

งานก็ได้ผล คนก็เป็นสุข

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

สวัสดีปีใหม่

พ.ศ. ๒๕๖๗

งานก็ได้ผล คนก็เป็นสุข

© สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

ISBN 974-575-256-8

พิมพ์ครั้งแรก — กุมภาพันธ์ ๒๕๓๖

พิมพ์ครั้งที่ ๒๘ — มกราคม ๒๕๖๗ ๓๓๓ เล่ม

– ทันตแพทย์หญิงอัมพร เดชพิทักษ์ พิมพ์แจกเป็นธรรมทานปีใหม่ พ.ศ. ๒๕๖๗ และ
เป็นพรแห่งอุดมสุขภาวะแด่ คุณแม่ชูลี แซ่ลิ้ม คุณแม่ณี ชัยเรืองพร และครอบครัว

(ตัวเลข “พิมพ์ครั้งที่ ๒๘” นี้ เป็นอย่างต่ำ โดยนับตามหลักฐานเท่าที่พบ –
ยังอยู่ระหว่างรวบรวมข้อมูลเพื่อให้ได้ตัวเลขจริง)

พิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทาน โดยไม่มีค่าลิขสิทธิ์

ท่านผู้ประสงค์จัดพิมพ์ โปรดติดต่อขออนุญาตที่
วัดญาณเวศกวัน ต.บางกระทึก อ.สามพราน จ.นครปฐม ๗๓๒๑๐
<http://www.watnyanaves.net>

พิมพ์ที่

อนุโมทนา

.ในโอกาสมงคลขึ้นปีใหม่ พุทธศักราช ๒๕๖๗ ทนตแพทย์หญิงอัมพร เดชพิทักษ์ มีศรัทธาในธรรม และมีความปรารถนาดี ตั้งจิตอวยชัยให้พร แก่บรรดาญาติมิตร และหมายใจให้สัมฤทธิ์ความมีสุขภาพกายสมบูรณ์ พร้อมทั้งสุขภาพะแห่งจิตใจอันอุดมแต่ คุณแม่ชุลี แซ่ลิ้ม และคุณแม่ณี ชัยเรืองพร ได้แจ้งกัลยาณฉันทะที่จะจัดพิมพ์หนังสือเรื่อง *งานก็ได้ผล คนก็เป็นสุข* ของ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต) เพื่อเป็นพรแห่งธรรมและน้ำใจไมตรี ในศรีศุภวารแห่งการก้าวขึ้นสู่ศกใหม่นั้น

การพิมพ์หนังสือแจกมอบเป็นธรรมทานในมงคลสมัยนี้ เป็นการอำนวยการอวยชัยอย่างประเสริฐ แก่ญาติมิตรและมวลประชาชน อันจะนำมาซึ่งประโยชน์สุขที่แท้และยั่งยืนแก่ชีวิตและสังคม

ในศุภมงคลวารขึ้นปีใหม่นี้ ขอคุณพระศรีรัตนตรัยและกุศลจริยาที่ได้บำเพ็ญ จงอภิบาลทนตแพทย์หญิงอัมพร เดชพิทักษ์ พร้อมทั้งคุณแม่ชุลี แซ่ลิ้ม คุณแม่ณี ชัยเรืองพร และครอบครัวญาติมิตรวิสาสิกชนทั้งปวง ตลอดจนมวลประชาชน ขอให้เจริญอกงามในธรรม มีความสุขสดใส พร้อมด้วยจตุรพิธพรชัย ตลอดปีใหม่นี้ และทุกวันทุกเวลา ตลอดกาลยาวนานในเบื้องหน้าสืบไป

วัดญาณเวศกวัน

๑๙ มกราคม ๒๕๖๗

สารบัญ

อนุโมทนา	(๑)
งานก็ได้ผล คนก็เป็นสุข	๑
ชีวิตจะสุขสันต์ ถ้าทำงานมีความสุข	๔
เพราะรู้คุณค่าจึงรักงาน และทำด้วยใจเบิกบานเป็นสุข	๑๐
งานยิ่งเพิ่มคุณค่า เมื่อใช้เป็นเครื่องพัฒนาตัวคน	๑๕
ปรุ่่งแต่งสิ่งอื่นได้หลากหลาย	
ทำไมไม่ปรุ่่งแต่งใจตัวเองให้เป็นสุข	๒๑
ตรวจสอบความเจริญก้าวหน้า	
ให้แต่ละวันเวลาได้ทั้งงานและความสุข	๒๕

งานก็ได้ผล คนก็เป็นสุข*

ขอเจริญพร โยมญาติมิตรชาวบริษัท ทุกท่าน

วันนี้ อาตมาทั้งสามรูปได้มีโอกาสมาเยี่ยมเยียนที่บริษัท ทั้งในส่วนของไร่ที่ปลูกสับปะรด และทั้งในส่วนของโรงงาน ทั้งนี้ก็เนื่องจากคุณโยมผู้เป็นประธานกรรมการของบริษัท ได้นิมนต์มา โดยที่ท่านมีน้ำใจศรัทธาและมีเมตตาไม่ตรีธรรม

ความจริงนั้นก็จะได้มาตั้งนานก่อนหน้านี้แล้ว โยมโสภณได้นัดไว้คงจะสักหนึ่งเดือนมาแล้วกรรมัง แต่พอดีเกิดเหตุขัดข้องเกี่ยวกับเรื่องเจ็บไข้ได้ป่วยเล็กน้อย ก็เลยเลื่อนมา จนลงตัวในตอนนี ทำให้ได้มีโอกาสมาดูกิจการของบริษัท แล้วก็ได้เห็นทั้งในส่วนของวัตถุดิบที่จะนำมาป้อนโรงงานและทั้งกระบวนการผลิต แม้ว่าจะมีเวลาดูสั้นๆ แต่ก็ได้เห็นกิจการโดยทั่วๆ ไปแล้ว

* ธรรมกถา แสดง ณ สโมสรรศูนย์กีฬา โรงงานชลบุรี บริษัท อาหารสยาม จำกัด เมื่อวันที่ ๑๗ พฤศจิกายน ๒๕๓๕ ตามคำอาราธนาของคุณหม่อม พูนวัตถุ ประธานกรรมการของบริษัท

อย่างไรก็ตาม ที่มานี้ก็ไม่ใช่เป็นการมาคูกิจการเป็นเรื่องเป็นราว แต่เรียกได้ว่าเป็นการมาพักผ่อน คือเป็นการได้เปลี่ยนบรรยากาศไปด้วย การมาที่นี้นั้นส่วนหนึ่งก็เป็นเรื่องของธรรมชาติ คือที่ไร่สับปะรด ได้ไปดูรอบที่เดียว โยมโศภณพร้อมทั้งทางไร่นั้นคือคุณชาญวิทย์ และคุณกิรนนท์ ก็ได้พาไปดูจนกระทั่งเรียกว่ารอบบริเวณ แต่เวลาจำกัดไปหน่อย เกรงว่าเดี๋ยวจะมาไม่ทันคูที่นี่ ก็เลยดูผ่านๆ บางจุดก็ไม่สามารถเข้าไปถึงได้ เกรงว่าเวลาจะเนิ่นนาน ก็เลยต้องเดินทางต่อมาที่นี่ซึ่งเป็นส่วนของโรงงาน เพื่อมาฉันทตามนิมนต์

เมื่อมาถึงที่นี่แล้ว ก็ได้รับการต้อนรับโอภาปราศรัยจากท่านกรรมการอำนวยการพร้อมทั้งพนักงานท่านอื่นๆ เป็นที่น่าอนุโมทนา เป็นบรรยากาศของไมตรีจิตมิตรภาพในหมู่ของผู้ที่อยู่ในที่นี้เอง พร้อมทั้งท่านที่มาเยี่ยมเยียนซึ่งพอดีประจวบกันก็นอกจากคณะอาตมาแล้วคณะท่านนายอำเภอ พร้อมทั้งท่านปลัดก็ได้มาเยี่ยมเยียนบริษัทด้วย เมื่อถึงเวลาโยมก็ได้นิมนต์ฉันฉันเสร็จแล้วก็บอกท่านนิมนต์แสดงธรรมด้วย

การแสดงธรรมนี้ถือเป็นเรื่องที่เรียกว่าแถมหรือเป็นส่วนพิเศษขึ้นไป เป็นการคุยกันแบบสบายๆ มากกว่า คืออย่าให้ถือเป็นเรื่องหนักอะไรเลย พอบอกว่าให้มาฟังพระแสดงธรรม

เดี๋ยวจะนึกว่าเป็นเรื่องที่ยาก เป็นเรื่องของศัพทวัต แล้วก็เลย
อยากจะง่วง เพราะฉะนั้น ก็ขอให้ถืออย่างที่ว่า เป็นการได้มา
เยี่ยมชมกัน เมื่อมีการเยี่ยมชมกันแล้วก็มาพูดคุยสนทนา
ปราศรัยกัน ก็เป็นทำนองนี้ และเมื่อจะเยี่ยมชมชนิดที่ได้มี
โอกาสพบกันมากท่าน ก็ต้องมาอยู่ในที่ประชุมเช่นนี้ เพราะมา
เยี่ยมชมประเดี๋ยวเดียวถ้าไม่จัดประชุมก็ได้พบกัน ไม่ก็คน การที่คุณ
โยมจัดให้แสดงธรรมอย่างนี้ก็เท่ากับว่าทำให้มีโอกาสได้พบกับ
หลายๆ ท่านนั่นเอง อันนี้ก็เป็นวิธีการอย่างหนึ่ง

ทีนี้ เมื่อมาพบกันแล้ว ก็ได้คุยสนทนาปราศรัย ในฐานะที่
เป็นพระจะคุยเรื่องอะไรดี ก็คุยเรื่องธรรมให้ฟัง

สำหรับสถานที่นี้เป็นที่ทำงาน เป็นโรงงาน เมื่อเป็น
โรงงานแล้วจะคุยเรื่องอะไรดี ก็น่าจะคุยกันเรื่องงาน แต่มองใน
แง่หนึ่ง คนที่ทำงานอยู่แล้วนี้ บางทีก็ไม่ค่อยอยากให้พูดถึงเรื่อง
งาน คือตัวเองทำงานอยู่ก็หนักพอแล้ว พอมีคนมาเยี่ยมก็มาพูด
เรื่องงานอีก แทนที่จะเอาเรื่องสนุกๆ มาคุยกันให้สบายใจ เป็น
การเปลี่ยนบรรยากาศ กลับมาคุยกันเรื่องงานเลยยิ่งแย่ใหญ่ แต่
อาตมาก็นึกว่า ในแง่หนึ่งถ้าหากว่าเราพูดเรื่องงานนี้แหละ แต่
พูดให้ถูกแง่มั่นก็ดี แล้วก็จะเป็นประโยชน์แก่ชีวิตระยะยาวด้วย

บางทีการพูดเรื่องอื่นสลับเข้ามาก็อาจจะสนุกสนาน เป็นการเปลี่ยนบรรยากาศเฉพาะชั่วคราวช่วยยามแล้วก็ผ่านไป แต่แล้วเราก็ต้องกลับมาทำงานของเราอีก ก็ต้องหนักต่อไปตามเดิม

ชีวิตจะสุขสันต์ ถ้าทำงานมีความสุข

ทีนี้ ถ้าเรามาศึกษาหน้ากับเรื่องงานเลย เอาละเรื่องงานเป็นเรื่องหนัก เรื่องต้องใช้กำลัง เรื่องต้องใช้เรี่ยวแรงและต้องใช้ความคิด บางทีก็ถึงกับเครียด แต่เราก็จะพูดกันเรื่องงานนี้แหละ เป็นการเผชิญหน้ากับความจริงกันเลย มันอาจจะดีมากก็ได้ เพราะว่างานนั้นถ้าปฏิบัติให้ถูกต้องแล้ว ก็เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดผลดีระยะยาวแก่ชีวิตทั้งหมด ถ้าทำงานแล้วมีความสุข ชีวิตนี้ก็มีความสุขยาวนานมากมาย แต่ถ้าการทำงานเป็นการทนทุกข์ ชีวิตส่วนใหญ่ของเราจะเป็นชีวิตแห่งความทุกข์ที่ ต้องทนเพราะอะไร เพราะว่างานเป็นกิจกรรมส่วนใหญ่ของชีวิตของเรา มันกินเวลาส่วนใหญ่ในชีวิตของเรา อย่างท่านที่อยู่บริษัทนี้ ก็ต้องสละเวลาให้แก่กิจการของบริษัทวันหนึ่งมากที่สุด

อาตมาได้เดินทางไปชมกิจการของบริษัท และท่านที่นำชมก็เล่าและอธิบายให้ฟัง ก็ได้ทราบที่ชาวบริษัททำงานกันนานอย่างพนักงานที่อื่นทำงาน เท่าที่มองเห็นนั้น ท่านบอกว่าต้องขึ้น

นาน บางทีถึง ๑๒ ชั่วโมง นานมาก นับว่าเป็นเรื่องที่หนัก
ทีเดียว แสดงว่างานนั้นกินเวลาของชีวิตเข้าไปตั้งครึ่งวันแล้ว
วันหนึ่งมี ๒๔ ชั่วโมง หมดไป ๑๒ ชั่วโมงกับการยืนอย่างนั้น
นอกจากนั้นยังต้องไปทำกิจธุระส่วนตัวอีก แล้วก็พักผ่อนหลับ
นอนเสียบ้าง เวลาในวันหนึ่งนี่เหลือจากการทำงานไม่เท่าไร
และต่อจากวันทำงานแล้วก็เหลือวันพักผ่อนอีกคนละคงจะ ๒
วัน ถึงแม้ว่าอาตมาจะไม่ทราบรายละเอียด แต่ก็สรุปได้ว่าเราใช้
เวลาไปกับการงานมาก การงานครอบครองชีวิตส่วนใหญ่ของ
เรา เพราะฉะนั้น เราควรปฏิบัติต่อการงานให้ถูก เพื่อให้ชีวิตนี้มี
ความสุขคุ้มกับเวลาที่เป็นอย่างนี้

คนเรานี้ต้องการให้ชีวิตมีความสุข และในการที่จะให้
ชีวิตมีความสุขนั้น งานเป็นส่วนหนึ่งที่จะทำให้ชีวิตมีความสุข
ได้ แต่ในเวลาที่เรามองว่างานทำให้ชีวิตมีความสุขได้นี้ เรามอง
กันอย่างไร เรามักจะมองไปที่ผลที่จะเกิดขึ้นหลังจากทำงานแล้ว
คือมองด้วยความหวังว่าหลังจากทำงานแล้วเราจะ ได้เงิน แล้วจะ
ได้นำไปซื้อของต่างๆ ที่เราชอบใจ หรือไปเที่ยวที่โน่นที่นั่น กิน
ใช้เที่ยวเล่นแล้วเราก็จะมีความสุข เป็นการคิดหมายไปข้างหน้า
ในอนาคตว่า หลังจากทำงานไปแล้ว จะได้ผลของงานเป็นเงิน
ทอง ที่จะนำไปใช้จ่ายแล้วก็จะมีความสุขจากการกระทำใน

อนาคตนั้น ไม่ได้มองที่ความสุขจากตัวงาน คือไม่ได้มองว่าตัวงานนั้นทำให้มีความสุข บางทีถึงกับมองว่าตัวงานนั้นเป็นความทุกข์ไปก็มี

บางคนไปมองว่าเวลาทำงานเราต้องทน ก็ทนทำมันไป ทำให้มันเสร็จ แล้วเราก็จะได้รับผลตอบแทน ผลตอบแทนนั้นแหละจึงจะทำให้เรามีความสุข เราจะไปมีความสุขในอนาคตตอนโน้น ถ้าอย่างนี้ก็แสดงว่า เวลาที่เราจะมีความสุขนี้มันเหลือน้อย เพราะเวลาที่เป็นส่วนใหญ่ของชีวิตเป็นเวลาที่มีความทุกข์ต้องทน ต้องรอความสุขที่ยังไม่มาถึง

คนจำนวนมากจะมองเรื่องงานอย่างนี้ ซึ่งแสดงว่าแม้จะมองว่าความสุขเป็นผลที่ได้จากงานก็จริง แต่มองกันคนละจุด คือ คนทั่วไปมองจุดที่ว่า ตัวงานไม่ใช่ความสุข ต้องได้ผลตอบแทนจากงานนั้น แล้วจึงไปหาความสุขอีกทีหนึ่ง อย่างนี้ก็หมายความว่าตัวงานนั้นไม่ทำให้เราเกิดความสุขโดยตรงเท่ากับเป็นการบอกว่า ชีวิตของเรานั้นมีความสุขน้อยกว่าส่วนที่ต้องทุกข์ต้องทน หากว่าเรามองงานเป็นเรื่องที่ต้องทุกข์ต้องทน ก็แสดงว่าชีวิตส่วนใหญ่ต้องทุกข์ต้องทน

ถ้าเรามองเสียใหม่ว่าจะทำอย่างไรให้ชีวิตของเรามีความสุขให้มากที่สุด ในเมื่องานเป็นชีวิตส่วนใหญ่ของเรา เราก็

ต้องหาทางทำให้งานเป็นตัวที่ทำให้เกิดความสุข แล้วเวลาส่วนใหญ่ของชีวิตก็จะมีความสุข และยิ่งกว่านั้นก็ถือว่า นอกจากตอนที่ทำงานจะมีความสุขไปด้วยแล้ว ยังได้รับผลตอบแทนจากการทำงาน แล้วก็ไปมีความสุขอีก เป็นความสุขซ้อนอีกชั้นหนึ่ง ก็เลยสุขไปหมด สุขสองชั้น สุขตลอดเวลา

เพราะฉะนั้น จุดสำคัญที่จะทำให้ชีวิตมีความสุข ก็อยู่ที่ว่า เราจะต้องจัดการกับงานหรือปฏิบัติต่องานของเราให้ถูกต้อง ให้มีความสุขในตอนที่ทำงานนั้นแหละ มิฉะนั้นแล้วชีวิตของเราส่วนใหญ่จะไม่มีความสุข จะมีส่วนที่เป็นสุขน้อยกว่าส่วนที่เป็นทุกข์หรือที่ต้องทุกข์ต้องทน ตกลงว่าเราจะทำงานกันให้มีความสุข แต่ไม่ใช่มาสนุกโลดเต้นกันนะ เดี่ยวจะว่าเป็นงานแบบงานวัด งานลอยกระทง อย่างนั้นก็ป็นงานเหมือนกัน เราเรียกว่างาน งานลอยกระทงก็สนุก งานวัดไปดูหนังดูลิเกก็สนุก นั่นก็งานเหมือนกัน แต่งานแบบนั้นเป็นงานที่เราไปดูเขา เราไม่ต้องทำเอง

แต่ที่ท่านพูดอย่างนั้น มันมีแง่ความหมาย คือแสดงว่าคนไทยแต่เดิมนั้นมองงานในแง่สนุกสนานด้วย เช่นว่างานวัด งานลอยกระทง งานสงกรานต์ ทำไมเป็นงาน ก็ต้องอธิบายว่า คนไทยสมัยโบราณมองว่างานนี้เป็นเรื่องสนุกสนาน เฟลิดเฟลิน มี

ความสุข ไม่ใช่เรื่องทุกข์ แม้แต่ไปเกี่ยวข้าวกัน ก็ยังไปร้องเพลง
 นั่นก็เป็นงานเหมือนกัน คือว่า เราไม่ได้มองเฉพาะตัวกิจกรรมที่
 ทำเท่านั้น แต่เรามองถึงจิตใจ ว่าให้มีความเพลิดเพลินเจริญใจ
 บันเทิงไปด้วย

คนสมัยหลังนี้มาได้ยินคำว่างานวัด งานสงกรานต์ งาน
 ลอยกระทง เป็นต้น แล้วก็ไม่ได้มองในแง่ว่าที่จริงมันเป็นงาน
 คือเป็นกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ด้วย ไปมองแต่ในแง่
 สนุกสนาน คือเดิมมันก็เป็นงานจริงๆ เป็นกิจกรรมที่ทำเพื่อ
 ประโยชน์แก่สังคมนั้น หมายความว่า เป็นงานที่ไปช่วยกันทำ
 ประโยชน์ต่อส่วนรวม เช่น ไปที่วัดแล้วก็ไปช่วยกันก่อพระ
 เจดีย์ทราย ขนทรายเข้าวัด หรือทำงานช่วยวัดอย่างใดอย่าง
 หนึ่ง เป็นงานเป็นการทั้งนั้น เกี่ยวข้าวก็เป็นงานเป็นการ แต่ให้
 ทำพร้อมไปกับความรื่นเริงบันเทิงใจด้วย ตกลงว่าที่จริงแล้ว
 งานในความหมายของประเพณีไทยนั้น มันมีตัวกิจกรรมที่เป็น
 สาระเป็นประโยชน์ส่วนหนึ่ง และด้านจิตใจที่มีความรื่นเริงอีก
 ส่วนหนึ่ง ให้มีทั้งสองอย่าง

เป็นอันว่า งานที่เราต้องการอย่างแท้จริงนั้น จะต้องมีความ
 หมายครบสองส่วน คือ

หนึ่ง ตัวงานที่จะต้องทำให้เกิดผลสำเร็จ ที่เป็นจุดมุ่งหมายของงาน คือ ให้ได้ผลงานอย่างดี เช่นเมื่อทำโรงงาน สับปะรด ก็หมายความว่า จะต้องทำให้ได้ผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพดี และได้ปริมาณถึงเป้า คือมีเป้าหมายว่าจะทำได้เท่าไรก็ทำได้ ตามที่ตั้งเป้าไว้ และในด้านคุณภาพจะให้ได้ขึ้นไหนก็ทำได้ตามนั้น พร้อมทั้งสามารถทำให้ดียิ่งขึ้นไปด้วย อันนี้ก็ส่วนหนึ่งคือตัวงานนั้นต้องได้ผลด้วย

อีกด้านหนึ่ง คือ จิตใจที่ทำงานนั้นเป็นจิตใจที่มีความสุข หมายความว่า เวลาทำงานนั้นคนที่ทำก็มีความสุขด้วย

ถ้าได้สองอย่างอย่างนี้ละก็เรียกว่าได้ผลสมบูรณ์ งานที่จะมีผลสมบูรณ์นั้น ให้มองดูทั้งสองด้านนี้ แล้วสองด้านนี้จะกลับมาช่วยกัน ถ้าเราทำงานโดยมีความสุขด้วยแล้ว ก็จะทำให้เราพอใจที่จะทำงานให้ได้ผลยิ่งขึ้นไป พอเราทำงานได้ผลดียิ่งขึ้น เราก็อึดใจ เรียกว่ามี ปิติ เกิดความอึดใจในผลงานนั้น ก็มีสุขุมมากขึ้น ก็ยิ่งทำให้ดีขึ้น แล้วก็สุขุมมากขึ้น เลยเป็นลูกโซ่ เรียกว่าเป็นปฏิสัมพันธ์ มีผลย้อนกลับให้ได้ผลดีขึ้นทั้งในแง่ผลงานและความสุข

เพราะรู้จักคุณจึงรักงาน และทำด้วยใจเบิกบานเป็นสุข

อย่างไรก็ดี จะเป็นอย่างไรก็ตามนี้ได้ เราจะต้องปฏิบัติต่องานให้ถูกต้อง เริ่มตั้งแต่ตั้งแต่วางใจต่องานให้ถูก ถ้าวางใจต่องานผิดแต่ต้นละก็ไปเลย พลาดหมด โดยเฉพาะถ้าวางทัศนคติต่องานว่าเป็นเรื่องต้องทุกข์ต้องทนแล้วคิดว่า เรามาทนทำงานให้เสร็จ แล้วเราจะได้ผลตอบแทนแล้วค่อยไปสนุกเสวยความสุขทีหลัง อย่างนี้ไม่ถูก เรียกว่าวางท่าที่ผิดแล้ว ต่อจากนั้นอะไรต่ออะไรมันก็จะคลาดเคลื่อนผิดทางไปหมด กำลังทำงานแต่ใจลอยไปคอยผลตอบแทนข้างหน้า ไม่อยู่กับงาน ผลงานก็จะไม่ค่อยดีจิตใจก็ไม่ค่อยสบาย ความสุขก็น้อย แล้วเวลาได้ผลตอบแทนไปหาความสนุกสนาน คนที่เป็นอย่างนี้ก็จะเลยเถิดไปง่ายๆ หลงง่ายๆ ระวัง ลืมตัว เพราะมุ่งจะไปหาความสนุกสนาน บอกว่าทนทุกข์มานานแล้ว ตอนนี้อาให้เต็มที่อะไรทำนองนี้ ก็เลยเสียไปเลย

ในทางตรงข้าม ถ้าเขามีความสุขอยู่ตั้งแต่ทำงานแล้วเวลาเลิกงานเขาไปหาความสุขเพิ่มเติม ก็เป็นส่วนแถมเข้ามา ก็ไม่มีปัญหา นี่เป็นวิธีที่ถูกต้อง ซึ่งต้องเริ่มตั้งแต่วางใจให้ถูกต้องต่องาน เรียกว่ามีท่าที่ หรือมีทัศนคติที่ถูกต่อการทำงาน

ถามว่า ทำทีหรือทำใจอย่างไรจึงจะทำให้ทำงานได้ผล ด้วยแล้วก็มีความสุขด้วย เหตุผลง่ายๆ ที่จะทำให้เราทำงาน ได้ผลดีและมีความสุขไปด้วย ก็คือเราต้องมีความพอใจในงาน รักรงานนั้น ถ้าใจเรารัก เราพอใจในงานแล้ว เราก็อยากจะทำงาน นั้น โครมหาห้ามก็ไม่อยากจะหยุด ไม่ยอม ใจเราจะทำ

รวมความว่า ถ้าใจเราพอใจจะทำ ทำด้วยใจรัก มันก็ตั้งใจ ทำเมื่อทำแล้วนอกจาก ได้ผลดีก็มีมีความสุขในขณะที่กระทำนั้น

ที่ท่านบอกว่าต้องวางทำที่ต่องานให้ถูกต้อง ก็คืออย่าไป มองงานว่าเป็นเรื่องต้องทุกข์ ต้องทน

คำถามต่อไปว่า ทำอย่างไรเราจะมีใจรักรงาน เราจะพอใจ ทำงาน คำตอบคือจะต้องเห็นคุณค่าของงาน ในเรื่องนี้ แต่ละ อย่างเป็นเหตุเป็นผลแก่กันและกัน จุดหมายตอนนี้คือเรา ต้องการให้คนพอใจงาน อยากทำงาน ทีนี้ทำอย่างไรจะให้คน อยากทำงาน ก็ต้องเห็นคุณค่าของงาน

คุณค่าของงานนั้นมีหลายอย่าง พรรณนาได้มากมาย หลายแง่ ถ้าเรายังมองเห็นคุณค่าของงานหลายแง่ หลายด้านมาก เท่าไร ก็จะเป็นเหตุผลที่ทำให้เราเกิดความรักงานมากขึ้น เท่านั้น

คุณค่าของงานประการแรก ง่ายที่สุด ก็เริ่มด้วยมองในแง่ของผลตอบแทนก่อน ผลตอบแทนก็คือ ปัจจัยเครื่องเลี้ยงชีพ หรือเงินทองที่จะซื้อหาของกินของใช้ เราู้กันดีว่างานนี้แหละ ทำให้เรามีเครื่องเลี้ยงชีพ ทำให้เราเป็นอยู่ได้ดี งานเป็นสิ่งที่ผูกพันติดอยู่กับชีวิตของเรา มันมีคุณค่าต่อชีวิตของเรา ทำให้ชีวิตของเราดำรงอยู่ได้ด้วยดี ในเมื่องานเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อเรา เราก็ควรที่จะรักจะชอบมัน นอกจากมีความสำคัญต่อชีวิตของเราแล้ว ก็ยังต่อไปถึงครอบครัวของเรา ญาติพี่น้องของเราด้วย

เรามาอยู่ห่างบ้าน บางทีเราทำงานเก็บเงินได้แล้ว เรายังส่งเงินไปช่วยบ้าน ไปช่วยพ่อช่วยแม่ในท้องถิ่นอีก เห็นได้ชัดว่างานนี้มีคุณค่ามาก เป็นประโยชน์ต่อชีวิต ในเมื่องานเป็นประโยชน์ต่อชีวิต เราก็ควรรักงาน เหมือนอย่างคนเราด้วยกัน ใครเป็นคนที่มีความสำคัญต่อชีวิตของเรา เราก็รักใคร่ มีความรู้สึกที่ดีต่อเขา งานของเรานี้ มีความสำคัญต่อชีวิตของเรานักหนา ทำให้เราเป็นอยู่ได้ มีความสุขสบาย เราจึงควรตั้งใจทำ เอาใจใส่มัน อันนี้ก็เป็นเหตุผลง่ายๆ เป็นคุณค่าพื้นฐานอันดับที่หนึ่ง

แต่งานไม่ได้มีคุณค่าแค่นี้ ที่จริงคุณค่าของตัวงานเอง ที่แท้ที่จริงนั้น ไม่ใช่เป็นผลตอบแทนด้วยซ้ำ คุณค่าของงานก็คือผลที่เป็นวัตถุประสงค์หรือความมุ่งหมายของงานนั่นเอง คือ

งานแต่ละอย่างๆ ย่อมมีความมุ่งหมายที่จะแก้ไขปัญหาหรือสร้างสรรค์อะไรอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น การทำครัวก็เพื่อทำอาหารให้คนรับประทาน การขับรถก็เพื่อพาคนให้ไปถึงที่หมายโดยสะดวกรวดเร็ว การกวาดถนนก็เพื่อให้ถนนสะอาด ผลงานที่เป็นคุณค่าอย่างแท้จริงของงาน ก็คือ มีอาหารดีๆ ที่จะให้คนกิน การเดินทางถึงจุดหมายโดยสะดวกรวดเร็ว และความสะอาดของถนน นี่เป็นผลของงานซึ่งเป็นผลโดยตรงของงาน เป็นคนละอย่างกับผลตอบแทน จะต้องแยกให้ถูกว่าเป็นผลของงานกับผลตอบแทน หรือผลงานกับผลเงิน

เมื่อจะทำงานให้ถูกต้อง ก็ต้องมุ่งทำให้ได้ผลของงาน หรือผลที่เป็นจุดหมายของงานก่อน ว่าเราจะทำให้ผลนั้นเกิดขึ้นอย่างดีที่สุด แล้วเราจึงได้ผลตอบแทนเป็นผลพลอยได้ตามมาตามเงื่อนไข ถ้าตั้งใจทำงานและงานสำเร็จผลอย่างดี คือเกิดผลดี สมตามความมุ่งหมายของงาน เราจึงจะมีความภูมิใจและอิมใจจริงในการได้รับผลตอบแทน

เนื่องจากงานมีคุณค่าในการแก้ปัญหาก็หรือสร้างสรรค์อย่างใดอย่างหนึ่งนี้ งานจึงมีคุณค่าสืบเนื่องต่อไปอีก คุณค่าของงานข้อต่อไปก็คือว่า งานนี้แหละเป็นสิ่งที่ทำให้กิจการของโลกของสังคม ของประเทศชาติ เป็นไปได้ บางทีก็เป็นประโยชน์

โดยตรงต่อชีวิตของผู้อื่น อย่างงานของโรงงานอาหารนี้ ไม่ว่าจะทำสับประรด หรือทำผลไม้อื่นก็ตาม ก็เป็นอาหารของมนุษย์ เป็นปัจจัยสี่อย่างหนึ่ง ไม่ว่าจะเขาจะรู้ตัวหรือไม่ก็ตาม แต่สิ่งที่เราทำนี้เป็นเครื่องเลี้ยงชีวิตของคนทั้งหลาย เมื่อทำไปแล้วก็เป็นประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์อื่น เมื่อเราทำงานผลิตสิ่งเหล่านี้ เรารู้คุณค่าของสิ่งที่เราทำแล้วก็ภูมิใจว่าเราทำในสิ่งที่ดีงาม เป็นประโยชน์ นอกจากเป็นงานที่สุจริตแล้ว ยังเป็นคุณประโยชน์แก่ผู้อื่นด้วย ช่วยหล่อเลี้ยงชีวิตของเพื่อนมนุษย์ให้เขาได้มีอาหารรับประทาน ให้เขาได้อาหารที่เขาพอใจ ช่วยให้เขามีความสุข อันนี้ก็เป็นสิ่งที่เราควรระลึกด้วยอย่างหนึ่ง ซึ่งเมื่อระลึกขึ้นมาแล้วก็ทำให้เรามีความพอใจ ว่าเราได้ทำในสิ่งที่ดีงาม เป็นประโยชน์ นี่ก็เป็นคุณค่าอีกส่วนหนึ่ง

แต่อย่างโรงงานของบริษัทนี้ นอกจากทำอาหารที่ไปบำรุงเลี้ยงเพื่อนมนุษย์แล้ว ก็ยังมีส่วนส่งเสริมเกื้อกูลสังคม ประเทศชาติส่วนรวมด้วย อาตมาได้ทราบว่า ผลผลิตของที่นี่ส่วนใหญ่ส่งออกนอกประเทศ คือส่งออกนอกประเทศตั้ง ๕๐ กว่าเปอร์เซ็นต์ ซึ่งมีผลดี คือ ทำให้เงินตราเข้าประเทศ ประเทศไทยเรานี้ต้องการเงินตราเข้าประเทศมาก เรามีปัญหาเกี่ยวกับดุลการค้า เราเสียดุลการค้ามาก เพราะฉะนั้น ถ้าหากว่าบริษัทนี้

ส่งอาหารออกไปต่างประเทศมาก ก็นับว่ามีส่วนสำคัญที่ช่วยแก้ปัญหาของประเทศในการเสียดุลการค้า แก้ความเสียเปรียบของประเทศ นำรายได้เข้าประเทศ อันนี้เป็นการมองในวงกว้าง ที่ทำประโยชน์ให้แก่ประเทศชาติ

ฉะนั้น เมื่อเรามาที่นี่ มาเป็นสมาชิกส่วนหนึ่งของโรงงาน เป็นพนักงานหรือคนทำงานของบริษัท ก็เท่ากับว่าเราได้ช่วยกันทำประโยชน์ให้แก่ประเทศชาติด้วย เมื่อนึกขึ้นมาอย่างนี้ก็ทำให้มีความสบายใจ เวลาทำงานก็นึกว่าเราทำประโยชน์ให้กับประเทศชาติเพิ่มขึ้นอีกอย่างหนึ่ง คือ นอกจากทำอาหารอร่อยๆ ให้คนรับประทานแล้ว ก็ยังช่วยเหลือเศรษฐกิจของชาติอีกด้วย นึกแล้วก็สบายใจ มีความภูมิใจ ปลื้มใจ เรียกว่าเกิดปีติ อันนี้ก็ส่วนหนึ่ง

งานยิ่งเพิ่มคุณค่า เมื่อใช้เป็นเครื่องพัฒนาตัวคน

ที่นี้มองต่อไปอีก งานยังมีคุณค่า หรือมีประโยชน์อะไรอีก คนเรานี้ ในชีวิตก็ต้องการความเจริญก้าวหน้า ซึ่งหมายถึงการที่จะต้องพัฒนาตัวเองให้มีสติปัญญา มีความเก่งกล้าสามารถ หรือมีความชำนาญชำนาญในเรื่องต่างๆ ที่จะให้ทำอะไรๆ ได้ดีขึ้น

มีความสำเร็จมากขึ้น ความเก่งกล้าสามารถ และความชำนาญชำนาญของคนนั้น มีจุดแสดงออกที่สำคัญก็คือทีมงานของเขานั้นเอง ถ้าเราต้องการเป็นคนเก่งกล้าสามารถ หรือเป็นคนที่มีคุณภาพมากขึ้น เราจะต้องมีการพัฒนาตัวเอง ส่วนสำคัญของชีวิตที่ทำให้คนพัฒนาตนเองได้ก็คืองาน

การทำงานเป็นการพัฒนาตนเอง เป็นการฝึกฝนตนเองในทุกด้าน ถ้าเราอยากจะเป็นคนเจริญก้าวหน้า เป็นคนมีคุณภาพ เราต้องพัฒนาตนเอง จะพัฒนาที่ไหน ก็มาพัฒนาตนเองที่การทำงานนี่แหละ ใช้งานนี่เป็นเครื่องพัฒนาตนเอง การทำงานให้เป็นการพัฒนาตนเองนี้สำคัญมาก

ความสามารถส่วนใหญ่ในชีวิตของเรานี้เกิดจากการทำงาน แต่ต้องตั้งใจทำ ทำให้ถูกต้อง และพยายามทำให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป คอยสังเกต คอยดู คอยศึกษา คอยสอบถาม คอยหาความรู้อยู่เสมอ ก็จะเป็นการพัฒนาตนเองให้มีความรู้ความสามารถขึ้นมา

การพัฒนาตนเองให้มีความเก่งกล้าสามารถในการทำงานนี้ นอกจากจะเกิดผลภายนอก เช่นอาจจะได้ผลตอบแทนหรือได้รับการเลื่อนขั้นเลื่อนระดับงานแล้ว ก็มีผลที่แน่นอนภายในตัวเอง ไม่ว่าจะภายนอกเราจะได้รับผลตอบแทนหรือไม่ก็ตาม แต่

ในตัวเรา เรา รู้ ก็คือการที่เรามีความชำนาญมากขึ้น ทำอะไร
ได้ดีขึ้น เขาจะมีผลตอบแทนให้หรือจะไม่มีก็แล้วแต่ แต่เรารู้สึก
ในตัวเองของเรา เราทำไปแล้วเราก็อิ่มใจ อิ่มใจของเรา ถ้า
รู้สึกว่าการทำอะไรแล้วเราทำได้ดีขึ้น นี่คือการพัฒนาตนเอง
ขอให้เรามีความภูมิใจสบายใจในตัวได้ทันทีเลย ไม่ต้องรอให้
คนอื่นเขามาให้ผลตอบแทน

ฉะนั้นจึงเป็นการได้สองชั้น คือ ได้จากตัวเอง กับ ได้จาก
คนอื่น หรือว่าตอนที่หนึ่ง เราให้แก่ตัวเอง ตอนที่สองคนอื่น
ให้เรา

ตอนที่หนึ่ง ตัวเรานี้ได้แน่นอนก่อน บางคนไปมองแง่ว่า
เขายังไม่ได้ให้ผลตอบแทนเรา เขายังไม่ได้รับรางวัล ถ้าไปรอ
หวังผลแบบนั้นละก็อาจจะทำให้ผิดหวัง อันนั้นเป็นส่วนของ
คนอื่น เขาจะให้หรือไม่ให้ก็เป็นอีกเรื่องหนึ่ง แต่ส่วนที่เราได้
แน่นอนก็คือการพัฒนาตัวเอง และอันนี้แหละเป็นการได้ที่
แท้จริง เป็นการได้ที่เข้าถึงเนื้อถึงตัวของเราจริงๆ เป็นการได้
ของตัวชีวิตแท้ๆ และเป็นของเราจริงๆ ใครแย่งชิงหรือฉกฉวย
เอาไปไม่ได้ ไม่เหมือนผลตอบแทนที่เป็นของนอกตัว เราพัฒนา
ความสามารถขึ้นมา เราเห็นประจักษ์ชัดได้ด้วยตนเอง

เพราะฉะนั้น เราได้ตลอดเวลาจากการทำงาน เมื่อถือว่าการทำงานเป็นการพัฒนาตน

นอกจากพัฒนาความชำนาญ หรือความเก่งกล้าสามารถแล้ว นิสยที่ดี คุณธรรม ความสัมพันธ์กับผู้อื่นและการเป็นอยู่ในสังคม ก็จะพัฒนาไปด้วย ถ้าเรารู้จักทำ นิสยของเราที่ดีขึ้น คุณสมบัติต่างๆ ก็จะพัฒนาขึ้น เช่น ความเป็นคนมีระเบียบวินัย ความขยัน ความอดทน ความรู้จักสังเกต ความมีปัญญา ความรู้เข้าใจและรู้จักพิจารณาเหตุผลในการแก้ปัญหา จะได้รับการฝึกฝนพร้อมเสร็จไปในตัวเลย เป็นการฝึกฝนพัฒนาตนเองอยู่เรื่อย ตลอดเวลา

นี่คือลักษณะของชีวิตที่ดีงาม ซึ่งต้องมีการพัฒนา ต้องมีการก้าวหน้า และกิจการนี้แหละถ้าเราปฏิบัติให้ถูกต้องจะเป็นเครื่องพัฒนาชีวิตของเรา เพราะฉะนั้น เราจึงควรมองว่างานเป็นสิ่งที่ทำให้ชีวิตมีคุณภาพ มีการพัฒนาให้ดีขึ้น แล้วเราก็จะมีความสุขกับการทำงาน เพราะมองเห็นว่า เมื่อเราทำงาน ตัวเราก็พัฒนา

นอกจากนี้ก็คือบรรยากาศ ถ้าทำงานให้เป็นการพัฒนาตน ก็จะได้บรรยากาศที่ดีในการทำงาน คือพัฒนาความมีไมตรีจิต มิตรภาพ ความยิ้มแย้มแจ่มใสต่อกันในหมู่ผู้ร่วมงาน

ที่ว่ามานี้ ก็จะต้องไม่มองข้ามสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งคือพวก
สวัสดิกภาพและสวัสดิการต่างๆ กล่าวคือสภาพความเป็นอยู่ที่
เหมาะสม ซึ่งเอื้ออำนวยให้มีความสะดวกสบายตามสมควร
สภาพอย่างนี้ทางพระท่านเรียกว่าเป็น สัปบายะ สัปบายะก็คือ
บรรยากาศ สภาพแวดล้อม สถานที่อยู่ ปัจจัยต่างๆ ซึ่งเกื้อกูลต่อ
การที่จะดำรงชีวิตและทำการงาน ให้เราสบายกายสบายใจ ไม่
ต้องห่วง ไม่ต้องกังวล อันนี้ก็เป็นเรื่องขององค์กรประกอบ
แวดล้อม ซึ่งจะส่งผลช่วยสนับสนุนให้ทำงานด้วยความสบายใจ
และมีความรักความพอใจในงานเกิดขึ้นได้ง่าย

แต่ข้อสำคัญก็อย่างที่บอกในตอนต้นแล้ว คือต้องตั้งทำให้
ให้ถูกต้องต่องาน อย่าไปมองงานเป็นเรื่องที่ต้องทุกข์ต้องทน
ต้องมองงานเป็นสิ่งที่มีความหมาย มีประโยชน์ แล้วก็เกิดความรัก
ความพอใจงาน พอมีความรักความพอใจอย่างนี้แล้วเราก็ทำงาน
ด้วยความสุข ตั้งใจทำ

พอมีความรักงานแล้วผลดีก็ตามมาเป็นกระบวนการคือ พอ
รักงานแล้ว ก็อยากทำงาน พออยากทำงานแล้ว งานเดินหน้าไป
หน่อย เราก็รู้สึกว่ามันได้ผลแล้ว พอได้ผล เราก็เกิดความ
พอใจ ผลงานที่เกิดขึ้นแต่ละตอนๆ ทำให้เกิดความภูมิใจ และทำให้
เกิดความสุข

การเกิดมีความอึดใจที่ทางพระท่านเรียกว่า ปิติ นั้น เป็นกระบวนการของจิตใจที่จะทำให้คนเรามีสุขภาพจิตที่ดี คนที่ทำงานอย่างนี้จะไม่ค่อยมีความเครียด

ถ้าคนไม่มีปิติ ไม่มีความอึดใจจากงาน แม้ว่างานจะเดินหน้าไป แต่เมื่อยังไม่ได้ผลตอบแทนก็ไม่ได้ความรู้สึกนี้ เพราะใจมัวไปหวังข้างหน้า มองว่าโน่นเล็กงานแล้วจะได้ไปเที่ยวสนุกสนาน ใจไปอยู่ที่โน่น หรือไปมองที่ผลตอบแทน ใจมันไม่อยู่กับงาน เมื่อใจไม่อยู่กับงาน ก็หาความสุขจากงานไม่ได้ กลายเป็นต้องทนต้องทุกข์ในการทำงาน ใจก็ไม่สบาย อันนี้แหละเรียกว่าตั้งท่าที่ไม่ถูกต้อง เพราะฉะนั้น จะต้องทำใจให้มีความสุขสนุกกับงานไปเลย อย่างที่ว่า พอใจรักงานแล้วงานก้าวไปนิด เราก็อึดใจเมื่อได้เห็นงานก้าวไปที่ละหน้อยๆ ก็มีความสบายใจอึดใจเรื่อยไปตลอดทุกขั้นตอน เป็นอันว่านอกจากจะมีความรักงาน ทำงานด้วยใจสบาย มีความสุขเป็นพื้นอยู่แล้ว พอเห็นผลงานก็ยิ่งมีความสุข มีปิติมากยิ่งขึ้น

ปรุ่่งแต่งสิ่งอื่นได้หลากหลาย ทำไมไม่ปรุ่่งแต่งใจตัวเองให้เป็นสุข

ความก้าวหน้าอีกขั้นหนึ่งก็คือ การทำใจของตนเองให้
ผ่องใสเบิกบานตลอดเวลา โดยมีสติเตือนใจตัวเองว่า ทำใจให้
ร่าเริงผ่องใส

เรื่องใจของเราเนี่ย เราปรุ่่งแต่งได้ ปรุ่่งแต่งให้ดีก็ได้ ให้ร้าย
ก็ได้ ปรุ่่งแต่งไม่ดีก็หมายความว่า ให้เกิดความรู้สึกที่ไม่สบายใจ
ขุ่นมัว เศร้าหมอง เตื่อคร้อนกระวนกระวาย โดยนึกถึงอะไรที่
ไม่ได้หรือไม่ดีขึ้นมา เช่น นึกถึงความอยากที่จะไปโน่นไปนี่
ตอนนี้ยังไปไม่ได้ ทำไมยังไม่ถึงเวลาเสียที ฉันอยากจะทำงาน
ไปเที่ยวที่โน่น ไปสนุกที่นั่น นี่ยังเหลืออีกตั้ง ๒ ชั่วโมง พอคิด
อย่างนี้แล้วก็ปรุ่่งแต่งไป ใจก็ฟุ้งซ่านกระวนกระวาย ตอนนี้
ทำงานก็ไม่มีความสุข แล้วยังเกิดความเครียดด้วย

ทีนี้ในทางตรงข้ามเราปรุ่่งแต่งจิตใจในทางที่ดี ให้ร่าเริง
สนุกสนาน มองงานที่ทำอยู่ต่อหน้า ส่วนข้างหน้าไม่ต้องไปคิด
ห่วง เดี่ยวถึงเวลาก็เลิกงานเองแหละ ครบ ๑๒ ชั่วโมงก็ ๑๒
ชั่วโมง ๘ ชั่วโมงก็ ๘ ชั่วโมง ครบเมื่อไรก็เมื่อนั้น เวลามัน
ยุติธรรมกับทุกคน มันไม่เคยเอาเปรียบใคร เราไปคิดเอาเองว่า

เวลามันช้าเหลือเกิน ก็เพราะเราไปรอมัน ถ้าเราไม่รอมัน มันก็ไม่ช้า เราก็ทำงานของเราไป

ก็อย่างที่บอกแล้วว่า เวลามันให้ความเป็นธรรมชาติแก่ทุกคนเสมอ กัน แต่ถ้าตั้งใจผิด มันก็ทำให้เวลาช้าหรือเร็วตามแต่ที่เราจะตั้งใจอย่างไร เพราะฉะนั้นเราก็ทำให้ถูก เราารู้อยู่แล้วว่า เวลามันเป็นอย่างนั้นของมันตามธรรมชาติ ก็ไม่ต้องไปเร่งรัดหรือขัดขวางมัน ให้เหมือนใจหรือให้ขัดใจตัวเอง แทนที่จะทำอย่างนั้น เราก็เอาใจมาอยู่กับงานของเราทำให้รำเริงกับงาน สนุกสนานกับงาน ประុងแต่งใจให้รำเริงเบิกบาน

ความรำเริงเบิกบานนั้นท่านเรียกว่า ปราโมทย์ ทำใจให้ปราโมทย์ คือ เวลาทำงานก็ทำให้รำเริงเบิกบาน ยิ้มแย้มแจ่มใส นึกถึงงานก็นึกขึ้นมาด้วยความรำเริงเบิกบาน คอยเตือนสติตัวเองอยู่เรื่อย พอรู้สึกว่ใจชักขุ่นมัว นึกขึ้นมาได้ก็หยุดและบอกตัวเองว่า เอ๊ะ เรานี้ชักจะไม่ได้การแล้วกระมัง ใจเราชักจะเดือดร้อนกระวนกระวาย ชักจะขุ่นมัวเศร้าหมองแล้วไม่ได้ๆ ผิดแล้ว จะต้องรำเริงเบิกบาน พอได้สติอย่างนี้ก็เตือนตัวเอง บอกกับใจตัวเอง พอรู้ทันแล้วก็ทำใจให้รำเริง

การประុងแต่งใจอย่างนี้ เราทำได้ อยู่ที่การฝึก เราประុងแต่งใจของเรา ถ้าประុងให้เป็นดี มันก็ดี ถ้าประុងให้ไม่ดี มันก็ไม่ดี

เหมือนกับอาหารเราก็ปรุงแต่งได้ จะปรุงให้นำกินหรือปรุงให้
ไม่นำกินก็ได้ อันนี้ก็เหมือนกัน ใจของเรา เราก็ปรุงได้ ปรุงของ
ข้างนอกเรายังปรุงได้ ปรุงในใจตัวเองทำไมจะปรุงไม่ได้
เพราะฉะนั้นก็มาปรุงใจตัวเอง ปรุงด้วยของดี ด้วยความคิดที่ดี
นึกแต่สิ่งที่ดี นึกถึงงานในแง่ดี นึกให้มันสบายใจ เวลาทำงานก็
รำเรงเบิกบานไปกับงาน

การทำงานด้วยใจรำเรงเบิกบาน ท่านเรียกว่า มีปราโมทย์
พอมีปราโมทย์แล้วทำงานไป งานเดินหน้าไปก็อึดใจว่างาน
ก้าวหน้า โดยมีผลเกิดขึ้นทีละน้อยๆ ก็เกิด ปิติ อึดใจ พอมีปิติ
อึดใจแล้วก็สบายใจ ใจสงบเย็น เกิดมี ปัสสัทธิ คือความผ่อนคลาย
คลายกายใจ ไม่มีความเครียด

พอใจสบาย ไม่เครียด มีความผ่อนคลาย สงบ เย็น มี
ปัสสัทธิแล้วก็มี ความสุข เกิดความโปร่ง โล่งใจ ความสุขนี้
แปลว่า โปร่ง โล่งใจ เพราะไม่มีอะไรมาบีบคั้น ตัดขาดข้อ
จำกัดทุกขันธ์นั้นแปลว่าบีบคั้น คนที่มีความทุกข์ก็คือคนที่มึนอะไร
มาบีบคั้นตนเอง ถ้าบีบคั้นกาย ก็เรียกว่าทุกข์กาย ถ้าบีบคั้นใจ ก็
เรียกว่าทุกข์ใจ

คนจำนวนมากชอบเอาอะไรมาบีบคั้นใจตัวเอง หรือทำ
ให้เกิดความติดขัดค้ำข้อง ไม่โปร่ง ไม่โล่ง เกิดความทุกข์ใจ ที่

นี่พอกต้องใจ สะดวกใจ โปร่งโล่งใจ มีความสุขใจก็มั่นคง สงบ
 แน่วแน่ จะทำอะไรใจก็อยู่กับเรื่องนั้น ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่กระวน
 กระวาย อันนี้ท่านเรียกว่ามี สมาธิ

พอมีสมาธิ จิตใจสงบตั้งมั่นแน่วแน่แล้ว ไม่ว่าจะคิดอะไร
 ความคิดก็เดิน ปัญญา ก็เดิน จะใช้พลังจิตทำงานอะไร แม้แต่จะ
 ไปทำกรรมฐาน บำเพ็ญสมาธิก็ได้ผลดีด้วย สอดคล้องกัน ดีไป
 หมกเลย

รวมความว่าเป็นเรื่องของการทำให้ชีวิตของเรานี้มี
 ความสุขอย่างแท้จริงจากการทำงาน เพราะว่างานเป็นส่วนใหญ่
 ของชีวิตของเรา

เพราะฉะนั้น เราต้องพยายามทำให้การทำงานนี้เป็นตัว
 นำมาซึ่งความสุข แล้วก็สุขด้วยการทำงานนั้นด้วย สุขตั้งแต่
 เวลาทำงานแล้ว คือขณะทำงานก็มีความสุข ครั้นเสร็จจากงาน
 แล้วก็มีความสุขเพิ่มอีก นี่ก็เป็นเรื่องของการทำให้ชีวิตมี
 ความสุข โดยเอางานเป็นหลัก เพราะงานนั้นเป็นส่วนใหญ่ของ
 ชีวิต

ถ้าทำงานได้อย่างนี้ ก็เข้ากับความหมายของงานที่ได้พูด
 กันมาตามวัฒนธรรมประเพณีไทย ที่บอกว่าไปงานวัด งาน
 สงกรานต์ ซึ่งมองกันในแง่สนุกสนานบันเทิง เราก็มาทำงาน

ของเราแม้แต่ในโรงงานนี้ ให้เป็นไปด้วยจิตใจที่เบิกบาน สดชื่น ผ่องใสอย่างนั้นด้วย โดยที่รู้เข้าใจคุณค่าของงาน และมีสติเตือนตัวเองให้คอยทำใจให้ร่าเริงเบิกบานอย่างนี้ แล้วงานก้าวไป ชีวิตของเราก็พัฒนาไปด้วย

ชีวิตของคนที่ปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้องนี้แหละ เป็นชีวิตที่เจริญก้าวหน้า แม้แต่สิ่งที่เราทำอยู่ตลอดเวลา คืองาน ที่เป็นของประจําใจ ถ้าเรายังปฏิบัติไม่ถูกต้องแล้ว เราก็คงปฏิบัติต่อสิ่งอื่นไม่ค่อยถูกต้องเหมือนกัน การงานนี้เป็นเรื่องที่สำคัญทางพระพุทธศาสนาท่านเรียกว่าเป็นกรรม

คำว่า กรรม นั้น แปลว่าการกระทำ การกระทำในชีวิต ส่วนใหญ่ของคนก็คืองาน ขอให้พิจารณาความหมายตามลำดับ เริ่มแรกคำว่ากรรมในความหมายที่ละเอียดที่สุด ก็คือเจตนาที่ทำการ เจตนาในใจ เป็นตัวการที่ทำให้เราทำโน่นทำนี่ต่อจากนั้น เมื่อแสดงออกมาเป็นการกระทำภายนอก เราเรียกว่าเป็นกิจกรรม ทีนี้ถ้าเป็นกิจกรรมที่เป็นหลักของชีวิตก็เรียกว่าเป็นงาน เพราะฉะนั้น กรรมจึงมีความหมายหลายชั้น กรรมในความหมายกว้างที่สุดก็คือ งานที่แต่ละคนทำ พระพุทธเจ้าตรัสว่า *กมฺมุนา วตฺตตี โลกิ* โลกนี้เป็นไปตามกรรม ก็คือเป็นไปตามกรรม ขึ้นพื้นฐานคืองานของคน

มนุษย์ที่ทำงานกันอยู่ในสังคมนี้แหละ เป็นตัวบันดาลวิถีความเป็นไปของโลก หรือของสังคม โลกและสังคมจะเป็นไปอย่างไรก็ด้วยกิจกรรมสำคัญ คืองานของคน อาชีพการงานหรือเรื่องของกิจกรรมทางเศรษฐกิจ ในชีวิตของคนส่วนใหญ่นี้เป็นเครื่องนำให้โลกให้สังคมเป็นไป เอาตั้งแต่สังคมประเทศไทยนี้จะเป็นอย่างไรก็อยู่ที่งานที่คนไทยทำ เพราะฉะนั้น ถ้าเราจะให้สังคมประเทศชาติของเราไปทางไหน คนแต่ละคนที่อยู่ในประเทศเป็นพลเมือง ก็ต้องทำงานให้ถูกเรื่อง ให้เป็นงานที่จะนำประเทศชาติสังคมไปสู่ความเจริญก้าวหน้า

งานในความหมายต่อมา เมื่อเจาะลึกลงไปถึงที่สุดแล้ว กิจกรรมของมนุษย์ทุกอย่างนั้นก็มาจากเจตจำนงในใจ เจตจำนงเจตนา หรือความตั้งใจนั้น เป็นตัวการที่ปรุงแต่งสร้างสรรค์ทุกสิ่งทุกอย่าง โลกมนุษย์นี้เป็นโลกของเจตจำนง หรือโลกแห่งความคิดปรุงแต่งสร้างสรรค์ สังคมมีความเจริญก้าวหน้า มีวัฒนธรรม มีวิทยาการต่างๆ มีเทคโนโลยี มีอะไรๆ ทุกอย่างทั้งหมดนั้นเป็นเรื่องของเจตจำนง คือความคิดปรุงแต่งสร้างสรรค์ทั้งหมดนั้น ต่างจากโลกของสัตว์ทั้งหลาย โลกของธรรมชาติทั้งหมดนั้น มีความเป็นไปอีกแบบหนึ่ง ไม่เหมือนกับ

โลกของมนุษย์ที่เป็นโลกแห่งเจตจำนง หรือโลกของเจตนาปรุงแต่งสร้างสรรค์

เพราะฉะนั้น ท่านจึงบอกว่า โลกนี้หรือสังคมนี้นี้เป็นไป เพราะกรรม หรือเป็นไปตามกรรมของมนุษย์ ซึ่งมีความหมายหลายชั้น เริ่มตั้งแต่เจตจำนง หรือเจตนาปรุงแต่งสร้างสรรค์ของคนที่เกิดแก่ ซึ่งเป็นผู้คิดริเริ่มที่จะนำสังคมให้เกิดการเปลี่ยนแปลง พอคนส่วนใหญ่เปลี่ยนไปตามวิถีนั้น สังคมก็เป็นที่ตามนั้น แต่โดยปกติเมื่อทุกอย่างลงตัวแล้ว กิจกรรมส่วนใหญ่ของมนุษย์คือการทำงานนี้แหละที่ทำให้สังคมเป็นไป

เพราะฉะนั้น เราทุกคนนี้มีส่วนที่จะปรุงแต่งชีวิต ปรุงแต่งสังคม ปรุงแต่งโลกให้เป็นไปต่างๆ เราจึงควรจะมาช่วยกัน ปรุงแต่งในทางที่เป็นการสร้างสรรค์ ให้เป็นประโยชน์ การงานที่เป็นอาชีพสุจริตก็เป็นส่วนที่จะช่วยปรุงแต่งนำโลกไปในทางที่ดีงาม ให้โลกร่มเย็นเป็นสุข ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน ยิ่งถ้างานนั้นไม่เพียงแต่สุจริต แต่ยังเป็นงานที่เกื้อกูลเป็นประโยชน์ด้วย ก็เป็นเครื่องหล่อเลี้ยงให้โลกนี้มีความสุข เจริญก้าวหน้า ยิ่งๆ ขึ้นไป เราจึงควรจะมีใจในการงานที่เราทำอย่างถูกต้อง เมื่อเราทำงานอย่างถูกต้องก็มองเห็นคุณค่าของงาน เราก็

มีความพอใจในงาน ระลึกขึ้นมาเมื่อไรก็มีความอึดใจว่า เราได้ทำในสิ่งที่เป็นประโยชน์แล้ว

วันนี้ อาตมาได้มาพบปะกับโยมญาติมิตรชาวโรงงานชาวบริษัทยา ซึ่งเป็นผู้ทำงานที่สุจริต ทำงานที่สร้างสรรค์ เป็นประโยชน์ ก็ขอให้ทุกท่านมองเห็นคุณค่าแห่งงานของตนเองอย่างที่ได้กล่าวมาแล้ว และนอกจากทำประโยชน์ให้แก่ผู้อื่นแล้ว ก็ต้องทำจิตใจของเราให้สบายมีความสุขด้วย และจิตใจของเราที่สบายและมีความสุขนี้ ก็จะเป็นปัจจัยให้เราทำงานที่เป็นประโยชน์แก่ส่วนรวมได้ผลดียิ่งขึ้นด้วย เป็นสิ่งที่อิงอาศัยและส่งเสริมซึ่งกันและกัน ผูกพันกันไป ทำให้ทั้งตัวเราและส่วนรวมมีความสุขก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป

ตกลงรวมความว่า การทำงานนั้นทำให้เราได้ประโยชน์ และมีความสุขก้าวหน้ายิ่งขึ้นไปเรื่อยๆ ส่วนที่ได้นี้ ก็มีทั้งสองด้าน คือด้านตัวงาน ซึ่งอาจจะออกมาเป็นผลทางวัตถุด้านหนึ่ง และด้านของจิตใจที่มีความสุข มีความสบายอึดใจ พร้อมกันไปกับการที่มีการพัฒนาของชีวิตอยู่เรื่อยไป ดังนั้นเราจึงควรนำเอาหลักนี้มาตรวจสอบ ดูว่าการทำงานของเรานี้ ตลอดจนการดำเนินชีวิตทั้งหมดของเราได้มีความสุขก้าวหน้ายิ่งขึ้นไปตลอดเวลาหรือไม่

ตรวจสอบความเจริญก้าวหน้า

ให้แต่ละวันเวลาได้ทำงานและความสุข

การที่จะเจริญก้าวหน้าขึ้นไปนี้ถ้าจะให้เห็นชัดก็ต้องดูจากหน่วยย่อย เพราะความเจริญก้าวหน้าในปีหนึ่งๆ นั้นก็มาจากแต่ละเดือน มาจากแต่ละวัน รวมกันเข้า เพราะฉะนั้น คนที่จะเจริญจริงๆ จึงต้องทำการสำรวจประจำวันว่า ในแต่ละวันนี้ได้พัฒนา ได้ผลเพิ่มพูนขึ้นหรือเปล่า ถ้ามีตรวจสอบซ้ำๆ รอเดือนหนึ่งหรือปีหนึ่งนั้นไม่ทันหรือ คนที่จะมีฐานะดีขึ้นตั้งตัวได้และเจริญรุ่งเรืองนี้ เขาต้องสำรวจในแต่ละวัน พระท่านจึงสอนเตือนไว้ เป็นพุทธศาสนสุภาษิตบทหนึ่ง จำไว้ได้ก็ดี เอาไว้สำรวจตัวเอง ท่านบอกว่า

เวลาแต่ละวันอย่าให้ผ่านไปเปล่า ไม่มากก็น้อยต้องให้ได้อะไรบ้าง

ถ้าจำอันนี้ได้และนำมาใช้ละก็เจริญงอกงามแน่เลย เพราะแต่ละวันเราจะสำรวจตนเองว่า วันนี้เราได้อะไรใหม่ ก่อนจะนอนก็สำรวจก่อน ทีนี้ถ้าสำรวจแล้วปรากฏว่าได้ก็มีความพอใจ แต่ถ้ารู้สึกว่าได้ไม่ได้ ก็เท่ากับเป็นเครื่องเตือนสติว่าพรุ่งนี้เราจะต้องพยายามทำให้ได้ผล ต้องแก้ตัว และต่อไปจะต้องให้รู้สึก

ว่าได้ทุกวัน พอได้ทุกวันแล้ว ครบปีหนึ่งไม่รู้ว่าได้ทำอะไร เดือนหนึ่งก็เยอะแล้ว ปีหนึ่งยิ่งมากมาย เพราะฉะนั้น ให้สำรวจดูในแต่ละวัน ทางพระท่านบอกเป็นคาถาภาษาบาลีว่า

อโมฆํ ทิวสํ กยิรา อปฺเปน พหุเกน วา

จำเป็นคาถาไว้ก็ได้ คาถาอย่างนี้มีประโยชน์ คาถาบางอย่างคนท่องไปไม่รู้เรื่อง ท่องไปโดยไม่รู้ความหมายเลย แต่คาถาที่อาตมาให้คราวนี้ ใช้ได้ สักคี่สิทธ์ด้วย เป็นคาถาที่ได้ผลชะงัดเลยทีเดียว และเราก็อ่านรู้ความหมาย มองเห็นประโยชน์แท้จริง ทวนอีกทีว่า อโมฆํ ทิวสํ กยิรา อปฺเปน พหุเกน วา เท่านั้น แปลว่า เวลาแต่ละวันอย่าให้ผ่านไปเปล่า ไม่มากก็น้อยต้องให้ทำอะไรบ้าง เอาแค่นี้ละ แต่ละวันแต่ละคืนนี้ให้สำรวจตัวเอง

ทีนี้ ที่ว่าได้นี้ หลายคนก็มองไปในแง่ว่าได้เงิน อย่าไปคิดแค่นั้น ชีวิตของเราไม่ใช่ได้แค่นั้น แม้แต่เอาอย่างง่ายๆ ที่พูดกันว่าชีวิตของเราอยากได้ความสุข ถ้าเราได้เงินมากก็เป็นปัจจัยส่วนหนึ่งที่จะหล่อเลี้ยงให้เรามีความสุข แต่ไม่ใช่ว่าได้เงินแล้ว จะมีความสุขแน่นอน เงินไม่ใช่หลักประกันของความสุข มันเป็นเพียงตัวเอื้อให้มีความสุข แต่หลายคนได้เงินมามากก็ไม่มีความสุข ก็เห็นๆ รู้ๆ กันอยู่ ไม่ต้องยกตัวอย่าง

เพราะฉะนั้น ได้เงินอย่างเดียวยังไม่พอ ต้องได้ออย่างอื่นด้วย ถ้าได้เงินอย่างเดียวก็ได้แล้ววัตถุ ได้สิ่งที่เป็นรูปธรรม ได้เพียงด้านร่างกาย แต่ที่จะให้มีความสุขจริงนั้น ได้ทางร่างกายอย่างเดียวไม่พอ ต้องได้ทางด้านจิตใจด้วย ทางใจจะได้ยังไงการได้ทางใจที่สำคัญมากอย่างหนึ่งก็คือการที่รู้สึกที่เราได้ทำชีวิตนี้ให้เป็นประโยชน์ งานนี้ละเป็นสิ่งที่จะทำให้ชีวิตของเราเป็นประโยชน์

งานเป็นสิ่งที่มีความค่า เรารู้แล้วว่ามันเป็นสิ่งที่มีความค่าต่อมนุษย์ ทั้งในการพัฒนาตน และในการที่จะช่วยพัฒนาประเทศชาติ สังคม วันนีเราได้งานแล้ว ได้ทำประโยชน์แก่ผู้อื่นแล้ว พอรู้สึกอย่างนี้ก็ได้ผลทางจิตใจ

การที่เราทำอะไรต่างๆ นี้เพื่ออะไร หาเงินหาทองเพื่ออะไร ก็เพื่อจะให้มีความสุข เสร็จแล้วเราได้ความสุขจริงหรือเปล่า ลองสำรวจดูในแต่ละวัน บางคนไม่เคยสำรวจเลยว่า เป้าหมายที่แท้คือความสุขเราได้หรือเปล่า แต่ไปมองแค่ว่าได้เงินหรือเปล่า ไม่ได้ดูต่อไปให้ถึงเป้าว่า ได้เงินมาแล้วเรามีความสุขหรือเปล่า เสร็จแล้วหาเงินตลอดชาติ แต่ไม่พบความสุขแท้สักที ก็ไม่ได้เรื่อง

ตกลงว่ามาสำรวจกันเลย สำรวจตั้งแต่วันนี้แหละ ทั้งด้านเงิน ด้านงาน ด้านการทำประโยชน์ และอะไรต่ออะไรแล้วแต่จะคิดได้ แต่ให้มาลงท้ายที่จิตใจ ว่าได้มีความสุข มีความสงบ มีความเจริญขึ้นไหม ถ้าจิตใจมีการพัฒนา ก็จะมีความสุขอย่างที่ว่าเมื่อกี้ คือ มีความร่าเริงเบิกบานใจ มีความอึดใจ มีความผ่อนคลาย สงบเย็นกายใจ มีความปลอดโปร่งคล่องใจ และมีความสุขสงบมั่นคงแน่นอนของจิตใจ

ถ้าคุณจนถึงจุดนี้แล้วก็สบายใจได้ เรียกว่าคุณครบวงจร ไม่ใช่ดูแลเงินอย่างเดียว ดิตอยู่ที่ดวงจร ได้วัตถุอย่างเดียวไม่พอ การสำรวจรายได้แต่ละวันต้องสำรวจให้ครบวงจร ตั้งแต่ได้วัตถุที่หยาบไปจนถึงได้สาระในจิตใจที่เป็นนามธรรมละเอียดบริสุทธิ์ ว่าเราได้ความสุข ความสงบของจิตใจ ความร่าเริงเบิกบานใจบ้างไหม ต้องพยายามให้ได้ แต่ละวันก่อนจะนอนหลับอย่างน้อยมันเครียดมาทั้งวันแล้ว มันเศร้าหมองขุ่นมัวมามาก เอาละก่อนจะนอน ให้มันยิ้มกับตัวเองได้ก็ยั้งดี ยิ้มในใจและทำใจให้ร่าเริง แม้แต่จะนอนก็ยังปรุงแต่งจิตใจของเราได้

เวลาจะนอน พอล้มตัวลงไป ก็วางตัวให้สบาย แล้วปล่อยมือปล่อยเท้า บอกกับตัวเองว่า สบาย และทำใจให้รู้สึกสบายอย่างที่ว่านั้น ทำใจอย่างนี้ให้เป็นการนำตัวเอง จิตใจของคนเรา

น้ำมันทำตัวเองได้ พอเรานอนแล้วเราก็บอกตัวเองว่าสบาย แล้วก็ทำใจให้สงบสบายจริงๆ บางคนไม่เคยนึกไม่เคยรู้สึกอย่างนี้ ใจไม่มีเวลาพักเลย ร่างกายก็เหมือนกัน ไม่ได้มีเวลาพัก แต่ถึงกายจะพักใจก็ไม่พักอีก คิดวุ่นวายงุ่นง่าน อย่างที่คนโบราณว่า กลางคืนเป็นควัน กลางวันเป็นเปลว หมายความว่า ร้อนรุ่มตลอดเวลา

ฉะนั้น จึงต้องมีวิธีการ อย่างน้อยพอพักผ่อนกายแล้วก็ให้ใจได้พักด้วย บอกตัวเองว่าสบาย แล้วก็ทำใจให้ผ่อนคลายโปร่งเบา ให้รำเริงเบิกบาน ให้มีความสุข

ถ้าเกิดนอนไม่หลับ ก็อย่าไปทุกข์มัน บางคนนอนไม่หลับแล้วยังไปซ้ำเติมตัวเองอีก นอนไม่หลับอย่างเดี๋ยวกี่แ่อยู่แล้ว ยังไปทุกข์กระวนกระวายเพราะความไม่หลับอีก โยธทำไมเราจึงไม่หลับสักที กลุ้มใจ กังวลใจ ก็นอนทรมาณเป็นทุกข์อยู่อย่างนั้น พอถึงตอนเช้าก็หิวๆ โหงเหวง จะเป็นลมเอา

ที่นี่ เอาใหม่ ถ้านอนไม่หลับ ก็ไม่เป็นไร ช่วงมันมีเทคนิคที่จะแก้ไขตั้งหลายอย่าง ลองอย่างพระท่านบอกให้กำหนดลมหายใจ นับลมหายใจ หายใจเข้ายาวๆ หายใจออกยาวๆ สัก ๕๐ ครั้ง บางคนนับไม่ทันครบหรือหลับไปเมื่อไรไม่รู้ ก็ขอให้ลองนับลมหายใจดู

ทีนี้บางคนนับแล้วก็ไม่หลับ มีเหมือนกัน ๕๐ ครั้งก็ไม่หลับ ๑๐๐ ครั้งก็ไม่หลับ ไม่ต้องเป็นห่วง จะบอกให้อีกคาถา หนึ่งว่าหลับก็ช่าง ไม่หลับก็ช่าง ภาวนาเลย หายใจเข้าหลับก็ช่าง หายใจออกไม่หลับก็ช่าง ทำใจให้สบาย มันไม่หลับทั้งคืน ก็ช่าง มัน ฉันทน์ไม่แคร์ พอทำอย่างนี้แล้วถึงเช้าก็ไม่เห็นค่อยเพลียเลย

อาตมาเคยป่วยแล้วนอนไม่หลับ ความเจ็บป่วยมัน ก่ออกวน ก็ทำอย่างที่ว่านี้แหละ บอกในใจว่า หลับก็ช่าง ไม่หลับก็ช่าง เหมือนจังหวะรถไฟ ก็ได้ผล ถึงจะไม่หลับก็ไม่ค่อยเพลีย แต่คนที่ไม่หลับแล้วใจว่าวุ่นเป็นห่วงตัวเอง กังวลกับความไม่หลับนี้ พอถึงเช้าก็เพลียแทบแย่เลย

ฉะนั้น ไม่ต้องกลัว ถึงมันจะไม่หลับก็ช่างมัน เราได้พักใจของเราไปพอสมควรแล้ว พักใจเถอะ ถึงกายไม่พักก็ให้ใจมัน พัก หลับก็ช่าง ไม่หลับก็ช่าง นี่ใจพักสบายเลย พอใจพักแล้วกาย ก็พลอยได้พักไปด้วย แม้ว่าจะไม่เต็มทีอย่างหลับ ก็สบายไปไม่น้อยเลย นี่แหละเป็นวิธีการต่างๆ

ตกลงว่า ถ้าทำอย่างนี้แล้ว ได้ทุกวัน ชีวิตนี้ไม่สูญเสียเปล่า ได้กำไรเรื่อยไป เพราะฉะนั้น เอาคาถาของพระพุทธเจ้าไป ใช้ คาถานี้ชะงัดศักดิ์สิทธิ์แน่นอน ท่านว่า

อโมฆํ ทิวส์ กยิรา อปฺเปน พุทฺเณน วา

เวลาแต่ละวันอย่าให้ผ่านไปเปล่า ไม่มากก็น้อยต้องให้ได้
อะไรบ้าง

ที่นี่ สำหรับคนที่มีความเพียร ขยัน มากยิ่งกว่านี้
พระพุทธเจ้าทรงบอกคาถาไว้ให้สั้นกว่านี้อีก เมื่อก็ยังไม่ยาวไป
คราวนี้คาถาก็สั้นเข้าไป เวลาที่สั้นลงอีก ท่านว่า

ข โณ โว มา อุปจจคา

แปลว่า เวลาแต่ละขณะอย่าให้ล่วงไปเปล่า

นี่สำหรับผู้ปฏิบัติธรรม ท่านให้เพียรพยายามขนาดนี้
แม้กระทั่งแต่ละขณะก็อย่าให้ผ่านไปเสีย ถ้าแปลตามตัวอักษรก็
ว่า เวลาแต่ละขณะอย่าล่วงท่านไปเสีย อย่าล่วงนี้หมายความว่า
อย่าให้ข้ามตัวเราไป โดยเราไม่ได้ทำอะไร

นี่ก็เป็นคติต่างๆ ซึ่งอาตมาคิดว่าจะ เป็นผลดี เป็น
ประโยชน์ในการทำงาน และในการดำเนินชีวิตของทุกๆ ท่าน
ทุกๆ คน ก็ขอนำมาเล่าสู่กันฟัง เป็นข้อคิดในทางธรรม

วันนี้อาตมาได้ใช้เวลาของที่ประชุมไปมากแล้ว คิดว่า
พอสมควรแก่เวลา ก็ขออนุโมทนาแก่คุณ โยมผู้เป็นประธาน
กรรมการ และท่านกรรมการอำนวยการ พร้อมทั้งคุณ โยม
โสภณ และคุณชาญวิทย์ เป็นต้น รวมทั้งพนักงานของบริษัท
ทุกๆ ท่านที่ได้ต้อนรับ

เราได้มาพบกันในบรรยากาศของความยิ้มแย้มแจ่มใส ซึ่งเป็นส่วนช่วยทำให้มีความสุข ก็ขอให้ความสุขเกิดขึ้นในใจของทุกท่าน แล้วคงอยู่ยั่งยืนและพัฒนาเพิ่มพูนยิ่งๆ ขึ้นไป

แม้ท่านนายอำเภอ และท่านปลัดที่ได้มาเยี่ยมเยียน ก็ถือว่าเข้ามาอยู่ในวงแห่งความมีไมตรีจิตมิตรภาพนี้ด้วย ก็ขอให้ท่านได้รับพรจากความตั้งใจดีต่อกันทั้งทางฝ่ายบริษัทที่ตั้งใจดีต่อท่านนายอำเภอ และทั้งฝ่ายท่านนายอำเภอและท่านปลัดที่มีความปรารถนาดี มีมิตรไมตรีมาเยี่ยมเยียนชาวบริษัท ทั้งหมดนี้เป็นกุศลธรรมเกิดขึ้นในจิตใจของทุกๆ ท่าน

ในโอกาสนี้ อาตมา คณะพระสงฆ์ ก็ขอตั้งใจดีต่อทุกท่าน ด้วย ขอรำธานคุณพระรัตนตรัย อวยชัยให้พร *รัตนตฺตยานุภาเวน รัตนตฺตยเตชสา* ด้วยเดชานุภาพคุณพระรัตนตรัย พร้อมทั้งบุญกุศล มีศรัทธาและเมตตาไมตรีธรรมที่เกิดขึ้นในจิตใจของทุกท่านนี้ จงเป็นปัจจัยอันมีกำลังอภิบาลรักษาให้ทุกท่าน เจริญด้วยจตุรพิธพรชัย ประสพสรรพสิริสวัสดิพิพัฒนามงคล เจริญงอกงามร่มเย็นเป็นสุข ในพระธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยทั่วกันทุกท่าน ตลอดกาลนาน เทอญ