

คุณยายมักน้อย สันโดษ

ธณฺญ. : ลูกอยากเป็นคนมักน้อยสันโดษแบบคุณยาย
ต้องทำอย่างไรคะ

หลวงพ่ : ใจต้องไม่ติดข้องในสิ่งใดเลย ไม่ติดคนสัตว์สิ่งของ ไม่ติด
กะโหลกกะลาใจเกลี้ยง ๆ นิ่ง ๆ มันถึงจะดิ่งเข้ากลางไปสู่สหายกลาง

ความสันโดษ มักน้อย แสดงถึงภูมิปัญญาของคน คือรู้ว่า
อะไรคือสิ่งจำเป็นจริง ๆ สำหรับชีวิต ซึ่งพระพุทธเจ้าสรุปแล้ว
มีอยู่แค่ ๔ อย่าง คือ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยา
รักษาโรค แค่นี้เพียงพอแล้วที่จะเดินทางไปสู่ที่สุดแห่งธรรม

แต่ถ้าหากว่า ภูมิปัญญาหย่อนลงมา ก็จะคิดฟุ้งซ่านต่อไป
ต้องมีปัจจัยที่ ๕ ที่ ๖ ที่ ๗, ๘, ๙, ๑๐ เรื่อยไปเลย ยิ่งคิดอย่างนั้น
ใจยิ่งหยาบ แล้วยิ่งออกจากกลางไปติดกะโหลกกะลา ติดอะไร
สารพัด มันก็หมดเวลาไป

เพราะฉะนั้น ความสันโดษ มักน้อย คือสัญลักษณ์ของ
ผู้มีภูมิปัญญา คือรู้ว่าความจำเป็นของชีวิตมีแค่นี้ และรู้ว่าชีวิตมี
วัตถุประสงค์เพื่ออะไร ความสันโดษจึงมีความจำเป็น

คุณยายรู้ตรงนี้ ท่านถึงไม่เอาอะไรเลย มีสมบัติมาก
ก็มีเครื่องกังวลมาก ท่านก็เอาพอดี ๆ ของท่าน

จะรู้ว่าแค่นั้นพอดี ต้องเมื่อใจไปอยู่ ณ จุดที่พอดีภายใน
แล้วเราจะรู้เลยว่า เรามีที่แค่นี้ เราสามารถแสวงหาความสุขได้ไม่มี
เหงา ไม่มีเศร้า ซึม เครียด เบื่อ กลุ้ม เราไม่มีเลย มีแต่จิตที่ขยาย
เบิกบาน เข้าไปสู่ภายใน สู่ความรู้ที่ไม่มีขอบเขต

๑๒ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๑

