

อโรดยปรมา ลาภา ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ



(วิกฤตการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-๑๙)

คัดจากพระธรรมเทศนา พระอาจารย์สุชาติ อภิชาโต
วัดญาณสังวรารามวรมหาวิหาร จ.ชลบุรี

INTRODUCTION

วันนี้ก็ได้กลับมาพบกับท่านอีกครั้งหนึ่ง ก็จะได้มาพบกัน ประมาณครั้งละ ๔ วัน ต่อ ๑ ครั้ง ทางทีมงานได้ปรึกษากันแล้ว ก็เห็นตัวเลขว่า ๔ วันนี้เป็นตัวเลขที่เหมาะสม ก็จะทุกๆ ๔ วัน จะมีการพูดคุยสัปดาห์ครั้งหนึ่ง ส่วนอีก ๓ วัน ก็เป็นการฟังของเก่า ของปีที่แล้วไปพลางๆ ก่อน

วันนี้วันที่ ๑๔ (เมษายน) อีก ๔ วันก็วันที่ ๑๘ (เมษายน) และวันที่ ๒๒ (เมษายน) วันที่ ๒๖ (เมษายน) สำหรับท่านที่สนใจ ก็จะได้ทราบไว้

ทุก ๔ วันก็จะมีภาระธรรมะของพระพุทธเจ้า มาฝากท่าน ธรรมะของพระพุทธเจ้านี้ก็เป็นเหมือน ยารักษาโรค ร่างกายของเราเวลาเจ็บไข้ได้ป่วยก็ต้องมี ยารักษาโรคถึงจะรักษาโรคของร่างกายให้หายได้ ใจของ พวกเราก็มีโรคภัยไข้เจ็บเหมือนกัน คือความไม่สบายใจ ต่างๆ เราก็ต้องอาศัยธรรมโอสภ ยาบของธรรมะที่จะมา รักษาโรคใจคือความไม่สบายใจต่างๆ ทุกๆ ๔ วัน ก็จะมีการนำเอาธรรมโอสภของพระพุทธเจ้ามาแจกจ่ายให้ ท่านทั้งหลายได้นำเอาไปใช้ในการรักษาโรคใจ รักษา ความไม่สบายใจต่างๆ ให้เบาบางลงไป ให้หายไป

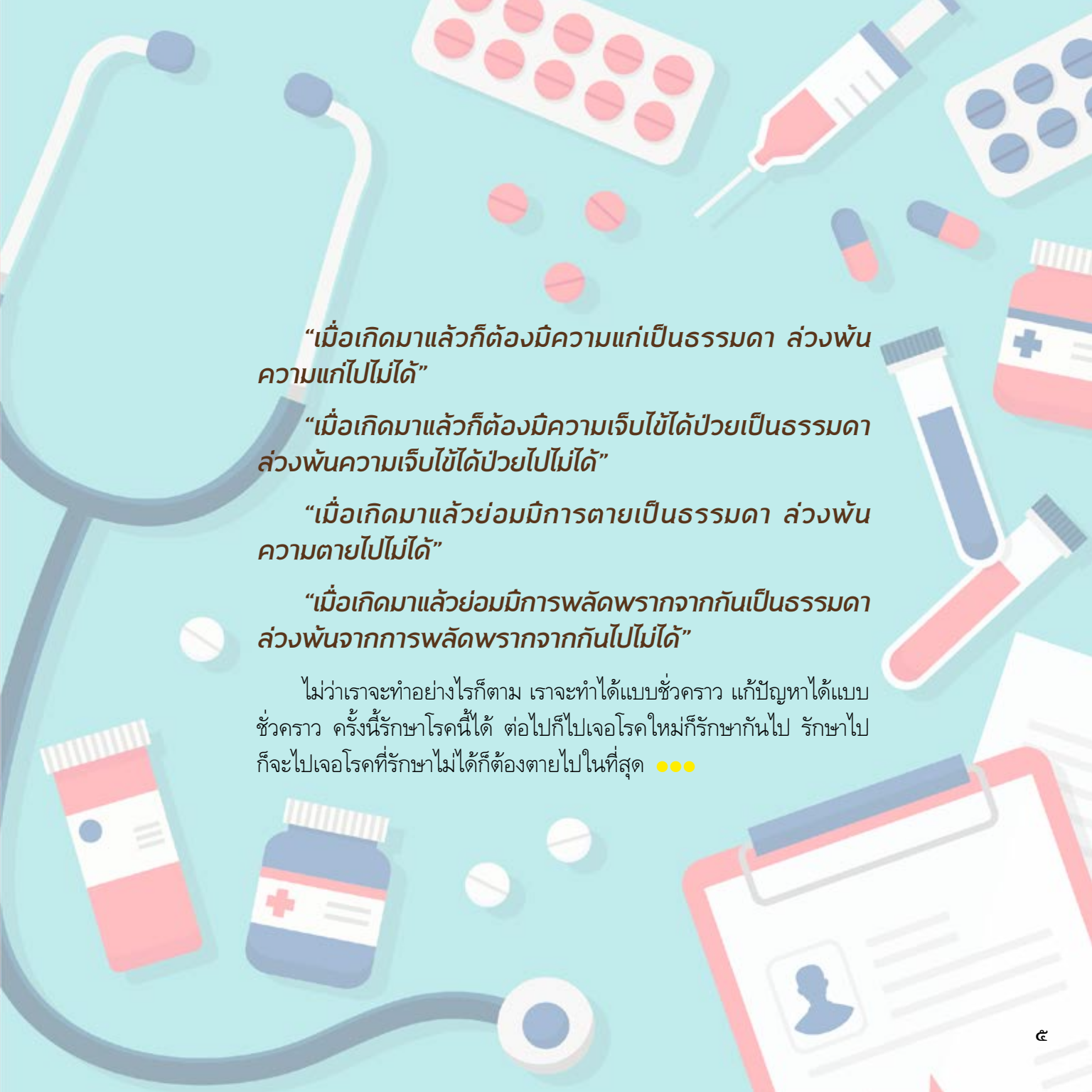
ตอนนี้ก็เหมือนกับเป็นการมาแจกยาให้กับท่านทั้งหลาย เพราะว่ายาธรรมโอสธของพระพุทธเจ้าเรานี้ขายไม่ได้ พระพุทธเจ้าไม่ทรงขายยา ทรงแจกยา แจกเป็นธรรมทาน **การให้ธรรมะ** **การให้ทั้งปวง** ไม่ต้องเสียเงินเสียทอง คนรวยคนจนมีสิทธิ์จะเข้าถึงธรรมะของพระพุทธเจ้าได้เท่าเทียมกัน ไม่เหมือนกับการเข้าหาการรักษาโรคภัยไข้เจ็บตามโรงพยาบาลต่างๆ คนรวยคนจนนี้ต่างกัน คนรวยคนมีเงินนี้สามารถเข้ารักษาได้ตามโรงพยาบาลเอกชนได้ คนยากคนจนไม่มีเงินก็ไปรักษาตามโรงพยาบาลเอกชนไม่ได้ ก็ต้องอาศัยโรงพยาบาลของรัฐบาล ๓๐ บาท รักษาทุกโรค ธรรมะของพระพุทธเจ้าที่เป็นยารักษาโรคใจคือธรรมโอสธนี้ ก็เป็นแบบ ๓๐ บาทรักษาทุกโรค แต่ไม่คิดเงินเลย เป็นฟรี เป็นทาน เป็นธรรมทาน เพราะว่าออกมาจากจิตพระทัย อันบริสุทธิ์ของเจ้าของยา เจ้าของยาคือพระพุทธเจ้า ผู้ทรงตรัสรู้ ธรรมอันประเสริฐ ได้ทรงค้นพบธรรมโอสธอันประเสริฐที่จะเอามารักษาโรคของใจให้หายขาดให้หายอย่างถาวร ที่ไม่มีอะไรในโลกนี้ที่จะสามารถทำได้ ●●●



“อาโรคยปรมา ลาภา” ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ เป็นคำพูดสัจธรรมความจริงที่มีคนฉลาดคือพระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสไว้ตั้งแต่ ๒,๕๐๐ กว่าปีมาแล้ว เป็นความจริงที่ไม่เปลี่ยนแปลง ยังเป็นความจริงในปัจจุบันนี้ ไม่มีใครอยากมีโรคภัยไข้เจ็บกันเพราะโรคภัยไข้เจ็บนำมาสู่ความหายนะทางเศรษฐกิจ เมื่อมีโรคภัยไข้เจ็บก็ไปทำงานหาเงินหาทองไม่ได้ และก็ต้องเสียค่ารักษาพยาบาล เป็นการเสียทรัพย์สมบัติ แทนที่จะได้ทรัพย์สมบัติจากการไปทำงาน ก็ไม่ได้ไปทำงาน แล้วก็ต้องมาเสียทรัพย์ในการรักษาพยาบาลอีก

ดังนั้น **การไม่มีโรคจึงเป็นลาภอันประเสริฐ อาโรคยปรมา ลาภา** เป็นสัจธรรมความจริงที่พระพุทธเจ้าได้ทรงเห็นทรงทราบมาก่อนพวกเรา พวกเราจึงควรที่จะน้อมเอาสัจธรรมความจริงอันนี้มาสอนมาเตือนใจพวกเราให้พวกเรารักษาสุขภาพร่างกายไว้ให้ดี อย่าให้เจ็บไข้ได้ป่วย โดยการประพฤติปฏิบัติตามคำสั่งของทางรัฐบาล ผู้ที่มีหน้าที่จะมาป้องกันการแพร่ระบาดของโรคระบาดที่กำลังเกิดขึ้นในขณะนี้ ถ้าเราทำตามคำสั่ง เราก็จะปลอดภัยจากโรคที่กำลังระบาดอยู่ในขณะนี้ ถ้าเราไม่ทำตามคำสั่ง เราออกไปนอกบ้านโดยไม่จำเป็นไปคลุกคลีกัน ไปทำกิจกรรมร่วมกันที่ไม่สำคัญที่ไม่จำเป็นที่จะต้องทำ ก็จะทำให้การแพร่ระบาดของเชื้อโรคเป็นไปอย่างกว้างขวาง ทำให้มีผู้เจ็บไข้ได้ป่วยและล้มตายกันไปเป็นจำนวนมาก แต่ถ้าพวกเราทุกคนเชื่อฟังคำสั่งของทางราชการที่ให้เราอยู่ในบ้านกัน อย่าออกไปนอกบ้านโดยไม่มีความจำเป็นในขณะนี้ แม้แต่การทำงานถ้าเป็นการเสี่ยงต่อการไปรับเชื้อโรค เราก็ไม่ควรที่จะไป ให้ไปแต่เฉพาะงานจำเป็น เช่น งานไปหาอาหารมาเลี้ยงปากท้อง ส่วนเรื่องการบินเหิงต่างๆ ในขณะนี้ควรจะดไว้ชั่วคราวก่อน รักษาสุขภาพร่างกายให้ปลอดภัยจากโรคภัยไข้เจ็บก่อน

แต่การรักษาสุขภาพร่างกายนี้ก็เป็นการแก้ปัญหาแบบชั่วคราว ไม่สามารถที่จะแก้ปัญหาได้อย่างถาวร เพราะเราแก้ปัญหาเรื่องโรคภัยที่ระบาดในตอนนี้ได้ เดี่ยววันข้างหน้าก็มีโรคอย่างอื่นรอต้อนรับเราอยู่ เพราะร่างกายของเรานี้เป็นที่อยู่ของโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ นั้นเอง อวัยวะต่างๆ ของพวกเราก็ต้องมีการเสื่อมโทรมลงไป เมื่อเกิดการเสื่อมโทรมก็จะเกิดโรคของอวัยวะต่างๆ ตามมา เช่น โรคหัวใจ โรคปอด โรคไต โรคตับ โรคสมอง โรคอะไรต่างๆ นั้น มันเป็นส่วนหนึ่งของร่างกายที่จะต้องมีการเกิดขึ้นไม่ว่าเป็นใครก็ตาม เมื่อมาเกิดมามีร่างกายแล้ว ก็หนีไม่พ้นจากโรคภัยไข้เจ็บไปได้ ดังที่พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสสอนมาตลอดว่า



“เมื่อเกิดมาแล้วก็ต้องมีความแก่เป็นธรรมดา ล่วงพ้นความแก่ไปไม่ได้”

“เมื่อเกิดมาแล้วก็ต้องมีความเจ็บไข้ได้ป่วยเป็นธรรมดา ล่วงพ้นความเจ็บไข้ได้ป่วยไปไม่ได้”

“เมื่อเกิดมาแล้วย่อมมีการตายเป็นธรรมดา ล่วงพ้นความตายไปไม่ได้”

“เมื่อเกิดมาแล้วย่อมมีการพลัดพรากจากกันเป็นธรรมดา ล่วงพ้นจากการพลัดพรากจากกันไปไม่ได้”

ไม่ว่าเราจะทำอะไรก็ตาม เราจะได้แบบชั่วคราว แก้ปัญหาได้แบบชั่วคราว ครั้งนี้รักษาโรคนี้ได้ ต่อไปก็ไปเจอโรคใหม่ก็รักษากันไป รักษาไปก็จะไปเจอโรคที่รักษาไม่ได้ก็ต้องตายไปในที่สุด ●●●



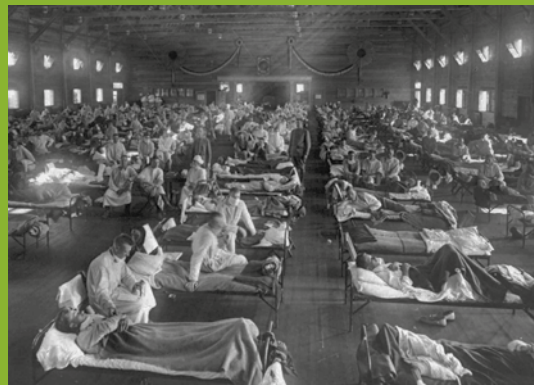
ดูประวัติศาสตร์เมื่อสิบกว่าปีก่อนก็มีโรคไข้หวัด H1N1 โรคซาร์ส ช่วงนั้นต้องตรวจอุณหภูมิกัน พอใครลงจากเครื่อง เขาก็มีเครื่องตรวจอุณหภูมิ เพราะถ้ามีอุณหภูมิสูงมีไข้แบบนี้ เขาว่า มีเชื้อโรค เขาต้องกักตัวแล้วต้องแยกตัวไม่ให้ไปแพร่กระจายให้คนอื่น แต่โรคตัวปัจจุบันนี้ (โควิด-๑๙) มันดูแต่อุณหภูมิไม่ได้ เพราะบางทีโรคอื่นก็มีอุณหภูมิสูงเหมือนกัน จึงต้องไปตรวจด้วยวิธีอื่นถึงจะรู้ว่าเป็นโรคระบาด หรือเป็นโรคธรรมดา

เรื่องโรคระบาดมันมีมาตั้งแต่ยุคโบราณแล้ว มีโรคระบาดที่ฆ่าคนตายเป็นล้านในสมัยก่อน ถ้าศึกษาประวัติศาสตร์ของยุโรป ก็จะมีกาฬโรคที่แพร่ระบาด ตอนนั้นมีคนตายเป็นร้อยล้านคน





ดังนั้นมันเป็นเรื่องปกติของร่างกาย พอมีร่างกายแล้วมันก็ต้องมีเชื้อโรค เพราะร่างกายนี้มันเป็นที่อยู่อาศัยเป็นบ้านของเชื้อโรค พอเชื้อโรคมันหาบ้าน มันก็จะเข้ามาหาที่ร่างกายของเรา ซึ่งก็จะขึ้นอยู่กับภูมิต้านทานของร่างกายเราว่าสู้กับเชื้อโรคไหวหรือไม่ไหว ถ้าสู้ไม่ไหวก็ต้องตายไป ถ้าสู้ไหวก็อยู่ต่อไปเพื่อรอรับเชื้อโรคชุดใหม่ที่จะบุกเข้ามาใหม่อีก เพราะรอดจากเชื้อโรคอันนี้แล้ว เดี่ยวข้างหน้าก็ไม่ว่าจะมีโรคอะไรมาอีก เมื่อไม่ก็ปีผ่านมากก็มีอีโบล่า นี่ก็มาโคโรนา เดี่ยวคราวต่อไปไม่รู้จะเป็นบ้าอะไรอีก แต่มันก็จะมีเข้ามาอยู่เรื่อยๆ トラบใดที่เรามีร่างกายกัน トラบนั้นเราก็จะต้องมีการต้อนรับเชื้อโรคกัน มีการเจ็บไข้ได้ป่วยกัน ●●●







“

ตอนนี้เราคงจะเห็นความจริงกันแล้วว่า ทุกชาติ
ทุกภาษา ทุกประเทศ ไม่ว่าจะเป็นคนรวยคนจน
คนหนุ่มคนสาว เด็กหรือผู้ใหญ่ คนแก่หรือไม่แก่
ยิ่งใหญ่หรือไม่ยิ่งใหญ่ ก็สามารถจับใช้ได้ป่วยได้
ด้วยกันทุกคน แล้วก็จะตายจากโรคภัยไข้เจ็บนี้ได้
ด้วยกันทุกคน

ตอนนี้ลองไปถามคนที่เขื่อนักวิชาการหรือคนที่เขื่อนครูเขื่อนอาจารย์ทางโลก
ว่าเขาวิตกกังวลกับเรื่องโรคระบาดกันหรือไม่ แทบทุกคนนี้วิตกกังวลทั้งนั้น
ถ้าวิตกกังวลก็แสดงว่าไม่เป็นคนฉลาด ถ้าไปพบคนไหนที่เขาบอก *อัย เราไม่กลัว
เราไม่ทุกข์ เกิดแล้วก็ต้องเจ็บเป็นธรรมดา ล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปไม่ได้ ไม่ว่าใคร
ก็ตาม เกิดมาแล้วไม่มีใครหนีพ้นความเจ็บไข้ได้ป่วยไปไม่ได้ ไปทุกข์กับมันทำไม*
ถ้าเจอคนแบบนี้แสดงว่าเจอบัณฑิตแล้ว อย่าไปคิดว่าเขาเป็นคนบ้าหรือเป็นคน
ไม่มีเหตุผล อันนี้แหละเป็นคนมีเหตุผล ไม่ใช่เป็นคนบ้าระห่ำอย่างที่เราคิดกัน
เขาพูดความจริงให้เราฟัง ความจริงก็คือร่างกายของพวกเราเมื่อเกิดมาแล้ว
ย่อมมีความเจ็บไข้ได้ป่วยเป็นธรรมดา ล่วงพ้นความเจ็บไข้ได้ป่วยไปไม่ได้
เมื่อล่วงพ้นไปไม่ได้ จะไปทุกข์กับมันทำไม ลูยมเจ็บไข้ได้ป่วยดีกว่า

ที่ทุกข์เพราะอะไร ทุกข์เพราะไม่อยากจะเจ็บไข้ได้ป่วยกัน ที่อยากไม่เจ็บไข้
ได้ป่วยเพราะอะไร เพราะโง่กันนั่นเอง เพราะคิดว่าตัวเองจะสามารถอยู่เหนือ
ความเจ็บไข้ได้ป่วยได้ ไม่มีใครในโลกนี้ที่จะหนีพ้นความเจ็บไข้ได้ป่วยของ
ร่างกายได้ ถ้าเกิดมาแล้วมันจะต้องเจ็บไข้ได้ป่วยกันทุกคน ถ้าไม่อยากจะเจ็บไข้
ได้ป่วยก็มีทางเดียวเท่านั้นก็คืออย่ามาเกิด เพราะร่างกายเราเป็นบ้านของเชื้อโรค
เชื้อโรคมันจะหาบ้านกัน พอเจอร่างกายเรานี้บ๊อบ ไอ้ กูเจอบ้านของกูแล้ว ก็ไปอาศัย
อยู่ทันที ก็ไปบุกรุกทันที เราคิดว่าเราเป็นเจ้าของบ้าน แต่จริงๆ แล้วเราไม่ได้เป็น
เจ้าของบ้านจริง ถ้าเราเป็นเจ้าของบ้านจริงเราต้องห้ามไม่ให้มันเข้ามาบ้านเราได้
ใช่ไหม บ้านที่เรามีนี่เราป้องกันไม่ให้คนอื่นเข้ามาอยู่บ้านเราได้ เพราะเรามีกุญแจ
มีประตูมีอะไรล็อกไว้ คนอื่นจะเข้ามาอยู่บ้านเรานี้เข้ามาไม่ได้ และถึงแม้เขาจะเข้า
มาได้ แต่เราก็สามารถเรียกเจ้าหน้าที่ตำรวจมาไล่ออกไปได้เหมือนกัน แต่ร่างกาย
ของเรานี้มันไม่ได้เป็นบ้านของเราจริง มันเป็นบ้านของเชื้อโรค มันจึงทำให้ร่างกาย
เราเจ็บไข้ได้ป่วย มีเชื้อโรคหลายชนิดด้วยกันที่เข้ามาอาศัยอยู่ในบ้านเรา นี่คื
ความจริง

คนที่ เป็นบัณฑิตจะรู้ว่านี่คือความจริง รู้ว่าร่างกายนี้ เป็นที่ตั้งของเชื้อโรคทั้งหลาย จึงไม่กลัวความเจ็บไข้ ได้ป่วย เพราะรู้ว่ากลัวก็ห้ามมันไม่ได้ กลัวก็จะทำให้เกิด ความทุกข์ใจขึ้นมาเปล่าๆ ถ้าไม่กลัว ถ้ายอมรับความจริง ว่าร่างกายนี้มี เป็นที่อยู่ของเชื้อโรคที่จะมาอาศัยที่จะ มาทำให้ร่างกายเจ็บไข้ได้ป่วย และทำให้ร่างกายตายไป ในที่สุด ถ้าเห็นความจริงยอมรับความจริงได้ ใจก็จะ ไม่ทุกข์กับความเจ็บไข้ได้ป่วยของร่างกาย แล้วถ้า ไม่อยากที่จะต้องมาทุกข์กับความเจ็บไข้ได้ป่วยของ ร่างกายก็จะไม่กลับมาเกิดอีก นั่นแหละคือ **คนฉลาด ที่แท้จริง คนที่ไม่กลับมาเกิดอีกแล้ว** คนที่ยังกลับมา เกิดอยู่ ยังถือว่าไม่ฉลาดสมบูรณ์ เช่น พระอริยสงฆ์นี้ มีอยู่ ๔ ระดับ มีระดับที่ ๔ เท่านั้นที่ถือว่าเป็นผู้ฉลาด อย่างสมบูรณ์ เพราะจะไม่มีวันที่จะกลับมาเกิดอีก ต่อไป แต่พวกที่อยู่ในระดับที่ ๑-๒-๓ คือ พระโสดาบัน พระสกิทาคามี พระอนาคามี ยังไม่ฉลาดเต็มร้อย พระโสดาบันนี้ยังต้องกลับมาเกิดอีกอย่างมากไม่เกิน ๗ ชาติ พระสกิทาคามีก็กลับมาเกิดอีก ๑ ชาติ ส่วนพระอนาคามีนี้ไปเกิดในสวรรค์ชั้นพรหม ไปเกิด เป็นพรหมแทนเป็นมนุษย์ แต่ยังต้องกลับมาเกิดอยู่ มีพระอรหันต์เท่านั้น มีพระพุทธเจ้าเท่านั้นที่จะไม่กลับมาเกิดอีกต่อไป ●●●

“

พระอรหันต์ท่านไม่มีทุกข์ ตั้งแต่ยังไม่มีโรคโควิดมา
ท่านพิจารณาและปฏิบัติของท่าน ท่านเห็นร่างกายว่าจะ
ต้องโดนโรคใดโรคหนึ่งอยู่แล้ว ท่านเห็นความทุกข์ที่เกิด
จากความกลัวโรค ความกลัวที่จะติดโรคนั้น ท่านก็เลยใช้
ปัญญาพิจารณาว่า **แล้วหนีได้หรือเปล่า หนีพ้นหรือเปล่า**
ก็หนีไม่พ้น **เมื่อหนีไม่พ้นแล้วจะไปหนีมันทำไม** ก็ยอมให้มัน
เป็นเท่านั้นเอง พอยอมให้มันเป็นปื๊บ หนีใจก็หายทุกข์แล้ว
ทั้งๆ ที่มันยังไม่เป็นก็ไม่ใช่ทุกข์ หรือถ้าเวลามันเป็นถึงจะไม่ทุกข์

...





คนที่ฉลาดทางโลกนี้ยังไม่ถือว่าเป็นคนฉลาดในทางธรรม ยังถือว่าเป็นคนโง่อยู่ แต่คนที่ไม่ฉลาดทางโลก แต่เป็นคนฉลาดทางธรรมนี้กลับถือว่าเป็นคนฉลาด คนที่เป็นพระอริยสงฆ์บางคนนี้จบแค่ ป.๑ ก็มี จบแค่ ป.๒ ป.๓ ก็มี บางคนไม่เคยเข้าโรงเรียนเลยก็มี พระสงฆ์บางรูปท่านเขียนไม่ได้ เวลาที่ท่านจะบวชนี้ท่านต้องท่องจำอย่างเดียว เพราะท่านไม่เคยเรียนหนังสือ เพราะท่านเกิดมาในครอบครัวยากจนหรืออยู่ต่างจังหวัด อยู่ไกลจากที่เจริญ เช่น เป็นพวกชาวป่าชาวเขา ไม่ได้เรียนหนังสือ แต่พอเขาไปพบพระอริยสงฆ์ท่านก็จับบวชเลย สอนธรรมะด้วยทางวาจา

สมัยพระพุทธเจ้านี้ คนมาบวชบางคนก็อ่านหนังสือไม่ออก เขียนไม่ได้ เพราะไม่มีการจำเรียนในสมัยก่อน ก็ต้องอาศัยการฟังอาศัยการจดจำนี้แหละเป็นการเรียนไปแล้วก็ทำให้บรรลุเป็นพระอรหันต์ขึ้นมาได้ เป็นคนฉลาดทางธรรมได้ แต่ในสายตาของคนทางโลกก็จะคิดว่าเป็นคนโง่ เป็นคนไม่มีการศึกษา ป.๑ ก็ไม่ได้เรียน แล้วจะไปฉลาดได้อย่างไร คนทางโลกเขาวัดกันด้วยการจำเรียน หรือความสำเร็จในทางชีวิต ถ้าไม่ได้จำเรียนแต่เป็นเศษฐิได้ก็ถือว่าเป็นคนฉลาด เป็นคนเก่ง แต่**ในทางธรรมนี้ เราวัดที่ใจว่าใจพันทุกข์ ถ้าใจยังไม่พันทุกข์ยังถือว่ายังไม่ฉลาด ถ้าใจพันทุกข์แล้วนี้ถือว่าฉลาด เพราะไม่มีอะไรในโลกนี้ที่ตีกว่าการพันทุกข์ ต่อให้ร่ำรวยขนาดไหน มีความสุขทางร่างกายขนาดไหนก็ตาม แต่ถ้ายังมีความสุขทางใจอยู่ที่นี่ ความสุขทางร่างกายมันไม่มี ความหมายเลย** เช่นสมมุติว่ากำลังเลี้ยงฉลองวันเกิดกันอย่างใหญ่โต แล้วก็มีความสุขมาบอกว่าโรคระบาดกำลังเข้ามาถึงบ้านแล้ว พอได้ฟังข่าวนี้ การเลี้ยงฉลองวันเกิดในขณะนี้จิตซัดไปเลย ความสุขที่ได้จากทางร่างกายนี้มันจิตซัดไปเลย เพราะความวิตกกังวลทางจิตใจมันเข้ามาแล้ว ตอนนีโรคระบาดแพร่ไปทุกแห่งทุกหน พอได้ข่าวอย่างนี้แล้ว ต่อให้มีเงินทองมากมายกายกอง ต่อให้มีความสุขขนาดไหนก็ตาม ความสุขที่มีตอนนั้นมันจะรู้สึกจิตซัดไป เพราะความทุกข์ทางใจนี้มันจะมาครอบคลุมไว้หมด ทำให้ความสุขทางร่างกายนี้หายไปหมดเลย

แต่ในทางตรงกันข้าม คนที่มีความสุขทางใจนี้ แม้จะมีข่าวร้ายขนาดไหนก็ไม่รู้สึกเดือดร้อน จะรู้สึกเฉยๆ ไม่เป็นปัญหาแต่อย่างใด เพราะใจไม่ทุกข์กับอะไรแล้ว ไม่ทุกข์กับร่างกายแล้ว ไม่ทุกข์กับทรัพย์สินสมบัติข้าวของเงินทอง ไม่ทุกข์กับหุ้น คนที่เล่นหุ้นตอนนี้โห คงจะต้องไปจุดธูปเทียนขอพรกันวุ่นไปหมด ตอนนีตกมาไม่รู้ที่ร้อยจุด แล้วไม่รู้เมื่อไรมันจะกลับขึ้นไปอีก นี่ทุกข์มัยตอนนี เวลาหุ้นตกทุกข์มัย แต่คนที่ไม่มีหุ้นนี้เขาไม่เดือดร้อนหุ้นตกก็ตกไป ดังนั้นคนฉลาดเขาถึงไม่ซื้อหุ้น เขาเอาเงินไปทำบุญดีกว่า ทำบุญแล้วสบายใจ บุญจะทำให้ใจมีความสุข หุ้นจะตกหุ้นจะขึ้น ฉันทำบุญของฉันไปเรื่อยๆ ดีกว่ามีความสุขมากกว่า นี่คือคนฉลาด คนฉลาดจะรู้จักวิธีรักษาใจไม่ให้ทุกข์ คนฉลาดจะรู้จักรักษาใจให้มีแต่ความสุข ●●●

“

ตอนนี้ไปทำบุญกับโรงพยาบาลเยอะ เพราะ
โรงพยาบาลเขาขาดแคลนมาก พวกเครื่องมือเครื่องมื่อ
อะไรต่างๆ เพราะถ้าให้เรามา เราก็ต้องไปทำบุญให้กับ
โรงพยาบาลอยู่ดี ฉะนั้นอย่าให้เราต้องทำงานนี้เลย
ญาติโยมทำได้โดยตรง โรงพยาบาลต่างๆ ตอนนี้
ขาดแคลนเครื่องมือต่างๆ โดยเฉพาะพวกหน้ากากเอย
ผ้าคลุมเอย กุญแจอะไรต่างๆ เหล่านี้มันต้องใช้มาก

จะนั้นช่วยไปบริจาคตามโรงพยาบาลต่างๆ ไม่ต้อง
มาบริจาคที่นี่ เพราะถ้าเอามาที่นี่เราก็ต้องเอาไปบริจาค
อีกที เห็นไหม ตอนนี้พระท่านต้องไปบริจาคตาม
โรงพยาบาลต่างๆ กัน เพราะญาติโยมทำบุญกับพระมา
ความจริงทำบุญกับพระทำบุญกับโรงพยาบาลได้เท่ากัน
เงินที่คุณบริจาคนี้ได้บุญเท่ากัน ไปทำบุญที่โรงพยาบาล
ใกล้บ้านเลยก็ได้ หรือโรงพยาบาลไหนที่เขาขาดแคลน
ก็ให้ไปช่วยเหลือกัน ...







พระพุทธเจ้าแต่ละพระองค์ที่มาตรัสรู้มาสอนพระธรรมให้แก่มวลโลกก็จะสอนเหมือนกันหมด คือ สอนให้ละบาป สอนให้ทำบุญ สอนให้ชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ เพราะนี่คือวิธีที่จะกำจัดความทุกข์ต่างๆ ที่มีอยู่ภายในใจให้หมดสิ้นไปนั่นเอง ไม่มีวิธีอื่น มีวิธีนี้วิธีเดียวเท่านั้น เพราะพระพุทธเจ้าได้ทรงทดลองมาแล้ว ขณะเป็นเจ้าชายสิทธัตถะ ทรงมีทรัพย์สมบัติ มีรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะให้เสพอยู่ตลอดเวลา แต่ใจมันก็ยังทุกข์อยู่ และพอออกบวช ก็ทรงอดข้าว ๔๙ วัน แต่ใจก็ยังทุกข์อยู่เหมือนเดิม

ดังนั้นพระองค์ทรงเห็นว่าวิธีที่จะทำใจไม่ให้ทุกข์นี้เป็นทางสายกลางระหว่าง ๒ วิธีนี้ คือระหว่างวิธีใช้ความสลดกับความทุกข์ กับใช้ความทรนทน ใช้ความทุกข์มาดับความทุกข์ก็ดับไม่ได้ สุดท้ายต้องใช้วิธีการกระทำบาป ใช้วิธีการทำบุญ ใช้วิธีชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ ด้วยการบำเพ็ญจิตตภาวนา คือ สมกภาวนา และวิปัสสนาภาวนาเท่านั้น

ดังนั้นถ้าพวกเราอยากที่จะพ้นทุกข์กัน อยากที่จะมีความสุขกัน เราต้องปฏิบัติ ๓ ข้อนี้ให้ได้ **ข้อที่ ๑ ละการกระทำบาป** บาปก็คือการฆ่าสัตว์ การลักทรัพย์ การประพฤติผิดประเวณี การพูดปดและการดื่มสุรายาเมา พยายามละมันให้ได้ อย่าไปทำมัน เพราะทำแล้วจะทำให้ใจเราทุกข์นั่นเอง ถ้าเราไม่ทำมัน จะทำให้ใจเราไม่ทุกข์ แล้วก็เลิกเสพอบายมุขด้วย นอกจากสุรายาเมาแล้วก็ต้องเลิกเล่นการพนัน เลิกเที่ยว เลิกความเกียจคร้าน เลิกคบคนที่ชอบอบายมุขเป็นมิตร อย่าไปคบกับคนที่ชอบดื่มสุรา อย่าไปคบกับคนที่ชอบเล่นการพนัน อย่าไปคบกับคนที่ชอบเที่ยวเตร่ อย่าไปคบกับคนเกียจคร้าน เพราะเขาจะชวนให้เราทำในสิ่งที่เขาชอบนั่นเอง ถ้าเขาดื่มสุรา เขาก็ชวนเราไปดื่มสุรา ถ้าเขาชอบเล่นการพนัน เขาก็จะชวนเราไปเล่นการพนัน ถ้าเขาชอบเที่ยวเตร่ เขาก็จะชวนเราไปเที่ยวเตร่ เขาชอบความเกียจคร้าน เขาก็จะชวนให้เราเกียจคร้าน พอเราไปเสพอบายมุขแล้วเราจะขาดทุน เพราะมีแต่รายจ่ายไม่มีรายรับนั่นเอง เดี่ยวเงินทองก็ไม่พอใช้ เมื่อไม่พอใช้ก็ต้องไปหาโดยวิธีทำบาป ไปโกหกหลอกลวง ยืมเงินคนนั้นคนนี้มา หรือไปขายของเก๊ขายของปลอมอะไรต่างๆ หรือไม่เช่นนั้น ก็ไปลักขโมย บางทีก็ต้องไปปล้นไปจี้ แล้วถ้ามีการต่อสู้ก็ต้องมีการฆ่ากันอีก พอมีการทำผิดกฎหมาย เดี่ยวก็ต้องถูกจับไปลงโทษติดคุกติดตะราง ถ้าโทษหนักก็ถึงกับประหารชีวิต นี่เป็นการสร้างความทุกข์ให้กับตนเองโดยไม่รู้สีกตัว คือการไปเสพอบายมุขนี้เอง



ดังนั้นต้องพยายามอย่าไปเสพบายมุข ถ้าตอนนี้เสพอยู่ก็พยายามเลิกให้ได้ ถ้ายังดื่มสุราก็เลิกดื่มเถิด อย่าไปคิดว่าเก่ง บางคนคิดว่าดื่มสุราแล้วเก่ง ดื่มสุราแล้วแฮปปี้ เฮฮาปาร์ตี้ มันแฮปปี้ได้ชั่วเดียวตอนดื่มเดียวตอนเงินหมดมันจะทุกข์ เวลาที่ไม่มีเงินจะซื้อมันดื่ม เล่นการพนันก็เหมือนกัน เวลาเล่นก็สนุก เวลาได้ยิ่งดีใจ ได้แล้วก็คิดว่าจะได้ไปเรื่อยๆ ก็จะเล่นต่อ พอเสียก็ต้องอยากจะได้คืนก็ต้องเล่นอีก เวลาไม่ได้เล่นก็รู้สึกหงุดหงิด ของพวกนี้พอติดแล้วมันเลิกยาก ฉะนั้นถ้ายังไม่ติดอย่าไปยุ่งดีกว่า มีใครมาชวนก็อย่าไปเสียเพื่อนดีกว่าเสียตัว ถ้าไปเสพบายมุขแล้วเดี๋ยวไม่ซำก็เร็วเราจะเสียตัว ตัวเราจะเสียไป ตัวเราจะกลายเป็นคนมีปัญหา มีความทุกข์ มีความวุ่นวายใจ มีความเดือดร้อน และอาจจะทำให้เรากลายเป็นคนไม่ดีไปได้ ถ้าเราไม่สามารถเลิกเสพได้ เราก็ต้องไปหาเงินหาทองโดยมิชอบมาเสพต่อ ฉะนั้นอย่าไปเสพบายมุข พอเราไม่เสพบายมุข เราก็ไม่ต้องทำบาป เมื่อเราไม่ทำบาป เราก็จะไม่มีทุกข์ตามมา

ทุกข์ที่เกิดในใจ เราอย่าไปดูผลที่เกิดจากการทำบาปที่ภายนอกที่ร่างกาย บางทีคนทำบาปยังไม่รับผลของบาปก็มีเยอะเยอะไป แต่ไม่ได้หมายความว่าเขาจะไม่มีโทษนะ โทษจริงๆ มันมีแล้วอยู่ในใจของเขา เวลาเขาทำบาปแล้วใจจะร้อนขึ้นมา ใจจะไม่สบายขึ้นมา ต่างกับคนที่ไม่ได้ทำบาป เขาจะรู้สึกเฉยๆ เวลาเห็นตำรวจก็ไม่เดือดร้อน ไม่สะอึด คนที่ทำบาปนี้พอเห็นตำรวจเดินมานี่สะอึดขึ้นมาแล้ว ทั้งๆ ที่ตำรวจก็ไม่ได้มาจับ แต่เขารู้ว่าเขามีโทษเขาจะต้องถูกจับไปลงโทษ ไม่ซำก็เร็วมันก็เลยสร้างความทุกข์ขึ้นมาในใจ เพราะฉะนั้นอย่าทำบาป แล้วความทุกข์จะน้อยลงไป

ถ้าเรารู้สึกจี๊ดจ๊าดกับชีวิตชีวา อยากให้มีความสุขก็ทำบุญกัน การทำบุญทำทานก็ทำได้หลายวิธีด้วยกัน เช่น ทำบุญกับวัดก็ได้ ทำบุญกับโรงเรียนก็ได้ ทำบุญกับโรงพยาบาลก็ได้ ทำบุญกับองค์กรสาธารณกุศล เช่น ร่วมกตัญญูปอเต็กตึ๊งก็ได้ ทำบุญกับคนชราก็ได้ ทำบุญกับเด็กพิการก็ได้ ทำบุญกับสัตว์เดรัจฉานก็ได้ คนชอบหมาก็เลี้ยงสุนัขจรจัด คนชอบแมวก็เลี้ยงแมว คนชอบนก คนชอบปลา ก็ไปปล่อยนกปล่อยปลา คนชอบวัวควายก็ไปไถ่ชีวิตวัวควาย การกระทำเหล่านี้จะทำให้เรามีความสุขขึ้นมา บุญนี้เป็นตัวที่ทำให้เกิดความสุขใจขึ้นมา อย่าไปหาความสุขใจแบบอื่น การไปหาความสุขจากการเสพรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะนี้เป็นเหมือนการไปเสพยาเสพติด มันจะมีโทษมีพิษตามมา มันจะทำให้ติด แล้วเวลาไม่ได้เสพมันจะทำให้ทุกข์ แต่เวลาทำบุญนี้มันจะไม่ติดมันจะไม่ทุกข์ เวลาที่ไม่ได้ทำบุญมันจะรู้สึกเฉยๆ ไม่เดือดร้อน หรือบางทีคิดถึงบุญเก่าที่ได้ทำไว้ก็ยังทำให้เกิดความสุขใจขึ้นมาได้

นี่คือขั้นที่ ๒ คือให้ทำบุญตามกำลัง มีมากมีน้อยก็ทำไปเท่าที่เรามี อย่าไปมองคนอื่น บุญนี้ของใครของมัน เหมือนอาหารนี้ของใครของมัน คนที่มีร่างกายใหญ่ก็ต้องกินมาก คนที่มีร่างกายเล็กก็กินน้อย แต่ผลที่ได้ก็เท่ากันก็คือความอิ่มเหมือนกัน เห็นไหม เวลาข้างกินข้าวนี้ต้องกินอย่างน้อยครึ่งกระสอบถึงจะรู้สึกอิ่ม แต่หนูนี้มันกินแค่ช้อนสองช้อนมันก็อิ่มแล้ว แต่อิ่มเหมือนกัน ความอิ่มของข้างกับความอิ่มของหนูมันอิ่มเหมือนกัน แต่ปริมาณของข้าวที่ต้องกินไม่เท่ากัน ฉะนั้นคนรวยก็ต้องทำมากถึงจะอิ่ม คนจนถึงทำน้อยก็อิ่มเหมือนกัน คนมีล้านหนึ่งอาจจะต้องทำแสนหนึ่งถึงจะรู้สึกอิ่ม คนมีพันหนึ่งทำแค่ร้อยเดียวก็รู้สึกอิ่ม มันอยู่ที่กำลังอยู่ที่ขนาดของเงินทองของแต่ละคนมีกัน มีมากก็เป็นเหมือนช้าง ต้องกินเยอะถึงจะอิ่ม มีน้อยก็เหมือนหนู กินนิดเดียวก็อิ่ม ฉะนั้นให้เราทำไปตามกำลัง ทำแล้วรู้สึกอิ่มเอิบใจก็ถือว่าใช้ได้แล้ว เราได้ทำบุญแล้ว

แล้วพอเราได้ทำบุญแล้วก็เหมือนกับเราได้กินอาหาร พอกินแล้วเราก็จะมีกำลัง มีกำลังที่จะไปทำความสะอาดจิตใจของเรา ใจของเราก็เป็นเหมือนบ้าน บ้านของเราเวลามันรกรุงรังนั้นน่าอยู่มัย เกะกะไปหมด ข้าวของเสื้อผ้าใช้แล้วก็ไม่ซัก กองไว้ตรงนั้นกองไว้ตรงนี้ ขยะก็ทิ้งกัน เวลากลับบ้านแล้วไม่อยากจะเข้าเลย เหมือนเข้าโรงขยะ แต่ถ้าเรามาจัดการเอาขยะออกไปทิ้งนอกบ้าน มาจัดบ้านกัน มากวาดมาถูมาเช็ด มาจัดโต๊ะเตียงให้มันสะอาด ให้มันดูเรียบร้อยเหมือนตอนที่สร้างบ้านใหม่ๆ พอเห็นแล้ว โอ้ อยากจะเข้าบ้าน ใจของเราก็เหมือนกัน ถ้าเราไม่ได้ชำระใจของเรา ใจของเรามีแต่เรื่องรกรุงรังอยู่ในใจตลอดเวลา เรื่องหนักอกหนักใจ เรื่องเบื่อหน่าย เรื่องอะไรต่างๆ มากมายกอง เพราะเราไม่ชำระเรื่องราวต่างๆ เราถึงต้องมาชำระใจของเราให้สะอาด ก็เรียกว่าการภาวนา

การภาวนาก็แบ่งเป็น ๒ ขั้นตอนด้วยกัน ขั้นที่ ๑ เรียกว่าสมถภาวนา ถ้าเปรียบเทียบก็เป็นการเอาขยะออกนอกบ้านไป เรียกว่าสมถภาวนา ทำความสะอาดก่อน พอทำความสะอาดเสร็จ ขั้นที่ ๒ ก็จัดโต๊ะจัดเตียง จัดอะไรให้มันเรียบร้อย ให้มันดูสวยงาม ดูแล้วรู้สึกมีความสุข อันนี้ก็เหมือนกัน ขั้นต้นก็ทำให้สงบก่อน พอสงบแล้ว ขั้นที่ ๒ ก็มาจัดการกับสิ่งที่มีอยู่ในใจเรา สิ่งไหนที่มันรกรุงรัง สิ่งไหนที่มันไม่จำเป็น จะต้องกำจัดมันออกไป เก็บไว้แต่สิ่งที่มันดี สิ่งที่ดีมันจะให้ความสุขกับเรา เรียกว่าวิปัสสนา คือปัญญา นี่คือการชำระจิตใจ พอเราชำระจิตใจให้สะอาด กำจัดสิ่งที่รกรุงรัง สิ่งที่สร้างความทุกข์ สร้างความไม่สบายใจต่างๆ ให้หมดไปแล้ว ใจของเราก็มีแต่ความสุข ใจของเราจะมีความสุขทุกข์อีกต่อไป ใจของเราก็จะไม่ต้องกลับมาเกิดอีกต่อไป เมื่อไม่มาเกิดก็จะมีร่างกายที่จะเป็นบ้านของเชื้อโรคที่จะมาเพาะโรคภัยไข้เจ็บให้กับร่างกายอีกต่อไป เราก็จะพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงได้ ●●●





“

คนที่สาละวันนี้นักน้อย ไม่มาก
เหมือนกับทุกวัน ก็เป็นเรื่องปกติ
เพราะคนส่วนใหญ่คิดว่าทางวัดปิดกัน
แต่ทางวัดก็ไม่เดือดร้อน เรื่องอาหาร
การกินตอนนี้ก็พอเพียง พอฉันอยู่
เพราะกินมือเดียว กินกับข้าวอย่าง
สองอย่างก็อยู่ได้แล้ว เพราะ ใจไม่หิว
ใจมีธรรมะหล่อเลี้ยง มีสแห่งธรรม
หล่อเลี้ยง มีสติมีปัญญา มีความสงบ
หล่อเลี้ยงจิตใจ จิตใจก็ไม่หิวโหย
ดื่มน้ำเปล่านี้ก็อร่อยแล้ว ...



“ถ้าใครมีปัญหาข้องใจอะไร
โดยเฉพาะปัญหาเรื่องของความเครียดในตอนนี่

อาโรคยปรมา ลากา
ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ
ขอให้เกิดกับท่านทั้งหลายทุกคน
ทั่วหน้ากันเทอญ”

พระสุริย อภิปิ