



พุทธวจน ๑

ขุมทรัพย์จากพระโอษฐ์

เสียวัวตังแต่เห็นผงคลี

ภิกษุ ท.! นักรบอาชีพบางประเภท **เพียงแต่เห็นผงคลี** (พุ่งขึ้นในกองทัพข้าศึก) ก็ขวัญหนี ครั่นคร้าม หวั่นหวาดจนสะกดใจไม่อยู่ ไม่อาจจะเข้าต่อต้านสงคราม. นักรบอาชีพบางประเภทในกรณีนี้เป็นเช่นนั้น เป็นนักรบอาชีพประเภทแรก มีอยู่ในโลก หาได้ในโลก...

ภิกษุ ท.! นักบวชเปรียบด้วยนักรบอาชีพเช่นนี้ ก็มีอยู่ในหมู่ภิกษุ หาได้ในหมู่ภิกษุเหมือนกัน. ในกรณีนี้คือ **ภิกษุเพียงแต่เห็น “ผงคลี”** ก็ขวัญหนี ครั่นคร้าม หวั่นหวาดจนสะกดใจไม่อยู่ ไม่อาจจะสืบทอดจรรยาต่อไปได้ เปิดเผยถึงความเป็นผู้หมดกำลังใจต่อสิกขา บอกละเลาะ ลึกซึ้ง หมุนกลับคืนไปสู่เพศต่ำแห่งคฤหัสถ์. ข้อว่า **“ผงคลี” สำหรับภิกษุนั้นได้แก่อะไรเล่า?** ภิกษุ ท.! ในกรณีนี้คือ ภิกษุได้ฟังข่าวว่า สตรี หรือกุมารี ในหมู่บ้านหรือนิคมโน้น รูปสวย เป็นขวัญตา เป็นขวัญใจ มีผิวพรรณและทรวดทรงงามยิ่งนัก. ภิกษุนั้น เพียงได้ยินข่าวลือเท่านั้น ก็ระย่อท้อถอย ระทมระทอ หวั่นหวาดจนสะกดใจไม่อยู่ ไม่อาจจะสืบทอดจรรยาต่อไปได้ เปิดเผยถึงความเป็นผู้หมดกำลังใจต่อสิกขา บอกละเลาะ ลึกซึ้ง หมุนกลับคืนไปสู่เพศต่ำแห่งคฤหัสถ์. **ความที่ได้ยินข่าวหญิงงามนี้ ได้ในข้อว่า “เห็นผงคลี” สำหรับภิกษุนั้น.** ภิกษุ ท.! เปรียบเหมือนนักรบอาชีพผู้นั้น เพียงแต่เห็นผงคลี (พุ่งขึ้นในกองทัพข้าศึก) ก็ขวัญหนี ครั่นคร้าม หวั่นหวาดจนสะกดใจไม่อยู่ ไม่อาจจะเข้าต่อต้านสงคราม จันใด; ภิกษุ ท.! เรากล่าวนักบวชนี้ว่า มีนักรบอาชีพชนิดนั้นเป็นคู่เปรียบ จันนั้น. ภิกษุ ท.! นักบวชบางคนในกรณีนี้เป็นเช่นนั้น เป็นนักบวชที่เปรียบด้วยนักรบอาชีพประเภทแรก มีอยู่ในหมู่ภิกษุ หาได้ในหมู่ภิกษุ.

พุทธวจน ๑ ขุมทรัพย์จากพระโอษฐ์ หน้าที่ ๓๔

เสียวัวตังแต่เห็นยอดธงชัยของข้าศึก

ภิกษุ ท.! นักรบอาชีพบางประเภททนต่อผงคลีได้, **แต่พอสักว่าเห็นยอดธงชัยของข้าศึกเข้าแล้ว** ก็ขวัญหนี ครั่นคร้าม หวั่นหวาดจนสะกดใจไม่อยู่ ไม่อาจจะเข้าต่อต้านสงคราม. นักรบอาชีพบางประเภทในกรณีนี้เป็นเช่นนั้น เป็นนักรบอาชีพประเภทที่สอง มีอยู่ในโลก หาได้ในโลก...

ภิกษุ ท.! นักบวชเปรียบด้วยนักรบอาชีพเช่นนี้ ก็มีอยู่ในหมู่ภิกษุ หาได้ในหมู่ภิกษุเหมือนกัน. ในกรณีนี้คือ ภิกษุทนต่อ “ผงคลี” ได้, **แต่พอสักว่าเห็น “ยอดธงชัยของข้าศึก”** เข้าแล้ว ก็ระย่อท้อถอย ระทมระทอ หวั่นหวาดจนสะกดใจไม่อยู่ ไม่อาจจะสืบทอดจรรยาต่อไปได้ เปิดเผยถึงความเป็นผู้หมดกำลังใจต่อสิกขา บอกละเลาะ ลึกซึ้ง หมุนกลับคืนไปสู่เพศต่ำแห่งคฤหัสถ์. ข้อว่า **“ยอดธงชัยของข้าศึก” สำหรับภิกษุนั้นได้แก่อะไรเล่า?** ภิกษุ ท.! ในกรณีนี้คือ ภิกษุไม่เพียงแต่ได้ยินข่าวดังกล่าวแล้ว, แต่ว่าเธอได้เห็นเองซึ่งสตรี หรือกุมารี รูปสวย เป็นขวัญตา เป็นขวัญใจ มีผิวพรรณและทรวดทรงงามยิ่งนัก. ภิกษุนั้น ครั้นได้เห็นหญิงงามนั้นแล้ว ก็ระย่อท้อถอย ระทมระทอ หวั่นหวาดจนสะกดใจไม่อยู่ ไม่อาจจะสืบทอดจรรยาต่อไปได้ เปิดเผยถึงความเป็นผู้หมดกำลังใจต่อสิกขา บอกละเลาะ ลึกซึ้ง หมุนกลับคืนไปสู่เพศต่ำแห่งคฤหัสถ์. **ความที่ได้เห็นหญิงงามนี้ ได้ในข้อว่า “เห็นยอดธงชัยของข้าศึก” สำหรับภิกษุนั้น.** ภิกษุ ท.! เปรียบเหมือนนักรบอาชีพประเภทที่ทนต่อผงคลีได้ แต่พอสักว่าเห็นยอดธงชัยของข้าศึกเข้าแล้ว ก็ขวัญหนี ครั่นคร้าม หวั่นหวาดจนสะกดใจไม่อยู่ ไม่อาจจะเข้าต่อต้านสงคราม จันใด; ภิกษุ ท.! เรากล่าวนักบวชนี้ว่า มีนักรบอาชีพชนิดนั้นเป็นคู่เปรียบ จันนั้น. ภิกษุ ท.! นักบวชบางคนในกรณีนี้เป็นเช่นนั้น เป็นนักบวชที่เปรียบด้วยนักรบอาชีพประเภทที่สอง มีอยู่ในหมู่ภิกษุ หาได้ในหมู่ภิกษุ.

พุทธวจน ๑ ขุมทรัพย์จากพระโอษฐ์ หน้าที่ ๓๕

สารบัญ

๒๔

พุทธวจน ๑ ชุมทรัพย์จากพระโอรส
ฐานียปุชา ๒๕๔๘

๓

พระราชสังวรญาณ (หลวงพ่อบุช ฐานิโย)
ธรรมชุดเตรียมพร้อม

๖

ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน
ธรรมเพื่อความสวัสดิ

๗

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก
หลวงปู่เล่าให้ฟัง

๘

พระราชญาณวิสุทธิโสภณ (หลวงปู่ทอน ญาณโร)
บัญญัติชีวิต

๑๐

พระครูพุทธสิริสารสุนทร (หลวงปู่บุญกู่ อนุชฺฌโม)
สิ่งใดที่แย ก็ล้วนแต่เป็น

๑๒

แต่สิ่งเหล่านั้น ล้วนสอนสั่งเรา
เกียรติ โสภณ

๑๓

คนจริงรู้ของจริง
หลวงพ่อกุศล จิตตสุโก

๑๔

ทางลัด...สู่การบรรลุธรรม
หลวงพ่อดำเขียน สุวณฺโณ

๑๖

แวดวงธรรมะ/ปฏิทินธรรม
เจोजิตแจ้งธรรม

๑๗

พระครูเกษมธรรมทัต (พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรสี)
ประตูสู่ มรรค ผล นิพพาน

๑๘

พระอาจารย์อัครเดช (ต้น) ธิรจิตโต
ธรรมะอารีย์

๑๙

ปฏิทินธรรมบ้านอารีย์

๒๐

จงมาดู

๒๑

พระอาจารย์ปสันโน
ความสุขสูงสุด

๒๒

พระอาจารย์มิตซูโอะ คเวสโก
เรื่องท่านเล่า “เงินร้อยล้าน”

๒๓

พระอาจารย์ชยสาโร
น้อมสู่ใจ

๒๔

พระอาจารย์ประสงค์ ปริปัญโญ
ความสุขอยู่แค่เอื้อม

๒๕

พระราชญาณกวี (ปิยโสภณ)
ตื่นด้วยการมีสติ เน้นแวมองด้านใน

๒๗

ท่าน ก. เขาสวนหลวง
ผู้เป็นเลิศ “พระนางสามาวดี”

๒๘

สายฝน ศิลปพรหม
โรงมหรสพทางวิญญาน

พุทธทาสภิกขุ

บรรณาธิการเถลิง

กลางคืนเป็นคว้น กลางวันเป็นไฟ

คำโบราณค่อนหูนั่นเตือนใจดีนัก หมายถึงการคิดการทำงานในเวลากลางคืนเหมือนดังการสูมควันไฟ และเมื่อยามตื่นมาก็มุ่งคิดกระทำการงานนั้นดังการลุกโผลงของไฟ

หรือเปรียบง่าย ๆ ก็ตั้งวิถีชาวโลกปัจจุบันนี้ที่เอาแต่คิด คิด แล้วก็คิดทั้งวันทั้งคืน คิดกิจการงานเพื่อทำงานตอนทำงาน และก็ยังเก็บงานมาคิด มาวิตก หรือมาละโมภโหลมมากต่อนอกเวลางานคือในเวลากลางคืน ถึงขนาดบาง (หลาย) คนแม้หลับยังเก็บไปฝันต่อ

ซึ่งหากเราคิดไม่เป็น จัดการความคิดไม่ได้ ความคิดนั้นย่อมกั้ดเราเอาความคิดนั้นย่อมนำทุกข์มาสู่เราทั้งวัน ทั้งคืน ไม่เว้นแม้กระทั่งหลับความคิดก็ยังตามไปหลอกหลอนเราในรูปแบบที่เรียกว่าความฝัน

ดังนั้นใครไม่อยากทุกข์เพราะความคิดก็ต้องมาเรียนรู้ความคิด และการจะศึกษาให้เข้าใจความคิดก็ต้องมีเครื่องมือที่ถูกประเภทซึ่งเครื่องมือนั้นก็คือ “สติ”

บ้านอารีย์ฉบับนี้เรื่องจากปกเรามีเรื่องของความคิด ความฝันกันให้อ่านนะครับ อ่านจบแล้วใครอยากมาฝึกเป็นนายเหนือความคิดกันก็สามารถมาร่วมได้ในกิจกรรมเจริญสติแบบเคลื่อนไหวแนวหลวงพ่อกุศล ทุกบ่ายวันพุธ และทุกเช้าวันเสาร์-อาทิตย์แรก และสามของทุกเดือน

เรียนเชิญนะครับ

เจ้าของ มูลนิธิบ้านอารีย์ บรรณาธิการ ผู้พิมพ์ ผู้โฆษณา วิจารณ์ วิจารณ์ประภา
 คณะที่ปรึกษา พลโทหญิง ภทราวรรณ ตระกูลทอง, ดร. วิจิต รัชชชดาตนะนันท์,
 พล.ร.ต. นพ. ดร. ปิโยรส ปรียานนท์, อ. ศุภชัย พงศ์ภคเชียร, สนิหนญา ประเสริฐภักดี
 บรรณาธิการบริหาร นาวาเอก วิพันธ์ ชมะโชติ
 ธรรมบทโดย พระราชสังวรญาณ (หลวงพ่อบุช ฐานิโย), ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน,
 หลวงพ่อกุศล จิตตสุโก

● สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก,
 พระราชญาณวิสุทธิโสภณ (หลวงปู่ทอน ญาณโร), พระครูพุทธสิริสารสุนทร (หลวงปู่บุญกู่ อนุชฺฌโม),
 พระราชภาวนาวิกรม (หลวงพ่อดำเขียน สุวณฺโณ), หลวงพ่อดำเขียน สุวณฺโณ, พระอาจารย์ปสันโน,
 พระอาจารย์มิตซูโอะ คเวสโก, พระครูเกษมธรรมทัต (พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรสี),
 พระอาจารย์ประสงค์ ปริปัญโญ, พระอาจารย์อัครเดช (ต้น) ธิรจิตโต, พระอาจารย์ชยสาโร,
 พระราชญาณกวี (ปิยโสภณ), ท่าน ก. เขาสวนหลวง

คอลัมน์นิสต์ เกียรติ โสภณ ออกแบบและจัดทำรูปเล่ม ตู
 พิสูจน์อักษร พิจัน ตะวัน การ์ตูนและภาพประกอบทศชาติดิศจรรย์ สายฝน ศิลปพรหม
 ผลิตและดำเนินการโดย มูลนิธิบ้านอารีย์ พิมพ์ที่ บริษัท สำนักพิมพ์สุภา จำกัด
 ๑๑๘ ซอย ๖๘ ถนนจรัญสนิทวงศ์ เขตบางพลัด กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐ โทร. ๐-๒๔๓๓๓-๑๑๒๓
 ร่วมส่งความคิดเห็น ข้อเสนอแนะได้ที่ บ้านอารีย์ เลขที่ ๑๗/๑ ซอยอารีย์ ๑ ถนนพหลโยธิน
 แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กทม. ๑๐๔๐๐ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔, ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๘





ฐานิยปุชา ๒๕๔๘

พระราชสังวรญาณ
(หลวงพ่อพุทธ ฐานิโย)

หลักสูตรสร้างสันติสุขแก่ชีวิตและสังคม

ความนอบน้อมคือคุณธรรมของผู้น้อย

ในเมื่อผู้หลักผู้ใหญ่ท่านประกอบด้วยคุณธรรมดัง
ที่กล่าวมานั้น ผู้ใต้บังคับบัญชาจะพึงปฏิบัติต่อกันอย่างไร
ความเคารพเป็นสิ่งสำคัญ ความนอบน้อมเป็นสิ่งสำคัญ
ผู้ใต้บังคับบัญชาถ้าขาดความเคารพนอบน้อมในผู้บังคับบัญชา
แล้ว ทุกสิ่งทุกอย่างมันจะเสียหายหมด แม้แต่ในวัดหนึ่งๆ
ถ้าถูกวัดขาดความเคารพนอบน้อมต่อสมภารเจ้าวัด วัดนั้นก็
เหลวแหลก ในวงราชการก็เหมือนกัน ถ้าหากว่าผู้น้อยไม่มี
ความเคารพในผู้บังคับบัญชา ไม่มีความอ่อนน้อมต่อผู้บังคับบัญชา
งานการมันก็เป็นไปไม่สะดวก คอยแต่จะขัดจ้งหะ คอยแต่
จะขัดขึ้นคำสั่ง อะไรในทำนองนี้ งานก็ไม่ดำเนินไปด้วยความ
เรียบร้อย เป็นชนวนให้แตกความสามัคคี ในเมื่อเราแตก

ความสามัคคีกันแล้ว ทุกสิ่งทุกอย่างมันก็แหลกเหลวไปหมด
เพราะฉะนั้นคุณธรรมคือความสามัคคีจึงเป็นสิ่งที่พึงปรารถนา
ในหมู่วมวลมนุษย์ผู้อยู่กับสังคมทั้งหลาย

วันนี้ได้กล่าวธรรมะมาพอเป็นเครื่องเตือนใจของบรรดา
ท่านทั้งหลาย ก็เห็นว่าสมควรแก่เวลา จึงขอยุติด้วยประการฉะนี้

ในท้ายที่สุดนี้ ด้วยอำนาจแห่งคุณพระพุทฺธ พระธรรม
พระสงฆ์ และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ จงดลบันดาลให้ทุกท่านประสบ
ความสุข ความเจริญโดยทั่วหน้ากันทุกท่าน เทอญ.

สร้างพลังจิตเพื่อสร้างคุณภาพชีวิต

การจัดกายนั่งสมาธิ

การนั่งสมาธิ เรียกว่าวิธีนั่งสมาธิ ให้นั่งเอาขาขวาทับ
ขาซ้ายขัดสมาธิ เอามือซ้ายวางลงที่ตัก เอามือขวาวางทับ ให้
หัวแม่มือจรดกันเบาๆ อย่าให้กด ตั้งกายให้ตรง คือนั่งให้รู้สึก
ว่ากายตรงให้เป็นที่สบาย อย่าเกร็งกล้ามเนื้อหรือส่วนต่างๆ
ของร่างกาย นั่งพอพุงกายให้ตรงอยู่ อย่าให้มีส่วนใดตึง อย่า
ให้เอียงซ้าย เอียงขวา อย่าก้มน้ก อย่าเงยน้ก วางหน้าให้ตรง
ส่งฝ่าเผย เหมือนพระพุทธรูปนั่งขัดสมาธิ อันนี้เป็นวิธีนั่ง

เรียนรู้ธรรมชาติของกายด้วยการกำหนดจิต รู้ลมหายใจ

ต่อไปเป็นวิธีกำหนดจิต คือทำความรู้สึกที่จิตของตนเอง
ความรู้สึกอยู่ที่ตรงไหนจิตของเราก็อยู่ที่ตรงนั้น เพื่อให้จิต
มีฐานที่ตั้ง

ให้กำหนดรู้ลมหายใจเข้า หายใจออก จะนึก พุท พร้อม
ลมเข้า โธ พร้อมลมออกก็ได้ หรือใครจะไม่นึกอะไร เพียงแต่
กำหนดรู้ลมหายใจซึ่งออกเข้าอยู่โดยธรรมชาติของการหายใจ
ก็ได้ อันนี้เป็นจุดเริ่มต้นที่เราจะเรียนให้รู้ธรรมชาติของร่างกาย
ทำไม่ลมหายใจจึงชื่อว่าเป็นธรรมชาติของร่างกาย เพราะเหตุ
ว่าเราจะตั้งใจก็ตามไม่ตั้งใจก็ตาม กายของเราที่หายใจอยู่โดย
ธรรมชาติ เพียงแต่เรากำหนดรู้ลมหายใจเฉยๆ อยู่ อย่าบังคับ
จิตให้สงบ แต่ประคองจิตให้รู้ที่อยู่ลมหายใจตลอดเวลา
จิตของเราจะเป็นอย่างไร เราไม่คำนึงถึง คำนึงแต่ว่าจะรู้ที่
ลมหายใจอย่างเดียว หายใจเข้ารู้ หายใจออกรู้ หายใจสั้นรู้
หายใจยาวรู้ เพียงแต่เอาตัวเดียวกำหนดรู้ที่อยู่ที่ตั้งนี้

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.

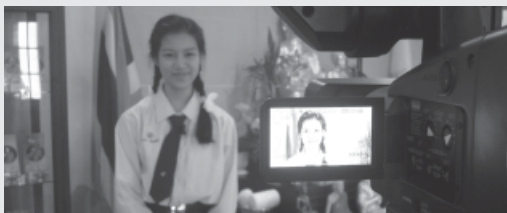
ทั้งสองรายการ ออกอากาศซ้ำ ทุกวันเสาร์-อาทิตย์ เวลา ๑๑.๓๐-๑๔.๓๐ น.

- 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.





ฉวีรมชุด เตรียมพร้อม

ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน

ภาค ๑

“เรา กับ กิเลส”

วัฏจักร

เมื่อเรารู้ถึงความจริงทุกอย่างด้วยวิธีการปฏิบัติแล้ว ความปลอมมันก็สลายตัวไป จึงได้เห็นโทษชัดเจนว่า เหล่านี้มีแต่ความจอมปลอมทั้งหมด ที่เราได้รับความทุกข์ความทรมานมาจนถึงปัจจุบันชาติ ที่เราจำได้เพียงเท่านี้ มันก็เป็นความทุกข์ เพราะกิเลสตัวนี้เท่านั้น ถ้าเป็นธรรม ก็ไม่ทำให้เราเกิดทุกข์ เมื่อมีธรรมล้วนๆ ภายในจิตแล้ว อะไรจะมาทำให้มีทุกข์อีกต่อไปเล่า ต้องไม่มี! นั่นแน่อย่างนี้แหละ **เรียนธรรม ปฏิบัติธรรม ภายในจิตใจ คือ เรียนธรรมภาคปฏิบัติ ภาคภาวนา** เห็นจริงอย่างนี้ ชัดเจนอย่างนี้ กิเลสแตกกระจายชนิดไม่เป็นขบวน!

ในเรื่องวิธีปฏิบัติ **ไม่ใช่วิธีจำ แต่เป็นวิธีแก้กิเลส** ทำงานกับกิเลสทำอย่างนี้ เมื่อกิเลสสิ้นสุดไปแล้วภายในใจ ใจที่เป็นเจ้าของปัญหามาแต่ก่อน เพราะกิเลสพาให้เป็น ก็สิ้นสุดกันไปเอง ไม่มีสิ่งใดเหลือเลย **นี่แหละ ความสิ้นสุดของวัฏฏะ แต่ไม่ใช่ความสูญ** ซึ่งเป็นความแสดงต่อความจริง คือ **ความมีอยู่อย่างยั่งยืน**

“

แต่ คนและสัตว์ตายแล้วสูญสิ้น
โดยประการทั้งปวง อะไรไม่มีเลย
อย่างนี้ ชัดต่อความจริง

”

ถ้าว่า “ความสูญของวัฏฏะ” นั้นถูกต้อง เพราะวัฏฏะภายในใจไม่มีต่อไปอีกแล้ว สูญสิ้นแห่งความสืบทอดของภพชาติเกิด แก่ เจ็บ ตายแท้ ภพชาติต่อจากนั้นไม่มีอีก นี่เป็นความสูญสิ้นโดยธรรม โดยความจริง ถ้าว่า “ความสูญ” อย่างนี้ถูกต้อง **แต่ คนและสัตว์ตายแล้วสูญสิ้นโดยประการทั้งปวง อะไรไม่มีเลยอย่างนี้ ชัดต่อความจริง**

ใจเมื่อถึงความจริงเต็มที่แล้ว ก็ถึงความบริสุทธิ์ ความบริสุทธิ์แสดงขึ้นชัดในจิตใจ จิตเป็นธรรม ธรรมเป็นจิต จึงไม่ใช่ความสูญ!

อย่างพระพุทธเจ้าตรัสรู้แล้ว กิเลสสูญไปหมด ไม่มีอะไรเหลืออยู่ภายในพระทัยแล้วต้องอาศัยความบริสุทธิ์นั้นแลประกาศธรรม สอนโลกมาเต็มเวลา ๔๕ พระพรรษา ถึงได้เสด็จปรินิพพาน ถ้าความบริสุทธิ์นี้ได้สูญสิ้นไปแล้ว พระพุทธเจ้าจะเอาอะไรมาประกาศศาสนาเล่า? ขณะที่สิ้นกิเลสแล้ว ถ้าจิตก็ได้สูญไปด้วย แล้วทรงเอาอะไรมาสอนโลกเล่า? ๘๔,๐๐๐ พระธรรมขันธ์นั้น ไม่ออกมาจากจิตที่บริสุทธิ์ ซึ่งไม่ได้สูญสิ้นแล้ว จะออกมาจากไหน?

อ่านต่อฉบับหน้า

ขอเชิญร่วมบริจาคสมทบทุนโครงการสร้างพิพิธภัณฑ์ธรรมเจดีย์ พระธรรมวิสุทธิมงคล (ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน)

ณ วัดป่าบ้านตาด จ. อุดรธานี

ประธานโครงการฯ : ศาสตราจารย์ ดร. สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์ อัครราชกุมารี

โครงการสร้างพิพิธภัณฑ์ธรรมเจดีย์ จัดตั้งขึ้นเพื่อเป็นที่บรรจุอัฐิธาตุของหลวงตามหาบัว และเป็นสถานที่เผยแพร่ธรรมะและคำสอน และเป็นศูนย์รวมจิตใจของพุทธศาสนิกชน ตลอดจนเป็นอนุสรณ์สถานที่เก็บรวบรวมประวัติ หนังสือ คำสอน และเครื่องอัฐบริขารของหลวงตามหาบัว เพื่อเตือนใจให้คนรุ่นหลังทั้งสงฆ์และฆราวาสได้ระลึกถึงคุณูปการ ทั้งในทางโลกและทางธรรม และถือเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติและทำความดีเพื่อพุทธศาสนาและประเทศชาติต่อไป

ผู้ที่สนใจสามารถโอนเงินร่วมบริจาคสมทบทุนได้ที่

ธนาคารกรุงเทพ สาขาหลักสี่พลาซ่า ชื่อบัญชี : มูลนิธิจุฬารัตน์ เพื่อสร้างพิพิธภัณฑ์ฯ หลวงตามหาบัว ณ วัดป่าบ้านตาด

บัญชีสะสมทรัพย์ เลขที่บัญชี : ๒๒๙-๐-๙๘๓๓๓-๓

พร้อมส่งสำเนาการโอนเงิน และระบุชื่อ-ที่อยู่ เบอร์โทรศัพท์ เพื่อขอใบเสร็จรับเงินเพื่อลดหย่อนภาษีมาที่

สถาบันวิจัยจุฬารัตน์ ๕๔ ถนนกำแพงเพชร ๖ แขวงตลาดบางเขน เขตหลักสี่ กรุงเทพฯ ๑๐๒๑๐

ติดต่อสอบถามได้ที่ คุณลาวัลย์ โมกขศักดิ์ โทร. ๐-๒๕๓๖-๖๖๙๐ ถึง ๙๗ และคุณอรุณวรรณ ระพีพันธ์ โทร. ๐-๒๕๓๔-๐๖๒๑

แฟกซ์ ๐-๒๕๓๔-๐๖๑๑ ถึง ๒ ดาวน์โหลดเอกสารโครงการได้ที่ www.cri.or.th



ธรรม เพื่อความสวัสดิ

สมเด็จพระญาณสังวร
สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

ธรรมเพื่อความสวัสดิแห่งชีวิต

ชีวิตที่สวัสดิมีสุขสงบได้

พระพุทธเจ้าเสด็จดับขันธปรินิพพานแล้ว ไม่ได้หายไปไหน พระพุทธบารมียังปกปักรักษาโลกอยู่ คนในโลกยังรับพระพุทธบารมีได้ มิได้แตกต่างไปจากเมื่อยังทรงดำรงพระชนม์อยู่ เพียงแต่ว่าจำเป็นต้องเปิดใจออกมารับ มิฉะนั้นก็จะรับไม่ได้.

การเปิดใจรับพระพุทธบารมีไว้คุ้มครองรักษาตนไม่ยากลำบาก ไม่เหมือนการเข็นก้อนหินใหญ่ที่ปิดปากถ้ำ เพียงโน้มใจนึกถึงพระพุทธเจ้าให้จริงจังอยู่เสมอ ก็จะรับพระพุทธบารมีได้ จะมีชีวิตที่สวัสดิมีสุขสงบได้.

พระพุทธเจ้าเสด็จดับขันธปรินิพพานแล้ว ไม่ทรงเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสารอีกต่อไป แต่พระพุทธบารมียังพร่างพรอม พระอาจารย์สำคัญของคหนึ่งท่านเล่าไว้ว่า เมื่อท่านปฏิบัติเพื่อความหลุดพ้นอยู่ในป่าดงพงพีนั้น พระพุทธเจ้าได้เสด็จไปทรงสอนท่านด้วยพระพุทธบารมีเสมอ และท่านพระอาจารย์องค์นั้น ต่อมาก็เป็นที่ศรัทธาเคารพของพุทธศาสนิกชนจำนวนมาก ที่เชื่อมั่นว่าท่านปฏิบัติถึงจุดหมายปลายทางแล้ว.

พระพุทธบารมีของพระพุทธเจ้า

พระพุทธเจ้าเมื่อเสด็จดับขันธปรินิพพานแล้ว ด้วยพระพุทธบารมี ได้เสด็จไปทรงแสดงธรรมโปรดพระอาจารย์องค์สำคัญให้บรรลุมรรคผลนิพพานได้ไม่มีอะไรให้สงสัยว่าเป็นสิ่งสุดวิสัย เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ มีเรื่องของท่านพระโมคคัลลาน์เป็นเครื่องยืนยันรับรอง คือเมื่อปฏิบัติธรรมถึงจุดปรารถนาสูงสุดแล้ว ท่านถูกโจรเจ้ากรรมในอดีต พยายามหาทางทำลายชีวิตท่าน ท่านพยายามใช้อิทธิฤทธิ์หลบหนี แต่โจรก็ติดตามไม่หยุดยั้ง จนท่านเบื่อหน่ายที่จะหนีต่อไป จึงยอมให้โจรจับได้ และทูลท่านจนร่างแหลกเหลว นิพพานในที่ที่สุด.

เมื่อนิพพานแล้ว ท่านได้รวมร่างเข้าอีกครั้งหนึ่ง เหาะไปเฝ้าพระพุทธเจ้า กราบทูลเรื่องราวให้ทรงทราบแล้วกราบทูลลา เรื่องของท่านพระโมคคัลลาน์เป็นเครื่องให้ความเข้าใจอย่างกระจ่างแจ่มชัดว่า พระพุทธเจ้าก็ดี พระอรหันตเจ้าก็ดี แม้ดับขันธปรินิพพานแล้ว ท่านก็เพียงไม่มีร่างเหลืออยู่เท่านั้น บารมีและคุณธรรมทั้งปวงของท่าน ยังพร่างพรอมเป็นประโยชน์ได้อย่างยิ่ง.

ผู้มีสัมมาปัญญา ควรเร่งปฏิบัติพระพุทธานุภาพ

เมื่อมั่นใจในความดำรงอยู่อย่างยั่งยืนนิรันดร แห่งพระพุทธบารมี หรือคุณธรรมของพระพุทธองค์ และของครูอาจารย์สำคัญทั้งหลาย ที่ท่านไกลแล้วจากกิเลสเครื่องเศร้าหมอง พุทธศาสนิกทั้งหลาย ผู้มีสัมมาปัญญา สัมมาทิฐิ ก็ควรเร่งปฏิบัติพระพุทธานุภาพ ให้ได้เป็นคนดีตามลำดับไป ให้เป็นที่ปรากฏประจักษ์ในพระญาณหยั่งรู้ของพระพุทธองค์ เท่ากับเปิดประตูใจออกอย่างกว้างขวางรับพระพุทธบารมี ให้พระพุทธบารมีเสริมส่งบารมีของตน จนกว่าตนเองจะสามารถเป็นผู้มีบารมี มีคุณธรรมดำรงยั่งยืนอยู่ได้เช่นท่านผู้เป็นพุทธอรិยสาวกทั้งหลาย.

วันนั้นมาถึงผู้ใดเมื่อไร วันนั้นผู้นั้นก็ไม่ต้องกังวลที่จะใช้ชีวิตนี้ทำทางหนีมือแห่งกรรม และไม่ต้องกังวลสร้างชีวิตให้ชาติอนาคตกติให้สมบูรณ์บริบูรณ์สวัสดีงดงามต่อไป.

การหาทางหนีมือแห่งกรรม สำคัญยิ่งนักสำหรับชีวิตในชาติปัจจุบันนี้

แทบทุกคนเคยเป็นมาแล้ว ทั้งเวทดา เจ้าฟ้า พระมหากษัตริย์ ยาจก วณิพก เศรษฐี คหบดี ตลอดจนสัตว์ใหญ่สัตว์น้อย เคยตายมาแล้วด้วยอาการต่างๆ ตายอย่างเวทดา ตายอย่างเจ้าฟ้า เจ้าแผ่นดิน ตายอย่างขอทานข้างถนน ตายอย่างสัตว์ทั้งที่ตายเอง และทั้งที่ถูกฆ่าตาย.

เคยมีทั้งสุข เคยมีทั้งทุกข์ เคยเป็นทั้งผู้ร้าย เคยเป็นทั้งผู้ดี น้ำตาเคยท่วมบ้านท่วมเมืองมาแล้ว กระจุกทับถมแผ่นดินนี้หาที่ว่างสักเท่าปลายเข็มหมุดจะปักลงก็ไม่พบ เปรียบกับชีวิตนี้เพียงชาติเดียว ชีวิตนี้จึงน้อยนัก จะห่วงใยแสวงหาอะไรอีกมาให้ชีวิตนี้ ที่จะสำคัญกว่าการห่วงหาทางหนีมือแห่งกรรมที่ทำไว้มากมายในอดีตชาติ.



หลวงปู่ เล่าให้ฟัง

พระราชญาณวิสุทธิโสภณ
(หลวงปู่ทองญาณธโร)

เรื่องที่ ๓

หนึ่งในล้าน

(ต่อจากฉบับที่แล้ว)

อาตมาก็บอกไปว่า ถ้าง่วงไปกรุงเทพฯ คราวนี้ จะพาหลวงปู่
แะไปเยี่ยมนะ พอดีกลับมาที่วัดคราวนี้มีเวลาพักแค่ ๑ อาทิตย์
ก็ต้องเดินทางกลับมาที่กรุงเทพฯ อีก ในช่วง ๑ อาทิตย์นี้ อาการ
ของหมอมุกมีแต่ทรึงกับทรุด เรียกว่าฉิวเฉียดกับความเป็น
ความตาย จนต้องได้ผ่าตัดสมองอีกครั้ง หลังจากผ่าตัด
คราวนี้อาการทั่วไปก็ยิ่งทรึงๆ อยู่ แต่ก็ยังไม่ได้ดีเหมือนเดิม
วันที่หลวงปู่ไปเยี่ยมหมอมุกที่โรงพยาบาลพระมงกุฎฯ นั้น
เป็นวันที่ ๒๓ มิถุนายน ๒๕๕๔ พอขึ้นลิฟต์ไปชั้น ๔ ซึ่งเป็น
ห้องผู้ป่วยฉุกเฉิน เมื่อประตูลิฟต์เปิดออก เสียงซัดเตอร์ดัง
ชะชะๆ ของกล้องถ่ายรูปที่นักข่าวหลายๆ สำนัก ที่มารอทำข่าว
เพราะคดีหมอมุกถูกรถชนกำลังเป็นข่าวที่ผู้คนทั้งประเทศให้
ความสนใจ พอเซ็นทรัลวีลแชร์ที่หลวงปู่หนึ่งไปเยี่ยมหมอมุก
ที่ห้องพักรักษาตัวอยู่ ครั้งแรกที่อาตมาเห็นหมอมุกที่นอนอยู่
บนเตียงผู้ป่วยจำหน้าตาหมอมุกแทบไม่ได้ทั้งสายระโยงระยาง
สายออกซิเจนช่วยหายใจอื่นๆ อีกเต็มไปหมด เห็นแล้วน่าสงสาร
จากคนที่ร่าเริงเสียงพูดแจ่มๆ เหมือนนกแก้วนกขุนทอง ต้อง
มานอนป่วยหนักเฉียดเป็นเฉียดตาย ทำให้นึกถึงชีวิตนั้น
เป็นของไม่แน่นอนเสียจริงๆ พอหลวงปู่ให้คนเซ็นรถเข้าไป

ใกล้ๆ เตียงที่หมอมุกนอนป่วยอยู่ ท่านก็เอาไม้เท้าของท่าน
เคาะเบาๆ...“มุก!...มุกเอ๋ย...หลวงปู่มาเยี่ยมแล้วนะ...กลับมาชะ
หายชะหายชะ...ดูจากสีหน้าของหมอมุกมีการกระตุกเบาๆ
เหมือนจะรับรู้ที่หลวงปู่มาเยี่ยมแล้ว จากนั้นหลวงปู่ท่านก็
พูดเป็นบทคาถาพร้อมกับใช้ไม้เท้าของท่านเคาะไปตามแขนขา
หมอมุกเบาๆ “ชัยยังเหวะมนุสสานัง ไชโยโหตุประรายโต
มาราเสนาอะธิกันตา สะมันตา ทะวะราโหสะนา ชันติเมตตาทิตานา
วิทังเทตะวา นะจักขุมา ภาวะภาเว ลันกะรันโต ทิพพะจักขุง
วิโสทะยิ ประป็นนา นิโสตะนะวา นิตายะจะ สุขายะจะ พุททกิจจัง
วิโสเทตะวาปรินาตันตัม ภาะนามะ...เห...หายชะ...หายชะ...”
จากนั้นแม่ของหมอมุกก็ถวายผ้าไตรเป็นผ้าบังสุกุล หลวงปู่
ท่านพิจารณาผ้าบังสุกุลเสร็จแล้ว ก็เดินทางกลับที่พักที่
โรงพยาบาลวิชัยยุทธ หลังจากที่หลวงปู่ท่านเมตตาไปเยี่ยม
หมอมุก ตั้งแต่นั้นมาอาการของหมอมุกจากที่เป็นผู้ป่วยวิกฤต
ร่อแร่เจียนอยู่เจียนไป กลับมาฟื้นและมีอาการที่ดีขึ้นเรื่อยๆ
แบบก้าวกระโดด จากวันที่เกิดเหตุที่หมอมุกถูกรถชนจนถึง
วันที่อาตมาเขียนถึงเรื่องของหมอมุกอยู่นี้ก็เป็นเวลา ๗ เดือน
พอดี หมอมุกก็มาราบหลวงปู่แทบทุกวันเมื่อเวลาหลวงปู่
ลงมากรุงเทพฯ เท่าที่ดูอาการของหมอมุกในขณะที่เขียนเรื่องนี้
เหลือแค่การพูดที่ต้องอาจช้าหน่อย เพราะต้องนึกเรียงลำดับ
คำพูดถ้าให้เป็นเปอร์เซ็นต์ก็คงจะราวๆ ๘๐ เปอร์เซ็นต์ ของ
ความเป็นปกติ นับว่าเป็นเรื่องที่มีมหัศจรรย์พอสมควรสำหรับ
คนที่ถูกกระทบกระเทือนทางสมองอย่างรุนแรง เพราะน้อยคน
ที่จะมีชีวิตรอดจากเหตุการณ์วิกฤตขนาดนั้น และกลับมา
เป็นคนใกล้จะเป็นปกติดังเช่นขณะนี้ เมื่ออาตมาได้เจอกับ
หมอมุกและแม่ของหมอมุก จึงขออนุญาตทั้งสองแม่ลูกขอ
เอาเรื่องราวที่เกิดขึ้น มาเล่ามาเขียนลงในหนังสือเล่มนี้ด้วย
โดยตั้งชื่อเรื่องว่า...หนึ่งในล้าน...เพื่อเป็นเครื่องเตือนสติว่า
“ความไม่แน่นอนนั้นเป็นสิ่งที่ยิ่งใหญ่และแน่นอน”

ขอเชิญร่วมสร้างวัดศรีรัตนาวน จ. เลย

ตามที่พระราชญาณวิสุทธิโสภณ (หลวงปู่ทอง ญาณธโร) เจ้าอาวาสวัดศรีอภัยวัน ต. นาอ้อ อ. เมือง จ. เลย
ได้รับการถวายที่ดินว่าง ๕๖ ไร่ ๓ งาน ที่ อ. วังสะพุง จ. เลย หลวงปู่ทองจึงมีดำริที่จะสร้างวัดขึ้น ณ ที่ดินดังกล่าว
โดยใช้ชื่อว่า **วัดศรีรัตนาวน** เพื่อฝากไว้เป็นมรดกธรรมสถานแก่เหล่าศิษยานุศิษย์ ทั้งบรรพชิต และคฤหัสถ์
ผู้ใดมีศรัทธาปรารถนาจะร่วมสร้างบุญกุศลอันยิ่งใหญ่ในครั้งนี้ สามารถถวายปัจจัยแด่พระราชญาณวิสุทธิโสภณโดยตรง
หรือที่ชื่อบัญชี **พระราชญาณวิสุทธิโสภณ (หลวงปู่ทอง ญาณธโร) ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขานิคมอุตสาหกรรมบางพลี**

บัญชีออมทรัพย์ หมายเลขบัญชี ๓๒๐-๔-๘๒๒๕๙-๕

อานิสงส์อันเกิดจากการร่วมบุญครั้งนี้ ขอให้ทุกท่านจงเจริญด้วยจตุรพิธพร สรรพสิริ สวัสดิ์พิพัฒน์มงคล สมบูรณ์พูนผล
รุ่งเรืองในพระสังฆธรรม คำสอนขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตลอดไปเทอญ



บัญญัติชีวิต

พระครูพุทธิสารสุนทร
(หลวงพ่อบุญกู่ อุบลฯ ๓)

ข้อคิด - ควรคำหนึ่ง

เกี่ยวกับ “**วิญญูสงสาร**” หรือ การเวียนว่ายตายเกิด

๗) “**สารีบุตร** เราย่อมรู้จัก **นรก** รู้จักทางไปสู่**นรก** - - เราย่อมรู้จัก **กำเนิดเดรัจฉาน** รู้จักทางไปสู่**กำเนิดเดรัจฉาน** - - เราย่อมรู้จัก **เปรตวิสัย** รู้จักทางไปสู่**เปรตวิสัย** - - เราย่อมรู้จัก **มนุษย์** รู้จักทางไปสู่**มนุษย์โลก** - - เราย่อมรู้จักพวก **เทพ** รู้จักทางไปสู่**เทวโลก** - - เราย่อมรู้จัก **นิพพาน** รู้จักทางไป **นิพพาน** ฯลฯ”

๘) “ก็โลกหน้ามีอยู่จริง **ความเห็น**ของผู้ที่นั้นว่าไม่มี **ความเห็น**ของเขา นั้นเป็น**มิจฉาทิฏฐิ** ฯลฯ”

๙) “**ดูก่อนอานนท์** บุคคลที่มักทำปาณาติบาต อทินนาทาน ฯลฯ มีความเห็นผิดในโลกนี้ ตายไปแล้วเข้าถึง**สุคติโลกสวรรค์** นี้เป็นเพราะว่าเขา**ทำกรรมดี**ที่ให้ผลเป็นสุขไว้ในกาลก่อนๆ หรือในกาลภายหลัง หรือว่าในเวลาจะตาย มี**สัมมาทิฏฐิ**พร้อมสมาทานแล้ว เพราะฉะนั้นเขาตายไปจึงเข้าถึง**สุคติโลกสวรรค์**

ดูก่อนอานนท์ บุคคลที่เว้นขาดจากปาณาติบาต อทินนาทาน ฯลฯ มีความเห็นชอบในโลกนี้ ตายไปแล้ว เข้าถึง**อบาย** ทุกคติ วินิบาต **นรก** นี้เป็นเพราะว่าเขา**ทำกรรมชั่ว**ที่ให้ผลเป็นทุกข์ไว้ในกาลก่อนๆ หรือในกาลภายหลัง หรือว่าในเวลาจะตาย มี**มิจฉาทิฏฐิ**พร้อมสมาทานแล้ว เพราะฉะนั้นเขาตายไปจึงเข้าถึง**อบาย** ทุกคติ **วินิบาต** **นรก**...”

๑๐) “**ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย** **สังสาร**นี้กำหนดที่สุดเบื้องต้น เบื้องปลายไม่ได้ เมื่อเหล่าสัตว์ผู้มี**อวิชชา**เป็นเครื่องกางกั้น มี**ตัณหา**เป็นเครื่องประกอบไว้ **ท่องเที่ยว**ไปมาอยู่ **ที่สุด**เบื้องต้น **ย่อมไม่ปรากฏ**”

๑๑) จากนี้ทรงแสดงถึง **โยนิ** คือ**กำเนิด ๔ อย่าง** คือ

อันทชชะ กำเนิดเกิดในไข่ ได้แก่สัตว์เกิดเป็นฟองขึ้นก่อน เช่น **นก** **เปิด** **ไก่**

ชลภาพุชะ กำเนิดเกิดในครรภ์ ได้แก่**มนุษย์**และ**สัตว์**ที่คลอดออกเป็นตัว เช่น **ช้าง** **ม้า** **วัว** **ควาย**

สังเสทชะ กำเนิดเกิดในถ้ำโคล ได้แก่สัตว์ที่เกิดในที่**โสมม** มี**หมุ่นอน**และ**เชื้อโรค**บางชนิด

โอปปาติกะ กำเนิดเกิดผุดขึ้น ได้แก่**เทวดา**และ**เปรต** อสุรกาย **สัตว์นรก** เป็นต้น

๑๒) ทรงแสดงถึงภพ ภูมิ ต่างๆ โดยอเนกปริยาย เป็นต้นว่า

กามาวจรภูมิ ๑๑ ชั้น มี**อบายภูมิ ๔** คือ **นรก** **เปรต** **อสุรกาย** และ**สัตว์เดรัจฉาน** **สุคติภูมิ ๗** คือ**มนุษย์** และ**สวรรค์ ๖ ชั้น**

รูปาวจรภูมิ ชั้นพรหมมีรูป หรือเรียกว่า**รูปพรหม** มี ๑๖ ชั้น

อรูปราวจรภูมิ ชั้นพรหมไม่มีรูป หรือเรียกว่า**อรูปรพรหม** มี ๔ ชั้น

๑๓) พระพุทธสาวก ที่มีความรู้และญาณทัศนะ ซึ่งชี้แจงเรื่องนี้ไว้ มีหลักฐานตามพระไตรปิฎกหลายองค์ เช่น **พระกุมารกัสสปเถระ** ชี้แจงให้พระเจ้าปายาสีฟังว่า สมณพราหมณ์ บางพวกที่เสพเสนาสนะป่าอันสงบ ไม่ประมาท ทำความเพียรชำระทิพยจักขุ มองเห็นโลกนี้โลกอื่น และสัตว์อุปปาติกะ ด้วยจักขุอันเป็นทิพยเหนือจักขุของมนุษย์มีอยู่ เรื่องของปรโลก ฟังเห็นอย่างนี้ ไม่ฟังเข้าใจว่าจะเห็นได้ด้วยตาเนื้อนี้

พระสารีบุตร ได้ไปเยี่ยมมรณัญชาานิพราหมณ์ เตือนไม่ให้ประพฤติผิดธรรมดา เพราะเหตุที่ต้องเลี้ยงดูมารดา บิดา บุตรภริยา และบ่าวไพร่ ซึ่งนายนิรยบาลคงจะไม่ยอมให้แก่ตัว และได้แสดงข้อปฏิบัติเพื่อไปเกิดในพรหมโลก คือการเจริญพรหมวิหาร ๔ ประการ เมื่อพราหมณ์ถึงแก่กรรมแล้วจึงได้ไปเกิดในพรหมโลก

๑๔) ในศาสนาใหญ่ๆ ของโลก หลายศาสนา ก็มีการกล่าวถึงพระผู้เป็นเจ้า เทพเจ้าต่างๆ ฝึ ปีศาจ ตลอดจนพรณนาถึงสวรรค์และนรกไว้ไม่น้อยเหมือนกัน

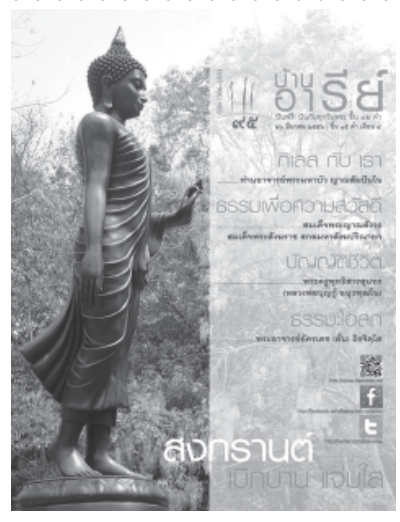
รายนามผู้บริจาคปัจจัยสนับสนุนมูลนิธิบ้านอารีย์ ตั้งแต่วันที่ ๑๘ มีนาคม - ๓๐ มีนาคม ๒๕๕๖

- คุณนพพร ดิลกรัตนาภิเดช, คุณบุญ กั้นแก้ว, คุณศุภสิริ-คุณศุภนิชา ศิริเวชยันต์, คุณธีรชัย เดชชานนทศิลป์, คุณวันชัย, คุณณิญาดา วิณิชวงศ์, คุณนริศ เดชอุดม, คุณบุญจรรย์ จันทร์พัก, คุณบุญช่วย ชาณุตบุตร, คุณนิรมล, คุณชนินันท์ ลิ้มอุทัยทิพย์, ยิวพุทธิกสมาคม, คุณประนอม มงคลชัย, คุณวินา เอี่ยมวัฒน์ไพสิน, คุณช่อทิพย์ สิงห์ฤทธิ์, คุณสมศักดิ์ อรุณมงคล, คุณศศิธร นิรมิตศิริพงศ์, คุณอุทิศ เล้าทวีรุ่งสวัสดิ์, คุณแอมมอร์ พงษ์วิวัฒน์, คุณจิรัฐ ชำนาญศรี, คุณกชกร รักเดช, คุณนุชชา บัวเงิน, คุณวิไลภรณ์ กุทอง, คุณจิตาภา ศรีเจริญ, คุณวาสนา รัตนนุกรม, คุณณัฐลักษณ์ คำตาพันธ์, คุณนภา เติร์มมอดมสุข, คุณวิรัช เติร์มมอดมสุข, คุณจิตตญา ธรรมโพธิทอง, คุณวันวิตรี โกศัยพลกุล, คุณณัฐณัฐวรรณ สุวรรณโพธิพระ, คุณสุวรรณหทัย โชติพิสุทธิกุล, คุณสุรัชย์ โชติพิสุทธิกุล, คุณธนธรณ์ โชติพิสุทธิกุล, คุณนันทนา โชติพิสุทธิกุล, คุณศศิธร ทองมี, คุณสุขศรี ปีกขาว, คุณวีรณัฐ โรจนประภา, คุณนวลละออ โรจนประภา, คุณวิทยา ประชาเฉลิม, คุณนุช พรหมโยธิน, บจก. เต็มใจเซอร์วิส, คุณพัชริลา อิมพรรณไชย, ค่ายธรรมะเยาวชน รุ่นที่ ๒, คุณวันดี วิศยทักษิณ, คุณจรัสศักดิ์ จรัสปริดา, คุณรุ่งทิวา โชคทิพย์อมรชัย, คุณว่องไว วิฑูรชาติ, คุณนันทวีร์ สุวรรณปราโมทย์

สัพพะทานัง ธัมมะทานัง ชินาติ

“การให้ธรรมเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง”

ขอเชิญทุกท่านร่วมเป็นเจ้าของสนับสนุนการเผยแผ่พระพุทธศาสนา กับมูลนิธิบ้านอารีย์



๑. ร่วมเป็นเจ้าของภาพจัดพิมพ์วารสารบ้านอารีย์

วารสารที่คัดสรรเนื้อหาข้อธรรมที่น่าสนใจจากครูบาอาจารย์ รวมถึงพระสุปฏิปันโน ปฏิทินธรรมการแสดงธรรม กิจกรรมปฏิบัติธรรมทั้งที่มูลนิธิบ้านอารีย์และที่อื่น ๆ เพื่อแจกเป็นธรรมทานให้กับผู้ที่สนใจแสวงหาความรู้วิทยากรต่าง ๆ ได้ศึกษาและนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างมีความสุข โดยใช้หลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา เป็นที่พึ่งที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจได้มากขึ้น

บ้านฟรีทุกวันพระขึ้น ๑๕ ค่ำ ของทุกเดือน วางแจกจ่ายที่วัด และสถานที่ปฏิบัติธรรมต่าง ๆ พิมพ์แจกเป็นธรรมทานทั้งในกรุงเทพฯ ต่างจังหวัด และผู้ขอรับทางไปรษณีย์ พิมพ์จำนวนประมาณ ๑๐,๐๐๐ เล่ม/เดือน (เล่มละประมาณ ๖.๒๐ บาท)



๒. ร่วมเป็นเจ้าของภาพจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเล่ม

หนังสือที่รวบรวมเนื้อหาพระธรรมคำสอนของครูบาอาจารย์ พิมพ์แจกเป็นธรรมทานให้กับผู้ที่สนใจ และต้องการนำไปเพื่อแจกเผยแผ่ในงานด้านการกุศลต่างๆ เพื่อเป็นการส่งเสริมการศึกษาธรรมะให้มากยิ่งขึ้น

พิมพ์จำนวนประมาณ ๕,๐๐๐ เล่ม/ปกหนาประมาณ ๓๒-๖๔ หน้า (เล่มละประมาณ ๗-๑๐ บาท)

๓. ร่วมเป็นเจ้าของภาพจัดทำซีดีธรรมะ

ซีดีที่รวบรวมเสียงพระธรรมเทศนาของครูบาอาจารย์ ที่เดินทางมาแสดงธรรม ณ มูลนิธิบ้านอารีย์ และซีดีธรรมะในกรณีพิเศษอื่น ๆ จัดทำแจกเป็นธรรมทานให้กับผู้ที่สนใจ และต้องการนำไปแจกในงานการกุศลต่างๆ เพื่อเป็นการเผยแผ่ธรรมะผ่านสื่อเสียงธรรม

จัดทำจำนวน ๓,๐๐๐ แผ่น/เรื่อง (แผ่นละประมาณ ๕ บาท)

๔. ร่วมเป็นเจ้าของภาพสนับสนุนกิจกรรมธรรมะและสาธารณประโยชน์

ค่าใช้จ่ายการจัดกิจกรรมแสดงธรรม ปฏิบัติธรรม การเรียนพระอภิธรรม ธรรมะเด็กและเยาวชน จัดกิจกรรมทำบุญตักบาตร สดับธรรม เพื่อสืบสานวิถีพุทธและวัฒนธรรมไทยในสังคมเมือง จัดทำรายการโทรทัศน์ธรรมะ วิทยุ เว็บไซต์ รวมถึงค่าภัตตาหาร ค่าน้ำ ค่าไฟ ฯลฯ

ท่านสามารถร่วมเป็นเจ้าของภาพสนับสนุนการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ได้ที่ ชื่อบัญชี “มูลนิธิบ้านอารีย์” เลขที่บัญชี ๗๔๔-๒-๔๙๔๔๔-๙ ธนาคารกสิกรไทย สาขาซอยอนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิ ประเภทบัญชีออมทรัพย์

ขอ อ นุ โ ม ท น า บุ ญ แ ล ะ ข อ บ พ ร ะ คุ ณ อ ย่ า ง ยั ง มูลนิธิบ้านอารีย์ เป็นองค์การหรือสถานสาธารณกุศล ลำดับที่ ๗๖๘ ของประกาศกระทรวงการคลัง

ท่านสามารถนำเงินที่บริจาคไปหักเพื่อลดหย่อนภาษีประจำปีได้ กรณีโอนเงิน กรุณาแจ้งชื่อ-ที่อยู่ และวันที่โอนเงิน พร้อมแนบสำเนาใบโอนเงินมาทางโทรสาร หมายเลข ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๘ หรือแจ้งทางโทรศัพท์ที่ คุณมานัส ทองไชย หมายเลข ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔ ทุกครั้ง เพื่อมูลนิธิฯ จะได้จัดส่งใบเสร็จรับเงินถึงท่านโดยเร็ว

ชื่อ / นามสกุล

ที่อยู่

โทรศัพท์ อีเมล

| | |
|--|------------------|
| <input type="radio"/> ร่วมเป็นเจ้าของภาพจัดพิมพ์วารสารบ้านอารีย์ (เล่มละประมาณ ๖.๒๐ บาท) | เป็นเงิน.....บาท |
| <input type="radio"/> ร่วมเป็นเจ้าของภาพจัดพิมพ์หนังสือธรรมะเล่ม (เล่มละประมาณ ๗-๑๐ บาท) | เป็นเงิน.....บาท |
| <input type="radio"/> ร่วมเป็นเจ้าของภาพจัดทำซีดีธรรมะ (แผ่นละประมาณ ๕ บาท) | เป็นเงิน.....บาท |
| <input type="radio"/> ร่วมเป็นเจ้าของภาพจัดบรรยายธรรม-ปฏิบัติธรรม | เป็นเงิน.....บาท |
| <input type="radio"/> ร่วมเป็นเจ้าของภาพกิจกรรมสาธารณประโยชน์ | เป็นเงิน.....บาท |
| รวมทั้งหมด | เป็นเงิน.....บาท |

* สำหรับรายการใดที่มียอดบริจาคเข้ามาเกินยอดจัดทำ มูลนิธิฯ จะนำไปใช้ในกิจกรรมสาธารณประโยชน์อื่นๆ

สิ่งใดที่แม่ ก็ล้วนแค่ฝัน แต่สิ่งเหล่านั้น ล้วนสอนสั่งเรา

คืนหนึ่งหลังจากที่ได้ผ่านฝันร้ายที่น่าหวาดหวั่นพรึบพรึงยี่งนักมาแล้ว
ผู้เขียนก็รู้สึกผ่อนคลายลง เมื่อสิ่งซึ่งได้ประสบนั้นเป็นเพียงแค่ความฝัน
เพราะถ้าขึ้นเป็นเรื่องจริงคงแย่นั่นๆ จำได้ว่า
ขณะที่เผชิญหน้ากับสถานการณ์นั้นๆ ใจคอก็ไม่สู้ดีนัก นั่นทำให้รู้ชัดว่า
เรายังขาดความเข้มแข็งและมั่นคงทางใจอยู่มากทีเดียว

ผู้อ่านหลายท่านคงจำได้ว่า ในวัยเด็กเมื่อเราฝันร้าย
มากๆ เราก็มักจะร้องไห้ให้ผู้ปกครองคอยปลอบโยนและ
บอญครั้งก็อาจจะฉีรดที่นอนด้วย ซึ่งนั้นก็ไม่ใช่เรื่องแปลก
ประหลาดแต่อย่างใด เป็นเรื่องธรรมดาของเด็กทั่วไปอยู่แล้ว
แต่เมื่อเราเจริญเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ ถึงแม้ว่าเราอาจ
ไม่ร้องไห้หรือฉีรดที่นอนเหมือนเก่าแล้วก็ตามที แต่เราก็
ยังรู้สึกทุกข์ใจประการต่างๆ อยู่ดี หากต้องพบกับฝันร้าย
ที่น่ากลัวมากๆ

แต่ถึงอย่างไรความฝันร้ายก็เป็นเพียงแค่ความฝัน
เท่านั้น กล่าวคือที่สุดฝันร้ายนั้นๆ ก็ต้องจบลงเพราะการ
ตื่นขึ้นของคนผู้ฝันนั่นเอง ดังนั้น ผู้เขียนจึงเชื่อว่าใครๆ
ที่เคยฝันร้ายมาก่อนก็คงจำได้ว่า ตนเองรู้สึกผ่อนคลาย
และสบายใจแค่ไหนที่รู้ว่าเรื่องเลวร้ายใดๆ เป็นต้นว่า

การได้ทำเรื่องชั่วร้ายลงไป การมีมีปัญหายุ่งยากที่สะสาง
ไม่ได้หรือการต้องเผชิญทุกข์ภัยอันหนักหน่วง ล้วนเป็น
เพียงความฝันเท่านั้น

หากยังจำถึงความสบายใจเหล่านั้นได้ เราอาจจะนำ
คติที่ได้จากเรื่องนี้มาปรับใช้กับเรื่องอื่นๆ ในชีวิตจริงได้
ไม่ยาก นั่นก็คือการมีท่าทีต่อพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมไม่ควร
ต่างๆ ในอดีตของตนเอง ซึ่งหมายความว่า เราควรคิดถึงว่า
พฤติกรรมแยๆ ที่ตนเองได้กระทำมาในอดีตหรือเหตุการณ์
เลวร้ายใดๆ ที่ตนเองต้องเผชิญล้วนแต่เป็นเพียงแค่ฝันร้าย
อีกอย่างหนึ่งเท่านั้น แล้วปล่อยความฝันเหล่านั้นไปเสีย
การคิดต่อเรื่องนั้นๆ ว่าเป็นสิ่งที่ผ่านไปแล้ว ไม่เก็บเอาไว้
ให้ทุกข์ใจ ย่อมทำให้สบายใจได้แม้จะเพิ่งผ่านเรื่องราวนั้น
มาได้



ใครบ้างเล่าที่ไม่เคยทำผิด และเมื่อทำผิดแล้วบางคน ก็ยอมรับความจริงแล้วให้อภัยตนเอง จากนั้นก็อยู่ต่อไป ได้โดยไม่ทุกข์ร้อนอะไรมากนัก แต่บางคนทำผิดแล้วไม่ยอมรับความจริงที่ตนทำไป มักปฏิเสธหรือหนีความจริง บ้างก็หนีโดยการอ้างเหตุผลเข้าข้างตนเอง เพื่อให้ตนเอง หรือผู้อื่นเชื่อว่าตนเองไม่ได้ทำสิ่งเหล่านั้นเลยหรือสิ่งนั้นๆ ไม่ได้ชั่วร้ายแต่ประการใด บ้างก็หนีจากบุคคลหรือสถานที่ อันเกี่ยวข้องกับเรื่องนั้นๆ เพื่อจะได้ไม่ต้องรู้สึกผิดอีกต่อไป บ้างก็ฆ่าตัวตายเพื่อหลบหนีความรู้สึกผิดหรือความรู้สึก อับอายที่ต้องอยู่ท่ามกลางผู้คนตำหนิหรือหยามเหยียด

ทางออกที่แท้จริงของความพลั้งพลาดใดๆ ในอดีต ซึ่งประหนึ่งฝันร้ายก็คือ อยู่กับสิ่งนั้นๆ โดยมองว่าล้วนแต่ เป็นเพียงฝันร้าย หากจะมีผลพวงใดๆ เกิดขึ้นตามมา ตนก็พร้อมยอมรับทั้งสิ้น และพร้อมจะให้อภัยตนเองและ ผู้อื่นที่เกี่ยวข้องกับสิ่งเหล่านั้น

ส่วนบางคนมีนิสัยที่ไม่ยอมปล่อยวางแม้กระทั่ง ความฝัน ก็มักจะได้ต้องทุกข์ใจต่างๆ นานา เพราะความ วิตกกังวลว่าตนเองอาจต้องเจอเหตุการณ์อย่างที่เพิ่งผ่านมา นั้นอีก หรืออาจเพราะความเสียดใจที่ได้กระทำการชั่วๆ ไป ในความฝันนั้น

ในแง่หนึ่งฝันร้ายๆ หรือเรื่องเลวร้ายใดๆ ในโลกที่ เราถือว่าเป็นจริง ล้วนแต่เป็นเพียงแค่ความฝันเท่านั้น แต่ อีกแง่หนึ่ง สิ่งเหล่านั้นล้วนแต่สะท้อนให้เห็นอุปนิสัยที่เรา สะสมไว้ในใจ เพราะความฝันทั้งหลายที่ยุงยากยอมบอกเรา

ได้ว่า เราเป็นคนอย่างไร มีความโน้มเอียงหรือความเคยชิน กับความดีความชั่วใดๆ บ้าง ซึ่งความเข้าใจดังกล่าวนี้ นั้น ต้องอาศัยการถอดความอย่างไตร่ตรองถ้วนถี่และอาศัย ความเข้าใจในเรื่องธรรมชาติของปวงสรรพสัตว์

เมื่อความฝันร้ายๆ ได้สะท้อนให้เรา รู้จักสิ่งที่อยู่ภายใน ใจเรา หากสิ่งนั้นๆ เป็นสิ่งไม่ดี เราก็พึงฝึกฝนตนเองในด้าน คุณธรรมต่างๆ ที่ตรงกันข้ามกับอุปนิสัยนั้นๆ เพื่อละเสีย ให้ได้ คือพยายามแก้ไขตนเองให้ดีกว่าเดิม อย่าได้เก็บ อุปนิสัยไม่ดีเหล่านั้นไว้ให้สร้างปัญหาซ้ำแล้วซ้ำเล่าอีกเลย

เมื่อเราเข้าใจด้วยความปล่อยวางหรือทำใจได้ว่า สิ่งเลวร้ายบรรดามีที่เข้ามาในชีวิตเรานั้นล้วนแต่เป็นเพียง ความฝันเท่านั้นเอง เราก็ควรคิดเช่นเดียวกันนั้นกับ เรื่องราวดีๆ ด้วยว่า เรื่องราวใดๆ ก็ตามทั้งดงามอันเกิดจาก พฤติกรรมดีใดๆ ของตนหรือการได้รับการปฏิบัติที่ดีจาก ผู้อื่น เรื่องราวเหล่านั้น ล้วนแต่เป็นเพียงฝันอีกเช่นเดียวกัน ปล่อยสิ่งเหล่านั้นให้ผ่านไปเถิด เพราะต่างล้วนเป็นเพียงฝัน

กล่าวให้ชัดก็คือ เราเป็นทุกข์ต่อความฝัน ทั้งที่ตนเอง ตื่นมาแล้วก็เพราะรู้สึกหวาดกลัวว่า ความฝันนั้นๆ จะเกิดขึ้นอีก และเช่นเดียวกัน หากยังคิดตอกย้ำซ้ำเติมตัวเอง ต่ออดีตอันเลวร้ายใดๆ หรือหากมัวแต่เกรงว่าเรื่องนั้นจะ เกิดซ้ำรอยอีก เราก็ต้องทุกข์ต่อเรื่องเหล่านั้น ทั้งที่ตนเอง ได้ผ่านพ้นมานานแล้ว และควรจะเป็นสุขได้ตั้งนานแล้ว **ที่เราไม่อาจสบายใจได้นั้นมิใช่เพราะสิ่งนั้นๆ คือฝันร้าย แต่เป็นเพราะเราไม่รู้จักร่างฝันร้ายนั้นต่างหากเล่า**



คนจริง รู้ของจริง

หลวงพ่อเทียน จิตตสุโก (พันธ์ อินทนิล)

ภาคต้น : **ชีวิตใหม่**
รู้เพราะไม่หลง

(ญาณปัญญาของวิปัสสนา)

ดังนั้น พระพุทธเจ้าสอนคน จึงสอนคนที่ยังไม่รู้นั้นแหละ ให้เขารู้ และสอนคนที่กำลังทำผิดอยู่นั้นแหละ ให้ทำถูกต้อง และสอนคนที่มีทุกข์อยู่นั้นแหละ ให้ทุกข์น้อยไป หรือหมดไป มันเป็นอย่างนั้น ที่ผมพูดในวันนี้ ก็คล้ายๆ เป็นอย่างนั้น กล่าวคือ มาแนะนำว่า ถ้าทำอย่างนี้ ทำการเคลื่อนไหวนี้แหละ เรียกว่าทำถูกต้อง จุดหมายปลายทางมันจะมาถึงที่ตรงนี้ คือ เมื่อทำถูกต้องแล้ว ความฉลาดจะเกิดขึ้นมาเอง ความฉลาดแบบนี้ ไม่ต้องไปจดจำมาจากตำรับตำรา แต่รู้เอง เห็นเอง เข้าใจเอง

๑๒

ดูกายเห็นจิต ดูความคิดเห็นธรรม



การเจริญสติแบบเคลื่อนไหว แนวหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก เป็นการสร้างจังหวะมือ ๑๔ จังหวะ และเดินจงกรม ให้จิตกับกายอยู่ด้วยกัน โดยใช้หลักกายเคลื่อนไหว ใจรู้สึก มีสติ มีตนเป็นที่พึ่งแห่งตน

- ทุกวันพุธแรกและพุธที่สองของเดือน เวลา ๑๓.๐๐-๒๐.๐๐ น.
วันพุธที่สามและพุธที่สี่ของเดือน เวลา ๑๓.๐๐-๑๗.๐๐ น.
- ทุกวันเสาร์-วันอาทิตย์แรกของเดือน ร่วมปฏิบัติธรรมแบบเนสัชชิก (ไม่นอน ทานอาหารมือเดียว ในภษาขณะเดียว) ๒ วัน ๑ คืน
เช้าวันเสาร์ เวลา ๐๙.๓๐ น. - เย็นวันอาทิตย์ เวลา ๑๖.๐๐ น.
- ทุกวันเสาร์ และวันอาทิตย์ที่สามของเดือน เวลา ๐๙.๓๐-๑๖.๐๐ น.

ณ มูลนิธิบ้านอารีย์ ซอยอารีย์ ๑ ถนนพหลโยธิน
โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔, ๐-๒๒๗๙-๗๔๓๘

เมื่อรู้อันนี้แล้ว “ญาณปัญญาของวิปัสสนา” ก็เกิดขึ้น

วิปัสสนา แปลว่า รู้แจ้ง - รู้จริง รู้แล้วต่างเกาล่องภาวะเดิม ก่อนที่จะต่างก็คือ เลิกละบายามุข แล้วก็ โทสะ - โมหะ - โลภะ ลดน้อยไป ต่างเกาจริง ๆ

(ศีล แปลว่าปกติ)

แล้วก็รู้ “ศีล”

ศีล แปลว่าปกติ ต่างเกาจริง ๆ เพราะแต่ก่อนเข้าใจว่า ศีล คือ ปาณาฯ อทินนาฯ ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๐๐ ศีล ๓๐๐... เข้าใจว่าอันนั้นเป็นศีล ถูกแล้ว...อันนั้นเป็นศีล แต่มันไม่ใช่ศีลในความหมายที่ว่า “ศีล เป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างหยาบ” มันเป็นเพียงศีลสังคม หรือ สังคมศีล เท่านั้น

ส่วนศีลที่เป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่างหยาบนั้นคือ ทำลาย โทสะได้ ทำลายโมหะได้ ทำลายโลภะได้ ทำลายกิเลส ทำลาย ตัณหา ทำลายอุปาทาน ทำลายกรรม และวิบากเหล่านั้น หรือว่าทำลาย “ความชั่ว” เหล่านั้นได้ นี่ละ ศีล ตามหลัก พระพุทธศาสนา ศีล - วิถีปฏิบัติ ศีลอันนี้มีอยู่แล้วในคน ทุกคนไม่ยกเว้น เด็กน้อยก็มี คนหนุ่มคนสาว คนเฒ่าคนแก่ คนไทย คนจีน คนฝรั่งเศส คนอังกฤษ คนอเมริกา หรือจะเป็นเชื้อชาติใดก็ตาม นุ่งผ้าสีอะไรก็ตาม มีอยู่แล้ว ความเป็นปกติอันนี้

อย่างที่พวกเรานั่งฟังผมพูดอยู่เดี๋ยวนี้ นี่ ปกติ เราดู ลมหายใจของเรา ดูความคิดของเรา พอมันคิดขึ้นมา เราเห็น เรารู้ แปลว่าเรามีปกติ มีศีล ถ้าเรายังไม่รู้ความคิดของเรา ก็แสดงว่าเรายังไม่ปกติ ถ้าไม่เอียงไปโทสะ ก็เอียงไปโลภะ เพราะโมหะปิดบังไว้

อาจารย์บุญชา ๑๐๐ ปี ชาตกาล หลวงพ่อเทียน จิตตสุโก
การอบรมการเจริญสติแบบเคลื่อนไหวหลักสูตร ๒ วัน
ณ หอจดหมายเหตุพุทธทาส (สวนรถไฟ จตุจักร)
- กิจกรรมทุกวันเสาร์ และวันอาทิตย์ที่สองของเดือน ครั้งต่อไป
จัดขึ้นวันเสาร์ที่ ๑๑ และวันอาทิตย์ที่ ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๕๖
ผู้สนใจเข้าร่วมปฏิบัติรับจำนวนจำกัด กรุณาสารองที่ได้ที่
โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔, ๐-๒๒๗๙-๗๔๓๘



ทางลัด... สู่การบรรลุ ธรรม

หลวงพ่อคำเขียน สุวณฺโณ

บทที่ ๖

ปัญญา รอบรู้ในกองสังขาร

เลิกเป็นทาส

ถ้าเรามีความรู้สึกตัว ไม่มีใครที่จะไปเอาความหลง เพราะความหลงไม่เป็นธรรม ถ้าเราไม่เคยมีความรู้สึกตัวนั้น ความหลงก็อาจจะไปหลงมากกว่ารู้ก็ได้ ชีวิตเราวันหนึ่งๆ อาจจะหลงมากกว่ารู้ ไม่รู้สึกตัวอยู่ในความหลง ความหลงก็เป็นตัวหนึ่งของชีวิตไปเลย ความโกรธก็เป็นตัวหนึ่งของชีวิตไปเลย เป็นตนอยู่ในความโกรธ เป็นตนอยู่ในความหลง เป็นชีวิตอยู่ในความหลง เป็นชีวิตอยู่ในความทุกข์ความโกรธ ถ้าเราไม่มีความรู้สึกตัว จะไม่เห็น จะไม่เป็นคนละเรื่อง จะไม่ต่างกัน ชีวิตของเราก็เป็นทาสของทุกอย่าง เขาหิวไป เขาใช้ไป พอเรามีความรู้สึกตัว เรามีสิทธิ์ สิทธิ์ของเรา ความชอบธรรมเกิดขึ้น ความหลงไม่มีความเป็นธรรมต่อชีวิตเรา ความรู้สึกตัวเป็นธรรมต่อชีวิตเรา เราเลือกได้ ชีวิตที่เลือกได้ เรารู้จักเลือกแล้วกัน เหมือนมีสิทธิ์ที่จะครองตัว ครองกาย ครองใจ เหมือนเราครองเรือนครองบ้านเรา เรามีสิทธิ์ที่จะให้ความสะอาด รักษาความสะอาด เก็บกวาดในสิ่งที่มันสกปรก สิ่งไหนมันทำให้มันสกปรก สิ่งไหนที่มันทำให้เลอะเทอะ

เป็นพิษเป็นภัย เรามีสิทธิ์ที่จะไม่ให้อยู่กับบ้านเรา ชีวิตของเราก็เหมือนกัน เมื่อเรามีความรู้สึกตัว เราใช้สิทธิ์ทำแล้วความชอบธรรมจะเกิดขึ้นมา ถ้าไม่มีความรู้สึกตัวแล้ว ปนเปกันไป อาจจะหลงมากกว่ารู้ด้วยซ้ำไป

ความหลงมีมากกว่าความรู้ วันหนึ่ง วันหนึ่ง มันหลงไปทางไหนบ้างก็ไม่รู้ ทางหู ตา จมูก ลิ้น กาย ใจ อาจจะมีความพอเรามีความรู้สึก ๑ ชั่วโมง ๒ ชั่วโมง หรือ ๑ วัน ๒ วัน ๗ วัน พิสูจน์กันดู เหมือนพระพุทธเจ้าที่ทําทายเอาไว้ ผู้ใดมีสติต่อเนื่อง ๑ วัน ถึง ๗ วัน ๑ เดือน ถึง ๗ เดือน ๑ ปี ถึง ๗ ปี จะเกิดอานิสงส์ ๒ ประการ หนึ่งเป็นพระอนาคามี สองเป็นพระอรหันต์ มีสติต่อเนื่อง ไม่ใช่เรื่องเล็กน้อย ความรู้สึกตัวที่เราสร้าง เท่านั้นหรือ เท่านั้นหรือ เท่านั้นแหละ แต่ว่ามันก็พัฒนาไปตั้งต้นจากรู้สึกตัว อาจเป็นศีล เป็นสมาธิ เป็นปัญญา เป็นมรรค เป็นผลไป ต่อเนื่องเหมือนโซ่ มีใครที่จะพิสูจน์เรื่องนี้มาอยู่ด้วยกัน มาอยู่ด้วยกัน มาใช้ชีวิตให้เต็มที่เต็มตัว ถ้าไม่มีเวลามากก็ไม่เป็นไร ก็อยู่กับเรา อยู่กับเรา แต่ชีวิตที่เราไม่พร้อม อาจจะถูกแบ่ง สิ่งที่ทำให้ถูกแบ่ง อาจจะเป็นความหลง แต่ถ้าเรามีสถาบัน มีลูกอย่างนี้ มีเพื่อน มีมิตรอย่างนี้ มันตรงๆ ถือว่าเป็น อติเรกลาก ชีวิตที่สุคโต ถือว่ามีอติเรกลาก มีหน้าที่โดยตรง เหมือนเรามีอติเรกลาก บางที่ไม่ต้องไปหาเงินหาทองไปซื้อผ้า มีคนซื้อมาให้ เรียกว่า อติเรกลาก บางที่ไม่ต้องไปหาเงินหาทองไปซื้ออาหาร มีคนซื้อมาให้ บางที่ไม่ต้องไปหาเงินหาทองสร้างที่อยู่อาศัย มีคนสร้างให้ เรียกว่าอติเรกลาก อยู่ที่นี่เหมือนกับเป็นอติเรกลาก ไม่มีใครมาถูกแบ่ง ให้สิทธิ์ให้ความเป็นธรรมแก่กันและกัน เป็นมิตร เป็นเพื่อนกัน จึงพิสูจน์กันแล้ว

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



ทำสมาธิอย่างถูกต้องและต่อเนื่อง เพื่อความสันติสุขของโลก

มูลนิธิบ้านอารีย์ เชิญทุกท่านร่วมฝึกสมาธิวิปัสสนาเบื้องต้น
โดย สถาบันพลังจิตตานุภาพ มูลนิธิหลวงพ่อวิริยังค์ สิรินฺธโร วัดธรรมมงคล กรุงเทพฯ
วันเสาร์ที่ ๑๑ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น. (กิจกรรมทุกวันเสาร์ที่สองของเดือน)



วัตถุประสงค์ของการทำสมาธิ คือการสร้างพลังจิต พลังจิตที่ได้จากการทำสมาธิ มี ๒ ประเภท คือ
๑. พลังหลัก จะถูกเก็บสะสมไว้ในจิต ไม่มีการแตกสลายตามกายเนื้อแต่สะสมข้ามภพ-ชาติ
๒. พลังเฉลี่ย จะถูกใช้ไปในชีวิตประจำวัน
การทำสมาธิ มี ๒ แบบคือ สมถะ และวิปัสสนา
สมถะ ต้องการให้ทรงสติสัมปชัญญะ ได้รับความสงบ สุขสบาย
วิปัสสนา เพื่อการรู้แจ้งเห็นจริง ใช้ปัญญาเป็นเครื่องภาวนาตามความเป็นจริงของขั้น ๕
การทำสมาธิเบื้องต้นต้องมีสมถะ คือควบคุมอารมณ์จิตให้ทรงอยู่ ถ้าอารมณ์ไม่ทรงตัววิปัสสนาจะไม่มีผล เป็นวิปัสสนาตะครุบเงา



แวดวงธรรมะ



วัดปัญญาบันฑาทาราม จัดโครงการบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อนรุ่นที่ ๑๘ เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ระหว่างวันที่ ๒๗ มีนาคม - ๒๗ เมษายน ๒๕๕๖ ณ วัดปัญญาบันฑาทาราม คลองหก จ. ปทุมธานี



พระอาจารย์มหานงค์ สุมงคล เมตตาแสดงธรรมและนำปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน ๔ เพื่อพัฒนาจิตสำหรับเยาวชนรุ่นที่ ๘ “ผู้เป็นความหวังของพ่อแม่ ผู้เป็นอนาคตของชาติ” ณ อาคารมหาเจษฎาบดินทร์ ชั้น ๒ วัดยานนาวา กรุงเทพฯ ระหว่างวันที่ ๒๐-๒๔ มีนาคม ๒๕๕๖



นายพรรัตน์ เบญจวัฒนานันท์ ผู้อำนวยการสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ เป็นประธานในพิธีสดุดนพเคราะห์ เปิดงานเย็นทั่วหล้ามหาสงกรานต์ต้นมัสการพระพุทธไสยาสน์ เมื่อวันที่ ๑๒ เมษายน ๒๕๕๖ ณ วัดพระเชตุพนวิมลมังคลารามฯ กรุงเทพฯ มีประชาชนเข้าร่วมงานเป็นจำนวนมาก

ปฏิทินธรรม

● ขอเชิญทำบุญตักบาตรฟังธรรมพระกรรมฐานทุกวันอาทิตย์แรกของต้นเดือน ณ มูลนิธิพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต

ชอยเจริญสนิทวงศ์ ๓๗ โทร. ๐-๒๔๑๒-๒๗๕๒

● ขอเชิญทำบุญตักบาตร ฟังธรรมพระกรรมฐานสายหลวงปู่มั่น ภูริทัตโต และพระจากวัดต่างๆ รวมมากกว่า ๒๑ รูป ทุกวันเสาร์แรกของเดือน ณ ศาลาการเปรียญวัดพุทธบูชา ถนนพุทธบูชา แขวงบางมด เขตทุ่งครุ กรุงเทพฯ

● ขอเชิญทำบุญตักบาตรฟังธรรมพระกรรมฐานทุกวันอาทิตย์ที่สามของเดือน

ณ ศาลาสนิทวงศ์ - ชยางกูร วัดบรมนิวาสราชวรวิหาร ถนนพระราม ๖ อนุพงษ์ซอย ๑๕ แขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ

● ขอเรียนเชิญเข้าร่วมฟังพระธรรมเทศนาและปฏิบัติสมาธิภาวนากับพระอาจารย์ชยสาโร ทุกวันอาทิตย์แรก และอาทิตย์ที่สามของทุกเดือน ณ บ้านไร่ทอสี อ. ปากช่อง จ. นครราชสีมา ท่านที่มีความประสงค์จะไปร่วมปฏิบัติธรรมสามารถเดินทางไปได้โดยไม่ต้องสำรองหรือนัดล่วงหน้า ๓๑ ติดต่อขอรับแผนที่ได้ที่ห้องธุรการของโรงเรียนทอสี หรือทางโทรสาร ๐-๒๓๙๙-๑๗๔๓๓ ท่านสามารถนำอาหารมังสวิรัต่วมถวายท่านอาจารย์ได้

● กำหนดการทำบุญและฟังธรรมพระกรรมฐาน ณ ศาลากาญจนภิเษกอนุสรณ์ (ศาลาลุงชิน) เกษตรนิเวศน์ ถนนแจ้งวัฒนะ ๑๔

วันอาทิตย์ที่ ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๐๖.๓๐-๑๑.๐๐ น.

วันอาทิตย์ที่ ๒๖ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๐๖.๓๐-๑๑.๐๐ น.

(กล่าวถวายภัตตาหาร เวลา ๐๗.๔๕ น. โดยประมาณ)

● มูลนิธิหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ

ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมการเจริญสติแบบเคลื่อนไหวตามแนวหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ

วันพุธที่ ๑ - วันอังคารที่ ๗ พฤษภาคม ๒๕๕๖ ๕๒ ม. ๕ ถนนพุทธมณฑลสาย ๔ ตำบลทวีวัฒนา เขตทวีวัฒนา กทม. โทร. ๐-๒๔๒๙-๒๑๑๙

● ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมการเจริญสติแบบเคลื่อนไหวแนวหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ

“อยู่อย่างต่ำ มุ่งกระทำอย่างสูง”

เปิดโอกาสให้ท่านฝึกทักษะภาวนาโดยความพร้อมแบบปิดวจาในสถานที่ใกล้ชิดธรรมชาติดังเดิม

วันพุธที่ ๑ - วันอังคารที่ ๗ พฤษภาคม ๒๕๕๖

ณ สำนักปฏิบัติธรรมอุตะปะกา จ. เพชรบุรี

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ พระอาจารย์วรวิทย์ วรธมโม โทร. ๐๘-๕๐๑๖-๕๙๓๙

● กลุ่มธรรมะรักษาขอเชิญฟังการบรรยายธรรม วันอาทิตย์ที่ ๑๙ พฤษภาคม ๒๕๕๖

เวลา ๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น. โดย ดร. วรภัทร์ ภูเจริญ อดีตวิศวกรขององค์การนาซ่า

เวลา ๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น. บรรยายธรรม โดย องค์หลวงปู่พุทธอิสระ วัดอ้อน้อย จ. นครปฐม

ณ โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า (รพ. ทหารเรือ) เพิ่มเติมรายละเอียดได้ที่ โทร. ๐๘-๑๔๒๐-๗๖๘๔

● กลุ่มพุทธธรรมกรรมฐาน มหาวิทยาลัยรามคำแหง ขอเชิญร่วมงานทำบุญใหญ่ประจำปี ครั้งที่ ๓

ระหว่างวันที่ ๓-๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๖

ณ บริเวณชั้นล่างอาคารคณะนิติศาสตร์ (หลังใหม่) มหาวิทยาลัยรามคำแหง (หัวหมาก)

ดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ www.kammataclub.com

โทร. ๐๘-๑๒๓๒-๒๗๕๐, ๐๘-๒๑๐๒-๐๓๒๓,

๐๘-๙๑๓๗-๑๗๕๙

● ขอเชิญร่วมฟังธรรมบรรยาย

โดย พระอาจารย์ประสงค์ ปรีบุญโญ

อดีตเจ้าอาวาสวัดป่าชิสโก สหรัฐอเมริกา

วันเสาร์ที่ ๑๑ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น.

ณ ห้องสีตาลัย ชั้น 2 ห้องอาหารนังกินลม ชมเขาวัง

บ้านขนมมันทวน จ. เพชรบุรี

สำรองที่นั่งได้ที่ ๐-๓๒๔๑-๙๙๑๐-๑

(คุณเพชรดา / คุณกนกวรรณ)

กรุณามาก่อนเวลา ๓๐ นาที เพื่อความสะดวกในการจัดสถานที่

● ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมกับวัดยานนาวา

- หลักสูตรพัฒนาจิตเพื่อชีวิตและการทำงานที่เป็นสุข รุ่นที่ ๓๔ วันที่ ๔-๖ พฤษภาคม ๒๕๕๖ (๓ วัน)

รุ่นที่ ๓๕ วันที่ ๒๔-๒๖ พฤษภาคม ๒๕๕๖ (๓ วัน)

รุ่นที่ ๓๖ วันที่ ๒๑-๒๓ มิถุนายน ๒๕๕๖ (๓ วัน)

- หลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข

(หลักสูตรคุณแม่สิริ กรินชัย)

วันที่ ๑๐-๑๒ พฤษภาคม ๒๕๕๖ (๓ วัน)

วันที่ ๑๓ กรกฎาคม ๒๕๕๖ (๑ วัน)

สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ โทร. ๐-๒๒๑๒-๖๕๖๗,

๐๘-๔๑๖๖-๓๖๖๙ อีเมล : bhavanatoday@yahoo.com

● ขอเชิญกัลยาณมิตรทุกท่านร่วมทำบุญสร้างกุศลทอดผ้าป่ามอบทุนการศึกษาในปีที่ ๕ จำนวน ๒๐ ทุน

และร่วมโครงการเปิดวัดวันอาทิตย์

ของกลุ่มปฏิบัติธรรม L.D.H. วัดภาณี

วันที่ ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๐๘.๓๐-๑๕.๐๐ น.

ร่วมบริจาคทอดผ้าป่าผ่านทางบัญชีธนาคารกสิกรไทย

ชื่อบัญชี นายวรพล เวียงแก้ว และนางสาวสุนิสา คุชรัตน์

สาขามันนี่พาร์ค มาตรฐานกรุงศรี

เลขที่บัญชี ๗๘๘-๒-๑๘๙๘๓-๔

สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ พระมหางามพล กิตติโสภโณ

โทร. ๐๘-๕๓๕๑-๕๒๑๒



กลุ่มปฏิบัติธรรม L.D.H. วัดภาชี เอกมัย นำโดย พระมหากมล กิตติโสภโณ และเยาวชนคนรุ่นใหม่ จัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมเนื่องในวันสงกรานต์ พร้อมทั้งจัดงานสงฆ์นำมูทิตาสักการะ ณ พุทธสถาน คลายทุกซ์ จ. นนทบุรี ระหว่างวันที่ ๑๓-๑๕ เมษายน ๒๕๕๖

ธรรมสภา สถาบันบันลือธรรม จัดงานทำบุญครบรอบสวนมูทิตาธรรมาราม และวันมูทิตาจิตญาติผู้ใหญ่ ผู้มีพระคุณของชาวธรรมสภา เมื่อวันที่ ๑๘ เมษายน ๒๕๕๖ ณ สวนมูทิตาธรรมาราม พุทธมณฑลสาย ๔ จ. นครปฐม

เมื่อวันที่ ๑๘ เมษายน ๒๕๕๖ คณะธรรมทูตจากประเทศจีนหรือภิกษุณีสายเถรวาท สตรีชาวจีน เดินทางมาเยี่ยมชมมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ซึ่งคณะภิกษุณีให้ความสนใจในการศึกษาพระพุทธศาสนาในประเทศไทย จำนวน ๒๓ คน

- ชมรมพระพุทธศาสนา เอไอเอ เชิญร่วมฟังธรรม วันพุธสัปดาห์แรกของทุกเดือน ณ ห้องพระ บริษัท เอไอเอ จำกัด ชั้น ๘ อาคารเอไอ ทาวเวอร์ ถ. สุรวงศ์ กรุงเทพฯ
- วันพุธที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๑๗.๓๐-๒๐.๐๐ น. โดย พระครูภาวนาสารคุณ (พระอาจารย์ดำรงค์ สัจจิตโต) วัดปลื้มพัฒนา จ. บุรีรัมย์
- วันพุธที่ ๕ มิถุนายน ๒๕๕๖ เวลา ๑๗.๓๐-๒๐.๐๐ น. โดย พระครูอุดมวิวัฒน์ (หลวงพ่อคุณ ดิग्ขวิโร) วัดอุดมวาริ จ. เชียงราย
- เพิ่มเติมรายละเอียดที่ www.aia.or.th โทร. ๐๘-๐๖๒๐-๒๒๖๖
- ขอเชิญทุกท่านร่วมปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดย พระอาจารย์สุรชัย โสภณจิตโต (หลวงลุงยก) วันที่ ๑๐-๑๓ พฤษภาคม ๒๕๕๖ (๔ วัน) วันที่ ๒๔-๒๖ พฤษภาคม ๒๕๕๖ (๓ วัน) ณ ศูนย์ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน “บ้านธรรมนำใจ” เลขที่ ๔๗๔ ถนนไมตรีจิตต์ เขตบ่อนจันทน์ กรุงเทพฯ (ใกล้กับสถานีรถไฟใต้ดินหัวลำโพง เพียง ๑๓๐ เมตร). เพิ่มเติมรายละเอียดที่ www.baandharnnamjai.com โทร. ๐-๒๒๒๒-๐๕๙๙
- ขอเชิญทุกท่านร่วมปฏิบัติธรรม ณ สำนักสงฆ์แทนวันดีเจริญสุข บางขุนเทียน กรุงเทพฯ - สำหรับผู้เริ่มปฏิบัติ (จัดปฏิบัติธรรมทุกวันศุกร์ เสาร์ อาทิตย์แรกของเดือน) รุ่นที่ ๙๓ วันที่ ๓,๔,๕ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๑๗.๓๐ น. รุ่นที่ ๙๔ วันที่ ๗,๘,๙ มิถุนายน ๒๕๕๖ เวลา ๑๗.๓๐ น. - สำหรับผู้เคยมาปฏิบัติ ตั้งแต่ ๒ รุ่นขึ้นไป (จัดปฏิบัติธรรมทุกวันศุกร์ เสาร์ อาทิตย์ที่สามของเดือน) รุ่นที่ ๔๔ วันที่ ๑๗,๑๘,๑๙ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๑๗.๓๐ น. รุ่นที่ ๔๕ วันที่ ๑๔,๑๕,๑๖ มิถุนายน ๒๕๕๖ เวลา ๑๗.๓๐ น. เพิ่มเติมรายละเอียดที่ สำนักสงฆ์แทนวันดีเจริญสุข โทร./แฟกซ์ ๐-๒๔๑๖-๕๒๐๑ www.tanwadee.org

- ขอเชิญร่วมฟังธรรมร่วมกับธรรมสภาในรายการ: พบพระ พบธรรม สถาบันบันลือธรรม ณ ศูนย์หนังสือพระพุทธศาสนา ๑/๔-๕ ถ. บรมราชชนนี เขตทวีวัฒนา กทม. โทร. ๐-๒๕๘๘-๗๙๔๐
- วันเสาร์ที่ ๒๗ เมษายน ๒๕๕๖ เวลา ๑๕.๐๐-๑๗.๐๐ น. จักรวรรดิวัตร พระราชากรณียกิจแห่งพระเจ้าแผ่นดิน. โดย พระครูปลัดสุวัฒนบัณฑิตคุณ (วัลลพ โกวิโล) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส กรุงเทพฯ
- กำหนดการอบรมเรียนรู้อชีวิตตามธรรมใน ๑ วัน ณ สวนมูทิตาธรรมาราม ถนนพุทธมณฑลสาย ๔ ประจำปีพุทธศักราช ๒๕๕๖
- ครั้งที่ ๗๘ วันเสาร์ที่ ๔ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เรื่อง “โยคะฝึกสติ” โดย พระมหาปัญญาธิ ธมฺมสาโร วัดบ่อลือ จ. นครศรีธรรมราช
- ครั้งที่ ๗๙ วันเสาร์ที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๕๖ เรื่อง “เหตุแห่งตัวกู” โดย พระอาจารย์นุ้ย สมฺปนฺโน สอนโมกขพลาาราม จ. สุราษฎร์ธานี
- ครั้งที่ ๘๐ วันเสาร์ที่ ๖ กรกฎาคม ๒๕๕๖ เรื่อง “ชีวิตที่ก้าวสู่ความสุขที่อิสระ” โดย พระอาจารย์คุณหญิง เมธงุโร วัดทุ่งไผ่ จ. ชุมพร
- กำหนดการนี้อาจมีการเปลี่ยนแปลงด้วยเหตุปัจจัยอันควร สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ศูนย์สนันทน์ พรเซ็น โทร. ๐๘-๖๐๐๓-๕๔๗๘ โทรสาร ๐-๒๔๔๑-๑๔๖๔
- ขอเชิญร่วมทำบุญตักบาตรพระสงฆ์ ๑๐,๐๐๐ รูป วันอาทิตย์ที่ ๑๙ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๖ เวลา ๐๖.๐๐ น. ณ ถนนสีลม กรุงเทพฯ
- ฉลองวิสาขบูชาโลก มหาสังฆทานใหญ่ ใจกลางกรุงเทพมหานครถวายเป็นพุทธานุชา เพื่อช่วยพระสงฆ์ ๓๒๓ วัด ๔ จังหวัดชายแดนภาคใต้ และผู้ประสบภัยพิบัติธรรมชาติ
- สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ ศูนย์สนันทน์ พรเซ็น โทร. ๐-๒๕๓๑-๑๗๔๘

- กำหนดการแสดงธรรม ณ หอประชุมพุทธคยา อาคารอัมรินทร์พลาซ่า ชั้น ๒๒ ดิโอรแกรม แกรนด์ไฮแอทเอราวัณ (รถไฟฟ้าบีทีเอสชิดลม) ถนนเพลินจิต กรุงเทพฯ โทร. ๐-๒๖๕๕-๒๒๕๕
- วันอังคารที่ ๗ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๑๙.๓๐-๒๑.๐๐ น. โดย ดร. อภินันท์ กิตติพันธุ์ ศาสตราจารย์เกียรติคุณประจำสังฆสภา ประเทศศรีลังกา
- วันพุธที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๑๙.๓๐-๒๑.๐๐ น. “วิปัสสนาคืออะไร” โดย พระอาจารย์มานพ อุปสโม ศูนย์ปฏิบัติธรรมเฉลิมพระเกียรติฯ จ. จันทบุรี
- วันศุกร์ที่ ๑๐ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๑๙.๓๐-๒๑.๐๐ น. โดย หลวงพ่อโพธิ์นันทะ อาศรมศานติ จ. ปทุมธานี
- วันอังคารที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๑๙.๓๐-๒๑.๐๐ น. “ความต่างแห่งบุคคล ตอน ๕” โดย อ. สุภีร์ ทุมทอง อาจารย์ผู้สอนพิเศษ วิชาพระอภิธรรมปิฎก
- วันพุธที่ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๑๙.๓๐-๒๑.๐๐ น. โดย พระอาจารย์มิตซูโอะ คเวสโก วัดสุนันทวนาราม จ. กาญจนบุรี
- วันพฤหัสบดีที่ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๑๙.๓๐-๒๑.๐๐ น. โดย พระครูใบฎีกาอำนาจ โอภาโส พุทธธรรมสถานผาซ่อนแก้ว จ. เพชรบูรณ์
- วันอังคารที่ ๒๑ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๑๙.๓๐-๒๑.๐๐ น. โดย พระอาจารย์ภาสกร ภูริวฑฒโน (ภาวิไล) ผู้อำนวยการธรรมสถาน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- วันพุธที่ ๒๒ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๑๙.๓๐-๒๑.๐๐ น. โดย พระอาจารย์คึกฤทธิ์ โสตถิผโล เจ้าอาวาสวัดนาป่าพง จ. ปทุมธานี
- วันอังคารที่ ๒๕ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๑๙.๓๐-๒๑.๐๐ น. โดย พระครูกิตติอุดมญาณ (หลวงปู่ไม อินทสิริ) วัดป่าเขาภูหลวง จ. นครราชสีมา
- วันพุธที่ ๒๙ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๑๙.๓๐-๒๑.๐๐ น. “ฝึกจิตพิชิตใจ” โดย พระอาจารย์วัชชัย ธมฺมทีโป ศูนย์พัฒนาจิตเฉลิมพระเกียรติบ้านวังเมือง จ. พังงา



เจตจิต แจ้งธรรม

พระครูเกษมธรรมทัต
(พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรสี)

การหาจิตให้เจอ

ในทางกายก็เหมือนกัน สติเมื่อเข้าไปรู้ความรู้สึกที่กาย ก็ไม่ขยายไปสู่รูปร่าง ไม่ขยายไปสู่ท่าทาง ความหมาย รูปทรง สันฐานของร่างกาย เผลอเพ่งเกินไป มันก็จะขยายเป็นบัญญัติ คือจิตมันต้องมีความตริกนี้ ก็มีความจดจำ แล้วมันก็สร้าง เป็นรูปทรงสันฐาน เป็นมโนภาพ จะเป็นเงาๆ เป็นบางส่วน เป็นแท่ง เป็นก้อน เป็นสันฐานของกาย เป็นท่าทางของกาย เรียกว่า จิตขยายไปสู่บัญญัติ ในขณะที่นั้นก็หัดมีสติรู้จิตรู้ใจ รู้หอมเข้ามาที่จิต ที่สภาพรู้ ผู้รู้ หรือความรู้สึกที่กาย ก็รู้แค่ ความรู้สึก รู้ความไหว ความกระเพื่อม ความลั่นสะเทือน ความสบาย ความไม่สบาย ไม่ต้องนึกขยายออกเป็นท่าทาง รูปร่างสันฐาน ถ้ามันเป็นท่าทาง เดี่ยวมันก็นึกตีความหมาย ว่านั่ง ว่ายืน ว่านั่งอยู่ตรงนั้น ว่านั่งพับเพียบ ห้อยเท้า อย่างนี้ มันขยายเป็นสมมติ ก็พยายามปรับรู้เข้ามาที่จิตและที่รู้ที่กาย ก็รู้แค่ความรู้สึกเท่านั้น อย่างนี้ถ้าหากทำอยู่กับปรมาตม มันก็จะค่อยๆ เห็นความเกิดดับ ความสลายตัว ที่กายมันมีรูปธรรมต่างๆ มีเย็น มีร้อน มีอ่อน มีแข็ง มีหย่อน มีตึง สิ่งเหล่านี้ มันก็เป็นรูปธรรมต่างๆ มันก็มากกระทบ เขาก็จะสลายตัว เย็นแล้วก็ดับไป ตึงแล้วก็ดับไป แข็งแล้วก็ดับไป ไหวก็เปลี่ยนแปลง กระเพื่อมเปลี่ยนแปลง

สติเข้าไปสัมผัสกับรูปธรรมเหล่านี้ ก็ค่อยเห็นรูปนี้เกิด-ดับ แม้เวทนาที่เกิดขึ้นที่กายก็มีความเปลี่ยนแปลง มีความเกิด-ดับ

จิตอันเป็นตัวผู้เข้าไปรู้ก็เกิด-ดับ การระลึกจึงไม่ใช่เน้นอยู่แค่ทางใดทางหนึ่ง ต้องรู้สัมผัสสัมพันธ์ทั้งทางกายและทางใจ เวลาสติระลึกที่จิตใจ ตัวจิตมารู้ที่จิตก็เปิดโอกาสที่จะรู้กายด้วย เมื่อเปิดโอกาสความรู้สึกทางกายมันก็จะซอมนมาให้รู้ กำลังดูจิตๆ ดูใจอยู่ ความไหวที่กายก็ซอมนมาให้รู้ ความตึง ความไหว ความกระเพื่อม เมื่อมันปรากฏมาก็รู้ สติสัมผัสปัญญาก็เข้าไปรับความไหว แล้วก็รู้จิต รู้ไหว รู้จิต รู้ความไหวทางกาย รู้ความไหวทางจิต มันต้องคู่ๆ กันไป สัมผัสสัมพันธ์ทั้งส่วนที่เป็นรูปทั้งส่วนที่เป็นนาม แต่ว่าไม่ได้จัดแจง ไม่ได้บังคับว่าจะต้องดูเฉพาะตรงนั้นหรือจะต้องดูเฉพาะตรงนี้ หรือจะต้องดูตรงนั้นก่อนมาดูตรงนี้หรือจะต้องดูตรงนี้มาดิ่งไป เมื่อเราทำผิดหัดมากขึ้นๆ จะไม่มีการดิ่งไปดิ่งมา ไม่มีการดิ่งจิต ไม่มีการบังคับว่าต้องตรงนั้นก่อนตรงนี้ก่อน จะต้องปฏิบัติเข้าสู่ความเป็นปกติ คือ ไร้จากการบังคับ ไม่มีการบังคับจิตว่าจะต้องดูตรงนี้ แม้แต่จิตคิดไปนึกไป จิตส่งออกนอกก็ไม่มีการดิ่งกลับเข้ามา ถ้ายังมีการดิ่งกลับเข้ามาสู่ลมหายใจ มาสู่กาย อันนี้เรียกว่า มันยังไม่เป็นปกติ มันยังบังคับบัญญัติอยู่ แต่ในระดับเบื้องต้นเราก็ทำอย่างนั้นได้ ผิดใหม่ๆ อาจจะต้องสติดิ่งกลับมา เผลอคิดไปอีกก็ตั้งสติดิ่งกลับมาอีก แต่ว่าในขั้นสูงๆ ขึ้นมาก็ไม่ต้องทำอย่างนั้น เวลามันคิดนึก สติรู้ความคิด มันก็กลับมาเองอยู่ตามปกติอยู่แล้ว เพราะว่าจิตมันรับได้ที่ละอารมณ์ เมื่อจิตประกอบด้วยสติมารู้ที่จิตมันก็ทิ้งเรื่องต่างๆ จิตมันอยู่ในภายใน ส่วนเรื่องราวมันอยู่นอก นอกตัวไปไหนๆ พอสติรู้จิตมันก็ทิ้งเรื่อง มันเป็นธรรมชาติอยู่แล้วไม่เห็นต้องดิ่งมาดิ่งไป เพียงระลึกที่จิตมันก็ทิ้งเรื่องทั้งภายนอก แต่ถ้าเผลออ้าว! มันไปอีก สติรู้จิตอีกมันก็กลับเข้ามาเอง เพียงต้องระลึก รู้บ่อยๆ เนืองๆ เพราะสติมันก็ดับ ระลึกแล้วไม่ใช่ว่ามันจะจบ ไม่ใช่มันจะบังคับอะไรอยู่ได้ เพราะสติเขาดับ ระลึกเขาก็ดับไป เมื่อดับไปแล้วถ้าสติไม่เกิดต่ออีก จิตเขาก็เล่นไปได้อีก ไปรู้เรื่องราวต่างๆ ได้อีก เพราะฉะนั้น สติต้องเกิดขึ้นบ่อยๆ เนืองๆ

อ่านต่อฉบับหน้า



เรียนภาษาบาลีเบื้องต้น

โดย มหาบาลีวิซชาลัย สถาบันสอนภาษาบาลีบุคคลทั่วไป

ในชีวิตคุณตั้งแต่เกิดมา คุณอาจได้เรียนรู้ภาษามากมายเพื่อการสื่อสารและสำหรับประกอบอาชีพ

แต่ภาษาบาลีเป็นภาษาของพระพุทธเจ้า ที่จะส่องสว่างนำทางให้ชีวิตคุณทั้งชีวิต

หาเรียนได้ไม่ยากนัก โอกาสมาถึงแล้ว เราชาวพุทธมาเรียนรู้ภาษาบาลีให้เป็นประเพณี

ขอเชิญทุกท่านร่วมเรียนภาษาบาลีทุกวันอาทิตย์ เวลา ๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น. ณ มูลนิธิบ้านอารีย์

เริ่ม ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๕๖ ถึง ๓๑ มีนาคม ๒๕๕๘

สมัครเรียนโทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔, ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๘



ประตูลู่ มรรค ผล นิพพาน

พระอาจารย์อัครเดช (ตัน) ธีรจิตโต

ประตูลู่ มรรค ผล นิพพาน

ธรรมโอสธ

พระธรรมเทศนา วันที่ ๑๗ มกราคม ๒๕๕๑

เมื่อเรายังมีกิเลสอยู่ กรรมก็ยังไม่ให้ผล ให้เกิดในแต่ละภพ แต่ละชาติ ภพน้อย ภพใหญ่ เมื่อเกิดขึ้นมาแล้วเราบำเพ็ญบารมีไว้ก็จะมีสติ มีปัญญา มีความเห็นชอบ มีความเห็นที่ถูกต้อง ในการที่จะสร้างบารมีต่อไป ด้วยความไม่ประมาทในชีวิต อาศัย ก้อนธาตุนี้บำเพ็ญบารมี ก้อนธาตุนี้เป็นทุกข์ก็จริง แต่ถ้าเรามีสติ มีปัญญาที่จะเปลี่ยนมาพิจารณาภายในกายนี้ให้เห็นความจริงของธรรมชาติของธรรมะ ก็จะปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นในกายตนได้ ทำจิตใจเข้าสู่ความสงบเยือกเย็น มีความสุขสงบที่แท้จริงได้ เพราะฉะนั้นกายนี้เป็นทุกข์ถ้าจิตใจของเรา ยึดมั่นถือมั่นในก้อนธาตุอันนี้ แต่กายนี้ก็เป็นความสุขสงบ ความเยือกเย็นใจ ถ้าจิตเราปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นในกายตนนี้ได้

แต่การที่จะมีสติ มีปัญญา มีความเห็นชอบ มีความเห็นถูกต้องในการที่จะเห็นว่าร่างกายไม่ใช่จิตใจนี้ จิตนี้ไม่ใช่ร่างกายนี้เราจะทำอย่างไร พระพุทธองค์หรือครูบาอาจารย์

ของเราทุกๆ ท่านก็ได้สอนหรือได้ชี้ทาง ได้บอกทางไว้แล้วว่าการประพฤติปฏิบัติในบวรพระพุทธศาสนานี้มีอยู่ ๒ เรื่องเท่านั้น คือ การพิจารณาภายในกายพิจารณาจิต ถ้าแยกแยะออกไปให้กว้างขวาง ก็พิจารณาภายในกาย พิจารณาเวทนาในเวทนา พิจารณาจิตในจิต หรือพิจารณาธรรมในธรรม แต่ย่อลงมาแล้วก็เหลือภายในใจเท่านั้นแหละ ย่อจนถึงที่สุดแล้ว ก็เหลือแต่ใจเท่านั้นแหละ เพราะดวงใจนี้มีกิเลสคือ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความทุกข์ทั้งหลายทั้งปวง อยู่ที่ใจนี้ ตา หู จมูก ลิ้น กาย เป็นเพียงสะพานเชื่อมต่อในรูปเสียง กลิ่น รสสัมผัส ตามสมมติเท่านั้นแหละ แต่กิเลสนี้ก็เกิดขึ้นภายในดวงใจของเราเท่านั้นแหละ ภายในจิตใจของเราไม่ได้เกิดขึ้นที่วัตถุสิ่งของภายนอก ไม่ได้เกิดขึ้นที่ศาลาหรือกุฏิเกิดขึ้นภายในจิตใจของเรา

ถ้าจิตใจของเรายังมีความหลง มีความเห็นผิด หลงยึดมั่นถือมั่นในร่างกายนี้ว่าเป็นตัวตนของเรา เมื่อโรคภัยไข้เจ็บ เบียดเบียนจิตใจก็เป็นทุกข์ เมื่อความแก่เบียดเบียนจิตใจก็เป็นทุกข์ เมื่อร่างกายนี้จะแตกสลายจิตใจก็เป็นทุกข์ มีความหลงยึดมั่นถือมั่นในอารมณ์ ความโลภว่าเป็นเรา จิตใจก็เป็นทุกข์ดิ้นรนแสวงหาไม่มีที่สิ้นสุด เมื่อหลงยึดมั่นถือมั่นในความโกรธ ความอฆาต พยาบาท ความพอใจ ไม่พอใจว่าเป็นเราจิตใจก็เป็นทุกข์ มีความพอใจ มีความไม่พอใจจิตใจก็เป็นทุกข์ ประสพกับสิ่งที่ไม่เป็นที่ปรารถนาจิตใจก็เป็นทุกข์ พลาดพรากจากสิ่งที่รักที่พอใจจิตใจก็เป็นทุกข์ มีความปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้นนั้นก็เป็นที่ทุกข์

อ่านต่อฉบับหน้า

ท่านที่สนใจสามารถติดต่อตามข้อมูลได้ที่ <http://www.baanatee.net>

สืบสานวิถีพุทธในสังคมเมือง

มูลนิธิบ้านอารีย์เชิญท่านร่วมทำบุญตักบาตร สดับธรรม กับพระกรรมฐาน กิจกรรมทุกวันเสาร์ที่สี่ของเดือน ณ ศาลาปณิ มูลนิธิบ้านอารีย์

ครั้งต่อไปวันเสาร์ที่ ๒๕ พฤษภาคม ๒๕๕๖ เวลา ๐๗.๐๐-๑๐.๐๐ น.

เมตตารับบาตร โดย พระครูอุดมธรรมสุนทร (หลวงปู่แปลง สุนทรโร)

วัดป่าอุดมสมพร จ. สกลนคร, หลวงปู่คำผิว สุภโณ วัดป่าศรีวิไล จ. อุตรดิตถ์,

พระครูพุทธนิสารสุนทร (หลวงปู่บุญกู่ อนุวฑฒโน) วัดพระศรีมหาธาตุ กรุงเทพฯ

กำหนดกิจกรรม เวลา ๐๖.๓๐ น. จัดเตรียมอาหารที่จะถวาย (อาหารถวายพระต้องปรุงให้สุกก่อน)

เวลา ๐๗.๐๐ น. สวดมนต์ทำวัตรเช้า / ทำสมาธิภาวนา

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

เวลา ๐๘.๐๐ น. ร่วมกันประเคนอาหาร / ร่วมรับประทานอาหาร

เวลา ๐๘.๓๐ น. รับโอวาทธรรม / นมัสการส่งพระอาจารย์กลับ



กิจกรรมอาจมีการเปลี่ยนแปลง กรุณาติดต่อสอบถามที่ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔, ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๘



ธรรมะอารีย์



พระอุดมประชาทร (ท่านเจ้าคุณอลองกต)
 วัดพระบาทน้ำพุ จ. ลพบุรี
 เมตตาแสดงธรรม ณ ศาลาปันมี
 เมื่อวันพฤหัสบดีที่ ๓๑ มกราคม ๒๕๕๖



ถึงวันหนึ่งเราจะรู้ว่าสังขารมันมีความเสื่อมเป็นธรรมดา และบางเรื่องบางอย่างมันเกินกว่าที่เราจะควบคุมได้



พระครูสังฆกิจพิมล (พระอาจารย์สุรศักดิ์ สุรญาโณ)
 วัดชลประทานรังสฤษฎ์ จ. นนทบุรี
 เมตตาแสดงธรรม ณ ศาลาปันมี
 เมื่อวันพฤหัสบดีที่ ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๖



ถ้ายาของหมอรักษาไม่ได้ เราสามารถเอาธรรมเอสถ ยาของพระพุทธเจ้ามาช่วยได้ และยังเป็นแบบอย่างให้ผู้อื่นได้เห็นสังขารของชีวิต



พระอาจารย์मितชูโอะ คเวสโก
 วัดสุหน้ทวนาราม จ. กาญจนบุรี
 เมตตาแสดงธรรม ณ ศาลาปันมี
 เมื่อวันอังคารที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๖



มนุษย์เราต่างก็แสวงหาความสุข เราพัฒนาเทคโนโลยีให้เจริญก้าวหน้าเพื่อความสุข แต่จิตใจของเรากลับเป็นทุกข์มากขึ้น



พระครูธรรมธรไพรัช วรโท
 วัดเพลงกลางสวน กรุงเทพฯ
 เมตตาแสดงธรรม ณ ศาลาปันมี
 เมื่อวันพฤหัสบดีที่ ๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๖

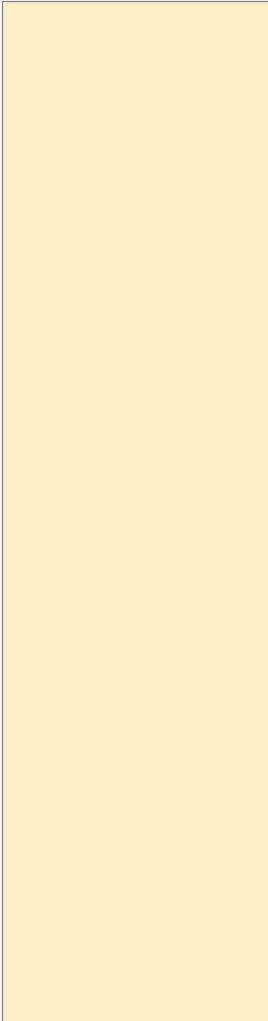


การแผ่เมตตาคือการแผ่ความรักความปรารถนาดี แผ่ความรู้สึกดีๆ จากเราไปสู่บุคคลอื่น โดยปราศจากความโกรธ



ปฏิทินธรรมประจำ ณ บ้านอารีย์ เดือนพฤษภาคม ๒๕๕๖

Calendar table with columns for days of the week (อาทิตย์ Sunday, จันทร์ Monday, อังคาร Tuesday, พุธ Wednesday, พฤหัสบดี Thursday, ศุกร์ Friday, เสาร์ Saturday) and rows for dates (๕, ๖, ๑๒, ๑๓, ๑๙, ๒๐, ๒๖, ๒๗). Each cell contains a monk's photo, name, and activity details.



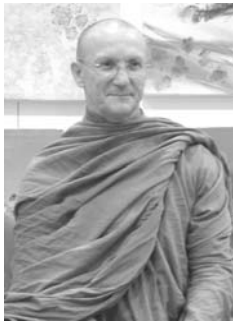
- ★ วันอังคารแรกของเดือน เวลา ๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น. ปฏิบัติเจริญสติแบบเคลื่อนไหว โดย พระอาจารย์เอนก เดชวโร
★ วันอังคารแรกและวันอังคารที่สามของเดือน เวลา ๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น. ร่วมสวดมนต์ และรับฟังพระธรรมเทศนาจากครูบาอาจารย์ พระสุปฏิปันโน
★ วันพุธแรกและวันพุธที่สองของเดือน เวลา ๑๓.๐๐-๒๐.๐๐ น. ปฏิบัติเจริญสติแบบเคลื่อนไหว โดย พระอาจารย์โกศล ปริบุญโญ วัดปลายนา
★ วันพุธที่สามและวันพุธที่สี่ของเดือน เวลา ๑๓.๐๐-๑๗.๐๐ น. ปฏิบัติเจริญสติแบบเคลื่อนไหว โดย พระอาจารย์โสภณ จนุทธมโม สวนธรรมสภาล
★ วันพฤหัสบดี เวลา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. ร่วมเรียนอภิธรรมนำไปสู่การภาวนา โดย แม่ชีทองสุข ทองกระจ่าง ผู้อำนวยการมูลนิธิเผยแผ่พระสัทธรรม
★ วันพฤหัสบดี เวลา ๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น. ร่วมสวดมนต์ และรับฟังพระธรรมเทศนาจากครูบาอาจารย์ พระสุปฏิปันโน
★ วันศุกร์ เวลา ๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น. ร่วมเรียนอภิธรรมเบื้องต้น โดย พระครูสมุห์ทวี เกตุธมโม ประจำอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
★ วันศุกร์ เวลา ๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น. ร่วมฝึกสมาธิด้วยธนู "ศรธรรม" โดย ดร. วรภัทร์ ภูเจริญ อดีตวิศวกรขององค์การนาซ่า

- ★ วันเสาร์-วันอาทิตย์แรกของเดือน วันเสาร์เริ่ม เวลา ๐๙.๓๐ น. ถึงวันอาทิตย์ เวลา ๑๖.๐๐ น. (๒ วัน ๑ คืน) ปฏิบัติธรรมแบบเนสัชชิก เจริญสติแบบเคลื่อนไหว (ท่านสามารถเข้าร่วมได้ตลอดเวลา) โดย พระอาจารย์โกศล ปริบุญโญ และ พระอาจารย์วรวิทย์ วรธมโม
★ วันเสาร์ที่สองของเดือน เวลา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. ฝึกสมาธิวิปัสสนาเบื้องต้น โดย สถาบันพลังจิตตานุภาพ มูลนิธิหลวงพ่อวิริยงค์ สิรินคร
★ วันเสาร์ที่สามของเดือน เวลา ๐๙.๓๐-๑๖.๐๐ น. ปฏิบัติเจริญสติแบบเคลื่อนไหว โดย พระอาจารย์โสภณ จนุทธมโม สวนธรรมสภาล
★ วันอาทิตย์ที่สามของเดือน เวลา ๐๙.๓๐-๑๖.๐๐ น. ปฏิบัติเจริญสติแบบเคลื่อนไหว โดย พระวิปัสสนาจารย์
★ วันเสาร์ที่สี่ของเดือน เวลา ๐๗.๐๐-๑๑.๐๐ น. ร่วมทำบุญตักบาตร สดับธรรม โดยพระเถระวัดป่ากรรมฐานเมตตาธิบดี
★ วันอาทิตย์ที่สี่ของเดือน เวลา ๐๙.๓๐-๑๑.๐๐ น. ขอเชิญร่วมกิจกรรม "อาทิตย์สุขสันต์ ณ บ้านอารีย์" ส่งเสริมการเรียนรู้พุทธศาสนา คุณค่าวัฒนธรรมไทย กราบพระ ประเคนภัตตาหาร ลีปสานการละเล่นเด็กไทย
★ วันอาทิตย์ เวลา ๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น. ร่วมเรียนภาษาบาลีเบื้องต้น (เริ่ม ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๕๖ ถึง ๓๑ มีนาคม ๒๕๕๗)

facebook http://www.baanaree.net http://facebook.com/baanareefoundation twitter http://twitter.com/baanaree

* กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลง กรุณาสอบถามล่วงหน้าที่บ้านอารีย์ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔ โทรสาร ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๘

ร่วมเป็นเจ้าของภาพค่าใช้จ่าย การจัดบรรยายและปฏิบัติธรรม
มูลนิธิบ้านอารีย์จัดกิจกรรมบรรยายธรรมทุกค่ำวันพฤหัสบดี เพื่อเป็นอีกหนึ่งโอกาสที่ให้คุณค่าอย่าง
อีกทั้งยังได้จัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมทุกวันพุธ และวันเสาร์-อาทิตย์ ซึ่งเป็นการปฏิบัติตนสู่การหลุดพ้นจากความทุกข์ที่แท้จริง
มูลนิธิบ้านอารีย์ขอเชิญชวนทุกท่านร่วมเป็นเจ้าของภาพสนับสนุนการจัดบรรยายและปฏิบัติธรรม (ค่ายานพาหนะ น้ำปานะ สถานที่ น้ำ ไฟ ฯลฯ)
ชื่อบัญชี มูลนิธิบ้านอารีย์ เพื่ออุปัฏฐากพระภิกษุ หรือนักบวชในพระพุทธศาสนา เลขที่บัญชี ๗๔๔-๒-๖๕๕๙๐-๑
ธนาคารกสิกรไทย สาขาซอยอนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิ ประเภทบัญชีออมทรัพย์ (ใบเสร็จสามารถนำไปลดหย่อนภาษีได้)
บัญชีนี้ยังใช้เพื่อค่าใช้จ่ายในการเดินทาง อัจฉริยบริการ และของใช้จำเป็นต่างๆ ที่สมควรแก่สมณเพศ ค่าบำรุงซ่อมแซมกุฏิ ยานอภัญชี หรืออื่นๆ
ร่วมบริจาคแก่โรงพยาบาล องค์กร หรือโครงการช่วยเหลือลักษณะดังกล่าวตามที่มูลนิธิเห็นสมควร
มูลนิธิบ้านอารีย์ เป็นองค์การหรือสถานสาธารณกุศล ลำดับที่ ๗๖๘ ของประกาศกระทรวงการคลังฯ ท่านสามารถนำเงินที่บริจาคไปหักเพื่อลดหย่อนภาษีประจำปีได้
กรณีโอนเงิน กรุณาแจ้งชื่อ-ที่อยู่ และวันที่โอนเงิน พร้อมแนบสำเนาใบโอนเงินมาทางโทรสาร หมายเลข ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๘
หรือแจ้งทางโทรศัพท์ที่ คุณมานัส ทองไชย ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔ ทุกครั้ง เพื่อมูลนิธิฯ จะได้จัดส่งใบเสร็จรับเงินถึงท่านโดยเร็ว



จงมา ด

พระอาจารย์ปสันโน

บุญ : ศิลปะของชาวพุทธ

พระอาจารย์ปสันโน อบรมธรรมาสีในวันพระ เทศกาลประเพณีวันข้าวประดับดิน ณ วัดปานานาชาติ เมื่อวันอาทิตย์ที่ ๘ กันยายน ๒๕๓๔

การช่วยผู้อื่น อย่างที่พระพุทธเจ้าท่านว่า *ไวยวัจจะ* การช่วย การช่วยผู้อื่น มีโอกาสที่จะช่วยเหลือผู้อื่น คนไหนมีความลำบาก ตกยากอยู่ เราช่วยเขา ก็เป็นบุญ เห็นผู้ใดผู้หนึ่งมีความอ่อนแอ ไม่สบายกาย หรือแม้แต่ขาดความสามารถอย่างใดอย่างหนึ่ง เราเห็นแล้วเราเข้าไปช่วยเขา เราก็ได้บุญ ได้ช่วยผู้อื่น จะเข้าวัด ก็นั่งอยู่ในบ้านก็ดี มีโอกาสที่จะทำอะไรที่จะเป็นประโยชน์ แก่ส่วนรวม ก็เป็นบุญ นี่แหละเราสร้างบุญเอาไว้ ไม่ใช่ว่าจะ ต้องอาศัยสิ่งของ อาศัยเรี่ยวแรงของเราก็เกิดเป็นบุญขึ้นมา แม้แต่การที่เราทำความดีไว้แล้ว แล้วเราอุทิศส่วนบุญกุศลอันนั้น หรืออุทิศส่วนบุญอื่นใดที่เราทำให้เป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น ทำ ความดีอะไรไว้ เราก็นึกถึงผู้อื่น ขอให้พ่อแม่มีส่วนได้บุญที่เราทำ ขอให้อุปัชฌาย์อาจารย์ได้มีส่วนในการกระทำดีของเรา หรือ แม้แต่ในวันข้าวประดับดินอย่างวันนี้ ขอให้ปู่ย่าตายายบรรพบุรุษ ผู้ที่ล่วงลับไปแล้ว เป็นญาติก็ดี เป็นมิตรสหายก็ดี ขอให้มีส่วน ร่วมในบุญวันนี้ ก็เป็นบุญ จิตใจของเราก็กว้างออกไป

โดยปกติมนุษย์เรามีปมด้อยอย่างหนึ่ง คือ ชอบคิดแต่ เรื่องเจ้าของ ชอบคิดแต่เรื่องตัวเอง ตัวเองสำคัญ โลกทั้งโลกนะ ไม่สำคัญเท่า อันนี้มันเลยเป็นปมด้อย เป็นสิ่งที่บกพร่องใน จิตใจมนุษย์ เมื่อไหร่ที่เราเกิดความคิดที่ขยายกว้างออกไป ความรู้สึกนั้น เช่น ความดีที่เราทำ หรืออะไรที่เกิดขึ้นก็ให้ได้

เป็นประโยชน์กับผู้อื่นด้วย อย่างนี้พระพุทธเจ้าก็ว่าเป็นบุญ จิตใจกว้างขวาง ประกอบด้วยคุณงามความดี มันก็นำความสุข มาให้เจ้าของ นำความสุขมาให้ผู้อื่น นี่ก็อย่างหนึ่ง

เราอุทิศส่วนบุญกุศลให้แก่ผู้อื่น หรือเราทำอะไรไว้ เราก็ สามารถที่จะแบ่ง ขอให้ผู้อื่นมีส่วนร่วมในการกระทำของเรา นี่ก็อย่างหนึ่ง บางคนก็อยากทำความดี แต่ว่าจะเหมาเอาหมด เลย กุจะเอาผู้เดียวละ คนอื่นอย่ามายุ่งนะ อย่างนี้ละก็จิตใจ มันแคบเหลือเกิน เราต้องรู้จักแบ่ง รู้จักแบ่งออกไป ให้จิตใจ และการกระทำในชีวิตของเรากว้างออกไป เช่น ที่วัดหนองป่าพง และวัดสาขาจะมีกฐินเมื่อไหร่ก็ต้องเป็นกฐินสามัคคี เพราะ จะได้เป็นโอกาสให้หลายๆ คนมาร่วมกัน มารวมกันทำความดี ร่วมกัน ก็เป็นการสนับสนุนคุณงามความดี แล้วเราก็มี ความสุขกัน ดีกว่าจะไปเหมาเอาคนเดียว หรือกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง นะ มันก็แคบไป น้อยไป ประโยชน์ที่เกิดขึ้นก็น้อยเกินไป

การทำความดีพร้อมๆ กัน มีการช่วยเหลือกันในการ ทำความดี พระพุทธเจ้าว่าเป็นบุญ เป็นเหตุให้เกิดบุญ เวลาที่ เราทำอะไร เราก็สามารถช่วยกันได้ นี่มันเป็นบุญ มันก็ยากนะ การเป็นมนุษย์นี้ ถ้าหากว่าเราต้องต่อสู้ชีวิตอยู่คนเดียว มัน ก็ยาก เราก็มีหลายคนช่วยกัน ความสุขก็เกิดขึ้น อันนี้ก็ เป็นบุญในชีวิต

การฟังธรรมะ พระพุทธเจ้าก็ว่าเป็นบุญ การฟังธรรมะ หาความรู้ หาความเข้าใจในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง พระพุทธเจ้า ว่าเป็นบุญ เป็นสิ่งที่ควรให้เกิดขึ้น ทั้งการฟังธรรมะ หรือ การเสาะแสวงหาหนังสือที่จะให้ความรู้ในธรรมะก็อย่างหนึ่ง การฟังเทศน์หรือการเข้าใกล้ผู้ที่มีคุณธรรมเพื่อที่จะได้ฟัง แนวทางในการดำเนินชีวิต อย่างนี้เป็นบุญ นำความสุขมาให้ เพราะโอกาสที่จะได้รับความรู้ในการใช้ชีวิตให้ถูก ต้องอาศัย วิญญูชนคือผู้รู้ ชี้แจงแนะนำวิถีทางในการดำเนินชีวิต อย่างนี้ ก็เป็นบุญ ความสุขก็เกิดขึ้นเวลามีความรู้

อ่านต่อฉบับหน้า

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

มูลนิธิอาสาสมัคร

ถนนสายบุญนี้ไม่มีสิ้นสุด ไม่มีประมาณ และไม่เลือก ลักษณะงานการกุศล จนกว่าก้าวผ่านสู่เส้นทางนิพพาน บ้านอารีย์อันเป็นองค์กรสาธารณประโยชน์ มีงานอาสาต่างๆ ไว้เป็นสะพานบุญให้ท่านได้เดินก้าวข้ามตามแต่ความสมัครใจ

- บันทึกเสียงอ่านหนังสือให้ผู้พิการทางสายตา
- ตรวจทานเสียงอ่านหนังสือให้ผู้พิการทางสายตา
- นำส่งวารสารบ้านอารีย์ไปยังจุดแจกจ่าย
- พิธีกรรายการเทียนธรรม ธรรมะอารีย์



- ถอดเทปธรรมะ ● พิมพ์อักษรเบรลล์ ● พับส่งวารสารบ้านอารีย์
- ใส่ซองพลาสติกซีดี ● ตัดต่อเทปธรรมะ ● เล่านิทานธรรมะ
- ธรรมะบริการ ● ผู้ช่วยบรรณารักษ์ ● สแกนหนังสือธรรมะหายาก

โปรดแจ้งความประสงค์ได้ที่ห้องสมุดธรรมะบ้านอารีย์ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔ ขออนุโมทนาทุกจิตอาสา ฌ ที่นี้



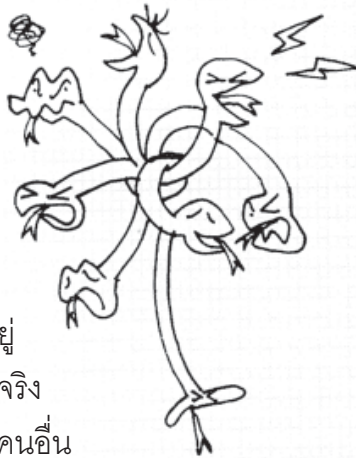
ความสุข สูงสุด



พระอาจารย์มิตชูโอะ คเวสโก

ถึงแม้ว่าทุกข์ก็เข้าใจทุกข์
ทำใจได้

เพียงแค่อาการของทุกข์
ไม่ใช่ทุกข์ของเรา
เกิดแล้วก็หายไป
อดทนสักหน่อย



ทำไม...เราไม่รู้ (ตนเอง)...รู้ไม่ได้
เพราะนิรวรณ ๕ ครอบงำจิตใจอยู่
จึงไม่เห็น ไม่รู้ตนเอง ตามที่เป็นจริง
เห็นอยู่ รู้อยู่ คิดอยู่ แต่เรื่องของคนอื่น
สิ่งภายนอกเป็นส่วนใหญ่
ดังที่ตาของเราไม่เคยเห็นหน้า เห็นหลัง ตนเอง

ต้องฝึกจิต พัฒนาจิต... ภาวนา
ภาวนามี ๒ อย่าง
สมถกรรมฐาน ทำจิตให้สงบ
วิปัสสนากรรมฐาน ทำจิตให้รู้แจ้ง

นั่ง



โบราณจารย์สอนว่า...

ลักษณะการนั่งที่เรียบร้อยนั้น

ให้เอาขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย
ตั้งกายตรง พอเหมาะ พอดี พองาม
ไม่ให้เอียงขวา เอียงซ้าย ไม่ก้มหน้าเกินไป
และไม่เงยหน้าเกินไป

ให้เอาท่อนั่งของพระพุทธรูปเป็นตัวอย่าง
พยายามนั่งให้ตรง นั่งเก้าอี้ก็ได้
สำคัญตรงที่วางนั่งตรง
ตั้งกายตรง ดำรงสติให้มั่น
หายใจเข้าลึกๆ สูดๆ ยืดตัว แล้วก็ปล่อย
หายใจออกยาวๆ สบาย
ทำอยู่อย่างนี้ ๓-๔ ครั้ง แล้วค่อยๆ ปล่อย

๑๑

ขอเชิญครู/อาจารย์ ผู้บริหารสถาบันการศึกษาทุกระดับ ทั้งในและนอกระบบการศึกษาเข้าร่วมโครงการ

เพิ่มพลังการศึกษาด้วยหนังสือธรรมะของพระอาจารย์มิตชูโอะ คเวสโก

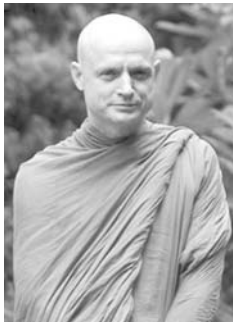
จากผลการศึกษางานวิจัยที่ผ่านมาพบว่า การจัดการเรียนการสอนในวิชาใดๆ ก็ตาม ถ้าผู้สอนได้จัดเวลาให้ผู้เรียน
ได้มีโอกาสอ่านหนังสือที่ดีก่อนเริ่มเรียนวิชานั้นๆ ประมาณ 5-10 นาที แล้วจึงเริ่มการเรียนการสอนวิชานั้นๆ ตามปกติ
ทุกครั้งอย่างต่อเนื่อง ผลที่ได้ก็คือผู้เรียนส่วนใหญ่มิได้สนใจในการเรียนสูงขึ้น มีกระบวนการคิดที่เป็นระบบมากขึ้น
แนวโน้มของพฤติกรรมรวมค่อนข้างเป็นไปตามคุณภาพของหนังสือที่อ่าน รวมทั้งมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในวิชานั้นๆ ดีเพิ่มขึ้น

พระอาจารย์มิตชูโอะ คเวสโก จึงได้จัดโครงการ "เพิ่มพลังการศึกษาด้วยหนังสือธรรมะของพระอาจารย์มิตชูโอะ คเวสโก" ทั้งหมด 14 เล่ม
โดยให้ผู้สอนนำไปจัดเวลาให้เด็กผู้เรียนได้อ่านก่อนการเรียนในวิชาของคนตามปกติ เนื่องจากทางโครงการฯ ยินดีจัดส่งหนังสือธรรมะนี้ไปให้
ทางสถาบันการศึกษาตามจำนวนผู้เรียนที่ครู/อาจารย์ผู้สอนได้แจ้งความจำนงค์สมัครเข้าร่วมโครงการฯ โดยไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ ด้วยหวังว่า
โครงการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนได้รับประโยชน์ต่างๆ ตามผลการวิจัยดังกล่าว อีกทั้งยังเป็นการช่วยให้เด็กไทยรักการอ่าน และปลูกฝังคุณธรรม
จริยธรรม ได้เป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณภาพเพื่อเสริมสร้างความสามัคคีให้เกิดขึ้นในสังคมและความมั่นคงของชาติสืบไป

จึงขอเชิญชวนครู/อาจารย์ทุกท่านในสถาบันการศึกษาทุกระดับทั้งในและนอกระบบที่สนใจ เล็งเห็นคุณค่าและประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นกับศิษย์ของท่าน
โดยสมัครเข้าร่วม "โครงการเพิ่มพลังการศึกษาด้วยหนังสือธรรมะของพระอาจารย์มิตชูโอะ คเวสโก" ได้ตั้งแต่นี้เป็นต้นไป

กล่อง 11 ช่อง ชุดนี้ คุ้มกว่า

ติดต่อได้ที่...
มูลนิธิอริยา โศภิต
เลขที่ 3 ซอยกรุงเทพสิทธิ์ 20 แขวง 7 แขวงสะพานสูง เขตสะพานสูง กรุงเทพฯ 10250
โทรศัพท์. 02-368-3991 หรือที่ www.ilabymitsuo.org



เรื่องท่านเล่า

พระอาจารย์ชยสาโร

เงินร้อยล้าน

เศรษฐีร้อยล้านคนหนึ่งหลงใหลในทรัพย์สินของตนมาก เขาถือว่าตัวเองวิเศษและสูงกว่าคนอื่นเพราะเขามีเงินมากมาย วันหนึ่งเขามีโอกาสสนทนากับนักปราชญ์ และบทสนทนานั้นช่วยให้เขาตาสว่างขึ้น

นักปราชญ์ “สมมติว่าคุณไปเดินอยู่กลางทะเลทรายแล้ว เกิดหลงทางไม่ได้กินน้ำมา ๒-๓ วัน ทิวกระหายแทบเอาชีวิตไม่รอด แล้วคุณพบเบดูอินคนหนึ่ง เขามีน้ำแก้วหนึ่ง ถ้าเขายอมแบ่งน้ำครึ่งแก้วให้คุณ เพื่อแลกกับสมบัติครึ่งหนึ่งของคุณ คุณจะยอมเขาไหม”

เศรษฐี “ผมคงต้องยอมนะ เพราะตอนนั้นผมคงทิวน้ำแทบบ้าเลย”

นักปราชญ์ สมมติต่อ “แม้จะได้น้ำครึ่งแก้วแล้ว แต่มันยังไม่พอที่จะดับความกระหายของคุณได้ คุณก็ยิ่งกระหายน้ำมากขึ้นๆ อยู่ดี ถ้าเบดูอินจะยอมสละน้ำที่เหลืออีกครึ่งแก้วให้คุณเพื่อแลกกับสมบัติที่เหลือของคุณ คุณจะว่าอย่างไร”

เศรษฐี “คุณเล่นสมมติแบบนี้ ผมอาจกำลังจะตายเพราะขาดน้ำ ผมก็ว่าผมคงต้องยอมอีกนั่นแหละ”
นักปราชญ์ “อ้าว! ถ้างั้นทรัพย์สมบัติร้อยล้านของคุณ เมื่อถึงวิกฤตจริงๆ ก็จะมีค่าเท่ากับน้ำแก้วเดียวเท่านั้นสิครับ”

เศรษฐี ยอมรับ “อืม...ก็ใช่ล่ะสิ! จะทำยังไงได้ล่ะ...มันก็ต้องเป็นเช่นนั้นแหละ”

ท่านอาจารย์จึงว่า สิ่งที่เราต้องการไม่ใช่ต้องการตัวเงินหรือตัวธนบัตรที่เป็นแผ่นกระดาษ ถึงจะวางแผ่นธนบัตรเป็นที่นอนก็ไม่ได้ทำให้หลับได้ดีกว่าคนทั่วไป สิ่งที่เราต้องการแท้ๆ ไม่ใช่ตัวเงิน คนเราต้องการความสบายใจ เปิดบัญชีเงินฝากดู...อืม!...สบายใจ...แต่ความสบายใจมันก็เกิดขึ้นได้โดยไม่ต้องมีเงินมากถึงขนาดนั้น

พระพุทธองค์สอนว่า ผู้ครองเรือนแสวงหาโภคทรัพย์ด้วยความซื่อสัตย์ เมื่อได้แล้วก็จงรู้จักแบ่งปัน อย่าตระหนี่ รู้จักใช้เงินใช้ทองของเราให้เกิดประโยชน์ และความสุขให้มาก ทั้งแก่ครอบครัว คนรอบข้าง ศาสนาและสังคมทั่วไป ข้อสำคัญก็คือ อย่าหลงเป็นทาสของทรัพย์ และอย่าให้ทรัพย์เป็นเจ้าของเรา

ท่านบอกว่าคุณอยู่ในภพนี้จะเป็นภพอะไร ภพของคำหรือภพมีเพชรพลอยประดับประดาหรรษา มันก็ยังเป็นภพอยู่ดี ถ้าเรารู้สึกว่าเราอยู่ในภพแล้ว เราก็สมควรจะรีบหาทางออกเสียโดยเร็ว



ท่านที่ต้องการให้ทางบ้านอารีย์ส่งวารสารถึงบ้าน มีวิธีดังนี้

นำกระดาษเอ 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) เพื่อทางบ้านอารีย์จัดห่อส่งวารสารไปยังท่าน

● **รับอาสาสมัคร** โดยนำวารสารบ้านอารีย์ออกปิ่นฟรีทุกวันเพิ่มขึ้น ๑๕ คำ ไปยังจุดแจกจ่าย เพื่อกระจายให้ทั่วถึง ติดต่อได้ที่ห้องสมุดธรรมะบ้านอารีย์ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔

| |
|---|
| แสตมป์ ๔ บาท |
| ผู้รับ คุณชมมา อารีย์ ๕๕/๕ ซ. ๒ ถ. กาญจนวนิช อ. หาดใหญ่ จ. สงขลา ๙๐๑๑๐ |

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

ท่านสามารถนำเงินที่บริจาคไปหักเพื่อลดหย่อนภาษีประจำปีได้

กรณีโอนเงิน กรุณาแจ้งชื่อ-ที่อยู่ และวันที่โอนเงิน พร้อมแนบสำเนาใบโอนเงินมาทางโทรสาร หมายเลข ๐-๒๒๗๙-๗๔๗๔ หรือแจ้งทางโทรศัพท์ที่ คุณมานัส ทองไชย ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔ ทุกครั้ง เพื่อมูลนิธิ จะได้จัดส่งใบเสร็จรับเงินถึงท่านโดยเร็ว



น้อมสัจใจ

เล่ม ๑

Poetry for the Mind

Book 1

พระอาจารย์ประสงค์ ปริบูรณ์

ทำไม... ?

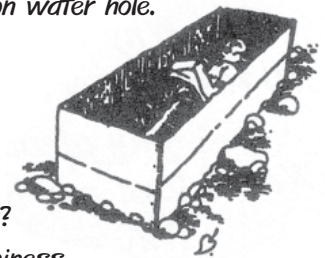
วันนี้มี เพื่อแก้ไขไขแก้ตัว มัวเพื่อเชื่อทำไม?
 ความสำเร็จจอมบ่าเธอแก่คนใจเด็ด ท้อใจทำไม?
 มือดีตีนดีมีไม่อด มือขดตีนขดอดจนตาาง ขี้เกียจทำไม?
 จังมีเวลานอนอีกมากในหลุมฝังศพ หลงงวาททำไม?
 ดบเพื่อนชั่ว พาถ่วงชิบนาง ดบมันทำไม?
 ไม่ล้มขำมิได้ คนล้มมอขำขำ ขำมกันทำไม?
 ความผิดพลาดจอมเกิดขึ้นได้เสมอ เจาะเจ้งกันทำไม?
 ใหญ่แต่ไหน ก็ยังเล็กกว่าโลง อวดเป่งทำไม?
 แม้แต่เรือ ก็ยังต้องกินน้ำน้:ไว้ง! หลงผองทำไม?
 มีสมบัติมากมาย แต่ใจยังเป็นทุกข์ มีไปทำไม?
 งามแล้วฟันทองในปาก ก็เอาไปไม่ได้ บ้าสมบัติทำไม?
 ทำความดีสักนิด ดีกว่าคิดที่จะทำ ไร้รอทำไม?



พระประสงค์ : คำเก่า

Why...?

Today is for remedy not for excuse.
 Why procrastinate?
 Success comes to the ambitious.
 Why be discouraged?
 Work hard, you'll never starve : hardly work, you'll starve to death.
 Why be lazy?
 There's plenty of time for a rest in the grave.
 Why be idle?
 Bad friends lead you astray.
 Why associate with them?
 Step over a fallen branch, not a fallen person.
 Why put others down?
 Mistake can happen.
 Why deride?
 However big, you are smaller than a coffin.
 Why be so self-inflated?
 Even a tiger drinks from a common water hole.
 Why be so proud?
 Honors and titles are just masks.
 Why be so pretentious?
 What goes around comes around.
 Why partake in bad deeds?
 Great wealth can't prevent unhappiness.
 Why want so much?
 You can't take it with you after you die.
 Why waste time over material possessions?
 Do good deeds rather than think about it.
 Why wait?



๒๑

Translator : Dr. Pochara Theerathorn & Jinny Tarvee

อาทิตย์สงฆ์ (๑๖) บ้านอารีย์

กิจกรรมธรรมะใสใจสำหรับวัยเด็ก เรียนรู้พุทธศาสนา คุณค่าของวัฒนธรรมไทย กราบพระอย่างถูกต้องวิธี ประเคนภัตตาหาร ร่วมฟังนิทานธรรม สืบสานการละเล่นเด็กไทยสมัยก่อน

วันอาทิตย์ที่ ๒๖ พฤษภาคม ๒๕๕๖
เวลา ๐๙.๓๐-๑๑.๓๐ น.

- ฟังธรรมะเบื้องต้น เติมบุญด้วยการถวายภัตตาหารแด่หลวงพ่อบุญ
- ฝึกสติด้วยโยคะท่าสัตว์ต่างๆ ใน ๑๒ ราศี (ต่อ) โดย **ครูเอ็ด** และทีมงานกลับมาสร้างความประทับใจอีกครั้ง
- ธรรมชาติด้วยกิจกรรมเด็ดๆ เพื่อสานสัมพันธ์ในครอบครัว โดย **กลุ่มปฏิบัติธรรม L.D.H. วัดภาชี**
- กิจกรรมเสริมทักษะ โดย **ทีมปิ้ง** (ร.ร. รุ่งอรุณ) อาสาพาน้องๆ สนุกสนานกับการละเล่นเด็กไทยสมัยก่อน เช่น มอญซ่อนผ้า รีรีข้าวสาร เพื่อให้เด็กไทยห่างไกลจากเกมคอมพิวเตอร์ กรุณาสำรองที่ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔ (ไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น)



ความสงบ อยู่แต่ใจ

พระราชญาณกวี (ปิยโสภณ)

ทำดีให้ดีปรากฏ

ขอให้ท่านผู้อ่านของข้าพเจ้ามาร่วมกันปฏิบัติความคิดเสียใหม่ คิดให้ถูกว่า ดีแท้ต้องทำให้ใจเราผ่องใสได้ ดีแท้ต้องทำให้เราเกิดความภาคภูมิใจในตัวเอง ดีแท้ต้องทำให้เราปลื้มปิติในสิ่งที่ทำลงไป แม้จะไม่มีใครเห็น ไม่มีป้ายประกาศ ไม่มีประกาศนียบัตรรับรอง ไม่มีสถาบันไหนองค์กรใดให้ปริญญาบัตร

ดีแท้ไม่ได้อยู่ที่คำยกย่องจากคนอื่น หากเราไม่ได้เป็นเช่นนั้นจริง ถึงเขาจะยกย่องก็ไร้ค่าอยู่ดี แต่หากเราดีจริง แม้ไม่มีใครยกย่องชื่นชมเลย ดีก็คือดีอยู่นั่นเอง ไม่อาจแปรสภาพเป็นชั่วไปได้

ความดีเหมือนความเค็มของเกลือ แม้ใครจะพูดว่าเกลือไม่เค็ม เกลือกก็ยังคงเค็มไม่เปลี่ยนแปลง ความเค็มของเกลือเหมือนความดีของคน

คนที่ได้รับการยกย่องชื่นชมบ่อยๆ ย่อมทราบดีว่าตนเองรู้สึกอย่างไรกับคำยกย่องชื่นชมนั้น หลายท่านย่อมรู้ดีแก่ใจว่าตัวเองดีจริงหรือไม่ มีคนไม่น้อยรู้สึกเบื่อหน่ายต่อคำยกย่อง

ที่ปราศจากความจริง เป็นการยกยอกันอย่างซ้ำซากไม่สิ้นสุด จุดเปลี่ยนที่ต้องปรับเปลี่ยนวิธีปฏิบัติความคิดอีกข้อหนึ่งคือ ความคิดที่เอาแต่จะฟังคนอื่น คิดว่าหมดที่ฟังแล้ว ใครหนอพอจะเป็นที่ฟังของเราได้ ความคิดเช่นนี้ทำให้ใจอ่อนแอ และยอมเป็นทาสไม่เป็นไท

เมื่อคิดอย่างนี้ ทำให้เราต้องหาวิธีสนองกิเลสคนอื่น เพื่อให้ถูกใจเขา แต่สมมติเรียกว่าเอ็นดู ทำให้ต้องวิ่งทำทุกอย่างเพื่อให้ตัวเองเป็นที่ปรากฏ โดยเฉพาะต่อหน้าเขา แม้จะเสียจุดยืนของเราไปก็ยอม แต่สุดท้ายก็ไม่อาจฟังพวาอาศัยใครได้จริง เพราะคนที่เราคิดหวังฟังนั้นส่วนใหญ่ก็ยังฟังตนเองไม่ได้ทั้งนั้น โดยเฉพาะทางด้านจิตใจ

จะสังเกตจากตรงไหนว่าใครฟังตนเองได้หรือยังฟังตนเองไม่ได้ ขอให้สังเกตดูความมั่นคงของสุขภาพจิต คนที่รู้จักยกย่องคนอื่น ให้กำลังใจคนอื่น พูดถึงความดีของคนอื่นมากกว่าความดีตนเอง ถ้ามถึงงานที่คนอื่นทำมากกว่าพูดว่าตนมีดีอะไร ขอให้ถือว่าคนเช่นนี้ฟังตนเองได้ และจะเป็นที่ฟังของคนอื่นได้ในโอกาสต่อไป

ส่วนใครแม้จะใหญ่โตเพียงใด หากยังรอคอยคำยกย่องจากคนอื่นอยู่ หากยังรอกำลังใจจากภายนอก ทั้งยังชอบบ่นถึงปัญหาแต่แก้ปัญหาคิดไม่ได้ ชอบบ่นกว่าตนเก่ง คนอื่นไร้ความหมาย แม้เขาจะใหญ่โตเพียงใดก็ไม่อาจให้เราพึ่งพาอาศัยได้ คนพวกนี้ดูเหมือนเขาสวมหวัง แต่แท้ที่จริงเขาคือคนที่ผิดหวังตลอดเวลา ฉะนั้นการฝากความหวังไว้กับคนที่ยังไม่สมหวัง เราย่อมผิดหวังยิ่งกว่าเขาหลายร้อยเท่า

อ่านต่อฉบับหน้า

สื่อธรรมะ ใหม่



คู่มือการทำความรู้สึกตัว
หลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ

“เมื่อมาทำความรู้สึกตัว...ตื่นตัว รู้สึกใจ...นึกคิด...รู้ เป็นปกติ มันสามารถพาให้เราเดินมาถึงจุดนี้ได้ นี้เรียกว่าทางเดินไปคนเดียว เป็นทางเอก ทางทางนี้ไม่ซ้ำรอยใคร”

หลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ



ธรรมะอารีย์ แผ่นที่ ๔

ซีดีรวบรวมพระธรรมเทศนาครูบาอาจารย์ที่เมตตาเดินทางมาแสดงธรรมทุกค่ำวันพฤหัสบดี ณ มูลนิธิบ้านอารีย์ ระหว่างเดือนตุลาคม-ธันวาคม ๒๕๕๕

“ปัจจุบันนี้เรามีชีวิตห่างดิน เราจึงไม่รู้จักดิน ทั้งที่วันหนึ่งเราเองก็ต้องกลับไปสู่ดิน เพราะเรามาจากดิน แต่เรากลับไม่เคยดูแลบ้านที่แท้จริงของเรา”

พระอาจารย์มหาทวีป กตปุญโญ



ตื่นด้วยการมีสติ แนะแนวมองด้านใน

มรดกธรรม ของ
ท่าน ก. เขาสวนหลวง

หยุดรู้ภายใน

๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๑๕ (ตอนเช้า)

นี่ต้องเป็นความรู้สึกด้วยใจจริง จึงจะได้รับประโยชน์
ในธรรมวินัยของพระศาสนา เป็นการส่องแสงสว่างจริงๆ
กำจัดความมืดได้จริงๆ เราพิจารณาเมื่อไรก็ได้ เพราะว่ามัน
มองเห็นได้ ไม่ใช่มองไม่เห็นเมื่อไร แต่ต้องพิจารณาซ้ำซาก
จึงจะได้ ไม่ใช่รู้อะไรบางคราวแล้วก็เรื่อยเปื่อยเชื่อนเซ
ไปอื่นอีก ไม่ใช่เช่นนั้น นั่นมันเป็นการหลอกตัวเองว่า รู้แล้ว
จำได้แม่นยำ แต่ว่าประเดี๋ยวก็ลืมไปแล้ว ที่นี้ต้องให้มารู้ด้วย
ใจจริงว่า มันดับทุกข์ดับโทษได้อย่างไร ปล่อยวางได้อย่างไร
มันเป็นของชั่วคราว หรือว่ามันมีความรู้สึกมากขึ้นทุกที การที่
ได้พิจารณามองเห็นแล้ว นำเบื้องหน้าคอยกำหนดยิ่งขึ้นทุกที
แล้วก็จะไม่หลงไปอยู่กับที่เพ้อๆ ด้วยกัน โนนตี นี่ชั่วอะไร
ถ้าไปได้ยินได้ฟังแล้ว ก็จะได้รู้ว่านี่พวกบ้า ต้องหยุด หยุดบ้า
หยุดเพ้อ เมื่อสอบสวนเข้ามาให้ลึกซึ้งจนจับได้ว่า ล้วนแล้ว
ไปด้วยความโง่เขลาของสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงที่เพ้อๆ เพลินๆ
กันอยู่ทั้งนั้น เมื่อได้พิจารณาคำสอน ปฏิบัติตามคำสอนอย่าง
เคร่งครัดแล้ว จะได้ค่อยหายบ้า หายเพ้อ หายหลงเรื่อยไป
แล้วก็ไม่เห็นว่ามีทางไหนที่ดีไปกว่านี้

เพราะจะเป็นการเอาตัวรอดได้ โดยอาศัยธรรมวินัยของ
พระพุทธเจ้าเท่านั้น เราจึงมีความสนใจแล้วก็มี การส่งเสริม
กันให้มีการก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม เป็นการมองตัวเอง
อยู่ตลอดเวลา ไม่ให้มันเปลืองเปลืองไปทางผัสสะหรือทาง
เวทนาทั้งหลายได้ เป็นการอุดช่องรั่วทางอายตนะผัสสะ แล้ว
ก็มีการพิจารณาปล่อยวางตัวเองอยู่เป็นประจำทำให้มาก
ในเรื่องนี้ แล้ววันเวลาของชีวิตนี้จะได้ไม่ตกไปกับความมืด
จะได้รับแสงสว่างขึ้นมา เมื่อได้มองเห็นความจริงแล้วก็
ปล่อยวางออกไปได้ มีความโล่งอกโล่งใจได้ นี่ข้อปฏิบัติมัน
มีความพิเศษอย่างนี้จริงๆ

เพราะฉะนั้นก็ขอให้ผู้ปฏิบัติ จงพยายามพิจารณาศึกษา
เรื่องของตัวเอง ที่มีอยู่ในตัวเองแล้วทั้งสิ้น เรื่องของความจริง
การศึกษาความจริง ต้องศึกษาเข้าข้างในทั้งนั้น จึงจะรู้เรื่อง
ได้ว่าความทุกข์โทษสารพัดอย่าง ที่มีอยู่ในตัวเองนี้มันจะได้
ถูกชำระชะล้างออกไป เมื่อพิจารณาเห็นโทษแล้วมันจะได้กลัว
จะได้เพิกถอนทำลายไปทุกชั้นทุกชั้นหมด ซึ่งเป็นการทำให้
ชีวิตนี้หลุดรอดออกไปเรื่อยๆ ถึงแม้ว่าจะยังไม่เด็ดขาดไป
ทีเดียว แต่ว่าสังสารวัฏมันจะได้สั้นเข้า อย่าให้มันยืดยาวไปเลย
มันจะมีทุกข์มาก เพราะฉะนั้นขอให้พยายามมองด้านใน
และพิจารณาให้เห็นแจ้งในความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน
ให้เป็นการปล่อยวางได้ จนเรียกว่าเป็นความรู้ด้วยสติปัญญา
แล้วก็พิจารณาให้เห็นความจริงอย่างนี้ กรุณาอยู่ในจิตใจเรื่อย
ทีเดียว อย่าให้มันไปจับกลุ่มอะไรขึ้นมาเป็นตัวเป็นตนได้เลย
พิจารณาให้เห็นความว่างจากตัวตนอยู่เป็นประจำอยู่ทุก
ลมหายใจเข้าออกทีเดียว

• • • • •

“บุมทรัพย์ทางปัญญา คือการศึกษาพระอภิธรรม มรดกอันเลิศล้ำ คือการนำพระอภิธรรมไปปฏิบัติ”

การศึกษาพระอภิธรรมเบื้องต้น

บรรยายโดย **พระครูสมุห์ทวี เกตุธมฺโม**
พระอาจารย์ประจำธรรมโชติศึกษาวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย



กิจกรรมทุกวันศุกร์ เวลา ๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น.
ณ มูลนิธิบ้านอารีย์
วันจันทร์ สัปดาห์ที่ ๑ และ ๒ เรื่อง รูปปรมัตถ์ และ นิพพานปรมัตถ์
วันจันทร์ สัปดาห์ที่ ๓ และ ๔ เรื่อง จิตปรมัตถ์ และเจตสิกปรมัตถ์
สามารถเรียนผ่านอินเทอร์เน็ตในเวลาเดียวกันที่ www.baanaree.net

อภิธรรมนำชีวิต

การศึกษาพระอภิธรรมนำไปสู่การเจริญภาวนา

โดย **แม่ชีทองสุข ทองกระจ่าง**

ผู้อำนวยการมูลนิธิเผยแผ่พระสัทธรรม

และอาจารย์ผู้สอนพระอภิธรรมวัดมหาธาตุฯ กรุงเทพฯ

กิจกรรมทุกวันพฤหัสบดี เวลา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. ณ **มูลนิธิบ้านอารีย์**
ระยะเวลาในการเรียน ๓ เดือน

๑. เพื่อรักษาหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาให้มั่นคงสืบต่อไป
๒. เพื่อเผยแผ่หลักธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในส่วนของพระอภิธรรม ให้แพร่หลายสู่สาธุชนทั่วไป อันจะยังประโยชน์ให้ผู้ที่สนใจศึกษา เกิดความรู้ความเข้าใจในเรื่องของชีวิตและรู้แนวทางการปฏิบัติ เพื่อเข้าถึงความพ้นทุกข์

ท่านที่สนใจสามารถติดตามอ่านย้อนหลังได้ที่ <http://www.baanaree.net> : ๒๕

ประมวลภาพถ่ายธรรมะเยาวชน รุ่นที่ ๒

มูลนิธิบ้านอารีย์จัดกิจกรรมค่ายธรรมะเยาวชน รุ่นที่ ๒ นำปฏิบัติโดย พระอาจารย์สรายุภูมิ วิสุโท และ พระอาจารย์ฐิติวัชฎ์ ชยากโร นอกจากนี้การอบรมปฏิบัติธรรมแล้ว ยังได้เรียนรู้เกษตรทฤษฎีใหม่ ท่องเที่ยวเชิงทัศนศึกษา พร้อมกิจกรรมสันทนาการอื่น ๆ ณ กระโจมเต่า รีสอร์ท อ. เขาค้อ จ. เพชรบูรณ์ วันที่ ๒๙ มีนาคม - ๑ เมษายน ๒๕๕๖ ครั้งต่อไปจัดขึ้นวันที่ ๑๐ - ๑๓ พฤษภาคม ๒๕๕๖



**เพราะเงินออมทุกบาทของคนไทย
คือ รากฐานความมั่นคงของประเทศไทย
ขอบคุณคนไทยทุกคน
ที่ให้ความไว้วางใจมาตลอดระยะเวลา ๑๐๐ ปี**

๑๐๐ ปี ธนาคารออมสิน ร้อยใจ...รับใช้ประชาชน

๑๐๐ ปี ธนาคารออมสิน
100th Anniversary of the Government Savings Bank
www.gsb.or.th

สายด่วน 1115

พระนางสามาวดี

ผู้เป็นเลิศฝ่ายอยู่ด้วยเมตตา



จากหนังสือ **ผู้เป็นเลิศ**

โดย สายฝน ศิลปพรหม



แต่นั้นมา พระราชา ทรงเลื่อมใส
ร่วมบูชา พระรัตนตรัย ไม่ขัดขวาง
มาคันทิยา แผนสุดท้าย ไม่แคลงกลาง
สามาวดี ต้องวายวาง อย่างแน่นอน

ให้อามา- คันทิยะ เผาปราสาท
สามาวดี ไม่ประมาท ในคำสอน
แนะนำกำหนด เวทนา อย่าอาวรณ
ต่างบรรลु มรรคผลก่อน ทั่วทุกคน



อันผลกรรม ชาติก่อนเก่า เล่าให้ทราบ
นางทั้งหลาย เคยทำบาป อกุศล
จุดไฟเผา กอหญ้าไว้ หมายอุ้นตน
ปรากฏผล พระปัจเจกฯ วิเวกมา

ถูกไฟคลอก ทั่วร่าง ต่างทุกข์ร้อน
ต้องชุกชอน ความผิด ปิดข้อหา
หากสิ้นซาก สิ้นกังวล พันอาญา
อกุศล เจตนา นี้สาครรรจ์

ร่วมชนพิน ท่วมศิระชะ เผาพระองค์
มันใจคง ไม่หลงเหลือ อรหันต์
แท้พระองค์ ทรงสมาบัติ อยู่เจ็ดวัน
หนึ่งพันเกวียน ฝันไฟ ไม่อุ้นเลย

หญิงเหล่านี้ เจตนา อกุศล
ต้องทุกข์ทน นรกหมกไหม้ ไคร้เฉลย
ครั้นเป็นคน ผจญเศษกรรม ข้าตามเคย
ถูกสังเวท ในกองไฟ หลายชาติคน

โปรดอ่านต่อฉบับหน้า



สำหรับท่านที่สนใจ
หนังสือผู้เป็นเลิศ
ติดต่อ สำนักพิมพ์ธรรมดา
๐-๒๕๕๘-๗๐๒๖-๗
หรือตามร้านหนังสือ
ทั่วไป



ภาพฝาผนัง โรงมหรสพ ทางวิญญาณ

สวนโมกขพลาราม อ. ไชยา จ. สุราษฎร์ธานี

ภาพปริศนาธรรม (เซ็น)



พระบ้า

เชื่อว่าพระบ้า เทียวเดินทางร้องเพลงไปทั้งวันในทุกแห่ง ไม่มีสมบัติติดตัวให้มากไปกว่าที่เห็นในภาพ คนทั้งหลายว่าท่านเป็นบ้า ที่ไม่ทำอะไรเหมือนเขา ทั้งๆ ที่ท่านเซงไก (Sengai) ผู้เขียนภาพนี้ได้เขียนถึงพระผู้รู้และสิ้นความยึดมั่นถือมั่นแล้วท่านหนึ่ง เป็นอิสระจากกิเลส ไม่มีความรู้สึกว่าต้องได้ต้องเสียอะไร ไม่ต้องเคร่งวินัย ไม่ประจบทวยกทวยิกา ท่านแสดงอาการภายนอกประดุจคนบ้า แต่ในใจสะอาดผุดผ่องก็พอแล้ว

เจ้าของ : มูลนิธิบ้านอารีย์ บรรณธิการ ผู้พิมพ์ ผู้โฆษณา : วิโรจน์ วิจารณ์ประภา พิมพ์ที่ : บริษัท สำนักพิมพ์สุภา จำกัด

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