

กรกฎาคม 2566

1-2 ก.ค. รพ.ดงหลวง

อาคาร 87 ปี หลวงปู่อ๋มฯ ขณะนี้กำลังก่อสร้างคานชั้นหนึ่ง ปรับดินถมเข้ากลบคานคอดินเรียบร้อย มีที่ต้องรอปรึกษาทางรพ.เรื่องทางขึ้นอาคารให้สวยงามขึ้นอีกหน่อย ทางเชื่อมอาคารกับทางเดินระหว่างตึกก็ต่อเชื่อมเรียบร้อยรอ เทปูนพร้อมคานชั้นหนึ่ง สวนคานที่ยาวพิเศษบางจุดก็ต้องเพิ่มเสริมเหล็กให้แข็งแรงอีกเล็กน้อยครับ ถึงบ่อบัดน้ำเสีย ที่จะต้องกลบฝังในงวดนี้ก็เลื่อนไปก่อนเพราะอาจเสียหายตอนเอารถใหญ่เข้ามาใช้งานที่อาคารครับ เรื่องย้ายเสาไฟฟ้าหน้าอาคารและเตรียมนำไฟเข้าอาคารก็แจ้งไปที่กฟภ.แล้วแต่เจ้าหน้าที่ให้ทางรพ.ดำเนินการเองครับ ได้เรียนปรึกษาพี่สุเมธ แล้ว พี่เมธจะขึ้นไปดูให้ที่หน้างานอีกทีเดือนกย.ครับ การวางแผนก่อสร้างในงวดถัดไปได้กราบเรียนปรึกษาท่านอาจารย์เมฆเตรียมการไว้แล้วครับ



2 ก.ค.66 เยี่ยมชมรพ.หนองสูง

ครูจารย์สมคิดวัดภูจ้อก้อ ประสานมาว่าให้ไปพิจารณาขอความช่วยเหลือให้กับรพ.หนองสูงด้วย จึงออกจากดงหลวงมาเยี่ยมชมรพ.หนองสูงกันครับ ที่รพ.หนองสูงครูจารย์มาให้ความช่วยเหลืออยู่หลายแห่ง เช่นตึก 79 ปีหลวงปู่อ๋มฯ ตึกสงฆ์อาพาธ หลวงปู่หล้า และตึกพิเศษหลวงพ่อแสน ทางรพ.มีปัญหาที่อยากให้อาจารย์ช่วยคืออาคารพอกไต และพื้นที่รับผู้ป่วยที่ยังไม่เพียงพอ ส่วนที่พบจากการสำรวจครั้งนี้เห็นว่า เส้นทางเดินภายในรพ.ยังไม่ค่อยเหมาะสม จึงกลับมาร่างเส้นทางเดินภายในรพ.ระหว่างอาคารให้ใหม่ และจะนำไปเสนอให้ทางรพ.ครั้งหน้าครับ สรุป ทางมูลนิธิฯจะได้รับรพ.หนองสูงไว้พิจารณาให้การสนับสนุนต่อไปครับ



4 ก.ค.66 วัดป่าศรีธาตาวาย วัดถ้ำเต่า

ประชุมสรุปการนำไฟฟ้าเข้าวัดถ้ำเต่า มีผอ กฟภ หนองวัวซอ ท่านอดีต ผช.กฟภ คุณประจักษ์ อุดหนุน ป่าไม้ และอบต. ร่วมกันเตรียมการ อบต.หนองวัวซอเป็นตัวแทนวัดถ้ำเต่าขอใช้ที่ป่าไม้และสปก.เพื่อให้กฟภ.เดินสายแรงสูงมา ตั้งหม้อแปลงข้างกำแพงวัด ส่วนการเดินสายแรงต่ำในวัด ท่านอาจารย์แป๊ะรับผิดชอบดำเนินการให้ครูอาจารย์บุญมีศรีรับ ประชุมครั้งนี้สามารถลดค่าใช้จ่ายลงไปได้อีกประมาณสองแสนห้า สรุปลงค่าใช้จ่ายภายนอกประมาณแปดแสนห้า ภายใน ประมาณสี่แสนบาทครึ่ง จากที่ประมาณการไว้ครั้งก่อนประมาณสองล้านสาม เพราะมีการเปลี่ยนแปลงหลายเรื่องด้วยกัน ครับ แต่ทุกอย่างน่าจะเป็นผลดีก่อเกิดประโยชน์สูงสุดแก่ทางวัดแล้วครับ ประชุมเสร็จก็กราบทำวัตรพ่อแม่ครูอาจารย์ บุญมีร่วมกันพร้อมถวายผ้าอาบน้ำฝนและเครื่องอุปโภคบริโภคสำหรับพระสงฆ์ในฤดูกาลเข้าพรรษาที่จะถึงนี้ครับ



5 ก.ค.66 วัดป่าศรีธาตาวาย วัดถ้ำเต่า

กราบลาท่านอาจารย์บุญมี เข้าใส่บาตรคณะสงฆ์ถวายจันทน์ และรับฟังธรรมโอวาทจากท่านก่อนกราบลา กลับ กทม. ขณะกราบลาท่านมีอีกสองคนร่วมด้วย คนหนึ่งคุณแม่ อายุ87พาลูกหกคนมาทำบุญวันเกิด อีกคนคุณลูกพา คุณแม่มาทำบุญวันตายคุณพ่อ ครูอาจารย์บุญมีท่านให้ข้อคิดว่า การเกิดแก่เจ็บตายเป็นเรื่องธรรมดา ให้หมั่นคิดพิจารณา ไว้เสมอๆ การเกิดเป็นเหตุแห่งการตาย เกิดแล้วต้องตายเป็นธรรมดา ทุกข์ที่สรรพชีวิตต้องเผชิญนี้ พระพุทธเจ้าได้ชี้ ทางออกโดยสอนอริยสัจจะทั้งสี่ให้ มีมรรคเป็นทางดำเนินได้แก่ ทานศีล สมาธิ และปัญญา พวกเราชาวพุทธจึงควร ประพฤติปฏิบัติตาม ทานอันเลิศแม้ร้อยครั้งก็สู้ศีลบริสุทธิ์ครั้งเดียวมิได้ ศีลร้อยวันก็สู้จิตเป็นสมาธิ -ใจสงบครั้งเดียวมิได้ ใจสงบเป็นร้อยครั้งก็สู้จิตพิจารณาเห็นไตรลักษณ์/อริยสัจไม่ได้ แม้ภาวนาจะเป็นอันใหญ่ที่สุด แต่พวกเราที่ยังเวียนว่าย ตายเกิด ต้องหมั่นทำความดี ทำทานศีลภาวนามิได้ขาด จะได้ส่งไปภพภูมิที่ดี เป็นที่พึงระหว่างทางที่ดี อย่าหลงทำความ ชั่ว จะตกสู่อบาย นรก ภพภูมิที่ทุกข์ทรมาน

การปฏิบัติภาวนา ประจำวัน ต้องมีสติรู้ตัว ไม่หลงไปในอารมณ์ จะได้ไม่ก่อภพก่อชาติ ที่ว่า สักแต่ว่า..รู้ ..เห็น... ได้ยิน ฯ ทำได้จริง ให้ศึกษาปฏิบัติภาวนาตามหลักสติปัฏฐานสี่ กันนะทุกคน



กราบทำวัตรหลวงปู่ทวย ก่อนกลับ กทม. กราบทำวัตรและถวายผ้าอาบน้ำฝน หลวงปู่ทวยฯ วัดเขาใหญ่ ญาณสัมปันโน มีท่านอาจารย์อมรรุณารับของไทยธรรมแทนท่าน ระลึกถึงวันเวลาที่ได้ร่วมสร้างวัดนี้กับหลวงปู่



8 ก.ค.66 กราบมูทิตาสักการะท่านเจ้าคุณเทพฯ

ท่านเจ้าคุณเทพปัญญาภิบาล จะมีอายุครบ 88ปีในวันเสาร์หน้า แต่ท่านต้องไปทำบุญฉลองพระประธาน ณ วัดไผ่ดำ เราเองก็มีคณะภานาสาธุกรที่ต้งดูแล จึงไปกราบท่านก่อนวันตรง ท่านเพิ่งออกจากกรพ.สงฆ์มาไม่นานเพราะอาพาธ เราเพิ่งมีโอกาสมาไต่ถามทุกข์สุขครับ ท่านเจ้าคุณประคจบิดาคณหนึ่งของเรา นอกจากบิดาที่ให้กำเนิดคือหลวงพ่อบัญญาแล้ว ก็มีหลวงพ่ोजรวิวัฒน์อัมพวันและท่านเจ้าคุณเทพที่เมตตาดูแลสั่งสอนอบรมเรามาตลอดตั้งแต่เล็กจนโต วันนี้ท่านอ่อนแรงลงไปมากเมื่อเทียบกับปีก่อนครับ ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัยและคุณความดีบุญกุศลที่ท่านเจ้าคุณบำเพ็ญมาทั้งชีวิตโปรดจงคุ้มครองดูแลรักษาท่านตลอดไปครับ ด้วยความรักเคารพเสมอ มีเวลาจากท่านเจ้าคุณก็เลยแวะไปกราบพระแก้วและหลวงปู่โตด้วยเลยครับ



9 กค.66 รับมอบตู้เอกสารและของใช้สำนักงาน

คุณหญิง Ying Kittayaporn Mongkolpradit กรุณามอบตู้เอกสารและของใช้สำนักงานจากบริษัทของเธอไปใช้ที่วัดธรรมสถานและรร.,รพ.ที่มูลนิธิจะได้นำไปส่งมอบต่อไปครับ ส่วนเรื่องรถขนของได้รับความเมตตาจากคุณน้องกรุณาส่งเจ้าหน้าที่มาช่วยขนส่งให้ครับ ขอบพระคุณมากๆ นะครับ



9 ก.ค.66 ทำพานดอกไม้รูปเทียนถวายพ่อแม่ครูอาจารย์ฯ

ในการกราบถวายผ้าอาบน้ำฝนและเทียนพรรษา เราจะมีกราบทำวัตรพ่อแม่ครูบาอาจารย์ด้วย โดยเราจะตั้งใจทำดอกไม้รูปเทียนด้วยมือของเราเองด้วยใจครับ นัดกันไปนัดกันมาจัดเวลาไม่ลงตัวครับ มีภาระกิจอื่นมาแทรกอยู่เรื่อยจนได้เข้าวันอาทิตย์นี้ครับ กราบขอบพระคุณเพื่อนๆ พี่น้องทุกท่านที่มาร่วมจัดทำนะครับ ไกล่เสร็จแล้วครับ เหลืออีกสัก 30-40 %ก็คงเสร็จเรื่องไทยธรรมของถวายพร้อมผ้าอาบน้ำฝนปีนี้ครับ ต้องขอบคุณที่ปีนี้ มีพี่ตามพ์+น้องอู๊ดมาช่วยขนไทยธรรมทริภาคอีสานให้และคุณสมศักดิ์ช่วยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (งานหนักจริงๆครับ แต่ละชุด 30-40 กก.ได้ครับ) กราบอนุโมทนาบุญครับ



10 ก.ค.66 อาคาร 87 ปี สร้างอาคารให้รพ.ในชนบท (15th."87ปี หลวงปู่อัม สุขกาโม")

งานก่อสร้างอาคาร87ปีล.อัมฯ เข้าเดือนที่สามแล้วครับ คานชั้นหนึ่งและชั้นสองพร้อมแล้ว วันนี้เทพื้นชั้นหนึ่ง
แผนกตรวจรักษาโรคพิเศษครับ



**14 ก.ค. 66 อาคารเรียน รร.บ้านกุยแห่ย์ งานก่อสร้างดำเนินไปถึงการติดตั้งประตูหน้าต่างแล้วครับ กำลังก่อผนังแล้ว
เริ่มงานฉาบแล้วครับ**



15 ก.ค. 66 ธรรมะจากพระโอษฐ์-กายานุปัสสนา

ครั้งนี้ก็ยังเรียนเรื่องมหาสติปัฏฐานสูตรต่อครับ เรื่องมหาสติปัฏฐานสูตร หมวด กาย เรื่องการพิจารณากาย กายานุปัสสนา

1. อานาปานะสติ แบ่งเป็น สมถะและวิปัสสนา
2. กำหนดอริยาบทใหญ่ - ยืน-เดิน-นั่ง-นอน ให้รู้ชัดและกำหนดในใจว่าอยู่ในอริยาบทนั้นๆ
3. กำหนดอริยาบทย่อย - สัมผัสขณิกะ-ก้าว/ถอย,มอง/เหลือว, เขยียด/คู้,ตี้ม/เคี้ยว,ชิม/รสฯ ให้รู้ตัวมีสติตามทัน
ในการรู้ตัวอยู่

4. พิจารณาปฏิกุศลัญญา -อาการ 32 ธาตุดิน-จากพ่อ ธาตุน้ำ-จากแม่

มีสติพิจารณากายในกาย พิจารณากายนอกเทียบกับภายใน พิจารณากายในบ้างกายนอกบ้าง จุดประสงค์ในการภาวนานี้เพื่อให้เกิด ญาณ-ความรู้ในความจริง เพื่อระลึกถึงธาตุชั้นนี้ ปฏิกุศล ไม่สวยงาม ไม่ใช่ตัวตนของเรา เมื่อรู้แล้วเข้าใจจริงแล้วยอมตัดตัณหาและทิฐิลงได้ จึงไม่ยึดติดในโลกอีกต่อไป

5. พิจารณา ธาตุ- (4ดินน้ำลมไฟ 6-เพิ่มอากาศ,วิญญูณ) พระพุทธองค์ทรงให้พิจารณาเหมือนโคเนื้อที่ถูกฆ่าแห
ระแบ่งเป็นกองๆขายอยู่ในตลาด พิจารณาว่ากายนี้เป็นเพียงธาตุ ไม่สวยงาม ไม่สะอาด

6 นวสัทธิกา-พิจารณาศพ 9 ประเภท ตั้งแต่ตายใหม่ๆ จนเหลือแต่กระดูก พิจารณาการเปลี่ยนแปลงของกายที่เรารักถนอมหวงอยู่ว่าเป็นตัวตนของเราว่าไม่มีอะไรน่าถนอมเลย

บทพิจารณากาย เน้นเอาสติ เข้าไปรู้อยู่ในกาย เพื่อให้เห็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับกาย เช่น การเกิดดับ-ไตรลักษณ์ ของกาย เช่น ลมเข้า/ลมออก, อริยาบทที่ทนอยู่ไม่ได้ต้องเปลี่ยนแปลงไป ซึ่งอาจพิจารณาจากรูปร่างนอกเทียบกับรูปร่างใน สลับกันไปเพื่อให้เห็นการเกิดดับการเปลี่ยนแปลงของรูปที่มีอยู่ตลอดเวลา แต่เรามักไม่ได้ใส่ใจ จึงหลงยึดอยู่ในรูปร่างนั้นว่าคงทน ตั้งอยู่ เป็นเราเป็นของเราเป็นต้น การพิจารณาธาตุ เห็นรูปคือองค์ประกอบของธาตุ ที่แปรเปลี่ยนไปมา เมื่อดินพร่องจึงต้องเติมอาหารลงไป น้ำพร่องก็เช่นกัน ไฟคือพลังงานก็เช่นกัน อากาศ32 และซากศพก็พิจารณาได้ง่ายขึ้นเพราะหยาบและใหญ่ มองกายนี้เป็นชิ้นๆประกอบกันขึ้นมา จากโครงกระดูก มีเลือดเนื้อเอ็นยึดไว้ มีอวัยวะต่างให้ร่างกายนี้ทำหน้าที่อยู่ได้ เมื่อเข้าใจในความจริงเหล่านี้ก็จะทำให้เรา รู้ เข้าใจ ยอมรับ จะได้เบื่อหน่าย ปล่อยวางกาย ไม่ยึดว่าเป็นตัวเราของเราไม่ยึดหวงแหนอีกต่อไป จึงสามารถใช้กายทำประโยชน์ สร้างบุญสร้างกุศลได้ยิ่งขึ้นๆ สัมมาสติ ที่เดินรู้ในกายเช่นนี้ จะทำให้กิเลส /ตัณหา/อุปาทาน ไม่สามารถมาแทรกในจิตได้ ทำให้เราจะไม่หลงไปตามกิเลสตัณหา อุปาทาน หลงว่ากายนี้สวยงาม น่ารักน่าใคร่ ยึดมาเป็นตัวเป็นตน คอยแต่เฝ้าดูแลถนอมกายนี้ไว้ การที่จะตามรู้ พิจารณาได้เช่นนี้ ในพระสูตร ได้ให้เคล็ดไว้ว่า

" อาตปปี สัมปชาโน สติมา" คือจะต้องมี สติ มีสัมปชัญญะและมีความเพียร เพ่งเพิกกิเลสอยู่ เหมือนที่ครูบาอาจารย์สายวัดป่าท่านใช้คำว่า "สำรวม-ระวัง" สำรวม (รู้ตัวรู้กาย/ใจ) ระวัง-(มิให้กิเลสหรือกุศลเกิดในใจ) ที่เหลือก็เป็นหน้าที่ของเราตัวใครตัวเราแล้วนะครับ กราบอนุโมทนา



15-16 ก.ค.66 ภาวนาสังฆจร พระบรมบรรพต

ภาวนาสังฆจรครั้งนี้เรามากันที่ภูเขาทองวัดสระเกศตั้งแต่ห้าโมงเย็นจน ห้าโมงเช้า ทำวัตรเช้าสวดมนต์เสร็จก็เตรียมตัวใส่บาตรกันหน้าวัด กราบขอบพระคุณท่านเจ้าพระคุณพระธรรมโพธิมงคล (สมควร ปิยสีโล) เจ้าคณะภาค 2 และคณะสงฆ์ ที่เมตตาครับ



16 ก.ค.66 ปิดทริภาวนาสังฆจร ณ วัดเทวราชกุญชร

นอกจากภาวนาเนสาชกิตตลอดคืนและใส่บาตรที่วัดภูเขาทองมาก็ไปทานอาหารอร่อยๆกันก่อนที่จะมาทำบุญถวายสังฆทานและปล่อยปลาปล่อยชีวิตเป็นทาน ให้โอกาสเขาได้พ้นจากการถูกฆ่าถูกทำร้าย มีโอกาสใช้ชีวิตอย่างมีความสุขอีกครั้ง ก่อนจะปิดทริภ ทาน-ศีล-ภาวนา ประจำเดือนกันครับ เพื่อนๆที่สนใจเรียนเชิญนะครับ ขอให้มีความตั้งใจ

จริง มีระเบียบวินัย มีศีลแปดบริสุทธิ์เฉพาะวันปฏิบัติภาวนาก็ยังดีครับ ปฏิบัติตนเป็นกลุ่มเดียวกัน ใส่เสื้อมุลนิธิสีขาวด้วยกันนะครับ



23 ก.ค.66 รางวัลเชิดชูเกียรติแพทย์จุฬาฯ 75 ปีแพทย์จุฬา

ต้นแบบแห่งความสำเร็จ กราบพระลี้กในพระคุณครูบาอาจารย์ ที่สั่งสอน ประสทธิประสาทวิชาจนศิษย์ได้มีวันนี้ พร้อมเพื่อนๆ พี่น้องแพทย์จุฬาฯ ทุกๆ ท่าน ขอแสดงความยินดีกับทุกๆ ท่านด้วยนะครับ



24 ก.ค.66 ออกหน่วยแพทย์ รพ.หนองคาย

สมาคมแพทย์ไทยในอเมริกากับรพ.หนองคาย มีท่านรองปลัดทวิศิลป์กับท่านผู้ว่ามาเปิดงานให้ครับ มีการดูแผนวางแผนการรักษา ร่วมกัน ฝ่าตัดร่วมกันเสร็จแล้วมีการประชุมวิชาการต่ออีกสองวันครับ นับว่าเป็นการช่วยเหลือการรักษาพยาบาลของประเทศให้ดีขึ้นมีประสิทธิภาพมากขึ้นและยังมีความสัมพันธ์อันดีในการติดต่อส่งแพทย์ไปศึกษาเพิ่มเติมความรู้ประสบการณ์ต่อในอเมริกาได้สะดวกยิ่งขึ้นต่อไปครับ



27 ก.ค.66 อาคารเรียน รร.บ้านกุงแห่ย์ ทองผาภูมิ

อาคารเรียนที่พวกเราช่วยกันสร้างให้เด็กๆ ที่บ้านกุงแห่ย์ อ.ทองผาภูมิ เริ่มงานฉาบผนัง หลังจากการติดตั้งหน้าต่าง ประตูเสร็จเรียบร้อยแล้วครับ





27 ก.ค.66 จาริกบุญผ้าอาบน้ำฝน
วัดบ้านหนองสระ-1

กราบทำวัตรและถวายผ้าอาบน้ำฝน-เทียนพรรษา ครูจารย์คำสิงห์ วัดบ้านหนองสระ กว่าจะเดินทางถึง คณะสงฆ์และแม่ออกก็เริ่มทำวัตรเย็นกันแล้ว เราจึงได้แต่ร่วมกับท่านเลย สามทุ่มครูจารย์คำสิงห์เมตตาอบรมธรรมนิศน้อยแล้วให้ไปภาวนาต่อกันที่ศาลา คืบแรกส่วนใหญ่อยู่กันได้จนเที่ยงคืน มีบางส่วนภาวนาตลอดคืน ดีสองครึ่งพระที่วัดมาทำข้อวัตร จัดที่หอฉันด้านล่าง เลยภาวนากันต่อจนเช้า อาบน้ำแต่งตัวเสร็จก็ไปกราบลาท่าน

คำสอนพ่อแม่ครูอาจารย์ ครูจารย์ท่านเมตตาอบรมสั่งสอนพวกเราเรื่องการอดทนฝืนกิเลส เช่นให้ลองอดอาหาร อดนอน เพียรภาวนาบ้าง ทำใจให้สงบ นึกถึงความตายจริงๆบ้าง เพราะเรามักไปยึดกับขันธ ซึ่งเป็นเพียงเครื่องมือของใจเท่านั้น แต่พอไปใช้เขาบ่อยๆ ก็นึกว่าเป็นของตัวเอง เป็นตัวเป็นตนเองไปเสียเลย ก็เลยหลงไปทุกข์ที่ขันธทั้งห้า นั้นไม่เป็นไปอย่างใจเรา ก็เพราะเขาก็เป็นของเขาเช่นนั้นเอง ต้องเกิดขึ้น เสื่อมขราลง และแตกตายไป แต่ใจเรากลับต้องการที่จะไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ท่านจึงให้เราภาวนาบ่อยๆ ภาวนาให้เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดในชีวิต มีเวลาให้คิดพิจารณาถึงความตาย ความแตกสลายของขันธ เพราะล้วนเป็นสิ่งที่ประกอบขึ้นและไม่คงทน ตั้งอยู่ชั่วคราวเท่านั้น อย่าไปหลงกับโลกนี้เลย ภาวนาให้เห็นภาวะที่เกิดขึ้นจริงๆ ไม่ใช่อ่านเอาคิดเอา เวลานั่งภาวนาต้องมีสติ เมื่อขาดสติ-แม้นั่งได้นานเป็นสัปดาห์ ชั่วโมงก็ไม่มีประโยชน์ใดๆ น่าจะเป็นโทษอีกด้วย เพราะเป็นผลจากนิรวณ ว่างนอนจนหลับไหลไม่มีสติ ต้องแก้ไขให้ได้ สำคัญมากๆ



28 ก.ค. 66 วัดป่านานาชาติ 2 วันที่สองของทริปนี้ เรามากันที่วัดป่านานาชาติ มีท่านอาจารย์ สิริปุนโน มารับคณะเราแทนท่านเจ้าอาวาส (ท่านรักษาการแทนอยู่) ท่านเมตตาสอนพวกเรา หลายเรื่องด้วยกัน จะขอนำมาแบ่งปันกันเล็กน้อยนะครับ

เรื่องศีล ท่านว่าท่านบวชมาเพราะอยากรักษาศีลทำให้บริสุทธิ์ เพราะเป็นโยมทำได้ยาก การบวชเป็นพระง่ายกว่า ท่านว่าเราคือทั้งพระทั้งโยมล้วนต้องรักษาศีล สังคมที่มีศีลคุ้มครองจะเป็นสังคมที่สุขสงบแน่นอน บางครั้งการเป็นฆราวาสจะรักษาศีลแปดก็อาจลำบากบ้าง จึงให้ทำเป็นครั้งคราวเช่นวันพระถืออุโบสถ เป็นต้น เรื่องอาหารเป็นโยมทานสองมื้อต่อวัน อาจเกินเที่ยงไปเล็กน้อยเช่นบ่ายโมกก็ได้ แต่ที่ทำได้ก็ให้พยายามรักษาให้ได้

เรื่องโทษศัพท์ ท่านว่าเมื่อใจยึดติดกับโทษศัพท์ การภาวนาก็ทำได้ลำบากแล้ว เพราะใจยึดอยู่แต่สิ่งภายนอก จะย้อนเข้ามาดูกายดูใจตนเองก็คงทำไม่ได้แล้ว ท่านว่าท่านเองก่อนบวชติดดนตรีมาก แรกๆก็ว่าไม่น่าจะเป็นอย่างไร แต่พอบวชแล้วภาวนาจึงทราบว่า แม้แต่เรื่องเล็กๆภายนอกที่เราติดยึดอยู่ ก็เป็นอุปสรรคต่อการภาวนาจริงๆ ฆราวาสจึงต้องฝึกตนเองรู้จักใช้สิ่งเหล่านี้ให้เกิดประโยชน์แต่ต้องไม่ทำลายตนเองขัดขวางการปฏิบัติภาวนา

เรื่องรูป ไปที่ไหนที่ไหนก็ต้องถ่ายรูป ทำดีก็ต้องโอวาทคนอื่น ทำดีก็เป็นความดีในวอยอยู่แล้ว ทำดีเอารูป-เอาไลค์ใจจะได้ดีหรือ ได้บุญไหม? ทำดีทำบุญต้องรู้จักบุญ เห็นบุญในใจ เห็นความสุข จากการกระทำ ด้วยศรัทธาก็ดี แต่ถ้าเห็นด้วยปัญญาจึงดีที่สุด

เรื่องการปฏิบัติ อยากรู้ผลในการปฏิบัติภาวนา ระหว่างการใช้ชีวิตในแต่ละวันต้องเลิก พอใจ-ไม่พอใจ รัก-ชังให้ได้ จิตจะไม่ต้องแกว่งไปมา เวลาเข้าที่ภาวนาตามรูปแบบใจก็จะสงบลงได้ง่าย



วัดหนองป่าพง (3) กราบพ่อแม่ครูอาจารย์หลวงปู่เลี่ยม วัดหนองป่าพง ท่านเมตตาพูดคุยแนะนำเรื่องต่างๆให้คณะเรานานอยู่ครับ ท่านเล่าเรื่องที่ได้เดินทางไปหลายๆประเทศทั่วโลก ได้เผยแผ่พระธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาให้ชาวต่างประเทศได้รับทราบและได้ศึกษาร่วมกัน ท่านว่าพระพุทธศาสนาเป็นของดี เพราะเป็นศาสนาที่ช่วยให้เกิดสันติภาพในโลกได้อย่างแท้จริง ท่านว่าช่วงนี้ท่านจะรับพระต่างชาติมาศึกษาพระพุทธศาสนาด้วยการปฏิบัติจริงๆโดยบวชเป็นพระใน การดูแลของคณะสงฆ์หนองป่าพง เพื่อให้ท่านเหล่านี้ได้มีโอกาสนำพระธรรมคำสอนขององค์พระศาสดาที่ท่านได้รับ ประสพการณ์จากการบวชเรียนโดยตรงไปเผยแผ่ให้เกิดคุณประโยชน์ต่อมนุษยชาติต่อไป กราบอนุโมทนาบุญครับ คำสอนที่ท่านเน้นในการประสานประโยชน์กับชาวโลก

*"ไม่เบียดเบียน" *"**ไม่ทำร้ายไม่มุ่งร้าย**" *"**กระทำแต่ความดี**" ทำใจให้บริสุทธิ์



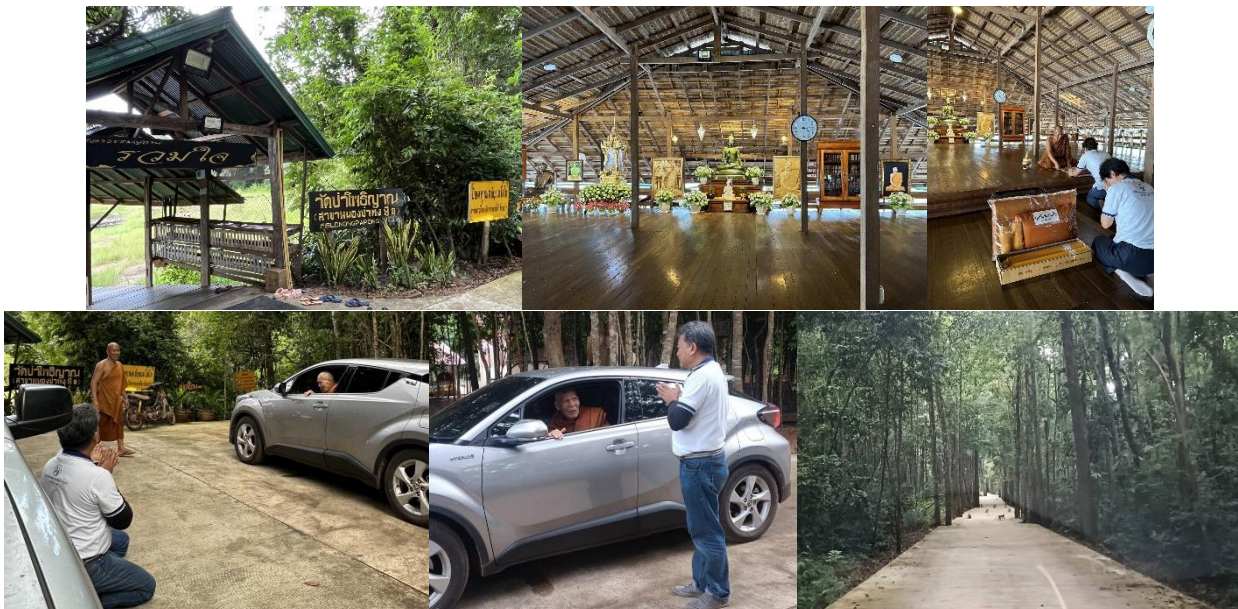
วัดดอนธาตุ (4)

กราบองค์พระเจดีย์หลวงปู่เสาร์ วัดดอนธาตุ กราบครูจารย์ลายถวายผ้าอาบน้ำฝนและเทียนพรรษา วัดเปลี่ยนแปลงไปมากครับหลังจากที่เรามาช่วยเหลือเมื่อน้ำท่วมครั้งก่อน ท่านลายเล่าเรื่องการดูแลพ่อแม่ครูบาอาจารย์ โดยเฉพาะพระอริยะบุคคล ยิ่งอยู่ใกล้ก็กลัวเพราะทำถูกทำผิดได้ง่ายเป็นได้ทั้งคุณและโทษ สิ่งเหนือธรรมชาติมีจริงแม้ตาเนื้ออาจไม่สามารถมองเห็นได้ แต่ให้เตือนตนเองเสมอว่าทำอะไรก็ยังมีคนรู้คนเห็น ฟ้ารู้เทวดารู้ จึงอย่าได้ทำผิดคิดร้าย สร้างอกุศลกรรมใดๆ แม้คิดว่าจะไม่มีใครเห็นก็ตาม



วัดเขื่อนโพธิญาณ (5)

กราบพ่อแม่ครูอาจารย์บุญชูวัดเขื่อน ท่านกำลังจะเดินทางไปวัดถ้ำแสงเพชร ระลึกความหลังสมัยทำทางเข้าถ้ำชั้นบนให้หลวงปู่ชา ท่านว่าเหนื่อยที่สุดในชีวิตเลย ตอนนี้ ท่านสร้างที่พักให้ผู้คนมาปฏิบัติภาวนาได้สะดวก แต่คนส่วนใหญ่ชอบนอนบนแพ ท่านจึงกำลังสร้างแพไว้ให้มาพักปฏิบัติภาวนากันครับ ใกล้เสร็จแล้ว เป็นรูปเป็นร่างแล้วครับ



วัดภูพร้าว (6) (ดูที่สร้างอาคารรพ.)

กราบทำวัตรท่านอาจารย์โต้ง ท่านพาคณะไปดูเมืองเรืองแสงและวิสาหกิจที่ท่านสร้างให้ชุมชน บริเวณช่องเม็ก และพาเราไปดูที่รพ.สต.ช่องเม็ก เพราะมีปัญหาอาคารสถานที่ในการให้การรักษายาบาลผู้ป่วยแผนไทย โดยเฉพาะผู้ป่วยมะเร็ง ที่มารับการรักษาด้วยสูตรยาผสมกัญชาที่ทางวัดพัฒนาขึ้นเป็นจำนวนมาก ได้ตกลงสรุปพื้นที่สร้างอาคารกันเรียบร้อยแล้ว

ต้องรอเขียนแบบแปลนอาคารแล้วครับ ถ้าโชคดียิ่งจะได้เริ่มงานต้นปีหน้าครับ(หลังงานที่รพ.ดงหลวง) ตกเย็น ทำวัตรเย็นตามแบบที่พ่อแม่ครูอาจารย์บุญมากเขียนไว้ เสร็จแล้วก็นั่งปฏิบัติภาวนากัน ที่ศาลาบูรพาจารย์ด้านหลังพระอุโบสถ อากาศเย็นสบายสัปปายะมากๆครับ มองไปเบื้องหน้าก็เห็นต้นกัลปพฤกษ์เรืองแสงสวยงามยิ่งนัก เทียงคินฝนตกหนักมาก จึงย้ายมาภาวนาที่อาคารแปดเหลี่ยมแทน เข้าตีห้าทำวัตรเช้าที่พระอุโบสถ ก่อนจะลาท่านอาจารย์ไต้งและเดินทางต่อกัน แต่เช้าตรู่ครับ



29 ก.ค. 66 วัดภูจ้อยก้อม (7) วัดเล็กๆ ที่เราเริ่มบูรณะตั้งแต่สามสิบกว่าปีก่อน เดิมนั้นไม่ค่อยมีโอกาสมาเท่าไร วัดสวยขึ้นมาก พระต่างชาติก็มากขึ้นโดยเฉพาะพระทางเอเชีย ผลาหินที่ปลูกต้นไม้ยากท่านก็เริ่มปลูกแล้ว ทำฝายกั้นน้ำเพิ่มเติม ทำให้น้ำเต็มฝายสวยงามมาก ต้นไม้ก็มากขึ้นเยอะครับ ถามท่านเรื่องกุฏิ ท่านว่าพอเพียงแล้วครับ ท่านมีเวลาให้โอวาทคณะเราอยู่ประมาณครึ่งชม.ได้ครับ จึงขอแบ่งปันกันสักเล็กน้อยนะครับ

ท่านว่าพวกเราสามารถรวมกันในอนาคตดวงแก้ว ท่านว่าแก้วต้องมีที่วางจึงจะใส่น้ำได้ พวกเราก็เช่นกัน การปฏิบัติภาวนา หลายคนทำมานานเป็นสิบๆปี แต่ก็ไม่ก้าวหน้า ท่านว่าส่วนหนึ่งก็เป็นจากที่คิดว่า ตัวเองทำดีแล้ว ไม่คิดจะรับฟังหรือยอมรับความเห็นแนวทางของผู้อื่นบ้าง ทั้งๆที่หลายๆคนที่แนะนำเราก็มด้วยความหวังดี บางคนเป็นครูบาอาจารย์ ที่ผ่านประสบการณ์มากมาย แต่เรายังคิดว่าเรายังดีอยู่ รู้แล้ว เข้าใจแล้ว ทั้งๆ บางที่เป็นเพียงแค่ความจำเท่านั้น ขอให้เปิดใจรับฟังให้มากขึ้น เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ บ้าง





วัดศรีบุญเรือง - บ้านองค์หลวงปู่มั่น (8) กราบองค์หลวงปู่มั่นที่บ้านเกิดท่าน ณ วัดศรีบุญเรือง เสร็จแล้วนั่งสมาธิภาวนา บูชาคุณองค์หลวงปู่ที่อนุสรณ์สถานที่ที่บ้านเกิดท่าน ก่อนจะลากลับกันครับ



วัดภูห่ม (9) กราบท่านอาจารย์สมัยวัดภูห่ม เสร็จแล้วนั่งสมาธิภาวนา หน้าถ้ำองค์หลวงปู่มั่น เป็นการปฏิบัติ บูชา ลงมาจากภู ท่านอาจารย์เตรียมอาหารกลางวันแสนอร่อยไว้ให้ด้วย เลยเสียเวลาไปนานเลยครับ มาครั้งนี้เจอคุณ หมอวิเชียรมาปฏิบัติภาวนาที่นี่ด้วย กราบอนุโมทนาบุญครับ มาที่นี่ครั้งใด ก็ระลึกถึงพระอาจารย์ศรีทน ที่ร่วมกันพัฒนาภู ห่มมาด้วยกันตั้งแต่ปี 2536-37 แล้วก็ได้พบครูบาอาจารย์ท่านอื่นๆที่วัดอีกด้วยเช่น ท่านสมัย ท่านไต้ง ท่านโอมฯ





วัดภูจันแดง (10) กราบท่านอาจารย์โอม วัดภูจันแดง หนึ่งในศิษย์ของท่านอาจารย์ศรีทนต์ -ภูหล่น



วัดป่าสนามชัย (11) กราบทำวัตรพระอาจารย์กิต วัดป่าสนามชัย ท่านเคยอยู่กับอาจารย์สีทนต์ ตอนเราไปร่วมบวระภูหล่นด้วย แต่ท่านสีทนต์ให้มาเป็นเจ้าอาวาสที่วัดนี้แทนครับ ตอนน้ำท่วมก็มาเยี่ยมเยียนช่วยเหลือกันอยู่เสมอครับ ท่านได้เล่าเรื่องเก่าๆสมัยอยู่ภูหล่นตอนปี2533ให้ฟัง ว่าท่านสีทนต์เทศน์อบรมพระครั้งๆบางที่สี่ห้าชั่วโมงเลยครับ แต่ท่านก็รักและเคารพท่านสีทนต์มากๆ เพราะที่ท่านได้มาเป็นพระมีวิชาความรู้ดีตัวมากก็เพราะท่านอาจารย์นั่นเอง ให้ทำอะไรท่านก็จะไม่ปายเปียงหรือปฏิเสธเลยครับ





วัดป่าบุญล้อม (12) กราบพระอาจารย์อภิสิทธิ์ โชติมันโต (ท่านอาจารย์ป้อม) ศิษย์ท่านอาจารย์ ตัน บุญญาวาส วัดสวยมกๆ ติดกับแม่น้ำมูล อำเภอสว่างวีระวงศ์

ท่านอาจารย์เมตตาให้โอวาทพวกเราเรื่องการเข้าพรรษา ให้ตั้งใจรักษาสัจจะ เร่งความเพียรบ้าง ไม่จำเป็นต้องเป็นพระ เป็นโยมก็ตั้งใจจะก็ได้เช่นกัน พวกเราทุกคน เกิดมาพร้อมกับการตาย เมื่อมีเกิดก็ต้องตายทุกคน พระพุทธเจ้าชี้ทางตรงข้ามคือ ต้องไม่เกิดจึงจะไม่ต้องตาย



29 ก.ค.66 วัดป่ามณีรัตน์ (13) กราบทำวัตรท่านอาจารย์ อุเทน กลยาโน. เจ้าอาวาส เรียนขอคำปรึกษาท่าน เกี่ยวกับการยกเจดีย์ที่วัดป่าตัญญูตาราม สระแก้ว ตอนเย็นท่านเมตตาให้โอวาทพวกเราเรื่องปฏิบัติภาวนา เรื่องการภาวนา จำเป็นจะต้องประคับประคองสติไว้ให้มั่น ไม่ปล่อยให้ไหลไปตามอารมณ์ที่เข้ามากระทบ เพราะปกติใจเรามักไหลลงต่ำเสมอ การจะตั้งใจทำความดีจึงทำได้ยาก การที่พวกเราหมั่นกระทำ ทาน รักษาศีล และเร่งปฏิบัติภาวนาเป็นสิ่งที่ทำได้ยาก ท่านขออนุโมทนาบุญกับคณะเราด้วย

ตกเย็นเราก็เข้าที่ทำวัตรสวดมนต์เย็น ต่อด้วยการสรุปรธรรมที่ได้รับตลอดการเดินทางร่วมกัน มากบ้างน้อยบ้างก็แบ่งปันกันไป เสร็จแล้วก็นั่งภาวนาต่อจนเที่ยงคืน มีบางคนอยู่จนตีสาม ระฆังดัง พระที่วัดตื่นทำวัตรเช้า และทำข้อวัตรต่างๆ ก็ถือโอกาสเข้าพักเสียหน่อย เข้าตีห้า รวมพลทำวัตรเช้าที่เจดีย์หลวงพุทธองรัตน์ จนสายๆ จึงเดินทางกลับ กทม.กันครับ





30 ก.ค. 66 วัดแสงธรรมวังเขาเขียว (14) กราบครูจารย์โสภะ ช่วงแรกท่านรับที่โรงน้ำร้อนด้านใน เพราะพวกเรานั่งภาวนากันที่เจดีย์ พอคณะเราออกมาหมดก็มาที่ศาลาใหญ่ ท่านจึงออกมารับอีกครั้ง จึงได้โอกาสทำวัตรและกราบถวายผ้าอาบ เทียนพรรษาและไทยธรรมกับท่านที่นี่ ท่านเมตตาให้อโวาทพวกเราด้วย

ธรรมโอวาท: ท่านสอนให้เราว่าทั้งหมดไม่มีอะไรเป็นสาระ นอกจาก กายกับใจนี้ เราจะปฏิบัติภาวนาให้เห็นความจริงนี้ต้องอาศัย "สติ" ขาดสติก็ไม่มีทางเข้าถึงธรรมได้ ก่อนลากลับ ท่านให้มีสติอยู่กับลมหายใจไว้ หมดลม กายนี้ก็ไม่มีความหมายแล้ว ให้มีสติอยู่กับลม ก็จะได้อยู่กับกายและใจนี้ไม่หลงไปตามกิเลสตัณหาความต้องการต่างๆ ที่ผุดขึ้นมาในใจเราตลอดเวลา อยู่กับ "ลม" ไว้

