

นลวงพ่อกันนา สุภาภาโม

ใจดี ใจสบาย

Delivery

เราเป็นผู้ตงขึ้นเป็นผู้ชำนาญในสิ่งทีเก่า ๆ จนดล่องแแต่ล่จนวนเป็น “จลล”

เราถึงต้องมามีสตัลลิมช้ตฤ:

มาประพฤตามปฏิมตัลลจเอง

เราจะได้เป็นตฤพ่ตฤแม่ที่ประเสรัฐ เป็นตฤตฤที่ประเสรัฐ

สหมกัมจ๗ สหมกัมต่าแน่ง

ทีประพฤชเจ้าทำนมอมในเรา ในนลวงทำนมอมในเรา

ประท๗ชตัลลสังตมอมในเราว่า “ตฤตฤเป็นผู้ประเสรัฐ...”

ตฤตฤเป็นผู้ประเสรัฐ...



“นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส”

ขออนบ้น้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น
ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง





คุณครูแม่และผู้ประเสริฐ...

วันนี้คณะคุณครูจากวิทยาลัยอาชีวศึกษาทั่วประเทศจะได้
เดินทางกลับบ้าน...



คุณพ่อ คุณแม่ และคุณครูเป็นตำแหน่งที่ประเสริฐ เป็นตำแหน่ง
ที่เกิดมาเพื่อตั้งมั่นในความดี เป็นตัวอย่าง เป็นแบบพิมพ์

คนเราถ้ามีคุณพ่อคุณแม่มีคุณครูที่ดี บุคคลผู้นั้นถือว่าเป็นบุคคล
ที่ประเสริฐ

คุณครูทุกท่านน่าจะได้มาอยู่วัด ได้มาปฏิบัติธรรม ถือว่าเป็นสิ่งที่ดีมาก
เป็นสิ่งที่ประเสริฐมาก มาประพฤติปฏิบัติธรรมอย่างนี้ดีกว่า
ไปเที่ยวทัศนอาจร เที่ยวเขา ชมทะเล ดูบ้าน ดูเมือง



พ่อแม่คือผู้ประเสริฐ คุณครูเป็นผู้ประเสริฐ เกิดมาเพื่อเป็นผู้เสียสละ
เป็นผู้ให้

ในหลวงของเรา พระพุทธเจ้า และพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านพาเรา
ประพฤติปฏิบัติที่ตัวเราเอง เพราะปัญหาต่าง ๆ นั้นมีมากมาย
แต่ทุกคนต้องมาแก้ที่ใจของเราให้สงบ ท่านให้เราแก้ที่ภายนอกไป
และแก้ที่ใจของเราไปพร้อม ๆ กัน



ปัญหาต่าง ๆ นั้น จะให้หมดนั้นมันไม่หมดหรอก...

ปัญหานี้เกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วมันก็ดับไป ปัญหาใหม่ก็มาอีก สิ่งเหล่านี้มันเป็นเรื่องธรรมดา ไม่ใช่เรื่องพิเศษ

พระพุทธเจ้าท่านสอนเราให้ถือว่าสิ่งที่เกิดขึ้น สิ่งที่ตั้งอยู่ สิ่งที่ดับไปนั้นเป็นเรื่องธรรมดา ไม่มีอะไรพิเศษ ทุกสิ่งทุกอย่างนั้นไม่มีอะไรจีรังยั่งยืน ไม่มีอะไรที่จะตั้งอยู่ได้



เราอยู่ด้วยกันมาร่วมปฏิบัติธรรม ถึงกาลเวลาเราทุกคนก็จากไป



ทุกท่านทุกคนนั้นต้องพยายามประพฤติปฏิบัติใจของเรา พยายาม
มีสติสัมปชัญญะว่าทุกสิ่งทุกอย่างนั้นมีการเกิดขึ้น มีการตั้งอยู่ มีการดับไป
เป็นธรรมดา

เราทำใจให้สบาย ทำใจของเราไม่ให้มีทุกข์ให้ได้ เราจะได้ไปสร้าง
ประโยชน์ตนและประโยชน์บุคคลผู้อื่นให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท

อดีต...สิ่งที่ผ่านไปแล้วทุกคนย่อมไม่เอามาคิด ย่อมไม่เอามาปรุงแต่ง
เพื่อซ้ำเติมตัวเอง



พยายามแก้ไขใจของตัวเองให้มันสบาย เพื่อใจไม่มีทุกข์ให้ได้

เรื่องทิฏฐิ เรื่องมานะ อตตัตวตน ที่เราทุกคนยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเราเป็นของ ๆ เรานะ ทุกคนต้องพยายามมีสติมีสัมปชัญญะ เพื่อที่จะละ จะปล่อย จะวาง เพราะเราถือว่าเป็นผู้มีภาระหนักนะ เราได้พากันยึดมั่นถือมั่นมาตั้งหลายภพหลายชาติ

คนเรานะเมื่อมันมีลมหายใจมันก็มีร่างกาย เมื่อมันเจอกับสิ่งแวดล้อมเราก็ไปตามสิ่งแวดล้อม ถ้าเราไม่มีสติ ไม่มีสัมปชัญญะ เราก็พากันตกอยู่กับสิ่งแวดล้อม มันไม่มีอะไรมากไปกว่านี้

เรื่องปัญหาหน้าที่การงาน เรื่องปัญหาหน้าที่ในการอยู่ในครอบครัวนั้น คุณครูทุกคนต้องทำใจของเราให้สบายให้ได้ ทำใจของเราไม่ให้ทุกข์ให้ได้ จึงจำเป็นต้องใช้สมาธิมาก



พยายามทำใจของเราให้มันสงบ ทำใจของเราให้เย็นใ้ที่ใต้

เวลานี้ย่อมระงับตัวชการไม่ทำกรรมทำเวร

พยายามหยุดตัวเองใ้ที่ใต้ สงบตัวเองใ้ที่ใต้

เราไปอยู่ที่ไหน ทำอะไรมันก็ต้องมีสิ่งเหล่านี้้อยู่อย่างนั้นแหละ



เราจะเป็นแต่คนดี...คนไม่ดีเราจะเป็นไม่ได้ที่ไหน
 เราจะเป็นสิ่งที่มากมาย...สิ่งที่ไม่มากมายเราจะเป็นไม่ได้ที่ไหน

ทุกสิ่งทุกอย่างนั้นเราต้องฝึกใจของเราให้สงบ ฝึกใจของเรา
 ไม่ให้มีทุกข์ ให้มีความสุข มีกำลังใจในการทำงาน



การทำงานของเราต้องให้มีความสุข

วันหนึ่งคืนหนึ่งนะ เราทำงานเป็นส่วนใหญ่ เราพักผ่อน
 เพียงเล็กน้อย ถ้าเราไปปฏิเสธกับเพื่อน ปฏิเสธในการทำงานนั้น
 เราก็เกิดความทุกข์ เกิดความเครียดนะ มันไม่เกิดประโยชน์เลยที่เราทุกคน
 ไปมีความเครียด มีความทุกข์



เราทุกคนต้องทำใจของเราให้สงบให้ไม่มีทุกข์ให้ได้

เราถือว่าเราโชคดี เรามีโอกาสได้มาแก้ที่ใจของตัวเอง แก้ที่คำพูด
แก้ที่การกระทำของตัวเอง

อดเอา ทนเอา เดี่ยวใจมันก็สงบ...

ทุกคนในโลกนี้ล้วนแต่มีความทุกข์ทั้งทางกาย มีความทุกข์ทั้งทางใจ
มีความทุกข์ในหน้าที่การงานด้วยกันทั้งนั้น ผู้ที่ไม่มีความทุกข์นั้นมันไม่มีเลย

พระพุทธเจ้าท่านถึงให้เราเจริญเมตตาเจริญสงสารบุคคลอื่นให้มาก



ทุกคนนั้นย่อมต้องการความรัก ความเมตตา ความอบอุ่นจากเรา
สิ่งไหนมันจะทำให้ใจของตัวเองไม่สงบนะเราไม่ต้องไปคิดมัน
เราจะสมิทานปล่อยสมิทานวาง

สิ่งที่แล้ว ๆ ที่ผ่านมานั้นบางคนก็ทำผิดเป็นส่วนมาก
คิดผิดเป็นส่วนมาก พุดผิดเป็นส่วนมาก หรือว่าทำผิด คิดผิด พุดผิด
เป็นส่วนน้อยนั่นถือว่าเป็นเรื่องอดีต ต่อไปนี้เราจะสมิทานเอาแต่สิ่งที่ดี
ถึงจะยากถึงจะลำบาก เราก็คงต้องทำต้องประพฤติปฏิบัติเพื่อตัวเรา
เพื่อครอบครัวของเรา เพื่อประเทศชาติบ้านเมือง



การกระทำความดีนั้นเป็นของยาก เปรียบเสมือนเราว่ายน้ำ
ทวนกระแสน้ำ มันต้องได้ฝืน ได้อด ได้ทน



มนุษย์ของเราประเสริฐอยู่ที่ไม่ทำตามความโลภ ความโกรธ
ความหลง เป็นผู้ที่ทวนกระแส

คนเราน่ะถ้าต้องการความสุขความดับทุกข์นั้น ต้องอดต้องทน
ต้องเพียร ผู้ที่ไม่อดไม่ทนไม่เพียรนั้น อนาคตต้องเป็นผู้ลำบากทั้งกายทั้งใจ
แน่นอน



เราเป็นผู้เคยชินเป็นผู้ชำนาญในสิ่งที่เก่า ๆ จนคล่องแคล่วจนเป็น “วสี” เราถึงต้องมามีสติสัมปชัญญะ มาประพฤติมาปฏิบัติตัวเอง เราจะได้เป็นคุณพ่อคุณแม่ที่ประเสริฐ เป็นคุณครูที่ประเสริฐ สมกับยศ สมกับตำแหน่งที่พระพุทธเจ้าท่านมอบให้เรา ในหลวงท่านมอบให้เรา ประเทศชาติสังคมมอบให้เรว่า “คุณครูเป็นผู้ประเสริฐ...”



ขออำนาจพรให้คุณครูทุกท่านจงมีสุขภาพกาย สุขภาพใจ และธุรกิจหน้าที่การงาน ตลอดถึงลูกถึงหลาน วงศ์ตระกูล จงได้มีแต่ความสงบ ความร่มเย็นด้วยกันทุกท่านทุกคน

ด้วยอานุภาพของพระพุทธเจ้า อานุภาพของพระธรรม อานุภาพของพระอริยสงฆ์ สิ่งที่ดี ๆ ทั้งหลายทั้งมวลในโลกนี้ จงให้ทุกท่านทุกคนได้รับความสงบ ความร่มเย็นด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ...





พระธรรมดําสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่องค์ต้นหลวงพ่อกัณหา สุภกาโม เมตตาให้นำนามบรรพชา

ในให้แก่คณะคุณครูสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษาทั่วประเทศ

ที่ท่าเรือโครงการภูมิทัศน์ธรรมสร้างสติ สมาธิ น้ใจ ซึ่งจัดโดยชมรมธรรมะจิตอาสา วัดบางลำพูอาชีวศึกษาภาคพื้นโลก

ใช้วันที่ ๑๗ พฤษภาคม พุทธศักราช ๒๕๕๗

ณ วัดป่าภักตร์ภักชีธรรมาราม ต.วังน้ อ.วังน้ กิ่งหวาย จ.นทรราชสิมา

