# ....ข้อคิดในแง่ของธรรมะ ๑๐๐ ข้อ....

นำเสนอเมื่อ : 22 พ.ย. 2552

**คลิ๊กฟังเพลงฟังด้วยนะครับ**

**ข้อคิดในแง่ของธรรมะ ๑๐๐ ข้อ**

๑. จงทำดี อย่าหวังค่าตอบแทน ถึงแม้จะเป็นเพียงคำสรรเสริญก็ตาม

๒. จงทำดี ให้มันดีถึงแม้ผลงานออกมาไม่ดี ก็ถือว่าเราทำดีที่สุดแล้ว

๓. จงทำดี แต่อย่าอวดดีเพราะทุกคนก็มีดีไม่เหมือนกัน

๔. อุปสรรคมักจะเกิดขึ้นในขณะที่กำลังทำความดีดีเหลือเกินหนี้สินเก่าจะได้หมดไป

๕. อุปสรรคมักจะไม่เกิดขึ้นในขณะกำลังทำความชั่ว เพราะเป็นทางกู้หนี้สินใหม่เข้ามาแทน

๖. ทุก ๆ คนปรารถนาแต่สิ่งที่ดี แต่ไม่รู้จักการทำความดี

๗. ควรแก้ปัญหาที่ต้นเหตุ อย่าพยายามแก้ปัญหาที่ปลายเหตุ

๘. คนโง่ไม่มีความพยายามที่จะเข้าใจอะไรได้เลย ได้แต่เอะอะโวยวายว่า "ทำไมถึงเป็นแบบนี้ ทำไม ? ถึงต้องเป็นเรา ทำไม ? ทำไม ?

๙. ผู้ฉลาดในธรรม ยอมรับว่า "สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว" ซึ่งไม่มีอะไรที่น่าตกใจเลย เพราะเป็นเรื่องธรรมดา

๑๐. ชีวิตที่ไม่ขาดทุน คือการไม่เคยทำความชั่วเลย

๑๑. เพราะฉะนั้นคนเราเจอทั้งสุขและทุกข์ เพราะว่าทำทั้งดี ทำทั้งชั่ว

๑๒. การตามใจตัวเองอยู่เสมอ เป็นทางตันในการดำเนินชีวิต

๑๓. การขัดใจตัวเอง ก็คือการขัดเกลาหนทางให้ราบเรียบ

๑๔. ถ้าหากเราอยากให้คนอื่นมาเข้าใจหรือเอาใจในตัวเรา
เหมือนกับว่าเรายังเป็นเด็กไร้เดียงสาไม่รู้จักเติบโตเลย

๑๕. เราพยายามที่จะเข้าใจคนอื่น มากกว่าที่จะให้คนอื่นมาเข้าใจ ตอนนี้ เรากำลังจะเป็นผู้ใหญ่แล้ว

๑๖. หลาย ๆ ชีวิต เดินสวนทางกันไปมาอยู่ในขณะนี้มีทางดำเนินชีวิตไม่เหมือน
และก็มีอุปสรรคที่ไม่เหมือนกัน

๑๗. เราอย่าเข้าใจว่า มีความทุกข์มากกว่าคนอื่น คนอื่นมีความทุกข์มากกว่าเราก็ยังมี

๑๘. การร้องไห้เป็นการแสแสร้งที่แบบเนียนเหลือเกินในวัน เพราะพรุ่งนี้เราจะร้องเพลงก็ได้

๑๙. เพราะฉะนั้น เวลาเรามีความทุกข์

ก็อย่าเข้าใจว่า เรามีความทุกข์ เวลาเรามีความสุข ก็อย่าเข้าใจว่า เรามีความสุข
ไม่เช่นนั้นเราต้องเป็นคนบ้า ร้องไห้บ้าง ร้องเพลงบ้าง ตามประสาคนบ้า

๒๐. คนอื่นจะให้ได้ดังใจเรานั้น ทุกอย่างไม่มีเลย เพียงแต่เรายอมรับเขา อยู่ในฐานะใดฐานะหนึ่งเท่านั้น

๒๑. แม้แต่ตัวของเราเองก็ยังไม่ได้ดังใจเรา แล้วคนอื่นจะให้ได้ดังใจเรานั้น เป็นอันไม่มี

๒๒. เราไม่ได้ดังใจเขา จะให้เขาได้ดังใจเราอย่างไร

๒๓. ปรารถนาสิ่งใด อย่าพึงดีใจไว้ล่วงหน้า พลาดหวังสิ่งใด อย่าพึงเสียใจตามหลัง

๒๔. ทุกสิ่งทุกอย่าง มันเป็นเช่นนั้นเอง

๒๕. หากยึดถือมาก ให้ความสำคัญมันมาก ทุกข์มาก

๒๖. หากยึดถือน้อย ให้ความสำคัญมันน้อย ทุกข์น้อย

๒๗. ยินดีไปตามความอยาก คือความมักมากไม่มีสิ้นสุด

๒๘. แท้จริง ผัว ไม่มี เมียไม่มี ลูกไม่มีทรัพย์สมบัติก็ไม่มี
แต่ความยึดมั่นด้วยความลุ่มหลงอย่างหนาแน่นว่าเรามี

๒๙. สักวันหนึ่ง เราคงจะไม่มีอะไรสักอย่างเลย ถึงวันนั้น เราทำใจได้ไหม ?

๓๐. การเกิดขึ้น เพื่อเริ่มต้นไปสู่ความดับลง ท่านจะยึดถือ หรือไม่ยึด นั้นมันเป็นเรื่องของท่าน

๓๑. อุปาทานคือความยึดมั่นถือมั่น กับความรับผิดชอบ มันคนละอย่างกัน

๓๒. วันนี้ต้องดีกว่าวานนี้พรุ่งนี้จะต้องดีกว่าวันนี้

๓๓. ทำดีในวันนี้ พรุ่งนี้จะดีของมันเอง

๓๔. คนโง่จะเสียใจ ร้องไห้ตลอดวัน โดยไม่เกิดประโยชน์อะไรเลย

๓๕. ส่วนคนฉลาด จะรีบแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น เท่าที่จะทำได้

๓๖. เรารักในสิ่งใด จะต้องจากในสิ่งนั้น ช้าหรือเร็วมันอีกเรื่องหนึ่ง

๓๗. ถ้าผัวตายก่อนเมีย เมียจะต้องเสียใจ ถ้าเมียตายก่อนผัว ผัวจะต้องเสียใจ ทำอย่างไร
จึงจะไม่เสียใจ

๓๘. ถ้าไม่อยากเสียใจ เมื่อจากกันไป ก็อย่าดีใจเมื่อตอนได้มา

๓๙. ท่านแน่ใจหรือว่าท่านเป็นพระเอกหรือนางเอกตลอดนิรันดรกาล

๔๐. ใช่แน่นอน ! ท่านเป็นตัวเอกในเรื่องของท่าน แต่ท่านอาจจะเป็นตัวสำรองในเรื่องของผู้อื่น

๔๑. เรายืนอยู่บนสนามชีวิต ต้องต่อสู้อุปสรรคทุกรูปแบบ จนกว่าจะปิดฉากละครแห่งชีวิต
ด้วยการตายลงไป

๔๒. บทเรียนในตำราเรียน กับบทเรียนในชีวิตจริง มันคงละอย่างกัน

๔๓. ไม่มีตำราเล่มไหน ที่จะสอนเราทุกอย่างก้าวว่าวันนี้เราจะต้องเจออะไรบ้าง และจะต้องแก้อย่างไร ?

๔๔. เสียเงินทอง เสียสิ่งของ เสียเวลา และก็เสียใจ เป็นการจ่ายค่าเทอมชีวิต

๔๕. คนฉลาดจะจ่ายค่าเทอมที่ถูกที่สุด ส่วนคนโง่จะจ่ายค่าเทอมที่แพงกว่ากัน

๔๖. ที่จริงคนตาบอด พิกลพิการเขาน่าจะเป็นทุกข์มากกว่าเรา ทำไม ? เขายังยิ้มแย้มแจ่มใสได้

๔๗. ทำไมเราจึงทุกข์กว่าคนพิกลพิการเล่า ?

๔๘. กายพิการ แต่ใจไม่พิการ ใจพิการ

๔๙. เราสามารถตัดสินหนทางดำเนินชีวิตของเราเองได้ ดีหรือชั่ว อยู่ที่ตัวของเรา

๕๐. คนอื่นสามารถบังคับเราเป็นเพียงบางเวลา
ส่วนใจของเรานั้น ไม่มีใครสามารถบังคับได้นอกจากตัวของเราเท่านั้น

๕๑. ถึงแม้งานจะสับสนยุ่งยากเหลือเกิน หากใจมีอิสระแล้ว ไม่เห็นจะยุ่งยากตรงไหน

๕๒. ทุกคนเกิดมาเพื่อทำหน้าที่ ตายเพื่อทำหน้าที่ ดีกว่าตายเพราะไม่ทำหน้าที่

๕๓. รับผิดชอบตัวเอง รับผิดชอบเพื่อนที่ดี และรับผิดชอบสังคม

๕๔. วันนี้เราด่าเขา วันหน้าเขาต้องด่าเรา

๕๕. คนทำบาป เพราะเห็นแก่กิน ไม่ต่างอะไรกับกินอาหารผสมยาพิษอย่างเอร็ดอร่อย กินมากก็มีพิษมา กินน้อยก็มีพิษน้อย

๕๖. กฎหมายทางโลก คุ้มครองสัตว์บางจำพวกเท่านั้น ส่วนกฎแห่งกรรมทางธรรม คุ้มครองสัตว์ทุกจำพวก

๕๗. กฎระเบียบของทางโลก อนุโลมไปตามความอยาก ส่วนกฎทางธรรมอนุโลมไปตามความเป็นจริง

๕๘. กรรมคือการกระทำให้สัตว์หยาบ และละเอียดประณีตต่างกัน

๕๙. ไม่มีพระเจ้าองค์ใด ที่จะสร้างเรา

บริสุทธิ์ไม่มีพระเจ้าองค์ใด ที่จะทำให้เราร่ำรวยได้ ไม่มีพระเจ้าองค์ใด
ที่จะทำให้เราเป็นผู้ได้นอกจากตัวของเราเอง

๖๐. คำว่า "ทำดี ได้ดี ทำชั่ว ได้ชั่ว"มากเหลือเกินที่คนได้ยิน น้อยเหลือเกินที่คนรู้จัก

๖๑. เหตุการณ์ความเป็นไปของทางโลก

ไม่มีสิ้นสุด เราไม่สามารถจะติดตามได้ตลอดกาลเพราะอายุยังมีที่สิ้นสุด เราจะบ้ากับมันหรือไม่บ้า
มันก็เป็นไปอยู่อย่างนั้น

๖๒. เพื่อมิให้เสียเวลา จงกลับมามองดูจิตใจของตนเอง ทำไมถึงซอกแซกสับส่ายถึงขนาดนั้น

๖๓. มันเคยตัว เพราะเราให้โอกาสมันมากเกินไป เพราะรักมันมาก จึงไม่กล้าขัดใจ นาน ๆ
ไปอาจกลายเป็นโรควิกลจริตทางด้านจิตใจ

๖๔. การเอาชนะใจตนเอง ไม่ให้ไหลสู่อำนาจฝ่ายต่ำ เป็นสิ่งประเสริฐแท้

๖๕. วันนี้ เราตามใจของตนเองด้วยอำนาจแห่งความอยาก วันพรุ่งนี้ เราต้องหมดโอกาสที่จะสบายใจ

๖๖. วันนี้ เราไม่ตามใจตนเองพรุ่งนี้ เราจะอยู่อย่างสบาย

๖๗. ยิ่งแก่ ยิ่งงก เพราะเขางกมาตั้งแต่ยังไม่แก่ ยิ่งแก่ ยิ่งดี เพราะเขาดีตั้งแต่ยังไม่แก่

๖๘. การวิ่งไปตามความอยาก คือการฆ่าตนเองด้วยความพอใจ

๖๙. ศัตรูมักมาในรูปรอยแห่งความเป็นมิตร ความทุกข์มักมาในรูปรอยแห่งความสุข

๗๐. น้ำหวานผสมยาพิษ คนโง่จะชอบดื่ม เพราะไม่รู้ ยาเสพติด ทำลายร่างกายตนเอง
คนโง่ก็จะพากันเสพทั้งที่รู้

๗๑. ความสบายกายและสบายจิต

จะหาซื้อด้วยเงินแสนเงินล้านไม่มีเลย ไม่จำเป็นจะต้องซื้อด้วยเงินและทอง

๗๒. คนที่มีศรัทธามีคุณค่ายิ่งกว่าเงินแสนเงินล้าน

๗๓. เมื่อมีศรัทธา ควรมีปัญญาประกอบด้วย ไม่เช่นนั้นก็จะเป็นคนงมงาย ขาดเหตุผล

๗๔. คนนิยมสร้างพุทธ

ที่เป็นรูป คือพุทธรูป แต่ไม่นิยมสร้างพุทธ ที่เป็นนาม คือสภาวธรรมที่รู้แจ้ง รู้จริง ทำให้รู้จักพุทธะ

๗๕. ความจริงต้องมีให้พิสูจน์

จึงจะถือว่าจริงแน่นอน คนโง่จะไม่เชื่อตั้งแต่เริ่มต้น จึงไม่พบกับความจริงในชีวิต
มีแต่ความงมงายในชีวิต

๗๖. คนใดถือสิ่งที่ไม่เป็นสาระ ว่าเป็นสาระ

ถือสิ่งที่ไม่เป็นสาระ ว่าเป็นสาระคนนั้นมีทางดำเนินในทางที่ผิด เขาจะไม่พบแก่นสารชีวิตที่แท้จริงเลย

๗๗. ผู้ที่หลงเปลือกนอก ย่อมไม่เห็นแก่นใน ผู้ถึงแก่นใน ย่อมเข้าใจเปลือกนอก

๗๘. ความสนุกสนานมัวเมาประมาทในชีวิต ไม่ใช่หนทางดำเนินชีวิตที่แท้จริง
มันเป็นหนทางที่ทำให้เสียเวลา

๗๙. หากคนให้ความสำคัญกับการ กิน เล่น เสพกาม

และนอน มากกว่าคุณธรรม เกิดเป็นสัตว์เดรัจฉานจะไม่ดีกว่ากันหรือ ? เพราะว่าไม่มีกฎหมายห้าม

๘๐. หากจิตใจเต็มด้วยความโลภ โกรธ หลง ช่องว่างในหัวใจไม่มี มีแต่ความอึดอัด

๘๑. อาหารที่กินเข้าไปมาก แสนจะอึดอัด แต่มีทางระบายออก

๘๒. ยิ่งความโลภ โกรธ หลง ลดลงมากเท่าไร ความปลอดโปร่ง ยิ่งมีขึ้นมากเท่านั้น

๘๓. แสงสว่างในทางธรรม จุดประกายให้ชีวิต ให้พบแต่ความสดใส

๘๔. ความสุขทางโลก

เหมือนกับการเกาขอบปากแผลที่คัน ยิ่งเกายิ่งมัน เวลาหยุดเกา มันแสบมันคัน เพราะเป็นความสุขเกิดจากความเร่าร้อน

๘๕. เมื่อตอนที่อยากได้ ก็เป็นทุกข์ขณะที่แสวงหา ก็เป็นทุกข์ ได้มาแล้วกลัวฉิบหายไป ก็เป็นทุกข์

๘๖. เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้ก็ต้องมี เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ก็ย่อมไม่มี

๘๗. หากมีแล้ว ทำให้มีความสุข ควรมี ถ้าหากมีแล้ว ทำให้มีความทุกข์ ไม่รู้จะมีไว้ทำไม ?

๘๘. ทุกสิ่งทุกอย่างมันไม่เที่ยง เราไปยึดมั่นความไม่เที่ยงนั้นว่าความสุข

๘๙. แม้ความสุขนั้นมันก็ไม่เที่ยง จะไปหวังเอาอะไรอีกเล่า ?

๙๐. พบกันก็เพื่อจากกันได้มาก็เพื่อจากไป

๙๑. มองทุกข์ให้เห็นทุกข์ จึงจะมีความสุข

๙๒. ความเบาใจ คลายกังวล ย่อมมีได้ แก่บุคคลผู้เข้าใจธรรมะ

๙๓. ยิ่งเข้าถึงธรรมที่เป็นจริงมากเท่าใด ความเบาสบายใจยิ่งมีมากขึ้นเท่านั้น

๙๔. เพราะความสุขทางโลก ไม่ให้อะไรมากไปกว่าความเพลิดเพลิน มัวเมา ประมาทในชีวิต จนลืมทางธรรม

๙๕. ทางเดิน ๒ ทาง ทางโลก และ ทางธรรม

๙๖. ทางโลก คือการปล่อยใจไปตามความอยากในโลกีย์ ทางธรรม คือการควบคุมใจตนเอง ให้มีธรรมเป็นเครื่องคุ้มครอง

๙๗. ผิดหวังทางโลก ยังมีทางธรรมคุ้มครอง หากคนนั้นรู้จักธรรม

๙๘. ผิดหวังทางโลก อยากทำลายทุกสิ่งทุกอย่าง แม้กระทั่งตนเอง คนนั้นแหละ ไม่รู้จักธรรม

๙๙. ทุกสิ่งทุกอย่างไม่ควรยึดถือมั่น

๑๐๐. มันเป็นเช่นนั้นเอง.

http://board.palungjit.com/f8/ข้อคิดในแง่ของธรรมะ-๑๐๐-ข้อ-อ่านจบสามรอบ-คบได้ๆ-146321.html

**รางวัลชีวิต**

พระพุทธองค์ ท่านทรงสอนเรื่องเวรกรรม
คนไหนใครทำ กรรมเคยก่อเอาไว้อย่างไร
ก่อนนั้น เคยทำกรรมไว้ชาติใด
ชาตินี้ต้องได้ รับกรรมที่ทำก่อนนั้น

ตัวฉันคงทำ แต่กรรมซ้ำอยู่เสมอ
ชาตินี้จึงเจอ เวรกรรมเก่าเข้ายื้อนผูกพัน
ปวดร้าว ตรอมตรมขื่นขมอนันต์
ทำดีสารพัน รางวัลที่ได้ก็คือเคราะห์กรรม

โธ่เอ๋ย พระเจ้าไม่เคยปราณี
ในชาตินี้ ทำดีไม่เคยก่อกรรม
หวังให้ ผลบุญได้น้อมนำ
ล้างเวรที่เคยทำ แต่ชาติปางก่อน

สิบนิ้วประณม สวดมนต์พร่ำบ่นบูชา
กุศลทำมา จงนำข้าสิ้นเวรดั่งวอน
หากแม้น ชีวีสิ้นลับดับมรณ์
เวรกรรม ทุกชาติก่อน
บรรเทาผันผอน อย่าตามซ้ำเลย