



ข่าวการศึกษานวัตกรรม

ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๕๔



ในการดำเนินชีวิตของเรา

เราต้องข่มใจไม่กระทำสิ่งใดๆ ที่เรารู้สึกด้วยใจจริงว่าชั่วว่าเสื่อม เราต้องฝืน ต้องต้านความคิด และความประพฤติทุกอย่าง ที่รู้สึกว่าจะขัดกับธรรมะ เราต้องกล้าและบากบั่น ที่จะกระทำสิ่งที่เราทราบว่าเป็นความดี เป็นความถูกต้อง และเป็นธรรม ถ้าเราพร้อมกันทำเช่นนี้ให้ได้จริงๆ ให้ผลของความดีบังเกิดมากขึ้นๆ ก็จะช่วยค้ำจุนส่วนรวมไว้มิให้เสื่อมลงไป และจะช่วยให้ฟื้นคืนดีขึ้นได้เป็นลำดับ

พระราชดำรัส ในพิธีเปิดการประชุมยุวพุทธิกสภาคัมทั่วประเทศ ครั้งที่ ๑๒ ที่จังหวัดพระนครศรีอยุธยา วันที่ ๑๒ ธันวาคม ๒๕๑๓



ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๒๓
ฉบับกันยายน ๒๕๕๔



พิมพ์แจกเป็นธรรมทานจำนวน ๒๐,๐๐๐ เล่ม
โดยชมรมกัลยาณธรรม

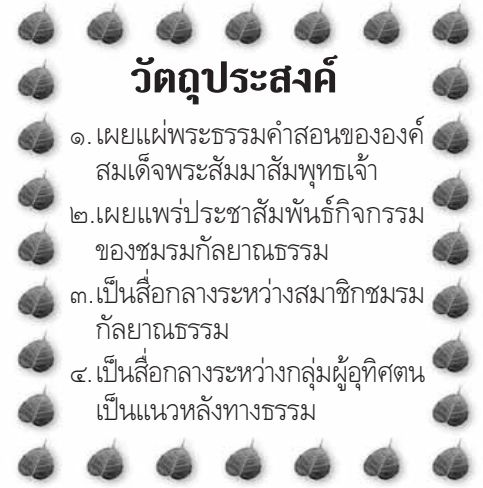
- เลขที่ ๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ
อ.เมือง จ.สมุทรปราการ ๑๐๒๗๐
โทร. ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓
และโทร ๐-๒๗๐๒-๙๖๒๔

สัพพทานัง ชัมมทานัง ชินาติ
การให้ธรรมะเป็นทาน
ย่อมชนะการให้ทั้งปวง

ที่ปรึกษา: พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรังสี
พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล
พระอาจารย์วุฒิชัย วชิรเมธี
พระอาจารย์นวลจันทร์ กิตติปัญโญ
อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร
อาจารย์ ดร.บรรจบ บรรณรุจิ
อาจารย์ สุภีร์ ทุมทอง
อาจารย์ ทวีศักดิ์ คุรุจิตธรรม
อาจารย์ ธีรยุทธ เวชเจริญยง

คติธรรมประจำฉบับ

เมื่อได้รับคุณค่าใด
ก็ตอบแทนด้วยคุณค่าที่ตนมีอยู่
เกิดดวงจรการให้และการรับ
จักรแห่งความเจริญจึงหมุนไป



วัตถุประสงค์

๑. เผยแพร่พระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
๒. เผยแพร่ประชาสัมพันธ์กิจกรรมของชมรมกัลยาณธรรม
๓. เป็นสื่อกลางระหว่างสมาชิกชมรมกัลยาณธรรม
๔. เป็นสื่อกลางระหว่างกลุ่มผู้อุทิศตนเป็นแนวหลังทางธรรม

สารบัญ

แล้ว "อิตตาตัตตนา" เกิดขึ้นได้อย่างไร? (ทั้งๆ ที่ทุกสรรพสิ่งล้วนเป็น "อนัตตา") ๔

อยู่กับปัจจุบันให้ดีที่สุด ๙

สิ่งที่ควรทำความเข้าใจกันใหม่เพื่อความถูกต้อง เรื่อง **กาลาชินบัญญัติ** ๑๑

แต่เธอผู้รู้ลึกตัว ๑๕

กัลยาณเมตตธรรม ๑๘

สูตรปรองชวิตของ ดร.สนอง วรอุไร ๒๑

ร่วมอนุโมทนาเจ้าภาพฯ ๒๖

กำหนดการจัดงานแสดงธรรม ๔๐

คำแนะนำในการลงทะเบียน ๔๑

ประวัติย่อขององค์บรรยาย ๔๔

เล่าความเบิกบาน จากธรรมทาน ครั้งที่ ๒๐ ๔๗

ทีมมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรฯ ๔๙

มองเห็นความสุข ๕๔

ตัวฉันใหญ่ไปหรือเปล่า ๕๖

"สมโน ภิกขุ" พระฝรั่งเศสีย์หลวงพ้อซาหิงชีวิตทรูทรา สุภีร์แห่งความมสันโดษ ๕๘

จากผู้มีสติวิปัสสนา สุจิตพระอรหันต์? ๖๕

เรื่องเล่าเข้าวันพระ : "วาระสุดท้ายของท่านพุทธทาสภิกขุ" ๖๘

อนุโมทนางานแสดงธรรม ครั้งที่ ๒๐ ๗๑

หมายเหตุ : ใบสมัครฟังธรรมครั้งที่ ๒๑ สอดไว้กลางเล่มวารสารทุกเล่ม

แล้ว “อัตตาตัวตน” เกิดขึ้นได้ อย่างไร? (ทั้งๆ ที่ทุกสรรพสิ่ง ล้วนเป็น “อนัตตา”)



โดย อ.ทวีศักดิ์ คุรุจิตรธรรม

จุดเด่นของศาสนาพุทธคือสอนเรื่อง “อนัตตา” ดังที่ผู้สวดมนต์ทำวัตรเช้า มักสวดอยู่ประโยคหนึ่งว่า “สัมเพ ธัมมา อนัตตา” หมายถึงธรรมทั้งหลายทั้งปวง (กล่าวคือ ทุกสรรพสิ่งซึ่งรวมถึงชั้น ๕ ที่ประกอบขึ้นเป็นมนุษย์) ล้วนไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน

ต่างกับหลักคำสอนอื่น ๆ ซึ่งเน้นเรื่อง “อัตตาตัวตน” โดยผู้ที่ประพฤติปฏิบัติชอบ สร้างแต่กุศลกรรม เมื่อตายจากโลกนี้ไปก็จะได้ไปพบกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ สูงสุดที่ตนเคารพนับถือ และอยู่เป็นสุขชั่ววันนิรันดร์

ในทางตรงกันข้าม ศาสนาพุทธเน้นเรื่อง “กฎแห่งไตรลักษณ์” คือความเป็น “อนิจจัง” (ไม่เที่ยง) “ทุกขัง” (ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้) และ “อนัตตา” (ความไม่มีตัว - ไม่มีตน และจะบังคับบัญชาให้เป็นไปตามใจปรารถนาก็ไม่ได้)

ศาสนาพุทธสอนว่า ทุกสิ่งทุกอย่างบนโลกใบนี้หรือแม้แต่ในสากลจักรวาล เมื่อแยกวิเคราะห์แล้ว จะมีเพียง ๒ สถานะคือ

- ๑. รูป หมายถึงธรรมชาติหรือสิ่งที่ต้องเสื่อมสลายไปในที่สุด
- ๒. นาม เป็น “ตัวรู้” หรือที่ศาสนาพุทธเรียกว่า “จิต” และทุกครั้งที่ “จิต” เกิดขึ้น จะตามมาด้วยอาการที่ผสมรวมกันกับจิต เรียกว่า “เจตสิก” เช่น รับรู้แล้ว (จิตเกิดขึ้น) ตามมาด้วยอาการว่า ชอบ - ไม่ชอบ, พอใจ - ไม่พอใจ, ออยากเอา - ไม่อยากเอา เป็นต้น

“เจตสิก” จึงเกิดขึ้นพร้อมกับ “จิต” และดับพร้อมกับจิตเสมอ

ทั้ง “รูป” และ “นาม” ต่างเกิดขึ้นและดับลงตามเหตุ - ปัจจัย ตัวเหตุและปัจจัยก็คือสิ่งที่ไปปรุงแต่ง “รูป” และ “นาม” ฉะนั้นจึงมีอีกศัพท์หนึ่งเรียกว่า “สังขาร”

คือ ตัวปรุงแต่ง หรือปัจจัยปรุงแต่งนั่นเอง เขาเรียกหมวดธรรมที่มีปัจจัยปรุงแต่งว่า “สังขตธรรม”

ส่วนธรรมอีกพวกหนึ่งที่อยู่เหนือปัจจัยปรุงแต่ง, เหนือสุข - ทุกข์, เหนือบุญ - บาป เหนือกุศล - อกุศล, เหนือทวิภาวะทั้งปวง เราเรียกว่า “อสังขตธรรม” ซึ่งก็คือ “นิพพาน” นั่นเอง

แต่ทั้ง “สังขตธรรม” และ “อสังขตธรรม” ล้วนเป็น “อนัตตา” คือไม่มีตัว - ไม่มีตน ทั้งจะบังคับบัญชาให้เป็นไปตามที่ “จิต” หรือ “ใจ” ปรารถนาไม่ได้

การเข้าถึงพระนิพพานจึง ไม่ใช่การละอัตตา เพราะไม่มี “อัตตา” ให้ละ เพราะทุกอย่างตกอยู่ภายใต้กฎแห่งไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง - ทุกขัง - อนัตตา

จะว่า “นิพพาน” เป็นการดับอัตตา หรือเป็นความขาดสูญของอัตตา (Self Extinction) ก็ไม่ใช่ เพราะถือเป็น “อจุเจททิฎฐิ” (Annihilationism) คือ ความเห็นว่าขาดสูญ เพราะจริง ๆ แล้วก็ไม่มี “อัตตา” ที่จะต้องดับหรือไปทำลาย แต่สิ่งที่ต้องดับหรือทำลาย คือความยึดมั่นถือมั่นในอัตตาต่างหาก

จะว่า “นิพพาน” เป็นของเที่ยงแท้แน่นอนตลอดกาลนานก็ไม่ใช่ เพราะจะเข้าข่าย “สัสสตทิฎฐิ” (Eternalism) ถ้าจะว่าเป็นความเที่ยงแท้ ก็คือ เที่ยงแท้ในสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นต่างหาก ไม่ใช่เที่ยงแท้ในฐานะที่เป็นสิ่ง ๆ หนึ่ง หรือตัวตนหนึ่งที่เกี่ยวข้องแท้ การรับรู้เฉย ๆ (consciousness) โดยไม่มีอะไรมาปรุงแต่งเลย ไม่โอนเอียงไปกับการรับรู้ ไม่ตัดสินไปกับการรับรู้ นี่แหละเป็นธรรมชาติที่เที่ยงต่างหาก เหมือนกับธรรมชาติที่เป็นความว่าง (Emptiness) ย่อมเป็นสิ่งเที่ยงแท้แน่นอน เพราะอยู่เหนือทวิภาวะ หรือเหนือโลกียะด้วยประการทั้งปวง

ศาสนาพุทธไม่ให้ยึดทั้ง “อจุเจททิฎฐิ” กับ “สัสสตทิฎฐิ” อันเป็นเครื่องยืนยันว่า ไม่ใช่ทั้งสองอย่าง ฉะนั้น ถ้าจะมีใครมาถามว่า “สิ่งทั้งหลายมีหรือไม่มี”

ถ้าจะตอบว่า “มี” ก็แสดงถึง “สัสสตทิฎฐิ” ถ้าจะตอบว่า “ไม่มี” ก็แสดงถึง “อจุเจททิฎฐิ” ถ้าเช่นนั้นแล้ว ควรตอบอย่างไรดี

ก็ต้องตอบว่า จะมีหรือไม่มีย่อมขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยหรือขึ้นกับเงื่อนไขที่ทำให้มันมีหรือไม่มี เพราะสิ่งทั้งหลายเป็น “ปฏิจจสมุปบันธธรรม” คือ อาศัยกันและกันเกิดขึ้น มันไม่สามารถเกิดขึ้นด้วยตัวมันเองโดด ๆ แต่ต้องอาศัย

“กระบวนการ” (Process) ที่ทำให้มันเกิดขึ้น ซึ่งเรามักใช้คำศัพท์ว่า “กระบวนการธรรม” ด้วยเหตุนี้ มันจึงไม่เที่ยง (อนิจจัง) ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ (ทุกขัง) และไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ทั้งจะบังคับบัญชาให้เป็นไปตามใจปรารถนาย่อมไม่ได้ (อนัตตา)

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้กล่าวไว้อย่างน่าฟังว่า

ผู้ทำกรรมก็ไม่มี ผู้ส่วยผลแห่งกรรมก็ไม่มี มีเพียงกระแสแห่งการทำงานของรูป กับ นาม ตามเหตุตามปัจจัย

ผู้สร้างสังสารวัฏฏ์ก็ไม่มี ผู้เกิดใหม่ (มีตัวมีตนไปเกิดใหม่) ก็ไม่มี มีเพียงกระแสธรรมล้วน ๆ (คือ รูป กับ นาม) ที่เป็นไปตามเหตุปัจจัยที่มาประกอบกันเข้าเท่านั้น

ผู้รับทุกข์ก็ไม่มี มีแต่เพียงกระแสของความทุกข์ที่เกิดขึ้นภายใต้รูปกับนามตามเหตุตามปัจจัย

ผู้เดินตามมรรคมืองค์ ๘ ก็ไม่มี มีแต่เพียงหนทางซึ่งนำไปสู่ความพ้นทุกข์ตามเหตุตามปัจจัย

ผู้เข้าสู่พระนิพพานก็ไม่มี มีแต่เพียงกระแสแห่งความดับ - เย็น ตามเหตุตามปัจจัย

ในอรรถกถาวิภังค์ก็กล่าวว่า “เมื่อหาตัวสัตว์ไม่ได้ ก็ย่อมไม่มีทั้งความเที่ยงทั้งความขาดสูญ”

สิ่งที่ต้องทำลายคือ ความยึดมั่นถือมั่นในอัตตาต่างหาก ไม่ใช่ไปทำลายอัตตา เพราะไม่มีตัวอัตตาที่จะให้ทำลาย

ตราบดที่ยังมีการยึดมั่นถือมั่น จิตย่อมไม่เป็นอิสระอย่างสมบูรณ์ เมื่อจิตยังมีเครื่องเกาะเกี่ยวร้อยรัดแล้วจะไปนิพพานได้อย่างไร แล้วอัตตาตัวตนเกิดขึ้นได้อย่างไร?

อัตตามีมูลรากเกิดจาก “ภวตัณหา” คือความอยากมี อยากเป็น ปรารถนาที่จะมีอยู่คงอยู่ตลอดไป

จากความอยาก - ความปรารถนา ดังกล่าว จึงเกิดทฤษฎี ทิฎฐิ หรือความเชื่อในเรื่องอัตตาขึ้น

เริ่มต้นด้วยความเห็นว่า ร่างกายมีอายุอยู่ตั้งหลายสิบปีจนถึงกว่าร้อยปีเลยหลงว่าเที่ยง ยึดถือเอาร่างกายเป็นอัตตา

ต่อมาเห็นว่า ร่างกายตายได้ เน่าเปื่อยได้ จึงหันมายึดเอาภาวะที่ละเอียดกว่าคือจิตเป็นอัตตา

ต่อมาเห็นว่า จิตมันก็ไม่เที่ยง ทั้งเวทนา - สัญญา - สังขาร - วิญญาณ ต่างก็เกิด ดับ ๆ ๆ ตามเหตุปัจจัยของมัน ก็เลยไปยึดเอา ฌาน ในระดับต่าง ๆ คือ ปิติ - สุข ว่า มีผู้ส่วยปิติ - สุข แล้วตีมูลค่าไปกับสิ่งนี้ว่า มันเที่ยง ก็เลยหลงว่ามีอัตตา เป็นผู้ทำฌาน เป็นผู้ส่วยปิติ - สุข ของฌาน

ต่อมา สำหรับผู้ที่เข้าฌานสมาธิจนสามารถระลึกชาติแต่หนหลังว่าได้เกิดในภพชาติไหน ภพชาตินี้ เกิดเป็นนั่น เป็นนี่ เลยสำคัญผิดว่ามีอัตตาตัวตนที่เที่ยงแท้ตายแล้วก็เกิดใหม่ เกิด - ตาย ๆ ๆ ๆ ด้วยภพชาติที่นับไม่ถ้วน ก็ด้วยอัตตาตัวตนนี้

ทั้ง ๆ ที่โดยสภาวะความเป็นจริงแล้ว การระลึกชาติได้นั้นเกิดจากการทำสมาธิฌานต่างหาก ภาพที่ปรากฏล้วนแล้วแต่เป็นประสบการณ์ของรูปกับนาม อันเกิดจาก สัญญา (ความจำ) ทั้งสิ้น เป็นการทำงานของตัว สัญญา โดยแท้ หาใช่เป็นเหตุการณ์ปัจจุบันไม่

จริง ๆ แล้ว ตัวการที่ทำให้มีการสร้างภาพนิมิตทั้งหลายหรือความเชื่อทั้งหลายก็มาจากตัวสัญญา และหากสาวไปถึงรากเง่าแล้ว ก็คือตัว ภวตัณหา ที่อยากมี อยากเป็น อยากเห็น อยากรู้ จนปลุกฝังกลายเป็น มิจฉาทิฎฐิ ต่างหาก

จริง ๆ แล้ว ชั้น ๕ เป็นทุกสิ่งทุกอย่างขององค์ประกอบของความเป็นมนุษย์ เมื่อรู้ว่า ชั้น ๕ ล้วนไม่เที่ยง เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ตามเหตุตามปัจจัยของการเกิด - ดับของมัน แล้วยังจะไปยึดถือความเที่ยงของอัตตาอยู่อีกหรือ ฉะนั้น จึงต้องถอนอัตตาทิฎฐิ ให้จงได้ และเข้าถึงความไม่เที่ยงหรือการเกิด - ดับของสัญญาให้ถ่องแท้

สรุปแล้ว อัตตา เป็นภาพ หรือความเชื่อที่ถูกสร้างขึ้นจาก ภวตัณหา และฝังแน่นอยู่ใน สัญญา จนถอนไม่ขึ้นนั่นเอง ผู้ที่สามารถถอนความยึดมั่นถือมั่นในเรื่องนี้ได้ คือสามารถละภวตัณหาได้แล้ว ย่อมไม่ต้องพูดถึงอัตตาอีกต่อไป

ฉะนั้น ผู้ที่ไปยึดนิพพานเป็นอัตตาก็จะได้ภาพที่บิดเบือนไปจากสภาวะความเป็นจริงของนิพพาน เป็นภาพที่เคลือบด้วยภวตัณหาของตนโดยแท้

นี่เป็นจุดแตกต่างระหว่างพุทธศาสนา กับศาสนาอื่น ที่มีความเชื่อใน “อตฺตา” เพราะถือเป็นสิ่งสูงสุดที่เป็นผู้กระทำ (กาย - วาจา - ใจ) กับ ผลที่ได้รับจากการกระทำ ซึ่งศาสนาอื่นล้วนถือว่า เกิดจากอตฺตาทั้งสิ้น

พระพุทธองค์ถึงขั้นแสดงไว้ใน พรหมชาลสูตร (อยู่ในทีฆนิกาย สीलขันธวรรค) ว่า มีทิวฏฐิ ๖๒ ประการ หรือ ความเชื่อ ๖๒ อย่าง หรือมี ๖๒ ลัทธิ ที่ความเชื่อของเขาถูกดักด้วยตาข่าย ไม่อาจเดินหลุดพ้นจาก สังสารวัฏฏ์ไปได้

ทิวฏฐิ ๖๒ ประการนี้ มาจากมูลเหตุใหญ่ ๒ ประการคือ

- (ก) การระลึกชาติได้ของฌาน
- (ข) การคาดคะเนด้วยเหตุผลของนักตรรก


ว่าอตฺตาเที่ยงบ้าง ไม่เที่ยงบ้าง โลกเที่ยงบ้าง ไม่เที่ยงบ้าง ฯลฯ

ทิวฏฐิ ๖๒ นี้ จึงเป็นจุดตาข่ายที่ปกคลุมไว้ ทำให้ผู้ยึดถือตกอยู่ในตาข่ายนี้ เมื่อจะโผล่ ก็โผล่อยู่ในตาข่ายนี้ ไม่อาจหลุดพ้นจาก สังสารวัฏฏ์ไปได้ เหมือนปลาที่ติดตาข่าย (แห) ของชาวประมง ฉะนั้น

แต่พระพุทธองค์ทรงรู้ชัดในทุกสภาวะธรรม จึงทรงไม่ยึดมั่น เมื่อไม่ทรงยึดมั่น จึงทรงรู้ความเกิด - ดับ ตามเหตุปัจจัย ทรงรู้คุณและโทษแห่งเวทนา และทรงรู้อุบายเครื่องสลัดเวทนา ตามความเป็นจริง ฉะนั้น จึงหลุดพ้น เพราะไม่ยึดมั่นถือมั่น

ธรรมเหล่านี้แลลึกซึ้ง เห็นได้ยาก รู้ตามได้ยาก สงบ ประณีต ใช้เหตุผลคาดคะเนเอาไม่ได้ ละเอียดย รู้ได้เฉพาะบัณฑิต ซึ่งพระองค์ทรงรู้แจ้งได้ด้วยพระองค์เอง แล้วทรงสั่งสอนผู้อื่นให้รู้ตามได้ อันเป็นเหตุให้คนทั้งหลายกล่าวสรรเสริญพระองค์ได้ถูกต้องตามความเป็นจริง

ฉะนั้น ขอท่านผู้อ่านได้โปรดพิจารณา (ใช้โยนิโสมนสิการ) ให้รู้แจ้งเห็นจริงตามคำสอนของพระพุทธองค์ข้างต้นเถิด แล้วท่านจะไม่เสียดายเลยที่ได้เกิดมาเป็นชาวพุทธ ได้พบกับสังฆธรรมและแก่นแท้ของธรรมชาติจริง ๆ

ขอให้ทุกๆ ท่านจงเจริญในธรรม
สวัสดี 

อยู่กับปัจจุบัน ให้ดีที่สุด

โดย...พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล



อยู่กับปัจจุบันให้ได้ และอยู่ให้ได้ดีที่สุด คือ เคล็ดลับสำคัญในการเอาชนะปัญหาและอุปสรรคทั้งปวง งานแม้จะใหญ่ภาระแม้จะมาก แต่จะสำเร็จหรือปลดเปลื้องได้ก็ต่อเมื่อ เราทำวันนี้ให้ดีที่สุด เพราะวันนี้เป็นวันเดียวเท่านั้นที่เราสามารถเปลี่ยนแปลงอะไรได้ ไม่ใช่เมื่อวานนี้ หรือวันพรุ่งนี้ แต่จะว่าไปแล้ว ช่วงเวลาเดียวเท่านั้น ที่เราสามารถทำสิ่งดี ๆ ให้เกิดขึ้นได้ คือ วินาทีนี้ หรือ ขณะนี้ เท่านั้น เพราะแม้แต่วินาทีหน้า นาทีหน้า หรือ ชั่วโมงหน้า ก็ยังเป็นอนาคตอยู่ ไม่อยู่ในวิสัยที่เราจะทำอะไรได้

การอยู่กับปัจจุบันให้ดีที่สุด จึงหมายถึง การทำสิ่งที่กำลังทำอยู่ในแต่ละขณะให้ดีที่สุด ด้วยใจที่จดจ่อเต็มที่ร้อย ไม่กังวลกับสิ่งอื่นใด นอกจากที่กำลังทำอยู่ ทั้งไม่พะวงกับอดีตหรืออนาคต พุดเช่นนี้ไม่ได้หมายความว่า ไม่ควรวางแผน การวางแผนเป็นสิ่งที่ต้องทำ แต่เมื่อวางแผนไว้แล้วว่าวันนี้ควรทำอะไร ก็ควรจดจ่ออยู่กับงานของวันนี้ ยกงานของวันนี้ให้เป็นเรื่องของอนาคต ไม่ควรเอามาคຸຸນคิดให้หนักใจเปล่า ๆ ต่อเมื่อวันหน้ามาถึงจึงค่อยลงมือปลุกปล้ำกับงานส่วนนั้น

งานแม้จะมาก ปัญหาแม้จะเยอะ แต่หากแยกงานหรือปัญหานั้นเป็นเรื่อง ๆ แล้วทำทีละเรื่อง ขณะเดียวกัน ก็ขอยแต่ละเรื่องเป็นส่วน ๆ โดยทำทีละส่วน งานก็จะเสร็จได้เร็ว ปัญหา ก็จะหมดไปได้ไม่นาน อย่าลืมนะ เวลากินเลี้ยงโต๊ะจีน แม้อาหาร

จะมีหลายอย่าง เราก็ต้องกินทีละอย่าง แม้ขนมเค้ก หรือ พิซซ่าจะอร่อยแสนอร่อย แต่เราก็ต้องตัดแบ่งและกินเป็นคำ ๆ มิใช่หรือ ไม่มีใครที่สวาปามทั้งจานได้ในคราวเดียว

แม้แต่ของที่เอร็ดอร่อย เรายังต้องจัดการทีละอย่าง ทีละส่วน นับประสาอะไรกับสิ่งที่เป็นยาขม อย่างงานการและปัญหา เรายังจำเป็นต้องซอยให้เล็กลง และจัดการทีละส่วน ๆ

หากจดจ่อใส่ใจกับงานที่กำลังทำอยู่ โดยไม่พะว้าพะวงกับสิ่งอื่น นอกจากงานจะได้ผลดีแล้ว คนทำก็ยังมีความสุขอีกด้วย อย่างน้อยก็ไม่ทุกข์เหมือนเดิม ทั้งนี้เพราะจิตใจโปร่งเบาขึ้น ไม่มีความกังวลมารบกวน การทำงานอย่างมีความสุขจึงมิใช่เรื่องยาก ทั้ง ๆ ที่ยังมีปัญหาและภาระให้ต้องสะสางอีกมากก็ตาม

ไม่เพียงแต่จะหาความสุขได้จากงานเท่านั้น หากเราสามารถอยู่กับปัจจุบันก็ไม่ยากที่จะหาความสุขได้จากที่นี้และเดี๋ยวนี้ ในยุคเศรษฐกิจถดถอย แม้ทรัพย์สินสมบัติจะหดหายไปมาก แต่สิ่งที่เหลืออยู่ก็ยังสามารถให้ความสุขแก่เราได้ อาจจะมีมากกว่าเดิมด้วยซ้ำ ขอเพียงแต่เรารู้จักชื่นชมสิ่งเหล่านั้นบ้าง

คัดลอกจากหนังสือ สุขสวนกระแส ฉลาดใช้ชีวิตในยุคเศรษฐกิจถดถอย

ข่าวประชาสัมพันธ์จากชมรมกัลยาณธรรม

- ขอเชิญท่านสาธุชนติดตามรับฟังรายการวิทยุ “สองโลก - สองธรรม” ออกอากาศทุกวันเสาร์ เวลา ๐๕.๓๐ น. - ๐๖.๓๐ น. และทุกวันเสาร์ - อาทิตย์ เวลา ๒๓.๐๐ น. - ๒๔.๐๐ น. ทางสถานีวิทยุทหารอากาศ ๐๑ มีนบุรี AM ๙๔๕ KHz ดำเนินรายการโดย ท่านอาจารย์มนตรี จตุรภัทร
- ชมรมกัลยาณธรรมแจกลีขธรรมบรรณาการทุกๆ เดือน ติดตามข้อมูลได้จากเว็บไซต์กัลยาณธรรม (www.kanlayanatam.com) หรือโทรสอบถามข้อมูลได้ที่ชมรมกัลยาณธรรม โทร. ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓
- ห้องสมุดหรือสถาบันการศึกษาใด ที่มีความประสงค์จะรับสื่อธรรมะเพื่อเป็นความรู้แก่สมาชิกในสถาบัน กรุณาทำจดหมายแจ้งความจำนงขอสื่อธรรมะต่างๆ มายังชมรมกัลยาณธรรม ทางชมรมจะพิจารณาจัดให้ตามความเหมาะสม
- ขอเชิญติดตามชมเทศนาธรรมและธรรมบรรยายอันทรงคุณค่าของครูบาอาจารย์ กัลยาณธรรมทีวี ทางเว็บไซต์กัลยาณธรรม www.kanlayanatam.com ตลอด ๒๔ ชั่วโมง
- ขอเชิญทุกท่านร่วมเป็นเจ้าของในงานแสดงธรรม วันอาทิตย์ที่ ๒๐ พฤศจิกายน คณนี้ ตามกำลังศรัทธา เพื่อสนับสนุนกิจกรรมอันเป็นประโยชน์แก่สังคม และพระศาสนาสืบไป

ขอกราบอนุโมทนาบุญท่านผู้มีจิตกุศลทุกท่าน

สิ่งที่ควรทำความเข้าใจกับใหม่
เพื่อความถูกต้อง เรื่อง

คาถาชินบัญชร

โดย...อ.วคิน อินทสระ

คาถาชินบัญชรเป็นเรื่องที่น่าสนใจมาก เพราะมีพุทธบริษัทเป็นจำนวนมาก สนใจในเรื่องนี้อยู่ เราควรทำความเข้าใจกันเกี่ยวกับคาถาชินบัญชร เราควรจะทำ ความเข้าใจกันอย่างไร เพราะเป็นเรื่องที่คนสนใจกันมาก สวดกันมาก ในประเทศไทย เรามีคนศรัทธาเลื่อมใสกันเยอะเยะเหลือเกิน ขอกล่าวถึงประวัติความเป็นมา ของคาถาชินบัญชรก่อนนะครับ

คาถาชินบัญชรนี้เป็นพุทธมนต์ที่ใช้สวดอธิษฐาน ขอให้คุณของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ องค์อรหันต์ผู้ปรากฏเกียรติคุณทั้งหลาย มาเป็นเครื่องคุ้มครอง ป้องกัน มาประดับในสรีระร่างกายของตน เพื่อความเป็นสิริมงคลปลอดภัยใน ที่ทั้งปวง เป็นคาถาที่ท่องง่าย สวดง่าย คนก็นิยมสวดกัน

ชินบัญชร แปลตามตัวว่า กรงของพระพุทธเจ้า เครื่องป้องกันของพระพุทธเจ้า มีความเป็นมาว่า ได้เกิดขึ้นที่เชียงใหม่ พระที่เชียงใหม่เป็นผู้แต่งขึ้น เพราะเวลานั้น มีคนทางเชียงใหม่นิยมสวดนพเคราะห์ สวดสะเดาะเคราะห์ พระที่เชียงใหม่เห็นว่า คนนิยมสวดสะเดาะเคราะห์ก็เป็นไปในเชิงไสยศาสตร์ จึงแต่งให้สวดเอาพระพุทธเจ้า พระอรหันต์มาเป็นที่พึ่งเป็นทำนองนั้น ก็แต่งดีครับ

จากเชียงใหม่ก็ไปพม่า จากพม่าก็ไปลังกา จากลังกาก็มาประเทศไทย ที่ว่า เป็นนิพนธ์ของสมเด็จพระพุฒาจารย์ (โต) ก็คือท่านได้มาเผยแพร่ ได้มาดัดแปลงแก้ไข เคยทราบว่าได้ไปสวดคาถานี้หน้าพระที่นั่งของรัชกาลที่ ๔ รัชกาลที่ ๕ รับสั่งว่าเพราะดี ซักถามว่า ชรัวโตได้มาจากไหน แต่งเองหรือเปล่า ท่านถวายพระพรว่าเป็นสำนวนเก่า

นำมาตัดตอนแก้ไขตัดแปลงใหม่ ตัดตอนให้สั้นเข้า ของลังกายาวกว่านี้ ฉบับของลังกามีอยู่ในหอสมุดแห่งชาติ

ที่นี่ผมได้เรียนไว้แล้วว่า คาถาชินบัญชรนี้แต่งดี พระที่เชียงใหม่ในสมัยนั้นคือสมัชพระสิริมังคลาจารย์ ผู้แต่งมังคลัตถที่ป็นี แต่งดีมาก โปะเราะด้วย มีความรู้ทางภาษบาลีดีมาก ที่นี้ท่านที่ท่องก็ท่องด้วยความศรัทธาเลื่อมใส ก็ไม่ต่างกัน และแปลได้ด้วย ที่จะวินิจฉัยในที่นี้คือความเป็นไปได้มีได้แค่ไหน เป็นไปได้ไหมที่เราได้ขอให้ท่านเหล่านั้นมาอยู่ตรงนั้นตรงนี้ของเรา

ยกตัวอย่างเช่น ในคาถาที่ ๔ ที่ว่า ขอให้พระอนุรุทธมาอยู่ที่หทัยของเรา พระสารีบุตรอยู่เบื้องขวา ให้พระโกณฑัญญะอยู่เบื้องหลัง พระโมคคัลลานะอยู่เบื้องซ้าย นอกจากนั้นก็ยังมีพระอื่นอยู่ที่นั่นที่นั่นทั่วตัวของเรา อันนี้ผมตั้งเป็นปัญหาขึ้นมาว่า ที่ขอให้ท่านเหล่านั้นมาอยู่ที่ตัวเรา ถ้าจะตอบกันตรง ๆ ก็คือเป็นไปได้ทางเดียวที่จะให้ท่านอยู่ในตัวเราได้ก็คือเราศึกษาคุณธรรมคุณสมบัติของพระอนุรุทธว่าท่านมีอะไร พระอนุรุทธเลิศทางทิพจักขุ ถ้าต้องการให้พระอนุรุทธอยู่ในตัวเราเราต้องขยันอบรมสิ่งที่เรียกว่า ทิพจักขุ ให้เกิดขึ้นในตัวเรา นั่นแหละจึงจะเรียกว่ามีพระอนุรุทธอยู่ในตัว หรือได้พระอนุรุทธมาอยู่ในตัว มีทิพจักขุเกิดขึ้นในตัวเรา ถ้าสวดในความหมายนี้ผมว่าดี

หรือพระสารีบุตรอยู่ทางเบื้องขวาของเรา อย่างนี้ถ้าเอาตามความเป็นจริงแล้วมันเป็นไปไม่ได้ พระสารีบุตรท่านนิพพานไปนานแล้ว ท่านจะมาเป็นบริวารอยู่ทางเบื้องขวาของเรา ย่อมจะเป็นไปไม่ได้ ถ้าเบื้องขวาของท่านเป็นพระสาวกของพระพุทธเจ้า ไม่ใช่ของเรา ที่นี้ถ้าต้องการอย่างนั้น ก็ต้องศึกษาคุณธรรมคุณสมบัติของพระสารีบุตรว่า พระสารีบุตรมีคุณสมบัติอะไร คือท่านเลิศด้วยปัญญา เราก็ทำปัญญาให้เกิดขึ้น พยายามอบรมปัญญา พยายามฝึกฝนปัญญาให้เป็นดังเช่นพระสารีบุตร หรือใกล้เคียงพระสารีบุตร เดินตามทางพระสารีบุตร เจริญปัญญาอบรมปัญญา นึกถึงพระสารีบุตรในฐานะเป็นผู้มีปัญญา ทำใจเราจะเป็นอย่างท่านได้ และพยายามปฏิบัติในการอบรมปัญญา ท่านอื่น ๆ ก็เหมือนกัน

ท่านที่มีคุณสมบัติเฉพาะของท่าน จนถึงพระโมคคัลลานะซึ่งเป็นผู้เลิศในทางฤทธิ์ ก็ต้องฝึกเรื่องฤทธิ์เหมือนกันถึงจะได้ฤทธิ์ ต้องไปเจริญมาน ทำอภิญญา อิทธิฤทธิ์ต่าง ๆ ก็จะได้เป็นเช่นเดียวกับพระมหาโมคคัลลานะ คุณสมบัติเหล่านี้

เป็นคุณสมบัติที่ไม่มีการผูกขาด ใครปฏิบัติก็จะได้ตามที่ปฏิบัติ นั้น ถ้าจะสวดก็ต้องสวดไปในทำนองนี้ ไปในความหมายนี้ ไปในความรู้สึกอย่างนี้ เราชะลิกถึงท่านเพื่อจะมีคุณสมบัติอย่างท่าน ไม่ใช่ให้ท่านมาเป็นบริวารของเรา มาอยู่ที่นั่นที่นี้ของเรา ซึ่งก็เป็นไปไม่ได้

มาถึงข้อ ๑๐ พุดถึงพระสูตรต่าง ๆ ขอให้รัตนสูตรมาอยู่ข้างหน้า กรณียเมตตสูตรอยู่ข้างขวา ธชัคคสูตรอยู่ข้างหลัง อังคุลิมาลสูตรอยู่ข้างซ้าย ก็ทำนองเดียวกันเราก็ต้องศึกษาพระสูตรนั้นว่า รัตนสูตรแปลว่าสูตรที่เป็นรัตนะ รัตนะแปลว่าแก้ว คือให้สำเร็จอย่างที่ตั้งใจ ให้สำเร็จความประสงค์ที่ต้องการ รัตนสูตรมีธรรมะดี ๆ เยอะครับ ลองศึกษาดูโดยเฉพาะอย่างยิ่งคุณสมบัติของพระโสดาบัน คุณสมบัติของพระพุทธเจ้า ไปจนถึงอนันตริกสมาธิ* อย่างนี้เป็นต้น มีของดี ๆ อยู่ในนั้น ลองศึกษาดูและทำความเข้าใจ และปฏิบัติดำเนินตามข้อความในรัตนสูตร แล้วรัตนสูตรก็จะมาอยู่ข้างหน้าของเราได้ เพราะเรามีสิ่งนั้นอยู่ แต่ถ้าเราสวดเฉย ๆ มันเป็นไปไม่ได้ มาอยู่ไม่ได้ นี่เราพูดกันในลักษณะของการศึกษาพุทธศาสนาด้วยปัญญา

หรือกรณียเมตตสูตรอยู่เบื้องขวา กรณียเมตตสูตรก็ดี มีคุณสมบัติของผู้ที่ถึงสันตบพ พระอริยะท่านได้ดำเนินชีวิตถึงสันตบพ ถึงนิพพานด้วย บทที่สงบระงับด้วยวิธีใด ผู้ฉลาดก็ควรดำเนินตาม ดำเนินตามรอยของท่าน ผู้ฉลาดที่ได้เดินมาแล้วจนถึงทางแห่งความสงบได้ และมีคุณสมบัติของผู้ที่จะดำเนินตามทางนั้น เช่นว่า ลักโก...เป็นผู้กล้าหาญ อุชฺ...เป็นผู้ซื่อตรง อับคัฟโ...เป็นผู้ไม่คะนองกายวาจาเรื่อย ๆ ไป มีคุณสมบัติที่ดีเยอะแยะในกรณียเมตตสูตร จนถึงสอนให้เป็นคนมีเมตตา แผ่เมตตาจิตไปไม่มีประมาณในสัตว์โลกทั้งปวง ... อันนี้เป็นข้อปฏิบัติทั้งนั้น

ธชัคคสูตรอยู่เบื้องหลัง ธชคฺคํ ปชฺชโต อาส ธชคฺคะ (ธช+อัคคะ) แปลว่า ยอดธง ธชคฺคสูตร...เป็นสูตรที่พระพุทธเจ้าทรงเล่าว่า เวลาเกิดเทवासुरสงครามขึ้น ท้าวสักกะบอกให้ดูยอดธงของท่าน พวกเทวดาก็มีกำลังใจเมื่อเห็นยอดธงของท้าวสักกะอยู่ หัวหน้าแม่ทัพยังมีธงสะบัดอยู่ก็มีกำลังใจ พระสงฆ์ที่อยู่ป่าหรือชาวพุทธที่อยู่ป่าให้ถือเอา พระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณเป็นยอดธง ให้ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้าเวลาเกิดความกลัว ความตกใจ ความหวั่น ขนพองสยองเกล้า ให้ระลึกถึงพระคุณของพระพุทธเจ้า ถ้ายังสะดุ้งอยู่ก็ให้ระลึกถึงคุณของพระธรรม

*อนันตริกสมาธิ คือ สมาธิที่สัมปยุตด้วยอรหัตตมรรค

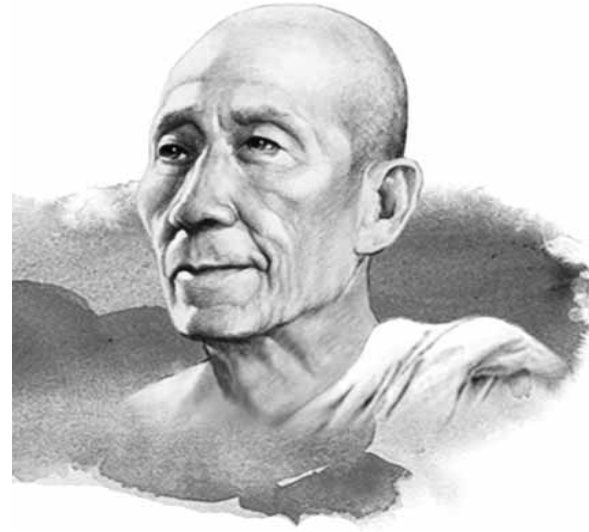
ถ้ายังกลัวอยู่ก็ให้ระลึกถึงคุณของพระสงฆ์ ท่านองนี้ นี่เป็นรัชคคสุตรให้ระลึกถึงคุณของพระรัตนตรัย

อังคฺลิมลสฺสูตร เป็นคำอธิบายของพระองค์คุณคฺลิมล พระองค์คุณคฺลิมลมีประวัติที่โหดร้ายมาก่อน เป็นโจรใจเหี้ยมฆ่าคนมามากมายถึง ๙๙๙ คน เกือบจะถึง ๑,๐๐๐ คนอยู่แล้ว ก็มาบวช ขณะที่เห็นหญิงมีครรภ์เดินลำบากก็เกิดความเมตตา เมื่อบวชแล้วจิตเปลี่ยนไป เกิดความเมตตา มาทูลพระพุทธรเจ้าว่า ทำอย่างไรอยากช่วยเหลือเขาให้พ้นจากความลำบาก พระพุทธรเจ้าตรัสว่า ฉันเอาจานหนึ่งคฺลิมลไปบอกว่ตั้งแต่ข้าพเจ้าเกิดมายังไม่เคยจงใจฆ่าสัตว์เลย ด้วยสัจจะวาจาอันนี้ ขอให้เธอคลอดปลอดภัย ขอให้ครรภ์ของเธอปลอดภัย พระองค์คุณคฺลิมลก็กล่าวว่า จะไม่เป็นการกล่าวเท็จหรือพระเจ้าข้า เพราะว่าข้าพระองค์ฆ่าคนมาตั้งเยอะแยะ พระพุทธรเจ้าตรัสว่า อย่างนั้นเพิ่มเข้าไปว่า ...ตั้งแต่เกิดโดยอริยชาติ ได้บวชแล้ว ไม่เคยมีความจงใจที่จะฆ่าสัตว์เลย ด้วยสัจจะวาจาอันนี้ ขอให้ครรภ์ของเธอปลอดภัย ท่านองคฺลิมลก็ไปว่าตามนั้น นางก็คลอดปลอดภัย อันนี้พระก็เอามาสดในงานแต่งงานและงานอะไรต่ออะไร ผู้หญิงมีครรภ์มาขอให้ช่วยพระก็ทำน้มนต์พร้อมด้วยสวดคาถาอังคฺลิมลปริตรนี้ อังคฺลิมลสฺสูตรท่านองนี้

การขอให้พระสูตรต่าง ๆ มาอยู่ทางซ้าย ทางขวา ทางอะไรของเรา ถ้าเล็งในการปฏิบัติก็ต้องศึกษาให้เข้าใจในสิ่งเหล่านี้ แล้วนำมาปฏิบัติจะได้ผล ถ้าท่องเฉย ๆ อย่างนี้ก็แค่แต่เพียงกำลังใจ แต่ประโยชน์ไม่เท่ากับที่เราศึกษาให้เข้าใจแล้วนำมาใช้ประโยชน์เลย คือปฏิบัติเลย ไม่ได้สวดอย่างเดียว เมื่อคืนผมก็พูดแล้วคุณสมบัติของผู้สวด...ต้องรู้เรื่อง...ต้องเข้าใจ



อย่าเที่ยวเอาไม้บรรทัดของตัวเองไปวัดชาวบ้าน
คนเราจริตนิสัยแตกต่างกัน ความคิดเห็นก็ต่างกัน
ตามคุณวุฒิ วิทยุฒิ ประสบการณ์ ประสบกรรม และธรรมในใจ
อย่าตัดสินคนอื่นด้วยมาตรฐานของตัวเอง
ซึ่งยังเอาแน่นอนไม่ได้
คนดี...ไม่จำเป็นต้องรูปร่าง พุดเพราะ
ดูน่าเชื่อถือ หรือคิดเหมือนเรา



แต่เจอ ผู้รักตัว บข

โดย...หลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ

ธรรมะคือตัวเราเอง ทุก ๆ คนคือธรรมะ ไม่ว่าจะเป็นเพศชายหรือเพศหญิง คนไทย คนจีน หรือชาวตะวันตก ทั้งหมดคือธรรมะ การปฏิบัติขึ้นอยู่กับตัวเรา และคำสอนของพระพุทธรเจ้าสามารถนำเราไปสู่สภาพของการดับทุกข์อย่างแท้จริง มนุษย์ก็คือธรรมะ ธรรมะก็คือมนุษย์ เมื่อเรารู้ธรรมะเราก็เข้าใจว่าทุก ๆ สิ่งนั้นมีได้เป็นอย่างไรที่เราคิด ทุก ๆ สิ่งคือสมมติ (สิ่งที่ยอมรับตกลงกัน) นี่คือปัญญาที่เกิดขึ้นเพื่อที่จะประจักษ์แจ้งในคำสอนที่แท้จริงของพระพุทธรเจ้า ไม่ว่าจะพระพุทธรเจ้าจะอุบัติขึ้นหรือไม่ก็ตาม พระธรรมนั้นมีอยู่ก่อนแล้ว เมื่อเราเห็นสิ่งนี้อย่างแท้จริง เราจะอยู่เหนือความเชื่อทั้งหมยทั้งหลาย เพราะเรารู้ว่าธรรมะก็คือตัวเรา ตัวเราเท่านั้นที่จะนำชีวิตของเราเองมิใช่ใครอื่น นี่คือจุดเริ่มต้นของความสิ้นสุดแห่งทุกข์

ทุกข์เปรียบเหมือนกับปลิงที่เกาะติดแน่นกับตัวเรา และดูดเลือดของเรา ถ้าเราพยายามดึงมันออก มันก็ยิ่งเกาะแน่นขึ้นและเราก็เจ็บปวดยิ่งขึ้น แต่ถ้าเราฉลาด เราเพียงแต่ใช้น้ำผสมกับใบยาและปูนกินหมาก และบีบน้ำที่ผสมแล้วลงบนตัวปลิง ปลิงมันกลัวแล้วมันจะหลุดของมันไปเอง ดังนั้นเราไม่ต้องไปแกะมันออกหรือไปดึงมัน เพื่อที่จะกำจัดมัน เช่นเดียวกับบุคคลที่ไม่รู้ พยายามจะหยุดโทษะ โมหะ โลภะ เขาเหล่านั้นพยายามต่อสู้และกดมันไว้ แต่สำหรับบุคคลผู้รู้เพียงมีสติเข้าไปดูจิตและเห็นความคิด

เปรียบเทียบเหมือนการเปิดไฟฟ้า บุคคลที่ไม่รู้เรื่องเกี่ยวกับไฟฟ้า จะพยายามหมุนที่หลอดไฟ หลอดไฟจึงไม่ติด แทนที่จะไปแตะที่สวิตช์ แต่สำหรับบุคคลผู้ซึ่งรู้เกี่ยวกับไฟฟ้า จะรู้จักวิธีใช้สวิตช์ไฟและดวงไฟก็สว่างขึ้น โทสะ โมหะ โลภะ เปรียบเหมือนกับหลอดไฟฟ้า ความคิดเปรียบเหมือนกับสวิตช์ ความคิดเป็นต้นเหตุของความผิดปกติเหล่านี้ ถ้าเราต้องการขจัดความยุ่งเหยิงผิดปกติเหล่านี้ ให้เราบริหารจัดการที่ความคิด เมื่อเรามีสติเฝ้าดูความคิดอยู่ โทสะ โมหะ โลภะ ไม่สามารถเกิดขึ้นได้ แท้จริงแล้วไม่มีโทสะ ไม่มีโมหะ ไม่มีโลภะ เราแตะสวิตช์ไฟที่นั่นเพื่อให้เกิดความสว่างที่นั่น เราเจริญสติที่นั่นเพื่อยังความสิ้นสุดแห่งทุกข์ทั้งปวง

จิตดั้งเดิมของเรานั้นสะอาด สว่าง สงบ สิ่งซึ่งมิได้สะอาด สว่าง สงบนั้น มิใช่จิตเรา มันคือกิเลส (ยางเหนียว) เราพยายามที่จะเอาชนะกิเลสนี้ แต่แท้จริงแล้วกิเลสมิได้มีอยู่จริง แล้วเราจะไปชนะมันได้อย่างไร สิ่งที่เราต้องกระทำเพียงอย่างเดียวคือ เราเพียงแต่ดูจิตใจโดยชัดเจน เผชิญหน้ากับความคิดโดยแจ่มชัด เมื่อเราเห็นจิตใจอย่างชัดเจน โมหะก็จะไม่มีอยู่

การเจริญสติ เมื่อเรามีความรู้สึกตัวอยู่ จะไม่มีความหลงเปรียบเหมือนการเทน้ำลงไปในถ้วยแก้ว ขณะที่เราเทน้ำลงไป น้ำจะเข้าไปแทนที่อากาศและเมื่อเราเทน้ำจนเต็มแก้ว อากาศทั้งหมดในถ้วยแก้วก็จะหายไป แต่ถ้าเราเทน้ำออก อากาศก็จะเข้าไปในถ้วยแก้วทันที ฉนั้นใดก็ฉนั้น นั่นเมื่อมีโมหะอยู่ สติปัญญาก็ไม่สามารถเข้ามาได้ แต่เมื่อเราปฏิบัติเจริญสติ ทำความรู้สึกที่ตัวของเราเอง ความรู้สึกตัวนี้จะเข้ามาแทนที่โมหะ เมื่อมีสติอยู่ โมหะก็ไม่สามารถจะเกิดขึ้นได้

มรรคคือวิถีแห่งการปฏิบัติอันนำไปสู่ความสิ้นสุดแห่งทุกข์ วิถีแห่งการปฏิบัติคือการรู้สึกตัวเท่าทันความคิด ร่างกายของเราทำงานไปตามหน้าที่และความรับผิดชอบ แต่จิตใจของเราจะต้องดูความคิด ทุกข์เกิดขึ้น เพราะเราไม่เห็นมัน มันจึงชนะเรา และยังให้เราเป็นทาสของมัน

การทำบุญและการรักษาศีล เปรียบประดุจตั้งข้าวเปลือกซึ่งไม่อาจกินได้ แต่ก็เป็นประโยชน์ เพราะเราจะใช้มันสำหรับการเพาะปลูกในปีถัดไป การทำตนเองให้สงบนั้นเปรียบตั้งเช่นข้าวสารที่ยังมิได้หุง และก็ยังคงกินไม่ได้ ความสงบนั้นมีสองอย่างด้วยกัน อย่างแรกคือความสงบแบบสมถะ (ความจดจ่ออยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งหรือสงบแบบไม่รู้สึก) อย่างที่สองคือความสงบแบบวิปัสสนา (ปัญญาญาณเห็นแจ้งรู้จริงสัมผัสได้ ไม่ทุกข์) ในการกระทำสมถภาวนานั้น เธอจะต้องนั่งนิ่ง ๆ



หลับตา แล้วดูลมหายใจเข้าและลมหายใจออก เมื่อลมหายใจละเอียดอ่อนมากเข้า บางครั้งเธอจะไม่รู้สึกถึงลมหายใจนั้น และเธอรู้สึกสงบมาก แต่โทสะ โมหะ โลภะ ไม่สามารถถูกขจัดออกไปเพราะยังคงมีความไม่รู้ อยู่ และเธอเองก็ไม่รู้สึกตัวของความคิดของเธอ แต่วิปัสสนาภาวนานั้นสามารถขจัดโทสะ โมหะ โลภะ และความสงบชนิดนี้สามารถมีในที่ทุกหนแห่งและในทุกเวลา ดังนั้นแล้วเราจึงไม่จำเป็นต้องนั่งปิดหูปิดตา ตาของเราสามารถดู หูของเราสามารถได้ยิน แต่เมื่อความคิดเกิดขึ้นเราเห็นมัน (ตาเห็นสักแต่ว่าเห็น หูได้ยินสักแต่ว่าได้ยิน จิตไม่เข้าไปปรุงแต่งมัน เป็นต้น) ความสงบแบบนี้เป็นศักยภาพที่ซ่อนอยู่ในตัวทุกคน



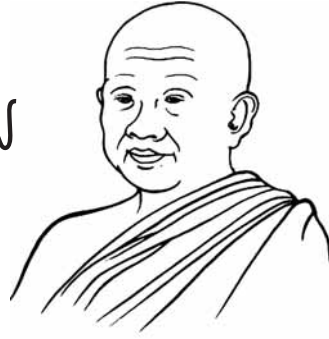
ข่าวประชาสัมพันธ์งานแสดงธรรมของชมรมกัลยาณธรรม

๑. ขอเชิญร่วมเป็นเจ้าภาพสนับสนุนโรงทานอาหารมื้อเช้าหรือมื้อกลางวัน เพื่อให้บริการอาหารเพียงพอแก่ผู้ฟังธรรมประมาณ ๕,๐๐๐ คน ท่านผู้มีจิตศรัทธาสนใจร่วมเป็นแนวหลังทางธรรม กรุณาติดต่อ ๐ ๒๗๐๒ ๗๓๕๓ หรือ ๐ ๒๗๐๒ ๙๖๒๔
๒. ในงานแสดงธรรมของชมรมฯ ทุกครั้ง จะมีหน่วยพยาบาลจากโรงพยาบาลสมุทรปราการ มาออกตรวจสุขภาพและดูแลสุขภาพในกรณีเจ็บป่วยฉุกเฉินตลอดงาน
๓. ขอขอบคุณไปรษณีย์ยานนาวา มาออกบูทบริการรับส่งพัสดุภัณฑ์ เพื่ออำนวยความสะดวกทุกท่านที่ต้องการซื้อสื่อธรรมะในงานแสดงธรรมตลอดทั้งวัน
๔. ในงานแสดงธรรมของชมรมฯ แต่ละครั้ง **ขอรับบริจาคสิ่งของที่ไม่ใช้แล้ว** เพื่อช่วยเหลือวัดพระบาทน้ำพุต่อไป และรับบริจาคปัจจัยช่วยเหลือวัดพระบาทน้ำพุ
๕. **รับสมัครเพื่อนร่วมอุดมการณ์ - แนวหลังทางธรรมร่วมใจแข็งแรงกายแรงใจ** เพื่อรับใช้พระศาสนาและพัฒนาสังคม ติดต่อ โทร ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓ หรือ ๐ ๒๗๐๒ ๙๖๒๔

กัลยาณมิตรธรรม

โดย...พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตฺโต)

แสดงธรรมในงานพระราชทานเพลิงศพ
พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่ocha สุภโท)



“ในวันนี้ เราได้มาประชุมกัน ได้มาร่วมพิธีพระราชทานเพลิงศพ แล้วเราทั้งหลายนั้นมาระลึกถึงหลวงปู่ชา ในฐานะที่ท่านเป็นกัลยาณมิตรท่านหนึ่งที่สำคัญ เป็นกัลยาณมิตรที่ดำเนินตามปฏิปทาของกัลยาณมิตรสูงสุดคือ พระพุทธเจ้า เราควรจะปฏิบัติต่อท่านอย่างถูกต้อง ให้ท่านเป็นเครื่องเตือนใจเรา ในฐานะที่ท่านเป็นผู้มีหลักคำสอนที่ดีเป็นแบบอย่างไว้แล้ว ก็ให้เราดำเนินตามท่าน ซึ่งเป็นผู้มีกัลยาณมิตรธรรม คือ

ประการที่ ๑ บีโย แปลว่า เป็นผู้น่ารักหรือเป็นที่รัก ก็หมายความว่า ท่านประกอบด้วยเมตตา ทำให้เรารู้สึกว่า เรามีเพื่อน ทำให้เกิดความชุ่มฉ่ำใจ ไม่อ้างว้างว่าเหว่ กัลยาณมิตรที่ดี จะทำให้เกิดความรู้สึกอย่างนี้ พระพุทธเจ้าก็ทำให้พระสาวกมีความสดชื่น มีความอบอุ่นใจ มีความสบายใจ ไม่ได้ถูกทอดทิ้ง เหมือนกับท่านทั้งหลายที่มีครูบาอาจารย์ที่ดี ท่านมีเมตตา ท่านมีลักษณะเป็น บีโย ก็จะรู้สึกสบายใจ ชุ่มฉ่ำใจ มีเพื่อนตลอดเวลา อันนี้ก็เป็นประการที่ ๑

ประการที่ ๒ ครุ เป็นที่เคารพ ท่านมีความหนักแน่น มีคุณธรรมเป็นหลักให้เราได้ เมื่อเป็นหลักให้เราได้ เราก็เกิดความรู้สึกมั่นคง มีความรู้สึกปลอดภัย มีหลักมีที่เกาะเกี่ยวจริงๆ แต่ท่านก็มาช่วยอะไรเราให้ถึงที่สุดไม่ได้หรอก กัลยาณมิตรนั้นมาสอนเรา ให้ธรรมะมาสอน แต่ถ้าเราไม่ฟัง หรือฟังแล้วไม่คิดไม่พิจารณา ไม่เอาไปปฏิบัติ ผลมันจะเกิดขึ้นได้อย่างไร มันก็เกิดขึ้นไม่ได้ อย่างครูอาจารย์จะมาสอนใครนี่ จะเอาปัญญามาใส่สมองเรา ใส่ไม่ได้ คนเราจะต้องเกิดปัญญาขึ้นด้วยตนเอง แต่กัลยาณมิตรหรือครูอาจารย์ก็ช่วยได้โดยการบอกกล่าว แนะนำ เอาคำสอน

มาบอกให้ ถ้าเราทำเอง ทำหน้าที่ของเรา ปัญญาที่เกิดขึ้นกับตัวเรา ฉะนั้นกัลยาณมิตรก็ช่วยได้มาก ไม่ใช่ช่วยไม่ได้เลย แต่ต้องรู้ขอบเขตอย่างที่ว่า ท่านช่วยเรา แค่นี้ เราจะต้องทำแค่นี้ ตกลงว่ากัลยาณมิตรที่ดี ประการที่ ๒ ก็เป็น ครุ เป็นที่เคารพ เป็นหลักให้ ทำให้เกิดความรู้สึกมั่นคง ปลอดภัย มีหลัก เป็นที่เกาะเกี่ยว

ประการที่ ๓ ภาวนีโย แปลว่า เป็นที่เจริญใจ เป็นแบบอย่างให้เราได้ เราได้ครูอาจารย์ เราได้ผู้ที่ท่านมีคุณธรรม มีความประพฤติดีงาม เราก็เกิดความรู้สึกที่เรียกว่า จรรโลงใจ มีกำลังใจ เห็นแบบอย่าง อยากจะทำตาม ก็ทำให้มีความก้าวหน้าได้ ฉะนั้นกัลยาณมิตรจึงช่วยได้มาก

ประการที่ ๔ นอกจากจะทำให้เกิดความรู้สึกอยู่ในใจแล้ว ยังออกมาเป็นรูปธรรมด้วย ก็คือชั้น **วตฺตา** เป็นผู้ที่ยกอกกล่าว เอาคำสอนมาบอกกล่าว มาแนะนำเรา หรือว่าช่วยบอกเกี่ยวกับเรื่องการประพฤติปฏิบัติของเรา แล้วเราทำถูกทำผิดอันไหนที่เราทำไม่ถูก ท่านก็แนะนำตักเตือนให้ แนะนำ บอกวิธีแก้ไขให้ อันไหนที่เราทำดี ถูกต้อง ท่านก็ส่งเสริมบอกวิธีทำให้อย่างขึ้นไป อันนี้ก็ได้คุณสมบัติเพิ่มขึ้น นี้คือผู้ที่สั่งสอน อันนี้ก็ช่วยเราได้ ทำให้เรารู้จักพึ่งตนเองอย่างแท้จริง

ประการที่ ๕ วจนฺทโม บอกกล่าวแล้วบางที่ยังไม่ชัดเจน เราก็ยังสงสัยไปซักไซ้ไล่ถามท่าน ท่านก็อดทนต่อการพูดของเรา ที่จะซักไซ้ไล่เสียง

ท่านก็พยายามที่จะช่วยชี้แจง จนกระทั่งเกิดความเข้าใจชัดเจน เรียกว่าไม่ทอดทิ้ง และไม่ปล่อยปละละเลยต่อลูกศิษย์เอาใจใส่อดทนต่อการที่จะแนะนำสั่งสอน

ประการที่ ๖ คมฺภีรญฺจะ กถํ กตฺตา เป็นผู้ที่ยกกล่าวแถลงเรื่องลึกซึ้งได้ คำกล่าวสอนธรรมดาสามัญก็เป็นความดีของกัลยาณมิตรอยู่ทั่วไปแล้ว แต่กัลยาณมิตรที่มีคุณสมบัติพิเศษ ที่จะช่วยลูกศิษย์ลูกหาได้อย่างแท้จริง ก็คือผู้ที่สามารถนำให้เข้าถึงสิ่งที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นไป อันนี้จะเป็นส่วนที่ทำให้เราสามารถมีความก้าวหน้าในการปฏิบัติ ถ้าหากว่าเรื่องลึกซึ้งขึ้นไปไม่สามารถแนะนำได้ เราก็อยู่ในระดับธรรมดา ความก้าวหน้าในการปฏิบัติก็ยังไม่เป็นไปเท่าที่ควรหรือไม่ถึงที่สุด

เพราะฉะนั้นก็ต้องมีคุณลักษณะข้อที่ ๖ คือ คัมภีรญฺจะ กะถํ กตฺตา สามารถที่จะแถลงชี้แจงเรื่องลึกซึ้งได้ด้วยแล้วตลอด จนกระทั่งว่าสิ่งลึกซึ้งที่เรายังไม่รู้ไม่เข้าใจ ก็สามารถเอามาบอกกล่าวแนะนำชักจูงเราให้ปฏิบัติบำเพ็ญยิ่ง ๆ ขึ้นไป

ข้อสุดท้าย **ประการที่ ๗** ก็มีกรอบจำกัดไว้อีกว่า นอกจากว่าจะมาช่วยแนะนำในทางที่จะเกิดความรู้สึกในทางที่ดีงามอะไรต่างๆแล้ว ก็มีกรอบในทางที่ไม่ให้เกิดความเสื่อมเสียขึ้น เรียกว่า **โน จัฏฐาเน นโยชเย** แปลว่า ไม่ชักจูงในสิ่งที่เหลวไหลไร้สาระ หรือในทางที่เสียหาย อันนี้ก็ทำให้เกิดความรู้สึกสบายใจ ปลอดภัย โปร่ง ปลอดภัยขึ้นมาว่า ท่านจะไม่ทำให้เกิดความเสียหายและหนีออกไปผิดทางได้

นี่ก็คือคุณสมบัติของกัลยาณมิตร ผู้มีกัลยาณมิตรนี้จะมีความรู้สึกมีความสุขในเบื้องต้นอยู่แล้ว แล้วก็ทำให้เกิดกำลังใจในการที่จะปฏิบัติ แล้วก็ทำให้ได้ข้อปฏิบัติที่ถูกต้อง ที่จะนำมาใช้กับตนเองในการที่จะพึ่งตนเองได้

ก็คิดว่าหลวงปู่ชา ท่านมีความเป็นกัลยาณมิตรดังกล่าวมานี้ ท่านจึงเป็นที่เคารพรักของลูกศิษย์ทั้งหลาย ลูกศิษย์ทั้งหลายระลึกถึงท่านแล้ว ก็มีน้ำใจตอบแทน จึงพากันมาบูชาคุณของท่าน ดังที่ปรากฏกันเห็นว่า มีจำนวนมากมายเหลือเกิน นี่เป็นน้ำใจที่เราทั้งหลายแสดงออก ตอบแทนต่อท่านผู้เป็นครูอาจารย์ที่เป็นกัลยาณมิตรของเรา เพราะฉะนั้นก็เป็นที่น่าอนุโมทนา

แต่ข้อสำคัญก็คือว่า เมื่อระลึกถึงกัลยาณมิตร มีความกตัญญูต่อท่าน แล้วกระทำการบูชาท่าน ก็จะต้องกระทำการบูชาให้ถูกต้อง โดยการปฏิบัติบูชา

และโดยการที่เข้าใจหลักความเป็นกัลยาณมิตร ตลอดจนขึ้นไปจนถึงคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ว่า **“พระองค์ทำหน้าที่เป็นผู้บอก เป็นผู้แนะนำสั่งสอน เราจะต้องทำความเพียรด้วยตนเอง จะต้องพึงธรรม จึงจะพึ่งตนได้”** ☉

ท่านผู้มีจิตศรัทธา ต้องการร่วมสมทบกองทุนธรรมทานของชมรมกัลยาณธรรม กรุณาบริจาคได้ โดยโอนเข้าบัญชี ดังนี้

ชื่อบัญชี อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ บัญชีออมทรัพย์

๑. ธนาคารกรุงเทพ	สาขาสมุทรปราการ	เลขที่ ๑๕๕ - ๗๐๐ - ๘๒๒๒
๒. ธนาคารกรุงไทย	สาขาสมุทรปราการ	เลขที่ ๒๑๕ - ๑๕๑ - ๐๔๓๓
๓. ธนาคารกรุงศรีอยุธยา	สาขาสมุทรปราการ	เลขที่ ๑๐๐ - ๑๓๙ - ๑๒๓๕
๔. ธนาคารไทยพาณิชย์	สาขานนทบุรีสมุทร	เลขที่ ๓๓๗ - ๒๒๙ - ๖๐๙๒
๕. ธนาคารกสิกรไทย	สาขาตลาดสมุทรปราการ	เลขที่ ๓๖๐ - ๒ - ๓๗๕๐๑ - ๒

Fax รายชื่อผู้บริจาค และไปรษณีย์เงินมาที่ ๐ ๒๗๐๒ ๗๓๕๓ อนุโมทนาสาร



สูตรปรุงชีวิต

ของ ดร.สนอง วรอุไร

โดย...เพ็ญลักษณ์ ภักดีเจริญ

แม้ใครๆ จะบอกว่า ชีวิตไม่มีสูตรสำเร็จ แต่เขาคอนี้บอกว่า เราทำชีวิตให้ได้ดีและมีสุขได้ พร้อมทั้งบอกถึงสูตรสำเร็จของชีวิต แม้กระทั่งการเลือกคู่ การเลือกลูก เราก็กำหนดสเปคได้ แต่ไม่ใช่สเปคทางโลกแบบเก่งและดี ต้องมีปัญญาและเข้าใจสัจจะของชีวิต

ถ้าคนที่เข้าใจชีวิต แม้จะเจออุปสรรคมากมายเพียงใด ก็สามารถยิ้มรับและหาทางออกให้ตัวเองได้ แต่จะมีสักกี่คนที่ทำได้เช่นนั้น

บางคนพูดคุยธรรมะได้ดั่งดาม แต่ไม่ได้นำมาปฏิบัติ เพื่อแก้ปัญหาในชีวิตประจำวัน

บางคนฉลาดเข้าใจเรื่องทางโลก และรู้สึกว่า การเอาर्डเอาเปรียบเพื่อนมนุษย์เป็นเรื่องปกติในสังคม

บางคนเข้าวัดเข้าวา พูดคุยธรรมะประหนึ่งเข้าใจชีวิต แต่หาเป็นเช่นนั้นไม่ อาจเป็นได้ว่า มนุษย์มองออกไปนอกตัว จึงมองไม่เห็นบางอย่างในตัวเอง

ลองมารู้จักกับ ดอกเตอร์ทางวิทยาศาสตร์คนหนึ่ง ดร.สนอง วรอุไร แม้จะสำเร็จทางด้านวิทยาศาสตร์ จบปริญญาเอก สาขาไวรัสวิทยา จากมหาวิทยาลัยลอนดอน แต่ในที่สุดก็หันมาศึกษาธรรมะอย่างจริงจัง และพบว่า จิตของเรามีศักยภาพมากกว่าที่คิด สามารถพัฒนาได้อย่างไม่มีที่สิ้นสุด เพียงแต่เราไม่รู้จักรการพัฒนาจิต

เขาย้อนความว่า ตอนเรียนอยู่ที่อังกฤษ ต้องเรียนหนักมาก แต่พอฝึกจิตก็ส่งผลให้สามารถจดจำสิ่งต่างๆ ได้เร็วขึ้น และเข้าใจบทเรียนได้ง่ายขึ้น

เมื่อสามสิบปีที่แล้วเขาได้อุปสมบท และมีโอกาสฝึกวิปัสสนากรรมฐานกับ พระเทพสิทธิมนี (โชดก ปช.๙) ที่วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์เป็นเวลา ๓๐ วัน ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่เขารู้สึกมีคุณค่าที่สุดในชีวิต ทำให้ชีวิตพบจุดเปลี่ยน

หลังจากนั้น ดร.สนองเข้าเป็นอาจารย์สอนหนังสือ ที่มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จนเกษียณอายุราชการ และหันมาเป็นครูบาอาจารย์ทางธรรม เดินสายบรรยายธรรม ตามที่ต่าง ๆ ด้วยความเมตตาประกอบกับความเข้าใจชีวิตและธรรมะอย่างลึกซึ้ง

สิ่งที่เขาบรรยายจึงมีคุณค่า สามารถจุดประกายความคิดให้หลาย ๆ คนนำมาใช้ในชีวิต จนลูกศิษย์รวมกลุ่มกันตั้งเป็นชมรมกัลยาณธรรม ช่วยเผยแพร่งานของเขาออกมาเป็นหนังสือหลายเล่มด้วยกัน อาทิ ทางสายเอก (เล่มนี้แปลเป็นภาษาอังกฤษ เพื่อให้ชาวต่างชาติได้มีโอกาสศึกษาประสบการณ์การปฏิบัติธรรม) การใช้ชีวิตที่คุ้มค่า อัณมณีของชีวิต ฯลฯ ล่าสุดทางสำนักพิมพ์อมรินทร์ ได้เปิดตัวหนังสือ ทำชีวิตให้ได้ดีและมีสุข และยิ่งกว่าสุขเมื่อจิตเป็นอิสระ ของ ดร.สนอง ซึ่งไม่น่าเชื่อว่าจะมีคนฟังเกือบเต็มหอประชุมเล็กธรรมศาสตร์

๑. “ถ้าทำร่างกายให้แข็งแรง เราต้องรักษาใจให้ได้จริง ๆ แล้ว ความรู้เหล่านี้มีมานานแล้ว ถ้ามีสุขภาพจิตดี กายก็จะดีไปด้วย”

ดร.สนอง เริ่มเล่าให้ญาติโยมและผู้สนใจฟัง จากตัวอย่างของเขาเองปัจจุบัน อายุ ๗๒ ปี ยังแข็งแรง และดูอ่อนกว่าวัย เพราะหมั่นฝึกดูใจตัวเองตลอดเวลา

เขาเล่าว่า ในยุคที่บุกเบิกมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ต้องทำงานหนัก จนเป็นโรคกระเพาะ หลังจากฝึกจิตที่วัดมหาธาตุฯ ก็ค้นพบว่าโรคพวกนี้มาจากความเครียด หลังจากเรียนรู้เรื่องการฝึกจิตสมาธิผ่านมา ๓๐ ปี ไม่เคยป่วยเป็นโรคอะไรเลย

เขาได้เขียนไว้ในหนังสือว่าถ้าเราสามารถรักษาสมดุลของธาตุทั้งสี่ในร่างกายได้ โรคภัยไข้เจ็บก็จะไม่เกิด อย่างคนชี่หนาวต้องดื่มน้ำเยอะ ๆ ในทางวิทยาศาสตร์น้ำคือ ตัวเก็บความร้อน

ดร.สนองย้อนความถึงสมัยเรียนลอนดอนว่า เคยป่วยไม่สบาย เพราะทำงานหนัก ตอนนั้นเป็นไข้หวัดใหญ่และอาจตายได้ก็พยายามขออนัดแพทย์ เพราะอยู่ที่นั่นไม่สามารถซื้อยารับประทานเองได้ ต้องมีใบสั่งแพทย์ แต่วันนั้นแพทย์ไม่มีคิวให้เรา



ก็ต้องรอวันรุ่งขึ้น

“วันนั้นผมจึงรักษาตัวเองไปก่อน ไปนอนแช่น้ำอุ่น ปรากฏว่า อาการป่วยหายไปทันทันในวันรุ่งขึ้น ไม่มีไข้เลย คนโบราณพูดถึงธาตุทั้งสี่ไว้คือ ดินน้ำลมไฟ ถ้าร่างกายมีสมดุลก็จะแข็งแรง แต่ถ้าเมื่อใดธาตุไหนหย่อน ก็มีปัญห ทางการกินอาหารไม่สะอาด ก็ต้องกินน้ำเข้าไปเยอะ ๆ เราต้องรู้จักร่างกายตัวเอง”

เขายกตัวอย่างและเล่าถึงสมัยหนุ่ม ๆ ว่า เคยรับประทานไขวันละฟอง จนมีปัญหาต้องไปพบแพทย์ ปัจจุบันหันมากินไข่ได้อีก ทั้ง ๆ ที่ตอนนี้อายุ ๗๒ ปี เพราะเราหมั่นสังเกตตัวเอง ถ้ามีน้ีรชะเมื่อไหร่ก็จะหยุดทันที เพราะร่างกายเตือนเราล่วงหน้า

“ผมมีเพื่อนคนหนึ่งรับประทานไขวันละ ๑๐ ฟอง แต่เจอกันวันสุดท้ายที่งานศพ อย่างเวลาผมกินไข่ ถ้ามีอาการมีน้ีรชะเมื่อไหร่ก็หยุด อีกอย่างถ้ารู้ว่าไขมันในเลือดสูง ก็อาจจะดื่มน้ำดอกคำฝอย บอระเพ็ด เต็มน้ำร้อนแล้วดื่ม เพื่อให้ร่างกายสมดุล ก่อนอื่นต้องตั้งโปรแกรมจิตไว้ว่า ไม่เจ็บไข้ได้ป่วย ไม่ปวดศีรษะ แต่ผมคิดว่า อายุเท่าไรไม่สำคัญ ขอให้อยู่เพื่อทำประโยชน์ให้สังคม”

เขาย้ำอีกว่า แม้กระทั่งการตายก็มีสัญญาเตือน อยู่ที่ว่าใครจะระลึกได้ทัน

๒. นอกจากหลักการดูแลตัวเองง่าย ๆ คือ การฟังเสียงร่างกายหมั่นสังเกตตัวเองแล้ว เราก็ต้องมีสติและเข้าใจหลักการของธาตุทั้งสี่ และตั้งโปรแกรมจิตว่า จะไม่เจ็บไข้ได้ป่วยก็ยอมทำได้ แม้หลายคนจะค้านอยู่ในใจว่า สามารถทำได้จริงหรือ

ดร.สนอง บอกว่า ต้องรู้จักคิดในแง่บวก คำว่า ไม่มี ไม่ดี ไม่ได้ ไม่สบาย อย่าได้มาเกิดกับเขาเลย

และเรื่องน่าคิดอีกอย่าง ก็คือ คนที่มีธรรมะในใจ จะทำงานด้วยตัวเองอย่างมีความสุข ไม่ชี้หน้าให้คนอื่นทำแทน การทำงานด้วยตัวเอง ก็เพื่อให้ร่างกายได้ออกกำลังกาย คนที่มีธรรมะจะไม่เกียจงาน จะทำงานด้วยใจอย่างมีความสุข อย่างน้อยๆ ต้องหัดเดินออกกำลังกายวันละสามสิบนาที อย่าย่อยเฉย ๆ

“ถ้าจิตไม่นิ่ง คลื่นสมองจะเปลี่ยน” ดร.สนอง ย้ำและยกตัวอย่างตัวเขาเอง

หลังจากศึกษาธรรมะแล้วมีความจำดีกว่าตอนหนุ่ม ๆ และเวลาบรรยายธรรม เขาจะไม่อ่านตำรับตำรามากมาย แต่จะตั้งใจให้สงบนิ่ง เพื่อตั้งศักยภาพในตัวเอง



มาใช้ ไม่ว่าจะข้อมูลที่สะสมในชีวิตหรือความเข้าใจชีวิต เพราะความเป็นจริงแล้ว จิตของเราสั่งสมข้อมูลแต่ละภพแต่ละชาติไว้ เพียงแต่เราจะระลึกได้หรือไม่

ปัจจุบันคนเราใช้ศักยภาพของพลังจิตเพียงแค่ ๗% ด้วยเหตุผลนี้เอง คนที่ฝึกสติอย่างเชี่ยวชาญ ก็จะใช้ประโยชน์ทำงานได้เต็มที่ แต่เมื่อใดจิตว่าวุ่น ปัญญา ก็จะไม่เกิด

“ผมเคยบอกเพื่อนว่า ถ้ามีปัญหา ขอให้ลองอยู่หนึ่ง ๆ ลักพัก ปัญญา ก็จะเกิด”

นอกจากนี้การฝึกสมาธิง่าย ๆ ยังมีอีกมากมาย แม้แต่การฟังเพลงคลาสสิก ก็สามารถสร้างสมาธิได้ ขอให้มึสติกำหนดรู้เท่าทันอริยาบถปัจจุบัน การร้องเพลง ในโบสถ์ก็เป็นอีกวิถีหนึ่งของการเข้าสู่ความสงบ ทิเบตก็มีดนตรีประกอบพิธี หรือ ดนตรีอินเดีย (พูดถึงดนตรี ก็เลยร้องเพลงให้ฟัง) การสวดมนต์ ก็เป็นการเข้าสมาธิอย่างหนึ่ง ถ้าเรามีใจจดจ่อ ไม่ได้เอากิเลสเข้าไปปรุงแต่งก็จะได้สมาธิ

“ปกติผมจะบอกคนอื่น ๆ ว่า อย่าเชื่อผม ให้ดูตามเหตุผล อย่างบางคน ครีธามาก แต่ปัญญาไม่เกิด ผมว่าสติต้องพัฒนา”

๓. การเข้าถึงศักยภาพของตัวเอง อาจเป็นเรื่องยากในความรู้สึกบางคน แต่สำหรับ ดร.สนองแล้วดูเหมือนไม่ใช่เรื่องยาก เขาย้ำว่า ถ้ากายแข็งแรงต้องเคลื่อนไหวตลอดเวลา แต่จิตต้องสงบนิ่ง ยิ่งคนเราขี้เกียจมากเท่าไร ก็จะมีพลังน้อย

หันมาพูดเรื่องการกำหนดสเปคให้ชีวิต ดูท่าจะสนุกกว่า เขาบอกว่า การเลือกคู่มือสองแบบคือ คู่สร้างคู่สมและคู่เวรคู่กรรม อย่างคู่สร้างคู่สมคือ คู่ที่เคยผูกพันกันทำกุศลกรรมร่วมกันมานาน และได้มาเกิดในสถานภาพใกล้เคียงกัน ส่วนคู่เวรคู่กรรมคือ คู่ที่เคยเป็นศัตรู หรืออาฆาตจองเวรกันมาในชาติก่อน แล้วมาเกิดเป็นคู่กัน แล้วเราจะเลือกคู่แบบไหนดีละ เขาบอกว่า เป็นเรื่องต้องพิถีพิถัน ไม่ต่างจากเวลาเราซื้อของ ก็ต้องกำหนดสเปค

แต่ถ้าคุณวางสเปคไว้ว่า ต้องไอคิวสูง (ความฉลาดทางปัญญาความคิดที่เกิดจากการคิดมากฟังมาก) อีคิวสูง (ความฉลาดทางอารมณ์) และเอสคิว (ความเป็นมนุษย์สมบูรณ์ ไม่ตกเป็นทาสของสรรพสิ่ง) ถ้าคุณกำหนดสเปคว่า ต้องดีทั้งสามอย่าง ดร.สนองว่า ชาตินี้คุณไม่ได้แต่งงาน ถ้าเป็นเช่นนั้น เราต้องปรับตัวก่อน ทำจิตทำใจให้มีศีลมีธรรม ถ้าจะเลือกคนมาเป็นคู่ ไม่จำเป็นต้องไอคิวสูงก็ได้ ขอให้เป็นคนดีคือ มีอีคิวสูง

ก่อนอื่นต้องรู้จักพัฒนาจิตใจตัวเอง คือ ส่องกระจกดูใจ เพราะทุกวันนี้เรา ออกจากบ้าน เราจะดูว่า แต่งตัวเหมาะสมไหม แล้วเราเคยดูใจของตัวเองไหม

“บางคนปฏิบัติธรรมมานาน แต่ธรรมะไม่ได้เข้าไปอยู่ในใจ ก่อนอื่นต้องดูที่ใจ แล้วแก้ที่ตัวเองก่อน คนอื่นเป็นครูของเรา อย่างชาวตะวันตก เวลาสอนให้คนดูต้นไม้ ลัทธิหรือธรณีวิทยา ก็จะศึกษาข้างนอก ไม่ได้ศึกษาด้านใน”

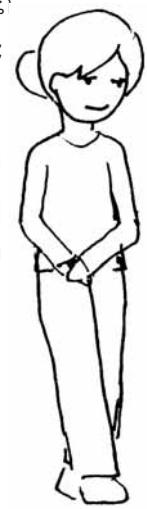
เมื่อพูดถึงชีวิตด้านใน มีคนถามถึงเรื่องการสวดมนต์ที่ไม่รู้คำแปล จะมีประโยชน์อย่างไร ดร.สนองบอกว่า คนจำนวนมาก สวดมนต์เพื่อให้จบเร็ว ๆ นั่นก็ได้สมาธิ แต่ไม่มาก แต่ควรสวดด้วยใจ ถ้าให้ดีก็ควรรู้ความหมาย บางบทก็จะ ได้แผ่เมตตาให้สรรพสัตว์ไปด้วย

“ความเมตตาถ้าเราส่งคลื่นจิตออกไปตรงกัน เขาก็รับรู้ได้ มันอยู่ที่คลื่นส่งของเราด้วย”

ในวงสนทนาก็มีคำถามมากมายที่หลายคนสงสัย แต่ ดร.สนองสามารถตอบปริศนาได้บางส่วนเท่านั้น เพราะเวลาค่อนข้างจำกัด ยิ่งถ้าถามว่า ระหว่างการให้ทาน ถือศีล และปฏิบัติสมาธิภาวนา อันไหนจะได้บุญกุศลมากที่สุด

เขามีคำตอบว่า การภาวนา เพื่อพัฒนาจิต น่าจะเป็นแนวทางเพื่อให้มนุษย์ ไปสู่จุดมุ่งหมายคือ ปัญญา เพราะถ้าเข้าสมาธิ เพื่อขจัดอารมณ์ปรุงแต่งได้ ย่อม เป็นเรื่องดี และสมาธิไม่จำเป็นต้องนั่งอย่างเดียว ทำได้ทุกอริยาบถ เพื่อให้เกิด ปัญญาขจัดกิเลส และช่วยเหลือคนอื่นได้ แม้จะเป็นฆราวาสก็สามารถ บรรลุธรรมได้เช่นกัน เมื่อก่อนเขาเองก็ไม่เชื่อ จนเข้าถึงอภิญา และ หากบวชเป็นพระสงฆ์ คงพูดเรื่องพวกนี้ไม่ได้ (วินัยห้าม)

นี่เป็นบางส่วนของ ดร.สนองเล่าให้ฟังวันนั้น เขาพยายามเน้นย้ำ เรื่องการฝึกสติอย่างเข้าใจ ถ้ามีครีธา ก็ต้องมีปัญญาด้วย อย่างน้อย ๆ ก็ต้องหัดเจริญสติไปเรื่อย ๆ อย่าหวังว่าจะได้ญาณหรือเห็นนิมิต ลองหันมาพัฒนาจิตเพื่อจะได้ไม่เป็นทาสของกิเลส ตัณหา และรู้จักกำหนดชีวิตตัวเองอย่างคนที่มึปัญญา นั่นก็จะเป็นจิ๊กซอว์ช่วยเหลือคนอื่นต่อไป



ร่วมอนุโมทนาเจ้าภาพงานแสดงธรรม ครั้งที่ ๒๐

๑๐ กรกฎาคม ๒๕๕๔

๑. เจ้าภาพร่วมจัดพิมพ์หนังสือแจกเป็นธรรมทาน

- คุณพ่อธรรมมรภัต - คุณแม่พรรณณี คำดา
- คุณวรลักษณ์ - คุณสมมติ - คุณสุนัญญา สุขสมัย
- คุณเงินตรา - คุณธรรมนาถ ทองเคียน
- คุณณิศาภรณ์ - คุณศุภาภรณ์ - ด.ช.ธนวัฒน์ ตรีศิริพิศาล
- คุณรัชดา พานวิริยกุล
- คุณยุวรัตน์ วัชรินทร์กาญจน์ และครอบครัว
- คุณคณินันท์ ส่งสัมพันธ์
- คุณกฤติยา ศิริโสภณา
- คุณเนพาวรรณ - คุณชญานิศ - ด.ญ.ภาวินี แก้วกระจาย
- คุณชัยวัฒน์ ชูเชื้อ
- นายแพทย์ทรงคุณ อุดมลิน - คุณร่มบุญ อุดมลิน - คุณเนพวรรณ แซ่ใจ
- คุณภัททิยา - ด.ช.อติวิษณุ ม่วงศร
- คุณสมบุญ - คุณศศิธร - คุณปริญญา - คุณปราชญ์ ศรีบุศกรณ
- คุณโอฬาร วีระกวี
- พญ.ภทรพร อัครเดชเมธากุล
- คุณวราภรณ์ มาศวัฒนา
- คุณจินตนา ลีทวิสมบุญ และครอบครัว
- คุณคิมหันต์ ตันตยานนท์กุล
- ดร.สาส์ สุภาภรณ์
- คุณพวงทิพย์ หวังหลี
- คุณสุภาภรณ์ วัจจินดา
- คุณมณีรัตน์ เดชญาณกร
- คุณนงิม ลิ้มสมบุญ
- คุณสมหมาย เต็มประสิทธิ์ศักดิ์
- ครอบครัวน้องปันปัน กิจสำมาร
- คุณสุวัฒนา สุนทราคม
- คุณปริศนา จันทร์กระจ่าง
- คุณสุคนธ์ วัฒนะพันธ์
- คุณพัชรินทร์ สายสังข์
- คุณเพิ่มลศิลป์ ทักษันตกุล
- คุณพวงทิพย์ นิลประดับแก้ว
- คุณจุฑาภรณ์ นิลประดับแก้ว
- คุณถาวร พานิช
- คุณพัชรภรณ์ มณีโรจน์ฉาย
- ครอบครัวนิพนธ์กุล
- ครอบครัวนามสุบิน
- คุณภาวณา เคนนิม
- แม่ชีประยงค์ ทองเพ็ง
- คุณเปี่ยมจรัส พานิช
- พล.ร.ท.กรชัย วรอุไร และครอบครัว
- คุณอนงค์ ศศิพงศ์อนันต์
- คุณจำเนียร - คุณสิรินันท์ - คุณสุปราณี เพียรรัตน์พิมล
- คุณพานิช เสงี่ยม และครอบครัว
- คุณกิตติพงษ์ ปิ่นคง
- คุณเศรษฐสิริห์ ตันทอง และครอบครัว
- คุณศรีลลนา แดงทองดี
- คุณอารี ยิ่งตรง
- คุณธันย์จิรา ธนดิลกิติพงษ์
- คุณสินีนาฏ ทองงาม และครอบครัว
- ครอบครัวแม่ทิว เรืองรุ่ง
- ครอบครัวคุณกัลยา คำกอง
- ครอบครัวคุณรุ่งทิวา วิทยาทักษ์วงศ์
- ครอบครัวคุณพัทธวรรณ บุญใหญ่
- คุณพวงพัชร ตั้งยืนยง และครอบครัว
- คุณสินีนาถ พลาอนุช และครอบครัว
- คุณภาวดี จิตรประพัทธ์ และครอบครัว
- คุณสุภัทสร จิตรประพัทธ์ และครอบครัว
- คุณเรียม บุญชู และครอบครัว
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์ และครอบครัว
- คุณมณีรัตน์ ฐิติจิตร์ และครอบครัว
- คุณสุนิษา แซ่ตัน - คุณเตียงเกียน แซ่คู และครอบครัว
- ครอบครัวคุณยุพดี พรรณพูนศักดิ์
- ครอบครัวคำแสง
- คุณสุทิพย์ กาญจนวงษ์
- คุณสุริสา จึงรุ่งเรืองกิจ
- คุณสุรเดช - คุณมธุรส เตชะศรีสุขโข
- รศ.วรรณพร วัฒนพานุกร
- ผศ.เกลิยพันธ์ ขจรผลกิตติ
- คุณสมศรี วิศวจรรยา และครอบครัว

- ครอบครัวมันนุพทคุณ
- สมาชิกเลขที่ ๔๘๐๓๖๐
- ครอบครัวโรจน์ทินกร
- ครอบครัวนุตาไล
- ร้าน MI-MI SILVER
- ครอบครัวดวงสวัสดิ์ศักดิ์ - ตรกรวาณิช
- ร้านศรีพิพัฒน์
- คุณสิทธิเดช - คุณลักขณา ชวนะเวศน์
- คุณเมย์รี ศิริวัจนางกูร และครอบครัว
- คุณเสหวิฑู - คุณนำสิน แต่โสภาพงษ์พร้อมบุตรธิดา
- คุณจินดาภรณ์ คุณทวีลาภ
- คุณพิชัย - มาลี - สุานิตา - พิสุทธิ จันทร์วัชรังกุล
- ครอบครัวคุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสิทธิ์ ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว
- อ.สวัสดิ์ อมรสิทธิ์
- คุณนภาพร สุดแดง และครอบครัว
- คุณพิสุทธิ - คุณทัศนีย์ - คุณดลพร - คุณภูริสร์ พิพัฒน์ไผ่คาบูล
- ครอบครัวกิ่งสกุล
- คุณสมเกียรติ - คุณระริน - ด.ญ.พรนภา ศรีสุภกรกุล
- บริษัท อุทัยธานี ซูซูกิ จำกัด ร่วมกับพนักงานและลูกค้าทุกท่าน
- คุณสมพร วิทวัสการเวช
- คุณพิลาวันย์ มหพันธ์
- คุณอัสพร ตั้งมโนกุล
- ครอบครัวน้องปันปัน กิจสมมาร
- คุณสุคนธ์ วัฒนะพันธ์
- คุณพัชรินทร์ สายสังข์
- คุณจินตนา ลีทวิสมบุญ และครอบครัว
- คุณพวงทิพย์ นิลประดับแก้ว
- คุณจุฑาภรณ์ นิลประดับแก้ว
- คุณพานิช เสงี่ยม และครอบครัว
- คุณสุริสา จึงรุ่งเรืองกิจ
- คุณสุรเดช - คุณมธุรส เตชะศรีสุขโข
- ครอบครัวดวงสวัสดิ์ศักดิ์ - ตรกรวาณิช
- ครอบครัวชวนะเวศน์
- คุณเมย์รี ศิริวัจนางกูร และครอบครัว
- คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสิทธิ์ ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว
- ครอบครัวกิ่งสกุล
- คุณสมเกียรติ - คุณระริน - ด.ญ.พรนภา ศรีสุภกรกุล
- บริษัท อุทัยธานี ซูซูกิ จำกัด ร่วมกับพนักงานและลูกค้าทุกท่าน

๓. เจ้าภาพค่าเดินทางดร.สนอง วรอุไร

๒. เจ้าภาพร่วมผลิตซีดีธรรมะ แจกเป็นธรรมทาน

- คุณพ่อธรรมมรภัต - คุณแม่พรรณณี คำดา
- คุณวรลักษณ์ - คุณสมมติ - คุณสุนัญญา สุขสมัย
- คุณเพลินพิศ นวาระสุจิตร์
- คุณพัชรภรณ์ มณีโรจน์ฉาย
- คุณเฉลิมพันธ์ สมัครพันธ์
- คุณสมใจ ทองศรี
- ครอบครัวกิ่งสกุล
- คุณสมเกียรติ - คุณระริน - ด.ญ.พรนภา ศรีสุภกรกุล
- บริษัท อุทัยธานี ซูซูกิ จำกัด ร่วมกับพนักงานและลูกค้าทุกท่าน
- คุณนภาพร สุดแดง และครอบครัว
- คุณบุญสม ทัดละมัย
- คุณศิริพงษ์ กมลชยานิช
- คุณพิชัย วิทยาสัจจวิริยกุล
- คุณวิจิต ตั้งสุนันรินทร์
- คุณกัญญาพิมล เลิศจิระประเสริฐ
- คุณเกษยา - คุณอรุณช ปวีณพร
- คุณวราภรณ์ มาศวัฒนา
- คุณยุวรัตน์ วัชรินทร์กาญจน์ และครอบครัว
- คุณกุลนิษฐ์ สุทวิปราโมชานนท์
- คุณศิริกาญจน์ วงศ์วาทย์
- คุณคิมหันต์ ตันตยานนท์กุล
- คุณพวงทิพย์ หวังหลี
- ดร.สาส์ สุภาภรณ์
- คุณกัลยาณี เสริมศิริวัฒน์
- คุณเพลินพิศ นวาระสุจิตร์
- คุณพัชรภรณ์ มณีโรจน์ฉาย
- คุณเฉลิมพันธ์ สมัครพันธ์
- คุณสมใจ ทองศรี
- ครอบครัวกิ่งสกุล
- คุณสมเกียรติ - คุณระริน - ด.ญ.พรนภา ศรีสุภกรกุล
- บริษัท อุทัยธานี ซูซูกิ จำกัด ร่วมกับพนักงานและลูกค้าทุกท่าน
- คุณนภาพร สุดแดง และครอบครัว
- คุณบุญสม ทัดละมัย
- คุณศิริพงษ์ กมลชยานิช
- คุณพิชัย วิทยาสัจจวิริยกุล
- คุณวิจิต ตั้งสุนันรินทร์
- คุณกัญญาพิมล เลิศจิระประเสริฐ
- คุณเกษยา - คุณอรุณช ปวีณพร
- คุณวราภรณ์ มาศวัฒนา
- คุณยุวรัตน์ วัชรินทร์กาญจน์ และครอบครัว
- คุณกุลนิษฐ์ สุทวิปราโมชานนท์
- คุณศิริกาญจน์ วงศ์วาทย์
- คุณคิมหันต์ ตันตยานนท์กุล
- คุณพวงทิพย์ หวังหลี
- ดร.สาส์ สุภาภรณ์
- คุณกัลยาณี เสริมศิริวัฒน์

- คุณจุฑารัตน์ นิลประดับแก้ว
- คุณพวงทิพย์ นิลประดับแก้ว
- คุณเศรษฐสิทธิ์ ต้นทอง และครอบครัว
- คุณศรีลักษณ์ แดงทองดี และครอบครัว
- คุณอารี ยิ่งตรง และครอบครัว
- คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสหัส ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว

๔. เจ้าภาพค่าเดินทางพระอาจารย์กิตติศักดิ์ กิตติสาโร

- คุณรัชดา พานวิริยกุล
- คุณพิชญา อโนทัยสินทวี
- คุณสุภารัตน์ วัจจินดา
- คุณพัชรา วิศุทธิเมธ
- คุณธนิต เกวตศรีถวัลย์ - คุณอภิชา แซ่ฟู
- คุณพิพัฒน์ ทรัพย์สโรช
- คุณจินตนา สิริวิสมบุญ และครอบครัว
- คุณยุวรัตน์ วัชรินทร์กาญจน์ และครอบครัว
- คุณสมหมาย เต็มประสิทธิ์ศักดิ์
- คุณพวงทิพย์ นิลประดับแก้ว
- คุณจุฑารัตน์ นิลประดับแก้ว
- คุณพานิช เฮงรุ่ง และครอบครัว
- คุณสินีนภา ทองงาม และครอบครัว
- ครอบครัวแม่ทวี เรืองรุ่ง
- ครอบครัวกัลยา คำกอง
- ครอบครัวรุ่งทิวา วิทยาลัยพัชรังค์
- ครอบครัวพัชรพรรณ บุญใหญ่
- คุณพวงพัชร ตั้งยีนยง และครอบครัว
- คุณสินีนารถ พลาแนว และครอบครัว
- คุณภาวดี - คุณสุภัทสร จิตรประพัทธ์ และครอบครัว
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์ และครอบครัว
- คุณสุนิษา แซ่ตัน - คุณเตี้ยงเกียน แซ่คู และครอบครัว
- คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสหัส ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว

๕. เจ้าภาพค่าเดินทาง อ.ประเสริฐ อุทัยเฉลิม

- คุณพิชญา อโนทัยสินทวี
- คุณโอฬาร วีระกฤษ
- พญ.ภัทรพร อัครเดชเมธากุล
- คุณสุคนธ์ วัฒนะพันธ์
- คุณพัชรินทร์ สายสังข์

- คุณพวงทิพย์ นิลประดับแก้ว
- คุณจุฑารัตน์ นิลประดับแก้ว
- คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสหัส ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว

๖. เจ้าภาพค่าเดินทางพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล

- คุณพ่อธรรมรักษ์ - คุณแม่พรรณิ คำดา
- คุณกุลนิษฐ์ สุทธิปราโมชานนท์
- คุณวรลักษณ์ - คุณสมมติ - คุณสุนันฐา สุขสมัย
- คุณจันทรา - คุณธรรมนาถ ทองเคียน
- คุณรัชดา พานวิริยกุล
- คุณบุญสม ทัดละมัย
- คุณปราณี นัตรสมพร
- คุณพลอย - คุณมาลี นัตรสมพร
- คุณจิรัชญา นัตรสมพร
- อุทิศให้คุณยายสอ้ง พึ่งอุดม
- คุณยุวรัตน์ วัชรินทร์กาญจน์ และครอบครัว
- นายแพทย์ทรงคุณ อุดมสิน - คุณร่มบุญ อุดมสิน - คุณนพวรรณ แซ่ไฉ่
- คุณพิชญา อโนทัยสินทวี
- ดร.สาลี สุภาภรณ์
- คุณคิมหันต์ ต้นตยานนท์กุล
- คุณพวงทิพย์ หวังหลี
- คุณสุภารัตน์ วัจจินดา
- ครอบครัวน้องปั่นป็นกิจสมมารค
- คุณพวงทิพย์ นิลประดับแก้ว
- คุณจุฑารัตน์ ประดับแก้ว
- คุณเศรษฐสิทธิ์ ต้นทอง และครอบครัว
- คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสหัส ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว

๗. เจ้าภาพร่วมถวายสังฆทานแก่องค์บรรยายในงานแสดงธรรม

- คุณพ่อธรรมรักษ์ - คุณแม่พรรณิ คำดา
- คุณวรลักษณ์ - คุณสมมติ - คุณสุนันฐา สุขสมัย
- คุณแซมศักดิ์ - คุณอุกฤษณ์ อายุตวงษ์
- คุณภัททิยา - ด.ช.อติวิชญ์ ม่วงคร
- คุณสมบุญ - คุณศศิธร - คุณปริชญ์ - คุณปราชญ์ ศรีบุศกรณ
- คุณคิมหันต์ ต้นตยานนท์กุล
- คุณพวงทิพย์ หวังหลี
- คุณนพพร สุดแดง และครอบครัว

- ครอบครัวค่ายแสง
- คุณเกรียงศักดิ์ จงกาลณี
- คุณสุริสา จึงรุ่งเรืองกิจ
- คุณณัฐิยา พงษ์สวัสดิ์ และครอบครัว
- คุณยุพดี สกุลวัฒนพงศ์
- คุณแม่เข็ม แซ่วัง และครอบครัว
- คุณนฤมล ศรีโสภาชัย และครอบครัว
- คุณมานัด แสงเทพ และครอบครัว
- คุณเมตตาดี แสงเทียนอ่อน และครอบครัว
- ด.ช.ศิวกร - ด.ช.ภาคิน แสงเทพ
- นพ.ทรงคุณ อุดมสิน - คุณร่มบุญ อุดมสิน - คุณนพวรรณ แซ่ไฉ่
- คุณสุรเดช - คุณมธุรส เตชะศรีสุขโข
- ครอบครัววงสวัสดิ์ศักดิ์ - ทรกรวณินช
- ร้านศรีพิพัฒน์
- คุณสิทธิเดช - คุณลักขณา ชวนะเวศน์
- คุณเมย์ศรี ศิริวิจนาทกร และครอบครัว
- คุณสิริหุณี - คุณนำสิน แต่โสภาพงษ์ พร้อมบุตรธิดา
- รศ.วรรณพร วณิชชาบุตร
- คุณสมศรี วิศวะจรรยา และครอบครัว
- คุณสุคนธ์ วัฒนะพันธ์
- ดร.สาลี สุภาภรณ์
- คุณพัชรินทร์ สายสังข์
- คุณพ่อวงษ์ - คุณแม่ทัศนีย์ ศาสตรเปล่งแสง
- อาจารย์ศรี มگرامณี
- คุณพิมพ์ศิลป์ ทั่นนตกุล
- ครอบครัวก้องสกุล
- คุณสมเกียรติ - คุณระริน - ด.ญ.พรนภา ศรีสุภกรกุล
- บริษัท อุทัยธานี ซูซูกิ จำกัด ร่วมกับพนักงานและลูกค้าทุกท่าน
- คุณจุฑารัตน์ นิลประดับแก้ว
- คุณพวงทิพย์ นิลประดับแก้ว
- คุณสินีนภา ทองงาม และครอบครัว
- ครอบครัวแม่ทวี เรืองรุ่ง
- ครอบครัวกัลยา คำกอง
- คุณศิริพงษ์ กมลชยานิช
- คุณพิชัย พิทยาจักริยกุล
- คุณวิจิต ตั้งสุขนรินทร์
- คุณสมใจ ทองศรี
- คุณเฉลิมพันธ์ สมัครพันธ์

- ครอบครัวรุ่งทิวา วิทยาลัยพัชรังค์
- ครอบครัวพัชรพรรณ บุญใหญ่
- คุณพรเทพ อุดมชนกิจ และครอบครัว
- คุณพวงพัชร ตั้งยีนยง และครอบครัว
- คุณสินีนารถ พลาแนว และครอบครัว
- คุณภาวดี - คุณสุภัทสร จิตรประพัทธ์ และครอบครัว
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์ และครอบครัว
- คุณสุนิษา แซ่ตัน - คุณเตี้ยงเกียน แซ่คู และครอบครัว
- คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสหัส ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว

๘. เจ้าภาพร่วมถวายภัตตาหารแก่พระสงฆ์และองค์บรรยาย

- คุณพ่อธรรมรักษ์ - คุณแม่พรรณิ คำดา
- คุณวรลักษณ์ - คุณสมมติ - คุณสุนันฐา สุขสมัย
- คุณเพลินพิศ นาวาระสุจิต
- คุณกัญพิมล เลิศจิระประเสริฐ
- คุณสมบุญ - คุณศศิธร - คุณปริชญ์ - คุณปราชญ์ ศรีบุศกรณ
- คุณโอฬาร วีระกฤษ
- คุณพ่อวาสนา - คุณแม่สังวาลย์ สีไธสง
- คุณมิชัช - ด.ญ.อดิภา - ด.ญ.ฐิติรัตน์ สีไธสง
- คุณประสาร - คุณวารภรณ์ - คุณอสมมา เขาวราช
- คุณแม่บัว - คุณเสาวลักษณ์ เพียงอภิชาติ
- ครอบครัวก้องสกุล
- คุณสมเกียรติ - คุณระริน - ด.ญ.พรนภา ศรีสุภกรกุล
- บริษัท อุทัยธานี ซูซูกิ จำกัด ร่วมกับพนักงานและลูกค้าทุกท่าน
- คุณวิไลวรรณ - พิพัฒน์ จตุรภัทรพงศ์
- คุณประไพศรี วัฒนาศรมศิริ
- คุณจำรัสลักษณ์ ขวัญนวล
- นายแพทย์ทรงคุณ อุดมสิน - คุณร่มบุญ อุดมสิน - คุณนพวรรณ แซ่ไฉ่
- คุณอนุศักดิ์ รุ่งรัตนอุบล
- คุณเวธกา สุขแสนไกรศร
- คุณกรวรรณ รวยอารี
- คุณเนตรชร เทพรักษา
- คุณกัลยา บุญสนอง
- พ.ต.อ.บุญเสริม - คุณยุพดี ศรีชมภู

- คุณพรธรรณิภา ไรจน์ฐิติกุล
- คุณพรพรพรรณ เมตไตรพันธ์ และครอบครัว
- คุณพัชรศรณณ์ มณีโรจน์ฉาย
- พญ.ภัทรพร อัครเดชเมธากุล
- คุณพวงทิพย์ หวังหลี่
- คุณพ่องวงษ์ - คุณแม่ทัศนีย์ ศาสตร์เปล่งแสง
- คุณคิมหันต์ ตันตยานนท์กุล
- คุณสุภารัตน์ วังจินดา
- ดร.สาธิต์ สุภาภรณ์
- คุณกุลนิษฐ์ สุทธิปราโมชานนท์
- คุณวันชัย แก้วสุวรรณ
- คุณสมหมาย เต็มประสิทธิ์ศักดิ์
- คุณสุคนธ์ วัฒนะพันธุ์
- คุณพัชรินทร์ สายสังข์
- คุณพวงทิพย์ นิลประดับแก้ว
- คุณจุฑารัตน์ นิลประดับแก้ว
- คุณศรีลลนา แดงทองดี
- คุณอารี ยิ่งทรง
- คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสหัส ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว
- อ.สวัสดิ์ อมรสิทธิ์

๙. เจ้าภาพค่าอาหารกลางวันและอาหารเช้า

- คุณแซมศักดิ์ - คุณอุกฤษณ์ อายตวงษ์
- คุณแมลินพิศ นวาระสุจิตร์
- คุณกัญญาพิมล เลิศจิระประเสริฐ
- คุณเบญจกานาญจน์ สุภาศิริวัฒนา
- คุณอารีย์ บุญวรานันท์
- คุณนพพร สุดแดง และครอบครัว
- ครอบครัวค่ายแสง
- ครอบครัวก้องสกุล
- คุณสมเกียรติ - คุณระรื่น - ด.ญ.พรณา ศรีสุภกรกุล
- บริษัท อุทัยธานี ซูซูกิ จำกัด ร่วมกับพนักงานและลูกค้าทุกท่าน
- คุณธนิต เศวตศรีธวัช - คุณอภิชาตรา แซ่พู่
- นายแพทย์ทรงคุณ อุดมสิน - คุณร่มบุญ อุดมสิน - คุณนพวรรณ แซ่ใจ
- คุณสมบุญรัตน์ - คุณศศิธร - คุณปรีชญ์ - คุณปราชัญ ศรีบุตรกรณ์
- คุณแคร์ริวรรณ วงศ์ชัยสุริยะ

- คุณสุภณา ปรายกระโทก
- พญ.ภทรพร อัครเดชเมธากุล
- คุณโอฬาร วีระกฤษณ์
- คุณศิริกาญจน์ วงศ์วาทย์
- คุณพวงทิพย์ หวังหลี่
- ดร.สาธิต์ สุภาภรณ์
- คุณคิมหันต์ ตันตยานนท์กุล
- คุณสมศรี ชลกุลจนา
- คุณสุวัฒนา สุนทราคม
- คุณสุคนธ์ วัฒนะพันธุ์
- คุณพัชรินทร์ สายสังข์
- คุณพิมพ์ศิลป์ ทักษันตกุล
- คุณจุฑารัตน์ นิลประดับแก้ว
- คุณพวงทิพย์ นิลประดับแก้ว
- คุณชนิตรา สิทธิใส
- คุณสุริสา จึงรุ่งเรืองกิจ
- คุณสุรเดช - คุณเมธวรส เตชะศรีสุขโข
- คุณสมศรี วิศวจรรยา และครอบครัว
- รศ.วรรณพร วนิชชานุกร
- ดร.เยาวภา - คุณแลรี่ นาลิค
- คุณพรชัย - คุณสุพิชชา - คุณณิน - คุณณินติศรีประเสริฐ
- คุณสิทธิเดช - คุณลักขณา ชวนะเวศน์
- ครอบครัวคงสวัสดิ์ศักดิ์ - ตรรกาวณิช
- คุณชาญชัย - คุณเบญจมาศ เกียรติไกรงवाल
- ครอบครัวมันพุดคุณ
- ครอบครัวโรจน์ทินกร
- ครอบครัวนุตาไล
- ร้าน MI-MI SILVER
- ร้านศรีพัฒนา
- คุณเมย์ริ ศรีวิจนางกุล และครอบครัว
- คุณสิทวิมล - คุณนำสิน แต่โสภางษ์ พร้อมบุตรธิดา
- คุณนัชชา วรจิตวรรณากุล
- คุณรติมา ลีอวิบูลย์รัตน์
- คุณเด็กจิ้น แซ่ห่าน
- คุณสุรภา วรจิตวรรณากุล
- บจก. น.เจริญกมลการ (๒๕๔๖)
- VERNON - คุณภัทรา เจริญกุล BRUCE
- คุณจำเนียร - คุณสิรินันท์ - คุณสุปราณี เพียรรัตน์พิมล

- คุณเศรษฐสิทธิ์ ต้นทอง และครอบครัว
- คุณกัญญาณรัตน์ รุจิเพ็ชร
- คุณสินีนภา ทองงาม และครอบครัว
- ครอบครัวแม่ทิว เรืองรุ่ง
- ครอบครัวกัลยา คำกอง
- คุณบุญสม ทัดละมัย
- คุณศรีสวรรค์ สุนทรานันท์
- คุณนนท์วัฒน์ - ชญาณิศ และ ด.ญ.ภาวิณี แก้วกระจาย
- ครอบครัวคุณยุพดี พรหมพูนศักดิ์
- ครอบครัวรุ่งทิวา วิทยาพิทักษ์วงศ์
- ครอบครัวพัชรรณ บุญใหญ่
- คุณพวงพัชร ตั้งยืนยงและครอบครัว
- คุณภาณี - คุณสุภัทสร จิตรประพัทธ์ และครอบครัว
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์ และครอบครัว
- คุณเมธีรัตน์ อุไพจิตร และครอบครัว
- คุณสุนทิม แซ่ตัน - คุณเตียงเทียน แซ่คู และครอบครัว

รายชื่อเจ้าภาพหมูบั้ง ๒๐๐๐ ไม้ และข้าวเหนียว

- สายใจ กฤษณาวารินทร์
- คุณหทัย กฤษณาวารินทร์
- คุณภาพัฒน์ กฤษณาวารินทร์
- คุณสายรุ้ง ลีลาพัฒน์ดิษฐ์
- คุณปราณี มหารำลึก
- คุณอภิชาติ มหารำลึก
- คุณวิชัย จุลศิริจรชัย
- คุณไชตมา จุลศิริจรชัย
- คุณพรพิมล จุลศิริจรชัย
- คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสหัส ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว

๑๐. เจ้าภาพค่าน้ำดื่ม - น้ำชา - กาแฟ - ซุป - น้ำเต้าหู้ และไอ้ลัด

- คุณพ่อธรรมรัตน์ - คุณแม่พรรณิ คำตา
- คุณพ่องวงษ์ - คุณแม่ทัศนีย์ ศาสตร์เปล่งแสง
- คุณวรลักษณ์ - คุณสมมติดี - คุณสุนันฐา สุขสมย์
- คุณแซมศักดิ์ - คุณอุกฤษณ์ อายตวงษ์
- คุณชนิตรา สิทธิใส

- คุณพ่องวงษ์ - คุณแม่ทัศนีย์ ศาสตร์เปล่งแสง
- อาจารย์ศรี มกรามณี
- คุณถาวร พานิช
- คุณปัญจราช พานิช
- คุณพัชรา ธรรมลิขิตชัย และครอบครัว
- คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสหัส ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว

รายนามผู้ร่วมทำบุญน้ำแข็ง, น้ำอัด, อาหารถวายองค์พระยาย

๑. คุณเสาวนีย์ เกียรติสิงห์นคร
๒. คุณเล็ก อักษร และภรรยา
๓. คุณจรรยา ปิงแก้ว
๔. คุณปพนสรณ์ มนูญพานิชย์
๕. คุณแจษฎา - สุภาพร - สิริกานต์ รัตมีภูติ
๖. คุณกัญญา นพศรี
๗. คุณสุปรีดา โชติพงศ์ และครอบครัว
๘. คุณจิราพรรณ ประภาพรสุข
๙. คุณสนธิรัตน์ กลั่นกรอง
๑๐. คุณลัดดาวัลย์ สุภาดี
๑๑. คุณกรวิชนี เลิศทรรดิน
๑๒. คุณอาภรณ์ สมจิตร์
๑๓. คุณนิตต์แก้ว จิโรไพโรจน์
๑๔. คุณแสงทอง พิษิตปรีชา และครอบครัว
๑๕. คุณพนิดา ทาญสงคราม
๑๖. คุณจามรี บัวทอง
๑๗. คุณวีรภัทร์ - ศิริรัฐ - อัศคนันท์ กุลพัฒน์ธนาพร
๑๘. บริษัท วิทูเวล จำกัด
๑๙. คุณอนิวรรณ - วรรณทนา ลีลาภัทร์
๒๐. คุณผ่าน - วรรณทอง กันต๊ะกวาง
๒๑. คุณวิทยา - ดารณี ลีลาภัทร์

เจ้าภาพน้ำเต้าหู้

๑. บจก.ซงโค วิศวกรรม
๒. คุณไพรัช คำประมุข และครอบครัว

เจ้าภาพบริจาคน้ำดื่มสำหรับทีมงานในวันเสาร์

- ครอบครัวคงสวัสดิ์ศักดิ์ • ตรรกาวณิช
 - คุณสิทธิเดช • คุณลักขณา ชวนะเวศน์
- บริจาคเงินที่พียงขนาด ๖๐๐ ซีซี จำนวน ๕๕๐ขวด

เจ้าภาพนำถังตราสิงห์ จำนวน ๑๐ ลิตร จำนวน ๒๐ ถัง

ครอบครัว คุณเรวัตร์ • คุณณัชชา สุวรรณกิตติ พร้อมธิดา

๑๑. เจ้าภาพค่าเช่ารถสุขาเอกซนติดแอร์ จำนวน ๔ คัน

- คุณแซมมศักดิ์ - คุณอุกฤษณ์ อยางตวงษ์
- คุณมณีรัตน์ ภาณุภาค
- คุณอารีย์ บุญวรานันท์
- คุณนภาพร สุดแดง และครอบครัว
- นพ.ทรงคุณ อุดมสิน - คุณร่มบุญ อุดมสิน - คุณนพวรรณ แซ่ใจ
- คุณภัททิยา - ด.ช.อติวิชญ์ ม่วงศร
- คุณพัชรศรณ์ มณีโรจน์ฉาย
- คุณพวงทิพย์ หวังหลี่
- ดร.สาส์ สุภาภรณ์
- คุณคิมหันต์ ต้นตายนนท์กุล
- คุณสุภาวรัตน์ วัจจินดา
- คุณเยาวนิตย์ ฉัตรตระกูล
- คุณถาวร พานิช
- คุณปัญญาพร พานิช
- คุณพัชรศรณ์ มณีโรจน์ฉาย
- ครอบครัวน้องปันปัน กิจสมมารดี
- คุณเศรษฐสิทธิ์ ต้นทอง และครอบครัว
- พล.ร.ท.กษัย วรอุไร และครอบครัว
- คุณอารี ยิ่งตรง
- คุณศรีลลนา แดงทองดี
- คุณสุริสา จิ่งรุ่งเรืองกิจ
- คุณสุรเดช - คุณเมธูรส เตชะศรีสุขโข
- รศ.วรรณพร วณิชชานุกร
- ผศ.เกลียวพันธ์ ขจรผดุงกิตติ
- คุณสมศรี วิศวจรรยา และครอบครัว
- ครอบครัวมั่นพุทธคุณ
- ครอบครัวโรจน์ทินกร
- ครอบครัวนุตาไล
- คุณคันทสยา - คุณอรนุช ปวีณพร
- ร้าน MI-MI SILVER
- ครอบครัวคงสวัสดิ์ศักดิ์ - ธรรมภาณิน
- ร้านศรีพัฒนา
- คุณเลทธิเดช - คุณลักขณา ชวนะเวศน์
- คุณเมย์ริ ศิริวงนังกู และครอบครัว

- คุณสีหภูมิ - คุณนำสิน เตโสภาพงษ์ พร้อมบุตรธิดา
- ดร.เยาวภา - คุณแลรี่ นาลิค
- คุณพรชัย - คุณสุพิชชา - คุณณณิน - คุณณณิต ศิริประเสริฐ
- คุณชาญชัย - คุณเบญจมาศ เกียรติไกรกังวาล
- คุณสินีนามภู ทองงาม และครอบครัว
- คุณพวงพัชร ตั้งยืนยง และครอบครัว
- คุณสินีนารถ พลาณเวช และครอบครัว
- คุณภาวดี - คุณสุภัทสร จิตรประพัทธ์ และครอบครัว
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์ และครอบครัว
- คุณสุนิมา แซ่ตัน - คุณเตียงเกียน แซ่คู และครอบครัว
- คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสหัส ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว
- กราบขอบพระคุณอาจารย์คุณ อินทระ เป็นเจ้าภาพรถสุขาติดแอร์ ๑ คัน
- คุณดวงพร ช่างวางกุล, คุณจิตายุทธ์ นพเกตุ และคุณชนะชัย เอียสกุล ร่วมเป็นเจ้าภาพรถสุขา ๒ คัน

๑๒. เจ้าภาพค่าดอกไม้ตกแต่งหอประชุม

ขออนุโมทนาครอบครัวคุณพ่อวัชร - คุณแม่ทองสุข โลหาคารพงษ์ เป็นเจ้าภาพและจัดการขนส่ง

ขออนุโมทนาคุณคณะศิษย์วัดปวิวาสช่วยจัดดอกไม้ ได้แก่

๑. คุณดิศพร เอฟเฟนต์
๒. คุณสมพงษ์ จิตต์นิยม
๓. คุณยุพิน จิตต์นิยม
๔. คุณเมวดี สิ้นสุวรรณเมธี

อนุโมทนาคุณณัฐวดี พิพิธวินิการ บริจาคพวงมาลัยขาววัง ๔ พวง

อนุโมทนาคุณศรีสวรรค์ สุนทรานันท์ บริจาคช่อดอกไม้ติดโต๊ะ ๒๐ ช่อ

รายนามเจ้าภาพผู้บริจาคปัจจัยสมทบ

- คุณแซมมศักดิ์ - คุณอุกฤษณ์ อยางตวงษ์
- คุณพวงทิพย์ นิลประดับแก้ว
- คุณจุฑาภรณ์ นิลประดับแก้ว
- คุณกัลยาณี เสริมศิริวิวัฒน์

- คุณพวงพัชร ตั้งยืนยง และครอบครัว
- คุณสินีนารถ พลาณเวช และครอบครัว
- คุณภาวดี - คุณสุภัทสร จิตรประพัทธ์ และครอบครัว
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์ และครอบครัว
- คุณสุวิภา กลิ่นสุวรรณ และครอบครัว
- คุณกุลนิษฐ์ สุทวีปราชานนท์
- นพ.ทรงคุณ อุดมสิน - คุณร่มบุญ อุดมสิน - คุณนพวรรณ แซ่ใจ

๑๓. เจ้าภาพค่าเช่ากล้องถ่ายทำ, โทรศัพท์, เครื่องเสียงและระบบตัดต่อ

- คุณจิราภรณ์ ตรีวิวัฒนา
- ครอบครัวน้องปันปัน กิจสมมารดี
- คุณมาลินี บุญชูใจ
- คุณลัดดา บุญชูใจ
- คุณพ่อวงษ์ - คุณแม่ทัศนีย์ ศาสตร์เปล่งแสง
- คุณสุนันทา ตรีวิวัฒนา
- คุณคำแก้ว เทพวงศ์
- คุณถาวร พานิช
- คุณนัลดดา อิงคพร
- คุณมณีรัตน์ ภาณุภาค
- คุณพานิช เฮงรุ่งและครอบครัว
- คุณกิตติพงษ์ ปิ่นคง
- คุณเศรษฐสิทธิ์ ต้นทองและครอบครัว
- คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสหัส ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว
- คุณกุลนิษฐ์ สุทวีปราชานนท์

๑๔. เจ้าภาพค่าจ้างแรงงานและโยธา

- คุณกิตติพงษ์ ปิ่นคง
- คุณรัตนา เอื้อจิตบำรุง
- คุณเศรษฐสิทธิ์ ต้นทอง และครอบครัว
- คุณกัญญาณรัตน์ รุจีเพ็ชร
- คุณศิริพงษ์ กมลชัยวานิช
- คุณพิชัย พิทยาอัจฉริยกุล
- คุณวิรัช ตั้งสุขนรินทร์
- คุณเฉลิมพันธ์ุ สมครพันธ์ุ
- คุณพวงพัชร ตั้งยืนยง และครอบครัว
- คุณสินีนารถ พลาณเวช และครอบครัว
- คุณภาวดี - คุณสุภัทสร จิตรประพัทธ์ และครอบครัว

- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์ และครอบครัว
- คุณจันสุดา เจตนะวิบูลย์
- คุณพ่อวงษ์ - คุณแม่ทัศนีย์ ศาสตร์เปล่งแสง
- อาจารย์ศรี มกรภรณ์
- คุณแม่สมลักษณ์ แซ่ลิ้ม
- คุณศุภกร นิมิตวานิชกุล
- คุณธนวรรณ นิมิตวานิชกุล
- ด.ช.พงศกร นิมิตวานิชกุล
- คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสหัส ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว

๑๕. เจ้าภาพค่าเช่าพัดลมไอน้ำ ๘ ตัว

- คุณณัฐจักร หริพจน์ทวีกุล และครอบครัว
- คุณอุทัยกร หริพจน์ทวีกุล และครอบครัว
- คุณธนายุทธ สิริรัตนานนท์
- อ.ดร.ประไพศรี สุทัศน์ ณ อยุธยา
- คุณอภามาต สิริรัตนานนท์
- คุณพวงพัชร ตั้งยืนยง และครอบครัว
- คุณสินีนารถ พลาณเวช และครอบครัว
- คุณภาวดี - คุณสุภัทสร จิตรประพัทธ์ และครอบครัว
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์ และครอบครัว
- คุณศรีลลนา แดงทองดี
- คุณอารี ยิ่งตรง
- คุณพัชรศรณ์ มณีโรจน์ฉาย
- คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสหัส ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว

๑๖. เจ้าภาพสมทบค่าอาหารที่จัดงาน

- คุณสมหมาย เต็มประสิทธิ์ศักดิ์
- อ.สวัสดิ์ อมรสิทธิ์
- คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสหัส ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว

๑๗. เจ้าภาพค่าสถานที่จัดงาน

- กราบขอบพระคุณ ดร.สาธิต พุทธิชัยยงค์ ท่านอธิการบดี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ที่กรุณาให้ความอนุเคราะห์ให้ใช้หอประชุม มทร.กรุงเทพ บพิธพิมุข มหาเมฆ และบริเวณใกล้เคียง เป็นสถานที่จัดงานโดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น รวมทั้งยังกรุณาช่วยอำนวยความสะดวกเรื่องการถ่ายทอดสดผ่านทางระบบอินเทอร์เน็ตตลอดงาน

๑๘. เจ้าภาพค่าเดินทางผ้าใบ

- กราบอนุโมทนาบุญพรไพศาลผ้าใบ โดยคุณปกรณ์ ชินพงศ์สุวรรณ ที่ให้ความเมตตาอนุเคราะห์แก่ชมรมกัลยาณธรรมมาโดยตลอด โดยให้บริการติดตั้งเต็นท์ผ้าใบขนาดใหญ่ จำนวนกว่า ๓๐ หลัง โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น
- กราบขอบพระคุณคุณเชษฐ ตรีกราวณิช อนุเคราะห์เต็นท์ผ้าใบ ๓/๓ จำนวน ๑ เต็นท์

๑๙. รถขยะ จำนวน ๑ คันและระบบจัดเก็บขยะ

- กราบอนุโมทนา คุณกองกาญจน์ สุบรรณ ณ อุทยา ท่านผอ.เขตสาทร อนุเคราะห์เจ้าหน้าที่สำนักงานเขตสาทร บริการรถขยะและถังใส่ขยะ
- กราบขอบพระคุณคุณแม่ฉวีพรรณ ภูทอง และคุณชัชวาล สีใสพรจัดหาพนักงานเก็บแยกขยะ
- กราบขอบคุณคุณวีระ ภัทรวรางกูร บริจาคถังพลาสติกสีดำมีฝาปิด ใส่เศษอาหาร จำนวน ๑๐ ใบ
- คุณรัตนา เมธาพิรุฬห์โชค และครอบครัว บริจาค ๑๐ ใบ
- คุณชัชวาล สีใสพร บริจาค ๒๐ ใบ

๒๐. แก้วพลาสติก ๑๕๐๐ ตัว

อนุโมทนาท่านเจ้าภาพทุกท่านที่ร่วมบริจาคซื้อแก้วให้ชมรม

- คุณวีระ - คุณธนศ - คุณชัยสิทธิ์ - คุณสมบุญ - คุณพรพิมล ภัทรวรางกูร และคุณสุกัญญา อัครพงษ์ไพศาล ๑๐,๐๐๐ บาท
- ดร.สนอง วรอุไร ๕๐๐๐ บาท
- พลเรือเอกไพโรจน์ แก่นสาร ๒๐๐๐ บาท
- คุณเรวดี ๒๐๐๐ บาท
- คุณอัจฉริยา แสงงาม และครอบครัว และญาติมิตร ๑ แสนบาท
- อยู่ดีแมนชั่น บริจาคแก้ว ๓๐๐ ตัว
- คุณชุตติกาญจน์ กาญญ (มต) บริจาคแก้ว ๕๒ ตัว
- อุ่มังกรการช่าง อ.ฝาง จ.เชียงใหม่ ๕๐๐บาท
- คุณคำมา บุญชาญ และอู่หน่วยการช่าง อ.ฝาง จ.เชียงใหม่ ท่านละ ๑๐๐ บาท
- คุณงามพรรณ แทนแก้ว ๒๐ บาท

- โดย บริษัท เทรียญทองพลาสติก อินเตอร์เนชั่นแนล จำกัด
 ๑. คุณไพโรจน์ ไรจน์ทินกร จำนวน ๒๐ ตัว เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท
 ๒. คุณอรรถัน ไรจน์ทินกร จำนวน ๒๐ ตัว เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท
 ๓. คุณณัฐจรียา ไรจน์ทินกร จำนวน ๘ ตัว เป็นเงิน ๑,๖๐๐ บาท
 ๔. คุณกนกทิพย์ ไรจน์ทินกร จำนวน ๕ ตัว เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท
 ๕. คุณธีรพล ไรจน์ทินกร จำนวน ๗ ตัว เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท
 ๖. คุณอิทธิภัทร สวาทยานนท์ จำนวน ๕ ตัว เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท
 รวมแก้ว จำนวน ๖๕ ตัว เป็นเงิน ๑๓,๐๐๐ บาท

- ขออนุโมทนาทุกท่านที่มีได้เอ่ยนาม
- ขออนุโมทนาคุณเอกชัย ตีรุ่งโรจน์ อนุเคราะห์โกดังเก็บแก้วทั้งหมดของชมรมและบริจาคกระสอบป่านเช็ดแก้วกันสิ้น ๓๐ ฟืน และพาเลท ๕๐ ตัว

๒๑. ขอขอบคุณสารวัตรจราจร จาก สน.ทุ่งมหาเมฆ

๒๒. พัดลมธรรมดาของชมรม ๖๐ ตัว (ขอภัยที่มีได้เอ่ยนามผู้ร่วมบริจาคเพราะมีเจ้าภาพจำนวนมาก)

๒๓. รถบรรทุกอาสาของชมรมท่าน

- บริษัทแสงเจริญพัฒนาเอ็นเตอร์ไพรส์ จำกัด โดยคุณสันติ - คุณอิสระ - คุณสุชาติ ศิริวงศ์วัฒนา ให้ความอนุเคราะห์รถบรรทุกทุกถล้อ ๑ คัน และรถบรรทุก ๔ ล้อใหญ่ ๑ คัน และพนักงาน ๑๐ คน
- หจก.สหรุ่งกิจโลหะ โดยคุณวีระ ภัทรวรางกูร และคุณสุกัญญา อัครพงษ์ไพศาล และคุณลูกๆ ทุกคนอนุเคราะห์รถบรรทุกทุกถล้อ ๑ คันและช่วยเก็บรักษา - ขนส่งแผงกัน ๑๕๐ แผงและพัดลม ๖๐ ตัวของชมรม
- บ.ชุมทองอุตสาหกรรมการพิมพ์ จำกัด โดยคุณพ่อไพบูลย์ พิทยธนากุล อนุเคราะห์พนักงานมาช่วยจัดสถานที่ ๕ คน

- บริษัทเค.ที.พี เซอร์วิส จำกัด ให้ความอนุเคราะห์รถบรรทุก ๖ ล้อ ๑ คัน
- บ.อินเตอร์ไบโตรเลียมจำกัด โดยคุณเชษฐ ตรีกราวณิช และทีมงาน
- บ.สตาร์ครีฟ โปรดักชั่นจำกัด โดยคุณธีรพล เปาจีน พร้อมทีมงานจากอยุธยา ช่วยทำอาหารและจัดสถานที่ ๑๐ คน
- บ.ชงโควิศวกรรม โดยคุณภาคกรณ์ ภูจาชนันท์ พร้อมทีมงานและรถบริการ
- คุณชัชวาล สีใสพร พร้อมรถสองแถว ๑ คัน
- บ.วี.ที.การ์เมนท์จำกัด ช่วยดูแลบริการ ขนส่งอุปกรณ์จัดดอกไม้ และอาหารโรงทาน
- คุณแม่ฉวีพรรณ ภูทอง อนุเคราะห์รถสองแถว ๒ คัน พร้อมทีมงานลูกหลาน ญาติมิตร
- คุณมาโนชญ์ จารุชัยมนตรี
- คุณสรวิวัฒน์ เจนกิจจาไพบูลย์
- ด.ต.อาทิตย์ วัฒนปฤดา และคณะ
- คุณเอกชัย ตีรุ่งโรจน์ เอื้อเพื่อรถบรรทุก ๖ ล้อ ๑ คัน
- ขออนุโมทนาศูนย์ประณีตยานนาวาร่วมออกร้านอำนวยความสะดวกการส่งพัสดุภัณฑ์ตลอดงาน
- ขอกราบขอบพระคุณทุกท่านใจของท่าน กราบขอภัยหากเอ่ยนามไม่ครบถ้วน

๒๔. พยาบาลอาสาสมัครจากโรงพยาบาลสมุทรปราการ

- กราบขอบพระคุณ นายแพทย์สัมพันธ์ คมฤทธิ์ ท่านผู้อำนวยการโรงพยาบาลสมุทรปราการ ที่อนุมัติพยาบาลอาสา ดูแลตรวจสุขภาพในเบื้องต้นและดูแลความเจ็บป่วยฉุกเฉินแก่ทีมงานและผู้เข้าพักรวม
- รายนามพยาบาลอาสาสมัครดังนี้
๑. คุณประไพศรี วัฒนาศรมศิริ
 ๒. คุณรำไพ รุ่งรัตนอุบล
 ๓. คุณอรุณ ไยศิริ
 ๔. คุณศิริพรรณ นักร้อง
 ๕. คุณแกศรี เลิศประไพ
 ๖. คุณพิกุล จันทร์เจริญกิจ
 ๗. คุณบุษบา วรศิริवाल
 ๘. คุณวันเพ็ญ เพชรรักษ์
 ๙. คุณชุตติมา จุลกะเคียน
 ๑๐. คุณจันทิมา สกลภักดิ์

๒๕. โต๊ะต่างๆ และบอร์ดนิทรรศการ

- กราบขอบพระคุณมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพพิตรพิมุข มหาเมฆ ให้ความอนุเคราะห์โต๊ะจำนวน๙๐ ตัว และบอร์ดนิทรรศการ จำนวน ๒๐ บอร์ด
- ขออนุโมทนาญาติเมฆชั้น โดยคุณเอกชัย ตีรุ่งโรจน์ และครอบครัว บริจาคโต๊ะขาพับให้ชมรมฯ ๒๗ ตัว
- อนุโมทนาคุณเมฆานิตย์ ฉัตรตระกูล บริจาคโต๊ะถายนำปานะ ๕ ตัว

๒๖. ผู้รับบริจาคเงิน บริจาคโดย

- ร.ศ.วรรณพร วณิชชาคุณ
- ครอบครัววงสวัสดิ์ศักดิ์ - ตรีกราวณิช
- ครอบครัวล้วนพิชญ์พงศ์
- ครอบครัวอุเทนพิทักษ์
- ครอบครัวเอกสิทธิพงษ์

๒๗. เครื่องนับเงินและเครื่องคิดเงิน

- อนุโมทนาบุญ ครอบครัววงสวัสดิ์ศักดิ์ - ตรีกราวณิช บริจาคเครื่องนับเงิน accura ๑ เครื่อง
- อนุโมทนาคุณสุนทร โพธิ์นทีไธ และครอบครัว บริจาคเครื่องคิดเงิน casio จำนวน ๓ เครื่องใช้ในร้านหนังสือ
- คุณรังสิมา ลิมทองคำ และครอบครัว บริจาคเครื่องคิดเงิน ๑ เครื่อง

๒๘. แผงกันจราจร ๑๕๐ แผง

- กราบขอบพระคุณ พ.ต.อ.ประจักษ์ และคุณดวงกมล นาคศิริฐ กรุณาลังทำแผงกันจราจรให้ชมรมกัลยาณธรรม ๑๐๐ แผง
- ขอขอบคุณผู้มีจิตศรัทธาร่วมบริจาคซื้อแผงกันเพิ่มเติมอีก ๕๐ แผง
- ขอขอบคุณครอบครัวภัทรวรางกูร ที่ช่วยให้สถานที่ดูแลและจัดการขนส่งแผงกัน ๑๕๐ แผงของชมรมและอนุเคราะห์พาเลทวางลังหนังสือจำนวนมาก รวมทั้งผ้าใบกันฝน

๒๙. แก้วน้ำ - งาน - ซามพลาสติก และช้อน

- กราบขอบพระคุณ บริษัท อิสเทิร์นโพลีแพค จำกัด ให้ความอนุเคราะห์เสมอมา

- กราบอนุโมทนาคุณพ่อวัชร - คุณแม่ทองสุก โลหาคารักษ์พงษ์ บริจาคซื้อพลาสติก

๓๐. รถเข็นบรรทุกของ ๒ คันและวิทยุสื่อสารและเครื่องขยายเสียง

- อนุโมทนาบุญ บริษัท อุตมโลหะกิจ จำกัด (๑๙๗๕) บริจาครถเข็นไว้ใช้ในชมรม ๒ คัน
- และบริจาควิทยุสื่อสารใหม่ ๔ เครื่อง เก้า ๔ เครื่อง ไว้ใช้ในกิจการของชมรม
- ขอบคุณคุณสุภา รวีเหลือง และครอบครัว บริจาคเครื่องเสียงชุดเล็ก ๓ ชุด
- ขอบคุณคุณแอนก ลิมทองคำ อนุเคราะห์เครื่องเสียง ๒ ชุด

๓๑. ไข่ไก่สดเบอร์ ๐ จำนวน ๑๐๐ แผง

- อนุโมทนา คุณพ่อวัชร - คุณแม่ทองสุก โลหาคารักษ์พงษ์ และครอบครัว

๓๒. ชุดผ้าไตร สังฆทาน และผ้าปูโต๊ะ และกีฟซื้อสังฆทาน

- อนุโมทนาบุญ ธรรมสินสังฆภัณฑ์ โดยคุณวิไล และคุณวิภา โปธินท์ไท และครอบครัว บริจาคชุดผ้าไตร จีวร บาตร กอล ฯลฯ สังฆทาน เป็นรายได้ธรรมทานโดยไม่หักค่าใช้จ่ายใดๆ
- อนุโมทนาครอบครัวโปธินท์ไท ถวายผ้าไตร และย่าม แต่องค์บรรพชน ทั้ง ๓ รูป
- คุณสัมพันธ์ ชาญศึก และคุณณัฐวัฒน์ พิพัฒพันธ์ พร้อมครอบครัว มอบเสื้อมูลค่า ๖,๕๐๐ เพื่อจำหน่ายในร้านสังฆทาน

๓๓. ลังกระดาษใส่ธรรมทานและหนังสือ

- ขออนุโมทนา คุณพัชรา อิงอรวิจิตร และบริษัทไดมอนด์คอนเทนท์ จำกัด
- ขออนุโมทนา บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน) อนุเคราะห์ถุงร้าน นายอินทร์ ๖,๐๐๐ ใบ
- และบริจาคแผ่นพับประชาสัมพันธ์ ๕,๐๐๐ แผ่น

๓๔. ของใส่วารสารชมรมและถุงขยะและถุงหิ้ว

- กราบอนุโมทนาบุญ บริษัท ภัณฑ์ดีพลาสติก จำกัด โดยคุณปรามไทย นักทัศนพล

๓๕. ตู้เก็บเงินในจุดรับสมัครสมาชิก

- อนุโมทนาคุณบุญจมา ศิริพิชญ์พิเชษฐ บริจาคให้เป็นสมบัติของชมรม

๓๖. โครงเหล็กเสาญี่ปุ่น (ตั้งป้าย) ๑๒ อัน

- บริจาคและติดตั้งโดยบริษัท ชงโค วิศวกรรม จำกัด

๓๗. ออกแบบโฆษณา - ประชาสัมพันธ์

- คุณสุวดี ผ่องโสภา
- คุณพรเทพ อมรพัฒน์
- คุณนงนุช บุญศรีสุวรรณ
- คุณแคทลียา พึ่งอุดม
- คุณแซซซู ธรรมกานิช
- คุณชยุต คงสวัสดิ์ศักดิ์

ขออนุโมทนาเจ้าภาพบอร์ตนิทรศการ ได้แก่ คุณแซซซู ธรรมกานิช

ขออนุโมทนาเจ้าภาพและออกแบบบัตรเชิญ ได้แก่ คุณสุวดี ผ่องโสภา

ขออนุโมทนาเจ้าภาพออกแบบบัตรทีมงาน

- คนข้างหลังและพี่แจ้ว
- อะต้อม (กนกวรรณ รัปพรดี), คุณหม่อมวี, พี่แซมเบ้, พี่ภาณี, พี่ดี และแม่ๆ ป๊าๆ ช่วยเป็นแรงใจ

๓๘. ตู้ไฟมาตรฐานกันฝนกันน้ำ

- บริษัท ชงโควิศวกรรมออกแบบ และอนุเคราะห์สายเมน
- เจ้าภาพตู้ไฟกันฝน ได้แก่ คุณ อุณหดา พฤตินารากร
- SCI Electric Manufacturer Co., Ltd
- คุณเอกชัย ดีรุ่งโรจน์ ออกความคิด

๓๙. โรงทานกัลยาณธรรม

- คุณธีรพล เป่าเงิน และทีมงาน บ.สตาร์คอฟไปรเทศชันจำกัด บริจาคอาหารมื้อกลางวัน วันเสาร์ (บุฟเฟต์) และวันอาทิตย์ในมือเช้า (ข้าวต้มปลา/ข้าวผัดไข่) และมือกลางวัน (ข้าวไข่เจียว/ผัดซีอิ้ว)
- คุณธวัชวัฒน์ รังสิยเวทิน และคณะ บริจาคขนมเงินน้ำยา ๑,๐๐๐ ชาม

- ครอบครัวคุณพ่อวัชร - คุณแม่ทองสุข โลหาคารักษ์พงษ์ บริจาคทุนทรัพย์ช่วยโรงงานและบริจาคเทียนน้ำทรงเครื่องมั่งส่วชีวิต จำนวน ๒๐๐๐ ชาม

- คุณพ่อธวัชชัย - คุณแม่วนิดา ธนาสุวรรณดิถี บริจาคบะหมี่แห้งหมูแดง ๕๐๐ ห่อ
- กลุ่มจิตอาสาสังฆจร บริจาคปาห่องไก่ ๒๐ กก.
- ชมรมตามรอยพุทธธรรม บริจาคขนมปังปิ้ง
- คุณวีระภัทร ลิโพบลย์ และคณะ บริจาคซูปแอนนา ๘๐๐ ซอง และกาแฟ ๓๐๐๐ ซอง
- นพ. วุฒิชัย เพิ่มศิริวัฒน์ และคณะ บริจาคน้ำผลไม้ปั่น, ขนมเงินน้ำเงี้ยวกระดูกหมู ๕๐๐ ชาม
- คุณปรภาณี, น.ส.นิชานารถ และ น.ส.ศุภณัฐ มหารำลึก บริจาคข้าวเหนียวหมูบึ่ง ๑๐๐๐ ชุด (๒๐๐๐ ไม้)
- คณะศิษย์หลวงพ่อทวี บริจาคถ้วยถ้วยหมูสามตาบ ๑๐๐๐ ชาม
- ร้านขนมเงินหาคูมิ สุรวงศ์ บริจาคขนมเงิน ๕๐๐ ชาม
- คุณสุวรี เทียงทัศน์ และคุณชัชพิภิตต์ ชาญสมร และคณะ บริจาคเส้นหมี่ผัดกระเทียมเครื่อง ๕๐๐ จาน
- ร้านบ้านใบพลู ซอยสวนพลู บริจาคกระเพาะปลา (เจ) ๓๐๐ ชาม
- คุณจักรพันธ์ ธรรมธร บริจาคข้าวขาหมู บางรัก ๕๐๐ กล่อง
- คุณสรารัตน์ เลิศวีระศิริกุล บริจาคหมี่ซั่วเจ ๑๐๐ จาน
- คุณไก่ และลุงเบิ้ม บริจาคขนมเปียกปูน มันนึ่ง ข้าวเหนียว ๒๐๐ ซิน
- ชมรมพุทธคุณ บริจาคผลไม้หลากหลายชนิด จำนวนมาก
- คุณจิรภัทร วิจันทร์ และคณะ นพ.อดิสร นรเศรษฐกุล บริจาคน้ำกระเจียบ น้ำพุทราจีน และน้ำเก็กฮวย ๕๐๐ แก้ว
- กลุ่มธรรมะจัดสรร บริจาคน้ำบ๊วย และสารพัดน้ำชา ๒๐๐๐ แก้ว
- คุณสุชาติ แท้เที่ยงเจริญ บริจาคข้างกล่อง ๒๐๐ กล่อง สำหรับทีมงาน
- ครอบครัวทองคายน บริจาคน้ำดื่มสำหรับทีมงาน ในวันเสาร์ ได้แก่ น้ำกระเจียบพุทราจีน

น้ำดอกอัญชัญ น้ำตะไคร้ใบเตย อย่างละ ๒ แกลลอน รวม ๖ แกลลอน

๔๐. กราบอนุโมทนาบุญ คณะศรัทธาจากสหรัฐอเมริกาที่ช่วยสนับสนุนกิจกรรมเผยแพร่ธรรมของชมรมกัลยาณธรรม ด้วยศรัทธาอย่างต่อเนื่องเสมอมา

รายนามผู้บริจาค ได้แก่

- | | |
|---------------------------------------|--------|
| • สุนันท์ พิสิท | \$ ๔๐ |
| • พิษุ สุพิตรา ทรัพย์ชาคร | \$ ๒๐ |
| • สุภาภรณ์ พัฒนศักดิ์กุล | \$ ๒๐ |
| • อลิส พิงค์ | \$ ๑๐ |
| • กนิษฐา ผึ้ง | \$ ๑๐ |
| • แววดิ สุรนันท์ | \$ ๒๐ |
| • นิด - อ้วน ณ ถกลาง | \$ ๒๐ |
| • กุ้ง ปรียานุช เตชะสินธุ และครอบครัว | \$ ๒๐ |
| • Pook jonkolnee | \$ ๒๐ |
| • Jirawadee Pisudthiprakom | \$ ๒๐ |
| • Dueankamol Holland | \$ ๒๐ |
| • Natyada hanchana (noknoi) | \$ ๗๐ |
| • Pranom A+ | \$ ๒๐ |
| • Supaporn (pom) | \$ ๑๕ |
| • Tuk sukon willis | \$ ๒๐ |
| • P' Apple Pongpilad chotikasatien | \$ ๔๐ |
| • Kampong liengpasuk | \$ ๒๐ |
| • เรืองภาน ช่วยเอี่ยม | \$ ๒๐ |
| • จรรยา แซ้อย | \$ ๒๐ |
| • วิเชียร - บุศราภรณ์ เอี่ยมรานนท์ | \$ ๑๐๐ |
| • จูน วิชรินทร์ ตั้งใจอยู่ | \$ ๑๐๐ |
| • รุ่งตะวัน (คชรัตน์) แม็กเนส | \$ ๑๐๐ |
| • สมหมาย เสรีจิต | \$ ๒๐ |
| • นุชนารถ ศิริณ | \$ ๓๐ |
| • ดิก - เอก - มิกกี้ | \$ ๒๐ |
| • หนู่ม - เปี้ยต | \$ ๒๐ |
| • พี่หว้า พรพรรณ | \$ ๒๐ |
| • น้องมายด์ นิคาร์ตัน | \$ ๕๐ |
| • Kaew Rak Boon group | \$ ๕๐ |
| • นันทิดา (ying) | \$ ๒๐ |
| • ศศิธร บุณนาค | \$ ๒๐ |
| • จวีวรรณ เรืองอุทัย และครอบครัว | \$ ๑๕ |
| • ภัทริดา ผดุงสิทธิ์ และครอบครัว | \$ ๒๐ |
| • Chompoo (jaruwan Prommakom) | \$ ๒๐ |

- Mirin Bartle \$ ๑๐
- Paula Robinson \$ ๑๐
- ยอดรวมรวมได้ = \$ ๑,๑๐๐

๔๑. กราบอนุโมทนาบุญอาสาสมัครและธรรมะบริการทุกท่าน

- คณาจารย์ - นศ.จาก ม.สยาม นำทีมโดย อ.เบญจวรรณ อุซุงพงษ์อมร
- เพื่อนๆ น้องๆ บมจ.ปูนซีเมนต์ไทย นำโดยคุณ ณรงค์ฤทธิ์ อุปถัมภ์
- บจก.ชงโควิศวกรรม นำโดยคุณภาคกรณ์ รุจาชนันท์
- บจก. อินเตอร์ปิโตรเลียม นำโดยคุณเชษฐ ตรีกรวณิช และคุณชยุติ คงสวัสดิ์ศักดิ์
- บจก.วิทีการ์เม้นท์ นำโดยคุณพ่อวัชร - คุณแม่ทองสุก โลหารักษ์พงษ์
- มศว.องครักษ์ ภาคชีววิทยาศาสตร์การกีฬา นำ โดย อ.สาลี สุภากรณ์
- บจก.สตาร์ครอปโปรดักชั่น นำโดยคุณธีรพล เปาเงินและพนักงาน
- บจก.ทุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์
- น.ต.ยุทธเศรษฐ วงกานนท์ กองประชาสัมพันธ์ สลก.ทร. ช่วยประชาสัมพันธ์งานในเว็บไซต์หลักของ ทร. และช่วยประสานงานเรื่องขอ กำลังพลจากกรมสารวัตรทหารเรือมาช่วยงาน
- น.อ.พิเชษฐ์ ทองดีเลิศ ผู้บังคับการกรมสารวัตรทหารเรือและ น.อ. ทินกร กาญจนเต็มรี่ รอง ผบ. กรม สท.ทร. อนุเคราะห์กำลังพลมาช่วยงาน ๑๐ นาย
- คุณวิชัย โพธิ์นทีไทและญาติๆ
- คุณแม่ฉวีพรรณ ภูทอง - คุณชัชวาล สีไสวร และลูกหลานบริวาร
- พ.ต.อ.บุญเสริม ศรีชมภูและญาติ
- ขอขอบคุณ คุณกนิษฐา รัตนสินธุ์ และคุณ จุฑามาศ สุธนวัฒนาเจริญ ผู้แปลภาษามือ จากสมาคมคนหูหนวกแห่งประเทศไทย ช่วยแปลภาษามือให้ตลอดงาน

กราบขอบพระคุณและกราบอนุโมทนาบุญทุกท่าน ทั้งที่ไม่อาจเอ่ยนามได้ทั้งหมด ที่ได้ร่วมเสียดสละมาเป็นธรรมบริการ ทำหน้าที่บุตรของ

พระพุทธะ ขอน้อมกราบขอบพระคุณและระลึกในคุณงามความดีของท่านตลอดไป

๔๑. กราบขอบพระคุณทีมงานประชาสัมพันธ์ นำโดย อ.มนตรี จตุรภัทร และรายการส่องโลกส่องธรรม ออกอากาศทางสถานีวิทยุ AM ๙๔๕ khz ทุกวันเสาร์ เวลา ๐๕.๓๕ - ๐๖.๓๐ น. และทุกวันเสาร์อาทิตย์เวลา ๒๓.๐๐ - ๒๔.๐๐ น. (ขอกราบขอบพระคุณศิลปิน กฤตบุญ ธรรัตน์ และ อ. เอกลักษณ์ หน่อคำ ที่กรุณาประพันธ์เพลงกัลยาณธรรมและเพลงส่องโลกส่องธรรมให้เป็นธรรมทาน)

๔๒. กราบขอบพระคุณแนวหลังทางธรรมที่อุทิศพื้นที่ให้เป็นร้านธรรมทานของชมรมกัลยาณธรรม

- สำนักงานและร้านหนังสือชมรมฯ ตลิ่งน้ำอ้อจระหันตแพทย์ ปากน้ำ สมุทรปราการ
- สาขา ๒ บจก. บางกอกเอนเนอร์จี้ เอกซ์เพรส โดยคุณชัยสิทธิ์ และคุณธนวรรณ เอกสิทธิพงษ์
- สาขา ๓ คุณฉวีพรรณ ภูทอง ร้านสะดวกซื้อและร้านกาแฟ - เบเกอรี่ บุญบุรี อยู่ปากซอยฉิมพลีสวย ศรีนครินทร์
- สาขา ๔ อยู่ดีอพาตเมนต์ ซอยลาซาล สุขุมวิท บางนา กรุงเทพฯ

ร่วมอนุโมทนาเจ้าภาพธรรมทานในงานแสดงธรรมครั้งที่ ๒๐

๑. หนังสือชีวิตที่จิตใจหาของพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล
๒. หนังสือจิตเป็นอมตะ ของคุณลุงหวิด บัวเผื่อน
๓. หนังสือสนทนาธรรมกับ อ.ว.คิน อินทสระ เล่ม ๑
๔. หนังสือศรัทธากับปัญญาในพระพุทธศาสนา ของ อ.ว.คิน อินทสระ
๕. หนังสือสนทนาปัญหาธรรมเล่มที่ ๑๙ ของ อ.ดร.สนอง วรอุไร
๖. หนังสือผู้สงบอย่างแท้จริง ของ อ.ดร.สนอง วรอุไร
๗. หนังสือลำธารนิรมลธรรม ของพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล บริจาคโดย บ.อมรินทร์พรินติ้ง แอนด์พับลิชชิ่งจำกัด (มหาชน)

๘. หนังสือดุจตีปีกแรกของ ลันตินันท์ บริจาคโดยคณะศิษย์

๙. หนังสือกฎเกณฑ์กรรม ของ อ.สุภีร์ ทุมทอง บริจาคโดย บ.มหพันธ์เฟเบอร์ จำกัด

๑๐. หนังสือกลัวเกิดไม่กลัวตาย ของ อ.ประเสริฐ อุทัยเฉลิม

๑๑. หนังสือปีใหม่คนใหม่ ของพระมหาทองมัน สุธจติโต บริจาคโดย คุณพัชรา ธรรมลิขิตชัย และคณะ

๑๒. นิตยสารซีเคร็ต บริจาคโดย บ.อมรินทร์พรินติ้ง จำกัด (มหาชน)

๑๓. mp3 ชุดธรรมเตรียมพร้อม ของพระธรรมวิสุทธิมงคล (หลวงตามหาบัว ญาณสัมปันโน) บริจาคโดยคุณพ่อวัชร - คุณแม่ทองสุก โลหารักษ์พงษ์

๑๔. mp3 ชุดลักษณะชาวพุทธในปัจจุบัน ของพระอาจารย์สมภาพ โชติปัญโญ บริจาคโดยคุณพรพิมล จรุงจิตธาวารี

๑๕. mp3 ธรรมเทศนาชุดที่ ๑ ของหลวงปู่เอี่ยม วิโนทโก บริจาคโดยคณะศิษย์

๑๖. mp3 รวมธรรมชุด ๑ ของพระอาจารย์กิตติศักดิ์ กิตติลาโร

๑๗. mp3 ชุดพระธรรมเทศนาสำหรับผู้ป่วย ของพระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรังสี บริจาคโดยคุณเมตตา อุทกพันธุ์

๑๘. mp3 เรื่องธรรมดาของชีวิตเป็นเช่นนั้นเอง ของ อ.ว.คิน อินทสระ

๑๙. mp3 รวมธรรม ชุดที่ ๔ ของ อ.ว.คิน อินทสระ

๒๐. dvd พันทุกข์ด้วยมรรค ๘ ของ อ.ประเสริฐ อุทัยเฉลิม บริจาคโดย คุณวิชัย โพธิ์นทีไท และครอบครัว

๒๑. vcd รวมบรรยายกาศงานแสดงธรรม ครั้งที่ ๑๙ ของชมรมกัลยาณธรรม

ชมรมกัลยาณธรรมขอนอบน้อมกราบขอบพระคุณทุกๆ แรงกาย แรงใจ แรงศรัทธาที่มีต่องานกิจกรรม เผยแพร่ศาสนาอย่างต่อเนื่องของพวกเราทุกคน

ด้วยแรงสนับสนุนและกำลังใจจากทุกท่านที่ ถักทอสานต่อกันไม่เคยเสื่อมคลาย ชมรมกัลยาณธรรมจึงยังยืนหยัดอยู่ได้และดำเนินกิจกรรมอันนำประโยชน์และสันติสุขมาสู่สังคมอย่างต่อเนื่องเสมอมา

ขอนอบน้อมแทบบาทพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า

ขอนอบน้อมบูชาพระธรรมอันเป็นที่พึ่งทุกกาลสมัย
 ขอนอบน้อมบูชาพระสงฆ์สาวกผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ
 ขอนอบน้อมเกล้าน้อมกระหม่อม ถวายมหากุศลมหาทานนี้ แดงองค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และพระบรมวงศานุวงศ์ ของจทรงพระเจริญ มีพระชนมายุยิ่งยืนนาน

ขออุทิศบุญกุศลจากมหาทานนี้แก่พ่อแม่ครูบาอาจารย์และวิญญูณแห่งบรรพชนเจ้าที่เจ้าทาง สัมภเวสีทั้งหลาย ที่อยู่บริเวณสถานที่แห่งนี้และทุกภพภูมิ

ขออุทิศบุญกุศลแด่ทุกท่านที่มีส่วนร่วมในงานครั้งนี้

บัดนี้ทุกท่านได้ร่วมกันสร้างมหาทานมหากุศลอันยิ่งใหญ่คือ การให้ธรรมะเป็นทาน ซึ่งเป็นทานที่มีอานิสงส์สูงสุด เห็นการให้ทั้งปวง

ขอให้ทุกท่านตั้งเจตนาทั้งสาม ให้เป็นมหากุศล

๑. บุญเจตนา (เจตนาก่อนจะให้)
 ๒. บุญเจตนา (เจตนาขณะให้)
 ๓. อปรเจตนา (เจตนาหลังจากให้แล้ว)
- สามองค์ประกอบนี้ช่วยให้ทานอันบริสุทธิ์ของท่านมีผลมาก มีผลไพบูรณ์

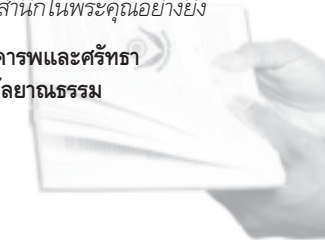
ขอกราบอนุโมทนาบุญแด่ทุกท่าน และขอแบ่งปันบุญอันดีนี้ให้แก่กันและกัน แบ่งปันทั่วถึงสรรพสัตว์ทุกภพ ทุกภูมิ ขอได้โปรดจงมาอนุโมทนาและรับผลบุญจงทั่วกันเทอญ สาธุ สาธุ สาธุ

พระพุทธเจ้าตรัสถึงอานิสงส์ ของการให้ทาน

บุคคลให้ทาน ชื่อว่าให้กำลัง
 ให้ผ้า ชื่อว่าให้วรรณะ
 ให้ยานพาหนะ ชื่อว่าให้ความสุข
 ให้ประทับโคมไฟ ชื่อว่าให้แสงสว่าง
 ส่วนผู้ที่ให้ธรรมะ ชื่อว่าให้อมฤตธรรม

ขอกราบขอขมา หากขาดตกชื่อใดและคณะใดไปโดยมิได้เจตนา ขอกราบอนุโมทนาในหยาดน้ำใจทุกท่านอีกครั้งด้วยสำนึกในพระคุณอย่างยิ่ง

**ด้วยความเคารพและศรัทธา
 ชมรมกัลยาณธรรม**



กำหนดการจัดงานแสดง ปฏิบัติธรรม

เป็นธรรมทาน ครั้งที่ ๓๑

เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล แด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

จัดโดย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ร่วมกับ ชมรมกัลยาณธรรม
ณ หอประชุม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ บพิตรภิรมย์ มหาเมฆ
วันอาทิตย์ที่ ๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๕๔ เวลา ๐๘.๐๐-๑๖.๓๐ น.

- ๐๕.๐๐ น. เริ่มเปิดให้บริการลงทะเบียนและบริการอาหารเช้า
- ๐๘.๓๐ น. พิธีเปิดงานโดยท่านอธิการบดีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ
ดร. สาทิต พุทธชัยยงค์
- ๐๘.๔๕ น. พระอาจารย์นวลจันทร์ กิตติปัญโญ คุณย์วิปัสสนาธุระ พุทธา เฉลิมพระเกียรติ
(คุณย์ ๒) แสดงพระธรรมเทศนาเรื่อง “นิพพานระหว่างวัน”
- ๑๐.๑๐ น. เจริญสติ ๑๐ นาที และถวายสังฆทาน
- ๑๐.๓๐ น. ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร บรรยายธรรมเรื่อง “เห็นธรรมเห็นอย่างไร”
- ๑๑.๔๐ น. เจริญสติ ๑๐ นาที และมอบของที่ระลึก
- ๑๒.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน (มีโรงทานบริการทุกท่าน)
- ๑๓.๑๐ น. พลอากาศตรี นายแพทย์บุญเลิศ จุลเกียรติ บรรยายธรรมเรื่อง
“ชีวิตนี้เพื่อใคร”
- ๑๔.๓๐ น. เจริญสติ ๑๐ นาที และมอบของที่ระลึก
- ๑๔.๔๐ น. หลวงปู่พุทธะอิสระ วัดอ้อน้อย อ.กำแพงแสน จ.นครปฐม
แสดงธรรมเรื่อง “มรณสติภาวนา”
- ๑๖.๐๐ น. เจริญสติ ๑๐ นาที และถวายสังฆทานร่วมกัน
- ๑๖.๒๐ น. ประธานชมรมกัลยาณธรรมกล่าวอนุโมทนา
- ๑๖.๓๐ น. กราบลาพระรัตนตรัยและปิดงาน

- เปิดลงทะเบียนล่วงหน้าทางไปรษณีย์ ๑ - ๑๕ ตุลาคม ๒๕๕๔
- เปิดรับลงทะเบียนหน้างานเช้าวันงาน ตั้งแต่ ๐๕.๐๐ น. เป็นต้นไป
- รับบริจาคปัจจัยและสิ่งของช่วยเหลือวัดพระบาทน้ำพุ จ.ลพบุรี

คำแนะนำในการลงทะเบียน เพื่อเข้าฟังบรรยายธรรมล่วงหน้า ทางไปรษณีย์

๑. เพื่อความสะดวกของท่าน กรุณาแจ้งลงทะเบียนล่วงหน้าทางไปรษณีย์ ภายในกำหนด (ถึงวันที่ ๑๕ ตุลาคม ศกนี้) ซึ่งกำหนดหมดเขตรับลงทะเบียนนี้ อาจเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับจำนวนผู้ลงทะเบียนที่จะสามารถรองรับได้
๒. การลงทะเบียนล่วงหน้าทางไปรษณีย์ ไม่ใช่เป็นการจองที่นั่งล่วงหน้า แต่เป็นการประเมินยอดผู้ที่ประสงค์จะมาฟังธรรม ให้ใกล้เคียงความเป็นจริงในวันงาน และเพื่อลดขั้นตอนการลงทะเบียนที่หน้างานให้สะดวกรวดเร็วขึ้น ผู้ที่ลงทะเบียนล่วงหน้าทุกท่าน ควรแน่ใจว่าท่านสามารถเดินทางมาในวันงานได้จริงๆ
๓. ในการแจ้งลงทะเบียนทางไปรษณีย์ ทุกท่านต้องกรอกข้อมูลในแบบฟอร์มให้ครบถ้วนชัดเจน เพื่อสิทธิ์ของท่าน และต้องส่งแบบฟอร์มในการสมัครหน้านั้นๆ มาทั้งหมด (เช่น แบบฟอร์มสำหรับผู้เป็นสมาชิก หรือ แบบฟอร์มสำหรับผู้ไม่ได้เป็นสมาชิก แล้วแต่กรณี) แบบฟอร์มที่ส่งมา ๑ แผ่น ต่อผู้ลงทะเบียน ๑ ท่าน เท่านั้น อย่าตัดหรือตัดแปลงแบบฟอร์ม พร้อมทั้งต้องแนบของแปล่าติดแสดงම් จ่าหน้าของถึงตัวท่านเองมาด้วย (กรุณาอย่าปิดผนึกของแปล่าที่แนบมา) เพื่อที่ทางชมรมฯ จะได้จัดส่งบัตรลงทะเบียนล่วงหน้า กลับไปให้ท่าน
๔. ผู้สมัครลงทะเบียนล่วงหน้า โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้สมัครใหม่หรือผู้ที่ยังไม่ได้เป็น สมาชิก ทุกท่าน ควรสมัคร กรอกแบบฟอร์ม และส่งเอกสารด้วยตัวเอง ไม่ควรสมัครแทนกัน เนื่องจากที่ผ่านมา มักมีการส่งใบสมัครแทนผู้อื่น และส่วนใหญ่ข้อมูลจะไม่ชัดเจน และไม่ครบถ้วน จึงทำให้ท่านไม่ได้รับบัตรตอบรับเป็นส่วนใหญ่
๕. ผู้สมัครลงทะเบียนล่วงหน้าที่ยังไม่ได้เป็นสมาชิกของชมรมทุกท่าน ****ต้องแนบสำเนาบัตรประจำตัวประชาชน (ของผู้สมัคร) ที่ชัดเจน**** มากับแบบฟอร์มใบคำขอลงทะเบียนล่วงหน้าด้วย กรุณาถ่ายสำเนาบัตรประชาชนจากต้นฉบับจริงเพื่อความชัดเจน ไม่รับสำเนาที่ถ่ายจากเครื่องโทรสาร ส่วนผู้สมัครลงทะเบียนล่วงหน้า ที่เป็นเด็กอายุต่ำกว่า ๑๕ ปี ให้กรอกเลขประจำตัวประชาชน (๑๓ หลัก) พร้อมแนบสำเนาหลักฐานอื่นๆ แทน อนึ่ง หากท่านสมาชิก ได้แนะนำผู้สมัครใหม่ให้สมัครเข้าลงทะเบียนทางไปรษณีย์ ในครั้งนี้ ขอความกรุณาแจ้งข้อมูลทั้งหมด ตามคำแนะนำในหน้านี้ ให้ผู้สมัครใหม่ได้ทราบด้วย

๖. ท่านที่ได้รับบัตรลงทะเบียนล่วงหน้าแล้ว ที่บัตรจะระบุเพียงชื่อ และรหัสสมาชิกของท่าน ยังไม่ได้มีการระบุเลขที่หนึ่ง เนื่องจากมีผู้ได้รับบัตรลงทะเบียนล่วงหน้าจำนวนหนึ่ง ไม่ได้เดินทางมาในวันงานตามที่แจ้งไว้ จึงไม่สามารถระบุเลขที่หนึ่งล่วงหน้าได้ ท่านที่มีบัตรลงทะเบียนแล้ว ในวันงานต้องนำบัตรที่ได้รับแนบพร้อมบัตรประชาชนของท่าน** แสดงต่อเจ้าหน้าที่ เพื่อติดสติ๊กเกอร์เลขที่หนึ่ง

๗. ชมรมขอความร่วมมือให้ท่านสมาชิกที่ประสงค์จะเข้าฟังธรรม โปรดดำเนินการขั้นตอนต่างๆ ด้วยตัวเอง ไม่ว่าจะเป็นการสมัครขอบัตรลงทะเบียนทางไปรษณีย์ หรือการติดสติ๊กเกอร์หมายเลขที่หนึ่งในวันงาน ยกเว้นกรณีที่สภาพร่างกายของท่านไม่เอื้ออำนวยเท่านั้น ทั้งนี้เพื่อความสะดวกของท่าน ความรวดเร็ว และประสิทธิภาพในการบริการจากเจ้าหน้าที่ของชมรม และเป็นการเคารพสิทธิ์ของผู้อื่นด้วย โปรดกรุณาด่วนในการติดสติ๊กเกอร์เพื่อจองหมายเลขที่หนึ่งแทนกัน ซึ่งเป็นการทำลายสิทธิ์ของผู้อื่น

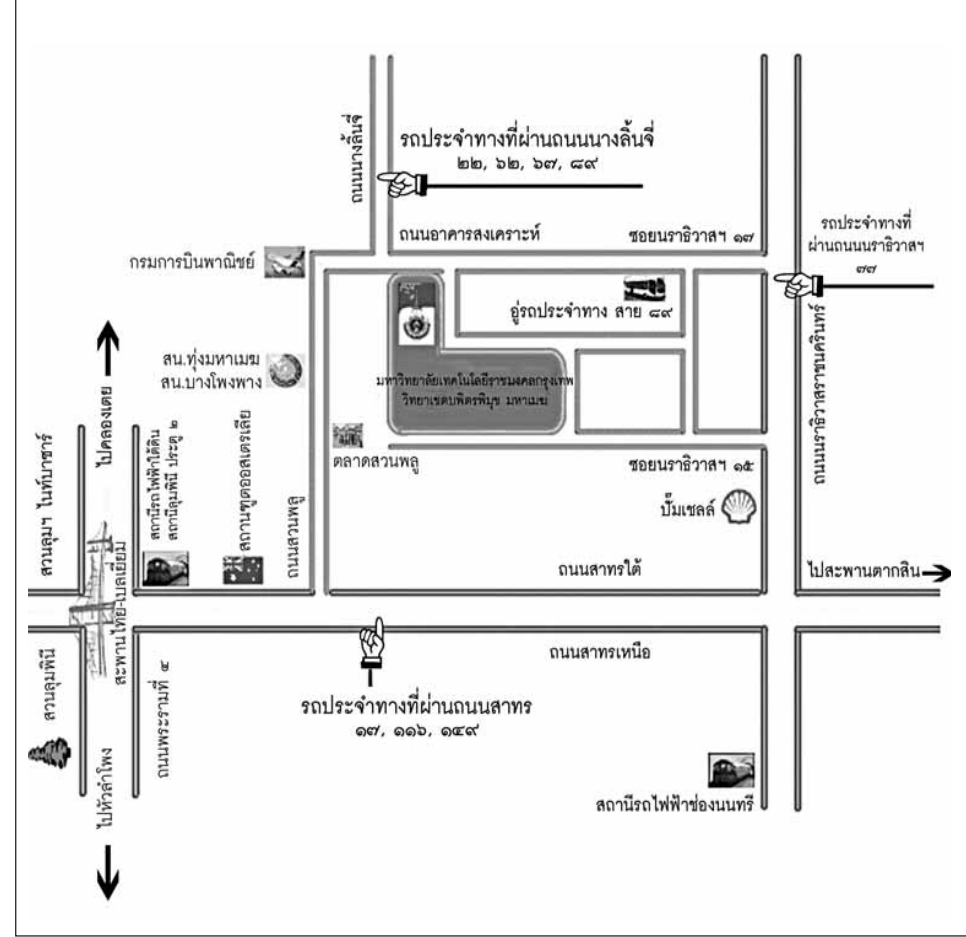
๘. การจัดลำดับที่หนึ่งในวันงาน จะทำการติดสติ๊กเกอร์หมายเลขที่หนึ่ง ให้กับผู้ที่มีการลงทะเบียนล่วงหน้า และมาแสดงตัวที่จุดลงทะเบียนตามลำดับไป (ใครมาก่อน-ได้ที่นั่งก่อน) จนกว่าที่นั่งบนหอประชุมจะเต็ม หลังจากนั้น จะทำการติดสติ๊กเกอร์สำหรับที่นั่งเสริมอื่นๆ ต่อไป ท่านที่มาถึงงานภายหลังเวลา ๐๗.๓๐ น. อาจไม่มีที่นั่งเพียงพอสำหรับท่าน ถึงแม้ว่าท่านจะได้รับบัตรลงทะเบียนล่วงหน้ามาก่อนแล้วก็ตาม เนื่องจากมีผู้ประสงค์เข้าร่วมงานเป็นจำนวนมาก และทีมงานจะให้สิทธิ์สำหรับผู้มารอลงทะเบียนหน้างานได้ติดสติ๊กเกอร์เลขที่หนึ่งเพิ่มเติม ในกรณีที่ที่นั่งยังมีเหลือพอรองรับผู้เข้าฟังธรรมได้ (กรณีผู้ได้รับบัตรล่วงหน้า ไม่มาแสดงตัวภายในเวลา ๐๗.๓๐ น.)

๙. ชมรมฯ ขอสงวนสิทธิ์ ในการพิจารณาจัดส่งบัตรลงทะเบียนล่วงหน้าแก่ท่านที่ไม่ได้ปฏิบัติตามคำแนะนำนี้

๑๐. *ที่อยู่ในการจัดส่งจดหมายถึงชมรมฯ ในการขอลงทะเบียนล่วงหน้า หรือสมัครสมาชิก* คือ
 ชมรมกัลยาณธรรม
 ๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ
 อ.เมือง จ.สมุทรปราการ ๑๐๒๗๐
 โทรศัพท์ ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓, ๐๒ ๗๐๒ ๙๖๒๔, ๐๒ ๗๐๒ ๘๗๖๓

๑๑. ท่านที่เป็นสมาชิกชมรมฯ แล้ว หมายเลขสมาชิกมีความสำคัญมาก ซึ่งท่านจะต้องกรอกข้อมูลหมายเลขสมาชิกให้ครบถ้วน มิฉะนั้นบัตรของท่านจะเป็นโมฆะ หากท่านจำหมายเลขไม่ได้ โปรดโทรสอบถามหมายเลขสมาชิกได้ที่ ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓ และ ๐๒ ๗๐๒ ๙๖๒๔ หรือทาง e mail ที่ webmaster@kanlayanatam.com

แผนที่ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ บพิตรพิมุข มหาเมฆ



รถโดยสารประจำทางสาย ๒๒, ๖๒, ๖๗, ๘๘
 รถโดยสารประจำทางปรับอากาศ ปอ. ๒๒, ๖๒, ๖๗, ๘๘
 หรือโดยสารรถไฟฟ้าบีทีเอส (BTS) ลงสถานีช่องนนทรี แล้วต่อรถโดยสาร, สามล้อ, รถแท็กซี่
 หรือโดยสารรถไฟฟ้าใต้ดิน (MRTA) ขึ้นสถานีลุมพินี ประตู ๒ แล้วต่อรถโดยสารสองแถวสีแดง
 สายวิฑู-สวนพลู-เทคนิค, สามล้อ, รถแท็กซี่

ประวัติ

หลวงปู่พุทธะอิสระ**วัดอ้อน้อย (ธรรมอิสระ) จ.นครปฐม**

หลวงปู่พุทธะอิสระ หรือพระสุวิทย์ ธีรธมฺโม (ฉายาปัจจุบัน) ท่านเป็นชาวกองเทพฯ โดยกำเนิด แต่บรรพบุรุษตั้งรกรากอยู่ที่จังหวัดนครปฐม โยมพ่อชื่อนายชมภู โยมแม่ชื่อนางอัมพร นามสกุลทองประเสริฐ เกิดเมื่อวันที่ ๑ มกราคม ๒๔๙๙ แต่ไปแจ้งเกิดซ้ำ ดังนั้นในใบสุทธิพระ จึงระบุว่าเกิดวันที่ ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๐๒

การศึกษาเล่าเรียนทางโลก ไม่จบชั้นประถมปีที่ ๔ ส่วนการศึกษาเล่าเรียนทางธรรมนั้นจบนักธรรมเอก

ท่านเริ่มบวชเรียนครั้งแรกเมื่ออายุ ๒๐ ปี โดยบวชที่วัดคลองเตยใน เขตคลองเตย กรุงเทพฯ โดยมีพระครูธีรวิวัฒน์ เจ้าอาวาสวัดคลองเตยใน เป็นพระอุปัชฌาย์ บวชได้เพียงพรรษาเดียวก็สึกออกไปเป็นทหาร ๒ ปี

หลังเสร็จภารกิจทางทหาร ก็กลับมาบวชใหม่ที่วัดเดิม คือวัดคลองเตยใน เมื่อวันที่ ๑๖ มกราคม ๒๕๒๖ โดยมีพระครูธีรวิวัฒน์ เจ้าอาวาสวัดคลองเตยใน เป็นพระอุปัชฌาย์เช่นเดิม และพระครูวรกิจวิวัฒน์ เจ้าอาวาสวัดภาชี เขตคลองเตย กรุงเทพฯ เป็นพระกรรมวาจาจารย์ พระครูวินัยธรสมพงษ์ วัดคลองเตยใน เป็นพระอนุสาวนาจารย์ ได้รับฉายาว่า “ธมฺมธโร” แปลว่า “ปราชญ์ทางธรรม”

ช่วงที่อยู่วัดคลองเตยใน มีผู้คนมากมายมาฟังท่านแสดงธรรม จนมีครั้งหนึ่งท่านได้มีโอกาสแสดงธรรมที่วัดท่าซุง จ.อุทัยธานี การแสดงธรรมครั้งนั้นจับใจผู้ฟังซึ่งไม่คิดว่าพระหนุ่มพรรษาไม่มาก จะแสดงธรรมได้ดีถึงเพียงนี้ น่าจะเป็นพระอาวุโสมากกว่า จึงเรียกท่านว่า “หลวงปู่” แล้วก็เรียกกันต่อ ๆ มา

มีคนเคยมาถามหลวงปู่ว่า “ทำไมหลวงปู่จึงยังดูหนุ่ม แต่คนเรียกหลวงปู่” ท่านมักตอบตามภาคีโบราณว่า “คนจะงามงามนำใจใช้ใบหน้า คนจะสวยสวยจรยาใช้ตาหวาน คนจะแก่แก่ความรู้ใช้อยู่นาน คนจะรวยรวยศีลทานใช้บ้านโต”

ท่านอยู่วัดคลองเตยในได้ประมาณ ๖ ปี ก็มาสร้างวัดอ้อน้อยที่ตำบลห้วยขวาง อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม ในปี ๒๕๓๒ โดยอุบาสิกาทองท้อ วิสุทธิผล เป็นผู้บริจาคที่ดินผืนนี้ให้ สร้างวัดเสร็จเป็นรูปเป็นร่างภายใน ๓ ปี ได้รับพระราชทานวิสุงคามสีมา ยกฐานะขึ้นเป็นวัด ชื่อว่า “วัดอ้อน้อย” (เดิมได้ทำเรื่องขอใช้ชื่อวัดว่า “วัดธรรมอิสระ” แต่ก็มีเหตุขัดข้องบางประการ) เมื่อสร้างวัดเรียบร้อยท่านก็ให้พระลูกศิษย์ดูแลวัด ส่วนท่านก็ออกธุดงค์เพื่อฝึกฝนปฏิบัติธรรมอย่างจริงจังเป็นเวลา ๕ ปี

หลวงปู่พุทธะอิสระกลับมาปกครองดูแลวัดอ้อน้อยอีกครั้ง เมื่อได้รับแต่งตั้งให้เป็นเจ้าอาวาสเมื่อวันที่ ๑ เมษายน ๒๕๓๘ ท่านได้ทำนุบำรุงวัดจนเจริญรุ่มรวย และเมื่อพระอุโบสถสร้างเสร็จเรียบร้อย จึงได้จัดพิธีผูกพัทธสีมาปิดทองฝังลูกนิมิตในวันที่ ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๒ โดยสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช ได้เสด็จพระราชดำเนินเป็นองค์ประธานจุดเทียนชัย ในพิธีผูกพัทธสีมาฝังลูกนิมิตของพระอุโบสถ

ต่อมาในวันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๔๒ ก็ได้รับแต่งตั้งเป็นเจ้าคณะตำบลห้วยขวาง แทนเจ้าคณะตำบลคนเก่าที่มรณภาพไป (ซึ่งในใบแต่งตั้งเจ้าคณะตำบลนี้ได้ลงอายุและพรรษาของพระอธิการสุวิทย์มากกว่าความเป็นจริงประมาณ ๔ - ๕ ปี ทั้ง ๆ ที่ท่านเองไม่ทราบมาก่อนเพราะไม่ได้ดูรายละเอียดจึงถูกใบปลิวโจมตีว่าโกงพรรษา)

ปลายเดือนธันวาคม ๒๕๔๓ ท่านยื่นหนังสือลาออกจากทุกตำแหน่งกับเจ้าคณะจังหวัด แต่ไม่ได้รับการอนุมัติ

ต่อมาวันที่ ๑๓ กันยายน ๒๕๔๔ มีใบปลิวเถื่อนโจมตีว่าโกงพรรษา ท่านจึงประกาศลาออกจากทุกตำแหน่งต่อหน้าพระสังฆาธิการในจังหวัดนครปฐมที่มาร่วมกันที่วัดวังตะกั่ว จ.นครปฐม และยื่นหนังสือลาออกอย่างเป็นทางการกับเจ้าคณะจังหวัดนครปฐม ในวันที่ ๑๖ กันยายน ๒๕๔๔ และได้รับการอนุมัติในวันที่ ๑๘ กันยายน ๒๕๔๔

ขณะนี้หลวงปู่พุทธะอิสระ ไม่มีตำแหน่งใด ๆ ในคณะสงฆ์จังหวัดนครปฐม

ประวัติ พระอาจารย์ นวลจันทร์ กิตติปัญญา



นามเดิม นวลจันทร์ เสมาเพชร เกิดวันจันทร์ที่ ๒๔ พฤษภาคม ๒๕๑๔ ภูมิลำเนาเดิม ๑๕๕ หมู่ที่ ๑ บ้านนาข้าว ตำบลนาข้าว อำเภอเชียงคาน จังหวัดเลย การศึกษา ม.๖ นักรธรรมเอก

บรรพชา พ.ศ. ๒๕๒๗ - ๒๕๓๓ อุปสมบท พ.ศ. ๒๕๓๙ วัดกล้าช่อมุ่ม ตำบลคลองสอง อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี

ปัจจุบัน พระวิปัสสนาจารย์ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์, ลานธรรมหาดเสลา ตำบลเขาหิน อำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครสวรรค์, วัดผาณิตาราม อำเภอมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา, สำนักวิปัสสนากรรมฐานสอนหิว ตำบลเสม็ดเหนือ อำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา



ประวัติ พล.อ.ต.นายแพทย์ บุญเลิศ จุลเกียรติ

จบการศึกษา วิทยาศาสตร์บัณฑิต แพทยศาสตรบัณฑิต ม.เชียงใหม่, ประกาศนียบัตรสาขาเวชปฏิบัติทั่วไป จากโรงพยาบาล NORWEGION AMERICAN, ประกาศนียบัตรสาขาเวชศาสตร์ฉุกเฉิน จาก ILLINOIS MASONIC MEDICAL CENTER, ประกาศนียบัตร หลักสูตรเวชศาสตร์การบิน กรมแพทย์ทหารอากาศ

ประสบการณ์การทำงาน แพทย์ประจำโรงพยาบาลส่วนภูมิภาคของกองทัพอากาศ ๓ ปี, แพทย์ประจำห้องอุบัติเหตุและฉุกเฉิน โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช ๑๒ ปี, อดีตผู้อำนวยการโรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช

เล่าความเบิกบาน จากธรรมทาน ครั้งที่ ๒๐

โดย สหธร อนรรฆวัฒนา

วันเสาร์เป็นธรรมบริการ (คือบริการแบบกรรมกร ผมคิดเองว่าเป็นแบบนี้) ใครจะรู้ว่าการออกแรงมากกว่าออกความคิดจะทำให้เบิกบานได้ในอีกมุมหนึ่ง มันโล่งที่ไม่ต้องคิดมาก ไม่ซับซ้อน โดยอาศัยเจตนาเป็นที่ตั้งในทางบวก สบายใจดี มันเป็นงานที่เหมือนไม่ใช่งาน ไม่ได้คาดหวังเป็นตัวเลขหรือเป็นจำนวนเงินแต่เป็นอีกรูปแบบหนึ่ง หากเรามองแบบเชื่อมโยง มันส่งผลในการทำงานในที่ทำงานได้อย่างประหลาด ช่วงบ่ายที่พี่ซึ่งรับหน้าที่ในการอำนวยความสะดวกกับครูบาอาจารย์คุยโทรศัพท์กับหลวงพ่อไพศาล ท่านจะต้องเดินทางมาบรรยายในวันอาทิตย์ คุยกันอยู่ก็เอ่ยปากกับพี่ที่ยืนคู่กันอีกคน ตามแบบไม่ทันตั้งตัวว่า หลวงพ่อจะมาพรั่งนี้ ตอนนี้อยู่กั๋งแวงแสน จะมาทางไหนดี ก็ออกความเห็นกันไปยังไม่ทันจบ อยู่ ๆ พี่เขาก็บอกหลวงพ่อทางโทรศัพท์ว่า

“หลวงพ่อครับ คุยกับคุณ... ก็แล้วกันครับ” ส่งมาแบบนี้ใครจะตั้งตัวทันยังหลงคิดอยู่เลย นึกดีใจปนตระหนกเล็กน้อยที่กำลังจะได้คุยกับเจ้าอาวาสวัดป่าสุคะโต จ.ชัยภูมิ พี่อีกคนก็บอกระหว่างโทรศัพท์กำลังเคลื่อนมาที่มีชื่อว่า

“ใช้คำว่านมัสการหละ” เหมือนจะรู้ว่าเราห่างพระห่างเจ้า แต่เราก็ตั้งสติเตรียมตัวอยู่

“นมัสการครับหลวงพ่อ” ปลายสายตอบ “เจริญพร” เริ่มต้นได้ค่อนข้างดี

“ผมว่าต้องเริ่มจากแยกตลาดหลุมแก้ว ไม่ทราบหลวงพ่อรู้จักไหมครับ”

“รู้จัก” นั้นเริ่มเลย

“หลวงพ่อพอดีแยกตลาดหลุมแก้วก็เลี้ยวขวาขับตรงมาเรื่อย พอมาถึงแยกบางใหญ่ตัดกับรัตนวิเศษก็เลี้ยวซ้าย พอถึงถนนราชพฤกษ์ ก็ขับวนมาทางซ้ายเพื่อเลี้ยวขวา เข้าเส้นถนนราชพฤกษ์ (เริ่มยุ่งแล้ว นึกถึงครูบาอาจารย์ถ้าเป็นเราฟังแล้วจะเข้าใจไหม) ขับมาจะเจอวงเวียน ก็ตรงมาเรื่อยมันไกลเหมือนกันครับจนถึง

สุดถนนราชพฤกษ์เลยครับ จะเป็นแยกรูปตัววาย”

(เริ่มใส่ต่อแบบสลับถามปลายสายว่า ฟังเราอธิบายยังรู้เรื่องอยู่หรือเปล่าว่า ท่านก็เมตตาดตอบรับเป็นระยะ แต่ในใจเราตอนนั้นจิตไปคิดว่า ถ้าเป็นเราฟังคงหลงตั้งแต่แยกราชพฤกษ์แล้ว พี่ที่ยืนโทรศัพท์ให้คุย ส่งสัญญาณมือ เอามือป้องหู แล้วอีกมือชี้ไปอีกทาง บอกเป็นนัยว่า ผมไปดูตรงนั้นหน่อยนะ คุยเสร็จเดี๋ยวค่อยเอามาคืน พี่อีกคนที่ยืนด้วยกันให้กำลังใจบนความเป็นห่วง บอกว่า เอ็งบอกทางดี ๆ นะ ถ้าหลงพอหลงบาปนะเว้ย เดี่ยวเอ็งหลงทางอีกนาน ไม่รู้ว่าเป็นห่วงเราหรือกำลังจะบอกอะไร ไม่เป็นไรตั้งใจบอกทางต่อดีกว่า)

“พอถึงตัววายก็เลี้ยวมาทางวายขวานะครับ ชับตรงมาเรื่อย ๆ ข้ามแม่น้ำเจ้าพระยา มาถึงแยกนราธิวาสราชนครินทร์ ก็เลี้ยวขวาตรงแยก”

หลวงพ่อกถามว่า “แล้วเลี้ยวเข้าซอยที่เท่าไร”

“พอถึงซอย ๑๗ ก็เลี้ยวซ้ายชันตรงเข้ามาก็ถึงแล้วครับ” ตรงนี้ไม่ต้องอธิบายเพราะรู้ว่าหลวงพ่อเคยมาแล้ว

(สรุปกับหลวงพ่อตั้งแต่ต้น โดยไม่ถามว่าหลวงพ่อเข้าใจไหม แล้วบอกว่า “นมัสการครับหลวงพ่อ”

ปลายสายตอบ “เจริญพร” เสร็จภารกิจทางวาจา แต่นึกในใจคำพูดนั้นถึงแล้วแต่จิตบอกว่า เป็นเราตอนนี้หลงอยู่กลางทาง คำพูดพี่ที่หวังดียังวนเวียนอยู่ในจิตอยู่ ถ้าหลวงพ่อหลงเราคงไม่ราบรินแน่ คิดในว่าพຽงนี้ยังมีเวลาแก้ตัว ทางมาบพิตรพิมุข เป็นทางผ่านทับเส้นทางกันบางส่วน เดี่ยวเราจับไมล์เป็นระยะแต่ละช่วงที่เส้นทางเดียวกัน เส้นรัตนาธิเบศร์กับราชพฤกษ์เราพูดเองยังงง ปรับเปลี่ยนเส้นทางบางส่วน เดี่ยวพຽงนี้ขอเบอร์หลวงพ่อกจากพี่ที่ดูแลครูบาอาจารย์ แล้วอธิบายใหม่ คงไม่ต้องเล่าในรายละเอียดว่าการแก้ตัวครั้งหลังเป็นอย่างไร ได้คุยกับหลวงพ่อกอีก ๒ ครั้ง ดูที่ผลแล้วกันครับ ช่วงบ่ายนั่งคุยกับพี่ที่หวังดี ยังถามว่า

“เป็นไง หลวงพ่อกมาถูกหรือเปล่า”

เหลือบไปเห็นรถเก๋งจอด ต่อด้วยการก้าวลงจากรถของหลวงพ่อกดี บอกพี่ที่หวังดีว่าสบายใจแล้ว หลวงพ่อกมาแล้วพี่ พี่ก็เป็นเสือเท้าไวและกัวก็มีอย่างเร่งด่วน ไป ๆ เราไปกราบหลวงพ่อกัน

ทีมมหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์

โดย รศ.ดร.สาตี สุภาภรณ์



ดิฉันในนามอาจารย์ผู้ประสานงานที่งานภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ หรือเรียกย่อ ๆ ว่า มศว. องครักษ์ ได้รับมอบหมายจากประธานชมรมกัลยาณธรรม ให้เขียนเกี่ยวกับเหตุผลและประสบการณ์ที่ได้จากการนำนักศึกษาไปทำหน้าที่เป็นธรรมบริกรในงานแสดงธรรมของชมรมกัลยาณธรรม ซึ่งดิฉันก็จะพยายามสรุปเรื่องราวประมาณ ๒-๓ หน้า ทั้งนี้เพื่อไม่ให้เนื้อหายาวเกินไป

เดิมที่ดิฉันสอนอยู่ที่ประสานมิตร สุขุมวิทซอย ๒๓ แต่เนื่องจากภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา (สังกัดคณะพลศึกษา) เป็นภาควิชาที่จัดตั้งขึ้นใหม่ประมาณปี พ.ศ. ๒๕๔๑ และจำเป็นต้องใช้สถานที่ในการเรียนการสอนกีฬาและการออกกำลังกายค่อนข้างมาก อาทิ ลู่วิ่ง สระว่ายน้ำ โรงยิม สนามฟุตบอล เป็นต้น ผู้บริหารจึงมีนโยบายให้ภาควิชาไปจัดตั้งอยู่ที่ มศว. องครักษ์ จ.นครนายก ส่วนภาควิชาอื่น ๆ

ของคณะ เช่น พลศึกษาและนันทนาการยังคงตั้งอยู่ที่ประสานมิตร ดิฉันจึงย้ายไปทำงานที่องครักษ์ แต่ในความเป็นจริงก็ยังคงต้องไป ๆ มา ๆ ระหว่างประสานมิตรและองครักษ์อยู่ดี ตอนนั้นดิฉันอายุยังไม่มากนักก็ยังมีแรงขับรถไปมา (ไป-กลับ ๑๖๐ กิโลเมตร) ช่วงที่ขับรถส่วนใหญ่ก็จะเปิดฟังเพลงและซีดีธรรมะของครูบาอาจารย์หลาย ๆ ท่านที่ชอบ

๑๐ ปีต่อมาดิฉันเริ่มเหนื่อยกับการขับรถ จึงย้ายไปพักอาศัยที่ทาวน์เฮาส์ซึ่งอยู่ห่างที่ทำงานประมาณ ๑๐ กม. ใช้เวลาขับรถประมาณ ๑๐ นาที ก็ถึงที่ทำงาน ชีวิตช่างมีความสุขเพราะไม่ต้องฝ่าการจราจรที่หนาแน่นเหมือนในกรุงเทพฯ มีเวลาออกกำลังกายและสูดอากาศบริสุทธิ์โดยไม่ต้องเร่งรีบ

ดิฉันมีปกติชอบนอนตื่นประมาณตีสี่กว่า ๆ เพราะสมัยเด็กเป็นนักวิ่งต้องรีบไปซ้อมแต่เช้า ประเภทที่วิ่งแข่งขันก็มีหลายอย่าง เช่น วิ่งข้ามรั้ว ๔๐๐ เมตร วิ่งกระโดดไกล วิ่งผลัด เป็นต้น ตอนจบมัธยมไฟฟืนที่จะเป็นนักวิ่งทีมชาติ แต่พอเขาเรียกไปเก็บตัวทีมชาติประเภทวิ่งข้ามรั้ว ๔๐๐ เมตร ดิฉันก็ไม่ไปเพราะคิดว่าการแข่งขันระดับทีมชาติมีแต่ความเครียด ชนาก็เสมอตัว แพ้ก็มีแต่เรื่องที่ทำให้ใจสลดหดหู่มากมายเหลือเกิน ไม่อยากมีชีวิตแบบนั้น

การแข่งขันตั้งแต่เด็ก (มัธยมศึกษาปีที่ ๑) จนจบมหาวิทยาลัย ส่วนใหญ่ดิฉันจะชนะที่ ๑-๓ ชนิดแพ้แบบไม่มีเหรียญไม่ค่อยมี แต่กว่าจะชนะได้ต้องใช้จิตวิทยากับตัวเองเยอะ โดยเฉพาะการนั่งสมาธิเพื่อข่มความกลัว ความกังวล ความฟุ้งซ่าน ดิฉันนั่งสมาธิบ่อย ๆ ตั้งแต่เด็กเพื่อให้ตัวเองนิ่ง เมื่อลงไปวิ่งในสนามแข่งขัน จะได้ไม่กลัวคู่แข่ง วิธีที่นั่งก็ไปฝึกจากที่วัดบ้าง อ่านหนังสือเองบ้าง ตามประสาเด็กระดับมัธยมจะสามารถทำได้

เวลาที่ดิฉันแข่งขันก็คิดว่าเพราะเราซ้อมเยอะกว่าคนอื่นแต่เมื่อแพ้ก็เศร้า เศ็ง และต้องนั่งสมาธิหลายวันกว่าจะกลับคืนมาเป็นมนุษย์ที่ใช้ชีวิตประจำวันได้เหมือนคนทั่วไป จากการฝึกซ้อมอย่างหนักเป็นเวลาหลายปีทำให้หมอนรองกระดูกที่เอวเคลื่อนตอนอายุประมาณ ๒๐ เศษ ทำให้ปวดเอว ดิฉันก็ไม่ได้ให้ความสนใจมาก เพราะยังเดินได้อยู่ ก็ไปว่ายน้ำบ้าง ออกกำลังกายอื่น ๆ บ้าง อาการก็ทุเลาลง ต่อมาได้ลาไปศึกษาต่อหลายปี ได้รับทุนช่วยสอนทำให้ต้องสอนเบดมินตันและเทนนิสหลายกลุ่ม หมอนรองกระดูกที่เคลื่อนไปทับเส้นประสาทแสดงอาการอย่างมาก คือปวดเอวมาก บางครั้งปวดลงไปถึงต้นขา จะลุกนั่งหรือเดินแสนทรมาน รักษา

อย่างไรก็ไม่หาย หมอแนะนำให้ผ่าตัด ใจซึกหวี ๆ ไม่อยากผ่าตัด พยายามหาทางเลือกอื่น ในที่สุดก็ได้ตัดสินใจไปเรียนโยคะตามคำชักชวนของเพื่อนคนหนึ่ง เขาเป็นหนุ่มชาวศรีลังกา เราสนิทกันมากเพราะเล่นเบดมินตันคู่กันเป็นประจำ

ไปเรียนโยคะตอนแรก ๆ รู้สึกตื่นเต้นดีเพราะโยคะก็คล้าย ๆ กับการนั่งสมาธิแต่ต่างง่ายกว่ามาก คือ การทำสมาธิเรานั่งไปเรื่อย ๆ ในท่าเดิม สงบบ้าง ฟุ้งซ่านบ้าง แต่โยคะเราทำเป็นท่า ๆ เช่น ท่าสุนัข เมื่อทำท่าเราก็จะพยายามอยู่กับลมหายใจ ด้วยการนับประมาณ ๕-๑๐ ลมหายใจ แล้วก็เปลี่ยนท่าใหม่ ในความคิดของดิฉันมันช่างง่ายจริง ๆ ถูกใจมากเพราะพอจิตกำลังจะฟุ้งซ่านก็ได้เปลี่ยนท่าใหม่นึกในใจว่าเรามัวไปทำอะไรอยู่น่าจะฝึกโยคะตั้งนานแล้ว ตอนนั้นดิฉันก็บ้าโยคะ คือ ฝึกทุกวันมากบ้างน้อยบ้าง (ใกล้จะเป็นโยคีแล้วค่ะ) หลังจากฝึกได้ประมาณ ๓ เดือน อาการปวดเอวเนื่องจากหมอนรองกระดูกเคลื่อนก็ลดน้อยลง ใจเริ่มสงบ เยือกเย็นลง ความเครียดกับการงานก็ลดน้อยลง ทำให้ดิฉันชอบโยคะมาก และฝึกทุกวันในตอนเช้า คือตื่นขึ้นมาตี ๔ กว่า ดิฉันก็จะเริ่มฝึกลมปราณ (เป็นวิธีการหายใจแบบต่างๆ ของโยคะ) ตามด้วยการฝึกท่าโยคะแล้วก็นั่งสมาธิเล็กน้อยก่อนไปทำงาน กว่าฝึกเสร็จก็เกือบ ๖ โมง บางวันก็ฝึกเงียบ ๆ แต่บางวันก็จะเปิดวิทยุฟังธรรมะไปในขณะที่ฝึก คลื่นที่ฟังประจำคือ AM ๙๔๕ และ AM ๙๖๓ เลือกฟังเฉพาะรายการธรรมะที่สนใจ เช่น ช่วงตี ๔ จะมีรายการของท่านพระครูเกษมธรรมทัต วัตมเหยงคณ์ ส่วนตอน ๕.๓๐ น. วันเสาร์เป็นรายการของชมรมกัลยาณธรรม จัดโดยอาจารย์มนตรี จตุรภัทร จากการฟังรายการดังกล่าวทำให้รู้จักชมรมกัลยาณธรรม ส่วนเทพของท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ตลอดจนครูบาอาจารย์ท่านอื่น ๆ ดิฉันฟังมานานแล้วเพราะชอบหาซื้อหนังสือและสื่อธรรมะเพื่อฟังเองและแจกเพื่อน ๆ

งานแสดงธรรมของชมรมฯ จำไม่ได้ว่าเป็นครั้งที่เท่าไร ดิฉันก็ไปกับเพื่อนตอนประมาณ ๙ โมงเช้า จอดรถที่ฝั่งเทคนิคกรุงเทพเดิม แล้วเที่ยวเดินถามนักศึกษาว่าชมรมจัดงานแสดงธรรมตรงไหนถามจนเหนื่อยเพราะไม่มีใครตอบได้สักคน เพื่อนที่ไปด้วยกันบอกว่า ดิฉันคงจำวันผิด ดิฉันยืนยันว่าไม่ผิดเพราะฟังรายการ อ.มนตรี หลายครั้ง เป็นวันนี้แน่นอน เดินถามจนเริ่มท้อ ก่อนจะกลับบ้านคิดว่าลองถามยามเป็นคนสุดท้าย ปรากฏว่ายามตอบคำถามเราได้ เขาบอกว่าให้ข้ามถนนไปฝั่งตรงข้าม ซึ่งดิฉันและเพื่อนก็ได้เดินเข้าไปในบริเวณที่จัดงานเพื่อลงทะเบียนเป็นสมาชิกชมรม เลือกซื้อหนังสือและสื่อธรรมะที่ชอบ แล้วก็ขับรถกลับบ้าน

ปี ๒๕๕๐ ดิฉันทำหน้าที่เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาเอกรุ่นแรก จึงได้ขอให้ นักศึกษาปริญญาเอกทุกคนไปฟังธรรมที่ชมรมจัดขึ้น ณ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี ราชมนคล บพิตรพิมุข มหาเมฆ เพื่อมุ่งหวังให้เขาเป็นผู้ที่มีความรู้คู่คุณธรรม โดย ดิฉันก็ไปนั่งฟัง (เพื่อนั่งเฝ้าพวกเขาทั้งวัน) นั่นเป็นครั้งแรกในชีวิตที่ตัวเองไปนั่งฟัง ธรรมทั้งวัน ตกเย็นพองานแสดงธรรมเล็กก็ได้รับแจกถุงธรรมะ มีทั้งหนังสือ ซีดี วีซีดีมากมาย ดิฉันคิดในใจว่า สื่อธรรมะดี ๆ เช่นนี้หาซื้อยาก ทำไมชมรมจึงใจดี แจกให้คนฟังมากมายขนาดนี้ ดิฉันเริ่มคิดว่า เอ! เราจะทำอะไรให้ชมรมได้บ้างไหมหนอ

หลังจากที่ติดตามฟังธรรมในงานแสดงธรรมของชมรมกัลยาณธรรมประมาณ ๒-๓ ครั้ง ดิฉันก็โทรไปที่ชมรมฯ แจ้งความจำนงว่าจะชวนนักศึกษาไปช่วยงาน แสดงธรรม (๑๕ คน) แรก ๆ ก็ได้ช่วยงานที่ห้องโถงฟังธรรมโดยทำงานร่วมกับ คุณดุสิต (ต่อมาได้ลาทางโลกไปบวช) ต่อมาก็ช่วยงานอื่น ๆ เท่าที่สามารถช่วยได้

ทีมงานของดิฉันส่วนหนึ่งเป็นนักศึกษาในภาควิชาและอีกส่วนหนึ่งเป็นครูโยคะ ซึ่งดิฉันถ่ายทอดวิทยายุทธ์ให้ ทีมงานที่เป็นนักศึกษานั้นมีทั้งระดับปริญญาตรี โท และเอก บางคนเคยมาช่วยงานชมรมหลายครั้ง จึงคุ้นเคยกับสถานที่และงานที่ทำ ประกอบกับความเป็นรุ่นพี่ รุ่นน้อง ทำให้นักศึกษาที่มาช่วยงานเป็นครั้งแรกเกิดความเกรงใจและพยายามเรียนรู้งานตลอดจนช่วยเหลือกันเท่าที่สามารถทำได้ ทุกคนจึงมีความสุขและสนุกมากที่ได้มาช่วยงานชมรมกัลยาณธรรม

หากถามว่าได้อะไรบ้างจากการได้มีโอกาสทำงานกับชมรม สำหรับตัวเองได้ ฟังธรรมและเปลี่ยนแปลงชีวิตไปในทางที่ดีขึ้น เมื่อก่อนดิฉันก็เคยเอาเวลาราชการ ไปทำงานข้างนอก เคยใช้โทรศัพท์ของหลวงโทรเรื่องส่วนตัวที่ไม่ใช่งานราชการ เคยเป็นอาจารย์ที่สอนหนังสือแล้วเกิดโตะสะได้ง่าย ดูและบ่นนักศึกษาบ่อยมาก อารมณ์เสีย หงุดหงิดและบางครั้งก็นอนไม่หลับ ต้องลุกขึ้นมาทำโยคะเพื่อปรับ จังหวะหายใจและเพื่อระงับ

อารมณ์ที่ขุ่นมัว ดิฉันเคยป่วยบ่อย เจ็บคอเป็นประจำ และเป็นกรด ไหลย้อน ตอนหลังมาฝึกปราณ ตามแบบของโยคะผนวกกับการ นำหลักธรรม-คำสอนของครูบา อาจารย์มาปรับใช้กับชีวิต ทำให้



สามารถรักษาสมาคมของกายและจิตได้ดีขึ้น ระยะเวลาหลัง ๆ สุขภาพเริ่มดีขึ้น การเจ็บ ป่วยน้อยลง อารมณ์ดีขึ้น ความเป็นคนเจ้าโทสะลดน้อยลง

สำหรับลูกศิษย์ของดิฉันแต่ละคนคงได้ประโยชน์ในหลาย ๆ ด้าน ที่มีทั้ง เหมือนกันและแตกต่างกัน แต่จากการที่ดิฉันสอนเกือบจะทุกชั้นปีทำให้สังเกตเห็น ความเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น นักศึกษาบางคนซื้อมอเตอร์ไซด์ไปปฏิบัติธรรมในวัน หยุดที่วัดต่าง ๆ ที่อยู่ไม่ไกลจากองค์กรฯ เช่น วัดนาป่าพง หรือนักศึกษาหลาย ๆ คน ขวนขวายไปปฏิบัติธรรมที่วัดอัมพวันและที่วัดอื่น ๆ หลังจากที่เขาได้ยืน ได้ฟังธรรมะ ดี ๆ ซึ่งได้รับแจกบ้าง ซื้อเองบ้างจากงานแสดงธรรมที่ชมรมจัดขึ้นในแต่ละครั้ง

เสร็จงานแสดงธรรมแต่ละครั้งเมื่อกลับไปมหาวิทยาลัย ดิฉันจะเรียกนักศึกษา ที่มาช่วยงานออกมาหาห้อง กล่าวขอบคุณพวกเขาและแจกสื่อธรรมะ (ถุงธรรมะ ของชมรม) คนละ ๑ ถุง ซึ่งเพื่อน ๆ ในห้องก็จะซักถามด้วยความสนใจ ทุกคนที่ ได้ไปเป็นธรรมบริกรก็จะบอกเพื่อนในชั้นว่า งานแสดงธรรมสนุกมาก คนเยอะแต่ ไม่วุ่นวายและก็มีสื่อธรรมะดี ๆ เยอะมาก ทำให้หลาย ๆ คนอยากจะมาช่วยงาน และอยากมาเห็นว่งานแสดงธรรมสนุกอย่างไร ทำไมจึงมีคนมาฟัง ๔,๐๐๐ - ๕,๐๐๐ คน จำนวนคนมากมายเช่นนี้ มากยิ่งกว่าไปชมคอนเสิร์ต แต่ทำไมจึงไม่วุ่นวาย

ตัวดิฉันเองอาจได้ยืนได้ฟังข้อธรรมะจากครูบาอาจารย์ ซ้ำไป ทำให้ใช้ชีวิตผิดพลาดไปบ้างเพราะความไม่รู้ แต่ลูกศิษย์ ที่มาช่วยงาน เขาโชคดีมากที่ได้มีโอกาสฟังธรรมและนำไป ประพฤติปฏิบัติตั้งแต่อายุน้อย เขามีโอกาสได้นำธรรมะไป ใช้ในการดำเนินชีวิต ตรวจจับอายุขัยที่เหลืออยู่ ซึ่งประสพ- การณ์และประโยชน์ที่ได้จากการทำงานกับชมรมเป็นสิ่งที่ ประเมินค่ามิได้ กล่าวคือ **มีค่ามากจนไม่ทราบจะประเมินให้**

ถูกต้องได้อย่างไร เพราะทุกคนได้ประโยชน์ทั้ง ระยะเวลาสั้น ระยะเวลายาวและตลอดช่วงอายุขัย ขอ ขอบคุณท่านประธานชมรม คือ คุณหม่อมอัจฉรา กลิ่นสุวรรณ ที่ได้ให้โอกาสแก่พวกเรา และขอ ขอบคุณที่ ๆ เพื่อน ๆ และน้อง ๆ ที่ช่วยงาน ชมรมฯ ทุกคนที่เอื้ออาทรและสอนงานต่าง ๆ ให้ กับพวกเราตลอดมา





มองเห็น ความสุข

โดย อ.จันทรา ทองเคียน

ข้าพเจ้าขอเล่าประสบการณ์เล็ก ๆ และความรูสึกส่วนตัวในงานแสดงธรรมครั้งที่ ๒๐ ซึ่งจบลงอย่างงดงามและยิ่งใหญ่เช่นเคย ข้าพเจ้ามองเห็นความสุขทั้ง ๒ วัน (วันเตรียมงานและวันจัดงาน) สิ่งที่ได้เห็นไม่ได้เขียนว่า “ข้าพเจ้ามีความสุข” ข้าพเจ้าเคยอ่านหนังสือ “เปิดใจรับความสุข” ของพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล มีข้อความที่สะกิดใจ (โดนใจ) ตอนหนึ่ง “ความสุขนั้นมีอยู่รอบตัวเธออยู่แล้ว เป็นแต่เธอจะเห็นหรือไม่ต่างหาก เมื่อใดก็ตามที่เธอเห็นความสุข เธอก็จะพบว่าความสุขนั้นมีอยู่รอบตัวเธอ”

ข้าพเจ้ามองเห็นความสุขตั้งแต่วันเตรียมงาน (๙ กรกฎาคม ๒๕๕๔) ช่วงเช้าข้าพเจ้าช่วยบริการน้ำดื่ม มีน้ำสมุนไพรหลากสีสวยงาม น้ำดอกอัญชัน (สีดอกอัญชัน) น้ำกระเจียว น้ำพุทธรจีน (สีแดง) น้ำตะไคร้ น้ำใบเตย (สีใบเตยอ่อน ๆ) น้ำสมุนไพร มีสรรพคุณดี ๆ มากมาย แต่ที่ชัดเจนและเห็นผลทันตา คือ ดับร้อน และแก้กระหาย ดื่มแล้วเย็นชุ่มชื่นใจจริง ๆ ข้าพเจ้ามองเห็นความสุขบนใบหน้าที่ชุ่มด้วยเหงื่อของทุกคน ที่ได้ดื่มน้ำสมุนไพรเย็น ๆ หลาย ๆ คนขอเติมอีก ข้าพเจ้าก็เติมให้แบบไม่อั้น ในขณะที่เดียวกัน ข้าพเจ้าก็เห็นความสุขที่เกิดขึ้นในใจตัวเอง ในหนังสือของพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล บอกว่า “เห็นความสุขในที่นี้ไม่ได้หมายถึงเห็นด้วยตา แต่หมายถึงการรับรู้ด้วยใจ” ข้าพเจ้าถึงบางอ้อ มันเป็นอย่างนี้เอง

ภาพตรงหน้าของข้าพเจ้าคือ อาสาสมัครจำนวนนับร้อย ช่วยกันแบกเก้าอี้ นับพัน ๆ ตัวลงจากรถเอามาจัดเรียงอย่างเป็นระเบียบในโถงชั้นล่าง บนสนามหญ้าท่ามกลางแสงแดดอันแผดจ้า อาสาสมัครอีกส่วนหนึ่ง กางเต็นท์หลายสิบหลัง ทุกคนเหงื่อท่วมตัว แต่ข้าพเจ้าเห็นความสุขที่ฉายแววอยู่ในดวงตาทุกดวงเมื่อเข้ามารับน้ำดื่ม ข้าพเจ้าตักน้ำสมุนไพรใส่น้ำแข็งแจกจนหมดเกลี้ยง (ตอนแรกคิดว่าจะเหลือไว้แจกช่วงบ่ายด้วยนะ) แม้มันจะเหนื่อย (ดูจากเสื้อผ้าและร่างกายที่เปียกชุ่ม

ด้วยเหงื่อ) ก็เป็นเรื่องของกาย ส่วนจิตใจของทุกคนที่ช่วยกันคนละไม้คนละมือ ล้วนเต็มไปด้วยความสุข ข้าพเจ้ามองเห็นความสุขของทุกคน แม้กระทั่งความสุขในใจของตัวเอง จากรอยยิ้มและแววตา (เคยเห็นแต่ยิ้มทั้งน้ำตาแต่ที่นี้ทุกคนยิ้มทั้ง ๆ ที่เหงื่อท่วมตัว) ความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้าของร่างกายไม่สามารถทำลายความสุขภายในใจของทุกคนลงได้ “จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว” มันเป็นอย่างนี้นี่เอง

ช่วงบ่าย ๆ ข้าพเจ้าลงไปที่เต็นท์หนังสือของชมรมฯ ดูจากวัยของอาสาสมัคร (รุ่นลูก ๆ หลาน ๆ ทั้งนั้น) ข้าพเจ้าคงช่วยอะไรไม่ได้มาก ไม่เป็นไร ถือว่าสนทนาสนทนาคู่กันกับน้องอ้อม (หัวหน้าทีม) น้องอู๋ (ผู้ช่วยหัวหน้าทีม) ปรึกษากันว่า คราวนี้เราลองจัดหนังสือเป็นกลุ่ม ๆ เช่น กลุ่มหนังสือของท่านอาจารย์ดร.สนอง วรอุไร หนังสือของพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล เป็นต้น เพื่ออำนวยความสะดวกต่อแฟนคลับของแต่ละครูบาอาจารย์ ปัญหาจากงานครั้งที่แล้ว จัดเรียงตามลำดับราคา พอถึงวันงาน ที่งานวิ่งชนกันไปมาอย่างสนุกสนานเพื่อหาหนังสือให้แฟนคลับ ข้าพเจ้าเคยอยู่ในเหตุการณ์นั้นมาแล้วแต่วิ่งไม่ไหว เลยใช้วิธีตะโกนถามไปทางด้านโน้นว่ามีหนังสือเล่มนี้ไหม ตอนหลังมีหลายคนเลียนแบบ คงวิ่งจนหมดแรงแล้วสินะ

วันจัดงานข้าพเจ้าได้เข้าประจำที่ตรงหนังสือของพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล ซึ่งพระอาจารย์ท่านจะมาแสดงธรรมในช่วงบ่ายด้วย เสียงน้องอ้อมโฆษณาดรราคาหนังสือจากราคาป้ายลงอีก ๕๐ % ทางชมรมฯ จะนำหนังสือที่สมาชิกซื้อไปถวายวัดบริจาคให้โรงเรียน โรงพยาบาล เรือนจำ ได้รับการตอบรับเป็นอย่างดี นี่คือน้ำใจชาวพุทธ หนังสือที่ตั้งไว้สูง ๆ ค่อย ๆ ร้อยหรือลง ที่งานต้องรื้อกล่องด้านหลังกันอย่างสนุกสนานเพื่อหาหนังสือมาเติมอีก ข้าพเจ้ามีโอกาสได้พูดคุยกับแฟนคลับหนังสือของพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล มีความสุขที่ได้คุยกับคนคอธรรมะด้วยกัน บางคนขอให้ช่วยแนะนำหนังสือ สำหรับผู้ที่เริ่มสนใจธรรมะ โชคดีที่ข้าพเจ้ามีโอกาสอ่านหนังสือของพระอาจารย์หลายเล่ม ก็เลยแนะนำเล่มที่เคยอ่านแล้ว สังเกตว่าสมาชิกจะหยิบเล่มที่แนะนำไว้ในมือหลายเล่มแล้ว ก็มีคำถามว่า “พี่อ่านทุกเล่มหมดเลยใช่ไหม?” ข้าพเจ้ารีบตอบว่า “ยังอ่านไม่หมดหรอก” ข้าพเจ้านึกในใจ ถ้าอ่านหมดทุกเล่ม วันนี้น้องคงต้องถามพี่ว่า “ทั้งร้านนี้เท่าไร” เป็นความสุขที่ข้าพเจ้าได้เห็นรอยยิ้มและแววตาของคู่สนทนาหลาย ๆ คน ที่ข้าพเจ้าได้พูดคุยด้วยในวันนี้รวมทั้งตัวเองด้วย ธรรมะที่พระพุทธองค์ทรงสั่งสอน ให้ประโยชน์ ให้ความสุขอันเปี่ยมล้นแต่ทุกคนที่ได้สัมผัสจริง ๆ

ตัวตน ใหญ่ ไปริเปล่า

โดย... สัมจก

ควิ๊งเมื่อได้พบกับท่านประธานชมรมฯ ท่านก็มีคำสั่ง ออกมาว่าให้เขียนบทความลงในวารสารกัลยาณธรรมซะที ไม่ได้เขียนนานแล้วนะ ฉันทเองก็พยายามนึกว่าจะเขียนเรื่องอะไรดี ขอเล่าเรื่องใกล้ ๆ ตัว จากงานที่เพิ่งจบไปก็แล้วกัน

เดิมทีการทำงานของชมรมฯ จะเป็นแบบสบาย ๆ มาตลอด แต่เมื่อชมรมฯ โตขึ้น มีธรรมะบริการมากขึ้น ก็เริ่มมีปัญหาในระบบภายใน อย่างที่ว่ากันว่าคนเยอะ เรื่องเยอะ ทำให้การเตรียมงานแสดงธรรมครั้งที ๒๐ นี้เริ่มมีการกระทบกระทั่งกันบ้าง เข้าใจผิดบ้าง ฯลฯ ความจริงแล้วการทำงานให้ชมรมฯ ก็เหมือนเป็นข้อสอบ อยู่ในตัวว่าเรานี้มี “อัตตา” หรือกำลังลืมหูลืมใจของเราไปบ้างริเปล่า ช่วงพอดีกับได้อ่านข้อความของต้นตรงตายที่เขียนเตือนสติไว้ที่หน้าร้านสังฆทาน เหมือนจะบอกอะไรบางอย่างว่า การทำงานของชมรมฯ ก็เหมือนกับได้ดูละครโรงใหญ่ มีทั้งพระเอก นางเอก บางทีตัวละครก็มีแต่หัว บางตัวละครก็ไม่มีตัวมีตนอยู่เลย แต่บางตัวละครก็ดูตัวใหญ่ซะจนน่ากลัว มองดูแล้วก็มีหลากหลายกันไป ที่นำเรื่องนี้มาเขียนมิใช่เพื่อจะบรรยายสิ่งไม่ดีของพี่น้องร่วมครอบครัวเดียวกัน เพียงแต่หวังว่าให้กลับมามองดูกายดูใจของตนบ้าง เพราะทุกคนก็เป็นศิษย์มีครูบาอาจารย์ เราลืมหูลืมใจบางอย่างไปริเปล่า หรืออาจจะลืมหูลืมใจของชมรมไปบ้างไหม ลืมว่าเราเป็นพี่น้องร่วมครอบครัวกัลยาณธรรมด้วยกันจนลืมหูลืมที่จะให้อภัยกัน เมื่อมีการกระทบกระทั่งกันบ้าง การทำงานใหญ่บางครั้งทำให้เหนื่อยทั้งกายและความคิด นั่นแหละเป็นข้อสอบใจที่ยิ่งใหญ่ ที่กำลังทดสอบเราว่าตัวตนของเราใหญ่หรือเล็ก จนสร้างความเดือดร้อนให้ใครบ้างริเปล่า ฐึใจตัวเองบ้างริเปล่าว่ากำลังเป็นเครื่องมือของอุปทาน ความยึดถือว่าเป็นตัวเป็นตนของเรา จนเจ้าอัตตามันพองตัวใหญ่ขึ้น



จนไปสร้างความอึดอัดใจให้พี่น้องกันเองบ้างริเปล่า ถ้ารู้แล้วก็จงปล่อยวางลงเบา ๆ ใจที่อึดอัดขัดเคือง ใจที่พองโตก็จะแพบลงอย่างรู้เท่าทันว่า อุปทานเจ้าเอ๋ย แก่ทำอะไรฉันไม่ได้หรอก เพราะพวกเราที่ทำงานอยู่ที่เป็นพี่น้องกัน เป็นครอบครัวใหญ่ ที่มุ่งหวังสืบสานงานพระพุทธศาสนา มิได้อยากทำงานเอาหน้า เราหวังเพียงที่จะตอบแทนคุณแผ่นดินและจะไม่ทำให้เสียหายนถึงครูบาอาจารย์ที่เพียรสอนพวกเรา

บทความนี้ก็เป็นเพียงตัวอย่างที่สะท้อนเรื่องการทำงานในชีวิตประจำวัน ถ้าเปรียบแล้วก็เหมือนกับข้อสอบ ที่ผู้อ่านก็พบได้เองในแต่ละวัน เมื่อพบเจอปัญหา จงมองปัญหาเป็นข้อสอบ ตั้งคำสอนที่ว่า “ถ้าไม่มีทุกข์ โฉนดเลยจะเกิดปัญญา ถ้าไม่มีปัญหา โฉนดเลยจะเกิดบารมี ความทุกข์และปัญหา คือบทเรียนและข้อสอบ จึงต้องใช้สติและปัญญาเข้าแก้ไข” การมาฟังธรรมแต่ละครั้งท่านมิได้มาเพียงเพื่อรับธรรมบรรณาการแต่ท่านยังได้ดูโรงละครโรงใหญ่ ที่สอนให้เรียนรู้ชีวิตจนลู่ถึงวิชา เพื่อที่จะนำพาชีวิตไปพบกับความสุขแห่งจิตที่ดับแล้วเย็น ©

ประชาสัมพันธ์ร้านธรรมทานกัลยาณธรรม

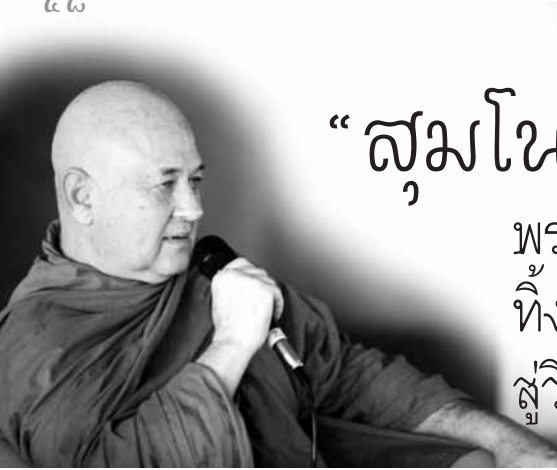
“หนังสือหนึ่งเล่ม ชีตหนึ่งแผ่น...
คุณก็สามารถร่วมทำธรรมทานกับชมรมกัลยาณธรรมอีกครั้งได้ เราได้จัดเตรียมมุมหนังสือลดราคา ๕๐% ให้คุณได้เลือกเพื่อแจกเป็นธรรมทาน หรือนำไปแจกเป็นของขวัญสำหรับหนังสืออื่นๆ ในราคาปกติ คุณก็สามารถซื้อมาร่วมแจกเป็นธรรมทานกับเราได้เหมือนกัน

ผู้ที่ชื่นชอบในแนวคำสอนของท่านอาจารย์ท่านใดเป็นพิเศษ
คุณก็สามารถเลือกจัดเป็นชุดได้ทั้งหนังสือและซีดี
เพื่อนำไปศึกษาเอง หรือ มอบเป็นของขวัญ หรือ แจกเป็นธรรมทาน
โดยเราจะมอบส่วนลดให้ ๑๐% จากราคาปกติ
(คุณสามารถเลือกหนังสือไว้ก่อน ได้จากเว็บของชมรม)

นอกจากนี้ เรายังมีของชำร่วยให้เมื่อซื้อครบ ๓๐๐ บาท และ ๘๐๐ บาท

หากคุณมีสถานที่ที่จะมอบให้เป็นธรรมทานอยู่แล้ว
เราก็มีบริการจากไปรษณีย์ไทย ให้คุณส่งจากงานได้ทันที

หนังสือทุกเล่ม ซีดีทุกแผ่น ที่คุณซื้อไป
ล้วนเป็นการสนับสนุนให้ชมรมสามารถเผยแผ่ธรรมได้ต่อเนื่อง”



“สมโน ภิกข”

พระฝรั่งศิษย์หลวงพ่ocha
ทิ้งชีวิตที่หรูหรา
สู่วิถีแห่งความสันโดษ?

เป็นระยะเวลา ๓๐ กว่าปีแล้วที่พระอาจารย์ สมโน ภิกขุ พระฝรั่ง อดีตชาวเมืองชิคาโก ประเทศสหรัฐอเมริกา ได้สละทิ้งทุกสิ่งทุกอย่างที่เคยสุขสบายในชีวิตฆราวาส แล้วหันเหตัวเองสู่เส้นทางแห่งจิตวิญญาณ เพื่อดำเนินชีวิตในวิถีทางที่สันโดษและเรียบง่าย ภายใต้ร่มเงาของพระพุทธศาสนา

สิ่งที่ทำให้อดีตนักศึกษาด้านกฎหมายและนักธุรกิจด้านตราค่าที่ดินทั้งของรัสเซียและเอกชน ผู้เคยใช้ชีวิตระดับไฮคลาส เดินทางไปต่างประเทศด้วยเครื่องบินชั้นธุรกิจ (Business Class) พักแต่โรงแรมระดับห้าดาว และมีเงินเหลือเฟือเพื่อที่จะเที่ยวรอบโลก ได้ตัดสินใจทิ้งชีวิตที่หลายคนพยายามตะเกียกตะกายเพื่อจะไปให้ถึง เหตุเพราะเข้าวันหนึ่งเขาล้มตาคืนขึ้นพร้อมกับความรู้สึกที่ว่าชีวิตช่างน่าเบื่อ ไม่มีอะไรที่ทำให้ต้องตื่นตื่นอีกต่อไปแล้ว

พระอาจารย์ สมโน ซึ่งอดีตเคยนับถือศาสนาฮินดู บอกเล่าว่า รู้จักพระพุทธศาสนาครั้งแรกเมื่อตอนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมปลาย ด้วยความที่มีนิสัยเป็นคนชอบอ่านหนังสือและแสวงหาความรู้อยู่ตลอดเวลา กระทั่งวันหนึ่งจึงได้ไปเจอหนังสือบางเล่มที่มีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับพระพุทธศาสนาวางอยู่บนโต๊ะในห้องสมุด

แรกเริ่มพระอาจารย์ให้ความสนใจเรื่องการนำหลักการฝึกสมาธิของทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในการปรับปรุงและพัฒนาตัวเองมากกว่า ขณะเดียวกันก็ใช้เวลาศึกษาศาสนาหลายศาสนาและหลายนิกาย โดยเคยเข้าคอร์สที่มีการอบรมด้านพระพุทธศาสนาอยู่หลายคอร์ส และใช้เวลาปลีกวิเวกอยู่แต่ในห้องโดยไม่ไปไหนเลย เป็นเวลานาน ๒ - ๓ ปี

ในวัย ๓๒ ปี เมื่อได้ทิ้งชีวิตการเป็นนักธุรกิจแล้ว และเริ่มมีใจลึกซึ้งในพระพุทธศาสนา พระอาจารย์เห็นว่า การฝึกสมาธิอย่างเดียวช่วยอะไรได้น้อยมาก จึงมีความสนใจอยากจะศึกษาพระพุทธศาสนาให้มากขึ้น แต่เวลานั้นยังไม่ได้มีความคิดที่จะบวช

ช่วงเวลาที่ท่านกำลังจะเดินทางไปศึกษาพระพุทธศาสนาที่ประเทศอินเดียนั้น ระหว่างทางได้ไปแวะที่เมืองลอนดอน ประเทศอังกฤษ เพราะเพื่อนของพระอาจารย์ได้แนะนำให้รู้จักวัดแห่งหนึ่งที่นี่ ซึ่งเมื่อสมัยที่ท่านไปเยือนครั้งแรกนั้นยังไม่ได้เป็นวัด แต่ต่อมาได้กลายมาเป็น วัดจิตติเวก (วัดป่าสาขาวัดป่าหนองป่าพงแห่งแรกในประเทศไทย) ที่ช่วงเวลานั้นมี พระสุเมธาจารย์ หรือท่านสุเมโธภิกขุ เป็นเจ้าอาวาสรูปแรก เมื่อเริ่มแรกตั้ง วัดใน พ.ศ. ๒๕๒๒

พระอาจารย์ยังจำได้ว่า ทุก ๆ เย็นจะต้องนั่งรถสิบล้อขึ้นคันทรูเพื่อไปสวดมนต์ที่วัด ก่อนจะตัดสินใจลงขบวนขบวนอยู่สามปี จึงทำให้ความตั้งใจที่จะไปอินเดียในครั้งนั้นเป็นอันต้องล้มเลิก และในที่สุดจึงตัดสินใจบวชเมื่ออายุได้ ๓๕ ปี

นอกจากวัดจิตติเวก พระอาจารย์ได้มีส่วนร่วมในการสร้างวัดอีกแห่ง คือ วัดอมราวดี แต่ด้วยสเกลที่มีขนาดใหญ่ ต้องใช้เวลาในการสร้างนาน จึงไม่อยากจะใช้เวลาให้หมดไปกับการเป็นช่าง แต่อยากศึกษาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนามากกว่า

วันหนึ่งเมื่อเดินทางสู่ประเทศไทย ทำให้พระอาจารย์มีได้มีโอกาสแวะเวียนไปกราบไหว้ และเรียนรู้อริยธรรมจากพระชื่อดังหลายรูปในประเทศไทย อาทิ ท่านพุทธทาสภิกขุ หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี หลวงพ่อพุทธ ฐานิโย และ หลวงพ่อชา สุภัทโท

โดยเฉพาะหลวงพ่ocha สุภัทโท แห่งวัดหนองป่าพง อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี ที่พระอาจารย์รู้สึกเลื่อมใสศรัทธามากเป็นพิเศษอยู่แล้ว เพราะเคยบวชและจำพรรษาอยู่ที่วัดสาขาของท่านที่อังกฤษ พระอาจารย์จึงไม่รีรอที่จะเดินทางสู่ภาคอีสาน ไปยังที่พำนักของหลวงพ่ocha เพื่อฝากตัวเป็นลูกศิษย์

สิ่งที่พระอาจารย์ได้เรียนรู้จากหลวงพ่ocha และรู้สึกประทับใจ คือ

“ในทัศนะของหลวงพ่ocha พระอาจารย์ชาเป็นพระที่มีจิตบริสุทธิ์มาก และสามารถระลึกได้ในสิ่งต่าง ๆ ได้โดยไม่ต้องคิด ทำให้หลวงพ่ocha รู้สึกว่าทั้ง

มันจะมีคำว่าดี ถูกต้อง และความเหมาะสมใช้ไหม เวลาที่เราต้องเผชิญกับ

อะไรสักอย่าง เรามักจะคิดก่อนว่าต้องทำอะไรดี ทำอย่างไรถึงจะถูก พอเป็น
อย่างนั้นมันจะเกิดการคิด เพราะเราต้องคิดถึงว่า ค่านิยม กาลเทศะ กับบุคคล
เหล่านี้เราต้องทำอะไร พอมันเกิดการคิด มันต้องคำนึงถึงอดีต ไม่ใช่ปัจจุบัน
ขณะแล้ว เราจึงคิดตัดสินใจ เราต้องทำอะไรจากสิ่งที่เราเคยได้ยินเคยได้เห็น แต่
พระอาจารย์ชาท่านไม่ได้เป็นอย่างนั้น การแก้ปัญหาของท่านเป็นการรู้จักปัจจุบัน
ขณะและใช้คำว่าเหมาะสม”

เมื่อหลวงพ่อชมารณภาพ พระอาจารย์จึงออกธุดงค์ไปตามพื้นที่ต่าง ๆ ทั้ง
ในประเทศไทยและต่างประเทศ กระทั่งสุดท้ายได้เลือกพำนักอยู่ที่สำนักปฏิบัติธรรม
ถ้ำสองตา ในเขตพื้นที่เขาใหญ่ หลังจากที่เคยธุดงค์ไปพบเพียงแค่อันเดียว ด้วย
เห็นว่าเป็นสถานที่ที่เหมาะสมต่อการปฏิบัติ การเดินทางเข้าออกค่อนข้างลำบาก แม้แต่
รถยนต์ก็เข้าไม่ได้ จึงทำให้ปลอดภัยความวุ่นวายจากสิ่งต่าง ๆ นับจากวันนั้นจนถึงวันนี้
เวลาก็ได้ล่วงเลยมากกว่า ๒๐ ปีแล้ว

“ตอนนี้แก่แล้ว ไปที่ไหนไม่ได้แล้ว” พระอาจารย์บอก เล่าด้วยอารมณ์ขัน
เมื่อถูกตั้งคำถามว่าทำไมจึงเลิกธุดงค์และเลือกสำนักปฏิบัติธรรมถ้ำสองตาเป็นที่
พำนักสุดท้ายของชีวิต

วัตรปฏิบัติของพระอาจารย์ที่สำนักปฏิบัติธรรมแห่งนี้ ทุกวันจะต้องตื่นจาก
จำวัดตอนตีสี่ เพื่อนั่งสมาธิ อ่านหนังสือ เดินจงกรม และฟังธรรมะ แม้แต่ในยาม
ที่ย่ำเท้าไปบนถนนสายเล็ก ๆ ที่ทุรกันดารสู่หมู่บ้าน เพื่อไปบิณฑบาต ระหว่างทาง
ก็ยังคงอาศัยฟังธรรมบรรยายผ่านเครื่องเล่น MP3

ลูกศิษย์บางคนก็ใกล้ชิดพระอาจารย์บอกเล่าว่า

“แม่หลวงพ่อก็มีความลึกซึ้งในหลักธรรมจนสามารถนำมาสอนผู้อื่นได้แล้ว
แต่หลวงพ่อก็ยังต้องฟังธรรมบรรยายจากพระรูปต่าง ๆ เพื่อนำมาสอนผู้น้อย และ
น้อยครั้งมากที่หลวงพ่อก็จะเดินทางเข้าเมือง ขนาดหมอนิมนต์ให้มาทำพิน ท่านก็
ยังไม่มา”

แต่พระอาจารย์สุมนได้ใช้เวลาส่วนหนึ่งไปกับการเขียนหนังสือ เพราะเห็นว่า
หน้าที่หนึ่งของพระคือการสืบทอดพระพุทธศาสนาและเผยแผ่หลักธรรมไปสู่
ผู้คนให้มากที่สุดที่ผ่านมานอกจากท่านจะมีผลงานแปลธรรมเทศนาของหลวงปู่เทสก์
เทสรังสี หลวงพ่อพุทธ ฐานิโย และหลวงพ่อบุชา สุภัทโท แล้ว ยังมีผลงานเขียนชื่อ

ธรรมะจากพระภูเขา (Monk in the
Mountain) จิตที่สว่างไสว (The
Brightened Mind) และ พบลิง
แค่ครึ่งทาง (Meeting the Monkey
Halfway) โดยเป้าหมายที่เหมือน
กันของผลงานเขียนทั้งสามเล่มคือ
ต้องการสอนให้ผู้คนรู้จักการเจริญสติ รู้จักการใช้ปัญญา
เพราะถ้าคนเราไม่มีปัญญา มีแต่ตัวตนเกิดขึ้น ก็จะเกิดความเห็นแก่ตัว



ส่วนเหตุที่ควรต้อง “พบลิงแค่ครึ่งทาง” ผลงานเขียนเล่มล่าสุดของพระอาจารย์
ซึ่งแปลและเรียบเรียงโดย อานุภาพ ทัดพิทักษ์กุล และจัดพิมพ์โดย บริษัท พรีเมียมด์
พับลิชชิง จำกัด ได้บอกเอาไว้ว่า

ในปรัชญาธรรมอันเก่าแก่ของเอเชียตะวันออก ลิงถูกใช้เป็นสัญลักษณ์ของ
จิตที่มีลักษณะไม่อยู่นิ่ง ยุกยิก คอยกระโดดจากสิ่งหนึ่งไปสู่อีกสิ่งหนึ่ง ไม่เชื่อฟัง
ผันแปรเปลี่ยนแปลงง่าย และด้วย “จิตที่เหมือนลิง” นี้ แนวทางการฝึกฝนจิตของ
โลกตะวันออก อาทิ การปฏิบัติกรรมฐาน โยคะ และการสวดท่องมนต์ ก็เป็นวิธี
การต่าง ๆ ที่พยายามจัดการกับจิตที่ซุกซน

“ครึ่งทาง” หมายถึงอุบายอันชาญฉลาดในการบริหารจัดการจิต เป็นวิธีที่ไม่ตั้งหรือ
แข็งกระด้างจนเกินไป และก็ไม่ใช่หย่อนยานจนเกินไป

“ครึ่งทาง” เป็นทัศนคติที่ตั้งอยู่บนหลักการของความสมดุลเป็นกลาง ไม่ถูก
กระทบโดยอาการไม่อยู่นิ่งของจิตที่กระโดดไปกระโดดมา

“การพบ” แสดงออกถึงความอดุสาหะที่จะบรรลุมเป้าหมาย มันหมายถึง
ความตั้งใจและความกระตือรือร้นในการทำจิตซึ่งเป็นสิ่งที่สงบได้ยาก ให้เกิดความ
ตั้งมั่นและเป็นกลาง และด้วยความพยายามที่มุ่งมั่นนี้ ประกอบกับความพากเพียร
ซื่อตรง ภายใต้การกำกับดูแลของปัญญา ทำให้เราสามารถเข้าถึงการเจริญในธรรม
ที่นำไปสู่หนทางอันถูกต้อง เพื่อที่เราจะได้ “พบลิงที่ครึ่งทาง” นั้นเอง

ในวันที่พระอาจารย์สุมน ภิกขุ เดินทางออกจากสำนักปฏิบัติธรรมถ้ำสองตา
เพื่อมาบรรยายธรรมและเปิดตัวผลงานเขียน “พบลิงแค่ครึ่งทาง” ณ สวนโมกข์
กรุงเทพฯ หลังจากที่ละทิ้งความสุขทางโลกมา ๓๐ กว่าปี พระอาจารย์ซึ่งตอนนี้

พูดภาษาไทยภาคกลางได้มากแล้ว (แต่เว้าอีสานได้ชัดกว่า) ได้บอกถึงความแท้จริง ในทัศนะของพระอาจารย์ให้ผู้คนที่ฟังว่า “ถ้าไม่มีความอยาก จะได้รับความสุขทันทีเลย”



แล้วเราจะระงับซึ่งความอยาก ด้วยวิธีการอย่างไรบ้าง? พระอาจารย์ได้กล่าวต่อไปว่า “ให้รู้ว่าคุณอยากมีแต่ความทุกข์มากกว่าความสุข เพราะถ้าเรามีความอยาก เราก็ต้องไปดิ้นรนไปหาไปทำมาตอนที่เรากำลังหากำลังทำอยู่ เรามีความสุข อย่างเช่นการสะสมเงิน เพราะอยากจะได้แหวนเพชรสักวง ตอนที่ใกล้จะได้มา เราารู้สึกดีใจพอไปที่ร้านถอยมันมาได้ ความสุขก็จบแล้ว เพราะช่วงเวลาที่เรายากได้มันหมดไปแล้ว ที่นี้ก็จะต้องดิ้นรนไปอยากได้อย่างอื่นต่อ”

และเมื่อถูกถามว่า ถ้าโลกนี้ไม่มีความอยาก มีแต่การปล่อยวาง โลกจะไม่หยุดพัฒนา หยุดการเจริญรุดหน้าหรืออย่างไร พระอาจารย์ตอบว่า “เคยมีคนถามหลวงพ่อกว่า ถ้าทุกคนบวชเป็นพระกันหมด โลกนี้จะพัฒนาไปอย่างไร หลวงพ่อบอกว่าไม่ต้องห่วง มีคนที่สมควรใจบวชเป็นพระ แต่ก็ไม่ใช้ทุกคน เหมือนกับที่ไม่ใช่ทุกคนที่อยากเป็นช่างเสริมสวย (หัวเราะ)”

และในความเห็นของหลวงพ่อกว่า โลกนี้ไม่ต้องเจริญ อีสานที่หลวงพ่อเคยอยู่มีคนบอกว่าความเจริญเป็นสิ่งดี โอ้.. อยากให้เมืองนี้เจริญ วารินชำราบเจริญ อุบลฯเจริญ แต่หลวงพ่อกคิดว่า ความเจริญไม่ใช่สิ่งดีเสมอไป เพราะถ้าเจริญแบบไม่มีปัญญาจะมีปัญหามากขึ้น อย่างเมืองไทยเจริญขึ้น แต่ความสุขกลับน้อยลงตลอด ไม่เหมือนประเทศภูฏาน ประเทศเขาไม่เจริญ แต่มีความสุข”

แม้พระอาจารย์จะเป็นตัวอย่างหนึ่งของชาวต่างชาติจากประเทศตะวันตก ที่เดินทางมาใช้ชีวิตอยู่ในประเทศตะวันออก เรียนรู้และศึกษาจิตวิญญาณตะวันออก โดยเฉพาะพระพุทธศาสนา แต่พระอาจารย์ก็ไม่สามารถกล่าวได้ว่า ตนเองเป็นหนึ่งในคนตะวันตกจำนวนมากที่หันมาสนใจจิตวิญญาณตะวันออก เพราะอาจจะเป็นหนึ่งในคนจำนวนน้อยก็ได้ หรือแม้แต่วิชาการก็ตาม ถามว่าคนตะวันตกสนใจจิตวิญญาณตะวันออกมากขึ้นหรือไม่ พระอาจารย์ก็ไม่อาจทราบได้ เพราะไม่ได้ใช้ชีวิตอยู่ในประเทศตะวันตกมานานแล้ว

“หลวงพ่อกไม่ได้อยู่ในประเทศตะวันตกมาสิบกว่าปีแล้ว หลวงพ่อกู้แต่ว่าเมื่อก่อนคนตะวันตกรักมาเมืองไทยเพราะสนใจในประเพณีวัฒนธรรม เป็นแบ็คแพ็คเกอร์มาเที่ยว หรือนั่งเครื่องบินไปเที่ยวทะเล เที่ยวเกาะสมุยโน่น แต่ไม่ค่อยมีใครมาวัด มาอีสาน มีแต่มาเอาอย่างเดียว ไม่มีใครอยากให้อะไร”

หลายปีที่ผ่านมา อาจทำให้พระอาจารย์รู้จักประเทศไทย และเห็นความเป็นไปของประเทศไทยในหลายๆ ด้าน แต่พระอาจารย์ก็ออกตัวว่า ไม่อยากจะวิพากษ์วิจารณ์! ประเทศไทยหรือคนไทยมากเท่าใดนัก มีเพียงบางสิ่งที่ทำให้รู้สึกเป็นห่วงคนไทยคือ มีคนไทยจำนวนไม่น้อยที่กำลังตกอยู่ในวังวนของความอยากและการโฆษณาชวนเชื่อ ที่ทำให้รู้สึกว่าชีวิตนี้ยังไม่พอ และยังไม่ได้พอเสียที่

“ทุกคนอยากมีรถคันใหม่ อยากมีโทรศัพท์ อยากมีโน่นอยากมีนี่ มีความอยากไปในทางโลกเสียมากกว่าและการโฆษณาก็ทำให้พวกเขาคิดว่าชีวิตฉันยังไม่พอ และรู้สึกว่าฉันยังไม่ดีพอ ฉันต้องรวยให้มากกว่านี้ หรือฉันต้องสวย ต้องขาวให้มากกว่านี้”

ปี พ.ศ.๒๕๕๓ ที่เพิ่งผ่านพ้นไป ประเทศไทยต้องประสบกับปัญหาภัยธรรมชาติเป็นอย่างมาก ส่วนหนึ่งต้องยอมรับว่าเป็นเพราะมนุษย์นี่เองที่เป็นฝ่ายเบียดเบียนธรรมชาติ ซึ่งพระอาจารย์ได้แนะวิธีที่จะช่วยให้เราเบียดเบียนธรรมชาติให้น้อยที่สุดว่า

“ต้องรักษาศีลห้าก่อน เพราะถ้าไม่รักษาศีลห้า เราก็จะเป็นฝ่ายเบียดเบียนธรรมชาติ ปัญหาที่อยากแก้ก็จะไม่สามารถแก้ได้ และอยากให้ทุกคนมีสมาธิ เพราะสิ่งเหล่านี้มันจะทำให้จิตใจของเราสบาย มีความอยากน้อยลง มีสติ แล้วปัญญาก็จะเกิดขึ้น

ถ้าเราไม่มีปัญญา เราก็จะไม่เข้าใจจิต และทำในสิ่งที่ผิดพลาดเหมือนเดิมไปตลอด เหมือนเราเคยเสียใจ เพราะออกหักจากผู้ชายคนนี้ ถ้าเราไม่ใช้ปัญญาทำความเข้าใจว่าทำไม เราก็จะออกหักได้อีกเรื่อยๆ ดังนั้น ปัญญาช่วยให้เราสามารถพิจารณาได้ว่าอะไรดี อะไรชั่ว

จริง ๆ แล้วจิตเดิมของมนุษย์นั้นประภัสสร นั่นคือบริสุทธิ์รู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด แต่เพราะว่าจิตของเราบ่ออะไรเข้ามาเยอะ ก็เลสมันเลยเข้ามาทำให้จิตใจเราขุ่นมัว เราก็เลยไม่มีปัญญาพอที่จะมองเห็นเหตุของปัญหา แต่ไปหลงและยึดเอาค่านิยม

ภายนอกมากกว่าภัยธรรมชาติ
ที่มันเกิด มันเป็นเพราะความ
อยากของเราที่มันไปเป็นตัว
เบียดเบียนธรรมชาติ ถ้าเรา
ไม่อยากเบียดเบียนธรรมชาติ
เราต้องถามตัวเราเองก่อนว่า
เราพร้อมที่จะเสียสละไหม
เช่นถ้าเราไม่มีโรงงานนิวเคลียร์
เราก็จะไม่มีไฟฟ้าที่ผลิตจากโรงงานนิวเคลียร์มาใช้



ทุกวันนี้เราพึ่งพาไฟฟ้าเพราะอะไร เพราะเราต้องการความสะดวกสบาย เวลา
เราเบื่อกัน แทนที่เราจะนั่งสมาธิ เราต้องเปิดไฟ ดูทีวี หรือ อ่านหนังสือ ตอบสนองตัว
เองด้วยสิ่งบันเทิง แต่ถ้าเราพยายามอยู่กับตัวเองให้ได้บ้าง บางครั้งสิ่งบันเทิง
เหล่านี้ก็ไม่ใช้สิ่งจำเป็น เมื่อเราไม่ได้เปิดไฟ ใช้มันน้อยลง เราก็จะเบียดเบียน
ธรรมชาติน้อยลงไปด้วย”

ดังนั้นพระปี่ใหม่ที่พระอาจารย์อยากมอบคนไทย ไม่มีอะไรที่มากกว่า “การ
ลดความอยาก เพื่อความสุขที่แท้ และใช้ปัญญาแก้ไขปัญหาค่ะ”

“เพราะปัญญาเท่านั้น ที่จะทำให้เราหลุดพ้นจากตัวเราเอง”

ร้านธรรมทานของชมรมกัลยาณธรรม ๔ สาขา

ชมรมกัลยาณธรรม เปิดศูนย์หนังสือธรรมทาน ขณะนี้รวม ๔ แห่ง เพื่อเผยแผ่ธรรมะต่าง ๆ
โดยยึดหลักธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

สาขาแรก คลินิกอัจฉราทันตแพทย์ ปากน้ำ สมุทรปราการ
โทร ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓ และ ๐๒ ๗๐๒ ๙๖๒๔

สาขาที่ ๒ บริษัท บางกอกเยเนอรัล เอกซเพรส จำกัด สาทร กทม.
โทร ๐ ๒๒๖๖ ๘๒๔๕

สาขาที่ ๓ ร้านสะดวกซื้อ ปากซอยนิมิตพลสุข หนามแดง สมุทรปราการ
และร้านกาแฟ-เบเกอรี่ (บุญบุรี) ใกล้กัน
โทร ๐๒ ๓๘๓ ๓๕๕๒ และ ๐๘๕ ๑๒๙ ๕๕๕๑

สาขาที่ ๔ อยู่คือพาดเม้นท์ ซอยลาซาล สุขุมวิท บางนา กทม.
โทร ๐๒ ๓๖๑ ๑๒๘๐ - ๕ และ ๐๒ ๗๔๔ ๖๑๖๕

จากผู้มีสติวิปลาส สู่จิตพระอรหันต์? หลวงตาประสิทธิ์ ภาวโร

ชาติกำเนิดและชีวิตปฐมวัย

หลวงตามีนามเดิมว่า ประสิทธิ์ คำประเสริฐ เกิด
วันเสาร์ที่ ๑๔ มกราคม พ.ศ.๒๔๖๖ ตรงกับวันขึ้น ๑๕
ค่ำ เดือนอ้าย ปีกุน ณ บ้านคอน อ.มโนไพร แขวงนคร
จำปาศักดิ์ ประเทศลาว เป็นบุตรคนเดียวของนายทอง
และนางทองจันทร์ คำประเสริฐ ครอบครัวมีอาชีพค้าขายและตัดเย็บเสื้อผ้า

ต่อมาโยมบิดาของหลวงตาได้แยกทางกับโยมมารดา ภายหลังโยมบิดาจึง
รับไปอยู่ด้วย แต่ไม่นานบิดาของหลวงตาก็ถึงแก่กรรม ภูจึงรับหลวงตาไปอยู่ที่วัด
เหนือ บ้านคอน โดยเริ่มเป็นเด็กวัดตอนอายุย่าง ๑๕ ปี ต่อมาจึงได้บรรพชาเป็น
สามเณร ๑ ปี ไม่นานมารดาก็ล้มป่วยและถึงแก่กรรม พออายุได้ ๑๘ ปี ท่านได้
มาเรียนนักธรรมตรีที่ อ.มโนไพร มุ่งหน้าศึกษา พอสอบเสร็จท่านเลยเดินทางไปดู
ผลสอบและเรียนต่อที่ จ.อุบลราชธานี

ในปี พ.ศ.๒๔๘๕ หลวงตาได้สึกและออกไปทำงานที่บ้านนายอำเภอศิริศิริแพทย์
ขณะนั้นท่านเป็นนายอำเภอที่ จ.บุรีรัมย์ หลวงตาทำหน้าที่อย่างซื่อสัตย์และซื่อสัตย์
จนกระทั่งปี พ.ศ.๒๔๘๙ นายอำเภอได้ย้ายไปทำงานที่ จ.ระยอง และได้บรรจุหลวงตา
เป็นเสมียนปกครอง พนักงานสอบสวนวิสามัญ ซึ่งช่วงนี้ท่านได้บอกหักจากความรัก
จึงขออนายอำเภอย้ายไปทำงานที่ จ.ชลบุรี รับราชการอยู่ ๓ ปีจึงลาออก

ท่านได้เข้าทำงานที่โรงงานใน จ.ชลบุรี และมีครอบครัวกับนางประไพ ซึ่งมี
บุตรมาติมา ๑ คน และท่านได้เปลี่ยนอาชีพมาทำนา มีฐานะยากจน ท่านจึงต้อง
ย้ายที่อยู่เพื่อหาที่ทำกินไปหลายที่ ทั้งทำนาและปลูกอ้อย แต่พอเริ่มจะตั้งตัวได้
ก็มีเหตุอันจะต้องเสียทรัพย์ เช่น ถูกขโมย ไฟไหม้ ราคาสผลผลิตตกต่ำ ขณะนั้น
หลวงตามีบุตร ๕ คน บุตรคนที่ ๔ เริ่มป่วยพาไปรักษา ภูหนี้ยืมสินเพื่อนำเงินมา



ใช้จ่ายในครอบครัว ภายหลังจากนั้นก็เริ่มหาหนทางด้วยการค้าขาย ประกอบกับราคาน้ำตาลขึ้น ท่านจึงหาเงินใช้หนี้ได้หมด

ท่านจึงเปลี่ยนอาชีพมาค้าขายและทำห้องแถว มีวันหนึ่งท่านดักเตือนลูกเลี้ยงที่เริ่มโตเป็นสาว เรื่องการคบหาคนจากร้านคู่แข่ง ว่าอย่าคุยในที่ลับตาหรือหลังร้าน จะคุยให้คุยหน้าร้าน จะได้ช่วยขายของด้วย ลูกเลี้ยงไม่พอใจจึงไปฟ้องนางประไพ และบอกกับพ่อจริง ๆ ไม่นานก็มีคนมาบอกกับท่านที่ร้านว่า “อย่าอยู่เลย ให้ไปซะ” แต่ท่านไม่สนใจ ด้วยคิดว่าที่นี้บ้านท่าน จะให้ท่านไปไหน ผ่านไป ๒-๓ วัน ท่านจึงไปหาแม่ยาย สอบถามเรื่องการดักเตือนลูกเลี้ยง และพาแม่ยายกลับมาบ้านด้วย ถัดมาอีก ๑-๒ วัน ท่านไม่ปรกติ นางประไพจึงสั่งให้หลวงตาไปนอนที่วัด พอท่านบอกไม่ยอมไปเท่านั้น แม่ยายก็ออกไปทางหลังร้าน ตามคนที่มาขู่มา ท่านเลยเข้าใจว่า จะมีการดักยิงท่านแน่ ๆ พอตกกลางคืนท่านก็เครียดและวิตก คิดไปคิดมาคว้ามืดปลายแหลมแทงนางประไพจนตาย และได้มอบตัวถูกศาลตัดสิน จำคุก ๑๒ ปี

ระหว่างถูกจำคุก ท่านได้ฝึกกสิณโดยการเพ่งหลอดไฟ เพ่งอะไรไปเรื่อย ภายหลังจากเกิดสติวิปลาส และมีเรื่องกับผู้คุม จึงถูกย้ายไปขังแดน ๒ ได้เดือนเศษ พิจารณาไปมาจึงได้รู้ว่าตนเองเสียดสี เมื่อเวลาผ่านไปผู้คุมมาสอบอารมณ์เห็นว่าดีขึ้น จึงย้ายท่านออกมาอยู่ห้องขังซอย บังเอิญเพื่อนนักโทษด้วยกันเป็นธรรมศึกษาเอกราบว่าหลวงตาเจริญกรรมฐานวิปลาส จึงมาแนะนำการปฏิบัติกรรมฐานด้วย อานาปานสติให้ ซึ่งได้ผลดีกับหลวงตาเป็นอย่างยิ่ง ภายหลังจากท่านได้เป็นครูสอนธรรมศึกษาตรีในคุกนั่นเอง และได้รับการอภัยโทษ รวมติดคุก ๗ ปี

หลวงตาย้ายกลับมาทำงานในโรงงานที่ชลบุรี ระหว่างนั้นท่านก็ทำบุญ ตักบาตรทุกวันไม่ขาด ทำอยู่ได้ ๒ เดือน โรงงานก็ปิด ๑ เดือน ท่านจึงได้ลาพักงาน ถือเป็นโอกาสบวช โดยมีชาวบ้านที่เคยอยู่ใกล้กันรับเป็นโยมอุปัฏฐากให้

ชีวิตสมณะ การแสวงหาธรรม และปฏิบัติ

หลวงตาได้อุปสมบทขณะมีอายุได้ ๔๖ ปี เมื่อวันที่ ๒๕ พฤษภาคม พ.ศ.๒๕๑๒ ณ วัดนิมมานรฐบุรีบารุง อ.บ้านบึง จ.ชลบุรี มีพระครูพิบูลสังฆกิจ (ประยูร ปิยธโร) เจ้าคณะตำบลคลองกิวเป็นพระอุปัชฌาย์ พระอธิการสวิน อินทวงโส วัดศรีอรุณ เป็นพระกรรมวาจาจารย์ พระอธิการสมาน รตินทร วัดนิมมานรฐบุรีบารุง เป็นพระอนุสาวนาจารย์ ต่อมาท่านพิจารณาถามตัวเองว่าบวชเพื่ออะไร ท่านตอบตัวเองว่า เพื่อขัดเกลากิเลสให้เบาบางถึงที่สุดแห่งทุกข์ ย้อนมองดูอดีตที่ผ่านมาไป

ถ้ากลับไปมันก็เป็นแบบนั้นอีก มองไปข้างหน้าก็ว่างเปล่า ท่านจึงจุดธูปเทียนอธิษฐานต่อหน้าพระประธานว่า เราจะปฏิบัติธรรมเพื่อหาทางพ้นจากกองทุกข์ วันรุ่งขึ้นจึงตัดสินใจไปลาออกจากโรงงาน

ท่านได้ฝึกสมาธิภาวนา ศึกษาอยู่ที่วัดนิมมานรฐบุรีบารุง ได้ผลต่าง ๆ จึงเกิดความสงสัยอารมณ์นี้ว่าถูกผิดอย่างไร ซึ่งมีผู้แนะนำให้ไปสอบอารมณ์ที่สำนักของอาจารย์บุญมี เมธางกูร สาขาของวัดพระเชตุพนฯ เมื่อสอบเสร็จอาจารย์บุญมีพูดคำเดียวว่า พระ แล้วก็ข้ามไปสอบคนอื่นต่อไป ต่อมาท่านได้ออกจาริกวิเวก ได้พบกับหลวงพ่อมั่น วัดเนินตามาก และหลวงพ่อเอื้อน จ.นครสวรรค์ ที่ถ้ำจักรพงษ์ ที่เกาะสีชัง ภายหลังจากท่านก็ได้ย้ายไปจำพรรษาที่ต่าง ๆ และได้จาริกไปอีสานและเหนือ

ถึงแม้หลวงตาจะออกธุดงค์แสวงหาความวิเวกไปตามสถานที่ต่าง ๆ แต่ท่านก็มักจะกลับมาจำพรรษาอยู่ที่ถ้ำยายปริกเสมอ ๆ โดยมีหญิงชราในนิมิตเป็นผู้อาราธนาให้ท่านมาจำพรรษาที่นี่ ตั้งแต่พรรษาที่ ๒ เมื่อท่านขึ้นมาดูแล้ว พบว่าที่บริเวณถ้ำยายปริก เป็นสถานที่เหมาะสมแก่การเจริญสมณธรรมท่านจึงมักจะมาจำพรรษาที่นี่เป็นหลัก ยกเว้นบางปีที่ท่านไปจำพรรษาที่อื่น หลวงตาได้เปิดอบรมปฏิบัติภาวนา แก่ไขข้อข้องใจในการปฏิบัติแก่ผู้สนใจที่วัดถ้ำยายปริก จนกระทั่งท่านมรณภาพ เมื่อวันที่ ๙ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๐ สิริรวมอายุ ๘๔ ปี พรรษาที่ ๓๘

ธรรมโอวาท

๑. “หลวงพ่อกจะไปอยู่กับพระพุทธเจ้า ถ้าเอ็งอยากจะไปอยู่กับหลวงพ่อก อยู่กับพระพุทธเจ้า ก็ทำลาย “ความรู้สึก” ให้หมดเสีย ใช้ “สติ” นั้นแหละ กอปรกับความเพียรไม่ทอดยถ่ สักวันหนึ่งเอ็งจะค้นพบความจริง ก็ไปอยู่ด้วยกัน ไม่ต้องเกิด ไม่ต้องแก่ ไม่ต้องเจ็บ ไม่ต้องตาย เท่านั้นเองหรือ”

๒. “ทางโลกนะยึดมั่นถือมั่น เหนื่อยเปล่า ก็ปล่อยเขาไปเถิด”

๓. “จะนั้นไม่ว่าพระไม่ว่าชี หรืออุบาสกอุบาสิกา ต้องหมั่นเจริญสติปัญญา ๔ ให้แน่นแฟ้น ครั้นเจตสิกดับ หมดความปรุงแต่งในผัสสะด้วยเห็นความจริงในการเกิดดับของทุกสภาวะ จึงสำรอกราคะและโทสะ และเห็นรูปนามเป็นอารมณ์โดยอัตโนมัติทุกขณะไป แค่นี้ก็ไปอยู่สุทธาวาสแล้ว ไม่ต้องมาแบกหามสภาวะความเป็นมนุษย์ให้วุ่นวายอย่างนี้อีก และเมื่อเจริญต่อไป จนเห็นพิษภัยของรูปนามทั้งหมด จึงปล่อยวางรูปนาม ก็เข้าถึงความว่างที่แท้จริง เป็นอนัตตา และมหาสุญญตา ก็หมดเรื่องหมดราว มีอยู่แค่นั้นเอง”



เรื่องเล่าเข้าวันพระ : “วาระสุดท้ายของท่านพุทธทาสภิกขุ”

โดย...พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล

ปี ๒๕๓๔ ท่านพุทธทาสภิกขุมีอาการหนักด้วยโรคหัวใจ ตอนนั้นท่านอายุ ๘๕ ปีแล้ว ลูกศิษย์มีความเป็นห่วงท่านมาก โรงพยาบาลศิริราชถึงกับส่งแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านโรคหัวใจมารักษาท่าน เมื่อนายแพทย์นิธิพัฒน์ เจียรกุล ได้พบท่าน อาจารย์พุทธทาสเป็นครั้งแรก อย่างแรกที่แปลกใจก็คือ “สีหน้าและท่าทางของท่าน อาจารย์นั้นไม่ได้สัดส่วนกันกับอาการอาพาธที่เราตรวจพบ” คือถ้าเป็นผู้ป่วยธรรมดา และมีอายุมากขนาดนี้ จะต้องมียีสหน้าและท่าทางว่าเจ็บป่วยอย่างชัดเจนกว่านี้ แต่ท่านอาจารย์กลับดูสงบ ไม่มีอาการทุกข์ร้อน เว้นแต่น้ำเสียงเท่านั้นที่อ่อนแรงและสีหน้าที่อิดโรย “ผมยังไม่เคยเห็นการแสดงออกของผู้ป่วยแบบนี้มาก่อน”

เนื่องจากอาการของท่านหนักมาก แพทย์จึงขอให้ท่านเดินทางเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาล แต่ท่านปฏิเสธโดยให้เหตุผลว่า “อาตมาอยากให้การอาพาธและการดูแลรักษาเป็นไปแบบธรรมชาติ ธรรมดา ๆ เหมือนกับการอาพาธของพระสงฆ์ทั่วไปในสมัยพุทธกาล” และ “ขอใช้แผ่นดินนี้เป็นโรงพยาบาล”

คณะแพทย์พยายามชี้แจงว่าอาการของท่านนั้นหนักจนสามารถทำให้ท่านมรณภาพได้ตลอดเวลาและอย่างทันทีทันใด หากทำการรักษาอยู่ที่วัดซึ่งขาดอุปกรณ์ทางการแพทย์

แต่ท่านฟังแล้วก็ยิ้ม ๆ หัวเราะ ที ที ไม่ว่าอะไร แล้วสักครู่ก็กล่าวปฏิเสธ คณะแพทย์ไม่ละความพยายาม ต่อรองว่าหากท่านเข้าโรงพยาบาลไม่ว่าจะเป็นที่ไหน จะไม่มีการใช้เทคโนโลยีที่เกินเลย เช่นการเจาะคอหรือใส่สายระโยงระยางต่าง ๆ แต่ท่านก็ยังปฏิเสธอย่างนิ่มนวลเช่นเคย ด้วยการหัวเราะที ที และพูดคำว่า “ขอร้อง ขอร้อง ขอร้อง”

“การรักษาตัวเองโดยธรรมชาติเป็นสิ่งที่เหมาะสม อาตมาถือหลักนี้มาแต่ไหนแต่ไรแล้ว ให้ธรรมชาติรักษา ให้ธรรมชาติรักษา ส่วนคุณหมอก็ช่วยผดุงชีวิตให้มันโมเม ๆ ไปได้ อย่าให้ตายเสียก่อน ขอให้แผ่นดินนี้เป็นโรงพยาบาล แล้วธรรมชาติก็จะรักษาการเจ็บป่วยต่าง ๆ ได้เอง ได้เท่าไรก็เอาเท่านั้น ไม่ควรจะมีอายุมากกว่าพระพุทธเจ้า ธรรมชาติจะเป็นผู้รักษา ทางกายแพทย์หูกยาต่าง ๆ ช่วยเพียงอย่าเพิ่งตาย”

ท่านยังกล่าวอีกว่า “การเรียนรู้ชีวิตใกล้ตาย ทำให้มีปัญญาที่สมบูรณ์ขึ้นเราจะศึกษาความเจ็บ ความตาย ความทุกข์ ให้มันชัดเจน ไม่สับสนทุกที ก็ฉลาดขึ้นทุกทีเหมือนกัน”

ในที่สุดคณะแพทย์ก็ยอมตามความต้องการของท่าน โดยให้การรักษาท่านที่สวนโมกข์ ในที่สุดท่านก็มีอาการดีขึ้นและสามารถเผยแผ่ธรรมได้อีกต่อไป

อย่างไรก็ตามหลังจากนั้นไม่ถึงสองปี วาระสุดท้ายของท่านก็มาถึง

เช้าวันที่ ๒๕ พฤษภาคม ๒๕๓๖ ท่านตื่นตามปกติ ประมาณ ๔.๐๐ น. จากนั้นก็ลุกขึ้นมานั่ง เตรียมงานเทศน์ ในวันเลิกอายุที่ ๒๗ พฤษภาคม แต่ทำไปได้เพียง ๑๐ นาที ท่านก็ล้มตัวลงนอน และพูดกับพระอุปัชฌาย์คือพระสิงห์ทองว่า “ทอง วันนี้เรารู้สึกไม่สบาย” หลังจากนั้นก็นอนนิ่งๆ

ประมาณ ๖.๐๐ น.ท่านบอกพระสิงห์ทองว่า “วันนี้เรารู้สึกไม่ค่อยสบาย ไปตามท่านโพธิ์ (เจ้าอาวาสสวนโมกข์) มาพบที เธอไม่ต้องไป ให้คนอื่นไปตาม เพราะเราไม่สบาย”

เมื่อท่านอาจารย์โพธิ์มาถึง ท่านพูดด้วยน้ำเสียงปกติว่า “น่ากลัวอาการเดิมจะกลับมาเป็นอีกแล้ว ไปโทรศัพท์ ตามยูร (นพ. ประยูร คงวิเชียรวัฒน์) มาพบที”

ตอนนั้นท่านรู้แล้วอะไรจะเกิดขึ้นกับท่าน จึงพูดกับพระเลขาชื่อพระพรเทพว่า “เอาบุญแจ (บุญแจตู้เอกสารหนังสือ) ในกระเป๋านี้ไปด้วย เราไม่อยากจะตาย คาบุญแจ” ตอนนั้นพระเลขาไม่คิดว่า ท่านจะเป็นอะไรมาก จึงช่วยกันหมวดแล้ว ให้ท่านอาจารย์นอนพัก

ประมาณ ๘.๐๐ น. ท่านก็พูดกับพระสิงห์ทองว่า “ทอง ทอง เราจะพูดไม่ได้แล้ว ลิ่นมันแข็งไปหมดแล้ว”

ต่อจากนั้น ท่านพูดไม่ชัด เมื่อพระอาจารย์โพธิ์มาพบท่าน ท่านพยายามพูดกับอาจารย์โพธิ์ ประมาณ ๔-๕ ช่วง คล้ายจะสั่งเสีย แต่ไม่มีใครฟังออก จับความไม่ได้ ไม่รู้เรื่อง เนื่องจากเส้นเลือดในสมองแตกทำให้สมองที่ควบคุมการพูดเสียไป

เมื่อพระแสดงปฏิกิริยาว่า รับรู้ไม่ได้ ท่านก็หยุดพูด จากนั้น ท่านก็สาธยายธรรม ซึ่งพระองค์อื่น ก็ฟังไม่ออก แต่ท่านอาจารย์โพธิ์ พอจับความในช่วงที่สั้น ๆ ว่า ยตถ เหนว ปฐวี น อาโป น เตโซ น วาโย, ว่านี่คือ “นิพพานสูตร” ท่านอาจารย์ ท่านสาธยาย ทบทวนไป ทบทวนมา หลายครั้ง

หลังจากนั้นท่านก็ไม่รู้ตัว แพทย์จึงนำท่านไปรักษาที่โรงพยาบาลสุราษฎร์ และในที่สุดก็นำท่านไปที่โรงพยาบาลศิริราช ทุกคนรู้ว่าการทำดังกล่าวนั้นเป็นการขัดความประสงค์ของท่าน แต่ก็จำยอมต้องทำเพื่อเชื่อว่า จะช่วยให้ท่านหายได้ แต่หลังจากใช้ความพยายามเต็มที่กว่า ๔๐ วัน ก็ยอมรับความล้มเหลว ในที่สุดจึงพาท่านกลับมาয়่งสวนโมกข์ ไม่กินน้ำที่ท่านถึงสวนโมกข์ ท่านก็หมดลม

วันนั้นเป็นวันที่ ๘ กรกฎาคม ซึ่งบัดนี้ เวียนมาบรรจบเป็นครั้งที่ ๑๘ ในปีนี้



อนุโมทนา

งานแสดงธรรม ครั้งที่ ๒๐



ชมรมกัลยาณธรรมไม่มีนโยบายเรียโรบอกบุญใด ๆ ทั้งสิ้น ขึ้นอยู่กับความศรัทธาของกัลยาณมิตรทั้งหลายที่จะสนับสนุน และชมรมกัลยาณธรรมไม่มีนโยบายสร้างวัตถุหรือทำการบุญอื่นใด นอกจากการให้ปัญญาทางธรรมซึ่งเป็นทานอันบริสุทธิ์ อุดมการณ์ของชมรมฯ จึงมุ่งมั่นในการเผยแผ่ธรรมะอันประเสริฐ เป็นแนวหลักทางธรรมขององค์กรสมเด็จพะสัมมาสัมพุทธเจ้า ให้พระธรรมอันบริสุทธิ์เป็นที่พึ่งของสรรพสัตว์สืบไป.

ปิดฉากลงอีกครั้งอย่างสง่างามสำหรับงานมหากุศลแห่งปี งานแสดงธรรม-ปฏิบัติธรรมเป็นธรรมทานครั้งที่ ๒๐ ของชมรมกัลยาณธรรม ที่จัดขึ้นที่บ้านเดิม คู่ขวัญกัลยาณธรรม คือ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ บพิตรพิมุข มหาเมฆ ด้วยความเมตตาอย่างไม่มีประมาณจากท่านอธิการบดี มทร.กรุงเทพ ดร.สาธิต พุทชัชยงค์ ที่อำนวยการอุปถัมภ์ชาวกัลยาณธรรมด้วยเมตตาโดยไม่มีเงื่อนไข ให้ความอนุเคราะห์เสมอมาอย่างเอื้อเฟื้อ ออบอูน สมเป็นคู่ขวัญกัลยาณธรรมแท้จริง

วันเสาร์ที่ ๙ กรกฎาคม เป็นวันรวมพล เตรียมความพร้อมกันอย่างตั้งอกตั้งใจ แม้จะมีเรื่องฝนมาให้กังวลสลับฉากเป็นระยะ แต่ก็มิได้เป็นอุปสรรคในการทำงาน



หรือเป็นอุปสรรคแห่งความมุ่งมั่นแต่อย่างใด ทุกคนรู้หน้าที่และร่วมมือร่วมใจกัน อย่างสมัครสมานสามัคคี แม้แนวร่วมและผู้นำทีมจะหายหน้าหายตาไปบ้าง แต่ก็ฝากฝังงานกันไว้อย่างลงตัว ทีมจัดดอกไม้หน้าโดยพีรรัตน์และคุณเล็ก ก็แอบมาเนรมิตเวทีให้งดงาม ทีมเทคนิคก็ซ้อมทดสอบเสียง เตรียมความพร้อมทุกอย่างลงตัว พวกเราที่อยู่ข้างล่างหอบประชุม ก็สละเวลากับภารกิจหลากหลาย ที่สำคัญคือการไปกราบขอพรพระและศาลพ่อปู่ พร้อมกับท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไรและท่านรองฯ อุ่นใจ ให้อุ่นใจกันทุกคน เรื่องอาหารการกินไม่ต้องห่วง ดาว บุปเฟ้ เปิดบริการอย่างอบอุ่น และเตรียมมาอนค่างคืนที่นั่นกันหลายชีวิตทีเดียว พ่อพระเช่นนี้มีที่กัลยาณธรรมมากมาย

ทีมที่หุบสถิติเสร็จงานห้าทุ่ม คือทีมช่างไฟของบริษัทชงโควิศวกรรม เพราะต่อไฟที่ตู้ไฟมาตรฐานแล้วขัดข้อง ต้องแก้ไขกันอยู่นาน จนคุณหมุกกลับไปก่อนตอน ๓ ทุ่ม ปล่อยให้ช่างอีฟและทีมงานใจเสียสละ อยู่จัดการกันต่อจนสบายใจหายห่วง คำวันเสาร์ฝนตกลงมาลงใจ ลองความพร้อมอีกรอบ คุณหมุกกับน้องวัน วิ่งเชิด ปลั๊กเชิดสายตามเต็นท์ให้เรียบร้อย ว่าไม่รั่วไม่ซ้อตแน่นอน น้องวันและเพื่อนนอนคางคกดูแลความเรียบร้อยในคืนวันเสาร์เหมือนเดิม เขาทำงานมานาน จนรู้ระบบงานดีทุกอย่าง คุณชวยหัวหน้าทีมน้ำดื่ม เพิ่งทราบข่าวงาน เพราะโทรไปตามแก่วันศุกร์ รีบกลับจากห้องนาตริธจากนครสวรรค์มาถึงในคืนวันเสาร์ ที่งานพอดีครวหลังต้องแปะวันที่ไว้ที่หน้าผาก จะได้ไม่ลืมวันสำคัญอีก



เข้ามีตัวอาทิตย์ โรงทานก็เปิดให้บริการตามปกติ นำโดยพี่ยังและคุณดา เจ้าเก่าผู้ชำนาญการ ทั้งเกี่ยวมีน้ำและข้าวต้มปลา ข้าวผัด ทั้งยังสมทบด้วยปลาทอ้งโก้ น้ำเต้าหู้ ขนมปังปัง โอวัลติน กาแฟ เรื่องรับประทานรับรองว่าไม่เคยอดคัดในงานบุญ เสียงหวาน ๆ ของคุณหนองเริ่มงานประชาสัมพันธ์แต่เข้ามีด เป็นอีกเอกลักษณ์หนึ่งของงานกัลยาณธรรม วันนี้ผู้คนบางตาเพราะส่วนหนึ่งสาเหตุจากการไม่ได้รับวารสารธรรม ซึ่งเรากราบขอภัยทั้งที่ยังค้นหาสาเหตุไม่พบ ในครั้งต่อไปจะแก้ไขให้ดีขึ้น วันนี้มีทีมทหารเรือหนุ่ม ๆ มาช่วยกองอำนวยการ ๑๐ นาย และยังมีสมาชิกสมาคมคนหูหนวกเข้ามาร่วมงานอีกหลายสิบ เพราะงานนี้เป็นงานแรกที่จะมีการแปลภาษามือและถ่ายทอดอินเทอร์เน็ตไปทั่วโลก นับเป็นการเริ่มต้นนำธรรมะไปสู่ผู้ด้อยโอกาสในสังคม ที่ชมรมกัลยาณธรรมไม่ละเลย

การเปิดงานเป็นไปอย่างเรียบร้อย โดยท่านอธิการบดี มทร.กรุงเทพ มีท่านผอ.สำนักเสริมศึกษาและบริการสังคม รศ.ชุมพจน์ อมาตยกุล มากกล่าวรายงาน ท่านอธิการบดี ดร.สาธิต พุทธชัยยงค์ ท่านอยู่ร่วมงานหนึ่งฟังธรรมกับพวกเราจนนาทีสุดท้าย เป็นอธิการบดีที่มีใจใฝ่ธรรม นำรักนำชื่นชมมาก มิใช่มาเปิดพิธีพอเป็นพิธี นับว่าพวกเราโชคดีเหลือเกินที่มีเพื่อนาบุญที่ประเสริฐ คือ มทร.กรุงเทพ ที่มีผู้นำที่เมตตาการุณและเปี่ยมวิสัยทัศน์เช่นนี้ หลวงพ่อกิตติศักดิ์ กิตติสารโร เมตตาามาแต่เข้าหลังท่านอาจารย์ ดร.สนองนิดหน่อย แล้วมาฉันเข้าที่ห้องรับรอง ท่านดูพอใจสงบเย็น เปี่ยมด้วยเมตตา เมื่อถึงเวลาที่คุณเสดให้สัญญาธรรมพร้อม ท่านอาจารย์มนตรี



ครูผู้เสียสละอีกท่านหนึ่งก็นำเข้าสู่พิธีเปิด
อย่างสง่างามและก้องกังวาลด้วยเสียงแห่งธรรม ทุกอย่าง
พร้อมแล้ว น้องออยก็มาเป็นพิธีกรในช่วงหลวงพ่อกิตติศักดิ์ ด้วยชุดสาวเหนือ
ชมพูหวาน หลวงพ่อกิตติศักดิ์พร้อมด้วยทีมงานทั้งหมดก็พร้อมใจกันเดินขบวน
ละเอียดละออ แล้วเริ่มเรื่องทางพันทุกซ์ ด้วยความไม่ยึดถือในสิ่งทั้งปวง

สิบโมงเช้าครึ่ง ได้เวลาของท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุโร บรรยายเรื่อง ปฏิบัติ
ธรรมประจำวัน โดยคุณบุญทิรา มงคลปัญญา น้องพยาบาลสาวใจใฝ่ธรรมให้เกียรติ
มาเป็นพิธีกร วันนี้องค์กรนิเทศศาสตร์มาสังเกตการณ์อย่างอบอุ่นเป็นมิตรพร้อมกับอาจารย์
ธีรยุทธกัลยาณมิตรของเรา ไกล่เวลาพักกลางวัน โรงทานด้านล่างก็พร้อมสรรพ
อย่างรู้งาน อาหารพร้อมแล้ว พวกเราก็ได้พากันทานกันตอนก่อนเที่ยงเล็กน้อย
หลังจากร่วมปฏิบัติธรรมเจริญสติกับท่านอาจารย์สนองแล้ว

ผู้คนล้นหลามรอคิวรับประทานอาหารหลากหลายโรงทาน จากหลากหลายน้ำใจที่
หลังไหลมาไม่เคยขาด ทีมพยาบาลนำรักจากโรงพยาบาลสมุทรปราการ นำโดย



พี่เปิ้ลพี่สาวแสนดี คงทำหน้าที่อย่างเมตตาและ
ยิ้มแย้ม รานหนึ่งสื่อธรรม
คึกคักมากด้วยโปรแกรมชั้น
ลดห้าสิบบอร์ดเซนต์ทั้งร้าน
รับตำแหน่งหัวหน้ากอง
ธรรมทานใจบุญ คือคุณ
เอกชัย ชนิดที่งาน
ใจหายกับโปรสุด ๆ
เพื่อสนับสนุนการ
บริจาคหนังสือไปยัง
สถานที่ต่าง ๆ เช่น วัด
โรงเรียน เรือนจำ เป็นต้น



ร้านสังฆทานพลอยขายดีไปด้วย จนทีมงาน
ต้องออกไปซื้อของอีกรอบ ส่วนอื่นๆ ก็คึกคักกันไม่น้อย
สนุกสนานในงานบุญ รดสุขา ๕ คัน พร้อมให้บริการตลอดวัน คุณภาพดีไม่มีปัญหา
ร้านขายต้นไม้หาเงินช่วยวัดพระบาทน้ำพุของพี่ตุ้ม ก็สนุกกับการขายและการ
ประชาสัมพันธ์เอาบุญล้วน ๆ น้าอนุโมทนา

บ่ายโมงเศษ เป็นช่วงการบรรยายของ อ.ประเสริฐ อุทัยเฉลิม เรื่อง มรรคานุคา-
ผู้เดินตามมรรค ท่านมาถึงก่อนเที่ยงและเตรียมพร้อมโปรเจ็คเตอร์บนเวทีจน
เรียบร้อย จึงแว๊บไปทานข้าวเจี๊ยบ ๆ ที่ชั้น ๓ ท่านเตรียมพร้อมข้อมูลและความตื่นตา
ตื่นใจในช่วงปราบเซียนเป็นอย่างดี จึงไม่มีใครแอบหลับ น้องคิม ศิษย์อาจารย์สาลี
จาก มศว. องค์กรักษ์ เป็นพิธีกรอย่างมั่นใจไม่เสียชื่อครู ผู้ฟังนั่งตาแป๋ว จดจ่อใจ
กับการนำเสนอที่ทันสมัยประทับใจด้วยสาระและบันเทิงครบครัน เป็นไปตามคาด
หมายสำหรับสโตร์การนำเสนอที่ทันสมัยและประทับใจของท่านอาจารย์ประเสริฐ
ครึ่งหน้า ๒๐ พฤศจิกายน พบกับพระอาจารย์นวลจันทร์ พระอาจารย์ของท่าน แนนอน

ช่วงบ่ายสมาชิกคนหูหนวก
มีโอกาไปกราบ
ซักถามข้อธรรมกับ
หลวงพ่อกิตติศักดิ์
กิตติสาโร ที่ท่านไป
นั่งพักอยู่ใต้อาคาร ๕
ท่านเมตตาตอบข้อ
ซักถามเป็นที่ถูกใจ
เพื่อน ๆ ปรบมือและ
ยิ้มแย้มแจ่มใส จะตาม
ไปวัด หลวงพ่อกิตติศักดิ์
จนถึงบ่ายสามเศษ จึง



เดินทางกลับขอนแก่น ขอกราบ
นอบน้อมในความเมตตาขององค์
พระสุปฏิปันโน

พระอาจารย์ไพศาล
วิสาโลท่านเดินทางมาถึงก่อน
เวลา แล้วไปนั่งเป็นดารา
แจกลายเซ็นต่ออยู่ที่เต็นท์

เครือข่ายพุทธิกาศ ก่อนขึ้น
ไปพักบนห้องรับรอง ใกล้
เวลาแล้วก็นิมนต์ท่านมาให้ห้องประชุม วันนี้ท่านเทศน์เรื่อง สมดุลชีวิต นำฟัง
เหลือเกิน มีหัวเราะกับการปล่อยมุขแบบหน้าตาเฉยของพระอาจารย์เป็นระยะ
พระอาจารย์เทศน์จบแล้วก็ลงมานั่งยิ้มฟังคุณหมोजุ่มกล่าวปิดงาน การปิดงานวันนี้
มีเซอร์ไพรส์ด้วยการนำเสนอข่าวรถคว่ำให้ทุกคนทราบ เพื่อขอขอบคุณทุกต้นบุญที่
ทำให้ประธานชมรมคนนี้มีโอกาสได้กลับมาเยือนบวรที่ธรรมนี้อีกครั้ง ท่าน
อาจารย์มนตรีเป็นพิธีกรช่วงปิดงานอีกครั้ง อย่างประทับใจและไม่ขาดตกบกพร่อง
ทั้งยังมีมุขตลกทันสมัยว่า “ยุคนี้ ผู้นำต้องเป็นหญิง”..

หลายคนรำลាក់หลังจากได้รับหนังสือซีดีธรรมที่ระลึกหนึ่งถุงใหญ่ ทีม
ม.สยามช่วยงานมาตลอด ๒ วันอย่างมุ่งมั่นและเอาใจใส่ มาลากลับไปตอนก่อน ๕
โมงเย็นเพราะรถบัสมารับ ขอขอบคุณอาจารย์เบญจ อาจารย์เจี๊ยบที่พาน้อง ๆ นักศึกษา
มาช่วยทุกงานอย่างขยันขันแข็ง หลายคนประทับใจสัญญาว่าจะมาช่วยกันอีกและ
จะมาร่วมงานนี้อีกในโอกาสต่อไป ทีมงานเริ่มเก็บข้าวของ น้องภูมิ พีร์ตัน เป็นต้น
มาลากลับหลังช่วยเก็บของไปได้เยอะและหลายคนต้องทำงานพ่วงนี้เข้า

ใครจะกลับก่อนก็ไม่เป็นไร แต่เราชอบนั่งดู เป็นแรงใจ ตอนที่ทีมงานอัศวินลี
ลัมและพี่ ๆ น้อง ๆ ที่เหลือกันไม่กี่คน ช่วยกันเก็บของ ทั้งทีม มศว.องครักษ์ ก็
ช่วยอยู่จนมืด ตอนหกโมงเย็น ฝนก็เทลงมาหนึ่งท่า ท่านคงกลับมาเต็มแก่ พวกหนุ่มๆ
เฮลละโดยกลังหนังสือหนีฝนกันเป็นที่ครื้นเครง ทีม มศว.ยังทำสนุกถ่ายรูปรกันเฮฮา
มาก น้อง ๆ ทีมนี้น่ารักและล่าสังจริง ๆ อย่างทั้งกัลยาณธรรมนะเพราะพวกพี่ ๆ
ก็แก่กันลงไปทุกวัน ผากกระชับถึงอาจารย์สาส์ด้วยค่ะ พี่วีระเหมาเก็บแพ่งกัน
ทั้งหมดและพัฒลไปอีก ๖๐ ตัว คุณเอกชัยเหมาเก็บเก้าอี้ชมรมไปพันกว่าตัว



พร้อมอื่น ๆ อีกหลายรายการ ทำให้งานเบาไปมากมาย

หลังฝนตกหนักเราก็อุ่นของกันต่อ หนุ่ม ๆ จัดเป็นสองแถวต่อกัน รับของ
ส่งขึ้นรถหกล้อ ทำงานเป็นทีมคึกคักอบอุ่นสนุกสนาน คุณดาวเห็นพวกที่มงานหิวข้าว
ก็บอกว่าคราวหลังผมจะเปิดร้านหลังจากเก็บของเสร็จหมด..โอ้ไม่ต้องห่วงพอใจบุญ
เอาแค่ทำข้าวถุงไว้ให้สักห้าสิบลูกก็พอแล้ว บ้านคุณดาวก็อยู่ไกลถึงอยุธยา อย่างมา
ทำใจดีนักละ ..ทีมงาน มศว. ช่วยกันย้ายเต็นท์ในทางรถวิ่งมาไว้ในสนามหลาย
เต็นท์ เป็นภารกิจสุดท้ายที่พี่หมุขอ หลังจากนั้นจึงยอมปล่อยให้ห้อง ๆ กลับบ้าน

ขอบคุณมากในความเอื้อเฟื้อทุกอย่างของทุกคน คุณหมูนำทีมเก็บของกับ
น้องเจ ฮง ดี พี่อาทิตย์ จนเกือบ ๒ ทุ่ม จึงอำลาจากกัน หมูว่า ถ้าฝนไม่ตก เราคง
ทำลายสถิติ (เก็บของเร็ว) วันนี้ขาดอะไรไปอย่างหนึ่ง เพราะพี่ถ่ายแกสบเล็งยิ้ม
ผิดสังเกต ไม่มาบ่นมาเล่าอะไรให้ใครซ้ำ ๆ ตอนเก็บของเลย ก่อนกลับบ้าน ได้พบ
ท่านรองฯ อุ่นใจ กลับจากการปฏิบัติภารกิจสำคัญพร้อมทีมงานด้วยความปลอดภัย
กราบขอบพระคุณในความเมตตาของท่านมา ณ ที่นี้เป็นอย่างสูงค่ะ พี่สมจิตต์คง
สบายใจเช่นกันที่ท่านอาจารย์อุ่นใจมีเมตตาและ

ศรัทธามาเสริมกองทัพธรรม
ให้เข้มแข็งเช่นนี้

บพิตรพิมุข กลับเข้าสู่

ความเงิบเรียบร้อย
ตามปรกติอีกครั้ง พวก
เราจากไปแต่ตัว ใจยังคง
ผูกพันอยู่ที่บ้านแห่ง
ธรรมะแห่งนี้ ด้วย
ความอบอุ่นสนิทใจ



เช่นกันกับความรู้สึกที่มีต่อพี่น้อง
 ผองเพื่อนชาวกัลยาณธรรมทุกคน
 คิดถึงเพื่อนที่ไม่ได้มาและ
 มาไม่ได้ขอแบ่งบุญให้เพื่อน
 ทุกคน แม้ปีหนึ่งเราจะเจอ
 กันแค่ ๓ งาน แต่สายใย
 แห่งธรรม สายใยแห่งความ
 รักความห่วงใยต่อกัน
 ความผูกพันกันยิ่งนับวัน
 ยิ่งสนิทแนบแน่น ไม่เคย
 เลื่อมคลาย บุญกุศลใดที่
 บังเกิดขอให้ทุกท่านร่วม
 ออนุโมทนา ขอแบ่งบุญ
 มหากุศลให้ทุกท่าน ขอ
 น้อมถวายเป็นพุทธบูชา
 อาจารย์บรูชาและน้อม
 ถวายเป็นพระราชกุศล
 แด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวของปวงชน
 ชาวไทย ขอพิศพลาด
 บกพร่อง ความไม่เหมาะ
 สม ความล่วงเกินต่อ
 กันใดสิ่งใด ๆ ขอโปรด
 อโหสิกรรมให้แก่กัน
 และกัน เพื่อเป็นกำลังใจ
 ในการทำความดี เป็น
 พลังแห่งความดีต่อกัน
 และต่อส่วนรวมต่อไป
 ตลอดชั่วชีวิตของพวกเขา



**มาร่วมกันอนุโมทนาสาธุยอดบุญกับยอดปัจจัยรับในงานนี้กันเถาะ
 ยอดปัจจัยรับทั้งหมดในงานแสดงธรรม ครั้งที่ ๒๐**

๑. **พระอาจารย์กิตติศักดิ์ กิตติสาโร** วัดป่าหนองหลุม
 อ.เมือง จ.ขอนแก่น รับจากตู้บริจาค ๑๔๕,๙๗๐.- บาท
 ดร.สนองและคณะศิษย์ร่วมถวายสร้าง
 พระไตรปิฎกหินแกรนิต ๘๕,๐๐๗.- บาท
 ยอดรวมทั้งหมด ๒๓๐,๙๗๗.- บาท
๒. **พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล** วัดป่าสุคะโต
 อ.แก้งคร้อ จ.ชัยภูมิ ยอดปัจจัย ๑๐๙,๕๗๔.- บาท
๓. **ดร. สนอง วรอุไร** ยอดปัจจัย ๑๐๑,๖๕๖.๒๕ บาท
 (อาจารย์มอบให้ชมรมทั้งหมด)
๔. **อาจารย์ประเสริฐ อุทัยเฉลิม** ยอดปัจจัย ๘๖,๙๒๐.๗๕ บาท
๕. **มูลนิธิพระดาบส** ยอดปัจจัย ๘๓,๔๙๔.- บาท
๖. **วัดพระบาทน้ำพุ** รับจากตู้บริจาค ๑๐๗,๒๑๓.๕๐ บาท
 ขายต้นไม้ได้อีก ๒๔,๐๐๐.- บาท
 รวมยอดรับ ๑๓๑,๒๑๓.๕๐ บาท
๗. **ชมรมกัลยาณธรรม** ๒๖๐,๗๙๐.- บาท

อนุโมทนา สาธุ รับบุญไปถ้วนหน้าทุกท่านคะ

ชมรม Kanlayanatam



สิัพพาทัง ธัมมทาทัง ธัมมาตี การให้ธรรมะเป็นทาน ชนะการให้ทั้งปวง

ประชุมกัลยาณธรรม ภาพแห่งความปิติยินดี

ควรค่าแห่งความทรงจำ ละระพีบริพัตร ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๕๔

