

บ้านอารีย์

บ้านฟรี! บ้านกันทุกวันพระ ขึ้น/แรม ๑๔/๑๕ ค่ำ

วารสารธรรมะ..แบ่งปัน
พบกับความสุขง่ายๆ ๑๕
กับหนังสือดีดี ที่จะช่วยให้คุณ
รู้สึกถึงทุกลมหายใจ
ของความสุขในชีวิต

๑๔ กันยายน ๒๕๕๑ | ขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๐

ISSN 1906-1633



เกมจริง!
ชีวิตเสมือน!



ธรรมะอารีย์

พระอาจารย์มิตซูโอะ คเวสโก
เจ้าอาวาสวัดป่าสุนันทวนาราม จ.กาญจนบุรี
แสดงธรรม ณ ศาลาบันมี ห้องสมุดธรรมะบ้านอารีย์
เมื่อวันจันทร์ที่ ๒๕ สิงหาคม ๒๕๕๑
ญาติธรรมเข้าร่วมฟังธรรมกันเต็มพื้นที่
ทั้งในศาลาบันมี และลานศาลาบันมี
ท่านสามารถเข้าไปฟังได้ที่ www.baanaree.net



ธรรมะอารีย์

พระมหาภูติชัย (ว.วชิรเมธี)
วัดเบญจมบพิตรดุสิตวนารามราชวรวิหาร
แสดงธรรม ณ ศาลาบันมี ห้องสมุดธรรมะบ้านอารีย์
เมื่อวันศุกร์ที่ ๒๙ สิงหาคม ๒๕๕๑
“รักแท้คือกรุณา” เป็นหัวข้อธรรม
ที่แสดงในคำค้นวันนั้น
ท่านสามารถเข้าไปฟังได้ที่ www.baanaree.net

บรรณาธิการ แฉียง

เดือนกันยายนเวียนมาถึงอีกแล้วนะครับ

สำหรับคนที่รับราชการมาอย่างยาวนาน และมีอายุครบ ๖๐ ปี เดือนนี้จัดว่ามีความหมายอย่างยิ่ง

เพราะเมื่อถึงวันที่ ๓๐ กันยายน ภาระการงานและตำแหน่งหน้าที่ซึ่งแบกรับมาตั้งแต่วันแรกที่เริ่มอาชีพการเป็นข้าราชการ จะถึงวาระสิ้นสุดลง

เมื่อเริ่มเดือนกันยายนจึงเป็นการเริ่มนับถอยหลัง ๓๐ วันสุดท้าย สำหรับผู้ที่กำหนดครบเกษียณอายุราชการ ซึ่งถ้าไม่ยึดติด และเข้าใจในความเป็นจริงของยศถาบรรดาศักดิ์ ซึ่งเปรียบเสมือน “หัวโขน” ที่ต้องถอดออกตามวงรอบของชีวิต

กันยายนก็จะเป็นเดือนที่ “มีความสุข” ที่สุด เมื่อมองเห็นแล้วว่า อีกไม่กี่วันก็จะได้พักผ่อน ปล่อยวางภาระหน้าที่เสียที

ถ้าคุณเป็นคนที่อยู่ในวัฏจักรนี้ ขอเอาใจช่วยให้คุณเลือกวิถีทางที่ดีที่สุดสำหรับตนเองครับ

สารบัญ

๒	ธรรมะอารีย์	๑๓	สถานีอารีย์
๔	พระธรรมเทศนา หลวงพ่อบุญนุญ ปาโมชโช นั้บ ๑ อ.สุรวัฒน์ เสรีวิวัฒนา	๑๔	ทำใจเป็นธรรม พระอาจารย์มิตซูโอะ คเวสโก หนังสือศักดิ์สิทธิ์ พระอาจารย์ชยสาโร
๕	ปุจฉา - วิสัชนา หมอณัฏฐ์	๑๕	ตอบปัญหาธรรมะ พระอาจารย์คึกฤทธิ์ โสตถิผโล หนึ่งคลิกในหัวใจ พันทิวา เตรียมตัว (ให้แม่) ก่อนตาย นิริสรา
๖	เกมบนจอ...เกมแห่งสังขธรรม พันทิวา	๑๖	เพลิงนาคา ชลนิล
๘	ชีวิต คืออะไร? หลวงพ่อกุศล จิตตสุโก จิตตสไม้มักยพิการ อ.กำพล ทองบุญนุญ	๑๗	หนูน้อยอารีย์
๑๐	แวดวงธรรมะ	๑๘	กุศลฤดี/ธรรม ผู้ให้เสียงรุ่นเยาว์
๑๑	ปฏิทินธรรม	๑๙	ทศชาติอัศจรรย์ พระเนมิราช
๑๒	ข่าวน่ากลุ้ม ดังตฤณ	๒๐	พิชิตใจ พระอาจารย์อำนาจ โอภาโส
	Lafcadio สิงโตอยากเป็นคน aston27		



จันทร์

พุธ



เสาร์

กิจกรรมประจำ ณ บ้านอารีย์

กิจกรรมทุกวันจันทร์
เวลา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น.
สวดมนต์แปล และสันทนาการธรรม
โดย หลวงพ่อวิวัฒน์ ธมฺมาวุฑโฒ
จากวัดโสมนัสราชวรวิหาร

กิจกรรมทุกวันพุธ
เวลา ๑๓.๐๐-๑๗.๐๐ น.
แนะนำการเจริญสติแนวหลวงพ่อกุศล
โดย วิปัสสนาจารย์ พระอาจารย์
โกศล ปริบุญโญ (วัดปลายนา),
พระอาจารย์โสภณ จันทมโม (มูลนิธิหลวงพ่อกุศล)
สลับกันมาแนะนำการภาวนา

กิจกรรมทุกวันเสาร์
เวลา ๑๓.๓๐-๑๖.๓๐ น.
เสวนาธรรม การปฏิบัติภาวนา
ตามแนวคิด
นำโดย อ.สุรวัฒน์ เสรีวิวัฒนา
และ คุณหมอณัฏฐ์ ศรีวิวัฒนา

กิจกรรมอาทิตย์สุขสันต์ ณ บ้านอารีย์ ครั้งต่อไป
วันอาทิตย์ที่ ๒๙ กันยายน ๒๕๕๑
สนใจเข้าร่วมกิจกรรม ติดต่อ
คุณศิวาพร โทร. ๐๘-๙๑๒๘-๐๔๔๖

● กำหนดการแสดงธรรม ณ ศาลาบันมี ในโครงการบ้านนา แฟมิลี ปาร์ก ซอยอารีย์ ๑ ถ.พหลโยธิน จัดโดย ห้องสมุดธรรมะบ้านอารีย์

วันพฤหัสบดีที่ ๑๑ กันยายน ๒๕๕๑ เวลา ๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น.
โดย พระอาจารย์อำนาจ โอภาโส
พุทธธรรมสถาน ผาซ่อนแก้ว อ.เขาค้อ จ.เพชรบูรณ์

วันอาทิตย์ที่ ๑๔ กันยายน ๒๕๕๑ เวลา ๐๘.๓๐ น.
โดย หลวงพ่อบุญนุญ ปาโมชโช
ศูนย์ศึกษาปฏิบัติธรรม ‘สวนสันติธรรม’ อ.ศรีราชา จ.ชลบุรี

วันพฤหัสบดีที่ ๑๘ กันยายน ๒๕๕๑ เวลา ๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น.
โดย พระอาจารย์สุจินต์ สุจิตฺโต
วัดหนองน้ำเขียว จ.ตาก

รายการวิทยุ “ธรรมะอารีย์” ออกอากาศทางสถานีวิทยุ AM ๑๒๕๑ KHz ทุกวันเสาร์ เวลา ๐๘.๐๐-๑๐.๐๐ น.
ท่านสามารถชมกิจกรรมต่างๆ ของบ้านอารีย์ได้ที่ www.baanaree.net

เจ้าของ, บรรณาธิการ ผู้พิมพ์ ผู้โฆษณา วีรณัฐ ใจจนประภา คณะที่ปรึกษา พลโทหญิง ภัทราวรรณ ตระกูลทอง, ดร.วิฑิต รัชชตะนันท์, นาวาเอก นายแพทย์ ดร.ปิโยรส ปรียานนท์, อ.ศุภชัย พงศ์คเคเชียร, สีนินาญ ประเสริฐภักดี บรรณาธิการบริหาร นาวาเอก วิพันธุ์ ชมะโชติ ธรรมบพโดย หลวงพ่อกุศล จิตตสุโก, พระอาจารย์มิตซูโอะ คเวสโก, พระอาจารย์ชยสาโร, พระอาจารย์คึกฤทธิ์ โสตถิผโล, หลวงพ่อบุญนุญ ปาโมชโช, พระอาจารย์อำนาจ โอภาโส คอลัมน์โปรด อ.กำพล ทองบุญนุญ, ดังตฤณ, อ.สุรวัฒน์ เสรีวิวัฒนา, หมอณัฏฐ์, ชลนิล, พันทิวา, พิชยากร ลีลาภัทร์, กุศลฤดี/ธรรม คณะบรรณาธิการ ชนิษฐา ภูยานนท์, นพพร นิลวัฒน์, ดร.โบ, ปุ๊ก, น้องแอน ครีเอทีฟ ฟู้ฟู บรรณาธิการกิจกรรมและข่าวสังคม พีจี ภาพปกและภาพประกอบเอื้อเพื่อโดย พระอาจารย์อำนาจ โอภาโส, พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ, เซมเม่, จิว ออกแบบและจัดทำรูปเล่ม คู่ประสานงาน พี่โบ บ้านนา พิสูจน์อักษร พี่จัน ตะวัน การ์ตูนและภาพประกอบ ทศชาติอัศจรรย์ สายฝน ศิลปพรหม **ผลิตและดำเนินการโดย มูลนิธิบ้านอารีย์ พิมพ์ที่ บริษัท การพิมพ์บางกอก จำกัด ๕๓๓/๙ ถนนศรีอยุธยา แขวงถนนพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐ โทร. ๐-๒๒๗๙-๓๔๑๒-๔**

ร่วมส่งความคิดเห็น ข้อเสนอ คำถาม เกี่ยวกับวารสาร, การปฏิบัติธรรม และติดตามรายละเอียดกิจกรรมต่างๆ ของมูลนิธิบ้านอารีย์ ได้ที่ บ้านอารีย์ เลขที่ ๑๗/๑ ซ.อารีย์ ๑ ถ.พหลโยธิน แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กทม. ๑๐๔๐๐ โทร. ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๔

ต้องการสนับสนุนสื่อ สามารถโอนเงินเข้าบัญชี “มูลนิธิบ้านอารีย์” ธนาคารกสิกรไทย สาขาซอยอนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิ เลขที่บัญชี ๗๔๔-๒-๔๔๔๔๔-๔ กรุณาโทรสารไปโอนเงินระบุสนับสนุนกิจกรรมบ้านอารีย์ (วารสาร, เว็บไซต์, รายการวิทยุ และอื่นๆ) มาที่ ๐-๒๒๓๓-๓๓๖๖, ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๔



ห้องสมุดธรรมะบ้านอารีย์ : การเดินทาง

๑. รถยนต์ส่วนตัว เข้าทางพหลโยธินซอย ๗ เลี้ยวซ้ายซอยอารีย์ ๑ เข้าซอย ๒๐๐ เมตร อยู่ซ้ายมือ ในโครงการบ้านนา แฟมิลี ปาร์ก

๒. รถไฟฟ้า ลงสถานีอารีย์ เดินออกทางออกที่ ๑ ลงฝั่งซอยอารีย์ ลงมาจากสถานีแล้วเดินขึ้นม้านอนสายอารีย์ฯ ทางเข้าจะอยู่ระหว่างอาคารอีกชั้นฝั่งกับบีเอ็มเอสไอ

๓. รถประจำทาง สายที่ผ่าน ๘, ๒๖, ๒๘, ๓๘, ๓๙, ๕๔, ๕๙, ๖๓, ๗๔, ๗๗, ๙๗, ๕๐๓, ๕๐๙, ๕๑๐ ลงป้ายซอยอารีย์ แล้วเดินขึ้นม้านอนสายอารีย์ฯ ทางเข้าจะอยู่ระหว่างอาคารอีกชั้นฝั่งกับบีเอ็มเอสไอ

หลวงพ่อปราโมทย์ ปาโมชฺโช

บางครั้งรู้สึกว่ายังขี้เกียจอยู่ค่ะ
ปฏิบัติไปสักพัก
แล้วก็หลงโลกอีกแล้ว
บางครั้งก็รู้สึกท้อแก่ๆ

- เราอย่าประมาท เราเดินอยู่บนขอบเหวแท้ๆ เลย เหมือนเราไต่ลวดอยู่บนขอบเหวนะ ไม่ใช่เดินอยู่บนพื้นเรียบๆ เหมือนไต่เชือกไต่อะไรอยู่ พลาดพลังไม่ได้ ต้องสู้

- ประมาทไม่ได้เลยสังสารวัฏนี้ พลาดแวบเดียวนี้ไปยาวมากเลย เหมือนเราไต่ภูเขา เราพลัดตกเหวลงมา ไม่ใช่ฝ่ายที่จะขึ้นไป ทุลักทุเล ต้องเข้มแข็ง สู้กับกิเลสถอยไม่ได้ แต่สู้ต้องมีสติปัญญา เหมือนเราไต่เขาต้องมีสติปัญญา ไม่ใช่ไต่โง่ๆ ขึ้นไป ตอนนี้เหนื่อยแล้วหยุดพัก หาชะง่อนหินพักก่อน มีเรือวิ่งแรงค่อยไต่ใหม่ เรากวนาไปแล้ว ช่วงนี้เหน็ดเหนื่อยแล้วทำสมถะ ทำความสงบ สงบแล้ว จิตใจมีเรียวมีแรงแล้ว มาเจริญปัญญา รู้กายรู้ใจอีก กระตึบๆ ไปเรื่อยไม่ห่อถอย จะยากลำบากแค่ไหนก็ถอยไม่ได้ เป็นโอกาสดีมากๆ ของพวกเราแล้ว ที่ได้เจอศาสนาพุทธ ถ้าระลึกชาติได้จะรู้เลย ชาติใดที่ไม่รู้จักศาสนาพุทธนะ จิตใจจะว่างที่สุดเลย ใช้คำว่าว่างะ มันรู้สึกอย่างนั้นถามว่าจิตใจชั่วไหม ไม่ชั่วหรอก เพราะเคยทำทานเคยถือศีลอะไรอย่างนี้ มันไม่ชั่วหรอก แต่มันไม่รู้ทิศทาง ไม่รู้่วาชีวิตเราเกิดมาทำอะไร เกิดมาเพื่ออะไร ทำอย่างไรเราจะใช้ชีวิตให้เกิดประโยชน์สูงสุด ไม่รู้เลยก็ทำตามประเพณี ทำความดีอย่างโลกๆ ไป ตามๆ กันไปเรื่อยๆ เด็กๆ ก็เรียนหนังสือไป ไต่ขั้นมีลูกมีเมียมีสามี เลี้ยงลูกเลี้ยงหลาน

ฉบับ ๑

อ.สุรวัฒน์ เสรีวิวัฒนา

จิตตั้งมั่นชอบ ทำให้เกิดขึ้นได้อย่างไร?

(ต่อจากฉบับที่แล้ว)

- แนวทางที่สอง**

เป็นการฝึกด้วยวิธีการฝึกสมาธิตามรูปแบบต่างๆ คือฝึกให้จิตตั้งมั่นอยู่ในสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพียงสิ่งเดียว ที่นิยมฝึกกันมากก็คือ ฝึกให้จิตตั้งมั่นอยู่กับลมหายใจ ตั้งมั่นอยู่กับส่วนของร่างกายที่pong-ยุบสลับกันไป ตั้งมั่นอยู่กับส่วนของร่างกายที่เคลื่อนไหวไปมา หรือตั้งมั่นอยู่กับรูปภาพ เครื่องหมายที่ท่าขึ้น ฯลฯ วิธีนี้ถือเป็นวิธีที่นิยมกันอย่างแพร่หลายมาก (เรียกว่า ฝึกสมาธิ นั่งสมาธิ กันนั่นแหละ) การฝึกแกวนี่มีการเปิดสอนกันเยอะแยะมากมาย จนต้องขอบอกว่า ใครที่คิดจะใช้แนวทางนี้ ก็ขอให้หมั่นตรวจสอบดูด้วยนะว่า ฝึกไปแล้ว ทำให้เกิดเป็นจิตตั้งมั่นชอบจริงหรือไม่ เพราะส่วนมากทำแล้ว จะหลงไปเพลิดเพลินกับความสุขบ้าง หลงเพลิดเพลินไปกับภาพ-แสงสีที่เกิดขึ้นบ้าง หรือหลงเพลิดเพลินไปกับความสามารถพิเศษเหนือคนทั่วไป

อะไรอย่างนี้ไป ก็แก่ตายไปชาติหนึ่ง

- การที่ได้เจอได้เป็นมนุษย์นี้ยาก กว่าจะได้เป็นมนุษย์ยาก อย่างในวัดในวามิมนุษย์น้อย อมนุษย์เยอะ เพราะฉะนั้นกว่าจะเป็นมนุษย์นี้ยาก เป็นมนุษย์แล้วกว่าจะได้เจอศาสนาพุทธยาก ยากมาก เจอแล้วกว่าเราจะมีศรัทธา ที่จะเข้ามานั่งฟังธรรมนี้ยากมากเลย หลวงปู่เทศก์เคยคุยให้หลวงพ่อฟัง บอกคนในโลกมีกี่พันล้านละ ตอนนั้นบอกมีสี่พันล้าน เดียวนี้เท่าไรไม่รู้ ตอนนั้นนานแล้ว บอกมีสี่พันกว่าล้านครับ เป็นชาวพุทธเท่าไร บอกเหลือไม่เยอะแล้วครับ เหลือนิดเดียว ไม่กี่ร้อยล้าน เป็นชาวพุทธแล้วที่ศึกษาระดมะจริงๆ ที่เข้าวัดเข้าวามีน้อย อย่างเมืองไทยชาวพุทธร้อยคน ที่สนใจเข้าวัดเข้าวาศึกษารธรรมะมีน้อย ที่เข้ามาในวัดแล้วที่สนใจศึกษารธรรมะจริงๆ ก็น้อยลงไปอีก ส่วนมากเข้ามาในวัดก็ไม่ได้อาศึกษารธรรมะ มาหาหยาหาเบอร์ หาอะไรอย่างนี้ หาโชคหาลาภหาความสบายใจ กลุ่มใจขึ้นมาก็นั่งเล่าความทุกข์ให้พระฟัง แล้วก็สวดขึ้นกลับไป พระนี่หึก พระก็รับชยะมาเติมเลยนะ พระทุกข์แทน พระทุกข์พระเลยเป็นโรคกระเพาะเยอะเลย พระมีความทุกข์เพราะโยมเอาชยะมาใส่ โยมสบายใจ นี่หาโยมภาวนายาก ยาก คนเข้าวัดร้อยคน จะภาวนาซักคนสองคนก็ยาก พวกเรานี้ถือว่าส่วนน้อยมากเลย คือในเมืองไทยคนตั้งหลายสิบล้าน สนใจศึกษารธรรมะจริงๆ สักเท่าไรกัน ศึกษาตามแผ่ชนันะเยอะ ถึงยุคนี้นคนชอบปฏิบัติธรรม แต่ปฏิบัติเป็นแพะชั้นเสียเยอะ ปฏิบัติที่มุ่งต่ออรรถต่อธรรมจริงๆ ไม่มาก ที่นี้ ท่านยังบอกอีก คนที่ปฏิบัติร้อยคนนะ จะเข้าถึงธรรมแท้ๆ สักคนหนึ่ง ก็ยาก เป็นงานที่ถอยไม่ได้ ต้องสู้ตายจริงๆ เพราะเรามีโอกาสแล้ว

- เราฝ่าด่านมาหลายด่านแล้ว เราได้เป็นมนุษย์ เรามาเกิดเป็นมนุษย์ ในยุคที่มีศาสนาพุทธ ไม่ได้เกิดในยุคที่มีศาสนาพุทธอย่างเดียว เราเกิดยุคที่แผ่นดินนี้มีศาสนาพุทธให้เราศึกษาอยู่ ยิงยากหนัก

จะทำได้ หากเป็นอย่างนี้ก็ไม่ใช้การปฏิบัติตามมรรคข้อ จิตตั้งมั่นชอบแล้วนะ

ใครที่คิดจะฝึกตามแนวทางที่สอง ก็ต้องขอให้เข้าใจอีกด้วยนะว่า เมื่อเกิดจิตตั้งมั่นชอบจากการนั่งสมาธิหรือฝึกสมาธิแล้ว พอเลิกฝึกจิตจะเกิดมีความตั้งมั่นชอบต่อไปอีกช่วงเวลาหนึ่ง ขอลย่าได้ปล่อยช่วงเวลานั้นทิ้งไปเปล่าๆ นะ ให้รับปฏิบัติตามมรรคข้อ ระลึกชอบหรือเจริญสติปฏิฐาน ๔ ต่อทันที จึงจะเกิดประโยชน์อย่างแท้จริง ไม่เช่นนั้นจิตตั้งมั่นชอบที่เกิดขึ้น ก็ะกลายเป็นของเปล่าๆประโยชน์ไปอย่างน่าเสียดาย

เป็นที่น่าสังเกตุว่า บางคนต้องฝึกตามแนวทางแรกเท่านั้นจึงจะได้ผล ในขณะที่บางคนก็ต้องฝึกตามแนวทางที่สองเท่านั้นจึงจะได้ผล อันนี้คงต้องทดลองหากันเอาเองว่า เราควรต้องฝึกตามแนวทางใด จึงจะได้ผล

การฝึกตามแนวทางแต่ละแนวก็จะมีลักษณะที่แตกต่างกันด้วยคือ ผู้ที่ฝึกปฏิบัติตามแนวทางแรก (ปฏิบัติสติปฏิฐาน ๔ เป็นหลัก) จะมีลักษณะเป็นการปฏิบัติระลึกชอบ ควบคู่กับปฏิบัติจิตตั้งมั่นชอบ เปรียบเหมือนเราสระผมด้วยแชมพูที่มีครีมนวดผมผสมอยู่ จึงเท่ากับได้สระผมและนวดผมไปในขั้นตอนเดียวกัน ส่วนผู้ที่ฝึกปฏิบัติตามแนวทางที่สอง (ฝึกสมาธิตามรูปแบบ)

เข้าไปอีก อย่างตอนนี้ คนในเออีโอเปีย ก็เกิดในยุคที่ยังมีศาสนาพุทธ แต่ไม่เคยสัมผัสเลย นี้ของเราได้สัมผัส เพราะเรามีศรัทธามีความเลื่อมใส เราเข้าใกล้ครูบาอาจารย์ได้ฟังธรรมะที่สืบทอดกันมา หน้าที่เหลือ อันเดียวเอง ลงมือทำลงมือปฏิบัติ อย่าถอย อย่าท้อแท้ ดูทุกวัน ดูไป เรียนรู้กายเรียนรู้ใจของเราไปเรื่อย รู้กายรู้ใจ รู้กายรู้ใจ ว่าจริงๆ เขาเป็นอย่างไร เขาเที่ยงหรือไม่เที่ยง เขาเป็นสุขหรือเขาเป็นทุกข์ เขาบังคับได้หรือเขาบังคับไม่ได้ เรียนเพื่อให้เห็นความจริง ไม่ใช่เรียนเพื่อให้เที่ยง ไม่ใช่เรียนเพื่อให้สุข ไม่ใช่เรียนเพื่อที่จะบังคับให้ได้ ขันธ์ ๕ ไม่เที่ยง ยังไงก็ไม่เที่ยง ขันธ์ ๕ เป็นทุกข์ ยังไงก็ต้องเป็นทุกข์ ขันธ์ ๕ เป็นอนัตตา ยังไงก็ต้องเป็นอนัตตา ขันธ์ ๕ ของหมาของแมวของปูถุน หรือขันธ์ ๕ ของพระอรหันต์ก็เป็นไตรลักษณ์เหมือนกัน ทั้งนั่นเลย ไม่มีอะไรต่างกัน ต่างกันแต่รูปลักษณ์ เนื้อแท้ก็เหมือนกัน นั่นแหละ บังคับไม่ได้ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา พระอรหันต์ไม่ใช่คนที่ฝึกจนบังคับขันธ์ ๕ สำเร็จ แต่คือคนที่เรียนรู้ขันธ์ ๕ จนรู้ความจริงของมัน แล้วปล่อยวางความยึดถือได้ อย่างที่คุณเห็นคุณไปยึดมา คำว่าขึ้นมาทุกวัน ต้องคว่ามา คำว่าแล้วก็ขยาขยี้มันอยู่ อย่างนั่นแหละ ถ้าวันใดแจ้งขึ้นมา สิ่งที่ว่าขึ้นมาแล้วนึกว่าของดี ของวิเศษ จิตใจนี้ที่ว่าของดีของวิเศษ พอปัญญาแจ่มแจ้งแทงตลอด จะเห็นว่า นี่ดีทุกข์ ดีวทุกข์ล้วนๆ เมื่อใดเห็นขันธ์เป็นทุกข์เมื่อนั้น จะวางขันธ์ เมื่อใดยังเห็นขันธ์เป็นทุกข์บ้างเป็นสุขบ้างจะไม่วางขันธ์ แต่จะค้นหาความสุขจะค้นหาหนิความทุกข์ เพราะฉะนั้นเราต้องเรียนรู้ขันธ์ รู้กายรู้ใจ รู้กายรู้ใจ รู้ทุกวัน จนวันหนึ่งปัญญาเห็น นี้มันทุกข์ล้วนๆ ไม่ใช่ทุกข์บ้างสุขบ้างอย่างที่เคยคิดหรือก มีแต่ทุกข์มากกับทุกข์น้อย

อ่านต่อฉบับหน้า

จากเทศน์ที่สวนสันติธรรม วันพฤหัสบดีที่ ๑๖ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๔๙ (รอบ ๑)
ท่านที่สนใจสามารถติดต่อขอรับสื่อหนังสือ และ CD ของ หลวงพ่อปราโมทย์ ปาโมชฺโช เป็นธรรมทาน ได้ที่บ้านอารีย์

จะมีลักษณะเป็นการฝึกปฏิบัติจนเกิดจิตตั้งมั่นชอบขึ้นก่อน พอฝึกปฏิบัติได้ช่วงระยะเวลาหนึ่งแล้ว จึงจะฝึกปฏิบัติระลึกชอบหรือฝึกปฏิบัติสติปฏิฐาน ๔ ต่อ

หลังจากที่ฝึกปฏิบัติระลึกชอบผ่านไปได้อีกช่วงเวลาหนึ่ง จิตที่เคยตั้งมั่นชอบก็จะอ่อนกำลังลงหรือไม่อาจตั้งมั่นชอบได้ต่อไป ก็ต้องฝึกปฏิบัติสมาธิจนเกิดจิตตั้งมั่นชอบขึ้นใหม่อีกครั้ง และต้องฝึกปฏิบัติสลับกันอยู่อย่างนี้ไปเรื่อยๆ จึงเปรียบเสมือนต้องสระผมด้วยแชมพูให้เสร็จก่อน แล้วจึงนวดผมด้วยครีมนวดผมอีกคร้ังนั่นเอง

สรุปว่า...

การปฏิบัติเพื่อให้เกิดจิตตั้งมั่นชอบของแต่ละคนนั้น จะต้องใช้การปฏิบัติตามแนวทางที่เหมาะสมกับสภาพ และพื้นฐานของแต่ละคน และไม่มึวิธีการที่แน่นอนตายตัว ผู้ปฏิบัติจึงต้องรู้จักสังเกตตัวเองว่า กิจกรรมอะไรที่เราทำแล้วเกิดจิตตั้งมั่นชอบได้ง่าย หรือทำแล้วเกือบลให้ปฏิบัติมรรคข้อระลึกชอบ หรือปฏิบัติสติปฏิฐาน ๔ ได้ดี ก็ขอให้ทำกิจกรรมนั้นให้มาก ทำให้น้อย แล้วไม่นานนักหรอก ก็จะปรากฏเกิดผลตามนัยของพุทธศาสนาได้ไม่มากก็น้อย

อ่านต่อฉบับหน้า

ท่านที่สนใจสามารถติดต่อขอรับสื่อหนังสือ และ CD ของ อ.สุรวัฒน์ เสรีวิวัฒนา เป็นธรรมทาน ได้ที่บ้านอารีย์

ท่านที่สนใจสามารถติดตามอ่านย้อนหลังได้ที่ http://www.baanaree.net/mag.php

ปุจฉา-วิสัชนา

หม อ ณี ฐ ฐ ฐ

เห็นโทสะแบบนี้ถูกไหมคะ?

ผู้ร่วมสนทนาธรรม : หมอณัฐฐะจะถามนิดนึงคะ เวลาที่มีโทสะ และเห็นโทสะมันเกิดขึ้นมา มันจะค่อยๆ เป็นเงาคำๆ ขึ้นมานะคะ ใจมันชุนๆ แต่ก็มีอีกใจนึงกำลังมองดูตัวนี้ ดูสิว่ามันจะชุนแค่ไหน เราต้องดูตรงไหนคะ

หมอณัฐฐ์ : ไม่ดูตัวไหนเลยครับ รู้ไปครับ แล้วจะเห็นว่ามิจิตตัวนี้รู้จักดีอีกตัวนี้ รู้แค่นั้นเองครับ

ผู้ร่วมสนทนาธรรม : ให้รู้ว่ามีจิตอันหนึ่งไปรู้จักดีอีกอันหนึ่งเท่านั้นเอง ใช่ไหมคะ

หมอณัฐฐ์ : จิตมันรู้เอง ถ้ามันมีผู้รู้ของมันจะรู้เอง รู้ว่ามีสภาวะนิ่งอยู่อันนี้ง คือมิจิตนิ่งที่โกรธ มิจิตนิ่งที่นิ่ง เราก็ไม่ต้องดูอันไหนรู้สึกไปก็จะเห็นทั้งสองสภาวะครับ

ผู้ร่วมสนทนาธรรม : ถ้าสภาวะไหนที่มันแรงกว่าก็รู้สภาวะนั้นก่อน ใช่ไหมคะ

หมอณัฐฐ์ : มันไม่รู้อันไหนก่อนหรือก มันจะรู้ที่เดียวพร้อมกันเลยสองอัน

ผู้ร่วมสนทนาธรรม : ใช่คะ เห็นที่เดียวพร้อมกันสองอันคะ อีกคำถามนึงนะคะ เวลาที่เราหลงพอรู้ว่าหลงปั๊บ มันก็ไม่มีอะไร เมื่อที่มีความคิดแต่ตอนนั้นไม่มีนะคะ ไม่มีคำบัญญัติกำกับ ถามว่า รู้ อย่างนี้ถูกต้องไหมคะ

หมอณัฐฐ์ : ถ้าหลงแล้วเรารู้ว่าหลง แล้วมันเกิดสติขึ้นมา มันก็จะว่าง แต่มันจะว่างแบบไม่ได้ไปเพ่งนะครับ มันจะว่างแบบเบิกบาน มันจะเจียบๆ เหมือนไม่มีอะไร แล้วมันก็จะจบแค่นั้นแล้วก็จะหลงใหม่

ผู้ร่วมสนทนาธรรม : คะ ขอบคุณคะ

ความรู้สึกตัวทั่วพร้อมเป็นอย่างไร?

ผู้ร่วมสนทนาธรรม : อยากจะให้ช่วยเปรียบเทียบเกี่ยวกับ “ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม” จะได้ทราบว่ามันเป็นอย่างไรครับ

หมอณัฐฐ์ : ก็เหมือนกับชื่อนั้นแหละครับ ไม่รู้จะอธิบายอย่างไร (หัวเราะ) คำว่า “ความรู้สึกตัว” มันก็บอกชัดเจนอยู่แล้วว่าเป็นความรู้สึกตัว มันเป็นนามธรรม หลวงพ่อท่านเคยบอกว่า มันคล้ายๆ เหมือนเราเพิ่งอาบน้ำเสร็จใหม่ๆ คล้ายๆ แบบนั้น แต่มันก็ไม่เหมือน มีสติที่ท่านเคยเทศน์ไว้เมื่อก่อนถ้าคุณเคยฟังนะครับ ความรู้สึกตัวเนี่ยมันสร้างไม่ได้ เมื่อใดที่รู้สึกตัวนั้น นั่นคือจิตมันเป็นกลาง ขณะนั้นจะรู้สึกตัวทั่วพร้อม จิตมันไม่หลงไปทำงาน ซึ่งจิตมันรู้ของมันเองนะ คือมันมีปัญญา เกิดความรู้สึกตัวตั้งมั่นขึ้นมา แต่มันทำขึ้นมาไม่ได้ ทำได้คือจิตต้องมีปัญญารู้สิ่งที่ผิดพลาดไปคือมันหลงไปทำงาน ให้รู้สิ่งที่ไม่เป็นกลางไปเรื่อยๆ ก็แล้วกันนะครับ

ผู้ร่วมสนทนาธรรม : ขอบคุณครับ

บทความนี้เป็นการถอดเทปสนทนา “ดูจิตด้วยความรู้สึกตัว” นำสนทนาโดย “หมอณัฐฐ์” ลูกศิษย์คนสำคัญอีกท่านของหลวงพ่อปราโมทย์ ปาโมชฺโช ทั้งนี้การถอดเทปพยายามที่จะคงบรรยากาศของการสนทนาไว้ให้มากที่สุด

เกมบจจ...เกมแห่งสัจธรรม

คุณชนะแล้ว...

แต่ที่คุณทำได้ คือ ๓,๐๐๐ คะแนน

เลือกเริ่มต้นใหม่ในรูปแบบที่คุณต้องการ...

ข้อความเหล่านี้อาจเป็นที่คุ้นเคยของเด็ก ๆ หรือแม้แต่วัยรุ่น ตลอดจนผู้ใหญ่วัยทำงานที่ได้ชื่อว่าเป็นกลุ่มคนยุคใหม่ที่ใช้เวลาอยู่หน้าจอคอมพิวเตอร์ วันละอย่างน้อยสามเวลาหลังอาหารจนเหมือนกับว่าสิ่งนี้เป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันไปแล้ว

ผู้ใหญ่วัยทำงานอาจไม่น่าเป็นห่วงสักเท่าไรไม่เหมือนกับเด็ก ๆ และวัยรุ่นซึ่งมีตัวอย่างซ้ำแล้วซ้ำเล่าที่ต้องได้รับผลกระทบทั้งข้างเคียงและโดยตรง อันเนื่องมาจาก “เกม” นานับชนิดที่จริงให้พวกเขาปักหลักอยู่หน้าจอคอมพิวเตอร์ โดยไม่สนใจกับโลกแห่งความเป็นจริงที่อยู่รอบข้าง

ในทุกครั้งที่มีการ์ตูนๆ ที่เกิดขึ้นกับเด็กหรือวัยรุ่น และเกี่ยวข้องกับเกมคอมพิวเตอร์ สังคมไทยก็จะมีฮือฮากันขึ้นมาดูหนึ่งก่อนที่จะเงียบหายไปแบบไฟไหม้ฟาง

ล่าสุดมีกรณีหนุ่มน้อยวัยละอ่อน ฆ่าชิงทรัพย์คนขับแท็กซี่อย่างโหดเหี้ยม เมื่อถูกจับก็ให้การว่าเลียนแบบมาจากเกมที่ตนเองหลงใหล และยึดถือเป็นแบบอย่าง

ฟังแล้วไม่อยากเชื่อก็ต้องเชื่อ เพราะมันเกิดขึ้นจริง ตายกันจริงๆ สะเทือนขวัญ สลดใจกันจริงๆ

แล้วหลังจากนั้น ทุกอย่างก็ค่อยๆ เยียบไปหลายคนตั้งคำถามว่า เราจะทำยังไงกับสังคมของเรา?

เราจะจัดการอย่างไรต่อไปสำหรับเกมที่ไม่ต่างอะไรกับ “โลกเสมือนจริง” ที่ไหลบ่าเข้ามายึดกุมหัวใจของลูกหลานเราจนแทบไม่มีที่ว่างให้เหลือสำหรับสิ่งใดอีกแล้ว

เคยมีบางคนให้ข้อมูลว่า คนรุ่นใหม่จำนวนมากในปัจจุบันนี้อายุต่ำกว่า ๒๕ ปีลงมา ไม่เคยรู้จักคำว่า “ม่่าก้านกล้วย” หรือ “ปิ่นก้านกล้วย” เขาเล่นกันอย่างไร

ไม่เคยเห็นเรือสังกะสีที่จุดเทียนแล้วแล่นได้ หรือที่เรียกว่า “เรือป๊อกป๊าก”

ไม่เคยเล่นลูกหิน ทอยกอง กระโดดยาง หรือเป่ากบเหมือนในหนังเรื่อง “แฟนฉัน”

เพราะสิ่งที่คนรุ่นนี้รู้จักคุ้นเคย และสนุกสนานมา มัน นั่งเล่นอยู่ทุกเมื่อเชื่อกันก็คือเกม... เกม แล้วก็เกม

แล้วจะให้ทำยังไง?

คนเป็นพ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ร้องถาม

จะปล่อยให้เกมแย่งชิงชีวิตอันเคยเป็นปกติ ชีวิตที่เคยมีความผูกพันอบอุ่นไปจากครอบครัวและสังคมไทยอย่างนั้นหรือ

เปล่าครับ ผมไม่ได้จะแนะนำให้ทุกท่านยอมแพ้ และวางมือจากเรื่องนี้ ซึ่งหากมีโอกาสผมจะชวนพวกเราามาสร้างฐานรากคือครอบครัวอันอบอุ่นแบบจริงๆ กัน

แต่กับสถานการณ์เฉพาะหน้าขณะนี้ ที่สังคมเด็กและเยาวชนของเราคลุกคลีอย่างเฝ้ามองกับโลกของเกมออนไลน์นั้น ผมก็อยากจะทำอะไรสักอย่าง และชักนำให้ผู้ปกครองอย่างเราๆ หันหน้าเข้าเผชิญกับมันอย่างมีสติ และชาญฉลาด ในกรณีของเกม “จำลอง” นั้นได้เข้ามาสู่บ้าน “จริง” ของเราแล้ว

ใช้ธรรมะเป็นตัวช่วย และกำกับจิตใจให้รู้เท่าทันในสิ่งที่เราเรียกมันว่า เกม

อย่าเพิ่งไปตีโพยตีพายตั้งแง่รังเกียจเดียดฉันท์ว่า เกมเข้ามาแย่งชิงชีวิตปกติไปจากลูกหลานของเรา

อย่าเพิ่งไปเคียดแค้นชิงชังว่า เพราะมีเกม ลูกหลานของเราจึงไม่รู้จักรักมัก้านกล้วย ไม่รู้จักเล่นกระโดดยาง เป่ากบ

และแม้อาจตกอยู่ในสภาพจำใจยอมรับ ก็ขอให้ยอมรับด้วยความสงบ ที่สำคัญคือสติ จงก้าวเข้าไปหามันอย่างรู้เท่าทัน ทั้งนี้เพื่อลูกหลานของเราเอง

เริ่มจากรู้สึก และทำความรู้จักกับมันเหมือนเป็นสิ่งธรรมดาอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นมาตามกฎของโลก ซึ่งในวันข้างหน้าสิ่งนี้ก็จะต้องดับไป

จงประคองดูแลเคียงข้างให้พวกเขาได้เล่นกับมันอย่างชาญฉลาด

สอนให้พวกเขา “ควบคุม” มันพร้อมๆ กับการรู้จักควบคุมตัวเอง

สอนให้พวกเขาถึงการไม่มีอยู่จริงของโลกแห่งเกม และโลกแห่งเกม ไม่มีวันที่จะสลาย แต่มั่นคงได้เท่ากับโลกภายนอกที่แวดล้อมพวกเขาอยู่

หากเขาเริ่มเล่นเกมจนติดแล้ว อย่างน้อยให้เขาเล่นในบ้านใกล้หูตาของเราจะดีกว่า ดีกว่าไปขับไล่ไล่ส่งให้พวกเขาต้องหลบเลี้ยงซ่อนเร้นไปเล่นที่อื่น ซึ่งจะทำให้เราไม่มีโอกาสได้รู้ว่าอะไรคือเกมที่พวกเขาเล่น



ขอขอบคุณพิพิธภัณฑ์หุ่นขี้ผึ้งไทย : ธีธัญญ์ ธีธัญญ์

และถ้าเป็นไปได้ จงโอบไปนั่งเคียงข้าง หรือเซ็งโงงเชียร์พวกเขาในการจับเคียวกับเกมที่อยู่ในจอเบื้องหน้าครั้งละห้านาที สิบนาที ก็ยังดีเพื่อให้เขารู้ว่า เรายืนดีรับเกมเหล่านี้ไว้ในฐานะ “สมาชิก” ส่วนหนึ่งของบ้าน

แต่สมาชิกไร้ลมหายใจที่ว่านี้ จะต้องอยู่ในกรอบของความถูกต้องเหมาะสม ทั้งเนื้อหา และช่วงเวลา

และอย่าลืมชวนให้ลูกหลานพักสายตาออกไปสูดอากาศนอกห้อง หรือลองเล่น “ม่่าก้านกล้วย” เพื่อที่เราจะได้ย้อนรำลึกนึกถึงวัยเยาว์แสนสุขไปด้วยในตัว

ฟังทำให้สงบ ปลอดภัยไปงั้น แจ่มใสอยู่เสมอ

ก่อนนอนอย่าลืมจูมมือลูกเข้าห้องพระหลังพวกเขาจบเกมเพื่อสวดมนต์ไหว้พระด้วยกัน

พยายามพาเขาเข้าสู่เกมแห่งความเป็นจริง มีปฏิสัมพันธ์จริงแทนที่เกมเสมือนสังคมจำลอง วันหนึ่งที่เขาสนุกกับแควดตั้งเตร่วมกับ จุก เปีย ดำ ต้อยแล้ว เมื่อนั้นโลกจำลองหลังจอคอมพิวเตอร์ก็ยากที่จะแทรกซึมมาชิงพื้นที่ในใจเขาได้

พาเขาไปหาสิ่งดีกว่า สนุกกว่านะครับ

และในอนาคตเขา รวมถึงเราด้วยก็อาจได้เรียนรู้การเล่นเกมที่ “ชีวิต” กันจริงๆ เป็นเกมที่เล่นกันตั้งแต่ (ก่อน) เกิด จน (หลัง) ตายนั้นเลยหากผู้เล่นไม่รู้จริง

เกมนี้แหละที่น่า “ชนะ” กันให้ได้

พิพิธภัณฑ์หุ่นขี้ผึ้งไทย

เลขที่ ๔๓/๒ หมู่ ๑ ถนนปิ่นเกล้า-นครชัยศรี กิโลเมตรที่ ๓๑ ตำบลขุนแก้ว อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๒๐ โทรศัพท์ ๐-๓๔๓๓-๒๖๐๗, ๐-๓๔๓๓-๒๑๐๙ โทรสาร ๐-๓๔๓๓-๒๐๖๑

พิพิธภัณฑ์หุ่นขี้ผึ้งไทยแห่งนี้ เกิดจากแรงตั้งใจของผู้สร้างสรรคกลุ่มหนึ่ง โดยมีวัตถุประสงค์ในอันที่จะส่งเสริม เผยแพร่ และอนุรักษ์ไว้ซึ่งศิลปวัฒนธรรมประเพณีของไทย อันจะเป็นประโยชน์ในการศึกษาค้นคว้าของเยาวชนและผู้สนใจทั่วไป

ในการสร้างสรรคพิพิธภัณฑ์หุ่นขี้ผึ้งไทยนี้ เกิดจากผลงานของอาจารย์ดวงแก้ว พิทยากรศิลป์ ในด้านงานปั้นหุ่นขี้ผึ้งไทยตามแบบของมาตามทิวไร แต่เนื่องจากว่า การดำเนินงานสร้างหุ่นขี้ผึ้งต้องประสบกับปัญหามากมาย เช่น สภาพอากาศของประเทศไทยไม่เหมาะสมกับการสร้างหุ่นด้วยขี้ผึ้ง กล่าวคือ มีอุณหภูมิร้อน ความชื้นสูง รวมทั้งมีฝุ่นละอองมาก และจุดที่สำคัญอีกประการคือ ขี้ผึ้งเป็นวัสดุที่ไม่คงทน ไม่คงสภาพ สามารถจะเสื่อมสลายลงได้ถึงแม้ว่าจะได้มีการบำรุงดูแลรักษาเป็นอย่างดีแล้วก็ตาม ดังนั้นอาจารย์ดวงแก้ว จึงได้พยายามคิดค้นหาวัสดุอื่นที่จะนำมาใช้แทนขี้ผึ้งโดยที่วัสดุนั้นต้องมีความคงทนแข็งแรงทนทาน ข้อสำคัญคือ จะต้องไม่ทำให้คุณลักษณะพิเศษของหุ่นขี้ผึ้งโดยคุณค่าลงไป อาจารย์ดวงแก้วได้ใช้เวลาค้นคว้าอยู่พอสมควรจึงได้ค้นพบวิธีการนำเอาไฟเบอร์กลาสมาสร้างเป็นรูปหุ่นขี้ผึ้ง ซึ่งคุณสมบัติพิเศษของไฟเบอร์กลาสมีความเหมาะสมอย่างยิ่ง เพราะว่ามีความคงทนถาวรมาก รวมทั้งให้ความรู้สึกนุ่มนวล สวยงามมากกว่าขี้ผึ้ง

อย่างไรก็ตาม ถึงแม้จะประสบความสำเร็จในการสร้างหุ่นขี้ผึ้งไฟเบอร์กลาส แต่ก็ยังต้องประสบกับปัญหาในการค้นคว้า ทดลอง รวมทั้งปัญหาทางด้านอุปกรณ์ เครื่องไม้เครื่องมือ ซึ่งไม่สามารถที่จะหาได้ตามท้องตลาด จำเป็นที่จะต้องออกแบบคิดสร้างขึ้นมาเอง อีกทั้งระยะเวลาในการค้นคว้าจะต้องใช้ความพยายาม และความอดทนเป็นอย่างยิ่ง ดังนั้นทางกลุ่มผู้ร่วมงาน จึงได้ลงความเห็น ว่าสมควรที่จะได้สนับสนุนโครงการนี้อย่างจริงจัง โดยการทุ่มเททั้งกำลังสมอง กำลังเงิน กำลังกายและเวลาทั้งหมดให้กับผลงานชิ้นนี้ จนกระทั่งอาจารย์ดวงแก้วสามารถคิดค้นวิธีการต่างๆ ในด้านการสร้างสรรครูปปั้นหุ่นขี้ผึ้งไฟเบอร์กลาสให้มีลักษณะเหมือนคนจริงที่สุด ซึ่งหุ่นขี้ผึ้งไฟเบอร์กลาสรูปแรกที่สร้างเสร็จก็คือ หุ่นขี้ผึ้งรูปพระราชสังวราภิรมย์ (หลวงปู่โต๊ะ) ซึ่งเริ่มดำเนินการก่อสร้างขึ้นในราวปี พ.ศ. ๒๕๒๕ และสร้างเสร็จในปี พ.ศ. ๒๕๒๗ ใช้ระยะเวลาสร้างรวมทั้งสิ้น ๓ ปี

หลังจากที่ประสบความสำเร็จในการสร้างรูปหุ่นขี้ผึ้งไฟเบอร์กลาสแล้ว คณะผู้ร่วมงานได้เล็งเห็นว่า ผลงานชิ้นนี้สมควรที่จะได้รับการสนับสนุนให้ก้าวหน้าขึ้นไปอีกขั้นหนึ่ง เพราะเป็นผลงานที่จะสร้างชื่อเสียงให้กับประเทศไทยได้ ดังนั้นในราวปี พ.ศ. ๒๕๒๗ ทางคณะผู้ร่วมงานจึงได้วางโครงการจัดตั้งพิพิธภัณฑ์หุ่นขี้ผึ้งไฟเบอร์กลาสขึ้นใช้ชื่อภาษาไทยว่า “พิพิธภัณฑ์หุ่นขี้ผึ้งไทย” และภาษาอังกฤษคือ “THAI HUMAN IMAGERY MUSEUM” โดยทางคณะผู้ร่วมงานได้ทำการซื้อที่ดินจำนวน ๑๒ ไร่ ริมถนนปิ่นเกล้า-นครชัยศรี จังหวัดนครปฐม สำหรับดำเนินการก่อสร้างพิพิธภัณฑ์แห่งนี้ โดยเริ่มต้นดำเนินการก่อสร้างตัวอาคารในปี พ.ศ. ๒๕๒๙ และก่อสร้างเสร็จสิ้นในเดือนธันวาคม พ.ศ. ๒๕๓๑ รวมระยะเวลาก่อสร้างทั้งสิ้น ๒ ปี ถือได้ว่าเป็นพิพิธภัณฑ์หุ่นขี้ผึ้งไฟเบอร์กลาสแห่งแรกและแห่งเดียวของประเทศไทย



ชีวิตคืออะไร?

หลวงพ่อเทียน จิตตสุโก (พันธ์ อินททวี)

(ต่อจากฉบับที่แล้ว)

สมมติว่า ๑...๒...เอาเงินใบละบาทมาวางไว้หน้า เขาก็รู้จักว่าเลข ๑ ใบละบาทอันนี้ ครั้นเอาใบละ ๑๐ บาทมา ก็ว่าเลข ๑ กับเลข ๐ ใบละสิบบาท เขาจึงรู้จักชั้น เราจึงไปเก็บเงิน แม้จะเรียนหนังสือเป็น เขาก็รู้จัก เรียนหนังสือบ่เป็น เขา (ก็) จะรู้จักใบละสิบบาท ใบละร้อยบาทนี่ เขาก็รู้จัก เพราะเราเคยจับมันสมมติเปรียบให้ฟังซื่อๆ นี่เป็นวิธีการมาแก้ปัญหาให้ฟังในมือนี่ (วันนี้) ก็บางทีอาจจะถูกใจก็ได้ ไม่ถูกใจก็ได้ คำว่าถูกใจไม่ถูกใจนี่ มันเป็นจังใด (เป็นอย่างไร) แน่ะ! อยากู้จักจังชั้นอีกตี๋ม (อยาการู้จักอย่างนั้นอีกแล้ว) เพราะการถามมันบ่มีการสิ้นจบเป็น (มันไม่มีการจบสิ้น) คำว่าถูกใจนั้น มันบ่แม่น (ไม่ใช่) ถูกหมากหัวใจพุนเตี (แต่) มันถูกใจกิเลส กิเลสนั้นมันถูกใจมันบ่ถูกใจ อันกิเลสนั้นมันตี๋ใจมันเสียใจ พอใจไม่พอใจ ตี๋ใจเสียใจ เป็นกิเลสทั้งนั้น อันตัวจิตใจเราจริงๆ เป็นจังใด? จิตใจจริงๆ นั้นมันซื่อๆ (เฉยๆ) จึงว่า คือ (เหมือน) กับพินกับไฟนั้นแหละ ไฟไหม้หมดแล้ว มันซื่อๆ...มันซื่อๆ อยู่ ซี้ถ้านั้น ครันมันยังเป็นพินเป็นไม้อยู่ ไฟมันไหม้

ตั้งนั้น กิเลสก็เหมือนกับไฟนั้น - มันร้อน บัดนี้ไฟไหม้พินหมดแล้ว พินไม่มี - เป็นซี้ถ้ำ ไฟไปไหม้ซี้ถ้ำนั้นได้บ่ (ได้หรือไม่ว่) บ่ไหม้ได้ นี่มันเป็นอย่างนั้น - มันสมมติ

จึงว่ามันพูดยาก เรื่องจังซี้ (อย่างนี้) มันพูดยากจริงๆ เพราะว่าต้องปฏิบัติ ต้องปฏิบัติ ถ้าไม่ปฏิบัติแล้วไม่เข้าใจที่หลวงพ่หรืออาตมาให้ความคิดความเห็น ตามที่สะดวกความคิดความเห็นของหลวงพ่หรือเป็นอย่างชั้น ใครจิว่าจังใดก็เรื่องของคนอื่น เรื่องของคนอื่นอย่าเอามาเฮ็ด (ทำ) เรื่องของเขา ถ้าหากเขาไปเอาเรื่องของคนอื่นมาเฮ็ด เรื่องของเรา นั่นก็ทุกข์แล้ว ชีวิตนั้นจึงว่า เขาจิวามาเว้า (พูด) กันได้ยาก ชีวิตนั้นคืออะไร? อย่างนั้นอย่างนี้ โอ้ย...ชีวิตก็คือความเป็นอยู่นั้นแล้ว (มันเอง) เป็นอยู่อย่างใด ชีวิตก็เป็นอยู่จังชั้น

คนจึงบ่คือกัน (ไม่เหมือนกัน) ผู้ทุกข์ก็มี ผู้บ่ทุกข์ก็มี พอกกลางๆ ก็มี คนที่รวยๆ ก็มี คนที่จนๆ ก็มี แน่ะ! เป็นจังชั้น บัดนี้คนที่เรียนหนังสือ ได้หนังสือหลายๆ ก็มี คนที่เรียนหนังสือได้พ่ปานกลางก็มี คนที่บ่เคยได้ฝึกได้เรียนก็มี แต่ว่าเรื่องเงินนี้ผู้จักคือกัน (เหมือนกัน) หมด ใบละ ๑ บาท ใบละ ๑๐ บาท ใบละชาวบาท ใบละยี่สิบบาท ใบละร้อย ผู้จักหมดทุกคน คนที่เรียนหนังสือก็รู้จัก คนที่ไม่เรียนหนังสือก็รู้จัก - เรื่องเงิน ครันจิว่า (ถ้าจะพูด) เรื่องชีวิตจิว่า ชีวิตนั้นเขาจิวามาว่าให้ฟังบ่ได้ มันบ่เป็นตนเป็นตัว

วันนี้ที่อาตมาได้มาให้ข้อคิด เป็นเครื่องเตือนจิตสะกิดใจของพวกท่าน เอ้อ...พวกคุณ แล้วก็เอาไปพิจารณาเอาเอง การจะแก้ปัญหา

ท่านที่สนใจสามารถติดต่อขอรับหนังสือ และ CD ของ หลวงพ่อเทียน เป็นธรรมทาน ได้ที่บ้านอารีย์

แก้ข้อสงสัยนั้น อาตมามีอุดมการณ์อย่างนี้ ใครจะพูดยังไงก็เป็นเรื่องของคนนั้นคนนี่

ตั้งนั้นการประพฤติปฏิบัติธรรมนั้น จึงว่าปฏิบัติที่ตัวเองไม่ต้องไปเข้าป่า เข้าดง เข้าภู เข้าถ้ำ ที่ลึกที่คนไม่พบไม่เห็นนั้นไม่ต้องไปอย่างนั้นก็ได้ อยู่ที่ไหนก็ได้ ตัวอาตมาเคยเข้าถ้ำ เข้าป่า เข้าภูมาแล้ว เคยไปนั่งกรรมฐานหลังตาภาวณา พุทโธ, สัมมาอรหัง, นัม ๑-๒-๓, พองยุบ, ดุลมหายใจ เคยทำมาแล้ว ชีวิตอันนั้นยังไม่มี ความสว่างในใจ ยังมีดอกมีดใจ ยังไม่รู้จักทิศทาง อาตมา (จะยกตัวอย่าง) เปรียบกับคนตกน้ำ ที่พูดให้ฟังมาแล้วหลายครั้งหลายหน คนตกน้ำนี่ เขาตกน้ำป้อมลงไปนี่จำเป็นมันต้องจมลงไปทันทีเลย น้ำท่วมหัวเลยนี่ เป็นอย่างนั้น ถ้าหากคนบางคนนะ จมลงไปถึงพื้นดิน (พื้นใต้น้ำ) โน่นเลย ถึงพื้นดินแล้วก็หลอนย่นขึ้น โผล่ขึ้นมา คนไม่เคยลอยน้ำ (ว่ายน้ำ) นี่ โผล่ขึ้นมายังไม่ทันได้พ่นน้ำดี มันหมดแรง (แรง) ที่เราย่นพื้นดินขึ้นมาเนี่ย เลยไม่ได้เห็นฝั่งเห็นขอบเห็นแดนน้ำนี่ ฝั่งอยู่ทางไหน จะไปทางไหนไม่รู้เลย จมบิว่ลงไปเลย นี่ก็เลยตายเลย เป็นอย่างนั้น ถ้าคนที่เคยลอยน้ำ (ว่ายน้ำ) เป็น ตกน้ำป้อมลงไปนี่ บางทีก็ไม่ถึง - ถ้าหากน้ำลึก (เมื่อ) ไม่ถึงดินมันก็จะฟุ้งขึ้นมา พอดีฟุ้งขึ้นมาพันหัวขึ้นมา มองดูไปเห็นฝั่งอยู่ข้างนั้น ข้างนี้ แล้วก็ลอย (ว่าย) ไป หน้อย หน้อยแล้วก็พ่นออกไปลอยไป แน่ะ! เป็นอย่างนั้น บางคนตกน้ำป้อมลงไป น้ำมันตื้นเพียงอกหรือเพียงคอเรานี้ ถึงดิน - ย่าง (เดิน) ไป แต่ถ้ำเป็นน้ำไหล บัดนี้ น้ำมันไหลอย่างที่น้ำโขง น้ำบ้านหลวงพ่อน้ำห้วย (ลำธาร) ห้วยสวयी มันนองมา (น้ำหลาก) จ้ำ (ยืน) ไม่อยู่



(ต่อจากฉบับที่แล้ว)

จิตสดใส แม้กายพิการ

อ.กำพล ทองบุญน่มุ
‘ผมลาออกจากความทุกข์แล้ว’

☆ จากผู้ทุกข์มาเป็นผู้เห็นทุกข์
สติเมื่อได้สัมผัสและคลุกคลีไปกับอาการของกายและจิตบ่่อยๆ เป็นผลทำให้สติมีกำลังแก่กล้าขึ้น เริ่มเป็นใหญ่อยู่เหนืออาการต่างๆ ของกายจิตเหล่านั้นขึ้นมามีบ้าง คือเห็นแล้วเฉยได้ ไม่เป็นปัญหา กับจิต ไม่ต้องเป็นภาระหรือมาถ่วงจิตถ่วงใจเหมือนดังแต่ก่อน คล้ายๆ กับว่าจะเคยชิน และเชื่อมต่อกัน จะต่างฝ่ายต่างอยู่คนละส่วนกันไม่รบกวนกัน คืออาการเขาก็เกิดขึ้นอยู่ตามธรรมดาของเขาอย่างนั้นเอง และเราก็มีหน้าที่ดูอยู่แต่ของเรา ต่างฝ่ายต่างก็ทำหน้าที่ของตนเองซึ่งไม่เหมือนกับตอนปฏิบัติใหม่ๆ สติยังมีไม่มากพอ การปฏิบัติยังไม่คล่องยังไม่ชำนาญ ประสบการณ์ยังมีไม่มาก การปฏิบัติต้องคอยหลบหลีกระวัง คอยปรับปรุงแก้ไขไป

(แม้จะท่วม) เพียงคองี้ (แม้) แต่เพียงอกเพียงเอวนี้ก็ยังไม่อยู่เลย น้ำมันพัดไป จำเป็นก็ต้อง...เพียงคองี้ลุยน้ำไหลไป แต่ลุยไหลไปลอยไปหาฝั่งได้เร็ว เพราะว่าไม่เห็น้อยมาก คนที่ตกลงไป (ถ้ำ) มันยืนก็พอสู้ได้ บางคนตกน้ำป้อมลงเนี่ย น้ำมันตื้นเพียงหัวเขาหรือเข่าเรานี้ นี่ก็ย่าง (เดิน) ไป น้ำจะไหลจะเชี่ยวปานใดก็ตาม ไม่มี การสะเทือนเลย คนนี้ย่างไปได้สบาย ที่อุปมาให้ฟัง เดินขึ้นไปจนหวิด (พัน) น้ำ แล้วก็เดินบนบกได้ เป็นอย่างนี้

เรื่องชีวิตจิตใจก็เช่นเดียวกัน คนมีทุกข์กับคนไม่มีทุกข์ก็เช่นเดียวกัน ที่อุปมาเปรียบให้ฟัง เพราะมีความคิดความเห็นอย่างนี้ จะเปรียบเทียบกันไม่ได้ เพียงแค่พูดให้ฟัง แล้วเอาไปพิจารณาเอาเองคนตกน้ำ จมไปเลย เพราะว่าไม่เคยลอยน้ำ (ว่ายน้ำ) ก่อนที่ไปถึงดิน (ใต้น้ำ) ตายแล้วเนี่ย เป็นอย่างนั้น

คนตกน้ำ ถ้าหากคนเคยลอยน้ำ (ว่ายน้ำ) เป็น ตกป้อมลงไปมันก็ต้องจมหัว โผล่ขึ้นมาแล้วไม่ยอมให้จม บางทีคนตกน้ำป้อมลงไป น้ำก็เพียงคอ อย่างที่พูดแล้ว มันก็ต้องเอาหัวลง หรือเอาข้งโงลงก็ต้องป้อมลงไป บางทีอาจจะท่วมหัวก็ได้ ไม่ท่วมก็ได้ เราอาจจะเข้าใจว่า มันถึงดินแล้ว อาจจะเดินไปก็ได้ ลอย (ว่าย) ไปก็ได้ บางคนตกลงไปเพียงอกเพียงเอว ตามที่เปรียบเทียบให้ฟัง เพียงหัวเขาเพียงเข่าขาท่วมหลังตื่นหลังเท่านั้นก็ได้ เป็นอย่างนั้น แล้วคนจำพวกนี้ใครจะเดินไปได้สบายสะดวกดีกว่ากัน แน่ะ! ลองพิจารณาเอาเอง เรื่องแค่นี้

ตั้งนั้น เรื่องชีวิตจิตใจนี้จึงว่า มันมองไม่เห็น ความเป็นทุกข์หรือไม่ทุกข์ มันก็มองไม่เห็น จะเปรียบเทียบให้ฟัง เรื่องความทุกข์ ความสุขนั้น มันไม่เหมือนกัน

อ่านต่อฉบับหน้า

ท่านที่สนใจสามารถติดตามอ่านย้อนหลังได้ที่ <http://www.baanaree.net/mag.php>

ตามอาการเท่าที่เราจะทำได้ มาบัดนี้พอมีความรู้สึกตัวมากขึ้น และมีประสบการณ์มากขึ้นก็ไม่ต้องทำอย่างนั้น คือคอยรู้สึกตัวดูอยู่อย่างเดียว พอเกิดอะไรขึ้นมาทางกาย จิต หรือทางตา หู จมูก ลิ้น เป็นต้น ก็เปลี่ยนกลับเข้ามาอยู่กับความรู้สึกตัวดูอยู่ได้ทันที ดูสบายๆ ใจเป็นปกติเป็นอิสระต่อสิ่งนั้นๆ คล้ายกับว่าปรากฏการณ์ต่างๆ ที่มากระทบกระทั่งเรานั้น เขามาอยู่แต่เฉพาะภายนอกเข้ามาไม่ถึงจิตเรา จิตเราก็ตั่งมั่นสงบนิ่งเป็นหนึ่ง เป็นปกติดูอยู่แต่ภายในเฉยๆ ซึ่งเป็นที่อยู่ใหม่ของชีวิตจิตใจของเรา และถ้ายิ่งทำให้มากๆ ทำบ่อยๆ ทำจนชำนาญชำนาญอยู่เนืองๆ แล้ว เหมือนกับที่เราได้สร้างและต่อเติมที่อยู่ของเราให้กว้างใหญ่ขึ้นมาเรื่อยๆ เราจะได้อาศัยนั่งเล่นนอนเล่นอย่างสบายเลยเป็นที่พึ่งภายในเป็นอริยทรัพย์ที่มีไม่รู้จักหมด อุปมาแล้วเหมือนกันกับตลับลูกปืนเครื่องยนต์จะมี ๒ วง วงนอกกับวงใน และเราจับวงในเอาไว้ ส่วนวงนอกเขาก็จะหมุนไปได้รอบๆ แต่วงในเขาก็ยังหยุดนิ่งอยู่โดยมิได้หมุนไปตามวงนอกด้วย ทำให้ผมนึกถึงคำพูดของหลวงพ่อคำเขียน ซึ่งมักจะกล่าวขำไว้เสมอๆ เวลาท่านสอนธรรมะว่า “ให้เป็นผู้ดู อย่าเข้าไปเป็น” ยิ่งทำให้เราได้หลัก มันใจว่าการปฏิบัติของเราไม่ผิดทางและพ้นทุกข์ได้อย่างแน่นอน

ได้เคยสังเกตเห็นจิตใจของเราในขณะที่กำลังมีความรู้สึกตัว



มันคิดขึ้นมา เราเห็นดับมันเสีย นี่มันความคิดสังขารปรุงแต่งแล้วเราก็รู้ ขณะที่เรียกว่าวิญญาณรู้ คือตัวสัญญาี่แหละ ระบุบ่เข้าๆ ตามันจับบับรู้เลย มันจะได้ทันที่มันคิดขึ้นมาบ่เป็น เราก็จะเห็นทันที เพราะว่าสัญญามันเห็นเอง ตัวสัญญารู้มากเข้าๆ ก็เป็นญาณ “ญาณ” แปลว่า “เข้าไปรู้” ไม่ใช่พูดหัวเข้าไปรู้ พวกเราไม่เข้าใจ “ญาณ” แปลว่า “รู้แจ้ง” เมื่อญาณเข้าไประบุบ่เข้าๆ ก็เกิดเป็นญาณปัญญา เรียกว่าวิปัสสนาญาณ วิปัสสนา มันเป็นชื่อเฉยๆ “ปัญญา” แปลว่า “รอบรู้” คือปัญญากับตัวญาณ ตัวสัญญา มันจะมาพร้อมกัน เมื่อมันมาพร้อมกันก็มีทางสติ มีทางปัญญา มีทางสมาธิ พร้อมกันทั้งหมด ไม่ต้องมีอะไรมาก

ท่านที่สนใจสามารถติดต่อขอรับสื่อธรรมะเป็นธรรมทาน ได้ที่บ้านอารีย์

ดูกายหรือจิตในปัจจุบันแล้ว ความทุกข์จะไม่เกิดขึ้น จิตจะอยู่ในสภาวะที่เป็นปกติสบายๆ และเป็นอิสระดี จะเป็นเช่นนี้ทุกๆ ครั้ง เมื่อมีความรู้สึกตัว ก่อนนั้นได้เคยฟังครูบาอาจารย์สอนไว้ว่า “ความทุกข์เกิดขึ้นที่ไหน ความไม่มีทุกข์ก็อยู่ที่นั่น” ผมฟังแล้ว ก็ยังไม่เข้าใจอยู่นั่นเอง ก็เรากำลังเป็นทุกข์อยู่จะดับทุกข์ได้ทันทีที่นี้ได้อย่างไรกัน จะเป็นไปได้หรือผมก็ยังไม่สงสัยอยู่ แต่พอปฏิบัติมาถึงขณะนี้ทำให้ได้คำตอบกับตัวเองว่า ความทุกข์ที่เกิดขึ้นกับเราเพราะเราเข้าไปเป็นผู้ทุกข์ และความดับทุกข์จะเกิดมิได้ทันทีถ้าเราเปลี่ยนออกมาเป็นผู้เห็นทุกข์ คือออกมาเป็นผู้ดูไม่ได้เข้าไปเป็น ทำให้ตอบตัวเองได้อย่างนี้ เพราะฉะนั้นจุดยืนที่ไม่มีทุกข์ของเราคือเป็นผู้ดู ตั้งแต่นั้นต่อไป เราจะต้องเพียรสร้างสภาวะของผู้ดูให้แข็งแรงมั่นคง เมื่อเกิดอะไรขึ้นกับเราก็พร้อมที่จะตั้งหลักดูได้ทันทีเลย พอมาถึงตอนนี้ธรรมะข้อใดที่เคยได้อ่าน ได้ฟังมา และยังติดค้างอยู่ในใจก็เริ่มจะเข้าใจแจ่มชัดขึ้นมาเรื่อยๆ ผมก็ยิ่งปฏิบัติต่อไป คิดว่าจะสนใจและชวนขยายอยู่แต่ในเรื่องนี้จะทำให้เป็นอาชีพ คนทั่วไปเขามีอาชีพกัน แต่เราเหมือนคนที่กำลังตกงานอยู่ เราจะเอาการเจริญสตินี้แหละเป็นอาชีพของเรา จะทุ่มเทชีวิตจิตใจลงสูงสุดนี้จุดเดียว ทำสิ่งนี้เป็นสิ่งสุดท้าย จะทำให้สุดฝีมือ ไม่มีอะไรที่เราจะต้องทำอีกแล้ว ชีวิตที่ยังเหลืออยู่นี้จะอุทิศให้ จะทำให้พ้นทุกข์ไปเสียก่อนที่เราจะตาย อ่านต่อฉบับหน้า

ขอรับหรือร่วมเป็นเจ้าของหนังสือ จิตสดใสแม้กายพิการ กรุณาติดต่อ ชมรมเพื่อนคุณธรรม โทร. ๐ ๒๔๓๕ ๕๓๐๐, ๐ ๒๔๓๕ ๖๒๕๓ หรือหาซื้อได้ตามร้านหนังสือทั่วไป

แวดวงธรรมะ

โครงการปฏิบัติธรรม

ห้องสมุดธรรมะบ้านอารีย์ จัดให้มี “โครงการปฏิบัติธรรม” ขึ้น เพื่อส่งเสริมให้ผู้ที่มีความต้องการ และตั้งใจจริงในการปฏิบัติธรรม ได้ไปปฏิบัติยังสถานที่ที่เหมาะสม

พุทธธรรมสถาน ผาซ่อนแก้ว จ.เพชรบูรณ์ โดยมี **พระอาจารย์อำนาจ โอภาโส** เมตตาสอนและนำปฏิบัติ ระยะเวลา ๔ วัน ออกเดินทางวันศุกร์ เวลา ๐๗.๐๐ น. กลับถึงห้องสมุดวันจันทร์ เวลาประมาณ ๑๙.๐๐ น. ครั้งต่อไปจัดขึ้นในวันที่ ๑๙-๒๒ กันยายน และ ๒๖-๒๙ กันยายน ๒๕๕๑

วัดปลายนา จ.ปทุมธานี โดย **พระอาจารย์โกศล ปริบุญโญ** เมตตาสอนและนำปฏิบัติ ตามแนวหลวงพ่อกุศล จิตตสุโก ระยะเวลา ๓ วัน ออกเดินทางวันศุกร์ เวลา ๑๓.๐๐ น. กลับถึงห้องสมุดวันอาทิตย์ เวลาประมาณ ๑๗.๐๐ น. ครั้งต่อไปจัดขึ้นในวันที่ ๑๙-๒๑ กันยายน ๒๕๕๑

ผู้สนใจสามารถเข้าร่วมโครงการได้ โดยกรอกใบสมัครได้ที่ห้องสมุดบ้านอารีย์ หรือกรอกใบสมัครผ่านทาง www.baanaree.net หลังจากนั้นทางห้องสมุดจะนัดท่านมาสัมภาษณ์ เพื่อเตรียมพร้อมในเรื่องต่างๆ ก่อนการไปภาวนาอีกครั้งหนึ่ง สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ๐-๒๒๗๙๙-๗๙๙๙

หมายเหตุ โครงการนี้ไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น



เมื่อวันพุธที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๕๑ เวลา ๑๓.๓๐ น. **หลวงพ่อบุญธรรมรังสี (หลวงปู่เจี๊ยะ จุนโท)** ปีที่ ๔ ณ ภูริทัตตเจดีย์ วัดป่าภูริทัตตปฏิพัทธาราม อ.สามโคก จ.ปทุมธานี โดยมี **พระราชญาณวิสุทธิโสภณ (หลวงปู่ท่อน ญาณธโร)** เป็นประธานสงฆ์ และบันทึกเทปรายการทีวีของช่อง CTV ด้วย



เมื่อวันเสาร์ที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๕๑ โรงเรียนทอสี จัดอบรมบรรยายธรรมผู้ปกครองครั้งที่ ๓ นำโดย **พญ.อมรา มลิลลา** ซึ่งในการบรรยายธรรมครั้งนี้ พญ.อมราได้พูดคุยธรรมะกับผู้ปกครองอย่างมีสาระ นำติดตาม สอนวิธีการนั่งสมาธิ เดินจงกรม และเปิดโอกาสให้ถามปัญหาคาใจเกี่ยวกับธรรมะ



ระหว่างวันที่ ๒๓-๒๔ สิงหาคม ๒๕๕๑ คณะศิษยานุศิษย์ ได้จัดงานบำเพ็ญกุศลน้อมรำลึกคล้ายวันมรณภาพ **พระครูสุทธิธรรมรังสี (หลวงปู่เจี๊ยะ จุนโท)** ปีที่ ๔ ณ ภูริทัตตเจดีย์ วัดป่าภูริทัตตปฏิพัทธาราม อ.สามโคก จ.ปทุมธานี โดยมี **พระราชญาณวิสุทธิโสภณ (หลวงปู่ท่อน ญาณธโร)** เป็นประธานสงฆ์ เจริญพระพุทธมนต์และพิจารณาผ้าบังสุกุล



การอบรมสมาธิเบื้องต้น รุ่นที่ ๑๐๔ ณ ห้องหนังสือเรือนธรรม เมื่อวันที่ ๒๒-๒๔ สิงหาคม ๒๕๕๑ ห้องหนังสือเรือนธรรมบ้านพักผ่อนทางจิตใจด้วยธรรมะ ตั้งอยู่บนถนนพิจัย เขตดุสิต เปิดบริการทุกวันพฤหัสบดี ถึงวันอาทิตย์ เวลา ๙.๓๐ - ๑๕.๐๐ น. มีการจัดอบรมสมาธิ วันเสาร์-อาทิตย์ที่ ๒ และที่ ๔ ของทุกเดือน สนใจติดต่อสอบถามล่วงหน้า โทร. ๐-๒๒๔๔-๘๒๙๒ หรือ www.ruendham.com (ไม่มีค่าใช้จ่าย)



เมื่อวันอาทิตย์ที่ ๓๑ สิงหาคม ๒๕๕๑ มูลนิธิดวงแก้วมีโอกาสได้ไปเลี้ยงอาหารกลางวันเด็ก ๆ ที่วัดบางไผ่ใต้ ผังธรบุรี กับคณะของ **คุณยุทธโรจน์** มีโอกาสนำของไปมอบให้เด็ก ๆ พร้อมทำบุญถวายปัจจัยเป็นทุน และมีขนมอร่อยๆ ให้น้องๆ ด้วย

ปฏิทินธรรม

- **ขอเชิญทำบุญตักบาตร ฟังธรรมพระกรรมฐาน** ทุกวันอาทิตย์แรกของต้นเดือน ณ **มูลนิธิพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต** ขอยเจริญสนทวงศ์ ๓๗ โทร. ๐-๒๔๑๒-๒๗๕๒
- **กำหนดการทำบุญและฟังธรรม** ณ **ศาลากาญจนภิเษกอนุสรณ์ (ศาลาลุงชิน) เกษตรนิเวศน์ ถนนแจ้งวัฒนะ ๑๔** วันอาทิตย์ที่ ๑๔ กันยายน ๒๕๕๑ เวลา ๐๗.๐๐-๑๐.๐๐ น. - หลวงปู่ประสาร สุขโม - หลวงปู่บุญมา คัมภีร์ธัมโม - หลวงปู่คำบอ สุตปัญโญ - หลวงพ่อเสนา ปัญญาโร - พระราชภาวนาพิณีจ (หลวงพ่อสนธิ์ อนุบาลโย)

วันอาทิตย์ที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๕๑ เวลา ๐๘.๓๐-๑๐.๐๐ น. หลวงพ่อบุญธรรมรังสี (หลวงปู่เจี๊ยะ จุนโท) (แสดงธรรมโดยไม่มีการถวายภัตตาหาร)

- **สำนักงานศิษย์เก่าสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์** และกองทุนทำบุญวันเกิดกับธรรมศาสตร์ จัดบรรยายธรรม โดย **พระอาจารย์คึกฤทธิ์ โสตถิผโล** เจ้าอาวาส วัดนาป่าพง ล้าลูกกา คลอง ๑๐ จ.ปทุมธานี ขอเรียนเชิญผู้สนใจทุกท่านเข้าร่วมฟังการบรรยายธรรมในหัวข้อ **ธรรมะจากพระโอบนุสรณ์** วันพุธที่ ๒๔ กันยายน ๒๕๕๑ เวลา ๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น. กรุณาสำรองที่นั่ง โทร. ๐-๒๗๒๙-๓๓๒๒ (ไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ)

- **มูลนิธิสวนแสงอรุณ** เปิด “สวนแสงอรุณ” ปี ๒๕๕๑ ชวนกันเจริญสติภาวนา “รับแสงอรุณ” ปฏิบัติธรรมเปลี่ยนชีวิตใหม่ ช่วงวันหยุดสุดสัปดาห์ นำปฏิบัติ โดย **พระวิปัสสนาจารย์** จากวัดป่าสุคะโต จ.ชัยภูมิ และ **พระสันติพงศ์ เขมปญโญ (หลวงพี่ตุ้ม)** ณ สวนแสงอรุณ อ.บ้านสร้าง จ.ปราจีนบุรี วันที่ ๑๐-๑๒ ตุลาคม, วันที่ ๗-๙ พฤศจิกายน และวันที่ ๑๒-๑๔ ธันวาคม ๒๕๕๑ สอบถามรายละเอียดและติดต่อเข้าร่วมกิจกรรมได้ที่ มูลนิธิสวนแสงอรุณ โทร. ๐-๒๒๓๗-๐๐๘๐ ต่อ ๒๑๗ ค่าใช้จ่าย (ค่าอาหารและที่พัก) บริจาคตามจิตศรัทธา เพื่อช่วยสนับสนุนให้ดำเนินงานต่อไปได้

- **มูลนิธิหลวงพ่อกุศล จิตตสุโก** ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมการเจริญสติแบบเคลื่อนไหว ตามแนวหลวงพ่อกุศล วันพุธที่ ๑ - วันอังคารที่ ๗ ตุลาคม ๒๕๕๑ ๕๒ ม.๕ ถนนพุทธมณฑลสาย ๔ ตำบลทวีวัฒนา เขตทวีวัฒนา กทม. โทร. ๐-๒๔๒๙-๒๑๑๙
- **ขอเชิญร่วมศึกษาประพฤติปฏิบัติธรรม** แนวเคลื่อนไหว ตามหลักสูตรปริญญา ๔ เปิดประตูใจ ณ **ห้องนั่งเล่นพุทธมณฑล พุทธสถาน** ในวันศุกร์ที่ ๑๗ - วันอาทิตย์ที่ ๑๙ ตุลาคม ๒๕๕๑ (รวม ๓ วัน) สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ คุณปรีชา ก้อนทอง ร้านเบ็กม่านเพื่อสุขภาพ โทร. ๐-๒๘๘๙-๓๑๒๐, ๐๘-๖๙๘๒-๘๓๕๙
- **พระอาจารย์ศรีชิต อภิญาโน** สอนการเจริญสติแบบเคลื่อนไหว ยกมือสร้างจังหวะ ตามแนวหลวงพ่อกุศล จิตตสุโก ทุกวันที่ ๑-๗ ของทุกเดือน ที่อริยธรรมสถาน อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม สอบถามเส้นทางได้ที่ โทร. ๐๘-๔๖๖๑-๙๒๖๘, ๐๘-๑๙๑๕-๓๖๔๓
- **คอร์สเสวนาเพื่อพรชาที่เปี่ยมสุข** กิเลส แมเนจเม้นท์ (KILESA MANAGEMENT) ณ สถาบันวิมุตตยาลัย เลขที่ ๗/๙-๑๘ ถ.อรุณอมรินทร์ ซ. ๓๙ (เหล้าลาด) แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ โทร. ๐-๒๔๒๒-๙๑๒๓, ๐๘-๗๐๘๐-๗๗๗๗ โทรสาร ๐-๒๔๒๒-๙๑๒๔ (กรุณาสำรองที่นั่งล่วงหน้า) เสนอหน้ากับกิเลส ครั้งที่ ๒ วันอาทิตย์ที่ ๒๑ กันยายน ๒๕๕๑ เวลา ๑๓.๐๐-๑๕.๓๐ น. หัวข้อ **การบริหารจัดการ ความโกรธ** วิทยากร **คุณดนัย จันทร์เจ้าฉาย** เสนอหน้ากับกิเลส ครั้งที่ ๓ วันอาทิตย์ที่ ๕ ตุลาคม ๒๕๕๑ เวลา ๑๓.๐๐-๑๕.๓๐ น. หัวข้อ **การบริหารจัดการ ความหลง** วิทยากร **หลวงพ่อบุญธรรมรังสี ปาโมชฺโช** เสนอหน้ากับกิเลส ครั้งที่ ๔ วันอาทิตย์ที่ ๑๙ ตุลาคม ๒๕๕๑ เวลา ๑๓.๐๐-๑๕.๓๐ น. หัวข้อ **การบริหารจัดการ ความตาย** วิทยากร **พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล** เสนอหน้ากับกิเลส ครั้งที่ ๕ วันอาทิตย์ที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๕๑ เวลา ๑๓.๐๐-๑๕.๓๐ น. หัวข้อ **การบริหารจัดการ ความทุกข์ (การคลิปปโนใจ)** วิทยากร **อาจารย์กมล ทองบุญนุ้ม** ครั้งที่ ๖ หัวข้อ **การบริหารจัดการ ความริษยา** จะแจ้งกำหนดการให้ทราบในโอกาสต่อไป



กิจกรรมปฏิบัติธรรม ณ พุทธธรรมสถาน ผาซ่อนแก้ว รุ่น ๓๓ ระหว่างวันที่ ๑๕-๑๘ สิงหาคม ๒๕๕๑ จำนวน ๒๐ คน นอกจากจะได้รับฟังธรรมะคำสั่งสอนจาก **พระอาจารย์ปารมี (ยงยุทธ) สุรยุทธ** และ **พระอาจารย์อำนาจ โอภาโส** แล้ว ญาติธรรม ร้อยใจร่วมสร้างเจดีย์พระธาตุผาซ่อนแก้วด้วย

โครงการธรรมยาตรา ลุ่มน้ำปะทาว ครั้งที่ ๙ วันที่ ๑-๙ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๑

ธรรมยาตรา เพื่อฟื้นฟูชีวิตและธรรมชาติลุ่มน้ำลำปะทาว เริ่มตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๔๓ จากดำริของหลวงพ่อกุศลเขียน สุวณฺโณ พระผู้ใช้ชีวิตอย่างสอดคล้องกับธรรมชาติ บนเทือกเขาภูแลนคา กว่า ๔๐ ปี ท่านดำริว่า “แผ่นดินร้องไห้ แม่น้ำล้นปวย อากาศเป็นพิษ เราขอเป็นตัวแทนของต้นไม้ สายน้ำ สัตว์ป่าและธรรมชาติ” **พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล** พระนักปราชญ์ ผู้เป็นเจ้าอาวาสวัดป่าสุคะโต เป็นผู้อำนวยความสะดวกให้ขบวนการธรรมยาตรา ได้ดำเนินงาน ในรูปแบบของการออกเดินจาริกไปตามหมู่บ้านต่างๆ พื้นที่ลุ่มน้ำลำปะทาว จังหวัดชัยภูมิ เป็นช่วงเวลา ๘ วัน ๗ คืน โดยการร่วมกลุ่มของพระสงฆ์ ผู้ปฏิบัติธรรม ชาวบ้าน เยาวชน เด็กนักเรียน และกลุ่มคนที่สนใจ ก่อให้เกิดกิจกรรมต่างๆ เพื่อเป็นพลังแห่งการร่วมมือและสร้างสรรค์สิ่งดีงามให้เกิดขึ้นในสังคม

ตั้งนั้นในปี พ.ศ. ๒๕๕๑ จึงยังคงมีการจัดทำโครงการธรรมยาตราเพื่อฟื้นฟูชีวิตและธรรมชาติ ลุ่มน้ำลำปะทาว (ครั้งที่ ๙) ภายใต้คำขวัญของปีนี้ว่า “สิ่งแวดล้อมดีได้ด้วยตัวเรา” เพื่อให้เกิดแรงกระตุ้นให้ผู้คนได้ตระหนักถึงศักยภาพของคนที่จะทำให้สิ่งแวดล้อมดี โดยเริ่มต้นได้ง่าย หลายรูปแบบ จากตัวเราเอง สิ่งเหล่านี้จะนำไปสู่แนวทางในการตื่นตัวสร้างสรรค์สิ่งแวดล้อมอย่างเปิดกว้างได้หลายวิธี ในชุมชนท้องถิ่น ชุมชนเมือง ควบคู่ไปกับการพัฒนาความรู้สึกนึกคิดจิตใจของผู้คนร่วมกันสร้างสรรค์สังคมที่ดีงามให้เกิดขึ้นได้จริง

ผู้ที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมการเดินธรรมาจาริกเพื่อชีวิตและธรรมชาติลุ่มน้ำลำปะทาว ติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ศูนย์ประสานงานโครงการ วัดป่าสุคะโต หมู่ ๘ ต.ท่ามะขามโพธิ์ อ.แก้งคร้อ จ.ชัยภูมิ ๓๖๑๕๐ โทร. ๐๘-๗๓๗๓-๕๑๒๔

ชมรมเด็กรักนก เลขที่ ๘ หมู่ ๑๑ ต.ท่ามะขามโพธิ์ อ.แก้งคร้อ จ.ชัยภูมิ ๓๖๑๕๐ โทร. ๐-๔๔๐๓-๒๕๗๙ Email : youngbirdsclub@hotmail.com, Email : csaney@yahoo.com





เฮ้อ! - โลกาวินาศมาถึงจริงๆ แล้วกรรมัง ทั้งแผ่นดินไหว ทั้งน้ำท่วม ทั้งไฟป่า ทั้งลมพายุทุกอย่างพร้อมใจกันกระหน่ำโลกเหมือนธรรมชาติจงใจให้เกิดการกวาดล้างที่ละระลอก ชัดเอาเหล่ามนุษย์หายไปทีละกระบี่นี่ตามข่าวก็เริ่มมีกระแสการย้ายบ้านเกิดขึ้นในเมืองไทยแล้ว

บางคนก็ย้ายขึ้นเหนือหรืออีสาน บางคนมีเงินน้อยก็เตรียมปลูกบ้านที่ต่างประเทศไปเลย แต่คนไม่มีเงินอย่างเราๆ ก็เสรีจ่ะจะหนีไปไหนรอดในเมื่อยังต้องทำงานหาเงินอยู่กันที่!

ขณะที่คุณกำลังอ่านข้อความนี้อยู่ รับรองได้ครับ โลกยังไม่ถึงเวลาพิฆาตแน่ๆ เพราะถ้าอ่านได้ก็ต้องหายใจได้ ซึ่งแปลว่าอากาศยังไม่เป็นพิษ หายใจได้โดยไม่ชัก (ซึ่งไม่ว่ารุ่นหลานเหลนโหลนหายใจแล้วจะชักหรือเปล่า) พวกเขายังมีอาหารกินโดยไม่ถ่ายเป็นเลือด (ซึ่งไม่ว่ารุ่นหลานเหลนโหลนกินแล้วจะถ่ายเป็นเลือดหรือเปล่า) และพวกเขาก็ยังมีหนทางหาคำตอบว่าจะเกิดมาเป็นคนไปเพื่ออะไร (ซึ่งไม่ว่ารุ่นหลานเหลนโหลนสงสัยแล้วจะหาคำตอบได้ไหม)

อนาคตอาจน่ากลัวก็จริง แต่วันนี้ยังไม่น่ากลัวนัก ความน่ากลัวของโลกอาจยังไม่ถึงตัว จึงยังไม่ต้องเป็นห่วง แต่ใจที่กระวนกระวายเหมือนจะตายในวันนั้นนั่นแหละ น่าห่วงมากกว่า



บล็อกที่แล้ว ผมเล่าเรื่องทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ ที่เรารู้จักในชื่อ Maslow's Hierachy of Human Needs

ผมขมวดท้ายไว้ว่า Self Actualization หรือความต้องการขั้นสูงสุดที่มนุษย์จะพึงแสวงหาได้ ในความเห็นของผม ก็คือการค้นพบความจริงว่าด้วยตัวตนของมนุษย์เ็นทางพุทธ ว่าจะเขียนต่อกี่เกรงใจ เพราะมันยาวเหลือเกิน กลัวคุณจะเบื่อกันเสียก่อน เลยยกมาพูดถึงในบล็อกใหม่

ท่านที่เป็นคนช่างสังเกต คงจะเห็นว่าลึกลับในบล็อกผมมีไม่มากนัก หนึ่งในจำนวนไม่กี่อันที่มี จะมีชื่อของนักเขียนท่านหนึ่งชื่อ **‘ปราย พันแสง’** อยู่ด้วย

ที่ ‘ปราย’ เป็นนักเขียน นักแปล ที่มีผลงานน่าสนใจมานาน และหนึ่งในผลงานแปลที่เพิ่งออกมาไม่นานนี้ คือ Lafcadio สิ่งโตอยากเป็นคน ต้นฉบับในภาษาอังกฤษเป็นฝีมือของ เชล ซิลเวอร์สไตน์ (Shel Silverstein)

หลายคนกลัวจะไม่มีอนาคต แต่ไม่เสียตายปัจจุบันที่กำลังหายไปต่อหน้าต่อตา!

นั่นเพราะอะไร? เพราะหลายคนเข้าใจว่าปัจจุบันกำลังแย่ที่สุดแล้ว ไหนจะงานหนัก ไหนจะเงินน้อย ไหนจะหนี้บาน ไหนจะปัญหาครอบครัว ไหนจะปัญหาโจรชุม ไหนจะน้ำมันแพง ไหนจะข่าวของราคามหาโหด ฯลฯ เมื่อมองแต่ด้านแย่ของสถานการณ์ ก็เป็นธรรมดาที่จะรู้สึกแย่ถึงแย่ที่สุด พอเริ่มระแคะระคายว่าพรุ่งนี้อาจไม่มีแผ่นดินให้อยู่ ก็ยิ่งไปกันใหญ่ คล้ายนับถอยหลังรอภัยพิบัติที่กำลังคืบคลานใกล้ตัวเข้ามาทุกที

อันที่จริงถ้ามองแง่ดี ถึงจะมีภัยเกิดขึ้นกับแผ่นดินแผ่นน้ำรอบตัวเรา ก็คงไม่ใช่เรื่องผิดความคาดหมาย ไม่ก่อความตระหนกขนพองสยองเกล้าจนลึ้มตั้งสติ เพราะชาวโลกมีเวลาเตรียมใจมานาน จากการเห็นประชากรโลกที่นั่นที่นี้ พากันล่องหน้าไปก่อนใครๆ ก็ไปกันได้ ไม่ว่าจะชั่วดีมีจน จึงน่าจะเป็นเรื่องปกติแล้ว

รู้สึกไม่เกินความคาดหมายแล้ว ถ้าพรุ่งนี้โลกจะตัดสินใจประหารเรา ชาวนักลุ่มขี้สนี่ ผมไม่ได้มาแกล้งให้กำลังใจว่าเอาเถอะ แล้วทุกอย่างจะดีขึ้น อีกสองเดือนโลกจะสวยงามเหมือนเมื่อร้อยปีก่อนทุกประเทศจะซุดเจาะน้ำมันใช้เองได้โดยไม่ต้องซื้อใครแพงๆ คนหน้าแห้งจะหายไป คนหน้าใสจะมาแทน แต่สิ่งที่ผมพูดเป็นความจริงในปัจจุบัน นั่นคือคุณยังหายใจได้สบายๆ คุณยังกินข้าว กินน้ำได้โดยไม่ต้องระแวงไปทุกมื้อ และที่สำคัญเหนือสิ่งอื่นใด คุณยังเรียนรู้อุ้ได้ ทำความเข้าใจได้ทัน ว่ามีทางรอดอยู่ที่ไหน

จำหลักการไว้ดีๆ สองข้อนะครับ หนึ่งใน...ไม่มีทางที่โลกจะถล่ม

แลฟคาดีโอ เป็นสิ่งโตที่มีลำดับขั้นความต้องการแบบเดียวกับที่มาสโลว์บอกไว้เป๊ะ เริ่มจากการพอใจที่มีกระต่ายกิน ได้กินอิมได้นอนผึ่งฟูกกลางแดดอุ่นๆ แล้วพอมีนายพรานมาล่ามัน มันก็เริ่มแสวงหาความปลอดภัยในชีวิต

มันพยายามเรียนรู้การยิงปืนที่มันยึดได้จากนายพราน จนกลายเป็นสิ่งโตที่ยิ่งแกร่งสุดๆ จากผู้ถูกล่า กลายเป็นผู้ล่า จนนายพรานโดนแลฟคาดีโอยิงตายหมด แล้วกลายเป็นอาหารของสิ่งโตแทน ต่อมาก็มีคนจากคณะละครสัตว์มาชวนแลฟคาดีโอไปเป็นดาวเด่นของคนละ แลฟคาดีโอก็เริ่มใช้ชีวิตแบบมนุษย์มากขึ้นๆ เขาเริ่มเรียนรู้จะตัดผม อาบน้ำอุ่น เริ่มอยากมีเพื่อน มีคนรัก มีคนชอบ ทานอาหารแบบมนุษย์ แต่งตัวแบบมนุษย์ เดินสองเท้าแบบมนุษย์ เริ่มมีชื่อเสียง เริ่มรวย และรวยมากๆ

จนวันหนึ่งแลฟคาดีโอ ก็มีทุกอย่างที่มนุษย์ทั่วไปพึงจะอยากมีอยากได้ เทียบกับทฤษฎีมาสโลว์ เขาก็บรรลุถึงความต้องการขั้น Esteem

ปัญหาคือ เขาก็ยังไม่รู้สึกว่าอาหารหฺร เสื้อผ้าแพงๆ ชื่อเสียงเงินทอง บ้านหลังใหญ่ที่มีอยู่มันเพียงพอ เขาเริ่มเบื่อ และอยากได้ความแปลกใหม่ในชีวิต อยากมีความสุขอื่นมากกว่านี้ เพราะความสุขทางโลกทางวัตถุ มันไม่เคยทำให้ใครอิมใจได้ถาวร

เชล ซิลเวอร์สไตน์ เป็นทั้งนักแต่งเพลง นักคิด และนักเขียน นิยายเยาวชนดีๆ หลายๆ เรื่อง ๒ เรื่องที่เคยมีคนเอามาทำอิมเลดส่งต่อๆ กัน คือเรื่อง The Giving Tree เรื่องของต้นแอปเปิ้ล

แล้วผู้คนตายพร้อมกันแบบปิดประตูอด สอง...โลกมีทั้งเขตปลอดภัยและเขตอันตรายไว้สำหรับให้แต่ละคนสวยวิบากกรรมของตนเสมอ นี่หมายความว่าจรวดหรือไมรอดนั้น ไม่ใช่ด้วยการย้ายหนีหรือครับ เพราะทุกอย่างอมหญาพร้อมจะเป็นความอันตรายแก่ผู้ถึงคราวเดือดร้อน และผู้ที่ไม่ถึงคราวเดือดร้อนก็พร้อมจะปลอดภัยในทุกหยอมหญาเช่นกัน

ภัยพิบัติและความไกลาหลอลหม่านที่กำลังเกิดขึ้นบนโลกนั้น เป็นเพียงฉากลงใจให้เราหลงคิดไปว่าโลกกำลังแย่ และทุกคนจะต้องแย่ตาม ความจริงก็คือทุกอย่างแย่มาตลอด ตรงที่เราถูกธรรมชาติปิดบังไม่ให้รู้ ว่าเหตุใดบางคนจึงไปรวมอยู่ในกลุ่มคนที่ถูกกวาดล้าง ในขณะที่บางคนยังนั่งเคี้ยวข้าวเกรียบดูข่าวหายนภัยของชาวโลกอยู่ในห้องแอร์สบายๆ

บุญนั้นแหละที่จะคุ้มภัย บาปนั้นแหละที่จะลงดาบ แต่ว่าบุญนั้น มีได้ทั้งหมดได้ หรือถึงเวลาแทรกแซงของบาปได้ ครั้งหนึ่งเหล่าคนที่ถูกลงดาบในวันนี้ ก็เคยได้รับการคุ้มภัยให้นั่งนอนเอกเขนกสบายไม่ต่างจากพวกเรา เรากับเขาเสมอกัน ตรงที่ไม่รู้ว่าวันใดจะถึงตาของตนบ้าง

โลกเป็นแหล่งบุญใหญ่ แล้วก็มีเวลาให้ตัดดวงบุญได้จำกัด ฉะนั้น อย่าไปกังวลถึงวันพรุ่งนี้ แต่ให้เสียตายวันนี้นักนมากๆ นะครับ อยู่ตรงไหนก็ทำบุญได้เมื่อลมหายใจยังไม่สิ้นสุด ใจที่ตื่น ใจที่รู้ ใจที่มีสติปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นได้นั้นแหละ คือทางรอดที่แท้จริง แม้ภัยจะไม่รอดจากภัยพิบัติทางธรรมชาติ ในวินาทีหลังจติดบใจก็รอดจากอบายภูมิได้ทันที!

ที่หลายคนอ่านแล้วร้องให้ซึ้งมูโง่ง และเรื่อง The Missing Piece ที่ที่ ‘ปราย’ เคยแปลในชื่อ ความรักของวงกลมกับสามเหลี่ยม

ในตอนท้ายของแลฟคาดีโอ เซลทิ้งท้ายไว้ว่า แลฟคาดีโอเดินจากหายไป ท่ามกลางความสับสนในใจว่า เขาควรจะเป็นคนหรือกลับไปเป็นสิ่งโต เพราะเขาเปือความสุขแบบมนุษย์ แต่ขณะเดียวกันก็ไม่อยากกลับไปเป็นสิ่งโต

เซลไม่ได้บอกว่า แลฟคาดีโอหายไปไหน และจะเลือกเป็นอะไร แต่ผมบอกได้ว่า ไม่ว่าแลฟคาดีโอหรือพวกเราจะชอบหรือไม่ เราก็จะเวียนว่ายตายเกิด เบื่อๆ อยากๆ สุขๆ ทุกข์ๆ เวียนกันไปอย่างนี้ จนกว่าเราจะ Self Actualize ได้จริงๆ ว่า “ตัวตน” ของเราจริงๆ มันไม่เคยมี ไม่มีอยู่

เหมือนที่นี่โอเห็นความจริง ในเรื่อง The Matrix หลังจากกินยาเม็ดสีน้ำเงินเข้าไป ว่าชีวิตที่เขาเคยคิดว่ามันเป็น “ของจริง” มาตลอดเวลา แท้จริงมันเป็นแค่ภาพลวงตา ที่เราถูกหลอกให้เชื่อคิดว่าใช่ ว่าเป็น

ยาเม็ดสีน้ำเงินแบบที่มอร์เฟียร์ช ยื่นให้นี่โอเลือกกิน มันมีอยู่จริง ถึงจะไม่สำเร็จรูปขนาดบรรจุใส่เม็ดได้ แต่ก็ให้ผลอย่างเดียวกัน

มันเป็นยาที่พระพุทธเจ้าเรียกว่า สติปัฏฐาน ๔ การเจริญสติปัฏฐาน ๔ เราเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า วิปัสสนา นั้นแหละครับ

สุขสันต์วันที่เรายังหายใจนะครับ

4 สภาอารีย์

ถาม...โทร.ติดต่อมูลนิธิฯ ลำบากมากเลยคะ ไม่ค่อยจะติดหรือบางทีติดก็ไม่มีคนรับ ช่วยปรับปรุงหน่อยนะคะ

ตอบ...ตอบไปเหมือนแก้ตัว แต่ก็แก้ตัวจริงๆ นั้นแหละครับ ก่อนอื่นต้องขอภัยทุกท่านที่ได้รับความลำบากในการติดต่อมูลนิธิฯ ด้วยนะครับ เพราะเบอร์ติดต่อเราก็มีอยู่เบอร์เดียว การโทร.เข้าเลยอาจจะติดยากเสียหน่อย ยิ่งช่วงหลังๆ คำถามมักจะเป็นเรื่องของการเดินทาง ซึ่งจำเป็นต้องใช้เวลาในการอธิบายยาวหน่อย เวลาต่อสายจึงนานทำให้การโทร.ติดค่อนข้างยาก

ส่วนบางคราติดแล้วไม่มีคนรับ ก็ขอภัย และขอความเห็นใจเจ้าหน้าที่สภานิตะครับ เพราะบางจังหวัดเจ้าหน้าที่ต้องลงไปจัดหนังสือให้ผู้มารับจำนวนมากที่เกดงด้านล่าง หากช่วงนั้นเจ้าหน้าที่อีกคนเกิดไปพักกินข้าวหรือทำธุระส่วนตัวก็อาจทำให้โทร.มาแล้วไม่มีผู้รับได้

คงต้องขอความเห็นดูเจ้าหน้าที่นิตะครับโทร.ไม่ติดก็ลองทิ้งช่วงสภานิตแล้วโทร.ใหม่ เช่นเดียวกับไม่มีผู้รับก็ลองพักไปทำธุระอื่นสักแป๊บค่อยลองโทร.อีกทีนะครับ

และจากความจำกัดจำเขี่ยของทรัพยากรที่เรามี รวมถึงบุคลากรประจำดงที่เล่าแล้วนั้น ทำให้มีญาติธรรมบางกลุ่มที่ทำงานเกี่ยวกับระบบตอบรับอัตโนมัติเสนอที่จะช่วยเหลือมูลนิธิฯ กับปัญหาเรื่องการติดต่อนี้ โดยสนับสนุนเบอร์โทรศัพท์จำนวนหลายคู่สายด้วยเลขนำหมวดสวยๆ ง่ายง่าย ที่สำคัญคือระบบคอมพิวเตอร์ตอบรับอัตโนมัติ ที่จะทำให้ผู้ติดต่อเข้ามาสามารถเลือกรับบริการได้ด้วยตัวเองเลย

เบอร์สวยๆ นั้นก็คือ ๐-๒๓๓๓๓-๓๓๖๖ ที่รองรับการใช้งานในปริมาณที่น่าจะเพียงพอให้ไม่เกิดการโทร.ไม่ติดขึ้นอีก ส่วนข้อมูลอัตโนมัติก็มีข้อมูลพื้นฐานที่ถามไถ่กันอยู่เป็นประจำ และเป็นข้อมูลที่ใช้เวลาในการตอบยาว เช่น แผนที่มาที่มูลนิธิฯ เวลาทำการ รายละเอียดเวลาเปิดปิด วันหยุดสวันสันติธรรม รายละเอียดการไปปฏิบัติภาวนาที่ท่าชอนแก้ว ฯลฯ

โดยเฉพาะแผนที่นั้น ไม่เพียงแต่ข้อมูลอัตโนมัติ แต่ยังมีภรส่งโทรสารอัตโนมัติ เป็นแผนที่ที่บ้านอารีย์นี้ แผนที่ไปสวันสันติธรรมไปท่าชอนแก้ว ไปวัดปลายานาฯฯ

ก็เชื่อว่าระบบตรงนี้น่าจะช่วยให้การติดต่อกับทางมูลนิธิฯ เป็นไปได้อย่างราบรื่นขึ้น เกิดประโยชน์กับผู้ที่ติดต่อเข้ามามากขึ้น อีกทั้งเวลาของเจ้าหน้าที่ที่มากขึ้นนี้ก็จะได้มาใช้นางานบริการด้านอื่นๆ ให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นไปอีก

อย่างไรก็ลองใช้กันดูนะครับ และช่วยรบกวนส่งข่าวต่อเพื่อนๆ ถึงเบอร์ใหม่ ๐-๒๓๓๓๓-๓๓๖๖ นี้ด้วยจักเป็นพระคุณยิ่งครับ

สุดท้ายต้องขอขอบพระคุณอย่างสูงกับบริษัท **เอ็ม ไอ แคป** โดย **คุณประยธร เจริญประวัติ คุณปรีญดา อุทัยเจริญพงษ์ คุณสยาม ผลสวัสดิ์** รวมถึงเจ้าหน้าที่บริษัททุกท่านที่ช่วยกันทำระบบนี้มาให้พวกเราได้ใช้ประโยชน์กันโดยไม่คิดมูลค่า

ขออนุโมทนาอย่างยิ่งครับ



พระอาจารย์
มิตซูโอะ คเวสโก
วัดป่าสุนันทวนาราม
จ.กาญจนบุรี

ทำใจเป็นธรรม

๑ มานะ ๙

ชีวิตมีทั้งวันวาน วันนี้ และวันพรุ่งนี้
เมื่อปัจจุบันธรรม เป็นสิ่งสำคัญของชีวิต
ชีวิตในวันนี้ จึงเป็นเรื่องที่ควรคำนึงมากกว่ากาลใดๆ
วันนี้มีไว้สำหรับแก้ไข ไม่ใช่แก้ตัว

- แก้ตัว คือไม่ยอมรับความจริงในการทำผิดของตน
พยายามผลักความผิดไปให้ผู้อื่น หรือสิ่งแวดล้อม
- แก้ไข คือยอมรับความจริง หากมีอะไรผิดพลาด บกพร่อง
ก็ยอมรับผิด แล้วพยายามแก้ไข ปรับปรุง พัฒนาตนเอง
- คนดี ชอบหาจุดจุดบกพร่องของตน
มีหิริโอตตปปะ ละอายแก้ไข กลัวบาป
- คนชั่ว ชอบหาจุดจุดบกพร่องของคนอื่น จับผิดคนอื่น
และคิดไปว่า เราดี เขาไม่ดี

เมื่อเขาดีกว่า ก็คิด อิจฉา ริษยา น้อยใจ
ถ้าดีกว่าเขา ก็คิด ถือตัวถือตน ดูถูกดูหมิ่นเขา

เป็นสภาวะที่เกิด อัตตา เกิดตัวตน

อัตตาตัวตน และทุกข์ เป็นบริษัทเดียวกัน
อัตตาตัวตน สร้างขึ้นใช้เวลานานแสนนาน
เป็นเวลาหลายภพหลายชาติ ด้วยอำนาจอวิชชา
กิเลส ตัณหา อุปาทาน คิดผิด และสำคัญผิด

สำคัญผิด ๙ อย่าง หรือมานะ ๙

๑. เป็นผู้เลิศกว่าเขา สำคัญตัวว่าเลิศกว่าเขา ก็ผิด
๒. เป็นผู้เลิศกว่าเขา สำคัญตัวว่าเสมอเขา ก็ผิด
๓. เป็นผู้เลิศกว่าเขา สำคัญตัวว่าเลวกว่าเขา ก็ผิด
๔. เป็นผู้เสมอเขา สำคัญตัวว่าเลิศกว่าเขา ก็ผิด
๕. เป็นผู้เสมอเขา สำคัญตัวว่าเสมอเขา ก็ผิด
๖. เป็นผู้เสมอเขา สำคัญตัวว่าเลวกว่าเขา ก็ผิด
๗. เป็นผู้เลวกว่าเขา สำคัญตัวว่าเลิศกว่าเขา ก็ผิด
๘. เป็นผู้เลวกว่าเขา สำคัญตัวว่าเสมอเขา ก็ผิด
๙. เป็นผู้เลวกว่าเขา สำคัญตัวว่าเลวกว่าเขา ก็ผิด

เมื่อใจดี จะไม่มีความคิด เป็นเรา เป็นเขา
แต่จะเห็นสัตว์เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน
ให้ “เห็น” เป็นหลัก เป็นกิริยา
คนเรานั้นเมื่ออยู่ในสมมติโลก
เราต้องอยู่ด้วยกันหลายคน มองเห็นเป็นธรรม
ไม่ให้ตัวตนเข้าไปยึด ควบคุมจิตเป็นอุปนยิภกรรม
น้อมเข้ามาหาตนเสมอ

พอใจ ไม่พอใจ ศึกษาเป็นธรรม แยกแยะเป็นธรรม
พิจารณาเป็นธรรม อริยสัง ๔ สติปัฏฐาน ๔

อาหารการกิน วันนี้เราจะมีอะไรทานไหมหนอ? แต่ละวันท้องจะอิม
จะว่างก็แล้วแต่หัวใจของเพื่อนมนุษย์ เราจำเป็นต้องพึ่งบารมี
เพราะไม่มีอย่างอื่น

พอดีเจอผู้ชายอิหร่านคนหนึ่ง เขาคงสงสารและอยากฝึกพูด
ภาษาอังกฤษด้วย เขาจึงพาไปกินน้ำชาแล้วให้ส่งตางค์ไปเล็กๆ น้อยๆ
กลางคืนพักข้างถนนในซอยเงียบ กลัวว่าตำรวจเห็นจะซ้อม รุ่งเช้า
เดินไปร้านขายซูบแห่งหนึ่ง ซึ่งจำได้ว่าซื้อซูบหนึ่งจวนแล้วเขาให้
ขนมปังฟรี ในขณะที่กำลังเดินไปโดยพยายามไม่มองร้านอาหาร
ข้างทางที่ดึงดูดตาเหลือเกิน ไม่ดมกลิ่นหอมที่โชยออกมา เราได้
สวนทางกับผู้หญิงคนหนึ่ง เขาเห็นเราแล้วก็หยุดชะงัก จ้องมองเรา
อย่างตะลึงงันสักพักหนึ่งแล้วเดินตรงมาหาหน้าบูดบึ้ง แล้วสั่งให้ตาม
เขาไปโดยใช้ภาษามือ เราเป็นนักแสวงหาเลยยอมตามไป เดินไป
สักสิบนาทีก็ถึงตึกแถว ชั้นลิฟต์ไปถึงชั้นสี่ สันนิษฐานว่าคงเป็น
บ้านเขา แต่เขาไม่พูดไม่จาอะไรเลย ยิ้มก็ไม่ยิ้ม หน้ามึงมึงตลกด

พอเปิดประตูเข้าไปปรากฏว่าเป็นบ้านของผู้หญิงคนนี้จริงๆ เขา
พาเข้าห้องครัวแล้วชี้ไปที่เก้าอี้ หนึ่งนั่งแล้วเขาเอาอาหารมาให้
ทานหลายๆ อย่าง อาตมา รู้สึกเหมือนกับขึ้นสวรรค์ ทำให้รู้ว่า
อาหารที่อร่อยที่สุดในโลกคืออาหารที่ทานในขณะที่หิวและห้อง
กำลังร้องจ๊อกๆ เขาเรียกลูกชายมาสั่งอะไรก็ไม่รู้เพราะฟังไม่รู้เรื่อง
แต่สังเกตเห็นลูกดูจะอายุไล่เลี่ยกับเรา สักพักใหญ่ลูกชายก็กลับมา
ด้วยกางเกงและเสื้อเชิ้ตชุดหนึ่ง พอเขาเห็นว่าเรอิมหน้าสำราญแล้ว
ก็ชี้ไปที่ห้องน้ำ สั่งให้อาบน้ำเปลี่ยนผ้าชุดใหม่ (ของเก่าน่ากลัวเอาไปเผา)
เขาไม่ยิ้ม ไม่แยม ไม่พูดจาอะไรเลย มีแต่สั่งอย่างเดียว ขณะนี้

- ใครทำให้เสื่อมลาม หรือ มีลาม
- ใครทำให้เสื่อมยศ หรือ มียศ
- ใครทำให้ถูกนิโทษา หรือ สรรเสริญ
- ใครทำให้ทุกข์ หรือ สุข

“ใคร” ก็ไม่สำคัญ ตัดออกจากความคิด

ไม่มีใคร ไม่มีเขา ไม่มีเรา มีแต่ทุกข์
และคิดหาทางออกจากทุกข์ให้ได้
พยายามลดอัตตาตัวตน ลดกิเลส ลดทุกข์
ใครทำความดี ยินดี อนุโมทนาในการทำความคิด
ใครทำความชั่ว ก็ให้เห็นปัญหาในการทำความคิด

ใคร ไม่สำคัญ เห็น เป็นกิริยา

เมื่อใครทำความชั่วในสังคมเรา
รักษาใจเราเป็นกลางๆ สุขภาพใจดี ใจดี มีเมตตา
ยกขึ้นมา ยกการทำชั่วขึ้นมาพิจารณา ใคร ไม่สำคัญ
หาวิธี แก้ไข ตักเตือน สรรวม ระวัง
จัดการตามกฎหมาย
จัดการตามวินัย ที่พระพุทธเจ้าบัญญัติไว้
ให้ลดปัญหาสังคมลง
ใจเราให้ตั้งมั่นใน เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา

ละมานะ ละอัตตา ให้ได้ตั้งแต่เดี๋ยวนี้ วันนี้

อ่านต่อฉบับหน้า
มูลนิธิมายา โคตมี โทร. ๐-๒๖๗๖-๓๔๕๓, ๐-๒๖๗๖-๔๓๒๓

อาบน้ำอยู่ก็คิดสันนิษฐานว่าแม่คนนี้อาจเห็นอาตมาแล้ววาดภาพ
นึกถึงลูกชายเขาเองว่า ถ้าสมมุติว่าลูกเราเดินทางไปต่างประเทศ
แล้วตกทุกข์ได้ยากอย่างนี้ อยู่ในสภาพน่าสมเพชอย่างนี้ มันจะ
เป็นอย่างไร ฉะนั้น อาตมาจึงคิดว่าเขาช่วยเราด้วยความรักของแม่
เลยคิดแต่งตั้งเขาเป็นแม่กิตติมศักดิ์ประจำเมืองอิหร่าน ยืนยิ้ม
หน้าบานอยู่ในห้องน้ำคนเดียว

เมื่อเสร็จเรียบร้อยแล้ว เขาก็ไปส่งเราตรงจุดที่ได้เจอกัน แล้ว
เดินลุยเข้าไปในกระแสชาวเมืองที่กำลังเดินไปทำงาน อาตมายืน
มองผู้หญิงอิหร่านคนนั้นถูกหมู่ชนกลืนไป รู้อย่างแม่นยำว่าชาตินี้
คงไม่มีวันลืมเขาได้ อาตมาประทับใจและซาบซึ้งมาก น้ำตาทำท่า
จะไหลลลอล เขาให้เราทั้งๆ ที่ไม่รู้จักกันเลย ตัวสูงๆ ผอมๆ เหมือน
ไม้เสียบผีจากป่าช้าที่ไหนก็ไม่รู้ เสื้อผ้าก็เหม็นสกปรก ผมงก็ยาวรุงรัง
แต่เขากลับไม่รังเกียจเลย มีหน้าซำยังพาเราไปที่บ้านและดูแล
เหมือนเราเป็นลูกของเขาเองโดยไม่หวังอะไรตอบแทนจากเราเลย
แม้แต่การขอบคุณ เวลาผ่านไปสิบกว่าปีแล้ว อาตมาจึงอยาก
ประกาศคุณของพระโพธิสัตว์หน้าบูดคนนี้ ให้ทุกคนได้ทราบว่ามี
แม่ในเมืองใหญ่ ก็ยังมีคนดีและอาจมีมากกว่าที่เราคิด

ไม่ใช่เพียงแค่นั้นคนเดียว ตอนสมัยที่อาตมาแสวงหาประสบการณ์
ชีวิตนั้น ได้รับความเมตตาอาารี ความช่วยเหลือเจือจานจากคนหลายๆ
ชาติ ทั้งๆ ที่เราไม่ได้ขออะไรจากใคร ทำให้ตั้งใจว่ามีโอกาสเมื่อไหร่
ต้องช่วยคนอื่นบ้าง ต้องมีส่วนในการสืบอายุของน้ำใจในหมู่มนุษย์
แม้สังคมทั่วไปจะตัดคัดกันดาร์คุณงามความดีเพียงไร แต่ขอให้เรา
พยายามเป็นแหล่งเขียวเล็กๆ แก่เพื่อนร่วมโลกก็ยังดี *อ่านต่อฉบับหน้า*

พระอาจารย์ คึกฤทธิ์ โสติดิพล

วัดนาป่าพง
ลาลูกกา คลอง ๑๐
ตอปัญหาธรรมะ
ที่ยุวพุทธิกสมภาค

(ต่อจากฉบับที่แล้ว)
เพราะฉะนั้นถ้าเรารู้สึกถูกพ่อแม่
ตามใจมาตลอด แล้วเราอยากจะทำผิด
ตนเอง นี่เลยให้เอาศีลห้าเข้าไป แล้วก็
ฝึกให้จิตอยู่กับปัจจุบัน จิตมั่นก็อยาก
อยากไปคิดนะ ไปคิดเรื่องอนาคต
เพลินสนุกสนานนึกเรื่องอดีตเพลินบ้าง
เศร้าใจบ้าง ดีใจบ้าง มันหลายเรื่อง
คละเคล้ากันไป เราก็ก็นำเอา พยายาม
ไม่อย่ากคิด ไม่อย่ากรู้เรื่องนั้น ดิ่งจิต
กลับมาอยู่กับปัจจุบัน นี่เป็นวิธีแก้ความอยาก เราจะได้ฝึกฝน
ความอยากอยู่ตลอดเวลา ต่อไปใครมาทำอะไรให้เราไม่พอใจ
เราก็รู้สึกว่าร้อรับได้ เริ่มมีภูมิต้านทานแล้ว ไม่งั้นจะหงุดหงิด
รำคาญใจอยู่คนเดียว ยิ่งถ้าเป็นลูกน้องเขา ทำอะไรไม่ได้เลย
ยิ่งเครียดหนัก เป็นเจ้านายก็ทำให้ลูกน้องไม่ค่อยอยากร่วมงาน
กับเราด้วย เพราะจะเป็นเจ้านายที่เอาแต่ใจตัวเอง ไม่รอบคอบ
ตัดสินใจอะไรไม่ใคร่ครวญให้ถี่เสียดก่อน ลูกน้องก็จะขาดความ
เชื่อถือ การงานก็ไม่ดี ไม่มีประสิทธิภาพ

การปฏิบัติธรรมจึงใช้ได้หมด ดีทั้งในทางธรรมและดีทั้งในทางโลก
ในทางโลกก็จะเป็นเหตุให้เราเรียนดี เป็นเหตุให้เรามีความก้าวหน้า
ในการทำงาน แต่คนส่วนมากไม่ค่อยเห็นนะไม่ค่อยหยิบธรรมะไปใช้
มองไม่ออกว่า ใช้แล้วมันจะเจริญก้าวหน้าอย่างไร ลองเอาไปทำ
ดูนะ มันมีแต่ความเจริญ คนรอบข้างคนที่เกี่ยวข้องกับเราจะมี
ความเชื่อมั่นในตัวเราสูง คำพูดเราจะตรงจะจริง การกระทำเราจะ
ตรงไปตรงมาตามนั้น

มันเป็นเครดิตของตัวเอง ต่อไปเราไปติดต่อประสานงาน ทำงาน
กับใคร พูดกับใครมันจะราบรื่นเรียบร้อยไปด้วยดี ตรงนี้สร้างยากอยู่
ถ้าเราสร้างตัวเราว่าเป็นคนเหลวและเหลวไหลพูดไม่จริงไม่ตรง
ภาพเราก็จะเป็นอย่างนั้นไปเรื่อยๆ จะไปติดต่อไปพูดอะไรกับใคร
เขาก็ต้องระวัง ว่าเราจะพูดอะไร พูดมาอย่างเดียวโดนคนฟังเอา
ร้อยหาร ไม่มีความเชื่อถือ เราจะขาดความเชื่อถือ แล้วความสำเร็จ
มันจะเกิดขึ้นได้นั้นมันยาก คนเรามองไม่ออก การทำงานมันจะ
ยากขึ้น ยากขึ้นเรื่อยๆ ก็ต้องเพิ่มกรอบ เพิ่มมาตรการ เพิ่ม
ความระมัดระวังอะไรอีกมากมาย แทนที่จะคุยกันแบบง่ายๆ
แล้วก็เสร็จจบ

พระพุทธเจ้าบอกคติของผู้มีกายกรรมคด วจีกรรมคด มโนกรรมคด
จะเป็นเหตุให้ได้ไปเกิดเป็นสัตว์กระเสือกกระสน เช่น งู ตะขาบ
แมลงปอง จะได้อัตภาพเป็นอย่างนั้น แต่ถ้ากายกรรมตรง วจีกรรมตรง
มโนกรรมตรง จะได้เกิดในตระกูลดี ตระกูลกษัตริย์ ตระกูลคหบดี
ตระกูลสูง ได้ภพชาติที่ดี ท่านก็ทรงอธิบายแจกแจงไว้หลายอย่าง
เราก็เลือกกันเอาเองเป็นสิ่งที่เราเลือกกระทำได้ กรรมคือการกระทำ
ก็คือเราทำเอง

อ่านต่อฉบับหน้า
ท่านที่สนใจสามารถติดตามอ่านย้อนหลังได้ที่ <http://www.baanaree.net/mag.php>



หนี้ศักดิ์สิทธิ์

เมื่อยี่สิบกว่าปีที่แล้ว ตอนที่ยังไม่ได้บวช อาตมาเชื่อว่า
ปัญหาเกิดจากประสบการณ์ จึงเดินทางออกจากบ้านเกิด
เมืองนอนที่ประเทศอังกฤษ ะเหเร่ร่อนหาประสบการณ์ชีวิต
ทางยุโรปและเอเชีย ยิ่งลำบากยิ่งชอบเพราะรู้สึกว่าการลำบาก
ช่วยให้รู้จักตัวเองมากขึ้น ซึ่งเป็นกำไรชีวิต

แต่การเดินทางไปอินเดียผิดหวังนิดหน่อย ไม่ได้ทำหาอย่างที่
คาดหวัง ขากลับจึงตัดสินใจลองเดินทางจากประเทศปากีสถาน
ไปยังอังกฤษโดยไม่ใช้เงิน โบกจรไปเรื่อยๆ อยากจะรู้ว่าเป็นไปได้ไหม
อยากจะทำบารมีรู้สึกของผู้ไม่มีอะไรอย่างลึกซึ้ง

ผจญภัยเยอะเหมือนกันและผ่านเหตุการณ์ที่ไม่มีวันลืมเลือน
อย่างเช่น พอถึงเตหะราน เมืองหลวงของประเทศอิหร่าน รู้สึกจะ
หมดแรงแล้ว ผอมแห้งบักโกรก เสื้อผ้าก็มอมแมมกระด่ากระด้าง คงดู
น่าเกลียดพอสมควร เห็นหน้าในกระจกห้องน้ำสาธารณะก็ตกใจ
ส่วนใจก็เป็นเปรตมากขึ้นทุกวัน กังวลหมกหมุ่นแต่ในเรื่องของ

หนึ่งคลิกในหัวใจ

พันทิวา

มนุษย์ทุกคนล้วนแล้วแต่มีความตายเป็นที่หมายปลายทางสุดท้ายเสมอเหมือนกันทั้งหมดทั้งสิ้น

ไม่ว่าจะยากดีมีจน อยู่ในยศถาบรรดาศักดิ์สูงส่งหรือต่ำต้อยแค่ไหน มัจจุราชได้ให้สิทธิ์เท่าเทียมกันว่าทุกคนต้องตาย

จะแตกต่างกันก็เพียงวันเวลาและวิธีการ ซึ่งแม้จะไม่มีใครเลือกได้ แต่บางคนก็อาจรู้ได้ล่วงหน้าเมื่อมีระยะเวลาส่งสัญญาณให้เห็นว่าใกล้จะมาถึง

การได้รู้ล่วงหน้าเกี่ยวกับ “วาระสุดท้าย”

อาจเป็นสิ่งที่คนส่วนใหญ่ไม่อยากจะรู้ เพราะแน่นอนว่ามันย่อมนำมาซึ่งความหวาดหวั่น ความเศร้าสลดสะเทือนใจจะเกิดกับคนที่ร่วมรับรู้

เคยตั้งคำถามกับตัวเองบ้างไหมว่าหากวันหนึ่งคุณต้องตกอยู่ในสถานการณ์เช่นนี้ ไม่ว่าตัวคุณเองรู้ล่วงหน้าว่ากำลังจะตาย หรือรู้ล่วงหน้าว่าญาติมิตร คนในครอบครัว กำลังจะจากไป คุณจะทำอย่างไร

วันนี้ มิตรแห่งบ้านอารีย์ของเราคนหนึ่ง ซึ่งเพิ่งผ่านพ้นเหตุการณ์ดังกล่าวได้บอกเล่าเรื่องราวที่เกิดขึ้นกับเธอผ่าน “หนึ่งคลิกในหัวใจ”

เธอไม่ได้หวังให้ทุกคนโศกเศร้าไปกับเธอ เธอไม่ได้ปรารถนาคำปลอบประโลม แสดงความโศกเศร้าเสียใจจากมวลมิตรในบ้านอารีย์หลังนี้

แต่เธอวาดหวังว่าการ “**มิสติ**” ในการเผชิญกับความตายบนฐานของความผูกพันกตัญญูของลูกที่มีต่อบุพการีจะเป็นตัวอย่างอันงดงามที่ทำให้ทุกคนได้ประจักษ์ว่า

ไม่มีสิ่งใดจะยิ่งใหญ่มหาศาลเท่ากับความรักระหว่างแม่กับลูก

ไม่มีสิ่งใดศักดิ์สิทธิ์สัมฤทธิ์ผลเท่ากับความรัก

และการได้ทำหน้าที่ตอบแทนพระคุณ ด้วยการ “**ให้สติ**” トラบจนวาระสุดท้ายที่แม่จากไปนับเป็นโอกาสที่ทำให้ยากยิ่ง ทั้งต่อผู้เป็นแม่และคนเป็นลูก อีกทั้งยังไม่ใช่ว่าสิ่งที่จะเกิดขึ้นได้กับทุกๆ คน

นี่คือเรื่องราวของเธอที่อยากให้มีมิตรแห่งบ้านอารีย์ทุกท่านได้อ่านด้วยใจสงบพร้อมๆ กัน...

เตรียมตัว (ให้แม่) ก่อนตาย

ณิธิ سرا

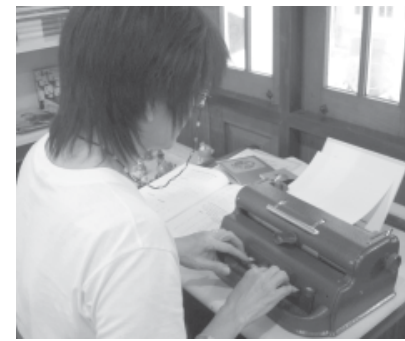
“**หายใจเข้าลึกๆ พุท หายใจออกลึกๆ โธ นะแม่**” เป็นประโยคที่ดิฉันพูดกับแม่ทุกวันขณะที่แม่รักษาตัวอยู่ในโรงพยาบาล แม่ป่วยด้วยโรคมะเร็งระยะสุดท้าย เริ่มต้นเป็นที่ปากมดลูก แล้วลุกลามไปยังตับ และยังมีก้อนเนื้อไปกดทับไต ทำให้แม่ปวดหลังอย่างรุนแรง ปัสสาวะเป็นเลือด หมอต้องให้มอร์ฟีนเพื่อระงับอาการปวด ทำให้แม่หลับเกือบตลอดเวลาเพราะฤทธิ์มอร์ฟีนที่ไปกดประสาท โชคดีที่วันแรกๆ ตอนที่แม่ยังพอลืมตาได้และพูดกันรู้เรื่อง ดิฉันได้นำผ้าไตรไปให้แม่อธิษฐานจิตขอให้พระคุ้มครองแม่ และให้แม่ขอให้อิทธิกรรมต่อเจ้ากรรมนายเวร พร้อมทั้งให้อิทธิกรรมแก่เขาด้วย ดิฉันได้นำผ้าไตรนั้นไปถวายท่าน ว.วชิรเมธี ที่วัดเบญจมบพิตรฯ กราบเรียนท่านว่าแม่ไม่สบายมาก ท่าน ว.วชิรเมธี เมตตาธิษฐานให้พรแม่ เป็นสังฆทานต่อคณะสงฆ์ พร้อมทั้งสวดมนต์ให้พรแม่ หลังจากนั้นประมาณ ๒ วัน แม่บอกดิฉันว่า “เมื่อเช้านี้แม่เห็นแสงสว่างอย่างที่แม่ไม่เคยเห็นมาก่อนเลยในชีวิต ทำให้แม่รู้สึกสบายใจมากเลย” นั่นเป็นบุญของแม่นะจ๊ะ พระให้พรแม่ แม่ต้องระลึกถึงบุญนี้ไว้นะ

ต่อมาแม่เริ่มเพ้อ จิตของแม่ยังคงยึดติดอยู่กับบ้าน แม่บอกว่ากำลังเด็ดพริกขี้หนูอยู่ สังเกตหรือยัง ใครเอาขานมูมาวางไว้ตรงนี้ ฯลฯ ... ดิฉันกอดแม่แล้วบอกว่า แม่จำแม่อยู่กับปัจจุบันนะ ตอนนั้นแม่

รักษาตัวอยู่ในโรงพยาบาล แม่ยังไม่ต้องทำกับข้าวนะ ร่างกายเราปล่อยให้หิวเรารักษาไป แต่จิตใจแม่ต้องรักษาของแม่นะแม่นะ แม่รู้สึกตัวและพยักหน้ารับรู้ แต่แม่ก็เพ้อมากขึ้นทุกวัน ดิฉันเฝ้าบอกให้แม่รู้สึกตัว แม่พูดโธนะ ดิฉันพูดพุทโธ พุทโธให้แม่ฟัง จนแม่พูดพุทโธตามดิฉัน ตกเย็นดิฉันจะเอาสายฟังเสียบหูให้แม่ฟังเสียงพระสวดมนต์ทุกวัน ถึงแม่แม่จะไม่ได้ฟัง แต่ได้ยินบ้างก็ยังดี

เช้าวันศุกร์ที่ ๓๐ พฤษภาคม ๒๕๕๑ ดิฉันไปเฝ้าแม่ตอนเช้า เนื่องจากอาการแม่แยลงเรื่อยๆ แม่นอนหายใจอยู่เฉยๆ โดยไม่ได้ลืมตามาหลายวันแล้ว วันนี้ดิฉันสังเกตเห็นว่าแม่ใช้ความพยายามที่จะหายใจอย่างมาก หายใจครั้งหนึ่งแล้วก็หยุดหายใจไปนาน พอหายใจอีกทีตัวก็จะกระเพื่อมแรง ดิฉันรู้ว่าใจของแม่พยายามต่อสู้ที่จะมีชีวิตอยู่ต่อไป ในขณะที่สังขารร่างกายกำลังจะแตกดับ ไปด้วยกับใจเราไม่เคยเป็นของเราเลยนะแม่ แม่จำปล่อยเกาะ ร่างกายเป็นเรื่องของธรรมชาติ แม่ปล่อยคืนธรรมชาติเขาไปเถอะนะ แม่รักษาใจของแม่ไว้ดีกว่า ใจที่เป็นบุญเป็นกุศลของแม่ แม่ทำบุญมาตลอดชีวิต บุญของแม่มากมายมหาศาล แม่อยู่กับตรงนั้นนะจ๊ะ แม่เคยบอกว่าแม่อยากสร้างพระประธานใช้ไหม จุ่มจะทำให้แม่นะ ทำเสร็จแล้วจุ่มจะบอกให้แม่อนุโมทนาบุญนะจ๊ะ แม่ไม่ต้องห่วงอะไรทั้งนั้น จุ่มจะดูแลทุกอย่างเอง ปล่อยให้วางทุกอย่างลงนะ แม่... ดิฉันเชื่อว่าแม่ได้ยินที่ดิฉันพูด เพราะแม่ได้จากไปด้วยใบหน้าบ่งบอกถึงความเข้าใจและปล่อยวางในคืนนั้นเอง

ขอเชิญเข้าร่วมโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ “ชวนคิดถึงชีวิตที่เหลือ” รุ่นที่ ๒ จัดโดยชมรมวิถีพอเพียง และคณะครูจากสถาบันโยคะวิชากา วันที่ ๒๐-๒๑ กันยายน ๒๕๕๑ ที่อริยธรรมสถาน อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ โทร. ๐๘-๙๙๙๙๙๙-๐๐๙๔, ๐๘-๗๖๗๘๘๖๖๙



บ้านอารีย์มอบธรรมะ สำหรับผู้พิการทางสายตา

มูลนิธิบ้านอารีย์ เชื่อว่ามีผู้พิการทางสายตาจำนวนมากไม่น้อยที่สนใจศึกษาธรรมะ เขาเหล่านั้น นอกจากจะศึกษาจากการฟังแล้ว บางท่านก็ยังสะดวก ถนัดและชื่นชอบการอ่านด้วย ซึ่งขณะนี้ทางมูลนิธิฯ มีเครื่องพิมพ์อักษรเบรลล์แล้ว หากท่านสนใจ สามารถมาเรียนรู้การใช้เครื่องพร้อมร่วมพิมพ์หนังสืออักษรเบรลล์เพื่อผู้พิการทางสายตาได้ในเวลาทำการคะ



๑๕

...พุทถั่ง สรณัง คัจฉามิ...ธัมมัง สรณัง คัจฉามิ...สังฆัง สรณัง คัจฉามิ

ข้าพเจ้าขอนอบน้อมและยกเอาพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งสูงสุด... ที่พึ่งอื่นไม่มีอีกแล้ว

พร้อมกันนั้นก็มิเสียงกล่าว “สาธุ” ตั้งลิ้นรากับอยู่ท่ามกลาง ชุมมุนคนนับแสน ขนลุกชู...ปีติเปี่ยมล้น น้ำตาไหลโดยไร้สาเหตุ เสียงในอดีต...ชาติก่อน กังวานก้องติดตึ้งความทรงจำ

วิวลิมตาข้าฯ กลับมาอยู่ห้องนอนตน นาฬิกาบนหัวเตียงบอก เวลาเกือบเจ็ดโมงเช้า ฟ้าระเรื่อ

เหยียดขาออกด้วยความเมื่อยขบ มองเห็นเกล็ดนาคาคงอยู่ดังเดิม รอยธรรมจักรปรากฏเด่นชัด “ความรู้” บางอย่างเกิดแก่ใจ อำนาจ นาคาซึมซาบอยู่ในร่าง เหตุการณ์เมื่อคืนไม่ใช่ฝัน สติดำเนินต่อเนื่อง ตลอดจนลืมนาคาเมื่อครู่

เขาไม่จำเป็นต้องสงสัย พันเกลียวหายไปไหน ชัยยะนาคาเพื่อนในชาติก่อนเป็นอย่างใด สิ่งเหล่านี้ล้วนไม่จำเป็น แค่อยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้นตามความจริงเท่านั้นเอง

ถ้าเป็นคนอื่นอาจไม่ทำความเข้าใจง่ายตายเช่นนี้ แต่วิพพบปรากฏการณ์พิเศษตั้งแต่เล็กจึงคุ้นเคยและยอมรับ แม้วันนี้จะไม่รู้รับอำนาจนาคามาเพื่อประโยชน์อะไร แต่เขารู้วิธีใช้อำนาจนั้น เปรียบเช่นคนมีดาบคมกล้าในมือ ต่อให้ไม่เคยเรียนเพลงดาบก็สามารถใช้มันสังหารศัตรู

แขนเรียวยังขัดๆ ยอกๆ เอาผ้าคล้องออกแล้ว แต่ยังไม่ ขับรถเอง ใช้บริการคนขับรถที่บ้านทั้งไปและกลับ

ก้องฟ้าไม่เข้าบริษัททั้งวัน ความวุ่นวาย ปั่นป่วนหลายอย่าง จึงตกเป็นภาระของเธียร ตั้งแต่ตั้งรกรก. และพนักงานทุกคนไม่ให้ แพร่ข่าว ประชุมกับฝ่ายประชาสัมพันธ์เรื่องรับหน้าสื่อมวลชน ดูแล การซ่อมแซมความเสียหาย เยี่ยมพนักงานที่บาดเจ็บ เหนื่อยทั้งวันยันเย็น ขึ้นรถกลับบ้านแทบหมดแรง เอนหลังพิงเบาะ หลับตาอย่างเปลี่ยวๆ

“คุณเธียรครับ” สีมา คนขับรถเอ่ยปากทำลายความเงียบ “มีอะไร” เขากถาม “วันนี้ทางบริษัทรถเขาเอาฝากระโปรงมาเปลี่ยนให้คุณแล้วนะครับ” “อืมม” เขารับรู้ ยังไม่อยากจะลืมนาคา รอยประหลาดบนฝากระโปรงรถ ยังก่อกวนความรู้สึก พวกลูกจ้างในบ้านกระซิบกระซาบกันอื้ออึงว่า นั่นคือ “รอยพญานาค”

ฝันถึงกองทัพงู ตื่นมาพบรอยพญานาค งูเลื้อยตัดหน้ารถ แผ่นดินไหว จนเสานาคราชคู่ลี้มลงแตกเสียหายยับเยิน...ทั้งหมดนี้ เริ่มมีส่วนเชื่อมโยงรำไร

กลับจากต่างประเทศไม่ถึงเดือน พบเรื่องประหลาดรอรับมากมาย เพียงนี้เขี้ยวหรือ...ชายหนุ่มถอนใจ ทอดสายตาไปยังท้องถนน คำแล้ว ผู้คนยังคึกคัก แสงไฟริมทางผ่านวูบชวนให้คิดถึงวันวาน

ใครคนหนึ่งเคยชวนเขานั่งกินก๋วยเตี๋ยวข้างทาง น้ำแข็งเปลา่คนละแก้ว แล้วมองหน้าเหมือนทำทนาย

“กินได้หรือเปล่า” ผู้หญิงคนนั้นมีดวงตาพร่าวไหวด้วยชีวิตชีวา สีลันอารมณ์

เพลิงนาคา

หลากหลาย พร้อมหัวเราะ ร้องไห้ และลุยกันได้ทุกที่...วูบหนึ่งเขาคิดถึงเธอ...คิดถึงจนไม่อาจจะรับความรู้สึก

“สีมา” เขาลืมตาเรียกคนขับรถ

“ครับ” “อย่าเพิ่งกลับบ้าน พาฉันไปบ้านเพื่อนก่อน”

“ครับ” คำตอบสั้นง่าย ไม่เปลี่ยนจนเธียรนึกขุ่น...นี่ถ้าทำตัวง่ายๆ สบาย

อย่างนี้ได้บ้างก็ดี รถจอดตรงหน้าประตูบ้านสองชั้นที่ซ่อนตัวหลังต้นไม้ใหญ่ แสงไฟจากห้องนั่งเล่นยังสว่างแสดงว่าเจ้าของบ้านยังไม่เข้านอน เธียรลงจากรถไปยืนอยู่หน้าประตู ออกจากดกจึงเรียก แต่ต้องขังใจ ถ้าหล่อนออกมาจะพูดอะไร ทักทายอย่างไร ทุกอย่างยังเหมือนเดิม งั้นหรือ...

หลายปีที่ไม่ได้เจอกัน จะชะล้างความรู้สึกดีๆ ในอดีตนหมดสิ้นหรือไม่

ชายหนุ่มถอนใจถอยหลังสองก้าวหลังพิงรถ...อยากเจอ...แต่ไม่กล้าพบหน้า ต้องหันหลังกลับไปพูดด้วยเสียงเหมือนเยาะหยันตัวเอง

“กลับบ้าน” บ้านที่เขาไม่ค่อยรู้สึกเป็นสุข ออกากหนีให้ไกลแต่ไม่เคยทำสำเร็จสักที

ก้องฟ้านั่งรออยู่ที่ห้องรับแขก ร่างสูงใหญ่ผิวงามบอก ลักษณะคนมีอำนาจ นัยน์ตาคมเหมือนเหยี่ยวสามารถอ่านความรู้สึกคนรอบข้าง ตรงหน้ามีซาร์อันวางเพียงถ้วยเดียว ไม่มีผู้รับใช้บริวารมายื่นเกะกะ เธียรกลับมาถึงบ้านเห็นลักษณะ เช่นนี้ก็พอเดาเรื่องออก

“นั่งลงสิ” ก้องฟ้าพูดกับเขาไม่ต่างจากสั่งลูกน้อง ชายหนุ่มนั่งลงเงียบๆ ไม่เอ่ยปากพูดจาอะไร “เรื่องที่บ้านบริษัทเรียบร้อยดีมั๊ย” คำถามแรก “ครับ” เขาตอบสั้นๆ แบบเดียวกับสีมา

“นาคราชคู่เสียหายแค่ไหน” ก้องฟ้าไม่ถามถึงความเสียหายอื่น “คงซ่อมแซมไม่ได้” เขาตอบตามจริง ไม่แตกเป็นชิ้นๆ เธียรพญานาคหลุดออก ไม่มีทางแก้ไขให้ดังตามเหมือนเดิม สีหน้าก้องฟ้ามีแววโทสะ กล้ามเนื้อกระตุก เกร็งเครียด “ฝากระโปรงรถผมมีรอยแปลกๆ” เธียรหลุดปากเรื่องนี้ต่อ “รอยพญานาค...คนในบ้านบอกแล้ว” คำพูดเนือๆ

“แล้วพ่อว่ามันเกิดจากอะไร” เธียรไม่คิดว่าพญานาคจะมา ทั้งรอยจริงๆ

ก้องฟ้าถอนใจ คล้ายไม่อยากใส่ใจกับเรื่องไม่เป็นเรื่อง

“ไปพักผ่อนเถอะ” ผู้เป็นพ่อตัดบทจบการสนทนาง่ายๆ “พอ...” เธียรมีเรื่องอยากคุยต่อ

“พอเหนื่อยแล้ว” คำพูดออกมาขัดกับกิริยาท่าทาง “มีอะไร ค่อยคุยกันวันหลัง”

พูดจบก็ลุกขึ้นเดินจากไป เธียรมองตามอย่างวงงง รู้สึก

เหมือนก้องฟ้าจางใจปิดบังความลับบางอย่าง อ่านต่อฉบับหน้า

ท่านที่สนใจสามารถติดตามอ่านย้อนหลังได้ที่ <http://www.baanaree.net/mag.php>

หนูน้อยอารีย์

กุลฤดี/จรจร

สาวน้อยรำไทย

ผ้าซีกแห่งแขวนห้อยเป็นระเบียบอยู่ท้ายรถกระบะคันใหญ่ พวกมันกำลังเดินทางเพื่อกลับไปหาเจ้าของที่ตั้งตารอคอยสวมใส่ชุดสะอาดๆ กลิ่นหอมใหม่ๆ ขณะที่ล้อรถแล่นจากถนนเข้าตามตรอกซอกซอย เบาะด้านหน้าคู่กับคนขับ มีร่างน้อยๆ นิ่งงอตัวเด็กผูกไว้กับผนังเบาะรถชมวิวดาแป้ว ติดตามไปด้วยทุกหนแห่ง บรรดาเสื้อผ้าในรถคงเข้าใจว่าเธอมาเป็นเพื่อนพวกมัน แต่หนูน้อยไม่คิดเช่นนั้น เพราะเพื่อนของเธอยามนี้คือ ‘นิ้วหัวแม่มือ’

“เพิ่งจะเลิกดูได้ไม่นานนี่เอง” แม่กล่าวอย่างอารมณ์ดี

‘กระเป๋’ ดูดีมีมือมาตั้งแต่เล็กๆ ช่วงเวลาของคุณแม่จัดการส่งผ้าซีกแห่งตามบ้านต่างๆ มันคือบางสิ่งทำให้เธอรู้สึกปลอดภัย หายกังวล สามารถใช้ชีวิตตามลำพังได้ หารู้ไม่ว่าเธอกำลังพาตนเองเข้าติดกับดักแห่งความสุข

“ชอบโดนผู้ใหญ่ล้อว่าไม่โต ดูดีแล้วฟันจะยื่น แล้วห้ามไม่ให้ดู แต่มันดีไม่อยากเลิก ขนาดคุณแม่เอายามมองมาทานิ้ว กระเป๋าก็ยังดูอยู่...อรอยดี” เด็กหญิงกระเป๋าส่งยิ้มพร้อมกับรำลึกถึงเหตุการณ์ที่ผ่านมาแคบๆว่า นี่เอง

“บางทีก็ใช้ยาทาเล็บให้นิ้วสวยจะได้ไม่อยากดู แต่เห็นแล้วยังอยากกิน แม่เลยเปลี่ยนมาใช้ฟ้าทะลายโจร ชมมาก แต่ก็...ไม่เลิกอยู่ดี”

เด็กๆ อาจพอใจง่าย ๆ แค่นั้น ลองแหงนคอมองผู้ใหญ่ตัวโตๆ ดูซิ “อะไรก็ได้ที่ช่วยเหนี่ยวนำจิตใจให้คลายทุกข์ อะไรก็ได้ให้ความรู้สึก ว่าปลอดภัย และอะไรก็ได้ที่ทำให้ชีวิตเปี่ยมสุข” เพียงเท่านั้น มนุษย์ทั้งหลายก็ยอมพาตนเองเข้ามาเป็นเหยื่อที่ขูดล่อให้ติดกับดักของกิเลส ซึ่งชักนำความสุขชั่วคราวอันไม่จีรัง



‘กระเป๋’ ด.ญ.พิชญ์วสา หิรัญถาวร อายุ ๗ ขวบ

ยังยื่นมาตบสนองจนติดใจ เมื่อการได้รับจบลง ก็จะตะเกียกตะกายหาความสุข เหล่านี้มากขึ้นจนกระทั่งถูกดูให้ตกอยู่ในหลุมดำที่ยากจะหลุดพ้นและหลีกเลี่ยง

“ไปเรียนรำไทยตรงใกล้ๆ บ้าน โดนคุณครูจับัดนิ้วให้มืออ่อน มันเจ็บเลยไม่อยากดูนิ้วอีก แล้วคุณครูยังบอกว่าถ้าฟันยื่นจะอุดรำแถวหน้า ก็เลยเลิกค่ะ”

ไม่แน่ใจว่าเหตุผลไหนถึงทำให้เรื่องหนักใจอยู่หลายปีของคุณแม่ยุติลงได้ แต่ที่แน่ๆ จากเด็กหญิงน่ารักดูดี กลายเป็นสาวน้อยน่ารักรำไทย เพราะได้รับโอกาสรำเรียนจากมูลนิธิไทลด์ดาร์ลีย์ ซึ่งเป็นสถาบันที่ส่งเสริมนาฏศิลป์ไทยให้กับเด็กๆ โดยไม่คิดค่าเล่าเรียนแต่อย่างใด

“ที่โรงเรียนพอรู้ว่ากระเป๋เคยฝึกรำมา ก็เลยให้เป็นคนรำถวายพระพรวันแม่กับวันพ่อ อยู่แถวหน้าตลอดเลยล่ะ” เธอกล่าวอย่างภูมิใจ

ความภูมิใจอาจเป็นกับดักความสุขตัวใหม่ได้ ถ้าเราหลงเข้าไปยึดติดมันเอาไว้ จะกลายเป็นทุกข์ทันที เพราะทุกข์แปลว่า “ตั้งอยู่ไม่ได้” แต่คนส่วนใหญ่ก็อยากจะได้มันให้มันตั้งอยู่ให้ได้

แต่ในทางตรงข้าม หากยอมรับสภาพแห่งความเป็นจริงตั้งแต่ต้น ว่าไม่มีอะไรเที่ยงแท้แน่นอน ไม่ยึดติดหรือประมาทในความสำเร็จ รู้จักตื่นตัวอยู่เสมอ ดังเช่นเด็กหญิงกระเป๋ากล่าวต่อไปว่า...

“เห็นคุณแม่สบายใจที่กระเป๋เลิกดูนิ้วได้ แถมยังไปรำถวายพระพรอีกตั้ง ๓ งาน ถือว่าโชคดีสุดๆ ไม่ได้รำอีกก็ไม่มีไรแล้ว ตอนนี้อยู่ที่โรงเรียนติชมอยู่ แม่บอกต้องหาอะไรทำไม่ให้มือว่าง ไม่งั้น จัน เจริญ ดูนิ้ว” เธอหัวเราะเสียงใสที่คิดแบบโฆษณาได้

มนุษย์เราหากเรียนรู้ที่จะยอมรับจริง ความจริงที่ว่าไม่มีสิ่งใดคงทนถาวร หลงยึดเมื่อไหร่ ก็ทุกข์เมื่อไหร่ และหมั่นที่จะเรียนรู้จิตใจเสมอๆ ไม่นานก็จะสามารถพาตัวเองออกจากกับดักดังกล่าวของโลกนี้ได้อย่างแน่นอน



ด.ช.ปฎิภาณ ไชติบุตร



ด.ช.เพชร สุนทรแสง

แนะนำโครงการ “ผู้ให้เสียงรุ่นเยาว์”

“บ้านอารีย์” เปิดโอกาสให้เด็กๆ ได้มีโอกาสแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ และสืบสานวัฒนธรรมทางด้านภาษาไทย รวมทั้งปลูกฝังให้ใกล้ชิดกับพุทธศาสนา โดยผ่านนิทานธรรมะที่แต่งเป็นคำกลอน บทโดย คุณสายฝน ศิลปพรหม กิจกรรมนี้จะให้เด็กๆ ได้อ่านบทกวีนิทานธรรมะ เพื่อออกอากาศในรายการวิทยุธรรมะอารีย์ ซึ่งออกอากาศทุกวันเสาร์ เวลา ๐๘.๐๐-๑๐.๐๐ น. ทางสถานีวิทยุ AM ๑๒๕๑ kHz เชิญชวนน้องๆ ที่สนใจ อายุไม่เกิน ๑๒ ปี สามารถแจ้งความประสงค์ได้ที่ คุณศิวพร ๐๘-๙๑๒๘-๐๔๔๖ หรือสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๘ เพื่อด่วนและเวลาทำการอัดเสียง ที่มูลนิธิบ้านอารีย์ โดยไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น



โครงการมอบทุนการศึกษา

ด้วยทางมูลนิธิบ้านอารีย์ มีนโยบายสนับสนุนทางการศึกษาสำหรับนักเรียน, นักศึกษา ที่มีความประพฤติดี แต่ขาดทุนทรัพย์ หากท่านใดมีความประสงค์ที่จะขอรับทุนดังกล่าว กรุณาส่งรายละเอียดของผู้ที่ต้องการจะรับทุน อาทิ สาเหตุที่ขอรับทุน, หนังสือรับรองจากสถานศึกษา, สำเนาบัตรประชาชน หรือสำเนาบัตรของผู้ปกครอง (ในกรณีที่ผู้ขอรับทุนยังไม่มีบัตรประจำตัว), สำเนาทะเบียนบ้าน, สำเนาผลการเรียนของปีที่ผ่านมา และอื่นๆ เพื่อประกอบการพิจารณา โดยส่งมาที่ มูลนิธิบ้านอารีย์ เลขที่ ๑๗/๑ ซ.อารีย์ ๑ ถ.พหลโยธิน แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กทม. ๑๐๔๐๐ หรือสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่ โทร. ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๘

พระเนมิราช



ทศชาติอัศจรรย์

สายฝน ศิลปพรหม



ทศชาติ ชาติที่สี่ พระโพธิสัตว์ เสวยพระชาติ เป็นกษัตริย์ สีวาสนา ของพระเจ้า มมหเวศ กษัตริราชแห่งเมือง มิถิลา ราชธานี

ต่างผนวช หลังชื่นชม ราชสมบัติ แปรทหันสี่- พันกษัตริย์ ฉัตรฉวี พระเจ้าเน- มิราช ชาติบารมี เป็นองค์ที่ ก่อนสุดท้าย ในราชวงศ์



ขึ้นครองราชย์ ปราดเปรื่อง เรื่องการบุญ โปรตการุญ สร้างโรงงาน งานประสงค ถึงห้าแห่ง พร้อมมอบทรัพย์ ส่วนพระองค์ ทุกๆ วัน มั่นคง ทรงเจือจาน

ทรงรักษา ศิลห้า มาเป็นนิตย์ วันอุโบสถ ทรงจิต อธิษฐาน อุโบสถศีล รักษา สมทาน ชวนชาวบ้าน ทำตาม คุณความดี



พระเกียรติคุณ ลือเลื่อง ถึงเมืองฟ้า พระอินทร์มา ปราบกฏาย ฉายราศี ให้ใต้ตาม ข้อสงสัย ในฤดี เรื่องศีลหรือ ทานผลมี ดีกว่ากัน

พระอินทร์ตอบ ศิลเหนือทาน อันผลบุญ ทานเกื้อหนุน เกิดใหม่ได้ ในสวรรค์ ศิลส่งผล ถึงพรหมโลก สิ้นโศกพลัน ทั้งศีลทาน ควรคู่กัน บำเพ็ญเทอญ

สำหรับท่านที่สนใจ หนังสือทศชาติอัศจรรย์ ติดต่อ สำนักพิมพ์ธรรมดา ๐-๒๘๘๘-๗๐๒๖-๗ หรือตามร้านหนังสือทั่วไป

ปิชิตใจ

อย่าไปทำ สงคราม กับความคิด
หลงพิชิต คิดชนะ นั้นแหละแพ้
พิชิตเขา หลงมีเรา ถูกรังแก
สงครามแพ้ แค่อยุติคิด พิชิตใจ

ภาพและคำบรรยาย
พระอาจารย์อำนาจ โอภาโส



แรงบันดาลใจในธรรม

อีกแง่มุมหนึ่งที่เป็นมากกว่า “หนังสือ”... แรงบันดาลใจในธรรม
รวมบทธรรมสอดผสานจิตกรรมสื่อธรรม พร้อมแนวทางปฏิบัติธรรม
กว่า ๒๐๐ ผลงาน ของพระอาจารย์อำนาจ โอภาโส
ศิลปินระดับโลกที่สร้างสรรค์งานศิลป์อย่างมีมิติลึกซึ้ง
ในการนำเสนอธรรมะแห่งพระพุทธองค์
* พิมพ์ด้วยกระดาษอาร์ตอย่างดี ๔ สี หักเล่ม ๓๒๐ หน้า

เชิญรวมบุญเล่มละ ๒,๐๐๐ บาท (ไม่หักค่าใช้จ่าย)
รายได้ทั้งหมดร่วมสร้างพระเจดีย์ผาซ้อนแก้ว สิริราชธรรมนฤมิตร
สนใจสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ โทร. ๐-๒๒๒๗๙-๗๘๓๘



ทุกชีวิตต่างสะท้อนรัศมีธรรม
ดูจทุกหยดน้ำเปล่งประกายตะวันใส
ทุกชีวิตประจักษ์ครุวีรสอนใจ
แรงดลใจเหตุหลากหลายผลอนันต์
ผลิการงานผ่านชีวีจูน้อย
ทอดถักร้อยรัศมีธรรมนำสร้างสรรค์
ขอเป็นเพียงหยดน้ำน้อยสะท้อนตะวัน
เมื่อแบ่งปันธรรมบันดาลใจให้ใครสักคน