

คู่มือการทำบุญอย่างฉลาด ตอนที่ ๒

คิดใหม่ ทำใหม่ ให้ได้บุญ

"ชนเหล่าใด ปลูกสวน ปลูกป่า สร้างสะพาน จัดที่บริการน้ำดื่ม และบึงบ่อสระน้ำให้ที่
พักอาศัย บุญของชนเหล่านั้นย่อมเจริญงอกงามทั้งคืนทั้งวันตลอดทุกเวลา ชน
เหล่านั้นผู้ตั้งอยู่ในธรรม ถึงพร้อมด้วยศีล เป็นผู้เดินทางสวรรค์"

พุทธพจน์



การทำบุญในวาระต่าง ๆ

- วันเกิด
- งานแต่งงาน
- ทำบุญบ้าน ขึ้นบ้านใหม่ เปิดสำนักงานใหม่
- ทำบุญใส่บาตรในวันธรรมดาและช่วงเทศกาล
- งานศพ

ไม่ต้องสละเงินก็เป็นบุญได้เหมือนกัน

การทำบุญในวาระต่าง ๆ



งานวันเกิด

มักนิยมทำบุญเลี้ยงพระกัน บางคนอาจจะเลือกทำบุญกับสามเณรหรือแม่ชีบ้างก็ได้ มีไม่น้อยที่รวมเพื่อนฝูงญาติมิตรไปเลี้ยงอาหารเด็กกำพร้า หรือผู้สูงอายุที่บ้านพักคนชรา หากต้องการทำบุญที่เป็นประโยชน์ทางสังคมอื่น ๆ ก็สามารถบริจาคทรัพย์หรือสิ่งของแก่องค์กรสาธารณประโยชน์ต่าง ๆ อาทิ หน่วยงานที่ทำงานช่วยเหลือผู้ติดเชื้อเอดส์ หน่วยงานป้องกันด้านยาเสพติด หรือหน่วยงานที่ช่วยเหลือด้านเด็กผู้หญิง คนพิการ ฯลฯ

บางคนก็นิยม เอาเงินไปใส่ชีวิตโคกระบือที่กำลังจะถูกฆ่า ส่งเงินไปช่วยโรงพยาบาล ช่าง บ้างก็นิยมไปบริจาคโรงให้กับผู้อนาถายากไร้ หรือซื้อหนังสือบริจาคห้องสมุดก็เป็นบุญทางปัญญาอีกทางหนึ่ง ที่น่าสนใจมากคือการสนับสนุนกำลังกายและกำลังทรัพย์ เพื่อช่วยงานพระสงฆ์ที่ทำการรักษาป่า อนุรักษ์สิ่งแวดล้อมพระสงฆ์ที่ช่วยเหลือดูแลผู้ป่วย ช่วยเรื่องการศึกษาของพระ เณร และแม่ชี วิธีทำบุญในงานวันเกิดแบบสร้างสรรค์ยังมีให้คิดได้อีกมาก

งานแต่งงาน



แน่นอนว่าในฐานะชาวพุทธ งานแต่งงานก็ต้องนิมนต์พระ มาเพื่อทำบุญในงานอยู่แล้ว นอกจากนี้ คู่สมรสยังสามารถจัดของขำรวย ให้เกิดบุญกุศลได้ด้วย ของขำรวยในงานที่มักจะเป็นพวงกุญแจ ก็สามารถเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่นได้ เช่น เทปธรรมะ หนังสือธรรมะ หนังสือต่าง ๆ ที่คิดว่าเหมาะกับผู้รับ และเข้ากับบรรยากาศของงานแต่ง จะเป็นวรรณกรรมเด็กก็น่าสนใจ เคยมีคู่บ่าวสาวคู่หนึ่ง

จัดพิมพ์หนังสือ "เจ้าชายน้อย" เป็นของขำรวยแจกให้แขกเหรื่อในงาน นอกจากจะเป็นการปลูกนิสัยรักการอ่านให้กับผู้รับแล้ว วรรณกรรมเด็กบางเรื่องยังมีเนื้อหากินใจ เหมาะกับบรรยากาศของงานอีกด้วย

งานทำบุญบ้าน ชื่นบ้านใหม่ เปิดสำนักงานใหม่

หากเราย้อนไปมองงานบุญของคนไทยรุ่นก่อน จะเห็นว่าพิธีกรรมต่าง ๆ มุ่งประโยชน์ให้เกิด ทั้งทางด้านวัตถุ ให้มีความเป็นอยู่ดีขึ้น เกิดความสัมพันธ์กลมเกลียวกัน ในหมู่ญาติมิตร และ



ชุมชน ทั้งมีความอึดเอิบทางจิตใจและได้ข้อคิด คุณธรรมให้เกิดปัญญา

แต่งงานทำบุญบ้าน ขึ้นบ้านใหม่ หรือเปิดสำนักงานใหม่ ที่น่าจะเป็นโอกาสให้เกิดมิติทางสังคมดังกล่าว กลับมีน้อยลง เจ้าภาพมักเน้นเชิญแต่แวดวงธุรกิจที่ตัวเองรู้จัก ไม่ค่อยได้สนใจชุมชนบ้านใกล้เคียง งานบุญได้เปลี่ยนเป็นการใส่ซอง ที่สะดวกสบาย แต่ขาดมิติทางความสัมพันธ์แบบเก่า

งานทำบุญบ้านหรือทำบุญขึ้นสำนักงานใหม่ นอกจากนิมนต์พระมาเจริญพุทธมนต์ เพื่อเป็นสิริมงคลแก่งานแล้ว หากจัดให้มีรายการเสวนา ที่มีเนื้อหาสาระที่เหมาะสมกับงาน ก็จะเป็นข้อคิดและประโยชน์ แก่ผู้มาร่วมงานและชุมชนไม่น้อย หรือหากเวลาจำกัดและดูจะยุ่งยาก อย่างน้อยเจ้าภาพก็สามารถให้ผู้มาร่วมงานบุญ มีส่วนร่วมทางสังคมได้คือ รวมเงินช่วยงานบุญนั้นเป็นเงินกองกลางในการพัฒนาชุมชนในเรื่องต่างๆ เช่น ช่อมตุโทรทัศน์สาธารณะ บริการถึงเก็บขยะ รวมทั้งการจัดเก็บขยะ หรือดูว่าในชุมชนมีสาธารณูปโภคอะไรที่ยังขาดแคลน ก็อาจนำเงินส่วนนี้มาบริหาร นี่ก็เป็นอีกวิธีที่จะทำให้งานบุญของเราเชื่อมโยงกับชุมชนได้

ทำบุญใส่บาตรในวันธรรมดา และช่วงเทศกาล



การทำบุญตักบาตร ถือเป็นประเพณีนิยม และวิถีปฏิบัติของคนไทย มาเนิ่นนาน คนรุ่นก่อนมักจะพิถีพิถัน และประณีต ในการทำอาหารถวายพระ ถือเป็นความสุขใจ และต้องการให้พระท่าน ได้ฉันอาหารที่ดีมีประโยชน์ และมีความหลากหลาย เพื่อให้ผู้ตักบาตรได้รับบุญโดยสมบูรณ์

แต่เดี๋ยวนี้มีความสะดวกมากขึ้น มีร้านค้าที่ขายข้าวถุง แกงถุง สำหรับใส่บาตรไว้ให้เรียบร้อย โดยมากจะวางแผงในตลาด บริเวณที่พระออกเดินบิณฑบาต เพื่อสะดวกต่อผู้ซื้อจะได้ใส่บาตรได้ทันที มีข้อน่าสังเกตว่าอาหารเหล่านี้ มีความพิถีพิถันประณีตบรรจง ในการประกอบอาหาร และมีความหลากหลาย ของรายการอาหาร มากน้อยเพียงใด ผู้ตักบาตรอาจไม่ค่อยได้สนใจเพราะไม่ได้ตักบาตรทุกวัน แต่พระที่บิณฑบาตนั้นท่านต้องฉันอาหารซ้ำ ๆ อยู่เสมอ ทำให้การทำบุญกลายเป็นบุญที่ไม่ประณีตโดยไม่รู้ตัว หากเราสละเวลามาปรุงอาหาร หรือพิถีพิถันในการเลือกอาหารในการตักบาตร ก็จะได้รับบุญโดยสมบูรณ์เหมือนคนรุ่นพ่อแม่เราได้ปฏิบัติกันมา

การใส่บาตรพระตอนเช้า ควรเป็นช่วงเวลาของการใส่บาตรอาหารสด และมีญาติโยมจำนวนไม่น้อยที่นิยมถวายดอกไม้ ธูปเทียน อาหารกระป๋องและน้ำบรรจุขวด น้ำแต่งกลิ่นใส่สี ใส่วัตถุกันเสียที่เห็นบรรจุในขวดเหมือนน้ำส้ม หากหลีกเลี่ยงได้ก็ถือเป็นความพิถีพิถันในการใส่บาตร เพราะของบางอย่างเป็นภาระในการถือ โดยเฉพาะน้ำ

บรรจขวด บางครั้งพระท่านต้องหิ้วน้ำหลายขวด ซึ่งเป็นภาระที่หนักมาก อาหารและน้ำบางชนิด ก็มีคุณค่าทางอาหารต่ำ หรือเป็นผลเสียต่อสุขภาพของพระท่านด้วยซ้ำ

สำหรับช่วงเทศกาล ชาวพุทธจะพากันใส่บาตรพร้อมกันมากจนอาหารล้นเหลือ ทางที่ดีควรเลือกใส่อาหารแห้ง จะดีกว่าเพราะเก็บไว้ได้ในวันถัดไปเพื่อหลีกเลี่ยงอาหารเหลือทิ้ง สำหรับอาหารแห้ง ในบางวัดจะมีการจัดเก็บไว้บริจาคให้กับถิ่นที่ขาดแคลน หรือเราอาจเลี้ยงไปใส่บาตรวันอื่นที่ไม่ใช่วันเทศกาลแทน หรือเปลี่ยนไปถวายสังฆทานที่วัด ถวายเงินเพื่อการศึกษาของพระเถรในที่มิกองทุนเพื่อการศึกษาของสงฆ์ หรือไปปฏิบัติธรรม ทำความดีอื่น ๆ ได้อีกมากมาย

งานศพ

หากเราต้องการจะประยุกต์พิธีกรรม ในการทำบุญให้เหมาะกับยุคสมัย และเกิดประโยชน์อย่างเต็มที่ คงไม่มีพิธีกรรมใดในเวลานี้ ที่สมควรปรับปรุงยิ่งกว่าพิธีศพ โดยเฉพาะในเมือง สิ่งที่เราควรทำคือ ทำให้พิธีต่าง ๆ สื่อกับผู้คนมากขึ้น เช่น นอกจากนิมนต์พระมาเทศน์แล้ว ควรนึกถึงการจัดบรรยายหรือเสวนาในงานศพด้วย จะเป็นเรื่องธรรมะล้วน ๆ เรื่องสุขภาพ หรือคติชีวิต จากประวัติผู้ตาย ก็ล้วนเป็นประโยชน์ และน่าจะได้รับความสนใจ จากผู้มาร่วมงานศพ แทนที่จะคิดมาสังสรรค์พูดคุยกันเท่านั้น



สิ่งที่ไม่ควรมองข้ามก็คือ การทำให้งานศพ เป็นโอกาสในการทำประโยชน์แก่ส่วนรวม เช่น การบริจาคเงินในนามของผู้ตาย เพื่ออนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ช่วยเหลือผู้ยากไร้ สนับสนุนการศึกษาของสงฆ์ หรือสนับสนุนพระสงฆ์ที่ทำงานสงเคราะห์ชุมชนเป็นต้น

แม้แต่พิธีกรรมที่เจ้าภาพมุ่งทำบุญอุทิศแก่ผู้ตาย เช่น ลูกหลานมาบวชหน้าไฟ ที่มักให้ระยะเวลาสั้นเกินไป ตามโอกาสและเงื่อนไขที่จำกัด เราอาจเลือกวิธีปฏิบัติที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตของครอบครัวเรา ได้ และได้ผลบุญทั้งแก่ตัวเราและผู้ตาย ลองพิจารณาตั้งแต่ การปฏิบัติธรรมดูลมหายใจ - อานาปานสติภาวนา อุทิศให้ผู้ตาย ซึ่งสามารถทำได้โดยไม่ต้องปลีกริเวทปลีกรงานไปปฏิบัติ อาจปฏิบัติหลังจากกลับจากทำงานก็ได้ หรือ



เลือกที่จะอดอาหารก็เกิดบุญ และสามารถอุทิศให้ผู้ตายได้เหมือนกันในแง่ความเพียร หรือหากมีเวลาอาจเลือกไปปฏิบัติธรรมเป็นช่วง ตามรายการอบรมที่มีจัด เช่น สวนโมกขพลาราม วัดทุ่งไผ่ เสถียรธรรมสถาน ศูนย์ปฏิบัติธรรม ธรรมกมล (โคเอ็นก้า) ฯลฯ หรือ อาจปฏิบัติอยู่ในวัดใกล้ ๆ บ้านก็น่าสนใจ หากไม่มีเวลาจริง ๆ การถือศีล ๘ อยู่ที่บ้านก็มีอานิสงส์ไม่น้อย

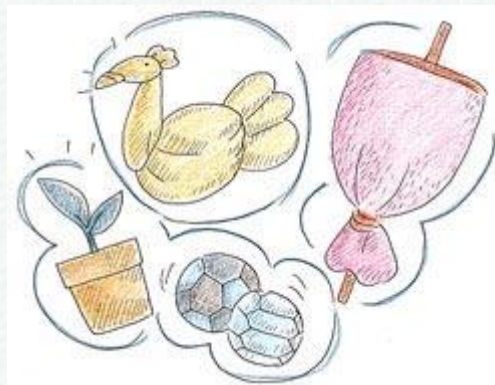
สำหรับธรรมเนียมของงานศพ ที่ต้องเปิดฝาโลงให้ญาติได้เห็นผู้ตายเป็นครั้งสุดท้าย ให้ถือว่านี่เป็นโอกาสที่จะได้ทำมรณสติ ระลึกถึงความตาย เป็นเรื่องการภาวนา ภายในที่จะต้องเผชิญกับอารมณ์โศกเศร้าแห่งการพรัดพราก แต่อย่ายังทำใจไม่ได้ มั่นคง การร้องไห้ก็เป็นการปลดปล่อยทางอารมณ์ ซึ่งถือเป็นปกติวิสัยของมนุษย์ ปุถุชน หากข้อสดีแห่งการรับรู้การร้องไห้นั้น เข้าไปก็ยังถือว่า เป็นจังหวะเหมาะที่จะ เรียนรู้ตัวเองอย่างมีสติภายใต้ความเศร้าโศกพุ่มพวย

ส่วนใหญ่งานศพจะจัดงานหลายวัน นานเป็นสัปดาห์ ยิ่งจัดหลายวันแบบนี้ พิธีกรรมที่ไม่จำเป็น และเป็น การสิ้นเปลือง ก็ควรจะนำมาทบทวนกันบ้าง

การเลี้ยงข้าวต้ม หรืออาหารรอบดึก (หลังพระสวด เสร็จจบที่สอง) เจตนาของเจ้าภาพ คงต้องการ รับรองผู้มาร่วมงาน ที่อาจจะกินข้าวเย็นไม่ทันก่อนมา งาน หรือถือเป็นส่วนหนึ่งของการต้อนรับ ถ้าพิจารณาในแง่นี้แล้ว จะเห็นว่าการเลี้ยง อาหารรอบดึกนี้มีความจำเป็นน้อยมาก เพราะผู้มาร่วมงานส่วนใหญ่มักเตรียมพร้อม มาร่วมงานอย่างดีแล้ว ส่วนใหญ่อาหารที่เตรียมไว้ จะเหลือเป็นภาระแก่เจ้าภาพอีก และการเลี้ยงอาหารรอบดึกยังมีส่วนทำให้พิธีเสร็จช้า ทั้งดูไม่เหมาะสม ที่ฆราวาสจะ มากินอาหารต่อหน้าพระสงฆ์ที่มาสวดในพิธี



การจัดดอกไม้ประดับในพิธีและโลงศพ บางครั้งก็มากเกินไปจนความจำเป็น หรือพิธีกรรม แบบประเพณีจีน เช่น กองเต็ก ก็น่าจะมีการประยุกต์ให้สมกับภาวะเศรษฐกิจที่ซบเซา ในขณะนี้



สำหรับพวงหรีด ที่ผู้มาร่วมงานนำมาเคารพศพ ที่ มักนิยมใช้ผ้าขนหนูมาประดิษฐ์ หรือดอกไม้สด ก็ นับว่าได้ประโยชน์อยู่ แต่ถ้ามากเกินไป ก็จะ กลายเป็นของเหลือใช้หรือเน่าเสียได้ หาก ต้องการให้เกิดประโยชน์เต็มที่ ในการทำบุญงาน ศพ เจ้าภาพอาจสอบถามทางวัด ว่าต้องการอะไร หรือตั้งใจจะนำของไปบริจาคใคร ก็อาจจะเขียน แจ้งลงในบัตรเชิญว่า "ขอเชิญบริจาคพันธุ์ไม้ ถวายวัด แทนพวงหรีด" หรือ "ขอเชิญบริจาค

อุปกรณ์กีฬา มอบให้กับโรงเรียน แทนพวงหรีด" เพื่อเก็บรวบรวมไปบริจาคให้โรงเรียน ที่ขาดแคลน เป็นการทำบุญอุทิศให้ผู้ตาย วิธีการนี้อาจช่วยลดปัญหา "ขยะพวงหรีด" ได้อย่างสร้างสรรค์ ที่สำคัญเป็นการเปลี่ยนพวงหรีด ให้กลายเป็นสิ่งที่ให้ประโยชน์ มากกว่าพวงดอกไม้ไว้อาลัย แล้วเหี่ยวเฉาไปตามกาลเวลา

ของแจกในงานศพนอกจากหนังสือธรรมะ ที่มักจะพิมพ์แจกกันพอสมควรแล้ว ก็ อาจจะหันไปพิมพ์หนังสือดูแลสุขภาพทางเลือกอื่น ๆ บ้าง เดียวนี้มีพิมพ์ออกมา มากมาย ไม่ว่าจะเป็นอาหารมังสวิรัต ขี้วจิต แมคโครไบโอติก หรืออาจจะเป็นหนังสือ แนวอื่น ที่คิดว่ามีประโยชน์ต่อแนวทางการดำเนินชีวิตของมนุษย์ มีเจ้าภาพบางท่าน ความคิดสร้างสรรค์มาก พิมพ์ดิศชนนารีแจกโดยเอารูปผู้ตายเป็นปก อย่างนั้นนอกจาก

เด็กนักเรียนจะได้ใช้ประโยชน์อย่างสุดคุ้มแล้ว ยังทำให้รู้สึกว่าคนตายไม่ได้จากไปไหนอีกด้วย

เจ้าภาพที่ทุนน้อย ก็อาจเขียนบรรยายความรู้สึกของการสูญเสียผู้ตายด้วยตนเอง รวมทั้งบรรยาย วินาทีสุดท้ายของเหตุการณ์เสียชีวิตลงในกระดาษต้นฉบับ แล้วนำไปถ่ายเอกสารเย็บเป็นเล่มแจกในงานศพ ก็อาจสร้างความแปลกใหม่ได้ไม่น้อย เป็นผลิตภัณฑ์แฮนด์เมดที่เจ้าภาพทำเองแจกเองดูน่าประทับใจกว่า เหมาะสำหรับงานศพที่มีแขกผู้มาร่วมงานไม่มากนัก

ถ้าไม่แจกเป็นหนังสือ สิ่งของอื่น ๆ ที่มักแจกในงานศพก็คงไม่พ้นพวงกุญแจ ตลับยาหม่อง พระเครื่องทั้งแบบเป็นเหรียญและเนื้อผง หากทุนมากหน่อยแจกเป็นเทปธรรมะก็น่าสนใจ เคยเห็นเจ้าภาพบางงานแจกสบู่เป็นของที่ระลึกแก่แขกก็ได้ ประโยชน์ไม่น้อยทีเดียว เพียงติดสติ๊กเกอร์ไว้ว่าอภัยมีชื่อผู้ตายกับวันที่ฌาปนกิจไว้ที่สบู่ แล้วแจกผู้มาร่วมงานท่านละก้อนนับว่าเป็นของแจกงานศพที่เก๋ไปอีกแบบ

ไม่ต้องเสียเงินก็เป็นบุญได้เหมือนกัน

เรามักคุ้นเคยกับการทำบุญแบบเสียเงิน จนคิดว่าการทำบุญมีแต่เฉพาะเรื่องการให้ทาน ลองย้อนกลับไปดู บุญกิริยาวัตถุ ๑๐ มีอีกตั้ง ๙ วิธี ที่ไม่ต้องเสียทรัพย์ก็เป็นบุญ และสำหรับคนวิตกกังวลว่า เงินที่บริจาคจะถูกใช้ไปในจุดประสงค์อื่นที่ไม่เป็นประโยชน์ ก็ไม่ต้องวิตกกังวลอีกต่อไป เพราะต่อไปนี้คือวิธีทำบุญแบบไม่ต้องบริจาคเป็นเงิน

ทำอาหารเลี้ยงเด็กกำพร้า

หาโอกาสเหมาะ ๆ ลงชั้นกับเพื่อน ทำอาหารไปเลี้ยงเด็ก ตามสถานสงเคราะห์ต่าง ๆ อาทิ เด็กพิการ เด็กกำพร้า เด็กติดเชื้อ HIV ฯลฯ นอกจากจะได้บุญแล้ว ยังเป็นการโชว์เสน่ห์ปลายจวักให้เด็ก ๆ ได้ลิ้มรสอาหารจากฝีมือของคุณอีกต่างหาก



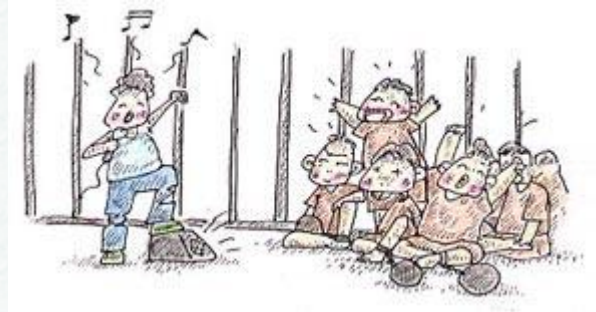
กิจกรรมสันตนาการ

หากคุณเป็นนักกิจกรรมเก่ามาก่อน ลองหาเวลาว่างไปทำกิจกรรมสันตนาการกับเด็ก ๆ ตามสถานสงเคราะห์ต่าง ๆ ดูละสิ เพราะตามสถานสงเคราะห์ต่าง ๆ เขาต้องการอาสาสมัครไปช่วยงานอยู่แล้ว อาจจะไม่ต้องเล่นเกมสื่ จะเป็นการวาดภาพ เล่า

นิทาน นิทานหุ่นกระบอก นิทานหุ่นมือหรืออะไรก็ได้ที่คุณถนัด แล้วแต่ว่าคุณมีความสามารถอะไร จะให้ความบันเทิงและมีสาระแก่เด็ก ๆ

สนทนากับผู้ใหญ่

เชื่อว่าจะมีแต่เด็กเท่านั้นที่ชอบสนทนากับผู้ใหญ่ก็ชอบเหมือนกัน แต่ผู้ใหญ่ในที่นี้หมายถึงบุคคลที่ถูกคุมขังอยู่ในเรือนจำ คงเคยเห็นนักดนตรีชื่อดัง อาสาเข้าไปเล่นดนตรีให้คนในเรือนจำฟัง นั่นแหละ ... เดียวนี้มีกลุ่มคณะละครบางกลุ่ม ติดต่อเข้าไปเล่นละคร ให้ชาวคุกได้ชมเหมือนกัน หากคุณมีความสามารถในการแสดง บันเทิง หรือสาระที่เป็นประโยชน์ ก็สามารถติดต่อเจ้าหน้าที่เรือนจำ เข้าไปแสดงได้ จะได้เป็นการช่วยผ่อนคลายความเครียด และความซึมเศร้า อันเกิดจากการถูกจองจำ หรืออยากจะทำบุญ ด้วยการทำอาหารไปเลี้ยงผู้ถูกคุมขังในเรือนจำก็ได้ เพราะปกติแล้วอาหารในเรือนจำนั้น คงทราบกันดีว่าไม่ชวนให้เจริญอาหาร การนำอาหารไปเลี้ยงผู้ถูกคุมขัง ก็เป็นเรื่องที่เรือนจำสนับสนุนอยู่แล้ว



เยี่ยมคนชรา

ไม่มีใครที่ไม่แก่ การไปเยี่ยมคนแก่ หรือแม้แต่ นำอาหารไปเลี้ยงท่านเหล่านั้น ที่บ้านพักคนชรา จึงเป็นทั้งบุญ และเป็นการให้สติตัวเองไปด้วยในตัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งให้สติปัญญาว่า คนเราต้องแก่เดี๋ยวหนึ่งเหวี่ยน

สำหรับคนแก่ ยังไม่เคยเห็นมีใคร เอาดนตรีเข้าไปเล่นให้ฟังบ้าง เรามักเข้าใจว่า โลกของคนแก่ จำกัดอยู่แค่ความเจ็บบสงบนเท่านั้น

จริงยังมีดนตรีอีกหลายประเภท ที่คนชราก็น่าจะฟังได้ไม่ขัดหู อย่างเช่น ขลุ่ย ไวโอลิน หรือกีตาร์โฟล์คเบา ๆ ใครมีความสามารถตรงนี้ ก็ลองทำท่ายตัวเองหน่อย คนทุกเพศทุกวัยล้วนมีดนตรีในหัวใจ เขาจะได้ไม่ถูกเลือกปฏิบัติ ให้อยู่ในโลกของความเจ็บเหงา เหมือนกับที่ถูกพามาส่งให้อยู่ที่บ้านพักคนชราอย่างนี้

ครูข้างถนน

ครูข้างถนนก็เป็นอีก "บุญ" หนึ่งที่คุณก็สามารถทำได้ อย่างน้อย ก็ช่วยให้เด็ก



ข้างถนนคนหนึ่งมีเพื่อน มีคนที่รับฟังและพร้อมจะเข้าใจเขา



บริจาคเสียง

เป็นบุญอีกวิธีหนึ่ง คือการอ่านหนังสือออกเสียง บันทึกลงในเทป เป็นห้องสมุดเสียง อันนี้เป็น โครงการที่มีอยู่แล้ว ของมูลนิธิคอลฟิลด์ เพื่อคนตาบอด เปิดโอกาสให้คนตาดี ช่วยอ่านหนังสือ

บันทึกเสียงใส่เทปคาสเซ็ท เทปคาสเซ็ทนี้ ก็จะ เก็บไว้สำหรับคนตาบอดได้เลือกฟัง ในห้องสมุดเพื่อคนตาบอด ช่วยให้คนตาบอด ได้มีโอกาสอ่านหนังสือได้มากขึ้น โดยคนตาดีช่วยอ่านให้ฟัง

เป็นอาสาสมัครในวัด

หากมีเวลาว่าง และอยากลองบริหาร เวลา มาใช้ในงานบุญบ้าง ลองหันไป เป็นอาสาสมัครให้กับวัด ที่ทำงาน พัฒนาให้กับชุมชนดูบ้าง เช่น วัดที่ ดูแลเลี้ยงเด็กกำพร้า วัดที่ดูแลผู้ป่วย เอดส์ วัดที่จัดงานปฏิบัติธรรม หรือไม่กี่ เป็นอาสาสมัครในชุมชน



ทำความดีกับคนรอบข้าง

พ่อแม่ พี่น้อง ลูกหลาน มักเป็นบุคคลที่เราละเลยไป โดยไม่ตั้งใจ การหันกลับมาดูแลเอาใจใส่ ก็เป็นอีก บุญหนึ่งที่สามารถทำได้ง่าย ความต่างวัยระหว่าง วัยรุ่นกับคนแก่ ระหว่างพี่กับน้อง ระหว่างเพศชาย เพศหญิง และความเบี่ยงเบนทางเพศ ระหว่าง สถานภาพในครอบครัว ระหว่างลัทธิความเชื่อที่ ยึดถือ ถึงแม้จะอยู่ในรั้วบ้านเดียวกัน ความต่าง

เหล่านี้ เราสามารถสานความสัมพันธ์ให้แน่นแฟ้นได้ ด้วยการถามอย่างใส่ใจบ้างว่า "เรียนหนังสือเป็นอย่างไรบ้าง" "ทำงานเหนื่อยบ้างไหม" "สุขภาพเป็นอย่างไรบ้าง" "กินข้าวแล้วหรือยัง" พร้อมกับส่งยิ้มให้หนึ่งยิ้ม คนเราเมื่อเจอกันทุกวันมักไม่เห็นคุณค่าของกันและกัน จนวันหนึ่งต้องจากไปนั้นแหละจึงทำให้กันในวันระสุดท้าย ทำไมเราไม่ทำดีให้กันตั้งแต่ยังมีลมหายใจอยู่

แนะนำพร่ำสอนความดีให้กัน

การเป็นพ่อแม่ที่มีความรับผิดชอบ ก็เป็นบุญวิธีหนึ่ง พ่อแม่ที่ดี คือพ่อแม่ที่มีเวลาให้ลูกสม่ำเสมอ ดูแลเอาใจใส่ความเป็นไปของลูก ๆ อย่างพอเหมาะพอดี ไม่ปล่อยทิ้งตามยถากรรม หรือบังคับขู่เข็ญจนเกินเหตุ ไม่ใช้ความรุนแรงกับลูก สอนลูกให้รู้จักรับผิดชอบ ช่วยเหลือตัวเองได้ มั่นใจในตัวเองดี เปิดโอกาสให้ลูกได้คิดเองบ้าง พร้อมกับสอนให้ลูกได้เรียนรู้เรื่องกตัญญู กตเวที คือ รู้คุณและตอบแทนคุณ โดยเฉพาะเรื่อง การเลี้ยงดูพ่อแม่ยามแก่เฒ่า ซึ่งนับเป็นเรื่องสำคัญในระดับครอบครัวจริง ๆ และที่ไม่ควรลืมคือ สอนให้ลูกนึกถึงส่วนรวม รับผิดชอบต่อสังคม และเอื้อเฟื้อแบ่งปันแก่คนรอบข้าง



ตอบแทนความดี ปรับความเข้าใจ

ความดีที่เราได้รับมาจากผู้อื่น เป็นหนี้ความดี ที่ค้างชำระการตอบแทนความดีต่อผู้มีอุปการะ นอกจากจะเป็นการแสดงความกตัญญูรู้คุณแล้ว ก็ยังเป็นบุญอยู่ในตัวเอง และเป็นการสร้างความสัมพันธ์ในบุญ ให้เหนียวแน่นยิ่งขึ้น ระหว่างเรากับเขาผู้มีอุปการะ และเช่นกัน ในความขุนช่องหมองใจบางอย่าง ก็เป็นหนี้กรรมค้างชำระได้ การปรับความเข้าใจ เผยความในใจกับเขา ที่เคยมีเรื่อง ก็ยังไม่พ้นเรื่องของบุญ บุญนี้กินอาณาเขตกว้างขวางจริง ๆ

เรียนรู้และเข้าใจ "เขา"

ให้ความรัก ความเมตตา ความเข้าใจ และการยอมรับต่อบุคคลผู้ติดเชื้อ HIV รวมทั้งบุคคล ที่ได้รับความกดดันจากสังคม ในรูปแบบอื่น คนที่เพ่งออกจากเรือนจำ คนชรา ผู้หญิง เด็ก คนกลุ่มน้อยทางเชื้อชาติ ตลอดจนคนที่เห็นต่างทางการเมือง ศาสนา และเรื่องเพศ



ทุกวันนี้โลกเปิดเผยมากขึ้น ทำให้เราได้รับรู้ว่า โลกสีหม่น ของคนบางกลุ่ม ที่สังคม
หันหลังให้นั้น ขาดชีวิตและสีสันอย่างไร การไม่ยอมรับก็คือ บาปและความรุนแรง
อย่างหนึ่ง บ่อยครั้งที่คนเราส่งบาปให้กันโดยไม่รู้ตัว อันนำไปสู่ความรุนแรงอื่น ๆ เป็น
การดีกว่า หากเราหันมาเปิดใจเข้าใจเขา เรียนรู้ความแตกต่างด้วยเมตตา เพราะเขาก็
คือคนใกล้ตัว ในสังคมที่เราต้องคอยดูแลเอาใจใส่ ส่งบุญให้กัน

แหล่งข้อมูล <http://www.khonnaruk.com/>

ผู้เรียบเรียงใหม่ hs6kjpg