



# ข่าวสารกัลยาณธรรม

ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๒๕ มิถุนายน ๒๕๕๕



## "พระราชปุจฉา กับ หลวงพ่อเกษม เขมโก"

ณ วัดคະตึกเชียงมัน อำเภอมือง จังหวัดลำปาง

- พระราชปุจฉา :** หลวงพ่ออยู่ตามป่ามีความสงบ ย่อมจะมีโอกาสปฏิบัติธรรม ได้มากกว่าพระที่วัดในเมือง ซึ่งมีการกิจเกี่ยวกับการปกครองและงานอื่น ๆ จะเป็นอย่างนั้นหรือเปล่า
- หลวงพ่อกษม :** ขอดวายพระพร อาจจะเป็นอย่างนั้นก็ได้ เพราะอยู่ป่าไม่มีภารกิจอย่างอื่น แต่ก็ขึ้นอยู่กับศีลบริสุทธ์ด้วย เพราะเมื่อศีลบริสุทธ์จิตใจไม่ฟุ้งซ่าน นิเวศน์ไม่ครอบงำก็ปฏิบัติได้
- พระราชปุจฉา :** การปฏิบัติอย่างพระมีเวลามากย่อมจะได้ผลเร็ว ส่วนผู้ที่มีเวลาน้อยมีการกิจมาก จะปฏิบัติอย่างหลวงพ่อก็ไม่อาจทำได้ แล้วจะมีวิธีปฏิบัติอย่างไร เราจะหันแลกช่วงเวลา ช่วงเช้าให้สั้นเข้าจะได้ไหม คือ ขอยเวลาออกจากหนึ่งชั่วโมงเป็นครึ่งชั่วโมง จากครึ่งชั่วโมงเป็นสิบนาที หรือห้านาที แต่ให้ได้ผล คือ ได้รับความสุขเท่ากัน ยกตัวอย่างเช่น นั่งรถยนต์จากเชียงใหม่มาลำปางก็สามารถปฏิบัติได้ หรือระหว่างที่มาอยู่ในพิธีนี้มีช่วงที่ว่างอยู่ ก็ปฏิบัติเป็นระยะไป อย่างนี้จะถูกหรือเปล่านั้นไม่ทราบ อยากจะเรียนถาม
- หลวงพ่อกษม :** ขอดวายพระพร จะปฏิบัติอย่างนั้นก็ได้ ถ้าแบ่งเวลาได้
- พระราชปุจฉา :** ไม่ได้แบ่งเวลาต่างหากออกมาทีเดียว ก็อาศัยเวลาขณะที่ออกมาทำงานอย่างอื่นอยู่นั้นแหละ ได้หรือไม่ คือ ใช้สติอยู่ทุกขณะจิตที่เกิดดับ ทำงานด้วยความรอบคอบให้สติตั้งอยู่ตลอดเวลา
- หลวงพ่อกษม :** ขอดวายพระพร มหาบพิตรทรงปฏิบัติอย่างนั้นถูกแล้ว การที่มหาบพิตรเสด็จพระราชดำเนินมาปฏิบัติงานอย่างนี้ ก็เรียกว่าได้ทรงเจริญเมตตาในพรหมวิหารอยู่
- พระราชปุจฉา :** ก็คิดว่าเป็นอย่างนั้น เช่นว่ามาตัดลูกนิมิตนี้ ก็ถือว่าเป็นการปฏิบัติธรรม ด้วยซึ่งเกี่ยวมา จึงมีกำลังใจมา และเมื่อได้โอกาสได้เรียนถามพระสงฆ์ว่า การปฏิบัติธรรมเป็นระยะเวลาสั้น ๆ เป็นตอน ๆ อย่างนี้จะได้ผลไหม อุปมาเหมือนช่างหาสีผั่งโบสดี เขาหาทางนี้ดี แล้วพัก หาทางโน้นดีแล้วพัก ทำอยู่อย่างนี้ก็เสร็จได้ แต่ต้องใช้เวลาน้อย จึงอยากเรียนถามว่าปฏิบัติอย่างนี้ จะมีผลสำเร็จไหม
- หลวงพ่อกษม :** ปฏิบัติอย่างนั้นก็ได้โดยอาศัยหลัก ๓ อย่าง คือ มีศีลบริสุทธ์ ทำบุญในชาติปางก่อนไว้มาก มีบาปน้อย ขอดวายพระพร

(จาก หนังสือหลวงพ่อกษม เขมโก)





ปีที่ ๖ ฉบับที่ ๒๔  
ฉบับพฤษภาคม ๒๕๕๕



พิมพ์แจกเป็นธรรมทานจำนวน ๘,๐๐๐ เล่ม  
โดยชมรมกัลยาณธรรม

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

สัพพทานัง ธัมมทานัง ชินาติ  
การให้ธรรมะเป็นทาน  
ย่อมชนะการให้ทั้งปวง

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

### คติธรรมประจำฉบับ

สันติอยู่ที่นี่  
ความสุขอยู่ที่นี่  
จึงทำศรัทธาวิเวกให้มาก  
เพิ่มพูนกุศลให้เพียงพอ

หลวงปู่ขาว อนาลโย

## วัตถุประสงค์

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

## สารบัญ

ทำไม "ปฏิบัติธรรม" มาตั้งนานจึงยังไม่เห็นผล?... ๔	๔
เมื่อเรากลายเป็นของมัน .....	๑๐
ความลงตัวในความแตกต่าง .....	๑๓
แลกทุกข์กันใหม่ .....	๑๕
การตัดกรรม .....	๑๗
ธรรมะใกล้ตัว .....	๒๒
ศีลและปัญญา .....	๒๔
ร่วมอนุโมทนาเจ้าภาพฯ .....	๒๘
กำหนดการจัดงานแสดงธรรม .....	๔๔
คำแนะนำผู้เข้าฟังธรรมในงานแสดงธรรม .....	๔๕
ประวัติย่อขององค์บรรยาย .....	๔๘
ยิ่งให้ยิ่งได้ .....	๕๒
คนเรารู้สึกเสียใจกับเรื่องอะไรบ้างก่อนเสียชีวิต....	๕๔
สิ่งควรเรียนรู้จากภัยพิบัติที่กำลังจะคืบคลานเข้ามา..	๕๗
ทุกข์ทุกทีเมื่อมีมานะ .....	๖๒
เมื่อเรารู้จักกับชมรมกัลยาณธรรม .....	๖๖
เก็บตกจากเต็นท์หนังสือ .....	๗๐
ความผูกพัน .....	๗๒
เร็วพลอนสด .....	๗๔
บุญจากกรรมฐาน .....	๗๖
วันแห่งความปีติยินดี.....	๗๘



# ทำไม “ปฏิบัติธรรม” มาตั้งนานจึงยังไม่เห็นผล? (ตอนที่ ๒)

โดย อ.ทวีศักดิ์ คุรุจิตธรรม

## ๔. การปฏิบัติธรรมมุ่งที่การขัดเกลา “กิเลส” ออกจากใจ

๔.๑ มิได้มุ่งให้จิตสงบ-มีความสุข โดยไม่ใช้การพิจารณาเพื่อให้เกิดปัญญา รู้แจ้งเห็นจริงในสิ่งที่ปรากฏเฉพาะหน้า

๔.๒ มิได้มุ่งเป็นผู้วิเศษ เช่น การมีอภิญญา เป็นต้น

๔.๒ กิเลสมี ๓ กองใหญ่ คือ โลภะ โทสะ โมหะ (ทางสายมหายานเพิ่มอีก ๒ คือ ความหยิ่งยโส (Pride) กับ ความอิจฉาริษยา (Jealousy)

อิจฉา = เห็นเขาได้ดีแล้วไม่พอใจ

ริษยา = อากาการที่ไม่อยาก让别人ได้ดี (แรงกว่า “อิจฉา”)

## ๕. การขัดเกลากิเลสต้องอาศัย “ปัญญา” เป็นตัวนำ ส่วน “ศีล” กับ “สมาธิ” เป็นตัวหนุน

๕.๑ เปรียบเสมือนกับการสร้างบ้าน ตัวปัญญา คือ เสาเข็ม ตัวศีล คือ ฝาบ้านทั้ง ๔ ด้าน ตัวสมาธิ คือ หลังคาบ้าน การสร้างบ้านที่มีเสาเข็มไม่ลึกพอหรือไม่แข็งแรง ตัวบ้านและหลังคาย่อมตั้งมั่นอยู่ได้ไม่นาน

๕.๒ ด้วยเหตุนี้ ในมรรคมีองค์ ๘ จึงเริ่มด้วย “ปัญญา” ก่อน แล้วจึงตามด้วย “ศีล” และ “สมาธิ”

๕.๓ ส่วนที่ท้าว ๆ ไปเขาสอน “ศีล-สมาธิ-ปัญญา” เพราะเป็นการสอนฆราวาสจากง่ายไปหายาก ค่อย ๆ ไล่เต้าเพื่อความหลุดพ้น แม้ท้ายสุดจะหลุดพ้นไม่ได้มีเพียง “ศีล” ก็ยังดี ยังได้มีโอกาสเกิดเป็นมนุษย์ในภพชาติต่อไป หากมี “สมาธิ” เพิ่มขึ้นอีก ก็อาจไปถึง “เทพ” หรือ “พรหม” ส่วนผู้ที่มุ่งความหลุดพ้นตั้งแต่ต้น ต้องมุ่งไปที่ปัญญาก่อน เพราะถ้ามี “สัมมาทิฐิ” แล้ว ที่เหลืออีก ๗ ข้อในมรรคมีองค์ ๘ ก็จะมีปฏิบัติถูกต้องหมด

๕.๔ เรื่องนี้ก็เหมือนกับการขจัดความมืดในห้อง ไม่ต้องไปหาวิธีอื่น ๆ ให้เหนื่อยเปล่า เพียงแต่นำเอา “แสงสว่าง” เข้าไป ความมืดก็หายไปเองโดยอัตโนมัติ เมื่อความมืดหายไป เราจะเห็นทุกสิ่งทุกอย่างในห้องได้อย่างชัดเจน เห็นถึงความสวยงามของห้องรวมทั้งมุมต่าง ๆ ด้วย ตัว “ปัญญา” ก็เหมือนกับแสงสว่างที่กล่าวถึงในข้อนี้

## ๖. การปฏิบัติธรรมต้องมุ่งตรงสู่ “สภาวะธรรม”

“สภาวะ” แปลว่า สภาพ; เหตุการณ์

“ธรรม” แปลว่า ธรรมชาติ

“สภาวะธรรม” จึงแปลว่า สภาพที่เป็นไปตามธรรมชาติ มันเป็นเช่นนั้นของมันเอง เกิดขึ้นตามเหตุตามปัจจัย เช่น

๖.๑ บุคคล-สัตว์-สิ่งของ มันเป็นบัญญัติธรรม เพราะโดยธรรมชาติแท้ ๆ ไม่มีบุคคล-สัตว์-สิ่งของ มีแต่ธาตุ หรือการประชุมของธาตุเกิดขึ้นตามเหตุตามปัจจัย เช่น “น้ำ” มาจาก ธาตุ  $H_2O$  “มนุษย์” เป็นการรวมตัวของขันธ์ ๕ อันได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นต้น ไม่มี นาย ก. นาง ข. ฯลฯ

๖.๒ สภาวะธรรมของ “ทางสายกลาง” คือ “การวางจิตเป็นกลาง” จิตที่ไม่โอนเอนไปข้างใดข้างหนึ่ง หรือยึดมั่นในข้างใดข้างหนึ่ง เช่น บุญ-บาป ดี-ชั่ว กุศล-อกุศล นี่แหละถึงจะก้าวพ้น “ทวิภาวะ” ในทาง “โลภียะ” และเข้าถึง “โลกุตตระ” ในที่สุดได้ เพราะสภาวะธรรมชั้น “โลกุตตระ” ไม่มีทวิภาวะ ไม่มีการแบ่งแยก จึงเรียกว่า ไม่มีเกิด-ไม่มีตาย ไม่มีจุดเริ่มต้น-ไม่มีจุดสิ้นสุด เป็นต้น

๖.๓ ลองนั่งสมาธิไปสักพัก แล้วให้ผู้อื่นเปิดวิทยุเสียงดังรบกวน แล้วดูสภาวะธรรมว่า เข้าใจเรื่อง “เสียง” เพียงใด จริง ๆ แล้ว “เสียงก็สักแต่ว่าเสียง” แต่จิตเราไปดึงเอา “สัญญา” ออกมาว่าเป็นเสียงนั้นเสียงนี้ แล้วเกิดการปรุงแต่ง (“สังขาร”) ว่า นวอกหูเหลือเกิน ซ้ำๆ ทำสมาธิไม่ได้แล้ว พาลโกรธคนทำเสียงขึ้นมาทันที (เกิด “เวทนา”) เช่นนี้เราก็ตกเป็นทาสของ “ขันธ ๕” โดยสิ้นเชิง จึงไม่อาจบรรลุธรรมได้

๖.๔ ในคัมภีร์ “วิสุทธิมรรค” จึงกล่าวไว้อย่างน่าฟังว่า

“ผู้ทำกรรมไม่มี ผู้ส่วยผลแห่งกรรมก็ไม่มี มีแต่กระแส (flow) หรือกระบวนการทำงาน (process) ของรูป กับ นาม ตามเหตุตามปัจจัย

“ผู้สร้างสังสารวัฏไม่มี ผู้ไปเกิดใหม่ก็ไม่มี (มีตัวมีตนหรือ soul ไปเกิดใหม่) มีแต่กระแสผลักดันและปฏิภิกิริยา ระหว่าง “รูป” กับ “นาม” ตามเหตุตามปัจจัย”

“ผู้รับทุกข์ก็ไม่มี มีแต่กระแสของความทุกข์ที่เกิดจากการทำปฏิภิกิริยาระหว่าง “รูป” กับ “นาม” ตามเหตุตามปัจจัย”

“ผู้ไปนิพพานก็ไม่มี มีแต่เพียงสภาวะแห่งจิตที่เข้าถึงความว่างที่มีอยู่ตามธรรมชาติตามเหตุตามปัจจัย” เพราะปรากฏการณ์ทั้งหลายทั้งในโลกและสากลจักรวาล เมื่อแยกวิเคราะห์แล้ว ก็มีแต่ “รูป” กับ “นาม” เท่านั้น

๖.๕ มีผู้สรุปไว้อย่างน่าฟังเป็นภาษาอังกฤษว่า การปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องจะต้องเป็นไปดังนี้

“To practise from being “SOMEBODY” to being “ NOBODY”

“To practise from going “SOMEWHERE” to going “NOWHERE”

“To practise from clinging “SOMETHING” to clinging “NOTHING”

## ๗. การปฏิบัติธรรมไม่มีสูตรสำเร็จที่จะใช้กับทุก ๆ คนเหมือนกันหมด

๗.๑ ทุก ๆ คนต้องค้นหาเทคนิคหรือวิธีที่จะนำตนไปสู่ความหลุดพ้นด้วยตนเอง วิธีหนึ่งอาจเหมาะกับคน ๆ หนึ่ง แต่ไม่เหมาะกับอีกคนหนึ่ง พระพุทธองค์

ก็ต้องใช้สารพัดวิธีในการโปรดผู้คนเพื่อให้เข้าถึงธรรม

๗.๒ เหมือนเช่นการทดลองทางวิทยาศาสตร์ จะต้องทดลองหลาย ๆ ครั้ง โดยใส่ตัวแปรที่แตกต่างกัน แล้วดูผลที่ควรจะเป็น จากนั้นจึงสรุปออกมาเป็นทฤษฎี

๗.๓ หากผู้ใดปฏิบัติธรรมแล้ว เกิดความเครียด หงุดหงิด รำคาญใจ แสดงว่าวิธีการดังกล่าวไม่เหมาะกับตัวเอง ให้ค้นหาวิธีใหม่ที่ปฏิบัติแล้ว เกิดปิติ สุขในใจ จึงจะถือว่าเดินถูกทาง

๘. สำหรับผู้ที่ชอบการสวดมนต์ทั้งก่อนและหลังการปฏิบัติ โดยถือเป็นการปรับจิตทั้งก่อนและหลังการปฏิบัติ ก็ต้อง “สวดมนต์เป็น” ไม่ใช่ “สวดมนต์ได้”

๘.๑ “สวดมนต์เป็น” หมายถึง

๘.๑.๑ รู้ความหมายของคำสวด เพื่อสร้างปัญญาให้เกิดขึ้น

๘.๑.๒ สะสมปัญญาที่เกิดขึ้นให้กลายเป็น “ปัญญาบารมี” ซึ่งเป็นหนึ่งในสิบของบารมีที่ผู้บรรลुरुธรรมต้องบำเพ็ญ

๘.๑.๓ นำปัญญาที่เกิดขึ้นไปแก้ปัญหิต่าง ๆ ได้

สรุปแล้ว การ “สวดมนต์เป็น” ต้องทำให้เกิดปัญญา-สร้างบารมีธรรม-แก้ปัญหิต่าง ๆ ได้

๘.๒ ต้องรู้จักแปลงบทสวดมาสู่การปฏิบัติธรรม เช่น

พุทฺธัง สระระณัง คัจฉามิ = ข้าพเจ้าขอถึงพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่ง-ที่ระลึก

ธัมมัง สระระณัง คัจฉามิ = ข้าพเจ้าขอถึงพระธรรมเป็นที่พึ่ง-ที่ระลึก

สังฆัง สระระณัง คัจฉามิ = ข้าพเจ้าขอถึงพระสงฆ์เป็นที่พึ่ง-ที่ระลึก

การยึด “พระพุทธ” เป็นที่พึ่ง คือการปฏิบัติเข้าถึงความเป็น “พุทธะ” ได้แก่

“ผู้รู้” คือ ลักแต่ว่า “รู้” ในสิ่งที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง ไม่มีการคิด - นึก - ประจักษ์ต่อ ได้แก่ “การรู้เฉย ๆ” เช่น

\* เห็นช็อกโกแลตวางขายในห้างสรรพสินค้า จริง ๆ แล้ว เห็นแต่สี + รูป ลักษณะของก้อนช็อกโกแลต เท่านั้น เท่ากับ “รู้” เฉย ๆ แต่จิตดันไปประจักษ์ต่อว่า

อยากกิน เลยต้องสนองความอยากด้วยการเสาะแสวงหาซื้อมา

\* เห็นบุคคลเดินผ่านมา จริง ๆ แล้ว ตาก็เป็นแต่เพียง “เห็น” บุคคล (คือธาตุ ๔) เท่านั้น แต่จิตทำงานว่องไวมาก ไปดึงเอา “สัญญา” (ความจำ) ออกมาว่า คน ๆ นี้เคยทำไม่ดีกับเรา คน ๆ นี้เป็นศัตรูเรา แล้วจิตก็ปรุงแต่งต่อ (สังขาร) ว่าเราไม่ชอบคน ๆ นี้ เราเกลียดคน ๆ นี้ เป็นต้น

สรุปแล้ว ทุก ๆ สิ่งทุก ๆ อย่าง มันก็เป็นเช่นนั้นของมันเอง เช่น ดอกไม้สีแดง สีเหลือง ฯลฯ ดอกไม้รูปลักษณะแบบนี้แบบนี้ มันก็เป็นเช่นนั้นของมันเอง ไม่มีสวย-ไม่สวย น่ารัก-น่าเกลียด ฯลฯ แต่ใจเราต่างหากที่เกิดปฏิกิริยาปรุงแต่งกับมัน ทำให้มี สวย-ไม่สวย น่ารัก-น่าเกลียด เกิดขึ้น เลยไม่เข้าถึงความเป็นธรรมชาติเช่นนั้นของมันเองสักที

เหมือนกับประโยคที่ว่า “ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นตถาคต” ก็ในเมื่อพระพุทธเจ้าเสด็จดับขันธปรินิพพานไปนานแล้ว จะไปเห็นพระตถาคตได้อย่างไรกัน

จริง ๆ แล้ว “ตถาคต” มีความหมายอีกอย่างหนึ่งว่า “พระผู้รู้ตถธรรม” คือธรรมที่เป็นเช่นนั้นของมันเอง มีความหมายเช่นเดียวกับคำว่า “ตถตา” ฉะนั้น จึงมีความหมายว่า ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นก็เห็นถึงความเป็นเช่นนั้นของมันเอง ซึ่งเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย

ฉะนั้น ทุก ๆ เหตุการณ์ไม่ว่าจะ ดี-ร้าย สมหวัง-ผิดหวัง ฯลฯ ล้วนไม่ใช่เป็นตัวกำหนดสุขหรือทุกข์ เพราะมันเกิดขึ้นตามเหตุตามปัจจัยของมันเช่นนั้นเอง แต่ใจเราต่างหากที่ไปทำปฏิกิริยากับมัน หรือคิดไปต่าง ๆ นานา (“สังขาร”) แล้วก็เลยออกมาเป็น “สุข” หรือ “ทุกข์” ภายหลังที่เกิดการปรุงแต่งเข้าไปให้แล้ว

ถ้าพูดเกี่ยวกับตัว “รู้” จะมีทั้งหมด “๕ รู้” คือ

(๑) รู้แบบ “วิญญานรู้” (เกิดจาก “ผัสสะ”)

(๒) รู้แบบ “สัญญารู้” (เกิดจาก “ความจำ”)

(๓) รู้แบบ “เวทนารู้” (เกิดจาก “ความรู้สึก”)

(๔) รู้แบบ “ปัญญารู้” (เกิดจาก “ภาวนามยปัญญา” วิชาใช้ประหารกิเลส ตัณหา อุปาทาน)



(๕) ฐึ้แบบ “พุททะฐึ้” คื้ ฐึ้แจ้เงทงตลอดจนกลายเป็น “วิชชา” ฝ้เงแน่อยู่ในจิต เพื่อไว้ปราบ “อวิชชา” สำหรั้ตัว “ปัญญฐึ้” นั้น หากไม่ฐึ้จัก “ปล่อยวางในตั้วปัญญา” มันก็จะคากอยู่ในจิตทำให้แปรเปลี่ยนเป็น “มานะ-หยังยโส” ได้ ทำให้ไม่สามารถบรรลุ มรรค-ผล-นิพพาน ในที่สุดได้ ซึ่งต่างจาก “ฐึ้เฉย ๆ” แบบ “พุททะฐึ้” มันเป็น “ธาตฐึ้” ตามธรรมชาติของมันชนั่นเอง จึงไม่มีวันแปรเปลี่ยนเป็นอย่างอื่น

“ผู้ตื่น” คื้ให้ตื่นจาก “ความหลง” ในโลกโลกียะ หรือใน “ทวิภาวะ” ทั้งหลาย หากก้าวพ้น “ทวิภาวะ” ไม่ได้ ก็ยอมไปไม่ถึง “โลกุตตระ” คื้ฝ้เงแห่งความหลุดพ้น หรือพระนิพพานนั่นเอง

“ผู้เบิกบาน” ใจจะเบิกบานได้ ใจต้องไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใดเลย ใจจะต้องเป็นกลางไม่โอนเอนไปข้างใดข้างหนึ่ง เช่น ไม่ยึดทั้งสุข-ทุกข์ บุญ-บาป กุศล-อกุศล ฯลฯ เมื่อทำได้เช่นนี้ ใจย่อมเบิกบานทุกเวลา

การยึด “พระธรรม” เป็นที่พึ่ง การเข้าถึง “พระธรรม” คื้การเข้าถึงธรรมชาติ หรือกฎแห่งธรรมชาติที่มีอยู่ และคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ล้วนไม่ขัดต่อธรรมชาติ หรือกฎแห่งธรรมชาติทั้งสิ้น

กฎแห่งธรรมชาติซึ่งค้นพบโดยองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ยิ่งใหญ่ที่สุดกฎหนึ่ง คื้ “กฎแห่งไตรลักษณ์” หรือ “อนิจจัง-ทุกขัง-อนัตตา” ฉะนั้น การเข้าถึงโดยหมั่นพิจารณากฎนี้้อยู่เนืองๆ ก็เท่ากับการยึดพระธรรมเป็นที่พึ่งทำให้เข้าถึง “วิปัสสนาญาณ” และ “ความหลุดพ้น” ได้ในที่สุด

การยึด “พระสงฆ์” เป็นที่พึ่ง พระสงฆ์ คื้สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นผู้สืบทอดคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า และเป็นผู้มีจริยวัตรตรงงามโดยถือตามจริยวัตรของพระพุทธเจ้า เช่น การสำรวมในอินทริย์ 6 การมีชีวิตที่เรียบง่าย การฐึ้จักประมาณในการบริโภค การมีความเพียรในการประหารกิเลส ฯลฯ

การยึดพระสงฆ์เป็นที่พึ่ง ก็หมายความว่า เราต้องยึดจริยวัตรที่พระสงฆ์ปฏิบัติมาเป็นจริยวัตรของเราเอง 

(โปรดติดตามอ่าน “ตอนที่ ๓” ในฉบับหน้า)

**ขอให้ทุก ๆ ท่านจงเจริญในธรรม**

สวัสดี

# เมื่อเรากลายเป็น “ของมัน”

โดย พระไพศาล วิสาโล

นิตยสารซีเครท : Vol.2 No.50 26 July 2010

Joyful Life & Peaceful Death เมื่อเรากลายเป็น “ของมัน”

เคยสังเกตไหมว่าเวลาเพื่อนทำกระเป๋าเงินหาย เราสามารถสรรหาเหตุผลมาได้มากมายเพื่อช่วยให้เธอทำใจ (ยังดีที่ไม่เสียมากกว่านี้, ถือว่าใช้กรรมก็แล้วกัน, เงินทองเป็นของนอกกาย ฯลฯ)

ในทำนองเดียวกันเวลา เพื่อนอกหัก ถูกแฟนทิ้ง เราก็รู้ว่าควรจะทำอะไรเพื่อให้เธอปลื้มใจ แต่เวลาเราประสบเหตุอย่างเดียวกัน กลับทำใจไม่ได้ เอาแต่คร่ำครวญจมอยู่กับความสูญเสีย คำแนะนำดี ๆ ที่ให้กับเพื่อนกลับเอามาใช้กับตัวเองไม่ได้ บ่อยครั้งก็นึกไม่ออกด้วยซ้ำว่าควรจะทำใจอย่างไร ใช้หรือไม่ใช้สาเหตุที่เราสามารถแนะนำเพื่อนได้อย่างฉลาดฉลาด ก็เพราะเงินของเพื่อน ไม่ใช่เงินของฉัน แฟนของเพื่อน ไม่ใช่แฟนของฉัน เราจึงไม่รู้สึกร้อนเท่าใดนัก ปัญญาจึงทำงานได้เต็มที่ แต่เมื่อใดที่เหตุร้ายเกิดกับเงินของฉัน หรือกับแฟนของฉัน อารมณ์จะท่วมท้นใจจนนึกอะไรไม่ออก

ไม่มีอะไรที่จะทรงพลังเท่ากับคำว่า **“ของฉัน”** ไม่ว่าความวิตติจะรุนแรงเพียงใดก็ตาม หากมันไม่เกี่ยวข้องกับ **“ของฉัน”** เราก็ไม่ค่อยรู้สึกรู้สึกสำคัญ แต่ทันทีที่มีอะไรมากระทบกับ **“ของฉัน”** แม้เล็กน้อยเพียงใด มันกลับกลายเป็นเรื่องใหญ่ทันที

หลายคนดูข่าวแผ่นดินไหวในอิหร่านที่มีคนตายนับแสนคนด้วยความรู้สึกเฉย ๆ แต่จะขุ่นเคืองไปทั้งวันเมื่อพบว่ารถของตนมีรอยขีดข่วนที่ตัวถัง

สาเหตุที่ผู้คนยอมเหนื่อยยากทำงานตัวเองเป็นเกลียวก็เพื่อรักษาและเพิ่มพูน **“ของฉัน”** ให้มากที่สุด ความยึดอยากให้ทุกอย่างเป็น **“ของฉัน”** ทำงานอยู่ในส่วนลึกของจิตใจตลอดเวลา แม้เก้าอี้ในโรงหนังที่เพิ่งมานั่งได้ไม่กี่นาที เราก็เรียกว่า **“เก้าอี้ของฉัน”** ได้อย่างเต็มปากเต็มคำ

แต่เราเคยสังเกตไหมว่า ทันทีที่ยึดอะไรก็ตามว่าเป็น **“ของฉัน”** เรากลายเป็น **“ของมัน”** ไปทันที เราจะยอมทุกข์เพื่อมัน ถ้าใครวิจารณ์เลื้อของฉัน ตำหนิหรือของฉัน เราจะโกรธและจะแก้ต่างให้มัน บางครั้งถึงกับแก้แค้นแทนมันด้วยซ้ำ ถ้าเงินของฉันถูกขโมย เราจะทุกข์ข้ามวันข้ามคืนทีเดียว

คนจำนวนไม่น้อยยอมตายเพื่อรักษาสร้อยเพชรไว้ไม่ให้ใครกระชากเอาไป บางคนยอมเสี่ยงชีวิตฝ่าเปลวเพลิงที่กำลังลุกไหม้บ้านเพราะกลัวอัญมณีจะถูกทำลายวายวอด

ขณะนี้แล้วควรจะเรียกว่า มันเป็น **“ของฉัน”** หรือฉันต่างหากที่เป็น **“ของมัน”** เป็นเพราะหลงคิดว่ามันเป็น **“ของฉัน”** ผู้คนทั้งโลกจึงกลายเป็น **“ของมัน”** ไปโดยไม่รู้ตัว มีชีวิตอยู่กับเพื่อน ยอมทุกข์ก็เพื่อน ทั้ง ๆ ที่รู้ว่ามีเวลาอยู่ในโลกนี้จำกัด แต่ก็ใช้เวลาไปอย่างไม่เสียดายก็เพื่อน ช้ำร้ายกว่านั้นหลายคนยอมทำชั่วออกตัญญูต่อผู้มีพระคุณก็เพื่อน ยิ่งยึดมั่นว่าทรัพย์สมบัติเป็นของฉัน เรากลับกลายเป็นทาสของมัน จิตใจนี้อุทิศให้มันสถานเดียว

เศรษฐีเงินกู้คนหนึ่ง เป็นโรคอัลไซเมอร์ในวัยชรา จำลูกหลานไม่ได้แล้ว แต่สิ่งเดียวที่จำได้แม่นก็คือสมุดจดบันทึกทรัพย์สิน ทุกวันจะหยิบสมุดเล่มนี้มาพลิกดูไม่รู้เบื่อ แม้ลูกหลานจะชวนสวดมนต์หรือฟังเทศธรรมะ ผู้เฒ่าก็ไม่สนใจ จิตใจนั้นรับรู้ปักตรึงอยู่กับเงินทองเท่านั้น ไม่ต้องสงสัยเลยว่าเมื่อสิ้นลมผู้เฒ่าจะนึกถึงอะไรและจะไปสุคติได้หรือไม่

ไม่ว่าจะมีเงินทองมากมายเพียงใด เมื่อตายไปก็ไม่มีใครเอาไปได้แม้แต่อย่างเดียว นั่นเป็นข่าวร้ายสำหรับผู้ทุ่มเทชีวิตทั้งชีวิตเพื่อทรัพย์สมบัติ แต่ที่ร้ายกว่านั้นก็คือ หากหวงแหนติดยึดมั่นแม้กระทั่งในยามสิ้นลม มันก็สามารถถูกลงอบายได้

ถ้าไม่อยากเป็น “ของมัน” ก็ควรถอนความสำคัญมันหมายความว่ามันเป็น “ของฉัน” การให้ทานเป็นวิธีการเบื้องต้นในการฝึกจิตให้ถอนความสำคัญมันหมายดังกล่าว

ถ้าให้ทานอย่างถูกวิธี ไม่เพียงแต่จะเป็นประโยชน์แก่ผู้รับเท่านั้น หากยังเป็นประโยชน์แก่ผู้ให้ ประโยชน์ประการหลังนี้ได้หมายถึงความมั่งมีศรีสุขในอนาคตเท่านั้น ที่สำคัญกว่านั้นก็คือช่วยลดความยึดติดในทรัพย์ “ของฉัน” แต่อาณิสต์ดังกล่าวจะเกิดขึ้นได้ต่อเมื่อเราให้โดยไม่ได้หวังอะไรกลับคืนมา หากให้เพื่อมุ่งประโยชน์แก่ผู้รับเป็นสำคัญ ไม่ว่าผู้รับนั้นจะเป็นพระหรือไม่ก็ตาม และเมื่อให้ไปแล้วก็ให้ไปเลย โดยไม่คิดว่าของนั้นยังเป็นของฉันอยู่

การให้ทานและเอื้อเฟื้อเจือจานเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันให้แก่อารมณ์ ทำให้ไม่ทุกข์เมื่อประสบความสูญเสีย ในทางตรงข้ามคนที่ตระหนี่ แม้จะมีความสุขจากเงินทองที่พอกพูน แต่หารู้ไม่ว่าจิตใจนั้นพร้อมที่จะถูกระทอนกระแทกในยามเสียทรัพย์ แม้จะเป็นเรื่องที่น่าเจ็บก็ตาม

ชาวอินเดียผู้หนึ่งเป็นคนตระหนี่ถี่เหนียวมาก วันหนึ่งได้รับโทรศัพท์จากรรยาว่าเธอปวดท้องและปวดศีรษะมากจนต้องเข้าโรงพยาบาล หมอจึงสั่งตรวจเลือดและทำอัลตราซาวด์ เพราะเกรงว่าเป็นไส้ติ่งอักเสบ พอรู้เช่นนี้เขาจึงสั่งให้ภรรยารีบหนีออกจากโรงพยาบาลโดยไม่ต้องจ่ายอะไรทั้งสิ้น แล้วเขาก็โทรศัพท์ไปด่าหมอว่าเห็นแก่เงิน สั่งตรวจเลือดและทำอัลตราซาวด์โดยไม่จำเป็น หมอพยายามอธิบายอย่างไรเขาไม่ยอมเข้าใจ.....

ต่อมาเขามีเหตุต้องเข้าโรงพยาบาลเดียวกันนั้นเพื่อผ่าตัดนิ่วในถุงน้ำดี เขาต้องรักษาตัวอยู่ในโรงพยาบาลหลายวันเนื่องจากการติดเชื่อ ค่าใช้จ่ายจึงเป็นจำนวนมาก วันสุดท้ายที่เขาอยู่โรงพยาบาล เจ้าหน้าที่ฝ่ายการเงินได้มาเก็บเงินจากคนไข้ถึงในห้อง ทันที่เขาเห็นตัวเลขค่าใช้จ่าย ก็เกิดอาการช็อคและสิ้นลมคาเตียง

เงินนั้นมีไว้ใช้ แต่เมื่อใดที่เปลืองใจกลายเป็นของมันไป มันก็สามารถทำร้ายจนถึงแก่ชีวิตได้



# ความลงตัว ในความแตกต่าง

โดย พระอาจารย์ชาญชัย อธิปญฺโญ

ได้เขียนเรื่องหนัก ๆ เกี่ยวกับความตายมาหลายตอน ฉบับนี้ขอนำเรื่องเบา ๆ มาเสนอผู้อ่าน เป็นเรื่องที่ได้เขียนไว้นานพอควร เดิมใช้ชื่อเรื่องว่า “ดอกไม้” เคยลงพิมพ์แจกเป็นธรรมทานมาก่อน เรื่องมีดังนี้

ดอกไม้ ดารดาอยู่ทั่วถิ่น  
หลากสี หลายพันธุ์ แต่งแต้มให้โลกสวยงาม  
บางดอกมีสีขาวสะอาดตาแจ่มเช่นดอกมะลิ  
แต่เชื่อว่าจะมีเพียงขาวเดียว ยังมีขาวนวล ขาวอมเทา อยู่ในดอกเดียวกัน

บางดอกมีรูปทรงกลมกลิ้งดังเช่นดอกทานตะวัน  
แต่ก็ยังมีกลีบสั้น กลีบยาว ร้อยเรียงสลับซับซ้อน  
อยู่ในดอกเดียวกัน

แม้ดอกเฟื่องฟ้าที่เรียวรำปลิวลมไสว  
ก็ยังมีสีขาว สีส้ม สีชมพู สีม่วงแดง  
สอดแซงอยู่ในดอกเดียวกัน  
ความงามที่แตกต่างหลากสี หลากพรรณ  
เป็นความงามที่ยั่งยืนไม่จืดตา

ดอกไม้มีหลากสี  
ความดีก็มีหลายแบบ  
บ้างใจดี บ้างพูดดี บ้างทำดี บ้างสัมพันธ์ดี  
ทุกคนต่างก็มีดีอยู่ในตัว

จงพยายามค้นหาความดีของผู้ที่เราสัมพันธ์ด้วยให้พบ  
นั่นคือโอกาสที่เราจะแสดงความดีในตัวของเราต่อเขา  
อย่างน้อยก็รอยยิ้ม ทำหน้าที่เป็นมิตร  
อันจะช่วยเพิ่มพูนสัมพันธ์อันดีให้ยาวนาน







ไม่มีสิ่งใดดีโดยสมบูรณ์ ทุกคนต่างก็มีเสีย  
 บ้างปากเสีย บ้างนิสัยเสีย บ้างอารมณ์เสียอยู่บ่อย ๆ  
 ข้อเสียมิใช่สิ่งที่น่ารังเกียจเสมอไป  
 แต่เป็นสิ่งที่เจ้าตัวจะต้องแก้ไข

อย่าพยายามค้นหาข้อเสียของผู้ที่เราสัมพันธ์ด้วยให้เกินกว่าเหตุ  
 เพราะจะทำให้เราแสดงข้อเสียในตัวของเราต่อเขา  
 อย่างน้อยก็สีหน้า ท่าที หรือน้ำเสียง  
 อันเป็นการรอนมิตรไมตรีให้ลั่นลง

ทีมงานที่เข้มแข็งเกิดจากความแตกต่างของแต่ละคน  
 ดูกองคกรัตที่แข็งแกร่งเกิดจากส่วนผสมที่ต่างกัน  
 เหล็ก หอดยาวคุมขบวน เป็นแกนของโครงสร้าง  
 หิน แข็งแกร่งขรุขระ ทนแรงกระแทก เป็นพื้นฐานรับน้ำหนัก  
 ปูน ละเอียดเป็นผง กุมส่วนผสมเข้าด้วยกัน  
 ทราย เม็ดเล็ก ๆ นุ่มมือกระจายได้ทั่ว ช่วยประสานสัมพันธ์  
 น้ำ ชำแรกแทรกซึมอยู่ทั่วไป คลุกเคล้าส่วนผสมเข้าเป็นเนื้อเดียวกัน

อย่าหาแต่คนเลอเลิศให้ได้ตั้งใจ  
 จงให้ออกาสกับทุกคนที่เข้ามามีส่วนร่วม  
 ให้เขาได้แสดงศักยภาพของเขา

การเปิดใจยอมรับความแตกต่างของสิ่งต่างๆ  
 และพร้อมที่จะเป็นส่วนหนึ่งในทีมที่มีความแตกต่างอย่างกลมกลืน  
 คือศิลปะในการดำเนินชีวิตในโลกของความแตกต่างใบนี้

จงเป็นส่วนหนึ่งของสีดอก กลีบดอก เกสรดอก  
 ของดอกไม้บานพันธุ์ที่สดสวยตาชตาอยู่ทั่วไป  
 แต่อย่าเป็นดอกไม้ทั้งดอก เพียงดอกเดียวในอุทยาน  
 เพราะจะอยู่อย่างอ้างว้าง ว่าง  
 รอวันเฉาโรยรา ไร้ผู้เหลียวแล. (๐)





## แลกทุกซั๊กกับไหม

โดย พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อบุชา สุภทฺโท)

วันหนึ่ง ขณะที่ธุดงค์ไปพักที่วัดถ้ำแสงเพชรซึ่งอยู่ไกลจากอำเภอเมือง จังหวัดอำนาจเจริญพอสมควร ปรากฏว่ามีโยมอุปัฏฐากที่เป็นผู้มีหน้ามีตาของอำเภอ และเป็นที่ยู้งักกันดีในหมู่นักปฏิบัติ มานั่งร้องให้ต่อหน้าหลวงพ่อบุชา หลวงพ่อบุชาก็ยังคงนั่งเฉยอยู่ จนเมื่อโยมได้สร้างโศกกลางข้าง ท่านก็ถามว่า “เป็นอะไรล่ะ จึงนั่งร้องให้” โยมผู้นั้นเล่าว่า รถที่เพิ่งซื้อใหม่ถูกขโมยไปแล้ว แต่หลวงพ่อบุชาก็นั่งเงียบ เผอิญก็มีโยมผู้ชายคนหนึ่งมาพร้อมกับญาติ พอกราบหลวงพ่อบุชาก็ร้องไห้เป็นวรรค เป็นแวนเช่นกัน หลวงพ่อบุชานั่งคอยจนเขาพอพูดได้ ก็ถามด้วยคำถามเดิมว่า “เป็นอะไรไปล่ะ”

เขาก็ตอบว่า “เมียตายสองคน ลูกตายสองคน” (เผอิญชายคนนี้มีภรรยาสองคนอยู่ในบ้านเดียวกัน) หลวงพ่อบุชาก็ถามต่อว่า “เป็นอะไรตายล่ะ” โยมผู้ชายก็ตอบว่า “กินเห็ดเหือดตาย”

หลวงพ่อบุชาก็ไปถามโยมผู้หญิงที่ยังน้ำตาซึม แต่ก็นั่งเงียบฟังโยมผู้ชายเล่า อยู่ด้วยและพูดว่า “แลกกันไหมล่ะ ดูซิ ของเขาถูกเมียตายตั้งสี่คน ของโยมรถหายคันเดียว โลกนี้เป็นอย่างนี้แหละ มีความปรารถนาอะไรแล้วไม่ได้สิ่งนั้นก็ทุกข์ ไม่อยากให้รถหาย มันก็หาย ไม่อยากให้ลูกเมียตาย ก็ตาย ใครจะห้ามได้ ชีวิต

ทุกชีวิตเป็นอย่างนี้แหละ ใครอยากละ โยมอยากให้รทหายไหม โยมอยากให้ ลูกเมียตายไหม”

ทั้งคู่อื้ตอบรับหลวงพ่อกว่า “ไม่ยากคะ (ครับ)”

หลวงพ่อกล่าวต่อไปว่า “เป็นอย่างนี้แหละ ความโศก ความร่ำไรรำพัน ให้เราพิจารณาดูทุกสิ่งทุกอย่าง ถ้าเราไม่หนีมัน มันก็หนีเรา คนก็เหมือนกัน เราไม่จากเขา เขาก็จากเรา มันอยู่ที่ใครไปก่อนใครเท่านั้นเอง บางทีวัดถูกก็ไปก่อนเรา บางทีเราก้ไปก่อนวัดถูก บางทีคนใกล้ชิดเราเขาก็ไปก่อน บางทีเราไปก่อนเขา มัน เป็นไปตามเหตุปัจจัยของกรรม ซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า

สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม เราย่อมมีกรรมเป็นทายาท มีกรรมเป็นผู้ติดตามให้ผล ไม่ว่าจะบุญหรือบาป ดีหรือชั่วก็ตาม เราจะต้องรับกรรมนั้นโดยแน่นอน

สำหรับโยมผู้ชายนั้นโยมผู้หญิงกับลูกเขาทำกรรมกับเรามาแค่นี้ เขาตายไป เขาก็ไม่ขออนุญาตเรา ไม่บอกเรา ไม่ได้เขียนใบลา เขาก็ตายไป โยมผู้หญิงก็เช่นกัน รถคันนี้มันทำกรรมกับโยมมาแค่นี้ รถมันก็ไม่บอกเราก่อนว่ามันจะถูกขโมยแล้วนะ อยู่ ๆ มันก็หายไป ดังนั้นให้เราเห็นว่า เป็นธรรมดาของทุกสิ่งทุกอย่าง เราไม่หนีมัน มันก็หนีเรา เราเกิดมาเป็นอะไร เกิดที่ไหน เกิดมาก็ครั้ง ๆ โลกก็เป็นเช่นนี้ เราเองต่างหากที่ไปอุปาทานว่า นี่รถของเรา นี่ลูกนี่เมียของเรา รถมันไม่เคยบอกนะว่ามัน เป็นของเรา เราไปซื้อมันมาตกแต่ง มารักมันเอง ที่จริงรถมันไม่ได้เป็นของเรา

มันเป็นของธรรมชาติที่ไหลไปตามเหตุปัจจัย มนุษย์ไปสมมติขึ้นมา แล้วยึดว่าเราเป็นเจ้าของ เมื่อมันหายไปให้เราคิดว่า นั่นเป็นการคืนกลับสู่ธรรมชาติ โยมผู้ชายก็เหมือนกัน ลูกเมียก็เสียไปแล้ว พิจารณามองให้เห็นว่าเป็นทุกข์ ไม่ใช่พอสร้างโคกก็ไปหามาใหม่ เป็นการเพิ่มทุกข์ขึ้นมาอีก เราควรทำบุญ ให้ทาน รักษาศีล ทำภาวนา เผื่อให้ผู้ตายบ้าง เราเองก็ต้องตาย ไม่นานว่าเมื่อไร ขอให้เข้าใจสังขารของธรรมชาติ”

หลวงพ่อกล่าวเป็นสังเขปพอให้โยมสร้างทุกข์ หน้าที่ของพระก็คือ แก้ไขทุกข์ โดยคิดว่า ทุกคนเป็นเพื่อนทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตายด้วยกันหมดทั้งสิ้น เมื่อกล่าวไปแล้วก็ไม่ได้คิดปรุงว่า จะแก้ ได้หรือไม่ได้ เพราะทุกสิ่งทุกอย่างมีคำตอบอยู่ในตัวมันเองอยู่แล้ว ผู้มีปัญญาจะค้นหาคำตอบ ของปัญหาของเขาเองได้ในที่สุด

# การตัดกรรม

โดย อาจารย์วศิน อินทสระ

ในส่วนมากเวลานี้มีความทุกข์ ความเดือดร้อน จะไปเข้าพิธีกรรมตาม วัตถุประสงค์ต่าง ๆ ที่เขาโฆษณาว่าจะมีพิธีตัดกรรม เคยไปดูเขาเหมือนกันว่าพิธีตัดกรรมเขาทำอย่างไร ไปยืนดูอยู่ห่าง ๆ ไม่ได้เข้าไปในวงที่เขาทำพิธี พิธีที่ทำก็เห็นเอาผ้าขาวผืนใหญ่โยนคลุมลงไปในกลุ่มคนที่ไปทำพิธีตัดกรรม พระผู้ทำพิธีจะสวดคำหรือจะเรียกคาถาก็แล้วแต่ว่า *กมฺมสฺสโกมฺหิ กมฺมททยาโท กมฺมโยนิ กมฺมพฺนฺธุ กมฺมปฏฺฐิสฺสโรณ ยํ กมฺมํ กวิสฺสํมิ กลฺยาณํ วา ปาปกํ วา ตสฺส* ที่จริงมีคำว่า *ตสฺส* (อ่านว่า ตัด-สะ) *ททยาโท กวิสฺสํมิ* แต่ท่านผู้ทำพิธีจะไม่เลยไปถึง *ตสฺส ททยาโท กวิสฺสํมิ* จะหยุดอยู่แค่คำว่า *ตสฺส* มาจาก *ตสฺส* นั้นแหละครับ เพื่อเอาเคล็ดที่ว่า...เป็นการตัดกรรม

คำสวดแปลเอาใจความว่า *กมฺมสฺสโกมฺหิ* เรามีกรรมเป็นของของตน *กมฺมททยาโท* เราเป็นผู้รับมรดกกรรม *กมฺมโยนิ* เรามีกรรมเป็นกำเนิด *กมฺมพฺนฺธุ* เรามีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ *กมฺมปฏฺฐิสฺสโรณ* เรามีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย *ยํ กมฺมํ กวิสฺสํมิ* เราทำกรรมอันใดไว้ *กลฺยาณํ วา* ดีก็ตาม *ปาปกํ วา* ชั่วก็ตาม *ตสฺส ททยาโท กวิสฺสํมิ* เราจักต้องเป็นผู้รับผลแห่งกรรมนั้น นี่คือใจความของคำสวดที่สวด อันนี้เป็นพระพุทธรูปที่อยู่ในอภินิหารปัจจุเวกขณะ ๕ ข้อ ที่พระพุทธเจ้าตรัสให้พุทธสาวกพิจารณาเรื่อง ๆ อภินิหารแปลว่าเรื่อง ๆ ปัจจุเวกขณะแปลว่าพิจารณา อภินิหารปัจจุเวกขณะ ให้พิจารณาเรื่อง ๆ ว่า

๑. เรามีความแก่เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้
๒. เรามีความเจ็บเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปได้
๓. เรามีความตายเป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความตายไปได้
๔. เรามีความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รักที่พอใจเป็นธรรมดา ไม่อาจจะล่วงพ้นไปได้
๕. เรามีกรรมเป็นของของตน

นี่ครับ พระพุทธเจ้าสอนให้พิจารณาเรื่อง ๆ บ่อย ๆ ทุกวัน ๆ ไม่ว่าจะ เป็นบรรพชิต หรือคฤหัสถ์ ไม่ว่าจะ เป็นผู้หญิงหรือผู้ชาย

เมื่อทำพิธีตัดกรรมโดยการเอาของไปถวายพระ จะเป็นสังฆทานหรือไม่เป็น หรือจะเป็นสังฆทานเวียน ก็แล้วแต่ คือไปซื้อของเอาที่นั่นแล้วของยังคงอยู่ ก็จ่ายเงินไป คนใหม่มาซื้อของต่อไป กรรมจะถูกตัดให้ขาดไปได้ใหม่ ลองคิดดู แม้ในคำที่สวดนั่นเอง ก็บอกชัดเจนแล้วว่าเรามีกรรมเป็นของของตน ผู้ทำกรรมอันใดไว้ จะดีหรือชั่วก็ตาม จักต้องเป็นผู้รับผลแห่งกรรมนั้น ที่นี้ใครจะตัดได้นอกจากเราจะตัดเอง ถ้าจะตัด เราผู้ทำกรรมจะต้องตัดเอง

วิธีตัดกรรมที่ถูกต้องและมีผลจริง คือ

**ประการที่ ๑** เราต้องเป็นผู้หยุดทำกรรมนั้น กรรมใดที่จะทำให้เกิดผลร้าย เราต้องหยุดทำกรรมนั้น เราต้องการผลดีก็ทำกรรมดี *กลยาณํ วา ปาปกํ วา ตสฺส ทายาทิ ภวิสฺสามิ* เราทำกรรมอันใดไว้ดีหรือชั่วก็ตาม จักเป็นผู้รับผลแห่งกรรมนั้น พอเราหยุดทำกรรมที่ชั่วร้ายหรือที่จะมีผลไม่ดี แล้วมาทำกรรมใหม่ที่ดี เพียงแต่หยุดทำกรรมชั่วเท่านั้น พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าเป็นการลบล้างหรือหยุดกรรมไปได้ช่วงหนึ่งแล้ว ถ้าเราไปทำกรรมดีเพิ่มขึ้น ๆ เหมือนเราเพิ่มน้ำลงไปเติมน้ำลงไป น้ำน้อยแห้งไฟ ถ้าน้ำมาก เราเพิ่มน้ำ ลูไฟได้ วิธีตัดกรรมต้องทำอย่างนี้

**ประการที่ ๒** การตัดกรรมที่ถูกต้องและตัดได้จริง โดยตัดเหตุของกรรมอะไรเป็นเหตุของการทำกรรม คือกิเลสเป็นเหตุให้ทำกรรม เราลองนึกดูนะครับว่ากรรมแรง ๆ ร้าย ๆ ที่ปรากฏอยู่ในสังคม มันมาจากการผลักดันของกิเลสทั้งนั้น ไปฆ่าเขาไปทำร้ายเขา ไปปล้นเขาไปคอร์รัปชันเขา ไปทำอะไรต่ออะไรต่าง ๆ ที่เป็นความร้ายต่าง ๆ มันไปจากการผลักดันของกิเลสทั้งนั้น วิธีที่จะตัดกรรมก็ต้องไป



ตัดตรงเหตุที่จะให้เกิดกรรมคือลดกิเลสลง ลดกิเลสลงเบาบางเท่าไร เหตุที่จะให้ทำชั่วก็น้อยลง เบาบางลง แต่เหตุที่จะให้ทำกรรมดีหรือความดีก็จะเพิ่มมากขึ้น

ท่านดวงจร ๓ อย่างก็ได้ คือ วงจรของกิเลส กรรม และวิบาก กิเลสนำไปสู่การกระทำ กรรมดีบ้างชั่วบ้าง ถ้าทำกรรมดีมีผลดี ทำให้เกิดความรู้สึกดีกว่าทำชั่วถึงจะมีผลดีและทำให้คนเพ็ดเพลินหลงใหลในความดีหรือผลดีอันนั้น เกิดจิตความพอใจยินดี ก็ยังดีกว่าที่จะไปมีกิเลสรุนแรง แล้วไปทำกรรมชั่วอันเป็นเหตุให้มีวิบากรุนแรง ถ้าจะตัดกรรมทั้งดีทั้งชั่ว โดยเฉพาะอย่างยิ่งกรรมชั่ว ต้องลดกิเลสลง ถ้าตัดกิเลสลง ถ้าตัดกิเลสได้ถึงที่สุด ก็จะเป็นการล้มเลิกบัญญัติกรรม แปลว่าเรื่องของกรรมเป็นอันล้มไปเลย ไม่ต้องพูดเลย สามารถอยู่เหนือกรรม

ขอให้ท่านผู้ฟังพิจารณาข้อความต่อไปนี้ นะครับ เรื่องกรรม ๔ อย่างคือ

- ๑) กรรมดำให้ผลดำ หมายถึงกรรมชั่วหรือทุจริต ให้ผลเป็นทุกข์
- ๒) กรรมขาว คือสุจริตหรือกรรมดี ให้ผลเป็นสุข
- ๓) กรรมทั้งดำทั้งขาว หมายถึงว่า ทั้งกรรมดีและกรรมชั่วคละกันปนกัน ให้ผลทั้งดำทั้งขาว คือให้ผลเป็นสุขบ้างทุกข์บ้าง
- ๔) กรรมไม่ดำไม่ขาว ให้ผลไม่ดำไม่ขาว กรรมไม่ดำไม่ขาว คือ เจตนาในการที่จะล้มเลิก เจตนาในการที่จะตัดทั้งกรรมดำและกรรมขาว กรรมไม่ดำไม่ขาวนี้แหละเป็นไปเพื่อความสิ้นกรรม

ค่อนข้างจะเข้าใจยาก ค่อนข้างจะสูงนิตหนึ่ง ท่านลองนึกดูอย่างนี้นะครับ คนชั่วทำชั่ว มีผลออกมาเป็นความทุกข์ คนชั่วทุกข์อย่างคนชั่ว คนดีทุกข์อย่างคนดี มันมีเรื่องให้ทุกข์ตามประสาคนดี ทั้งดีทั้งชั่วปนกัน ทั้งดำทั้งขาวปนกัน ก็มีสุขบ้าง มีทุกข์บ้าง ผลัดกันไป

พระพุทธเจ้าท่านยกตัวอย่างอย่างนี้ กรรมดำให้ผลดำ มีวิบากดำ บุคคลผู้ทำกรรมนั้นก็เกิดในโลกที่มีการเบียดเบียน เมื่อเกิดในโลกที่มีการเบียดเบียนเช่นนั้น ก็ได้กระทบกับผัสสะที่มีการเบียดเบียน ได้แสวงเวทนาที่เป็นไปเพื่อความเบียดเบียน มีความทุกข์โดยส่วนเดียวเช่นผู้ที่ไปเกิดในนรก มีแต่ความทุกข์ นี้แหละคือกรรมดำมีผลดำ

ที่นี้กรรมขามีผลขาว พระพุทธเจ้าท่านตรัสอธิบายว่า กายกรรม วจีกรรม มโนกรรม ของบุคคลใดไม่มีการเบียดเบียน เมื่อเกิดในโลกที่ไม่มีการเบียดเบียน ก็กระทบกับผัสสะที่ไม่มีการเบียดเบียน คือไม่มีเรื่องแห่งการเบียดเบียนกัน ได้รับเวทนาที่ไม่มีการเบียดเบียน คือได้สุขเวทนาโดยส่วนเดียว ดังเช่นเทพเจ้าเหล่าสุภิกษณะ นี่ท่านยกตัวอย่างไว้ในคัมภีร์พระไตรปิฎก นี่แหละคือกรรมขามีผลขาว


ต่อไปเป็นกรรมทั้งดำทั้งขาว มีผลทั้งดำทั้งขาว คือกายกรรม วจีกรรม มโนกรรม ของบุคคลใด เป็นไปเพื่อการเบียดเบียนบ้าง ไม่เป็นไปเพื่อการเบียดเบียนบ้าง เกิดในโลกที่มีการเบียดเบียนบ้าง ที่ไม่มีการเบียดเบียนบ้าง ไปกระทบกับผัสสะที่เป็นไปเพื่อการเบียดเบียนบ้าง ไม่เป็นไปเพื่อการเบียดเบียนบ้าง หมายความว่าต้องเกี่ยวข้องกับเรื่องที่มีการเบียดเบียนกันบ้าง ไม่มีการเบียดเบียนบ้าง เขาย่อมจะได้เสวยเวทนาอันเป็นไปเพื่อการเบียดเบียนบ้าง ไม่เป็นไปเพื่อความเบียดเบียนบ้าง เคลื่อนกล่นไปด้วยสุขและทุกข์ ดังเช่นมนุษย์ทั้งหลาย เทวดาบางพวก วินิบาตบางพวก นี่แหละคือกรรมทั้งดำทั้งขาว มีผลทั้งดำทั้งขาว

กรรมไม่ดำไม่ขาว มีผลไม่ดำไม่ขาว คือเจตนาที่จะละกรรมทั้งปวง ทั้งกรรมดำและกรรมขาว กรรมอย่างนี้แหละเป็นไปเพื่อความสิ้นกรรม คือดำเนินอยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘ เพื่อให้หมดทั้งกรรมดำกรรมขาว เป็นผู้ที่ได้ละทั้งบาปทั้งบุญ บุญบาปปทัสน์ ดังนั้นจะไม่ต้องสุข ไม่ต้องทุกข์ อย่างที่คนทั้งหลายต้องสุขต้องทุกข์แต่อยู่ด้วยความสงบ มีความสงบอย่างเช่นพระอรหันต์เป็นต้น และพระอริยเจ้าในระดับต่าง ๆ นี่คือกรรมดำกรรมขาว กรรมไม่ดำไม่ขาว

คนมีทั้งบุญทั้งบาปมาเกิดเป็นมนุษย์เคลื่อนกล่นไปด้วยสุขและทุกข์ สัตว์เดรัจฉานบางพวกมีความสุข บางพวกมีความสุขตามฐานะของตน ก็เพราะมีกุศลวิบากอยู่ด้วย มนุษย์ชั้นสูงแม้จะมี แต่ก็มีทุกข์เจ็บป่วยอยู่ด้วย เพราะอกุศลวิบากติดตามมาด้วยเหมือนกัน

สำหรับพระอรหันต์เป็นผู้ละบุญละบาปได้ การกระทำของท่านทั้งหมดเป็นเพียงกิริยา ไม่ก่อให้เกิดวิบากที่จะเป็นผลต่อไป ท่านอยู่เหนือความดีความชั่วคล้าย ๆ ครูซึ่งอยู่ในโรงเรียน อยู่เหนือการสอบได้สอบตก ไม่ต้องดีใจเสียใจ เพราะการสอบได้สอบตกของนักเรียน นอกจากจะอนุโมทนากับการสอบได้ของคนอื่นที่ยังเป็นนักเรียนอยู่

เจตนาในการดับกรรมเป็นเจตนาที่สูงที่สุด และเป็นการทำกรรมที่ดีที่สุด เป็นไปเพื่อการสิ้นกรรม ตัดกรรมเราต้องตัดเอง คนอื่นตัดให้ไม่ได้ พระพุทธเจ้ายังตัดให้ไม่ได้ คนต้องตัดเอง สำหรับองค์พระพุทธเจ้าเองนั้นเรียกว่า *สพฺพกมฺมกฺขยปฺตฺโต* ได้เป็นผู้ถึงความสิ้นไปแห่งกรรมทั้งปวง *วิมุตฺโต อุปธิกฺขเย* ได้หลุดพ้นแล้วเพราะความสิ้นไปของกิเลส เห็นไหมครับ หลุดพ้นแล้วเพราะความสิ้นไปของกิเลส จึงได้ถึงความสิ้นกรรมทั้งปวง *พฺพุโธ โส ภควา โปธาย ฌมฺมํ เทเสติ จกฺขมา* พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้นเป็นผู้ตื่นแล้ว เป็นผู้มีจักขุ ทรงแสดงธรรมในโลก อันนี้เป็นตอนที่พราหมณ์ภาวาริส่งลูกน้องหรือลูกศิษย์ ๑๖ คนไปถามปัญหากับพระพุทธเจ้า แต่งปัญหาไปและบอกลูกศิษย์ว่าพระพุทธเจ้าเป็นอย่างนี้ พระพุทธเจ้านั้น เป็นผู้มีจักขุ แสดงธรรมอยู่ในโลก เป็นผู้ถึงความสิ้นกรรมทั้งปวงและหลุดพ้นเพราะความสิ้นไปของกิเลส ท่านที่ชอบค้นคว้าก็ดูในพระไตรปิฎกเล่ม ๒๕ ข้อ ๔๒๔ เรื่องโสฬสปัญหา

ผมจะพูดถึงการตัดกรรมต่อไปอีก มีบทสวดมนต์บทหนึ่งที่พระนิยมนสวดในงานมงคลต่าง ๆ ไปทำน้ำมนต์ในบ้านในวัด คือรัตนสูตร ที่ว่า *ซีณํ ปุราณํ นวํ นตฺถิ สมฺภวํ* ท่านก็สวดอันนี้ว่า กรรมเก่าหมดไปแล้ว กรรมเก่าสิ้นไปแล้ว กรรมที่จะทำให้เกิดใหม่ก็ไม่มี *วิรตฺตจิตฺตทา* ท่านเป็นผู้มีจิตใจที่คลายออกหมดแล้ว *ยติเก ภวสฺสมี* ไม่นั่นที่จะเกิดในภายหลัง กรรมเก่าก็สิ้นไป กรรมใหม่ก็ไม่ได้ทำ *เต ซีณพีชา อวิรุฬฺหิ ฌนฺทา* ท่านเป็นผู้มีพิษสิ้นแล้ว พิษที่จะทำให้เกิดใหม่หมดแล้ว ฉันทะในการที่จะเกิดใหม่ก็ไม่มี *นิพฺพนฺติ ธีรา ยถายมฺปทีโป* นักปราชญ์เหล่านั้นดับสนิทแล้ว เหมือนกับดวงประทีปที่หมดน้ำมันแล้วก็ดับ นี่แหละครับถึงจะเรียกว่าตัดกรรมหรือสิ้นกรรม 

**ทุกวันนี้มีแต่คนชอบทำบุญ เป็นนักแสวงบุญ แต่ไม่มีคนละบาป บุญก็ทำ บาปก็ไม่ทิ้ง นั่นคือคนไม่รู้จักดีไม่รู้จักชั่ว จึงวิ่งกันไปวันวาย เราพาปฏิบัติอย่างนี้เขาไม่ชอบ บางคนว่ามันขาดประโยชน์...หัวโบราณ เขาว่าอย่างนี้ก็มี**

*หลวงพ่อชา สุภทฺโท*

# ธรรมะใกล้ตัว

โดย พระอาจารย์ปราโมทย์ ปาโมชฺโช

คุณได้ตั้งตงดูขอให้หลวงพ่ช่วยเขียนบทความ เพื่อลงหนังสือธรรมะออนไลน์ หลวงพ่อนี้ภาพของหนังสือชนิดนี้ไม่ออก จึงไม่ทราบว่าควรจะเขียนเรื่องอะไรดี แต่ก็ปฏิเสธคุณตั้งตงดูไม่ลง เพราะรักน้ำใจและเคยช่วยกันเผยแพร่ธรรมะมานานแล้ว

ไหน ๆ หนังสือของคุณตั้งตงดูก็ชื่อว่า “ธรรมะใกล้ตัว” หลวงพ่จึงขอเล่าให้พวกเราฟังเกี่ยวกับความใกล้ตัวของธรรมะเสียก่อน เพราะ “ชาวพุทธ” จำนวนมากมักคิดว่าธรรมะเป็นเรื่องไกลตัว เช่น

(๑) ธรรมะเป็นเรื่องของคนอื่น เช่น คนแก่ คนเจ็บหนักคนอกหัก นักโทษ ประหาร หรือเป็นเรื่องของพระ ฯลฯ

(๒) ธรรมะอยู่ที่อื่น เช่น อยู่กับพระหรืออยู่กับวัด และ

(๓) ธรรมะเป็นเรื่องในเวลาอื่น คือ เวลาในอนาคต ส่วนปัจจุบันขอเอาเวลาไปทำกิจกรรมอื่น ๆ เสียก่อน เอาไว้แก่แล้วจึงจะค่อยหันมาศึกษาธรรมะ เป็นต้น

กล่าวโดยสรุป คนส่วนมากมักเห็นว่า ธรรมะเป็นเรื่องของใครก็ได้ ที่ไม่ใช่ตัวเรา ความรู้สึกเหล่านี้เกิดจากทัศนคติที่ว่าธรรมะเป็นเรื่องไกลตัวทั้งสิ้น

แต่ถ้าพวกเราได้ศึกษาคำสอนของพระพุทธเจ้าให้ดี จะพบว่าธรรมะเป็นเรื่องใกล้ตัวอย่างยิ่ง หลวงพ่อจึงเห็นว่าคุณดังตฤณมาถูกทางแล้ว ที่ชวนให้พวกเราสนใจธรรมะใกล้ตัว


คำว่า “ใกล้ตัว” มีความหมายได้หลายนัย อย่างแรกก็คือ ใกล้ในด้านตัวบุคคล หมายความว่า ถ้าจะแสวงหาธรรมะก็ไม่ต้องไปแสวงหาที่คนอื่น เพราะธรรมะอยู่กับคนที่เราใกล้ชิดที่สุด คือตัวเราเอง ซึ่งในประเด็นนี้ขอให้ลองศึกษาอริยสัจจ์ได้

ในบรรดาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้านั้น อริยสัจจ์เป็นธรรมที่ครอบคลุมธรรมทั้งปวง ถ้าปราศจากอริยสัจจ์ก็คือปราศจากพระพุทธศาสนา และอริยสัจจ์ข้อแรกนั้นเริ่มต้นด้วยทุกข์สัจจ์ ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงระบุไว้ชัดเจนเลยว่า อุपाทานชั้นตรีคือทุกข์

สิ่งที่เรียกว่าอุपाทานชั้นตรีคือรูปนาม/กายใจของเรานี้เอง และทรงสอนว่าภารกิจต่อทุกข์คือการรู้ ดังนั้น ถ้าพวกเราเพียงแต่สนใจคอยตามรู้กาย ตามรู้ใจของตนเองเนือง ๆ ก็คือการทำกิจต่อทุกข์สัจจ์แล้ว

หากเราตามรู้จนจิตยอมรับความจริงว่ากายนี้ใจนี้ไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง จิตก็จะเข้าถึงธรรมในระดับพระโสดาบัน หากเรียนรู้จนจิตปล่อยวางความยึดถือกายและใจ จิตก็จะเข้าถึงธรรมในระดับพระอรหันต์

พวกเราเห็นหรือยัง ว่าธรรมะเป็นเรื่องใกล้ตัวเพราะเป็นเรื่องของตัวเอง ดังนั้น ธรรมะจึงเป็นเรื่องใกล้ตัวในอีกแง่มุมหนึ่งคือ ใกล้ในด้านสถานที่ เพราะไม่ว่าเราอยู่ที่ไหน ธรรมะก็อยู่ที่นั่น เราไม่จำเป็นต้องเที่ยวแสวงหาธรรมะไกลตัวเลย เพียงมีสติตามรู้กายใจของตนเองด้วยจิตที่ตั้งมั่นมีสัมมาสมาธิ เราจะอยู่ที่ไหน เราก็เห็นธรรมะที่นั่น

อีกอย่างหนึ่ง ธรรมะเป็นเรื่องใกล้ตัวในด้านเวลา เพราะธรรมะไม่ได้อยู่ในอดีตหรืออนาคตอันห่างไกล แต่ปรากฏอยู่ที่กายที่ใจในปัจจุบันนี้เอง พวกเราควรหยุดการแสวงหาธรรมภายนอก แล้วพัฒนาสติและสัมมาสมาธิขึ้นมา เพื่อใช้เป็นเครื่องมือเรียนรู้ทุกข์คือกายกับใจของเราเองที่กำลังปรากฏในปัจจุบัน แล้วจะพบว่าความทุกข์ทางใจเริ่มหล่นหายเป็นลำดับ ๆ ไปทีเดียว 





# ศีลและปัญญา

โดย ดร.สนอง วรอุไร  
(บทความในสกุลไทย ๓ เมษายน ๒๕๕๕)

เชื่อกันว่าผู้ฟังนั่งให้สบาย การฟังธรรมที่ดีให้เอาใจฟัง ฟังด้วยใจหมายถึงเอาหูฟังและเอาใจพิจารณาตาม การฟังในคำคตินี้จะเป็นประโยชน์ จะไม่เคยได้ฟังเรื่องเช่นนี้มาก่อนซึ่งจะเป็นเรื่องจริง เรื่องที่จะพูดนี้เป็นสิ่งที่มีค่ามากที่สุด ควรแก่การแสวงหาไว้ประดับใจ เพราะโอกาสที่จะเกิดมาแล้วได้อัศจรรย์เป็นมนุษย์ เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้ยาก ท่านผู้ฟังลองคิดเปรียบเทียบจำนวนของสิ่งมีชีวิตที่ปรากฏอยู่ในบริเวณบ้านของท่าน ว่ามีมนุษย์อยู่มากน้อยเท่าใด เมื่อเปรียบเทียบกับจำนวนของสัตว์เดรัจฉาน นับตั้งแต่ มด ปลวก หนู ยุง ฯลฯ เพียงแค่สองภพที่สัมผัสได้ด้วยตาเนื้อ ตาหนัง มนุษย์ยังมีจำนวนน้อยนิดเดียว แล้วสัตว์ (รูปนาม) อื่นที่มองด้วยตาเนื้อตาหนังไม่เห็น เช่น เทวดา พรหม หรือสัตว์กายทิพย์ในอบายภูมิ เช่นเปรต อสุรกาย และสัตว์นรก อีกจำนวนนับไม่ถ้วน

ฉะนั้น โอกาสที่จะได้เกิดเป็นมนุษย์จึงเป็นเรื่องที่ทำได้ยาก การที่สัตว์จะกลับมาเกิดเป็นมนุษย์ได้ต้องมีศีลทำข้ออยู่ในใจก่อนที่ปฏิสนธิจิตโคจรเข้าอยู่

อาศัยในร่างที่เป็นมนุษย์ เมื่อได้เกิดมาเป็นมนุษย์แล้วต้องดูใจตนเองว่าคิดทำมี อยู่ในใจครบไหม หากคิดทำซ้อยังมีอยู่ครบ โอกาสที่ตายแล้วจะกลับมาเกิดเป็น มนุษย์อีกครั้งจึงเป็นไปได้หรือทำกุศลกรรมให้ยิ่งขึ้น เช่น ฟังธรรม สร้างศาลาปฏิบัติ ธรรม สร้างกุฏิถวายพระ มีหิริโอตตัปปะ ฯลฯ ก็สามารถไปเกิดเป็นเทวดาเป็น นางฟ้าได้ เหตุที่ผู้บรรยายมาปฏิบัติธรรม เพราะไม่เชื่อว่าตายแล้วต้องไปเกิดใหม่ ไม่เชื่อว่าเทวดาพรหมมีจริงจึงประสงค์พิสูจน์ความจริง และประกอบกับเห็นคนที่ เรียนสูง คนที่จบการศึกษามาจากต่างประเทศหลายคนเข้าวัดปฏิบัติธรรม แต่ ด้วยเหตุที่ผู้บรรยายเป็นนักวิทยาศาสตร์เคารพในเหตุผล เชื่อในความเป็นจริง จึงได้มาพิสูจน์คำสอนของพระพุทธเจ้าด้วยการบวชเป็นพระสงฆ์ แล้วปฏิบัติ วิปัสสนากรรมฐานอยู่ที่วัดมหาธาตุฯ คณะ ๕ ก่อนปฏิบัติกรรมฐานได้อธิษฐานว่า จะปฏิบัติเต็มทีนาน ๓๐ วัน ได้แค่วันแรกเท่านั้น เพราะเจตนาจะพิสูจน์ความจริง แค่นั้นเอง หลังจากใช้หลักการทางวิทยาศาสตร์แล้วทำตามที่ครูอาจารย์สอน โดยไม่สงสัยหรือคิดหาเหตุผลด้วยตนเอง ทำตัวเองให้เหมือนคนโง่ ทำตามที่ครู อาจารย์สอนให้ถูกต้อง ปรากฏว่ามรรคผลของการปฏิบัติเกิดขึ้นเร็วมาก

สรุปแล้วการเข้าถึงเหตุผลที่ลึกซึ้ง ที่อยู่เหนือระบบประสาทสัมผัส ต้องเข้า ถึงด้วยจิตสัมผัส คือ ภาวนามยปัญญา จึงได้ไปเห็นว่าเทวดามีอยู่จริงเป็นรูปนาม ที่สวยงามกว่ามนุษย์ หลังจากปฏิบัติจนเข้าถึงธรรมได้แล้ว สิ่งที่ไม่เคยเชื่อ ปรากฏว่ามีอยู่จริงทั้งหมด หลังจากปฏิบัติธรรมจนครบกำหนด ๓๐ วัน ตามที่ได้ อธิษฐานไว้ในวันแรก พอเลยกำหนดอธิษฐานไปแล้ว จะปฏิบัติอย่างไรจิตไม่เข้าสู่ ความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ จึงรู้ว่าแรงอธิษฐานมีจริง การกำหนดตั้งจิตปรารถนา สิ่งใดไว้ต้องระมัดระวังในเรื่องของสัจจะ จะคิด จะพูด จะทำสิ่งใดต้องทำให้ได้ จริงตรงตามที่ได้คิด พูด และทำ หากมีเป็นเช่นนั้นจะทำให้เสียสัจจะ ความศักดิ์สิทธิ์ ก็จะไม่เกิดขึ้น หลังจากนั้น อยู่ในเพศบรรพชิตต่อไปอีก ๑๓ วันจึงได้ลาสิกขา ใน การที่ลาสิกขาจากพระมาอยู่ในเพศฆราวาส เป็นเรื่องแปลกเพราะก่อนบวชผู้อื่นไป ดูฤกษ์ยามของวันบวชให้แต่ในวันลาสิกขา ได้รู้ด้วยตัวเองว่า แท้จริงแล้ว ผู้รู้จริง ไม่มีฤกษ์ยาม จึงได้เข้าไปเรียนถามท่านเจ้าคุณโชดกว่า **“ศาสนาพุทธไม่มีฤกษ์ยาม ไซ้ไหมครับ”** ท่านตอบว่า **“ใช่”** ผมจึงได้พูดกับท่านว่า ถ้าเป็นเช่นนั้นผมขอกำหนด วันลาสิกขาเอง ท่านตอบว่า **“ได้”** ยังมีอยู่อีกเรื่องหนึ่งที่ยังฝังใจคือ ในวันลาสิกขา มีผมกับท่านเพียงสององค์ ก่อนลืกท่านพูดว่า **“สิ่งที่ได้ไปเป็นของดีของวิเศษ**

**“ให้เก็บไว้กับตัวตลอดชีวิต”** นั้นเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อ พ.ศ. ๒๕๑๘ หลังจากมาอยู่ในเพศฆราวาสแล้วได้ปฏิบัติธรรมเรื่อยมาจนทุกวันนี้

ดังนั้น การที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์และมีโอกาสดี ควรแสวงหาศีลกับปัญญา มาเป็นเครื่องประดับให้กับชีวิต เพราะสองสิ่งนี้เป็นเลิศในโลก ลองพิจารณาดูว่า หากชีวิตปราศจากศีล หรือใจมีศีลไม่ครบ ตายไปแล้วจะได้อัตภาพเป็นมนุษย์ อีกไหม เพราะศีลเป็นพื้นฐานนำเรามาเกิดเป็นมนุษย์ ถ้าศีลบกพร่องหรือมีศีล ไม่ครบ จะเป็นเหตุให้จิตไปได้ร่างใหม่อยู่อาศัยเป็นสัตว์ในอบายภูมิ ผู้ไม่มีปัญญา จึงประพฤติดังดีและชั่ว บุญและบาปจึงได้ถูกเก็บสั่งสมอยู่ในจิตวิญญาณของเขา การฝึกวิปัสสนากรรมฐาน เป็นการพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง เป็นภาวนามยปัญญา ไม่ใช่ตัวปัญญาสุดมยปัญญา และจันทมยปัญญาที่ทางโลกเขาแสวงหากัน ผู้บรรยายไปฝึกอบรมบ่มปัญญาประเภทนี้มาจนสูงสุดก็ยังไม่ใช้ตัวปัญญาเห็นแจ้ง ที่เห็นถูกต้องตามที่เป็นจริง

ท่านที่นั่งและกำลังได้ยินได้ฟังผู้บรรยายพูดอยู่ขณะนี้ เป็นเพียงสุดมยปัญญา ซึ่งให้ผลเป็นเพียงความจำข้อมูลต่าง ๆ ได้เท่านั้น หากเมื่อใดนำข้อมูลที่ได้จำได้นี้ ไปคิดพิจารณาให้เกิดเป็นจินตนาการของจิต ดังที่นักวิทยาศาสตร์นิยมปฏิบัติกันคือ ทำการทดลอง วิจัย หาเหตุผลในสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัว จะทำให้เกิดปัญญาตัวที่สองที่เรียกว่าจันทมยปัญญา ปัญญาทั้งสองประเภทนี้ผู้ใดนำมาประพฤติดีปฏิบัติ ให้มาก ทำให้เกิดโอคิวสูงเยาวชนที่ส่งไปแข่งโอลิมปิกวิชาการ ต่างก็ประพฤดิเช่นนี้ คือฝึกให้มีศักยภาพในปัญญาทั้งสองตัวนี้ให้มาก เมื่อส่งไปแข่งขันทางด้านวิชาการ เช่น ชิวโอลิมปิก เคมีโอลิมปิก ฟิสิกส์โอลิมปิก ฯลฯ จึงได้รับรางวัลเหรียญทอง เหรียญเงิน เหรียญทองแดง กลับมาเป็นสิ่งตอบแทนให้กับความพยายามพัฒนา ปัญญาสองตัวนี้เท่านั้นเอง ซึ่งเป็นสิ่งที่ทำได้ไม่ยาก สำหรับคนที่รู้วิธีการพัฒนา ปัญญาทั้งสองประเภทนี้ คนในสังคมที่มีการศึกษานิยมแสวงหาปัญญาแบบนี้มาประดับชีวิต เพราะสามารถเอาไปรับจ้างทำงานหาเงินเลี้ยงปากท้อง เลี้ยงครอบครัว เลี้ยงบริวารได้แต่ถ้าปัญญาประเภทนี้ไปส่งนำทางให้กับชีวิตแล้ว อุปสรรคปัญหา และความวิบัติเป็นสิ่งที่พึงหวังได้

ด้วยเหตุนี้พระพุทธรูปคือผู้รู้จริง จึงได้เสนอแนะให้มนุษย์ได้เข้าถึงปัญญาอีก ตัวหนึ่งซึ่งเป็นปัญญาสูงสุดที่มนุษย์พึงเข้าถึงได้ ปัญญาตัวนั้นคือ ภาวนามยปัญญา ปัญญาตัวนี้เกิดกับจิตที่มีความสงบตั้งมั่นเป็นสมาธิ แล้วนำไปพัฒนาต่อให้เกิด

ปัญญาเห็นแจ้งได้ ปัญญาเห็นแจ้งเห็นถูกต้องตามที่เป็นจริงแท้ (ปรมาตถัสัจจะ) ความจริงแท้ไม่เนื่องด้วยกาลเวลา แม้จะล่วงพ้นผ่านนานไปเท่าไรก็คงความเป็นจริงอยู่เสมอ จึงเหมาะที่จะนำปัญญาเห็นแจ้งนี้มาใช้ส่องนำทางให้กับชีวิต แล้วความสะดวกราบรื่นปลอดภัยจะเกิดขึ้นกับชีวิตได้ ปัญญาสูงสุดนี้มีอยู่ในจิตวิญญาณของท่านทุกคน เพียงแต่รอการพัฒนาให้อยู่ในสภาพที่นำมาใช้งานให้ได้ ถ้ามัว เป็นการยากใหม่ที่จะพัฒนาให้เกิดขึ้นกับตัวเอง ต้องตอบว่าไม่ยาก หากปฏิบัติได้ถูกต้อง และบุญบารมีเก่าส่งผล

เปรียบเทียบระหว่างปัญญาทางโลก (สุดมยปัญญาและจินตามยปัญญา) กับปัญญาทางธรรม (ภาวนามยปัญญา) หากนำมาใช้แก้ปัญหาก็ให้ผลที่แตกต่างกัน ตัวอย่างเช่น คนที่เรียนมาสูง พัฒนาปัญญาทางโลกมามาก เวลาที่มีความโลภ โกรธ หลง ความอยาก ความยึดติดเกิดขึ้นกับใจแล้วยังแก้ไขไม่ได้ เหตุเป็นเพราะยังไม่สามารถเข้าถึงต้นเหตุที่แท้จริงที่ทำให้จิตเกิดความเศร้าหมองเหล่านั้นได้ แต่ปัญญาทางธรรมสามารถเข้าถึงต้นเหตุได้ถูกต้องรู้ว่าต้นเหตุที่ทำให้เกิดความเศร้าหมองเหล่านั้น ดำเนินไปตามกฎของธรรมชาติ คือ มีเกิดและมีดับ ผู้มีปัญญาเห็นแจ้งจะตามดูจนสุดสายของการเกิดแล้วดับไป ไม่มีตัวตนแท้จริง จึงปล่อยวางอารมณ์เหล่านั้นได้ จิตเป็นอิสระจากอารมณ์ ความศานติก็เกิดขึ้นกับจิต ปัญหาทั้งหมดไป จึงได้บอกว่าปัญญาในทางธรรมนั้นใช้ส่องนำทางให้กับชีวิตแล้วความสงบและความสุขที่มีจิตเป็นอิสระก็จะเกิดขึ้นได้

ข่มมกัลยาณธรรมไม่สิ้นโยบายเรียไรบอกบุญใด ๆ ทั้งสิ้น  
 ขึ้นอยู่กับความศรัทธาของกัลยาณมิตรทั้งหลายที่จะสนับสนุน  
 และข่มมกัลยาณธรรมไม่สิ้นโยบายสร้างวัตถุหรือทำการบุญอื่นใด  
 นอกจากการให้ปัญญาทางธรรมซึ่งเป็นทานอันบริสุทธิ์  
 อุดมการณ์ของข่มมฯ จึงมุ่งมั่นในการเผยแผ่ธรรมะอันประเสริฐ  
 เป็นแนวหลังทางธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า  
 ให้พระธรรมอันบริสุทธิ์เป็นที่พึ่งของสรรพสัตว์สืบไป.

## ร่วมอนุโมทนาเจ้าภาพงานแสดงธรรม ครั้งที่ ๒๑ ๑๑ มีนาคม ๒๕๕๕

### ๑. เจ้าภาพร่วมจัดพิมพ์หนังสือแจกเป็นธรรมทาน

- คุณอมรา ลินทวิวงศ์ และครอบครัว
- คุณพ่อสุวรรณ - คุณแม่เซียมเกียง เทียงทัศน์
- คุณสุวรรณ นิลสุวรรณ
- รศ.ดร.จิตพิชญ์ เชื้อรัตนพงษ์
- คุณกิตติเชษฐ ก่าจะนะ
- คุณสุรเดช - ทพญ.สุชาดา - คุณชญาดา วัฒนบูรานนท์
- คุณอรสา กมลพรวัฒนา
- คุณสุภาวรัตน์ วัจจินดา
- คุณสุภาณี บุรพภาค
- คุณสมศรี ลาศา
- คุณรัชดา พานวิริยกุล
- คุณเปี่ยมมาศ เป้าอินทร์
- คุณสมสุข - คุณสุภาว เสวตรัตน์เสถียร และครอบครัว
- คุณปานจิต วงศ์อ่อนดี
- คุณสมบุญรณ์ - คุณนคศิธร - คุณปริญญา และคุณปราชญ์ ศรีบุศกรรณ์
- คุณสุชาติ - คุณสุพัตรา ศรีราษฎร์
- คุณจินตนา อยู่คงศักดิ์
- คุณมีนา - คุณประยูทธ เสตถาภิรมย์
- คุณคุณลักษณ์ สุวรรณนนท์
- คุณบุตรพุทธ พันธุ์อายุวัฒน์
- คุณนันทมาสน์ ศิลาวิภาพร
- อาม่าเลี่ยมฮั่ว แซ่ลี
- คุณนัค ศิลาวิภาพร
- คุณสมมติ - คุณวรลักษณ์ - คุณสุนันฐา สุขสมัย
- คุณพ่อธรรมรักษ์ - คุณแม่พรรณิ คำดา
- คุณเอารีย์ วชิระเธียรชัย
- คุณไอฟารี วีระกฤษณ์
- คุณภทรพร อัครเดชเมธากุล
- คุณแม่สมลักษณ์ แซ่ลิ้ม
- คุณคุณากร - คุณธนวรรณ - คุณพงศกร นิमितวานิชกุล
- คุณวรรณิ เปรมรัตนพร
- คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสิทธิ์ ธนพิพัฒน์สัจจา
- คุณสุจินต์ สุวรรณประทีป
- คุณวิรัช - คุณมาทิตยา - ด.ช.อติวิชญ์ ม่วงคร
- คุณทรงศักดิ์ - คุณวัชรินทร์ บุญนำ
- คุณอัปสร ตั้งมโนกุล
- คุณเศรษฐสิทธิ์ ต้นทอง และครอบครัว
- ทพญ.เปรมฤดี ปฐมกสิกุล และครอบครัว
- รศ.ดร.สาส์น สุภาภรณ์ และศิษย์โยคะฉะเชิงเทรา
- คุณพวงทิพย์ หวังหลี่
- คุณณรงค์ฤทธิ์ - รัชดา - ด.ช.นพพรช อุปถัมภ์
- คุณพวงพัชร ตั้งยืนยง
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์
- คุณชুমกิม แซ่ตัน และครอบครัว
- คุณดวงใจ แยมกสิป
- คุณณัฐวรรต ไชยดี - คุณพิศวาท ชูลิขิต
- คุณกาญจนา โกจิณอก
- คุณเคิระ จำปาหอม - คุณเสวิชญา เกียรติศิริรัตน์
- อ.ดร.ประไพศรีสุทัศน์ ณ อยุธยา
- คุณชาลี รัตนวชิรินทร์
- คุณอนุชา ชาทะวะสุ
- ครอบครัวสุวรรณเทศ
- คุณศรีลักษณ์ แดงทองดี
- คุณจตุพร ธโนปัจจัย และครอบครัว
- จุดแจกจ่ายสื่อธรรมะ รพ. อุดรดิตต์
- จุดแจกจ่ายสื่อธรรมะ รพ. ยูพราชธาตุพนม
- จุดแจกจ่ายสื่อธรรมะ โรงงาน TDK อยุธยา
- จุดแจกจ่ายสื่อธรรมะ KTM Living Mall ชัยภูมิ
- จุดแจกจ่ายสื่อธรรมะ พิษณุโลก
- จุดแจกจ่ายสื่อธรรมะ สุขก๊กฟาร์มมาชี พิจิตร
- จุดแจกจ่ายสื่อธรรมะ UMT Steel บางพลี
- พ.ต.อ.บุญเสริม-คุณยุพดี ศรีชมภู
- คุณชลวรรณ ตีรุ่งโรจน์
- คุณกรองทอง ศรีพฤกษ์เกียรติ
- คุณสุทิพย์ กาญจนวงษ์
- คุณเตือนใจ

- คุณจินตนา ทวีวัฒน์
- คุณวันชัย โกเมศ
- คุณคิมหันต์ ตันตยานนท์กุล
- คุณศุภชัย ผ่านเจริญถาวร
- คุณเชติมา พุทธิมหากานนท์
- คุณแม่รุ่งชม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน, คุณร่มบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ใจ้ว
- คุณจันทิมา สกลภักดี
- ครอบครัววงศ์เยี่ยม
- อาม่าเลี้ยงฮั่ว แซ่ลี
- คุณปัทมาสน์ ศิลาวิภาพร
- คุณยุวรัตน์ ศิลาวิภาพร
- คุณกัญญ์ศรั - คุณสกลานต์ญาณิ ดวงแก้วพิบูลย์
- คุณจุฑารัตน์ นิลประดับแก้ว
- คุณจันสุดา เจตนะวิบูลย์
- คุณสุดา แซ่ลิ้ม
- ครอบครัวคำแสง
- คุณแม่ทวี เรืองรุ่ง และบุตร
- คุณกานกานันท์ - น.ส.นรรธนันท์ ชวนสนธิ
- คุณมัลลิกา การบุญ
- ทพญ.ประไพ ชุนหคาลัย และครอบครัว
- คุณวารภรณ์ ตันฤดี
- คุณพิสิทธิ์ - คุณทัศนีย์ - คุณดลพร - คุณภุชิสส์ พิพัฒนโสภากุล
- คุณสุริสา จิ้งรุ่งเรืองกิจ
- คุณสุรเดช - คุณเมธวรส เตชะศรีสุขโข
- รศ.วรรณพร วรรณชานุกร
- ผศ. เกลียวพันธ์ ขจรผดุงกิตติ
- คุณสิทธิเดช - คุณลักขณา ชวนะเวคณ์
- ครอบครัวคงสวัสดิ์ศักดิ์ - ตรรกาวณิช
- ดร.เยาวภา และคุณແລຣີ นาลิค
- คุณสีหุฉิม - คุณนำสิน แต่โสภางษ์ พร้อมบุตรธิดา
- คุณพรชัย - คุณสุพัตรา - คุณคณิน - คุณคณิตศรีประเสริฐ พร้อมคณะ
- คุณสันหนานา - คุณศรีจันทร์ - คุณภาคภูมิ ธรรมรักษา
- คุณพรชนก - คุณศรีนทร ธรรมรักษา
- คุณธนวินันท์ ชมินแก้ว

- คุณกาญจนา ประดิษฐ์เสถียร และครอบครัว
- คุณรัชนี เพชรนที
- คุณณัชชา จันทร
- คุณวัชรียา คณญาติ - ครอบครัวศรีสัตย์ชนะ
- WAY NGWE TUN and Family
- คุณสุเทพ บุญธรรม และครอบครัว
- คุณโชคอำนวย กิจจานุรักษ์ณ์ - คุณเสาวรส ลัมฤทธิ์ และครอบครัว
- คุณอดิศักดิ์ - คุณนงลักษณ์ มะไลไฮสง
- คณะศรัทธาจากสหรัฐอเมริกา

## ๒. เจ้าภาพร่วมผลิตซีดีธรรมะแจกเป็นธรรมทาน

- คุณสุรเดช - ทพญ.สุชาดา - คุณชญาดา วัฒนบูรานนท์
- คุณอาทิตย์ เต็มพิมาย
- คุณเอกลักษณ์ เอื้อชัยเลิศกุล
- คุณสมนารถา จาไฮสง
- คุณพัชฌณ เชิดธีธรรม
- คุณณรงค์ฤทธิ์ อุปถัมภ์ และครอบครัว
- คุณศุภกิจ บุญเอนก
- คุณศุภกร ไหมงคลवार
- คุณสุภาณี บุรภาพ
- คุณเพลินพิศ นวาระสุจิต
- คุณกัญญ์พิมล เลิศจิระประเสริฐ
- คุณสรินทรภุมมา มหสิห์หิรัญ
- คุณสมสุข - คุณสุภรา เศวตรัตน์เสถียร และครอบครัว
- คุณจรัส พันธุ์บุตร และครอบครัว
- คุณหรรษา โสระโร
- คุณสุพัตรา ศรีวานุรักษ์
- คุณภูติห จัตรมหากุลชัย
- คุณกรรณิการ์ จัตรมหากุลชัย
- คุณโอฬาร วีระกฤษณ์
- คุณภทพร อัศวเดชเมธากุล
- คุณวรรณ เปรมรัตนภาพ
- คุณเศรษฐสิทธ์ ต้นทอง และครอบครัว
- ทพญ.เปรมฤดี ปฐมกสิกุล และครอบครัว
- รศ.ดร.สาตี สุภาภรณ์ และศิษย์โยคะคณะเชิงเทรา
- คุณพวงทิพย์ หวังหลี



- คุณจตุพร ธิโนปัจฉัย และครอบครัว
- คุณชัชวาล จิตดีกุลดิกล
- คุณชลวรรณี ตีรุ่งโรจน์
- คุณกรองทอง ศรีพุทธเกียรติ
- คุณศิริสวัสดิ์ อารยวุฒิกุล
- คุณคิมหันต์ ตันตยานนท์กุล
- คุณจันทน์ อินทรสูง
- คุณแม่รุ่งเข็ม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน, คุณร่มบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ใจ้ว
- คุณเสนาะ พันธุ์มเลน
- คุณกัญญ์ศิว์ - คุณสถานต์ญาณ์ ดวงแก้วพิบูลย์
- คุณวรรณิ มาศวิษณุกิจ
- คุณจุฑารัตน์ นิลประดับแก้ว
- คุณจินตนา สิวีสุมบุรณ์ และครอบครัว
- คุณชอ - คุณอารีย์ มงคลสวัสดิ์
- คุณพรชนก ธรรมรักษา
- คุณดาราวรรณ สินสุวรรณโสภณ
- คุณวาสนิ วิเชียรสิงห์
- คุณกานันท์ - น.ส.นรจุนันท์ ชวนสนิท
- คุณธีร์รัตน์ คุณัตกานนท์
- คุณเมียงเค็ง (ซิมซ่า) แซ่เซ่ง
- คุณสุริสา จิ้งรุ่งเรืองกิจ
- คุณสุรเดช - คุณมธุรส เตชะศรีสุขโข
- คุณสิทธิเดช - คุณลักขณา ชวนะเวศน์
- ครอบครัววงศ์สวัสดิ์ศักดิ์ - ทรรวาณิช

### ๓. เจ้าภาพค่าเดินทาง ดร.สนอง วรอุไร

- คุณพ่อสุวรรณ - คุณแม่เชียมเกียง เทียงทัศน์
- คุณสุรเดช - ทพญ.สุชาดา - คุณชญาดา วัฒนบูรานนท์
- คุณสุภาณี บุรพภาค
- คุณสมศรี ลาคา
- คุณรัชดา พาณวิริยกุล
- คุณประนอม สมุทรประภูต
- คุณศรีัญญา พุ่มแจ่ม
- คุณปานจิต วงศ์อ่อนดี
- คุณสมบุรณ์ - คุณศศิธร - คุณปริชญ์ - คุณปราชญ์ ศรีบุศกรณ
- คุณจันทรา ทองเคียน และครอบครัว
- คุณมีนา - คุณประยูทธ เสตถาภิรมย์

- คุณสุจินต์ สุวรรณประทีป
- คุณศุภลักษณ์ สุวรรณนันท์
- คุณบุตพรพุช พันธุ์อายุวัฒน์
- คุณพ่อธรรมรัตน์ - คุณแม่พรรณณี คำตา
- คุณสมมติต์ - คุณวรลักษณ์ - คุณสุนันฎฐา สุขสมัย
- คุณวรรณิ เปรมรัตนภาพร
- ทพญ.เปรมฤดี ปฐมกสิกุล และครอบครัว
- คุณณรงค์ฤทธิ์ - รัชดา - ดช.นพพรช อุปถัมภ์
- คุณพวงพัชร์ ตั้งยืนยง
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์
- คุณชุกกิม แซ่ตัน และครอบครัว
- คุณสมใจ ทองศรี
- คุณแม่รุ่งเข็ม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน, คุณร่มบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ใจ้ว
- คุณจุฑารัตน์ นิลประดับแก้ว
- คุณแม่ทวี เรืองรุ่ง และบุตร
- คุณพรทิพย์ วงษ์วิจารณ์
- คุณธนภัทร - คุณนวลวงศ์ ประการแก้ว
- คุณอมร ติระศิริชัย
- คุณนำพล - คุณพรชนก - คุณศรีนทร ธรรมรักษา
- คุณคิวลี แสงพุ่ม
- คุณสุนทรี - คุณกวี - คุณวีระเดช เจริญราศรี
- คุณสันทนา - คุณศรีจันทร์ - คุณภาควุฒิ ธรรมรักษา
- คุณเกียรติ กิจจานุรักษ์
- คุณรัชณี เพชรนนท์
- คุณณัชชา จันทร
- คุณธนวินท์ ชมันแก้ว
- คุณวัชรีย์ คณาญาตี และครอบครัวศรีสัตย์ชนะ
- คุณสุเทพ บุญธรรม และครอบครัว
- MON MON TAN and Family
- คุณอดิศักดิ์ - คุณเนงลักษณ์ มะไลโฮสง
- คุณโชคอำนวย กิจจานุรักษ์ - คุณเสาวรส สัมฤทธิ์
- คุณพร และครอบครัว
- คุณบุญสม ทัดละมัย
- คณะศรัทธาจากสหรัฐอเมริกา

#### ๔. เจ้าภาพค่าเดินทางพระอาจารย์วิชัย เขมิโย

- คุณพ่อสุวรรณ - คุณแม่เข็มเกียรติ เทียงทัศน์
- คุณสุรเดช - ทพญ.สุชาดา - คุณชญาดา วัฒนบูรานนท์
- คุณสุภารัตน์ วังจินดา
- คุณเพลินพิศ นวาระสุจิตร
- คุณกัญพิมล เลิศจิระประเสริฐ
- คุณรัชดา พานวิริยกุล
- คุณปานจิต วงศ์อ่อนดี
- คุณสมบุญ - คุณศศิธร - คุณปริญญา - คุณปราชญา ศรีบุศกรณ
- คุณจันทรา ทองเคียน และครอบครัว
- คุณเมีนา - คุณประยูทธ เสดธาภิรมย์
- คุณศุภลักษณ์ สุวรรณพันธ์
- คุณพ่อธรรมรัตน์ - คุณแม่พรรณิ คำดา
- คุณสมमितต์ - คุณวรลักษณ์ - คุณสุนันฎฐา สุขสมัย
- คุณวรรณิ เปรมรัตนพร
- คุณทรงศักดิ์ - คุณวัชรินทร์ บุญนำ
- ทพญ.เปรมฤดี ปฐมกสิกุล และครอบครัว
- คุณพวงพัชร ตั้งยืนยง
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์
- คุณชุมกิม แซ่ตัน และครอบครัว
- คุณจตุพร ธโนปัจจัย และครอบครัว
- คุณสมใจ ทองศรี
- คุณแม่ชิม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน, คุณรัมบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ใจ้ว
- นพ.ฉัตรชัย ชมภูทัศน์
- คุณจุฑารัตน์ นิลประดับแก้ว
- คุณนำพล - คุณเพชรนก - คุณศรีนทร ธรรมรักษา
- คุณศิวลี แสงพูน
- คุณสุนทร - คุณกวี - คุณวีระเดช เจริญราศรี
- คุณสันทนา - คุณศรีจันทร์ - คุณภาคภูมิ ธรรมรักษา
- คุณเกียรติ กิจจานุลักษณ์
- คุณรัชนี เพชรนที
- คุณณชชา จันท
- คุณธนวินท์ ชมันแก้ว

- คุณวัชรီ คณญาติ และครอบครัวศรีสัตยชนะ
- คุณสุเทพ บุญธรรม และครอบครัว
- MON MON TAN and Family
- คุณอดิศักดิ์ - คุณหงษ์ลักษณ์ มะไลไชยง
- คุณโชคอำนวย กิจจานุลักษณ์ - คุณเสาวรส ลัมฤทธิ์
- พร และครอบครัว

#### ๕. เจ้าภาพค่าเดินทาง อ.กำพล ทองบุญน่ม

- คุณพ่อสุวรรณ - คุณแม่เข็มเกียรติ เทียงทัศน์
- คุณสุรเดช - ทพญ.สุชาดา - คุณชญาดา วัฒนบูรานนท์
- คุณสุภารัตน์ วังจินดา
- คุณรัชดา พานวิริยกุล
- คุณสุวรรณ แสงสินธุ์
- คุณปานจิต วงศ์อ่อนดี
- ด.ช.พชร - ด.ช.วัชร กัลปนก
- คุณสมบุญ - คุณศศิธร - คุณปริญญา - คุณปราชญา ศรีบุศกรณ
- คุณจันทรา ทองเคียน และครอบครัว
- คุณไพบูลย์ อัครเวทวิทยา
- คุณเสริณมรณ ศุภประภากร
- คุณดารุณี หงวนเจริญ
- คุณวัชรินทร์ รัตนประภานันท์
- คุณมานิตย์-คุณภาวนา กัลปนก
- คุณเนืองรัตน์ เจริญพาณิชย์
- คุณธีรยา แสงสินธุ์
- คุณเมีนา - คุณประยูทธ เสดธาภิรมย์
- คุณศุภลักษณ์ สุวรรณพันธ์
- คุณบุตรพุท พันธ์อายุวัฒน์
- คุณวรรณิ เปรมรัตนพร
- คุณวิรัช - คุณภัททียา - ดช.อดิวิชัย ม่วงคร
- คุณทรงศักดิ์ - คุณวัชรินทร์ บุญนำ
- ทพญ.เปรมฤดี ปฐมกสิกุล และครอบครัว
- คุณณรงค์ฤทธิ์-รัชดา-ดช.นพพรช อุปถัมภ์
- คุณพวงพัชร ตั้งยืนยง
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์
- คุณชุมกิม แซ่ตัน และครอบครัว
- คุณจตุพร ธโนปัจจัย และครอบครัว

- คุณสมใจ ทองศรี
- คุณแม่รุ่งซิม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน, คุณร่มบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ใจ้ว
- คุณจุฑารัตน์ นิลประดับแก้ว
- คุณนำพล - คุณพรชนก - คุณศรีนทร ธรรมรักษา
- คุณเคียวลี แสงพุ่ม
- คุณสุนทรี - คุณกวี - คุณวีระเดช เจริญราศรี
- คุณสันทนา - คุณศรีจันทร์ - คุณภาคภูมิ ธรรมรักษา
- คุณเกียรติ กิจจานุลักษณ์
- คุณรัชนี เพชรนที
- คุณณัชชา จันทร
- คุณธนวินท์ ชมันแก้ว
- คุณวัชรီ คณาญาติ และครอบครัวศรีสัตย์ชนะ
- คุณสุเทพ บุญธรรม และครอบครัว
- MON MON TAN and Family
- คุณอดิศักดิ์ - คุณนงลักษณ์ มะไลไธสง
- คุณโชคอำนวย กิจจานุลักษณ์ - คุณเสาวรส สัมฤทธิ์
- คุณพร และครอบครัว
- คุณบุญสม ทัดละมัย

#### ๖. เจ้าภาพค่าเดินทาง หลวงปู่ท่อน ญาณธโร

- คุณพ่อสุวรรณ - คุณแม่เชื่อมเกียง เทียงทัศน์
- คุณสุรเดช - ทพญ.สุชาติ - คุณชญาดา วัฒนบูรานนท์
- คุณสุภารัตน์ วัจจินดา
- คุณรัชดา พานวิริยกุล
- คุณปานจิต วงศ์อ่อนดี
- คุณสมบูรณ - คุณศศิธร - คุณปริญญา - คุณปราษฎ์ ศรีบุศกรณ
- คุณจันทร์หา ทองเคียน และครอบครัว
- คุณไพบุลย์ อัครเวชวิทยา
- คุณสิริธมฺบูรณ ศุภประภากร
- คุณตรุณี หงวนเจริญ
- คุณมีนา-คุณประยูรย์ เสตถาภิรมย์
- คุณธัญพร ภูบั้งบอน

- คุณศุกลักษณ์ สุวรรณันท์
- คุณโอฬาร วีระกวุฒิ
- คุณภทรพร อัครเดชเมธากุล
- คุณวรรณิ เปรมรัตน์
- คุณทรงศักดิ์-คุณวัชรินทร์ บุญนำ
- คุณเศรษฐสิทธิ์ ต้นทอง และครอบครัว
- ทพญ.เปรมฤดี ปฐมกสิกุล และครอบครัว
- คุณณรงค์ฤทธิ์-รัชดา-ดช.นพพรช อุปถัมภ์
- คุณพวงพัชร ตั้งยีนยง
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์
- คุณชুমกิม แซ่ตัน และครอบครัว
- คุณจตุพร ธโนปัจจัย และครอบครัว
- คุณสมใจ ทองศรี
- คุณแม่รุ่งซิม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน, คุณร่มบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ใจ้ว
- คุณธงชัย เหล่าพานิช
- คุณพธนา วิศุทธิเมธ
- คุณวิชิต ตั้งสุขนรินทร์
- คุณจุฑารัตน์ นิลประดับแก้ว
- คุณจินตนา ลีทวีสมบูรณและครอบครัว
- คุณนำพล - คุณพรชนก - คุณศรีนทร ธรรมรักษา
- คุณเคียวลี แสงพุ่ม
- คุณสุนทรี - คุณกวี - คุณวีระเดช เจริญราศรี
- คุณสันทนา - คุณศรีจันทร์ - คุณภาคภูมิ ธรรมรักษา
- คุณเกียรติ กิจจานุลักษณ์
- คุณรัชนี เพชรนที
- คุณณัชชา จันทร
- คุณธนวินท์ ชมันแก้ว
- คุณวัชรီ คณาญาติ และครอบครัวศรีสัตย์ชนะ
- คุณสุเทพ บุญธรรม และครอบครัว
- MON MON TAN and Family
- คุณอดิศักดิ์ - คุณนงลักษณ์ มะไลไธสง
- คุณโชคอำนวย กิจจานุลักษณ์ - คุณเสาวรส สัมฤทธิ์
- พร และครอบครัว
- คณะศรัทธาจากสหรัฐอเมริกา

### ๗. เจ้าภาพร่วมถวายสังฆทานแก่องค์บรยาย ในงานแสดงธรรม

- รศ.ดร.จิตทิพย์ เชื้อรัตนพงษ์
- คุณสมบุญ-คุณศศิธร-คุณปริชญ์-คุณ  
ปราชญ์ ศรีบุศกรณ์
- คุณสุภาณี บุรพ์ภาค
- คุณพรณิพา เมฆกุลวิโรจน์
- คุณสุรเดช-ทพญ.สุชาดา-คุณชญาดา วัฒนนุ  
รานนท์
- คุณสมสุข-คุณสุภาว ศาวตร์ตันเสถียร และ  
ครอบครัว
- พญ.ภทรพร อัครเดชเมฆกุล
- คุณอรทัย ภูวเศรษฐ์
- คุณสมศรี ลาศา
- คุณเป็ญจารีย์ จิตรโคตรกรรมธรรม
- คุณกัญทิมา เลิศจิระประเสริฐ
- คุณสุภัตรา-คุณสุชาติ ศรีรานุรักษ์
- คุณธัญพร ภูบั้งบอน
- คุณพ่อธรรมรักษ์-คุณแม่พรณี คำดา
- คุณสมมติ-คุณวรลักษณ์-คุณสุนันฐา สุขสมัย
- คุณแพลีนพิศ นวาระสุจิต
- คุณโอฬาร วีระกฤษณ์
- คุณวรรณ เปรมรัตน์
- คุณสุจินต์ สุวรรณประทีป
- คุณวิรัช-คุณภัททิยา-ดช.อติวิชญ์ ม่วงศรี
- คุณทรงศักดิ์-คุณวัชรินทร์ บุญนำ
- คุณอัปสร ตั้งมโนกุล
- คุณชัชจันท์ ธรรมจินดา
- คุณพวงพัชร ตั้งยีนยง
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์
- คุณชุมกิม แซ่ตัน และครอบครัว
- คุณดวงใจ แยมกลีบ
- ครอบครัวสุวรรณทศ
- คุณจตุพร ธโนปัจจัย และครอบครัว
- คุณชัชวาล จิตติกุลติลก
- คุณแม่ชิม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน, คุณ  
รมบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ใจ้ว
- คุณพัชรา วิศุทธิเมธ
- คุณณัฐศักดิ์-คุณสกันต์ญาณัน ดวงแก้วพิบูลย์

- คุณจุฑารัตน์ นิลประดับแก้ว
- คุณจินตนา ลีทีสมบุญและครอบครัว
- คุณชญาณิศร์-ดช.ภูริวัจน์ โรจน์นิธิพัชร
- คุณอารมย์ เชื้อพันธ์
- คุณสุศรี สงวนวงศ์
- ครอบครัวค่ายแสง
- คุณชอ- คุณอารีย์ มงคลสวัสดิ์
- คุณเฉลียว เรื่องรุ่งและครอบครัว
- คุณวารารณ์ ตันฤดี
- คุณพรทิพย์ วงษ์วิจารณ์
- คุณสมศรี ชลกุลจนา
- คุณสุริสา จึงรุ่งเรืองกิจ
- คุณสุรเดช - คุณเมธูรส เตชะศรีสุขโข
- คุณเลิทธิเดช - คุณลักขณา ชวนะเวศน์
- ครอบครัวคงสวัสดิ์ศักดิ์ - ตรรกาวณิช
- คุณลีหุฒิ - คุณนำสิน แต่โสภาพงษ์ พร้อม  
บุตรธิดา
- คุณพรชัย - คุณสุภัตรา - คุณคณิน - คุณคณิต  
ศรีประเสริฐ พร้อมคณะ

### ๘. เจ้าภาพร่วมถวายภัตตาหารแก่พระสงฆ์และ องค์บรยาย

- คุณสุรเดช - ทพญ.สุชาดา - คุณชญาดา  
วัฒนนุรานนท์
- คุณสุภาณี บุรพ์ภาค
- คุณสมศรี ลาศา
- คุณแพลีนพิศ นวาระสุจิต
- คุณกัญทิมา เลิศจิระประเสริฐ
- คุณสมบุญ-คุณศศิธร-คุณปริชญ์-คุณปราชญ์  
ศรีบุศกรณ์
- คุณธัญพร ภูบั้งบอน
- คุณศุภลักษณ์ สุวรรณนนท์
- คุณพ่อธรรมรักษ์-คุณแม่พรณี คำดา
- คุณสมมติ-คุณวรลักษณ์-คุณสุนันฐา สุขสมัย
- คุณวรรณ เปรมรัตน์
- คุณสุจินต์ สุวรรณประทีป
- ทพญ.เปรมฤดี ปฐมกสิกุล และครอบครัว
- คุณประภาศิริ วงศ์ชื่น
- คุณพวงพัชร ตั้งยีนยง

- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์
- คุณชุมกิม แซ่ตัน และครอบครัว
- คุณดวงใจ แย้มกลีบ
- คุณศรีลลนา แดงทองดี
- คุณเจตุดพร ธโนปัจจัย และครอบครัว
- คุณแม่รุ่งซิม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน, คุณ  
ร่วมบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ใจ้ว
- คุณพัฒนา วิสุทธิเมธ
- คุณวันชัย แก้วสุวรรณ
- คุณจุฑาธัน นิลประดับแก้ว
- คุณชญาณีศรี-ด.ช.สุริวัจน์ โรจนนิธิพัชร
- คุณสุขศรี สงวนวงศ์
- คุณแม่สมลักษณ์ แซ่ลิ้ม
- คุณศุภกร นิมิตวานิชกุล
- คุณธนวรรณ นิมิตถาวรกุล
- ด.ช.พงศกร นิมิตถาวร
- คุณสุนี แสงมณีทอง
- คุณสุนทรี เต็มวิสุทธิกุล
- คุณภัททิณันท์ ไตรสินวัฒนคุณ
- คุณจำเรียง เรืองรุ่ง
- คุณวราภรณ์ ตันฤดี
- คุณเพรทิพย์ วงษ์วิจารณ์
- คุณสมศรี ชลกุลจนา
- คุณบุญสม ทัดละมัย

#### ๙. เจ้าภาพค่าอาหารเช้าและกลางวัน

- คุณสุวรรณา นิลสุวรรณ
- คุณสถิต-คุณงามข้า นิพิฐนรเศรษฐ และ  
ครอบครัว
- คุณมณีรัตน์ ภาณุภาค
- คุณสุภาณี บุรพ์ภาค
- คุณเพลินพิศ นวาระสุจิตร
- คุณกัญพิมล เลิศจิระประเสริฐ
- คุณสมบูรณ์-คุณศศิธร-คุณปริญญา-คุณปราชัญญ์  
ศรีบุศกรณ์
- คุณศรีสวรรค์ สุนทธานนท์
- คุณสุชาติ-คุณสุพัตรา ศรีวานุรักษ์
- คุณพ่อธรรมวิชัย-คุณแม่พรรณณี คำดา
- คุณสมมติ-คุณวัลลภ-คุณสุนันฐา สุขสมัย

- คุณเพลินพิศ นวาระสุจิตร
- คุณโอฬาร วีระกฤษ
- คุณวรรณิ เปรมรัตน์
- คุณสุจินต์ สุวรรณประทีป
- คุณบุญช่วย สุวรรณประทีป
- คุณปิยะภักดิ์ บุญญเจริญสิน
- คุณประกาศิรี วงศ์ชื่น
- คุณณรงค์ฤทธิ์-รัชดา-ด.ช.นพพรช อุปถัมภ์
- คุณพวงพัชร ตั้งยืนยง
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์
- คุณดวงใจ แย้มกลีบ
- คุณวีระ ภัทรวรางกูร และครอบครัว
- คุณสุกัญญา อัครพงษ์ไพศาล
- คุณรัชฎา ผ่านเจริญถาวร
- คุณสมใจ ทองศรี
- คุณนาถลดา มีฤกษ์งาม
- คุณแม่รุ่งซิม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน, คุณ  
ร่วมบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ใจ้ว
- คุณนาถลดา มีฤกษ์งาม
- คุณพรรณนิภา โรจนฐิติกุล
- คุณปิ่นทारीย์ จิตรไคร์ครวญธรรม
- คุณวรรณิ มาศวิษณุกิจ
- คุณจุฑาธัน นิลประดับแก้ว
- คุณจันสุดา เจตนะวิบูลย์
- ครอบครัวค่ายแสง
- คุณวราภรณ์ ตันฤดี
- คุณสุริสา จิ่งรุ่งเรืองกิจ
- คุณสุรเดช - คุณณัฐรส เตชะศรีสุขโข
- ครอบครัวคงสวัสดิ์ศักดิ์ - ตรรกาวณิช
- คุณสิริหุทธิ - คุณนำสิน แต่โสภาพงษ์ พร้อม  
บุตรธิดา
- คุณสิทธิเดช - คุณลักขณา ชวนะเวคน์
- คุณชาญชัย - คุณบุญจมาต เกียรติไกรกังวล
- คุณสุรภา วรจิตวรรณกุล และ ครอบครัว
- บจก. น.เจริญกุลการ (2546)
- คุณนิภา แซ่ไคว้ และ ครอบครัว
- คุณพรชัย - คุณสุพัตรา - คุณคณิน - คุณคณิต  
ศรีประเสริฐ และคณะ
- คุณพรชนก - คุณศรินทร์ - คุณนำพล ธรรม  
รักษา

- คุณลั่นหนา - คุณศรีจันทร์ - คุณภาคภูมิ ธรรมรักษา
- คุณกวี - คุณวีระเดช - คุณสุนทรี่ เจริญราศรี
- คุณสุเทพ บุญธรรม และครอบครัว
- คุณวัชรียา คณาญาติ - ครอบครัวศรีสัตย์ชยะ
- คุณธนวินทร์ ชมื่นแก้ว
- WIN
- คุณโชคอำนวย กิจจานุรักษ์ณ์ - คุณแสวารส สัมฤทธิ์
- คุณอดิศักดิ์ - คุณนงลักษณ์ มะไลโซสง
- คุณรัชณี เพชรนที
- คุณณัชชา จันทร
- พร และครอบครัว
- คณะศรัทธาจากสหรัฐอเมริกา
- สำนักเสริมศึกษาและบริการสังคม.ธรรมศาสตร์

#### ๑๐. เจ้าภาพค่าน้ำดื่ม - น้ำชา - กาแฟ - ซุป - น้ำเต้าหู้ และโอวัลติน

- คุณรัตนา เอื้อจิตราบุร่ง
- คุณจำรัส พันธุ์บุตร และครอบครัว
- คุณวรรณ เปรมรัตนพร
- คุณพวงพัชร ตั้งยีนยง
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์
- คุณดวงใจ แย้มกลีบ
- คุณจตุพร ธโนปัจจัย และครอบครัว
- อ.วคิน อินทสระ
- คุณยุวดี อึ้งศรีวงษ์
- คุณวีระ ภัทรวางกูร และครอบครัว
- คุณสุกัญญา อัครพงษ์ไพศาล
- คุณแม่รุ่งชม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน, คุณร่มบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ใจ
- คุณปัทมาสน์ ศิลาวีภาพร
- คุณสุนี แสงมณีทอง
- คุณสุนทรี่ เต็มวิสุทธิกุล
- คุณภัททิณันท์ ไตรสินวัฒนคุณ

#### ๑๑. เจ้าภาพค่าเช่ารถสุขาเอกชนติดแอร์ จำนวน ๕ คัน และรถสุขา กทม.อีก ๒ คัน

- คุณดุชนैया วิสเพ็ญ และครอบครัว

- คุณสุภารัตน์ วัจจินดา
- คุณสุภาณี บูรพ์ภาค
- คุณสมศรี ลาตา
- คุณหรรษา โสระโร
- คุณกิตติพงษ์ ปิ่นคง
- คุณสุชาติ-คุณสุภัตรา ศรีราษฎร์
- คุณยุวรัตน์ ศิลาวีภาพร
- คุณสุจินต์ สุวรรณประทีป
- คุณวิรัช-คุณภัททิยา-ตช.อติวิชญ์ ม่วงคร
- คุณทนต์ศักดิ์-คุณวัชรินทร์ บุญนำ
- คุณพวงพัชร ตั้งยีนยง
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์
- คุณศรีลลนา แดงทองดี
- คุณจตุพร ธโนปัจจัย และครอบครัว
- อ.วคิน อินทสระ
- คุณชัชวาล จิตติกุลดิกล
- คุณแม่รุ่งชม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน, คุณร่มบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ใจ
- นพ.สิทธิชัย กุลพรศิริกุล
- ทพญ.ศิริวรรณ ธนไพศาล
- คุณประไพศรี วัฒนาธรรมศิริ
- คุณพิพัฒน์-คุณวิไลวรรณ จตุรภัทรพงศ์
- คุณจำรัสลักษณ์ ขวัญนวล
- คุณเวธกา สุขแสนไกรคร
- คุณปัทมาสน์ ศิลาวีภาพร
- คุณปัทมาสน์ จิตรไครครวญธรรม
- คุณจุฑารัตน์ นิลประดับแก้ว
- คุณจินตนา สิทธิสมบูรณ์และครอบครัว
- คุณชญาณิศร์-ต.ช.ภูริวัจน์ โรจน์นิธิพัชร
- คุณอารมย์ เชื้อพันธ์
- คุณสุขศรี สงวนวงศ์
- คุณปภาวรินทร์ นวลยง
- คุณสุริสา จิ่งรุ่งเรืองกิจ
- คุณสุรเดช - คุณมธุรส เตชะศรีสุขโซ
- รศ. วรณพร วณิชชานุกร
- ผศ. เกลียพันธ์ ขจรผดุงกิตติ
- คุณสิทธิเดช - คุณลักขณา ชวนะเวศน์
- ครอบครัวคงสวัสดิ์ศักดิ์ - ตรกรวณิช
- ดร. เขาวภา และ คุณแลรี่ นาลีค



- คุณชาญชัย - คุณเบญจมาศ เกียรติไกรกังวาล
- คุณเสีหุภูมิ - คุณนำสิน เต๋โสภางษ์ พร้อมบุตรธิดา
- คุณนิภา แซ่โค้ว และครอบครัว
- คุณพรชัย - คุณสุพัตรา - คุณคณิน - คุณคณิตศรีประเสริฐ พร้อมคณะ
- คุณพรชนก - คุณครินทร์ - คุณนำพล ธรรมรักษา
- คุณสันทนา - คุณศรีจันทร์ - คุณภาคภูมิ ธรรมรักษา
- คุณภาวิ - คุณวีระเดช - คุณสุนทรี เจริญราศรี
- คุณสุเทพ บุญธรรม และครอบครัว
- คุณวัชรียา คณาญาติ - ครอบครัวศรีสัตย์ชยะ
- คุณธนวินน์ ชมันแก้ว
- WIN
- คุณโชคอำนวย กิจจานุรักษ์ณ์ - คุณเสาวรส สัมฤทธิ์
- คุณอดิศักดิ์ - คุณเนงลักษณ์ มะไลโธสง
- คุณรัชนี้ เพชรนที
- คุณณัชชา จันท
- ดต. อาทิตย์ วัฒนพฤดา      เจ้าภาพรถสุชา  
กทม. ๑ คัน
- คุณวีระ ภัทรวรางกูร      เจ้าภาพรถสุชา  
กทม. ๑ คัน

**๑๒. เจ้าภาพค่าดอกไม้สดแห่งหอประชุม  
กราบขอขอบคุณ ผศ.อุ๋นใจ ลิมตระกูล  
และคณะ ช่วยจัดดอกไม้บนเวที**

- คุณศุภลักษณ์ สุวรรณนนท์
- คุณสุจินต์ สุวรรณประทีป
- คุณพวงพัชร ตั้งยีนยง
- คุณรุ่งทิพย์ กมลพรพันธ์
- คุณจตุพร ธโนปัจจัย และครอบครัว
- คุณวีระ ภัทรวรางกูร และครอบครัว
- คุณสุกัญญา อัครพงษ์ไพศาล
- คุณคิมหันต์ ตันตยานนท์กุล
- คุณคันสยา ปวีณพร
- คุณอรนุช ปวีณพร
- คุณแม่รุ่งชม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน, คุณ  
ร่วมบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ใจ

- คุณพรชนก ธรรมรักษา
- คุณเกียรติ กิจจานุรักษ์ณ์
- WIN

**๑๓. เจ้าภาพค่าเช่ากล้องถ่ายทำโทรทัศน์เครื่องเสียง  
และตัดต่อ**

- คุณสุจินต์ สุวรรณประทีป
- คุณณรงค์ฤทธิ์-คุณรัชดา-ตช.นพพรชอุปถัมภ์
- อ.ดร.ประไพศรี สุทัศน์ ณ อยุธยา
- พ.ต.อ.บุญเสริม-คุณยุพดี ศรีชมภู
- คุณมาลินี บุญชูใจ และคุณลัดดา บุญชูใจ
- คุณรานี วรกลม
- คุณจิราภรณ์ ตรีวัฒนา
- คุณคำแก้ว เทพวงศ์
- คุณวีระ ภัทรวรางกูร และครอบครัว
- คุณสุกัญญา อัครพงษ์ไพศาล
- คุณพรธนิภา โรจน์ฐิติกุล
- คุณศิริพงษ์ กมลชัยวินช
- คุณเฉลิมพันธ์ุ สัมครพันธ์ุ
- คุณแม่รุ่งชม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน, คุณ  
ร่วมบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ใจ
- คุณเสนาะ พันธุ์มเสน
- คุณธนิต เศวตศรีวิทย์
- คุณจินตนา ลีทีวีสมบูรณ์และครอบครัว
- พ.อ.ประสาน-คุณมณฑนา เบ็ญจวิไลกุล
- คณะครุฑจากสหรัฐอเมริกา

**๑๔. เจ้าภาพค่าแรงงานและโยธา**

- คุณศุภลักษณ์ สุวรรณนนท์
- คุณสุจินต์ สุวรรณประทีป
- คุณเศรษฐสิทธิ์ ตันทอง และครอบครัว
- คุณจตุพร ธโนปัจจัย และครอบครัว
- พ.ต.อ.บุญเสริม-คุณยุพดี ศรีชมภู
- คุณวีระ ภัทรวรางกูร และครอบครัว
- คุณสุกัญญา อัครพงษ์ไพศาล
- คุณคิมหันต์ ตันตยานนท์กุล
- คุณเฉลิมพันธ์ุ สัมครพันธ์ุ
- คุณสมสวาย ธนไพสิฐ
- คุณแม่รุ่งชม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน,  
คุณร่วมบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ใจ

- คุณจินตนา ลีทวีสมบูรณ์ และครอบครัว
- คุณแม่สมลักษณ์ แซ่ลิ้ม
- คุณศุภกร นิมิตวานิชกุล
- คุณธนวรรณ นิมิตถาวรกุล
- ด.ช.พงศกร นิมิตถาวร
- พ.ต.อ.บุญเสริม-คุณยุพดี ศรีชมภู
- คุณสมศรี ชลกุลจนา

#### ๑๕. เจ้าภาพค่าเช่าพัดลมไอน้ำ ๑๖ ตัว

- คุณสุจินต์ สุวรรณประทีป
- คุณณัฐจักร ทริพจน์ทวีกุล และครอบครัว
- คุณวุฒิกกร ทริพจน์ทวีกุล และครอบครัว
- คุณธนายุทธ สิริรัตนานนท์
- อ.ดร.ประไพศรี สุทัศน์ ณ อยุธยา
- คุณอภามาศ สิริรัตนานนท์
- คุณเจตบุตร ธโนปัจจัย และครอบครัว
- คุณวันชัย โกเมศโสภา
- คุณแม่รุ่งชม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน, คุณร่มบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ไฉ่
- คุณสุภา ลีพดุมิพร
- คุณพ่อวงษ์-คุณแม่พรรณนีย์ ศาสตร์เปล่งแสง
- คุณเอติต้า
- คุณพันธ์เทพ แซ่เฮง
- คุณพรชนก - คุณศรินทร - คุณนำพล ธรรมรักษา
- คุณสันทนา - คุณศรีจันทร์ - คุณภาคภูมิ ธรรมรักษา
- คุณกวี - คุณวีรเดช - คุณสุนทรี เจริญราศรี
- คุณสุเทพ บุญธรรม และครอบครัว
- คุณวัชรียา คณาญาติ - ครอบครัวศรีสัตย์ชยะ
- คุณธนวินทร์ ช่มั่นแก้ว
- คุณโชคอำนวย กิจจานุลักษณ์ - คุณเสาวรส สัมฤทธิ์
- คุณอดิศักดิ์ - คุณนงลักษณ์ มะไลไธสง
- คุณรัชณี เพชรนที
- คุณณัชชา จันทร์

#### ๑๖. เจ้าภาพสมทบค่าอาหารและน้ำดื่มที่งาน

- พ.ต.อ.บุญเสริม-คุณยุพดี ศรีชมภู
- คุณสุพัตรา-คุณสุชาติ ศรีวานุรักษ์

- คุณสุจินต์ สุวรรณประทีป
- คุณเศรษฐสิทธิ์ ต้นทอง และครอบครัว
- คุณเฉลิมพันธุ์ สัมครพันธุ์
- คุณแม่รุ่งชม แซ่ตั้ง, นพ.ทรงคุณ อุดมสิน, คุณร่มบุญ อุดมสิน, คุณนพวรรณ แซ่ไฉ่
- คุณเปี่ยมพร-คุณกัจจกัษ ธนสกุลรัฐ
- คุณธีรรัตน์ คุณัดกานนท์
- คุณฐิติชญา อมละชัยเสียว และเพื่อนตะวันแดง
- ครอบครัววงสวัสดิ์ศักดิ์ - ธรรมวาทิน
- คุณสิทธิเดช - คุณลักขณา ชวนะเวศน์

#### ๑๗. เจ้าภาพค่าสถานที่จัดงาน

- กราบขอบพระคุณ ดร.สาธิต พุทธชัยรงค์ ท่านอธิการบดี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ที่กรุณาให้ความอนุเคราะห์ให้ใช้หอประชุม มทร.กรุงเทพ บพิตรพิมุข มหาเมฆ และบริเวณใกล้เคียง เป็นสถานที่จัดงานโดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น รวมทั้งยังกรุณาช่วยอำนวยความสะดวกเรื่องการถ่ายทอดสดผ่านทางระบบอินเทอร์เน็ตตลอดงาน

#### ๑๘. เจ้าภาพเดินที่ผ้าใบ

- กราบอนุโมทนาบุญ พรไพศาลผ้าใบ โดยคุณปกรณ์ ชินพงศ์สุวรรณ ที่ให้ความเมตตาอนุเคราะห์เดินที่ผ้าใบแก่งานแสดงธรรมของชมรมกัลยาณธรรมมาโดยตลอด ทั้งบริการติดตั้งเดินที่จำนวน ๒๘ หลังให้ โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น

#### ๑๙. รถขนขยะ และระบบจัดเก็บขยะ

- กราบอนุโมทนา คุณกองกาญจน์ สุพรรณ ณ อยุธยา ท่านผู้อำนวยการเขตสาทรอนุเคราะห์เจ้าหน้าที่ สำนักงานเขตสาทร บริการรถขยะและถังใส่ขยะ
- กราบอนุโมทนาบุญ บริษัท ภัณฑ์ดีพลาสติก จำกัด โดยคุณปราโมทย์ นาคทัศน์พล บริจาคถุงขยะย่อยสลายง่ายจำนวนกว่าพันถุง
- คุณนฤพร กัญญาบุญ บริจาคค่าใช้จ่ายในการเก็บขยะ

## ๒๐. รถบรทุกอาสาของธรรมทาน

- หจก.สทลุงกิจโลหะ โดยคุณวีระ ภัทรวางกูร และคุณสุกัญญา อัครพงษ์ไพศาล และคุณลูกๆ ทุกคน อนุเคราะห์รถบรรทุกหกล้อ ๑ คัน และช่วยเก็บรักษา - ขนส่งแผงกัน ๑๔๐ แผง และพัดลม ๖๐ ตัวของชมรม
- บริษัท ชุมทองอุตสาหกรรมการพิมพ์ จำกัด โดยคุณพ่อไพบูลย์ พิทยธนากุล อนุเคราะห์พนักงานมาช่วยจัดสถานที่ ๕ คน
- บริษัท เค.ที.พี เซอร์วิส จำกัด ให้ความอนุเคราะห์รถบรรทุก ๖ ล้อ ๒ คัน
- บริษัทแสงเจริญพัฒนาเอ็นเตอร์ไพรส์ จำกัด โดยคุณสันติ - คุณอิสระ - คุณสุชาติ ศิริวงศ์วัฒนา ให้ความอนุเคราะห์รถบรรทุกหกล้อ ๑ คัน - รถบรรทุก ๔ ล้อ ๑ คัน และพนักงานช่วยจัดสถานที่ ๑๐ คน
- บ.ชงโควิศวกรรม โดยคุณภาคกรณ์ รุจาธนนท์ พร้อมทีมงานช่างและรถบริการ
- บ.วี.ที.การ์เม้นท์ จำกัด ช่วยดูแลบริการ ขนส่ง อุปกรณ์จัดดอกไม้ และอาหารโรงทาน
- คุณแม่ฉวีพรรณ ภูทอง อนุเคราะห์รถสองแถว ๒ คัน พร้อมทีมงานลูกหลาน ญาติมิตร
- คุณชัชวาล สีใสพร อนุเคราะห์รถสองแถว ๑ คัน
- ด.ต.อาทิตย์ วัฒนปรฤตา และคณะวินมอเตอร์ไซค์รับจ้าง
- คุณสันตติ สิมมา เอื้อเพื่อรถบรรทุก ๖ ล้อ ๑ คัน
- คุณวันชัย เรื่องสิทธิเดชกุล เอื้อเพื่อรถบรรทุกสิบล้อ ๑ คัน
- คุณถวิล ยอดลี และ ดต. อาทิตย์ วัฒนปรฤตา เอื้อเพื่อ รถบรรทุก ๖ ล้อ ขนของไปส่งวัดพระบาทน้ำพุ

**ขอกราบขอบพระคุณทุกน้ำใจของท่าน  
กราบขออภัยหากเอ่ยนามไม่ครบถ้วน**

## ๒๑. พยาบาลอาสาสมัครจากโรงพยาบาล สมุทรปราการ

- กราบขอบพระคุณ นายแพทย์สัมพันธ์ คมฤทธิ์ ท่านผู้อำนวยการโรงพยาบาลสมุทรปราการ ที่อนุมัติที่มพยาบาลอาสา ดูแลตรวจสุขภาพในเบื้องต้น และดูแลความเจ็บป่วยฉุกเฉินแก่ทีมงานและผู้เข้าฟังธรรม

### รายนามพยาบาลอาสาสมัครนี้

๑. คุณประไพศรี วัฒนาศรมศิริ
๒. คุณรำไพ รุ่งรัตนอุบล
๓. คุณอรุณ ไยศิริ
๔. คุณศิริพรรณ นักร้อง
๕. คุณแกสรี เลิศประไพ
๖. คุณพิกุล จันทร์เจริญกิจ
๗. คุณบุษบา วรศรีวิศาล
๘. คุณวันเพ็ญ เพชรรักษ์
๙. คุณชุติมา จุลกะเทียน
๑๐. คุณจันทิมา สกลภักดิ์

## ๒๒. ชองพลาสติกใส่สารชมรม และถุงหิ้วใส่ธรรมทาน

- ขอขอบคุณบริษัทอมรินทร์พรีนติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน) บริจาคถุงร้านนายอินทร์เพื่อใส่ชุดธรรมทาน ๖,๐๐๐ ใบ
- ขอขอบคุณบริษัทภัณฑ์ดีพลาสติกจำกัด โดยคุณปราโมทย์ นาคทัตชนพล บริจาคชองพลาสติกใส่สารชมรมฯส่งถึงสมาชิกทุกท่าน

## ๒๓. โฆษณา-ประชาสัมพันธ์ออกแบบ

- คุณสุวดี ผ่องโสภา
- คุณพรเทพ อมรวัฒนา
- คุณนงนุช บุญศิริสุวรรณ

### ขออนุโมทนาเจ้าภาพออกแบบบัตรทีมงานถาวร

- พี่แจ้วและคนข้างหลัง+เพื่อนๆ

**ขออนุโมทนาคุณนงนุช วรณสุข ช่วยตัดเย็บ  
ปกอกแขนทีมงาน จำนวนมาก**

#### ๒๔. ชุดผ้าไตร - บาตร - อาสนะ เพื่อจำหน่ายในร้านสังฆทาน

- บจก. ธรรมสินสังฆภัณฑ์
- คุณชอ - คุณอารีย์ มงคลสวัสดิ์ บริจาคอาสนะตัดเย็บเอง ๕๐ ผืน
- คุณเกรียงศักดิ์ สนิทเจริญโภคัย บริจาคเสื้อกมุลค่า ๕๐๐๐ บาท ไซ้ไก่ สำหรับจำหน่ายในร้านสังฆทาน จำนวน ๒๗๐๐ ฟอง
- คุณธีระวัฒน์ วิฑูรปกรณ์
- คุณบัวขาว เล็กวรรณ

#### ๒๕. ตู้ไฟมาตรฐานกันฝนกันน้ำ

- บริษัท ชงโควิศวกรรม ออกแบบและอนุเคราะห์สายเมน และปลั๊กไฟ
- เจ้าภาพตู้ไฟกันฝน ได้แก่ คุณอนุชดา พงธินรากร SCI Electric Manufacturer Co., Ltd.

#### ๒๖. โรงทานกัลยาณธรรม

##### อาหารเข้าผู้พิการ

- ข้าวต้มปลาและข้าวผัดไข่ ๒,๐๐๐ ขาม โดยคุณธีรพล เป่าจีน และคณะ
- ข้าวต้มปลา ๓๐๐ ขาม โดย ด.ต. อาทิตย์ วัฒนปฤดา และกัลยาณมิตร
- โจ๊กเจ ๒,๐๐๐ ขาม โดย คุณพ่อวัชร - คุณแม่ทองสุก โลหารักษ์พงษ์ และคณะ
- ก๋วยจั๊บ ๗๐๐ ขาม โดย คณะศิษย์หลวงปู่ท่อน
- ข้าวแกงและขนมจีนน้ำยาฆ่าสัตว์ ๑,๐๐๐ งาน โดย คุณจินตนา

##### ขนมมื่อเข้าผู้พิการ

- ปาท่องโก๋ ๒๐ ก.ก. โดย กลุ่มจิตอาสาสังฆจร
- แขนวิซไล่ต่าง ๆ ๒,๐๐๐ ขึ้น โดย ครอบครัวสุวรรณกิตติ
- ขนมปังไล่ต่าง ๆ ๑,๐๐๐ ขึ้น และส้มสายน้ำผึ้ง ๕๐๐ ลูก โดย คุณชัพกิตติ ชาญสมร - คุณสุวรี เทียงทัศน์ และกลุ่มกัลยาณมิตร
- ขนมปังไล่ต่าง ๆ ๑,๐๐๐ ขึ้น โดย ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม
- ชีฟออนเค้ก และท็อฟฟี่เค้ก ๒,๐๐๐ ขึ้น โดย ครอบครัว ทริพจน์ทวีกุล และญาติมิตร

##### เครื่องดื่มมื่อเข้าผู้พิการ

- ชูบของ ๘๐๐ ของ กาแฟ ๓,๐๐๐ ของ โอวัลติน ๒,๐๐๐ ของ โดย คุณวีระภัทร ลิโพบูลย์ และคณะ
- กาแฟซอง โกโก้ซอง และชามะนาว โดย บริษัท อีสเทิร์นโพลีแพค จำกัด
- ชาอินเตีย ๔๐๐ ถ้วย โดย กลุ่มจิตอาสาสังฆจร
- น้ำแครอท และน้ำพื้กทอง ๕๐๐ ถ้วย โดย คุณทิวาพร หลวงบำรุง และคณะ
- ไวตามิ้ลค์ ๖ ลัง โดย คุณสมใจ รุ่งชนกิจ

##### อาหารกลางวันผู้พิการ

- ก๋วยเตี่ยวสามหมวด ๑,๐๐๐ ขาม โดย ร.ต.ต. อนุชาติ
- ขนมจีนร้านทานาคูมิ สุรวงศ์ ๕๐๐ งาน
- ขนมจีนเส้นสด น้ำยากะทิ ๑,๐๐๐ งาน โดย คุณธนวัฒน์ รังสิยเวคิน และคณะ
- ข้าวแกงและขนมจีนน้ำยาฆ่าสัตว์, ก๋วยเตี่ยวหลอด, ผัดผัก โดย คุณจิตติมา
- ข้าวผัดกระเพราไก่ และ ผัดซีอิ้ว ๒๐๐๐ งาน โดย คุณดาว (ธีรพล เป่าจีน และพนักงาน บ.สตาร์ครอฟ ออยุธยา)
- ข้าวอบเผือก (เจ) โดย คุณ สราภรณ์ เลิศวีระศิริกุล
- ข้าวผัดกุ้ง ๕๐๐ งาน โดย คุณชัพกิตติ - คุณสุวรี เทียงทัศน์ และกลุ่มกัลยาณมิตร
- ข้าวอบฆ่าสัตว์ ๓๐๐ งาน โดย ร้านใบพลูชอยสวนพลู
- ส้มตำป่า โดย คุณจอห์น
- บจก. ดอกบัวคู่ โดย ดร.สุนันทา ลีเลิศพันธุ์ บริจาคข้าวขาหมู ๕๐๐ งาน, กระเพาะปลา ๕๐๐ ขาม, ก๋วยจั๊บ ๕๐๐ ขาม, บะหมี่หมูแดง ๕๐๐ ขาม
- ก๋วยเตี่ยวน้ำตกหมู - ลูกชิ้น ๕๐๐ ขาม โดย คุณหมอมูมิชัย เพิ่มศิริวานิชย์ และคณะ
- ก๋วยเตี่ยวราดหน้า ๒๐๐ งาน โดย คุณจุฬากิจวงศ์รัตนลักษณ์
- ข้าวอบเผือก เจ ๑๐๐ งาน โดย คุณสราภรณ์ เลิศวีระศิริกุล

- ข้าวขาหมูและข้าวหมูทอด ๒๐๐ ห่อ โดย คณะลูกศิษย์หลวงพ่อทอง
- ข้าวหมูกระเทียม ๓๐๐ จาน โดย คุณลินดา และคณะ
- บะหมี่กึ่งข้าวหมูแดง ๓๐๐ ก๋วย โดย คุณ กัญญา

#### **ขนมและเครื่องดื่มมีเอกลักษณ์ ผู้พึงธรรม**

- กะหรี่ปั๊ป ๓๐๐ ชิ้น โดย คุณจุฬาริชา วรงค์ รัตน์ลักษณ์
- ลอดช่องสมุนไพร ๕ สี ๑,๐๐๐ ถ้วย โดย คุณสุภมาส วิชัยวงษ์
- เค้กกล้วยหอม ๑,๐๐๐ ชิ้น และ ขนมปังกรอบ ๑,๐๐๐ ชิ้น โดย คุณวิชัย โพธิ์นทีไท และเพื่อน
- ขนมหวาน ๒,๐๐๐ ชิ้น โดย กลุ่มอัสสัมชัญ หวาน ๆ
- น้ำแข็งไสโบราณ ไม่อ้วน โดย คุณหม่อมอุทัยชัย เพิ่มศิริวานิชย์ และคณะ
- ถั่วแดงน้ำตาลโย ๒,๐๐๐ ถ้วย โดย คุณจิรัชญา
- น้ำบ๊วยและสารพัดชา โดย คุณรัตนา เมธา พิรุฬห์โชค และคณะ
- ดัซมิลค์และน้ำหวาน ๔๐๐ ขวด โดย คุณลินดา
- ขนมเค้ก โดย คุณศิริวรรณ ภูชะมา
- ไอศกรีม ๒ ถึง โดย คุณรัศมี สุนทร
- นมเปรี้ยว ๗๐๐ ขวด โดย คุณจินตมาณี อุณหรัตน์
- เจาก๊วย ๑,๐๐๐ ถ้วย โดย คุณสุนันทา มงคล กิจเจริญ
- ถั่วเขียวต้มน้ำตาล ๓๐๐ ที่ และน้ำเก๊กฮวย โดย คุณสรวงพรและคุณดาราวรรณ
- ข้าวต้มมัด โดย ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม

#### **อาหารที่จัดงาน**

- ข้าวต้มมือเช้า โดย โรงงานคุณดาว (ซีรพล เปาจีน และทีมงาน บ.สตาร์ครอป จ.พระนครศรีอยุธยา
- บะหมี่กึ่งข้าวหมูแดง ๕๐๐ ก๋วย โดย ครอบครัว ธนาสุวรรณดีดี
- อาหาร ๓๐๐ ก๋วย โดย คุณสุชาติ แท้เที่ยง เจริญ

#### **เจ้าภาพไข่ไก่สำหรับทำอาหาร ๔,๐๐๐ ฟอง**

- คุณพ่อวัชร - คุณแม่ทองสุข โลหาคารักษ์พงษ์ (สำหรับโรงงาน)

#### **เจ้าภาพไข่ไก่ ๘๐๐ ฟอง**

- ครอบครัวปิยภัทรวงค์ (สำหรับโรงงาน)

#### **เจ้าภาพน้ำแข็งและน้ำดื่มกาแฟ**

- คุณวรรณทนา และคุณอนันวรรต สีลาภัทร์
- บจก. วิฑูเวล
- คุณธนา อติพัฒนานนท์
- คุณพีรณัฐ วิศวุตโสภณ
- คุณบุญรอด เกียรติสิงห์นคร
- คุณเลิศ อักษร และภรรยา
- คุณปพนสวรรค์ มนูญพานิชย์
- คุณกัญญา นพศรี
- คุณดำริห์ พุฒตาล
- คุณชาญชัย เลหาพัฒน์บุญโญ และครอบครัว
- คุณผ่าน - วรทอง กันตะกวาง
- คุณวิทยา-ดารณี สีลาภัทร์
- คุณพรพรหม พรหมดี

#### **เจ้าภาพน้ำดื่มตราช้าง ๗,๐๐๐ ขวด**

- คุณพ่อฉัตร-คุณแม่บุญเลื่อม กลิ่นสุวรรณ
- คุณพ่ออุดม-คุณแม่สุพรรณมา ดีรุ่งโรจน์

#### **น้ำดื่มคริสตัล ๕๐๐ ขวด**

- คุณกัญญา

#### **น้ำดื่มแบบถัง ๑๘.๙ ลิตร ๑๕๐ ถัง**

- คุณชลวรรณ ดีรุ่งโรจน์
- คุณวิชัย-คุณสุนทร โพธิ์นทีไท

#### **น้ำดื่มแบบถ้วย**

- บริษัท อีสท์เทิร์นโพลีแพค จำกัด จำนวน ๔๒ ก๋วย รวม ๒๐๐๐ ถ้วย
- คุณสมใจ รุ่งชนกิก

#### **ขอขอบพระคุณสำนักเสริมศึกษาและบริการ**

**สังคม ม.ธรรมศาสตร์ โดย รศ.ดร.ชุมพวงดี**

#### **อมาตย์กุล**

- ร่วมสมทบทุนจัดโรงงาน จำนวน ๓ หมื่นบาท และให้เกียรติมาร่วมกล่าวรายงานในพิธีเปิด งานแสดงธรรม

#### **๒๗. กราบอนุโมทนาบุญ คณะศรัทธาจากสหรัฐ**

**อเมริกาที่ช่วยสนับสนุนกิจกรรมเผยแผ่ธรรม ของชมรมกัลยาณธรรม ด้วยศรัทธาอย่างต่อเนื่องเสมอมา รายนามผู้บริจาค**

- Sunan Suwannakam
- Pam Khoo
- Suwanee Hatai
- Tatsanee Pongkanjana
- Panee Osbourn
- Indhira Sidhisoradej
- Sunan suwannakan
- Noknoi Hanchana
- Por Paula Robinson
- Pink and Pueng
- Vichien-budsaraporn
- Iamranond and family
- June Vatcharin Tangjaiyoo
- ruangkan chui\_iam
- Janya sae\_oui
- Nui Boonsri and kaew rak boon
- Koi Phiyaphan
- Koong Preyanuch
- Jiraporn thanyapanich
- Prayong Maneedum
- Montra Mikeshell
- Nuch-Nui
- Oye chaweewon
- Tom Supaporn patdisakkul
- Tik-Ake-Mickey
- Pat Padungsit
- Sukon Philuk
- Roong Magness
- Dueankamol Holland
- Mirin Bartle
- Sasitorn Bunnag
- Noodchanach Tangverakiet
- Supatra Subpayakajon

**๒๘. กราบอนุโมทนาบุญอาสาสมัคร และ  
ธรรมบริการทุกท่าน**

- คณาจารย์ ม.สยาม นำทีมโดย อ.เบญจวรรณ  
บวรกุลภา และ อ.สมพร ปานยีนดี

- เพื่อน ๆ น้อง ๆ บมจ. SCG นำโดยคุณ  
ณรงค์ฤทธิ์ อุปถัมภ์
- บจก.ชงโควิศวกรรม นำโดยคุณภคกรณ์ รุจา  
ชนันท์
- บจก.อินเตอร์ปิโตรเลียม นำโดยคุณเชษฐ  
ตรกรวาณิช และคุณชยุติ คงสวัสดิ์ศักดิ์
- บจก.วิทีการ์เม้นท์ นำโดยคุณพ่อวัชระ - คุณ  
แม่ทองสุก โลหารักษ์พงศ์ และลูกหลาน  
ญาติมิตร
- นักศึกษา มคว. องค์กรฯ ภาควิชาวิทยาศาสตร์  
การกีฬา นำโดย รศ.ดร.สาส์ สุกาภรณ์
- นักศึกษา วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนิก นำ  
โดย ดร.วรัญญา
- บจก.สตาร์ครีฟโปรดักชั่น นำโดยคุณธีรพล  
เปาจีน พร้อมครอบครัวและพนักงาน
- ทีมจิตอาสา นำโดยคุณแม่ชัชจิตรดา ปิยะวาทีน
- บจก.ชุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ โดย  
คุณพ่อไพบูลย์ พิทยธนากุล
- ด.ต.อาทิตย์ วัฒนพฤดา พร้อมคณะตำรวจอาสา  
และวินมอเตอร์ไซด์ยานนาวา บางโพพวง สาทร
- ขอขอบคุณ ผู้บังคับการ กรมสารวัตรทหารเรือ  
เอื้อเพื่อ กำลังพล ๑๐ นาย มาช่วยทำงาน  
และเก็บงาน
- ขอขอบคุณ ผู้อำนวยการเขตสาทร อำนวย  
ความสะดวกเรื่องจัดเก็บขยะในงาน
- ขอขอบคุณ คุณสมใจ รุ่งธนกิจ ที่พาคนมา  
ช่วยขนของ
- คุณวิชัย โพธิ์นทีไท และญาติๆ
- คุณแม่ฉวีพรรณ ภูทอง และลูกหลานบริวาร  
ญาติมิตร
- ขอขอบคุณ คุณกนิษฐา รัตนสินธุ์ และคุณ  
จุฑามาศ สุธนวัฒนาเจริญ ผู้แปลภาษามือ  
จากสมาคมคนหูหนวกแห่งประเทศไทย ช่วย  
แปลภาษามือให้ตลอดงาน

**กราบขอบพระคุณและกราบอนุโมทนาบุญ  
ทุกท่าน ทั้งที่ไม่อาจเอ่ยนามได้ทั้งหมด ที่ได้  
ร่วมเสียสละมาเป็นธรรมบริการ ทำหน้าที่บุตร  
ของพระพุทธะ ขอให้อมกราบขอบพระคุณและ  
ระลึกในคุณงามความดีของท่านตลอดไป**



**๒๙. กราบขอพระคุณที่มงานประชาสัมพันธ์**

นำโดย อ.มนตรี จตุรภัทร และรายการส่องโลก ส่องธรรม ออกอากาศทางสถานีวิทยุ AM ๙๔๕ khz ทุกวันเสาร์ เวลา ๐๕.๓๕-๐๖.๓๐ น. และ ทุกวันเสาร์อาทิตย์เวลา ๒๓.๐๐-๒๔.๐๐ น. (ขอกราบขอพระคุณคุณศิลปิน กฤตบุญ ธรรัตน์ และ อ. เอกลักษณ์ หน่อคำ ที่กรุณาประพันธ์ เพลงกัลยาณธรรมและเพลงส่องโลกส่องธรรม ให้เป็นธรรมทาน)

**๓๐. กราบขอพระคุณแนวหลังทางธรรมที่อุทิศพื้นที่ ให้เป็นร้านธรรมทานของชมรมกัลยาณธรรม**

- สำนักงานและร้านหนังสือชมรมฯ คีรีนิกอัจฉรา ทันตแพทย์ ปากน้ำ สมุทรปราการ
- สาขา ๒ บจก. บางกอกเอนเนอร์ยี เอกซ์เพรส โดยคุณชัยสิทธิ์ และคุณชนวรรณ เอกสิทธิพงษ์
- สาขา ๓ คุณฉวีพรรณ ภูทอง ร้านสะดวกซื้อ และร้านกาแฟ - เบเกอรี่ บุญบุรี อยู่ปากซอย ฉิมพลีสู่ ศรีนครินทร์
- สาขา ๔ อยู่ตึกพาร์ทเมนท์ ซอยลาซาล สุขุมวิท บางนา กรุงเทพฯ

**ขอกราบขอพระคุณในความเมตตาของท่านจากใจจริง**

**ร่วมอนุโมทนาเจ้าภาพธรรมทานที่แจกในงาน แสดงธรรมครั้งที่ ๒๒**

๑. หนังสือเป็นมิตรกับความเหงา ของ พระอาจารย์ไพศาล วิสาโล
๒. หนังสือสายกลาง ของ อ.สุกัญญา ทุมทอง บริจาคโดย บริษัทอมรินทร์ พรินติ้งจำกัด (มหาชน)
๓. หนังสือสนทนาภาษาธรรม เล่ม ๒๑ ของ อ.ดร.สนอง วรอุไร
๔. หนังสือสนทนาธรรม กับ อ.วศิน อินทสระ เล่ม ๓
๕. หนังสือชีวิตสมดุลง์ ของพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล
๖. หนังสือคุณของพระสารีบุตร ของ อ.วศิน อินทสระ
๗. หนังสือเรียนธรรมจากคำถาม ของ อ.วศิน อินทสระ
๘. หนังสือบันทึกธรรมหลวงปู่ท่อนของหลวงปู่ท่อน ญาณธโร บริจาคโดยคณะศิษย์หลวงปู่ท่อน
๙. ข่าวสารกัลยาณธรรม ฉบับมกราคม ๒๕๕๕

๑๐. หนังสืออมิตตจรรย์แห่งใจ ของพระภิกษุอินฺทนาม บริจาคโดยคุณพัชรา ธรรมลิขิตชัยและคณะ
๑๑. MP3 รวมพระธรรมเทศนาชุดอริยทรัพย์ ของ หลวงพ่อสุรศักดิ์ เขมรังสี
๑๒. MP3 รวมพระธรรมเทศนา ของหลวงพ่อวิชัย เขมโร
๑๓. MP3 รวมธรรมบรรยาย ของ ดร.สนอง วรอุไร
๑๔. DVD รายการคนต้นแบบ สัมภาษณ์พระอาจารย์สมโน ภิภุ
๑๕. VCD พระธรรมเทศนา หลวงปู่ท่อน ญาณธโร บริจาคโดยครอบครัวตู้รุ่งโรจน์
๑๖. VCD รวมบรรยายกาศงานแสดงธรรม ครั้งที่ ๒๑
๑๗. MP3 ธรรมนิยายอิงพระพุทธศาสนา เรื่อง พระอานนท์ พุทธอนุชา บทประพันธ์วรรณกรรมโลกของ อ.วศิน อินทสระ
๑๘. MP3 รวมธรรมบรรยาย ของ อ.สุกัญญา ทุมทอง หลายชุด
๑๙. MP3 พระธรรมเทศนา ของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) บริจาคโดยคุณประไพ เคารณีปราการ
๒๐. นิตยสารชีเคริท

**เมนูกัลยาณธรรม ๑๑ มีนาคม ๒๕๕๕****อาหารเช้า**

- |                       |           |
|-----------------------|-----------|
| ๑. ข้าวต้มปลา         | ไม่อัน    |
| ๒. ข้าวผัดมันฝรั่ง    | ไม่อัน    |
| ๓. โจ๊ก (เจ)          | ๒,๐๐๐ ชาม |
| ๔. ก๋วยจั๊บน้ำใส      | ๗๐๐ ชาม   |
| ๕. ข้าวต้มกุ้ง+หมูสับ | ๓๐๐ ชาม   |

**ขนมมือเช้า**

- |                       |            |
|-----------------------|------------|
| ๑. ขนมปังไส้ต่าง ๆ    | ๑,๕๐๐ ชิ้น |
| ๒. ปาท่องโก๋          | ๒๐ กก.     |
| ๓. แขนงวีซ่าไส้ต่าง ๆ | ๒,๐๐๐ ชิ้น |
| ๔. ส้มสายน้ำผึ้ง      | ๕๐๐ ลูก    |
| ๕. ชีฟฟอนเค้ก         | ๑,๐๐๐ ชิ้น |
| ๖. ท็อฟฟี่เค้ก        | ๑,๐๐๐ ชิ้น |
| ๗. ขนมกะหรี่ปั๊บ      | ๓๐๐ ชิ้น   |

**เครื่องดื่มมือเช้า**

- |           |           |
|-----------|-----------|
| ๑. ชูบซอง | ๘๐๐ ซอง   |
| ๒. กาแฟ   | ๓,๕๘๕ ซอง |

๓. โอวัลติน	๒๐๒ ชอง
๔. ชามะนาว	๗๕๒ ชอง
๕. ชาอินเดีย	๔๐๐ ถ้วย
๖. น้ำปานะ (แครอท+ผักทอง)	๕๐๐ แก้ว
๗. ไวตามินัลล์	๖ ลิ้ง

#### อาหารกลางวัน

๑. โรงทานกล้วยเตี้ยว	๑,๐๐๐ ชาม
๒. ขนมจีนน้ำยา	๑,๕๐๐ ชาม
๓. ข้าวกะเพราไก่	ไม่อื่น
๔. ผัดซีอิ้ว	๑,๐๐๐ จาน
๕. ข้าวผัดกุ้ง	๕๐๐ จาน
๖. บะหมี่เกี๊ยวหมูแดง	๕๐๐ ท่อ
๗. ข้าวอบมังสะวีรติ	๓๐๐ จาน
๘. ข้าวขาหมู	๕๐๐ จาน
๙. กระทบะปลา	๕๐๐ ชาม
๑๐. บะหมี่หมูแดง	๕๐๐ ชาม
๑๑. ก๋วยจั๊บน้ำร้อน	๕๐๐ ชาม
๑๒. ราดหน้า	๒๐๐ ชาม
๑๓. ข้าวอบเผือก (เจ)	๑๐๐ จาน
๑๔. ก๋วยเตี้ยวน้ำตกหมู+ลูกชิ้น	๕๐๐ ชาม
๑๕. ข้าวหมูกระเทียม	๓๐๐ จาน
๑๖. ข้าวแกง+ขนมจีนน้ำยา มังสะวีรติ	๕๐๐ จาน

#### ขนม + เครื่องดื่มมื้อกลางวัน

๑. น้ำบ๊วย+สารพัดชา	๑,๐๐๐ แก้ว
๒. ขนมลอดช่องสมุนไพร ๕ สี	๑,๐๐๐ ถ้วย
๓. เด็กกล้วยหอม	๑,๐๐๐ ชิ้น
๔. ขนมปังกรอบ	๑,๐๐๐ ชิ้น
๕. ขนมหวาน	๒,๐๐๐ ชิ้น
๖. น้ำแข็งไสทรงเครื่องโบราณ	ไม่อื่น
๗. ถั่วแดงน้ำลำไย	๒,๐๐๐ ถ้วย
น้ำดื่มข้าง ขนาด ๖๐๐ ซี.ซี.	๗,๐๐๐ ขวด

### ชมรมกัลยาณธรรมขอมอบกราบขอบพระคุณ ทุก ๆ แร่กาย แร่ใจ แร่ศรัทธาที่มีต่องานกิจกรรม เผยแพร่ศาสนาอย่างต่อเนื่องของพวกเราทุกคน

ด้วยแรงสนับสนุนและกำลังใจจากทุกท่านที่ ถักทอ  
สานต่อกันไม่เคยเสื่อมคลาย ชมรมกัลยาณธรรมจึง  
ยังยืนหยัดอยู่ได้และดำเนินกิจกรรมอันนำประโยชน์  
และสันติสุขมาสู่สังคมอย่างต่อเนื่องเสมอมา

ขอนอบน้อมแทบบาทพระบรมศาสดาลัมมา  
สัมพุทธเจ้า

ขอนอบน้อมบูชาพระธรรมอันเป็นที่พึ่งทุกกาลสมัย  
ขอนอบน้อมบูชาพระสงฆ์สาวกผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ  
ขอนอบน้อมเกล้าน้อมกระหม่อม ถวายมณฑุศล  
มหาทานนี้ แด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และ  
พระบรมวงศานุวงศ์ ของจทรพระเจริญ มีพระชนมายุ  
ยิ่งยืนนาน

ขออุทิศบุญกุศลจากมหาทานนี้แก่พ่อแม่ครูบา  
อาจารย์และวิญญูณแห่งบรรพชนเจ้าที่เจ้าทาง  
สัมภเวสีทั้งหลาย ที่อยู่บริเวณสถานที่แห่งนี้และทุก  
ภพภูมิ

ขออุทิศบุญกุศลแต่ทุกท่านที่มีส่วนร่วมในงาน  
ครั้งนี้

บัดนี้ทุกท่านได้ร่วมกันสร้างมหาทาน มหากุศล  
อันยิ่งใหญ่คือ การให้ธรรมะเป็นทาน ซึ่งเป็นทานที่  
มีอานิสงส์สูงสุด เห็นการให้ทั้งปวง

ขอให้ทุกท่านตั้งเจตนาทั้งสามให้เป็นมหากุศล

๑. ปุพฺพเจตนา (เจตนาก่อนจะให้)

๒. ปุญฺจเจตนา (เจตนาขณะให้)

๓. อปรเจตนา (เจตนาหลังจากให้แล้ว)

สามองค์ประกอบนี้ช่วยให้ทานอันบริสุทธิ์ของ  
ท่านมีผลมาก มีผลไพบุลย์

ขอกราบอนุโมทนาบุญแต่ทุกท่านและขอแบ่งปัน  
บุญอันดีนี้ให้แก่กันและกัน แบ่งปันทั่วถึงสรรพสัตว์  
ทุกภพ ทุกภูมิ ขอได้โปรดจงมานุโมทนาและรับ  
ผลบุญจงทั่วกันเทอญ สาธุ สาธุ สาธุ

### พระพุทธรเจ้าตรีสังข์อานิสงส์ ของการให้ทาน

บุคคลให้ข้าว ชื่อว่าให้กำลัง

ให้ผ้า ชื่อว่าให้วรรณะ

ให้ยานพาหนะ ชื่อว่าให้ความสุข

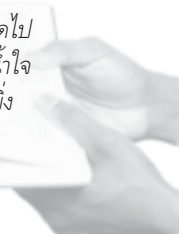
ให้ประทับโคมไฟ ชื่อว่าให้แสงสว่าง

ส่วนผู้ที่ให้ธรรมะ ชื่อว่าให้มฤตธรรม

ขอกราบขอขมา หากขาดตกข้อใดและคณะใดไป  
โดยมิได้เจตนา ขอกราบอนุโมทนาในหยาดน้ำใจ  
ทุกท่านอีกครั้งด้วยสำนึกในพระคุณอย่างยิ่ง

ด้วยความเคารพและศรัทธา

ชมรมกัลยาณธรรม





**กำหนดการจัดงานแสดง-ปฏิบัติธรรมเป็นธรรมทาน ครั้งที่ ๒๓  
เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล แด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว**

จัดโดย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ร่วมกับ ชมรมกัลยาณธรรม  
ณ หอประชุมใหญ่ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ บพิตรภิรมย์ มหาเมฆ  
วันอาทิตย์ที่ ๘ กรกฎาคม ๒๕๕๕ เวลา ๐๘.๐๐-๑๖.๓๐ น.


- ๐๕.๐๐ น. เริ่มเปิดให้บริการลงทะเบียนและบริการอาหารเช้า
- ๐๘.๓๐ น. พิธีเปิดงานโดยท่านอธิการบดีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ  
**ดร. สานิต พุทธชัยยงค์**
- ๐๘.๔๕ น. **พระอาจารย์ชาญชัย อธิปญโญ** ร่มอารามสถาน คลอง ๑๐ ต.บึงบา  
อ.หนองเสือ จ.ปทุมธานี แสดงธรรมเรื่อง “เรียนรู้ธรรมะจากธรรมชาติ”
- ๑๐.๑๐ น. เจริญสติ ๑๐ นาที และถวายสังฆทาน
- ๑๐.๓๐ น. **อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร** บรรยายธรรมเรื่อง “ชีวิตหลายมิติ”
- ๑๑.๔๐ น. เจริญสติ ๑๐ นาที และมอบของที่ระลึก
- ๑๒.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน (มีบริการทุกท่าน)
- ๑๓.๑๐ น. **หลวงพ่อปราโมทย์ ปาโมชโช** สำนักสงฆ์สวนสันติธรรม อ.ศรีราชา จ.ชลบุรี  
แสดงธรรมเรื่อง “จิตตภาวนา”
- ๑๔.๓๐ น. เจริญสติ ๑๐ นาที และถวายสังฆทาน
- ๑๔.๔๐ น. **พระไพศาล วิสาโล** วัดป่าสุคะโต อ.แก่งคร้อ จ.ชัยภูมิ  
แสดงธรรมเรื่อง “ความสุขอันประเสริฐ”
- ๑๖.๐๐ น. เจริญสติ ๑๐ นาที และถวายสังฆทาน
- ๑๖.๒๐ น. ประธานชมรมกัลยาณธรรมกล่าวอนุโมทนา
- ๑๖.๓๐ น. ปิดงาน

- เปิดรับลงทะเบียนหน้างานเช้าวันงาน ตั้งแต่ ๐๕.๐๐ น. เป็นต้นไป
- รับประทานอาหารและสิ่งของช่วยเหลือวัดพระบาทน้ำพุ จ.ลพบุรี

## คำแนะนำผู้เข้าฟังธรรมในงานแสดงธรรม ครั้งที่ ๒๓

๑. ไม่มีการลงทะเบียนล่วงหน้าทางไปรษณีย์ ท่านใดมาลงทะเบียนก่อนมีสิทธิ์ก่อน และไม่อนุญาตให้ลงทะเบียนแทนกัน โดยงานครั้งนี้สามารถรองรับผู้ฟังธรรมได้ประมาณ ๔,๔๐๐ ท่าน โดยมีที่นั่งฟังธรรม ๓ จุดคือ
 

บนหอประชุม	๑,๘๐๐	ที่นั่ง
โถงใต้หอประชุม	๙๐๐	ที่นั่ง
โรงอาหาร	๑,๗๐๐	ที่นั่ง
๒. ขอความร่วมมือให้ทุกท่านเข้าประจำที่นั่งของตน ก่อนที่การบรรยายธรรมในแต่ละรอบจะเริ่ม เพื่อไม่เป็นการรบกวนการฟังธรรมของท่านอื่น ดังนี้
  - ในรอบเช้าขอให้เข้าประจำที่นั่งเวลา ๐๘.๐๐ น. เพื่อรับฟังคำชี้แจงการจัดงานก่อนพิธีเปิดเวลา ๐๘.๓๐ น.
  - ในรอบบ่าย ขอให้เข้าประจำที่นั่งเวลา ๑๓.๐๐ น.
๓. ขอเชิญชวนทุกท่านเตรียมภาชนะ และกระบอกน้ำส่วนตัวมาจากบ้าน เพื่อช่วยกันลดปริมาณขยะ ลดโลกร้อน โดยในงานจะมีจุดเติมน้ำสะอาดและจุดล้างภาชนะไว้บริการ
๔. โรงทานจะเปิดปิดเป็นเวลา โดยในรอบเช้า เปิดตั้งแต่ ๐๕.๐๐ - ๐๘.๓๐ น. และรอบกลางวันจะเปิดเวลา ๑๑.๓๐ - ๑๓.๓๐ น. เพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย
๕. ขอความร่วมมือท่านแยกขยะลงถัง ซึ่งจะจัดแยกเป็นถังขยะแห้ง และถังใส่เศษอาหาร
  - กรุณาทิ้งเศษอาหาร น้ำแข็ง และน้ำ ลงในถังใส่เศษอาหาร ก่อนที่จะทิ้งภาชนะทุกชนิดลงในถังขยะแห้ง ทั้งนี้ผู้ขนขยะจะไปทำการคัดแยกเอง (โดยจะทำป้ายให้ชัดเจน)
๖. รณรงค์ให้ท่านเดินทางโดยรถแท็กซี่ รถประจำทางและขนส่งมวลชน เพื่อช่วยกันแก้ปัญหาเรื่องจราจรและช่วยกันประหยัดพลังงาน
๗. สำหรับท่านที่ขับรถมาเอง ขอความกรุณาไปจอดในสถานที่ ๆ กำหนดไว้ อย่าไปจอดขวางทางเข้าออกของเพื่อนบ้านรอบ ๆ มหาวิทยาลัย

๘. รับผิดชอบต่อคุณภาพพลาสติกและถุงหูหิ้วที่ใช้แล้ว เพื่อใส่หนังสือที่ร้านธรรมทานและใส่ต้นไม้ที่ร้านขายต้นไม้ช่วยวัดพระบาทน้ำพุ และรับผิดชอบต่อกระดาษแบรนต์หรือรีไซเคิลแบบพลาสติกมีก้น เพื่อนำมาจัดปลูกต้นไม้ช่วยวัดพระบาทน้ำพุ
๙. หนังสือและซีดีที่นำมาบริจาค กรุณาย่านำสิ่งที่ไม่ใช่หนังสือหรือซีดีธรรมดา เช่น แผ่นพับโฆษณา แคตตาล็อกสินค้า ฯลฯ มาใส่ในกล่องรับบริจาค และรบกวนทำความสะอาดหนังสือและซีดีต่าง ๆ ก่อนนำมาบริจาค จักขอบพระคุณอย่างยิ่ง
๑๐. ขอสงวนสิทธิ์ที่จะไม่รับ ซีดี ที่ท่านลงข้อมูลเอง เนื่องจากว่า เราไม่สามารถตรวจสอบได้ทุก ๆ แผ่น ก่อนที่จะจัดส่งให้กับจุดแจกจ่ายสื่อธรรมะ หรือผู้รับบริจาค
๑๑. ชมรมฯ ไม่อนุญาตให้นำเอกสาร สื่อธรรมะอื่นใดที่ไม่ได้ขออนุญาตจากชมรมฯ มาแจกในงานเพื่อไม่ให้เกิดความสับสนและเข้าใจผิดของญาติธรรมที่มาฟังธรรม
๑๒. ขอเชิญชวนทุกท่านร่วมสร้างความคิด ด้วยการเจริญสติและเจริญเมตตาต่อสรรพสัตว์ ฝึกใจลดละ โลก โกรธ หลง ยิ้มให้กัน อภัยให้กัน ตลอดงานแสดงธรรม 

### ข่าวประชาสัมพันธ์จากชมรมกัลยาณธรรม

- ขอเชิญท่านสาธุชนติดตามรับฟังรายการวิทยุ “ส่องโลก - ส่องธรรม” 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
- ชมรมกัลยาณธรรมแจกสื่อธรรมบรรณาการทุกๆ เดือน ติดตามข้อมูลได้จากเว็บไซต์กัลยาณธรรม ([www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)) หรือโทรสอบถามข้อมูลได้ที่ชมรมกัลยาณธรรม โทร. ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓
- ห้องสมุดหรือสถาบันการศึกษาใด ที่มีความประสงค์จะรับสื่อธรรมะเพื่อเป็นความรู้แก่สมาชิกในสถาบัน กรุณาทำจดหมายแจ้งความจำนงขอสื่อธรรมะต่างๆ มายังชมรมกัลยาณธรรม ทางชมรมจะพิจารณาจัดให้ตามความเหมาะสม
- ขอเชิญติดตามชมเทศนาธรรมและธรรมบรรยายอันทรงคุณค่าของครูบาอาจารย์ผ่าน กัลยาณธรรมทีวี ทางเว็บไซต์กัลยาณธรรม [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com) ตลอด ๒๔ ชั่วโมง
- ขอเชิญทุกท่านร่วมเป็นเจ้าของในงานแสดงธรรม วันอาทิตย์ที่ ๘ กรกฎาคม ศกนี้ ตามกำลังศรัทธา เพื่อสนับสนุนกิจกรรมอันเป็นประโยชน์แก่สังคม และพระศาสนาสืบไป ติดต่อที่หมายเลขโทรศัพท์ ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓

ขอกราบอนุโมทนาบุญท่านผู้มีจิตกุศลทุกท่าน



รถโดยสารประจำทางสาย ๒๒, ๖๒, ๖๗, ๘๘

รถโดยสารประจำทางปรับอากาศ ปอ. ๒๒, ๖๒, ๖๗, ๘๘

หรือโดยสารรถไฟฟ้าบีทีเอส (BTS) ลงสถานีช่องนนทรี แล้วต่อรถโดยสาร, สามล้อ, รถแท็กซี่

หรือโดยสารรถไฟฟ้าใต้ดิน (MRTA) ขึ้นสถานีลุมพินี ประตู ๒ แล้วต่อรถโดยสารสองแถวสีแดง

สายวิทยุ-สวนพลู-เทคนิค, สามล้อ, รถแท็กซี่



## พระไพศาล วิสาโล

วัดป่าสุคะโต อำเภอแก่งคร้อ จังหวัดชัยภูมิ



พระไพศาล วิสาโล นามเดิม ไพศาล วงศ์วรวิสิทธิ์ เป็นชาวกรุงเทพฯ เกิดเมื่อพุทธศักราช ๒๕๐๐ สำเร็จ การศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕ จากโรงเรียนอัสสัมชัญ และสำเร็จการศึกษาชั้นอุดมศึกษาจากคณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

สมัยเป็นนักเรียน เริ่มสนใจปัญหาสังคม จึงเข้าร่วมกิจกรรมค่ายอาสาพัฒนา ชนบทและกิจกรรมอาสาสมัครต่าง ๆ เมื่ออายุ ๑๕ ปี ท่านได้อ่านงานเขียนของ ท่านอาจารย์พุทธทาสภิกขุ จึงได้ปลุกฝังความเป็นพุทธแต่นั้นมา ทั้งยังสนใจงาน หนังสือโดยเริ่มจากการเขียนบทความตั้งแต่สมัยเรียนชั้นมัธยมทั้งในระหว่างที่ศึกษา อยู่มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เคยเป็นสาราณียกรวารสารปาจารย์สารอยู่ถึง ๑ ปีเต็ม

มีความสนใจด้านการเมือง ได้เข้าร่วมประท้วงในเหตุการณ์ ๑๔ ตุลาฯ ๒๕๑๖ ต่อมาช่วง ๖ ตุลาฯ ๒๕๑๙ เคยไปร่วมอดอาหารประท้วงในแนวทางอหิงสา จน กระทั่งถูกล้อมปราบภายในมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และถูกคุมขังเป็นเวลา ๓ วัน เมื่อออกจากคุกแล้วได้มาทำงานเป็นเจ้าหน้าที่กลุ่มประสานงานศาสนาเพื่อสังคม ตั้งแต่ปีพุทธศักราช ๒๕๑๙ ถึง พุทธศักราช ๒๕๒๖ เน้นงานด้านสิทธิมนุษยชน ช่วยเหลือผู้ถูกคุมขังด้วยสาเหตุทางการเมือง ซึ่งสามารถดำเนินการประสบผลสำเร็จ เมื่อรัฐบาลออกกฎหมายนิรโทษกรรมผู้ต้องหา กรณี ๖ ตุลาคม ๒๕๑๙ ประมาณ ๓,๐๐๐ กว่าคน


พระไพศาล วิสาโล อุปสมบทเมื่อพุทธศักราช ๒๕๒๖ ณ วัดทองนพคุณ กรุงเทพมหานคร เรียนกรรมฐานจากหลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ วัดสนามใน ก่อน ไปจำพรรษาแรก ณ วัดป่าสุคะโต อำเภอแก่งคร้อ จังหวัดชัยภูมิ โดยศึกษาธรรม กับหลวงพ่อคำเขียน สุวณฺโณ แต่แรกท่านตั้งใจจะบวชเพียง ๓ เดือน แต่เมื่อการ

ปฏิบัติธรรมเกิดความก้าวหน้า จึงบวชต่อเรื่อยมา จนครบรอบ ๒๘ พรรษาในต้นปีพุทธศักราช ๒๕๕๔ นี้

ปัจจุบันท่านเป็นเจ้าของาวาสวัดป่าสุคะโต แต่ส่วนใหญ่จะจำพรรษาอยู่ที่วัดปามหาวัน (ภูหลวง) เพื่อรักษาธรรมชาติและอนุรักษ์ป่า นอกจากการจัดอบรมปฏิบัติธรรม พัฒนาจริยธรรมและอบรมโครงการเผชิญความตายอย่างสงบต่อเนื่องตลอดมาแล้ว ท่านยังเป็นประธานเครือข่ายพุทธิกา กรรมการมูลนิธิโกมลคีมทอง กรรมการสถาบันสันติศึกษา กรรมการมูลนิธิสันติวิถี และกรรมการสภาสถาบันอาศรมศิลป์ เป็นกำลังสำคัญในเครือข่ายสันติวิถี ล่าสุดยังเป็นหนึ่งในคณะกรรมการปฏิรูป

พระไพศาล วิสาโล ได้ชื่อว่าเป็นพระสงฆ์นักกิจกรรม นักคิด นักเขียน และนักรณรงค์หัวก้าวหน้าที่นำธรรมะมาสร้างสันติ เชื่อมโยงความรู้ทางด้านพุทธธรรม มาอธิบายปรากฏการณ์ของชีวิตและสังคมในบริบทของสังคมสมัยใหม่อย่างเข้าใจง่าย ชัดเจนเป็นรูปธรรม มีทักษะในการอธิบายหลักธรรมที่ยากและลึกซึ้งให้เห็นเป็นเรื่องง่าย นอกจากเผยแพร่ธรรมผ่านการเทศนาแล้ว ท่านยังมีงานเขียนต่อเนื่องสม่ำเสมอ ทั้งหนังสือ งานแปลและบทความ ปัจจุบันมีผลงานหนังสือของท่านมากกว่าร้อยเล่ม นอกจากนี้ยังเป็นบรรณาธิการหนังสือหลายฉบับ ผลงานเขียนเรื่องล่าสุดคือ **“มองเป็นก็เห็นสุข”**

ปีพุทธศักราช ๒๕๔๘ ท่านได้รับรางวัลชูเกียรติ อุทกะพันธ์ในสาขาศาสนาและปรัชญา จากผลงานหนังสือ **“พุทธศาสนาไทยในอนาคต : แนวโน้มและทางออกจากวิกฤต”** อีกเกียรติประวัติสำคัญคือ ท่านเป็นพระสงฆ์องค์แรกที่ได้รับรางวัลศรีบูรพา ประจำปีพุทธศักราช ๒๕๕๓ โดยมติเอกฉันท์ และล่าสุดในเดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๕๔ ท่านได้รับรางวัลนักเขียนนอมตะประจำปี ๒๕๕๓ โดยมติเอกฉันท์จากมูลนิธิอมตะ ซึ่งท่านได้มอบเงินรางวัลทั้งหมดจำนวน ๑ ล้านบาท ให้แก่มูลนิธิโกมลคีมทอง

แม้จะมีผลงานช่วยเหลือสังคม อนุรักษ์ธรรมชาติสิ่งแวดล้อมและส่งเสริมการปฏิบัติภาวนาหลากหลายรูปแบบจนแทบไม่มีเวลาพัก แต่ทั้งหมดทั้งปวงที่กล่าวมาแล้ว พระไพศาล วิสาโล ยังคงยืนยันว่า **“ชีวิตอาตมา เป็นแค่พระอย่างเดียว ก็เป็นเกียรติ และประเสริฐสุดในชีวิตแล้ว ไม่มีอะไรสูงส่งกว่าการเป็นพระ ที่เหลือเป็นส่วนเกิน”** 

## พระอาจารย์ชาญชัย อธิปญโญ

ร่มอารามสถาน สำนักปฏิบัติวิปัสสนา คลอง ๑๐



ท่านเกิดเมื่อวันที่ ๖ สิงหาคม ๒๔๘๖ ที่ อ.สีคิ้ว จ.นครราชสีมา บุตรของนางหมวย และ นายแจ็กเม้ง แซ่ลิ้ม

ใฝ่ฝันอยากเป็นนักประพันธ์ตั้งแต่เด็กจึงเข้ากรุงเทพฯ เรียนต่อที่ ร.ร.สวนกุหลาบ วิทยาลัย และ ร.ร.เตรียมอุดมศึกษา จบปริญญาตรีวารสารศาสตร์ (สื่อสารมวลชน) จากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ระหว่างทำงานก็หาโอกาสเรียนจนจบปริญญาสาขารัฐประศาสนศาสตร์ จากสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ (นิด้า) เมื่อปี พ.ศ.๒๕๑๔

เคยทำงานเขียนบทภาพยนตร์ที่ไทยทีวี ช่อง ๔ (ช่อง ๙ อสมท.) งานธนาคาร งานสถาบันการเงิน เป็นอาจารย์สอนมหาวิทยาลัยรามคำแหง บริษัทในเครือขาย อังกฤษตราจ สหพัฒนพิบูลย์ สิ้นสุดท้ายเมื่อปี ๒๕๔๒ เป็นผู้อำนวยการฝ่ายบริหาร ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

มาเริ่มเข้าวัดฟังธรรมเมื่อปี ๒๕๒๒ จนปี ๒๕๒๗ ได้มีโอกาสเข้าอบรม ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน กับคุณแม่สิริ กรินชัย ๗ วัน จากที่เคยหลงผิด ไม่รู้เรื่อง พระพุทธศาสนา มาเป็นผู้สนใจพระพุทธศาสนา อันเป็นจุดเปลี่ยนของชีวิต ต่อมาไม่ว่าจะทำงานที่ใดมักจะได้รับมอบกิจกรรมด้านธรรมะในองค์กรเสมออย่างเพิ่มศรัทธาในพระพุทธศาสนายิ่งขึ้น ได้เข้าปฏิบัติกรรมฐานทุกปีและได้แสวงหาครูบาอาจารย์ และศึกษาแนวทางปฏิบัติต่าง ๆ อยู่เสมอ

ในปี ๒๕๓๐ มีความประสงค์จะออกบวชยาวไม่มีกำหนด แต่ติดภาระบุตรชาย ๒ คนยังเรียนอยู่จึงบอกความประสงค์ให้ภรรยาและบุตรทราบเพื่อเตรียมตัวเตรียมใจแต่เนิ่น ๆ แล้ววันนั้นก็มาถึง เมื่อบุตรทั้งสองจบปริญญา มีงานทำเรียบร้อย ท่านได้อุปสมบทที่วัดป่าบ้านค้อ ซึ่งหลวงพ่อกุล ชิปปญโญ เป็นเจ้าอาวาส เมื่อวันที่ ๘ กรกฎาคม ๒๕๔๓ แล้วไปจำพรรษาอยู่ที่วัดตาดหน้าพู่ อ.บ้านฝ่อ จ.อุดรธานี

ปัจจุบันท่านจำพรรษาอยู่ที่ร่มอารามสถาน ซึ่งเป็นสำนักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน คลอง ๑๐ (ฝั่งธัญบุรี) ต.บึงบา อ.หนองเสือ จ.ปทุมธานี ท่านได้เขียนหนังสือธรรมะไว้หลายเล่ม เช่น จริงตามความเป็นจริง, กรรมใดใครก่อ (กรรมและการเวียนว่ายตายเกิด), ปมปริศนาสันนามิ, จากหอคอยสู่ดวงดาว, บัญชีบุญ-ดอกเบ็บบาบ (บัญชีชีวิต, ชีวิตคือละคร), เราเลือกเกิดได้ และความจนที่น่ากลัว

# หลวงพ่อบราโมทย์ ปาโมชฺโช

สวนสันติธรรม อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี




เกิด พ.ศ.๒๔๙๕ ณ บ้านดอกไม้ ต.บ้านบาตร อ.ป้อมปราบศัตรูพ่าย จ.พระนคร

**การศึกษา** ชั้นประถมศึกษาตอนต้น ณ โรงเรียน สุริยวงศ์, ชั้นประถมศึกษาตอนปลาย ณ โรงเรียน พลับพลาชัย, มัธยมศึกษา ณ โรงเรียนโยธินบูรณะ, ปริญญาตรีและโท ณ คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย, สจว.รุ่นที่ ๕๗

**การทำงาน** ลูกจ้าง กอ.รมน. (พ.ศ.๒๕๑๘-พ.ศ.๒๕๒๑), เจ้าหน้าที่วิเคราะห์ นโยบายและแผน ๓-๗ สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจแห่งชาติ (พ.ศ.๒๕๒๑-พ.ศ.๒๕๓๕), ผู้อำนวยการ ๘-๑๐ องค์การโทรศัพท์แห่งประเทศไทย (พ.ศ.๒๕๓๕-พ.ศ.๒๕๔๔)

**การศึกษารธรรม** นักธรรมตรี, ศึกษาอานาปานสติตามคำสอนของท่านลี รัมมชโร ตั้งแต่ พ.ศ.๒๕๐๒, ศึกษากรรมฐานจากครูบาอาจารย์สายวัดป่าหลายรูป ตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๒๕ อาทิ หลวงปู่ดูลย์ อตุโล หลวงพ่อพุทธ ฐานิโย หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี หลวงปู่สิม พุทธาจาโร หลวงปู่บุญจันทร์ จันทวโร และหลวงปู่สุวัจน์ สุวโจ เป็นต้น อุปสมบทครั้งแรก ในสมัยที่ยังเป็นนักศึกษา ณ วัดชลประทานรังสฤษดิ์ จ.นนทบุรี โดยมีหลวงพ่อบุญญา นันทภิกขุ เป็นพระอุปัชฌาย์, อุปสมบทครั้งที่ ๒ ณ วัดบูรพาภิราม จ.สุรินทร์ (๓๐ มิถุนายน พ.ศ.๒๕๔๔) โดยมีพระราชาวรคุณ (สมศักดิ์ ปณฺหฺติโต) เป็นพระอุปัชฌาย์

**สถานที่จำพรรษา** ๕ พรรษาแรกจำพรรษาอยู่ ณ สวนโพธิญาณอรัญวาสี อ.ท่าม่วง จ.กาญจนบุรี ของท่านพระอาจารย์สุจินต์ สุจินฺโณ และพรรษาที่ ๖ ณ สวนสันติธรรม อ.ศรีราชา จ. ชลบุรี โดยความเห็นชอบของพระอุปัชฌาย์และ หลวงพ่อมนตรี อาภาสุสโร ศิษย์อาวุโสของหลวงปู่ดูลย์ อตุโล

**งานเขียน** วิมุตติปฏิปทา (พ.ศ.๒๕๔๒-พ.ศ.๒๕๔๔) ก่อนอุปสมบท, วิถีแห่ง ความรู้แจ้ง (พ.ศ.๒๕๔๕), ประทีปส่องธรรม (พ.ศ.๒๕๔๗) และ ทางเอก (พ.ศ. ๒๕๔๙) เป็นต้น 

# ยังให้ ยังได้

โดย อาตมาปี

ผู้เขียนได้รับโอกาสให้สร้างบุญบารมีอันยิ่งใหญ่ โดยได้เป็นหนึ่งใน  
 ธรรมบริการของชมรมกัลยาณธรรม ผู้เขียนขอกล่าวที่มาที่ไปของการได้รับโอกาส  
 นี้สักเล็กน้อย ผู้เขียนได้รู้จักชมรมกัลยาณธรรมเมื่อหลายปีมาแล้ว โดยการเข้า  
 ฟังธรรมบรรยายตั้งแต่ยังจัดฟังธรรม-ปฏิบัติธรรมที่มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ใน  
 ครั้งนั้นผู้มาฟังธรรมล้นหลามมากเป็นพัน ๆ คน ผู้เขียนได้รับฟังธรรมอันประเสริฐ  
 ในใจรู้สึกขอบคุณและชื่นชมธรรมบริการทั้งหลายที่ช่วยกันจัดงานดี ๆ อย่างนี้ ต่อมา  
**คุณจิตรา ปิยะวาทีน** ซึ่งเป็นกัลยาณมิตรของผู้เขียน ได้ติดต่อ**คุณหมออัจฉรา  
 กลิ่นสุวรรณ** เพื่อแจ้งความจำนงค์จัดตั้งโรงงาน ซึ่งคุณหมอได้ชักชวนให้มาร่วม  
 เป็นธรรมบริการ จากนั้นก็ได้มีการรวมทีมผู้ร่วมอุดมการณ์ทั้งหลายมาร่วมช่วยจัด  
 งานชมรม

จากการได้เข้าร่วมช่วยงานชมรมนี้ ผู้เขียนพบว่า การจัดงานแสดงธรรมใหญ่ ๆ  
 อย่างนี้ ไม่สามารถสำเร็จได้ด้วยคนเพียงคนเดียว บางท่านอาจไม่ทราบว่าการจัด  
 งานของชมรมฯ มีธรรมบริการถึงห้าร้อยกว่าท่าน ธรรมบริการทุกท่านมีความสำคัญ  
 ทั้งหมด เหมือนกับฟันเฟืองเล็ก ๆ มากมาย ที่คอยผลักดันงานให้สำเร็จลุล่วง  
 หลาย ๆ ท่านมาช่วยงานด้วยใจเกินร้อย เสียสละเวลาและทรัพย์ส่วนตัว พุ่มเท  
 แรงกายแรงใจทำงานให้กับชมรมฯ เพื่อเพื่อนมนุษย์ทั้งหลาย ที่อดจะกล่าว  
 ชื่นชมเสียไม่ได้คือ **คุณหมออัจฉรา พี่เอกชัย พี่ณรงค์ฤทธิ์ พี่อาทิตย์ อาจารย์สาลี  
 อาจารย์เบญจวรรณ และอีกหลาย ๆ ท่าน** โดยเฉพาะฝ่ายโยธาซึ่งทำงานเหนื่อย  
 และหนักที่สุด

ในการทำงานชมรมนี้ ท่านพ่อสนอง วรอุไร ได้สอนให้ทีมงานทำด้วยใจที่มีเมตตา ถึงแม้ว่าใครจะตำหนิว่ากล่าวอย่างไร ก็อย่าไปว่ากล่าวโต้ตอบ ให้เมตตาต่อผู้อื่น ทีมงานก็ได้ฝึกฝนตนเองในการทำงานไปด้วย ได้บุญกันถึงสองต่อ

มีการจัดงานครั้งหนึ่งในเดือนพฤศจิกายน ๒๕๕๔ เป็นครั้งที่ได้รับบทเรียนอีกบทหนึ่งของการสร้างบารมีของทีมงาน เนื่องจากว่าเป็นช่วงที่น้ำกำลังท่วมภาคกลาง และปริมณฑล ทีมงานได้มีการประชุมกันว่า จะจัดงานดีหรือไม่ เนื่องจากไม่แน่ใจว่าสถานที่จัดงานจะถูกน้ำท่วมหรือไม่ ผู้ฟังธรรม ธรรมบริการและเจ้าภาพ จะมากันได้หรือไม่ ดูเหมือนปัญหาอุปสรรคจะมากมาย แต่ในที่สุดก็สรุปว่าจัดงานต่อไป ท่านพ่อสนอง วรอุไร ก็ได้สอนทำนองว่า การสร้างบารมีก็ย่อมมีอุปสรรคมาขัดขวาง ให้เดินหน้าทำความดีต่อไป ยิ่งไงก็มีผู้มาฟังธรรมแน่นอน จะมากหรือน้อยก็ไม่เป็นไร แต่ผู้ที่ได้ประโยชน์แน่ ๆ คือธรรมบริการเอง

ในครั้งนี้ ทีมงานคาดว่าผู้ฟังธรรมจะมาน้อย จึงได้ลดขนาดของงานลง แต่ปรากฏว่าวันจริง ผู้ฟังธรรมมากเกินจำนวนมากถึงแม้ว่ายังมีปัญหาน้ำท่วมกันอยู่ ทำให้ผู้เขียนตระหนักว่าผู้เฝ้าธรรมก็ย่อมชวนขยายฟังธรรมปฏิบัติธรรมแม้ว่าจะมีอุปสรรคมาขัดขวาง วันนั้นปรากฏว่ามีปัญหาอยู่บ้าง แต่ทีมงานก็สามารถแก้ไขปัญหาไปได้ด้วยดี กลายเป็นบททดสอบหนึ่งที่สามารถผ่านไปได้ เมื่อนึกขึ้นมาทีไรก็สุขใจขึ้นมาทุกที

หลายคนอาจสงสัยว่าได้อะไรจากการทำงานช่วยเหลือสังคมแบบนี้ เงินทองก็ไม่ได้รับชักราบเดียว แถมยังต้องแบ่งเวลาและใช้ร่างกายแรงใจแรงทรัพย์สินส่วนตัวในการช่วยงานด้วย ผู้เขียนอยากจะขอทำให้มาพิสูจน์ด้วยตัวเองว่าทำแล้วได้อะไร ขอบอกว่าคนที่ได้คนแรกคือตัวเราเอง ไม่ใช่ใครอื่น สิ่งที่ได้กลับมานั้นมันมีค่ามาก บางทีเงินทองก็ไม่อาจซื้อสิ่งนี้ได้ สิ่งที่ได้มานี้คือความสุข ความสุขจากการให้ ความสุขจากการช่วยเหลือดวงจิตที่มีดวงใส หรือดวงจิตที่สว่างไสวอยู่แล้วให้สว่างไสวยิ่งขึ้น ยิ่งทำมากเท่าไรก็ยิ่งส่งผลให้จิตใจเรามีความสุขสว่างไสวตามไปด้วย และส่งผลต่อการทำสมาธิ (ข้อนี้เป็นประสบการณ์ส่วนตัวของผู้เขียน) กุศลผลบุญเหล่านี้อาจมองไม่เห็นด้วยตา แต่สามารถสัมผัสได้ด้วยใจไม่ลองไม่รู้

**ผู้เขียนขอทำให้มาพิสูจน์ด้วยตัวเองว่า “ยิ่งให้ยิ่งได้” จริงหรือไม่?** 

# คนเรารู้สึก “เสียใจ” กับเรื่องอะไรบ้าง ก่อนเสียชีวิต?



หนังสือขายดีใน Amazon เล่มหนึ่ง ชื่อว่า “The Top Five Regrets of the Dying” เขียนโดย Bronnie Ware ซึ่งเป็นคนดูแลผู้ป่วยที่รู้ตัวว่ากำลังจะเสียชีวิตและกลับไปอยู่ที่บ้านเพื่อรอวันตาย โดยเธอจะอยู่กับผู้ป่วยเหล่านี้ในช่วงสามถึงสิบสองสัปดาห์สุดท้ายก่อนที่ผู้ป่วยจะเสียชีวิต ในช่วงเวลาดังกล่าว เธอได้มีโอกาสพูดคุยและรับฟังความในใจของผู้ป่วยเหล่านี้ เมื่อถามถึงสิ่งที่เสียใจหรือสิ่งใด ๆ ก็ตามที่ยากจะย้อนอดีตไปเปลี่ยนแปลงนั้น เธอพบว่ามียุ่ห้าประเด็นหลัก ๆ

**ประเด็นแรก** พวกเขาจะใช้ชีวิตตามความต้องการที่แท้จริงของตัวเอง มากกว่าตามความคาดหวังของคนอื่น (I wish I'd had the courage to live a life true to myself, not the life others expected of me.) เกือบทุกคนที่กำลังจะเสียชีวิตจะพูดถึงประเด็นนี้เมื่อพวกเขารู้ว่าชีวิตได้ล่วงเลยมาถึงขั้นนี้แล้ว และย้อนกลับไปมองอดีต เขาจะเห็นภาพที่ชัดเจนขึ้นว่าอะไรที่ยากทำ อะไรที่ได้ทำ และอะไรที่ยังไม่ได้ทำกว่าพวกเขาจะรู้สึกว่ามันเป็นเรื่องสำคัญมากที่ควรจะได้ทำตามความฝันของตัวเอง หรืออย่างน้อยก็แค่พยายาม มันก็สายเกินไป สุขภาพของ



พวกเขาเอาอิสราภาพในการตัดสินใจทำไปจากพวกเขาแล้ว และก็ไม่มีวันจะคืนให้เขาอีกต่อไป

**ประเด็นที่สอง** พวกเขาจะไม่ทำงานหนัก (I wish I didn't work so hard.) งานหนักที่พวกเขาเคยรู้สึกว่าจะไม่ทำไม่ได้ นั่น พาพวกเขาออกจากชีวิตส่วนตัว ลูกๆ ครอบครัว และคนสำคัญของชีวิต พวกเขาไขว่คว้าและวิ่งตามแต่เงินทอง ชื่อเสียง เกียรติยศ หรือแม้กระทั่งการยอมรับจากคนที่อยู่นอกวงกลมของชีวิต โดยที่ไม่เคยรู้สึกมาก่อนว่าตัวเองทำอย่างนั้น พวกเขาคิดว่าพวกเขาน่าจะมีตารางเวลาที่ดี แสวงหาเงินทอง ชื่อเสียง หรือเกียรติยศเท่าที่พอเพียง และแบ่งเวลาไปให้กับชีวิตส่วนตัว ลูก ๆ ครอบครัว และคนสำคัญของชีวิต เพราะทำยที่สุดแล้ว เมื่อพวกเขาหมดลมหายใจ จะไม่มีอะไรที่ติดตัวพวกเขาไปเลยสักอย่างเดียว

**ประเด็นที่สาม** พวกเขาน่าจะกล้าแสดงความรู้สึกของตัวเองให้มากกว่านี้ (I wish I'd had the courage to express my feelings.) คนจำนวนมากเก็บความรู้สึกของตัวเองเอาไว้ข้างใน เพราะเกรงใจ เพราะกลัวคนจะว่า เพราะกลัวจะไปขัดใจคนอื่น แต่ความรู้สึกเหล่านั้นจะนำมาซึ่งความเครียด และความรู้สึกไม่ดีกับตัวเองในภายหลัง นอกจากนี้ ความต้องการแสดงความรู้สึกของตัวเองไม่ได้มีเฉพาะด้านลบเท่านั้น พวกเขายังแทบจะไม่ได้แสดงความรู้สึกดีดีออกไปให้บางคน ได้รับรู้ในสถานการณ์นั้น ๆ เมื่อเวลาผ่านไป จนถึงที่พวกเขา กำลังจะเสียชีวิต หลายคนก็เสียชีวิตไปก่อนเขา และหลายครั้งมันก็เลยสถานการณ์นั้น ๆ มานานแล้วหากพวกเขาได้แสดงความต้องการออกไปอย่างที่ตัวเองรู้สึก ทั้งเรื่องดีและเรื่องไม่ดีนั้น จะทำให้พวกเขาไม่มีอะไรค้างคาอยู่ในใจ รู้สึกดีกับตัวเองมากกว่านี้ และเป็นตัวตนที่แท้จริงของตัวเอง

**ประเด็นที่สี่** พวกเขาจะอยู่กับเพื่อนเก่า ๆ ให้นานกว่านี้ (I wish I had stayed in touch with my friends.) บ่อยครั้งที่พวกเขารับรู้ถึงความสุขที่แท้จริงจากการได้อยู่กับเพื่อนเก่า ๆ ก็ต่อเมื่อตัวเองกำลังจะเสียชีวิตลง หรือเพื่อน ๆ ของเขาเหล่านั้นได้เสียชีวิตไปแล้ว ที่ผ่านมา พวกเขา ก็ห่างเหินจากเพื่อนเก่า ๆ ที่สนิทกันมาก ๆ ไปเป็นปี ๆ และเมื่อพวกเขา กำลังจะเสียชีวิต พวกเขา ก็รู้สึกเสียใจกับช่วงเวลาที่ผ่านมา มันอาจจะดูเป็นเรื่องธรรมดาที่ชีวิตอันยุ่งเหยิงจะพาเราออกจากเพื่อน ๆ แต่เมื่อเรากำลังจะเสียชีวิตลง พวกเขา กลับต้องการเพื่อน ๆ พุดคุย เห็นหน้า ดูหนังด้วยกัน ไปเที่ยวกัน มากกว่าเรื่องอื่น ๆ เสียอีก

**ประเด็นที่ห้า** พวกเขาจะทำให้ชีวิตมีความสุขมากกว่านี้ (I wish that I had let myself be happier.) เป็นเรื่องน่าแปลกใจมาก เพราะสุดท้ายแล้ว คนที่กำลังจะเสียชีวิตกลับตระหนักว่า ความสุขนั้นอยู่ที่ตัวเราเอง พวกเขาดำเนินชีวิตแบบเดิม ๆ ใช้ชีวิตแบบซ้ำ ๆ แล้วก็หลอกตัวเองว่าสิ่งที่ทำอยู่มันดีอยู่แล้ว ส่วนหนึ่งก็เพราะกลัวการเปลี่ยนแปลง หรือไม่ก็ไม่อยากจะทำบางต้องเปลี่ยนแปลงอะไร เมื่อพวกเขา กำลังจะเสียชีวิต และย้อนเวลากลับไปนึกถึง พวกเขา รู้สึกว่าความสุขในชีวิตนั้น เกิดจากสิ่งที่เขาเลือก **อะไรก็ตามที่ทำอยู่ซ้ำ ๆ จะไม่ได้ให้อะไรกับชีวิตมากนัก แต่จุดเปลี่ยนแปลงของชีวิตที่เป็นไปตามความต้องการของตนเองนั้น ไม่ว่าจะสำเร็จหรือล้มเหลว มีความหมายกับชีวิตมากกว่านัก**

ขอให้ทุกท่านใช้ชีวิตอย่างคุ้มค่า ตระหนักกับทุก ๆ วินาทีที่ผ่านไปนะคะ เมื่อถึงวันหนึ่งที่เธออยู่ในสถานการณ์เดียวกันกับพวกเขาเหล่านี้ เราจะได้ไม่เสียใจกับช่วงเวลาที่ผ่านมาไป



### ข่าวประชาสัมพันธ์งานแสดงธรรมของชมรมกัลยาณธรรม

๑. ขอเชิญร่วมเป็นเจ้าของสนับสนุนร้านอาหารมือเช้าหรือมือกลางวัน เพื่อให้บริการอาหารเพียงพอแก่ผู้ฟังธรรมประมาณ ๕,๐๐๐ คน ท่านผู้มีจิตศรัทธาสใจร่วมเป็นแนวหลังทางธรรม กรุณาติดต่อ ๐ ๒๗๐๒ ๗๓๕๓ หรือ ๐ ๒๗๐๒ ๙๖๒๔
๒. ในงานแสดงธรรมของชมรมฯ ทุกครั้ง จะมีหน่วยพยาบาลจากโรงพยาบาลสมุทรปราการ มาออกตรวจสุขภาพและดูแลสุขภาพในกรณีเจ็บป่วยฉุกเฉินตลอดงาน
๓. รับเพื่อนผู้มีจิตอาสาช่วยเป็นพลังในการเตรียมงานแสดงธรรม ในวันเสาร์ที่ ๗ กรกฎาคม โทร ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓
๔. ในงานแสดงธรรมของชมรมฯ แต่ละครั้ง **ขอรับบริจาคสิ่งของที่ไม่ใช้แล้ว** เพื่อช่วยเหลือวัดพระบาทน้ำพุต่อไป และรับบริจาคปัจจัยช่วยเหลือวัดพระบาทน้ำพุ
๕. **รับสมัครเพื่อนร่วมอุดมการณ์ - แนวหลังทางธรรมร่วมใจสละแรงกายแรงใจ** เพื่อรับใช้พระศาสนาและพัฒนาสังคม ติดต่อ โทร ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓ หรือ ๐ ๒๗๐๒ ๙๖๒๔

# สิ่งควรเรียนรู้จากภัยพิบัติ ที่กำลังจะตีบคลานเข้ามา (ตอนที่ ๑)

โดย อ. ทวีศักดิ์ คุรุจิตธรรม

**ธรรมชาติ** ย่อมทรงไว้ซึ่งความสมดุลของมันเสมอ เมื่อใดก็ตามที่มีเหตุการณ์ทำให้ธรรมชาติเสียสมดุล ธรรมชาติก็จะปรับตัวของมันเองสู่ความสมดุล ในที่สุด บางครั้งก็ใช้เวลาสั้น บางครั้งก็ใช้เวลายาวนาน สู้แต่เหตุและปัจจัย และในระหว่างที่มันปรับตัวมันเองให้สมดุล ย่อมมีผลกระทบต่อสิ่งรอบข้างของมัน อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ บางครั้งก็อาจรุนแรง บางครั้งก็เป็นเพียงภัยหรือเหตุการณ์ธรรมดา ส่วนที่จะไม่มีผลกระทบเลย นั้นย่อมเป็นไปได้ยาก ตัวอย่างเช่น

**เวลาเกิดแผ่นดินไหว** ย่อมตามมาซึ่ง after shocks เป็นระยะ ๆ ตอนก่อนสงครามต์ ในปี พ.ศ.๒๕๕๕ นี้ ก็เกิดแผ่นดินไหวบริเวณแถวเกาะสุมาตรา วัดความสั่นสะเทือนได้ถึง ๘.๗ ริคเตอร์ แล้วก็มี after shocks ตามมาหลายครั้ง บางครั้งมีความรุนแรงถึง ๘.๒ ริคเตอร์บ้าง ๔.๘ ริคเตอร์บ้าง ซึ่งนับว่ามีความรุนแรงไม่น้อย ที่ต้องมี after shocks เพราะธรรมชาติต้องปรับตัวของมันเองให้กลับสู่ความสมดุลนั่นเอง

เรามักจะได้ยินเสมอว่า หลังแผ่นดินไหว อาจตามมาซึ่งภัย “**สึนามิ**” คือมีคลื่นยักษ์ถาโถมจากทะเลเข้าสู่ฝั่ง ทำความเสียหายอย่างมากมายทั้งชีวิตและทรัพย์สินที่อยู่ในแนวชายฝั่งที่คลื่นยักษ์ถาโถมเข้ามา

**การเกิดคลื่นสึนามิ** ก็เป็นการปรับตัวของธรรมชาติอย่างหนึ่ง เพื่อให้คืนสู่ความสมดุลเช่นกัน ที่เกิดคลื่นขนาดยักษ์ได้เพราะมักจะเป็นกรณีแผ่นดินไหวใต้ทะเลหรือมหาสมุทร พอพื้นชั้นล่างสุดของทะเลหรือมหาสมุทรเกิดการแยกตัว ไม่ว่าจะแยกตามแนวนอน (แยกเป็นซ้าย-ขวาออกจากกัน) หรือแยกเป็นแนวตั้ง (แยกเป็นสูง-ต่ำ ไม่ราบเรียบเสมอกัน) น้ำอันมีปริมาตรมหาศาลของทะเลหรือมหาสมุทรรย่อไหลลงสู่รอยแยกอย่างรวดเร็ว จึงเป็นสาเหตุของน้ำลดลงจากชายฝั่งอย่างรวดเร็วเช่นกัน

ใจกลางของโลกนั้นร้อนระอุ และเต็มไปด้วย “แมกมา” คือการหลอมเหลวของแร่ธาตุจำนวนมากอยู่ใจกลางโลก การหลอมเหลวของแร่ธาตุจำนวนมาก ก่อให้เกิดการระเบิดอย่างต่อเนื่อง เพราะมีแร่ธาตุบางอย่างที่เมื่อหลอมเหลวกับแร่ธาตุอีกบางอย่าง ก่อให้เกิดปฏิกิริยานิวเคลียร์ คือการระเบิดเป็นลูกโซ่ และเปลวไฟพร้อมก๊าซที่ระเบิดออกมา ก็จะรวมตัวจับกันใหม่ และก็จะระเบิดออกมาใหม่ เป็นปฏิกิริยาลูกโซ่ เช่นนี้ตลอดไป การระเบิดจากใจกลางโลกนี้ จึงทำให้โลกสับตัวและหมุนตัวมันเองได้ ทั้ง ๆ ที่ลอยอยู่ในอวกาศแท้ ๆ นี่จึงเป็นคำตอบที่ว่าทำไมโลกจึงหมุนรอบตัวเองได้

สารหลอมเหลว “แมกมา” ที่อยู่ใจกลางโลกนี้ เมื่อเวลาที่มีภูเขาไฟระเบิด สารหลอมเหลวนี้ก็จะพวยพุ่งออกมาจากปล่องภูเขาไฟ พอโผล่พ้นปากภูเขาไฟ ไหลอาบลงสู่ด้านล่างรอบ ๆ ภูเขาไฟ เราก็เรียกสารหลอมเหลวตัวเดียวกันนี้แหละว่า “ลาวา” ฉะนั้น “แมกมา” กับ “ลาวา” จึงเป็นสารหลอมเหลวตัวเดียวกัน เพียงแต่ตัวหนึ่งอยู่ภายในโลก และอีกตัวหนึ่งอยู่ภายนอกโลกเท่านั้น

พอน้ำทะเลหรือมหาสมุทรไหลลงสู่ใจกลางโลกที่ร้อนระอุด้วยสารละลายแมกมา ด้วยปริมาณน้ำที่มากและรวดเร็ว น้ำเหล่านั้นก็จะเดือดระเหยเป็นไอ ความร้อนของแมกมาเท่ากับต้มน้ำทะเลจนเดือดจัด แล้วดันไอน้ำขึ้นมา เหมือนกับเราต้มน้ำในกา ถ้าฝาปิดไม่ได้เจาะรูให้แรงดันไหลออกมาได้ กาใบนั้นก็ต้องระเบิดแน่ รถไฟเครื่องจักรไอน้ำในยุคแรก ๆ ก็ทำงานด้วยระบบนี้แหละ คือมีการต้มน้ำให้เดือดในหัวรถจักร แล้วเอาแรงดันของไอน้ำไปขับเคลื่อนล้อให้รถไฟวิ่งได้ เครื่องจักรอุตสาหกรรมในยุคต้น ๆ ก็จะใช้ Boiler ต้มน้ำจนเดือด แล้วอาศัยแรงดันของไอน้ำไปขับเคลื่อนเครื่องจักรเช่นเดียวกัน

แรงดันของไอน้ำใต้ทะเลมีมากมายมหาศาล จึงดันน้ำขึ้นมาเป็นลูกคลื่น แล้ว ลูกคลื่นนี้ก็ไหลเข้าซัดฝั่ง ยิงอยู่กลางทะเลที่มีความลึก ความแรงของลูกคลื่นก็ ถูกคลื่นกินไปกับความลึกของทะเล ฉะนั้น กลางทะเลจึงมีคลื่นไม่ใหญ่โตนัก จึง มีคำสอนอยู่เสมอว่า เมื่อเกิดคลื่นสึนามิ ผู้ที่ลอยเรืออยู่กลางทะเลจะปลอดภัย แต่พอคลื่นดังกล่าวถาโถมเข้าชายฝั่งซึ่งมีความตื้นเขินขึ้นเรื่อย ๆ จากกลางทะเล ยิ่งคลื่นยักษ์เคลื่อนที่สู่ที่ตื้นมากเท่าใด ความสูงของคลื่นก็จะยิ่งทวีคูณ เพราะ ไม่มีความลึกของน้ำไปดูดคลื่นไว้ ฉะนั้น เราจึงเห็นภาพจากทีวีว่า คลื่นยักษ์ ดังกล่าวสูงเท่าตึก ๕-๖ ชั้น ซัดกระหน่ำเข้าฝั่งสร้างความเสียหายอย่างมากมายทั้ง แก่ชีวิตและทรัพย์สิน ขนาดเรือเหล็กกล้าโตมที่มาที่จอดลอยลำนอกฝั่งเกาะภูเก็ต เมื่อเกิดคลื่นสึนามิเมื่อหลายปีที่ผ่านมา ยังถูกซัดกระหน่ำขึ้นไปบนบกไกลจาก ทะเลเป็นกิโลเมตร เป็นการแสดงถึงความรุนแรงของคลื่นสึนามิดังกล่าว

ที่นี่ จะมาพูดถึงโลกใบที่เราอาศัยอยู่นี้บ้าง แต่เดิมมาธรรมชาติมีความสมดุลดี จนต่อมามนุษย์เริ่มทำลายทรัพยากรธรรมชาติ เช่น การตัดไม้ทำลายป่าเพื่อบุกยึด เป็นที่เพาะปลูกหรือเพื่อที่อยู่อาศัย หรือตัดไม้เพื่อนำไปขาย สร้างความร่ำรวยให้ กับตนโดยไม่ต้องลงทุนแม้แต่หน่วย เพราะป่าไม้ที่ขึ้นเองตามธรรมชาติ เมื่อป่าไม้ ถูกทำลาย ธรรมชาติก็เสียความสมดุล เช่น ฝนไม่ตกต้องตามฤดูกาล เกิดภาวะ แห้งแล้ง ยามเกิดฝนตกหนัก หรือมีพายุกระหน่ำ แทนที่จะมีต้นไม้พร้อมราก ของมันช่วยดูดซับน้ำฝนไม่ให้มันไหลลงจากยอดเขาเร็วนัก ก็กลายเป็นเขาหัวโล้น ทั้งน้ำฝนทั้งพายุก็ไหลลงมาโดยไม่มีสิ่งกีดขวางคือต้นไม้แต่ประการใด จึงก่อให้เกิด อุทกภัย ดินถล่ม โคลนเคลื่อนย้าย สร้างความเสียหายให้กับชีวิตและทรัพย์สิน เป็นอันมากในระยะเวลาที่ผ่านมา

ยังไม่พอแค่นั้น มนุษย์มีความโลภที่จะต้องขูดทรัพยากรใต้โลกออกมาขาย เพื่อแลกกับเงิน หวังให้ตัวเองร่ำรวย โดยอ้างถึงความเจริญทางเศรษฐกิจเป็นสิ่ง บังหน้า สิ่งที่ถูกขูดออกจากใต้โลกมีมากมายเหลือคณานับ เช่น น้ำมันขูดเจาะได้ทุก ๆ วัน ถ่านหิน แร่เหล็ก แร่สังกะสี แร่เงิน แร่ทองคำ สารพัดแร่ธาตุก็ขูดออกมา ขายและใช้ การขูดเจาะทุก ๆ วัน ย่อมทำให้โลกค่อย ๆ กลวง เกิดการเสียสมดุล อย่างรุนแรง เราคงเคยได้ยินข่าวอยู่บ่อย ๆ ว่า เหมือนถ่านหินในจีน อินโดนีเซีย ฯลฯ เมื่อขูดเจาะลึกลง ๆ เข้า ไม้ที่ใช้ค้ำ ๆ ไว้ไม่อยู่ จึงเกิดการพังทลายของ เหมือนถ่านหิน ทำให้คนงานตายเป็นพันในเหมืองนั้น ๆ แต่ก็ไม่เคยเช็ดถูหลาบ

ยังคงขุดเจาะต่อไปจนกว่าทรัพยากรใต้โลกจะหมด

การที่ได้โลกกลมมากนี้ ย่อมทำให้โลกหมุนตัวเองไม่ราบเรียบเหมือนอย่างที่เคย การหมุนของโลกจึงมีลักษณะแกว่ง (wobble) ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของสนามแม่เหล็กโลก

แม้แต่บนโลก มนุษย์ก็ไม่หยุดยั้งที่จะทำลายทรัพยากรบนโลก เช่น การระเบิดภูเขา เพื่อทำเป็นกรวด-หิน ใช้ในงานก่อสร้างบ้าง เพื่อใช้เป็นส่วนผสมในการทำปูนซีเมนต์บ้าง เพื่อเลื่อยตัดออกทำเป็นแผ่นหินอ่อนบ้าง แผ่นแกรนิตบ้าง ฯลฯ สิ่งเหล่านี้ล้วนทำให้น้ำหนักโลกที่อยู่ ณ ตำแหน่งนั้น ๆ เปลี่ยนแปลง ทำให้โลกหมุนสะดุด ไม่ราบรื่นเหมือนแต่ก่อน พอหมุนสะดุดมาก ๆ แกนโลกจึงเอียงไปจากเดิมทีละนิด ๆ ซึ่งล้วนแล้วแต่มีผลต่อสนามแม่เหล็กโลกทั้งสิ้น


ย่าแยงเท่านั้นยังไม่พอ ที่ทำร้ายโลกหนักที่สุด คือ การย้ายภูเขา โดยระเบิดภูเขาทิ้ง แล้วนำหินภูเขาไปถมทะเลเพื่อสร้างสนามบิน เพราะเวลาที่ประเทศที่มีผืนแผ่นดินน้อย เช่น ฮองกง มาเก๊า ญี่ปุ่น สิงคโปร์ เป็นต้น จะขยายสนามบินหรือสร้างสนามบินใหม่ วิธีที่ง่ายที่สุดก็คือการระเบิดภูเขามาถมทะเลเพื่อทำเป็นผืนแผ่นดิน เป็นสนามบินแห่งใหม่ เพราะที่รัฐบาลทำเช่นนี้ จะได้ไม่ต้องไปทะเลาะกับชาวบ้านในการเวนคืนที่ดิน อีกทั้งไม่ต้องเสียเงินเสียทองจ่ายเป็นค่าเวนคืนให้ชาวบ้านอีก แถมชาวบ้านบางคนอาจหัวหมอฟ้องรัฐบาลเป็นคดีต่อศาล กล่าวหาว่ารัฐบาลให้เงินค่าเวนคืนไม่ยุติธรรมบ้าง รัฐบาลควรหาที่แห่งใหม่บ้าง สารพัดเหตุผลที่จะนำขึ้นสู้กับรัฐบาลก่อนที่จะยอมขนย้ายออกไป ซึ่งถ้าสู้กันถึง ๓ ศาลแล้วก็ใช้เวลาไม่น้อยกว่า ๙ ปี ทำให้รัฐบาลปวดหัวกว่าจะรวบรวมที่ดินได้ครบมาทำเป็นสนามบินแห่งใหม่ การระเบิดภูเขามาถมทะเลจึงเป็นวิธีที่ง่ายและดีที่สุด เพราะนอกจากไม่ต้องเสียเงินเป็นค่าเวนคืนที่ดินแล้ว ยังได้ผืนแผ่นดินแห่งใหม่กว้างใหญ่ไพศาลโดยไม่ต้องควักกระเป๋าจ่ายเงินค่าที่ดินส่วนที่นอกนี้อีกต่างหาก เท่ากับใช้กระสุนนัดเดียวได้นกถึง ๒ ตัว ประเทศอื่น ๆ ทั่วโลกจึงเริ่มเอาเยี่ยงอย่างตามกันเป็นแถว

การย้ายภูเขาไปอยู่ทะเลเท่ากับเป็นการย้ายน้ำหนักมวลจากจุดหนึ่งของโลกไปสู่อีกจุดหนึ่ง แม้น้ำหนักมวลจะเท่ากันก็ตามที แต่ก็ทำให้การหมุนเหวี่ยงของโลกเสียสมดุล เหมือนเช่นล้อรถยนต์ ต่อให้เราซื้ออะไหล่ใหม่ เปลี่ยนยางเส้นใหม่ ทางร้านขายยังต้องถ่วงล้อให้เรา โดยเอาก้อนตะกั่วมาติดที่กะทะล้อ หลังจาก

คำนวณแล้วว่า จะต้องถ่วง ณ จุดนี้ด้วยน้ำหนักแบบนี้ ทั้งนี้เพื่อให้ล้อรถหมุน แล้วไม่แกว่งหรือสะบัด แต่เมื่อทางร้านได้ถ่วงล้อเรียบร้อยแล้ว พอกลับมาบ้านเราก็ย้ายก้อนตะกั่วจากตำแหน่งบน มาอยู่ตำแหน่งล่าง แม้จะเป็นล้อเดียวกันก็เถอะ เมื่อจุดตำแหน่งเปลี่ยน ล้อก็จะแกว่งและสะบัด ซึ่งทุก ๆ ท่านสามารถทดลองได้ด้วยตัวเอง

หรืออีกตัวอย่างหนึ่งก็ลองไปซื้อลูกโลกกลม ๆ มาลูกหนึ่ง แล้วจัดการพอกดินน้ำมันให้เสมอเท่าเทียมกันทั้งลูกโลก เมื่อดินน้ำมันกระจายเท่า ๆ กันทั้งลูกโลก ลูกโลกนั้นก็ยังคงหมุนได้ราบรื่นอยู่ ทีนี้ ลองแกะดินน้ำมัน ณ จุดใดจุดหนึ่งของลูกโลกแล้วไปโปะไว้อีกตำแหน่งหนึ่ง ถึงแม้โดยองค์รวมแล้ว จะมีน้ำหนักมวลรวมเท่ากัน แต่ท่านลองหมุนลูกโลกดู ลูกโลกจะมีอาการแกว่ง มีความฝืดในการหมุน และมีสิ่งผิดปกติอื่นเกิดขึ้น เวลาที่ลูกโลกหมุน ทั้งนี้ เพราะเราไปย้ายมวลผิดตำแหน่งนั่นเอง

เมื่อโลกมีอาการแกว่งหรือส่ายผิดปกติ สนามแม่เหล็กโลกก็แปรปรวน แกนโลกก็จะเคลื่อนย้ายผิดไปจากตำแหน่งเดิม ซึ่งเหตุการณ์เหล่านี้ย่อมนำมาซึ่งการเปลี่ยนแปลงของดินฟ้าอากาศ ฤดูกาล การเกิดพายุ การเกิดแผ่นดินไหว เกิดดินถล่ม ดินเกิดยุบตัวลงโดยไม่ทราบสาเหตุ บางแห่งถึงกับยุบตัวลงเป็นหลุมขนาดใหญ่และลึกด้วย ฯลฯ

แต่สิ่งเหล่านี้ยังไม่ร้ายเท่ากับการที่สนามแม่เหล็กโลกเปลี่ยนแปลง มันมีผลกระทบต่อระบบสมองของมนุษย์ ต่อระบบจิตสำนึกในมนุษย์ ต่อระบบความนึกคิดในมนุษย์ แล้วมันเป็นไปได้อย่างไร 

(โปรดติดตามอ่าน “ตอนที่ ๒” ในฉบับหน้า)

ขอให้ทุก ๆ ท่านจงเจริญในธรรม

สวัสดี

**กรรมทั้งหลายไม่ได้มาจากอื่นไกล  
มาจากกายกรรม วาจากรรม มโนกรรมของเราเท่านั้น**

หลวงปู่ฝั้น อาจาโร



# ทุกปีทุกทีเมื่อมีมานะ



โดย พระไพศาล วิสาโล

ใคร ๆ ก็อยากให้ตัวเองดูดี เหนือกว่าคนอื่น ความอยากดังกล่าวนำมาให้เราปรารถนาความสำเร็จ อยากได้คำชม ซึ่งทำให้เราเกิดความวิตกกังวลตามมา เช่น เวลาจะทำอะไร ก็กลัวว่าทำออกมาไม่ดี กลัวล้มเหลว กังวลว่าคนอื่นจะมองฉันอย่างไร เกิดความประหม่า อันนี้บางคนก็เรียกว่าเป็นเรื่องอีโก้ ส่วนทางพุทธศาสนาเรียกว่ามานะ หลายคนทำงานแล้วไม่มีความสุขเพราะกลัวถูกตำหนิ กลัวถูกตำหนิ ความกลัวนี้แหละทำให้ทำงานไม่มีความสุข หรือบางทีก็ไม่กล้าจะทำอะไรเลย และนอกจากจะไม่มีความสุขแล้ว บางครั้งทำให้งานออกมาไม่ดีด้วย

ในประเทศญี่ปุ่น มีเจ้าอาวาสวัดรูปหนึ่งในเกียวโตมีฝีมือมากในด้านการเขียนอักษรด้วยพู่กันที่เรียกว่า สุมิเยะ วัดนี้มีจุดเด่นอยู่ตรงซุ้มประตูเพราะมีคตินธรรมที่เกิดจากผีแปรของเจ้าอาวาสท่านนี้ เป็นที่ยกย่องว่าสวยงามมาก คตินธรรมนี้มีตัวอักษรเพียงแต่ไม่กี่ตัวเท่านั้น มีตำนานเล่าว่าตอนที่ท่านเขียนคตินธรรมนี้ด้วยพู่กันขนาดใหญ่ มีลูกศิษย์คนหนึ่งอยู่ใกล้ ๆ คอยทำน้ำหมึกให้ท่าน ลูกศิษย์คนนี้เป็นคนที่ตาเฉียบคมและพูดตรง พออาจารย์ตัดพู่กันเสร็จ ลูกศิษย์ก็พูดขึ้นมาว่า ยังไม่สวย อาจารย์ไม่ว่าอะไร ก็ตัดอีกครึ่งหนึ่ง ลูกศิษย์ว่าแยกว่าเดิม อาจารย์จึงเขียนใหม่ แต่ลูกศิษย์ก็ยังเห็นข้อตำหนิ วันนั้นอาจารย์เขียนถึง ๘๐ ครั้งลูกศิษย์ก็ยังว่าไม่สวย จนอาจารย์เริ่มท้อแล้ว เผอิญลูกศิษย์มีธุระออกไปข้างนอก ในช่วงที่

ลูกศิษย์ไม่อยู่นี่เอง อาจารย์เห็นเป็นโอกาสดี เพราะไม่ต้องห่วงว่าใครจะมองอย่างไร จึงตัวตบพุงกันเดี๋ยวนั้นเลย พอลูกศิษย์กลับมาเห็นก็ตะลึง ชมว่าสวยมาก กลายเป็นผลงานที่ยืนยงมาจนทุกวันนี้

นี่เป็นที่มาของศิลปะบนซุ้มประตูของวัดโอบาคุ เรื่องนี้ชี้ให้เห็นว่า การทำงานนั้นจะได้ผลดีเมื่อเรารู้สึกว่าเราได้ทำอย่างอิสระ โปร่งโล่ง ไม่ต้องคำนึงหรือกังวลกับสายตาของใคร ผลงาน ๘๐ ชิ้นแรกของอาจารย์นั้นออกมาไม่ดีเพราะอาจารย์กังวลสายตาของลูกศิษย์ แต่พอลูกศิษย์ไม่อยู่ อาจารย์ก็ไม่มี ความกังวลแล้ว จึงแสดงความสามารถออกมาสุดฝีมือ ผลงานออกมาอย่างเป็นธรรมชาติโดยที่ไม่มีความประหม่า ไม่มีความวิตกกังวล ตรงกันข้ามเมื่อใดก็ตามที่เรากังวลกับสายตาของคนอื่น จะเกิดตัวกู้อู้อย่างชัดเจน คือเป็นห่วงว่าคนอื่นเขาจะมองฉันอย่างไร ถ้างานออกมาไม่ดี ฉันจะถูกต่อว่า ความรู้สึกว่ามีตัวกูแบบนี้แหละที่ทำให้งานนั้นออกมาไม่ดี คนที่มีตัวตนสูง หรือมีมานะมาก มักจะคาดหวังให้คนชม อยากให้คนสรรเสริญ ทำให้เกิดความกังวลขึ้นมา ไม่เป็นอิสระ เพราะเมื่ออยากให้คนชมก็ย่อมเกิดความกลัวว่าเขาจะตำหนิ ความกลัวนี่เองทำให้ผลงานออกมาได้ไม่เต็มที่ ไม่เป็นธรรมชาติ ไม่เป็นอิสระ

พวกเราที่ดูบอลโลก เคยสงสัยไหมว่า นักฟุตบอลระดับโลกหลายคนเตะบอลทำไมจึงเตะลูกตรงจุดโทษไม่เข้า ทั้ง ๆ ที่เป็นจุดที่สามารถเตะบอลเข้าประตูได้ง่ายที่สุด ไม่ใช่เพราะคนเฝ้าประตูเก่ง บ่อยครั้งคนเฝ้าประตูไม่ต้องทำอะไรเลย เพราะอีกฝ่ายเตะลูกออกนอกกรอบ ไม่ว่าจะเป็นโรนัลโด้ โรนัลดีนิโญ เบ็คแฮม หรือ เมสซี่ ล้วนมีประสบการณ์แบบนี้ทั้งนั้น ส่วนใหญ่มักจะเตะพลาดในนัดสำคัญคือ นัดตัดเชือก หรือนัดชิงชนะเลิศ ถ้าเป็นการซ้อมในสนามธรรมดาหรือนัดไม่สำคัญ นักฟุตบอลเก่ง ๆ มักจะเตะเข้า แต่ถ้าเป็นนัดชี้ขาดโดยเฉพาะหากทีมของตัวเองเป็นฝ่ายตามหลังเขา ถ้าเตะเข้าก็จะเสมอหรืออาจจะได้เข้ารอบ แต่หลายคนเตะไม่เข้าทั้ง ๆ ที่มันง่ายที่สุด นั่นเป็นเพราะอะไร เป็นเพราะความกดดัน เพราะวิตกกังวลว่าถ้าเตะไม่เข้านอกจากจะแพ้แล้ว ตัวเองยังจะถูกโห่ถูกต่อว่าว่าลูกง่าย ๆ ทำไม่เตะไม่เข้า คือถ้าลูกยาก ๆ เเตะไม่เข้าก็ไม่มีใครว่าเพราะเป็นธรรมดา แต่ถ้าลูกง่าย ๆ แล้วเตะไม่เข้า คนเตะก็เสียคนได้ พอมีความกังวลแบบนี้ก็เลยเครียด เกร็ง ทำให้เตะไม่เข้าจริง ๆ อันนี้เป็นเพราะมีตัวกูอยู่ มีความรู้สึกว่าคุณอาจจะถูกตำ ความรู้สึกแบบนี้ทำให้เกิดความเครียด เพราะฉะนั้นเวลาอยู่ในสถานการณ์แบบนี้ หลายคน

ไม่อยากเตะนะ จอห์น เทอร์รี่ เคยเตะลูกโทษนัดชิงชนะเลิศแล้วไม่เข้า ก็เลยเลิกเตะลูกโทษเป็นปี เพราะเซ็ดขยาดหรือขาดความมั่นใจ

อันนี้เป็นด้านกลับของมานะ คือเมื่อมีมานะมาก ๆ คุณก็จะใส่ใจกับสายตาของผู้คนมาก ซึ่งทำให้คุณกลัวความล้มเหลว กลัวความผิดพลาด และถ้าคุณยิ่งกลัวประการแรก มันทำให้คุณทำงานอย่างมีความทุกข์ ประการที่สอง ทำให้คุณทำงานไม่สำเร็จอย่างที่กลัวจริง ๆ หรือผลงานออกมาไม่ดีเท่าที่ควร ต่างจากคนที่ไม่กลัวความล้มเหลว ไม่แคร์ว่าคนอื่นเขาจะว่าอย่างไร ฉันจะทำให้เต็มที่ คนที่คิดแบบนี้มักจะทำงานได้ดี อันนี้ต่างจากความเห็นของชาวตะวันตกที่ว่า ทำอย่างไรก็ได้ให้มีอีโก้เยอะ ๆ ต้องมีมานะเป็นแรงขับเคลื่อน จึงจะทำงานสำเร็จได้ แต่ว่าในความเป็นจริงเราก็จะเห็นว่า ถ้าการทำงานมีอึดอัด มีมานะเข้ามาพลักดัน นอกจากจะให้เราเป็นทุกข์แล้ว ยังทำให้งานไม่สำเร็จด้วย

โทษอีกประการหนึ่งของมานะ คือทำให้เกิดความน้อยเนื้อต่ำใจ เพราะมานะทำให้อยากได้รับความสำคัญจากคนอื่น อยากให้ตัวกูุได้รับการพะเน้าพะนอหรือตามใจ แต่เมื่อตัวกูุไม่ได้รับการตอบสนอง ไม่ว่าจะเป็นลูก หรือสามีภรรยา พ่อถูกพ่อแม่หรือคนรักตำหนิ ไม่ตามใจ หรือไม่ให้ความสำคัญ ก็เกิดความน้อยเนื้อต่ำใจขึ้นมา นี่เป็นด้านกลับของตัวมานะ เพราะว่ายิ่งอยากได้รับคำสรรเสริญชื่นชมอยากได้รับความสำคัญ แต่พอไม่ได้ บวกก็กลายเป็นลบทันที ความน้อยเนื้อต่ำใจจนเกิดการฆ่าตัวตายก็เพราะตัวมานะนี่แหละ

ท่านอาจารย์พุทธทาสท่านใช้คำว่า “ปมเชื่อง” ฝรั่งรู้จักแต่คำว่า ปมด้อย แต่ท่านอาจารย์พุทธทาสบอกว่าปัญหาที่แท้จริงคือ ปมเชื่อง นั่นคือความต้องการชูตัวตนให้สูงเด่น แต่พอไม่ได้รับการตอบสนองมันก็จะเหวี่ยงกลับ เหมือนกับรักเขามาก แต่พอไม่ได้รับการตอบสนองก็กลายเป็นโกรธแล้วก็เกลียดตามมา เพราะรักกับโกรธหรือเกลียดนี่มันใกล้กันมากเลย มันเป็นด้านกลับของกันและกัน ปมเชื่องกับปมด้อยก็เช่นกัน เป็นด้านกลับของกันและกัน ความต้องการเป็นที่รัก เป็นที่ชื่นชมเป็นคนสำคัญ แต่พอไม่ได้รับความใส่ใจ ไม่ได้รับการตอบสนอง มันเกิดความไม่พอใจ รู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจขึ้นมา แล้วก็เกิดการทำร้ายตัวเอง

นอกจากมานะจะทำให้เรากลัวความล้มเหลว กลัวถูกตำหนิ กลัวถูกวิจารณ์

กลัวไม่ได้รับคำชม สู้ด้ายมันยังทำให้เรากลัวตายด้วย เราคงเคยได้ยินคำพูดที่ว่า “รักตัวกลัวตาย” นั่นคือ เพราะรักตัวจึงกลัวตาย ลึก ๆ แล้วคนเราทุกคนล้วนรักตัว หวงแหนตัวตน มานะในด้านหนึ่งก็หมายถึงการหวงแหนตัวตน หวงแหนตัวกู เพราะฉะนั้นจึงทำให้กลัวตายมาก ลังคมหรือวัฒนธรรมที่กระตุ้นให้คนเกิดมานะ เยอะ ๆ เช่น ลังคมตะวันตก หรือลังคมสมัยใหม่ ผู้คนจะรู้สึกกลัวตายมาก คนที่มีมานะบางอย่าง ปล่อยวางตัวตนได้ จะสามารถยอมรับความตายได้ง่ายกว่า

ฉะนั้นการพยายามกระตุ้นให้คนเกิดมานะมาก ๆ นั้นไม่เพียงแต่จะทำให้คนเรามีความทุกข์ขณะที่มีชีวิต และในเวลาทำงานเท่านั้น แม้แต่เวลาตายก็ตายไปไม่มีความสุข โดยเฉพาะเมื่อคุณพบว่า เวลาล้มป่วยคุณทำอะไรไม่ได้เลย แต่ก่อนเคยบังคับบัญชา สั่งการทุกอย่างได้ แต่พอล้มป่วยแล้วก็อยู่ในสภาพที่ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ แม้แต่จะบังคับบัญชาร่างกายก็ทำไม่ได้ ในสภาพเช่นนี้คนที่มียอดตาสสูง จะทุกข์ทรมานมาก คนเก่งจำนวนมาก เมื่อถึงเวลาป่วย นอนช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ อยู่บนเตียง อยู่ในโรงพยาบาล เขาจะรู้สึกอึดอัดมาก และจะพยายามแสดงอำนาจ โดยการสั่งคนนั้นคนนี้โดยเฉพาะพยาบาลอยู่ตลอดเวลา เพราะชีวิตของเขาเคยสั่งได้ตลอด เมื่อมานอนป่วยก็ทำใจไม่ได้ที่ไม่สามารถทำอะไรได้เหมือนเดิม ก็ยิ่งโกรธและแสดงออกด้วยการใช้อำนาจกับหมอ กับพยาบาล ใช้อำนาจกับคนเฝ้าพยาบาลหลายคนแล้วว่าถ้าเจอคนไข้ที่มีตำแหน่งสูง ๆ จะเจอปัญหาแบบนี้มาก เพราะเขาเคยชินกับการใช้อำนาจ คู่กันเคยกับการสั่งคนนั้นคนนี้ตลอดเวลา แต่สิ่งที่เขาลืมไปก็คือ การยอมรับความจริงว่าถึงที่สุดแล้ว เราก็ควบคุมอะไรไม่ได้เลยแม้กระทั่งกับร่างกายตัวเราเอง

คนเก่ง ๆ คนที่ประสบความสำเร็จในการทำงานโดยเฉพาะคนที่ เป็นผู้นำ ผู้บริหาร มักมีมานะหรืออึดอัดตาสสูงตามไปด้วย เมื่อถึงเวลาป่วยก็จะป่วยอย่างทุกข์ทรมานมาก เวลาใกล้ตายก็จะขัดแย้งต่อสู้กับความตาย จึงมักทุกข์ทรมานมากกว่าคนทั่ว ๆ ไป ชาวบ้านส่วนมาก เขาทำใจได้มากกว่า เพราะตลอดชีวิตเขาต้องทำใจมาตลอด ทำใจกับดินฟ้าอากาศ ทำใจกับสิ่งที่ไม่สมหวัง เจอตำรวจหรือข้าราชการก็ต้องยอม ดังนั้นพอถึงเวลาจะตายก็ไม่ตื่นรนขัดแย้ง ต่างจากคนที่มียอดตาสสูง ๆ ประสบความสำเร็จมาก ๆ ใช้อำนาจสั่งการผู้คนตลอดเวลา ถึงตอนที่ทำอะไรไม่ได้ จะรู้สึกอึดอัด กระสับกระส่าย ทูรนทुरาย

# เมื่อเราารู้จักกับ “ชมรมกัลยาณธรรม”

โดย สหจร อนรรฆวัฒนา

## ก่อนนั้น

หากมองย้อนหลังไป ๑๐ กว่าปีที่แล้ว ถ้ามีใครมาหาพูดถึง พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี ผมคงถามว่าท่านอยู่วัดไหนหรือ เพราะเคยได้ยินแต่ พระอรหันต์ (ซึ่งความเข้าใจตอนนั้นคือพระสงฆ์ ที่มีอิทธิฤทธิ์ หายตัวได้ เหาะได้ หรือทำอะไรก็ได้ที่คนธรรมดาทำไม่ได้ และก็ไม่รู้ด้วยว่าอยู่ที่ไหนบ้าง) ตอนนั้น หนังสือที่น่าจะเรียกได้ว่าเป็นหนังสือธรรมเล่มแรกที่ได้อ่านคือ **“ได้ร่มโพธิญาณ พระโพธิญาณเถร”** โดยส่วนตัวชอบมากเหมือนเป็นจุดเริ่มต้นที่ทำให้เราได้เหมือนกับ นับถือศาสนาพุทธจริง ๆ อ่านอีกหลายรอบ และยังอ่านเล่มอื่นอีกพอสมควร ตอนนั้นก็คิดว่าเข้าใจธรรมอยู่พอสมควรแก่ตนแล้ว

หลายปีต่อมามีปัญหาเรื้อรังหลายด้าน ที่คิดว่าเข้าใจแล้ว เกิดความสงสัย ว่าคงไม่ใช่แล้ว นี่ถึงการเข้ากลุ่มปฏิบัติธรรม (แต่ก่อนไม่เคยนึกถึง และไม่เคย นั่งสมาธิเลย แต่คิดว่ารู้แล้ว ใจจริง ๆ ไม่ใช่เล่น ๆ) ประจวบเหมาะได้รับโอกาส จากพี่ที่นับถือท่านหนึ่ง (ปัจจุบันก็เป็นกลุ่มหลักอยู่ช่วยงานชมรม) สนับสนุน โดย เป็นหัวข้อจัดคอร์สเข้าปฏิบัติธรรม ๔ วัน ๓ คืน จำนวน ๒ รุ่น โดยชมรม กล้าธรรม ที่วัดสระกระเทียม จังหวัดนครปฐม ตั้งความหวังโดยไม่บอกใครว่า เมื่อไปปฏิบัติ หากกลับมาแล้วจะเปลี่ยนจากดำเป็นขาวทันที ที่มีปัญหา ก็จะหายไป

โดยปริวิตา และก็ไม่ใช่เหมือนที่คิดเช่นเคย (เขาเรียก .... ซ้ำซ้อน) แต่เป็นประโยชน์มากกว่าเล็กน้อยว่าเข้าปฏิบัติกันอย่างไร ไม่ใช่อาจารย์สอนไม่ดีหรอก แต่ภูมิธรรมเรายังต่ำมาก คำพูดแบบธรรมดาแต่เมื่อฟังแล้วเรานำมาปฏิบัติมันจะแปลงไปเป็นอีกแบบหนึ่ง ซึ่งทำให้ไม่ตรงกับที่เขาสอน (ภายหลังทราบว่าปณิธานธรรมปฏิรูป) และรู้อย่างเข้าใจว่าต้องนำมาทำต่ออย่างต่อเนื่อง

หลังจากจบคอร์ส อาจารย์ยังฝากว่าให้รับปากว่าจะปฏิบัติทุกวัน ใช้เวลานิดเดียวก็ได้ ไม่กลัวรับปาก เพราะยังไม่มั่นใจตัวเองว่าทำได้ทุกวันหรือไม่ เลยเลี้ยงตบไปว่า จะไม่ทิ้งการปฏิบัติ ซึ่งคิดว่าสามารถทำได้ ก่อนกลับมีเพื่อนที่เข้าร่วมปฏิบัติได้พูดคุยกับอาจารย์ โดยอาจารย์ได้แนะนำ ซีดี ของพระอาจารย์ปราโมทย์ ปาโมชโช และแนะนำว่าให้ทบทวนบ่อย ๆ จึงขอสำเนามาเพื่อต้องการนำมาฟังบ้าง (จะเล่าให้ฟังภายหลังครับ)

## มารู้จักชมรมฯ

เวลาไล่เลี่ยกันย้อนหลังไปประมาณเกือบ ๖ ปี ได้รับการชักชวนจากพี่ท่านเดิมว่ามีงานจากชมรมกัลยาณธรรม ขออาสาสมัคร ธรรมบริการ ให้ช่วยทำงานตอนจัดให้คนมาฟังธรรม ยังไม่รู้ว่าเป็นอย่างไร ทราบอย่างเดียวว่าให้ช่วยงานลงทะเบียน จำได้ว่าจัดที่ธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์ เริ่มงานแต่เช้าก่อน ๖ โมงแบบไม่ค่ออยู่รู้เรื่อง เขาให้ทำอะไรก็ทำตามที่เขาบอก มีหน้าที่ลงทะเบียนให้กับผู้มาฟังธรรม คนเยอะมาก ก็มึนหน้ามึนตาเขียน เยกหน้ามาอีกครั้งมองนาฬิกาแสดงเวลาคือ ๙ โมงเช้า ประทับใจมาก เหนื่อยแรงแต่ไม่เหนื่อยใจ เป็นงานที่ไม่เป็นงาน รู้สึกทำแล้วมีความสุขในอีกแบบหนึ่ง ที่ไม่ได้เกิดจากการเป็นผู้รับ แต่เป็นความสุขที่เป็นผู้ให้ (เริ่มรู้จักบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ จริง ๆ) ภายหลังจากเสร็จงานได้รับหนังสือที่มีส่วนร่วมเป็นผู้แจกให้กับผู้มาฟังธรรม เหมือนเป็นสิ่งตอบแทนจากการกระทำของเรา รู้สึกว่าธรรมบรรณาการที่ได้รับมีค่ามากในตอนนั้น ทั้งที่ยังไม่รู้ว่าจะอ่านหมดหรือไม่อย่างไร และเมื่อไหร่ แต่ตั้งใจจะนำมาศึกษาเพิ่มเติม

หลังจากจบงานในครั้งนั้น มีการเลี้ยงอาหารธรรมบริการ ที่ร้านอาหารย่านหมอชิตเก่า ได้รู้จักท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร เป็นครั้งแรก มีครอบครัวหนึ่งพ่อแม่ลูกรวม ๕ คน ไปกราบท่านอาจารย์ ไม่ใช่กราบแบบคนทั่วไป แต่กราบแบบกราบพระเลยทั้ง ๕ คน และมีอีกหลายคนรุมล้อมเข้าไปกราบท่านอาจารย์ แปลกใจ

ปนสงสัย รู้ว่าดีแน่แต่ไม่เข้าใจ เขาทำอะไรก็ทำตามเขาบ้าง เลยขอเข้าไปกราบท่านบ้าง เรียกว่าทำตาม ๆ กันไป หลังจากนั้นจึงหาข้อมูลมากขึ้น สอบถามจากผู้รู้จักท่านมาก่อน อ่านหนังสือที่ท่านตอบปัญหาทางธรรม และงานในครั้งหลัง ๆ จึงกราบท่านแบบไม่ได้ทำตาม ๆ กันไป

หลังจากนั้นก็ยังมีโอกาสช่วยงานชมรมฯ อย่างต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน การช่วยงานชมรมฯ ขอใช้สำนวนส่วนตัวว่าเหมือนเป็นประตูแห่งการสะสมบารมีทั้ง ๑๐ ประการ และไม่ใช้ส่งผลในอนาคตเพียงอย่างเดียว แต่เราสามารถเห็นได้ในภาพชาตินี้ด้วย เหมือนประตูให้ความรู้เกี่ยวกับศาสนาพุทธ ให้เราได้อัจฉริยะ ได้พบครูอาจารย์ ที่ท่านได้ศึกษาปฏิบัติผ่านความทุกข์จนพ้นความทุกข์ เป็นตัวอย่างให้เราได้เห็นว่าการที่ท่านปรารถนา นั้น มีศรัทธารู้ได้ว่ามันมีอยู่จริง ให้รู้จักกุศล อกุศล รู้จักทาน คีล สมาธิ ปัญญา หากต้องการเข้าใจด้วยต้องอาศัยการปฏิบัติร่วมด้วยซึ่งสำคัญมาก แครู้จักอย่างเดียวไม่พอ (เหมือนกับเรารู้จักว่าเงิน มีกี่แบบราคาเท่าไร แต่ไม่ใช่ของเรา แต่การปฏิบัติจะทำให้ได้มาเราเป็นเจ้าของและใช้ประโยชน์ได้ อันนี้เป็นสำนวนผมเอง) โดยอาศัยสติเป็นตัวตั้งต้น ชมรมฯ เป็นประตูให้มีโอกาสทำประโยชน์ หากมองหายาบ ๆ เหมือนกับว่าจะทำประโยชน์ให้กับผู้อื่น แต่หากมองอย่างละเอียด จริง ๆ แล้วมันเป็นการทำประโยชน์ให้กับตัวเราเอง และทำให้เห็นว่าไม่ใช่ประตูเดียวยังมีอีกหลายประตูที่เราเห็นว่ามีประโยชน์ได้ รู้ว่ามีงานทางโลกกับงานทางธรรมที่ต้องทำไปพร้อมกัน งานทางโลกที่ต้องทำงานหาเลี้ยงชีพต้องทำจริง ๆ อย่างเต็มความสามารถแต่ไม่หวังผลอะไร งานทางธรรมทำเล่น ๆ เรื่อย ๆ สบาย ๆ ไม่รีบ แต่ไม่ขี้เกียจ (ซึ่งข้อหลังนี้ยากมาก) แต่ปรารถนาผลอยู่

## ปัจจุบัน

ย้อนไปถึงชีวิตจำได้ว่าน่าจะเป็นแผ่นที่ ๑๑ หรือ ๑๒ เริ่มฟังหลังจากได้มา ๒-๓ เดือน ความยาวประมาณ ๖ ชั่วโมง ทนฟังไป ๒ รอบ ก็ทำให้เห็นว่ารู้จักและเข้าใจสภาวะสติจริง ๆ ว่ารูปร่างหน้าตามันเป็นอย่างไร ความจริงมันไม่มีรูปร่างหน้าตารูปทรงสีกลิ่นรสหรือกลิ่น แต่มันมี (เหมือนเรากำลังเรียนวิชาสมุนไพรรักกับอาจารย์ โดยแนะนำว่าต้นสติมีพันธุ์เดียวแบบเดียว มีรูปร่างอย่างไร ลำต้นเป็นแบบไหน ต้นใหญ่หรือเล็ก ใบกลมหรือรียาว สีเขียวหรือสีอื่น แต่อาจารย์ไม่มีตัวอย่างให้ดู



เราเองก็เดินเข้าไปไปหลายครั้ง เห็นมันก็ไม่แน่ใจเพราะหลายต้นก็คล้ายกันมาก จนเมื่อมีโอกาสอาจารย์นำไปในป่าและชี้ให้เห็นว่าต้นนั้นแหละคือต้นสติ เราจะเข้าใจเอง) ตรงกับจริต ทำให้เราเหมือนรู้ว่า ทราบเส้นทางในการปฏิบัติอย่างแท้จริง ทำให้รู้ภาพรวม ทำแบบไหน มีหน้าที่อะไร มีประโยชน์อย่างไร ผลที่ได้รับคืออะไร

หลังจากนั้นจึงเสาะหามาฟังเพิ่มเติม เรียกได้ว่าฟังเกือบทุกแทร็คที่ทำให้ได้ หากเปรียบเทียบรู้จักชมรมฯ เหมือนประตูความรู้ การมีรู้จักสติเหมือนประตูแห่งความเข้าใจ และยังทำให้เราฟัง เราอ่านจากพระอาจารย์ท่านอื่นได้ โดยรู้มากขึ้น ก่อนหน้าเคยถามพี่ที่นับถือเวลามาคุยธรรมะให้ฟัง ยังถามว่าพี่อ่านหนังสือเล่มไหน ทำให้รู้เรื่องธรรมะเยอะขนาดนี้ พี่เขายังบอกว่ารวบรวมมาจากหลายเล่ม เราก็งง ๆ หนังสือก็มีจำนวนมากแล้วจะไปเลือกเล่มไหนมาอ่าน การศึกษาธรรมะ ไม่เหมือนเรียนปรัชญาหรือตรรกศาสตร์ซึ่งความเข้าใจแปรเปลี่ยนไม่ได้ เช่น ๑+๑ ต้องเท่ากับ ๒ แต่ความเข้าใจในธรรมะมันไม่เปลี่ยนแต่มันมากขึ้นละเอียดขึ้น ต้องออกจากความคิดให้ได้แต่ก็ยังต้องอาศัยคิด มันแปลก เหมือนความเข้าใจในแต่ละเรื่องมันมีความเข้มข้นอ่อน ไล่ตั้งแต่เกือบดำไปจนถึงสีขาว และเรื่องเดียวกันเวลาต่างกัน ศึกษปฏิบัติไปความเข้าใจก็ต่างกัน การศึกษาธรรมะเป็นการเรียนรู้ตัวเอง จากการปฏิบัติจนปลายทางไม่มีตนเอง ไม่เหมือนศาสตร์ตะวันตกที่เรียนรู้ตัวเอง จนมีความเข้าใจว่ามีตัวเองจริง ๆ ความคิดความเห็นที่เกิดขึ้นในใจมันกลับด้าน สวนกระแสสังคมเป็นขณะ ๆ เป็นระยะ ๆ

ปัจจุบันความรู้ธรรมะโดยส่วนตัวน่าจะอยู่ระดับประถม ส่วนความเข้าใจในธรรมะนั้นจะอยู่ในระดับอนุบาล รู้ว่าต้องศึกษาและปฏิบัติไปเรื่อย ๆ (อุปมาว่า การสะสมบุญ เหมือนการรองน้ำใส่ภาชนะอะไรสักอย่าง เราจะไม่ทราบขนาดของภาชนะนั้นว่ามีขนาดเท่าไร จะไม่สามารถชะงักไปดูว่าน้ำที่เราเติมไปนั้นมีปริมาณเท่าไรแล้ว ไม่ทราบว่าในแต่ละวันเราเติมไปจำนวนเท่าไรและระเหยไปแค่ไหน แต่ทราบว่าถ้าเราเติมไม่หยุดมันจะต้องเต็มแน่) ก็ขอเชิญชวนให้กัลยาณมิตรทุกท่านร่วมเติมน้ำในภาชนะของแต่ละท่านเองร่วมกัน และหากใครได้อ่านบทความนี้ได้ได้สื่อสารออกไปแล้ว ทำให้การศึกษาปฏิบัติจากที่พระพุทธเจ้าได้บรมสั่งสอนไว้คลาดเคลื่อน ก็ขออโหสิกรรมให้กับผู้เขียนไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

**ขอน้อมกุศลบุญให้กับบุพการีผู้ให้กำเนิด**





# เก็บตก จากเต็นท์หนังสือ

โดย อ.จันทรา ทองเคียน

ปอเล่าสู่กันฟังนะคะ อาจจะไม่มีความสำคัญอะไรนัก คงจะติดนิสัยตอนเป็นครู ชอบเล่าโน่นนี่ให้นักเรียนฟัง วันเตรียมงาน ตอนกลับจากไหว้พระได้แวะไปที่เต็นท์หนังสือ ตั้งใจว่าวันงานจะได้คุยกับคอหนังสือ เราจะต้องไปเล็งทำเลไว้ก่อน ขณะที่กำลังก้มหน้าก้มตาหาอยู่ พอเงยขึ้นมา ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร แวะมาเยี่ยมเต็นท์หนังสือพอดี ท่านอาจารย์ชี้ไปที่หนังสือ “ตามรอยพ่อ” และบอกว่า “เล่มนี้ดีมาก หมอจุ่มเขียน ผมก็ช่วยแทรกสาระธรรมด้วย อัดเสียงจริงใส่แผ่นซีดีด้วย มีวงการวรรณกรรมอะไรต่าง ๆ มาขอซื้อลิขสิทธิ์ แต่ผมไม่ขาย มันเป็นเรื่องกิจเอาไว้เป็นธรรมทานนี้แหละ พรุ่งนี้ผมจะพูดถึงหนังสือเล่มนี้ด้วย” พอท่านอาจารย์ไปแล้ว เรายอมรับบอก “น้องอู๋” ซึ่งกำลังจัดซีดีอยู่ เตรียมหนังสือ “ตามรอยพ่อ” เอาไว้เยอะ ๆ เลยนะ ขายดีแน่นอน พรุ่งนี้ท่านอาจารย์จะพูดถึงหนังสือเล่มนี้ด้วย วันงานท่านอาจารย์พูดถึงจริง ๆ พอพักกลางวัน หนังสือ “ตามรอยพ่อ” ขายดีอันดับหนึ่ง หลายคนผิดหวังเพราะขายหมดเกลี้ยงแล้ว

ท่านอาจารย์วดิน อินทสระบอกว่า พระพุทธเจ้าตรัสสอนว่า “เมื่อจะทำความดีให้รีบทำ” และบริกรรมว่า “เราก่อน ๆ” วันงานเรารีบไปจองทำเลที่เล็งเอาไว้ ไอ้!

ผลงานของครูบาอาจารย์ที่เราชื่นชอบมากมาย หนังสือออกใหม่ของพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล เช่น **“เป็นมิตรกับความเหงา” “ชีวิตสมดุล”** และอีกหลาย ๆ เล่ม ผลงานของท่านอาจารย์วศิน อินทสระหลายเล่ม เช่น **“พระพุทธโฆษาทก่อนปรินิพพาน” “พุทธพยากรณ์” “ศรัทธากับปัญญาในพระพุทธศาสนา” “คุณของพระสารีบุตรและจิตตคหบดี”** ผลงานของพระอาจารย์นวลจันทร์ **“เปลี่ยนอสรพิษให้เป็นจอมยุทธ์”** ผลงานของคุณลุงหวีด บัวเผื่อน **“จิตที่พ้นจากทุกข์” “จิตเป็นอมตะ”** และผลงานของครูบาอาจารย์อีกหลายองค์หลายท่าน เรายึดทำเล็นละนะแฟนคลับของพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล เราแค่บอกว่าเล่มนี้ใหม่ล่าสุด แบบไม่ต้องแนะนำอะไรเลย ถ้าเป็นแฟนคลับของท่านอาจารย์วศิน อินทสระ เรากลับเป็นฝ่ายรับฟังเขาชื่นชมผลงานของท่านอาจารย์ หลายท่านสูงวัย ทรงภูมิปัญญา เราได้รับความรู้ใหม่ ๆ เพิ่มพูนสติปัญญายิ่งขึ้น รู้สึกขอบคุณท่านทั้งหลายจริง ๆ เราได้แนะนำผลงานของคุณลุงหวีด บัวเผื่อน คุณลุงหวีดเป็นฆราวาสที่บรรลุนิพพาน หลงตามหาบัวได้เล่าถึงคุณลุงหวีดไว้ด้วยในท้ายเล่ม... เราเคยเพลิน ผลงานของคุณลุงหมดไปไม่รู้ตัว ได้ยินเสียงโวยเล็ก ๆ **“ก็คุณเล่าให้ฟัง หนังสือก็หมดนะสิ”** เรามียัมคิดเข้าข้างตัวเอง **“น่าจะเป็นคำชมมากกว่า”** ท่านอาจารย์ดร. สมอง วรอุไร สอนไว้ว่า ให้คิดบวกไว้นะ ตอนพักเที่ยง **“น้องอ้อม”** เบิกมาเพิ่มเติมแล้ว มีหนุ่มน้อยหน้าตาอึดอ้อมคนหนึ่ง ขอคำแนะนำว่าควรอ่านเล่มไหนก่อนสักหนึ่งเล่ม เพราะเพิ่งมาครั้งแรก เรายีบเอ้อมไปหยิบ **“เปลี่ยนอสรพิษให้เป็นจอมยุทธ์”** ของพระอาจารย์นวลจันทร์ ต้องเล่มนี้เหมาะกับคุณแน่นอน และไม่ลืมเชิญชวนให้มาอีกนะ งานครั้งหน้าป้าจะแนะนำอีกหลายเล่มจ้า

เป็นที่น่าสังเกตบรรดาแฟนคลับของครูบาอาจารย์องค์ใดท่านใด ก็จะหยิบเฉพาะหนังสือขององค์นั้นท่านนั้น เป็นแฟนพันธุ์แท้จริง ๆ แม้ว่าเราจะชักชวนให้ลองอ่านของครูบาอาจารย์องค์อื่นท่านอื่นดูบ้าง ร่ายยาวว่าต๊อยต๊ายนั้นอย่างนี้ ก็ชักจูงไม่สำเร็จ เรียกว่าเหนียวแน่นจริง ๆ บางคนน่ารักมากเราแนะนำเล่มไหน ก็หยิบเล่มนั้น คราวหน้าจะแนะนำให้หมดทั้งเต็นท์เลยนะ ☺



# ความผูกพัน

โดย เหล็กจาร

**มนุษย์**เรามีความผูกพันกับสิ่งต่าง ๆ มาตั้งแต่เกิด ไม่ว่าจะเป็น พ่อแม่ พี่น้อง เพื่อน ของเล่น ตุ๊กตา ของใช้ต่าง ๆ เรามาลองย้อนดูกันสักหน่อยสิว่า เกิดอะไรขึ้น

ก่อนที่เราจะมีความผูกพันกับอะไร หรือ ใคร เราต้องเริ่มทำความรู้จักกับคนนั้น หรือ สิ่งนั้นเสียก่อน พอเริ่มรู้จักคุ้นเคยกันดี เราถึงจะเริ่มรู้สึกผูกพันกับคนนั้น หรือ สิ่งนั้น แล้วความผูกพันนี้ คืออะไร?? แล้วดีหรือไม่ดีล่ะ??

ลองมองดูด้วยหลักทางกรรมคุณะ เมื่อมีผัสสะมากระทบ แล้วเกิดการปรุงแต่ง ว่า ดี-ไม่ดี ชอบ-ไม่ชอบ ฯลฯ พอเราชอบ เราก็รู้สึกว่ายากได้ ยากมี ยากไกลลืซิด ฯลฯ พอเราได้มา ได้ไกลลืซิด เราก็เริ่มรู้สึกผูกพัน แล้วเราก็รู้สึกว่าเราเป็นเจ้าของสิ่งนั้น หรือ คนนั้น นั่นคือเรากำลังสร้างอุปาทานขึ้น


ยิ่งนานวัน ความรู้สึกผูกพันยังมีมาก ยิ่งสร้างอุปาทาน ยึดมั่นถือมั่น ว่าเราครอบครองสิ่งนั้น คนนั้นอยู่ เราเป็นเจ้าของคนนั้น สิ่งนั้นอยู่ แล้วคนนั้น/สิ่งนั้น จะต้องอยู่กับเราตลอดไป

และแล้ววันนั้นก็มาถึง วันที่เราต้องสูญเสีย ต้องพลัดพรากจากสิ่งที่เรารัก เราผูกพัน เราชอบ เราคิดว่าเราเป็นเจ้าของ เราคิดว่าเราครอบครองมันอยู่ แล้วเวลานั้น เราก็จะเสียใจ เศร้าใจ ฯลฯ หลายคนก็จะรู้สึกว่า ทำไมเราต้องสูญเสียสิ่งนั้น / คนนั้นไปด้วย เรารู้สึกว่าส่วนหนึ่งของชีวิตเราได้สูญหายไป

แต่จะมีสักกี่คนที่คิดได้ว่า.... จริง ๆ แล้ว เราไม่ได้เป็นเจ้าของอะไรทั้งนั้น  
 แม้แต่ตัวเราเอง สิ่งต่าง ๆ และ ทุก ๆ คน ล้วนแล้วแต่เกิดจากเหตุและปัจจัย  
 ทั้งสิ้น ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะ แล้วพิจารณาให้เห็นสัจธรรมเรื่องนี้ เราก็จะเสียใจ เศร้าใจ  
 ร้องไห้ฟูมฟายน้อยลง และอาจจะทำให้ปัญญาของเราสว่างมากขึ้นบ้างก็ได้

**ลองมองย้อนดูนะครับ ว่าเราเคยสูญเสียอะไร หรือ ใครไปบ้าง....**

**นี่ถึงความรู้สึกตอนนั้น....**

แล้วนำเอาสัจธรรมข้อนี้มาพิจารณาต่อ เราอาจจะเห็นความจริงแท้ที่ถูกต้อง  
 เสมอขึ้นบ้าง และอาจจะทำให้เรามีปัญญามากขึ้น สามารถมองเห็นสิ่งต่าง ๆ  
 ตามความเป็นจริง และยอมรับในพระไตรลักษณ์ได้มากขึ้นก็ได้ 

**“แต่ทางที่ถูกนั้น ใครจะกินอะไรก็กินไป แต่ให้มีธรรมะ  
 คนกินเนื้อ ก็อย่าเห็นแก่ปากแค้นท้อง อย่าเห็นแก่ความเอร็ดอร่อยจนเกินไป  
 อย่างดื่กับฆ่าเขากิน ส่วนคนกินเจ ก็ให้เชื่อมั่นในข้อวัตรของตัวเอง  
 เห็นคนอื่นกินเนื้อ อย่าไปโกรธเขา รักษาตัวเราไว้  
 อย่าให้ติดอยู่ในการกระทำภายนอก**

**พระเณรในวัดของอาตมานี้ก็เหมือนกัน องค์ไหนจะถือข้อวัตรฉันท์ก็ถือไป  
 องค์ไหนจะฉันธรรมดาคาตามีตามได้ก็ฉันไป แต่อย่าทะเลาะกัน  
 อย่างมองกันในแง่ร้าย อาตมาสอนอย่างนี้ ท่านก็อยู่ไปด้วยกันได้  
 ไม่เห็นมีอะไร ให้เข้าใจว่า ธรรมะที่แท้ นั้น เราจะเข้าถึงได้ด้วยปัญญา  
 ทางปฏิบัติที่ถูกก็คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ถ้าเราสำรวมอินทรีย์  
 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไว้ดีแล้ว จิตก็จะสงบ  
 และปัญญาความรู้เท่าทันสภาพของสังขารทั้งหลาย ก็จะเกิดขึ้น  
 จิตใจก็เบือนห่างจากสิ่งที่น่ารักน่าใคร่ทั้งหลาย วิมุตติก็เกิดขึ้นเท่านั้น”**

*หลวงพ่อบุชา สุภทฺโท*

# ไอศวิ กลอนสด



## ชื่นชมการบรรยายครั้งที่ ๒๑ ชื่นชอบและศรัทธา

วันอาทิตย์ที่ ๒๐ ๒๕๕๔ เดือนพฤศจิกายน ชมรมกัลยาณธรรมจัดบรรยายธรรมะ

เป็นปีที่ ๗ ครั้งที่ ๒๑ เช่นเคยที่ผ่านมา ณ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี  
ราชมงคลทุ่งมหาฯ

ครั้งนี้คณะกรรมการเตรียมงาน เตรียมการฝ่าวิกฤติและปัญหา

เนื่องจากปีนี้อุทกภัยน้ำมาเยี่ยมเยือนกันทั่วหน้า

เกรงว่าสมาชิกจะไม่สะดวกจากการสัญจรไปมา

เหนือความคาดหมาย ณ วันงานสมาชิกมาฟังธรรม ๔ พันกว่า

งานวันนี้ลุล่วงได้ด้วยทุกฝ่ายมีจิตอาสาไฟธรรมะ

ขอขอบคุณท่าน ดร.สาธิต พุทธชัยยงค์ อธิการบดีเทคโนโลยีราชมงคลทุ่งมหาฯ

อำนวยความสะดวกทุกสิ่ง และเอื้อเพื่อสถานที่ตลอดมา

ขอน้อมกราบพระอาจารย์นวลจันทร์ และหลวงปู่พุทธะอิสระ



รวบรวมปัจจัยจากการบรรยายธรรมไปช่วยภัยน้ำท่วม ๓ แสนกว่า

ขอขอบคุณท่าน ดร.สนอง วรอุไร และนายแพทย์จุลเกียรติ จิตเมตตา  
สมทบเงินช่วยภัยน้ำท่วม ๒ แสนกว่า ให้กับมูลนิธิราชประชาฯ

เงินจากสมาชิกร่วมทำบุญให้กับพระบาทน้ำพุ ๑ แสน ๓ หมื่นกว่า  
กรรมการกัลยาณธรรม ได้ส่งมอบเงินให้ตามความประสงค์และเจตนา

ขอขอบคุณแพทย์หญิงอัจฉรา มีจิตใจงามทำนุบำรุงศาสนา  
ขอขอบคุณเจ้าของร้านนำสินค้ามาจำหน่ายราคาถูก เพื่อร่วมทำบุญด้วยใจมุ่งมั่น  
และศรัทธา

ขอขอบคุณทีมงาน ๔๐๐ กว่า ไม่รับค่าตอบแทนงานอาสา

ขอขอบคุณครอบครัวครองมงคล น้องสมจิตและอามา

นำอาหารมาสมทบ และเอื้อเฟื้อทุกสิ่งให้กับสมาชิกตลอดมา  
ท้ายนี้ขออำนาจสิ่งศักดิ์สิทธิ์ อำนาจพรให้กับทีมงานกัลยาณธรรมทุกท่านจงเจริญ  
ภavana

คิดสิ่งใดขอให้ได้สมความปรารถนา มีครอบครัวอบอุ่น สุขภาพแข็งแรงและ  
งานการก้าวหน้า

จากญาติธรรมศิริพร ขออนุโมทนา 



### ท่านผู้มีจิตศรัทธา ต้องการร่วมสมทบกองทุนธรรมทานของชมรม กัลยาณธรรม 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      | สาขาลาดสมุทรปราการ | เลขที่ ๓๖๐ - ๒ - ๓๗๕๐๑ - ๒ |

**Fax รายชื่อผู้บริจาค และโอนเงินมาที่ ๐ ๒๗๐๒ ๗๓๕๓ อนุโมทนาสาธุ**



# บุญจาก กรรมฐาน

โดย อารีย์ มงคลสวัสดิ์





เมื่อประมาณ พ.ศ. ๒๕๔๓ ได้ไปปฏิบัติธรรมครั้งแรกที่วัดอัมพวัน เนื่องจากตัวเองไม่สบายบ่อย ต้องหาหมออยู่ตลอดเวลา เข้ากรรมฐาน ๓ วันแรก ปรับตัวไม่ได้ นั่งสมาธิก็ปวดเข่า เดินจงกรมก็ปวดไหล่ (เพราะต้องเอามือประสานกันไว้ตรงกระเบนเหน็บ) กำหนดเดิน ๑ ชม. นั่ง ๑ ชม. ก็ร้องโอยอยู่ในใจ เมื่อไหร่จะกริ่งหมดเวลา ทำไมหลวงพ่อก็ให้มาทรมาน เราเคยอ่านจากหนังสือเกี่ยวกับการนั่งสมาธิ นั่งแล้วสงบสบาย พอเข้าวันที่ ๔ ของการปฏิบัติก็มีอาจารย์สอนกรรมฐาน (ปัจจุบันนางเป็นแม่ชื่ออยู่วัดอัมพวัน) ท่านได้บรรยายสอนเรื่องบาป-บุญ เรื่อง กรรม (การกระทำ) จากกรรมฐาน ซึ่งเมื่อก่อนตัวเองจะเข้าใจว่า บุญต้องได้จากการทอดผ้าป่า ทอดกฐิน ท่านอาจารย์ได้อธิบายให้เข้าใจเรื่องบุญ-บาป จากกรรมฐาน กรรม (การกระทำ) ฐาน คือ ฐาน กาย เวทนา จิต และธรรม ขณะที่เรานั่งสมาธิกำหนด ฟองหนอ-ยุบหนอ หายใจเข้าท้องพองออกไปก็ให้รู้ หายใจออกท้องยุบก็ให้รู้ ขณะที่เรามีสติระลึกอยู่กับปัจจุบัน (รู้กายรู้ใจ) จิตเราก็จะหยุดจากอารมณ์นึกคิดปรุงแต่งต่าง ๆ เช่น โลก โกรธ หรือหลง สมมุติว่าเรามีสติระลึกอยู่กับกาย-ใจได้ ๕ นาที จิตเราก็หยุดปรุงแต่งไปในอารมณ์ต่าง ๆ ได้ ๕ นาที เป็นจิตที่ผ่องใสเป็นบุญกุศล และอาจารย์ยกตัวอย่างสามเณร-ภรรยาที่ทะเลาะกันเป็นประจำ สามารถแก้ “กรรม” (การกระทำ) ในชาติปัจจุบันด้วยกรรมฐานทำให้เกิดกุศลกรรม

เมื่อฟังเข้าใจ อ้อ บุญจากกรรมฐานเป็นอย่างไรเอง ไม่เสียสตางค์อย่างที่หลวงพ่อบอกบ่อย ๆ ก็มี “พลังศรัทธา” ตั้งใจปฏิบัติไม่วอกแวกฟุ้งซ่าน กำหนดเดินจงกรม ๑ ชม. นั่งสมาธิ ๑ ชม. พอหนึ่งไปได้พักใหญ่ รู้สึกปวด-ชาที่เข่าสุด ๆ เลย ก็กำหนดปวดหนอ-ปวดหนอ ไปเรื่อย ๆ ได้สักครูใหญ่ จิตก็แยกหลุดออก


จากความรู้สึกปวดเข่า กลายเป็นจิตไม่รู้สึกเห็นการปวดขาของเข่าอยู่ รู้สึกสบาย ไม่ทรมานแต่เห็นการปวด-ขาของเข่าอยู่เฉย ๆ หนึ่งต่อไปอีกสักพักก็เห็นภาพเตี้ย ผ่านไป ภาพเหมือนภาพในจอทีวี เป็นภาพที่ได้เห็นเตี้ยในกรรมฐาน จนครบ ชั่วโมงก็แผ่เมตตาอุทิศส่วนกุศลและมีอีกครั้งหนึ่งเดินเรียงแถวไปรับประทานอาหารกลางวัน หลวงพ่อบอกว่าอย่าเดินไปเฉย ๆ ให้มีสติระลึกอยู่กับเท้าที่ก้าว เดินไปก้าวเท้าซ้ายเท้าขวาให้รู้ไปด้วย ซ้าย-ขวา ซ้าย-ขวา ก็ปฏิบัติตามที่หลวงพ่อบอก มีอยู่จังหวะหนึ่งก้าวเท้าขวาออกไปแต่กำหนดว่าซ้ายเท่านั้นแหละมีตัวรู้ผุดขึ้นมาที่ใจ

และขอเล่าอีกตัวหนึ่งตัวอย่าง คือตอนปฏิบัติกรรมฐานที่วัดครบ ๗ วัน กลับมาฝึกที่บ้านต่ออยู่ระยะหนึ่ง และมีอยู่วันหนึ่งหากุญแจไม่เจอ เดินหากลับไปกลับมา ระหว่างบ้านพักและที่ทำงานหลายรอบก็หาไม่เจอ ก็เลยนั่งสมาธินิ่ง ๆ พักหนึ่ง แล้วกำหนดในใจว่ารู้หนอ-รู้หนอ ไปเรื่อย ๆ ภาพกุญแจที่เอาซุกไว้ที่ด้านหลังของหนังสือที่วางเรียงอยู่ในตู้ ผุดขึ้นมาให้เห็นที่ใจชัดมาก ก็ลุกขึ้นเดินตรงไปหยิบกุญแจที่รู้จากกรรมฐาน สติมหัศจรรย์จริง ๆ และผลพลอยได้จากกรรมฐานคือ ที่เมื่อก่อนไม่สบาย ๆ บ่อย ๆ ก็หายดี ไม่ต้องหาหมออีกเลยสิบกว่าปีแล้ว

\*อ้อ แล้วพ่อแม่ครูบาอาจารย์ท่านบอกว่าจุดอ่อนและอุปสรรคการปฏิบัติธรรมของฆราวาสคือ “ความไม่ต่อเนื่อง” แล้วอารีย์ก็เป็นเช่นนั้นเหมือนกัน “ตัวรู้” ก็เสื่อมไปเรื่อยเรื่อยแล้ว 



## ร้านธรรมทานของชมรมกัลยาณธรรม ๔ สาขา



ชมรมกัลยาณธรรม เปิดศูนย์หนังสือธรรมทาน ขณะนี้รวม ๔ แห่ง เพื่อเผยแผ่สื่อธรรมะต่าง ๆ โดยยึดหลักธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

- สาขาแรก** คลินิกัจฉราทันตแพทย์ ปากน้ำ สมุทรปราการ  
โทร ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓ และ ๐๒ ๗๐๒ ๙๖๒๔
- สาขาที่ ๒** บริษัท บางกอกเอนเออร์ล เอกซเพรส จำกัด สาทร กทม.  
โทร ๐ ๒๒๖๖ ๘๒๔๕
- สาขาที่ ๓** ร้านสะดวกซื้อ ปากซอยฉิมพลีสุข หนามแดง สมุทรปราการ  
และร้านกาแฟ-เบเกอรี่ (บุญบุรี) ใกล้กัน  
โทร ๐๒ ๓๘๓ ๓๕๕๒ และ ๐๘๕ ๑๒๙ ๕๕๕๑
- สาขาที่ ๔** อยู่ดีอาร์ทแมนท์ ซอยลาซาล สุขุมวิท บางนา กทม.  
โทร ๐๒ ๓๖๑ ๑๒๘๐ - ๕ และ ๐๒ ๗๔๔ ๖๑๖๕

# วันแห่งความ ปิติยินดี



ท้ายเหนื่อยกันแล้ว สำหรับงานแสดงธรรม-ปฏิบัติธรรมเป็นธรรมทาน ครั้งที่ ๒๒ เพื่อน้อมถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว จัดโดยมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพร่วมกับชมรมกัลยาณธรรม ในวันที่ อาทิตย์ที่ ๑๑ มีนาคม ที่ผ่านมา การเตรียมงานที่ต่อเนื่องยาวนาน มีการปรับระบบระเบียบในการลงทะเบียน โดยงานนี้เป็นงานแรกที่ไม่มีการลงทะเบียนล่วงหน้าไปรษณีย์ ทีมงานรอลุ้นว่าผลตอบรับจะเป็นเช่นไร ในที่สุดก็ทราบว่าเป็นวิธีการที่ผู้ฟังธรรมเห็นด้วยและชื่นชม ก่อนถึงวันงานเพียง ๓ วัน ชาวไม่คาดฝันก็เกิดขึ้น เมื่อได้รับแจ้งว่า**พระอาจารย์สุมน ภิภขุ** ซึ่งอาพาธด้วยโรคถุงวัด อาการไม่ดีขึ้น ท่านจึงขอยกเลิกที่จะมาเป็นองค์บรรยายในงานนี้ที่ใคร ๆ ต่างตั้งตารอคอย โชคดีที่ท่าน**อาจารย์กำพล ทองบุญน่ม** มีเมตตารับมาเป็นองค์บรรยายเรื่องทำให้การทำงานไม่เสียกระบวนการ

ตั้งนั้นงานนี้ องค์บรรยายระดับพระอริยะจึงพร้อมที่จะให้ความเมตตาและถ่ายทอดพระธรรมคำสอน เหลือแต่หน้าที่ของเราแนวหลังทางธรรม ที่จะเตรียมการทุกอย่างให้พร้อมสรรพ วันศุกร์ที่ ๙ พรไพศาลผ้าใบก็เริ่มมาทางเตนท์ให้บางส่วนเพราะงานนี้ใช้เตนท์เกือบ ๓๐ หลัง วันเสาร์เช้าก็มาทางต่ออีกจนเสร็จ



ไม่คิดเงินสักบาท งานหนัก บริการฟรีด้วยใจที่เปี่ยมธรรม พวกเราแนวหลังทาง  
 ธรรมทั้งหลายเตรียมการทุกอย่างตามกำลังและความรับผิดชอบของแต่ละท่าน  
 แต่ละทีมที่ได้รับมอบหมาย จุดนัดพบคือ ใ้งานออกมาตีพ้อที่จะรองรับสาธุชนผู้  
 มีบุญทุกท่าน ทั้งชนชาวชนของไม่น้อย และเป็นงานหนัก เหน็ดเหนื่อย แต่พวกเรา  
 ก็ไม่ท้อ ไกล่เที่ยงวันเสาร์ ท่าน **อ.ดร.สนอง วรอุไร** เมตตาเดินทางมาเป็นกำลังใจ  
 และนำพวกเรา พร้อมทั้งท่าน**รองฯ อุ่นใจ ลิ้มตระกูล** ไปจุดธูปเทียนไหว้พระและ  
 กราบศาลพ่อปู่ ที่สักการะของชาว มทร. **คุณดาว**นำภัตตาหารบุญมาเปิดบริการ  
 ตั้งแต่เมื่อกลางวันวันเสาร์ อิมกายสบายใจกันไปถึงมือเย็นวันอาทิตย์ เรียกว่ามาจาก  
 อยุธยาตั้งแต่เช้าวันเสาร์ ก่อนมาก็ต้องใช้เวลา ๓ วัน ในการยืมของวัด ชื่อของที่  
 ตลาดไท และจัดข้าวของให้พร้อม นับว่าเป็นแบบอย่างของผู้ให้ที่เสียสละมากคนหนึ่ง  
 การเตรียมอาหารในเย็นวันเสาร์ก็ยังคงใช้อาสาสมัคร ทีมช่างและทีมลงทะเบียน  
 หลายคน ระดมมาช่วยกันปอกไข่ หั่นผัก และยี่เส้น หลาย ๆ อย่างกว่าจะเสร็จก็  
 ค่ำวันเสาร์พอดี



เช้ามีตัวนางาน ทีมโรงงานเปิดครัวตั้งแต่ตี ๓ เพื่อให้ทันบริการทุกท่านตั้งแต่ตี ๕ ดินฟ้าอากาศเป็นใจ ไม่ร้อน ไม่ฝน ไม่หนาว ไม่มีปัญหาการบ้านการเมืองให้กังวล เนื่องด้วย รอบนี้เป็นนัดแรกที่ทุกท่านต้องมาลงทะเบียนหน้างานทั้งหมด ใครมาก่อนก็ได้ที่นั่งดีกว่า ดังนี้ ตอนตี ๕ จึงเริ่มมีผู้มากด้วยศรัทธาเดินทางมาถึงงานอย่างหนาตากว่าครั้งก่อน เรียกว่าบางจุดธรรมชาติบริการยังไม่ทันด้วยซ้ำไป คุณตา คำใหม่ ทับซ้ายและเพื่อนรัก เดินทางมาจากอำเภอบึงกาฬโดยรถประจำทาง ไม่เคยพลาดคุณตามาถึงตั้งแต่ตีสี่ครึ่งแล้วเดินทางมาลงทะเบียนเป็นครั้งแรกๆ หน้าตาสดใส ทำลายสถิติคนมาไกลภายในประเทศ ที่ชมรมฯ คิดว่า งานต่อไปจะมอบกุญแจประตูทางเข้าบพิตรพิมุขให้คุณตาไว้เลย (แซวเล่นนะ) ส่วนผู้มาไกลกว่านั้นก็เป็นผู้หญิงไทยใจบุญที่ข้ามน้ำข้ามทะเลมาจากเยอรมันโน่นเลย อนุโมทนา สาธุค่ะ

พระเดชพระคุณพระราชญาณวิสุทธิโสภณ...(หลวงปู่ท่อน ญาณธโร) ท่านเดินทางมาถึงโดยรถตู้ประมาณ ๗ น.เศษๆ หลังจาก อ.ดร.สนองมาถึงไม่นานนัก





หลวงปู่ท่านนั่งรถเข็นพร้อมไม้เท้าคู่องค์ มาฉันเช้าแล้ว ก็พักรออยู่ที่ห้องรับรอง รอเวลาพร้อมใกล้เปิดงาน ทีมต้อนรับองค์บรรยายและทีมนักศึกษา มศว. ที่คัดเลือกตัวไว้แล้วก็มาช่วยกันยกองค์ท่านพร้อมรถเข็นขึ้นบันไดเกือบ ๓๐ ขั้นขึ้นมายังโหลงปู่ในห้องประชุม หลังจากจบพิธีเปิดโดยท่านอธิการบดี ดร.สาธิต พุทธชัยยงค์ ผู้ใหญ่ใจดีของเราแล้ว ก็กราบอาราธนาหมื่นต๋องค์หลวงปู่ขึ้นแสดงธรรม เรื่องจิตพุทธะ ด้วยความปลื้มยินดีและปิติของสาธุชนที่เฝ้ารอคอยการแสดงธรรมของท่าน ๘๔ พรรษา นับว่าไม่น้อยด้วยสุขภาพที่ไม่ใคร่สมบูรณ์นัก แต่กระแสเสียงธรรมของพ่อแม่ครูบาอาจารย์ก็มีพลังเปี่ยมล้นด้วยธรรมและมหาเมตตาที่ทุกท่านสัมผัสได้ เมื่อจบการแสดงธรรมแล้ว ในห้องประชุมและด้านล่างก็โกลาหลเล็กน้อย เนื่องด้วยคลื่นฝูงชนจำนวนมากพยายามเบียดเสียดรุมล้อมองค์หลวงปู่เพื่อให้ท่านใช้ไม้เท้าเคาะศีรษะให้ กว่าจะปิดประตูรถตู้ได้สนิทก็ต้องต้านทานกับแรงศรัทธาของคลื่นฝูงชนจำนวนไม่น้อย

พิธีกรสาวสวยของเราต้องประวิงเวลาไว้สักครู่ ก่อนนำเข้าสู่ช่วงการบรรยายธรรมของ อ.ดร.สนอง วรอุไร เรื่อง ธรรมะแก้วิกฤติ ซึ่งวันนี้ท่านเทศน์โดนใจเหลือเกิน จบแล้วพาพวกเราเจริญสติ ตามด้วยคำถามซ้ำ ๆ หนึ่งข้อ ว่ารับจ้างถอนผมหมอก



แต่ถอนผมดำเข้าโดยไม่เจตนาจะบาปไหม คำตอบของท่านอาจารย์ว่าอย่างไร โปรดติดตามชมในวีดีโองานแสดงธรรมก็แล้วกัน ช่วงนี้ด้านล่างก็เนื่องแน่นด้วยสาธุชน แม้ว่าที่โรงอาหารจะมีผู้ฟังธรรมบางตา แต่ก็สงบสัปปายะมากกว่าในโถงและสวนหย่อม งานนี้ที่มพยาบาลจากโรงพยาบาลสมุทรปราการร่วม ๑๐ คน ก็มาร่วมให้บริการตรวจสุขภาพด้วยความยิ้มแย้มเต็มใจให้บริการ ส่วนการแปลภาษามือและถ่ายทอดสัญญาณไปทั่วโลกก็มาดำเนินการกันเป็นสัดส่วนในสวนหย่อม เจ้าภาพพัฒลมไอน้ำเพิ่มพัฒลมไอน้ำให้ถึง ๑๖ ตัว เพื่อให้เพียงพอذربัอนในหลายจุดในฤดูร้อนนี้ ไม่นับรวมพัฒลมธรรมดาอีก ๖๐ ตัว และน้ำดื่มที่สั่งเตรียมการมาเพียบพร้อมหลายจุดบริการ

พักกลางวันแล้ว จุดที่น่าสนใจคือสนามฟุตบอลซึ่งเป็นโรงทานน้อยใหญ่จากแรงศรัทธาหลายร้อยหลายพันสายลำธาร รวมลงเป็นมหาสมุทรแห่งบุญกุศล คนที่ทำอาหารมาออกโรงทานเป็นคนใจบุญที่น่าชื่นชมอนุโมทนามากเพราะอาหารบางอย่างต้องเตรียมการกันจีปาตะ ทั้งอดหลับอดนอน งานหลายอย่างต้องประกอบด้วยศิลปะที่ใส่ใจลงไป เพื่อให้รสชาติดีและถูกสุขอนามัย ขออนุโมทนาเจ้าภาพและผู้สละหยาดเหงื่อทุกท่าน คราวนี้อาหารเยอะมาก แม้แต่ส้มตำปาก็มา





ต่อกันให้เห็น ๆ ใส่มะระชวยย่อยย่อยอย่างบอกใครเลย ในงานแสดงธรรมของชมรม  
 กัลยาณธรรมครั้งนี้ เราพยายามรณรงค์ใช้จานชามย่อยสลายได้ และจัดจุดเติมน้ำ  
 น้ำดื่มเกือบ ๑๐ จุด โดยแจกน้ำขวดให้ทุกท่านตอนลงทะเบียนแล้วให้เติมน้ำได้  
 ตลอดวัน ทั้งยังเชิญชวนให้ท่านนำภาชนะส่วนตัวมาจากบ้านและมอบรางวัล  
 เล็กน้อยให้เป็นกำลังใจ โดยเราได้จัดจุดล้างจานชาม จัดแยกขยะและใช้ถุงขยะ  
 ที่ย่อยสลายได้ รวมทั้งการรับบริจาคถุงหิ้วและถุงหิ้วทั้งหลาย เพื่อมาใส่ต้นไม้  
 ใส่หนังสือธรรมะ เรียกว่ารณรงค์ลดขยะกันอย่างเป็นรูปธรรม

รถสูชาติดีแอร์คราวนี้ มีให้บริการถึง ๕ คัน ยังไม่พอ เรายังจัดหารถสูชา  
 กทม.มาเสริมอีก ๒ คัน เรียกว่างามหาทุกกลมหาทานจริง ๆ ทว่าอย่างนี้ไม่มีที่ไหน  
 แล้ว ทีมงานทุกคนเหน็ดเหนื่อย เหงื่อชุ่มตัว แต่ทุกคนยินดีสละแรงกายแรงใจ  
 เพื่อน้อมถวายเป็นพุทธบูชาอย่างไม่นึกถึงสังขารตัวเองกันเลย ต่างคนนึกถึงแต่  
 ประโยชน์ที่มวลชนจะได้รับ เห็นเพื่อน ๆ เหนื่อยกันทุกคนก็ไม่มีใครยอมนั่งเชียร์  
 เฉย ๆ ยิ่งได้รับกำลังใจและความเมตตาจากครูบาอาจารย์ก็เหมือนได้รับยาบำรุง  
 หัวใจสูตรพิเศษ ช่วงบ่ายนี้ ท่าน**อาจารย์กำพล ทองบุญน่ม** เดินทางมาถึงประมาณ



เพียงเศษ ท่านนอนพักยืดเส้นยืดสายอยู่ในรถตู้ เมื่อเข้าสู่ช่วงบ่ายที่พีธีณรงค์ฤทธิ  
 อุปถัมภ์แต่งชุดหล่อ มาแนะนำเรื่องให้ผู้ฟังธรรมควรทราบเหมือนในช่วงเช้าก่อน  
 เปิดงาน (เหมือนรายการกฎ กติกา มารยาท ของคุณพิศณุ นิลกลัด ทางช่อง ๗)  
 พี่ใหญ่ของเราทำหน้าที่ได้อย่างไม่ขาดตกบกพร่องได้รับคำชมทั้งจากคนนอกและ  
 คนใน จากนั้น ท่าน อ.กำพล ทองบุญน่อม ก็นั่งรถเข็นที่ห้อง ๆ นักศึกษา มศว.  
 ช่วยกันยกขึ้นบันไดหอบประชุมมาเช่นกัน ท่านบรรยายเรื่อง ทำให้ทำ เป็นธรรมะ  
 ภาคปฏิบัติที่ฟังง่ายและให้กำลังใจนักปฏิบัติทุกคนเจริญสติแล้วจบด้วยคำอวยพรว่า  
 ขออย่าให้ได้ผิดได้เกิดทุกท่าน ผู้ฟังจึงต่างยิ้มน้อยยิ้มใหญ่ ขอให้สมปรารถนาเถิด  
 สาธุ สาธุ

**หลวงพ่อวิชัย เขมियो** เดินทางมาถึงบ่ายโมง ท่านพักในห้องรับรอง มีทีม  
 ลูกหลานชาวภัลยาณธรรม ๘ กลุ่ม เข้ามาดูแลแบ่งกันหมวดแขนหมวดขาให้ท่าน  
 ฟังท่านเล่าเรื่องประสบการณ์ภาวนาและอุบายการปฏิบัติอย่างเป็นกันเอง ท่าน  
 เมตตาลูกหลานมาก และท่านก็ประทับใจในงานเผยแพร่ธรรมของพวกเราชาว  
 ภัลยาณธรรมไม่น้อยเลย เรียกว่าต่างได้ใจกันและกัน เมื่อถึงเวลาอันสมควรก็



กราบนิมนต์ท่านขึ้นห้องประชุมเพื่อแสดงธรรมเรื่อง ทำอย่างไรให้ใจถึงธรรม ท่าน **อ.มนตรี จตุรภัทร** สะพานบุญที่แนะนำให้พวกเรานิมนต์หลวงพ่อก็เพราะท่านเป็นศิษย์ใกล้ชิดอยู่ ก็ขึ้นเป็นพิธีกรในช่วงสุดท้ายนี้ หลวงพ่อวิชัยเพิ่งเดินทางกลับอินโดนีเซียเมื่อวานหมาด ๆ และเพิ่งเทศน์ที่ศาลาลุงชินเมื่อเช้า แต่เสียงธรรมของท่านก็ก้องกังวาลเปี่ยมพลังและมีวิธีนำเสนอที่น่าติดตามฟัง ทั้งอุปมาการปฏิบัติก็เพียบพร้อม สมเป็นพระกรรมฐานผู้เปี่ยมบารมี ฟังกันไปซ้ำกันไปไม่มีใครเบื่อไม่มีใครหลับ ทุกใบหน้าอาบด้วยรอยยิ้ม แม้แต่ อ.ดร.สนอง วรอุไรและท่านอธิการบดีก็นั่งยิ้มฟังอย่างตั้งอกตั้งใจมาก ท่านเทศน์ดี ได้เนื้อหาสาระจนจบ ท่านชื่นชมที่ทุกคนมาด้วยศรัทธาและท่านชมว่าที่นี้ตั้งใจฟังธรรมกันดีมาก

เมื่อท่านแสดงธรรมจบแล้ว ก็นั่งพักรอบนเวที เพื่อให้โอกาสประธานชมรมกัลยาณธรรมออกมาขอบคุณเจ้าภาพและอนุโมทนาทุกท่าน จากนั้นก็ถวายสังฆทานหลวงพ่อวิชัย เขมิโย แล้วเป็นอันเข้าสู่ช่วงปิดงาน โดยท่านอาจารย์มนตรีรายงานยอดปัจจัยทั้งหมด และประกาศกำหนดการงานแสดงธรรมครั้งที่ ๒๓ ในวันอาทิตย์ที่ ๘ กรกฎาคม ศกนี้ ทุกท่านต่างปลื้มปีติ อิ่มอกอิ่มใจ และได้รับธรรมทานท่านละ ๑ ถูงใหญ่ กลับไปเป็นที่ระลึก เรียกว่าเป็นวันแห่งความปลื้มปีติของทุกท่านจริง ๆ



เมื่อทุก ๆ ท่านเริ่มทยอยกลับ ทีมงานโยธา ก็เริ่มงานต่อทันที งานนี้ใครไม่ลุก อาจโดนอุ้มไปไม่รู้ตัว เริ่มจากการเก็บเก้าอี้ไปส่งวัดถึงสองวัด ตามด้วยขนของที่เหลือ ไปเก็บโกดังใกล้ ๆ บพิตร อีก ๖ เทียว เก็บโต๊ะไปคืนโรงอาหาร รถคุณสงฆชนเครื่องเสียงไปส่งคืน ทีม บ.ชงโค เริ่มเก็บงานระบบไฟฟ้าจากที่วันเสาร์ก็นำช่างเกือบ ๓๐ ชีวิตมาติดตั้งระบบไฟให้ นอกจากนี้ ยังทยอยเก็บหนังสือซีดี พัดลม ข้าวของต่าง ๆ ไปเก็บยังคลังที่ปากน้ำ กว่าเสร็จ ก็สองทุ่มกว่าเหมือนเดิม.... แฮะ แฮะ .... หหมดแรง ไปตาม ๆ กัน แต่ด้วยแรงใจและความตั้งใจจริงของทีมงานทุก ๆ คน แม้งานจะหนักแค่ไหน ร้อนแค่ไหน เหงื่อแฉะไหน ขอเพียงทำให้งานสำเร็จ สามารถต้อนรับมหาชนที่มาฟังธรรมกันอย่างล้นหลามได้ พวกเราชาวภัลลยณธรรมทุกคน ยินดีที่จะเสียสละหยาดเหงื่อ แรงกายแรงใจมาทำงานเพื่อทุก ๆ ท่านเสมอ เพียงแค่ท่านได้น้อมรับธรรมะเข้าไปไว้ในใจ และนำไปปฏิบัติตามได้ เท่านั้น พวกเราก็มีความสุขหายเหนื่อยแล้วจ้า แล้วพบกัน ๘ กรกฎาคมนะค่ะ

#### มาร่วมใจบุญทอดบัจฉัยในงานแสดงธรรมครั้งนี้กันค่ะ

๑. พระเดชพระคุณพระราชญาณวิสุทธิโสภณ  
(หลวงปู่ท่อน ญาณธโร) ๑๘๖,๙๕๗ .๒๕๕ บาท
๒. อ.ดร.สนอง วรอุไร  
(ท่านยกให้ชมรมภัลลยณธรรมทั้งหมด) ๑๓๖๔๑๗ .๗๕๕ บาท
๓. อ.กำพล ทองบุญน่ม ๑๑๖,๑๗๒ .๒๕๕ บาท
๔. พระครูเกษมวรกิจ  
(หลวงพ่อวิชัย เขมมิโย) ๑๕๑,๒๘๓ .๕๐ บาท
๕. มูลนิธิราชประชานุเคราะห์ ๑๑๒,๘๐๒ .- บาท
๖. วัดพระบาทน้ำพุ จ.ลพบุรี ๑๗๒,๕๖๔ .๕๐ บาท  
(รับจากตู้บริจาค ๑๔๕,๖๓๒ และ  
ขายต้นไม้ได้ ๓๐,๒๒๘ บาท)
๗. ร่วมบริจาคกับชมรมภัลลยณธรรม ๓๓๙,๓๐๓ .- บาท

สาธุ สาธุ สาธุ











# ชมรมกัลยาณธรรม

kanlayanatam

ภาพแห่งความปิติยินดี  
ควรค่าแห่งความทรงจำ และประทับใจ  
งานแสดงธรรมครั้งที่ ๒๒  
๑๑ มีนาคม ๒๕๕๕

สัพพทานัง อัมมทานัง ชินาติ  
การให้ธรรมะเป็นทาน  
ชนะการให้ทั้งปวง

