

..โอวาทธรรมหลวงพ่อเปลี่ยน ปัญญาปทีโป เช้าวันอาทิตย์ที่ 31 มีนาคม 2556..

..ขอเจริญพรคณะศรัทธาทูท่าน ที่พวกเราได้พากันตั้งจิตตั้งใจใฝ่ฝันหาถึงความสุขความเจริญให้เกิดขึ้นแก่ตนด้วยกันทุกท่านทุกคน นั่นก็คือการทำความดีนั่นเอง ความชั่วไม่มีใครต้องการ บาปความทุกข์ใครก็ไม่ต้องการ ทั้งนั้น ต้องการแต่ความสุข ก็ต้องเลือกสรรหาในการปฏิบัติของตนที่จะทำให้เกิดสุข ถ้าเราเดินทางถูกเราไม่เดินทางผิด ความคิดความอ่านนี้เป็นเรื่องที่สำคัญที่สุด เหตุฉะนั้นคนที่บางที่ไม่เคยทุกข์กาย ไม่เคยมีโรคภัยไข้เจ็บ ทางด้านวาจาก็เหมือนกัน ทางด้านความคิด การคิดเป็นเรื่องสำคัญที่สุดในชีวิตของพวกเขา เหตุฉะนั้นถ้าเราคิดไปในทางที่ดี เราคิดว่าเราทำความดี ไหว้พระสวดมนต์อยู่บ้านอยู่ช่องก็ดี อยู่ที่ไหนถ้าหากเราคิดในเรื่องใดที่ทำให้เกิดมีความสุข ก็ถือว่าได้สร้างคุณงามความดีเกิดขึ้น ความสุขก็จะเกิดจากความคิดอย่างนี้ เราก็ควรจำไว้ให้ดีว่าการเปลี่ยนความคิด ถ้าจิตของเราคิดไปในทางที่เศร้าหมองขุนมัว คิดมีความวุ่นวาย เกิดความเครียดกันไป ทำให้จิตใจของตนเองเศร้าหมองเกิดขึ้นอย่างนั้น จิตใจก็ไม่สบาย ถ้าจิตใจไม่สบายประเดี๋ยวร่างกายมันก็จะไม่สบายไปด้วยกัน ก็ให้ระมัดระวังเอาเอง หน้าที่ของเรานั้นก็ต้องทำความดีเอาไว้ ความชั่วที่มันเกิดขึ้นที่มันมีความวุ่นวายอยู่นั้นก็ให้มันลดระดับไป เปลี่ยนความคิดนั้นเสีย ภาษาของเราเรียกว่าเปลี่ยนอารมณ์ใหม่ เปลี่ยนความคิดใหม่ เหมือนกับคนเราที่โศกเศร้าโศกอาศุรมูลหมองอยู่ หรือร้องไห้อยู่ นอนจมอยู่ในกองทุกข์ คิดในสิ่งใดที่มันเป็นความทุกข์ความวุ่นวายเกิดขึ้น เราก็จำไว้ให้ดีกว่าสิ่งนั้นมันไม่ดี ให้คิดเสียสละปล่อยวางทิ้งไป ให้คิดในอารมณ์ใหม่ที่มันเกิดขึ้น ให้คิดในทางที่ดีว่าเรานี้ได้ทำอะไรในทางที่ดีอะไรบ้างตั้งแต่อดีตที่ผ่านมา ตั้งแต่เด็กแต่น้อยจนถึงหนุ่มสาวท่ามกลางคน จนถึงเฒ่าถึงแก่ เราได้ทำอะไรเป็นคุณงามความดี เราก็คิดในเรื่องนั้น มาเปลี่ยนความคิดใหม่ ความคิดเก่าๆเหล่านั้นก็จะหายไป เหมือนคนร้องไห้ ก็สามารถหัวเราะรื่นเริงได้ แซ่มชื่นเบิกบานได้ ก็เพียงแค่เปลี่ยนอารมณ์ใหม่เท่านั้น อันนี้เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดในชีวิตของเรา เมื่อหากเราเปลี่ยนความคิดใหม่ไปในทางที่ดี เกิดความสุขเกิดขึ้น เราก็มีความสุข เราก็ให้คิดไปในทางที่มันดี ไม่ว่าจะยืนเดินนั่งนอน นอกจากนอนหลับ พอตื่นขึ้นก็นึกแต่เรื่องที่มันทำให้เกิดความสุข แล่คิดอย่างนั้น ยังไม่พอต้องคิดว่าเมื่อเรามีความสุขแล้วคนอื่นก็มีความสุขอยู่ ก็ต้องให้มีเมตตาคิดให้เขาพ้นจากทุกข์ ถ้าเขามีสุขก็ให้มีสุขยิ่งขึ้นไปแก่บุคคลเหล่านั้น อันนี้เรียกว่าเป็นชีวิตที่เรามีเมตตาต่อซึ่งกันและกันและกันจะเป็นสิ่งที่ดีที่สุด เรียกว่าเป็นเมตตาที่ออกมาจากจิตใจ ใจที่มีเมตตาจะแซ่มชื่นเบิกบานยิ้มแย้มแจ่มใส อยู่คนเดียวก็มีความรื่นเริงมีความสุขความสบายเกิดขึ้น ยืนเดินนั่งนอนอยู่ก็สบาย ถ้าคนเราจิตใจสบายก็จะเป็นอย่างนั้น แม้จะมีโรคภัยไข้เจ็บนิดๆหน่อยๆ ก็จะหายไปเอง มันหายไปด้วยความคิดที่ดีที่เกิดขึ้น มันมีกำลัง เรียกว่าจิตมีพลัง ถ้าแผ่เมตตาให้คนอื่น ถ้าแผ่เมตตาทางกายก็

คือทำอะไรไม่ให้กระทบกระเทือนแก่คนอื่น ทำให้คนอื่นเสียหายทำให้คนอื่นมีความทุกข์ จากการกระทำของตนเอง เรียกว่าเราเมตตาด้วยกาย เมตตาด้วย วาจา ก็คือพูดจาปราศรัยไม่ให้กระทบกระเทือนซึ่งกันและกัน ปู่ย่าตา ยายครูบาอาจารย์ทั้งหลายท่านได้ตักเตือนแนะนำสั่งสอนให้เราปฏิบัติในสิ่งที่ดี ซึ่งสิ่งที่บพร่องของเราให้ดู สั่งสอนให้ถึงความชั่วที่ไม่ดีไม่งามนั้นให้ละไปเสีย ของอย่างนี้มันละได้ไม่ใช่ละไม่ได้ ถ้ามันละไม่ได้มันก็ไม่ดีสักทีหรือคนเรา ถ้าเคยทำความชั่วมา ก็มาทำความดีใหม่ ตั้งใจพัฒนาตนเองใหม่ เหมือนคนใหม่ เหมือนชีวิตที่เกิดใหม่นี้แหละคนเรา เพราะมีคุณงามความดีเป็นที่พึ่ง ชีวิตก็จะมีคุณค่ามีประโยชน์ที่สุด เมื่อได้นึกถึงคุณงามความดีของตนเองที่ได้กระทำก็เลยมีความสุขเกิดขึ้นเราก็อออันนี้ เป็นประโยชน์ในชีวิตของเรา เป็นมงคลในชีวิตของเรา เหตุฉะนั้น ชีวิตคนเรานี้ ถ้ามีความดีมีความคิดดีแล้ว ก็จะพูดดี แล้วก็จะทำดีด้วยเพราะใจเขาดี ตรงนี้แหละคนจะทำอะไรสวยงามงามๆ ทำอะไรสะอาดหมดจดเรียบร้อยเป็นระเบียบเรียบร้อยดี นั้นมวลปราณีตชวนให้คนอื่นดูได้ ก็อาศัยที่ว่าตนเองนั้น ประพฤติปฏิบัติดีนั่นเอง คนอื่นเขาก็จะได้มองดูว่า.. เอ..คนนี้ กิริยามารยาทก็ดี การพูดจาปราศรัยก็ดี ตลอดถึงน้ำใจที่มีต่อคนอื่นก็ดี เขาก็จะเห็นได้ชัดเจนว่า..เออ ..ทำไมคนนี้มี ความรื่นเริงมีความสุขสบายใจอย่างนี้ ก็เพราะว่าเขาเป็นคนที่คิดดีนั่นเอง เหตุฉะนั้นใจของเรามันเป็นนาย กายของเรามันเป็นบ่าว เป็นคนรับใช้ของจิตใจ เมื่อจิตใจเขาจึงพูดดีกัน อยู่ด้วยกันมากๆ เหมือนพวกเรายู่ด้วยกันนี้แหละ ไม่มีกระทบกระเทือนอะไรกัน จะทำอะไรก็ไม่กระทบกระเทือนซึ่งกันและกัน เพราะเราอยู่ด้วยกันด้วยความสมานสามัคคีปรองดองกัน แม้แต่ในครอบครัว ในหน่วยงานก็เหมือนกัน หน่วยงานไหนครอบครัวใดก็ดี ถ้าสามัคคีปรองดองสามัคคีรักใคร่ปรองดองอยู่ด้วยกันดี ไม่มีอะไรกระทบกระเทือนซึ่งกันและกัน พูดจาปราศรัยก็มีความเห็นร่วมกันในทางที่ถูกต้อง ครอบครัวนั้นเขาก็มีความสุข มีการรับฟังคำสั่งสอนของพ่อแม่ดี ฟังคำสั่งสอนของครูบาอาจารย์ที่สั่งสอน ให้เป็นคนดี ให้เป็นคนที่น่าเคารพ อย่างนั้นเขาเรียกว่า ในกลุ่มนั้น ในชนเหล่านั้นก็มีความสุขเหมือนกัน เหตุฉะนั้นจึงเป็นสิ่งที่เราควรพิจารณา คนเรานั้นต้องอยู่เป็นหมู่เป็นกลุ่ม จะอยู่คนเดียวนั้นไม่ได้ ต้องอยู่มีเพื่อนมีฝูง ถ้าจะอยู่คนเดียวก็ต้องนั่งภาวนาแก่นั่นเอง อันนั้นต้องทำตัวให้เหมือนอยู่คนเดียว เป็นจิตพิเศษที่สามารถสามารถอยู่คนเดียว อันนั้นเรียกว่าเป็นคนที่มีฝึกแล้ว เป็นคนที่พิเศษแล้ว สำหรับทางด้านจิตใจ ไม่มีใครอยู่คนเดียวกับตนเอง เรียกว่าเป็นผู้ที่มีจิตที่ฝึกฝนอบรมดีแล้ว จึงนำความสุขมาให้ เหตุฉะนั้นพวกเราทั้งหลายได้ทำคุณงามความดีไว้แล้ว ให้มันระลึกอย่างนี้ อาตมาก็ได้สอนบ่อยๆ อยากให้คนเปลี่ยนอารมณ์ เปลี่ยนความคิด เปลี่ยนความคิดที่ไม่ดี มาเป็นความคิดที่มันดีเสีย มันก็เลยดีขึ้นมา เหมือนสิ่งของที่มันสกปรกมันไม่สะอาด เรามาทำความสะอาดให้มันหมดจดเรียบร้อย มันก็นำใช้น่าสอย ไม่ว่าจะเป็นจานเป็นชาม เป็นช้อนเป็นช้อม ที่พักพาอาศัยก็ดี เครื่องนุ่งห่มทั้งหลายก็เหมือนกัน ถ้ามันสกปรกแล้วเราก็มารักษา

สะอาด มันก็น่าอุ่นน่าหอมน่าใช้น่าสอยทั้งนั้น จิตใจของเราก็เหมือนกัน ถ้ามันไม่ดีก็ทำให้มันดีได้ ถ้าอย่างนั้นมันก็ไม่ได้เสียที่คนเรา เหมือนแต่ก่อนแต่เล็กแต่น้อยมันเคยทำอะไรที่ไม่ดีผิดหลักศีลธรรม พอใหญ่ขึ้นมามันก็รู้เรื่องว่าอะไรผิดอะไรถูก มันก็เลยมาปฏิบัติใหม่ ฝึกฝนอบรมใหม่ ก็เลยเป็นคนดีขึ้นมา เหมือนคนเฒ่าคนแก่ก็เหมือนกัน ตั้งแต่หนุ่มแต่น้อยทำอะไรทุกอย่างก็ทำไม่ถูกศีลธรรม พอแก่แล้วก็มาปฏิบัติตนเอง เข้าวัดฟังธรรมจำศีลปฏิบัติ ฝึกหัดอบรมตนเองแล้ว ก็ทำให้จิตใจของตนเองนั้นดีขึ้น ก็เหมือนกับต้นไม้ที่ต้นมันคดแต่ปลายมันตรง เขาก็เอาที่มันตรงนั้นมาทำเสาบ้านเสากุฏิ วิหารศาลาอะไรก็แล้วแต่ ก็เอาเสาที่มันตรงมันซื่อดี เหมือนกับคนซื่อสัตย์นั่นเอง คนดีนั่นเอง เหตุฉะนั้นแต่ต่อไป ก็ขอให้ทุกคนได้ปลื้มใจ เมื่อเรามีความดีแล้ว ก็สามารถจะแผ่เมตตา ให้ทั่วโลกได้ ไม่ว่าโลกนี้จะเป็นคนอยู่บ้านใดเมืองใดประเทศไหน จะนับถือลัทธิศาสนาใดก็แล้วแต่ ขอให้พวกเรานี้มีเมตตาต่อเขา เมื่อเขายังรับเมตตาจากเราไม่ได้ เราก็ให้แผ่ไปเรื่อยๆ เหมือนอากาศหน้าหนาวนี้แหละ เมื่อมันพัดมาทางไหนมันก็เย็นไป เหมือนความเย็นของอากาศอย่างนั้น ก็จะทำให้แช่มชื่นเบิกบานได้ คนที่ได้รับก็จะรู้สึกว่าทำไมอากาศมันเย็นสบายดีน้อ ก็เหมือนกับอารมณ์ของคนที่คิดแผ่เมตตาให้ซึ่งกันและกัน ก็จะได้รับความสุขความสบาย เวลาบรรพก็ให้ตั้งใจทุกท่านทุกคน แผ่เมตตาดังที่ได้กล่าวมาแล้วด้วย..