

## พูดมากเสียมาก..พูดน้อยเสียน้อย..ไม่พูดไม่เสีย..๗ธรรมประจำใจ คำสอนจากหลวงปู่ทวด...

นำเสนอเมื่อ : 19 พ.ค. 2552

### พูดมาก เสียมาก พูดน้อย เสียน้อย ไม่พูด ไม่เสีย หนึ่งเสีย โพรสิสต์

---

 รูปนี้ถูกลดขนาดลง กดที่แถบนี้เพื่อดูขนาดเดิม ขนาดเดิมของรูป:  
530x393 ขนาดของไฟล์: 66KB



## หลวงปู่ทวด

วัดช้างให้ จ.ปัตตานี ท่านเป็นพระมหาเถระที่รู้จักกันทั่วประเทศ ในนาม " หลวงปู่ทวด  
เหยียบน้ำทะเลจืด "

คาถาบูชาท่าน คือ **นะโม โพรสิสต์โต อาคันติมาเย อิติกะคะวา**

ชาติกาล 3 มีนาคม พ.ศ. 2125

ชาติภูมิ บ้านเลียบ ต.ดีหลวง อ.สังขละ

บรรพชา เมื่ออายุได้ 15 ปี

อุปสมบท เมื่ออายุ 20 ปี

มรณภาพ 6 มีนาคม พ.ศ.2225

สิริรวมอายุได้ 99 ปี

**คติธรรมคำสอน ของ หลวงปู่ทวด**

**ธรรมประจำใจ**

พูดมาก เสียมาก พูดน้อย เสียน้อย ไม่พูด ไม่เสีย หนึ่งเสีย โพรสิสต์

### ละตั้ย่อมสงบ

ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ ล้วนแต่เคลื่อนที่ไปสู่ความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

ทุกอย่างในโลกนี้ เคลื่อนไปสู่การสลายตัวทั้งสิ้น ไม่มีดี ไม่ทุกข์ ไม่สุข ละตั้ย่อมสงบ

### สันดาน

" ภูเขาถูกมนุษย์ทำลายลงมาได้ แต่สันดานของคนเราที่นอนนิ่งอยู่ในกันบัง  
ซึ่งไม่เหมือนกันย่อมขัดเกลาให้ดีเหมือนกันได้ยาก

### ชีวิตทุกข์

การเกิดมาเป็นมนุษย์ชาติหนึ่ง จะว่าประเสริฐก็ประเสริฐ จะว่าไม่ประเสริฐก็ไม่ประเสริฐ  
จะเห็นได้ว่า ตื่นเช้าก็มีความทุกข์เขาคอบงำ จะต้องล้างหน้า ล้างปาก ล้างฟัน ล้างมือ  
เสร็จแล้วจะต้องกินต้องถ่าย นี่คือความทุกข์แห่งกายเนื้อ  
เมื่อเราจะออกจากบ้านก็จะประสบความทุกข์ในหมู่คณะ ในการทำงาน ในสัมมาอาชีวะ การเลี้ยงตนชอบ นี่คือ  
ความทุกข์ในการแสวงหาปัจจัย

### บรรเทาทุกข์

การที่เราจะไม่ต้องทุกข์มากนัก เราจะต้องรู้ว่า เราจะต้องไม่เอาชีวิตไปฝากสังคม  
เราต้องเป็นตัวของเราเองและเราจะต้องวินิจฉัย ในเหตุการณ์ที่จะเข้ามาเกี่ยวข้องกับตัวเราว่าสิ่งใดเราควรทำ  
สิ่งใดไม่ควรทำ

### ยากกว่าการเกิด

ในการที่เราเกิดมา ชีวิตแห่งการเกิดนั้นง่าย แต่ชีวิตแห่งการอยู่นั้นสิยาก  
เราจะทำอย่างไรให้อยู่ได้อย่างสุขสบาย

### ไม่สิ้นสุด

ฉันทะเล และมหาสมุทร ไม่มีที่สิ้นสุดของน้ำ ฉันทิใด ก็เลสตัณหาของมนุษย์ก็ย่อมไม่มีที่สิ้นสุด  
ฉันทัน

### ยึดจึงเดือดร้อน

ทุกวันนี้ เกิดความทุกข์ ความเดือดร้อน ก็เพราะมนุษย์ไปยึดโน่น ยึดนี้ ยึดพวกยึดพ้อง

ยึดหม้อยึดคณะ ยึดประเทศเป็นสรณะ โดยไม่คำนึงถึงธรรมะ สากลจักรวาลโลกมนุษย์นี้  
ทุกคนมีกรรมจึงเกิดมาเป็นสัตว์โลก สัตว์โลกทุกคนต้องไขกรรมตามวาระ ตามกรรม  
ถ้าทุกคนยึดถือเป็นอารมณ์ ก็จะเกิดการเข่นฆ่ากัน เกิดการฆ่าฟันกัน เพราะอารมณ์แห่งการยึดถืออายตนะ  
จะนั้น ต้องพิจารณาใหญ่องเทว่า สิ่งใดทำแล้ว สัตว์โลกมีความสุข สิ่งนั้นควรทำ นี่คือ  
หลักความจริงของธรรมะ

## อยู่ให้สบาย

ในภาวะแห่งการที่จะอยู่อย่างสบายนั้น เราต้องอยู่กันอย่างไม่ยึด อยู่กันอย่างไม่ยินดี  
อยู่กันอย่างไม่ยินร้าย อยู่กันอย่างพยายามให้จิตวิญญาณของนามธรรมนั้นเหนืออารมณ์เหนือคำสรรเสริญ  
เหนืออินทาเหนือความผิดหวังเหนือความสำเร็จเหนือรักเหนือชัง

## ธรรมารมณ์

การอยู่อย่างมีธรรมารมณ์คือ การอยู่เหนือความรู้สึกทั้งปวง อยู่อย่างรู้หน้าที่การเป็นคน  
และรู้หน้าที่ในการงาน คือรู้ว่าสิ่งที่เราทำนั้น เป็นสิ่งที่เราต้องทำ ไม่ใช่ทำเพื่อหวังผลตอบแทน  
เพราะถ้าเราทำงานเพื่อหวังผลตอบแทนต่างๆแล้ว ถ้าสิ่งต่างๆไม่สัมฤทธิ์ผลตามความหวังนั้น  
เราย่อมเกิดความโทมนัส เสียใจน้อยใจ เป็นทุกข์

## กรรม

ถ้าเรามีชีวิตอยู่อย่างที่ว่า เกิดเพราะกรรม อยู่เพื่อกรรม ทำเพราะกรรม ตายเพราะกรรมแล้ว  
ชีวิตการเป็นมนุษย์ย่อมมีความภิมรมย์ มีความรื่นเริง

## มารยาทของผู้เป็นใหญ่

" ผู้ใหญ่ไม่ใช่อยู่ที่เกิดก่อน ผู้ดีไม่ใช่อยู่ที่เรียนสูง " มารยาทจรรยาของการเป็นผู้ใหญ่  
ก็คือต้องสุขุมรอบคอบ และไม่ยึดติดเสียงเป็นหลัก คือ ต้องไม่หวั่นไหวกับคำนิทาและสรรเสริญ

## โลกียะหรือโลกุตระ

คนที่เดินทางโลกุตระ ย่อมไปดีทางโลกียะไม่ได้  
คนที่เดินทางโลกียะย่อมสำเร็จทางโลกุตระได้ยาก เพราะอะไร ? ถ้าคนหนึ่งสำเร็จได้ทั้งโลกียะ  
และโลกุตระงายแล้ว ทำไม องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธโคดม  
ต้องสละราชบัลลังก์แห่งจักรพรรดิไปเป็นธรรมราชาเล่า ถ้าเป็นไปได้  
พระองค์เป็นมหาจักรพรรดิพร้อมทั้งธรรมราชา ไม่ดีหรือ? แต่มันเป็นไปได้  
เพราะโลกของโลกียะและโลกุตระเดินคู่ขนานกัน เราต้องตัดสินใจ  
ต้องมีความเด็ดเดี่ยวและกล้าหาญในการที่จะเลือกทางใดทางหนึ่ง

## ศิษย์แท้

พิจารณาภายในกาย พิจารณาธรรม ในธรรม พิจารณาวิญญาณ ในวิญญาณ นั้นแหละ คือ  
สานุศิษย์อันแท้จริงของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

## รู้ซึ้ง

ทุกอย่างจะต้องมีเหตุ เมื่อมีเหตุจึงจะมีผล ผลนั้นเกิดจากเหตุ เราได้วินิจฉัยข้อนี้แล้ว เราจึงรู้ซึ้งถึงพุทธศาสนา

## ใจสำคัญ

การทำบุญนั้น จะต้องทำด้วยจิตใจบริสุทธิ์ จะต้องทำด้วยความศรัทธา ผลสะท้อนมันจะเกิดขึ้น เกินความคาดหมาย

## หยุดพิจารณา

คนเรานี้ ถ้าไม่มีอะไรทำอยู่ในที่วิเวกคนเดียว จิตมันจะฟุ้งซ่าน และถ้าภาวะนั้นมันไม่ปล่อยให้จิตฟุ้งซ่านไปเรื่อยๆ คือหยุดพิจารณาแล้วคนสัจจะของ ศีล สมาธิ ปัญญา ย่อมที่จะคนหาสัจจะในธรรมะได้

## บริจาค

ทำบุญสังฆทานเป็นจาคะ จาคะเป็นการบริจาคโภคทรัพย์ภายนอก การสวดมนต์เป็นการภาวนา การภาวนาเป็นการบริจาคภายใน เพราะฉะนั้น ถ้านับในด้านทิพย์อำนาจ การบริจาคภายในย่อมได้กุศลมากกว่า การบริจาคภายนอก นี่คือเรื่องของนามธรรม

## ทำด้วยใจสงบ

เราจะทำบุญก็ดี เราจะทำอะไรก็ดี จงทำด้วยความสงบ อย่าทำด้วยอารมณ์แห่งความร้อน เพราะการทำด้วยอารมณ์ร้อนนั้น มันจะพาเราไปสู่หายนะ เมื่อเกิดอารมณ์ร้อน เราจะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง จงอย่าทำ หนึ่งให้จิตใจมันสบายเสียก่อน เมื่อจิตใจสบายแล้วปัญญาก็เกิด เมื่อเกิดปัญญาแล้ว จะทำสิ่งใดก็เป็นไปโดยความสะดวก

## มีสติพร้อม

จะทำสิ่งใดก็ตาม เราต้องมีสติพร้อม คือ อย่าให้มีโทสะ อย่าให้อารมณ์เข้ามาควบคุมสติ อย่าให้เรื่องส่วนตัวและขาดเหตุผลมาอยู่เหนือความจริง

## เตือนมนุษย์

มนุษย์ผู้ใด เห็นแก่งานส่วนตัว มนุษย์ผู้นั้น จะไม่มีงานทำในไม่ช้า

มนุษย์ผู้ใด เห็นแก่ทรัพย์ส่วนตัว มนุษย์ผู้นั้น จะไม่มีทรัพย์ครองในไม่ช้า

มนุษย์ผู้ใด เห็นแก่นอนมาก มนุษย์ผู้นั้น จะไม่ได้นอนในไม่ช้า

### พิจารณาตัวเอง

คืนหนึ่งก็ดี วันหนึ่งก็ดี ควรให้มีเวลาว่างสัก 5 นาที หรือ 10 นาที ไม่ติดต่อกับใคร ให้นั่งเฉยๆ คิดถึงเหตุการณ์ที่เราทำไปแต่ละวันๆ ว่าที่เราทำไปนั้นเป็นอย่างไร คือให้ปลื้มตัวมีเวลาเป็นของตัวเองบ้าง คิดเอาแต่เรื่องของตัวเอง อย่าไปคิดเรื่องของคนอื่น เพราะมนุษย์เราสว่นมากทุกวันนี้ มักเอาแต่เรื่องของคนอื่นมาคิด ไม่ค่อยคิดเรื่องของตัวเอง

คัดลอกจากหนังสือ เรียนธรรมะบูชาพระสุปฏิปันโน เล่มของ หลวงปู่ทวด

ขอให้ทุกท่านเจริญในธรรม:Smiley075

Thumbnail

แนบ



---