

ธรรมแก่ชีวิต

อันความทรุณาปราณี

ชนะด้วยความดี เป็นการชนะที่ถูกต้อง



พระธรรมโกศาจารย์ หลวงพ่อปัญญานันทภิกขุ

อันความทรุณาปราณี	๕
อนันตเจตน์/ความทรุณา	๗
ชนะด้วยความดี เป็นการชนะที่ถูกต้อง	๑๒
ชนะด้วยใจได้...ชนะบนใจไม่ได้	๑๓
หลักธรรมข้อควรรับใช้ชนะ	๑๕



อันความกรุณาปราณี ชนะด้วยความดี เป็นการชนะที่ถูกต้อง



ปาฐกถาธรรม โดย
พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ)

เพื่อความเจริญแพร่หลายแห่งธรรม
และความเจริญออกงามแห่งปัญญา

อันความกรุณาปราณี

ชนะด้วยความดี เป็นการชนะที่ถูกต้อง
พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ)

ISBN : 974 - 8417 - 37 - 9

ดำเนินการจัดพิมพ์โดย : ธรรมสภา ๓๕/๒๗๐ จรัสสินทวงศ์ ๖๒ บางพลัด กทม.
โทร. ๔๓๔๔๒๖๗, ๔๓๔๓๕๖๖ โทรสาร. ๔๒๔๐๓๗๕

สารบัญ



ธรรมดาทุกสิ่งย่อมเป็น “เช่นนั้นเอง”	๑
พรหมวิหารธรรม : คุณธรรมของผู้เป็นใหญ่	๔
อันความกรุณาปราณี	๕
อานิสงส์แห่งความกรุณา	๗
ชนะด้วยความดี เป็นการชนะที่ถูกต้อง	๑๒
ชนะตัวเองได้...เอาชนะกิเลสได้	๑๓
หลักธรรมเพื่อสร้างชัยชนะ	๑๕
ชีวิตที่ถูกล้อมด้วยธรรม จักเป็นสุขทุกเมื่อ	๑๖

อันความกรุณาปราณี ชนะด้วยความดี เป็นการชนะที่ถูกต้อง

ปาฐกถาธรรม โดย
พระธรรมโกศาจารย์ (หลวงปู่ปัญญาันทภิกขุ)



ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลาย

ณ บัดนี้ ถึงเวลาของการฟังปาฐกถาธรรมะ อันเป็นหลัก
คำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ
ตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟังธรรม
ตามสมควรแก่เวลา

ธรรมดาทุกสิ่งย่อมเป็น 'เช่นนั้นเอง'

หน้านี้อากาศซักจะร้อนหน่อย ญาติโยมพบหน้ากันแล้ว ก็
บ่นว่าร้อนทุกคน ความจริงเรื่องความร้อนมันก็เป็นเรื่องธรรมดา
ปีหนึ่งๆก็มีร้อนมีหนาว มีฝน สลับสับเปลี่ยนกันไป ถึงฤดูหนาวเรา
ก็บ่นว่าหนาว ถึงฤดูฝน ฝนตกมากมายเราก็บ่นว่า ตกอะไรไม่หยุด
หย่อน ฟ้าฝนขึ้นหมดแล้ว พอถึงหน้าร้อนก็บ่นว่าร้อนอีก

คนเรามันก็อย่างนั้นแหละ ไม่มีอะไรเป็นที่พอใจสักอย่างเดียว มีแต่เรื่องบ่นกันทั้งนั้น บ่นแล้วก็ไม่ใช่ว่ามันจะหายร้อน หายหนาว หรือหายอะไรก็หามีได้ แต่แล้วก็ยังเป็นธรรมดา ถ้ามีอะไรจะบ่นได้ก็บ่นกันไปตามเรื่องตามราว ทำให้เกิดความสบายใจเหมือนกัน คือได้ระบายออกไป พบใครก็ได้ระบายออกไปเสียหน่อย แล้วจิตใจก็จะได้สบาย เป็นเรื่องของคนเราทุกๆ ไป มันเป็นอย่างนั้น บ่นอะไรก็บ่นกันไปตามเรื่อง แต่ว่าอย่าบ่นให้มีความทุกข์ มีความเดือดร้อนใจ ให้อยู่ด้วยความสบาย ความสงบทางจิต เมื่ออะไรเกิดขึ้น ก็ให้นึกแต่เพียงว่า ธรรมดามันเป็นเช่นนั้น เราจะได้ไม่ต้องเป็นทุกข์อะไรมากเกินไป ในเรื่องที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ถึงวันอาทิตย์เราก็มาวัดกันฟังปาฐกถาธรรม เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันต่อไป

จิตสงบได้ ขณะสวดมนต์

ที่วัดชลประทานฯ เราเนี่ย เมื่อถึงวันอาทิตย์ ญาติโยมมากันแล้ว เริ่มต้นก็ทำการสวดมนต์ ที่ว่าสวดมนต์นั้น ก็คือท่องคำสอนนั่นเอง มนต์ในที่นี้หมายถึงคำสอนอันเป็นหลักปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ไม่ใช่เรื่องของขลัง ไม่ใช่เรื่องที่จะทำให้เราเป็นไปโดยความขลัง ไม่ใช่ แต่ว่าเป็นเรื่องที่เราท่องบ่นเพื่อให้จำได้ เพื่อจะได้เอาไปคิดไปนึก จะได้เกิดปัญญาในเรื่องนั้นๆต่อไป เวลาสวดก็สวดก็ควรจะ

สวดให้มีจังหวะจะโคน อย่าให้เร็วเกินไป สวดให้มีวรรคมีตอน
หยุดกันเสียบ้าง แล้วก็ขึ้นว่าต่อไป คนแก่ๆถ้าว่าเร็วหนักก็หอบฮักๆ
เท่านั้นเอง ถึงเวลาหยุดก็หยุดเสีย อย่าไปรีบร้อน ให้มันพอดีๆ จะ
ได้เกิดความสุขสบายใจในขณะที่สวด

เวลาสวดมนต์ คงจะคิดไม่ทันในเรื่องความหมายของ
ถ้อยคำที่เราสวด แต่ว่าเราสวดเพื่อให้จำได้ จำได้แล้วเอาไปนั่ง
พิจารณาในตอนหลัง เช่นเรามีหนังสือสำหรับสวดมนต์อยู่ที่บ้าน
ว่างๆเราก็เอามาเปิดอ่านบทใดบทหนึ่ง แล้วก็พิจารณาเพื่อทำความเข้าใจ
เข้าใจในข้อความที่เราสวดนั้น เพราะเพียงแต่สวดเฉยๆจำได้ แต่
เราไม่เข้าใจเนื้อความในเรื่องที่เราสวด ผลที่จะเกิดก็ยังไม่สมบูรณ์
แต่ถ้าเราเข้าใจความหมายของเรื่องนั้นถูกต้อง แล้วเรานำเรื่องนั้น
ไปเป็นหลักปฏิบัติในชีวิตประจำวันนั้นแหละ จะช่วยให้เราได้
ประโยชน์จากการสวดมากขึ้น

ฉะนั้น จึงใคร่ขอแนะนำว่า เวลาเราอยู่บ้านว่างๆ ไม่มีอะไร
จะทำ ถ้าไปคิดอะไรมันก็กลุ้มใจ หาเรื่องเป็นทุกข์ให้แก่ตนเอง เรา
ก็เอาหนังสือสวดมนต์นั้นมานั่งพิจารณา ตั้งแต่บทที่เราสวดเป็นต้น
ไป เช่นว่าในบทสวดมนต์เราสวดเริ่มต้นก็ว่า...

อรหัง สัมมาสัมพุทธโศ ภควา พระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นพระ
อรหันต์ ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง ตรัสรู้ชอบได้โดยพระองค์
เอง

คำว่า พระผู้มีพระภาค หรือ ภาวะวา เป็นพระคุณบท

หนึ่ง ในพระคุณ ๓ ประการ ที่เราสวดร้องท่องบ่นกันอยู่เสมอๆ มีความหมายเป็นเครื่องเตือนจิตสะกิดใจ มีความหมายในเชิงปฏิบัติ ถ้าเราเข้าใจความหมาย เราก็เอามาปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้

คำว่า ภาคะวา นั้น แปลว่า ผู้มีความกรุณา กรุณานี้ก็เป็นภาษาบาลีอยู่เหมือนกัน เราจะเห็นว่าธรรมะหมวดหนึ่งที่เขาเรียกว่า พรหมวิหารธรรม หมายถึงธรรมะผู้ที่เป็นใหญ่ คนที่เป็นใหญ่ เป็นหัวหน้าคน เช่นเป็นพ่อ เป็นแม่ เป็นครู เป็นอาจารย์ เป็นหัวหน้างานอะไรต่างๆ ต้องมีธรรมะ ๔ ประการ เป็นหลักครองใจ เรียกว่า พรหมวิหารธรรม แปลว่า ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่ต้องอยู่ด้วยธรรมะ ๔ ข้อนี้ ถ้าไม่มีคุณธรรม ๔ ประการนี้ในดวงใจ ก็เป็นผู้ใหญ่ที่ไม่สมบูรณ์

พรหมวิหารธรรม : คุณธรรมของผู้เป็นใหญ่

ผู้ใหญ่ต้องมีธรรม ๔ ประการสมบูรณ์ ธรรม ๔ ประการนี้ก็คือ เมตตา ปราบปรามความสุขความเจริญแก่ผู้อื่น

กรุณา สงสารเข้าไปช่วยให้เขาพ้นจากความทุกข์ ความเดือดร้อน

มุทิตา ความพลอยยินดี เบิกบานใจ เมื่อคนนั้นพ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อนไป หรือว่ามีความเจริญ มีความก้าวหน้าในชีวิต ในการทำงาน เราก็พลอยมีมุทิตาแสดงความยินดีกับเขาด้วย

อุเบกขา หมายความว่า วางเฉยเพราะทำอะไรไม่ได้ จะแสดงเมตตา กรุณา มุทิตา อะไรก็ไม่ได้ ก็เลยอยู่ในลักษณะวางเฉย การวางเฉยนั้นไม่ใช่เฉยเพราะไม่รู้ ไม่เข้าใจ แต่เฉยเพราะใช้ปัญญาพิจารณาแล้วเห็นว่าเหลือวิสัยที่เราจะเข้าไปช่วยเขาได้ เมื่อช่วยเขาไม่ได้ก็เลยอุเบกขาวางเฉยไป เหมือนกับว่าเราเห็นตำรวจจับผู้ร้ายไป แต่เราจะไปทำอะไรก็ไม่ได้ จะเมตตา กรุณา มุทิตา มันก็ไม่ไหว ก็เลยปลงตกว่าเป็นกรรมของสัตว์ เขาได้ทำกรรมไว้ ต้องเป็นไปตามกรรมของเขา แล้วก็วางเฉย อย่างนี้เรียกว่า ใช้ธรรมะเป็นหลักในการทำให้วางเฉยได้ เพราะนี่ว่าเป็นกรรมของสัตว์

อันความกรุณาปราณี

กรุณานั้นก็อยู่ในธรรมข้อหนึ่งใน ๔ ข้อนั้น

พระผู้มีพระภาค แปลว่า ผู้มีความกรุณาอันยิ่งใหญ่ เราใช้ศัพท์บางแห่งว่า มหาการุณิกो นาโถ พระองค์ผู้มีความกรุณาเป็นนาถะของโลก เป็นที่พึ่งของชาวโลก พระองค์เป็นที่พึ่งของชาวโลกอย่างแท้จริง เป็นที่พึ่งทางด้านจิตใจ เป็นที่พึ่งที่จะเอาคำสอนของพระองค์มาใช้เป็นหลักปฏิบัติ เพื่อนำเราให้พ้นไปจากความทุกข์ ความเดือดร้อน เขาจึงเรียกว่าผู้มีความกรุณาอันยิ่งใหญ่ อยู่ในบทบาทว่าภควานั้นเอง บทนี้จึงมีความหมายเป็นเครื่องเตือนใจที่เราสามารถจะนำมาใช้ในชีวิตประจำวันของเราได้

เราจะเอามาใช้ในชีวิตโดยวิธีใด... ก็ด้วยวิธีที่เราทำใจให้มี
คุณธรรมข้อนั้นเกิดขึ้น คือ ให้มีความกรุณาประจำจิตใจ ความ
กรุณาก็หมายความว่ารักผู้อื่น สงสารคนอื่น เมื่อเห็นเขามีความทุกข์
มีความเดือดร้อน เราอดรนทนอยู่ไม่ได้ เราก็เข้าไปแสดงความ
ช่วยเหลือในบุคคลนั้นด้วยวาจา คือคำปลอบใจ ด้วยปัจจัยที่จะ
ช่วยเขาให้พ้นจากทุกข์ภัยที่เขากำลังเดือดร้อน หรือด้วยกระทำการ
วิ่งเต้นช่วยเหลือด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง อย่างนี้เรียกว่าเป็นผู้มีน้ำใจ
ประกอบด้วยความกรุณา คือมีความรักผู้อื่น มีความสงสารผู้อื่น

โลกเราไม่ควรจะอยู่ด้วยความรัก ด้วยความสงสารต่อกัน
ไม่ควรจะอยู่กันด้วยความเกลียดชัง ด้วยความโกรธกัน ด้วยความ
พยาบาทอาฆาตจองเวรกัน หรือด้วยความริษยากัน ในเมื่อเห็นคน
อื่นได้ดีได้ดี มั่งมีศรีสุข เราก็ทนอยู่ไม่ได้ ต้องแสดงอาการริษยา
ออกมาให้ปรากฏ อย่างนั้นเขาเรียกว่าขาดธรรมะ หรือพูดว่าไม่มี
พระอยู่ในใจ เมื่อใดเราไม่มีพระ เราก็มีความทุกข์ มีความร้อนใจ
แต่ถ้าเรามีพระประจำจิตใจ เราก็มีความสงบใจ หน้าตาเบิกบาน
ยิ้มแย้มแจ่มใส เพราะเราเป็นผู้มีพระประจำใจ

ฉะนั้น จึงควรได้สร้างพระ คือว่าความกรุณาขึ้นไว้ในใจ
ของเรา ทำใจของเราให้รักผู้อื่น สงสารผู้อื่นอยู่ตลอดเวลา เช่น ตื่น
แต่เช้าเราก็ตั้งจิตอธิษฐานว่า วันนี้เราจะอยู่ด้วยความรักความสงสาร
ผู้อื่น ถ้าเรามีอะไรที่จะช่วยเหลือใครๆ ให้พ้นจากความทุกข์ความ
เดือดร้อนได้ เราก็จะเข้าไปช่วยเหลือบุคคลนั้นทันทั่วทั้งที่ อย่างนี้

เรียกว่า เรามีใจประกอบด้วยความกรุณา ตามหลักของพระผู้มีพระภาคเจ้า ในข้อว่ามีความกรุณา หัดสงสารเอ็นดูกัน

อานิสงส์แห่งความกรุณา

คนเรานี้มันต้องรักคนรอบทิศ เช่น เราอยู่ที่บ้าน เราชักเพื่อนบ้านของเรา เพื่อนบ้านด้านทิศตะวันออก ทิศตะวันตก ทิศเหนือ ทิศใต้ ใครอยู่ใกล้เราเราก็รักคนเหล่านั้น แล้วบ้านนั้นก็รักคนบ้านอื่นต่อไป รักกันทั้งหมดบ้าน รักกันทั้งตำบล รักกันทั้งประเทศ ทั้งชาติ ทั้งโลก โลกนี้ก็จะอยู่กันด้วยความสุข ความสงบ แต่ในโลกเรามันขาดความรักกัน ไม่เอาความรักมาใช้ แต่เอาความโกรธมาใช้ เอาความเกลียดมาใช้ เอาความพยาบาทอาฆาตมาใช้ เอาความริษยามาใช้กัน จึงได้เกิดรบราฆ่าฟันกัน แม้คนในชาติเดียวกันก็ยิ่งเบียดเบียนกัน พี่กับน้องก็ยิ่งเบียดเบียนกัน ศิษย์สำนักเดียวกันก็เบียดเบียนข่มเหงกัน

อันนี้แสดงว่าคนเหล่านั้นขาดคุณธรรม เป็นผู้ไม่มีพระประจำอยู่ในใจ จึงกระทำอะไรที่ไม่เหมาะสมไม่ควรด้วยประการต่างๆ เป็นเรื่องของความเสียหาย เป็นการสร้างความทุกข์ความเดือดร้อนให้แก่บุคคลอื่นๆ ด้วยประการต่างๆ และเมื่อเราทำอะไรให้แก่ใคร สิ่งนั้นมันก็จะย้อนกลับมาหาเรานั้นเอง อย่างนี้ที่เราทำให้เขาแล้ว เราจะไม่ได้รับผลตอบแทน

กระทำอย่างไร ได้ผลเช่นนั้น

อันนี้มันมีหลักตายตัวเป็นความจริงอยู่ว่า เราทำอย่างไร เราจะได้เช่นนั้น เราทำอย่างไรเราจะได้อย่างนั้น เราหนีจากผลที่เรากระทำไว้ไม่ได้เป็นอันขาด ถ้าเรารักคนอื่น คนอื่นก็จะรักเรา ถ้าเราเกลียดคนอื่น คนอื่นก็จะเกลียดเรา เราโกรธเขา เขาก็จะโกรธเรา เรายริษยาเขา เขาก็ริษยาเราบ้าง เราพยาบาลเขา เขาก็พยาบาลเราบ้าง ทำอย่างไรกับใคร สิ่งนั้นมันก็กระดอนกลับมาหาเรา เราหนีไม่พ้น เพราะฉะนั้น ถ้าเราไม่อยากจะให้ใครทำอะไรกับเราในทางที่ไม่ดี ไม่ถูกต้อง เป็นการสร้างความทุกข์ความเดือดร้อนให้เกิดขึ้นแก่เราแล้ว เราก็ไม่ควรกระทำสิ่งนั้นกับใครๆ เพราะเมื่อเราทำกับเขาอย่างไร สิ่งนั้นก็กลับมาหาเราในรูปอย่างนั้น เราเอาโคลนสาดเขา เขาเอาโคลนสาดเรา เราเอาน้ำสาดเขา เขาก็สาดเราบ้าง ที่ว่าเขาสาดน้ำใส่กันก็เปียกโชกไปทั้งสองฝ่าย อันนี้คือผลที่จะเกิดขึ้นจากการกระทำในเรื่องอะไรต่างๆ

เราจึงควรจะได้คิดว่า เราจะไม่ทำอะไรให้มันย้อนกลับมาหาเราในทางที่เสียหาย แต่เราจะทำอะไรทุกอย่าง ในทางที่มันจะกระดอนกลับมาหาเราในเรื่องให้เราเป็นสุขทางใจ ควรคิดอย่างนั้นแล้วเราก็จะทำอะไรด้วยน้ำใจอันดีอันงาม มีเมตตาปราณีต่อกันและกัน ประรารถาแต่ความสุขความเจริญแก่กันและกัน มีอะไรก็พอจะช่วยเหลือกันได้ เราก็ช่วยเหลือกันตามสมควรแก่ฐานะ อันนี้จะช่วย

ให้เราเป็นสุข เราไม่เกิดปัญหาในชีวิตประจำวัน จึงควรจะคิดในรูป
อย่างนั้น นี่ประการหนึ่ง

อีกประการหนึ่ง ที่ว่าเราทำอะไรเราได้อย่างนั้น เช่น เรา
เกิดความโกรธขึ้นในใจ เราก็ได้ความโกรธทันที คือได้ความโกรธ
ขึ้นในใจเราทันที ถ้าเราเกลียดใครสักคนหนึ่ง เราก็มีความเกลียด
อยู่ในใจของเรา เราได้ความเกลียดนั้น ถ้าเราพยาบาลใคร เราก็ได้
ความพยาบาลอยู่ในใจของเราในขณะนั้น เรายริษยาใคร ความริษยา
มันก็อยู่กับเราในขณะนั้น อันนี้คือสิ่งที่เราได้ตลอดเวลา

แต่คนไม่ได้คิดให้ละเอียดในเรื่องการได้ เราคิดไปในทาง
เป็นรูปร่าง เป็นวัตถุว่า ถ้าเราทำอะไรเราจะได้เป็นวัตถุ เราจะ
สูญเสียสิ่งที่เป็นวัตถุ อันนั้นมันมาทีหลัง แต่ว่าเรื่องแรกที่เรา
ได้รับก็คือ สิ่งนั้นมันเกิดขึ้นในใจของเรา

ถ้าเราคิดในเรื่องอะไรบ่อยๆ คิดบ่อยๆ นานๆเข้า ความ
คิดนั้นมันก็เกาะจับอยู่ในใจของเรามากๆ เขาเรียกว่าเป็นนิสัยประจำ
จิตใจของคุณคนนั้น เกิดมีนิสัยอย่างนั้น โกรธบ่อยๆ มันมีนิสัยมัก
โกรธ พยาบาทบ่อยๆก็มีนิสัยพยาบาท ริษยาบ่อยๆก็เป็นคนมีนิสัย
ขี้อริษยา ตระหนี่บ่อยๆก็มีนิสัยทางตระหนี่ ถ้าเราหัดให้ทานบ่อยๆ
นิสัยก็ชอบในทางให้ ถ้าเรามีน้ำใจรักผู้อื่น ก็มีความรักเป็นนิสัย
เห็นใครก็สงสารเขา เอ็นดูเขา อยากจะช่วยเหลือเขาให้พ้นจากปัญหา
สิ่งเหล่านี้มันเกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลาในชีวิตจิตใจของเรา สุดแล้วแต่เรา
จะสร้างมันในรูปใด ผลมันก็ปรากฏแก่ตัวบุคคลนั้นทันที

รักผู้อื่นได้ เป็นสุขอย่างยิ่ง

เมื่อเราเข้าใจอย่างนี้แล้ว เราควรจะอยู่ด้วยความคิดอย่างไร เราควรจะตอบตัวเองว่า เราควรจะอยู่ด้วยความคิดที่จะรักผู้อื่น สงสารผู้อื่น เอ็นดูผู้อื่น เพราะถ้าเราคิดอย่างนั้น เราก็เป็นสุขใจ มีความสงบใจขึ้นในชีวิตของเรา เราจึงควรหัดเป็นคนอย่างนั้น เห็นใครมา เราก็นึกแผ่หน้าใจไปยังบุคคลนั้น ขอให้คนนั้นมีความสุข ความเจริญ มีความก้าวหน้าในชีวิต ในการงาน ปราศจากทุกข์โศกโรคภัยอะไรต่างๆ หัดนึกบ่อยๆ หัดคิดบ่อยๆ จิตใจเราก็จะอยู่กับเรื่องนั้น เมื่อจิตใจเราเป็นอย่างนั้น หน้าตาเราก็ผ่องใส ใจเบิกบาน ไม่มีอารมณ์ขุ่นมัวเศร้าหมอง สภาพร่างกายปกติ สภาพจิตก็เป็นปกติ คนนั้นจะอายุมันขวัญยืน คนอายุยืนนี้ก็เพราะว่าใจสงบ ใจดี ใจเย็น นั่นเอง ในทางธรรมท่านจึงสอนเราให้อยู่ด้วยความคิดในทางให้คนอื่นเป็นสุข อยู่ด้วยความคิดที่จะช่วยคนอื่น คนนี้ให้อยู่เย็นเป็นสุขสบายใจ

คนทำเรื่องดีก็สบายใจไปในทางที่ดี คนทำเรื่องชั่วมันก็เพลิดเพลिनไปกับความชั่วเหมือนกัน แต่ว่าผลที่ตามมาคือความทุกข์ ความเดือดร้อน เราไม่ต้องการความทุกข์ ความเดือดร้อน เราก็ไม่ควรจะคิด พูด ทำ สิ่งใด อันจะเป็นไปเพื่อความทุกข์ ความเดือดร้อนใจ แต่เราควรจะคิด พูด ทำ ในสิ่งที่ทำให้เราสบายใจ มีความใจเย็น สงบใจ จึงจะช่วยตัวเอง ช่วยคนในครอบครัวได้

โลกขาดสันติภาพ เพราะมนุษย์เห็นแก่ตัว

โลกนี้กำลังขาดแคลน ขาดแคลนความรัก ความปรารถนาดีต่อกัน จึงได้รบราฆ่าฟันที่นั่นที่นี่ด้วยประการต่างๆ ทำให้เกิดเป็นปัญหาขึ้นในสังคมมนุษย์ คนเหล่านั้นหูตึงหมดแล้ว ตาบอดหมดแล้ว ใจก็มืดหมดแล้ว ไม่ได้ฟังเสียงใครแล้ว คิดแต่จะรบกันท่าเดียว ใครจะบอกให้หยุดก็หยุดไม่ได้ จะรบ ทำไมมันจึงคิดอย่างนั้น คนเหล่านี้เขาเรียกว่ามีทิวฐิมานะ มีความเห็นผิด แล้วก็มีความถือเนื้อถือตัว ความคิดว่ากูไม่ยอมๆ อันนี้แหละคือตัวการสำคัญที่ทำให้ตั้งข้อเข้าหากัน ไม่มองกันด้วยสายตาที่เป็นมิตร เพราะคิดว่ากูไม่ยอมทำเตียว

สามีภรรยาที่อยู่ด้วยกัน ถ้าตั้งข้อขึ้นมาว่า ฉันไม่ยอม ไม่ยอมก็เขม่นกันทุกวัน มีแต่เรื่องจะทะเลาะกันทุกวัน เพราะต่างคนต่างไม่ยอม แต่ถ้าหากว่าเปลี่ยนใจมาส่งกระแสจิตที่เป็นมิตรให้แก่กัน สามีก็มองภรรยาด้วยความปรารถนาดี ภรรยาก็มองสามีด้วยความปรารถนาดี เรื่องร้ายมันก็คลายไป แล้วก็ขี้มเข้าหากันอยู่กันด้วยความสุขต่อไป นี่มันเป็นอย่างนี้

โลกมันจึงยุ่งนักหนาเพราะขาดสิ่งเหล่านี้ รบราฆ่าฟันกันไม่รู้จะรบกันไปทำไม จะเอาอะไรกันนักหนา แล้วผลที่สุดมันก็แยกกันไปตามๆกันทุกฝ่าย รบกันนี่มันเสียหายมาก จ่ายเงินก็มาก จ่ายคนก็มาก ทุกสิ่งทุกอย่างสิ้นเปลือง สิ้นเปลืองไปในทางที่ไม่ได้เรื่อง

ไม่ได้ประโยชน์อะไร สิ่งทั้งหลายแตกสลายผุพังไป ถนนเสียหาย สะพานเสียหาย อาคารบ้านเรือนเสียหาย ลูกระเบิดตกลงมาใส่ลูกๆ นี่มันเสียหายไปตั้งเยอะแยะ แล้วก็ต้องซ่อมสร้างกันต่อไป สูญไป เสียเปล่าๆ

เหมือนกับในครอบครัว สามีภรรยาเวลาโกรธกัน ต่างคนต่างทุบจาน สามีทุบใบ ภรรยาทุบใบหนึ่ง ทุบแตกหมดตะกร้าเลย ครั้นพอหายโกรธแล้วไม่มีอะไรจะใส่ข้าวกิน ก็ต้องไปซื้ออีก แล้วใครจะซื้อให้ ตัวก็ต้องไปซื้อเอง แล้วเงินใคร ก็เงินของตัวเอง มันเรื่องอะไรที่จะต้องทำเช่นนั้น เพราะไม่มีพระเจ้าไปอยู่ในใจ มีแต่ทฎฐิมานะ ข้าไม่ยอมใคร ข้าจะเอาชนะกันให้ได้

ชนะด้วยความดี เป็นการชนะที่ถูกต้อง

การชนะกันด้วยกิเลส ไม่ใช่เป็นความชนะที่เป็นประโยชน์ แต่เป็นความชนะที่เป็นไปเพื่อความเสื่อมโทรมของชีวิตการงาน เราควรที่จะเอาชนะกันด้วยความดี

การชนะด้วยความดีนั้น ก็คือว่า ทุกคนต้องชนะตนเอง นั้นแหละ ถ้าเราชนะธรรมชาติฝ่ายต่ำที่เกิดขึ้นรบกวนจิตใจเรา เราก็เป็นผู้ชนะ เมื่อเราชนะตนเองได้ เราก็ชนะผู้อื่นได้ แต่ถ้าเราเอาชนะตัวเองไม่ได้ เราจะไปชนะคนอื่นได้อย่างไร

ชนะตัวเองได้...เอาชนะกิเลสได้

เพราะฉะนั้น ในการที่จะเอาชนะคนอื่นนี้ เราต้องเอาชนะตัวเองเสียก่อน การชนะตัวเองก็คือ การคิดว่าเรากำลังแพ้ อะไรเวลานี้ เราเป็นทาสอะไร จิตใจเรตกอยู่ในอำนาจของอะไร พิจารณาให้มันรอบคอบละเอียดหน่อย เราก็จะพบว่า เรตกอยู่ในอำนาจกิฏฐิมานะ ตกอยู่ในความถือตัวถือตนในทางที่ผิดทาง ตกอยู่ในอำนาจความโกรธ ตกอยู่ในอำนาจความเกลียด ตกอยู่ในอำนาจของความพยาบาทที่จะทำการแก้แค้นเขา ถ้าใจเรตกอยู่ในบาปอย่างนี้ เราก็เป็นผู้แพ้ เมื่อเราแพ้ตัวเอง เราก็แพ้คนอื่นต่อไป เราจะเป็นผู้อยู่อย่างผู้ชนะได้อย่างไร

เมื่อสภาพจิตเราเป็นอย่างนี้ เราก็ควรจะตั้งเอาชนะมันให้ได้ ด้วยการพิจารณาว่า ถ้าให้สภาพจิตเป็นอย่างนี้ อะไรมันจะเกิดขึ้นต่อไป อะไรมันจะเสียหายแก่ชีวิต แก่การงาน เกียรติยศ ชื่อเสียงของเรา พิจารณาให้ละเอียดรอบคอบ เราก็จะรู้ความจริงว่าอะไรมันเป็นอะไร และเมื่อเห็นทุกข์เห็นโทษของสิ่งเหล่านั้น รู้ว่าอะไรมันเป็นอะไรถูกต้องแล้ว เราจะขึ้นตั้งต้นไปทำไมในทางเสื่อมในทางต่ำ

เปรียบได้กับคนเดินหลงทาง ไม่รู้ทาง ขึ้นแรกก็เดินเรื่อยไป แต่พอรู้ตัวว่าเราเดินผิดทาง เราก็ควรกลับมาสู่ทางใหม่ เข้าสู่เส้นทางที่ถูกที่ชอบต่อไป เราก็ไปถึงจุดหมายที่เราต้องการได้ฉันใด

ในชีวิตของคนเรา สภาพจิตใจของคนเรานี้ก็ฉับนั้น ถ้าเรารู้สึกตัวว่าเรากำลังเก็บสิ่งชั่วร้ายไว้ในใจ กำลังทำเรื่องไม่ดีไม่งามอยู่ในใจ เราก็คิดเอาชนะสิ่งนั้น หยุดสิ่งนั้น บังคับสิ่งนั้นไม่ให้มาอยู่ในจิตใจของเราต่อไป ด้วยการใช้อำนาจพิจารณาอย่างรอบคอบ เราก็สามารถเอาชนะตัวเองได้ เมื่อเราชนะตัวเองได้ เราก็ยอมได้

คนเราก็ยอมไม่ได้ เพราะเอาชนะตัวเองยังไม่ได้ ยอมไม่เป็น คิดจะเอาชนะเขาเรื่อย การคิดจะชนะเขา คือเราแพ้เขาอยู่ตลอดเวลา แต่ถ้าเราคิดว่าเราจะชนะตัวเอง เราก็จะชนะคนอื่นด้วยการชนะน้ำใจตนเองนั้นแหละ คือ การชนะที่แท้

การต่อสู้นั้นไม่มีการจบ เพราะคนหนึ่งว่าอะไร คนหนึ่งก็ว่าต่อไป เหมือนการต่อสู้อยู่ในเวลานี้ การเลือกผู้แทนราษฎร ผู้สมัครทุกฝ่ายของพรรคนี้ พรรคนี้ ต่างก็หาวิธีการที่จะโจมตีอีกฝ่ายหนึ่ง ให้คนเห็นว่าฝ่ายนั้นไม่ดีด้วยประการใดประการหนึ่ง แล้วก็โจมตีลงไป หากไม่รู้ว่าการกระทำเช่นนั้นเป็นการเพาะนิสัยชั่วให้เกิดขึ้นในสังคม ในทางการเมือง ยิ่งเป็นคนที่เป็นผู้หลักผู้ใหญ่ มีอายุอยู่ในปฐนุชราแล้ว ไปพูดถ้อยคำที่ไม่สมควร ไปตำไปว่าคนที่เราไม่ควรจะตำจะว่า ก็เป็นการไม่ถูกต้อง มันไม่ถูกหลักเกณฑ์ทางการหาเสียง แต่ว่ามันกลายเป็นการอวดกิเลสแก่กันและกัน ว่าใครจะมีกิเลสมากกว่าใคร ใครจะตำได้หยาบคายกว่าใคร ตำได้มากกว่าใคร มันก็เป็นการเพาะระบบที่ไม่ดีขึ้นในสังคมของคนไทยเรา อันนี้เขาไม่ค่อยจะได้คิดกัน เพราะคนประเภทนั้นไม่ค่อยจะเข้าวัด

เชื่อว่า ไม่ค่อยจะศึกษาเรื่องธรรมะให้ลึกซึ้ง คิดแต่ว่าขอให้เราได้
แล้วก็ให้ผู้ที่แข่งขันกับเรานั้นย่อยยับอับจนลงไป ไม่สามารถจะงัดหัว
ขึ้นมาได้ต่อไป ก็เลยด่ากันอย่างสาดเสียดเสียดในเรื่องอะไรต่างๆ
ด่าคนเดียวไม่พอ ต้องไปหาพวกมาช่วยกันด่าต่อไป รุมด่าคนทีมนั้น
ที่ตัวไม่ชอบ หาฐู้ไม่ว่าคนใดถูกด่ามาก คนนั้นกลับจะได้รับความ
นิยมนิยมจากประชาชน

อันที่จริงเราไม่ต้องไปด่าใคร เราไปสมัครให้เขาเอาไปเป็น
คนรับใช้ คือให้เขาเลือกเป็นคนรับใช้ เมื่อเขาไม่เลือกเรา จะว่า
อย่างไร จะไปพูดว่า คนนั้นอย่าไปเอามัน คนนี้อย่าไปเอามัน เอ
ผมดีกว่า พวกที่มีปัญญานั้นเขาจะไม่เอาคนที่พูดนั้น เพราะคนนั้น
มีแต่การเพ่งโทษคนอื่น เขาก็จะไม่เลือกคนอย่างนั้น แต่เขาจะเลือก
คนที่ไม่พูดอย่างนั้น เพราะเห็นว่าจิตใจสุภาพนมนวลกว่า เขาจะ
เอาคนอย่างนั้นไว้เป็นคนใช้ต่อไป มันเป็นอย่างนี้ มันควรจะคิดกัน
ในรูปอย่างนั้น แล้วเรื่องมันก็ไม่ยุ่ง

หลักธรรมเพื่อสร้างชัยชนะ

ฉะนั้น เราจะต้องใช้หลักธรรมเป็นเครื่องคุ้มครองจิตใจ
ไว้ให้มาก มีความกรุณาประจำจิตใจไว้ก็สบาย อยู่ที่ไหนก็สบาย
ควรหัดตนให้มีความคิดอย่างนั้น เช่น คนใช้ในบ้านของเรา เราก็
ต้องแผ่หัวใจให้แก่เขา เพื่อให้เขาเห็นอกเห็นใจเรา แล้วเขาก็จะ

นับถือเรา เคารพเรา เขาเคารพในคุณธรรมของเรา คนมีคุณธรรม
นั้นย่อมเป็นที่รักของคนทั่วไป แม้ใจมันก็รักคนมีคุณธรรม ถ้าว่า
มีคุณธรรมสูงส่งในจิตใจ พวกนั้นก็ยกย่องบูชาว่าเป็นคนดีแท้ จึง
ควรจะได้สร้างสิ่งนี้ให้เกิดขึ้นในใจ

นี่แหละบทสวดทั้งหลายที่เราเอาไปสวดไปว่ากันอยู่ทุกๆ
วัน เราต้องเอาไปพิจารณาในเวลาว่าง แล้วก็เอาสิ่งดีสิ่งงามนั้นมา
ใส่ไว้ในใจของเรา หรืออีกอย่างหนึ่งเอาสิ่งนั้นมาเป็นกระจก เป็น
กระจกส่องดูจิตใจของเรา ส่องดูความจริง ความเห็น การกระทำ
ในชีวิตประจำวันของเรา ว่ามันถูกต้องตามหลักคำสอนในทางพระ
พุทธศาสนาหรือไม่ เราก็กเามาส่องดู ใช้ธรรมะเป็นกระจก

เรามาฟังธรรมนี่ก็คือมารับกระจกเงาไป มารับเอาไปใช้
เรื่อยๆไป แล้วเอามาส่องดูว่าเราคิดอะไร เราพูดอะไร เราทำอะไร
เราคบหาสมาคมกับใคร สิ่งที่เราคิด เราพูด เราทำอยู่นี้ มันเข้ากัน
กับหลักเกณฑ์ที่พระพุทธเจ้าบัญญัติแต่งตั้งไว้หรือไม่ ถ้าเห็นว่ามัน
ขัดกับหลักเกณฑ์เหล่านั้น จะทำให้เราต้องเป็นทุกข์ ต้องลำบากใน
กาลต่อไปข้างหน้า เราก็กไม่เอาสิ่งนั้น แต่เราจะหันมาเอาในสิ่งที่
ถูกต้องตามกฎหมายเกณฑ์ในทางพระพุทธศาสนาต่อไป

ชีวิตที่ถูกรักษาด้วยธรรมะ จักเป็นสุขทุกเมื่อ

สังคมโลกในปัจจุบันนี้ มีความจำเป็นมากที่เราจะต้องช่วย

กัน หันหน้าเข้าหาธรรมชาติให้มากกว่าปกติ เพราะว่าชีวิตของคนเรา มันตกต่ำลงไปทุกวันทุกเวลา ถ้าเราไม่ช่วยกันเข้าหาธรรมชาติ อะไร จะช่วยเราได้ เราไม่ทำแล้วเราจะเป็นอะไรต่อไป นี่เป็นเรื่องที่จะต้องนึกคิดพิจารณาไตร่ตรองกันอยู่ตลอดเวลา เพื่อให้สิ่งทั้งหลาย ได้ก้าวหน้าไปในทางที่ถูกที่ชอบ ที่เหมาะที่ควร

ถ้าหากเรามีโอกาสพบเพื่อนฝูงมิตรสหาย เราจะชวนเขาบ้าง ก็ดีเหมือนกัน ชวนว่ามาเดินกันทางนี้เถิด มาใช้ชีวิตกันแนวนี้เถิด เราจะอยู่คู่กันด้วยความสุขต่อไป อันนี้เราก็ควรถือว่าเป็นหน้าที่เหมือนกัน ที่เราจะต้องช่วยกันชักจูงป่าวร้องเพื่อนฝูงมิตรสหาย ให้ช่วยกันเดินในทางที่ถูกที่ชอบ ชวนคนไกลไม่ได้ ก็ชวนคนใกล้ๆ คือ ชวนคนในครอบครัว ให้จิตใจของเขาอ่อนนุ่มเอนเข้าหาธรรมชาติ โดยเฉพาะเด็กๆ ในครอบครัว

เด็กของเราเหมือนกับผ้าขาวที่สะอาด ถ้าเราจะย้อมสีอะไร ก็ได้ ถ้าไม่ย้อมอะไร ทิ้งไว้เฉยๆ ขี้ฝุ่นจับดำเกรอะไปหมด ใช้ไม่ได้ เพราะฉะนั้นต้องย้อมให้เขา ต้องเอาสีดีย้อมจิตใจของเขา เอาธรรมะ มาย้อมจิตย้อมใจ ชักจูงเขาไว้ในทางที่ถูกที่ชอบ แล้วเราที่เป็นพ่อแม่ จะได้ไม่ต้องนั่งเป็นทุกข์ในภายหลัง

มีพ่อแม่ไม่ใช่หนึ่งเป็นทุกข์เพราะลูกไม่ดี แล้วก็คิดว่าทำไมมันเป็นอย่างนั้น ทำไมมันเป็นอย่างนี้ ที่มันเป็นอย่างนั้น อย่างนี้ก็เพราะว่าเราทำไม่ถูก เราไม่สั่งสอน ไม่อบรม ไม่พูดจา ให้เด็กเข้าใจ เราปล่อยมันไปตามเรื่องตามราว ตามสภาพของสิ่ง

แวดล้อม มันก็เลยถูกข้อมด้วยซีโคลน ซี้ฝุ่น จนเสียผู้เสียคนไป เราจึงต้องเอาสติดีๆข้อมไว้ก่อน คือเอาธรรมะมาข้อม ให้มันทนทานต่อสิ่งชั่วร้าย เมื่อมีสิ่งชั่วร้ายมากระทบ มันก็ทนได้ จิตใจมั่นคง จิตใจก็ไม่หวั่นไหวต่อสิ่งเหล่านั้น ลูกหลานเราก็จะปลอดภัย คนอยู่กับเราทุกคนก็จะปลอดภัย

ถ้าเราหมั่นซักจูงเขาเข้าหาความงามความดี และเราเองก็ทำตนให้เป็นตัวอย่างแก่คนเหล่านั้นอยู่ตลอดเวลา สิ่งทั้งหลายก็จะก้าวหน้าไปในทางที่ถูกที่ชอบ ด้วยการประพฤติธรรมอย่างนี้

ดังที่ได้แสดงมา เพื่อเป็นเครื่องชี้แนะแนวทาง เตือนจิตสะกิดใจ แก่ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลาย ที่ได้มาประชุมกันในวันนี้ ก็พอสมควรแก่กาลเวลา ขอยุติไว้แต่เพียงเท่านี้



ปาฐกถาธรรม เมื่อวันอาทิตย์ที่ ๑๐ เมษายน พ.ศ. ๒๕๒๖

ณ โรงเรียนพุทธธรรม วัดชลประทานรังสฤษฎ์ ปากเกร็ด นนทบุรี

อยู่แต่ตน	คนเดียว	เปล่าเปลี่ยวจิต
ไร้ญาติมิตร	พงศา	คราคับขัน
ตกในยุค	ทุกข์ร้อน	ตอนสำคัญ
เราจะผัน	พักตรา	พึงพาใคร



การพิมพ์หนังสือธรรมะเป็นอนุสรณ์และที่ระลึก นอกจากเป็นการจัดทำสิ่งซึ่งเป็นประโยชน์ที่คงอยู่ยืนนานแล้ว ยังเป็นการบำเพ็ญธรรมทาน คือการให้ธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสสรรเสริญว่าเป็นทานอันยอดเยี่ยมอีกด้วย ผู้ปฏิบัติเช่นนี้ จึงได้ชื่อว่ามีส่วนร่วมในการเผยแพร่ธรรม อันจักอำนวยประโยชน์สุขที่แท้จริงแก่ประชาชน

ธรรมสภาขอกราบเรียนเชิญท่านผู้มีอุปการะคุณ แวะชมหนังสือพระพุทธศาสนา ได้ทุกวันที่...ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนาแห่งประเทศไทย ๒-๖ ริมถนนบรมราชชนนี เขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๗๐ โทรศัพท์ (๐๒) ๔๔๑๑๖๐๔, ๔๔๑๑๙๑๗

ท่านที่ประสงค์มีไว้ศึกษาหรือจัดพิมพ์เป็นธรรมทาน โปรดติดต่อที่.....



ธรรมสภา ๑/๔-๕ ถนนบรมราชชนนี เขตทวีวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๗๐
โทร (๐๒) ๔๔๑๑๕๓๕, ๔๔๘๗๙๔๐ โทรสาร ๔๔๑๑๕๔๘

974-8417-37-9

โปรดช่วยสมทบค่าจัดพิมพ์ในราคาเล่มละ ๑๐ บาท



การให้ธรรมะชนะการให้ทั้งปวง การรับธรรมะและนำไปปฏิบัติย่อมชนะการรับทั้งปวงเช่นกัน