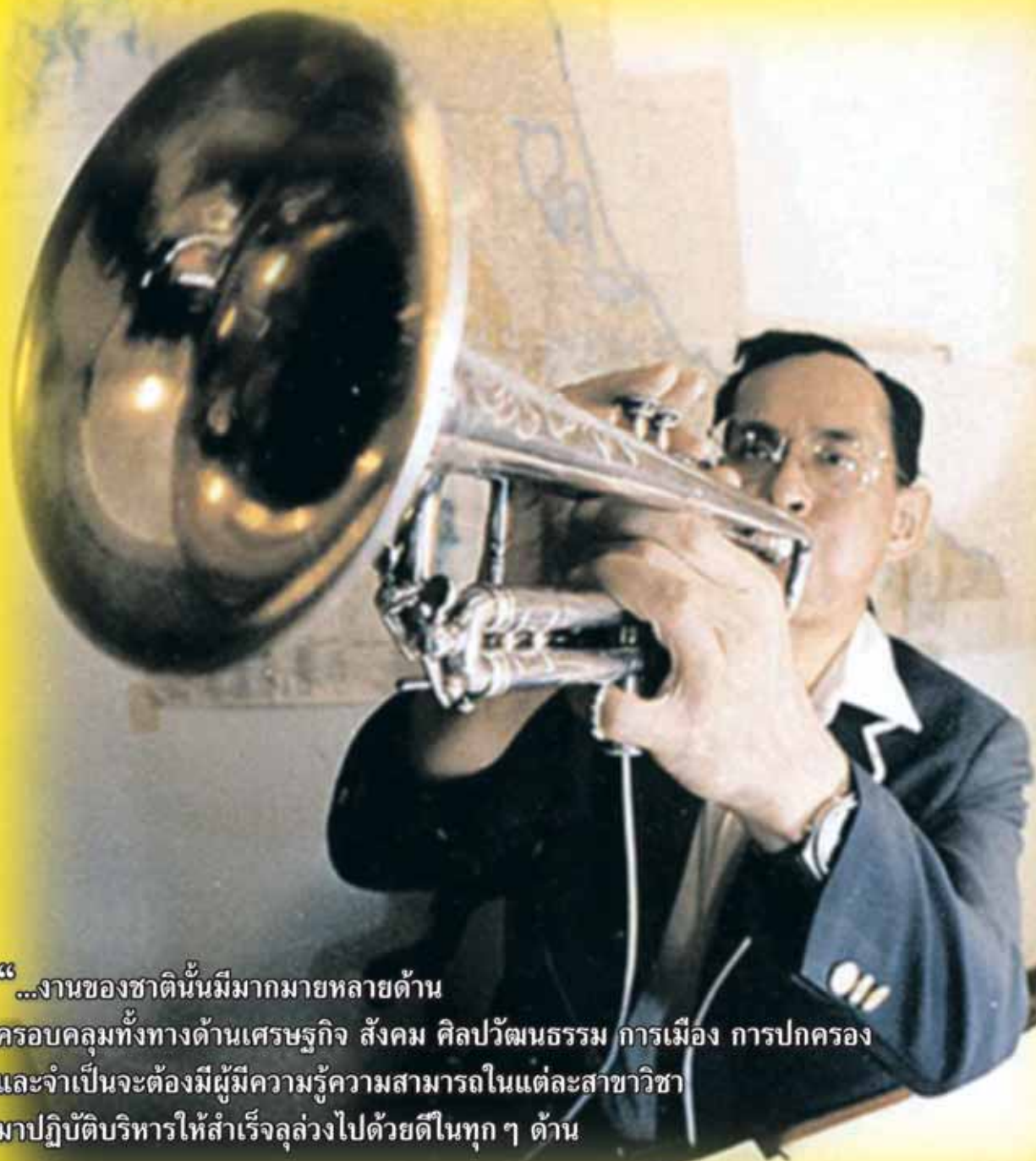


# ข่าวสารกัลยาณธรรม

ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๑๓ เดือนพฤษภาคม ๒๕๕๑





“...งานของชาตินั้นมีมากมายหลายด้าน  
ครอบคลุมทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม ศิลปวัฒนธรรม การเมือง การปกครอง  
และจำเป็นจะต้องมีผู้มีความรู้ความสามารถในแต่ละสาขาวิชา  
มาปฏิบัติบริหารให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดีในทุก ๆ ด้าน

ถ้าจะเปรียบเทียบให้เห็นชัด ก็ขอเปรียบเหมือนวงดนตรีวงหนึ่ง  
ซึ่งจะต้องประกอบด้วยเครื่องดนตรีประเภทต่าง ๆ มีเครื่องดีด สี ตี เป่า เป็นต้น  
และมีผู้ชำนาญในเครื่องดนตรีนั้น ๆ เป็นผู้ปฏิบัติให้กลมกลืนไพเราะ  
และถูกต้องตามจังหวะจะโคน จึงจะเป็นวงดนตรีที่สมบูรณ์ได้

เพราะฉะนั้น ผู้มีปัญญาความสามารถ ไม่ว่าจะทำงานใด ด้านใด เป็นงานหลัก  
หรืองานใหญ่ ง่ายยาก จะต้องถือว่างานทุกอย่างมีความสำคัญเท่าเทียมกัน  
และต้องตั้งใจกระทำให้ดีที่สุด ด้วยความรับผิดชอบ และด้วยความอุตสาหะวิริยะ  
โดยมุ่งถึงความสำเร็จของงานเป็นจุดหมายสำคัญ...”

คัดตัดตอนจากพระบรมราโชวาท  
ในพิธีพระราชทานปริญญาและอนุปริญญาบัตรของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
วันที่ ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๓๔



ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๑๓ พฤษภาคม ๒๕๕๑



พิมพ์แจกเป็นธรรมทานจำนวน ๑๕,๐๐๐ เล่ม  
โดยชมรมกัลยาณธรรม

- เลขที่ ๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ อ.เมือง จ.สมุทรปราการ ๑๐๒๗๐ โทร. ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓, ๐-๒๗๐๒-๙๖๒๔
- ๙๘/๖-๗ ซอยคึกษาวิทยา ถ.สาทรเหนือ แขวงสีลม เขตบางรัก กทม. ๑๐๕๐๐ โทร. ๐-๒๖๓๕-๓๙๙๘ โทรสาร ๐-๒๒๖๖-๓๘๐๗-๘

ที่ปรึกษา : พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรังสี  
พระอาจารย์วุฒิชัย วชิรเมธี  
พระอาจารย์นวลจันทร์ กิตติปัญโญ  
อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร  
อาจารย์ ดร.บรรจบ บรรณรุจิ  
อาจารย์ ทวีศักดิ์ คุณุจิธรรม

**คณะกรรมการดำเนินงาน**

- อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ
- มนตรี จตุรภัทร
- ชนก กลิ่นสุวรรณ
- เฉลิมพันธุ์ สมัครพันธุ์
- ดุสิต ประสาระเอ
- วิชัย โพธิ์นทีไท
- นงนุช บุญศรีสุวรรณ
- เพิ่มพงค์ ธนพิพัฒน์สัจจา
- ณรงค์ฤทธิ์ อุปถัมภ์
- แคทลียา ฟิ่งอุดม
- เบญจวรรณ อุซุพงษ์อมร
- ภาคกรณ์ รุจาชนนันท

ขอขอบพระคุณผู้มีอุปการคุณทุกท่านที่ได้เอ่ยนาม  
ที่ได้ร่วมแรงใจแรงกายสร้างสิ่งที่ดีงามสู่สังคม

**กติธรรมประจำฉบับ**

ภูเขาหินล้วนเป็นแท่งที่บ  
ย่อมไม่หวั่นไหวเพราะแรงลม จันใด  
บัณฑิตทั้งหลายย่อมไม่หวั่นไหว  
เพราะคำนิทานและสรรเสริญ จันนั้น

พระไตรปิฎก เล่ม ๒๕ คาถาธรรมบท บัณฑิต วรรคที่ ๖ ข้อ ๑๖

**กราบสวัสดิ์ท่านผู้อ่านที่รัก**

แผนการจัดงานแสดงธรรมครั้งที่ ๑๑ ได้กำหนด  
แน่นอนแล้ว โดยได้รับความกรุณาจากมหาวิทยาลัย  
ธรรมศาสตร์ ทำพระจันทร์ อนุญาตให้ใช้ทั้งหอประชุม  
ใหญ่และหอประชุมเล็ก

อยากเรียนให้ทราบว่าพวกเราสนุกกับการทำงาน  
นี้มาก ตั้งตารอวันที่จะได้พบกับพี่น้องชาวกัลยาณธรรม  
หวังว่าทุกท่านจะรู้สึกเช่นนี้เหมือนกัน

จนกว่าจะพบกันอีก  
กองบรรณาธิการ

**วัตถุประสงค์**

๑. เผยแผ่พระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระ  
สัมมาสัมพุทธเจ้า
๒. เผยแพร่ประชาสัมพันธ์กิจกรรมของชมรม  
กัลยาณธรรม
๓. เป็นสื่อกลางระหว่างสมาชิกชมรมกัลยาณธรรม
๔. เป็นสื่อกลางระหว่างกลุ่มผู้อุทิศตนเป็นแนว  
หลังทางธรรม

**สารบัญ**

คำถาม “ธรรม” ที่น่าสนใจ (ตอนที่ ๒) .....	๒
ขอเป็นอีกหนึ่งแรง .....	๗
ร่วมอนุโมทนาเจ้าภาพในงานแสดงธรรม .....	๑๐
กำหนดการจัดงานแสดงธรรม .....	๑๓
ใบคำขอลงทะเบียนทางไปรษณีย์ สำหรับ <b>ผู้เป็นสมาชิก</b> .....	๑๔
ใบคำขอลงทะเบียนทางไปรษณีย์ สำหรับ <b>ผู้ไม่เป็นสมาชิก</b> .....	๑๕
คำแนะนำในการลงทะเบียน เพื่อเข้ารับฟัง บรรยายธรรมล่วงหน้าทางไปรษณีย์ .....	๑๖
บันทึกธรรม (ตอนที่ ๑) .....	๑๙
คนที่มีความสุขที่สุดในโลก .....	๑๘
กว่าจะถึงวันนั้น .....	๒๒
ไม่ลืมบพิตรพุ่มขมาเมฆ .....	๒๔

**เตือนใจตน**

รำเริง เป็นยารักษา  
ความหวัง เป็นยากระตุ้น  
เมตตา เป็นยาบำรุง



# คำถาม “ธรรม” ที่น่าสนใจยิ่ง (ตอนที่ ๒)



โดย อ.ทวีศักดิ์ ศิริจิตธรรม

**คำถามที่ ๒ :** ศาสนาพุทธสอนว่า คนไหนทำบุญ คนนั้นได้บุญ เปรียบเหมือนกับการกินข้าว คนไหนกิน คนนั้นอิ่มท้อง จะกินแทนกันเพื่ออิ่มแทนกันไม่ได้ แต่เหตุไฉนในบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ได้กล่าวถึงเรื่อง “ปัตตานุโมทนา” คือการแสดงความยินดีในบุญที่ผู้อื่นได้กระทำ ก็ถือเป็นการทำบุญอย่างหนึ่งด้วย โดยไม่ต้องลงทุนแม้แต่บาทเดียวเลย แถมยังเคยได้ยินมาว่า ในบางครั้งผู้อนุโมทนา อาจได้บุญมากกว่าผู้ควักสตางค์ทำบุญเสียอีกเพราะเหตุใด

**คำตอบ :** เรื่องนี้เป็นเรื่องที่มีผู้สงสัยกันมานาน ถึงกับบางคนเคยถามผู้เขียนว่า หากเป็นเช่นนั้นจริง ในวันหยุดสุดสัปดาห์ หรือในวันไหนๆ ก็ได้ที่เราว่าง เราก็ไปนั่งในโบสถ์ (อุโบสถ) ที่มีตู้รับบริจาคตั้งไว้ให้คนทำบุญ โดยนั่งใกล้ๆ กับตู้รับบริจาคคนนั้นแหละ ทุกครั้งที่มีคนเอาเงินมาหยอดใส่ตู้ เราก็ยกมือทว่มหัวขออนุโมทนาสาธุด้วย หากวันนั้นมีคนไปทำบุญ ๑๐๐ คน เช่น วัดที่เป็นสถานที่ท่องเที่ยว หรือ ในงานเทศกาลของวัด เราก็ได้อนุโมทนาสาธุ ๑๐๐ ครั้ง เท่ากับเราได้ทำบุญถึง ๑๐๐ ครั้ง ซึ่งย่อมได้บุญมากกว่าผู้ควักสตางค์ทำบุญเสียอีก เพราะผู้ควักสตางค์แต่ละคนจะได้บุญเพียงครั้งเดียวที่ตนทำเท่านั้น

อนึ่ง เรื่องการทำบุญนั้น ทุกคนย่อมทราบดีว่า ถ้าจะให้บุญที่ทำได้ผล ๑๐๐% จะต้องขึ้นกับกาลเวลาทั้งสาม กล่าวคือ

(๑) ก่อนให้ ใจยินดี เรียกลิ้นๆ แบบชาวบ้านว่า **ตั้งใจ**

(๒) ขณะกำลังให้ ใจเลื่อมใส **เต็มใจ**

(๓) หลังให้ ใจชื่นบาน **สบายใจ**

ถ้าขาดคุณสมบัติข้อใดข้อหนึ่งหรือหลายข้อ บุญที่ทำย่อมไม่ได้ผลเต็มที่ ทั้งนี้ขึ้นกับเจตนาในแต่ละกาล ดังกล่าวข้างต้น ฉะนั้นจึงได้มีผู้กล่าวว่า คนควักสตางค์ทำบุญแล้ว อาจนึกเสียดายในเงินที่ได้ทำบุญไป หรือตนทำบุญเพื่อหวังเอาหน้าจะได้ลงหนังสือพิมพ์ หรือ ออก TV อดคนอื่นเขา หรือ ทำอย่างเสียไม่ได้เพราะเกรงใจเพื่อน หรือครูบาอาจารย์ที่พาไป ฉะนั้น จึงไม่อาจได้รับผลบุญอย่างเต็มที่ ในขณะที่ผู้อนุโมทนาบุญ ใจของเขาจะเต็มเปี่ยมในกาลทั้งสาม คือ **ตั้งใจ-เต็มใจ-สบายใจ** เพราะผู้อนุโมทนาบุญไม่ต้องควักเงินตนเองแม้แต่บาทเดียว

ท่านผู้อ่านน่าจะใช้วิจรรย์ญาณไตร่ตรองดูว่ามันเป็นเช่นที่กล่าวข้างต้นหรือไม่ หากเป็นเช่นนั้นจริง ธรรมะก็ช่างไม่ยุติธรรมโดยแท้ แล้วจะเรียกว่า ธรรมะ คือ ธรรมชาติได้อย่างไร เพราะธรรมชาตินั้นย่อมทรงไว้ซึ่งความเที่ยงธรรม และยุติธรรมเสมอไป

ผู้เขียนถึงได้บอกให้ผู้อ่านใช้ “ปัญญา” มากๆ ในการพิจารณาใคร่ครวญธรรม มิฉะนั้นแล้ว เราอาจจะหลงเข้าใจผิด ทำให้เราปฏิบัติธรรมแบบผิดๆ ก็ได้ หากเป็นเช่นนั้นแล้วเมื่อใดเราจะบรรลุธรรมกับเขาได้บ้างละ

อย่าลืมว่า พระพุทธองค์ตรัสว่า ผู้ที่จะไปให้ถึงที่สุดแห่งธรรม หรือ บรรลุธรรมนั้น **อย่างน้อยก็ต้องขจัดกิเลส ๓ กองใหญ่ให้พ้นไปจากใจให้ได้** กิเลส ๓ กองนั้นก็คือ **โลภะ-โทสะ-โมหะ**

คนควักสตางค์ทำบุญก็เพื่อทำลายกิเลสตัว “โลภะ” ให้เบาบางลง เพราะคนโลภมากๆ ย่อมเสียดายในสตางค์ที่ตนหามาได้และไม่แก้ออกทำบุญ ด้วยเหตุนี้ศาสนาพุทธจึงเน้นเรื่อง ทาน-ศีล-ภาวนา สำหรับให้พุทธศาสนิกชนปฏิบัติตาม เพราะการให้ทานก็ถือเป็นการทำให้ตัว “โลภะ” เบาบางลงได้ระดับหนึ่ง

ส่วนผู้อนุโมทนาในบุญที่ผู้อื่นได้กระทำ ถือเป็นการทำลายตัว “โทสะ” ให้เบาบางลงได้ระดับหนึ่ง เพราะการอนุโมทนาจึงคือการเห็นดีเห็นชอบในบุญที่ผู้อื่นได้กระทำ เป็นการลดความอิจฉาริษยาลงได้ระดับหนึ่ง เพราะผู้ที่อิจฉาทาร้อน เห็นคนอื่นทำดีกว่าตนไม่ได้ ย่อมไม่อาจอนุโมทนาในบุญที่ผู้อื่นได้กระทำ ฉะนั้น จึงถือว่าการบำเพ็ญบุญในด้านการลด “โทสะ” เป็นการบำเพ็ญบุญคนละอย่างกับผู้ควักสตางค์ทำบุญ ฉะนั้น จึงถือเป็นหนึ่งในบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ เช่นกัน

แต่ผู้ที่จะบรรลุธรรมได้นั้น จะต้องขจัดกิเลสให้ได้ถึง ๓ ตัว คือ โลภะ-โทสะ-โมหะ ไม่ใช่เพียงแค่ขจัดตัวใดตัวหนึ่งเท่านั้น อีกทั้งการควักสตางค์ทำบุญและการอนุโมทนาบุญ ก็ถือเป็นเพียงบุญขั้นต้นที่ผู้บำเพ็ญได้กระทำเท่านั้น ตัวบุญลึกๆ ยิ่งกว่านั้น จนถึงขั้นประหันทกิเลสได้ต้องอาศัย ศีล-สมาธิ-ปัญญา ค่อยๆ บำเพ็ญไปจนกว่าอัสวกิเลสที่นอนนิ่งอยู่ในใจมาช้านานหลายภพหลายชาติจะถูกกำจัดออกไปได้โดยสิ้นเชิง

อึ้ง ถ้าท่านผู้อ่านคิดให้ลึกๆ แล้ว ผู้อูโมทนาในบุญที่ผู้อื่นได้กระทำโดยที่ตนเองไม่ยอมควักสตางค์ทำบุญกับเขาด้วยยอมถือว่าพวกเขาตัว โจระ ใหญ่ๆ ติดตัว เพราะกับการทำบุญด้วยเงินเล็กๆ น้อยๆ ตนเองก็ไม่ยอมควักแล้วเมื่อใดจึงจะกำจัดตัว โจระ ออกจากใจได้เล่า? เท่ากับว่าบุคคลผู้ที่ตั้งทำเอาเปรียบผู้อื่นมาตั้งแต่ต้นแล้ว โอกาสที่จะบรรลุลุทธิธรรมจริงๆ จึงยากเต็มที

มีผู้คิดเลยเถิดถึงขั้นว่า คนควักสตางค์ทำบุญได้ผลบุญ ๑๐๐% ส่วนคนอุโมทนาบุญได้เพียง ๕๐% หรือ ๑๐% เป็นต้น ล้วนเป็นคำตอบที่ขาดหลักเหตุและผล ลูให้หลักเหตุและผลดังได้กล่าวแล้วข้างต้นไม่ได้

**คำถามที่ ๓ :** พุทธศาสนาสอนเรื่อง “อนัตตา” คือความไม่มีตัวตน เรา เขา หากคนเราไม่มีตัวตนจริงๆ แล้วใครเป็นผู้เสวยความสุข-ความทุกข์ แล้วพุทธภาษิตที่ว่า “นิพพานัง ปรมัง สุขัง” แปลเป็นไทยว่า นิพพานเป็นบรมสุขอย่างยิ่ง ก็ต้องมีผู้เสวยสุขจากสภาวะนิพพานซึ่งเป็นเครื่องแสดงว่า ผู้เสวยสุขต้องมีตัวตนจริงแน่นอนหาไม่แล้วจะเสวยสุขอย่างไรได้

อึ้ง มีผู้ฟังธรรมถามผู้บรรยายว่า ถ้าคนเราไม่มีอัตตาแล้ว ผู้ที่กำลังบรรยายหรือกำลังตอบคำถามอยู่เป็นใคร ช่วยตอบฉันหน่อยได้ไหม

**คำตอบ :** เพื่อให้ได้ธรรมสัจในคำตอบ จะขอใช้แบบการโต้ตอบระหว่างผู้ถาม กับ ผู้เขียน (ผู้ให้คำตอบ) ดังนี้

**ผู้เขียน :** ยกแก้วน้ำขึ้นแล้วถาม “ผู้ถาม” ว่า ช่วยตอบหน่อยได้ไหมว่า ของในแก้วเป็นอะไร

**ผู้ถาม :** น้ำ

**ผู้เขียน :** ถ้าผมจะพูดใหม่ว่า น้ำในทางเคมีคือ H<sub>2</sub>O หมายถึงในหนึ่งโมเลกุลของน้ำจะประกอบด้วย ไฮโดรเจน ๒ อะตอม และ ออกซิเจน ๑ อะตอม หรือพูดอย่างภาษาชาวบ้านง่ายๆ ก็คือ น้ำประกอบด้วย ไฮโดรเจน ๒ ส่วน ผสมกับออกซิเจน ๑ ส่วน ซึ่งเป็นสิ่งที่นักเคมี หรือนักวิทยาศาสตร์ทั่วไปเขาก็เข้าใจกัน ถ้าจะพูดแบบนี้ จะมีอะไรผิดไหม

**ผู้ถาม :** ไม่มีผิด

**ผู้เขียน :** งั้นผมก็จะบอกว่า ในแก้วนี้มีไฮโดรเจน ๒ ส่วน กับออกซิเจน ๑ ส่วนจะผิดไหม

**ผู้ถาม :** ไม่มีผิด

**ผู้เขียน :** ฉะนั้น ของสิ่งเดียวกัน ชาวบ้านซึ่งไม่ได้เรียนสูงอะไรก็เรียกสิ่งนี้ว่า “น้ำ” ในขณะที่ผู้มีการศึกษาสูง และได้ทดสอบทดลองในห้องแลปแล้วก็พบว่า เนื้อแท้ของน้ำนั้นเมื่อย่อยลงไปถึงแก่นแท้ของมันแล้ว มันเป็นส่วน

ผสมระหว่าง ไฮโดรเจน ๒ ส่วน กับ ออกซิเจนหนึ่งส่วน จึงเรียกสิ่งนี้ว่า H<sub>2</sub>O ก็ถูกต้องใช่ไหม

**ผู้ถาม :** ใช่

**ผู้เขียน :** ดังนั้น ในโลกนี้ จึงมีความจริงอยู่ ๒ ชนิด ชนิดแรก คือ ความจริงที่ชาวบ้านชาวช่อง หรือ ผู้คนในสังคมเขาเรียกขานกัน เพื่อจะได้ติดต่อสื่อสารกันได้รู้เรื่อง เช่น น้ำ รถยนต์ ไมโครโฟน ไฟฉาย นายดำ นายแดง เป็นต้น ความจริงประเภทนี้ในทางธรรม เขาเรียกว่า “**สมมติสังขะ**” กับความจริงแท้ตามธรรมชาติของมัน เช่น กรณี H<sub>2</sub>O เพราะนักวิทยาศาสตร์ได้พิสูจน์จนรู้แจ้งเห็นจริงว่า สรรพสิ่งทั้งหลายไม่ว่าเราจะเรียกชื่อมันว่าอะไร ล้วนประกอบด้วยธาตุทั้งสิ้น สามารถเขียนออกมาเป็นสูตรเคมีได้ทั้งสิ้น ทั้งสามารถบอกได้ว่าประกอบด้วยธาตุชนิดนี้กี่ส่วน ธาตุชนิดนั้นก็ส่วน ความจริงประเภทหลังนี้ในทางธรรม เขาเรียกว่า “**ปรมัตถสังขะ**”

**ผู้เขียน :** เวลาเราไปอยู่ในสังคมแบบใด เราก็ต้องเคารพกฎกติกาในสังคมนั้น เช่น ถ้าเป็นชาวบ้านทั่วไป ก็อาจใช้ศัพท์แสงอย่างหนึ่งเพื่อการติดต่อสื่อสารที่รู้เรื่องระหว่างกัน เช่น ใช้คำว่า “**น้ำ**” เป็นต้น แต่ถ้าไปอยู่ในหมู่นักเคมี นักวิทยาศาสตร์ หรือ ผู้มีการศึกษาสูงๆ ก็ใช้ศัพท์แสงอีกอย่างหนึ่ง เช่น H<sub>2</sub>O เป็นต้น ใช่หรือไม่

**ผู้ถาม :** ใช่

**ผู้เขียน :** ถ้าอย่างนั้นก็เช่นกัน ฉันใดก็ฉันนั้น ยกตัวอย่าง เช่น ถ้าเราจะพูดคุยกันธรรมดาทั่วไป ก็จะต้องมีการยกตัวอย่างเป็นคุณ เป็นฉัน เป็นเขา มิฉะนั้นแล้วจะพูดคุยกันไม่รู้เรื่องใช่ไหม หรืออย่างรถยนต์ของคุณ ถูกขโมยไป ถูกเขาชน ฯลฯ คุณก็ต้องไปแจ้งความกับเจ้าหน้าที่ตำรวจหรือบริษัทประกันภัยว่า รถของฉัน ถูกชน รถของฉันถูกขโมยไป ซึ่งถ้าเขาเอา “**ปรมัตถสังขะ**” ไปบอกว่า มีสิ่งของชิ้นหนึ่งประกอบด้วย กันชน ฝากระโปรงหน้า-หลัง เครื่องยนต์ เบาะ ล้อรถ พวงมาลัย ฯลฯ ถูกขโมยหรือถูกชน จะสื่อสารกันรู้เรื่องไหม

**ผู้ถาม :** ไม่รู้เรื่อง

**ผู้เขียน :** ก็เช่นกัน คำว่า “**รถยนต์**” จึงเป็น “**สมมติสังขะ**” แต่ในทาง “**ปรมัตถสังขะ**” แล้ว ไม่มีรถยนต์อยู่ในโลก มีแต่ส่วนประกอบเป็นร้อยๆ ชิ้น เช่น พวงมาลัย เครื่องยนต์ ล้อ เบาะ ฯลฯ มาประกอบกันเท่านั้นเอง และถ้าจะเจาะลึกยิ่งกว่านั้น ทุกๆ ชิ้นส่วนของรถยนต์ซึ่งมีเป็นร้อยๆ ชิ้นที่แตกต่างกันนั้น ล้วนประกอบด้วยธาตุทั้งสิ้น แล้วถ้าจะเจาะลึกยิ่งกว่านั้นตัวเรธาตุแต่ละธาตุเมื่อซอยย่อยไปถึงที่สุดของมันแล้วก็จะได้อะตอม ท่านเข้าใจความแตกต่างระหว่าง “**อะตอม**” กับ “**โมเลกุล**” ไหม



ว่ามันต่างกันอย่างไร

**ผู้ถาม :** ไม่เข้าใจ เพราะเรียนมานานแล้ว ลืมไปแล้ว

**ผู้เขียน :** เราจะใช้คำว่า “โมเลกุล” ก็ต่อเมื่อของชิ้นนั้นประกอบด้วยอะตอมของแร่ธาตุต่างชนิดกัน เช่นในกรณีของ “น้ำ” ซึ่งประกอบด้วยแร่ธาตุ ๒ ชนิด คือ ไฮโดรเจน กับ ออกซิเจน ฉะนั้น เราจึงเรียกส่วนเล็กที่สุดของน้ำว่า “โมเลกุล” แต่ถ้าเป็นแผ่นเหล็กซึ่งประกอบด้วยแร่เหล็กเพียงอย่างเดียว เราก็เรียกส่วนที่เล็กที่สุดของแร่ธาตุเหล็กว่า “อะตอม”

**ผู้ถาม :** เข้าใจแล้วครับ

**ผู้เขียน :** มาถึงคนเราบ้าง ไหนลองออกมายืนหน้าเวทีหน่อย (ผู้ถามได้เดินออกมายืนหน้าเวที)

**ผู้เขียน :** ขอดูหน่อยว่า ท่านชื่ออะไร

**ผู้ถาม :** ชื่อ ไมเคิล

**ผู้เขียน :** ไหนลองชี้ให้ท่านผู้ฟังในห้องประชุมนี้ดูว่าขณะนี้ ไมเคิล อยู่ที่ไหน

**ผู้ถาม :** ชี้ไปที่หน้าอก

**ผู้เขียน :** นั่นมันเป็นหน้าอก ไม่ใช่ ไมเคิล นี่

**ผู้ถาม :** ชี้ไปที่แขน หน้าผาก คอ ฯลฯ

**ผู้เขียน :** นั่นก็เป็นแขน หน้าผาก คอ ฯลฯ แล้วคุณไมเคิล อยู่ที่ไหนล่ะ

**ผู้ถาม :** ก็ทุกๆ ส่วนรวมกันยังงี้

**ผู้เขียน :** เห็นหรือยังว่า ชื่อ “ไมเคิล” เป็นสิ่งสมมติที่เราใช้เรียกขาน ในทางธรรมะ ถือเป็น “สมมติสังขะ” ในขั้นนี้เพื่อจะได้สื่อสารเรียกขานกันจะได้ติดต่อไม่ผิดคน จึงสมมติให้มี “อัตตา” แต่ถ้าจะเจาะลึกเพื่อเข้าไปถึงแก่นธรรมเพื่อการปฏิบัติให้พ้นทุกข์ เราต้องใช้ “ปรมัตถสังขะ” คือ “อนัตตา” เพราะเมื่อใดที่เราไปยึดว่ามี “อัตตา” เช่น นี่เป็นของฉัน นั่นเป็นของฉัน เวลาใครเอาของชิ้นนั้นไปจากฉัน ฉันก็ทุกข์ เวลาที่เราทำของชิ้นนั้นแตก เราก็ทุกข์ ฯลฯ ฉะนั้น ทุกครั้งที่เรายึด “อัตตา” ก็จะตามมาซึ่งความทุกข์แน่นอน แต่ถ้าเราสลัด “อัตตา” ที่งัดไปได้ กลายเป็น “อนัตตา” ไม่มีการยึดมั่นถือมั่นว่า นี่เป็นของฉัน นั่นเป็นของฉัน ความทุกข์ย่อมละลายไป เห็นด้วยไหม

**ผู้ถาม :** เห็นด้วย แต่คงจะทำใจได้ยากในเวลาปฏิบัติจริง

**ผู้เขียน :** พระพุทธองค์ได้ตรัสภายหลังการตรัสรู้ ว่าธรรมะที่พระพุทธเจ้าค้นพบนั้นลุ่มลึกนัก ยากที่ผู้ใดจะเข้าถึงได้ ถึงกับท้อแท้พระทัยที่จะไม่ยอมเผยแผ่ (เพราะคนเราตั้งแต่เกิดจากท้องแม่ ก็ถูกยึดเยียดด้วย “อัตตา” คอยบ่อนเด็กทารกจนโตตลอดสายจนถึงตาย และ ยังตามติดความรู้สึกด้วยทุกภพทุกชาติว่า นี่ของฉัน นั่นของฉัน

ฯลฯ จนกระทั่งตัว “อัตตา” ผังแน่นลึกลงอยู่ในจิตใจทุกภพทุกชาติ จึงยากที่จะทำลายตัว “อัตตา” นี้ให้หมดไปจากใจได้ เพราะสังขมโดยทั่วไปรับแต่ “สมมติสังขะ” ทั้งนี้ ไม่มีใครยอมรับ “ปรมัตถสังขะ” ซึ่งเขาถือว่าเป็นของผู้ปฏิบัติธรรม และผู้เข้าถึงธรรมเท่านั้น จนกระทั่งท่านท้าวสัทหมบดีพรหม ต้องมาทูลอาราธนาพระพุทธเจ้าให้แสดงธรรมเพราะเห็นว่าเหล่าเวไนยสัตว์ (คือมนุษย์ที่ยังพอโปรดได้) ยังมีอยู่ เปรียบเหมือนกับบัว ๔ เหล่าดังที่ผู้อ่านทุกท่านคงได้เข้าใจก่อนหน้านี้แล้ว พระพุทธองค์จึงได้ยอมแสดงธรรมนับตั้งแต่นั้นจนจบจนถึงวาระสุดท้ายแห่งชีวิต คือ ปรีณิพพาน

**ผู้เขียน :** ก่อนจะตอบคำถามของคุณ ผมขอเจาะลึกถึงความ เป็นคนว่ามนุษย์เรานั้นเท่าที่ คุณศึกษาธรรมะมากี่เยอะ ประกอบด้วยอะไร

**ผู้ถาม :** รูป กับ นาม

**ผู้เขียน :** ไหนลองอธิบายให้ผู้ฟังในห้องนี้ฟังหน่อยว่า รูปคืออะไร นามคืออะไร

**ผู้ถาม :** “รูป” ก็คือ รูปร่างกายที่เราเห็น ตั้งแต่

ศีรษะจรดปลายเท้า อวัยวะทั้ง ๓๒ ในร่างกายเรา

**ผู้เขียน :** แล้ว “นาม” ละ คืออะไร

**ผู้ถาม :** นามก็ประกอบด้วย เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

**ผู้เขียน :** เก่งนี่ ! งั้นผมขออธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับ “นาม” ทั้ง ๔ ให้ท่านผู้ฟังที่เพิ่งจะมาปฏิบัติธรรมเพื่อให้เห็นเข้าใจง่าย ๆ ว่า มันคืออะไร มันอยู่ในตัวเราใช่หรือไม่ สำหรับ “รูป” นั้น ทุกๆ คนคงเข้าใจกันดี คือรูปร่างกาย-อวัยวะทุกส่วนในตัวเรา

**ผู้เขียน :** ผมขอลองถามท่านต่อว่า ท่านรับรู้สิ่งต่างๆ ได้ไหม เช่น รับรู้การเห็นภาพ การได้ยินเสียง ฯลฯ

**ผู้ถาม :** ได้ซี

**ผู้เขียน :** พระพุทธองค์ตรัสรู้ความจริงมากกว่า ๒,๕๐๐ ปีแล้วว่า คนเรารู้รู้ได้ ๖ ทางด้วยกัน คือ

(๑) รับรู้ทางตา ภาษาธรรมเรียกว่า **จักขุวิญญาณ** (วิญญาณ แปลว่า “การรับรู้”, ส่วนจักขุ แปลว่า “ตา” ฉะนั้น จักขุวิญญาณ จึงหมายถึงการรับรู้ทางตา อนึ่ง คำว่า “วิญญาณ” ไม่ได้หมายถึงคนตายแล้ว วิญญาณยังล่องลอยอยู่ยังหาที่เกิดไม่ได้ “วิญญาณ” ในกรณีหลังนี้ ภาษาพระอภิธรรม เขาเรียกว่า “โอบปาติกะ” ต่างหาก ซึ่งจะเห็นได้ว่าในบางครั้งศัพท์ที่ชาวบ้านใช้เข้าใจกันและความหมาย ในทางธรรมะ มันแตกต่างกัน แม้จะสะกดชื่อเดียวกันก็ตาม)

(๒) รับรู้ทางหู ภาษาธรรมเรียกว่า **โสตวิญญาณ** (โสตะ แปลว่า “หู” หรือ “เสียงที่หูได้ยิน” วิญญาณ แปลว่า การรับรู้ ฉะนั้น โสตวิญญาณ จึงหมายถึงการรับรู้ทางหู)

(๓) รับรู้ทางจุมก ภาษาธรรมเรียกว่า **ฆานวิญญาน** (ฆานะ แปลว่า “**จุมก**” หรือ “**กลิ่นที่จุมกรับรู้**” วิญญาน แปลว่า การรับรู้ ฉะนั้น ฆานวิญญาน จึงหมายถึง การรับรู้ทางจุมก)

(๔) รับรู้ทางลิ้น ภาษาธรรมเรียกว่า **ชีวหาวิญญาน** (ชีวหา แปลว่า “**ลิ้น**” วิญญาน แปลว่า “**การรับรู้**” ฉะนั้น ชิวหาวิญญาน จึงหมายถึง การรับรู้ (รส) ทางลิ้น)

(๕) รับรู้ทางกาย เช่น เย็น ร้อน อ่อน แข็ง เป็นต้น ภาษาธรรมเรียกว่า **กายวิญญาน** (กายะ แปลว่า “**กาย**” วิญญาน แปลว่า “**การรับรู้**” ฉะนั้น กายวิญญาน จึงหมายถึงการรับรู้ทางกาย

(๖) รับรู้ทางใจ ได้แก่ความนึกคิดทั้งหลาย ภาษาธรรมเรียกว่า **มโนวิญญาน** (มโน แปลว่า “**ใจ**” วิญญาน แปลว่า “**การรับรู้**” ฉะนั้น มโนวิญญาน จึงหมายถึง การรับรู้ทางใจ)

ในร่างกายมนุษย์นั้นการรับรู้สามารถกระทำได้เพียง ๖ ทางเท่านั้น ไม่มีช่องทางอื่นอีกที่ร่างกายหรือจิตใจจะรับรู้ได้นอกจาก ๖ ทางนี้ นี่เป็นสัจธรรมความจริง แม้ว่า จะล่วงมากกว่า ๒,๕๐๐ ปีแล้ว ก็ไม่มีผู้ใดจะคัดค้านความจริงข้อนี้ได้

**ผู้เขียน :** เมื่อมีการรับรู้แล้ว จะมีการนำสิ่งที่รับรู้ มาเปรียบเทียบกับสิ่งที่อยู่ในความทรงจำ ซึ่งภาษาธรรม เรียกว่า “**สัญญา**” แปลว่า ความจำได้หมายรู้ กล่าวคือ เมื่อ จำได้ก็สามารถหมายรู้สิ่งที่มากระทบได้ด้วย การเปรียบเทียบความจำที่มีอยู่ เช่น รู้ว่าเป็นปากก้า ถ้วยแก้ว คำ ชม คำดำ ฯลฯ

สมมติว่า ท่านไม่รู้ภาษาจีนกลางเลย ผมใช้ศัพท์ จีนกลางตำท่านเสียๆ หายๆ หูท่านรับฟังถ้อยคำที่ผมพูด แต่เมื่อรับฟังแล้ว เทียบกับความจำที่มีอยู่แล้ว ปรากฏว่า คำๆ นี้ไม่มีอยู่ในความทรงจำ ท่านก็จะไม่รู้สึกรึกรหรือมี ปฏิกริยาใดๆ เพราะท่านฟังไม่รู้เรื่อง ในทางธรรมก็คือมัน ไม่ปรากฏอยู่ในสัญญาของท่านนั่นเอง พอจะเข้าใจไหม

**ผู้ถาม :** เข้าใจ

**ผู้เขียน :** ทีนี้พอเปรียบเทียบกับความจำแล้ว รู้ว่า มันคืออะไร มันเป็นอย่างอะไร ก็จะเกิดความรู้สึกขึ้นในใจ คือ รู้สึกสุข ทุกข์ หรือเฉยๆ หรือเกิดความรู้สึกชอบใจ ไม่ชอบใจ หรือ เฉยๆ ความรู้สึกแบบนี้ในทางธรรมเรียกว่า “**เวทนา**”

**ผู้เขียน :** ต่อไปก็จะเกิดปฏิกริยาตามมาทันที คือ ถ้าเป็นของที่ชอบใจก็เกิดความอยากได้ (เกิดตัณหา) พยายาม หาทุกวิถีทางที่จะครอบครองให้ได้ หรือทำทุกอย่างเพื่อให้ ได้มาซึ่งความสมอยาก แต่ถ้าเป็นของที่ไม่พอใจก็จะเกิด ปฏิกริยาอยากผลักไล่ให้พ้นไปจากตัวโดยเร็วจึงทำทุกอย่าง

เพื่อให้มันพ้นไปจากตัวให้ได้ ตัวปฏิบัติกริยาตอบโต้เช่นนี้ ในทางภาษาธรรมะ เขาเรียกว่า “**สังขาร**” แปลว่า การปรุงแต่ง คือปรุงแต่งไปตามความปรารถนา (ความอยาก) ของใจ นั้นเอง การปรุงแต่งจึงนำมาซึ่งการกระทำ (คือกระทำ ทุกอย่างเพื่อให้ได้มาหรือเพื่อผลักไล่ออกไป) การกระทำก็ ก่อให้เกิดผลแห่งการกระทำ (ภาษาธรรมะเรียกว่า “**วิบาก**”) และก็จะมีส่วนกิเลสตัณหาเกิดขึ้นใหม่อีก วนเวียนอยู่ เช่นนี้ไม่รู้จักจบสิ้นคือ กิเลส-กรรม-วิบาก ซึ่งเป็นต้นเหตุ ที่มาแห่งทุกข์ทั้งปวง

ตอนนี้ก็คงจะเข้าใจในส่วนของภาคจิตคือ เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาน

**ผู้ถาม :** ก็เพิ่งเข้าใจแจ่มแจ้งตอนนี้เอง

**ผู้เขียน :** เอาละ เมื่อเข้าใจองค์ประกอบของมนุษย์ ซึ่งประกอบด้วยกาย (รูป) กับจิต (นาม ซึ่งมี ๔ ตัว คือ เวทนา สัญญา สังขาร และ วิญญาน) แล้ว ก็จะขอขยาย ความต่อไป

ตัวร่างกาย (รูป) ย่อมมาจากการผสมระหว่างเชื้อ ของพ่อ กับไข่ของแม่ และสามารถเจริญเติบโตได้โดย อาศัยการกินนม อาหาร หรือสารบำรุงร่างกายอื่นๆ ซึ่งถือเป็นสิ่งเลี้ยงบ่อนร่างกาย เพื่อให้ร่างกายดำรงอยู่ได้ แล้วตัว “**อตตตา**” หรือ “**ตัวฉัน**” อยู่ตรงไหนของร่างกายเล่า

**ผู้ถาม :** ไม่ทราบ แต่แล้ว้วยวะจนครบ ๓๒ แล้ว ก็ไม่เจอตัว “**อตตตา**” หรือ “**ตัวฉัน**” ก็เลยจนใจ

**ผู้เขียน :** ตอนนี้มาทางภาคจิตบ้าง จิตก็มาจากการรับรู้ (วิญญาน) ผสมกับ ความจำหมายรู้ (สัญญา) ผสมกับ ความรู้สึก (เวทนา) และผสมกับปฏิกริยาโต้ตอบ จากจิต (สังขาร) สิ่งต่างๆ ทั้งหมดนี้ล้วนเป็นผลของ ประสพการณ์ที่จิตได้รับจากเหตุการณ์หนึ่งๆ จิตจึงเป็นที่ รวมสะสมของเหล่าประสพการณ์ทั้งหลายตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน เมื่อเจาะการทำงานของจิตไปที่ละชั้น-ทีละชั้น จนถึงที่สุดของมันแล้ว ก็จะไม่พบตัว “**อตตตา**” หรือ “**ตัวฉัน**” ได้เลย

จึงสรุปได้ว่า ไม่มีตัว “**อตตตา**” หรือ “**ตัวฉัน**” อยู่เลยทั้งในร่างกาย (รูป) และจิต (นาม) พระพุทธองค์จึงได้ กล่าวไว้ว่า มันเป็น “**อนัตตา**” เพราะทุกสิ่งทุกอย่างล้วนเป็น กระบวนการทำงานของกายกับจิตทั้งสิ้นไม่มี “**ตัวฉัน-ของ ฉัน**” อยู่เลยแม้แต่น้อย แต่ถ้ามาลือกันในระดับชาวบ้าน จำเป็นจะต้องมีการเปรียบเทียบของสองสิ่งซึ่งเป็นตรงข้าม กันเพื่อความเข้าใจ เช่น จะอธิบาย “**ความสะอาด**” ก็ต้อง ไปเปรียบเทียบกับ “**ความสกปรก**” ใช่หรือไม่ เพราะหาก ในโลกนี้มีเพียงด้านเดียว คือ ความสะอาดเพียงอย่างเดียว ท่านจะเข้าใจคำว่า “**สกปรก**” ไหม



**ผู้ถาม :** ต้องไม่เข้าใจแน่นอน เพราะไม่มีของมาเปรียบเทียบ

**ผู้เขียน :** ก็เช่นกัน ถ้าจะรู้ว่า “สูง” ก็ต้องมี “ต่ำ” มาเปรียบเทียบ จะรู้ว่า “ยาว” ก็ต้องมี “สั้น” มาเปรียบเทียบ จะรู้ว่า “มืด” ก็ต้องมี “สว่าง” มาเปรียบเทียบ จะรู้ว่า “ดำ” ก็ต้องมี “ขาว” มาเปรียบเทียบ ฯลฯ ฉะนั้น ในการอธิบาย “อัตตา” จึงจำเป็นต้องมีการเปรียบเทียบกับ “อัตตา” ในการสนทนาหรือในการอธิบายเพื่อความเข้าใจที่ง่ายและถูกต้อง ที่นี้พอเข้าใจแล้วหรือยัง

**ผู้ถาม :** พอเข้าใจในระดับหนึ่งแล้ว แต่ยังติดตลกๆ ในใจอยู่ว่าแล้วใครเสวยสุข-ทุกข์ ถ้าไม่มีอัตตา แต่ในกรณีเกี่ยวกับ “ผู้บรรยาย” ว่าเป็นใครจะมี “อัตตา” หรือไม่นั้น ยังพอเข้าใจได้ว่า ถ้าสื่อกันในระดับชาวบ้านซึ่งมีการโต้ตอบไปมาแล้ว จำเป็นต้องใช้ชื่อ นาย ก., นาย ข. มาเป็นตัวอธิบาย มิฉะนั้นแล้ว ก็จะเข้าใจกันไม่ได้ ทั้งๆ ที่จริงๆ แล้วก็ไม่มี “อัตตา” อยู่นั่นเอง แต่อาจารย์ช่วยฟันธงหน่อยได้ไหม ที่ว่า “นิพพานัง ปรมัง สุขัง” คือนิพพานเป็นบรมสุขอย่างยิ่ง แล้วเช่นนี้ ใครเสวยสุขกันแน่

**ผู้เขียน :** ผู้ที่ตั้งคำถามเช่นนี้ คือ ผู้ที่มี “อัตตา” ผังแน่นอนอยู่ในใจ ซึ่งก็เป็นธรรมดาสำหรับปุถุชนผู้ถูกฝังด้วยความรู้สึกเช่นนั้นมาตั้งแต่เกิด ผังแน่นอนตั้งแต่การทำงาน การติดต่อสื่อสารจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต ล้วนมีแต่เรื่อง “ฉัน-ของฉัน” ป้อนให้กับจิตตัวเองอยู่ตลอดเวลา คำถามเช่นนี้จึงเป็นคำถามที่ไม่ตรงกับสภาวะธรรมที่แท้จริง ถ้าจะถามให้ตรงกับสภาวะธรรมแล้ว แทนที่จะยึดตัว “อัตตา” เป็นหลัก พระพุทธองค์บอกให้ยึด “เหตุ-ปัจจัย” เป็นหลัก เพราะทุกสิ่งทุกอย่างล้วนเกิดขึ้น ดำเนินไป และสิ้นสุด ด้วยเหตุ-ปัจจัยทั้งสิ้น ตรงตามที่พระพุทธองค์สอนว่า “เป็นเพราะสิ่งนั้น (เหตุ-ปัจจัย) มี สิ่งนี้ (เป็นไปตามเหตุ-ปัจจัย) จึงมี ถ้าสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนั้นก็ไม่มีได้” ท่านเคยได้ยินพุทธพจน์หรือ ประโยคเช่นนี้หรือไม่

**ผู้ถาม :** เคย และสามารถเข้าใจตามนี้ได้ แต่ก็อยากยกอีกครึ่งเพื่อให้อาจารย์ฟันธงในคำถามที่ได้ถาม

**ผู้เขียน :** ในเมื่อคุณเริ่มเข้าใจสภาวะธรรมแล้ว ฉะนั้น แทนที่จะตั้งคำถามว่า “ใครเป็นผู้เสวยสุข?” ก็ควรตั้งคำถามใหม่ว่า “อะไรเป็นเหตุให้เกิดความรู้สึกที่เป็นสุข?” ถ้าเรายึดเอาหลักเหตุและปัจจัยเป็นตัวตั้งแล้ว ก็จะไปเข้ากฎแห่ง “ปฏิจจสมุททา” (กฎอาศัยเหตุ-ปัจจัยในการเกิดขึ้นของสิ่งทั้งหลาย ซึ่งอาศัยกันและกันเพื่อหนุนให้เกิดสิ่งนั้นๆ ขึ้น)

ซึ่งกฎอันนี้แหละที่พระพุทธองค์ตรัสรู้ได้ต้นโพธิ์ในคืนวันเพ็ญเดือน ๖ เป็นที่มาของ “อริยสัจ ๔” ใครเข้าใจกฎนี้แล้วย่อมเข้าใจปรากฏการณ์ทั้งหลายที่ถาถมเข้ามาในชีวิตเราว่า ทำไมจึงต้องทุกข์ อะไรเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ มีวิธีดับทุกข์ได้อย่างไร ฯลฯ ทั่วโลกาสหน้าถ้ามีเวลาจะอธิบายกฎแห่งปฏิจจสมุททาให้เข้าใจแบบง่ายๆ แต่ลึกซึ้ง จะเอาไหม

**ผู้ถาม :** เอา

**ผู้เขียน :** ฉะนั้น ต่อไปนี้ ในขณะที่ปฏิบัติธรรมเพื่อให้เข้าถึงแก่นธรรม จงอย่าตั้งคำถามโดยเอา “อัตตา” เป็นตัวนำ เช่น ถามว่า

ใครเป็นผู้รับรู้ ?

ใครเป็นผู้มีตัณหา ?

ใครเป็นผู้ยึดมั่นถือมั่น ?

ฯลฯ

แต่จงตั้งคำถามโดยเอาตัว “เหตุ-ปัจจัย” เป็นตัวตั้ง กล่าวคือ

อะไรเป็นเหตุ-ปัจจัย ให้เกิดการรับรู้ ?

อะไรเป็นเหตุ-ปัจจัย ให้มีตัณหา ?

อะไรเป็นเหตุ-ปัจจัย ให้เกิดการยึดมั่นถือมั่น ?

ฯลฯ

แล้วเราจะเข้าถึงสภาวะธรรมได้โดยง่าย เป็นการสลัด “อัตตา” ออกจากจิตใจได้โดยง่ายเช่นกัน

แต่แน่นอนในการสนทนาต่างๆ ไป หรือในการติดต่อสื่อสารกันในสังคม การติดต่อกับหน่วยงานราชการและสถานที่ต่างๆ จำเป็นต้องมีนาย ก. นาง ข. ด.ญ.ง. ฯลฯ เพื่อใช้ในการติดต่อสื่อสารกัน มิฉะนั้นแล้ว การติดต่อสื่อสารย่อมไม่สามารถดำเนินให้สำเร็จลุล่วงได้ แต่ถ้าเวลาเราจะปฏิบัติธรรมเพื่อความหลุดพ้นจริงๆ แล้ว จะต้องนึกถึง “เหตุ-ปัจจัย” เป็นหลัก มิฉะนั้นแล้ว เราก็จะเข้าถึงแก่นแท้ของธรรมชาติไม่ได้จึงทำให้ไม่สามารถเข้าถึงแก่นธรรมที่แท้จริงได้ ตอนนี้อย่าใจแจ่มแจ้งแล้วหรือยัง

**ผู้ถาม :** เข้าใจแล้วครับ ขอขอบคุณมากๆ ในคำอธิบายของอาจารย์ ทำให้ผมเกิดตาสว่างในวันนี้เอง

บทความครั้งนี้ค่อนข้างยาว กินเนื้อที่กระดาษค่อนข้างมาก ก็ขอยุติแต่เพียงเท่านี้ ไว้ฉบับหน้ายังมีคำถามเด็ดๆ มาให้ท่านผู้อ่านได้รับทราบกันต่อไป

ขอให้ทุกท่านจงเจริญในธรรม

สวัสดิ์





# ขอเป็นอีกหนึ่งแรง



โดย **สุติต ประสารเอ**



“ช่วยงานพระพุทธศาสนา” เริ่มเป็นสิ่งที่อยู่ในใจของผม ตั้งแต่ที่ได้เข้ามาศึกษาและปฏิบัติตามหลักธรรมะ แม้จะเป็นเพียงระยะเวลาไม่กี่ปี แต่ผมก็เชื่อมั่นว่าธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จะเป็นสิ่งที่ช่วยให้ผู้คนอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติสุข เมื่อ ๒ ปีกว่าที่ผ่านมาผมเคยบวชอยู่ที่วัดอัมพวัน จ.สิงห์บุรี เพื่อนที่บวชพร้อมกัน ได้ไปอ่านหนังสือธรรมะ เขาแนะนำให้ผมอ่านอยู่เล่มหนึ่ง ผมจึงขอให้เขาช่วยถ่ายเอกสารให้ เพราะหนังสือหมดแล้ว ต่อมาจึงมาทราบภายหลังว่าเป็นผลงานของชมรมกัลยาณธรรม “ทางสายเอก” เป็นหนังสือที่ผมกำลังกล่าวถึง และเมื่อได้ทราบว่า **ดร.สนอง วรอุไร** ผู้ที่บรรยายทางสายเอกนี้ยังมีชีวิตอยู่ จึงรู้สึกแปลกใจ ที่ต้องกล่าวเช่นนั้นเพราะหนังสือธรรมะดีๆ ส่วนใหญ่ ที่มีเนื้อหาเข้าถึงอริยธรรมนั้น ท่านผู้แต่งหรือผู้บรรยาย จะล่วงลับหรือละสังขารไปแล้ว อย่างเช่น ท่านพระอาจารย์ ท่านบูรพาจารย์ต่างๆ ที่เราเคารพกราบไหว้กัน

ตั้งแต่นั้นก็มีโอกาสได้พบและฟังท่านอาจารย์ ดร.สนอง บรรยายธรรมอยู่หลายครั้ง และในวันที่ ๓๑ สิงหาคม ๒๕๔๙ ท่านอาจารย์ได้มาบรรยายที่ **บริษัท บางจากปิโตรเลียม จำกัด (มหาชน)** ซึ่งเป็นที่ทำงานของผม ผมจึงไม่พลาดที่จะเข้าร่วมฟังด้วย ท่านได้แนะนำให้ฟัง MP-3 บันทึกสนทนาธรรม “ตามรอยพ่อ” ในวันนั้น ผมก็ได้รับแจกจากชมรมกัลยาณธรรม พร้อมกับหนังสือทางสายเอกปกแข็ง จึงกลับมาเปิดฟัง MP-3 บันทึกสนทนาธรรมตามรอยพ่อ ฟังครั้งแรกก็รู้สึกประทับใจมาก จึงฟังกลับไปมาอยู่หลายรอบ และก็นำให้เพื่อนๆ อีกหลายคนฟังเช่นกัน เพราะได้ข้อคิดนำมาปรับปรุงตนเอง ได้แนวทางการดำเนินชีวิตที่ดี

ต้นปี ๒๕๕๐ บริษัท อมรินทร์ พริ้นติ้ง แอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน) ได้จัดงานเปิดตัวหนังสือ**ทางสายเอก** ที่ศูนย์ประชุมแห่งชาติสิริกิติ์ ผมจึงตั้งใจว่าจะไปฟังท่านอาจารย์ ดร.สนอง และจะถือหนังสือทางสายเอกไปให้ท่านช่วยเซ็นตีให้ แต่แล้วก็ได้เกิดอ้วไฉฉะ เพราะไม่กล้า และครั้งนี้ผมก็ได้รู้จักคุณหม่อัจฉราเป็นครั้งแรก ซึ่งเป็นผู้ที่สมมติเป็นลูกสาวในเรื่องตามรอยพ่อที่ผมประทับใจ คุณหม่อัจฉราซึ่งต่อมาผมได้นับถือเป็นพี่สาวที่แสนดี ได้ไปร่วมงานเปิดตัวหนังสือในครั้งนี้ด้วย และได้บอกในที่นั้นเองว่าชมรมกัลยาณธรรมขาดคนช่วยงานจำนวนมาก และได้ขออาสาสมัคร แต่ผมก็ยังไม่ได้เข้าไปสมัครแต่อย่างใด

ต่อมาวันที่เริ่มต้นเส้นทางแห่งความดีของผมก็มาถึง เป็นวันที่จะได้มีโอกาสช่วยงานพระพุทธศาสนาอย่างที่ตั้งใจไว้ **พี่น้อง**ซึ่งเป็นพี่ที่บริษัท บอกว่าชมรมกัลยาณธรรมต้องการคนช่วยงาน สำหรับงานวันที่ ๑๕ กรกฎาคม ๒๕๕๐ ที่บิณฑบาต ผมตัดสินใจตกลงในทันที จึงเป็นครั้งแรกที่ผมได้อาสาเป็นธรรมะบริการ และ



ผมได้ไปร่วมประชุมเตรียมงาน คุณหมอก็ให้การต้อนรับและไว้วางใจมือใหม่เป็นอย่างดี ครั้งนี้มีเพื่อนที่บริษัทไปช่วยงานหลายคน แต่ละคนก็เสียสละมาโดยมิได้หวังสิ่งใดตอบแทน ความสุขจากการที่ได้ให้เป็นที่ที่คุณค่ามากกว่าวัตถุใดๆ

ความเป็นผู้ให้ที่ผมดูจากท่านอาจารย์ ดร.สนอง และคุณหมออัจฉราเป็นแบบอย่าง ท่านอาจารย์นั้นเราคงทราบถึงความกรุณาของท่านเป็นอย่างดี แต่สำหรับ

คุณหมอเองผมได้พูดคุยกับคุณอ้อม ซึ่งเป็นญาติของคุณหมอ คุณอ้อมเล่าให้ฟังว่าคุณหมอนั้นมีความเป็นผู้ให้แบบนี้มานานแล้ว ตั้งแต่สมัยเรียน เมื่อมีโอกาสจึงก่อตั้งชมรมกัลยาณธรรมขึ้น เริ่มแรกนั้นลำบากมาก เพราะมีผู้ช่วยงานไม่กี่คนส่วนใหญ่จะเป็นญาติคนใกล้ชิด อย่างเช่น ซีดี้ที่ทำแจกครั้งละหลายร้อยแผ่นก็ต้องมาใช้คอมพิวเตอร์คัดลอกครั้งละแผ่น ซึ่งเสียเวลามาก แม้ต่อมาชมรมฯ จะเติบโตขึ้นอย่างที่เราเห็นในปัจจุบัน มีผู้ช่วยงานมากขึ้น มีสมาชิกหมื่นกว่าคน มีผู้สนับสนุนมากมาย งานจึงมากขึ้นตามมาด้วย บางวันทราบว่าคุณหมอแทบไม่มีเวลาพักผ่อน การที่ผมเข้ามาช่วยงานนี้ก็เพียงส่วนน้อยนิด เปรียบเทียบกับคุณหมอไม่ได้เลย ผมจึงยึดเอาท่านอาจารย์และคุณหมอเป็นต้นบุญของผม

การช่วยงานชมรมฯ ครั้งแรกก็จบลงด้วยความ

ประทับใจ สำหรับพี่ๆ ทีมงานที่เคยช่วยงานมาแล้วหลายครั้ง คงมีความรู้สึกเช่นนี้ซ้ำแล้วซ้ำอีก ซึ่งดูได้จากการรวมตัวที่เหนียวแน่น และหลังงานเลิกก็เห็นแต่รอยยิ้มอันอบอุ่นฉันท์พี่น้อง และเสียงหัวเราะที่แสดงความเบิกบานใจ ผมก็ไม่ทราบว่าความเหน็ดเหนื่อยของแต่ละคนหายไปไหน ผมกับเพื่อนๆ อีกหลายคนก็เช่นกันที่จบงานด้วยรอยยิ้ม พร้อมกับความสุข ความอิ่มใจ ความทรงจำที่ดีไปอีกนาน

ความประทับใจจากการที่ได้ช่วยงานชมรมฯ จึงถูกบอกต่อผ่านกลุ่มเพื่อนๆ ออกไปทั้งในและนอกบริษัท ความจริงยังมีกลุ่มคนรุ่นใหม่อีกจำนวนมากที่สนใจธรรมะ จำนวนอาสาสมัครจึงมากขึ้น แต่ละคนที่เข้ามาช่วยงานนั้น ทราบอยู่แล้วว่าไม่มีค่าตอบแทนที่เป็นวัตถุ ผมคิดว่าสิ่งมีค่าที่สุดที่ทุกคนจะได้คือ **การได้ให้โดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทน** เพียงหวังแต่จะให้ผู้ที่ได้รับ ได้ธรรมะและความสุขกลับไป อาสาสมัครบางคนโชคก็ได้รับคำขอบคุณ คำอนุโมทนา หรือรอยยิ้ม จากญาติธรรมก็ทำให้มีกำลังใจที่จะทำงานยิ่งขึ้น ผมทราบว่าเพื่อนๆ หลายคนซึ่งส่วนใหญ่เป็นผู้หญิง ลำบากในการเดินทางมาก เพราะเรานัดหมายให้มาถึงที่จัดงานก่อนญาติธรรม บางคนต้องอาศัยรถของเพื่อนมา จึงนัดรวมตัวค้างด้วยกันและเดินทางมาพร้อมกัน บางคนที่มีรถก็เสียสละตื่นเร็วกว่าคนอื่น อาสาไปรับเพื่อนๆ แต่ละคนตามจุดต่างๆ แต่ถึงอย่างไรทุกคนก็เต็มใจมา นอกจากเสียสละด้วยกำลังร่างกายแล้ว ก็มีหลายคนได้ช่วยชมรมฯ ด้วยกำลังทรัพย์ด้วย เพื่อต้องการที่จะให้งานสำเร็จไปด้วยดีสิ่งเหล่านี้บ่งบอกว่า **คนที่ให้ คนที่เสียสละในกลุ่มคนรุ่นใหม่ของสังคมไทย ยังมีอยู่มาก**

การดำเนินกิจกรรมของชมรมนั้นมีเวลาหยุดพักไม่นาน งานครั้งที่ ๒ สำหรับผมและเพื่อนๆ ก็เริ่มขึ้นอีกคือการเตรียมงานสำหรับวันที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๕๐ การประชุมมอบหมายงานตามความถนัด ตามความสมัครใจ ความเป็นระบบ การเตรียมการ การปรับปรุงข้อบกพร่อง ก็มีขึ้นเช่นเดียวกับครั้งที่แล้ว ผมกลับมานั่งคิดว่าชมรมนี้ได้เงินมาจากไหน เพื่อมารองรับญาติธรรมที่มาฟังธรรมครั้งละหลายพันคน แต่ก็เห็นได้จากรายชื่อเจ้าภาพหลายร้อยคนที่มิูกุศลจิตแบ่งปันสิ่งที่ดีให้กับสังคม จึงได้รู้ว่าที่จัดงานใหญ่เช่นนี้ได้ก็เพราะ








มีผู้ที่ยังให้ความสำคัญทางด้านจิตใจมากกว่าวัตถุ มาให้การสนับสนุนชมรมฯ อยู่อย่างสม่ำเสมอ และสิ่งหนึ่งที่ผมได้ประจักษ์ ก็คือน้ำใจอันยิ่งใหญ่ ปณิธานอันแน่วแน่ของท่านประธานชมรม กัลยาณธรรม รวมถึงทีมงานทุกๆ คน แม้จะมีจำนวนไม่มาก แต่มารวมกำลังกันสร้างสิ่งที่ดีให้แก่สังคม จึงทำให้มีผู้มาคอยช่วยเหลือชมรมเป็นจำนวนมาก เป็นไปดังคำที่ว่า **“ยิ่งให้ยิ่งได้”**

ในครั้งนี่เองที่ผมได้มีโอกาสเข้าไปกราบท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ที่ผมเคารพศรัทธา ท่านมาในวันที่พวกเรากำลังเตรียมงานกันคือ วันที่ ๒๔ พฤศจิกายน เช่นเดียวกับทุกครั้งที่ท่านจะมาให้กำลังใจทีมงาน เมื่อทราบว่าท่านมาถึง เพื่อนๆ หลายคนก็ตื่นตื่นดีใจกัน ทีมงานหลายคนได้ผลัดเปลี่ยนกันไปกราบ และรับฟังคำสั่งสอนจากท่าน ผมเห็นเป็นโอกาสดี จึงชักชวนเพื่อนๆ เข้าไปกราบท่านอาจารย์ พร้อมกับพวงมาลัยจากผู้ใจดีที่เสียสละให้ จึงน้อมเข้าไปกราบพร้อมกับเพื่อนๆ อีกหลายคน ท่านอาจารย์ได้กรุณาให้คำสั่งสอนหลายเรื่อง ผมสัมผัสได้ถึงความเมตตาของท่าน ครั้งนี้ทำให้ผมได้กำลังใจ มีความแน่วแน่ที่จะช่วยงานพระพุทธศาสนา ช่วยงานชมรมกัลยาณธรรม ตามวัตถุประสงค์และอุดมการณ์ของชมรมฯ ต่อไป งานในครั้งต่อๆ มาผมและเพื่อนๆ ก็เต็มใจขอเข้าไปมีส่วนร่วมไปกับกิจกรรมของชมรมอยู่เสมอ

ประสบการณ์การช่วยงานชมรมที่ผ่านมา ทำให้ผมทราบว่า **การจะสร้างประโยชน์ให้แก่คนหมู่มากได้ จะต้องร่วมแรงผนึกกำลังกัน** และในงานพระศาสนาเนี่ย จะต้องร่วมแรงศรัทธาด้วยจึงจะสำเร็จได้ ชมรมกัลยาณธรรมจึงเป็นต้นบุญทำให้ได้ร่วมแรงร่วมใจกันแบ่งปันสิ่งที่ดีให้กับสังคม แม้ผมกับเพื่อนๆ จะเสมือนเข้าไปช่วยงานชมรมในฐานะผู้ให้ แต่**สิ่งที่ได้รับกลับมานั้นมีคุณค่าทางจิตใจกว่านั้นมากและรู้สึกว่าคุณค่ามากขึ้น** จึงต้องขอขอบพระคุณ คุณหม่อัจฉรา ที่ได้ให้โอกาสและความไว้วางใจให้เข้ามาช่วยงานชมรมฯ ในส่วนที่สำคัญเช่นนี้ รวมถึงพี่ทีมงานทุกคนที่ให้การต้อนรับพวกเราด้วยความอบอุ่น และ**ที่สำคัญต้องขอกราบขอบพระคุณท่านสมาชิกของชมรมฯ ทุกท่านที่ให้การสนับสนุนเสมอมา** ผมและเพื่อนๆ ก็พร้อมที่จะช่วยเหลือดำเนินกิจกรรมตามวัตถุประสงค์และอุดมการณ์ของชมรมฯ เพื่อให้พระพุทธศาสนาคงอยู่คู่กับสังคมไทยสืบไป 



# ร่วมอนุโมทนา

## เจ้าภาพแสดงธรรม-ปฏิบัติธรรม ๑๖ มีนาคม ๒๕๕๐



### ๑. เจ้าภาพศาสนานที่

- คุณรักใจ พนาอภิชน
- คุณจิตาพร ลีตะสมบุรณ์
- คุณสวรินทร์ บุญญาทานวงศ์
- คุณจุฑาพร เจริญพรธา
- คุณอักษรา ชุตติมารพันธ์
- คุณประวีณา อาจศิริ
- คุณเสาวลักษณ์ ภูจันทร์
- คุณปราณี ออมระบุตร
- คุณชุตติมา อนิวรรณชน
- คุณสุชาดา-คุณฉัฐวัชร พุกษ์บุรณ์โกศล

### หมายเหตุ

กราบขอบพระคุณมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพที่เมตตาให้ใช้สถานที่ บุคลากร วัสดุอุปกรณ์ และเครื่องเสียงในการถ่ายทอดวงจรมืด และจัดงานต่างๆ โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใดๆ

### ๒. เจ้าภาพค้ำอาหารผู้ฟังธรรมและธรรมบริการ

- คุณพ่อวัชร-คุณแม่ทองสุก โลหารักษ์ พงศ์ และครอบครัว
- คุณจินดารัตน์ คุณทวีลาภ
- คุณธัญญ์ปัญ ลิขิตสายชล
- คุณเพลินพิศ นวาระสุจิตร์
- คุณมยุรี ตัลยารักษ์ และเพื่อนฯ
- คุณอุไร พลกล้า
- ครอบครัวนิพิทย์โกศล
- คุณนวิรัตน์ สุขเสถียรศรี
- พลตรีหญิงจินตนา อัทธวานิช
- คุณมาลินี บุญชูใจและญาติฯ
- คุณจุไร โชตินาทวีวงศ์
- คุณจิตาพร ลีตะสมบุรณ์
- คุณรักใจ พนาอภิชน
- คุณศรีลลนา แดงทองดี และครอบครัว
- คุณอารีย์ ยังตรง
- คุณพรรินทร์ จันทร์ภูมิ
- คุณเนยดา พงศ์พาชำนาญเวช
- คุณสุภาพ ทิพย์ทัศน์
- คุณอรทัย ภาวเศรษฐ์
- คุณธเนศ ตียะสัตย์กุลโกวิท
- คุณจักรกฤษณ์ ศรีโม
- คุณอักษรา ชุตติมารพันธ์
- คุณประวีณา อาจศิริ
- คุณสุนันย์-คุณศุทธิกานต์ กริชไกรวรรณ
- คุณศักดิ์ชัย-คุณสุวดี เลิศพานิชพันธ์
- คุณสุพรรณิ โพธิ์นที
- คุณแจษฎา เจริญอนุสรณ์
- ครอบครัวคงสวัสดิ์ศักดิ์-ตรรกาวนิช
- คุณพรชัย-คุณสุพัตรา ศรีประเสริฐ และครอบครัว
- หจก.อาอาพาณิชย์
- บจก.อินเทลริบิโตรเลียม
- บจก.ไทยกริฟเทค

- คุณสิทธิศักดิ์-คุณยุวดี ล้วนพิชญ์พงศ์ และครอบครัว
- คุณสิทธิเดช-คุณลักขณา ชวณะเวศน์ และครอบครัว
- คุณสุริสา จิ้งรุ่งเรืองกิจ และครอบครัว
- คุณพรพรรณทิพย์ สมสงวน และครอบครัว
- คุณสุรเดช-คุณมธุรส เตชะศรีสุขไช และครอบครัว
- ผศ.วรรณพร วณิชชานุกร
- ร้านมนต์นมสด และเพื่อนกลุ่มพุทธมณฑล
- คุณปัญญาพล จินดาวรานนท์
- คุณสุวิวัฒน์ ปฐมภักวันต์
- คุณพิชญ์ พุกษาพร
- คุณพานิช เฮงรุ่ง และครอบครัว
- คุณเบญจวรรณ ประธานชัยมงคล
- คุณสะคราญ แต่โสภาพงษ์ และครอบครัว
- คุณภาษกร นันทวัฒน์ศิริ
- คุณกฤษณา ศรจิตติ
- คุณสภานต์ญาณ์ ดวงแก้วพิบูลย์
- คุณปัทมา วัฒนานนท์
- คุณกมลพร เชียงจีน

### ๓. เจ้าภาพค้ำจัดพิมพ์หนังสือธรรมเพื่อแจกเป็นธรรมทานในงาน

- คุณกัญญาภาศ เถลิงนวดชาติ
- คุณจินดารัตน์ คุณทวีลาภ
- คุณพรพรรณทิพย์ สมสงวน
- รศ.ดร.ใจทิพย์ เขียวรัตน์พงษ์
- คุณศิริรัตน์ วัฒนกุล
- ครอบครัวนิพิทย์กุล
- คุณอ้วน ป.มันยิ่งจำกัด
- คุณพัฒนาดี สุจริตวิริยะกุล
- คุณผดุงศักดิ์ เอื้ออารยะมนตรี
- คุณอารีย์ ฉัตรไชยาฤกษ์
- คุณพรทิพย์ สุจริต
- ร้านขายยานุเวชเอสดี
- คุณชลิศา เอื้ออารยะมนตรี
- คุณมาลินี บุญชูใจ และญาติฯ
- คุณจุไร โชตินาทวีวงศ์
- คุณจิตาพร ลีตะสมบุรณ์
- คุณรักใจ พนาอภิชน
- คุณแม่เสียมยิว แซ่ลี
- คุณปรียานุช ศิลการณ
- คุณสุภัทรา
- คุณศรีลลนา แดงทองดี และครอบครัว
- คุณอารีย์ ยังตรง
- คุณพรรินทร์ จันทร์ภูมิ
- คุณชัชวาล สีเสวพร
- คุณจรรยา วัฒนสุทธิสิทธิ์
- คุณชุตติมา แจ้วจิรา
- คุณอัสพร ฉายะเจริญ

- คุณนางจิต มุทะชากุล
- คุณวิชัย โพธิ์นที
- คุณเฉลิมพันธ์ุ สัมครพันธ์ุ
- คุณเนยดา พงศ์พาชำนาญเวช
- คุณสุภาพ ทิพย์ทัศน์
- คุณพิสิษฐ์-คุณธวัชรัตน์ สร้อยเพชร
- คุณอรทัย ภาวเศรษฐ์
- คุณธฤต วิศุทธิเมธ
- คุณพัชรา วิศุทธิเมธ
- คุณสมใจ วิริยะธารากิจ
- คุณแพญญา บุญชูพงศ์
- คุณสุนันย์-คุณศุทธิกานต์ กริชไกรวรรณ
- คุณอภิณห์พร นิธิสุนถะคุปต์ อุทิศให้ คุณยายสุยคิม แซ่ลิ้ม
- คุณนิภา วรพันธ์
- คุณแจษฎา-คุณอภิพันธ์-ด.ช.ณัฐดนัย-ด.ญ.ภัทรวรินทร์-ด.ช.ณัฐวัตร เจริญอนุสรณ์
- คุณวรรณ กิตติมาคุณ
- คุณเยาวลักษณ์ ฉัตรไชยธรรม
- คุณณพัฒน์ชล ทวีสินภาณุวัชร และครอบครัวเรื่องขวัญศิลป์
- คุณชัยพร ยังเฮง
- คุณจักรกฤษณ์ ศรีโม
- คุณอักษรา ชุตติมารพันธ์
- คุณประวีณา อาจศิริ
- ด.ช.กฤตภาส ภัคติมหาคุณ
- ด.ญ.กัลยรัตน์ ธีรวิภา
- คุณสุชัย วิทยากรบัณฑิต และครอบครัว
- คุณจำเริญ เรืองรุ่ง
- คุณเสาวลักษณ์ ภูจันทร์
- คุณพัฒนศักดิ์ วิศุทธิเมธ
- คุณเนตยา สุริยวงศ์ และเพื่อนฯ
- คุณพานิช เฮงรุ่ง และครอบครัว
- คุณวรรณิ ทักนปัญญา
- คุณสภานต์ญาณ์ ดวงแก้วพิบูลย์
- คุณทิพา อุมาแสงทองกุล
- คุณสำราญ-คุณนิลวรรณ ด.ช.ปวีร์ อุมาแสงทองกุล
- คุณสุวรรณา จิราวรรณสถิตย์ และครอบครัว
- คุณศิริวิภา-คุณอมรพรรณ กรุณานนท์
- คุณสกล-ด.ช.ธนัตถ์-ด.ญ.กมลพร เอี่ยมสินทรัพย์ และคุณนันทพร สมเจตน์
- คุณกมลพร เชียงจีน
- คุณพริยา อธิกสุรพงศ์
- คุณวิไลวรรณ วัฒนะพันธ์ุ

### ๔. เจ้าภาพค้ำเดินทางพระอาจารย์มหาวิทยาลัยพุทธญาณ

- คุณพัฒนาดี สุจริตวิริยะกุล
- คุณมาลินี บุญชูใจ และญาติ
- คุณพุทธบุตร สุวรรณวิศาล
- คุณนันทน์ นีพิทักษ์คานต์ และครอบครัว





- คุณกรรองทอง-คุณฉวีรัตน์-คุณศุภภัทรา อำนวยสวัสดิ์
- คุณทวีศักดิ์-คุณอัญชนีย์-ต.ญ.มนสิรา ศรีมงคล
- คุณพรเทพ อมรวัฒนา
- คุณกนกนันท์ ขวณสนีท อุทิศให้คุณพ่อ มานพ-คุณแม่อัปสร วรอุไร
- คุณประจักษ์-คุณอรุวรรณ สุขวัฒน์
- คุณนภัสสร จันทร์พาทิษระวี
- คุณอรุณพร ประทักษ์การ
- คุณอารียา เสริมทอง
- คุณเสาวลักษณ์ ภูจันทร์
- คุณปัทมา มีสวนนิล
- คุณชนิตา พรหมมาลี
- คุณอินทรา อินทรเกษตร และครอบครัว
- คุณธิตยา และตช.สิทธิพล งามแสงนิล
- คุณศิริไล ลาภบรรจบ
- คุณวราภรณ์ คงสวัสดิ์ศักดิ์ และครอบครัว

#### ๕. เจ้าภาพค่าเดินทาง ดร.สนอง วรอุไร

- คุณกัญญามาส เถลิงนงชาติ
- คุณจินดารัตน์ คุณทวีลาภ
- คุณเพลินพิศ นวาระสุจิตร
- คุณสกล-ต.ช.ชนันต์-ต.ญ.กมลพร เอี่ยมสินทรัพย์ และคุณนันทพร สมเจตน์
- รศ.ดร.ใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์
- คุณเมยวรี ตัลยารักษ์ และคณะ
- คุณสุภาวรัตน์ วัจจินดา
- คุณพุทธบุตร สุวรรณวิศาล
- คุณศรีสวรรค์ สุนทรานันท์
- คุณนุกุล-คุณนันทิพย์ ดวงษ์ และลูกๆ
- คุณเศรษฐ์สิทธิ์ ต้นทอง
- คุณพรเทพ อมรวัฒนา
- คุณกมลแสงชัย ชูชัยสุวรรณศรี
- คุณวิภาพร ตีระศิริชัย
- คุณอรทัย ภูวเศรษฐ์
- คุณสุวิทย์-คุณอำนวย ลิ้มปิสุต
- คุณประวีณา อาจศิริ
- คุณอักษรา ชูติมารพันธ์
- คุณนภาพร สุดแดง
- คุณวันทนี กิตติมาคุณ
- คุณวราภรณ์ กิตติมาคุณ
- คุณเยาวลักษณ์ ฉัตรโชติธรรม
- คุณศิริไล ลาภบรรจบ
- คุณวราภรณ์ คงสวัสดิ์ศักดิ์ และครอบครัว

#### ๖. เจ้าภาพค่าเดินทางอาจารย์ ดร.อาจอง

##### ชุมสาย ณ อยุธยา

- พญ.ปารมีตา มารศรี
- คุณธีรวัช จงวิมาณสินธุ์
- อ.เมธิลา พักทอง
- คุณบุญญาฤทธิ มารศรี
- คุณปัทมา เจริญผล
- คุณแจษฎา-คุณอภิพันธ์-ต.ช.ณัฐดนัย-ต.ญ.ภัทรวาริน-ต.ช.ณัฐวัตร เจริญอนุสรณ์
- คุณจำเรียง เรืองรุ่ง
- คุณพานิชย์ เสงี่ยม และครอบครัว
- คุณกมลพร เขียงฉิน

#### ๗. เจ้าภาพค่าน้ำดื่ม

- คุณพัชรา ธรรมลิขิตชัย และครอบครัว
- คุณจิตาพร ฐิตะสมบุรณ์
- คุณรักใจ พนาอภิชน
- คุณพิชัย พุทธยาอัจฉริยกุล
- คุณวิจิต ตั้งสุขนรินทร์
- คุณวิลาวัลย์ จุกสีดา
- คุณนุกุล-คุณนันทิพย์ ดวงษ์และลูกๆ
- คุณรินลดา ตีระศิริชัย
- อ.สิริมา จาก มศว. ประธานมิตร
- คุณนพรัตน์ ปุณยางกูร และครอบครัว
- คุณประวีณา อาจศิริ
- คุณอักษรา ชูติมารพันธ์
- คุณวราภรณ์ กิตติมาคุณ
- คุณเสาวลักษณ์ ภูจันทร์
- คุณพานิช เสงี่ยม และครอบครัว
- คุณป้าชฎา รัตโนทัย
- คุณชัชพิภิตี ขาญสมร
- คุณสุวี เทียงทัศน์ และครอบครัว
- คุณนันทนันท์ และต.ช.ภูมิ วัลยะเพ็ชร
- คุณชุภาณี วงศ์มณี
- คุณศุภินี เทียนเขียว
- คุณสุพร ศรชัย
- คุณจักรี อุบลิม
- คุณละออง วรยะโส
- คุณไพโรจน์ ฝาสุทนต์
- คุณไพโรจน์ คร้ามภัย
- ขอขอบคุณ.อินเตอร์เน็ต.เรียบเรียง
- ปรึกษาค่าน้ำดื่ม ๔๐๐ ml. ๑,๖๐๐ ขวด
- คุณทรงศนี และคณะ ปรึกษาค่าน้ำดื่ม ๓๐๐ ml. ๑,๐๐๐ ขวด

#### ๘. เจ้าภาพค่ารถสุขา

- คุณเสาวลักษณ์ ภูจันทร์
- คุณสุชัย วิทยากรบัณฑิต และครอบครัว
- คุณณพัฒน์ชล ทวีสินภาณุวัชร
- ครอบครัวเรื่องรัชศิลป์
- คุณเมยวรี ตัลยารักษ์ และคณะ
- คุณสุวิสา ตันบุญเต็ม
- คุณสุภาวรัตน์ วัจจินดา
- คุณวราภรณ์ ศิลวิภาพร
- คุณภาคี ศิลวิภาพร
- คุณศรีลลนา แดงทองดี และครอบครัว
- คุณอารี ยังตรง
- คุณอดิศร สิงหลุฑะ และครอบครัว
- คุณเฉลิมพันธ์ุ สมครพันธ์ุ
- คุณอมร ตีระศิริชัย
- คุณพานิช เสงี่ยม และครอบครัว
- คุณศิริวรรณ จันทร์ส่องแสง และครอบครัว
- คุณกมลพร เขียงฉิน
- ขอขอบพระคุณ คุณพ่อวัชระ-คุณแม่ทองสุข โลหะรักษ์พงศ์ และครอบครัว ที่ช่วยประสานงานกับหน่วยงานของราชการด้วยความเมตตาเสมอมา
- ขอกราบขอบพระคุณ หัวหน้าสวนสราญรมย์ คุณกิตติเดช จิวสวัสดิ์ที่ช่วยประสานงานเรื่องรถสุขาและรถขยะให้สะดวกเรียบร้อยด้วยเมตตาเสมอมา

#### ๙. เจ้าภาพค่าผลิตภัณฑ์ธรรมะเป็นธรรมทาน

- คุณเพลินพิศ นวาระสุจิตร
- คุณปัทมาสน์ ศิลวิภาพร
- พ.ต.อ.บุญธรรม-คุณยุพดี ศรีชมภู
- คุณแม่เลียมฮั่ว แซ่ลี
- คุณอารี ยังตรง
- คุณภาคภูมิ เต็งศรี
- อุทิศส่วนกุศลให้คุณพ่อมานพ-คุณแม่อัปสร วรอุไร
- คุณนิตยา พงศ์พานิชญา
- คุณอักษรา ชูติมารพันธ์
- คุณประวีณา อาจศิริ
- คุณจิตตาพร สาเมฆ
- คุณธัญชนก พุ่มจันทร์
- คุณมาลี ทัมมราช
- คุณวันทนี กิตติมาคุณ
- คุณวราภรณ์ กิตติมาคุณ
- คุณเยาวลักษณ์ ฉัตรโชติธรรม
- คุณณพัฒน์ชล ทวีสินภาณุวัชร และครอบครัวเรื่องรัชศิลป์
- ต.ช.กฤติน ภัคคุ้มหาคุณ
- ต.ญ.กัญญาภัส วัชรจจา
- คุณสุชัย วิทยากรบัณฑิต และครอบครัว
- คุณจำเรียง เรืองรุ่ง
- คุณสถานต์ญาณ ดวงแก้วพิบูลย์
- คุณคณิต-คุณสุปราณี ศรีจิตติ และครอบครัว
- คุณชูชาติ-คุณพิบูลย์ คณะโต และครอบครัว
- คุณทิพย์ไพลิน คณะโต

#### ๑๐. เจ้าภาพค่าส่งมณฑลถวายพระอริยสงฆ์ และองค์บรรยาย

- คุณกัญญามาส เถลิงนงชาติ
- คุณจินดารัตน์ คุณทวีลาภ
- คุณชัญญาปัญญา ลิขิตสายชล
- คุณเมยวรี ตัลยารักษ์ และคณะ
- รศ.ดร.ใจทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์
- คุณละออง บุญชูใจ และญาติๆ
- คุณมาลินี บุญชูใจ และญาติๆ
- พลตรีหญิงจินตนา อัฒนาวิช
- คุณกิตติศักดิ์-คุณวัฒนา มีประทีป
- คุณสุภัทรา
- ต.ญ.สมฤทัย สมหวังพานิชย์
- คุณแม่เมธี ศิริคุปต์
- คุณประเสริฐ ตีระศิริชัย
- คุณธนาภรณ์ ตีระศิริชัย
- คุณวงศ์ วงศ์ภัยกุล
- คุณนิภา วงศ์ภัยกุล
- คุณธฤต วิศุทธิเมธ
- คุณศรียา จิรวาภา
- คุณฐิติรักษ์ นิธิสินณะคุปต์ และครอบครัว อุทิศให้คุณพ่อเสียงชัย-คุณยายลุยคิม
- คุณแจษฎา เจริญอนุสรณ์
- คุณจำเรียง เรืองรุ่ง
- คุณเสาวลักษณ์ ภูจันทร์



- คุณพัฒนศักดิ์ วิศุทธเมธ
- คุณสกลนตัญญาณี ดวงแก้วพิบูลย์
- คุณชอ-อารีย์ มงคลสวัสดิ์
- คุณณรงค์-คุณชลลพินธุ์ เบญจมาณี ไพโรจน์ หก.เช่นทรลลออฟฟิศอควิปเม้นท์ และญาติมิตร
- คุณสกล-ด.ช.ชยันต์-ด.ญ.กมลพร เอี่ยมสินทรัพย์ และคุณนันทพร สมเจตน์
- คุณสุวรรณา จิราวรรณสถิตย์

**๑๑. เจ้าภาพค่าเช่ารถบรรทุกขนของและ**

**ค่าแรงพนักงาน**

- คุณเศรษฐ์สิทธิ์ ตันทอง
- คุณเฉลิมพันธุ์ สมศรีพันธุ์
- คุณสุดใจ กาญจนกิจสกุล
- คุณประวีณา อาจศิริ
- คุณอักษรา ชูติมาวรินทร์
- คุณสุชาติ แท้เที่ยงเจริญ
- คุณยันทนตรกรรมปาน่า

ขอขอบคุณทีมงานอาสาสมัครธรรมบริการหลายท่านที่ร่วมช่วยถักทอความสำเร็จเรียบร้อยของงานนี้

- **บ.อินเตอร์บีโตรเลียม จำกัด** อนุเคราะห์รถกระบะ ๒ คัน พร้อมพนักงาน ๔ คน
- **บ.ชงโควิศวกรรม** อนุเคราะห์ รถกระบะ ๒ คัน พร้อมพนักงาน ๑๕ คน
- **บ.ชมของอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด** อนุเคราะห์รถบรรทุกเล็ก ๑ คัน พร้อมพนักงาน ๕ คน
- **ขอขอบพระคุณคุณชัชวาล ศรีไสพร** ที่เมตตาใจเอื้อเฟื้อรถบรรทุก ๔ ล้อใหญ่ช่วยขนของและลำเลียงกำลังคน
- **ขอขอบคุณทีมกำลังงานจากปากน้ำสมุทรปราการนำโดยคุณชูชีพ คงไทย**
- **ขอขอบพระคุณคุณวีระและคุณสุกัญญาภัทรวารการ** เอื้อเฟื้อรถหกล้อขนของ ๑ คัน

**๑๒. เจ้าภาพค่าดอกไม้ประดับเวทีและพวงมาลัย**

- กราบขอบพระคุณท่านรองอธิการบดีฝ่ายบริหาร ผศ.อุ๋นใจ ลิ้มตระกูล เป็นเจ้าภาพดอกไม้และพวงมาลัยรวมทั้งพุ่มทั้งหมด

**๑๓. เจ้าภาพค่าอาหารถวายพระ และวิทยากร**

- คุณวันทนีย์ กิตติมาคุณ
- คุณวราภรณ์ กิตติมาคุณ
- คุณวันเพ็ญ กิตติมาคุณ
- คุณกัญญาภาส เถลิงนวดชาติ
- คุณจินดารัตน์ คุณทวีลาภ
- คุณธัญญาปัญญา ลิขิตสายชล
- คุณเพ็ญพิศ นวาระสุจิตร์
- คุณรุจิรา สาธิตภัทร
- คุณสุภารัตน์ วัจจินดา
- คุณพทุฑฒพร สุวรรณวิศาล
- คุณศรีลลนา แต่งทองดี และครอบครัว
- คุณอารีย์ ยังตรง
- คุณเพชรินทร์ จันทร์ภูมิ
- คุณจรรยา วัฒนวิมลสิทธิ์
- คุณชุตีมา แจ้วจิรา
- คุณอัปสร ฉายะเจริญ

- คุณงามจิต มุทะธากุล
- คุณสุภาพ ทิพย์ทัศน์
- คุณประวีณา อาจศิริ
- คุณอักษรา ชูติมาวรินทร์
- คุณนินา วรพันธ์
- คุณแจษฎา เจริญอนุสรณ์ และครอบครัว
- คุณเต๋ยงไซ แซ่เอ็ง
- คุณชกยั้ง แซ่ปิง
- คุณไชยยันต์ อรุณรุ่งสวัสดิ์
- คุณชนวีศ-นางกิตตินาญ ทองประสาน และครอบครัว
- คุณสมนึก-นางพิสมัย นางสาวสุรัตน์ พุกโฉมงาม
- คุณชูเกียรติ ศรีจิตติ
- คุณกฤษณา ศรีจิตติ

**๑๔. เจ้าภาพค่าเช่าระบบถ่ายทอดวงจรปิด**

**จาก ASTV และ TV จอแบน (LCD)**

- คุณพรพิมล จรุงจิตราวีร์ และครอบครัว

ขอขอบคุณ **อาจารย์จันทิพ ล้มทองกุล จาก**

**บ.ไทยเดย์ต่อคอม** ที่ช่วยประสานงานเรื่องรถไอบีถ่ายทอดวงจรปิด จาก ASTV และประสานงานเรื่องเช่าเครื่องทีวี

**๑๕. เจ้าภาพค่าเดินผ้าใบ**

- คุณวันทนีย์ กิตติมาคุณ
- คุณวราภรณ์ กิตติมาคุณ
- คุณรักใจ พนาอภิชน
- คุณจิตาพร วิริยะสมบูรณ์
- คุณอมร ติระศิริชัย
- ลูกหลานคุณพ่อเป่งไ้-คุณแม่พร้อมบางมูลนาก
- คุณณัฐฉิ-คุณวิมล นิสร์กุลธร
- คุณอักษรา ชูติมาวรินทร์
- คุณประวีณา อาจศิริ

**๑๖. ขอขอบคุณมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ**

ที่ช่วยอนุเคราะห์เครื่องเสียงและอุปกรณ์อำนวยความสะดวกในการจัดงานเตรียมงาน (รวมทั้งบุคลากรผู้ชำนาญงาน)

กราบขอบพระคุณ**นายแพทย์มานิต**

**หงส์นิตกุล** ท่านผู้อำนวยการโรงพยาบาลสมุทรปราการ ที่กรุณาอนุมัติที่พยาบาลอาสาพร้อมรถพยาบาลมาให้บริการสุขภาพในกรณีฉุกเฉินแก่ผู้ฟังธรรม และทีมงาน

**รายนามพยาบาลที่มาให้บริการทั้ง ๖ ท่าน**

- คุณประไพศรี วัฒนาศรมศิริ (หัวหน้าทีม)
- คุณรำไพ รุ่งรัตนอุบล
- คุณวันเพ็ญ เพ็ชรรัตน์
- คุณสุนันทา ตันตสุวรรณ
- คุณจันทิมา สกลภักดี
- คุณอรุณ ไยศิริ

**ขอกราบขอบพระคุณ เจ้าภาพพัสดุมน้ำ ๑๑ ตัว และพัสดุมอบรวงผึ้ง ๑ ตัว**

- คุณธนาวิช ทรัพย์สินพรกุล และครอบครัว
- คุณฉวีภากร ทรัพย์สินพรกุล และครอบครัว
- คุณธนายุทธ สิริภูตานนท์ และครอบครัว
- คุณอภามาต สิริภูตานนท์

- อาจารย์ประไพศรี สุทัศน์ ณ อยุธยา

ขอขอบคุณ**คุณวิชัย โพธิ์แท้ไท** บริจาคกล่องรับบริจาคจำนวน ๖ กล่อง ชั้นวางซีดีสำหรับร้านหนังสือและถุงหนังสือในร้านหนังสือของชมรม

กราบขอบพระคุณท่านรอง ผบก.น๑ **พ.ต.อ.**

**ประจักษ์ นาคศรีสุข** ท่านได้อนุเคราะห์ ประสานงาน เรื่องยืมแฉกกันจราจรจำนวน ๑๐๐ แฉก

ผู้บริจาคถังกระดาษใส่หนังสือ **คุณแคทลียา พึ่งอุดม และคณะ**

**กราบอนุโมทนาบุญวัดปวิราช** ให้ความอนุเคราะห์เก้าอี้พลาสติก ๒,๐๐๐ ตัว เพื่อใช้เสริมในงานฟังธรรมปฏิบัติธรรมครั้งนี้โดยการติดต่อประสานงานของคุณพ่อวัชร-คุณแม่ทองสุก โลทาภิรักษ์พงษ์...กราบขอบพระคุณและอนุโมทนาอย่างสูง

ขอขอบคุณ **บริษัท อรินทร์ พรินติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน)** บริจาคถุงหิ้วอย่างดีใส่หนังสือแจกเป็นธรรมทานในงาน จำนวน ๕,๐๐๐ ถุง

ขอขอบคุณ **บริษัท ถิ่นดีทีพลาสติก โดยคุณปราโมทย์ นาคทัศน์พล** บริจาคถุงใส่วารสารกัลยาณธรรมส่งถึงสมาชิกทุกบ้านจำนวน ๓๐,๐๐๐ ถุง

กราบอนุโมทนาบุญ**เพื่อนสมาชิกในต่างแดน (สหรัฐอเมริกา)** ที่ร่วมบริจาคปัจจัยสนับสนุนกิจกรรมอันเป็นกุศลของชมรมกัลยาณธรรมด้วยความศรัทธาเสมอมาไม่เลือกคลา

- คุณพล ชื่นมีศรี
- คุณจตุพร ชื่นมีศรี
- คุณจันทน์ อธิวิบูลย์
- คุณสุภาภรณ์ พันธุ์ฤกษ์
- คุณณัฐฉา เถลิงทอง
- คุณเน่งน้อย สงวนดีกุล
- คุณผู้ไม่ประสงค์ออกนาม
- คุณจินตนา สุทธิชัย
- คุณเมณวิวัฒน์ ไตรพิพัฒน์
- คุณสมพร คณิงศิริ
- คุณเรืองกาน ช่วยเอี่ยม
- คุณจรรยา แซ่อู่
- คุณจันทนา เขมไชยพันธ์
- คุณไถ่
- คุณบุศราภรณ์ - วิเชียร เอี่ยมรานนท์ และครอบครัว
- คุณกลุ่มแก้วรักบุญ
- คุณสุชชา ติวัฒนานนท์
- คุณครอบครัวตั้งใจอยู่
- คุณแม่แสงยม-มณฑา ไม้คเชลล์
- คุณสมส่วน-Jeff Van Hook
- คุณต้น พึ่งไตรรัตน์
- คุณอมรา จันทศิริรัตน์
- คุณสมหมาย เสรีจิต
- คุณณวีรวรรณ เรืองอุทัย และครอบครัว
- คุณสุคนธ์ วิลลิส
- คุณดาราสรี พึ่งพันธ์
- คุณชนิษฐา PFINSTEN
- คุณเมทินี รักสวัสดิ์ยานนท์





# กำหนดการจัดงานแสดงธรรม-ปฏิบัติธรรมเป็นธรรมทาน เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล แด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

จัดโดย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ร่วมกับ ชมรมกัลยาณธรรม  
ณ หอประชุมใหญ่ และหอประชุมเล็ก มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์  
วันอาทิตย์ที่ ๖ กรกฎาคม ๒๕๕๑ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.

- ๐๖.๐๐ น. ลงทะเบียน - รับประทานอาหารเช้า (เริ่มเปิดบริการก่อน ๐๖.๐๐ น.)
- ๐๘.๓๐ น. พิธีเปิดงาน โดย ศ.ดร.สุรพล นิติไกรพจน์ ท่านอธิการบดีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์  
กล่าวรายงานโดย รศ.ดร.กำพล รุจิวิเศษณ์ ผู้อำนวยการสำนักเสริมศึกษาและบริการสังคม  
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- ๐๘.๔๕ น. **พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรังสี** สำนักปฏิบัติธรรมฐานวัดมเหยงคณ์ จ.พระนครศรีอยุธยา  
แสดงธรรม เรื่อง **“เคล็ดลับดับทุกข์”**
- ๑๐.๐๐ น. เจริญสติ ๑๐ นาที และถวายสังฆทาน
- ๑๐.๓๐ น. **ดร.สนอง วรอุไร** บรรยายธรรมเรื่อง **“ถึงโสดาบันในชาตินี้”**
- ๑๑.๓๐ น. ตอบปัญหาธรรม และเจริญสติ ๑๐ นาที
- ๑๒.๐๐ น. **พักรับประทานอาหารกลางวัน** (มีบริการ)
- ๑๓.๓๐ น. **อาจารย์ สุภีร์ หุมทอง** บรรยายธรรมเรื่อง **“ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน”**
- ๑๔.๒๐ น. เจริญสติ ๑๐ นาที
- ๑๔.๓๐ น. พักตามอัธยาศัย ๑๐ นาที
- ๑๔.๔๐ น. **พระอาจารย์คำเขียน สุวัฒน์** วัดป่าสุคะโต จ.ชัยภูมิ  
แสดงธรรมเรื่อง **“ศิลปะการรู้ซื่อๆ”**
- ๑๕.๕๐ น. เจริญสติ ๑๐ นาที
- ๑๖.๐๐ น. ประธานชมรมกัลยาณธรรม กล่าวอนุโมทนา
- ๑๖.๑๐ น. พิธีขอขมา และถวายสังฆทาน จากนั้นพระอาจารย์ ให้พร และปิดงาน  
**- กาเลนะ รัมมัสสวณัง เขตัมมังคละมุตตะมัง -**

## หมายเหตุ

- ขอเชิญทุกท่านร่วมถวายสังฆทานแก่พระสุปฏิปันโน ตามกำลังศรัทธา
- รับบริจาคสิ่งของ เครื่องใช้ และอาหารแห้งเพื่อการยังชีพ แก่ชุมชนผู้ป่วยที่วัดพระบาทน้ำพุ อ.เมือง จ.ลพบุรี (มีจุดรับบริจาคหน้างาน)
- รับลงทะเบียนล่วงหน้าทางไปรษณีย์ **ถึงวันศุกร์ที่ ๑๖ มิถุนายน ๒๕๕๑** หรือจนกว่าบัตรเต็มตามจำนวน  
ที่จะสามารถออกบัตรได้แล้ว (กรุณาอ่านคำแนะนำโดยละเอียดที่หน้า ๑๖)
- สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมที่ชมรมกัลยาณธรรม ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓, ๐๒ ๗๐๒ ๗๖๒๔ และ ๐๒ ๗๐๒ ๘๗๖๓
- ดูแผนที่มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ หน้า ๒๑

[www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)



# ใบคำขอลงทะเบียนทางไปรษณีย์ เพื่อเข้าฟังการบรรยายธรรม ณ หอประชุมมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์ ในวันอาทิตย์ที่ ๖ กรกฎาคม ๒๕๕๐

สำหรับผู้ที่ยังไม่ได้เป็นสมาชิกชมรมเท่านั้น

แบบฟอร์ม ๑ ใบ ต่อผู้สมัคร ๑ ท่านเท่านั้น หากมีผู้สมัครมากกว่า ๑ ท่าน กรุณากำหนดแบบฟอร์มนี้ เพื่อใช้กรอกข้อมูล

ข้าพเจ้า ..... ชื่อ ..... นามสกุล ..... อายุ ..... ปี

\*\*บัตรประจำตัวประชาชนเลขที่  -  -  -  -

อาชีพ ..... สถานประกอบการ .....

ประเภทกิจการ .....

ที่อยู่ที่สามารถติดต่อได้ : ชื่อหมู่บ้าน / อาคาร ..... บ้านเลขที่ .....

หมู่ที่ ..... ตรอก / ซอย ..... ถนน .....

แขวง / ตำบล ..... เขต / อำเภอ .....

จังหวัด ..... รหัสไปรษณีย์ .....

หมายเลขโทรศัพท์ที่สามารถติดต่อได้ : โทรศัพท์ที่บ้าน .....

โทรศัพท์ที่ทำงาน ..... โทรศัพท์มือถือ .....

โทรสาร / แฟกซ์ ..... E-Mail .....

ต้องการรับวารสารข่าวสารของชมรมทางไปรษณีย์

ไม่ต้องการรับวารสารข่าวสารของชมรมทางไปรษณีย์ เนื่องจากสามารถอ่านได้ทางเว็บไซต์ของชมรม หรือ  
รับได้จากแหล่งอื่นๆ

**\*\*พร้อมกันนี้ได้แนบสำเนาบัตรประจำตัวประชาชน จำนวน ๑ ฉบับ มาด้วยแล้ว\*\***

และได้อ่านคำแนะนำในการลงทะเบียนโดยละเอียดที่หน้า ๑๖ เป็นที่เข้าใจเรียบร้อยแล้ว

ลงชื่อ.....(ตัวบรรจง)

(ผู้สมัคร)

## หมายเหตุ :

๑. การสมัครลงทะเบียนล่วงหน้าทางไปรษณีย์ **ต้องใช้แบบฟอร์มนี้เท่านั้น**
๒. กรุณากรอกข้อมูลให้ครบถ้วนสมบูรณ์ เพื่อสิทธิในการรับบัตรลงทะเบียนของท่าน
๓. พับใบคำขอลงทะเบียน (\*\*กรุณาอย่าตัดแบบฟอร์มนี้ลงเป็นชิ้นย่อยๆ\*\*) ใส่ซองติดแสตมป์ ๓ บาท  
ส่งกลับมายัง **ชมรมกัลยาณธรรม**  
๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ อ.เมือง จ.สมุทรปราการ ๑๐๒๗๐  
**ภายในวันที่ ๑๖ มิถุนายน ๒๕๕๑** หรือจนกว่าจะมีการออกบัตรเต็มตามจำนวนที่สามารถออกบัตรได้แล้ว
๔. ท่านต้องแนบของเปล่าจำหน่ายของถึงตัวท่านเอง พร้อมติดแสตมป์ ๓ บาท ส่งมาพร้อมกับใบคำขอลงทะเบียน  
นี้ เพื่อทางชมรมฯ จะได้จัดส่งบัตรลงทะเบียนให้กับท่านต่อไป
๕. แบบฟอร์มนี้สามารถนำไปถ่ายเอกสารเพื่อแจกจ่ายให้กับท่านอื่นๆ ที่มีความประสงค์ที่จะลงทะเบียนล่วงหน้า  
ทางไปรษณีย์ได้
๖. ชมรมฯ จำกัดจำนวนผู้เข้าร่วมฟังธรรมบรรยายเพียง ๓,๐๐๐ ท่านเท่านั้น เพื่อความพร้อมในการจัดเตรียมอาหาร  
ของที่ระลึก และข้อจำกัดของจำนวนที่นั่งในหอประชุม
๗. สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมที่ชมรมกัลยาณธรรม ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓, ๐๒ ๗๐๒ ๙๖๒๔ และ ๐๒ ๗๐๒ ๘๗๖๓



# ใบคำขอลงทะเบียนทางไปรษณีย์ เพื่อเข้าฟังการบรรยายธรรม ณ หอประชุมมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์ ในวันอาทิตย์ที่ ๖ กรกฎาคม ๒๕๕๐

## สำหรับผู้ที่ เป็นสมาชิกชมรมเท่านั้น

แบบฟอร์ม ๑ ใบ ต่อผู้สมัคร ๑ ท่านเท่านั้น หากมีผู้สมัครมากกว่า ๑ ท่าน กรุณาถ่ายเอกสารแบบฟอร์มนี้  
เพื่อใช้กรอกข้อมูล

เลขที่สมาชิก

คำนำหน้าชื่อ ..... ชื่อ ..... นามสกุล .....

\*\*บัตรประจำตัวประชาชน เลขที่  -  -  -  -

ผู้สมัครทุกท่าน ต้องอ่านคำแนะนำในการลงทะเบียนโดยละเอียดที่หน้า ๑๖

### หมายเหตุ :

๑. การสมัครลงทะเบียนล่วงหน้าทางไปรษณีย์ ต้องใช้แบบฟอร์มนี้เท่านั้น
๒. กรุณากรอกข้อมูลให้ครบถ้วนสมบูรณ์ เพื่อสิทธิในการรับบัตรลงทะเบียนของท่าน
๓. พับใบคำขอลงทะเบียน (\*\*กรุณาอย่าตัดแบบฟอร์มนี้ลงเป็นชิ้นย่อยๆ\*\*) ใส่ซองติดแสตมป์ ๓ บาท ส่งกลับมายัง

### ชมรมกัลยาณธรรม

๑๐๐ ถ.พระโคตมรังษี ต.ปากน้ำ อ.เมือง จ.สมุทรปราการ ๑๐๒๗๐

ภายในวันที่ ๑๖ มิถุนายน ๒๕๕๑ หรือจนกว่าจะมีการออกบัตรเต็มตามจำนวนที่สามารถ  
ออกบัตรได้แล้ว

๔. ท่านต้องแนบซองเปล่าจำหน่ายของถึงตัวท่านเอง พร้อมติดแสตมป์ ๓ บาท ส่งมาพร้อมกับใบ  
คำขอลงทะเบียนนี้ เพื่อทางชมรมฯ จะได้จัดส่งบัตรลงทะเบียนให้กับท่านต่อไป
๕. แบบฟอร์มนี้สามารถนำไปถ่ายเอกสารเพื่อแจกจ่ายให้กับท่านอื่นๆ ที่มีความประสงค์ที่จะลง  
ทะเบียนล่วงหน้าทางไปรษณีย์ได้
๖. ชมรมฯ จำกัดจำนวนผู้เข้าร่วมฟังธรรมบรรยายเพียง ๓,๐๐๐ ท่านเท่านั้น เพื่อความพร้อมใน  
การจัดเตรียมอาหาร ของที่ระลึก และข้อจำกัดของจำนวนที่นั่งในหอประชุม
๗. สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมที่ชมรมกัลยาณธรรม ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓, ๐๒ ๗๐๒ ๕๖๒๔ และ  
๐๒ ๗๐๒ ๘๗๖๓ หรือที่ [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)



# คำแนะนำในการลงทะเบียนเพื่อเข้ารับฟังบรรยายธรรมล่วงหน้าทางไปรษณีย์

- เพื่อความสะดวกของท่าน กรุณาแจ้งขอลงทะเบียนล่วงหน้าทางไปรษณีย์ ภายในกำหนด (ถึงวันที่ ๑๖ มิ.ย. ๕๑)
- การลงทะเบียนล่วงหน้าทางไปรษณีย์ ไม่ใช่เป็นการจองที่นั่งล่วงหน้า แต่เป็นการประณินยอดผู้ที่ประสงค์จะมาฟังธรรม ให้ใกล้เคียงความเป็นจริงในวันงาน และเพื่อลดขั้นตอนการลงทะเบียนที่หน้างานให้สะดวกรวดเร็วขึ้น ผู้ที่ลงทะเบียนล่วงหน้าทุกท่าน ควรแน่ใจว่าท่านสามารถเดินทางมาในวันงานได้จริงๆ
- ในการแจ้งลงทะเบียนทางไปรษณีย์ ท่านต้องแนบของแปล่าติดแสตมป์ จำนวนของถึงตัวท่านเองมาด้วย และกรุณาอย่าผนึกซองแปล่าที่แนบมา เพื่อที่ทางชมรมฯ จะจัดส่งบัตรลงทะเบียนล่วงหน้าให้ท่านทันทีที่ได้รับใบคำขอฯ ของท่าน หลังจากนั้นท่านจะได้รับบัตรลงทะเบียนล่วงหน้า (โปรดตรวจสอบการจำหน่ายของของท่านว่าถูกต้อง ชัดเจน และครบถ้วน เพื่อที่บัตรลงทะเบียนจะได้ส่งถึงท่านตามที่อยู่ที่ท่านระบุ)
- ท่านที่ได้รับบัตรลงทะเบียนล่วงหน้าแล้ว ที่บัตรจะระบุเพียงชื่อ และรหัสสมาชิกของท่าน ยังไม่ได้มีการระบุเลขที่ที่นั่ง เนื่องจาก มีผู้ได้รับบัตรลงทะเบียนล่วงหน้าจำนวนหนึ่ง ไม่ได้เดินทางมาในวันงานตามที่แจ้งไว้ จึงไม่สามารถระบุเลขที่ที่นั่งล่วงหน้าได้ ท่านที่มีบัตรลงทะเบียนแล้ว ต้องนำบัตรนั้นมาติดสติ๊กเกอร์เลขที่ที่นั่งในวันงานอีกครั้งหนึ่ง (โปรดเก็บบัตรลงทะเบียนไว้อย่าให้สูญหาย เพื่อนำบัตรมาแสดงในวันงาน และท่านที่ขอบัตรลงทะเบียนไปแล้ว ไม่สามารถขอบัตรใหม่ได้อีก เพื่อให้ไม่เกิดการซ้ำซ้อนของจำนวนที่นั่ง)
- การจัดลำดับที่นั่งในวันงาน จะทำการติดสติ๊กเกอร์เลขที่ที่นั่งให้กับผู้ที่มีบัตรลงทะเบียนล่วงหน้า และมาแสดงตัวที่จุดลงทะเบียนตามลำดับไป (ใครมาก่อน-ได้ที่นั่งก่อน) จนกว่าที่นั่งบนหอประชุมใหญ่จะเต็มหลังจากนั้นจะทำการติดสติ๊กเกอร์สำหรับที่นั่งในหอประชุมเล็ก (ถ่ายทอดโทรทัศน์วงจรปิด) สำหรับผู้ที่ไม่ได้ลงทะเบียนล่วงหน้าไว้ จะเปิดให้เข้าไปติดสติ๊กเกอร์เลขที่ที่นั่งได้ หลังเวลา ๐๘.๐๐ น. ทั้งนี้ในกรณีที่ \*เมื่อจำนวนผู้มาเข้าฟังยังไม่เต็มตามจำนวนที่กำหนดไว้เท่านั้น\* (ประมาณ ๓,๐๐๐ ที่นั่ง) สำหรับผู้ที่มีบัตรลงทะเบียนล่วงหน้าที่มาแสดงตัวหลัง ๐๘.๐๐ น. อาจไม่สามารถเข้าในหอประชุมได้ เนื่องจากการบรรยายธรรมในครั้งนี้ จัดในสถานที่ปิด (ภายในหอประชุม) จึงมีข้อจำกัดในเรื่องของที่นั่ง และ

ทีมงานไม่ได้จัดที่นั่งเสริมด้านนอกไว้ในครั้งนี้

- กรุณากรอกข้อมูลในใบคำขอลงทะเบียนฯ ของท่าน ให้ครบถ้วน ชัดเจน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ชื่อ นามสกุล\*\*เลขประจำตัวประชาชน\*\* (สำคัญมาก) รวมทั้งที่อยู่ติดต่อได้สะดวก สำหรับผู้สมัครสมาชิกใหม่ (หากเขียนด้วยลายมือ ต้องเขียนด้วยตัวบรรจง อ่านง่าย)
- ผู้สมัครลงทะเบียนล่วงหน้าที่ยังไม่ได้เป็นสมาชิกของชมรมฯ ทุกท่าน \*\*ต้องแนบสำเนาบัตรประจำตัวประชาชน (ของผู้สมัคร)\*\* มากับแบบฟอร์มใบคำขอลงทะเบียนล่วงหน้าด้วย ส่วนผู้สมัครลงทะเบียนล่วงหน้าที่เป็นเด็กอายุต่ำกว่า ๑๕ ปี ให้แนบสำเนาหลักฐานอื่นๆ ที่ระบุรหัสประจำตัวประชาชน (๑๓ หลัก) ของผู้สมัครนั้น หากท่านสมาชิก ได้แนะนำผู้สมัครใหม่ให้สมัครเข้าลงทะเบียนทางไปรษณีย์ในครั้งนี้ ขอความกรุณาแจ้งข้อมูลทั้งหมด ตามคำแนะนำในหน้านี้ให้ผู้สมัครใหม่ได้ทราบด้วย
- ชมรมฯ ขอสงวนสิทธิ์ ในการพิจารณาจัดส่งบัตรลงทะเบียนล่วงหน้าแก่ท่านที่ไม่ได้ปฏิบัติตามคำแนะนำนี้
- \*ที่อยู่ในการจัดส่งจดหมายถึงชมรมฯ ในการขอลงทะเบียนล่วงหน้า หรือสมัครสมาชิก\* กรุณาติดต่อมาที่เดียว คือ ชมรมกัลยาณธรรม  
๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ  
อ.เมือง จ.สมุทรปราการ ๑๐๒๗๐  
โทรศัพท์ ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓, ๐๒ ๗๐๒ ๙๖๒๔,  
๐๒ ๗๐๒ ๘๗๖๓  
โทรสาร ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓, ๐๒ ๗๐๒ ๘๗๖๓
- รูปแบบของงาน ทางชมรมฯ พยายามจะจัดการให้เรียบร้อยและเรียบง่าย เพื่อให้ทุกท่านรักษากุศลเจตนา กุศลจิตไว้ให้ดีที่สุด รวมทั้งเจ้าหน้าที่อาสาสมัครของชมรมฯ ทุกท่าน มีความตั้งใจที่จะอำนวยความสะดวกให้ผู้เข้ารับฟังธรรม ได้รับความสะดวกมากที่สุด แต่หากมีสิ่งใดที่ทำให้ท่าน รู้สึกไม่สบายใจ ทางชมรมฯ ขอภัยมา ณ ที่นี้ด้วย และหวังว่าทุกท่านจะให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี หากมีข้อสงสัยประการใด สอบถามโดยตรงได้ที่ ชมรมกัลยาณธรรม ขอกราบอนุโมทนาบุญกับทุกท่าน
- สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมที่ชมรมกัลยาณธรรม ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓, ๐๒ ๗๐๒ ๙๖๒๔ และ ๐๒ ๗๐๒ ๘๗๖๓ หรือทาง [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com) (กระดานสนทนา)



- คุณพ่อตุ๋นน้อย
- คุณสุมาลี แก้วนิล
- คุณพงศ์พิลาส โชติกเสถียร
- คุณพิมลา ชัจฉสรพโรค
- คุณอมรินทร์ ศชรินทร์ และครอบครัว
- คุณรุ่งตะวัน (ศชรินทร์) แม็กเนส
- คุณสุนันท์ สุวรรณคาม
- คุณนงลักษณ์ ยศไตรศรีวิวัฒน์
- คุณนวลจันทร์
- คุณNNO+
- คุณอินทรา สิทธิสรเดช

กราบอนุโมทนาในน้ำใจอันเปี่ยมบุญของธรรม  
บริการทุกท่านที่อาสาช่วยงานของชมรม  
กัลยาณธรรมโดยไม่เห็นแก่เหน็ดเหนื่อย

ขอขอบคุณมหาวิทยาลัยสยาม ที่ยกทีมนักศึกษา  
๕๐ คน มาร่วมเป็นธรรมบริการ นำโดย **อ.เบญจ  
วรรณ อุซุพงษ์อมร**

พนักงานวิทยุพุทธจากบริษัท บางจากปิโตรเลียม  
จำกัด นำโดย **คุณดุสิต ประสาระเอ**

**บริษัท ชงโควิศวกรรม และทีมงาน**

พนักงานบริษัทปูนซีเมนต์ไทยจำกัด นำทีมโดย  
**คุณณรงฤทธิ์ อุปลัมภ์**

ทีมดูแลอาหาร นำทีมโดย **คุณพ่อวัชระ-คุณแม่  
ทองสุก โลหาร์ักษ์พงศ์ และครอบครัว** และมีอีก  
นับร้อยชีวิตที่เสียสละเวลามาร่วมแรงกายแรงใจ  
แบ่งปันสิ่งดีงามให้ผู้อื่น จนยากที่จะเอ่ยนามได้  
หมด พวกเราขอกราบขอบพระคุณทุกท่านด้วย  
ใจสำนึกขอบคุณตลอดไป

กราบขอบพระคุณ**ตรีฤทธิชัย เกาทอง** ที่กรุณา  
ช่วยประสานงานขอความอนุเคราะห์เรื่องจอด  
รถจากกองกันทหารสื่อสารที่ ๑ เพื่อบรรเทา  
ความเดือดร้อน เนื่องจากพื้นที่จอดรถเดิมในฝั่ง  
เทคนิคใช้เป็นพื้นที่แข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย ไม่  
สามารถจอดรถได้

กราบขอบพระคุณ**คุณวาสนา โชคสวัสดิ์ และ  
คุณอารีย์ มงคลสวัสดิ์** ที่ช่วยบริจาคพรหมปูพื้นที่  
ห้องบันทึกเสียงของชมรมกัลยาณธรรม

กราบขอบพระคุณ**คุณพ่อวัชระ-คุณแม่ทองสุก  
โลหาร์ักษ์พงศ์ และครอบครัว** ที่ช่วยบริจาคผ้า  
สำหรับเย็บเสื้อของชมรม และได้อยู่แนวหลัง  
สนับสนุนกิจการของชมรมด้วยความเมตตาเสมอมา  
ทั้งช่วยเหลือเรื่องจัดหาและจัดบริการอาหารสำหรับ  
งานนี้ ทั้งช่วยติดต่อบริการงานกับวัดปริวาส  
เพื่อเยี่ยมแก้วี ๒,๐๐๐ ตัว และช่วยประสานงาน  
กับกรุงเทพมหานครเรื่องรถสุขา และรถขยะ

ขอขอบคุณ**คุณสมถวิล สุขเกียรติวัฒนากุล**  
บริษัท เมโทรยูนิฟอรม์ ที่ช่วยตัดเย็บเสื้อชมรมฯ  
ให้โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใดๆ

กราบขอบพระคุณ **บริษัท บางกอกเยนเนอรัล  
เอ็กเพรส จำกัด** ที่กรุณาแบ่งพื้นที่ในบริษัทเป็นร้าน  
ธรรมทานจำหน่ายหนังสือและธรรมทานต่างๆ  
ของชมรมกัลยาณธรรมด้วยความเมตตาเสมอมา

กราบขอบพระคุณ**ท่านอาจารย์มนตรี จตุรภัทร**  
ผู้ดำเนินรายการส่องโลกส่องธรรม ทางสถานี  
วิทยุ AM ๙๔๕ KHZ ทุกวันเสาร์ ๐๕:๓๐-  
๐๖.๓๐ น. ที่ช่วยงานประชาสัมพันธ์กิจกรรม  
ของชมรมฯ มาอย่างต่อเนื่อง

ขอกราบขอบพระคุณ**มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี  
ราชมงคลกรุงเทพ** ที่ให้ความเมตตาแก่ชมรม  
กัลยาณธรรมด้วยดีมาตลอด โดยเอื้อเฟื้อสถานที่  
จัดงานและร่วมเตรียมการจัดงาน เหมือนพี่  
เหมือนน้องโดยดำเนินตามแผนนโยบายของท่าน  
ผู้บริหารสูงสุดคือท่านอธิการบดี ผศ.เฉลิม มัติโก  
ที่จะร่วมสนับสนุนกิจกรรมอันเป็นประโยชน์ต่อ  
สังคมและพระศาสนา

และขอกราบขอบพระคุณ **ผศ.อันใจ ลิ้มตระกูล**  
ท่านรองอธิการบดีฝ่ายบริหาร ซึ่งเปี่ยมด้วยศรัทธา  
และเมตตา ทำให้ภัตตาคารแห่งนี้เป็นบ้านที่อบอุ่น  
คุ้นเคยของพวกเราชาวกัลยาณธรรมเสมอมา

**รายการหนังสือและซีดีต่างๆ แจกเป็นธรรมทาน  
ในงานครั้งนี้รวมทั้งหมด ๔,๐๐๐ ชุด**

- หนังสือโพธิมงคล ๗ และพละธรรม ๕  
ประการ ของพระอาจารย์มหาบุญชัย  
พุทธญาโณ
- หนังสือคนดีที่โลกต้องการ ของ  
อ.ดร.สนอง วรอุไร
- หนังสือบริหารใจเพื่อสร้างจิตสำนึก ของ  
อ.ดร.สนอง วรอุไร
- หนังสือสนทนาภาษาธรรมเล่มที่ ๙ จาก  
คอลัมน์สนทนาภาษาธรรมในเว็บไซต์  
กัลยาณธรรม
- หนังสือนิพพานของหลวงพ่อกุศล จิตตสุ  
โก
- หนังสือจิตสดในแม่กายพิการ ของ อ.ก่า  
พล ทองบุญน่ม
- หนังสือสติธรรม ๒๕๕๑ ของหลวงปู่  
พุทธะอิสระ
- หนังสือแต่เธอผู้มาใหม่ ของท่านสันติ  
นันท์
- หนังสือพุทธโอวาทก่อนปรินิพพาน ของ  
อ.ว.คิน อินทสระ
- หนังสือคิดให้รู้จักพอๆ ของสมเด็จพระ  
สังฆราช
- MP3 รวมบรรยายของ อ.ดร.สนอง วรอุไร
- MP3 ชุดประกันชีวิตด้วยธรรมะของ  
อ.ก่าพล ทองบุญน่ม
- MP3 ชุดอานาปานหลังจิตของ ดร.อาจอง  
ชุ่มสาย ณ อยุธยา
- MP3 เสียงอ่านหนังสือโลกทิพย์ ของ  
อ.พร รัตนสุวรรณ
- MP3 เรื่องหนทางชีวิตใครกำหนด ของ  
ท่านพระอาจารย์กิตติวุฒโฑ ภิกขุ
- MP3 รวมพระธรรมเทศนา ของหลวงปู่ก่อน
- MP3 รวมธรรมบรรยายจากในเว็บไซต์  
กัลยาณธรรม
- MP3 ชุดคำพ่อ-คุณแม่ และโอวาทสี่ของ  
ท่านเหลียวผาน

- MP3 เสียงอ่านหนังสือบันทึกสนทนา  
ธรรม ตามรอยพ่อ
- MP3 เรื่องคุณค่าของสติ ของหลวงพ่อ  
คำเขียนสุวัฒน์โณ จากวัดป่าสุคะโต
- MP3 รวมธรรมบรรยายจาก ๓ อาจารย์
- VCD ที่ระลึกงานแสดงธรรม-ปฏิบัติ  
ธรรม ๒๕ พ.ย. ๕๐

กราบอนุโมทนาในปัญญาทานของทุกท่านผู้มี  
ส่วนเสียสละแบ่งปันในครั้งนี้

กราบขอบพระคุณ**คุณณิชา จารุศร** ซึ่งกรุณามอบ  
หนังสือสารธรรมจำนวนนับ ๑๐๐ เล่ม เพื่อให้  
ชมรมกัลยาณธรรมจำหน่ายเป็นธรรมทานในเวลา  
ทุน เพื่อร่วมสมทบทุนกับชมรมกัลยาณธรรม

กราบขอบพระคุณ**คุณพัชรา ธรรมลิขิตชัย และ  
เพื่อนๆ** บริจาคหนังสือคิดให้รู้จักพอและการทำ  
ความดีต้องไม่มีพ้อ ของสมเด็จพระญาณสังวร  
สกลมหาสังฆปริณายก จำนวน ๔,๐๐๐ เล่ม

**ชมรมเพื่อนคุณธรรม** ร่วมบริจาคหนังสือจิต  
สติไสยา จำนวน ๑,๐๐๐ เล่ม

กราบขอบพระคุณ**คุณพ่อวัชระ-คุณแม่ทองสุก  
โลหาร์ักษ์พงศ์และครอบครัว** ร่วมเป็นเจ้าภาพ  
MP3 ของหลวงพ่อกำเขียน สุวัฒน์โณ จำนวน  
๔,๐๐๐ ชุด

**คุณเสาวนีย์ ขวัญเมือง และคณะ เจ้าภาพ  
หนังสือจากบริษัท western digital** บริจาค  
หนังสือ พุทธโอวาทก่อนปรินิพพาน จำนวน  
๓,๐๐๐ เล่ม

**ครอบครัวนันท์พุลทรัพย์และเพื่อน** บริจาค  
MP3 ชุดคำพ่อคุณแม่ และโอวาทสี่ของท่าน  
เหลียวผาน จำนวน ๒,๕๐๐ ชุด

**กลุ่มธรรมะสี่ขาว และคุณดวงวิภา ยุทธสุริย  
พันธ์** บริจาค MP3 รวมเสียงอ่านธรรมบรรยาย  
๓ อาจารย์ จำนวน ๓,๕๐๐ ชุด

**ครอบครัวชูชัยสุวรรณศรี** บริจาค MP3 รวม  
ธรรมบรรยายของอาจารย์ดร.สนอง วรอุไร  
จำนวน ๕๐๐ ชุด

**คุณแม่จัญญู วิฑูรฐานและครอบครัว** บริจาค  
MP3 ต่อไปอย่างละ ๔,๐๐๐ ชุด

- MP3 ชุดโลกทิพย์ของอาจารย์พร รัตน  
สุวรรณ
- MP3 ชุดรวมพระธรรมเทศนาหลวงปู่ก่อน
- MP3 ชุดหนทางชีวิตใครกำหนดของท่าน  
กิตติ วุฒิไทธิภิกขุ

**รายการอาหารในงานนี้**

- อาหารเข้าผู้ฟังธรรม และทีมงานธรรมบริการ**
- โจ๊กหมู่อุดิน บริจาคโดยคุณไก่ ๒,๐๐๐ชาม
  - ผัดหมี่เจ ๕๐๐ กล่อง
  - ข้าวราดแกงเขียวหวานลูกชิ้น ๕๐๐กล่อง
  - ข้าวไข่เจียว ๑,๐๐๐ กล่อง (รายการ ๒-๔  
บริจาคโดยคุณพ่อวัชระ-คุณแม่ทองสุก  
โลหาร์ักษ์พงศ์และลูกหลาน)
  - กาแฟ-โอวัลติน ๒,๐๐๐ ชุด



## อาหารกลางวันผู้พิการ และทีมงานธรรมบิกร

๑. บะหมี่หมูแดง ๔๐๐ ซาม (บริจาคโดย โรงงานบะหมี่ไผ่เขียว โดยคุณกิติยา อมรสิริพานิชย์ และญาติ/เพื่อน)
๒. ก๋วยเตี๋ยวลูกชิ้นปลาต้มเหล้าโหวง ๕๐๐ซาม
๓. ข้าวผัดกุนเชียง ๒๕๐ กล่อง
๔. ข้าวกระเพราไก่ไข่ดาว ๒๕๐ กล่อง
๕. ข้าวพะเนางหมูไข่ต้ม ๒๕๐ กล่อง
๖. ข้าวผัดหมูกระเทียมไข่ดาว ๒๕๐ กล่อง
๗. ข้าวราดอกไก่ทอด ๕๐๐ กล่อง

## อาหารมังสวิรัต

๘. ข้าวไข่เจียวทรงเครื่อง ๕๐๐ กล่อง
  ๙. ก๋วยเตี๋ยวผัดไทย ๒๕๐ กล่อง
  ๑๐. ก๋วยเตี๋ยวผัดซีอิ้ว ๒๕๐ กล่อง
  ๑๑. ข้าวไข่พะโล้เต้าหู้เห็ดหอม ๕๐๐ กล่อง
- หมายเหตุ รายการที่ ๓-๑๑ บริจาคโดยเจ้าภาพดังนี้
- คุณพรชัย-คุณสุพัตรา ศรีประเสริฐ และครอบครัว
  - ครอบครัวดวงสวัสดิ์ศักดิ์-ตรรกาวนิช
  - หจก. อาอา พาณิชย์
  - บจก.อินเตอร์ปีโตรเลียม
  - บจก. ไทยกริฟเทค
  - คุณสิทธิศักดิ์-คุณยุวดี ล้วนพิชญ์พงศ์ และครอบครัว
  - คุณสุริสา จิ้งรุ่งเรืองกิจ และครอบครัว
  - คุณพรพรรณทิพย์ สมสงวน และครอบครัว
  - คุณสุรเดช-คุณมธุรส เตชะศรีสุโข และครอบครัว
  - คุณปัญญาพล จินดารานนท์
  - ผศ. วรณพร วณิชชาบุตร
  - ร้านมนต์นมสด และเพื่อนกลุ่มพุทธมณฑล
  - คุณสุวัฒน์ ปฐมภาควันต์
  - คุณพิชญ์ พุกษาทร
  - คุณบุญจวรรณ ประธานชัยมงคล
  - คุณสะคราญ แต่โสภางษ์ และครอบครัว
  - คุณภาษกร นันทวัฒน์ศิริ
  - คุณวิเชียร-คุณนิภา แซ่ไคว้ และครอบครัว
  - กลุ่มคุณปานเทพ มั่นพุทธคุณ และเพื่อน
  - คุณทิพย์พร ชื่นภาคพระคุณ และครอบครัว

## ๑๒. ส้มเขียวหวาน ๒๕๐ กก. บริจาคโดย

- คุณสาธิตา ชุตติกาญจน์
- คุณเสาวลักษณ์ เพียงอภิชาติ
- คุณยุวณัฐ นงพรมมา
- คุณสุพจน์ หล้าจำศีล
- คุณธีรนาฎ ยุ่นสมาน
- คุณบุรณิพร พลรัฐนาสิทธิ
- คุณราตรี เขานองบัว
- คุณภวิชัย สีโธสง และด.ญ.อภิดา-ด.ญ.จิตติรัตน์ สีโธสง

## ๑๓. คุกกี้ ๓,๕๐๐ ชิ้น บริจาคโดย

- คุณแม่ชู้กี้ สัตยกุล
- คุณชิวเซี่ย แซ่โจ้ว
- คุณเมียงเค็ง แซ่ฮึง
- ครอบครัวโสภาสพงษ์กาล

## ๑๔. ขนมจีน ๒๐๐ ซาม บริจาคโดยคุณชัชวาล สีไสวพร และครอบครัว

## ๑๕. ข้าวผัดมังสวิรัต ๑๐๐ กล่อง และน้ำดื่ม

- ๒๐๐ ขวด บริจาคโดย
- คุณธัญญารัตน์ ท่วมหุ้ม
  - คุณจินตนา เตือนฉาย
  - คุณกฤตยา ไชยพันธ์

## ๑๖. คุณรัตนา เหล่าจัตรนารายณ์ และครอบครัว บริจาคน้ำชาเข้มข้นจำนวนมาก ที่จุดบริการน้ำดื่ม

## อาหารแขกรับเชิญ

### อาหารเช้า

๑. ข้าวมันไก่ ๑๐๐ กล่อง (โดยคุณสุชาติ)
๒. ขนมจีน ๑๐๐ ซาม (โดยผู้ไม่ประสงค์ออกนาม)
๓. ข้าวต้มมัด ๒๕๐ มัด (โดยคุณดวงกมล นาครศิริสุข)
๔. ขนมจีน ๒๐๐ ซาม
๕. อาหารมังสวิรัต ใต้แก้ว ข้าวต้มเจทรงเครื่อง+ข้าวผัดเผือก ๕๐๐ ที่
๖. เด็กกล้วยหอม ๑๖๐ ชิ้น
๗. เครื่องดื่มชงร้อนต่างๆ

### รายการที่ ๔-๖ บริจาคโดย

- คุณสมนต์ ตั้งตรงสิทธิกุล
- คุณเมียงนันทน์ ใจจงรักษ์
- คุณแม่กิมเตียง แซ่เตีย
- คุณสุณี แสงมณีทอง

## อาหารกลางวัน

- ก๋วยจั๊บ ๑๐๐ ที่ จากครอบครัวสมุทรรัตนกุล
- ก๋วยเตี๋ยวหลอด ๑๐๐ ที่ จากครอบครัวสมุทรรัตนกุล
- บะหมี่หมูแดง จากโรงงานบะหมี่ไผ่เขียว จำนวน ๑๐๐ ที่
- เฉาก๊วยน้ำแข็ง ๒๐๐ ที่ (โดยคุณชัชวาล สีไสวพร และครอบครัว)
- ขอขอบคุณคุณสุธาทิพย์ บริจาคเด็กกล้วยหอม ๒๐๐ ชิ้น

## ขอขอบคุณ

คุณเพิ่มพงศ์-ด.ช.เอกสิทธิ์ ธนพิพัฒน์สังจา และคุณสุวิภา กลินสุวรรณ บริจาคหัวเตาแก๊ส สำหรับบ้านกาแฟธรรมทาน จำนวน ๒ หัว

คุณวิชัย โพธิ์นทีไท บริจาคหม้อต้มน้ำร้อน ๑ ใบ

คุณภาครณัฐ รุจาธนนท์ และคุณพ่อจัตรา-คุณแม่บุญเลื่อม กลินสุวรรณ บริจาคหม้อต้มน้ำร้อน ๑ ใบ

กราบขอบพระคุณทุกท่านที่ช่วยบริจาคทรัพย์ และวัสดุอุปกรณ์ในการจัดสร้างห้องบันทึกล้างของชมรมกัลยาณธรรมจนสำเร็จลุล่วงตามเจตนารมณ์และความร่วมมือร่วมใจของทุกท่าน ชมรมกัลยาณธรรมรำลึกถึงพระคุณของทุกท่านไม่รู้ลืมและจะใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ส่วนรวมและพระศาสนาอย่างสูงสุด

## ชมรมกัลยาณธรรมขอขอบคุณกราบบูชาอาริยคุณ

- หลวงพ่อพระมหาวิบูลย์ พุทธานุจาณ จาก วัดโพธิ์คุณ ต.แม่ปะ อ.แม่สอด จ.ตาก
- ท่านอาจารย์ดร.สนอง วรอุไร
- ท่านอาจารย์ดร.อาจอง ชุมสาย ณ อยุธยา
- ท่านอาจารย์ดร.บรรจบ บรรณรุจิ
- ท่านอาจารย์กำพล ทองบุญคุ้ม

## ชมรมกัลยาณธรรมขอโน้มกราบอนุโมทนาบุญแก่ทุกๆ แร่กาย แร่ใจ แร่ศรัทธา สนับสนุนที่ทุกท่านมีต่องานเผยแผ่พระศาสนาอย่างต่อเนื่อง

ด้วยกำลังใจกำลังศรัทธาความสามัคคีของทุกๆ ท่าน ชมรมกัลยาณธรรมจึงยังยืนหยัดอยู่ได้ และก่อเกิดประโยชน์สันติสุขแก่สังคมและประเทศชาติอย่างต่อเนื่องและกว้างไกล

ขอโน้มกราบถวายอานิสสงส์ในบุญกุศลนี้แทนพระบาทของพระบรมศาสดา โนน้อมบูชาพระธรรมอันล้ำเลิศโน้มกราบบาทพระอรียสงส์ผู้ผ่านพ้น

ขอโน้มถวายอานิสสงส์บุญนี้ เป็นพระราชกุศลแด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และสมเด็จพระนางเจ้าพระบรมราชินีนาถ รวมทั้งพระบรมวงศานุวงศ์ทุกๆ พระองค์ พระผู้เป็นศูนย์รวมดวงใจของชาวไทยทุกคน

เพื่อสืบสานพระราชปณิธานของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวในวันทีเสด็จปฐมบรมราชาภิเษกความว่า

**“เราจะครองแผ่นดินโดยธรรม เพื่อประโยชน์สุขแห่งมหาชนชาวสยาม”**

บัดนี้ทุกท่านได้ร่วมกันสร้างมหากุศลอันยิ่งใหญ่คือ การให้ธรรมะเป็นทาน ซึ่งมีอานิสสงส์เหนือการให้ทั้งปวง คือมีอานิสสงส์สูงสุด ขอให้ทุกท่านตั้งเจตนาทั้งสามให้เป็นมหากุศลจิตตลอดไป

๑. ปุพพเจตนา (เจตนาก่อนจะให้)...ตั้งใจ
๒. ปุญจเจตนา (เจตนาขณะให้)...ตั้งใจ
๓. อปรเจตนา (เจตนาหลังจากให้แล้ว)...สบายใจ

สามองค์ประกอบนี้ช่วยให้ท่านอันบริสุทธิ์ของท่านมีผลมาก มีผลไปบุญ

ขอกราบอนุโมทนาบุญแด่ทุกท่าน และขอแบ่งปันบุญอันดีนี้ให้แก่กันและกัน แบ่งปันทั่วถึงสรรพสัตว์ทุกภพ ทุกภูมิ

ขอได้โปรดจงมาอนุโมทนาและรับผลบุญจงทั่วกันเทอญ

**พระพุทธเจ้าตรัสถึงอานิสสงส์ ของการให้ท่านบุคคล ให้ข้าว ชื่อว่า ให้กำลัง ให้ผ้า ชื่อว่า ให้วรรณะ ให้ยานพาหนะ ชื่อว่า ให้ความสุข ให้ประทีปโคมไฟ ชื่อว่า ให้แสงสว่าง ส่วนผู้ที่ให้ธรรมะ ชื่อว่า ให้มฤตธรรม**

ขอกราบขอขมา หากขาดตกชื่อและคณะใดไปโดยมิได้เจตนา ขอกราบอนุโมทนาในหยาตุน้ำใจทุกท่านอีกครั้งด้วยสำนึกในพระคุณอย่างยิ่ง

คณะทำงานชมรมกัลยาณธรรม



# บันทึกธรรม

ตอนที่ ๑

โดย สัตตบุษย์



ในทางโลก “ความตาย” อาจดูเหมือนการปิดฉากจบสิ้นแล้วสำหรับชีวิตๆ หนึ่ง แต่ในทางธรรมไม่ได้จบลงเพียงแค่นั้น เรายังคงต้องเกิดหรือเริ่มต้นชีวิตใหม่อีกครั้งหลังจากตายเพื่อไปยังภพภูมิใหม่ๆ ทันทีตามกระแสกรรมที่ทำไว้ในขณะเมื่อครั้งยังมีชีวิตอยู่ หมุนเวียนไปเป็นวัฏจักรแห่งกระแสการเวียนว่ายตายเกิดของสรรพชีวิตทั้งหลายภายใต้ “กฎของกรรม” ไม่มีวันจบสิ้นเช่นนี้ จนกว่าจะสามารถพัฒนาจิตให้เป็นอิสระเหนือสิ่งร้อยรัดทั้งปวงให้ได้ จึงจะหลุดไปจากวงจรทุกข์หรือพบกับอิสรภาพที่แท้จริง คือภาวะของการไม่ต้องเกิดอีก นั่นเอง

จากการค้นพบความจริงอันยิ่งใหญ่แห่งองค์พระศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า อันทรงคุณอนเนกอนันต์อย่างหาค่ามิได้ต่อสรรพชีวิต ในการนำพาชีวิตให้ก้าวหน้าเข้าไปสู่หนทางแห่งความหลุดพ้นจากวัฏฏะนี้ให้ได้ ผู้รู้ครูบาอาจารย์เคยชี้แนะว่า **จิตมีคุณลักษณะพิเศษประการหนึ่งคือ มักเลือกแต่สิ่งดีๆ ให้กับผู้เป็นเจ้าของ** และหากเรามีจิตที่ฉลาดพอก็ควรที่จะเลือกเดินไปบนเส้นทางแห่งความหลุดพ้นนี้ให้ได้ด้วยเช่นกัน เมื่อเราได้มองเห็นทุกข์และโทษของการเกิดเสียแล้ว

ด้วยเหตุที่ผู้เขียนเป็นคนช่างสงสัยและใฝ่รู้เรื่องวัฏจักรของชีวิต กฎของกรรม นรก สวรรค์ บาปบุญคุณโทษอันมีผลต่อผู้กระทำเหตุ ซึ่งมีจุดเริ่มต้นมาจากการอ่านเมื่อครั้งในวัยเยาว์ สัญญาความทรงจำต่างๆ ในเรื่องเหล่านั้นเองที่ทำให้เมื่อเหตุและปัจจัยถึงพร้อมในช่วงเวลาหนึ่งของชีวิต ได้มีโอกาสก้าวเข้ามา “ศึกษารธรรม” อย่างจริงจัง อันได้มาจากการอ่าน การฟัง และการน้อมนำมาปฏิบัติตามแนวทางของผู้รู้ครูอาจารย์ที่เคารพยิ่งหลายท่านที่ได้มีส่วนสำคัญทำให้ชีวิตผู้เขียนก้าวเข้ามาอยู่ในฐานะ “ผู้ศึกษารธรรม” อย่างเต็มตัว และเต็มใจเป็นที่สุด ยังมีอาจใช้คำว่า “ผู้ปฏิบัติธรรม” ได้อย่างชัดเจนเพราะตระหนักดีกว่า ตนนั้นยังเข้าไม่ถึงแก่นธรรมอย่างแท้จริง ถ้าเปรียบเป็นนกก็คงเหมือนลูกนกที่เริ่มจะหัดบินด้วยตนเองสักที (ทั้งที่รู้วิธีบินมา

นานแล้วจากการอ่าน การฟังและการคิดพิจารณา) แม้การฝึกหัด (เริ่มปฏิบัติ) ในครั้งนี้อาจต้องใช้เวลาอีกยาวนานข้ามภพข้ามชาติกันเลยทีเดียว แต่ก็ได้ทำให้รู้สึกท้อแท้หรือยอมพ่ายแพ้ให้กับระยะทางอีกยาวไกลที่จะต้องไปให้ถึงอิสรภาพสูงสุดของชีวิตในภพหนึ่งภพใดให้ได้

ด้วยความมุ่งมั่นในใจที่มีอยู่นี้ผู้เขียนจึงอธิษฐานจิตอยู่เสมอในเรื่องของการศึกษาฝึกหัดและปฏิบัติธรรมของตนให้อยู่บนพื้นฐานของ “สัมมาทิฐิ” ในแนวทางที่ถูกต้องและตรง ในการเรียนรู้สภาวะธรรมต่างๆ ก็ขอให้ความเข้าใจและเข้าถึงสภาวะธรรมถูกต้องได้โดยง่าย หากไม่รู้หรือปฏิบัติผิดแนวทางก็ขอให้มีโอกาสได้พบผู้รู้ครูอาจารย์มาชี้แนะแนวทางที่ถูกต้องและเข้าใจให้ลุล่วงสำเร็จด้วยดี

และแล้ววันหนึ่งเมื่อมีโอกาสได้สัมผัสกับธรรมะชั้นสูงจากการได้สนทนาธรรมกับท่านผู้รู้ครูอาจารย์ที่เคารพยิ่งท่านหนึ่ง บวกกับความสนใจใฝ่รู้เรื่องนี้เป็นพิเศษ จึงเกิดเป็น “บันทึกธรรม” ส่วนตัวรวบรวมเก็บข้อมูลไว้เพื่อให้ระลึกถึงคำสอนของครูบาอาจารย์ที่ท่านมีเมตตาชี้แนะแนวทางสั่งสอนอบรมจิตแก่ผู้เขียน หยิบขึ้นมาอ่านคราใดก็สามารถนำมาปรับใช้หรือแก้ปัญหาบางอย่างให้ชีวิตได้อย่างทันท่วงทีทุกคราไป สิ่งนี้นับเป็นสิ่งที่มีความสำคัญทางใจอย่างยิ่งสำหรับผู้เขียน สิ่งมีค่าอื่นใดก็มิอาจเทียบได้กับการได้มี “ธรรมะ” เป็นที่พึ่งพิงและยึดเหนี่ยวไว้กับจิตใจ ทำให้รู้สึกอุ่นใจและปลอดภัยอยู่เสมอแม้เมื่อต้องเผชิญกับ ความทุกข์ หรือแม้เมื่อขณะมีความสุขอยู่ก็ได้ทำให้หลงระเหิงเพลิดเพลिनจนลืมตัว ลืมสังขารของชีวิตไปเสียสิ้น เพราะธรรมะยังคงเตือนให้ระลึกอยู่เสมอว่า ในโลกนี้ไม่มีสิ่งใดเที่ยงแท้แน่นอน มันคง ไม่มีอะไรที่เป็นของเราจริงๆ และคงสภาพอยู่ใต้ถาวร ทุกสิ่งต้องมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เป็นนิจ ถ้ายังไม่ยอมรับความจริงนี้ เราก็คงทุกข์ไม่จบสิ้น



ผู้เขียนพิจารณาเห็นว่า ธรรมชาติต่างๆ ที่น้อมรับ  
มามีประโยชน์ต่อตนเองดังที่กล่าวมาข้างต้น จึงขอ  
นำบทที่ธรรมบางส่วนที่เหมาะสมกับการถ่ายทอดเรื่อง  
ราวโดยรวม มาเผยแพร่แก่บุคคลทั่วไปเพื่อประโยชน์  
ในการพัฒนาจิตหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เหมาะสม  
กับการดำเนินชีวิต เพื่อให้เกิดความสุขทางใจและ  
ความสุขในการอยู่ร่วมกันของคนในสังคมได้

## ใช้สติพัฒนาให้เกิดปัญญา

จุดเริ่มต้นที่สำคัญและเป็นสิ่งที่มีคุณค่ามหาศาล  
อันเป็นพื้นฐานของการฝึกหัดพัฒนาจิตและการดำเนิน  
ชีวิตของเราให้ถูกต้องและตรงได้ แต่ดูเหมือนคนส่วน  
ใหญ่มักจะละเลยและท่านผู้รู้ครูบาอาจารย์มักย้ำเตือน  
อยู่เสมอ คือ **“เรื่องของการมีสติ”** ท่านแนะนำว่าเพื่อให้  
เรามีสติที่เข้มแข็งและคมชัด เราควรหมั่นฝึกเจริญ  
สติอยู่เสมอทั้งในชีวิตประจำวัน คือสติในอินทริยสังวร  
หรือฝึกทำสมาธิอยู่เสมอๆ เพื่อให้จิตมีความตั้งมั่น  
และนำมาพัฒนาให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งได้ (สำหรับวิธี  
การฝึกเจริญสติในรูปแบบต่างๆ ควรศึกษาข้อมูลรายละเอียด  
เพิ่มเติมตามจริตของแต่ละบุคคล)

เมื่อจิตมีกำลังของสติดีแล้ว ในชีวิตประจำวัน  
หากเกิดผัสสะใดเข้ากระทบทาง ตา จมูก หู ลิ้น ใจ  
ของเรา ต้องรู้เท่าทันพิจารณาตามกฎไตรลักษณ์  
แล้วสามารถดับอารมณ์นั้นได้ทันที คือ ต้องรู้เท่าทัน  
สภาพตามความเป็นจริงของสิ่งที่เกิดขึ้นให้ได้ว่ามีเกิดขึ้น  
ตั้งอยู่และดับไปในที่สุดตามกฎไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง  
ทุกขัง อนัตตา ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติทางวิปัสสนา ให้เรา  
นำสติมาใช้ในการพัฒนาเพื่อให้เกิดปัญญาได้ และ  
หากเราปฏิบัติตนได้เช่นนี้ก็จะได้ชื่อว่า **“เป็นผู้มีสติ  
เป็นเครื่องคุ้มครองจิต”** จะทำสิ่งใดก็ไม่ผิดพลาดและ  
เป็นผู้มีกุศลจิตอยู่เสมอ

อาจกล่าวได้ว่าท่านผู้รู้ชี้แนะให้เรา **“สติ”** เป็น  
พื้นฐานของการดำเนินชีวิตในทุกกลมหายใจเลยก็ว่าได้  
สำหรับผู้เขียนแล้วไม่ใช่เรื่องง่ายเลยในการที่จะปฏิบัติ  
เช่นนี้ได้ตลอดเวลา แต่เมื่อพิจารณาดูแล้วก็ไม่ใช่เรื่อง  
ยากเกินกว่าที่เราจะฝึกหัดปฏิบัติ ไม่เช่นนั้นครูบา  
อาจารย์คงไม่แนะนำแนวทางให้เราพัฒนาและทำให้  
เห็นเป็นตัวอย่างอย่างแน่นอน อีกทั้งท่านยังย้ำเตือนว่า

“การฝึกสติต้องใช้เวลาและความเพียรอย่างต่อเนื่อง  
สม่ำเสมอจึงจะสัมฤทธิ์ผล ให้มีความตั้งใจฝึกหัด  
ปฏิบัติต่อไปเรื่อยๆ อย่าทำถอย”

## ออกไปทดสอบจิต

โดยส่วนตัวผู้เขียนเป็นคนที่มีชีวิตค่อนข้าง  
เรียบง่าย ชอบความสงบและรักสันโดษชอบใช้ชีวิตอยู่  
ที่บ้านมากกว่าการออกไปนอกบ้านเที่ยวเล่นหรืออยู่  
ในสังคมคนหมู่มากที่ไม่คุ้นเคย (ในบางสถานการณ์และ  
บางสถานที่) กิจกรรมที่ทำเวลาอยู่บ้านคือ ดูแลครอบครัว  
ทำงานบ้านเอง พักผ่อนด้วยการฟังวิทยุ ดูทีวีบ้าง ชอบ  
ดูแลต้นไม้ อ่านหนังสือ ศึกษาธรรม ที่บ้าน ตลอดจน  
ไปปฏิบัติธรรมที่วัดในวันสำคัญต่างๆ กับครอบครัว  
ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ทำอยู่อย่างสม่ำเสมอ เป็นคนที่มีเพื่อน  
มากก็จริง แต่ก็ไม่ค่อยชอบที่จะออกไปนัดพบของ  
กลุ่มเพื่อนหรืองานพบปะสังสรรค์ต่างๆ หากจำเป็น ก็  
มีไปบ้างเป็นครั้งคราว เพราะมีความรู้สึกกังวลคน  
หมู่มากในบางรูปแบบดูเหนื่อย มากคนก็มากเรื่อง และ  
ในบางครั้งยังต้องพบเจอกับสิ่งแปลกปลอมบางอย่าง  
ทางความรู้สึกในการปฏิสัมพันธ์กับคนรอบๆตัวอีกด้วย

ซึ่งในเรื่องนี้ท่านผู้รู้ได้ชี้แนะว่า การชอบอยู่อย่าง  
สงบและสันโดษไม่ใช่เรื่องผิด เป็นอนุสัยที่เคยสั่งสม  
มาอย่างนั้นแต่ถ้าฝึกดีในการฝึกจิตต้องมีการได้ทดสอบ  
จิตอยู่เสมอๆ ด้วยการออกไปสู่สังคมภายนอก หรือ  
สิ่งแวดล้อมภายนอก อาจดูเหนื่อยแต่เท่ากับเป็นการ  
ได้ทดสอบจิตใจของตนเองมากกว่าการอยู่คนเดียว  
ผู้เขียนพิจารณาเห็นว่าจริงเนื่องจากขณะที่อยู่กับตนเอง  
ลำพังนั้นอาจดูเหมือนไม่เหนื่อย และมีความสุขสงบ  
กับกิจกรรมที่ทำอยู่ นั่นเป็นเพราะเรายังไม่มีสิ่งใดเข้า  
มากระทบให้เกิดการปรุงแต่งอารมณ์ของจิตขึ้น ผู้เขียน  
เคยหลงเข้าใจผิด คิดว่าการพัฒนาจิตคงทำได้ดีขึ้น  
เพราะไม่ได้เกิดความคิดฟุ้งซ่านอะไรเมื่อต้องอยู่คน  
เดียว ไม่เคยเหงา เบื่อ หรือรู้สึกกลัวอย่างที่บางคนเป็น  
ต่อเมื่อได้ปฏิบัติตามคำแนะนำนี้การทดสอบจิตจึงเกิด  
ขึ้น ซึ่งทำให้ค้นพบว่า การประเมินผลการพัฒนาจิตของ  
ตนนั้นล้มเหลวและยังสอบไม่ผ่าน ยังต้องมีการฝึกหัด  
ในเรื่องการเจริญสติให้มีความกล้ามากกว่าเดิม เพื่อต่อสู้อับ  
มือกับสิ่งที่น่าพอใจและไม่น่าพอใจภายนอก ทำให้  
บอกกับตนเองว่าแม้เราจะทำได้หรือไม่ได้บ้างก็ต้องไม่



ห้อยที่จะฝึกหัดปฏิบัติต่อไป ดีกว่าที่จะยอมแพ้แล้วไม่ทำอะไรเลย และยังได้เห็นว่าการฝึกหัดปฏิบัติธรรม คือ การทวนกระแสกิเลสอย่างแท้จริง

การมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมภายนอกหรืออยู่ในที่มีคนหมู่มาก ท่านผู้รู้เมตตาสอนผู้เขียนว่าให้ **“เอาปากไว้ที่ใจ”** ซึ่งช่วงเป็นสิ่งที่ตรงข้ามกับผู้เขียนเสียนี้กระไรที่มักเอาใจไว้ที่ปาก คิดอย่างไรก็พูดอย่างนั้น ท่านอธิบายต่อว่าการเอาปากไว้ที่ใจ คนที่ทำได้ต้องมี **“สติที่มีกำลัง”** ถ้าจะพูดอะไรออกไปต้องมีสติก่อนจึงพูด ไม่ทำให้ใครเสียหายไม่วิพากษ์ผู้อื่น เป็นเรื่องของเขาและไม่ตัดสินคนอื่นว่าถูกหรือผิด อย่าตัดสินผู้อื่นเพียงแค่เห็นในระยะเวลาสั้นๆ เพราะสำหรับปุถุชนคนทั่วไปแล้วมีทั้งดีและไม่ดีอยู่ในตัวเองเป็นธรรมดา

สิ่งที่ควรทำคือ **ให้เราพิจารณาสิ่งที่อยู่ในจิตเรา** เมื่อเกิดเหตุการณ์อะไรขึ้นก็ทำตามให้พิจารณาตัวเองก่อน (ก่อนจะพิจารณาคนอื่น) ว่าเราบกพร่องตรงไหนแล้วจึงแก้ไขแต่อย่าเพิ่งโทษตนเองเพราะเป็นมิจฉาทิฐิ และอย่าคิดว่าเราไม่ดีพอซึ่งเป็นการตั้งโปรแกรมจิตที่ผิดให้คิดเสียใหม่ว่า **“เราดียังไม่พอต้องพัฒนาต่อไป”** คำชี้แนะนี้ทำให้ผู้เขียนรู้สึกมีกำลังใจและมองเห็นคุณค่าในตัวเองชัดเจนขึ้นในเวลาเดียวกัน ไม่เช่นนั้นนั้นก็คงหลงเพ่งโทษตนเองอยู่ร่ำไปเมื่อเกิดความผิดพลาดอะไรขึ้น

## สติกับการทำงาน

ครั้งหนึ่งผู้เขียนมีโอกาสได้มีส่วนร่วมเป็นเจ้าของภาพในการจัดงานบรรยายธรรมแก่สาธารณชนเกิดปัญหาและอุปสรรคความยุ่งยากหลายประการ ระหว่างทำงานจึงได้พิจารณาถึงจุดประสงค์ของการจัดงานและจิตใจของตนเองไปด้วยในขณะเดียวกันว่า เรากำลังร่วมจัดธรรมทานเป็นสาธารณประโยชน์อยู่ แต่เหตุใดจิตใจจึงดูสับสนวุ่นวาย มีทั้งความวิตกกังวลว่าจะไม่สำเร็จและอื่นๆ หากความสงบไม่ได้เลย พิจารณาเห็นดังนี้แล้วจึงขอโอกาสท่านผู้รู้ครูอาจารย์ช่วยชี้แนะหลักธรรมที่จะนำไปใช้ในการปฏิบัติงาน เพื่อหลีกเลี่ยงการเกิดอกุศลกรรมในการทำงานทั้งกับตนเองและผู้อื่น

ท่านเมตตาแนะนำว่า ให้ใช้ตัวสติและปัญญาตามหลักของมหาสติปัฏฐาน ๔ พิจารณาให้เห็นตาม

ความเป็นจริงตามเหตุและปัจจัยของมัน รู้เท่าทันมันและไม่นำมาปรุงแต่งเป็นอารมณ์จิต เพราะทุกสิ่งที่เกิดขึ้นอยู่ในกฎไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาทั้งสิ้น ให้พิจารณาอย่างนี้ทั้งในการดำเนินชีวิตและการทำงาน ในการทำงานให้ใช้หลักของเหตุและผล คุยกับผู้ร่วมปฏิบัติงานและจบลงตรงนั้น อย่าใช้อารมณ์เข้าร่วมด้วยเพราะจะทำให้ขาดสติและมีอกุศลกรรมติดค้างอยู่ในจิต เรามีความเป็นตัวของตัวเองได้ในการทำงาน ซึ่งความเป็นตัวของตัวเองนี้ คือ ความมีอิสระทางปัญญาไม่ให้ผู้อื่นชี้นำและต้องเป็นความคิดหรือปัญญาที่อยู่บนพื้นฐานของสัมมาทิฐิไม่ใช่ช้อยอยู่บนพื้นฐานของโมหะหรือความหลง ตรงนี้สำคัญมาก เพราะถ้าหากเราได้ปฏิบัติงานหรือเป็นผู้นำคนจำนวนมากแล้วมีปัญหาความคิดที่อยู่บนพื้นฐานของโมหะหรือความหลง ก็เท่ากับเรานำพาคนหมู่มากให้หลงไปกับเราในทางที่ผิดด้วย จุดนี้ต้องระวังเพราะเกิดกรรมหนักมากกับกรรมแบบนี้

เกี่ยวกับเรื่องความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นในการทำงาน สามารถแก้ไขได้โดยใช้ **“สติอยู่กับปัจจุบัน”** เท่านั้น แต่ถ้าสติอ่อนจะทำได้ไม่เลย (นี่เท่ากับผู้เขียนต้องเริ่มต้นกลับไปนับหนึ่งใหม่ให้กับสติตนเองอีกครั้ง) และเมื่อน้อมนำคำสอนไปปฏิบัติ พบว่าจิตใจและความรู้สึกเป็นปกติดีอีกครั้งแม้กระทั่งเมื่อถึงวันจัดงานบรรยายธรรมจะพบทั้งปัญหาที่ต้องแก้ไขหรือเรื่องที่น่าชื่นชมยินดีเปรียบเสมือนได้รับทั้งก้อนอิฐและดอกไม้ในเวลาเดียวกัน แต่ใจของผู้เขียนก็ไม่ได้วิ่งไปตามเหตุเหล่านั้นๆ ยังคงปฏิบัติหน้าที่ไปตามปกติจวบจนงานทุกอย่างเสร็จสิ้นลงอย่างเรียบร้อยด้วยใจที่เป็นปกติ

(โปรดติดตามต่อในฉบับหน้า)

● **ทางลัดสู่โสดาบัน** ●

<b>ให้ตั้งจิต</b>	ที่จะละชั่ว-ทำดีให้ได้ก่อน
<b>ให้ขจัด</b>	ความทุกข์และโทษนั้นที่ซ่อนไว้
<b>ให้ทำลาย</b>	ความรู้สึกชอบใจ-ไม่ชอบใจให้น้อยลง
<b>ให้ละ</b>	ความฟุ้งเฟ้อ-แข็งกร้าวที่มีอยู่
<b>ให้สลาย</b>	ความรู้สึกที่ไม่ดีทั้งหมดให้สิ้นไป
<b>ให้ฝึกตน</b>	ให้มีใจกรุณาอย่างแท้จริง
<b>ให้รู้จัก</b>	ทำจิตใจให้สงบก็จบกัน

คติธรรมจากหลวงพ่อบุญ วัดไร่โรวงัว



# คนที่ มีความสุข ที่สุดในโลก...

## คนที่มีความสุขที่สุดในโลก

คนที่มีความสุขที่สุดในโลก ไม่ใช่คนที่ร่ำรวย  
คนที่มีความสุขที่สุดในโลก ไม่ใช่คนที่ประสบความสำเร็จ  
แต่คนที่มีความสุขที่สุดในโลกคือ คนที่มีความสบายใจเท่านั้นเอง  
และความหมายของความสบายใจ คือ

- หนึ่ง เต็มใจด้วยความเชื่อมั่น เชื่อว่าคุณมีดี คุณน่าจะคบหา และคุณทำได้
- สอง รู้จักตัวเอง ยอมรับในข้อบกพร่องของตัวเอง และพร้อมจะปรับปรุงเสมอ
- สาม ไม่ถือดี ถ้าวันวานคุณเคยทำผิดพลาด คุณก็ยินยอมเปลี่ยนแปลง และรับฟังคนอื่น
- สี่ เห็นค่าของตัวเอง คุณไม่คิดว่าตัวเองช่างไร้ค่า คุณจึงมีความสุขในใจเสมอ
- ห้า ระวังความทุกข์ เมื่อรู้ว่าว่าตกลงไปในความทุกข์ คุณก็รีบหาทางหลุดพ้น ไม่จมอยู่กับมัน
- หก กล้าหาญเสมอ คุณกล้าเปลี่ยนแปลงและกล้ารับมือกับสิ่งแปลกใหม่ หรือปัญหาต่างๆ
- เจ็ด มีความฝัน เมื่อชีวิตมีจุดหมาย คุณก็จะเดินไปบนถนนชีวิตอย่างมีความหวัง ไม่เลือนลอย
- แปด มีน้ำใจอาทร คุณพบความสุขในใจเสมอ ถ้าเป็นผู้ให้แก่ผู้อื่นโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน
- เก้า หนักใจตัวเอง ไม่ดูถูกตัวเองด้วยการลดคุณค่าและทำในสิ่งที่เสื่อมเสียต่อตัวเอง
- สิบ เต็มสีสัน สร้างรอยยิ้มให้ชีวิตของคุณและคนรอบข้าง รู้จักหยอกล้อคนอื่น ๆ และตัวเองด้วย



## ความสุขนั้นคือพอใจกับวิถีชีวิตของตัวเอง

และวางฝันของตัวเองตามกำลังที่ตนทำได้

การได้รับวัตถุและความสำเร็จในหน้าที่การงาน

ทำให้คุณพึงพอใจและยกระดับฐานะของคุณเท่านั้น

เป็นการสร้างเสริมความสุขเพียงภายนอก

และมันมิได้อยู่กับคุณอย่างมั่นคงถาวรตลอดไป

เพราะคนเรานั้นย่อมมีความต้องการเพิ่มขึ้นเสมอไม่มีวันหยุดนิ่ง

ความสุขที่แท้จริงเกิดจากข้างในจิตใจของคนเรา

และถ้าจิตใจของคุณไม่ว่าง

เต็มไปด้วยอารมณ์อันตรรายต่างๆ ความสุขก็จะเกิดขึ้นได้ยากยิ่ง

เพราะความสุขนั้นมักเกิดขึ้นท่ามกลางความสงบเสมอ

ชีวิตของคนเรานั้นไม่ยืนยาวนัก

คุณสามารถหาความสุขให้ตัวเองได้ตั้งแต่เดี๋ยวนี้

ไม่ต้องมุ่งหวังยามแก่เฒ่า

ค่อยอยู่อย่างสงบสุขอย่างที่หลายคนเชื่อกัน

เชื่อเถอะ เราจะสามารถมีความสุขที่สุดในโลกได้ ในตอนนี้

ถ้าเราเริ่มจากตัวเราเอง !!!



### ข่าวประชาสัมพันธ์จากชมรมกัลยาณธรรม

- ขอเชิญท่านสาธุชนติดตามรับฟังรายการวิทยุ “ส่องโลก - ส่องธรรม” ออกอากาศทุกเช้า วันเสาร์ เวลา ๐๕.๓๐ น. - ๐๖.๓๐ น. ทางสถานีวิทยุพุทธทวารอากาศ ๐๑ มินบุรี AM ๙๔๕ KHz ดำเนินรายการโดย ท่านอาจารย์มนตรี จตุรภัทร
- ชมรมกัลยาณธรรมแจกลือธรรมบรรณาการทุกๆ เดือน ติดตามข้อมูลได้จากเว็บไซต์ กัลยาณธรรม ([www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)) หรือโทรสอบถามข้อมูลได้ที่ชมรม กัลยาณธรรม โทร. ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓
- ห้องสมุดหรือสถาบันการศึกษาใด ที่มีความประสงค์จะรับสื่อธรรมะเพื่อเป็นความรู้แก่สมาชิกในสถาบัน กรุณาทำจดหมายแจ้งความจำนงขอสื่อธรรมะต่างๆ มายังชมรม กัลยาณธรรม ทางชมรมจะพิจารณาจัดให้ตามความเหมาะสม
- ท่านสาธุชนผู้สนใจร่วมเป็นเจ้าของภาพในการเผยแพร่ธรรม หรือจัดพิมพ์หนังสือธรรมะ กรุณาโอนเงินเข้าบัญชีของชมรมชื่อบัญชี **อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ บัญชีออมทรัพย์ ธนาคารกรุงเทพ สาขาสมุทรปราการ เลขที่บัญชี ๑๕๕-๗๐๐-๘๒๒๒ (โทรสาร ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓)**
- ขอเชิญทุกท่านร่วมเป็นเจ้าของในงานแสดงธรรม วันอาทิตย์ที่ ๖ กรกฎาคม ที่จะถึงนี้ ตามกำลังศรัทธา เพื่อสนับสนุนกิจกรรมอันเป็นประโยชน์แก่สังคม และพระศาสนาสืบไป

ขอกราบอนุโมทนาบุญท่านผู้มีจิตกุศลทุกท่าน



# กว่าจะถึงวันนั้น

พักเหนื่อยกันได้ไม่กี่ราตรี ก็แลไปข้างหน้า ถึงภารกิจของพวกเขาแนวหลังทางธรรม ซึ่งจะจัดขึ้นที่หอประชุมใหญ่และหอประชุมเล็ก มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (ทั้งสองหอรวมกัน) โดยมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์เป็นเจ้าภาพร่วมกับชมรมกัลยาณธรรม

*ทำไมต้องธรรมศาสตร์?* หลายคนอาจไม่เข้าใจคิดว่าเกิดจากเหตุที่เจ้าภาพเดิมคือมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ไม่ให้การสนับสนุนแล้วหรืออย่างไร หรือคิดราคาค่าหอประชุมแพงหูฉี่ จนทางชมรมฯ ต้องย้ายที่จัดงานอย่างกระทันหัน

วันนี้ขอเปิดใจเฉลยข้อเท็จจริง เพื่อให้เกิดความเป็นธรรมแก่ทุกท่านที่เกี่ยวข้อง กล่าวคือ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ไม่เคยคิดค่าเช่าหอประชุมหรือค่าใช้จ่ายอื่นๆ จากทางชมรมกัลยาณธรรมเลยสักบาทเดียว (ทั้งที่จัดงานที่นี้มาแล้วถึง ๕ ครั้ง) ด้วยความกรุณาท่านอธิการบดี (ผศ.เฉลิม มัติโก) และท่านรองอธิการบดีฝ่ายบริหาร (ผศ.อนุใจ ลิมตระกูล) ซึ่งเป็นผู้บริหารที่พิถีพิถันขมาเสมอในทุกครั้งที่ชมรมฯ จัดงานได้รับความกรุณาและความร่วมมือร่วมใจเป็นหนึ่งเดียวแห่งพลังสามัคคีรวมทั้งความเสียสละของทุกท่านในบพิตรพิมุขมาเสมอนี้มาโดยตลอด จนยากจะตอบแทนความเมตตาและความเสียสละของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ได้หมดสิ้น

ในการจัดงานครั้งต่อไปที่จะมีขึ้นในวันอาทิตย์ที่ ๖ กรกฎาคม ๒๕๕๑ ทางมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพก็ยังมีเมตตาอ้าแขนรับชมรมกัลยาณธรรมด้วยศรัทธาอันอบอุ่นเสมอต้นเสมอปลาย แต่ด้วยเหตุที่ทางมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โดยท่านผู้อำนวยการ

สำนักเสริมศึกษาและบริการสังคม (ดร.กำพล รุจิวิชัย) ได้กรุณาเอ่ยปากเชิญให้ชมรมกัลยาณธรรมมาร่วมกันจัดงานมหากุศลนี้กับมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์โดยท่านได้เรียนท่านอธิการบดี (ดร.สุพล นิธิไกรพจน์) ให้รับทราบและจัดร่วมกับชมรมฯ ในนามของมหาวิทยาลัย อีกทั้งยังกรุณาจองหอประชุมธรรมศาสตร์ไว้ให้ทั้งหอประชุมใหญ่และหอประชุมเล็ก เพื่อให้ชมรมกัลยาณธรรมได้มีโอกาสสร้างประวัติศาสตร์ทางธรรมร่วมกับมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์อีกครั้ง

ชมรมกัลยาณธรรมขอกราบขอบพระคุณท่านผู้บริหาร ทั้งมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ และมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ที่ได้ให้ความกรุณาและเห็นคุณค่าของงานเผยแผ่ธรรมเป็นธรรมทาน เพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พวกเราจะตั้งใจทำหน้าที่ของแนวหลังธรรมให้ดีที่สุด ไม่เห็นแก่ความเหน็ดเหนื่อย และไม่หวังสิ่งใดตอบแทน ขอเพียงแต่ได้ทำหน้าที่ของพุทธบริษัทที่ดี เป็นพสกนิกรที่ดีและเป็นผู้ไม่ทอดถอนใจในการมอบสิ่งที่ดีให้แก่ผู้อื่นดังพุทธพจน์ที่ว่า **“สัพพทานัง ธัมมทานัง ชินาติ”** การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง

หอประชุมใหญ่และหอประชุมเล็กมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ จุ้ได้รวมประมาณ ๓,๐๐๐ คน เพื่อเสริมได้อีกประมาณ ๓๐๐ คน ดังนั้นท่านต้องลงทะเบียนล่วงหน้ากันแต่เนิ่นๆ สำหรับองค์บรรยายที่มาให้ปัญญาเป็นทานในครั้งนี้ มีถึง ๔ ท่าน ดังจะกล่าวย่อๆ คือองค์แรกคือ **หลวงพ่อสุรศักดิ์ เขมรังสี** จากสำนักปฏิบัติกรรมฐานวัดมเหยงคณ์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ซึ่งเป็นองค์ครูบาอาจารย์ พระวิปัสสนาจารย์ ของยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย ท่านจะมาแสดงธรรมเรื่อง **เคล็ดลับดับทุกข์** อย่าพลาดฟัง



ท่านต่อไปคือท่านอาจารย์ **ดร.สนอง วรไธโร** ที่ปรึกษาของชมรมกัลยาณธรรม คงไม่ต้องกล่าวแนะนำถึงความเมตตาของท่านที่มีอย่างเสมอต้นเสมอปลายในเส้นทางธรรม ในงานนี้ท่านจะบรรยายเรื่อง **“ถึงโสดาบันในชาตินี้”** จะถึงได้อย่างไรขอให้ติดตามฟังกันเอง พักรับประทานอาหารกลางวันแล้ว มาพบกับองค์บรรยายที่เป็นฆราวาสอีกท่าน เป็นวิศวกรหนุ่มที่ประสบความสำเร็จในอาชีพการงาน แต่ไม่ลืมหน้าที่หลักของความเป็นมนุษย์ คือศึกษาและเข้าถึงธรรมะของพระพุทธเจ้า ท่านคือ **อาจารย์สุภีร์ ทุมทอง** จะมาบรรยายเรื่อง **“ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน”** ไม่ขอโฆษณา แต่ทำให้มาฟังด้วยตนเอง

องค์สุดท้าย ไม่ธรรมดาเลยที่ชมรมกัลยาณธรรมสามารถกราบนิมนต์ท่านมาได้ นับว่าเป็นบุญกุศลอย่างสูง ที่จะได้ฟังธรรมเทศนาของพระอริยสงฆ์องค์สำคัญอีกองค์หนึ่ง คือ **หลวงพ่อคำเขียน สุวัฒน์** ท่านเมตตา

เดินทางมาจากวัดป่าสุคะโต จ.ชัยภูมิ เพื่อมาโปรดพวกเราในงานนี้จะเทศนาธรรมเรื่อง **“ศิลปะการรู้ซื่อๆ”** ใครรู้จักหลวงพ่อกุญแจก็คงทราบว่าหลวงพ่อคำเขียนคือศิษย์องค์สำคัญของท่าน ท่านจะได้ฟัง ได้สัมผัสถึงความเมตตาของครูบาอาจารย์ ที่ต้องมาสัมผัสด้วยตัวท่านเอง

นอกจากนี้ เรายังรับบริจาคสิ่งของเครื่องยังชีพไปช่วยเหลือชุมชนวัดพระบาทน้ำพุเหมือนเดิม มีอาหารเข้าอาหารกลางวัน และมอบธรรมบรรยายไว้เป็นของขวัญทางปัญญาแก่ทุกท่านด้วยความเมตตาเหมือนเดิม อย่าลืมเตรียมสังฆทานถวายพระอาจารย์ด้วยละ

คุยกันแล้วก็อยากจะทำให้ถึงวันนั้นเร็วๆ ต้องอดใจรออีกนิดนะ ขอเวลาเตรียมความพร้อมให้ดีที่สุด ชมรมกัลยาณธรรม....เราไม่กล้าทำให้ท่านผิดหวังอยู่แล้ว

### มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ กำแพงจันทร์

**พื้นที่บริเวณมหาวิทยาลัย**

1. คณะนิติศาสตร์	8. ตึกโดม	16. อาคารหอสมุดเดิม 5 ชั้น	20. สนามปริทัศน์ พนมยงค์
2. คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี	9. สนามโดม	17. สำนักหอสมุด	21. หอพระ "พระพุทธธรรมวิจิตรศาสนา"
3. คณะรัฐศาสตร์	10. อาคารอเนกประสงค์	18. อาคารรวมศาสตร์ 60 ปี (อาคารเอนกประสงค์ 2)	22. สวนประติมากรรมกำแพงประวัติศาสตร์ (สวนประติมากรรม)
4. คณะเศรษฐศาสตร์	11. ศูนย์หนังสือ มธ.	- ห้องอาหารโดมพระจันทร์ ชั้น 2	23. โรงอาหารคณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์
5. คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ และคณะสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา	12. สนามโพธิ์	- สหกรณ์ออมทรัพย์ มธ. ชั้นใต้ดิน	24. หอประชุมมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
6. คณะศิลปศาสตร์	13. สถาบันภาษา	19. สนามกำแพงวังหน้า	25. หอประชุมศรีบูรพา
7. คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน	14. อาคารกิจกรรมนักศึกษา	15. อาคารอิมเนี่ยม	

จัดทำโดย งานประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์



# ไม่ลืมบพิตรพิมุข มหาเมฆ

บันทึกความทรงจำ ๑๖ มีนาคม ๒๕๕๑

งานแสดงธรรม-ปฏิบัติธรรมครั้งที่๑๐ ของ ชมรมกัลยาณธรรม ซึ่งจัดขึ้นอีกครั้งที่มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล บพิตรพิมุข มหาเมฆ เตรียมงานกันมาอย่างต่อเนื่องยาวนาน วันเสาร์ที่ ๑๕ มีการขนข้าวของของ จัดเตรียมสถานที่อย่างคับคั่งคึกคัก ทีมงานต่างๆเข้ามาประชุมเตรียมความพร้อมของเหล่าอาสาสมัครธรรมะบริการ ทุกคนทำการบ้านอย่างเต็มที่ ทำให้ดีที่สุด ในหน้าที่ที่ตนรับผิดชอบ

เช้ามีวันที่ ๑๖ มีนา ทีมกองอำนวยความสะดวกประจำการก่อนใคร ไม่นับคุณชีพและน้องวัน ที่อาสา นอนเฝ้ากองสมบัติทั้งคืน ก่อนตีห้า ก็ได้พบญาติโยมกลุ่มแรกที่มาจากชัยภูมิเป็นแชมป์มาเข้าที่ต้องมอบโล่รางวัลให้สักที

รอบเช้ามีข้าวไข่เจียวทีมพี่เลี้ยงเจ้าเก่า มาเจียวกัน ร้อนๆ หอม หอมน่ารับประทาน ผัดหมีเจ ข้าวราดแกง ก็มี ส่วนโจ๊กหม้อดินจากคุณไก่ผู้ใจบุญ แม้จะหลงทาง เสียเวลาไปบ้าง แต่เมื่อมาถึงก็ก็เป็นแถวที่ยาวกว่าใคร พรีรับเดียวหมดเลย

ร้านหนังสือเปิดบริการก่อน ๖ โมงเช้า แต่ที่เป็นขวัญใจยามเช้าตรู่นี้คงไม่มีใครเกิน กาแฟและโอวัลติน

ที่ชาวกัลยาณธรรมจัดให้ตามนโยบายของพี่ชาญ หัวหน้าทีมหน้าเดิมของเรา

ด้านนอกมหาวิทยาลัยก็มีผู้คนคับคั่ง ในบริเวณที่จอดรถในกองพันทหารสื่อสารที่ ๑ รักษาพระองค์ ทีมบริการของคุณชีพปฏิบัติงานอย่างแข็งขัน อาศัยรถสองแถวจากพี่ชัชวาล และรถของคุณหมู ช่วยกันขนคนพบธรรมแต่เช้าตรู่ คนที่ได้บุญไม่แพ้ใครคือ **พลตรี ฤทธิ์ชัย เกาทอง** ผู้มีบารมีประสานเรื่องที่จอดรถให้ ทำให้ปัญหาเรื่องที่จอดรถคลี่คลายไปได้พอสมควร ขอกราบขอบพระคุณไว้ ณ ที่นี้

ในบริเวณงาน นอกจากร้านหนังสือของชมรมกัลยาณธรรม ก็มีร้านผลงานธรรมของชมรมเพื่อนคุณธรรม ร้านใส่กรอกอ้อยของมหาวิทยาลัยเอง ซึ่งขายต้นไม้ทำเงินช่วยเหลือวัดพระบาทน้ำพุด้วย และยังมีเต็นท์รับบริจาคสิ่งของให้วัดพระบาทน้ำพุซึ่งยังเป็นขวัญใจคนยากเหมือนเดิม นอกจากนี้ก็มีเต็นท์รับสมัครสมาชิก และเต็นท์ประชาสัมพันธ์ที่พี่อู๋และน้องหน่องเป็นโฆษกช่วงเช้า และน้องแอนนี่และน้องหอมวยรับหน้าที่ภาคกลางวัน มีพี่ๆ พยาบาลจากโรงพยาบาลสมุทรปราการพร้อมรถพยาบาลมาให้บริการตรวจสุขภาพแก่ทุกท่านอย่างมีเมตตา น่าประทับใจยิ่ง



ท่านที่มาถึงงาน หากลงทะเบียนล่วงหน้าทางไปรษณีย์ไว้แล้วก็เชิญมาติดสติ๊กเกอร์เลขที่นั่งได้เลย พี่รัตน์และพี่วัชร พร้อมทีมงานยินดีต้อนรับ และหากท่านมาลงทะเบียนที่หน้างานท่านก็จะได้พบพี่ฤทธิและทีมกว่า ๓๐ ชีวิตรอต้อนรับท่านอยู่ที่เด่นท์แรกสุด เรามีรถสุขาบริการถึง ๓ คัน รับรองความสะดวกทุกท่าน

ทานอาหารเข้ากันอิ่มหน้าสำราญแล้ว ทีมต้อนรับของคุณดุสิตและเพื่อนๆ คุณวิทย์และคณะก็รอต้อนรับท่านอยู่ น้องเซซุ้รับหน้าที่โฆษกไฟแรงในโซนติ๊กหอประชุม เสียงดีไม่มีตก แยกรับเชิญเมื่อเข้ามาในบริเวณงานก็จะได้พบกับทีมนางฟ้าก้อย นางฟ้าน้อย ซึ่งจะประสานส่งต่อมายังทีมนางฟ้าเอ ที่รอรับอยู่ในห้องประชุม เมื่อท่านผ่านเข้าห้องประชุมมาแล้วจะได้พบกับน้องๆ นักศึกษาน่ารัก จากมหาวิทยาลัยสยามรอต้อนรับทุกท่าน นำทีมโดยนางฟ้าเบญจวรรณอบอุ้นด้วยไมตรี สميعยรติสมนามชาวภัลยาณธรรม

อาจารย์ **ดร.อาจง ชุมสาย ณ อยุธยา** เดินทางมาถึงบริเวณงานเกือบ ๐๘.๒๕ น. เสียงพายุกระซิบส่งเสียงสื่อสารกันมาเป็นทอดๆ ให้บนห้องประชุมได้รับทราบ เป็นสัญญาณเตือนว่า ได้เวลาเปิดงานแล้ว

ก่อนหน้านั้นราว ๐๗.๓๐ น. **คุณฮาร์ท (สุทธิพงษ์ ทัตพิทักษ์กุล)** มาถึงบริเวณงานด้วยจักรยานคู่ชีพในชุดกีฬาขาสั้นและรองเท้าแตะ มาถึงแล้วจึงมาแปลงกายเป็นสูทหล่อที่หลังเวที ช่วยเป็นพิธีกรในพิธีเปิดจนจบช่วงแรกของงานตอนเพล นอกจากนี้ไม่ยอมรับค่าแรงยังมีศรัทธาร่วมทำบุญกับชมรมภัลยาณธรรมด้วย



ความประทับใจที่เห็นพวกเราตั้งใจทำงานกันแข่งขันเสียสละสามัคคี เขาเป็นพิธีกรแนวหน้าของเมืองไทยที่หาคว่างยากมาก แต่น้ำใจที่เขามอบให้ชมรมฯ ทำให้ประทับใจจนยากจะกล่าวบรรยาย

ได้เวลา ๐๘.๓๐ น. ท่านรองอธิการบดีฝ่ายบริหาร **ผศ.อุ๋นใจ ลิมตระกูล** กล่าวเปิดงานแทนท่านอธิการบดี ซึ่งติดภารกิจ โดยประธานชมรมภัลยาณธรรมกล่าวรายงานตามติดด้วยการแสดงธรรมในช่วงแรก เป็นการเสวนาธรรมจาก ๓ อาจารย์ ๓ ดีออกเตอร์ ได้แก่ อาจารย์ **ดร.สนอง วรอุไร** และอาจารย์ **ดร.อาจง ชุมสาย ณ อยุธยา** โดยท่านอาจารย์ **ดร.บรรจบ บรรณรุจิ** เป็นผู้ดำเนินการเสวนา ในหัวข้อ **อาณาภาพหลังจิต** งานนี้เรียกว่าห้ามกะพริบตาจริงๆ น่าจะยี้ดเวลาเป็น ๓ ชั่วโมง เป็นอย่างน้อย หาโอกาสยากนักที่สามปราชญ์ผู้ทรงธรรมจะมานั่งบนเวทีพร้อมกันเช่นนี้ ท่านยังให้ธรรมะได้ไม่เต็มที ก็หมดเวลาเสียแล้ว คุณฮาร์ทถามคำถามได้แค่ครึ่งชั่วโมง มีคำถามเหลืออยู่อีกนับ ๑๐๐ ข้อ คงต้องติดตามในหนังสือสนทนาภาษาธรรมเล่ม ๑๐ ต่อไป

ก่อนจบรายการท่านอาจารย์ ดร.สนอง ให้เกียรติที่ท่านอาจารย์ ดร.อาจง นำเจริญสติตามแนวทางของโรงเรียนสัตยาไส ทุกคนประทับใจ สะอาด สว่าง สงบจริงๆ สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

พักทานอาหารกลางวันตอนเพล ด้วยอาหารหลากหลายอิมหนาสำราญไปตามๆ กัน ในส่วนของแขกรับเชิญท่านต้องไปทานกันที่ชั้น ๒ ซึ่งมีพี่วัชรกับพี่สุกัญญา เป็นพ่อบ้านแม่บ้านดูแลทั้งทีมงานและแขกเหรื่อจนเหงื่อตก วันนี้เราให้เค้าแก่มาเป็นบอยตัวจริง







เมื่อวานเธอยังเอารถบรรทุกหกล้อมาช่วยขนแผงกันจราจร (ขับเองด้วย) ส่วนของที่ทีมงานอาสาสมัครก็มีอาหารเหลือเพื่อ ไม่ต้องอดเหมือนมือเช้า (บางคน) ทั้งขนมจีน ก๋วยเตี๋ยว บะหมี่ข้าวกล่องมากมาย

จุดรับบริจาคเงินคумการคลังโดยพี่สมจิตต์เจ้าเก่า พาอาาม่ามาเป็นหัวหน้าทีมอีกที ท่านอายุมากแล้วแต่สนุกทำงานจนลืมเหนื่อย ร้องประกาศทางโทรโข่งช่วยที่จุดแลกเงินก็สนุก และไปช่วยเขาลวกบะหมี่ก็เอาด้วย ได้ข่าวว่ากลับถึงบ้านก็หลับปุ๋ยถึงเช้าเลย สาธุค่ะ อาม่าผู้น่ารัก กัลยาณธรรมแรกรุ่งของเรา ส่วนที่ร้านหนังสือของชมรมฯ และร้านซีดีของชมรมเพื่อนคุณธรรม ก็มีคนมุ่งแน่นหาปัญญาบำรุงจิตใจ คนแน่นจนแทบหายใจไม่ออก จะเห็นได้ว่า อากาศที่ร้อนอบอ้าวไม่ได้เป็นอุปสรรคต่อความศรัทธาของมหาชน ร้านน้ำดื่ม และร้านไส้กรอกก็สนุกสนานไม่แพ้กัน

เกือบเที่ยงครึ่ง เข้ามาฟังธรรมะจากท่าน**อาจารย์กำพล ทองบุญน่ม** ที่สะกดคนฟังไม่ให้หลับได้ด้วยลีลาการแสดงธรรมบน wheel chair ตามแบบฉบับคนพิการที่สามารถ**ข้ามกระแสความทุกข์**ได้อย่างน่าชื่นชมให้เราทุกคนได้ดูเป็นแบบอย่างของผู้ไม่ยอมอ่อนแอพ่ายแพ้ต่อโชคชะตา ในช่วงนี้ประธานชมรมเพื่อนคุณธรรม **คุณเอ๋สินีนางู ประเสริฐภักดี** ให้เกียรติเป็นพิธีกรด้วยลีลาน่าเสียงแบบมีอาชีพน่าชื่นชม และเป็นแบบอย่างที่ดี

สาธุชนต่างอิมอกอิมใจ และอนุโมทนาในธรรมอันร่าเริงที่ท่านนำเสนอ ท้ายสุดหลังจากตอบคำถามก็มี

การเจริญสติแบบเคลื่อนไหวตามแนว**หลวงพ่อเทียนจิตตสุโ** ครูบาอาจารย์ของท่านให้ได้เรียนรู้กันสักนิดหน่อย ขออนุโมทนาทุกคน

พักแค่ ๑๐ นาที มีวิดิทัศน์ นำชมวัดโพธิ์คุณ จากรายการครอบจักรวาลของ ม.ร.ว.ถนัดศรี สวัสดิวัตน์ ตอน**นี้หลวงพ่อพระมหาวิบูลย์ พุทธญาโณ** ท่านนั่งรออยู่ในห้องประชุมแล้ว ท่านมาถึงงานตั้งแต่ ๑๓.๐๐ น. เศษ วันนี้ท่านเทศน์เรื่อง **โพชฌงค์ ๗** เสียตายที่เสียงท่านเบามากทำให้ทุกคนต้องตั้งใจฟังมากๆ จากนั้นท่านนำเจริญสติ ทั้งหอประชุมนั่งสนธิ สงบ และสำรวจจิตตามด้วยแผ่เมตตาอธิษฐานจิตอุทิศส่วนกุศล จากนั้นประธานชมรมออกมา กล่าวขอบพระคุณทุกท่านและผู้มีพระคุณ ขอได้รับความขอบคุณไว้ ณ ที่นี้ และหากมีสิ่งใดขาดตกบกพร่องไปบ้าง ต้องกราบขอขมา ณ ที่นี้

เลิกงานตอนตะวันบ่ายคล้อย สี่โมงเย็นนิดหน่อย แจกของที่ระลึกปัญญาทานแก่ทุกท่าน ไม่มีปัญหาขาดตกบกพร่องได้รับกันอย่างพึงพอใจทุกคน นี่คือนใจของฝากจากใจพวกเราชาวกัลยาณธรรมทุกคน ตั้งใจ จริใจ มอบแต่ทุกท่าน ด้วยความรักและปรารถนาดีอย่างแท้จริง

กราบขอบพระคุณผู้ร่วมงาน ผู้อยู่เบื้องหลังความสำเร็จในวันนี้ และขอกราบขอบพระคุณ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ที่ให้ความเมตตาแก่พวกเราด้วยความจริงใจ และปรารถนาดี เสมอมา

### สรุปยอดเงินบริจาคในงานนี้

- |                                       |                |
|---------------------------------------|----------------|
| ๑. วัดพระบาทน้ำพุ                     | ๑๗๖,๖๕๗ บาท    |
| ๒. พระอาจารย์ มหาวิบูลย์ พุทธญาโณ     | ๑๓๓,๑๑๗ บาท    |
| ๓. อาจารย์ ดร. สนอง วรอุไร            | ๑๑๕,๑๔๑ บาท    |
| <i>(ท่านยกให้ชมรมกัลยาณธรรม)</i>      |                |
| ๔. อาจารย์ ดร. อัจจง ชุ่มสาย ฦ อยุธยา | ๘๑,๒๖๒ บาท     |
| ๕. อาจารย์ กำพล ทองบุญน่ม             | ๘๗,๗๗๙.๒๕ บาท  |
| ๖. ทำบุญกับชมรมกัลยาณธรรม             | ๑๔๓,๑๑๙.๗๕ บาท |

**ร่วมอนุโมทนาบุญด้วยกัน นะ สาธุ สาธุ สาธุ**

# ภาพแห่งความทรงจำที่ มทอ.กรุงเทพฯ บทวิเศษมุขมทนาเมฆ งานเสด็จธรรมและปฏิบัติธรรมเป็นธรรมทาน

๑๖ มีนาคม ๒๕๕๑...



ชมรมกัลยาณธรรม มุ่งมั่นศรัทธาในปณิธานแน่วแน่  
ขอรุทศด้วยกาย วาจา ใจ เพื่อเป็นแนวหลังทางธรรม  
ตามรอยพระบาทขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า  
ช่วยกันหมั่นกถาธรรม เพื่อให้เป็นที่พึ่งของปวงสรรพสัตว์  
ให้มีปัญญาดวงตาเห็นธรรม ถึงยังฝั่งแห่งความพ้นทุกข์ตลอดไป เทอญ



ภาพแห่งความทรงจำที่ มทร.กรุงเทพ บพิตรพิมุขมหาเมฆ  
งานแสดงธรรมและปฏิบัติธรรมเป็นธรรมทาน  
เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล  
แด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว  
ครั้งที่ ๑๐ ของชมรมกัลยาณธรรม ๑๖ มีนาคม ๒๕๕๑

