุณแม่ที่ดี เป็นคุณหมอที่รักษาโรคทั้งทางกายทางใจที่ดี เป็นนักการเมืองที่ดีที่ประเสริฐ เป็นที่เคารพบูชาของประชาชน เป็นข้าราชการที่เป็นมือเป็นเท้าให้พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ตลอดทั้งปวงประชา ให้มีความสุขถ้วนหน้ากัน

หวังว่าทุกคนจะได้สติ ได้ปัญญานำพาการประพฤติปฏิบัติด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ...

วันอังคารที่ ๑๗ เมษายน พุทธศักราช ๒๕๕๕

ประพจน์ ปฏิบัติธรรม...

พระพุทธเจ้าให้ทุก ๆ คนเข้าใจคำว่า “ประพจน์ปฏิบัติธรรม...”

ประพจน์ปฏิบัติธรรม คือ คนเรานี้ร่างกายของเรามันเป็นธรรมชาติ มันเป็นดิน เป็นน้ำ เป็นลม เป็นไฟ เป็นอากาศธาตุ ที่มันเกิดมา มันเกิดมาจากความหลง ความเห็นแก่ตัว ความโลภ ความโกรธนะ

เมื่อเรายังมีกิเลสอยู่ มีอาสวะอยู่ เราถึงเวียนว่ายตายเกิด เพราะกิเลสเรามี เราจึงมีการเวียนว่ายตายเกิด

การที่เรามาปฏิบัติธรรมก็เพื่อที่จะไม่มาปฏิบัติตามใจตนเอง เพื่อจะปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่พระพุทธเจ้าท่านได้ตรัสรู้ธรรม หมดกิเลส สิ้นอาสวะ เพราะท่านไม่ปฏิบัติตามใจตนเอง ท่านปฏิบัติตามธรรมท่านถึงได้เป็น “พระพุทธเจ้า...”

คนเรามันกิเลสมาก มีตัวตนมาก มันถึงมีการเวียนว่ายตายเกิด เป็นคนชอบทำอะไรตามใจ “อันไหนข้าชอบข้าก็ทำ ข้าไม่ชอบข้าก็จะไม่ทำ”

พระพุทธเจ้าท่านสอนเราให้ปฏิบัติตามธรรมะ ตามความถูกต้อง เอาพระธรรมเป็นที่ตั้ง เอาพระธรรมเป็นใหญ่

ศาสนาเป็นชื่อของความดี ไม่ว่าจะเป็นพุทธ คริสต์ อิสลาม ฮินดู ซิกข์ นั้นเป็นชื่อของ “ความดี...”

ศาสนาแปลว่า ไม่เห็นแก่ตัว ไม่มีความโลภ ไม่มีความโกรธ ไม่มีความหลง ให้เข้าใจคำว่า “ศาสนา” นะ

อย่างประเทศเราเขาเรียกว่า ประเทศไทย อันนี้มันเป็นชื่อของการปกครองเขตแดน เป็นชื่อประเทศ ประเทศมาเลเซีย สิงคโปร์ ลาว จีน อีกหลายประเทศ แต่ละชื่อมันเป็นความรับผิดชอบดูแลของผู้ปกครองประเทศนั้น “ศาสนาเราก็เหมือนกัน มันเป็นชื่อของความดี...”

ศาสนาแยกนิกายออกไปเยอะนะ... แต่ละศาสนาดั้งขึ้นมาเพื่อทำความดีกัน แต่ที่มันแยกนิกายออกไปนั้นมันเนื่องมาจาก “ไปว่าคนอื่นเขาไม่ดี ก็เลยแตกแขนงขึ้นมาใหม่”

ในโลกนี้ ศาสนาทุกศาสนา มันดีหมด ที่มันไม่ดีเพราะคนเราไปแปลพระศาสนาเข้าข้างตนเอง ใจมันหลงอะไร ใจมันติดอะไร ก็พยายามดึงศาสนาลงไปต่ำ

ความเห็นแก่ตัวของคนเรามันทำให้ตัวเองมีปัญหา บ้านเมืองสังคมมีปัญหา

“เราพยายามเอาสิ่งที่สูง ๆ ลงมาที่ต่ำกัน” คำว่า “พระศาสนา” คือความบริสุทธิ์ผุดผ่อง

แปดเปื้อน ไม่อยากพูดว่าแปดเปื้อน เพราะเหตุใด ให้ผู้มีปัญญา คิดเอาเอง...?

ในทุกท่านทุกคนหัวใจศาสนา ศาสนาแปลว่า เสี่ยงสละ
ไม่เน้นแก่ตัว ไม่มีความโลก ไม่มีความโกรธ ไม่มีความหลง
มีแต่ความรัก ความเมตตา ความเสี่ยงสละ

ทุกคนในโลกนี้สรุปแล้วล้วนแต่เป็นญาติ เป็นพี่ เป็นน้องกัน ไม่ว่าเราจะเป็นคนไทย คนจีน คนฝรั่ง เป็นคนประเทศใดก็ตาม ล้วนแต่เป็นพี่น้องกันทั้งหมดทั้งสิ้น มีสายพันธุ์แห่งความเป็นมนุษย์เหมือนกัน มันก็มีเลือดอยู่ไม่ก็กรุ๊ป บางคนก็ใช้เลือดกรุ๊ปเดียวกัน เวลาเจ็บป่วยไม่สบายก็ให้เลือดกันได้

เพราะความเห็นแก่ตัว คนเรามันเลยมองแคบ ๆ มองเฉพาะตัวเรา พ่อแม่ของเรา ลูกหลานของเรา มองแคบ ๆ มองแบบนี้ “มันตัดพี่ ตัดน้อง...”

ความเห็นแก่ตัวมันทำให้โลกมันร้อน “มันเผาตัวเองไม่พอ มันก็ไปเผาคนอื่น”

ความเห็นแก่ตัว มันมีแต่จะเอา มีแต่จะตามใจตนเอง มันเป็นผู้รับตั้งแต่อยู่ในท้อง เป็นเด็ก เป็นหนุ่ม เป็นสาว แก่แล้วก็ยังจะรับผลประโยชน์จากคนอื่น “ความเห็นแก่ตัวอย่างนี้ มันทำให้เราเวียนว่ายตายเกิด”

พระพุทธเจ้าของเราท่านเป็นผู้เห็นภัยในวัฏฏสงสาร ท่านประพาสปฏิบัติจนบรรลุธรรมเป็นพระพุทธเจ้า ท่านถึงพาเรามาละความอยาก มาละความโลภ ละความโกรธ ละความหลง มาเป็นผู้ให้ ให้ทางกาย ให้ทางวาจา ให้ทั้งการกระทำ พาเรามาเป็นผู้ให้

ในหลวงของเราท่านเดินตามรอยพระพุทธเจ้า ท่านเกิดมาเพื่อมาเป็นผู้เสียสละ มาเป็นผู้ให้ ท่านถึงเป็นบุคคลที่ชาวไทยและทั่วโลกเคารพนับถือที่ท่านเป็นคนดี คนเสียสละ “เกิดมาเพื่อเป็นผู้ให้”

เราทุก ๆ คนเป็นญาติกัน ไม่ว่าใครจะอยู่ที่ไหน แม้แต่พวกสัตว์ต่าง ๆ ตั้งแต่ตัวน้อย ๆ มด แมลง กุ้ง หอย ปู ปลา ช้าง ม้า วัว ควาย สัตว์ทุกชนิดเขาก็เป็นญาติกับเรานั่น

เรามีความเห็นแก่ตัวมาก ไปคิดเอา ไปพูดเอาว่าสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงเกิดมาเป็นอาหารให้เราบริโภค “เพราะความเห็นแก่ตัวของเราแท้ ๆ ทำให้เราคิดอย่างนั้น”

ความเห็นแก่ตัวของเรา มันทำให้เราทำบาปทำกรรม ทำอาชีพบนหลังคนอื่นเขาเอาความสุขจากความทุกข์ของคนอื่น ปัจจัย ๔ ที่เราได้มาที่เราบริโภคทั้งหมดนี้ มันได้จากความทุกข์ของคนอื่นนะ อย่างเราจะได้อาหาร ข้าว บริโภคข้าว ก็ได้จากความทุกข์ของคนอื่น เพราะอย่างเราทำไร่นานา พวกสัตว์ต่าง ๆ พวกมด ไส้เดือน แมลงตัวน้อย ๆ เขาต้องตายมากมายกว่าจะได้บริโภคข้าว ทั้งโดนยาฆ่าแมลง ยาฆ่าหญ้า พืชไร่...

ที่เราเรียนหนังสือตั้งแต่อนุบาล ประถม มัธยม มหาวิทยาลัย จนจบด็อกเตอร์เพื่อจะเป็นคนเก่ง เป็นคนมีความสามารถ เพื่อจะได้มาซึ่งทรัพย์ากร ถ้าเราไม่มีคุณธรรม ไม่เน้นคุณธรรม ชีวิตของเราจะบาปมาก บาปเยอะ เพราะเป็นการดำรงชีวิต ดำรงชีพอยู่บนหลังของคนอื่น

มนุษย์ที่มีเงินเดือนเขาเรียกทำอาชีพบนหลังคนอื่นเขาไม่ว่ารับราชการ รัฐวิสาหกิจ เราจะเจตนาหรือไม่ เจตนามันคือวัฏจักรที่ทำอาชีพบนหลังคนอื่น

ท่านถึงให้เราประพฤติปฏิบัติธรรม มันทำไปปกติ มันก็บาปอยู่แล้ว ยังไปโกง ไปกิน ไปโกงเวลา ไปเบียดบังภาษีอากรมันก็ยังบาป...

เราทำอะไรทุกอย่างเราต้อง “ทำเพื่อธรรม” เพื่อเสียสละ เพื่อไม่เห็นแก่ตัว คนไม่เห็นแก่ตัว มันมีความสุข เพราะคนเห็นแก่ตัวมันชี้เกียจ ชี้คร้าน ทำน้อยก็อยากได้มาก มันเอาวัดเอาเปรียบคนอื่น วันหนึ่ง ๆ หาทางทำธุรกิจจนปวดหัวไปหมด หาช่องทางที่จะได้มาซึ่งทรัพยากร

อย่างเราเป็นคนค้าคนขาย ถ้าเราไม่มีธรรมเป็นที่ตั้งมันก็บาปนะ เพราะว่าซื้อถูกขายแพง เอาเปรียบคนอื่น แทนที่เราเป็นมนุษย์ร่วมกัน เกิดมาทุกข์ทั้งกายทั้งใจ แทนที่จะช่วยเหลือกัน กลับมองไม่เห็น มีแต่จะเอาเปรียบทำร้ายกัน แทนที่จะไปสงเคราะห์คนยากจน กลับไปเพิ่มเติมทุกข์ให้แก่กัน

ทุกคนคิดเป็นอย่างเดียวกันว่า “คนเราถ้าไม่เอาเปรียบคนอื่นมันจะรวยได้อย่างไร จะมีความสุขได้อย่างไร...” ความคิดอย่างนี้มันเห็นผิดนะ เป็นความคิดที่จะทำให้เราทำบาปทำกรรม ก่อเวร ก่อภัยหาที่จบไม่ได้ อย่างเราคนหนึ่งเกิดมาในครอบครัว ถ้าเรามาเป็นผู้เอา ครอบครัวเราก็แย่มันก็ร้อนกันไปหมดทั้งครอบครัว

พระพุทธเจ้าท่านสอนเราเป็นผู้ให้ ถ้าเราไม่เสียสละ ไม่เป็นผู้ให้ เราไม่ก็สามารถรักษาศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ ได้

มีคความแน่นแก่ตัวจะรักษาศีลได้อย่างไร

เพราะการรักษาศีลคือการเสียสละ ละความแน่นแก่ตัว

ศีลแต่ละข้อล้วนแล้วแต่ให้เราละความเห็นแก่ตัวทั้งนั้น ถ้าเรามีศีล
เราถึงสมาธิ

สมาธิได้แก่ ไม่มีความโลภ ไม่มีความโกรธ ไม่มีความหลง ไม่มีนิวรณ์
ทั้งหลายทั้งปวง

ถ้าเรามีศีลเราถึงมีสมาธิ เป็นสมาธิที่ถูกต้อง...

สมาธิมีหลายอย่าง มีหลายระดับ ชีวิตของเราทุก ๆ คนที่เกิดมาต้องมีสมาธิ เพราะสมาธิแปลว่าปราศจากความโลภ ปราศจากความโกรธ ปราศจากความหลง

คนเราส่วนใหญ่ที่อยู่ในโลกมันไม่มีสมาธิ จิตใจมันเร่าร้อนด้วย ความโลภ ความโกรธ ความหลง เป็นชีวิตที่ร้อน เป็นชีวิตที่เผาคนอื่น

คนส่วนใหญ่มีจิตใจ ๕ นาฬิกาก็เป็นสมาธิก็หาลำบาก เพราะตัวตนมันมาก มันคั่นอยู่ตลอดเวลา มันอยู่เฉยไม่เป็น มันอยู่กับสิ่งภายนอก มันสงบไม่เป็น

พระพุทธเจ้าท่านให้เราหายใจเข้าสบาย ออกสบาย มันก็ทำไม่ค่อยได้ เพราะใจของเรามันไม่มีสมาธิ ไม่เคยฝึกสมาธิ

ด้วยเหตุด้วยปัจจัยนี้เราจึงต้องพากันมาทำสมาธิ มาประพฤติปฏิบัติธรรม เพราะตัวเรามันตัวทุกข์ มันเป็นกองเพลิงใหญ่ เผาตนเอง เผาคนอื่น มันร้อน

ต้องมาทำให้เป็นสมาธิ มาฝึกหายใจเข้าออกสบาย รู้ลมเข้าสบาย ออกสบาย หายใจอยู่กับเนื้อ กับตัวสบาย มาเดิน มานั่ง มานอน ให้อยู่กับเนื้อกับตัว ให้มันสบาย

ในจิตใจมันตั้งอยู่ในฐานทั้ง ๔ จีน เติ้น นั้ นอน
ในใจของเราอยู่กันอริยามกทั้ง ๔ อยู่กันเนื้อกันตัว
อย่างนี้การเรียกว่า “การเจริญสติปัฏฐาน ๔”

ให้เรามีสติรู้ตัวอยู่กับอริยาบถนั้น ๆ ทำอย่างนี้เขาเรียก
“ปฏิบัติตนเองเข้าหาธรรมะ” เพราะในตัวเราไม่มีธรรมะเลย
มีแต่ความโลภ ความโกรธ ความหลง ปราศจากความเย็น

การที่เรามาประพฤติปฏิบัติธรรม ให้ทุกท่านทุกคนตั้งใจไว้ว่า
เรามีภาระหน้าที่ ที่จะปรับปรุงตัวเอง แก้ไขตนเอง เพื่อเป็นแนวทาง
ในการประพฤติปฏิบัติ

เรามาอยู่วัด ถือว่าเรามาเข้าคอร์สปฏิบัติธรรม...

การเข้าคอร์สปฏิบัติธรรมนี้ เราจะออกไม่ได้นะ เราต้องเข้าตลอด
เพราะความดีความถูกต้องต้องทำทุกหนทุกแห่ง ไม่ว่าที่วัดที่บ้านที่ทำงาน
เราต้องเข้าคอร์สปฏิบัติธรรมตลอด

เราทำแต่สิ่งที่ดี ทุกที่ต้องเป็นการปฏิบัติธรรม พุทสิ่งดี ๆ
สิ่งที่ถูกต้อง คิดสิ่งดี ๆ สิ่งที่ต้อง เป็น การประพฤติปฏิบัติธรรม

การประพฤติปฏิบัติธรรมไม่ใช่เฉพาะที่วัด... ในที่ทำงาน ในสังคม
เราก็ต้องปฏิบัติให้มันเหมือนกัน เพราะเราประพฤติปฏิบัติที่กาย ที่ใจ ที่คำพูด
ของเรา ถ้าเราประพฤติปฏิบัติได้อย่างนี้ แน่นนอนอย่างนี้ เขาเรียกว่า
“ปฎิพา” ดำรงอยู่ด้วยปฎิพาของพระอริยเจ้า เป็นพระอริยบุคคลอยู่ที่บ้าน
ที่สังคม

คำว่าพระให้ทุกคนเข้าใจ พระคือผู้ปฏิบัติดี พระคือผู้ปฏิบัติตรง พระคือผู้ปฏิบัติเพื่อออกจากทุกข์ พระคือผู้ปฏิบัติเพื่อกราบไหว้ตัวเองได้ ผู้ปฏิบัติแบบนี้เขาเรียกว่า “พระ”

ถ้าเราปฏิบัติดี ปฏิบัติตรง ปฏิบัติเพื่อออกจากทุกข์ จิตใจของเรา ก็จะเป็น “พระ”

เพราะพระที่แท้จริงอยู่ที่ใจ อย่างนักบวชเขาเรียกว่าสมมุติ สมมุติว่าเป็นสงฆ์ เป็นสมมุติสงฆ์ เป็นตำแหน่งที่สังคมเขาแต่งตั้งให้เป็นพระสงฆ์ องค์สามเณร แต่งตั้งก็ไม่ได้เป็นเพียงสมมุติสงฆ์ ถ้าไม่ปฏิบัติ ก็ไม่ได้แต่ “พระแต่งตั้ง” เป็นได้แต่ “สมมุติสงฆ์...”

เราเป็นโยม เราเป็นคนดี เราประพฤติปฏิบัติถูกต้องตามองค์ธรรม เราก็เป็นอริยสงฆ์ได้เหมือนกัน

รูปแบบเครื่องแต่งตัวต่าง ๆ เขาแต่งตั้งให้เราเป็นโน้นเป็นนี้ ถ้าเราไม่ปฏิบัติตามก็ชื่อว่า “เรามีแต่รูปแบบนะ”

ถ้าปฏิบัติหน้าที่บกพร่อง ชื่อว่าเรามีแต่รูปแบบ... ทุกวันนี้ผู้ที่อยู่ในรูปแบบไม่ปฏิบัติหน้าที่ของตนเองบ้านเมืองถึงมีปัญหา เขาให้ทำหน้าที่แล้วไม่ทำหน้าที่ ทำหน้าที่ที่ไม่เต็มเม็ดเต็มหน่วยทำนิด ๆ หน่อย ๆ เพราะว่ามันมีความเห็นแก่ตัว ความเห็นแก่ตัวเป็นเจ้าตัวอันตราย

อย่างรถยนต์เราคันหนึ่ง เครื่องมันทำงานไม่เต็มที่ มันไม่วิ่งเต็มสูบ เขาทำมา ๔ สูบ ก็ไม่วิ่งเต็ม ๔ สูบ เขาทำมา ๖ สูบ ก็ไม่วิ่งเต็ม ๖ สูบ ศักยภาพก็ตกไป การงานทุกอย่างที่เราทำ หรือสังคมให้เราทำก็ตกไป

ถ้าเราทำเต็มที่ เสียสละ ไม่เห็นแก่ตัว เราเรียกว่า “การปฏิบัติธรรม”

อย่างพระของเรา ต้องทำหน้าที่ของความเป็นพระอย่างสมบูรณ์ เอาอย่างพระพุทธเจ้าทุกอย่าง ไม่ต้องไปเลียนพระพุทธเจ้า สมมุติที่เขา แต่งตั้งว่า “สมมุติสงฆ์” ก็จะเป็น “อริยสงฆ์” เพราะเราทำหน้าที่ของเรา สมบูรณ์

อย่างเราไปทำงาน ทางบริษัทก็ดี รัฐวิสาหกิจก็ดี ข้าราชการก็ดี ต้องตั้งใจทำตามเวลา ทำด้วยปิติ ด้วยความสุข ด้วยความพอใจตั้งใจของเรา มันจะเข้าถึงความเป็นหนึ่ง มันจะมีความสุขในการทำงาน ได้ทั้ง การงาน เพื่อนที่ดี เจ้านายที่ดี ลูกน้องที่ดีก็เพราะเราทำหน้าที่ “สมบูรณ์...”

ถ้าเราทำเพื่อต้องการเงินเดือนชีวิตของเราก็ไม่มีความสุข เพราะเรา ไม่ได้เสียสละองค์การก็เป็นหนี้ เป็นสิน ส่วนรวมมันก็แย่ เพราะเรา มันเห็นแก่ตัวนะ

การทำงาน พระพุทธเจ้าท่านให้ทำให้มีความสุขนะ เพราะการทำงานคือการปฏิบัติศีล ปฏิบัติสมาธิ คือการเจริญปัญญา สร้างบารมี

เรามาแก้กฏองค์กรของเรา แก้กฏกงสีของเรา ให้ผู้ที่เกิดมา ภายหลังได้รับประโยชน์ต่อไป ไม่อย่างนั้นเราจะมาสร้างหนี้สร้างสินให้ ลูกหลานในอนาคต ความเห็นแก่ตัวของเราทำให้ครอบครัวเรายากจน มีหนี้มีสิน ลูกหลานเราเกิดมาก็มารับกรรมที่เรายากจน

ถ้าเราเป็นคนเสียสละ เราไปทำงานที่ไหนเจ้านายก็รัก เพื่อนก็รัก เพราะฐานะการเงินของเราดี เศรษฐกิจของเราก็น่าดี

ทุกวันนี้ต่างคนก็ต่างคิดว่าจะทำงานน้อยที่สุด ให้ได้เงินมากที่สุด คิดอย่างนั้นไม่ได้...!

เราต้องเสียสละ จะไปเอาเปรียบคนอื่นไม่ได้ ต้องช่วยคนอื่น

มนุษย์ทั้งหลายทั้งปวงเป็นพันธุ์ที่เห็นแก่ตัวถึงมีการเวียนว่ายตายเกิด ต้องมาพัฒนาตนเอง พัฒนาสายพันธุ์ใหม่ ต้องเข้าคอร์สเปลี่ยนแปลงตนเอง ฟังความดีมาล้างบาปออกจากใจของเรา ล้างบาปออกจากการกระทำของเรา ล้างบาปออกจากคำพูดของเรา มาเปลี่ยนแปลงตัวเองให้ดีขึ้นเพราะเราทำ ยังไม่ดีพอ ลูกต้องไม่พอ เราถึงต้องมาประพฤติปฏิบัติธรรม และเราจะประพฤติปฏิบัติให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป ไม่ว่าจะที่บ้าน ที่ทำงาน เป็นทางประพฤติปฏิบัติ...

คนเราถ้าว่าปฏิบัติมันคิดหนักนะ เราปฏิบัติธรรมจะรวยได้อย่างไร...?

ปฏิบัติธรรมนั้นแหละรวย ชายของลูกนั้นแหละรวย เพราะคนรวย เกรดดีก็ดี ลูกหลานเกิดมาก็ดี ลูกหลานเขาเอาตัวอย่างว่าพ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย เขาปฏิบัติลูกอย่างนั้น ปฏิบัติดีอย่างนั้น มันดีมาก ดีต่อตนเอง ต่อองศ์ ต่อประเทศชาติ

มนุษย์เราทุกคนนับถือคนดี...

พระพุทธเจ้าท่านตรัสรู้มาดีมาก เกิดประโยชน์ต่อชาวโลกดีมาก พระอรหันต์เกิดมาหนึ่งองค์ดีมากมีประโยชน์มาก พ่อแม่เราก็เป็นคนดีมีประโยชน์มาก เราอย่าได้ไปกลัวเลย อย่าวิตกเลย ว่าทำดีแล้วจะเป็น

คนเสียเปรียบ “คิดเหมือนเด็กมันไม่อยากเรียนหนังสือ เด็กมันห่วงกินห่วงเล่น มันคิดอย่างเด็ก ๆ”

พระพุทธเจ้าท่านให้เราทุก ๆ คนปรับปรุงตัวเองใหม่ แก้ไขตัวเองใหม่ ผิดแล้วแล้วไป “ผิดเป็นครู รู้เป็นอาจารย์” ขนาดผิดแล้วยังไม่จำนะ...!

เราอย่าไปเชื่อใจตนเอง ถ้าเชื่อใจตนเองเขาเรียกว่า “ตั้งอยู่ในความประมาท” ให้เราเอาศีล เอาธรรมเป็นที่ตั้ง กระตือรือร้นในการทำความดี

เราอย่าไปมองคนนั้นคนนี้ทุกทิศทุกทางว่าไม่ปฏิบัติ เราอย่าไปมองมนุษย์สายพันธุ์ซีเกียจมีเยอะ สายพันธุ์ที่ตกต่ำในอบายมุขมีเยอะ อย่าไปสนใจ อย่าไปอ่อนแอจนคลอนแคลน

ตนเป็นที่พึ่งของตน... พึ่งตนเอง พึ่งปฏิบัติ เมื่อพ่อแม่ยากจน วงศ์ตระกูลยากจน ประเทศชาติยากจน เราต้องมาแก้ไขตนเองให้ดี เราอย่าไปทำอย่างเขาเดียวเราจะยากจน

เราต้องพัฒนาสายพันธุ์ให้มันยิ่ง ๆ ขึ้นไป อย่าไปประมาท อย่าไปคิดว่าตัวเองจบ ปริญญาตรี โท เอก “มันไปยกไหล่ขวยยกไหล่ซ้ายอยู่นั้น...!”

ปัญหาต่าง ๆ มันเป็นแผนที่ เป็นทฤษฎี...

ให้เราเอาความรู้ความสามารถที่เรียนมา มาประพฤติปฏิบัติ แล้วมาเพิ่มคุณธรรมเข้าไปอีก คือการไม่เห็นแก่ตัว “ความเห็นแก่ตัวมีปัญหาเยอะ...”

ทุก ๆ คนอยากมีความสุข อยากมีอาชีพมั่นคง อยากได้เงิน อยากมั่นคง เช่น ทุกคนอยากให้ลูกให้หลานเป็นหมอ มันมีความอยาก การเป็นหมอเป็นสิ่งที่ดีนะ เป็นอาชีพที่มีบุญมากมีกุศลมาก ได้ช่วยเหลือ

เกือบจะชีวิตคน เพราะคนทุกข์ทั้งกาย ทุกข์ทั้งใจ หมอจึงมี ๒ อย่าง คือหมอจิตเวช และหมอทางกาย

หมอมองให้จิตใจเป็นบุญ เป็นกุศล รัก สงสารที่จะช่วยเหลือ...

ไม่ใช่เราอยากจะเป็นหมอเพราะหาเงินง่าย อาชีพหมอบุญเป็นอาชีพที่ ถ้านั่นเรื่องเงินจะเป็นอาชีพ ที่ทำงานเอาความสุขจากความทุกข์ของคนอื่น เอาความสุขจากคนเจ็บไข้กำลังจะตาย

ถ้าเราขาดความเมตตากรุณา เราจะเป็นคนที่ทำอาชีพที่บาป...

เราสังเกตคนที่เขาพากันเป็นหมอ ทุกวันนี้โรงพยาบาลเอกชน คลินิกต่าง ๆ เขาเน้นเงิน เน้นสตางค์ ไม่เน้นธรรมะ ไม่เน้นคุณธรรม หากิน กับคนใกล้ตาย มันบาปเหมือนกัน

ถ้าเน้นที่จิตใจ ว่าเราเกิดมาจะทำความดี ช่วยเหลือผู้อื่น เพราะความทุกข์มากที่สุดคือ ความเจ็บ ความตาย ถ้าเราตั้งใจดีก็จะมี บุญใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่

ครั้งพุทธกาล... มีพระภิกษุป่วยเป็นโรคพุพอง ไม่มีใครดูแล พระพุทธเจ้าท่านทำเป็นตัวอย่าง ท่านไปดูแลรักษาและสอนภิกษุว่า ใครดูแลพระป่วยเหมือนดูแลพระตถาคตนะ ได้บุญมาก อานิสงส์มาก

การดูแลอุปถัมภ์อุปฐาก พ่อแม่ ครูบาอาจารย์ ตลอดรักษาผู้ป่วย เป็นคุณธรรมของผู้ดี ของคนดี

พระพุทธเจ้าท่านถึงสอนเรื่องกตัญญูกตเวที เป็นธรรมที่ใหญ่หลวง เป็นธรรมที่ยิ่งใหญ่

ทุกวันนี้ทุกคนเป็นผู้รับจนเคยชิน เป็นผู้รับจนเคยตัว

การที่เรียนหมอแล้วเป็นอาชีพที่มีบุญ เราอย่าไปมุ่งแต่ความร่ำรวย
การรวยมันดีแต่ต้องมีคุณธรรม

ทุก ๆ วันเราพากันหลงใหลในวัตถุ ลืมผู้มีพระคุณอย่างพ่อแม่
ลืมพ่อลืมแม่ มุ่งแต่ยศ สรรเสริญ สุดท้ายคนที่อยู่ในครอบครัวเดียวกัน
จึงไม่ค่อยจะให้ความรัก ความเมตตา ความอบอุ่นแก่สามี ภรรยา และลูก ๆ
ของเรา

เรารวยก็จริง เจริญก็จริง แต่ความสุข ความอบอุ่นในครอบครัว
มันไม่มี มันต้องเริ่มที่ตัวเองและผู้ที่ใกล้ชิด เอาฐานให้มันแข็งแรง พยายาม
ปรับปรุงตนเองก่อน เพราะปัญหาทั้งหมดอยู่ที่ตัวเราเองทำให้เราเป็นทุกข์

ให้เราเน้นมาหาพระธรรม เน้นมาหาการปฏิบัติธรรม มาสร้างบารมี
ให้แก่ตนเองก้าวไปด้วยความดี ทั้งกาย วาจา และจิตใจ จะได้เข้าถึงสวรรค์
พระนิพพานตั้งแต่ยังมีชีวิต ตั้งแต่ยังไม่ตาย เราจะได้ชื่อว่าเป็นผู้ “สุคติ”
อยู่ก็ดี ไปก็ดี มีประโยชน์...

เข้าวันพฤหัสบดีที่ ๕ เมษายน พุทธศักราช ๒๕๕๕

“คนเราที่เกิดมามีร่างกาย มีจิตใจ
เรียกว่ามีกายกับใจเป็นของคู่กัน
...กายของเราจะมีอายุขัย
ส่วนใหญ่ว่าแล้วอยู่ได้ก็ไม่เกินร้อยปีนะ
...ใจของเรานี้มาอาศัยร่างกายอยู่
เมื่อร่างกายของเรายังเป็นเด็ก เป็นหนุ่ม เป็นสาว
แข็งแรงดี เราก็มีความสุขสนุกสนาน
ในการกิน การเล่น การเที่ยว
เมื่อร่างกายของเรา ไม่แข็งแรง มีโรคมีภัย
ป่วยไข้ไม่สบาย ใจของเราก็เป็นทุกข์ไปด้วย”

