

พรสัมฤทธิ์แก่ผู้ดำเนินชีวิตที่ดี

พระธรรมสิงหบุราจารย์

H19011

พรคืออะไร ทำอย่างไรจะได้พร

ถ้าพูดตามภาษาพระ พรเป็นสิ่งที่เราจะต้องสร้างขึ้นเอง จตุรพิธพรชัย คือ พรดีประการ ได้แก่ อายุ วรรณะ สุขะ พละ ต่าง ๆ เหล่านี้ เป็นสิ่งที่น่าใคร่ น่าปรารถนา น่าพอใจ แต่สิ่งเหล่านี้จะเกิดขึ้นเพียงด้วยการอ้อนวอนหรือความปรารถนาเท่านั้นก็หาไม่ ท่านทั้งหลายที่ปรารถนาสิ่งเหล่านี้จะต้อง ปฏิบัติสิ่งที่เป็นเหตุปัจจัยที่จะให้เกิดสิ่งเหล่านี้ขึ้นเอง

คำว่า **พร** นั้นที่จริงในภาษาพระแปลว่าผลประโยชน์หรือสิทธิพิเศษที่ให้ตามคำขอ

ตัวอย่าง เช่น ในสมัยสมบูรณาญาสิทธิราชย์ พระเจ้าแผ่นดินมีอำนาจสูงสุด ซึ่งตายี่เป็นได้ ปุโรหิตคนหนึ่งเป็นผู้ใกล้ชิดพระราชา มีลูกเป็นคนที่พูดไม่ดี ซึ่งต่อไปลูกคนนั้นจะต้องใกล้ชิดพระราชา และตัวปุโรหิตเองก็แก่ใกล้จะตายแล้ว จึงคิดว่าต่อไปเมื่อตนเองสิ้นชีวิตไปแล้ว ถ้าลูกพูดอะไรผิดพลาดไปพระราชาอาจจะสั่งตัดศีรษะได้

เมื่อคิดอย่างนี้แล้วท่านปุโรหิตก็เลยขอพรจากพระราชาว่า ลูกของข้าพระองค์นี้เป็นผู้มีวาจาไม่ดี ฉะนั้นถ้าว่าเขาพูดอะไรผิดพลาดไป ขอพระองค์ได้โปรดยกโทษให้ ไม่เอาโทษเถิด

การขอสิทธิพิเศษอย่างนี้เรียกว่า ขอพร และเมื่อพระเจ้าแผ่นดินพระราชทานให้ โดยตรัสว่า ตกลง เรายอมให้ อย่างนี้เรียกว่าให้พร

เป็นอันว่าพร หมายถึงสิ่งที่เป็นผลประโยชน์หรือสิทธิพิเศษที่ให้ตามที่ขอ เขาขอ แล้วให้ก็เรียกว่าให้พร อย่างเช่นพระนางมุสดีขอพร ๑๐ ประการจากพระอินทร์ ก็หมายความว่า ตัวเองต้องการอะไรก็ขอไป แล้วเขาให้ เรียกว่าให้พร นี่เป็นความหมาย เดิมแท้ของพร

คราวนี้มีอีกความหมายหนึ่งคือ “พร” แปลว่า **ประเสริฐ** อะไรก็ตามที่เป็น ของประเสริฐ เช่น พระรัตนตรัยก็เป็น วร คือ เป็นสิ่งที่ประเสริฐ ปัญญาก็เป็น วร คือ เป็นสิ่งประเสริฐ ฯลฯ ทั้งหมดนี้เป็นพรทั้งนั้น

พร ก็คือสิ่งที่ประเสริฐ พระรัตนตรัยก็เป็นพร ปัญญาก็เป็นพร สติก็เป็นพร สมาธิก็เป็นพร คือเป็นสิ่งที่ดีงามประเสริฐ

ที่ว่ามานี้เป็นความหมายเดิมของท่าน แต่ปัจจุบันเราใช้คำว่าพรในความหมาย ว่า สิ่งที่เราปรารถนา สิ่งดีงามที่อยากจะได้ นี่คือ ผิดเพี้ยนไปจากเดิม

ในที่นี้เราจะมาประยุกต์ความหมายเสียใหม่ว่า **พร**คือ สิ่งที่เราปรารถนา พร้อมทั้งเป็นสิ่งที่ดีงามประเสริฐด้วย กล่าวคือ เป็นสิ่งที่มีคุณค่าล้ำเลิศ

สิ่งที่มีคุณค่าล้ำเลิศที่เราปรารถนานั้นก็มีหลายอย่าง แต่ในที่นี้เราจะมองตาม ถ้อยคำที่คุ้น ๆ กันอยู่แล้ว เช่น อายุ วรรณะ สุขะ พละ เป็นต้น

ถ้าอธิษฐานเป็น จะเอาพร ๔ หรือ พร ๕ ก็ได้

ที่นี่จะอธิบายความหมายคำว่า อายุ วรรณะ สุขะ พละ

“อายุ” คืออะไร อายุในภาษาทั่วไปมีความหมายที่ค่อนข้างไปในทางลบมากกว่าทางบวก กล่าวคือ ถ้าพูดว่าคนมีอายุมากก็มีความหมายไม่ดี คือ แก่จะแยแล้ว แต่ถ้าอายุน้อยกลับดี แสดงว่ายังเด็ก ยังหนุ่มสาว

ส่วนในภาษาพระนั้น อายุมากยิ่งดี อายุน้อยไม่ดี อายุน้อยก็คือ พลังจวนหมดจะแยแล้ว

เพราะในภาษาพระนั้น อายุคือพลังหล่อเลี้ยงชีวิต ฉะนั้น ท่านจึงให้พรอย่างหนึ่งว่า **อายุ**

ถ้าอายุเป็นของไม่ดีแล้ว พระจะให้พรว่า ให้คุณมีอายุมาก อย่างนี้ เราก็ต้องบ่นว่า ทำไมพระจะให้เราแก่เสียล่ะ แต่ที่จริงไม่ใช่อย่างนั้น ที่บอกกว่าให้มีอายุนั้น หมายถึงให้เรามีพลังหล่อเลี้ยงชีวิตมาก ๆ ใครมีพลังหล่อเลี้ยงชีวิตมาก คนนั้นก็จะมีชีวิตแข็งแรง อยู่ได้ยืนยาว

“วรรณะ” ก็คือ ผิวพรรณผ่องใสมีสง่าราศี

“สุขะ” ก็คือ ความสุข ความคล่อง ความปราศจากเรื่องบีบคั้นติดขัด คับข้อง

“พละ” ก็คือ กำลังความเข้มแข็งมีเรี่ยวแรง รวมทั้งมีสุขภาพดี

พร ๔ ประการ คือ อายุ วรรณะ สุขะ พละ หรือ **จตุรพิธพร** นั้นเราได้ยินบ่อย

แต่พร ๕ ท่านมีเพิ่มอีกอย่างหนึ่ง เป็น อายุ วรรณะ สุขะ โภคะ พละ คือ เต็ม

โภคะ ทรัพย์สมบัติ เข้ามาอีกอย่างหนึ่ง รวมเป็น ๕ อย่าง ถ้าเรียกเป็นคำพระก็เป็น

เบญจพิธพร

ที่นี้ ท่านบอกว่า สิ่งเหล่านี้มิใช่จะได้มาด้วยการอ่อนน้อมปรารภณา การที่เราให้พรกันนี้ ก็คือ เรามาแสดงความปรารถนาดีต่อกัน เรามาตั้งจิตปรารภณาประโยชน์สุขแก่กัน และด้วยพลังจิตที่ปรารภณาดีนี้ ก็จะเกิดคุณธรรมความดีงามขึ้นมาในใจของผู้ให้ ซึ่งมีผลต่อจิตใจของเรา

ในเวลาเดียวกัน ท่านฝ่ายผู้รับก็พลอยมีจิตใจบันเทิงเอิบอิ่ม ชื่นบาน คือซาบซึ้งในน้ำใจเมตตา หรือไมตรีของผู้ให้นั่นเอง อันนี้แหละ ก็เกิดเป็นความสุขและความมีไมตรีจิตตอบแทนขึ้นในใจของเขา จึงกลายเป็นคุณธรรมเกิดขึ้นทั้งสองฝ่าย

ที่นี้ถ้ามีความเชื่อมั่นจริง ๆ และเกิดกำลังใจแรงกล้า ก็จะมีความเป็นไปที่เกิดขึ้นโดยกลไกทางจิต ซึ่งเป็นเรื่องของอำนาจจิตหรือพลังจิตนั่นเอง ไม่ใช่ใครมาดลบันดาลให้หรอก ถ้าเราทำถูกต้อง เราปฏิบัติถูกต้อง แล้วผลดีก็เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัย

แต่สำหรับผู้ที่ไม่ศึกษาเล่าเรียน ก็นึกกว่าเป็นอำนาจภายนอกบันดาล ส่วนคนที่ได้ศึกษาแล้วก็จะรู้ว่าที่จริงเป็นกลไกของจิตนั่นเอง ถ้าเราเชื่อมั่นจริง ๆ แล้วมันก็มีกำลังมีพลังอำนาจมาก ฉะนั้นเราจึงควรปฏิบัติให้ถูกต้องต่อสิ่งเหล่านี้

ถ้าท่านต้องการได้พรเหล่านี้ ก็ต้องทำจิตใจให้ถูกต้อง โดยเฉพาะจะต้องมีความเชื่อมั่น ทำจิตใจให้สงบผ่องใส พร้อมทั้งมีความมั่นใจ มีกำลังใจเข้มแข็งที่จะทำสิ่งเหล่านี้ให้เกิดขึ้น ซึ่งตรงกับที่ทางพระเรียกว่า **อธิษฐานจิต**

การอธิษฐานจิต นั้น ท่านแปลว่า การตั้งจิตให้แน่วแน่มั่นคง หรือ การตั้งใจเด็ดเดี่ยว

ที่ว่า ตั้งจิตมั่น คือ ตั้งใจเด็ดเดี่ยว หมายความว่า ตั้งใจมุ่งว่าจะทำเรื่องนั้น ๆ หรือความดีงามนั้นให้สำเร็จให้ได้ เหมือนนออย่างพระพุทธเจ้าทรงอธิษฐานพระทัยว่า

จะเพียรพยายามปฏิบัติให้บรรลุโพธิญาณ ถึงพระโลหิตจะเหือดแห้งไป ถ้ายังไม่สำเร็จ ก็จะไม่ยอมหยุดเลิกเสีย

พูดง่าย ๆ ว่า อธิษฐานเพื่อจะทำ

แต่ปัจจุบัน อธิษฐาน มีความหมายเพี้ยนไป กลายเป็นว่า อ้อนวอนปรารถนา กลายเป็น อธิษฐานเพื่อจะได้ และขอให้ได้โดยตัวเองไม่ต้องทำ คือจะให้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ ดลบันดาลให้

เพราะฉะนั้น ควรปรับความเข้าใจให้ถูกต้อง ง่าย ๆ ว่า **อธิษฐานเพื่อจะทำ ไม่ใช่อธิษฐานเพื่อจะเอาหรือเพื่อจะได้**

ใครที่ทำอะไรอย่างเอาจริงเอาจัง มุ่งมั่นที่จะให้สำเร็จ ควรจะอธิษฐานจิต คือ ตั้งใจเด็ดเดี่ยวตั้งแต่เริ่มต้นว่าเราต้องทำสิ่งนั้นให้สำเร็จให้จงได้ ให้ถึงจุดหมายอย่าง แน่นนอน ซึ่งทำให้มีพลังที่จะทำต่อไปอย่างจริงจัง เมื่อเริ่มต้นดีก็ อย่างที่พูดกันว่า สำเร็จไปครึ่งหนึ่งแล้ว อะไรทำนองนี้

เคล็ดลับของการมีอายุยืน

อายุนี้ท่านอธิบายสำหรับพระก่อน แต่ก็ใช้สำหรับฆราวาสได้ด้วย อายุ ตาม ความหมายในทางธรรมคือ

อิทธิบาท ๔

พระพุทธเจ้าตรัสว่า ถ้าพระองค์ปรารถนาจะอยู่เกินกว่ากัป ก็อยู่ได้ โดยเจริญ อิทธิบาท ๔ นี้

คำว่า “กัป” ในที่นี้ หมายถึง อายุกัป คือ กำหนดอายุของมนุษย์ หมายถึง อายุ ๑๐๐ ปี พระพุทธเจ้าอยู่แค่ ๘๐ ปี แต่พระองค์ตรัสว่า ถ้าพระองค์ต้องการจะอยู่ถึง ๑๐๐ ปี ก็อยู่ได้ โดยเจริญ อธิติบาท

คนอื่นก็เหมือนกัน ถ้าต้องการให้อายุยืนถึง กัป ก็ให้เจริญอธิติบาท ๔

อธิติบาท ๔ ประการ คือ อะไรบ้าง

ขอพูดถึงชีวิตของคนในสภาพแวดล้อมปัจจุบันก่อน คนจำนวนไม่น้อย ก่อนเกษียณก็แข็งแรงดี สุขภาพดี ปรavad เบรียว กระฉับกระเฉง แต่พอเกษียณแล้วไม่ช้าเลยก็เฉาแล้ว ไป ๆ ไม่ช้าก็อายุหมด คือ สิ้นชีวิต ให้ลองสังเกตดู นี่เป็นเพราะอะไร

อีกคนหนึ่งเป็นคนขี้โรค น่าจะย่าแยะอายุสั้น แต่กลับอยู่ทนได้นาน เจ็บ ๆ หาย ๆ ไม่ตายสักที อะไรที่เป็นกลไกสำคัญในเรื่องนี้ สิ่งหนึ่งก็คือ อธิติบาท ๔ นี้แหละ

อธิติบาท ๔ เริ่มต้นด้วย **ฉันทะ** คือ มีสิ่งดึงดูดที่ใจ ใฝ่รักต้องการจะทำ ถ้าใครอยากอายุยืน ต้องมีจิตใจผู้อยู่กับการกระทำอะไรสักอย่างที่ดีงาม ใจคอยบอกตัวเองอยู่ว่า ฉันทต้องการทำสิ่งนี้ให้ได้ หรือมีสิ่งที่ดีที่ต้องการจะทำแล้วรักที่จะทำ ตั้งขึ้นมาก่อน อย่างนี้เรียกว่า ฉันทะ แล้วทำสิ่งนั้น จนไม่มีช่องว่าง ไม่เปิดช่องให้แก่ความห่วงความกังวลหรือความกลัวใจอะไรเลย

คนที่เขาอยู่อยู่กับงาน และงานนั้นเขาพอใจรัก เขาเห็นว่าดีงามมีคุณค่า และทำจนกระทั่งไม่ห่วงกังวลอะไรในใจ ไม่มีช่องให้แก่เรื่องยุ่งวุ่นวาย รำคาญใจ มีฉันทะ นี้เป็นเคล็ดลับตัวแรกที่ทำให้อายุยืน

แม้แต่คนป่วยก็ให้ใช้หลักนี้ คือให้ตั้งเป้าหมายอะไรไว้สักอย่างที่เป็นสิ่งดึงดูดที่ใจอยากจะทำ ใจรักจะทำแล้ว ตั้งใจจดจ่ออยู่กับสิ่งนั้น นี่คือ **ฉันทะ**

โดยเฉพาะผู้สูงอายุหรือผู้ที่เกษียณแล้ว ที่อยู่ไม่ได้ยาวนานก็มักเป็นเพราะมีความเหี่ยวเฉา มีความรู้สึกว่างเปล่าไร้ค่า ไม่มีอะไรจะทำ ชีวิตเหงาหงอย เปิดช่องปล่อยให้เรื่องจุกจิกกวนใจเข้ามาบั่นทอนพลังชีวิต คือ อายุของตน

เพราะฉะนั้นพอเกษียณแล้วต้องตั้งใจไว้สักอย่างที่จะทำ หรือให้ชีวิตอยู่กับสิ่งที่ดีงาม ที่ตนเห็นคุณค่าเป็นประโยชน์ แล้วใจมุ่งไปทำสิ่งนั้น อาจจะเป็นการทำสวน หรือ งานอดิเรกอะไรสักอย่าง หรือการศึกษารวมก็ได้

ตอนนี้แหละ ชีวิตก็จะมีพลังขึ้นมาทันที พลังนี้แหละ คือตัวอายุ ซึ่งเห็นได้ชัดว่าเกิดจาก ฉันทะ

พอฉันทะเกิด ต่อไปก็ถึง **วิริยะ** คือความมีกำลังใจเข้มแข็ง แก้วกล้า ใจสู้กล้าเผชิญความยากลำบากและอุปสรรค เห็นว่าสิ่งนั้น ๆ ทำทนาย เพียรพยายามที่จะเอาชนะ ทำให้สำเร็จให้ได้ มีความกล้าหาญที่จะทำ

ต่อไป คือ ข้อ **จิตตะ** หมายถึง การอุทิศตัวอุทิศใจให้กับสิ่งนั้น ใจมุ่งจดจ่ออยู่กับสิ่งนั้น

เมื่อใจจดจ่ออยู่กับเรื่องที่ทำ ใจก็ไม่เก็บเรื่องจุก ๆ จิก ๆ ที่ขัดหู ขัดตา กระทบใจ หรือผ่านเข้ามาเดียวเดียวก็ลืม เพราะใจอยู่กับเรื่องที่จิตจะทำนั้น ก็ไม่มีเรื่องรบกวนรำคาญใจ ทำให้สงบมั่น ถึงขั้นสมาธิก็ได้

สุดท้ายก็มาถึง **วิมังสา** คือ คอยใช้ความคิดพิจารณาเกี่ยวกับเรื่องนั้นอยู่ตลอดเวลา หมั่นทบทวนตรวจสอบ และทดลองค้นคว้าหาวิธีการต่าง ๆ ให้รู้ว่าทำอย่างนั้นอย่างนี้แล้วเป็นอย่างไร มีอะไรที่จะต้องปรับปรุงแก้ไข และจะปรับปรุงแก้ไขได้อย่างไร วุ่นอยู่กับเรื่องที่ทำนั้น และใจก็สนุกกับสิ่งที่ทำ มีความร่าเริงเบิกบานแจ่มใส ตกลงว่าเวลาผ่านไปอยู่ได้เรื่อย

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า อิทธิบาท ๔ นี้ เป็นตัวอายุ ท่านบอกว่า ผู้ที่ปรารถนาอายุ ไม่พึงพอใจอยู่กับการอ้อนวอนปรารถนาให้มีอายุ ซึ่งไม่ทำให้สำเร็จได้ แท้จริง แต่ต้องทำตามข้อปฏิบัติที่จะให้อายุนั้นสำเร็จ และข้อปฏิบัตินั้น ก็คือ อิทธิบาท ๔ นี้คือ เคล็ดลับ พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ให้แล้ว ถ้าใครต้องการอายุยืน ก็ตั้งฉันทะขึ้นมาเลย จนครบอิทธิบาททั้ง ๔

ได้อะไรจึงจะคุ้มค่ากับเวลาที่ผ่านมา

พรข้อต่อไป **วรรณะ** คืออะไร สำหรับพระท่านว่า คือ **ศีล** การที่พระมีความประพฤติดีงาม มีความสำรวม มีปฏิปทาบริสุทธิ์ผุดผ่อง นั่นคือความงามหรือวรรณะของพระองค์นั้น

สำหรับคนทั่วไปก็เหมือนกัน ความสุจริต ความมีชีวิตที่ดีงาม ความเป็นผู้บริสุทธิ์ในการดำเนินชีวิต ความบริสุทธิ์สุจริตนี้เป็นความงามของบุคคลนั้น ๆ

ต่อไปพรที่ ๓ คือ **สุขะ** ความสุข ความสุขนี้มี ๒ แบบ ได้แก่ ความสุขที่มีอยู่กับตัว กับ ความสุขที่หวังข้างหน้า

ปุถุชนคนทั่วไปมักจะมีความสุขที่หวังข้างหน้าเป็นส่วนมาก ไม่ค่อยมีความสุขที่อยู่กับตัวในปัจจุบัน ทางพระท่านต้องการให้เรามีความสุขอยู่กับตัวในปัจจุบันในขณะนี้เลย ทำอย่างไรเราจะมีสุขอยู่กับตัวในบัดนี้

คนที่เจริญจิตภาวนาให้ได้ **ฌาน** เป็นตัวอย่างหนึ่งของผู้ที่มีความสุขในปัจจุบันทันที สำหรับคนเราทั่วไปถึงแม้ว่าจะไม่สามารถทำจิตใจได้ถึงขนาดนั้น แต่เราก็สามารถทำใจของเราในแต่ละวัน ให้มีความสุขได้ตลอดเวลา หรือให้มากที่สุดเท่าที่จะมีสติช่วยได้ คือ มีความสุขด้วยการทำจิตใจให้เบิกบานร่าเริงผ่องใสให้ยืมนำได้

ที่นี้ เพื่อให้เป็นประโยชน์ที่จะปฏิบัติได้ในเวลาแต่ละวัน ขอให้คิดถึงคติตาม
พุทธภาษิตที่อาตมายกมาให้ฟังข้างต้นแล้วว่า **อโมฆิ ทิวส์ กยิรา อปุเปน**
พหุเกน วา – เวลาแต่ละวันอย่างปล่อยให้ผ่านไป ไม่มากก็น้อยต้องให้ได้อะไรบ้าง
สิ่งหนึ่งที่จะควรจะได้เป็นอย่างน้อยก็คือ การได้ทางจิตใจ ซึ่งตรงกับที่กำลังพูดกันอยู่นี้
ได้แก่ การได้ความร่าเริง ความอิมใจ และความเบิกบานผ่องใส

วันหนึ่ง ๆ ควรพิจารณาว่า วันนี้เรายืมได้บ้างหรือเปล่า ตลอดวันนี้เรามียืมได้
บ้างไหม ถ้าพิจารณาตลอดวันแล้วยังไม่ได้ยืมต้องรีบยืมเสีย หากคนมารีบยืมได้สักครั้ง
หนึ่งก่อนที่จะนอนหลับสิ้นวันไป ถ้าใจยังไม่เบิกบาน ไม่ปราโมทย์ ไม่ปลื้มปิติสักครั้ง
ต้องทำให้ได้

พระพุทธองค์ตรัสว่า ใจประกอบด้วยเมตตา แม้ชั่วขณะลัดนิ้ว หรือดีดนิ้วเปาะ
เดียว ก็เป็นบุญเป็นกุศลใหญ่หลวงแล้ว ฉะนั้น เวลาในแต่ละวันนี้ อย่าปล่อยให้ไปกับ
ความเครียด ความทุกข์ ความเศร้า ความหงอยเหงา ความเบื่อหน่าย หรือ ความร่ำ
ร้อน กระทบกระวาย แต่ต้องให้ได้ความสุข คือ ความชื่นบาน ความโปร่งโล่งเบาสบาย
หรือสภาพจิตที่ดีอย่างใดอย่างหนึ่งบ้าง

อย่างน้อยพิจารณาตรวจสอบตัวเองก่อนที่จะผ่านวันนั้นไป อย่าไปคิดแต่จะได้
ทางกาย หรือทางเศรษฐกิจอย่างเดียว ทางจิตใจต้องพิจารณาว่าเราได้บ้างไหม

คนเราทั่ว ๆ ไป เมื่อฟังพระสอนว่าเวลาแต่ละวันอย่าให้ผ่านไปเปล่า ไม่มากก็
น้อยต้องให้ได้อะไรบ้าง ก็มักจะนึกถึงการได้เงินได้ทอง หรือได้สิ่งของต่าง ๆ ว่า วันนี้
เราได้เงินบ้างหรือไม่ ได้มากหรือน้อยเท่านั้นเท่านี้ หรือได้ผลประโยชน์ต่าง ๆ ที่ดี
ขึ้นมาหน่อย ก็นึกถึงการได้งานว่า ทำงานไปได้เท่านั้นเท่านี้ งานก้าวหน้าสำเร็จลุล่วง

ไปได้แค่นั้น ตลอดจนถึงถึงการได้ทำความดีงามหรือบำเพ็ญประโยชน์ให้แก่สังคม ซึ่งทั้งหมดนี้ก็รวมอยู่ในการตรวจสอบตามหลักธรรมนี้ด้วย

แต่สิ่งที่ใกล้ตัวที่สุด ซึ่งคนทั้งหลายมักมองข้ามไป ก็คือ การได้ทางจิตใจอย่างที่ว่ามาแล้ว ซึ่งอย่างน้อยก็ควรให้ได้สภาพ**จิตที่ดีงาม มีความสุข** ท่านเรียกว่า

ปราโมทย์ คือ ความร่าเริงเบิกบานใจ

ปีติ คือ ความอิมเิบใจปลื้มเปรมใจ

ปัสสัทธิ คือ ความผ่องคลายไร้เครียด เย็นใจ

สุข คือ ความคล่องใจ โปร่งเบาสบายใจ

สมาธิ คือ ความมีใจสงบ มั่นคงอยู่กับสิ่งที่คิดจะทำ

ความสุขที่แท้จริงอยู่ในใจ คุณสมบัติ ๕ อย่างนี้ เถอมาพิจารณาว่า วันหนึ่งเราจะต้องทำให้ได้บ้างไม่มากก็น้อย ให้ได้ปีติปราโมทย์ ความอิมเิบใจ เบิกบานใจ ผ่องใส สงบใจบ้าง

คนเราที่หาเงินหาทอง ผลประโยชน์ หรือลาภผลต่าง ๆ นั้น ก็เพื่อให้ได้ความสุข แต่บางที่มุ่งแต่หาสิ่งเหล่านั้น หาไป ๆ กลับมีแต่ความทุกข์ ความเร่าร้อน กัดกักรุ้ม กังวลใจ หาความสุขแทบไม่ได้เลย แล้วก็ลืมนึกถึงความสุขทางจิตใจที่ตนควรจะได้ด้วย

คนที่หาเงินหาทองได้มากแต่ไม่ได้ความสุขในจิตใจเลย อย่างนี้ต้องเรียกว่าเป็นคนเสียหลัก ดำเนินชีวิตผิด เงินทองและลาภผลที่หามาได้ มีความหมายน้อยไม่ไห้สาระอะไรแก่ชีวิต

เพราะฉะนั้น ไม่ว่าจะได้อะไรเท่าไรก็ตาม ก็อย่าลืมิให้ได้สภาพจิตใจที่ดีงาม ๕ อย่างที่กล่าวมานี้

ทรัพย์แท้ คือ ทรัพย์ภายใน พลังแท้คือความเป็นไท

พรอีกข้อหนึ่ง คือ โภคะ ที่เพิ่มเข้ามาเป็นข้อที่ ๕ ในพร ๕ ประการ

โภคะ คือ ทรัพย์สมบัติ ทรัพย์สมบัติเรามีไว้ทำไม ก็เพื่อใช้สอย แต่ทางพระท่านบอกว่า โภคะ หรือ ทรัพย์สมบัติทางจิตใจ ได้แก่ คุณธรรม คือ **พรหมวิหาร ๔** เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา นี่แหละเป็นทรัพย์สมบัติที่อยู่กับตัว ใช้ไม่รู้จักหมด

เมตตา มีไมตรีจิตมิตรภาพกับคนทั่วไป เจอใครทักทาย ยิ้มแย้มแจ่มใส รักใคร่ ปรารภนาดี ต่อทุก ๆ คน

กรุณา เห็นใครตกทุกข์ได้ยาก ช่วยเหลือเขาไป

มุทิตา เห็นใครดีประสบผลสำเร็จ มีความเจริญก้าวหน้า ก็ไมทนาส่งเสริมไป

อุเบกขา มีเรื่องมีราวทะเลาะเบาะแว้งกัน เราวางใจเป็นธรรม ให้ความเป็นธรรม วางใจเป็นกลาง ใช้ปัญญา ฝึกให้คนรู้จักรับผิดชอบ

เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา นี่เป็นทรัพย์ที่เราสร้างไว้กับตัว เป็น โภคะ ที่มองไม่เห็น ใช้ไม่รู้จักหมด บางทีของบางอย่างซื้อด้วยเงินไม่ได้ แต่ใช้เมตตาก็สำเร็จได้ ไม่ต้องขอไม่ต้องบอก ก็จะมีคนขนของเอามาให้เองเลย บริการเต็มที่ และใช้ได้กับสิ่งที่ทรัพย์สิ้นเงินทองซื้อไม่ได้ด้วย จึงเป็นทรัพย์สมบัติที่มีลักษณะพิเศษ คือ

ใช้ไม่หมด

ซื้อสิ่งที่ซื้อด้วยเงินไม่ได้

ฉะนั้น โภคะ คือพรหมวิหารนี้ จึงเป็นสิ่งที่ควรที่จะสร้างขึ้นมาก ถ้าเราทำได้ ก็เป็น

“โภคะ” อันประเสริฐ

พรข้อสุดท้าย คือ **พละ** ได้แก่ กำลัง ตามความหมายนี้ เราจะนึกถึงว่า กำลัง ภายก็ตาม กำลังใจก็ตามท่านว่าใช้ทั้งนั้น

ท่านมีหมวดธรรมให้ตั้งมากมาย พละ & ที่พูดถึงกันอยู่เสมอในวงการของนักปฏิบัติธรรม คือ สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา ก็เป็นกำลังทางจิตใจ แต่เราไม่มีเวลาพูดมากพอ เพราะฉะนั้น เรามาพูดถึงกำลังขั้นสุดยอดกันเลย กำลังขั้นสุดยอดนี้

ก็คือ **อิสรภาพ**

ทำไมพระพุทธเจ้าว่าอย่างนั้น อิสรภาพ เป็นกำลังได้อย่างไร ขอให้พิจารณาดู คนจะมีกำลังเท่าไรก็ตาม ร่างกายจะเข้มแข็งเท่าไรก็ตาม ถ้าร่างกายนั้นถูกมัด เสียจะเป็นอย่างไร ตอบได้เลยว่า ไม่มีความหมาย กำลังมากมายไม่มีความหมาย ทำอะไรก็ไม่ได้

ในทางตรงข้าม คนมีกำลังน้อยก็ตาม มากก็ตาม ถ้าร่างกายเป็นอิสระ ไม่ถูกมัด มัด เขามีกำลังเท่าใด ก็ใช้ได้เต็มที่เท่านั้น ฉะนั้นความเป็นอิสระจึงเป็นกำลังที่สำคัญที่สุด

ที่พูดมานั้นเป็นเรื่องของอิสรภาพหรือความเป็นอิสระทางกาย แต่ยังมีอีกด้านหนึ่งคือ อิสรภาพหรือความเป็นอิสระทางจิตใจ ซึ่งสำคัญยิ่งกว่าอิสรภาพทางกาย

ความเป็นอิสระของจิตใจ มีลักษณะที่สำคัญ ๒ อย่าง คือ

๑. จิตใจนั้นไม่ถูกกิเลสครอบงำ หรือไม่อยู่ใต้อำนาจบังคับของกิเลส จะพูดว่าไม่เป็นทาสของกิเลสก็ได้ กิเลสที่จะมาครอบงำนั้นมีมากมาย พุดง่าย ๆ ก็ อย่างโลภะ โทสะ โมหะ หรือ ความโลภ โกรธ หลง

จำทำอะไรก็ตาม ถ้ามีวแต่คำหนึ่งถึงลามสัการะ หรือ ถูกความโกรธแค้น ความ พยาบาท ความน้อยใจ เข้าครอบงำ จะเสียกำลัง ทำอะไรไม่ได้เต็มที่อย่างง่าย ๆ ถูก

ความกลัวคุกคามบ้าง ถูกความเกียจคร้านหน่วงเหนี่ยวไว้บ้าง ก็สูญเสียกำลังทำอะไรไม่ได้เต็มที่

เพราะฉะนั้น ความเป็นอิสระในการที่จิตใจไม่ถูกกิเลสครอบงำ จึงเป็นกำลังที่เข้มแข็งอย่างยิ่ง

๒. จิตใจมีกำลังเท่าใดใช้ได้เต็มที่ เพราะไม่มีอะไรผูกมัดไว้ การจะทำอะไรต่าง ๆ ไม่ว่าจะทำความดีก็ตาม จะทำการงานก็ตาม ถ้าไม่มีห่วงกังวลอะไรเข้ามาผูกมัดใจเราก็ทำได้เต็มที่

แต่ทั้ง ๆ ที่เรามีกำลังกายเข้มแข็ง ถ้าใจเราถูกผูกมัดเสีย เช่น มีห่วง มีกังวล มีอะไรต่าง ๆ หน่วงเหนี่ยวหรือผูกมัดใจอยู่ ก็ทำไม่ได้ ไม่สามารถจะทำสิ่งนั้นได้เต็มที่ ในทางตรงข้าม ถ้าไม่ถูกผูกมัด เป็นอิสระแล้ว ก็จะทำสิ่งนั้นได้เต็มที่ ฉะนั้น ความเป็นอิสระจึงสำคัญมาก

ความเป็นอิสระนี้มีหลายชั้น ในทางพระมีศัพท์เรียกสั้น ๆ ว่า **วิมุตติ** แปลว่า ความหลุดพ้น หรือจะแปลว่าการปลดปล่อยก็ได้ คือปลดปล่อยจิตใจให้พ้นเป็นอิสระไปจากกิเลสที่ครอบงำ และสิ่งที่ผูกมัดหน่วงเหนี่ยวทั้งหลาย ตลอดจนพ้นจาก อวิชชา คือความไม่รู้

อิสรภาพ หรือ วิมุตติ ที่มีหลายชั้นนั้น ในครั้งนี้ พุทธมาเท่านั้นที่ควรจะพอก่อน

ความสุขที่ส่งให้ได้จริง คืออย่างไร

อายุ วรรณะ สุขะ โภคะ พละ ก็ดีความออกมาเป็นธรรมอย่างที่ว่ามานี้

อายุ พลังสืบต่อชีวิต คือ **อิทธิบาท ๔**

วรรณะ ความงาม คือ **ศีล**

สุขะ ความสุข คือ สภาพจิตใจที่ดั่งงาม ตั้งแต่ปราโมทย์จนถึง **ฌาน**

๔

โภคะ ทรัพย์สมบัติ คือ **พรหมวิหาร ๔**

พละ กำลัง คือ ความเป็นอิสระ ที่ทางพระเรียกว่า **วิมุตติ**

นี่คือพรปีใหม่ ถ้าทำได้เราก็ทำให้แก่ตัวเอง ถึงพระไม่ได้บอกโยมก็ทำได้เอง

ฉะนั้น การมาพูดเรื่องพรปีใหม่วันนี้ ที่จริงก็ไม่ต้องมาอวยพร เพราะหวังว่า ทุก

ท่านคงทำพรขึ้นมาได้ด้วยตนเอง แต่อย่างไรก็ตาม เราก็สามารถให้พรกันได้

ในการให้พรกันนั้น องค์ประกอบที่สำคัญก็คือ

๑. เรามีจิตปรารถนาดีต่อกัน

๒. ผู้ให้ตั้งใจที่ประกอบด้วยเมตตาหรือไมตรี ตั้งจิตปรารถนาดีด้วยใจจริง ส่วน

ทางฝ่ายผู้รับก็ตั้งใจให้ซาบซึ้งในความปรารถนาดีของผู้ให้ พร้อมทั้งตั้งใจให้น้อมรับ

พรนั้น

นอกจากนั้น การที่ผู้หนึ่งตั้งใจให้พรขึ้นมาก็เป็นจุดเริ่มกระตุ้นใจให้ฝ่ายผู้รับ

ทากรอริชฐานจิต ที่จะทำสิ่งดีงามต่าง ๆ ให้เกิดขึ้น อันเป็นพลังเริ่มต้นที่จะนำไปสู่

ความสำเร็จที่ได้อธิบายแล้ว

ในโอกาสขึ้นปีใหม่นี้ เรานิยมส่งความสุข ก่อนที่เราจะส่งความสุขให้ผู้อื่น เรา

เองก็ต้องมีความสุขอยู่ที่ตัวเราก่อน ปัญหาว่าเรามีความสุขที่จะส่งให้หรือเปล่า ใจเรา

มีความสุขไหม บางทีเราก็ส่งกันเป็นธรรมเนียมเท่านั้น

ถ้าส่งความสุขกันเพียงตามธรรมเนียมเราก็ไม่มีความสุขจะส่ง เพราะฉะนั้นคน

ที่ได้รับก็เลยไม่ได้ความสุข เพราะคนส่งไปไม่มีความสุขที่จะให้ เราจึงจะต้องทำใจของ

เราให้มีความสุขเสียก่อน

การตั้งใจปรารถนาดีต่อผู้อื่น มีเมตตาและไม่ตรีธรรม ก็ทำให้เป็นสุข ถ้าทำได้อย่างนี้แล้ว เราก็จะมีความสุขที่จะให้แก่ผู้อื่น ยิ่งกว่านั้น ถ้าทำได้จริงตามความหมายทางธรรมที่ได้อธิบายมาแล้ว ก็จะเป็นพรปีใหม่ที่แท้จริง ซึ่งมีผลต่อชีวิตและสังคมอย่างเป็นเนื้อหาสาระแน่นอน และไม่ใช่ว่าเป็นเพียง พรปีใหม่ สำหรับเวลาที่ผ่านไปเท่านั้น แต่จะเป็นพรตลอดกาลทีเดียว คือ เป็นพรทั้งตลอดปี และตลอดไป

ฉะนั้น โอกาสนี้ อาตมาก็ขอตั้งใจ ด้วยเมตตา และไม่ตรีธรรม ปรารถนาดีต่อทุกท่าน

ในโอกาสปีใหม่ อันนิยมกันเป็นมงคลนี้ ก็ขอตั้งจิตประกอบด้วยเมตตา และไม่ตรีธรรมนั้น อ้างถึงอานุภาพคุณพระรัตนตรัย อวยชัยให้พร **รัตนตฺตยานุภาเวน รัตนตฺตยเตชสา** ด้วยอานุภาพคุณพระรัตนตรัยพร้อมทั้งบุญกุศล มีศรัทธาและไม่ตรีจิตของท่านทั้งหลาย ที่มีอยู่ในใจ อันประกอบด้วยเจตนาที่ดี เป็นบุญกุศลนั้น จงเป็นปัจจัยอภิบาลรักษาให้ทุกท่านเจริญด้วยพรทั้ง ๕ ประการ

จงเจริญก้าวหน้า พรั่งพร้อมด้วยกำลังใจ กำลังกาย กำลังปัญญา ที่จะดำเนินชีวิต ประกอบกิจการงานให้เจริญก้าวหน้า ประสบความสำเร็จ มีความร่มเย็นเป็นสุขในพระธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยทั่วกันทุกท่าน ยิ่ง ๆ ขึ้นไปตลอดกาลนาน เทอญ...