

พุทธวิถัน

ปาชาผีดิบ

ภิกษุ ท.! โทษห่าอย่างเหล่านี้ เป็นโทษในปาชาผีดิบ. ห่าอย่างอะไรบ้าง? ห่าอย่าง คือ ปาชาผีดิบเป็นที่ ไม่สะอาด, มีกลิ่นเหม็น, มีภัยเฉพาะหน้า, เป็นที่พักอาศัยของพวกอมมนุษย์ที่ดุร้าย, และเป็นของที่ร้องให้พิไรรำของ คนเป็นจำนวนมาก. โทษห่าอย่างเหล่านี้ เป็นโทษในปาชาผีดิบ.

ภิกษุ ท.! ฉันใดก็ฉันนั้น : โทษห่าอย่างเหล่านี้ เป็นโทษในนักรบวช ที่เปรียบด้วยปาชาผีดิบ. ห่าอย่าง ะไรบ้าง? ห่าอย่างคือ :-

(๑) นักรบวชบางคนในกรณีนี้ เป็นผู้ประกอบด้วยการกระทำทางกายอันไม่สะอาด, ประกอบด้วยการกระทำ ทางวาจาอันไม่สะอาด, ประกอบด้วยการกระทำทางใจอันไม่สะอาด. ภิกษุ ท.! เรากล่าวการกระทำเช่นนี้ของผู้หนึ่งว่า เป็นความไม่สะอาด ดุจดั่งปาชาผีดิบ ซึ่งเป็นที่ไม่สะอาด. เรากล่าวนักรบวชชนิดนี้ ว่าเทียบกันได้กับที่ที่ไม่สะอาด ฉะนั้น.

(๒) เมื่อนักรบวชประกอบกรรมไม่สะอาดเช่นนั้นอยู่, เสียงเล่าลืออันชั่วช้าก็กระปือไป. ภิกษุ ท.! เรากล่าว เสียงเล่าลืออันชั่วช้านี้ของผู้หนึ่ง ว่า เป็นกลิ่นเหม็น ดุจดั่งปาชาผีดิบ ซึ่งเป็นที่มีกลิ่นเหม็น. เรากล่าวนักรบวชชนิดนี้ ว่าเทียบกันได้กับที่ที่มีกลิ่นเหม็น ฉะนั้น.

(๓) ผู้ประพฤติพรหมจรรย์ร่วมกัน ซึ่งมีศีลเป็นที่รัก ย่อมเว้นห่างไกลจากคนที่มีกลิ่นเหม็นเช่นกล่าวนั้นเสีย. ภิกษุ ท.! เรากล่าวการที่เพื่อนๆ เว้นห่างไกลนี้ของผู้หนึ่ง ว่า เป็นภัยเฉพาะหน้า ดุจดั่งปาชาผีดิบ ซึ่งเป็นที่มีภัย เฉพาะหน้า. เรากล่าวนักรบวชชนิดนี้ ว่าเทียบกันได้กับที่ที่มีภัยเฉพาะหน้า ฉะนั้น .

(๔) คนชั่วช้านั้น ผู้ประกอบกรรมอันไม่สะอาดทั้งทางกาย วาจา และใจ ก็อยู่ร่วมกันได้แต่พวกที่มี การกระทำเหมือนๆ กัน. ภิกษุ ท.! เรากล่าวการที่อยู่ร่วมกันได้ของผู้หนึ่ง ว่า เป็นที่พักอาศัยสำหรับพวกเหล่าร้ายนี้ ดุจดั่งปาชาผีดิบ ซึ่งเป็นที่พักอาศัยของพวกอมมนุษย์ ที่ดุร้าย. เรากล่าวนักรบวชชนิดนี้ ว่าเทียบกันได้กับที่พักอาศัย สำหรับคนดุร้าย ฉะนั้น.

(๕) ผู้ประพฤติพรหมจรรย์ร่วมกัน ซึ่งมีศีลเป็นที่รัก ได้เห็นนักรบวชชนิดนั้นเข้าแล้ว ก็นึกตำหนิได้ว่า “พุทโธเอ๊ย! ความทุกข์ของเรา มีอยู่ตรงที่ พวกเราจำต้องอยู่ร่วมกับนักรบวชชนิดนั้นด้วย” ดังนี้. ภิกษุ ท.! เรากล่าวการอยู่ร่วมที่ทำให้เกิดทุกข์ขึ้นนี้ของผู้หนึ่ง ว่า เป็นความร้องให้พิไรรำ ดุจดั่งปาชาผีดิบ ซึ่งเป็นที่ที่ร้องให้ พิไรรำของคนเป็นจำนวนมาก. เรากล่าวนักรบวชชนิดนี้ ว่าเทียบกันได้กับที่สำหรับเป็นที่ร้องให้พิไรรำของคน เป็นจำนวนมาก ฉะนั้น.

ภิกษุ ท.! โทษห่าอย่างเหล่านี้ เป็นโทษในนักรบวช ที่เปรียบด้วยปาชาผีดิบ แล.



มุลนิธิบ้านอารีย์ : การเดินทาง

๑. รถยนต์ส่วนตัว เข้าทางซอยพลโยธิน ๗ เลี้ยวซ้ายซอยอารีย์ ๑ เข้าซอย ๒๐๐ เมตร อยู่ซ้ายมือ ในโครงการบ้านนา เฟมิลี ปาร์ก
๒. รถไฟฟ้า ลงสถานีอารีย์ เดินออกทางออกที่ ๑ ลงฝั่งซอยอารีย์ แล้วเดิน ขึ้นมาด้านอนุสาวรีย์ฯ ทางเข้าจะอยู่ระหว่างอาคารเอ็กซิมแบงก์กับบีเอ็มเอสไอ
๓. รถประจำทาง สายที่ผ่าน ๘, ๒๖, ๒๘, ๓๘, ๓๙, ๕๔, ๕๙, ๖๓, ๗๔, ๗๗, ๙๗, ๕๐๓, ๕๐๙, ๕๑๐ ลงป้ายซอยอารีย์ แล้วเดินขึ้นมาด้านอนุสาวรีย์ฯ ทางเข้าจะอยู่ระหว่างอาคารเอ็กซิมแบงก์กับบีเอ็มเอสไอ

- เจ้าของ มูลนิธิบ้านอารีย์ บรรณธิการ ผู้พิมพ์ ผู้โฆษณา วีรธัญ วิจารณ์ประภา
- บรรณาธิการบริหาร พลเรือตรี วิพันธุ์ ชมะโชติ
- ธรรมบทโดย สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร, พระราชสังวรญาณ (หลวงพ่อบุญ สุวณฺโณ), ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน, หลวงพ่อเทียน จิตตสุภา, พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ)
- พระพุทธิสราเถร (หลวงพ่อบุญญ์ อุนวฑฺฒโน), พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), พระอาจารย์ปสันโน, พระภาวนาชมคุณ วิ. (พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรสี), พระอาจารย์ประสงค์ ปริปญฺโญ, พระอาจารย์ชยสาโร, พระราชญาณภควี (เปี่ยมโสภณ)
- คอลัมนิสต์ อ. สกวีร์ ทุมทอง ภาพปกโดย พระอาจารย์ชาคิโน
- ออกแบบและจัดทำรูปเล่ม ตู พิสูจน์อักษร พี่จัน ตะวัน
- การ์ตูนและภาพประกอบทศชาติอัศจรรย์ สายฝน ศิลปพรหม
- ผลิตและดำเนินการโดย มูลนิธิบ้านอารีย์ พิมพ์ที่ บริษัท สำนักพิมพ์สุภา จำกัด
- ๑๑๘ ซอย ๖๘ ถนนจรัญสนิทวงศ์ เขตบางพลัด กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐ โทร. ๐-๒๔๓๓-๑๑๒๓
- ร่วมส่งความคิดเห็น ข้อเสนอแนะได้ที่ บ้านอารีย์ เลขที่ ๑๗/๑ ซอยอารีย์ ๑ ถนนพลโยธิน แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กทม. ๑๐๔๐๐ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔, ๐-๒๒๗๙-๗๔๗๘

สารบัญ

๒๒

พุทธวจน

พระธรรมเทศนา ของ
พระอาจารย์ฝั้น อาจารย์เถระ

๒๓

พระอาจารย์ฝั้น อาจารย์

ฐานิยบูชา ๒๕๔๘

พระราชสังวรญาณ (หลวงพ่อพุทธ ฐานิโย)

๒๖

ธรรมชุดเตรียมพร้อม

ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน

๒๗

ธรรมเพื่อความสวัสดิ

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

๒๘

พลิกโลก เหนือความคิด

หลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ

๓๐

ศรัทธาที่ถูกต้อง

อ. สุภีร์ พุ่มทอง

๓๒

ธรรมครองโลก

พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ)

๓๓

ชีวิตนี้มีที่พึ่ง

พระพุทฺธิสารเถระ (หลวงพ่อบุญกู่ อนุวฑฺฒโน)

๓๔

แหวดวงธรรม

๓๖

ปฏิทินธรรม

๓๘

เสียงธรรมจากบ้านอารีย์

๓๙

ปฏิทินธรรมบ้านอารีย์

๔๐

ทุกข์สำหรับเห็น แต่สุขสำหรับเป็น

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

๔๑

ศิลปะแห่งการดับทุกข์

พระภavana เขมคุณ วิ. (พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรสี)

๔๒

ง่าย กว่าที่คิด

พระอาจารย์ปสันโน

๔๓

เรื่องท่านเล่า “หาตัวช่วย”

พระอาจารย์ชยสาโร

๔๔

น้อมสู่ใจ

พระอาจารย์ประสงค์ ปริปัญโญ

๔๕

แทนคุณศาสนา

พระราชญาณกวี (ปิโยสภณ)

๔๗

นิทานไซคีดี เล่ม ๑ “ฟุ้งพาดน”

สายฝน ศิลปพรหม

๔๘

โรมมหรสพทางวิญญาน

พุทธทาสภิกขุ



กัมบายุก โทตุ มหาราชา

ขอพระองค์ทรงพระเจริญยิ่งยืนนาน

เป็นมิ่งขวัญของชาวไทยตลอดไป

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม ขอเดชะ

ข้าพระพุทธเจ้า วารสารบ้านอารีย์



บรรณาธิการ **แถ่ลิง**

ใกล้สิ้นปีเช่นนี้เป็นช่วงแห่งความสุขของหลาย ๆ คน

ลมหนาวที่โชยเข้ามาแม้จะไม่เย็นจัดทั้งยังเป็นเพียงช่วงสั้น ๆ แต่ก็พอให้คนที่อยู่ในเขตร้อนอย่างพวกเราได้อิ่มเอมกับบรรยากาศเนิบ ชิลล์ เหมיתความรู้สึกละแ่นโรแมนติกสุดพิเศษให้เกิดขึ้นได้ อีกทั้งสารพัดงานเลี้ยงประจำปีที่มีมักจะจัดกันช่วงนี้ก็ทำให้ได้บันเทิงเริงใจกันบ้างหลังจากเครียดกันมา ๑๑ เดือน

ที่สำคัญด้วยความใกล้จะเปลี่ยนปี พ.ศ. ก็อดไม่ได้ที่จะทำให้เกิดความหวังว่าปีหน้าฟ้าใหม่จะมีสิ่งดี ๆ ผ่านเข้ามาในชีวิต เป็นช่วงที่ใช้เติมเต็มชีวิตด้วยความฝันก่อนจะต้องเผชิญกับความจริงที่มักจะไม่ตรงกับที่ฝันไว้ โดยเฉพาะกับเพื่อน ๆ ชาวเกษตรของเราที่ปีหน้านี้ยังต้องลุ้นกันหนักกับปริมาณน้ำที่จะนำมาเพาะปลูกเพื่อยังชีพที่หากบริหารจัดการ จัดสรรกันไม่ดีสร้างความร่วมมือไม่ได้ บาดแผลจากน้ำที่เป็นรูปธรรมภายนอกนี้อาจบาดลึกเข้าไปสร้างแผลให้หัวใจ) ที่เป็นนามธรรมภายในกันได้

เขียนเรื่องนี้แล้วก็อดนึกถึงเกษตรทฤษฎีใหม่ที่อยู่ในหลวงท่านทรงพระราชทานแนวทางไว้ให้พวกเราไม่ได้ ท่านทรงเห็นความสำคัญของน้ำทรงแนะให้ที่ดินแต่ละแปลงมีบ่อเก็บน้ำของตัวเองไว้ใช้อย่างเพียงพอ ที่หากเราเชื่อและทำตามท่านเราก็สามารถผ่านปัญหานี้ไปได้สบายไม่ต้องเคร่งเครียดกังวลกันตั้งทุกวันนี้

นึกที่ไรก็อดภูมิใจกับตัวเองไม่ได้เสียที่ว่าพวกเราทุกคนนี้ล้วนโชคดีหนักหนาที่ได้เกิดมาในแผ่นดินของพระองค์ท่าน ฉะนั้นในเวลาแห่งมหามงคลวันเฉลิมพระชนมพรรษานี้ก็ขอให้พวกเราแสดงกตัญญูด้วยการประพฤติปฏิบัติตนเป็นคนดี ทำหน้าที่ของประชาชนคนไทยอย่างซื่อสัตย์สุจริตและเต็มที่ให้สมกับความโชคดีที่ได้เกิดมาในแผ่นดินของพระองค์

เป็นเด็กมีหน้าที่หาความรู้ก็พากเพียรศึกษาเล่าเรียนให้เต็มกำลัง

เป็นผู้ใหญ่มีหน้าที่การงานก็มุ่งมั่นขยันขันแข็งอย่าได้เกียจคร้าน

เป็นชาวพุทธมีหน้าที่ศึกษาปฏิบัติธรรมชูดเกลากิเลสก็เร่งความเพียรอย่าได้ย่อหย่อน หากทำกันได้เช่นนี้ความฝันช่วงสิ้นปีก็อาจไม่ใช่เพียงเรื่องเพ้อฝันสามารถกลายเป็นความจริงในปีหน้าได้ครับ

๑ มูลนิธิบ้านอารีย์ได้รับพระราชทานรางวัลเสมาธรรมจักรประเภทสมาคม องค์การ มูลนิธิ สถาบัน และหน่วยงานที่มีกิจกรรมส่งเสริมพระพุทธศาสนา ประจำปี ๒๕๕๗ จากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

๑ มูลนิธิบ้านอารีย์ เป็นองค์การหรือสถานสาธารณกุศล ลำดับที่ ๗๖๘ ของประกาศกระทรวงการคลังฯ เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๔

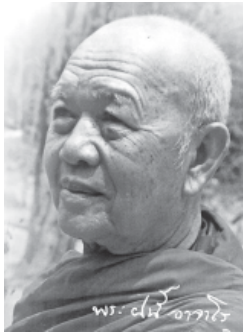
๑ มูลนิธิบ้านอารีย์ ได้รับการรับรองเป็นองค์กรสาธารณประโยชน์ จากคณะกรรมการส่งเสริมการจัดสวัสดิการสังคมแห่งชาติ เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๒

กุนวิจิตรพงศ์พันธ์ุ

ร่วมเป็นเจ้าของภาพสนับสนุนจัดพิมพ์วารสารบ้านอารีย์

<http://www.baanaree.net>

<http://facebook.com/baanareefoundation>



พระธรรมเทศนา
ของ
พระอาจารย์ฝั้น
อาจารย์เถระ

พระอาจารย์ฝั้น อาจารย์

ณ วัดป่าอุดมสมพร

วันที่ ๒๔ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๑๘

ต่อไปให้ตั้งใจ พระเจ้าสงฆ์ท่านอธิษฐานพรเราจะมี
อธิษฐานอย่างไรทุกท่านทุกคน พรพรานี้แหละเราจะอยู่ที่ไหน
บางคนตั้งสัจจะรักษาศีลให้ได้ศีล ๕ ศีล ๘ อย่างนี้แหละ ให้
ญาติโยมมีศีล ๕ ศีล ๘ เท่านั้นแหละ เราจะเอาศีล ๕ ตลอด
พรพรหรือจะเอาศีล ๘ ตลอดพรพร ๗ คำ ๘ คำ ๑๔-๑๕ คำ
สองวันสองคืนตั้งสัจจะไว้หรือจะทำที่ไหน จะนั่งภาวนาตั้งสัจจะ
ต่อไปให้รู้จัก นี่แหละการประพฤติปฏิบัติศาสนา พระพุทธเจ้า
วางศาสนาในตัวของท่านทุกคน เพราะท่านมองเห็นแล้วว่า สัตว์
ทั้งหลายเกิดมาต้องการความสุขความเจริญไม่มีวิธีอื่นให้พากัน
กระทำกายของเรา ความประพฤติปฏิบัติ และการฝึกหัด
และการอบรม ไม่มีวิธีอื่น ทางศาสนาท่านสอนไว้หลายอย่าง
เพื่อละความชั่วทั้งนั้น พระพุทธเจ้าสอนให้ละความชั่ว สิ่งใดชั่ว
แล้วท่านสอนให้เลิกให้ละ สิ่งใดดีท่านสอนให้ทำให้ปฏิบัติ ที่ว่า
ขันติ ความอดทน อดอะไรเล่า อดทนละความชั่ว สิ่งใดชั่วก็ละ
ก็วาง มันไม่ยากวางอดละ เพราะเราไม่ได้เป็นคนชั่ว สิ่งใดชั่ว
ควรเลิกละ อดเอา ทำมันไม่ยากละ สิ่งใดดีมันไม่ยากทำ
อดทำคืออดอยากดี มันไม่ยากกระทำ อดทำ เจออันนั้นมี เจอ
อันนั้นเป็นขึ้น คุณงามความดีของเรา นี่ขันติ วิริยะ วิริยะคือ
ความเพียร เพียรอะไรละ เพียรละความชั่ว สิ่งใดชั่วก็เพียรละ
เพียรอด เพียรวางให้หมด ให้มันสิ้นไปให้หมด สิ่งชั่วที่ยังไม่มี

อย่าให้เกิดมีขึ้น สิ่งที่เกิดมีแล้วเพียรละเพียรอด เพียรวาง
ให้หมด เรื่องมันเป็นอย่างนั้น ให้มีความเพียร ไม่ใช่อื่นไกล
เพียรทำความเพียร คือเพียรทำความดี สิ่งใดดีทำให้เกิดมีขึ้น
ในตัวเรา ในภายในใจของเรา สิ่งใดมีแล้วให้เจริญยิ่งขึ้น
ความดีนี้แหละพระพุทธเจ้า ท่านไม่ได้สอนไว้อย่างอื่น สอนไว้
ในตัวตนของตน นี่หนทางจะเข้าถึงมรรค ไม่ได้ไปตรงฟ้าอากาศ
เหมือนกะเรือบิน ในคัมภีร์กายะโน มัคโค ตักขเว สัตตทานังวิสุทธยา
พิจารณาที่แหละ มัคโค คือ หนทาง กายนี้พิจารณาเพื่อเหตุใดเล่า
เวลานี้เราถือว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นสัตว์เป็นบุคคลเป็นเขาเป็นเรา
ว่ามันสวยงามงาม ว่ามันสะอาด นี่ คือเราไม่ได้ดูว่ามันจริงหรือ
ที่เราว่ามันสวยงามงามว่ามันสะอาด ว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นสัตว์
เป็นบุคคล เป็นเราเป็นเขา จริงไหม เป็นตรงไหนเล่า ท่านบอกใน
อภิณหปัจจเวกขณฺ์ บอกว่า ตจะ ปริยฺนโต มีหนังสืออยู่
เป็นที่สุดรอบ ปุริณานนฺปะการัสสะ อสุจิโน เตมฺไปด้วยของ
ไม่สะอาดมีประการต่างๆ อตฺถิ อิมัสสมิง กายเ ในกายนี้ ท่าน
ไม่ได้บอกว่ากายโน้น กายนี้ก็แปลว่าชีที่กายของเราทุกคน
กายนี้คืออะไรละในกายนี้ เกษา คือผม นี่เต็มไปอย่างจี ของ
ไม่สะอาดนะ โลมาคือขน นขา คือเล็บ ทนฺตา คือฟัน ตะโจ คือ
หนัง มงฺลํคือเนื้อ นหารู คือเส้น อัญฺฐิ คือกระดูก อัญฺฐิมฺญชฺง
คือ เยื่อในกระดูก วกกํ คือไต หทยํ คือ หัวใจ ยะกะนํ คือ
ตับ กีโลมะกํ คือพังผืด ปิหะกํ คือม้าม ปปฺผาสํ คือปอด
อันตํ คือไส้ใหญ่ อันตะคุนํ คือสายรัดไส้ อุทะริยํ คือ
อาหารใหม่ กริสํ คืออาหารเก่า นี่แหละท่านบอกว่า เตมฺไปด้วย
ของไม่สะอาด เราก็ดูชี พิจารณาดูชี เรื่องที่กล่าวไปแล้วนี้ ให้
ดูสิ่งเหล่านี้มันเป็นคนหรือเป็นอะไรให้มารู้จัก ะรู้จัก โมหัวใจ
ตัวเรา มันจึงจะรักษาได้ เราไม่เห็น นะไม่เห็น โมห แล้ว หัวใจ
ตัวเราก็รักษาไม่ได้ มันก็ทะเยอทะยานในรูปเสียง กลิ่น รส
โผฏฐัพพะ ธรรมารมณฺ์ทั้งหลาย เรื่องเป็นอย่างนี้เพราะฉะนั้น
ท่านให้พิจารณาสิ่งเหล่านี้

อ่านต่อฉบับหน้า

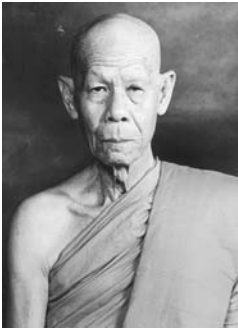
เรียนพระอภิธรรม เกื้อกูลต่อการปฏิบัติ ถึงซึ่งความพ้นทุกข์



มูลนิธิบ้านอารีย์ขอเชิญเข้าศึกษาพระอภิธรรม
อันจะยังประโยชน์ให้เกิดความเข้าใจในเรื่องของชีวิต
และแนวทางการปฏิบัติ เพื่อเข้าถึงความพ้นทุกข์

โดย **อาจารย์ทองสุข ทองกระจ่าง** ผู้อำนวยการพระอภิธรรมทางไปรษณีย์
เรียนทุกวันเสาร์ เวลา ๐๘.๓๐-๑๑.๐๐ น.
ณ มูลนิธิบ้านอารีย์ ซอยอารีย์ ๑ (ใกล้ BTS อารีย์)
สอบถาม โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔, ๐-๒๒๗๗-๗๔๗๔





ฐานิยปูชา ๒๕๔๘

พระราชสังวรญาณ
(หลวงปู่พุทธ ฐานิโย)

สายกลางของการปฏิบัติ

สภาวะจิตและการบรรลุธรรม ของท่านอัญญาโกณฑัญญะ

ในเมื่อภิกษุเบญจวัคค์ยังมีสติมีพลังแก่กล้าขึ้นกลายเป็น ปัญญาโดยเฉพาะอย่างยิ่งท่านอัญญาโกณฑัญญะ มีสติ พลังแก่กล้า สมาธิมีความมั่นคง จิตก็ก้าวรูดลงไป หนึ่งปีป สว่างโพล่งขึ้นมา **จักขุ อูหะปาติ** จักขุบังเกิดขึ้นแล้ว จักขุ คือตาใจบังเกิดขึ้นแล้ว ที่แรกจิตของท่านไปสงบ หนึ่ง **รู้ ตื่น** เบิกบาน สว่างไสว อันนี้เรียกว่า **จักขุ อูหะปาติ** จักขุคือตา ไนบังเกิดขึ้นแล้ว

ทีนี้เมื่อมีสติสัมปชัญญะรู้พร้อมอยู่โดยอัตโนมัติ สมาธิ ก็เป็นเองโดยธรรมชาติ สติก็เป็นเองโดยธรรมชาติ จิตมีพลัง ทั้ง **รู้ ตื่น เบิกบาน** รู้อยู่ที่จิต **ญาณัง อูหะปาติ** ญาณหยั่งรู้ได้ บังเกิดขึ้นแล้วในตอนแรกนี้รู้ๆๆ มองเห็นทุกข์ก็รู้ แต่ความจริง ถ้ารู้ในขณะนั้น สุข ทุกข์มันไม่มี อย่าไปเข้าใจผิด

ในเมื่อจิตของท่านหนึ่ง สงบ **รู้ ตื่น เบิกบาน** มีญาณหยั่งรู้ หนึ่งอยู่เป็นเวลานานพอสมควร พอจิตถอนจากสมาธิส่วนลึก จากอุปปนาสมาธิมานิดหน่อย จิตมันไหวตัว แล้วก็มองย้อน ไปถึงอารมณ์ที่ผ่านมา คืออารมณ์ที่เป็นเหตุให้จิตสงบหนึ่ง เป็นสมาธินั้นแหละ คือตั้งแต่พระองค์แสดงว่า **ชาติปิ ทุกขา ชะราปิ ทุกขา มาระณัมปิ ทุกขัง** นี้ พอจิตรู้แจ้งเห็นจริงแล้ว มันเข้าไปสู่ความสงบ หนึ่ง **รู้ ตื่น เบิกบาน** อยู่เฉยๆ

ทีนี้พอจิตถอนออกมาจากสมาธิอีกหน่อยหนึ่ง พอรู้สึกล่า ไหวตัวพอที่จะคิดอ่านอันใดได้ มันก็ย้อนไปคิดทบทวนสิ่งที่ พระพุทธเจ้าเทศน์ให้ฟัง ที่พระพุทธเจ้าว่าทุกข์มันเป็นอย่างนั้น สุขเป็นอย่างนี้ ตัญหามันเป็นอย่างนั้น ตัญหามันเป็นอย่างนี้ ทีนี้จิตของท่าน อัญญาโกณฑัญญะก็สงบหนึ่งลงไปอีกทีหนึ่ง ก็ยังมองเห็นแต่สิ่งที่เกิดดับ เกิดดับ อยู่หนึ่ง จิตไม่หวั่นไหว

ความที่จิตเป็นปกติไม่หวั่นไหว **รู้ ตื่น เบิกบาน** มันเป็นนิโรธะ พอจิตสงบหนึ่ง **รู้ ตื่น เบิกบาน** ไม่หวั่นไหว ทุกข์มันก็ดับไป เพราะว่ากายเบาจิตเบา กายสงบจิตสงบ บางที่ร่างกายตัวตน ไม่มี ทุกข์มันก็ไม่ปรากฏ เพราะมันไม่มีที่เกิด สุขทุกข์มันเกิด เพราะมีกาย ถ้าจิตดวงนี้มีแต่จิตดวงเดียว มันไม่มีอะไรเกิดดอก มีแต่อยู่ซื่อๆ (เฉยๆ) พอรู้อะไรก็ได้ แต่หนึ่งอย่างเดียว ไม่ไหวติง ไม่มีภาษา ไม่มีสมบัติบัญญัติใดๆ ทั้งสิ้น แต่เมื่อมันถอนออกมาแล้วมันจึงจะรู้ว่า **ยังกิญจิ สมุททะยะธัมมัง ลัพพันตัง นิโรธะธัมมันติ** สิ่งใดสิ่งหนึ่งเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นดับไป เป็นธรรมดา ก็ได้ดวงตาเห็นธรรม

กาย วาจา ใจ ปกติ เป็นแนวทาง ของอริยมรรค อริยผล

ทีนี้ลักษณะของศีล สมาธิ ปัญญา ที่เป็นไปในแนวทาง อริยมรรค อริยผลนี้ ศีลบริสุทธิ์ด้วยกาย วาจา กายปกติ วาจา ปกติ จิตก็พลอยเป็นปกติด้วย กาย วาจา และใจเป็นปกติ หนึ่งมองเห็นทางอริยมรรคแล้ว เพราะความปกติของจิตนั้น มันเป็นกลาง มัชฌิมา ปฏิปทา ทางสายกลาง จิตเป็นกลางๆ

พระพุทธเจ้าสอนให้มีสติกำหนดรู้ที่จิต ทีนี้เมื่ออะไร เกิดขึ้นดับไป ก็กำหนดรู้สิ่งนั้น แต่คำว่ากำหนดนี่เป็นแต่เพียง ภาษาพูดหрокนะ แต่เมื่อมันเป็นเองแล้ว เราไม่ได้ตั้งใจจะ กำหนดอะไรทั้งสิ้นมันจะปฏิบัติตัวเป็นไปเอง ทุกข์มันก็จะรู้เอง สมุทัยมันก็จะรู้เองนิโรธมันก็จะปรากฏเอง ลักษณะของนิโรธ ปรากฏขึ้นนั้น จิตหนึ่ง **รู้ตื่น เบิกบาน สว่างไสว** ทีนี้ในลักษณะ ที่มรรคบังเกิดขึ้นนั้น จิตไหวตัว สามารถมีความรู้ผุดขึ้นมาเป็น ระยะๆ จิตก็มีสติสัมปชัญญะ กำหนดรู้ตลอดไป รู้สักแต่ว่ารู้ เห็นสักแต่ว่าเห็น รู้เห็นแล้วก็ปล่อยวางไป ไม่ยึดอะไรให้เป็น ปัญหาที่จะทำให้ตัวเองเดือดร้อน ในขณะนั้นสมาธิก็เป็นหนึ่ง ศีลก็เป็นหนึ่ง ปัญญาก็เป็นหนึ่ง

วันนี้ได้กล่าวธรรมะมาพอเป็นเครื่องเตือนใจของบรรดา ท่านทั้งหลาย ก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขอยุติด้วยประการฉะนี้ ในท้ายที่สุดนี้ ด้วยอำนาจแห่งพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ จงดลบันดาลให้ทุกท่านประสบความสุข ความเจริญโดยทั่วหน้ากันทุกท่าน เทอญ.





ธรรมชุด เตรียมพร้อม

ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน

ภาค ๑

“เรา กับ กิเลส”

มายากิเลส

พอเปิดออกไป เปิดออกไป อุปาทานการยึดมั่น ถือมัน
เปิดเผยตัวออกไปโดยลำดับๆ ความสว่างกระจ่างแจ้งของจิต
ความเป็นอิสระของจิตตามขั้นนั้นๆ ไม่ต้องถาม เบาทิวเลย
อยู่ที่ไหน ก็เพลินและเบาไปหมด แต่ก่อนเคยแบกหามจน
หนักแยะ ก็หาที่ปลงวางไม่ได้ นอนก็แบก นั่งก็แบก ยืนก็แบก
แบกอยู่อย่างนั้นแหละ **แบกอุปาทาน** ความหนัก ภูเขาทั้งลูก
ว่ามันใหญ่โตมันหนัก เราได้เคยแบกมันบ้างแล้วหรือ? เราถึง
จะทราบว่ามันหนัก เรายังไม่เคยแบก เรายังไม่หาญพูดได้
ดูตัวที่มันหนักๆ คือ “เบญจขันธ์นี่ละ” มันหนักอยู่ตรงนี้
ยิ่งมีความเจ็บไข้ได้ป่วยแล้วยิ่งลุกไม่ขึ้นเอาเลย ต้องให้คนอื่น
ช่วยพยุงช่วยก็เจ็บหนักเข้าอีก ด้วยการเจ็บป่วยในอวัยวะต่างๆ
มันทั้งหนัก ทั้งเจ็บ ทั้งปวดเลยเพิ่มเป็นเรื่องหนักไปหมด
นี้แลตัวหนักจริงๆ ท่านจึงว่า “ภาราหเว ปัญจะชันธา” **ภาระ
อันหนักจริงๆ ก็คือเบญจขันธ์** ท่านไม่ได้บอกว่า ภาระอันหนัก
จริงๆ คือภูเขา ท่านไม่เห็นว่าเป็น

เราพิจารณาให้เห็นจริงอย่างนี้ อันนี้แลเป็นเครื่องทับ

จิตใจเรา **พิจารณาให้รู้ในอาการทั้ง ๕ นี้ มันคือไตรลักษณ์
ทั้งนั้น** เราอย่าไปอาจหาญ อย่าไปเอื้อม อย่าไปจับ อย่าไปยึด
อย่าไปแบกหาม มันหนักเข้าไปแบกมันหนักจริงๆ ถ้าปล่อยเสีย
มันก็เบา ปล่อยด้วยปัญญาให้รู้ชัดตามความเป็นจริง จิตจะ
เพลิน มีความรื่นเริงบันเทิง อยู่ที่ไหนก็รื่นเริง อยู่ในป่าในเขา
อดอิม เป็นตายอะไร มีแต่ความรื่นเริงบันเทิงในธรรมทั้งหลาย

“ธัมมะปีติ สุขังเสติ” ผู้มีปีติในธรรมย่อมอยู่เป็นสุข อันนี้
ยังหายาไป เมื่อเข้าถึงขั้นนี้แล้ว คือว่า ละเอียดอย่างยิ่ง มี
ความสุขละเอียดเป็นพื้นฐาน นอนก็เป็นสุข นั่งก็เป็นสุข ยืน
เดิน อยู่ก็เป็นสุขทั้งนั้น อดอิมเป็นสุข สบายไปหมด หมด
ความกังวล หมดภาระเป็นเครื่องกดถ่วงจิตใจ

อ้าว! เพื่อให้กิเลสทั้งมวลสิ้นซากไปเสีย ไม่ให้มีอะไรเหลือ
ต้นไม้อัดกิ่งตัดก้านตัดต้นมันออกหมด ยังเหลือแต่ หัวตอ
รากแก้ว รากฝอย ชูดต้นมันขึ้นมา เอาเผาไฟเสียให้สิ้นซาก
หมดเท่านั้น ต้นไม้ต้นนั้นไม่มีทางเกิดได้อีกเลย

จิตก็เหมือนกัน ถอนรากแก้ว ซึ่งอยู่ภายในจิต ท่านเรียก
“อวิชชา” ใจปล่อยอะไรๆ หมด แต่ตัวเองก็มาอัศจรรย์ อ้อยอิ่ง
อยู่กับความสง่าผ่าเผย ความละเอียดลออซึ่งเป็นเรื่องของกิเลส
ประเภทละเอียด พิจารณาเข้าอีกให้พอ นี่ก็คือกองไตรลักษณ์
อีกเช่นเดียวกัน อย่าถือว่าเป็นเรา มันเราอะไรกัน เป็นกอง
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อันละเอียดต่างหากนี้ กิเลสตัวร้าย
ยังว่าเป็นเราอยู่หรือ? ความฟ่องใสที่ควรจะผ่านไปได้ ถือไว้
ทำไม อันนี้เป็นกิเลสประเภทหนึ่งที่ละเอียดมากเกินกว่า
สติปัญญาธรรมดาจะรู้เห็นได้ ต้องเป็นสติปัญญาอัศจรรย์
กำจัดมัน

อ่านต่อฉบับหน้า



เรียนภาษาบาลีเบื้องต้น

โดย มหาบาลีวิซชาลัย สถาบันสอนภาษาบาลีบุคคลทั่วไป

ภาษาบาลีเป็นภาษาของพระพุทธเจ้า
ที่จะส่องสว่างนำทางให้ชีวิตคุณทั้งชีวิต

หาเรียนได้ไม่ยากนัก โอกาสมาถึงแล้ว เราชาวพุทธมาเรียนรู้ภาษาบาลีให้เป็นประเพณี

ขอเชิญทุกท่านร่วมเรียนภาษาบาลีทุกวันอาทิตย์

รอบเช้า **หลักสูตรภาษาบาลีเบื้องต้น รุ่นที่ ๒/๒๕๕๗ เวลา ๐๙.๐๐-๑๑.๓๐ น.**

รอบบ่าย **หลักสูตรแปลบาลีธรรมบท (ประโยค ๑-๒) เวลา ๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น.**

ณ ห้องพระชั้น ๓ มูลนิธิบ้านอารีย์ ซ. อารีย์ ๑ (ใกล้ BTS อารีย์)

สอบถามรายละเอียด และสมัครเรียนได้ที่ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔, ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๘





ธรรม เพื่อความสวัสดิ

สมเด็จพระญาณสังวร
สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

พุทธวิธีแก้ความหวาดกลัว

ความคิดที่เป็นไปด้วยอำนาจของความโลภ

ความคิดที่เป็นไปด้วยอำนาจของความโลภ มีปรากฏให้รู้ให้เห็นไม่เว้นวัน เพราะปรากฏเป็นการกระทำคำพูดให้ได้เห็นได้ยินอย่างชัดเจน ว่าเป็นเรื่องของความคิดแท้ๆ มิใช่เรื่องของอะไรอื่น.

ความเป็นความตายที่เกิดจากการกระทำคำพูดภายใต้อำนาจความโลภนั้น ก่อให้เกิดความสลดสังเวชมาแล้วหนักหนา ทั้งยังตามมาด้วยการต้องรับกรรมอันเป็นส่วนผลของผู้ประกอบเหตุอีกด้วย ผู้ไม่เกี่ยวข้องทั้งหลายที่เพียงได้รู้ได้เห็นควรต้องสังวรระวังความคิดให้จงดี อย่าก่อกมลทินความเศร้าหมองให้เกิดแก่ใจยิ่งขึ้น แต่จงให้เป็นการขจัดความมืดที่มีอยู่แล้วด้วยกันทุกบุญคุณ ทำปัญญาในพระพุทธศาสนาให้สว่างไสวยิ่งขึ้นด้วยการคิดให้รู้ซึ่งแม่พอสสมควรในเรื่องกรรม เหตุร้ายที่เกิดแต่ละเรื่องแต่ละครั้ง แสดงให้เห็นความเที่ยงแท้ของกรรมจริงๆ อยู่เป็นสุขสนุกสบายดีๆ ก็มีอันให้ต้องตกอยู่ในมือมัจจุราชให้ต้องตกอกตกใจ ต้องเจ็บปวดทรมานและ

ถึงต้องเสียชีวิต.

ผู้เชื่อในกรรมต้องยอมรับว่า อกุศลกรรมตามมาถึงแล้ว จึงหนีไม่พ้น...มือของกรรมต้องปฏิบัติหน้าที่โหดเหี้ยมทุกประการเพื่อให้ผลกรรมปรากฏจนได้ น่าจะกล่าวว่าเป็นการสอนในรูปแบบที่วิจิตรพิสดารของพระพุทธศาสนา ที่จะช่วยให้สัตว์โลกทั้งหลายมุ่งมั่นเอาจริงเอาจัง ปฏิบัติให้ไกลพ้นจากกิเลสโลกิธรหลงได้ ไกลจากนรกอเวจีทั้งในภพชาตินี้ และภพชาติต่อๆ ไป ที่คนดีเท่านั้นจะหนีพ้น.

อำนาจของความชั่วร้ายเป็นอำนาจมหัศจรรย์

อำนาจชั่วร้ายที่ครอบงำจิตใจผู้คนอยู่ ที่ปรากฏให้รู้ให้เห็นจากการกระทำความชั่วสารพัดรูปแบบนั้น เมื่อรวมตัวกันเข้ามากๆ ย่อมให้เกิดผลเป็นอะไรๆ ที่หนักหนาได้

อำนาจของความชั่วร้ายนั้น เป็นอำนาจมหัศจรรย์ เมื่อจะส่งผลเต็มที่ ก็ย่อมมีปรากฏการณ์เลวร้ายให้ประจักษ์ชัด ลากมือคนผู้อ่อนแอพ่ายแพ้แก่กิเลสไปจับอาวุธ พิฆาตพาดฟันผู้คนไม่เลือกหน้ายังทำได้ ผลักดันผู้ได้สั่งสมกรรมร้ายไว้ซับซ้อนมากมายในหลายอดีตชาติ เข้าไปสู่มีมัจจุราชผู้ยุติธรรมก็ยังสามารถทำได้ ดังเป็นที่เห็นๆ กันอยู่มากมาย แล้วไหนเล่าอำนาจชั่วร้ายเมื่อครองโลกได้ จะไม่ทำโลกให้ปั่นป่วนเร้าร้อนเลือดหลังไหลชะโลมดินคร่าชีวิตมนุษย์ ทั้งด้วยภัยธรรมชาติและภัยจากกิเลสอำนาจชั่วร้ายหรืออำนาจความคิดที่ชั่วร้าย จึงน่ากลัวนัก มีภัยแรงร้ายนัก ต่อชีวิต และต่อโลก.

อ่านต่อฉบับหน้า

สถานีธรรมะอารีย์

มูลนิธิบ้านอารีย์ เชิญทุกท่านชมรายการทีวี **เทียนธรรม** และ **ธรรมะอารีย์**

- ทางสถานี CTV เคเบิลทีวี ช่อง ๗ Preview ทุกวันพุธ เวลา ๑๘.๐๐-๒๑.๐๐ น.

- ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์การศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม DLTV ช่อง สศทท. 1 (DStv 186)

รายการเทียนธรรม ทุกวันจันทร์ เวลา ๑๕.๐๐-๑๖.๓๐ น.

รายการธรรมะอารีย์ ทุกวันอังคาร เวลา ๑๕.๐๐-๑๖.๓๐ น.

ทั้งสองรายการ ออกอากาศซ้ำ ทุกวันเสาร์-อาทิตย์ เวลา ๑๑.๓๐-๑๔.๓๐ น.

- ทางสถานีธรรมะทีวี ช่องความดี ๒๔ ชั่วโมง ออกอากาศผ่านจานดาวเทียม IPM

www.dharmatv.org และ CTH เคเบิลไทยทั่วประเทศ

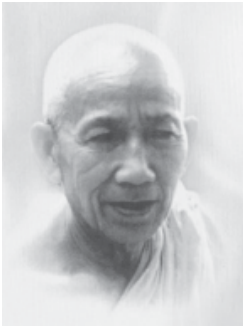
รายการธรรมะอารีย์ ทุกวันอังคาร เวลา ๑๔.๓๐-๑๖.๐๐ น.

รายการเทียนธรรม ทุกวันพุธและวันเสาร์ เวลา ๑๔.๓๐-๑๖.๐๐ น.

- ทางสถานี INTV ช่อง intvpsi ๑๒๒ รายการแสงธรรมสองปัญญา

ทุกวันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา ๒๓.๐๐-๒๔.๐๐ น. ทุกวันเสาร์ - วันอาทิตย์ เวลา ๐๑.๐๐-๐๒.๓๐ น.





พลิกโลก เหนือความคิด

หลวงปู่เทียน จิตตสุโภ (พันธ์ อินททวี)

พลิกโลก เหนือความคิด

หลวงปู่เทียน จิตตสุโภ (พันธ์ อินททวี)

รวบรวม/เชิงอรรถ สัจจพันธุ์ อรรถถาวร

พิมพ์ครั้งที่ ๙

มูลนิธิหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ (พันธ์ อินททวี) เป็นเจ้าของลิขสิทธิ์
ที่อยู่ ๕๒ หมู่ ๕ แขวงทวีวัฒนา เขตทวีวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๓๐ โทร. ๐-๒๔๒๙-๒๑๑๙
ได้รับอนุญาตให้ทยอยพิมพ์เนื้อหาจากมูลนิธิหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ (พันธ์ อินททวี) แล้ว

ผลานิสงส์

ผล คือ สวรรค์นิพพานในปัจจุบัน

เมื่อพูดถึงผลถึงอานิสงส์ เรามักคิดกันไปถึงเรื่อง
สวรรค์นิพพาน คือมักจะคิดกันว่าคนทำดีต้องไปสวรรค์
ส่วนคนทำชั่วต้องไปตกนรก นรกสวรรค์ในอนาคตนั้นอย่าเพิ่ง
เอามาคิด แต่ควรรู้จักนรกในปัจจุบันนี้ก่อน สวรรค์บนฟ้า
ก็เช่นกัน เอาเก็บไว้ก่อน ให้มาดูสวรรค์ปัจจุบันนี้ก่อน สวรรค์
ปัจจุบันอยู่ที่ไหน - อยู่ในตัวเรา อยู่ในบุคคลนี้เอง คือ อยู่ใน
คนที่คิดดีพูดดีทำดี แต่เมื่อเราทำชั่วพูดชั่วคิดชั่ว ก็จะไปพบ
ไปคบอยู่กับคนชั่ว ซึ่งก็คือคนรานั้นเอง ขอให้เรามาศึกษาดู
ง่ายๆ ซึ่งพวกเราทั้งหลายก็คงเห็นกันอยู่แล้ว เช่น พวกที่
ทำผิดทำชั่วไป น้อโงงเขามาไปปลิ้นเขามาก็ต้องถูกตามล่า
ตามล้าง ต้องถูกเจ้าหน้าที่ตำรวจตามจับ ต้องคอยหลบหนี
หลบซ่อน เป็นทุกข์อยู่ตลอดเวลา เช่นนี้ก็แสดงว่าตกนรกชัดๆ
ส่วนพวกเราที่ไม่ได้ทำอะไรผิด เราก็ไม่มีอะไรต้องกังวล
ไม่ต้องคอยหลบคอยซ่อน แม้เจอเจ้าหน้าที่ตำรวจก็รู้สึก
ปลอดภัย ซึ่งก็เหมือนกับอยู่ในสวรรค์นั่นเอง พวกเราเองก็
อาจคิดเช่นนี้กันอยู่แล้ว แต่อาจมาอยากจะทำดีให้พวกเรา
ทำความเข้าใจเรื่อง “สวรรค์นิพพานในปัจจุบัน” นี้ให้มาก

เมื่อพวกเราทำความเข้าใจเรื่องนี้ให้มากแล้ว ความสุข
ความเจริญความก้าวหน้าจะมาสู่ตัวเราและสังคมของพวกเราเอง
หน้าที่ของเราต้องเกี่ยวข้องกับคนป่วยคนไข้คนได้ทุกข์ ดังนั้น
สิ่งที่เราจะต้องระลึกอยู่เสมอก็คือ ทำจิตวิญญาณของเราให้มี

เมตตา เข้าใจสภาพที่แท้จริงของโลกและชีวิต ดังคำสอนของ
พระพุทธเจ้าที่ว่า “สัพเพ สัตตาฯ คือ มนุษย์และสัตว์ทั้งหลาย
ล้วนหน้า ต่างเป็นเพื่อนทุกข์เกิดแก่เจ็บตายด้วยกันทั้งหมด
ทั้งสิ้นฯ” หากระลึกได้เช่นนี้อยู่ตลอดเวลาจิตของเราจะ
ชาวสะอาดและอ่อนโยน นี่แหละคือคาถาสำหรับความสุข
ความเจริญความก้าวหน้าในชีวิต และสำหรับการทำงานและ
การครองชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมของมนุษย์ หากเรานึกถึง
ความทุกข์ในตัวเองและปฏิบัติกับตัวเองอย่างไร เราก็ควรเห็น
ความทุกข์ในผู้อื่น และควรปฏิบัติกับผู้อื่นเช่นนั้นด้วยเช่นกัน
คือทำตัวให้เป็นเพื่อนทุกข์ของกันและกัน หากเราทำได้เรา
จะได้พบความสุข

สำหรับแพทย์หรือพยาบาล อาตมาขอให้ถือเอาหมอ
ชีวกโกมารภัจจ์เป็นตัวอย่างเป็นวีรบุรุษ หากทำได้เช่นนั้น
โลกก็จะมีแต่ความสุขสงบ และนี่แหละคือผลานิสงส์ที่เรา
ควรยึดถือควรตั้งศรัทธาไว้ หรือตั้งโครงการสำหรับชีวิตทาง
จิตวิญญาณไว้ พระพุทธเจ้าท่านเคยตรัสไว้ว่าการเป็นหมอ
เป็นแพทย์ดีกว่าการเป็นคนมีเงินเป็นล้าน นี่เป็นเรื่องที่น่าปิติ

รู้จักตัว-ตื่นตัว รู้จักใจ-ตื่นใจ

การเจริญสติแบบเคลื่อนไหว แนวหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ
เป็นการสร้างจังหวะมือ ๑๔ จังหวะ และเดินจงกรมเพื่อให้
จิตกับกายอยู่ด้วยกัน โดยใช้หลักกายเคลื่อนไหว ใจรู้สึก
มีสติ มีตนเป็นที่พึ่งแห่งตน



เชิญทุกท่านร่วมปฏิบัติธรรมเจริญสติแบบเคลื่อนไหว

- ทุกวันพุธแรกและพุธที่สองของเดือน เวลา ๑๓.๐๐-๒๐.๐๐ น.
- ทุกวันพุธที่สามและพุธที่สี่ของเดือน เวลา ๑๓.๐๐-๑๗.๐๐ น.
- ทุกวันเสาร์แรกของเดือน ปฏิบัติธรรมแบบเนสัชชิก ๑ วัน ๑ คืน
เริ่มเช้าวันเสาร์ เวลา ๐๙.๓๐ - เช้าวันอาทิตย์ เวลา ๐๖.๐๐ น.
- ทุกวันเสาร์ที่สามของเดือน เวลา ๐๙.๓๐-๑๖.๐๐ น.

(ทุกกิจกรรมท่านสามารถร่วมเข้า-ออกได้ตลอดเวลา ตามความพร้อม)

ณ ห้องพระชั้น ๓ มูลนิธิบ้านอารีย์ โทร. ๐-๒๖๑๙-๙๔๗๔

และภาคภูมิใจ เพราะว่าการเป็นหมอช่วยให้ชีวิตคนหลายคนรอดพ้นจากความตายได้นั้น หากคิดเป็นอานิสงส์แล้วก็หาว่ามีได้ คิดคำนวณไม่ได้ด้วยเงินแม้จะเป็นแสนเป็นล้านก็ตาม **สิ่งที่เป็นหัวใจที่จะนำเราให้มุ่งเข้าไปสู่ศรัทธาอันนี้ได้ ก็คือการหมั่นเจริญสติ ทำจิตให้สะอาด-สว่าง-สงบอยู่เสมอ** เรื่องสวรรค์นิพพานมันก็มีอยู่ในตัวคนเราแหละ ไม่ใช่เหมือนกับที่ตำราพูดเอาไว้ว่าสวรรค์อยู่ชั้นนั้นชั้นนี้ นิพพานอยู่ชั้นนั้นชั้นนั้น อันนั้นมันเรื่องตำรา อาตมาไม่ขอยืนยัน แต่อาตมาขอยืนยันคำของปู่ย่าตายายของเราที่ว่า **สวรรค์อยู่ในอก นรกอยู่ในใจ นิพพานก็อยู่ในใจเราแหละ**

เมื่อพูดถึงเรื่องความเห็นที่ถูกตรงในการปฏิบัติหน้าที่ของหมอของพยาบาลแล้ว อาตมาขอถือโอกาสนี้พูดเรื่อง **ชีวิตจิตใจของเราบ้าง** เพราะการจะมีโอกาสมาพูดที่นี้นั้นไม่ใช่่ง่ายนัก ทำไม่ต้องพูดเรื่องชีวิตจิตใจด้วย ทั้งนี้ก็เพราะอาตมาเคยไปพูดหลายแห่ง เช่นที่โรงพยาบาลรามมา โรงพยาบาลศิริราช ฯลฯ และพบว่าหมอบางคนปฏิบัติหน้าที่ด้วยความทุกข์ ด้วยความจำเป็น ไม่ได้ทำด้วยความเห็นอกเห็นใจหรือด้วยจิตใจที่สบาย

คนเหล่านั้นเคยถามอาตมาว่า **“ทำอะไรหลวงพ่อกี่จะทำด้วยจิตใจสบาย ทำอย่างไรจึงจะปฏิบัติหน้าที่โดยไม่มี ความทุกข์”** อาตมาก็พูดให้ฟังว่า **ความจริงแล้วจิตใจของเราไม่มีทุกข์ มันอยู่ของมันนิ่งๆ เฉยๆ อันนี้แหละพระพุทธเจ้าท่านเรียกว่านิพพาน คือจิตใจเป็นอุเบกขา** คำว่า **“อุเบกขา”** นี้หมายถึงวางเฉยทำการทำงานไปตามหน้าที่ **จิตเป็นอุเบกขานี้เองที่เป็นเหมือนลูกตุ้มหรือสมอเรือหรือเบรคารถที่จะคอยถ่วงเอาไว้ให้ภาวะจิตของเราอยู่อย่างสมดุลอยู่ตลอดเวลา ไม่เอียงหรือหมุนไปตามกระแสของทุกข์หรือสุข และจิตใจเช่นนี้แหละคือจิตใจที่อยู่เหนือทุกข์เหนือสุข ไม่ติดอยู่กับดีหรือชั่ว อันนี้แหละที่เรียกว่าอภัยกตธรรมาหรือนิพพาน** ดังนั้น **นิพพานนั้นจึงอยู่ที่จิตใจของคน**

อ่านต่อฉบับหน้า



ร่วมปฏิบัติธรรมกลางกรุง เจริญสติแบบเคลื่อนไหวแนวหลวงพ่อกุ๊ยน และถือเนสัชชิกธุดงค์วัตร (เว้นอิริยาบถนอน)

“ความทุกข์เกิดขึ้นเพราะเราไม่เห็นความคิด แต่ตัวความคิดจริงๆ นั้นไม่มีความทุกข์ แต่ถ้าเรามาเจริญสติให้รู้เท่าทันความคิด มันจะทำให้จิตใจของเราเปลี่ยนแปลงที่ตรงนี้”



มูลนิธิบ้านอารีย์ขอเชิญทุกท่านร่วมปฏิบัติธรรม **เจริญสติแบบเคลื่อนไหวแนวหลวงพ่อกุ๊ยน และถือเนสัชชิกธุดงค์วัตร (เว้นอิริยาบถนอน)** เพื่อเร่งความเพียร ชัดเกลากิเลส ต่อสู้กับนิรโทษอย่างอาจหาญ

วันเสาร์ที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๕๘ เริ่ม เวลา ๐๙.๓๐ น.

ถึงวันอาทิตย์ที่ ๖ ธันวาคม ๒๕๕๘ เวลา ๐๖.๐๐ น.

(กิจกรรมประจำทุกวันเสาร์-อาทิตย์แรกของเดือน) ณ ห้องพระชั้น ๓ มูลนิธิบ้านอารีย์

*** ท่านสามารถร่วมปฏิบัติธรรมเข้า-ออกได้ตลอดเวลา ตามความพร้อม ***

ศรัทธา ที่ถูกต้อง

๑. คุณสมบัติเบื้องต้นชาวพุทธ

ศรัทธานี้เป็นหลักธรรมที่สำคัญในคำสอนของพระพุทธเจ้า พระพุทธศาสนาเรา นี้ หลายๆ ท่านที่ได้ศึกษาหรือว่าได้ยินได้ฟัง มาบ้าง ก็จะทราบว่าเป็นศาสนาที่มุ่งเน้นในด้านปัญญา มีปัญญา เป็นธรรมะสูงสุดในภาคปฏิบัติ **มีปัญญาเป็นยอด** ไม่เหมือน ศาสนาหรือคำสอนอื่นๆ บางทีอาจจะเอาศรัทธาเป็นใหญ่ เป็น สิ่งสูงสุด แต่ทางพุทธเราเห็นว่าปัญญาเป็นสิ่งสูงสุด จนกระทั่ง มีบาลีรับรองว่า *ปัญญาตุตธา สัพเพ ธมมา ธรรมะทั้งหลาย ทั้งปวงมีปัญญาเป็นยอด มีปัญญาเป็นสิ่งสูงสุด อมโตะคา สัพเพ ธมมา ธรรมะทั้งหลายทั้งปวงมีอมตะเป็นที่รวมลง นิพพานปริโยสานา สัพเพ ธมมา ธรรมะทั้งหลายทั้งปวงมี นิพพานเป็นที่สุด*

ถ้าว่าตามหลักพุทธศาสนาของเรา นี้ ธรรมะทั้งหลาย ทั้งปวงนั้นมีปัญญาเป็นยอด ในบรรดาธรรมะที่เป็นฝ่ายสังขาร อริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นยอด และไร่อริยมรรคมีองค์ ๘ นั้น ปัญญาเป็นหัวหน้า แม้กระทั่งคำว่าพุทธะก็ดี ที่ว่าเป็นพระพุทธเจ้า ผู้ที่เป็นพระพุทธเจ้าคือ ผู้ที่ได้ตรัสรู้ความจริง ถ้าพูดถึงความตรัสรู้ ที่ไม่เกี่ยวกับบุคคลตัวตน สภาวะที่ทำหน้าที่ในการตรัสรู้ เห็น ความจริง คือปัญญา พุทธศาสนาก็เลยเป็นศาสนาแห่งปัญญา เราทั้งหลายคงจะได้ยินอยู่เรื่อยๆ

พุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งปัญญาก็จริงอยู่ แต่ถ้าพูดถึง หลักธรรมภาคปฏิบัติเบื้องต้นเป็นคุณสมบัติของพุทธบริษัท กลับเริ่มต้นด้วยศรัทธา **คุณสมบัติที่เป็นพื้นฐานของอุบาสก อุบาสิกาที่ดี ของอริยสาวกเบื้องต้นที่เป็นพระโสดาบันก็ดี ล้วน แต่มีศรัทธาเป็นตัวหลัก เป็นตัวเบื้องต้นทั้งนั้น**

๒. สภาวะและลักษณะของศรัทธา

ก่อนที่จะพูดถึงศรัทธาที่ถูกต้อง ต้องทำความรู้จักและ เข้าใจความหมายของศรัทธาก่อน ศรัทธาเป็นอะไร เป็นตัว อยากรู้ อยู่ในธรรมะหมวดไหน ตัวเราๆ นั้นมันไม่มี เป็นที่ ประชุมของรูปและนาม ศรัทธาที่อยู่ฝ่ายนามเป็นธรรมะ ไม่ใช่ ใครเป็นผู้มีศรัทธา ไม่ใช่ศรัทธาของใครหรือ เป็นธรรมะ อยากรู้ เป็นสังขาร ธรรมะนี้ถ้าว่าโดยหลักใหญ่ๆ แล้ว ก็มี สองฟากด้วยกัน ได้แก่ สังขารกับวิสังขาร สังขารธรรมกับ

นิพพาน ศรัทธาที่อยู่ฝ่ายสังขาร เป็นสังขารธรรมอย่างหนึ่ง

ทีนี้ในบรรดาสังขารก็มีทั้งฝ่ายรูปและฝ่ายนาม ศรัทธา อยู่ฝ่ายนามธรรม ตัวเรานี้ก็เป็นสังขาร เป็นขั้นๆทำประชุมรวมกัน รูปขั้นๆ เวทนาขั้นๆ สัญญาขั้นๆ สังขารขั้นๆ วิญญาณขั้นๆ ศรัทธาเป็นตัวไหนในนามธรรมทั้งสี่ เป็นเวทนาขั้นๆ หรือว่า สัญญาขั้นๆ หรือว่าสังขารขั้นๆ หรือว่าวิญญาณขั้นๆ ศรัทธา ไม่ใช่เวทนา ศรัทธาไม่ใช่สัญญา ศรัทธาไม่ใช่วิญญาณ **ศรัทธา นี้ อยู่ในกลุ่มสังขารขั้นๆ** จัดเป็นหมวดสังขาร คือสิ่งที่ปรุงแต่ง ให้จิตมีคุณภาพอย่างนั้นอย่างนี้ เป็นธรรมะที่เป็นฝ่ายติงาม ศรัทธาเป็นธรรมะฝ่ายติงามอย่างเดียว ท่านเรียกว่าเป็นฝ่าย **โสภณะ**

เมื่อมีการประชุมรวมกันของขั้นๆทำ ก็เลยมีสมมติเรียกว่า ตัวเรา ตัวเขา คน ผู้หญิง ผู้ชาย สัตว์ต่างๆ ศรัทธาเป็นหนึ่ง ในขั้นๆทำ อยู่ในหมวดสังขารขั้นๆ สังขารนี้ก็มีหลายๆ อย่าง มีทั้งฝ่ายดี ทั้งฝ่ายไม่ดี และทั้งฝ่ายที่เข้ากับใครก็เป็นอย่างนั้นไป สังขารฝ่ายไม่ดีก็มี เช่น โลภะ โทสะ โมหะ อิจฉา มัจฉริยะ หดหู่ ฟุ้งซ่าน รำคาญใจ ลังเลสงสัย พวกนี้เป็นสังขารฝ่ายไม่ดี เป็นสิ่งไม่มีตัวตน เป็นกิเลสที่เกิดขึ้นเป็นครั้งๆ ก็เป็นสังขาร คำว่าสังขาร หมายถึง มันไม่ได้มีอยู่ก่อน มีเมื่อมันเกิดขึ้น เกิดเพราะมีเหตุมีปัจจัย ถ้าเหตุปัจจัยยังมีอยู่ ผลมันยังอยู่ พอเหตุหมด ผลจึงหมดไป อย่างนี้เป็นแบบสังขาร

ถ้าเป็นสังขารฝ่ายติงาม ฝ่ายโสภณะ มีหลายอย่างด้วยกัน เช่น ศรัทธา สติ ทิธี โอตตปปะ อโลภะ อโทสะ กุณฺหา ปัญญา พวกนี้เป็นฝ่ายดี

นอกจากนั้นแล้วก็ยังมีสังขารที่เข้ากับใครก็เป็นอย่างนั้น ก็มี เช่น ความขยัน ความขยันที่ไม่ใช่ตัวตน สัตว์ บุคคล ไม่ใช่ ใครขยัน ความขยันของใคร แต่เป็นความขยันที่เกิดขึ้น ถ้า ขยันดี มันก็ดี ถ้าขยันเลว มันก็เลว เจตนา เจตนาที่เป็นกรรม เป็นสังขารที่เข้ากับใครก็เป็นไปอย่างนั้น เจตนาดีก็ดี เจตนา ไม่ดีก็ไม่ได้ นี่เป็นธรรมะฝ่ายสังขาร จัดอยู่ในหมวดสังขารขั้นๆ

ดังนั้น ศรัทธาไม่ใช่ตัวตน สัตว์ บุคคล ไม่ใช่ใครศรัทธา ไม่ใช่ศรัทธาของใคร เป็นสังขาร เป็นธรรมะอย่างหนึ่งเท่านั้นเอง มีเมื่อเกิดขึ้น เกิดเพราะเหตุเพราะปัจจัย ถ้ามันเกิดขึ้นแล้ว มันก็เป็นธรรมะฝ่ายดี

ลักษณะของศรัทธาก็คือ มีอาการฟ่องใสของจิต **ช่วยให้จิตมีความฟ่องใส** และหยั่งลงในวัตถุหรือในเรื่องอันเป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใส วัตถุอันเป็นที่ตั้งของศรัทธา พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ เป็นวัตถุชั้นสูงสุด ต่อมาก็คุณงามความดีต่างๆ เรื่องดีๆ คนดีๆ ก็เป็นที่ตั้งแห่งศรัทธาได้

ศรัทธาต้องเป็นฝ่ายดีอย่างเดียว แต่คำภาษาไทยเราเอามาใช้ บางทีก็ผิดได้ เช่นว่าศรัทธาในคนนั้นคนนี้ ศรัทธาเจ้าพ่อเจ้าแม่ นี่ อย่างนี้เป็นต้น อันนี้เป็นเพียงคำพูดไม่ใช่ ศัพท์ธรรมะ เป็นเพียงคำพูดภาษาไทยถ้าเป็นศัพท์ธรรมะ ศรัทธาต้องเป็นฝ่ายดีเท่านั้นเหมือนคำว่าสติ สติต้องเป็นฝ่ายดี เป็นความระลึกได้ นึกได้ในกุศล อย่างภาษาไทยเราเอามาใช้ เช่น เดินดีๆ ให้มีสติ กินข้าวได้ก็ถือว่ามีสติแล้ว นั่งได้ก็ถือว่ามีสติ ไม่หลับก็ถือว่ามีสติ ทำนองนี้ ก็เป็นคำพูดภาษาไทยเท่านั้นเอง แต่ที่จริงอย่างนั้นไม่ใช่สติ แค่เดินได้อย่างเดียวยังไม่ใช้สติ เดินได้ก็เป็นสัญญา การกำหนดเครื่องหมายได้เฉยๆ ถ้ามาทำงานได้ไม่ผิดพลาดเป็นสติไหม ยังไม่ใช่สติทีเดียว ถ้าเป็นสติต้องเป็นการระลึกได้ นึกได้ในฝ่ายที่ดีงาม เช่น ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า ระลึกได้ว่าพระพุทธเจ้าเป็นพระอรหันต์ ไม่หลงลืมคุณของพระพุทธเจ้า ระลึกได้ในฝ่ายที่ดีงาม ระลึกถึงศีลของตัวเอง อย่างนี้เป็นต้น หรือว่าระลึกไปในกาย เวทนา จิต และธรรม นี่จึงเรียกว่าสติ คำพูดภาษาไทยเราก็เป็นอย่างหนึ่ง ศัพท์ธรรมะก็เป็นอย่างหนึ่ง ศรัทธาก็คล้ายกันนี้แหละ

ศรัทธานี้ ภาษาไทยเราก็เอามาใช้เยอะ แต่ว่าโดยทั่วไปที่ใช้กัน ก็ไม่ได้หมายถึงสภาวะที่เป็นตัวศรัทธา เป็นเพียงคำพูดเท่านั้นเอง เช่น ศรัทธาเจ้าพ่อเจ้านั้นเจ้าแม่ นี่ อันนี้ไม่ใช่สภาวะศรัทธา แต่เป็นความหลง เป็นโมหะ เป็นความลุ่มหลง บางคนก็เชื่อหลงฟ่องรูปนั้นรูปนี้ ศรัทธาหลงฟ่องรูปนั้นรูปนี้ อันนี้ก็ยังไม่ใช่ศรัทธาจริง นี่เป็นอหิมกข์ จิตที่ดิ่งลงไป โดยสภาวะไม่ใช่ตัวศรัทธา เพราะว่าคน หญิง ชาย ไม่ใช่สังขยัตถุ ไม่ใช่ที่ตั้งของศรัทธา **ที่ตั้งของศรัทธาต้องเป็นธรรมะในฝ่ายดีงาม เช่น พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ คุณงามความดี** มีความเลื่อมใสในความดีของคนนั้นอย่างนี้พอได้ เพราะว่าไม่ได้เอาไปตั้งในคนตั้งในความดีของเขา อย่างนี้เป็นศรัทธาได้ ถ้าไปตั้งในคน ก็จะเป็นเรื่องอื่นไป

นี่พูดถึงตัวสภาวะก่อน ศรัทธาเป็นธรรมะอย่างหนึ่ง ไม่ใช่ตัวตน สัตว์ บุคคล เวลาเราเรียน ก็ต้องเรียนให้มันเป็นธรรมะ ไม่ใช่มีใครมีศรัทธา ใครเลื่อมศรัทธา ไม่ใช่อย่างนั้น ศรัทธามันเกิดขึ้น หรือว่าศรัทธามันไม่เกิดเท่านั้น มันเป็นเรื่องสังขาร ไม่ใช่ใครเป็นผู้ศรัทธา ไม่ใช่ศรัทธาของใคร ศรัทธามันเกิดขึ้นหรือว่าศรัทธามันไม่เกิด ศรัทธามันมี หรือศรัทธามันไม่มี ศรัทธามันคง หยั่งลงมั่นในสิ่งนี้ หรือไม่หยั่งลงไม่มั่นคง

ศรัทธาเป็นธรรมะฝ่ายนามธรรม จัดอยู่ในหมวดสังขารชั้นหนึ่ง เป็นหนึ่งในชั้นนี้ทั้งห้าเป็นส่วนหนึ่งของสิ่งที่เรียกว่าตัวเรา นั่นแหละ พวกเราบางครั้ง บางเวลา บางโอกาส ศรัทธาก็เกิดขึ้นเหมือนกัน มีความฟ่องใสของจิต มีความมั่นใจในพระพุทธเจ้าว่าเป็นพระอรหันต์ มั่นใจในพระธรรม มีความเลื่อมใสในพระอริยสงฆ์อย่างนี้เป็นต้น นี่ตัวสภาวะ ศรัทธาเป็นธรรมะฝ่ายสังขาร

ศรัทธานี้เป็นฝ่ายดีอย่างเดียวเท่านั้นเหมือนกับสติ แต่คำภาษาไทยก็ใช้ปนกันไป เราก็กินปนกันนะ ถ้าพูดถึงศรัทธาในแบบธรรมะก็ต้องเข้าใจว่าต้องเป็นฝ่ายดีเท่านั้น ที่นี้ มีความละเอียดยิ่งขึ้นไปอีก ทางพุทธเราเนี่ย บางสิ่งที่ดี ยังไม่ถือว่าเป็นแบบพุทธก็มี เป็นดีแบบทั่วๆ ไป ทางพุทธเราเนี่ย ศรัทธาที่ต้องการจะมีลักษณะพิเศษ ศรัทธาที่พระพุทธเจ้าทรงสอนเอาไว้ให้เราทั้งหลายฝึกหัดให้มีขึ้น มีลักษณะพิเศษกว่าศรัทธาอื่นๆ ศรัทธาทั่วๆ ไป เช่น ศรัทธาในคุณงามความดีของคน ศรัทธาในคนทำดี อย่างนี้ก็เรียกว่าศรัทธาเหมือนกัน เป็นสภาวะศรัทธาตัวเอง แต่ทางพุทธเราไม่ได้มีเท่านั้น ยังมีที่ลึกซึ้งกว่านี้ให้ฝึกกัน

หลังจากที่รู้จักลักษณะของศรัทธาแล้วว่าเป็นธรรมะอย่างหนึ่ง เป็นหนึ่งในชั้นนี้เท่านั้นแหละ จัดอยู่ในหมวดสังขารชั้นหนึ่ง ไม่ใช่ตัวตน สัตว์ บุคคล เวลาพูดถึงศรัทธา ก็อย่าไปพูดว่าใครศรัทธา ศรัทธาของใคร **ต้องรู้จักศรัทธานั้น มันเป็นศรัทธา ไม่ใช่ใครเป็นผู้ศรัทธา ไม่ใช่ศรัทธาของใคร** เหมือนธรรมะอื่น ๆ นั้นเอง เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง เวลาศึกษา เราก็ต้องศึกษาให้มันเป็นธรรมะ ไม่มีใครเป็นผู้โลก ไม่มีใครเป็นผู้โกรธ ไม่มีใครเป็นผู้หลง ความโกรธมันเกิดขึ้นแล้วมันก็ดับไป ไม่ใช่ความโกรธของใคร ไม่มีใครเป็นเจ้าของความโกรธ ศรัทธาก็เช่นเดียวกัน เป็นธรรมะอันหนึ่ง เป็นธรรมะที่มีเหตุก็เกิดหมดเหตุก็ดับ

ศรัทธาเป็นธรรมะฝ่ายดีเป็นธรรมะที่ควรทำให้มีขึ้น ทำให้เกิดขึ้น เป็นธรรมะที่เป็นคุณสมบัติเบื้องต้นของพุทธบริษัททั้งหลายโดยแท้จริง ทางพุทธเราเนี่ยเน้นไปที่ปัญญา แต่การจะมีปัญญาได้ ต้องมีกระบวนการ มีคุณสมบัติต่างๆ ซึ่งมีคุณสมบัติเบื้องต้นแทบทั้งหมด หมวดธรรมต่างๆ ที่เป็นคุณสมบัติฝ่ายดี โดยทั่วไปหลักธรรมเหล่านั้น ก็จะมีศรัทธาขึ้นก่อนเสมอ แล้วลงท้ายที่ปัญญา นี่เป็นลักษณะพิเศษ จะได้เข้าใจศรัทธาได้ชัดเจน

ศรัทธาที่ถูกต้องในพระพุทธศาสนา คือศรัทธาที่เชื่อมโยงมาสู่ปัญญา โดยทำหน้าที่ถึงที่สุดตอนเป็นพระโสดาบัน เพื่อให้มีความมั่นใจได้ ปลอดภัย ไว้วางใจได้ ทำให้เชื่อมั่นได้ว่า บุคคลนั้นเป็นผู้ที่แน่นอน ไม่มีทางตกต่ำ จะได้เป็นพระอรหันต์ในภายหน้าแน่นอน.



ธรรม ครองโลก

พระธรรมโกศาจารย์
(ปัญญาันทกิกขุ)

ศึกษาพุทธธรรม

พระพุทธเจ้า : ผู้ค้นพบทางพ้นทุกข์

ผู้ค้นพบแนวดำรงชีวิตชอบแนวนี้คือ พระโคตมพุทธะ ท่านเป็นเจ้าของแห่งศากยวงศ์ ท่านมีความสุขสมบูรณ์พร้อมทุกประการ แต่ก็ได้ติดอยู่ในความสุขแบบชาวบ้าน เพราะทรงเห็นว่าจะกระทำประโยชน์แก่ชาวโลกได้น้อย จึงตัดสินพระทัยสละความสุขแบบชาวโลกออกป่า และประพฤติตนเป็นนักบวชตามแบบที่มีอยู่ในประเทศอินเดียสมัยนั้น

ท่านเป็นนักบวชที่ไม่เหลวไหล ทรงศึกษาทรงทดลองตามแบบที่เขาได้เคยประพฤติมา ไม่ทรงเชื่อง่ายเกินไป ทรงเชื่อสิ่งที่ทราบได้ด้วยใจของพระองค์เอง ได้ใช้ชีวิตทดลองอยู่นานหลายปี ก็ถึงจุดหมายที่ต้องประสงค์ คือความพ้นจากความทุกข์อย่างเด็ดขาด ไม่ต้องรับทุกข์ที่ชาวโลกได้รับต่อไป แม้ร่างกายของพระองค์จะคลุกคลีอยู่กับชาวโลก มีการเสวยอาหาร ได้ทำงานที่เป็นประโยชน์แก่สังคมโลกทั่วไป

ใจของพระองค์พ้นจากระดับของโลก...นั่นคือความทุกข์ไม่ท่วมทับใจของพระองค์อีกต่อไปแล้ว เราจึงเรียกพระองค์ว่าพุทธะ แปลว่า ผู้พ้นจากทุกข์ไปแล้ว ผู้ตื่นจากความหลับด้วยอำนาจกิเลสไปแล้ว เมื่อพ้นทุกข์ด้วยพระองค์แล้วก็ยังช่วยคนอื่นให้พ้นทุกข์ต่อไปอีก คำสอนของพระองค์จึงเป็นประทีป

นำชาวโลก ผู้ใดใคร่จะเดินทางที่ไม่หลง ไม่ลำบาก ให้ไปถึงปลายทางได้สมหมาย โปรดมาศึกษาปฏิบัติตามแนวทางของพระพุทธเจ้าดูบ้างเถิด

ความจริงมีพร้อมแล้วในกายนี้

อันการตรัสรู้ความจริงของพระพุทธองค์นั้น โปรดทำความเข้าใจกันให้ดีสักหน่อย ในศาสนาอื่นๆ ทั่วไป เช่น ฮินดู ที่มีคัมภีร์พระเวทเป็นหลัก ไบเบิลเป็นหลักของศาสนาคริสต์ โทระอาณเป็นหลักของศาสนาอิสลาม ผู้สอนผู้กล่าวอ้างว่า พระผู้เป็นเจ้าของเขาบอกแก่ตนทั้งนั้น ตนเป็นผู้พูดแทนองค์พระผู้เป็นเจ้าของเขาสอนทั้งหมดทั้งมวลมิใช่เป็นของตนเอง

แต่ในทางพุทธศาสนานั้น พระสมณโคตมไม่มีความเชื่อในพระผู้เป็นเจ้าของเขาเป็นมูลฐานมาก่อนอยู่แล้ว พระองค์จึงทดสอบด้วยตนเองตลอดเวลาหาได้รอให้พระผู้เป็นเจ้าของเขาบอกอะไรๆ แก่พระองค์ไม่ ทรงคิดค้นทบทวนหาเหตุผลในสิ่งที่ต้องการจะรู้อยู่เสมอ และความรู้ที่ทรงต้องการนั้นได้แก่อะไรเล่า ได้แก่ความจริงที่จะทำให้พ้นจากความทุกข์ ต้องการไปให้พ้นจากความแก่ความเจ็บและความตาย อันเป็นเรื่องที่ทุกชีวิตต้องประสบ พระองค์จึงทรงค้นหาในเรื่องนี้ การคิดค้นของพระองค์เหมือนกับการค้นคว้าของนักวิทยาศาสตร์สมัยใหม่ที่มีห้องทดลอง และใช้ชีวิตอยู่ในห้องทดลองตลอดเวลา คิดไปผลสมไป วางสูตรไว้เป็นหลัก ผลที่สุดก็พบความจริงที่เขาต้องการจะเข้าถึง เราเรียกว่าเขาค้นพบสิ่งนั้นๆ แต่สิ่งที่เขาค้นหากันนั้นเป็นแต่เรื่องของวัตถุ หรือรูปธรรมอย่างเดียว หากได้มีความสนใจในเรื่องนามธรรมอันเป็นแนวทางของความพ้นทุกข์ที่แท้จริง ชาวโลกจึงได้รับแต่ความยุ่งยากตลอดเวลา

อ่านต่อฉบับหน้า

หนังสือธรรมะหายาก

หนังสือธรรมะอันทรงคุณค่าของครูบาอาจารย์ที่หาอ่านได้ยาก ห้องสมุดธรรมะบ้านอารีย์ได้จัดทำเป็นสื่ออิเล็กทรอนิกส์ออนไลน์บนเว็บไซต์พร้อมเป็นอีกช่องทางหนึ่งให้กับผู้สนใจศึกษาพระธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนา วิทยาการต่างๆ เพื่อขัดเกลาจิตใจตนเอง และนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข

ท่านสามารถติดตามอ่านได้ที่ <http://www.baanaree.net>

หมวด “หนังสือธรรมะหายาก”





ชีวิตนี้ มีที่พึ่ง

พระพุทธิสารเถร
(หลวงพ่อบุญกู่ อุรวฑฒโน)

ส ร ณ : ๕ ๖ ๓

คุณพระธรรม โดยย่อคือ **สอนให้ละบาป ให้บำเพ็ญกุศล และให้ชำระจิตใจให้ผ่องใส**

เราจะต้องน้อมการละบาปออกไป ด้วยการ**ไม่ทำความชั่ว** น้อมการบำเพ็ญกุศลเข้ามาด้วยการ**ทำความดี** และน้อมการชำระจิตใจให้ผ่องใสยิ่งขึ้น ด้วยการ**บำเพ็ญจิตภาวนา**

คุณพระสงฆ์ โดยย่อคือ **การปฏิบัติดี ปฏิบัติตรง ปฏิบัติถูก และปฏิบัติชอบ**

เราจะต้องน้อมการปฏิบัติดีมา ด้วยการ**ทำความดี**ทั้งหลาย ต่อตนเองและผู้อื่น น้อมการปฏิบัติตรง ด้วยการ**ทำตามหลักศีลธรรม**ทางพระพุทธศาสนาตามฐานะของตน น้อมการปฏิบัติถูก ด้วยการ**บำเพ็ญธรรม**เพื่อออกจากทุกข์และน้อมการปฏิบัติชอบ ด้วยการ**ปฏิบัติตามอริยมรรคมีองค์แปด**ให้ต่อเนื่องตลอดไป

ด้วยข้อปฏิบัติโดยสังเขปดังกล่าวนี้พระคุณของ**พระรัตนตรัย** จึงจะมาสติในชีวิตจิตใจของตนให้เจริญยิ่งขึ้น เป็นที่พึ่งของตนได้อย่างแท้จริงตลอดไป トラบถึงมรรคผลนิพพานนั้นทีเดียว

พระธรรม ที่**พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า**ทรงแสดงไว้มีมากมายหลายประการ แต่มีพระธรรมโดยเฉพาะหมวดหนึ่งซึ่งทรงไว้ให้ชื่อว่า **“นาถกรณธรรม”** แปลความว่า **พระธรรมซึ่งสร้างที่พึ่งให้** หรือคุณธรรมที่ทำให้ตนบำเพ็ญขึ้นแล้ว ทำให้ตนเป็นที่พึ่งของตนเองได้ มีอยู่ด้วยกัน ๑๐ ประการดังต่อไปนี้

นาถกรณธรรม

๑. ศีล
๒. พาหุสัจจะ
๓. กัลยาณมิตตตา

๔. โสวัจัสสตา
๕. กิงกรณเเยสุ ทักขตา
๖. ธัมมกามตา
๗. วิริยารัมภะ
๘. สันตุภฺฐี
๙. สติ
๑๐. ปัญญา

นาถกรณธรรม หมวดนี้ ท่านเรียกว่าเป็น **“พหูการธรรม”** หรือ **ธรรมมีอุปการะมาก** เพราะเป็นกำลังอุดหนุนในการบำเพ็ญคุณงามความดีทั้งหลาย ยังประโยชน์ตนและประโยชน์ท่านให้สำเร็จได้อย่างกว้างขวางไพศาล

ศีล

ความประพฤติดีงามสุจริต

ศีลเป็นที่พึ่งเบื้องต้น เป็นมารดาของกัลยาณธรรมทั้งหลาย เป็นประมุขของธรรมทั้งปวง เพราะฉะนั้นควรรักษาศีลให้บริสุทธิ์

ศีลเป็นคุณรวมกำลังอย่างเลิศ เป็นเสปียงเดินทางอย่างเยี่ยม เป็นผู้นำทางอย่างประเสริฐ ศีลมีกลิ่นขจรไปทั่วทุกทิศ

แม้ศีลจะมีกำหนดกฎเกณฑ์หลายระดับก็ตาม เจตนาธรรมณ์ของศีลที่แท้จริงมีเพียงประการเดียว คือจิตใจเห็นโทษของการเบียดเบียน และมีเจตนางดเว้นไม่ทำความชั่ว

ผู้มีปัญญาเมื่อปรารถนาสุข ๓ ประการ คือความสรรเสริญ การได้โภคทรัพย์ และความบันเทิงในสวรรค์โลกหน้า พึ่งรักษาศีล

ศีลมีคุณ ประเสริฐ เลิศในโลก
ศีลดับโศก โขคร้าย ให้เหือดหาย
ศีลสามารถ กางกั้น อันตราย
ศีลช่วยคลาย ความยากจน พันออาญา
เกิดมาดี เพราะมีศีล เป็นที่ตั้ง
รู้ยับยั้ง กายวาจา ตามสิกขา
เอาใจเขา ใส่ใจเรา ด้วยเมตตา
ย่อมจะพา ไปสุคติ ที่รื่นรมย์

อ่านต่อฉบับหน้า

รายนามผู้บริจาคปัจจัยสนับสนุนมูลนิธิบ้านอารีย์ วันที่ ๑๙ ตุลาคม - ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๘

คุณวาณี ภาวะมรทัต, คุณพรศิริ ศรีโพธิ์งาม, คุณวิเชียร อัครศรีกุลชัย, คุณจิตภินันท์ โตพาณิชสุริย์, คุณชยุต วงศ์เดช, คุณวีรณัฐ โรจนประภา, คุณวิชัย อังคนากร, คุณวัชรพร บุรวรรณินท์, คุณลักทกานต์ ตั้งศิริวัฒนา, คุณนวลละออ โรจนประภา

แวดวงธรรมะ



พุทธศาสนิกชนร่วมทำบุญทอดกฐินสามัคคี โดย พระอาจารย์บุญมี ธมฺมรโต เป็นองค์ประธานในพิธี ณ วัดป่าศรัทธาถวายเป็น อุดรธานี เมื่อวันที่ ๓๑ ตุลาคม ๒๕๕๘
 ขอบคุณภาพข่าว : <https://www.facebook.com/piyoros.preeyanont>



กลุ่มพุทธธรรมกรรมฐาน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และสถานีโทรทัศน์ไทยทีวีสีช่อง ๓ ร่วมเป็นเจ้าภาพโครงการปฏิบัติธรรมญาณสังวรบูชา ครั้งที่ ๘ โดย พระอาจารย์เปลี่ยน ปญญาปทีโป วัดอรุณญวิเวก จ. เชียงใหม่ เมตตาแสดงธรรมและนำเจริญภาวนา ณ วัดบวรนิเวศราชวรวิหาร กรุงเทพฯ เมื่อวันที่ ๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๘
 ขอบคุณภาพข่าว : <https://www.facebook.com/tukammataclub>



พุทธศาสนิกชนร่วมสวดมนต์ ทำวัตรเย็น เจริญพุทธมนต์ ฉลององค์กฐิน โดย พระครูโสภาสวณฺณิกร (พระอาจารย์โสภณ โสภานโส) เมตตาแสดงธรรม ณ วัดป่าไทยเจริญ จ. บุรีรัมย์ เมื่อวันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๕๘ พุทธศาสนิกชนร่วมฟังธรรมจำนวนมาก
 ขอบคุณภาพข่าว : <https://www.facebook.com/suchawadee.kondee>



คณะผู้ปฏิบัติธรรมบวชนกขัมมบารมี รุ่น ๑๕๑ เข้าอบรมภาวนา รับศีล ๘ ฟังธรรมบรรยาย ท่ามกลางอากาศสดชื่นแจ่มใส เหมาะกับการภาวนาอย่างยิ่ง ณ สำนักสงฆ์เขาพระครู จ. ชลบุรี เมื่อวันที่ ๗-๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๘
 ขอบคุณภาพข่าว : <https://www.facebook.com/pages/สำนักสงฆ์เขาพระครู-ศรีราชา>



วัดปัญญาบันฑาทาราม จ. ปทุมธานี จัดกิจกรรมในโครงการ “เปิดวัดวันอาทิตย์ ใกล้เคียงพระพุทธศาสนา” โดย พระปัญญาบันฑมุนี (พระอาจารย์สง่า สุภโร) เมตตาแสดงธรรม และนำเจริญภาวนา เมื่อวันที่ ๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๘
 ขอบคุณภาพข่าว : <https://www.facebook.com/watpanyanantaram>



วัดป่าบ้านค้อ จัดงานครบรอบวันละสังขาร หลวงพ่อทูล ขิปปปัญโญ ปีที่ ๗ พร้อมกิจกรรมถวายทักษิณานุประทานพระสงฆ์ ๒๐ รูป และมอบทุนการศึกษาโครงการ “กองทุนการศึกษาพระปัญญาพิศาลเถร (หลวงพ่อทูล ขิปปปัญโญ)” ณ วัดป่าบ้านค้อ จ. อุดรธานี เมื่อวันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๘
 ขอบคุณภาพข่าว : <https://www.facebook.com/watpaudon>



สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เสด็จพระราชดำเนินฉลอง
หอประชุมพุทธมณฑลที่ได้บูรณปฏิสังขรณ์ใหม่ และสักการะบูชา พระบรมสารีริกธาตุ
ที่ได้ัญเชิญมาจากประเทศสาธารณรัฐสังคมนิยมประชาธิปไตยศรีลังกา เพื่อฉลองในโอกาส
ครบรอบ ๖ ปี ความสัมพันธ์ทางการทูตระหว่างไทย-ศรีลังกา เมื่อวันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๘
ขอขอบคุณภาพข่าว : <http://www.onab.go.th>



พุทธศาสนิกชนร่วมทำบุญตักบาตร ถวายภัตตาหาร
และทอดกฐินสามัคคี ณ วัดป่านานาชาติ จ. อุบลราชธานี
เมื่อวันที่ ๑๔ พฤศจิกายน ๒๕๕๘
ขอขอบคุณภาพข่าว : <https://www.facebook.com/suchawadee.kondee>



พุทธศาสนิกชนผู้มีจิตศรัทธา
ร่วมทำบุญทอดกฐินสามัคคี
ณ สำนักสงฆ์พุทธะอาศรม
จ. ประจวบคีรีขันธ์
เมื่อวันที่ ๑๔ พฤศจิกายน ๒๕๕๘
ขออนุโมทนาบุญกับทุกท่านที่ร่วม
เป็นเจ้าของทอดกฐินในครั้งนี้
ขอขอบคุณภาพข่าว :
<https://www.facebook.com/kru.mind>



พุทธศาสนิกชนร่วมทำบุญตักบาตร ถวายภัตตาหารพระสงฆ์
ถวายผ้าป่าสร้างบูรณะเสนาสนะปึกหมุดสร้างเจดีย์
ณ วัดป่าบัวแก้ว ญาณสัมปันนุสรณ์ จ. กาญจนบุรี
เมื่อวันที่ ๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๘
ขอขอบคุณภาพข่าว : <https://www.facebook.com/piyoros.preeyanont>



ปฏิบัติธรรมเจริญสติแบบเคลื่อนไหว แนวหลวงพ่อเทียน จิตตสุภา
นำปฏิบัติโดย พระอาจารย์มหาติเรก พุทธยานันโท
ณ หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ (สวนโมกข์ กรุงเทพฯ)
เมื่อวันที่ ๑๔-๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๘
ขอขอบคุณภาพข่าว : <https://www.facebook.com/groups/khonphan>



พุทธศาสนิกชนร่วมทำบุญทอดกฐินสามัคคี ณ วัดป่าพิทักษ์ธรรม
จ. นครราชสีมา เมื่อวันที่ ๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๘
ขอขอบคุณภาพข่าว : <https://www.facebook.com/suchawadee.kondee>

ปฏิทินธรรม



ภาพ : <https://www.facebook.com/buddha.kammathan>

- **ขอเชิญทำบุญตักบาตร ฟังธรรมพระกรรมฐาน** ทุกวันอาทิตย์แรกของต้นเดือน
ณ มูลนิธิพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต
ซอยเจริญสุขนิทวงศ์ ๓๗ โทร. ๐-๒๕๑๒-๒๗๕๒
- **ขอเชิญทำบุญตักบาตร ฟังธรรมพระกรรมฐาน** สายหลวงปู่มั่น ภูริทัตโต และพระจากวัดต่างๆ รวมมากกว่า ๒๑ รูป ทุกวันเสาร์แรกของเดือน
ณ ศาลาการเปรียญวัดพุทธนุชา ถนนพุทธนุชา แขวงบางมด เขตทุ่งครุ กรุงเทพฯ
- **ขอเชิญทำบุญตักบาตร ฟังธรรมพระกรรมฐาน** ทุกวันอาทิตย์ที่สามของเดือน
ณ ศาลาสนทวงศ์ - ชยางกูร วัดบรมนิวาสราชวรวิหาร ถนนพระราม ๖ อรุณราชซอย ๑๕ แขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ
- **ขอเรียนเชิญเข้าร่วมฟังพระธรรมเทศนา และปฏิบัติสมาธิภาวนากับพระอาจารย์ชยสาโร** ทุกวันอาทิตย์แรก และอาทิตย์ที่สามของทุกเดือน
ณ บ้านไร่ทอสี อ. ปากช่อง จ. นครราชสีมา ท่านที่มีความประสงค์จะไปร่วมปฏิบัติธรรม สามารถเดินทางไปได้โดยไม่ต้องสำรองหรือนัดล่วงหน้าใดๆ ติดต่อขอรับแผนที่ได้ที่ห้องธุรการของโรงเรียนทอสี หรือทางโทรศัพท์ ๐-๒๓๙๑-๗๔๓๓
ท่านสามารถนำอาหารมังสวิรัตินัดถวายท่านอาจารย์ได้
- **มูลนิธิหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ** ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมการเจริญสติแบบเคลื่อนไหว ตามแนวหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ
วันศุกร์ที่ ๑ - วันพฤหัสบดีที่ ๗ มกราคม ๒๕๕๙
๕๒ ม. ๕ ถนนพุทธมณฑลสาย ๔ แขวงทวีวัฒนา เขตทวีวัฒนา กทม. โทร. ๐-๒๕๒๙-๒๑๑๙
- **ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมการเจริญสติ** แบบเคลื่อนไหวแนวหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ “อยู่อย่างต่ำ มุ่งกระทำอย่างสูง”
เปิดโอกาสให้ท่านฝึกทักษะภาวนาด้วยความพร้อมแบบปิดวาจาในสถานที่ใกล้ชิดธรรมชาติดั้งเดิม
วันศุกร์ที่ ๘ - วันพฤหัสบดีที่ ๑๔ มกราคม ๒๕๕๙
ณ สำนักปฏิบัติธรรมอู่ตะเภา จ. เพชรบุรี
สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ โทร. ๐๘-๕๐๑๖-๕๙๓๙
ติดต่อรถบริการเข้าวัด โทร. ๐๘-๖๑๖๙-๘๙๙๗
- **ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมการเจริญสติ** แบบเคลื่อนไหวแนวหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ
วันศุกร์ที่ ๑ - วันศุกร์ที่ ๘ มกราคม ๒๕๕๙
ณ วัดป่าไผ่พนัส อ. พรหมานิมิต จ. สกลนคร
สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ โทร. ๐๘-๐๗๔๗-๒๑๙๔
www.watsomphanas.com
- **ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมการเจริญสติ** แบบเคลื่อนไหวแนวหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ
นำปฏิบัติ โดย พระอาจารย์โกศล ปริบูรณ์
วันพฤหัสบดีที่ ๗ - วันศุกร์ที่ ๑๕ มกราคม ๒๕๕๙
ณ วัดปลายนา จ. ปทุมธานี
สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ โทร. ๐๘-๙๘๙๖-๑๑๒๕
www.wat-plaina.blogspot.com

- **ศูนย์วิปัสสนาอุฬารพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ** (ศูนย์ ๑) เชิญร่วมฟังธรรม/อบรมปฏิบัติธรรม
วันที่ ๒๘ พฤศจิกายน - ๕ ธันวาคม ๒๕๕๘
หลักสูตร “พัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข”
วันที่ ๒๙ พฤศจิกายน - ๒ ธันวาคม ๒๕๕๘
กิจกรรม “ปฏิบัติธรรมรำลึกคุณแม่สิริ กรินชัย”
วันที่ ๓-๙ ธันวาคม ๒๕๕๘
หลักสูตร “วิปัสสนากรรมฐาน”
โดย พระอาจารย์ชาญชัย อธิปัญโญ
วันที่ ๕ ธันวาคม ๒๕๕๘
กิจกรรม “ทำบุญตักบาตรวันพ่อ”
วันที่ ๖ ธันวาคม ๒๕๕๘ เวลา ๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.
กิจกรรม “ทำบุญวันเกิดชาวพุทธ”
วันที่ ๖ ธันวาคม ๒๕๕๘ เวลา ๑๓.๓๐-๑๖.๓๐ น.
ธรรมบรรยาย “จิตใสใจสบาย”
วันที่ ๘-๑๕ ธันวาคม ๒๕๕๘
หลักสูตร “วิปัสสนาพระวัดป่า”
วันที่ ๑๑-๑๘ ธันวาคม ๒๕๕๘
หลักสูตร “วิปัสสนากรรมฐานภาษาไทย & Eng.”
โดย พระอาจารย์ ดร. คำหมาย อัมมสามี
วันที่ ๑๘-๒๕ ธันวาคม ๒๕๕๘
หลักสูตร “พัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข”
วันที่ ๒๐-๒๖ ธันวาคม ๒๕๕๘
หลักสูตร “ธรรมบุตร + ธรรมบุตรีนานาชาติ”
วันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๕๘ - ๑ มกราคม ๒๕๕๙
กิจกรรม “เสริมมงคลชีวิต ประสิทธิพรปีใหม่”
ณ อุฬารพุทธสมาคมแห่งประเทศไทยฯ (ศูนย์ ๑)
ช. เพชรเกษม ๕๔ เขตภาษีเจริญ กรุงเทพฯ
เพิ่มเติมรายละเอียดที่ www.ybat.org
โทร. ๐-๒๕๕๕-๒๕๒๕



ภาพ : <https://www.facebook.com/ybatpage>

- **ศูนย์วิปัสสนาอุฬารพุทธฯ เฉลิมพระเกียรติ (ศูนย์ ๒)** เชิญร่วมฟังธรรม/อบรมปฏิบัติธรรม
วันที่ ๒-๑๐ ธันวาคม ๒๕๕๘
หลักสูตร “วิปัสสนากรรมฐาน”
โดย พระอาจารย์มหาเหล็ก จันทสีโล
วันที่ ๕-๗ ธันวาคม ๒๕๕๘
กิจกรรม “ครอบครัวคุณธรรม”
วันที่ ๑๓-๑๙ ธันวาคม ๒๕๕๘
หลักสูตร “วิปัสสนากรรมฐาน” โดย อ. เรณู ทัศนวงศ์
วันที่ ๑๘-๒๐ ธันวาคม ๒๕๕๘
หลักสูตร “วิปัสสนาเบื้องต้น”
วันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๕๘ - ๑ มกราคม ๒๕๕๙
กิจกรรม “เสริมมงคลชีวิต ประสิทธิพรปีใหม่”
ณ อุฬารพุทธฯ เฉลิมพระเกียรติ (ศูนย์ ๒)
ต. คลองสาม อ. คลองหลวง จ. ปทุมธานี
เพิ่มเติมรายละเอียดที่ www.ybat.org
- **ศูนย์วิปัสสนาอุฬารพุทธฯ เขมรังสี (ศูนย์ ๔)** เชิญร่วมฟังธรรม/อบรมปฏิบัติธรรม
วันที่ ๑-๑๐ ธันวาคม ๒๕๕๘
หลักสูตร “วิปัสสนากรรมฐาน”
โดย พระอาจารย์นวลจันทร์ กิตติปัญโญ
ณ อุฬารพุทธฯ เขมรังสี จ. พระนครศรีอยุธยา (ศูนย์ ๔)
เพิ่มเติมรายละเอียดที่ www.ybat.org

- **ขอเชิญทุกท่านเข้าอบรมวิปัสสนากรรมฐาน** ท่ามกลางธรรมชาติ ภูเขา ลำธาร
โดย พระภิกษุชยาภรณ์ วิ. (พระอาจารย์สุศักดิ์ เขมรังสี)
เจ้าอาวาสวัดมเหยงคณ์ จ. พระนครศรีอยุธยา
ณ สำนักกรรมฐานสาขาของวัดมเหยงคณ์
วันที่ ๒๓-๓๐ ธันวาคม ๒๕๕๘
ณ สำนักกรรมฐานภูธรธรรม อ. เทพสถิต จ. ชัยภูมิ
วันที่ ๑๕-๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙
ณ สำนักกรรมฐานภูผาฝั่ง จ. อุบลราชธานี
วันที่ ๕-๑๒ มีนาคม ๒๕๕๙
ณ สำนักกรรมฐานดอยภูโอบ อ. แม่ริม จ. เชียงใหม่
วันที่ ๑-๘ เมษายน ๒๕๕๙
ณ สำนักกรรมฐานดอยภูโอบ อ. แม่ริม จ. เชียงใหม่
เพิ่มเติมรายละเอียดได้ที่ สำนักงานวัดมเหยงคณ์
โทร. ๐-๓๕๘๘-๑๖๐๑-๒, ๐๘-๒๒๓๓๓-๓๘๔๘
สำนักงานมูลนิธิสุปฏิปันโน โทร. ๐๘-๓๐๗๙-๙๓๐๒
คุณธีรพล เป้าเงิน (คุณดาว) โทร. ๐๘-๑๙๘๑-๘๓๙๖
- **วัดธรรมมงคลขอเชิญร่วมฟังธรรม/ปฏิบัติธรรม**
- ร่วมฟังธรรมบรรยายสมาธิในหลักสูตร
ชินนสาสมาธิ ๑ สมาธิชนะใจตน (อายุ ๙ ปีขึ้นไป)
ทุกวันอาทิตย์ เวลา ๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น.
ณ สถาบันพลังจิตตานุภาพ
เพิ่มเติมรายละเอียด และตรวจสอบสาขาใกล้บ้านได้ที่
โทร. ๐-๒๓๑๑-๓๙๐๙ www.samathi.com
- ร่วมสวดมนต์ สาธยายธรรม
ทุกวันอาทิตย์ เวลา ๑๖.๐๐-๑๘.๐๐ น.
ณ ชั้นล่างของอุโบสถ วัดธรรมมงคล ช. สุขุมวิท ๑๐๑
กรุงเทพฯ
- **กิจกรรมประจำ “สวนโมกข์ กรุงเทพฯ”**
ประจำวันจันทร์-ศุกร์
- สวดมนต์ทำวัตรเย็น และสมาธิภาวนา
ทุกวันจันทร์-ศุกร์ เวลา ๑๗.๓๐-๑๘.๐๐ น.
- สมาธิภาวนาอานาปานสติ กับ พุทธทาสภิกขุ
วันจันทร์-ศุกร์ สัปดาห์ที่สามและสี่ เวลา ๑๔.๓๐-๑๕.๓๐ น.
ประจำวันเสาร์-อาทิตย์
- สวนโมกข์เสวนา/พุทธทาสบุ๊คคลับ
ทุกวันเสาร์ เวลา ๑๔.๐๐-๑๖.๐๐ น.
- สอนสมาธิภาวนาอานาปานสติ
ทุกวันอาทิตย์ เวลา ๑๔.๐๐-๑๗.๐๐ น.
- ธรรมะในสวน ตักบาตรเดือนเกิด
วันอาทิตย์แรกของทุกเดือน เวลา ๐๙.๐๐-๑๗.๐๐ น.
- การเจริญสติแบบเคลื่อนไหวแนวหลวงปู่เทียน
วันเสาร์-อาทิตย์ที่สองของทุกเดือน เวลา ๐๘.๓๐-๑๗.๐๐ น.
สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ หอจดหมายเหตุ
พุทธทาส อินทปัญโญ (สวนโมกข์ กรุงเทพฯ)
สวนวชิรเบญจทัศ (สวนรถไฟ) แขวงจตุจักร กรุงเทพฯ
โทรศัพท์ ๐-๒๙๓๖-๒๕๐๐ โทรศัพท์ ๐-๒๙๓๖-๒๙๐๐
www.bia.or.th และ www.dhamma4u.com



ภาพ : <https://www.facebook.com/buddhadasaarchives>

● กำหนดการอบรมเรียนรู้ชีวิตตามธรรม ๓ วัน ๒ คืน กับสวนมฤตดาธรรมาราม ณ วัดป่าสุญญตา

อ. ปราณบุรี จ. ประจวบคีรีขันธ์

โดย พระอธิการคัมภีร์ญาณ อภิปญฺโญ เจ้าอาวาส วันที่ ๒๕-๒๗ ธันวาคม ๒๕๕๘

กำหนดการนี้อาจมีการเปลี่ยนแปลงด้วยเหตุปัจจัยอันควร สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ คุณวีรวัฒน์ พรชื่น โทร. ๐๘-๖๐๐๓-๕๔๗๘, ๐๘-๘๒๗๗-๑๐๙๙

● ขอเชิญทุกท่านร่วมปฏิบัติธรรม

ณ สำนักสงฆ์แทนวันดีเจริญสุข บางขุนเทียน กรุงเทพฯ - สำหรับผู้เริ่มปฏิบัติ

(จัดปฏิบัติธรรมทุกวันศุกร์ เสาร์ อาทิตย์แรกของเดือน)

วันที่ ๑๒๒ วันที่ ๔, ๕, ๖ ธันวาคม ๒๕๕๘

- สำหรับผู้เคยมาปฏิบัติ ตั้งแต่ ๒ รุ่นขึ้นไป

(จัดปฏิบัติธรรมทุกวันศุกร์ เสาร์ อาทิตย์ที่สามของเดือน)

วันที่ ๗๓ วันที่ ๑๘, ๑๙, ๒๐ ธันวาคม ๒๕๕๘

เพิ่มเติมรายละเอียดที่ สำนักสงฆ์แทนวันดีเจริญสุข

โทร./แฟกซ์ ๐-๒๕๑๖-๕๒๐๑ www.tanwandee.org



ภาพ : http://www.tanwandee.org

● ขอเชิญทุกท่านร่วมปฏิบัติธรรม

ณ อาศรมมาตา อ. ปักธงชัย จ. นครราชสีมา

วันที่ ๓-๗ ธันวาคม ๒๕๕๘

หลักสูตร “อัฐกกรรมฐาน”

โดย พระอาจารย์ครุฑชิต อภิญาโณ

วันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๕๘ - ๔ มกราคม ๒๕๕๙

หลักสูตร “สติปัญญา ๔” โดย อ. สุภีร์ ทุมทอง

สอบถามข้อมูล / แจ้งความจำนงเข้าร่วมปฏิบัติธรรม :

คุณพิชามญช์ ๐๘-๑๙๑๓-๕๐๓๑ www.ashrammata.org

● ขอเชิญร่วมฟังเทศน์ ปฏิบัติธรรม สวดมนต์ทำวัตรเย็น ทุกวันอาทิตย์ เวลา ๒๐.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.

ณ ศาลาทรงธรรม วัดอโศการาม จ. สมุทรปราการ

ทุกวันอาทิตย์แรก โดย พระอาจารย์ปริดา อคฺควโร

ทุกวันอาทิตย์ที่สอง โดย พระอาจารย์ประพันธ์ ผลปญฺโญ

ทุกวันอาทิตย์ที่สาม โดย พระครูนันท์ปัญญาคุณ

ทุกวันอาทิตย์ที่สี่ โดย พระอาจารย์วิวัฒน์ ยโสธโร

เพิ่มเติมรายละเอียดที่ สำนักงานวัดอโศการาม

โทร. ๐-๒๓๘๙-๒๒๙๙, ๐-๒๗๐๓-๘๔๐๕

● สอนอุสม สดงานปฏิบัติธรรมแนวสวนโมกข์

เลขที่ ๑๙ ซ. ๑ ถ.เฉลิมพระเกียรติ ร. ๙

แขวงหนองบอน เขตประเวศ กรุงเทพฯ

เชิญเข้าร่วมคอร์สอบรมปฏิบัติธรรม (สำหรับเพศหญิง)

วันที่ ๔-๗ ธันวาคม ๒๕๕๘

กรุณาสอบถามรายละเอียดที่ โทร. ๐-๒๑๐๘-๕๑๑๘,

๐๘-๕๙๐๒-๗๕๐๔

● กลุ่มปฏิบัติธรรม L.D.H. วัดภาชี

ขอเชิญร่วมกิจกรรมเปิดวัดวันอาทิตย์ฯ

ในวันอาทิตย์สัปดาห์ที่สองของทุกเดือน

และเชิญร่วมปฏิบัติธรรมแก่กรรมด้วยกรรมฐาน

ในวันศุกร์ เสาร์ อาทิตย์สัปดาห์ที่สองของเดือนเช่นกัน

ณ วัดภาชี เอกมัยซอย ๒๓ กรุงเทพฯ

สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ พระมหากรมพล ๐๘-๕๓๕๑-๕๒๑๒

● สำนักปฏิบัติธรรมวัดยานนาวา

วันอาทิตย์ที่ ๖ ธันวาคม ๒๕๕๘ เวลา ๐๙.๐๐ น.

ขอเชิญผู้มีจิตศรัทธาร่วมพิธีเจริญพระพุทธมนต์

ฟังธรรม ปฏิบัติธรรม ถวายภัตตาหารเพล

ณ อาคารมหาเจษฎาบดินทร์ ชั้น ๒ สำนักปฏิบัติธรรม

ประจำกรุงเทพมหานครแห่งที่ ๑ วัดยานนาวา

วันที่ ๓๐ ธันวาคม ๒๕๕๘ - ๑ มกราคม ๒๕๕๙

หลักสูตร “พัฒนาจิตเพื่อชีวิตที่เป็นสุข” รุ่นที่ ๕๒

สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ โทร. ๐-๒๒๑๒-๖๕๖๗

อีเมล : bhavanatoday@yahoo.com

www.bhavanatoday.org



ภาพ : http://www.bhavanatoday.org

● ขอเชิญทุกท่านร่วมปฏิบัติธรรม

ณ สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสมุทรสาคร

ธรรมยุต (แห่งที่ ๑) วัดป่ามหาไชย จ. สมุทรสาคร

วันที่ ๔, ๕, ๖ ธันวาคม ๒๕๕๘ (วันพ้อแห่งชาติ)

บวชชีพราหมณ์ ปฏิบัติธรรม เติมน้ำใจ

สวดมนต์จักรวาลใหญ่ ๑๐๘ จบ

วันที่ ๒๙, ๓๐, ๓๑ ธันวาคม ๒๕๕๘

บวชชีพราหมณ์ ปฏิบัติธรรม เติมน้ำใจ

สวดข้ามปี สวดอิตถีปิไล-ชินบัญชรคาถา-ชยันโต

มงคลจักรวาลใหญ่ ๑๐๘ จบ

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม วัดป่ามหาไชย

โทร. ๐-๓๔๔๓-๓๑๓๗, ๐๘-๕๓๗๙-๕๕๘๙

● เครือข่ายพลังสร้างสุข ร่วมกับ

สำนักงานเขตบางกะปิ กรุงเทพฯ

ขอเชิญร่วมทำบุญตักบาตร สวดมนต์ ฟังธรรม

และเจริญภาวนา

ทุกวันอาทิตย์ เวลา ๐๘.๓๐-๑๓.๐๐ น.

ณ บริเวณลานหน้าภายในสวนพฤษชาติ คลองจั่น

เขตบางกะปิ กรุงเทพฯ

เพิ่มเติมรายละเอียดได้ที่ โทร. ๐๘-๑๗๕๓-๖๙๕๓

อีเมล : palangsangsook@gmail.com

● มูลนิธิโรจนธรรมขอเชิญร่วมสวดมนต์ ปฏิบัติธรรม

- กิจกรรมสวดมนต์ นั่งสมาธิ และฟังธรรม

ทุกวันพุธ เวลา ๑๗.๓๐-๑๙.๓๐ น.

- กิจกรรมปฏิบัติธรรม และฟังธรรม

ทุกวันเสาร์แรกของเดือน เวลา ๑๗.๓๐-๑๙.๓๐ น.

ณ โรจนธรรมสถาน ๑๔๘ ซ. สุขุมวิท ๒๓ (ประสานมิตร)

ถ. สุขุมวิท กรุงเทพฯ

โทร. ๐-๒๖๖๔-๒๐๙๕, ๐๘-๖๕๕๕-๑๕๒๒

● เสถียรธรรมสถาน ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรม

ศิลปะการพัฒนาศีลชีวิตด้วยอานาปานสติภาวนา

ทุกวันศุกร์ เสาร์ และอาทิตย์ (๓ วัน)

ณ เสถียรธรรมสถาน เลขที่ ๒๓ ถ. วัชรพล รามอินทรา ๕๕

แขวงท่าแร้ง เขตบางเขน กรุงเทพฯ ๑๐๒๓๐

เพิ่มเติมรายละเอียดที่ โทร. ๐-๒๕๑๙-๑๑๑๙,

๐-๒๕๑๐-๖๖๙๗, ๐๙-๑๘๓๑-๒๒๙๔

www.sdsweb.org

● ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐาน

พระวิปัสสนาจารย์ โดย

พระภาวนาชมคุณ วิ. (พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรสี)

เจ้าอาวาสวัดมเหยงคณ์ จ. พระนครศรีอยุธยา

วันที่ ๓๐ มกราคม - ๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙

ณ อุทยานแห่งชาติเขาลำปี-หาดท้ายเหมือง จ. พังงา

สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ คุณณัฐกานต์ ร่วมยอด

โทร. ๐๙-๓๖๕๙-๘๓๘๓ email : reumyod@gmail.com

● วัชรธรรมสถาน อ. นครชัยศรี จ. นครปฐม

ขอเชิญผู้ที่สนใจเข้าร่วมอบรมปฏิบัติธรรม

วันที่ ๑๕-๑๗ มกราคม ๒๕๕๙

โดย พระครูเมตตาภิตติคุณ (หลวงพ่อดมขม อดตมโน)

วัดป่าสันติภาวนา จ. อุตรดิตถ์

วันที่ ๒๖-๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙

โดย พระอาจารย์บุญมี ธมฺมโร

วัดป่าศรีธาตถาวาย จ. อุตรดิตถ์

วันที่ ๒๕-๒๗ มีนาคม ๒๕๕๙

โดย พระอาจารย์สุธรรม สุธัมโม

วัดป่าหนองไผ่ จ. สกลนคร

และ พระอาจารย์มหาจักรราษฎร์ สัมปัตโต

วัดป่าโนนชุมเงิน จ. สกลนคร

สมัครและเพิ่มเติมรายละเอียดที่ www.vacharadham.com

โทร. ๐๘-๐๖๒๐-๒๒๖๖, ๐๙-๐๖๖๙-๘๙๔๓

● ชมรมพระพุทธศาสนา เอไอเอ

เชิญร่วมฟังธรรม วันพุธสัปดาห์แรกของทุกเดือน

ณ ห้องพระ บริษัท เอไอเอ จำกัด ชั้น ๘

อาคารเอไอ ทาวเวอร์ ถ. สุรวงศ์ กรุงเทพฯ

วันพุธที่ ๒ ธันวาคม ๒๕๕๘ เวลา ๑๗.๓๐-๒๐.๐๐ น.

โดย พระอาจารย์สุธรรม สุธัมโม

วัดป่าหนองไผ่ จ. สกลนคร

เพิ่มเติมรายละเอียดที่ www.aia.or.th

โทร. ๐๘-๐๖๒๐-๒๒๖๖

● ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรม “สะพานเชื่อมคนสู่ธรรม”

ณ วัดคลองปลัดเปรียง อ. บางพลี จ. สมุทรปราการ

วันที่ ๕-๖ ธันวาคม ๒๕๕๘

โดย พระอาจารย์จิตติพงษ์ จิตตคุโณ

วันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๕๘ - ๓ มกราคม ๒๕๕๙

โดย พระอาจารย์มหาณัฐพล พนฺธญาโณ

เพิ่มเติมรายละเอียดที่ โทร. ๐-๒๗๔๐-๒๗๕๑ หรือ

๐๘-๑๔๐๗-๔๔๒๐ (คุณเล็ก) ๐๘-๖๕๗๐-๙๕๓๙ (คุณจ๋า)

● ขอเชิญเข้าร่วมปฏิบัติธรรม ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม

“บ้านธรรมน้ำใจ” เลขที่ ๔๗๔ ถ. ไม้ตรีจิตต์ กรุงเทพฯ

(ใกล้สถานีรถไฟฟ้าใต้ดินหัวลำโพงเพียง ๑๓๐ เมตร)

วันที่ ๔-๗ ธันวาคม ๒๕๕๘

ปฏิบัติธรรมเพื่อถวายเป็นพระราชกุศลในวันพ้อแห่งชาติ

วันที่ ๑๘-๒๐ ธันวาคม ๒๕๕๘

โดย พระอาจารย์สุชัย โสภณจิตโต (หลวงลุงยก)

สอบถามข้อมูล/ลงทะเบียนได้ที่ โทร. ๐-๒๒๒๒-๐๕๙๘

www.baandhamnamjai.com



ภาพ : http://www.baandhamnamjai.com



เสียงธรรมจากบ้านอารีย์



พระปัญญานันทมุนี (พระอาจารย์สง่า สุภโร) วัดปัญญานันทาราม จ. ปทุมธานี
แสดงธรรม เมื่อวันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๕๘
“เราไม่ค่อยออกกำลังทางจิต จิตเลยไม่ค่อยมีกำลัง อะไรมากระทบนิดหน่อยก็เบ่ไปหมด เมื่อกำลังของจิตไม่มี ก็เป็นผลร้ายต่อการดำเนินชีวิต จะนอนหลับก็ยังไม่สบาย”



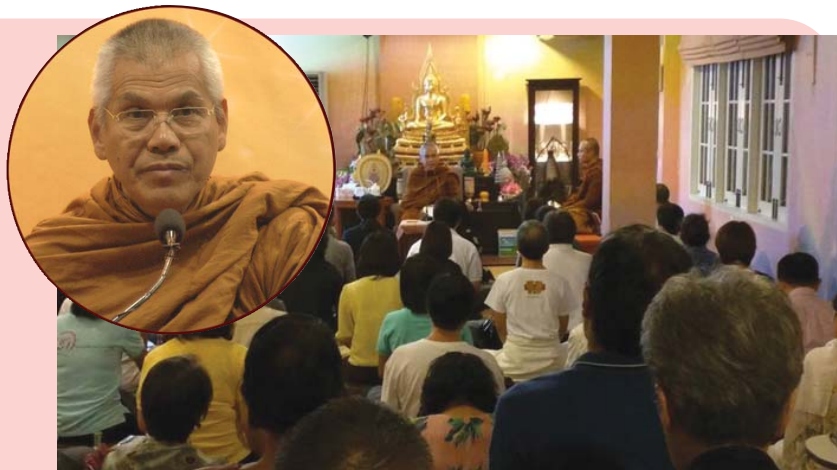
พระอาจารย์ทองปาน จารุวัฒน์ วัดป่าสันตติमित จ. ศรีสะเกษ
แสดงธรรม เมื่อวันที่ ๖ ตุลาคม ๒๕๕๘
“ชีวิตเป็นของไม่แน่นอน มีเกิดขึ้นในเบื้องต้น มีความแปรปรวน และแตกดับในที่สุด นี่เป็นธรรมชาติ อย่าคิดว่าเราพิเศษไปกว่าใคร ทุกคนเป็นเหมือนกันหมด”



พระครูสมุห์สุชิน ปริบูรณ์ วัดธรรมสถิต จ. ระยอง
แสดงธรรม เมื่อวันที่ ๘ ตุลาคม ๒๕๕๘
“อารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น มันก็เปลี่ยนแปลงไปตามสภาวะ ความเป็นธรรมชาติ ถ้าจิตใจของเราไปฝึกไป ไปยึดติดอยู่กับอารมณ์นั้น มันก็ทำให้เราเป็นทุกข์”



พระมหาชาญชัย พุทธิปัญโญ วัดเทพศิลา กรุงเทพฯ
แสดงธรรม เมื่อวันที่ ๑๕ ตุลาคม ๒๕๕๘
“เราต้องเข้าใจโลก เข้าใจความจริงว่า โลกนี้มันก็เป็นแบบนี้ ถ้าเรายอมรับมันไม่ได้ก็จะเกิดการต่อต้าน หนทางแห่งการพ้นทุกข์ ก็ยังอีกยาวไกล”



















พระภาวนาเขมคุณ วิ. (พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรสี) วัดมเหยงคณ์ จ. พระนครศรีอยุธยา แสดงธรรม เมื่อวันที่ ๒๒ ตุลาคม ๒๕๕๘
“ความสูญเสีย ความพลัดพราก เกิดขึ้นได้กับทุกคน ถ้าพิจารณาไว้เสมอๆ เมื่ถึงเวลาต้องพลัดพราก จะบรรเทาความใคร่ ความพอใจสิ่งที่รักลงได้”



พระอุดมประชาทร (ท่านเจ้าคุณอลงกต) วัดพระบาทน้ำพุ จ. ลพบุรี
แสดงธรรม เมื่อวันที่ ๒๙ ตุลาคม ๒๕๕๘
“การที่เราหวังพึ่งคนอื่นมากๆ ชีวิตเราก็มีจะความทุกข์มาก การที่เราไปทำอะไรใหญ่เกินตัว แล้วต้องพึ่งคนอื่นยิ่งมากมันยังมีปัญหา”

ปฏิทินธรรมประจำ ณ บ้านอารีย์ เดือนธันวาคม ๒๕๕๘

อาทิตย์ Sunday	จันทร์ Monday	อังคาร Tuesday	พุธ Wednesday	พฤหัสบดี Thursday	ศุกร์ Friday	เสาร์ Saturday
		 ★ หลวงพ่อสุธรรม สุรมโม (๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น.) ๑	 ★ เจริญสติแบบเคลื่อนไหว (๑๓.๐๐-๒๐.๐๐ น.) ๒	 ★ พระครูภูมานวิรัต (๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น.) ๓		 ★ ปฏิบัติธรรมแบบเนสัชชิก (๐๙.๓๐-๐๖.๐๐ น.) ๕ *เรียนอภิธรรม
 ★ เรียนภาษาบาลีเบื้องต้น (๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น.) ๖	วันหยุดทำการบ้านอารีย์		 ★ เจริญสติแบบเคลื่อนไหว (๑๓.๐๐-๒๐.๐๐ น.) ๗	 ★ บรรยายพิเศษ นำปฏิบัติธรรม โดย พญ. อมรา มลิตา (๐๙.๓๐-๒๐.๐๐ น.) ๑๐		 ★ เรียนอภิธรรม โดย อ.ทองสุข ทองกระจ่าง (๐๘.๓๐-๑๔.๐๐ น.) ๑๒
 ★ เรียนภาษาบาลีเบื้องต้น (๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น.) ๑๓	วันหยุดทำการบ้านอารีย์		 ★ เจริญสติแบบเคลื่อนไหว (๑๓.๐๐-๑๗.๐๐ น.) ๑๖	 ★ พระมหากิตติศักดิ์ โคตมสิสโส (๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น.) ๑๗	 ★ เรียนสมถะวิปัสสนา ในพระไตรปิฎก โดย อ. สุภัทร์ ทุมทอง (๑๗.๓๐-๑๙.๓๐ น.) ๑๘	 ★ เจริญสติแบบเคลื่อนไหว (๐๙.๓๐-๑๖.๐๐ น.) ๑๙ *เรียนอภิธรรม
 ★ เรียนภาษาบาลีเบื้องต้น (๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น.) ๒๐	วันหยุดทำการบ้านอารีย์	 ★ พระอาจารย์ปสันโน (๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น.) ๒๒	 ★ เจริญสติแบบเคลื่อนไหว (๑๓.๐๐-๑๗.๐๐ น.) ๒๓	 ★ พระอาจารย์เรวัต สุปภาโต (๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น.) ๒๔		 ★ ทำบุญตักบาตร สดับธรรม หลวงพ่อสนธิ์ อนุโย หลวงพ่อบุญชู อนุวฑฒโน พระครูสมุห์สุชิน ปรีชญโณ หลวงพ่อบุญทัน สุทธิโส (๐๗.๐๐-๑๐.๐๐ น.) ๒๖ *เรียนอภิธรรม
 ★ เรียนภาษาบาลีเบื้องต้น (๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น.) ๒๗	วันหยุดทำการบ้านอารีย์		----- หยุดประจำปี -----			
			๓๐	๓๑		

- ★ วันพุธแรกและวันพุธที่สองของเดือน เวลา ๑๓.๐๐-๒๐.๐๐ น. ปฏิบัติเจริญสติแบบเคลื่อนไหว แนวหลวงพ่อกุศล จิตตสุโก โดย พระอาจารย์โกศล ปรีชญโณ วัดปลายนา จ. ปทุมธานี
- ★ วันพุธที่สามและวันพุธที่สี่ของเดือน เวลา ๑๓.๐๐-๑๗.๐๐ น. ปฏิบัติเจริญสติแบบเคลื่อนไหว แนวหลวงพ่อกุศล จิตตสุโก โดย พระอาจารย์โสภณ ฉนฺทรมโม สวนธรรมสากล จ. สงขลา
- ★ วันพฤหัสบดี เวลา ๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น. ร่วมสวดมนต์ และฟังพระธรรมเทศนาจากครูบาอาจารย์ พระสุปฏิปันโน
- ★ วันศุกร์ที่สามของเดือน เวลา ๑๗.๓๐-๑๙.๓๐ น. ร่วมเรียนสมถะวิปัสสนาในพระไตรปิฎก โดย อาจารย์สุภัทร์ ทุมทอง อาจารย์ผู้สอนพิเศษวิชาอภิธรรมปิฎก

- ★ วันเสาร์-วันอาทิตย์แรกของเดือน ร่วมปฏิบัติธรรมแบบเนสัชชิก วันเสาร์เริ่ม เวลา ๐๙.๓๐ น. ถึงวันอาทิตย์ เวลา ๐๖.๐๐ น. (๑ วัน ๑ คืน) โดย พระอาจารย์โกศล ปรีชญโณ วัดปลายนา จ. ปทุมธานี และ พระอาจารย์วรวิทย์ วรรมโม สำนักปฏิบัติธรรมอู่ตะเภา จ. เพชรบุรี
- ★ วันเสาร์ที่สามของเดือน เวลา ๐๙.๓๐-๑๖.๐๐ น. ปฏิบัติเจริญสติแบบเคลื่อนไหว โดย พระอาจารย์โสภณ ฉนฺทรมโม สวนธรรมสากล
- ★ วันเสาร์ที่สี่ของเดือน เวลา ๐๗.๐๐-๑๐.๐๐ น. ร่วมทำบุญตักบาตร สดับธรรม โดยพระเถระวัดป่ากรรมฐานเมตตาธิบดี
- ★ วันเสาร์ เวลา ๐๘.๓๐-๑๔.๐๐ น. ร่วมเรียนพระอภิธรรมเบื้องต้น โดย อาจารย์ทองสุข ทองกระจ่าง ผู้อำนวยการพระอภิธรรมทางไปรษณีย์
- ★ วันอาทิตย์ เวลา ๐๙.๐๐-๑๑.๓๐ น. ร่วมเรียนภาษาบาลีเบื้องต้น รุ่นที่ ๒/๒๕๕๗ เวลา ๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น. ร่วมเรียนแปลบาลีธรรมบท (ประโยค ๑-๒) โดย มหาวิทยาลัย สถาบันสอนภาษาบาลีบุคคลทั่วไป
- * กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลง กรุณาสอบถามล่วงหน้าที่บ้านอารีย์ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔ โทรสาร ๐-๒๒๗๙-๗๔๓๘

 <http://www.baanaree.net>  <http://facebook.com/baanareefoundation>

ร่วมเป็นเจ้าของค่าใช้จ่าย **การจัดบรรยายและปฏิบัติธรรม**

มูลนิธิบ้านอารีย์จัดกิจกรรมบรรยายธรรมทุกค่ำวันพฤหัสบดี เพื่อเป็นอีกหนึ่งโอกาสที่ให้คุณคนได้เข้าถึงธรรมะอันมีคุณค่ายิ่ง อีกทั้งยังได้จัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมทุกวันพุธ และวันเสาร์-อาทิตย์ ซึ่งเป็นการปฏิบัติตนสู่การหลุดพ้นจากความทุกข์ที่แท้จริง

ขอเชิญชวนทุกท่านร่วมเป็นเจ้าของสนับสนุนการจัดบรรยายและปฏิบัติธรรม (ค่ายานพาหนะ น้ำปานะ สถานที่ น้ำ ไฟ ฯลฯ) ชื่อบัญชี **มูลนิธิบ้านอารีย์ เพื่ออุปฐากพระภิกษุ หรือนักบวชในพระพุทธศาสนา เลขที่บัญชี ๗๔๔-๒-๖๕๕๙๙๐-๑**

ธนาคารกสิกรไทย สาขาอยุธยาอนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิ ประเภทบัญชีออมทรัพย์ (ใบเสร็จสามารถนำไปลดหย่อนภาษีได้)

บัญชีนี้ยังใช้เพื่อค่าใช้จ่ายในการเดินทาง อัฐบริหาร และของใช้จำเป็นต่างๆ ที่สมควรแก่สมณเพศ ค่าบำรุงซ่อมแซมกุฏิ ยานอภิญญา หรืออื่นๆ ร่วมบริจาคแก่โรงพยาบาล องค์กร หรือโครงการช่วยเหลือลักษณะดังกล่าวตามที่มูลนิธิเห็นสมควร

มูลนิธิบ้านอารีย์ เป็นองค์การหรือสถานสาธารณกุศล ลำดับที่ ๗๖๘ ของประกาศกระทรวงการคลังฯ ท่านสามารถนำเงินที่บริจาคไปหักเพื่อลดหย่อนภาษีประจำปีได้

กรณีโอนเงิน กรุณาแจ้งชื่อ-ที่อยู่ และวันที่โอนเงิน พร้อมแนบสำเนาใบโอนเงินมาทางโทรสาร หมายเลข ๐-๒๒๗๙-๗๔๓๘ หรือแจ้งทางโทรศัพท์ที่ คุณมานัส ทองไชย ๐๘-๕๙๒๒-๗๔๓๘ ทุกครั้ง เพื่อมูลนิธิฯ จะได้จัดส่งใบเสร็จรับเงินถึงท่านโดยเร็ว



ทุกข์สำหรับเห็น แต่สุขสำหรับเป็น

พระพรหมคุณาภรณ์
(ป. อ. ปยุตโต)

- ๓ -

แก่นธรรมเพื่อชีวิต

การดำเนินชีวิตทั้งสามด้าน เป็นปัจจัยเกื้อหนุนกันในการศึกษา

เมื่อรู้ธรรมชาติของสิ่งทั้งหลายและธรรมชาติของมนุษย์แล้ว ก็เอาความรู้ในความจริงของธรรมชาตินั้นมาใช้ประโยชน์ สารของพระพุทธศาสนาอยู่ตรงนี้ คือการนำเอาความรู้ในธรรมชาติและกฎธรรมชาติมาใช้ประโยชน์ สนองจุดหมายที่เราต้องการ คือการพัฒนามนุษย์ เพราะได้บอกแล้วว่า มนุษย์พัฒนาได้ จนสามารถเป็นอยู่โดยไม่ต้องพึ่งพาวิชา ตัณหา อุปาทาน

ในเมื่อกระบวนการของชีวิตที่เคลื่อนไหวไปนั้นแยกเป็น ๓ ด้าน คือ **พฤติกรรมสัมพันธ์** (ที่เรียกโดยอนุโลมว่า**พฤติกรรม**) **จิตใจ** และ**ปัญญา** เราก็พัฒนาชีวิตทั้ง ๓ ด้านนี้ขึ้นไป ให้ทำอะไรต่ออะไรได้สำเร็จตามต้องการ จนมีชีวิตที่สมบูรณ์ โดยพัฒนาพฤติกรรมขึ้นไป พัฒนาจิตใจขึ้นไป โดยเฉพาะข้อสำคัญที่สุดต้องพัฒนาปัญญาขึ้นไป เพราะในที่สุด **ทุกอย่างจะอยู่ในขอบเขตของปัญญา อย่างที่ว่า รู้เท่าใด ทำได้เท่านั้น**

แต่ในทางกลับกัน คนก็พัฒนาปัญญาไม่ได้ ถ้าไม่มีการสื่อสัมพันธ์ การทำพฤติกรรม และการทำงานของจิตใจมาเกื้อหนุน

มีหลักการอยู่ว่า **องค์ประกอบทั้ง ๓ ด้านแห่งกระบวนการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ต้องพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน**

แม้ว่าจุดยอดจะอยู่ที่การพัฒนาปัญญา ก็จริง แต่ปัญญานั้นจะเกิดขึ้นมาลอยๆ ไม่ได้ ต้องอาศัยจิตใจพร้อมด้วยพฤติกรรม การเคลื่อนไหวและการใช้อินทรีย์สัมพันธ์

ปัญญาอาศัยพฤติกรรมสัมพันธ์ (อินทรีย์สัมพันธ์ และพฤติกรรม) เช่น ง่ายๆ เราจะได้ความรู้ เราต้องอาศัยตา หู จมูก ลิ้น กายของเรา สื่อความรู้จากโลกภายนอกเข้ามา เราต้องเคลื่อนไหว เช่นเดินไปหาข้อมูล ต้องใช้มือหยิบ ฉวย คั้น แยก เลือก

เก็บข้อมูลเป็นต้น ต้องใช้วาจา เช่น รู้จักสอบถาม รู้จักปรึกษา รู้จักพูด เริ่มตั้งแต่รู้จักตั้งคำถาม ถ้าไม่รู้จักตั้งคำถาม ถามไม่เป็น พูดกับเขาไม่รู้เรื่อง เขาก็ไม่รู้ว่าจะถามอะไร หรือถ้าถามด้วยคำพูดไม่ดี เขาก็เกลียดเอา ไม่ร่วมมือ ไม่อยากตอบ

เพราะฉะนั้นจึงต้องพัฒนาพฤติกรรมให้รู้จักพูด รู้จักตั้งคำถามให้ชัดเจน รู้จักพูดให้น่าฟัง ใช้ถ้อยคำสละสลวย พัฒนาพฤติกรรมให้สัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์อย่างได้ผลดี ให้เขามีไมตรี ให้เขาชื่นชม ให้เขาเต็มใจที่จะร่วมมือ เป็นต้น

พร้อมกันนั้นอีกด้านหนึ่ง **ปัญญาก็ต้องอาศัยจิตใจ** เช่น จิตใจต้องเข้มแข็งอดทน มีความเพียรพยายาม แน่วแน่มั่นคง มีสติ มีสมาธิ ถ้าใจเกียจคร้าน ระยอ ท้อถอย ไม่สู้ พอเจอปัญหา ก็ถอย ความคิดก็ไม่ก้าว ปัญญาก็ไม่พัฒนา แต่ถ้าใจสู้ เข้มแข็ง เดินหน้าต่อไป ก็สามารถพัฒนาปัญญาได้ หรือถ้าไม่มีสมาธิ ใจฟุ้งซ่าน ก็คิดอะไรสับสนไม่ชัดเจน จึงต้องให้ใจมีสมาธิด้วย ดังนั้นเป็นต้น สภาพจิตใจจึงเกื้อหนุนต่อการพัฒนาของปัญญา

จิตใจเป็นฐานของพฤติกรรม อย่างที่พูดแล้วว่า การเคลื่อนไหวทำพฤติกรรมของคนเรา เกิดจากความตั้งใจ เราต้องมีเจตนา ซึ่งประกอบด้วยแรงจูงใจ ถ้าเรามีแรงจูงใจและความตั้งใจที่ดี พฤติกรรมที่ออกไปก็จะดี

จิตใจก็ต้องอาศัยพฤติกรรม เพราะพฤติกรรมเป็นเครื่องมือสนองความต้องการของจิตใจ จิตใจอยากได้อะไรได้นั้น อยากเห็น อยากดู อยากฟัง หรือเกลียดชัง อยากหนี อยากทำลาย อยากไป ให้พ้นจากสิ่งนั้นสิ่งนี้ เป็นต้น ก็อาศัยพฤติกรรม ต้องสำเร็จด้วยพฤติกรรมทั้งนั้น

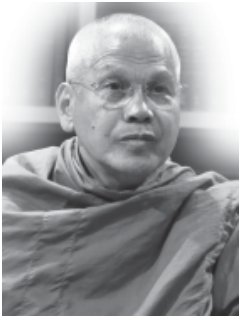
ปัญญาเป็นตัวชี้ นำ บอกทาง ให้แสงสว่าง กำกับ ควบคุม ดูแล จัดปรับ แก้ไข ขยายขอบเขต พัฒนา และทำหน้าที่ปลดปล่อย ช่วยให้เกิดอิสรภาพ ทั้งแก่พฤติกรรม และแก่จิตใจ

ปัญญาชี้ นำพฤติกรรม ควบคุม กำกับ ขยายขอบเขต และปลดปล่อยพฤติกรรม อย่างที่พูดไปแล้วว่า พฤติกรรมจะทำอะไรได้แค่ไหน ก็ได้แค่เท่าที่มีปัญญารู้เท่าใด ถ้าไม่รู้เลย ก็ติดขัด ตัน ถ้ารู้เข้าใจ พฤติกรรมก็เดินหน้าได้ต่อไป ยิ่งรู้เข้าใจ มองเห็นกว้างไกลลึกซึ้ง พฤติกรรมก็ยิ่งกว้างขวางซับซ้อน และทำได้ผลมากขึ้นๆ

อ่านต่อฉบับหน้า

*บรรยายแก่ผู้บริหารระดับสูงของกรมการศาสนา ที่กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ วันที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๑ เดิมมีชื่อเรื่องว่า "แก่นแท้ของพระพุทธศาสนา"

๐๒



ศิลปะแห่งการดับทุกข์

พระภาวนาชมคุณ วิ.
(พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรสี)

เพราะฉะนั้นทำกิจให้ถูกคือการกำหนดรู้ทุกข์ จะต้องไม่ทุกข์ด้วย เราหนีไปมันปวดมันเจ็บมันไม่สบาย มีสติระลึกถึงก็ต้องไม่ไปทะยานอยากและโทมนัส ถ้าเราไปทะยานอยากและโทมนัสเราก็จะทุกข์ด้วย เราจะฝึกจิตอยู่ที่กายมันทุกข์แต่ใจไม่ทุกข์ด้วย มีสิทธิ์ทำได้ใหม่ ที่เราฝึกจิตไม่ให้มันทุกข์

การที่จะฝึกจิตใจไม่ให้ทุกข์กับความทุกข์อย่างน้อยก็ต้องรู้จักใจ ต้องมีสติระลึกตามเท่าทัน ระลึกรู้เป็น และเวลาที่ร่างกายเป็นทุกข์ ก็ใส่ใจมาที่จิตใจ ดูแลที่จิตใจให้เห็นว่าจิตใจนี้ก็เหมือนกัน ใจที่มันปวดอยู่ มันเจ็บ มันเป็นคนละอย่างกัน เป็นคนละส่วนกัน

ถ้าเราไม่กำหนดพิจารณาที่จิตใจ ก็จะเอาใจไปรวมความปวดที่กาย มันก็กลายเป็นเราปวด เราเจ็บ เสวยทุกข์ทรมาน วุ่นวายใจ แต่ถ้ามีการกำหนดแยกกัน มีทุกข์ก็รู้แยกกันดูใจไว้ ฝึกใจให้วางเฉยไว้ ฝึกใจให้ปล่อยวาง ตามคำสอนกำหนดรู้สักแต่ว่ารู้ เวทนาไม่ใช่ตัวของเรา สอนไปบอกไป ดูใจรักษาใจ

ให้ปล่อยวาง มันจะเริ่มเกิดเห็นเป็นคนละอย่างกัน เห็นความปวดที่กายเป็นส่วนหนึ่ง เห็นใจส่วนหนึ่งเป็นคนละอย่างกัน แล้วฝึกไปมากๆ ใจก็เมินเฉยได้ ใจก็ไม่ทุกข์กับความทุกข์ได้นั่งไปปฏิบัติไป ก็ไม่ทุกข์ มันเหมือนความปวดเจ็บร่างกายอยู่ไกลๆ ไม่เดือดร้อน และจะได้มีโอกาสเห็นความจริงของสภาวะทางใจ การเปลี่ยนแปลงเกิดดับ บังคับไม่ได้ ไม่ใช่ตัวตน เป็นปัญญาญาณขึ้นมา

หรือเวลาที่มันพุ่งขึ้นมา มันไม่สบายกายมันไม่สบายใจขึ้นมา ก็ต้องกำหนดโดยที่ว่าดูใจผู้รู้ไว้ด้วย ความพุ่งกับผู้รู้ พิจารณาให้เป็นคนละอย่างกัน เวลาที่พุ่งแล้วกำหนดรู้ พุ่งมันก็เท่ากับว่ามี ๑. ความพุ่งชาน ๒. มีผู้รู้พุ่ง

ผู้รู้พุ่งก็คือจิตที่มีสติสัมปชัญญะกำลังทำหน้าที่ระลึกอยู่ ถ้าหากว่ารู้พุ่งอย่างเดียว ไปยึดพุ่ง มันก็เอาผู้รู้กับพุ่งเป็นอันเดียวกันยึดเป็นตัวเรากลายเป็นเราพุ่ง

ถ้ามีการระลึกพุ่งอย่างปล่อยวาง กระแสของจิตใจก็จะหวนกลับมารับรู้ใจผู้เป็นผู้รู้ ทำให้รู้สึกแยกกันระหว่างความพุ่งกับผู้รู้ พึงรักษาใจผู้รู้ให้ปล่อยให้วางต่อความพุ่งได้ ที่สุดก็จะเห็นว่าพุ่งก็เปลี่ยนแปลง ไม่ใช่ตัวเราของเรา ผู้รู้พุ่งก็เปลี่ยนแปลงไม่ใช่ตัวเราของเรา เพราะฉะนั้นถ้าไม่กำหนดใจผู้รู้ไว้ บางที่มันก็ไม่ยึดกายแต่มันยึดใจ อุปาทานมันยึดไปหมดยึดทั้งรูปทั้งนาม ทั้งเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

อ่านต่อฉบับหน้า

สมัครรับวารสาร “บ้านอารีย์” ฟรี!

วารสารบ้านอารีย์คัดสรรเนื้อหาข้อธรรมจากครูบาอาจารย์ รวมถึงปฏิทินการแสดงธรรมทั้งที่มูลนิธิบ้านอารีย์และที่อื่นๆ เพื่อแจกเป็นธรรมทานให้กับผู้สนใจแสวงหาหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาได้ศึกษาเพื่อขัดเกลาจิตใจตนเอง และนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างมีความสุข ปีนฟรีทุกวันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ ของทุกเดือน สามารถขอรับได้ที่บ้านอารีย์ และสถานปฏิบัติธรรมต่างๆ

* หากท่านที่ไม่สะดวกไปรับตามจุดแจกขอรับโดยต่อเนื่องด้วยวิธีการดังนี้

นำกระดาษเลข ๔ มาพับเป็นสามส่วน ส่วนที่ ๑ และ ๓ ทิ้งว่างไว้ ส่วนที่ ๒ บนขวามือติดแสตมป์ ๔ บาท (เป็นค่าจัดส่งวารสารเป็นธรรมทาน ไม่ต้องส่งเงินมา) ส่วนที่ ๒ กลางส่วนล่าง เป็นชื่อ-ที่อยู่ พร้อมรหัสไปรษณีย์ของผู้รับ (ตามรูปตัวอย่าง)

ต้องการรับวารสารกี่ฉบับ ส่งกระดาษที่จัดทำเรียบร้อยแล้วดังกล่าวมาตามจำนวนที่ต้องการ (๑ ฉบับต่อกระดาษ ๑ ใบ) เพื่อทางบ้านอารีย์จัดหอส่งวารสารไปยังท่าน

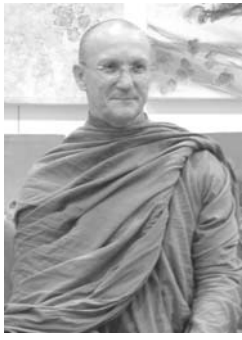
● **รับอาสาสมัครส่งบุญ** โดยนำวารสารบ้านอารีย์ออกบ้านฟรีทุกวันเพียงขึ้น ๑๕ ค่ำ ไปยังจุดแจกจ่ายเพื่อกระจายให้ทั่วถึง ติดต่อได้ที่ห้องสมุดธรรมะบ้านอารีย์ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔

ท่านสามารถร่วมเป็นเจ้าของภาพสนับสนุนการเผยแผ่พระพุทธศาสนาได้ที่ ชื่อบัญชี “มูลนิธิบ้านอารีย์” ธนาคารกสิกรไทย สาขาอยุธยาสาขารีย์ชัยสมรภูมิ ประเภทบัญชีออมทรัพย์ เลขที่บัญชี ๗๔๔-๒-๔๙๔๔๔-๙ มูลนิธิบ้านอารีย์ เป็นองค์การหรือสถานสาธารณกุศล ลำดับที่ ๗๖๘ ของประกาศกระทรวงการคลังฯ

ท่านสามารถนำเงินที่บริจาคไปหักเพื่อลดหย่อนภาษีประจำปีได้

กรณีโอนเงิน กรุณาแจ้งชื่อ-ที่อยู่ และวันที่โอนเงิน พร้อมแนบสำเนาใบโอนเงินมาทางโทรสาร หมายเลข ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๘ หรือแจ้งทางโทรศัพท์ที่ คุณมานัส ทองไชย ๐๘-๕๙๒๒-๗๕๓๙ ทุกครั้ง เพื่อมูลนิธิ จะได้จัดส่งใบเสร็จรับเงินถึงท่านโดยเร็ว





ง่ายกว่าที่คิด

พระอาจารย์ปสันโน

ธรรมคู่ปรับ

เมื่อเราศึกษาจากความจริง เราก็จะเห็นสิ่งที่ไม่ถูกกระทบด้วยความไม่เที่ยง โดยเฉพาะในด้านจิตใจ ความรู้สึกภายในจิตใจที่สงบ เยือกเย็น ปลอดภัย ซึ่งอันนี้บางทีถูกกระทบกระเทือน เราก็เอาไม่อยู่เหมือนกัน แต่ว่า... เมื่อเราสังเกตให้ดีแล้ว มันเหมือนกับเป็นการเปิดช่องให้เราพ้นจากความทุกข์ ความทุกข์ที่เกิดจากการพลัดพรากจากสิ่งที่เรารัก เราชอบใจ ความทุกข์จากการที่ต้องประสบกับสิ่งไม่รัก ไม่ชอบใจ ซึ่งจิตจะกระทบกระเทือนแต่ถ้าเรายอมรับความไม่เที่ยง เออ ความไม่เที่ยงเป็นอย่างนั้น แล้วก็กลับมาหาหลักสงบ ปลอดภัย

สิ่งที่เรารักเราชอบใจจากเราไป... จิตก็ปกติ ไม่หวั่นไหวสงบเหมือนเดิม พบประสบกับสิ่งที่ไม่รัก ไม่ชอบใจ จิตก็ปกติเหมือนเดิม ก็ของมันไม่เที่ยง เท่านั้นแหละ เราก็กลับมาหาหลัก...ที่ไม่หวั่นไหว

ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้น จิตก็ปกติ เพราะเห็นว่า เออ... มันไม่เที่ยง ไม่แน่นอน เพราะเราอยู่ด้วยจิตใจที่ปกติ

ความปกติ...คือ ผู้รู้ รู้ในความไม่เที่ยง ผู้รู้ในลักษณะความเป็นจริงว่าตัวตนที่เราสมมติว่าเป็นเรา มันเป็นของไม่เที่ยง

มันก็เลยอยู่อย่างสบาย อยู่อย่างผู้ปลอดภัย เบิกบานอิมเอิบ อยู่ตลอด คือ ไม่แปรเปลี่ยนด้วยโลก ไม่เศร้าหมองด้วยสิ่งในโลกนี้ มันก็อยู่อย่างสบาย มองเห็นผู้อื่นที่ดีร่นตามโลก ก็ไม่ได้เกิดความรังเกียจ ดูแล้วก็ เออ...น่าสงสาร ทำอย่างไร จะช่วยให้คนได้เกิดสติแลปัญญา จะได้รู้ความจริงเสียที จะไม่ถูกหลอกหลวง ถูกโกง

โลกมันโกงเราอยู่เรื่อย แต่เราคล้ายๆ ว่าพอใจถูกโกงเรา... ต้องเปลี่ยนจากคนถูกโกง เสียเปรียบ ไปเป็นคนไม่เสียเปรียบ อยู่อย่างมีอิสระ อย่างนี้มีคุณค่ามากกว่าตั้งเยอะตั้งแยะ

อุบายทั้ง ๔ ประการนี้ ก็ใช้สำหรับแก้กิเลสแต่ละอย่าง กิเลสเป็นเรื่องธรรมดาสำหรับปุถุชน หรือแม้เป็นอริยบุคคล ชั้นต่ำกิเลสก็ยังเหลืออยู่ ก็ต้องใช้ความฉลาดและสติปัญญา แก้ไข เพื่อไม่ให้ถูกกิเลสหลอกหลวง

เป็นหน้าที่ของนักปฏิบัติที่จะหาอุบายชำระเจ้าของ ชำระจิตใจออกจากสิ่งที่เศร้าหมอง หาหลักการที่จะอยู่อย่างผู้มั่นคง ถ้าไม่อย่างนั้นก็เสียชื่อนักปฏิบัติอยู่เฉยๆ ผิดวันประกันพรุ่ง รอพระเจ้ามาช่วย มันก็ไม่รอดสักที

มันต้องอาศัยตัวเรา อาศัยคำสั่งสอนที่พระพุทธเจ้า เมตตาให้เรา ในฐานะที่เราเป็นลูกศิษย์ก็ต้องเอาคำสั่งสอนของท่านมาใช้ ดูเอา...สังเกตดูว่ากิเลสมาในรูปแบบไหน ลักษณะอย่างไร ก็เลือกอุบายให้ถูก ที่จะปราบกิเลสตัวนั้นได้ออกมาใช้ เช่น เมื่อเกิดความรู้สึกที่ประกอบด้วยราคะก็ต้องเอาสุภกรรมฐานมาใช้ ไม่ใช่เอ็นดูมัน มีเมตตาต่อราคะของเรา เอ็นดูสนับสนุน เอื้อเพื่อมัน อย่างนั้นไม่ใช่ ต้อง...อาศัยอุบายให้ถูก อาศัยความชำนาญกับการปฏิบัติ จะได้เป็นนักภาวนา เป็นผู้สร้างสรรค์ตัวเองเพื่ออาศัยธรรมะ เอาธรรมะเป็นที่พึ่ง...

อ่านต่อฉบับหน้า

มูลนิธิบ้านอารีย์

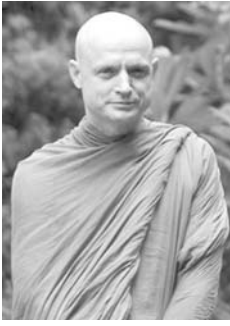
บ้านอารีย์อันเป็นองค์กรสาธารณประโยชน์ มีงานอาสาต่างๆ ไว้เป็นสะพานบุญ ให้ท่านได้เดินก้าวข้ามตามแต่ความสมัครใจ

- พับส่งวารสารบ้านอารีย์
- นำส่งวารสารบ้านอารีย์ไปยังจุดแจกจ่าย
- ใส่ซองพลาสติกซีดีธรรมะ
- สแกนหนังสือธรรมะ
- ธรรมะบริการ
- ผู้ช่วยบรรณารักษ์



ด่วน!! ต้องการอาสาสมัครแปลงเทปโถกธรรม และอาสาสมัครตัดต่อคลิปธรรมะรายการทีวี

โปรดแจ้งความประสงค์ได้ที่ห้องสมุดธรรมะบ้านอารีย์ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔ ขออนุโมทนาทุกจิตอาสา ฌ ที่นี้



เรื่องท่านเล่า

พระอาจารย์ชยสาโร

นาตัวช่วย

ท่านอาจารย์สอนว่า คนเราต้องโน้มจิตไปสู่ธรรม ไม่ใช่โน้มเฉพาะธรรมบางส่วนที่ชอบมาสู่ใจเรา ท่านได้ยกตัวอย่างเรื่องของตนเองว่า หัวเข่าของท่านไม่ดีและหมอนแนะนำให้ผ่าตัด แต่ท่านไม่ต้องการจะผ่าตัด นี่เพื่อไม่ให้ลูกศิษย์ลูกหาวิพากษ์วิจารณ์ ท่านจึงพยายามแสวงหาหมอนอีกสักคนที่จะบอกว่าไม่ต้องผ่า และท่านก็โชคดีที่ได้พบหมอนคนนั้นจะนั้น การไม่ผ่าเข่านี้ ไม่ใช่เพราะท่านแต่เป็นเพราะหมอน

ท่านสอนต่อว่า ในเรื่องของธรรม ไม่ใช่ว่าพระพุทธเจ้า

สอนอย่างไร หรือครูบาอาจารย์องค์หนึ่งสอนอย่างไร แล้วเราไม่ทำตาม เราก็พยายามแสวงหาครูบาอาจารย์องค์อื่นที่จะบอกเราว่า ไม่จำเป็น ไม่ต้องลำบากอย่างนั้น นั่นเป็นนิสัยเสีย เราต้องพยายามศึกษาว่าพระพุทธเจ้าท่านสอนอย่างไร เราก็พยายามรับมาทั้งหมด ไม่ใช่จะเอาแค่บางส่วน เช่น อริยมรรคองค์แปด ถ้าเรารับบางองค์ไม่รับบางองค์ มันจะเสียระบบองค์รวมของพระพุทธเจ้า และจะไม่สำเร็จผลด้วย

สำหรับหัวเข่าของท่านอาจารย์นั้น ในที่สุดตัวช่วยของท่านก็ไม่สามารถช่วยท่านได้ตลอดรอดฝั่ง อีกไม่นานต่อมาท่านก็หนีการผ่าตัดไม่พ้นอยู่ดี



“ใช้ธรรมเป็นทาวช ชะกะวอใช้ซังปอง”

ร่วมสร้างบุญใหญ่ด้วยการเป็นเจ้าของภาพจัดพิมพ์วารสารบ้านอารีย์ เพื่อส่งต่อแสงเทียนแห่งปัญญาสู่เพื่อนร่วมทุกข์ในสังคมให้กว้างขวาง

“ทุกแรงสนับสนุนของท่านช่วยต่อเทียนแห่งปัญญา”



:๒๓:



ท่านสามารถเป็นเจ้าของภาพจัดพิมพ์วารสารบ้านอารีย์ด้วยการโอนเงินเข้าบัญชีได้ที่ ชื่อบัญชี “มูลนิธิบ้านอารีย์” เลขที่บัญชี ๗๔๔-๒-๔๙๔๔๔-๙ ธนาคารกสิกรไทย สาขาซอยอนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิ ประเภทบัญชีออมทรัพย์ มูลนิธิบ้านอารีย์ เป็นองค์การหรือสถานสาธารณกุศล ลำดับที่ ๗๖๘ ของประกาศกระทรวงการคลังฯ ท่านสามารถนำเงินที่บริจาคไปหักเพื่อลดหย่อนภาษีประจำปีได้

กรณีโอนเงิน กรุณาแจ้งชื่อ-ที่อยู่ และวันที่โอนเงิน พร้อมแนบสำเนาใบโอนเงินมาทางโทรสาร ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๘ หรือแจ้งที่ศูนย์มานิต ทองไชย โทร. ๐๘-๕๙๒๒-๗๕๓๙ หากท่านต้องการใบเสร็จเพื่อนำไปหักลดหย่อนภาษีประจำปี กรุณาแจ้งชื่อ-ที่อยู่ที่ถูกต้อง เพื่อมูลนิธิฯ จะได้จัดส่งใบเสร็จรับเงินถึงท่านโดยเร็ว

อนุโมทนาบุญ และขอบพระคุณอย่างยิ่ง

น้อมสູ່ใจ

เล่ม ๒

Poetry for the Mind
Book ๒



พระอาจารย์ประสงคฺ์ ปรีปູณโณ
<http://www.phraprasong.org>

ผ้าเช็ดหน้า

ผ้าเช็ดหน้า	มีไว้	ใช้เช็ดหน้า
ชั้นน้ำตา	งามซอกซ้า	ก็ซังได้
ส่วนพระธรรม	ใช้ชำระ	ละล้างใจ
เช็ดคราใด	ใจสะอาด	ปราศมลทิน



Handkerchief

A handkerchief is used for cleaning faces
or drying eyes when crying.

Dhamma is used for cleaning mind.

Each wipe causes a good clean of mind.

แว่นตาแว่นธรรม

แว่นตามี	หลากหลายอย่าง	แตกต่างกันใช้
มองใกล้ไกล	หรือสวมใส่	ให้ดูเก๋
กันลมแดด	หรือโก้หนุ	ดูโอเค
อจากให้เท	ทั้งนอกใน	ใส่ว่านธรรม



Glasses of Dhamma

Glasses have different kinds with different uses:

wearing them for seeing near or far

or being seen smart, and

wearing them for protecting wind or sun

or being seen gorgeous.

After all, you can be looked good -

inside and outside of you

if you wear the 'Glasses of Dhamma'.

ทำบุญตักบาตร สดับธรรม พระกรรมฐาน สืบสานวิถีพุทธ

มูลนิธิบ้านอารีย์เชิญทุกท่านร่วมทำบุญตักบาตร
สดับธรรมพระกรรมฐาน สืบสานวิถีพุทธในสังคมเมือง
กิจกรรมทุกวันเสาร์ที่สี่ของเดือน ณ มูลนิธิบ้านอารีย์



ขอบคุณภาพ:
www.kaentong.com

วันเสาร์ที่ ๒๖ ธันวาคม ๒๕๕๘ เวลา ๐๗.๐๐-๑๐.๐๐ น.

เมตตารับบาตร โดย พระราชภาวนาพิณีจ (หลวงพ่อสันธิ์ อนาคตโย) วัดพุทธบูชา กรุงเทพฯ

พระพุทธิสารเถร (หลวงพ่อบุญกั๊ อำนวยคุณโน) วัดพระศรีมหาธาตุ กรุงเทพฯ

พระครูสมุห์สุชิน ปรีปູณโณ วัดธรรมสถิต จ. ระนอง

พระครูปัญญาวารจารย์ (หลวงพ่อบุญทัน ฉฐิตสีโล) วัดป่าเขาเจริญธรรม จ. เพชรบูรณ์

กำหนดกิจกรรม เวลา ๐๖.๓๐ น. จัดเตรียมอาหารที่จะถวาย (ต้องปรุงให้สุกก่อน)

เวลา ๐๗.๐๐ น. สวดมนต์ทำวัตรเช้า/ทำสมาธิภาวนา

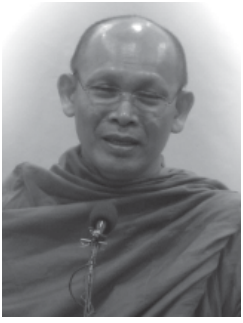
เวลา ๐๗.๓๐ น. ตักบาตรพระ/รับศีล/ถวายสังฆทาน/รับพร/อุทิศส่วนกุศล

เวลา ๐๘.๐๐ น. ร่วมกันประเคนอาหาร/ร่วมรับประทานอาหาร

เวลา ๐๙.๓๐ น. รับโอวาทธรรม/นมัสการส่งพระอาจารย์กลับ

ติดต่อสอบถามที่ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔, ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๗ (ไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น)





แทนคุณ ศาสนา

พระราชญาณกวี (ปิยโสภณ)

แทนคุณศาสนา

เมื่อมองเห็นเพียงถาวรวัตถุใหญ่โตงดงามเป็นตัวศาสนา ก็สอนคนให้หุ่มเหเสียสละกับการก่อสร้างถาวรวัตถุแข่งขันกัน สร้างให้งดงามวิจิตรพิสดาร กระทั่งล้มสร้างคนในศาสนา ลืมปลุกรากแก้วแก่นแท้อันมีชีวิตจิตใจของศาสนาไปพร้อมๆ กัน สิ่งใหม่ปลูกสร้างนั่นเอง ได้กลายเป็นตัวปัญหาใหญ่ภายหลัง เพราะเราให้ความสำคัญเรื่องคนน้อยไป ศาสนาหายาทิ้งตกอันดับ ในการพัฒนาศาสนา.

ในเมื่อ “ศาสนายาท” ถูกล้มสร้าง ปัญหาทุกชนิด ก็ตามมา เราควรคำนึงให้มากกว่า วัตถุต่างๆ มิใช่ทายาทของศาสนา ศาสนายาทที่แท้จริงคือตัวชีวิตจิตใจ มิใช่เพียงถาวรวัตถุใหญ่โต ศาสนาที่ไร้ทายาทก็จะไม่ต่างอะไรกับตระกูลใหญ่ที่มีทรัพย์สมบัติมากแต่ไร้คนสืบสกุล หรือมีคนสืบสกุล แต่ก็ขาดความรู้ความสามารถที่จะรักษาวงศ์ตระกูล และทรัพย์สมบัติไว้ได้.

ความจริงแล้ว ถาวรวัตถุก็มีความสำคัญระดับหนึ่ง แต่เราควรคำนึงถึงค่าของคนให้มากกว่า วัตถุเป็นเพียงเครื่องประดับ คนที่ซบถราคาล้านแต่ไม่ยอมหยุดรถขณะเด็ก ๕ ขวบ กับแม่กำลังเดินข้ามถนนตรงทางม้าลาย ก็ไม่มีคุณค่าอะไรในตัว เขาเป็นได้เพียงทาสของวัตถุ เป็นร่างที่ปราศจากวิญญาณ ความคิด ขาดมโนธรรมพื้นฐาน. ความเป็นมนุษย์จึงอยู่ที่ใจ มองเห็นคุณค่าของคนมากกว่าราคาของวัตถุ เครื่องจักรกล. วัตถุอาจมีทั้งคุณค่าและราคา แต่คนมีได้ย่าวเดียวคือคุณค่าเท่านั้น.

เราควรจะมองเห็นคุณค่าเด็ก ๕ ขวบ กับแม่ ที่กำลังเดินข้ามทางม้าลายตามกฎหมายกติกาของสังคม ว่าเขามีความเป็นมนุษย์ที่น่าสรรเสริญเพราะเป็นผู้รักษากฎกติกาให้สังคมอยู่ได้ มิใช่คนนั่งรถคันใหญ่ แต่ทำผิดกฎหมายแล้วมีค่ามากกว่า. เราต้องปลูกมโนธรรมสำนึกเรื่องคุณค่าความเป็นมนุษย์ลงไป

ในดวงจิตของเยาวชนให้ได้ เริ่มแต่เบเบาะ มิใช่รอคอยให้เข้ามหาวิทยาลัย.

ค่าของคน ค่าของชีวิต โดยเฉพาะชีวิตที่เดินตามกติกาสังคม ควรเป็นสิ่งที่ได้รับการดูแลรักษา เชิดชู ยกย่อง สรรเสริญ แม้เขาจะเป็นเพียงนางสา ตาอิน เพื่อสังคมเราจะได้มีดัชนีที่ถูกต้อง มีแบบอย่างทั้งดงาม.

เราทราบกันอยู่แล้วมิใช่หรือว่า ยิ่งคนในบ้านเมืองและในศาสนามีคุณภาพ มีมโนธรรมสำนึกมากเท่าใด ก็ยิ่งเพิ่มคุณค่าต่อแผ่นดินและศาสนาเท่าเท่านั้น ตรงกันข้าม ยิ่งมีถาวรวัตถุเกินพอดีมากเท่าใด ก็ยิ่งเป็นอันตรายต่อคนมากเท่าเท่านั้น แปลว่า วัตถุนั้นก็ยิ่งเป็นภาระหนัก เพราะทำให้ผูกพันห่วงใย ทำให้ใจติดบ่วงโดยเฉพาะเป็นบ่วงในใจศาสนา ที่เป็นอันตรายกับคนในศาสนายิ่งนัก หากกลุ่มหลงโบราณว่าตายไปอาจเป็นบุญโสมเฝ้าทรัพย์มาหลอกหลอนลูกหลานในภายหลัง.

หากยังหลงวัตถุกันเช่นนี้ สุดท้าย ชีวิตก็จะหมกมุ่นอยู่กับการก่อสร้างถาวรวัตถุ และพยายามแสวงหาวิธีการหาเงิน โดยอ้างความจำเป็นและอวดอ้างอิทธิฤทธิ์ต่างๆ เพื่อให้คนสละเงินทองไว้ในศาสนาหลายๆ แม้ตนเองจะหิวโหยอย่างไรก็ตาม.

เราทุกคนไม่ต้องการเห็นประวัติศาสตร์ต้องซ้ำรอยที่วัดกลายเป็นสวรรค์ ขณะคนข้างรั้ววัดยังยากจนเดือนร้อนในที่สุดศาสนาและพระสงฆ์ก็ถูกมองว่าเป็นผู้เอาเปรียบสังคมไป เรายังต้องการให้เกิดคำพูดเช่นนี้อีกหรือ?

ความคิดที่จะสร้างสิ่งมหัศจรรย์ของโลก หรือสิ่งที่แปลกหูให้เกิดขึ้นภายในวัด หลายแห่งมีผลทำให้พระภิกษุสามเณร เจ้าอาวาส ญาติโยม ต้องหมกมุ่นและหมกมุ่นอยู่กับสิ่งก่อสร้างการช่าง การหาวิธีที่จะได้เงินมาจุนเจือการก่อสร้างกุฏิ ผ้าป่ารายสัปดาห์และรายเดือนจึงเกิดขึ้น ขบวนการผ่อนส่งบุญจึงเริ่มขึ้น. สวรรค์ นิพพานเริ่มถูกกล่าวอ้างพาดพิงถึง และนำออกมาเร่ขายทำการตลาดบิดเบือนเพียงเพื่อที่จะแสวงหาประโยชน์เข้าวัด ทั่วๆ ที่เกินความจำเป็นมากแล้ว.

อ่านต่อฉบับหน้า



ประมวลภาพคอร์สปฏิบัติธรรม “ปลีกวิเวก” รุ่นที่ ๓/๕๘



มูลนิธิบ้านอารีย์ จัดคอร์สปฏิบัติธรรม “ปลีกวิเวก” ครั้งที่ ๓/๕๘ ณ กระโจมเต่ารีสอร์ท อ. เขาค้อ จ. เพชรบูรณ์ วันที่ ๓๐ ตุลาคม - ๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๘ ท่ามกลางอากาศบริสุทธิ์สดชื่น จิตผ่องใส ผู้ปฏิบัติธรรมเร่งความเพียรต่อสู้กับนิวรณ์เพื่อลดละกิเลส ได้อิ่มบุญกลับมาถ้วนหน้า

ครั้งต่อไปจัดขึ้นวันที่ ๒๙ มกราคม - ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙ สามารถสมัครและสอบถามได้ที่ ๐-๒๖๑๙-๖๖๓๓, ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๘

๒๖



สมาคมบ้านปันรัก

องค์กรภาคเอกชนดีเด่นสำหรับผู้สูงอายุ ประจำปี ๒๕๕๕ จากคณะกรรมการ การพัฒนาสังคม และกิจการเด็ก เยาวชน สตรี ผู้สูงอายุ คนพิการ และผู้ด้อยโอกาส วุฒิสภา



ตารางกิจกรรมประจำสมาคมบ้านปันรัก เดือนธันวาคม ๒๕๕๘

วันอังคาร	วันพุธ	วันพฤหัสบดี	วันศุกร์
๑ ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนผู้สูงอายุใช้เทคโนโลยี - ระบบปฏิบัติการ แอปพลิเคชัน / คลินิกไอที โดย อ. พลกฤษ ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับกลาง - พุด อ่าน เขียน การสนทนาจาก You Tube โดย อ. สวรรค์	๒ ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนการใช้ไอแพด - การตั้งค่าต่างๆ บนที่ภาพ-วิดีโอ / คลินิกไอที โดย อ. ทวีโชค ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐ น. ไทเก๊กเพื่อสุขภาพ - ฝึกกำหนดลมหายใจ สดกับการเคลื่อนไหว โดย อ. มี	๓ ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนภาษาอังกฤษ - เรียนรู้ศัพท์อังกฤษด้วยเสียงเพลง โดย อ. เปา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. เรียนภาษาจีน-เพลงจีน - พุด อ่าน เขียน เรียนรู้ศัพท์จีนด้วยเสียงเพลง โดย อ. เจมส์ ชุง	๔ ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับต้น - พุด อ่าน เขียน สนทนา ด้วยตำราเรียน โดย อ. ประดิษฐ์ ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. ศิลปะการใช้ชีวิตให้มีความสุข - ฟังบรรยายพร้อมฝึกจิตด้วยเสียงดนตรีบำบัด โดย อ. เสาวนีย์
๘ ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนผู้สูงอายุใช้เทคโนโลยี - การตั้งค่าต่างๆ อุปกรณ์พกพา / คลินิกไอที โดย อ. พลกฤษ ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับกลาง - พุด อ่าน เขียน การสนทนาจาก You Tube โดย อ. สวรรค์	๙ ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนการใช้ไอแพด - เรียนรู้แอปพลิเคชัน บนที่ข้อมูล / คลินิกไอที โดย อ. ทวีโชค ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐ น. ไทเก๊กเพื่อสุขภาพ - ฝึกกำหนดลมหายใจ สดกับการเคลื่อนไหว โดย อ. มี	๑๐ งดวันหยุดนักขัตฤกษ์	๑๑ ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับต้น - พุด อ่าน เขียน สนทนา ด้วยตำราเรียน โดย อ. ประดิษฐ์
๑๕ ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนผู้สูงอายุใช้เทคโนโลยี - การแต่งภาพด้วยแอปพลิเคชัน / คลินิกไอที โดย อ. พลกฤษ ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับกลาง - พุด อ่าน เขียน การสนทนาจาก You Tube โดย อ. สวรรค์	๑๖ ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนการใช้ไอแพด - การใช้อีเมล การแต่งภาพ / คลินิกไอที โดย อ. ทวีโชค ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐ น. ไทเก๊กเพื่อสุขภาพ - ฝึกกำหนดลมหายใจ สดกับการเคลื่อนไหว โดย อ. มี	๑๗ ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนภาษาอังกฤษ - เรียนรู้ศัพท์อังกฤษด้วยเสียงเพลง โดย อ. เปา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. เรียนภาษาจีน-เพลงจีน - พุด อ่าน เขียน เรียนรู้ศัพท์จีนด้วยเสียงเพลง โดย อ. เจมส์ ชุง	๑๘ ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับต้น - พุด อ่าน เขียน สนทนา ด้วยตำราเรียน โดย อ. ประดิษฐ์ เวลา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. สอนการใช้สมาร์ทโฟน - การตั้งค่าใช้งาน แอปพลิเคชัน เทคนิคต่างๆ โดย จิตอาสา
๒๒ ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนผู้สูงอายุใช้เทคโนโลยี - การใช้เฟสบุ๊ก โปรแกรมเสริม / คลินิกไอที โดย อ. พลกฤษ ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับกลาง - พุด อ่าน เขียน การสนทนาจาก You Tube โดย อ. สวรรค์	๒๓ ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนการใช้ไอแพด - การใช้คอนเทนต์ การแต่งภาพ / คลินิกไอที โดย อ. ทวีโชค ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐ น. ไทเก๊กเพื่อสุขภาพ - ฝึกกำหนดลมหายใจ สดกับการเคลื่อนไหว โดย อ. มี	๒๔ ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนภาษาอังกฤษ - เรียนรู้ศัพท์อังกฤษด้วยเสียงเพลง โดย อ. เปา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. เรียนภาษาจีน-เพลงจีน - พุด อ่าน เขียน เรียนรู้ศัพท์จีนด้วยเสียงเพลง โดย อ. เจมส์ ชุง	๒๕ ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับต้น - พุด อ่าน เขียน สนทนา ด้วยตำราเรียน โดย อ. ประดิษฐ์ เวลา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. สอนการใช้สมาร์ทโฟน - การตั้งค่าใช้งาน แอปพลิเคชัน เทคนิคต่างๆ โดย จิตอาสา

* วันที่ ๒๙ ธันวาคม ๒๕๕๘ - ๕ มกราคม ๒๕๕๙ หยุดประจำปี เทศกาลปีใหม่

ณ สมาคมบ้านปันรัก ซ. อารีย์ ๑ ถ. พหลโยธิน แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ โทร. ๐-๒๖๑๙-๖๖๕๕ เว็บไซต์ www.baanpunrak.org เฟซบุ๊ก : <http://facebook.com/baanpunrak> (ทุกกิจกรรมไม่มีค่าใช้จ่าย)

โกสิยเศรษฐี

ผู้ตระหนี่



จากหนังสือ นิทานโชคดี เล่ม ๑
“ขี้งาตบ”

โดย สายฝน ศิลปพรหม



อดีตกาล ในเมืองพาราณสี มีเศรษฐีคนหนึ่ง มีทรัพย์ถึง ๘๐ โกฏิ มีจิตใจเป็นกุศล เขาตั้งโรงงานถึง ๖ แห่ง แจกจ่ายทานให้คนยากไร้สิ้นทรัพย์ วันละ ๖ แสนตลอดชีวิต เขาสั่งบุตรให้สืบทอดการให้ทานนี้ เมื่อเขาตายไป ได้ไปเกิดเป็นท้าวสักกะ (พระอินทร์) เทวดาผู้เป็นใหญ่ในสวรรค์ชั้นดาวดึงส์

บุตรของเศรษฐีทำตามคำสอนของพ่อ เมื่อตายไปได้เกิดเป็นเทพพระจันทร์ ก่อนตายเขาก็ได้สั่งให้บุตร สืบทอดวงศ์ทานของตระกูล



บุตรของเทพพระจันทร์ก็ทำตามอย่างพ่อ เมื่อตายไป จึงไปเกิดเป็นเทพพระอาทิตย์ เขาสั่งสอนบุตรก่อนตายเช่นเดียวกัน

บุตรของพระอาทิตย์ก็สืบทอดทานของบรรพบุรุษ เมื่อตายไปได้ไปเกิดเป็นเทวดาชื่อ มาตลีเทพบุตร ก่อนตายเขาก็สั่งสอนบุตรเช่นเดียวกัน



บุตรของมาตลีเทพบุตร สืบทอดวงศ์ทานเหมือนบิดา เมื่อตายไป ได้ไปเกิดเป็นเทวดาชื่อ ปัจฉลิกขเทพบุตร บุตรของเขาคือ โกสิยเศรษฐี มีทรัพย์ ๘๐ โกฏิเช่นกัน แต่เขากลับคิดว่า



เขาจึงสั่งให้รื้อโรงงานทั้งหมดแจกทาน จะได้ไม่สิ้นเปลือง เขาเป็นคนตระหนี่ เก็บแต่เงิน โดยตัวเองไม่ใช้ และยังไม่ให้ บุตรภรรยาใช้ด้วย กินแต่ข้าว กับรำ และน้ำข้าว ใช้แต่ของเก่าๆ ทำตัวเหมือนเป็นคนยากจน



ภาพฝาผนัง โรงมหรสพ ทางวิญญาณ

สวนโมกขพลาราม อ.ไชยา จ.สุราษฎร์ธานี

ภาพล้อความจริง



๑๐

เรื่อง...จากหนึ่ง

ที่ ผู้ โห ญ่ ค อ ย ตี ห ้ น ้า ไ ส่ กั น

เป็นภาพประชุมลดอาวุธ เมื่อสงครามโลกสงบ

มีคำบรรยายภาพว่า :

“อยู่พร้อมหน้า ยืนย่นสันติภาพ สร้างอาวุธไว้ปราบกันลับหลัง
ปากถือศีล มือถือสาก มีฉากบัง ต้องวุ่นวายตั้งตั้งทั้งตาปี”

ภาพนี้แสดงให้เห็นว่า ชาวโลกกำลังขบถต่อตัวเองอย่างไม่รู้สึกรู้สีกว่าเราจะถามผู้ที่เข้าประชุม หรือผู้ที่สร้างอาวุธ หรือแม้แต่ใครๆ ก็ตามจะต้องตอบเป็นเสียงเดียวกันว่า ต้องการสันติภาพ ต้องการความสงบสุข. แต่แล้วทำไมเขาจึงประพฤติดังปรากฏในภาพ? คำตอบก็คือ เพราะเหตุว่าผู้นำของชาติมหาอำนาจที่เข้าประชุม ต่างมีความความกลัวขึ้นสมองด้วยกันทั้งนั้น คือกลัวว่าความเป็นชาติมหาอำนาจของตนจะลดลงหรือหมดไป. เพราะอะไรเขาจึงกลัวเช่นนั้น? ก็เพราะความเห็นแก่ตัวของเขานั่นเอง.

ทำไมเขาจึงเห็นแก่ตัว? ก็เพราะเขาไม่เคยศึกษาโลกและชีวิตตามหลักธรรมะ ทันท่วงทีให้ธรรมะ ทันท่วงทีให้ศาสนา ทันท่วงทีให้พระเจ้า พระเจ้าจึงลงโทษให้เขาขบถต่อตัวเองโดยไม่รู้สึกรู้สีกว่า. ต่อเมื่อใดเขาหันหน้าเข้าหาธรรมะ นั้นแหละสันติภาพจึงจะเป็นสิ่งหวังได้แน่นอน ไม่เช่นนั้นก็จะเป็นการประชุมตีหน้าหลอกกันอย่างที่เห็นอยู่ในภาพนี้.

มูลนิธิบ้านอารีย์ : เจ้าของ วีรณัฐ โรจนประภา : บรรณาธิการ ผู้พิมพ์ ผู้โฆษณา พิมพ์ที่ : บริษัท สำนักพิมพ์สุภา จำกัด

๑๑๘ ซอย ๖๘ ถนนเจริญสุขนิทวงศ์ เขตบางพลัด กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐ โทร. ๐-๒๔๓๓-๑๑๒๓