

## สิงหาคม 2566

### 1 ส.ค.66 จาริกบุญผ้าอาบฯ วัดโพธิญาณรังสี 1 เมตตา-สงเคราะห์

กราบทำวัตรและถวายผ้าอาบน้ำฝนเทียนพรรษาท่านอาจารย์สุนัย ชมความก้าวหน้าของการก่อสร้างศาลาอุโบสถ ท่านเมตตาสนทนาเรื่องต่างๆมากมาย เช่นเรื่องการดูแลสงฆ์อาพาธ ที่ทางสายหนองป่าพงจัดตั้งเป็นกองทุนขึ้น เมื่อถามทุกข์สุขท่านก็บอกว่าช่วงนี้แข็งแรงดีทั้งภายนอกและภายใน ถวายเทียนพรรษา จุดมุ่งหมายคือแสงสว่าง จะเป็นเทียนหรือหลอดไฟก็เช่นกัน การสงเคราะห์ ท่านมุ่งเน้นไปที่เด็กๆเยาวชนที่สมควรส่งเสริมไปในทางธรรม ท่านจึงนำเด็กมาอุปการะ ส่งเรียนเป็นเณร เพื่อบวชเรียนพระธรรมคำสอนขององค์ศาสดาให้เจริญรุ่งเรืองต่อไป ท่านว่าติดตามข่าวมูลนิธิอยู่ ทั้งเรื่องสร้าง อาคารโรงพยาบาล โรงเรียน และวัดวาอาราม-เจดีย์ต่างๆ ท่านว่าดีแล้วอนโมทนาบุญด้วย และคอยเป็นกำลังใจให้



### วัดบุญญาวาส 2

กราบถวายผ้าอาบน้ำฝน เทียนพรรษา และไทยธรรม แต่ครูอาจารย์ต้น ณ ศาลาชั้นวัดบุญญาวาส เราไปตอนเช้า มีลูกศิษย์ลูกหามากกราบท่านเป็นจำนวนมาก พี่ฮุ้นจึงเมตตาพาไปกราบด้านหลังศาลาชั้น จึงได้แต่กราบรายงาน การทำงานต่างๆของมูลนิธิในปีให้ท่านทราบ ขอบารมีท่านคุ้มครองพวกเราคณะทำงานทุกท่านให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยความสำเร็จก่อเกิดประโยชน์เป็นสาธารณะต่อไปครับ ท่านอาจารย์รับทราบและให้กำลังใจพวกเราทุกคน กราบระลึกในพระคุณพ่อแม่ครูอาจารย์เสมอครับ



### วัดป่าศิรีเขตฯ 3

กราบทำวัตรครูจารย์สนิท ถวายผ้าอาบและเทียนพรรษา ร่วมกับเพื่อนๆ และยังมีคณะท่านรองนิภาจากรพ.แก่งมา่วมบุญกันด้วยครับ

ท่านเมตตาให้โอวาทพวกเราเรื่อง "มโนกรรม" ท่านว่าตอนเป็นพระน้อยๆท่านดูแลพระเถระอยู่ แต่พระเถระท่านพลาดขาดสติ ศรัทธาชนไม่แตกเป็นแผลเลือดออกเยอะมาก ใจท่านคิดสบประมาทอยู่ ทั้งๆที่ไม่ได้พูดหรือแสดงออกใดๆเลย ต่อมาวันหนึ่งท่านก็พลาดเกิดแผลที่ศรัทธาชนเช่นกัน ที่เดียวกัน เลือดไหลออกมาเหมือนกันเลย ท่านจึงระลึกได้ถึงเรื่องสมัยเด็ก ท่านเอามาสอนพวกเราให้มีความสำรวมระวังไว้เสมอ มิใช่แค่กายและวาจา แต่มโนกรรม-หรือกรรมทางใจ ก็ต้องระวังเช่นกัน.....

เราเป็นผู้เดินมาทางการปฏิบัติ-ภาวนา สำคัญที่สุดในทางเดินนี้คือ "การสำรวจ-ระวัง" คุกายดูใจของตนอยู่ตลอดเวลา อย่าประมาท แม้แต่การกระทำทางใจ "มโนกรรม" นี้



**สำนักสงฆ์สุขแสงธรรม 4**

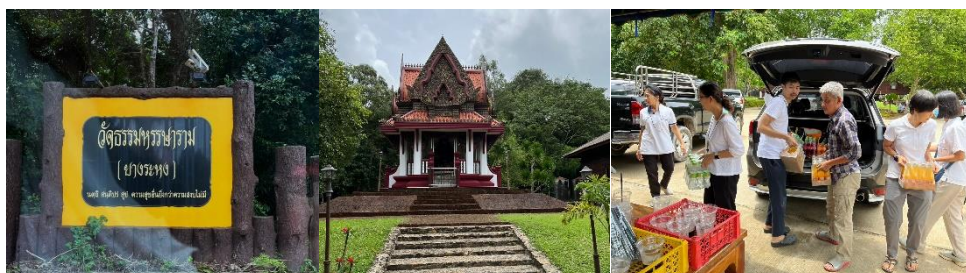
กราบทำวัตร ถวายผ้าอาบน้ำฝน เทียนพรรษาครูจารย์น้อย ที่เขาลูกช้าง ท่านเป็นลูกศิษย์หลวงปู่ฝีก ที่เราเคยรับปากว่าจะช่วยดูแลให้สองแห่งคือที่พุรางหมูและที่เวฬุก้างครีบ แต่ก็ไม่ได้ช่วยอะไรท่านเลย ปีหนึ่งๆพบกันก็ครั้งสองครั้งเองครับ วันนี้ท่านเมตตาให้โอวาทคณะเรา ขอแบ่งปันกันหน่อยนะครับ

- การก้าวเดินไป ต้องมีเป้าหมาย การฝึกปฏิบัติภาวนาก็เช่นกัน ต้องมีการพุ่งเป้า มีจุดมุ่งหมาย เพื่อจะได้มีกำลังใจ ทำให้ได้ตามที่ตั้งไว้
- หมั่นปฏิบัติด้วยความเพียร นั่งสมาธิ เดินจงกรม ทำให้อยู่ ทำทุกวันจนเป็นนิสัย ที่สำคัญ การจะมีกำลังใจทำได้ต่อเนื่อง ต้องได้ผลของการภาวนาด้วย เมื่อได้ผลการภาวนา ก็จะเริ่มมีกำลังใจ กระทำต่อเนื่องได้ แม้เพียงใจสงบลงก็เรียกว่า ได้ผลแห่งการภาวนาเบื้องต้นแล้ว
- พวกเราโชคดีที่มีคนนำทาง ซึ่งเราก็มารู้ถูกทางแล้วละ ก็ให้พากันทำต่อไป
- ยุคนี้นี้สมัยนี้ คนเริ่มสนใจเรื่องจิตภาวนากันน้อยลง มีแต่ให้ท่าน การรักษาศีลก็น้อยลงไปเรื่อยๆ แต่ท่านว่าเราไม่ต้องไปสนใจดูแค่ที่ตัวเราที่ใจเรา ปฏิบัติไป ทำไป รักษาไว้ซึ่งการปฏิบัติ แล้วผลลัพธ์จะเกิดในใจของเราเอง



**วัดธรรมहरาราม 5**

ตั้งใจไปกราบครูจารย์สมบุรณ์ที่ศิขณภูฏ แต่ท่านมาลงอุโบสถสามัคคีที่วัดยางระหง เราจึงได้แต่เอาพานะมาร่วมถวายพระสงฆ์ธรรมยุทประมาณ 15 วัดที่มาลงอุโบสถที่นี่ครับ ไม่ทันได้เจอท่านอีกด้วย คงต้องครั้งหน้าแล้วครับ



## วัดป่าคลองมะลิ 6

กราบทำวัตรพ่อแม่ครูอาจารย์ประเวศ วัดป่าคลองมะลิ ถวายผ้าอาบน้ำฝนเทียนพรรษาและไทยธรรมในฤดูเข้าพรรษาปีนี้ โชคดีของคณะเราที่ท่านอยู่จำพรรษาที่นี้ในปีนี้นะครับ

ธรรมโอวาท

พวกเราทุกคนถ้ามีศีลห้าแล้ว บ้านเรือนก็จะอยู่อย่างสงบสุข ถ้าทุกคนสนใจศีลธรรม ผู้คนก็ไม่ต้องระแวงระวังกัน อยู่กันอย่างมีความสุขได้ ประตูวัดเปิดตลอดผู้คนไม่ค่อยจะอยากเข้ามา ส่วนประตูกุศ เข้ายากแต่ก็พากันเข้าคุกกันแน่นไปหมด เพราะล้วนแต่ผิดศีลกัน

พระเจ้าแผ่นดินท่านมีพระคุณต่อพวกเราทุกคนเป็นประมุขของประเทศ ควรให้การเคารพ ความดีไม่ได้อยู่ที่ฐานะ เงินทอง แต่อยู่ที่การกระทำ กระทำดีทำให้คนเป็นคนดีนั่นเอง

ให้พากันอยู่ในศีลธรรม กระทำแต่คุณงามความดี ทั้งทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนารักษาใจ



## วัดทรายงาม 7

ตั้งใจมากราบครูจารย์ปราโมทย์ ท่านเจ้าอาวาส แต่ท่านติดธุระเลยได้แต่ฝากของไว้ถวายครับ คณะเดินชมวัดกันและขึ้นไปกราบพระบรมสารีริกธาตุที่เจดีย์กันด้วยครับ ระหว่างทางพระอาจารย์เล็กที่เคยอยู่วัดป่าบ้านตาด กำลังเดินไฟสำหรับการเวียนเทียนคืนนี้ด้วยครับ วัดนี้เป็นวัดเก่าแก่ของพ่อแม่ครูอาจารย์ ตั้งแต่หลวงปู่กงมา หลวงปู่อ่อน หลวงปู่เจ็ย ท่านพ่อเพ็ญ ท่านออก.วิริยงค์ หลวงปู่เขียน ลป.พิศดูเป็นต้น



## วัดเขาสิงห์ 8

กราบทำวัตร ถวายผ้าอาบน้ำฝนเทียนพรรษาท่านเจ้าอาวาส พระอาจารย์ประสิทธิ์ ท่านมาอยู่ที่นี้ได้ประมาณสามสิบห้าปีแล้ว ท่านเป็นศิษย์ของลป. สามและลป.ดุลย์เป็นอุปัชฌาย์ให้

ธรรมโอวาท วันนี้ท่านเล่าเรื่องพระรูปหนึ่งที่มีฐานะดีมีเงินทอง มีการศึกษาดี แต่ทั้งทุกอย่างทางโลกมาบวชเรียนมาใช้ชีวิตแบบวัดป่า ลำบาก ไฟก็ไม่มี เครื่องอำนวยความสะดวกต่างๆไม่มี ท่านในช่วงแรกจึงได้แต่มีความคิดผุดในใจมาก มากกว่าอยากจะปรับปรุงเปลี่ยนแปลงนั้นนี่ตลอดเวลา แต่ก็ได้มีครูบาอาจารย์สอนธรรมของพระพุทธเจ้าให้ จนตอนหลังท่านเริ่มเข้าใจ เกิดผลของการปฏิบัติภาวนา ไม่สนใจออกไปนอก แต่หาเวลามาศึกษาภายในภายในใจนี้ จนเข้าใจว่า " มีเหมือนไม่

มี ไม่มีก็เหมือนมี " สิ่งของต่างๆไม่ว่าจะเป็นเงินทองมากมายเพียงใด มีก็เหมือนไม่มี เพราะมันไม่เคยเป็นของเราจริงๆเลย แต่กลับเป็นภาระต้องดูแลรักษาก่อให้เกิดทุกข์กายทุกข์ใจตามมา เราตายไป เขาก็ยังอยู่ในโลกนี้ต่อไป สิ่งที่อยู่เหมือนไม่มี กลับมีสิ่งนามธรรม เช่นกรรมดี/ไม่ดี ทาน-ศีล-ภาวนา ดูเหมือนไม่มี แต่มีค่านั่ง เป็นของเราได้จริง ตายไปแล้วก็ยังติดตามเราไป ทุกภพชาติ ท่านจึงเห็นทุกข์ที่เกิดจากความคิดที่ผุดมาในใจ ความอยากความต้องการต่างๆภายนอก วัตถุ/เทคโนโลยีต่างๆ ความรู้ความสามารถความเป็นคนเก่งคนฉลาด หากใช้ไม่เป็น สิ่งเหล่านี้ทำให้เรามี ทิฐิ มีมานะ ทำให้ถือตัวถือตน สร้างทุกข์ให้ตนเอง คนอื่นและหมู่คณะด้วย

เมื่อท่านละวางทิฐิมานะต่างๆลง ใจก็สงบ ไม่อยากนั้นอยากนี้อีกเหมือนเดิม มีความสุขกับความสงบของกายของใจ นี้ จึงตัดสินใจบวชเรียนศึกษาพระธรรมต่อไป ทั้งสิ่งที่ชาวโลกล้วนพากันแสวงหาไว้เบื้องหลัง

ท่านยังสรุปคำสอนในการภาวนาให้อีกเรื่องคือ "บทธรรณ-หมาขี้เรื้อน"

เวลาใจที่มีกิเลส -โลภ-โกรธ ความพอใจ-ไม่พอใจ อยู่ทำให้เราไม่สงบ อยากทำอย่างนั้นอย่างนี้ อยากไปที่นั่นที่นี้ แต่พอใจ



สงบแล้ว เพียงอยู่เฉยๆก็อยู่ได้ไม่ต้องคิดไปมา เดินหามือถือ หาเพลงหาอะไรๆมาดูเป็นต้น ก็เปรียบเสมือน สุนัขขี้เรื้อน มันนึกว่าไปอยู่ตรงนั้นจะดีไม่คัน พอไปแล้วก็ยังคันอยู่ ก็คิดอีกว่าไปที่นั่นที่นี้ดี โคนต้นไม้ ริมน้ำ ใต้ถุนฯลฯ ล้วนไม่เคยขึ้นเลย ถ้าไม่ขจัดเจ้าขี้เรื้อนในกายออกไป เหมือนนักปฏิบัติภาวนาที่ขจัดกิเลสออกไปไม่ได้ ยังไขว่คว้าหามือถือตลอดวันตลอดคืน

นับว่าเป็นแบบอย่างให้พวกเราได้เป็นอย่างดี เพราะเรายังวิ่งตามโลก ขาดมือถือ

ไม่ได้ กันอยู่เลยนะครับ

### 1-2 ส.ค.66 จาริกบุญผ้าอาบน้ำ วัดเขาไร่ยา ๑

เย็นวันนี้ เรามากกราบพ่อแม่ครูบาอาจารย์ทองอินทร์ กตปุญญู ที่วัดเขาไร่ยา ตั้งแต่ตอนเย็น สวดมนต์ทำวัตรเย็นเสร็จก็ฟังท่านอบรมภาวนา ท่านสอนให้ทุกคนรู้จักรักษาศีล โดยเฉพาะตลอดพรรษานี้ ให้ตั้งใจกันทำจริงๆ เช่นรับศีลแปดตลอดพรรษาเป็นต้นปิตวาจารย์รักษาศีล ตั้งใจภาวนา นั่งภาวนาเย็นจรดเช้า เข้าจรดเย็น ให้ลองดู แล้วท่านก็ให้เอาผ้าอาบน้ำฝนที่จะมาถวายสงฆ์ มารวมกัน กล่าวคำถวายร่วมกัน แล้วให้สงฆ์สวดรับของสงฆ์แบ่งกันไปใช้ในพรรษา ออกพรรษาแล้วก็ให้อธิษฐานใหม่ไม่ใช่เป็นผ้าอาบน้ำฝนแล้ว เย็นนี้เราจึงมีส่วนหนึ่งของคณะ มาภาวนาเนสัชชิก ตลอดคืน ที่วัดนี้กับท่านครับ ปฏิบัติบูชา ปิตวาจา เฟงเพียรดูใจ ในวันอาสาฬหบูชา

เช้าท่านออกรับคณะศรัทธาประมาณหกโมงครึ่ง พวกเราจึงสวดมนต์ทำวัตรเช้า และนั่งภาวนารอท่านกันครับ เจ็ดโมงท่านออกรับแขก เห็นเราเอาดอกไม้ธูปเทียนมาถวาย ท่านสอนว่า เป็นสิ่งไม่จำเป็น เอาของสวยงามๆมา ทำให้พระเสียบพระไปติดกับของสวยงามๆหมด เทียนก็ทำให้ไฟไหม้มาหลายวัดแล้ว ยังไม่เลิกกันอีก ธรรมะของพระพุทธเจ้า ไม่มีการอ่อนวอนขอ นั้นขอนั้น อยากได้ต้องทำเอง ให้พระ เอาสิบนิ้วพนมเป็นดอกบัว ใช้กายใช้ใจนี้บูชาคุณพระรัตนตรัย ปิตวาจาเสียบ้าง ไม่ต้องพูด รักษาศีลได้ง่าย หยุดไม่พูดไม่คิดออกนอก จับลมหายใจ พุทโธ กับลมหายใจเข้าออก แค่นี้ใจก็สงบ เป็นบุญใหญ่ มากกว่าของที่เอามานูชามากมายนัก (ถูกดูรับเข้าพรรษาเลย)



## 2 ส.ค.66 วัดป่าสิริจันท 10

วันแรกของการเข้าพรรษาปี2566 เราออกจากเขาไร่ยาใจ ก็มากราบถวายจังหัน ทำวัตร ถวายผ้าอาบ-เทียนพรรษา กับท่านอาจารย์สมเดช ศิษย์บ้านตาตุ่มเดียวกับครูจารย์บุญมีถ้าเต่ากันครับ ท่านจึงเมตตาให้โอวาทเรานานเลยครับ

"ของจริงของปลอม"

- เวลากราบพระพุทธเจ้า ให้นึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ท่านสูงสุดและสมบูรณ์ แต่เรายังไม่จริง ยังปลอมอยู่ ที่เจ็บป่วยทุกวันนี้เพราะใจยังเป็นของปลอม มีกิเลสในใจ ศาสนาของพระพุทธเจ้าจึงเป็นของจริง

-ฐานะ สามเณร ภรรยา ล้วนแล้วแต่เป็นของปลอม พร้อมทั้งจะพลัดพรากจากกันได้ทุกเมื่อ เพราะยังมีกิเลสคอยหลอกกันอยู่ แต่ ธรรมของพระพุทธเจ้าเป็น สันติวิสุทธิ"รู้เอง เห็นเอง" หนุ่ม สาว ไม่มีอะไรจริง เดียวกับแก ก็เจ็บ ก็ตายเป็นธาตุ 4 เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่ของเรา มนุษย์เราก็เช่นกัน ตายไปใจก็ออกจากร่าง ไปเสวยภพภูมิตามกรรมที่ทำมา

- กายกรรม วจีกรรม มโนกรรม ให้พยายามเปลี่ยนไปในทางที่ดีเสีย สิ่งเหล่านี้สั่งสมไปภพหน้าได้เช่นกัน

- กิเลสปั้น(แขนขาต ขาขาด พิกาวบ่าง) กับ พระพุทธเจ้าปั้น(พระธรรม คำสั่งสอน) ต่างกันนะ เห็นไหม?

- พระธรรมคำสั่งสอน สอนให้เราชำระล้างจิตใจล้างจนสะอาดหมดใจ เบิกเนตรให้เราสว่างจ้าขึ้นมา เห็นใหม่พวกเรา พระพุทธเจ้า ประเสริฐเลิศเลอขนาดไหน ใจของเราก็เหมือนกัน เข้าถึงพระธรรมคำสั่งสอนเมื่อไร ใจก็จะสว่างจ้าขึ้นมา ถึงเวลาหนึ่งเมื่อถึงเวลาบารมีพร้อมก็จะเข้าทางธรรมได้ เช่นครูบาอาจารย์เพชรน้ำหนึ่งทั้งหลาย เช่นหลวงปู่พรหม หลวงปู่ขาว เป็นต้น

- เข้าพรรษาแล้ว ตั้งจิตอธิษฐานและข้อปฏิบัติว่าจะสร้างคุณงามความดีอย่างไร จะสวดมนต์ ทำทาน ใส่บาตร ก็ว่าไป

- ใจคือเรา ใจนี้สำคัญที่สุด หัวใจที่แท้จริง คือ ผู้รู้ รู้และเข้าใจว่าใจเป็นสิ่งที่ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย จึงต้องหมั่นเฝ้า (พระธรรมคำสั่งสอน)ชำระเข้าไปให้ใจสะอาดหมดจด ถ้ายังหลงกันอยู่ ก็ยังปลอมอยู่ ภพหน้าก็ยังคงหลงอยู่แบบนี้ ขอให้พิจารณาดู บ้าง พระโสดาบัน เห็นทางสูนิพพาน เป็นช่องสูนิพพาน ไม่จำกัดเพศและอายุ พระธรรมคำสั่งสอนมีอยู่

ทำของปลอมให้เป็นของจริงให้ได้ ...สักวัน



## วัดมาบจันทร์ 11

กราบทำวัตรพ่อแม่ครูจารย์อนันต์วัดมาบจันทร์ ครั้งนี้ดูท่านแข็งแรงขึ้นกว่าเดิมเยอะครับ หน้าตาแจ่มใส ทำให้ศิษย์รู้สึกยินดีมีสุขจริงๆครับ

ท่านเมตตาเตือนพวกเรา ให้รีบทำบุญทำกุศล พวกเราทำทานกันอยู่เสมอๆ เป็นการดี แต่การเดินทางเข้าสู่ทางธรรมนั้น เป็นขั้นเป็นตอน มีหลายระดับ ท่านว่าทำทานไปก่อนก็ได้ แต่ต้องพัฒนาไปให้ถึงธรรม อย่าหยุดแค่ ทำทาน ทำคุณงามความดี ได้ ทั้ง ทาน-ศีล-ภาวนา ให้พากันเร่งทำคุณงามความดีนะ สุดท้ายท่านให้หนังสือธรรมะมา ให้ไปศึกษาปฏิบัติกันดู ออกจากวัดมานั่งพักผ่อนไปทานกาแฟ คุยกัน พอได้พักผ่อนจากภavanaเนสซิกเมื่อคืนพอดี นับว่าสบายไปเลย



### วัดป่าน้ำโจน 12

กราบทำวัตรครุฑารักษ์วรพันธ์ ถวายผ้าอาบและเทียนพรรษา ได้เรียนถามเรื่องเสนาสนะและสิ่งที่ยังขาดอื่นๆ ท่านว่าทางวัดพร้อมทุกอย่างแล้วมิได้ขาดแต่อย่างใด มีเวลาจึงได้นำรูปอาคาร 108 ปี หลวงตาพระมหาบัว ที่รพ.บ้านไผ่ให้ท่านพิจารณา เพราะท่านร่วมเป็นหนึ่งในคณะเจ้าภาพด้วยครับ นอกจากนี้ก็ได้กราบเรียนว่าคณะเรายังจัดภavanaสัญจรอยู่ แต่ช่วงนี้จัดตามองค์พระเจดีย์ที่สำคัญๆ เช่น พระบรมบรรพต และพระปฐมเจดีย์เป็นต้นครับ สมัยก่อนเรายังเคยมาภาวนากันที่วัดท่านด้วยครับ



### วัดป่าอัมพโร 13

กราบครูจารย์แดง วัดป่าอัมพโรฯ ปีนี้มีพระจำพรรษารูป รับกฐินได้ แต่ท่านว่าครูบาอาจารย์ไม่แนะนำให้รับกฐินอย่างดีก็ตั้งกองบุญ บังสกุลเอาเหมาะสมกว่า ท่านมีเวลาคุยกับคณะเราเยอะเลยครับ

- หลวงพ่อท่านให้เราสังเกตดูพระ พระที่มีข้อวัตรปฏิบัติของครูบาอาจารย์ จะแตกต่างกับผู้ไม่ได้ผ่านการอบรมบ่มเพาะนิสัย จากครูบาอาจารย์อยู่อย่างมาก ท่านยกตัวอย่าง พระที่ผ่านสายลป.แบนมาแล้ว ก็จะมีข้อวัตรของหลวงปู่แบนติดตัวไป ท่านจะใส่ใจทุกรายละเอียด เช่น งานเล็กๆน้อยๆ ตั้งแต่การเก็บเสื่อ หรือแม้แต่พลาสติกรองถาดใส่อาหาร ล้วนแล้วแต่วางแผนอย่างละเอียดเพื่อความเรียบร้อยทั้งสิ้น เพราะงานทางกายเหล่านี้ต้องผ่านจากใจ โดยเฉพาะใจที่ผ่านการอบรมปฏิบัติภาวนามาแล้ว จะละเอียดอ่อน ไม่ทำอะไรชุ่ยๆแบบขอไปทีเลย

- ท่านว่าคณะเรามีทั้งหมู่เก่า และหมู่ใหม่ที่เพิ่งเคยมา ก็ขอให้มาช่วยกัน เพื่อทำความดี ทำนุบำรุงศาสนากันไป ที่ทำอยู่หาได้ยากแล้ว ให้ทำกันต่อไป

- เมื่อก่อนท่านเคยอยู่ดงหลวง จากนั้นหลวงปู่ทูลย์ให้ท่านมาอยู่อัมพโร ด้วยอุบายตามแบบฉบับของครูบาอาจารย์ โดยบอกให้มาทำเตาที่โรงน้ำร้อน พอทำเสร็จแล้วก็ให้อยู่ดูแลต่อเลยครับ
- ท่านยังได้เล่าถึงคำสอนครูจารย์สมบุญมีเขาคิชฌกูฏที่เคยมาช่วยงานที่วัด..งานนั้นท่านได้ปัจจัยถวายมาสามสามหมื่นบาท ท่านเอาปัจจัยทั้งหมดไปปลดปล่อยปู่ปล่อยปลาให้เป็นอิสระ บางคนว่าท่านว่าเอาเงินไปทิ้งน้ำ แต่ท่านให้เหตุผลว่า ลองมองกลับไป ถ้าหากเราเป็นปู่และโดนมัดขังไว้ 3 วัน ให้ปลดอิสระกับเงินแสนหรือล้านนึง ท่านจะเอาไหม??
- ท่านได้เล่าถึงขันติบารมีของครูบาอาจารย์แต่ละองค์ที่ท่านอยู่ในป่าในเขา หยูกยา อาหารก็ไม่ค่อยจะมี ถึงมีก็ไม่ค่อยดีเท่าไร บริเวณที่ท่านเคยอยู่นั้น สามสิบกว่าวัดรวมเงินจากผ้าป่ากองทุนของแต่ละหมู่บ้านรวมทุกวัดแล้วได้ห้าพันกว่าบาท พอได้เพียงเป็นค่ารถไปหาครูจารย์แบน ท่านก็จัดหามาฆ่าปลากระป๋องใส่มาให้เต็มรถเอามาแบ่งกัน บางที่ต้องแบ่งให้ชาวบ้านที่ช่วยขนขึ้นเขา แบ่งเขาไปครึ่งหนึ่งได้ขึ้นวัดครึ่งเดียวก็มี แต่จะอย่างไร การอยู่สันโดษ อิสระ ก็มีมีความสุขสงบดี ผีกายผีใจเข้าสู่กระแสธรรมได้ดีกว่า ต้องมาวุ่นวายกับเรื่องภายนอกมากมายนัก
- ท่านย้ำเตือนแนวทางการปฏิบัติแก่พวกเราว่าต้องอดทน เพื่อสั่งสมบารมี ด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา เพื่อภพนี้และภพหน้า



### วัดป่าลีโลยวัน 14

กราบครูจารย์สุวิทย์และท่านอาจารย์บ้อม ที่วัดเขาฉลาก เนื่องจากมีเวลาไม่มากเพราะท่านกำลังจะต้องลงโบสถ์ แต่ก็ได้คุยกันพอหายติดถึงครับ นัดกันเดือนกันยายนนี้ ท่านจะไปกราบครูจารย์บุญมี ที่วัชรธรรมสถาน ฉลองการปิดตัวของวัชรธรรมสถานครับ ครั้งนี้ถึงน้อยหายไปสักครึ่งได้ครับ ก่อนจะเดินทางไปปล่อยปู่ต่อครับ



### ปล่อยปู่ ปลดพันธนาการ

ทุกครั้งที่เรามีกิจกรรมทำบุญทำกุศลนั้น เราก็จะปิดท้ายด้วยการภาวนาสักเล็กน้อยให้ย่อนดูใจตน ครั้งนี้นั่งภาวนากันทั้งคืนแล้ว จึงปิดทริปด้วยการปล่อยปู่แทน

การปล่อยปู่เป็นการปลดพันธนาการ มัดมือมัดเท้าเขาอยู่เป็นเวลานานๆ นับว่าทรมานอย่างยิ่งจริงๆ การช่วยปลดปล่อยเขาให้อิสระภาพแก่เขาจึงนับว่าเป็นบุญกุศลที่น่ากระทำจริงๆ เขาจะได้มีความสุข จากอิสระภาพที่ได้มีโอกาสใช้ชีวิตอย่างเป็นสุขอีกครั้ง

นอกจากจะปล่อยพันธุ์นากของปูแล้ว เราจะได้มีโอกาสมองย้อนเข้าไปในใจของแต่ละคน ที่กำลังยิ้มแย้มที่ได้ทำความดีปล่อยปูให้เป็นสุข อยากให้เราทุกคนจะได้มองเห็นเชือกที่มัดผูกรัดกายใจของเราอยู่ ทั้งชื่อเสียง-เงินทอง-ทรัพย์สินสมบัติ-ลูกหลาน ครอบครัว สามีภรรยา กิจกรรมงานทั้งหลายฯ ขอเพียงเราตัดเชือกที่มองไม่เห็นเหล่านี้ได้ กายใจนี้ก็จะสุขสงบ อิศระจาก กิเลส ตัณหา สามารถเข้าสู่ธรรมะขององค์ศาสดาได้ง่ายขึ้นแล้วครับ



**5 ส.ค.66 กราบหลวงปู่เสน วัดป่าหนองแขง**

กราบทำวัตร ถวายผ้าอาบน้ำฝน-เทียนพรรษาครูจารย์หลวงปู่เสน ด้วยความเป็นห่วงหาอาทรท่าน ประกฏว่าท่านแข็งแรงขึ้นมากแล้วครับ คุณกันอยู่หลายชั่วโมง ตั้งแต่ท่านให้เราช่วยปรับปรุงวัดเมื่อยี่สิบปีก่อน ค่อยๆซื้อขยายที่ดินของวัด โดยซื้อที่ดินของวัดคืนจากชาวบ้าน กันเขตวัด ทำรั้วเพื่อให้สัตว์ในวัดปลอดภัย เป็นอิสระ แต่ภาวระดูแลสัตว์จำนวนมากก็ลำบากอยู่ครับ เอาจูปหลานน้อยที่หลวงปู่ให้ไปเลี้ยงให้ท่านดูท่านว่าน่ารักดีหน้าเหมือนหลวงปู่ เรื่องพระท่านว่าใกล้เสร็จแล้ว และอยากจะทำถนนหน้าองค์พระตัดตรงจากถนนใหญ่มาเลยครับ กราบอนุโมทนาบุญกับหลวงปู่ครับ

เรื่องการเจ็บป่วย หลวงปู่ว่า เทวดามาบอกสูตรรักษาโรคให้ ได้แก่ 1. ชันติ 2. หิริ 3. โอตตปปะ 4. สติ 5. ปัญญา ท่านว่าปฏิบัติตามนี้ แม่ป่วยไข้ก็อยู่ได้อีกนานครับ



**กราบครูจารย์สุนทร ภูหินร่องก้อน**

กราบครูจารย์สุนทร ในเทศกาลเข้าพรรษาปีนี้ กราบเรียนท่านถึงกิจกรรมมุลินธิฯในปี นี้ รับฟังธรรมโอวาท และกราบเรียนท่านเรื่องไปอินเดียปลายปีนี้ครับ



## 6 ส.ค.66 กราบแสดงมุทิตาสักการะ ครูจารย์บุญมีฯ

กราบมุทิตาสักการะพ่อแม่ครูอาจารย์บุญมี ถ้าเต่า อายุ 75 ปี พรรษา 49 วันตรงคนเยอะครับ เราเลยมากราบท่านก่อน บัณฑิตช่วยจัดการเรื่องนำไฟฟ้าเข้าวัดให้เรียบร้อยเหลือแปดแสนกว่า ท่านจะจ่ายทางการไฟฟ้าเดือนนี้ครับ จะเริ่มงานเมื่อไรคงต้องรอกทางป่าไม้อีกครั้งครับ ท่านแข็งแรงดีขึ้นกว่าเดิมมากทีเดียวครับปีนี้ แต่การที่มีหมอดูแลหลายท่านก็น่าเป็นห่วงจริงๆครับ กราบเรียนท่านเรื่องเททองหล่อยอดพระเจดีย์ "กตเวทิตา" ที่สระแก้ว หลังปิดอบรม ที่วัชรธรรม 24 กันยายน นี้ครับ และกราบขอความเมตตาท่านนำพาไปปฏิบัติภาวนา ณ ประเทศอินเดีย ปลายปีนี้ 1-6 ธันวาคมนี้ครับ

### ธรรมโอวาท

#### 1. ท่านให้พิจารณาเรื่อง "ธรรมคู่แข่งขัน"

เราจะต้องแข่งขันกันเองในใจ/การกระทำ ทั้งความดีและความชั่ว เมื่อทำแล้วก็จะลงไปเก็บไว้ ต้องวัดดูเสมอให้ความดีชนะความชั่วให้ได้ หมั่นทำ ทาน-ศีล-ภาวนา ตลอดเวลาที่รู้ตัว เมื่อความดีชนะความชั่วได้บ่อยขึ้นๆ ก็จะทำชั่วได้ยาก ทำความดีได้ง่ายขึ้น

#### 2. "สร้างบารมี"

การทำความดี แม้จะต้องลำบาก อดทน ทรมานฝ่าฟันอุปสรรคนานาประการ บ้างครั้งรู้ทั้งรู้ว่าเหนื่อยอย่างไม่มีอะไรตอบแทน ไม่มีผลประโยชน์ เสียสละกำลังกาย กำลังใจ สติปัญญาความคิดมากมาย แต่ก็ต้องกระทำ เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นความดีที่พึงกระทำ ผลจะติดอยู่ในใจ ที่ละเล็กทีละน้อย เหมือนหยดน้ำน้อยๆ บ่อยๆ ย่อมเต็มภาชนะได้ ท่านยกตัวอย่างพระพุทฺธเจ้าสร้างบารมี ทำไปๆ หลากแสนกัปหลายอสงไขย บารมีที่สะสมทีละน้อยๆ ย่อมเป็นผล จนบรรลุนิพพานเป็นพระบรมศาสดาได้ เราแม้เป็นสาวก ก็ต้องสร้างบารมีไปเช่นกัน อภัยอหื้อ ตั้งใจสร้างคุณงามความดีไป อย่าให้ชีวิตเสียเปล่า



### กราบครูจารย์บัวทอง วัดหลวงปู่ินิล

กราบถวายผ้าอาบน้ำฝน-เทียนพรรษา ท่านอาจารย์บัวทอง วัดหลวงปู่ินิล บ้านไผ่ ขอนแก่น ระลึกในความเมตตาที่ท่านกรุณาช่วยเหลือในการก่อสร้างอาคาร 108ปี หลวงตาพระมหาบัวฯ ที่รพ.บ้านไผ่ครับ กราบอนุโมทนา



## กราบทำวัตรครูจารย์โสภากะท่านชยสาโร

ขากลับแวะไปปากช่อง กราบทำวัตรท่านอาจารย์โสภากะท่านชยสาโร รับฟังธรรมโอวาทจากท่านชยสาโร และครูจารย์โสภากะกว่าสามชั่วโมง เพราะไม่ได้พบท่านมานานเลยมีเรื่องสนทนากันนานมาก ๆ เราไปกราบรับการอบรมกับท่านชยสาโรที่วัดป่านานาชาติปี 2531-2532 ส่วนท่านอาจารย์โสภากะก็คุ้นเคยกันตั้งแต่ 2531-2552 แต่หลังจากนั้นก็ยังมีเรื่องต่างๆมากมายจนไม่ค่อยได้มีเวลาพบเจอท่านครับ สนทนากันเรื่องโครงการรักษาดูแลสุขภาพโดยมีประสบการณ์จากหลายๆที่ และ ท่านยังเล่าเรื่องการรักษามะเร็งของศิษย์ท่านสามคนแต่คนนั้นก็แตกต่างกันไปครับ แต่เรากราบเรียนถวายท่านว่าจะพยายามปฏิบัติภาวนาไปโดยยอมรับกรรมที่เกิดครับ กราบพ่อแม่ครูบาอาจารย์ด้วยความรักและเคารพเสมอครับ

### บทสนทนาเรื่องการสอนของหลวงปู่ชา

มีพระสงฆ์หลายรูปที่ตั้งใจจะเผยแพร่ธรรมคำสอนของพระบรมศาสดา ไปในต่างแดน ท่านว่าแม่ใจเป็นธรรม แต่ก็เผยแพร่ไปได้ยาก เพราะหลายๆสาเหตุเช่น ภาษา ความเข้าใจในวัฒนธรรมของแต่ละชาติ ความถูกต้องคลอนของผีใต้ที่แตกต่างกัน ฯลฯ ทำให้พระไทยหลายๆรูป แม้มีสติปัญญา ไม่มีข้อจำกัดทางภาษา ก็ยังเผยแพร่ธรรมมิได้

เรื่องนี้หลวงปู่ชาท่านอธิบายไว้ว่า ท่านเองไม่มีเจตนาจะเอาการเผยแพร่ธรรมเป็นหลัก แต่ ท่านเน้นให้พระแต่ละรูปเอาตัวเองให้ได้ก่อน คือตั้งใจประพฤติปฏิบัติให้ดี เข้าใจทั้งการปฏิบัติและปริยัติให้ได้ดีเสียก่อน เมื่อตัวเองพร้อมแล้วจึงสามารถชี้แนะผู้อื่นต่อไป ดังนั้นการเผยแพร่หลักธรรมคำสอนขององค์ศาสดานั้นก็ให้พระแต่ละชาติที่ปฏิบัติและเข้าใจดีแล้วในระดับหนึ่งไปเผยแพร่ให้พี่น้องครอบครัวและสังคมของเขาค่อยๆเป็นค่อยๆไป ผลก็คือสาขาในต่างประเทศของหนองป่าพงกลับมากขึ้นๆ กราบพ่อแม่ครูบาอาจารย์ด้วยความเคารพอย่างสูงครับ



8 สิงหาคม 2566 มอบของให้เด็ก ๆ ❤️ โรงพยาบาลมะการักษ์



"อาคารดวงแก้วรวมใจ"

ตรวจงานก่อสร้างอาคาร รร.บ้านกุยแห่ย์ ทองผาภูมิ ฉาบก่อเสร็จ ติดตั้งประตูหน้าต่างเรียบร้อย กำลังเริ่มงานฝ้าเพดานครับ ช่วงนี้เป็นการเดินสายไฟ และพัดลมภายในห้องเรียนครับ



**ถวายผ้าอาบน้ำฝนครูจารย์ในพื้นที่ ทองผาภูมิ**

กราบถวายผ้าอาบน้ำฝนและไทยธรรมแด่คจ.ขาว วัดวรรณถาย คจ.สมปองวัดพุรางหมู และคจ.บึงวัดไร่กระเตอ



**8 ส.ค.66 ถวายผ้าอาบน้ำฝน วัดป่าสุนันท**

กราบถวายผ้าอาบน้ำฝนและสังฆทาน ท่านอาจารย์หนูพรหม เจ้าอาวาสวัดป่าสุนันท และรับเป็นเจ้าภาพหลักในการเททองหล่อรูปเหมือนขององค์หลวงตาบ้านตาด เพื่อประดิษฐานไว้ ณ ศูนย์เยาวชน เพื่อให้เป็นหลักให้เยาวชนทั้งหลายที่มาปฏิบัติภาวนาที่วัดแห่งนี้ ได้ระลึกในพระคุณที่ท่านกระทำให้ประชาชนและประเทศชาติตลอดชีวิตท่านครับ



**12 สค. 66 ทำบุญอุทิศให้หลวงปู่อัม/หลวงตา**

ในวัน 111 ปีชาตกาลองค์หลวงตาพระมหาบัว เราไม่ได้ไปกราบท่านที่วัดบ้านตาด แต่เรามาจัดไทยธรรมถวายพระสงฆ์ประมาณ 60-70 วัดที่วัดป่าภูผาผึ้ง ถวายกุศลอุทิศให้หลวงปู่อัม ในโอกาสที่พระสงฆ์ในพื้นที่ประมาณ 70 วัดจะมาราบทำวัตร หลวงปู่ในวันพระที่16สค.นี้ครับ อาจไม่มากนักแต่ก็กระทำด้วยความรักและความเคารพครับ



## 12 ส.ค. 66 รพ.ห้วยน้ำใหญ่ มุกดาหาร

เช้าวันรุ่งขึ้นมาถึงมุกดาหารประมาณแปดโมง เข้าไปกราบท่านอาจารย์แมว วัดพระพุทธบาทดงหลวง ท่านว่าทางรพ.ห้วยน้ำใหญ่มารออยู่เพื่อขอให้ทางมูลนิธิช่วยเรื่องอาคารที่รพ. ท่านอาจารย์พามาคุยที่รพ.ห้วยน้ำใหญ่ พบปัญหาเรื่องอาคารสถานที่ที่น่าจะพอแก้ไขได้แต่ควตั่วอาศัยเวลาสักพักปรึกษาหารือกันก่อนครับ ท่านอาจารย์จะช่วยพิจารณา มอบความช่วยเหลือหลังพิจารณาอีกครั้งครับ แต่ปีหน้าทางมูลนิธิมีกำหนดการสร้างอาคารให้ที่รพ.ช่องเม็กครับ



## 13 ส.ค. 66 วัดดอยธรรมเจดีย์

เช้าออกไปหาซื้ออาหารเพื่อไปใส่บาตรครูจารย์สะอาดที่วัดดอยธรรมเจดีย์ ถวายจันทน์ท่านเสร็จ ก็ไปกราบหลวงปู่ไฉนกัน ท่านมาอาพาธที่วัดดอยและอยู่รักษาตัวอยู่เดือนกว่าแล้ว ไปถึงที่ท่านก็นั่งรออยู่แล้ว ท่านสนทนาเรื่องปฏิบัติภาวนากับคณะเราอยู่สองรอบ ทั้งเล่าเรื่องการปฏิบัติภาวนาของท่านตอนอาพาธ และวิธีออกจากอาการป่วยด้วยภาวนา ย้ายเข้ามาคุยกันที่กุฏิท่านก็ยังย้ำเน้นเรื่องการปฏิบัติ การพิจารณาจากเวทนาและให้ออกจากการยึดติดกับผู้รู้ด้วย แต่เราก็โง่งงเล่าได้แต่รับฟังแล้วจำไว้ การจะเดินตามทางภาวนาท่านคงอีกนานครับ



## วัดถ้ำพระเวส

กราบครูจารย์สนิทและท่านอาจารย์แวน ที่วัดถ้ำพระเวส วัดเก่าของพ่อแม่ครูจารย์ที่ต่างมาปฏิบัติภาวนา ณ ที่นี้กว่าห้าสิบหกสิบองค์โดยครับ ไม่ได้มานานเลยคุยเรื่องสับเพะหะกับท่านอาจารย์แวนอยู่นาน เสร็จแล้วก็ได้ไปสนทนากับท่านอาจารย์สนิทต่ออีกนานเลยครับ ท่านสอนให้ภาวนาทุกอย่างอย่างน้อยห้าระดับ เหมือนต้นไม้ ที่มีทั้งกระพี้-เปลือก-และแก่น ระหว่างชั้นทั้งสามยังมีเยื่อบางๆอีกด้วยรวมเป็นห้าชั้น การภาวนาพิจารณาเรื่องต่างๆก็ต้องระเียดเช่นนี้เหมือนกัน อ่ารวม

เป็นแห่งเป็นก้อน การภาวนาก็ต้องทำต่อเนื่องให้เป็นนิสัย การทำบุญทำทานทำกุศลก็ต้องกระทำได้เป็นฐานในการภาวนาต่อไป กราบอนุโมทนาบุญครับ



**14 ส.ค.66 ดูงานก่อสร้างเจดีย์"กตเวทิตา"และบูรณะวัดฯ**

เข้านั่งรถทัวร์กลับจากมุกดาหารถึงหมอชิตตีสี่ กลับถึงบ้านตีห้าครึ่งก็รวมพล เดินทางต่อไปวัดปากตัญญูตาราม ถวายผ้าอาบนํ้าฝนและไทยธรรม รวมทั้งปัจจัยบูรณะวัดปากตัญญูตารามและฐานองค์เจดีย์"กตเวทิตา"

งานบริเวณพระอุโบสถก็ก้าวหน้าไปพอสมควร ฐานเจดีย์ติดตั้งหน้าต่างประตูแล้วแต่ยังไม่ได้ใส่กระจกครับ กำลังเดินสายไฟอยู่ครับ พื้นรอบโบสถ์เทแล้วแต่ยังไม่มีทางระบายน้ำครับ แต่ทางห้องนํ้าและกุฏิยังไม่ค่อยได้คืบหน้าเท่าไรครับ ท่านเจ้าอาวาส ท่านว่าน่าจะเสร็จทันออกพรรษาเพราะหลังจากเสร็จจะต้องทาสีหม่หมดก่อนงานยกยอดเจดีย์ใน อาทิตย์ที่ 24 ธันวาคม ศกนี้ครับ



**มอบของให้ที่ดูแลสงฆ์อาพาธ "สันติภาวัน"**

นอกจากวัดกตัญญูตาราม สระแก้ว ก็มามอบของให้ที่ดูแลสงฆ์อาพาธ"สันติภาวัน" เขาซอยดาว จันทบุรี สนทนากับท่านอาจารย์วิชิต ที่ดูแลอยู่หลายเรื่องด้วยกันครับ หลักการใหญ่ๆก็เพื่อดูแลพระอาพาธที่ทำให้สงฆ์มั่นคงมั่นใจที่จะสืบวงศ์พระพุทธศาสนา การดูแลก็ต้องเป็นระยะสุดท้ายที่ทำให้ใจได้แล้วเท่านั้น รับผิดชอบสูงสุดหารูป ที่ขาดแคลนมากคือพระที่จะมาดูแลพระอาพาธ ส่วนอาสาสมัครต้องมาอยู่ช่วยอย่างน้อย 7-10 วัน เพราะลำบากในการดูแลอาสาสมัคร ๆ ของที่นำมาถวายวันนี้อาจไม่มากนักแต่ก็เป็นด้วยใจที่ห่วงใยครับ ปัจจัยที่ทางมูลนิธิถวายร่วมกับสังฆทานคือ 10,000 บาทครับ กราบอนุโมทนาบุญ



**ที่พักสงฆ์ป่าหนองเตียนเจริญภาวนา**

นอกจากเขาสอยดาวก็มาเขาศิขณภูฏว่าจะเข้าไปกราบท่านอาจารย์สมบูรณ แต่เวลาไม่พอจึงเลยไปแก่งหางแมว ไปดูที่พักสงฆ์ใหม่ของท่านอาจารย์เฉินที่กำลังสร้างวัดแห่งใหม่ ขณะนี้มีพระอยู่สองรูปดูแลอยู่ครับ ไปดูที่ที่ท่านจะซื้อขยายไปอีก4ไร่ๆละ4แสนบาท เรียนเชิญเพื่อนๆร่วมบุญกันนะครับ เพราะเป็นที่ที่ติดกับวัดอยู่ชั้นกวางวัดกับห้วยครับ คงจำเป็นต้องซื้อไปเพราะถ้าชาวบ้านมาอยู่คงลำบากกับวัดครับ ก่อนกลับก็กราบถวายผ้าอาบน้ำฝน ปานะ และไทยธรรมกับครูบาที่เฝ้าอยู่ด้วยครับ



**ศูนย์ปฏิบัติธรรม นายายอาม**

กราบถวายผ้าอาบน้ำฝน พระอาจารย์แดง ที่เคยช่วยงานวัชรธรรมตั้งแต่วัดแรกๆครับ ท่านบวชแล้วตั้งแต่วัดก่อนเข้าพรรษา บอกว่าจะบวชไม่มีกำหนดลาสิกขาครับ กราบอนุโมทนาบุญครับ



**16 ส.ค.66 กราบทำวัตรหลวงปู่อ๋ม 72 วัด 244 รูป**

ถวายไทยธรรมพระสงฆ์ที่มากราบทำวัตรหลวงปู่อ๋ม เข้านี้ รวม 72 วัด 244 รูปครับ กราบอนุโมทนาบุญกับทุกๆที่มีส่วนในบุญกุศลนี้ะครับ



## กราบถวายผ้าอาบน้ำฝน พระอาจารย์สมปอง วัดपुरางหมู



17 ส.ค.66 กลับคืนรวงรัง แพทย์จุฬา (MDCU Talk 2023)

กราบแทบเท้าครูบาอาจารย์ด้วยความเคารพรักเสมอ

วันนี้ นับว่าเป็นโอกาสที่ได้มาพูดคุยกัน ณ ที่นี้ ผมจึงอยากเรียนให้ครูบาอาจารย์และพี่น้องเพื่อนๆทุกท่านให้ทราบว่า เรื่องราวใดๆที่ได้กระทำลงไปแล้วนั้น มีอาจสำเร็จลุล่วงได้เลย ถ้าไม่ได้พระคุณครูบาอาจารย์ที่อุทิศตน มอบความรู้ ประสบการณ์ สร้างแรงบันดาลใจ และสอนคุณค่าแห่งการเป็นแพทย์ให้ นอกจากนี้ยังมีเพื่อนๆ รุ่นพี่รุ่นน้อง ที่ให้ความช่วยเหลือกันและกันตลอดมา และในการทำงานทุกอย่าง ยังมีบุคคลรอบข้างที่ยังให้ความช่วยเหลือเรามากมาย บางครั้ง เรายังมีอาจทราบได้ด้วยซ้ำไป

สิ่งเหล่านี้ประดุจดัง สายลมใต้ปีก ที่คอยผลักดันให้นกตัวน้อยนี้ บินสูง สู้อากาศที่กว้าง สู่อากาศและความสำเร็จที่ รอคอยอยู่เบื้องหน้า นกน้อยๆที่เฝือบินสู้อากาศที่กว้าง ตัวแล้วตัวเล่าที่ออกจากสถาบันการศึกษาแห่งนี้ไป ลำพองนกตัวน้อยๆ เหล่านี้ คงมีอาจเฝือบินสู้อากาศที่ไกลแสนไกลได้ ถ้าขาดแรงลมใต้ปีก ที่แม้มีอาจมองเห็นได้ด้วยสายตา แต่สามารถสัมผัส ได้ด้วยใจ สายลมแห่งความรักความปรารถนาดี สายลมที่แสนอบอุ่นและทรงพลังนี้ จะคอยผลักดันช่วยเหลือนกน้อยๆ เหล่านี้ให้อยู่เสมอ ดังที่เราได้พบเห็นว่าพี่น้องแพทย์จุฬาของเราได้ประสบความสำเร็จสร้างประโยชน์คุณูปการมากมายต่อ ประเทศชาติและสังคมแห่งนี้ตลอดมา และเมื่อถึงวันเวลาหนึ่ง ผมเองก็อยากจะขอให้พวกเราทุกคนจะพร้อมที่จะเป็นเสมือน ดัง “สายลมใต้ปีก” ที่จะคอยผลักดัน น้องๆรุ่นต่อไป ในสังคมแห่งนี้ ให้เฝือบินสู้อากาศที่กว้าง อย่างมีความสุขประสบความสำเร็จ สร้างประโยชน์แก่ตนเองและเพื่อนมนุษย์ที่กำลังตกทุกข์ได้ยากในสังคมนี้ต่อไป

ดังคำของสมเด็จพระราชาธิบดี ที่ตรัสไว้ว่า

“ ขอให้ถือประโยชน์ส่วนตน เป็นที่สอง

ประโยชน์ของเพื่อนมนุษย์ เป็นกิจที่หนึ่ง

ลาภทรัพย์และเกียรติยศจะตกแก่ท่านเอง

ถ้าท่านทรงธรรมะแห่งอาชีพ ไว้ให้บริสุทธิ์ ”

ขอขอบคุณ กระแสลมแห่งปัญญาและความรัก อันแสนอบอุ่น จากคุณครูและผู้คนที่เสียสละผลักดัน สนับสนุนพวกเราทุกคน จนประสบความสำเร็จในชีวิต ด้วยความเสียสละที่ไม่เคยมุ่งหวังสิ่งตอบแทน เป็นความรักที่ปราศจากเงื่อนไขหรือผลประโยชน์ใดๆ สายลมใต้ปีกนี้ จะคอยเตือนเราให้กระทำแต่คุณงามความดี ต่อประเทศชาติบ้านเมืองและสังคมนี้ตลอดไป สุดท้ายนี้ กระผมขอกราบขอพระคุณครูบาอาจารย์ที่มีเพียงแต่สอนให้ศิษย์เป็นแพทย์จุฬาที่สมภาคภูมิคนหนึ่ง แต่ยังสามารถเป็นแพทย์ที่ได้ช่วยเหลือผู้คนที่ตกทุกข์ได้ยากในสังคมของเราได้อีกด้วย

กราบขอพระคุณ สายลมใต้ปีกนี้ ...ด้วยความรักและเคารพตลอดไป..#ลมใต้ปีก



## 17 ส.ค.66 ส่งเสริมรุ่นน้องๆ ต่อไป



ทำบุญสนับสนุนการศึกษาของน้องๆ ทุกๆ ปีเป็นประจำ ปกติเรา มาบริจาคปลายปี แต่ปีนี้ มีโอกาสดีได้กลับมาเยี่ยมครูอาจารย์ ขอทำเร็ว หน่อย แม้ปีหลังๆ นี้ลดลงบ้างเพราะภาระมากขึ้น แต่ก็จะทำเป็นประจำ ทุกๆ ปีตลอดไปครับ ร่วมทำบุญซื้อหนังสือให้พี่น้องชาวแพทย์จุฬาได้อ่าน ศึกษาพัฒนาตนช่วย เหลือผ.ป.ต่อไป เพราะระลึกในถิ่นแดนกำเนิดแพทย์ จุฬานี้ด้วยความรักเคารพเสมอ กราบครูอาจารย์ทุกท่านที่กรุณาประสิทธิ์

ประสาทวิชาให้จนมาเป็นแพทย์ได้อย่างทุกวันนี้ ถึงแม้จะมีได้ทำตัวให้ครูอาจารย์ได้ชื่นชมรักในวัยเรียนแต่ก็เพียรทำตนเป็น แพทย์ที่ดีช่วยเหลือผู้คนที่เดือดร้อนมาโดยตลอด กราบขอบพระคุณครับ

## 19 ส.ค. 66 ทำความสะอาดวัชรธรรมสถาน 1



เข้าถวายจันทน์ท่านอาจารย์ฐา เสร็จก็ทำความสะอาดอาคารต่อๆ กัน หอธรรม อาคารพักผ่อน อาคารหอฉัน ห้องน้ำฯ จนบ่ายสามโมงก็เตรียมตัวกันไปปฏิบัติภาวนา ณ พระปฐมเจดีย์

## ภาวนาสัจจ 8/66

คณะปฏิบัติภาวนาเกือบยี่สิบชีวิต รวมตัวกัน สวดมนต์ทำวัตรเย็น และเข้าที่พักปฏิบัติภาวนา พักตอนห้าทุ่ม เข้า ห้องน้ำเสร็จก็เดินประทักษิณรอบองค์พระปฐมเจดีย์ แล้วสนทนาแลกเปลี่ยนประสบการณ์การปฏิบัติกันเล็กน้อย เพียงคืน ก็นั่งภาวนาต่อจนเช้าตีห้า ทำวัตรเช้า หกโมงไปซื้อปลา-กบ-หอย ไปปล่อยที่ท่าน้ำวัดวงตะกู เสร็จแล้วก็มาทานอาหารเข้า ถวายจันทน์ท่านอาจารย์ฐาที่ร้านปฐมโภชนา ก่อนจะกลับไปทำความสะอาดที่วัชรธรรมต่อครับ

แบ่งปันธรรม

เพื่อนๆ เรียบางคนบ่นว่าไม่สงบใจฟังตลอด :

: การภาวนา แม้พวกเราต้องการความสุขความสงบ แต่ปกติของใจ มักคิดฟุ้งไปในอดีตและอนาคตเสมอ ความคิด ผุดขึ้นมาตลอดเวลา การจะตั้งใจให้สงบ คงต้องใช้ปัญญา พิจารณาเรื่องนั้นให้จบลง ใน-ไตรลักษณ์-เป็นเช่นนั้นเอง-เรื่องใน โลกเป็นไปตามเหตุปัจจัย มิได้เป็นไปตามใจเรา- เป็นต้น

: ศิล ที่ไม่บริสุทธิ์ มักทำให้ใจไม่สงบไปด้วย เพราะทำให้เกิดนิรวรณได้ง่าย

: ใจที่ไม่สงบ-ที่พบได้บ่อยๆ คือ สติไม่ต่อเนื่อง แค่ตามลม-เข้าออกก็ต่อเนื่องไม่ได้นาน คำบริกรรมก็หลุด ความคิดผุดขึ้นมาแทน

การภาวนา : ถ้ายังเป็นการส่งเสริม เพิ่มพูน ตัณหา-ความอยาก ในใจตน

ก็ไม่อาจเป็นบุญกุศลได้ ยิ่งภาวนา ยิ่งเกิดอกุศล ใจวิ่งไปมาระหว่างอดีต-อนาคต มีแต่พอใจ-ไม่พอใจ ใจจะสุขสงบได้อย่างไร ต้นกล้าแห่งบุญกุศล จะงอกเงยได้เช่นไร? ยิ่งสร้างภพสร้างชาติ วุ่นวายในวัฏฏะนี้เอง

ทำบุญ-เห็นบุญไหม?

การกระทำใดๆ ที่เราคิดว่าเป็นบุญ ก็น่าจะเข้าใจใช้ปัญญาพิจารณาว่าเป็นบุญได้อย่างไร ถ้าทำไปคิดว่าเป็นบุญ อาจไม่ได้บุญก็เป็นไปได้ ในศาสนาเราจึงมักใช้คำว่า "บุญกุศล" กุศล-คือปัญญา บุญ-ความสุข ความสุข-อาจมาด้วยความศรัทธาที่ปราศจากปัญญา คืออาจไม่ได้เกิดจาก "บุญกิริยาวัตถุ10" ก็ได้ เพราะบางคนแค่กราบไหว้ผีปีศาจ ก็นึกว่าได้บุญมีความสุขแล้ว!!! ถ้าเป็นเช่นนี้ ปัญญาก็ไม่เกิด-ไม่อาจได้ใช้ บอกว่าภาวนาๆ แต่ยิ่งภาวนายิ่งเขี้ยวอก-ปิ้งอกกันหมดแล้วครับ



## 20 ส.ค. 66 ทำความสะอาดวัชรธรรม 2

กลับจากภาวนาสัจจจร ก็กลับมาทำความสะอาดอาคารสถานที่ ณ วัชรธรรมสถานก่อน ทำบุญกุศล ปฏิบัติภาวนา-ปล่อยปลา ให้ชีวิต ต่อด้วยดูแลรักษาสถานปฏิบัติธรรม นับเป็นบุญใหญ่ทีเดียวครับ ใจเท่านั้นเป็นที่เกิดของบุญ เจตนาเท่านั้นที่ตัดสินได้ว่า " บุญหรือกรรม " ขอบุญกุศลจงบังเกิดแก่ใจของเพื่อนๆทุกคนที่ทำงานตลอดไปครับ แต่ความเป็นมนุษย์ ก็คงมีทั้ง กุศล และ อกุศล สลับกันไป ใจที่เข้มแข็ง สติปัญญา คือ สิ่งที่จะใช้ต่อสู้กับใจที่เติบโตไปด้วยเรื่องส่วนตัว ผลประโยชน์ที่จะได้ก่อเกิดกับตนเท่านั้น



**21 ส.ค. 66 โรงเรียนบ้านกุยแห่ย์ ทองผาภูมิ**

อาคาร"ดวงแก้วรวมใจ" รร.บ้านกุยแห่ย์ ต.ลิ้นถิ่น อ.ทองผาภูมิ กาญจนบุรี เป็นรูปเป็นร่างแล้วครับ กำลังทาสี เก็บรายละเอียดต่าง ๆ อยู่ครับ ทางโรงเรียนมีความต้องการอาคารสำหรับให้นักเรียนทำกิจกรรมจึงได้ติดต่อขอความอนุเคราะห์มายังมูลนิธิดวงแก้วฯ ขอสร้างอาคารเรียน ขนาด3ห้องเรียนกิจกรรม ยกพื้นสูง งบประมาณ 2.5ล้านบาท มูลนิธิดวงแก้วส่งกรรมการ ไปดูสถานที่และความจำเป็นแล้ว ปรากฏว่ามีความจำเป็นจริง จึงได้เริ่มโครงการก่อสร้าง อาคาร "ดวงแก้วรวมใจ" เพื่อให้รร.บ้านกุยแห่ย์ ตั้งแต่เดือนเมษายน ที่ผ่านมาครับ



**23 ส.ค. 66 ทำความสะอาดวัชระธรรม 3**

ก่อนอบรม 1 วัน ช่วยกันทำความสะอาดอีกครั้ง ถูต้นฝุ่นตามอาคารต่างๆ เสร็จก็จัดหอธรรม โรงอาหาร หอฉัน ที่พักชายหญิง ปัญหาเดิมก็ขึ้นจิ้งจกเยอะมากๆ แต่ที่เจอเพิ่มอีกคือ เจ้านกปากห่าง กว่าห้าสิบตัว มาอาศัยที่ลานโพธิ์ ทั้งชน ทั้งอุจจาระถ่ายไว้เลอะไปหมด ต้องล้างขัดกันกว่าสี่ห้าชั่วโมงได้ครับ ปัญหาที่หอธรรม สายไฟเครื่องเสียงที่ส่งออกมาด้านนอกคงขาด ไม่มีเสียงออกมาเลยครับ ปัญหาเยอะมากครับ ใครมีกำลัง เรียนเชิญมาช่วยกันแก้ไขนะครับ



## 24 ส.ค. 66 นกปากห่างบุกวัชรธรรม

คืนนี้มาดูนกที่ลานโพธิ์ แรกไม่ว่านี้เป็นร้อยๆนี้ว่าเป็นแค่ห้าสิบหกสิบ เห็นแล้วตกใจไม่ทราบจะแก้ไขอย่างไรดี สัตว์สงวนด้วยครับ เอาไฟส่องให้เสียงดังๆก็บินไปบินมาอยู่ในวัชรธรรมไม่หนีไปไหนเลยครับ



## 25 สค 66 อบรมภาวนา กับคุณหมอมรา 1

คุณหมอเมตตาสอนเราสองเรื่องใหญ่ๆครับ 1. ภาวนาก็เป็นอย่างนี้ 2. ภาวนานี้ให้ศึกษาตัวเราเอง พี่แป้นสอนพวกเราอย่างง่าย ๆ มาอารมณ์ขันสนุกสนาน แต่เป็นธรรมที่นำมาปฏิบัติได้ มีตัวอย่างที่เคยปฏิบัติมาแล้ว ยิ่งตอนกลางคืน ช่วงเวลาตอบปัญหาที่น่าสนใจติดตามมากครับ



## 26 ส.ค. 66 อบรมภาวนากับพญ.อมรา

วันที่สองของการปฏิบัติภาวนา คุณหมอแป้นสอนเรื่องการเดินมรรคอย่างหยาบและอย่างละเอียด ท่านอาจารย์ฐาเมตตาแสดงธรรมเรื่องขันธห้า เมื่อคืนเสร็จกิจที่หอธรรมสี่ทุ่มทำความสะอาดหอธรรมเสร็จ ธรรมบริกรรมก็นั่งภาวนากันต่อที่สนง.จนเที่ยงคืนจึงเลิก พอออกจากสนง.งูเหลือมตัวใหญ่เกือบสามเมตรมารอรับบุญอยู่หน้าห้องเลยครับ ไม่ได้พบเจอกันนาน รีบมารับบุญ นำรักมากครับ ขอขอบพระคุณพี่สุเมธที่กรุณาส่งช่างมาดูแลเครื่องเสียงให้ครับ แก้ไขเรียบร้อยเสียงดังฟังชัดแล้วครับ



## 27 ส.ค. 66 วันสุดท้ายของการอบรม

ขอบพระคุณอาจารย์คุณหมอมรา ที่เมตตาให้ความรู้ปฏิบัติภาวนา ณ วัชรธรรมสถานแห่งนี้ คณะศิษย์ทุกคนขอกราบขอบพระคุณ



**เตรียมงานหล่อยอดเจดีย์ 24 ก.ย.66**

ไปดูแบบยอดเจดีย์ที่โรงหล่อวิบูลย์ เตรียมงานเทพของหล่อยอดเจดีย์ปลายเดือนหน้า24กย หลังปิดการอบรม ณ วัชรธรรมสถาน 22-23-24 ก.ย. โดยมีครูบาอาจารย์หลวงพ่อบุญมี เมตตาเป็นประธาน กราบเรียน เรียนเชิญ เพื่อนๆ ทุกท่านร่วมพิธีเทพของหล่อยอดพระเจดีย์ "กตเวทิตา" เพื่อประดิษฐาน ณ วัดป่ากตัญญูกตวาม สระแก้ว ในวันอาทิตย์ ที่ 24 ธันวาคม ศกนี้ นะครับ



**29 ส.ค. 66 รพ.ดงหลวง - "อาคารหลวงปู่อ๋ม 87 ปี"**

อาคารหลวงปู่อ๋ม ที่พวกเราช่วยกันสร้างถวายเพื่อบูชาคุณองค์ท่าน ปัจจุบัน เริ่มทำเสาขึ้นสองแล้วครับ งานวันที่ 5 ใน 19 งวดแล้วครับ อาจเข้าไปหน่อยแต่ก็ไปได้เรื่อยๆ ครับ

