

## พอใจในสิ่งที่ตนมี

นำเสนอเมื่อ : 28 ต.ค. 2552

คนที่รู้จัก "มักน้อยและพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่" อารมณ์จิตใจจะสงบเยือกเย็นมาก ตรงกันข้ามกับคนที่ "มักมากและไม่รู้จักพอ" ...

- 1) มักน้อย อาย่ียดติดไว้กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งจนอยากแสวงหาไว้มากๆ
- 2) รู้จักพอ รู้จักชีวิตที่สมบูรณ์พูนสุขของตนเอง
- 3) แสวงหาความสงบ อาศัยอยู่ในที่ที่ไม่ต้องคอยเป็นห่วงกังวล
- 4) มีความเพียร มานะปฏิบัติธรรมโดยไม่เกียจคร้าน
- 5) มีพุทธานุสติ ไม่ลืมนิเวศจำนงของพุทธศาสนา
- 6) ปฏิบัติสมาธิธรรม  
ทุ่มเทกายใจให้กับพุทธศาสนาโดยไม่ทำให้จิตใจสับสน
- 7) ฝึกฝนปัญญา ฝึกให้มีสายตาที่จะมองสรรพสิ่งตามที่เป็นจริง
- 8) ไม่พูดล้อเล่น ต้องมีความดำริชอบ

คนหนุ่มสาวสมัยนี้พากันถือผลประโยชน์เป็นสำคัญ

**จนทำให้ทุกคนต่างคิดจะรวยในช่วงข้ามคืน**

ซึ่งการคิดหาแต่ประโยชน์ใส่ตัวสมัยนี้คือ

คิดแต่จะหาเงินให้มากๆ  
โดยละเลยเรื่องของศีลธรรมไป

พวกคนหนุ่มบอกว่า

"คนเราถ้าเป็นเศรษฐีได้  
จิตใจก็จะดีงามตามไปเอง"

แต่พระศากยมุนีกลับกล่าวว่า

"คนเราไม่ใช่สักแต่ว่ามีเงินมา  
มากๆ แล้วถึงจะมีความสุข

ที่สำคัญที่สุดคือ

เรา รู้จัก มักน้อย พื่อใจ ในสิ่งที่ตน  
ตนเอง มีอยู่ อย่างแท้จริง หรือ ไม่  
ต่างหาก"

คนที่รู้จัก "มักน้อยและพื่อใจในสิ่งที่ตนมีอยู่"

อารมณ์จิตใจจะสงบ  
เยือกเย็นมาก

ตรงกันข้ามกับคนที่  
"มักมากและไม่รู้จักพ  
อ"

ไม่ว่าเขาจะอยู่ในคฤหา

าสน์ใหญ่โตโอ้อ่าเพียง  
ใด

เขาก็ยังจะไม่รู้จักพอใ  
จอยุ่หน่ตนเอง  
และยังกังวลใจว่า

จะสูญเสยสิ่งที่ได้มาจ

# ากุการแข่งกับคนอื่นอี กด้วย

รวมความว่า ความสำเร็จของคนอื่นก็ต้องเป็นของคนอื่น

ตัวเองต้องพยายามแสวงหาความสำเร็จของตนเอง ถึงจะถูก



---

ขอบคุณ...จาก  
ชนะทุกขและสรร  
างสุขแบบเบ้  
ค้ตชิรากาว่า

มิจิโอะะ

เรียบเรียง

อดุลย์

รัตนมันเกษม

แปลและเรียบเ  
เรียง





ใน  
"อเจยวาทิง"  
ซึ่งบันทึกคำสา  
อนครั้งสุดท้าย  
ของพระเจ้า  
กยมุนีไว้นั้น

มีคำสอนที่พุทธ  
ศาสนิกชน

ไม่  
พึงต้องยึดถือ  
ไว้แปดประการ

าร ดั่งนี้