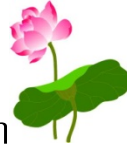


สวัสดีปีใหม่สุขสดใสทั่วหน้า



พี่น้องเพื่อนร่วมทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตายทั้งหลาย

ในโอกาสที่ปีเก่า กำลังผ่านไปและปีใหม่กำลังจะเข้ามา
ประชาชนที่มีความรักใคร่กันมักจะกล่าวอวยพรให้แก่กันเป็นประจำทุกปีว่า
สวัสดีปีใหม่ เมื่อได้พบเจอกันหรือส่งเสียงผ่านโทรศัพท์ไปอวยพรให้แก่กันและกัน
หรืออาจจะส่งข้อความที่พิจารณาแล้วว่าผู้รับสารได้รับแล้วรู้สึกมีความสุขลงในบัตรอวย
พรหรือผ่านเฟซบุ๊ก

แบบการสื่อสารสมัยใหม่เพื่อส่งความสุขและเป็นกำลังใจให้แก่ผู้ที่รักใคร่ชอบพอกัน

แม้จะกล่าวกันว่า ความสุขอยู่ที่ใจของใครของมัน ใครจะแบ่งความสุขให้ใครไม่ได้
แต่เราจะทำหรือพูดให้คนอื่นรู้สึกมีความสุขเป็นสิ่งที่กระทำได้
โดยผ่านการกระทำหรือการพูดที่น่าฟังพอใจให้แก่คนที่รักและนับถือกัน
การประดิษฐ์คำที่ไพเราะส่งให้แก่กัน อันทำให้ผู้รับสารอ่านถ้อยคำแล้ว รู้สึกมีความสุข
ส่วนความสุขนั้นจะมากหรือน้อยก็ตาม นับเป็นการส่งความสุขให้แก่กันได้

ข้อความขอดนิยามที่ใครๆ มักจะส่งให้แก่กันและกันเมื่อถึงวาระปีใหม่ก็คือ คำว่า
สวัสดีปีใหม่

ความสวัสดิหมายถึง ความสุข ความสะดวก ความสบายของการดำเนินชีวิต

ความสวัสดิ เป็นผลมาจากการทำ
การพูดและการคิดที่ถูกต้องในทางพระพุทธศาสนา

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า นอกจากปัญญาและความเพียร นอกจากความสำรวมอินทรีย์
นอกจากความสละวางโดยประการทั้งปวง เรายังไม่เห็นความสวัสดิแห่งสัตว์ทั้งหลาย ฯ

เมื่อพิจารณาตามพระพุทธพจน์นี้ จะพบว่า ธรรมะที่จะปฏิบัติแล้ว
นำผู้ปฏิบัติให้ถึงความสวัสดิ คือ

๑. ปัญญา ความรอบรู้
๒. ความพากเพียร พยายามเอาชนะอุปสรรคนานาอย่างไม่ย่อท้อ
๓. ความสำรวมอินทรีย์ ได้แก่ สำรวม ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ
ให้ทำหน้าที่อย่างปกติ
๔. การปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งปวง

คนที่จะมีความสวัสดิ มีความสงบสุข สะดวกสบาย

ได้โอกาสศึกษาเล่าเรียนดีและทำงานดี ต้องมีปัญญาคือ มีความรอบรู้ในสิ่งที่ควรรู้
ซึ่งส่งเสริมการศึกษาในสาขาที่กำลังศึกษาอยู่

หรือส่งเสริมเพิ่มพูนทั้งทักษะและความรู้ในการทำงานอาชีพที่กำลังกระทำอยู่ให้มีความรอบ
รู้เชี่ยวชาญทันเหตุการณ์ ทันสมัยยิ่งขึ้น

มีความรู้ในการดูแลสุขภาพกายให้ปราศจากโรคภัยเบียดเบียนและรู้จักระวังใจมิให้เศร้าห
มองอันเป็นที่มาแห่งกิเลสอันเป็นเหตุแห่งทุกข์ทั้งปวง มีความรู้มีความเข้าใจชีวิต โลก
และสรรพสิ่งตามความเป็นจริง โดย รู้เท่า รู้ทัน รู้กัน รู้แก่ รู้แน่ รู้ชัด รู้สัด รู้ปล่อย รู้วาง
รู้ว่าง รู้สงบเย็น รู้จักเป็นสุขด้วยความพอใจ ยินดีในสิ่งที่มี ที่ได้และที่ถึงแล้ว

คนที่จะได้รับความสุข สะดวก สบาย มีโอกาส

ในการดำรงชีวิตในสถานการณ์และเงื่อนไขและเหตุปัจจัยดีๆ ต้องมีความพากเพียร ขยัน

ในการศึกษาเล่าเรียน ฝึกฝนตนเองในสาขาวิชาที่ศึกษาเล่าเรียน
หรือขยันหมั่นเพียรในการทำงานที่ตั้งใจว่าจะทำด้วยตนเอง หรือ
ขยันหมั่นเพียรทำงานในหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จลุล่วงไป

คั้งที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า **คนล่วงทุกข์ได้เพราะความเพียร**

พระพุทธศาสนาเน้นย้ำให้มนุษย์มีความพากเพียรในการฝึกฝนอบรมตนเองจนพ้นไปจาก
ความทุกข์

อันมีสาเหตุมาจากการขาดแคลนปัจจัยทางกายและพันทุกข์จากการบีบคั้นของกิเลสด้านจิต
ตใจ พระพุทธเจ้าได้สอนให้พากเพียร สลัด

ตัดความไม่ดีที่มีในชีวิตให้หลุดออกไปจากชีวิตจิตใจ ฝึามองดูตรงๆ ว่า

มีความไม่ดีอะไรติดกายติดใจมาถึงปีใหม่นี้บ้าง ติดเกล้า ติดหูหรือ ติดการพนัน
จี๊เกี่ยทำงานหรือไม่ หากพบว่า มี ต้องเพียรสลัดตัดออกไปจากชีวิตให้ได้

เตรียมตัวต้อนรับปีใหม่ด้วยกายและใจที่เกลี้ยงๆ เมื่อเพียรสลัดตัดออกไปได้แล้ว
ควรเพียรพยายามระวังมิให้ความไม่ดีที่หลุดออกไปจากชีวิตแล้ว

ย้อนคืนกลับมาหาชีวิตอีก ตัดไปแล้วก็ตัดออกไปเลย

เมื่อได้ทำชีวิตให้สะอาดสะอาดอันเกลี้ยงกลาแล้ว

ต้องปลูกฝังความดีงามหรือกุศลลงในชีวิตจิตใจ เมื่อนำขยะชีวิตออกไปแล้ว

ต้องปลูกดอกไม้ลงในชีวิต เปลี่ยนชีวิตจากถังขยะเป็นกระถางดอกไม้

ความเพียรขั้นสุดท้ายคือ เพียรรักษาความดี

ซึ่งเปรียบเสมือนดอกไม้ให้มีสีสดสวยทนนานจนกลายเป็นบารมีที่รอวันผลิดอกออกผล
เป็นคุณเป็นประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่นตลอดไป

คนที่มีความสุขสดชื่นสวัสดิ์มีความสุขสะดวกสบายได้ ต้องสำรวมอินทรีย์ คือ ตา
หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เพื่อให้ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ได้ทำหน้าที่รับรู้อย่างเต็มที่
แล้วเลือกตัดสินใจรับอารมณ์อย่างถูกต้องเหมาะสม ไม่เป็นเหตุ ไม่เป็นปัจจัยให้เกิดทุกข์

แต่ในทางตรงกันข้าม หากปล่อยให้ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ทำงาน
ไปตามสัญชาตญาณ โดยไม่มีสติและปัญญาเข้ามากำกับดูแล
จิตใจเมื่อได้รับอารมณ์ทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจแล้ว จะลุ่มหลง
เพลิดเพลิดและมัวเมาไปตามอารมณ์ที่มากกระทบ เมื่อรับอารมณ์อย่างไม่รู้ตัว
ก็เกิดความชอบบ้าง ชังบ้าง เมื่อไม่ระวังใจ ก็จะหลงไหลไปทางชอบบ้าง ชังบ้าง
จนนำไปสู่ ความอยากได้ อยากมี และอยากเป็นจนกระทั่งเป็นเหตุให้เกิดทุกข์
แต่ถ้ารับรู้เท่าที่จำเป็นด้วยสติปัญญา ไม่ลุ่มหลง ไม่เพลิดเพลิดในความชอบชัง
ไม่เป็นเหตุให้เกิดความอยากต่างๆ ก็จะมีเพียงความรู้ตัวทั่วพร้อมอันบริสุทธิ์
พิศมัยใดๆ ก็จะไม่เกิดขึ้น การสำรวมระวังรักษาจิตทุกๆ
ขณะจึงเป็นทางให้เกิดสวัสดิภาพโดยตรง

การดำรงชีวิตตามธรรมชาติทั้งฝ่ายกายและฝ่ายจิต มีทั้งยึดติดและปล่อยวาง
สลับกันไป หากไม่ศึกษาสังเกตก็ไม่พบ หรืออาจจะพบเพียงส่วนเดียว เช่น
มักจะพบกันว่า ต้องยึดมั่นถือมั่นชีวิตจึงจะอยู่ได้ จะมีพลังสร้างสรรค์และสะสม
แต่ถ้าปล่อยวางมากๆ จะอ่อนหล้า ทั้งๆ ที่ความเป็นจริง
ชีวิตต้องมีพลังแห่งการปล่อยวางที่เพียงพอ หากมีเช่นนั้น จะเป็นทุกข์ค้ำ
เคียดค้ำ
สลัดไม่ออกจะเป็นแหล่งกำเนิดแห่งโรคกายและโรคจิตอันเป็นที่ตั้งแห่งความทุกข์ของชีวิต
ต พระพุทธเจ้าจึงตรัสไว้ว่า **สิ่งทั้งปวงไม่ควรยึดมั่น**
ทั้งนี้เพราะความยึดมั่นหรือการกอดรัดสิ่งใดๆ ก็ทุกข์หนักและเคียดเพราะสิ่งนั้น
ความยึดมั่นถือมั่นนี้เป็นเรื่องของประสบการณ์ไม่ใช่ความเชื่อ
หากพิจารณาด้วยสติปัญญาอย่างถ่องแท้ก็จะพบว่า สิ่งทั้งปวง เปลี่ยนแปลงเสมอ
ไม่อยู่กับที่ ไม่มีตัวตนตรงไหนจะยึดได้ แม้จะพยายามยึดไปก็หนักใจเปล่าๆ
เพราะไม่มีอะไรที่มีแก่นสารสาระพอจะยึดได้ เพราะนาม

รูปทั้งหลายเป็นเพียงปรากฏการณ์ที่ไหลเรื่อย ผ่านมาแล้วผ่านไป

แม้แต่สิ่งที่เราเห็นเป็นก้อน เป็นเนื้อ เป็นตัวเป็นตนอยู่ตรงหน้า แต่ในความเป็นจริง
ความเปลี่ยนแปลงจะขับเคลื่อนไปทำให้รูปต่างๆเปลี่ยนไปทั้งในเชิงปริมาณและคุณภาพ
สุดท้ายก็สลายไปในที่สุด จะพบว่า สิ่งทั้งหลาย ไม่ควรจะยึดมั่นถือมั่นจริง
เมื่อเข้าใจได้ประจักษ์ชัด ปล่อยวางได้

ประสบการณ์แห่งความรู้แจ้งจะมีให้ความทุกข์เกิดได้ ความสวัสดิ ความสุข
ความสะดวกสบาย ความผ่อนคลายทั้งหลายก็จะเกิดขึ้นมาแทนความทุกข์
ความเครียดตามเหตุปัจจัยที่ได้ปฏิบัติลงไป

เหตุการณ์ร้ายแรงต่างๆ มากมายหลายอย่างทางการเมือง ทางเศรษฐกิจ สังคม
ภัยพิบัติต่างๆ

อันเกิดขึ้นในประเทศไทยและทั่วทุกมุม โลกที่สร้างความทุกข์ยากเดือดร้อนแก่เพื่อนพ้อง
พี่น้องไทยและเพื่อนร่วมโลกกำลังคลี่คลายและจางหายไปตามลำดับ

ผู้ประสบภัยทั้งหลายเริ่มตั้งสติและตั้งตัวได้ หายใจสะดวก
และกำลังเริ่มต้นปรับปรุงวิถีชีวิตใหม่หลังภัยพิบัติ

ขอเป็นกำลังใจและส่งความหวังไปให้แก่ทุกคนที่ต้องเผชิญภัยพิบัติอย่างแสนสาหัสว่า
ฟ้าหลังฝน ชีวิตความเป็นอยู่หลังภัยพิบัติผ่านพ้น จะได้พบแต่ความสดใส สิ่งดีๆ
และวิถีชีวิตที่ดีขึ้นกว่าเดิม ขออวยพรให้พี่น้องชาวไทยและเพื่อนร่วมโลกทุกท่าน
จงประสบแต่ความสงบสุข สวัสดิ ในปีใหม่ พุทธศักราช ๒๕๕๕ นี้โดยทั่วกันเทอญ

วัดนวมินทรราชูทิศ

เมืองลียง ประเทศฝรั่งเศส

25 ธันวาคม 2554 เวลา 23.50 น.



ดร.พระมหาจรรยา สุทธิญาโน

เจ้าอาวาสวัดลอยฟ้า (Sky temple no boundary)

www.skytemple.org