



# ธรรมะภาตมัญญิมัตถ์...

ชีวิตของเราทุกท่านทุกคนเป็นชีวิตที่ประเสริฐ เป็นชีวิตที่มีต้นทุนที่ประเสริฐ ที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์เพื่อสร้างบารมี สร้างมรรคผลพระนิพพานโดยเฉพาะ โดยตรง

พระพุทธรเจ้าให้เราทุกคนมีสติสัมปชัญญะ ไม่มีอะไรที่จะประเสริฐไปกว่า พระรัตนตรัย

“เอาศีลเป็นที่ตั้ง เอาธรรมเป็นที่ตั้ง” ถึงร่างกายของเรานี้จะเป็นอย่างไร ก็จะไม่อ่อนแอจนคลอนแคลน เพราะการดำเนินชีวิตของเราในชีวิตประจำวัน มันเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เราได้สร้างความดีสร้างบารมีทั้งนั้น

พระพุทธรเจ้าท่านไม่ให้เราส่งจิตส่งใจไปตามสิ่งแวดล้อม ไปตามสิ่งภายนอก

สิ่งภายนอกนั้นเราจะไปแก้ไขมันไม่ได้ พระพุทธรเจ้าท่านให้แก้ไขใจของเรา แก้ที่ความคิดของเรา แก้ที่ความเห็นของเรา แก้ที่การกระทำของเรา ไม่อยากแก้ ก็ต้องแก้ ไม่อยากปฏิบัติก็ต้องปฏิบัติ ไม่อยากทำก็ต้องทำ เอาทางสายกลาง เป็นที่ตั้ง เอาทางสายกลางเป็นที่ปฏิบัติ เราจะเอาทางสายกลางของเราไม่ได้



ให้อดเอาทนนเอา เพราะทุกสิ่งทุกอย่างนั้นต้องอาศัยสติสัมปชัญญะ  
ต้องอาศัยความอดทนเพื่อทบทวนจิตใจของเราที่มันไหลไปตามสิ่งแวดล้อม

สิ่งที่จะแก้ได้มีอย่างเดียวกันคือ อาศัยศีลนี้ อาศัยสมาธินี้ อาศัยปัญญา  
ของพระพุทธรเจ้าถึงจะแก้ไขได้

เหมือนต้นไม้ต้นใหญ่นี้ที่เราจะตัดมันได้โคนมันได้ก็ต้องมีอุปกรณ์  
มีเทคโนโลยีถึงจะตัดถึงจะโค่นได้ อุปกรณ์ของเราก็คือศีล คือสมาธิ คือปัญญา  
ที่พระพุทธรเจ้าท่านได้ค้นพบและได้ปฏิบัติ แล้วก็บอกเราสอนเราให้พากันสร้างบารมี  
สร้างความดี เพราะความเป็นพระที่แท้จริงนั้นอยู่ในการปฏิบัติของเรา  
ในชีวิตประจำวัน

ต้องฝืน ต้องทน เพราะเราไปให้ค่าให้ราคาทางวัตถุทางร่างกายซึ่งมัน  
ไม่จริงยั่งยืน มันเป็นเพียงแต่วัตถุที่จะให้เราได้ปฏิบัติถึงธรรม ถึงโลกุตระธรรม

ความหนาวก็ดี ความร้อนก็ดี ความหิวก็ดี ความเจ็บไข้ไม่สบายก็ดี  
เราไปตีค่าว่ามันเป็นสิ่งที่ไม่ดี แต่ที่จริงแล้วมันเป็นสิ่งที่ดี ที่จะให้เราได้ฝึกจิตฝึกใจ  
เพื่อให้เราได้แยกใจออกจากทาง แยกใจออกจากสิ่งภายนอกนะ



ใจกินมันมันใจ

กายกินมันมันกาย

ภายนอกกินมันภายนอก

ภายในกินมันภายใน

พระพุทธรเจ้าท่านให้เรามีความสุข มีความสงบ มีสติสัมปชัญญะ  
ดับทุกข์ให้ได้นะ “กายไม่สงบไม่เป็นไร ให้ใจมันสงบ...”

สิ่งภายนอกมันมีปัญหา มันขัดข้องวุ่นวาย แต่สิ่งภายในถือว่าไม่มีปัญหา  
ถือว่าดี เราจะได้สร้างบารมี สร้างคุณธรรม

พระพุทธรเจ้าท่านให้เราทุกคนได้พากันประพฤติปฏิบัติ...

ทุกท่านทุกคนปฏิบัติได้เหมือนกันหมด เพราะทุกอย่างมันอยู่ที่ใจ อยู่ที่เจตนา  
อยู่ที่ความตั้งใจ

ความสุขทางเนื้อหนัง การกิน การพักผ่อน ความเพลิดเพลินนั้นนะ  
ทุกคนก็อยากได้ ทุกคนก็ต้องการ นี่ก็เพราะความหลง ความไม่เข้าใจของเรา



พระพุทธรเจ้าให้รู้จักรว่าอันนี้เป็นโทษ เป็นภัย เป็นเวร...

มันอยากคิดเราก็ไม่คิด มันอยากพูดเราก็ไม่พูด มันอยากทำเราก็ไม่ทำ  
ต้องอาศัยศีล อาศัยสมาธิอย่างนี้แหละ เพื่อที่จะต่อสู้จัดการ...

วันนี้องค์พ่อแม่ครูบาอาจารย์ก็ให้มาพูดตั้งแต่เนิ่นๆ และให้พูดในภาคปฏิบัติ  
เพื่อไม่ให้เสียเวลาในการรับฟัง...

**พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า  
ที่หลวงพ่อกัณหา สุวภาโม เมตตานำนำมาบรรยาย  
เช้าวันจันทร์ที่ ๒๗ มกราคม พุทธศักราช ๒๕๕๗**