

กลับมาหาตัวเองนั้น
สุขอย่างยิ่ง



โดย

พระอาจารย์กัณหา สุขกาโม
วัดแพร่ธรรมาราม จ.แพร่

พิมพ์เผยแพร่เนื่องในงานทอดกฐินสามัคคี
ณ วัดแพร่ธรรมาราม และวัดสาขา

กลับมาหาตัวเองนั้น สุขอย่างยิ่ง

พระอาจารย์กัณหา สุขกาโม

วัดแพร่ธรรมาราม อ.เด่นชัย จ.แพร่

คำนำ

พิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทาน จำนวน เล่ม

ขอสงวนสิทธิ์ภาพและข้อความในหนังสือนี้

ไม่สมควรเผยแพร่ คัดลอก ตัดตอนโดยมิได้รับอนุญาต

หากท่านใดประสงค์จัดพิมพ์เพื่อเผยแพร่เป็นธรรมทาน

โปรดติดต่อคณะสงฆ์วัดแพร่ธรรมาราม หรือวัดสาขา

ดำเนินการพิมพ์โดย

บริษัท ปริมา พับบลิชซิง จำกัด

342 ซ.พัฒนาการ 30 ถ.พัฒนาการ แขวงสวนหลวง เขตสวนหลวง

กรุงเทพมหานคร 10250 โทรศัพท์ 02-717-5111 โทรสาร 02-717-5174

www.primapublishing.co.th

คำนำผู้จัดพิมพ์

สารบัญ

หน้า

กลับมาหาตนเองเป็นสุขอย่างยิ่ง

ดีอยู่กับการฝึกฝน

ใจดีปกติ

มีใจเดียวกันในการปฏิบัติ

คนดี ความดี

ธรรมะที่ไม่ตามใจ

เป็นผู้ให้ เป็นสุขยิ่ง

บุญใหญ่ อาณิสสงส์ใหญ่

ธรรมะกับทำงานแยกกันไม่ได้

ประเสริฐอย่างยิ่ง ไม่มีใครยิ่งกว่า

ละเสียหยุดเสีย เรียกว่า “ตัดกรรม”

เป็นผู้ให้ เป็นผู้เสียสละ

คนเราเรื่องคิดนี้สำคัญ

กลับมาหาตัวเองนั้นสุขอย่างยิ่ง

จักเป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน



หัวใจของศาสนา คือ ศิล สมาธิ ปัญญา
ที่ตรัสรู้ธรรมของพระพุทธเจ้า
เงินทองข้าวของสรรเสริญ มันเป็นทรัพย์รองลงมา
เมื่อตั้งใจบวชแล้วก็ขอตั้งใจปฏิบัติของตนให้เต็มที่
อย่าเห็นแก่ความสุขทางร่างกาย
ความเอร็ดอร่อยจากสิ่งภายนอก



กลับมาหาตัวเอง เป็นสุขอย่างยิ่ง

สร้างบารมี สร้างให้มี ให้เป็น

การบวชก็มีคุณมีอานิสงส์มาก ให้ตั้งใจปฏิบัติตามวินัย ตามธรรมวินัย คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ของครูบาอาจารย์ที่วางไว้ เพราะการบวชเป็นปฏิบัติบูชา มิใช่อาภิมิสบูชา ต้องรักษาศีล ข้อวัตรอย่างดีเยี่ยม มิให้บกพร่อง ต้องมาละทิ้งวิมานะของตัวเอง เราจะเอาเหตุผลของเรามาเปรียบเทียบกับไม่ได้

หัวใจของศาสนา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ที่ตรัสรู้ธรรมของพระพุทธเจ้า เงินทองข้าวของสรรเสริญ มั่นเป็นทรัพย์รองลงมาเมื่อตั้งใจบวชแล้วก็ขอตั้งใจปฏิบัติของตนให้เต็มที่ อย่าเห็นแก่ความสุขทางร่างกาย ความเอร็ดอร่อยจากสิ่งภายนอก

สิ่งนี้พระพุทธเจ้าเปรียบเหมือนกองมูลไปหลงไม่ได้

ยิ่งทุกวันนี้ทุกอย่างสะดวกสบายไปหมด สมัยโบราณต้องเดินไป หาซื้อ

อะไรไม่ได้ ทุกวันนี้สะดวกสบายมาก พวกนี้ทำให้คนลุ่มหลง ทำให้ไม่เห็นภัยในวิถีสงสาร

บวชแล้วไม่ได้ฝึกจิตฝึกใจก็เสียเวลา เสียความสามารถ 3 เดือน ที่เราบวชไปเอาเวลาคืนมาไม่ได้ ต้องทำให้ดีมีคุณค่า

ตามปกติทุกคนก็ติดสุขติดชู้เกี้ยว การปฏิบัติต้องไม่ติดสุข ชู้เกี้ยว ชู้คร้าน ต้องทำอะไรตามหน้าที่เหมือนลมหายใจ ไม่มีความชู้เกี้ยว ต้องอยู่เหนือความชอบไม่ชอบ เรื่องทางโลกเราก็หยุดไว้ก่อน ช่วงนี้เราจะมาปฏิบัติมาบวช วิทยุ โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ มือถือต้องทิ้งให้หมด ครูบาอาจารย์ที่เสีย เพราะใจยังไม่เป็นพระอริยะ เพราะชอบคุยโทรศัพท์ มีโทรศัพท์ โทรหาผู้หญิง พระพุทธเจ้าตรัสว่านิสัยไม่ดี เราหนีจากสิ่งเหล่านี้แล้วต้องทิ้งให้หมดสาวคนไหน ๆ ต้องหยุดการติดต่อ อย่าไปอาลัยอารมณ์ในกาม จะต่างพร้อมใจ ปฏิบัติไม่ขึ้น **มันเป็นกาม เอาไม้สีในน้ำ มันไม่เกิดผลหรอก** โทรศัพท์ไม่ให้มีดี ไม่โทรดี เพราะเราโทรเหมือนฆราวาส เพราะโทรศัพท์เป็น ข้าศึกของพรหมจรรย์ โทรคุยกับผู้หญิงเกิน 6 คำ ก็เป็นอาบัติปาจิตยตี พูดเชิงชู้สาวก็เป็นสังฆาทิเสส ห้ามมรรคผล ปฏิบัติไปไม่ได้ ญาติโยมก็อย่าส่งเสริมให้พระยืมโทรศัพท์ ถ้ามีการมืงานก็ให้โยมมาจัดการบอกให้ ทำบ่อย ๆ ก็ไม่อายเคยชินอะไร ๆ ก็จำเป็น ๆ

คำว่าสร้างบารมีคือ ไม่ทำตามความอยากของตนเอง มันต้องฝืน การทำกิจวัตรหน้าที่ ต้องทำสุดกำลัง อย่าไปกลัวคนอื่นกินแรง เพราะใครทำใครได้

พระพุทธศาสนาคือภาคปฏิบัติไม่ใช่ปรัชญา การเสียสละโดยไม่ได้ออกจากใจของเราเองแต่มาจากการบังคับ เมื่อเรารู้แล้วก็ทำเองปิดกวาดเช็ดถูล้างห้องน้ำ งานหยาบ ๆ ยังทำไม่ได้ งานละเอียดมรรคผลนิพพานก็ไม่ได้เหมือนกัน เราเสียสละอะไรบ้าง ให้พิจารณาตัวเองดูทุกคน

เรื่องกินเป็นเรื่องใหญ่สำคัญนัก เช่นอยากกินมามา ก็ให้ลูกศิษย์เอามาไม่ใช่ข้อวัตรของพระอรหันต์ ไม่ใช่พระป่วยไข้หรืออาหารไม่พอฉัน มันเป็นการกินเสริมกาม กินตามใจ

การเคารพกันระหว่างบวชเก่าบวชใหม่ รับบาตรจิวร รู้จักที่สูงที่ต่ำเป็นสิ่งสำคัญเท่า ๆ กันมันก็สอนกันไม่ได้ พระเก่าก็ปฏิบัติตัวดีให้พระใหม่ยอมรับตัวพระใหม่ก็อ่อนน้อมไม่ถือตนเรื่องเรียนสูง เพราะสูงโดยความรู้แต่ไม่ใช่สูงโดยคุณธรรม

รู้จักใช้ของสงฆ์ การปิดไฟเปิดไฟ ปิด - เปิดน้ำ ของใช้ให้รักษาของสงฆ์ไม่ให้เสียหาย ประหยัดสร้างนิสัยไม่มั่งง่าย

อย่างหลวงปู่ฉลุยฝึกใช้น้ำวันละ 1 กา ทั้งอาบ ตี๋ม ล้างบาตร ประมาณ 2 - 3 ลิตรต่อวัน

ตอนหลวงตามหาบัวมาที่วัด ท่านก็ให้ปิดไฟให้หมด บางที่ท่านก็หาสวิตช์ไฟไม่เจอ ท่านก็ถาม “เราจะปิด” พระบอก “ไม่ต้องปิด” แต่หลวงตาบอก “เป็นเราเราปิด” พระมันต้องประหยัดเพราะนิสัยมักง่ายเห็นแก่สะดวก เราบริโภคทรัพยากรธรรมชาติต้องทำลายธรรมชาติมาใช้มากมาย

เป็นพระ เณร แม่ชี อุบาสก อุบาสิกา ต้องเป็นคนซื่อสัตย์ จะเอาของอะไรต้องขอแม้แต่รูป 1 ดอกก็ต้องขอ ต้องขอครูบาอาจารย์หรือพระว่าเราเอาไป ไม่ให้พลาดการ จะเป็นของส่วนรวมหรือของคนอื่น ไม่ได้ถือเป็นคนของตน ไม่ซื่อสัตย์

ยิ่งพระ ราคาเกิน 5 บาท ก็ขาดความเป็นพระ โยมก็ขาดจากโยมกลายเป็นโจร เราจะไปอยู่ไหนก็ให้อาพระธรรมวินัย ระเบียบ เราอย่าไปเอากิเลสของเจ้าอาวาส หรือพระองค์ใดเป็นหลักไม่ได้

อย่าให้ออกนอกเส้นพระธรรมวินัย ซึ่งเป็นของสูงค่า นำเราออกจากทุกขวิภูสงสารได้

14 พระกัมแหง วิกรมโช

หลวงพ่อกุญท่านบอกว่า เราไม่ต้องทำอะไรมาก เช่น ไปเผยแพร่ ทำตาม
พระธรรมวินัย ข้อปฏิบัติก็สวยงามไปได้

ณ วัดแพร่ธรรมาราม
วันที่ 7 กรกฎาคม พ.ศ. 2549



วจา เรามีปาก เลือกพูดในสิ่งที่ดี ไม่ดีอย่าไปพูด
ดีอยู่กับการฝึกฝน ไม่ดีไม่ต้องไปพูด
คนเราเมาทั้งดี เมาทั้งชั่ว

อยากพูดอะไรก็พูด ไม่มีสรรณภาพ ว่าไปเลย
เอาชนะคนอื่น อย่างนี้แย่ทั้งปีทั้งชาติ ไม่มีคนรัก
อยู่บ้านก็บ้านแตก อยู่กับสังคม สังคมก็แตกแยก
ตั้งนั้นนักปฏิบัติ ต้องฝึกกาย วจา ใจของเราให้ดี



ดีอยู่ที่การฝึกฝน

*กรรมจำแนกสัตว์ หยาบ ละเอียด เรามีใจไว้คิดโน่นคิดนี่ เราคิดได้แต่ต้องคิดในสิ่งที่ดี ให้เจริญในคุณธรรมความดี เกิดความสงบร่มเย็น ให้รู้แก่ใจ ดีให้คิด ไม่ดีไม่คิด ความดีพยายามคิด

*ความคิดส่งผล เป็นกรรมกรกระทำทางกาย วาจา ใจต่อความคิดจัดเป็นสิ่งที่สำคัญ จัดเข้าในมรรคเบื้องต้น (สัมมาทิฐิ)

*กายของเราทำได้หลายอย่าง ทั้งดีและไม่ดี ใช้กายทำงานดี ทำความดี อันไหนไม่ดีตัดออกเด็ดขาด บางทีคนเราใช้ร่างกายไม่เป็น ไม่ว่าจะการอยู่การบริโภคใช้สอยปัจจัยสี่ บางทีไม่จำเป็น บางทีไม่มีประโยชน์ บางอย่างก็มีโทษ เราต้องฝึกกายวาจาใจของเรา

*วาจา เรามีปาก เลือกพูดในสิ่งที่ดี ไม่ดีอย่าไปพูด ดีอยู่ที่การฝึกฝน ไม่ดีไม่ต้องไปพูด คนเราเมาทั้งดี เมาทั้งชั่ว อยากพูดอะไรก็พูด ไม่มีสรรณภาพ ว่าไป

เลย เอาชนะคนอื่น อย่างนี้แย่งทั้งปีทั้งชาติ ไม่มีคนรัก อยู่บ้านก็บ้านแตก อยู่กับสังคม สังคมก็แตกแยก

ดังนั้นนักปฏิบัติ ต้องฝึกกาย วาจา ใจของเราให้ดี

วัดสันป่าสักวรอุไร จังหวัดเชียงใหม่
วันที่ 21 ส.ค.49

ใจดีปกติ

เรื่องจิตใจ เป็นเรื่องที่สำคัญมาก พยายามรักษาระดับจิตใจให้ดี คิดอะไรไม่ดีไม่ได้ ให้คิดแต่เรื่องดี ๆ ทำอย่างนี้นาน ๆ ไปใจของเรา มันจะดียิ่ง ๆ ขึ้นไป จนเป็นคนใจดีปกติ

บางคนแม้ขณะกำลังกราบพระ อยู่ต่อหน้าพระแท้ ๆ ยังอดคิดอะไรที่ไม่ดีไม่ได้ ไม่เกรงขาม แสดงว่าภายในใจไม่มีพระพุทธเจ้าเลย

การปฏิบัติธรรม ครูบาอาจารย์ไม่ต้องการคนฉลาด คนเก่ง ผมต้องการคนซื่อสัตย์ คนกตัญญู จะทำให้บรรลุธรรมได้เร็ว

กรกฎาคม 2551

วัดสันป่าสักวรอุไร จังหวัดเชียงใหม่

เรื่องจิตใจ เป็นเรื่องที่สำคัญมาก
พยายามรักษาระดับจิตใจให้ดี
คิดอะไรไม่ดีไม่ได้ ให้คิดแต่เรื่องดี ๆ
ทำอย่างนี้นาน ๆ ไปใจของเรา
มันจะดียิ่ง ๆ ขึ้นไป จนเป็นคนใจดีปกติ





การนั่งสมาธิเรานั่งเอาอะไร ?
เราก็อะไรนั่งเอาอะไร
เรารู้ลมออกลมเข้า
ให้ใจเราอยู่กับ ลมเข้าออก
เพื่อฝึกใจให้อยู่กับปัจจุบัน



มีใจเดียวกันในการปฏิบัติ

การมาบวชมาปฏิบัติธรรม คือการมาสร้างความดี มาสร้างบุญกุศล ให้กับตนเอง เป็นการบำเพ็ญบารมีโดยเฉพาะ คือมาปฏิบัติตามคำสั่งสอน ของพระพุทธเจ้า คือไม่ตามใจตนเอง เราอยู่ทางบ้านมันคิดโน้นคิดนี้ ทั้งทาง ดี ทางไม่ดี พุดโน้นพุดนี้ พุดสารพัดสารเพ การกระทำก็เหมือนกัน เรียกว่า ทำตามใจตัวเอง 100%

การทำตามใจตนเอง เรียกว่า การทำบาป แม้สังคมไม่ว่าอะไร แต่มัน เป็นการทำบาป มันเป็นประชาติปโตยพร้อมเพรียงกัน แต่นั่นมันเป็นบาป การกินเหล้าเมายา สรวลเสเฮฮา ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต เหล่านี้เป็นบาป เป็นชีวิตที่ อยู่กับความบาป

พระพุทธเจ้าท่านไม่ได้ถือว่าเป็นคนจน คนรวย เป็นพ่อค้า พระมหากษัตริย์ ทุกคนก็มีใจดวงเดียวเหมือนกันในการปฏิบัติ

คนเราประเสริฐอยู่ที่ความประพฤติการปฏิบัติ

การทำตามใจตนเอง เราคิดว่ามีความสุข เอรีดอ์รอยมีชีวิตชีวา อย่าง นี้เป็นการทำลายอนาคตของตนเอง เป็นการประทุษร้ายตนเอง

คนเราตามหลักแล้วต้องไม่ตามใจตนเอง ต้องตามพระธรรมที่บริสุทธิ์ ที่ไม่มีความเห็นแก่ตัว คนเรามันอยากเห็นแก่ตัว มันอยากกิน อยากนอน อยากเที่ยว อยากเล่น อยากฟริสไตล์

ที่นี้เรามาบวชแล้ว มาเริ่มต้นหรือว่าตั้งตัวใหม่ คัดเลือกสรรเอาแต่สิ่ง ที่ดี ๆ เรามาผ่าตัดเอาสิ่งที่เลวร้ายออกจากกาย วาจา ใจของเรา

เริ่มต้นตั้งแต่ระบบความคิด ตามภาษาบาลีเรียกว่า **“สัมมาทิฏฐิ” คือ ความเห็นชอบ**

คนเราจะบาปจะบุญ ก็อยู่ที่ความคิด ความคิดนี้เป็นอาหาร เป็นอาหาร ทั้งความดี ทั้งความชั่ว อาหารก็ไม่สามารถบริโภคได้ทุกอย่าง บางอย่าง บริโภคได้ บางอย่างกลับบริโภคไม่ได้ ความคิดไหนที่ไม่ดีเราก็ไม่คิด เช่น คิดถึงเพศตรงกันข้าม คิดเรื่องไปกินไปเที่ยว คิดเรื่องการ เรื่องงาน เรื่อง นั้นเรื่องนี้ เพราะคิดไปแล้วก็ไม่มีประโยชน์อะไร คิดแล้วก็ไปเป็นบาปเป็นกรรม คิดแล้วเงินทองก็ไม่ไหลมาเทมา คิดแล้วมีแต่บาปกรรม คิดบ่อย ๆ บาป

น้อย ๆ ก็เป็นบาปมาก ขโมยเล็ก ๆ น้อย ๆ ก็เป็นขโมยมากขึ้น

การบวชจึงเป็นการฝึกจิตใจให้คิดเห็นถูกต้อง คิดมาก ๆ ก็ออกทางกาย ทางวาจา พระพุทธเจ้าท่านให้ฝึกรู้ความคิด รู้อารมณ์ ท่านจึงเป็นพระพุทธเจ้า พระอรหันต์

เราพยายามพัฒนาความคิด เราพยายามมองดูตัวเองว่าตนเองเป็นอย่างไร เราอย่าไปมองคนอื่น โยมคนนั้นคนนี้ พระองค์นั้นองค์นี้ มันเป็นเรื่องของเขา เราจะไปแบกความดีความชั่วของเขา คนอื่นเขาก็ไม่มีอะไรกับเรา มันเป็นทางผ่านของอารมณ์เฉย ๆ เหมือนอากาศร้อนอากาศหนาว

คนเราชอบหวั่นไหวตามกระแสโลก ชอบไปมองคนอื่น ไม่มองตนเองเลยเป็นคนหวั่นไหว ไม่ตั้งมั่น

เราฝึกใจของเรา เช่นว่า เราเดินจงกรมเพื่อปล่อยเพื่อวาง นั่งสมาธิเพื่อปล่อยเพื่อวาง วางจากกิเลส อยู่ปกติ ความโลภ โกรธ หลง มาเป็นฝูง ๆ เลยเรามาปล่อยวาง หายใจเข้าลึก ๆ ทำใจให้สบาย

การไม่ตามใจตนเอง ไม่ปล่อยใจไป เรียกว่า เป็นการสร้างบุญสร้างกุศล

เรามีชีวิตที่ล้มเหลว ยากจน เศรฐิตไม่ดี เพราะเราตามใจตนเอง เราจึงไปได้ช้า เราจึงต้องมาฝึกจิตใจตนเอง เราจะได้จับจุดจับทิศทางได้ว่า ที่ผ่านมาระมาเราผิดพลาดไปหลายอย่าง เพราะเราเป็นตามใจตนเอง โดยขาดหลักการ ในความเจริญ ในความสว่างไสว

ฝึกเป็นคนรวดเร็ว ว่องไว คล่องแคล่ว ไม่ซื่อป้อ เพราะนักปฏิบัติต้องคล่องแคล่วว่องไว ไม่ซื่อป้อ มีความนิ่มนวลเข้าได้กับทุกอย่างเหมือนน้ำเหมือนลม เรียบร้อย นุ่มนวล

เรามาฝึกกิริยามารยาทเป็นเครื่องฝึกใจของเรา เราต้องฝึกอย่างนี้เพื่อเราจะได้เปลี่ยนแปลงตัวเองในทางที่ดี

เป็นพระ พระพุทธเจ้าท่านจึงให้ฝึกอย่างน้อย 5 ปี เพื่อจะได้เป็นนิสิตของพระอรหันต์

การนั่งสมาธิเรานั่งเอาอะไร ? เราก็ไม่นั่งเอาอะไร เราปล่อยลมออกลมเข้าให้ใจเราอยู่กับลมเข้าออก เพื่อฝึกใจให้อยู่กับปัจจุบัน

การเดินจงกรมก็คือ เดินอยู่กลับไปกลับมา อยู่กับกายกับลม หรือกับ

28 พระกัมมชา สุภทฺโท

เท้าก้าวเดินก็ได้ เป็นการออกกำลังกาย ฝึกทำจิตใจว่าง ลองมาฝึกทำงานที่
บริสุทธิ์กัน ถ้าใจเราสงบแล้ว เราก็ฝึกพิจารณากายแยกออกเป็นส่วน ๆ

ทุกคนมาอยู่ด้วยคน ก็ถือว่าเป็นกัลยาณมิตรกัน ถ้าหาความอบอุ่น
จากคนอื่นก็พอสมควร อย่าให้คลุกคลีกัน

คนเราก็แปลก เอาความอบอุ่นจากพ่อแม่พี่น้องไม่พอ ยังมาหากับคน
อื่น เลยเป็นคนเห็นแก่ตัว เป็นคนเจ้าอารมณ์ ให้เราฝึกให้ความอบอุ่นกับ
คนอื่น ให้เรามาปรับตัวของเราใหม่ ชีวิตจะได้เป็นรุ่งอรุณ เป็นความเจริญ
งอกงาม เป็นความสุข

วันบรรพชาอุปสมบท

วันที่ 30 พฤศจิกายน 52

ณ. วัดแพร่ธรรมาราม



คนเราจะมั่งมีศรีสุข จะร่ำรวยมีโภคทรัพย์
จะเป็นคนมีสติมีปัญญา
ก็ย่อมเกิดจากเราเป็นคนดีเป็นคนเสียสละ
ไม่ขี้เกียจขี้คร้าน ไม่ตามใจตามอารมณ์
ทำแต่สิ่งที่ดีที่ถูกต้อง



คนดี ความดี

พระศาสนาแปลว่าความบริสุทธิ์ผุดผ่อง ปราศจากความโลภ ความโกรธ ความหลง ไม่มีความเห็นแก่ตัว เป็นความเมตตาที่สะอาดบริสุทธิ์ ไม่มีที่สุดไม่มีประมาณ

ธรรมะของพระพุทธเจ้าจึงไม่เลือกชั้นวรรณะ พระมหากษัตริย์ เศรษฐี กุฎุมพี วรรณะต่าง ๆ สัตว์ชาติต่าง ๆ

เมื่อพระพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมใหม่ๆ ท่านก็ทรงท้อพระทัย เพราะธรรมะที่ท่านตรัสรู้นั้นเป็นธรรมะที่ไม่ตามใจ ไม่ตามความต้องการของใคร ๆ เป็นธรรมะที่ทวนกระแส เป็นธรรมะที่ผู้มีปัญญา ผู้มีบารมีถึงจะเข้าใจได้

คนเราจะมั่งมีศรีสุข จะร่ำรวยมีโภคทรัพย์ จะเป็นคนมีสติมีปัญญา ก็ย่อมเกิดจากเราเป็นคนดีเป็นคนเสียสละ ไม่ขี้เกียจขี้คร้าน ไม่ตามใจตามอารมณ์ ทำแต่สิ่งที่ดีที่ถูกต้อง

คนเราที่เรามีความสุขทุกวันนี้เพราะผลของความดี

วันมาฆบูชา

วันเสาร์ที่ 27 กุมภาพันธ์ 53

ณ. วัดแพร่ธรรมาราม



เราล้มลง เราอาจจน หรือมีชีวิตอยู่อย่างทุกวันนี้
ก็เพราะมีเหตุปัจจัย ถ้าอยากให้ดีขึ้น
ก็ต้องสร้างเหตุปัจจัยในทางที่ดี
คนเราจะเปลี่ยนแปลงตัวเอง
ก็ต้องเปลี่ยนแปลงตั้งแต่ความคิด คำพูด และการกระทำ



ธรรมะที่ไม่ตามใจ

การบวช คือการมาสร้างคุณงามความดี สร้างบุญกุศลให้กับตนเอง คือการมาประพฤติปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า คือการไม่ทำอะไรตามใจตนเอง

การบวชที่จะได้บุญใหญ่อันยิ่งใหญ่ เราต้องตั้งใจปฏิบัติ ปฏิบัติให้จริงจัง ที่จะเป็นบุญกุศลได้ก็คือต้องมีภาคปฏิบัติ มีการรักษาศีลให้บริสุทธิ์ ทำข้อวัตรปฏิบัติให้ดียิ่ง ถือธุดงค์ให้เคร่งครัด

เราเป็นฆราวาส เราทำอะไรตามใจของเรา ตามอารมณ์ของเรา อยากกินอยากเที่ยวตามใจของเรา ทีนี้เราจะมาเปลี่ยนแปลงตัวเราให้ดีขึ้น เปรียบเสมือนเราเอาลิงมาผูกไว้ให้อยู่หนึ่ง ๆ หรือนำเสือมาขังไว้ไม่ให้มันกินอาหาร

ในครั้งพุทธกาล อุปตติสสะมานพได้แสวงหาครูบาอาจารย์จนพบพระอัสสชิ แล้วเกิดความเลื่อมใสขอฟังธรรม พระอัสสชิตอบว่า เพิ่งบวชใหม่ ยังสอนท่านไม่ได้ ต้องไปหาอาจารย์ของเรา อุปตติสสะจึงถามว่า ข้าพเจ้าอยากทราบว่าอาจารย์ของท่านสอนอย่างไร ท่านพระอัสสชิจึงแสดงธรรมว่า “**ธรรม**

เหล่าใด เป็นไปเพราะเหตุ” อุปตติสสะมานพเป็นผู้สร้างสมบารมีมามาก ฟังแล้วเกิดความเข้าใจทันที เลยบรรลุธรรมเป็นพระโสดาบัน ได้นำธรรมะนี้ไปบอกแก่เพื่อนรัก คือ โกสิตตะมานพ ซึ่งเมื่อได้ฟังแล้วก็เข้าใจได้ดวงตาเห็นธรรมเป็นพระโสดาบันเช่นเดียวกัน ทั้งสองจึงได้ไปขออุปสมบทกับพระพุทธเจ้า ได้นามในพระศาสนาว่า พระสารีบุตรและพระโมคคัลลานะ ซึ่งเป็นคู่อัศวินคู่สาวกผู้มีปัญญาและมีฤทธิ์มาก ที่พระพุทธองค์ทรงยกย่อง

เราจำรวย เรายากจน หรือมีชีวิตอยู่อย่างทุกวันนี้ ก็เพราะมีเหตุปัจจัย ถ้าอยากให้ดีขึ้นก็ต้องสร้างเหตุปัจจัยในทางที่ดี คนเราจะเปลี่ยนแปลงตัวเองก็ต้องเปลี่ยนแปลงตั้งแต่ความคิด คำพูด และการกระทำ

คนเราทำอะไรตามใจตัวเองเหล่านี้นำไปสู่ความเสื่อม คนเรามันต้องไม่ทำตามใจตัวเอง ต้องทำตามสิ่งที่ดี สิ่งที่ถูกต้อง ต้องเสียสละ มีศีล 5 ศีล 8 ศีล 227

ความเห็นแก่ตัวมันพาให้เราทุกข์ยากลำบาก ไม่เจริญ ทำให้เราเกียจคร้าน ทำให้เราติดสุข พาให้เราขึ้นเหนือลงใต้ พาให้เรารักคนนี้ชอบคนโน้นเกลียดคนนี้

เรามาบวช เราจะมาบำเพ็ญอริยมรรคให้แก่กล้า เราจะมาเปลี่ยนแปลงตนเอง
ไปในทางที่ดี ในทางที่ประเสริฐ ให้ถือว่าชีวิตที่เกิดมาตั้งแต่วันนี้แหละ เป็นชีวิต
ที่เกิดมาเพื่อสร้างความดี มาเพื่อเป็นผู้เสียสละ มาเป็นผู้ให้ ไม่เป็นผู้รับ

ชีวิตอย่างนี้เป็นชีวิตที่ร่มเย็น เป็นชีวิตที่ทุกคนต้องการ เป็นชีวิตที่เกิด
มาเพื่อสร้างความดี มาเป็นผู้เสียสละ มาเป็นผู้ให้ ไม่เป็นผู้รับ

วันบรรพชาอุปสมบท

วันเสาร์ที่ 20 มีนาคม 53

ณ. วัดแพร่ธรรมาราม



เราอย่าไปเอาความสุขจากคนอื่น
ส่วนใหญ่เราต้องการได้ความสุขจากคนอื่น
อยากให้ คนอื่นให้เรา นั่นคือความเห็นแก่ตัว
อุปมาเหมือนเราให้น้ำให้ปุ๋ยกับต้นไม้
โดยเราไม่หวังอะไรตอบแทน
ต้นไม้ก็ให้ความร่มเย็น ให้ความชุ่มชื้นกับเราเอง



เป็นผู้ให้ เป็นสุขยิ่ง

คณะแพทย์พยาบาลโรงพยาบาลอุตรดิตถ์ ได้จัดผ้าป่าเพื่อจัดซื้อเครื่องมือแพทย์และเวชภัณฑ์ที่จำเป็น ซึ่งทางโรงพยาบาลมีความจำเป็นต้องจัดผ้าป่า จึงจัดให้มีการทอดผ้าป่าที่ วัดอุตรดิตถ์ธรรมารามของเรา ถ้าไม่จำเป็นก็ไม่จัดงานนี้ขึ้นมา

พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้ว่า เราจะมีความสุข เราต้องเป็นผู้ให้ ให้ความคิด ให้ความรู้ ให้การศึกษา ให้วัตถุสิ่งของ ให้ความรักความอบอุ่น ให้คำพูดที่ดี ให้ที่พักอาศัย ให้ยารักษาโรค เสียสละได้ทุกอย่างทุกอย่าง

เราอย่าไปเอาความสุขจากคนอื่น ส่วนใหญ่เราต้องการได้ความสุขจากคนอื่น อยากรู้ให้คนอื่นให้เรานั้นคือความเห็นแก่ตัว อุปมาเหมือนเราให้น้ำให้ปุ๋ยกับต้นไม้ โดยเราไม่หวังอะไรตอบแทน ต้นไม้ก็ให้ความร่มเย็น ให้ความชุ่มชื้นกับเราเอง

ให้เราถือว่าเกิดมาเพื่อสร้างความสุข เสียสละทุกอย่าง บุญกุศลก็จะกลับมาหาเราเอง ให้เรามีความสุขความสบายได้เอง

ทุกวันที่เรายากลำบาก เพราะเราไม่เสียสละ บุญกุศลจึงไม่มีกลับมาสู่ตัวเรา ถ้าเราเป็นผู้ให้ ครอบครัวก็จะมีความสุข เมื่อเราเป็นผู้ให้ก็เป็นสุดยอดของชีวิต สุดยอดของความดี

ศาสนา หมายถึง ความเสียสละ ความไม่เห็นแก่ตัว ความบริสุทธิ์ผุดผ่อง ความเมตตาไม่มีที่สุดไม่มีประมาณ ศาสนานี้ไม่ได้หมายถึงศาสนาใดศาสนาหนึ่ง ศาสนาคือความเสียสละ ความไม่เห็นแก่ตัว ความบริสุทธิ์ผุดผ่อง ความเมตตาไม่มีที่สุดไม่มีประมาณ

ถ้าเราไม่มีศาสนา ครอบครัวก็ไม่อบอุ่น สังคมก็ไม่อบอุ่น ประเทศชาติก็ไม่อบอุ่น แดกแยก เป็นสังคมที่หาความสุขความสงบร่มเย็นไม่ได้

สมัยหนึ่งในครั้งพุทธกาล พระพุทธเจ้าของเราท่านได้ทรงอุปฐากพระภิกษุอาพาธด้วยพระองค์เอง ทรงตรัสว่า การอุปฐากผู้ป่วย การให้ยารักษาโรค เป็นบุญใหญ่มีอานิสงส์ใหญ่เหมือนได้อุปฐากพระพุทธเจ้า

สังคมที่ดีต้องมีการดูแลกันเวลาเจ็บไข้ได้ป่วย เวลาตายคนเราเกิดมาครั้งเดียวตายครั้งเดียว แต่เจ็บไข้ได้ป่วยหลายครั้ง ต้องดูแลกันจึงเป็นบุญใหญ่

ค่าของเราที่เกิดมาเป็นมนุษย์อยู่ที่ผลของงาน อยู่ที่คุณธรรม ความเห็นแก่ตัวมันทำให้เราไม่เสียสละ เป็นคนเอาความสุขจากคนอื่น เป็นคนที่เหนียวยิ่งกว่าตังเม ไม่ให้ทาน ไม่รักษาศีล ไม่เข้าวัด ไม่กตัญญูกตเวท ติดอบายมุข ติดเหล้าติดเบียร์ เป็นนักเลงการพนัน เที้ยวทั้งกลางวันกลางคืน นิยมบริโภคเรื่องกิน เรื่องกาม เรื่องเกียรติ ไม่มีบุญไม่มีบาป คือไม่เชื่อในบาปบุญคุณโทษ มีความคิดเห็นผิด เป็นมิจฉาทิฎฐิ มีดียิ่งกว่าพระจันทร์วันเดือนดับ หรือเหมือนคนมีจักขุบอด

อานิสงส์ของการให้ทานด้วยเครื่องมือแพทย์และยารักษาโรค ก็คือเกิดทุกภพทุกชาติ เราจะเป็นคนไม่เจ็บไม่ป่วย เป็นคนแข็งแรง เป็นผู้ที่ตั้งมั่นในมณุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ นิพพานสมบัติ

ทอดผ้าป่าสามัคคีเพื่อจัดซื้อเครื่องมือแพทย์
ณ.วัดอตุตถดิตถ์ธรรมาราม
วันเสาร์ที่ 10 เมษายน 53



เราต้องเป็นคนดี เป็นคนไม่เห็นแก่ตัว
เป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง
เชื่อมั่นในการทำความดี
เป็นคนกตัญญูกตเวที
เป็นคนอ่อนน้อมถ่อมตนต่อผู้หลักผู้ใหญ่กับทุก ๆ คน



บุญใหญ่ อานิสงส์ใหญ่

การบวชถือว่าเป็นบุญใหญ่มีอานิสงส์ใหญ่ เพราะการบวชเป็นภาค ประพฤติปฏิบัติ

การบวช คือ การมาประพฤติปฏิบัติตัวเองตามรอยบาทพระศาสดา เพื่อ มาละความโลภ ความโกรธ ความหลง มาละบาปทั้งปวง มาทำกุศลให้ถึงพร้อม มาทำใจของเราให้สะอาดบริสุทธิ์ มาเปิดของคว่ำให้มันหงายขึ้น ออกจากทาง มืดเข้าสู่ความสว่าง มาเปลี่ยนแปลงปฏิปทาในทางที่ไม่ดีให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นไป มามี จุดยืน มาตั้งจุดยืน

ศีล คือ ระเบียบคือวินัย นำใจของเราดำเนินไปในการปฏิบัติ ให้เป็น ผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติตรง ปฏิบัติออกจากกิเลส ปฏิบัติสมควร เป็นผู้ที่สมควร รับประทาน ให้ผู้ถวายทานอุทิศบุญกุศล มีผลใหญ่ มีอานิสงส์ใหญ่

คนเรามันมีวิชาเป็นที่ตั้ง มันมีความเห็นแก่ตัว มันอยากกินสบาย นอนสบาย ทำอะไรตามสบาย มันทำให้เราทุกข์ยากลำบาก ไม่เจริญในธุรกิจ การงาน ไม่เจริญในความรู้ความฉลาด ทุกวันนี้สิ่งแวดล้อมมันมีมากมายที่

มันทำให้เรายึด ให้เราติด ให้เราหลง

การบวช ถึงชื่อว่า “การมาฝึกตน” กุลบุตรก็ต้องตั้งใจรักษาศีลให้ดี ทำข้อวัตรให้ดี อย่าให้ตกบกพร่อง

เราอาศัยหมู่อาศัยคณะทำพร้อมเพรียงกัน พยายามเอาพระพุทธเจ้าเป็นที่ตั้ง งดการสรวลเสเฮฮา อะไรต่าง ๆ ทุกอย่างก็ให้ปรับตัว หมู่คณะทำได้เราก็ทำได้

ช่วงเวลานี้เราก็ให้ตั้งใจปฏิบัติ เพราะอันนี้เป็นข้อสอบจริง เราจะได้บุญ ได้กุศลมาก ญาติ ๆ บรรพบุรุษเราก็พลอยได้รับอานิสงส์ไปด้วย ถือว่าการฝึก ครั้งนี้เป็นการฝึกครั้งใหญ่

คนเรามีผิดมีถูกทุกคน แต่เราก็ต้องปรับปรุงเลือกเฟ้น ความเคยชิน แต่ละคนแต่ละท่านมันสั่งสมมานาน บางทีมันก็ดี บางทีก็ไม่ดี มันต้องปฏิบัติ คัดกรองเอา ต้องรู้จักคิดรู้จักวางแผน ต้องพิจารณาตนเองว่า ตนเองว่าไม่ เจริญ ไม่มีคุณธรรม เพราะอะไร ? ต้องกลับมาดูตัวเองจะได้ปรับปรุงแก้ไข ไมอย่างนั้นความเคยชินมีอย่างไรก็จะไปอย่างนั้นแหละ เพราะธรรมะและการ ประพฤติปฏิบัติของเราจะช่วยเราได้

เราต้องเป็นคนดี เป็นคนไม่เห็นแก่ตัว เป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง
เชื่อมั่นในการทำความดี เป็นคนกตัญญูกตเวที เป็นคนอ่อนน้อมถ่อมตนต่อ
ผู้หลักผู้ใหญ่กับทุก ๆ คน

ความดีเท่านั้นที่จะนำเราสู่สวัสดิ ที่เราสบายนี้เป็นความดีในอดีตรวมกับ
ความดีของพ่อแม่ คราวนี้เรามาทำความดีให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป

วันบรรพชาอุปสมบท
ณ. วัดแพร่ธรรมาราม
วันอาทิตย์ที่ 11 เมษายน 53



การปฏิบัติธรรมเป็นสิ่งเดียวกับการงาน
ไม่สามารถแยกจากกันได้
เราจะรำรวย ยากจน ขึ้นอยู่กับการปฏิบัติของเรา
จะเป็นหนี้เป็นสินมีปัญหาต่าง ๆ นาๆ
ขึ้นอยู่กับการประพฤติตัวของเรา



ธรรมะกับทำงานแยกกันไม่ได้

วันนี้เป็นวันมหาสงกรานต์ เราทั้งหลายได้มีโอกาสสรองน้ำพระพุทธรูปองค์แทนพระพุทธเจ้า สรงน้ำพระสงฆ์ รดน้ำดำหัวผู้ใหญ่ ทำบุญสุนทรทาน เล่นน้ำสงกรานต์ให้มีความสุข ให้มันชื่นมีความสุขสบายคลายเครียด พี่น้องเพื่อนฝูงได้กลับมาพบเจอกันพร้อมหน้า จะได้นำพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามาแสดงเพื่อเป็นคติ เพื่อนำไปประพฤติปฏิบัติ เพื่อความเจริญงอกงาม

เราไปอยู่แห่งหนตำบลใดเราก็ต้องปฏิบัติธรรม เราถึงจะรำรวยมีคุณธรรมเป็นมนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ นิพพานสมบัติ

การปฏิบัติธรรมคืออะไร ? การปฏิบัติคือการเปลี่ยนแปลงตัวเราจากสิ่งที่ไม่ดีให้ดีขึ้น

การปฏิบัติธรรมเป็นสิ่งเดียวกับการงานไม่สามารถแยกจากกันได้ เราจะรำรวย ยากจน ขึ้นอยู่กับการปฏิบัติของเรา จะเป็นหนี้เป็นสินมีปัญหาต่าง ๆ นานา ขึ้นอยู่กับการประพฤติตัวของเรา

เราต้องดูตัวเอง แก้ไขตัวเอง ปรับปรุงตัวเอง เพิ่มเติมสิ่งที่มันขาด มาตัดสิ่งที่มันเกินออก อย่าไปทำตามความเคยชิน ให้ทำตามสิ่งที่ดีที่ถูกต้อง การดำเนินชีวิตของเราในชีวิตประจำวัน เราต้องเข้าใจและมีจุดยืน

พระพุทธเจ้าท่านสอนเราให้รู้จักทุกข์ รู้จักเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ในอนาคต ให้รู้จักข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ที่มันจะเกิดขึ้นในอนาคต ถ้าเราไม่เข้าใจ เราจะลำบากมาก เป็นหนี้สิน ยากจน แดกแยก ทุกข์หลาย ตกนรกทั้งเป็น มีปัญหา มาก ๆ

การปฏิบัติธรรมนี้สำคัญมาก เปรียบเสมือนลมหายใจ เราอยู่ที่ไหนเราก็ต้องหายใจ เราถึงจะไม่ตาย

ความประพฤติของเรานั้นแหละ คือการประพฤติปฏิบัติธรรม ใจเป็นสิ่งที่ไม่มีตัวไม่มีตน เราต้องอาศัยกาย อาศัยวาจา เป็นสิ่งที่นำปฏิบัติ มีระเบียบ มีวินัย บังคับตนเองไม่ให้ความขี้เกียจขี้คร้าน สิ่งที่ย่วยวนกวนใจมาครอบงำ คนเรามันต้องมีจิตใจตั้งมั่นเข้มแข็ง ความตั้งมั่นเข้มแข็งนั้นสำคัญมาก ถ้าขาดความเข้มแข็งแล้ว ทุกสิ่งทุกอย่างมันจะล่มสลาย ล้มเหลวไปหมด

เราเป็นมนุษย์ได้เพราะใจเราสูง ใจของเราเข้มแข็ง ทุกวันนี้สิ่งแวดล้อม

มันกดดันเราทำให้เราไม่เป็นตัวของตัวเอง เราก็อาศัยสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ นี้แหละมาช่วยให้เป็นความดี ให้กลับมาดูตัวเอง ดูความบกพร่องของตัวเอง

อุปสรรคภายนอกมันมีจริง แต่มันต้องแก้ที่กายวาจาใจเรา นอกจากพระธรรมคำสอนแล้ว ไม่มีอะไรแก้ได้ ความเห็นแก่ตัวของเรา มันทำให้เรามืดบอดมองไม่เห็น มัวแต่คว้าเอาแต่สิ่งไม่ดีมาดำเนินชีวิต ขอให้ทุกท่านทุกคนตั้งสติให้ดี

พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ จะเป็นพระรัตนตรัย นำกายนำวาจนำจิตใจเข้าสู่ความสุขอันเกษม

สิ่งที่ไม่ดีไม่พึงปรารถนา สงกรานต์ปีนี้ก็พากันทิ้งไปให้หมด ให้เริ่มต้นใหม่ ให้เป็นคนดี เป็นคนรับผิดชอบ เป็นคนเสียสละ เป็นคนที่มีเมตตา ไม่มีที่สุดไม่มีประมาณ เป็นคนกตัญญูกตเวทีพ่อแม่ทุกคนก็อยากเห็นลูกเป็นคนดี มีฐานะดี มีคุณธรรม เราเกิดมา 2 – 3 ขวบ ท่านก็ส่งให้เรียนหนังสือจนจบมหาวิทยาลัย ก็เพื่อให้ความรู้ มีกิจการงาน มีอยู่มีกิน มีชีวิตที่ดี มีศักยภาพสูง และที่สำคัญเพื่อให้มีคุณธรรม

เราไปอยู่ที่ไหนเราก็ต้องมีความรักต่อบุตรธิดา อย่าไปข่มเหงกัน อย่าไป

ทะเลาะกัน อย่าเอาแต่ใจตนเอง ต้องเสียสละ ถ้าเราร่ำรวยแล้วแต่ครอบครัวไม่อบอุ่น ติดอบายมุข กินเหล้าเมาสุรา ใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่าย ไม่รู้จักยังคิด มีเมียมากมีผิวมาก อย่างนี้เขาเรียกว่า ทำตามกิเลส มันเผาทั้งตัวเรา เผาทั้งครอบครัวเรา เผาทั้งพ่อแม่ปู่ย่าตายายเราให้เราร้อนกันหมด ให้เราหยุดเสียเถิด หยุดเสียจากการทำบาปทั้งปวง

ในวันมหาสงกรานต์นี้ ด้วยอำนาจแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย ขออวยพรให้พุทธบริษัททุกท่านจงมีความสุขกายสุขใจ ปราศจากทุกข์โศกโรคภัย อันตรายทั้งหลายอย่าได้เบียดเบียน กล้ากล้าให้เจริญด้วยทรัพย์ ยศ บริวาร ธนสารสมบัติ ให้ตั้งมั่นในความดี มีเมตตาจิตไม่มีที่สุดไม่มีประมาณ ให้จิตใจเข้มแข็ง สงบร่มเย็น ผ่องใสเบิกบาน ได้ดวงตาเห็นธรรมะ เข้าถึงซึ่งความสุขในมนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ นิพพานสมบัติ ด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ

วันมหาสงกรานต์

วันอังคารที่ 13 เมษายน 2553



ให้เราบำเพ็ญบารมีเหมือนพระพุทธเจ้า
ให้ตั้งใจทำ เราอย่าไปทำงานน้อยแต่อยากได้มาก
ถ้าเราตั้งใจปฏิบัติ สักไปเราก็จะเจริญ
เพราะบุญกุศลจะช่วย เราได้ช่วยเหลือพ่อแม่วงศ์ตระกูล
ด้วยการปฏิบัติดีปฏิบัติชอบของเรา



ประเสริฐอย่างยิ่ง ไม่มีใครยิ่งกว่า

วันนี้เป็นวันวิสาขบูชาวันวิสาขบูชา วันเพ็ญ ขึ้น 15 ค่ำ เดือน 6 พระจันทร์เต็มดวง เป็นวันที่พระพุทธเจ้าประสูติ ตรัสรู้ เสด็จดับขันธปรินิพพาน พวกเราชาวพุทธ ทั้งในและต่างประเทศถือวันนี้เป็นวันสำคัญที่มาระลึกนึกถึงพระพุทธเจ้า

พระพุทธเจ้าเป็นผู้ประเสริฐสูงสุด เป็นบรมครูที่เคารพของเทวดา มนุษย์และเวไนยสัตว์ทั้งหลาย พระองค์ปราศจากกิเลสอาสวะ เป็นผู้มีเมตตา ที่สุด เป็นผู้ให้ เป็นผู้เสียสละ ตั้งแต่พระพุทธเจ้าของเราเป็นสุขเมธดาบส เลื่อมใสในพระพุทธเจ้า เห็นว่าเป็นบุคคลสำคัญ เป็นผู้ให้ประโยชน์แก่ชาวโลก จึงได้ตั้งจิตอธิษฐานบารมี เพื่อจะเป็นพระพุทธเจ้าพระองค์หนึ่งในโลก

ธรรมที่ทำให้เป็นพระพุทธรูปนั้นคือ บารมี 10 ทิศ บารมี 30 ทิศ พระพุทธรูปท่านบำเพ็ญบารมีไม่มีใครเสมอเหมือน เมตตาบารมี พระองค์ก็ทรงเมตตาอย่างยิ่งไม่มีใครยิ่งกว่า เจริญขันติบารมีก็เจริญอย่างยิ่งไม่มีใครยิ่งกว่า

บารมี คือ การสร้างให้มี ให้เป็น จนบารมีเต็มรอบ จึงได้ตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณได้นำมาธรรมะมาสั่งสอนเวไนยสัตว์และพุทธบริษัททั้งหลาย

และในวันนี้ กุลบุตรได้มาบรรพชาอุปสมบท ตามรอยพระพุทธเจ้าในวันสำคัญในวันประวัติศาสตร์ ก็ให้ตั้งอกตั้งใจ

การบวชก็มาบำเพ็ญบารมีเหมือนกับพระพุทธเจ้า ไม่ตามใจตนเอง ไม่ตามอารมณ์ตนเอง เอาธรรมวินัยเป็นที่ตั้ง จึงมีผลใหญ่อันยิ่งใหญ่

ให้เราบำเพ็ญบารมีเหมือนพระพุทธเจ้า ให้ตั้งใจทำ เราอย่าไปทำงานน้อยแต่อยากได้มาก ถ้าเราตั้งใจปฏิบัติ ลึกไปเราก็จะเจริญเพราะบุญกุศล จะช่วย เราได้ช่วยเหลือพ่อแม่วงศ์ตระกูล ด้วยการปฏิบัติดีปฏิบัติชอบของเรา

เราอยู่ในสังคมของเราก็เหมาะสมดีที่จะปฏิบัติธรรม มีความหนาว ความร้อน ความสุข ความทุกข์ ให้เราได้ฝึกรักษาศีล เจริญสมาธิ ได้ปัญญา ได้บารมี

ถ้าทุกอย่างได้ตามใจปรารถนา เราก็ไม่ได้ปฏิบัติให้ถือว่าความยากลำบากไม่ได้ตามใจนั้นคือการปฏิบัติธรรม ชีวิตของเราคือการปฏิบัติธรรม

นิวรรณ์ทั้ง 5 มี ง่วงเหงาหาวนอน ฟุ้งซ่านรำคาญต่าง ๆ เหล่านี้ ให้เรา ได้ฝึกปฏิบัติทวนกระแส เหมือนพระพุทธเจ้าที่ท่านปฏิบัติ

62 พระกัมมहा สุนทรโม

ถือว่าเราโชคดีมากที่ได้มาบวชปฏิบัติ พยายามใช้โอกาสนี้ปฏิบัติเพราะ
ปฏิบัติทางการประพฤติปฏิบัติ มันจะจำแนกเราให้ดีให้ประณีตแตกต่างกัน

วันวิสาขบูชา
ช่วงเช้าวันศุกร์ที่ 28 พฤษภาคม 2553
ณ.วัดแพร่ธรรมาราม



คนทุกวันนี้ปล่อยวางไม่ถูก
ตนขี้เกียจขี้คร้านก็เลยหาวิธีปล่อยวางแบบไม่ถูกต้อง
ให้เราเอาคติที่ดีไป ชีวิตของเราจะได้ดีมีความสุข
ส่วนไหนไม่ดีเราก็ละเสียหยุดเสีย
เรียกว่า “ตัดกรรม” ไป



ละเสียดหยุดเสียด เรียกว่า “ตัดกรรม

ก่อนที่เราจะได้เวียนเทียน ให้เราสงบกายสงบใจ ระลึกถึงพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าเป็นผู้ที่มีเมตตากรุณาที่บริสุทธิ์ เป็นผู้ห่างไกลจากกิเลส ความยิ่งใหญ่ของพระพุทธเจ้าคือ มีความรัก ความเมตตาที่บริสุทธิ์ มีความอดทนไม่มีใครยิ่งไปกว่า

ให้เรากลับมาดูตัวเองซิว่า เรามีความอดทนหรือยัง ? มีความตั้งมั่นเข้มแข็งหรือยัง ? เรื่องรู้มากไม่สำคัญ สำคัญที่ความหนักแน่นเข้มแข็ง ความมีศีล มีธรรม ให้สำรวจตัวเองว่า เรามีความกตัญญูกตเวทิต่อพ่อแม่ ครูบาอาจารย์ ต่อทุกสิ่งที่ทำให้ความสุขความสบายเราหรือยัง เราจะได้ปรับปรุงตัวเราเอง เพราะปัญหาภายนอกถือว่าไม่มี ถ้ามี ก็ถือว่าทำให้เราได้พัฒนาตัวเอง เช่น เราเรียนหนังสือไม่เก่งเพราะเราขี้เกียจขี้คร้าน รับผิดชอบน้อย

บางคนทำงานเก่ง รับผิดชอบเก่ง แต่การใช้เงินทองไม่รู้จักคิด พระพุทธเจ้าท่านสอนให้ประหยัด เห็นได้จากการที่พระอานนท์ได้ตอบคำถามเกี่ยว

กับจีวร เมื่อมีผู้ถามว่า เมื่อจีวรเก่าแล้วท่านจะนำไปทำอะไร ? พระอานนท์ตอบว่า “เอาไปทำผ้าแพดานกุฎี” ผ้าทำผ้าแพดานกุฎีเก่าแล้ว จะนำไปทำอะไร พระอานนท์ตอบว่า “เอาไปทำผ้าเช็ดพื้น” ผ้าเช็ดพื้นเก่าขาดแล้วละ จะนำไปทำอะไร พระอานนท์ตอบว่า “เอาไปทูปให้ละเอียดผสมดินโปกเป็นพนักกุฎี” นั่นพระพุทธเจ้าท่านสอนให้ประหยัดอย่างนี้

ใจคนเราที่คิดคะนองมันเป็นใจเป็นบาป มันคิดในสิ่งที่เป็นไปได้ เช่น เรานั่ง เราก็ไม่ยอมให้เจ็บปวด มันก็เป็นไปไม่ได้ เราทำงานยังไม่เสร็จก็ไม่อยากให้พระอาทิตย์มันหมุนไปเร็ว อย่างนี้ก็เป็นไปไม่ได้ เรียกว่า เป็นคนคิดไม่เป็น ไม่รู้จักพอ ถ้าเรานั่งทิ้งคืน ใจของเรามีความสุข ไม่มีอดีต ไม่มีอนาคต ใจของเราก็มีแต่ความดับทุกข์

ให้เราพยายามสร้างเหตุปัจจัยให้มาก มีความขยันหมั่นเพียรให้มาก ๆ สิ่งไหนไม่ดีก็หยุด ไม่ทำ เราทำอย่างนี้ไม่อยากเรียนเก่ง มันก็จะเก่ง ไม่อยากรวยก็รวย ไม่อยากให้คนนับถือ คนก็นับถือ พระพุทธเจ้าท่านสอนให้สร้างเหตุปัจจัย ให้เกิดมนุษย์สมบัติ อยู่เฉย ๆ จะมีความสุขไม่ได้ มีแต่ความอยากรวย อยากเป็นเจ้าของคนไหนคน ใครจะให้เราเป็นได้ ไม่มีความรู้ ไม่มีความสามารถพอ

คนทุกวันนี้ปล่อยวางไม่ถูก ตนขี้เกียจขี้คร้านก็เลยหาวิธีปล่อยวางแบบ

ไม่ถูกต้อง ให้เราเอาคติที่ดีไป ชีวิตของเราจะได้ดีมีความสุข ส่วนไหนไม่ดี เราก็ละเสียหยุดเสีย เรียกว่า “ตัดกรรม” ไป พระพุทธเจ้าท่านเก่ง ท่านเป็นหัวหน้าเขาทั้งนั้น เป็นช่างก็เป็นพญาช่าง เป็นลิงก็เป็นพญาวานร เพราะท่านเสียสละมาก ทุกคนก็ยอม ถ้าเราเสียสละมาก ละความเห็นแก่ตัว ทุกอย่างก็จะดีขึ้น

ที่เราเคารพพระพุทธเจ้าเพราะท่านเป็นพระพุทธเจ้าผู้ทรงคุณอันประเสริฐ ดังกล่าวแล้ว ที่เราเคารพพระก็เพราะมีศีลดี มีข้อวัตรดี เสียสละดี และที่เราเคารพบุคคลก็เพราะเขามีความดี มีคุณธรรม คนดีมีคุณธรรมเป็นลูกใครใครก็รัก เป็นพ่อใครแม่ใครใครก็รัก

เราก็ปฏิบัติให้ดีเพื่อเป็นกำลังใจให้กับตัวเอง เป็นกำลังใจให้กับผู้อื่น การปฏิบัติธรรม ก็เพื่อให้ตนเองเคารพตนเองโดยศีลได้ ให้ตนเองดีเตียนตนเองไม่ได้

ส่วนใหญ่เราก็พยายามแต่งหน้าตา เสื้อผ้าอาภรณ์ เพื่อให้ทุกคนเห็น แล้วสบายตาสบายใจ เราต้องเพิ่มการแต่งจิตแต่งใจด้วย คนเรามันก็งามได้ไม่นานหรอก

ความเสียสละ ความไม่เห็นแก่ตัว มั่นงามเป็นอมตะ เหมือนมหาอุบาสิกาวีสาขา สามิภรรยาจะรักเราเคารพเรา เพราะเราเป็นคนดี เสียสละ รับผิดชอบ พ่อแม่ไว้วางใจเราก็เพราะเราเป็นคนดี รับผิดชอบดี ไม่ตั้งอยู่ในความประมาท เรารับผิดชอบดี พ่อแม่ก็ยอมรับว่าเราเป็นผู้ใหญ่ เป็นผู้ทำได้ ท่านแก่ชราก็วางใจตายตาหลับ

วันวิสาขบูชา
ช่วงค่ำวันศุกร์ที่ 28 พฤษภาคม 2553
ณ. วัดแพร์ธรรมาราม



บางคนบางท่านจะคิดว่ามันปฏิบัติยากเหลือเกิน

ในการให้ทาน รักษาศีล ในการปฏิบัติธรรม

พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า

สภาวะอย่างนี้เหมาะที่เราจะรักษาศีล

เจริญสมาธิ เหมาะที่จะปฏิบัติธรรม

เพราะว่าสิ่งเหล่านี้เอง

ให้เราได้สร้างความดี ได้สร้างคุณธรรม



เป็นผู้ให้ เป็นผู้เสียสละ

พวกเราทุกท่านทุกคนย่อมมีความสุขจากการทำความดี ทุกคนที่จะมีความสุขได้ต้องเกิดจากการทำความดี ต้องเป็นผู้ให้ เป็นผู้เสียสละ เป็นผู้ที่ยืนยันไม่ขี้เกียจขี้คร้าน

การเป็นผู้ให้นี้ดูเหมือนมันจะเสียเปรียบ แต่ว่าผลลัพธ์ก็คือความสุข ในขณะที่ให้ คิดถึงเมื่อไรก็มีความสุข

พระพุทธเจ้าท่านเป็นผู้ให้ เป็นผู้เสียสละ ท่านถึงตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า

คนเราประเสริฐอยู่ที่ไหน ? คนเราประเสริฐอยู่ที่การให้ ประเสริฐในการรักษาศีล ประเสริฐในการตั้งมั่นในความดีที่เรียกว่า “สมาธิ” ประเสริฐด้วยสติปัญญา รู้ว่าเมื่อมีความสุข มีทรัพย์ มีลาภ ยศ สรรเสริญ ก็ไม่ติดไม่ยึด รู้ว่าเป็นของใช้ชั่วคราว

บางคนบางท่านจะคิดว่ามันปฏิบัติยากเหลือเกินในการให้ทาน รักษาศีล ในการปฏิบัติธรรม พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่า สภาวะอย่างนี้เหมาะที่เราจะรักษา

ศีล เจริญสมาธิ เหมาะที่จะปฏิบัติธรรม เพราะว่าสิ่งเหล่านี้เอง ให้เราได้สร้าง ความดี ได้สร้างคุณธรรม

ถ้าเราเป็นเทวดา เป็นพรหม เป็นสัตว์เดรัจฉาน มันก็ไม่เหมาะสมที่จะปฏิบัติธรรม ที่ว่ายากลำบาก มันไม่ได้อยู่ที่สิ่งภายนอก มันอยู่ที่ใจของเรา เรามีความโลภ ความโกรธ ความหลง ให้เอาสิ่งเหล่านี้มาทำให้เกิดบุญกุศล เราจะรอให้ทุกอย่างมันพร้อมหมด มันก็ไม่ถูก

พระพุทธเจ้าท่านให้เราเห็นภัยในวิภวัญจะสงสาร เห็นคุณประโยชน์ในการทำความดี เพราะชีวิตเราก็เปรียบเสมือนหยาดน้ำค้างอยู่บนยอดหญ้า ขอให้เราเชื่อมั่น ในความดี เชื่อมั่นในตัวเอง เราพยายามพัฒนาที่ใจของเรา มาแก้ที่กายของเรา แก้ววาจาของเรา

วันพฤหัสบดีที่ 13 พฤษภาคม 2553
วันทำบุญโรงสีข้าว ต.ประเสริฐ จ.อุตรดิตถ์



คนเราถ้ามีความดีมาก จิตใจก็นิ่ง
ความดีน้อยจิตใจก็ฟุ้งซ่าน
เพราะศีลไม่ดีเพราะความประพฤติเรียกว่าศีล
เป็นการจำแนกบุคคล
คนปฏิบัติต้องมีศักยภาพมากถึงจะร่ำรวย



คนเราเรื่องคิดนี้สำคัญ

วันนี้บ่าเพ็ญบุญพิเศษ ได้อาราธนาครูบาอาจารย์คณะสงฆ์มาบ่าเพ็ญบุญเป็นสิริมงคล ชีวิตทุกคนทุกท่านจะเจริญก้าวหน้าด้วยมาจากการประพฤติปฏิบัติธรรม การปฏิบัติธรรมนี้คือการเสียสละ คือการละความเห็นแก่ตัวเป็นผู้ให้เป็นผู้มีความรักความเมตตาไม่มีที่สุด ไม่มีประมาณ ไม่มีอะไรยิ่งใหญ่กว่าความรักความเมตตา

พระพุทธเจ้าสำเร็จได้เพราะความเมตตา

การปฏิบัติธรรมกับภารกิจหน้าที่การงานมันจะแยกกันไม่ได้.....
ในชีวิตประจำวันนั้นคือการปฏิบัติ ความขยัน ความรับผิดชอบ (สัมมาอาชีวะ) หนักก็เอาเบาที่ลู่

ทั้งระบบความคิดคำพูด ก็เป็นการปฏิบัติ ถ้าเราปฏิบัติ ตั้งมั่นในศีล 5 การกระทำทุกอย่าง ทำด้วยความเป็นธรรมเข้าจัดว่าเป็นศีล ถ้าทำไม่ดีเรียกว่าศีลต่าง ศีลพร้อย ถ้าเราไม่ตั้งมั่น มีความหวั่นไหว ไม่เชื่อมั่นในความดี เรียกว่าไม่มีสมาธิ มีสมาธิสั้น

ไม่มีอะไรเสียเท่ากับความหวั่นไหว ไม่ตั้งมั่นในคุณธรรม - ปฏิปทา การปฏิบัติประจำเป็นปฏิปทาเรียกว่าศีล

นิวรรณ์ธรรม มันก็มันไม่ทำให้บรรลุถึงคุณงามความดี ง่วงเหงาหาวนอน ขี้เกียจ ขี้คร้าน ไม่อยากรักษาศีล อยากฟริสไตล์ มันทำความดีน้อย แต่อยากได้มาก ปฏิบัตินิดหน่อย แต่อยากได้บรรลุ

คนเราถ้ามีความดีมาก จิตใจก็นิ่ง ความดีน้อยจิตใจก็ฟุ้งซ่าน เพราะศีลไม่ดีเพราะความประพฤติเรียกว่าศีล เป็นการจำแนกบุคคล คนปฏิบัติต้องมีศักยภาพมากถึงจะร่ำรวย

ถ้าเราไปแยกการปฏิบัติธรรมกับการทำงานแสดงว่ายังไม่เข้าใจในพระธรรม เพราะเป็นญาติโยมมันต้องทำการทำงาน การพูด คือการปฏิบัติธรรม พูดแต่สิ่งที่ดีให้กำลังใจ พูดให้คนสามัคคีรักกัน ไม่แตกแยก เรื่องพูดถือว่าสำคัญ ทำให้ได้บุญเยอะหรือบาปเยอะ เรื่องคิดนี้เรียกว่าเป็นปัญญาบารมี คนเราเรื่องคิดนี้สำคัญ

เพราะว่าคนเราเรื่องเกิด แก่ เจ็บ ตาย สุข ทุกข์ มันเป็นเรื่องของใจเพราะคนเราใจไม่ได้แก่ เจ็บ ตาย เพราะใจนี้ไม่ช้าหรือเร็ว กลางคืน กลางวัน ใจนี้

ถูกสมมุติ ถูกอายตนะต่าง ๆ มารวม จึงรวมไปหมด

เราต้องฝึกคิดให้ฉลาดให้เกิดปัญญา คนเราถ้าเอาผลออกก็หัวโล้น ถ้าเอาหนิงออกก็ไม่รู้ผู้หญิงผู้ชาย ปล่อยทิ้งไว้หน่อยก็เน่าเหม็น ฝึกคิดให้เกิดสัมมาทิฐิ ถ้าเราไม่คิด มาโลภ มาโกรธหลง ก็เสียประโยชน์เปล่า ๆ

ในชีวิตประจำวันให้เปิดโอกาสให้เรารักษาศีล ทำสมาธิ ทำใจให้หนักแน่น เจริญสติ เจริญปัญญา เพื่อสร้างคุณธรรม อย่ไปโทษ อากาศร้อนหนาว อุปสรรคปัญหา คนนั้นคนนี้ มันช่วยให้เราได้สร้างบารมี มันเป็นบ่วงไม่ใช่ลบ อยู่ที่ไหนก็หายใจ อยู่ที่ช่วงไหนจะใช้มรรค อันไหน สมณะที่ 1 2 3 4 ก็อยู่ในช่วงชีวิตประจำวัน ถ้าเราทำตามคำสอนของพระพุทธเจ้า มงคลก็จะเกิดแก่เราครอบครัวเรา ทุกคนเคารพเราได้สนิทใจ ก็เพราะเรามีศีล 5 ถ้าอยู่วัดศีล 8 ศีล 227

ทุกคนอยากมีเมตตามหานิยม แต่ไม่สร้างเหตุปัจจัย อดีตที่ผ่านมาไป ถือว่าเป็นประสบการณ์อย่างดี อันไหนไม่ดีก็รีบหยุด อันไหนไม่เข้าใจก็ศึกษา

ปฏิบัติให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป คนเราต้องก้าวไปข้างหน้าเรื่อย ๆ คนเราถ้าใจอ่อนใจไม่กล้าก็ไม่สามารถพัฒนาตัวเองไปได้ เพราะความรู้ท่วมหัวก็เอาตัวไม่รอด

เพราะภพชาติที่กำลังบริโภคนั้นมันยึดเหนี่ยว ยาสเสพติดทุกวันนี้ก็ยังไม่เหนียวเท่าความยึดความถือที่เราแบกไว้นี้ พระพุทธเจ้าถึงแสดงตั้งแต่สัมมาทิฐิ ถ้าไม่มีสัมมาสมาธิ ก็ล้มทั้งขบวน เพราะใจไม่เข้มแข็ง ปฏิปทาตั้งไว้นาน ๆ บ่มอินทรีย์ให้แก่กล้า ยิ่งมีความหนักแน่น เข้มแข็ง มีความดูดีมีเชื่อมั่น

เราเคารพนับถือพระพุทธเจ้า ถ้าไม่ปฏิบัติตามพระพุทธเจ้ามันก็เหมือนไม่ได้นับถือ (เลื่อมใส, นับถือ) คนเราถ้าไม่เห็นคุณ เห็นโทษ มันละไม่ได้ ปฏิบัติไม่ได้ ต้องคิดหาเหตุผลให้กับตัวเอง การที่จะหาความสงบมันหาไม่ได้ มันต้องรู้จักความสงบ เพราะความสงบอยู่ที่ใจ ตาก็มีหน้าที่ส่องไป หูก็ส่องไป ก็เลยไปดูแต่ภายนอก ไม่ได้ดูตัวเองว่ามีศีลสมาธิตั้งมั่นไหม

หลงนิมิตจนไม่เป็นตัวของตัวเองไหม คนเราต้องพิจารณาตัวเอง หา

80 พระกัมมชาลสูตร

ความบกพร่องของตัวเองจะได้ไม่วิ้งตะครุบเงาตัวเองว่าทำไมจน ไม่รวย ต้อง
ดูตัวเอง ทำไมเพื่อนไม่รักไม่เคารพนับถือ ต้องดูตัวเอง เพราะเหตุไม่ดูตัวเอง
พัฒนาตัวเอง เราจะพบความสงบ พบสวรรค์ พบนิพพานได้อย่างไรกัน ขอให้
ทุกคนจงเข้มแข็งตั้งมั่นในคุณธรรม ฝึกฝนพัฒนาตัวเองให้สูงยิ่งขึ้นไปจนถึง
สวรรค์ มรรค ผล นิพพานด้วยกันทุกท่านทุกคนเทอญ

วันเสาร์ที่ 15 พฤษภาคม 2553
ทำบุญคลินิควัดอโศก กรุงเทพฯ



ให้มันสม่าเสมอทุกวันเหมือนลมหายใจของเรา
ฝนตกไม่ต้องตกแรง ตกพอริน ๆ
สม่าเสมอต้นไม้ก็เจริญเติบโตเพราะว่ามันตกทุกวัน
ถ้าฝนมันไม่ตกทิ้งช่วงไปเป็นปีตกแรงทิ้งช่วงไปเป็นปี
ต้นไม้นั้นก็ตายก็พังไปตามธรรมชาติ



กลับมาหาตัวเองนั้นสุขอย่างยิ่ง

ก่อนที่จะถวายภัตตาหาร ทำใจให้สงบเพื่อเกิดบุญกุศล พวกเราทุกคนเป็นผู้โชคดี เป็นผู้ประเสริฐได้มีโอกาสทำบุญสุนทรทาน ได้มาประพฤติปฏิบัติบรรพชาอุปสมบทตามรอยบาทของพระพุทธเจ้า...?

โลกของเราเหมาะที่จะประพฤติปฏิบัติธรรมก็มีร้อน มีหนาวมีสุข มีทุกข์ มีนิทาน มีสรรเสริญ มียศ มีลาภ มีเสื่อม มีเกิด มีแก่ มีเจ็บ มีตาย เป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เราได้ให้ทาน รักษาศีล ทำสมาธิ เจริญปัญญา ทุก ๆ คนอย่าไปถือว่าสิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดปัญหา ต้องคิดว่าสิ่งเหล่านี้เกิดมาเพื่อให้เราทำความดี

นิเวศธรรม คือ การติดสุขติดสบาย ติดขี้เกียจขี้คร้านติดความเหน็ดเหนื่อย ง่วงหงาวหาวนอน กระทบกระวายฟุ้งซ่านรำคาญ มันมากันเราให้ถึงคุณงามความดี มันเป็นบารมีสำหรับให้เราได้ต่อสู้ ทำข้อสอบให้ผ่าน

ตัวความทุกข์ของคนที่แท้จริงมันอยู่ที่ใจที่เราติดสุขติดสบาย... ท่านถึงให้เราแยกออกจาก เพราะกายมันแก่ มันเจ็บ มันตาย แต่ใจเป็นตัวรับรู้ใจของเรา มันไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย

พระพุทธเจ้าท่านถึงให้เราเข้มแข็ง ตั้งมั่นไม่หวั่นไหว

เราเปรียบเหมือนต้นไม้ต้นน้อย ๆ อยู่ใต้ต้นไม้ใหญ่ที่ถูกมันคลุมเราพยายามตัดใบ ตัดต้น ตัดรากถอนโคนมันเป็นอะไรเป็นสิ่งที่ตัด คือ ข้อวัตรปฏิบัติของเรา

ปฏิบัติทางดำเนิน เรียกว่า ศีล ความตั้งมั่นในปฏิบัติ เรียกว่า สมาธิปฏิบัติ

ให้มันสม่ำเสมอทุกวันเหมือนลมหายใจของเรา ฝนตกไม่ต้องตกแรง ตกพอริน ๆ สม่ำเสมอต้นไม้ก็เจริญเติบโตเพราะว่ามีฝนตกทุกวัน ถ้าฝนมันไม่ตกทิ้งช่วงไปเป็นปีตกแรงทิ้งช่วงไปเป็นปี ต้นไม้นั้นก็ตายก็พังไปตามธรรมชาติ

คนเรามันเปื้อน มันท้อแท้ หมดกำลังใจว่าปฏิบัติทำไม มันยากลำบากตัวเปื้อนตัวท้อแท้หมดกำลังใจมันไม่ใช่ มันเป็นกิเลส อย่าไปเชื่อมัน เราอยากทำเราก็ทำ ไม่อยากทำเราก็ทำ การปฏิบัติมันต้องอยู่เหนือความชอบ อย่างเช่นความแก่เราไม่ชอบ เราก็ต้องได้... ความชอบความไม่ชอบเป็นปัจจัยให้เราได้ประพฤติปฏิบัติ เราอย่าไปเชื่อมันมันหลอกให้เราเกิดแก่เจ็บตายมาตลอด อย่าไปเชื่อมันก็หน้าเดิม ๆ ที่มันหลอกเรา

เรามีอายตนะ ๖ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ทุกอย่างมันพุ่งออกทาง
นอกหมดเพื่อสัมผัสสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน เพื่อให้เราฉลาดนะ เพื่อให้เรา
มีสติปัญญาเอาตัวรอดในทางที่ดีนะ ไม่ใช่เพื่อให้เราหลง ให้เรากลับมาหาตัวเอง
เพื่อปฏิบัติกลับมาหาตัวเอง มาดูลมหายใจตัวเอง มาปรับปรุงตัวเอง นัตถิ
สันติสุขอันไหนเท่าความสงบไม่มี

มันพุ่งไปเรื่อยพุ่งกับสิ่งภายนอกไปเรื่อย ให้เข้าใจว่าการกลับมาหาตัวเอง
นั้นมีความสุขอย่างยิ่ง

เข้าวันพฤหัสบดีที่ 10 พฤษภาคม 2553

ณ. วัดแพระธรรมาราม



ความเหน็ดเหนื่อย ความยากลำบาก
ได้ทำให้เรารักษาศีล เจริญสมาธิ ได้เจริญปัญญา
ว่าอันนี้ต้องละต้องทิ้ง ความขี้เกียจขี้คร้าน
ทำให้เราไม่มีคุณธรรม
ความอ่อนแอทำให้เรายากจน ไม่มีเครดิต



จักเป็นผู้ควรรับทักษิณาทาน

บวชให้พ่อ บวชให้แม่ บวชเพื่อประพาศปฏิบัติ โอกาสพิเศษที่ประเสริฐ การปฏิบัติบูชาที่มีบุญใหญ่อานิสงส์ใหญ่ เพราะเป็นการทวนกระแส ไม่ว่าจะความเหน็ดเหนื่อย ความหิว ความที่ไม่ได้ทำตามใจตัวเอง

ที่นี้เราต้องเห็นคุณในการทำความดี เห็นโทษในการตามใจตัวเอง เราต้องมีความสุขในการปฏิบัติ เดินก็ให้สบาย นอนก็ให้สบาย ทำอะไรก็สบายทุกอย่าง ฉันทก็สบาย นอนหลับก็สบาย นั่งทั้งวันทั้งคืนก็สบาย เพราะเราต้องมีความสุขสบาย เป็นเครื่องหล่อเลี้ยง

เรามาเอาความสุขในการทำความดี เดินบิณฑบาตก็สบาย ปิดกวาดเสนาสนะ ก็ให้สบาย เดินจงกรมก็ให้สบาย เพราะความสุขสบายมันอยู่ที่จิตที่ใจ ใจของเรามีความสุข ใจของเราอยู่กับเนื้อกับตัว ที่เรามีความทุกข์อยู่เพราะว่าปัญหาต่าง ๆ มันอยู่ที่ใจของเรา เราต้องพัฒนาที่จิตที่ใจของเรา เราประพาศปฏิบัติดี เราก็ได้อานิสงส์มา (มาก) พ่อแม่ก็ได้านิสงส์มาก ญาติโยมก็ได้ (อานิสงส์มาก)

การปฏิบัตินั้น เข้าถึงจิตถึงใจนะ ใจของเรามันไม่มีตัวไม่มีตน เราจะปล่อยให้ไปรัก ไปชอบ ไปโกรธ ไม่ได้หรอก

เราต้องพัฒนาใจของเรา ว่า อันนี้คิดได้ อันนี้คิดไม่ได้ ตัวเราเป็นผู้รู้ รู้ ก็ยังไปพูด รู้ก็ยังไปคิด รู้ก็ยังไปทำ เขาเรียกว่าบาป เรียกว่าอกุศล

เหนื่อยก็ช่างมัน ผอมก็ช่างมัน พยายามปรับตัว ปรับกาย วาจา ปรับใจ เข้าหาธรรมะ เราบวชแล้ว สถานะเราก็เปลี่ยนไป พ่อแม่บังเกิดเกล้า ก็มาก ราบเรา ประชาชนก็มากرابเรา

เราต้องปฏิบัติให้สมกับเป็นทักษิณายบุคคล เป็นผู้รับทักษิณาทาน เป็นผู้ควรกราบไหว้ ถึงแม้เราจะบวชไม่นาน 7 วัน 15 วัน หรือ 1 พรรษา ก็ยังดีกว่าผู้ไม่ได้ประพาศปฏิบัติเป็น 100 ปี

ความเหน็ดเหนื่อย ความยากลำบาก ได้ทำให้เรารักษาศีล เจริญสมาธิ ได้ เจริญปัญญา ว่าอันนี้ต้องละต้องทิ้ง ความขี้เกียจขี้คร้าน ทำให้เราไม่มีคุณธรรม ความอ่อนแอทำให้เรายากจน ไม่มีเครดิต

เรามาบวชพ่อแม่ก็หวังว่า เราจะดีอย่างโน้นอย่างนี้ พ่อแม่ก็ดีใจที่สุดใน

โลก พ่อแม่ก็แก่เฒ่า อยู่ไกลเท่าไรก็มาเพื่อให้กำลังใจลูก ทำความดี ทุกคนมี
พ่อคนเดียว แม่คนเดียว ไม่มีใครรักเราเท่าพ่อกับแม่ เราต้องทำความดีเพื่อพ่อ
เพื่อแม่ของเรา คนที่มีคุณธรรมทำอะไรก็เจริญ ทำอะไรก็ดี

24 กรกฎาคม 2553
ณ. วัดแพร่ธรรมาราม

