

อยู่อย่างมีความสุข

พระราชสุทธินิพนธ์มงคล

๙ กันยายน ๒๕๔๐

P12003

ขอเจริญพร ท่านพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ทั้งฝ่ายบรรพชิตและคฤหัสถ์ ในวันนี้เป็นวันธรรมสวนะ วันพระ ขึ้น ๘ ค่ำ เดือน ๑๐ ใกล้เวลาที่จะถึงสารทและใกล้เวลาที่จะออกพรรษา เหลือเวลาอีกเดือนเศษเท่านั้น ผ่านสิ้นเดือนไปแล้ว ในวันนี้ก็เป็นวันพึงธรรมของชาวพุทธศาสนิกชน และอุบาสก อุบาสิกา ทุกๆ ท่านผู้ใคร่ธรรมสัมมาปฏิบัติในหน้าที่นี้ เราก็ไม่ควรจะเว้นจะว่างจะเหินห่างในวันพระ ควรจะมาแสวงหาพระมาไว้ประจำใจสักหนึ่งวันในวันพระก็จะดีไม่ใช่ช้อย เหมือนน้ำย้อยบ่อตาลที่ลมหยดก็สามารรถเต็มกระบอกตาลได้ แต่หน้าเสียดายมาก บางท่านเกิดทุกข์กายทุกข์ใจ ไม่มีความสุขในยุคโลกาภิวัตน์และในยุคโลกปัจจุบันนี้ก็มาก แต่มาแสวงหาความสุขเพียง ๓ วัน แล้วก็จากไป แล้วก็ไปประสบทุกข์อีกเป็นเวลาแรมเดือน แล้วท่านจะหาความสุขเพียง ๓ วัน ไปมีทุกข์ตั้งหลายวัน ๒๗ วันต่อเดือน หนึ่งสัปดาห์หนึ่งวันพระต่อ ๗ วัน ก็ยากอยู่ที่จะมาหาความสุขในวันพระ แม้แต่ชั่วโมงเดียวก็หายาก แต่อีก ๖ วันนั้นเป็นวันไม่ใช่วันพระ แต่เราไปสร้างฐานะหรือสร้างสาระหรือแก่นสารอันใด ต่อหนึ่งสัปดาห์ในวันพระไม่มีเลยนะ หาแต่ความยุ่งยาก หาแต่ความสุขเพียงหุตามันก็ยุ่งยากและวุ่นวายตลอดกาล เราจะอยู่อย่างมีความสุขในยุคปัจจุบันก็ยาก ไม่ค่อยมีเลย ท่านสาธุชนทั้งหลายเอ๋ย มาคิดพิจารณาอย่างนี้แล้ว ไม่มีอะไรจะทำให้ชีวิตมีค่า เวลา มีประโยชน์ด้วยการเจริญวิปัสสนาก็หาไม่ ถ้าเจริญวิปัสสนาแล้วทำให้ชีวิตมีค่าราคาแพง เวลาที่เป็นเงินเป็นทอง เงินจะไหลนองทองไหลมาเพราะชีวิตท่านมีค่า เวลาท่านจึงมีประโยชน์ต่อเวลาที่หมดไปแล้ว ไหนเลยละจะมีทุกข์ร้อนผ่อนคลายมานั่งวิปัสสนาเพียง ๓ วัน ต่อ ๗ วันในหนึ่งสัปดาห์ แล้วท่านจะได้อะไร ยังไม่ถึงตัวสุข ยังไม่ถึงตัวทุกข์แท้ ยังไม่สามารถจะแก้ปัญหาได้แล้วท่านจะได้อะไรหรือ อาตมาจึงไม่ขอเชิญชวนท่านมาเจริญกรรมฐาน เพราะแต่ละฐานะ แต่ละคนเหมือนกันไม่ได้ มีบุญวาสนาไม่เท่ากันแน่ มีปัญญาก็ไม่เท่ากัน วิชาความรู้ก็ไม่เหมือนกัน เรียนมาคนละสาขา แต่ละท่าน แต่ละเวลา แต่ละเวลา เหมือนกันไม่ได้ แตกต่างกันด้วยรูปร่างหน้าตาในรูปธรรมแล้ว ยังมาแตกต่างกันในเรื่องจิตใจ ไม่จำเป็นต้องกล่าวว่าทั่วไป ท่านสาธุชนทั้งหลายเอ๋ย แต่ไม่ใ้แก่ต่างปล้องพี่น้องต่างใจท้องเดียวกันเหมือนกันไม่ได้ พระในวันอัมพวันทุกองค์ก็เหมือนกันไม่ได้เช่นเดียวกัน มีหลายเกรด เพราะว่าพระมีเอตทัคคะไม่เหมือนกัน พระมหานियมหนักไปทางมหานियม พระหนักไปทางคงกระพัน เขาจึงไปแสวงหาเครื่องรางของขลังตามวัดวาดีทางไหน เป็นต้น วัดอัมพวันดีทางไหน ก็ไปหากันตามชอบ แต่น่าจะถามตัวเองว่าเรานะดีทางไหน มีอะไรดีบ้างในตัวของท่าน ไม่ต้องไปหาของดีที่ในพระว่าพระท่านมีคงกระพันใหม่ มีหอยใหม่ ให้หอยอำนาจพร พรมน้ำมนต์ให้หน่อยได้ไหม ไปหาของดีที่พระตามวัด น่าจะแสวงหาของดีในตัวเอง เอาพระมาไว้ในตัวเองไม่ได้เชียวหรือประการใด ท่านจะไปหาใครเล่า ไม่ใช่มาบวชวัดอัมพวันจะดีทุกองค์ก็คงไม่ใช่ ต่างเวรต่างกรรม ต่างถิ่นต่างฐาน ต่างบ้านกันมาทั้งนั้น ไม่เหมือนกัน แต่มารวมกันแล้วเข้าสู่จุดมุ่งหมายแห่งความสุขชีวิตไม่มีความสุขทุกข์นั้นแหละจึงเหมือนกันได้ในความจริงของชีวิตอันนี้นะ บางคน

ไม่มีความจริงของชีวิตแต่ประการใดเลย มีแต่ความทุกข์ระทมข่มขื่นตลอดรายการ ท่านไม่คิดจะหาความสุขบ้างหรือ ท่านจะแสวงหาแต่ความทุกข์ความยากความลำบากตลอดรายการเขียวหรือ เป็นที่น่าเสียดายมาก ท่านอย่าคิดว่าเราจะยังไม่ตายนะ อาตมาพูดที่กุฏิแล้วว่า ผู้ชายผู้หญิงต่างกัน ผู้ชายอายุสั้นกว่าผู้หญิง ๖ ปี โดยเฉลี่ยผู้หญิงอายุยืนกว่า ทุกคนไม่ทราบไม่เข้าใจ แต่ผู้หญิงรุ่นใหม่ยุคโลกาภิวัตน์ก็อายุสั้นเสียอีก ไม่เหมือนกับที่เราคาดไว้ว่าผู้หญิงอายุมากกว่าผู้ชาย ๖ ปี ผู้ชายตายก่อน แต่มายุคใหม่สมัยโลกาภิวัตน์นั้น ผู้หญิงก็ตาย ตายในห้อง ตายนอกห้อง ตายตอนอายุ ๓๐, ๔๐ เป็นโรคมะเร็งตายกันเป็นแถว ผู้ชายก็เริ่มตายเพราะว่าสังคมจัด ต้องเสียกำลังไปในสังคมมากมายถึงจะมีหลักเหตุผลตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ๖ ปี ไปก่อนโยมผู้หญิงทั้งนั้น บางบ้านเราจะเห็นว่ามีแต่โยมผู้หญิงอยู่กันเป็นแถวโยมผู้ชายตายหมด นี่แหละมันแตกต่างกันด้วยร่างกายสังขารสุขภาพอนามัยในยุคโลกาภิวัตน์นี้ จะอยู่อย่างมีความสุขในยุคปัจจุบันท่านจะอยู่อย่างไร ถึงจะมีสุขบ้านเมืองก็เกิดกบฏ ชั่วยากหมากแพง ข้าวของก็แพงขึ้นไปตามลำดับ ก็ขอให้มีความสุขได้ไหม สตาร์ทตัวเองให้ราคาแพงเหมือนของที่มันราคาแพงในตลาดนั้น แล้วก็ประกอบกิจการที่การทำงานเพิ่มความสุขให้มาก ถอนความทุกข์ออกจากใจ ท่านจะทำได้ไหม ท่านก็จะทำไม่ได้ เห็นเขาทุกข์ก็จะทุกข์ตาม ท่านก็ทุกข์ประจำอยู่แล้วท่านพี่น้องทั้งหลาย จะเอาทุกข์จรมาท่าไม่อีก เอาทุกข์จรมีใส่ใจ ท่านก็อยู่อย่างมีทุกข์ในยุคโลกาภิวัตน์ ไม่ได้อยู่อย่างมีความสุขแต่ประการใดเลย มาอยู่หาทุกข์ใส่ตัว เอาตัวไม่รอด ไม่ปลอดภัย ตรงกับยุคโลกปัจจุบันที่เขาเป็นกันอย่างนี้ ไหนเลยจะอยู่รอด จะปลอดภัย ขอให้ท่านพุทธศาสนิกชนอยู่อย่างมีความสุขในยุคปัจจุบันนี้เถิด จงพยายามสร้างคุณภาพคุณธรรมให้เกิดมีคุณค่า ชีวิตมีค่าต้องเจริญวิปัสสนาเท่านั้น ถ้าท่านไม่เจริญวิปัสสนาชีวิตท่านจะไม่มีค่า เวลาของท่านจะไม่มีประโยชน์เลย ข้อปึงที่โน่น ข้อปึงที่นี่ เทียบโน่นเทียบที่นี่ตลอดประหยัด มันคง ดำรงศาสตร์ ชีวิตท่านจะอยู่อย่างมีความสุขในยุคปัจจุบันนี้ ท่านไม่เจริญกรรมฐาน ไหนเลยชีวิตท่านจะมีความสุข ท่านกลับไปเอาทุกข์จรมอบ้านมาใส่ตัว ไหนเลยท่านจะมีความสุข เจริญต้น เจริญปลาย เสมอต้น เสมอปลายเล่า อยู่อย่างมีความสุขในยุคปัจจุบันนี้ ขอแยกข้อความนี้ออกไปเพื่อให้ท่านเข้าใจต่อไปนั้น เพราะการเจริญกรรมฐานหาคนเจริญยาก คนจึงมีแต่ความเสื่อม มานั่งกรรมฐาน บอกเจริญสัก ๗ วัน ได้ไหม ตัดใจมาหน่อยได้ไหม บอกกับหลวงพ่อกว่าสัก ๒ วันได้ไหม ก็ได้ดีกว่าไม่มาเลย วันเดียวได้ไหม สักครึ่งนาที่ ได้ไหม นี่เห็นแก่ตัวจริงๆ สร้างความดียังต่ออีก เอาความดีเท่านี้หรือ เอาความชั่วเท่านี้ แล้วก็เอาตัวไม่รอดเลย นี่เห็นแก่ตัวจริงๆ อยากได้ดีแต่ไม่สร้างความดี เพราะบุญมีแต่กรรมบัง มองไม่เห็นความดีอันนี้ อยากให้ลูกได้ดี อยากให้สามีเป็นคนดี อยากให้ภรรยาเป็นคนดีด้วยกัน แต่ทำไมไม่สร้างความดีเล่า สร้างแต่ความชั่วร้ายกัน ไม่มีโอกาสเลย วันพระนี้ ท่านลองไปดูตามวัดชีว่ามีคนเข้าวัดไหม ไม่มีหรือเขาไปเที่ยวกัน ลืมวันพระ ลืมของดี ลืมความสุข มีแต่ความทุกข์ไม่ลืม ความสุขกลับลืม แต่อยากได้ความสุขไม่ต้องการทุกข์ แต่ท่านวิ่งไปหากองทุกข์ วิ่งไปหาหนี้สิน วิ่งไปหาหายนะ วิ่งไปหาบุญแต่กรรมมันบัง อยากนั่งกรรมฐานเพียง ๓ วัน เดินจงกรมยังไม่ได้กลับแล้ว ไม่มีความเห็นจริงเลย คนเรามันแย่งลงไป จึงหาความสุขในยุคปัจจุบันไม่ได้ เรามาอยู่ร้อนนอนทุกข์กันแท้ๆ ไม่มีเหาก็หาเหาใส่หัว ไม่มีอะไรก็หาอะไรใส่ตัว ก็ไม่เป็นไรจะไม่ขอกกล่าวต่อไป แต่

ความละเอียดอ่อนของชีวิตนี้ทุกคนหายาก ความดีจึงหายากมาก ทำได้ยากมาก แต่ความชั่วทำได้ง่าย ลอยละล่องไปตามสายธารและสายชล เหมือนล่องเรือไปตามสายน้ำจะนั้น แต่ทำ ความดีเหมือนพายเรือขึ้นมันฝืนใจ ความดีนี้มันฝืนใจเราทำทั้งหลายเอ๋ย มันไม่มีปล่อยไป ตามอารมณ์ตามใจตัวของท่านหรอก ความดีต้องฝืนใจ ท่านฝืนใจได้ ท่านมีขันติความอดทน ฝืนใจได้แล้วท่านจะพบธรรมะ เป็นดวงใจใสสะอาดในตัวท่าน ฝืนใจไม่ได้ ปล่อยไปตาม อารมณ์ตามใจตนของตนแล้ว ท่านจะพบแต่หายนะ ท่านจะไม่พบความรู้ที่แน่นอน และความ จริงที่เป็นอยู่ของชีวิตอย่างแน่นอน ท่านจะได้ของที่เลวร้ายติดตัวตลอด อาตมาขอบพุดมานาน “หญิงเอ๋ย หญิงแท้ สตรีแน่ สตรีนอก สตรีใน สตรีนิติ สตรีนิกาย สตรีอยู่เย็นเป็นสุข แม่บ้านการเรือนเคหะศาสตร์” ก็อาจจะรู้ได้แบบนี้เป็นต้น นี่แหละความสุขของคนเราจึงหาได้ ยากมาก นี่แหละ หญิงที่ตามใจตัว คือหญิงที่หน้าเกลียด ตามใจตัวดีไม่ได้ ส่วนใหญ่จะ ตามใจตัว ชายที่หน้ากลัว คือชายที่ไม่รู้จักเกรงใจคน ไม่รู้จักเกรงใจใครทั้งนั้น ตรงนี้หน้าคิด พิจารณาสำหรับบัณฑิตผู้มีจิตใจสูงที่จะรู้ได้ในโลกปัจจุบันอันนี้สำคัญ เพราะฉะนั้นวันนี้เป็นวันที่ เข้าเปลี่ยนเดือนแล้ว เป็นเดือน ๑๐ ใกล้จะถึงสารท สารทฤดู ๖ เดือนต่อปี ระลึกถึงแม่โพศรี แม่โพสพแม่เทพดารานีนาทกำลังตั้งครรภ์ตั้งท้อง จึงได้นำถั่วงาควนเป็นข้าวสารทยากู ทำบุญ ทำให้งอกงามในวันสารท ๖ เดือนต่อปี เรียกว่าทำบุญครึ่งปี ก็ขอฝากส่งหน้าเอาไว้ ก่อนในวันนี้ และจะพุดถึงเรื่องอยู่อย่างมีความสุขในโลกปัจจุบันที่เขาอยู่กันมีความสุขไหม อย่างไร ควรจะวิจัยวิจารณ์ประเมินผลตัวเองบ้าง ดีความหมายอย่างที่กล่าวแล้วให้เข้าใจอย่าง นี้เป็นต้น เพราะฉะนั้นการเจริญกรรมฐาน เป็นการชีวิตหลักทำให้เดินทางไม่พลาดไม่ผิด เรียกว่าชีวิตมีค่าต้องเจริญวิปัสสนาเท่านั้น ถ้าไม่เจริญวิปัสสนาชีวิตจะด้อยค่า จะไม่มีค่า จิตใจไม่รุ่งเรือง จะไม่สามารถแปลงฤทธิ์กลายเป็นเศรษฐีได้ ถ้าเจริญวิปัสสนาชีวิตท่าน จะมีค่า ชีวิตท่านจะรุ่งเรืองวัฒนาสถาพร จะมีความสุขในโลกปัจจุบันนี้แน่นอน เวลา ก็จะมีประโยชน์ไปหมด หายใจก็มีประโยชน์ หายใจเข้าก็มีประโยชน์ หายใจออกก็มี ประโยชน์ งานการทุกชนิดตามเวลาที่หมดไปก็มีประโยชน์ทั้งนั้น ถ้าท่านเข้าใจความสุข อันนี้ ต้องเจริญกรรมฐานหายใจไม่ทิ้ง หายใจมีความสุขด้วยการมีสติสัมปชัญญะทุกลมหายใจ ปอดก็ดี ร่างกายก็สมบูรณ์แบบ ทั้งสุขภาพอนามัยก็ดีหมด ตรงนี้เป็นหลักสำคัญประการหนึ่ง เพราะฉะนั้นท่านสาธุชนพุทธบริษัททั้งหลาย วันนี้จะมาประยุกต์ให้ท่านฟัง ว่าอยู่อย่างมี ความสุขอยู่อย่างไร จะตีความหมายให้ท่านเข้าใจ จะพุดเรื่องวิปัสสนาอย่างเดียวท่านก็จะไม่ เข้าใจ เพราะว่าจิตใจสำคัญอยู่ที่ตัวของตน จิตสำคัญมาก การเจริญกรรมฐานต้องการให้จิตดี มีปัญญาตรงนี้ครอบจักรวาลทำอะไรได้เงินได้ทอง ฐานะก็จะดีมีปัญญา เรียกว่าเจริญวิปัสสนา แต่ท่านทั้งหลายเอ๋ย ท่านมาเพียง ๒ วัน ๓ วัน ท่านจะไม่ได้อะไรเลยนะ บางคนนะอาตมา บอกว่าเดี่ยวฟังเทศน์หน่อยนะ วันนี้จะพุดเรื่องยุคปัจจุบันให้ฟัง ไม่ว่างหรอกเดี่ยวจะต้องรีบไป นัดแฟนไว้ แฟนสำคัญมาก ที่นั่งอยู่นี้ไม่ได้นัดแฟนไว้บ้างหรือ ดีรักษาระเบียบดีมาก กินน้อย นอนน้อย พุดน้อย ทำความเพียรมาก ต่อหน้านี้พุดน้อย เวลาออกไปเสียงเอ็ดหมด เสียงดัง หมด โครมครามๆ ๑ ดังมาถึงสุวรรณราชาพลับพลา โห้ร้องถึงสามลา พระรามอายุไม่ได้ก็ ต้องไปสนามยุทธานุ พุดอย่างนี้โยมไม่รู้หรอก แต่ถ้าคิดจะรู้ ถ้าไม่คิดไม่รู้เรื่องหรอก ต้อง คิดถึงจะมีสติปัญญา วันนี้ก็จะชี้แจงถึงเรื่องความสุข ขยายข่าวให้โยมฟังว่าเขาเกิดยุ่งกันในยุค ปัจจุบันนี้จะได้อาไปใช้เป็นข้อคิด จะได้มีสติในการเจริญกรรมฐาน เช่น สติปัญญา ๔ ยิน

หนอ ๕ ครั้ง ขว้าง ซ้ายข้าง ตั้งสติอายตนะธาตุอินทรีย์มีปัญญา กำหนดสัมผัสจิตให้รู้สติปัญญาในตัวเอง ไม่ต้องไปรู้ปัญญาของคนอื่นเขา ต้องการให้เรามีปัญญามีสติแก้ไขปัญหา ๑.ให้เราสวย ๒.ให้เรารวย ๓.ให้เราดี ๔.ให้เรามีปัญญา ๕.ให้เราแก้ปัญหาได้ทุกชนิด นี่แหละถูกต้อง ถ้า ๕ ข้อนี้ได้ ท่านได้มรรคผลขั้นต้น ท่านจะต้องสวยเป็นข้อแรก ถ้าสวยแล้วก็ต้องรวย รวยแล้วก็ต้องเป็นคนดี ทั้งสวยทั้งรวยทั้งดีมีปัญญาและแก้ไขปัญหาได้ ก็ครบวงจรในเรื่องการเจริญกรรมฐาน สามารถแก้ไขปัญหาชีวิตแก้กรรมได้ เราจะสร้างเวรสร้างกรรมอะไรมาจะได้ไปแก้ได้ ท่านมานั่งกันแค่ ๓ วันจะไปแก้ได้หรือ สร้างความดีมีเพียงหน่วยกิตน้อยเหลือเกิน แต่ความไม่ดีหน่วยกิตมากกว่า มันจะบวกลบคุณหาร คอมพิวเตอร์จะตีออกมาอย่างไร ท่านน่าจะคิดแต่ท่านไปหน่วยงานของท่านและห้วงทุกข์จรนอกบ้าน เลยกี่ไม่ได้สร้างความดีให้แก่ตัวเอง ตรงนี้สำคัญขอฝากไว้เป็นข้อคิด น่าจะสร้างความดีให้แก่ตัวเองก่อนที่จะไปช่วยคนอื่นเขา ต้องช่วยตัวเองก่อนได้ไหม ช่วยตัวเองไม่ได้แล้วไม่ต้องไปหวังพึ่งคนอื่นเขาอีกต่อไปหรอก พึ่งคนอื่นไม่ได้แน่นอน วันนี้ก็จะสรุปที่อาตมาได้จากประสบการณ์จากที่มาที่วัดกันมากมายมีแต่ความทุกข์ ก็ขอให้เราอยู่อย่างมีความสุขบ้างได้ไหมในยุคโลกปัจจุบันนี้ จึงได้เขียนขึ้นมาเพื่อจะลบล้างความทุกข์ออก เอาความสุขมาใส่ใจบ้าง ความสุขของเรามันเกิดผลจากตัวเราเอง ไม่ใช่ความสุขที่เกิดจากกินเหล้า เล่นการพนัน เล่นไพ่ แล้วเป็นความสุข แต่เป็นความสุขที่สนุกในสังคมที่เลวร้าย อย่างนั้นต่างหาก ไม่มีโอกาสและมีประโยชน์แต่ประการใด ต่อนี้ไปก็ขอให้ตั้งใจจะได้ชี้แจงแสดงบรรยายไป ถึงว่าอยู่อย่างมีความสุขในยุคปัจจุบันสมัยใหม่อย่างไรถึงจะมีความสุข ก็ขอให้ท่านตั้งใจและติดตามฟังสืบต่อไป ณ โอกาสบัดนี้

ขอเจริญพรเจริญสุขโดยทั่วกัน ณ โอกาสบัดนี้ ต่อนี้ก็ตั้งใจฟังให้สบาย อยู่อย่างมีความสุขในยุคปัจจุบันนี้คืออะไร ดีความ ขอแยกข้อความนี้ออกไป ๓ ส่วน

ส่วนที่หนึ่ง อยู่อย่างมีความสุข สุขของใคร? สุขขนาดไหน?

สอง ยุคโลกปัจจุบันคืออย่างไร?

สาม หลักธรรมอะไรที่จำเป็นสำหรับยุคนี้บ้าง? ๓ ประเด็นนี้ ท่านโปรดตั้งใจฟังสืบต่อไป ณ บัดนี้

ขอตอบตามแนวพระพุทธศาสนาเป็นสำคัญ มีปัญหามาถามกันมาก ยุคนี้ ยุคนั้นถามกันตลอดรายการ แต่ก็ไม่มีใครจะแก้ ก็ใช้หลักพระพุทธศาสนาสำคัญ เพราะว่าเราเป็นชาวพุทธก็ต้องยึดหลักของพระพุทธ พระธรรม เป็นแนวดำเนินชีวิตของเรา **อยู่อย่างมีความสุขในที่นี้ก็คือ สุขทั้งกาย สุขทั้งใจ** บางคนมีทรัพย์สมบัติ มีเกียรติยศชื่อเสียง แต่ไม่มีความสุข มีทุกสิ่งทุกอย่าง บ้านก็ใหญ่โต รถก็เพียงพอ คนใช้ หน้าที่ ตำแหน่ง ก็มาก แต่ก็ไม่มีความสุข ทำอย่างไรหรือเราจึงจะอยู่อย่างมีความสุข สุขในที่นี้ไม่ใช่สุขแต่กายเพียงอย่างเดียว แต่ต้องสุขทางใจด้วย บางคนทุกข์ทั้งกายทุกข์ทั้งใจ เราต้องการความสุข ทำอย่างไรเราจึงจะมีความสุข บางคนสุขแต่กาย แต่ใจไม่สุขเลย ไม่สบายอกสบายใจตลอดรายการ มีเครื่องพร้อมแล้วยังไม่มีความสุขสบายใจ เงินทองมากมายกายกองก็มีความสุขเลย มีคนใช้สามีมักรยา ก็มีมากในเรื่องบ้าน ในเรื่องเครื่องครุบ แต่ทำไมหนอหาความสุขไม่ได้เลย บางคนสุขแต่ใจกายไม่สุข มันก็กลับกัน บางคนนั้นสุขทั้งกายทั้งใจ ทั้งสองประเด็นนี้ สังคมในปัจจุบันนี้มีความเปลี่ยนแปลงไปมาก ท่านโปรดติดตามดูสังคมจริงเท็จประการใด ดูตั้งแต่ครั้ง

อดีตปุ่ยาตาทวดเรียนหนังสือวัด มีความสุขเข้าวัดเข้าวา มีความสุขไม่มีความทุกข์เท่าไรนัก
เดี๋ยวนี้กลับเปลี่ยนแปลงไปมากเลย คนเราที่เปลี่ยนแปลงตามสังคัมไม่ทัน ก็อาจจะพาตัวให้
เดือดร้อน วุ่นวายไปมาก ถ้าเรามีคุณธรรมเราก็จะอยู่อย่างมีความสุข มีธรรมะ ปฏิบัติธรรมะ
การที่เราจะมีทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีได้พร้อมกัน เราจะต้องบริหารกายและจิตด้วย
การเจริญพระกรรมฐานของเราให้ถูกต้อง จึงจะมีความสุข บริหารกายคือรู้จักรับประทานอาหาร
อาหาร เคี้ยวหนอ กลืนหนอ เป็นต้น ให้ถูกสุขลักษณะ รู้จักพักผ่อนตามความสมควร รู้จัก
สูดอากาศที่บริสุทธิ์ หายใจยาวๆ รู้จักออกกำลังกาย บริหารกายด้วยการเดินจงกรม รู้จัก
รักษาสุขภาพนี้คือสุขภาพ ส่วนสุขใจนั้น ต้องรู้จักประพฤติธรรม ปฏิบัติกรรมฐาน รู้จักกำหนด
จิต สุขหนอ ทุกข์หนอ โกรธหนอ เสียใจหนอ ดีใจหนอ เป็นต้น อย่างนี้ที่ถูกต้อง ถ้าทำได้
ทั้งสองอย่างนี้ เราจะพบทั้งสุขภาพและสุขใจ บางคนนั้นสุขคนเดียว กินความสุขอยู่คนเดียว
อาจจะอยู่ในดงในป่าหรือจะอยู่ที่บ้านสุขคนเดียว แต่ไม่ได้เหลียวแลความทุกข์ญาติพี่น้องหรือ
เพื่อนมนุษย์ อย่างนี้สำหรับชาวพุทธถือว่ายังไม่เพียงพอ ยังใช้ไม่ได้ ชาวพุทธไม่ควรหยุดอยู่
แค่นี้ เราจะต้องเพิ่มไปถึงความสุขของญาติพี่น้องลูกหลานด้วย แล้วก็ไม่ใช่ความสุขแค่นี้ต้อง
ให้ชาวโลกโดยเฉพาะเพื่อนร่วมชาติของเราด้วย มีความสงบสุขด้วย เพราะฉะนั้นทำอย่างไร
เราจึงจะสุขเองทั้งกายทั้งใจ และให้ญาติพี่น้องของเรามีความสุขรุ่งเรืองด้วย แล้วก็เสนอสนอง
ความสุขที่ไปยังเพื่อนร่วมชาติและร่วมโลกของเราด้วย นี่คือนิยามของพระพุทธศาสนาตามที่
พระพุทธเจ้าสอนมาทุกระยะ ทาน ศีล ภavana นั้นเอง เป็นการช่วยเหลือคนอื่นได้ ให้เขามี
ความสุขทั่วไป ของเราที่มีหลักธรรมอยู่พร้อมแล้วที่จะเสนอสนองความสุข เหมือนเรายังว่า
น้ำไม่เป็นก็อย่าไปช่วยคนอื่นเลย เพราะอาจจะจมน้ำตายทั้งคู่ เราว่าน้ำก็ไม่ใช่ไปช่วยคนตก
น้ำเป็นไปได้อากมาก นี่แหละคนที่ไม่ปฏิบัติธรรมลำบากที่จะไปช่วยคนอื่นเขาได้อย่างไร ก็ไม่รู้
ความสุขธาตุแท้เป็นอย่างไร ความสุขที่แท้จริงเป็นอย่างไรก็ไม่ทราบ การหวังความสุขใน
ส่วนรวมให้แก่ญาติพี่น้องลูกหลานของเรา ก่อน คือ ลูกหลานส่งเรียนหนังสือ ให้ช่วยกันอย่าง
นั้น เดียวนี้ไม่มีเลย น้อยคนมากไม่ใช่ทั่วไป นี่แหละสำคัญ แล้วก็เข้าสู่ประชาชนในชาติของ
เราโดยส่วนรวม จะมีความสามารถก็เข้าไปสู่ชาวโลกโดยส่วนรวม คือช่วยสังคมบ้าง เช่น ไป
ตั้งศูนย์เวฟวันช่วยสังคมอย่างนี้ นี่แหละเราต้องช่วยส่วนรวม ช่วยชาวโลก ช่วยลูกหลานชาติ
ไทย เราถ้าว่าน้ำไม่เป็นอย่าไปช่วย ถ้ายังไม่มีอะไรอย่าไปช่วย เดียวเราก็จมน้ำตายทั้งคู่
และแม้แต่ในหมู่สัตว์เดรัจฉาน ชาวพุทธก็ไม่มีเมตตา หวังความสุข ไม่ใช่แต่เพียงมนุษย์
เท่านั้นและไม่ใช่แต่สัตว์เดรัจฉาน แต่ต้องการให้สัตว์ทุกภพ ทุกชาติ ทุกกำเนิด ซึ่ง
พระพุทธศาสนายอมรับว่ามีอยู่จริง เราก็มีเมตตาหวังให้เขามีความสุขด้วย คือ เดรัจฉาน จะ
เป็นสุนัข แมว หรือจะเป็นสัตว์ป่า อย่าไปฆ่ามันเลยญาติโยมทั้งหลายเอ๋ย พี่น้องไทยทั้งผอง
อย่าไปฆ่าสัตว์ป่า ต้องมีเมตตา กับมัน อย่าไปเอาหมี่มากิน เอาลิงมากิน ยิงนก ยิงกวาง เอา
มากินกันทำไมเล่า นี่แหละเมตตาของชาวพุทธต้องเมตตาถึงสัตว์เดรัจฉานด้วย ซึ่ง
พระพุทธศาสนายอมรับว่ามีอยู่จริง เราก็มีเมตตาหวังให้เขามีความสุขด้วย สุขทั่วไปโดยไม่มี
ประมาณ หาประมาณโดยมิได้ คำว่า โลกปัจจุบัน หรือโลกโลกาภิวัตน์นั้น คือ โลกบวก
โลกบวกอภิวัตน์หรือพัฒนา โลกคือโลก อภิ แปลว่า ยิ่งใหญ่ทั่วถึง วัตน์ตัวนี้ แปลว่าความ
เป็นไปหรือความเจริญ เพราะฉะนั้น โลกาภิวัตน์ คือ โลก เราควรจะเรียกว่าพัฒนา พัฒนา
ตน พัฒนาตัวเอง ความเป็นไป หรือการติดต่อกันทั่วโลก หรือความเป็นไปหรือความ

เปลี่ยนแปลงของโลกปัจจุบัน คือไม่ใช่รุ่งเรืองอย่างเดียว แต่เปลี่ยนแปลงไปมาก เปลี่ยนแปลงไปสู่ทางความเสื่อมก็มี สุขความเจริญก็มี เพราะฉะนั้นควรจะตีความหมายกว้างๆ ว่า **โลกนี้ก็คือความเป็นไป และความเปลี่ยนแปลงของโลกในปัจจุบัน หรือที่เรียกกันอีกอย่างหนึ่งในปัจจุบันว่า ยุคแห่งสารสนเทศ** คือยุคแห่งมวลข่าวสาร คือ ทุกคนทั่วโลกสามารถรับข้อมูลข่าวสารกันถึงทั่วโลกได้

จิตใจของคนเราทุกวันนี้กลับต่ำ กว่าสมัยบรรพบุรุษของเราเสียอีก ซึ่งในสมัยก่อนนั้นความเจริญทางด้านจิตใจเหนือความเจริญทางด้านวัตถุ เราจะเห็นได้ว่าปู่ย่าตาทวดไม่ค่อยจะมีเรื่อง เข้าวัดเสมอ ลูกหลานดีหมด แต่ยุคปัจจุบันนี้ความรุ่งเรืองทางด้านวัตถุเหนือความเจริญทางด้านจิตใจมาก ทำไม่จึงเป็นเช่นนั้น ก็เพราะว่าโลกเปลี่ยนแปลงมากเหลือเกิน ทั้งในด้านคมนาคม เทคโนโลยีสมัยใหม่ อันเป็นยุคข้อมูลและข่าวสาร ซึ่งผลิตออกมาตามแทบไม่ทัน แม้แต่เครื่องคอมพิวเตอร์ อย่างเดียวก็ผลิตออกมาหลายบริษัท เสนอ สนองจนตามไม่ทัน วิทยาการอื่นก็ประกอบขึ้นอีกมากมาย ความเจริญรุ่งเรืองการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม เศรษฐกิจและการเมืองมีมาก ประชาชนซึ่งเคยอยู่อย่างสงบสุขตามธรรมชาติของชีวิตอย่างชนชาติไทยเรา ปัจจุบันจะอยู่อย่างนั้นไม่ได้แล้ว เพราะโลกมันแคบลง การติดต่อคมนาคมสะดวกขึ้น โรคภัยไข้เจ็บมาง่ายขึ้น ชาวโลกมาสู่ประเทศไทยมากขึ้น การหลั่งไหลทางวัฒนธรรมต่างชาติเข้ามาสู่ประเทศไทยเรามาก จนวัฒนธรรมบางอย่างของเราต้องเสื่อมลงไปอย่างน่าเสียดาย หมดไปแล้ว สูญไป ความเป็นอยู่อย่างเรียบง่ายนั้นหมดไป ไม่เหมือนแต่โบราณแล้วของชนชาติไทยเรากลับอยู่อย่างฟุ้งเฟ้อตามความเจริญของโลกไป และข้อสำคัญก็คือคนในโลกปัจจุบันนั้น เข้ามาอยู่ในเมืองใหญ่ๆ มากขึ้น ซึ่งมีปัญหาครอบครัว มีปัญหาสังคม เศรษฐกิจ การจราจรวุ่นวาย เกิดเป็นโรคจิต โรคประสาท ฆ่าตัวตายกันเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะคนหนุ่มคนสาว ถ้าคนแก่ฆ่าตัวตายเราก็ไม่ว่าอะไร คนแก่อยากตายก็ตายไปเถอะ ฆ่าตัวตายก็ตายไปหนุ่มสาวไว้ก่อน ได้ยินเขาพูดกัน คนแก่ตายคนเหมือนมดคันตายตัว สาวตายคนเหมือนคนตายควัว เขาพูดกันไม่ใช่ของอาตมา ถ้าคนแก่ฆ่าตัวตายเราก็ไม่ว่าอะไร เพราะว่าใกล้ตายแล้วที่นี้มีไหมคนแก่ อาตมาเห็นหนอ ไม่มีคนแก่เลย มีแต่สาวแสบแม่หม้าย สวยน่ารักคือผู้สูงอายุ ไม่มีคนแก่เลย นี่แหละท่านทั้งหลายเอ๋ยก็ใกล้จะตายด้วยกันทั้งนั้น แต่คนหนุ่มสาวน่าเสียดายทรัพยากรของชาติอันนี้ แต่บางคนก็ไม่อยากจะฆ่าตัวตาย แต่ต้องตายมากขึ้นในโลกยุคปัจจุบันนี้ คือ ถูกรถชน คนที่ตายมาจากการถูกรถชนคือคนหนุ่มคนสาว โดยเฉพาะคนหนุ่มตายมากกว่าคนสาว และที่ตายมากเพราะเหตุไร มอเตอร์ไซด์มีมากเหลือเกิน ตายมากกว่าโรคมะเร็งและอื่นๆ อีกหลายโรค แม้แต่โรคเอดส์ที่ว่ายิ่งใหญ่และรุนแรงนัก คนก็ยังไมตายเท่านี้ ลองดูซิว่า วันหนึ่งคนตายเพราะถูกรถชนเท่าไร และตายเพราะโรคเอดส์เท่าไร รถชนนี้มีมากเหลือเกิน รถชนนี้เพราะความประมาท เพราะสุรา และยาเสพติด ซึ่งนายแพทย์บอกว่ารุนแรงที่สุดในบรรดาเสพติดทั้งหลายในยุคนี้ เมื่อสรุปแล้วไม่ว่าเฮโรอีน กัญชา ทั้งหมดล้วนร้ายแรง พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่าผิดศีลข้อนี้เป็นบาปเพราะก่อความเดือดร้อน รถที่ชนกันนั้นตำรวจบอก ๒๐ เปอร์เซ็นต์ เกิดจากกินเหล้า และเกิดในตอนเย็น เพราะคนมักจะกินเหล้าตอนเย็น คนที่ตายมากและตายไวก็คือผู้ชาย ผู้หญิงตายช้ากว่าผู้ชายราว ๖ ปี ทำไม่จึงเป็นเช่นนั้นเล่า ทั้งๆ ที่มีสิริระร่างกายเท่าๆ กันทั้งนั้น ก็เพราะว่าผู้ชายหาเรื่องตายมากกว่าผู้หญิงนอนก็ตีก เทียวสำส่อน หาเรื่องเดือดร้อนใส่ตัว ตีรันฟันแทงมีเรื่องอะไรก็ออกหน้า จึงตายกัน

มากโดยถั่วเฉลี่ย และผู้ชายตายไวกว่าผู้หญิง ๖ ปีแน่นอน ทั่วโลกเป็นเช่นนี้ก็เพราะความเจริญของโลกสมัยใหม่ ซึ่งมีความสับสนวุ่นวายและมีการเปลี่ยนแปลง ถ้าเราปรับตัวไม่ทันความเจริญความเปลี่ยนแปลงของโลกเราจะอยู่อย่างมีความสุขไม่ได้ เพราะฐานะที่เรานับถือพระพุทธศาสนาควรจะนำหลักธรรมในพระพุทธศาสนาของเรานี้มาใช้ ประยุกต์ ในยุคที่โลกเจริญรุ่งเรืองและเปลี่ยนแปลงนี้ให้ได้ ถ้าเรามีพระพุทธศาสนาแล้ว คือเรานับถือพระพุทธศาสนาแล้ว แต่เราฟังพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าบอกให้ฟังพระธรรม เราฟังพระสงฆ์ พระสงฆ์บอกให้ฟังพระธรรม เราขอฟังพระธรรม พระธรรมก็บอกให้ฟังตนเอง ทำไมโยนกันไปโยนกันมาเล่า ตอบว่าไม่ปฏิบัติแล้วจะมีไว้ทำไม เหมือนเรามียาไว้ยามป่วยไข้กลับไม่กินยาแล้วมีไว้ทำไม เหมือนกับเรามีร่ม แต่พอฝนตกแดดออกเราก็ไม่ได้ยก ร่มขึ้นกางเลย ถือร่มไว้ทำไม เรานับถือพระพุทธศาสนาเมื่อต้องการความเจริญรุ่งเรือง หลีกเลี้ยงความทุกข์ พอกความทุกข์เดือดร้อนเกิดขึ้นเราก็ต้องการเจริญ เรามีพระพุทธศาสนาแต่ไม่นำมาปฏิบัติ เช่นการปฏิบัติกรรมฐานแก้ไขปัญหาได้ทุกชนิด นับถือจะมีประโยชน์อะไรเล่า เพราะเราไม่ปฏิบัติ ก็นับถือกันไปเฉยๆ ก็ไม่มีประโยชน์แต่ประการใด เราขอฟังพระธรรมแต่ก็ไม่ปฏิบัติธรรมฟังเฉยๆ เพราะฉะนั้นในยุคปัจจุบันนี้เราจะอยู่อย่างมีความสุขได้อย่างไร คำตอบก็คือ ต้องอาศัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เราฟังพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าบอกให้ฟังพระธรรม เราฟังพระสงฆ์ พระสงฆ์ก็บอกให้ฟังพระธรรม เราขอฟังพระธรรม พระธรรมบอกให้ฟังตนเอง ทำไมโยนกันไปโยนกันมา ที่จริงนั้นมันเป็นกฎธรรมชาติ เพราะการฟังพระธรรมนั้น แต่ต้องฟังตนเอง คือ อุตตาหิ อุตตโน นาโถ ตนเป็นที่พึ่งของตน ถึงพระธรรมก็บอกให้เราทำเอง ถ้าเราไม่ทำพระธรรมก็ช่วยอะไรเราไม่ได้ พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงอยู่อย่างมีที่พึ่งเถิด อย่าอยู่อย่างไม่มีที่พึ่ง เพราะผู้อยู่อย่างไม่มีที่พึ่งย่อมมีความทุกข์” ที่พึ่งในพระพุทธศาสนาคือพระธรรมคำสอน คือการปฏิบัติธรรมนี้เอง การปฏิบัติธรรมท่านจะได้มีที่พึ่ง ตนเป็นที่พึ่งของตนได้แน่นอน ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ พระพุทธเจ้าเองสูงสุดแล้วก็ยังต้องเคารพพระธรรม พระองค์ตรัสว่า คนเราถ้าอยู่อย่างไม่มีที่เคารพแล้วย่อมอยู่อย่างมีความทุกข์ เพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้าทรงตรองดูแล้วว่าไม่มีใครในโลกที่พระองค์จะเคารพเหนือพระองค์ไปได้ ยกเว้นพระธรรม พระพุทธเจ้าทรงเคารพพระธรรมคือกฎธรรมชาติ ที่พระองค์ทรงค้นพบขึ้นมา ทรงทำตามกฎธรรมชาติ คือ วิปัสสนากรรมฐาน เพราะฉะนั้นต่อไปนี้จะขอเสนอหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบ และทรงสอนไว้ พอที่เราชาวพุทธจะนำมาใช้ให้ได้ ถ้านำมาใช้ไม่ได้ก็เป็นเวรกรรมของเราเอง จะไปโทษคนอื่นไม่ได้ เหมือนเรามีน้ำมันและแร่ธาตุในชาติของเรา แต่เราไม่ขุดเองมาใช้จะไปโทษคนอื่นไม่ได้ ต้องโทษตัวเราเองที่ไม่สามารถจะนำน้ำมันและแร่ธาตุที่บรรพบุรุษเรารักษาไว้ในชาติมาใช้ หลักธรรมที่จะนำมาประกอบในโลกยุคปัจจุบันมีมาก แต่ก่อนที่จะพูดถึงหลักธรรมเหล่านี้ ขออย่าอีกนิดหนึ่งว่า อันหลักธรรมในพระพุทธศาสนานั้นเป็นอะกาลิก ไม่ประกอบด้วยกาล ไม่ว่ากาลไหนๆ ใช้ได้ดีทั้งสิ้น ไม่ใช่ว่าจะใช้ได้ดีในสมัยพระพุทธเจ้าเท่านั้น เหมือนเกลือ เกลือในยุคพระพุทธเจ้าก็เค็ม ในยุคปัจจุบันนี้ก็เค็มไม่เปลี่ยนแปลงเลย เรียกว่าอะกาลิก พระธรรมของพระพุทธเจ้าก็เหมือนกัน แม้ในยุคพระพุทธเจ้าปฏิบัติอย่างไรก็ได้รับผลอย่างนั้น ปัจจุบันก็ไม่เปลี่ยนแปลงเลย หลักธรรมเป็นอะกาลิก ไม่ใช่ยุคโลกาภิวัตน์แล้วจะต้องใช้หลักธรรมอย่างโน้นอย่างนี้เป็นพิเศษ แท้จริงเหมือนกันหมด เป็นเพียงแต่ว่าเรา

ต้องประยุกต์ใช้ให้มันถูกต้องกับสถานการณ์ปัจจุบันนั้น หลักธรรมสำหรับยุคปัจจุบันนี้ที่เราปฏิบัติกัน คือกรรมฐาน เป็นยุคปัจจุบันที่แก้ไขปัญหาได้ทุกสถานการณ์ ขอเสนอหลักธรรมที่จะทำให้เราอยู่อย่างมีความสุขในยุคปัจจุบันดังต่อไปนี้ คือ

๑. รู้เท่าทันสถานการณ์ของโลก นั่นคือกรรมฐาน ถ้าเราปฏิบัติได้จะรู้เท่าทันโลกปัจจุบันได้

๒. รู้เท่าทันโลกธรรม ไม่หวั่นไหว ไม่เปลี่ยนแปลง ไม่แปรผัน

๓. อยู่อย่างมีสันโดษ สงบ โดยมีหลักธรรมเป็นตัวหนุนอยู่ ๕ ประการ ที่เรามีอยู่ด้วยกัน คือ

๑) **ขันติ** ความอดทน อาตมาจึงได้พูดถึงหลักธรรมนี้ไว้ว่า ขันติ ความอดทน หลวงพ่อทน หลวงพ่อหนึ่ง หลวงพ่อหนึ่ง หลวงพ่อทน ไปไหนหุพัง ปากหนึ่ง ดินรืบริ่งมือทำแต่ความดี เป็นต้น นี่ขันติธรรม ไม่มีอะไรดีไปกว่านี้

๒) **เมตตา**

๓) **เสียดละ**

๔) **ให้อภัย**

๕) **ปล่อยวาง** ปลงให้ตก

นี่แหละกรรมฐาน มีขันติ ความอดทน กำหนดเวทนาให้ได้ แล้วก็มีเมตตาปรารถนาดี เผื่อแผ่ เสียดละ ให้อภัยโทษ ไม่เอาเวรเอากรรมหนักนิตเบาหน้อยให้อภัยกัน ปล่อยวาง ปลงตก เสียดบ้าง อย่าเอามาไว้ที่ทุกข์ ให้มันมีความสุขทุกอย่างทำไม วางเสียด รู้เท่าทันสถานการณ์ของโลกได้ด้วยการเจริญพระกรรมฐาน ๕ ประการนี้ ความรู้เท่าทันสถานการณ์ของโลก การที่เราจะรู้เท่าทันสถานการณ์ของโลกนั้น ต้องมีหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา คือ **พหูสูต** ความรอบรู้ในวิชาการต่างๆ โลกปัจจุบันเจริญไปมาก ถ้าเราตามโลกเขาไม่ทัน เราก็ปรับตัวเข้ากับโลกเขาไม่ได้ การจะปรับตัวให้ทันกับโลกได้ต้องมีความรู้คือพหูสูต ในปัจจุบันนี้นอกจากเราจะอ่านหนังสือค้นคว้าและประชุมสัมมนาต่างๆ แล้ว เราต้องทันหนังสือพิมพ์ ทันข่าว ทันสถานการณ์ด้วย จึงจะเป็นพหูสูต รู้รอบคอบ รอบด้าน รวมความว่าต้องมีความรู้ทันสมัย ใหม่เสมอ บางคนบอกว่าไม่ไหว มันเยอะเหลือเกิน เรียนก็ชาติก็ไม่จบ ขอบอกว่าความรู้ทันสมัย คือความรู้ดังต่อไปนี้

๑) **รู้บางสิ่งในทุกสิ่ง รู้ทุกสิ่งในบางสิ่ง** คือความรู้ทันสมัย รู้บางสิ่งในทุกสิ่งอย่างไร รู้บางสิ่งในทุกสิ่งคือ สิ่งทั้งหลายในโลกนี้ ที่เป็นอยู่ในปัจจุบันที่กำลังเจริญก้าวหน้า เราต้องรู้เขาบ้าง แต่ไม่จำเป็นต้องรู้อย่างละเอียด เช่นเรื่องเศรษฐกิจเราต้องรู้บ้างว่าเศรษฐกิจของโลกเป็นอย่างไร เศรษฐกิจเมืองไทยเป็นอย่างไร ตอนนีเขารัฐเงินเดือนขนาดไหนอย่างไร ให้ประหยัดอย่างไร เรื่องอากาศเราก็ต้องรู้บ้าง เรื่องการเมืองการเปลี่ยนรัฐบาลเราก็ต้องรู้บ้าง ไม่ใช่ไม่รู้เลย เรื่องต่างประเทศ ประธานาธิบดีคนไหนเปลี่ยนแปลงอย่างไร แม้แต่เรื่องมวยมีใครชิงแชมป์ไปบ้าง จัดชิงแชมป์เราก็ต้องรู้กับเขาบ้าง แต่ไม่ใช่รู้ไปทั้งหมด หรือแม้แต่เรื่องเพลง เพลงไหนกำลังฮิต ก็ต้องรู้ หรือกีฬา ก็ต้องรู้กับเขา การเกษตรก็ต้องรู้แต่ไม่ใช่รู้หมด รู้บ้างไม่ใช่ไม่รู้เลย ไม่ใช่ว่าตอนเช้าเห็นเขาติดธงกันปลิวไสว เพื่อต้อนรับแขกเมือง ใครมาก็ไม่รู้เรื่องเลยนะนี่ พอตื่นนอนตอนเช้าหนาวตัวสั่นอากาศเย็น ทำไมมันหนาว

เช่นนี้ ไม่รู้เรื่องอากาศเลย ไม่ได้ฟังรายการอากาศเลย ทำไม่น้ำท่วมกรุงเทพฯ ทำไม่น้ำท่วมที่
จังหวัดชุมพร ทำไม่น้ำท่วมที่จังหวัดเชียงราย ก็น้ำเหนือกำลังหลากฝนมันตก ไม่รู้บ้างหรือ
วันนี้จะไปเที่ยวต่างจังหวัดหน่อย ก็ถึงรถติดแล้ว นี่แหละท่านทั้งหลายก็ต้องรู้เหตุการณ์บ้าง
ตามสมควร นี่แหละหลักคำสอนของพระพุทธเจ้ารู้ทุกสิ่งรอบทุกประการ เราคิดว่ารถติดแต่ใน
กรุงเทพฯ อย่างเดียว ไม่รู้บ้างหรือวันหยุดในต่างจังหวัดรถก็ติด เราต้องรู้ให้ทันสถานการณ์
ของโลก ถ้าไม่รู้ทันโลกก็อยู่อย่างไม่ทันเขา ต้องรู้ให้ทัน ตามโลกให้ทัน แต่รู้บางอย่างไม่ใช่รู้
อย่างละเอียด ไปรู้เรื่องที่ไม่ควรจะรู้ เรื่องที่ควรรู้กลับไม่รู้ รู้ทั้งหมดนั้นรู้ไม่ได้หรอก แต่ต้องรู้
บางอย่าง ไม่รู้ไม่ได้ หากไม่รู้จะอยู่ในโลกเขาได้อย่างไร รู้แบบนี้ก็เรียกว่ารู้บางสิ่งบางอย่างใน
ทุกสิ่ง คำว่าทุกสิ่ง คือรู้สิ่งต่างๆ ให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ วันใดไม่ได้หาความรู้ใส่ตน วัน
นั้นคือขาดทุน วันไหนไม่มีความรู้เข้ามาเลย ก็ขาดทุน แต่ถ้าไปเจริญกรรมฐานถือว่าไม่
ขาดทุน เจริญวิปัสสนากรรมฐานถือว่าได้กำไรอย่างยิ่ง เพราะฉะนั้นต้องตั้งใจให้ได้ทุกวัน
เจริญกรรมฐานทุกวันให้มันทันโลก ยิ่งเราเป็นผู้ใหญ่ ยิ่งต้องทันโลก ต้องทันทุกสิ่งทุกอย่าง
ให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ นี้อย่างนี้ถึงเรียกว่าทำกรรมฐานทุกวัน ไม่ขาดสาย **ท่านจะรู้**
รอบคอบ ขอบระวัง ตั้งใจตรง ทรงศีลธรรม นำทางถูก ปลุกสติ ดำริชอบ ประกอบ
กุศล ได้ผลอันดีเป็นหลักฐานสำคัญ รู้ให้หมดในบางสิ่ง เราทำอะไรก็ให้รู้หมดในหน้าที่
ของเรา มีหน้าที่พิมพ์ดีด ก็รู้เรื่องพิมพ์ดีดให้เกลี้ยง ไม่ต้องไปรู้เรื่องอื่น แต่ถ้าหากว่าเรื่องของ
ตัวเองก็ไม่รู้ กลับไปสอดรู้เรื่องของคนอื่น ไม่ทันสมัย จะมีแต่เรื่องยุ่งวุ่นวายเสียด้วยซ้ำไป ไม่
ควรเก็บคำชั่วหยาบที่คนอื่นพูดมาไว้ในใจตน ไม่ควรเก็บเอาความชั่วบาปที่คนอื่นพูดเอามาไว้ใน
ใจตน ไม่ควรดูการทำงานของคนอื่นว่าเขาทำเสร็จแล้วหรือยัง หรือทำไมไม่เสร็จอย่าไปรู้ อย่าไป
ดู ควรตรวจดูงานของเราเท่านั้นว่าเราทำเสร็จแล้วหรือยัง งานใดทำยังไม่เสร็จก็ทำให้มันเสร็จ
เมื่อทำเสร็จแล้วจะได้สบายใจว่า เราทำหน้าที่ของเราเสร็จแล้ว การมีความรู้และการจะทำต้อง
เข้ากันด้วย ไม่ใช่รู้อย่างเดียวแล้วทำไม่ได้ ต้องรู้แล้วพยายามทำให้ได้ อย่าเฉยๆ เคยพูด
มาแล้วว่า กรรมฐานไม่มีเฉยๆ ต้องลงมือทำ อึดอึดอย่ารื้อฟื้น เรื่องอื่นอย่าไปคิด กิจที่ชอบให้
รีบทำ อนาคตไม่แน่นอน อย่าจับมันคั้นให้มันตาย อย่าถือมันตรงนั้น มันจะเปลี่ยนแปลง
ความรู้ที่จะให้ทันโลกปัจจุบันนี้ ก็คือ รู้ทุกสิ่งในบางสิ่ง และรู้บางสิ่งในทุกสิ่ง รู้ทุกสิ่งคือทุกสิ่งที่
เราทำ ทำอย่างไรก็รู้เสียให้หมด เรารู้เช่นนี้เข้าหลักธรรมในพระพุทธศาสนาแล้ว คือ
รอบคอบ คือพหูสูต รู้จริง ไม่ใช่รู้มาก บางคนรู้มากแต่ไม่รู้จริง รู้จริงต้องทำ รู้จำต้องท่อง รู้
แจ้งต้องคิดก่อน นี่คือพหูสูต ความเป็นผู้มีการศึกษามาก ความเรียนรู้มาก ความเข้าใจมาก
ความรอบคอบมาก ถ้ามามีพหูสูตไว้ทำไม ตอบว่า มีไว้ช่วยอะไรได้มากมาย ช่วยชาติ ช่วย
ตัวเอง ช่วยสังคม ช่วยอะไรต่างๆ ได้มาก เพราะฉะนั้นวันใดถ้าไม่ได้รับความรู้ใส่ตน วันนั้น
ถือว่าขาดทุน อย่าไปรู้เรื่องอื่น บางคนนอนทั้งวันนึกว่าได้กำไร ความจริงขาดทุน **นอนนาน**
เงินน้อย กินบ่อยเงินหมด มีเงินหน้าสด หมดเงินหน้าแห้ง เพราะแล้งน้ำใจ ขาดทุน
ไปเที่ยวทั้งวันคิดว่าตัวเองได้กำไร แท้จริงขาดทุน ขาดทุนเพราะชีวิตไม่ก้าวหน้า รู้เท่าทันโลก
เขาอย่างไร รู้เท่าทันโลกก็คือโลกธรรม คือธรรมประจำโลก พระพุทธเจ้าตรัสว่า โลกยัง
หมุนตราบใด มนุษย์ก็ยังมีอยู่ในโลกตราบใด สิ่งทั้ง ๘ ประการย่อมเกิดแก่มนุษย์ทุกคนอยู่ตราบ
นั้น คือ

มีลาภ เสื่อมลาภ

มียศ เสื่อมยศ
สรรเสริญ นินทา
สุข และทุกข์

ลาม หมายความว่าอย่างไร เราก็ต้องมีลาม ได้เงินเดือนบ้าง รายได้จากอื่นบ้าง แต่บางทีก็หมด บางทีก็เป็นหนี้เขา

ยศ คำว่ายศมีหลายอย่าง ไม่ใช่หมายความว่าต้องติดบั้งติดอะไรอย่างนั้น ยศมีหลายอย่าง เช่น บริวารยศ เกียรติยศ ตำแหน่งก็ถือว่าเป็นเกียรติยศ เมื่อมีลามก็เสื่อมได้หมดได้ มียศก็เสื่อมยศได้ เป็นของคู่กัน มีสุข ไม่ใช่ว่าจะมีสุขแล้วจะไม่เปลี่ยนแปลงไปเป็นทุกข์ อย่าไปอึดใจว่า แหม! วันนี้ฉันสุขสบาย สักประเดี๋ยวก็เปลี่ยนเป็นทุกข์ ถ้าใครทุกข์อย่าคิดมากว่าจะต้องทุกข์ตลอดไป เดี่ยวก็เปลี่ยนสุขเป็นทุกข์ เปลี่ยนทุกข์เป็นสุข หรือเฉยๆ ได้ มันไม่แน่นอน ถ้าใครทุกข์อย่าคิดว่าจะทุกข์ตลอดไป เดี่ยวก็เปลี่ยนเป็นสุขอีก หรือเฉยๆ ได้ มันไม่แน่นอน เพราะฉะนั้นถ้าเรายังอยู่ในโลกตราบไต่ก็ต้องพบสิ่งเหล่านี้ตราบนั้น **ลาม เสื่อมลาม ยศ เสื่อมยศ สรรเสริญ นินทา สุข ทุกข์** แต่พระพุทธเจ้าตรัสว่า โลกธรรม ๘ ประการนี้ เมื่อเกิดกับคนระหว่างปุถุชนกับพระอริยเจ้านั้นไม่เหมือนกัน ถ้าเกิดกับปุถุชนจะฟูขึ้นเมื่อได้สิ่งที่น่าปรารถนา คือ **อภิวรรณมณ** คือได้ ลาม ยศ สรรเสริญ สุข แต่จะยุบลงเมื่อได้สิ่งที่ไม่น่าปรารถนา คือ **อนิวัฏฐารมณ** คือ เสื่อมลาม เสื่อมยศ นินทา ทุกข์ มีการฟูขึ้นและยุบลง เหมือนลูกฟุตบอล ถ้าเขาปาแรงก็กระดอนขึ้นแรง ถ้าเขาปาเบาก็กระดอนเบา คนเราก็เหมือนกัน เมื่อเขาสรรเสริญก็ฟูมาก พอเวลาเขาติฉินนินทาก็ยุบลง หรือเวลาได้สุขก็ดีใจ เวลาได้ทุกข์ก็ทุกข์มาก แต่ถ้าได้สุขดีใจไม่เท่าไร รู้เท่าทันมัน เดี่ยวมันก็เปลี่ยนอีก ถ้ารู้เท่าทันมันก็จะไม่ทุกข์มาก พระพุทธเจ้าตรัสว่า โลกธรรมถ้าเกิดแก่พระอริยเจ้า คือพระอริยบุคคล ตั้งแต่ชั้นพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี พระอรหันต์ ท่านจะไม่ฟูขึ้นและยุบลง เหมือนอย่างพวกเรา ยิ่งพระอรหันต์นั้นยิ่งไม่ฟูเลย เขาสรรเสริญท่านก็ธรรมดา เขานินทาท่านก็ธรรมดา ได้ยศท่านก็ธรรมดา เสื่อมยศท่านก็ธรรมดา สุขหรือทุกข์ก็เป็นเรื่องธรรมดา ทำไมพระอริยเจ้าจึงถือว่าโลกธรรมเป็นเรื่องธรรมดา เพราะท่านคิดว่าสิ่งเหล่านี้ไม่เที่ยง มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา แม้เราไม่ได้เป็นพระอริยเจ้า ก็ควรถือตามพระอริยเจ้าบ้าง ถ้ามีลาม เสื่อมลาม มียศ เสื่อมยศ ได้รับสรรเสริญ นินทา สุข ทุกข์ เกิดขึ้นกับเราก็ให้พิจารณาด้วยกรรมฐาน ให้เห็นว่าสิ่งเหล่านี้มันไม่เที่ยง มันเป็นทุกข์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันก็มีการแปรปรวนเปลี่ยนไปเป็นธรรมดา จึงไม่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่นจนเกินไป เพราะมันได้แบบนี้มันต้องเป็นอย่างโน้น มีไหม คนที่ได้ลามแล้วไม่เสื่อมลาม แล้วคนที่ไม่เคยได้อะไรเลยมีไหม ไม่มี คนที่ได้นินทาอย่างเดียวมียศ สุข ไม่มี คนที่ได้สรรเสริญอย่างเดียวมียศ สุข ไม่มี ได้ยศ เสื่อมยศได้ มีสุข ก็มีทุกข์ได้ เพราะฉะนั้นขอให้รู้เท่าทันด้วยกรรมฐานด้วยโลกธรรม ตราบใดที่เราอยู่ในโลก ไม่ว่าผู้ใหญ่หรือผู้น้อยก็ต้องพบโลกธรรมทุกคนตราบนั้น อยู่อย่างมีสันโดษ การอยู่อย่างมีสันโดษไม่ว่ายุคไหน สมัยใด แต่ถ้าอยู่อย่างไม่มีสันโดษไม่ว่ายุคไหน สมัยใดก็ทุกข์ทั้งสิ้น อยู่อย่างมีสันโดษคือ คนเราที่มีทุกข์ในปัจจุบันนั้น บางคนรวยไม่ยอมหยุด คนนั้นคือคนจนในความรวยของตัวเอง มีร้อยล้านแล้วยังไม่พอ ใจสั้น อยากจะโกง พันล้านไม่พอ หมื่นล้านไม่พออีก บางคนนั่งชุกอยู่ในรถอันหรูหรา ในบ้านอันหรูหรา แต่หาความสุขไม่ได้ เพราะใจร้อน เพราะฉะนั้นโลกเจริญรุ่งเรืองอย่างไรก็ตาม ถ้า

เรามีสันโดษ มีความสุขมาก แก้ปัญหาสังคม จะเกิดขึ้นขนาดไหนก็ตาม ไม่ว่าปัญหา เศรษฐกิจ ปัญหายาเสพติด ปัญหาครอบครัว ปัญหาจราจร หรือปัญหาอะไรต่างๆ แต่ ถ้าเรามีสันโดษเรามีสุข คนมีสันโดษคือความพอใจ มันจะมีสุข มองเห็นโลกนี้เต็มไปด้วย ความสุข เหมือนคนสวมรองเท้าหนังเดินอยู่บนพื้นโลก เหมือนตัวเองไม่ได้เหยียบดินเลย เหยียบหนังตลอดเวลา ทั้งที่ยืนอยู่บนพื้นโลก ยืนอยู่บนพื้นโลกแต่ตัวเองไม่ได้เหยียบดินเลย คนที่มีสันโดษย่อมเต็มไปด้วยความสุข ถึงโลกจะวุ่นวาย แต่เขาเป็นอยู่และก้าวเดินไป ด้วยความสุขไม่ได้ผ่านความทุกข์เข้าไป เพราะรู้เท่าทันอยู่ตลอดเวลา พระพุทธเจ้า ตรัสสรรเสริญสันโดษไว้ว่า **สนฺตญฺฐี ปรมฺ ฌนํ ความสันโดษเป็นยอดทรัพย์** คำว่าทรัพย์ เราได้ยืนอยู่เสมอแต่ไม่รู้ว่าจะเปลี่ยนอะไร คำว่าทรัพย์ แปลว่าสิ่งที่ทำความปลื้มใจมาให้ อย่าง เรามีทรัพย์เราก็ปลื้มใจได้รับเงินเดือน เราก็ปลื้มใจมีทรัพย์สมบัติ โภคสมบัติ เราก็ปลื้มใจ ทั้งนั้น แต่ถ้าเรามีทรัพย์แล้วไม่ปลื้มใจคนนั้นคือคนจน เพราะมีแล้วไม่พอใจ คนนั้นก็คือคนจน สมมติว่าเรามีเงิน หนึ่งหมื่นก็พอใจ หนึ่งล้านก็พอใจ คือพอใจทั้งนั้น ในเมื่อพอใจแล้วก็เกิด อะไรขึ้นมา ก็เกิดสันโดษ เกิดมักน้อย เกิดไม่ต้องการ แล้วก็เงินไหลนองทองไหลมาเองโดย ปกติ เราไม่ขาดหลักสันโดษ ถึงไม่ได้ให้ใครก็ไม่ขาด เพราะฉะนั้นอยากจะให้พวกเราเข้าใจ หลักสันโดษในพระพุทธศาสนา ซึ่งจะทำให้เราอยู่อย่างมีความสุขตลอดทั้งปีนี้และปีหน้าต่อไป จนตาย ถ้าเราไม่เข้าใจสันโดษ เราก็เดือดร้อนไปจนตาย เพราะไฟภายในเผาเอา ไฟคือเพลิง เเผา เรามีอยู่ ๒ ชนิด คือ ๑.เพลิงกิเลส ๒.เพลิงทุกข์

เพลิงกิเลส คือไฟอันเกิดจาก โลก โกรธ หลง เราเคยเห็นเพลิงชนิดนี้ไหมคนเรา เช่น โลกจัด โกรธจัด เห็นได้ชัด บางคนบอกว่าพวกหลงจัดไม่ค่อยเห็น แต่ที่จริงก็มีมาก เช่น พวกติดบุหรี่ ติดยาเสพติด ติดการพนัน เรียกว่าเพลิงกิเลส **เพลิงกิเลสเผาใจ**

เพลิงทุกข์ คือ เพลิงที่เกิดจาก ความแค้น ความเจ็บ ความตาย เราเกิดมาแล้วก็ต้องถูกเพลิงชนิดนี้เผาแน่นอน **เพลิงทุกข์นี้เผาภายใน ส่วนเพลิงกิเลสเผาใจ** เพลิงทุกข์นี้เรา ไม่สามารถทิ้งได้ในชาตินี้ เพราะเราเกิดมาแล้ว ไม่เหมือนพระอรหันต์ท่านไม่ต้องถูกเพลิงนี้ เผาอีกต่อไป เพราะท่านไม่เกิดอีก แต่เราต้องยอมให้มันเผาเพราะเราเกิดมาแล้ว แต่ถึงเผาก็อย่าทรมนทรมานจนเกินไป ถ้าใจเราไม่ถูกเพลิงกิเลสเผา ถึงเพลิงทุกข์เผาเราก็ไม่ทรมนทรมานนัก เพลิงทั้งสองอย่างนี้ที่เผาอย่างร้ายแรงมากก็คือ เพลิงกิเลส **คนขาดสันโดษจะถูกเพลิงกิเลส เผาแน่ เผาแม้กระทั่งเศรษฐี เผาแม้กระทั่งผู้นำต่างๆ หรือแม้แต่ยาจก ก็ถูกเพลิงกิเลส เผา** แต่ถ้ามีสันโดษ เพลิงเหล่านี้จะดับลงได้ง่าย.....

ไม่ใช่ยินดีของคนอื่น ถ้ายินดีของคนอื่นผิดหลัก และต้องเป็นของที่มีอยู่และได้มา ด้วยของๆ เรา ก็ต้องยินดีของเราเอง เรามีเงินมีทองเราก็ยินดีของเรา บางคนของตัวเองไม่ยินดี แต่ไปยินดีของคนอื่น เมียตัวเองไม่พอใจ ไปพอใจเมียคนอื่น ผัวตัวเองไม่พอใจ ไปพอใจผัวคนอื่น มันยุ่งยากเดือดร้อน เพราะไม่พอใจในของตัวเองนี้แหละที่สังคมเดือดร้อน พวกขาด สันโดษข้อนี้มีมาก เช่น มีเงินตัวเองไม่พอใจ ไปโก่งกินของคนอื่น ตนเองมีอะไรแต่ไม่พอใจ แต่ไปพอใจของคนอื่น คนประเภทนี้มีสุขใหม่ ไม่สุข เช่น เรามีร่างกาย เรามีพ่อ มีแม่ มีพี่ มีน้อง มีประเทศ มีพระมหากษัตริย์ แต่เราไม่พอใจในสิ่งที่มีอยู่แล้ว เราจะมีสุขตรงไหน สมมติว่ามีคนอยู่ ๒ คน คนหนึ่งพูดว่าฉันมีอะไรฉันก็พอใจ แต่อีกคนหนึ่งพูดว่าฉันมีอะไรฉันก็ ไม่พอใจหมด คนสองคนนี้ใครจะสุขกว่ากันเล่า สมมติว่าเรามีหน้าตาไม่สวย พอดู ก็บ่นว่าแม่

ไม่น่าเกิดเราแบบนี้เลย น่าจะเกิดให้เราสวยกว่านี้หน่อย พอเจอแม่เรา แหม! แม่เราน่าจะมีความรู้มากกว่านี้ยังอยู่อย่างนี้ แม่เราที่ไม่ไหว น้องเราก็ก๊แย พี่เราก็ก๊แย แย่ไปหมดเลย บ้านเมืองเราก็ก๊แย โต๊ะที่นั่งก๊แย ไมโครโฟนก๊แย น้ำกินก๊แย มีอะไรไม่พอใจไปหมด พวกนี้หาทุกข์มาให้ตัว มีตัวก็ไม่พอใจ มีเมียไม่พอใจ มีมือไม่พอใจ มีพระไม่พอใจ มีอะไรก๊แยไม่พอใจแล้วมันจะสุขตรงไหน แต่ถ้าเราพอใจก็มีความสุข เรามี เราพอ ก็ใช้ได้ มี ๑๐ บาทก็พอใจ ๑๐ บาท มีล้านหนึ่งก็พอใจล้านหนึ่ง นี่แหละท่านทั้งหลายเอ๋ย ไม่ให้ใครก๊แยไม่เสียหายอันใด แต่บางคนบอกว่าถ้าเรามีโรคเรื้อน จะไปพอใจโรคเรื้อนหรือ ก็โรคเรื้อนมันไม่ใช่ของของเรา โรคเรื้อนมันมาอาศัยเรา เราไม่ให้มันอยู่เอง ไม่ใช่ของเรา สิ่งไหนเป็นของของเราเราพอใจสิ่งนั้น เราก็ก๊มีความสุข ถ้าเราพอใจเราก็ก๊มีความสุข เรามีเท่าไรก๊พอใจเท่านั้น นี่แหละแม่เรามีสันโดษตัวเดียวก๊มีความสุขแล้ว เช่นในวันนี้ ท่านทั้งหลายจะไปอยู่ไหนจะมีความสุขใหม่จะมีอะไรบ้าง เราก็ก๊นึกเอา ถ้าท่านทั้งหลายเจริญกรรมฐาน เจริญกุศลภาวนาแล้ว ท่านจะได้มีสันโดษในจิต รู้มากในจุดมุ่งหมายแห่งความจริง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วท่านจะรู้ซึ่งเข้ามาถึงเหตุผล ข้อเท็จจริง แก้ปัญหาได้ ว่าเราพอใจในสิ่งใด ได้มากกับมีอยู่ไม่เหมือนกัน สมมติว่าเราทำงานปีนี้ได้ ๑ ชั้น บางคนก็ช้าไม่ค่อยได้อะไร เข้าซามเย็นซามก็ถือว่าสันโดษมักน้อยเราก็ก๊ไม่ได้สนใจอะไรนักหนา อย่างนี้ก็ถือว่ามียะโยชน์ คนไทยโบราณได้กล่าวไว้ว่า คนเราที่เกิดมาประิษาธรรมชาติบอกรให้ทราบ อยู่สองอย่าง คือตอนเด็ก ตอนเกิดใหม่ เกิดใหม่มือจะกำ ตอนตายมือจะแบออก นี่แหละคือประิษาธรรมชาติคนโบราณท่านสอนให้คิดด้านธรรมในฐานะที่เราเป็นชาวพุทธ ก็สอนให้คิดว่าตายแล้วเราก็ก๊เอาอะไรไปไม่ได้ ตอนที่เกิดมาใหม่มือกำลังกำ เราเคยเห็นเด็กที่เกิดใหม่บางคนสังเกตดูได้ เมื่อเด็กเกิดใหม่บางทีก็มีพ่อแม่พี่น้องเห็นอยู่ แต่ตอนเกิดใหม่มือจะกำ เหมือนเด็กคนนั้นจะบอกรให้คนทั้งหลายรู้ว่าขณะที่ตนเองเกิดให้รู้ว่าถ้าฉันโตขึ้นฉันจะเก็บทรัพย์สมบัติ เกียรติยศ ชื่อเสียง ทุกสิ่งทุกอย่างให้เป็นของฉันให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ บางทีก็ยกมือชูขึ้นเหมือนจะบอกรว่า ข้านี้เอาแน่ เมื่อตายแล้วก็ก๊เหมือนกันหมด ต้องแบบมือไว้หมด ไม่มีอะไรที่เราจะเอาไปได้ ท่านสาธุชนทั้งหลาย ไม่มีอะไรเลย ดังพระที่ท่านเทศท่านมีภาษิตให้เราได้ยินอยู่เสมอ

เมื่อเจ้ามา	มีอะไร	มาด้วยเจ้า
เจ้าจะเอา	แต่สุข	สนุกไหน
เจ้ามามีเปล่า	เจ้าจะ	เอาอะไรไป
เจ้าก็ไป	มือเปล่า	เหมือนเจ้ามา

ก็บอกรไว้ชัดเจนอย่างนี้ ไม่มีอะไรดีกว่านี้อีกแล้ว ท่านสาธุชนทั้งหลายเอ๋ย ไม่มีอะไรดีกว่าการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ที่จะเป็นประโยชน์แก่ท่านทั้งหลาย อย่าไปคิดพะวง การเจริญกรรมฐานไม่ต้องเสียเงินเสียทองแต่ประการใด เรามาวัดสดับพระธรรมเทศนา และเจริญกรรมฐาน สวดพระพุทธานุคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ พาหุง มหาภา ก็ได้ประโยชน์ ดีกว่าเราไม่ทำอะไรเสียเลยอย่างนี้เป็นต้น การเจริญกรรมฐานนี้แก้ไขปัญหาคิดทุกอย่าง ทำให้เรารู้สึกนึกคิด รู้ตื่น ลึก หนา บาง รู้กาลเวลา รู้จักกาละเทศะ ก็จะมีลักษณะจะกล่าววาจาก็กล่าวโดยกาละที่ควรกล่าว จะกล่าววาจาก็มีสัจจะความจริง จะกล่าววาจาก็รู้สึกว่ามีประโยชน์กับผู้ฟัง จะกล่าววาจาก็จะอ่อนหวาน สุภาพ อ่อนโยน จะกล่าววาจาก็รู้สึกว่ามีเมตตาต่อกัน นั้นแหละตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าด้วยการเจริญกรรมฐาน นั้นเป็น

ข้อที่หนึ่ง ข้อที่สอง ผู้ที่เจริญกรรมฐานจะระลึกชาติของตัวเองได้ ระลึกชาติที่แล้วครั้งอดีตเมื่อเป็นเด็กจำความได้ทั้งหมด ทำบาปทำเวรทำกรรมก็จะได้สำนึกสมัญญาในชีวิตของเขาเหล่านั้น ประการที่สามเขาจะรู้กฎแห่งกรรม ว่าเขาได้ทำกรรมอะไรไว้ จะได้แก้ปัญหาก็มันหมดสิ้นไป ใช้หนี้เขาให้หมด ใช้หนี้เวร ใช้หนี้กรรม ใช้หนี้บุญคุณ คำว่าหนี้บุญคุณไม่รู้จักหมด หนี้เวร หนี้กรรม ใช้หมด อย่างอาตมานี้ คอหัก แขนหัก ขาหัก ก็หมดไป ต้องทนมานอย่างน่าใจหาย แต่หนี้บุญคุณไม่หมด บิดา มารดา ครูบาอาจารย์ ปู่ ย่า ตา ยาย ใช้ไม่มีหมด การใช้หนี้ ใช้สิน ไม่มีหมดด้วยหนี้บุญคุณ น้ำพระคุณอุ่นเกล้าทุกเช้าค่ำ หล่อด้วยน้ำเมตตา จะหาไหน เหมือนน้ำค้างเย็นหล้าจากนภาลัย ก็ยังไม่เย็นล้าเท่าน้ำพระคุณ มีความอุ่นใจ น้ำพระคุณนี้สำคัญ คือ บุญคุณ คนไหนปฏิบัติกรรมฐานได้ คนนั้นจะมีความกตัญญูกตเวที มีบุญวาสนา คนที่เจริญกรรมฐานตลอด เสมอต้น เสมอปลายแล้ว จะเป็นคนมีบุญวาสนา นำพา ส่งผล ได้ผลเป็นอานิสงส์สมความมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

ก็ขออนุโมทนาสาธุการแก่ญาติโยมทั้งหลาย ที่เรามาฟังธรรม มาเจริญกรรมฐาน ที่ จะแก้ไขปัญหาก็ได้ทุกชนิด จะอยู่อย่างมีความสุข เจริญรุ่งเรือง วัฒนาสถาพร จิตใจจะ กว้างขวาง จิตใจจะไม่แคบเหมือนโลกยุคใหม่ โลกมันแคบ ใจมันแคบ ใจมันแย่งไป มีแต่ เครื่องวัตถุ แต่เครื่องจิตใจมันก็เหลวแหลกแตกลงไป เรียนรู้สูงขึ้น แต่จิตใจมันเหลว มันไม่ สมดุลกับโลกใหม่ปัจจุบันที่เจริญด้านวัตถุ เทคโนโลยี ขอให้เราเจริญไปด้วยพุทธโฆโลยี แก้ปัญหาชีวิตได้แก่กรรมะ พุทธโฆโลยีแก้ไขปัญหาก็ได้ด้วยการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เพราะว่า ชีวิตมีค่าด้วยการเจริญวิปัสสนา เวลาจะมีประโยชน์ เพราะเวลานี้เรามีหลักธรรมคำสอนของ พระพุทธเจ้า แล้วเวลาก็มีประโยชน์ในกิจชีวิตประจำวัน หายใจเข้าก็รู้ หายใจออกก็รู้ รู้แต่สิ่ง ที่มีประโยชน์ สิ่งที่ไม่มีประโยชน์จะไม่อยากจะไปรู้ของเขา เราจะรู้แต่เรื่องของเรา ไม่ต้องไปดู งานของคนอื่นเขาว่าเสร็จแล้วหรือยัง ดูงานของเราว่าจะเสร็จหรือไม่ประการใด เพราะฉะนั้น ชีวิตนี้จึงมีค่า แก่นสารเนื้อหาสาระ ไม่ต้องไปดูคนอื่นเขา ว่าถูกผิดประการใด เพราะตัวเรา ผิดเราก็ไม่รู้ตัว ถูกเราก็เข้าใจ แล้วเราก็ไม่ยอมรับชีวิตของเราอีก ถ้าเราเจริญกรรมฐานจะ ยอมรับโดยไม่ปฏิเสธทุกข้อหา จะยอมรับเวรกรรมที่เราทำไว้ทุกประการ กุสะลา ฐัมมา อะ กุสะลา ฐัมมา กุศล หรือ อกุศล เราก็จะรู้ได้ด้วย ปัจจัยตั้ง เวทิตัพโพ วิญญูหิ รู้แจ้งแก่เรา ทุกคนแล้ว ขอท่านสาธุชน พุทธศาสนิกชน อุบาสก อุบาสิกาทั้งหลาย ก็ขอให้ท่านตั้งใจ ปฏิบัติธรรม คำสอนของพระพุทธเจ้าให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ เพื่อเป็นการแก้ไขปัญหาวินัย และช่วยสั่งสอน และช่วยสร้างที่ดีให้กับลูก ทำถูกให้กับหลาน ให้สมน้ำ สมเนื้อ สม กาลเวลาที่หมดไป และเวลาข้างหน้าก็เหลือน้อย ที่ผ่านมาก็มากแล้ว อย่าประมาท ตายได้ วันนี้ พรุ่งนี้ ก็ขอให้ท่านทั้งหลายจงจะเจริญรุ่งเรืองในธรรมสัมมาปฏิบัติในหน้าที่โดยทั่วกัน ก็ ขอให้ทุกท่านจงเจริญไปด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ นี้ก็คิดสิ่งหนึ่งประการใดก็สมความมุ่ง มาดปรารถนาด้วยกันทุกรูปทุกนาม ณ โอกาสบัดนี้ เทอญ.