

ເພື່ອເສີວດໃໝ່

ຮຣມບໍາບັດທຸກໆ : ໂດຍຫລວງພ່ອປັນຍານນັກກຸ



ชีวิตใหม่



อธิษฐานใจ

เลิกสูบบุหรี่ เลิกดื่มเหล้า

พระพรหมมังคลาจารย์ (พระเดชพระคุณหลวงพ่อปัญญาณัท)



ChangeFusion

สนส.



เครือข่ายจิตอาสา
Volunteer Spirit Network



เนื้อหาทั้งหมดใน OpenBase ถูกเผยแพร่ภายใต้สัญญาอนุญาต Creative Commons Attribution-Noncommercial-Share Alike 3.0 Unported License ห้ามนำรบกวนไม่ให้ใช้และขยายแพร่ระบาดไป โดยอ้างอิงอ้างอิงแหล่งที่มา ห้ามนำไปใช้เพื่อการค้า และต้องใช้สัญญาอนุญาตชนิดเดียวกันที่มีลักษณะคล้ายๆ กันนี้ เมื่อเผยแพร่ในรูปแบบอื่น





คำปรางค์



ธรรมะของพระเดชพระคุณหลวงพ่อพระพรหมมังคลาจารย์ หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ ลงมานั่งเบื้องต้น เบื้องกลาง และเบื้องปลาย อันทำให้ประชาชนหลายท่านเปลี่ยนวิถีชีวิต ลด ละ เลิก การทำไม่ดี ตั้งใจ ทำดี และทำจิตใจบริสุทธิ์ได้อย่างน่าอศจรรย์

ป้าสูกถ้าธรรมครั้งนี้ นับว่าเป็นการแสดงธรรมปฏิหาริย์ของ หลวงพ่อที่สามารถทำให้ผู้ฟังนำเขาสิ่งเหลวร้าย หรือสิ่งที่เป็นพิษเป็นภัยออกจากตัวได้ ทำให้เกิดแรงบันดาลใจที่จะละเลิกสิ่งเสพติดถึงขนาด ตั้งใจอย่างแน่นมั่นคง ซึ่งเรียกว่าอธิษฐานใจต่อหน้าหลวงพ่อแล้ว เชากับปฏิญาณเลิกตั้งแต่วินาทีนั้นเป็นต้นไป จึงเป็นประโยชน์แก่ตัวเข้า ครอบครัวเข้า และแก่ประเทศชาติอย่างมหาศาล

ขอที่น่าพิจารณา ก็คือ ว่า เพราะอะไรคนเราจึงยอมตัวตกเป็น ทาสของสิ่งเสพติดมีนมา หรือการกระทำข้าวที่สร้างความทุกข์ทรมาน ความเดือดร้อนให้แก่ตัวเองและผู้อื่น เช่น เสพของเม้า เที่ยวกางคืน เที่ยวดูการละเล่น เล่นการพนัน คบคนข้าวเป็นมิตร เกี่ยจครัวน้ำทำการงาน ทำลายป่าต้นน้ำ ทำธาร รับจ้างจากคนสะสมเกินความจำเป็น เป็นต้นเล่า?

หากว่าแม้เพียงสิ่งเดียวติด ที่คือเป็นความชั่วเล็กน้อยอย่างบุหรี่ หรือสูราก็ได้ เรายังยอมตัวตกเป็นทาสของมันแล้ว ก็ถือได้ว่าเราได้ปล่อยให้วิญญาณตกเป็นทาสของศัตรูฝ่ายต่อ แม้เรายังคิดกันว่าสิ่งเล็กๆ น้อยๆ เหล่านี้ไม่เป็นไร คือรู้ว่าไม่ดีแต่ยังกระทำต่อไปด้วยหลงผิดว่าไม่ใช่เรื่องใหญ่โต แล้ววิญญาณที่ตกเป็นทาสเหล่านี้ก็ย่อมมีวันที่จะกระทำความชั่วอีก ที่ใหญ่โต/run แรง และส่งผลเสียหายที่มากขึ้นกว่านี้ และเราถูกคิดให้อภัยแก่ตัวเองร้าวไปนั่นเอง

ดังนั้น เริ่มจากสิ่งเล็กน้อยเหล่านี้แหละ ละเลิกให้ได้เสียก่อน ฝึกใจไม่ยอมตกเป็นทาสของสิ่งชั่วร้ายเล็ก ๆ นี้แล้วสิ่งชั่วร้ายที่ใหญ่ยิ่งขึ้นไปก็จักไม่มีหนทางที่จะมากดวิญญาณของเราให้ตกอยู่ในความเป็นทาสแน่นอน จิตใจก็จะสบายทำให้เกิดความเจริญทั้งแต่ตนและส่วนรวม

ดังนั้น ท่านที่มองเห็นว่ามีสิ่งชั่วร้ายสิ่งที่เป็นพิษเป็นภัยแก่ร่างกายบันทอนสุขภาพ หรือทำให้ตายผ่อนส่งอยู่ในตัวได้อ่านหนังสือเล่นนี้ได้เร็วเท่าไร ยิ่งจะเป็นประโยชน์แก่ตัวท่าน และครอบครัวท่านมากขึ้นเท่านั้น

คำนำของมูลนิธิเผยแพร่ชีวิตประเสริฐที่ท่านได้อ่านนี้ หวังว่าจะเป็นกำลังใจให้ท่าน หรือบุคคลที่ท่านรักมีพลังในการลด ละเลิก อบายมุข ได้ในเร็ววัน หันกลับมาพบกับสิ่งที่ดี ๆ ของชีวิตมีสุขภาพกาย สุขภาพจิต มีชีวิตอยู่กับครอบครัวอย่างมีความสุขตลอดไป

ด้วยความสุจริต หวังดี
ธรรมสภាបราณนาให้โลกพบกับความสงบสุข



คำนำในการพิมพ์ครั้งแรก



วันที่ ๒๖ กรกฎาคม ๒๕๑๑ เวลา ๑๓.๐๐ น. เป็นวันป้าสุกถ้า
ธรรม หลังจากองค์ป้าสุกถ้าได้ป้าสุกถ้าจบลงแล้ว ปรากฏว่าคุณจ่าอาวุโส
เกิดพลังใจขันเข้มแข็งในการเอาชนะตนเอง เอาชนะพญามารร้าย
มีความอดทนเป็นพิเศษ คือ เลิกดื่มสุรา และเลิกสูบบุหรี่ตั้งแต่
วินาทีนั้นมา ๓ ท่าน คือ

- | | |
|--------------------|------------|
| ๑. จ.ส.อ.เรืองยุทธ | บุตรราช |
| ๒. จ.ส.อ.ภวัลย์ | สามานปาน |
| ๓. จ.ส.อ.ศิริ | กวังคนันท์ |

คุณจ่าทั้งสามเป็นผู้ดับไฟในใจได้ก่อนหนึ่ง ดับความเมา
จากใจได้อีกชนิดหนึ่งซึ่งเป็นผู้ชนะที่ควรสรรเสริญ ถ้าเรามี
สามีชี้เมาแล้วบ้านจะเป็นสวัสดิ์ได้อย่างไร ถ้ากองทัพของเรานำกอง
ทัพชี้เมาแล้วจะต่อสู้ข้าศึกศัตรูได้อย่างไร คุณจ่าเหล่านี้เป็นผู้มีภารกิจ
ในการป้องกันประเทศชาติ เอาชีวิตเป็นเดิมพันในการรับใช้ชาติ ดัง
บรรพบุรุษของเราระดับหนึ่งเลือดทากแผ่นดินไทยมาแล้ว ถ้าเป็นนกรบชี้เมา
เราจะตกลม้าตายตั้งแต่ยังไม่ได้รับสักเพลงเดียว

ท่านผู้อ่านที่เคารพ อธิษฐานใจ เป็นป้าสุกตาปลูกใจผู้ฟัง และผู้อ่านให้เกิดพลังใจเข้มแข็ง อดทน ในการเข้าชนะตนเอง ซึ่งเป็นธรรมปฏิบัติที่มีค่าแก่ชีวิตอย่างยิ่ง ท่านจะไม่สร้างความอดทน ไม่เข้าชนะตนเองบ้างหรือ? จะให้ชีวิตเป็นทางสอญ্ঞ์ตลอดไปหรือ ยังไม่สายเกินไปขอได้เริ่มต้นชีวิตใหม่ อธิษฐานใจ เสียแต่วินาทีนี้เดิม แล้วชีวิตของท่านจะพบกับความสุดซึ่น เปิกบาน แจ่มใส เหมือนรุ่งอรุณของวันใหม่ แม้แต่บ้านของท่านซึ่งเป็นชุมนຽมนกรามนานจนไม่อยากอยู่จะกล้ายเป็นสาวรค อันอบอวนไปด้วยความสุดซึ่น เสียงด่าหอ เสียงรำไห้ก็จะหมดไป เสียงหัวร่อต่อกรรซิกของบุตรฯ มิตา ภรรยา ก็จะเข้ามาแทนที่คิดดูเอากฎิตท่านจะไปสรรศ์ หรือจะไปเป็นราก

ในการจัดพิมพ์ครั้งนี้ต้องขออนุมัสการขอปะคุณและขอปะคุณผู้ผลักดันให้ผลงานขึ้นนี้สำเร็จอย่างมากด้วยดีจึงขอปะคุณไว้ ณ ที่นี่

พุทธมนต์ ณ สามพราน

๒๗ สิงหาคม ๒๕๑๑



คำปราภใน การพิมพ์ครั้งแรกนับตั้งแต่ปี ๒๕๑๑ ขณะนี้ผ่านมาแล้วกว่า ๔๐ ปี ธรรมบรรยายเรื่อง อธิษฐานใจ ก็ยังให้ประโยชน์แก่ประชาชน

ธรรมสภាល กองราบขอปะคุณผู้จัดพิมพ์ในครั้งแรก และขอปะคุณคุณพ่อวิโรจน์ศรีอัญชลี ที่เมตตามอบต้นฉบับให้แก่ธรรมสภា เพื่อให้จัดพิมพ์เผยแพร่ต่ำมวัตถุประสงค์ และปันถกของธรรมสภា ที่ตั้งเจตนาرمณไว้ร่าจักพยาามให้อบายมุชลدن้อยให้มากที่สุด

ชีวิตใหม่



อธิษฐานใจ
เลิกสูบบุหรี่ เลิกดื่มเหล้า

ท่านที่ต้องการเลิก เหล้า บุหรี่ การพนัน และสิ่งเสพติดอื่น
โปรดอ่านแล้วอธิษฐานใจต่อหน้าพระ ท่านเลิกได้อย่างแน่นอน ด้วยอำนาจแห่งธรรมทั้งปวง

สารบัญ



คำนำ

คำนำในการพิมพ์ครั้งแรก

อธิษฐานใจ บทธรรมะเสริมสร้างกำลังใจให้เลิกอบายมุข	๗
โภค โกรธ หลง เป็นมลทินของชีวิต	๑๕
ไม่คบคนพาล เป็นมงคลชีวิต	๒๑
ศรัตฐชีวิต	๒๗
อธิษฐานใจ	๓๕
บุคคลตัวอย่างในการเลิกอบายมุข	๓๙

ອົທິລະການໃຈ

ບທອຣມະເສຣີມສ້າງກຳລັງໃຈໃຫ້ເລີກອບາຍມຸ່າ



หลวงພ່ອບໍ່ຢູ່ຢານນທະ



ຂອເຈົ້າພຣແດ່ທຸກທ່ານ ລະ ບັດນີ້ເປັນເວລາທີ່ຈະໄດ້ຝຶກກາ ຂ້ອ
ຮຽມມະ ຈັນເປັນໜັກຄຳສອນໃນທາງພຣພູທອຄາສນາແລ້ວ ເພື່ອ ປະໂຍ່ນເພື່ອ
ຄວາມສຸຂແກ່ພວກເຮົາທັງໝາຍ ທີ່ໄດ້ມາປະຈຸນກັນສັດຖານທີ່ນີ້

อันเรื่องของการฟังธรรมะในทางศาสนาที่เราับถืออยู่นี้ เป็น การศึกษาแบบหนึ่ง เป็นการศึกษาเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจใน ข้อธรรมะนั้น ๆ ชัดเจนถูกต้อง อันความรู้ความเข้าใจในเรื่องธรรมะเป็น สิ่งจำเป็นสำหรับชีวิตของเราแต่ละคน เพราะการดำรงชีวิตอยู่ในโลก เราจะอยู่โดยไม่มีเข็มทิศนำทางนั้นย่อมเป็นไปไม่ได้ เมื่อฉัน กับเรือที่ออกไปในทะเลใหญ่จะต้องอาศัยเข็มทิศ แผนที่สำหรับ นำทางที่จะให้เรือนั้นแล่นไปสู่จุดหมายปลายทางได้โดยเรียบร้อยจนได ในชีวิตของเราแต่ละคนนก็เมื่อกัน กัน เราจะต้องมีเข็มสำหรับนำทาง ชีวิตเพื่อให้ดำเนินชีวิตตามหลักนั้น ๆ เข็มสำหรับชีวิตของเราก็คือธรรมะ ในทางศาสนาที่เราับถือ โดยเฉพาะเราที่เป็นคนไทยนับถือพระ พุทธศาสนา หลักธรรมะในทางพระพุทธศาสนาเป็นหลักครองใจของเรา ชาวไทยมาเป็นเวลาเกือบพันปี การที่เรา มีความสุขมีความเจริญตาม สมควรแก่ฐานะ ก็โดยอาศัยธรรมะในทางพระศาสนาเป็นเครื่องนำ ทางชีวิตตลอดมา เมื่อเป็นเช่นนก็เป็นความจำเป็นที่เราควรจะต้อง ศึกษาให้เกิดความรู้ความเข้าใจชัดเจนถูกต้อง

การศึกษาธรรมะนั้น เราทำได้ ๒ วิธี คือศึกษาด้วยการฟังอย่างหนึ่ง ศึกษาด้วยการอ่านอย่างหนึ่ง สำหรับการศึกษาด้วยการฟังนั้น เป็นการศึกษาแบบเก่าแก่แท้ เพราะในสมัยครั้ง古โน้น เมื่อพระผู้มีพระภาค ยังทรงพระชนม์อยู่ในสมัยนั้น ไม่มีการเขียนหนังสือ ไม่มีการจารึกพระธรรมคำสอนไว้ในสิ่งใด ๆ พระองค์ได้เสด็จเดินทางไปพบประชาชน ตามท้องถิ่นต่าง ๆ แล้วก็พูดให้ฟัง คนที่ไปฟังเขา ก็ฟังอย่างตั้งอกตั้งใจ เมื่อฟังด้วยความตั้งใจย่อมได้ปัญญา คือความรู้ความเข้าใจในเรื่องนั้น นี่คือการศึกษาในยุคแรก ๆ สาวกของพระผู้มีพระภาคเรียนโดยอาศัย การฟังทั้งนั้น แล้วก็ทรงจำสืบท่อ กันมาเป็นเวลาหลายร้อยปี จึงได้มีการ

เขียนเป็นตัวหนังสือ

สำหรับพวกเราในสมัยนี้ จะศึกษาด้วยการฟังก็ได้ เช่น พึง เทคน์ตามวัด พึงปัญญาทางวิทยุ หรือมีการประชุมพิงกัน ณ ที่ได้ที่หนึ่ง โดยเฉพาะในสมัยนี้มีการเผยแพร่คำสอนด้วยวิธีการพูดให้ฟังนี้มีน้อย ที่น้อยแต่ ถ้าเราสนใจฟังก็จะได้ความรู้ความเข้าใจ นอกจากเรื่องการ พึงแล้ว เราควรจะได้อ่านหนังสือตัวรับตัวทางศาสนาบ้าง

ในสมัยก่อนหนังสือหายาก โดยมากก็เป็นสำนวนสำหรับนัก ประชญ์ คนธรรมดางามญี่ปุ่นแล้วไม่เข้าใจ แต่ว่าในสมัยนี้มีการ ศึกษาเจริญก้าวหน้า ผู้ใดเขียนหนังสือธรรมะประเพทง่ายๆ ให้คนเขา ไปศึกษาได้โดยสะดวกสบาย เราที่นับถือพระพุทธศาสนา ก็ควรจะได้หา หนังสือประเพทเหล่านั้นมาไว้กับบ้านกับเรือน เพื่อจะได้อ่านในเวลา ว่างๆ หรือเวลาล้อมใจ หรือในเวลาที่เรารอยากรู้ ถ้าหากเราว่างเวลาได้เรา ควรใช้เวลาว่างนั้นให้เป็นประโยชน์ ในการศึกษาข้อมูลธรรมะในทางศาสนา หรือว่าเวลาได้เรากลุ่มอกกลุ่มใจ เราเก็บรวบรวมหนังสือธรรมะมาอ่าน หนังสือธรรมะเป็นเหมือนดังกับยาแก้โรคทางใจ ถ้าเราอ่านหนังสือ ศาสนาใจจะสบายหายทุกข์หายโศกไป หรือถ้าเวลาได้มีความสงสัย แคลงใจในข้อมูลธรรมะที่พบหนึ่ง เรายังไปหาหนังสือศาสนามาอ่าน อ่านแล้วจะช่วยแก้ไขปัญหา คือความสงสัยนั้นได้ อันนี้เป็นประโยชน์มาก ในเรื่องเกี่ยวกับการอ่าน

คนที่เข้าเป็นคนดี มีชีวิตรุ่งโรจน์ตลอดไปนั้น ล้วนแต่เป็นนัก ศึกษาเรื่องของศาสนาทั้งนั้น ไม่ว่าคนนั้นจะนับถือศาสนาอะไร เราลอง ศึกษาซึ่งประวัติของคนเหล่านั้นดูถ้าหากว่าเป็นคนดีจริง เก่งจริง คือ ดีจนตัวตาย ตายแล้วก็ยังไม่หมดดี คนยังยกย่องเชิดชูบุชาคนประทานี้

เป็นนักศึกษาควบคู่กันไปกับเป็นนักในเรื่องอื่นด้วย เช่น สมมติว่าเขา เป็นนักการเมือง เขายังเป็นนักศึกษาด้วย เขายังเป็นนักวิทยาศาสตร์เขา ก็เป็นนักศึกษาด้วย หรือจะเป็นอะไรในวิชาสาขาว่าง ๆ เขายังไม่ได้ทั้ง ธรรมะ ไม่ได้ทั้งศาสตร์พยาบาล เขายังลักษณะมาเป็นแนวทางสำหรับ ดำเนินชีวิต ชีวิตของเขามาจึงเป็นไปด้วยความเรียบร้อยราบรื่นไม่มีเสียหาย แม้ตัวตายไปแล้วซึ่อก็ยังอยู่ห้อมหวานอยู่ตลอดเวลา อันนี้เป็นผลเนื่องมา จากชีวิตของเขากลุ่มนี้กับธรรมะในทางพระศาสนา

ในเมืองไทยเวลานี้เรากำลังต้องการอยู่อย่างหนึ่ง คือต้องการ คนที่ดีจริง ๆ สำหรับจะได้ช่วยกันสร้างชาติสร้างบ้านเมือง ในการสร้างชาติ สร้างบ้านเมืองนั้น ก็หมายความว่าเราทุกคนมีความสำนึกรักในหน้าที่ ครมีหน้าที่อันใดก็ทำหน้าที่อันนั้นให้สมบูรณ์ให้เรียบร้อย การทำหน้า ที่ให้สมบูรณ์ให้เรียบร้อยนั้นแหลก คือการแสดงออกซึ่งน้ำใจว่าเราเป็นผู้มี ความรักชาติซึ่งเป็นประโยชน์แก่ชาติบ้านเมือง การที่เราจะเป็นผู้ทำงาน อย่างนั้นได้ต้องมีน้ำใจประกอบด้วยธรรมะ ถ้าหากไม่มีธรรมะเป็นหลัก คุ้มครองแล้ว ก็ไม่สามารถที่จะทำหน้าที่ของตนให้เรียบร้อยได้ เพราะคน ที่ไม่มีธรรมะเป็นหลักในใจก็ยอมมีสิ่งอื่นเข้ามาอยู่แทน

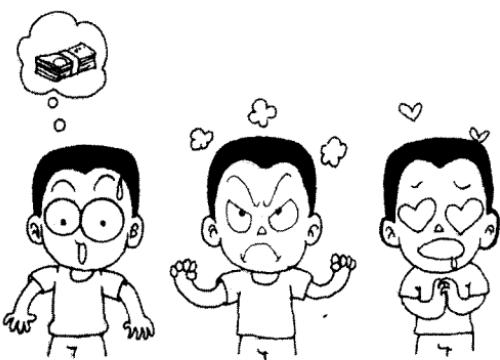
ในใจของคนเรานั้น มีธรรมชาติอยู่ ๒ ประการ เรียกว่า ธรรมชาติฝ่ายสูง กับ ธรรมชาติฝ่ายต่ำ ธรรมชาติฝ่ายสูงนั้นเป็น เรื่องของพระเป็นเรื่องของธรรมะ ธรรมชาติฝ่ายต่ำนั้นเป็นเรื่องของผีของ นาร หรือเรื่องของกิเลสที่มันเกิดขึ้นในใจของคนเรา และก็ชุดลากจิตใจ ของเรามาไปในทางซึ่งทางต่ำ เราไม่มีกำลังใจเข้มแข็งพอไม่มีความรู้สึกผิด ชอบที่สูงพอ ก็ไม่สามารถที่จะเอาชนะธรรมชาติฝ่ายต่ำได้ จึงได้เสีย ผู้เสียคนไป ให้สังเกตเพื่อนผู้มีมิตรสหายของเรางานคนมีความสามารถ

ในภาระงานแต่ร่ว่าจิตใจไม่ดี ผลที่สุดกล้ายเป็นคนเสียผู้เสียคนไปทำไม่เจิงได้เสียคน ก็ เพราะว่าเข้าอกอยู่ในธรรมชาติฝ่ายตាด้วยอำนาจกิเลส ประเภทต่าง ๆ ที่มันเกิดขึ้นในใจนั้นดึงจิตใจของเขามาให้มันต่ำลงไปทุกวันเวลาไม่มีความยับยั้งชั่งใจ ไม่มีความอดทนเพียงพอที่จะเอาชนะสิ่งเหล่านั้น จึงกล้ายเป็นคนขี้แพ้อญ্তตลอดเวลา

ยกตัวอย่างให้เห็นง่าย ๆ เช่นเราเป็นนักแสดงติดของต่าง ๆ เช่น เป็นนักแสดงสุรา ตอนเย็นตอนเข้าต้องไปดื่ม หรือว่างขึ้นก็ต้องไปดื่มสุรา หรือบางคนก็ติดใจในเรื่องการพนัน ติดในการเที่ยวเตร่กลางคืน หรือ ว่าติดของอื่น เวลาความอยากในเรื่องอย่างนี้เกิดขึ้น พอดีนเข้าขึ้นก็ อยากเหล้า เราเคยบังคับตัวเองบ้างไหม? ไม่มีใครที่จะบังคับตัวเอง ก็ต้องไปดื่มสิ่งนั้นตามความอยาก หรือว่าเราอยากบุหรี่ขึ้นมาไม่เป็นเวลา เช่นเวลาเข้าห้องประชุมฟังธรรมะฟังปาฐกถา หรือว่าไปนั่งใน โบสถ์อันเป็นสถานที่ที่เราควรจะฝึกฝนอาชานะตัวเอง เพื่อยกระดับจิตใจ ของเรามาให้สูงส่งขึ้น แต่ว่าเราก็บังคับมันไม่ได้เราพ่ายแพ้มัน พอกลับ ทันที แล้วเราก็ไปทำสิ่งนั้น ๆ ตามอำนาจที่ฝ่ายตាที่มันประทาน คนอย่าง นี้เขาเรียกว่า คนที่มิได้อกอยู่ใต้อำนาจของพญา Mara ถ้าใจของเรา กอยู่ใต้อำนาจของ Mara แล้ว เราจะก้าวหน้าไปไม่ได้พญา Mara มันจะดึงแข็ง ดึงขาเราให้แหลกไปในทางซั่วทางต่ำตลอดเวลา เอาตัวไม่รอดอันนี้เป็น ธรรมชาติฝ่ายตា







ໂລກ ໂກຮ່າ ລັງ ເປັນມຸລທິນຂອງຊື່ວິຕ

ໃນຊື່ວິຕປະຈຳວັນຂອງເຮົາ ເຮົາອູ້ໃນໂລກນີ້ອູ້ກັນເພື່ອວ່າໄຮ?

ຂອດອບໄດ້ເຂົ້າໃຈຈ່າຍ ๆ ວ່າເຮົາອູ້ເພື່ອການຕ່ອສູ້ ເຮົາຕ່ອສູ້ກັບອະໄໄຣ? ສູ້ກັບ
ຄໍານາຈຳຝ່າຍຕໍ່າທີ່ມັນເກີດຂຶ້ນຮັບກວນຈົດໃຈຂອງເຮົາ ເຮົາຈະໄມ່ຍອມໄຫ້ຄໍານາຈ
ຳຝ່າຍຕໍ່ານັ້ນຄຽບບຳຈົດໃຈ ເຮົາຕ້ອງພຍາຍາມເອົາໜະ ເຮົາຈະຕ້ອງບັງຄັບຕົວເອງ
ໄວ້ຕົດລອດເວລາ ອັນຄົນທີ່ຈະໜະອຽມຈາດີຝ່າຍຕໍ່າ ທີ່ມີການບັງຄັບຕົວເອງ
ໄດ້ນັ້ນ ກີ່ຕ້ອງອາສີຍອຽມະເປັນມຸລສູານ ໄນໃໝ່ເພີ່ມແຕ່ມີຄວາມຮູ້ໃນທາງອຽມະ
ອຍ່າງເດືອຍວ ແຕ່ຕ້ອງມີການຝຶກຝົນມີການອົບຮມຈົດໃຈເຮືອນນີ້ ມີຄວາມຕັ້ງໃຈ
ດີໄວ້ເປັນເບື້ອງດັ່ນ ດີການຕັ້ງໃຈວ່າເຮົາຈະອູ້ອຍ່າງຄົນໜະ ເຮົາຈະໄມ່ອູ້ອຍ່າງ
ຄົນແພ້ ເຮົາຈະອູ້ອຍ່າງໄທເຮົາຈະໄມ່ອູ້ອຍ່າງທາສ ເຮົາຈະອູ້ອຍ່າງລູກສີໜີ່ພະ
ພຸທອເຈົ້າ ເຮົາຈະໄມ່ອູ້ອຍ່າງລູກສີໜີ່ພະນູາມາຮັບເປັນອັນຂາດ

ທີ່ເຮົາກວ່າອູ້ອຍ່າງຜູ້ໜະ ກີ່ນມາຍຄວາມວ່າໄຫ້ຮູ້ວ່າອະໄຮມັນ ເກີດ
ຂຶ້ນໃຈເຮົາ ໃນເຮືອນອຍ່າງນີ້ເຮົາຕ້ອງຮູ້ວ່າກີ່ເລີສປະເກທຕ່າງໆ ທີ່ມັນ
ເກີດຂຶ້ນໃຈຂອງເຮົາແລ້ວ ມັນຈະດຶງເຮົາໄປໃນທາງໜ້າທາງຕໍ່ານັ້ນມີອະໄໄບບ້າງ

เข่น ว่าเจ้า ความโลก เกิดขึ้นในใจมีความอยากได้รุนแรง อย่างได้ของ คนอื่นไม่ใช่ของ ๆ ตัวเอง แม้ของที่ตัวจะได้นั่นแหละ แต่ว่ายังไม่ถึงเวลา ก็มีความอยากจะได้ขึ้นมาแล้ว เหมือนว่าเราทำงานมีเงินเดือนแต่ว่า เงินเดือนยังไม่ทันออก เราอยากจะได้ขึ้นมาเรางึงหยิบเข้าของหลวง ไปใช้ก่อน อย่างนี้ก็มีความโลกเหมือนกัน หรือว่าเรามีสิทธิที่จะได้เพียง ๕๔ แต่ว่าเราอยากเอาสัก ๑๐ อย่างนี้ เรียกว่า โลกะ มันเกิดขึ้นรบกวนจิตใจ เมื่อเจ้าโลกะเกิดขึ้นรบกวนจิตใจมันก็จะบังคับใจเราให้ดันรุน เมื่อเกิด ความอยากอย่างนั้น เป็นเหตุให้มาเข้าก็ได้ ให้เปลกของเข้าก็ได้ ให้ ประพฤติผิดในทางกามก์ได้ ให้เป็นคนเอารัดเอาเบรียบเพื่อนผู้ ไม่ซื่อสัตย์ต่อการงาน ต่อหน้าที่ มีความเสียหายหลายสิ่งหลายประการ พระผู้มีพระภาคจึง ตรัสไว้ว่า “โลโก ธรรมานั่น ปริปนโน” ความโลกเป็น อันตรายของธรรมด้วยประการทั้งปวง

คำว่า ธรรมะ ในที่นี้หมายถึง ความดีอันจะเกิดขึ้นในใจของ เรา พอมีความโลกเกิดขึ้นแล้วมันสกัดกั้นไม่ให้ความดีทั้งหลาย เจริญงอกงามอยู่ในใจของเราได้ เรา ก็ไม่ได้ตามกำหนดของมัน คน ที่ได้เสียผู้เสียคนไปนั้น เพราะอำนาจความโลกมีไม่ใช่น้อย เช่นมีการ ทุจริต การคอร์ปชั่นในหน้าที่ในการงาน อันนี้เกิดจากความโลกมากอย่าง ได้ในสิ่งนั้น ๆ ไม่มีหลักปฏิญาณเป็นเครื่องประดับใจ ไม่ได้ก็ว่าชีวิตของ เรายังคงไร้ เรายกมารอยู่นี่แล้วเราจะตายไปแล้ว เราได้อะไรไปบ้างเรา เอาอะไรไปบ้าง เวลาตายไม่มีใครเอาอะไรไปได้ เกิดมาอย่างไรก็ไป อย่างนั้น แต่คิดไม่ได้มีคิดไม่ได้ก็คิดจะเอาทำเดียว เป็นคนประเภท กอบเขาโดย เอกเพราะอำนาจความโลกครอบงำจิต เลยเป็นเหตุให้เกิด ความเสียหายแก่ชีวิตด้วยประการต่าง ๆ

หรือในขณะได้ความกรอเกิดขึ้นครอบจำกัดใจเวลาได้ความกรอเกิดขึ้น ใจมันก็เร่าร้อนกระวนกระวายนั่งอยู่ในบ้าน ๆ ก็ไม่ได้ต้องแสดงอาการประกายทางหน้า ทางตา ทางมือ ทางเท้า ทางคำพูดออกไปในรูปแบบ ๆ ซึ่งผิดปกติสามัญชนพึงจะพูดจะทำในรูปเช่นนี้ อันนี้เกิด เพราะอำนาจความกรอ ความกรอท่าคนให้เกิดเป็นอาชญากร นำคนให้ทำความเสียหายแก่ชีวิต แก่การงาน ด้วยประการต่าง ๆ เวลากรอที่ไวเราไม่ได้เป็นตัวของเรางง แต่เราตกเป็นทาสของความกรอ ความกรอเป็นนายเรา มันบังคับเรามันจุงเราไปสู่อำนาจของมัน ด้วยประการต่าง ๆ ความรู้สึกผิดชอบชั่วดีไม่มีในใจ แล้วก็ใจร้อนใจกระวนกระวายจากการทางกายก็ไม่สบายสมองก็ไม่ดี หัวใจเต้นไม่สม่ำเสมอ ประสาททำงานไม่ปกติ ต่อมในร่างกายพลอยชำรุดทรุดโทรมไปด้วย คนได้กรอบบอย ๆ อายุสั้นตายเร็ว เพราะบางที่ กรอจนเป็นลมเป็นแล้งไป อำนาจความกรอมันร้ายแรงอย่างนี้ ถ้าเกิดขึ้นแล้วทำให้เกิดความเสียหาย เราจึงควรรู้ว่ามันไม่ได้เรื่องถ้าเกิดขึ้นในใจเราแล้วจะเสียหายมาก

เวลาได้เกิด ความหลง ขึ้นมา เพราะไม่รู้ไม่เข้าใจในเรื่องนั้น ชัดเจนตามความเป็นจริง คนเราที่หลงอะไรมาในเรื่องอะไรนั้น ก็เพราะว่าขาดการศึกษาในเรื่องนั้น ไม่รู้ว่าเรื่องนั้นมันเรื่องอะไรมันมาอย่างไร มันจะไปอย่างไร มันจะเป็นประโยชน์เป็นทุกข์ เป็นโทษอย่างไร เราควรจะเข้าไปเกี่ยวข้องกับสิ่งนั้นในรูปใด เราไม่เข้าใจก็เลยหลงมัวเมากันสิ่งนั้น ๆ คนเราถ้าหลงในเรื่องใดแล้วก็จะเป็นทุกข์ เพราะเรื่องนั้น

ตัวอย่าง เช่น พากหลงการพนันติดการพนันงอมแงมไปหมด ถ้าไม่ได้ไปเล่นละก็อยู่ไม่ได้ เช่น วันเสาร์วันอาทิตย์พากหลงม้าก็

ต้องไปสนามม้าไปให้ม้ามันเตะมันอะไรเสียหน่อย แล้วก็กลับบ้านกลับบ้านหน้าเคราถ้าแพ้ เวลาชนะก็หน้าบานหน่อยแต่ก็บานไม่กี่วัน ประเดิ่งวาก็เคร้าต่อไป ผลที่สุดก็ตั้งเนื้อตั้งตัวไม่ได้ นี่เป็นความหลงไหลเป็นความมัวเมานิสั่งนั้น เพราะไม่รู้ว่าสิ่งนั้นมันเป็นทุกข์เป็นโ途เขาก็ชีวิต แก่การงาน

ในกิเลสประเทอิน ๆ เช่นว่า ความริชยา เกิดขึ้นในใจของเรามีอยากให้ครดิ ไม่อยากให้ครเดริญ ไม่อยากให้ครก้าวหน้าในชีวิตในภาระงานคิดแต่ว่าจะทำลายเข้าตลาดเวลา นำใจที่จะพลดอยยินดีในความดีในความสุขความเจริญของผู้อื่นนั้นไม่มีในใจ คนที่ตกอยู่ในอำนาจของกิเลสอย่างนี้ ตามภาษาพระท่านเรียกว่า เป็นทาส ไม่เป็นไทยแก่ตัวเอง การเป็นทาสนั้นเป็นความทุกข์ การเป็นไทยนั้นเป็นความสุข ข้อปฏิบัติธรรมะในทางพระพุทธศาสนาสอนเราให้เป็นไทยแก่ตัวตัวเราเอง แต่ละคนนี้เรียกตัวเราเองว่าเป็นคนไทย นับว่าชาติไทยเรา呢มีความหมายลึกซึ้งในด้านธรรมะด้วย ไม่ได้หมายความว่าเป็นอิสรภาพในทางการเมือง การศกษา การเศรษฐกิจ การทูตอะไรอย่างนั้นhamได้ แต่ว่าเรามาถึงการมีอิสรภาพในทางจิตใจ

จิตใจที่เป็นอิสรภาพนั้น คือ จิตใจประเททได ก็คือจิตใจที่ไม่ตกอยู่ใต้อำนาจฝ่ายตัว แม่ฝ่ายตัวมันจะเกิดขึ้น เราอู้หูเท่าหูทันรู้ว่าในความโลภมันเกิดขึ้นแก่เรา นี่ความโกรธมันเกิดขึ้นแก่เรา อันนี้เป็นความหลง อันนี้เป็นความริชยา อันนี้เป็นความพยายาม อันนี้เป็นความคิดในทางชั่วร้ายมันเกิดขึ้นในจิตใจของเรา เราอู้หูเท่าหูทันเหมือนกับอยู่ในบ้านรู้จักหน้านักลงอันธพาล นักตัดซองยองเบา ถ้าเราเห็นมันเราจะคิดป้องกันตัวได้ เราไม่ให้มันมาทำร้ายเราฉันใดกิเลสประเททต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

ในใจของเรานี้ก็เหมือนกัน ถ้าเราไม่รู้จักมันเราก็เสียท่ามั้น แต่ถ้าเรารู้จัก
หน้าตามันไว้บ้าง เรา ก็มีการ ต่อสู้มันได้ต่อสู้เพื่อให้จิตใจของเราเป็นไทย
จิตใจที่เป็นไทยนั้นคือจิตใจที่อยู่เหนือสิ่งนั้น ไม่ให้สิ่งนั้นครอบงำเรา
เราไม่เป็นทาสของธรรมชาติฝ่ายตัว เรียกว่า เป็นไทยแก่ตัว เพราะฉะนั้น
เราจะต้องมีสิ่งที่เรียกว่า “ไทยรำลึก” มีความสำนึกรู้สูญเสียอย่างเดือน
ตัวเองไว้บ่อย ๆ ว่า “ภูเป็นไทยภูจะไม่เป็นทาสสิ่งใด ๆ ” ความคิดอันใด
เกิดขึ้นในใจจะทำให้เราตกเป็นทาสก็ต้องบอกไว้ว่า ระวัง ระวัง ไว้ให้ดีจะ
กล้ายเป็นทาสเข้า ความเป็นไทยมันจะหายไป มันจะเสียเกียรติ เสียชื่อ
เสียง หมดความเป็นไทยแก่ตัว เราอย่างเดือนไว้อย่างนี้ อยู่บอกตนเอง
ไว้อย่างนี้เสมอ ๆ ไม่ว่าเราจะไปในสถานที่ใด คบหาสมาคมกับใคร



อ ธ ิ ฐ า น ใจ

เลิกสูบบุหรี่ เลิกดื่มเหล้า
เลิกเสียแต่วันนี้ ทำดีไม่ต้องเดียว





ไม่คบคนพาล เป็นมงคลชีวิต

เรื่องการไปในที่ได้กีสำคัญ เพราะว่าสถานที่บางแห่งเราไปแล้วมันทำให้เราเป็นทาส คนบางคนเมื่อคบกันแล้วก็ทำให้เราเป็นทาสในเรื่องต่าง ๆ สถานที่ที่ไม่ควรไปมันก็มี เช่นว่าโรงเหล้า บ่อนการพนัน ซ่อง ที่มีคนชั่ว ๆ เข้าอยู่กัน ถนนที่มันเต็มไปด้วยความชั่วร้าย ถ้าเราจะไปในที่นั้น เราต้องเอาพระติดใจไปด้วยไม่ใช่เพียงแต่เอาพระห้อยคอ ห้อยที่คอกะมันไม่พอหรอก เราจะต้องเอาพระใส่ไว้ในใจ พระที่เราควรใส่ไว้ในใจหมายถึงอะไร หมายถึงปัญญาความรู้สึกตัว หรือว่าความรอบรู้ในเรื่องเหล่านั้น ให้รู้ว่าสถานที่นั้นคืออะไร มันดีหรือมันชั่ว มันเสื่อม หรือว่ามันเจริญเป็นไปเพื่อความสุข หรือความทุกข์

ถ้าเราไปสู่สถานที่นั้น จิตใจเราจะเปลี่ยนไปอย่างไรบ้าง เรา ก็ต้องรู้ตัวไว้เมื่อเดินไปในที่นั้นต้องเดินไปในอาการสำรวจ เมื่อondังกับว่าเราเดินไปในตรอกที่มีโคลนตามมาก เรายังต้องเดินด้วยความระมัดระวัง เพื่อไม่ให้โคลนตามนั้นกระเด็นเข้ามาเปื้อนเสื้อผ้า หรือไม่ให้เราล้มลงไปวัดพื้น เพราะมันเปื้อนไปทั้งเนื้อทั้งตัวจนได้ ถ้าเราไปในสถานที่ที่มัน

ไม่ดีไม่งาม เราก็ต้องคงอยู่ระหว่างตัวเราไว้ คงอยู่เตือนตัวเองไว้ว่าระวัง!
ระวัง! เมื่อนเราหัดแกลಥหาระบบ จะให้ข้าวหัน ข้ายหันก็ต้องบอกว่าระวัง
แล้วเราจะกับบอกว่าข้าวหัน ข้ายหัน ทำอย่างนั้น ทำอย่างนี้เราก็ต้องบอก
ตัวเราเองแบบหัดทหาร หัดคนอื่นนะไม่ลำบากหรือ กหัดตัวเองนะมันยาก

เพราะฉะนั้นต้องคงอยู่เตือนตัวไว้ เวลาจะไปสู่สถานที่ได้
ที่มันยั่วให้เสียคน เราต้องคงอยู่เตือนตัวเองไว้ว่าระวังนะเอิง มันจะ
เสียผู้เสียคนในการมาที่นี่ ระวังให้ดิอย่าให้มันแปดเปื้อนเป็นอัน
ขาดมาอย่างใดให้ไปเรียบร้อยอย่างนั้น อย่าให้เกิดความ
เสียหาย คนเราถ้ามีการเตือนตัวเองอยู่ในรูปอย่างนี้รับรองว่าจะไม่
เสียผู้เสียคนเป็นอันขาด การปฏิบัติการงานก็เหมือนกัน การงานที่เรา
ทำอยู่เป็นประจำวนนี้ บางหน้าที่มันก็ล่อแหลมทำให้เกิดอันตรายแก่ชีวิต
แก่การงานได้ เช่น หน้าที่เกี่ยวกับทรัพย์สินเงินทองที่เราเข้าไปเกี่ยวข้อง
อยู่มันเป็นอันตรายแก่ชีวิตของเรา เราก็ต้องคงอยู่เตือนตัวเราเองให้มี
ความสำนึกรู้สึกตัวไว้ว่า ระวัง! ระวัง! อย่าให้อามิสเหล่านี้มานมาล่อใจ
จุงใจเราทำให้เสียผู้เสียคนเป็นอันขาด เราคงอยู่เตือนตัวเราไว้อย่างนี้ไม่
เป็นไรถ้าไม่เตือนแล้วมันจะเสียหาย

การคบเพื่อนผู้มีมิตรสหายก็เหมือนกัน โดยมากเราคบเพื่อน
เล่น คบเพื่อนกิน คบเพื่อนเที่ยวเพื่อนเตร่ เพื่อลดราคាតัวให้มันต่ำไป
ทุกวันเวลา มีน้อยคนนักที่จะคบเพื่อนเพื่อยกระดับจิตใจของตนเองให้สูง
หรือว่าทำให้เพื่อนสูงส่งขึ้นแต่คบกันเพื่อจะไปดีม เพื่อจะไปเที่ยว เพื่อ
จะไปสนุก ไปเพื่อย่องนั้นไปเพื่อย่องนี้ การคบกันในรูปเช่นนี้เป็นไปเพื่อ
ความเลื่อม ไม่เป็นไปเพื่อความเจริญเพื่อความก้าวหน้าแก่ชีวิต แก่การ
งาน ในทางพระท่านจึงสอนนักสอนหน่าว่า จะคบคนต้องดูหน้า ซื้อผ้า

ต้องดูเนื้อ อย่าคบคนชั่วคนพาล

การเข้าไปใกล้คนพาลนั้น ต้องระมัดระวังเหมือนเราเข้าใกล้สุญเหงาพิษ ถ้าเราจะเข้าไปใกล้ต้องระวังตัวอย่าให้มันกัดเราได้ฉันได้อยู่กับคนชั่ว ก็ฉันนั้น มันจะกัดเรามันไม่กัดร่างกายก็จะกัดจิตใจเรา กัดใจของเราก็คือ พูดโน้มน้อมเราให้เป็นทางเสียผู้เสียคน เช่น จุงเราให้เป็นนักดื่ม จุงเราให้เปล่นการพนัน จุงเราให้ไปเที่ยวในสถานที่ลามก ไม่ควรเที่ยว หรือจุงเราให้คดโกงทุจริตต่อหน้าที่ ให้ประพฤติตนไปในทางเสียหายต่าง ๆ อันนี้เป็นสิ่งล่อแหลมต่ออันตรายอยู่มาก ชีวิตของเราจะตกต่ำ เพราะการคบหาสมาคมอย่างนี้ เพราะฉะนั้นเมื่อเราจะคบใคร จึงต้องพิจารณา แล้วก็ต้องระวังตัวไว้เตือนตัวเองไว้เสมอ ๆ ว่าอย่าผลอย่างมาหากายจะเสียคนได้ง่าย เราอยู่เตือนตัวเองไว้อย่างนี้ เพื่อนคนนั้นก็จะไม่สามารถจุงเราไปในทางเสียเป็นอันขาด

คนเราจะคบกับใครจะต้องพิจารณา ใช้อธรรมซึ่งเป็นกระจาก เอามาส่องดูคน ๆ นั้นเสียก่อนว่าคนนั้นเป็นนักประชัญ หรือ อันธพาล เป็นคนชลادหรือว่าเป็นคนโง่ เป็นคนก้าวหน้าหรือเป็นคนประมาทดอยหลัง เราจะต้องตรวจสอบให้ละเอียดเรียบร้อย เพราะคนบาง คนนั้นเราคบกันได้นิดหน่อย เช่นว่าคบกันบนถนนทักษันคำหนึ่งก็รับเดินไป บางคนพาไปที่บ้านก็ได้แต่ว่าจะนอนร่วมกันไม่ได้ บางคนนั้นเอาไปนอนร่วมกัน กินร่วมกันก็ได้ไม่เสียหาย มันมีหลายชั้นหลายจำพวกถ้าหากเป็นผู้ชลادในเรื่องนี้เราก็ต้องพิจารณาเอาแต่คนดีมีประโยชน์ช่วยชีวิตเราให้เจริญก้าวหน้าต่อไป

เมื่อวันก่อนนี้พับเต็กหนุ่มคนหนึ่ง ก่อนนี้เขาเป็นนักศึกษาอยู่มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์ในเรียนจบแล้วก็ไปทำงาน เมื่อเป็นนักศึกษา

นั่นเขาก็ไปฟังเทคโนโลยีฯ เวลาไปเทคโนโลยีกับกลุ่มพุทธศาสนาจะเช้าไปฟังถูกเป็นคนเรียบร้อยดี เมื่อจบการศึกษาแล้วไปทำงานไม่ได้พบกันเสียสักปีหนึ่ง วันนั้นเข้าไปหาภัยเลยถามว่าเป็นอย่างไร เขายอกไปทำงานทำการแล้ว เป็นอย่างไรเงินทองพอใช้ไหม? เขาก็บอกว่าไม่ค่อยพอใช้ซักหน้าไม่ถึงหลัง เลยสืบถามว่าเมื่อก่อนนี้เราเป็นนักศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยผู้ปักครองส่งมาให้เดือนละเท่าไร เขายอกว่าเดือนละเท่านั้น เวลานี้เราออกทำงานได้เดือนละเท่าไร มากกว่าที่เคยได้ถึงสามเท่า เมื่อก่อนพอใช้ไหม เขายอกว่าใช้พอใช้สำวนเสียด้วยว่าใช้พอ

เพราะว่ามันมีเท่านั้น มันก็ต้องใช้กันพอ แต่ว่าเมื่อไปทำงานมีเงินเดือนนี้ ถามว่าพอใช้หรือเปล่า ไม่พอใช้ ถามว่าทำไมไม่พอใช้เรื่องมันมาก เพื่อนฝูงมันหลายคน และซักช่วงกันไปเที่ยวเตร์เรียสันสุกสนานอย่างโน้นอย่างนี้สิ้นเปลือง บางที่คืนหนึ่งไปเที่ยวเสียเงินเสียทองหมดไปตั้งสองสามร้อยบาท เงินเดือนที่ได้รับมันจะพอที่ตรงไหน เลยถามว่าทำไมจึงไปอย่างนั้น เขายอกว่ามันลำบากครับไปทำงาน นี่มันต้องควบเพื่อควบผู้ แล้วเพื่อมันก็ซักจุ่งไป ถ้าเราไม่ไปก็เกรงใจเขา เพราะเป็นเพื่อนรักขอบพอกันแล้ว

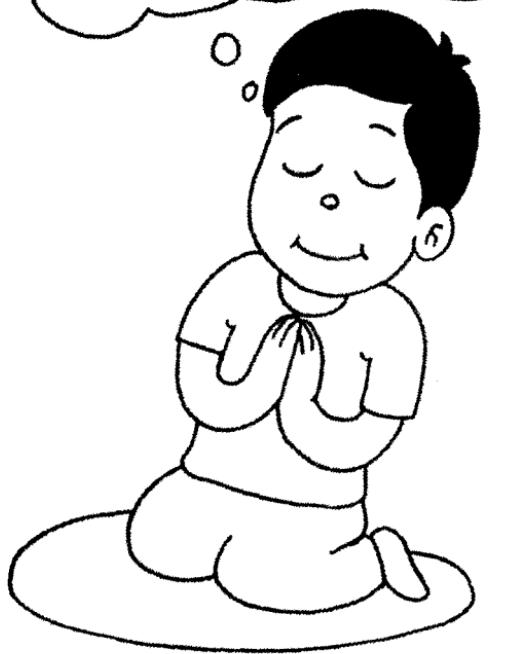
อันนี้แหล่ะ เขายอกว่าถ่ำร่องลงไปแล้ว คือไปควบคนไม่ได้ดูคน เขายอกว่าถ่ำลงไปแล้วแข็งขาดลอกปอกเบิก ต้องใส่ยาแดงเป็นการใหญ่ จึงต้องระมัดระวังไว้เสียก่อน แล้วก็ได้ตามต่อไปว่า呢ีเชอในสำนักงานที่เขอทำงานนั่น มีแต่คนประ Nghastสนุกชอบเที่ยว ชอบเล่น ชอบกิน หรือว่าประ Nghastเกทที่เรียกว่า ตามใจตัวเอง ทั้งหมด หรือมีบ้างไหม คนที่เขากิดก้าวหน้าเข้าใจเวลาว่าแรงหาความรู้สู่ตัว เขายอดจะไปเรียนต่อเมืองนอกได้ปริญญาตรีเมืองไทยแล้ว ยังคิดก้าวหน้าต่อไปว่าเขาจะต้องไปเรียนต่อ

เมืองนอก การจะเรียนต่อเมืองนอกจะไปได้โดยวิธีใดมันต้องฟิตตัวอยู่ตลอดเวลา ต้องอ่านหนังสือต้องฟิตภาษาต้องเรียนอะไร ๆ ให้มั่นมาก ๆ เวลาเข้าประการสอบกรมใหญ่กองทัพ เรายังได้ไปสมัครสอบกับเขาก็ได้มีโอกาสจะได้ไปเมืองนอกเมืองนา ชีวิตจะได้ก้าวหน้าไปกว่านี้

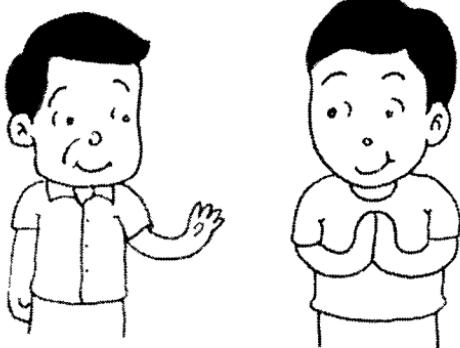
แล้วคนประเภทที่ไม่กินเหล้า ไม่เมายา ไม่เที่ยวเตร่เสยา มีไหม? ในสำนักงานที่เชือทำงานนะ เขารอกร่วมีครับมีหลายคนแล้ว ทำไม่เราไม่ไปคบกับคนพวนนั้นล่ะ พวกรึเปล่าเรียบร้อย เขารู้จักดังเนื้อตั้งตัว ประพฤติชอบตามธรรมะ ทำให้เราไม่สนุกสู้คบกับพวนนี้ไม่ได้สนุกดี เมื่อก่อนเป็นนักเรียนไม่ได้เที่ยว มาคบกับพวนนี้เข้าพาไปเที่ยวที่นั่นพาไปเที่ยวที่นี่ มันน่าดูครับมันสนุกเพลิดเพลิน แต่ว่าถ้าเชือสนุกอยู่แบบนี้ ตลอดไป ชีวิตของเชือจะเป็นอย่างไร ตั้งปัญหาตามต่อไป เชาก็รอกว่าถ้า มันจะไปไม่รอดเงินทองจะไม่พอใช้นาน ๆ เชาก็จะติดของเสพติดหลาย เรื่องหลายประการ เมื่อคุย ๆ กันอย่างนั้นแล้ว ผลที่สุดก็คงกว่า นี่เชือเชือ นี่ควรจะกลับตัวเสียใหม่ เปลี่ยนวิถีทางชีวิตเสียใหม่หันไปคบคนประเภท ที่คิดก้าวหน้าพอใจในการศึกษา คิดจะปรับปรุงตนเองให้เป็นคนเจริญ ในวิชาการ ในความประพฤติ ในหน้าที่การงานดีกว่า แล้วก็เล่าชีวิตของ คน ๆ หนึ่งให้เข้าฟัง



ອ ເສວ່າ ຈ ພາລາກົໍ



(ສະຫຼຸງ ດັບຕິ)



ສົດຮຽນຂອງຊື່ວິທ

ມີຄນອຍ່າຍຸ່ຄນໜຶ່ງ ເຂົາຈາກບ້ານມາຕັ້ງແຕ່ອາຍຸ ๑๙ ປີ ມາເສື່ອງ
ໂຫຼດໃນກຽງເທິພາ ດັນ ພ ນີ້ມີອຸດມກາຣົນຍູ່ໃນໃຈອ່າງໜຶ່ງໜຶ່ງດີວ່າເປັນ
ອຸດມຄຕີກື່ອ ແກ້ດີວ່າໄປທີ່ໃຫ້ຈະຕ້ອງຄົບຄົນທີ່ດີກວ່າຕົວ ດັນທີ່ດີກວ່ານັ້ນ
ດີທຸກທາງ ເຊັ່ນ ມີຄວາມຮູ້ດີກວ່າ ອາຍຸສູງກວ່າ ສູານະຫວັພຍ໌ສົມບັດດີກວ່າ ຄວາມ
ປະປຸດດີກວ່າ ແກ້ດີ່ອໜັກອ່າຍຸນີ້ເຮັຍກວ່າ ປັບປຸດສິ່ງທີ່ເປັນມົງຄລໃນຄຳສອນ
ທາງພຸທອະສາສນາໃນບທທີ່ວ່າ “ອເສວນາ ຈ ພາລານໍ” ນັ້ນແລະ ແກ້ໄມ່ຄົບ
ຄົນພາລ ແກ້ຄົບຫາສາມາຄມດ້ວຍບັນທຶກ ແກ້ກົບພຍາຍາມຄົບຄົນປະເກຫນັ້ນ
ເພື່ອນຸ່ງຂອງແກ້ໄດ່ມາກເປັນຄົນແກ່ ພ ຂໍ້າຮັກກາຣນຳນາງ ອຸນຍາຍທີ່ໄປ
ຕາມວັດວາອາຮາມ ອົບເປັນຂໍ້າຮັກກາຣນຳນາງ ອົບເປັນຄົນມີອາຍຸມີສູານະ
ເຂົ້າໄປຄົບຫາສາມາຄມກັບຄົນເຫຼັ້ນນັ້ນ ໄປອ່າງເດືອກທີ່ມີຄວາມອ່ອນນຳອມ
ຄ່ອມຕົນ ເຂົ້າໄປຝາກເນື້ອຝາກຕ້ວກັບຄົນເຫຼັ້ນນັ້ນ ກົບສົມຄວພເພວະວ່າ
ຮຽມດາຜູ້ໜັກຜູ້ໃໝ່ນັ້ນ ຍ່ອມຕ້ອງສົງສາຮົມຄົ່ອນນຳອມຄ່ອມຕົນ ສົງສາຮົມ
ຄົນທີ່ເຂົ້າມາໄກລໍ

แต่คนใดแข็งดีอกรัด้าง ผู้ใหญ่ก็ย่อ้มมั่นໄສไม่อยากจะตอบ
หากสามารถกับคนประเภทเหล่านั้น แก่ทำตนอย่างนี้ว่าฯ บางที่แก
ก็ไปวัดไปฟังเทคโนโลยี เวลาไปฟังพาร์เทคโนโลยีไม่ไปนั่งอยู่ข้างหลังคนอื่น
แก่ไปนั่งข้างหน้านั่นไกลั่ธรรมานส์ พนมมือหลับตาตั้งอกตั้งใจฟัง การ
กราทำอย่างนั้นนี่ เป็นอุบາຍสมานมิตรสมานคนแก่ที่ไปฟังเทคโนโลยี
คุณนายคุณหญิงอะไรก็มี คนมีสตางค์ก็มีถ้าไปนั่งบ่อยๆ คนแก่ก็สนใจ
เช่น! พ่อหนุ่มคนนี้อยู่ที่ไหนเห็นมาฟังธรรมะบ่อยๆ ก็อย่างจะชวนพุดชวน
คุย เมื่อคุยกันไปก็กล้ายเป็นเพื่อนกันเพื่อนอาวุโสทั้งนั้นแหละ คนแก่
เหล่านั้นได้ช่วยในการดำเนินชีวิต บอกแนวทางให้บ้านโน้นเข้าจะขาย
ที่ดิน บ้านนั้นเข้าจะขายเพชรขายพลอย บ้านโน้นเข้าต้องการนั้น บ้าน
นี้เข้าต้องการนี่ แก่ก็เที่ยววิ่งเต้นเป็นนายหน้าช่วยหาของให้ เช้าได้กำไร
ขึ้นมาเรื่อยๆ จนสามารถตั้งเนื้อตั้งตัวได้ คนที่ตั้งเนื้อตั้งตัวได้นี้ก็
โดยอาศัยธรรมะเป็นมูลฐาน คือการประพฤติดีประพฤติชอบ เป็นคน
ไม่ตามใจตัวเอง พยายามบังคับตัวเองไว้ตลดดเวลา ก้าวหน้าไปด้วยดี

พวกเราทั้งหลายอยู่ในฐานะเป็นคนชั้นผู้น้อย เป็นนายสิบ
นายจ่าเงินเดือน ก็ไม่ค่อยพอใช้ บางคนเป็นหนี้เป็นสินพระรุ่งตุงนัง
ความบกพร่องในการดำเนินชีวิตทำให้เกิดเป็นหนี้เป็นสิน รายรับมันน้อย
รายจ่ายมันมาก ก็เป็นเหตุทำให้เกิดความลำบากในครอบครัว ในทาง
การทำงาน เราจึงควรปรับปรุงตัวเราเองด้วยการตั้งปัญหาตามตัวเองว่าเกิด
มาเพื่ออะไร เราอยู่เพื่ออะไร แล้วการดำเนินชีวิตของเราในเวลานี้มัน
เป็นอย่างไร เป็นไปในทางดีหรือว่าเป็นไปในทางเสีย เป็นไปในทางเจริญ
หรือเป็นไปในทางเสื่อม ความดีมีเท่าไรความเสื่อมมีเท่าไร อะไรมีพร่อง
บ้าง ในตัวของเรานี่เราต้องตรวจพิจารณาดูตัวเราเหมือน ดูในกระจกเงา

เวลาเราจะแต่งตัวไปดูหน้าในกระจกบานใหญ่ หรือแม้ ใส่เครื่ม แต่งหน้า แต่งตา ติดกระดุมผูกเนคไท นุ่งผ้านุ่งเสื้ออะไรต่ออะไร ดูถอยหลังอีก ดูข้าดูซ้าย ดูบ่อย ๆ มัวดูแต่ข้างนอกเห็นกระจกดูแต่อย่างนั้น ที่นี่เรา มาดูข้างในของเรานะว่าใจเรานี้มีสภาพเป็นอย่างไร มีความคิดดีไหม หรือว่ามีความคิดชั่ว เป็นคนสัมมาทิปฏิ คือความเห็นชอบ หรือว่าเป็น มิจชาทิปฏิ มีความเห็นผิดไม่ดีไม่งามอยู่ในตัว

การเงินการทองเป็นอย่างไร ความเป็นอยู่ในครอบครัวของ เราเป็นอย่างไร การงานที่เราปฏิบัติอยู่ในชีวิตประจำวันนี้เป็นอย่างไร ผู้หลักผู้ใหญ่เขารายในเรื่องอะไรบ้าง เขาช่วยในเรื่องอะไรบ้าง แล้วมีอะไร ที่จะให้เข้าชามได้บ้าง ยกขึ้นมาตรวจสอบพิจารณาอย่างละเอียดรอบคอบ เพื่อจะได้รู้เรื่องของตัวเองชัดเจ้ง คนเราจะซักผ้ามันต้องยกผ้าขึ้นดูเสีย ก่อน ดูว่ามันเป็นสิ่งใด เพราะว่าวัตถุที่จะฟอกมันต้องสมกัน หากว่า ผ้ามันเป็นโคลนซักด้วยสนู๊กได้ ถ้าเป็นน้ำมันต้องใช้วัตถุล้างน้ำมัน ออกก่อนจึงจะซักต่อไป

การซักผ้าให้สะอาดมันต้องทำอย่างนี้ฉันได้ ในการซักฟอก ชีวิตของเรานี้ก็เหมือนกัน เราจะต้องตรวจสอบเสียก่อนว่าตัวเรา นี่บกพร่องในเรื่องอะไร มีความเสียหายอยู่ในเรื่องอะไรบ้าง สิ่งใด ที่เป็นความบกพร่องอยู่ในตัวเรา ๆ จะต้องแก้ให้ตั้งใจว่าเราจะต้อง แก้ เราไม่ปล่อยให้มันเป็นอยู่อย่างนี้ตลอดไป หรือว่าทำให้ชีวิต ของเราตกต่ำลงไปทุกวันทุกเวลา ย่อมเป็นการไม่เหมาะสมไม่สมควรด้วย ประการทั้งปวง คิดว่าจะต้องแก้ไข เมื่อเรารู้ว่าจะต้องแก้ไขรู้ว่าขาดตก บกพร่องอะไร



คนเรา่นั่มเสียอยู่ข้อนึง คือเสียอยู่ที่ว่าโทษของตัวมองไม่เห็น ความผิดของตัวมองไม่พบ มักจะพบความผิดความร้ายของคนอื่น พูดเรื่องของคนอื่นได้มาก ๆ เรื่องของตัวไม่เคยพูดกับตัวเลยว่ามีความบกพร่องอะไร มีความเสียหายอะไร ไม่ได้คิดไม่ได้พิจารณา จึงไม่ก้าวหน้า เพราะฉะนั้นเราจงมาทำตามคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า ด้วยการหมั่นพูดกับตัวเอง ถ้าเห็นว่าตัวเองมีความบกพร่องในเรื่องอะไรแล้ว ก็พิจารณาว่าที่เราบกพร่องในเรื่องนั้นน่ะ โทษมันเกิดขึ้นเป็นประการใดบ้าง มีความคิดในเรื่องนั้นอย่างไร แล้วถ้าเราขึ้นทำอย่างนั้นต่อไปเราจะเป็นอย่างไรในอนาคตข้างหน้า ชีวิตจะตกต่ำลงไปมาก เกียรติยศซึ่งเสียง คุณงามความดีที่เราสะสมไว้อาจจะหมดไป

ยิ่งเป็นคนมีครอบครัวต้องคิดมากขึ้นไปอีก คือ ต้องคิดถึงแม่บ้าน ต้องคิดถึงลูกๆ ต้องสร้างมั่นคงมา ว่าเราเป็นคนที่มีจิตใจตกต่ำลงไป พวนนั้นจะลำบากเด็กลำบาก ครอบครัวลำบากมันเป็นความผิดของใคร? ก็เป็นความผิดของพ่อบ้าน ที่มีความประพฤติปฏิบูรณ์ไม่เรียบร้อย หมั่นพิจารณาดูอย่างนี้ก็จะพบความจริงว่าเราพอมันแย่มีความบกพร่อง มีความไม่ดีไม่งามอยู่ในตัวหลายสิ่งหลายประการ ก็คิดว่าควรจะได้แก้ไข ในการที่จะแก้ไขนั้นต้องใช้อารมณ์ให้มากหน่อย คือต้องมีความอดทนเป็นพิเศษ ต้องมีการบังคับตัวเองให้มากเป็นพิเศษ

เรื่องความอดทนถ้าเราใช้ให้มันบ่อย ๆ แล้วจะดี อดทนในเรื่องต่าง ๆ อดทนในเรื่องสำคัญที่สุด ก็คือว่าอดทนในสิ่งยั่วยวนที่มันจะกวนเราให้เสียผู้เสียคน ในโลกเราสมัยนี้มันเต็มไปด้วยความยั่วยวน คือ มนุษย์นี่มันเป็นมนุษย์วิทยาศาสตร์มากขึ้นทุกวันทุกเวลา ไม่ใช่มนุษย์ธรรมชาติแล้ว เดียววนี้เป็นมนุษย์วิทยาศาสตร์มีการปูรุ่งแต่งสิ่งต่าง ๆ

ให้เกิดขึ้นในชีวิตมากๆ แล้วก็ยิ่งวนกันให้เสียผู้เสียคนไป มันทำให้ตาบอด ให้หูหนวก ให้เป็นไข้ เป็นอะไรต่ออะไรกันไปบ่อย ๆ เสียผู้เสียคนก็ เพราะในเรื่องเหล่านี้ คนเราที่จะเป็นคนดีเป็นคนเจริญมีความก้าวหน้าในชีวิตในการงานนั้น ต้องประพฤติธรรมะข้อหนึ่งคือ ขันติ ให้มีความอดทนต่อสิ่งเหล่านั้น อย่าปล่อยให้ใจต้องตกเป็นทาสของสิ่งนั้น ให้อดทนให้มาก ถ้าเราไม่มีความอดทนไม่พอก ragazzi แพ้แก่สิ่งนั้น แพ้ต่อรูปที่เราได้เห็นด้วยตา แพ้เสียงที่เราฟังด้วยหู แพ้กลิ่นที่เรารับเข้าทางจมูก แพ้รสที่เราซิมด้วยลิ้น แพ้สัมผัสที่ถูกต้องทางกายประสาท ผลที่สุดใจก็ตกอยู่ใต้อำนาจสิ่งนั้น ๆ ไม่เป็นไทยแก่ตัวกล้ายเป็นผู้แพ้ตลอดเวลา ยิ่งเป็นทหารด้วยแล้ว เราไม่ชอบคำว่า แพ้ ท่านรู้ว่ามันเป็นชายชาตรีต้องเป็นคนชนะ ชนะข้าศึกศัตรุภายนอก

ศัตรุภายนอก ก็คือ เราบทพับดับศึกเราต้องเอาชนะ เราไม่ยอมแพ้ แพ้แล้วมันเสียหายแก่ชาติบ้านเมือง ที่นี่ถ้าหากว่าข้าศึกภายนอกเข้ามาโจมตีเรา เราเป็นผู้อาชนะไม่ได้ รากเสียหายเหมือนกัน เรา ก็หมดอิสรภาพ เราถูกลายเป็นเมืองเมืองนี้เป็นเมืองนั้นของอำนาจฝ่ายต่าง ๆ ที่มาครอบงำจิตใจของเรา ถ้าเราไม่มีความอดทนพอก็จะลำบาก เพราะฉะนั้นต้องอดต้องทนไว้ คนเรามันอย่างนี้ที่เสียนะ เพราะว่าเคยตามใจตนเองใจตนเองลงก็คือ ตามใจความอยากที่เกิดขึ้นในใจ ตามใจมันเสียจนเคยชินกล้ายเป็นคนอ่อนแอก ขาดความเข้มแข็งหมดกำลังใจ ที่นี่เราจะต่อสู้กับสิ่งนั้น เราต้องปลูกกำลังใจให้เกิดขึ้น ด้วยการเตือนตัวเองว่าเราต้องเข้มแข็ง เราอย่าเป็นคนใจอ่อนต้องมั่นคงในสิ่งนี้ในสิ่งนั้น เราค่อยบอกตัวเองให้ห้องคิด

คิดอดทนนั่นแหละท่องไวบ่อย ๆ นึกไวบ่อย ๆ แล้วหัดเอา

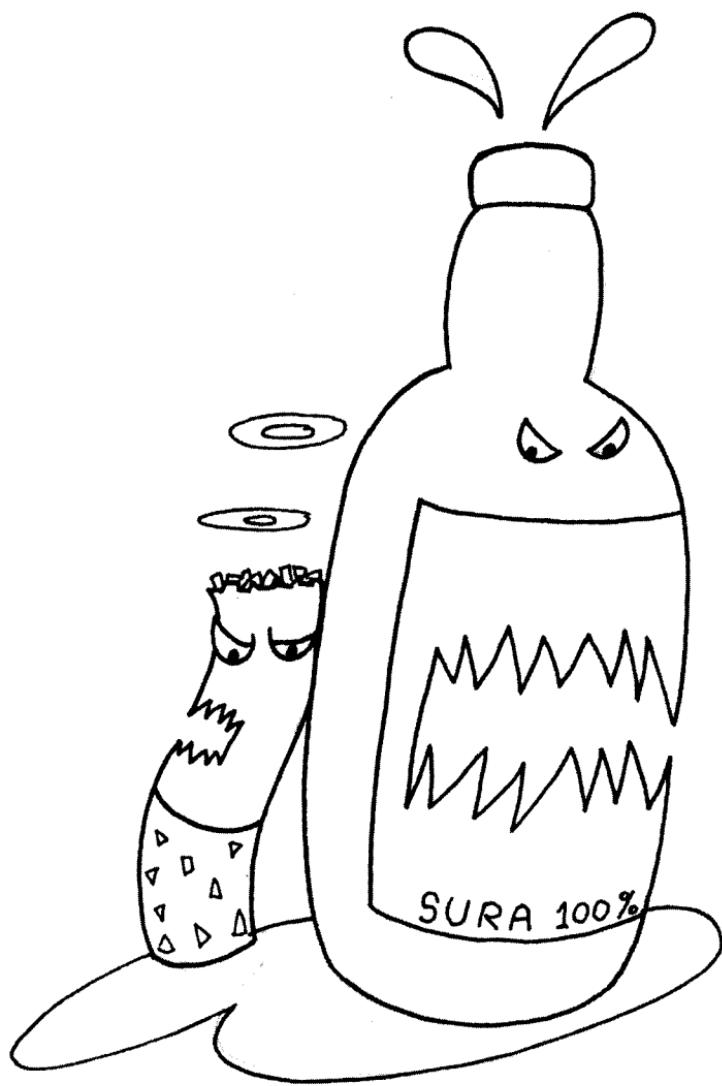
ชนะในสิ่งที่เราเคยทำ เช่น เราเคยทำสิ่งใดเป็นอาชินต์ เราคิดว่าเรา จะต้องชนะก็ต้องบอกตัวเองว่าต้องชนะในสิ่งนั้นให้ได้ อย่าไปยอมแพ้สิ่งนั้น ถ้าความอยากในสิ่งนั้นเกิดขึ้นในใจของเรา เราต้องบอกตัวเอง ว่า ระวัง! ระวัง! เจ้าจะแพ้มันอีกแล้ว ต้องเอาชนะมันให้ได้ ต้องบังคับ อย่างนั้น ผลที่สุดเราก็จะชนะสิ่งนั้นด้วยความเข้มแข็ง ด้วยความอดทน คนที่จะชนะของใหญ่ได้ก็ต้องชนะของเล็กให้ได้ ถ้าชนะของเล็กไม่ได้ ของใหญ่ก็ชนะไม่ได้ บังคับตัวเองยังไม่ได้แล้วจะไปบังคับคนอื่นได้อย่างไร สมมติว่าเป็นแม่พนายกอง ถ้าเป็นแม่พนายกองยังเป็นคนประเภท ขาดความอดทนเป็นคนตามใจตัวเอง พ่ายแพ้ต่อภัยเลสที่เกิดขึ้นรอบกวน จิตใจ ตกอยู่ในอำนาจของอะไรต่าง ๆ จะทำหน้าที่แม่พนายได้ได้อย่างไร เขารู้จุดอ่อนของแม่พนายนั้น เมื่อรู้จุดอ่อนเขา ก็จะเอาสิ่งนั้นมาจมตี ผลสุดท้ายก็ต้องตกต่ำไป

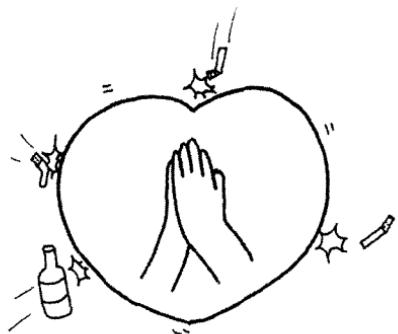
แม่พนายมีชื่อเสียงของโลก ที่ตกอับไปก็เพราะเรื่องอย่างนี้ จุดอ่อนมีอยู่ในตัวไม่มีความเข้มแข็งมาตลอดเวลา จึงเกิดความเสียหาย เพราะฉะนั้นเมื่อเราจะเอาชนะสิ่งใดเราต้องขอริชฐานใจ ว่าเราจะไม่ทำ สิ่งนั้นต่อไป เราจะเลิกละจากสิ่งนั้นนี้เรียกว่า อธิชฐานใจ อธิชฐานใจ นี้เป็นกำลังสำคัญที่พระผู้มีพระภาคเจ้าท่านใช้ในวันที่จะตรัสรู้เป็น พระพุทธเจ้า ท่านทรงอธิชฐานใจ ปุหณा�ค้างให้ต้นโพธิ์เสร็จแล้วยืน ประทับนิ่งสำรวมจิตแล้วอธิชฐานใจว่า “เลือดเนื้อจะเหือดแห้งไป เนืออแต่หนังหุ่มกระดูกก็ช่างหัวมันเถอะ สิ่งใดที่จะสำเร็จด้วย ความเพียร ความบากบั่นของตน ถ้าเราไม่ถึงจุดนั้นเราจะไม่ลุกขึ้น จากที่นั่งเป็นอันขาด”

ถ้าจะพูดตามภาษาตลาด ก็ว่ายอมตายให้กระดูกผุอยู่ใต้ต้น

โพธิ์นี้แหลก ถ้าเราไม่สำเร็จในสิ่งที่ต้องประสบแล้ว จะไม่ลูกขี้นเป็นอันขาด แล้วพระองค์ก็ประทับนั่งลงไป แม้ว่าจะมีพญารามารบกวน เรายังในภาพพญา Mara ซึ่งตัวใหญ่มีแขนมากมาย มีอาวุธครบมือ márบกวนพระพุทธเจ้าไม่ใช่มา Roy ย่างนั้น เขายืนภาพไว้ให้เด็กเห็น หรอก ไอ้ตัวแท้จริงนะคือ กิเลส ที่มันเกิดขึ้นในใจที่กำลังเข้าด้วยเข้าเร็ม จะได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าความคิดมันออกมานะ คิดไปถึงพระนางพิมพ์ คิดไปถึงราหุลลูกน้อย คิดไปถึงพระเจ้าสุทธโฐนะคิดถึงราชสมบติความเป็นเจ้าจักรพรรดิที่จะได้มีได้เป็นนั้นแหลก คือ ตัวมาร มารนั้นคือ กิเลส นั้นเอง ที่เกิดรบกวนจิตใจของท่าน เมื่อมันเกิดขึ้นเป็นพญามารพระองค์ก็สู้กับมันไม่ยอมท้อถอย เขายันมันให้ได้ไม่ยอมลูกขี้นจากที่นั่ง เขาจึงทำพระพุทธรูปเรียกว่า ปางสะตุ้งมา แสดงให้เห็นว่าจะลูกขี้นละแต่ว่าพระหัตถ์ซึ่งหนึ่งตอบขาไว้อย่าลูกขี้น ต้องนิကถึงอธิษฐานใจสักๆ ปฏิญาณที่ตั้งไว้แก่ตัวแล้วก็ไม่ลูกขี้นทรงต่อสู้ชั่วนาราได้







ອົມຫຼວງໃຈ

พระพุทธเจ้าของเรานี่เป็นยอดแห่งบุคคลผู้กำชัยชนะไว้ในพระหัตถ์ เราลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้าก็ต้องทำตนเป็นคนชนะ อย่าทำตนเป็นคนที่แพ้ต่อสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรบกวนจิตใจของเรา เราจะได้เห็นอะไร ได้ยิน ได้ฟัง ได้ดู ได้สัมผัส ถูกต้องสิ่งหนึ่งสิ่งใด ก็ต้องคงอยู่กับตัวเองไว้ว่า อย่าแพ้มันนะ ต้องชนะด้วยความรู้เท่ารู้ทัน ชนะด้วยปัญญาอย่าให้ตกเป็นทาสของสิ่งนั้น ๆ เมื่อเราทำได้อย่างนี้ เรา ก็ค่อย ๆ ชนะไปโดยลำดับทีละเล็กทีละน้อย ด้วยความอดทนไม่ยอมแพ้มัน

ถ้าหากมันอยากอะไรขึ้นมาอย่าไปยอมมัน ยืนขึ้นเฉย ๆ อย่าไปประดุจกระดิกเมื่อเท้าเชียว ถ้ามันอยากนั่งเวลาอีกนาน ๆ มันเฉย ๆ อยากนอนเวลาอน ๆ มันเฉย ๆ อย่าไปทำอะไรอย่าไปตามใจมัน สมมติว่าเรา อยากอะไรขึ้นมา เวลาเย็นอยู่ก็ยืนให้ตัวแข็งในท่าระวาง ตรงเสียเลยเมื่ออย่าไปจับสิ่งนั้นอย่าไปจับสิ่งนี้เข้า ลองดูซิว่ามันจะตายลงไปตรงนั้นหรือ หรือว่ามันจะชนะสิ่งนั้นได้ คนเราถ้าคิดจะเอาชนะอะไรมันต้องได้ มันไม่ตายหรอกเรื่องเล็กเรื่องน้อย เช่นอยากจะไปกินเหล้าขึ้นมา วันนี้กูไม่กิน กูจะອົມຫຼວງໃຈวันนี้ไม่กินเหล้าทั้งวัน พอกถึงเวลา แหม! มาก Mara แล้ว

ผีเหล้มันมาแล้ว มาถึงบอกว่าແໜນ! ทำໄມ່ໄປເລົາถື່ງເວລາແລ້ວນະເພື່ອນເຂາຮອຍຢູ່ນະເຕຍໄປທຸກ ๆ ວັນ ປຳນີ້ເຂາຄອຍແລ້ວເຂົ້ານີ້ກວ່າຫຍາຍໄປໃຫນຕ້ອງໄປກັບເຂາທ່ອຍ ມັນມາຊວນນະອຸບາຍເຂາມາກ ໄອເຈົ້ານິ້ນນະເຈົ້າມາຮ້າຍນະ ມັນຍັງໃຫ້ເຮົາໄປເຮົາກົບອົກຕົວເອງວ່າ ເອົງ! ມາແລ້ວ ມາແລ້ວມັນມາຍັງກູ້ແລ້ວ ແຕ່ວ່າກູ່ນະອົບສູງໃຈວ່າຈະໄມ່ດີມເພຣະເປັນວັນພຣະວັນເຂົ້າພຣະຈະໄມ່ຍອມດີມເປັນອັນຂາດ ໄມ່ຍອມໄປເຮົາກີແຊີງໃຈໄມ່ໄປ ເມື່ອແຊີງໃຈໄມ່ໄປບາງທີມັນກີພຸດຍັງອີກນະ ອື່ອ! ຈະແຊີງໃຈໄປທຳໄມ້ນັກහනາເພື່ອນຸ່ງມາກມາຍກ່າຍກອງ ດົກໄກນ໌ແລ້າຍິ່ງເພື່ອນມາກ ໄອເພື່ອນຂຶ້ມາມັນຫາໄດ້ງ່າຍ ດັ່ມມັນມາຍັງເວົານະທຳໃຫ້ເຮົາເຂົ້າໄປໄດ້ ເຮົາກີຕ້ອງທຳມາວ່າ ເອົງ! ອຍ່າໄປໜົງເຫຼືອມັນໄມ່ຈິງຮອກເຮົາໄດ້ເພື່ອນມາກຈິງ ແຕ່ວ່າເພື່ອນກິນທັນນັ້ນ ເພື່ອນຕາຍໄມ່ມີສັກຄົນນິ້ນ ເວລາຕົກທຸກໆໃໝ່ຢາກໃໂຮມັນຈະຫຼວຍເວາ

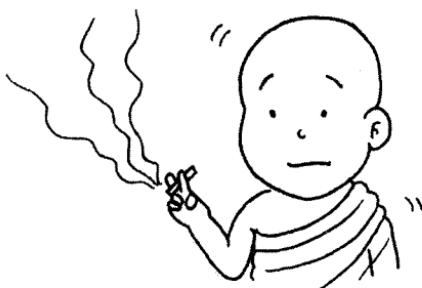
ດັ່ມມັນມາສັກຄົນແລ້ວ ໄກສະຫຼຸງເວົາຕົກຕ້ອງລຳບາກຕົວຄົນເດືອວໄມ່ໄດ້ອ່າຍ່າໄປເຮົາແຊີງໃຈໄວ້ຢືນມັນຕຽນນັ້ນແລລະ ຍືນໃ້ໜະເລີຍກ່ອນພອ່ນະແລ້ວເຮົາກີຈິງເຄີ່ອນໄຫວຕ່ອໄປ ເຮົາກີເປັນຄົນໜະເມື່ອໄດ້ສັກຄົງ ແລ້ວໃຫ້ຮັກໜ້າຄວາມໜະນັ້ນໄວ້ຕ່ອໄປ ແນີ້ອນເວາບທັພັດຈັບສຶກນະຮຸກເຂົ້າໄປໄດ້ຫິ່ນກິໄລເມືຕຣ ເຮົາກີຕ້ອງຮັກໜ້າເນື້ອທີ່ນັ້ນສຸດກຳລັງ ເສີຍເລືອດເນື້ອເສີຍເທົ່າໄກຮົກຕ້ອງຮັກໜ້າ ໄມ່ຍອມໃຫ້ສຶກນະໄດ້ໃຫ້ເຮົາຄອຍໄປເສີຍເປັນອັນຂາດ ຈັນໄດ້ໃນເຮືອງອຳນາຈໃຈກີເໜືອນກັນ ດັ່ມມັນມາໄດ້ແລ້ວຕ້ອງຮັກໜ້າຄວາມໜະນັ້ນຕ່ອໄປອ່າຍ່າໄດ້ຍອມແພ້ເປັນອັນຂາດ ດົກທີ່ໜະແລ້ວຮັກໜ້າຄວາມໜະນັ້ນໄວ້ໄດ້ນັ້ນແລລະເຂາເຮີຍກວ່າ ວິຮັນອັກສົວນັ້ນນິ້ນ ໄມ່ຕ້ອງສົມແໜວນກີໄດ້ເປັນອັກສົວດ້ວຍນໍ້າໃຈເຮົາໜະຕົວເອງໄດ້ ອັນນີ້ມັນສຳຄັນນັກເຮົາຕ້ອງອົດທນເອາຊະນະສິ່ງແລ້ວນີ້ໃໝ່ໄດ້

ด้วยน้ำใจที่เข้มแข็ง อย่าเป็นคนใจอ่อนง่าย ข้าพเจ้าเคยเห็นคนบางคน
เขาอาจชนะมาในเรื่องบางสิ่งบางประการเรื่องง่าย ๆ ของเล็ก ๆ น้อยได้

มีพระองค์หนึ่งอยู่ที่วัดชลประทานฯ เมื่อก่อนไม่ได้อยู่ที่นั่นท่าน
อยู่ที่วัดอื่น วันหนึ่งท่านไปปักธีด้วยกัน ไปที่นี่ครศิริรวมราชา หลังจาก
เสร็จการประชุมพระแล้ว ข้าพเจ้าก็บอกว่าจะเดินทางต่อไปพัทลุง สงขลา
ไปเทคโนโลยีสอนประชาชนແກาโน้น ท่านก็บอกว่าเออ! ผมไปด้วยสักฐาน
ได้ไหม ข้าพเจ้าก็บอกว่า ได้เป็นไรไปเพียงด้วยกัน พอข้าพเจ้าอนุญาต
ท่านก็ใจแจ้ง ก็ล้างลงไปในยามເຂົາບຸຫ້ື່ນມາສູບເລຍ ສູບຕ່ອහນ້າ
ข้าพเจ้าພອສູບບຸຫ້ື່ອາດມາກົນກວ່າ เออ! จะต้องให้พระองค์ນີ້ເລີກສູບບຸຫ້ື່
ເສີຍທີ່ ເລຍບອກວ່ານີ້ຄຸນທຳໄມຈະຕ້ອງສູບດ້ວຍ ສູບບຸຫ້ື່ເພື່ອຂະໜາດ? ຄໍາໄມ່ສູນ
ຈະໄດ້ແນ່? ແກມອງහນ້າເຂົ້າ ຊັກຈະເຄືອງහນ້ອຍທີ່ໄປຂັດຄອແກ ແກກີທຶນບຸຫ້ື່
ຕ້ວນ້ຳລົງໄປໃນກະໂಟິນ

แล้วก็บอกว່າໄມ່ສູບກີໄດ້ ອາຕມາກົນວ່າອ່າພຸດເລີນນາ ພຸດຈິງ ນາ
ໄມ່ສູບກີຕ້ອງໄມ່ສູບກັນຈິງ ທ່ານກີຮັບວ່າເອາຕກລົງສ໘ວູນາກັນກີໄດ້
ອາຕມາວ່າໄມ່ຕ້ອງເຂົ້າສ໘ວູນາ ສ໘ວູນາໃນກະຣາຊະອິກັນເຍຂະແຍະ
ສ໘ວູນາແວ່ງໝາຍສົມເລ່ອງຮັບຈີກທຶນເສີຍເຊຍ ເລຍ ໄມເຫັນມີຄຸນຄ່າຂະໄວ
ສ໘ວູນາຍ່າງນັ້ນ ເຮົາສ໘ວູນາກັນໂດຍທາງໃຈດີກວ່າ ທ່ານກີຮັບປາກຕັ້ງແຕ່
ວັນນີ້ເປັນຕົ້ນໄປ ພມຈະໄມ່ສູບບຸຫ້ື່ແລ້ວກີເດີນທາງໄປດ້ວຍກັນ ນັ້ນໃນຮັຖາໄປໜະ
ນັ້ນໜີ່ມໍາຫຼັບຕາດລອດເວລາ ມັນດຳຕລອດຄາມວ່າເປັນໄຟຄຸນມາເຮື່ມນັ້ນ
හນ້າເມື່ອເຂົ້າ ແກ່! ມັນອຍກເຕັມທນແລ້ວ ບອກວ່າອຍກນັກຫາກີເຂົາມັນ
ສັກອື້ນຊື້ເຂົາໄໝມ? ໃນຍ່າມມີນີ້ເຂົາດວຍໄວ້ ເຂົາສັກອື້ນເຂົາໄໝມ? ໄມໄດ້ ຖ້າ
ເສີຍສ໘ວູນາ ພັນຕ້ອງເປັນສ໘ວູນາກັນເລຍກີຕ້ອງພາໄປເຖິງເທັນນີ້ເດືອນ
හນ້ຳໄມ່ໄດ້ສູບບຸຫ້ື່ເລຍໝະເດືດຂາດ ເດີຍນີ້ໄມ່ສູບເລຍໝະໄດ້ເດືດຂາດເລຍ





บุคคลตัวอย่างในการเลิกบุหรี่

วันก่อนโน้นไปประเทสสิงคโปร์ เขาก็บอกว่าจะให้สามเณร องค์หนึ่งสามเณรรองคันนั้นเป็นจีนแต่มาบวชในพระพุทธศาสนา เขาก็พามาแนะนำให้รู้จัก พอมารับกันเท่านั้นแหละ สามเณรพยายามหาวิธี เหล้า กัญชงบุหรี่สูบ อาทما ก็เลยบอกว่าเเนร เมื่อเราจะบวชแล้วบวชให้มัน หมดเสียเลย อย่าบวชเพียงครึ่ง ๆ กลาง ๆ แกถามว่าจะให้ผมบวชอะไรอีก อ้าว! ของเดทดิตต้องเลิกด้วย โดยเฉพาะบุหรี่ต้องเลิก แล้วแกก็ว่าง ไ้วัตรนั้นแหละ ไม่สูบแล้วก็คุยกันนานไป แล้วแกก็หยุดตั้งแต่วินาทีนั้น เลยที่เดียว หยุดสูบตั้งแต่นั้นแล้วก็พามาเมืองไทย เดี่ยวนี้มาบวชเป็นพระ อยู่ที่วัดชลประทานฯ ไม่แต่ต้องบุหรี่เลยตั้งแต่มาอยู่นั้น แล้วไม่ได้นึก สนใจมันอีกเลย นี่เขารายกว่าคนเข้มแข็งเขาชนะสิ่งนั้นได้ เมื่อชนะได้ก็ไม่ ต้องเปลืองสถาบันค์ไม่ต้องไปปีช้อบุหรี่

เมื่อเข้านั่งในรถยนต์ คนขับรถยนต์เข้าบอกว่าขอโทษ นะครับ ผมขอสูบบุหรี่หน่อย ก็เลยบอกว่าเขาตามสบายนตามใจชอบ แกสูบไปเรื่อยไป พอดีปีถึงวัดก็ถามว่าແໜນ! เดอนี่สูบวันละเท่าไร? วันละสองซอง ส่องซองราคาเท่าไร เข้าไปตั้งห้ากบาทแล้ว บางวันก็แพง

กว่าผัน ถ้าสูบบุหรี่นอกก็ยิ่งแพงกว่าผัน ลิ้นเปลืองสดางค์ถ้าเรา戒มันเสียได้เราประหด เอาสดางค์นั้นไว้ให้ลูกเรียนหนังสือ ชื่อหนังสือให้เด็กอ่าน หรือว่าชื่อของเป็นประโยชน์มากินกันก็จะสบายใจกว่า นี่เรื่องเล็กน้อย ตัวอย่างไม่ใช่เรื่องอะไรกماเปรียบเทียบให้ฟังว่า ถ้าเราจะจะชนมันลง ก็ต้องขอรู้สึกใจอาชานะให้ได้ ไม่ยอมแพ้เป็นอันขาด

คุณบุณย์ เจริญไชย เป็นมนุษย์ที่เข้มแข็งคนหนึ่งแกสูบบุหรี่ชั้งที่สุดที่เดียว สูบจนมื่นฝันเหลืองไปหมด สูบมวนนี้ยังไม่หมด ต้องรับดูมวนที่สองไปเรื่อย ๆ ตลอดวัน วันหนึ่งสูบตั้ง ๑๐ ซอง ไม่ใช่เล็กน้อย พี่ ๆ น้อง ๆ บ่นคุณบุณย์นี่คงจะเป็นโรคมะเร็งตายก็ เพราะเจ็บบุหรี่นี่แหละ บังเอิญคราวหนึ่งได้ไปพบกับอาทมาที่ชานฟรานซิสโกในอเมริกา ตอนนั้นไปเที่ยวอเมริกาก็ไปพบเดินทางร่วมกันมาพับกันที่กรุงอาชิงตันก่อน แล้วก็นัดกันว่าไปพบที่ชานฟรานซิสโกจะได้กลับเมืองไทยพร้อมกัน เวลาจะขึ้นเรือบินไปดูหนังสือที่ขาวงขายอยู่ในแพหมุนได้ หมุนไปหมุนมาพับเข้าเล่มหนึ่งชื่อว่า How to stop smoking? บอกว่าจะหยุดบุหรี่ได้อย่างไร แกก็บอกว่าเล่มนี้ถ้าเข้าที่ผิดนี้มันอยากเลิกสูบนา แต่เม้นเลิกไม่ได้ลองอ่านดูซีเข้าจะแนะวิธีเลิกอย่างไร อาทมา ก็เลยบอกว่าไม่สำเร็จ อ่านหนังสือไม่สำเร็จหรอก ต้องสัญญา กับอาทมา แกก็ว่าสัญญายังไง อาทมา ก็บอกว่าเอาอย่างนี้กำลังอ่านหนังสือเล่มนี้อยู่อย่างสูบอย่าสูบข้อหนึ่ง ข้อสองถ้าแกอ่านหนังสือเล่มนี้ไม่จบอย่าสูบบุหรี่ เอาสองข้อเท่านั้นแหละ เออเข้าที่ ๆ สัญญากันโดยพ่อสัญญา กันแล้วขึ้นเรือบินนั่งมาด้วยกัน

อาทมา นั่งชิดขวาคุณบุณย์นั่งข้างนอกอ่านหนังสือไปคงจะอยากเต็มทีละ เพราะว่าสูบตลอดเวลา呢 แต่สูบไม่ได้ เพราะว่ากำลัง

อ่านหนังสือนี้สูบไม่ได้ ไม่ได้สูบที่นี่พอกออกจากงานฟรานซิสโกก็มาถึง เกาะชอนโนลูม่าถึงที่นั่นก็หยุดที่นั่น ๔ วัน ๔ คืน นอนด้วยกันไปนอน โรงเรมด้วยกัน ตื่นเข้าไปดูกลัวร์ไม่ด้วยกัน หนังสือไม่ได้อ่านอ่านไม่จบ จะสูบก็ไม่ได้ เพราะว่าคู่สัญญามันอยู่ด้วยนิ่งๆ บากบังมีคู่สัญญาอย กับกับอยู่ตลอดเวลาจะแอบไปสูบก็ยังไง เลยไม่กล้าสูบไม่ได้สูบบุหรี่ ๔ วัน ไม่ได้สูบเลย เล่าว่าตามไม่ถูกเมลย์เรื่องบุหรี่สูบไม่สูบ ตามไม่ถูกโดย สังเกตเห็นนั้น พอกจากชอนโนลูม่าโตเกียว มาโตเกียวหยุดพักแห่งเดียว กันอีกหยุดอีก ๔ วันไม่มีโอกาสอ่านหนังสือแล้ว ยังอ่านไม่จบเลยก็ต้อง ไปสูบอีก ๔ วัน ๘ วันเข้าไปแล้วไม่ได้สูบบุหรี่ ที่นี่จากโตเกียวก็แยกกัน ก่อนจะแยกกันกับอกกว่า “อ่านหนังสือยังไม่จบหนาเจริญพร ต้องจำ ไว้ให้ดี”

แกก็บอกว่าไม่เป็นไรครับ ผม ๘ วันไม่สูบเลย คราวนี้ผมถ้าจะ ชนะเด็ดขาด เลยก็แยกกันไป ตามมากลับเมืองไทยคุณบุณย์ไปพิลิปปินส์ ไปชูร์เรื่องอื่นต่อไป มาเมืองไทยไม่ได้พักกันเสีย ๓ เดือน พอกออกพรรษา จะขึ้นไปเชียงใหม่ เวลาันนั้นอยู่เชียงใหม่ไปป้าสุกถ้าเรื่อง สมความจิตวิทยา พอกไปพบอดมักษาม “เป็นใจเจริญพร ยังชนะอยู่หรือ” แกก็รู้ล่ะว่าถ้าม เรื่องอะไร “โอ! เด็ดขาดครับ คราวนี้ไม่แต่ต้องเลยตลอดตั้งแต่พบ ท่านเจ้าคุณครawanนั้น ไม่แต่ต้องเลยชนะเด็ดขาด” ตอนหลังมาได้เป็น รัฐมนตรีจะสูบกิ่กระปองก็ได้ต่อวัน คนเอกสารให้ไม่ต้องซื้อก็ได้คนชั้นนั้น แล้ว คนมันอยากจะดูอยู่ด้วยซ้ำว่านายสูบอะไรจะค่อยเอาไปให้ แต่แก ไม่สูบบุหรี่สบายใจดี ไม่ยุ่งยากลำบากเดือดร้อน คงก็ไม่แห้งไปไหน ก็ไม่ต้องกังวลใจไม่ต้องสูบ

อีกคนหนึ่งคือ หลวงวิทิตกล沙ย ก่อนนี้เคยเป็นทหารแต่โอน

มาเป็นตำรา แล้วไปเป็นผู้ว่าราชการภาคพิชณ์โลกไปประชุมที่นั่นอย่างกุ้ง ประชุมพุทธศาสนาสัมมัชนี้แห่งโลก ไปประชุมแล้วก็กลับมาไปเชียงใหม่ ข้าล่องลงมาบ้านจังรอกมาในห้องนอน นอนด้วยกันกับอาทิตย์ตามความคิด “เจริญพร คุณหลวงไปย่างกุ้งไปประชุมมาได้อะไรมาบ้าง” คุณหลวงก็บอกว่า “ผมได้มากกว่าเพื่อนได้ซ้ายชนะกลับมา” อาทิตย์ก็บอกว่า “ได้ซ้ายชนะอะไรไปตีพม่าแตกหรือจิงได้ซ้ายชนะกลับมา” ตามไปอย่างนั้น คุณหลวงก็ยิ่มบอกว่า “ไม่ใช่” แล้วก็เล่าให้อาตอนพึ่งว่า “ผมนี่สูบบุหรี่ไม่ใช่บุหรี่ซิกาแแรตน่า สูบบุหรี่ตະพานิพมวนด้วยใบตองตัวขนาดเท่านี้” (ทำมือให้ดู) แล้วเวลาแกจะไปไหนก็ต้องห่อโต ๆ คุณนายต้องจัดห่อไปให้ ถ้าขาดไปแล้วก็ต้องหุดหิจดุงง่าน ไม่เป็นอันพูดจาเลยที่เดียว คุณนายแกรักษาโดยห่อไปให้ไปย่างกุ้ง ก็จัดห่อไปเป็นห่อใหญ่กลัวจะไปขาดกลางคัน

ที่นี่คุณหลวงมีอะไรมากกระทบใจ คือแกเห็นพระสงฆ์จำนวน ๑,๐๐๐ องค์ ซึ่งลงมาจากที่พักเดินเข้าไปในสัตตบวรณคุหาทำสังคายนาเดินเรียบร้อยเข้าไปไม่มีใครสูบบุหรี่ เวลาจันอหารเสร็จเดินออกมากจากโรงฉันไม่เห็นท่านสูบบุหรี่ อันนี้เป็นภาพกระทบใจก็เลยนึกว่าเออนี่พระตั้ง ๑,๐๐๐ องค์ นี่ท่านไม่ยักสูบบุหรี่ แต่ตัวเรา呢 มือหนีบไว้ตลอดไฉrena ทำไม่สำนึจึงต้องสูบตลอดเวลา เช้าไม่สูบทำไม่เข้าอยู่ได้ เราไม่สูบทำไม่จะอยู่ไม่ได้ นึกอย่างนั้นก็คิดได้มาประชุมคราวนี้เอามันสักเรื่องหนึ่ง จะได้นำไปฝากญาติมิตรทางบางกอกแกก็ขึ้นไปบนที่พัก ไปเอาไอบุหรี่ห่อใหญ่ในกระทบ เป้า แล้วแอบไปทิ้งข้างหลังที่พักมันมีหนองน้ำอยู่โคนครอมลงไปหนองน้ำเหลยบุหรี่ห่อหนึ่งนั่น แล้วตั้งแต่นั้นมาแกก็ไม่สูบมันอีกด่อไปนี่แหลกเขารู้ว่า บุคคลตัวอย่างแห่งชัยชนะ ชนะบุหรี่อันนี้ถ้าเรา

ชนะบุหรี่ได้ เราก็ชนะเหล้าต่อไปได้บุคคลดีมเหล้านี้ชนะได้

ครูคนหนึ่งเมื่อแกไม่ได้บวชต้องดีมเหล้าทุกวัน บอกว่าไม่ดีมไม่ได้ ครูใหญ่ก็ดีมถ้าไม่ดีมครูใหญ่หัวว่าไม่ใช่พราหมณ์ กัน ต้องดีมด้วยกัน เงินเดือนมันจะไม่เข็นนะถ้าไม่เป็นพราหมณ์ เมืองไทยเรามันเสียตรงนี้ ให้ตัวคดแล้วก็จะจุงเพื่อนให้คดไปเสียด้วย มันจึงลำบากกันใหญ่ทีนี้ก็เลยต้องไปดีมกับเขาต่อมาก็เลยไปบวช บวชที่วัดชลประทานฯ นี่ความจริงครูคนนั้นเป็นนักเรียนร่วมชั้นกับอาทุมาอยู่ท่ากัน แต่ว่าเพิ่งได้บวชเมื่ออาทุมาเป็นอุปัชฌาย์เพื่อนนักเรียนกันแท้ๆ แต่ว่ามาบวช เมื่อเพื่อนเป็นอุปัชฌาย์ที่นี่พอกมาบวชแล้ว อาทุมาก็อบรมฝึกฝนให้เทคนิกกันทุกวันทุกคืน

ผลที่สุดเวลาจะสึกบอกว่า “ผมสึกไปแล้ว ผมจะไม่ดีมเหล้าเลย” อาทุมาก็แกล้งบอกว่า “ไม่ดีม ครูใหญ่เข้าจะรังเกียจเขา” แกก็บอกว่า “ไม่เป็นไรผมจะลองดูว่าไม่ดีมมันจะอยู่ในสังคมได้ไหม” แล้วก็ออกไปทำงานแล้วก็ไม่ได้ดีม เพื่อนก็กระแซะกระซ้ำอย่างนั้นอย่างนี้ พูดยั่วนั่นแหล่ะ แกก็ไม่ยอมดีมท่าเดียว ๓ ปีแล้ว ไม่เคยแตะต้องเลย ตั้งแต่บวชมาแล้ว แม่บ้านไปวัดแล้วก็บอกว่าคุณของดิฉันนี่ตั้งแต่สึกออกไปแล้วเป็นคนละคน ดิฉันรู้สึกว่าเหมือนกับสามีใหม่อย่างนั้นแหล่ะ หัวใจแหะคือไอก้าวีมีคนก่อนมันมาเหล้า ไอก้าวีมีคนใหม่มันไม่มา ก็เท่ากับได้สามีที่ดีคนหนึ่งที่เขากลับจิตกลับใจ เพราะเห็นว่าสิ่งนั้นไม่มีประโยชน์แกชีวิตแกก็เลยทิ้งมันไปเป็นตัวอย่าง

เราก็เหมือนกันแหล่ะ สมมติว่าใครมีอะไรอยู่ในตัวอะไร ก็ตามเรื่องมันไม่ดีไม่งาม ทำให้เกิดความเสียหายแกชีวิต แก่การงานในครอบครัว จนถึงงานส่วนรวมคือประเทศไทย เราย้ายมา

ตัดสิ่งนั้นออกไปให้เป็นตัวอย่างแก่ลูกแก่หวานของเรา เราจะสอนลูกด้วยเรื่องอะไร เราต้องทำเป็นตัวอย่างสอนเด็ก เรายังต้องทำให้เด็กดูเป็นตัวอย่าง พยายามแก้สิ่งที่มันไม่เหมาะสมไม่ควรแก้ให้มันหมดไปเท่าที่เราสามารถจะแก้ได้ ชีวิตของเรายังจะก้าวหน้าเป็นไปด้วยดี พากเราที่เป็นนายสิบนายจันนี้ ชีวิตยังหนุ่มน้อยเรียกว่าယังไม่แก่เท่าไร ยังพอกจะก้าวหน้าอยู่ ยังมีทางที่จะทำอะไรให้เป็นประโยชน์แก่ชาติแก่บ้านเมือง แล้วก็มารับอบรมนี่แหละ ๆ เขาก็จะเอาจ่าออกเขาให้นายร้อย ได้เป็นคุณร้อยขึ้นมาที่นี่มันก็ก้าวหน้าต่อไป พอกเข้าขั้นร้อยตรีจะมันไปเรื่อยละที่นี่เป็นท่อนไม้ตอกลงในกระแสน้ำ แล้วมันจะไหลเรื่อยไปที่เดียวได้ร้อยโท ร้อยเอกแต่ว่าพอถึงร้อยเอกก็หนวดคิริมกันพอดีแหละ

เพราะว่าเราตั้งต้นกันแค่นี้มันก็แก่กันพอดีถึงกระนั้นมันก็จะมีทางจะไปอยู่ ถ้าเราปรับปรุงแล้วเรายังต้องคิดว่าทำยังไงก็ต้องประยัดขึ้นหน่อย ในการเป็นอยู่เที่ยวเตร่ให้มันน้อย คงเพื่อนผู้ให้น้อยลงไปหน่อย แล้วพวกเราจะเป็นหมอกางเสนารักษาพอกทำงานอะไรได้บ้าง ฉีดหยุดฉีดยาเป็นรักษาคนได้นิด ๆ หน่อย ๆ ก็ยังมีทางพอกหกินได้บ้าง พิเศษแต่ว่าหกินให้มันเรียบร้อย อย่าไปทำให้คนยุ่งลำบากจะไปฉีดยาให้ใครก็เคยๆไปฉีด อย่าเอานำกลับไปฉีดแล้วกัน ฉีดให้มันเป็นยา.raksha คนใช้ไม่ใช่รักษาโรค ฉีดให้มันเรียบร้อยให้คนไข้หาย ให้มีความเมตตากรุณา ประทานความสุขความเจริญแก่คนเหล่านั้น ชีวิตจะก้าวหน้าไปด้วยดีในทางที่ถูกที่ชอบ

ดูนี้เป็นถูกากลเข้าพrhoชาเราต้องเข้าเสียด้วยคือ งดเว้นในสิ่งไม่เหมาะสมไม่ควร เอาชนะเสียตั้งแต่หัวที่ แล้วต่อไปเรายังจะได้ชัยชนะสมกับที่เกิดมาเป็นคนไทย เป็นผู้นับถือศาสนาได้รับ

ประยุชน์จากพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ตามสมควร แก่การปฏิบัติ ชีวิตก็จะก้าวหน้ารุ่งโรจน์ต่อไป

คนเราเกิดมาชาตินี้ไม่เท่าไรก็ตาย ตายแล้วเอาอะไรไม่ได้ ทรัพย์สินเงินทองข้าวของต่าง ๆ ทำตามหน้าที่เท่านั้นเอง หากว่าตามหน้าที่ทึ้งไว้ในโลก เกลาตายเอาไปไม่ได้มีใครเอาไปได้ แต่ว่าสิ่งหนึ่งมันจะติดอยู่กับโลกนาน คือสิ่งที่เราทำดีก็ติดอยู่กับโลก ชั่วก็ติดอยู่กับโลกเป็นประวัติติดไว้กับโลกตลอดกาลนาน จะนั้นเราต้องทำความดีติดไว้ฝากรักษาให้ลูกหลานอีกใจ เพื่อนผู้อื่นใจความพาบเข้าเออ! คนนั้นเขาจะได้สบายนิ่ว เราเองก็สบายนิ่วคนอื่นก็สบายนิ่วเจริญทั้งนั้น จึงขอให้ได้คิดได้นึกไว้ในเรื่องนี้ตลอดเวลา จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน ก็คงยังเตือนไว้ “เราจะอยู่ด้วยความดีเราจะทำความดี เราจะไม่ปล่อยให้ตกไปในอำนาจฝ่ายตัวเป็นอันขาด” ชีวิตของท่านก็จะรุ่งโรจน์สมความประราถนา ดังที่ได้กล่าวมาเพื่อเป็นเครื่องเตือนจิตสะกิดใจแก่พวงเราทั้งหลายที่ได้มาประชุมกันในสถานที่นี้

ก็ขอสมควรแก่เวลา ขอจบการแสดงปฐกถาไว้เพียงเท่านี้ ในที่สุดนี้ขออ้างເຂາຄູນພຣະສຣີຮຕນທຣຍ ຄື່ອ ພຣະພຸຖນເຈົ້າ ພຣະຮຣວມ ພຣະສົງມໍ ຂັນເປັນສິ່ງທີ່ເກຣເຄວພສັກກະບູນຊາ ຈົນມາຕັ້ງອູ້ໃນໃຈຂອງທ່ານທັ້ງໝາຍ ຂອໃຫ້ທ່ານທັ້ງໝາຍມີຈິດໃຈຫຼືອຽງ ມີຄວາມອດທນຮູ້ຈັກບັນດັບຕ້ວເອງມີຄວາມເສີຍສະ ໜຶ່ນແກ່ປະຢູ່ນີ້ສ່ວນຮຸມມາກກວ່າສ່ວນດ້ວຍ ປຣາຖນາສິ່ງหนີ່ສິ່ງໄດ້ຂັນເປັນໄປໃນທາງທີ່ຖືກທີ່ຂອບ ຂອໃຫ້ສໍາເລົດໃນສິ່ງນີ້ ສ່ວນຮຸມປຣາຖນາດ້ວຍກະරະທຳຂອງຕ້ວເອງຂອງທ່ານເອງຈົງທັງກັນທຸກໆ ທ່ານເກອບ



ສູບບຸຫີ



ສູບບຸຫີ	ມືແຕ່	ຈະຄອຍບັນ-
ທອນອາຍຸ	ໃຫ້ສັນ	ນັ້ນແນ່ໆ
ກຳລັງຈິຕ	ຖູກຕັດຮອນ	ໃຫ້ອ່ອນແອ
ເພຣະຕັ້ງແພໍ	ແກ່ຄວາມເງິ່ນ	ຮາບເຕີຍນໄປ

ຕ້ອງເສີຍທຽບ	ບຸຫີວິສີ	ຢຶ່ງມືຄ່າ
ເດືອນກວ່າໆ	ເງິນວ້ອຍໆ	ພລອຍກຫຼີ
ນໍ້າເສີຍເຄົ້ອ	ຄຽວແຄຣ	ເໜັນແຍ້ໄປ
ເຄາຄວັນໄພ	ຮມປອດ	ຍອດອັນຮພາລ

ເປັນຜູ້ໃຫຍ່	ນຳເຕັກໃຫ້	ສູບບຸຫີ
ໃຫ້ພວກຟີ	ຫົວເຮັດຄົນ	ຄວາສົງສາຮ
ແລ້ວເກີດມາ	ທຳໄມກັນ	ມັນປ່ວຍກາຮ
ໜັງລ້ຳງົດລາຍຸ	ຕັ້ງເອງ	ເກິ່ງສຸດໃຈໆ

ພຸກຂອກສິນເຫຼົາໃຫ້



ปณิธานของธรรมสภากลไกธรรมบันนี้



ธรรมสภากลไกธรรมบันนี้ เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๗๐ มีปณิธานในการเผยแพร่พระพุทธศาสนาของพระบรมศาสดา ตามเจตนาธรรมนี้ของท่านเจ้าคุณพระสูธรรมเมธี (นายบรรจุ อ สุขธรรม ปล.ธ.๙) อดีตเจ้าคุณจะงหวัดอุดรติดตั้ง ผู้ก่อสร้างธรรมสภานี้ อันเป็นธรรมสภากลไกธรรมบันนี้ แห่งแรกของประเทศไทย สมัย จอมพล ป. พิบูลสงคราม เป็นนายกรัฐมนตรี ได้รับพระมหากรุณาธิคุณจากสมเด็จพระนางเจ้า ฯ พระบรมราชินีในรัชกาลที่ ๙ ทรงปิดทองลูกนิมิตเอก ในวันที่ ๓ พฤษภาคม ๒๔๙๙ สืบเนื่องตามกาลเวลา ในยุคก่อนเปิดพุทธศักราช ๒๕๗๐ หนังสือธรรมะที่ได้จัดพิมพ์ จำนวนนี้ ในท้องตลาด ส่วนมากมีเนื้อหาสาระและมีคุณค่าเป็นอย่างมาก แต่ไม่มีผู้คนสนใจเท่าที่ควร เป็นพระรูปเล่มส่วนใหญ่ ไม่มีความสวยงาม ไม่มีคุณสมบัติพอที่จะดึงดูดประชาชนให้สนใจหนังสือ ทำให้ในอดีตหนังสือธรรมะไม่ได้วรับความนิยมเป็นที่แพร่หลาย ด้วยเหตุผลดังกล่าว ธรรมสภากลไกธรรมบันนี้จึงได้ตั้งปณิธานว่า ภายใน ๑๐ ปี จะต้องเปลี่ยนวัฒนธรรมการเผยแพร่หนังสือธรรมะ ให้มีรูปแบบสวยงาม น่าจับต้อง เป็นที่สนใจ ของประชาชน และจะทำให้หนังสือธรรมะขึ้นชั้นไป ตามร้านหนังสือชั้นนำ ติดอันดับ Best Seller เมื่อหนังสือชนิดอื่นทั่ว ๆ ไปที่วางจำหน่ายอยู่ จึงได้พัฒนารูปแบบปก และรูปเล่ม ให้มีความน่าสนใจย่างต่อเนื่อง เป็นระยะเวลาถึง ๑๐ ปี และตั้งแต่ปี พุทธศักราช ๒๕๘๐ เป็นต้นไป ทำให้ประชาชนเปลี่ยนวัฒนธรรม การอ่านมา สนใจหนังสือธรรมะเพิ่มมากขึ้น ธรรมสภามีความภูมิใจที่ ได้นำเสนอและพัฒนาการ อ่านหนังสือธรรมะของประชาชน ตั้งที่ท่านจะเห็นได้ในปัจจุบัน

ตั้งแต่ปี พุทธศักราช ๒๕๙๐ ที่ผ่านมา ธรรมสภากลไกธรรมบันนี้ได้ตั้งปณิธานให้หนังสือธรรมะเป็น หนังสือที่มีคุณภาพดีและราคาถูก เพื่อสนับสนุนความต้องการของประชาชนให้มากที่สุด จะพัฒนา หนังสือและสื่อธรรมะให้ประชาชนส่วนใหญ่ของประเทศไทยเป็นเสียงเดียวกันว่า “หนังสือธรรมะ ทั้งสาย ทั้งดี มีคุณภาพ และราคาไม่แพง” ในปี พุทธศักราช ๒๕๘๐ เป็นต้นไป เป้าหมายของสำนักพิมพ์ธรรมสภากลไกธรรมบันนี้ คือ การเผยแพร่ธรรมะที่ส่งเสริมให้ประชาชน ลด ละ เลิก อบายมุข และลั่งเสพติด ทั้งหลาย เพื่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงามและการนำมาใช้ชีวิตอย่างสุขของมนุษยชาติ ธรรมสภากลไกธรรมบันนี้ ได้ตั้งปณิธานไว้ว่า ในปี พุทธศักราช ๒๖๖๐ ประชาชนชาวไทย จึงมีอิสระ ปราศจากความ งมงาย ปราศจากสิ่งเหลวไหล และจะส่งเสริมให้อបายมุขหมดไปจากประเทศไทย ซึ่งอาจจะเป็นไปไม่ได้ แต่ขอให้ลดลง ๆ เรื่อย ๆ รวมถึงการสนับสนุนให้ประชาชนมีศีล มีธรรม มีวัฒนธรรมของชาวนคร และมีความปฏิโน้มในการปฏิบัติธรรม เพื่อความสุขของชีวิต และเพื่อความสุข ของสังคมโดยทั่วไป

ด้วยความสุจริต หวังดี ธรรมสภากลไกธรรมบันนี้ได้ก่อพันกับความสงบสุข



สถาบันบันลือธรรม เป็นองค์กรเอกชนที่ก่อตั้งขึ้นเพื่อสืบทอดและเผยแพร่พระพุทธศาสนาให้ ดำรงอยู่มั่นคง อันเป็นการสานต่อเจตนาرمณ์ของ หลวงพ่อพุทธทาสภิกขุ แห่งสวนโนนกษา พลาราม สุราษฎร์ธานี หลวงพ่อปัญญาնທກົກຂູ องค์ประธานสถาบัน บันลือธรรม และ หัวหน้าเจ้าคุณพระสุธรรมเมธิ ป.ธ. ประโยค (นายบรรลือ สุธรรม) อดีตเจ้าคุณเจังหวัด อุดรอดิตถ์ ผู้ให้กำเนิดธรรมสกุล

กิจกรรมของสถาบันบันลือธรรม

๑. โครงการ พับพระ พับธรรม พระธรรมแต่งธรรม ณ ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา ทุกวันเสาร์ ๑๕.๐๐-๑๖.๐๐ น. สอปากาณองค์บุรุษฯธรรมที่ ๐๙๖-๐๓๕๔๗๘๘
๒. โครงการ ศีลธรรมของขุวนคือสันติภาพของโลก โครงการสำหรับเด็กและ เยาวชน จัดที่สวนมุทิตาธรรมาราม
๓. โครงการ อุยกันด้วยความรัก จัดกิจกรรมเพื่อสาธารณะกุศล ช่วยเหลือผู้ประสบภัยพิบัติ และช่วยเหลือชุมชนในถิ่นทุรกันดาร
๔. ธรรมสถาน “สวนมุทิตาธรรมาราม” อบรมการเรียนรู้ชีวิตตามธรรมใน ๑ วัน ทุกวันพุธตั้งแต่เดือน ๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น. ติดต่อเข้าร่วมกิจกรรม โทร.๐๙๖-๐๓๕๔๗๘๘
๕. กองทุน “คลังธรรมทาน” บริจาคหนังสือเป็นสาธารณะกุศล เพื่อประโยชน์แก่ สาธารณะ โดยแจ้งความจำงเป็นจดหมายขอรับบริจาคได้ที่ธรรมสถาน
๖. ห้องสมุดธรรมสมาริ ห้องสมุดธรรมะและนั่งสมาธิภาวนา พร้อมกับเลือกฟังธรรมะ จากเครื่องขยายเสียงนาน้ำภาษาไทยได้ร่วมເງາມธรรมชาติ สถานที่รับธรรมยติดกับพุทธมนต์ เปิดบริการตั้งแต่เวลา ๐๙.๐๐-๑๕.๐๐ น. สอปากาณข้อมูล โทร. ๐๙๒-๔๔๒-๑๑๙๖



การพิมพ์หนังสือธรรมเป็นอนุสรณ์ นอกจากเป็นการจัดทำสิ่งซึ่งมีประโยชน์ที่คงอยู่ยืนนานแล้ว ยังเป็นการบำเพ็ญธรรมทานที่พระพุทธเจ้าตรัสว่าเป็นทานอันยอดเยี่ยมอีกด้วย ผู้ปฏิบัติเช่นนี้ จึงควรได้รับการชื่นชมในส่วนร่วมในการเผยแพร่องค์ความรู้โดยประโยชน์ที่แท้จริงแก่ประชาชน

ท่านที่ประสงค์จะพิมพ์หนังสือธรรมที่มีคุณภาพ เพื่อมอบเป็นที่ระลึกในทุกโอกาสของงาน ประเพณี อันเป็นการใช้จ่ายเงินอย่างมีคุณค่าและเกิดประโยชน์สูงสุด โปรดติดต่อที่ ธรรมสถาน ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา ๑/๔-๕ ถ.บรมราชชนนี ๑๑๙ เขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๑๐ โทรศัพท์. (๐๒) ๔๔๑๑๕๕๘ โทรสาร. (๐๒) ๔๔๑๑๖๖๔ www.thammasapa.com

ອບາຍມຸຂໍ ລົມ ພີຣາຍ



ພຶກໍ່ຫຶ່ງ
ໄມ່ຈອບກິນ

ຈອບສຸຮາ
ຂ້າວປລາ

ເປັນອາຈິນ
ເປັນອາຫາດ



ພຶກໍ່ສອງ
ໄມ່ຮັກບ້ານ

ຈອບເຖິງວ
ຮັກລູດ

ຍານວົກາລຸ
ຮັກເມີຍດັນ



ພຶກໍ່ລາມ
ໄມ່ລະວັນ

ຈອບດູ
ບາຮຄລັບ

ກາຮລະເລ່ນ
ລະຄຣໂບນ



ພຶກໍ່ສີ
හັນໄມ່ພັນ

ຄບຄນຫົ່ວ
ອາງານ

ມ້ວກັບໂຈ[໌]
ດຣາແພ່ນດົນ



ພຶກໍ່ຫ້າ
ສາຮພັດ

ຈອບເລ່ນນ້ຳ
ຄົ່ວໂປ

ກີຝັບຕົດ
ໄອໂລສັນ



ພຶກໍ່ຫັກ
ນີກັ້ງສືບນ

ເກີຍຈາກຮ້ານ
ຫັກຟີ

ການກຳກີນ
ອັບຮີຍເອຍ.

WWW.THAMMASAPA.COM
ISBN : 978-974-287-199-4



9 789742 871994

ທ່ານທີ່ຈູ່ປັນກົດຕ້າຈັດພິມພົນຮັນສືອນນີ້ ຕື່ອໄດ້ວ່າມີສ່ວນຮ່ວມໃນການແພຣ່ອຮົມ ອັນເປັນກຸລໂລຢ່າງຍິງ
ໂປຣດ້ວຍສົມທບຄ່າຈັດພິມພົນຮັນສືອຮຽມະເລ່ມນີ້ ໃນຮາຄາຈຳນວນເລ່ມລະ ۲۰ ບາທ