

กิจกรรม การส่งเสริมพาณิชย์คุณธรรม

กองดัชนีเศรษฐกิจการค้า สำนักงานนโยบายและยุทธศาสตร์การค้า

“กิจกรรมสวดมนต์ นั่งสมาธิ แผ่เมตตา เจริญภาวนา”

ในวันพฤหัสบดีที่ 3 ธันวาคม 2563 เวลา 12.00 น. คณะทำงานพาณิชย์คุณธรรม ประกอบด้วยคณะทำงานย่อยที่ 5 และข้าราชการและเจ้าหน้าที่กองดัชนีเศรษฐกิจการค้า รวมทั้งข้าราชการจากหน่วยงานอื่นๆ ภายในกระทรวงพาณิชย์ ได้เข้าร่วมกิจกรรมสวดมนต์ นั่งสมาธิ แผ่เมตตา เจริญภาวนา ณ ห้องจริยธรรม ฝั่ง ออกส. ชั้น 13 ในกิจกรรมสวดมนต์ นั่งสมาธิ แผ่เมตตา เจริญภาวนา ในครั้งนี้ ได้นำหลักคำสอนของพระมหาบัว ญาณสัมปันโน มาเป็นหลักยึดในการเจริญสติในชีวิตประจำวัน

“ยืนก็นึกถึงพุทโธ เดินก็นึกถึงพุทโธ นั่งก็นึกถึงพุทโธ นอนระลึกถึงพุทโธ จนกระทั่งหลับนี้เรียกว่าตามเสด็จ พระพุทโธเจ้าอยู่ตลอดเวลา”



ประโยชน์ของการเจริญภาวนานั้นประมาณมิได้ ถึงจะเจริญภาวนายังไม่ได้ถึงธรรมกายหรือดวงปฐมมรรค อย่างน้อยจะพบว่าความฟุ้งซ่านแห่งจิตของเราลดลง ทำให้จิตมีความสงบเยือกเย็นดีขึ้น ก็เสลดตันหาอันเป็นอกุศลธรรมเครื่องยังจิตให้เศร้าหมองและเร่าร้อน ทะยานอยากในสิ่งที่ไร้สาระหรือที่เกินความจำเป็นต่างๆ เบาบางลง มีสติสัมปชัญญะและปัญญารู้ทางเจริญ ควรดำเนิน รู้ทางเสื่อม ไม่ควรดำเนิน ดีขึ้นด้วยตัวเองจิตใจสงบเป็นสมาธิดีขึ้น ทำให้การพิจารณาวิจฉัยปัญหาใดๆ สามารถกระทำได้ถูกต้องตรงประเด็นดีขึ้น เมื่อสุขภาพจิตดี ก็พลอยให้สุขภาพกายดีขึ้นด้วย ผู้ที่เกี่ยวข้องใกล้ชิด ก็ไม่ต้องพลอยเดือดร้อนเพราะเรา (ซึ่งมีสุขภาพจิตไม่ดี) เป็นเหตุให้ครอบครัว สังคมและประเทศชาติพลอยสันติสุข เพราะมีสมาธิผู้มีกาย วาจา และใจ อันสงบเพิ่มมากขึ้น

สาธุ สาธุ สาธุ....