



สุขแบบพอดี ด้วยวิถีแห่ง ZEN

ชา ค ร ฑ ร ม



ธรรมะ

กระจงเงา

กระจงเงา ใช้ส่องดู รูปร่าง เสื้อผ้า หน้าผม
ธรรมะ ใช้ส่องดู ดี-ชั่ว สุข-ทุกข์ ของคน
เมื่อมีเวลาส่องกระจง ก็ต้องมีเวลาส่องธรรมะ

วันหนึ่งๆ เราส่องกระจกกันไม่น้อยกว่า ๒ หน
เพื่อจะดูรูปร่าง เสื้อผ้า หน้า ผม ตรวจสอบสุขภาพทั่วไป
มีอะไรส่วนไหนไม่ดี จะได้จัดการแก้ไขเสียให้มันดี

**แต่ถ้าจะส่องชีวิต ดูความดีความชั่ว คุณธรรม
กิเลสในใจตน ต้องอาศัยธรรมะ**

**ถ้าเรามีธรรมะส่องดูตัวเองบ่อยๆ เราก็จะเห็น
ตัวเองชัด พัฒนาตนเองได้ถูกต้อง**

มีเรื่องเล่าของ ‘หลวงพ่อบัณฑิตานันทิกขุ’
ตอนหนึ่งว่า

หมอคคนหนึ่ง เกษชอบดื่มเหล้ามากที่สุด (เป็นหมอ
ไม่ควรดื่มของมึนเมา ไม่ควรดื่มเหล้า ไม่ควรสูบบุหรี่

เพื่อรักษาสุขภาพให้เป็นตัวอย่างแก่คนไข้ แล้วจะได้อะไรไปช่วยคนไข้ให้ดีขึ้น) เป็นคนที่บังคับตัวเองไม่ได้ ขาดความอดทน ขาดความเสียสละในทางจิตใจ เลยเป็นนักดื่มหัวราน้ำ เช้าๆ ถึงกลางวันพอรักษาคนไข้ พอตอนบ่ายก็เมาตลอดเวลา สภาพชีวิตจึงไม่ดีขึ้น ทำอะไรก็ไม่ก้าวหน้า

ถ้าเป็นหมอปกติทั่วไปที่ไปอยู่ในบ้านเมืองที่มีเศรษฐกิจดี เขาก็จะเจริญขึ้น ๒-๓ ปีก็สามารถสร้างบ้าน ๒-๓ ชั้น เปิดเป็นคลินิกให้คนไข้มารักษาตัวได้

แต่ว่าคุณหมอกันนี่อยู่มา ๑๐ ปี แล้วก็ซอมซ่ออยู่อย่างนั้น อยู่ห้องแถวเก่าๆ ไม่มีอะไรดีขึ้น เพราะความเมาจึงทำให้เกิดความเสียหายโดยไม่รู้สึกตัว

ต่อมามีคนชายเฒ่าคนหนึ่งชื่อธรรมะของท่าน พุทธทาสไปทิ้งไว้แล้วบอกว่า

“วันไหนไม่เมา...อ่านเสียบ้าง”

แกก็อ่านเวลาใกล้รุ่ง เพราะเวลาใกล้รุ่งมักสว่าง เมาแล้ว อ่านไป...ก็รู้สึกว่ ‘เรานี้มันเผลอเต็มที่ ชีวิตไม่ดี ไม่งาม เพราะไม่ประพฤติธรรม’ เลยเลิกดื่มแล้วหันมาประพฤติธรรม

แต่ประพตติธรรมอยู่ได้ไม่เท่าใด มะเร็งก็จับเข้า
ที่กระเพาะอาหาร เลยตายด้วยโรคมะเร็ง เพราะพิษ
สุรานั้นเอง

น่าเสียดายชีวิตที่เป็นอยู่อย่างนั้น มารู้สึกตัว
เอาไว้ก่อนตาย ๒-๓ ปี รู้สึกตัวว่าเรานั้นเหลวไหล ที่
เรารู้สึกตัวก็เพราะได้กระจกบานใหญ่ คือธรรมะ
นั่นเอง

น่าเสียดายที่คุณหมอใช้ธรรมะส่องตัวเองเข้าไป
หาไม่อาจอยู่ได้นาน ได้ทำประโยชน์แก่ตนและสังคม
มากขึ้นอีก

หลวงพ่อบัญญานันทะได้ให้แง่คิดว่า

**“ธรรมะ เป็นกระจกเงาที่เรายกขึ้นมาส่องดู
ตัวเรา ได้พิจารณาตัวเรา เพื่อแก้ไขปรับปรุงตัวเรา
ถ้าเรามีธรรมะ เอามาส่อง เราก็จะรู้ จะเห็นสภาพ
ความเป็นจริง คนไหนไม่เคยดูกระจก จะไม่รู้ตัวเรา
สกปรก พอไปดูเข้าก็ตกใจ เหมือนคนที่ไม่เคยฟัง
ธรรมะ ก็จะไม่รู้ว่าตัวเองมีสภาพอย่างไร ชีวิตจิตใจ**

เป็นอย่างไร ความเป็นอยู่เป็นอย่างไรไม่รู้ไม่เข้าใจ แต่พอฟังธรรมะก็เกิดความรู้สึกเปลี่ยนแปลงในชีวิตจิตใจ ตัวอย่างมีมากมายในครั้งพุทธกาล ในปัจจุบันก็มีมากมายเหมือนกันที่ได้เปลี่ยนชีวิตจิตใจไป”

หลวงพ่อบัญญาหันตะเล่าไว้อีกว่า

“...ไปเทศน์ที่วัดพระศรีมหาธาตุ มีคนคนหนึ่ง มารับ พอขึ้นนั่งรถแท็กซี่บอกว่า ผมนี่เป็นลูกศิษย์ท่านอาจารย์มาโดยไม่ได้พบตัวท่านอาจารย์ แต่ได้อ่านหนังสือของท่านอาจารย์ ก็ไม่ได้อ่านอะไรมาก อ่านเพียงแค่วรรคเดียวเท่านั้น”

วรรคเดียวที่อ่านนั้น แกอ่านว่า...*คนดีชอบแก้ไข คนจัญไรชอบแก้แค้น...*

หนังสือเขียนไว้อย่างนั้น ซึ่งแกมีอารมณ์แค้นอยู่ในใจ แล้วก็เป็นที่ขบขันอยู่ในใจ เพราะรู้ว่าคุณพ่อคุณแม่ถูกอหังการเบียดเบียน ทำให้เสียงานเสียการ ย่อยับก็ว่าได้ แกรู้สึกโกรธในใจ แค้นอยู่ในใจ นึกไว้ว่าต้องเล่นงานพวกนี้สักวันหนึ่ง

แกจึงไปทำความคุ้นเคยกับพวกทหาร เพื่อจะ
ขอซื้อลูกระเบิดเอามาขว้างพวกนั้นให้ตายหมดทั้ง
บ้านไปเลย

แต่ยังไม่ได้ลงมือทำ เป็นบุญนักหนาที่ได้มา
พบหนังสือเข้า แล้วไม่ได้เปิดอ่านทั้งเล่ม อ่านแต่ปกหลัง
นั้นเอง

พออ่านก็รู้สึกว่ ‘อ้อ...ไ้เรานี่มันเป็นคนจัญไร
ไม่ใช่คนดี คนดีชอบแก้ไข ปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้น แต่
คนจัญไรมันคิดแต่จะแก้แค้น ทำลายคนอื่น’

จะเห็นว่าการอ่านหนังสือธรรมะด้อย่างนี้เอง
เมื่อธรรมะเป็นของดีอย่างนี้ จึงควรอ่านกันวันละเล่ม
แล้ว

วิธีใช้ธรรมะส่องสว่างทางชีวิต

ต่อให้เราทำมาหากินเก่งขนาดไหน ก็ไม่รวยที่จะ
มีปัญญา ความทุกข์เข้ามากระทบชีวิตได้ และความรู้
ใดๆ ก็ไม่อาจรับมือความทุกข์ มีแต่ธรรมะเท่านั้นจึง
จะเอาชนะทุกข์ สู้ปัญญาได้

เพื่อให้อยู่อย่างมีทุกข์น้อย แต่มีสุขมากขึ้น ทุกคน
จึงควรมีหนังสือธรรมะไว้ประจำบ้าน

อ่านธรรมะกันทุกวัน ก็จะได้ทุกข์ได้ทุกวัน

พอทบทวน ทบทวน ทบทวน ก็จะสามารถแก้
ปัญหา ดับทุกข์ สร้างสุขได้มากโข

เพราะธรรมะเป็นกระจกส่องทางชีวิต
ทางดำเนินชีวิตสว่างไสวเสมอ เมื่ออาศัยธรรมะ

"ธรรมะไม่นำมาปฏิบัติ ก็ขัดทุกข์ไม่ได้"

พระพรหมมังคลาจารย์ ปัญญานันทภิกขุ



ดี

หมดทุกอย่าง

คนทั่วไป มองอะไรในแง่ได้แง่เสีย

แต่ผู้รู้ มองแต่แง่ดี

ไม่ว่าได้หรือเสีย นับเป็นแง่ดีไปหมด

ประสบการณ์ที่ผ่านพบ ถือว่าประสบแต่เรื่องดี ๆ

แต่ละวัน จึงมีโชคตลอดเวลา

‘พระเทพวิสุทธาจารย์ สาธุทานธรรมวาที’ หรือ **‘หลวงพ่อดีเนาะ’** เล่าขานกันว่าท่านเป็นพระที่ไม่เคยว่าใคร ไม่เคยพูดตำหนิติเตียนใคร พบเจอสิ่งใด ไม่ว่าจะดีหรือร้าย ท่านก็พูดว่า **“ดีเนาะ ดีเนาะ”** ไปเสียทั้งหมด ลูกศิษย์คนหนึ่งที่มาขออยู่กับท่านจะลี้กไปเป็นคฤหัสถ์ จึงมาราบนมัสการถามท่านว่า

“หลวงพ่อดีเนาะ ถ้ากระผมจะลี้กไปนี่จะดีไหมครับ”

หลวงพ่อดีตอบว่า **“ลี้กก็ดีเหมือนกัน จะได้ไปเรียนรู้โลกเสียบ้าง”**

เมื่อลี้กแล้วลูกศิษย์ก็ไปถามหลวงพ่อดีว่า “ถ้าผมจะแต่งงานนี้ จะดีไหมครับหลวงพ่อดี”

หลวงพ่อบอกว่า “แต่งงานก็ดีเหมือนกัน จะได้
รู้ว่าชีวิตครอบครัวมันเป็นอย่างไง”

อยู่มาไม่นาน เพื่อนฝูงชวนไปปล้น เขาไปถาม
หลวงพ่อบว่า “ไปปล้นเขาดี จะดีไหมครับหลวงพ่อบ”

หลวงพ่อบอกว่า “ปล้นเขาก็ดีเหมือนกัน จะได้
รู้จักผลของความชั่วว่าเป็นอย่างไร”

หลังจากปล้นแล้วเขาก็ถูกตำรวจจับ ศาลตัดสิน
ให้จำคุกหลายปี ระหว่างอยู่ในคุก เขาโกรธหลวงพ่อบมาก
ที่ไม่รู้จักห้ามปรามเขา ตั้งใจว่าออกไปจากคุกแล้วจะ
ไปฆ่าหลวงพ่อบให้ตาย

เมื่อเขาออกจากคุกแล้ว ก็ไปขอยืมปืนของญาติ
พกไปหาหลวงพ่อบที่วัด

หลวงพ่อบดีเนาะเห็นเขาหายหน้าไปนานจึงถาม
ขึ้น “เอ็งหายไปไหนมา ข้าไม่เห็นตั้งหลายปี”

ลูกศิษย์ตอบว่า “ผมไปติดคุกมา”

“เออ! ติดคุกก็ดีเหมือนกัน จะได้รู้ว่าการ
ทำความผิดแล้วถูกลงโทษมันลำบากยังไง”

“ที่ผมติดคุกก็เพราะผมเชื่อหลวงพ่อบนี้แหละ”

“เออ! เชื้อข้าก็ดีเหมือนกัน แล้วนี่เอ็งมาทำไม”

“ผมมาฆ่าหลวงพ่อ เพราะหลวงพ่อทำให้ผม
ติดคุก”

“เอ็งฆ่าข้าก็ดีเหมือนกัน จะได้หมดเรื่องหมด
ราวไป”

ลูกศิษย์ฟังหลวงพ่อบุญเช่นนั้นก็สะดุ้ง มองหน้า
หลวงพ่อ ใคร่ครวญครุ่นหนึ่งจึงกราบนมัสการว่า

“เมื่อหลวงพ่อบุญดั่งนี้ ผมก็ฆ่าไม่ลงแล้ว
ไม่ใช่เพียงว่าผมติดคุกแล้ว หลวงพ่อบอกว่าดี
เท่านั้น แม้แต่เมื่อผมจะฆ่าหลวงพ่อ หลวงพ่อก็ยังว่า
ดีอีก เพราะฉะนั้น ผมไม่ฆ่าหลวงพ่อแล้วครับ”

หลวงพ่อยิ้มมุมปากแล้วกล่าวว่า

“เอ็งไม่ฆ่าข้าก็ดีเหมือนกัน ข้าจะได้อยู่สุขดมณฑ์
ไหว้พระต่อไป”

วิถีคิดของหลวงพ่อดีเนาะ

หลวงพ่อดีเนาะ ท่านมองอะไรที่ผ่านเข้ามาในชีวิตเป็นเรื่องดีหมด ไม่มีอะไรเสียหายหรือใช้ไม่ได้สักเรื่องเดียว

เมื่อมองแง่ดี ก็จะมีแต่ได้

ในสถานการณ์ตึงเครียด ถ้ามีคนมองโลกแง่ดี แม้เพียงคนเดียว คนมองแง่ดีจะเข้าควบคุมสถานการณ์ได้ โดยอาศัยโลกทัศน์อย่างสร้างสรรค์ และแทบจะไม่ต้องทำอะไรมากด้วยซ้ำ สถานการณ์ตึงเครียดก็จะคลี่คลายผ่อนเย็นลง

ไม่ว่าจะมีอะไรเกิดขึ้น หลวงพ่อดีเนาะก็มองเป็นเรื่องดีไปหมด

แม้เขาจะเอาปืนยิงให้ตาย หลวงพ่อก็ว่าดีเหมือนกัน เพราะชีวิตจะได้หมดเรื่องหมดราวเสียที ถ้ายังมีชีวิตอยู่ต่อไปก็มีเรื่องต้องทำให้เหน็ดเหนื่อยอีกมากโข

แต่พอเขาคิดไม่ฆ่าแล้ว ปล่อยให้มีชีวิตอยู่ต่อไป หลวงพ่อก็มองว่า ไม่ฆ่าก็ดี จะได้อยู่สวดมนต์ไหว้พระต่อไป

ไม่ว่าจะมาไม่เหิน หลวงพ่อรับได้หมดทุกไม้
ทุกกระบวนท่า

การมองโลกแง่ดีนี้ เป็น ๑ ใน ๑๐ ของวิธีคิด
แบบพุทธที่เรียกว่า **'วิธีคิดแบบเจ้ากุศล'** หรือ **'วิธีคิด
แบบปลุกเจ้าคุณธรรม'** เรียกเป็นศัพท์วิชาการว่า
'อุปาทมณสิการ' หรือ **'อุปาทมณสิการ'** แปลว่า
การคิดให้เกิดการกระทำ

ที่จริงวิธีคิดแบบพุทธประเภทนี้ มีแพร่หลาย
ทั่วโลกมานานแล้ว เรารู้จักกันดีในชื่อว่า **'วิธีคิดแบบ
สร้างสรรค์'**

เมื่อสุดยอดมหาเศรษฐี 'สตีฟ จอบส์' รู้ตัวว่า
เป็นมะเร็ง จะมีชีวิตอยู่ได้อีกไม่นาน เขาได้ปฏิบัติธรรม
ตามแบบเข็นคือ เอาความตายมาคิดในแง่บวกแบบ
สร้างสรรค์ จนสร้างบริษัทแอปเปิลให้มีชื่อเสียงไป
ทั่วโลกได้อย่างไม่น่าเชื่อ

**ผู้ที่จะมีโลกในแง่ดีได้ ต้องเป็นผู้มีเมตตา
กรุณาธรรมสักเล็กน้อย ถ้าไม่มีเมตตากรุณาเลย ย่อม**

ยากที่จะมองโลกแง่ดีได้ ยิ่งถ้ามีเมตตากรุณาสูง ก็ยิ่ง
มองโลกแง่ดีได้ง่ายขึ้น

ผู้ที่มีเมตตากรุณาธรรมจะมีใจสูง มีอารมณ์ขัน
ถึงขนาดมองสิ่งร้ายให้กลายเป็นดีได้ ซึ่งคนทั่วไป
ทำได้ยาก

จงฝึกหัดพัฒนาตนให้เป็นคนมีเมตตากรุณา
แล้วจะเป็นผู้มองโลกอย่างสร้างสรรค์ได้ในเร็ววัน

วิธีสร้างโชคดี คือคิดแง่บวก มองแง่ดี

เพียงมองแง่ดีตลอดไป ชีวิตก็จะโชคดีตลอดกาล

“อะไรก็ตามที่เราหนีไม่พ้น
เราควรเรียนรู้ที่จะอยู่กับมันให้ได้
นี่คือ ‘ศิลปะ’
แห่งการที่จะอยู่ในโลกนี้อย่างไม่ทุกข์”

พระไพศาล วิสาโล



ทัน ไม่ทัน
ก็ดีเนาะ

การเดินทางไปไหนมาไหน
มักมีเรื่องทำให้หัวเสียเกิดขึ้นได้ง่าย ๆ
แต่คนคิดบวก มองโลกแง่ดี
ไม่ว่าจะมีอะไรเกิดขึ้น ก็รับได้ทุกสถานการณ์
จึงพบพานแต่เรื่องดี ๆ ตลอดไป

หลวงพ่อดีเนาะ อยู่จังหวัดอุดรธานี ท่านเดินทาง
มาทำธุระที่กรุงเทพฯ เสร็จแล้วก็จะกลับอุดรฯ แต่
ท่านไปขึ้นรถไฟที่หัวลำโพงไม่ทัน จึงกล่าวแก่ลูกศิษย์
ว่า “ไม่ทัน ก็ดีเนาะ”

รุ่งขึ้น หลวงพ่อดีเนาะไปขึ้นรถไฟทัน จึงกล่าว
แก่ลูกศิษย์ว่า “มาทัน ก็ดีเนาะ”

ลูกศิษย์สงสัยจึงถามว่า “อะไรกันหลวงพ่อ! มา
ไม่ทัน ก็ว่าดีเนาะ มาทัน ก็ว่าดีเนาะอีก ทำไมมันดีเนาะ
ทั้งสองอย่างเลยละครับ”

หลวงพ่อดีเนาะตอบว่า “มาไม่ทัน ก็ดีสิเนาะ
เพราะจะได้อยู่กรุงเทพฯ อีกหนึ่งวัน และมาทัน ก็ดี
สิเนาะ เพราะจะได้กลับถึงอุดรฯ เสียที”

คนมองอะไรในแง่ดี ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน จะทำอะไร
ไม่ว่าชีวิตจะมีความราบรื่นหรือขัดข้อง ก็จะมองเป็น
แง่ดีไปหมด และมีความรู้สึกแช่มชื่นเบิกบาน สามารถ
ใช้ชีวิตได้ตามปกติ

ผิดกับคนที่มองอะไรในแง่ร้าย ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน
จะทำอะไร ถ้าเกิดสิ่งไม่น่าพอใจขึ้นก็จะมองแง่ร้าย
แล้วเกิดอาการหงุดหงิดฉุนเฉียว ไม่พอใจ หน้านิ่ว
คิ้วขมวด บ่นกระปอดกระแปด อยู่ที่ไหนไปที่ไหน ก็
กลายเป็นตัวทำลายบรรยากาศเสียสิ้น

วิธีคิดในแง่ดีของหลวงพ่อ

ดูวิธีคิดแง่ดีของหลวงพ่อดีดีเนาะ ช่างเลิศล้ำ
จริงๆ จะกลับวัดที่จังหวัดอุดรฯ แต่ไปขึ้นรถไฟไม่ทัน
ก็คิดในแง่บวกว่าดีเหมือนกัน จะได้อยู่กรุงเทพฯ อีก
หนึ่งวัน

ดังนั้น ท่านจึงจำวัดอยู่ในกรุงเทพฯ อย่างเป็นทางการ
ถ้าคนคิดไม่เป็น คิดแง่ร้าย ก็จะมีพูดว่า โอ!

ช่วยจริงๆ มาไม่ทันรถไฟเสียได้ นี่ต้องเสียเวลาอยู่ใน
กรุงเทพฯ อีกตั้งหนึ่งวัน คือนั่นคงจะนอนไม่เป็นสุข
นัก

พอรุ่งขึ้น ไปขึ้นรถไฟทันเวลา หลวงพ่อดีเนาะ
ก็ว่าดีอีก เพราะจะได้กลับถึงอุดรฯ เสียที่
การมองอะไรให้ตื้นซ้นที่ว่าทั้งขึ้นทั้งลงอย่างนี้
เขาเรียกว่า *'มองโลกแง่ดี'* หรือ *'วิธีการคิดแบบ
สร้างสรรค์'*

**คนมองโลกแง่ดี ตลอดชีวิตจะไม่มีขาดทุน จะ
ได้กำไรตลอดเวลา**

**คนมองโลกแง่ดี ถ้าต้องการร่ำรวยก็จะร่ำรวย
ได้ไม่ยาก และสามารถร่ำรวยได้ทั้งทางโลกและทาง
ธรรม**

ร่ำรวยทางโลก คือรวยธนทรัพย์

ร่ำรวยทางธรรม คือรวยอริยทรัพย์

เพราะสามารถเปลี่ยนของไม่ดีให้เป็นของดีได้

เช่น เปลี่ยนขยะให้เป็นปุ๋ย ขายได้เงินอีก สามารถ
เปลี่ยนอารมณ์ไม่ดี ให้เป็นอารมณ์ดีได้ เช่น เปลี่ยน
คำด่า มาเป็นคำเสนอแนะเพื่อให้พัฒนาตนได้ดีขึ้น
อย่างทันตาเห็น

คนคิดบวก มองโลกแง่ดี
จะมั่งมีอริยทรัพย์ นับเงินทอง

“คิดมาก เป็นอันตราย
คิดเป็น ก็เป็นประโยชน์
แต่คิดดี เป็นวิถีทางแห่งความสุข”

ว. วชิรเมธี



ตาย
ก็ดีเนาะ

คนเรา เกิดมาแล้ว ก็ต้องตาย

จะเร็ว จะช้า ล้วนตายแน่

เพียงไม่รู้จะตายตอนแก่ ตอนหนุ่มสาว หรือตอนเด็ก

เมื่อเป็นเช่นนี้แล้ว จะมีสิ่งอันใดต้องเศร้าโศกา

ที่ควรเสียใจก็คือ

ตนไม่ได้ทำความดีไว้พร้อมเผชิญโลกหน้า

หลวงพ่อดีเนาะออกไปบิณฑบาต เมื่อไปถึงบ้าน
หลังหนึ่ง ได้มีอุบาสิกาคนหนึ่งออกมาตักบาตร ขณะ
ตักบาตรก็ร้องไห้สะอึกสะอื้นน้ำตานองหน้า พอใส่บาตร
เสร็จแล้ว เธอก็มีเรื่องมาบอกเล่าแก่หลวงพ่อกว่า

“หลวงพ่ोज้าขา! พ่อเด็กเขาตายเสียแล้วเจ้าคะ
เมื่อคืนนี้เอง” หมายถึงสามีของนาง ซึ่งเป็นพ่อของลูก
ที่ได้เสียชีวิตแล้ว

หลวงพ่อฟังแล้วก็พูดขึ้น **“ตายก็ดีเนาะ”**

โยมหญิงฟังหลวงพ่พูดเช่นนั้นก็ตกใจ แต่ก็
ไม่พูดอะไรออกมา เพียงแต่มองหลวงพ่อย่างปลงๆ

วิธมองความตายเป็นของดี

แบบหลวงพ่อดีเนาะ

ความตายจะเป็นของดีได้อย่างไร ถึงขนาดหลวงพ่อดีต้องกล่าวออกมาว่า **“ตายก็ดีเนาะ”**

คือในสายตาของหลวงพ่อดีเนาะนั้น สิ่งที่ผ่านมาเข้ามาในชีวิต ไม่ว่าจะเป็นสิ่งน่าพอใจหรือไม่น่าพอใจ ล้วนเป็นของดีทั้งสิ้น

ความตายก็เป็นของดี แต่เป็นของดีสำหรับผู้ที่รู้จักคิด เพราะความตายทำให้ได้เรียนรู้ลักษณะธรรมดาของชีวิต

ธรรมดาของชีวิต ก็คือมีความไม่เที่ยงแท้แน่นอน ซึ่งอยู่ภายใต้กฎอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

มีชีวิตก็มีความตาย ชีวิตเป็นของเบื้องต้น ความตายเป็นของเบื้องปลาย เกิดมาแล้วก็ต้องตาย จะตายเมื่อไรกำหนดได้ยาก จึงควรตั้งตนไว้ในความไม่ประมาท

ข้อสำคัญอยู่ที่ตรงนี้ ตรงที่ความไม่ประมาท

หากมีสิ่งใดๆ ที่ปรารถนาจะทำก็ให้รีบทำเสีย อย่าผัดวันประกันพรุ่ง ยิ่งผัดวันประกันพรุ่ง ก็จะมี

ขโมยเวลาไปเรื่อยๆ

ยังได้เกิดมาพบพระพุทธศาสนา ยิ่งเป็นวาสนา
ของชีวิต

เนื่องเพราะเกิดมาแล้วก็ต้องตาย ตายแล้วก็ยัง
ต้องเกิดอีก ในเมื่อยังมีกิเลสตัณหา

พระพุทธศาสนาจึงมีธรรมะสำหรับให้เกิดมา
แล้วทำดี เพื่อให้ได้ไปสู่ในที่ดีๆ จึงควรรีบชวนชวายนำ
ธรรมะมาประพาศปฏิบัติให้เป็นประจำทุกวันไป

ศาสนาส่วนใหญ่ไม่ได้สอนว่าตายแล้วเกิด มี
เพียงพราหมณ์-ฮินดูและลิกซ์เท่านั้น ที่สอนว่าตาย
แล้วเกิด ส่วนยิว คริสต์ อิสลาม ซินโต รวมทั้งเต๋า
และขงจื้อ ถือว่ามีชีวิตเดียว ไม่มีการเวียนว่ายตายเกิด
ขึ้นอีก

**แต่พุทธบอกว่า ถ้ายังมีกิเลสอยู่ก็ต้องเกิดอีก
ซึ่งมีหลักฐานมากมายจากผู้ที่เราละเลิกชาติได้ นับแต่
พุทธกาลจนบัดนี้**

จึงนับเป็นวาสนาอย่างยิ่งแล้ว ที่เราจะได้อาศัยธรรมะ
ดำเนินชีวิตให้มีความสุขความสำเร็จไปตั้งแต่ชาตินี้
เมื่อกลับมาเกิดอีกในชาติหน้า เราจะได้เกิดมาดี

**ถ้าถือธรรมะจนเป็นนิสัยสั่งдан เราจะกลายเป็น
คนมีธรรมะทุกๆ ชาติ แล้วก็จะกลับมาเกิดดีทุกชาติ
จนกว่าจะสิ้นกิเลสบรรลุนิพพานนั้นแหละ จึงจะเลิก
เกิด**

แล้วชาติหน้าที่ว่านี่ก็ไม่นานเลย หลังจากเรา
ตายไปแล้ว เราจะเกิดใหม่ทันที ลองนับอายุตัวเองดูสิ
ตอนนี้อายุเท่าไร กำหนดอายุตัวเองสัก ๑๐๐ ปีก็ได้

สมมุติว่าในชาตินี้เรามีอายุ ๑๐๐ ปี ถ้าตอนนี้
อายุ ๕๐ ปี อีก ๕๐ ปีพอดีก็จะตาย พอตายแล้วเรา
ก็ไปเกิดทันทีเลย

ดังนั้น ชาติหน้าของเราก็คือระยะเวลาช่วงหลัง
จากตายแล้ว

หลังจากตายแล้ว ในทางพุทธจะมีการทำบุญ ๗
วัน ๕๐ วัน ๑๐๐ วัน ในช่วงนี้แหละ เราจะได้ไปเกิดใหม่
แล้ว กลายเป็นชาติหน้าไปแล้ว

ถ้ามีธรรมะ มีบุญกุศลทำไว้ ก็จะได้ไปเกิดเป็น
มนุษย์หรือเทวดา เรียกว่าไปสู่สุคติ

ถ้ามีอธรรม มีบาป อกุศล ก็จะได้ไปเกิดเป็น
สัตว์นรก อสุรกาย เปเรต เดรัจฉาน เรียกว่าไปสู่ทุคติ

เกิดมาแล้วต้องตายไม่ต้องเศร้า

ทำอย่างไรดีเล่าให้ตายดี

นี่สิ เป็นสิ่งที่ต้องคำนึงถึงกันให้มาก