

คู่มือปลูกฝังศีลธรรมบ้านกัลยาณมิตร



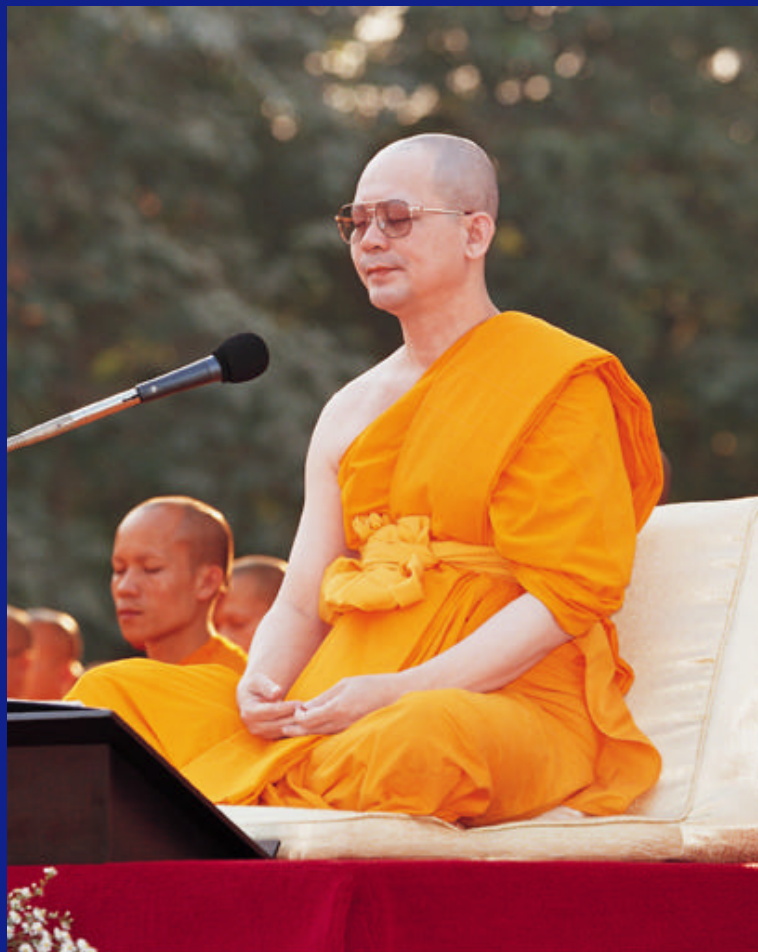
ชีวิต ลิขิตได้

เรียบเรียงจากพระธรรมเทศนา
ของพระราชภาวนาวิสุทธิ (หลวงพ่อธัมมชโย)

ชีวิตลิขิตได้

- ข้อคิดธรรมะและหลักปฏิบัติในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม
- เมื่อได้ศึกษาและปฏิบัติ ย่อมมีหลักประกันชีวิตที่แท้จริง
- หากเพราะได้รู้ก่อนที่จะสาย ชีวิตจึงไม่ตกอยู่ในอันตราย
- เราสามารถลิขิตชีวิตตัวเองได้
หาใช่พรหมลิขิตหรือสิ่งอื่นใดมาลิขิตไม่
- ชีวิตอนาคตข้างหน้าจะเป็นอย่างไร
ภพชาติต่อไปจะดีหรือร้ายอย่างไร
ขึ้นอยู่กับตัวเราจะลิขิตชีวิตตัวเองให้เป็นเช่นไร

ชีวิตลิขิตได้ เหมาะสำหรับทุกเพศ ทุกวัย ทุกสถานการณ์ (ผู้ป่วย ผู้ไม่ป่วย ฯลฯ) ผู้ต้องการคำตอบของชีวิตว่า เราเกิดมาทำไม อะไรคือเป้าหมายของชีวิต และจะดำเนินชีวิตอย่างไรเพื่อไปสู่เป้าหมายของชีวิตได้อย่างถูกต้อง



พระราชภาวนาวิสุทธิ (หลวงพ่อรัญมชโย)
วัดพระธรรมกาย จ.ปทุมธานี

คำนำ

“ชีวิตลิขิตได้” เป็นการรวบรวมและเรียบเรียงจาก พระธรรมเทศนาของพระเดชพระคุณพระราชภาวนาวิสุทธิ (หลวงพ่อธัมมชโย) ประธานสงฆ์แห่งวัดพระธรรมกาย ซึ่ง พระเดชพระคุณหลวงพ่อฯ ได้แสดงธรรมในโอกาสต่างๆ เช่น ในวันอาทิตย์หรือทุกวันช่วงค่ำ ที่บ้านแก้วเรือนทองของคุณยายอาจารย์ มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง ภายในสภาธรรมกายสากล เป็นต้น

พระธรรมเทศนาของพระเดชพระคุณพระราชภาวนาวิสุทธิ(หลวงพ่อธัมมชโย)นั้น เต็มเปี่ยมไปด้วยอรรถรสทางธรรมอันทรงคุณค่า เป็นหลักธรรมนำทางชีวิตอันประเสริฐ ทุกถ้อยคำล้วนมีคุณค่ามหาศาล ได้ทั้งข้อคิดสะกิดใจ คำแนะนำ ความไพเราะงดงาม และความเบิกบาน บันเทิงใจ เมื่อได้

สดับพระธรรมเทศนาซึ่งกลั่นจากความบริสุทธิ์ภายในแล้ว ทำให้เกิดกำลังใจอันมหาศาล ที่จะกระทำแต่ความดี สร้างบุญบารมีติดตัวให้ยิ่งๆ ขึ้นไปตลอดชีวิตทุกภพทุกชาติ เป็นการกำหนดทิศทางของชีวิตหรือลิขิตชีวิตของตนเอง เพื่อให้ประสบแต่ความสุข ความเจริญยิ่งๆ ขึ้นไปตั้งแต่ชาตินี้ มีสุคติภพเป็นที่ไปในชาติหน้า จนกว่าจะถึงที่สุดแห่งธรรม เพราะกรรมแม้เพียงเล็กน้อยก็จะไม่ให้ผลนั้นไม่มี

“ชีวิตลิขิตได้” เล่มนี้จะก่อให้เกิดประโยชน์แก่สาธุชนทั้งหลาย ที่ได้ศึกษาและนำไปปฏิบัติ ก็จะสามารถลิขิตชีวิตของตนให้ดำเนินบนเส้นทางแห่งความดีได้ตลอดไป แม้ว่าเรายังไม่ล่วงพ้นจากความแก่ความเจ็บและความตายไปได้ แต่เราก็จะมีหลักยึดเหนี่ยวทางใจไม่ประมาท เวลาป่วยก็เป็น ผู้ป่วยที่สง่างาม แม้อยามละโลกก็สง่างาม คนรอบข้างก็เป็นสุขไม่ทุกข์ร้อนใจใดๆ

ขอบุญกุศลทั้งหลายจากการทำหนังสือเล่มนี้ และการเผยแพร่ต่อไป ขอน้อมถวายบูชาพระคุณอันยิ่งใหญ่ของพระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) หลวงพ่อวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ผู้ค้นพบวิชาธรรมกาย พระเดชพระคุณ

พระราชภาวนาวิสุทธิ (หลวงพ่อธัมมชโย) ผู้สืบทอดวิชา
ธรรมกาย พระเดชพระคุณพระภาวนาวิริยคุณ (หลวงพ่อ
ทัตตชีโว) ผู้เป็นครูบาอาจารย์ของเรา และคุณยายอาจารย์มหา
รัตน์อุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง ผู้ให้กำเนิดวัดพระธรรมกาย
และขออนุญจกศล ทั้งหลายเหล่านั้น จงบังเกิดแก่คณะศิษยานุ
ศิษย์และสาธุชนทุกท่านให้มีความเจริญรุ่งเรืองทั้งทางโลก
และทางธรรม สามารถบำเพ็ญทาน รักษาศีลและเจริญ
ภาวนาให้ยิ่งๆ ขึ้นไป ตลอดจนมีความมุ่งมั่นในการลิขิตชีวิต
ตนเองด้วยการสร้างบารมี ไปสู่ที่สุดแห่งธรรมได้โดยง่าย
ตลอดไป เทอญ

คณะผู้จัดทำ

๔ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๔๕

สารบัญ

คำนำ	๓
เวลาในโลกนี้มีจำกัด	๙
ชีวิตเป็นของน้อย	๑๓
โลกนี้คือที่สำหรับสร้างบารมี	๒๑
ต้องมีเป้าหมายไปนิพพาน	๒๗
พระนิพพานอยู่ที่ไหน	๓๑
แผนผังของชีวิต	๓๗
โลกที่ไร้แก่นสาร	๔๕
ที่เกิด ที่ดับ ที่หลับ ที่ตื่น	๕๑
เกิดมาหาแก้ว พบแล้วไม่กำ	๕๕

๑ นาทิ หลังตื่นนอน	๕๙
ผู้ป่วยที่สง่างาม	๖๑
ระเบิดเวลาแห่งชีวิต	๖๗
ยามคับขันให้แข็งแรงเข้ากลางไว้	๗๑
๓ เขือกสุดท้ายคล้ายใจตกศูนย์	๗๕
บุญเป็นที่พึ่งในปรโลก	๗๙
ชีวิตที่ทรงคุณค่า	๘๓
คำอธิษฐานจิต	๘๘
วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น	๙๑
แผนทีไปวัดพระธรรมกาย	๑๐๔





เวลาในโลกนี้มีจำกัด



จะมีชีวิตอยู่ในโลกนี้อีกไม่นานเท่าไรนะ ลูกนะ
เดี๋ยวก็วัน เดี่ยวก็คืน เดี่ยวก็จะหมดเวลาไปแล้ว ใช้
วันเวลาและทรัพยากรที่มีอยู่ให้เป็นประโยชน์ในการสร้าง
บารมีให้เต็มที่นะ

สิ่งใดที่เราได้ให้ คือนำออกด้วยการบริจาค ผากฝังไว้
ในวัดถุอันเลิศ คือ ทักซิโณยบุคคล สิ่งนั้นก็ของเรา สิ่ง
ใดที่เรายังไม่ได้ให้ ไม่ได้บริจาค ยังไม่ได้นำออก สิ่งนั้นก็ยังไม่
ได้เป็นของเรา เหมือนไฟไหม้บ้าน เพิ่งไหม้บ้านประตูหน้าต่าง
เรานำตุ้ โต๊ะ เตียง ตั่ง เสื้อผ้า ออกมาได้แคไหน เราก็นำไป
ใช้ได้ ส่วนไหนเราไม่ได้นำออกมา ก็ถูกไฟไหม้ไป เอามาใช้
ไม่ได้

ชีวิตเราถูกความแก่ ความเจ็บ ความตาย ประดุจไฟ



ที่เขาลนเราอยู่ตลอดเวลา เรือนกาย เรือนใจนี้ จึงมีแต่วันเสื่อม
สลายไปเรื่อย ๆ เพราะฉะนั้นสิ่งไหนที่เราได้นำออกหรือบริจาค
สิ่งเหล่านั้นจึงเป็นของเราอย่างแท้จริง ที่จะนำติดตัวไปใช้ใน
สัมปรายภพ และในภพเบื้องหน้าที่จะได้ลงมาเกิดในเมือง
มนุษย์อีก

ที่เรา ยังไม่ได้เอามาใช้ เราก็ได้ดูแลในปัจจุบันนี้ ถ้า
เราตายเมื่อไรก็ตกไปเป็นของคนอื่น อย่าไปหวังให้คนอื่นเขา
ทำบุญอุทิศส่วนกุศลมาให้เราเลย แม้เขาทำให้ ก็จะได้ไม่เท่า
ที่เราทำเอง ทำเองนะบุญได้เต็มทีมากมายมหาศาล แต่ที่
เขาทำให้ เราจะได้แค่นิดหน่อย เราได้เศษ เขาได้ส่วน ส่วน
แห่งบุญเขาเอาไป แต่เศษบุญนะ ยกให้เรา

เพราะฉะนั้น ต้องศึกษาให้เข้าใจเกี่ยวกับเรื่องของชีวิต
และการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในโลกนี้ให้เป็นประโยชน์ต่อชีวิต
ทั้งในปัจจุบัน ในสัมปรายภพ และในอนาคตกาลไปจนสุดทาง
สายกลาง ถึงที่สุดแห่งธรรม ต้องมองให้ไกล ๆ นะลูกนะ

ความหวงแหนทรัพย์กับการไม่มีความรู้เกี่ยวกับเรื่อง
ราวของชีวิต และการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ มันทำให้เรามองสั้น



เหมือนคนสายตาสั้นที่ไม่ได้ใส่คอนแทคเลนส์ หรือไม่ได้ใส่แว่น
ก็จะเห็นอะไรที่มันสั้นๆ มองไปไม่ค่อยได้ไกลเท่าไร

เพราะฉะนั้น ถ้าเราได้ศึกษาเรียนรู้เกี่ยวกับเรื่องราว
ของชีวิต ซึ่งมันสลับซับซ้อนมาก เราก็จะได้รู้จักใช้ทรัพยากร
ที่มีอยู่ให้เป็นประโยชน์ต่อการสร้างบารมี เช่นเดียวกับพระบรม-
โพธิสัตว์ทั้งหลาย ทั้งอนิยตและนิยตโพธิสัตว์ในกาลก่อน

วันที่ ๓๐ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๔๔





ชีวิตเป็นของน้อย

พระ

สัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ว่า “ชีวิตนี้เป็นของน้อย ถูกความซรุกรานไปอย่างเงียบๆ ความซรานั้น รุกรานนำไปสู่ความตาย บุคคลใดพิจารณาเห็นโทษของความตายนั้น ก็ควรจะคลายความยึดมั่นถือมั่นในโลกามิส มีใจ ยินดีในพระนิพพาน” (อังคุตตรนิกาย)

พุทธองค์ตรัสเอาไว้สั้นๆ อย่างนี้ว่า ชีวิตนี้เป็นของน้อย ใครจะอายุยืนไปถึงกี่ปีก็ตาม ๗๐ - ๘๐ - ๙๐ หรือ ๑๐๐ ปี ก็ตาม ท่านถือว่าเป็นของน้อยสำหรับการสร้างบารมี

เดี๋ยวนี้อายุขัยของคนเราถัวเฉลี่ยแล้วประมาณ ๗๕ ปี ใครอายุเกินจากนี้ ตั้งแต่ ๗๖ ขึ้นไป ถือว่าเป็นผู้ที่มีอายุยืน ได้สั่งสมบุญเก่ามาดี แต่ว่าถัวเฉลี่ยแล้วเรามีเวลาอยู่ ๗๕ ปี ท่านถือว่าเป็นของน้อย น้อยต่อการสร้างความดี



วันหนึ่งมีอยู่ ๒๔ ชั่วโมง เราแบ่งชีวิตเป็น ๓ ช่วง ช่วงละ ๘ ชั่วโมง ๘ ชั่วโมงเราเอาไว้นอนหลับพักผ่อน นี่เราเสียเวลาไปแล้ว ๘ ชั่วโมง ถ้า ๘ ชั่วโมงเอาไว้สำหรับทำงาน แต่บางคนทำเกินกว่า ๘ ชั่วโมง อีก ๘ ชั่วโมงเอาไว้สำหรับบริหารชั้นดี ทำความสะอาดร่างกาย อาบน้ำ ล้างหน้า แปรงฟัน รับประทานอาหาร ออกกำลังกาย ดูหนังดูทีวี หรือพูดจา พูดคุยกับญาติมิตรบ้าง

เพราะฉะนั้น เวลาที่สูญเปล่าต่อวันหนึ่งมากที่สุดก็เลยสูญเปล่านั้นเพราะการนอนหลับพักผ่อนไป ๑ ใน ๓ ของ ๑ วัน ทำงานเพื่อที่จะหาปัจจัย ๔ มาบำรุงเลี้ยงร่างกาย อีก ๑ ใน ๓ ของชีวิต อาบน้ำล้างหน้า แปรงฟัน บริหารชั้นดี หหมด ๑ ใน ๓ แล้วจะมีเวลาไหนที่เราจะทำความดี?

เราลองพิจารณาดูสิ ถ้าเราอายุ ๖๐ ปี เสียเวลานอนไป ๒๐ ปี นั่นสูญเปล่า ทำงานเลี้ยงชั้นดี ๕ นี่อีก ๒๐ปี สูญเปล่าอีกแล้ว ล้างหน้าแปรงฟันบริหารชั้นดีเลี้ยงร่างกาย ซึ่งร่างกายเดียวกันจะเอานั้น เดียวก็จะเอานี้เรื่อยๆ หหมดไปอีก ๒๐ ปี



ที่พระพุทธองค์ตรัสเอาไว้ว่า ชีวิตเป็นของมีน้อย นั่นน้อยสำหรับเอาไว้ใช้สร้างบารมี แต่สำหรับผู้ที่เกิดมาในโลกนี้ ไม่มีสติ ไม่มีปัญญา มีชีวิตเหมือนนกเหมือนกา ก็ไม่ต้องคิดอะไรงันไป ก็ปล่อยกันไปเป็นวันๆ ก็สะเปะสะปะเหมือนสวะลอยน้ำกันไปอย่างนั้น

เพราะฉะนั้น พระองค์ได้ตรัสเตือนพวกเราเอาไว้ว่า ชีวิตเป็นของน้อย ถูกความซารุกรานอย่างเจียบๆ เข้าศึกต่างๆ ที่เวลาจะเข้าบ้านเข้าเมืองกัน ยังพอจะรู้เรื่องได้ **แต่ความซราเป็นข้าศึกที่รุกรานอย่างเจียบๆ มันมาพร้อมกับความเกิด** พอมีความเกิด ความแก่มันก็ตามมา แต่เป็นความแก่ที่มองไม่เห็น เราจะสังเกตความเปลี่ยนแปลงของร่างกายเมื่อผ่านไปแล้ว ๑๐ ปีบ้าง ๒๐ ปีบ้าง ๓๐ ปี ๔๐ ปี ๕๐ ปี เรื่อยขึ้นไปตามลำดับ เราจึงจะสังเกตการเปลี่ยนแปลงได้

เพราะฉะนั้น ตอนไหนที่เราจะสังเกตออก เราก็สมมุติเรียกตอนนั้นว่า วัยทารก วัยเด็ก วัยรุ่น วัยหนุ่มสาว วัยกลางคน วัยชรา วัยแก่ วัยห่อม นั่นคือความแก่ที่มองเห็น

แต่ความซราที่รุกรานอย่างเจียบๆ มันมาทุกอนุนุวินาที



ทุกลมหายใจเข้าออก แม้แต่เรานั่งปฏิบัติธรรมในตอนนี้ มันก็ยังมีรุกรานอยู่อย่างเงียบ ๆ

ความชรานำความเสื่อมมาให้กับร่างกายของเรา ความชราดึงความเป็นหนุ่ม ความแข็งแรง ความคล่องตัวออกไป แล้วก็เอาความเสื่อมมาให้กับเรา ความไม่มีกำลังกาย ความไม่มีกำลังใจ ความท้อ ความไม่สวยงามของผิวพรรณวรรณะ ความเสื่อมไปของสติปัญญา ซึ่งเป็นเหตุให้เราทำความดีไม่ได้เต็มที่ เราถูกความชรารุกรานอย่างเงียบ ๆ รุกรานนำไปสู่ความตาย คือจะเสื่อมไปอย่างนี้ ตอนสุดท้ายก็คือตาย สลายไปนั่นเอง ทุกคนไปสู่จุดสลายหมด

บุคคลใดพิจารณาเห็นโทษของความตายนั้น ว่าอย่างไร เราก็ต้องตาย จะมีชีวิตเลิศเลอสมบุรณีย์ไปด้วยลาภ ยศ สรรเสริญ แค่นี้หนก็ตาย ตายหมด จะมีรูปร่างสวยงามแค่นี้หนก็ตาย เพราะฉะนั้นพิจารณาให้เห็นโทษว่า ยังไงเราก็ตายแน่ ทุกคนที่นั่งอยู่ในที่นี้ตายหมด

แต่ก่อนตายนะ เราควรจะทำชีวิตของเราให้มีประโยชน์อย่างไร พระพุทธองค์ได้ตรัสต่อไปว่า ให้พิจารณาเห็นโทษว่า



อย่างไรเราต้องตาย แล้วให้ละคลายความยึดมั่นถือมั่นในโลกามิส โลกามิสก็คือเหยื่อล่อให้ติดอยู่ในโลกนี้ เป็นเหตุให้ใจห่างจากกระแสของพระนิพพาน

เมื่อห่างจากกระแสของพระนิพพาน ซึ่งเป็นแหล่งกำเนิดของความสุข ห่างมากเข้าๆ เราไปจมจ่อมอยู่ในโลกามิสคือเหยื่อล่อนี้ ชีวิตจึงเต็มไปด้วยความระทมทุกข์

เราลองพิจารณาที่ผ่านมา ตั้งแต่เราเกิดจนมานั่งอยู่อย่างนี้ เราจมจ่อมอยู่ในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสต่าง ๆ

เรานึกอย่างนี้ก็แล้วกันว่า ถ้าหากว่าเราเข้าไปใกล้แหล่งกำเนิดแสงเท่าไร เราก็ยิ่งพบความสว่างมาก พบความสว่างมากเท่าไร ความสะอึดกลัวต่างๆ ก็จะหายไป มีความอบอุ่นใจ ถ้ายิ่งห่างจากแหล่งของแสงมากเท่าไร เราก็จะยิ่งพบกับความมืด ความมืดนั้นนำมาซึ่งความสะอึดกลัวกับตัวของเราเอง

ลองนึกถึงสภาพที่เราเดินไปในป่ามืดๆ ป่ารกทึบ มีภัยต่างๆ รอบด้านเลย จากสิ่งสาราสัตว์บ้าง จากคนร้ายบ้าง จากอุบัติเหตุบ้าง สารพัดที่เกิดขึ้นในความมืด แต่เราเดินมาเห็นแสงริบหรือสว่างๆ อยู่ในกลางทุ่งไกลๆ ใจเราขึ้นขึ้นมามากขึ้น



ความสะดุ้งกลัวมันก็ค่อยๆ ลดลงไป ยิ่งเดินเข้าไปใกล้เท่าไร
ความสะดุ้งก็ยิ่งหายไปเรื่อยเท่านั้น

เพราะฉะนั้น พระนิพพาน ท่านเปรียบเอาไว้เหมือน กับ
แหล่งกำเนิดของแสงสว่างของชีวิต เป็นที่บรรจุความสุขอัน
เป็นอมตะเอาไว้ที่นั่น เป็นที่รวมแห่งความสุข ถ้าใครได้เข้า
ใกล้ก็จะมีสุขมาก

แต่มนุษย์เดี๋ยวนี้ปล่อยปละละเลยในกระแสของพระ
นิพพาน แล้วก็หมกหมุ่นยินดีอยู่กับวิทยาการใหม่ๆ ติดกับโลก
ติดกับวัตถุ จึงเหมือนกับเดินอยู่ในที่มืด

ท่านจึงให้พิจารณาว่า ชีวิตเป็นของน้อย ถูกความ
ซรุกรานอยู่เจียบๆ รุกรานนำไปสู่ความตาย พิจารณาให้เห็น
โทษของความตายนั่น คือ ที่สุดแห่งชีวิตนั้น แล้วละคลาย คือ
ไม่ยึดมั่นถือมั่นในในโลกามิส คือเหยื่อล่อให้ใจเราติด

ท่านใช้คำว่าเหยื่อล่อ เหมือนพรานเบ็ดใช้เหยื่อติดเบ็ด
แล้วก็ล่อปลาในน้ำนั้น เหยื่อล่อให้ติดอยู่อย่างนั้น พอปลา
กินเหยื่อ ก็ได้รับความทุกข์ทรมานตั้งแต่วางกาย การเจ็บ
ป่วยของอวัยวะ จนกระทั่งตาย นั่นนะเหยื่อล่อ



ท่านให้ผ่อนคลาย โดยพิจารณาให้เห็นโทษของสิ่งเหล่านี้
เมื่อเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วมันก็เสื่อมสลายไป เราเกิดมาในโลกนี้
จะะสิ่งเหล่านี้ก็เพียงแต่เป็นเครื่องอาศัยอยู่ชั่วคราวเท่านั้น อย่า
คิดว่ามันเป็นจริงเป็นจัง ยึดมันถือมันจนกระทั่งคลายไม่ออก
มีดหน้าตาลาย มองไม่เห็นหนทางพระนิพพาน ไม่เห็นว่า
เป้าหมายของชีวิตนั้นคืออะไร เพราะฉะนั้นท่านก็ให้ปลด ให้
ปล่อย ให้วางในโลกามิสเหล่านี้

สิ่งเหล่านี้บางครั้งมันก็พลัดพรากจากเราไปก่อน บาง
ครั้งเราก็พลัดพรากจากมันไปก่อน มันไม่แน่เหมือนกัน นี่
สิ่งของที่นอกตัวนะ ฉะนั้นท่านก็ให้ปลด ให้ปล่อย ให้วาง

แล้วให้ยินดีในพระนิพพาน ให้เห็นว่าพระนิพพาน
เป็นที่บรรเทาแห่งความมัวเมา ดับกระหาย เป็นที่หมดตัณหา
หมดความทะยานอยาก มีแต่สุขล้วนๆ ไม่มีทุกข์เจือเลย ให้
พอใจต่อพระนิพพาน นี่พระพุทธรองค์ทรงแนะให้ปฏิบัติอย่าง
นี้นะ





โลกนี้คือที่สำหรับสร้างบารมี

การ

ถวายมหาสังฆทาน ถวายไทยธรรม เป็นบุญที่ยิ่งใหญ่ เพราะพระเถรานุเถระแต่ละรูปนั้นท่านได้สั่งสมบุญบารมีมายาวนานนับภavnับชาติไม่ถ้วน บำเพ็ญเนกขัมมบารมีเรื่อยมาจนกระทั่งถึงปัจจุบันนี้ หลหลายรูปเป็นผู้มีทั้งคุณธรรมและคุณวิเศษในตัว เพราะฉะนั้นนะ เราได้ถวายถูกเนื้อนาบุญ ถูกทักษิณียบบุคคล บุญจึงจะนับจะประมาณมิได้

บุญบารมีทั้งหมด ตั้งแต่ปฐมชาติที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ สร้างบุญบารมีเรื่อยมา นับภavnับชาติไม่ถ้วน จนกระทั่งถึงปัจจุบันนี้ บุญล่าสุดที่เราทำผ่านมา รวมเป็นกระแสดธารแห่งความบริสุทธิ์ที่มีฤทธิ์ มีเดช มีอานุภาพ ขจัดทุกข์โศกโรคภัย กิเลสอาสวะ อวิชชา ความโลภ ความโกรธ ความหลง นิเวรณั้ทั้ง ๕ วิบากกรรม วิบากมาร ที่ทำให้เกิดเป็นอุปสรรคในการ



ดำเนินชีวิตของเรา ให้ละลายหายสูญไปให้หมด เหลือแต่
ความบริสุทธิ์ ที่ผุดเกิดขึ้นในกลางกายฐานที่ ๗ เป็นดวงสว่าง
กลมรอบตัว เหมือนดวงแก้วกายสิทธิ์ ขนาดเล็กเท่ากับดวงดาว
ในอากาศ เช่นดาวพระศุกร์หรือดาวประจำเมือง เป็นต้น
ขนาดกลางเท่ากับพระจันทร์ในคืนวันเพ็ญ ที่ปราศจากหมู่เมฆ
ขนาดใหญ่ก็ขนาดพระอาทิตย์ยามเที่ยงวัน มีความสว่างไสว
แล้วก็ใสบริสุทธิ์ ประดุจเพชรลูกที่เจียรระโนแล้ว ไม่มีตำหนิ
ไม่มีขีดข่วนคล้ายขนแมว ทั้งใส ทั้งบริสุทธิ์ ทั้งสว่าง เป็น
แสงแก้วที่เนียนตา ละมุนใจ ไม่เคืองตาเคืองใจเหมือนเรา
ลืมนาดูดวงอาทิตย์

ความสว่างไสวที่ปรากฏเกิดขึ้น เป็นความบริสุทธิ์เบื้องต้น
ต้นของเรา ซึ่งเป็นต้นทางสายกลางที่จะไปสู่อายตณนิพพาน
แล้วจะเข้าถึงที่พึ่งที่ระลึกภายใน คือ ถึงพุทธรัตนะ ธรรมรัตนะ
สังฆรัตนะ ซึ่งเป็นแก่นแท้ของพระพุทธศาสนา เป็นที่พึ่งที่
ระลึกของเราอย่างแท้จริง

เปลี่ยนแปลงมาอิสระ พ้นจากการบังคับบัญชาของ
พญามาร เป็นแหล่งกำเนิดของความสุข ที่จีรังยั่งยืนเป็นอมตะ



พระรัตนตรัยนี้แหละเป็นแก่นของพระพุทธศาสนา เป็นที่พึ่ง
ที่ระลึกของเรา และสรรพสัตว์ทั้งหลาย สิ่งอื่นที่จะเป็นที่พึ่ง
ที่ระลึกเท่านี้หรือยิ่งกว่านี้ ไม่มีอีกแล้ว อยู่ในเส้นทางสายกลาง
ที่มีจุดเริ่มต้นเป็นดวงใสๆ บริสุทธิ์ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว ได้ชื่อ
ว่าเห็นความบริสุทธิ์ของเส้นทางสายกลางภายใน ที่เรียกว่า
อริยมรรค ทางของพระอริยเจ้า หรือเรียกว่า **วิสุทธิมรรค** หรือ
วิมุตติมรรค ทางแห่งความหลุดพ้นจากการเป็นปาวเป็นทาส
ของพญามาร ตั้งแต่หลุดพ้นความทุกข์เรื่อยไปเลย ตามลำดับ
กิเลสชั้นหยาบจนกระทั่งถึงชั้นละเอียด จะหลุดพ้นได้
เมื่อเราเข้าไปสู่เส้นทางสายกลางภายใน ด้วยวิธีหยุดใจของ
เราไว้ที่จุดกึ่งกลางของดวงธรรม เบื้องต้นของความบริสุทธิ์
ภายใน

บุญนี้เป็นสิ่งที่เราจะต้องสั่งสมเอาไว้ให้มากๆ ซึ่งเรา
ทราบกันดีอยู่แล้วว่า **ถ้าบุญบารมีมาก อุปสรรคก็มีน้อย** ถ้า
บุญบารมีน้อย อุปสรรคของชีวิตก็มีมาก เราจะสร้างบารมีได้
สะดวกสบายก็จะต้องอาศัยเสบียง อาศัยสมบัติ

มหาสมบัติยิ่งมีมากเท่าไร ก็ยิ่งอำนวยความสะดวก



ในการสร้างบารมีให้ครบถ้วนบริบูรณ์ ๓๐ ทศ เช่นทรัพย์ จะได้นั้น จะต้องได้จากการสร้างมหาทานบารมี การสร้าง มหาทานบารมีจะมีได้ ก็ต่อเมื่อเอาชนะความตระหนี่ในใจ ความหวงแหนเสียดายทรัพย์ เอาชนะให้ได้ แล้วก็ทำถูกหลัก วิชา ตามคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า บุญนั้นจึงจะ เกิดขึ้นกับเรา

โลกใบนี้เป็นโลกสำหรับการสร้างบารมี ซึ่งมีเวลาจำกัด มาก เพราะฉะนั้น เราจะต้องใช้ทุกอนูวินาทีให้เป็นประโยชน์ ต่อการสร้างบารมี ให้สมกับที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์มาพบ พระพุทธศาสนา พบวิชาธรรมกาย ซึ่งเป็นวิชาที่จะทำให้ เราพ้นจากบ่วงจากทาสของพญามาร ทำบุญในยุคที่มีพระ- พุทธศาสนา วิชาธรรมกายดังกล่าวนี้ เราจะได้บุญมากเป็น พิเศษ มากกว่าในยุคอื่นที่ไม่มีพระพุทธศาสนา ไม่มีวิชา ธรรมกาย เราเกิดในยุคนี้ก็ถือว่าเป็นบุญลาภของเรา เรา จะต้องใช้โอกาสที่มีนี้สั่งสมบุญบารมีของเราให้เต็มที่ ทำให้สุด กำลังสุดชีวิตไปเลย แล้วต้องสละทั้งทรัพย์ อวัยวะ และชีวิต ทั้ง ทำด้วยตัวเอง และชวนคนอื่นมาทำด้วย อย่างนี้ถึงจะเดิน



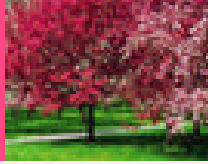
ตามรอยพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและบัณฑิตนักปราชญ์ ในกาลก่อน ทำอย่างนี้จึงจะถูกหลักวิชา

ชีวิตหลังจากตายแล้วในสัมปรายภพ ไม่มีมีการทำมาค้าขาย มีแต่การเสวยผลแห่งการกระทำของเรา เพราะฉะนั้นให้ใช้ชีวิตให้เป็นประโยชน์ด้วยการสร้างบารมี

มีผู้ไม่รู้แบบนี้อีกเยอะแยะมากมายก่ายกองทีเดียว ที่รอคอยพวกเราอยู่ ถ้าเราไม่ทำหน้าที่ตรงนี้ก็ใกล้ตาย ที่เพื่อนมนุษย์อีกมากไปอบายโดยที่ไม่รู้ตัว ฉะนั้นเราไปทำหน้าที่ตรงนี้ เท่ากับชี้หนทางสวรรค์ให้เขา แล้วก็ให้เขาสับเปลี่ยนโลกียทรัพย์เป็นอริยทรัพย์ ที่สามารถนำติดตัวไปในภพเบื้องหน้า ให้มีความสุขยิ่งๆ ขึ้นไป

ให้ได้สร้างบารมีขึ้นไปเรื่อยๆ เท่ากับช่วยชี้ทางสวรรค์และความสว่างของชีวิต จนกว่าจะถึงจุดหมายปลายทาง

กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๔๕



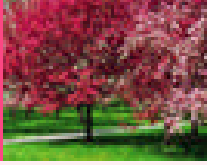
ต้องมีเป้าหมายไปนิพพาน

ยาม

ที่โลกขาดพระสัพพัญญูพุทธเจ้า โลกก็มีพระปัจเจก-
พุทธเจ้ามาเป็นเนื่อนาบุญทดแทน แต่พระปัจเจก-
พุทธเจ้าท่านไม่อบรมสั่งสอนใคร ตั้งผังอย่างเดียว

ฉะนั้น ตรวจตราดูให้ดี อธิษฐานอะไรบ้าง เพราะ ท่าน
จะยื่นหนึ่ง ๆ พออธิษฐานจบ เอวัง โหตุ ขอให้เป็นอย่างนั้น เป็น
ผังสำเร็จติดไปแล้ว

เพราะฉะนั้นถ้าทำบุญกับท่าน ใส่บาตรตักภัตตาหาร
ใส่ในบาตรท่าน ก็สาธุขอให้รวยๆ เป็นมหาเศรษฐีของโลก
ถ้าอธิษฐานแค่นั้น พอท่านปิดฝาบาตร เอวัง โหตุ แสดง
ว่าผังสำเร็จเกิดขึ้นแล้วนะ เหมือนมหาเศรษฐีของโลกบางคน
รวยได้ แต่ขาดนิพพานะ บัณฑิตจะโย โหตุ ไม่ได้มีมรรคผลนิพพาน
เป็นแก่นสาร รวยแบบไม่มีเป้าหมาย รวยฟรี แม้ทำเยอะ

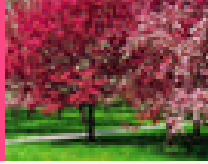


ก็ได้น้อย ที่ถูก ต้องรวยแล้วเกิดในยุคที่มีพระพุทธศาสนาเกิดขึ้น แล้วได้ทำบุญในพระพุทธศาสนา นั่นเป็นการอธิษฐาน ล้อมคอกไว้ อย่างนี้นอกจากจะรวยแล้ว ยังมีปัญญา มีบุญคุ้ม ครองพาตัวเองไปสู่จุดหมายปลายทางได้

คำว่า นิพพานะ ปัจจะโย โหตุ ขอให้เป็นปัจจัยได้ บรรลุมรรคผลนิพพาน เวลาทำบุญทุกครั้ง ขอให้ได้อานิสงส์ ตรงนี้ ตรงที่เป็นชนกกรรมมาเกิดในครรภ์มารดาผู้เป็นสัมมาทิฐิ ได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เกื้อกูลต่อการบรรลุนิพพานทีเดียว

แต่ถ้าสาธุ ด้วยอานุภาพแห่งบุญที่ข้าพเจ้าได้ทำในคราวนี้ ขอให้ข้าพเจ้าเป็นมหาเศรษฐี ซึ่งรวยจริง แต่ไปอยู่นอกเขตบุญสถาน หาทรัพย์ว่ายากแล้ว แต่การใช้ทรัพย์ให้เกิดประโยชน์สูงสุดอย่างเฉลียวฉลาด เกิดประโยชน์ในปัจจุบัน และได้ประโยชน์ไปถึงอนาคตอย่างสูงยิ่ง ตรงนี้ยากพอๆ กับการหาเงินแหละ

อย่าไปนึกว่ามีทรัพย์แล้วใช้ทรัพย์ แต่ไม่เกิดประโยชน์ ถ้าเกิดเป็นเศรษฐีเฉย ๆ ไม่ได้อธิษฐานล้อมไว้ ตายไปแล้วสมบัติตกเป็นของทายาท ทายาทใช้ไม่เป็นอีก ก็อันตราย



เหมือนกัน นอกจากทรัพย์สินจะพินาศแล้ว ตายแล้วยังไปตกใน
อบายภูมิ

ดังนั้น ทุกครั้งที่เราทำบุญ เวลาจะอธิษฐานอะไรก็
แล้วแต่ อย่าลืม นิพพานะ ปัจจะโย โหตุ

วันที่ ๑๑ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๔๕





พระนิพพานอยู่ที่ไหน

พระ นิพพานนั้นอยู่ที่ตรงไหน พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัส
เอาไว้ว่า ไม่ใช่โลกนี้ ไม่ใช่โลกอื่น ไม่ใช่อยู่ที่บนดวง
อาทิตย์ ดวงจันทร์ หรือดวงดาว ไม่ใช่ดินน้ำลมไฟอย่างที่เรา
ได้เห็นด้วยตาเนื้อ แต่อายตนะนั้นมีอยู่ ท่านว่าเอาไว้อย่างนั้น
อายตนะนั้นมีอยู่

ไปไม่ถึงด้วยยวดยานพาหนะอันใดทั้งสิ้น จะไปด้วยรถ
ด้วยเรือ ด้วยจรวด ด้วยอะไรก็แล้วแต่ ไปกันไม่ถึงทั้งนั้น ไม่มี
การไป ไม่มีการมา ไม่มีการนอน มีแต่นั่งเข้านิโรธสมาบัติ
สงบนิ่งอยู่ในนั้นนะ เรียกว่า อายตนะนิพพาน แล้วก็อยู่ในกาย
ยาววา หนาคืบ กว้างศอก ที่เราอาศัยนั่งขัดสมาธินั้นแหละ
อยู่ในตัวของเรานี่เอง ไม่ได้อยู่ที่ตรงไหนเลย



ที่นี่พอพูดถึงในตัวของเรา พวกเราบางท่านก็จะนึกไปถึงตบไตใส่ฟุงอะไรต่างๆ ว่าสิ่งเหล่านี้จะเป็นที่สิงสถิตของพระนิพพานได้อย่างไร

หนทางนั้นมีอยู่ที่ที่จะเข้าถึง มัชฌิมาปฏิปทา ตถาคเต อภิสัมพุทธา คือให้เข้าไปตรงกลางของตัวเอง

ถ้าเราเอาเส้นเชือกซึ่งจากสะดือทะลุไปข้างหลังเส้นหนึ่ง จากขวาทะลุซ้ายไปอีกเส้นหนึ่ง เส้นเชือกตัดกันตรงกลางก็เห็นขึ้นมาจากจุดนั้น ๒ นิ้วมือ เรียกว่า **ฐานที่ ๗** **ตรงนี้คือ** **ทางไปสู่พระนิพพาน** ของทุกๆ คนในโลก เป็นทางหลุดทางพ้น เป็นทางเข้าถึงความสุขอันเป็นอมตะ อยู่ตรงนี้ที่เดียว ไม่ใช่อยู่ที่ไหน ไม่ใช่อยู่ในป่าในเขา ในห้วย ในหนอง ในคลอง ในบึง หรือตามจักรวาลน้อยใหญ่ต่างๆ แต่อยู่ตรงนี้

ถ้าเราเอาใจของเรามาหยุดหนึ่งให้ถูกส่วน ตรงฐานที่ ๗ ตรงนี้ ไม่ช้าจะเข้าถึงดวงปฐมมรรค จะเห็นทางเบื้องต้นไปสู่พระนิพพาน เป็นดวงใสๆ คล้ายกับเพชร กลมรอบตัว อย่างเล็กโตเท่ากับดวงดาวในอากาศ อย่างกลางก็ขนาดพระจันทร์ในคืนวันเพ็ญ อย่างไม่รู้ก็ขนาดพระอาทิตย์ยามเที่ยงวัน เรียก



ว่า ปฐมมรรค เป็นหนทางเบื้องต้นที่จะไปสู่พระนิพพาน ที่ พระพุทธเจ้าตรัสให้พอใจในพระนิพพานก็หมายความว่า ให้ เอาใจมาหยุดนิ่งอยู่ที่ตรงนี้ ให้เกิดความพอใจอยู่ที่ตรงนี้ อย่า ไปพอใจในโลกามิส ในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ ให้เอาใจมาหยุดนิ่งอยู่ที่ตรงนี้ หยุดกันให้ถูกส่วนทีเดียว พอ ถูกส่วนก็เห็นดวงใส เป็นปฐมมรรคเกิดขึ้นอยู่ภายใน

ดวงใสนี้ไม่ใช่ใครทำให้มีขึ้น หรือไปสร้างเป็นมโนภาพ ไม่ใช่อย่างนั้น พอหยุดแล้วก็จะเข้าถึง คำว่า เข้าถึง แสดงว่า **สิ่งนี้มีอยู่แล้วในตัวของเรา** เป็นดวงใสๆ กลมรอบตัวทีเดียว อยู่ที่ตรงนี้ นี่แหละเรียกว่าปฐมมรรค หนทางเบื้องต้นไปสู่พระ นิพพาน

เมื่อใจหยุดถูกส่วนที่กลางปฐมมรรค พอถูกส่วนเข้า เดียวก็เห็นหนทางต่อไปอีก เห็นศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ วิมุตติญาณทัสสนะ ที่เราเคยได้ยินได้ฟังกันบ่อยๆ ว่า ศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ วิมุตติญาณทัสสนะ ๕ อย่างนี้เป็นเครื่องนำใจ ให้หลุดพ้น สิ่งที่เราได้ยินได้ฟังก็มาจากสิ่งที่พระพุทธเจ้า ท่านได้เห็น เห็นจากตัวของท่าน ที่เรียกว่า ตรัสรู้



ตรัสรู้ แปลว่า ความรู้ที่เกิดจากความเห็นแจ้ง เห็นด้วยธรรมจักขุ ดวงตาธรรมของท่านเห็นไปตามลำดับอย่างนี้ เห็นอยู่ในกลางตัวของท่าน แล้วก็เห็นกายต่างๆ ซ้อนกันอยู่ภายใน

เห็นกายมนุษย์ละเอียดซ้อนอยู่ในกายมนุษย์หยาบ

เห็นกายทิพย์ซ้อนอยู่ในกายมนุษย์ละเอียด

เห็นกายรูปพรหมซ้อนอยู่ในกายทิพย์

เห็นกายอรูปพรหมซ้อนอยู่ในกายรูปพรหม

เห็นกายธรรมซ้อนในกายอรูปพรหม

แล้วก็เห็นกายธรรมในกายธรรมเข้าไปเรื่อยๆ เข้าไปตามลำดับอย่างนี้ จนกระทั่งเข้าไปสุดกาย กายที่สุด ที่สะอาด บริสุทธิ์ หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะทั้งหลาย กายธรรมองค์ที่สุดนั้นแหละจึงจะไปสู่พระนิพพานได้

ถ้าเปรียบแล้วการไปสู่พระนิพพาน ก็เหมือนกับบรตหลายๆ ผลัด อย่างเช่นถ้าเราจะไปจากกรุงเทพฯ ถึงเชียงใหม่ เราก็ต่อรถไปหลายๆ ผลัด ผลัด ๑ มาส่งที่รังสิต อีกผลัดหนึ่งส่งต่ออยุธยา ถึงอ่างทอง สิงห์บุรี ชัยนาท เรื่อยไปตาม



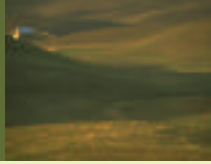
ลำดับ จนกระทั่งถึงลำพูน แล้วก็เชียงใหม่

ในตัวของเรา ก็เช่นเดียวกัน กว่าที่จะเข้าไปถึงอายตนะนิพพานได้ ก็จะต้องอาศัยกายต่างๆ เป็นทางผ่านของใจ ส่งกันต่อๆ ขึ้นไปตามลำดับ ตั้งแต่กายมนุษย์ กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม แล้วก็กายธรรม แล้วก็กายธรรมในกายธรรมเข้าไปตามลำดับ อย่างนี้แหละจึงจะถึงพระนิพพานได้

กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๔๕



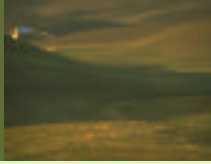
พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) หลวงพ่อวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ



แผนผังของชีวิต

พระเดชพระคุณหลวงพ่อดาวพอกน้ำ ภาณีเจริญ ได้สอนให้กำหนดเครื่องหมายที่ใสสะอาด บริสุทธิ์ ประดุจเพชรลูกที่เจียรไนแล้ว โดดเด่นแวววาวตาของเรา แล้วก็เอาใจที่แว่วไปแว่วมาในเรื่องราวต่างๆ มาหยุดนิ่งที่กลางดวงใสๆ นี้ โดยตรีนึกถึงดวงใสๆ ใจหยุดอยู่ตรงกลางดวงใสอย่างสบายๆ พร้อมกับประกอบบริกรรมภาวนาว่า สัมมาอะระหังฯ ๑ เรื่อยไปทุกครั้งทีภาวนา สัมมาอะระหัง ท่านก็ให้ตรีนึกถึงดวงใส เอาใจหยุดที่กลางดวงใสไปเรื่อยๆ ภาวนาเรื่อยไป ก็สับ ก็ร้อย ก็พัน ก็หมื่น ก็แสนครั้ง จนกว่าใจจะหยุดนิ่ง

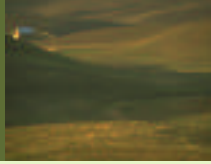
พอใจหยุดนิ่ง ก็ทิ้งคำภาวนาไป จะมีอาการคล้ายๆ กับว่าลืมคำภาวนาไป ใจไม่ได้ฟุ้งคิดเรื่องอื่น หรือเกิดความรู้สึกว่าไม่อยากภาวนา สัมมาอะระหัง ต่อไป อยากรวงใจนิ่งๆ



อยู่ที่กลางดวงใสๆ ถ้ามีอาการหรือความรู้สึกอย่างนี้ ท่านก็บอกไม่ต้องย้อนกลับมาภาวนา สัมมาอะระหังใหม่ ให้หยุดใจเรื่อยไป นิ่งในนิ่งเรื่อยไป เดี่ยวจะถูกส่วนไปเอง เราไปทำให้ถูกส่วนไม่ได้ นอกจากหยุดกับนิ่ง วางใจให้พอดีจะถูกส่วนไปเอง

พอถูกส่วน ใจจะตกศูนย์ลงไปจากฐานที่ ๗ ไปฐานที่ ๖ ไปยกเอาดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ ไสบริสุทธิ โต้เท่ากับฟองไข่แดงของไก่ ลอยขึ้นมาตรงฐานที่ ๗ ที่เห็น ก็คือเห็นเป็นดวงลอยขึ้นมา แล้วก็มาหยุดนิ่งตรงฐานที่ ๗ ซึ่งเราจะเห็นได้ชัดเจนตอนนี้ เพราะใจหยุดสนิทได้สมบูรณ์ ๑๐๐ %

ดวงใสๆ ที่ขึ้นมานี้ คือดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน มาพร้อมความสุขที่แท้จริง ที่ละเอียด ประณีต เป็นอิสระกว้างขวางไม่มีขอบเขต แตกต่างจากความสุขทั้งหลายที่เคยเจอ เรียกว่า **นิรามิสสุข** เป็นสุขที่ไม่ต้องอาศัยคน สัตว์ สิ่งของ สุขด้วยตัวของตัวเอง แล้วกว้างขวาง ไม่ถูกครอบด้วยความหายนะ

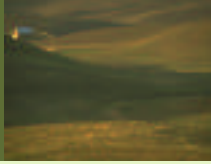


แล้วการเดินทางในสายกลางก็จะเริ่มขึ้น เมื่อดวงปฐมมรรคนี้เกิดขึ้น ใจที่นิ่งแน่นแล้ว ก็จะนิ่งในหนึ่งหนักเข้าไปอีก ในกลางดวง แล้วก็เคลื่อนไปสู่ภายใน เข้าถึงดวงศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ วิมุตติญาณทัสสนะ ๖ ดวง ตั้งแต่ดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานหรือปฐมมรรค ไปถึงดวงวิมุตติญาณทัสสนะ เป็นชุด

แล้วก็เข้าถึงกายมนุษย์ละเอียดที่มีหน้าตาเหมือนตัวเรา ท่านหญิงเหมือนท่านหญิง ท่านชายเหมือนท่านชาย นั่งขัดสมาธิเจริญสมาธิภาวนา หันหน้าออกไปทางเดียวกับเรา ใจก็จะหยุดไปเรื่อยๆ ปล่อยหยุดปล่อยพันไปเรื่อยๆ ก็จะเข้าถึงกายในกาย คือ กายทิพย์หยาบ - ละเอียด กายรูปพรหมหยาบ - ละเอียด กายอรูปพรหมหยาบ - ละเอียด กายธรรมโคตรภูหยาบ - ละเอียด เป็นกายองค์พระใสเป็นแก้วใสเป็นเพชร เกตุดอกบัวตูม หน้าตักหย่อนกว่า ๕ วา นิดหน่อย

แล้วก็เข้าถึงกายธรรมพระใสดาดัน หน้าตัก ๕ วาสูง ๕ วา ไสบริสุทธ์ดุจกระจกคันฉ่องส่องเงาหน้า ไสยิ่งกว่านี้

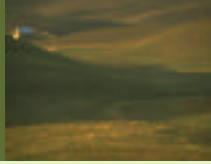
แล้วก็เข้าถึงกายธรรมพระสภิกาคามี หน้าตัก ๑๐ วา



สูง ๑๐ วา ไสบริสุทธิดุจคันฉ่องส่องเงาหน้า หรือยิ่งกว่านั้น

แล้วก็จะเข้าถึงกายธรรมพระอนาคามี หน้าตัก ๑๕ วา สูง ๑๕ วา ไสบริสุทธิดุจคันฉ่องส่องเงาหน้า หรือยิ่งกว่านั้น ไสเกินใส ยิ่งกว่านี้ก็จะเข้าถึงกายธรรมพระอรหัต หน้าตัก ๒๐ วา สูง ๒๐ วา ทั้งหมด ๑๘ กาย ระหว่างกายก็จะมีดวงธรรม ๖ ชุดดั่งกล่าว ละเอียดประณีตยิ่งขึ้นไปเรื่อยๆ สลับกัน เห็นดวงธรรมและก็เห็นกาย สลับกันไปอย่างนี้จนกระทั่งถึงกายที่ ๑๘

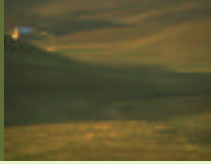
ทั้ง ๑๘ กายนี้แหละเป็นแผนผังของชีวิตที่ติดมาตั้งแต่ปฐมชาติที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์สร้างบารมีเรื่อยมาจนกระทั่งบัดนี้ มันติดมาตั้งแต่ตีกต่าบรรพโหน้ ติดมายาวนาน แต่พญามารพยายามกดธาตุธรรมนั้นให้ตกต่ำลงไป ปิดบังไม่ให้เราดูเห็น เมื่อปิดบังด้วยกิเลสอาสวะ ก็ทำให้เราไม่รู้ไม่เห็นเรื่องราวที่เป็นแผนผังของชีวิต ที่ติดตัวมาตั้งแต่ปฐมชาติที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ นั้นแหละเขาปิดบังไว้ แล้วกดให้ตกต่ำ แล้ววิ่งเอาไปติดในธรรมที่ทำให้เนิ่นช้า ที่เรียกว่า**บัญญัติธรรม** คือ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส ทั้ง ๕ อย่างนี้ ตรึงเอาไปติด



ใจก็ไม่อยู่กับเนื้อกับตัว เมื่อใจไม่อยู่กับเนื้อกับตัวมากเข้า แทนที่จะรู้เรื่องของตัว ก็ไปรู้สิ่งทีนอกตัว ความรู้ที่อยู่นอกตัว นั้น ยิ่งรู้ก็ยิ่งร้อน ยิ่งรู้ก็ยิ่งมืด ยิ่งรู้ก็ยิ่งไม่บริสุทธิ์ รู้อย่างนั้นก็ ไม่พ้นจากทุกข์ทรมาน แล้วก็วนเวียนอยู่อย่างนั้นเรื่อยไป ให้ เขากตธาตธรรมให้ตกต่ำลงอย่างนั้นทีเดียว

เราจะรู้เรื่องราวได้ ต้องมาถึงพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือได้บังเกิดในยุคของท่าน หรือความรู้ของท่านที่ยังปรากฏอยู่ ถ้าได้ฟังคำสอนหรือได้ศึกษาคำสอนนั้น เอามาไตร่ตรอง มา พิจารณาหรือปฏิบัติตาม

เมื่อปฏิบัติถูกส่วน ความไม่รู้จริงก็หลุดออกไป เหมือน กดสวิทช์ไฟฟ้า ความมืดในห้องก็หายไป ความสว่างเข้ามา แทนที่ ส่องให้เราได้เห็นสิ่งต่างๆ ที่อยู่ในห้องนั้นตามความเป็นจริง เห็นถึงไหนก็รู้ไปถึงนั้น จักขุ ญาณ ปัญญา วิชชา แสงสว่าง ก็เกิดขึ้นพร้อมๆ กัน ไม่ก่อนไม่หลัง เกิดขึ้นพร้อมๆ กัน จักขุอุทปาติ ญาณังอุทปาติ ปัญญาอุทปาติ วิชชา-อุทปาติ อาโลโกอุทปาติ เกิดพร้อมกันไปเลย ความรู้จริงก็ เกิดขึ้นเมื่อถึงพระพุทธรเจ้าหรือความรู้ของพระองค์ท่าน

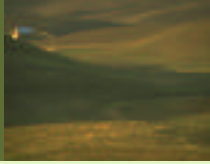


ซึ่งสรุปได้ว่า หยุदनั้นแหละเป็นตัวสำเร็จ หยุตใจได้แล้ว
ละก็ ความมืดก็หมดไป ความไม่รู้จักจริงก็หมดไป ความทุกข์
ทรมานก็หมดไป มีความสุข สนุกสนาน เพลิดเพลินในธรรม
เป็นสุขที่ละเอียดกว้างขวาง ประณีต เป็นอิสระ ไม่ต้องอาศัย
วัตถุ คน สัตว์ สิ่งของ และรู้เห็นไปตามความเป็นจริง

สิ่งอะไรที่เที่ยงก็รู้ว่าเที่ยง ไม่เที่ยงก็รู้ว่าไม่เที่ยง อะไร
เป็นทุกข์ก็รู้ เพราะเห็นอย่างนั้น อะไรเป็นสุขก็รู้ เพราะเห็น
อย่างนั้น อะไรที่เป็นตัวเป็นตนก็รู้ อะไรไม่ใช่ก็รู้ รู้แล้วก็จะ
ทิ้งสิ่งที่ไม่เป็นสาระแก่นสาร สิ่งที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

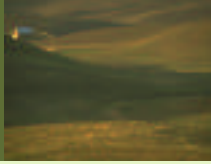
เมื่อปลดปล่อยสิ่งนั้น ก็จะเข้าถึงสิ่งที่เที่ยง ที่คงที่ ที่
เป็นของจริง ของแท้ นั่นแหละสุขล้วนๆ เป็นเนื้อเป็นหนัง
ที่แท้จริง เป็นอิสระจากกิเลสอาสวะ จากการเป็นป่าวเป็นทาส
ของพญามารที่เขาบังคับบัญชาอยู่ จะบังคับบัญชาเราด้วยตัว
ของเราเองให้เป็นอย่างไรก็ได้ ธรรมกายนั้นแหละเป็นนิจจัง
สุขขัง อัตตา มีอยู่ในกายของพวกเราทุกๆ คนนี้แหละ

เพราะฉะนั้น พระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำ
ภาษีเจริญ ท่านจึงสอนอย่างนั้น ซึ่งถูกจริตอัธยาศัยของท่าน



ที่ถนัดในการนึกภาพและวางใจเป็น และก็เห็นไปตามความเป็นจริง ส่วนใครที่ยังไม่ถนัด ก็พลิกแพลงเอา แบบพระเดช-พระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ท่านพลิกแพลงอนุโลมไปตามจริตอัธยาศัยของมนุษย์ที่มีไม่เหมือนกัน ให้วางใจเฉย ๆ จะกำหนดปอยผมที่ปลง ที่ท่านสอนภาคในโบสถ์ก็ได้ หรือจะนึกคิดในสิ่งที่เราคุ้นเคยก็ได้ แต่ให้เป็นวัตถุสิ่งของที่นำมาซึ่งความบริสุทธิ์ของดวงจิต ให้ใจสูงส่งขึ้นไปเรื่อยๆ ก็ได้ หรือจะเอาตัวของเราอยู่ในกลางศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ขยายเต็มส่วนสุดขอบฟ้าไปแล้วก็ตามได้ทั้งนั้น หรือจะเริ่มตันจากฐานใดฐานหนึ่งก็ได้ เริ่มตรงนั้นไปก่อน จนนิ่งถูกส่วน ใจนุ่มนวลควรแก่การงาน ถึงค่อยโน้มมาตั้งไว้ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ก็ได้ พุดง่าย ๆ คือ ตอนท้ายต้องมาหยุดตรงนี้

เราต้องมีหลักของใจอย่างนี้ ไม่ใช่สะเปะสะปะกันไป แล้วสิ่งที่เราเห็นอะไรต่างๆ ที่ยังอยู่นอกกลาง จะเป็นแสงสว่างก็ดี หรือจะเป็นอะไรก็ตาม เป็นคน เป็นสัตว์ เป็นสิ่งของก็ตาม เห็นแล้วก็วางใจเฉย ๆ ให้นิ่ง ๆ อย่าไปมีอารมณ์ร่วมกับสิ่งนั้น หนึ่งเฉย ๆ ณ จุดที่เราสบายอย่างนั้นไปก่อน และสิ่งเหล่านั้นก็



จะแปรเปลี่ยนไปเป็นภาพสุดท้าย ดวงใสๆ หรือองค์พระใสๆ พอถึงตรงนั้นจะวูบเข้ามาในกลางเอง และหลังจากนั้นจะเข้ามาในกลางกายเอง เกิดขึ้นในฐานะที่ ๗

หลังจากนั้น การเข้ากลางจะเกิดขึ้นที่ฐานที่ ๗ จะเห็นตามความเป็นจริง คือแผนผังของชีวิตนั่นเอง

เราต้องจับหลักให้ได้ แล้วการปฏิบัติจะไม่เลอะเทอะไม่เลื่อนลอย เราก็จะเจอแต่ของจริง เห็นจริง รู้จริง สุขจริง บังเกิดขึ้นแก่ตัวของเรา ยิ่งปฏิบัติ ใจก็ยิ่งบริสุทธิ์หลุดปล่อยไปเรื่อยๆ ยิ่งปล่อยยิ่งละยิ่งวางไปเรื่อยๆ จิตใจก็ยิ่งองอาจกล้าหาญในการสร้างความคิด

วันที่ ๒๕ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๔๕



โลกที่ไร้แก่นสาร

ชีวิต

มันก็ซ้ำๆ ซากๆ มันก็ไม่ค่อยมีอะไรใหม่ในชีวิตของการเวียนว่ายตายเกิด ในแต่ละภพแต่ละชาติของบุคคลที่มีชื่ออยู่ในพระไตรปิฎก จะเห็นว่าบางท่านชีวิตก็ขึ้นๆ ลงๆ เดียวก็รวย เดียวก็จน แต่ผลสุดท้ายก็ไปนิพพานหมด

ชีวิตบางท่านก็น่าเลื่อมใส คือโตเต้าตั้งแต่เป็นมหาบุคคล (คนที่จนที่สุด) เพราะชื่อนี้เป็นชื่อโดยตำแหน่ง ถ้าใครอยากได้ตำแหน่งนี้ก็ไม่ยาก ตระหนี่เข้าไว้เรื่อยๆ นะ หวงๆ ไว้ เดียวก็ได้ตำแหน่งนี้ ถ้าได้สร้างบุญบารมีก็ขยับเลื่อนฐานะ ก็ค่อยๆ ขยับสูงขึ้นมาเรื่อยๆ **เอาบุญต่อบุญ สมบัติต่อสมบัติ** แม้เกิดมายากจน แต่ได้เจอกัลยาณมิตร ได้รับคำแนะนำให้มาสร้างบุญ ไม่ว่าจะอยู่ในยุคของพระสัมพันธัญญะพุทธเจ้า หรือพระปัจเจกพุทธเจ้า พอตายจากชาตินั้นก็จะได้ไปเกิดเป็นชาวสวรรค์



หลังจากนั้นก็ลงมา ได้มาสร้างบารมีใหม่ ในฐานะของเศรษฐี
แล้วก็มั่งคั่งเพิ่มไปเรื่อยๆ

เราก็จะเห็นได้ว่า ตำแหน่งทุกตำแหน่งนี้เป็นของกลางๆ
จริงๆ แล้วแต่ใครจะไขว่คว้าอยากได้ตำแหน่งไหน ก็ขึ้นอยู่กับ
การประกอบกรรมของเรา

เราก็จะเห็นว่า ตอนสุดท้ายต้องไปนิพพานหมด ตอน
ที่บารมีอ่อนๆ อยู่ ก็ไม่ค่อยเห็นความสำคัญของพระนิพพาน
เท่าไร ก็มีความคิดว่ามันไม่สนุก ไม่มีโรงหนัง ไม่มีโรงละคร
ไม่มีที่เที่ยวนั่งเล่นสนุกสนาน เพราะตัวไม่เข้าใจอารมณ์ของ
พระนิพพาน เข้าใจแต่อารมณ์โลกๆ แต่พออินทรีย์แก่กล้าเข้า
คือระหว่างที่ยังไม่อยากไปนิพพาน ตัวก็สร้างบุญไปเรื่อยๆ
พอบุญที่สั่งสมไปที่ละเล็กทีละน้อย มากเข้าอินทรีย์ก็แก่กล้า
ตอนนี้จะรู้สึกจะหมดความจำเป็น คืออิมันะ หมดความจำเป็น
ที่จะใช้ชีวิตในระดับของปุถุชน อยู่ๆ ก็อิมไปเฉยๆ อย่างนั้น

เหมือนอย่างพระโมคคัลลาน์ พระสารีบุตร ทั้งคู่สั่งสม
บุญบารมีกันเรื่อยมา พอมาชาติสุดท้าย ก่อนบวชก็เป็นหนุ่ม
ที่คึกคะนองเที่ยวสนุกสนานไปด้วยกันทั้งคู่ ดูการละเล่นดู



มหรสพ ถึงคราวหัวเราะก็หัวเราะ ถึงคราวร้องไห้ก็ร้องไห้ ถึง
คราวตลกขบขันก็ตลกขบขัน จนกระทั่งอินทรียกเกล้าบารมี
เต็มที่จะเป็นพระอรหันต์ อยู่ๆ ก็นั่งแข็งด้วยกันทั้งคู่ ดุมมหรสพ
ถึงบทหัวเราะก็เฉยๆ บทโศกก็เฉยๆ ขบขันก็เฉยๆ ไม่มีอารมณ์
ร่วมด้วย แล้วหันหน้ามาเจอกัน สบตากัน ทั้งคู่พูดประโยค
เดียวกันพร้อมๆ กัน เอ...วันนี้คุณแปลกจังเลย วันนี้ดูแข็งจัง
ดุมมหรสพอะไรไม่ค่อยมีรสชาติ คุณก็เหมือนกัน บอกไม่รู้
เป็นไงวันนี้เห็นโลกมันว่างเปล่า แล้วก็เต็มไปด้วยกองเพลิง
มันเราร้อน ไม่ได้มีสาระอะไรเป็นแก่นสารเลย

ดังนั้น ไม่ว่าจะสมบูรณ์ไปด้วยโภคทรัพย์สมบัติ
พวกฟองบรืวาร สมบัติมากมายแค่ไหนก็อย่างนั้น ตอนนี
ความรู้สึกที่จะแสวงหาชีวิตอีกระดับหนึ่ง คือชีวิตของพระ-
อริยเจ้าก็จะเกิดขึ้นและในที่สุดก็สมหวัง

เพราะฉะนั้น บุญเล็กบุญน้อยนี้ เราอย่าไปคิดว่าไม่
สำคัญนะ ทำไปเถอะ จะค่อยๆ สั่งสมไปเรื่อยๆ สักวันหนึ่งเมื่อ
เต็มเปี่ยมล้นบริบูรณ์ แล้ววันนั้นเราจะมีความรู้สึกที่แตกต่างจาก
คนรอบข้าง แตกต่างจากเพื่อนฝูงญาติสนิทมิตรสหายทีเดียว



จะเป็นอย่างนั้น จะเบื่อหมดเลย

ถ้าเมื่อไรเบื่อทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่ค่อยติดใจอะไรนี้ นั่ง
ธรรมะประเดี้ยวเดี้ยวแค่นั้นเอง จิตรวมเลย รวมวูบลงไป
สว่างไปเลย

เพราะฉะนั้น บุญทุกบุญ อย่าไปปฏิเสธ ทำไปทุกวัน
จนกระทั่งหมดอายุขัย อายุของเราเหลือกันอีกคนละไม่กี่ปีแล้ว
นะ สมมุติว่า ไม่ไปก่อนระหว่างทางนะ สมมุติว่าอายุยืนสัก
๗๕ ปี นี่เหลือกันไปคนละไม่กี่ปีนะ อย่าชะล่าใจนึกว่าเหลือเยอะ
นานๆ จะเห็นคนอายุยืนถึง ๘๐, ๙๐ ปี สักคนหนึ่ง

เมื่อเราเหลือเวลาอีกไม่กี่ปี ต้องคำนวณกันแล้วว่า ทุก
อนุวินาทีเราจะทำอย่างไรที่เราจะได้บุญเยอะๆ บุญมากๆ มากพอ
ที่เวลาเราระลึกนึกย้อนหลังแล้วปลื้ม ชื่นใจ จนกระทั่งเมื่อ
เราอนอนอยู่บนเตียงคนป่วย ตอนนั้นกรรมนิมิต คตินิมิตจะมา
ฉายให้เราเห็น จะเห็นกันทุกคน ตอนนั้นจะพูดไม่ค่อยได้ หรือ
ไม่มีอารมณ์อยากจะทำ พูด จะเฉยๆ อยากจะหลับตาเฉยๆ หมู่ญาติ
ใครที่มาพูดข้างๆ หู ก็อ้อๆ ออ ๆ กันไปอย่างนั้น พูดไม่ได้บ้าง
ไม่อยากจะพูดบ้าง หรือเฉยๆ กรรมนิมิตคือภาพที่เราได้ทำเอา



ไว้ แม้ในระดับของความคิดก็ยังคงเกิดขึ้น ความคิด คำพูดและ การกระทำก็จะมาฉายให้เห็น เห็นอยู่คนเดียว คนอื่นไม่เห็น

แล้วใจเราจะไปติดตรงไหนละ ถ้าไปติดกรรมนิमितที่เป็น กุศล คตินิมิตภาพที่จะไปสู่สุคติจะชัดเจน สังเกตตอนนั้นนะ จะปลื้ม ยิ้มอยู่ในหน้า ผิวพรรณวรรณะจะผ่องใส แล้วก็ไป เกิดเป็นชาวสวรรค์ นี่ต้องให้ได้บุญในระดับที่ปลื้มกันถึง ขนาดนี้

เราไปอยู่กับบนสวรรค์ตอนนี้ไม่มีอุทธรณ์ฎีกาแล้วนะ ไม่ว่าจะรอกไม่ว่าสวรรค์นี้กลับกันไม่ได้แล้ว เราจะไปพูดว่ารู้อย่าง นี้ตอนเป็นมนุษย์ทำให้เต็มที่ พูดไปอย่างไรก็ไม่มีใครเขาฟังนะ ความเป็นธรรมในสังคมเกิดขึ้น ใครทำบุญมาก รัศมีก็มาก บริวารสมบัติ วิมาน ยศ ตำแหน่งอะไรต่างๆ ความเป็น ใหญ่ก็มาก ทำบุญปานกลางก็หย่อนลงมา ทำบุญน้อยก็ถอยลง มา จะไม่ลักหลั่นกันเลย จะเรียงกันไปอย่างนี้ และตอนนั้นทำ อะไรก็ได้แล้ว

ดังนั้นในระหว่างที่มีชีวิตอยู่นี้สร้างบุญให้เต็มที่ ทุกๆ บุญทำให้เต็มที่ เต็มกำลังเลย

วันที่ ๑๔ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๔๕





ที่เกิด ที่ดับ ที่หลับ ที่ตื่น

ฐาน ที่ ๗ นี้สำคัญมากทีเดียว อยู่เหนือจากฐานที่ ๖ ซึ่งอยู่ที่กลางห้อง ในระดับเดียวกับสะดือขึ้นมา ๒ นิ้วมือ พระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ท่านกล่าวว่า เป็น**ที่เกิด ที่ดับ ที่หลับ ที่ตื่น** และสำคัญยิ่งกว่านั้นก็คือ เป็น**ทางไปสู่อายตนะนิพพานด้วย**

เป็นที่เกิดเวลาสัตว์โลก มาเกิดรวมทั้งตัวของเราด้วย กายทิพย์จะเข้ามาทางปากช่องจุมุกของบิดา ท่านหญิงเข้าข้างซ้าย ชายเข้าข้างขวา แล้วก็มาตามฐานต่างๆ มาฐานที่ ๒, ๓, ๔, ๕, ๖ แล้วก็มาหยุดฐานที่ ๗ แล้วก็ไปถ่ายให้กับมารดา ก็ยังจะต้องเข้าไปทางปากช่องจุมุกของมารดาไปตามฐานต่างๆ แล้วก็ไปตั้งอยู่ที่ฐานที่ ๗ ตรงนั้น นี้เรียกว่า**มาเกิด**

ถ้าเวลาไปเกิด ใจของเราจะมาหยุดนิ่งอยู่ที่ฐานที่ ๗



ตอนนี้จะเห็นกรรมนิมิต สิ่งที่เราได้กระทำตอนที่ยังแข็งแรง อยู่ตั้งแต่ต้นเลย ปฐมวัย มัชฌิมวัย ปัจฉิมวัย จะมาปรากฏ สิ่งใดที่แรงกล้ามากก็จะชัดเจน สิ่งใดที่ทำอย่างสม่ำเสมอก็จะ ชัดเจนเรียงลงมาอย่างนั้น

ถ้าหากเป็นกรรมดีสิ่งที่ดี ภาพที่ฉายให้เห็นปรากฏด้วย ตัวของเราเองคนเดียววันนั้นก็จะเห็นภาพที่ดี นำมาซึ่งความ ปิติโสมนัส มีความปลื้มชื่นอกชื่นใจ ตอนนั้นแม้เราจะพูดไม่ได้ แต่ว่าใจนั้นเบิกบาน ใบหน้าก็จะส่องใสจนเป็นที่แปลกใจของ ผู้มาเยี่ยมที่อยู่เคียงข้างเรา ใกล้เคียงคนป่วยนั้นว่า เอ! ทำไม เราถึงสดชื่นทั้งๆ ที่ป่วยอยู่ แล้วก็จะเห็น **คตินิมิต** คือสุคติภาพ เห็นบริวารนำรถมารับเรา เห็นวิมานของเราบ้าง เห็น แต่สิ่งที่ทำให้เราปลื้มชื่นอก ชื่นใจ

ตรงกันข้าม ถ้าหากว่าเราทำบาปอกุศลกรรม ถ้าแรง กล้า มันก็มาฉายให้เห็นตอนนั้นแหละ ฆ่าคน ฆ่าวัว ฆ่าควาย ฆ่าอะไรต่างๆ หรือทำสิ่งที่ไม่ดี มันก็มาให้เห็นตอนนั้น เห็น ด้วยตัวเอง ฉายให้เห็นเป็นภาพ ตอนนี้แหละบางคนเปลี่ยน เสียงร้องมาเป็นเสียงว้าวเสียงควายก็มี บางคนหน้าตาผิว



พรรณก็ซุบซิด คตินิมิตเห็นแล้วจะไปบាយ เห็นได้ด้วยตัวของตัวเอง ตรงนี้แหละเห็นกันตรงนี่ตอนนี้ แล้วจิตก็จะตก ศูนย์วูบไปฐานที่ ๖ ฐานที่ ๕, ๔, ๓, ๒, ๑ ไปแสวงหาที่เกิดกันต่อไปตามกรรมที่ตัวได้กระทำเอาไว้ นี่เรียกว่า**ไปเกิด**

ตื่นหลับก็ตรงนี้ เวลาหลับก็หลับตรงฐานที่ ๗ ตื่นก็ตื่นตรงนี้ เกิดดับหลับตื่นตรงฐานที่ ๗ ตรงนี้ทีเดียว

แล้วก็เส้นทางไปสู่อายตนะนิพพานด้วย ทางหลุดทางพ้น จากกิเลสอาสวะ จากภัยในสังสารวัฏ จากความทุกข์ทรมานก็ตรงนี้นะ

จะเข้าถึงหนทางแห่งความบริสุทธิ์ ถึงความสุขที่แท้จริง รู้เรื่องราวความจริงของชีวิตก็ตรงนี้เหมือนกัน ตรงฐานที่ ๗ ตรงนี้แหละ

วันที่ ๒๑ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๔๕

“เกิดมาว่าจะมาหาแก้ว
พบแล้วไม่กำ จะเกิดมาทำอะไร
อ้ายที่อยากมันก็หลอก
อ้ายที่หยอกมันก็ลวง
ทำให้จิตเป็นห่วงเป็นใย
เลิกอยาก ลาหยอก รีบออกจากกาม
เดินตามชั้นสามเรื่อยไป
เสรีจกีสิบหก ไม่ตกกันดาร
เรียกว่านิพพานก็ได้”

พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)

หลวงพ่อดาวดึงส์ ภาชีเจริญ

ผู้ค้นพบวิชชาธรรมกาย



เกิดมาหาแก้ว พบแล้วไม่ทำ

การ

ปฏิบัติธรรมนี้หลวงพ่อดอกน้ำ ภาสีเจริญ ท่าน ยืนยันที่เดียวว่า **ถ้าตั้งใจปฏิบัติกันจริงๆ แล้วละก็ ต้อง ทำเป็นทุกคน ต้องเห็นทุกคน** เพราะว่าทุกคนมีดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ใสบริสุทธิ์ประดุจเพชรกลมรอบตัว โตะเท่ากับฟองไข่แดงของไก่ ถ้าไม่มีดวงธรรมอย่างนั้นมนุษย์เกิดไม่ได้ ตั้งอยู่ไม่ได้ เพราะ**ธรรม แปลว่าทรงรักษาเอาไว้** เป็นที่รองรับการบังเกิดขึ้นของมนุษย์ เมื่อเป็นมนุษย์เพราะมีดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์นี้ทรงอยู่ รองรับอยู่

เพราะฉะนั้น **ถ้าใครตั้งใจปฏิบัติจริงๆ อย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอทุกวันไม่เกียจคร้าน มีความเพียรทุกอริยาบถ ทำ ฎกหลักวิชา ต้องได้ทุกคน ไม่ได้เป็นไม่มี** ไม่ว่าจะแขนขาตขาคขาด ถ้ายังมีชีวิตอยู่ละก็ทำได้ทั้งนั้นแหละ ยกเว้นอภัพบุคคลที่เป็นโรคจิตประสาทเท่านั้น นั่นเป็นอภัพบุคคล มีวิบากกรรมมาตัดรอน ถ้าไม่ได้เป็นอย่างนี้ละก็ทำเป็นทุกคน เข้าถึงทุกคน



ขอให้ทำใจให้ใส ให้เยือกเย็น ให้หยุดให้นิ่ง ให้มีอารมณ์ดี อารมณ์สบาย อารมณ์ที่เป็นกุศลอยู่ตลอดเวลา ทั้งนั่ง ทั้งนอน ทั้งยืน ทั้งเดิน ทั้งหลับ ทั้งตื่น อย่างนี้แหละในทุกอิริยาบถ

หมั่นเอาใจจรดอยู่ที่กลางกาย นึกถึงวัตถุกัมมเลิศ วัตถุกัมมอันประเสริฐ วัตถุกัมมอันบริสุทธิ์ ๓ อย่างคือ พระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ อย่างใดอย่างหนึ่งแล้วละก็ เป็นทุกคน ที่ไม่เป็นไม่มี แต่ถ้าทำเป็นแล้ว ก็ให้หวงแหนเอาไว้ อย่าประมาท อย่าชะล่าใจ ทำวันหนึ่งหยุดไปสองวัน ทำสองวันหยุดห้าวัน ทำห้าวันหยุดไปเป็นสัปดาห์อย่างนี้ อย่างนี้เรียกว่าประมาท ชะล่าใจ

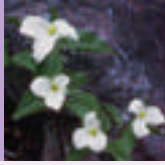
หลวงพ่อดอกน้ำ ภาชีเจริญ ท่านบอกว่าเหมือนลิงได้แก้ว ได้แล้วไม่รู้จักหวงแหน ขว้างแก้วเข้าป่าเข้ารกไป ทั้งๆ ที่เกิดมานี้มาหาแก้ว เจอแล้วไม่ก้ำ ไม่รู้ว่าเกิดมาทำไม นี่คำของท่านเจ็บแสบนักทีเดียว ใครที่ได้แล้วไม่หวงแหน ปล่อยให้เลอะเลือนไป ทำให้ภาพอื่นเข้ามาแซงนี้ ถ้าเป็นอย่างนี้ละก็อย่าลืมนึกถึงคำของพระเดชพระคุณหลวงพ่อดอกน้ำ ภาชีเจริญ ท่านว่าเหมือนลิงได้แก้ว เจอแล้วไม่ก้ำ เอาแก้ว ขว้างแก้วเข้ารกเข้าป่าเข้าพงไปเสียแล้ว



พระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านทรงยืนยันเลย ตั้งใจปฏิบัติ
จริง ๆ นั่นนะ **สติปัฏฐาน ๔** คือเอาใจมาหยุดอยู่ตามเห็นกาย
ในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต ธรรมในธรรม ที่มีอยู่ในตัว
ของเราอย่างนี้ อย่างเร็วก็ ๗ วัน อย่างกลางก็ ๗ เดือน อย่างช้า
๗ ปี (มหาสติปัฏฐานสูตร ทีฆนิกาย มหาวรรค)

แล้วแต่เราจะเลือกเอา จะชอบแบบช้า แบบกลาง หรือ
แบบเร็วนะ ถ้างมือทำแล้วได้ทุกคน พระพุทธเจ้ายืนยันอย่างนี้
พระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำก็ยืนยันอย่างนี้ แล้วเรา
จะมามัวกังวลทำไมว่า เอ๊ะ..เราหนึ่งนี่เราจะได้อย่างเขาว่าหรือ
เปล่านี่ บุญเราจะมีถึงไหม **ถ้าบุญไม่ถึงก็มาไม่ถึงที่นี้ ไม่ได้ยิน
คำว่าธรรมกาย ไม่รู้จักศูนย์กลางกาย ไม่รู้จักว่าพระรัตนตรัย
มีอยู่ในตัวจริง ๆ เพราะฉะนั้นเราก็จับหลักได้ว่าเราที่มีบุญ เหลือ
แต่ว่าขยันหรือขี้เกียจเท่านั้นแหละ**

ถ้าเราทำเราก็ต้องเห็นต้องได้ อยากได้ตอนไหนก็ทำ
ตอนนั้น นี่เป็นเรื่องสำคัญทีเดียว ไม่ทำก็ไม่ได้อีกเหมือนกัน
เพราะว่าถ้าดำเนินวิถีชีวิตไม่ถูกต้อง มีสิทธิ์ไปอบายภูมิมาก
มากถึง ๙๙%



ในนรกแออัดไปด้วยผู้ที่ดำเนินชีวิตผิดพลาด ประมาท
ชะล่าใจที่เจอคำสอนพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็ไม่เชื่อ มีมานะ-
ทิฐฐิ มีความกระด้าง คิดว่าตัวเองมีความรอบรู้ แล้วไม่เชื่อ
คำสอนพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่ปฏิบัติตาม แล้วยังค้ำนแบบ
ไม่มีเหตุมีผล ตื้อๆ ดื้อๆ จิตเศร้าหมอง ตายแล้วก็ไปแออัด
ไม่มีช่องว่างเลยในนรกในอบาย

แต่ถ้าหากว่าเราปฏิบัติธรรมทุกวันสม่ำเสมอ จิตก็
บริสุทธิ์ไปเรื่อยๆ ใจจะผ่องใส เดียวก็เห็นแสงสว่าง เห็นดวง
เห็นกายภายใน เห็นองค์พระ มีความสุขทั้งที่ยังมีชีวิตอยู่หรือ
ตายแล้ว คือไร้ทุกข์ทั้งที่มีชีวิตหรือตายแล้วก็ตาม สุขตลอด
เลยแม้กระทั่งวันสุดท้าย

แม้ทุกขเวทนาจะแรงกล้าแค่ไหน แต่ใจใสแจ่มอยู่ใน
กลางกายที่เดียว ได้ไปสูคติโลกสวรรค์ แล้วแต่ว่าเราอยากจะ
ไปอยู่ชั้นไหน ก็เลือกเอา อย่างน้อยก็ดาวดึงส์โน้นแหละ

ให้เข้าใจหลักอย่างนี้ เพราะเป็นสิ่งสำคัญ เป็นกรณียก
ที่เดียว

วันที่ ๒๖ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๔๔



๑ นาทิ หลังตื่นนอน

การ บ้านที่จะให้ เป็นกรรมฐานที่ต้องทำ นอกเหนือจาก
สิ่งที่ควรทำ การบ้านนี้เป็นสิ่งที่ไม่ทำไม่ได้ หมายความว่า
ถ้าไม่ทำแล้วจะทำให้เกิดการล่าช้าในสิ่งที่เราปรารถนา ที่
จะเข้าถึงพระรัตนตรัย

ปกติสิ่งที่จะให้เป็นการบ้านต่อไปนี้ พระสัมมา
สัมพุทธเจ้าทรงให้นักทุกกลมหายใจเข้า - ออกเลย ทุกกลมหาย
ใจเข้า - ออก ให้นักตลอดเวลา พระอานนท์นักแต่ไม่กี่ครั้ง
พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่ายังประมาทอยู่ ต้องนักทุกกลม
หายใจเข้า - ออก นั่นต้องทำกันอย่างนั้น

แต่ว่าชีวิตเราต้องทำมาหากิน เรื่องที่เราจะต้องเกี่ยว
ข้องอีกมากมาย เพราะฉะนั้น **ขอนาทิเดียวตอนเช้า**

นั่นก็คือ พอเราตื่นนอนตอนเช้าด้วยความสดชื่นดีแล้ว



ก็มาพิจารณาว่า ชีวิตของเราอยู่มาได้อีกวันแล้วนะ แล้วก็แผ่เมตตาสั้นๆ ขอให้ทุกๆ คนอยู่เย็นเป็นสุข คิดสั้นๆ แบบนี้ แล้วก็เจริญมรณานุสติ ทำความคุ้นเคยกับความตาย ทั้งๆ ที่เราไม่ชอบ แต่สิ่งที่เราไม่ชอบนี่ก็ไรแล้วกลัว ให้นึกบ่อยๆ ซ้ำๆ เตียวความสะดุ้งกลัวจะค่อยๆ เลือนหายไป เพราะว่าเราเริ่มคุ้นเคยและเริ่มยอมรับ

นอกจากนี้ภิกษุ ๑๐ อนุสติ ๑๐ เป็นต้น ก็ควรทำให้ระลึกเสมอว่า เราตายแน่ เราตายแน่ วันนี้รอดมาวันหนึ่งแล้ว ขอให้ทุกคนอยู่เย็นเป็นสุข ทำให้ได้สักหนึ่งนาทีก็แล้วกัน

แล้วทำใจนิ่งๆ นึกเป็นภาพเลยว่า สรรพสัตว์ทั้งหลาย อยู่เย็นเป็นสุขด้วยอานุภาพแห่งเมตตาธรรมที่เราแผ่ออกไป ให้เห็นทุกคนยิ้มแย้มแจ่มใส

ง่ายไหม? นาทีเดียว เอาวันละนาทีตอนตื่นนอน ทำได้ ..ถ้าได้ทำ ก็ทำได้

วันที่ ๒๑ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๔๕

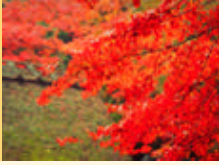


ผู้ป่วยที่สง่างาม



บางคนที่มีอาการเจ็บป่วยไข้ แล้วก็ต้องเข้าไปรับการผ่าตัด ให้คิดเสมอตามที่พระพุทธเจ้าท่านสอนเอาไว้ว่า **สังขารร่างกายของเรานั้นะเป็นรังแห่งโรค** โรคตา โรคหู โรคจมูก โรคปาก โรคปอดดับม้ามไต โรคสารพัด เป็นได้ร้อยแปดพันเก้า เป็นที่ประชุมรวมของโรค เขาเรียกว่าเป็น **รังแห่งโรค** เรานี้จะมีความเจ็บป่วยเป็นธรรมดา เรายังไม่ชนะพญามาร บุญเรายังไม่มากพอ เพราะฉะนั้นเราจะต้องมีความเจ็บป่วยไข้เป็นธรรมดา

แม้แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเราพระองค์นี้ ท่านก็ยังเจ็บป่วยไข้ต้องอาหารเหมือนกัน พระอัครสาวก พระสาวรีบุตร พระโมคคัลลานะท่านก็ยังมีอาการเจ็บ อากาการป่วย อากาการไข้ เหมือนกับเรานี้แหละ พระอสีติมหาสาวกหรือพระอรหันต์



ทั้งหลายก็เป็นอย่างนี้ พระอริยบุคคลตั้งแต่พระอนาคามีลงมา พระสกิทาคามี พระโสดาบัน ท่านก็ต้องเจ็บต้องป่วยต้องไข้ เหมือนกัน อาพาธเหมือนกัน หรือเป็นโคตรภูยกุศลก็ต้องเจ็บต้องป่วยต้องไข้ จะเป็นผู้มีฌานสมบัติเหาะเหินเดินอากาศได้ ก็ป่วยไข้เหมือนกัน จะเป็นพระราชามหากษัตริย์จนถึงยากวณิพก ล้วนมีความเจ็บเป็นธรรมดา คิดอย่างนี้นะลูกนะ ไม่ใช่ที่เราป่วยอยู่คนเดียว

เพราะฉะนั้น เมื่อถึงคราวที่เราจะต้องเข้าไปรับการรักษาที่โรงพยาบาล จำเป็นต้องผ่าตัด เราก็นึกเอาร่างกายของเรานี้เป็นห้องแล็บเป็นที่ศึกษา ร่างกายนี้มีความเจ็บเป็นธรรมดา มันเจ็บตรงไหน เราก็คิดว่ามันเป็นเรื่องปกติ ทำความรู้ตัวให้พร้อม

แล้วก็มอบร่างกายนี้ ความเจ็บไข้นี้ไปให้กับหมอพยาบาล ซึ่งเขามีความเชี่ยวชาญในการรักษา มอบให้เขาไปเรามีหน้าที่รักษาใจอย่างเดียว ให้ใจใสๆ เอาไว้ละลูกนะ ให้ใจใสๆ นึกถึงบุญบารมีความดีที่เราได้ทำเอาไว้ ทั้งทาน ทั้งศีล ทั้งภาวนา



บางท่านเป็นผู้ริเริ่มในการก่อตั้งศูนย์ปฏิบัติธรรม ให้ที่บ้านเป็นที่ชุมนุมของผู้มีบุญ เป็นสโมสรของผู้มีบุญที่เขาจะ มาประพฤติธรรม เป็นการให้โอกาสประพฤติธรรมให้เขาได้ ลี้มรสรธรรมทาน ซึ่งเป็นเลิศกว่าทานใดๆ เพราะวัตถุทานนั้น ขจัดทุกข์แค่เพียงร่างกาย แต่ดับทุกข์ในใจไม่ได้ แต่การให้ ธรรมทานนั้นเป็นการดับทุกข์ทางใจ ให้เขาได้เรียนรู้วิธีการดับ ทุกข์ ให้มีจิตใจอยู่เหนือความทุกข์ เหนือความเจ็บป่วย เหนือ โลกพันโลก ให้เข้าไปสู่ความสว่าง พ้นจากความมืด

นี่มีอานิสงส์ใหญ่! เราก็นึกถึงบุญนี้แหละลูกนะ นึกไปด้วย จิตที่เบิกบานแจ่มชื่น ประหนึ่งว่าเราไม่ได้เจ็บ ไม่ได้ป่วย ไม่ได้ ไข้ ไม่ได้เป็นอะไรเลย เราไม่ได้เป็นอะไรเลย มันเป็นที่ สังฆารที่ร่างกายเท่านั้นนะ เมื่อมันเป็น ก็ให้หมอเขาเยียวยา รักษาแก้ไขกันไป เหมือนรถเสีย ก็ต้องมีช่างแก้ ต้องเข้าอู่ซ่อม รถ มีช่างแก้ มีอุปกรณ์การแก้ไขเข้าไป สรีระยนต์ก็เหมือนกัน มันก็ต้องเข้าโรงซ่อมเหมือนกัน

เพราะฉะนั้นทำให้เบิกบาน ให้อยู่เหนือความทุกข์ เหนือความวิตก เหนือความกังวล อยู่ในบุญแล้วก็ทำใจหยุด



นิ่งเฉยๆ ในกลางศูนย์กลางกาย ถ้าได้ดวงธรรมเราก็ตรีกใน
กลางดวง ถ้าได้กายภายในเราก็ตรีกในกลางกายภายใน ถ้า
ได้องค์พระ เราก็ตรีกในกลางองค์พระ ถ้ายังไม่ได้อะไรก็ สัมมา
อะระหัง สัมมา อะระหัง เรื่อยไปเลย

ใจนิ่งอยู่ตรงกลางตรงนั้น นึกอาราธนาพระนิพพาน
พระพุทธเจ้าทั้งหลาย พระเดชพระคุณหลวงพ่อดาวดึงส์
ภาชีเจริญ คุณนายอาจารย์ของเรา ผู้มีฤทธิ์ มีเดชมีอานุภาพ
พระอรหันตบุคลทั้งหลายให้ลงมาปกป้องรักษาเรา ขจัดสิ่งที่ไม่ดี
ภายในร่างกายให้หมดสิ้นไป แล้วก็ทำให้ใจให้ใสๆ ราวกับผู้นิรทุกข์
ไม่เคยเจ็บ ไม่เคยป่วย ไม่เคยไข้เลย ให้ใจสบาย เบิกบาน
แจ่มชื่น

ทำอย่างนี้นะ ไม่ช้าเราจะเข้าถึงธรรม เป็นคนป่วยที่
สง่างาม งามอ่า สง่าผ่าเผย อยู่ในสายตาของเทวดาของชาว
สวรรค์ เขาจะชื่นชมยินดีกับผู้ป่วยที่มีที่พึ่งทางใจ ใจใสๆ
เพราะแม้ป่วยกายแต่รัศมีธรรมจากใจก็สว่างวาบ ดวงตาทุก
คู่ของชาวสวรรค์ก็จะมามอง เราจะอยู่ในสายตาแห่งเทวดา
แห่งชาว สวรรค์ แล้วเราก็นิ่งๆ ให้ใสๆ อย่างสบายๆ อธิษฐาน



ให้หายเจ็บ หายป่วย หายไข้ สิ่งที่ไม่ดีก็เอาออกไป ให้หลง
เหลือแต่สิ่งที่ดีๆ

ทำอย่างนี้แล้ว ใจจะได้สดชื่น เบิกบานในทุกสถานการณ์
เป็นคนเจ็บคนป่วยที่ให้กำลังใจแก่หมอพยาบาลและผู้มาเยี่ยมไข้
อย่างนี้เรียกว่าป่วยอย่างสง่างาม สมกับเป็นนักรบกองทัพธรรม
สมกับเป็นสาวก สาวิกาของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า สมกับเกิด
มาสร้างบารมีเป็นผู้เข้าใจชีวิตเจเนโลกอย่างนี้

ฝึกใจให้หยุด ฝึกใจให้นิ่งๆ ตรงศูนย์กลางกาย ทำใจ
ให้ใสๆ ไม่ห่วงใยอาลัยอาวรณ์กับสังขารร่างกาย มันจะเป็น
อย่างไรก็ช่างมัน เฉยๆ ไม่สนใจ กำหนดใจกำหนดจิตลงไป
ที่ศูนย์กลางกายให้ตรึงใจติดตรงนั้นนะ เหมือนเอากาวชั้นดี
ตรึงใจให้ติดกับศูนย์กลางกาย แล้วก็ภาวนา สัมมาอะระหัง
สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง ตรึกนึกถึงดวงใส ใจหยุดอยู่ใน
กลางดวงใส

วันที่ ๑๒ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๔๕





ระเบิดเวลาแห่งชีวิต

ชีวิต

เรามีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และก็ต้องดับไปเป็นธรรมดา การเกิด การตาย เป็นเรื่องปกติธรรมดาของเราทุกคนที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์

เมื่อเกิดมาแล้วก็ต้องมีความเสื่อมและความชรา ความชราก็นำไปสู่ความตาย ไม่มีใครเลยที่จะล่วงพ้นไปได้ แม้เราทุกคนก็จะต้องตาย เพราะคนเราเหมือนมีลูกระเบิดเวลา แห่งชีวิต ติดเข้ามาในกลางกายของเรา พอถึงเวลามันก็ระเบิดตูมขึ้นมา จะเกิดขึ้นเมื่อไรก็รู้ได้ยาก ไม่มีสัญญาณเตือน ภัยว่าจะเกิดขึ้นเวลาไหน ที่ตรงไหน อย่างไร พอถึงเวลามันก็เกิดขึ้นมาอย่างที่เราคาดไม่ถึง

ตามปกติแล้วอายุของมนุษย์เราในยุคนี้โดยเฉลี่ยก็ ๗๕ ปี ถ้าใครมาถึง ๗๕ ปี แล้วละโลกก็แสดงว่าหมดอายุขัย แต่ ถ้าใครยังไม่ถึงตรงนี้ก็ถือว่าหมดบุญ แต่ก็ยังไม่หมดอายุเพราะ



วิบากกรรมตามมัตถรอนเสียก่อน เรื่องวิบากกรรมนี้ไม่มี
ยกเว้นใครทั้งนั้น มันเกิดจากการดำเนินชีวิตที่ผิดพลาดของ
เราในอดีต

ดังนั้นเราจึงจำเป็นต้องรู้ว่าจะใช้ชีวิตอย่างไรไม่ให้ผิด
พลาดอีก และจะใช้ชีวิตอย่างไรให้ดีที่สุด เมื่อเรารู้แล้วก็จะได้
ดำเนินชีวิตได้ถูกต้องและใช้ให้คุ้มค่า เพื่อให้เกิดประโยชน์
มากที่สุดต่อการสร้างบารมี เพราะความตายไม่มีนิมิตหมาย
เราจะละสังขาร ละจากโลกนี้ไปเมื่อไรก็ไม่ทราบ

ฉะนั้นในขณะที่เรายังมีลมหายใจอยู่นี้ ทুমุเทศร้างบุญ
บารมีให้เต็มที่ สร้างไปให้ได้มากที่สุดเท่าที่เราจะทำได้ เมื่อ
ถึงเวลาที่เรไปได้ไปเสวยผลบุญ เราจะได้ไม่ต้องมาพูดว่า **รู้**
อย่างนี้สร้างบารมีให้เต็มที่ดีกว่า

เพราะฉะนั้น อย่าประมาทหรือชะล่าใจกันนะ ว่าเรา
นะทำบุญมามากแล้ว เพราะจริงๆ แล้วเราก็ยังทำได้ไม่เท่าไร
เดี๋ยวก็จะหมดเวลาอีกแล้ว จะหมดตอนไหนก็ไม่รู้ เราไม่ควร
ประมาทในชีวิต เพราะความตายไม่ได้มีนิมิตหมาย

ฉะนั้น เราต้องเตรียมตัวให้พร้อมเสมอ ให้ทาน รักษา



ศีล เจริญภาวนากันให้เต็มที่ เรามีเวลาเท่ากัน โอกาสในการทำความดีก็มีเท่ากัน ขึ้นอยู่กับว่าใครจะทุ่มเททำไปได้มากกว่ากัน ยิ่งถ้าเราปฏิบัติให้เข้าถึงพระธรรมกาย เวลาเราสร้างบุญอะไรก็จะมีอานิสงส์มาก สร้างบุญด้วยกายมนุษย์ที่เข้าถึงและเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับพระธรรมกายมีอานิสงส์มาก

เพราะธรรมกายนั้นท่านบริสุทธิ์เกลี้ยงเกลามาจากอุปกิเลสทั้งหลาย เพราะทำด้วยใจที่สะอาด จะให้ท่าน รักษาศีลหรือเจริญภาวนาก็มีอานิสงส์มาก ทำน้อยได้มาก ทำมากก็ได้มากนับเท่าทวีคูณ เกินควรเกินคาดทีเดียว เราจะสร้างบารมีได้อย่างมีความสุข

แม้มีชีวิตอยู่ เราก็มีความสุขได้เต็มที่ มีสุขได้ทั้งๆ ที่มีชีวิตไม่ต้องไปคอยในสัมปรายภพ สุขทันทีที่เข้าถึงพระธรรมกาย และยังทำให้เรามีกำลังใจในการสร้างความดีโดยไม่หวั่นไหวต่ออุปสรรคใดๆ ทั้งสิ้น เราจะเป็นผู้ที่มีกำลังใจไม่สิ้นสุด

ดังนั้น ก่อนที่ขवालชีวิตของเราจะดับไป ให้สร้างบารมีกันให้เต็มที่ เพราะว่าเราเกิดมาสร้างบารมี เวลาที่เหลืออยู่ในโลกนี้มีจำกัด จะต้องใช้เวลาในการสร้างบารมีให้มากๆ อย่า



ได้ประมาท ความตายไม่มีนิมิตหมาย ระเบิดเวลาแห่งชีวิตที่
ติดตัวเรามา จะระเบิดตอนไหนก็ไม่รู้ จงใช้เวลาที่มีอยู่นี้ให้
เป็นประโยชน์ในการสร้างบารมีให้มากที่สุด

เราต้องตั้งมโนปณิธานว่า เราจะขยันปฏิบัติธรรมให้
มาก ๆ ให้เข้าถึงพระธรรมกายให้ได้ และจะสร้างบารมีให้ได้
ตลอดเวลาไปจนกว่าจะหมดอายุขัย ให้สมกับที่เราได้เกิดมา
สร้างบารมี

วันที่ ๒๗ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๔๕



ยามคับขันให้แข็งใจเข้ากลางไว้

เรา

ต้องเตรียมตัวให้พร้อมนะลูกนะ พร้อมเสมอ ไม่ควรประมาทในชีวิต ต้องหมั่นให้ทาน รักษาศีลและเจริญภาวนาอย่างสม่ำเสมอ ถ้าเราได้เข้าถึงธรรมกายแล้วก็ไปเองได้ ไม่ต้องมีใครไปส่งก็ไปเองได้ ในที่นี้ไปเองได้หลายท่านทีเดียว แต่ยังไม่ให้ไป ให้อยู่ก่อน อยู่สร้างบุญกันเยอะๆ ให้วิมานทอง เป็นวิมานแก้วให้ได้ ให้ใสๆ สว่างๆ จะเปลี่ยนได้ต้องถึงธรรมกาย เป็นธรรมกาย หลับตา ลืมตา นั่ง นอน ยืน เดิน หกคะเมนตีลังกา ก็เป็นธรรมกาย ในทุกอริยาบถ ในทุกสถานการณ์

เพราะฉะนั้น ทุกคนตายหมดรู้ใหม่ ทุกคนเลย ไม่มีเหลือเลย แล้วเวลาจะตายอย่าลืมนะ ดูไปตรงกลาง สมมุติว่าทุกข์เวหนามันกล้าขึ้นมา อยู่ตัวคนเดียวนี่นะ พอจะตายจริง อย่าเอาใจไปเกาะอะไรนะ ไม่สนใจใครทั้งนั้นแหละ หยุดไปในกลาง



ตัวหนึ่งๆ พอถึงตรงนั้น ไม่ว่าจะทุกขเวทนาจะกล้าแค่ไหน จะเจ็บปวดรวดร้าวแค่ไหน อย่าลืมนะ ทั้งร่างกาย ทั้งทุกสิ่ง เอาใจตั้งมั่นไว้ตรงกลาง แม้อ่อนนั้นยังไม่เห็นก็ตาม แม้อ่อนนั้นยังไม่สว่าง ยังมีตๆ หรือเจ็บปวดมาก หนึ่งไว้ พอหนึ่งๆ ไปเรื่อยๆ พอดวงทุกข์ ดวงเจ็บ ดวงตายมันมา มันดูเข้าไปตรงกลางนะ พอดูดตรงกลาง วิว..สว่างเลย

คราวนี้หายเจ็บ หายปวด หลุดออกมาเลย เดินตามฐานต่างๆ อย่างรวดเร็ว ปุ๊บก็ออกมายืนข้างนอกเลย ตอนนั้นแข็งแรงให้ตึนะ ใจแข็งๆ นะ หนึ่งๆ ถ้าอยู่ตัวคนเดียวนะ หรือถ้าอยู่หลายคน ลูกหลานคนไหนมันร้องไห้ บอกว่าไปไกลๆ ฉนั้นจะเตรียมตัวตาย

เหมือนโยมแผ้ว เป็นแม่ชีอยู่วัดปากน้ำ ท่านมาเล่าให้หลวงพ่อฟัง รูปร่างท่านป้อมๆ เล็กๆ ชอบมาคุยธรรมะ ตอนหลวงพ่อบวชใหม่ๆ เพราะท่านเข้าวัดตั้งแต่อายุ ๒๕ พอท่านมาคุยก็อายุ ๗๕ ท่านบอก โยมนี้เห็นแต่ดวงใสๆ องค์พระโยมหนึ่งไม่เห็นเลย แต่ดวงใสๆ แน่วเลย โยมก็นอนรวมกับแม่ชีทั้งหลายในศาลา ที่หลวงพ่อวัดปากน้ำฯ เคยใช้สอนธรรมะ



ตอนที่ท่านยังมีชีวิตอยู่ แล้วท่านก็บอกกับเพื่อนสหธรรมิกมั่งข้างๆ ว่า พวกเธออะ ถ้าฉันเป็นอะไรไป เธออย่ามาถูกตัวฉันนะ ฉันกำลังตรีกดวงใสๆ ฉันจะไปสวรรค์ชั้นดุสิต เธออย่ามายุ่ง

เพราะฉะนั้นตอนเราป่วยหนักนอนอยู่บนเตียง มีคนมาแวดล้อม ต้องบอกไว้ก่อนตอนดีๆ นะ ตอนที่ยังไม่ทุกข์เวทนา กล่าวหาว่า ทุกคนอย่าร้องไห้ ไม่มีประโยชน์ ให้ช่วยสวดมนต์ให้ฟัง พุทธธรรมะให้ฟัง ทำอะไรไม่ได้ก็ให้เฉยๆ ไว้ อย่าร้องห้ามร้องให้ พุดโน้นพุดนี้ สิ่งที่จะพุดเป็นเรื่องบุญ เรื่องกุศล เรื่องธรรมะ

เรื่องครอบครัวอย่าไปพุด ทำมาหากินอย่าพุด เรื่องเป็นหนี้เป็นสินใครไม่ต้องพุด เอาไว้ชาติหน้าไปใช้กันใหม่ และก็ให้ใจนิ่งอยู่ในกลางกายอย่างนั้นละ นิ่งๆ เฉยๆ ให้ดวงใสๆ องค์กรใสๆ พอทุกข์เวทนามันกล้าขึ้นมา มันจะลืม มันจะปวดโน้นปวดนี้เลย แต่แข็งใจไว้ แข็งใจไว้ละ นิ่งๆ อยู่ตรงนั้นทีเดียวที่เราคิดว่าเป็นกลาง ศูนย์กลางกายนิ่ง พอถูกส่วนจะถูกดูถูบเข้าไปเลย เข้าไปตรงช่องนั้นเลย เพราะตรงกลางกายนะเป็นที่พึ่งที่สำคัญที่สุด

พอวบเข้าไป ก็สว่าง แล้วก็หลุดมาตามฐานอย่างรวดเร็ว

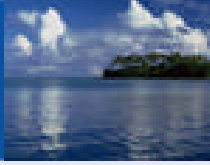


เป็นกายมนุษย์ละเอียด แล้วก็ขึ้นราชรถ ก็เป็นกายทิพย์
เทวดาบ้าง เทพบุตรบ้าง

แล้วหลังจากนั้น ก็ไปตามกำลังบุญ ตอนนี้อัจจะจะต้อง
แหวนะ ถ้าใครอยากไปชั้น ๔ ต้องแหวนแน่เลย ต้องนิ่ง ถ้าเรา
มีสมบัติใหญ่แล้ว คือมีบุญใหญ่ติดตัว ของเราไป จะไปอยู่ชั้น
ไหนก็ได้ ถ้าต้องค์พระใสๆ ละก็ เลือกลงเลย หลุดไปเลย
ระลึกนึกถึงบุญแล้วก็ธรรมาปฏิบัติ แล้วก็พรีไปเลย เพราะ
ฉะนั้นก็เตรียมตัวให้ดีนะ

เพราะฉะนั้น ใครที่มีความเพียรปฏิบัติธรรมไม่สม่ำเสมอ
พอมีอารมณ์ที่ก็นั่งที่ นั่งวันหยุดไปห้าวัน นั่งห้าวันหยุดไปเดือน
หนึ่งอะไรอย่างนี้ เลิกเสียนะลูกนะ เวลาเราเหลือน้อยจริงๆ
นิดเดียว และความตายก็ไม่มีนิมิตหมาย

วันที่ ๒๗ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๔๕



๓ เอื่อกสุดท้ย คล้ยใจตกศุนย

ตอน

นี้แหละหัวเลี้ยวหัวต่อ จะมี ๓ เอื่อก เอื่อก ๓ เอื่อกนี้จำไว้นะ ของใครก็ของคนนั้น เอื่อกนี้เจอแน่ มีเอื่อกสุขุมลชาติกับเอื่อกแบบรุนแรง

ถ้าเอื่อกแบบรุนแรง จะตลลือกค้ง

ถ้าเอื่อกแบบสุขุมลชาติ จะค้อยๆ ละมุนละไม ที่คนข้งๆ ยังไม่รู้เลย

แต่เอื่อกแบบแรก คนข้งๆ ก็จะมีเอื่อกไปด้วย จะตลลือกค้ง ถ้ามีบุญมกๆ จะละมุนละไม ไมค้อยเอื่อก ก็จะมีภาพของบุญที่ท้มาในอดีต ตอนนีจจะมารวมอยู่ กลางกายฐนที่ ๗ ดวงเจ็บ นีเป็นดวงสีด้ๆ ซึ่งจะเห็นด้วย วิชชธรรมกาย ถ้าไมได้วิชชธรรมกายก็มองไม่เห็น

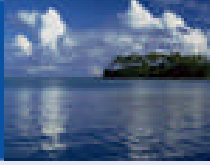
เวลาเจ็บมันจะมีดวงเจ็บมาจรตอยู่ตรงกลาง คือสอต



เข้ามากลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์หายาบ ดวงธรรมนี้จะรักษากายมนุษย์ของเราเอาไว้ จะสอดอยู่ตรงกลาง ปกติดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์หายาบจะใสสว่าง ถ้ามีดวงเจ็บมาจรดตรง กลางก็จะเป็นดวงดำๆ สอดอยู่ตรงกลาง จากดวงเล็กๆ ที่สอดมานี้ แล้วก็เจ็บเล็กๆ ถ้าดวงธรรมที่สอดมาเป็นกายมนุษย์หายาบก็จะโตขึ้น

เมื่อขยายความเจ็บมากขึ้นจนขยายเต็มดวง ให้ระวังไว้ให้ดีนะ ตอนนี้หอมหรือยาอะไร ก็เอาไม่อยู่แล้วตอนนี้ประเคนกันไปเถอะ ดวงตายมาแล้วตอนนี้ กลางดวงเจ็บ ตอนนี้อันดำกว่ามืด ดวงตายดำยกกำลังสองสอดมาตรงกลาง ก็ขนาดดวงเจ็บมันยังมีดี ยังเห็นอีกดวงโผล่มา เห็นในกลางมืด กลางดวงมืดยังเห็นมีมืดๆ มาอีก แสดงว่าอันนี้มีดีกว่า ค่อยๆ สอดมาเลย โตขึ้นๆ หอมมาดูเครื่องมือเครื่องมือต่างๆ จะเริ่มไม่ค่อยขยับแล้ว เริ่มนิ่งๆ แสดงว่าจะไปกินอาหารทิพย์แล้ว กายหายาบก็ค่อยๆ เปลี่ยไปเรื่อยๆ ดวงตายก็โตขึ้นๆ พอเต็มดวง แก่ไม่ไหวแล้ว เต็มแล้ว

ตอนนี้แหละ เอื่อกแรกนั้นจะอยู่ฐานที่ ๗ หายใจเข้า



แต่มันไม่ออก

เอือกที่ ๒ ไปฐานที่ ๖ เพื่อไปดึงดวงธรรมที่ทำให้เป็น
กายมนุษย์หายาบขึ้นมา

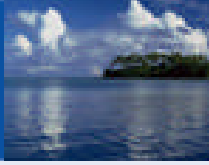
เอือกที่ ๓ จะตกศูนย์เข้าไปสู่กายทิพย์ ซึ่งตรงนี้จะม
จุดปฐมวิญญานนี้ แล้วก็หลุดออกมา มาตามฐานต่างๆ ออก
ไปข้างนอก

หลุดออกไปเลย ๓ เอือก : เอือก เอือก เอือก อย่า
ลืมนะ ถ้าไม่คอยได้สั่งสมบุญจะเอือกอย่างรุนแรง ถ้าไม่ทำ
บุญ แล้วทำอกุศล จะเอือกตาเหลือกตาค้าง ต้องไปช่วยปิด
เปลือกตาเพราะหลับตาไม่ลง

แต่ตรงนี้ถ้าใครสั่งสมบุญไว้เยอะจะเอือกอย่างละมุน คือ
นุ่ม สบายๆ ไปอย่างสุขุมลชาติ ๓ เอือกที่แยกออกนิต
เดี่ยวเท่านั้นเอง ละมุน สุขุม

คล้ายๆ ขั้บรรทมาวัด แล้วมีทางขวางนิตหน่อย ตั้ง
แล้วก็ไปเลย ไม่เหมือนเจอหลุมเจอบ่อ เอือกแล้วก็โครมลง
ไป นี้ค่อยๆ ลงไป สบาย

อย่าลืมนะ เอือก ๓ เอือก เอือกตรงนี้กับเอือกการ



เข้าถึงธรรมคล้ายๆ กันนะ เต็มใจจะกลัวกันซะก่อน เข้าถึงธรรมเป็นอย่างไร ก็มีทั้งแบบรุนแรงกับแบบสุขุมลชชาติค่อยเป็นค่อยไป

ถ้านั่งสมาธิปฏิบัติธรรมบ่อยๆ ยอม หยุด เย็น ทำอย่างสม่ำเสมอแบบสุขุมลชชาติ เวลาตกศูนย์ก็จะ ค่อยๆ ละเอียดลงไปๆ นิ่งๆ นุ่มๆ เข้าไป อย่างที่เราแทบไม่รู้สึกรู้สึกละเลย แล้วก็ขยายไปเรื่อยๆ อย่างสบายๆ จนเราสังเกตได้

แต่ถ้านานๆ นิ่งๆ มันจะฮวบลงตาเหลือก เอ๊ะ นี่เราจะตายหรือเปล่า มันจะเป็นอย่างนี้ เอือกแบบตกใจอย่างที่ว่า นิ่งๆ ไม่ตาย เป็นเอือกแบบตกศูนย์ วูบแล้วเห็นดวงใสๆ สว่างๆ

ให้ฝึกซ้อม ๓ เอือกสุดท้ายก่อนไปสัมปรายภาพ ฝึกกันไว้ให้ดี สักวันหนึ่งจะเป็นวันของเราละ ฝึกไว้ให้ดี

วันที่ ๓, ๔ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๔๕

บุญเป็นที่พึงในปรโลก

ทุก

คนมีความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องของชีวิตว่า เราเกิดมาเป็นมนุษย์มาสร้างบารมี โลกมนุษย์นี้ไม่ใช่เป็นที่สวยผลบุญ แต่ว่าเป็นที่สร้างบุญ สร้างบุญกันอย่างเดียว สร้างบารมีกันอย่างเดียวเท่านั้น ทั้งทาน ศีล ภาวนา เป็นต้น

เราก็ต้องพยายามที่จะสร้างกันให้เต็มที่ให้มันคุ้มเวลากลับไปเป็นชาวสวรรค์ เข้าไปเป็นสหายแห่งชาวสวรรค์ ไม่มีการอุทธรณ์ฎีกา แล้วเราจะไม่พูดคำว่า “รู้แบบนี้สร้างบารมีกันซะให้เต็มที่”

ตอนนี้เป็นตอนที่ดีที่สุดที่เรามีกายเนื้ออยู่ มีเนื้อ มีหนังและยังไม่พอเรายังมีดวงปัญญาเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องราวของชีวิต แล้วก็ได้เกิดในบวรพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นศาสนาเดียวที่มีทักษิไณยบุคคล เพราะเป็นศาสนาที่มีมรรคมืดงศ์ ๘



คือข้อปฏิบัติที่สมบูรณ์ที่ถูกต้องที่แท้จริง เป็นความรู้ที่แท้จริง เพราะฉะนั้น เราโชคดีอย่างมหาศาล มนุษย์ในโลกนี้อีกตั้ง ๖ พันกว่าล้านคนที่เขาก็มีกายมนุษย์อย่างเรา แต่เขาไม่มีโอกาสเท่ากับเรา เพราะว่าเขายังไม่เข้าใจเรื่องราวของชีวิตว่าเกิดมาทำไม อะไรคือเป้าหมายของชีวิต ทำอย่างไรถึงจะบรรลุวัตถุประสงค์ของการมีชีวิตอยู่ในโลกนี้ ใช้กายมนุษย์นี้ให้มีประสิทธิภาพประสิทธิผลมากที่สุด

บางพวกก็อดๆ อยากๆ ต้องทำมาหากินกัน ปากกัดตีนถีบ บางพวกก็ต้องวิ่งหอบลูกระเบิดกันอยู่ บางพวกก็ทำมาค้าขาย ก็ค้ากันไป แล้วแถมเกิดนอกบุญเขตอีก นอกเขตของพระพุทธศาสนา เวลาตายไปแล้ว แก้วตัวไม่ได้ อยากจะได้ความสุขสมบูรณ์ มีชีวิตนิรันดร์ แต่ก็ไม่ได้ เพราะไปทำผิดที่ อุปมาเหมือนเราอยากจะได้นมวัวดื่ม แต่ไปรีดที่เขาวัว ดีไม่ดี โดนวัวขวิดอีกด้วย

ประเภทเกิดมาฟรี แล้วตายฟรี ถึงรวยก็รวยฟรีๆ ไม่ได้ใช้ทรัพย์ให้เกิดประโยชน์ต่อการสร้างบารมี ไม่รู้จักวิธีการเปลี่ยนทรัพย์หยาบไปเป็นอริยทรัพย์




เพราะฉะนั้น เรามีบุญมากที่ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ใน
ร่มเงาพระพุทธศาสนา เป็นสัมมาทิฏฐิ มีกุศลศรัทธาด้วย
มาสร้างบารมีทั้งทาน ทั้งศีล ทั้งภาวนา ได้มาฟังเรื่องราว
ของชีวิตหลังจากตายแล้วว่าเป็นอย่างไร ทำให้เข้าใจกระจ่าง
ขึ้นอีกเยอะ เพราะฉะนั้น การสร้างบารมีของเราจึงมีเป้าหมาย
ไม่ใช่สร้างกันอย่างสะเปะสะปะ ทำกันอย่างไร้จุดหมาย นี้
เรารู้เป้าหมาย

พวกเราคงจะเคยได้ยินเรื่องราวของญาติผู้ใหญ่ของเรา
ซึ่งให้บุตรธิดามาสร้างบารมีที่วัด แต่ตัวท่านเองมักทำมาหากิน
แล้วก็ไม่ค่อยมีโอกาสได้สร้างบุญหรอก คงนึกว่าบุตรธิดา
ทำบุญแล้วตัวเองคงจะได้ด้วย จริงๆ ก็ได้บ้าง แต่ว่าได้ไม่มาก
จะได้มากหรือได้หมด ต้องลงมือทำเอง

พอละโลกไปแล้ว นึกถึงบุญไม่ออก เพราะตอนเป็น
มนุษย์ไม่เคยนึก แล้วก็ไม่ได้เข้าใจอย่างลึกซึ้งว่าบุญสำคัญ
เป็นที่พึ่งในปรโลก พระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านตรัสเอาไว้ว่า
“บุญญานิ ปรโลกัสสมิง” บุญเป็นที่พึ่งในปรโลก

เมื่อตอนเป็นมนุษย์ยังแข็งแรงอยู่ ก็ยังไม่รู้เรื่อง พอ



ให้นึกถึงบุญก็จะนึกไม่ออก

เพราะฉะนั้นบอกได้เลยว่า เราต้องหมั่นลองหัดนึกถึงบุญ ลองนึกซิว่า วันนั้นเดือนนั้นปีนั้น เราได้ทำบุญอะไรบ้าง นึกเรื่อย ๆ นึกทุกวัน ใจมันจะได้ชุ่ม ๆ แล้วก็อธิษฐานจิตให้ดี ๆ

บุญนี้ต้องนึกบ่อย ๆ ทำทีเดียว แต่ต้องนึกให้ได้ล้านทีอย่างนี้ใช้ได้ นึกทุกครั้ง บุญก็เกิดขึ้นทุกครั้ง แล้วทำให้ใจเราคุ่นกับบุญ คุ่นกับหนทาง

เมื่อถึงเวลาของเราแล้ว ตอนนั้นภาพบุญก็พรุ้งพรูมาเลย นั่นก็ทำ นี่ก็ทำ บุญเยอะแยะไปหมดเลย

วันที่ ๒๒ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๔๕



ชีวิตที่ทรงคุณค่า

การ

ที่พวกเราได้ก้าวเข้ามาสู่เส้นทางธรรม ตั้งใจจะมาเป็นนักรบกองทัพธรรมนี้ ถือว่าเป็นความตั้งใจที่ดีมากๆ และดีที่สุดแล้ว เป็นการตัดสินใจที่ถูกต้อง เพราะสิ่งนี้หรือภารกิจนี้คืองานที่แท้จริงของเรา เราเกิดมาพร้อมกับภารกิจหน้าที่ที่จะต้องทำกันต่อไป ไม่มีถอยหลังกลับ

ฉะนั้นให้รู้สึกเป็นเกียรติ มีปิติและภาคภูมิใจที่ได้รับหน้าที่นี้ เพราะหน้าที่อันยิ่งใหญ่นี้ เราต้องทำกันไปเป็นทีมจึงจะสำเร็จ

ตราบใดที่เรายังไม่ไปถึงจุดหมาย คือที่สุดแห่งธรรม เราก็จะต้องร่วมมือกันต่อไป สานใจกันให้เป็นหนึ่ง ทুমเทชีวิตจิตใจสร้างบารมีกันให้เต็มที่ บารมีของเราก็จะได้เต็มเปี่ยมบริบูรณ์ บำเพ็ญบารมีให้มากที่สุดเท่าที่เรายังมีเวลาของชีวิตเหลืออยู่ในโลกนี้

การดำรงชีวิตอย่างนี้ถือว่าเป็นชีวิตที่มีคุณค่า สมกับที่



ได้เกิดมาเป็นมนุษย์ มาพบพระพุทธศาสนา วิชชาธรรมกาย เพราะคุณค่าของชีวิตอยู่ตรงที่ใครจะได้ทุ่มเทสร้างบารมีได้มากกว่ากัน ได้ปรับปรุงแก้ไขตนเอง ผีกฝนอบรมตนเอง จนกระทั่งสามารถเข้าถึงพระรัตนตรัยในตัวเอง

แล้วก็ทำหน้าที่เป็นผู้ให้แสงสว่างแก่โลก เป็นผู้นำบุญ ยอดกัลยาณมิตรนำพาเพื่อนมนุษย์ให้เข้าไปถึงจุดแห่งความสมปรารถนาได้ ให้เขาเข้าถึงความสุขที่แท้จริง สุขอันเกิดจากการได้เข้าถึงพระรัตนตรัยในตัวเอง ได้รู้จักเป้าหมายชีวิตที่แท้จริง

แล้วก็มีการ์ที่กำลังจะก้าวเดินต่อไปสู่เป้าหมายนั้นได้ตลอดรอดฝั่ง โดยไม่หวาดหวั่นต่ออุปสรรคใดๆ กระทั่งมีชัยชนะถึงจุดหมายปลายทาง

ใครทำตรงนี้ได้ บุคคลนั้นมีชีวิตที่ทรงคุณค่า เป็นชีวิตของยอดนักสร้างบารมี ยอดนักรบกองทัพธรรมที่เป็นที่พึ่งให้กับชาวโลกได้ เป็นทั้งต้นบุญและต้นแบบให้แก่ชาวโลกและผู้มีบุญที่จะมาสืบทอดอายุพระพุทธศาสนาต่อไปในอนาคต

เมื่อท่านเหล่านั้นได้มาเห็นแบบอย่างที่ดี ได้ทราบถึงเป้าหมายมโนปณิธานและอุดมการณ์อันสูงส่งนี้ ก็จะยึดถือเป็นเนติแบบแผนในการสร้างบารมีกันต่อไป และจะเกิดแรงบันดาลใจในการสร้างบารมี เกิดกำลังที่จะทำความดี และ



รักษาความดีรวมทั้งรักษาพระพุทธศาสนาให้คงอยู่คู่โลกตลอดไปด้วย

ดังนั้น สิ่งที่เรา กำลังทำอยู่นี้เป็นประโยชน์ต่อโลกอย่างแท้จริง เราเป็นผู้สถาปนาสิ่งที่ดีงามให้บังเกิดขึ้นกับโลก

เราได้ใช้กายมนุษย์ที่มีอยู่นี้สร้างบารมีชำระกาย วาจาใจของเราให้สะอาดบริสุทธิ์เพิ่มมากขึ้นทุกๆ วัน ญกวัตตุประสงค์ของการเกิดมาเป็นมนุษย์ อานิสงส์ผลบุญอันยิ่งใหญ่ไพศาลก็จะบังเกิดขึ้นกับเรา

บุญนั้นยังเป็นที่พึ่งให้กับเราได้ในยามคับขัน ยามนั้นบุญกุศลที่เราได้สั่งสมอบรมมา และธรรมะที่เราได้ปฏิบัติได้เข้าถึงจะเป็นที่พึ่งอย่างแท้จริงของเรา

ถึงแม้ตอนนี้เรายังไม่อยากจะจากไป แต่สักวันหนึ่งเราก็จะต้องจากโลกนี้ไปอย่างแน่นอน เพราะฉะนั้นเราก็จะต้องเตรียมตัวเตรียมใจของเราให้พร้อม เมื่อวันนั้นมาถึง เราก็จะได้ไม่หวั่นไหวในการทำศึกชิงภพ ภพของสุคติ

เพราะฉะนั้น เวลาที่เหลืออยู่เพียงน้อยนิดในโลกมนุษย์ให้ตั้งใจสร้างความดีกันให้เต็มที่ สร้างให้ได้มากที่สุดเท่าที่เราจะสร้างได้

วันที่ ๙ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๔๕





คำอธิษฐานจิต

ในท่ามกลางสังสารวัฏ อันกำหนดเบื้องต้นและเบื้องปลายไม่ได้นี้ ที่สรรพสัตว์ทั้งหลายยังต้องท่องเที่ยวไป ต่างต้องทอดทิ้งสรีระไว้บนผืนปฐพี มีกองกระดูกสูงเท่าภูเขา แม้ตัวของเราเองก็จำต้องจากโลกนี้ไปสู่ภพสันกาลนาน จนกว่าจะถึงพระนิพพาน ได้บรรลุสุขเกษมศานต์ถึงที่สุดแห่งธรรม

พวกเรานักสร้างบารมี เห็นภัยในวัฏฏสงสาร มีใจน้อมไปในพระนิพพาน จะเร่งสร้างบารมี ใช้กายมโนษย์ที่มีอยู่นี้สร้าง ความดีอย่างเต็มที ท่วมชีวีให้คุ้มค่า สมกับที่ได้เกิดมาเป็น มนุษย์มาพบพระพุทธศาสนา วิชชาธรรมกาย

ด้วยบุญกุศลที่ข้าพเจ้าทั้งหลายได้ตั้งใจสร้างบารมี เรื่อยมา และอาสางานพุทธศาสน์โดยปราศจากข้อแม้และเงื่อนไข ไม่ว่าจะภัยใดๆ เกิดขึ้น ก็พร้อมยอมพลีชีวิต ขออุทิศตนสร้างบารมีจนหมดใจ โดยไม่หวั่นไหวต่ออุปสรรคใดๆ ทั้งสิ้น

ขอให้ข้าพเจ้าทั้งหลาย เป็นยอดนักสร้างบารมีผู้มีจิตใจ

เด็ดเดี่ยวเข้มแข็ง แกร่งกล้าดุจพระบรมโพธิสัตว์ สามารถ
ขจัดบาปอกุศลและอุปสรรคทั้งหลายให้หมดสิ้นไป

ให้สร้างบารมีได้อย่างสะดวกสบาย การงานบรรลु
เป้าหมายสมหวัง ตั้งใจปรารถนา ให้สมบัติไหลมาเทมา เป็น
อภิจักรมมหาเศรษฐี ได้สร้างบารมีอย่างไม่รู้หมดสิ้น เพื่อยัง
ประโยชน์สุขให้บังเกิดขึ้นแก่โลก และเป็นแสงสว่างผู้นำบุญ
ของโลก นำธรรมะไปสู่มวลมนุษยชาติ

ให้ปราศจากทุกข์โศกโรคภัย อารมณ์เบิกบาน แจ่มใส
สุขภาพพลานามัยแข็งแรง มีอายุชยยืนยาว ได้สร้างบารมี
ตลอดรอดฝั่ง จวบจนวาระสุดท้ายของชีวิต ให้เป็นบัณฑิต
นักปราชญ์ มีสติปัญญาเปรี๊องปราดฉลาดในความรู้ของครู
อาจารย์ ให้ได้บรรลุมรรคผลนิพพาน

รู้แจ้ง เห็นแจ้งแทงตลอดในวิชาธรรมกาย ขอให้
บรรลุธรรมที่หลวงพ่อดปากน้ำภาษีเจริญ และคุณยายอาจารย์
ท่านได้บรรลุ ให้เข้าถึงพระธรรมกายไปทุกภพทุกชาติ ตราบ
กระทั่งถึงที่สุดแห่งธรรมเทอญ

นิพพานะ ปัจจะโย โหตุ



วิธีฝึกสมาธิเบื้องต้น

สมาธิ คือ ความสงบ สบาย และความรู้สึกเป็นสุขอย่างยิ่งที่มนุษย์สามารถสร้างขึ้นได้ด้วยตนเอง เป็นสิ่งที่พระพุทธศาสนากำหนดเอาไว้เป็นข้อควรปฏิบัติ เพื่อการดำรงชีวิตทุกวันอย่างเป็นสุข ไม่ประมาท เต็มไปด้วยสติสัมปชัญญะและปัญญา อันเป็นเรื่องไม่เหลือวิสัย ทุกคนสามารถปฏิบัติได้ง่ายๆ ดังวิธีปฏิบัติที่พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) หลวงพ่อวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ได้เมตตาสั่งสอนไว้ดังนี้

๑. กราบบูชาพระรัตนตรัย เป็นการเตรียมตัว เตรียมใจ ให้นุ่มนวลไว้เป็นเบื้องต้น แล้วสมาทานศีลห้าหรือศีลแปด เพื่อย้ำความมั่นคงในคุณธรรมของตนเอง

๒. คุกเข่าหรือนั่งพับเพียบสบายๆ ระลึกถึงความดี ที่ได้กระทำแล้วในวันนี้ ในอดีต และที่ตั้งใจจะทำต่อไปในอนาคต จนราวกับว่าร่างกายทั้งหมดประกอบขึ้นด้วยธาตุแห่งคุณงาม ความดีล้วนๆ

๓. นั่งขัดสมาธิ เท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย นิ้วชี้ขวาจรดนิ้วหัวแม่มือซ้าย นั่งให้อยู่ในท่าที่พอดี ไม่ฝืน ร่างกายมากจนเกินไป ไม่ถึงกับเกร็ง แต่อย่าให้หลังโค้งงอ หลับตาพอสมควรคล้ายกับกำลังพักผ่อน ไม่บีบกล้ามเนื้อตา หรือขมวดคิ้ว แล้วตั้งใจมั่น วางอารมณ์สบาย สร้างความรู้สึก ให้พร้อมทั้งกายและใจว่า กำลังจะเข้าไปสู่ภาวะแห่งความสงบ สบายอย่างยิ่ง

๔. นึกกำหนดนิมิต เป็น “ดวงแก้วกลมใส” ขนาดเท่า แก้วดาดำใสบริสุทธิ์ ปราศจากราคะหรือรอยตำหนิใดๆ ชาวไสยเห็นตาเห็นใจตั้งประกายของดวงดาว ดวงแก้วกลมใสนี้เรียกว่า บริกรรมนิมิต นึกสบายๆ นึกเหมือนดวงแก้วนั้นมานิ่งสนิทอยู่

ณ ศูนย์กลางกายฐานที่เจ็ด นึกไปภาวนาไปอย่างนุ่มนวล เป็น พุทธานุสติว่า “สัมมา อะระหัง” หรือค่อยๆ น้อมนีกดวงแก้ว กลมใสให้ค่อยๆ เคลื่อนเข้าสู่ศูนย์กลางตามแนวฐาน โดย เริ่มต้นตั้งแต่ฐานที่หนึ่งเป็นต้นไป น้อมนีกอย่างสบายๆ ใจเย็นๆ ไปพร้อมๆ กับคำภาวนา

อนึ่ง เมื่อนิมิตดวงแก้วกลมใสปรากฏแล้ว ณ กลางกาย ให้วางอารมณ์สบายๆ กับนิมิตนั้น จนเหมือนกับว่าดวงนิมิต เป็นส่วนหนึ่งของอารมณ์ หากดวงนิมิตนั้นอันตรธานหายไป ก็ไม่ต้องนึกเสียดาย ให้วางอารมณ์สบาย แล้วนึกนิมิตนั้นขึ้นมาใหม่แทนดวงเก่า หรือเมื่อนิมิตนั้นไปปรากฏที่อื่นที่มีใช้ ศูนย์กลางกาย ให้ค่อยๆ น้อมนิมิตเข้ามาอย่างค่อยเป็นค่อยไป ไม่มีการบังคับ และเมื่อนิมิตมาหยุดสนิท ณ ศูนย์กลางกาย ให้วางสติลงไปยังจุดศูนย์กลางของดวงนิมิต ด้วยความรู้สึก คล้ายมีดวงดาว ดวงเล็กๆ อีกดวงหนึ่ง ซ้อนอยู่ตรงกลางดวง นิมิตดวงเดิม แล้วสนใจเอาใจใส่แต่ดวงเล็กๆ ตรงกลางนั้น ไปเรื่อยๆ ใจจะปรับจนหยุดได้ถูกส่วน เกิดการตกศูนย์ และเกิด ดวงสว่างขึ้นมาแทนที่ ดวงนี้เรียกว่า “ดวงธรรม” หรือ “ดวงปฐมมรรค” อันเป็นประตูเบื้องต้นที่จะเปิดไปสู่หนทางแห่ง มรรคผลนิพพาน

- ฐานที่ ๑ ปากช่องจุมก { หญิงข้างซ้าย
ชายข้างขวา
- ฐานที่ ๒ เพลาตา { หญิงข้างซ้าย
ชายข้างขวา
- ฐานที่ ๓ จอมประสาท
- ฐานที่ ๔ ช่องเพดาน
- ฐานที่ ๕ ปากช่องลำคอ
- ฐานที่ ๗ ศูนย์กลางกายที่ตั้งจิตถาวร
- ฐานที่ ๖ ศูนย์กลางกายระดับสะดือ



ภาพแสดงที่ตั้งจิตทั้ง ๗ ฐาน

การระลึกรู้ถึงนิมิต สามารถทำได้ในทุกแห่ง ทุกที่ ทุกอิริยาบถ ไม่ว่าจะนั่ง นอน ยืน เดิน หรือขณะทำภารกิจใดๆ

ข้อแนะนำ คือ ต้องทำให้สม่ำเสมอเป็นประจำ ทำเรื่อยๆ ทำอย่างสบายๆ ไม่เร่ง ไม่บังคับ ทำได้แค่ไหน ให้พอใจแค่นั้น ซึ่งจะเป็นการป้องกันมิให้เกิดความอยากจนเกินไป จนถึงกับทำให้ใจต้องสูญเสียความเป็นกลาง และเมื่อการฝึกสมาธิบังเกิดผลจนได้ “ดวงปฐมมรรค” ที่ใสเกินใส สวยเกินสวย ติดสนิทมนั้นคงอยู่ที่ศูนย์กลางกาย แล้วให้หมั่นตรีกะลึกรู้ถึง อยู่เสมอ

อย่างนี้แล้ว ผลแห่งสมาธิจะทำให้ชีวิตดำรงอยู่บนเส้นทางแห่งความสุข ความสำเร็จ และความไม่ประมาทได้ตลอดไป ทั้งยังจะทำให้สมาธิละเอียดลุ่มลึกไปตามลำดับอีกด้วย

ข้อควรระวัง

๑. อย่าใช้กำลัง คือไม่ใช้กำลังใดๆ ทั้งสิ้น เช่น ไม่บีบกล้ามเนื้อตาเพื่อจะให้เห็นนิมิตเร็วๆ ไม่เกร็งแขน ไม่เกร็งกล้ามเนื้อหน้าท้อง ไม่เกร็งตัว ฯลฯ เพราะการใช้กำลังตรงส่วนไหนของร่างกายก็ตาม จะทำให้จิตเคลื่อนจากศูนย์กลางกายไปสู่จุดนั้น

๒. อย่าอยากเห็น คือทำให้ใจให้เป็นกลาง ประคองสติมิให้พลออกจากบริกรรมภาวนาและบริกรรมนิมิต ส่วนจะเห็นนิมิตเมื่อใดนั้น อย่างกังวล ถ้าถึงเวลาแล้วยอมเห็นเอง การบังเกิดของดวงนิมิตนั้น อุปมาเสมือนการขึ้นและตกของดวงอาทิตย์ เราไม่อาจจะเร่งเวลาได้

๓. อย่างกังวลถึงการกำหนดลมหายใจเข้าออก เพราะการฝึกสมาธิเจริญภาวนาเพื่อให้เข้าถึงพระธรรมกาย อาศัยการกำหนดนี้ถึง “อาโลกกสิณ” คือกสิณความสว่างเป็นบาทเบื้องต้น เมื่อฝึกสมาธิจนเข้าถึงดวงปฐมมรรคแล้ว ฝึกสมาธิต่อไป ผ่านกายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรุปรหม จนกระทั่งเข้าถึงพระธรรมกายแล้วจึงเจริญวิปัสสนา

ในภายหลัง ดังนั้น จึงไม่มีความจำเป็นต้องกำหนดลมหายใจ
เข้าออกแต่ประการใด

**๔. เมื่อเลิกจากนั่งสมาธิแล้ว ให้ตั้งใจไว้ที่ศูนย์กลางกาย
ทีเดียว** ไม่ว่าจะอยู่ในอิริยาบถใดก็ตาม เช่น ยืนก็ดี เดินก็ดี
นอนก็ดี หรือนั่งก็ดี อย่าย้ายฐานที่ตั้งจิตไปไว้ที่อื่นเป็นอันขาด
ให้ตั้งใจบริกรรมภาวนา พร้อมกับนึกถึงบริกรรมนิมิตเป็น
ดวงแก้วใสควบคู่กันตลอดไป

**๕. นิมิตต่างๆ ที่เกิดขึ้น จะต้องน้อมไปตั้งไว้ที่ศูนย์กลาง-
กายทั้งหมด** ถ้านิมิตเกิดขึ้นแล้วหายไป ก็ไม่ต้องตามหา ให้
ภาวนาประคองใจต่อไปตามปกติ ในที่สุดเมื่อจิตสงบ นิมิต
ย่อมปรากฏขึ้นใหม่อีก

การฝึกสมาธิเบื้องต้นเท่าที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ ย่อมเป็น
ปัจจัยให้เกิดความสุขได้พอสมควร เมื่อซัดซ้อมปฏิบัติอยู่เสมอๆ
ไม่ทอดทิ้ง จนได้ดวงปฐมมรรคแล้ว ก็ให้หมั่นประคองรักษา
ดวงปฐมมรรคนั้นไว้ตลอดชีวิต ดำรงตนอยู่ในศีลธรรมอันดี
ย่อมเป็นหลักประกันได้ว่าได้ที่พึงของชีวิตที่ถูกต้องดีงาม ที่จะ
ส่งผลให้เป็นผู้มีความสุข ความเจริญ ทั้งในภพชาตินี้และภพ
ชาติหน้า

ประโยชน์ของการฝึกสมาธิ

๑. ผลต่อตนเอง

๑.๑ ด้านสุขภาพจิต

- ส่งเสริมให้คุณภาพของจิตใจดีขึ้น คือทำให้จิตใจผ่อนคลาย สบาย บริสุทธิ์ สงบ เยือกเย็น ปลอดภัย โปร่ง โล่ง เบา สบาย มีความจำ และสติปัญญาดีขึ้น

- ส่งเสริมสมรรถภาพทางใจ ทำให้คิดอะไรได้รวดเร็ว ถูกต้อง และเลือกคิดแต่ในสิ่งที่ดีเท่านั้น

๑.๒ ด้านพัฒนาบุคลิกภาพ

- จะเป็นผู้มีบุคลิกภาพดี กระจับกระจาง กระจีกระเป๋ามีความองอาจสง่าผ่าเผย มีผิวพรรณผ่อนคลาย

- มีความมั่นคงทางอารมณ์ หนักแน่น เยือกเย็นและเชื่อมั่นในตนเอง

- มีมนุษยสัมพันธ์ดี วางตัวได้เหมาะสมกับกาลเทศะ เป็นผู้มีเสน่ห์ เพราะไม่มักโกรธ มีความเมตตา กรุณาต่อบุคคลทั่วไป

๑.๓ ด้านชีวิตประจำวัน

- ช่วยให้คลายเครียด เป็นเครื่องเสริมประสิทธิภาพในการ

ทำงาน และการศึกษาเล่าเรียน

- ช่วยเสริมให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เพราะร่างกายกับจิตใจย่อมมีอิทธิพลต่อกัน ถ้าจิตใจเข้มแข็ง ย่อมเป็นภูมิคุ้มกันโรคไปในตัว

๑.๔ ด้านศีลธรรมจรรยา

- ย่อมเป็นผู้มีสัมมาทิฐิ เชื้อกฏแห่งกรรม สามารถคุ้มครองตนให้พ้นจากความชั่วทั้งหลายได้ เป็นผู้มีความประพฤติดี เนื่องจากจิตใจดี ทำให้ความประพฤติทางกายและวาจาดีตามไปด้วย

- ย่อมเป็นผู้มีความมักน้อย สันโดษ รักสงบ และมีขันติเป็นเลิศ

- ย่อมเป็นผู้มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว ย่อมเป็นผู้มีสัมมาคารวะและมีความอ่อนน้อมถ่อมตน

๒. ผลต่อครอบครัว

๒.๑ ทำให้ครอบครัวมีความสุข เพราะสมาชิกในครอบครัวเห็นประโยชน์ของการประพฤติธรรม ทุกคนตั้งมั่น อยู่ในศีล ปกครองกันด้วยธรรม เด็กเคารพผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่เมตตาเด็ก ทุกคนมีความรักใคร่สามัคคี เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

๒.๒ ทำให้ครอบครัวมีความเจริญก้าวหน้า เพราะสมาชิกต่างก็ทำหน้าที่ของตนโดยไม่บกพร่อง เป็นผู้ที่มีใจคอกหนักแน่น เมื่อมีปัญหาครอบครัวหรือมีอุปสรรคอันใด ย่อมร่วมใจกัน แก้ไขปัญหานั้นให้ลุล่วงไปได้

๓. ผลต่อสังคมและประเทศชาติ

๓.๑ ทำให้สังคมสงบสุข ปราศจากปัญหาอาชญากรรม และปัญหาสังคมอื่นๆ เพราะปัญหาทั้งหลายที่เกิดขึ้นในสังคม ไม่ว่าจะเป็นปัญหาการฆ่า การข่มขืน โจรผู้ร้าย การทุจริตคอร์รัปชัน ล้วนเกิดขึ้นมาจากคนที่ขาดคุณธรรม เป็นผู้ที่มีจิตใจอ่อนแอ หวั่นไหวต่ออำนาจสิ่งยั่วยวนหรือกิเลสได้ง่าย ผู้ที่ฝึกสมาธิย่อมมีจิตใจเข้มแข็ง มีคุณธรรมในใจสูง ถ้าแต่ละคนในสังคมต่างฝึกฝนอบรมใจของตนให้หนักแน่น มันคง

ปัญหาเหล่านี้ก็จะไม่เกิดขึ้น ส่งผลให้สังคมสงบสุขได้

๓.๒ ทำให้เกิดความมีระเบียบวินัย และเกิดความประหยัด
ผู้ที่ฝึกใจให้ตั้งงามด้วยการทำสมาธิอยู่เสมอ ย่อมเป็นผู้รักความมีระเบียบวินัย รักความสะอาด มีความเคารพกฎหมายของบ้านเมือง ดังนั้นบ้านเมืองเราก็จะสะอาดน่าอยู่ ไม่มีคนมั่งง่าย ทั้งขยะลงบนพื้นถนน จะข้ามถนนก็เฉพาะตรงทางข้าม เป็นต้น เป็นเหตุให้ประเทศชาติไม่ต้องสิ้นเปลืองงบประมาณ เวลา และกำลังเจ้าหน้าที่ที่จะไปใช้สำหรับแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากความไม่มีระเบียบวินัยของประชาชน

๓.๓ ทำให้สังคมเจริญก้าวหน้า เมื่อสมาชิกในสังคมมีสุขภาพจิตดี รักความเจริญก้าวหน้า มีประสิทธิภาพในการทำงาน ย่อมส่งผลให้สังคมเจริญก้าวหน้าตามไปด้วย และเมื่อมีกิจกรรมของส่วนรวม สมาชิกในสังคมก็ย่อมพร้อมที่จะสละความสุขส่วนตน ให้ความร่วมมือกับส่วนรวมอย่างเต็มที่ และถ้ามีผู้ไม่ประสงค์ดีต่อสังคมจะมายุแหย่ให้เกิดความแตกแยก ก็จะไม่เป็นผลสำเร็จ เพราะสมาชิกในสังคมเป็นผู้มีจิตใจหนักแน่น มีเหตุผล และเป็นผู้รักสงบ

๔. ผลต่อพระศาสนา

๔.๑ ทำให้เข้าใจพระพุทธศาสนาได้อย่างถูกต้อง และรู้ซึ่งถึงคุณค่าของพระพุทธศาสนา รวมทั้งรู้เห็นด้วยตัวเองว่าการฝึกสมาธิไม่ใช่เรื่องเหลวไหล หากแต่เป็นวิธีเดียวที่จะทำให้พ้นทุกข์ เข้าสู่นิพพานได้

๔.๒ ทำให้เกิดศรัทธาตั้งมั่นในพระรัตนตรัย พร้อมทั้งจะเป็นหนายแก้ต่างให้กับพระศาสนา อันจะเป็นกำลังสำคัญในการเผยแผ่การปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องให้แพร่หลายไปอย่างกว้างขวาง

๔.๓ เป็นการสืบอายุพระพุทธศาสนาให้เจริญรุ่งเรืองตลอดไป เพราะตราบใดที่พุทธศาสนิกชนยังสนใจปฏิบัติธรรมเจริญภาวนาอยู่ พระพุทธศาสนาก็จะเจริญรุ่งเรืองอยู่ตราบนั้น

๔.๔ จะเป็นกำลังส่งเสริมทะนุบำรุงพระศาสนา โดยเมื่อเข้าใจซาบซึ้งถึงประโยชน์ของการปฏิบัติธรรมด้วยตนเองแล้ว ย่อมจะชักชวนผู้อื่นให้ทำทาน รักษาศีล เจริญภาวนาตามไปด้วย และเมื่อใดที่ทุกคนในสังคมตั้งใจปฏิบัติธรรม ทำทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา เมื่อนั้นย่อมเป็นที่หวังได้ว่าสันติสุขที่แท้จริงก็จะบังเกิดขึ้นอย่างแน่นอน

ชีวิตลิขิตได้

ข้อมูล

เรียบเรียง

ISBN

ประธานที่ปรึกษา
ที่ปรึกษา

บรรณาธิการบริหาร

ผู้ช่วยบรรณาธิการบริหาร

กองบรรณาธิการ

ผู้จัดทำ

ภาพประกอบ

ออกแบบรูปเล่ม

ฝ่ายศิลปกรรม

จำนวนหน้า

พิมพ์ครั้งที่ ๑

ลิขสิทธิ์

จำนวนพิมพ์

แยกสี - ทำเพลท

พิมพ์ที่

พระธรรมเทศนาของพระราชภาวนาวิสุทธี (หลวงพ่อธัมมชโย)
กองสื่อธรรมะ สำนักประชาสัมพันธ์

974-90545-3-9

พระภาวนาวิริยคุณ (หลวงพ่อทัตตชีโว)

พระมหาฉัตรชัย ฉตฺตมฺชโย พระสมุห์อำนวยการ มุนิสกโก

อ.มานิต รัตนสุวรรณ

พระสุรรัตน์ อคฺคฺรตฺโน

พระภักล้านรงค์ ญาณวีโร

พระสมบัติ รุขิตจิตโต พระสุพลขันธ์ จันทโก

พระภักล้านรงค์ ญาณวีโร พระสมบุรณ์ จิตตทนต์โต

ผศ.สุภาศิริ พะหูชนม์ อุษา จันผะกา

อาริยา จรัสวีโรจน์ จงจิต แยมศรี

พรรณี โอบุษฐ์นภาพร เสาวนีย์ อนันต์โชติกุล

ดนยา คุณากนก ชุสิทธิ์ ชาญณรงค์

พีระ แสงงาม ชูเดช อนุรักษ์

ประสงค์ หินแก้ว ปรีชา เผ่าเพ็ง

กองสื่อธรรมะ สำนักประชาสัมพันธ์

ศูนย์ภาพนิ่ง สำนักประชาสัมพันธ์

วิภารัตน์ วาจาพัฒนา

วิภารัตน์ วาจาพัฒนา ภัทรา ศรีวิสุธา นาดนดา นิโรจน์

๑๑๒ หน้า

๔ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๕

มูลนิธิธรรมกาย

๑๐,๐๐๐ เล่ม

สุนทรฟิล์ม

บริษัท เอส.พี.เค. เบเปอร์ตแอนด์ฟอร์ม จำกัด

โทร. ๐-๒๗๓๒-๙๑๒๔-๕

โทร. ๐-๒๕๒๔-๐๒๕๗-๖๓ ต่อ ๑๖๘๐-๓ (กองรับบริจาค)

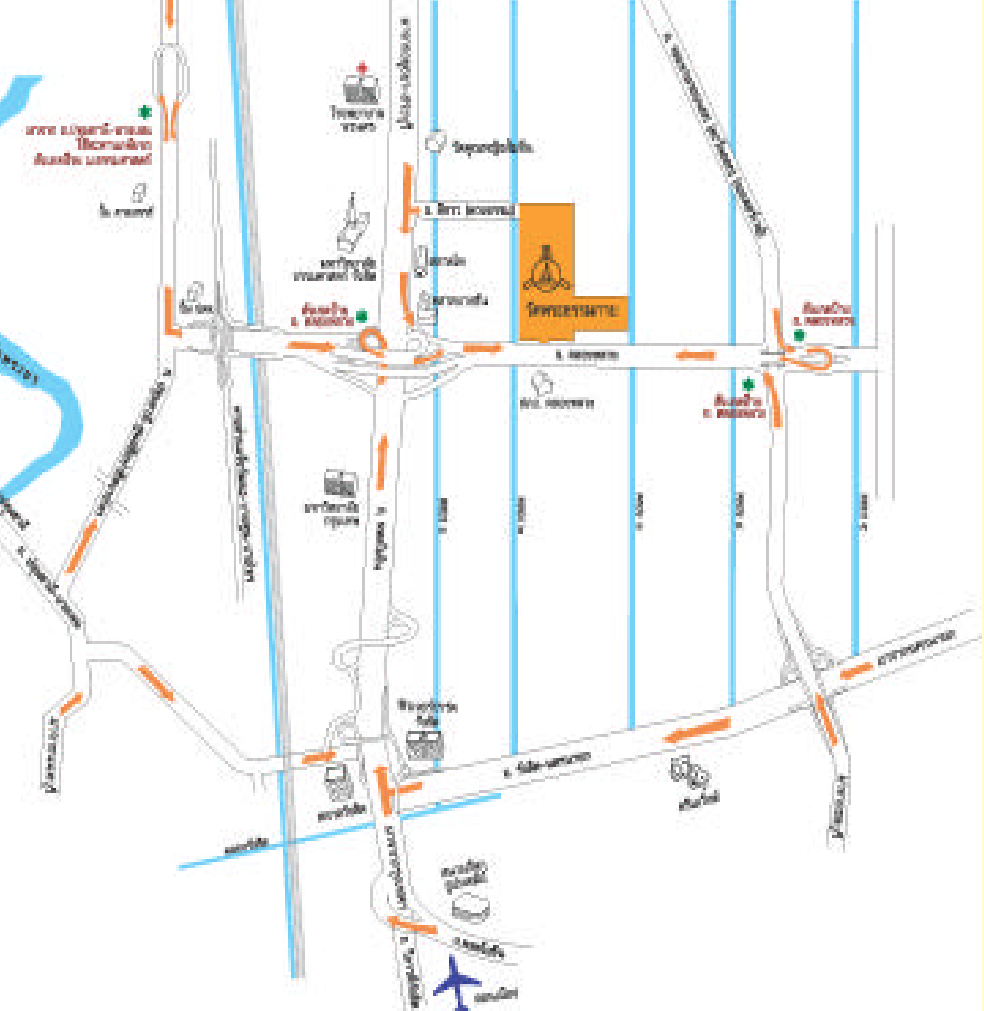
สนับสนุนการจัดพิมพ์ได้ที่

ต้องการนำหนังสือไปเผยแพร่ในโอกาสต่างๆ โทร. ๐-๒๕๒๔-๐๒๕๗-๖๓ ต่อ ๑๗๘๐-๒ (กองสื่อธรรมะ

สำนักประชาสัมพันธ์) มูลนิธิธรรมกาย



พระธรรมกายประจำตัว จารึกชื่อผู้สร้างหรือบุคคลผู้เป็นที่เคารพรัก
ประดิษฐานภายนอกและภายในมหาธรรมกายเจดีย์



แผนที่ไปวัดพระธรรมกาย

วัดพระธรรมกาย ด.คลองสาม อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี ๑๒๑๒๐

โทร. ๐-๒๕๒๔-๐๒๕๗ ถึง ๖๓ โทรสาร ๐-๒๕๒๔-๐๒๗๐

Internet address URL : <http://www.dhammadkaya.or.th>

“...เวลาที่เหลืออยู่ในโลกนี้มีจำกัด
จะต้องใช้เวลาในการสร้างบารมีให้
มากๆ อย่าได้ประมาท ความตายไม่มี
นิमितหมาย ระเบิดเวลาแห่งชีวิตที่
ติดตัวเรามา จะระเบิดตอนไหนก็ไม่รู้
จงใช้เวลาที่มีอยู่นี้ให้เป็นประโยชน์ใน
การสร้างบารมีให้มากที่สุด...”

พระราชภาวนาวิสุทธิ
(หลวงพ่อธัมมชโย)