

## บันทึกสรุปบทเรียนจากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ (ถ้ามี)

### เรื่อง การพัฒนาบุคลากรด้านคุณธรรม และจริยธรรม

กิจกรรมครั้งที่ ๓ วันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๔

ชื่อผู้บันทึก นางสาวสุนทรินทร์ กระรินตา ตำแหน่งเจ้าพนักงานสัตวบาลปฏิบัติงาน

ขอบเขตเนื้อหา

สิ่งที่อยากได้มากที่สุด

บันทึกสรุปบทเรียน

"ความอยาก" ของคนไม่มีที่สิ้นสุด

เมื่อยังไม่ได้ก็อยากได้...เมื่อได้มาก็หายอยาก เบื่อเพราะใจมันไม่พอ มันไม่หยุด  
ยังอยากหาสิ่งใหม่ไปเรื่อยๆไม่มีที่สิ้นสุด... สิ่งนี้เรียกว่า 'กิเลส' ในใจคนถมเท่าไรก็ไม่เคยเต็ม  
เมื่อมันไม่พอก็อยากมี อยากได้ อยากเป็น ไม่มีวันสิ้นสุดพอไขว่คว้ามาครองได้  
ไม่นานก็เบื่อหน่าย ทิ้งขว้าง อยากได้ของใหม่ๆ ที่ตื่นเต้นเร้าใจมากกว่าของเก่า

คนเราหากสะกดคำว่า 'พอ' ไม่ได้ บอกตัวเองให้ 'หยุด' ไม่ได้  
ก็จะตกเป็นทาสของกิเลส เมื่อชีวิตขาดการควบคุมด้วยสติปัญญาและความถูกต้อง

ใช้ความอยากของ 'กิเลส' นำทางเมื่อนั้นชีวิตก็จะเข้าสู่หลุมดำของกิเลส ที่กลืนกินทุกอย่างในชีวิตเรา  
แม้กระทั่งจิตวิญญาณความเป็น 'คน' ก็จะไม่หลงเหลืออย่าหลงอย่าหลงว่าตัวเรานั้นเก่ง ควบคุมกิเลสได้  
หากไม่รู้จัก 'พอ' ใช้ความอยากของกิเลสนำชีวิตมากชีวิตจะพบแต่ความยุ่งยาก ลำบากใจ  
ทำอะไรตามใจตนตามกิเลสมันจึงทำงาน ที่คนมักง่ายชอบทำ มากกว่าควบคุมจิตใจให้ต้องฝึก  
ต้องฝึกทนเพราะมันทำยาก

สิ่งที่ต้องระมัดระวังสำหรับคฤหัสถ์ คือ ความอยากมี อยากเป็น อยากได้ทำให้ไม่รู้จักพอ เช่น อยากได้ของที่เกินฐานะ  
ทำให้ต้องไปกู้ยืมจนเป็นหนี้เกินตัว ทำให้ต้องดิ้นรน เป็นทุกข์หรือเกิดการทุจริตได้ ควรเตือนตนไว้เสมอในความพอดี  
มีเศรษฐกิจพอเพียง คือ เพียงพอในการดำรงชีวิตด้วยสุจริตเลี้ยงสังขารนี้เพื่อศึกษาธรรมะ เจริญปัญญา สะสม  
ความเห็นถูก มากขึ้นๆ เพื่อละกิเลส และเพื่อถึงที่สุด คือ ความหลุดพ้น ไม่ต้องเกิดอีก