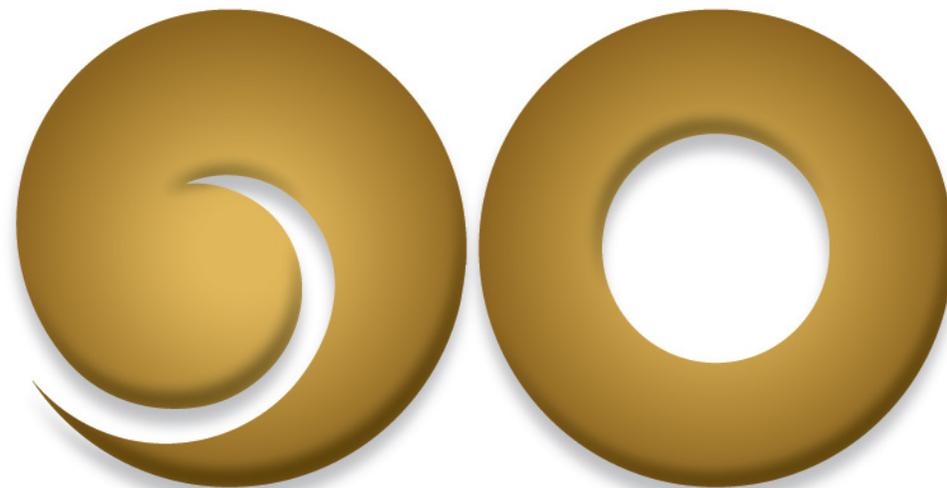


ในวาระขึ้นปีใหม่  
องค์พ่อแม่ครูอาจารย์ขออวยชัยอวยพรปีใหม่

ด้วยคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า  
ซึ่งเป็นสิ่งที่ประเสริฐ  
อันจะนำเราเข้าหาความสุข ความสงบร่มเย็น  
พระพุทธเจ้าตรัสว่า สิ่งที่สำคัญที่สุดในชีวิตของเราคือ  
การเสียสละ รับผิดชอบ ตั้งมั่นในความดี  
ในความถูกต้อง รู้จักทำใจให้สงบ ทำจิตใจให้ขารอบ  
มีความสุขในการทำงาน เพราะการงานเป็นหน้าที่  
คู่กับลมหายใจ คู่กับการดำรงชีวิตของเรา

# ใจดี ใจสบาย

*Delivery*



พระอาจารย์ภาณุวิสุทธิคุณ  
วัดป่าภคินีธรรมาราม



“นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส”

ขออนบ้น้อมแด่พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น  
ซึ่งเป็นผู้ไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์เอง

# สารบัญ

	หน้า
๑. ดอยชัยดอยพระปี่ใหม่ นุทธกักราช ๒๕๕๘	๑
๒. สัตว์ที่ดุที่สุดในโลก	๓
๓. พัฒนาการตัวเอง	๑๐
๔. ตั้งใจรับผิดชอบ ด้วยความไม่ประมาท	๑๖
๕. ประพฤติปฏิบัติให้ชีวิตเกิดมงคล	๒๕
๖. พัฒนาชีวิตจิตใจ สักท่ายปีเก่า ต้อนรับปีใหม่	๓๒
๗. นักเรียนคือเป็นนักศึกษาและนักปฏิบัติไปพร้อมๆ กัน	๔๑
๘. คุณครูที่แท้จริง	๔๙
๙. งานสำคัญของงานสร้างอาคารโรงพยาบาล	๕๘
๑๐. ความสุขที่สุดของเราทุกคน ก็คือการได้เสียสละ	๖๑
๑๑. ให้โอกาสพนักงานจากศาลยุติธรรม	๗๒
๑๒. ๕ ธันวาคมหาราช	๘๑
๑๓. ให้โอกาสบุคลากรจากสำนักงานคณะกรรมการการเลือกตั้ง	๘๘



# เคยชียเคยพรปีใหม่ พุทธศักราช ๒๕๕๘

ในวาระขึ้นปีใหม่ องค์พ่อแม่ครูอาจารย์ขออวยชัยอวยพรปีใหม่  
ด้วยคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าซึ่งเป็นสิ่งที่ประเสริฐ  
อันจะนำเราเข้าหาความสุข ความสงบร่มเย็น

พระพุทธเจ้าตรัสว่า สิ่งที่สำคัญที่สุดในชีวิตของเราคือการเสียดละ  
รับผิดชอบ ตั้งมั่นในความดี ในความถูกต้อง รู้จักทำใจให้สงบ ทำจิตใจ  
ให้ขารอบ มีความสุขในการทำงาน เพราะการงานเป็นหน้าที่  
คู่กับลมหายใจ คู่กับการดำรงชีวิตของเรา

พระพุทธเจ้าให้เราทำงานเพื่อเสียดละ ไม่ให้ตามใจตัวเอง  
ตามอารมณ์ตัวเอง ก้าวไปด้วยความดี คนเราตามอารมณ์ตัวเองมากก็ทุกข์  
ต้องจับหลัก จับประเด็นให้ได้ ต้องฝึก ต้องอด ต้องทน พัฒนาใจ  
พัฒนาคำพูด พัฒนาการงานของเราให้ดีที่สุด ช้า ๆ ได้พริ้วเล่มงาม  
ชีวิตของเราจะได้เข้าถึงความสุข ความสงบร่มเย็น

## หลวงพ่อกัณหา สุขกาโม

ร่างกายของเราจะให้ข้าวปลาอาหาร ให้การพักผ่อน เขาก็แก่คร่ำคร่าไป ไม่มีอะไรยั่งยืน พระพุทธเจ้าให้เราถือคติว่า เราเกิดมาชาตินี้เพื่อมาสร้างความดี สร้างบารมี สร้างมรรคผลพระนิพพาน ให้กับชีวิตของเรา ทำที่พึงทางพ้นทุกข์มากที่สุด ให้ถาวรและยั่งยืน

ด้วยอานุภาพของพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระอริยสงฆ์ ขออำนาจอวยพรให้ทุกท่านทุกคนมีความเจริญงอกงามไพบูลย์ ขอให้ใจของเราเข้าถึงความสุข สงบ ร่มเย็นยิ่ง ๆ ขึ้นไปจนได้เข้าถึงฝั่งแห่งพระนิพพาน ด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ...

พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่หลวงพ่อกัณหา สุขกาโม เมตตาให้นำมาบรรยาย  
เข้าวันพฤหัสบดีที่ ๑ มกราคม ๒๕๕๘ ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม ต.วังหมี่ อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา

# ดีที่ดดีสุดในโลก

การเสียสละเป็นสิ่งที่ดีที่สุดในโลก การรับผิดชอบในหน้าที่การงาน มีความสุขที่สุดในโลก การเป็นผู้ที่มีใจหนักแน่นในความดีในหน้าที่การงาน นั้นมีความสุขที่สุดในโลก

คนเรานะพระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราตามใจ ตามอารมณ์ ตามสิ่งแวดล้อม ให้ตามธรรม

ชีวิตของเราคือการก้าวไปด้วยความดี ก้าวไปด้วยความเสียสละ ค่าของเราที่เกิดเป็นมนุษย์นี้อยู่ที่ผลของการได้ทำความดี

อย่างประเทศไทยของเราอย่างนี้ เรามองหามองดูว่าใครเป็นคนดี ใครเป็นคนที่เสียสละ ใครเป็นผู้ที่รับผิดชอบ ใครเป็นผู้ที่มีความหนักแน่น อย่างวัดเราก็เหมือนกัน ครูบาอาจารย์ท่านก็มองว่าอยู่ในวัดนี้แหละ ใครเป็นคนที่เสียสละ ใครเป็นคนที่รับผิดชอบ เป็นคนที่หนักแน่น มีคุณธรรม ไม่เห็นแก่ตัว

พระพุทธเจ้าถึงให้เราเป็นคนที่ย้ำได้ทำตามใจตัวเอง ตามอารมณ์ตัวเอง ให้เป็นผู้ที่เสียสละ ศิลนี้คือกำจัดสิ่งที่มีนหยาบ ๆ ออกจากกาย วาจา ใจของเรา

**พระพุทธเจ้าไม่ให้เราคิดว่าศีลก็ดี ระเบียบก็ดี วินัยก็ดี  
ข้อวัตรปฏิบัติที่ดีมันเป็นสิ่งที่ยุ่งยาก จุกจิก**

ศิลปะคือกฎของธรรมชาติของธรรมชาติที่จะให้เราเข้าถึงความสุข  
ความดับทุกข์

ถ้าใจของเราตั้งอยู่ในความดีอยู่ในศีลนะ สมาธิจะไม่อยากมีมันก็มี  
เพราะสมาธิมันเป็นฐานที่มาจากศีล

ทุกท่านทุกคนนั้นนะพระพุทธเจ้าท่านให้เราสร้างความคิด สร้างบารมี  
สร้างคุณธรรม ต้องเดินตามรอยของพระพุทธเจ้าให้ได้ ต้องเดินตามรอย  
ของพระอรหันต์ให้ได้ เพราะชีวิตนี้เป็นสิ่งที่ดีมาก เป็นสิ่งที่ประเสริฐมาก  
เราจะปล่อยกาลเวลาให้ล่วงเลยไปโดยไม่ได้เดินตามรอยของพระพุทธเจ้า  
ไม่ได้ เป็นสิ่งที่ไม่ดี เป็นสิ่งที่เสียหาย

ถ้าเราอยากเราต้องการแล้วเราไม่ได้ประพฤติปฏิบัติ ไม่ได้เสียสละ  
รับผิดชอบไม่ได้มีจิตใจตั้งมั่นนั้น มันเป็นไปได้ที่จะได้ดี

ปีเก่าได้ผ่านไปปีใหม่ได้เข้ามาถึง ญาติโยมก็หยุดการหยุดงานแล้วจะ  
ได้กลับไปทำการทำงาน เพราะการงานเป็นสิ่งที่จำเป็นของเราทุก ๆ คนที่มี  
ลมหายใจจะต้องทำงาน เพราะอดีตที่ผ่านมา นั้นพระเจ้าพระสงฆ์ก็อาศัย  
บารมีของพระพุทธเจ้าที่โยมเค้าใส่บาตรทำบุญถวายปัจจัยสี่อำนวยความสะดวก  
สะดวกสบาย เราทุกคนก็อาศัยบารมีของคุณพ่อคุณแม่ให้อาหาร  
ให้ที่อยู่อาศัยให้เราเรียนเราศึกษา มันเป็นบารมีของคุณพ่อคุณแม่ เราพากัน  
มาสร้างบารมีของเราด้วยการเป็นผู้ที่เสียสละ เป็นผู้ที่รับผิดชอบนะ คนที่  
เสียสละคนที่รับผิดชอบจิตใจหนักแน่นตั้งมั่นนี้เป็นคนที่โลกนี้ต้องการ  
บุคคลคนนี้เดินไปที่ไหนที่นั่นก็เป็นมงคล ตามหลักแล้วเขาถือว่าสุคติ อยู่ที่  
ไปที่ดีหมด ยกตัวอย่างอย่างพระพุทธเจ้านะ แม้เสด็จดับขันธปรินิพพานไป  
แล้ว ๒๕๕๗ ปี เราก็คเระพรกราบไหว้อย่างไม่รู้จักอิมไม่รู้จักพอ

ทุกท่านทุกคนน่าจะต้องทำงานให้มีความสุข เสียสละในการทำงานทุกอย่างนะ ต้องสร้างความดีสร้างบารมีควบคู่กับชีวิตประจำวันของเรา

เราอย่าไปคิดเอาตั้งแต่ทางวัตถุอย่างเดียวเราต้องเอาใจเอาคุณธรรมไปด้วย

อยู่ในโลกนี้นะมันมีสิ่งที่ทำให้เราคิดไปในทางบาปเยอะ พุดไปในทางบาปเยอะ ทำไปในทางบาปเยอะ อบายมุขต่าง ๆ นั้นมันก็มีมาก

ทุกท่านทุกคนต้องเอาตัวรอดให้ดี อย่าไปหลงในสิ่งต่าง ๆ ที่มันมาผัสสะทางหู จมูก ลิ้นทางกายใจ ตั้งใจเข้มแข็ง เข้มแข็งจริง ๆ หนักแน่นจริง ๆ ต้องอดต้องทนถึงหัวใจสั้นระรัวก็ต้องอดทน ถ้าไม่อดไม่ทนนะมันข้ามวิญญูสงสารไม่ได้

เหนื่อยก็ช่างมัน ชีวิตนี้ถือว่าเกิดมาเพื่อสร้างความดีสร้างบารมี ไม่ใช่เกิดมาเพื่อเห็นแก่ปากแก่ท้อง เห็นแก่การกินการเล่น เห็นแก่สุขเวทนา ทั้ง หู ตา จมูก ลิ้น กาย ใจ อย่างนี้ไม่ได้

สิ่งต่าง ๆ ให้มันกระทบ ให้มันผัสสะแล้วเกิดศีลสมาธิปัญญา อย่าได้ผิดศีลทางใจ ผิดศีลทางวาจา ผิดศีลทางกายนะ เพราะเรื่องความคิดนี้สำคัญ เราต้องพัฒนาใจของเรา เพราะใจของเรานั้นมันสั่งให้เราทำสั่งให้เราพุด สั่งให้เราเดินไปเดินมา สั่งให้เราทำทุกสิ่งทุกอย่างเพราะอวิชชา เพราะความหลงของเราที่เราไม่ได้หนักแน่นไม่เข้มแข็ง

ชีวิตของเรานี้พระพุทธเจ้าตรัสว่าอย่าให้มันขึ้นกับสิ่งแวดล้อม ต้องให้มันเป็นตัวของตัวเอง สิ่งแวดล้อมมันกดดัน เผ็ดร้อน สั่นสะเทือน

อย่างนี้ต้องหยุดตัวเองให้ได้ เบรกตัวเองให้ได้ อย่าไปคิดว่าช่างหัวมัน  
อย่างนี้แหละ อย่างนี้ไม่ได้ สติสัมปชัญญะต้องรวดเร็ว ว่องไว

พระพุทธเจ้าไม่ให้เราเพลินไปกับสิ่งแวดล่อม เพราะความเพลิน  
ความสุขสนุกสนาน มันทำให้เราเสียเวลา เพราะทุกวันนี้เราบริโภครูป  
บริโภคเสียง บริโภคกลิ่น บริโภครส เรียกว่าตกอยู่ในอำนาจของความเพลิน  
เป็นบุคคลที่รับจ้างมาเกิด ไม่ได้เกิดมาเพื่อสร้างบารมี

ต้องอดมาก ๆ ทนมาก ๆ มันอยากคิดก็ไม่ต้องคิด มันอยากพูด  
ก็ไม่ต้องพูด มันอยากทำก็ไม่ต้องทำ ถ้าเราปฏิบัติตามพระพุทธเจ้านี้  
มันมีแต่ดีมีแต่เจริญ ถ้าเราเชื่อสิ่งแวดล่อม ที่ทำให้มันตกต่ำนั้นมันก็ทำให้เรา  
ตกต่ำไปเรื่อย ผู้ที่จะกลับไปทำงานที่บ้านที่ทำงานที่ไหนก็ต้องเอาธรรมะ  
ไปประพฤติปฏิบัตินะ เพราะจะเป็นความเจริญเป็นมงคลแก่เรา

ไหว้พระสวดมนต์นั่งสมาธิทุกวันนะ เพื่อให้จิตใจของเรามัน  
อยู่ในหลักอยู่ในศีลในธรรม มันขี้เกียจเท่าไรมันก็ต้องหายใจ มันขี้เกียจ  
เท่าไรก็ต้องทานอาหาร มันขี้เกียจเท่าไรมันก็ต้องนอน มันขี้เกียจเท่าไร  
มันก็ต้องนั่งสมาธิ ทำวัตรสวดมนต์ เพื่อฝึกรับผิดชอบ เพื่อเสียสละ  
ความขี้เกียจขี้คร้านออกไป เพื่อตั้งมั่นในธรรม

พระพุทธเจ้าท่านให้เราประพฤติปฏิบัติอย่างนี้ อย่าไปเบื่อหน่าย  
ในความเพียร อย่าไปเบื่อหน่ายในการประพฤติปฏิบัตินะ เพราะชีวิตจิตใจ  
ของเรานั้นไม่ใช่พระพุทธเจ้า ไม่ใช่ชีวิตจิตใจของพระอรหันต์ มันชอบคิด  
แต่ในสิ่งที่ไม่ดี ชอบพูดแต่ในสิ่งที่ไม่ดี ชอบทำแต่ในสิ่งที่ไม่ดี

ต้องทวนกระแส วางแผนการใช้จ่ายให้รอบคอบ เราถึงจะไม่มีหนี้ มีสิน คนเรานะอย่าไปคิดว่าเกิดมาก็ไม่ได้เอาเงินมา ตายไปก็ไม่ได้เอาเงินไป มีเงินแล้วก็บริโภคความสุขสะดวกสบาย อย่างนี้เราก็จะลำบากเป็นหนี้ เป็นสิน ถ้าไม่รู้จักวางแผนในการใช้เงินมันก็เผาผลาญทรัพยากรของโลก ของชาติ เพราะความสุขที่เรามีชีวิตอยู่ทรัพยากรต่าง ๆ มันก็มาจากการ เบียดเบียนทรัพยากรธรรมชาติ ไม่ว่าจะอากาศ ดิน น้ำ ลม ไฟมันก็มาจาก ธรรมชาติทั้งนั้น เราต้องคิดดี ๆ ให้เราใช้ทรัพยากรเท่าที่จำเป็น

การประพฤติปฏิบัติของเราให้สมกับเราเกิดมาเป็นมนุษย์ สมกับเป็นคุณพ่อคุณแม่ ลูกหลานมันไม่เคารพเพราะมันไม่สมควร ที่จะเคารพ ไม่ตั้งมัน ไม่มีหลัก ไม่มีเกณฑ์ อย่างเราตัวน้อย ๆ ต่อไปก็ต้อง เป็นคุณพ่อคุณแม่ต้องฝึกไว้ ถ้าเป็นคุณพ่อคุณแม่อยู่แล้วอันนั้นไม่ดี ไม่คิด ไม่พูด ไม่ทำ มันจะได้กราบไหว้ตัวเองได้อย่างสุขใจสบายใจ

คนเราถ้ารับผิดชอบ เสียสละ หนักแน่น ปัญญา มันถึงจะเกิดนะ ถ้าอย่างนั้นปัญญา มันเกิดไม่ได้ เพราะนิเวศน์คือความซี้เกียจซี้คร้าน ความเห็นแก่ตัวมันมาขวาง มันฟุ้งซ่านรำคาญ ง่วงเหงาหาวนอน สิ้นวันไหว

มันต้องปฏิบัติตัวเอง เพราะธรรมะนี้ไม่ได้มีใครแต่งตั้งให้เราเป็น พระโสดาบัน สกิทาคามี อนาคามี พระอรหันต์ได้ ตำแหน่งนี้เราต้อง ประพฤติปฏิบัติเอง ตำแหน่งที่โกนหัวห่มผ้าเหลือง ใส่ชุดผ้าขาว มันเป็นตำแหน่งแต่งตั้ง มันไม่ใช่ตำแหน่งที่เกิดจากการประพฤติปฏิบัติ ของเราเอง เราต้องคิดอย่างนี้แหละ

อย่างเราเป็นพ่อเป็นแม่ตำแหน่งเราต้องเสียสละหนักแน่น วางแผนครอบครัว ไม่ทะเลาะกัน มีความเมตตาสงสารกัน แล้วก็มิอุเบกขา วางเฉย เบรกตัวเองได้

ถ้าคนไหนเบรกตัวเองไม่อยู่อย่างนี้เรียกว่าเป็นคนโรคประสาทนะ พูดแล้วพูดอีกฉายหนังม้วนเก่าอยู่อย่างนั้นแหละ อย่างนั้นมันไม่ดี

ทำไมมันถึงเป็นอย่างนั้น..? เพราะเราไม่ได้ฝึกใจให้สงบ ไม่ได้ฝึกใจ ให้มันหยุด เป็นคนปากติดระเบิดนะ อย่างนี้ไม่เอา มันทำให้ตัวเอง มีความทุกข์ ทำให้คนอื่นมีความทุกข์ครอบครัวเราไม่อบอุ่น ในครอบครัว เราแทนที่พ่อแม่พี่น้องสงสารกันอบอุ่นกัน เป็นพ่อเป็นแม่หรือเป็นผู้หลัก ผู้ใหญ่ถืออภิสิทธิ์ว่าเป็นพ่อเป็นแม่หรือถือว่าเป็นคนรวย เราไปถืออภิสิทธิ์ แบบนั้นไม่ได้ มันเป็นการถือยศ ถือศักดิ์นา

พระพุทธเจ้าให้ถือเป็นผู้ใจดีใจสบาย ใจเสียสละ ใจหนักแน่นในศีล ในธรรม เพราะความดีเท่านั้นที่จะนำเราไปสู่ความสุขความดับทุกข์ได้ เราจะไปถือ ถือเท่าไรมันก็ไม่ได้หรอก มันเหนียวมันหนัก มันมืด เหมือนกับฝุ่นมันเข้าตาอย่างนี้แหละ มันมืด อัดตาตัวตนมันทำให้เรามีคนนะ เมื่อเรามันมืดมันก็ฟาดงาฟาดงวงทำให้ครอบครัวนี้ระส่ำระสาย ครอบครัว ไม่อบอุ่น

การขับรถ ขับยานพาหนะก็ต้องระวัง ให้มีสติ ให้มีความสุข คนเรานะสมมติว่าเรานับสตางค์ใบละพัน ๆ อย่างนี้ เราก็ต้องมีสติ ถ้ามันหลงมันก็หายไปเป็นพัน เราขับรถก็เหมือนกันถ้าใจเราลอย เราทำตามสัญชาตญาณเขาก็มาชนกันเรา มันออกเลนซ้ายเลนขวา

คนเรามันต้องร้อยเปอร์เซ็นต์ ไม่มั่งว่งเหงาหาวนอน ถึงเวลานอน ก็ต้องบังคับตัวเองนอน ถึงเวลาทำอะไรก็ต้องบังคับตัวเองนะ เพราะธรรมชาติของธรรมชาติ เราต้องปรับใจเข้าหา เราอย่าไปต่อล้อต่อกลอนนะ เสียเวลา..!

ให้เดินไปเรื่อยเหมือนระบบหายใจนะ ถ้าหายใจเข้าหายใจเร็ว มันมีปัญหา ถ้านาฬิกาเดินช้าเดินเร็วมันก็มีปัญหา การปฏิบัติธรรมมันต้องเดินไปเรื่อย ๆ ยิ่งปฏิบัติมันยิ่งมีความสุข มีความร่มเย็น มันจะรู้เลยว่าอันนี้ผิดอันนี้ถูก ไม่ต้องไปหาความสุขที่มันไม่มี คนเราถ้ารวใจไม่สงบมันก็เป็นทุกข์ ถ้าจนถ้าใจไม่สงบมันก็เป็นทุกข์ทั้งนั้น ความสงบนี้ถึงเป็นสิ่งที่สำคัญ

เราต้องเอาความสุขความสงบจากการที่เราเสียสละหนักแน่น ปัญญาของเรามันถึงจะเกิด พระพุทธเจ้าท่านเมตตาสอนอย่างนี้ หวังว่าท่านทั้งหลายทั้งพระ ทั้งญาติโยมจะได้เอาพระธรรมคำสั่งสอนอันประเสริฐของพระพุทธเจ้า ที่องค์พ่อแม่ครูอาจารย์ท่านเมตตาให้โอวาทมาเพื่อพัฒนา กายวาจาใจของเรา ให้เข้าถึงพระนิพพานด้วยกันทุกท่านทุกคน โอกาสนี้เทอญ...

พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่หลวงพ่อกัณหา สุขกาโม เมตตาให้นำมาบรรยาย

คำวันเสาร์ที่ ๓ มกราคม ๒๕๕๘ ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม ต.วังหมี่ อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา

# พัฒนาจิตใจ

การพัฒนาตัวเอง... พระพุทธเจ้าให้เราพัฒนาใจ พัฒนาความคิด เพราะว่บาปทั้งหลายทั้งปวงอยู่ที่ใจ อยู่ที่ความคิด อยู่ที่วาจา มันพูด การกระทำของกายนั้นคือผลของใจที่มันปรากฏเป็นการกระทำออกมา

พระพุทธเจ้าให้เราตั้งใจพัฒนาความคิด เพื่อเราจะได้แก้ไขตัวเอง พัฒนาตัวเอง

บาปอย่างเล็ก บาปอย่างกลาง บาปอย่างใหญ่ ส่วนมากก็มาจากใจ มาจากความคิดของเรา

ส่วนใหญ่เราก็ไปแก้ไขที่ปลายเหตุ นะมันไม่ได้  
เราต้องมาแก้ที่ใจของเรา

เราจะเอาใจของเราเป็นใหญ่ไม่ได้ เพราะใจของเราไม่ใช่ใจของพระพุทธเจ้า ไม่ใช่ใจของพระอรหันต์

พระพุทธเจ้าให้อาธรรมเป็นใหญ่ ถ้าเราปล่อยใจโดยไม่ฝึก ไม่พัฒนา พระพุทธเจ้าบอกว่าเสียเวลามาก เราถึงต้องหนักแน่นเข้มแข็ง เข้มแข็ง เพื่อตัดสิ่งไม่ดีออกไปจากใจ

ศีลนี้เป็นส่วนที่พระพุทธเจ้าตั้งกฎเกณฑ์ขึ้นเพื่อให้เราทำความดี ถ้าเราผิดศีลแสดงว่ามันหยาบ มันสกปรก มันเศร้าหมอง

ศีลนี้พระพุทธเจ้าให้เรารับผิดชอบในความดี ยกตัวอย่างเช่น พระสารีบุตร ซึ่งท่านเป็นพระอริยสาวกของพระพุทธเจ้า ท่านก็ตั้งมั่นในศีล ถึงจะอาพาธ ท่านก็ไม่ยอมผิดศีล เหมือนกับพระพุทธเจ้าท่านส่งสาวกของ ไปเผยแผ่พระพุทธศาสนา

การส่งพระสาวกไปเผยแผ่สมัยก่อน ศาสนาของพระพุทธเจ้ากำลัง เกิดขึ้นใหม่ ๆ พระอริยสาวกมีน้อย ท่านเลยให้ไปทางละ ๑ รูป พระพุทธเจ้าส่งสาวกออกไปเผยแผ่พระศาสนา ท่านให้ไปคนละทิศนะ เพื่อไปเผยแผ่ธรรมะ

พระพุทธเจ้าตรัสถามสาวกว่า เวลาเราไปเผยแผ่พระศาสนาจะ เวลาเค้าว่าเราเค้าตาเรา ที่เค้าไม่เห็นด้วยกับเรานะ เราจะทำอย่างไร..? สาวกก็ตรัสตอบว่า “ดีกว่าเค้าดี”

เวลาเค้าดีทำอย่างไรล่ะ..? สาวกก็ตรัสตอบว่า ก็ยังดีกว่าเค้าใช้ คัศตราอาวุธ”

เวลาเค้าใช้ศัตราอาวุธเธอจะอย่างไร เธอจะคิดอย่างไรละ...? สาวกก็ตรัสตอบว่า ก็ยังดีกว่าเค้าฆ่าเรา”

เวลาเค้าฆ่าเรา เราจะคิดอย่างไร..? สาวกก็ตรัสตอบว่า ก็ยังดีกว่าเราไปฆ่าเขา “พระพุทธเจ้าก็ตรัสว่า ตีมาก ๆ ความตั้งมั่นไม่หวั่นไหวมันต้องเป็นอย่างนี้...”

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าตีมาก ให้เอาธรรมเป็นใหญ่เอาธรรมเป็นที่ตั้ง

พระสารีบุตรก็เหมือนกันนะ ตอนที่ท่านอาพาธด้วยโรคลม พระโมคคัลลานะได้ถามว่า ครั้งก่อนที่ท่านเกิดอาพาธเช่นนี้ท่านทำอย่างไร ถึงได้หาย พระสารีบุตรตรัสตอบว่า โยมแม่ท่านจะทำข้าวมธุปายาสมาให้ เมื่อนั้นแล้วถึงจะหายป่วย

เทวดาได้ยื่นคำสนทนาระหว่างพระโมคคัลลานะกับพระสารีบุตร จึงไปบังคับให้ประชาชนทำข้าวมธุปายาสถวาย เมื่อพระโมคคัลลานะไปบิณฑบาตและได้ข้าวมธุปายาสกลับมา แต่ด้วยสัจจะบารมี พระสารีบุตรท่านพิจารณาแล้วว่า อาหารที่ได้มานี้ไม่บริสุทธิ์ เป็นวิริยญัตติ ท่านจึงไม่ฉันกลับให้พระโมคคัลลานะนำไปเททิ้ง เมื่อข้าวมธุปายาสตกถึงพื้น โรคลมของพระสารีบุตรก็หายโดนทันที พระอริยสาวกถึงแม้ท่านจะเป็นพระชินาสพ ท่านก็ทำประโยชน์ของผู้อื่นให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท ไม่คำนึงถึงความสุขของตัวเอง

ฐานที่สร้างบ้านหรือทำเสาเข็มที่เป็นฐาน ต้องใช้เสาเข็มใหญ่ ๆ เสาเข็มถี่ ตอกลึกจนถึงหินแข็ง ศीलนี้ก็เหมือนกัน เป็นสิ่งที่ไม่ให้เราทำบาป ทั้งปวง

เราต้องพัฒนาใจของเรา พัฒนาความคิดของเรา ถ้าไม่อย่างนั้นเราก็จะไปแก้แต่ปัญหาที่ปลายเหตุ

ที่พระอริยเจ้าตรัสไว้ว่าตายแล้วไปที่ชอบ ๆ นั้น เพราะความคิดของตัวเอง ทุก ๆ คนต้องหยุดความคิดของตัวเอง ถึงแม้จะเจ็บปวดเท่าไร เราก็ต้องอดต้องทน เพราะแรงกดดันของอวิชชาเนี่ยมันมาก มันชอบสิ่งต่าง ๆ มันก็ไปเกิดในที่ต่าง ๆ มันชอบโทรศัพท์ ชอบเล่นอินเทอร์เน็ต ชอบเที่ยว ชอบเล่น เพราะใจของเราไม่รู้จักแก้ที่ต้นเหตุ เพราะใจของเรานี้ เป็นสิ่งที่สำคัญ ทุกคนต้องหยุดความคิดของตัวเองให้ได้

คนเราวิ่งเร็วไม่หยุดมันเหนื่อย ถ้าเราหยุดมันก็สงบ ภาคประพฤติ ปฏิบัติมันต้องเป็นอย่างนี้

ถ้าเราไปโทษว่าอยากจะหยุดอยู่แต่มันหยุดไม่ได้ เราไปคิดว่าอยากคิดก็คิด อยากทำก็ทำ อย่างนี้ไม่ได้ เราต้องสร้างระบบระเบียบ ที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวันของเรา

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า เราทุกคนต้องพัฒนาตนเองให้ได้ เพราะไม่มีใครพัฒนาใจให้เรา

เราเกิดมาทำสิ่งที่ถูกต้องก็คือต้องมาสร้างความดี สร้างบารมีให้มันมาก

เรามีใจที่จะต้องฝึกที่จะต้องพัฒนา “ดีมาก” ถ้าอย่างนั้นเราก็ไม่ได้ฝึก

พระพุทธเจ้าส่งพระอัสสชิผู้ซึ่งบรรลुरुธรรมใหม่ พระสารีบุตรท่านเป็นเพื่อนกับพระโมคคัลลานะ พระสารีบุตรในขณะนั้นเป็นอุปัชฌาย์สมานพ ได้ไปเห็นพระอัสสชิเดินบิณฑบาต ท่านก็รู้สึกเอ็นใจที่ได้พบได้เห็น พระอัสสชิ ท่านได้เดินตามขอพึ่งธรรมจากพระอัสสชิ พระอัสสชิตรัสตอบว่า ข้าพเจ้ากำลังบวชใหม่ ยังไม่แตกฉานในธรรมะ ถ้าจะพึ่งธรรมให้เข้าใจ ต้องไปพึ่งจากพระพุทธเจ้า พระสารีบุตรผู้มีปัญญาก็ตรัสว่า ขอท่านแสดงธรรมโดยสังเขป พระอัสสชิจึงตรัสว่า **“ธรรมะทั้งปวงทั้งปวง เกิดจากเหตุ ถ้าจะดับต้องดับที่เหตุ”** พระสารีบุตรเป็นผู้ที่บำเพ็ญบารมีมามาก ได้พึ่งธรรมเพียงเท่านั้นก็ได้บรรลुरुธรรมเป็นพระโสดาบัน

เพราะสิ่งทั้งหลายทั้งปวงเกิดจากใจ ถ้าจะแก้ก็แก้ที่ใจ ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลงได้ เพราะสิ่งนี้มีสิ่งนั้นก็ถึงมี เราถึงจำเป็นต้องพัฒนาจิตใจ

ถ้าศีลของเราดี ใจของเราก็ดี ถ้าเราเสียสละดี ใจของเรามันก็ดี ถ้าเรามีความรับผิดชอบดี ใจของเรามันก็ดี เพราะทุกอย่างมันเป็นสายออกมาจากจิตจากใจ

พระพุทธเจ้าท่านให้เรามาพัฒนาจิตใจ อย่าไปปล่อยตัวเองพุดไป โดยไม่มีเจ้าของ ไม่มีเจ้าของก็คือไม่มีสติสัมปชัญญะ ทุกคนต้องแก้ที่เหตุ ดับที่เหตุ พระพุทธเจ้าท่านเมตตาตรัสสั่งสอนไว้อย่างนี้

ใจดี ใจสบาย...

การบรรยายพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเพื่อเป็นคติธรรม ณ โอกาสปีใหม่ในวันนี้ก็เห็นสมควรแก่เวลา ขอสมมติยุติไว้แต่เพียงเท่านี้

ด้วยพระบริสุทธิคุณ ปัญญาบริสุทธิคุณ กรุณาบริสุทธิคุณ ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ขออำนาจอวยพรให้ทุกท่านทุกคน ได้พากันเดินตามพระพุทธรเจ้า และพระอรหันต์ชีนาสพ เพื่อเข้าถึงฝั่งแห่งมรรคพระนิพพานด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ

พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่หลวงพ่อกันหา สุขกาโม เมตตาให้นำมาบรรยาย

เช้าวันศุกร์ที่ ๒ มกราคม ๒๕๕๘ ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม ต.วังหมี่ อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา

# ตัวใจรีบปิดขอบ ด้วยความไม่ประมาท...

อดีตได้ผ่านไป อนาคตยังมาไม่ถึง ปัจจุบันเรากำลังตั้งอยู่ เปรียบเสมือนบุคคลคนหนึ่งกำลังขับรถ จะปลอดภัยหรืออุบัติเหตุก็อยู่ที่บุคคลคนนั้น เขาต้องตั้งอยู่ในความไม่ประมาท อุบัติเหตุที่จะเกิดขึ้นได้ก็เพราะความประมาท เราก็เหมือนกันพระพุทธเจ้าให้เราไม่ประมาท ที่เรามีปัญหาไม่สบายกาย ไม่สบายใจ ล้วนมาจากความประมาททั้งนั้น

พระพุทธเจ้าท่านได้บัญญัติศีล บัญญัติพระวินัย เพื่อให้บุคคลที่มีอินทรีย์บารมีอ่อน ที่ยังไม่เข้าใจ ยังเป็นผู้ที่ตั้งอยู่ในความประมาท ไม่ให้ลวงละเมิดในสิกขาบท ตั้งแต่พระวินัยที่ละเอียด ขนาดกลาง ขนาดหนัก

พระพุทธเจ้าไม่ได้บัญญัติศีล บัญญัติพระวินัยไว้สำหรับพระอรหันต์ไว้สำหรับสามัญชน

ความเป็นพระของเรา ความเป็นเณร ความเป็นอุบาสกอุบาสิกา หรือเป็นตำรวจ ทหาร ข้าราชการนั้น ที่จะเป็นไปเต็มรูปแบบทั้งกายทั้งใจ มันต้องเกิดจากความประพฤติ เกิดจากการปฏิบัติของเราทั้งกาย ทั้งวาจา และทางจิตใจ

เราแต่งตั้งกันได้ก็เพียงแต่งตั้งทางสมมติ แต่ความประพฤตินั้น จะไม่มีใครแต่งตั้งเราได้นอกจากตัวของเราเอง

ความรับผิดชอบเป็นคุณสมบัติที่จะนำทางเราไปสู่ความเป็นคนดี เป็นผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ ปฏิบัติตรง ปฏิบัติสมควร

คนเราจะมีคุณธรรมมันจะต้องเป็นคนที่ได้รับผิดชอบ มีความรู้ มีความเข้าใจนั้นยังไม่เพียงพอ มันต้องมีความรับผิดชอบ ถ้าใคร มีความรับผิดชอบนะ คน ๆ นั้นก็ถือว่าเป็นคนดี ใครไม่มีความรับผิดชอบ คำก็เรียกว่าคนนั้นเป็นคนไม่ดี

คนที่ได้รับผิดชอบคือบุคคลที่เอาตัวรอดในทางที่ดี คนที่ไม่รับผิดชอบ คือคนที่เอาตัวไม่รอด แม้แต่ตัวเองก็ยังปกครองตัวเองไม่ได้

ด้วยเหตุผลนี้ ไม่ว่าเราได้รับหน้าที่อะไร เราต้องรับผิดชอบ อย่างเต็มที่ อย่างเต็มร้อย เห็นความสำคัญในสิ่งที่เราได้รับมอบหมาย เราต้องการจัดการ ต้องเคลียร์ อย่าได้ประมาท

**คนเค้ามองกันว่าคนไหนรับผิดชอบ คนนี้ไม่รับผิดชอบนะ...**

ความรับผิดชอบนี้จึงเป็นการทำประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่น ให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท

วัด ๆ หนึ่งคำก็ต้องมองว่ามีพระรูปไหนรับผิดชอบดี เณรรูป ไหนบ้างรับผิดชอบดี ญาติโยมคนไหนบ้างรับผิดชอบดี เป็นที่ไว้วางใจ ของเพื่อนสหพรหมจารี ที่บ้านที่ครอบครัวคำก็มองว่าใครบ้าง ที่รับผิดชอบดีนะ พ่อแม่ ลูก ๆ หลาน ๆ นะ คำทำงานบริษัท หรือราชการ คำมองกันว่าใครบ้างรับผิดชอบ ใครบ้างไม่รับผิดชอบ

## ความรับผิดชอบนี้จัดเป็นหมวดของศีล

**ถ้าใครมีความรับผิดชอบน้อยเชื่อว่าบุคคลนั้นมีศีลน้อย**

คนที่รับผิดชอบน้อยหรือไม่มีความรับผิดชอบนั้นจึงไม่มีเหตุ  
ไม่มีปัจจัยที่จะเข้าถึงธรรมะ “**ความรับผิดชอบนั้นแหละคืออาการของ  
ศีลต่าง ศีลพร้อย ศีลขาด...**”

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราไปโทษคนโน้นคนนี้เป็นสาเหตุ..!

สาเหตุนี้ขึ้นอยู่กับความประพฤติของเราเอง เราไม่มีข้อแม้อะไรทั้งสิ้น  
เช่น ความแก่ ความเจ็บ ความตาย เรามีข้อแม้ว่า เรายังไม่รวย ลูกหลาน  
ยังไม่เป็นฝาเป็นฝัง ขอโอกาสอย่าแก่เจ็บตายเลยอย่างนี้มันเป็นไปได้

**ทุก ๆ อย่างนั้นย่อมมีเหตุมีปัจจัย...**

ทำไมพระพุทธเจ้านะเสด็จดับขันธปรินิพพานมาแล้วสองพันห้าร้อย  
กว่าปี ทำไมถึงมีญาติโยมประชาชนเคารพนับถือ มันก็ต้องมีเหตุมีปัจจัย  
ธรรมะที่ไม่มีเหตุไม่มีปัจจัยนั้นเป็นสิ่งที่เป็นไปได้

คนเรานั้นนะมันไม่เห็นโทษเห็นภัยในความประมาท คิดว่าไม่เป็นไร  
คงไม่มีปัญหา สิ่งที่มีมันจะไม่มีปัญหาเป็นไปไม่ได้ ไม่ว่าจะความคิด คำพูด  
การกระทำ

ทุกท่านทุกคนต้องรับผิดชอบในความประพฤติของตัวเอง  
เราจะไปบ่นให้ลูกให้ภรรยา ว่าเค้าไม่เคารพนับถือนั้นเป็นสิ่งที่ไม่ยุติธรรม  
เราไม่คิดว่าตัวเองนั้นเป็นสาเหตุที่ทำให้ภรรยา ทำให้ลูก หรือทำให้คนอื่น

เค้าไม่เคารพนับถือ เพราะทุกคนนั้นยินดีที่จะเคารพนับถืออยู่แล้ว  
แต่ว่าตัวเราเองนั้นประพฤติตัวเองไม่เหมาะสม เพราะเป็นคนที่ไม่รับผิดชอบ  
ตั้งอยู่ในความประมาท อยากคิดอะไรก็คิด อยากพูดอะไรก็พูด  
อยากทำอะไรก็ทำ เหมือนกับคนไม่มีสติ

คนเราน่ะถ้ามันอยากคิดอดคิดไม่ได้ ถ้ามันอยากพูดอดพูดไม่ได้  
มันอยากไปอดไปไม่ได้ อย่างนี้มันเรียกว่าความเคยชินที่เราเป็นคนประมาท  
เป็นโรคประสาทโดยไม่รู้ตัว

ร่างกายของเรานี้เดินด้วยอาหาร ใจของเรานี้เดินทางด้วยธรรมะ  
เราจะเข้าถึงธรรมะได้มีทางเดียวคือความรับผิดชอบ

พระอาทิตย์นั้นเขาเดินทางสม่ำเสมอ นาฬิกาที่ดี ๆ ราคาแพง ๆ นั้น  
เขาก็เดินสม่ำเสมอ ชีวิตของเราต้องมีปฏิบัติที่ดี ๆ ที่มันเกิดจาก  
ความรับผิดชอบ

การงานที่เราปฏิบัติอยู่นะ พระพุทธเจ้าให้เราปรับใจ ปรับวาจา  
ปรับการกระทำของเราเข้าหาเวลา เพราะเราจะได้ฝึกจิตใจของตัวเอง  
ถ้าอย่างนั้นเราก็ไม่มีการฝึก การปฏิบัติ เพราะใจของคนเรานั้นมันไม่มีตัว  
ไม่มีตน ต้องอาศัยกาย อาศัยวาจา อาศัยการกระทำเป็นเครื่องฝึก

ถ้าเรารักความสุขเกลียดความทุกข์นั้นเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง  
เพราะความสุขนั้นเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เราดีใจ ชอบใจ เพราะความทุกข์นั้น  
เป็นสิ่งที่ทำให้เรามีความทุกข์ ความไม่พอใจ ความขัดเคือง

ส่วนใหญ่ความสุขนั้นเราจะไม่ได้พิจารณาเลย เวลาความทุกข์  
เกิดขึ้นเราถึงรับเอาไปเต็มที่ เพราะสองอย่างนั้นเปรียบเสมือนลมหายใจ

หายใจเข้าหายใจออก ถ้าจะให้เข้าไม่ออกมันก็ต้องตาย เมื่อมันมีขบใจแล้ว มันก็ต้องมีไม่ขบใจ อันนี้เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้ทุกคนได้สร้างบารมี

สิ่งสองสิ่งนี้แหละที่เราจะมีความสุขความทุกข์ได้ก็เป็นเพราะเราไปยึดไปถือ เป็นเพราะเราไปปฏิเสธ พระพุทธเจ้าให้เราทำใจให้สงบ ให้ทำใจให้เกิดปัญญา ว่าสิ่งเหล่านี้มันเป็นเพียงปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ไม่มีอะไรจะจีรังยั่งยืน

อย่างเรานั่งสมาธิอย่างนี้เป็นต้น มันปวดขาเราไม่ขยับ เราไม่สนใจนาน ๆ ไปมันก็หายปวด หายปวดแล้วนาน ๆ ไปมันก็ปวด มันสลับกัน อย่างนี้แหละ

ถ้าเราเข้าไปเอาความสุขในการหลับนอน การกิน การเล่น การเที่ยว มันก็ทำให้เราเสียเวลา เราไม่ได้ปฏิบัติธรรม ไม่ได้ทำใจให้สงบ ไม่ได้ทำใจให้เกิดปัญญา

### ความไม่รับผิดชอบถึงเป็นเหตุแห่งความเสื่อม ตกต่ำ

ถ้าเราอยู่ในครอบครัวก็ทำให้ครอบครัวเรามีความทุกข์ ถ้าเราอยู่ทำงานในบริษัทก็จะทำให้บริษัทนั้นเจ๊ง ถ้าเป็นข้าราชการก็ทำให้ประเทศชาติเสียหาย ไม่เจริญ ถ้าเราบวชเป็นพระก็ทำให้วัดนั้นเสื่อม ถ้าเราอยู่ไปหลายปีก็จะทำให้วัดนั้นเสียหายมาก เพราะไม่ได้เป็นแบบเป็นพิมพ์ เป็นตัวอย่าง ของลูกของหลาน ของผู้ที่เกิดมาภายหลัง คนที่กราบที่ไหว้นั้นก็ทำใจยาก เพราะเราเป็นพระที่ไม่รับผิดชอบ

ความรับผิดชอบนี้พระพุทธเจ้าถือว่าเรื่องหยาบ ๆ เป็นเรื่องทางกาย ที่เรามองเห็นกันด้วยตาเปล่า ด้วยได้ยินเสียง ได้สัมผัส

คนที่ไม่รับผิดชอบนั้นคือคนไม่มีสมาธิ ไม่มีความตั้งมั่นในความดี  
ในความถูกต้อง

### **คนไม่มีสมาธินั้นปัญญาในภาคปฏิบัติมันจะเกิดขึ้นได้อย่างไร..?**

เราดูคนเก่งคนฉลาดที่เรียนมีมาก มีใบประกาศเป็นดอกเตอร์  
บางคนตั้งหลายใบ แต่ความรับผิดชอบนั้นก็ยังไม่สมบูรณ์แบบ แต่เค้ากว่า  
จะเป็นดอกเตอร์ได้เค้าก็ต้องรับผิดชอบพอสมควร ก็ถือว่าดี แต่จะให้ดียิ่ง  
ต้องรับผิดชอบต่อให้เต็มที่ เพื่อจะได้เข้าถึงความประเสริฐที่เราได้เกิดมาเป็น  
มนุษย์ เกิดมาเพื่อเสียสละ เกิดมาเพื่อรับผิดชอบต่อ เกิดมาเพื่อตั้งมั่นในศีล  
ในธรรมในคุณธรรมที่ดี ๆ ที่ไม่เป็นบาป

ปีเก่าได้ผ่านไป ปีใหม่ได้มาถึง พระพุทธเจ้าให้เราทิ้งอดีตไป  
ทุกคนให้เราทิ้งอดีตไป แล้วมาตั้งใจใหม่ คนที่เป็นหนักก็ได้ใช้หนัก  
คนที่ยังไม่รวยก็จะได้พัฒนาตัวเองให้รวยด้วยการเป็นคนเสียสละ  
รับผิดชอบต่อ จิตใจตั้งมั่นในความดี

เรามอง ๆ ดู ถ้าจะเอาคนส่วนใหญ่ที่เค้าไม่รับผิดชอบต่อเป็นประมาณ  
นั้นไม่ได้ ต้องเอาพระพุทธเจ้าเป็นหลัก เราอย่าไปคิดว่าสมัยโน้นกับสมัยนี้  
มันไม่เหมือนกัน สมัยไหนคนก็ย่อมมีความทุกข์ ย่อมมีความไม่สงบ  
เหมือนกัน ไฟมันก็ยังร้อนอย่างเก่า พริกมันก็ยังเผ็ดอย่างเก่า น้ำตาลก็หวาน  
อย่างเก่า

พระพุทธเจ้าให้ทุกท่านทุกคนนะ ตั้งมั่นใน พระรัตนตรัย  
คือพระพุทธเจ้า คือพระธรรม คือพระอริยสงฆ์ พระอริยสงฆ์ก็คือตัวเรา  
นี้แหละ จะประพฤติปฏิบัติเป็นพระอริยสงฆ์

ใจของคนนั้นมันไม่มีคนเฒ่าคนแก่ ไม่มีคนหนุ่มสาว ไม่มีผู้หญิงผู้ชาย คือใจที่บริสุทธิ์ เป็นผู้หญิงเป็นผู้ชายก็แตกต่างกันที่ไว้ผม มีเครื่องประดับ รักษาผิว เป็นพระเป็นโยมก็แตกต่างกันที่เครื่องนุ่งห่มกับปลงผม แต่ร่างกาย ก็คือความแก่ ความเจ็บ ความตายนั้นเหมือนกัน

ถ้าเราปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ ปฏิบัติตรง ปฏิบัติสมควร เป็นผู้ที่ รับผิดชอบ เป็นผู้ที่ไม่เสียสละ หัวใจของเราก็เป็นพระอรหันต์เจ้าได้เหมือนกัน ทุกคน ไม่มีอะไรที่จะมาคิดขวาง ขอให้เราตั้งมั่นในพระรัตนตรัย รับผิดชอบ ให้มันมากขึ้น ทุกอย่างให้มันละเอียดขึ้น เห็นคุณค่าในการเสียสละ เห็นคุณค่าในการที่เราจะต้องเป็นผู้ที่รับผิดชอบ

เราจะเอาแต่ตัวแต่ตน นี้เรา นี้พ่อแม่เรา นี้ญาติพี่น้องเรา อะไรก็เรา ๆ อย่างนี้เค้าเรียกว่าคนไม่รับผิดชอบ เพราะถ้าความคิดอย่างนี้ มันต้องเอาความสุขบนความทุกข์ของคนอื่น เราจะรักษาศีล ๕ ได้อย่างไร ศีลข้อเดียวก็อาจจะรักษาไม่ได้

อย่างไหว้พระทุกวันนี้ถึงจะเหนื่อยเท่าไรก็ต้องไหว้ ไหว้พระ สวดมนต์นั่งสมาธินี้ ถือว่าเหนื่อยไม่ได้ ถือว่ายุงยากไม่ได้ อันนี้เป็น ความรับผิดชอบของเรา

คำพูดของเราก็เหมือนกัน เวลาที่เรายังไม่พูดนี้เรายังเป็นนายคำพูด เมื่อพูดคำพูดออกไปแล้วคำพูดยอมเป็นนายเรา เราต้องรับผิดชอบ

การกระทำทุกอย่างเราต้องรับผิดชอบหมด ถ้าเราไม่รับผิดชอบนะ ห้องนอนเราก็ต้องสกปรก ห้องน้ำห้องสุขาเราก็ต้องสกปรก ที่ทำงานเราก็ต้องสกปรก รถเราขับไปทุกวันมันก็ต้องสกปรก รถยนต์ที่เราใช้ทุกวันที่เราขับไปทำงานมันก็ต้องสกปรก

เบื้องต้นของชีวิตก็คือความรับผิดชอบต่อได้แก่ “ศีล” ภาคประพฤติปฏิบัติของเราถึงจะเข้าถึงสมาธิเข้าหาปัญญาได้ นี่ความรับผิดชอบก็ไม่มีแต่จะพากันไปพระนิพพาน มันจะไปได้อย่างไร พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าไม่มีเหตุไม่มีผลที่จะต้องได้ไปนะ

**อย่างเรามีเงินเดือนอย่างนี้ เราก็ต้องรับผิดชอบในการใช้จ่าย**

พระพุทธเจ้าสอนให้เรารับผิดชอบต่อ...เก็บไว้ส่วนหนึ่ง ใช้จ่ายส่วนหนึ่ง ให้พ่อให้แม่ให้สมณะส่วนหนึ่ง เอาทำทุนส่วนหนึ่ง ท่านให้เราประพฤติปฏิบัติตามกฎอย่างนี้ นี่เราใช้เงินกันอย่างไม่รับผิดชอบ ไม่รู้ซื้ออะไรต่ออะไร อย่างนี้มันก็ยอมเป็นหนี้เป็นสินโดยที่เราไม่ได้ตั้งใจเป็นหนี้เป็นสินโดยไม่รู้ตัว

**การที่เป็นหนี้เป็นสินนี้มันมีความทุกข์ที่สุดในโลก...**

พระพุทธเจ้าท่านสอนเราไม่ให้เป็นคนขี้ตระหนี่ แต่ท่านสอนเราให้เราเป็นผู้ที่วางแผนในการเก็บเงิน เพราะเมื่อแก่มาเราก็ยอมเกษียณอายุทำงานไม่ได้ เมื่อเราทำอย่างนี้ประพฤติอย่างนี้แหละ ลูกเรามันก็ดูเราแค่ว่าเก็บเอาสิ่งที่ดี ๆ ที่คุณพ่อคุณแม่พาเรากระทำ พาประพฤติปฏิบัติเราก็จะได้เป็นคุณพ่อคุณแม่ทั้งทางกายทางใจ เป็นแบบเป็นพิมพ์อย่างสมบูรณ์ เราจะเอาแต่บ่นแต่ว่าอะไรให้ลูก แต่ความประพฤติของเราที่ผ่านมานั้นถือว่าเป็นที่เคารพสักการะ ไม่น่านับถือ “เรื่องศีล เรื่องความรับผิดชอบต่อนี่จึงเป็นสิ่งที่สำคัญ...”

**ดูตัวอย่าง...** อย่างหลวงปู่มั่น อาจารย์ชา หลวงตามหาบัวอย่างนี้เป็นต้น ท่านถือศีลถือพระวินัยอย่างเคร่งครัด ทั้งข้อเล็กข้อใหญ่ เหมือนกับผู้ที่ยึดมั่นถือมั่นมาก เพราะท่านเป็นคนที่รับผิดชอบต่อหน้าที่ที่ท่านได้รับ ท่านจึงมีความรับผิดชอบ มีความประพฤติ ซื่อสัตย์ ซื่อตรง ไม่มีคด ไม่มีงอ ไม่เป็นกาฝาก เป็นแต่ผู้ให้ ผู้เสียสละ ผู้รับผิดชอบ ผู้ที่ตั้งมั่น

ในวาระขึ้นปีใหม่นี้ก็ขออวยชัยอวยพรปีใหม่ด้วยคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าซึ่งเป็นสิ่งที่ประเสริฐ อันจะนำเราเข้าหาความสุข ความสงบร่มเย็น

ด้วยอานุภาพของพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระอริยสงฆ์ ขออำนวยการอวยพรให้ทุกท่านทุกคนมีความเจริญงอกงามไพบูลย์ ขอให้ใจของเราเข้าถึงความสุข สงบ ร่มเย็นยิ่ง ๆ ขึ้นไปจนได้เข้าถึงฝั่งแห่งพระนิพพานด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ...

พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่องค์หลวงพ่อกัณหา สุขกาโม เมตตามอบให้ญาติโยมที่ตั้งอกตั้งใจมาถือศีลปฏิบัติธรรมในช่วงสงฆ์ทำปีเก่า ต้อนรับปีใหม่

คำวันพฤหัสบดีที่ ๑ มกราคม พุทธศักราช ๒๕๕๘

ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม ต.วังหมี่ อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา

# ประเพณีปฏิบัติให้ชีวิตเกิดมงคล

วันนี้เป็นวันส่งท้ายปีเก่าเพื่อจะต้อนรับปีใหม่ หลังจากที่ยังคืนก็จะขึ้นปีใหม่ พุทธศักราช ๒๕๕๘

ญาติโยมได้พากันมานอนวัด หรือมาพักอยู่ริสอร์ทใกล้ ๆ แห่งนี้เพื่อจะสวดมนต์ข้ามคืน เพื่อเป็นมงคล

พระพุทธเจ้าท่านมีเมตตาสอนเราให้ประเพณีปฏิบัติให้ชีวิตเกิด “มงคล...”

ชีวิตของเราจะเป็นมงคลได้อยู่ที่เราประเพณีปฏิบัติ การประเพณีปฏิบัติของเราเอง ทุก ๆ อย่างนั้นจะไม่มีเหตุไม่มีปัจจัยมันเป็นไปไม่ได้

“เราเกิดมาถือว่ามาสร้างความดี มาสร้างบารมี มาสร้างคุณธรรม” พระพุทธเจ้าให้เราทุกคนตั้งใจอย่างนี้

การสร้างความดี การสร้างบารมีนั้น เราดูตามเป็นจริงแล้วมันก็ไม่ใช่ว่าของยาก แต่มันต้องรักษาปฏิบัติ เช่น เราปลูกต้นไม้ต้นหนึ่ง ที่ต้นไม้มันจะเจริญเติบโตได้ ประการแรกเราต้องปลูก ดูแลรักษา ให้น้ำให้ปุ๋ย ดูแลวัชพืชอบอย่างสม่ำเสมอทุก ๆ วัน

ความดี ความถูกต้อง เราทุก ๆ คนจะต้องประพาศจะต้องปฏิบัติ  
ไม่ว่ากรณีใด ๆ ทั้งหมดทั้งสิ้น จะไม่มีข้อยกเว้น พระพุทธเจ้าตรัสว่า  
นอกจากอาหารหนัก หรือเป็นคนบ้า วิกลจริต ถึงจะพอยกเว้นได้

ชีวิตของเราที่เกิดมา พระพุทธเจ้าท่านให้เราตั้งเป้าหมายไว้เลยว่า  
เราจะคิดแต่สิ่งที่ดี ๆ สิ่งไหนไม่ดีจะไม่คิด จะมีระบบระเบียบอย่างละเอียด  
ถี่ถ้วนในความคิด

ความคิดนี้คือบาปและบุญ ที่มันเป็นเงาตามตัวของเรา  
ถ้าเราคิดอย่างไรเราก็จะได้สิ่งเหล่านั้น เพราะความคิดนั้นเป็นปัจจัย  
ให้เราพูด เพราะความคิดนั้นเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เรากระทำ

พระพุทธเจ้าก่อนจะเสด็จดับขันธปรินิพพานท่านเป็นห่วงพวกเราว่า  
ไม่ให้ประมาท เราประมาทนิดหน่อยก็ไม่ได้

คำพูดของเราก็เหมือนกัน คำพูดอันใดที่จะทำให้เราเกิดปัญหา  
ทั้งในปัจจุบันและในอนาคตนะเราไม่พูด ถึงสิ่งเหล่านั้นมันจะดีจะต้อง  
มันก็ไม่พูด คำพูดใดที่จะทำให้ผู้อื่นไม่สบายเราก็ไม่พูด ต้องหยุดตัวเองให้ได้  
ถ้าเราหยุดตัวเองไม่ได้มันแสดงว่าสติเรามันซำ สัมปชัญญะเรามันไม่แข็งแรง

ให้ทุกท่านรู้ในใจไว้ว่า ที่เราหยุดคิดไม่ได้ หยุดพูดไม่ได้ หยุดกระทำ  
ไม่ได้มัน ถ้าเป็นรถยนต์ก็ถือว่าเบรกมันเสื่อม หรือว่าเบรกมันเสียแล้ว  
ต้องพากันดูแลเบรก เปลี่ยนเบรกใหม่ คนเราก็เหมือนกัน ถ้าเราหยุดตัวเอง  
ไม่ได้ก็แสดงว่าเรามันเริ่มจะเป็นโรคประสาทนิดหน่อยแล้วนะ

ใจดี ใจสบาย...

ส่วนใหญ่คนเรานั้นมันชอบเข้าข้างตัวเอง คิดว่าตัวเองนั้นมีสติ มีสัมปชัญญะ คิดว่าตัวเองนั้นอดทน ขยัน รับผิดชอบ แต่เรามาคิดดูดี ๆ นะ ชีวิตประจำวันของเรานั้น เรามันยังถูกไฟนรกมันเผาใจเราทำให้ใจเราไม่สงบ อยู่ตลอดเวลา

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าเราต้องตั้งมั่นในธรรม ในศีล ในการเสียสละ ให้มากกว่านี้

ผู้ประมาทนั้นย่อมได้รับความผิดพลาดเสมอ ถ้าเราประมาทอยู่นั้น แสดงว่าช่องโหว่ของเรามันมีเยอะนะ เพราะเรายังมีความเพลिन มีความหลง อยู่มาก

คนเราส่วนใหญ่ นั้นมันไม่ละเอียด มันทำตามความเคยชิน ทำตามสัญชาตญาณ พระพุทธเจ้าให้เราละเอียด ให้รอบคอบให้มากกว่านี้

การเสียสละนี้ ต้องเสียสละอย่างมากที่สุด ไม่ต้องอ้อมไ้

พระพุทธเจ้าท่านตรัสสอนว่าไม่ให้เราเห็นแก่กิน แก่นอน แก่เล่น แก่เที่ยว แก่ความสุขต่าง ๆ ชีวิตของเราถึงจะถึงความสุข

**เสียสละยังไม่พอ เราต้องรับผิดชอบ...** คนเราต้องรับผิดชอบ ถึงจะเหนื่อยก็ช่างมัน ถึงจะยากลำบากก็ช่างมัน ถึงจะเจ็บไข้ไม่สบาย ก็ช่างมัน เราต้องรับผิดชอบ

รับผิดชอบยังไม่พอ เราต้องมีสมาธิ จิตใจหนักแน่น ไม่ขึ้นกับ  
สิ่งแวดล้อม ไม่ขึ้นกับสังขารร่างกายของเรา ต้องขึ้นอยู่กับ การเสียด  
ความรับผิดชอบ ตั้งมั่นในความดีนะ

ถ้าเราปฏิบัติอย่างนี้ชีวิตของเราก็จะเข้าถึง “มงคล” เพราะธรรม  
ทั้งหลายทั้งปวงนั้นมันต้องมีเหตุมีปัจจัย

พระพุทธเจ้าสอนเราให้เราตั้งมั่นไว้ในความดี พึงการทำความดีของเรา

เราต้องเอาพระพุทธเจ้า เอาพระธรรม เอาพระอรหันต์นี้มาไว้  
ในกาย ในวาจา ในจิตใจของเรา เพราะเราคนหนึ่งนี้แหละคือผู้ที่  
สร้างความดี สร้างบารมี สร้างคุณธรรม

พระพุทธเจ้าท่านให้เราทุก ๆ คนทบทวนตัวเองว่าชีวิตที่ผ่านมา  
เรามีความประมาทในอะไรมาก ในอะไรน้อย จะได้แก้ไขเพื่อตัดกรรม  
ตัดเวร ตัดสิ่งที่ไม่ดีออกจากเราไป

**ถ้าเราไม่คิดพิจารณา เราก็จะไม่รู้ว่าเราป่วยเพราะอะไร..?  
เราไม่สงบเพราะอะไร..? ทำไมเราถึงเป็นหนี้เป็นสิน..? ทำไมทุกคนเค้า  
ไม่รักเรา เคารพนับถือเรา..? ทำไมลูกของเราถึงเป็นอย่างนั้น หลานของ  
เราถึงเป็นอย่างนั้น..? สาเหตุของมันมาจากการกระทำของตัวเอง  
แล้วก็ของคนอื่นด้วย**

ทำหน้าที่ประพฤติปฏิบัติให้กับตัวเอง สามารถเคารพกราบไหว้ตัวเองได้ เหมือนกับเรากราบไหว้พระพุทธเจ้า กราบไหว้พระอริยเจ้า สิ่งไหนที่มันขาดตกบกพร่องเราจะได้แก้ไข

ความอยากความต้องการของเราทุกคนนะ อยากให้มันเป็นอย่างโน้น อยากให้มันเป็นอย่างนี้ ความอยากนั้นมันเผาเราให้เราเป็นทุกข์ ถ้าเราไม่ทำเราไม่ปฏิบัติสิ่งเหล่านั้นมันก็เป็นไปไม่ได้...

ร่างกายของเราทุก ๆ คนนะ มันเปลี่ยนแปลงไปทุกลมหายใจ ทุกอิริยาบถ เพราะสิ่งทั้งหลายทั้งปวงนั้นไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา เป็นเหตุเป็นปัจจัยที่ทำให้เราทุกคนได้มาประพฤติปฏิบัติ

***พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราคิดว่าไม่มีเวลาปฏิบัติธรรม..!***

เวลาปฏิบัติธรรมของเรานั้นมันมีอยู่ตลอด เช่น เรารับผิดชอบ เราเสียสละ เราจิตใจตั้งมั่นในหน้าที่การงาน อย่างนี้แหละคือการปฏิบัติธรรม ทุกอย่างนั้นแหละในชีวิตประจำวันของเรานั้นแหละคือการปฏิบัติธรรม

การปฏิบัติธรรมนั้นไม่ใช่ทำวัตรสวดมนต์ตอนเช้าตอนเย็น นั่งสมาธิ ตอนเช้าตอนเย็นนะ แต่มันก็คือทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิตประจำวันนั้นนะคือ การปฏิบัติธรรม พระพุทธเจ้าท่านให้เราเข้าใจอย่างนี้ “เราจะไปแยกการปฏิบัติธรรมออกจากชีวิตของเรานั้นไม่ได้ ถ้าแยกเมื่อไหร่มันมีปัญหาทันที”

ที่เรายังไม่ได้รับความสุขความดับทุกข์นั้น ทุกท่านทุกคนต้องพากันมาปฏิบัติธรรมะ มันจะไม่ได้สายเกินไป

คนเรานี้กว่าจะรู้ตัวมันสายเกินไปแล้ว เป็นหนี้เป็นสินเขาไปหลายหมื่นแล้ว บางคนก็หลายแสนแล้ว บางคนก็หลายล้านแล้ว เพราะความคิดของเราเอง เพราะการกระทำของเราเองที่มันสร้างปัญหาให้เรา เพราะเราเป็นคนประมาท เป็นคนไม่ได้ลงรายละเอียด เพราะชีวิตของเรานี้มันทั้งเรา ทั้งครอบครัวเรา มันไม่มีแต่เราคนเดียว เราถึงต้องเสียสละให้มาก รับผิดชอบให้มาก จิตใจหนักแน่นให้มาก เอาปัญญามาใช้ ทำใจของเราให้มีความสุขในการเสียสละ รับผิดชอบ หนักแน่น

สิ่งที่มันไม่ดีที่มันอยู่ในใจของเราทุกคนนั้นนะ พระพุทธเจ้าให้เราตัดเราทิ้งนะ

คนเราเนี่ยถ้าไปยึดมันถือมัน เก็บไว้ไม่ปล่อยไม่วาง ถือว่าเป็น “คนบาป” เพราะเราไปคิดในเรื่องเก่า ๆ ไปยึดในเรื่องเก่า ๆ ไม่ว่าจะเรื่องใด ถือว่ากรรมเวรมันยังตามทันเราอยู่...

ส่งท้ายปีเก่าแล้วก็ต้องทิ้งสิ่งต่าง ๆ ไปให้หมด ไม่ว่าจะสิ่งไหนดีหรือไม่ดี เราต้องทิ้งให้หมด ถือว่าตายแล้วเกิดใหม่ ตั้งมั่นในความดีชีวิตนี้เราจะทำแต่สิ่งที่เป็นสิริมงคล สมทานความดี เอาความดีเป็นที่ตั้ง เอาความดีเป็นข้อวัตรปฏิบัติ จะรักษาศีลห้า ทำวัตรสวดมนต์ นั่งสมาธิภาวนา รับผิดชอบต่อเสียสละ หนักแน่น เอาสิ่งที่เป็นมงคลประดับไว้ในใจของเรา ในโอกาสปีใหม่ที่จะมาถึงนี้

แล้วอาตมาจะพาสมาทานเอาความดีเพื่อส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่ เพื่อเราจะได้ตั้งมั่นในพระรัตนตรัยด้วยกันทุกท่านทุกคน ให้ทุกคนว่าตามเสียงดัง ๆ พร้อมกัน

**ข้าพเจ้าทั้งหลาย...** ขอถึงพระพุทธเจ้า ขอถึงพระธรรม ขอถึงพระอริยสงฆ์ ว่าข้าพเจ้าจะตั้งมั่นในความดี เอาความดีเป็นที่ตั้ง เป็นข้อวัตรปฏิบัติ จะเป็นคนที่เสียสละ จะเป็นคนที่รับผิดชอบ เป็นคนที่หนักแน่น จะพยายามตัดกรรมเก่า เช่นข้าพเจ้าเป็นคนไม่ดีในเรื่องใดก็จะพยายามตัดในเรื่องนั้น จะพยายามรักษาศีลห้า ไหว้พระสวดมนต์ นั่งสมาธิทุก ๆ วัน เป็นปฏิบัติ จะพยายามขยัน จะไม่เกี่ยวข้องกับอบายมุขต่าง ๆ เช่น เหล้า เบียร์ แอลกอฮอล์ทุกชนิด เป็นคนไม่เจ้าชู้ ไม่เล่นการพนัน เล่นหวยเถื่อน จะพยายามฝึกพูด ไม่นินทาก้าวร้าวบุคคลอื่น จะฝึกงานให้มีมีความสุขทุก ๆ วัน จะพยายามวางแผนในการใช้เงินใช้สตางค์ เพื่อจะได้เป็นคนมีความอดทน จะได้ไม่เป็นหนี้เป็นสิน จะเป็นคุณพ่อคุณแม่ที่ดี จะเป็นลูกที่ดี เป็นมนุษยย์ผู้ประเสริฐ จะเป็นแบบอย่างให้กับกุลบุตรลูกหลาน เป็นตัวอย่างที่ดีให้กับสังคมและประเทศชาติ นับตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป...

เนื่องในโอกาสส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่นี้ ขออำนาจอวยพรเอาคุณของพระพุทธเจ้า คุณของพระธรรม คุณของพระอริยสงฆ์ อำนาจพรให้ทุกท่านทุกคนมีสุขภาพแข็งแรง มีจิตใจสงบ จิตใจสบาย ไม่มีอุปสรรค ไม่มีอันตราย ให้เข้าถึงความสุขคือพระนิพพานกันทุกท่านทุกคนด้วยเทอญ

พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่องค์หลวงพ่อกัณฑ์ สุขกาโม  
เมตตามอบให้ญาติโยมที่ตั้งใจตั้งใจมาถือศีลปฏิบัติธรรมในช่วงส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่  
เข้าวันพุธที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๕๗ ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม ต.วังหมี่ อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา

# พัฒนาชีวิตจิตใจ

## ส่งท้ายปีเก่า ต้อนรับปีใหม่...

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าเราทุกคนเกิดมาเพื่อสร้างบารมี สร้างคุณธรรม เราไม่ได้เกิดมาเพื่อเงิน เพื่อสตางค์ เพื่อลาภ ยศ สรรเสริญ ไม่ได้เกิดมาเพื่อจะเอาความสุขในการกิน การนอน การเล่นการเที่ยว เราเกิดมาเพื่อสร้างบารมี สร้างคุณธรรม เพื่อมรรคผลพระนิพพาน...

ท่านถึงให้เราเสียสละ ให้เรารับผิดชอบ ให้หนักแน่นในการเสียสละ ให้หนักแน่นในความรับผิดชอบ ให้หนักแน่นในสิ่งต่าง ๆ ที่มากระทบกับเรา ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ

สิ่งที่มันมากระทบนั้น มันจะเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เราได้พัฒนาใจของเรา ได้พัฒนาคำพูดของเรา ได้พัฒนาการกระทำของเรา เพราะสิ่งทั้งหลายทั้งปวงนั้น ล้วนมาจากตัวของเราเองทั้งนั้น ถ้าเราไม่เข้าใจโลก ไม่เข้าใจธรรม เราก็ไปตีไปชมสิ่งที่มากระทบ ถ้าเราเข้าใจ เราก็ขอบคุณ สิ่งต่าง ๆ ที่มาผัสสะเราทั้งทางกายและทางใจ เพื่อให้เราได้สร้างความดี สร้างบารมี สร้างคุณธรรม

**ที่ผ่าน ๆ มานั้นความคิดความเข้าใจของเรานั้นยังหลง ยังพลาด อยู่เป็นส่วนใหญ่...** เราพากันมาเอาความสุขในร่างกาย มาเอาความสุขในเรื่องโภคทรัพย์ เงินทอง ลาภ ยศ สรรเสริญ

พระพุทธเจ้าสอนเราให้เราคิดเป็น ให้พากันเอาความสุขกับการรู้จักทำจิตใจให้สงบ เอาความสุขกับการเสียสละ เอาความสุขกับการปล่อยวางทางจิตใจ

อารมณ์คือใจของเรา **นี้** ถ้าเราตามไปเท่าไรมันก็จะยอมวิ่งไปเรื่อยมันไม่หยุด

เราต้องรู้จักใจของตัวเอง รู้จักอารมณ์ตัวเองว่าเมื่อเรายังไม่ตายมันก็คิดไปเรื่อยนะ มันสัมผัส มันกระทบ มันก็ปรุงแต่งของมันไปเรื่อย

พระพุทธเจ้าสอนให้เรา มีสมาธิ กระทบแล้วก็แล้วไปให้มันจบในที่นั้น

เรามองไปทางขวาตากระทบรูปเห็นแล้วก็แล้วไป เรามองมาทางซ้ายตาของเรากระทบรูปเห็นแล้วก็แล้วไป ถ้าเห็นแล้วเรายังยึดยังถือแสดงว่าใจของเรานั้นมีปัญหา

**พยายามมีสมาธิให้เข้มแข็ง แข็งแรง**

อดีตที่ผ่านไปก็เปรียบเสมือนน้ำลายที่เราบ้วนลงไปสู่พื้นดินเราจะเอากลับมาอมอีกนั้นมันไม่ได้

## ในปัจจุบันเราต้องพัฒนาความคิด ระบบความคิด...

ความคิดของเราต้องเป็นระบบ ระเบียบ แล้วตั้งมั่นในความดี ความถูกต้อง “เราเลือกแต่สิ่งที่ดี ๆ” ความคิดของเราต้องมีระบบ มีระเบียบ มีความตั้งมั่นอย่างนี้ เป็นความคิดที่ถูกต้อง เป็นสัมมาทิฐิ ทุก ๆ ท่านทุกคนพระพุทธเจ้าให้เราปฏิบัติอย่างนี้...

พัฒนาความคิดแล้วพระพุทธเจ้าก็ให้มาพัฒนาเรื่องคำพูด... คำพูดของเรานี้ ก่อนที่เราพูด เราเป็นนายของคำพูด เมื่อเราพูดออกไปแล้ว เราเป็นบ่าว

ทุกท่านทุกคนต้องพัฒนาคำพูด เพราะคำพูดนี้สำคัญ เราต้องควบคุมตัวเองให้ได้ สิ่งไหนไม่ดี ไม่ถูกต้อง ไม่ไพเราะ ไม่สุภาพ อย่าให้คำพูดนั้นหลุดออกจากปากของเรา

ถ้าเราอดพูดไม่ได้ นั่นนะในสิ่งที่ไม่น่าพูด แสดงถึงเราเป็นคนโรคประสาท ควบคุมตัวเองไม่ได้ จะเห็นเขาทำดี ทำไม่ดี เราทุกคนต้องควบคุมตัวเองให้ได้ในคำพูด แม้แต่เราพูดในสิ่งที่ดี ในสิ่งที่ถูกต้อง แต่พูดมากไปมันก็ยังไม่ดี เพราะคำพูดของเรานี้เอาไว้ติดต่อกับเพื่อนร่วมงานกับครอบครัว กับเพื่อนร่วมงาน ร่วมหมู่บ้าน สังคม ประเทศชาติ

ทุกคนนั้นนะส่วนใหญ่มันเป็นโรคที่ควบคุมคำพูดตัวเองไม่ได้ มันถึงไม่เป็นที่รักที่เคารพนับถือของผู้ที่เกี่ยวข้อง คำพูดนี้ต้องให้เป็นคำพูดที่พูดไปแล้วเกิดความสามัคคี เกิดสติ เกิดปัญญา

คนเรานะมันอดพูดกันไม่ค่อยได้ เห็นหน้ากันเป็นอันต้องพูด พระพุทธเจ้าถึงให้เรามีสติก่อนที่จะพูดนะ ทุกท่านทุกคนต้องฝึก ต้องพัฒนาในคำพูด พัฒนาความขยัน “ความขยันนี้ทุกคนต้องพัฒนา...”

ปกติทุกคนนั้นสัญชาตญาณย่อมเป็นคนขี้เกียจขี้คร้าน ไม่ขยัน อันนี้มันเป็นความรู้สึก รักสุขเกลียดทุกข์ ระแวงภัย

เราจะฝึกเป็นคนขยันหรือเป็นผู้ที่มีความเพียรนี้มันอันเดียวกัน ขยันกับความเพียรนะ “เราต้องเสียสละ มันถึงจะเป็นคนขยันได้...”

เราเอาความดีความถูกต้องเป็นที่ตั้ง อย่างเด็กอย่างนี้นะ ร่างกายมันกำลังกิน กำลังนอน ถ้าคุณพ่อคุณแม่ไม่เป็นตัวอย่างที่ดี ไม่บังคับ เด็กนั้นก็ยอมเสียคน ถ้าคุณพ่อคุณแม่เป็นคนขยัน รับผิดชอบ เสียสละ แล้วก็มีความตั้งใจเข้มแข็ง ไม่สงสารเด็กมากเกินไป ฝึกให้เค้าเป็นคนขยัน คนรับผิดชอบ มีระเบียบ มีวินัย มีความอดทนนะ เด็กนั้นก็ยอมเป็นผู้ใหญ่ที่ดีในอนาคต

## ที่ลูกเราไม่ดี ลูกเราเสียคน เอาตัวไม่รอดนั้น ส่วนใหญ่เราก็ไปโทษที่เด็กนะ

ที่แท้จริงเด็กนั้นไม่ได้มีความผิด ความผิดอยู่ที่คุณพ่อคุณแม่ เพราะคุณพ่อคุณแม่ไม่สอนไม่บังคับ คำเรียกว่า “พ่อแม่ทำลายลูก” โดยไม่เข้าใจว่าตัวเองทำลายลูก

คนเราทุก ๆ คนนะที่เกิดมา ถ้าได้คุณพ่อดีคุณแม่ดี ทุกอย่างมันถึงดี พ่อแม่ถึงเป็นแบบเป็นพิมพ์ของลูกทั้งทางกาย ทั้งทางวาจา ทั้งหน้าที่ การงาน และคุณธรรม

ทุกท่านทุกคนนะต้องฝึกขยัน ฝึกรับผิดชอบ ฝึกมีความสุข ในการเสียสละ ฝึกมีความสุขในการรับผิดชอบ ฝึกมีความสุขในความตั้งมั่น ในสิ่งที่ดี ๆ ฝึกทำจิตใจให้สงบให้ได้ นี่เป็นหน้าที่ของเราทุก ๆ คนที่เกิดมา เราจะได้พึ่งพาตัวเองได้ เราจะได้ช่วยเหลือผู้ด้อยโอกาส เช่น คนเฒ่าคนแก่ คนพิการ สมณะ ซี พราหมณ์

ความสุข ความสำเร็จที่จะสำเร็จได้ก็เพราะความเพียร ความขยัน ที่มันเป็นระบบระเบียบอย่างละเอียด ถ้าไม่อย่างนั้นมันจะลุ่ม ๆ ดอน ๆ เปรียบเสมือนร่างกายของเรานี้แหละ มันมีหัวใจที่ทำให้เลือดไหลเวียน มันมีสมองที่ควบคุมระบบร่างกาย ถ้ามันขัดข้องชีวิตนี้ก็เป็นอัมพฤษ อัมพาต หรือถึงแก่ความตาย

ใจดี ใจสบาย...

การบริหารจัดการของเราต้องลงรายละเอียดทั้งความคิด ทั้งคำพูด ทั้งความเพียร ต้องอด ต้องทนนะ มันถึงจะเกิดบารมี เกิดคุณธรรม ถ้าเรามาเอาความสุขในเรื่องเงิน เรื่องร่างกายนั้น ถือว่ายังไม่ถูกต้อง

พระพุทธเจ้าให้เราเอาความสุขความดับทุกข์ในการที่มาสร้างคุณธรรม สร้างบารมี เพื่อมรรคผลพระนิพพาน

คนเราน่ะเหตุที่จะหลงมันมีมาก... ทุกอย่างนั้นเป็นที่พรางตา ถ้าเราจับภาพจับนิมิตแล้ว คนหนุ่มสาวก็สวยงาม แล้วจับภาพไปดูคนแก่ อากงอาม่า ดูคนป่วยนั้นอารมณ์ก็เปลี่ยนไป มันเป็นภาพลวงตาของเรานะ

พระพุทธเจ้าท่านให้เรามีจิตใจที่มีสติมีสัมปชัญญะ จิตใจที่แข็งแรง อย่าให้จิตใจของเราขึ้นอยู่กับสภาพสิ่งแวดล้อมทั้งภายในตัวเรา และสิ่งแวดล้อมภายนอกนะ มิฉะนั้นใจของเราจะขึ้นอยู่กับ “โลกธรรม” ไม่เป็นตัวของตัวเอง ไม่มีสติ ไม่มีสัมปชัญญะ

ให้ทำใจเหมือนภาชนะที่เป็นสแตนเลสนะ เราจะเอาอะไรมาข้อม ก็ข้อมไม่ติด เพราะสิ่งเหล่านั้นเป็นสิ่งที่ติดไม่ได้ ชีวิตของเราเกิดมา เพื่อสร้างความดี เพื่อสร้างบารมี เพื่อสร้างปัญญา พระพุทธเจ้าท่านให้เราพากันเข้าใจอย่างนี้...

ให้ทุกท่านทุกคนถือว่าในชีวิตประจำวันของเรานี้เป็นสิ่งที่สำคัญ ที่เราจะได้ประพฤติปฏิบัติธรรม และเป็นเรื่องของเราโดยเฉพาะ ไม่มีใครมาประพฤติมาปฏิบัติให้เราได้

คุณพ่อคุณแม่ท่านก็หายใจของท่านเอง พระอริยเจ้าก็หายใจของท่านเอง บารมีนั้นถึงเป็นของเราเองทุก ๆ คนนะ

พระเจ้าพระสงฆ์ก็อาศัยบารมีของพระพุทธเจ้าที่ท่านเป็นผู้ประเสริฐ เป็นผู้บริสุทธิ์ หมดจดจากกิเลสทั้งหลายทั้งปวง ตรัสรู้ชอบได้ โดยพระองค์เอง เป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ถึงจะหลายพันปีแล้วทุก ๆ คนก็ให้ความเคารพ กราบไหว้ บูชา ผู้ที่สืบทอดต่อยอด พระศาสนาคือพระสงฆ์ มหาชนก็ทำบุญ ตักบาตร ถวายปัจจัยไถยทาน นั่นคือบารมีของพระพุทธเจ้า ไม่ใช่บารมีของเราที่เป็นสมมติสงฆ์ ให้ทุกท่านทุกคนเข้าใจจะได้ไม่หลงตัวเอง

ที่เราเป็นกุลบุตรลูกหลาน ที่มีกินมีใช้ และมีการเรียนการศึกษา ถึงกับเป็นด็อกเตอร์ อันนี้ต้นทุนมันก็มาจากคุณพ่อคุณแม่ คือบารมีของคุณพ่อคุณแม่ เราอย่าไปตายใจ อย่าไปดีใจว่าเราเป็นคนมีบารมี เราต้องพากันสร้างบารมี เพราะกรรมทั้งหลายทั้งปวงนั้นเกิดจากเหตุ เกิดจากการกระทำของเราเอง เราดูตัวอย่างคุณประวัติศาสตร์แล้วก็จับเอาสิ่งดี ๆ ทำสิ่งดี ๆ

การปฏิบัติธรรมนี้นะให้ทุกท่านทุกคนเข้าใจ ทุกอย่างนั้นในชีวิตของเราคือการปฏิบัติธรรม ตั้งแต่ตื่นขึ้นจนถึงนอนหลับนั่นคือการปฏิบัติธรรม คือการเสียสละ คือการรับผิดชอบ และตั้งมั่นทำใจให้สงบ มีความสุขในการทำงาน

ถ้าเราคิดว่าการปฏิบัติธรรมคือการมาอยู่วัด มานั่งสมาธิ ไหว้พระ สวดมนต์ตอนเย็นก็เพียงพอ นั่นมันเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง

เหมือนร่างกายของเราเนี่ย เราจะทานผักผลไม้ จะทานขนม ทานโปรตีนต่าง ๆ ทานวิตามินต่าง ๆ มันก็เอามาซ่อมแซมมาเลี้ยงร่างกายของเราทั้งหมด เพื่อที่จะให้ร่างกายของเรามันแข็งแรง มันอยู่ได้ การปฏิบัติธรรมของเราก็ก็นั่นแหละ ทุกสิ่งทุกอย่างนั่น คือการปฏิบัติธรรม

อย่างเค้าตั้งให้เราเป็นคุณพ่อคุณแม่อย่างนี้นะ ถ้าเราไม่เป็นคนดี เป็นคนรับผิดชอบ เสียสละ หนักแน่นนี้ มีความสุขในการทำงาน เราก็ก็นั่นแหละ คุณพ่อคุณแม่เพียงแต่ตั้งตั้งนะ แต่การประพฤติปฏิบัติของเรานั้นมันไม่ใช่ มันแต่ตั้งตั้งแต่ภายนอก การกระทำของเรานั้น ยังไม่ใช่

ที่สังคมเราเป็นอย่างนี้ บ้านเมืองเราเป็นอย่างนี้ โลกเป็นอย่างนี้ เพราะเค้าแต่ตั้งตั้งแล้วไม่ทำหน้าที่ของตัวเอง ครอบครัวของเรา ถึงไม่มีความสุข ไม่มีความอบอุ่น สังคมถึงไม่มีความสุข ไม่มีความอบอุ่น เพราะทุกท่านทุกคนนั้นไม่ทำตามหน้าที่ ไม่ปฏิบัติหน้าที่ของตัวเอง ที่ได้รับมอบหมาย

อย่างนักเรียนนักศึกษาเนี่ยแหละ ไม่ตั้งใจศึกษาเนี่ยจะจัดว่าเป็นนักเรียน นักศึกษาได้อย่างไร สังคมประเทศชาติในอนาคตมันก็ต้องมีปัญหาแน่นอน เรื่องลึกลับลึกลับโหมยใหญ่ โกงกิน คอร์รัปชั่น อาชญากรรม เพราะทุกท่านทุกคนนั้นไม่ได้ทำหน้าที่ของตัวเองอย่างสมบูรณ์ เวลาสอบแข่งขัน

## หลวงพ่อกัณหา สุขกาโม

ที่จะเป็นโน่นเป็นนี่ สอบแข่งขันกันหลายร้อยหลายพันหลายหมื่น เวลาเข้าไปทำงานละไม่ทำหน้าที่ของเราให้สมบูรณ์แบบ แล้วเราจะพากันไปโทษคนอื่น โทษสิ่งภายนอกนั้นมันคงไม่ยุติธรรม

การสร้างความดี สร้างบารมีถึงเป็นความดี เป็นพรอันประเสริฐ ถึงไม่เลือกชั้นวรรณะ ไม่เลือกชาติเลือกตระกูล เป็นพรที่เราทำขึ้นมาเอง สร้างขึ้นมาเอง

ณ โอกาสส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่นี้ พระพุทธเจ้าของเรา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวของเรา ท่านให้เราทุก ๆ คนสมาทานเอาความดี ตั้งใจให้ดี ๆ อย่าได้ตั้งอยู่ในความประมาท พรทั้งหลายทั้งปวงนั้นก็จะเป็นสิ่งที่ประเสริฐของเราทุก ๆ คน โดยที่ผู้ปฏิบัติธรรมย่อมนำไปสู่สุคติ

ขออนุโมทนากับทุกท่านทั้งที่เป็นบรรพชิตและผู้ที่อยู่บ้านที่เป็นผู้ที่ตั้งอกตั้งใจประพฤติปฏิบัติธรรม

ขออำนวยการช่วยด้วยความบริสุทธิ์คุณขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ด้วยพระเมตตาธิคุณ พระปัญญาบริสุทธิ์คุณ ขออำนวยการพรให้ทุกท่านทุกคนจงมีความสุขทั้งกายทั้งใจ เข้าถึงมรรคผลพระนิพพานด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ...

พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่องค์หลวงพ่อกัณหา สุขกาโม เมตตา มอบให้กับคณะบุคลากรจากคณะวิทยาศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และญาติโยมที่ตั้งอกตั้งใจมาถือศีลปฏิบัติธรรมในช่วงส่งท้ายปีเก่า ต้อนรับปีใหม่ เช้าวันอาทิตย์ ๒๘ ธันวาคม ๒๕๕๗ ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม ต.วังหมี่ อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา

# นักเรียนคือเป็นนักศึกษา และนักปฏิบัติไปพร้อม ๆ กัน

คนหนึ่ง ๆ เกิดมาอาศัยคุณพ่อคุณแม่เลี้ยงดู ให้อาหาร ให้ที่พักผ่อน ให้ความคุ้มครอง คุณพ่อคุณแม่จึงเชื่อว่าเป็นผู้ที่เชื่อว่ามีพระคุณ เป็นครูผู้เลี้ยงดูและสั่งสอนเท่าที่มึความรู้ความสามารถ เท่าที่มีทรัพยากร ที่จะอำนวยความสะดวก

คุณพ่อคุณแม่คือคุณครูคนแรกของเราทุก ๆ คนที่เกิดมา ไม่มีใครยกเว้น การดำรงชีวิตของเราในอนาคตมันต้องอาศัยความรู้ ความสามารถในการกระทำของเราเอง

เราเป็นเด็ก ๆ นะ เราอาศัยบารมีของคุณพ่อคุณแม่ที่ให้อาศัย ให้ที่พักผ่อน ให้การสนับสนุนในการเรียนการศึกษา เราเป็นนักเรียน คือเป็นนักศึกษาและนักปฏิบัติไปพร้อม ๆ กัน

เดี๋ยวนี้นะนักเรียนนักศึกษายังไม่มีความรู้ ยังไม่มีความสามารถ ยังไม่เข้าใจชีวิตที่แท้จริง ยังไม่รู้จักโลกตามเป็นจริง เปรียบเสมือนบุคคล คนหนึ่งเกิดมามีตาแต่ว่ามองไม่เห็น จึงมีความจำเป็นที่จะต้องรักษาตา เพื่อให้มองเห็น เปรียบเสมือนคนหูหนวก คนพิการการณะจำเป็นต้องรักษา

เพื่อให้มันหาย เรามีตาก็เหมือนกับไม่มี เพราะเรายังไม่รู้จักแยกแยะว่า อันไหนผิดอันไหนถูก อันไหนดีอันไหนชั่ว อันไหนควรทำ อันไหนไม่ควรทำ

เราอาศัยประวัติศาสตร์ผู้ที่เกิดมาก่อนที่ท่านเรียนรู้อันเป็นทอด ๆ เขียนเป็นตำรับตำรา บวกลบคูณหาร พร้อมทั้งความรู้ต่าง ๆ เพื่อที่จะให้เรา เกิดปัญญา เกิดแสงสว่าง เกิดความเข้าใจ

เราทำตามผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่พาเดิน นั่ง นอน พุด กิน ทำงาน แต่เรายังไม่ประจักษ์ด้วยใจจริง ที่แท้จริงนะ

นักเรียนทุกคนมีความจำเป็นที่จะต้องเป็นคนที่จะรู้จักคิด รู้จักพิจารณา ด้วยเหตุด้วยผล เพราะสิ่งทั้งหลายทั้งปวงนั้นล้วนมาจากเหตุมาจากปัจจัย เราจะเป็นคนจนก็มาจากปัจจัยที่ทำให้ต้องจน เราจะเป็นคนรวยมันก็ต้องมาจากเหตุปัจจัยที่จะต้องสร้างเหตุปัจจัยให้มันรวย

กรรมคือการกระทำได้แก่ความประพฤติของตนเอง มันเป็นเรื่องที่ จำแนกชีวิต จิตใจ ฐานะ หน้าที่ และการงาน

อย่างเราเป็นคนที่มีต้นทุนน้อย มีทุนน้อย อยู่ที่บ้านของเราอย่างนี้เป็นต้นนะ ครอบครัวเราไม่เข้มแข็ง ฐานะไม่รวย มีหนี้มีสิน คุณพ่อคุณแม่ ต้มเหล้าต้มเบียร์ เล่นการพนัน บ้านเราก็สกปรก รกรุงรัง ไม่สะอาด ห้องน้ำก็ไม่สะอาด เพราะว่ามันเป็นต้นทุนของคุณพ่อคุณแม่เราถ่ายทอดมาจากคุณปู่คุณย่า คุณตาคุณยาย

นักเรียนทุกคนนะ ต้องพากันมาแก้ไข มาแก้สถานการณ์ เพื่อตัวเองจะได้เป็นคนเข้มแข็ง ครอบครัวจะได้เข้มแข็ง หมู่บ้านจะได้เข้มแข็ง เพราะเราต้องเข้มแข็งด้วยตนเอง ด้วยความรู้ความเข้าใจ แล้วก็การกระทำของเรา การปฏิบัติของเรา

เราต้องเรียนหนังสือให้มันเข้าใจ อย่าพากันเรียนพอที่ให้มันจบ หรือให้มันผ่าน ๆ ไปตามระเบียบ

เรียนเข้าใจแล้วก็ยังไม่พอ เราต้องปฏิบัติ เช่น โรงเรียนเรา ต้องสะอาด ห้องเรียน ห้องน้ำ ห้องสุขา ตลอดจนสนามของโรงเรียน ภูมิทัศน์นี่ต้องเป็นระเบียบเรียบร้อย ต้องสะอาด เราจะได้ฝึกตัวเองให้เป็นคนสะอาด เป็นคนที่มีระเบียบเรียบร้อย เวลาเรากลับไปบ้านเราจะได้ทำบ้านของเรา ให้สะอาด ทำห้องน้ำห้องสุขาโรงครัว ลานบ้านจะได้สะอาด เมื่อเราเป็นหัวหน้าครอบครัวเราจะได้เข้าใจ และพาลูกพาหลานประพฤติปฏิบัติ

การพัฒนาประเทศเขาถึงพัฒนาการศึกษา พัฒนาเรื่องความเข้าใจ และพัฒนาในการประพฤติปฏิบัติ ตัวเราถึงจะเข้มแข็ง ครอบครัวถึงจะเข้มแข็ง เราทุกคนจะได้ไม่ต้องอาศัยมรดกจากคุณพ่อคุณแม่ ถ้าเราอาศัยมรดกจากพ่อจากแม่นั้นแสดงว่าตัวเราเป็นคนไม่เข้มแข็ง

ความเป็นอยู่ของประเทศของเราณะ เด็ก ๆ หรือกุลบุตรลูกหลาน  
ที่เกิดมาอาศัยพ่อ อาศัยแม่ พ่อแม่ก็อาศัยรัฐบาล ตัวเราถึงอ่อนแอ  
ครอบครัวเราถึงอ่อนแอ ประเทศชาติเราถึงอ่อนแอ

ทุกท่านทุกคนต้องพึ่งตัวเอง พึ่งความสามารถของตัวเอง ไม่ต้องคอย  
พึ่งพ่อแม่ เราต้องคิดว่าเราเกิดมาเพื่อช่วยเหลือพ่อแม่ มาช่วยเหลือสังคม

พระพุทธเจ้า พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวท่านถึงให้เราทุกคน  
เป็นผู้เสียสละ อย่าเป็นคนขี้เกียจขี้คร้านต้องเป็นคนที่ไม่เสียสละ  
ต้องรับผิดชอบให้เต็มที่ อย่าได้พากันติดในความสุขสะดวกสบายในการกิน  
การเล่น การเที่ยว ต้องหนักแน่นในชีวิต ในการกระทำของตัวเอง

เรื่องเล่น เรื่องเที่ยวณะใครมันก็ชอบ เรื่องโทรศัพท์มือถือ  
อินเทอร์เน็ต เฟซบุ๊ก ใครมันก็ชอบ แต่มันต้องหยุดตัวเอง ต้องเข้มแข็ง  
หักห้ามใจตัวเอง ถ้าเราหักห้ามใจตัวเองไม่ได้ใครจะมาหักห้ามใจตัวเองได้

นักเรียนต้องตั้งใจให้ดี เหนื่อยก็ช่างมัน ลำบากก็ช่างมัน  
ตัวดำก็ช่างมัน ผอมก็ช่างมันทุกท่านทุกคนต้องตั้งมั่นในความเสียสละ  
รับผิดชอบ หนักแน่น

คนเราณะเวลาเห็นหน้าเห็นตาเค้าก็มองดูว่าใครสวยใครหล่อ  
เราเลยพากันแต่งตั้งแต่รูปร่างนอก เป็นคนที่หลงกลวงคนอื่น  
แต่มันหลงกลวงตัวเองไม่ได้ แต่เค้าต้องมองลงไปอีกนะ ว่าเราเป็น  
คนที่เสียสละหรือยัง รับผิดชอบต่อหรือยัง จิตใจหนักแน่นหรือยัง..?

ค่าของเราทุกคนนั้นอยู่ที่เราเป็นคนเสียสละ รับผิดชอบ หนักแน่น ไม่ตามใจตัวเอง ไม่ตามกิเลสตัวเอง ต้องตามความดี ความถูกต้อง

ถ้าเราตามใจตัวเอง ตามอารมณ์ตัวเองนั้นอนาคตเราต้องเป็นคนยากจนแน่นอน เราต้องเป็นคนโรคประสาทแน่นอน เป็นคนที่มีปัญหาแน่นอน การไม่ตามใจตัวเองนะเค้าเรียกว่าเป็นคนดี คนที่รับผิดชอบต่อเค้าเรียกว่าเป็นคนดี คนที่รับผิดชอบต่อเค้าเรียกว่าคนมีศีล คนที่ตั้งมั่นในความดีนะถึงจะเหนื่อยยากลำบากเท่าไรก็ต้องอดทน ถึงจะไม่อยากทำก็ต้องทำ ไม่อยากหยุดก็ต้องหยุด อย่างนี้เค้าเรียกว่าคนมีสมาธินะ

ถ้าเรามีสมาธิถึงจะมีปัญญาที่จะเอาชนะใจตนเอง เอาชนะอารมณ์ได้ ถ้าไม่อย่างนั้นชีวิตของเราก็จะขึ้นอยู่กับกิเลสมันบงการ ไม่มีศักยภาพ ไม่มีคุณภาพ ไม่สมกับที่เราเป็นผู้ประเสริฐที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์

ความอด ความทน ความขยันนี้เป็นพื้นฐานของการที่จะเป็นคนดี เป็นคนรวย เป็นคนที่มีคุณธรรม

พระพุทธเจ้าของเรา ในหลวงของเรานะท่านให้นักเรียนทุกคน ตั้งใจเรียน ตั้งใจศึกษา ตั้งใจประพฤติปฏิบัติให้ดี ๆ คิดให้มันเป็นว่าคน ๆ หนึ่งนะวันหนึ่งใช้เงินวันละเท่าไร ถ้ามีภรรยา มีลูกนะใช้เงินวันละเท่าไร ถ้าเราต้องซื้อรถ ซื้อบ้าน ผ่อนรถ ผ่อนบ้านนะ นักเรียนทุกคนต้องวางแผนชีวิตของตัวเองไว้ตั้งแต่น้อย ๆ นะ ไม่อย่างนั้นอนาคตเราจะมีหนี้มีสิน “ความทุกข์ที่สุดของคนเราคือเป็นหนี้เป็นสิน...”

คนเราถ้ามีครอบครัว มีลูกสองคน มีบ้านมีรถนะ อย่างรายได้ ถ้าสามีทำงานคนเดียวอย่างน้อยเงินเดือนมันต้องหกหมื่นมันถึงจะอยู่ได้ มันถึงไม่เป็นหนี้เป็นสิน ถ้าสามีก็ทำงาน ภรรยาทำงาน อย่างนี้ อย่างน้อย ก็มีเงินเดือนคนละสามหมื่นขึ้นไปถึงจะไม่มีหนี้มีสิน

เรื่องการใช้จ่ายนี้ นะทุกคนที่เป็นนักเรียนต้องฝึกคิดไว้ตั้งแต่เนิ่นๆ นะ ถ้าไม่อย่างนั้น นะกว่าจะรู้ตัวเองว่าเป็นหนี้ก็แยแล้ว ถ้าเรามีหนี้มีสินนี้ มันจะนอนหลับสนิทได้อย่างไร เพราะรายรับของเรามันน้อยกว่ารายจ่าย เค้เรียกว่าเป็นคนที่ยากจนทั้งเป็น

การทำมาหากินอย่างนี้แหละ ถ้าเราจะทำงานเอาความสุข จากความทุกข์ของคนอื่นมันก็ไม่ดีไม่ถูกต้อง เพราะเราต้องมีความดี มีความสามารถที่จะต้องช่วยเหลือตัวเองและผู้อื่น เพราะเราเกิดมาในโลกนี้ เราก็ครอบครัวหนึ่ง คนอื่นก็ครอบครัวหนึ่ง แต่ทุกคนนั้นก็เป็ญญาติเกิดแก่ เจ็บตายเวียนว่ายตายเกิดด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น

**พระพุทธเจ้าท่านให้เราแชร์ความสุขให้ซึ่งกันและกัน**

**พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวท่านให้เราแชร์ความสุขให้ซึ่งกันและกัน**

ความสุข ความดับทุกข์มันจะเกิดขึ้นได้เราก็ต้องเป็นผู้ที่เสียสละ รับผิดชอบ จิตใจหนักแน่น ให้นักเรียนทุกคนพากันเข้าใจดี ๆ

ถ้าเราเป็นคนดีนี้คนอื่นเค้าก็ได้รับความสุขจากเรา ส่วนใหญ่นะ  
เรามันเป็นคนเห็นแก่ตัว เอาความสุขจากพ่อจากแม่จากเพื่อนจากภรรยา  
สามีจากลูก ๆ คนที่จะเอาความสุขจากคนอื่นเค้าเรียกว่าหัวใจตกนรก  
ทั้งเป็นนะ

นี่เราทุกคนก็ถือว่าเป็นนักเรียนนักศึกษา มันยังไม่สาย มันกำลัง  
อยู่ในภาคปฏิบัติ ให้พากันตั้งใจ

ใครรู้ว่าตัวเองมีความบกพร่องอยู่ส่วนไหนก็ให้นักเรียนทุกคน  
ทบทวนตัวเอง แก้ไขตัวเอง มันสมควรแล้วที่จะสร้างเหตุสร้างปัจจัย  
ให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท

คนเรานะไปอยากได้มันก็ได้ถ้าไม่ทำ ทุกอย่างมันเกิดจากเหตุ  
เกิดจากปัจจัยทั้งนั้น ไม่มีใครจะแต่งตั้งให้เราเป็นคนดีได้ถ้าเราไม่ทำดี

อย่างเราเป็นนักเรียนนี้ ถ้าเราไม่ได้ตั้งใจเรียนใครจะมาแต่งตั้ง  
ให้เป็นนักเรียนก็ได้ เป็นได้ก็แต่เครื่องแบบ อย่างคุณครูอย่างนี้แหละ  
ใครจะมาแต่งตั้งให้เป็นคุณครูก็เป็นไม่ได้ เป็นได้แต่เครื่องแบบ แต่ความ  
เป็นคุณครู เป็นผู้ให้ความรู้ และเป็นแบบเป็นอย่าง อย่างนี้มันไม่มี  
อย่างพระสงฆ์องค์เจ้าอย่างนี้ เค้าแต่งตั้งให้เป็นพระ มันก็เป็นได้แต่พากันไป  
โกนหัว นุ่งห่มผ้ากาสาวพัสตร์ ผ้าเหลืองนะ แต่การกระทำไม่ประพฤติ  
ปฏิบัติในพระธรรม ในพระวินัยนะ ความเป็นพระนั้นนะมันก็เป็นไปไม่ได้

## หลวงพ่อกัณหา สุขกาโม

นักเรียนก็พากันให้เข้าใจดี ๆ นะ ว่าทุกคนต้องมีความสุขในการเรียน การศึกษา การทำงาน เราจะเอาความชอบความไม่ชอบไม่ได้ให้ถือว่าเราได้สร้างความดี สร้างบารมี สร้างคุณธรรม เพื่อเราจะได้เป็นนักเรียนที่แท้จริง เป็นคุณพ่อคุณแม่ในอนาคตที่แท้จริง เราจะได้เป็นคนหูตาสว่าง ไม่เป็นคนตาบอด หูหนวก ตาสว่างก็หมายถึงเป็นผู้ที่มีสติมีปัญญา

เราอยากแข็งแรงอย่างนี้เราก็ต้องออกกำลังกาย เราอยากเป็นคนดี คนรวยเป็นคนมีคุณธรรมก็ต้องตั้งใจเรียน ตั้งใจปฏิบัติ เพื่อให้มันเป็นเหตุเป็นปัจจัย เป็นผล

เราทำความดีนะ อย่างเราเสียสละเท่าไรเราก็ยิ่งมีความสุข เรารับผิดชอบเท่าไรเราก็ยิ่งมีความสุข ถ้าเราหนักแน่นเราก็ยิ่งมีความสุข เราจะได้เข้าถึงความสุขความดับทุกข์ที่แท้จริงโดยการเรียนการศึกษา การประพฤติปฏิบัติของเรา ชีวิตของเราจะได้เข้าถึงความประเสริฐ สมกับที่เราได้เกิดเป็นมนุษย์

การบรรยายพระธรรมคำสั่งสอนแห่งองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า การที่ได้นำโอวาทสมเด็จพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว มาให้คติ ให้ความเข้าใจแก่นักเรียนก็เห็นสมควรแก่เวลาขอสมมติยุติไว้แต่เพียงเท่านี้

พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่องค์หลวงพ่อกัณหา สุขกาโม เมตตาอุปให้กับคณะครูและนักเรียนจากโรงเรียนวังหมี่พิทยาคม อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา เข้าวันอังคารที่ ๒๓ ธันวาคม ๒๕๕๗ ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม ต.วังหมี่ อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา

# คุณครูที่แท้(ริ๑)

คนเราเกิดมาถ้ามีคุณพ่อคุณแม่ที่ดีทุก ๆ อย่างมันก็ดี ถ้าได้ภรรยา  
ได้สามีที่ดีทุกอย่างมันก็ดี คนเราเกิดมาถ้าได้คุณครูที่ดีทุกอย่างมันก็ดี

เราเป็นคุณพ่อคุณแม่เป็นคุณครู ถือว่าเป็นตัวอย่างเป็นแบบอย่าง  
ทั้งกายและใจ

ชีวิตของเราที่เกิดมาถือว่าเป็นชีวิตที่ประเสริฐ ที่เกิดมาสร้างความคิด  
สร้างบารมี สร้างคุณธรรม

พระพุทธเจ้าของเรา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวของเรา  
ท่านให้เราตั้งมั่นในธรรม อย่าได้เอาตัวเองเป็นที่ตั้ง ให้เอาธรรมะเป็นที่ตั้ง  
พยายามมีสติมีสัมปชัญญะ เป็นผู้ที่ไม่เสียสละ

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราเห็นแก่ปาก แก่ท้อง เห็นแก่กิน แก่เที่ยว  
แก่เล่น ให้ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท

คนเราจะเอาตัวเองเป็นที่ตั้งมันก็ได้ จะเอาคุณพ่อคุณแม่เป็นที่ตั้ง  
ทุกอย่างมันก็ได้ เพราะเราก้ยังเป็นคนหลง เป็นคนเห็นแก่ตัว  
พ่อแม่ของเราก้คล้าย ๆ กันนะ

พระพุทธเจ้าถึงให้เราเอาธรรมเป็นที่ตั้ง พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวท่านถึงให้เราเอาธรรมะเป็นที่ตั้ง ปรับตัวเองเข้าหาระเบียบ หาวินัย หาเวลา หาหน้าที่การงาน

คุณครูทุก ๆ ท่านต้องเป็นผู้ที่เสียสละ เพราะความเสียสละนั้น จะทำให้เรามีความสุขเสียสละก็ยังไม่พอ ต้องรับผิดชอบ

คนเรามันต้องรับผิดชอบ การปลูกต้นไม้นี้เป็นของง่าย ปลูกแล้วก็แล้วไป ปลูกแล้วก็ทิ้งไป อย่างนี้เรียกว่าไม่รับผิดชอบ คนรับผิดชอบนั้น เรียกว่าเป็นผู้ที่มีศีล

การเสียสละนั้นชื่อว่า การที่ละสิ่งที่มีมันไม่ตีนั้นออกจากกาย วาจา ใจ ที่มันทำให้เราทั้งหลายนั้นตกต่ำ

พระพุทธเจ้าท่านให้เราพากันพิจารณาตนเอง ว่าตัวเองนั้น เป็นคุณพ่อคุณแม่ เป็นคุณครู เป็นครูบาอาจารย์ที่แท้จริงแล้วหรือยัง..? ถ้ายังก็ต้องรีบแก้ไขโดยรีบด่วน ชีวิตของเราที่เกิดมานี้จะได้มีประโยชน์ แก่ตนเองและแก่หมู่มวลมนุษย

พ่อแม่ผู้ปกครองส่วนใหญ่ นั้นยอมไม่มีความละเอียดในการดำรงชีพ ดำรงชีวิต เป็นผู้ที่ไม่มีระเบียบ เป็นผู้ที่ไม่มีวินัย ไม่มีธรรมะ

เราทุกคนถึงต้องอาศัยคุณครูที่เป็นผู้บอกผู้สอนในทางการเรียน การศึกษาและในทางประพฤติทางปฏิบัติ ชี้หนทางที่สว่างให้แก่ นักเรียน นักศึกษา ชี้ดี ชี้ชั่ว ชี้ผิด ชี้ถูก

อยู่ที่บ้าน อยู่ที่ครอบครัวทุก ๆ ครอบครัว ส่วนใหญ่ที่บ้านจะสกปรก ไม่สะอาด เพราะมาจากคุณพ่อคุณแม่ ปล่อยให้บ้านรกรุงรัง ปล่อยของ กระจะกระจะ เต็มไปด้วยฝุ่นและคราบสกปรก ห้องน้ำห้องสุขาก็สกปรก จนเด็กที่เกิดมามันติดนิสัยว่ามันเป็นเรื่องธรรมดา ที่บ้านสกปรกห้องน้ำ ห้องสุขาสกปรก สิ่งต่าง ๆ มันต้องกระจะกระจะ **อย่างนี้แหละคือบ้าน..!**

คุณครูก็มาจากลูกหลานชาวบ้านนะ มาอยู่โรงเรียน โรงเรียนก็ สกปรกนะ ทั้งชั้นเรียน ห้องน้ำ ห้องสุขา สนามโรงเรียน นาน ๆ ทีถึงพากัน ทำความสะอาดครั้งหนึ่ง

คุณครู ผู้บริหาร ผู้อำนวยการ ประการแรกต้องให้โรงเรียนของเรา ทุกคนนั้นสะอาด ฝึกให้เด็กทำความสะอาดโรงเรียน ห้องเรียน สนามโรงเรียน ห้องน้ำ ห้องสุขาต้องทำทุกวันนะ เพื่อจะได้ฝึกคุณครูเอง เพื่อจะได้ฝึกนักเรียนนักศึกษา เพราะถ้าเราไปเน้นตั้งแต่เรียนหนังสือ อย่างเดิวนั้นมันไม่เพียงพอ เด็ก ๆ เค้าจะได้ติดนิสัยกลับไปบ้าน ไปทำบ้าน เค้าสะอาด ห้องน้ำห้องสุขาสะอาด เวลาเค้าโตขึ้นเป็นพ่อคนแม่คน เค้าจะได้เป็นบุพนิษบุคคล เป็นตัวอย่างทั้งประเทศชาติ บุคคล และสังคม

ฝึกสอนเด็กว่า ชีวิตของทุก ๆ คนเกิดมาจะต้องเสียสละ ต้องรับผิดชอบ จิตใจต้องหนักแน่น ตั้งมั่นในความดี ไม่ขึ้นอยู่กับโลกธรรม สิ่งแวดล้อม ต้องตั้งมั่นในศีลในธรรม

### ฝึกทำจิตใจให้สงบ ต้องรู้วิธีทำให้สงบ

คุณครูทุก ๆ ท่านทุกคนนะ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว สอนให้เราทุกคนเป็นผู้มีเศรษฐกิจพอเพียง มีความสุขในการทำงาน มีความสุขในการเสียสละ อย่าเป็นคนขี้เกียจขี้คร้าน เล่นการพนัน ดื่มน้ำแดงของเมา เจ้าชู้ ทำให้ครอบครัวแตกแยก

สอนให้นักเรียนรู้ว่าเราอยู่ในครอบครัว ๆ หนึ่งนี้ เราใช้เงินเดือนหนึ่ง เท่าไหร่ถึงจะพอดำรงชีวิต อยู่ได้โดยไม่เป็นหนี้เป็นสิน

วันหนึ่งต่อคนนะ คุณพ่อวันละก๊ีบาท คุณแม่วันละก๊ีบาท ลูกเราคนละก๊ีบาทนะ ค่าส่งบ้าน ค่าส่งรถ ค่าช่วยเหลือสังคม วันหนึ่งหมดวันละเท่าไรถึงจะพออยู่ได้ เพื่อนักเรียนเค้าจะได้รู้จักวิธีคิด รู้จักวิธีวางแผนครอบครัว

ส่วนใหญ่ นะประเทศที่เจริญ เกิดมาก็เป็นหนี้เป็นสิน ประเทศที่ยากจนเกิดมาก็เป็นหนี้เป็นสิน เพราะเป็นคนที่ไม่วางแผนครอบครัว เป็นผู้ที่ดำรงชีวิตอยู่ด้วยเศรษฐกิจไม่เพียงพอในการใช้จ่าย

ในหลวงน่าจะท่านพูดบ่อย ๆ เรื่องเศรษฐกิจพอเพียง แต่เราก็ไม่ได้พากันเอามาคิด ต่างคนก็ต่างเป็นหนี้เป็นสิน พากันเครียดทางครอบครัววงศ์ตระกูล

เห็นข้างมันซี้ก่อนใหญ่ เราเป็นนกเป็นหนู เป็นสัตว์เล็ก ๆ แต่ก็อยากซี้ก่อนใหญ่เหมือนข้าง อย่างนี้เค้าเรียกว่าเป็นคนไม่รู้จักพอ เศรษฐกิจไม่พอเพียง ชีวิตของเรามันถึงเป็นหนี้เป็นสิน เมื่อพ่อแม่ปฏิบัติตัวเองไม่ได้ มันก็ไปสอนลูกไม่ได้ คุณครูปฏิบัติตัวเองไม่ได้ มันก็ไปสอนนักเรียนไม่ได้

มันต้องเริ่มที่พ่อ ก่อที่แม่ แก่ไขสถานการณ์ต่าง ๆ ที่คุณครู เพราะการพัฒนา นั้นต้องพัฒนาในความเข้าใจ เรื่องการทำงาน ในการดำรงชีพ

คนเราจะแข็งแรง จะอ่อนแอ ความสุข ความดับทุกข์อยู่ที่เศรษฐกิจพอเพียง อยู่ที่ใจของเราสงบ เราต้องรู้จักคิดให้เป็นนะ รู้จักทำให้สงบ อย่าให้ใจของเราฟุ้งไปเรื่อย เห็นรถคันสวย ๆ แล้วใจฟุ้ง เห็นบ้านหลังโต ๆ แล้วใจฟุ้ง เห็นสิ่งต่าง ๆ ก็ฟุ้งไปหมด กระจายกระจาย ไม่ได้มีความสุข อยู่กับการทำงาน กับการเสียสละ การรับผิดชอบ

### รู้จักทำให้สงบให้หนักแน่น

คุณครูมาเข้าค่ายปฏิบัติธรรม พยายามฝึกตัวเองให้มีสติสัมปชัญญะ ให้มีจิตใจที่อยู่กับเนื้อกับตัวทุก ๆ อิริยาบถ เมื่อเราทำงานก็ฝึกใจของเรา อยู่กับการทำงาน เมื่อเราเดินเรานั่งก็ให้ใจของเราอยู่กับสิ่งเหล่านั้น เพื่อใจของเราจะได้สงบ

เราปล่อยใจของเราพุ่งไปตามอารมณ์ ตามสิ่งแวดล้อมโดยไม่รู้จักรั้วี  
ทำใจให้สงบ เราจะปล่อยไปอย่างนั้น โดยไม่ได้ปฏิบัติมันไม่ได้

เราอ่านหนังสืออย่างนี้แหละเวลานั่งอ่านมันก็ดีกว่าเดินอ่าน  
เราเดินอ่านมันก็ดีกว่าวิ่งอ่าน ถ้าใจของเรามันสงบ มันก็คิดอะไรออก  
คิดอะไรได้ดี ๆ

ทุกท่านทุกคนนั้นมีแผลในหัวใจที่มันได้ผิดพลาด ที่มันได้ปล่อยชีวิต  
ให้ผ่านไปโดยไม่ได้ปฏิบัติธรรมะ

สิ่งที่ผ่านไปแล้วก็แล้วไป ให้ทุกท่านทุกคนมาตั้งตัวใหม่ มาตั้งใจใหม่  
มาอธิษฐานจิตใจ อธิษฐานชีวิต เราจะมาตัดกรรม คือมาตัดสิ่งที่ไม่ดีออกไป  
เอาสิ่งดี ๆ ออกมาใช้ ออกมาทดแทน สิ่งที่สำคัญที่สุดก็คือเดี๋ยวนี้  
ปัจจุบันนี้แหละ แล้วทุกอย่างมันก็จะค่อย ๆ ดีขึ้น พัฒนาขึ้น ให้เราเข้าใจ  
อย่างนี้แหละ

พระพุทธเจ้าของเรา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวของเรา  
ท่านก็ให้เรากลับไปปฏิบัติตัวเองที่บ้านที่ทำงานนะ “**สิ่งที่ลำบากที่สุดก็คือ  
การแก้ไขตัวเองนี้แหละ...**”

ถึงจะลำบากเท่าไรทุกท่านทุกคนต้องแก้ไขตัวเอง “**เพราะคนดี  
ต้องแก้ไข คนมีความเจริญก็ต้องพัฒนา**” ไม่อย่างนั้นชีวิตของเรา  
จะไม่ดีเลย ไม่ประเสริฐเลย ไม่ได้สร้างความดี สร้างบารมี สร้างคุณธรรม  
เราจะไปได้แต่ชื่อความเป็นมนุษย์นะ แต่จิตใจของเรานั้นตกต่ำ

จิตใจของเราไม่ได้เป็นมนุษย์ เป็นมนุษย์แต่เพียงมนุษย์แต่งตั้ง  
ไม่ใช่มนุษย์ที่แท้จริง

มนุษย์ต้องเป็นผู้ที่เสียสละ เป็นผู้ที่รับผิดชอบ เป็นผู้ที่หนักแน่น  
เป็นผู้ที่ทำแต่ความดี ไม่ทำบาปทั้งปวง ศัพท์นี้ถึงควรใช้กับคำว่า  
“การเป็นมนุษย์...”

สิ่งที่ไม่ดีเราไม่คิด ไม่พูด ไม่กระทำ เพราะทุกอย่างมันเป็นกรรม  
เป็นเงาตามตัว “ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว” ถ้าเราไม่ฝืน ไม่อด ไม่ทน ไม่ตั้งมั่น  
นั้นมันเป็นสิ่งที่ไม่ดี เป็นสิ่งที่น่าเกลียด ความรู้ท่วมหัวก็เอาตัวไม่รอด  
เรียนปริญญาโท ตรี เอก ก็ใช้งานใช้ประโยชน์ไม่ได้ เพราะชีวิตของเรา  
ร่างกายเป็นมนุษย์ แต่จิตใจเป็นเปรต เป็นอสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน สัตว์นรก

มนุษย์ต้องเสียสละ รับผิดชอบ ตั้งมั่นในธรรม ต้องเอาชนะใจตัวเอง  
รู้จักทำให้ใจให้สงบ พัฒนาใจตัวเองให้สงบ ให้เศรษฐกิจพอเพียงจะได้เข้าถึง  
ความสุขความดับทุกข์ที่แท้จริง

การศึกษาของการพัฒนาโรงเรียนเรา หมู่บ้านเรา ประเทศเรา  
ถึงเป็นไปด้วยดี ไม่ได้ปล่อยไปตามกรรม ตามเวร ไม่ได้พัฒนาเลย

จึงขออนุโมทนากับคุณครูทุกท่านที่เข้ามาปฏิบัติธรรม เข้ามาอบรม  
บ่มอินทรีย์ทั้งภาคปริยัติและภาคปฏิบัติ เพราะเราจะไปโทษเด็กโทษคนอื่น  
ไม่ได้ เพราะทุกอย่างมันอยู่ที่พ่อที่แม่ที่คุณครู การทำมาหากินถึงจะเห็นห่าง  
จากการทำบาปทั้งปวง ประเทศชาติเราจะได้ร่มเย็นขึ้น การโกงกิน

การคอร์รัปชัน อาชญากรรม ขยายม้ายาไอ้จะได้ลดลงเพราะเราเข้าใจ นักเรียนนักศึกษาเราเข้าใจ จะได้เอาไปประพาสปฏิบัติถูกต้อง เป็นตำรับตำราในการเรียนการปฏิบัติ

คุณครูทุก ๆ ท่านให้ดีที่สุด ก็ต้องสมานคุณความดีไว้ให้คู่กับ ลมหายใจ ถ้าเรารู้อยู่เข้าใจอยู่นี้แหละ ถ้าไม่ตั้งใจ “บารมี ๑๐ ทศ” ทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมมบารมี ปัญญาบารมี วิริยบารมี สัจจบารมี ขันติบารมี อธิษฐานบารมี เมตตาบารมี อุเบกขาบารมี บารมีทั้งหลายนี้ มันจะเกิดขึ้นไม่ได้

การสร้างบารมีที่ตั้งตั้งใจ เพราะถือว่าเป็นงานหลักในชีวิตของเรา เราจะปลูกบ้านสร้างตึก เราก็ก็น้องเสาะเข็มใหญ่ เสาะเข็มถี่ ตอกให้ลึกที่สุด ถึงจะรองรับแผ่นดินไหว แผ่นทรุด ป้องกันการโคล่นล้มได้ เราทุกคน ต้องสมาน ตั้งตั้งใจ ชาตินี้เราจะเอาจริง ปฏิบัติจริง

### คำสมานความดี ของคุณครูที่แท้จริง

ข้าพเจ้าทั้งหลาย ขอสมานความดี ต่อพระพุทธเจ้า ต่อพระธรรม ต่อพระอริยสงฆ์ และให้สัจจะอธิษฐาน ต่อองค์พ่อแม่ครูบาอาจารย์ว่า ข้าพเจ้าทั้งหลาย... จะตั้งมั่นในความดี เอาความดีเป็นที่ตั้ง เอาความดี เป็นข้อวัตรปฏิบัติ จะมีความสุขกับการเสียสละ มีความสุขกับการรับผิดชอบ จะมีความตั้งมั่นอย่างแน่วแน่ จะไม่ยุ่งเกี่ยวกับการพนัน ไม่ดื่มน้ำแดงของเมา ไม่เจ้าชู้ จะวางแผนในการจับจ่ายใช้สอย

จะไม่โก่งไม่กิน ไม่คอร์รัปชัน จะตั้งอยู่ในศีลทั้ง ๕ ข้อ จะไม่ทะเลาะวิวาทกับเพื่อนฝูง ไม่ทะเลาะกับลูกน้องห้องบริวาร และไม่ทะเลาะกับภรรยาสามี จะพยายามไหว้พระสวดมนต์ทุกวัน จะตั้งอกตั้งใจสอนหนังสือ จะเป็นคุณครูที่ดี เป็นแบบอย่างให้กับนักเรียน ทั้งความรู้และการกระทำ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

ด้วยอานุภาพแห่งคุณของพระพุทธเจ้า ด้วยอานุภาพแห่งคุณของพระธรรม ด้วยอานุภาพแห่งคุณของพระอริยสงฆ์ ด้วยบารมีของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว สิ่งที่ดี ๆ ในโลกนี้ จึงอำนวยความสะดวกให้ข้าพเจ้าทั้งหลาย เข้าถึงความสุข เข้าถึงความดับทุกข์ ทั้งกายและจิตใจ ตลอดจนญาติพี่น้องวงศ์ตระกูล ลูกน้องห้องบริวาร ผู้บริหารและเจ้านาย จึงได้รับความสุขความสบาย จากการกระทำของข้าพเจ้าทั้งหลายด้วยเทอญ

พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่องค์หลวงพ่อกัณหา สุขกาโม เมตตาอุปให้กับคณะคุณครูที่มาเข้าอบรมในโครงการพัฒนาผู้บริหารและครูโรงเรียนเอกชนจังหวัดนครราชสีมา ของสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน กระทรวงศึกษาธิการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๕๘

หลักสูตร“ปฏิบัติธรรมนำสุข” สำหรับผู้บริหารและครูโรงเรียนเอกชน

ระหว่างวันที่ ๒๐ - ๒๒ ธันวาคม ๒๕๕๗

ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม ต.วังหมี่ อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา

## อานิสงส์สิบประการสร้างอาคารโรงพยาบาล

ณ โอกาสต่อไป ก่อนที่จะถวายปัจจัยสร้างโรงพยาบาล  
อาคาร เณริณพระเกียรติสมเด็จพะเทพรัตนราชสุดา สยามบรมราชกุมารี  
ณ โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

การสร้างโรงพยาบาลเป็นบุญใหญ่ เป็นมหาทาน เป็นมหาชน  
ยิ่งกว่าถวายทานอย่างอื่น

การสร้างโบสถ์ สร้างศาลา สร้างวัตถุอื่น ๆ ก็ยังไม่ยิ่งเท่ากับ  
สร้างโรงพยาบาล

อย่างเราสร้างโบสถ์หลังหนึ่งในวัดแห่งหนึ่งนะ ปีหนึ่งถึงจะมี  
ผู้เข้าบรรพชาอุปสมบทไม่กี่รูป แต่สร้างโรงพยาบาลมีประชาชนเข้าปีหนึ่ง  
นับได้ปีละหลายแสนคน ผู้ที่เข้าไปใช้บริการทุกชั้นวรรณะ ทั้งพระ ทั้งโยม  
ประชาชนมาจากทิศทั้ง ๔ ทั้งภายในประเทศ ต่างประเทศ ถึงเป็น  
ความจำเป็นต่อทุกคนที่ได้เกิดมาภายในโลกใบนี้

อานิสงส์ของการสร้างอาคารโรงพยาบาลก็มีมาก เช่น เกิดมาทุกข์  
ทุกชาตินะ คนผู้นั้นก็จะมีสุขภาพแข็งแรง ไม่เจ็บ ไม่ป่วย ไม่ใช่ อายุยืน  
มีฐานะร่ำรวย ไม่มีคำว่ายากจน สุดท้ายผู้ที่สร้างโรงพยาบาล ย่อมได้ถึง  
มรรคผลนิพพานทุก ๆ คนอย่างแน่นอน

วิธีถวายให้ทุกท่านทุกคนตั้งใจ ตั้งใจถวาย น้อมเอาคุณพ่อคุณแม่ ปู่ย่าตายาย สามิภรรยา ลูก ๆ หลาน ๆ น้อมถวาย น้อมให้เขาได้มีส่วน ถวายด้วย อานิสงส์ก็จะถึงเขาทุก ๆ คน

การถวายที่มันเป็นส่วนรวม ประโยชน์ส่วนรวม มันมีบุญใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่

ยกตัวอย่างสมเด็จพระโคตรมี พระน่านางแม่นมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มีความเคารพนับถือ เลื่อมใสในองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ทอผ้าแล้วก็ทำเป็นผ้าไตรจีวรเพื่อถวายแด่ พระพุทธเจ้าจนเสร็จ บริสุทธิ์ บริบูรณ์ น้อมไปถวายพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าท่านไม่ทรงรับ ท่านก็ชี้ไปหาสงฆ์รูปอื่น จนไปถึงรูปสุดท้าย รูปสุดท้ายนั้นก็ได้รับพระศรีอริยเมตไตร ที่จะมาตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า ในโอกาสข้างหน้าที่จะถึงนี้

**ทำไมพระพุทธเจ้าท่านไม่ทรงรับ..?** เพราะท่านต้องการให้ สมเด็จพระนางประชาบดีโคตรมี ได้บุญใหญ่ได้ อานิสงส์ใหญ่ เพื่อถวายผ้า ไตรจีวรเป็นมหาสังฆทาน ไม่ใช่เฉพาะส่วนบุคคล แม้แต่การถวายให้ พระพุทธเจ้าก็ยังได้บุญไม่เท่ากับถวายเป็นสังฆทาน การสร้างโรงพยาบาลนี้ ถึงเป็นมหาสังฆทาน จึงถือว่าเป็นบุญใหญ่ เป็นอานิสงส์ใหญ่

ด้วยเหตุ ด้วยปัจจัยนี้ เราจะได้พร้อมเพรียงกันถวายเป็นผ้าป่า เพื่อน้อมปัจจัยสร้างโรงพยาบาล เป็นอาคารของสมเด็จพระเทพฯ

## หลวงพ่อกัณหา สุขกาโม

การถวายปัจจัยคงจะไม่มีครั้งนี้เป็นครั้งสุดท้าย คงจะมีอีกหลายครั้ง เพราะต้องใช้งบประมาณอีกหลายร้อยล้าน งานนี้เป็นงานบริสุทธิดีถือว่าเป็นงานของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

พ่อแม่ครูบาอาจารย์ท่านรับรองว่าจะไม่มีการโกงการกิน การคอร์ปชั่นอย่างเด็ดขาดนะ เพราะเงินนี้เป็นเงินบุญ เงินกุศล เป็นเงินของมหาชนผู้ใจบุญทั้งหลาย ทั้งภายในประเทศต่างประเทศ

พระพุทธเจ้าท่านอนุโมทนากับเรา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว อนุโมทนากับเรา สมเด็จพระเทพฯ อนุโมทนากับเรา พ่อแม่ครูบาอาจารย์ พร้อมทั้งเทวโลก มนุษย์โลก สามแดนโลกธาตุนี้ทุกท่านอนุโมทนากับเราหมดนะ ขอให้ทุกท่านทุกคนมีความสุขใจ มีความปลื้มใจที่เราทุกคนได้ทำสิ่งที่ดีที่สุดในโลก

ณ โอกาสนี้ แล้วให้ทุกท่านทุกคนกล่าวสาธุการพร้อมกัน ๓ ครั้ง เสียงดัง ๆ

อนุโมทนาภา ที่องค์พ่อแม่ครูอาจารย์ “หลวงพ่อกัณหา สุขกาโม”

เมตตามอบให้เนื่องในโอกาสการถวายผ้าป่าการกุศล ร่วมสร้างอาคารเฉลิมพระเกียรติ

สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ศูนย์อุบัติเหตุและฉุกเฉิน โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา

วันเสาร์ที่ ๒๐ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๕๗

ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม ต.วังหมี่ อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา

# ความสุขที่สุดของเราทุกคน

## คือการได้ใจ...

วันนี้บริษัท SCG ซีเมนต์-ผลิตภัณฑ์ก่อสร้าง และ SCG แก่งคอย  
รวมถึงคณะอาจารย์และบุคลากรจากวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน  
ได้พากันมาปฏิบัติธรรม ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมารามแห่งนี้

ให้ทุกคนเข้าใจคำว่าปฏิบัติธรรม...

ปฏิบัติธรรมหมายถึงธรรมะคือธรรมชาติที่บริสุทธิ์ ปราศจาก  
ความโลภ ความโกรธ ความหลง ปราศจากอึดตาตัวตน

ที่ทุกคนมีปัญหาทุกวันนี้เพราะเราพากันปฏิบัติธรรมน้อย  
ส่วนใหญ่เราทุกคนนะ ทำตามความชอบใจและไม่ทำตามความไม่ชอบใจ

ความชอบใจบางทีมันไม่ถูกต้องก็มีมาก ความไม่ชอบใจมันถูกต้อง  
ก็มีมาก เราจะเอาตามความชอบความไม่ชอบนั้นถึงไม่ได้

พระพุทธเจ้าสอนเราให้เป็นผู้ที่เสียสละ อย่าไปทำตามความอยาก  
ที่มันไม่ถูกต้อง ให้ทุกคนฝืนอารมณ์ทำในสิ่งที่ถูกต้อง

พระพุทธเจ้าสอนเราทุกคนให้เอาธรรมะเป็นใหญ่ เอาธรรมะเป็นที่ตั้ง มีความสุขในการที่เราได้เสียสละ เพราะว่ามันเป็นหน้าที่ในการกระทำของเราทุก ๆ คน อย่างเราทุกคนทำงานนะ มันเป็นหน้าที่ของเราที่จะต้องทำงาน มันเป็นหน้าที่ของเราที่จะต้องเสียสละ ให้มีความสุขอย่างเต็มที่

ถ้าเราทำงานเพื่อเงิน เราไม่ได้ทำงานเพื่อเสียสละ อย่างนี้มันมีอัตรามีตัวตนที่แอบแฝง เราทุกคนนั้นจะไม่ได้มีความสุขในการทำงาน เพราะใจของเราอยู่กับเงิน

ถ้าเราทำใจอย่างนี้นะเราก็จะได้ทั้งเงิน ได้ทั้งธรรมะ ได้ความเคารพนับถือในตนเอง ได้ความเคารพนับถือจากเพื่อน ๆ หรือผู้หลักผู้ใหญ่ตลอดถึงลูกน้องห้องบริวาร การกระทำอย่างนี้การปฏิบัติอย่างนี้เค้าเรียกว่าปฏิบัติธรรมะ

ความสุขของเราทุก ๆ คนนะสิ่งที่ดีที่สุดก็คือการที่เราทุกคนได้เป็นคนเสียสละ ที่เรามีความทุกข์เพราะว่าเราเสียสละน้อย เพราะเราเอาอัตราดำรงตนเป็นที่ตั้ง เมื่อเรามีอัตราดำรงตนเป็นที่ตั้ง เราย่อมเป็นคนขี้เกียจนะเป็นคนเห็นแก่ตัว คนเห็นแก่ตัวก็คือคนมีโลกเป็นส่วนตัว มันก็ไม่ใช้ธรรมะปฏิบัติธรรมะ...

เมื่อเราเป็นคนไม่เสียสละเราจะเป็นคนรับผิดชอบได้อย่างไร  
“คนรับผิดชอบมันต้องเสียสละ...”

คนเราน่ะมันต้องรับผิดชอบ... รับผิดชอบในความคิดของตัวเอง  
สิ่งไหนไม่ดีไม่คิด สิ่งไหนดีพยายามภาวนาหรือพิจารณาให้มันดียิ่ง ๆ ขึ้นไป

คนเราส่วนใหญ่ล่ะ สิ่งไหนดี ๆ มันไม่ชอบคิด สิ่งไหนไม่ดีมันชอบคิด  
สิ่งไหนไม่ดีมันชอบพูด สิ่งไหนไม่ดีมันชอบกระทำ เราทุกคนถึงต้อง  
รับผิดชอบในความคิด ในคำพูด ในการกระทำ คนที่รับผิดชอบนั้น  
เค้าเรียกว่าเป็นผู้ที่มีศีล เป็นผู้ที่รักษาศีลนะ

**ศีลนั้นคือธรรมะที่จะให้เราทุกคนนั้นตั้งมั่นแต่ในความดี**

ผู้ที่รับผิดชอบนั้นเป็นผู้ที่มีระเบียบ เป็นผู้มีวินัย ทั้งความคิด  
ทั้งคำพูด ทั้งหน้าที่การงาน บุคคลนั้นจะไม่มีคำว่าตกต่ำ แม้แต่ตัวเอง  
ก็กราบไหว้ตัวเองได้อย่างสนิทใจ เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ไม่ใช่มนุษย์จัดฉาก  
หรือมนุษย์ตบแต่ง เปลือกนอกนั้นใส่สูท ใส่ฟอร์ม แต่หัวใจนั้นยังไม่ใช่มนุษย์  
ยังเป็น คนเห็นแก่ตัว เห็นแก่กินแก่นอน เห็นแก่ปากแก่ท้อง  
เห็นการทองเที่ยวสรวลเสเฮฮา เป็นผู้ที่ยังไม่ใช่เป็นผู้ที่รับผิดชอบ เป็นบุคคล  
ที่ไม่ได้ทำมาหากินด้วยน้ำพักน้ำแรงที่มันเป็นความดีที่ไม่เบียดเบียนคนอื่น  
เป็นผู้ที่เอาความสุบความทุกข์ของคนอื่น ถ้าเราเป็นคนไม่รับผิดชอบนะ  
ก็เชื่อว่าเรายังเป็นคนไม่มีระเบียบ ไม่มีวินัย ยังใช้การไม่ได้

ประเทศที่เค้าเจริญเค้ามีระเบียบมีวินัย เคารพเวลา เคารพกติกา เคารพกฎหมายบ้านเมือง ประเทศนั้นก็ย่อมมีศีลมากกว่าเรา

การบังคับตัวเอง การรับผิดชอบนี้ถึงจัดว่าเป็นผู้ที่มีศีล ชื่อว่าสุปฏิปันโน คือผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติตรงต่อธรรมะ

การปฏิบัติดีปฏิบัติตรงต่อธรรมะนี้ไม่เกี่ยวกับพระ หรือไม่เกี่ยวกับโยม มันเกี่ยวกับเราทุก ๆ คนนะที่จะต้องเป็นผู้ที่เสียสละ เป็นผู้ที่รับผิดชอบ “ผู้ที่เสียสละ ผู้ที่รับผิดชอบถึงชื่อว่าเป็นผู้มีสมาธิ”

สมาธิเราทุก ๆ คนต้องตั้งมั่นต้องแข็งแรง เขาจะปลูกบ้าน สร้างอาคารตั้งหลายสิบชั้นนี้ต้องตอกเสาเข็มลึก เสาเข็มใหญ่ เสาเข็มถี่ เพื่อป้องกันแผ่นดินไหว ป้องกันทรุด ป้องกันล้ม เราทุก ๆ คนก็เหมือนกัน ต้องมีสมาธิที่แข็งแรง ถ้าเราสมาธิไม่แข็งแรงนั้นชีวิตของเราจะขึ้นอยู่กับสิ่งแวดล้อม จะขึ้นอยู่กับโลกธรรม

**สมาธิคือความตั้งมั่นนะ...** พระพุทธเจ้าสอนเราให้เป็นผู้ที่ตั้งมั่นในความเสียสละ ตั้งมั่นในความรับผิดชอบ ตั้งมั่นในความดี ถึงแม้ร่างกายธาตุขันธ์ของเราจะไม่สบายเราก็ไม่ทิ้งการเสียสละ ไม่ทิ้งการรับผิดชอบ ไม่ว่าจะอะไรจะเกิดขึ้นเราจะตั้งมั่นในความดี ในความถูกต้อง

พระพุทธเจ้าส่งสาวกออกไปเผยแผ่พระศาสนา ท่านให้ไปคนละทิศละ เพื่อไปเผยแผ่ธรรมะ

พระพุทธเจ้าตรัสว่าถามสาวกว่า เวลาเราไปเผยแผ่พระศาสนาเนะ เวลาเค้าว่าเราเค้าดำเรา ที่เค้าไม่เห็นด้วยกับเราเนะ เราจะทำอย่างไร..? สาวกก็ตรัสตอบว่า “ดีกว่าเค้าดี”

เวลาเค้าดีทำอย่างไรละ..? สาวกก็ตรัสตอบว่า ก็ยังดีกว่าเค้าใช้ ศัตรออาวุธ”

เวลาเค้าใช้ศัตรออาวุธเธอจะทำอย่างไร เธอจะคิดอย่างไรละ..? สาวกก็ตรัสตอบว่า “ก็ยังดีกว่าเค้าฆ่าเรา”

เวลาเค้าฆ่าเราเราจะคิดอย่างไร..? สาวกก็ตรัสตอบว่า ก็ยังดีกว่าเรา ไปฆ่าเขา “พระพุทธเจ้าก็ตรัสว่า ดีมาก ๆ ความตั้งมั่นไม่หวั่นไหว มันต้องเป็นอย่างนี้”

เราอยู่ในบ้านในสังคมบางที่ธาตุขันธ์ของเรามันไม่ค่อยสบาย จิตใจของเราก็ต้องให้มันสงบ

เวลาเค้าว่าเรา นินทาเราก็ต้องทำใจให้สงบ เวลาเค้าสรรเสริญเราก็ต้องทำใจให้สงบ ทุกสิ่งทุกอย่างนั้นต้องทำใจให้สงบหมด เพราะสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของเรานั้นเนะ มันเป็นเหตุเป็นโอกาสให้เราได้เสียสละ ให้เรารับผิดชอบ ให้เราได้มีสมาธิ เพื่อจะให้เรามีปัญญาว่าสิ่งเหล่านั้นเอง ที่มันจะให้เราได้พัฒนาจิตใจเข้าถึงพระนิพพาน เพราะเรายังไม่ฉลาดนะ เรายังหลงในอัตตาตัวตน หลงในโลกธรรม หลงในสิ่งแวดล้อม

เราเกิดมาเพื่อสร้างบารมี สร้างความดี สร้างคุณธรรม ไม่ใช่เราเกิดมาเพื่อมาหลงกับสิ่งแวดล้อม มาหลงกับโลกธรรม มาหลงในอัตตาตัวตน อย่างนี้ พระพุทธเจ้าถือว่าไม่ถูกต้อง ใช้ไม่ได้ เสียเวลา

**การปฏิบัติธรรมะของเรานะเริ่มต้นตั้งแต่เข้าจนนอนหลับตื่นขึ้นก็ปฏิบัติต่อ**

อดีตที่ผ่านมาไปแล้วก็แล้วไป พยายามเสียสละให้เต็มที่ในปัจจุบัน รับผิดชอบให้เต็มที่ในปัจจุบัน

สิ่งเป็นอดีตที่มันผ่านไปแล้วนั้น จะเป็นสิ่งที่ดีสิ่งที่ไม่ดีเราก็แก้ไขไม่ได้ ถ้าเราไปคิดในเรื่องอดีต ไปยึดมั่นในอดีตนะ คำเรียกว่าไม่ถูกต้อง เราเป็นคนยึดมั่นถือมั่น เราเป็นคนบาป

คำว่าติดก็หมายถึงว่าไปไหนไม่ได้ เปรียบเสมือนคนเป็นอัมพฤกษ์ อัมพาต เพราะว่าการติดในเรื่องจิตใจก็เหมือนกัน

อดีตที่มันผ่านไปแล้วพระพุทธเจ้าให้เปรียบเสมือนน้ำลายที่ถ่มลงบนพื้นดิน อย่าไปคิดที่จะเอามารอมต่อ

คนเราต้องมีสติสัมปชัญญะให้มาก ต้องใจเข้มแข็งให้มาก พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เรามีปัญญาน้อยที่จะคิดวากวนอยู่กับอดีตนะ

สมมติว่าเรามองดูคน ๆ นี้รูปสวยหรือรูปหล่อนี้เรารู้ แต่เราหันหน้าหนีไปทางอื่น มันก็เป็นอดีตไปแล้ว ถ้าเรายังเอามายึดในอดีตนั้นแสดงว่าหัวใจเรานั้นมีปัญหาแน่

คนเราน่ะมักมีความสงสัยว่าตายแล้วไปไหน..? พระพุทธเจ้าตรัสว่า เพราะสิ่งนี้มีสิ่งนั้นก็ถึงมี ทุกอย่างนะเกิดจากใจของเราทั้งนั้น “ครูบาอาจารย์ท่านถึงตอบว่าตายแล้วก็ต้องไปในที่ขอบ ๆ น่ะ...”

จิตใจของคนเรามันชอบคิดไปทางไหนมันก็ต้องไปทางนั้น บาปบุญมันถึงเป็นเงาตามตัวอยู่ในระบบความคิดของเรา มันไม่เป็นอย่างอื่น ประวัติครูบาอาจารย์หลายองค์ ท่านบอกว่าท่านตายไปเกิดเป็นอะไรหลายอย่าง บางองค์ในอดีตถึงกับไปเกิดในท้องของหมาที่อยู่ในบ้านก็ยังมีนะ เพราะมันคิดถึงลูกถึงหลาน คิดถึงพี่ถึงน้อง เมื่อมันมีท้องที่จะจุติ มันเลยไปเข้าในท้องของหมา ความคิดนี้ถึงเป็นสิ่งที่สำคัญ

การปฏิบัติธรรมนี้แหละ เราถึงมาแก้ที่ใจตัวเอง แก้ที่คำพูดตัวเอง แก้ที่การกระทำของตัวเอง ปรับตัวเองเข้าหาศีลหาธรรม

ชีวิตของเราทุกคนที่ปฏิบัติธรรมนั้นจะไม่มีคำว่ายากจน ที่มันยากจนก็เพราะว่าเราไม่เสียสละ เราไม่รับผิดชอบ เราไม่มีสมาธิที่เข้มแข็ง

การปฏิบัตินั้นถึงดีมาก ถึงมีความสุขมาก ถ้าเราปฏิบัติธรรมนี้ชีวิตของเราก็จะเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีเลย เพราะการปฏิบัติธรรมนั้นระบบความคิด ระบบคำพูด ระบบการกระทำมันจะไปของมันเอง

## ถามว่าการปฏิบัตินี้เราจะปฏิบัตินานไปถึงไหน..?

การปฏิบัติธรรมนั้นพระพุทธเจ้าท่านให้เราเสียสละไปจนวันตาย ไปจนหมดลมหายใจนะ เพราะการเสียสละนี้คู่กับลมหายใจ

คนเรายังเสียสละมันก็ยังมีความสุข ยังมีศีลก็ยังมีความสุข ยิ่งหนักแน่นก็ยิ่งมีความสุข เราทำความดีที่เราไม่ยึดไม่ถือก็ยิ่งมีความสุขนะ

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราทุกคนนี้กลัวหรือท้อใจ ความกลัว ความท้อใจนั้นนะแสดงว่าเราไม่เข้าใจเรื่องธรรมะ

ผู้ที่บวชเป็นพระส่วนใหญ่ก็ไม่เข้าใจธรรมะ ผู้ที่เป็นพระเป็นเณร เป็นชีก็เข้าใจธรรมะ มาปฏิบัติธรรมะก็คิดว่าจะมาอยู่เงียบ ๆ สงบ ความคิดอย่างนี้มันเลยทำให้เราไม่ได้เป็นคนเสียสละ เพราะความเห็นแก่ตัวของเรามันปิดบัง

ชีวิตประจำวันของเรานี้ นะ ความคิดก็ต้องให้มันเป็นบุญ คำพูดก็ต้องให้มันเป็นบุญ การกระทำถึงเป็นบุญนะ มันถึงชื่อว่า เดินตามรอยของพระพุทธเจ้า

เราลองคิดดูซิ เราตามรอยพ่อแม่ของเรา เดินตามรอยของคนโน้น คนนี้ มันก็ไม่พ้นทุกข์ มีแต่เพิ่มทุกข์นะ นอกจากเดินตามรอยของพระพุทธเจ้า

เราอย่าไปคิดว่าชีวิตของเรานี้มันยังไกล เรื่องศีล เรื่องธรรม เรื่องคุณธรรม เรื่องพระนิพพานมันยังอยู่ไกลนะ เราคิดอย่างนั้นนะ เราเป็นคนยังไม่เข้าใจ เพราะชีวิตที่จะเข้าถึงความสุขความดับทุกข์นั้น ต้องปฏิบัติธรรม ต้องเสียสละ

คนเรานั้นนะมันอยากรวย แต่ไม่อยากทำงาน มันเป็นไปได้มีย มันเป็นไปได้

พระเจ้าพระสงฆ์นี้ อาศัยบารมีของพระพุทธเจ้าที่ประชาชน ให้ความเคารพกราบไหว้ ถวายอาหาร ถวายเสนาสนะ อำนวยความสะดวก ต่าง ๆ มันเป็นบารมีของพระพุทธเจ้า เราเป็นกุลบุตรลูกหลานนะ เราก็อาศัยบารมีของคุณพ่อคุณแม่ปู่ย่าตายายที่ท่านมีทรัพย์สมบัติ ให้อาหาร ให้การเรียนการศึกษา ให้มรดก แต่เรานั้นที่แท้จริงนั้น บารมีมันไม่พอ บารมีมันยังน้อย

ทุกคนถึงมีความจำเป็นต้องมาสร้างบารมี ต้องมาปฏิบัติธรรม ต้องประพฤติปฏิบัติตัวเองให้เข้าหาความเป็นมนุษย์ตั้งแต่ยังมีลมหายใจ เป็นเทวดาตั้งแต่ยังมีลมหายใจ เป็นพระพรหมตั้งแต่ยังมีลมหายใจ เป็นพระอริยเจ้าตั้งแต่มีลมหายใจ

ความเป็นโยม เป็นฆราวาส หรือเป็นพระนั้นหัวใจมันไม่ได้แตกต่างกัน เพราะหัวใจของเราทุกคนนั้นมันไม่ใช่พระ มันไม่ใช่โยม มันไม่ใช่ผู้หญิงผู้ชาย ไม่ใช่คนแก่ไม่ใช่เด็ก

ความเป็นพระ ความเข้าถึงความดับทุกข์นั้นมันอยู่ที่เราพัฒนาตัวเอง เราปฏิบัติตัวเองว่าทำอย่างนี้มันดีมันถูกต้อง มันแก้ปัญหาได้ มันดับทุกข์ได้

การงานเรา การเรียนการศึกษาเรา การสอนเรานะ ถึงมุ่งที่เสียสละ มุ่งที่รับผิดชอบ มุ่งที่พัฒนาใจ ที่ให้มันมีสติ มีสัมปชัญญะที่แท้จริง ถึงจะช่วยเหลือตัวเองได้ ถึงจะช่วยเหลือครอบครัวบ้านเมืองประเทศชาติได้ ถ้าเราคิดเอาแต่ตัว ๆ อย่างนี้แหละ “เรามันมีโลกส่วนตัวนะ ความเสียสละ เราจะมีได้อย่างไร ความรับผิดชอบเราจะมีได้อย่างไร สมาธิเราจะมีได้อย่างไร..? กลัวความดี กลัวการสร้างบารมี...”

ถ้าเราตั้งใจปฏิบัติธรรมอย่างนี้เราจะมีหลักชีวิต เราจะมีความสุข เป็นตัวธรรมะ เป็นตัวธรรมชาติ เข้าถึงความสุขความดับทุกข์ และจะไม่เป็นหนี้เป็นสิน เพราะว่าเรามีทั้งเสียสละ รับผิดชอบและสมาธิ สิ่งต่าง ๆ มันจะไม่สามารถมาครอบงำใจของเราได้ มีแต่ศีล สมาธิ ปัญญา มันจะพาเราก้าวไป

ใจดี ใจสบาย...

ให้ทุกท่านทุกคนน่าจะดีใจ ภูมิใจ ที่เราจะได้กลับมาประพฤติปฏิบัติธรรม ต่างคนก็ต่างพากันมาปฏิบัติ ไม่มีใครประพฤติปฏิบัติแทนเราได้ ตัวเราก็หายใจเข้าออกเอง เรื่องคนอื่นก็เป็นเรื่องของคนอื่น เราพยายามสงบ เราพยายามอยู่กับเนื้อกับตัว เราพยายามอยู่กับตัวเอง ใครมีโทรศัพท์มือถือก็พักไว้ก่อน เพื่อนฝูงก็พักไว้ก่อน ถ้าไม่จำเป็นก็ไม่พูดคุย เพราะเราต้องประพฤติปฏิบัติธรรม เพื่อให้มันเกิดประโยชน์กับตัวเราเองที่สุด ตามรอยบาทขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ถึงจะนำเราทุกคนเข้าถึงมรรคผลนิพพานด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น ถ้าใครประพฤติปฏิบัติก็เป็นเหมือนกันหมดแหละ ไม่มีใครจะพิเศษแตกต่างกัน

พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่องค์พ่อแม่ครูอาจารย์  
เมตตานำมาบรรยายให้แก่บุคลากรจากบริษัท SCG CMB และ SCG แก่งคอย  
รวมถึงคณะอาจารย์จากวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน  
คำวันพุธที่ ๑๗ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๕๗

## ให้โอกาสพนักงานจากหลายไตรมาส...

พระพุทธเจ้าท่านสอนพวกเราให้เป็นผู้ที่เสียสละ ให้เป็นผู้ที่ละ  
ความเห็นแก่ตัว มีความสุขกับการเสียสละ มีความสุขในการทำงาน

วันหนึ่งคืนหนึ่งนั้นมี ๒๔ ชั่วโมง เวลานอนของเราจริง ๆ นั้นไม่เกิน  
๘ ชั่วโมง นอกจากนั้นเป็นเวลาที่เราทุกคนต้องเสียสละ

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้พวกเราทุก ๆ คนนะเอาความสุข  
ในการทานอาหาร ในการพักผ่อน ในการเล่นการเที่ยว

ให้ทุกคนนั้นเป็นผู้ที่รับผิดชอบ... คนที่เสียสละ คนที่รับผิดชอบ  
พระพุทธเจ้าตรัสว่าบุคคลผู้นั้นเป็นผู้ที่มีศีล “ศีลคือความรับผิดชอบ...”

ถ้าทุกคนเป็นผู้ที่เสียสละเป็นผู้ที่รับผิดชอบนั้น ผลที่รับนั้นก็คือ  
ความสุข ความดับทุกข์ทั้งกายและใจ

เราทุกคนนะ ต้องมีความเพียร ต้องขยัน ต้องรับผิดชอบ  
เพราะตัวเราเองนั้น ความเห็นแก่ตัวนั้นมันทำให้เรานั้นตั้งอยู่  
ในความประมาท เป็นคนขี้เกียจขี้คร้าน ไม่ต้องการทำงาน ไม่เสียสละ  
แต่ก็อยากร่ำอยากรวยอยากเจริญ มันเป็นไปได้ ชีวิตของเราเลย  
ตกนรกทั้งเป็น ยังไม่ตายมันก็เป็นปรตแล้ว ไม่อยากทำก็อยากได้

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราไปสู้รบกับใคร ให้ปฏิบัติตัวเอง พัฒนาตัวเอง เอาชนะใจตัวเอง ต้องเป็นคนขยัน ต้องเป็นคนเสียสละ เป็นคนรับผิดชอบ “ธรรมย่อมรักษาผู้ปฏิบัติธรรมไม่ให้เกิดไปในที่ต่ำ”

ความดีนั้นพระพุทธเจ้าให้พวกเราทำทุก ๆ วัน สม่ำเสมอติดต่อกัน

การปลูกต้นไม้มันเป็นของง่าย แต่การดูแลรักษาต้นไม้ ให้เจริญเติบโตมันเป็นของยาก

ปฏิปทานั้นคือความประพฤติของเรานั้น ต้องมีสมาธิที่แข็งแรง แข็งแรงมาก แข็งแรงที่ไม่โยกคลอน

ในชีวิตของเราทุกคนนั้นมีสมาธิไม่แข็งแรง โยกคลอนไปตามธาตุ ตามขันธไปตามสิ่งแวดล้อม ถูกโลกธรรมกดดัน บังคับ สมาธิของคนเลย ไม่แข็งแรง

ทุก ๆ ท่านทุกคนต้องเป็นตัวของตัวเอง เปรียบเสมือนต้นไม้ต้นหนึ่ง อยู่กลางแจ้ง เจอทั้งน้ำ เจอทั้งลม เจอทั้งฝน เจอทั้งแดด กระทบในสิ่งต่าง ๆ ต้นไม้นั้นก็ตั้งอยู่ได้ไม่หวั่นไหว ชีวิตของเราทุก ๆ คนก็ย่อมเป็นเช่นนั้น เป็นตัวของตัวเอง ไม่ถูกธาตุถูกขันธถูกสิ่งแวดล้อม ถูกประเพณี วัฒนธรรมต่าง ๆ ถูกที่เขาสมมติว่าให้เราเป็นผู้ชายว่าให้เป็นผู้หญิง เป็นคนหนุ่มคนแก่นั้นมาครอบงำจนเป็นไปตามสภาพแวดล้อม

ทุกอย่างนั้นก็คือใจ ใจของเราทุกคนนั้นไม่ได้เป็นผู้หญิง ไม่ได้เป็นผู้ชาย ไม่ได้เป็นคนหนุ่มคนแก่ ไม่ได้เป็นอะไร ถ้าทุกคนมีสติสัมปชัญญะแล้ว มันจะไม่มีอะไร

ทุกคนต้องก้าวไปด้วยความดี เอาความดีเป็นที่ตั้ง เพราะคนเรา ออกจากความดีแล้วนั้นไม่ได้ คนเราต้องทำความดีจนหมดลมหายใจเหมือน องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่มีการพักยก ไม่มีการพักผ่อน เพราะความดีทำไปแล้วยิ่งดียิ่งสบายยิ่งมีความสุขยิ่งดับทุกข์ เพราะความดี นั้นนี่คือสุดยอดกว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวง

ทุก ๆ ท่านทุกคนต้องบังคับตัวเอง ต้องคอนโทรลตัวเอง ขับเคลื่อนตัวเองเหมือนบุรุษผู้หนึ่งที่กำลังเดินทางไกลเพื่อเข้าถึง พระนิพพาน

เราต้องอาศัยการเสียดละ อาศัยการรับผิดชอบ อาศัยความตั้งมั่น อาศัยสติ อาศัยปัญญาไปเรื่อย ๆ

เราปฏิบัติทุกวันนะ พัฒนาตัวเองทุกวันนี้มันยังเป็นผู้เชี่ยวชาญ ยิ่งเป็นผู้ฉลาด

คนเราถ้าย่อหย่อนอ่อนแอ นั้นเปรียบเสมือนคนมีตานี้ ถูกฝุ่นมัน เข้าตานี้มันก็มองไม่ชัด ต้องเข้มแข็ง ต้องตั้งมั่น

ทุกคนนั้นอยากเป็นข้าราชการ แข่งขันกันเป็นร้อยเป็นพันเป็นหมื่นหลายหมื่นนะ เวลาทำงานจริง ๆ แล้วก็ไม่ค่อยมีใครเสียสละ ไม่ค่อยมีใครตั้งใจทำงาน เพราะจุดมุ่งหมายของเราทุกคนนั้นนะมุ่งสิ่งที่แอบแฝงคือเงินคือสตางค์ คือทรัพย์สินสมบัติ เราไม่ใช่เป็นผู้ที่เสียสละอย่างแท้จริงประเทศไทยเราถึงเป็นประเทศที่ยังไม่ค่อยได้พัฒนาตามหลักของศาสนาทุกศาสนา ไม่ได้พัฒนาตัวเองเข้าถึงความสุขความดับทุกข์ที่แท้จริง

นักการเมืองทั้งหลายนั้นนะมันไม่ค่อยจะมี ส่วนใหญ่ก็มีแต่นักกินเมือง ข้าราชการนั้นนะก็ไม่ค่อยจะมี มีแต่ข้าราชการ อย่างนี้เราทุกคนก็รู้ ทุกอย่างไม่ควรเอาตัวอย่าง เราเกิดมา เรามาสร้างบารมี เรามาสร้างความดี เรามาสร้างคุณธรรม มามีสติมีสัมปชัญญะ มาเดินตามพระพุทธเจ้า พระอรหันต์

### พระพุทธเจ้าตรัสว่า เพราะสิ่งนี้มีสิ่งนั้นก็ถึงมีอย่างนี้

ตัวเราเองต้องช่วยเหลือตัวเองด้วยลำแข้ง ด้วยสติปัญญา ด้วยการเสียสละของเราเอง เราจะได้ช่วยตัวเองได้ ช่วยเหลือตัวเองได้แล้วจะได้ช่วยเหลือผู้อื่น ช่วยเหลือประเทศชาติ โดยที่ตั้งอยู่ในการเสียสละรับผิดชอบ ไม่ทำบาปทั้งปวง แשרความสุขความดับทุกข์ให้ทุกคนทั้งในประเทศต่างประเทศนะ ทุกคนที่เกิดมาทั้งสัตว์ทั้งมนุษย์นี้ล้วนเป็นญาติพี่น้อง เกิดแก่เจ็บตายด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้นนะ

เราทุกคนนะมันมีโลกส่วนตัว มันมีอัตตาตัวตน มันใจแคบ มันแบ่งพรรคแบ่งพวก เอาดีใส่ตัวเอาชั่วให้คนอื่น คนฉลาดก็เอาเปรียบ คนที่คิดได้น้อย การศึกษามันถึงทำให้โลกนี้เดือดร้อน พิณาศ

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้พวกเราพากันหลงความสุขนะ เพราะสุขกับทุกข์มันก็คือของอย่างเดียวกันนะ คือความยึดมั่นถือมั่น ถ้าคนเราไปติดในสุขแล้วมันก็ต้องเจอทุกข์แน่

พระพุทธเจ้าสอนเราให้ไปทางสายกลางมีสติสัมปชัญญะ สายกลางคือความเสียสละ คือความตั้งมั่นในความดี มีความมั่นคง ก้าวไปด้วยความสุขความดับทุกข์ในชีวิตประจำวัน อย่าไปมองไกล ถ้ามองไกลแล้วมันมองไม่เห็น อย่าไปมองข้างหลัง มองข้างหลังเค้าเรียกว่าบาปกรรม ทั้งกายวาจาใจมันจะมาทันเรา มองข้างหน้ามันก็ไม่ไปตามเราคิดนะ เราพัฒนาอยู่กับปัจจุบันให้มันดี เพราะเดี๋ยวนี้ก็คือปัจจุบันนะ อีกหลายวินาทีที่ผ่านไปก็คืออดีตนะ เพราะคนเรามันต้องก้าวไปด้วยการเสียสละ ก้าวไปด้วยความรับผิดชอบ มีความตั้งมั่นอย่างนี้ใจของเราก็จะเข้าถึงความดับทุกข์อยู่ตลอดเวลาตลอดไป

พระพุทธเจ้าท่านถึงตรัสว่าชีวิตของพระอริยเจ้านะเป็นชีวิตที่มีสติ มีสัมปชัญญะ เป็นชีวิตที่เข้าถึงความสุขความดับทุกข์ตั้งแต่ยังไม่ตาย ถ้าตายมันรอไกลเกินเสียเวลา

ถ้าทุกท่านทุกคนนะเข้าใจอย่างนี้ พระพุทธเจ้าให้เราพากันประพฤติปฏิบัติ “ปฏิบัติทุกวัน ๆ นะมันต้องดี...”

คนเราทำความดีนะมันเปื้อ เปื้อเหมือนเราทานอาหารอร่อย ๆ ที่สุดในโลก เราทานทุกวันมันก็เปื้อ

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราสนใจในเรื่องเปื้อหรือไม่เปื้อ ท่านให้สนใจในเรื่องว่าเราต้องหายใจทุกวัน หายใจเข้าหายใจออกเราต้องหายใจทุกวัน เราต้องทานอาหาร พักผ่อน ทำอย่างนี้ทุกวัน ให้สติให้สัมปชัญญะเราสมบูรณ์ ความเปื้อหรือไม่เปื้อนั้นเราอย่าไปสนใจ จะทำให้จิตใจของเราไขว้เขว จะทำให้ชีวิตของเรามันสะดุด เดี่ยวความประมาทพลาดพลั้งมันจะแทรกเข้ามา มันจะทำให้หัวใจของเรามีบาดแผลนะ เพราะว่าความรับผิดชอบของเรามันตกไป เค้าเรียกว่าปฏิบัติพลาด ความประพฤติตกตกนี้ก็หมายถึง ตกจากที่สูงลงที่ต่ำ “ตกต่ำนะ” มันจะดีหรือก้าวหน้ามันต้องก้าวไปเรื่อย ไม่ใช่เราไปตกลงเหว ลงหลุม ลงบ่อ “ต้องอดต้องทน เพราะชีวิตนี้ต้องทนกระแสต้องทนลม” ทุกท่านทุกคนพระพุทธเจ้าให้เราพากันเสียสละอย่างนี้

ใหม่ ๆ มันทำสมาธิไม่เป็นนะ พระพุทธเจ้าก็สอนเราให้กายวิเวก กายวิเวกนี้ก็หมายถึงเรามาเอาเรื่องของกาย มันอยากพูดเราก็ไม่พูด ปากเราไม่ให้มันมีเสียงดัง มันอยากคิดเราก็ไม่คิดนะ เราไม่ให้สมองเรามันทำงาน ให้มันพักผ่อน มันอยากไปเราก็ไม่ไป เวลานั่งสมาธิอย่างนี้ เราไม่ต้องเอามันสงบนะ เราเอากายของเราสงบก่อน ให้ตัวตรง ๆ

ไม่โยกไปข้างหน้า ไม่โยกไปข้างหลัง ให้ตัวมันตรง ให้ตัวมันนิ่ง อย่างนี้เค้าเรียกว่าฝึกให้กายมันวิเวก เมื่อกายมันวิเวกกายมันสงบแล้วใจมันค่อยสงบ

เพราะใจเรานั้นมันไม่มีตัวไม่มีตน ต้องอาศัยกายเป็นเครื่องฝึก อาศัยกายเป็นที่เสี่ยสละอย่างนี้นะ ต้องฝึกกาย...

เรามาปฏิบัติธรรมนี้แหละเราพยายามทำกายของตัวเองให้มันเป็นผู้ที่สงบ เสถียร ไม่จำเป็นไม่พูด ฝึกกายกันให้มาก ๆ ก่อน พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าคือสำรวม ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อย่างนี้ เพื่อจะหาวิธีให้ใจของเรานั้นมันสงบ

อย่างเราเดินไปอย่างนี้ก็ให้ใจของเราอยู่กับเดิน เรานั่งใจของเราก็ออยู่กับนั่ง เรานอนก็อยู่กับนอน คำว่าอยู่กับหมายถึงว่าไม่ไปไหน อย่างนี้ต้องฝึกให้มันอยู่ได้หลายวินาที มันจะได้หาที่พักผ่อนให้ใจนี้มีเครื่องอยู่

คนเราทุกคนนะมีเครื่องอยู่... อย่างทุกคนอยู่กับการเรียนหนังสือ อยู่กับการพูด ทานอาหาร อาบน้ำ โทรศัพท์ เล่นอินเทอร์เน็ต เฟซบุ๊กคุยกับเพื่อนอะไรอย่างนี้ อันนี้เป็นเครื่องอยู่ทางภายนอก แต่มันก็ไม่ยิ่งเท่ากับมาอยู่กับสติสัมปชัญญะที่ปราศจากกิเลส ปราศจากนิวรณ์

ทุกท่านทุกคนมาอยู่วัดมาปฏิบัติธรรมทุกท่านทุกคนให้พากันตั้งใจ ประพฤติปฏิบัติ ตั้งใจเอาเองทุก ๆ คนนะ เราอยู่กันเป็นกลุ่มเป็นก้อนก็ไม่ให้มีใครหายใจให้เรา ไม่มีใครทำความดีให้เรา ทุกคนต้องทำเอง...

ทุกท่านทุกคนเป็นกำลังใจให้ซึ่งกันและกัน อย่าไปชวนกันพูด  
อย่าไปชวนกันเล่น

เรานั้นน่าจะยังไม่เคยประพฤติปฏิบัติธรรม เราอยากให้มันเป็นเหมือน  
พระพุทธเจ้า เหมือนพระอรหันต์นั้นคงเป็นไปได้ เพราะพุทธเจ้าบารมี  
ท่านเต็มแล้ว พระอรหันต์นั้นบารมีท่านเต็มแล้ว แต่เรานั้นยังไม่มีบารมี  
ที่ชื่อว่าพระเจ้าพระสงฆ์นั้นก็ยังมีบารมี บารมียังน้อย ที่มีกฏวิหานั้น  
เป็นบารมีของพระพุทธเจ้า เป็นบารมีของพระอรหันต์ อย่างญาติโยมนั้น  
ก็เหมือนกัน ที่เรามีบ้านมีรถนั้นเป็นบารมีของพ่อของแม่ เป็นบารมี  
ของประเทศชาติที่มีทรัพยากร แต่บารมีของเรานั้นยังไม่ค่อยจะมี  
เราอย่าพากันอยากจะได้แต่บารมี แต่ไม่สร้างเหตุสร้างปัจจัยนั้น  
มันไม่ถูกต้อง มันไม่ยุติธรรม

เราทุกท่านทุกคนจะต้องพากันสร้างความดีสร้างบารมี เราอย่า  
มักง่าย ความรู้ ความเข้าใจนั้นพากันมีมาก แต่การประพฤติปฏิบัติพากัน  
มีน้อยหรือว่ายังไม่มี

ให้ทุกท่านทุกคนพากันตั้งอกตั้งใจสมาทานความดี ต้องเปลี่ยนแปลง  
ตัวเองให้ได้ ถ้าเราไม่เปลี่ยนแปลงใครจะมาเปลี่ยนแปลงให้ เรามั่นคนเก่า  
ทำตามความเคยชินมันก็อย่างเก่านี้แหละ เพราะเราทานข้าวไปทุกวัน  
มันจะหน่อมขึ้นมันมีแต่แก่งลงอย่างนี้ เพราะความดีเท่านั้นที่จะก้าวไป  
ไม่มีใครมาแต่งตั้งให้เราเป็นคนดีได้นอกจากการประพฤติปฏิบัติธรรมของ  
เรา เพราะว่ามันเป็นอย่างนี้

## หลวงพ่อกัณหา สุขกาโม

เราอย่าพากันหลงแบบหลงฟอร์ม หลงสถานการณ์กัน เพราะแบบฟอร์มต่าง ๆ นั้น ไม่ว่าจะแบบฟอร์มของพระของข้าราชการของผู้พิพากษานี้ก็เพื่อให้เราเป็นคนดีตามที่ตั้งเป้าตั้งหมายตั้งฟอร์มไว้

วันนี้ขอต้อนรับทุก ๆ ท่านเข้าสู่ภาคประพตติภาคปฏิบัติ เพื่อสมาทานความดี ตามแนวทางขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้เป็นครูผู้สอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ตามรอยบาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช ด้วยกาล ฦ บัดนี้

ด้วยอานุภาพแห่งคุณของพระพุทธเจ้า แห่งคุณของพระธรรม แห่งคุณของพระอริยสงฆ์ ขอให้ทุกท่านทุกคนจงได้บรรลุถึงธรรมอันเกษม ตามรอยของพระพุทธเจ้าด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้นด้วยเทอญ...

พระธรรมคำสั่งสอนขององค์พ่อแม่ครูอาจารย์ “หลวงพ่อกัณหา สุขกาโม”  
ที่เมตตา มอบให้แก่คณะข้าราชการและเจ้าหน้าที่จะสำนักงานศาลยุติธรรม กรุงเทพมหานคร  
เช้าวันเสาร์ที่ ๑๓ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๕๗

# ๕ ธันวาคม

วันนี้เป็นวันที่ ๕ ธันวาคมหาราช เป็นวันคล้ายวันพระราชสมภพของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราชเป็นวันพ่อแห่งชาติของปวงประชาชนชาวไทย

พระภิกษุ สามเณร ประชาชนทุกหมู่เหล่าได้พากันทำความดีเพื่อน้อมบุญน้อมกุศลถวายแด่องค์สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ เพื่อให้พระองค์ทรงสุขภาพพลานามัยแข็งแรง เป็นร่มโพธิ์ร่มไทร เป็นหลักให้แก่ปวงประชาชนชาวไทย

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ท่านเป็นบุคคลตัวอย่าง เป็นแบบเป็นพิมพ์ให้แก่ปวงประชาชนชาวไทย

ชีวิตของท่านน่าจะเกิดขึ้นมาเป็นผู้ที่เสียสละ เป็นผู้ให้อย่างไม่มีที่สุด ไม่มีประมาณ ไม่เลือกชั้นวรรณะ ไม่เลือกชาติศาสนา เป็นผู้เดินตามรอยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้เป็นตัวอย่างแบบอย่าง เป็นครูผู้สอนของเหล่าเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ไม่ได้เอาตัวเองเป็นที่ตั้ง เอาธรรมะเป็นที่ตั้ง มีความสุขกับการทำความดี มีความรับผิดชอบ ไม่เป็นคน

เอาประโยชน์ส่วนตน ทุกอย่างนั้นเอาประโยชน์ส่วนรวม เอาประโยชน์  
ของประเทศเป็นที่ตั้ง

ผู้ที่รับผิดชอบนั้นถือว่าเป็นผู้ที่มีศีล มีระเบียบ มีวินัย มีธรรมะ

ศีลนั้นก็ คือ ความรับผิดชอบต่อความดี ไม่ทำบาปทั้งปวง  
คือการบำเพ็ญกุศลให้ถึงพร้อม ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวท่านเป็นผู้ที่มีศีล รับผิดชอบต่อ  
ในปฏิปทา ในความประพฤติของตัวเองอย่างเสมอต้นเสมอปลาย

ผู้มีศีลนั้นจึงจะต้องมีสมาธิ คือความหนักแน่น ตั้งมั่นในความดี  
ไม่โยกคลอนหวั่นไหว ศีลจึงเป็นบาทฐานของสมาธิ สมาธิถึงเป็นกำลังแห่ง  
การให้ทาน เสียสละ แห่งการรักษาศีล เมื่อใจของเราทุกท่านเข้าถึงสติ  
เข้าถึงสัมปชัญญะ ท่าน ศีล สมาธิ ปัญญา ถึงจะเกิดได้

เราทุกท่านทุกคนที่เกิดมาก็ถือว่าเป็นผู้ที่ประเสริฐ เกิดมาในร่มเงา  
บารมีพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช

เราทุกท่านทุกคนก็ถือว่าชีวิตที่เราเกิดมานี้ ถือว่าเป็นชีวิตที่ประเสริฐ

เมื่อเราเกิดมาได้ชีวิตอันประเสริฐแล้ว พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว  
องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านให้เราทุก ๆ คนเป็นผู้เสียสละ  
รับผิดชอบต่อ มีความตั้งมั่นในความดี

ชีวิตของเราทุกคนที่เกิดมา พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า ถ้าเราเป็นผู้ที่เสียสละ รับผิดชอบ หนักแน่น รู้จักทำจิตใจของตัวเองให้สงบ ทำจิตใจของตัวเองให้ขาวรอบ พระพุทธเจ้าตรัสว่าไม่มีคำว่ายากจน ไม่มีคำว่าไม่ได้บรรลุธรรม

คนเราเกิดมาต้องเสียสละ เวลานอนของเราทุกคนนั้นไม่เกิน ๘ ชั่วโมง เวลาตื่นอยู่นั้นไม่ต่ำกว่า ๑๖ ชั่วโมง เวลาตื่นขึ้นนี้แหละคือเวลาที่เราทุกคนต้องเสียสละ ต้องรับผิดชอบ ตั้งมั่นในความดี ทำใจให้สงบ ทำจิตใจให้ขาวรอบ

คนเรานั้นนะ ถ้าเราไปทำตามใจตัวเอง ทำตามอารมณ์ตัวเองนั้นย่อมมีแต่เกิดปัญหา ทั้งปัญหาน้อย ปัญหามาก

พระพุทธเจ้าถึงไม่ให้เราเอาตัวเองเป็นใหญ่ เอาตัวเองเป็นที่ตั้ง ต้องเอาธรรมะเป็นที่ตั้ง เอาความดีเป็นที่ตั้ง ปรับตัวเองเข้าหาธรรมะ ตั้งแต่ตื่นนอนนะ กราบพระไหว้พระ ทำวัตรสวดมนต์ นั่งสมาธิ จัดเตรียมสถานที่ จัดเตรียมอาหาร ดูแลช่วยเหลือผู้อื่น ทำการทำงาน ให้มีความสุข นี่เป็นหน้าที่ของเราทุกคนที่จะพากันเสียสละ รับผิดชอบ

คนเราทุกคนนั้นเกิดมาเพราะเรามีความเห็นแก่ตัว มันขี้เกียจขี้คร้าน มันอยากเล่น อยากเที่ยว อยากกิน อยากนอน อันนี้มันเป็นเหตุเป็นปัจจัยที่ทำให้เราทุกคนได้พากันมาฝึกใจ เพื่อสร้างความคิด เพื่อสร้างบารมี

คนเรามันมีความซี้เกียจซี้คร้าน ให้เราได้ออด ได้ฝืน ได้ทน ได้ขยัน

มันมีความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ให้เราทุกคนได้พากัน  
ทำจิตทำใจ

มันมีสิ่งที่ไม่ได้ตามปรารถนานะ ให้เราได้พากันเสียสละ  
ให้พากันรักษาศีล ให้ทุกคนได้พากันทำใจให้สงบ ทำใจให้ขาวรอบ  
สิ่งเหล่านี้มันเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เราทุก ๆ คนได้พากันมาสร้างบารมี

ด้วยเหตุผลนี้ทุกท่านทุกคนนะ ถึงได้พากันมาปฏิบัติธรรม  
มาเดินตามรอยของพระพุทธเจ้า เดินตามรอยของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

เราทุกท่านทุกคนนั้นจะไปโทษคุณพ่อคุณแม่ จะไปโทษเพื่อนบ้าน  
จะไปโทษผู้บริหารประเทศนั้นไม่ได้ เพราะคนอื่นก็เป็นเรื่องของคนอื่น  
ถ้าทุกคนนั้นเสียสละรับผิดชอบตั้งมั่น รู้จักทำใจให้สงบนั้น ปัญหาต่าง ๆ นั้น  
จะทำให้เราทุกคนได้มีโอกาสสร้างความดี สร้างบารมี สร้างคุณธรรม

ประเทศไทยเราอาศัยบารมีพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พระสงฆ์  
องค์สามเณรนะอาศัยบารมีพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว อาศัยบารมี  
ของพระพุทธเจ้า นั้นเป็นความดีของพระพุทธเจ้า นั้นเป็นความดี  
ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว นั้นเป็นความดีของคุณพ่อคุณแม่ของเรา  
มันเป็นบารมีของท่าน ที่เรามีความอยู่ร่วมเย็นเป็นสุขนั้นเพราะอาศัยบารมี  
ของท่าน ที่นี้แหละเราจะมาสร้างความดีบารมีของเรา...

เราทั้งหลายนั้นก็ยิ่งถือว่าจิตใจของเรายังไม่ได้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์

มนุษย์สมบูรณ์นั้นต้องเป็นผู้ที่เสียสละ เป็นผู้ที่รับผิดชอบ เป็นผู้ที่ยึดมั่น เป็นผู้ที่ยุติธรรม เป็นผู้ที่ยุติธรรม หรือที่เรียกว่าให้มีสติปัญญา

คนเรานั้นย่อมมีความเชื่อมั่นในตัวเองว่าทำดีได้ดี ทำชั่วนั้นย่อมได้ชั่ว

ทุกอย่างมาจากผลกรรมคือการกระทำของเรา เป็นผู้ที่ดีดำรงชีวิต ด้วยความดี โดยภาคปฏิบัตินั้นไม่ได้อาศัย คุณพ่อคุณแม่ และไม่ได้อาศัย บารมีคนอื่นนะ

**“ตนแลเป็นที่พึ่งของตน”** ทุกท่านทุกคนต้องพึ่งความดี พึ่งบารมี พึ่งการกระทำของตัวเอง

คนเราอยากทราบว่าตายแล้วไปไหน..? โบราณท่านตรัสว่าตายแล้ว ไปในที่ชอบ ที่ชอบ...

ส่วนใหญ่คนเรานะสิ่งไหนไม่ดีมันชอบคิด สิ่งไหนไม่ดีมันชอบพูด สิ่งไหนไม่ดีมันชอบทำ ใจของเรามันเลยตกต่ำ กายของเราเลยตกต่ำ วาจาของเราเลยตกต่ำนะ กรรมคือการกระทำของเราเองมันเป็นเงาตามใจ ตามกาย ตามวาจา

ทุก ๆ คนต้องเริ่มจากความดี อันไหนไม่ดีไม่คิด สมาทานไว้เลย  
อันไหนไม่ดีไม่คิดเลย

**การสมาทานนี้เค้าเรียกว่าอิชฌาน**  
**การสมาทานอย่างนี้เค้าเรียกว่าสมาธิ**

อันไหนมันไม่ดีนะสมาทานไว้เลยไม่พูด อันไหนไม่ดีสมาทานไว้เลยไม่ทำ

ทุกท่านทุกคนต้องตัดกรรมตัดเวร ต้องทวนโลกทวนกระแสน

น้ำมันไหลจากที่สูงลงที่ต่ำ ถ้าเราไม่หยุดด้วยการทำฝ่ายทำเช่นนั้น  
น้ำย่อมหยุดไม่ได้ ใจของเราก็เหมือนกันนะ เราต้องหยุดตัวเอง  
คือมาตัดกรรมตัดเวร เป็นผู้ที่เห็นภัยในวัฏฏสงสาร ว่าชีวิตนี้มีความตาย  
ไม่มีที่จบที่สิ้น เพราะเราไม่ได้หยุดตัวเอง เราไม่ได้สงบตัวเอง ถ้าเราไม่หยุด  
ตัวเอง เราก็เสียเวลาที่มีค่าที่มีประโยชน์นี้ไปมาก ไม่รู้ว่าจะเสียเวลา  
ไปอีกมากเท่าไร

อดีตที่ผ่านไปแล้วนั้น พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราเอามาคิด  
ไม่ให้เราเอามาพูด ไม่ให้เราเอามากระทำ

ทุกท่านทุกคนต้องทำความดี ก้าวหน้าไปอย่างไม่มีที่จบจนกว่า  
จะหมดลมหายใจ

## องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้นท่านทำความดี จนหมดลมหายใจครั้งสุดท้าย

ครั้งสุดท้ายที่ทรงพระประชวรนะ สุภัททปริพาชกได้ขอเข้าเฝ้า  
พระอานนท์ตรัสว่าไม่ได้เพราะกำลังประชวรอยู่ พระพุทธเจ้าได้ยินคำ  
สนทนาจึงตรัสบอกพระอานนท์ว่า จงเข้ามาเถิด ท่านได้แสดงธรรม  
โปรดสุภัททจะเป็นสาวกองค์สุดท้ายในการตรัสรู้เป็นพระอรหันต์ซีณาสพ

เราทุกคนต้องเดินตามรอยของพระพุทธเจ้าว่าเราต้องเสียสละ  
และรับผิดชอบ ทำใจให้สงบ

พระพุทธเจ้าท่านไม่ให้เราเห็นแก่กินแก่นอนแก่เล่นแก่เที่ยว  
ให้เป็นผู้ที่เอาความสุขกับการเสียสละ กับการรับผิดชอบ กับการทำใจให้  
หนักแน่น ให้สงบ

ในวโรกาสวันพ่อแห่งชาติ วันคล้ายวันพระราชสมภพ  
ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พสกนิกรชาวไทยทุกหมู่เหล่า  
จึงได้พร้อมเพรียงกันบำเพ็ญบารมี บำเพ็ญความดี ถวายเป็นพระราชกุศล

ทุก ๆ อย่างที่เป็นความดี เพื่อน้อมเกล้าน้อมกระหม่อมถวายเป็น  
พระราชกุศล บุญกุศลทั้งหลายทั้งปวงนี้ก็จะได้รับแก่เรา และประชาชน  
ทุก ๆ คนที่อยู่ร่วมรวมกันในโลกนี้ตลอดจนสรรพสัตว์ทั้งหลาย ทุกอย่างนะ  
มีแต่สิ่งที่ดี ๆ เพื่อจะให้เราทุกคนเข้าถึงความสุข ความสงบ ความร่มเย็น  
เข้าถึงมนุษยสมบัติ สวรรค์สมบัติ นิพพานสมบัติ ด้วยกัน ณ บัดนี้เทอญ...

พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่องค์พ่อแม่ครูอาจารย์

เมตตานำมาบรรยายให้กับญาติโยมที่ได้มาปฏิบัติธรรมเฉลิมพระเกียรติ

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช เนื่องในวโรกาสพระชนมายุครบ ๘๗ พรรษา

เช้าวันศุกร์ที่ ๕ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๕๓

# ให้โอกาสบุคคลากร จากสำนักงานคณะกรรมการการเลือกตั้ง

วันนี้เป็นวันที่ กกต.จะกลับบ้าน ได้พากันมาประพฤติปฏิบัติธรรมบำเพ็ญบุญบำเพ็ญกุศลน้อมเกล้าน้อมถวายเป็นองค์สมเด็จพระเจ้าอยู่หัว-ภูมิพลอดุลยเดชมหาราช เนื่องในวาระโอกาส ๕ ธันวาคมมหาราชที่จะมาถึงนี้หวังว่าท่าน กกต.ทุก ๆ ท่านที่ได้มาอบรมประพฤติปฏิบัติธรรมจะได้นำเอาคุณธรรม เอาความดี ไปแก้ไขปรับปรุงประเทศไทย เพราะว่าประเทศไทยของเรานั้นมันจะเจริญหรือเสื่อมมันขึ้นอยู่กับท่าน กกต.ทั้งหลาย ที่เป็นผู้คัดสรร ถิ่นกรองเอาท่านผู้บริสุทธิ์ยุติธรรมที่เป็นคนดีมาบริหารประเทศ

ประเทศไทยของเรานั้น ถือว่ายังเป็นประเทศที่ยังด้อยพัฒนา ด้อยโอกาส รวยเป็นกระจุก จนกระจาย

ส่วนใหญ่ในประเทศของเรานักการเมืองที่แท้จริงนั้นไม่ค่อยจะมี มีแต่นักกินเมือง ข้าราชการนั้นไม่ค่อยจะมีนะ มีแต่ข้าราชการกิน ถ้าท่าน กกต.ทั้งหลายไม่เข้าไปแก้ไข เปลี่ยนแปลงนั้นคงจะดีขึ้นไม่ได้

ประชาชนคนจนส่วนใหญ่จะ ถ้าเงินไม่มากก็ไม่กา คนดี ๆ ที่เป็นคนดี บริสุทธิ์ยุติธรรมถึงไม่มีโอกาสที่จะได้ไปบริหารบ้านเมือง ส่วนใหญ่ก็มีแต่ใจ มีแต่นักเลง มีแต่มหาโจร

กต. ต้องเป็นมือเป็นเท้าเป็นระบบมันสมองให้แก่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ให้กับมหาชนคนไทยทั้งประเทศ และคนไทยที่ต่างประเทศ ถ้าไม่อย่างนั้นคงจะไม่มีวันที่จะดีขึ้น เพราะนักการเมืองก็ยิ่งเก่ง ยิ่งมีความสามารถ ยิ่งชำนาญในการโกงกิน คอร์รัปชัน ทั้งข้าราชการ ทั้งนักการเมือง

ท่านทั้งหลายที่มาประพฤติปฏิบัติธรรมนั้น พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ท่านให้เราทุกคนเอาธรรมเป็นใหญ่ เอากฎหมายบ้านเมืองเป็นที่ตั้ง เว้นอคติทั้ง ๔ พยายามพากันมีสติมีสัมปชัญญะ อย่าเป็นบุคคลที่มุ่งประโยชน์ส่วนตัว ประโยชน์ของพรรคพวก ซึ่งอยู่ในความโลภ ความโกรธ ความหลง ขึ้นชื่อว่าความโลภ ความโกรธ ความหลงแล้ว มันทำให้ทุกคนนี้ทำลายศักยภาพในความประเสริฐที่เกิดขึ้นมาเป็นมนุษย์

ในหลวงของเราให้โอกาสเราทำงาน ประชาชนให้โอกาสแก่เรา ได้ทำงาน ก็ถือว่าเราทุกท่านทุกคนได้เป็นผู้ที่โชคดี

ในหลวงของเราท่านไม่ให้เราเป็นคนเห็นแก่ปากแก่ท้อง เห็นแก่ความร่ำรวย ต้องเอาประเทศชาติเป็นหลัก

ให้ทุกอย่างที่มันไม่ดีขึ้นเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีให้ได้

สติสัมปชัญญะทั้งหลายทั้งปวงนั้น ให้นำเอามาใช้เพื่อเราจะได้เป็นตัวของตัวเอง ไม่เอียงซ้ายไม่เอียงขวา ไม่เดินหน้าไม่ถอยหลัง มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ สมาทานเอาความดี สมาทานเอาความเสียสละ

ถึงคราวแล้วถึงเวลาแล้วที่ทุกท่านทุกคนจะพึงประพฤติปฏิบัติ

เราอย่าไปท้อแท้ท้อถอยว่า เราคนเดียวคงจะแก้ไขอะไรไม่ได้  
นี่ก็ไม่ใช่เราคนเดียวที่มาอบรม ที่มาอบรมนี้ก็หลายร้อยคน

เรื่องรายน่ะทุกคนก็อยากกรวย ให้ทุกคนเอาประเทศชาติเป็นหลักนะ  
เพื่อลูกเพื่อหลานเพื่ออนาคตอีกหลายปีข้างหน้า สร้างเหตุสร้างปัจจัย  
ให้ถึงพร้อม เพราะสิ่งทั้งหลายทั้งปวงนั้นมันเกิดจากเหตุ เกิดจากปัจจัย  
ถ้าอย่างนั้นบ้านเมืองของเรามันก็แยกไปทุกทีนะ ทั้งยาม้า ทั้งหนีภาษี  
ทั้งของเถื่อน ทั้งอาชญากรรม นี่เป็นสิ่งที่ กกต. ต้องช่วยเหลือประเทศชาติ  
ช่วยเหลือสังคม อย่าได้พากันปั่นสำนวน ปั่นคดี จากใบแดงเป็นใบเหลือง  
ให้มันบริสุทธิ์ยุติธรรมจริง ๆ ถึงจะเรียกว่า กกต. ถ้าอย่างนั้นท่านก็เป็น  
เครื่องมือให้กับนักการเมือง เป็นนักกินเมือง เพราะนักการเมืองนี่ถือว่า  
ตัวร้ายตัวแสบนะ เมื่อหลายสิบปีก่อนนั้นยังโกงยังกินยังไม่เก่ง  
ไม่ชำนาญเท่านี้

ให้ กกต. พากันสมทวนว่าตัวเองจะไม่โกงไม่กิน จะไม่ย่อหย่อน  
อ่อนตามเพื่อประเทศไทย เพื่อประชาชนทุก ๆ คนนะ

ถ้าเราอบรมแล้วก็ยังเหมือนเก่าเหมือนเดิมยังไม่ได้แก้ไขอะไรนี้  
ก็เชื่อว่าเรายังเป็นผู้ที่ไม่เอาชนะความโลภ ความโกรธ ความหลง ที่มีมันอยู่  
ในตัวของเราออกไป ยังเห็นสิ่งที่ไม่ถูกต้องเป็นเรื่องธรรมดา อย่างนี้มันก็ไม่ดี  
ไม่ถูกต้อง

ให้ กกต. ทุกท่านทุกคนนั้นพากันมีสติมีสัมปชัญญะให้มันสมบูรณ์ดี ๆ มาก ๆ เราถือว่าเราเกิดมาเป็นผู้ที่เสียสละ เป็นผู้ที่มาสร้างความดี สร้างบารมี สร้างคุณธรรม จะมีความสุขในการเสียสละ ในการทำสิ่งที่ถูกต้อง จะมีความสุขในการทำงาน จะมีความสุขในการเป็นคนรักษามีระเบียบ มีวินัย จะทำความดีเป็นกิจวัตรประจำวันนะ ไหว้พระ นั่งสมาธิ สวดมนต์ทุก ๆ วันนะ เหมือนกับเราอาบน้ำ ทานข้าว แล้วก็นอนอย่างนี้ อันนี้เป็นกิจวัตรของเรานะ จะได้เคารพตัวเอง จะได้กราบไหว้ตัวเองได้ จะได้เป็นแบบฉบับเป็นตัวอย่างของกุลบุตรลูกหลานว่าคุณพ่อคุณแม่ของเราเกิดมาเป็นตัวอย่างเป็นแบบอย่างที่ดี

คนเรานั้นจะรวย จะจน จะแข็งแรงไม่แข็งแรงนะ สำคัญอยู่ที่ใจสงบ ถ้าใจสงบนั้นทุกคนย่อมไม่มีทุกข์ เพราะความทุกข์นั้นอยู่ที่ใจไม่สงบ ถ้าเราทำความดี เราเสียสละ เราก็สงบ เราทำดี เราเสียสละ เราก็ไม่มีบาดแผล

บาดแผลทางหัวใจนี้สำคัญมาก... เราอย่าไปเป็นคนใจอ่อน อ่อนแอ ปัจจุบันนี้สำคัญมากที่สุด เพราะปัจจุบันนี้คือเหตุปัจจัยของอนาคต ปัจจุบันนี้นั้นจะเป็นอดีตอีกไม่กี่นาทีข้างหน้า

เรื่องสตินี้สำคัญ อย่าปล่อยตัวเองออกแวก โลเล ไม่รู้จักทำใจสงบ

ต้องเป็นผู้สงบในการเสียสละ เป็นผู้สงบในการรักษาศีล เพราะการชนะสิ่งใดก็สู้การชนะจิตใจของตัวเองไม่ได้

สิ่งที่เราไม่ตื่นะ ทั้งความคิด ทั้งคำพูด ทุกอย่างนั้นนะที่เราปล่อยไปตามธรรมชาตินั้น ทุกท่านทุกคนพระพุทธเจ้าให้เราแก้ไข เพราะตัวของเราเองไม่มีใครมาแก้ไขให้ได้ อันนี้มันเป็นความดีเป็นบารมีของเราทุกคน

ทุกคนต้องตั้งสัจจะอธิษฐานว่าตัวเองต้องแก้ไข ถ้าเราห้ามใจตัวเองไม่ได้ไม่อยู่นั้นแสดงว่าความเคยชินของเรามีมาก แสดงว่าเรานี้จะต้องปรับปรุง ถ้าไม่ปรับปรุงแล้วเราจะต้องเป็นโรคประสาทนะ คนไหนตามใจตัวเองมาก ๆ ตามอารมณ์ตัวเองมาก ๆ เค้าเรียกว่ามันเป็นเหตุปัจจัยที่จะเป็นโรคประสาทนะ คนที่บังคับตัวเองได้มีระเบียบ มีวินัย มีความดีนั้นถือเหตุปัจจัยที่จะมีความสุขความดับทุกข์ในอนาคต พระพุทธเจ้าตรัสว่าเพราะสิ่งนี้มีสิ่งนั้นถึงมี

จิตใจของเรานั้นพระพุทธเจ้าให้เราพากันเข้าถึงสวรรค์เข้าถึงพระนิพพานในปัจจุบันด้วยการเสียสละ ด้วยการมีระเบียบมีวินัย สัจจะนี้สำคัญมาก สิ่งที่ดี ๆ เราตั้งสัจจะไว้ เราอย่าได้เปลี่ยนแปลง

คนเรานั้นนะมันทนต่อสุขภาพร่างกาย ทนต่อสิ่งแวดล้อม ทนต่อสิ่งที่ดีมาเกี่ยวข้องไม่ค่อยจะได้ นะ ถ้าสมาธิเราไม่แข็งแรง อุเบกขาบารมีนี้ทุกท่านทุกคนต้องมีสมาธิให้มาก ตั้งมั่นให้ดี ๆ

ถ้าเราทำไปทุก ๆ วันนะเป็นปฏิบัติ บารมีความดีของเรานั้นก็ย่อมแข็งแรง แก่กล้าขึ้น

เราจะปล่อยให้ไปตามยถากรรม ตามความเคยชินนั้นไม่ได้ เราต้องเอา  
พระพุทธเจ้าเป็นที่ตั้ง เอาพระธรรมเป็นที่ตั้ง เอาพระอริยสงฆ์เป็นที่ตั้ง  
เอาพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเป็นที่ตั้ง เอาบ้านเมืองเป็นที่ตั้ง กกต.  
ทุกท่านก็จะได้เข้าถึงสิ่งที่ประเสริฐที่เราเกิดมา ได้มาทำประโยชน์  
ทั้งของตนเอง และประโยชน์ของประเทศชาติบ้านเมือง

สุดท้ายขออำนวยการด้วยอำนาจของพระพุทธเจ้า ของพระธรรม  
ของพระอริยสงฆ์ สิ่งที่ดี ๆ ทั้งหลายทั้งมวลจงเป็นเดชเป็นพลัง  
ให้ กกต.ทุก ๆ ท่านตลอดผู้ที่มาปฏิบัติธรรมทั้งหลายจงมีสุขภาพแข็งแรง  
มีสติสัมปชัญญะที่สมบูรณ์ มีสมาธิที่แข็งแรง มีสติมีปัญญา  
เป็นผู้เปรียบพร้อมด้วยมนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ นิพพานสมบัติ  
ด้วยกันทุกท่านทุกคนด้วยเทอญ...

พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่องค์พ่อแม่ครูอาจารย์  
เมตตานำมาบรรยายให้แก่บุคลากรจากสำนักงานคณะกรรมการการเลือกตั้ง  
ที่ได้มาปฏิบัติธรรมเพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว  
ระหว่างวันที่ ๒๔ - ๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๗  
ณ วัดป่าทรัพย์ทวีธรรมาราม ต.วังหมี่ อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา

# คำสอนทางความดี

## ปีพุทธศักราช ๒๕๕๘

ข้าพเจ้าทั้งหลาย...

ขอถึงพระพุทธเจ้า ขอถึงพระธรรม ขอถึงพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า  
ว่าข้าพเจ้าจะตั้งมั่นในความดี เอาความดีเป็นที่ตั้ง เป็นข้อวัตรปฏิบัติ  
จะเป็นคนที่เสียสละ จะเป็นคนที่รับผิดชอบ เป็นคนที่หนักแน่น

จะพยายามตัดกรรมเก่า

เช่นข้าพเจ้าเป็นคนไม่ดีในเรื่องใดก็จะพยายามตัดในเรื่องนั้น  
จะพยายามรักษาศีลห้า ไหว้พระสวดมนต์ นั่งสมาธิทุก ๆ วันเป็นปฏิปทา  
จะพยายามขยัน จะไม่เกี่ยวข้องกับอบายมุขต่าง ๆ

เช่น เหล้าเบียร์ แอลกอฮอล์ทุกชนิด

เป็นคนไม่เจ้าชู้ ไม่เล่นการพนัน ไม่เล่นหวยเถื่อน

จะพยายามฝึกพูด ไม่นินทาแก้วร้าวบุคคลอื่น

จะฝึกทำงานให้มีความสุขทุก ๆ วัน

จะพยายามวางแผนในการใช้เงินใช้สตางค์

เพื่อจะได้เป็นคนมีความอดทน จะได้ไม่เป็นหนี้เป็นสิน

จะเป็นคุณพ่อคุณแม่ที่ดี จะเป็น ลูกที่ดี เป็นมนุษย์ผู้ประเสริฐ

จะเป็นแบบอย่างให้กับกุลบุตรกุลหลาน

เป็นตัวอย่างที่ดีให้กับสังคมและประเทศชาติ นับตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป...