

ธันวาคม 2564

4 ธค. ถวายจันทน์ครูอาจารย์ทวี

เช้าถวายจันทน์ ไทยธรรม สังฆทาน ผ้าห่มและเสื้อผ้าสำหรับชาวบ้าน แต่ครูจารย์ทวี เสร็จแล้วมีโอกาสสนทนาธรรมกับท่านจนสิบโมงกว่าจึงได้ลากลับ มีอาจารย์ประดิษฐ์พามาส่งบ้านครูน้อยที่ไปกระทิงที่เราฝากรถไว้ ขอบขอบคุณทุกท่านมากนะครับ



ของฝากจากบางกะมา

1. ครูจารย์ท่านว่าการที่จะบรรลุธรรมนั้นมีหลายระดับตามเจตนาที่ตั้งไว้ ตั้งแต่ สวากกมุณี พระอัครสาวก พระปัจเจก พระพุทธะ ฯ เวลาแม้ยาวนานแตกต่างกันมากแต่บารมีก็แตกต่างกันด้วย การจะเป็นพระพุทธเจ้าเองก็ใช้เวลาต้องสร้างบารมี ตั้งแต่ 4, 8 หรือถึงแม้ 160สงไขย ให้เราเลือกเอาเองว่าจะสร้างบารมีต่อไป โดยต้องอดทนต่อเรื่องต่างๆมากมายเช่นทุกวันนี้ ..หรือจะจบเสียโดยเร็ว เพราะต่างก็ทราบแล้วว่า...ชีวิตสั้นมีแต่ทุกข์เท่านั้น

2. สำหรับเรื่องหาผู้สอนภวานานั้น การที่จะเป็นครูผู้สอนธรรมแก่ผู้อื่น ตนเองควรรู้จริงและปฏิบัติได้เองแล้ว..ก่อนสอนผู้อื่น ธรรมะแม้กล่าวได้ถูกต้องแต่ถ้าสอนจากผู้ไม่บริสุทธิ์ก็อาจมัวหมองได้เช่นกัน แต่ธรรมะใดๆที่ออกจากผู้บริสุทธิ์แล้วล้วนบริสุทธิ์ทั้งสิ้น ดังอาหารที่สะอาด เมื่อนำมาใส่ในภาชนะที่สะอาดย่อมสมควรแก่การรับทาน แต่ถ้านำอาหารนั้นมาใส่ในภาชนะที่สกปรก ย่อมไม่สมควรต่อการรับทานเพราะย่อมสกปรกไปตามภาชนะนั้นๆเป็นต้น

3. พ่อแม่ครูจารย์บ้านตาเคยสอนท่านอาจารย์ทวีที่วัดป่าหนองกองว่า... ธรรมะล้วนอยู่รอบกายเรา... เพียงมองเห็น สัมผัสได้..และนำมาพิจารณาที่ล้วนเป็นธรรมะทั้งสิ้น เช่นพิจารณารูป พิจารณาภายนอกภายในของสิ่งมีชีวิตเช่นสัตว์ หรือไม่มีชีวิตเช่นต้นไม้ภูเขา ก้อนหิน นำมาพิจารณาเทียบกับกายของเราเป็นต้น เราอาจสามารถเรียนรู้ได้ตลอดวันเวลาโดยไม่รู้เบื่อเลย จะต้องรอฟังธรรมะจากผู้ใดไปทำไม?

4. สำหรับเรื่องการส่งเสริมการปฏิบัติภาวนาของมูลนิธิฯนั้นคิดแล้ว ทั้งที่วัชรธรรมและที่สุสาน แต่การจะหาครูอาจารย์มาสอนนั้นยากมาก ไม่รู้จะมีใครที่จะเสียสละมาสอนให้ ท่านว่าให้เรานั้นแหละสอนเอง แต่สอนในสิ่งที่ตนรู้และทำได้ก่อน อย่าสอนเกินไปในสิ่งที่ไม่รู้จริง อย่าเป็นคนตาบอดจูงคนตาบอด จะหลงทางได้

5. ทางปฏิบัติแบบลัดสั้นนั้นมีหรือไม่? ท่านว่าที่สิ้นสุดก็ต้องทิ้งวิชาให้ได้มันยากนะ แล้วจะทำเช่นไรครับ? ท่านว่า.....สักแต่ว่ารู้.....สิ้นสุดแล้ว (สัมผัสใจจากสิ่งรับรู้ทั้งหมด สัมผัสแล้วให้รู้ รู้แล้วก็วางด้วยปัญญาเสีย)

กราบครูอาจารย์ประกอบ

กลับจากบางกะมา แวะกราบท่านอาจารย์ประกอบ วัดป่ามหาไชย นำไทยธรรมมาถวายท่านเล็กน้อย สนทนาธรรมและเรื่องต่างๆกันพอสมควร เรื่องวัดใหม่สาขาท่าน4แห่งเสร็จไปสามแห่งเหลือที่เชียงใหม่อีกหนึ่งแห่งครับกำลังดำเนินการครับ วันนี้ท่านกำลังสร้างกำแพงวัดด้านหน้าใหม่ครับดอกเสมาเข้มแล้วกำลังเตรียมทำตอม่อครับ คุณกันเรื่องการปฏิบัติ ท่านว่าที่วัดท่านให้ทุกคนปฏิบัติตามข้อวัตรประจำวัน และให้มีเวลาให้ปฏิบัติเองด้วย อุโบสถใหม่เกือบเสร็จแล้ว เหลือแต่กระเบื้องภายในที่กำลังทำอยู่ครับ ก่อนลากลับเรายังได้กราบขอโอกาสจะขอมาทำกิจกรรมของมูลนิธิร่วมกับท่าน ท่านอนุญาต แต่ให้ติดต่อไปก่อนจะได้มีเวลาปรึกษาเตรียมงานครับ



5 ธค.64 ผ้าห่ม ที่ถวายครูจารย์มานะ ผู้ ศาสนทายาท

ครูจารย์ มานะ ฉันทสารโร เจ้าอาวาสวัดป่าเทิดพระเกียรติสิรินธร อ.นาแห้ว มาเป็นเจ้าภาพถวายภัตตาหารเช้า-เพล และนำผ้าห่มคลายหนาว จากมูลนิธิดวงแก้วฯ มามอบให้แก่สามเณร ศาสนทายาท ถวายเป็นพระราชกุศลแด่ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ณ โรงเรียนนานาชาติสาธิตมหามกุฏราชวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ในพระสังฆราชูปถัมภ์เจ้าพระคุณสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ต.โพนสูง อ.ด่านซ้าย จ.เลย





ครูจารย์เสถียร มอบผ้าห่มและเครื่องกันหนาว

ครูจารย์เสถียรมอบผ้าห่ม-เครื่องกันหนาวที่มูลนิธิดวงแก้วนำไปถวาย แก่ชาวบ้านวัดถ้ำพระภู่วัว และ วัดป่าคุณวาราม ถวายเป็นพระราชกุศล แต่ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร กราบอนุโมทนาบุญกับทุกๆท่านที่มีส่วนในบุญกุศลนี้ นะครับ



6 ธ.ค.64 มอบผ้าห่มเครื่องกันหนาวแก่ชาวบ้านดงหลวง

ครูจารย์เมฆกรณาช่วยประสานจัดการให้พวกเราได้มอบผ้าห่มเครื่องกันหนาวให้แก่ชาวบ้านเขตดงหลวง เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล แต่ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร

อากาศเริ่มหนาวแล้วครับกลางคืนประมาณ 12 องศาได้ แม้แต่พวกเรายังหนาวกันเลยครับ รู้สึกดีนะคะ ครับที่พวกเราได้มี โอกาสช่วยแบ่งเบาความทุกข์จากภัยหนาวของพวกเขาได้บ้าง แม้ไม่มากแต่ก็ด้วยความรัก ความปรารถนาดีจากพวกเราทุกคนครับ กราบอนุโมทนาบุญกับทุกๆท่านครับ





ธรรมะจากดงหลวง

กราบถวายผ้าห่มเครื่องกันหนาว ไทยธรรมแด่พ่อแม่ครูอาจารย์ ท่านแมว ท่านสอาด ท่านวินัย ฯ รวมทั้งเตรียมถวายครูจารย์ที่อาศัยในพื้นที่ป่าเขาบริเวณดงหลวงอีกประมาณ 40 รูป พระสงฆ์เหล่านี้มุ่งการปฏิบัติภาวนา ไม่มุ่งหาลาภสักการะใดๆ เราจึงปวารนาขออุปฐากท่านในเรื่องต่างๆ แบ่งเบาท่านบ้างเล็กน้อยๆก็ยังดีครับ เย็นธค.เรามาถึงวัด สวดมนต์ทำวัตรที่บริเวณรอยพระพุทธรบาท ครูจารย์แมวท่านให้ธรรมโอวาท และพานั่งสมาธิภาวนาจนสี่ทุ่มก่อนที่เราจะไปนั่งภาวนาต่อที่ศาลาจนเช้าครับ อากาศยามค่ำคืนค่อยๆหนาวขึ้นๆ จนผ้าห่มเอาไม่อยู่ การภาวนาเฝ้าดูความหนาวที่ปรากฏจากกายเรานั้น ทำให้เข้าใจคำสอนท่านแมวได้ดียิ่งขึ้น พิจารณาไปมาจนลืมความหนาวไปได้จนเช้าจึงออกไปช่วยเตรียมอาหารที่ครัวและช่วยกันจัดของเตรียมมอบให้กับชาวบ้านทั้งหลายต่อไป

♡ ของฝากจากลานพระพุทธรบาท

ทาน-การทำบุญให้ทาน ช่วยลดความยึดมั่นในตัวในตนเราออกไป ขจัดความตระหนี่จากใจ ช่วยพัฒนา-เมตตาภาวนา เพิ่มความรักความปรารถนาดีจากใจของตนไปสู่สรรพสัตว์โดยรอบ ทำให้ใจมีความสุข สงบ การรักษาศีล ทำให้เราสามารถขจัดเคลกิเลสหายๆออกจากใจ มีการระมัดระวังในกายและวาจาไม่ให้เกิดโทษในสิ่งไม่ดี สำรวมระวังในกายและวาจาไม่ให้เกิดโทษกับตนเองและผู้อื่น นามาสู่ใจที่สงบ ไม่กังวล

การทำสมาธิ ช่วยควบคุมจิตใจ ไม่ให้คิดฟุ้งซ่าน โดยเฉพาะความคิดในทางที่ผิดต่างๆ และทำให้ใจสงบมีความสุข เป็นพื้นฐานของการปฏิบัติภาวนา เพื่อสามารถพิจารณาให้เห็นความเป็นจริงที่เกิดขึ้นกับกายและใจนี้

การภาวนา แม้จะเป็นของที่อยู่เหมือนยากลำบาก (ครูจารย์เบนท่านว่าเหมือนเข็นครกขึ้นภูเขา) แต่เมื่อเราปฏิบัติอยู่ในกรอบของ ศีล สมาธิ ปัญญา ตามที่พ่อแม่ครูอาจารย์สั่งสอนแล้ว การภาวนาของเราย่อมเจริญขึ้นแน่นอน เหมือนเด็กๆที่ค่อยๆเจริญขึ้นโตขึ้นในทุกๆวัน เห็นทุกๆวันอาจไม่รู้ แต่กลับมามองดูจะเห็นว่าพัฒนาขึ้นได้จริงๆ จงอย่าท้อถอย อย่าทำผิดไปจากแนวทาง ศีล สมาธิ ปัญญา

การปฏิบัตินั้น พ่อแม่ครูจารย์สำคัญมากๆ ท่านยกตัวอย่างท่านอาจารย์เบน ที่อดทน เคียวเจริญ ศิษย์ของท่าน ทั้งทำตัวให้เป็นแบบอย่าง ทั้งอบรมสั่งสอน ดูว่ากล่าว แม้วาระสุดท้ายที่ท่านอาพาธ ยังอดทนมาสอนศิษย์ที่ศาลาใหญ่ทุกวันจนวาระสุดท้าย ท่านให้ความรู้ทั้งทางโลก ทางธรรม การให้ทาน รักษาศีล ภาวนา งานก่อสร้าง ทั้งวัดเจติยรรพ.ฯลฯ ก่อเกิดสาธารณประโยชน์ อย่างมากมาย นับเป็นแบบอย่างที่ดียิ่งจริงๆ

การอบรมปฏิบัติภาวนา ต้องการความสงบ ทั้งภายนอกและภายใน ความเจ็บภายนอก มักก่อให้เกิดความสงบภายใน ครูจารย์ท่านจึงแนะนำให้ศิษย์ของท่าน หลีกเร้น หาที่สงบเงียบเพื่อปฏิบัติภาวนา ไม่ให้ยุ่งเกี่ยวกับเรื่องโลกภายนอกมากเกินไป เพราะจะทำให้จิตใจไม่สงบ

การภาวนาเริ่มที่ตนเอง ให้พิจารณาให้เข้าใจ กายนี้ใจนี้ แก่ไข ปรับปรุงพัฒนาใจนี้ ไม่ใช่ให้ไปเปลี่ยนแปลงแก้ไขใครหรือสิ่งใดภายนอก ธรรมเกิดได้ในใจนี้มีใช้ภายนอก คุลิ่งที่มากระทบภายนอก ย้อนเข้ามาศึกษา กายใจนี้



วัดป่าภูไม้ฮาว

กราบท่านอาจารย์ครุฑิต ที่วัดภูไม้ฮาว พอดิตรรางเสียเลยได้โอกาสดีได้เดินขึ้นเขาระยะทาง300เมตร ได้อากาศบริสุทธิ์เต็มปอดกันทุกคนครับ คริสรับอาสาแบกน้ำยาล้างใหญ่ขึ้นเขาเอง...เก่งมาก ส่วนของอื่นก็ไม่หนักแล้วครับ วัดเปลี่ยนแปลงไปมากจากตอนที่เราบวชที่ภูผาผึ้ง ท่านยังคงใจดีเหมือนเดิม คุยกันเรื่องการสอนอบรมปฏิบัติภาวนา ท่านเคยมาสอนที่วัชรธรรม เลยเรียนท่านว่าตอนนี้ต้องปิดไปจากโควิด มีผู้คนมาอยู่ปฏิบัติกับท่านหลายคนทั้งหญิงชาย ที่วัดสงบเงียบดีมากครับ พื้นที่เป็นส่วนตัวมาก คณะเรากราบถวายปัจจัยไทยธรรมท่านก่อนลากลับครับ



ร่วมสร้างเจดีย์หลวงปู่แสน

ก่อนกลับกทม.คณะเราแวะกราบหลวงปู่แสน-ณ วัดป่าภูกะโล้นและร่วมปัจจัยแสนบาทเพื่อร่วมสร้างเจดีย์ถวายหลวงปู่ครับ ขณะนี้ฐานรากทำมาได้มากแล้วครับ ใช้จ่ายไป2ล้านบาทแล้วครับ ครูจารย์จากวัดสาขาหลวงปู่แบบ จากสวนป่า จากภูผาผึ้งและวัดใกล้เคียง ล้วนมาร่วมแรงกายแรงใจสร้างถวายหลวงปู่ครับ คนงานน้อยมาก ส่วนใหญ่เป็นแรงงานพระสงฆ์ทั้งนั้นครับ เพื่อนๆท่านใดมีศรัทธาเรียนเชิญโอนปัจจัยไปร่วมท่านสร้างเจดีย์กันนะครับ กราบอนุโมทนาบุญด้วยครับ แวะมากไปหน่อยกว่าจะกลับถึงบ้านสี่ทุ่มครึ่งได้ครับ เพื่อนๆในคณะลำบากกันเลย กราบขอภัยด้วยครับ วันนี้วันเกิดน้องกาญจนาเลยได้โอกาสทำบุญใหญ่เลยนะครับ รวมค่าใช้จ่ายทริปนี้ 273,956 บาทครับ



8 ชค.64 ส่งเครื่องกันหนาวสู่วัดป่าเขปะหละ พระอจ.ซ่ง

ท่านอจ.ซ่งเมตตามารับเสื้อผ้ากันหนาว ของเล่นเด็ก ตุ๊กตาฯ สำหรับเด็กๆชายคน ที่อุ้งผาง โดยท่านจะมอบในวันเด็กอีกหนึ่งเดือนข้างหน้าครับ



10 ชค. 64 กราบครูจารย์ พญ.อมรา

กราบสวัสดีปีใหม่พี่แป้น -อาจารย์แพทย์หญิงอมรา มลิตา ครูอาจารย์ที่เราพยายามยึดท่านเป็นแบบอย่างตั้งแต่เข้ามาภาวนาที่วัดป่าบ้านตาด ทุกครั้งที่ได้สนทนากับพี่แป้น จะได้ฟังเรื่องดีๆ สมัยอยู่กับพ่อแม่ ครูอาจารย์หลวงตาพระมหาบัวและครูจารย์สิงห์ทอง รวมทั้งยกตัวอย่างให้กำลังใจในการทำงาน ในการดำเนินชีวิตที่มีคุณค่าอย่างมากทุกครั้งเสมอ วันนี้พาน้องภาณูฯ ท่านประธานคนใหม่มาฝากตัวกับพี่แป้นด้วย ปีหน้าพี่แป้นให้เวลาเรามาสอนภาวนาที่วัชรธรรมสถานสองครั้งด้วยกันครับ ดีใจจัง คุยกันเรื่องการปฏิบัติภาวนา ท่านว่าปัจจุบันเปลี่ยนไป คนรุ่นใหม่สนใจการปฏิบัติที่สามารถใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน หน้าที่การงาน ซึ่งแตกต่างจากสมัยที่เราถูกอบรมสั่งสอนกันมาในสายวัดป่าเมื่อก่อน รู้แบบจึงอาจต้องเปลี่ยนแปลงบ้าง แต่เนื่อใน หรือหลักการปฏิบัติภาวนาก็ไม่หลุดห่างไปจากสติ ไม่ออกไปจาก ศีล-สมาธิ-ปัญญา ซึ่งผู้สอนผู้ให้ความรู้ จึงอาจต้องปรับแต่งวิธีการไปบ้าง เราเองก็เรียนให้ท่านทราบว่า ไม่อยากจะละทิ้งการส่งเสริมการปฏิบัติภาวนา สำหรับผู้สนใจ โดยนำเอาสิ่งที่พ่อแม่ครูอาจารย์ถ่ายทอดมาส่งต่อไป โดยหวังว่าสักวันคงจะเกิดประโยชน์กับผู้อื่นบ้าง ปีหน้าเราจึงเอาหลักสูตร ภาวนา ณ สุสาน มาสืบต่อการปฏิบัติภาวนาที่วัชรธรรม ซึ่งกว่าจะเปิดได้อีกครั้งคงกลางเดือนหน้าครับ



บริษัทจัมเวย์

จากการที่ คุณคริส ลูกชายท่านประธานคู่ จาก บริษัทจัมเวย์ที่เคยช่วยทำขาตั้ง โซลาร์เซลล์ให้พี่น้องเรา ที่คอยแม่ตื่นเมื่อกลางปีที่ผ่านมา เธออยากไปร่วมงานกับพวกเราอีก จนเมื่อสัปดาห์ก่อน เธอไปมอบเครื่องกันหนาวที่คงหลงร่วมกับพวกเราด้วยครับ กลับมาเธอก็คุยกับที่บ้าน ช่วยกันเตรียมที่นอนหมอนมุ้งและผ้าห่มอยากมอบให้พี่น้องเราทางชนบทด้วย วันนี้เธอจึงชวนพวกเราไปดูของกันที่บริษัท และวางแผนจัดส่งให้พี่น้องชนบทเราตามจุดต่างๆที่เหมาะสมต่อไป ภายในเดือนนี้ครับ กราบอนุโมทนาบุญกับครอบครัวคริสด้วยนะครับ ทั้งนี้ยังได้ทราบข่าวจากท่านประธานคู่ ว่า ท่านธรรมาจารย์สร้างเหยินจะวิถีโอคอลลมาคุยกับพวกเราช่วงปีใหม่นี้ สำหรับโครงการใหม่ๆที่มีมูลนิธิดวงแก้วจะได้เริ่มงานในปีหน้านี้ด้วยครับ กราบระลึกในความเมตตาของครูอาจารย์ ท่านธรรมาจารย์สร้างเหยินนะครับ



11-12 ธ.ค. 64 ภาวนา ณ สุสาน

คณะเรา 10 คนกับท่านอ.ฐาอิก 1 รวม 11 คน ไปปฏิบัติภาวนาร่วมกันที่สุสาน เจริญกรรมานุสติกันถึงแม้จะเป็นเวลาไม่นานนักแต่ก็เป็นการภาวนาที่ใช้เวลาได้อย่างคุ้มค่าครับ เริ่มจากพูดคุยสนทนาพอรู้จัก ทักทายกันก่อนไปสุสาน ที่วัชรธรรมสถาน ก่อนเดินทางไปสุสานกัน หลังจัดที่พักเรียบร้อยแล้วเริ่มเดินจงกรม (ทักทายเจ้าของบ้านที่เรามาพักร่วมกับพวกเขา 1 คีน) ตกเย็นก็ทำวัตรเย็นร่วมกันเสร็จก็นั่งภาวนาแบบไม่ต้องออกมาจากเตียงใครเตียงเขาเลย ครบสี่ชม.ก็ไปพักเข้าห้องน้ำ และพักผ่อนนอริยบทหนึ่งชม. ก่อนไปต่อภาวนากันอีกหนึ่งรอบสี่ชม.เต็มๆ รอบแรกอากาศกำลังสบายๆ แสงจันทร์วันโกน 7 ค่ำสว่างพอมองเห็นบริเวณโดยรอบได้อย่างชัดเจน แต่พอรอบหลังแสงจันทร์อับแสง อากาศเริ่มเย็นลง บรรยากาศอยู่ในความเงียบสงบ และมีคิมิด เหมาะต่อการภาวนาคูกายคูใจนี้เป็นอย่างยิ่ง เข้าสี่สี่ครึ่งพวกเราก็ก็นำทำวัตรเช้ากันก่อนจะลาจากสุสานกลับมาใส่บาตรท่านอาจารย์ฐากันที่วัชรธรรมสถาน

การนั่งภาวนาหน้าหลุมศพ ก็เป็นการเจริญกรรมานุสติได้เป็นอย่างดี อย่างที่เคยบอกไว้ก่อนเข้าอบรมว่า..."ถ้าพรุ่งนี้เราจะต้องตาย วันนี้เราอยากจะทำอะไร?" ชีวิตที่มีความต้องการอย่างไม่รู้จบ สุดท้ายไม่ว่าได้หรือไม่ได้อย่างไร ก็จบลงที่การตายนี้เอง ถ้าได้คิด พิจารณาถึงความตายบ่อยๆ ความโลภ ความโกรธ ความหลง

ของเราก็คงจะลดลงได้อย่างมากนะครับ สิ่งที่จะติดตามเราไปหลังความตาย ก็คงมีแต่ กรรมที่เราทำ ทั้งดีและไม่ดี อาจไม่ใช่สิ่งที่เราต้องการ แต่กรรมและผลของกรรม ยุติธรรมเสมอ.....

เพื่อนๆหลายคนไม่เคยต้องนั่งครั้งละ4ชม. ทั้งกลัวทั้งกังวล แต่ก็เห็นผ่านมาได้ อย่างยิ้มแย้มแจ่มใสกันทุกคน คงจะไม่ยากดังที่คาดหวังไว้นะครับ.... นั่งภาวนาเฉยๆ ไม่ต้องคิดอะไร เพียงดูให้รู้สิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นในภายในใจนี้แล้วก็ปล่อยผ่านไป...(เจ็บปวดเวทนามก็เช่นกัน วันนี้ปล่อยไปไม่ได้ยังมีวันต่อๆไปนะครับ..)

ปฏิบัติภาวนาที่สุสานครั้งหน้า เดือน กุมภาพันธ์ นะครับ เรียนเชิญเพื่อนร่วมทางสมัครเข้ามาภาวนาด้วยกันครับ ปีหน้าคงจะมีเดือนเว้นเดือนนะครับ " ภาวนาแค่ชั่วคืน กับการรู้ตื่น....ตลอดไป " กราบอนุโมทนาบุญกับทุกๆท่านครับ



ของฝาก จากสุสาน

ในการปฏิบัติภาวนานั้น ความคิดและความรู้สึกใดๆก็ตามที่เกิดขึ้นมา เราควรจะปล่อยมันไว้ตรงนั้น ไม่มีการรับรู้ใดๆที่จะเข้ามาแทรกในกระแสของความรู้ตัวนั้น ไม่ต้องสร้าง-ปรุงแต่ง-สรุป หรือให้คำจำกัดความใดๆ เพียงแค่ปล่อยให้ทุกอย่างเกิดขึ้น และให้สังเกตเห็นว่า ความรู้ตัวของเราก็คือตรงนั้นด้วยเสมอ ถ้าเราจะสามารถรับรู้ถึงสติ ความรู้ตัวของเราขณะนั้นๆ นั่นก็เพียงพอแล้ว นี่เป็นสิ่งที่เรามักจะไม่คุ้นเคยในตอนเริ่มต้นของการภาวนา เพราะเรามักหลงไปกับมันมาตลอดชีวิตแล้ว มันอาจทำให้เรารู้สึกไม่สบายใจก็ได้ และอาจจะรู้สึกถึงแรงกระตุ้นที่อยากจะทำอะไรสักอย่างต่อสิ่งที่มากระทบทางกายทางใจเรายู่นั้นเอง ซึ่งก็เป็นเรื่องปกติ เมื่อเราเริ่มคุ้นเคยกับการภาวนานี้ รู้จักคุณลักษณะของการตระหนักถึงสิ่งที่ตัวเองเป็นอยู่และสติ ความรู้สึกตัวของเราแล้ว เราก็จะเริ่มเห็น -ความเมตตา กรุณาและปัญญาญาณ ในตัวเราว่าจะอยู่ตรงนั้นนั่นเอง เราจะตระหนักรู้ว่า ความสุขในใจและทุกสิ่งทุกอย่างรอบกายเรานั้นมีโอกาสจะสมบูรณ์ไปกว่าที่เราเป็นอยู่แล้ว ณ ตอนนี้ ในปัจจุบันขณะนี้เลย สุขจากการภาวนา เกิดขึ้น เวทนาทั้งหมดทั้งสิ้นหายไป ความเมตตาสุคนธ์ประมาทปรากฏชัดเบื้องหน้าใจเรา.....สำหรับผู้ที่ไม่มีโอกาสร่วมภาวนาในครั้งนี้ะครับ ❤️



11-12 ธค.64 วัชรธรรมสถาน

หลังจากสองปีที่เราเผชิญ โควิดมาด้วยกัน วัชรธรรมสถานก็ต้องหยุดบริการไป ทั้งเจ้าหน้าที่ที่เคยดูแลก็ลาออกไปแล้ว มีท่านอาจารย์ฐาอยู่ภาวนาแต่ผู้เดียว เข้าๆมีพี่เขียวมาคอยดูแลอุปัฏฐากท่านทุกวัน การจะรีบมา

เปิดอบรมปฏิบัติภาวนาอีกครั้ง คงเป็นเรื่องใหญ่สำหรับเราจริงๆ แต่... พวกเราตระหนักเสมอถึงความสำคัญของการอบรมภาวนา โดยเฉพาะที่มีพ่อแม่ครูอาจารย์ที่เมตตาทำให้การสั่งสอน เราได้ปรารถกันว่าจะกลับมาเปิดอีกครั้งในปีหน้า เดือน เมษายน ซึ่งทำให้เรามีเวลาที่จะเตรียมตัวบ้าง

แต่ ณ เวลานี้ ภัยจากโควิดลดลง เราจึงนำหลักสูตร "❤️ การภาวนา ณ สุสาน " กลับมาปัดฝุ่นอีกครั้ง โดยจะพยายามจัดให้ได้เดือนเว้นเดือน สำหรับเพื่อนๆที่รักการภาวนาทุกๆท่านครับ เพื่อนๆที่มีใจอยากจะช่วย ประคับประคองวัชรธรรมสถานขององค์หลวงตาธรรมร่วมกัน ขอเรียนเชิญนะครับ เพราะต่อไปเราจะดูแลกันโดยอาสาสมัครครับ ตั้งแต่ ปัดกวาด ทำความสะอาด ก่อน-หลังการอบรม ธรรมบิกร-ช่วยส่งเสริมการภาวนา ดูแลการอบรม อาหาร ปานะ ฯลฯ เดือนเมษาช่วงสงกรานต์คงเป็น BIG CLEANING DAY ของวัชรธรรมสถานนะครับ ขอเรียนเชิญล่วงหน้าเลยนะครับ นัดกันไว้ก่อน...

ครั้งแรกของกลับมาอีกครั้งในการภาวนาที่สุสาน ก็คือคืน 11 ธค 64 นี้เองครับ ก่อนไปสุสาน เรามาแนะนำตัวกันที่วัชรธรรม และหลังการภาวนาเราก็กลับมาถวายจันทน์ท่านอาจารย์ฐาที่วัชรธรรม ก่อนที่จะแยกย้ายกันไปต่อสู้อันโลกนี้ต่อไปด้วยกำลังใจ สติ ปัญญา จากการภาวนาที่พัฒนาขึ้นๆ ทุกๆครั้งที่เรามาด้วยกันครับ ครั้งต่อไป เดือน กุมภาพันธ์ นะครับ เรานัดมาเจอกัน.....



12 ธค.64 สร้างน้ำสรีระสังขาร ‘สมเด็จวัดปากน้ำ’

น้อมกราบถวายความอาลัย และนำขนมเปี๊ยะ จากบริษัท รัน ยี่ ฟู๊ด ไปร่วมเปิดโรงทาน และถวายพระสงฆ์ที่มาร่วมรับภัตตาหาร ณ วัดปากน้ำ



นำขนมเปี๊ยะ จากบริษัท รัน ยี่ ฟู๊ด มอบให้ผู้สูงอายุ

ออกจากวัชรธรรม เราไปมอบขนมเปี๊ยะในที่สถานสงเคราะห์คนชรา เถลิงราชกุมารี ที่นครชัยศรี เป็นของขวัญปีใหม่ ปกติเราจะมามอบหลังงานบูชาคุณแผ่นดินต้นเดือนมกราคม ที่วัชรธรรมสถาน แต่ปีนี้เวลายังไม่แน่นอน จึงขอมอบของขวัญปีใหม่เร็วหน่อยครับ ที่นี้ยังไม่เปิดนะครับ มอบได้แค่ด้านนอก ยังมีมาตรการป้องกันโควิดอยู่ครับ




นำขนมเปียะ จากบริษัท รัน ยี ฟู๊ด มอบให้ผู้พิการ

ออกจากวัดปากน้ำบ่าย นื่องกาญญาพาไปมอบขนมเปียะในที่สถานสงเคราะห์คนพิการ ที่พระประแดง เป็นของขวัญปีใหม่ ที่นี้ก็ยังไมเปิดนะครับ มอบได้แค่ด้านนอก ยังมีมาตรการป้องกันโควิดอยู่ครับ



14 ธ.ค.64 ขนมนับรัก ณ รพ.ปิ่นเกล้า

เขานำขนมเปียะลาวาใส่ไข่เค็มจาก THE CAKE WORLD  ไปมอบให้กับผู้ป่วยที่มารอบพบแพทย์ ที่ไอพีดี-ผู้ป่วยนอกศัลยกรรม และตึกผู้ป่วย ศัลยกรรม หญิง/ชาย ณ รพ.สมเด็จพระปิ่นเกล้า พร. เป็นของขวัญปีใหม่เล็กๆ น้อยๆ แบ่งปันความรัก ความปรารถนาดี จากพวกเราถึง เพื่อนทุกๆคน วันนี้และตลอดไป ขอให้สิ่งดีๆ เหล่านี้จงจัดความทุกข์กายทุกข์ใจของสรรพชีวิตให้หมดไปโดยเร็ว...สักวัน กราบอนุโมทนาบุญครับ




17 ธ.ค.64 ถวายภัตตาหารพระวัดอโศ

เช้าออกจากธรรมวิภาวัน ไปถวายจ้งหันสงฆ์วัดอโศการาม เริ่มจากถวายพระทุกรูปที่หอนฉันได้พระวิหาร แล้วไปถวายท่านอาจารย์บุญกู่ ท่านอ.พรชัย หลวงตาปีและท่านธนาชัยไม่อยู่ เสร็จก็ไปนั่งสนทนากับท่านพรชัย อยู่นานเป็นชม.ครับ ไม่ได้คุยกันนานจากโควิด รวมทั้งเรื่องน้องชายจะมาขอบวชที่วัดอโศด้วย บอกเขาไปแล้วว่า ต้องซ้อมขานนาคให้ได้ก่อนมาสมัคร (ขนาดน้องท่านเจ้าอาวาสอยู่มาสี่เดือนแล้วยังไม่ได้บวชเลย-ตอนนี้มีระเบียบเรียบร้อยกว่าสมัยก่อนครับ) ตอนนีส่วนใหญ่มาฟังธรรมที่วัดอโศไม่ค่อยได้มาถวายจ้งหัน ได้มาแล้วดูสุขใจดีนะครับ สมกับที่ครูจารย์หลวงตาบ้านตาบอกว่า วัดอโศเป็นพื้นฐานที่ตั้งของวัดป่ากรรมฐาน เสียหายไม่ได้ พบท่านสามเณรนะครับ ปีใหม่คงจะได้มาถวายจ้งหันพร้อมกันพร้อมเพื่อนๆญาติมิตรสหายกันนะครับ




มอบขนมให้ผู้สูงอายุ

เข้านี้หลังถวายจันทน์พระที่วัดอโศกแล้ว เราได้นำขนมเปียะลาวาไส้ไข่
เค็มจาก THE CAKE WORLD  ไปมอบให้กับบ้านพักคนชรา
ปากน้ำ มูลนิธิวิวัฒนานิवास ที่ปกติเราจะมาเลี้ยงอาหารและมอบ
ของขวัญปีใหม่ให้ทุกปี ปีนี้คาดว่าหมดโควิด คงจะไปมอบของขวัญ
ให้ต้นปีหน้าครับ(15มค.)? ...สักวันเราก็ต้องแก่ชราลงเช่นกัน



มอบขนมให้บ้านพักผู้พิการ

หลังจากเยี่ยมชมผู้ชราสูงวัยแล้ว เรามาต่อกันที่บ้านพักผู้
พิการ เราได้นำขนมเปียะลาวาไส้ไข่เค็มจาก THE CAKE
WORLD  ไปมอบให้กับมูลนิธิสิริวัฒนาเชสเชียร์ ที่
เรามักจะมาเลี้ยงอาหารและมอบของขวัญปีใหม่พร้อมกับ
เพื่อนๆทุกๆปี วันนี้มาสอบถามได้รับคำตอบว่าสามารถมา
เลี้ยงอาหารได้แล้ว ขณะที่เราไปก็ยังมีผู้ใจบุญมาตัดผมให้
ผู้พิการที่นั่งด้วย อนุโมทนาบุญด้วยครับ





19 ธ.ค..64 ธรรมะครูจารย์ ณ วัดอโศก

วันนี้มีโอกาสมาฟังธรรมบรรยายจาก ครูจารย์ สุบรรณ สิริธโร วัดถ้ำผาเก็ง จ.ขอนแก่น ที่ ศาลา
ทรงธรรม วัดอโศกการาม เนื่องจากไม่เคยได้ฟังธรรมจากท่าน จึงขอสรุปธรรมะมาฝากเพื่อนๆด้วยนะครับ

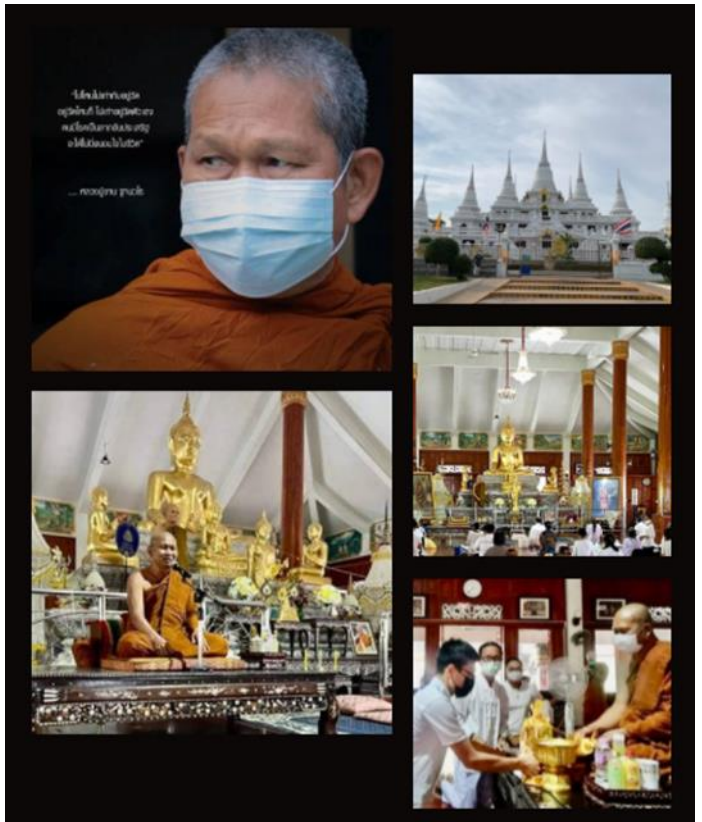
1. กจ.ท่านเน้นการปฏิบัติใน สติปัญญาอันใส ให้มีสติ มีปัญญาพิจารณาสิ่งที่เข้ามากระทบ ทั้งกุศลและ
อกุศล ไม่ให้หลงไปในอารมณ์ต่างๆ และเน้นว่าการปฏิบัติธรรมนั้นต้องไม่มีเวลาสถานที่เพราะกิเลส ก็ไม่
ได้มาตามเวลาหรือสถานที่เช่นกัน จึงต้องมีสติรู้ตัวตลอดเวลา การปฏิบัติธรรมต้องบูรณาการ ทาน/ศีล/ภาวนา
ทุกวันเวลาทุกขณะจิต เป็นอภิลักขิต จิ่งสู้กิเลสได้

2. การเข้าวัด วัดที่ท่านสอนสำหรับพวกเราคือข้อวัตร ไม่ใช่วัดวาอาราม ต้องมีข้อวัตรที่ดี 3 ข้อหลัก
คือ (1) ทานวัตร-ฝึกใจให้เสียสละ ช่วยเหลือ บำเพ็ญประโยชน์ อนุเคราะห์ สงเคราะห์ผู้อื่นสัตว์อื่นทั้งวัดและ
อภัยทาน(ใจ) (2) ศีลวัตร ให้ตั้งเจตนารักษากาย วาจาไม่ทำกรรมที่ไม่ดี ตั้งใจรักษาศีลด้วยการควบคุมจากใจที่
มีสติตามรู้กาย/การกระทำทุกเมื่อ (3) ภาวนาวัตร มุ่งสู่ใจ บุญทำที่ใจ ไม่ใช่ซื้อได้ด้วยเงินร้อยล้านพันล้าน ให้
รักษาใจ วัด(วัตร) ทั้งสามนี้ ต้องหมั่นเข้า คือหมั่นประพฤติปฏิบัติ ใช้สติ ปัญญา ความเพียร เป็นเดือนเป็นปี
จนจิตใจค่อยๆมั่งคั่งขึ้นๆ

3. การปฏิบัติธรรม ไม่ใช่แค่แต่งชุดขาวเข้าวัด ฟังธรรม ต้องตั้งใจ อย่าสักแต่ว่า  บางคนแต่ชุด
ขาวมาถ่ายรูปอวดคนอื่นว่าเข้าวัดปฏิบัติธรรม!!!บางคนฟังธรรมไปก็เล่นมือถือไป เล่นไลน์ไป หรือเอาแต่
พูดคุยกัน!!! นั่งสมาธิเดินจงกรมก็เอาเวลามาแข่งกันอวดกัน!!! ทำเพียงสักแต่ทำ  ถ้าเป็นเช่นนี้ไม่ทัน
ถอดชุดขาวก็ไม่เหลืออะไรแล้ว เราไม่ต้องทำอวดใคร ให้ปฏิบัติภาวนาเพื่อฝึกใจเจ้าของคนเดียว พอแล้ว

4. การปฏิบัติธรรมต้องต่อเนื่องที่จิตใจ เพราะการกระทำทุกอย่างไม่ว่าดีหรือไม่ก็จะติดอยู่ที่ใจ เช่น การนั่งภาวนาหรือการทำบุญ คนหนึ่งอาจกำลังสร้างภพสร้างชาติ เช่นอยากได้-อยากมี-อยากเป็นต่างๆ อยาก รวย อยากรู้-อยากเห็นฯ แต่บางคนกำลังตัดภพตัดชาติอยู่ เช่นทำงานเพื่อสละออก ทำบุญสร้างกุศลเพื่อ ประโยชน์ส่วนรวม นั่งสมาธิมีสติไม่หลงอารมณ์ไม่ติดนิมิต ปล่อยวางได้ ท่านว่าสิ่งเหล่านี้ ทุกการกระทำล้วน ติดอยู่ในจิตใจตามไปทุกภพภูมิ ทำให้มนุษย์ใน โลกแตกต่างกันเช่นถึงแม้กายเป็นมนุษย์แต่ใจอาจ เป็น-เทวดา-เปรต-สัตว์-มนุษย์ฯ ได้เพราะสิ่งที่ทำ กรรมติดไว้ในจิตใจนี้

5. การปฏิบัติภาวนาจึงสำคัญมากในชีวิต การเป็นมนุษย์นี้ เพราะเป็นเหตุให้เราเกิดภพต่อไป เป็นไปได้ต่างๆ ถ้าเราสนใจแต่ผลของท่านศีล ภาวนาเพื่อไปสวรรค์หรือพรหม โลก หมดบุญก็ ต้องกลับมาหรืออาจตกลงไปต่ำกว่ามนุษย์ได้ ท่าน สอนให้ภาวนาพิจารณาขั้นพื้นฐาน รู้จักเหตุและผลของ กรรม มีสติตามรู้ในกายและใจ มุ่งพัฒนาใจ อย่าไป สนใจกับวัตถุชื่อเสียงเงินทองฯ มากนัก ท่าน- ไม่ใช่ทำให้ตนเอง!!!แต่เพื่อบำเพ็ญให้เกิด ประโยชน์ต่อผู้อื่น สัตว์อื่น ศีล-ไม่ทำผิดทางกาย ทางวาจา คумด้วยใจ พัฒนาใจ (ใจเป็นใหญ่)



ภาวนา-ให้รักษาใจ มีสติอย่าทำไปแล้วสร้างอัตตา ให้ทำสัมมาทิฐิอย่าสร้างมิจฉาทิฐิ เวลานั่งภาวนาพบเวทนา ให้ใช้ขันติ อย่าเอาแต่สวดเก่ง (ขันติ ในบารมี10ทัศน์)ให้อามาใช้สู้เวทนา พิจารณากองขันติให้ได้ ผ่านเวทนา ได้ก็จะมีปิติ เมื่อมีปิติ ใจก็จะมีกำลัง ปฏิบัติภาวนาได้ดียิ่งขึ้น ทำทานรักษาศีล ภาวนาดียิ่งขึ้น ผลของกำลังใจ จากการพิจารณาขั้นพื้นฐานนี้ ยังเอาไปใช้ในชีวิตประจำวัน ทำการงานได้ดีขึ้นด้วย นี้แค่เบื้องต้นของสมาธิเท่านั้น

6. เมื่อเราปฏิบัติดี ผลของการปฏิบัติจะนำสุขมาให้ตนเองครอบครัวและสังคมที่อยู่ด้วย คนดีเขาก็อยากมา เกิดในครอบครัวที่มีศีล จึงทำให้วงศ์ตระกูลดีไปอีกชั่วคน เราดีเป็นแบบอย่าง ลูกหลานก็จะเป็นคนดีต่อไป

7. สุดท้าย ท่านว่าการปฏิบัติไม่จำกัดที่ผ้าขาวผ้าเหลือง ไม่มีกาลไม่มีเวลาทำได้ทุกที่ทุกเวลา ต้องฝึก - ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา-ต่อเนื่องในสติปัญญาขั้นสูง เพราะผลของการภาวนาซื้อไม่ได้ด้วยเงินทอง ต้องมี สัมมาทิฐิในการปฏิบัติ อย่าให้เกิดมิจฉาทิฐิอย่างที่ทักกัน ชีวิตนี้ร่างกายนี้เปราะบางนัก แต่สำคัญยิ่งนัก ให้ทำ ประโยชน์กับเวลาที่เหลือในชีวิตนี้ให้คุ้มค่า การปฏิบัติไม่ใช่กระทำเฉพาะในรูปแบบ หรือในวัด การปฏิบัติ ภาวนาต้อง อากาลิโก ต้องไม่มีรูปแบบ ทำได้ทุกกาลทุกเวลาทุกสถานที่ซึ่งจะทันกับกิเลสได้

♡ กราบอนุโมทนากับทุกๆท่านที่ได้จัดการสร้างกิจกรรมดีๆเช่นนี้ กราบอนุโมทนากับทุกๆท่านที่มีส่วน ร่วมในกิจกรรมนี้ สุดท้ายนี้ขอกราบพระคุณพ่อแม่ครูอาจารย์ สุบรรณ สิริโร วัดถ้ำผาเก็ง ด้วยความเคารพ อย่างสูงที่ทำให้จิตใจนี้สว่างไสวไปในธรรมที่ท่านแสดง

23 ธ.ค. 64 ส่งของไปวัดป่ากัตัญญตารามฯ

จัดของผ้าห่ม เครื่องกันหนาว จากรอง.จัมเวย์ ส่งไปวัดป่ากัตัญญตาราม สระแก้ว จำนวน 50ชุด สำหรับชาวบ้านที่ขาดแคลน รอบๆบริเวณวัด หน้าหนาวปีนี้



25 ธ.ค. 64 Merry Christmas

บ้านพักคนชรา สุพรรณฯ

เช้านี้องคาญมารับที่ธรรมวิภาวันแต่เช้าไปบ้านพักคนชราสุพรรณบุรี นำเสื้อผ้า ผ้าห่มและหน้ากากอนามัยมามอบเป็นของขวัญปีใหม่ให้คุณลุงคุณป้าที่นี่ อายุมากที่สุดก็92ได้ครับ มีหลายคนทีลูกหลานไม่มาเยี่ยมแล้ว พวกเรามาเยี่ยมทำเอาได้เห็นน้ำตาจากความปิติของพวกท่านหลายคนเลย มาแล้วก็รู้สึกดีจนกระทั่งสมัยก่อนเรามาออกหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ผ่าตัดผู้พิการที่รพ.บางปลาบ่บ่อยๆ รู้สึกผูกพันกับผู้คนที่นี่เหมือนกัน ก่อนกลับ เราตั้งใจที่จะนำอาหารและของขวัญมาเยี่ยมท่านบ่่อยๆเท่าที่ทำได้นะครับ ขอบอกว่าเจ้าหน้าที่พี่เลี้ยงดูแลที่นี่น่ารักทุกคน ดูแลเหมือนบ้านที่มีครอบครัวใหญ่ๆมากกว่าบ้านพักคนชราครับ อากาศก็ดีมีบริเวณออกกำลังกายได้ ทุกคนอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดีครับ กราบอนุโมทนากับทุกๆท่านที่ได้สร้างความสุขให้กับท่านเหล่านี้ นะครับ



บ้านหมาแมวจร

ร่วมกันมอบความสุขเล็กๆ อาหารหมาแล้วข้าวสารสองกระสอบกับของขวัญเล็กๆน้อยๆ ให้พี่เลี้ยงคุณหมาคุณแมว เชน่ารักกันมากๆเลยทั้งมากอดมาเล่นด้วยทุกตัว แรกๆก็ให้เรา พอเข้าไปบ้านเขากลับไม่ยอมให้ออกมา ลูกหมาเล็กๆน่ารักมากๆ มีแม่นมดูแลตัวเดียวเลี้ยงลูกเป็นสิบๆได้ เจ้าแมวนอนกันหมอยกเว้นจำฝูงนอนเฝ้าหน้าประตูอยู่ มาร่วมแบ่งปันความรัก แม้เพียงเล็กน้อยก็ยังดีนะครับ พวกเขารอคุนอยู่ทุกวันครับ เสียหายไม่ได้แต่งชุดขาวแดงมาเยี่ยมเชอ มีความสุขมากๆนะ แล้วจะกลับมาเยี่ยมบ่อยๆ



25 ธ.ค. 64 วัดสำปะชิว สุพรรณบุรี

กราบพ่อแม่ครูอาจารย์วิทยา ที่วัดสำปะชิว ท่านมาบรรยายธรรมในการอบรมปฏิบัติภาวนาที่วัดแห่งนี้ แต่หลังจากได้รับวัดชินเข็มที่สามเมือวาน วันนี้เท้าวมและปวดจนเดินไม่ถนัด ต้องจัดหาเก้ซทั้งยาทานและยาทาให้รวมทั้งป่านะที่คูนหมอบั่วช่วยจัดมาถวาย ตอนแรกโทรไปรบกวณคูนพริกหลานท่านเจ้าคูนเทพว่าจะขอไปพักดูแลที่พัคสงฆ์ของท่านแต่คจ.วิทยาท่านดีซึ้นและทางคณะจัดงานได้จัดหาภูกฎีที่พัคติดกับวิหารจัดอบรมถวาย จึงไม่ได้ไปรบกวณเชอ มีคูนพีวีระคอบคูนดูแลท่านอยู่คงวางใจได้แล้ว หกโมงกว่าเราจึงลากลับ พร้อมกับถวายภูกานิมนต์สอนที่วัชรธรรมสถานปีหน้าเดือนพฤษภาคม 27-29 ด้วยครับ เพื่อนๆท่านใดเข้าอบรมภาวนากับท่านเรียนเชิญนะครับ

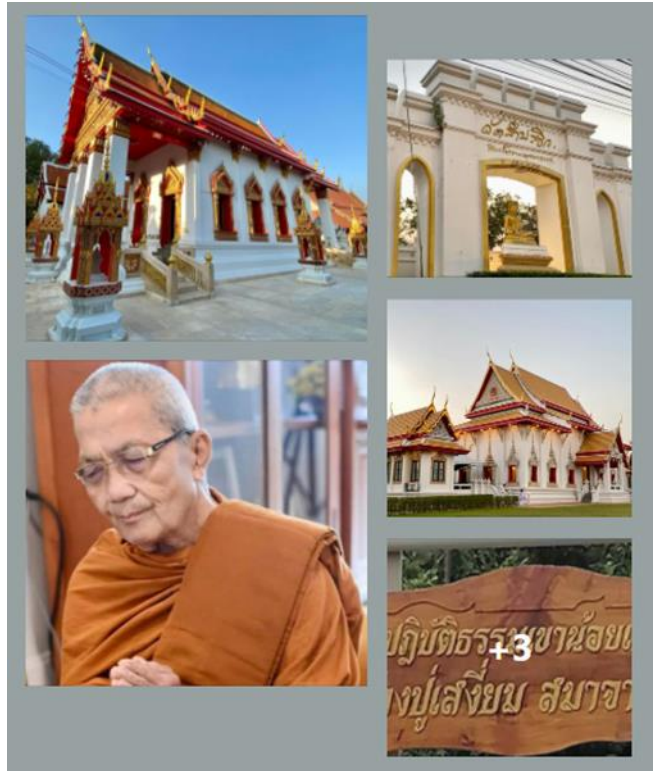


25 ธ.ค. 64 ฟังธรรม ลป.เสงี่ยม

บ่ายสองโมง ฟังธรรมจากลป.เสงี่ยมฯ ท่านตั้งอกตั้งใจสอนธรรมะให้พวกเราในวิหารกว่าสองชม.ฟังแล้วคิดใจอดสะทกสะทอนกับการปฏิบัติภาวนาของเราไม่ได้ จึงกราบขออนุญาตท่านนำมาแบ่งปันเป็นธรรมทานเล็กๆน้อยๆสำหรับผู้ที่ไม่ม่โอกาสได้มาฟังนะครับ “บางส่วนจากการแสดงธรรมของพ่อแม่ครูอาจารย์”

คจ. ท่านสอนเรื่องการปฏิบัติภาวนา ให้มุ่งเน้นไปที่การฝึกใจของตน อย่าไปเทียบเปรียบเทียบกับผู้อื่น การฟังธรรม การเล่าเรียนธรรม นั้นผ่านมามากแล้ว ที่ต้องทำต่อไปนี่คือการปฏิบัติด้วยตัวเจ้าของเอง ฟังเขามาอ่านมาว่าจะเป็เช่นนั้นเช่นนี้ จะจริงไหมจริงก็ต้อเจอเองจึงจะจริง นั่งภาวนาไปชั่วโมงสองชั่วโมง เห็นเองความเจ็บปวดอยู่กับมันอย่างไร พิจารณาอย่างไร ภาวนาอย่างไรให้ผ่านได้... ต้อฝึกต้อทน ฟังอ่าน

อย่างเร็วไม่ได้ หนังสืออ่านมาเป็นตั้งๆ ฟังมาเป็น
เดือนเป็นปี ไม่ปฏิบัติก็จะไม่ได้ ผลอะไร ต้องฝึก
ต้องหัด รักษาศีล ภาวนา ให้จิตมันสงบ สงบลง
ก่อนจึงจะรู้จึงจะเห็น ไม่ต้องถามว่าเมื่อไร ทำไป
เป็นเดือนเป็นปี ให้จิตสงบก่อนจึงจะเริ่มรู้เริ่มเห็น
เริ่มจะภาวนาเป็น เริ่มพิจารณาได้ ทำก็ไม่ทำ แต่
หวังจะเอาแต่ผล! ฝึกตื่นมานั่งภาวนา ทีหนึ่งถึงตี
สี่นี่สงบดี ทำไปทำบ่อยๆ สำคัญที่สุดก็ใจนี้ ภาวนา
ให้ใจสงบ หยุดความคิดหยุดการปรุงแต่งได้ ก็เริ่ม
ภาวนาได้ พวกเรามีแต่คิด ปรุงแต่ง ยึดในตัวในตน
ตลอดเวลา เมื่อใดจะสงบ ต้องฝึกต้องทน พยายาม
เริ่มฝึกให้ใจสงบ เลิกการปรุงแต่ง ก็จะลดการยึด
ในตัวในตนลงไป เพราะเห็นความเป็นจริงมากขึ้น

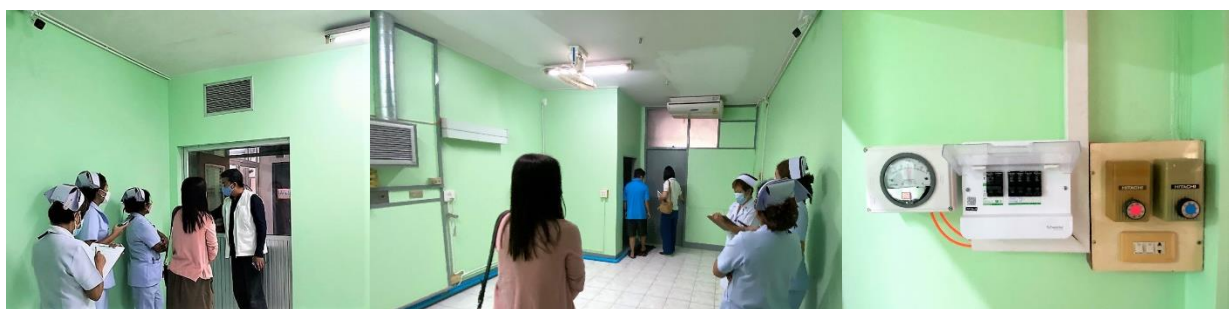


ใจสงบได้ก็พิจารณาได้ เริ่มเข้าใจเริ่มภาวนา ท่านอยู่กับพ่อแม่ครูอาจารย์ ท่านว่าภาวนาที่เดิมๆ มันเบื่อจิตมันเคย
ชิน ครูอาจารย์ท่านให้เปลี่ยนสถานที่ เช่นไปป่าช้า ไปป่าไปเขา เข้าหาเสือหาช้าง จิตมันจะได้กลัว จิตตื่น
ภาวนาดี เพราะมันกลัวมันระมัดระวัง เราก็เหมือนกันต้องปรับแต่งการภาวนา เปลี่ยนสถานที่บ้าง ภาวนาไม่
คืบหน้าก็ต้องเข้าหาครูอาจารย์บ้างให้ท่านแก้ไขให้ท่านสอน ครูอาจารย์จริงๆ ท่านฟังแล้วแก้ไขได้เลย เราก็จะ
พัฒนาได้ภาวนาต่อไปได้ ให้พากันภาวนานะ ใจนี้สำคัญสุด ภาวนาลงที่ใจ

♡ นั่งอยู่ด้านหลังฟังไม่ค่อยชัดครับ ผิดพลาดประการใดโปรดอภัยด้วยครับ กราบอนุโมทนากับคณะ
ผู้จัดการอบรมครั้งนี้ด้วยครับ เป็นประโยชน์อย่างมากจริงๆ

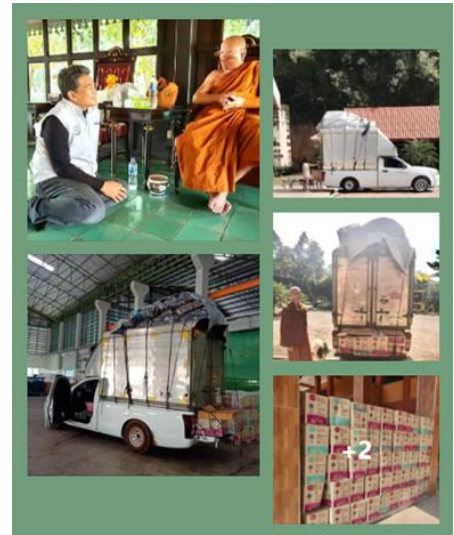
26 ธ.ค. 64 ห้องความดันลบ รพ.มะเร็งรักษ์ กาญจนบุรี

บ่ายหลังมอบข่าวสารให้น้องๆหมาแมวจรแล้ว น้องกาญจนาจะมาตรวจความเรียบร้อยของห้องความดัน
ลบที่รพ.มะเร็งรักษ์ ปราบกฏว่ายังไม่เรียบร้อย ฟรุ้งนี้ทางบริษัทจะมาตรวจสอบแก้ไขอีกครั้งครับ คงต้องมาตรวจ
มอบห้องความดันลบอีกทีเดือนหน้าแล้วครับ ช่วงนี้งานเข้าเยอะมากๆเลย



27 ธ.ค. 64 ชุดเครื่องกันหนาว ถึงวัดป่าดอยแสงธรรมฯ

เครื่องกันหนาว ผ้าห่ม เต็นท์ เสื้อผ้า ส่งไปเพิ่มอีกห้าสิบชุดรวมสองร้อยชุดเตรียมมอบให้ชาวบ้านรอบๆบริเวณวัด และพัสดุอีกห้าสิบตัวเตรียมส่งมอบไปตามวัดใกล้ๆด้วย กราบอนุโมทนาบุญกับทุกๆท่านที่มีส่วนร่วมในบุญนี้ นะครับ เพื่อนๆท่านใดว่างเรียนเชิญนะครับ 1-2มกราคมนี้ที่วัดป่าดอยแสงธรรมฯ อ.ฝาง เชียงใหม่ ร่วมกันมอบความรัก ความปรารถนาดีให้พี่น้องเราในชนบทกันครับ



27 ธ.ค.64 กราบอวยพรปีใหม่ท่านธรรมาจารย์สร้างเหยียน

ปลายปีแล้ว มีโอกาสได้พูดคุยกับท่านธรรมาจารย์ รายงานเรื่องการทำงานของมูลนิธิฯให้ท่านทราบ ท่านจะได้ปลื้มใจ ที่เห็นการกระทำดีๆที่พวกเราตั้งใจกระทำ เนื่องจากโควิดสองปีนี่จึงไม่มีโอกาสไปเยี่ยมเยียนท่าน ไว้หมดโควิดปีหน้าค่อยไปกราบท่านกันครับ แต่ละเดือนตอนนี้ได้อ่านธรรมะจากท่าน พร้อมๆกับเพื่อนๆอีกทั่วโลกเกือบร้อยสามสิบประเทศ ได้อะไรมากมายทีเดียวครับ เปิดใจให้กว้างรอรับสิ่งดีๆ

♡ ธรรมะบางส่วนที่ท่านส่งมาให้ แบ่งปันกันครับ ♡

♡ "ไม่ต้องรอฟังธรรมที่สูงส่ง แม้เพียงธรรมะพื้นฐาน ถ้าฟังแล้วเข้าใจนำไปปฏิบัติได้ โยะจะมีใช้ธรรมะที่สูงส่ง การเรียนรู้ธรรมะ แต่ไม่นำมาปฏิบัติ จะเรียนไปเพื่ออะไร?" ♡



27 ธ.ค.64 พระอาจารย์สุนัยเยี่ยม Jumpway.Co.,LTD / ชีวิตก้าว โรงแรง 2

หกปีก่อนท่านอาจารย์สุนัย ได้มาเป็นประธานทำบุญเปิดโรงงานแห่งนี้ (27 Apr17) วันนี้ท่านได้กลับมาเยี่ยมชมโรงงานนี้อีกครั้ง ทุกอย่างเปลี่ยนไปจากเดิมมากมายจริงๆครับ เจริญขึ้นๆ อนุโมทนาบุญด้วยครับ



27 ธ.ค.64 ส่งเครื่องกันหนาวไปวัดโพธิญาณรังสิต

เครื่องกันหนาว ผ้าห่ม พัดลม เต็นท์มุ้งนอน จำนวน เพียง50ชุด แต่ต้องถูกจัดใส่รถกระบะตู้ทึบสองคัน ขนจากบริษัทจัมเวย์ ส่งไปยัง วัดโพธิญาณรังสิต (พระอาจารย์สุนัย สุขัมโม) พอใกล้ที่ส่งไปฝางครั้งสุดท้าย เพื่อมอบให้กับเด็กๆและชาวบ้านบริเวณวัดในวันอาทิตย์ที่ 9 มค65นี้ เวลาประมาณ 13.00น. เพื่อนๆท่านใดว่างเรียนเชิญเอาของไปมอบให้เด็กๆและชาวบ้านกันนะครับ



31 ธ.ค.64 มอบเครื่องกันหนาว ส่งท้ายปีเก่า 2564

ทางวัดป่าดอยแสงธรรม เริ่มเอาเครื่องกันหนาวที่เราส่งไป มอบให้แก่ชาวบ้านที่ขาดแคลนในชนบทแล้ว อากาศกำลังเย็นลงพวกเขาคงได้ใช้กันได้อย่างอบอุ่นนะครับ แบ่งปันความรักความห่วงใยให้แก่กันครับ ขอความสุข จงส่งผ่านจากใจของเราทุกคนสู่ผู้คนที่ยังขาดแคลนตลอดไป

