



**พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
พระราชทานพระราชดำรัส แก่ประชาชนชาวไทย
ในโอกาสขึ้นปีใหม่ พุทธศักราช ๒๕๕๗
ณ วังไกลกังวล หัวหิน ความว่า**

“ประชาชนชาวไทยทั้งหลาย บัดนี้ถึงวาระจะขึ้นปีใหม่ ข้าพเจ้าขอส่งความปรารถนาดี มาอวยพรแก่ท่านทุก ๆ คน ให้มีความสุข ความเจริญ และความสำเร็จ สมประสงค์ ในสิ่งที่ปรารถนา

ความปรารถนาของทุก ๆ คน คงไม่แตกต่างกันนัก คือต้องการให้ตนเองมีความสุข ความเจริญ และให้บ้านเมือง มีความสงบ ร่มเย็น ในปีใหม่นี้ จึงขอให้ท่านทั้งหลาย รักษาสุขภาพกาย สุขภาพจิต ให้สมบูรณ์แข็งแรง เพื่อให้สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้เต็มกำลัง ที่สำคัญ จะคิดจะทำสิ่งใด ให้นึกถึงส่วนรวม และความเป็นไทยไว้เสมอ งานของตน และงานของชาติ จักได้ดำเนินก้าวหน้าไป โดยถูกต้อง เทียงตรง ไม่ติดขัด และบรรลุถึงประโยชน์ เป็นความสุข ความเจริญ และความสงบร่มเย็น ดังที่ทุกคนตั้งใจปรารถนา

ขออานุภาพแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ จงคุ้มครองรักษาท่านทุกคน ให้ปราศจากทุกข์ ปราศจากภัย ให้มีความสุขกายสุขใจ ตลอดศกหน้านี้ โดยทั่วกัน”



ข่าวสารกัลยาณธรรม
ปีที่ ๙ ฉบับที่ ๓๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๗



พระราชดำรัส ในโอกาสที่คณะชาวห้วยขวาง พญาไท
เฝ้า ฯ ทูลเกล้า ฯ ถวายเงินโดยเสด็จพระราชกุศล
และต้นเทียนพรรษา ณ พระตำหนักจิตรลดารโหฐาน
วันพุธที่ ๕ กรกฎาคม ๒๕๒๑

“...พระพุทธเจ้าท่านได้สอนว่า สิ่งที่สำคัญที่สุด ถึงเรียกว่าเป็นอริยสัจ ๔ อย่าง
ที่เป็นสิ่งสำคัญ ถ้าเราทำบุญด้วยประการทั้งปวง คือทำดีด้วยความตั้งใจดี
แล้วก็มีปิติขึ้นมา ได้รับผลของบุญแล้ว เราทำสูงขึ้นไป ทำต่อไป คิดให้ดี ๆ
จะเกิดที่เรียกว่าปัญญาหรือความรู้ ปัญญาไม่ได้หมายความว่า ใครไปเรียน
กลับมาได้ ดอคตังดอคเตอร์ ไม่ใช่ นั่นก็เป็นปัญญาอย่างหนึ่ง เป็นความรู้
ความรู้ที่ทางโลกเขาใช้ แต่ปัญญาจริง ๆ เห็นอะไรจริง ๆ ที่ใจจริง ๆ
ถ้าเราทำบุญไป ก็จะค่อย ๆ เห็นความจริง เป็นปัญญา เราจะสามารถที่จะ
ควบคุมการเกิดของทุกข์ที่ใจ....”



ปีที่ ๙ ฉบับที่ ๓๐
ฉบับปฐมฤกษ์ ปี ๕๕๗



พิมพ์แจกเป็นธรรมทานจำนวน ๘,๐๐๐ เล่ม โดยชมรมกัลยาณธรรม

- เลขที่ ๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ
อ.เมือง จ.สมุทรปราการ ๑๐๒๗๐
โทร. ๐๒-๗๐๒-๗๓๕๓
และโทร ๐๒-๗๐๒-๙๖๒๔
- สำนักงานสาขาทางลี้จี่
เลขที่ ๘๘/๔๑ โครงการ ทีทีเอ็น อเวนิว
ถนนทางลี้จี่ ซองนนทรี ยานนาวา
กรุงเทพฯ ๑๐๑๒๐ โทร. ๐๒ ๒๕๕ ๔๓๑๘-๑๙

คติธรรมประจำฉบับ

“มีเมตตาต่อเขาผู้เป็นทุกข์นั้นดีนัก
แต่อย่าลืมเมตตาตนเอง
ไม่ปล่อยให้ใจตัวเองเป็นทุกข์
เพราะเมตตาเขา
ไม่มีอำนาจใจจะไปสู้กับ
อำนาจกรรมของใครได้”

สมเด็จพระญาณสังวร
สมเด็จพระสังฆราช
กลอนมหาสังฆปริณายก



วัตถุประสงค์

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

สารบัญ

ท่านบำเพ็ญ “บารมีธรรม” เพื่อมุ่งหวังอะไร?	๔
รู้ไหมว่าระหว่างสวดมนต์กับนั่งสมาธิ ได้ผลต่างกันอย่างไร	๘
พวงดอกไม้ของมาร	๙
บันทึกช่วยจำของ “เหลี่ยมจี้จาง”	๑๑
ฉันมองแต่สิ่งที่ฉันมี ไม่มองสิ่งที่ฉันขาด	๑๕
ธรรมะของพระอาจารย์ชยสาโร ภิกขุ	๑๖
สวดปาฏิโมกข์ ลดเอาแค่ ๑๕๐ ข้อได้ไหม	๑๘
ธรรมะจากพระอาจารย์บุญทัน รัตนปัญญา	๒๓
ร่วมอนุโมทนาเจ้าภาพฯ	๒๕
กำหนดการจัดงานแสดงธรรม	๓๓
คำแนะนำผู้เข้าฟังธรรมในงานแสดงธรรม	๓๔
แผนที่ มทร.กรุงเทพ บพิตรพิมุข มหาเมฆ	๓๖
ประวัติย่อขององค์บรรยางานครั้งที่ ๒๘	๓๗
หยุดใจให้ไร้อยาก	๔๓
ทานที่ใครๆ ก็อยากได้	๔๖
กัลยาณมิตรสู่กัลยาณธรรม	๔๙
โชคดีที่เข้ามา (ตั้งแต่อายุยังน้อย)	๕๒
บ้านหลังใหม่ของชาวกัลยาณธรรม	๕๕
๗ นิสัยอันตรายในเฟซบุ๊ก!	๕๗
เรื่องเล่าวันพระ ฐัธรรมจากความประหัยต์	๖๒
บัวแย้มบานท่ามกลางเปลวแดด	๖๓

ท่านบำเพ็ญ “บารมีธรรม” เพื่อมุ่งหวังอะไร? (ตอนที่ ๒)

โดย อ. ทวีศักดิ์ คุรุจิตธรรม

เมื่อตอนที่แล้ว ได้กล่าวถึงการบำเพ็ญบารมีธรรม (บารมี ๑๐ ทศ x ๓ ระดับ = บารมี ๓๐ ทศ) ว่า ต้องปฏิบัติโดยไม่มุ่งหวังผลสิ่งใด เช่น มุ่งไปเกิดบนสวรรค์เพื่อเป็นเทพ หรือเกิดเป็นพรหม ไม่ว่าจะเป็รบุรพพรหม หรือ อรูปพรหม ก็ตาม เพราะสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนนำจิตไปสู่การเวียนว่ายตายเกิด ใน ๓๑ ภพภูมิ อย่างไม่รู้จักจบสิ้น **แล้วถ้าเช่นนั้น การบำเพ็ญบารมีธรรม ทำเพื่ออะไร?**

คำตอบก็คือว่า ต้องเป็นการบำเพ็ญเพื่อขัดเกลากิเลสออกจากใจต่างหาก อันมี โลก - โกรธ - หลง เป็นต้น เพราะตราบใดที่ยังขัดเกลากิเลสออกจากใจได้ไม่หมดจด จิตก็ย้งวาง - วางไม่ได้

ฉะนั้น การบำเพ็ญบารมีธรรมจึงไม่ใช่เพื่อมุ่งหวังใน **กุศล** ที่ตนอยากได้ แต่เป็นเพราะได้เห็นผลใน **อกุศล** ที่กำลังจะเกิดขึ้นและครอบงำจิตใจตนจนไม่อาจรู้แจ้งเห็นจริงในสภาวะธรรมที่แท้จริงได้ต่างหาก ยกตัวอย่างเช่น

(๑) ผู้ที่เห็นโทษของความ “ตระหนี่” จึงตัดสินใจให้ “ทาน” เรียกว่า บำเพ็ญ “ทานบารมี” เพราะเข้าใจดีว่า ความตระหนี่ทำให้จิตใจคับแคบ แล้วจะคิดช่วยเหลือคนอื่นได้อย่างไร? จะบำเพ็ญพรหมวิหาร ๔ ได้อย่างไร หากตนยังมีความตระหนี่เช่นนั้นอยู่?

(๒) ผู้ที่เห็นโทษของการ “เป็นคนทุศีล” จึงรักษา “ศีล” เรียกว่า บำเพ็ญ “ศีลบารมี” เพราะรู้ว่า ผู้ที่ทุศีลนั้นย่อมทำในสิ่งที่หึงเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น แล้วผู้ที่มีจิตคิดเบียดเบียนทั้งตนเองและผู้อื่น จะเป็นผู้ปฏิบัติธรรมได้อย่างไร?

(๓) ผู้ที่เห็นโทษของการเสพงาม (ในรูป - เสียง - กลิ่น - รส - สัมผัส) หรือการครองเรือน จึงมีอัธยาศัยที่จะหนีออกจากกาม หรือหลีกเลี่ยงจากการครองเรือน เรียกว่า บำเพ็ญ “เนกขัมมะบารมี” เพราะรู้ว่า ทั้งกามเอย บุคคลในครอบครัวเอย ล้วนเป็นอุปสรรคต่อการบรรลุธรรมขั้นสูงสุดได้ทั้งสิ้น

(๔) ผู้ที่เห็นโทษของการไม่รู้แจ้งเห็นจริง ไม่รู้แจ้งในเหตุและผล ไม่รู้ว่า ผลทั้งหลายย่อมไหลมาแต่เหตุ หรือเหตุเป็นที่มาของผล หรือไม่รู้แจ้งตามสภาวความเป็นจริงตามธรรมชาติแท้ๆ ของมัน (เช่นในรูป - นาม และไตรลักษณ์ เป็นต้น) จึงรีบบำเพ็ญ “ปัญญาบารมี” เพราะรู้ว่า ตัวที่จะใช้ประหัตประหารกิเลสให้หมดจดและนำไปสู่ “พระนิพพาน” ได้นั้นคือตัว “ปัญญา” โดยมี “ศีล” กับ “สมาธิ” เป็นตัวป้อนข้าวป้อนน้ำให้ หากปราศจาก ๓ สิ่งนี้แล้ว เราก็จะก้าวไม่ถึงฝั่งโลกุตตรธรรม แล้วก็จมปรักอยู่ในวงจรแห่งการเวียนว่ายตายเกิด

(๕) ผู้ที่เห็นโทษในความเกียจคร้าน จึงต้องรีบบำเพ็ญ “ความเพียร” เรียกว่า “วิริยะบารมี” เพราะรู้ว่า ความเกียจคร้านย่อมนำไปสู่การไม่ทำอะไรเลย มีหน้าซำช่วงที่ว่างๆ ไม่ทำอะไรเลยนั้น บาปอกุศลซึ่งทำได้ง่ายกว่า หรือที่เรียกว่า “มารคอยจ้องโอกาส” จะเข้าครอบงำจิตเราได้ง่าย จิตที่ถูกบาปอกุศลครอบงำ ย่อมนำไปสู่อบายภูมิแน่นอน แล้วเรายังจะนิ่งเฉยเกียจคร้านอยู่ทำไม?

(๖) ผู้ที่เห็นโทษของความไม่อดทน จึงตัดสินใจบำเพ็ญ “ขันติบารมี” เพราะรู้ว่า หากใครมาว่านินดาว่าหน้อย กระหนาบกระหนังเราหนักบ้าง - เบาบ้าง เราก็รีบตอบโต้กลับ ไม่มีความอดทน - อดกลั้น เช่นนี้แล้ว จะบำเพ็ญบารมีธรรมให้สำเร็จได้อย่างไร? หรือในกรณีที่ลงมือปฏิบัติธรรมไปสักระยะหนึ่งแล้ว ไม่เห็นผลของการปฏิบัติก็เกิดอ้อแท้ เหี่ยวแห้งใจ ไม่ค้นหาสาเหตุและอุปสรรคที่แท้จริงว่า

มันเกิดจากอะไร เรียกว่าขาดความอดทนว่างั้นเถอะ เช่นนี้แล้ว ต่อให้ปฏิบัติธรรม ไปจนตาย ก็ไม่อาจบรรลุธรรมได้ เพราะตลอดเส้นทางเดินเพื่อสู่ความหลุดพ้นนั้น ย่อมมีอุปสรรคขวากหนามมากมายที่จะต้องผจญและต่อสู้กับมัน ท้อแท้เมื่อใด ไม่อดทนเมื่อใด ก็จบเห่อยู่ตรงนั้น

(๗) **ผู้ที่เห็นโทษของการพูดไม่จริง - ทำไม่จริง** จึงมีอัธยาศัยในการบำเพ็ญ “สัจจะบารมี” เพราะรู้ว่า คนพูดไม่จริง - ทำไม่จริง การกระทำทั้งหลายที่เกิดขึ้น จะไม่มีผู้ให้การยอมรับ จะไม่มีผู้เชื่อถือ จะไม่มีผู้ไว้วางใจเรา จะไม่มีผู้อยากติดต่อกับเรา เมื่อการติดต่อสื่อสาร รวมทั้งความสัมพันธ์กับผู้คนในสังคมมีอุปสรรคเพราะเราขาด “สัจจะ” แล้วเราจะบำเพ็ญธรรมให้สำเร็จลุล่วงไปได้อย่างไร

(๘) **ผู้ที่เห็นโทษของการที่ไม่ตั้งมั่น - ไร้จุดหมาย** ย่อมมีอัธยาศัยในการทำจิตให้เด็ดเดี่ยว - มุ่งมั่น - และไปถึงจุดหมายปลายทางให้จงได้ เรียกว่าบำเพ็ญ “อธิษฐานบารมี” อย่างกรณีองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่มีจิตใจเด็ดเดี่ยว - มุ่งมั่น - เพื่อตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงได้ตั้งจิตไว้อย่างมั่นคง (อธิษฐาน) ในทุกภพ ทุกชาติ เพื่อให้ตนบรรลุถึงอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณให้จงได้ คำว่า “อธิษฐาน” ใน “อธิษฐานบารมี” มิได้หมายความว่า เทียวขอต่อเทพหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์อย่างที่เรามักอธิษฐานเพียงเพื่อให้เขาตกลงบันดาลให้เราสิ่งนั้นสิ่งนั้นกัน หากจะใช้ศัพท์เป็นภาษาอังกฤษ จะเข้าใจถูกต้องว่า คือให้ใช้คำว่า “resolution หรือ resolve หรือ determination หรือ vow” ไม่ใช่คำว่า “pray” ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมที่จะไปให้ถึงเป้าหมาย คือพระนิพพาน จึงต้องมี “อธิษฐานบารมี” คือมีจิตเด็ดเดี่ยว - มุ่งมั่น เพื่อไปให้ถึงจุดหมาย ไม่ใช่เทียวขอโน่นขอนี่ หรือให้เขากันบันดาลให้ซึ่งสิ่งนั้นสิ่งนี้ อันเป็นการเพิ่มความโลภ หรือสร้างกิเลสทับถมใจให้หนักอึ้งไปกว่าที่มีอยู่เสียเปล่า ๆ

(๙) **ผู้ที่เห็นโทษในความพยายาบาท มีจิตใจมักโกรธ หรือผูกโกรธผู้อื่น** จึงบำเพ็ญ “เมตตาบารมี” เพราะรู้ว่า จิตใจที่ผูกโกรธ หรือคิดร้ายพยายาบาทผู้อื่น ย่อมหาความสงบแห่งจิตใจไม่ได้ จิตที่ไม่สงบจะเข้าถึงความว่างแล้วปล่อยวางได้อย่างไร การมีเมตตาปรารถนาดีทั้งต่อตนเองและผู้อื่น จะสามารถแก้ปัญหาเหล่านี้ได้ และนำไปสู่การบรรลุธรรมในที่สุด

(๑๐) ผู้ที่เห็นโทษของการดำรงอยู่ในโลกธรรมทั้งหลาย อันมี “ทวิภาวะ” ซักนำไป เช่น มีลาภ - เลื่อมลาภ มียศ - เลื่อมยศ มีสรรเสริญ - นินทา มีสุข - ทุกข์ มีดี - ชั่ว มีกุศล - อกุศล ฯลฯ หากจิตใจโอนเอนไปข้างใดข้างหนึ่ง แม้จะเป็นฝ่ายดีก็ตาม จิตก็จะเป็นกลาง เกิดการเสียดูญ ย่อมนำจิตไปสู่การยึดมั่นถือมั่นในสิ่งที่ตนเห็นว่า ดี - ถูกต้อง แล้วก็กอดยึดกับสิ่งเหล่านี้ไปจนตาย แล้วนิสัยนี้ก็จะตามติดต่อไปในภพชาติอื่นๆ トラบเท่าที่ตนยังยึดติดกับมัน แล้วเช่นนี้จะไป “พระนิพพาน” ได้อย่างไร ในเมื่อจิตเลือกข้างแล้ว จิตจะวาง - วาง ได้อย่างไร จึงต้องหมั่นฝึกจิตให้ปล่อยวางได้ในทุกสถานการณ์ เรียกว่าบำเพ็ญ “อุเบกขาบารมี” กล่าวคือ ไม่นินดี (เมื่อเจอสิ่งที่ถูกใจหรือสมดังใจนึก) และไม่นินร้าย (เมื่อเจอสิ่งที่ไม่ถูกใจหรือไม่อยากได้ หรืออยากให้พ้นไปจากตัวเร็วๆ) จิตที่รู้เท่าทันสภาวะความเป็นจริงเช่นนี้แหละ ที่เรียกว่า “อุเบกขา” แม้แต่ในโพชฌงค์ ๗ อันเป็นหมวดธรรมแห่งการตรัสรู้ จึงเริ่มต้นด้วย “สติ” คือ “รู้ทัน” แล้วลงท้ายด้วย “อุเบกขา” คือปล่อยวางเท่าที่รับรู้เท่าทันสภาวะความเป็นจริง และปล่อยวางให้ได้นั่นเอง

โดยสรุปแล้ว การบำเพ็ญบารมีธรรม จึงไม่ใช่เพื่อ “มุ่งหวังผล” หรืออยากได้สิ่งใดจากการปฏิบัติ แต่เป็นเพราะได้เห็นโทษของสิ่งนั้นสิ่งนี้ต่างหากแล้วจึงลงมือปฏิบัติเพื่อมุ่งสู่ความไม่มีอะไร (วาง - วาง) หรือสู่ความไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งใดเลย นี่แหละจึงเรียกว่า ปฏิบัติธรรมหรือบำเพ็ญบารมีธรรมที่แท้จริง ดังมีคำคมเป็นภาษาอังกฤษที่ผู้เขียนขอนำมาฝากท่านผู้อ่าน ดังนี้

To practice “ Dhamma ” (ถ้าเขียนแบบสันสกฤตจะเป็น “Dharma” แต่ถ้าเขียนแบบบาลี จะใช้คำ “Dhamma”) is :-

- I. To practise from being “ Somebody “ to being “ nobody ”
- II. To practise from having “ something “ to having “ nothing”
- III. To practise from going “ somewhere “ to going “ nowhere “



ขอให้ทุก ๆ ท่านจงเจริญในธรรม

สวัสดี

รู้ไหมว่า ระหว่าง สวดมนต์กับนั่งสมาธิ ได้ผลดีต่างกันอย่างไร



ผลการวิจัยออกมาแล้วโดย K. Kijjarun Chanpo ได้ทำการทดลองกับ นิสิตจุฬาฯ จำนวน ๖๐ คนโดยให้สวดมนต์ ๓๐ คน และทำสมาธิ ๓๐ คน ชาย-หญิงอย่างละ ๑๕ คน และทำการวัดคลื่นสมองที่ละคนในขณะที่สวดมนต์ ๓๐ นาที และผู้ทำสมาธิ ๓๐ นาที บันทึกการทำงานของสมองตลอดระยะเวลา ๓๐ นาที ผลปรากฏว่าทั้ง ๓๐ คนในการสวดมนต์ที่ละคนได้ผลเหมือนกันคือนาทีที่ ๐-๕ นาทีแรกจิตยังซัดส่าย พอนาทีที่ ๕ - ๑๐, ๑๐ - ๑๕, ๑๕ - ๒๐, ๒๐ - ๒๕, ๒๕ - ๓๐ คลื่นสมองจะบอกถึงการดึงของจิตที่สงบจนจบต่อเนื่องถึงหลังการทดลองอีกระยะเวลาหนึ่ง. สูดยอดีใหม่

ส่วนการทำสมาธิจะได้ผลดีที่สุดอยู่ที่ นาทีที่ ๐ - ๕ พอเข้านาทีที่ ๕ - ๑๐, ๑๐ - ๑๕, ๑๕ - ๒๐...จนจบการทดลองจิตจะซัดส่าย คลื่นสมองจะไม่นิ่ง อันเนื่องจากมีนิรวรณ ๕ เข้ามาเป็นเครื่องกั้นการทำงานของจิตต่อการทำสมาธิ ดังนั้นจิตที่ยังมีนิรวรณ ๕ อยู่เช่นนี้ ย่อมจะไม่สามารถเป็นสมาธิได้ ต้องฝึกเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ จะสามารถกำจัดนิรวรณได้

ซึ่งการทดลองนี้สอดคล้องกับมาตรฐานสัญญาณคลื่นสมองอัลฟ่าผ่อนคลายเมื่อหลับตาลงซึ่งเป็นช่วงที่ดีที่สุดเ็นระยะแรก

ฉะนั้นทำให้เรารู้ว่าการสวดมนต์ก่อนทำสมาธิจำเป็นอย่างยิ่ง เพราะจิตเราจะจดจ่อกับบทสวดมนต์อยู่ตลอดเวลา ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของคลื่นสมองอัลฟ่าเกิดขึ้นและคงอยู่ได้อย่างต่อเนื่องจนหลังการทดลองอีก ๕ นาที. ซึ่งจะเป็นช่วงที่เข้าสู่การทำสมาธิได้อย่างต่อเนื่อง เมื่อฝึกบ่อย ๆ นิรวรณ ๕ ก็จะไม่ค่อย ๆ ลดลงไป

ร่วมกันอนุโมทนาบุญกับผลงานวิจัยครั้งนี้ ซึ่งสามารถแนะนำคนที่ยังไม่เคยทำได้ทดลองปฏิบัติดู



พวงดอกไม้ขอมาร

จากบทประพันธ์ พระอานนท์ พุทธอนุชา ของ อ.วคิน อินทสระ
วรรณกรรมอิงพุทธประวัติที่โลกยกย่อง

อุปกะก็เหมือนผู้ชายโง่ ๆ ทั่วไป ที่พอเห็นสตรีทำดีด้วย ก็ทักทักเอา
ว่าเขารักตน บัดนี้ศรคามเทพได้เสียบแทงอุปกะเสียแล้ว

ความรักไม่เคยปรานีใคร เทียวเหยียบย่ำทำลายมนุषย์และสัตว์ทั่วหน้า
เข้าตั้งแต่กระตอมน้อยของขอทาน

ไปจนถึงพระราชวังอันโอ่าของกษัตริยาธิราชผู้ทรงศักดิ์

กัดกินหัวใจของคน ไม่เลือกว่าวัยเด็ก หนุ่มสาว หรือวัยชรา

ใช้ดอกไม้ขอมาร ๕ ดอกเป็นเครื่องมือ เทียวไปในคามนิคม ราชธานีต่าง ๆ

ดอกไม้ ๕ ดอกนั้น คือ รูป เสียง กลิ่น รส และโผฏฐัพพะสัมผัสต่างกาย
เมื่อใครหลงไหล มีนเมาแล้ว ก็ทำหันย่ำยี จนพินาศลง

บัดนี้อุปกะได้หลงไหลมีนเมาในพวงดอกไม้ขอมาร

คือ รูปและเสียงของสุชาวดีแล้ว แม้จะไม่ค่อยได้กลิ่นแก้ม และสัมผัสกาย

อย่างนี้เสียอีก ทำให้มีจินตนาการอันเตลิดเจิดจ้า และก็ซุ่มซ่ามเหวี่ยง

คนที่ไม่เคยรบ ก็มักจะทะนงว่าตนกล้า

คนที่ไม่เคยงาน มักจะทะนงว่าตนเก่ง

คนที่ไม่เคยรัก ก็มักจะทะนงว่าตนรักได้โดยไม่มีทุกข์



ทั้งนี้เพราะคนประเภทแรก ไม่เคยรู้กำลังศัตรู ประเภทที่ ๒ ไม่เคยรู้ความยาก และความละเอียดของงาน ประเภทที่ ๓ เพราะไม่เคยรู้ซึ่งถึงกำลังของนารีจริงที่เดียว

ท่านกล่าวไว้ว่า พระอาทิตย์มีกำลังในเวลากลางวัน พระจันทร์มีกำลังในยามราตรี และนารีมีกำลังทั้งกลางวันและกลางคืน ทั้งบนบกและในน้ำ ทั้งในเวหาและปากว้าง

มีจะนั้นแล้ว ทำไมเล่า ชุนพลผู้เกรียงไกร เอาชนะดัสกร ได้ทั้งทางบกทางน้ำ ทั้งบนเวหาและป่าใหญ่ แต่มายอมแพ้แก่หัตถ์น้อยที่ไกวเปล มีแต่ความงามและน้ำตา เป็นอาวุธประจำตน

บางทีนักพรตผู้ทรงศีล มีตบะ มีอำนาจและมีวาจาคักดีลิลีห์ แต่เมื่อถูกพิษแห่งความรักแทรกซึมเข้าสู่หัวใจ โดยสตรีเป็นผู้หยิบยื่นให้ ศีลก็พลันเศร้าหมอง ตบะและอำนาจก็พลันเสื่อม วาจาคักดีลิลีห์ ก็กลายเป็นกลบกลอก

สิ่งใดเล่าในโลกนี้ จะสามารถทำลายความเข้มแข็งเด็ดเดี่ยวของชายได้ เท่ากับกำลังของสตรี

ชายใดไม่ตกอยู่ในอำนาจแห่งสตรี ไม่ยินดีในลาภและยศ ชายนั้นชื่อว่าผู้เข้มแข็งอย่างแท้จริง เป็นผู้ชนะโลก ☺



บันทึกช่วยจำของ “เหลียงจี้จาง”

“เหลียงจี้จาง” เป็นพิธีกรดังของ TVB ในฮ่องกง และเป็นนักเขียนด้วย บันทึกช่วยจำที่เขาเขียนให้ลูก ได้รับการเผยแพร่เป็นวงกว้าง นอกจากแสดงถึงความห่วงหาอาทรที่พ่อมีต่อลูกเจกเช่นคุณพ่อทั่ว ๆ ไป

มุมมองของเขาบางเรื่อง (แบบสังคมฮ่องกง) แม้บางคนจะเคยประสบมาบ้างเหมือนกัน

อ่านแล้วก็ยังอดไม่ได้ เลยถ่ายทอดสู่กันฟัง...

ลูกรัก...ที่พ่อเขียนบันทึกช่วยจำฉบับนี้ให้ลูก มีเหตุผลอยู่ ๓ ประการ คือ

๑. สรรพสิ่งล้วนอนิจจัง จะมีชีวิตอยู่ได้อีกนานเท่าใดไม่มีใครบอกได้ พ่อจึงคิดว่าบางเรื่องพ่อน่าจะสั่งเสียไว้แต่เนิ่น ๆ ย่อมจะดีกว่า

๒. เพราะพ่อเป็นพ่อของลูก ถ้าพ่อไม่บอกลูก ไม่มีใครหรอกที่เขาคงบอกลูกแบบที่พ่อบอก

๓. สิ่งที่คุณบันทึกไว้นี้ ล้วนเป็นประสบการณ์อันแสนเจ็บปวด ที่พ่อได้เรียนรู้มา มันจะทำให้ลูกไม่ต้องเสียเวลาไปเรียนรู้มันอีกในชีวิตของลูก ขอให้จำสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ไว้ให้ดี

คนที่ไม่ดีต่อเรา ไม่ต้องไปใส่ใจนัก
 ในชีวิตคนเราไม่มีใครมีหน้าที่ที่จะต้องมาดีต่อเรา
 ยกเว้นพ่อกับแม่ของลูก สำหรับคนที่ดีกับลูก
 นอกจากลูกต้องห่วงแทนและขอบคุณเขาแล้ว
 ยังต้องคอยระวังตัวไว้ด้วย เพราะคนเราทุกคน
 ทำอะไรย่อมมีจุดประสงค์
 เขาทำดีกับลูก ใช้ว่าเขาจะทำเพราะชอบลูกเสมอไป
 ลูกต้องตระหนักจุดนี้ให้ดี
 อย่าเพิ่งรับเขาเป็นเพื่อนเร็วเกินไป (น่ากลัวไหม)

ไม่มีคนที่ทดแทนกันไม่ได้
 และไม่มีสิ่งใดที่ต้องมีให้ได้ ถ้าเข้าใจจุดนี้
 หากวันใด คนข้างกายของลูกไม่ต้องการลูกอีกต่อไป
 หรือวันที่ลูกต้องเสียสิ่งที่รักที่สุดไป
 ลูกจะได้เข้าใจว่า นี่ไม่ใช่เรื่องคอขาดบาดตายอะไรเลย

ชีวิตนี้แสนสั้น

หากลูกยังใช้ชีวิตอย่างไม่เห็นคุณค่า
 พรุ่งนี้ลูกจะพบว่าชีวิตจะหลุดลอยไปไกลยิ่งขึ้น
 ดังนั้นยิ่งรู้จักถนอมชีวิตเร็วเท่าใด
 เวลาที่ลูกจะได้รับความสุขจากชีวิต
 ก็จะยิ่งมากขึ้นเท่านั้น หากความสุขเสียแต่วันนี้
 ดีกว่านั่งหวังให้มีอายุยืนนาน

ในโลกนี้ไม่มีเรื่องรักนิรันดร์กาล
 ความรักเป็นเพียงความรู้สึกชั่ววูบ
 โดยความรู้สึกนี้ย่อมเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลาและอารมณ์

หากสิ่งที่ลูกรักมากที่สุดจากลูกไป
 ขอให้รอคอยอย่างอดทน ให้ความช่วยเหลือ
 ให้จิตใจค่อย ๆ ตกตะกอน
 แล้วความทุกข์ของลูกจะค่อย ๆ จางหายไป..

อย่าวาดหวังความรักให้สวยกินไป
และอย่าซ้ำเติมการอกหักให้ทุกข์เกินเหตุ

แม้ว่าคนหลายคนที่ประสบความสำเร็จในโลกนี้ไม่ได้เรียนมาสูง
แต่ไม่ได้หมายความว่า หากไม่ขยันเรียน แล้วจะได้ดี
ความรู้คืออาวุธ คนเราอาจสู้แล้วรวย
แต่ไม่มีทางรวยได้ หากปราศจากอาวุธสู้.. จำไว้

พ่อจะไม่ขอให้ลูกเลี้ยงดูครึ่งชีวิตหลังของพ่อ
เพราะพ่อก็จะไม่เลี้ยงดูครึ่งชีวิตหลังของลูกเช่นกัน
เมื่อลูกโตพอจนเป็นอิสระได้แล้ว
พ่อก็หมดหน้าที่แล้วเช่นกัน หลังจากนั้นไป
ลูก จะนั่งรถเมล์หรือจะนั่งรถเบนซ์
จะกินหูลหูลามหรือจะกินบะหมี่ยำ ๆ ลูกต้องเลือกเอง

ต้องทำดีต่อผู้อื่น แต่อย่าหวังว่าผู้อื่นต้องทำดีต่อเรา
เราปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างไร
มิได้หมายความว่าผู้อื่นก็จะปฏิบัติตอบต่อเราในแบบเดียวกัน..
ลูกต้องเข้าใจในข้อนี้ จะได้ไม่หาทุกข์ใส่ตัวโดยไม่จำเป็น

พ่อซื้อล็อตเตอรี่มาตลอดชีวิต ยังยากจนเหมือนเดิม
แม้แต่รางวัลเลขท้าย ยังไม่เคยถูกเลย
นี่เป็นบทพิสูจน์ว่า คนเราจะเจริญก้าวหน้าได้ ต้องขยันขันแข็ง
อย่างเดี่ยวเท่านั้น ในโลกนี้ไม่มีมือเที่ยง
ที่ไม่ต้องเสียตังค์ (No free lunch)

ญาติ มิตร หรือสหาย
ล้วนเป็นกันชาตินี้ชาติเดียว
ฉะนั้น จงหวงแหนโอกาสที่ได้อยู่ด้วยกัน
และเสวนามีค่านี้ เพราะในชาติหน้า
ไม่ว่าท่านจะรักใคร่หรือซังใคร
ท่านก็จะไม่มีโอกาสได้พบกันอีก
(หมายเหตุ ถึงพบกันก็ไม่รู้) ©

ฉันมองแต่ สิ่งที่ฉันมี ไม่มองสิ่ง ที่ฉันขาด



สาวชาวไต้หวันผู้หนึ่ง เป็นโรคสมองพิการ (cerebral palsy) แต่กำเนิด ไม่สามารถเคลื่อนไหวตามปกติ และพูดจาไม่ได้ แต่ด้วยความมุ่งมั่นและศรัทธา เธอสามารถเรียนจบปริญญาเอกจากสหรัฐฯ แล้วแสดงทัศนคติของเธอในที่ต่าง ๆ เพื่อให้กำลังใจและช่วยเหลือผู้อื่น

ครั้งหนึ่ง เธอรับเชิญไปบรรยายด้วยการเขียน (เพราะเธอพูดไม่ได้ต้องใช้วิธีเขียน) หลังบรรยายเสร็จ มีนักเรียนคนหนึ่งตั้งคำถามว่า

“ท่านอยู่ในสภาพนี้โดยกำเนิด แล้วท่านไม่รู้สึกน้อยใจรี?”

“ท่านมองตัวเองอย่างไร?”

คำถามอันละเอียดอ่อนนี้ สร้างความตะลึงแก่ที่ประชุมไม่น้อย ต่างเกรงว่า คำถามนี้จะทิ่มแทงจิตใจของเธอ ปรากฏว่า เธอหันหน้าไปยังแผ่นกระดาน เขียนตัวหนังสืออย่างไม่สะทกสะท้านว่า

“ฉันมองดูตัวเองอย่างไร?”

เธอหันหน้ายิ้มให้ผู้ร่วมประชุม แล้วเขียนข้อความต่อ

๑. ฉันน่ารักมาก
๒. ขาฉันเรียวยาวสวยดี
๓. คุณพ่อคุณแม่รักฉันจัง

๔. พระเจ้าประทานรักแก่ฉัน
 ๕. ฉันวาดภาพได้ ฉันแต่งหนังสือได้
 ๖. ฉันมีแมวที่น่ารัก

และ....

ขณะนั้น ที่ประชุมเจียบกริบ ไม่มีเสียงพูดจาใด ๆ


เธอหันกลับมามองดูทุกคน แล้วเขียนคำสรุปบนแผ่นกระดานว่า

“ฉันมองแต่สิ่งที่ฉันมี ไม่มองสิ่งที่ฉันขาด”

หลังจากนั้นไม่กี่วินาที เสียงปรบมือดังสนั่นในที่ประชุม พร้อมทั้งน้ำตาที่สะท้อนใจจากหลาย ๆ คน

ณ วันนั้น ทศนคติเชิงสุขนิยมและบทพิสูจน์ของเธอ เพิ่มกำลังใจแก่ผู้คนมากมาย

ผู้เป็นโรคสมองพิการผู้นี้คือ น.ส.หวางเหม่ยเหลียน ศิลปินสตรีชุนชิวบัณฑิตจาก UCLA ผู้เคยจัดนิทรรศการภาพเขียนส่วนตัวหลายครั้งในได้หัววัน

“ฉันมองแต่สิ่งที่ฉันมี ไม่มองสิ่งที่ฉันขาด” ฉันชอบทัศนคติต่อชีวิตแบบนี้ ซึ่งถูกหลักสุขภาพจิตและสบายใจด้วย ความสุขไม่ได้อยู่ที่คุณครอบครองสิ่งใดมากแค่ไหน แต่อยู่ที่คุณมีทัศนคติอย่างไรในการมองสิ่งต่าง ๆ 

**ท่านผู้มีจิตศรัทธา ต้องการร่วมสมทบกองทุนธรรมทาน
 ของชมรมกัลยาณธรรม 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 | สาขาถนนศรีสมุทร | เลขที่ ๓๓๗ - ๒๒๙ - ๖๐๙๒ |
| ๕. ธนาคารกสิกรไทย | สาขาทลาดสมุทรปราการ | เลขที่ ๓๖๐ - ๒ - ๓๗๕๐๑ - ๒ |

Fax รายชื่อผู้บริจาค และไปรษณีย์เงินมาที่ ๐๒-๗๐๒-๗๘๕๓ อนุโมทนาสาธุทุกท่าน

การเจริญ วิปัสสนา

ธรรมะของพระอาจารย์
เบญจสาร ภัทท



วิปัสสนา คือ ความรู้แจ้ง เกิดในจิตที่สงบแล้ว
ถ้าจิตไม่สงบ มันอดยุ่งกับอารมณ์ไม่ได้

เมื่อมันยุ่งกับอารมณ์ ไปถือกรรมสิทธิ์ในอารมณ์
ไปหลงไหลหรือปฏิบัติในอารมณ์
จิตไม่สามารถที่จะเห็นอารมณ์ตามความเป็นจริง
.....วิปัสสนาไม่เกิด

เงื่อนไขสำคัญของวิปัสสนา
จึงอยู่ที่จิตใจที่ตั้งมั่นเป็นสมาธิ

จิตที่แน่วแน่เป็นสมาธิแล้วนั้น จะรู้สึกคล้าย ๆ กับขี้เกียจ
คือ ขี้เกียจที่จะไปยินดีกับมัน ขี้เกียจจะไปยินร้ายกับมัน

และสิ่งต่าง ๆ ที่แต่ก่อนเมื่อมีการกระทบ
ทำให้จิตใจจะตกสะท้าน
ตอนนี้รู้สึกเหมือนกับ “เข้าไม่ถึงเนื้อแท้ของจิต”

คล้ายกับเราอยู่ในบ้าน

ในขณะที่ข้างนอกฝนตกหรือหิมะตก ลมพัดแรง

เราอยู่ในบ้านก็อบอุ่น ไม่หนาว ไม่เปียก

แต่ก็ยังได้ยินเสียงลมอยู่

ยังมองเห็นหิมะกระทบหน้าต่างอยู่

มันอยู่นอกบ้านของเรา เข้ามาไม่ได้

และเมื่อได้ยินเสียงจากลม เห็นหิมะตกข้างนอกบ้าน

ก็ยิ่งรู้สึกอบอุ่นมากยิ่งขึ้น

สำหรับจิตใจที่สงบพอสมควรแล้ว

แต่ไม่ได้เข้าไปอยู่ในห้อง (ในอัปนาสมาธิ)

การสัมผัสกับโลกภายนอกยังมีอยู่ แต่มันมีเสมือนกับไม่มี

มันมี แต่ไม่มีพิษภัย สักแต่ว่า เป็นปรากฏการณ์ธรรมชาติ

เสียงที่เคยกวนใจเรา

เราก็ไม่รู้สึกว่ากวนอีกแล้ว เราก็อยู่เฉย ๆ

แต่ความอยู่เฉย ๆ ของเรานั้น

มันเต็มไปด้วยความรู้ ความตื่น ความเบิกบาน

และเมื่อจิตสงบแล้ว

เราไม่ต้องกำหนดจดจ่อในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

เราสักแต่ว่ารับรู้สิ่งที่มาปรากฏแก่จิต

ซึ่งเราไม่ต้องไปแสวงหา

สิ่งที่จะพิจารณา มันก็เกิดขึ้นเองของมัน

เราเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานเท่านั้น

คอยดูความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ตามอารมณ์

อารมณ์ในที่นี้ก็หมายถึง รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

ในวาระนี้ เราไม่ต้องเลือกอารมณ์

สิ่งใดเกิด เราก็ดูสิ่งนั้น แล้วปล่อยวาง

สักแต่ว่าดู ตามดูความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป

ไม่ได้สงสัย ไม่ได้สำคัญมั่นหมายในเนื้อหา

สวดปาฏิโมกข์ ลดอาชว่ ๑๕๐ ข้อได้ไหม?

บทความของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต)

ปลายเดือน กรกฎาคม ๒๕๕๒ มีพระเถระสายวัดป่า ๒ รูป มาพบเพื่อเล่าถวาย และปรึกษาว่า ได้เกิดปัญหาของพระสงฆ์ เกี่ยวกับพระวินัย ในเรื่องการสวดพระปาฏิโมกข์ มีสาระสำคัญว่า

พระเจ้าอวาสวัตหนึ่ง เกิดความเห็นว่ การที่พระสงฆ์เถรวาททั้งหลาย สวดปาฏิโมกข์ ๒๒๗ นั้น ไม่ถูกต้องพุทธวจน

พระเจ้าอวาสรูปนั้น ถึงกับได้นำพระสงฆ์ในคณะของท่าน สวดพระปาฏิโมกข์เพียง ๑๕๐ ข้อ และได้เผยแพร่ ความคิด ความเห็นนี้ทั่วไป ผ่านสื่อทั้งหลายด้วย

ลักษณะที่ท่านเจ้าอวาสองค้้นตัดออก ๗๗ ข้อ จากปาฏิโมกข์ ๒๒๗ ข้อ ให้เหลือ ๑๕๐ ข้อคือ อนียต ๒ และเสขียวัตร ๗๕

ปัญหาที่ท่านนำมาเล่าถวาย และปรึกษานั้น แยกได้เป็น ๓ ข้อคือ

๑. เจ้าอวาสฐปนั้น ถือปาฏิโมกข์ ๑๕๐ ข้อ โดยยัด พุทธวจน ตามพระไตรปิฎกแปลภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ อย่างเดียว เป็นเกณฑ์ตัดสิน โดยท่านอ้างว่า เพราะเป็นที่ยอมรับของมหาเถรสมาคม

๒. คำแปลพุทธพจน์ที่ท่านอ้าง จากพระไตรปิฎกแปลเป็นภาษาไทยฉบับสยามรัฐนั้น มาจาก ติกนิบาต อังคุตตรนิกาย ซึ่งพระไตรปิฎกแปลฉบับนั้น พิมพ์ไว้ว่า ลิกขาบท ๑๕๐ ถ้วน จากพระไตรปิฎกแปล ที่ท่านเจ้าอวาสฐปนั้นเรียกว่า ฉบับสยามรัฐนั้น คำที่แปลว่า ถ้วน คือ สาทิกัง ซึ่งพระไตรปิฎกแปล ฉบับอื่น ๆ เช่น ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และฉบับของสมาคมบาลีปกรณ์ ประเทศอังกฤษ เป็นต้น แปลว่า ลิกขาบท เกินกว่า ๑๕๐ สาทิกังนั้น แปลว่าอะไรแน่ แปลว่าถ้วน หรือแปลว่า เกินกว่า ๑๕๐ กันแน่

๓. นอกเหนือจากเรื่องพระไตรปิฎกแปลจะใช้เป็นเกณฑ์ตัดสินได้แค่ไหนและคำแปล สาทิกัง ว่าถ้วน หรือว่าเกินกว่า มากกว่า นั้นแล้ว การถือนปาฏิโมกข์ ๒๒๗ ข้อ หรือ ๑๕๐ ข้อ มีหลักพิจารณากว้าง ๆ อย่างไร

คำถามข้อ ๑

เจ้าอวาสฐปนั้น ถือนปาฏิโมกข์ ๑๕๐ ข้อ โดยยัด พุทธวจน ตามพระไตรปิฎกแปลภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ อย่างเดียวเป็นเกณฑ์ตัดสิน โดยท่านอ้างว่า เพราะเป็นที่ยอมรับของมหาเถรสมาคม

คำตอบ

ไม่ได้ มันต้องพระพุทเจ้ายอมรับ คือไม่ต้องพูดถึงว่าใครเป็นผู้ยอมรับ บาลีมันเป็นตัวต้นฉบับ ฉะนั้นเวลาดู ก็ต้องดูต้นฉบับเป็นหลัก

ฉบับแปลมันเป็นของที่ต่อออกมาอีกทีหนึ่ง การที่จะดู มันก็ต้องดูของเดิมว่าต้นฉบับเขาเขียนว่าอย่างไร

แม้แต่หนังสือ ที่มีผู้ประพันธ์ เค้าแต่งเค้าเขียนไว้ แล้วมีแปลไปต่างประเทศ เวลาเราจะดูว่า เจ้าของผู้เขียน เค้าเขียนไว้อย่างไร

มันก็ต้องไปดู ต้นฉบับเดิม ไม่ใช่มาดูฉบับแปล ที่ให้คณะสงฆ์รับรองก็เพื่อให้รู้ว่า ทำได้แค่นี้ ยืนยันแค่นี้ เป็นฉบับที่ยอมว่าเอาหละนะใช้ได้

เพื่อจะได้กันว่า ใครจะไปแปลเรื่อยเปื่อย ก็จะได้รู้ว่า ควรจะใช้ฉบับนี้ก่อนพวกที่ทำทีหลัง อย่างมหาจุฬาฯ หรือที่อื่น เวลาท่านจะทำ ก็ต้องดูฉบับสยามรัฐเหมือนกัน คือใช้สยามรัฐเป็นหลัก ก็จะได้เห็นข้อบกพร่องมา เพราะที่ใช้กันมานาน ก็จะได้แก้ไข ซึ่งก็เป็นเรื่องธรรมดาว่า งานที่ทำทีหลัง ก็ต้องทำอย่างมีหลักมีฐาน ไม่ใช่ทำไปเรื่อยเปื่อย คือใช้ฉบับสยามรัฐเป็นต้นทาง เป็นหลักให้กับฉบับอื่น แต่ฉบับอื่นก็มีโอกาสมากกว่า ที่จะทำให้อดีขึ้น เพราะได้มีเวลา ได้อ่าน ได้ศึกษา และได้เห็นข้อผิดพลาดของฉบับสยามรัฐ มาแล้ว มหาเถรฯ ที่รับรองก็ไม่ได้รับรองในคำแปล เพียงแต่เป็นการยืนยันว่า ใช้เป็นเครื่องมือในการศึกษาพระไตรปิฎก ยอมรับได้โดยทั่วไป แต่ไม่ได้ยืนยัน ในความถูกต้องทั้งหมด ใช้เพียงเพื่อสำหรับศึกษา แต่ไม่ใช่ให้เอาไปยุ่งกับ ฉบับบาลีเดิม เป็นไปไม่ได้ พระไตรปิฎกฉบับบาลีเดิม ต้องเป็นมาตรฐาน

จะเห็นว่ามีแปลผิดเยอะ แต่ก็ต้องเห็นใจท่านผู้แปล ซึ่งก็ต้องแบ่งงานกันไป จากคัมภีร์ใหญ่ ๔๕ เล่ม

อันที่จริงก็เรียกไม่ถูก พระไตรปิฎกแปล ไม่ใช่ฉบับ สยามรัฐ แต่เป็นฉบับที่แปลจากฉบับสยามรัฐอีกทีหนึ่ง ฉบับสยามรัฐ หมายถึงบาลี คือพระไตรปิฎกบาลีฉบับสยามรัฐ....

ฝีมือของผู้แปล ไม่เท่ากัน พระไตรปิฎกแต่ละเล่ม บางองค์แปลละเอียด ประณีต บางองค์ไม่ละเอียด ดังนั้น ถ้าจะถือภาษาไทย เป็นมาตรฐานไม่มีทางได้ เพราะว่ามีพระบาลีเดียวกัน พระสูตรเดียวกัน ปรากฏในหลายแห่ง...

เมื่อมีผู้แปลหลายองค์ โอกาสที่จะตรงกันนั้น แทบเป็นไปไม่ได้ ของบาลีนั้นค่อนข้างแม่นยำ แต่พอแปลเป็นไทยแล้ว ไม่ค่อยจะตรงกัน บางองค์ก็แปลผิด บางองค์ก็แปลถูก บางองค์ก็แปลสำนวนดี บางองค์ก็แปลสำนวนไม่ดีต่างกันไปโดยรวม ๆ แล้ว ก็ยังนับว่า มีที่ผิดอยู่เยอะ

ดังนั้น ปัญหาของฉบับแปลนี้ มีได้เยอะ จึงจะถือเอาพระไตรปิฎกแปลนั้นเป็นหลักเลยซะทีเดียวไม่ได้ ใช้ได้เพียงเป็นคู่มือสำหรับศึกษาเท่านั้น

ไม่ยอมรับบรรณกถา แต่กลับยอมรับ พระไตรปิฎกแปล ซึ่งนับว่าเป็นเรื่อง

แปลก ถ้ายอมรับ พระไตรปิฎกบาลี แต่ไม่ยอมรับ อรรถกถา ยังพอฟังได้...

พระไตรปิฎกบาลีเดิมนั้น ๒๕๐๐ กว่าปีมาแล้ว และจะมีศัพท์บางศัพท์ที่ยากมาก แม้แต่อรรถกถา ยังต้องสันนิษฐาน

อรรถกถานั้น เป็นการแปล บาลี เป็นบาลี และมีอายุเก่าแก่ แล้วระหว่าง อรรถกถาเดิม กับที่พระสงฆ์ไทยมาแปลนั้น อันไหนน่าเชื่อถือมากกว่ากัน พระไตรปิฎกฉบับแปลเป็นไทย ก็ต้องใช้อรรถกถาเพื่ออ้างอิงอยู่ดี เพราะพระไตรปิฎกฉบับบาลีเดิมนั้น พระสงฆ์ไทยอ่านแล้วไม่เข้าใจ เมื่อไม่เข้าใจก็ต้องไปอาศัยอรรถกถา และบางครั้งก็ไปเอาคำในอรรถกถา มาใส่ในพระไตรปิฎกฉบับแปล จนบางครั้งรู้สึกท้อว่าอ่านพระไตรปิฎกแปล เหมือนอ่านอรรถกถา ไม่ยอมรับอรรถกถา แต่ไปยอมรับพระไตรปิฎกฉบับแปลเป็นไทย ซึ่งก็คือแปลมาจากอรรถกถานั้นเอง

คำถามข้อ ๒

คำแปลพุทธพจน์ที่ท่านอ้างอิง จากพระไตรปิฎกแปลเป็นภาษาไทยฉบับสยามรัฐนั้น มาจาก ดิกนิบาต อังคุตตรนิกาย ซึ่งพระไตรปิฎกแปลฉบับนั้น พิมพ์ไว้ว่า ลิกขาบท ๑๕๐ ถ้วน จากพระไตรปิฎกแปล ที่ท่านเจ้าอาวาสรูปนั้นเรียกว่า ฉบับสยามรัฐนั้น คำที่แปลว่า ถ้วน คือ สาทิกัง ซึ่งพระไตรปิฎกแปล ฉบับอื่น ๆ เช่น ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และฉบับของสมาคมบาลีปกรณ์ ประเทศอังกฤษ เป็นต้น แปลว่า ลิกขาบท เกินกว่า ๑๕๐ สาทิกังนั้น แปลว่าอะไรแน่ แปลว่าถ้วน หรือแปลว่า เกินกว่า ๑๕๐ กันแน่

คำตอบ

คำว่า สาทิกัง แปลว่า มีส่วนที่เกิน มาจาก ส + อธิก - ส คือ สห แปลว่า พร้อมด้วย อธิก แปลว่า เกิน (เช่น อธิกมาตร อธิกสูตริน) ก็คือ ๑๕๐ ข้อเป็นหลัก พร้อมด้วยส่วนที่เกิน ก็คือ ๒๒๗ นั้นเอง

คำถามข้อ ๓

นอกเหนือจากเรื่องพระไตรปิฎกแปลจะใช้เป็นเกณฑ์ตัดสินได้แค่ไหน และคำแปล สาทิกัง ว่าถ้วน หรือว่าเกินกว่า มากกว่า นั้นแล้ว การถือปาฏิโมกข์ ๒๒๗ ข้อ หรือ ๑๕๐ ข้อ มีหลักพิจารณากว้าง ๆ อย่างไร

คำตอบ

ต้องพิจารณา ๑) ในแง่เวลา ๒) ในแง่จำนวน ๓) ในแง่ผลดี/ผลเสีย

๑) ในแง่เวลา

พุทธบัญญัตินั้น พระพุทธองค์ทรงบัญญัติไปเรื่อย ๆ แล้วแต่เหตุการณ์ ท่านรู้ใหม่ว่า ที่ตรัสเรื่องว่า ๑๕๐ ข้อนั้น พระพุทธเจ้าตรัสเมื่อไหร่ ท่านรู้ได้อย่างไร เป็นตอนที่พระพุทธเจ้าเลิกบัญญัติเพิ่มแล้ว เพราะหลังจากที่ตรัสเรื่อง ๑๕๐ ข้อนั้น อีก ๑๐-๒๐ ปีผ่านไป พระองค์ไม่ได้ตรัสสิกขาบทเพิ่มเติมเลย อันนี้ ต้องไปหาหลักฐานมายืนยันให้ได้ก่อนว่า หลังจากนั้นพระองค์ไม่ได้บัญญัติสิกขาบทเพิ่มอีก จึงเอาเท่านี้

๒) ในแง่จำนวน

จะรู้ได้อย่างไรว่า สิกขาบทอันไหน อยู่ใน ๑๕๐ ข้อ หรืออันไหนไม่อยู่ เพราะพระพุทธเจ้าบัญญัติสิกขาบทไปเรื่อยตามเหตุการณ์ จะเอาอะไรมาเป็นเกณฑ์ ใครจะตัดสิน

๓) ในแง่ผลดี/ผลเสีย

๗๗ ข้อ ที่จะตัดออก มันไม่ใช่อะไร เสียหายยังไง และถ้าตัดออกไปแล้ว มันดียังไง ต่อการปฏิบัติ ต่อการเจริญภavana ต่อตัวบุคคลนั้น ต่อคณะสงฆ์ ต่อสังคม ดียังไง กับพระพุทธศาสนา แต่ในทางตรงข้าม ถ้าตัดออกไปแล้ว ยิ่งเกิดผลเสีย ก็ จะยิ่งไม่ดีใหญ่

ถ้าเรารักษา ๒๒๗ ข้อไว้ได้ แน่แน่นอนว่า ๑๕๐ ข้อนั้น เราได้แน่ ๆ แต่ถ้าเราเอาแค่ ๑๕๐ ข้อนั้น ไม่แน่ว่า อาจจะถูกตัด ถูกผิด อาจจะถูกตัดอันที่ต้องอยู่ใน ๑๕๐ ออกไปก็ได้ และกลับไปเอาอันที่ไม่ได้อยู่ใน ๑๕๐ เข้ามา

ที่มา : http://www.watnyanaves.net/uploads/File/sounds/buddhism-inside/buddhism-inside_01.mp3

เรียบเรียงจาก เฟซบุ๊ก ของ คุณเกรียงศักดิ์ วิริยะเกรียง

ธรรมะจากพระอาจารย์ บุญทัน รัตนปณฺโณ

(พระวิปัสสนาจารย์ ประจำโพธิ์ปักขิยธรรมสถาน แก่งคอย สระบุรี)

ปฏิบัติธรรมเป็นการปฏิบัติเพื่อลดละ มิใช่เป็นการปฏิบัติที่เพิ่ม
อัตตาตัวตน..

การศึกษาปริยัติ ก็เพื่อเอาไว้นำมาสอนตน มิใช่เอามาเพื่อชมผู้อื่น..

ผู้ปฏิบัติพึงหมั่นฝึกฝนตนเองแล้วบอกกล่าวผู้อื่นโดยมิหวังผลอะไรๆ แม้แต่นิดเดียว..

ความลำบาก ทำให้เราได้เรียนรู้อะไรต่อมิอะไรอีกมากมาย..

เหมือนกันกับการปฏิบัติเราต้องลำบากแล้วลำบากอีกเพื่อความรู้เห็นสิ่งต่างๆ
ของกิเลสตัณหา สร้างความเข้าใจในตัวกิเลสตัณหาเพื่อการวางแห่งกิเลสและตัณหา..

ถ้าเทียบความลำบากแล้ว เรายังสู้พระพุทธองค์และอริยสาวกไม่ได้ ที่ท่าน
ได้วางหลักแห่งธรรมให้เรารู้จักกิเลสตัณหา

อย่าท้อเมื่อต้องแท้..แล้วสิ่งที่เราท้อแท้จะทำให้เราเข้าใจหลักธรรม..

ทุกคนต่างมีความฝันที่ต่างกัน..ในการเข้าไปยึดในรูปนาม..

เมื่อเป็นเช่นนี้ ย่อมยึดในรูปนามแล้วท่องเที่ยวอยู่ในรูปนาม..

แต่เมื่อใดได้ปฏิบัติจนรู้แจ้งในทุกข์ ย่อมไม่มีความฝืนในรูปนาม จิตย่อมมุ่งตรงต่อพระนิพพาน..

เกิดเป็นอะไรก็ทุกข์..มีสิ่งเดียวที่ไม่ทุกข์คือไม่เกิด
เมื่อมีความพอใจในการกำหนดอารมณ์อย่างต่อเนื่องทันปัจจุบัน สติก็ทำงานในการรู้เท่าทันจิต..

สมาธิย่อมตั้งมั่นในชั่วขณะ และประหารกิเลสต้นเหตุที่ละนิด
ปัญญาที่เข้าเห็นตามความเป็นจริง ก็ปรากฏแก่ผู้เฝ้าตามกำหนดรู้กายและใจนั้น
ความทุกข์ที่เราได้เห็นและได้รู้ ทำให้เราไม่มีความต้องการในทุกข์นั้น
แต่ความสุขที่เราได้รู้ ได้เห็น ทำให้เราต้องการในความสุขนั้นๆ
คนเราจึงพากันวิ่งหนีความทุกข์ แสวงหาความสุข ซึ่งจริง ๆ แล้วมันก็ตัวทุกข์
อยู่นั่นเอง

พระพุทธรูปทรงสอนให้เราได้ทำความเข้าใจในทุกข์และสุขหรือเฉย ๆ ว่า
มันไม่ยั่งยืนจริง.

เมื่อจิตเข้าเห็นตามความเป็นจริงได้ การปล่อยและการวางจะเกิดขึ้นแก่เรา

เมื่อใดมีความทุกข์ เมื่อนั้นความสุขกำลังจะมา..

เมื่อใดมีความสุข เมื่อนั้นความทุกข์กำลังจะมา..

ถ้าเรามีสติกำหนดรู้ทุกข์และสุขที่กำลังเกิดในปัจจุบัน

เราจะพบสุขที่นำอัศจรรย์..โดยมีอาจจะบรรยายออกมาได้เลย.. 

ชมรมกัลยาณธรรมไม่มีนโยบายเรียไบบอกบุญใด ๆ ทั้งสิ้น
แล้วแต่ความศรัทธาของท่านสาธุชนทั้งหลายที่จะสนับสนุน
ทั้งนี้ หลักการของเราไม่มีนโยบายสร้างวัดตุหรือทำการบุญอื่นใด
นอกจากการให้ปัญญาทางธรรมซึ่งเป็นทานอันสูงสุด
เราจะช่วยกันมุ่งมั่นในการเผยแผ่ธรรมะอันประเสริฐสุด
เป็นแนวหลังทางธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
ให้พระธรรมอันบริสุทธิ์เป็นแสงประทีปของสรรพสัตว์สืบไป.

ร่วมอนุโมทนาเจ้าภาพงานแสดงธรรม ครั้งที่ ๒๗

(๒๔ พฤศจิกายน ๒๕๕๖)

กราบเรียนท่านผู้มีจิตศรัทธาทุกท่าน ทางชมรมกัลยาณธรรมได้เปลี่ยนแปลงนโยบายการรับบริจาคเงินเพื่อร่วมเป็นเจ้าภาพในเรื่องต่าง ๆ โดยขอเปลี่ยนแปลงการรับบริจาคเป็นวัตถุประสงค์เดียว คือ **“เพื่อนำไปใช้ในกิจกรรมการเผยแผ่ธรรมของชมรม”** จึงขอทุกท่านโปรดทราบและอนุโมทนาบุญร่วมกัน

๑. เจ้าภาพร่วม

- สำนักเสริมศึกษาและบริการสังคม มหาวิทยาลัยอรรถศาสตร์
- อ.วศิน อินทสระ
- อ.ดร.สนอง วรอุไร
- คุณวีระ - คุณธเนศ - คุณชัยสิทธิ์ - คุณมพรพิมล ภัทรวรางกูร และคุณสุกัญญา อัครพงศ์ไพศาล
- คุณแพลีนพิศ นวาระสุจิตรา
- คุณกัญญ์พิมล เลิศจิระประเสริฐ
- คุณอัจฉริยา แสงงาม
- แพทย์หญิงเปรมวดี หิรัญพฤกษ์
- คุณเมทิวา หาญทรงคามิน
- คุณเฉลิมพันธุ์ สัมครพันธุ์
- คุณสมใจ ทองศรี
- ครอบครัวน้องปรวณ กิจสมมารถ
- สมาชิกเลขที่ ๔๘๐๐๔๐๘
- คุณดวงรัตน์ ตีวาทา
- คุณอ๋ปสร ตั้งมโนกุล
- คุณเสนาะ พันธุ์มเสนา
- คุณศิริพรรณ นักร้อง
- คุณผนกาวัลย์ วรรณประเสริฐ
- คุณกมลวรรณ พงศาพิชญ์ และครอบครัว
- คุณประภาศรี วัฒนาธรรมศิริ
- คุณกัญญาพรรัตน์ รุจิเพชร และครอบครัว
- คุณสมศรี ชลกุลจนา
- พ.ต.อ.บุญเสริม - คุณบุพดี ศรีชมภู
- คุณนฤมล หล่อวิวัฒนพงศ์
- คุณลิลลี่ ภัทรโชคชัย
- คุณอรอนงค์ คงไทยเสรีกุล
- คุณแม่หทัย ธาธาทรัพย์
- คุณวรลักษณ์ สุขสมัย
- คุณอัมภินี
- ครอบครัวคุณเทียนชัย ทองเคียน
- คุณสมเอก ชนะภัยวรารณ์
- คุณแม่สมลักษณ์ แซ่ลิ้ม และคุณศุภกร - คุณธนวรรณ - ด.ช.พงศกร นิมิตวานิชกุล
- คุณกุลนิษฐ์ สุทธิปราโมชานนท์
- คุณรัตนา เอื้อจิตร์บำรุง
- คุณธัญพร ภูบั้งบอน
- คุณศรีสง่า เตชะสวัสดิ์ศิวิทย์
- คุณทิพานันท์
- คุณธรรม์ชนิน
- คุณณัฐธการณ และคุณณัฐณะปารีย์ ชีระที่ปต์ธธณ
- คุณคำแก้ว เทพวงศ์
- คุณจิราภรณ์ ตรีวัฒนา
- คุณมาลินี บุญชูใจ
- คุณรานี รวกรมล และครอบครัว
- ทพญ.ลัดดา บุญชูใจ
- คุณวราภรณ์ สุทธิพงษ์ฉวีกุล
- คุณศรีสวรรค์ สุนทรานันท์
- คุณอักษรา ชูติमारพันธุ์
- คุณกาญจนา กัมพลมฤฑู, คุณสมศรี ลาตา และ คุณสุภาณี บุรพ์ภาค
- คุณเพิ่มพงศ์ ธนพิพัฒน์สังจา และครอบครัว
- พ.ญ.จามรี จุลศิริวงศ์
- ท.พ.ญ.เปรมฤดี ปฐมกสิกุล
- อ.ดร.ประไพศรี สุทัศน์ ณ อยุธยา
- อ.สมพร ปานยินดี
- คุณปริตดา ปราการวิวัฒน์
- คุณสุภาภรณ์ ตั้งวิเศษชน
- คุณวันทนีเย เภาวิริยศิริพงศ์
- คุณสยามพร รัตนดิกล ฌ ภูเก็ท

- คุณธีรพล เป่าจิ้น และครอบครัว
- คุณณรงค์ฤทธิ์ - คุณรัชดา - ดช.นวพรรณ
อุปถัมภ์
- คุณกรรทอง ศรีพฤทธิเกียรติ
- คุณวรนุช สุภาพ
- คุณเดือนเพ็ญ
- คุณปวีศา แก่นดี
- คุณเบญจวรรณ ปริญากร
- ครอบครัวนิลวรรณจะณกุล
- คุณอภิชัย ทิวะประภากร
- คุณปรางศิริ
- รพ.เกษมราษฎร์เชียงใหม่
- คุณสุชาวลัญช์ ไชยบุญเรือง
- คุณปฐมสถาพร ภิญโญ
- คุณฉันทนา เสาร์ฤกษ์
- คุณสุวี เทียงทัศน์ อุทิศให้คุณพ่อสุวรรณ
เทียงทัศน์
- คุณดุสิต สิริวัฒน์
- คุณเคิมหันต์ ตันตยานนท์กุล
- คุณแม่ธิ วงษ์ประดิษฐ์
- คุณยุพิน จากสโลวาเนีย
- คุณสุธาร์ตน์ ชั้นวางสี่ระยอง
- คุณสมใจทิพย์ ชัยเชษฐา
- คุณเมธินุช ทรงแสงธรรม
- รศ.ดร.สาลี สุภาภรณ์
- คุณไพศาล กิตติเรืองผล
- คณะวิศวกรรมศาสตร์ ม.ศิลปากร
- คุณพิสิษฐ์ ชัยชนะอนันต์ และแม่ย่านางรถ
ทุกคัน
- อ.ลำเนียง ณ ตะกั่วทุ่ง
- ผู้ใหญ่ ทับทิม แสงงาม
- Donald & Sawitta Carette
- คุณสุภา สิวฤทธิพงศ์
- คุณลิลดา อินทรโสทรพันธ์
- คุณเอกบุญ ปลั่งศิริ
- คุณยุวดี อังศรีวงษ์
- คุณสุภารัตน์ วงจินดา
- คุณสมเกียรติ ปิยะเวทานนท์
- คุณกนกนันท์ ชวนสนธิ์
- คุณสุวันดี นกพุ่ม
- คุณพีระชัย ไชยช่วย
- คุณฉัญฉวีวรรณ
- พญ.รติมา ลีวิบูลย์รัตน์
- คุณมารศรี วิสิทธิกาศ
- คุณกัลยา บุญสนอง
- คุณจันทิมา สกลภักดิ์
- คุณจำรัสลักษณ์ ขวัญนวล
- คุณเวทกา สุขแสนไกรสร
- คุณศรีลลนา แดงทองดี
- คุณรังสิมา คงเพ็ง
- คุณยุวดี อังศรีวงศ์
- คุณสวัสดิ์ อมรสิทธิ์
- อ.จินดา มาสมบุญดี
- คุณสุนันทา ลีเลิศพันธุ์
- คุณอนิวรรณ และ คุณวรรณทนา ลีลาภัทร์
- คุณวิทยา และ คุณดารณี ลีลาภัทร์
- คุณธนา อติพัฒนานนท์
- คุณพีรนุช พุฒตาล
- คุณเสาวนีย์ เกียรติสิงห์นคร และครอบครัว
- คุณกัญญา นพศรี
- คุณวีระยุทธ งามสม และครอบครัว
- คุณเพชรรัตน์ วรเดชพล และครอบครัว
- คุณผ่าน และ คุณวรรณทอง กันต๊ะกวาง
- คุณกนกพร เบเกอ์
- คุณพรศรี
- คุณแก้ว อวระภาค
- คุณนราวุฒิ บรรเจิดจิตต์
- ครอบครัวค่ายแสง
- คุณพิสิษฐ์ - คุณทัศนีย์ - คุณดลพร - คุณ
ภูษิสต์ พัฒนาโกคากุล
- ครอบครัวสุวรรณทศ - ศรีประพันธ์
- คุณวิทยา หวังกิตติกาล
- คุณศุภมาศ เพ็ญภัทรนกุล
- คุณจิรพร โรจนขจร
- คุณแคร์ชูลิทธิ ต้นทอง
- คุณฮั้งเซ็ง แซ่ตั้ง
- คุณรุ่งฟ้า อุดมวงศ์
- คณะคุณวรรณมา คงสวัสดิ์คักดิ์
- คุณกัญฉัตร - คุณสกันต์ญาณ์ ดวงแก้ว
พิบูลย์

- คุณสุรภาวร วิจิตรวรรณกุล และ บริษัท น.เจริญกิจการ (๒๕๕๖)
- คุณสุรเดช - คุณมณฑุส เตชะศรีสุโข
- คุณสรุรงค์ เตชะศรีสุโข
- คุณสมลรัตน์ เตชะศรีสุโข
- คุณชวน ต้นติวารังกูร
- คุณชาญชัย - คุณเบญจมาศ เกียรติไกรกังวล
- คุณพรชัย - คุณสุภัตรา - คุณคณิน - คุณคณิตศรีประเสริฐ
- รศ.วรรณพร วณิชชาบุตร
- รศ.เกลิยวพันธ์ ขจรผดุงกิตติ
- ดร.เยาวภา - คุณแรรลีนาลิค
- คุณวราวุธ - คุณเสริมสุข กาญจนศักดิ์
- M.อโต้ และครอบครัวลิมปนิธานนท์
- คุณสิทธิเดช - คุณลักขณา ชวนะเวศน์
- หจก.อาอาพาณิชย์
- ครอบครัวคงสวัสดิ์ศักดิ์ - ตรรกาวณิช
- คุณบัณฑิตเกียรติ จิตรไคร์ครวญ
- คุณเสศราญ เตโสภาพงษ์ และครอบครัว
- คุณจิวิพันธ์ เหลืองกาญจนา
- คุณพชร ตูลยชัย
- คุณกอบกุล เจริญพงษ์พันธ์
- น้อง ๆ นศ.มศว.องครักษ์
- คุณแคทลียา ฝั่งอุดม
- คุณพวงทิพย์ หวังหลี
- คุณเรวัต-วัลยา แสงนิล
- แม่ศรีประยงค์
- คุณจิตาภา เศรษฐวิจารณ์ และคุณณกานต์ ไหมใจดี
- คุณโชคชัย - วิลาวัลย์ อิงค์ชัยกุลรัตน์ และครอบครัว
- คุณรังสิต-คุณอัญชานา อุดมผล
- คุณจินดารัตน์ คุณทวีลาภ
- คุณรชต ซอบธรรมสกุล และคุณแฉอริณณ์ นันท์พูลทรัพย์
- นางกวีศรี สถานดี (คุณแม่) และนางสาวจตุพร ทองปลาต (มีว)
- คุณปริศนา ปรากฏการวิวัฒน์
- คุณวราภรณ์ ตันฤดี

- คุณมานี รังสิโรภาส
- คุณนิตติ เศวตศิณีวัลย์
- คุณนิตยา มุสิกติกุล
- ครอบครัวสุวรรณกิตติ
- คุณปภาวรินทร์ นวลยงค์
- คุณชญาณิศวรรี วิจารณ์นิธิพัชร
- ครอบครัวดีรุ่งโรจน์
- และผู้ไม่ประสงค์ออกนามอีกหลายท่าน

๒. คณะศิษย์กัลยาณธรรมจากอเมริกา

- คุณแพม คู
- คุณอินทิวา สิทธิสรเดช
- ชมรมกัลยาณธรรม
- เตือน
- ต้อม สุภาภรณ์
- นุช
- คุณปุย
- บุศราภรณ์ เอี่ยมมานนท์
- พี่หว่า ผ่องพรรณ
- อ้อย พีแพร
- คุณรุ่งตะวัน แมกเนส และคุณพอเสวี ทรัพย์รัตน์
- คุณฝั่ง กนิษฐา
- คุณตุ๊ก วิลลิส
- คุณฟังก์ ครันย์
- คุณอมรา จันทร์ศิริรัตน์
- คุณบอล กิติภูมิ
- คุณสุภาภรณ์ พันธุ์พฤษ์
- คุณกึ่ง ปรียานุช
- คุณแต้ว สุวรรณ
- แตน-กาน
- ไก่ สมศรี

๓. เจ้าภาพค่าสถานที่จัดงาน

- ขอบพระคุณ **ดร.สาธิต พุทธิชัยยงค์** ท่านอธิการบดีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ที่กรุณาให้ใช้หอประชุม มทร.กรุงเทพ บพิตรพิมุข มหาเมฆ และบริเวณใกล้เคียงเป็นสถานที่จัดงาน รวมทั้งยังช่วยเรื่องการถ่ายทอดสดผ่านทางระบบอินเทอร์เน็ตตลอดงาน

- ขอขอบพระคุณสำนักเสริมศึกษาและบริการสังคม ม.ธรรมศาสตร์ โดยท่านผู้อำนวยการ ศ.ชุมพจน์ อดาทaylor ให้เกียรติมาเป็นผู้กล่าวรายงาน และร่วมสมทบทุนออกโรงทานอาหารแก่ผู้พึ่งพิงธรรม จำนวน ๕,๐๐๐ บาท

๔. เจ้าภาพเดินทัพผ้าใบ

- กราบอนุโมทนาบุญ พระไพศาลผ้าใบ โดยคุณปภกรณ์ ชินพงษ์สุวรรณ ที่ให้ความอนุเคราะห์เดินทัพผ้าใบ แก่งานแสดงธรรมของชมรมกัลยาณธรรม มาโดยตลอด ให้บริการติดตั้งเดินทัพจำนวน ๒๐ กว่าหลัง โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น

๕. รถขยะจำนวน ๑ คัน และระบบจัดเก็บขยะ

- กราบอนุโมทนาท่านผอ.เขตสาทร คุณพรทิพางามญาณ อนุเคราะห์ทำล้างเจ้าหน้าที่สำนักงานเขตสาทร มาให้บริการรถขยะและถังใส่ขยะ

๖. รถบรรทุกอาสาขนของธรรมทาน

- หจก.สทรู้งกิจโลหะ โดยคุณวีระ ภัทรวางกูร และคุณสุกัญญา อัครพงษ์ไพศาล และบุตรธิดาทุกคน อนุเคราะห์รถบรรทุกหกล้อ ๒ คัน และช่วยเก็บรักษา-ขนส่งแ่งกัน ๑๔๐ แฝง และพัคลม ๔๐ ตัวของชมรม
- บริษัท ชุมทองอุตสาหกรรมการพิมพ์ จำกัด อนุเคราะห์พนักงานมาช่วยจัดสถานที่ ๕ คน
- บริษัท เค.ที.พีเซอร์วิส จำกัด ให้ความอนุเคราะห์รถบรรทุก ๖ ล้อ ๒ คัน
- บริษัท แสงเจริญพัฒนาอินเทอร์เน็ตไร้สาย จำกัด โดยคุณสันติ - คุณอิสระ - คุณสุชาติ ศิริวงศ์วัฒนา อนุเคราะห์รถบรรทุก ๖ ล้อ ๑ คัน และรถบรรทุก ๔ ล้อใหญ่อีก ๑ คัน พร้อมทีมงาน ๖ คน
- บริษัท ชงโควิศวกรรม จำกัด โดยคุณคณาภรณ์ รุจาธนันท์ พร้อมทีมงานช่างระบบไฟฟ้าและอิเล็กทรอนิกส์
- บริษัท วี.ที.การ์เม้นท์ จำกัด ช่วยดูแลบริการขนส่งอุปกรณ์จัดดอกไม้และอาหารโรงทาน

- คุณแม่ฉวีพรรณ กุฑทอง อนุเคราะห์รถสองแถว ๒ คัน พร้อมลูกหลานญาติมิตร
- คุณสันติ สิมมา เอื้อเฟื้อรถบรรทุก ๖ ล้อ ๑ คัน
- ขอกราบขอบพระคุณทุกน้ำใจของท่าน กราบขอภัยหากเอ่ยนามไม่ครบถ้วน

๗. พยาบาลอาสาสมัครจากโรงพยาบาลสมุทรปราการ กราบขอบพระคุณนายแพทย์สัมพันธ์ คมฤทธิ ท่านผู้อำนวยการโรงพยาบาลสมุทรปราการ ที่อนุมัติพยาบาลอาสาดูแลตรวจสุขภาพในเบื้องต้นและดูแลความเจ็บป่วยฉุกเฉินแก่ทีมงานและผู้เข้าพึ่งพิงธรรม

รายนามพยาบาลอาสาสมัครดังนี้

๑. คุณประไพศรี วัฒนาศรมศิริ
๒. คุณอรุณ ไยศิริ
๓. คุณสมร อรัญ
๔. คุณวันเพ็ญ เพชรรักษ์
๕. คุณชุตินา จุลกะเศียน
๖. คุณศิริพรรณ นักร้อง
๗. คุณรำไพ รุ่งรัตนอุบล
๘. คุณสุนันหา ต้นทะสุวรรณ
๙. คุณพิบูล จันท์เจริญกิจ
๑๐. คุณสุกานดา สุจิตธรรมคุณ

๘. ของใส่วารสารชมรมและถุงขยะและถุงหิ้ว

- กราบอนุโมทนาบุญ บริษัท ภัณฑ์ดีพลาสติก จำกัด โดยคุณปราโมทย์ นาคทัศน์พล บริจาคถุงขยะย่อยสลายง่ายสีดำและสีเขียว และของใส่วารสารส่งถึงสมาชิกชมรมกัลยาณธรรม
- กราบขอบคุณ บริษัท อมรินทร์พรีนติ้งแอนด์พับลิชซิง จำกัด (มหาชน) บริจาคถุงร้านนายอินทร์ เพื่อใส่ชุดธรรมทาน ๕,๐๐๐ ใบ

๙. ออกแบบโฆษณา-ประชาสัมพันธ์

- คุณสุวดี ผ่องโลภา
- คุณสมชัย วิริยลังกานนท์
- คุณสุมลชา ประจงวงเนตร

๑๐. ติดตั้งระบบปลั๊กไฟแนวริมรั้ว ๒ ข้าง และ โต้ะสแตนเลส ๖๐ ตัว

- อนุโมทนาคุณเอกชัย ตีรุ่งโรจน์ และเพื่อน ๆ ร่วมกับ ทีมช่างโควิศวกรรม ออกแบบและติดตั้งปลั๊กไฟ บริเวณแนวรั้ว ๒ ข้าง เพื่อใช้ใน งานบรรยายธรรมและกิจกรรมของ มทร.
- อนุโมทนาทุกท่านที่ร่วมบริจาคปัจจัยเพื่อซื้อ โต้ะสแตนเลส จำนวน ๖๐ ตัว เพื่อใช้ใน งานแสดงธรรมและบริจาคให้เป็นสมบัติของ มทร.กรุงเทพ ทั้งยังมีปัจจัยเหลืออาติดตั้งปลั๊กไฟแนวรั้ว ๒ ข้าง

๑๑. ร้านสังฆทานและสินค้าโปรโมชัน

- อนุโมทนา บจก.ธรรมสินสังฆภัณฑ์ บริจาค ผ้าไตร, บาตร, อาสนะ จำนวนมาก
- อนุโมทนาคุณสมนึก ชายญด้วยศึก บริจาค เลือกกให้ร้านสังฆทาน มูลค่า ๕,๐๐๐ บาท
- อนุโมทนาคุณสุภา ริวเหลือง บริจาคไขไก่ ๑,๐๐๐ ฟอง เพื่อจำหน่าย
- อนุโมทนา อ. ประภาศิริ วงศ์ชื่น บริจาคผ้าคลุมไหล่ เพื่อจำหน่าย
- อนุโมทนา คุณอัชลิ เวชยันต์ศฤงคาร บริจาค หนังสือธรรมะ พจก. ว. วชิรเมธี ๑๐๐ เล่ม เพื่อจำหน่าย

๑๒. โรงทานกัลยาณธรรม

อาหารที่ทีมงานวันจัดธรรมทาน และเช้าวันเสาร์

- คุณสุชาติ แท้เที่ยงเจริญ
- อาจารย์จันทรา ทองเคียน และครอบครัว
- คุณรัตนา เมธาพิรุષaikและญาติมิตร

อาหารกลางวันและอาหารเย็นของทีมงานในวันเสาร์และเย็นวันอาทิตย์ช่วงเก็บงาน

- ภัตตาคารบุญคุณดาว จาก บริษัทสตาร์ครอป โปรเทคชั่น จำกัดจ.พระนครศรีอยุธยา

อาหารเช้า, ของหวาน และเครื่องดื่มผู้ฟังธรรม และทีมงาน

- ภัตตาคารบุญ โดย คุณธีรพล เป่าจีน (ดาว) และคณะ
- คุณพ่อวัชร-คุณแม่ทองสุก โลทาภิรักษ์พงศ์ พร้อมลูกหลานและคณะ

- คุณสมศรี และเพื่อน ๆ
- คุณทิวาพร หลวงบำรุง
- คุณหม่อวุฒิชัย และคณะ (โรงเรียนหม่อวุฒิชัย)
- คุณชัชพิศิต ชาญสมร และ คุณสุวีร์ เทียงทัศน์
- กลุ่มเสียบัญญ
- คุณวีระภัทร์และเพื่อน ๆ
- บจก. อีพีเอส ไอที เซอร์วิส โดย คุณเพชร มูลอ้อม
- ครอบครัวตีรุ่งโรจน์

อาหารกลางวัน, ของหวาน และเครื่องดื่มผู้ฟังธรรมและทีมงาน

- ภัตตาคารบุญคุณดาว โดย คุณธีรพล เป่าจีน (ดาว) และคณะ
- ครอบครัวสมุทรรัตนกุล และญาติมิตร
- หจก. วี.ที. การ์เม้นท์
- ก๋วยเตี๋ยวมหาหมวด
- ร้านบ้านใบพลู ช.สวนพลู
- บจก.ดอกบัวคู่ โดย ดร.สุนันทา สีเลิศพันธ์ุ และครอบครัว
- เสี่ยหลี คอนเวนต
- กลุ่มจิตศรัทธาณัษธรรม
- โรงเรียนคุณหม่อวุฒิชัย (บุญณ) และคณะ
- คุณยุวนันท์
- คุณธนวัฒน์ รังสิยเวดิน
- คุณสุนันทา มงคลกิจเจริญ และคณะ
- สาธุประดิษฐ์การบัญชีและเพื่อน ๆ
- คุณวิมล วาณิชาวรรณท์
- บจก. อีพีเอส ไอที เซอร์วิส โดย คุณเพชร มูลอ้อม
- คุณพัชราภ. สยามเฟิร์ส
- คุณสุภมาส วิชัยวงษ์ และครอบครัว
- คุณกันยา
- กลุ่มธรรมะจัดสรร
- ร.ต.อ.เพ็ชร ยิ่งดำรง
- กลุ่มพลังบุญ โดย ต.ต.ศักรนันท์ ฟูนทองทิพย์
- ครอบครัวตีรุ่งโรจน์
- กลุ่มเพื่อนอัสสัมชัญหวาน ๆ
- คุณศิริพร พุทธระกุล และครอบครัว
- คุณวิชา เวทริงสิการ และคณะ
- คุณเม้งลิ้งเอ็ง แซ่เต้-โจ้ว และลูกหลาน

เจ้าภาพน้ำดื่ม, น้ำแข็งและน้ำล้างต้มกาแฟ

- ครอบครัวยุคสวัสดิ์ศักดิ์กตัญญู-ตรกรวณนิช และ คุณลลิตาเดชะ - คุณลักขณา ชวนะเวศน์ บริจาค น้ำดื่มน้ำทิพย์ขนาด ๖๐๐ ซีซี จำนวน ๔๘๐ ขวด สำหรับทีมงานในวันเสาร์
- ครอบครัวยุคสุวรรณกิตติ บริจาค น้ำดื่มตราสิงห์ ขวดละ ๖ ลิตร จำนวน ๑๐๐ ขวด เจ้าภาพใช้ไป สำหรับทำอาหารในภัตตาคารบุญคุณดาว
- คุณพ่อวัชร-คุณแม่ทองสุข โลหการักษ์พงศ์ และญาติมิตร บริจาค ๕,๐๐๐ ฟอง เจ้าภาพ ภาชนะสำหรับใส่อาหาร
- บจก. อีสเทิร์นโพลีแพ็ค บริจาคจานพลาสติก ๕,๐๐๐ ใบ, ชามพลาสติก ๘,๘๐๐ ใบ ถ้วยน้ำ ๒๐,๐๐๐ ใบ และถ้วยกาแฟพลาสติก ๓,๐๐๐ ใบ

๑๓. กราบอนุโมทนาบุญอาสาสมัครและธรรมบริการ ทุกท่าน

- เพื่อน ๆ น้อง ๆ บมจ. SCG นำโดยคุณ ณรงค์ฤทธิ์ อุปลัมภ์
- ทีมช่างไฟและพนักงานจาก บจก. ชงโค วิศวกรรม นำโดย คุณภาคกรณ์ รุจาชนันท์
- บจก. วีทีการเส้นไหม นำโดยคุณพ่อวัชร-คุณแม่ทองสุข โลหการักษ์พงศ์ และลูกหลานญาติมิตร
- นักศึกษา มศว. องค์กรรักษาวิชาชีพวิทยาศาสตร์ การกีฬา นำโดย รศ. ดร. สาสี สุภาภรณ์
- ทีม ม.สยาม นำโดย อ. บุญจวรรณ บวรกุลภา และ อ. สมพร ปานยืนดี
- บจก. สตาร์ครีโอโปรดักชั่น นำโดยคุณธีรพล เปาจีน พร้อมครอบครัว และพนักงาน
- บจก. ชุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ โดย คุณพ่อไพบุลย์ พิทยธนากุล
- ด.ต. อาทิตย์ วัฒนเป็ฤดา พร้อมคณะตำรวจอาสา และวินมอเตอร์ไซด์จักรยานนา บางโพธิ์พาง สาทร
- ขอขอบคุณผู้อำนวยการเขตสาทร อำนวยการ ความสะดวกเรื่องจัดเก็บขยะในงาน
- คุณวิชัย โพธิ์นทีไท และญาติมิตร
- คุณแม่ฉวีพรรณ ภูทอง และลูกหลานบริวาร ญาติมิตร

- น้อง ๆ นักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนน กรุงเทพมหานคร นำโดย ดร. วรัญญา แสงพิทักษ์
- พี่น้องจิตอาสาทุกท่าน ที่มาร่วมด้วยช่วยกัน สร้างสรรค์ความดีโดยมิได้เหน็ดหาย

กราบขอพระคุณและกราบอนุโมทนาบุญทุกท่าน ทั้งที่ไม่อาจเอ่ยนามได้ทั้งหมดที่ได้ร่วมเสียสละมาเป็นธรรมบริการทำหน้าที่บุตรของพระพุทธะของน้อม กราบขอพระคุณและระลึกในคุณงามความดีของทุกท่านตลอดไป

๑๔. กราบขอพระคุณทีมงานประชาสัมพันธ์

นำโดย อ.มนตรี จตุรภัทร และรายการส่องโลก ส่องธรรม ออกอากาศทางสถานีวิทยุ AM ๙๔๕ khz ทุกวันเสาร์ เวลา ๐๕.๓๕-๐๖.๓๐น. และทุกวันเสาร์ - อาทิตย์ เวลา ๒๓.๐๐-๒๔.๐๐น. (ตอนหนึ่งดออกอากาศแล้ว)

๑๕. กราบขอพระคุณแนวหลังทางธรรมที่อุทิศพื้นที่ให้เป็นฐานธรรมทานของชมรมกัลยาณธรรม

- สำนักงานและร้านหนังสือชมรมฯ คลินิกอัจฉรา ทันตแพทย์ ปากน้ำ สมุทรปราการ
- สาขา ๒ บจก. บางกอกเอนเนอร์จี้เอกซ์เพรส โดยคุณชัยสิทธิ์ และคุณธนวรรณ เอกสิทธิ์พงษ์
- สาขา ๓ อยู่ตึกพาร์ทเมนท์ ซอยลาซาล สุขุมวิท บางนา กรุงเทพฯ
- สาขา ๔ สาขาบางลิ้นจี่ ตั้งอยู่ที่ เลขที่ ๘๘/๔๑ โครงการที่ทีเอ็น อเวนิว ถนนนางลิ้นจี่ ซอยนนทบุรี ยานนาวา กรุงเทพฯ

๑๕. อนุโมทนาศิลปินกตัญญู รณเร็น ประพันธ์ บทเพลงในนามชมรมกัลยาณธรรม มอบให้ มทร. กรุงเทพฯ ๒ เพลง

- ได้แก่ เพลง เขียว..สู่แผ่นดินธรรม คำร้อง - ทำนอง กตัญญู รณเร็น ดนตรี เอกลักษณ์ หน่อคำ ขับร้อง กิตติมา พูลวงษ์ จังหะ สโลว์ โซล
- และ เพลง ธรรมะราชฆงคกรุงเทพ คำร้อง - ทำนอง - ดนตรี - ขับร้อง กตัญญู (ปิยะ) รณเร็น จังหะ สโลว์ โซล

บันทึกเสียง อ.ถาวร จุลตามระ (Piano...พูด)
(บทพูดโดย อ.มนตรี จตุรภัทร)

รวมอนุโมทนาธรรมทานในงานแสดงธรรม ครั้งที่ ๒๗

๑. หนังสือของฝากจากพระมหาเหล็กของ
พระอาจารย์มหาเหล็ก จันทลีโล
๒. หนังสือชีวิตสมดุลของ พระอาจารย์ไพศาล
วิสาโล
๓. หนังสือความดีและอานาภาพของความดี
ของ อ.วคิน อินทสระ
๔. หนังสือเด็กหญิงพิมพ์ดี ของ นพ.วาจินต์
บุญยกฤต
๕. หนังสือสิ่งที่ควรอธิษฐานของ อ.สุภีร์ ทุมทอง
๖. หนังสือธรรมชาติกับชีวิต ของ อ.วคิน อินทสระ
๗. หนังสือคุณของพระรัตนตรัยและการเข้าถึง
ของ อ.วคิน อินทสระ
๘. หนังสือสนทนาธรรมกับ อ.วคิน อินทสระ
๙. หนังสือกองทัพทั้งสิบแห่งมาร ของ พระ
กัมมัญฐานาจริยะ อู บัณฑิตาภิวงษ์
๑๐. หนังสืออานาปานสติของ อ.สุภีร์ ทุมทอง
๑๑. หนังสือสนทนาภาษาธรรม เล่ม ๒๕ ของ
ดร.สนอง วรอุไร
๑๒. หนังสือธรรมะทวนกระแส ของพระอาจารย์
ไพศาล วิสาโล อภินันท์นาการจาก บ.อมรินทร์
พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน)
๑๓. หนังสือเตือนจิตสะกิดใจ ของ พระอาจารย์
สุรศักดิ์ เขมรังสี
๑๔. หนังสือความสุขจากการไม่เห็นแก่ตัว ของ
อ.วคิน อินทสระ
๑๕. mp3 รวมพระธรรมเทศนา ของ หลวงพ่อ
เย็น ชันตีพโล
๑๖. mp3 รวมพระธรรมเทศนา ของ หลวงพ่อ
วิชัย เขมิโย (เจ้าภาพคือ ครอบครัวคุณวิชัย
โพธิ์นทีไท)
๑๗. mp3 รวมพระธรรมเทศนาของ พระอาจารย์
มหาเหล็ก จันทลีโล (เจ้าภาพคือ คุณเอกชัย
ดีรุ่งโรจน์)
๑๘. mp3 รวมธรรมบรรยาย ของ อ.กำพล
ทองบุญน่อม (คุณปิ่นธรรม แทนคุณ ร่วม
เป็นเจ้าภาพ)

๑๙. mp3 รวมพระธรรมเทศนา ของ หลวงพ่อ
พุทธ ฐานิโย
๒๐. mp3 รวมธรรมบรรยาย ของ อ.สุภีร์ ทุมทอง
๒๑. vcd รวมบรรยายกาศงานแสดงธรรม ของ
ชมรมกัลยาณธรรม
๒๒. mp3 เรื่องงานยุ่งทั้งวัน จะปฏิบัติธรรมได้
อย่างไร ของ อ. ธีรยุทธ เวชเจริญยง (ท่าน
บริจาครมา)

เมฆกัลยาณธรรม ครั้งที่ ๒๗ (๒๔ พ.ย. ๕๖)

มือเช้า

ข้าวต้มปลาพะพง	๑,๕๐๐	ข้าม
ข้าวผัดไข่หมูสัริริติ + ไข่ดาว	๑,๕๐๐	จาน
โจ๊กเจ	๒,๐๐๐	ข้าม
ข้าวต้มมัด / ขนมกล้วย / กล้วยน้ำว้า		

	๑,๐๐๐	ชุด
ขนมซีฟ่อนปูกะเอย	๕๐๐	ชิ้น
โรตีสานม	๕๐๐	จาน
กะหรี่ปั๊พ	๑,๐๐๐	ชิ้น
ขนมปัง	๕๐๐	ชิ้น
กาแฟ ชา	๓,๐๐๐	ซอง
โอวัลติน	๒,๐๐๐	ซอง

ซูบเจ	๘๐๐	ซอง
น้ำสมุนไพรร	๕๐๐	ถ้วย
น้ำปานะ (ข้าวโพด)	๑,๐๐๐	ถ้วย

มือกลางวัน (ในสนาม)

ข้าวผัดกระเพราไก่ + ไข่ดาว	๑,๐๐๐	จาน
ข้าวไข่เจียว	๕๐๐	จาน
ลาบไก่	๕๐๐	จาน
ผัดซีอิ้ว	๕๐๐	จาน
ก๋วยเตี๋ยวลอด	๓๐๐	จาน
ผัดหมี่ข้าว (เจ)	๑๐๐	จาน
ต้มจับฉ่าย (เจ)	๑๐๐	จาน
แกงเขียวหวาน (เจ)	๑๐๐	จาน
ลูกชิ้นปลาระเบิด	๕๐	กก.
เกี่ยมอี่น้ำแดง	๓๐๐	ข้าม
ข้าวขาหมู	๔๐๐	จาน
ก๋วยเตี๋ยวลอดทรงเครื่อง	๔๐๐	ข้าม
กระเพาะปลาหน้าแดง	๕๐๐	ข้าม

กล้วยเตี้ยลูกขึ้นน้ำใส	๑,๐๐๐	ชาม
ไก่ทอดโร้น้ำจิ้ม	๓๐๐	จาน
กะทรีพิพ	๕๐๐	ชิ้น
เค้กกล้วยหอม	๓๐๐	ชิ้น
เต้าหู้นมสด	๕๐๐	ถ้วย
ขนมใส่ไส้	๕๐๐	ท่อน
ขนมปัง	๕๐๐	ชิ้น
ลอดช่องน้ำกะทิ	๑,๐๐๐	ถ้วย
น้ำแข็งใส	๕๐๐	ถ้วย
กล้วยทอด / มันทอด	๑,๐๐๐	จาน
ขนมหวานไทย ๆ	๑,๐๐๐	ถ้วย
ขนมหวานไทย ๆ	๕๐๐	ถ้วย
น้ำสมนุโพร	๓,๐๐๐	ถ้วย
น้ำผึ้ง-มะนาว	๓๐๐	ถ้วย
น้ำหวาน / น้ำชา / คูกี้	๑,๐๐๐	ชุด
น้ำชา / กาแฟ	๓,๐๐๐	ถ้วย
มื้อกลางวัน (โรงอาหาร)		
ขนมจีนน้ำยา - น้ำพริก - แกงโตปลา	๓๐๐	จาน
ขนมจีนน้ำยา - แกงเขียวหวานมันฝรั่ง	๒๐	กก.
ข้าวหมูแดง	๖๐๐	จาน
เปาะเปี๊ยะทอด	๒๒๐	จาน
กระเพาะปลาน้ำแดง	๓๐๐	ชาม
ลูกชิ้นหนึ่ง	๔๐	กก.
ชาวมั้หมู	๑,๐๐๐	ถ้วย
ลอดช่อง	๒๐๐	ถ้วย

**ชมรมกัลยาณธรรมขอนอบน้อมกราบขอพระคุณ
ทุก ๆ แรงแยกแรงใจแรงศรัทธาที่มีต่องานกิจกรรม
เผยแพร่ศาสนาอย่างต่อเนื่องของพวกเราทุกคน
ด้วยแรงสันทันสนุนและกำลังใจจากทุกท่านที่ถักทอ
สานต่อกันไม่เคยเสื่อมคลายชมรมกัลยาณธรรมจึง
ยังยืนหยัดอยู่ได้และดำเนินกิจกรรมอันนำประโยชน์
และสันติสุขมาสู่สังคมอย่างต่อเนื่องเสมอมา**

ขอนอบน้อมบูชาพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุก
พระองค์

ขอนอบน้อมบูชาพระธรรมอันเป็นที่พึ่งทุก
กาลสมัย

ขอนอบน้อมบูชาพระสงฆ์สาวกผู้ปฏิบัติดี
ปฏิบัติชอบ

ขอนอบน้อมเกล้าน้อมกระหม่อมถวายมหา
กุศลมหาทานนี้ แด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่
หัวและพระบรมวงศานุวงศ์

ขอจงทรงพระเจริญ มีพระชนมายุยืนนาน
ขออุทิศบุญกุศลจากมหาทานนี้แก่พ่อแม่
ครูบาอาจารย์และวิญญูณแห่งบรรพชนเจ้าที่เจ้า
ทางสัมภเวสีทั้งหลายที่อยู่บริเวณสถานที่แห่งนี้และ
ในทุกภพภูมิ ขออุทิศบุญกุศลแด่ทุกท่านที่มีส่วนร่วม
ในงานครั้งนี้

บัดนี้ทุกท่านได้ร่วมกันสร้างมหาทานมหา
กุศลอันยิ่งใหญ่คือ การให้ธรรมะเป็นทานซึ่งเป็น
ทานที่มีอันสูงส่งที่สุดเหนือการให้ทั้งปวง ขอให้ทุก
ท่านตั้งเจตนาทั้งสามให้เป็นมหากุศลจิตตลอดไป

๑. ปุพฺพเจตนา (เจตนาก่อนจะให้)

๒. ปุญฺจเจตนา (เจตนาขณะให้)

๓. อปรเจตนา (เจตนาหลังจากให้แล้ว)

สามองค์ประกอบนี้ช่วยให้ทานอันบริสุทธิ์ของ
ท่านมีผลมาก มีผลไพศาล

ขอกราบอนุโมทนาบุญแด่ทุกท่านและขอแบ่ง
ปันบุญอันประเสริฐนี้ให้แก่กันและกัน และแบ่งปัน
ทั่วถึงสรรพสัตว์ทุกภพทุกภูมิ ขอให้โปรดจงมา
อนุโมทนาและรับผลบุญจงทั่วกันเทอญ สาธุ สาธุ สาธุ

พระพุทธรเจ้าตรีสังข์อันสูงส่งของกรให้ทาน

บุคคลให้ข้าว	ชื่อว่าให้กำลัง
ให้ผ้า	ชื่อว่าให้วรรณะ
ให้ยานพาหนะ	ชื่อว่าให้ความสุข
ให้ประทับที่โคมไฟ	ชื่อว่าให้แสงสว่าง
ส่วน ผู้ให้ธรรมะ	ชื่อว่าให้มฤตธรรม

ขอกราบอนุโมทนาในหยาดน้ำใจทุกท่านอีกครั้ง
ด้วยสำนึกในพระคุณอย่างยิ่ง ขอกราบขอขมา
หากขาดตกข้อใดและคณะใดไปโดยมิได้เจตนา

ด้วยความเคารพและศรัทธา

ชมรมกัลยาณธรรม

งานแสดงธรรม-ปฏิบัติ

ธรรม

เป็นธรรมทาน ^{ครั้งที่} ๒๘

กำหนดการจัดงานแสดงธรรม-ปฏิบัติธรรมเป็นธรรมทาน ครั้งที่ ๒๘
จัดโดย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ร่วมกับ ชมรมกัลยาณธรรม
วันอาทิตย์ที่ ๒๓ มีนาคม ๒๕๕๗ เวลา ๐๘.๐๐-๑๖.๐๐ น.

- ๐๕.๐๐ น. เริ่มเปิดให้บริการลงทะเบียนและบริการอาหารเช้า (มีบริการทุกท่าน)
- ๐๘.๑๐ น. พิธีเปิดงานโดย อธิการบดี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ **ดร.สาธิต พุทธชัยยงค์**
- ๐๘.๒๐ น. **พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรังสี** วัดมเหยงคณ์ ต.หันตรา อ.พระนครศรีอยุธยา จ.พระนครศรีอยุธยา แสดงธรรมเรื่อง **“หัวใจพระพุทธศาสนา”**
- ๐๙.๔๐ น. เจริญสติ ๑๐ นาที และถวายสังฆทาน รับพร
- ๑๐.๐๐ น. **อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร** บรรยายธรรมเรื่อง **“วิชาหนึ่งรัก”**
- ๑๑.๒๐ น. เจริญสติ ๑๐ นาที และมอบของที่ระลึก รับพร
- ๑๑.๔๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน (มีบริการทุกท่าน)
- ๑๓.๑๐ น. **พระอาจารย์เอกชัย สิริญาโณ** วัดใหม่ศรีรามเย็น ต.ห้วยซ้อ อ.เขียงของ จ.เขียงราย แสดงธรรมเรื่อง **“สว่างที่กลางใจ”**
- ๑๔.๑๐ น. เจริญสติ ๑๐ นาที และถวายสังฆทาน รับพร
- ๑๔.๓๐ น. **พระอาจารย์ชาญชัย อธิปญโญ** ร่วมอารามธรรมสถาน คลอง ๑๐ ต.บึงบา อ.หนองเสือ จ.ปทุมธานี แสดงธรรมเรื่อง **“สร้างฐาน เสริมยอด”**
- ๑๕.๓๐ น. เจริญสติ ๑๐ นาที
- ๑๕.๔๐ น. ประธานชมรมกัลยาณธรรม กล่าวอนุโมทนา
- ๑๕.๕๐ น. ถวายสังฆทาน รับพร และช่วงปิดงาน (เสร็จสิ้นพิธีการบนเวที ภายใน ๑๖.๑๐ น.)

คำแนะนำผู้เข้าฟังธรรมในงานแสดงธรรม ครั้งที่ ๒๘ (อาทิตย์ที่ ๒๓ มีนาคม ๒๕๕๗)

๑. **ไม่มีการลงทะเบียนล่วงหน้าทางไปรษณีย์** ท่านใดมาลงทะเบียนก่อนมีสิทธิ์ก่อน และ
ไม่อนุญาติให้ลงทะเบียนแทนกัน โดยงานครั้งนี้สามารถรองรับผู้ฟังธรรมได้ประมาณ
๓,๐๐๐ ท่าน โดยมีที่นั่งฟังธรรม ๓ จุดคือ

บนหอประชุม	๑,๘๐๐	ที่นั่ง
โถงใต้หอประชุม	๙๐๐	ที่นั่ง
สวนหย่อม	๓๐๐	ที่นั่ง

ท่านสามารถมาขอรับเลขที่นั่งได้ที่เต็นท์ลงทะเบียน ในสนามบอล ท่านที่ประสงค์จะนั่ง
ด้านล่าง สามารถแจ้งความประสงค์กับเจ้าหน้าที่ลงทะเบียนได้ ท่านที่ต้องการนั่งติดกัน
ต้องมาขอรับเลขที่นั่งพร้อมกัน ท่านควรเก็บบัตรที่นั่งไว้จนเลิกงาน เพื่อใช้ในการขอรับ
ธรรมบรรณาการก่อนกลับบ้าน

๒. **ขอความร่วมมือให้ทุกท่านเข้าประจำที่นั่ง** ก่อนที่การบรรยายธรรมในแต่ละรอบจะเริ่ม
เพื่อไม่เป็นการรบกวนการฟังธรรมของท่านอื่น ดังนี้

- ในรอบเช้าขอให้เข้าประจำที่นั่งเวลา ๐๘.๐๕ น. เพื่อรับฟังคำชี้แจงการจัดงานก่อน
พิธีเปิดเวลา ๐๘.๓๐ น. และในรอบบ่าย ขอให้เข้าประจำที่นั่งเวลา ๑๓.๑๐ น.

๓. **ขอเชิญชวนทุกท่านเตรียมภาชนะ และกระบอกน้ำส่วนตัวมาจากบ้าน เพื่อช่วยกันลด
ปริมาณขยะ ลดโลกร้อน** โดยในงานจะมีจุดเติมน้ำสะอาดและจุดล้างภาชนะไว้บริการ
(แต่งदन้าอาหารและน้าเข้าห้องประชุมชั้นบน)

๔. **โรงทานจะเปิดปิดเป็นเวลา** โดยในรอบเช้า เปิดตั้งแต่ ๐๕.๐๐-๐๗.๕๐ น. และรอบ
กลางวันจะเปิดเวลา ๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น. เพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย และไม่
รบกวนการฟังธรรม

๕. **ขอความร่วมมือท่านแยกขยะลงถัง** ซึ่งจะจัดแยกเป็นถังขยะแห้ง และถังใส่เศษอาหาร

๖. **รณรงค์ให้ท่านเดินทางโดยรถแท็กซี่ รถประจำทางและขนส่งมวลชน** เพื่อช่วยกันแก้
ปัญหาที่จอดรถ และช่วยกันประหยัดพลังงาน

๗. **สำหรับท่านที่ขับรถมาเอง ขอความกรุณาไปจอดในสถานที่ ๆ กำหนดไว้** ในฝั่ง
เทคนิคกรุงเทพฯ

๘. **หนังสือและซีดีที่นำมาบริจาค** กรุณาย่านำสิ่งที่ไม่ใช่หนังสือหรือซีดีธรรมะ เช่น แผ่นพับ
โฆษณา แคตตาล็อกสินค้า หนังสือเรียน นิตยสารบันเทิง ฯลฯ รวมทั้งหนังสือสวดมนต์

ทุกประเภท มาใส่ในกล่องรับบริจาค และรบกวนทำความสะอาดหนังสือและซีดีต่าง ๆ ก่อนนำมาบริจาค จักขอบพระคุณอย่างยิ่ง ขอสงวนสิทธิ์ที่จะไม่รับซีดีที่ท่านลงข้อมูล (write) เอง เนื่องจากตรวจสอบได้ยาก

๙. **ชมรมฯ ไม่อนุญาตให้นำเอกสาร สื่อธรรมะอื่นใดที่ไม่ได้ขออนุญาตจากชมรมฯ มาแจกในงาน**

๑๐. **ข้อแนะนำการทำบุญในงาน**

- ๑๐.๑ ทำบุญด้วยการนำสิ่งของมาบริจาคให้แก่**วัดพระบาทน้ำพุ** โดยนำมาวางไว้ในเต็นท์แรกติดประตูทางเข้า (มีเจ้าหน้าที่ช่วยอำนวยความสะดวกให้)
- ๑๐.๒ ทำบุญด้วยการ**ถวายปัจจัยครูบาอาจารย์** องค์กรบรรยาย และร่วมบริจาคให้แก่มูลนิธิราชประชานุเคราะห์ มูลนิธิสุปฏิปันโน ตึกสงฆ์อาพาธ ร.พ.จุฬาฯ และวัดพระบาทน้ำพุ โดยมีกล่องรับบริจาคในจุดรับบริจาคในงาน
- ๑๐.๓ **ถวายสังฆทานแก่พระสุปฏิปันโน** ที่เมตตามาเป็นองค์บรรยายธรรม (สามารถซื้อของที่ระลึกได้จากร้านสังฆทานของชมรมฯ)
- ๑๐.๔ **ซื้อต้นไม้ที่จัดขายในงาน** รายได้ทั้งหมดสมทบถวายวัดพระบาทน้ำพุ
- ๑๐.๕ เลือกซื้อสินค้าหลากหลายใน**ร้านบุญต่อบุญและร้านสังฆทาน** รายได้ทั้งหมดสนับสนุนกิจกรรมการเผยแผ่ธรรมของชมรมฯ
- ๑๐.๖ **ซื้อหนังสือ ซีดี ดีวีดี เพื่อนำไปบริจาค** หรือมอบเป็นของขวัญแก่คนที่ท่านรัก และปรารถนาดี เงินรายได้จะเป็นทุนสนับสนุนการเผยแผ่ธรรมของชมรมฯ ต่อไป

๑๑. **กรณีที่ท่านจะกลับก่อนงานเลิก ขอความกรุณาค้นบัตรที่นั่งที่เต็นท์ประชาสัมพันธ์** เพื่อให้โอกาสท่านอื่น ๆ ต่อไปด้วย

๑๒. **กรณีที่ต้องการความช่วยเหลือ หรือมีข้อสงสัยข้อแนะนำประการใด** สามารถติดต่อสอบถามได้จากธรรมบริการที่มีบัตรหรือปลอกแขนติดเสื้อ สำหรับท่านที่มีข้อเสนอนะหรือคำแนะนำใดๆ สามารถรกรอรายละเอียดได้ที่เต็นท์รับสมัครสมาชิก / รับจองดีวีดี

๑๓. **ขอเชิญชวนทุกท่านร่วมฟังธรรมและปฏิบัติธรรม** สร้างความดี ผีภคนพัฒนาจิตใจ ด้วยการเจริญสติ และเจริญเมตตาต่อผู้ที่มาร่วมฟังธรรม เนื่องจากมีผู้มาฟังธรรมจำนวนมาก อาจมีบางเหตุการณ์ที่อาจกระทบจิตใจของท่านได้ ผีภใจลดละ โลก โกรธ หลง ยึดให้กัน อภัยให้กัน

(ท่านที่นั่งฟังธรรมในห้องประชุม กรุณาเตรียมเสื้อกันหนาวหรือผ้าคลุมไหล่มาด้วย)

ขอบคุณทุกท่านค่ะ

แผนที่ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ บพิตรพิมุข มหาเมฆ



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

ประวัติ

ท่านพระครู
เกษมธรรมทัต

(สุรศักดิ์ เขมรังสี)

องค์บรรยายงานแสดงธรรมครั้งที่ ๒๘

นามเดิม

สุรศักดิ์ เพ็งอาทิตย์

ภูมิลำเนาเดิม

ต. นครหลวง อ. นครหลวง จ. พระนครศรีอยุธยา

การศึกษาปฐมวัย

ระดับประถมและมัธยมศึกษาที่โรงเรียนนครหลวงวิทยาการ โรงเรียนนครหลวงพิบูลย์ประเสริฐวิทย์ และโรงเรียนอนุตมรัชวิทยา

บรรพชา/อุปสมบท

เมื่อวันที่ ๖ กรกฎาคม ๒๕๑๘ ณ วัดพร้าวโสภณาราม ต.นครหลวง อ.นครหลวง จ.พระนครศรีอยุธยา

- พระครูอดุลธรรมประกาศ เป็นพระอุปัชฌาย์
- พระอธิการปวน โสภโณ เป็นพระกรรมวาจาจารย์
- พระครูสำเร็จ เป็นพระอนุสาวนาจารย์

ได้รับฉายาว่า **เขมรังสี** (ประทีปธรรมนำความสงบ และหลุดพ้น)

การปฏิบัติธรรม

ได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ สำนักวิปัสสนานครหลวง จ.พระนครศรีอยุธยา และวัดเพลงวิปัสสนา บางกอกน้อย กรุงเทพฯ

ศึกษาพระอภิธรรม

• ได้ศึกษาพระอภิธรรม ณ อภิธรรมเซตติกวิทยาลัย สามารถสอบได้คะแนนสูงสุดของประเทศ และได้เป็นอาจารย์สอนพระอภิธรรมตั้งแต่อายุพรรษา ๓ พรรษา

• ได้ศึกษาหาความรู้จากครูบาอาจารย์ต่างๆ และปฏิบัติกรรมฐานอย่างต่อเนื่อง และได้เปิดสำนักปฏิบัติธรรม **วัดมเหยงคณ์**

สมณศักดิ์


๕ ธันวาคม ๒๕๓๔ ได้รับพระราชทานสมณศักดิ์เป็นพระครูสัญญาบัตร ชั้นโท โดยได้รับพระราชทานนามว่า **“พระครูเกษมธรรมทัต”**

๕ ธันวาคม ๒๕๔๐ ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์เป็นพระครูสัญญาบัตรชั้นเอก

การเผยแผ่พระพุทธศาสนา

- จัดปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ วัดมเหยงคณ์ เป็นประจำทุกเดือน
- พระวิปัสสนาจารย์ ณ ศูนย์วิปัสสนายุวพุทธฯ เฉลิมพระเกียรติ จ. ปทุมธานี
- พระวิปัสสนาจารย์ ณ บ้านทรงไทย (ส.รวยเจริญ) เป็นต้น

รายการแสดงธรรมทางสถานีวิทยุ

สถานีวิทยุทหารอากาศ ๐๑ มีนบุรี คลื่น ๙๔๕ ระบบ AM วันจันทร์ - วันเสาร์ เวลา ๐๔.๐๐ - ๐๕.๐๐ น. 

ประวัติ

พระอาจารย์
ชาญชัย อธิปญฺโญ

องค์บรรยายงานแสดงธรรมครั้งที่ ๒๘

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

ใฝ่ฝันอยากเป็นนักประพันธ์ตั้งแต่เด็ก จึงเข้ากรุงเทพฯ เรียนต่อที่ ร.ร.สวนกุหลาบวิทยาลัย และ ร.ร.เตรียมอุดมศึกษา จบปริญญาตรีวารสารศาสตร์ (สื่อสารมวลชน) จากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ระหว่างทำงานก็หาโอกาสเรียนจนจบปริญญาสาขา รัฐประศาสนศาสตร์ จากสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ เมื่อปี พ.ศ.๒๕๑๔

เคยทำงานเขียนบทภาพยนตร์ที่ไทยทีวี ช่อง ๔ (ช่อง ๙ อสมท.) งานธนาคาร งานสถาบันการเงิน เป็นอาจารย์สอนมหาวิทยาลัยรามคำแหง บริษัทในเครือช่าย อังฤษตราวุธ สหพัฒนพิบูลย์ สุดท้ายเมื่อปี ๒๕๔๒ เป็นผู้อำนวยการฝ่ายบริหาร ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

มาเริ่มเข้าวัดฟังธรรมเมื่อปี ๒๕๒๒ จนปี ๒๕๒๗ ได้มีโอกาสเข้าอบรม ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน กับคุณแม่สิริ กรินชัย ๗ วัน จากที่เคยหลงผิด ไม่รู้เรื่อง พระพุทธศาสนา มาเป็นผู้สนใจพระพุทธศาสนา อันเป็นจุดเปลี่ยนของชีวิต ต่อมา ไม่ว่าจะทำงานที่ใดมักจะได้รับมอบกิจกรรมด้านธรรมะในองค์กรเสมอ ยิ่งเพิ่มศรัทธา ในพระพุทธศาสนายิ่งขึ้น ได้เข้าปฏิบัติกรรมฐานทุกปี และได้แสวงหาครูบาอาจารย์ และศึกษาแนวทางปฏิบัติต่างๆ อยู่เสมอ

ในปี ๒๕๓๐ มีความประสงค์จะออกบวชยาวไม่มีกำหนด แต่ติดภาระ บุตรชาย ๒ คนยังเรียนอยู่ จึงบอกความประสงค์ให้ภรรยาและบุตรทราบ เพื่อเตรียมตัวเตรียมใจแต่เนิ่นๆ แล้ววันนั้นก็มาถึง เมื่อบุตรทั้งสองจบปริญญา มีงานทำเรียบร้อย ท่านได้อุปสมบทที่วัดป่าบ้านค้อ ซึ่งหลวงพ่อคุณ ขิปปญฺโญ เป็นเจ้าอาวาส เมื่อวันที่ ๘ กรกฎาคม ๒๕๔๓ แล้วไปจำพรรษาอยู่ที่วัดตาดน้ำพุ อ.บ้านฝ่อ จ.อุดรธานี

ปัจจุบันท่านจำพรรษาอยู่ที่ **ร่มอารามธรรมสถาน** ซึ่งเป็นสำนักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน คลอง ๑๐ (ฝั่งธัญบุรี) ต.บึงบา อ.หนองเสือ จ.ปทุมธานี ท่านได้เขียนหนังสือธรรมะไว้หลายเล่ม เช่น จริตตามความเป็นจริง, กรรมใดใครก่อ (กรรมและการเวียนว่ายตายเกิด), ปมปริศนาสีนามิ, จากหอคอยสู่ดวงดาว, บัญชีบุญ-ดอกเบ็บบาบ (บัญชีชีวิต, ชีวิตคือละคร), เราเลือกเกิดได้ และความจนที่น่ากลัว





ประวัติ

พระอาจารย์ เอกชัย สิริญาโณ

องค์บรรยายงานแสดงธรรมครั้งที่ ๒๘

- ผู้อำนวยการ โครงการปฏิบัติธรรมภาวนา “สติรู้ตัว ปัญญา รู้คิด”
- ที่ปรึกษากิตติมศักดิ์ คณะกรรมการติดตามการทำงาน (ก.ก.ตร.) ของ
ข้าราชการตำรวจภูธร จังหวัดเชียงราย
- วิทยาสนาจารย์ โครงการ “สติรู้ตัว ปัญญา รู้คิด พัฒนาจิตข้าราชการ”
 - o ตำรวจภูธรจังหวัดเชียงราย จังหวัดพะเยา จังหวัดนครสวรรค์
 - o ตำรวจภูธร ภาค ๕
 - o มณฑลทหารบกที่ ๓๑ นครสวรรค์
 - o จังหวัดทหารบกพะเยา
 - o มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
 - o ธนาคารอาคารสงเคราะห์ ฯลฯ
- ที่ปรึกษาเรื่องการพัฒนาองค์กร ให้กับกองกำกับการ ๔ กองบังคับการ
ตำรวจท่องเที่ยว ๑๗ จังหวัด ภาคเหนือ
- ผู้อำนวยการโครงการปฏิบัติธรรม เจริญภาวนา อบรมผู้บริหาร คณะครู
และบุคลากร ของคณะกรรมการอาชีพศึกษาทั่วประเทศ และสำนักพัฒนา
วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (สวทช.)
- รับผิดชอบโครงการคุณธรรม ศูนย์เสมาส่งเสริมคุณธรรม ประจำพื้นที่
การศึกษา
- วิทยากรบรรยายพิเศษให้กับสถาบันวิชาการทหารชั้นสูง สถาบันพัฒนา
ข้าราชการตำรวจ, กระทรวงสาธารณสุข, หน่วยราชการ รัฐวิสาหกิจ และภาค
เอกชนทั่วไป
- ประธานที่ปรึกษา โรงเรียนพระปริยัติธรรม วัดแก่นเหนือวิทยา อ.เชียงของ
จ.เชียงราย

- อาจารย์บรรยายพิเศษ ถวายความรู้ให้แก่ พระนิสิต ปริญญาโท ของมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (มจร.) หลักสูตรรัฐศาสตร์การปกครอง
- ประธานเครือข่ายโรงเรียนพระปริยัติธรรมกลุ่มแม่น้ำ (กลุ่มโรงเรียนกระแสพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี)
- ประธานศูนย์ ไอซีที อริยะปัญญา ของกระทรวง ไอ.ซี.ที.
- ได้รับเชิญให้เป็นที่ปรึกษาให้กับภาครัฐและภาคเอกชนทั่วไป หลายสถาบัน
- เป็นคอลัมน์นิสต์ประจำนิตยสาร Go Training นิตยสารสำหรับสุดยอดนักเทรนนิงของประเทศไทย และอีกมากมาย



ประวัติ

ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

องค์บรรยายงานแสดงธรรมครั้งที่ ๒๘

ภูมิลำเนาเดิมอยู่ที่ อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา มีพี่น้องทั้งหมด ๘ คน ท่านเป็นบุตรคนที่ ๖ ท่านได้รับการศึกษาเบื้องต้นจากโรงเรียนสุวรรณคีลิป เมื่อสิ้นสงครามโลกครั้งที่ ๒ ท่านและพี่ ๆ น้อง ๆ ได้ย้ายเข้ามาเรียนในกรุงเทพฯ ศึกษาในโรงเรียนวัฒนมงคลวิทยาลัยจนจบชั้นมัธยมศึกษา

ดร.สนอง สนใจฝึกสมาธิครั้งแรกในขณะที่เรียนชั้นมัธยม จบปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ สาขาโรคพืช เมื่อ พ.ศ. ๒๕๐๕ แล้วจึงไปทำงานเป็นนักวิชาการเกษตรในภาคอีสานอยู่ประมาณ ๒ ปี จากนั้นได้โอนย้ายมาเป็นอาจารย์รุ่นบุกเบิกของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ สังกัดคณะวิทยาศาสตร์

พ.ศ. ๒๕๑๔ ท่านก็ได้เรียนจบปริญญาโท เกษตรศาสตร์มหาบัณฑิต จากมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ สาขาเชื้อรา ได้รับทุนโคลัมโบไปศึกษาปริญญาเอก

สาขาไวรัส มหาวิทยาลัยลอนดอน ประเทศอังกฤษ เป็นเวลานาน ๔ ปี ช่วงนี้เรียนหนักมาก จนมิได้เดินทางกลับมาเมืองไทยเลย ในระหว่างศึกษาท่านใช้เวลาว่างพักทำจิตนั่งทุกวัน ซึ่งมีผลให้ท่านเรียนจบ ๔ ปีตามกำหนด

เมื่อกลับเมืองไทยในเดือนมีนาคม พ.ศ.๒๕๑๘ ท่านตัดสินใจอุปสมบทที่วัดปริณายก แล้วมาฝึกวิปัสสนากรรมฐานกับพระเทพสิทธิมนี (โชดก ปธ.๙) ที่คณะ ๕ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ ทำพระจันทร์ เพียงเวลา ๓๐ วันในสมณเพศ ที่ท่านปฏิบัติตามคำสอนของครูบาอาจารย์ ท่านได้รับประสบการณ์ทางจิตและญาณอภิญญาต่างๆ มากมาย

เมื่อลาสิกขาบทแล้ว ท่านกลับไปเป็นอาจารย์อยู่ที่มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ วิถีชีวิตของท่านเปลี่ยนแปลงไปมาก ได้รับเชิญเป็นองค์บรรยายด้านหลักธรรมคุณธรรม จริยธรรม ตามหน่วยงานต่างๆ องค์กรต่างๆ มากมาย มีผู้ติดตามผลงานของท่านทั้งในและต่างประเทศ และหลังจากเกษียณอายุราชการแล้ว ก็ยังเป็นอาจารย์พิเศษถวายความรู้แก่พระนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาเขตล้านนาด้วย

ปัจจุบันท่านได้นำประสบการณ์ตรงของท่านมาเป็นแบบอย่าง สร้างจุดเปลี่ยนแปลงที่ดีให้แก่วิตคนจำนวนมาก มีกลุ่มคณะศิษย์ก่อตั้งเป็นชมรมกัลยาณธรรมและชมรมสารธรรมล้านนา เผยแผ่ธรรมอย่างกว้างขวาง ผลงานของท่านที่ล้ำค่าคือ ทางสายเอก และอื่นๆ เช่นหนังสือทำชีวิตให้ได้ดีและมีสุข, ยิ่งกว่าสุขเมื่อจิตเป็นอิสระ, ตามรอยพ่อ, และซีดีธรรมบรรยายอีกจำนวนมาก



เห็นธรรม คือ เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา
 ทำอย่างไรเราจะพ้นจากกองทุกข์
 เห็นว่าของทุกอย่างไม่ใช่เรา เป็นอนัตตา
 แม้ร่างกายที่อยู่ร่วมกันไม่ใช่เราเลย
 มันอยากเจ็บมันก็เจ็บ มันอยากแก่มันก็แก่
 มันอยากตาย มันก็ตาย ห้ามมันไม่ฟัง
 ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นไม่กลัวตาย
 ตายเมื่อไรช่างมัน ทำความดี...ดีกว่า

หลวงปู่ทอน ญาณโร
 วัดศรีอภัยวัน จ.เลย



“หยุดใจให้รือยาก”

บทความบางตอน “หยุดใจให้รือยาก”
โดย พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรังสี

เรื่อง การประพฤติปฏิบัติส่วนมาก นักปฏิบัติก็มักจะมีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องว่า “ปฏิบัติแล้วไม่สงบ” “อยากจะสงบ” เจริญกรรมฐานอยากให้อจิตใจสงบ บางครั้งบางคราวเคยได้รับความสงบ จิตใจได้รับความสงบก็อยากจะทำให้ความสงบนั้นเกิดขึ้นอีก ทำกรรมฐานที่ไรก็อยากจะสงบอย่างนั้นอีก พอมันไม่เป็นไปตามความปรารถนาก็ยิ่งเกิดความวุ่นวายใจ เกิดความฟุ้งซ่านเกิดความเบื่อหน่าย ท้อถอยต่อการที่จะฝึกหัด ต่อการที่จะประพฤติปฏิบัติ


ทำไมบุคคลจึงเกิดความฟุ้งมากขึ้น ทำไมจึงเกิดความท้อถอยมากขึ้น นั่นก็เพราะว่ามีความอยาก มันเป็นตัวหนาเข้ามาในการปฏิบัติ เคยได้รับความสงบแล้วก็ทำแล้วก็เกิดความอยากสงบ เกิดความติดใจเกิดความอยากที่จะทำให้จิตใจอยู่ในความสงบ เป็นตัวหนา เป็นกรรมเป็นตัวหนาเป็นโลภะที่เกิดขึ้นในขณะปฏิบัติ ความอยากในที่นี้ไม่ใช่ไปอยากได้เงินได้ทอง ไม่ได้ไปอยากที่จะต้องการยศลาภชื่อเสียงอะไรแต่อยากสงบ อยากในธรรมนั่นเอง อยากสมาธิ มันก็ยังเป็นกิเลส ยังเป็นอกุศลอยู่ ความอยากนี้แหละมันไปเสริมให้ความไม่สงบกระจายตัวมากขึ้น คือความฟุ้งซ่านจะมีมากขึ้นเพราะว่าไม่สมความปรารถนา

อยากสงบแล้วมันไม่ยอมสงบก็จะเกิดความเดือดดาลใจ เกิดความคับแค้นใจ เกิดความน้อยใจ มันก็เป็นกิเลสอีกชนิดหนึ่งประเภทโทสะที่ประกอบด้วยอุทธัจจะ

คือ ฟุ้งซ่านมันเลยผสมมันเลยสับสนนึกเลสกันไปใหญ่ ความท้อถอยก็ตามมา เพราะว่ามันไม่ได้ตั้งใจ เกิดความท้อถอยเมื่อหน่าย ไม่มีกำลังใจที่จะประพฤติปฏิบัติ อันนี้มันก็เป็นกิเลสเรียกว่าถีนมิทธะ คือ ความหดหู่ท้อถอยความเชื่องซึม ท้อถอยของจิตของเจตสิก ท่านจัดเป็นนิรวรณข้อหนึ่งเรียกว่าถีนมิทธะนิรวรณ เป็นเครื่องกั้น คือเป็นเครื่องกั้นความดีที่จะเกิดขึ้น ฟุ้งซ่านก็เป็นนิรวรณ เป็นเครื่องกั้น ราคัญใจก็เป็นนิรวรณ ความคับแค้นใจก็เป็นนิรวรณ มันจะรุมมาเกิดขึ้นในจิตใจจะนั้น ต้นเหตุมันก็มาจากความอยาก มาจากความอยากที่จะให้ได้อย่างนั้นจะให้ได้อย่างนี้

พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า**ธรรมทั้งหลายไหลมาแต่เหตุ** ถ้าจะดับก็ดับที่เหตุ ความทุกข์ทั้งหลายมาจากเหตุให้เกิดทุกข์คือตัณหาความอยากทะยานอยากได้เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ การจะแก้ปัญหาก็ทุกข์การจะดับทุกข์ ก็คือต้องไปแก้ที่เหตุ ต้องทำลายเหตุแห่งทุกข์คือตัณหาความทะยานอยาก อยากมีอยากเป็น อยากในกามอยากไม่มีอยากไม่เป็น เวลามันมีอารมณ์ไม่ตีเกิดขึ้น ก็อยากให้มันหมดไป อยากให้มันสิ้นไป ไม่เอาไม่ต้องการ อยากให้มันพ้นไปจากสิ่งเหล่านี้ มันก็เป็นกิเลสเป็นตัณหา ตัณหาสามอย่างคือ กามตัณหา ความต้องการติดใจในกามคุณอารมณ์อยากได้รูปสวยเสียงเพราะ กลิ่นหอมรสอร่อย สัมผัสนุ่มนวลเป็น “กามตัณหา” อยากมีอยากเป็น อยากได้อย่างนั้นอยากได้อย่างนี้ เป็น “ภวตัณหา” อยากให้มันไม่มีไม่เป็น ให้มันหมดไป สิ่งที่ไม่ชอบใจให้มันไป ให้มันหมดไปปฏิบัติผลกโส ผลักดัน มันก็เป็น “วิภวตัณหา” เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ตัณหาเป็นเหตุให้เกิดทุกข์

ในจิตใจที่วุ่นวายเป็นทุกข์ เมื่อสาวไปแล้วมันก็มาจากกิเลส มาจากโลภะมาจากตัณหา ก็ต้องไปดับตัณหา ไปทำลายตัณหาให้สิ้นซาก เมื่อเวลาประพฤติปฏิบัติ จึงต้องรู้เท่ารู้ทันต่อตัณหาที่จะเกิดขึ้น ต้องพิจารณาในจิตใจ ว่าขณะนี้มีความทะยานอยากไหม มันมีตัณหาประเภทไหนเกิดขึ้น อยากสงบมันก็เป็นตัณหา เป็นการอยากมีอยากเป็น อยากได้ความสุข อยากได้ความสงบ มีตัณหาเข้ามาแล้ว ถ้าเราปล่อยให้มันเป็นไปอย่างนี้ มันไม่สงบตั้งใจขึ้นมา มันก็จะเกิดความเดือดดาลใจเกิดความวุ่นวายใจยิ่งขึ้น ฉะนั้นผู้ปฏิบัติต้องอ่านจิตใจตัวเองให้ออก ว่าขณะนี้ มีตัณหาไหม มีความทะยานอยากไหม ถ้ามีก็ต้องแก้ไข แก้ไขอย่างไร อันดับแรกก็คือ “รู้ทัน” รู้ลักษณะของตัณหาที่เกิดขึ้น แล้วก็ “ละวาง” ฝึกหัดการเจริญสติสัมปชัญญะให้มันหลุดรอด หลุดพ้นจากตัณหา เรียกว่าให้มันมีความปล่อยวาง ฝึกหัดการให้มันมีความปล่อยวาง

ในเบื้องต้นต้องทำความเข้าใจว่า เราจะปฏิบัติอย่างไรไม่ยากได้อย่างไร อะไรจะเกิดขึ้นก็ตาม ก็เป็นเรื่องของเหตุปัจจัยของธรรมชาติที่มันจะเกิด มันจะเกิดมันจะดับก็แล้วแต่ มัน จะทำหน้าที่เป็น “เพียงผู้ดู” เป็นเพียง “ผู้รู้เท่านั้น” จะไม่มีความอยากให้เป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ ถ้าจิตใจมันหลุดจากความอยาก จะพบความเบา จะพบความสงบ ความเบาใจมันจะเกิดขึ้น จิตที่มันมีความชุ่มฉ่ำเฝ้าห่มงั้นเพราะมันมีความอยากเคลือบจิตอยู่ มันเป็นนิสัย มันเคยชินไปทุกข มันมีตัวตนติดอยู่ในจิตใจอยู่เสมอ จะทำอะไรจะคิดอะไรมันจะเป็นไปด้วยความอยากตลอด ฉะนั้น เรามาปฏิบัติตามฝึกหัดละตัวตน ใจไม่ให้มันมีความอยาก เจริญกรรมฐานที่ใช้สติสัมปชัญญะระลึกรู้เท่าทันต่อสิ่งต่างๆ ที่ปรากฏคือรูปธรรม นามธรรมที่ปรากฏ 

ข่าวประชาสัมพันธ์จากชมรมกัลยาณธรรม

- ชมรมกัลยาณธรรมผลิตผ้าคลุมไหล่เนื้อดี บางเบา อุ่น ไม่ยับง่าย เหมาะสำหรับไปวัด ไปปฏิบัติธรรม หรือแก้หนาวได้ทุกสถานการณ์ มี ๔ สีให้เลือก คือ ขาว ครีมน้ำตาล และเทา ราคาผืนละ ๑๕๐ บาทเท่านั้น ติดต่อสั่งซื้อได้ที่ชมรมกัลยาณธรรม สาขาบางลินจี่ โทร ๐๒-๒๘๕๕-๔๓๑๘๘-๙ ได้ของดีถูกใจ และได้ร่วมสมทบทุนเผยแผ่ธรรมด้วยค่ะ
- ชมรมกัลยาณธรรมแจกลี้อธรรมบรรณาการทุก ๆ เดือน ติดตามข้อมูลได้จากเว็บไซต์กัลยาณธรรม (www.kanlayanatam.com) หรือโทรสอบถามข้อมูลได้ที่ชมรมกัลยาณธรรม โทรศัพท์ ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓
- ชมรมกัลยาณธรรมขอแนะนำสำนักงานใหม่และหน้าร้านธรรมทานเต็มรูปแบบแห่งแรกของชมรมฯ ให้ท่านแวะมาใช้บริการได้อย่างสะดวกสบาย คือ สำนักงานสาขาบางลินจี่ ตั้งอยู่ที่ เลขที่ ๘๘/๔๑ โครงการ ทีทีเอ็น อเวนิว ถนนนางลินจี่ ซอยนนทรี ยานนาวา กรุงเทพฯ ๑๐๑๒๐ โทร. ๐๒ ๒๘๕๕ ๔๓๑๘๘-๑๙ โดยเปิดทำการวันจันทร์ - ศุกร์ เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๘.๐๐ น. วันเสาร์ - อาทิตย์ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.
- ขอเชิญติดตามชมเทศกาลธรรมและธรรมบรรยายอันทรงคุณค่าของครูบาอาจารย์ผ่าน กัลยาณธรรมทีวี ทางเว็บไซต์กัลยาณธรรม www.kanlayanatam.com
- ขอเชิญทุกท่านร่วมเป็นเจ้าของภาพในงานแสดงธรรม และร่วมออกโรงทาน หรือเป็นเจ้าของภาพโรงทาน วันอาทิตย์ที่ ๒๓ มีนาคม ศกนี้ ตามกำลังศรัทธา เพื่อสนับสนุนกิจกรรมอันเป็นประโยชน์แก่สังคม และพระศาสนาสืบไป โทรศัพท์ ๐๒-๗๐๒-๗๓๕๓

ทานที่ใคร ๆ ก็อยากได้



โดย พระชาลุชัย อธิปญฺโญ
ร่มอารามธรรมสถาน คลอง ๑๐ ปทุมธานี

ทานก็คือการให้ การเสียสละแบ่งปัน อันเกิดจากความรักความเมตตา หรือมีความปรารถนาดีต่อผู้อื่น คนเราเมื่อมีความรักความเมตตาแล้ว ความกรุณา หรือการให้ความช่วยเหลือผู้อื่นจึงตามมา

ทานมีหลายประเภทจำแนกได้ดังนี้

๑. **วัตถุทาน** ได้แก่การบริจาคทรัพย์สิ่งของให้ผู้อื่น โดยหวังว่าทรัพย์สิ่งของ ที่ให้นั้นจะเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อผู้รับ อาจจะช่วยบรรเทาความเดือดร้อนของผู้รับ หรือผู้รับนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อส่วนรวม เช่น บริจาคเงินและสิ่งของทำบุญให้กับองค์กรศาสนา องค์กรสาธารณกุศล ผู้ที่ยากจนขัดสน ผู้ที่ประสบภัยพิบัติต่าง ๆ นอกจากนี้ยังสามารถใช้แรงกายของตนเป็นทาน ด้วยการเข้าไปช่วยทำงานในองค์กรสาธารณกุศล และช่วยผู้ประสบภัยพิบัติได้อีกด้วย

๒. **ธรรมทาน** ได้แก่การแนะนำสั่งสอนผู้อื่น เพื่อให้ผู้ฟังที่มีความทุกข์คลาย จากทุกข์ ให้ผู้มีความเห็นผิดกลับมาเห็นถูก ให้ผู้ที่มีพฤติกรรมเบียดเบียนตนและผู้อื่น กลับมาประพฤติในสิ่งที่เป็นประโยชน์ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น นอกจากนี้ยังช่วยเพิ่มพูนปัญญาทางธรรม ให้ความรู้เรื่องสมณะ-วิปัสสนากรรมฐาน เพื่อยกระดับจิตของสามัญชนเข้าสู่อริยชน นับตั้งแต่พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี จนถึงพระอรหันต์

จึงกล่าวได้ว่าการให้ธรรมทานเหนือกว่าการให้ทานอื่นๆ ทั้งปวง

๓. **อภัยทาน** ได้แก่การให้อภัยผู้ที่เคยเบียดเบียนตนหรือทำให้ตนมีความทุกข์ การให้อภัยทาน ถือว่ามีอานิสงส์สูงเทียบเท่ากับธรรมทาน เป็นทานที่นำประโยชน์สุขให้แก่ผู้ให้และผู้รับ

การให้วัตถุทานนั้นผู้ให้จะต้องเสียสละทรัพย์สินของ อาจจะมีเงินและบางครั้งก็เสียเวลาไปหาซื้อของนั้นมา ครั้นเมื่อให้ไปแล้ว หากผู้รับไม่นำไปใช้ ผู้ให้ อาจจะเสียความรู้สึก เสียตายสิ่งของที่ตนอุตส่าห์หาซื้อมา

กรณีเช่นนี้เกิดขึ้นเสมอ ไม่ว่าจะเอาเสื้อผ้าสิ่งของ ไปบริจาคให้ผู้ประสบภัยพิบัติ ปรากฏว่าผู้รับไม่ค่อยจะนำไปใช้ เพราะขนาดใช้กันไม่ได้ หรือให้สิ่งของที่ไม่ตรงกับความต้องการของผู้รับ เป็นต้น

การนำถึงสังฆทานที่ซื้อจากร้านค้าไปทำบุญที่วัดก็เช่นกัน บางวัดมีถึงสังฆทานจนล้นห้องเก็บ พระก็ไม่ค่อยจะนำไปใช้ เพราะของที่บรรจุนั้นบางอย่างเสื่อมคุณภาพ หรือสีของสบงจีวรบางสีไม่ตรงกับสีที่พระใช้ เป็นต้น

การให้ธรรมทานก็เช่นกัน บางครั้งการแนะนำหรือแสดงธรรมให้ผู้อื่นฟัง ผู้ฟังอาจจะไม่อยากฟังหรือฟังอย่างเสียไม่ได้ เมื่อฟังแล้วอาจจะไม่เข้าใจ หรืออาจจะไม่เชื่อ หรือไม่นำไปปฏิบัติให้เกิดผลก็ได้

อนึ่ง ทั้งวัตถุทานและธรรมทาน แม้ผู้ให้จะเต็มใจให้ แต่ผู้รับจะยินดีรับหรือไม่ยินดีรับก็ตาม ผู้ให้ทานย่อมได้รับอานิสงส์ของทานที่ได้ทำไปแล้ว จะมากน้อยเพียงใดย่อมขึ้นกับองค์ประกอบอื่นๆ เช่น เจตนาที่จะให้ วัตถุทานนั้นได้มาโดยสุจริตหรือไม่ และผู้รับมีคุณธรรมมากน้อยเพียงใด

สำหรับอภัยทานนั้น เป็นสุขใจทั้งผู้ให้และพอใจทั้งผู้รับ โดยผู้ให้จะรู้สึกเบาใจที่ปล่อยวางเรื่องชุ่นข้องหมองใจ ต่อการไม่ชอบใครคนใดคนหนึ่ง แล้วเก็บเอาไว้ช้านาน คิดถึงเรื่องนี้คราวใดก็รู้สึกชุ่นใจขึ้นมาครานั้น บางครั้งอาจคิดหาวิธีที่จะแก้แค้นเอาคืน ซึ่งขณะที่คิด จิตก็ไม่เป็นสุข

การอาฆาตพยาบาทเคียดแค้นชิงชังใคร ก็เหมือนกับได้ก่อกองไฟสุ่มไว้นอกไฟให้เผาไหม้ใจตนเองนั้น

นอกจากนี้การเป็นศัตรูกับใคร ย่อมไม่เกิดประโยชน์และไม่เป็นผลดีต่อชีวิตเลย เพราะกับศัตรูนั้นย่อมไม่คิดที่จะให้ความร่วมมือหรือช่วยเหลือกัน มีแต่จะคิดกลั่นแกล้งหาทางทำร้ายทำลายกัน ผู้ที่มีศัตรูจึงอยู่อย่างหวาดระวังภัย ยากที่จะมีความสุข

ครั้นให้อภัยไม่ถือโทษโกรธเคืองในเรื่องที่ผ่านมา เป็นการเปิดความสัมพันธ์กันใหม่ การคืนดีกันเป็นโอกาสที่จะสร้างความร่วมมือกันได้ และนำไปสู่การให้ความช่วยเหลือกัน ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อกันทั้งสองฝ่าย

คนเราเมื่อยังเป็นปุถุชนอยู่ ย่อมมีความโลภ โกรธ หลง ทำผิดพลาดเป็นธรรมดา เมื่อกระทบกระทั่งกัน จะเจตนาหรือไม่เจตนาก็ตาม หากไม่ให้อภัยกันก็จะเป็นศัตรูคู่แค้น ก่อให้เกิดการจ้องแค้นต่อกันไม่มีที่สิ้นสุด


ผู้ที่จะให้ภัยศัตรูได้ จะต้องเป็นผู้ที่มีเมตตาและเป็นผู้ที่ลดทิฐิมานะของตนลง

ทิฐิ คือความเห็น แทนที่จะเห็นว่าตนเป็นฝ่ายถูก คู่กรณีเป็นฝ่ายผิด ก็เปลี่ยนความเห็น ว่า ตนก็อาจจะผิดได้เหมือนกัน

ส่วน**มานะ** คือความถือตัว แทนที่จะถือว่าตนเหนือกว่าคู่กรณี จึงไม่ยอมอ่อนข้อให้ เพราะกลัวเสียหน้า ก็ลดความถือตัวลงมา สมานฉันท์ปรองดอง เพื่อประโยชน์ในการอยู่ร่วมกัน

ด้วยเหตุนี้อภัยทาน จึงมีความจำเป็นต่อการอยู่ร่วมกันในสังคม

ถือเป็นการอโหสิกรรมด้วย เป็นทานที่ใคร ๆ ก็ปรารถนา

เราอยากให้เจ้ากรรมนายเวรอโหสิกรรมให้กับเรา แล้วเราให้อภัยคู่กรณีแล้วหรือยัง 

กัลยานมิตร สู่กัลยานธรรม

โดย คุณเรขต ขอบธรรมสกุล

ผมเป็นคนแปดริ้ว เมื่อก่อนเป็นมมนุษย์เงินเดือน ทำงานด้านสื่อสารโทรคมนาคม แต่ปัจจุบันกลับไปเป็นลูกจ้างของที่บ้านค้าขาย แผ่นสังกะสี อลูมิเนียม รางน้ำ

ก่อนจะได้เข้ามาร่วมกิจกรรมกับชมรมกัลยานธรรม ต้องยอมรับว่า มากกว่า ๒๐ ปี ได้แค่เปลือก ไม่ถึงแก่นของศาสนา เพราะชอบเรื่องฤทธิ์และความมหัศจรรย์ ตั้งแต่เหนียนไต่ไปมาหมด เข้าย่นคำ มีที่ไหนไปมาหมด ไปดูบ้าง เรียนบ้าง เอาหมด อีกทั้งยังมีอาชีพเสริมในวงการค้าขายพระเครื่อง สร้างวัตถุมงคล ต้องพาลูกค้าไปเสาะแสวงหา ทำให้ได้พบครูบาอาจารย์มากมาย ทั้งพระ และฆราวาส มีทั้งจริง และปลอม กว่าจะรู้ตัว ก็เสียเวลาไปกว่า ๒๐ ปี และทุนจำนวนมาก แต่ก็ทำให้เรารู้ว่า เดินทางมาผิดสาย (อวิชชาล้วนๆ)

ขอแชร์ประสบการณ์ที่ประสบมา หากเรามีปัญหา หรือขาดกำลังใจ จะอาศัยวัตถุมงคลแพงแค้ไหนและพิธีกรรม ๑๐๘ ก็สู้กำลังใจที่เราสร้างเองไม่ได้เลย (อึดตา หิ อัดตโน นาโถ ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน) และปัญหาทุกๆ อย่างอย่าพยายามแก้ไขที่คนอื่น แก้ไขที่ตัวเองเท่านั้น สำเร็จทุกอย่าง สุขกาย สบายใจ

มีเรื่องจริงของลูกค้าฮ่องกง คนหนึ่งเขว่นพระปลอม รถคว่ำไม่เป็นอะไร (เพราะเขามีศีลถึงแม่พระปลอม) อีกคนเขว่นพระราคาแสน ราคาล้าน ขอแต่ให้พระช่วย (แต่ไม่ช่วยตัวเอง) ก็ไม่สำเร็จ เลยต้องมาหาองค์ใหม่เกือบทุกเดือน เพื่อจะหาสักองค์ที่จะช่วยให้สำเร็จ

วกเข้ามาจุดเปลี่ยนของชีวิตที่ทำให้หลุดจากจากวงจรเดิม คือการได้พบ กัลยาณมิตร (คุณเซอร์) เป็นผู้นำมาให้รู้จัก**ชมรมกัลยาณธรรม** โดยลากผมเข้าวัด ฟังธรรม (แทนการส่องพระเครื่อง) และเอาหนังสือธรรมะมาให้อ่าน และมีหนังสืออยู่เล่มหนึ่งที่มีชื่อว่า **“ยิ่งกว่าสุขเมื่อจิตเป็นอิสระ”** ซึ่งเป็นงานเขียนของ **ดร.สนอง วรอุไร** อ่านรวดเดียวจบ บอกว่าคำเดียวว่าใช่เลย ใช่จริงๆ และต้องเสาะหาว่าอาจารย์ท่านนี้อยู่ที่ไหนให้ได้

จวบจน กัลยาณมิตร (คุณเซอร์) ได้แจ้งว่า มีงานแสดงธรรมของชมรมกัลยาณธรรม และ ดร.สนอง จะมาแสดงธรรม จึงได้ชวนกันให้มาฟังธรรมบรรยายครั้งแรกในปี ๕๑ หลังจากได้ฟังธรรมบรรยายของ ดร.สนอง จึงมั่นใจว่าเป็นแนวทางที่ถูกตรงตามธรรม และได้เห็นความเสียสละของ ดร.สนอง ทั้งๆ ที่ท่านอายุมากแล้ว แต่เปี่ยมด้วยความเมตตา ออกบรรยายธรรม ทุกๆ วัน ทุกๆ ที่ ทุกๆ จังหวัด อย่างไม่เหน็ดเหนื่อย เป็นแบบอย่างการเป็นผู้ให้ที่สมบูรณ์ ทำให้เกิดศรัทธาอย่างแรงกล้า เพื่อตอบแทนคุณงามความดีที่ท่านทำให้เราเห็น จึงตั้งใจว่าหากมีโอกาสจะขอมาช่วยงานท่านและงานที่ชมรมจัดทุกครั้งเท่าที่มีโอกาส

จึงได้มีโอกาสร่วมงานกับชมรมฯ และหลังจากเข้ามาช่วยงานที่ชมรมฯ แล้ว สัมผัส พี่ๆ น้องๆ ที่มาร่วมทำกิจกรรมร่วมกัน จุดหมายเดียวกันร่วมเพื่อเผยแผ่ธรรมของพระพุทธองค์ ที่มาจากหลากหลายอาชีพ ต่างอาชีพ ต่างที่อยู่อาศัย ต่างวัย มาทำงานด้วยใจไร้อึดตา (หมอยกโต๊ะ เซ็ดโต๊ะ, แก้วแก้วเนียชบรล ๖ ล้อ ฯลฯ) ทำให้รู้สึกว่าคุณคนที่มาร่วมกัน เหมือนเป็นญาติมิตรที่สนิทกันมาก คู่กันเคยกันมาก่อน โดยเฉพาะ พี่หม่อจุ่ม (คุณหม่อจุ่ม) ท่านประธานชมรมฯ ท่านที่พี่ผมได้มาช่วยงาน ได้เห็นความทุ่มเทของประธานชมรมฯ ที่ทุ่มทั้งแรงกาย แรงใจ หุนทรัพย์ เพื่อให้ทุกคนได้มีโอกาสรับฟังธรรมของพระพุทธองค์ ในแนวทางที่ถูกต้องตามธรรม

จากคำสอนที่หลวงพ่อรังสรรค์ เขมรังสี วัดมเหยงคณ์ ที่ท่านกล่าวไว้เสมอว่า “ปัจจัยที่สำคัญที่สุดที่เป็นต้นเหตุแห่งอวิชชา คือการไม่คบสัตตบุรุษ คือชาต กัลยาณมิตร ที่ชักจูงให้ได้ยินคำสั่งสอนของพระพุทธองค์” ทำให้ผมมั่นใจว่าชมรม กัลยาณธรรม นี้คือแหล่งรวมของหมู่วมวลมหากัลยาณมิตร หากใครอยากหากัลยาณมิตรดี ๆ เปิดใจกว้าง ๆ ลองเข้ามาสัมผัส หรือร่วมกิจกรรมกับชมรม กัลยาณธรรม ซึ่งอาจค้นพบแรงบันดาลใจ หรืออาจจะได้แบบอย่างดี ๆ ให้เราได้ได้ เช่น เรื่องผมได้รับคำสอนดี ๆ และแบบอย่างความกตัญญูของพี่เจเจต่อบ้าแแล้ว ทำให้ผมไม่หางานประจำทำอีกแล้ว กลับมาทำงานที่บ้านดูแลพ่อแม่ได้แล้ว (ขอบคุณ นะครับ)

สุดท้าย สำคัญที่สุด มาฟังธรรมแล้วอย่าลืมแวะบูทหนังสือและซีดีนะคะครับ ได้ทั้งของ ได้ทั้งบุญ ไม่ซื้อ ไม่ว่า เดินเข้าหา แวะเข้าทัก หรือ เดินผ่านก็ยงดี ยินดี ที่ให้บริการ ครับผม



ข่าวประชาสัมพันธ์งานแสดงธรรมของชมรมกัลยาณธรรม

๑. ขอเชิญร่วมเป็นเจ้าของภาพสนับสนุนร้านอาหารมื้อเช้าหรือมื้อกลางวัน เพื่อให้บริการอาหารเพียงพอกแก่ผู้ฟังธรรมประมาณ ๓,๐๐๐ คน ท่านผู้มีจิตศรัทธาสนใจร่วมเป็นแนวหลังทางธรรม กรุณาติดต่อ ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓ หรือ ๐๒ ๗๐๒ ๙๖๒๔
๒. ในงานแสดงธรรมของชมรมฯ ทุกครั้ง จะมีหน่วยพยาบาลจากโรงพยาบาลสมุทรปราการ มาออกตรวจสุขภาพและดูแลสุขภาพในกรณีเจ็บป่วยฉุกเฉินตลอดงาน
๓. รับเพื่อนผู้มีจิตอาสาร่วมช่วยเป็นพลังในการเตรียมงานแสดงธรรม ในวันเสาร์ที่ ๒๒ มีนาคม ๒๕๕๗ โทร ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓
๔. ในงานแสดงธรรมของชมรมฯ แต่ละครั้ง ขอรับบริจาคสิ่งของที่ไม่ใช้แล้ว เพื่อช่วยเหลือวัดพระบาทน้ำพุต่อไป และรับบริจาคปัจจัยช่วยเหลือวัดพระบาทน้ำพุ
๕. รับสมัครเพื่อนร่วมอุดมการณ์- แนวหลังทางธรรมร่วมใจสละแรงกายแรงใจ เพื่อรับใช้พระศาสนาและพัฒนาสังคม ติดต่อ โทร ๐๒ ๗๐๒ ๗๓๕๓ หรือ ๐๒ ๗๐๒ ๙๖๒๔

โชคดีที่เข้ามา (ตั้งแต่อายุน้อย)

โดย คุณชลธิชา จันทพันธ์ (น้องเอ)

ชมรมกัลยาณธรรม เป็นชมรมที่มีแต่กัลยาณมิตรทั้งนั้น หนูรู้สึกดีใจมากค่ะ ที่ได้เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของชมรมกัลยาณธรรมนี้ หนูได้คิดมานานแล้วว่า ถ้ามีโอกาสสอยากไปช่วยงานเป็นจิตอาสา บำเพ็ญประโยชน์ให้กับสังคม หรือไปสอนหนังสือเด็กเล็ก และโอกาสก็ได้เข้ามา โดยเริ่มจากที่ต้นเป็นคนเห็นประกาศรับสมัครจิตอาสามาช่วยเตรียมงานชมรมเพื่อจัดงานแสดงธรรมครั้งที่ ๒๓ และได้ส่งมาให้หนูดู หนูเห็นและสนใจอยากเข้าร่วมมาก จึงรีบส่ง E-Mail สมัครกับทางชมรม และรอการตอบกลับมา ไม่ถึงครึ่งชั่วโมงก็ได้รับการตอบกลับจากป้าแจ๋วให้กรอกใบสมัคร (ดีใจมากค่ะ ที่มีโอกาสได้ไปเป็นจิตอาสาอย่างที่ตั้งใจมานานสักที)


ในวันเสาร์ที่ ๗ กรกฎาคม ๒๕๕๕ เป็นวันแรกที่ก้าวเข้ามาช่วยงานจิตอาสา เห็นทุกคนตั้งใจช่วยกันเตรียมงานกันอย่างขมุกขมื่นและเต็มไปด้วยรอยยิ้มจากใบหน้า รู้สึกได้เลยว่าทุกคนมาด้วยใจกันทั้งนั้น ทำงานกันอย่างมีความสุข ถึงแม้ว่าเรามาใหม่ ยังไม่รู้จักใครเลย แต่เวลาเจอกันก็ยิ้มให้กันทุกคน เหมือนเป็นพี่น้องครอบครัวกัน ก่อนหน้านี้ได้ฟังตามรอยพ่อของ ดร.สนอง วรอุไร และมีเสียงคุณหมोजุ่มด้วย พอมาร่วมงานนี้ได้มาเจอคุณหมोजุ่มตัวจริง น่ารักและเป็นกันเองมาก

ที่สำคัญได้มีโอกาสกราบ ดร.สนอง วรอุไร พร้อมได้ฟังธรรมโอวาทแก้จิตอาสาทุกคนด้วย รู้สึกปลื้มปีติมากกับการมาช่วยงานจิตอาสาครั้งนี้ พอช่วยงานวันนั้นเสร็จรู้สึกว่ามีมัจ (ไม่ใช่มีท้องนะ) แต่เป็นอิมใจ อิมสุข อิมปิติ มากกว่า และในวันอาทิตย์ก็ได้มาเป็นผู้ฟังธรรม ได้รับการต้อนรับที่ดีมากจากชมรม ทั้งจิตอาสา, ธรรมบริการทุกคนช่วยเหลือกันดีมาก เลยเป็นแรงใจอย่างหนึ่งให้คิดว่า เราจะมาช่วยงานชมรมทุกครั้งที่ตั้งงานแสดงธรรม และหนูก็ได้มีโอกาสมาช่วยงานทุกครั้งจนถึงปัจจุบันนี้ คอยติดตามงานชมรมก็ลายนธรรมตลอด ทั้งทาง Website และ Facebook เพื่อรับข่าวสารต่าง ๆ

ในครั้งที่ ๒๔ หนูจึงได้ทราบข่าวและมาช่วยจัดหนังสือที่คลังหนังสือคะ หนังสือเยอะมาก คิดว่าน่าจะใช้เวลามากกว่าจะหมด แต่ด้วยแรงใจของทุกคนที่มาจัดหนังสือ สามารถจัดเสร็จได้ไวมาก และเห็นพี่ๆ ที่นั่นบอกว่าเสร็จเร็วและไวกว่าทุกครั้ง ถ้ามาซักคงอดช่วยจัดแน่ๆ การมาช่วยเตรียมงานครั้งที่ ๒๔ นี้ ป้าแจ้วจำหนูได้ เรียกชื่อ น้องเอไซ้ใหม่คะ (ณ ตอนนั้น ปลื้มใจอย่างบอกไม่ถูก ขอขอบคุณมากคะป้าแจ้ว) ป้าแจ้วเป็นผู้ใหญ่ที่น่ารักมากคะ หลังจากนั้นมาหนูคอยติดตามงานธรรมต่าง ๆ จากป้าแจ้วอีกทางด้วยคะ การได้เข้ามาฟังธรรมที่ชมรมจัดขึ้นนั้นเป็นการเริ่มต้นให้หนูหันมาสนใจธรรมะมากขึ้น ได้หาโอกาสและเวลาไปปฏิบัติธรรมที่สำนักปฏิบัติธรรมต่าง ๆ และพยายามนำคำสอนธรรมะต่าง ๆ มาใช้ในชีวิตประจำวัน จนมาถึงได้ทราบข่าวจากป้าแจ้วว่าทางชมรมมีจัดคอร์สกรรมฐาน หนูสนใจเป็นอย่างยิ่ง และก็ได้รับโอกาสที่ดีมาก ที่ได้มาเข้าคอร์สกรรมฐาน (ปิดวาจา) ที่วัดมเหยงคณ์ เป็นเวลา ๘ วัน หนูขอขอบคุณชมรมที่ลายนธรรมมากนะคะที่มอบโอกาส



ให้หนูมา ซึ่งเป็นครั้งแรกที่ได้เข้าคอร์สมาปฏิบัติธรรมที่วัดอย่างต่อเนื่องจริงจัง และได้รับธรรมคำสอนจากพระอาจารย์สุศักดิ์ เขมรังสี เป็นแนวทางในการปฏิบัติธรรมต่อไป มีความรู้ ความเข้าใจในธรรมะมากขึ้นเยอะเลยค่ะ (ก่อนหน้านี้อ่านธรรมะคำสอนต่างๆ แต่ไม่ได้ปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่อง พอได้มาปฏิบัติอย่างตั้งใจจริงจัง จึงได้รู้ได้เห็นธรรมมากขึ้น เป็นเหมือนก้าวแรกเริ่มในทางธรรมอันประเสริฐ) อีกทั้งได้เข้ามาใกล้ชิดกับกัลยาณมิตร กัลยาณธรรม ได้เห็นแบบอย่างที่ดี หนูรู้สึกโชคดีที่เข้ามาทางเส้นทางนี้ตั้งแต่อายุยังน้อย (ซึ่งพี่ๆ หลายคนที่เจอในชมรมก็บอกและแนะนำหนูมาอย่างนี้)

การมาร่วมช่วยงานจัดเตรียมการแสดงธรรมแต่ละครั้ง ยิ่งมายิ่งรู้สึกอบอุ่นใกล้ชิดขึ้น เหมือนทุกคนให้ความเป็นกันเอง มีน้ำใจ ให้อภัย ยิ้ม ให้ความสุข ให้ความจริงใจซึ่งกันและกัน เป็นเหมือนญาติพี่น้องครอบครัวเดียวกันเลย ชมรมกัลยาณธรรมนี้ให้ทั้งธรรม ซึ่งเป็นทานที่ประเสริฐสุดแล้ว ยังให้กัลยาณมิตรที่ดีกับคนทุกคนอีกด้วย หนูดีใจมากที่ได้เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในครอบครัวกัลยาณธรรมที่แสนจะอบอุ่นนี้ ต้องขอขอบคุณชมรมและพี่ๆ ทุกคนมากค่ะที่ให้การต้อนรับเป็นอย่างดี 

ร้านธรรมทานของชมรมกัลยาณธรรม ๔ สาขา

ชมรมกัลยาณธรรม เปิดศูนย์หนังสือธรรมทาน ขณะนี้รวม ๔ แห่ง เพื่อเผยแผ่สื่อธรรมะต่าง ๆ โดยยึดหลักธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

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

สาขาที่ ๒ บริษัท บางกอกเอนเออร์ล เอกซ์เพรส จำกัด สาทร กทม.
โทร ๐๒-๒๖๖-๘๒๔๕

สาขาที่ ๓ อยู่ดีอาร์ทเม้นท์ ซอยลาซาล สุขุมวิท บางนา กทม.
โทร ๐๒-๓๖๑-๑๒๘๐ - ๕ และ ๐๒-๗๔๔-๖๑๖๕

สาขาที่ ๔ สำนักงานสาขานางลีนจี เลขที่ ๘๘/๔๑ โครงการ ทีทีเอ็น อวนวิ
ถนนวนงลีนจี ซองนนทรี ยานนาวา กรุงเทพฯ ๑๐๑๒๐
โทร. ๐๒ ๒๘๕ ๔๓๑๘ - ๑๙ (เป็นสำนักงานใหม่ด้วย)



บ้านหลังใหม่ ของชาวกัลยาณธรรม

ชมรมกัลยาณธรรมได้ก่อตั้งมาเกือบสิบปี (ตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๔๗) ตลอดเวลาที่ผ่านมามีการจัดกิจกรรมการบรรยายธรรม แจกจ่ายธรรมทาน เพื่อเผยแผ่ธรรมะที่ถูกตรึงให้กับผู้สนใจเป็นอันมาก

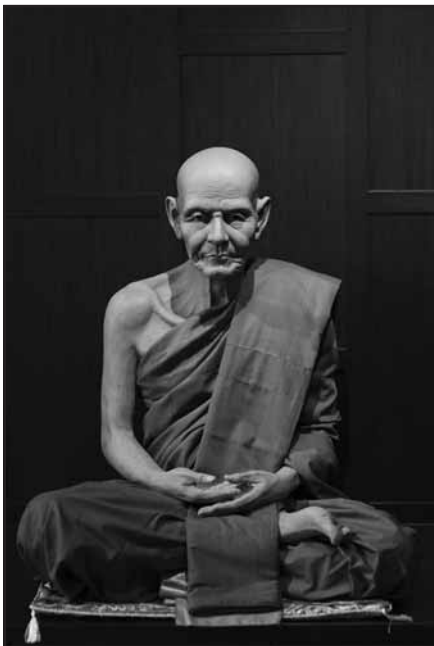
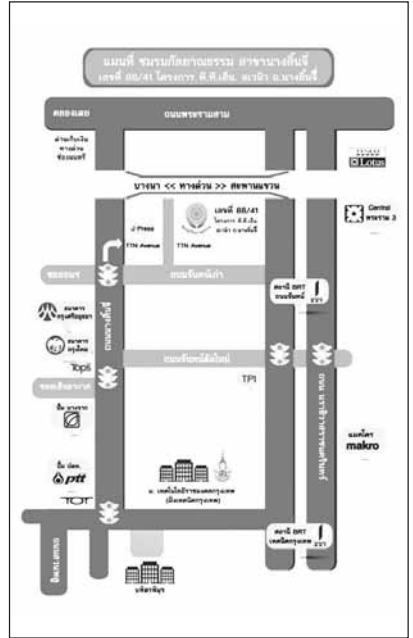
ด้วยความเสียสละของท่านประธานชมรม คุณหมอ อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ เราก็ได้อาศัยคลินิกของคุณหมอเป็นที่ทำการชมรม ทั้งติดต่อ จัดส่งธรรมทาน ประสานงาน จัดเตรียมงานบรรยายธรรม ฯลฯ นอกจากนี้ ยังมีสาขาของชมรมในที่ต่าง ๆ อีกสามแห่ง ที่คอยช่วยเผยแผ่ธรรมทั้งหนังสือและซีดีธรรมะให้แก่ผู้สนใจ

ยิ่งนานวันกิจกรรมของชมรม ยิ่งขยายมากขึ้น มีสมาชิกถึงสองหมื่นกว่าคน มีผู้ติดตามสนใจเป็นจำนวนมาก แต่ด้วยข้อจำกัดของทำเลและสถานที่ ทำให้การติดต่อและประสานงานทำได้ไม่เต็มที่

ในต้นปี พ.ศ. ๒๕๕๗ ซึ่งชมรมจะครบสิบปีแห่งการก่อตั้งและเสียสละแรงกายแรงใจของสมาชิกทุก ๆ ท่าน ชมรมได้รับการบริจาคอาคาร ๔ ชั้นครึ่ง บนถนนนางลิ้นจี่ ใกล้กับบพิตรพิมุข สถานที่จัดงานบรรยายธรรม เพื่อเป็นสำนักงาน และสถานที่จัดกิจกรรมเกี่ยวกับการเผยแผ่ธรรม ในใจกลางเมือง ซึ่งจะทำให้สมาชิกและผู้สนใจ สามารถเดินทางมาติดต่อได้สะดวกมากขึ้น

อาคารหลังนี้ จะเป็นสำนักงานสาขา (ที่ เดิมคลินิกอัจฉราทันตแพทย์ ก็ยังคงเปิด เหมือนเดิม) ในการติดต่อ ประสานงาน เผยแพร่ ธรรมทานทั้งหนังสือ และซีดีธรรมะ จัดกิจกรรม การบรรยายธรรม/ปฏิบัติธรรมกลุ่มย่อย มี โครงการห้องสมุดธรรมะให้ศึกษาค้นคว้า ซึ่ง สมาชิกที่ไม่สะดวกจะเดินทางไปติดต่อที่ปากน้ำ ก็สามารถเดินทางมาที่นี่ได้เช่นกัน

สำนักงานสาขานางลิ้นจี่ ตั้งอยู่ที่ เลขที่ ๘๘/๔๑ โครงการ ทีทีเอ็นโอเวนิว ถนนนางลิ้นจี่ ซอยนนทรี ยานนาวา กรุงเทพฯ ๑๐๑๒๐ โทร. ๐๒ ๒๘๕ ๔๓๑๘ - ๑๙ โดยเปิดทำการวัน จันทร์ - ศุกร์ เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๘.๐๐น. วัน เสาร์ - อาทิตย์ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๗.๐๐ น.



โอวาทธรรม หลวงปู่มั่น

“การดูกิเลสและแสวงธรรม ท่านทั้งหลายอย่ามองข้ามใจ ซึ่งเป็นที่อยู่ของกิเลส และเป็น ที่สถิตแห่งธรรมทั้งหลาย กิเลสก็ตี ธรรมก็ตี ไม่ได้อยู่กับกาลสถานที่ใดๆ ทั้งสิ้น แต่อยู่ที่ใจ คือเกิดที่ใจ เจริญที่ใจ และดับลงที่ใจดวงรู้ๆ นี้เท่านั้น”

7 Dangerous Facebook's Habits:

facebook

๗นิสัยอันตรายในเฟซบุ๊ก!

โดย... ฐาม เชื้อสถาปนศิริ, นักวิชาการ สถาบันวิชาการสื่อสาธารณะ (สวส.)

เพราะเฟซบุ๊กเป็นโลกชุมชนเสมือนจริงที่ใหญ่ที่สุดในโลก ผู้คนเข้ามาพูดคุย บอกล่า และสร้างความสัมพันธ์เก่าใหม่ไปพร้อมๆ กัน เมื่อชุมชนหนึ่งๆ ที่มีประชากรมากขนาดนั้น “ปฏิสัมพันธ์” ระหว่างกันย่อมเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงได้ยาก และผู้คนต่างๆ นี้อเอง ก็พาเอานิสัย/บุคลิกส่วนตัวเข้ามาในโลกนี้ด้วย

มีการศึกษาจากวารสารการแพทย์อเมริกันพบว่า เฟซบุ๊กทำให้คนกล้าที่จะพูดเรื่องตัวเองมากขึ้น ช่างคุยมากขึ้น และในบางราย คือ หลงตัวเองมากขึ้น อันเป็นผลมาจาก การใช้สื่อเฟซบุ๊กเพื่อสื่อสารกับคนทั้งโลกว่าคุณทำอะไรอยู่ เช่นเดียวกับ ยูทูบว์ หรือ ทวิตเตอร์ ที่เน้นการสื่อสารจากตัวคุณเอง

การสื่อสารในสื่อใหม่ คือ การทำให้ “คุณ” (you) ได้พูดเรื่องตัวเองมากขึ้น โดยมีโลกทั้งใบพร้อมฟังคุณ!

อย่างไรก็ตาม จากที่ผู้เขียนค้นดูงานวิชาการที่ศึกษาเกี่ยวกับ พฤติกรรม / อุปนิสัย ที่อาจเป็นที่น่ากังวลอัน เกิดมาจากพฤติกรรมการใช้เฟซบุ๊กที่ขาดสติเท่าทัน

มี ๗ อุปนิสัย ที่อาจพัฒนาเป็นบุคลิกภาพที่เป็นปัญหาเชิงจิตวิทยาในระยะยาวของผู้ใช้เฟซบุ๊กที่อาจรู้ไม่เท่าทัน ดังนี้

(๑) “หลงใหลตัวเองมากขึ้น”

เป็นอุปนิสัยแรกเริ่มที่อาจดูไม่เป็นปัญหา หรือนำไปสู่หลาย ๆ ปัญหา ไม่น่าเชื่อว่า เฟซบุ๊กทำให้คนหลงตัวเองมากขึ้น!

ผู้คนส่วนมากรู้เรื่องตนเองดีที่สุด ฉะนั้นพวกเขาจึงมักโพสต์ทุกอย่างที่พวกเขาภูมิใจง่ายที่สุดคือเรื่อง “หน้าตา” คนพวกนี้มักชอบโพสต์รูปตัวเองในมุมสวย หล่อ และเฝ้ารอคอยมีคนชื่นชอบหรือแสดงความคิดเห็น หรือ กระทั่งการกดปุ่มไลค์ รูปที่ตนเองเพิ่งจะโพสต์ลงไป!

เฟซบุ๊กทำให้คนขี้โม้ ขี้คุย ขี้อวดมากขึ้น โดยเฉพาะกิจกรรมการอวด หลายนคนมักโพสต์รูปถ่ายกับรถใหม่ บ้านใหม่ ของเล่นชิ้นใหม่ บ้านใหม่ งานใหม่ สถานที่เที่ยวใหม่ๆ กระทั่งอาหารที่กำลังจะทาน พวกเขาก็ไม่วายที่จะถ่ายรูปเพื่อเอามาอวดเพื่อน ๆ หรืออวดว่ามีจำนวนคนมาขอเป็นเพื่อนมากมาย คนมากดชอบ แสดงความคิดเห็น ก็กลายเป็นการส่งเสริมให้พวกเขาหลงตัวเองมากขึ้นไปอีก

เห็นว่า พวกเขาทำล้นทำทุกอย่างเพื่อโปรโมทตัวเอง!

(๒) “ขี้อิจฉามากขึ้น”

เมื่อมีคนโพสต์เรื่องตนเอง หน้าตาดี ชีวิตดี ฐานะดี ดูดี ดูเท่ คนอีกจำนวนหนึ่งารู้สึกว่าชีวิตตนเองไม่ดีแบบนั้น จึงกลายเป็นคนที่ขี้อิจฉามากขึ้น พวกเขาขี้อิจฉาคิดน้อยและไม่พอใจในชีวิตตนเอง และรู้สึกที่ตนเองเป็น “ไอ้ขี้แพ้” ตลอดเวลา

ในแง่นี้อธิบายได้ว่า “เพราะในโลกจริง ผู้คนส่วนใหญ่ ก็ยังเป็นคนจน ชนชั้นกลาง หลาก ๆ คนไม่ได้เป็นคนเก่ง คนที่ได้รับสถานะทางสังคมเช่นดารา คนดัง หรือบุคคลสาธารณะ เมื่อคนธรรมดาเหล่านั้นเข้ามาใช้เฟซบุ๊ก เขาก็เพียงแค่อยากจะรู้สึกเป็นคนเด่น คนดัง คนสำคัญบ้าง จึงต้องสร้างภาพตนเองให้ดูดีในพื้นที่สาธารณะสักเล็กน้อย เพื่อหลอกตัวเองหรือผู้อื่น การยกระดับภาพชีวิตตนเองให้ดีขึ้น ก็มีใช้อะไรอื่น นอกจากเขาอิจฉาคนอื่น ไม่ว่าจะมาจากโลกจริงหรือโลกเสมือนก็ตาม”

(๓) “มองโลกในแง่ร้าย”

เฟซบุ๊กเป็นที่ที่คนชอบโพสต์เรื่องส่วนตัว ๆ ขณะที่เรื่องส่วนรวมของสังคมมักเป็นเรื่องร้าย ๆ ดังนั้นคนที่เสพข้อมูลข่าวสารจำนวนมาก จึงมักเห็นเรื่องปัญหาสังคมต่าง ๆ ถูกหยิบขยายความ ตีความ ส่งต่อแพร่หลาย กระจายวงกว้าง พวกเขาจึงรู้สึก “โลกช่างโหดร้าย” และมีลักษณะไม่ไว้วางใจผู้คนในเรื่องต่าง ๆ มากขึ้น

(๔) “ชอบสอดส่องสอดรู้ชีวิตคนอื่น ๆ”

เฟซบุ๊กเอื้อโอกาสให้เราสามารถสอดส่องดูชีวิตของเพื่อนเราได้อย่างไร้ขอบเขตเวลาและสถานที่ แม้จะมีระบบติดตั้งความปลอดภัย ความเป็นส่วนตัว แต่ผู้คนจำนวนมากก็หลงลืมการสร้างเขตแดนจำกัดพื้นที่ชีวิตของตน หลายคนถูก “หลงไหล/ติดตาม/เฝ้าดู” อย่างไม่ลืมหูลืมตาจากคนแปลกหน้าที่เข้ามาเป็นเพื่อน และชีวิตของเราก็ถูกคนทั้งโลกจับตามองอยู่ตลอดเวลา

การสอดส่อง ติดตาม (stalker) หรือการเข้าไปก้าวก้าวชีวิตของผู้อื่น นั้นแสดงว่าคุณมีปัญหาสุขภาพจิตอย่างหนัก เพราะคุณเริ่มแยกไม่ออกระหว่างพื้นที่สาธารณะและความเป็นส่วนตัวของผู้อื่น และนั่นอาจทำให้คุณรู้สึก “ขี้มดใจและมีอำนาจเหนือชีวิตของผู้อื่น” และก้าวไปสู่ปัญหาความสัมพันธ์ในโลกจริงกับเขาที่คุณชื่นชอบ

(๕) “เปิดเผยตนเองมากขึ้น-กันเองมากขึ้น”

ในที่นี้หมายถึง เป็นกันเองมากขึ้นกับทุก ๆ คน เฟซบุ๊กมีระดับความเป็นเพื่อนมากมาย แต่ทุกคนก็หลงลืมระยะห่างทางกายภาพในโลกแห่งความเป็นจริง ผู้คนในเฟซบุ๊กใช้ภาษา หรือเข้ามาพูดจาทักทายผ่านข้อความกับบุคคลต่าง ๆ เสมือนเป็นเพื่อนมาอย่างยาวนาน พวกเขา “ระมัดระวังและรักษาระยะห่างน้อยลง” ความสัมพันธ์กลายเป็น “ง่าย ๆ และกันเอง” นั่นทำให้ภาษาพูดและ ระดับการคุกคามการวิพากษ์วิจารณ์มีระดับรุนแรง และนำไปสู่การพูดแบบไม่ใส่ใจเขาใจเรามากขึ้น

ผู้คนในเฟซบุ๊กใช้ถ้อยคำภาษาที่กันเองมากขึ้น พวกเขาไม่รู้สึกแปลกที่จะบอกเล่าเรื่องราวความคิดความรู้สึกของตนเองกับคนแปลกหน้า และนั่นนำมาสู่การเปิดรับ รู้จักคนแปลกหน้ามากขึ้น และกับดักของอาชญากรในเฟซบุ๊กที่พวกเขา มักใช้ คือ ถ้อยคำที่สุภาพ ทำทางที่ดูคบได้ ไว้วางใจได้ และการสร้างความไว้วางใจที่มาจากบทสนทนาที่ดูเป็นกันเอง

(๖) “จมทุกข์แบกโลกซึ่มเศร้า”

มีหลายคนทีในชีวิตจริงพวกเขาไม่มีความสุข พวกเขาจึงแบกโลกทีพวกเขา อยู่มาสถิตไว้ในเฟซบุ๊ก กลายเป็นแหล่งระบายอารมณ์ จมทุกข์ โศกเศร้ามากขึ้น การระบายอารมณ์ หรือแสดงความรู้สึกผิดหวังเสียใจนั้นเป็นเรื่องปกติ เพราะเป็น เรื่องธรรมชาติ แต่คุณอาจพบว่ามึเพื่อนบางคนทีมักจะอยู่ในอารมณ์เศร้าตลอดเวลา นั้นแสดงว่าเขามึไม่สามารถหลุดพ้นก้าวข้ามสภาวะนั้นได้ และจะกลายเป็นคนทีมี ภาวะซึ่มเศร้าแบบออนไลน์ตลอดเวลา และคนอื่นๆ ก็จะถูกกั้นเมื่อหน่ายหรือ รังเกียจพวกเขา แทนทีจะเข้าใจและช่วยรักษาพวกเขา

(๗) “หลงใหลยึดติดแบบอย่างชีวิตของผู้อื่น”

เฟซบุ๊กเป็นสังคมเสมือนจริง แต่ไม่ใช่โลกจริง เป็นทีทีผู้คน ดี เลว รวย จน มาสื่อสารร่วมกัน คนธรรมดา ดารา คนดัง มาใช้ชีวิตร่วมกันในโลกออนไลน์ ผู้คน ส่วนมากทีติดเฟซบุ๊ก จะแยกแยะไม่ออกระหว่างชีวิตจริง โลกจริง พวกเขาเริ่ม รู้สึกยึดติด ติดตาม ผูกพันกับชีวิตของคนอื่นๆ มากขึ้น กลายเป็นว่า พวกเขาจะ ใช้ชีวิตของตนเองด้วยการยึดเอาชีวิตของคนอื่นเป็นแนวทาง ทีพักพิงใจ และเริ่ม สนใจชีวิตตนเองน้อยลง

คนทีหลงใหลในชีวิตผู้อื่น จะสูญเสียความภูมิใจในตนเอง มากไปกว่านั้น คือ ฝ้ารอก ฝ้าคอยทีจะติดต่อดิตตามสื่อสารกับผู้อื่น คนทีเขานับถือเป็นแบบอย่าง ตลอดเวลา เขาจะไม่สนใจชีวิตของตนเองอีกต่อไป!

ร้ายกว่านั้นคือ เขาอนุญาตให้ชีวิตคนอื่นเข้ามาควบคุมบงการชีวิตของเขาเอง

ร้ายทีสุด คือ สับสนในโลกจริง โลกเสมือน และไปใช้ชีวิตของตนเองในชีวิต เฟซบุ๊กของคนอื่น!

จะเห็นว่า เฟซบุ๊กนั้น มึใช้เชื้อโรคหรือไวรัส แต่เป็นปรากฏการณ์ทางสังคม ทีบ่มเพาะ ผลิต และเผยแพร่โรค อันเกิดมาจากผู้คนที่มาใช้ชีวิตร่วมกันในสังคม เสมือนจริง ผู้คนต่างๆ เข้ามาเสพติดมันและเปลี่ยนนิสัยตนเอง หรือย่ำสร้างนิสัย เดิมตนเองให้มีความรุนแรงมากขึ้น

พลังของเฟซบุ๊ก ที่ให้การสื่อสาร ปฏิสัมพันธ์ สภาวะไร้ขอบเขต เวลาพรมแดน และการปลดปล่อยตัว ซ่อนเร้นตนเองจากชีวิตจริง นั้นทำให้ต่างคนต่างแพร่กระจายโรคออนไลน์ได้ง่ายขึ้น หากเราใช้สื่ออย่างรู้ตระหนักรู้เท่าทันสภาวะจิตใจตนเอง เท่าทันอารมณ์ และรู้ทันความเป็นโลกเสมือนจริงนี้ เราก็จะมีภูมิคุ้มกันสื่อ และใช้ชีวิตอย่างเป็นสุข!



อ่านเพิ่มเติม

The five types of people you can't escape on Facebook

- <http://myspace.org/are-you-a-facebook-addict/> Humor: The Six Most Common Personality Types on Facebook
- <http://www.vanityfair.com/culture/features/2011/08/facebook-personality-slide-show-201108> How to Handle the 10 Annoying Facebook Personalities
- http://teenink.com/opinion/pop_culture_trends/article/256767/How-to-Handle-the-10-Annoying-Facebook-Personalities/



มองเป็นเห็นสุข

“ความสุขเป็นสิทธิ์ของทุกคน ไม่ว่าจะรวยหรือจน หุ่นหรือแก่ เจ้านายหรือลูกน้อง ไม่เว้นแม้แต่ผู้ป่วยหรือคนพิการ เพราะความสุขนั้นอยู่ที่ใจ หรือมุมมองมิได้อยู่ที่ว่า มีอะไรเกิดขึ้นกับเราหรือไม่”

พระไพศาล วิสาโล



เรื่องเล่าวันพระ: รัฐธรรมนูญจาก ความประหยัด

พระธรรมโกศาจารย์ พุทธทาสภิกขุ
เขียนเล่าเรื่องโดย พระไพศาล วิสาโล

มีศิษย์เพียงไม่กี่คนที่รู้ว่าท่านอาจารย์พุทธทาสมี “สมบัติชิ้นเอก” อยู่ชิ้นหนึ่ง สมบัติชิ้นนี้หาในกฎีกิไม่พบเพราะอยู่ข้างกายท่านตลอดเวลา สมบัติชิ้นที่ว่าก็คือ แหนบถอนหนวด

แหนบดังกล่าวไม่ได้ทำด้วยวัสดุพิเศษอะไรเลย ออกจะด้อยคุณภาพด้วยซ้ำ เพราะทำจากขาบินโตที่ลูกศิษย์เอามาถวาย ท่านเพียงแต่เอามาพับก็已是แหนบได้แล้ว หากจะมีความพิเศษก็ตรงที่เป็นของที่ท่านใช้มานานร่วม ๗๐ ปี คือตั้งแต่บวชมาได้ ๒ พรรษา แม้จบบั้นปลายชีวิตท่านก็ยังใช้แหนบดังกล่าวอยู่

ท่านอาจารย์พุทธทาสเป็นพระที่ขึ้นชื่อในเรื่องความประหยัดและใช้สิ่งต่างๆ อย่างระมัดระวัง ท่านเคยเล่าว่าหากไม่ประหยัด สวนโมกข์คงจะ “พินาศ” ไปนานแล้ว เนื่องจากตั้งอยู่ในป่า ไกลจากแหล่งชุมชนมาก สิ่งของเครื่องใช้ต่างๆ จึงหาได้ยากไม่เหมือนปัจจุบัน แม้กระทั่งกระดาษชำระก็เป็นของมีค่าสำหรับสวนโมกข์ ท่านเคยเล่าว่าหากมีคนเอาวิมานมาให้ท่านหลังหนึ่งกับกระดาษชำระม้วนหนึ่ง ท่านขอเอากระดาษชำระม้วนเดียว เพราะกระดาษมีประโยชน์ ตรงกันข้ามกับวิมานซึ่งใช้ทำอะไรไม่ได้เลย

เวลานั้นอยู่ หากมีแกงหก ท่านจะดื่งกระดาษชำระ (แบบม้วน) มาใช้เพียงแผ่นเดียว เมื่อเช็ดเสร็จท่านจะไม่ทิ้ง แต่วางไว้บนโต๊ะ หากมีใครจะเก็บไปทิ้งท่านจะห้ามไว้ โดยให้เหตุผลว่าปล่อยไว้สักครู่กระดาษก็จะแห้ง สามารถเอามาเช็ดใหม่ได้อีก

กระดาษคาร์บอนที่ใช้พิมพ์สำเนาต้นฉบับ สมัยนี้ใช้ ๒-๓ ครั้งก็ทิ้งแล้ว แต่ท่านจะใช้พิมพ์ซ้ำแล้วซ้ำเล่า แม้คาร์บอนจะจางแล้ว หากยังพิมพ์ได้อยู่ ท่านก็ยังใช้ต่อจนกว่าคาร์บอนจะจางกระทั่งอ่านไม่ออก ที่ยิ่งแยกว่านั่นก็คือต้นฉบับพิมพ์ดีดหลายพันหน้า ที่ออกจากสวนโมกข์สมัย ที่ท่านยังมีชีวิตอยู่นั้น เรียกได้ว่าไม่เคยได้สัมผัสกับยางลบหมึกเลย เวลาลูกศิษย์พิมพ์ผิด ท่านจะแนะให้ใช้เข็มช้อนปลายค่อยๆ เขี่ยเอา การแก้ไขคำผิดด้วยวิธีนี้ ทำให้ลูกศิษย์ต้องพิมพ์ดีดอย่างระมัดระวัง พยายามไม่ให้ผิด นับเป็นการฝึกสติอย่างดี



บัวแย้มบาน

ท่ามกลางเปลวแดด

(๒๔ พฤศจิกายน ๒๕๕๖)

ท่ามกลางสถานการณ์ทางการเมืองและสภาวะบ้านเมืองที่ร้อนรุ่ม นับเป็นประวัติศาสตร์หน้าสำคัญที่ปวงชนชาวไทยตื่นตัวออกมาแสดงสิทธิ์และทำหน้าที่ของตนเองกันคึกคัก เพื่อร่วมพิทักษ์ปกป้องแผ่นดินไทยและธงชาติไทยให้คงเป็นธงไตรรงค์ อันมี ชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์เหมือนเดิม



งานแสดงธรรมเป็นธรรมทานครั้งที่ ๒๗ ของชมรมกัลยาณธรรม ซึ่งได้นัดหมายกันล่วงหน้ามานาน ก็ตัดสินใจยืนยันว่า ไม่งด ไม่เลื่อน คงจัดตามที่สภาพท่ามกลางความสับสนวุ่นวายของสถานการณ์บ้านเมือง พวกเราได้รับการยืนยันจากเจ้าภาพ และผู้ให้การสนับสนุนด้านต่างๆ ว่าจะให้การสนับสนุนเต็มที่เหมือนเดิม ไม่เปลี่ยนแปลง แม้ญาติธรรมกระทั่งแฟนพันธุ์แท้บางส่วน รวมทั้งธรรมบริการและจิตอาสาบางส่วน จะบอกลา ไม่มางานนี้แต่จะไปงานราชดำเนิน อีกหลายท่านก็หายไปโดยไม่บอกกล่าว พวกเราก็ได้ทำใจไว้ล่วงหน้า ว่างานนี้คงมีผู้มาฟังธรรมน้อยกว่าปรกติ

การเตรียมงานในวันเสาร์ผ่านไปอย่างรวดเร็ว การลดปริมาณงานและความคาดหวังลงไป เช่น การงดจุดฟังธรรมในโรงอาหาร และการเพิ่มโรงทานมือกลางวันเป็น ๒ แห่ง คือเพิ่มในโรงอาหาร ทำให้ผู้ฟังธรรมและเจ้าภาพโรงทานสะดวกสบายขึ้น เพื่อนๆ มาช่วยกันอย่างอบอุ่นในวันเสาร์ บางท่านมาเพื่อจะบอกลาไว้ว่า วันอาทิตย์ที่ ๒๔ เป็นวันสำคัญที่จะต้องไปราชดำเนิน คงมางานเราไม่ได้ จึงมา



ช่วยออกแรงก่อนในวันเสาร์ พวกเราทำงานกันสบายใจ เพราะกองเสียบึงสำคัญคือ**ภัตตาหารบุญคุณดาว** มาดูแลเปิดภัตตาหารบุฟเฟ่ต์ให้ตลอดวัน หลังจากที่รับข้าวกล่องจากพี่สุชาติรองห้องในมือเช้าแล้ว

ต้องขอขอบพระคุณน้ำใจของชาวกัลยาณธรรมทุกท่าน ที่ร่วมกันสละทรัพย์ในการจัดซื้อโต๊ะพับสแตนเลส เพื่อบริจาคให้กับทางมหาวิทยาลัย ได้มากถึง ๖๐ ตัว ทำให้งานนี้ มีโต๊ะที่จะใช้งานมากพอ และต้องขอขอบคุณ**ทีมชงโค ช่างไฟฟ้า** ที่ได้สละเวลามาติดตั้งปลั๊กไฟไว้ที่ริมรั้วของมหาวิทยาลัยทำให้การทำงานรวดเร็วมากขึ้น โดยได้ใช้เงินที่เหลือจากการซื้อโต๊ะมาดำเนินการ

ช่วงบ่าย **ท่านอาจารย์อ่อนใจ ลิมตระกูล**ได้นำพวกเราไปไหว้พระ และอธิษฐานกับศาลพ่อปู่ ซึ่งเป็นที่เคารพสักการะของชาวยุทธพินธุ จากนั้นพากันขึ้นห้องประชุม ฟังธรรมทางไกลจากโทรศัพท์ของท่าน**อาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร**ที่ให้ธรรมและพรมาจากเชียงใหม่สายตรง ตามด้วยโอวาทและกำลังใจจากพี่ๆ เริ่มด้วย **พี่เฉลิมพันธ์** เว็บบาสเตอร์คนดี ตามด้วย**พี่วีระ** และปิดท้ายด้วย **พี่ณรงค์ฤทธิ์**



จากนั้น ร่วมกันอธิษฐานจิตในการทำความดีเพื่อวิวัฒนาการ ในบทสวดอธิษฐานในบทปฏิญาณจะระบุปะนะคาถา ทำยสุดเราทุกคนร่วมกันร้องเพลงสรรเสริญพระบารมี และสตุดิมหาราชา ซึ่งจะร้องจริงหลังพิธีเปิดในวันงาน วันนี้งานเสร็จแต่วันและต้องขอบคุณเป็นพิเศษ ประมอด้งๆ ให้**บริษัทเดินทัพรไพศาล** ที่มากางเดินทัพให้จนเสร็จเรียบร้อยตั้งแต่วันพฤหัสบดี และรับปากว่าจะมาเก็บเดินทัพให้เรียบร้อยในเย็นวันอาทิตย์ เพราะวันจันทร์ ทางคณะบริหารธุรกิจจะใช้สนามต่อทันที

ในเย็นวันเสาร์ ท้องฟ้าเมฆครึ้ม มีละอองฝนโปรยปรายลงมา จนหน้าหนาวเสียวว่า คืนนี้จะเป็นอย่างไร? วันพรุ่งนี้จะเป็นอย่างไร?? แต่ที่มงานทุกคนก็ได้แต่ปล่อยให้ไปไปตามเหตุปัจจัย อะไรจะเกิดก็ต้องเกิด

เช้าวันงาน เทวดาท่านพรมน้ำมนต์ลงมาให้เย็นหน้าแต่เช้ามืดไม่ถึงกับเปียกแค่เย็นชุ่มฉ่ำ พวกเราประจำที่พริกพร้อมตั้งแต่ก่อนตีห้า ขอขอบคุณ**น้อง ๆ มศว.** ที่เสียสละมานอนค้างเมื่อคืนนี้ และได้มาช่วยต้อนรับผู้มาฟังธรรมตั้งแต่ตีห้า



คิดกันไว้แล้วว่าคนจะมาร่วมงานน้อย แต่จะมากเกิน นักแสดงมีอาชีพ
 อย่างพวกเรา ก็จะแสดงให้สุดฝีมือ ในช่วงพิธีเปิดได้**น้องออย-อัชลิ เวชยันต์ศฤงคาร**
 มาทำหน้าที่พิธีกรแทน**อาจารย์มนตรี จตุรภัทร** ซึ่งยังรักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาล แต่
 ท่านก็ติดตามงานตลอดทั้งวัน ผ่านการถ่ายทอดทางอินเทอร์เน็ต และเป็นกำลังใจ
 ให้พวกเราตลอด

พิธีเปิดผ่านไปอย่างราบรื่นด้วยดี หลังจากการร่วมกันร้องเพลงสรรเสริญ
 พระบารมีและสดุดีมหาราชจบลง ได้มีเหตุการณ์ประทับใจคือ ทุกคนพร้อมใจกัน
 กล่าวถวายพระพรว่า **“ทรงพระเจริญ ทรงพระเจริญ ทรงพระเจริญ”** ทำเอาทีมงาน
 หลายคนต้องน้ำตาซึม

และด้วยความอนุเคราะห์ของ**ศิลปินกฤตบุญญ ธรณีน** โดยคำแนะนำของ
 อาจารย์มนตรี จตุรภัทร ชมรมกัลยาณธรรมจึงได้มอบบทเพลง ๒ บทเพลงให้แก่
 มทร.กรุงเทพ ได้แก่ เพลง **“เชิญสู่แผ่นดินธรรม”** และเพลง **“ธรรมะราชมงคล
 กรุงเทพ”** ซึ่งทั้ง ๒ เพลง ประพันธ์โดย ศิลปินกฤตบุญญ ธรณีน

ช่วงแรกของการแสดงธรรมคือ เทศนาธรรมของพระอาจารย์มหาเหล็ก จันทลีโล เจ้าอาวาสวัดสุทธสำราญ จ.บุรีรัมย์ พระวิปัสสนาจารย์ที่มีลูกศิษย์มากมาย ในเรื่อง **“การปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน”** ก่อนขึ้นแสดงธรรม ท่านได้เดินชมบริเวณงาน เป็นที่ปลื้มปิติของทุกท่านที่ได้กราบ จบจากแสดงธรรมแล้ว ก็ไม่ทันได้ฉัน ต้องรีบเดินทางไปแสดงธรรมที่ยุวพุทธิกสมาคมฯ ศูนย์ ๒ ต่อทันที

ในช่วงที่ ๒ ซึ่ง**ท่านอาจารย์ธีรยุทธ เวชเจริญยิ่ง** รับเป็นองค์บรรยายแบบฉุกฉิน แทนท่านอาจารย์กำพล ทองบุญนุ่มที่ได้กราบเรียนเชิญไว้ แต่ป่วยกะทันหัน ยังนอนอยู่โรงพยาบาล รอบนี้ น้องแหท (ไชชิตา คงสวัสดิ์ศักดิ์) เป็นพิธีกรได้ดีทีเดียว ท่านอาจารย์ธีรยุทธ หรือ “พี่ยุทธ” ของพวกเรา พูดเรื่อง **“งานยุ่งทั้งวัน จะปฏิบัติธรรมได้อย่างไร”** อาจารย์พูดซ้ำๆ ซัดๆ ในเนื้อหาที่สามารถจับต้องนำไปปฏิบัติจริงได้ ใช้ภาษาง่ายๆ และมีเสียงเพลงไพเราะพร้อมหยอดมุขเป็นระยะ ช่วงนี้ทุกท่านฟังไปก็ยิ้มบ่อยยิ้มใหญ่ เป็นการฟังธรรมที่เบิกบานและรื่นรมย์สมใจทุกท่าน ขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ที่มอบปัจจัยทุกบาททุกสตางค์ถวายเป็นพุทธบูชา โดยมอบให้เป็นทุนเผยแผ่ธรรมของชมรมกัลยาณธรรมทั้งหมด สาธุๆ

พักทานอาหารกลางวันกันสบายๆ โดยในงานครั้งนี้ สามารถยึดรถสุขาเอกชนไว้ได้มาให้ทุกท่านใช้ถึง ๕ คัน ซึ่งแต่แรกเกรงว่าจะถูกมือบราชดำเนินหรือกรมตำรวจยึดไปใช้ในราชการฉุกฉินเสียหมด ดีที่น้องยุติช่วยประสานยืนยันอยู่ตลอดทางรถสุขาจึงมาครบตามนัด มือเที่ยงเราเปิดโรงงานเพิ่มอีกแห่งในโรงอาหารซึ่งร่วมรีนมีที่นั่งสบายสัปบายะ ไม่ต้องแออัดกันในสนามบอลแห่งเดียว ซึ่งก็มีผู้ไปใช้บริการอย่างล้นหลาม

เข้าช่วงบ่ายได้ฟังธรรมของ**หลวงพ่อเยื่อน ขันดีพโล (พระพิศาลศาสนกิจ)** ท่านแสดงธรรมเรื่อง **“การถึงสรณะ”** มี**น้องณัฐธิดา สุวรรณกิตติ** เป็นพิธีกร ท่านแสดงธรรมได้ดังงาม เป็นแบบอย่างของพุทธบุตรผู้เปี่ยมเมตตาและเห็นแจ้งในธรรมแนวทางสอนภาวนาของท่าน สามารถน้อมนำมาปฏิบัติได้ง่าย เมื่อท่านแสดงธรรมจบลง ก็ลงจากเวทีมาพบหลวงพ่อวิชัย เขมियो ซึ่งนั่งอยู่ที่เก้าอี้โซฟา รอทศน์องค์ต่อไป ท่านทุดองค์ลงกอดแล้วกอดอีก และกราบหลวงพ่อวิชัยด้วยความเคารพและสนิทสนมคุ้นเคยยิ่งนัก เป็นที่ปลื้มปิติแก่พวกเราที่ได้เห็นภาพน่าประทับใจนั้น จากนั้นหลวงพ่อเยื่อนก็เดินทางกลับ ระหว่างที่เดินผ่านสวนสมุนไพรร ก็มีญาติโยมนำน้ำมาให้ท่านสแกนน้ำมนต์รักษาอาการป่วยของเขา ท่านเมตตามาก ได้สแกนน้ำมนต์



ให้แก่อาจารย์มนตรี จตุรภัทรด้วย โดยน้องบุญทิวาจะนำไปมอบให้ท่านอาจารย์ที่โรงพยาบาลภายหลัง

ถึงช่วงสุดท้าย เป็นการแสดงธรรมของ**พระครูเกษมวรกิจ** หรือ **หลวงพ่อวิชัย เขมियो** นี่เป็นครั้งที่ ๒ ที่ท่านมาโปรดพวกเราที่นี่ จึงไม่แปลกที่เมื่อหลวงพ่อกำลังห้องรับรองแล้ว พวกเราต่างก็รีบไปกราบ พวกหนุ่มๆ นั้น รีบแย่งกันหนดแข่งขานให้ท่าน (รวมทั้งหลวงพ่อเยือน ก็ถูกรุมหนดเช่นกัน ท่านเมตตามาก พุดคุยเป็นกันเองมีอารมณ์ขัน และสอนกรรมฐานให้ด้วย) ช่วงสุดท้ายของการแสดงธรรมไปจนจบงานมี**น้องชยติ คงสวัสดิ์ศักดิ์** เป็นพิธีกร หลวงพ่อวิชัย เทศน์เรื่อง **“จิตอิสระ”** มีอารมณ์ขันแทรกเป็นระยะ ปิดท้ายรายการอย่างอึ้งใจในธรรม ทราบว่า จบบานนี้ท่านต้องเดินทางต่อไปลาวทันที ขอน้อมกราบความเมตตาของหลวงพ่อที่ให้กำลังใจพวกเราเสมอมา

ช่วงสุดท้าย ประธานชมรมกัลยาณธรรมออกมากล่าวขอบคุณ และขอบคุณ เป็นพิเศษ ต่อทุกท่านที่สละเวลามาร่วมงานในวันนี้ แม้หลายท่านก็ยังคงมีความ กังวลใจกับสถานการณ์บ้านเมือง แต่ก็อดส่ำห์เลือกที่จะมาทำให้กำลังใจชมรม กัลยาณธรรม ซึ่งแม้วันนี้คนจะมาน้อย แต่พวกเราทำทุกอย่างเต็มที่ และเชื่อมั่นว่า นี่คือน้ำที่หนึ่งของคนไทย ที่จะมอบพระธรรมอันเป็นสิ่งประเสริฐสูงสุด เติม ความเย็นใส ชาวสะอาดดับร้อนของแผ่นดิน ประหนึ่งดอกบัวที่แย้มบานอยู่กลาง เปลวแดดที่กำลังร้อนระอุ พวกเราเชื่อมั่นในอนุภาพแห่งธรรม ที่จะช่วยเป็นพลัง สีสาวของแผ่นดิน และด้วยพลังแห่งมหากุศล มหาทาน ที่พวกเราต่างทำมาโดยชอบ ประกอบมาด้วยธรรม จึงมีอานิสงส์อันยิ่งใหญ่แผ่คลุมปกป้องปัดเป่าเภทภัยดับ ร้อนรุ่มในใจผู้คน ขอให้ชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์ คงอยู่คู่แผ่นดินนี้ตราบนานเท่านาน



มาร่วมอนุโมทนาปัจจัยในงานแสดงธรรม ครั้งที่ ๒๗ ด้วยกันค่ะ

- | | |
|--|---------------|
| ๑. พระอาจารย์มหาเหล็ก จันทลีโล | ๖๓,๕๑๘.๐๐ บาท |
| ๒. อาจารย์ธีรยุทธ เวชเจริญยิ่ง
(ท่านมอบให้ชมรมกัลยาณธรรมทั้งหมด) | ๕๓,๙๕๘.๐๐ บาท |
| ๓. หลวงพ่อเยื้อน ชันติโพโล | ๖๕,๙๖๕.๐๐ บาท |
| ๔. หลวงพ่อวิชัย เขมิโย | ๖๗,๐๗๖.๐๐ บาท |
| ๕. มูลนิธิราชประชานุเคราะห์ | ๕๒,๑๕๑.๒๕ บาท |
| ๖. สงฆ์อาพาธ ตึกวชิรญาณ รพ.จุฬาลงกรณ์ | ๖๕,๘๔๒.๕๐ บาท |
| ๗. วัดพระบาทน้ำพุ
(ได้รับบริจาค เป็นเงิน ๖๙,๓๓๐ และจากร้านต้นไม้ เป็นเงิน ๑๗,๐๐๗ บาท) | ๘๖,๓๓๗.๐๐ บาท |
| ๗. บริจาคให้ชมรมกัลยาณธรรม | ๘๐,๔๕๖.๐๐ บาท |

อนุโมทนาสาธุ แล้วพบกัน ในงานแสดงธรรม ครั้งที่ ๒๘
วันอาทิตย์ที่ ๒๓ มีนาคม ๒๕๕๗ เน้นอน



ภาพแห่งความประทับใจ

งานแสดงธรรม
ปฏิบัติธรรม

ครั้งที่
๒๗

วันอาทิตย์ที่ ๒๔ พฤศจิกายน ๒๕๕๖





คลื่นศรัทธาหาชน ณ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ บพิตรพิบูลย์ มหาเมฆ

