

# พุทธวจนะ

## ติดบ่วงนายพราน

ภิกษุ ท.! กามคุณเหล่านี้มีห้าอย่าง. ห้าอย่างอะไรกันเล่า? ห้าอย่างคือ รูปที่เห็นด้วยตา, เสียงที่ฟังด้วยหู, กลิ่นที่ดมด้วยจมูก, รสที่ลิ้มด้วยลิ้น, และโผฏฐัพพะที่สัมผัสด้วยกาย, อันเป็นสิ่งที่น่าปรารถนา น่ารักใคร่ น่าพอใจ ยวนตา ยวนใจ ให้รัก เป็นที่เข้าไปตั้งไว้ซึ่งความใคร่ เป็นที่ตั้งแห่งความกำหนัด ย่อมใจ. ภิกษุ ท.! กามคุณมีห้าอย่างเหล่านี้แล.

ภิกษุ ท.! สมณะหรือพราหมณ์พวกใดพวกหนึ่ง ติดอกติดใจ สยบอยู่ เมามหกอยู่ในกามคุณห้าอย่างเหล่านี้แล้ว ก็ไม่มองเห็นส่วนที่เป็นโทษ ไม่เป็นผู้รู้แจ่มแจ้งในอุบายเป็นเครื่องออกไปจากทุกข์ ทำการบริโภคมกามคุณทั้งห้า นั้นอยู่; สมณะหรือพราหมณ์พวกนั้น อันคนทั้งหลายพึงเข้าใจเถิดว่า เป็นผู้ถึงความพินาศย่อยยับ แล้วแต่มารผู้ใจบาปต้องการจะทำตามอำเภอใจ อย่างไม่ไย ดังนี้.

ภิกษุ ท.! เปรียบได้ดั่งเนื้อป่าที่ติดบ่วง นอนจมอยู่ในกองบ่วง, ในลักษณะ ที่ใครๆ พึงเข้าใจได้ว่า มันจะถึงซึ่งความพินาศย่อยยับ ต้องทำตามประสงค์ ของพรานทุกประการ เมื่อนายพรานมาถึงเข้า มันจะหนีไปไหนไม่พ้นเลย ดังนี้. ข้อนี้ฉันใด; ภิกษุ ท.! สมณะหรือพราหมณ์เหล่านั้น ก็ฉันนั้นเหมือนกัน : พวกเขาพากันติดอกติดใจ สยบอยู่เมามหกอยู่ในกามคุณห้าอย่างเหล่านี้แล้ว ก็ไม่มองเห็นส่วนที่เป็นโทษ ไม่เป็นผู้รู้แจ่มแจ้งในอุบายเป็นเครื่องออกไป จากทุกข์ ทำการบริโภคมกามคุณทั้งห้า นั้นอยู่, เป็นผู้ที่คนทั้งหลายพึงเข้าใจเถิดว่า จะถึงความพินาศย่อยยับ แล้วแต่มารผู้ใจบาปต้องการจะทำตามอำเภอใจ อย่างไม่ไย ดังนี้ .



### มูลนิธิบ้านอารีย์ : การเดินทาง

1. รถยนต์ส่วนตัว เข้าทางซอยพลโยธิน ๗ เลี้ยวซ้ายซอยอารีย์ ๑ เข้าซอย ๒๐๐ เมตร อยู่ซ้ายมือ ในโครงการบ้านนา เฟมิลี ปาร์ก
2. รถไฟฟ้า ลงสถานีอารีย์ เดินออกทางออกที่ ๑ ลงฝั่งซอยอารีย์ แล้วเดิน ขึ้นมาด้านอนุสาวรีย์ฯ ทางเข้าจะอยู่ระหว่างอาคารเอ็กซ์ซิเมนต์กับบีเอ็มเอสไอ
3. รถประจำทาง สายที่ผ่าน ๘, ๒๖, ๒๘, ๓๘, ๓๙, ๕๔, ๕๙, ๖๓, ๗๔, ๗๗, ๘๗, ๕๐๓, ๕๑๐ ลงป้ายซอยอารีย์ แล้วเดินขึ้นมาด้านอนุสาวรีย์ฯ ทางเข้าจะอยู่ระหว่างอาคารเอ็กซ์ซิเมนต์กับบีเอ็มเอสไอ

- เจ้าของ มูลนิธิบ้านอารีย์ บรรณารักษ์ ผู้พิมพ์ ผู้โฆษณา วิศวกร วิศวกรประจำ
- ที่ปรึกษา กิตติมศักดิ์ พลเรือตรี วิพันธุ์ ชมะโชติ บรรณารักษ์บริหาร วิศวกร วิศวกรประจำ
- ธรรมบทโดย สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก,
- พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร, พระราชสังฆวาณาน (หลวงพ่อพุทธ สุานโย),
- ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน, หลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ,
- พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ)
- พระพุทธนิสาเถระ (หลวงพ่อบุญกั อุนวาทุณโน), พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต),
- พระไพฑูริยานุวัฑฒน (พระอาจารย์ปลั่งโน), พระภาวนาเมธีคุณ วิ. (พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรสี),
- พระอาจารย์ประสงค์ ปริบูรณ์, พระอาจารย์ชยสาโร, พระราชญาณเมธี (ปิโยโสภณ)
- คอลัมนิสต์ อ. สุภีร์ ทุมทอง ภาพปกโดย วิษณุ ฝอยทอง
- ออกแบบและจัดทำรูปเล่ม ตู พิสูจน์อักษร พีจัน ตะวัน
- การ์ตูนและภาพประกอบทศชาติอัศจรรย์ สายฝน ศิลปพรหม
- ผลิตและดำเนินการโดย มูลนิธิบ้านอารีย์ พิมพ์ที่ บริษัท สำนักพิมพ์สุภา จำกัด
- ๑๑๘ ซอย ๖๘ ถนนจรัญสนิทวงศ์ เขตบางพลัด กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐ โทร. ๐-๒๔๓๓-๑๑๒๓
- ร่วมส่งความคิดเห็น ข้อเสนอแนะได้ที่ บ้านอารีย์ เลขที่ ๑๗/๑ ซอยอารีย์ ๑ ถนนพลโยธิน
- แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กทม. ๑๐๔๐๐ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔, ๐-๒๖๒๗-๗๔๗๔

# สารบัญ

๑๒

พุทธวจนะ

พระธรรมเทศนา ของ  
พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร

๑๓

พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร

ฐานิยปูชา ครบ ๖ รอบ

พระราชสังวรญาณ (หลวงพ่อบุญ ฐานิโย)

๑๖

ธรรมชุดเตรียมพร้อม

ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน

๑๗

ธรรมเพื่อความสวัสดี

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

๑๘

พลิกโลก เหนือความคิด

หลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ

๑๐

รู้จักเทวดา

อ. สุภีร์ ทุมทอง

๑๒

ธรรมครองโลก

พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ)

๑๓

ชีวิตนี้มีความหวัง

พระพุทธิสารเถร (หลวงพ่อบุญ อนุชทุฒโน)

๑๔

แหวดวงธรรม

๑๖

ปฏิทินธรรม

๑๘

เสียงธรรมจากบ้านอารีย์

๑๙

ปฏิทินธรรมบ้านอารีย์

๒๐

ทุกข์สำหรับเห็น แต่สุขสำหรับเป็น

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต)

๒๑

ศิลปะแห่งการดับทุกข์

พระภavana เขมคุณ วิ. (พระอาจารย์สุศักดิ์ เขมรสี)

๒๒

ง่าย กว่าที่คิด

พระโพธิญาณวิเทศ (พระอาจารย์ปสันโน)

๒๓

เรื่องท่านเล่า “ออกซิเจนธรรม”

พระอาจารย์ชยสาโร

๒๔

ฮัลโหล รู้ลึกตัว หรือ เคยชิน

พระอาจารย์ประสงค์ ปริบุญโญ

๒๕

แทนคุณศาสนา

พระราชญาณกวี (ปิยโสภณ)

๒๗

นิทานไซคีดี เล่ม ๑ “ฟิ่งพาดน”

สายฝน ศิลปพรหม

๒๘

โรมมหรสพทางวิญญาน

พุทธทาสภิกขุ



๑ มูลนิธิบ้านอารีย์ได้รับพระราชทานรางวัล  
เสาศาสนาธรรมจักรประเภทสมาคม องค์การ  
มูลนิธิ สถาบัน และหน่วยงานที่มีกิจกรรมส่งเสริม  
พระพุทธศาสนา ประจำปี ๒๕๕๗ จาก  
สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

๑ มูลนิธิบ้านอารีย์ เป็นองค์การหรือสถาน  
สาธารณกุศล ลำดับที่ ๗๖๘ ของประกาศ  
กระทรวงการคลังฯ เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๔

๑ มูลนิธิบ้านอารีย์ ได้รับการรับรองเป็นองค์การ  
สาธารณประโยชน์ จากคณะกรรมการส่งเสริม  
การจัดสวัสดิการสังคมแห่งชาติ เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๒

## บรรณาธิการ **แกellig**

**ชีวิต (คนทำงาน) กลับมา (วุ่นวาย) เป็นปกติอีกครั้งหลังจากได้พักยาว  
แยกย้ายกันกลับไปเยี่ยมบ้าน กลับไปหาไอรักอันอบอุ่นของครอบครัว**

บริษัท ห้างร้านต่าง ๆ ที่เหมือน “ตาย” ต้องยุติบทบาทขององค์กรไป  
จากการกระจายตัวของลูกจ้างในเทศกาลสงกรานต์ วันนี้ได้กลับมา “เกิด”  
มีชีวิตขับเคลื่อนการงานกันอีกครั้ง

ภาพการเกิดและตายจากการสลายและการกลับมาประชุมกันใหม่  
เช่นนี้เป็นภาพที่ทุกคนคุ้นเคย ไม่มีใครตระหนักตกใจหรือหวาดผวา แต่  
น่าแปลกที่พอเป็นเหตุการณ์เดียวกันเพียงแต่เป็นการรวมตัวของเหตุปัจจัย  
ก่อเกิดสิ่งที่เรียกว่า “ตัวเรา” ขึ้น แล้วเมื่อเหตุนั้นสลายไปทุกคนกลับเกิด  
ความกลัวอย่างมากมาย

**จะว่าไปหากเราไม่ตกใจกับการปิดร้านวันหยุด เราก็ไม่น่าตระหนัก  
กับการปิดชีวิตในวันสุดท้ายของธาตุขันธ์นี้**

ถ้าเราเข้าใจความจริงว่า ทุกสิ่งเป็นเพียงการประชุมกันของธาตุที่ไร้  
ตัวเรา ของเราที่ตรงไหน เราก็คงไม่หวาดผวากับความตาย สามารถจัดการ  
กับการสลายและเตรียมที่จะประชุมใหม่ (หรือไม่ต้องประชุมกันเลย) ได้  
อย่างเหมาะสม

อ่านเรื่องรู้จักเทวดาของ **อ. สุภีร์ ทุมทอง** เรื่องจากปกฉบับนี้แล้วเลย  
นึกเทียบเคียงกับวันหยุดสงกรานต์แบบนี้ ใครสนใจเรื่องเทวดามากขึ้นก็ลอง  
พลิกไปอ่านได้เลยครับ

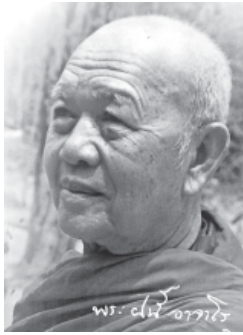
<http://www.baanaree.net>

<http://facebook.com/baanareefoundation>

**กุนวิจิตรพงศ์พันธ์**

ร่วมเป็นเจ้าของภาพสนับสนุนจัดพิมพ์วารสารบ้านอารีย์





# พระธรรมเทศนา ของ พระอาจารย์ฝั้น

## อาจารย์เถระ

พระอาจารย์ฝั้น อจาโร

ณ วัดถ้ำขาม

(ต่อจากฉบับที่แล้ว)

อายตนะ แปลว่าบ่อเกิดแห่งสุขและทุกข์ บ่อเกิดแห่งคุณงามความดี คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ นี่แหละ พระพุทธเจ้าบัญญัติธรรมวินัยศาสนาลงที่ตรงนี้ ท่านไม่ได้บัญญัติที่อื่นให้พากันให้ฟังรู้ฟังเข้าใจ ข้อปฏิบัติของพวกเรา บางคนเราเกิดมา ยังไม่รู้จักรักศีลของตน ไปขอแต่ที่พระ ผู้ใดมาก็มาขอ เมื่อวานก็มาขอกับหลวงปู่ มาขอศีล มะยัง ภัณฑะ ติสระระเนนะสะหะ ปัญจะ สีสานิ ยาจา มะ ขอแต่ศีล เอามาทำไมละ สีสัง ก็แปลว่าศีล ศีล ๕ ก็รู้จักตั้งแต่เกิด จะขอกับใครเล่า นี่ศีล ๕ ก็ฆาสอง แขนสอง ศีระอันหนึ่ง อันนี้เป็นตัวศีล ๕ รักษาไว้ให้เรียบร้อยอย่าเอาไปทำโทษน้อยใหญ่ ปาณา นั่นไม่ใช่ศีล เป็นโทษ อทินนา นั่นก็เป็นโทษ กามะ นั่นก็โทษ มุสา นั่นก็โทษ สุรา นั่นก็โทษไม่ใช่ศีล ให้พากันพิจารณาสิ เราทั้งหลายเมื่อจะรักษาศีล ๕ ก็อย่าเอาทั้ง ๕ นั้นไปทำโทษ ๕ จำไว้ละ ใน ๕ อย่างนี้ไม่มีใครอยากได้ ไม่มีใครปรารถนา และไม่มีใครรัก เหตุอันใดเล่า ท่านว่าโทษ ๕

ปาณาติปาตา เวรมณี ให้ละเว้น ละเว้นอะไรที่เป็นโทษ ใครอยากได้ละ เกิดมามีคนมาฆ่าเราละ เราอยากให้เราฆ่าไหม ฆ่าพี่ฆ่าน้องก็ดี ฆ่าลูกฆ่าเมียใครก็แล้วแต่ ไม่อยากให้เราไปฆ่าเขาก็เช่นเดียวกัน สัตว์ทั้งหลายรักชีวิตทั้งนั้น ท่านไม่ให้เบียดเบียนซึ่งกันและกัน ให้เมตตาคนเมตตาสัตว์ เรามาถึงธรรมถึงวินัยแล้ว นี่ท่านให้ละเว้น ที่นี้เมื่อเราทำปาณาติปาตาแล้ว เราปรารถนาจะได้อย่างนี้ไหม สมมติว่าเราเกิดมาอายุสั้นตายเร็วพลัน ตายแต่น้อยแต่หนุ่ม ตายพลัดพรากจากกัน เป็นโรคเป็นภัย อย่างนี้ใครอยากได้ละ สมมุติว่ามาจากไหน

ละ ก็มาจากปาณาติปาตานั้นแหละ พากันพิจารณาข้อนี้ พระพุทธเจ้าจึงให้งดเว้น ให้ละเว้น เพราะกลัวจะเป็นอย่างนี้ดอก ให้พากันรู้จัก พวกเราทั้งหลายก็กลัวตายอย่างนี้ ไม่ใช่กลัวอื่น กลัวเป็นโรคเป็นภัย ท่านให้ละเว้นสมมุติฐานนี้ซึ่ง อย่าไปฆ่าสัตว์ ตัดชีวิต แม้แต่เมตตาคนแดง จะฆ่าผู้ฆ่าคนอะไร เลือดดองท่านก็ไม่ให้ทำ กลัวเป็นภัยเป็นเวร กลัวเป็นโรคนี้ดอก พากันให้รู้จัก ข้อปฏิบัติ ให้ยึดอันนี้ เมื่อเรามีเมตตาคน เอ็นดูคนแล้ว ก็เอ็นดูสัตว์ทั้งหลาย สัตว์ทั้งหลายเขาก็รักชีวิต เรารักชีวิต พิจารณาข้อนี้ บ้านเมืองวุ่นวายก็เพราะกลัวตาย ไปไหนก็เรียกตำรวจทหารไปละ กลัวเขาจะยิงเอา เขาว่า คิดดูนี่ละ เมื่อภัยเหล่านี้ของเราไม่มีแล้ว มันก็ไม่มีความ พิจารณาให้มันรู้สึ จะยากลำบากก็ข้อนี้แหละเรื่องมัน

นี่ข้อที่สองละ อทินนาทาน เช่น เราขโมยเขา เขาก็ไม่ยอมให้เป็น เขาขโมยเรา เราก็ไม่ยอมให้เป็น ขโมยสิ่งของนะ ดูสิ ถ้าเรามีเมตตาคนและเมตตาสัตว์แล้ว ทำไม่ลง ทำไม่ได้ เมื่อทำแล้วมันก็ให้ผลนี้แหละ เพราะฉะนั้นท่านให้ละเว้น ให้ละเว้นเสียเดี๋ยวนี้ จะได้ไม่เป็นทุกข์เป็นร้อน บ้านหากุญแจหาอะไรให้ดี กลัวขโมย ไม่ใช่ขโมยไปไกลดอก ทำบ้านดีๆ ไม่ใช่ทำอื่นดอก นี่มันเป็นอย่างนั้น ถ้าเราไม่มีขโมยแล้ว ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกันแล้ว มันก็ไม่มีความ เราเมตตาคนกลัวเราเป็นทุกข์ เขาขโมยเรา เขาก็ไม่ยอมได้ พิจารณาดู ขโมยข้าว ขโมยของ ขโมยลูก ขโมยเต้า ขโมยสิ่งของทั้งหลาย หรือโจรปล้น ฆ่าเจ้าของใครอยากได้ หรือราชาโทษ ราชารับไหมใส่โทษ อันนี้เราอยากได้ไหม หรือโจรไฟไหม้อย่างนี้ โจรลมพายุพัดอย่างนี้ มันมาจากไหนละ สมมุติฐานนั้น ก็มาจากอทินนาทานนั่นสิ เรื่องมันเป็นอย่างนี้ละ พากันฟังพิจารณาข้อนี้ลำบากเพราะอันนี้ ไปไหนๆ ก็ตาม ถ้าเราละเว้นโทษทั้งหลายนี้ก็สบายสบายเรา ของจะทิ้งที่ไหนก็สบายไม่กลัวใครจะมาเอา ต่างคนต่างมีศีลมีธรรม ต่างคนต่างมีศาสนา เดียวนี้เราทิ้งศาสนาหมดสิ ทิ้งศีล ทิ้งธรรมหมดในตัวของเรา โยนให้คนอื่นหมด ศาสนาก็เป็นของ พระพุทธเจ้า เป็นของพระโนน เราไม่นึกว่าเป็นของเรา เรื่องมันเป็นยังงี้ดอก ข้อสำคัญ เหตุนี้พากันให้เข้าใจ

อ่านต่อฉบับหน้า

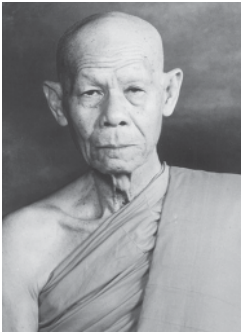


### เรียนพระอภิธรรม เกื้อกูลต่อการปฏิบัติ ถึงซึ่งความพ้นทุกข์

มูลนิธิบ้านอารีย์ขอเชิญเข้าศึกษาพระอภิธรรม  
อันจะยังประโยชน์ให้เกิดความเข้าใจในเรื่องของชีวิต  
และแนวทางการปฏิบัติ เพื่อเข้าถึงความพ้นทุกข์

โดย **อาจารย์ทองสุข ทองกระจ่าง** ผู้อำนวยการพระอภิธรรมทางปรมณี  
เรียนทุกวันเสาร์ เวลา ๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.  
ณ มูลนิธิบ้านอารีย์ ซอยอารีย์ ๑ (ใกล้ BTS อารีย์)





# ฐานิยปุชา ครบ ๖ รอบ

พระราชสังวรญาณ  
(หลวงพ่อพุทธ ฐานิโย)

## วิกิแห่งจิต

เทศน์อบรมนักเรียนโรงเรียนสุรนารีวิทยา อ. เมือง จ. นครราชสีมา  
และโรงเรียนวรคุณอุปถัมภ์ อ. อุทุมพรพิสัย จ. ศรีสะเกษ  
ณ วัดวะภูแก้ว อ. สูงเนิน จ. นครราชสีมา  
วันที่ ๒๒ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๓๕

(ต่อจากฉบับที่แล้ว)

ทีนี้ในบางครั้งนักเรียนภาวนาอะไรก็ตาม ภาวนาพุทโธ ก็ตาม ยุบหนอ-พองหนอก็ตาม สัมมาอรหังก็ตาม เมื่อจิตสงบ หนึ่ง สว่าง บางทีเราจะมีความรู้สึกเหมือนความสว่างพุ่งออกไปทางหน้าผาก เหมือนไฟฉาย เมื่อเหตุการณ์อย่างนี้เกิดขึ้น ให้กำหนดรู้จิตเฉยอยู่ บางทีจะเกิดนิมิตเห็นคน เห็นสัตว์ เห็นทุกสิ่งทุกอย่าง ซึ่งแล้วแต่จิตจะปรุงเป็นมโนภาพขึ้นมา เมื่อเป็นเช่นนั้นให้กำหนดจิตวางเฉย อย่าไปเกิดเอะใจ ตกใจ เพราะทุกสิ่งทุกอย่างเป็นเรื่องของจิตเราสร้างขึ้นทั้งนั้น เราสร้างขึ้นทำไม สร้างขึ้นมาเพื่อสอนตัวเอง จิตสร้างเรื่องราวขึ้นมาสอนตัวจิตเอง เมื่อจิตมีความคิด มีความรู้ มีนิมิต แต่จิตมีสติสัมปชัญญะรู้พร้อม เรียกว่า **อตตะโน โจทยัตตานัง** จิตจะมีสติเตือนตนเองโดยอัตโนมัติ ก็ได้ชื่อว่าเป็นผู้ที่ปฏิบัติสมาธิเข้าถึงแนวทางที่ถูกต้องเป็นสัมมาสมาธิ

ที่นำเรื่องการกำหนดรู้ลมหายใจมากล่าวขึ้นก่อน ก็เพราะเหตุว่าพระพุทธรเจ้าของเราปฏิบัติตามแนวทางนี้ท่านจึงได้สำเร็จเป็นพระพุทธรเจ้า ทีนี้การบริกรรมภาวนา พุทโธ ยุบหนอ-พองหนอ สัมมาอรหัง เมื่อจิตสงบเป็นสมาธิแล้วจิตจะไม่ท่องเที่ยวไปบริกรรมภาวนานั้นๆ จะไปหยุดนิ่งเฉยอยู่ เป็นจิตว่างๆ เมื่อจิตมีความว่าง ในขณะที่ว่างนั้น ว่างคือว่างจาก

ความคิด ว่างจากความรู้ ไปนิ่งว่างอยู่เฉยๆ บางทีก็รู้สึกแจ่มๆ บางทีก็รู้สึกสว่าง ในช่วงที่จิตว่างอยู่นั้นเอง จิตเขาจะไปรู้ลมหายใจเองโดยอัตโนมัติ แล้วจะตามลมหายใจเข้าไปสงบนิ่ง สว่างอยู่ในท่ามกลางของร่างกาย

การกล่าวถึงเรื่องสมาธิก็ยุติไว้เพียงขั้นนี้ก่อน ถ้าหากเวลาเราทำสมาธิด้วยบริกรรมภาวนา ถ้าภาวนาไปมีอาการเคลิ้มๆ เหมือนกับง่วงนอน ปล่อยให้มันเป็นไปตามธรรมชาติ ถ้าหากว่าจิตหยุดบริกรรมภาวนาไป นิ่ง ว่างอยู่เฉยๆ ก็ไม่ต้องไปนึกคิดอะไร ปล่อยให้ว่างเฉยอยู่อย่างนั้น ไม่ต้องย้อนกลับมาหาบริกรรมภาวนาอีก เช่น ผู้ที่ภาวนา ยุบหนอ-พองหนอ ยุบหนอ-พองหนอ พอจิตสงบลงไปนิ่ง มันจะปล่อยวางคำว่า ยุบหนอ-พองหนอ มันไม่นึกอีกแล้ว แต่มันจะไปนิ่งว่างอยู่เฉยๆ ก็ปล่อยให้มันว่างอยู่อย่างนั้น ไม่ต้องมานึกยุบหนอ-พองหนออีก ทีนี้ในช่วงที่จิตว่างอยู่นั้น ถ้าจิตว่างอยู่เป็นชั่วโมงก็ปล่อยให้ว่างไป แต่ถ้าในช่วงนั้นจิตเกิดมีความคิดความรู้สึกขึ้นมา ถ้าคิดไม่หยุดก็ปล่อยให้คิดไป แต่เราจะมีสติตามรู้ความคิดโดยอัตโนมัติ ช่วงที่จิตมีความคิดเกิดขึ้น มีสติกำหนดตามรู้เรียกว่า เจริญวิปัสสนา ความจริง คำว่าสมณะกัตี วิปัสสนากัตี เป็นแต่เพียงชื่อของหลักและวิธีการปฏิบัติเท่านั้น การปฏิบัติด้วยบริกรรมภาวนาพุทโธ ยุบหนอ-พองหนอ สัมมาอรหัง เรียกว่า ปฏิบัติตามหลักและวิธีการของสมณะ ถ้าหากเราปฏิบัติด้วยการกำหนดตามรู้ความคิด หรือเราหาเรื่องราวมาคิดพิจารณาพิจารณาไปจนกระทั่งจิตมีอาการสงบ อันนี้เรียกว่าปฏิบัติตามวิธีการของวิปัสสนา จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติทั้ง ๒ อย่างนี้ เพื่อให้จิตสงบเป็นสมาธิ ตั้งมั่นแน่วแน่ เกิดสติปัญญารู้แจ้ง เห็นจริงตามความเป็นจริง ความจริงที่จะรู้ในขณะที่จิตสงบคือรู้ว่านี่คือสมาธิ ทีนี้จิตไปนิ่งอยู่เฉยๆ ก็จะมีรู้ว่านี่คือจิต พอจิตไหวตัวเกิดความคิด ก็จะมีรู้ว่านี่คือความคิดและอารมณ์เป็นธรรมชาติของจิต การมีสติกำหนดรู้ความคิดเรียกว่ากำหนดรู้ธรรมชาติของจิต ธรรมชาติของกายคือการหายใจ ธรรมชาติของจิตคือความคิด นี่ให้กำหนดรู้ธรรมชาติสองอย่าง.

อ่านต่อฉบับหน้า

รายนามผู้บริจาคปัจจัยสนับสนุนมูลนิธิบ้านอารีย์ วันที่ ๑๔ มีนาคม - ๑๐ เมษายน ๒๕๔๙

- หลวงพ่อพระมหาประเสริฐ กิตติเสฏฐโฐ, คุณนันทิมา กิจกุล, คุณวีระณัฐ โรจนประภา, คุณนพพร ดิลกรัตน์วนิช, คณะปฏิบัติธรรม, คุณชาญชัย ศิริทรัพย์, คุณณัฐฉา กสิกรินทร์, คุณถนัดจิตต์ จารุพันธ์, คุณคงว คุหากาญจน์, คุณนวลละออ โรจนประภา, คุณนันทกร ฉัตรชัยสกุล



# ธรรมชุด เตรียมพร้อม

ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน

ภาค ๑

“เรา กับ กิเลส”

กิเลสฝังในจิต

(ต่อจากฉบับที่แล้ว)

ถึงคราวที่จะต้องรับความทุกข์ลำบาก เพราะการประกอบความเพียรเพื่อแก้กิเลส ก็ต้องยอมรับกัน จะไม่ยอมรับไม่ได้ ต้องยอมรับ เมื่อถึงขั้นยอมรับเพื่อช้ชนะอันใหญ่หลวง พระพุทธเจ้าก็ทรงยอมรับ พระสาวกทั้งหลายกว่าจะได้มาเป็น “สรณะ” ของพวกเรา ท่านก็ยอมรับความทุกข์ความลำบากในการฝึกฝน ทรมานตนเพื่อฆ่ากิเลสทั้งนั้น เพราะกิเลสอยู่กับตัว การพ้นกิเลส ถ้าไม่พ้นเข้าไปถูกตัวด้วยก็ไม่กระทบกระเทือน กิเลสที่อยู่กับตัว ฉะนั้น การทำหั้นกิเลสไม่กระทบกระเทือน ตัวด้วยจึงไม่ได้ ต้องมีการกระทบกระเทือนตัวเป็นธรรมดา

พวกเราเหมือนกัน ถ้าจะให้กิเลสมันอยู่ห้องโน้น เรามาอยู่ห้องนี้ ชั่งกิเลสไว้ในห้องโน้น เรามาอยู่ในห้องนี้ มันเป็นไปไม่ได้ ถ้าเป็นไปได้ พระองค์ต้องทรงทราบก่อนใครๆ ในโลก เราอยู่ในห้องไหน กิเลสก็อยู่ในห้องนั้น การฝึกทรมานเราตรงไหน ก็เป็นการฝึกทรมานกิเลสตรงนั้น และในขณะที่เดียวกัน ก็เป็นความทุกข์ ในการแก้กิเลสเช่นเดียวกัน คือเราต้อง

ยอมรับทุกข์ เช่น นั่งมากก็ทุกข์ เดินมากก็ทุกข์ นอนมากก็ทุกข์ คือนอนพิจารณาเพื่อแก้กิเลสนะ ไม่ใช่นอนแบบหมูขึ้นเขียง เวลากำหนดภาวนามันทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น ชื่อว่า “ประโยคพยายามที่จะแก้กิเลส” แล้ว มันเป็นความทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น ฉะนั้น จึงไม่ควรท้อใจ อ่อนใจ กิเลสจะแข็งข้อต่อสู้อา จะว่าไม่บอก

แม้จะเป็นการ **อดนอน อดอาหาร** มันก็เป็นเรื่องความทุกข์ทั้งนั้นแหละ **แต่เพื่อดับเชื้อของกิเลสนะ ทุกข์ก็ต้องยอมรับ** การขาดตกบกพร่องในสิ่งใดบรรดาที่อาศัย เป็นความผิดเคืองกับสิ่งใดก็ยอมรับ อะไรจะขาดตกบกพร่องต้องยอมรับ ยอมรับเมื่อเข็มทิศอันใหญ่ยิ่งมุ่งต่ออรรถต่อธรรม คือแดนแห่งความพ้นทุกข์อยู่แล้ว อะไรๆ ก็ต้องยอมรับ ต้องยอมรับทั้งนั้น ไม่กังวล ไม่ยอมรับไม่ได้ กิเลสมันอยู่กับเรา เราไม่ยอมรับ ความกระทบกระเทือน ความทุกข์ ความลำบากด้วยเพราะการแก้กิเลส ย่อมไม่ได้ ต้องยอมรับ

อ้าว! ทุกข์ ก็ทุกข์ ยอมทุกข์ ลำบากก็ยอม ขอให้กิเลสมันค่อยหมดไป หมดไป เพราะกิเลสเป็นเครื่องก่อกวนภายในจิตใจ จำพวกบ่อนทำลาย ก็คือ กิเลส นี่แหละ อย่างภายนอกที่เราเห็นนั่นแหละ ล้วนแล้วแต่กิเลสบังการ เพื่อความมักใหญ่ใฝ่สูงเกินมนุษย์มนา เทวดา อินทร์พรหม ไม่ยอมมองดูตัว เตียวสไตรก์ที่นั่น สไตรก์ที่นี้ เดินขบวนที่นั่น เดินขบวนที่นี้ ก็คือ พวกบ่อนทำลาย ทำลายบ้านเมือง ทำลายที่นั่น ทำลายที่นี้ ทำลายหลายครั้งหลายหน มันก็แหลกไปเอง นั่น!

อ่านต่อฉบับหน้า



## เรียนภาษาบาลีเบื้องต้น

โดย มหาวิทยาลัย สถาบันสอนภาษาบาลีบุคคลทั่วไป

ภาษาบาลีเป็นภาษาของพระพุทธเจ้า  
ที่จะส่องสว่างนำทางให้ชีวิตคุณทั้งชีวิต

หาเรียนได้ไม่ยากนัก โอกาสมาถึงแล้ว เราชาวพุทธมาเรียนรู้ภาษาบาลีให้เป็นประเพณี

**ขอเชิญทุกท่านร่วมเรียนภาษาบาลีทุกวันอาทิตย์**

รอบเช้า **หลักสูตรภาษาบาลีเบื้องต้น รุ่นที่ ๒/๒๕๕๗ เวลา ๐๙.๐๐-๑๑.๓๐ น.**

รอบบ่าย **หลักสูตรแปลบาลีธรรมบท (ประโยค ๑-๒) เวลา ๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น.**

**ณ ห้องพระชั้น ๓ มูลนิธิบ้านอารีย์ ซ. อารีย์ ๑ (ใกล้ BTS อารีย์)**

**สอบถามรายละเอียด และสมัครเรียนได้ที่ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔, ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๘**







# ธรรม เพื่อความสวัสดิ

สมเด็จพระญาณสังวร  
สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

## ตนที่ฝึกดีแล้ว ย่อมเป็นที่พึ่งที่ดี

### ผู้ทำความดีแม้ขาดลาภขาดยศ แต่มีความสงบสุขทางจิตใจที่สูงกว่ามีลาภยศ

อันการทำความผิดทำชั่วนั้น ไม่ว่ามากน้อยหนักเบาเพียงไร แม้ผู้ใดอื่นจะไม่รู้ไม่เห็น แต่ตัวเองต้องรู้ต้องเห็น ต้องรู้สึกในความผิดพลาดความไม่ดีของตนอย่างแน่นอน ความรู้สึกนั้นแหละที่เป็นเครื่องทำให้ไม่เป็นสุข.

ตรงกันข้ามกับผู้ทำความดีความชอบทั้งหลาย บุคคลประเภทหลังนี้แม้จะขาดลาภขาดยศ แต่ก็มี ความสงบสุขของจิตใจ ที่มีค่าสูงกว่าลาภยศที่ได้มาโดยไม่ชอบ ที่อาจนำอาญาบ้านเมืองให้ติดตามมาได้ เรียกว่าผู้ทำความดีที่ไม่ดีไม่ชอบไม่สุจริตทั้งหลายเป็นผู้รักษาตนไม่ได้ ผู้อื่นทั้งหลายก็ไม่ช่วยรักษาด้วย ผลย่อมเป็นความไม่สวัสดิทั้งทางกายและทางใจ คือใจก็วุ่นวายไม่สงบสุข กายก็อาจไปสู่วิวาตที่ชั่วที่เดือดร้อนได้ในวันหนึ่งอย่างแน่นอน.

## ทุกสิ่งสำเร็จด้วยใจ รักษาใจให้ดีได้เพียงไร ก็เรียกว่ารักษาตัวให้ดีได้เพียงนั้น

จะเป็นคนดีได้ ต้องสำคัญที่มีจิตใจดีก่อน เพราะใจเป็นใหญ่ ใจเป็นประธาน ทุกสิ่งสำเร็จด้วยใจ รักษาใจให้ดีได้เพียงไร ก็เรียกว่ารักษาตัวให้ดีได้เพียงนั้น.

ใจแวดล้อมด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลงมากเพียงไร ตนที่มีใจนั้นครองอยู่ก็จะเป็นคนที่ดีไม่ได้เพียงนั้น.

ความรักตนของผู้มีใจเช่นนั้น ย่อมไม่เป็นความรักที่ถูกแท้ ไม่นำให้เกิดผลดีแก่ตนอย่างไร.

ทำใจให้ไกลจากความโลภ ความโกรธ ความหลง ได้มากเพียงไร แม้ไม่รู้สึกรักตน แต่นั่นก็เป็นความรักตน เป็นการสามารถรักษาตนได้มากเพียงนั้น.

ความโลภ ความโกรธ ความหลงนี้สำคัญที่สุด รักษาไว้ใกล้ใจตนเพียงใด ก็เท่ากับมีศัตรูผู้ทำลายอยู่ใกล้ตนเพียงนั้น รักษาตนให้ดีไม่ได้เพียงนั้น.

อ่านต่อฉบับหน้า



๗

## สมัครรับวารสาร “บ้านอารีย์”

วารสารบ้านอารีย์คัดสรรเนื้อหาข้อธรรมจากครูบาอาจารย์ รวมถึงปฏิทินการแสดงธรรมทั้งที่มูลนิธิบ้านอารีย์และที่อื่นๆ เพื่อแจกเป็นธรรมทานให้กับผู้ที่สนใจแสวงหาหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาได้ศึกษาเพื่อขัดเกลาจิตใจตนเอง และนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตรได้อย่างมีความสุข

**\* หากท่านที่ไม่สะดวกไปรับตามจุดแจกขอรับโดยต่อเนื่องด้วยวิธีการดังนี้**

นำกระดาษเลข ๔ มาพับเป็นสามส่วน ส่วนที่ ๑ และ ๓ ทิ้งว่างไว้ ส่วนที่ ๒ บนขวามือติดแสตมป์ ๔ บาท (เป็นค่าจัดส่งวารสารเป็นธรรมทาน ไม่ต้องส่งเงินมา) ส่วนที่ ๒ กลางส่วนล่าง เป็นชื่อที่อยู่พร้อมรหัสไปรษณีย์ของผู้รับ (ตามรูปตัวอย่าง)

ต้องการรับวารสารกี่ฉบับ ส่งกระดาษที่จัดทำเรียบร้อยแล้วดังกล่าวมาตามจำนวนที่ต้องการ (๑ ฉบับต่อกระดาษ ๑ ใบ) เพื่อทางบ้านอารีย์จัดหอส่งวารสารไปยังท่าน

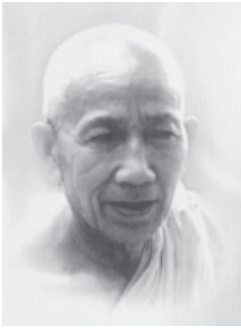
● **รับอาสาสมัครส่งบุญ** โดยนำวารสารบ้านอารีย์ออกวันพุธทุกวันเพิ่มขึ้น ๑๕ คำ ไปยังจุดแจกจ่ายเพื่อกระจายให้ทั่วถึง ติดต่อได้ที่ห้องสมุดธรรมะบ้านอารีย์ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔

ท่านสามารถร่วมเป็นเจ้าของภาพสนับสนุนการเผยแผ่พระพุทธศาสนาได้ที่ ชื่อบัญชี “มูลนิธิบ้านอารีย์” ธนาคารกสิกรไทย สาขาอยุธยาสาขารัตนาธิเบศร์ ๗๔๔-๒-๔๙๔๔๔-๙ มูลนิธิบ้านอารีย์ เป็นองค์การหรือสถานสาธารณกุศล ลำดับที่ ๗๖๘ ของประกาศกระทรวงการคลังฯ

**ท่านสามารถนำเงินที่บริจาคไปหักเพื่อลดหย่อนภาษีประจำปีได้**

**กรณีโอนเงิน** กรุณาแจ้งชื่อ-ที่อยู่ และวันที่โอนเงิน พร้อมแนบสำเนาใบโอนเงินมาทางโทรสาร หมายเลข ๐-๒๒๗๙-๗๔๓๘ หรือแจ้งทางโทรศัพท์ที่ คุณมานัส ทองไชย ๐๘-๕๙๒๒-๗๕๓๙ ทุกครั้ง เพื่อมูลนิธิฯ จะได้จัดส่งใบเสร็จรับเงินถึงท่านโดยเร็ว





# พลิกโลก เหนือความคิด

หลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ (พันธ์ อินทผิว)

## พลิกโลก เหนือความคิด

หลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ (พันธ์ อินทผิว)

รวบรวม/เชิงอรรถ สัจจพันธุ์ อัครถาวร

พิมพ์ครั้งที่ ๙

มูลนิธิหลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ (พันธ์ อินทผิว) เป็นเจ้าของลิขสิทธิ์  
ที่อยู่ ๕๒ หมู่ ๕ แขวงทวีวัฒนา เขตทวีวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๓๐ โทร. ๐-๒๔๒๙-๒๑๑๙  
ได้รับอนุญาตให้ทยอยพิมพ์เนื้อหาจากมูลนิธิหลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ (พันธ์ อินทผิว) แล้ว

## ภาค ๒ การเดินทาง

# เดินทาง ลัด

(คำสอนนอกพุทธศาสนา)

ในประเทศอินเดียนั้นมีหลายลัทธิหลายนิกาย บางลัทธิสอนให้นอนอย่างไฟ เพื่อให้กิเลสมันแห้งหมดไป บางลัทธิสอนให้นอนบนหนาม ให้เกิดความเจ็บปวดทรมานและให้อดทนต่อความเจ็บปวด เพื่อให้กิเลสหมดไป บางลัทธินั้นสอนให้สละหมดแม้แต่เสื้อผ้า เรียกว่า เปลือยกายกันเลย ให้ทำความรู้สึกว่าไม่มีตัวตน ไม่อาย เชื่อว่าจะเป็นการทำให้กิเลสหมดไปได้ มีด้วยกันหลายลัทธิ แต่ทุกลัทธิก็ไม่สามารถกำจัดกิเลสให้หมดไปได้ เรื่องนี้เราสามารถพิสูจน์ให้เห็นได้ง่ายๆ อย่างที่ว่านอนอย่างไฟกินน้ำร้อนแล้วความร้อนจะเผากิเลสได้นั้นในบ้านเราสมัยก่อน เวลาผู้หญิงคลอดบุตรเขาให้ผู้หญิงนั้นนอนอย่างไฟกินน้ำร้อน แต่ผู้หญิงคนนั้นก็ยังมีกิเลส แสดงว่าลัทธินี้ไม่ได้ผล ส่วนลัทธิที่ให้สละหมดให้เปลือยกายนั้น ก็ดูอย่างเด็กเล็กๆ ที่ไม่ได้ใส่เสื้อผ้า ก็ยังมีอารมณ์มีความรู้สึกที่พอใครพูดดีด้วยก็หัวเราะใครดูใครว่าให้ก็ร้องไห้ นี่แสดงว่ากิเลสไม่ได้อยู่กับร่างกาย กิเลสอยู่ที่ใจ ดังนั้น การปฏิบัติธรรมเราต้องปฏิบัติที่ใจ

หลวงพ่อกำลังพูดให้ญาติโยมได้เข้าใจ เพราะหลวงพ่อกเคยทำมาแล้ว การบริกรรมว่าพุทโธบ้าง สัมมาอรหังบ้าง พองยุบบ้าง นับ ๑-๒-๓ บ้าง วิธีการเหล่านี้ต้องนั่งหลับตา แล้วบริกรรมโดยดูลมหายใจ เช่น หายใจเข้าว่า “พุท” หายใจออกว่า “โธ” ได้ทำมามากพอสมควร แต่ความพอใจความไม่พอใจยังมีอยู่ ความโลภความโกรธความหลงมิได้ลดน้อยลงไป การกระทำอย่างนี้เรียกว่า สมถกรรมฐาน สมถกรรมฐานนั้นเป็นเพียงอุบายให้จิตสงบเท่านั้น แต่เป็นการสงบอยู่ที่ใดโหมะ

เหมือนเอาก้อนหินทับหญ้าไว้ ขณะที่หินทับอยู่หญ้างอกออกมาไม่ได้ แต่พอเอาหินออกไปแล้วหญ้างอกได้อย่างเดิมหรือบางทีอาจจะงามกว่าเดิมก็ได้ ดังนั้น เมื่อเราไปนั่งหลับตาอยู่คนเดียว ความโกรธความโลภความหลงไม่มีก็จริง แต่พอเข้าสังคัมก็เกิดความพอใจ ความไม่พอใจอีก นี่มันเป็นอย่างนี้ ดังนั้น การที่ไปอยู่ถ้าอยู่ป่าช้าอยู่ภูเขาก็ดำเนิน ไม่สามารถดับทุกข์ได้เพราะเหตุแห่งการไปอยู่ ที่แรกหลวงพ่อกก็ทำอย่างเขาเหมือนกัน

(คำสอนในพุทธศาสนา)

## พระพุทธเจ้าสอนให้เจริญวิปัสสนา

คำว่า “วิปัสสนา” แปลว่า ความรู้แจ้งความเห็นจริงเห็นอะไร

## เห็น อนิจจัง-ทุกขัง-อนัตตา

เมื่อเห็นแจ้งรู้จริงแล้ว มันก็ต่างจากเก่าลวงภาวะเดิมเมื่อเรายังไม่เห็นแจ้งยังไม่รู้จริง การทำ-การพูด-การคิดก็อย่างเก่า ยังจัดเป็นวิปัสสนาไม่ได้

ต่อเมื่อเรามีความรู้สึกต่างจากเดิม คือความโลภความโกรธความหลงลดลง จึงจะเป็นวิปัสสนา

อ่านต่อฉบับหน้า

# รู้สึกตัว-ตื่นตัว รู้สึกใจ-ตื่นใจ

การเจริญสติแบบเคลื่อนไหว แนวหลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ เป็นการสร้างจังหวะมือ ๑๔ จังหวะ และเดินจงกรมเพื่อให้จิตกับกายอยู่ด้วยกัน โดยใช้หลักกายเคลื่อนไหว ใจรู้สึก มีสติ มีตนเป็นที่พึ่งแห่งตน



## เชิญทุกท่านร่วมปฏิบัติธรรมเจริญสติแบบเคลื่อนไหว

- ทุกวันพุธแรกและพุธที่สองของเดือน เวลา ๑๓.๐๐-๒๐.๐๐ น.
  - ทุกวันพุธที่สามและพุธที่สี่ของเดือน เวลา ๑๓.๐๐-๑๗.๐๐ น.
  - ทุกวันเสาร์แรกของเดือน ปฏิบัติธรรมแบบเนสัชชิก ๑ วัน ๑ คืน เริ่มเช้าวันเสาร์ เวลา ๐๙.๓๐ - เช้าวันอาทิตย์ เวลา ๐๖.๐๐ น.
  - ทุกวันเสาร์ที่สามของเดือน เวลา ๐๙.๓๐-๑๖.๐๐ น.
- (ทุกกิจกรรมท่านสามารถร่วมเข้า-ออกได้ตลอดเวลา ตามความพร้อม)  
ณ ห้องพระชั้น ๓ มูลนิธิบ้านอารีย์ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔





# อานิสงส์ที่ยิ่งใหญ่ คือการให้ธรรมเป็นทาน

มูลนิธิบ้านอารีย์ (องค์กรสาธารณประโยชน์) ขอเชิญทุกท่านร่วมเป็นเจ้าภาพในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ด้วยการจัดทำแผ่นซีดีธรรม **“ธรรมอารีย์ แผ่นที่ ๑๗”** ระหว่างเดือนมกราคม - มีนาคม ๒๕๕๙ ซึ่งรวบรวมเสียงพระธรรมเทศนาของครูบาอาจารย์ที่เมตตาแสดงธรรมไว้ทุกค่ำวันพฤหัสบดี ณ มูลนิธิบ้านอารีย์ เพื่อส่งเสริมให้ทุกคนได้นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในการพัฒนาชีวิต อันเกิดประโยชน์แก่ตนและสังคม และเป็นการสืบทอดอายุพระพุทธศาสนาให้ยั่งยืนนานสืบต่อไป



## ธรรมอารีย์ แผ่นที่ ๑๗ พระธรรมเทศนา โดย

๑. พระอาจารย์มหาทวีป กตปุญโญ วันที่ ๗ มกราคม ๒๕๕๙
๒. พระครูเกษมวรกิจ (หลวงพ่อวิชัย เขมโย) วันที่ ๑๔ มกราคม ๒๕๕๙
๓. พระอาจารย์ปรีญญา ธีรปญโญ วันที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๕๙
๔. พระครูสุขุมธรรมวัฒน์ (หลวงปู่บวร สุชีโว) วันที่ ๒๘ มกราคม ๒๕๕๙
๕. พระอาจารย์บุญฤทธิ์ ฐิตเมธี วันที่ ๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙
๖. พระครูสาธาณีย์คุณ (พระอาจารย์สนั่น สิริสัมพันธ์) วันที่ ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙
๗. พระครูภาวนาชัยสิทธิ์ (หลวงพ่อบุญลือ ธมฺมกาโม) วันที่ ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙
๘. พระภาวนาเขมคุณ วิ. (พระอาจารย์สุศักดิ์ เขมรังสี) วันที่ ๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙
๙. พระมนฑนจิตต์เกษม (พระอาจารย์เฉลิม ธมฺมธโร) วันที่ ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙
๑๐. หลวงปู่สวาท ปัญญารโ วันที่ ๘ มีนาคม ๒๕๕๙
๑๑. พระราชวรคุณ (หลวงปู่สมศักดิ์ ปิ่นทิโต) วันที่ ๑๐ มีนาคม ๒๕๕๙
๑๒. พระครูมานวิริต (หลวงพ่อพระมหาประเสริฐ กิตติเสฏฐโ) วันที่ ๑๗ มีนาคม ๒๕๕๙
๑๓. พระราชญาณกวี (ปิยโสภณ) วันที่ ๒๔ มีนาคม ๒๕๕๙
๑๔. พระอุดมประชาทร (ท่านเจ้าคุณอลองกต) วันที่ ๓๑ มีนาคม ๒๕๕๙



## แบบฟอร์มร่วมเป็นเจ้าภาพจัดทำซีดีธรรม

ท่านสามารถร่วมเป็นเจ้าภาพด้วยวิธีการ

โอนเงินเข้าบัญชีได้ที่ ชื่อบัญชี “มูลนิธิบ้านอารีย์” เลขที่บัญชี ๙๔๔-๒-๔๙๔๔๔-๙ ธนาคารกสิกรไทย สาขาซอยอนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิ ประเภทบัญชีออมทรัพย์

มูลนิธิบ้านอารีย์ เป็นองค์การหรือสถานสาธารณกุศล ลำดับที่ ๙๖๘ ของประกาศกระทรวงการคลังฯ ท่านสามารถนำเงินที่บริจาคไปหักเพื่อลดหย่อนภาษีประจำปีได้

กรณีโอนเงิน กรุณาแจ้งชื่อ-ที่อยู่ และวันที่โอนเงิน พร้อมแนบสำเนาใบโอนเงินมาทางโทรสาร ๐-๒๒๙๙-๙๘๓๘ หรือแจ้งที่ศูนย์มานัส ทองไชย โทร. ๐๘๕-๕๙๒๒-๙๕๓๙ หากท่านต้องการใบเสร็จเพื่อนำไปหักลดหย่อนภาษีประจำปี กรุณาแจ้งชื่อ-ที่อยู่ที่ต้อง เพื่อมูลนิธิฯ จะได้จัดส่งใบเสร็จรับเงินถึงท่านโดยเร็ว

ชื่อ / นามสกุล .....

ที่อยู่ .....

โทรศัพท์ .....

อีเมล .....

ร่วมเป็นเจ้าภาพจัดทำซีดีธรรม เป็นเงิน.....บาท



อนุโมทนาบุญ และขอบพระคุณอย่างยิ่ง

\* หากมียอดบริจาคเข้ามาเกินยอดจัดทำมูลนิธิฯ จะนำไปใช้ในการจัดทำสื่อธรรมหรือกิจกรรมสาธารณประโยชน์อื่น ๆ



# รู้จัก เทวดา

ถึงเทวดาจะอายุเยอะก็ตายเหมือนกัน  
ถึงจะมีสมบัติเยอะก็ตายเหมือนกัน  
ต้องพลาดพรากเหมือนกัน  
จะได้มาคู่ตัวเอง เรามีอายุน้อยนิดเดียว  
ยังประมาทอยู่ อย่างนี้มันก็ไม่สมควร

ในหัวข้อที่ผมจะบรรยาย ชื่อหัวข้อว่า “รู้จักเทวดา” คำว่า รู้จักเทวดานี้ มีสองคำหลักๆ อยู่ด้วยกัน คือคำว่า รู้จัก กับคำว่า เทวดา คำว่า “รู้จัก” ในทางพุทธนั้นมีความสำคัญมาก เวลาพูดถึงเรื่องอะไร ก็ต้องมีความรู้จักสิ่งนั้นให้ชัด เช่น จะพูดเรื่องเทวดา หรือจะปฏิบัติอย่างไรต่อเทวดาก็ต้องรู้จักเทวดาให้ชัด

คำว่า เทวดา เป็นคำพูดกล่าวถึงคนที่มีคุณธรรม มีคุณงามความดีต่างๆ ท่านก็แยกแยะออกมาเป็นหลายกลุ่ม โดยทั่วไปจะแยกแยะออกมาเป็นสามกลุ่มหลักๆ ก่อน

กลุ่มที่ ๑ **สมมติเทวดา** เทวดาแบบสมมติ แบบท่านทั้งหลายที่ได้รับรางวัล ได้รับช่อดอกไม้ ได้รับใบประกาศเกียรติคุณต่างๆ ก็สมมติว่าเป็นเทวดา เป็นเทวดาแบบสมมติ ผู้เป็นคนดี มีคุณงามความดี มีคุณธรรม หรือผู้เกิดในตระกูลสูง เช่น ตระกูลกษัตริย์ เป็นต้น ก็เป็นสมมติเทพ โดยผลแห่งกรรม ส่วนผู้ทำคุณงามความดีก็เป็นสมมติเทพตามคุณธรรมนั้นๆ แล้วแต่เราจะพูดในแง่มุมไหน อาจจะพูดในแง่ศีล ความประพฤติด้านกายวาจา ในแง่ความรับผิดชอบ ความซื่อสัตย์ ความตรงต่อหน้าที่ หรือการทำงานดีอย่างนี้ เป็นต้น นี้เรียกว่าสมมติเทวดา สมมติเทพ

กลุ่มที่ ๒ **อุบัติเทวดา** เทวดาโดยกำเนิด เทวดาที่เกิดบนสวรรค์ นี้เรียกว่าเทวดาจริงๆ แต่ก็ไม่ได้จริงอย่างถาวรอะไร เทวดาก็มีอายุจำกัดเหมือนกัน เป็นเทวดาที่เกิดจาก

กรรมของเขา ทำกรรมมาแล้วก็ได้รับผลของกรรม ไปเกิดในสุคติโลกสวรรค์ อย่างพวกเราเป็นมนุษย์ก็เกิดสุคติโลกสวรรค์เหมือนกัน แต่เป็นสุคติโลกสวรรค์ที่ต้องได้รับทั้งผลกรรมเก่าและต้องทำกรรมใหม่ด้วย ต้องใช้ความเพียรปัจจุบันด้วยจึงจะอยู่รอด ส่วนพวกเทวดานั้น เกิดมารับผลของกรรมฝ่ายดีโดยส่วนใหญ่ ฉะนั้น จึงไม่ต้องใช้ความเพียรใหม่ แค่กินบุญญาไปเรื่อยๆ ก็อยู่ได้ ส่วนพวกเราเป็นมนุษย์นี้ แม้จะเกิดในสุคติโลกสวรรค์ ก็อยู่ด้วยผลกรรมเก่ากับความเพียรปัจจุบัน จะกินบุญเก่าอย่างเดียวก็น่าจะได้ต้องใช้ความเพียรปัจจุบันเข้ามาเรียนรู้ศึกษาในโรงเรียนต่างๆ แล้วไปทำมาหากิน กลุ่มที่สองนี้เป็นเทวดาจริงๆ ในแง่ที่เกิดมารับผลของกรรม เกิดมารับผลของคุณงามความดีที่เขาทำไว้ มากินบุญเก่าว่าอย่างนั้นเถอะ พอกินบุญหมดก็ร่วงลงมาบ้าง เป็นไปตามกรรมอื่นต่อไป

กลุ่มที่ ๓ **วิสุทธิเทวดา** เทวดาแบบจิตบริสุทธิ์ เน้นด้านจิตเป็นหลัก จิตที่บริสุทธิ์ผุดผ่องก็เป็นเทวดาที่เหนือกว่าเทวดาได้ชื่อว่าเทวดาเพราะมีจิตที่บริสุทธิ์ มีจิตที่หมดจดจากกิเลส ถ้าสูงสุดก็พระพุทธเจ้าของเรา พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอรหันต์ทั้งหลาย หรือเหล่าพระอริยเจ้า เราจะเรียกท่านเป็นเทวดาก็ได้ แต่ระดับกันไป เรียกในแง่ที่ว่าเป็นเทวดาโดยวัดจากจิตที่บริสุทธิ์หมดจดจากกิเลส

ส่วนคำว่า “รู้จัก” อย่างที่ผมได้กล่าวไปแล้ว ทางพุทธ



ให้ความสำคัญมาก เวลาจะพูดเรื่องอะไร เราต้องรู้จักสิ่งนั้นก่อน และถ้าสิ่งนั้นเป็น**สังขาร** ก็ต้องรู้จักเหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดขึ้นด้วย พระพุทธเจ้าของเราเป็นผู้ที่รู้แจ้งทั้งโลกนี้ คือโลกมนุษย์เรานี่ รู้จักมนุษย์ว่าเป็นอย่างไร คืออะไร **มนุษย์คือรูปนาม ชันธ์ห้า** ที่มาประชุมรวมกันมีการประชุมชั่วคราวที่จำกัด และมาจากเหตุ มีเหตุมีปัจจัยคือกรรมเก่า **เทวดาก็เหมือนกัน นาม ชันธ์ห้า** ที่มาเป็นรูปประชุมกันตามกรรม ความรู้เหล่านี้ ทางพุทธเราให้ความสำคัญมาก จะได้รู้จักตัวจริงๆ ว่าเป็นอย่างไร

เพราะคำว่า “คน” อย่างพวกเราเป็นคนนี้ ก็เป็นคนจริงๆ แต่ก็ไม่จริง คือเป็นคนที่เกิดจากเหตุปัจจัยมีรูปนามประชุมรวมกันขึ้น แล้วก็ไม่ใช่ แปรปรวนไปเรื่อยสักหน่อยจะตายเป็นคนชั่วคราว ชาติต่อไปก็แล้วแต่กรรมประมวลมา อย่างท่านที่นั่งอยู่ที่นี่ก็มีหลายส่วนมาประชุมกัน ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก มาประชุมกันเข้า มีกระดูกเป็นโครงร่าง มีเอ็นมัดกระดูกต่อกัน มีเนื้ออัดเข้าไป มีตับ ไต ไข่ พุง อัดเข้าไปมีหนังหุ้มเอาไว้ มีจิตเกิดดับสลับต่ออยู่ในร่างนี้ อย่างนี้ก็เรียกว่าคน เรียกว่ามนุษย์ขึ้นมา มาตามกรรม แล้วก็ไปตามกรรม ตอนนีกรรมรักษาไว้ก็ยังไม่ตาย กรรมประมวลได้จาก เหมือนกับได้โรงละครหนึ่งมา สักหน่อยเมื่อสิ้นกรรมก็จะล้มจากนี้ไป ก็จะรวมกันใหม่ประชุมกันในลักษณะใหม่ อย่างนี้เรียกว่าโลกสังขาร

เหมือนพวกเราทั้งหลายที่มานั่งอยู่ตรงนี้ ท่านผู้จัดก็จัดงาน เราทั้งหลายก็มาสูมหัวรวมกัน เรียกว่าเป็นการเป็นงานขึ้นมา สักหน่อยก็จะแยกย้ายกัน ไปรวมอีกที่ใหม่ เช่น

ไปรวมอยู่ที่บ้าน บางท่านก็เป็นแม่ เป็นสามี เป็นภรรยา เวลาไปรวมที่ทำงาน บางท่านก็เป็นเจ้านาย บางท่านก็เป็นลูกน้อง แต่มารวมในห้องนี้ก็ห้องประชุมรวมกัน สักหน่อยก็แยกออกไปรวมกันใหม่ เหมือนกับร่างกายของเรา จิตใจของเรา มันมารวมกันตามกรรม สักหน่อยก็จะหมดอายุ มันก็แยกกัน พอแยกกัน กรรมใหม่ประมวลแล้วก็รวมกันใหม่ ตอนนีรวมกันได้หัว ได้ขา ได้แขนอย่างนี้ ชาติต่อไปรวมกันใหม่ก็ได้รูปลักษณะใหม่ตามกรรมไป

เทวดาก็อย่างนั้นเช่นกัน เป็นรูปนาม ชันธ์ห้า ที่ประชุมรวมกันตามกรรมของเขานั้นแหละ วันนี้ผมมาพูดเน้นเรื่องเทวดาที่มาจากกรรม และเหตุปัจจัยที่ทำให้ได้ความเป็นเทวดาอย่างนั้น ท่านทั้งหลายเป็นคนดีอยู่แล้ว เป็นคนที่สนใจในเรื่องดีๆ เรื่องที่จะไปเกิดใหม่ เกิดในภพภูมิที่สูงๆ นี่เป็นยังไง ก็จะพอได้รู้เรื่อง แต่อายุของเทวดาก็มีความจำกัดเช่นเดียวกัน

พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนเรื่องการได้รับผลของกรรม เป็นเทวดาไปเกิดที่นั่นที่นี้ ไม่ใช่ให้เราอยากไปเกิดเป็นเทวดา **ให้เรารู้จักความจริงของสังขารว่ามันอยู่ไม่นาน มันมีทุกข์ มีโทษ ถึงเทวดาจะอายุเยอะก็ตายเหมือนกัน ถึงจะมีสมบัติเยอะก็ตายเหมือนกัน** ต้องพลัดพรากเหมือนกัน จะได้มาดูตัวเราเมื่ออายุน้อยนิดเดียว ยังประมาทอยู่ อย่างนี้มันก็ไม่สมควร มีสมบัติก็อกๆ แก๊กๆ เล็กๆ น้อยๆ อย่างนี้ เราก้ยังติดข้องมากเกินไป ดูจะไม่เหมาะเท่าไร มาแย่งชิงกัน ชาติดินน้ำไฟลม อย่างนี้ไม่คุ้มกับการที่เกิดมาเป็นมนุษย์ และพบคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ทรงแสดงก็มีวัตถุประสงค์อย่างนี้



# ธรรม ครองโลก

พระธรรมโกศาจารย์  
(ปัญญานันทภิกขุ)

## ศึกษาพุทธธรรม

ความทุกข์เป็นภัยอันใหญ่หลวงของสัตว์โลก

### พระพุทธศาสนาสอนให้เชื่อการกระทำของตนเอง

ชาวไทยมีคำกล่าวอยู่คำหนึ่งว่า “พรหมลิขิต” อันหมายถึง การบันดาลของพระเป็นเจ้าชาวฮินดูถือว่าพระพรหมเป็นผู้มี อำนาจมากที่สุดในโลก เป็นผู้สร้างทุกสิ่งทุกอย่าง แบบเดียวกับ พระยะโฮวา พระอาหล่าห์นั่นเอง เลยเกิดเป็นหลักความเชื่อ ว่า สุดแล้วแต่เหตุอันจะบันดาล เวลาสุขก็ว่าพระเจ้าให้ เวลาทุกข์ก็ ว่าพระเจ้าให้ พระเจ้ากลายเป็นผู้มีอารมณ์ขึ้นๆ ลงๆ ไปเสียแล้ว เลยทำให้คนชอบบ้างชังบ้าง ยุ่งยากอยู่เหมือนกัน

ในทางพุทธศาสนามีได้ถือพรหมลิขิต แต่ถือ “กรรมลิขิต” ทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นในชีวิตล้วนมีมูลฐานจากการกระทำ ของตนทั้งนั้น ตนทำสิ่งใดก็ได้รับผลสิ่งนั้น ทำดีก็ได้ความดี ทำชั่วก็ได้ความชั่ว จะหนีจากผลที่ตนได้กระทำไว้มิได้เป็นอันขาด ชีวิตของตนขึ้นอยู่กับกระทำของตนเอง ตนเองเป็นผู้สร้าง อนาคตให้แก่ตนเอง ไม่มีใครจะทำให้ใครเป็นอะไรได้ ถ้าผู้นั้น มิได้ทำด้วยตนของตน “ความบริสุทธิ์ ความไม่บริสุทธิ์เป็นของ เฉพาะตน” ใครจะทำใครให้บริสุทธิ์หรือเศร้าหมองย่อมไม่ได้ ทำได้อย่างมากเพียงบอกทางให้เท่านั้น ครูทั้งหมดมาบอกทาง ให้แก่ชาวโลกทุกคนรู้ทางแล้ว ต้องเดินตามทางนั้น ผลจึงขึ้น อยู่กับการกระทำของตนโดยเฉพาะ

จริงอยู่ชาวพุทธมีหลักความเชื่ออยู่ในวงของพระรัตนตรัย ในเวลาที่จะแสดงตนเป็นชาวพุทธ ก็ต้องประกาศว่า ตนเข้าถึง พระพุทธ-พระธรรม-พระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึ่ง พระรัตนตรัย จึงเป็นหลักของการกระทำ ในแง่ของการปฏิบัตินั้นเราถือเอา พระพุทธเจ้าเป็นผู้นำทางของเรา พระองค์เดินทางใด เราก็เดิน ทางนั้น เดินตามรอยของพระองค์ไป รอยที่เราเดินตามหมายถึง ถึงพระธรรมนั่นเอง และการลงมือเดินให้ดีให้ตรง ให้เป็นธรรม ให้พ้นจากความทุกข์ตามแบบของพระพุทธองค์ หมายถึง พระสงฆ์ เพราะพระสงฆ์เป็นแบบอย่างของการปฏิบัติ ดังนี้

ผู้นำทาง	หมายถึง	พระพุทธเจ้า
ทางเดิน	หมายถึง	พระธรรม
การเดินทาง	หมายถึง	พระสงฆ์

การกล่าววาจาประกาศตนถึงพระพุทธเจ้านั้น เป็นการ กล่าวบอกให้ตนรู้ ให้คนอื่นรู้ว่าตนเป็นชาวพุทธเท่านั้น ยังหา ได้เป็นกันอย่างแท้จริงไม่ การเป็นชาวพุทธที่แท้ นั้นขึ้นอยู่กับ การกระทำของตนตามทางที่ทรงชี้ไว้ให้ ก็จะไปถึงจุดหมายคือ ความเป็นพุทธภาวะ อันเป็นตำแหน่งที่ทุกคนอาจเข้าถึงได้ ไม่ว่าเขาจะเป็นอะไร จะเรียกตนเองว่าอย่างไร ถ้าเขาเดินตาม ทางที่จะให้ถึง ก็คงถึงจุดนั้นได้แท้จริง

พระพุทธเจ้า	คือ	ความบริสุทธิ์
พระธรรม	คือ	ทางเดิน
พระสงฆ์	คือ	การเดินทางให้ถึงนั่นเอง

พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นที่พึ่งของชาวพุทธ ชาวพุทธไม่มีการอ้อนวอนให้พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มาช่วยตนให้พ้นภัย แต่ตนต้องทำงานให้พ้นภัย โดยการ ปฏิบัติชอบของตนเอง ความพ้นทุกข์ของชาวพุทธจึงขึ้นอยู่กับ การกระทำของตนโดยแท้ ชาวพุทธจึงมีความเชื่อมั่นในเรื่องนี้ เขาจึงกลายเป็นคนคิดพึ่งตนเอง คิดช่วยเหลือตัวเอง แก้ไข ตนเอง ดัดแปลงการงานของตนเองให้ดีขึ้น ถ้าหากเขา มีความทุกข์ความเดือดร้อนเขาจะไม่เที่ยวไปแก้ทุกข์จากสิ่ง ภายนอก ไม่ไปทำพิธีรีตองอะไรอันเป็นวิธีของพวกเด็กๆ ที่ ขาดปัญญา แต่เขาจะหมั่นความคิดเข้าหาตนเอง โดยการ เข้าไปนั่งที่สงบ และนึกถึงความหลุดพ้นของพระพุทธเจ้า นึกถึง ความบริสุทธิ์ของพระองค์ นึกถึงความกรุณาที่ทรงประทานแผนที่ สำหรับให้ชาวโลกได้เดินทาง จิตใจก็จักเกิดความปีติปราโมทย์ ในความงามดีของพระศาสนา ความสงบจะเกิดขึ้น เมื่อใจสงบ แล้วใช้กำลังใจคิดค้นตีปัญหาของชีวิตอันยุ่งยากให้แตกหัก โดยการหาเหตุผลให้เข้าใจว่าอะไรเป็นอะไร ความทุกข์ที่ตนได้ รับนั้นนั้นมาจากความผิดพลาดครั้งไหน คราวใด ทำไม่ตนจึงได้ ทำความผิดพลาดถึงขนาดนั้น และจะแก้ความผิดพลาดได้ โดยวิธีใดเล่าเหตุการณ์จึงจะปกติคงเดิม

การพิจารณาให้เห็นความจริงของชีวิตนี้ เป็นวิธีการของ บุคคลผู้เชื่อมั่นในเรื่องกรรม ย่อมไม่ก้าวพลาดไปทำอะไรอัน เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ คนผู้เชื่อมั่นในกรรมของตนย่อมไม่ติด อกุศลกรรม โสโครกตาฟ้าดินอะไรทั้งหมด แต่จะถือว่าเวลาดีร้าย ขึ้นอยู่กับการกระทำ ใครทำดีตอนเช้า เวลาเช้าก็ดีสำหรับเขา ใครทำชั่วตอนเช้าก็ชั่วสำหรับเขา เวลาไม่ได้อยู่เหนือการกระทำ แต่การกระทำอยู่เหนือเวลานาที ถ้ามีเหตุการณ์ผิดพลาดขึ้น ในวิถีชีวิต เขาผู้เชื่อกรรมก็จักไม่เที่ยวซัดไปหาคนโน้นคนนี้ว่า เป็นผู้ก่อเรื่องต่างๆ แก่ตน แต่จักเชื่อมั่นว่าเป็นเรื่องของตน ฉันทนแหละเป็นผู้ผิด ฉันทนจึงต้องได้รับโทษจากการกระทำ ของฉัน ถ้าไม่ปรารถนาความทุกข์แบบนั้นอีกก็แก้ที่การกระทำ เมื่อเหตุถูกแก้ผลก็พลอยถูกแก้ไปด้วย





# ชีวิตนี้ มีความหวัง

พระพุทธิสารเถร  
(หลวงพ่อบุญกู่ อนุวฑฒโน)

## อุดมการณ์ชีวิต

### คำปรารภ

ชีวิตของผู้ที่มีอุดมการณ์  
ต้องเข้าใจปรับปรุงพื้นฐานจิตใจของตนให้ดี  
ทางโลกมุ่งที่คุณภาพ ทางธรรมมุ่งที่คุณธรรม  
โดยตั้งใจบำเพ็ญและสั่งสมบารมีเรื่อยไป  
เพื่อมุ่งบรรลุมรรคผลนิพพานให้ได้ในที่สุด

เอา**บารมี** เป็นแนวทาง สร้างชีวิต  
เอา**สุจริต** เป็นเครื่องช่วย อำนวยผล  
เอา**กตัญญู** เป็นสิ่งเสริม เพิ่มค่าตน  
เอา**กุศล** เป็นเจตนา ค่านิยม

**อุดมการณ์** ย่อมบันดาล ความก้าวหน้า  
ปลูกศรัทธา ทำดีไว้ ให้เหมาะสม  
เป็นพรพระ พรเทพ ทั้งพรพรหม  
พาริหารมย์ สมปรารถนา ผาสุกเอย

**อุดมการณ์ชีวิต** เล่มน้อยนี้ ได้รวบรวมและเรียบเรียง  
จากหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาโดยสังเขป เพื่อเป็นธรรม  
บรรณาการแก่ท่านทั้งหลาย ให้ได้พิจารณา เห็นคุณค่าในสัมมา  
ปฏิบัติตามสมควร

ขออนุโมทนาเป็นอย่างยิ่งต่อท่านผู้มีส่วนแห่งธรรมทาน  
ครั้งนี้ และท่านสาธุชนผู้สนใจในธรรมทั้งหลายโดยทั่วกัน

**พระครูพุทธิสารสุนทร (บุญกู่ อนุวฑฒโน)**

วัดพระศรีมหาธาตุ บางเขน กรุงเทพมหานคร

๑ มกราคม ๒๕๕๖

## อุดมการณ์ชีวิต

**บารมีเป็นคุณธรรมที่ยิ่งใหญ่**

ซึ่งช่วยให้**พระโพธิสัตว์**ผู้ทรงบำเพ็ญตาม  
ได้บรรลุความเป็น**พระสัมมาสัมพุทธเจ้า**ขึ้นมาได้

กล่าวคือ

- ทานบารมี** ชาตที่เป็นพระเวสสันดร
- ศีลบารมี** ชาตที่เป็นพระภูริทัต
- เนกขัมมบารมี** ชาตที่เป็นพระเตมีย์
- ปัญญาบารมี** ชาตที่เป็นพระมโหสถ
- วิริยบารมี** ชาตที่เป็นพระมหาชนก
- ขันติบารมี** ชาตที่เป็นพระจันทกุมาร
- สังัจจบารมี** ชาตที่เป็นพระวิฑูรย์บัณฑิต
- อธิษฐานบารมี** ชาตที่เป็นพระเนมิราช
- เมตตาบารมี** ชาตที่เป็นพระสุวรรณสาม
- อุเบกขาบารมี** ชาตที่เป็นพระพรหมนารถ

อ่านต่อฉบับหน้า

:๑๓:

## สถานีธรรมะอารีย์

มูลนิธิบ้านอารีย์ เชิญทุกท่านชมรายการทีวี **เทียนธรรม** และ **ธรรมะอารีย์**



- ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์การศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม DLTV ช่อง สศทท. 1 (DStv 186)  
รายการเทียนธรรม ทุกวันจันทร์ เวลา ๑๕.๐๐-๑๖.๓๐ น.



รายการธรรมะอารีย์ ทุกวันอังคาร เวลา ๑๕.๐๐-๑๖.๓๐ น.  
ทั้งสองรายการ ออกอากาศซ้ำ ทุกวันเสาร์-อาทิตย์ เวลา ๑๑.๓๐-๑๔.๓๐ น.



- ทางสถานีธรรมะทีวี ช่องความดี ๒๔ ชั่วโมง ออกอากาศผ่านจานดาวเทียม IPM  
[www.dharmatv.org](http://www.dharmatv.org) และ CTH เคเบิลไทยทั่วประเทศ

รายการธรรมะอารีย์ ทุกวันอังคาร เวลา ๑๕.๓๐-๑๖.๐๐ น.

รายการเทียนธรรม ทุกวันพุธและวันเสาร์ เวลา ๑๔.๓๐-๑๖.๐๐ น.



- ทางสถานี INTV ช่อง intvpsi ๑๒๒ รายการแสงธรรมส่องปัญญา

ทุกวันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา ๒๓.๐๐-๒๔.๐๐ น. ทุกวันเสาร์ - วันอาทิตย์ เวลา ๐๑.๐๐-๐๒.๓๐ น.





# แควดวงธรรม



กลุ่มพุทธธรรมกรรมฐาน จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
จัดงานฟังธรรมพระกรรมฐาน ครั้งที่ ๑๒ เมตตาแสดงธรรม โดย  
พระอาจารย์บุญทวี สิตจิตโต เจ้าอาวาสวัดหินหมากเป้ง จ.หนองคาย  
ณ ธรรมสถาน จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อวันที่ ๑๔ มีนาคม ๒๕๕๙  
ขอบคุณภาพข่าว : <https://www.facebook.com/tukammattanclub>



กลุ่มปฏิบัติธรรม L.D.H. นำโดย พระมหางามพล กิตติโสภโณ  
วัดภาชี กรุงเทพฯ จัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมประจำปี มีเยาวชนระดับ  
มัธยมศึกษาตอนปลายหลายสถาบันพร้อมทั้งอาจารย์ รวม ๔๗ คน เข้าร่วม  
เมื่อวันที่ ๑๗-๒๓ มีนาคม ๒๕๕๙  
ขอบคุณภาพข่าว : <https://www.facebook.com/ldhfanpage>



งานบุญพิธีฉลองพระธาตุเจดีย์ฐานสโม  
(เจดีย์อนุสรณ์หลวงปู่ชอบ ฐานสโม)  
ณ วัดปากกโพธิ์วง้า จ.เลย เพื่อถวาย  
เป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา และสังฆบูชา  
เมื่อวันที่ ๑๘-๒๑ มีนาคม ๒๕๕๙  
ขอบคุณภาพข่าว :  
<https://www.facebook.com/thindham>



กลุ่มพุทธธรรมกรรมฐาน  
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์  
จัดงานทำบุญตักบาตรพระกรรมฐาน  
สาย พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต  
ณ หอพระมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์  
รังสิต เมื่อวันที่ ๑๙ มีนาคม ๒๕๕๙  
ขอบคุณภาพข่าว :  
<https://www.facebook.com/suchawadee.kondee>

งานทำบุญตักบาตรพระกรรมฐาน  
ในโครงการบรรพชาอุปสมบทหมู่  
ประจำปี ๒๕๕๙ ณ บริเวณอาคาร  
คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ  
อุบลราชธานี  
เมื่อวันที่ ๒ เมษายน ๒๕๕๙  
ขอบคุณภาพข่าว :  
<https://www.facebook.com/buddha.kammathan.ru>







**เปิดโครงการบูชาคุณเทิดพระเกียรติสมเด็จพระสังฆราช ครั้งที่ ๒**  
 เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล ด้วยการ  
 ทำบุญตักบาตรถวายพ่อแม่ครูอาจารย์ ๙ รูป  
 เมื่อวันที่ ๒ เมษายน ๒๕๕๙  
 กิจกรรมนี้จัดทุกวันเสาร์ที่สองของทุกเดือน  
 อาคารกีฬาในร่ม ศูนย์เยาวชนลุมพินี  
 ขอขอบคุณภาพข่าว :

<https://www.facebook.com/piyoros.preeyanont>



เนื่องในโอกาสคล้ายวันพระราชสมภพ **สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี**  
 วันที่ ๒ เมษายน ๒๕๕๙ มีการจัดงานบรรพชาสามเณร จำนวน ๓,๐๐๐ รูป  
 เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล ณ หน้าศาลากลางจังหวัดเลย  
 ขอขอบคุณภาพข่าว : <https://www.facebook.com/welovethaiking>



**พระครูกิตติอุดมญาณ (หลวงปู่ไม อินทสิริ)**  
 เจ้าอาวาสวัดป่าเขาภูหลวง จ. นครราชสีมา  
 เมตตาเป็นองค์แสดงธรรมในวันที่สาม  
 ของงานบูชาคุณบูรพาจารย์บิดา-มารดา  
 ณ วัดสังฆทาน จ. นนทบุรี  
 เมื่อวันที่ ๓ เมษายน ๒๕๕๙  
 ขอขอบคุณภาพข่าว :  
<https://www.facebook.com/sanghathannews>



**ศูนย์ปฏิบัติธรรมเจริญสติแบบเคลื่อนไหว วัดป่าโสมพนัส**  
 จ. สกลนคร จัดคอร์สอบรมปฏิบัติธรรมประจำปี  
 ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรมอย่างตั้งใจ มีความอดทน ดูเวทนา  
 ถึงแม้อากาศจะร้อนมาก เมื่อวันที่ ๔-๑๑ เมษายน ๒๕๕๙  
 ขอขอบคุณภาพข่าว : <https://www.facebook.com/watsomphanas>



**ศูนย์วิปัสสนาธุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยฯ**  
 อบรมวิปัสสนากรรมฐาน “สามเณรใจเพชร” รุ่นที่ ๒๒  
 นั่งสมาธิภาวนา เดินจงกรม เพื่อเรียนรู้ เข้าใจภายในตัวเอง  
 เมื่อวันที่ ๔ เมษายน ๒๕๕๙  
 ขอขอบคุณภาพข่าว : <https://www.facebook.com/ybatpage>



# ปฏิทินธรรม



ภาพ : <https://www.facebook.com/buddha.kammathan>

- ขอเชิญทำบุญตักบาตร ฟังธรรมพระกรรมฐาน ทุกวันอาทิตย์แรกของต้นเดือน ณ มูลนิธิพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต  
ซอยจรัญสนิทวงศ์ ๓๗ โทร. ๐-๒๕๑๒-๒๗๕๒
- ขอเชิญทำบุญตักบาตร ฟังธรรมพระกรรมฐาน สายหลวงปู่มั่น ภูริทัตโต และพระจากวัดต่างๆ รวมมากกว่า ๒๑ รูป ทุกวันเสาร์แรกของเดือน ณ ศาลาการเปรียญวัดพุทธบูชา ถนนพุทธบูชา แขวงบางมด เขตทุ่งครุ กรุงเทพฯ
- ขอเชิญทำบุญตักบาตร ฟังธรรมพระกรรมฐาน ทุกวันอาทิตย์ที่สามของเดือน ณ ศาลาสนทวงศ์ - ชยางกูร วัดบรมนิวาสราชวรวิหาร ถนนพระราม ๖ อรุณรังษีซอย ๑๕ แขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ
- ขอเรียนเชิญเข้าร่วมฟังพระธรรมเทศนา และปฏิบัติสมาธิภาวนากับพระอาจารย์ชยสาโร ทุกวันอาทิตย์แรก และอาทิตย์ที่สามของทุกเดือน ณ บ้านไร่ทอสี อ. ปากช่อง จ. นครราชสีมา ท่านที่มีความประสงค์จะไปร่วมปฏิบัติธรรม สามารถเดินทางไปได้โดยไม่ต้องสำรองหรือนัดล่วงหน้าใดๆ ติดต่อขอรับแผนที่ได้ที่ห้องธุรการของโรงเรียนทอสี หรือทางโทรสาร ๐-๒๓๙๑-๗๔๓๓ ท่านสามารถนำอาหารมังสวิรัตินำถวายท่านอาจารย์ได้
- มูลนิธิหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมการเจริญสติแบบเคลื่อนไหว ตามแนวหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ วันอาทิตย์ที่ ๑ - วันเสาร์ที่ ๗ พฤษภาคม ๒๕๕๙ ๕๒ ม. ๕ ถนนพุทธมณฑลสาย ๔ แขวงทวีวัฒนา เขตทวีวัฒนา กทม. โทร. ๐-๒๕๒๙-๒๑๑๙
- ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมการเจริญสติ แบบเคลื่อนไหวแนวหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ “อยู่อย่างต่ำ มุ่งกระทำอย่างสูง” เปิดโอกาสให้ท่านฝึกทักษะภาวนาด้วยความพร้อมแบบปิดวาจาในสถานที่ใกล้ชีวิตธรรมดาตั้งแต่วันอาทิตย์ที่ ๘ - วันเสาร์ที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๕๙ ณ สำนักปฏิบัติธรรมอุตะเกา จ. เพชรบุรี สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ โทร. ๐๘-๕๐๑๖-๕๙๓๙ ติดต่อรถบริการเข้าวัด โทร. ๐๘-๖๑๖๙-๘๙๙๗
- ขอเชิญร่วมอบรมปฏิบัติธรรมการเจริญสติ แบบเคลื่อนไหว (เจริญสติเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต) วันอาทิตย์ที่ ๑ - วันเสาร์ที่ ๗ พฤษภาคม ๒๕๕๙ ณ วัดป่าไผ่พนัส อ. พรหมานนิคม จ. สกลนคร สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ โทร. ๐๘-๐๗๔๗-๒๑๑๔ [www.watsomphanas.com](http://www.watsomphanas.com)
- ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรมการเจริญสติ แบบเคลื่อนไหวแนวหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ นำปฏิบัติ โดย พระอาจารย์โกศล ปริปัญโญ วันเสาร์ที่ ๗ - วันอาทิตย์ที่ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๕๙ ณ วัดปลายนา จ. ปทุมธานี สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ โทร. ๐๘-๙๙๙๖-๑๑๒๕ [www.wat-plaina.blogspot.com](http://www.wat-plaina.blogspot.com)

- ศูนย์วิปัสสนาอุฬารพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยฯ (ศูนย์ ๑) เชิญร่วมฟังธรรม/อบรมปฏิบัติธรรม วันที่ ๑-๗ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
หลักสูตร “ธรรมบุตรแก้ว” รุ่น ๑๐  
วันที่ ๕-๘ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
หลักสูตร “ต้นกล้าพัฒนาจิต”  
วันที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๕๙ เวลา ๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.  
กิจกรรม “ทำบุญวันเกิดชาวพุทธ”  
วันที่ ๑๑-๑๘ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
หลักสูตร “อานาปานสติภาวนา” โดย พระอาจารย์สมทบ ปรกกโม  
วันที่ ๑๓-๒๐ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
หลักสูตร “พัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข”  
วันที่ ๒๐ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
กิจกรรม ทำบุญตักบาตร “วันวิสาขบูชา” แลกบุญจนขวัญ  
วันที่ ๒๑-๒๘ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
หลักสูตร “เนกขัมมบารมี”  
วันที่ ๒๘ พฤษภาคม - ๑ มิถุนายน ๒๕๕๙  
หลักสูตร “เพียงแค่นี้” โดย พระอาจารย์นวลจันทร์ กิตติปัญญา  
วันที่ ๑-๕ มิถุนายน ๒๕๕๙  
หลักสูตร “วิปัสสนากรรมฐาน อริยมรรค” โดย อ. สุภีร์ ทุมทอง  
วันที่ ๕ มิถุนายน ๒๕๕๙ เวลา ๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.  
กิจกรรม “ทำบุญวันเกิดชาวพุทธ” ณ อุฬารพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยฯ (ศูนย์ ๑) ซ. เพชรเกษม ๕๔ เขตภาษีเจริญ กรุงเทพฯ  
เพิ่มเติมรายละเอียดที่ [www.ybat.org](http://www.ybat.org) โทร. ๐-๒๕๕๕-๒๕๒๕



ภาพ : <https://www.facebook.com/ybatpage>

- ศูนย์วิปัสสนาอุฬารพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยฯ (ศูนย์ ๒) เชิญร่วมฟังธรรม/อบรมปฏิบัติธรรม วันที่ ๓-๑๐ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
หลักสูตร “วิปัสสนากรรมฐาน” โดย พระอาจารย์สมภาร สมภาโร  
วันที่ ๖-๘ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
หลักสูตร “วิปัสสนาเบื้องต้น” โดย อ. เรณู ทัศนรงค์  
วันที่ ๑๒-๑๘ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
หลักสูตร “วิปัสสนาพระวัดป่า” โดย พระอาจารย์สว่าง กัลยาโณ  
วันที่ ๑๓-๑๕ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
หลักสูตร “โยคะภาวนากับการเตรียมตัวตายอย่างมีสติ” โดย อ. ธนวัชร เกตนวิมุต  
วันที่ ๒๐ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
กิจกรรม ทำบุญตักบาตร “วันวิสาขบูชา”  
วันที่ ๒๐-๒๒ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
หลักสูตร “ครอบครัวยุคธรรม”  
วันที่ ๒๑-๒๙ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
หลักสูตร “วิปัสสนากรรมฐาน” โดย พระอาจารย์มหาเล็ก จันทสิโล  
วันที่ ๓-๕ มิถุนายน ๒๕๕๙  
หลักสูตร “วิปัสสนากรรมฐาน” โดย พระอาจารย์มหาบุญช่วย ปัญญาชิโร ณ อุฬารพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยฯ (ศูนย์ ๒) ต. คลองสาม อ. คลองหลวง จ. ปทุมธานี  
เพิ่มเติมรายละเอียดที่ [www.ybat.org](http://www.ybat.org)

- ศูนย์วิปัสสนาอุฬารพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยฯ (ศูนย์ ๓) เชิญร่วมฟังธรรม/อบรมปฏิบัติธรรม วันที่ ๒๐ กรกฎาคม - ๒๒ ตุลาคม ๒๕๕๙  
วันเข้าพรรษา  
วันที่ ๒๓ ตุลาคม ๒๕๕๙  
กิจกรรม “ทอดกฐินสามัคคี” ณ อุฬารพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยฯ จ. ชุมพร (ศูนย์ ๓)  
เพิ่มเติมรายละเอียดที่ [www.ybat.org](http://www.ybat.org)
- ศูนย์วิปัสสนาอุฬารพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยฯ (ศูนย์ ๔) เชิญร่วมฟังธรรม/อบรมปฏิบัติธรรม วันที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
กิจกรรม “ลาสิกขาสามเณรโพธิ์ และสามเณรหน่อโพธิ์”  
วันที่ ๓-๑๖ กรกฎาคม ๒๕๕๙  
กิจกรรม “เตรียมอุปสมบทพระสงฆ์เข้าพรรษา”  
วันที่ ๒๒ ตุลาคม ๒๕๕๙  
กิจกรรม “ทอดกฐินสามัคคี”  
วันที่ ๒๙ ตุลาคม - ๖ พฤศจิกายน ๒๕๕๙  
หลักสูตร “วิปัสสนา” โดย พระอาจารย์นวลจันทร์ กิตติปัญญา ณ อุฬารพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยฯ (ศูนย์ ๔)  
เพิ่มเติมรายละเอียดที่ [www.ybat.org](http://www.ybat.org)
- วัดธรรมมงคลขอเชิญร่วมฟังธรรม/ปฏิบัติธรรม - ร่วมฟังธรรมบรรยายสมาธิในหลักสูตร ชินนสาสมาธิ ๑ สมาธิชนะใจตน (อายุ ๙ ปีขึ้นไป) ทุกวันอาทิตย์ เวลา ๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น. ณ สถาบันพลังจิตตานุภาพ  
เพิ่มเติมรายละเอียด และตรวจสอบสาขาใกล้บ้านได้ที่ โทร. ๐-๒๓๑๑-๓๙๐๙ [www.samathi.com](http://www.samathi.com)
- ร่วมสวดมนต์ สาธยายธรรม  
ทุกวันอาทิตย์ เวลา ๑๖.๐๐-๑๘.๐๐ น. ณ ชั้นล่างของอุโบสถ วัดธรรมมงคล ซ. สุขุมวิท ๑๐๑ กรุงเทพฯ
- กิจกรรมประจำ “สวนโมกข์ กรุงเทพฯ” ประจำวันจันทร์-ศุกร์  
- สวดมนต์ทำวัตรเย็น และสมาธิภาวนา ทุกวันจันทร์-ศุกร์ เวลา ๑๗.๓๐-๑๘.๐๐ น.  
- สมาธิภาวนาอานาปานสติ กับ พุทธทาสภิกขุ วันจันทร์-ศุกร์ สัปดาห์ที่สามและสี่ เวลา ๑๙.๓๐-๑๕.๓๐ น.  
ประจำวันเสาร์-อาทิตย์  
- สวนโมกข์เสวนา/พุทธทาสบุคคลับ ทุกวันเสาร์ เวลา ๑๔.๐๐-๑๖.๐๐ น.  
- สอนสมาธิภาวนาอานาปานสติ ทุกวันอาทิตย์ เวลา ๑๔.๐๐-๑๗.๐๐ น.  
- ธรรมะในสวน ตักบาตรเดือนเกิด วันอาทิตย์แรกของทุกเดือน เวลา ๐๙.๐๐-๑๗.๐๐ น.  
- การเจริญสติแบบเคลื่อนไหวแนวหลวงปู่เทียน วันเสาร์-อาทิตย์ที่สองของทุกเดือน เวลา ๐๘.๓๐-๑๗.๐๐ น.  
สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ หอจดหมายเหตุ พุทธทาส อินทปัญโญ (สวนโมกข์ กรุงเทพฯ) สนวนวิเชียรเบญจทัศ (สวนรถไฟ) แขวงจตุจักร กรุงเทพฯ โทรศัพท ๐-๒๕๓๖-๒๕๐๐ โทรสาร ๐-๒๕๓๖-๒๕๐๐ [www.bia.or.th](http://www.bia.or.th) และ [www.dhamma4u.com](http://www.dhamma4u.com)



ภาพ : <https://www.facebook.com/buddhadasaarchives>



● **ขอเชิญทุกท่านร่วมปฏิบัติธรรม**  
ณ สำนักสงฆ์แทนวันดีเจริญสุข บางขุนเทียน กรุงเทพฯ  
- สำหรับผู้เริ่มปฏิบัติ  
(จัดปฏิบัติธรรมทุกวันศุกร์ เสาร์ อาทิตย์แรกของเดือน)  
วันที่ ๑๒๖ วันที่ ๖, ๗, ๘ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
- สำหรับผู้เคยมาปฏิบัติ ตั้งแต่ ๒ รุ่นขึ้นไป  
(จัดปฏิบัติธรรมทุกวันศุกร์ เสาร์ อาทิตย์ที่สามของเดือน)  
วันที่ ๗๗ วันที่ ๒๐, ๒๑, ๒๒ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
เพิ่มเติมรายละเอียดที่ สำนักสงฆ์แทนวันดีเจริญสุข  
โทร./แฟกซ์ ๐-๒๔๑๖-๕๒๐๑๑ www.tanwadee.org



ภาพ : <http://www.tanwadee.org>

● **ขอเชิญทุกท่านร่วมปฏิบัติธรรม**  
ณ มูลนิธิอาศรมมاتا อ. ปักธงชัย จ. นครราชสีมา  
วันที่ ๓๐ เมษายน - ๔ พฤษภาคม ๒๕๕๙ (รวม ๕ วัน)  
หลักสูตร “สติปัญญา ๔” โดย อ. สุภีร์ ทุมทอง  
วันที่ ๒๐-๒๒ พฤษภาคม ๒๕๕๙ (รวม ๓ วัน)  
หลักสูตร “ค่ายยุวนารี” โดย อ. ฉัตรชัย สุจริตกุล  
วันที่ ๒๕-๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๙ (รวม ๒ วัน)  
หลักสูตร “เสวนาธรรม” โดย แม่ชี ดร. ไพเราะ ทิพย์ทัศน์  
วันที่ ๑๖-๒๐ กรกฎาคม ๒๕๕๙ (รวม ๕ วัน)  
หลักสูตร “ยุบหนอพองหนอ” โดย พญ. ผกา วราชิต  
วันที่ ๒๒-๒๔ กรกฎาคม ๒๕๕๙ (รวม ๓ วัน)  
หลักสูตร “เจริญสติแนวหลวงพ่อกุศล”  
โดย พระอาจารย์ครุฑชิต อภิญาจโน  
สอบถามข้อมูล / แจ้งความจำนงเข้าร่วมปฏิบัติธรรม :  
คุณพิชามญชุ์ ๐๙-๑๙๑๓-๕๐๓๑ www.ashrammata.org

● **ขอเชิญร่วมงานเจริญอายุวัฒนมงคลครบ ๘๘ ปี**  
พระราชญาณวิสุทธิโสภณ (หลวงปู่ทอน ญาณธโร)  
และพิธียกพุ่มข้าวบิณฑ์พระมหาธาตุเจดีย์  
ตักบาตรพระเถระานุเถระ-พระภิกษุ-สามเณร  
ถวายภัตตาหาร พิธีบิณฑบาตถวายทาน  
และฟังพระธรรมเทศนา  
วันที่ ๑-๒ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
ณ วัดศรีอภัยวัน ต. นาอ้อ อ. เมือง จ. เลย  
เพิ่มเติมรายละเอียดที่ [www.watsriaphaiwan.org](http://www.watsriaphaiwan.org)  
โทร. ๐๙-๙๙๑๒-๒๙๙๖, ๐๙-๗๗๖๖-๖๙๐๙

● **ขอเชิญร่วมฟังเทศน์ ปฏิบัติธรรม สวดมนต์ทำวัตรเย็น**  
ทุกวันอาทิตย์ เวลา ๒๐.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.  
ณ ศาลาทรงธรรม วัดอโศการาม จ. สมุทรปราการ  
ทุกวันอาทิตย์แรก โดย พระอาจารย์ปริดา อคฺควโร  
ทุกวันอาทิตย์ที่สอง โดย พระอาจารย์ประพันธ์ ผลบุญโย  
ทุกวันอาทิตย์ที่สาม โดย พระครูนนท์ปัญญาคุณ  
ทุกวันอาทิตย์ที่สี่ โดย พระอาจารย์วิวัฒน์ ยโสธโร  
เพิ่มเติมรายละเอียดที่ สำนักงานวัดอโศการาม  
โทร. ๐-๒๓๙๙-๒๒๙๙, ๐-๒๗๐๓-๙๔๐๕

● **กลุ่มปฏิบัติธรรม L.D.H. วัดภาชี**  
ขอเชิญร่วมกิจกรรมเปิดวัดวันอาทิตย์ฯ  
ในวันอาทิตย์สัปดาห์ที่สองของทุกเดือน  
และเชิญร่วมปฏิบัติธรรมประจำเดือน  
ในวันศุกร์ เสาร์ อาทิตย์สัปดาห์ที่สองของเดือนเช่นกัน  
ณ วัดภาชี เข้มชัย ๒๓ กรุงเทพฯ  
สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ พระมหากรมพล ๐๙-๕๓๕๑-๕๒๑๒

● **สำนักปฏิบัติธรรมวัดยานนาวา**  
ขอเชิญทุกท่านร่วมปฏิบัติธรรมทุกวันอาทิตย์  
เพื่อพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข  
หลุดพ้นจากความทุกข์อย่างแท้จริง  
วันอาทิตย์ที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๕๙ เวลา ๐๙.๐๐ น.  
ขอเชิญผู้มีจิตศรัทธาร่วมพิธีเจริญพระพุทธมนต์  
ทำบุญตักบาตร ฟังธรรม ปฏิบัติธรรม  
ณ อาคารมหาเจษฎาบดินทร์ ชั้น ๒ สำนักปฏิบัติธรรม  
ประจำกรุงเทพมหานครแห่งที่ ๑ วัดยานนาวา  
วันที่ ๒๐-๒๒ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
หลักสูตร “พัฒนาจิตเพื่อชีวิตและงานที่เป็นสุข”  
โดย พระอาจารย์มหานงค์ สุขมงคล  
สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ โทร. ๐-๒๒๑๒-๖๕๖๗  
อีเมล : bhavanatoday@yahoo.com  
[www.bhavanatoday.org](http://www.bhavanatoday.org)



ภาพ : <http://www.bhavanatoday.org>

● **ขอเชิญทุกท่านร่วมปฏิบัติธรรม**  
ณ สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสมุทรสาคร  
ธรรมยุต (แห่งที่ ๑) วัดป่ามหาไชย จ. สมุทรสาคร  
วันที่ ๑๘-๒๐ พฤษภาคม ๒๕๕๙ (วันวิสาขบูชา)  
บวชชีพราหมณ์ ปฏิบัติธรรม เติมน้ำใจ  
สวดอิติปิโส - ชินบัญชรคาถา - ชยันโต  
มงคลจักรวาลใหญ่ ๑๐๘ จบ  
สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม วัดป่ามหาไชย  
โทร. ๐๙-๕๓๗๙-๕๕๙๙, ๐-๓๔๔๓-๓๑๓๗

● **เครือข่ายพลังสร้างสุข ร่วมกับ**  
สำนักงานเขตบางกะปิ กรุงเทพฯ  
ขอเชิญร่วมทำบุญตักบาตร สวดมนต์ ฟังธรรม  
และเจริญภาวนา  
ทุกวันอาทิตย์ เวลา ๐๘.๓๐-๑๓.๐๐ น.  
ณ บริเวณลานหน้าภายในสวนพฤกษชาติ คลองจั่น  
เขตบางกะปิ กรุงเทพฯ  
เพิ่มเติมรายละเอียดได้ที่ โทร. ๐๙-๑๗๕๓-๖๙๕๓  
อีเมล : palangsangsook@gmail.com

● **มูลนิธิโรจนธรรมขอเชิญร่วมสวดมนต์ ปฏิบัติธรรม**  
- กิจกรรมสวดมนต์ นั่งสมาธิ และฟังธรรม  
ทุกวันพุธ เวลา ๑๗.๓๐-๑๙.๓๐ น.  
- กิจกรรมปฏิบัติธรรม และฟังธรรม  
ทุกวันเสาร์แรกของเดือน เวลา ๑๗.๓๐-๑๙.๓๐ น.  
ณ โรจนธรรมสถาน ๑๔๙ ซ. สุขุมวิท ๒๓ (ประสานมิตร)  
ถ. สุขุมวิท กรุงเทพฯ  
โทร. ๐-๒๖๖๔-๒๐๙๕, ๐๙-๖๕๕๕-๑๕๒๒

● **เสถียรธรรมสถาน ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรม**  
ศิลปะการพัฒนาชีวิตด้วยอานาปานสติภาวนา  
ทุกวันศุกร์ เสาร์ และอาทิตย์ (๓ วัน)  
ณ เสถียรธรรมสถาน เลขที่ ๒๓ ถ. วัชรพล รามอินทรา ๕๕-  
แขวงท่าแร้ง เขตบางเขน กรุงเทพฯ ๑๐๒๓๐  
เพิ่มเติมรายละเอียดที่ โทร. ๐-๒๕๑๙-๑๑๑๙,  
๐-๒๕๑๐-๖๖๙๗, ๐๙-๑๙๓๑-๒๒๙๔  
[www.sdsweb.org](http://www.sdsweb.org)

● **กำหนดการอบรมวิปัสสนากรรมฐาน ปี ๒๕๕๙**  
โดย พระภาวนาชมคุณ วิ. (พระอาจารย์สุศักดิ์ เขมรสี)  
เจ้าอาวาสวัดมเหยงคณ์ จ. พระนครศรีอยุธยา  
วันที่ ๗-๑๕ พฤษภาคม ๒๕๕๙ (ครั้งที่ ๕)  
วันที่ ๑๘-๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๙ (ครั้งที่ ๖)  
วันที่ ๒๓-๓๑ กรกฎาคม ๒๕๕๙ (ครั้งที่ ๗)  
ณ วัดมเหยงคณ์ จ. พระนครศรีอยุธยา  
สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ โทร. ๐๙-๒๒๓๓-๓๙๔๘  
[www.watmaheyong.org](http://www.watmaheyong.org)



ภาพ : <https://www.facebook.com/watmaheyong>

● **วัชรธรรมสถาน อ. นครชัยศรี จ. นครปฐม**  
ขอเชิญผู้ที่สนใจเข้าร่วมอบรมปฏิบัติธรรม  
วันที่ ๒๗-๒๙ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
โดย พระอาจารย์สุธรรม สุทธิโม  
วัดป่าหนองไผ่ จ. สกลนคร  
และ พระอาจารย์มหาจักรายุทธ สัมปัตโต  
วัดป่าโนนขุมเงิน จ. สกลนคร  
วันที่ ๒๔-๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๙  
โดย พระครูเมตตาภิตติคุณ (หลวงพ่อดมขม อุตตมโน)  
วัดป่าสันติภาวนา จ. อุตรดิตถ์  
วันที่ ๑-๓ กรกฎาคม ๒๕๕๙  
โดย พระครูสุธรรมประโชติ (หลวงพ่อดมขม ฐิติปัญญา)  
วัดป่าพิทักษ์ธรรม จ. นครราชสีมา  
วันที่ ๑๙-๒๑ สิงหาคม ๒๕๕๙  
โดย พระอาจารย์บุญมี ธัมมโร  
วัดป่าศรีธาตวงาย จ. อุตรดิตถ์  
สมัครและเพิ่มเติมรายละเอียดที่ [www.vacharadham.com](http://www.vacharadham.com)  
โทร. ๐๙-๐๖๒๐-๒๒๖๖, ๐๙-๐๖๖๙-๙๙๔๓

● **ขอเชิญร่วมสวดมนต์ นั่งสมาธิ ฟังธรรม**  
วันพฤหัสบดีแรกของทุกเดือน เวลา ๑๘.๐๐-๒๑.๐๐ น.  
ณ บ้านธรรมวิมมา ๙๙/๑๒๔ หมู่บ้านเดอะแกรนด์ พระราม ๒  
(บ้านหัวมุม ตรงข้ามทะเลสาบ มีอาหารว่างให้บริการ)  
วันพฤหัสบดีที่ ๕ พฤษภาคม ๒๕๕๙  
โดย พระอาจารย์ประสงค์ ปริบุญโญ  
อดีตเจ้าอาวาสวัดป่าศิลาโก ประเทศสหรัฐอเมริกา  
วันพฤหัสบดีที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๕๙  
โดย พระอาจารย์ภาสกร ภูริวิฑฒโน  
ผู้อำนวยการธรรมสถาน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
วันพฤหัสบดีที่ ๗ กรกฎาคม ๒๕๕๙  
โดย พระอาจารย์สุชัย ปญฺชิตมโม  
พระอาจารย์สอนพระอภิธรรม วัดสามพระยา  
รายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ คุณวิไลรัตน์ ตรีบูรณพงศ์  
โทร. ๐๙-๕๙๐๙-๑๓๗, ๐-๒๙๗๗-๑๗๐๙

● **ขอเชิญร่วมปฏิบัติธรรม “สะพานเชื่อมคนสู่ธรรม”**  
ณ วัดคลองปลัดเปรียง อ. บางพลี จ. สมุทรปราการ  
วันที่ ๕-๘ พฤษภาคม ๒๕๕๙ (๔ วัน ๓ คืน)  
โดย พระอาจารย์มหาศักดิ์ศรี ปุญฺญโร  
วันที่ ๒๐-๒๒ พฤษภาคม ๒๕๕๙ (๓ วัน ๒ คืน)  
โดย พระอาจารย์จิตติพงษ์ จิตตคุณ  
วันที่ ๒๕-๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๙ (๒ วัน ๑ คืน)  
โดย พระอาจารย์วิทยา ธีรธมโม  
เพิ่มเติมรายละเอียดที่ โทร. ๐-๒๗๔๐-๒๗๕๑ หรือ  
๐๙-๑๔๐๗-๔๔๒๐ (คุณเล็ก) ๐๙-๖๕๗๐-๙๕๓๙ (คุณจ๋า)





# เสียงธรรมจากบ้านอารีย์



พระอาจารย์สุพล ขนติวโร วัดปัญญาบันฑาคาราม จ. ปทุมธานี  
แสดงธรรม เมื่อวันที่ ๓ มีนาคม ๒๕๕๙  
“แค่ฟังธรรมก็ได้บุญ บุญจากการฟังธรรมไม่ต้องลงทุนอะไร ไม่ต้องเสียเงินเสียทอง เพราะความดีความสุขเป็นเรื่องของคุณค่าไม่ใช่มูลค่า”



หลวงปู่สวางท ปัญญาโร วัดป่าโป่งจันทร์ จ. จันทบุรี  
แสดงธรรม เมื่อวันที่ ๘ มีนาคม ๒๕๕๙  
“บาปบุญคุณโทษมีจริง ถ้าเราทำให้มันดีให้มันถูกต้อง เราก็คจะไปตามทางที่ดี จะเดินช้าหรือเร็วถ้าเรายังเดินอยู่สักวันมันต้องถึงแน่”



:๑๒:

พระราชวรคุณ (หลวงปู่สมศักดิ์ ปั่นทิโต) วัดบูรพาราม จ. สุรินทร์  
แสดงธรรม เมื่อวันที่ ๑๐ มีนาคม ๒๕๕๙  
“เมื่อเรามีกาย กายต้องอ่อนนุ่ม เมื่อมีวาจา วาจาต้องอ่อนหวาน เมื่อมีใจ ใจต้องอ่อนโยน พระธรรมทั้งหมดรวมอยู่ตรงนี้ โลกจะสงบ ตัวเราก็จะสบาย”



พระครูมานวิรัต (หลวงพ่อพระมหาประเสริฐ กิตติเสฏฐโฏ) วัดพระเชตุพนวิมลมังคลารามฯ กรุงเทพฯ  
แสดงธรรม เมื่อวันที่ ๑๗ มีนาคม ๒๕๕๙  
“ความคิดนั้นสำคัญ ถ้าคิดดีอะไรมันก็ดีหมด ใครคิดไม่ดีช่างเขา หัดเป็นคนคิดดี สุขภาพจิตก็จะดี และจะมีทัศนคติที่ดี”



พระราชญาณกวี (ปิยโสภณ) วัดพระรามเก้ากาญจนาภิเษก กรุงเทพฯ  
แสดงธรรม เมื่อวันที่ ๒๔ มีนาคม ๒๕๕๙  
“แพ้ชนะของมนุษย์อยู่ที่ความอดทน ถ้าเรามีความอดทน อะไรก็ทำให้เราพ่ายแพ้ไม่ได้ แต่ถ้าไม่อดทน เกิดอะไรขึ้นก็แพ้ทั้งนั้น”



พระอุดมประชาทร (ท่านเจ้าคุณอลงกต) วัดพระบาทน้ำพุ จ. ลพบุรี  
แสดงธรรม เมื่อวันที่ ๓๑ มีนาคม ๒๕๕๙  
“เมื่อมีเวลาจงใช้เวลากับคนที่เรารักให้มาก เพราะจริงๆ แล้ว ชีวิตเราอยู่เพื่อการทำสิ่งที่เป็ประโยชน์และความสุขต่อตนเอง และคนที่เรารักเป็นสำคัญ”



ปฏิทินธรรมประจำ ณ บ้านอารีย์ เดือนพฤษภาคม ๒๕๕๙

อาทิตย์ Sunday	จันทร์ Monday	อังคาร Tuesday	พุธ Wednesday	พฤหัสบดี Thursday	ศุกร์ Friday	เสาร์ Saturday
★ เรียนภาษาบาลีเบื้องต้น (๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น.) ๑	วันหยุดทำการบ้านอารีย์ ๒		★ เจริญสติแบบเคลื่อนไหว (๑๓.๐๐-๒๐.๐๐ น.) ๔	★ พระครูสังฆกิจพิมล (พระอาจารย์สุรศักดิ์ สุรญาโม) (๐๙.๐๐-๑๓.๕๕) ๕		★ ปฏิบัติธรรมแบบเนสัชชิก (๐๙.๓๐-๑๖.๐๐ น.) ๗
★ เรียนภาษาบาลีเบื้องต้น (๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น.) ๓	วันหยุดทำการบ้านอารีย์ ๖	★ พระอาจารย์ทองปาน จารุวัฒน์ (๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น.) ๑๐	★ เจริญสติแบบเคลื่อนไหว (๑๓.๐๐-๒๐.๐๐ น.) ๑๑	★ พระอาจารย์บุญมี อัมมโร (๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น.) ๑๒		★ เรียนนอภิรกรรม โดย อ.ทองสุข ทองกระจ่าง (๐๘.๓๐-๑๔.๐๐ น.) ๑๔
★ เรียนภาษาบาลีเบื้องต้น (๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น.) ๑๕	วันหยุดทำการบ้านอารีย์ ๑๖		★ เจริญสติแบบเคลื่อนไหว (๑๓.๐๐-๒๐.๐๐ น.) ๑๘	★ พระครูสิริสุตวราภรณ์ (พระมหาประกอบ ธมฺมชิว) (๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น.) ๑๙		★ เจริญสติแบบเคลื่อนไหว (๐๙.๓๐-๑๖.๐๐ น.) ๒๑
★ เรียนภาษาบาลีเบื้องต้น (๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น.) ๒๒	วันหยุดทำการบ้านอารีย์ ๒๓		★ เจริญสติแบบเคลื่อนไหว (๑๓.๐๐-๒๐.๐๐ น.) ๒๕	★ พระภาวนาชมคุณ วิ. (พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรสี) (๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น.) ๒๖	★ เรียนสมถะวิปัสสนาในพระไตรปิฎก โดย อ. สุกักริ ทุมทอง (๑๗.๓๐-๑๙.๓๐ น.) ๒๗	★ ทำบุญตักบาตร สดับธรรม ★ หลวงปู่แปง สุนทร หลวงปู่คำฝัว สุกโธ หลวงพ่อบุญทัน ฐิตสีโล พระอาจารย์ประพันธ์ อนุวิโล (๐๗.๐๐-๑๐.๐๐ น.) ๒๘
★ เรียนภาษาบาลีเบื้องต้น (๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น.) ๒๙	วันหยุดทำการบ้านอารีย์ ๓๐					..

★ เรียนนอภิรกรรม โดย อ.ทองสุข ทองกระจ่าง (๐๘.๓๐-๑๔.๐๐ น.)

★ เรียนนอภิรกรรม โดย อ.ทองสุข ทองกระจ่าง (๐๘.๓๐-๑๔.๐๐ น.)

★ เรียนนอภิรกรรม โดย อ.ทองสุข ทองกระจ่าง (๐๘.๓๐-๑๔.๐๐ น.)

★ เรียนนอภิรกรรม โดย อ.ทองสุข ทองกระจ่าง (๐๘.๓๐-๑๔.๐๐ น.)

★ วันพุธแรกและวันพุธที่สองของเดือน เวลา ๑๓.๐๐-๒๐.๐๐ น.

ปฏิบัติเจริญสติแบบเคลื่อนไหว แนวหลวงพ่อยืน จิตตสุโข โดย พระอาจารย์โกศล ปริบูรณ์ญ โวฒน วัตรปายนา จ. ปทุมธานี

★ วันพุธที่สามและวันพุธที่สี่ของเดือน เวลา ๑๓.๐๐-๒๐.๐๐ น.

ปฏิบัติเจริญสติแบบเคลื่อนไหว แนวหลวงพ่อยืน จิตตสุโข โดย พระอาจารย์โสภณ ฉนฺทรมโม สวณธรรมสภาล จ. สงขลา

★ วันพฤหัสบดี เวลา ๑๘.๐๐-๒๐.๐๐ น.

ร่วมสวดมนต์ และฟังพระธรรมเทศนาจากครูบาอาจารย์ พระสุปฏิปันโน

★ วันศุกร์ที่สามของเดือน เวลา ๑๗.๓๐-๑๙.๓๐ น.

ร่วมเรียนสมถะวิปัสสนาในพระไตรปิฎก โดย อาจารย์สุกักริ ทุมทอง อาจารย์ผู้สอนพิเศษวิชาอภิธรรมปิฎก

★ วันเสาร์-วันอาทิตย์แรกของเดือน ร่วมปฏิบัติธรรมแบบเนสัชชิก

วันเสาร์เริ่ม เวลา ๐๙.๓๐ น. ถึงวันอาทิตย์ เวลา ๐๖.๐๐ น. (๑ วัน ๑ คืน)

โดย พระอาจารย์โกศล ปริบูรณ์ญ โวฒน วัตรปายนา จ. ปทุมธานี

และ พระอาจารย์วรวิทย์ ธรรมโม สำนักปฏิบัติธรรมอุตะมา จ. เพชรบุรี

★ วันเสาร์ที่สามของเดือน เวลา ๐๙.๓๐-๑๖.๐๐ น.

ปฏิบัติเจริญสติแบบเคลื่อนไหว โดย พระอาจารย์โสภณ ฉนฺทรมโม สวณธรรมสภาล

★ วันเสาร์ที่สี่ของเดือน เวลา ๐๗.๐๐-๑๐.๐๐ น.

ร่วมทำบุญตักบาตร สดับธรรม โดยพระเถระวัดป่ากรรมฐานเมตตาภิรมมาต

★ วันเสาร์ เวลา ๐๘.๓๐-๑๔.๐๐ น. ร่วมเรียนพระอภิธรรมเบื้องต้น

โดย อาจารย์ทองสุข ทองกระจ่าง ผู้อำนวยการพระอภิธรรมทางไปรษณีย์

★ วันอาทิตย์ เวลา ๐๙.๐๐-๑๑.๓๐ น. ร่วมเรียนภาษาบาลีเบื้องต้น รุ่นที่ ๒/๒๕๕๙ เวลา ๑๓.๐๐-๑๖.๐๐ น. ร่วมเรียนแปลบาลีธรรมบท (ประโยค ๑-๒) โดย มหาวิทยาลัย สถาบันสอนภาษาบาลีบุคคลทั่วไป

\* กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลง กรุณาสอบถามล่วงหน้าที่บ้านอารีย์ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔ โทรสาร ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๘



http://www.baanaree.net



http://facebook.com/baanareefoundation

ร่วมเป็นเจ้าของค่าใช้จ่าย **การจัดบรรยายและปฏิบัติธรรม**

มูลนิธิบ้านอารีย์จัดกิจกรรมบรรยายธรรมทุกค่ำวันพฤหัสบดี เพื่อเป็นอีกหนึ่งโอกาสที่ให้คุณคนได้เข้าถึงธรรมะอันมีคุณค่ายิ่ง อีกทั้งยังได้จัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมทุกวันพุธ และวันเสาร์-อาทิตย์ ซึ่งเป็นการปฏิบัติตนสู่การหลุดพ้นจากความทุกข์ที่แท้จริง ขอเชิญชวนทุกท่านร่วมเป็นเจ้าของสนับสนุนการจัดบรรยายและปฏิบัติธรรม (ค่ายานพาหนะ น้ำปานะ สถานที่ น้ำ ไฟ ฯลฯ)

ชื่อบัญชี **มูลนิธิบ้านอารีย์ เพื่ออุปฐากพระภิกษุ หรือนักบวชในพระพุทธศาสนา** เลขที่บัญชี **๗๔๔-๒-๖๕๕๙๙๐-๑**

**ธนาคารกสิกรไทย สาขาอยุธยาอนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิ ประเภทบัญชีออมทรัพย์ (ใบเสร็จสามารถนำไปลดหย่อนภาษีได้)**

บัญชีนี้ยังใช้เพื่อค่าใช้จ่ายในการเดินทาง อัฐบริหาร และของใช้จำเป็นต่างๆ ที่สมควรแก่สมณเพศ ค่าบำรุงซ่อมแซมกุฏิ ยานอภิญญา หรืออื่นๆ ร่วมบริจาคแก่โรงพยาบาล องค์กร หรือโครงการช่วยเหลือลักษณะดังกล่าวตามที่มูลนิธิเห็นสมควร

มูลนิธิบ้านอารีย์ เป็นองค์การหรือสถานสาธารณกุศล ลำดับที่ ๗๖๘ ของประกาศกระทรวงการคลังฯ ท่านสามารถนำเงินที่บริจาคไปหักเพื่อลดหย่อนภาษีประจำปีได้

กรณีโอนเงิน กรุณาแจ้งชื่อ-ที่อยู่ และวันที่โอนเงิน พร้อมแนบสำเนาใบโอนเงินมาทางโทรสาร หมายเลข ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๘

หรือแจ้งทางโทรศัพท์ที่ คุณมานัส ทองไชย ๐๘-๕๙๒๒-๗๕๓๙ ทุกครั้ง เพื่อมูลนิธิฯ จะได้จัดส่งใบเสร็จรับเงินถึงท่านโดยเร็ว



# ทุกข์สำหรับเห็น แต่สุขสำหรับเป็น

พระพรหมคุณาภรณ์  
(ป. อ. ปยุตโต)

- ๓ -

## แก่นธรรมเพื่อชีวิต

(ต่อจากฉบับที่แล้ว)

คนที่ไม่พัฒนา ก็จะใช้**อินทรีย์เพื่อเสพสนองความรู้สึก**อยู่กับความรู้สึกสบายไม่สบาย สุขทุกข์ ชอบใจไม่ชอบใจ แล้วก็วนเวียนอยู่นั้น สุขทุกข์ของเขายู่ที่ความชอบใจไม่ชอบใจ เจอสิ่งชอบใจก็เป็นสุข เจอสิ่งไม่ชอบใจก็เป็นทุกข์ แล้วก็หาทางหนีสิ่งที่ไม่ชอบใจ หาแต่สิ่งชอบใจ วนเวียนอยู่แค่นี้

แต่ถ้า**ใช้อินทรีย์เพื่อศึกษาสนองความต้องการ**ก็จะใช้ตา หู เป็นต้นไปในทางการเรียนรู้ และจะพัฒนาไปเรื่อยๆ ปัญหาจะเกิด จะรู้ว่าอะไรเป็นอะไร แล้วต่อไปก็จะถึงจุดแยก

คนที่อยู่กับการใช้**อินทรีย์เพื่อเสพความรู้สึก** ความสุขของเขา ก็จำกัดอยู่กับสิ่งที่ชอบใจ แต่คนที่**ใช้อินทรีย์เพื่อศึกษา**จะพัฒนาความสุขให้ขยายขอบเขตกว้างขวางออกไป พร้อมกับแรงจูงใจที่เกิดขึ้นใหม่ๆ

### เมื่อคนเริ่มศึกษา การพัฒนาก็เริ่มต้นที่ ความต้องการอย่างใหม่ก็มี ความสุขอย่างใหม่ก็มา

ตอนนี้พึงทราบว่ามีแรงจูงใจ ๒ แบบ

แรงจูงใจแบบที่ ๑ คือแรงจูงใจการเสพ เรียกว่า**ตัณหา**ซึ่งมากับเรื่องของความรู้สึก

แรงจูงใจแบบที่ ๒ คือแรงจูงใจในการศึกษา (และสร้างสรรค์) เรียกว่า**ฉันทะ**ซึ่งมากับเรื่องของการรู้

ตัณหาเป็นความต้องการประเภทความรู้สึก คือมีปฏิกิริยาสนองตอบต่อสิ่งที่ชอบใจ-ไม่ชอบใจ ถ้าชอบใจสิ่งใดก็จะเกิด**กามตัณหา**ปรารถนาจะได้เสพสิ่งนั้นอีกและมากขึ้นยิ่งขึ้นไปเกิด**ภวตัณหา**อยากคงอยู่เป็นอยู่ในภาวะหรือสถานะที่จะได้สิ่งที่ปรารถนานั้นตลอดไป ถ้าไม่ชอบใจก็จะเกิด**วิภวตัณหา**อยากจะหนี อยากจะหลบหาย อยากจะทำลาย

คนที่เป็นนักเสพจึงวนเวียนอยู่กับแรงจูงใจ ที่เรียกว่า**ตัณหา**

แต่พอ**ใช้อินทรีย์เพื่อศึกษา** ก็เกิดการเรียนรู้ พอได้

ความรู้มาก็จะเกิด**ความอยากรู้**ยิ่งขึ้นไปว่าอะไรเป็นอะไรพอได้สนอง**ความอยากรู้**ก็เกิด**ความสุข**

จากการสนองความต้องการในการ**รู้** ความสุขจะพัฒนาขึ้นตอนนี้**มีความสุข**จากการสนอง**ความรู้**

ยิ่งกว่านั้น พอ**รู้ว่าอะไรเป็นอะไร**เขาจะเริ่มแยกได้ว่าเออ...สิ่งนั้นมันอยู่ในภาวะที่ควรจะเป็นไหม **ปัญญา**ที่**รู้**ที่แยกได้ จะทำให้เกิด**ความอยาก**หรือ**ความต้องการ**ที่**เปลี่ยนแปลง**ไป อีกขั้นหนึ่ง คือ**อยาก**ให้สิ่งนั้นๆ อยู่ในภาวะที่มันควรจะเป็น ซึ่งเป็น**ธรรมชาติ**ของการศึกษาที่จะเป็น**อย่างนั้นเอง** เพราะ**ความรู้**ทำให้เราแยกหรือจำแนกได้ เราเห็น**โทษ**ที่**ตัวนี้**สมบูรณ์เรียบร้อย เราก็**พอใจ** พอเห็น**ตัวนั้น**ไม่สมบูรณ์บกพร่อง เราก็**อยาก**ให้มัน**สมบูรณ์**

เมื่อ**ความรู้**แยกแยะให้แล้ว ก็เกิด**ความต้องการ**หรือเกิด**ความอยาก**ชนิดใหม่ คือ**อยาก**ให้มันอยู่ในภาวะที่ควรเป็น ซึ่งเรียกสั้นๆ ว่า**อยาก**ให้มันดี ถ้ามันยังไม่ดีก็**อยาก**ให้มันดี แล้วก็ก้าวไปสู่การ**อยาก**ให้มันดี และก้าวไปสู่**พฤติกรรม**ในการกระทำเพื่อ**ให้มันดี** ตอนนี้**แหละ**พฤติกรรมในการกระทำ (เพื่อ**ให้มันดี**) ก็เกิดขึ้น

พอ**ทำให้ดี**ได้ ก็เกิด**ความสุข** เพราะ**ความสุข**เกิดจากการ**สนองความต้องการ** เมื่อเราพัฒนา**ความต้องการ**อย่างใหม่ขึ้นได้ **ความสุข**ก็พัฒนาไปด้วย

ถ้าเรา**ไม่พัฒนาความต้องการ** **ความสุข**ของเรา**ก็จำกัด**อยู่กับ**การเสพ**คือ**ต้องการ**สิ่งที่**ชอบใจ**และ**ไม่ต้องการ**สิ่งที่**ไม่ชอบใจ** แล้วก็**วนเวียน**อยู่กับ**ตัณหา**

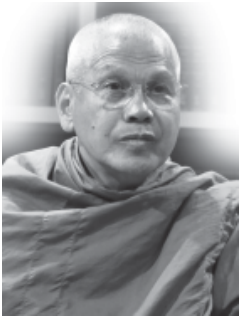
พอเราพัฒนาในด้าน**ความรู้** เรา**ใช้อายตนะ**ใน**เชิงศึกษา**เรียนรู้ ก็เกิด**ความอยากรู้** ซึ่งเป็น**ความต้องการ**ใหม่ เมื่อ**หาความรู้**เพื่อ**สนองความต้องการ**ที่จะ**รู้** ก็ได้**ความสุขจากการเรียนรู้**

เมื่อ**ต้องการ**ให้มันดี **อยาก**ให้มันดี และได้**ทำ**เพื่อ**สนองความต้องการ**ที่**อยาก**ให้มันดีนั้นได้ ก็เกิด**ความสุข**จากการ**ทำ**ให้มันดี **การกระทำก็กลายเป็นความสุข** หรือ**การสร้างสรรค**เป็น**ความสุข** คนก็ได้ **ความสุขจากการสร้างสรรค์**

เพราะฉะนั้น **มนุษย์**จึงพัฒนาด้วยการ**ศึกษา** คือ **พัฒนาชีวิต**ของตน โดย**พัฒนาพฤติกรรม** **พัฒนาจิตใจ** **พัฒนาปัญญา** ซึ่ง**รวมทั้งพัฒนาความสุข**ด้วย

อ่านต่อฉบับหน้า

\*บรรยายแก่ผู้บริหารระดับสูงของกรมการศาสนา ที่กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ วันที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๔๑ เดิมมีชื่อเรื่องว่า "แก่นแท้ของพระพุทธศาสนา"



# ศิลปะแห่งการดับทุกข์

พระภาวนาชมคุณ วิ.  
(พระอาจารย์สุรศักดิ์ เขมรสี)

(ต่อจากฉบับที่แล้ว)

**โยม :** ถ้าลูกน้องทำงานไม่ดี ไม่ได้ตามกำหนด ที่เราตั้งเป้าหมายไว้ ได้พยายามสั่งสอนแล้ว แต่ก็ยังไม่ดีขึ้น ถ้าจะต้องให้เขาออกจากงาน จะเป็นบาปหรือไม่เจ้าคะ

**หลวงพ่ :** เขาเดือดร้อนไหม

**โยม :** ไม่ได้บอกเจ้าคะ

**หลวงพ่ :** ถ้าเขาออกแล้ว เขาสบายก็ไม่บาป

**โยม :** ถ้าติดคำบริกรรมในเวลาปฏิบัติ ติดคำบริกรรมภาวนาว่า “หนอ” ทำอย่างไรจึงจะหายจากคำว่า “หนอ” ได้เจ้าคะ

**หลวงพ่ :** ก็การใส่ใจที่สภาวะ การบริกรรมแล้วก็มีสภาวะ ความสำคัญคือให้มันมีสภาวะด้วยเราบริกรรมภาซาลงไป ถ้าไม่มีสภาวะมันก็จะเลื่อนลอย มันก็จะได้แต่บริกรรมได้แต่ทำสมาธิ แต่ถ้ามันมีการบริกรรมแล้วมีสภาวะ ให้รู้สภาวะใส่ใจกับมัน ก็ถือว่ามีส่วนหนึ่งของการรู้ความจริงด้วย ส่วนมันมาเองก็ปล่อยมัน เขามาเอง คำภาษามันขึ้นเอง ไม่ต้องออกแรงว่า มันมาเองก็ปล่อยมัน แต่ว่าทำหน้าที่คอยดูสภาวะสภาวะความจริงที่ปรากฏไม่ต้องไปเดือดร้อนกับคำเหล่านั้น

**โยม :** ขณะเดินจงกรม เห็นตัวเองเป็นแห่งเดินไปเดินมา เห็นด้วยตาในความรู้สึกตัวเอง ดูไปเรื่อยๆ แล้วกลับมาดูจิต นานๆ เกิดเบื้อ ต่อมาเห็นตัวเองเป็นแห่งนั่งกรรมฐาน

แห่งนี้เขามาเอง ด้วยความรู้สึก ดูไปนาน ดูในจิต ดูแล้วเบื้อทั้ง ๒ ข้อนี้ โยมไม่รู้จะปฏิบัติตัวอย่างไรเลยออกจากกรรมฐาน และต่อมาเห็นจุดฝ้าเข้าขณะเดินกรรมฐานเริ่มปวดน้อยๆ และก็เริ่มปวดเรื่อยๆ จากเท้ามาถึงขาถึงตัว มาถึงศีรษะและความปวดก็ลดลงเรื่อยๆ จนถึงเท้า แล้วหายปวดเห็นเป็นเส้นตรงดิ่ง จากฝ้าเท้าถึงศีรษะ โยมดูไปเรื่อยๆ ขณะเดินจงกรม เมื่อหายแล้วกายก็เบา ใจเบา แปลกดี

เนื่องจากไม่ได้เรียนอภิธรรม เลยปัญญาไม่เกิด ขอความเมตตาหลวงพ่ช่วยชี้แนะในการปฏิบัติด้วยเจ้าคะ

**หลวงพ่ :** ถ้าเห็นเป็นแห่ง เป็นก้อนๆ ของกาย ถือว่าเป็นสมมติ เป็นบัญญัติอารมณ์อย่างหนึ่ง เป็นอัตตบัญญัติ เพราะฉะนั้นพอมีสมาธิ มันก็จะเกิดสร้างสมมติไปต่างๆ เห็นตัวเรารูปร่างไปอย่างนั้น มือไปอย่างนั้น รูปร่างเป็นแบบอะไรไปต่างๆ เป็นขบวน เป็นอารมณ์สมมติทั้งหมด แม้แต่หลับตาแล้วเห็นรูปร่างอยู่ในท่าปกตินี้ ก็ยังถือว่าเป็นการรู้ในสมมติอยู่ เป็นการที่จิตมันจำมันปรุงมันประมวลรูปร่างอันฐาน เป็นมโนภาพขึ้นมา

จะนั้นก็ให้รู้ว่ามันเป็นสมมติ มันจะต้องเพิกออกจากใจ ให้สติระลึกให้มันจดสภาวะ เมื่อสติจดสภาวะความรู้สึกต่างๆ ที่กายที่ใจ รูปร่างมันก็จะหายไป ก็ไม่ต้องไปตามทออีก ดูอยู่ที่ความรู้สึก ส่วนที่เห็นเป็นเส้น วิ่งขึ้นวิ่งลงได้ก็ตามกาย อันนั้นก็ป็นสมมติอันหนึ่ง

แต่ความรู้สึกเป็นสภาวะ เช่น มันอาจจะรู้สึกไหวๆ มันก็ไปเอาความไหวๆ แต่ละขณะ มาต่อกันจนเห็นเป็นเส้นวังพอมันเป็นเส้น เป็นสมมติที่วิ่งขึ้นลงวิ่งลง แต่ถ้ากำหนดเพียงแต่รู้สึกไหวตรงไหนก็หมดไปตรงนั้น ไหวตรงไหนก็หมดไปตรงนั้น มันก็จะไม่มาเป็นเส้น ไม่เป็นสมมติ การจะกำหนดให้รู้สึกไหวตรงไหนก็หมดไปตรงนั้น ดิ่งตรงไหนก็หมด จะต้องไม่เพ่งจุดนั้นอย่างเดียว

การจะไม่เพ่งจึงจำเป็นต้องรู้ใจควบคู่กันไป เพื่อที่จะเป็นดุลถ่วง การรู้ใจมันจะเป็นดุลถ่วง เวลารู้กายมันก็จะรู้แค่สภาวะ

อ่านต่อฉบับหน้า

๑๓

## หลักคำสอนของท่านพระอาจารย์มั่น ภูริทตฺโต

หนังสือธรรมะอันทรงคุณค่าเล่มล่าสุดที่ห้องสมุดธรรมะบ้านอารีย์ได้จัดทำเป็นสื่ออิเล็กทรอนิกส์ออนไลน์บนเว็บไซต์ พร้อมหนังสือธรรมะอันทรงคุณค่าที่หาอ่านได้ยากของครูบาอาจารย์อีก ๒๕ เล่ม เพื่อเป็นอีกช่องทางหนึ่งให้กับผู้สนใจศึกษาพระธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนา วิทยาการต่างๆ เพื่อขัดเกลาจิตใจตนเอง และนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข

ท่านสามารถติดตามอ่านได้ที่ <http://www.baanaree.net>

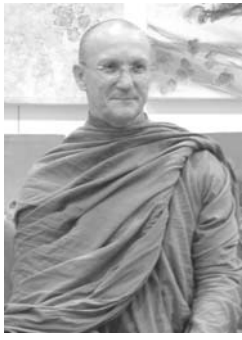
หมวด “หนังสือธรรมะหายาก”

หลักคำสอน

ของ

ท่านพระอาจารย์มั่น ภูริทตฺโต





# ง่ายกว่าที่คิด

พระโพธิญาณวิเทศ  
(พระอาจารย์ปสันโน)

## ลม ใน กาย

(ต่อจากฉบับที่แล้ว)

ให้มีความพอใจ...กับการเป็นผู้กำหนดความรู้สึก มันจะคลี่คลายออกจากความหลงได้มาก และความหลงจะไม่มีอำนาจเหนือเรา เราจะใช้สติและปัญญาของลูกศิษย์พระตถาคต เอาชนะใจที่ยังหลงกิเลส หลงตัณหาอยู่ นี่เราอาศัยจิตรู้ รู้อยู่ว่า บุญนั้นจะทำให้จิตใจเบิกบาน บาปจะทำให้จิตใจเศร้าหมอง จะได้หลีกเลี่ยงสิ่งที่เป็นโทษ ได้เข้าหาสิ่งที่เป็นคุณกับเรา มันเป็นเรื่องธรรมดา เราอยากได้สิ่งดีๆ สิ่งที่ไม่ดีเป็นโทษ เราไม่อยากได้ เราก็ต้องรักษาตัวผู้รู้เอาไว้...

...ไม่ต้องคิดไกลไปถึงโน่นหรือว่า ชีวิตทั้งชีวิตจะเอาอย่างไร เอาเฉพาะลมหายใจเข้ากับลมหายใจออก คิดแค่นี้ ถ้าเราอาศัยความปรุ้งแต่ง คิดไปรอบจักรวาล ก็ไม่จบหรืออก แต่ถ้าจะหาทางจบ เราหาสิ่งที่ใกล้ตัวเรา

สิ่งที่ใกล้ที่สุด คือ ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก คิดแค่นี้... และให้มันเป็นที่ตั้งแห่งการกำหนด เป็นที่ตั้งแห่งความสงบ เป็นที่ตั้งแห่งความมั่นคง กำหนดจิต ทำจิตใจให้มีความเบิกบาน อิมเอิบ อย่าให้จิตใจเศร้าหมอง กลุ้มใจหรือเศร้าใจ บางที... นักปฏิบัติก็กลุ้มใจกับการปฏิบัติ เครียดกับการปฏิบัติ หนักใจกับการฝึกฝนเจ้าของ อย่างนี้ก็ผิดทาง ต้องทำให้เบิกบาน ให้สงบ

การค้นคว้าหลักสัจธรรม ค้นหาความจริง มันไม่น่าเบื่อ แต่การที่จะแสวงหาความสุขจากภายนอก แสวงหาการยอมรับจากบุคคลรอบตัวเรา ที่คิดว่าจะนำความสุขมาให้หรือจะให้มนุษย์อื่นเป็นที่พึ่งของเราให้ได้ นี่ละมันน่าเบื่อเป็นตาหน่าย (ภาษาอีสาน หมายถึง น่าเบื่อหน่าย) แล้วจิตใจก็ยอมเศร้าหมอง

การฝึกจิตกับลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ทำให้จิตใจว่าเริง จิตใจเบิกบาน ได้ธรรมะ เป็นหน้าที่ของผู้ปฏิบัติธรรมจะไปหาความว่าเริงในโลก มันก็ไม่ได้ตลอดกาลตลอดเวลา แล้วกลับจะมีโทษอีก ยิ่งหาความทุกข์ทับถมเจ้าของ แต่การหา

ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก เป็นการหาความมั่นคง ไม่หวั่นไหว ให้เป็นสมาธิจริงๆ

จิตใจที่ยังวอกแวกไปตามอารมณ์ เป็นจิตใจที่ยังไม่ได้ฝึกฝนด้วยดี จิตใจที่ไม่เบิกบานอิมเอิบ เป็นจิตใจที่ยังมีโทษอยู่ต้องฝึกให้จิตอยู่กับกุศล อยู่กับคุณงามความดี ฝึกไปตัดไป แล้วมันก็จะค่อยปลอดภัยไปเอง จะมีการหลุดพ้นอยู่ในตัว เป็นธรรมชาติ เป็นกระบวนการที่เป็นไปเอง เราฝึกความบริสุทธิ์ให้เกิดขึ้น ฝึกคุณธรรมให้เกิดขึ้น ความพ้นทุกข์มันก็เกิดขึ้น เป็นเรื่องธรรมดา ต้องอาศัยการฝึกหัด

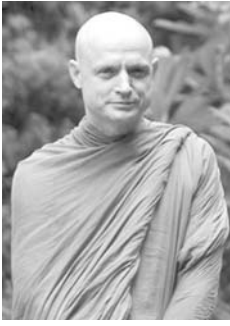
สำหรับการพิจารณาเพื่อให้มีการปล่อยวางก็คือ การพิจารณาในความไม่เที่ยง ลมหายใจเข้าก็รู้ว่าไม่เที่ยง ลมหายใจออกก็รู้ว่าไม่เที่ยง จะเป็นร่างกายของตัวเอง มันก็ไม่เที่ยง หรือจะเป็นอารมณ์เป็นจิตใจก็ไม่เที่ยง ได้รับความยกย่องสรรเสริญในโลก มันก็ไม่เที่ยง ได้รับทรัพย์สมบัติมหาศาลแค่ไหน มันก็ไม่เที่ยง มันต้องมีการเปลี่ยนแปลงอย่างใดอย่างหนึ่ง ไม่แน่ว่าจะเปลี่ยนไปในลักษณะได้หรือเสีย ไม่แน่หรืออก แต่มันจะต้องเปลี่ยนแปลงคือ เราจะยึดเอาไว้เป็นความจริงก็ไม่ได้ เพราะมันย่อมต้องเปลี่ยน

และนี่...เป็นลักษณะของธรรม ธรรมคือ ความเป็นจริงที่เราจะต้องสร้างความรู้ความเข้าใจคือ ทรงไว้ซึ่งพระธรรม พระธรรมจะได้เป็นที่พึ่งของจิตใจ ลมหายใจเข้าก็รู้ว่าไม่เที่ยง ลมหายใจออกก็รู้ว่าไม่เที่ยง เราว่าไม่เที่ยง แค่วิจารณาในเรื่องนี้แหละ โอ้ มันจะไปถึงพระนิพพานแล้วละ มันไม่ไปที่อื่นหรือ

ต้องทวนกระแสของโลกให้ได้ ถ้ามันเห็นชัดเจนจริงๆ อย่างที่ปรากฏในหนังสือพระไตรปิฎกบ่อยๆ พอลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้าเห็นธรรมคือ เข้าถึงกระแส จิตใจก็ไม่หวนกลับแล้ว คือ เป็นโสดาบัน ไม่หลงโลกอีกแล้ว ยังมีงานที่จะต้องทำอยู่ แต่ไม่หลงแล้ว เป็นพระโสดาบันแล้ว - ยังภิกษุณี สมุทฺธัมมมัง สัพพันตัง นิโรธัมมัง - ธรรมทั้งหลายที่มีการเกิดขึ้นเป็นธรรมดา ก็ย่อมมีความดับไปเป็นธรรมดา เรื่องนี้แหละเป็นเรื่องที่น่าอัศจรรย์

ดูแล้วก็เป็นเรื่องธรรมดา เป็นเรื่องที่ไม่น่าตื่นตันทึ่ง แต่ที่ว่าพระพุทธเจ้าและพระอริยสาวกทั้งหลายยอมรับว่า...ตรงนี้เป็นตัวที่ทำให้จิตใจของมนุษย์เปลี่ยน เปลี่ยนจากปุถุชนเป็นอริยบุคคล เปลี่ยนจากคนที่มึกเลสหนา เริ่มเป็นคนที่มึกเลสบางแล้ว ออกจากกระแสของโลก เข้าสู่กระแสของธรรมแล้ว

อ่านต่อฉบับหน้า



# เรื่องท่านเล่า

พระอาจารย์ชยสาโร

## ออกซิเจนธรรม

ในสมัยนี้การปฏิบัติธรรมถือเป็นเรื่องฮิต ชายคนหนึ่งอยากจะเข้าปฏิบัติธรรมตามแพชั่นเพื่อให้ได้ชื่อว่าทันสมัยกับเขาบ้าง เขาไปขอให้อาจารย์ท่านหนึ่งสอนเขา แต่อาจารย์รู้ทันจึงไม่ยอมสอน เขาอ้อนวอนเท่าไรๆ อาจารย์ก็ไม่ยอมสอนท่าเดียว แต่เขาก็ไม่ยอมแพ้ ตื้อๆๆ ในที่สุดอาจารย์พาเขาไปที่ชายหาด ลุยลงไปทะเล แล้วอาจารย์ก็กดหัวเขาลงไปในน้ำ จนเขาเกือบๆ จะตายนั่นแหละ อาจารย์

จึงได้ปล่อย อาจารย์ถามว่า เมื่อก็เขาต้องการอะไรมากที่สุด เขาตอบว่าต้องการออกซิเจน อาจารย์จึงบอกว่า ถ้าเขาต้องการคำสอนมากเท่าต้องการออกซิเจนในขณะที่เมื่อก็ นั่นแหละ อาจารย์จึงจะสอนให้

ท่านอาจารย์จึงให้เราทบทวนดูว่า เรามาปฏิบัติธรรมเพื่ออะไร และพร้อมที่จะเสียสละอะไรบ้าง การปฏิบัติธรรมนั้นไม่ใช่เรื่องที่จะได้อะไรๆ มาง่ายๆ ทุกคนต้องทำด้วยตัวเองด้วยความพอใจ และมีความสมดุลระหว่างฉันทะ ความมุ่งมั่น ตั้งใจ กับความใจเย็น ยอมรับสภาพความเป็นจริงของกายและใจ



“ใช้ธรรมเป็นขวาน ชะกะวอใช้ทั้งปวง”

ร่วมสร้างบุญด้วยการเป็นเจ้าของภาพจัดพิมพ์วารสารบ้านอารีย์ เพื่อส่งต่อแสงเทียนแห่งปัญญาสู่เพื่อนร่วมทุกข์ในสังคมให้กว้างขวาง

“ทุกแรงสนับสนุนของท่านช่วยต่อเทียนแห่งปัญญา”



๒๓

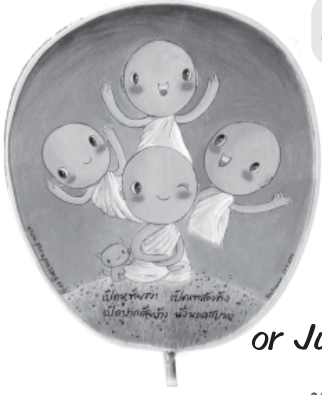


ท่านสามารถเป็นเจ้าของภาพจัดพิมพ์วารสารบ้านอารีย์ด้วยการโอนเงินเข้าบัญชีได้ที่ ชื่อบัญชี “มูลนิธิบ้านอารีย์” เลขที่บัญชี ๙๔๔-๒-๔๙๔๔๔-๙ ธนาคารกสิกรไทย สาขาซอยอนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิ ประเภทบัญชีออมทรัพย์ มูลนิธิบ้านอารีย์ เป็นองค์การหรือสถานสาธารณกุศล ลำดับที่ ๙๖๘ ของประกาศกระทรวงการคลังฯ ท่านสามารถนำเงินที่บริจาคไปหักเพื่อลดหย่อนภาษีประจำปีได้

กรณีโอนเงิน กรุณาแจ้งชื่อ-ที่อยู่ และวันที่โอนเงิน พร้อมแนบสำเนาใบโอนเงินมาทางโทรสาร ๐-๒๒๙๙-๙๘๓๘ หรือแจ้งที่คุณมานัส ทองไชย โทร. ๐๘-๕๙๒๒-๙๕๓๙ หากท่านต้องการใบเสร็จเพื่อนำไปหักลดหย่อนภาษีประจำปี กรุณาแจ้งชื่อ-ที่อยู่ที่ถูกต้อง เพื่อมูลนิธิฯ จะได้จัดส่งใบเสร็จรับเงินถึงท่านโดยเร็ว

อนุโมทนาบุญ และขอบพระคุณอย่างยิ่ง





ฮัลโหล

# รู้สึกตัว หรือ โดงขึ้น

*Hello! Being Mindful  
or Just Getting Accustomed to?*

พระอาจารย์ประสงค์ ปรีปัญโญ  
<http://www.phraprasong.org>

## เปิด-เปิด-เปิด

(บทกลอนโद्य อาจารย์พุทธทาส ภิกขุ)

<b>เปิด-เปิด ตา :</b>	ให้รับแสง	แห่งพระธรรม
จึงมีดคำ	จึงเห็นชัด	ณัดถน
สมาธิมาก	จึงเห็นชัด	ณัดดี
นี้วิธี	เปิดตาใจ	ใช้กันมาๆ
<b>เปิด-เปิด หู :</b>	ให้จันเสียงง	สำเนียงธรรม
ทั้งเข้าคำ	มีก้องไป	ในโลกหล้า
ล้านล้านปี	ฟังให้ชัด	เต็มอรรถา
ดีอเสียงงแห่ง	สุญญตา	ค่าสุดใจๆ
<b>เปิด-เปิด ปาก :</b>	สนทนา	พูดจาธรรม
วันจ้งคำ	อ้ง่าพูด	เรื่องเหลวไหล
พูดแต่เรื่อง	ดับทุกขได้	โดงลัจจันง
ไม่เท่าไร	เราทั้งโลก	พันไตก แลๆ

รู้

ใหม่ใหม่	คิดแล้วรู้
เฟิงรเฝ้าดู	อ้ง่าเป็นนิจ
พอนาน	เซ้งวชาญจิต
ก่อนจะคิด	มันก็รู้



ถ้าจะคิด	จงสั่ง	ให้มันคิด
อ้ง่าปล่องจิต	เหลวไหล	ไปตามฝัน
รู้สึกตัว	ในขณะ	ปัจจุบัน
จิตตั้งมั่น	เงินสงบ	พบทางธรรม

*If you would like to think,  
then order your mind to think.  
Do not let your mind just think  
and dream uncontrollably.  
Be conscious at every present moment.  
With a solid and peaceful mind,  
you will find Dhamma.*

## ทำบุญตักบาตร สดับธรรมพระกรรมฐาน สืบสานวิถีพุทธ

มูลนิธิบ้านอารีย์เชียงใหม่ทุกท่านร่วมทำบุญตักบาตร  
สดับธรรมพระกรรมฐาน สืบสานวิถีพุทธในสังคมเมือง  
กิจกรรมทุกวันเสาร์ที่สี่ของเดือน ณ มูลนิธิบ้านอารีย์



ขอบคุณภาพ: [www.kaentong.com](http://www.kaentong.com) [www.kaentong.com](http://www.kaentong.com)

**วันเสาร์ที่ ๒๘ พฤษภาคม ๒๕๕๙ เวลา ๐๗.๐๐-๑๐.๐๐ น.**

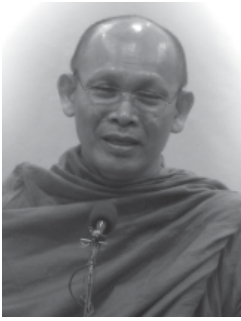
เมตตารับบาตร โดย พระครูอุดมธรรมสุนทร (หลวงปู่แปลง สุนทรโร) วัดป่าอุดมสมพร จ. สกลนคร  
พระครูภาวนาปัญญาโสภณ (หลวงปู่คำฝิว สุภโณ) วัดป่าศรีวิไล จ. อุดรธานี  
พระครูปัญญาวารจารย์ (หลวงพ่อบุญทัน ฉฐิตสีโล) วัดป่าเขาเจริญธรรม จ. เพชรบูรณ์  
พระครูบรรพตสมานคุณ (พระอาจารย์ประพันธ์ อนาวีโล) วัดป่าภูทอยหลง จ. นครราชสีมา

กำหนดกิจกรรม เวลา ๐๖.๓๐ น. จัดเตรียมอาหารที่จะถวาย (ต้องปรุงให้สุกก่อน)  
เวลา ๐๗.๐๐ น. สวดมนต์ทำวัตรเช้า/ทำสมาธิภาวนา  
เวลา ๐๗.๓๐ น. ตักบาตรพระ/รับศีล/ถวายสังฆทาน/รับพร/อุทิศส่วนกุศล  
เวลา ๐๘.๐๐ น. ร่วมกันประเคนอาหาร/ร่วมรับประทานอาหาร  
เวลา ๐๙.๓๐ น. รับโอวาทธรรม/นมัสการส่งพระอาจารย์กลับ



ติดต่อสอบถามที่ โทร. ๐-๒๖๑๙-๗๔๗๔, ๐-๒๒๗๙-๗๘๓๗





# แทนคุณ ศาสนา

พระราชญาณกวี (ปิยโสภณ)

## แทนคุณศาสนา

(ต่อจากฉบับที่แล้ว)

ฉะนั้น จึงควรหันกลับมาคิดถึงศาสนาประจำใจ นอกเหนือจากศาสนาประจำชาติ. ปลุกสำนึกตรงนี้กันขึ้นมาให้ได้เพื่อฟื้นฟูสังคมให้กลับคืนสู่ความเป็นปกติ เอาจริงกับวิถีชีวิตสักครั้งหนึ่ง เพื่อเราจะได้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขสงบ.

อย่านับถือศาสนาเพียงสำเนาทะเบียนบ้าน เป็นเมืองพุทธเพียงรูปแบบ การแสวงหาสันติภาพด้วยการทะเลาะแต่อาชญากรเต็มเมือง ยาเสพติดระบาดทุกหนแห่ง. รัฐปล่อยให้มีบริษัทยาสูบ มอมเมาในจอโทรทัศน์ทุกช่อง ทุกชั่วโมง ปล่อยให้หน้าหนังสือพิมพ์เต็มไปด้วยการฉ้อฉล ทูจจริต จกชิงชนิดที่ไม่มีใครกลัวผิด ไม่มีใครเกรงใจแผ่นดิน ที่แอบนอนร้องไห้สะอื้นอยู่เดี๋ยวตาย คิดบ้างหรือไม่ว่าน้ำตาแผ่นดินคือน้ำตาแม่ของเรา... แม่คือแผ่นดินมาตุภูมิ.

จึงกล่าวสั้นๆ ได้ว่า ศาสนาจริงๆ อยู่ที่ใจของเรา. ตัวศาสนาแท้อยู่ที่ใจรู้สึกละเอียดซึ้งกล้นบาป ทูจจริตคอร์ปชั่น. คำพูดที่สอนใจได้นั่นเอง คือตัวศาสนา.

สิ่งใดก็ตามที่สอนให้แก้ทุกข์ด้วยปัญญาคือตัวศาสนา แต่สิ่งใดก็ตามหากสอนคนให้แก้ทุกข์ด้วยการพึ่งอำนาจภายนอกพึ่งอำนาจดลบันดาล อำนาจการบวงสรวง เช่นไหว้ นั่นไม่ใช่ศาสนา เป็นแต่เพียงลัทธิที่จะเพิ่มทุกข์ถาวรแก่เราเท่านั้น สุดท้ายก็จะนำพาเราไปพบทางตัน เพราะทุกข์แท้ต้องแก้ด้วยปัญญา ด้วยการกล้าเผชิญทุกข์นั้น เช่นความตายเป็นทุกข์

ต้องกล้าเผชิญความจริง พิจารณาความจริง จึงจะหาทางหลุดพ้นถาวรได้ หรือโรคภัยไข้เจ็บทำให้เราเป็นทุกข์ เราต้องกล้าเผชิญ กล้าให้หมอพูดความจริง เราก็จะมีกำลังใจขึ้นมา.

ศาสนาเป็นยาใจ. ทุกข์เกิดที่ใจแห่งเดียว ศาสนาทุกศาสนาเกิดขึ้นเพื่อแก้ปัญหาทุกข์ทางใจ ส่วนทุกข์ทางกายนั้น วิทยาการทางการแพทย์ปัจจุบันก้าวหน้าไปมากแล้ว แต่ก็แก้ปัญหาวางใจยังไม่ได้ จำต้องพึ่ง ศาสนาโอสถ. ศาสนาจึงเป็น

## ยารักษาใจที่แท้จริง.

ขอให้เราสังเกตเอาไว้อีกข้อหนึ่งว่า แม้แต่คำสอนของผู้ที่เราเคารพนับถือ ก็เป็นตัวศาสนาคือคำสอนใจได้ ไม่ว่าจะ เป็นพระหรือเป็นนักปราชญ์ เช่น เมื่อเรารู้สึกเคารพรักยำเกรงในผู้ใด ประทับใจในคำสอนใคร คำสอนท่านผู้นั้นย่อมเป็นจุดประทับใจโดยเฉพาะในเวลาที่เราเผชิญทุกข์หนัก และคำสอนนั้นปลดทุกข์จากใจได้ เหมือนสถานที่ปลดทุกข์ทางกายก็ไม่จำเป็นว่าจะต้องเป็นห้องน้ำในคฤหาสน์เพียงอย่างเดียว จึงจะปลดทุกข์ได้.

ฉะนั้น คำพูดใครก็ตามที่เจาะใจเราได้และมีเหตุผลไม่มมงาย คำพูดนั้นก็คือนับถือศาสนา คือคำสอนใจของเรา ข้อนี้ ย่อมยืนยันได้ว่า ถ้าเราเคารพยำเกรงใคร เราจะระมัดระวังมากกับคำพูดของคนนั้น คิดทำอะไรก็ระวังรู้สึกเกรงใจ กลัวว่าจะกระทบจิตใจของท่านผู้นั้น จึงต้องระมัดระวัง ทำด้วยสติปัญญา อันแยบคาย ไม่ทำด้วยความมูทะลุเอาแต่ใจตัว ทุกอย่าง กึ่งดงาม เหมือนลูกหลานที่เกรงใจพ่อแม่ ก็จะระวังคำพูด และการกระทำ.

ความรู้สึกยำเกรงหรือละเอียดใจนี้แหละคือตัวศาสนา เพราะหมายถึงมโนธรรมสำนึก ซึ่งมีค่ากว่าตัวบทกฎหมายทุกชนิดในโลกมี เพราะความละเอียดซึ้งกล้นบาป จะเป็นตัวปลุกจิตสำนึกดีขึ้นมาในใจอีกชั้นหนึ่ง. แปลว่า การผูกมิตรไม่สร้างศัตรูกับใคร มีค่ากว่าการสวมเสื้อเกราะป้องกันกระสุน.

ปราศจากความละเอียดซึ้ง กล้นบาป ต่อให้ตรากฎหมายดี มีค่าเพียงใด ก็เป็นได้แต่เพียงอักษรบนแผ่นกระดาษเท่านั้นเอง.

กฎหมายต้องการคนอื่นเป็นพยานหลักฐาน กฎหมายต้องการคนไต่สวน หาพยานมายืนยัน แม้ทำผิดเห็นๆ กันอยู่ หากแต่ขาดพยานก็อาจเป็นถูกได้ แต่ศาสนาไม่ใช่ ถูกก็อยู่ที่ใจผิดก็ฝังแน่นที่ใจเราคนเดียว.

ขอให้ถามใจเราเองเถิดว่า ถ้าเกิดมีทางสองแพร่งให้เลือกระหว่างทางถูกแต่ไม่มีผลประโยชน์อะไรตอบแทน กับผิดแต่มีผลประโยชน์มาให้มาก และเรามีทางจะเลือกได้ เราจะเลือกเดินทางสายไหน.

ต่อสู้กันให้ชนะในใจของเราให้ได้ก่อน ให้มีศาสนาเกิดขึ้นในใจขณะนั้นก่อน แล้วเราจะสบายใจ เมื่อเราชนะเราก็มีศาสนา เมื่อเราแพ้ เราก็ไร้ศาสนา. เมื่อชนะครั้งแรกต่อไปเราจะชนะตลอด. แต่ถ้าเราแพ้แต่ยังไม่ได้สู้ เราจะแพ้ไปตลอดชีวิต.

# ทำบุญตักบาตร สดับธรรมพระกรรมฐาน สืบสานวิถีพุทธ



มูลนิธิบ้านอารีย์ จัดกิจกรรมทำบุญตักบาตร สดับธรรมพระกรรมฐาน เมตตารับบาตรโดย พระครูภาวนาอุดมคุณ (หลวงพ่อโสภาก อุตตโม), พระครูสุธรรมประโชติ (หลวงพ่อคำทอง จิตบุญโญ), พระอาจารย์ทอง กิตติปัญญา และพระสงฆ์รวม ๕ รูป เมื่อวันที่ ๒๖ มีนาคม ๒๕๕๙ ณ ลานหญ้าหน้ามูลนิธิบ้านอารีย์ ซ. อารีย์ ๑ (กิจกรรมประจำทุกวันเสาร์ที่ ๔ ของเดือน ครั้งต่อไป วันเสาร์ที่ ๒๓ เมษายน ๒๕๕๙)



## สมาคมบ้านปันรัก

ได้เข้าร่วมโครงการคัดเลือกบุคคล หน่วยงานภาครัฐและองค์กรภาคเอกชนดีเด่นสำหรับผู้สูงอายุ ประจำปี ๒๕๕๕ จากคณะกรรมการกิจการ การพัฒนาสังคม และกิจการเด็ก เยาวชน สตรี ผู้สูงอายุ คนพิการ และผู้ด้อยโอกาส วุฒิสภา และได้รับรองเป็นองค์กรสาธารณประโยชน์ ปี ๒๕๕๘

### ตารางกิจกรรมประจำสมาคมบ้านปันรัก เดือนพฤษภาคม ๒๕๕๙

วันอังคาร	วันพุธ	วันพฤหัสบดี	วันศุกร์
<b>๓</b> ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนผู้สูงอายุใช้เทคโนโลยี - การสำรองข้อมูล การกู้ข้อมูล / คลินิกไอที โดย อ. พลกฤษ ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับกลาง - พุด อ่าน เขียน การสนทนาจาก You Tube โดย อ. สรรค์	<b>๔</b> ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนการใช้ไอแพด - การตั้งค่าต่างๆ บนที่ภาพ-วิดีโอ / คลินิกไอที โดย อ. ทวีโชค ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐ น. ไทเก๊กเพื่อสุขภาพ - ฝึกกำหนดลมหายใจ สดักกับการเคลื่อนไหว โดย อ. มี	<b>๕</b> หยุดวันฉัตรมงคล	<b>๖</b> ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับต้น - พุด อ่าน เขียน สนทนา ด้วยตำราเรียน โดย อ. ประดิษฐ์ เวลา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. คุยกับหมอ - สุขภาพดีด้วยการแพทย์แผนไทย โดย อ. คมสัน ทินกร ณ อยุธยา (หมอหนึ่ง)
<b>๑๐</b> ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนผู้สูงอายุใช้เทคโนโลยี - การใช้ google map แอปต่างๆ / คลินิกไอที โดย อ. พลกฤษ ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับกลาง - พุด อ่าน เขียน การสนทนาจาก You Tube โดย อ. สรรค์	<b>๑๑</b> ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนการใช้ไอแพด - เรียนรู้แอปพลิเคชัน บนที่คอมพิวเตอร์ / คลินิกไอที โดย อ. ทวีโชค ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐ น. ไทเก๊กเพื่อสุขภาพ - ฝึกกำหนดลมหายใจ สดักกับการเคลื่อนไหว โดย อ. มี	<b>๑๒</b> ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนภาษาอังกฤษ - เรียนรู้ศัพท์อังกฤษด้วยเสียงเพลง โดย อ. เปา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. เรียนภาษาจีน-เพลงจีน - พุด อ่าน เขียน เรียนรู้ศัพท์จีนด้วยเสียงเพลง โดย อ. เจมส์ ชุง	<b>๑๓</b> ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับต้น - พุด อ่าน เขียน สนทนา ด้วยตำราเรียน โดย อ. ประดิษฐ์ เวลา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. กฎหมายพินัยกรรม - พินัยกรรม...ทำง่าย สมบายใจ โดย ทนายวิรัช หวังปิติพานิชย์
<b>๑๗</b> ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนผู้สูงอายุใช้เทคโนโลยี - ความรู้พื้นฐานของสมาร์ตโฟน / คลินิกไอที โดย อ. พลกฤษ ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับกลาง - พุด อ่าน เขียน การสนทนาจาก You Tube โดย อ. สรรค์	<b>๑๘</b> ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนการใช้ไอแพด - การใช้อีเมล การแต่งภาพ / คลินิกไอที โดย อ. ทวีโชค ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐ น. ไทเก๊กเพื่อสุขภาพ - ฝึกกำหนดลมหายใจ สดักกับการเคลื่อนไหว โดย อ. มี	<b>๑๙</b> ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนภาษาอังกฤษ - เรียนรู้ศัพท์อังกฤษด้วยเสียงเพลง โดย อ. เปา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. เรียนภาษาจีน-เพลงจีน - พุด อ่าน เขียน เรียนรู้ศัพท์จีนด้วยเสียงเพลง โดย อ. เจมส์ ชุง	<b>๒๐</b> หยุดวันวิสาขบูชา
<b>๒๔</b> ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนผู้สูงอายุใช้เทคโนโลยี - แอปพลิเคชันยอดนิยมเบื้องต้น / คลินิกไอที โดย อ. พลกฤษ ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับกลาง - พุด อ่าน เขียน การสนทนาจาก You Tube โดย อ. สรรค์	<b>๒๕</b> ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนการใช้ไอแพด - การใช้คอนแทค การแต่งภาพ / คลินิกไอที โดย อ. ทวีโชค ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐ น. ไทเก๊กเพื่อสุขภาพ - ฝึกกำหนดลมหายใจ สดักกับการเคลื่อนไหว โดย อ. มี	<b>๒๖</b> ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนภาษาอังกฤษ - เรียนรู้ศัพท์อังกฤษด้วยเสียงเพลง โดย อ. เปา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. เรียนภาษาจีน-เพลงจีน - พุด อ่าน เขียน เรียนรู้ศัพท์จีนด้วยเสียงเพลง โดย อ. เจมส์ ชุง	<b>๒๗</b> ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับต้น - พุด อ่าน เขียน สนทนา ด้วยตำราเรียน โดย อ. ประดิษฐ์ เวลา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. สอนการใช้สมาร์ตโฟน - การตั้งค่าใช้งาน แอปพลิเคชัน เทคนิคต่างๆ โดย วิทยากรจาก AIS
<b>๓๑</b> ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น. สอนผู้สูงอายุใช้เทคโนโลยี - การสำรองข้อมูล การกู้ข้อมูล / คลินิกไอที โดย อ. พลกฤษ ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น. สอนภาษาจีนระดับกลาง - พุด อ่าน เขียน การสนทนาจาก You Tube โดย อ. สรรค์			



# เสนบกบัณฑิต

## ผู้มีปัญญาเป็นเลิศ



จากหนังสือ นิทานโชคดี เล่ม ๑  
“ขี้งาตบ”

โดย สายฝน ศิลปพรหม



เมื่อพราหมณ์กลับมา ไม่ทันดูข้างในถุง  
ผูกปากถุงแล้วสะพายบาออกเดินทางทันที  
ได้ยินเสียงรูกบเทวดาเตือนว่า

พราหมณ์เอ๋ย! จักรนี้ถ้าท่านหัก  
ระฆังวางทาง ตัวท่านจะตาย  
แต่ถ้าท่านไม่ถือขานะวันนี้  
เมียท่านก็จะตาย



ทำไม! เราต้องตายจากกันในวันนี้  
นะที่รัก ทำไมถึงต้องเจ็บเรา  
ฮือ..ฮือ..

พราหมณ์ได้ยินแล้วตกใจกลัว  
เพราะไม่รู้สาเหตุ เดินร้องไห้คร่ำครวญมาถึง  
เมืองพาราณสี บังเอิญเป็นวันอุโบสถ ๑๕ ค่ำ  
ผู้คนทั้งหลายกำลังไปฟังเสนบกบัณฑิต  
(พระโฑธิสัตว์) พหูสูต ผู้มีปัญญามาก  
แสดงธรรม พราหมณ์คิดว่า  
ท่านคงช่วยคลายทุกข์โศกของตนได้  
จึงเดินตามคนเหล่านั้น  
ไปยืนร้องไห้อยู่ตอนท้าย



เสนบกบัณฑิตสอบถามทราบเรื่องแล้ว  
พิจารณาไตร่ตรองดู รู้สาเหตุทั้งหมดได้ด้วยปัญญาญาณ  
เหมือนมีตาทิพย์ว่า พราหมณ์ไม่ได้ผูกปากถุงข้าวสัตต  
ขณะไปตีมน้ำ งูพิษคงเข้าไปอยู่ในถุง ซึ่งจะเป็นสาเหตุ  
แห่งความตายของพราหมณ์หรือภรรยาในวันนี้  
ตามคำเตือนของรูกบเทวดา เสนบกบัณฑิตจึงแนะนำ  
ให้แก้ปากถุงแล้วถอยไปห่างๆ เอาไม้เคาะถุง  
ปรากฏว่างูเห่าเลื้อยออกมาแผ่พังพานขู่เสียงดัง  
แล้วเลื้อยหนีไป

มหาชนพากันโยโย่แซ่ซ้องสรรเสริญเสนบกบัณฑิตว่า  
พยากรณ์ได้แม่นยำเหมือนพระสัมพันธัญญะพุทธเจ้า  
เสียงสาธุการดังสนั่นเหมือนแผ่นดินถล่ม  
ปรากฏฝนแก้ว ๗ ประการ ตกลงมาเพื่อร่วมบูชา  
พระโฑธิสัตว์



สำหรับท่านที่สนใจ  
หนังสือนิทานโชคดี  
ติดต่อ สำนักพิมพ์ธรรมดา  
๐-๒๘๘๘-๗๐๒๖-๗  
หรือตามร้านหนังสือ  
ทั่วไป

หมอง  
มาแล้ว  
มาให้จับ  
ชะดีดี...

หน้อยบ่นะ! ไอ้ตัวบ๊วย  
กินข้าวตำแล้ว  
ยังจะบ่นคุณนะ

เจ็ด  
ก่อนละ

นั่นไง!  
ตัวการใหญ่

ข้าและเมียรอดตาย  
เพราะท่านแก้หัว  
โศรรับเงิน๑๐๐ตำนี้เถิด  
เมียข้าคงไม่ว่าขรอก

๑๐๐ตำ ท่านแก้หัวโศรเถิด  
ตำให้เงินอีก ๓๐๐  
ท่านจะได้อะไรครบ ๑,๐๐๐  
แล้วทำไมท่านต้อง  
ออกมาหาเงิน?

เมียท่านยังสาวรี?  
เงินท่านจะซ่อนเงิน  
นอกบ้านก่อนถึงบ้านนะ

เมียสาวยังให้ตำตำ







ภาพฝาผนัง  
**โรงพยาบาล  
 ทางวิญญาน**

สวนโมกขพลาราม อ.ไชยา จ.สุราษฎร์ธานี



ปิด-ปิด-ปิด

ปิด ปิด ตา : อย่างล่อล้าย ให้นึกโทษในตา  
 ฆาตกรรมฆาตกร แก่ลั้งกำมือด ยอดกุศล  
 มัวล่อลั ลอดเขี้ยว ละเป็นคณ -  
 เตาโพธิ์คณ ตาหโร ละเขมัวพล ;

ปิด ปิด หู : อย่างนี้แล้ว ไร้พ้องเงื่อ  
 ท้าเหือเคเรือ กอหโร ให้นึกนมนนมน  
 ฆเรือเร้าใจ ไร้พ้องซำห นาคค้ำพอง  
 ฝัดกำมือด คณนลัด, อหคโพ ;

ปิด ปิด ปาก : อย่างพูดมาก เกินคำเหือ  
 ละเหือคณ, ฆากเขือน เทคสิ้งโล  
 ต้าเกิดเรือบ เหือเหือ สีมอโพ  
 ต้าหุข ฆาก ฆากโล ได้แก่ง ทอง ๔