"งานเท่านั้นที่จะฆ่ากิเลสทั้งหลายให้ตายไปได้

นำเสนอเมื่อ : 22 พ.ค. 2552

ศิลปะแห่งการสร้างความสุขในความเซ็ง

ศิลปะแห่งการสร้างความสุขในความเซ็ง

ใครที่รำคาญตัวเอง หรือมีความเซ็งระดับแรกนี้ก็ควรหาอะไรทำแก้เซ็ง ไม่ว่าจะเป็น การอ่านหนังสือ ฟังวิทยุ ชมโทรทัศน์ หรือสนทนากับคนถูกคอ การไม่ปล่อยตัวเองให้มีเวลาว่าง นอกจากจะแก้เซ็งแล้วยังกำจัดความวิตกกังวล และกิเลสอีกหลายประการ คนเรายิ่งมีเวลาว่างมากก็ยิ่งคิดมาก และตามปกติก็มักคิดถึงอารมณ์ที่เพิ่มพูนกิเลสของตัว การจับอะไรขึ้นมาทำจึงช่วยลดกิเลสได้มาก บางคนกลัวไวนาฟังว่า "งานเท่านั้นที่จะฆ่ากิเลสทั้งหลายให้ตายไปได้" การทำงานจึงช่วยลดกิเลสและแก้เซ็งไปในตัว บางท่านจึงกลัวว่า "การทำงานเป็นการปฏิบัติธรรม" ชาวญี่ปุ่นเป็นชนชาติขยันขันแข็ง ผู้ไม่ยอมให้ตัวเองอยู่นิ่งเฉย เขาทำทุกอย่างที่จะนำผลประโยชน์มาให้ ตัวชาวญี่ปุ่นมีคติสอนใจว่า "ลมไปแล้วอย่าลุกขึ้นมามือเปล่า อย่างน้อยให้มีหญ้าสักเส้นติดมือขึ้นมาก็ยังดี" ดังนั้น ชาวญี่ปุ่นจึงทำงานสร้างชาติแข่งกับเวลา เขาไม่ปล่อยเวลาให้ล่วงไปอย่างไร้ประโยชน์ ไม่ในขณะที่ยืนรอรถเมล์ ชาวญี่ปุ่นยังมีหนังสือติดมือมาเปิดออกอ่าน ในประเด็นนี้คนกรุงเทพ ฯ สามารถเลียนแบบชาวญี่ปุ่นได้ คือผู้โดยสารรถเมล์แต่ละคนควรถือหนังสือติดมือคนละเล่มสองเล่ม พอจำเป็นต้องรอรถเมล์นาน ๆ หรือนั่งในรถที่ติดกันยาวเหยียด ก็เปิดหนังสือตอนที่ขำขันออกอ่าน แล้วหัวเราะคิกคักไปคนเดียว "น้ยว่าแก้เซ็ง"