

ตุ๊ก@นภิกษุทั้งหลาย....

แม่ภิกษุสัปดาห์สังฆมาฏี เดินตามรอยเท้าเราไป
ข้างหลังๆ แต่ถ้าวเอนั้นมากไปด้วยอภิขณิมา มีกามราคะกัลา
มีจิตพยาบาท มีความดำริแห่งใจ เป็นไปในทาง
ประทุษร้าย มีสติหลงลืม ไม่มีสัมปชัญญะ มีจิตไม่เป็น
สมาธิ แกว่งไปแกว่งมา ไม่สำรวมอินทริย์แล้วไซ้;
ภิกษุนั้นชื่อว่าอยู่ไกลจากเรา แม่เราก็อยู่ไกลจากภิกษุ
นั้นโดยแท้ เพราะเหตุไรเล่า?

ตุ๊ก@นภิกษุทั้งหลาย....

เพราะว่าภิกษุนั้นไม่เห็นธรรม เมื่อไม่เห็นธรรม
ก็ชื่อว่าไม่เห็นเรา

พุทธพจน์

ธรรมนำ

การเรียนรู้เรื่องธรรมและวินัย ที่กล่าวไว้ในพระพุทธานุศาสนนา หากเรียนรู้ด้วยการฟังจากครูบาอาจารย์ หรืออ่านจากตำรับตำราทางพระพุทธานุศาสนนาด้วยตนเอง หรือคิดพิจารณาตาม ที่ตัวเองเข้าใจ ความรู้ที่เกิดขึ้นเป็นสัญญาหรือความจำที่ผู้รู้ ได้เขียนบอกเล่าไว้ให้คนรุ่นต่อๆ มาได้อ่าน แต่ยังไม่เข้าถึง ธรรมและวินัยที่พระพุทธานุเจ้าตรัสไว้ หรือจะพูดในอีกแนวทาง หนึ่ง เพื่อให้เข้าใจได้ง่าย คือ รู้ แต่ไม่มีธรรมและวินัย เป็น ของตัวเอง พฤติกรรมในการคิด พูด ทำ ยังเป็นพฤติกรรม ของคนที่มีจิตใจเป็นทาสของโลกธรรมและวัตถุ ชีวิตยังต้อง ไหลเวียนไปตามกระแสโลก ยังต้องเวียนตาย-เกิดอยู่ในภพ ต่างๆ ของวิภูสงสาร

หากประสงค์จะนำชีวิตทวนกระแสโลก และมีจิต วิญญูญาณเป็นอิสระต่อสรรพสิ่ง ต้องนำตัวเองเข้าปฏิบัติธรรม จนสามารถเข้าถึงมรรคผลแห่งธรรมได้เมื่อใด การปฏิบัติคือ บทพิสูจน์ จะมีจริงเป็นจริงได้

ดร.สนอง วรอุไร



นมัสการพระคุณเจ้า สวัสดิ์ท่านผู้เจริญทุกท่าน เมื่อสักครู่หนึ่งอยู่ข้างล่างได้ยินได้ฟังพระคุณเจ้า (ท่านพระอาจารย์นวลจันทร์ กิตติปัญโญ) ขึ้นมาเทศน์แล้ว รู้สึกชื่นใจมากเลย เพราะสิ่งที่ท่านได้เทศน์มาทั้งหมดนั้นตรงตามธรรมยิ่งนัก ทำไมผู้บรรยายจึงบอกว่าตรงตามธรรมยิ่งนัก ก็เพราะว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่ได้ยินเข้าทางโสตประสาท มันได้ผ่านการพิสูจน์จากผู้ที่ไม่เคยเชื่อมาก่อน จึงได้พบได้เห็นว่าพระอริยสงฆ์ที่ได้กล่าวไว้ในพุทธกาลยังมีจนถึงบัดนี้ ปัจจุบันถ้าธรรมและวินัยยังอยู่ในจิตใจของท่านผู้ใด อริยบุคคลจะไม่สูญหายไปจากโลก เพราะฉะนั้นเป็นที่ชื่นชมที่พวกเรานับว่าเป็นผู้ที่โชคดี ได้ยินได้ฟังของแท้ของจริง



ต้องขอขอบคุณชมรมกัลยาณธรรม ที่ได้คัดสรรองค์บรรยายที่ขึ้นมาให้ความรู้ที่ถูกต้องตามธรรม ได้เข้ามาพบเห็นได้มาสัมผัสสององค์เป็นๆ ของอริยบุคคล ทั้งนี้ทั้งนั้นที่พูดเรื่องนี้ก็เพราะว่าได้พิสูจน์แล้วด้วยการประพจน์ปฏิบัติ จากคนที่ไม่เชื่อในเรื่องอย่างนี้มาก่อน จริงๆ แล้วก็ไม่น่าจะพูดเสริมเติมอะไรอีกเลย เพราะว่าท่านได้ยินด้วยหูของท่านทุกคนแล้ว

ของแท้ของจริงได้เกิดขึ้นแล้วที่นี้ คราวนี้ผมอยากจะเกริ่นว่า ทุกสิ่งทุกอย่างถ้าท่านจะพิสูจน์ว่าจริงหรือไม่ ต้องปฏิบัติ ด้วยตัวของท่านเอง ลำพังจะไปฟังจากปากคนอื่นพูด ยังไม่ใช่ของจริง ด้วยเหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงได้บอกไว้ในกาลามสูตร

ท่านไปดูกาลามสูตรทั้งหมดสิบข้อ สิ่งนั้นคือรากเหง้าของการที่ไม่ให้เชื่อจากสิ่งต่างๆ แต่ให้เชื่อด้วยการพิสูจน์ การพิสูจน์ที่จะเชื่อเข้าถึงได้ ก็คือ ความจริง ทุกท่านกับผู้บรรยายธรรมในขณะนี้ไม่มีอะไรแตกต่างกัน ท่านมีอวัยวะเหมือนผู้บรรยายนี้แหละ แต่สิ่งที่ผู้บรรยายได้เข้ามาสัมผัส ได้ยินได้ฟัง พระคุณเจ้าเทศน์ ผู้บรรยายไม่เชื่อ ปกติแล้วใครพูดอะไรไม่เชื่อ แต่เชื่อตามที่พระพุทธะบอกไว้ในกาลามสูตร คือเข้าไปพิสูจน์ด้วยตนเอง โดยการประพฤติปฏิบัติ ทุกท่านเหมือนกับผู้บรรยาย ดูว่าอวัยวะต่างๆ มีเหมือนกัน ขณะนี้มีร่างกายเป็นเครื่องมือให้จิตได้พัฒนา พัฒนาในที่นี้หมายถึงว่าด้วยการประพฤติปฏิบัติ เพราะการที่จะเกิดปัญญาหยั่งรู้ที่เราเรียกว่า "ญาณ" มิได้เกิดขึ้นด้วยการได้ยินได้ฟังหรือการคิดจินตนาการไปต่างๆ นานา แต่เกิดขึ้นจากการประพฤติปฏิบัติด้วยตัวของท่านเอง ด้วยเหตุนี้ ผู้บรรยายจึงบอกว่าไม่เชื่อ ใครพูดก็ไม่เชื่อ แต่เมื่อเอามาพิสูจน์เข้าถึงด้วย



เหตุด้วยผลแล้วจึงเชื่อ จึงได้ยืนยันว่า ธรรมและวินัยที่พระคุณเจ้าได้แสดงให้พวกเราดูเป็นตัวอย่าง ได้ตกทอดมาจากครั้งพุทธกาล จนบัดนี้ก็ยังมีอยู่ ในฐานะที่ท่านมีร่างกายเป็นเครื่องมือเหมือนกับผู้บรรยาย ทำไมท่านปล่อยให้เวลาให้สูญเปล่าทำไมไม่คิดประพฤติปฏิบัติเพื่อเข้าถึงสัจธรรมที่แท้จริงที่กล่าวไว้ในธรรมและวินัย



ผู้บรรยายโชคดีที่มีพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ ซึ่งเป็นเรื่องของเหตุของผลแล้วความจริงก็ปรากฏ พื้นฐานตรงนั้นที่ทำให้ผู้บรรยายได้มาประพฤติปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความจริงสูงสุดแล้วสิ่งที่เข้าถึงก็คือ ความรู้หรือตัวปัญญานั้นเอง ความรู้ที่เราได้เรียนมา ตั้งแต่สมัยที่เป็นเด็ก จนผ่านถึงระดับอุดมศึกษา เป็นเพียงตัวปัญญาแค่ว่าเพียงสองตัวเท่านั้นคือ สุตมยปัญญา และ จินตามยปัญญา แต่สองตัวนี้ยังรู้ไม่จริงยังเข้าถึงสัจธรรมที่กล่าวไว้ในพระพุทธานุศาสน์ไม่ได้ ต้องไปพัฒนาปัญญาหรือตัวความรู้ตัวที่สาม ทุกท่านที่นั่งอยู่ในห้องนี้สามารถที่จะพัฒนาให้เกิดขึ้นกับตัวท่านเองได้ วิธีการไม่ยากหรอก ทำใจให้หนึ่ง ใช้ร่างกายเป็นเครื่องมือพัฒนาจิตใจของ



ท่านให้มันนิ่ง คำว่านิ่งในที่นี้หมายความว่า ให้มีสติเพิ่มมากขึ้น ให้มีจิตตั้งมั่น (สมาธิ) มากขึ้น



ในสมัยที่ผู้บรรยายจบการศึกษาระดับปริญญาเอก ใช้แค่เพียงสุดมยปัญญาและจินตามยปัญญาก็สามารถศึกษาได้สูงสุดในทางโลก มาเจอเจ้าคุณโชดก (พระเทพสิทธิมุณี:โชดก ญาณสิทธิเถระ ป.ธ.๙) ท่านบอกว่ามีสติแค่ชนิดเดียว (ยังสามารถเรียนได้สูงสุด) ตอนนั้นก็ฟังหูไว้หู และยังไม่เชื่อ แต่คิดว่าท่านคงไม่พูดเท็จหรอก เพราะว่าอริยบุคคลไม่พูดเท็จ อย่างที่พระคุณเจ้าบอกแล้วว่า สิ้นชีพตปราสาท จะต้องไม่มี คือพระโสดาบันขึ้นไปจะต้องไม่มีสิ้นชีพตปราสาท เพราะฉะนั้นการพูดเท็จคงจะไม่ใช่อังคณา ยังไม่เชื่อแต่ก็ฟังหูไว้หู จนปัจจุบันผ่านมาสวมสีกว่าปี ยืนยันได้เลยว่า คนที่ไม่ได้ฝึกจิต สติมีชนิดเดียว ด้วยเหตุนี้จึงจำเป็น ถ้าเราอยากเข้าถึงธรรมแท้ๆ ของพระพุทธะ จำเป็นต้องฝึกจิตให้มีสติมากขึ้น มากขึ้น

วิธีการฝึกจิตให้มีสติทำได้หลากหลายวิธี ใครถนัดทางใด จริตหรือจรรยาความประพฤติของท่านมีอุปนิสัยมาทางใด



ท่านก็ฝึกองค์กรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตของท่าน จะเป็นลม
 เข้าลมออก พองหนอยุบหนอ สัมมาอะระหัง หรือจะไป
 พิจารณาอสุภกรรมฐาน ก็สุดแท้แต่ตามถนัด ในหนังสือ
 พุทธธรรมของท่านประยุกต์ (พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ.ปยุตฺโต)
 ท่านกล่าวไว้ว่าอย่างน้อยมีถึง ๔๐ อย่าง เลือกเอาสักอย่าง
 หนึ่งที่เหมาะสมกับจริตของตน คือเมื่อฝึกแล้วจิตเข้าสู่ความเป็น
 สมาธิได้ง่าย คราวนี้การที่ไปนั่งฝึก เราไม่ได้เรียกว่านั่งฝึกสมาธิ
 เราเรียกว่า นั่งฝึกจิตให้มีสติ จิตที่จะมีสติคือ ระลึกได้
 นี้ก็ได้กับอารมณ์ที่ใช้เป็นองค์ฝึกอยู่ในปัจจุบัน หรือถ้าจะพูด
 ให้ง่ายๆ แบบภาษาชาวบ้านคือ ใจจดจ่ออยู่กับอิริยาบถที่เป็น
 ปัจจุบันนั่นเอง มนุษย์ที่ยังไม่ตายไปไหนมีอิริยาบถใหญ่
 คือ ยืน เดิน นั่ง นอน อิริยาบทย่อยคือการได้ยินได้ฟังก็ฝึก
 สติได้ กิน ดื่ม พูด ฟัง ก็ได้ ทุกอิริยาบถขณะที่เราตื่นนำเอา
 มาใช้เป็นองค์ฝึกจิตให้มีสติได้ทั้งนั้น เมื่อใดก็ตามถ้าจิตมีสติ
 เพิ่มมากขึ้น จิตก็ตั้งมั่น ที่เขาสมมติกันในทางโลกเรียกว่า
 สมาธินั่นเอง



ผู้บรรยายตอนที่ไปฝึกกับเจ้าคุณโชดก เป็นภาคปฏิบัติ

แต่ๆ การฟังการอ่านไม่มีเลย ปิดหนังสือหมด ฝึกอย่างเดียว ฟังครูบาอาจารย์สอนอย่างไรต้องทำเป็นคนโง่ ขนาดเรียนจบสูงสุดยังต้องทำเป็นคนโง่ แล้วทำตามที่ท่านบอกให้ได้เท่านั้นเอง การสอนง่ายๆ ๕ นาที ๑๐ นาที สอนเสร็จแล้วเรานำไปปฏิบัติกันทั้งวัน เพราะมีเวลาน้อย ส่วนใหญ่ได้มรรคผลก้าวหน้า และในขณะเดียวกันเรามีพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ เอ๊ะมันจริงไหม เราได้ฝึกตามท่าน ในที่สุดแค่ ๗ วันเท่านั้นเอง ฝึกเจริญสติให้จิตมีสมาธิ เพียงสติอย่างเดียว ผลที่เกิดตามมาเป็นสมาธิ จิตเข้าสู่ความตั้งมั่น ตั้งมั่นเล็กๆ น้อยๆ สมมติเรียกว่า "ขณิกสมาธิ" ตั้งมั่นมากขึ้นเรียกว่า "อุปจารสมาธิ" ตั้งมั่นสูงสุดสมมติเรียกว่า "อัปนาสมาธิ"



จากคนที่ไม่เชื่อ จากคนที่ทำเหมือนคนโง่ ฝึกตามที่ครูบาอาจารย์สอน ทุกอย่าง เจ็ดวันเข้าถึงอัปนาสมาธิ เห็นไหมครับ เราใช้อะไร? ใช้ร่างกายเป็นเครื่องมือให้จิตได้พัฒนา เจ็ดวันเข้าถึงความเป็น อัปนาสมาธิ หลังจากนั้นจิตเข้าสู่องค์ฌาน ทั้งรูปฌาน อรูปฌาน ไม่เคยรู้มาก่อนว่านั่น



เรียกว่าฌาน มันเป็นอัตโนมัติ เมื่อใดเข้าถึงความเป็น
 อัปปนาสมาธิ ฌานย่อมเกิดขึ้น ฌาน ๔ อรูปฌาน ๔
 เนื่องจากจิตมีสภาพเป็นพลังงานเคลื่อนไหวได้อย่างรวดเร็วมาก
 องค์ฌานปรากฏขึ้นเร็วมาก ภายในเจ็ดวันได้เข้าสู่องค์ฌาน
 เมื่อออกจากฌานได้ไปเห็นเทวดา มีจริงอีก เห็นใหม่ครับ
 เข้าถึงหรือพิสูจน์ให้รู้ว่าเป็นจริงมีจริงด้วยการปฏิบัติกรรมฐาน
 นั้นเอง ยังไม่ได้ฝึกวิปัสสนาหรือปัญญาเห็นแจ้ง เอาแค่
 สมถกรรมฐาน จิตนิ่งเท่านั้นก็สามารถพิสูจน์ได้แล้วว่าเทวดา
 ที่พูดไว้มีจริง ใครเคยมาพูดอย่างไร ซึ่งตอนนั้นเป็น
 นักวิทยาศาสตร์ มองอย่างไรมองไม่เห็นเทวดา แต่พอได้
 พัฒนาจิต ฝึกจิตให้มีสติอย่างเดียว สมาธิเกิดเข้าถึงฌานได้
 พอออกจากฌาน หูทิพย์ ตาทิพย์ มีจริง



เพราะฉะนั้นท่านทุกคนที่นั่งในห้องนี้ถ้าอยากพิสูจน์
 ทดลองเอาอย่างผู้บรรยาย ทำตามที่ครูบาอาจารย์บอก
 แล้วทำแบบงี้ๆ นั้นแหละ ทำให้ได้ ในที่สุดการปฏิบัติ
 คือบทพิสูจน์ที่แน่แท้จริงแท้ อภิญญาต่างๆ โดยเฉพาะ
 "โลกียอภิญญา" มีจริงครับ ฤๅษีโบราณ นักปฏิบัติธรรม

โบราณท่านฝึกจิตนิ่ง ท่านจึงชำนาญในฌานสมาบัติ ๘ คือจิตบรรลุถึงฌาน ๔ อรูปฌาน ๔ ได้ สมมติเรียกว่า "ฌานสมาบัติ ๘" พอออกจากฌาน อภิญญา ๕ ตัวที่เรียกว่า "โลกียอภิญญา" มีจริงเป็นจริง จากการที่เป็นนักวิทยาศาสตร์ ไม่สัมผัสผัส ไม่รู้ ไม่เห็น ไม่เข้าใจ ไม่เชื่อ ศิโรราบครบ เพียงไม่กี่วันศิโรราบ สิ่งที่เกิดขึ้นคือความจริงในชั้นโลกียะ ไม่ต้องการให้ท่านผู้ฟังเชื่อ แต่ต้องการให้ท่านไปพิสูจน์ บพิสุจน์ จะจริงหรือไม่จริงอยู่ที่ท่าน ต้องประพฤติปฏิบัติเท่านั้นอ่านตำรับตำราจนขาดแล้วขาดอีก ก็ไม่สำเร็จ มันได้จากการปฏิบัติ ปฏิบัติอะไร ก็ปฏิบัติจิตให้มีสติ ให้มีสมาธิ ให้มีฌาน ให้เกิดอภิญญา สิ่งต่างๆ เหล่านี้จึงมีจริง เป็นจริง



ผู้บรรยายมิได้หยุดเพียงแค่นั้น ผู้บรรยายได้ประพฤติปฏิบัติต่อคือ เอาพลังของสมาธิมาฝึกจิตให้มีปัญญาเห็นแจ้งอย่างที่ได้ยินได้ฟังพระคุณเจ้าเทศน์ ผู้บรรยายได้วิเคราะห์ตลอด ทุกสิ่งที่ท่านเทศน์ถูกต้องไม่มีข้อติได้เลย ของแท้ของจริงทั้งนั้น เพราะอะไร? เพราะปัญญาตัวที่สาม ที่สมมติเรียกกันในทางโลกว่า "ภาวนามยปัญญา" เกิดขึ้นกับผู้บรรยาย



ภายในสามสิบวันที่ไปฝึก ยังไม่ทันถึงสามสิบวัน ทำๆ ของ
เดือนเป็นความมหัศจรรย์ที่อยากจะเรียนทุกท่านให้รู้
ให้เข้าใจว่า วิธีการได้มาซึ่ง วิปัสสนาญาณ ของผู้บรรยาย
มันพิลึกพิลั่นคือว่า ฝึมาบิบบคอ กลัวสุดๆ เลย แต่ด้วยศรัทธา
ในครูบาอาจารย์ เชื่อครูบาอาจารย์และยอมตายเพื่อธรรมะ
ของพระพุทธเจ้า จะกลัวอย่างไรขอให้เอาธรรมไว้ รักษาธรรม
ให้คงอยู่ ฝึบิบบคอแน่นเข้าแน่นเข้าจนหายใจไม่ออก แต่ด้วย
จิตที่ศรัทธาในครูบาอาจารย์ เชื่อกันคำพูดว่า "ธรรมะของ
พระพุทธะ จะได้ไปต้องเอาชีวิตเข้าแลก" ยอมตายเลยครับ
จะบิบบเท่าไร บิบบให้ตายไปเลย



ในที่สุดขณะที่เรายอมตายได้ ยังมีความรู้สึกว่าจะขณะที่
ฝึบิบบแน่นเท่าไร ลมยังเข้าออกได้นิดๆ เลยมาจุกคิดว่าเดี่ยว
ฝึเมื่อยมือมันคงเล็กไปเอง ที่สุดฝึเล็กบิบบ คราวนี้หายใจโล่งเลย
โอ้โฮ! สัจธรรมมันเกิดขึ้น ธรรมนิยาม ที่พระคุณเจ้าเทศน์เมื่อ
สักครู่นี้ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ปราภฏให้เห็นได้ชัดแจ้ง
มาก หรือที่เราจะเรียกให้คู้่นๆ เรียกว่า "กฎไตรลักษณ์"
ทุกสิ่งทุกอย่างหลังจากที่ฝึมาบิบบคอ ปัญญาเห็นแจ้ง

เกิดขึ้นทุกอย่างเลยครับ ทุกขณะตื่นที่สติระลึกทันสิ่งที่มากระทบ ทุกผัสสะที่เกิดขึ้นในจิตหนีไม่พ้นธรรมนิยาม อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เมื่อใดก็ตามผัสสะใด สิ่งกระทบใดก็ตาม เมื่อเกิดแล้วดับ มันเป็นอนัตตา ตามกฎไตรลักษณ์ ปัญญาเห็นแจ้งจะเกิดขึ้นทีละหนึ่ง ทีละหนึ่ง ทีละหนึ่ง



ผู้บรรยายเชื่อและมีศรัทธาจะให้ไว้กับครูบาอาจารย์ วันที่ลาสิกขาจากเพศบรรพชิตมาเป็นฆราวาส จำเป็นต้องสึก เพราะรับทุนไปศึกษาต่อที่ต่างประเทศ ต้องใช้หนี้ทุน ไม่หนีหนี้ ไม่เบี้ยวหนี้ วันที่ลาสิกขาบทจากท่านเจ้าคุณโชดก ท่านกล่าวว่า "สิ่งที่ได้ไปนั้น เป็นของดี ของวิเศษ ให้เก็บไว้กับตัวตลอดชีวิต" เมื่อผมรับปากว่าจะเก็บไว้ ผมได้รักษาศรัทธาสามสิบกว่าปีที่ผ่านมาไม่มีพร่อง ด้วยเหตุนี้ปัญญาเห็นแจ้งจึงกระจ่างขึ้นเรื่อยๆ เดียวนี้ไปไหนได้มองอย่างที่พระคุณเจ้าท่านบอก "อะไรมันผ่านมา มันก็ผ่านไป เราไม่ได้เป็นอะไรกับอะไรทั้งนั้นเลย" อะไรก็มาทำใจของเราไม่ได้ เห็นไหมครับ บทพิสุจน์ต่างๆ เหล่านี้ ที่พระคุณเจ้าเทศน์ไว้ ผมต้องขอขอบพระคุณที่เกริ่นนำไว้ แล้วผมมาพิสุจน์ด้วยการปฏิบัติจึงมีจริง



เป็นจริง ทุกท่านในห้องนี้ที่ได้ยินได้ฟัง ทำไมไม่ลองทำอย่าง
ผม ทำอย่างไงๆ เชื่อกฎบาอาจารย์ แล้วลองไปฝึกดูสิ ท่านมี
ร่างกายเป็นเครื่องมือเหมือนผม อาจจะได้ดีกว่าผมก็ได้นะ
เพราะเดี๋ยวนี้ชราแล้วนะ (หัวเราะ) ที่ยังอยู่ทุกวันนี้เพราะว่า
จำเป็น ก่อนมาเกิดได้อธิษฐานไว้ว่า จะมาช่วยพวกเราไม่ให้
ลงไปเกิดในอบายภูมิ แล้วผมมีสัจจะ เลยทำให้จำเป็นต้อง
ใช้สัมมาสติที่ฝึกได้ กับสัมมาญาณคือปัญญาที่เห็นถูกต้อง
ผูกชีวิตนี้ไว้กับโลก ยังไม่ยอมไป ยอมเสียสละชีวิตตนเองเพื่อ
พวกเราไม่ให้ลงไปอบายภูมิ จึงได้มาบอกกล่าวที่พระคุณเจ้า
เทศน์ไว้เกี่ยวกับอบายภูมิ มีจริงเป็นจริง



ผมเคยสร้างเหตุอย่างที่ท่านเทศน์ไว้ชัดแจ้งมาก
เพราะตอนที่ไปฝึกเมื่อสามสิบปีที่แล้ว เกิด ปุพเพนิวาสานุสตี
ญาณ ซึ่งเป็น โลกียอภิญาตวัหนึ่ง น้ำตาหยดครับ ตอน
นั้นเป็นพระก็น้ำตาหยด จึงได้แจ่มแจ้งเห็นแล้วในสัจธรรม
ยิ่งนัก ว่าเหตุที่พระคุณเจ้าเทศน์ไว้นี้เป็นของแท้ของจริง
เกิดขึ้นกับชีวิตเราจริงๆ ด้วยเหตุนี้ ถ้าอยากจะทำบุญตั้ง
ปฏิบัติธรรม แล้วจะรู้ แล้วจะเห็น แล้วจะเข้าใจ เมื่อทำได้จริงมี

สติสัมปชัญญะจริง คราวนี้ลองมาตรวจสอบตนเองว่า ยังมีสิ่งที่เป็นมลทิน สิ่งที่ยังเคล้าหมอง สิ่งที่ยังเป็นขยะอยู่ในจิตใจหรือไม่ พอเรามีเครื่องมือเริ่มแรกใช้ร่างกายเป็นเครื่องมือพัฒนาจิตจนเกิดสติ ตั้งมั่นเป็นสมาธิ ใช้กำลังของสมาธิพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง ที่เราเรียกว่าญาณ ซึ่งไม่ใช่เป็นปัญญาที่เรียนมาจากสถาบัน เป็นปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัติพัฒนาสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานด้วยตัวเอง ท่านไปได้ยินได้ฟังอริยบุคคลร้อยท่านพันท่านพูดเข้าหูท่าน รับรองว่าท่านเข้าใจไม่ได้หรอก ถ้าไม่ลงมือปฏิบัติด้วยตัวของตนเอง เพราะการได้ยินได้ฟังเป็นเพียงสุตมยปัญญา เป็นเพียงสัญญาเท่านั้นเอง ยังเข้าไม่ถึงตัวปัญญา ท่านเพียงแต่รู้ แต่ท่านยังไม่มีสิ่งนี้อยู่ในใจ ท่านจึงสงสัยว่า มันจริงไหมที่เขาพูด



พระพุทธเจ้าห้ามเชื่อเพราะเขาเป็นครู ห้ามเชื่อเพราะว่าเข้ากับจริตของตน เข้ากับความตริภีตรรกะนึกคิดของตน ก็ห้ามเชื่อ เพราะฉะนั้น กาลามสูตร จึงเป็นสุดยอดที่พระพุทธะได้วางไว้ ป้องกันไว้ ไม่ให้เรางมงาย ด้วยเหตุนี้ ผู้บรรยายจึงบอกว่า บทธิสุจน์สิ่งต่างๆ ที่ใครพูดก็ตาม จริงหรือ



เห็นอยู่กับการประพฤติปฏิบัติของเรา ว่าเราเข้าถึงความมีสติจริง คือสติที่ระลึกในสติปัฏฐาน ๔ แต่ถ้าเป็นสติที่นำไปใช้ อย่างอื่น นำไปใช้ในกิจการงานนั้นยังไม่ใช่ ยังเข้าถึงความจริงแท้อย่างที่พระคุณเจ้าเทศน์ไม่ได้



ถ้าเมื่อใดมีสติระลึกถึงสติปัฏฐาน ๔ นั้นใช่เลย และเช่นเดียวกัน ปัญญาที่เราให้นำทางให้กับชีวิต ถ้าเป็นปัญญาที่เกิดขึ้นในมรรคมืองค์แปด โดยเฉพาะปัญญา "สัมมาทิฏฐิ" ไม่ใช่โลกียปัญญา แต่เป็น โลกุตตรปัญญา อย่างที่พระคุณเจ้ากล่าวเมื่อสักครู่ เพราะถ้า สัมมาทิฏฐิ ซึ่งเป็นโลกียะ สัมมาสังกัปปะ สัมมากัมมันตะ ก็จะผิดพลาดเพราะยังข้องเกี่ยวกับโลก หนีโลกไม่พ้น ถ้ายังใช้ปัญญาตัวนั้นนำทางให้กับชีวิต ด้วยเหตุนี้ปัญญาที่ถูกต้องตรงตามธรรม คือปัญญาโลกุตตระ ซึ่งจะเกิดขึ้นได้จากการพัฒนาจิตวิญญาณคือ วิปัสสนากรรมฐาน นั่นเอง ด้วยเหตุนี้ ถ้าท่านใช้ปัญญาโลกุตตระนำทางชีวิต ชีวิตจะไม่ผิดพลาด ยกตัวอย่างเช่น เวลาเราคิดถ้าเรามีสัมมาทิฏฐิ ถูกตรงตามธรรม เวลาดำริชอบที่สมมติเรียกว่า สัมมาสังกัปปะ จะตรงตามธรรม เพราะฉะนั้น

จะมีสิ่งให้เปรียบเทียบอยู่ทุกขณะตื่น



ถ้าสัมมาทิฏฐิถูกต้อง สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ จะเกิดขึ้น สัมมากัมมันตะ การทำถูกจะเกิดขึ้น ทำเพื่ออะไร? เพื่อการหลุดพ้นจากสังสารวัฏ การกระทำใดก็ตาม ถ้ายังข้อง ยังเกี่ยวกับโลก ผลที่เกิดขึ้นยังข้องเกี่ยวกับการนำพาชีวิตไปสู่การ เวียนว่ายตายเกิดในภพภูมิต่างๆ ยังไม่ใช่สัมมากัมมันตะ



เช่นเดียวกัน สัมมาอาชีวะ คืออาชีพชอบ มีใช่อาชีพ ชอบที่ถูกตรงตามที่คนทางโลกคิดกัน เป็นอาชีพที่ทำแล้วต้อง นำไปสู่การพ้นทุกข์ได้จริง นำไปสู่การไม่ต้องเวียนตายเวียนเกิด ได้จริง นั่นคืออาชีพที่ไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีล ไม่ผิดธรรม



สัมมาวายามะ เป็นความเพียรชอบ เมื่อเข้าถึงปัญญา วิปัสสนาญาณเกิดขึ้นจะรู้ว่า สัมมาวายามะ ความเพียร อย่างไรจึงจะถูกตรงตามธรรม เพียรหางานหาเงินที่ทำสบายๆ



แอร์เย็นๆ ได้เงินมากๆ ยังมีใช้สัมมาวายามะในมรรคมืองค์แปด สัมมาวายามะในมรรคมืองค์แปดหมายถึง เพียรที่จะพัฒนาจิตของเราให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิ แล้วนำสมาธิที่ตั้งมั่นมาสร้างปัญญาที่เห็นถูกต้องตามธรรม เพียรที่ดีที่สุดคือนำปัญญาตัวนั้นมาส่องดูใจ แล้วเร่งความเพียรว่าในใจของเรายังมีสิ่งเศร้าหมองใดที่มีอยู่ต้องกำจัดให้หมดไป คือกิเลสทั้งหลายให้มันหมดไป ขณะเดียวกัน กิเลสที่ยังไม่เกิดขึ้นเพียรป้องกันอย่าให้เข้ามาสู่ใจ ใช้สติเป็นตัวสกัด เป็นตัวตั้งรับ การกำจัดกิเลสออกจากใจต้องใช้ปัญญาเห็นแจ้งดูว่าสิ่งเศร้าหมองต่างๆ ดับไปตามธรรมนิยามหรือตามกฎไตรลักษณ์หรือไม่ ถ้าดับตามกฎไตรลักษณ์ กิเลสเก่าที่นอนเนื่องอยู่ในใจก็ภพก็ชาติไม่รู้จบสิ้นเมื่อผูกเกิดขึ้นในห้วงคิดคำนึงของเรา ต้องใช้จิตตามดูว่าเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ กิเลสเก่าจะค่อยๆ หมดไป จิตจะผ่องใสยิ่งขึ้น ถ้าเปรียบเทียบเหมือนตักน้ำใส่โอ่ง มือข้างขวา เติมน้ำใส่ใส่มือข้างซ้ายเติมขึ้นใส่มือใส่มือข้างขวาก็ไม่ใส ต้องหยุดมือข้างซ้ายให้ได้ อย่าเอามลทินใส่อกลงไปในโอ่ง ขณะเดียวกันมือข้างขวาต้องเติมน้ำใส่มือใส่มือเรื่อยๆ เพียรทำความดีทุกอย่างให้เกิดขึ้นและเพียรรักษาความดีให้คงอยู่ จึงจะเป็นสัมมาวายามะ ดังที่กล่าวไว้ในสัมมัตตปธาน ๔

เพียรที่ ๑ คือ เพียรป้องกันมิให้กิเลสใหม่เข้าสู่ใจ

เพียรที่ ๒ คือ เพียรกำจัดกิเลสเก่าที่นอนเนื่องอยู่ในใจให้หมดไป

เพียรที่ ๓ คือ ความดีใดๆ ที่ยังไม่เคยเกิดขึ้นต้องเพียรทำให้เกิดขึ้น ความดีในที่นี้มีได้หมายถึงความดีในทางโลกแต่หมายถึงความดีในทางธรรม คือความดีที่อยู่ในพระธรรมของพระพุทธะที่ท่านตรัสไว้ ให้นำเข้ามาสู่ใจของเรา การคิด การพูดและการกระทำของเรา ถ้าเกิดขึ้นแล้วสิ่งที่เป็นธรรม สิ่งที่ดีงามจะฝังแน่นอยู่ในใจ คิด พูด ทำ ตรงตามธรรม ธรรมจะเข้าไปฝังสถิตอยู่ในใจ ผู้บรรยายเมื่อก่อน พ.ศ. ๒๕๑๘ ไม่เคยรู้เรื่องราวต่างๆ เหล่านี้ มีขอวาเอน้ำใส่ใส่ มือซ้ายก็เอาชยะใส่มากกว่ามือขวา จิตใจจึงเศร้าหมอง เมื่อพบครูบาอาจารย์สอนให้ประพฤติปฏิบัติจนเข้าสู่ปัญญาเห็นแจ้ง จึงหยุดนำเอาชยะเข้าสู่ใจ เพียรกอบโกยเอาแต่สิ่งที่ดีงามที่มีอยู่ในธรรมที่พระพุทธะถ่ายทอดผ่านครูบาอาจารย์มานานนับพันปีใส่ไว้ในใจ นั่นคือเพียรทำความดีที่ถูกต้อง

เพียรที่ ๔ คือเพียรรักษาความดีให้คงอยู่ในจิตใจ เพราะถ้าไม่รักษาไว้ความดีจะหายไป เปรียบเหมือนเงินในกระเป๋าทอนทำมาหากินได้เงินมา ถ้าไม่รักษาไว้จะหาย



ไปเรื่อยๆ สมัยก่อนผู้บรรยายได้เงินมาหนึ่งลงปากขวดเหล้า เพราะขาดสติ ปัญญา รู้แจ้งยังไม่เกิด เดียวนี้รับรองไม่มี เพราะทำชั่วไม่ได้แล้ว เพียรทั้งสี่อย่างนี้เป็น "สัมมาวายามะ" หากใช้สุดมยปัญญา จินตามยปัญญา (ปัญญาไอคิว) รับรองได้ว่าไม่สามารถต้านมารต้านกิเลสได้ เพราะจิตมีกำลังอ่อน จะคล้อยตามกิเลสอยู่เรื่อยๆ แต่ถ้าเราได้ปัญญาเห็นแจ้ง จิตกำลังกล้าแข็งจึงสามารถรู้เท่าทันและต้านกิเลสต่างๆ เหล่านี้ได้



สัมมาสติ เพียรใช้พลังสมาธิฝึกจิตให้มีสติระลึกได้ ถูกต้อง คือสติที่ระลึกอยู่ในสติปัฏฐาน ๔ (กาย เวทนา จิต ธรรม) เมื่อใดที่เราเอาจิตมาจดจ่ออยู่กับ กาย เวทนา จิต ธรรม สี่ตัวนี้เอาสติมารู้ตามดู จดจ่อ จับจองอยู่กับสิ่งต่างๆ เหล่านี้ แล้วดูว่าสิ่งต่างๆ เหล่านี้เป็นไปตามกฎไตรลักษณ์หรือไม่ ถ้าใช่ ในที่สุดอนัตตาทุกอย่าง เมื่อ กาย เวทนา จิต ธรรม อนัตตาหมด ปัญญาเห็นแจ้งในเรื่อง ทั้งสี่จะเกิดขึ้น พอทุกอย่างอนัตตา จิตปล่อยวาง จิตเข้าสู่ ความอุเบกขา ไม่มีอารมณ์ฟูพอง สงบนิ่ง เป็นอุเบกขาที่

บริสุทธิ์ มีโชคุเบกขาที่เต็มไปด้วยกิเลส จิตจะนิ่ง ปล่อยวาง แต่ในขณะที่เดียวกันเกิดปัญญาเห็นแจ้ง สติกล้าแข็งเป็น นายทวารยืนอยู่หน้าประตู อะไรเข้ามากระทบรู้หมด ปัญญา สดใสมากกว่าดวงอาทิตย์ สว่างจ้า กิเลสเข้ามาใช้ปัญญาเผา ได้หมด คราวนี้จะพิสูจน์ได้อย่างไร ก็ต้องปฏิบัติจนเข้าถึงธรรม ตามแบบที่ผู้บรรยายทำให้ดู

เมื่อใดสัมผัสมาสติเกิด สัมมาสมาธิเกิด สัมมาญาณเกิดคือ ความเห็นที่ถูกต้องเกิดขึ้น สัมมาวิมุตติคือพ้นจากสมมุติจึง เกิดขึ้น จิตของคนที่ยังมิได้ประพฤติปฏิบัติธรรมจะตกเป็นทาส ของสมมติเพราะกำลังของสติไม่กล้าแข็ง สิ่งกระทบที่เข้าทาง ทวาร ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ รับไม่ทัน เกิดการปรุงแต่ง เป็นอารมณ์ สิ่งกระทบดีอารมณ์ดี ความเสียหายก็เกิดขึ้นแล้ว ลองถามใจท่านเอง ได้รับสิ่งที่เจริญหู เจริญตา อารมณ์ดีขึ้น ใคร มาพูดสรรเสริญ อารมณ์ดีมีชัย พระอรหันต์บุคคลต้องตัดสิ่งเหล่านี้ได้หมด ใครพูดในสิ่งที่เป็นอกุศลหรือขัดใจ อารมณ์ไม่ดี เกิด ขึ้นชั่วขณะจิต เพราะสติกล้าแข็งและปัญญากล้าแข็ง เห็น ความดับไป (อนัตตา) ของสิ่งกระทบที่ไม่ดี จิตจึงเป็นอิสระ จากสิ่งกระทบที่ไม่ดีได้



ดำเนินตามมรรคมีองค์แปด จนเข้าถึงสัมมาสติและ
สัมมาญาณจะนำพาชีวิตให้รู้เท่าทันสิ่งที่เข้ากระทบทาง หู ตา
จมูก ลิ้น กาย ใจ ทำได้อย่างนี้แล้วเป็นที่หมายได้ว่าอบายภูมิจ
ปิดได้ เพราะจิตไม่ตกเป็นทาสของความโลภ ที่เป็นเหตุที่
นำพาไปเกิดเป็นเปรต อสุรกาย จิตไม่ตกไปสู่ความโกรธ ซึ่ง
ความโกรธนำไปสู่การเกิดเป็นสัตว์นรก เช่นเดียวกันจิตไม่
ตกไปสู่ความหลง ความหลงคือรู้ไม่จริงหรือโมหะ ซึ่งเป็นเหตุ
ที่นำไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน ถ้ามีกำลังของสติปัญญากล้าแข็ง
โลก โกรธ หลง ปิดได้หมด ตามตนเองว่าปิดได้หมดหรือไม่
ต้องใช้สติและปัญญาที่พัฒนาได้แล้วส่องดูใจตนเองว่ายังมี
ความถือตัวถือตนที่สมมติ เรียกว่า "สักกายทิฏฐิ" สิ่งกระทบ
ไม่ดีเข้ามาแล้วโกรธทันที แสดงว่าอึดตาหรือความถือตัวถือตน
ยังมีอยู่ในจิตใจแน่นอน ใจฟูหรือดีใจเมื่อได้ยินคำสรรเสริญ
เยินยอ แสดงว่าความมีตัวตนยังเกิดขึ้น จิตยังตกเป็นทาสของ
สรรพสิ่งทางโลกธรรม ๘ (ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข เสื่อม
ลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์) แสดงว่าโอกาสไปเกิดใน
อบายภูมิจได้เป็นได้ เพราะจิตยังไม่กล้าแข็งพอที่จะต้าน
กิเลสเหล่านี้ เช่นเดียวกันวัตถุต่างๆในโลกนี้ถ้าจิตตกเป็นทาส
เช่น ชื้อของมาคุณภาพดีที่สุุด ราคาแพงที่สุุด เกิดสูญหาย

ไปแล้วเสียใจ แสดงว่าจิตยังตกเป็นทาสของวัตถุ อดตาของเรายังตัวใหญ่อยู่เลย การละความถือตัวถือตนยังเกิดขึ้นไม่ได้ ยังมี "สักกายทิฏฐิ" อยู่ แต่ถ้าผู้ใดประพฤติปฏิบัติจนเข้าถึงธรรม เข้าถึงความมีสติ เข้าถึงความมีญาณะ ตัวรู้หรือปัญญาเป็นสัมมาญาณ แล้วเราใช้สติและปัญญาดำเนินมาพิจารณาอุปาทานขันธ์ ๕ (รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) ว่าเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ เมื่อจิตนิ่งแล้วตามดูให้ถึงที่สุด รูปก็อนัตตา เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณก็อนัตตา เมื่อทำได้แบบนี้ ขันธ์ ๕ ไม่มี อดตาก็กไม่มี เมื่ออดตาเป็นศูนย์ สบายเลยครับ เพราะนี่คือ กิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ให้ต้องเวียนว่ายตายเกิดในวัฏสงสาร ตัวที่หนึ่งจะหมดไปจากใจ ใจมีอิสระอยู่เหนือความมีตัวตน เรียกว่าละ "สักกายทิฏฐิ" ได้ เช่นเดียวกันเมื่อจิตมีสติกล้าแข็ง มีปัญญาเห็นคุณของพระรัตนตรัยมีจริง คุณบิดามารดามีจริง คุณของเทวดามีจริง เห็นกฎแห่งกรรมมีจริง ฯลฯ จนไม่มีสิ่งใดสงสัยเคลือบแคลงอยู่ในใจ ถูกต้องตรงตามธรรมที่พระพุทธะได้ตรัสไว้ เมื่อสองพันกว่าปี นั่นคือความลึกลับสงสัยหมดไป ตลอดจนไม่สงสัยว่า พระพุทธเจ้ามีจริงไหม ดิฉันจริงไหม บริสุทธิ์จริงไหม ปัญญาเลิศสุดจริงไหม นั่นคือละวิจิกิจฉาได้



ผู้บรรยายตั้งแต่ออกจากวัดมา ๓๐ กว่าปี ยังรักษา
 สัจธรรมตัวนี้ไว้ได้ และพยายามพิสูจน์ว่าในพระธรรมคำสอน
 ที่พระพุทธเจ้าได้ถ่ายทอดมาจนถึงทุกวันนี้ ล้าสมัยหรือไม่
 พิสูจน์แล้วว่ายังไม่ล้าสมัย ยังไม่มีอะไรผิดสักอย่าง ยังบริสุทธิ์
 ผุดผ่อง มีได้เสื่อมไปตามกาลเวลา ไม่สงสัยในพระพุทธเจ้า
 พระธรรม และพระอริยสงฆ์ โดยเอาไตรสรณคมน์มาประดิษฐาน
 อยู่ในใจตลอดเวลา โดยเฉพาะในยุคสมัยนี้พระอริยสงฆ์ยังมี
 อยู่ว่าเราเจริญ สังฆคุณ "สุปฏิปันโน ภาวะวะโต สาวะกะ
 สังโฆ" ฯลฯ ได้แก่ คู่แห่งบุรุษสี่คู่ แแปด ประเภท

คู่แรก คือ อริยบุคคลชั้นโสดาบัน (โสดาปัตติมรรค
 และโสดาปัตติผล)

คู่ที่สอง คือ อริยบุคคลชั้นสกทาคามี (สกทาคามีมรรค
 และสกทาคามีผล)

คู่ที่สาม คือ อริยบุคคลชั้นอนาคามี (อนาคามีมรรค
 และอนาคามีผล)

คู่ที่สี่ คือ อริยบุคคลชั้นอรหัตต์ (อรหัตตมรรค
 และอรหัตตผล)

ทั้งหมดรวมเรียกว่า "สาวกสังโฆ" ผู้ใดศรัทธาเลื่อมใสกราบไหว้
 บูชา (บูชา จ บูชานียานัน) จะเป็นมงคลแก่ชีวิต

ผู้บรรยายไม่สงสัยเลยว่า พระสังฆกรรมของพระพุทธเจ้าผ่านวิบากแห่งกาลเวลาเนิ่นนานมาสองพันห้าร้อยกว่าปี ยังมีอยู่ครบ พระพุทธเจ้ายังดีจริง ยังมีจริงอยู่ พระธรรมไม่เสื่อมไปตามกาลเวลาเป็นของแท้ของจริง พระอริยสงฆ์มีจริง จนถึงปัจจุบัน เรียกว่าความลังเลสงสัย(วิจิกิจฉา)ไม่มีในจิตใจของผู้เข้าถึงธรรม สุดท้ายคือ ๕ ที่พระคุณเจ้าได้กล่าวไว้ในเบื้องต้น ท่านได้กล่าวไว้ชัดเลยว่าก่อนที่เราจะได้ อดตภาพนี้ คือ ๕ นำเรามาเกิด ทั้ง ๕ ข้อที่อยู่ครบจึงนำเรามาเกิดได้ ท่านลองถามใจตัวท่านเองโดยไม่ต้องตอบผมว่า "คือทั้งห้าข้อนี้ยังมีอยู่ในใจของท่านหรือไม่" มิใช่รู้แต่ต้องมี ถ้าห้าข้อยังมีอยู่ในใจของท่านทุกขณะตื่น คำที่สมมติเรียกว่า "ศีลพัตปราคาส" จะไม่เกิดขึ้นกับอริยบุคคลประเภทนี้

เมื่อละสังโยชน์ได้ทั้ง ๓ ตัวคือ

๑. ลักกายทิฏฐิ
๒. วิจิกิจฉา
๓. ศีลพัตปราคาส

ปิดบทยามีได้แน่นอน ผู้ที่เข้าถึงความสิ้นไปแห่งกิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ทั้งสามตัวนี้ได้ สลัดทิ้งไม่มีเยื่อใยอยู่ในใจอีกเลยนั้น





คือ "อริยบุคคลชั้นโสดาบัน" ทุกท่านที่อยู่ในที่นี่สามารถเข้าถึงได้ ทำไม่ไม่ลองพิสูจน์ดูละ จะเข้าถึงได้ต้องประพฤติปฏิบัติ ธรรมที่สมควรแก่ธรรมด้วย

ผมได้ทำให้ท่านดูเป็นตัวอย่าง ผมก็เหมือนท่าน มีรูปร่างกาย ร้อนอบาบน้ำ ่วงนอน หิวกิน เหมือนท่านทุกอย่าง และทำให้ดูเป็นตัวอย่างว่าสามารถทำได้ อย่างไรก็ตาม ผมจำเป็นต้องรักษากิเลสบางตัวไว้ เพื่อกิจบางอย่างที่ต้องทำ ก่อนที่จะมาเกิดได้ อริยฐานไว้ว่าจะมาช่วยพรรคพวกเพื่อนฝูง ที่เคยมีปฏิสัมพันธ์กันมาก่อน แต่ไม่ได้เจอในร่างนี้ท่านเจอในร่างอื่นๆ ท่านจำผมไม่ได้หรอก ด้วยเหตุนี้ผมจึง อริยฐานก่อนมาเกิดชาตินี้ว่าจะมาช่วยพวกเราจากชาตินี้ไม่ให้ลงไปเกิดในอบายภูมิ ด้วยเหตุนี้ผมจึงต้องใช้สติปัญญาที่ได้มาผูกชีวิตไว้กับโลก ยังไม่ยอมไป ทั้งที่ยังมีกิเลสสิ่งเศร้าหมองคือ กิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์อีกตั้ง ๗ ตัวที่ยังต้องละอีก ผมก็ยัง ไม่ยอมให้หมดไปจากใจเพราะถ้าหมดจะเสียหายต่อสังขจะบารมีที่ให้ไว้ ก่อนที่มากเกิดผมตั้งใจไว้อย่างไร จะต้องทำให้สำเร็จ

ขั้นต่อไปถ้ามีกามราคะ มีปฏิฆะ (ความขัดใจ) ถ้า

ยังมีอยู่เล็กๆน้อยๆ เรียกว่า "อริยบุคคลชั้นสกทาคามี" ถ้า
สังโยชน์ทั้ง ๕ ตัวนี้ได้หมดไปจากใจจะเข้าสู่ความเป็น "อริย
บุคคลชั้นอนาคามี" ถ้าใจไม่อยากจะเกิดเป็น รูปพรหม (รูป
ปราคะ) อรูปพรหม (อรูปปราคะ) หมดความ ถือตัว (มานะ)
หมด ความฟุ้งซ่าน (อุทธัจจะ) และ หมด อวิชชา (ความ
หลง,ไม่รู้จริง) สังโยชน์ ๕ ตัวนี้ เป็นกิเลสที่ผูกมัดใจ
ของอนาคามี ถ้าสามารถละสังโยชน์ ๕ ตัวที่เหลือได้หมด
วิธีทางสู่ความเป็น "อรหันต์ " น่าจะมีได้เป็นได้

ผมต้องขออภัยทุกท่านในห้องนี้ ผมไม่เข้าใจสภาพ
ของการเป็นอรหันต์เป็นอย่างไร แต่ได้เห็นว่าเส้นทางนี้ที่
อริยบุคคลชั้นสูงสุดเดินไปข้างหน้า ผมได้เดินตามอยู่เพราะ
เส้นทางนี้เป็นทางที่ไม่หลงไปไหนอีกแล้ว ขณะนี้ผมเองเดิน
บ้างหยุดบ้างเพื่อที่จะดึงพวกเราหมู่ใหญ่ไปด้วยกัน ด้วยเหตุ
นี้จึงต้องใช้สัมมาสติ สัมมาญาณผูกชีวิตไว้กับโลก อีกไม่นาน
ร่างนี้จะต้องทิ้งแล้ว เพราะมีสัญญา กับพญายม แล้วท่าน
พร้อมหรือยังที่จะพบท่าน ผมพร้อมแล้ว ผมใช้ร่างกายนี้เป็น
เครื่องมือ โดยใช้ดูตัวเองว่าเรากลัวตายไหม? เราพร้อมที่จะไป
หรือยัง? ผมเตรียมมาสามสิบกว่าปีแล้ว แล้วท่านเตรียมพร้อม



หรือยัง ความตายมันมาถึงเราได้ง่ายมาก ผมเข้าถึงประสบการณ์นี้มาสองครั้งแล้ว

ครั้งแรก เฮลิคอปเตอร์น้ำมันหมด แล้วเมฆเจาะเป็นปล่องให้ลง ผมไม่ได้กลัวตายแต่อยากจะดูว่าวิธีตายเป็นอย่างไร เหตุที่ไม่กลัวตายเพราะว่าปี ๒๕๑๘ ผมไปฝึกกรรมฐานกับเจ้าคุณโชดก แล้วเห็นจิตที่หลุดออกจากร่างจึงพบว่า ความตายเป็นอย่างนี้เอง ไม่มีอะไรน่ากลัว เพียงแต่เราคุมสติให้อยู่ ก็ตายดี

ครั้งที่สอง ตอนที่ร่างกายของผมคือธาตุสี่ (ดิน น้ำ ลม ไฟ) กำลังจะแยก ผมดูว่าคนกำลังจะตายเป็นอย่างไร มันแจ่มชัดมาก ดูด้วยสติ โดยจิตไม่กลัวความตาย ในที่สุดธาตุสี่ก็กลับมารวมกันเป็นร่างกายนี้ แข็งแรงเหมือนเดิม

ด้วยเหตุนี้ไม่ใช่หรือ ที่เราต้องมาเจอกัน อย่าลืมนะว่า ความตายรอเราทุกคนอยู่ข้างหน้า ผมคงบอกพวกท่านได้อีกไม่นาน ขอให้ท่านได้ดูตัวเองมากๆ อย่าไปหลงติด อย่าเอาจิตไปตกเป็นทาสของโลกธรรมและวัตถุให้มากเกินไปจนถอนตัวไม่ขึ้น หากเป็นเช่นนั้นแล้ว เมื่อใดจิตหลุดออกจากร่างไป

เกิดใหม่ จะต้องเสียตายและเสียใจ

ผมคิดว่าการบรรยายน่าจะยุติเพียงเท่านี้ การปฏิบัติ คือ
บทพิสูจน์สิ่งต่างๆ พิสูจน์สังขารธรรม พิสูจน์คำพูดของบุคคลได้
ชัดเจนยิ่งนัก





ตอบปัญหาธรรม

คำถาม ๑ บนสวรรค์และเทวดาที่ท่านอาจารย์สนองเคยเห็นมีการแบ่งเชื้อชาติหรือไม่? อย่างไร? ถามเพราะเคยฟังอาจารย์พูดว่าเห็นเทวดาแต่งตัวเหมือนลิเก แล้วเทวดาฝรั่งจะแต่งตัวเป็นอย่างไร? แล้วจะอยู่รวมกันหรือไม่? เพราะบนโลกมนุษย์เราอยู่ด้วยกัน ถ้าขึ้นไปบนสวรรค์จะแยกหรือรวมกันอยู่อย่างไร

ตอบ ตั้งแต่พรหมจนถึงนรกหนีไม่พ้นสมมติ มนุษย์โลกยังติดอยู่ในสมมติ ฝรั่งไม่ได้แต่งตัวเหมือนเรา กินอาหารไม่เหมือนเรา เพราะสมมติคนละอย่าง เพราะฉะนั้นในภพต่างๆ ตั้งแต่พรหมจนถึงนรกตกอยู่ในข่ายของสมมติ แต่สังขารธรรมที่เป็นสากลคือว่า "ทุกข์มีจริง" ใครที่เข้าถึงความทุกข์ก็ทุกข์เหมือนกัน ยกตัวอย่าง ผมได้เข้าไปให้ความรู้ในคุกทางภาคเหนือ มีนักโทษที่ไม่ใช่พุทธศาสนิกอยู่ในคุกก็มีคนเหล่านั้นได้รับทุกข์เหมือนกัน เพราะฉะนั้นทุกข์ตัวนี้ความเป็นสากลเป็นอย่างเดียวกัน และเช่นเดียวกันคนไทยที่ไปติดคุกฝรั่งซึ่งไม่เหมือนคุกไทย เพราะสมมติไม่เหมือนกันแต่ได้รับทุกข์เหมือนกัน

ด้วยเหตุนี้คำถามที่ถามไป สรุปได้ว่าเทวดาฝรั่ง เทวดาไทย
สมมติไม่เหมือนกัน แต่มีความเป็นสากลเหมือนกัน

คำถาม ๒ พระที่บรรลุนิพพานทำไมถึงลงมาช่วยพวกเรา
ไม่ได้ เหมือนตายแล้วสูญญันเอง หรือมีกฎธรรมชาติที่ท่าน
มาช่วยเราไม่ได้

ตอบ ต้องขอร้องท่านผู้ถามและท่านผู้ฟัง ถ้าผมเข้าถึงความ
เป็นอรหันต์ได้แล้วคงตอบได้แจ่มแจ้งในเรื่องนี้ ยังเข้าไม่ถึง
ต้องขอร้อง ตอบไม่ได้

คำถาม ๓ ขอให้ท่านอาจารย์สนอง ช่วยแนะนำการไปเรียน
วิปัสสนากรรมฐาน ได้ที่ไหนบ้าง

ตอบ มีที่ไหนไปเรียน แต่ต้องไป "ปฏิบัติ" เพราะถ้าเรียนอย่าง
เดียวเป็นสุตมยปัญญา และ จินตมยปัญญา แต่ต้องไป
ปฏิบัติภาวนามยปัญญา ไปที่ไหนก็ได้ ในเมืองไทยมีหลาย
สำนัก เมื่อสักครู่นี้คุยกับคุณเมตตา อุทกะพันธ์ เจ้าของสำนัก
พิมพ์อมรินทร์ฯ พบว่าทุกวันนี้คนไปปฏิบัติธรรมกันมาก



เพราะเขาเห็นสังขารของโลก ทุกข์มีมากขึ้นทุกวัน ยิ่งวัตถุมีมากเท่าไรแล้วจิตตกเป็นทาสของวัตถุของโลกธรรมมากเท่าไร ความทุกข์ก็วิ่งเข้าหาตามมามากเท่านั้น ด้วยเหตุนี้คนสมัยนี้จึงไปแสวงหาสถานที่ฝึกสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานกันมาก คำถามว่ามีสำนักปฏิบัติธรรมอยู่ที่ไหนบ้าง ผมมิใช่เป็นนักแสวงหาครูบาอาจารย์ จึงไม่ค่อยมีความรู้เรื่องอย่างนี้มากเท่าไรเพียงแต่ขอให้ข้อคิดนิดเดียวว่า ในยุคสมัยนี้คนที่จะบรรลุธรรมด้วยตนเองมันยาก เพราะมีบุญบารมีสั่งสมมาไม่มากพอ ไม่เหมือนคนที่ไปเกิดในครั้งพุทธกาล จึงต้องแสวงหากัลยาณมิตรในทางธรรม ฝากตัวไว้เป็นศิษย์ ทำตามที่ท่านสอน การเข้าถึงธรรมจึงเป็นไปได้ง่าย คนจำนวนมากในโลกนี้เขาเรียกว่า "กัลยาณพาล" เป็นคนดีแต่ในขณะที่เดียวกันจิตตกเป็นทาสของโลกธรรมและวัตถุ อย่างนี้เรียกว่ากัลยาณพาล ถ้าเข้าใกล้ฝากเนื้อฝากตัวกับคนประเภทนี้ โอกาสวิบัติของชีวิตมีได้เป็นได้ และถ้าไปเจอคนที่ เป็น "อัมธพาล" ทุศีล ไร้ธรรม ยิ่งช่วยเลย ถ้ามองหากัลยาณมิตรในทางธรรมได้ที่ไหน ให้สังเกตดูว่า กัลยาณมิตรในทางธรรมคือผู้มีศีล ผู้มีธรรม และปฏิบัติตรงตามธรรม

คำถาม ๔ การฝึกปฏิบัติธรรมโดยที่ไม่มีอาจารย์ แต่อาศัยจากการอ่านและฟังจากปาฐกถาโดยตรงหรือฟังจากวิทยุ และพยายามนั่งสมาธิเองจะทำได้หรือไม่ ได้ยินมาว่า ควรจะมีอาจารย์จึงจะได้ผล

ตอบ ทำได้ครับถ้ามีบุญบารมีสั่งสมมามากพอ เช่น หลวงปู่มั่นท่านทำให้เราดูเป็นตัวอย่าง ช่วงแรกๆ ท่านไปเรียนกับครูบาอาจารย์ แต่มีพระคุณเจ้าอยู่รูปหนึ่งจำพรรษาอยู่ที่วัดในจังหวัดนครปฐม อ.กำแพงแสน หากได้ไปฝากเนื้อฝากตัวเป็นศิษย์กับท่านแล้วรับรองว่าได้พบครูบาอาจารย์ที่เป็นของแท้แน่นอน

คำถาม ๕ เราจะทำจิตให้มีสติในขณะที่เรากำลังจดจ่อกับการงานสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เช่น ขณะกำลังฟังธรรมหรืออ่านหนังสือได้อย่างไร

ตอบ ง่ายนิดเดียว การเอาใจไปจดจ่อคือการมีสติแล้ว ตัวอย่างคือ มีหญิงชราท่านหนึ่งอยู่ทางภาคเหนือท่านเป็นมะเร็งใกล้ตาย หมอบอกว่าจะมีอายุอยู่อีกไม่เกิน ๕ เดือน จึงอยาก



ฝึกจิตให้มีสติเพราะกลัวว่าเมื่อตายแล้วจะไปเกิดเป็นสัตว์นรก เหตุเพราะทำบาปมามาก มีพระลูกศิษย์ของครูบาศรีวิชัยรูปหนึ่งขณะนี้มียุ่ร้อยกว่าปี และยังมีชีวิตอยู่ ท่านแนะนำหญิงชราที่ว่า "โยม เครื่องมือคือร่างกายมันเสื่อมแล้วนะ เอาอย่างนี้ก็แล้วกัน ให้โยม ภาวนาคำว่า พุทโธ พุทโธ หนึ่งเดือน พอครบเดือนให้เปลี่ยนไปภวานาคำว่า ธัมโม ธัมโม พอครบเดือนให้เปลี่ยนไปภวานาคำว่า สังโฆ สังโฆโดยใช้จิตจดจ่อกับลมเข้าลมออก เวียนไปเรื่อยๆ โดยอย่าไปคิดว่าจะจบเมื่อไร" หญิงชราได้ทำเช่นนั้นอยู่นานถึง ๕ ปี เมื่อเวลาตายมาถึง เป็นสูดยอดของการตายคือ ตายขณะสวดมนต์อยู่กับพระ สวดยังไม่ทันจบก็ล้มลง ลมไม่เข้าไม่ออก ตายอย่างนี้มี สุกติเป็นที่หมาย เพราะตายอย่างมีสติ ดังนั้นทุกขณะที่เราทำงาน ทุกขณะที่เรากิน ทุกขณะที่เราพูด ให้จดจ่อกอยู่กับ อริยาบถที่ทำ เท่ากับเป็นการฝึกจิตให้มีสติ ไม่จำเป็นต้องนั่งหลับตา จะพูดมีสติกำกับ จะคิดจะทำมีสติกำกับ และถ้าจะให้ ดีอย่าให้ใจมันออกไปนอกร่างกาย อย่าให้มันออกไปหาเรื่องนอกร่างมาปรุงเป็นอารมณ์ พยายามเก็บให้มันอยู่ในกาย นั่นคือ ความมีสติ

คำถาม ๖ มีแม่ชีท่านหนึ่งสอนธรรมะ โดยวิธีการเปิดเผยกรรมเก่าในอดีตของแต่ละคน เพื่อเป็นอนุสติสอนธรรมว่ากรรมเก่าชั่วอย่างไรจึงได้รับผลในชาติปัจจุบัน? วิธีการเช่นนี้ถือเป็นการสอนธรรมได้หรือไม่

ตอบ สอนได้ แต่สอนธรรมะเพื่ออะไร? เพื่อจะติดอยู่กับโลกหรือเพื่อจะหลุดพ้นไปจากโลก ถ้าสอนธรรมให้ติดอยู่กับโลกก็เล่าเรื่องกฎแห่งกรรมต่างๆ ซึ่งมีตัวอย่างอยู่มาก แต่ถ้าจะสอนธรรมะเพื่อหลุดพ้นไปจากโลกต้องสอน สมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐานภาคปฏิบัติ

คำถาม ๗ ทำอย่างไรจึงจะช่วยให้มารดาที่มีมิชฌาทิฎฐิ ไม่ศรัทธาในพระพุทธศาสนา ให้เกิดศรัทธาในพระพุทธศาสนา เริ่มปฏิบัติธรรม การอธิษฐานของลูกจะสามารถช่วยได้หรือไม่

ตอบ อธิษฐานช่วยคนอื่นไม่ได้ ผู้เป็นแม่ต้องทำด้วยตนเอง ถ้าช่วยได้พระพุทธเจ้านำเราไปนิพพานหมดแล้ว ไม่ต้องมาทนทุกข์ทรมานอยู่อย่างนี้ พระพุทธะเป็นเพียงผู้ชี้ทางเท่านั้น วิธีช่วยคือทำให้แม่เกิดศรัทธาต้องทำตนเองให้เป็นผู้มีสัมมาทิฎฐิ



และประพฤติปฏิบัติตรงในธรรม เดียวท่านก็ศรัทธา เพราะ การศรัทธาเกิดจากการได้เห็นได้สัมผัสสิ่งที่ดีงาม เช่น คนศรัทธาผม เขียวไปบรรยายหลายที่ เพราะผมทำสิ่งที่ดี ให้ ดูเป็นตัวอย่าง สิ่งที่ไม่ดีทั้งหมด ใจเป็นอย่างไร กาย วาจา ตรงตามนั้น คนศรัทธา เพราะฉะนั้นขอให้ผู้ถามทำดีให้แม่ ดูเป็นตัวอย่าง และเมื่อแม่ศรัทธาเมื่อไรลูกจะสอนอะไร จะพูด อะไรคุณแม่จะเชื่อทุกอย่าง

คำถาม ๘ ถ้าเราไม่มีโอกาสไปปฏิบัติธรรมที่วัด คือ รักษา ศีล ๘ แต่ต้องอยู่ดูแลปฏิบัติต่อบิดา มารดา อยากทราบ ว่า อานิสงส์ของบุญจะต่างกันอย่างไรครับ

ตอบ บุญเกิดจากการประพฤติ บุญกิริยาวัตฤ ๑๐ ทำที่ไหน ก็ได้ ไม่จำเป็นต้องทำที่วัด แต่ต้องทำให้ถูกต้องตามบุญกิริยา วัตฤ ๑๐ เมื่อทำได้แล้วเกิดเป็นอานิสงส์ของบุญเหมือนกัน ไม่จำกัดสถานที่

คำถาม ๙ เวลาที่ผู้อื่นทำอะไรให้ไม่พอใจ ผู้ฟังทนได้ ทำใจ ให้รู้เท่าทันได้ แต่ถ้าเป็นลูกของตนเองกลับทนไม่ได้ ทำอย่างไร

ถึงจะทำให้ใจไม่โกรธบ้าง

ตอบ เป็นเจ้ากรรมนายเวรตามใช้หนี้กันอยู่ไง มาเกิดเป็นลูก
ชะเลยทำให้พ่อแม่ต้องซ้ำใจ โชคดีไม่เกิดมาแล้วฆ่าพ่อแม่
จะยิ่งยุ่งเลย เอาแค่ทำให้ซ้ำใจก็จ้องเวรกันแล้ว เพราะฉะนั้น
ก่อนจะมีลูกต้องอธิษฐาน อ้อเอาลูกประเภทนี้มา ไม่
อย่างนั้นพ่อแม่เดือดร้อน แต่ไหนๆ เขาก็มาเกิดเป็นลูกแล้ว ต้อง
ยอมรับความจริง อยู่กับความจริงใช้หนี้กรรมหมดได้เมื่อไร
ปัญหานี้จะหมดไปเอง

คำถาม ๑๐ ถ้าฆราวาสบรรลุนิพพานขั้นสูงสุดคือ อรหัตตผล แล้ว
ไม่ยอมบวชภายใน ๗ วันจะถึงแก่ชีวิต จริงหรือไม่

ตอบ ครูบาอาจารย์ท่านกล่าวไว้อย่างนั้น ตอนที่ผมไปฝึก
กรรมฐานในวันแรก ท่านกล่าวว่าถ้าฆราวาสที่เข้าถึงความเป็น
อรหันต์ คือข้ามโคตรภูญาณได้ ๓ ครั้ง ถ้าไม่บวชเป็นพระ
จะต้องตาย ผมฟังหูไว้หู จนกระทั่งมาพัฒนาจิตตัวเอง ข้าม
โคตรภูญาณแค่เพียงครั้งเดียว กลัวตายแล้วจะเสียหายต่อ
สังขจิตฐานบารมีที่มากเกิด ปัจจุบันจึงพัฒนาจิตไม่เกิน



โคตรภฏญาณแล้วถอยลง ไม่ปล่อยให้จิตเข้าสู่มัคฌญาณ โดยใช้สัมมาญาณ สัมมาสติ ผูกชีวิตของตนไว้กับโลก ดังนั้นเรื่อง ที่ตามจึงน่าจะเป็นจริง เพราะว่าสมัยที่พระนางเขมา พระมเหสี คนที่สามของพระเจ้าพิมพิสาร ไปฟังธรรมจากพระพุทธเจ้า ที่วัดเวฬุวันใช้หลักพิจารณา "โยนิโสมนสิการ" ได้สำเร็จความเป็นอรหันต์ ต้องบวชวันนั้นเลย ถ้าไม่บวชต้องตาย พระเจ้าพิมพิสารเสด็จมายังวัดเวฬุวัน เพื่อจะนำพระนางเขมากลับวัง ถ้ากลับก็ได้แต่ซากศพ แต่ถ้าบวชเป็นภิกษุณีจะยังเห็นหน้ากัน ยังพูดคุยกันได้ ในที่สุดพระนางเขมาต้องบวชเป็นภิกษุณี เพราะฉะนั้นเรื่องนี้ผมเข้าใจว่า มีความเป็นไปได้ อย่าเชื่อ ต้องพิสูจน์ด้วยตัวคุณเอง ด้วยเหตุนี้ผมจึงไม่นำจิตข้ามโคตรภฏญาณอีก กลัวจะเสียหายต่อสังฆอริยฐานที่ได้ให้ไว้ก่อนมาเกิด

คำถาม ๑๑ ถ้าหากเราอยากกล่าวยกโทษให้กับบุคคลเหล่านั้น ที่เคยล่วงเกินกับเราทั้งในชาตินี้และในอดีตชาติ เราเองอาจเผลอโมโห ผูกอาฆาต พยาบาทไว้กับบุคคลเหล่านั้น มาบัดนี้เราอยากยกโทษให้กับบุคคลเหล่านั้น เราควรจะทำอย่างไร

ตอบ สวดมนต์ให้จบ ทำจิตให้ตั้งมั่น แล้วอธิษฐานว่าคนที่

เคยเป็นหนี้เวรหนี้กรรม กับข้าพเจ้าทั้งหมด ต่อกันไปนี้ข้าพเจ้าให้โอโหสิกรรม ไม่ผูกพยาบาทกับใครทั้งหมด แต่มีเงื่อนไขว่า คนที่เป็นเจ้าหนี้เวรกรรมของคุณจะยกให้หรือไม่ คุณยังต้องรับเวรกรรมนั้น เราสามารถยกหนี้ให้ผู้อื่นได้ คิดง่าย ๆ คือ คนมาเยี่ยมเงินคุณ ๕ คน ๑๐ คน ถ้าคุณยกหนี้ให้หมดไม่ต้องมาใช้หนี้กันแล้ว หนี้ก็หมดกัน ส่วนเจ้าหนี้เก่าอีกไม่รู้เท่าไร ถ้าเขาไม่ยกหนี้ให้คุณ คุณก็ต้องเป็นลูกหนี้เวรกรรมกับเขาต่อไป

คำถาม ๑๒ นั่งสมาธิภาวนา "พุทโธ พุทโธ" จิตจะเกิดความสุข เพราะจิตว่าง หลังจากจิตเป็นสุขแล้ว ควรกำหนดอะไรต่อไป เพื่อให้มีการพัฒนาทางจิตมากขึ้น

ตอบ จิตว่างคือว่างจากการปรุงแต่งอารมณ์ ในขณะที่ภาวนาพุทโธฯ มีลมเข้าลมออกยังมีอารมณ์อยู่ อย่างนี้ไม่เรียกว่าจิตว่าง จิตว่างต้องเป็น อุเบกขารมณ์ จะเกิดอุเบกขารมณ์ที่แท้จริงได้ ต้องมีสติปัญญา รู้เท่าทันสิ่งที่กระทบว่าเป็นอนัตตา จิตปล่อยวางสิ่งกระทบไม่มีการปรุงอารมณ์นั้นแหละเรียกว่าจิตว่างที่แท้จริง



คำถาม ๑๓ อยากทราบว่าคนที่ทำบุญทำทาน ถือศีล ๕ เป็นนิจปฏิบัติธรรมนั่งสมาธิแต่ชอบเถียงบิดา มารดา ครูบาอาจารย์ ต่อว่าว่ากินเหล้า สูบบุหรี่ ดูถูกว่ากล่าวอดีตของบิดาของตน ทำให้ตนเองต้องลำบาก คนๆ นั้นจะได้บุญหรือบาปมากกว่ากัน

ตอบ การเป็นนักปฏิบัติธรรม ถือศีลห้า ไม่เพียงพอต้องมีคุณกรรมบท ๑๐ ประกอบด้วย โดยเฉพาะวจีกรรม นอกจากนี้ไม่เท็จแล้ว ต้องไม่หยาบ ไม่ส่อเสียดและไม่เพ้อเจ้อ จึงสามารถปฏิบัติธรรมและเข้าถึงธรรมได้ เพราะฉะนั้นที่บอกว่าถือศีลห้า คงถือแค่ปากแต่ใจไม่ถือ ปฏิบัติธรรมไม่ได้มรรคผลหรอก ใจยังละเมิดศีลห้าอยู่ ยังเป็น สิลัพพตปราชัย ยังละไม่ได้ ยังเว้นไม่ได้ ปฏิบัติธรรมไม่สำเร็จหรอก ดังนั้นคนที่ถือศีลห้า ก็ถูกของเขา แต่ไม่ถูกตรงตามธรรมของพระพุทธะ ถ้าตนเองลำบากมากก็บาปมาก

คำถาม ๑๔ คุณแม่อายุ ๙๑ ปี เวลาท่านไม่สบายมาก มักจะมีอาการสั้นมาก มีความกลัวและเห็นมีคนอื่นหลายคน รูปร่างใหญ่ นุ่งผ้าแดงจะมาพาท่านไป ท่านจะถามลูกว่าท่าน

ควรทำอย่างไร เป็นเช่นนี้มาแล้ว ๒-๓ ครั้ง แสดงว่าอาจ
จะหมดอายุขัยใช่หรือไม่

ตอบ นั่นเป็นคตินิมิตอารมณ์ให้เราเห็น เห็นคนนุ่งผ้าแดง ตัว
ใหญ่ๆ มา ไม่ค่อยดีเท่าไร ตอนแม่ผมใกล้จะสิ้นชีวิตท่าน
มาเล่าให้ฟังว่ามีบันไดทองเลื่อนลงมา มีลำภาทของลอยมา
ในฐานะที่เราเป็นลูกอยากให้แม่ไปดีนะ ไม่อยากให้แบกขันธุ์
ที่มันแก่ชรา มันเหี่ยว ผมบอกกับแม่ว่า ถ้าเห็นทั้งสองอย่าง
มาอีกให้ไปเลยนะไม่ต้องคอย ดังนั้นในฐานะลูกพยายามเอา
สิ่งที่ดีงามทั้งหลายให้จิตรับรู้ตลอดเวลา สำคัญที่ จิตดวง
สุดท้าย ที่ออกจากร่าง ถ้าเกิดเป็นนิมิตที่ดีหรือระลึกดีเยี่ยม
ไปสู่สุคติแน่นอน อายุมาก เก้าสิบกว่าการเจริญสติคงไม่ไหว
อย่างน้อยเปิดเทพธรรมะให้ท่านฟัง อ่านหนังสือธรรมะให้ท่าน
ฟัง จะฟังไม่ฟังไม่สำคัญ ขอให้สิ่งที่เข้ากระทบจิตเป็นสิ่งที่
ดีๆ ไว้ เพราะว่าสุนัขในภพชาติเดรัจฉานฟังพระสวดมนต์
พอตายไปยังได้ขึ้นสวรรค์ แต่ถ้าเห็นคนนุ่งผ้าแดงลงมาแล้ว
จิตถอดไม่หลุด ไปเกิดไม่ดีนะ เป็นลูกต้องช่วยอย่าง
ที่แนะนำมา



คำถาม ๑๕ ผู้สูงอายุป่วยเป็นโรคอัลไซเมอร์ มักจะทำอะไรผิดพลาดโดยที่ตนเองไม่รู้ตัว ทำอย่างไรจึงจะให้ไปเกิดในภพภูมิที่ดีได้

ตอบ สายไปแล้วกรรมัง ทำให้ไม่ทำอะไรตอนที่ยังจำอะไรได้อยู่ ยังหนุ่มยังแน่นควรฝึกจิตให้มีสติ การป่วยเกิดจากการเบียดเบียน อัลไซเมอร์เหตุแท้จริงเกิดจากการขาดสติ สองเหตุนี้ทำให้ตนเองต้องมารับวิบากไม่ดี ด้วยเหตุนี้ให้เอาท่านเป็นครูสอนใจของคุณว่า ในอนาคตข้างหน้าเมื่อมีอายุเท่ากับท่าน จะเป็นอย่างไรใหม่ ถ้าไม่อยากเป็นอย่างท่าน เราอย่าไปสร้างเหตุที่ท่านทำไว้ คือไม่อยากเป็นอัลไซเมอร์ต้องเจริญสติ สวดมนต์ ทั้งเช้าทั้งเย็นเนืองนิตย์ ตัวอย่างเช่น หลวงปู่สุภา อายุ ๑๐๘ ปี สติท่านยังเนียบ เพราะว่าท่านสวดมนต์เช้าเย็นมาตั้งแต่บวชเป็นพระ เช่นเดียวกันไม่อยากป่วย ต้องไม่เบียดเบียนผู้อื่นตามศีลข้อแรก (ปาณาติบาต)

วิกรรมอย่าไปพูดเสียดแทงคนอื่น อย่าไปพูดหยาบกับคนอื่น คนอื่นเขาไม่เจ็บใจ เราก็ไม่เจ็บไข้ได้ป่วย คุณจะได้ อานิสงส์นั้น มันอยู่ที่ตัวคุณ สร้างเหตุอะไรก็ได้ อย่างนั้น เหตุไม่ดีอย่าไปสร้าง สร้างแต่เหตุที่ดี ผู้บรรยายเกษียรราชการ

มา ๘-๙ ปี มีแต่เรื่องดีๆ ให้จำ เรื่องขยะไม่จำเลย

คำถาม ๑๖ อยากทราบว่าพบกัลยาณมิตรกับการรักษาศีล
อย่างไร่นสำคัญกว่ากัน?

ตอบ การรักษาศีลนำสู่สู่ศุคติ การรักษาศีลและการให้ทาน
เป็นคุณสมบัติของชาวฟ้าชาวสวรรค์ แต่การได้พบกัลยาณมิตร
ในทางโลกอาจจะเสียหายได้ แต่ถ้าเป็นกัลยาณมิตรในทางธรรม
สามารถเข้าสู่นิพพานได้ ดังนั้นอันสงสืในการคบกัลยาณมิตร
ในทางธรรมให้ผลมากกว่าการมีศีลอยู่ในใจ

คำถาม ๑๗ มีความหมกมุ่นในกามารมณ์ และมีความ
เกียจคร้านในการทำงาน ชอบผลัดวันประกันพรุ่ง ถามว่ามีวิธี
อะไรที่จะชนะใจตนเองได้บ้าง?

ตอบ สองสิ่งนี้อันตรรายหากจิตตกเป็นทาส เป็นวิถีแห่ง
อบายภูมิ แก้ไขโดยการทำความดีสุดๆ และต้องลด, ละ, เลิก
กามสุขและอบายมุขให้ได้ด้วยเจริญสติให้มาก วันหนึ่ง ๒๔
ชั่วโมง เจริญสติประมาณ ๒๐ ชั่วโมง อย่างที่ผู้บรรยายไปฝึก
ปฏิบัติธรรม ไม่มีใครบอกว่าต้องทำยาวนานเท่าไร แต่ด้วย



ความตั้งใจจริง และต้องการพิสูจน์สัจธรรมของพระพุทธเจ้า ในที่สุดภายใน ๗ วันสามารถเข้าสมาธิสูงสุดได้ นั่นคือมีสติ เป็นตัวสกัดกั้นอบายมุขและกามารมณ ความสำเร็จอยู่ที่ความเพียรของท่าน

คำถาม ๑๘ ปรรอณาพุทธภูมิ แตกต่างกับสาวกภูมิ อย่างไร?

ตอบ การปรรอณาพุทธภูมิคือ ตั้งเป้าหมายของชีวิตเป็น พระพุทธเจ้า จึงต้องนำชีวิตเดินทางอีกยาวไกล บางคน มองหาทางจบยังไม่เจอ ทั้งๆที่ปรรอณาพุทธภูมิ ด้วยเหตุนี้พระ อริยสงฆ์บางรูปจึงได้ลาพุทธภูมิแล้วอธิษฐานใหม่เป็นสาวกภูมิ มีให้เราได้เห็นจนทุกวันนี้ ส่วนสาวกภูมิคือ ผู้ที่ปรรอณา จะสำเร็จเป็นพระอรหันต์ เป็นสาวกของพระพุทธเจ้าองค์ใดองค์ หนึ่ง ระยะเวลาในการพัฒนาจิตเพื่อเข้าสู่นิพพาน ใช้เวลา ไม่ยาวนานเท่ากับปรรอณาเป็นพระพุทธเจ้า

คำถาม ๑๙ ขอความกรุณาให้ท่านอาจารย์อธิบาย คำว่า สัมมาทิฐิ เครื่องชี้ความเป็นชาวพุทธ ด้วยครับ?

ตอบ สัมมาทิฏฐิเกิดได้แบบนี้ มีผู้รู้มาบอกกล่าวสิ่งที่ดี ถ้ารู้ทางโลกก็จะบอกกล่าวสิ่งที่ดีทางโลก เช่น ทำงานแล้วจะได้เงิน ถ้าคุณทำตามก็เป็นสัมมาทิฏฐิในทางโลก แต่มีอีกอย่างหนึ่งคือ เมื่อมีผู้รู้มาบอกกล่าวแล้วพิจารณา ว่ามันตรงตามธรรมหรือไม่ ประพฤติปฏิบัติตามแล้วทำให้จิตเป็นอิสระหรือไม่ จะเกิดเป็นสัมมาญาณ สุดแต่แต่ว่าคุณจะทำตามหรือไม่อยู่ที่คุณ ด้วยเหตุนี้ก็เลยถามว่าทำงานนี้ดีได้เงินมากไม่ผิดกฎหมาย มีเงินสะสมปลูกบ้าน ซื้อที่ดินได้ ซื้อรถราคาแพงๆ ได้ นั่นเรียกว่า สัมมาทิฏฐิ ในทางโลก แต่ในทางธรรมไม่ใช่เลย มนุษย์สมบัติพวกนั้นเป็นขยะทั้งนั้น เป็นสมบัติกำพัวอยู่กับเราไม่นานก็ต้องทิ้ง ด้วยเหตุนี้พวกที่มี สัมมาทิฏฐิ ทางธรรมจะบอกว่า อย่าไปสั่งสมมันมากเกินไปนัก เอาแค่ว่าพออยู่พอกิน พอให้อัตภาพของชีวิตมันคงอยู่ได้เพื่อปฏิบัติธรรม แล้วในที่สุดสมบัติต่างๆ ที่มีอยู่สักวันหนึ่งต้องทิ้งแน่นอน ทำไม่ไปสั่งสมอริยทรัพย์ หรือ อริยสมบัติล่ะ

ดังนั้นผู้ที่มีสัมมาทิฏฐิในทางธรรม จะไม่ห่วงเลยว่าสมบัติในโลกมนุษย์เท่าไร แม้กระทั่งสมบัติของพระอินทร์ยังไม่เอาเลย สมบัติของพรหมก็ไม่เอา แต่จะเอาสมบัติพระนิพพาน



นำเจริญสติ

ขอให้ทุกท่านนั่งหลับตา ปล่อยวางภาระทั้งหมด คิดว่าถ้าเราตายในวันนี้ทุกอย่างจบสิ้นหมด ภาระหน้าที่ทั้งหลายที่เรารับผิดชอบอยู่จนสิ้นหมด ทรัพย์สินสมบัติบ้านช่องที่ดินสามีภรรยา ต้องทิ้งหมดทุกอย่างไม่สามารถนำติดตัวไปได้สักคน ด้วยเหตุนี้จึงวางทุกสิ่ง ทุกอย่าง คิดเสียว่าเราตายจากไปแล้ว

ตอนที่ผู้บรรยายไปปฏิบัติธรรมที่วัดมหาธาตุฯ กับท่านเจ้าคุณโชดก ห้ามญาติห้ามภรรยาмаเยี่ยม เพราะคิดว่าเราตายจากกันไป สามารถปล่อยวางได้ จิตไม่เกิดเป็นความกังวล ทรัพย์สินทุกอย่างพอลงไม่สามารถนำติดตัวไปได้สักคนแล้วทำไมเราไม่รีบปล่อยวาง มาสร้างทรัพย์ภายใน ให้เกิดขึ้นกับจิตวิญญาณของตนเอง

ขณะที่เรายังมีชีวิตอยู่ มีลมหายใจเข้าออกตั้งแต่เกิดมาจากท้องแม่ ลมหายใจยังไม่หยุด จวบจนทุกวันนี้ นานก็ปีแล้วเรารู้ด้วยตัวของเราเอง



การหายใจสามารถนำอิริยาบถที่เป็นปัจจุบันคือลมที่เข้าจมูกและออกจากจมูก มาเป็นองค์ภาวนาเจริญสติ เมื่อลมเข้าเราก็รู้ว่าลมเข้า เมื่อลมออกก็รู้ว่าลมออก อย่าไปบังคับลมปล่อยให้เป็นการหายใจปกติ บางคนลมเข้าสั้นลมออกสั้น บางคนลมเข้ายาวลมออกยาว สุดแท้แต่ละบุคคลไม่เหมือนกัน

การปฏิบัติธรรมจะทำให้ทุกคนเป็นหนึ่งเดียวพร้อมเพรียงกัน เป็นการผิดธรรมชาติ ด้วยเหตุนี้แต่ละคนมีลมเข้าลมออกไม่เท่ากัน กำหนดระลึกไว้ว่า ลมเข้าหนอ ลมออกหนอ หรือบางคนจะกำหนดลมเข้า "พุท" ลมออก "โธ" หรือจะใช้อิริยาบถที่เป็นปัจจุบันโดยการเอาจิตจดจ่ออยู่กับอิริยาบถนั้น สติที่เกิดขึ้นได้ต้องกำหนดตามที่ตัวเองฝึกมาหรือตามความถนัด

องค์บริการมใดทำให้จิตเกิดสติได้ง่าย สมาธิตั้งมั่นเร็ว องค์บริการมนั้นเหมาะกับจริตของตน ให้ใช้องค์บริการมนั้นไปเรื่อยๆ ไม่ต้องไปใช้อย่างอื่นเพราะจุดประสงค์ของการระลึกอยู่กับอารมณ์ที่เป็นปัจจุบัน คือการเจริญให้จิตมีสติมากขึ้น จุดประสงค์อยู่ที่จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิแก่นั่นเอง วิธีใดก็ตามที่จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ วิธีนั้นเหมาะกับผู้นั้น กำหนดองค์บริการม



อย่างไรถูกต้องหมด ดังนั้นลมเข้าให้รู้ว่าเข้า ลมออกให้รู้ว่าออก ทำต่อไปเรื่อยๆ ทุกเวลานาทีที่จิตมีสติระลึกอยู่กับลมเข้าออก เวลานาทีแห่งการระลึกภู่นั้นเป็นเวลานาทีที่มีคุณค่ามากที่สุดในชีวิต จะเกิดอะไรขึ้นให้ตามรู้ไปเรื่อยๆ อย่าไปปรุงแต่งอารมณ์ สิ่งเดียวที่ต้องทำให้เกิดขึ้นคือ สติ เราเสียเวลากับชีวิตมายาวนาน ปลอ่ยให้ลมเข้าลมออกแบบไร้สาระขาดสติ สิ่งที่เกิดพลาดเรียกคืนไม่ได้ แต่สิ่งที่ทำในปัจจุบันสามารถสร้างขึ้นใหม่ได้

เมื่อเราสร้างเหตุได้ถูกต้องตรง ย่อมมีผลเกิดขึ้นตามมา เมื่อจิตมีสติความตั้งมั่นย่อมเป็นผลที่เกิดขึ้นตามมา เมื่อจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ จิตมีความสงบเบา นั่นคือ อานิสงส์ที่ผู้กระทำจะได้รับ ถ้าทำถูกต้อง จิตต้องสงบ สบาย (ปลอ่ยให้ทุกคนฝึกสติ) ทุกคนค่อยๆ ลืมตา ขณะทีค่อยๆ ลืมตาให้ระลึกอยู่กับเปลือกตา ค่อยๆ เปิด เพียงชั่วเวลาประมาณ ๑๐ นาที ท่านจะรู้สึกว่จิตมีความสงบ กุศลโบายนี้ให้ท่านนำไปปฏิบัติต่ที่บ้าน หรือที่ไหนก็ได้ เพราะความสงบเป็นสากล คนในทุกระดับสามารถฝึกปฏิบัติได้หมด

ภาคผนวก

สังโยชน์ ๑๐ กิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์, ธรรมที่มีมัดสัตว์ไว้กับทุกข์
๑๐ อย่าง

๑. **สักกายทิฏฐิ** ความเห็นว่าเป็นตัวของตน
๒. **วิจิกิจฉา** ความลังเล, ความสงสัยไม่แน่ใจ
๓. **สีลัพพตปรามาส** ความถือมั่นศีลพรต โดยสักว่าทำตามๆ กันไปอย่าง งมงาย เห็นว่าจะบริสุทธฺ์หลุดพ้นได้เพียง ด้วยศีลและวัตร
๔. **กามราคะ** ความกำหนัดในกาม, ความติดใจในกามคุณ
๕. **ปฏิฆะ** ความกระทบกระทั่งในใจ, ความหงุดหงิดขัดเคือง
๖. **รูปราคะ** ความติดใจในอารมณ์แห่งรูปฌาน หรือใน รูปธรรมอันปราณีต, ความปรารถนาในรูปภพ
๗. **อรูปราคะ** ความติดใจในอารมณ์แห่งอรูปรฌาน หรือใน อรูปธรรมความปรารถนาในอรูปภพ
๘. **มานะ** ความสำคัญตน คือถือตนว่าเป็นนั่นเป็นนี่
๙. **อุทธัจจะ** ความฟุ้งซ่าน
๑๐. **อวิชชา** ความไม่รู้จริง, ความหลง



กาลามสูตร หลักความเชื่อ, วิธีปฏิบัติในเรื่องที่ควรสงสัย

๑. อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการฟังตามกันมา
 ๒. อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการถือสืบๆกันมา
 ๓. อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการเล่าลือ
 ๔. อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการอ้างตำราหรือคัมภีร์
 ๕. อย่าปลงใจเชื่อ เพราะตรรก (การคิด, การตรึก)
 ๖. อย่าปลงใจเชื่อ เพราะการอนุมาน (การคาดคะเน)
 ๗. อย่าปลงใจเชื่อ ด้วยการคิดตรองตามแนวเหตุผล
 ๘. อย่าปลงใจเชื่อ เพราะเข้าได้กับทฤษฎีที่พินิจไว้แล้ว
 ๙. อย่าปลงใจเชื่อ เพราะมองเห็นรูปลักษณะน่าจะเป็นไปได้
 ๑๐. อย่าปลงใจเชื่อ เพราะนับถือว่า ท่านสมณะนี้เป็นครูของเรา
- ต่อเมื่อใด รู้เข้าใจด้วยตนว่า ธรรมเหล่านั้น เป็นอกุศล เป็นกุศล มีโทษ ไม่มีโทษ เป็นต้นแล้ว จึงควรละหรือถือปฏิบัติตามนั้น



รายนามผู้ร่วมศรัทธาพิมพ์หนังสือการปฏิบัติคือบพพิสุจน์

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑	คุณเพ็ญจันทร์ ไม่ทราบนามสกุล	๗๕,๓๐๐
๒	คุณกอบโชค อัจศิริและครอบครัว	๑๐,๐๐๐
๓	คุณสุขชิน รัตนศิริวิไล	๑๐,๐๐๐
๔	คุณชัยสิทธิ์-คุณธนวรรณ เอกสิทธิพงษ์ และครอบครัว	๑๐,๐๐๐
๕	คุณพ่อวัชรระ-คุณแม่ทองสุข โสภารักษ์พงษ์ และคุณสมจิตต์ ครองมงคลกุล	๑๐,๐๐๐
๖	คุณอัญมณี รักษ์จิกร	๙,๐๐๐
๗	คุณนรินทร์ วิจักษณศิริกุล	๗,๐๐๐
๘	คุณชัญญา แสงเพชร	๕,๐๐๐
๙	คุณนรินทร์-คุณธีรประภา เสวตประวิฑกุล	๕,๐๐๐
๑๐	คุณรักใจ พนาอภิชน	๓,๖๐๐
๑๑	คุณแม่อาลัง อภิชาติกิตติกร คุณนวลจันทร์ ไชยสุต คุณปราณี-คุณปราโมทย์ ศิวะยิ่งสุวรรณ คุณเสาวภา ดวงใจ คุณพีรลักษณ์ สุดตา	๓,๙๙๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
	คุณเพียงขวัญ วิละขันคำ	
	คุณกัลญาวีร์ ชื่นมณีวงศ์	
	คุณแม่ชีธวัลรัตน์ เกียรติจิตเกษม	
๑๒	คุณธนัญญา เลิศบดีโสภณ	๓,๕๐๐
๑๓	คุณวศิน กุรุพันธ์พาณิชย์	๓,๓๐๐
๑๔	คุณบุญจบ วิถีเจริญ	๓,๐๐๐
๑๕	คุณนิรมล สิทธิลิขิต	๓,๐๐๐
๑๖	คุณสมศักดิ์ ไม่ทราบนามสกุล	๓,๐๐๐
๑๗	คุณชลนี เรียบร้อยเจริญ	๓,๐๐๐
๑๘	คุณจินดา นิธิปติกาญจน์	๓,๐๐๐
๑๙	คุณไพไลพรรณ ธนชาติ	๓,๐๐๐
๒๐	อาจารย์จินดา มาสมบุญณ์	๒,๕๐๐
๒๑	คุณวลลีส โพธิรังษิยากร	๒,๐๐๐
๒๒	คุณสิรินาถ นาถวงษ์	๒,๐๐๐
๒๓	คุณอิมใจ-คุณอุไรลักษณ์ คุณดารารัตน์ กำเสริฐ	๒,๐๐๐
๒๔	คุณเฉลิมพันธุ์ สมัครพันธุ์	๒,๐๐๐
๒๕	คุณสหธง ธีรโชติมงคลและครอบครัว	๒,๐๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๒๖	คุณเศรษฐีสิทธิ์ ต้นทอง	๒,๐๐๐
๒๗	ดร.สนอง-คุณทวีศรี วรอุไร	๒,๐๐๐
๒๘	คุณพรรณราย คุณะรังษี	๑,๙๓๕
๒๙	คุณสมพร สุทธาโรจน์	๑,๖๐๐
๓๐	คุณธนกร กุลนฤนาทวนิช	๑,๕๖๐
๓๑	คุณพ่อปั้น-คุณแม่нім ศรีชมภู	๑,๕๐๐
๓๒	คุณน้อย ทิมแพร	๑,๕๐๐
๓๓	คุณแม่อัมพา-คุณพ่อพิทยา สิรินุตานนท์	๑,๕๐๐
๓๔	คุณอาภา สนจุมภะ	๑,๒๙๐
๓๕	คุณปิยะนันท์ อิมสมบุญรัตน์	๑,๐๐๐
๓๖	คุณพ่อฉัตร-คุณแม่บุญเลิศม กลิ่นสุวรรณ	๑,๐๐๐
๓๗	คุณแม่จำนงญ สฐิตะฐาน	๑,๐๐๐
๓๘	คุณจุฬาร กาญจนถาวรวิบูล	๑,๐๐๐
๓๙	คุณเรวัตติ-คุณวัลยา แสงนิลและครอบครัว	๑,๐๐๐
๔๐	คุณนวลจันทร์ คล้ายจ้อย	๑,๐๐๐
๔๑	คุณนงนุช บุญศรีวรรณ	๑,๐๐๐
๔๒	คุณสมาน กอไธสง	๑,๐๐๐
๔๓	คุณอนเนก-คุณวัลย์วัลย์ รุจิระชาติกุล	๑,๐๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
	และบุตรีธิดา	
๔๔	คุณพิมลศิลป์ ทัพั่นตกุล คุณสาธิตา ชัยดวงดี	๑,๐๐๐ ๑,๐๐๐
๔๕	คุณอนุวัตร ยอดบุญเหลือ	๑,๐๐๐
๔๖	คุณแคทลียา พึ่งอุดม	๑,๐๐๐
๔๗	คุณนันทพร สมเจตน์	๑,๐๐๐
๔๘	คุณสกล เอี่ยมสินทรัพย์	๑,๐๐๐
๔๙	ด.ญ.กมลพร-ด.ช.ธนต์ถ์ เอี่ยมสินทรัพย์	๑,๐๐๐
๕๐	ผู้ไม่ประสงค์ออกนามจากประชาอุทิศ	๑,๐๐๐
๕๑	คุณพิณพัทธนา หอว์ฒนพันธ์ และครอบครัว	๑,๐๐๐
๕๒	คุณประจวบ-คุณตื่น มหัคคตจิตต์	๑,๐๐๐
๕๓	คุณอนิระ โพธิ์นิล	๑,๐๐๐
๕๔	คุณพูนสุข สุขมณี	๑,๐๐๐
๕๕	คุณสมถวิล ชูเกียรติวัฒนากุล	๑,๐๐๐
๕๖	คุณเบญจวรรณ วีระศิลป์	๑,๐๐๐
๕๗	คุณณรงค์ศักดิ์-คุณศิริพร วงศ์นิธิกุล	๑,๐๐๐
๕๘	คุณเนาวรจันต์-คุณเดือนจิตต์ ด.ช.เมทนี ปานเมทนี	๑,๐๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๕๙	คุณชาติรี-คุณนวลจันทร์ เตชะพิมานวงศ์ และครอบครัว	๑,๐๐๐
๖๐	คุณนิพนธ์ หอวัฒนพันธุ์	๑,๐๐๐
๖๑	พ.ต.อ.บุญเสริม ศรีชมภูและครอบครัว	๑,๐๐๐
๖๒	คุณถวิล-คุณพัชรพร ฉันทาวรานุรักษ์	๑,๐๐๐
๖๓	คุณศุภาสิริ อริยวุฒากกร	๑,๐๐๐
๖๔	คุณสุวิทย์ คู่อรุณ	๑,๐๐๐
๖๕	คุณณัฐพร กาญจนภูมิและครอบครัว	๑,๐๐๐
๖๖	คุณอรุณี ธารารักษ์ตั้งชัยและครอบครัว	๑,๐๐๐
๖๗	คุณนวลฤดี เหมือนเพชรและครอบครัว	๑,๐๐๐
๖๘	คุณสมศักดิ์ วิทยเลิศปัญญา	๑,๐๐๐
๖๙	คุณธนาวิษ ทรัพย์นพกุลและครอบครัว	๑,๐๐๐
๗๐	คุณวรรณรัตน์ บุญยัง	๙๔๕
๗๑	คุณชนิตรา สิทธิใส	๙๐๐
๗๒	คุณสมถวิล อุจจรรวมรัตน์	๘๐๐
๗๓	คุณอาภา สنجุมภา	๘๐๐
๗๔	คุณกรรณิการ์ กล้าดี	๘๐๐
๗๕	คุณพัชรา ธรรมลิขิตชัย	๗๐๐



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๗๖	คุณสวรรณี สระตันดี	๗๐๐
๗๗	คุณปราโมช บริษัทภัณฑ์ดีพลาสติก	๖๘๕
๗๘	คุณจงกลณี งามเอกเอื้อ	๖๘๐
๗๙	คุณศุภทินี ลิขนะไพบูลย์	๖๓๐
๘๐	คุณแคทลียา พึ่งอุดม	๖๑๕
๘๑	คุณชำนาญี เชื้อเจริญกรุง	๖๑๐
๘๒	คุณเบญจวรรณ ธีระศิลป์	๖๐๐
๘๓	คุณเรณู บุญเกตุ	๖๐๐
๘๔	คุณมณฑา กาญจน์ขลุติ	๕๕๐
๘๕	คุณศิริลักษณ์ ชันเกษม	๕๐๐
๘๖	คุณพันธุ์ทิพา ภูพงศ์พันธ์	๕๐๐
๘๗	คุณบุญญาการ นาคหนู	๕๐๐
๘๘	คุณจิตตรา ธรรมบุญ	๕๐๐
๘๙	คุณนุชพันธ์ (นุชเครือ) บุญมีและครอบครัว	๕๐๐
๙๐	คุณชาลิสสา พันมงคล	๕๐๐
๙๑	คุณปรีชา พรวิริยกุล	๕๐๐
๙๒	คุณอรทัย ภูวเศรษฐ์	๕๐๐
๙๓	คุณกวีดินันต์ อภิชัยทวีสิน	๕๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๙๔	คุณนรเสฏฐ์ อธิมา	๕๐๐
๙๕	คุณกฤษณ์ การชำนาญ	๕๐๐
๙๖	คุณอรุณี รongพล	๕๐๐
๙๗	คุณบดีพล แสงปลั่งและครอบครัว	๕๐๐
๙๘	คุณปิยวรรณ เหลืองอุทัยศิลป์	๕๐๐
๙๙	คุณนพ ธรรมวานิชและครอบครัว	๕๐๐
๑๐๐	คุณจตุพงษ์ ธนภาวัฒน์	๕๐๐
๑๐๑	คุณถนอมศรี ปาณะและครอบครัว	๕๐๐
๑๐๒	คุณกนกนันท์ สุวรรณมาลี	๕๐๐
๑๐๓	คุณจรัสศรี ชื่นศิวา	๕๐๐
๑๐๔	คุณธนกร อัจฉริยะศักดิ์ตาและครอบครัว	๕๐๐
๑๐๕	คุณธนายุทธ สิริรัตนานนท์	๕๐๐
๑๐๖	คุณชัชชัย เพิ่มทรัพย์ทวี	๕๐๐
๑๐๗	คุณวนิดา ฉัตรชัยอนันต์	๕๐๐
๑๐๘	คุณพินธุ์ทุสร รักธรรม	๕๐๐
๑๐๙	คุณอุไรวรรณ รักธรรม	๕๐๐
๑๑๐	พลโทปรีชา ศรีพัต	๔๒๕
๑๑๑	คุณสุทนต์ ธนพิทักษ์	๔๐๐



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๑๒	คุณลัดดา ประดับทอง	๔๐๐
๑๑๓	คุณวนิดา หารวณิชวัฒนา	๓๕๐
๑๑๔	คุณยงยุทธ สง่างาม	๓๐๐
๑๑๕	คุณธนวรรณ เตชสันติสุข	๓๐๐
๑๑๖	คุณพูนสุข สุภาวงศ์วณิช	๓๐๐
๑๑๗	คุณธนภรณ์ พันธุ์ปรีชารัตน์	๓๐๐
๑๑๘	คุณธนภรณ์ พันธุ์ปรีชารัตน์	๓๐๐
๑๑๙	คุณศิริพร วัชรธรรม	๒๐๐
๑๒๐	คุณวิไลวรรณ จตุรภัทรพงศ์	๒๐๐
๑๒๑	คุณชาญยุทธ ไม่ทราบนามสกุล	๒๐๐
๑๒๒	คุณกัลยา อริยฉัตร	๒๐๐
๑๒๓	คุณรัชนีวรรณ นราฤทธิ์	๒๐๐
๑๒๔	คุณเบญจวรรณ ธีระศิลป์	๒๐๐
๑๒๕	คุณฉันทพร ศิริวิภาพันธ์	๒๐๐
๑๒๖	คุณธมนต์ ศรีเศวีร์ภักดี	๒๐๐
๑๒๗	คุณสุทาร์รัตน์ เจริญทอง	๒๐๐
๑๒๘	คุณผิ้วยศุภา จันท	๒๐๐
๑๒๙	คุณกัญญ์ณัฐา กิ่งมณี	๒๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๓๐	คุณอรุณ เจนกิตติวงศ์	๑๙๕
๑๓๑	คุณศศิธร ชัคต์ตริย์กุล	๑๙๐
๑๓๒	คุณวิชัยนารพณ์ ประกายกิจ	๑๕๕
๑๓๓	คุณศรัณยพร	๑๕๐
๑๓๔	คุณธนารักษ์ สิรินุตานนท์	๑๕๐
๑๓๕	คุณนรวัดมน์ ศรีเทพ	๑๒๕
๑๓๖	คุณณัฐพล เมธาชูโชค	๑๒๐
๑๓๗	คุณโชคชัย กิจเกษมทวีสิน	๑๐๐
๑๓๘	คุณเพลิงธรรม เรามานะชัย	๑๐๐
๑๓๙	คุณพัชรินทร์ มาศวรรณา	๑๐๐
๑๔๐	ด.ช.ชัยเฉลิม ตั้งสันติภาพ	๑๐๐
๑๔๑	คุณชินมาจุ	๑๐๐
๑๔๒	คุณพรทิพย์ ศรีมูล	๑๐๐
๑๔๓	คุณศิริพรรณี โรงพยาบาลสมุทรปราการ	๑๐๐
๑๔๔	คุณพยอม มณีพฤษ์	๑๐๐
๑๔๕	คุณเวธกา สุขแสนไกรสร	๑๐๐
๑๔๖	คุณศรีวรรณ สุขแสนไกรสร	๑๐๐
๑๔๗	คุณธิดา สิงห์โตแก้ว	๑๐๐



ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๔๘	คุณปรัชญา	๑๐๐
๑๔๙	คุณแจ๊ค	๑๐๐
๑๕๐	คุณพัชรา-คุณประภา	๑๐๐
๑๕๑	คุณปวีณา สุขอร่าม	๑๐๐
๑๕๒	คุณจินตนา วิมล	๑๐๐
๑๕๓	คุณปญฺชญา มณีสอดแสง	๑๐๐
๑๕๔	คุณมาลัย หงษ์โต	๑๐๐
๑๕๕	คุณยุพา สุตรขุนทด	๑๐๐
๑๕๖	คุณจงจิตต์ ปิ่นทอง	๑๐๐
๑๕๗	คุณอภามาศ สิริรัตนานนท์	๑๐๐
๑๕๘	คุณนรินทร์ จันทรังศรี	๕๐
๑๕๙	คุณวรรณัน บุรณะภักดี	๕๐
๑๖๐	คุณวรรุฒิ นาคบวรวิจิตร	๑๐๐
๑๖๑	คุณธัญพร พ่วงพันธุ์	๑๐๐
๑๖๒	คุณศิริชัย ศักดิ์โกศล	๑๐๐
๑๖๓	คุณวงศ์วาร ก้วย	๑๐๐
รวมทั้งสิ้น		๒๑๒,๑๗๐



วัตถุประสงค์ของชมรมกัลยาณธรรม

๑. เผยแพร่หลักธรรมเพื่อเสริมสร้างปัญญาให้มนุษย์อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข
๒. ช่วยเหลือสังคมให้เกิดสันติภาพ และมีเมตตาธรรมต่อกัน
๓. จรรโลงไว้ซึ่งคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และเพื่อพระพุทธศาสนาได้ยั่งยืนถาวรสืบไป

อุดมการณ์

๑. ปฏิบัติคุณธรรมและจริยธรรมในหมู่สมาชิก
๒. ไม่แสวงหากำไรหรือรายได้ เพื่อประโยชน์ส่วนตัวแต่ประการใด
๓. มุ่งยกระดับจิตใจคนให้สูงขึ้น โดยไม่เน้นวัตถุหรือการเรียบริบในรูปแบบต่างๆ

กิจกรรมหลัก

๑. จัดธรรมบรรยายเป็นธรรมทานปีละ 3-4 ครั้งหรือแล้วแต่โอกาสจะอำนวย
๒. ผลิตสื่อธรรมะในรูปแบบต่างๆ เช่น หนังสือ เทป แผ่นซีดี เพื่อแจกเป็นธรรมทาน หรือจำหน่ายในราคาทุนเพื่อจะได้มีปัจจัยหนุนต่อการพิมพ์หนังสือหรือผลิตสื่อธรรมะในครั้งต่อไป



ชมรมกัลยาณธรรม

๓. บริจาคหนังสือและสื่อธรรมะต่างๆ ให้แก่ห้องสมุดทั่วประเทศ
เรือนจำ สถานศึกษา วัดวาอาราม องค์การสาธารณกุศล
หรือหน่วยงานต่างๆ ที่มีความสนใจ
๔. เผยแพร่หลักกรรมและตอบปัญหาธรรมะทางอินเทอร์เน็ตที่
www.kanlayanatam.com

การมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมของชมรม

ทุกท่านที่มีอุดมการณ์เดียวกับชมรมฯ สามารถช่วยเหลือ
กิจกรรมของชมรมฯ ไม่ว่าจะเป็นร่างกาย แรงใจ แนวความคิด หรือ
ช่วยค่าพิมพ์หนังสือค่าทำเทปหรือซีดีธรรมะเพื่อแจกเป็นธรรมทาน
โดยท่านสามารถบริจาคเข้าชมรมฯ ได้ที่บัญชีข้างล่างนี้

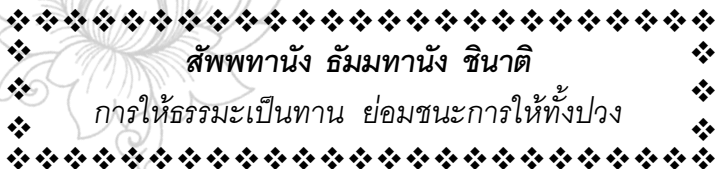
ชื่อบัญชี **อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ**

ธนาคารกรุงเทพ (สาขาสุมทปรการ)

บัญชีออมทรัพย์ เลขที่ ๑๕๕-๗๐๐-๘๒๒๒

(กรุณาฝากชื่อใบเข้าบัญชีธนาคารเข้ามาที่ทำการชมรมฯ พร้อมระบุ
ชื่อผู้บริจาคและหมายเลขโทรศัพท์ที่จะติดต่อกลับด้วย

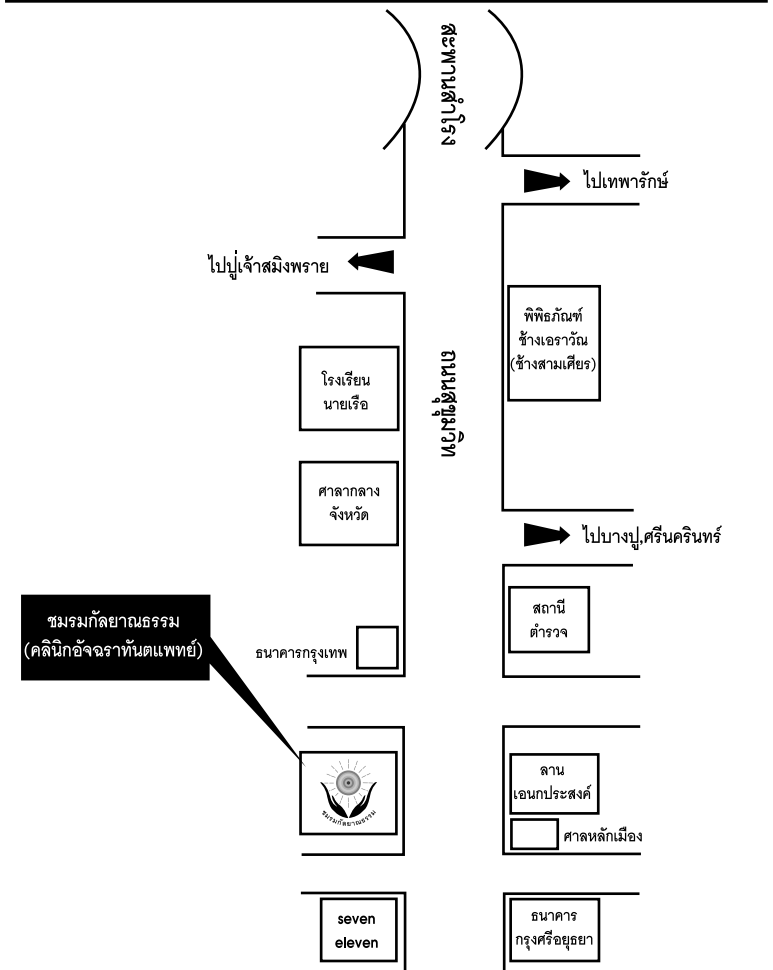
โทรสาร : ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓ หรือ ๐-๒๒๖๖๓๘๐๗-๘)



แผนที่ของชมรมกัลยาณธรรม (และศูนย์หนังสือ)



ชมรมกัลยาณธรรม (คลินิกัจฉราทันตแพทย์)
๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ
โทร. ๐-๒๗๐๒-๗๓๕๓, ๐-๒๗๐๒-๙๖๒๔



แผนที่ของชมรมกัลยาณธรรม (และศูนย์หนังสือ)



ศูนย์หนังสือชมรมกัลยาณธรรม

๘๘/๖-๗ ซอยศึกษาวิทยา ถนนสาทรเหนือ แขวงสีลม เขตบางรัก กรุงเทพฯ ๑๐๕๐๐

โทร. ๐-๒๖๓๕-๒๙๙๕-๗ สายตรง ๐-๒๖๓๕-๓๙๙๘ แฟกซ์ ๐-๒๒๖๖-๓๘๐๗-๘

