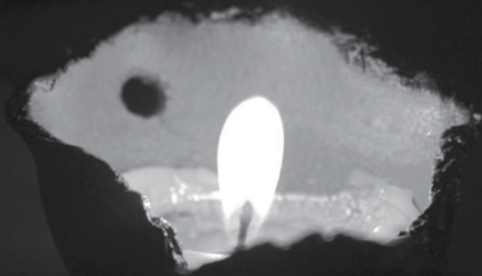




# ธรรมดา ของตาเห็นธรรม



# ธรรมดา ของตาเห็นธรรม



พิมพ์แจกเป็นธรรมบรรณาการด้วยศรัทธาของญาติโยม  
หากท่านไม่ได้ใช้ประโยชน์จากหนังสือนี้แล้ว โปรดมอบให้กับผู้อื่นที่จะได้ใช้  
จะเป็นบุญเป็นกุศลอย่างยิ่ง

# ธรรมดาของตาเห็นธรรม

แปลและเรียบเรียงจากต้นฉบับพระธรรมเทศนาภาษาอังกฤษ

แสดงโดย พระอาจารย์ปล้นโน

ณ วัดอภัยคีรี รัฐแคลิฟอร์เนีย ประเทศสหรัฐอเมริกา ปี ๒๕๕๕



## พิมพ์แจกเป็นธรรมทาน

สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามคัดลอก ตัดตอน หรือนำไปพิมพ์จำหน่าย

หากท่านใดประสงค์จะพิมพ์แจกเป็นธรรมทาน โปรดติดต่อ

มูลนิธิปัญญาประทีป หรือ โรงเรียนทอสี

๑๐๒๓/๔๗ ซอยปรีดีพินมยงค์ ๔๑ สุขุมวิท ๗๑

เขตวัฒนา กทม. ๑๐๑๑๐

โทรศัพท์ ๐-๒๗๑๓-๓๖๗๔

[www.thawasischool.com](http://www.thawasischool.com), [www.panyaprteep.org](http://www.panyaprteep.org)

พิมพ์ครั้งที่ ๑ ธันวาคม ๒๕๕๕ จำนวน ๕,๐๐๐ เล่ม

ขออนุโมทนาบุญ

ผู้แปลและเรียบเรียง ธมฺมาภินนฺโท ภิกขุ

ผู้ถ่ายภาพปก พรรษา สุนาวิ

ศิลปกรรม ปริญญา ปฐวรินทรานนท์

จัดทำโดย มูลนิธิปัญญาประทีป

ดำเนินการพิมพ์ บริษัท คิว พรินท์ แมเนจเม้นท์ จำกัด

โทรศัพท์ ๐-๒๘๐๐-๒๒๙๒



# ธรรมดา ของตาเห็นธรรม

คำสอนของหลวงพ่อชา

เรื่องธรรมะกับธรรมชาติ

พຽ່ງนี้ ອາຕມາໄດ້ຮັບພິມນຕ໌ໄປອບຮມກຣມຊູ່ານ  
ຫລັກສູຕຣ ໑ ວັນ ທີ່ສູນຍ໌ຟິກສມາທິ Spirit Rock  
Meditation Center ໃນຫົວຂໍ້ “คำสอนที่เกี่ยวกับ  
ธรรมชาติของหลวงพ่อชา” ອາຕມາໄດ້ເຕຣຍ໌ມ  
ความพร้อมตลอดช่วงสองสามวันที่ผ่านมา ทำให้

ได้ขลุ่ยตัวเองอยู่กับเรื่องราวคำสอนของท่าน  
คลุกคลีอยู่กับประวัติส่วนตัว พร้อมทั้งยังได้อ่าน  
และฟังเทศน์ของท่านอีกหลายกัณฑ์ อาตมา  
รู้สึกซาบซึ้งกินใจในเนื้อหาเรื่องราวเป็นอย่างมาก  
สำหรับการเทศน์ประจำเย็นวันนี้ อาตมาก็ยัง  
นึกไม่ออกว่าจะเทศน์เรื่องอะไร แต่ก็เข้าใจว่า  
เรื่องที่จะเทศน์คงจะมีแรงบันดาลใจมาจากเรื่องที่ได้  
คัดค้นคว้าทบทวนมา

อาตมามีเรื่องให้ระลึกถึงหลวงพ่อบุชา  
หลายเรื่อง อาตมาเห็นพ้องยอมรับท่านในทุกๆ  
อย่าง อาตมาถือว่าเป็นลูกศิษย์ในยุคต้นๆ ของ  
ท่าน อาตมาเองเป็นพระมาได้จนวันนี้ ก็เพราะ  
ได้รับแรงบันดาลใจมาจากท่าน ไม่ว่าจะ  
เรื่องที่พูด ไม่ว่าจะเป็นอย่างที่ได้เรียนรู้ และ  
ไม่ว่าจะเป็นข้อประพฤติปฏิบัติที่ได้ฝึกฝนมาแล้ว  
ก็ตาม อาตมาจึงเป็นหนี้บุญคุณต่อหลวงพ่อบุชา

อย่างใหญ่หลวง ปฏิปทาและคำสอนของท่าน ยังเป็นแรงผลักดันให้กับอาตมาจนเท่าทุกวันนี้

คุณสมบัติในความเป็นครูบาอาจารย์ที่โดดเด่นอีกอย่างหนึ่งของหลวงพ่อก็คือความสามารถของท่าน ในการใช้วิธีอธิบายและกระตุ้นให้กำลังใจ ให้คนทั่วไปเห็นว่าการปฏิบัติธรรมเป็นเรื่องที่ไม่เหลือวิสัย วิธีที่ว่านี้เกิดมาจากความสามารถของหลวงพ่อ ในการใช้การอุปมาอุปไมย และการยกตัวอย่างเปรียบเทียบให้เห็นหนึ่งในเรื่องอุปมาอุปไมย ที่หลวงพ่อได้เปรียบเทียบให้เห็นในเรื่องการปฏิบัติธรรม คือ เรื่องของต้นมะพร้าว ต้นมะพร้าวดูดธาตุอาหารต่างๆ จากพื้นดิน โดยดูดทั้งธาตุอาหารที่ดี และไม่ดี ทั้งของสะอาด ทั้งของสกปรก ดูดซึมผ่านจากรากไปจนถึงยอด หลังจากนั้นจึงผลิดอกออกผล เป็นลูกมะพร้าวที่มีน้ำหวาน และเนื้ออร่อย

การปฏิบัติธรรมก็มีลักษณะเดียวกัน คือ ในฐานะที่เป็นผู้ปฏิบัติธรรม เราซึมซับเอา ประสบการณ์ต่างๆ ที่เราสัมผัส และการ ติดต่อสื่อสารกับโลกในลักษณะต่างๆ ที่เรารับ รู้อยู่ แล้วเราก็ดึงเอาเรื่องเหล่านั้น มาผ่านข้อ ประพฤติปฏิบัติของเรา คือ คีล สมาธิ ปัญญา ประสบการณ์ต่างๆ เหล่านั้น สามารถเปลี่ยน ถ่ายไปเป็นสภาพที่มีความสงบ ซึ่งจะส่งผลให้ เกิดอานิสงส์ใหญ่ ในแง่ของการรู้เห็นตามเป็น จริง และการประจักษ์ชัด พร้อมทั้งเกิดเป็นความ ผสานกันอย่างราบรื่นลงตัว และความอยู่ผาสุก จึงไม่เห็นต้องไปอายุ หรือเป็นวิตกกังวลกับเรื่อง อะไรต่อมิอะไรที่เราเผชิญอยู่ ไม่ว่าจะบรรลุ ผลสำเร็จในการภาวนาหรือไม่ก็ตาม ไม่ว่าจะ ได้รับเสียงสรรเสริญหรือคำนิินทา ได้ลาภหรือ เสื่อมลาภก็ตาม



เราสามารถดึงเอาประสบการณ์ทุกอย่าง มากลั่นกรองผ่านข้อประพฤติปฏิบัติของเรา ให้ แปรเปลี่ยนสภาพไปในทางที่ดีได้ทั้งหมด อาตมา คิดว่าเรื่องนี้ เป็นการอุปมาอุปไมย ที่กระตุ้น กำลังใจได้อย่างดีเยี่ยมทีเดียว

อีกเรื่องหนึ่งที่หลวงพ่อบุชาใช้เป็นอุปมา อุปไมยของการปฏิบัติสมาธิภาวนา คือ เรื่องใบ ของต้นไม้กับป่าไม้ ในความสงบเงียบท่ามกลาง ธรรมชาติ ใบไม้ทั้งป่าจะสงบนิ่งไม่ไหวติง แต่หาก เมื่อใดที่มีลมพัดผ่านใบไม้ก็สั่นไหว ถูกพัดให้ปลิว ไหวไปมา ฉันทใดก็ฉันทนั้น จิตใจของเรา อันได้แก่ เนื้อแท้ของจิตใจ หรือแก่นแท้แห่งจิตใจของเรานั้น มีสภาวะที่สงบและมั่นคงอยู่เสมอ

หากแต่ว่าอารมณ์ทั้งหลายนั่นเอง ที่เข้ามา พัดพาใจให้หวั่นไหว คือพอลมพายุได้แก่

อารมณ์ทางใจ ความยินดีพอใจ ความคิดปรุงแต่ง หรือความรู้สึกสุขทุกข์ พัดผ่านเข้ามา เราก็ปล่อยให้ใจแปรสภาพไปตามอารมณ์อันหลากหลาย และความยินดีพอใจต่างๆ แทนที่เราจะตระหนักแค่ว่า นั่นเป็นเพียงพายุคืออารมณ์ พายุแห่งความคิดปรุงแต่งและความรู้สึก พายุคือเรื่องที่มาให้รับรู้ ธรรมชาติที่แท้จริงของจิตใจนั้น คือ ศักยภาพในการรู้ สภาวะดั้งเดิมของจิตใจ คือ ศักยภาพในการรู้สึกอยู่ในปัจจุบัน โดยอาศัยศักยภาพที่แท้จริงของจิตนั้น เราสามารถจะแยกแยะความต่างได้ว่า พายุคืออารมณ์ก็อย่างหนึ่ง จิตที่มีศักยภาพในการรู้และตื่นตัวก็อีกอย่างหนึ่ง พร้อมทั้งเห็นได้ด้วยว่า สภาวะทั้งสองอย่างนั้นกำลังปรากฏแยกกันอยู่

อารมณ์ทางใจต่างๆ ไม่ว่าจะ เป็น ความยินดีพอใจ ความรู้สึกกระทบกระทั่งต่ออารมณ์

ที่เกิดขึ้น เรื่องปรุ้งแต่งที่เราสร้างขึ้นมาจาก และ  
 ความคิดฟุ้งซ่านที่เราใส่เข้าไป มีผลทำให้มอง  
 จิตไม่เห็น ที่จริงแล้วก็คือ เราไม่รู้เท่าทันสิ่งที่มา  
 กระทบสัมผัส หรือ แยกแยะความต่างระหว่าง  
 สองอย่างไม่ได้

ไม่มีใครที่จะออกไปยืนด้านนอก แล้ว  
 บังคับลมไม่ให้พัด หรือไปรู้สึกหงุดหงิดรำคาญ  
 เพราะลมพัด มันเป็นแค่ปรากฏการณ์ตาม  
 ธรรมชาติของมันอยู่อย่างนั้นเอง ในทำนอง  
 เดียวกัน ที่เราจะทำให้ใจของเราตั้งมั่น สงบ  
 ระงับ โดยไม่ต้องไปกังวลวุ่นวาย กับอาการของ  
 จิตก็ได้ หรือ เราอาจจะถูกพัดหอบไปกับลมพายุ  
 อันแปรปรวน ที่พัดผ่านเข้ามาในจิตใจ ก็ให้มอง  
 ว่านั่นเป็นเพียงปรากฏการณ์ตามธรรมชาติ

หลวงพ่อบุญชานมีวิธีอันชาญฉลาดใน  
 การแนะนำให้พวกเราสังเกตธรรมชาติและ การ

ปฏิบัติที่สอดคล้องกับกฎธรรมชาติ ที่ชี้เข้าหาความจริงของธรรมชาติล้วนๆ ซึ่งเรามักจะละเลยกันไปง่าย ๆ เรามีนิสัยที่มักถือกันว่า สิ่งต่างๆ ควรจะมีแบบแผนอะไรเป็นพิเศษ ควรจะเป็นไปตามแนวคิดอันเป็นอุดมคติ และมีหลักการตามตำรับตำรารับรอง แต่สำหรับหลวงพ่ocha ท่านสามารถมองเห็นนิสัย และความเคยชินที่วุ่นๆ ของมนุษย์ได้อย่างทะลุปรุโปร่ง อริยสัจธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงสอนเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับธรรมชาติ ประสบการณ์รับรู้ทั้งหมดของเราเป็นกระบวนการในธรรมชาติ แต่ทว่า เรามองข้ามความจริงนั้นไปเสีย แล้วก็ไปสร้างความทุกข์สารพัดอย่าง และความหลงผิดขึ้นมาแทนที่

มีอยู่ครั้งหนึ่ง ตอนนั้นอาตมานั่งอยู่กับหลวงพ่ocha อาตมารับหน้าที่เป็นล่ามแปลให้กับนักข่าวชาวสวีเดนคนหนึ่ง นักข่าวคนนั้น

ลัมภาษณ์ครูบาอาจารย์ที่สอนการปฏิบัติมาแล้วหลายคน แล้วก็จะถามคำถามเดียวกัน เพื่อให้ได้คำตอบที่หลากหลาย รวมไปถึงคำถามที่ว่า “ทำไมจึงปฏิบัติ ปฏิบัติอย่างไร และปฏิบัติแล้วได้อะไร” สำหรับอาตมาถือว่า การต้องเข้ามาทำหน้าที่เป็นล่าม เป็นเรื่องยุ่งยากลำบาก และสร้างภาระอุปสรรคให้ อาตมาจึงรู้สึกหงุดหงิดไม่พอใจ โดยเฉพาะต่อพระจากกรุงเทพฯ ซึ่งนำนักข่าวมาที่วัด ยิ่งไปกว่านั้น ตอนนั้น ที่อาตมาคิดก็คือว่า นักข่าวช่างถามปัญหาที่ไม่เข้าท่าเอาซะเลย เหตุการณ์นี้ก็กลับทำให้เรื่องราวน่าสนใจต่างไปจากธรรมดา เนื่องจากไม่มีอะไรที่จะรอดหูรอดตาของหลวงพ่อบุชาไปได้

พวกเรานั่งกันอยู่พร้อมหน้า แล้วตอนสนุกของเรื่องทั้งหมดก็ได้เริ่มเปิดฉากขึ้น เมื่อนักข่าวเริ่มถามคำถาม อาตมาก็แปลคำถามให้

ท่านฟัง แต่หลวงพ่อกลับชวนคุยเรื่องอื่น แล้วก็เป็นฝ่ายถามโน่นนั่นเสียเอง ผ่านไปอีกสักพักหนึ่ง ท่านจึงหันมาถามอาตมาว่า “คำถามว่ายังไงนะ ว่าอีกทีซี” อาตมาจำเป็นต้องแปลซ้ำ แต่ละคำถามอีกรอบ จากนั้นท่านก็คุยนอกเรื่องไปเสียอีก ได้สักพักหนึ่งผ่านไป ท่านจึงถามขึ้นมาว่า “นักข่าวถามปัญหาไม่ใช่เหรอ เออล่ะ คำถามว่ายังไงบ้าง” อาตมาก็จำเป็นต้องแปลคำถามซ้ำอีก เช่นเคย แล้วก็ไม่ได้คิดคาด หลวงพ่อกาท่านก็วกไปหาเรื่องอื่นอีก

กระทั่งจู่ๆ ท่านก็ถามขึ้นมาว่า “ใครมีดินสอกับกระดาษบ้างแถวนี้ ให้ใครก็ได้ช่วยเขียนคำถามให้อาตมาหน่อย” พอหาปากกากับกระดาษมาได้ อาตมาต้องแปลคำถามอย่างซ้ำๆ พอที่จะให้หลวงพ่อกาเขียนทัน “เออานะทีนี้... ทำไมเราต้องปฏิบัติ ” หลวงพ่อเขียนลงไป “แล้ว

คำถามที่สองล่ะ ว่าอีกครั้งซี” “เรามีวิธีปฏิบัติกัน  
อย่างไร” “อืมม ได้แล้ว” แล้วท่านก็เขียนคำถาม  
ที่สองลงไปเหมือนกัน “แล้วคำถามที่สามล่ะ  
ถามว่ายังไง” หลวงพ่อค่อยๆ จดคำถามลงไป

จากนั้น ท่านก็มองไปที่นักข่าว แล้วยิง  
คำถามไปอย่างฉะฉานว่า

“ทำไมโยมต้องรับประทาน”

คำถามของท่านเล่นเอานักข่าวคนนั้น ถึงกับ  
ตะลึงงันไปเลยทีเดียว แต่เขาก็ยังตอบท่านมาว่า

“เอ๋อ.. ผมตอบไม่ถูกเหมือนกันครับ ท่าน”

“ไม่เอา... ทำไมโยมจึงต้องรับประทาน”

หลวงพ่อบอกถามย้ำอีกครั้งว่า

“อาตมาอยากได้คำตอบว่า ทำไมโยมจึง  
ต้องรับประทาน”

นักข่าวตอบท่านว่า “ที่ผมรับประทาน ก็  
เพราะว่าผมรู้สึกหิวครับ”

หลวงพ่อบอกว่า จึงตอบสวนกลับไปว่า “ถูก  
ต้อง ! นั่นแหละ... เป็นคำตอบว่า ทำไมพวกเรา  
ต้องปฏิบัติธรรม พวกเราหิวต่อความสงบ หิวต่อ  
ความจริง พวกเรารู้สึกเป็นทุกข์ ดังนั้น พวกเรา  
จึงหิวความหลุดพ้นจากความทุกข์”

จากนั้น หลวงพ่อได้สนทนาเรื่องนั้น  
ต่อ โดยขยายความต่อไปว่า หากใครตระหนัก  
ได้อย่างแท้จริงว่าตนกำลังหิว เขาก็จะชวนชวาย  
หาวิธีปฏิบัติที่ถูกจริตกับตัวเอง แล้วผลก็จะเป็น  
เหมือนอย่างที่ว่ามา ก็คือ เมื่อเราหิว ก็หาอะไร  
ที่จะรับประทานได้ และเรียนรู้วิธีปรุงอาหารเพื่อ  
เอามาบำรุงเลี้ยงตัวเอง เราก็จะหายหิว อิ่มหน้า  
สำราญ นั่นแหละเป็นจุดมุ่งหมายของการปฏิบัติ



หลวงพ่อกษามีวิธีประยุกต์คำสอนให้เข้ากับอะไรต่างๆ ได้อย่างฉับพลันทันที โดยเป็นเรื่องปกติธรรมดาตามธรรมชาติ และเป็นการปฏิบัติไปในตัวได้เลย แทนที่จะอ้างเฉพาะหลักทฤษฎี หรือยกเรื่องในคัมภีร์ขึ้นมากล่าว เหมือนอย่างที่ท่านได้แก่งแย่งเข้าเหย้าอาตมา ในตอนที่ท่านใช้วิธีนี้ หลวงพ่อมีความชำนาญชำนาญ มีไหวพริบปราดเปรื่อง ในการสอนลักษณะนั้นมาก รวมทั้งการสาธกหยิบยกเรื่องต่างๆ ขึ้นมาประกอบ หลวงพ่อกษามีวิธีการได้หลากหลาย เพื่อปลุกเร้าให้คนมีกำลังใจปฏิบัติ ท่านไม่ได้จำกัดว่าต้องใช้เทคนิค หรือวิธีปฏิบัติในแบบของท่าน ท่านจะกระตุ้นให้คนตั้งใจปฏิบัติ เพื่อให้ได้รับผลของการปฏิบัติ เวลาที่พูดถึงการเจริญภาวนา เทคนิคการทำสมาธิ และแนวปฏิบัติ หลวงพ่อจะเปิดใจกว้างมาก

ตอนที่พระอาจารย์สุเมโธไปวัดหนองป่าพง ครั้งแรก ท่านเป็นชาวตะวันตกคนแรกที่หลวงพ่อชาเคยเห็น หลวงพ่อชาไม่เคยสอนใครที่ไหนมาก่อน นอกจากประชาชนในท้องถิ่นเท่านั้น อาจารย์สุเมโธได้ฝึกปฏิบัติสมาธิที่สำนักปฏิบัติธรรมแห่งหนึ่ง ซึ่งเป็นที่ที่ท่านบวชเป็นสามเณรอยู่ ๑ ปี ในตอนนั้น ท่านเพิ่งบวชเป็นพระได้ใหม่ๆ สำนักแห่งนั้นเน้นให้ปฏิบัติตามวิธีของท่านมหาสิสยาตอ ซึ่งเป็นแนวปฏิบัติจากประเทศพม่า โดยให้เดินจงกรม สลับกับนั่งสมาธิ พออาจารย์สุเมโธปฏิบัติแล้ว ท่านเห็นว่าใจมันเหี่ยวแห้งไม่ชุ่มชื้น จากนั้น ท่านจึงทดลองปฏิบัติตามแนวของพุทธศาสนานิกายเซน โดยฝึกจากหนังสือแปลเกี่ยวกับการฝึกสมาธิแบบเซนที่ท่านอาจารย์ชื้อยุน (Hsu Yun) เผยแพร่วิธีอยู่ที่ประเทศฮ่องกง สมัยนั้น ท่านอาจารย์ชื้อยุน

แม้จะมีอายุถึง ๑๑๕ ปี แล้ว ก็ยังนำเสนอการฝึกสมาธิอยู่ อาจารย์ชื้อยุนมีแนวปฏิบัติที่แตกต่างจากวิธีของหลวงพ่อบุญมาอย่างสิ้นเชิง ท่านใช้วิธีที่เรียกว่า แนวปฏิบัติแบบฮัวทอ (Hua-tou) หรือการตั้งคำถาม ถามตัวเองว่า “ฉัน เป็น ใคร” หรือคำถามในลักษณะคล้ายๆ กันนี้ ซึ่งเป็นวิธีพยายามกลับมาอยู่กับสภาวะ “รู้”

อาจารย์สุเมธ ถามหลวงพ่อบุญว่าท่านจะใช้วิธีนี้ได้ไหม และท่านจะใช้วิธีในแบบเฉพาะนี้ปฏิบัติต่อไปได้ไหม หลวงพ่อบุญถามถึงวิธีที่ท่านปฏิบัติอยู่ ผลที่ได้รับจากการปฏิบัติ และถามวิธีที่ท่านนำมาประยุกต์ปฏิบัติ จากนั้น หลวงพ่อบุญตอบท่านว่า “ได้ดี ถ้าใช้วิธีนี้แล้ว ได้ผลดี ก็ปฏิบัติได้” หลวงพ่อบุญเป็นผู้ที่เปิดใจกว้างต่อแนวปฏิบัติที่หลากหลาย และสนับสนุนให้ผู้ปฏิบัติทดลองทำดู

ท่านเปรียบเทียบการปฏิบัติว่า เหมือนกับการพิจารณาอาหารที่เรารับประทาน อาหารบางอย่างรับประทานแล้วก็ท้องเสีย อาหารบางอย่างทำให้แข็งแรงมีกำลัง อาหารบางอย่างก็ทำให้เหนื่อยชาอืดอาด อาหารบางอย่างรสชาติอร่อย แต่ไม่มีประโยชน์อะไรต่อเรา อาหารบางอย่างรสชาติไม่อร่อย แต่ช่วยบำรุงหล่อเลี้ยงร่างกาย เราต้องพิจารณาเรื่องการปฏิบัติ ที่มีวิธีการไม่เหมือนกัน มีเทคนิคและแนวทางปฏิบัติที่หลากหลาย ในทำนองเดียวกันกับการที่เราพิจารณาผลที่เกิดขึ้นจากอาหารที่เรารับประทาน คือ เราต้องพิจารณาว่า อาหารรสชาติเป็นอย่างไร เกิดผลเป็นแบบไหน พร้อมทั้งรู้จักว่ามีประโยชน์และมีโทษอย่างไร

หลวงพ่อบอกท่านถึงเห็นว่า มีทางเลือกและช่องทางปฏิบัติอยู่อย่างหลากหลาย ที่เราต้อง

เรียนรู้เอาไว้ว่า จะมีวิธีปรับใช้ในการปฏิบัติให้ถูกต้องเหมาะสมได้อย่างไร การปฏิบัติไม่ใช่อย่างที่พูดกันว่า “ตำรารับรองว่า วิธีนี้ใครเอาปฏิบัติก็ได้ผล” แนวทางปฏิบัติของหลวงพ่อบุญมา ไม่ใช่การยึดเกาะอยู่แต่กับเรื่องของเคล็ดวิธี กับเรื่องสมาธิ หรือการฝึกปฏิบัติ แล้วเอาเท้าแตะคันเร่งเดินหน้าเต็มสูบ มุ่งหน้าไปให้ถึงปลายทางเท่านั้น

การปฏิบัติธรรมไม่ใช่การวิ่งแข่งความเร็ว แต่เป็นเหมือนการวิ่งมาราธอนมากกว่า ผู้ปฏิบัติต้องรู้จักปรับจังหวะการก้าวเท้า เพื่อวิ่งไปให้ได้จนสุดระยะทาง จึงต้องประเมินให้เป็นอย่างดีว่า จะทำอะไรจึงรักษาข้อประพจน์ปฏิบัติเอาไว้ได้ จะปฏิบัติให้ต่อเนื่องได้อย่างไร จะมีความเพียรในการปฏิบัติอย่างต่อเนื่องได้อย่างไร การมีความเพียรให้ต่อเนื่อง ไม่ใช่การ “บังคับ และ หักโทษ” ทำความเพียร แต่เป็นการระครองความเพียร

ซึ่งก็ได้แก่ การเอาใส่ใจอยู่อย่างสม่ำเสมอ การ  
 สอดส่องพิจารณา และการรู้จักปรับประสานที่  
 ต่างหากเล่าที่เป็นเครื่องขัดเกลาความเคยชินที่  
 เป็นอนุสัย และกิเลสทั้งหลายพร้อมทั้งอวิชา  
 และความหลงผิดได้อย่างแท้จริง ความหนักแน่น  
 มั่นคงและความต่อเนื่องจะทำให้การปฏิบัติ  
 คลี่คลายและเผยให้เห็นชัดถึงสิ่งที่เราจำเป็นต้อง  
 ปล้່อย่าง และสิ่งที่เราต้องอบรมให้มีขึ้น  
 ตรงนั้นเองที่เป็นจุดใหญ่ใจความของการปฏิบัติ

สาระสำคัญซึ่งอยู่ที่การปฏิบัติอย่าง  
 ประสานสอดคล้องกับธรรมชาตินี้เอง เป็น  
 เหตุผลว่าทำไมหลวงพ่อบุญ จิ่งเน้นเรื่องหลัก  
 จริยธรรมความประพฤติเป็นอย่างมาก สิ่ง  
 หลวงพ่อบุญมักจะเน้นย้ำที่สุด ได้แก่ เรื่องความ  
 ประพฤติที่ถูกต้อง และความเข้าใจที่ถูกทาง หรือ  
 คีล และ สัมมาทิฐิ เพราะสมาธิเกิดจากการมีศีล

และสัมมาทิฐิ นั่นเองเป็นรากฐาน แม้ปัญญาและการหยั่งรู้อย่างลึกซึ้งแจ่มแจ้ง ก็เจริญงอกงามขึ้นมาจากรากฐานคือศีลและสัมมาทิฐิ และจากการให้ความใส่ใจกับคุณธรรมเหล่านั้น หลักความประสานสอดคล้องกับหลักธรรมชาติ จึงเข้ามามีส่วนด้วย ซึ่งเป็นเรื่องที่ไม่เกี่ยวกับเคล็ดวิธี หรือการหักโหมปฏิบัติแบบไฟไหม้ฟางเพียงชั่วคราวชั่วคราว แต่เป็นความเข้าใจอย่างชัดเจนว่า จะสร้างให้เกิดสภาพแวดล้อมของการปฏิบัติ และสร้างรากฐานที่มั่นคงให้การปฏิบัติได้อย่างไร

หลวงพ่อบุชาได้แสดงเป็นแบบอย่างให้เห็นในเรื่องนั้นด้วยตัวของท่านเอง ทั้งในส่วนของการอุทิศตนเพื่อรักษาพระวินัย และการประพฤติปฏิบัติชอบ ถึงแม้ว่าท่านจะเป็นผู้หมดจดไม่ต่างพร้อย แต่ท่านก็ไม่ได้ทำเอาด้วยการบังคับกดขี่ ไม่มีใครจะเห็นว่าท่านเป็นกัณฑ์

เกี่ยวกับการรักษาพระวินัยหรือข้อวัตรปฏิบัติ  
เลย ทุกๆ อย่างประสานกลมกลืนอยู่ภายในตัว  
ท่านหมดแล้ว ปฏิบัติและเป็นตัวท่าน บ่ง  
ถึงความเป็นบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยศีลาจารวัตร  
เช่นเดียวกับปัญญาและไหวพริบปฏิภาณของ  
ท่าน ก็ไม่ได้เป็นสิ่งที่ท่านคิดเอาไว้ก่อน หรือตระ  
เตรียมไว้ล่วงหน้า ท่านไม่ได้สักแต่ว่าท่องสิ่งที่จำ  
ไว้ได้ให้เราฟัง แต่คุณสมบัติต่างๆ เหล่านี้ ผุดขึ้น  
จากความดำริตรึกที่ถูกต้อง จากความเข้าใจที่  
เป็นสัมมาทิฐิ หลวงพ่อท่านได้ลงมือพิจารณา  
ไตร่ตรอง ฝึกหัดขัดเกลา ค้นคว้าตรวจสอบ  
และอบรมเพาะบ่มคุณสมบัติเหล่านั้นมาตลอด  
ระยะเวลาแห่งการปฏิบัติของท่าน แล้วนั่นก็เป็น  
สิ่งที่ท่านกระตุ้นเตือนให้พวกเราทั้งหมด มีความ  
ตั้งใจให้เวลาและพากเพียรพยายาม มีความ  
คงเส้นคงวาในการประพฤติปฏิบัติ และฝึกฝน



อบรมอยู่อย่างนั้นให้ต่อเนื่อง

เหล่านี้เป็นเหตุผลส่วนหนึ่ง ว่าทำไมท่านจึงไม่ยอมบวชให้ใครง่าย ๆ ในยุคของท่านไม่ค่อยมีใครที่จะสวนกระแสประเพณีบวชชั่วคราว และการอนุญาตให้บวชได้แต่โดยง่าย แต่สำหรับหลวงพ่อบุชาแล้ว ท่านต้องให้บวชเป็นปะขาว เป็นเวลา ๑ ปีเสียก่อน จากนั้นจึงบวชเป็นสามเณรอีกหนึ่งปี และแม้จะได้บวชเป็นพระแล้ว ก็ต้องอาศัยอยู่กับท่านอีกถึง ๕ ปี การที่จะมีพระลูกศิษย์กับพระอาจารย์ ที่ให้ความสำคัญกับภาระหน้าที่ที่พึงปฏิบัติต่อกันตามพระวินัยได้ถึงระดับนี้ ก็เป็นเรื่องที่ไม่ค่อยมีให้เห็นเช่นกัน มักจะมีคนบ่นว่า “ทำไมต้องให้ลำบากลำบากถึงขนาดนั้นด้วย ทำไมไม่บวชให้เขาเร็วกว่านั้นหน่อย” หลวงพ่อบุชาทอบว่า “บวชง่าย ก็สึกง่าย” คือ ถ้าหากคนบวชเป็นพระได้

ง่ายเกินไป ไม่นานหรอก ก็จะเตลิดหนีไปไหนต่อ  
ไหนได้ง่ายเช่นกัน แล้วถ้ามีแต่เที่ยวไปโน่นมานี่  
ทำโน่นทำนี่หลายๆ อย่างมากเกินไป ก็จะไม่ได้อะไร  
ประโยชน์อะไร ปฏิบัติไปก็ไม่ได้ผล

ผู้ปฏิบัติจึงต้องตั้งจิตอุทิศตนให้กับการ  
ฝึกฝน เพื่ออบรมข้อปฏิบัติให้ต่อเนื่อง และ  
สม่ำเสมอ การรักษาความมุ่งมั่นตั้งใจแบบนี้  
ไว้ให้ได้ เป็นสิ่งที่หลวงพ่อบอกว่าท่านพยายามย้าอยู่  
เสมอ ผู้ที่เอาใจใส่ไม่ทอดธุระในการปฏิบัติเท่านั้น  
จึงจะได้รับผลและเห็นอานิสงส์จากการปฏิบัติ

ดังที่ได้แสดงธรรมมาในช่วงเย็นนี้ ก็เห็นว่า  
คงจะพอสมควรแล้ว ทั้งหมดนี้ ก็เป็นเรื่องที่  
ค่อยๆ ทอยยออกมาจากคำสอนของหลวงพ่อบอก  
ในหลายที่หลายแห่ง เท่าที่อาตมาได้ค้นคว้าและ  
จำได้

สำหรับเข็นวันนี้ ก็ขอฝากธรรมะเป็น  
ข้อคิดพิจารณาไว้แต่เพียงเท่านี้







## พระอาจารย์ปล้นโน

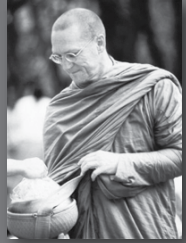
นามเดิม รีด แพรี่ (Reed Perry)

เกิด ๒๖ กรกฎาคม ๒๔๙๒ ประเทศแคนาดา

การศึกษา ปริญญาตรี สาขาประวัติศาสตร์

หลังจากจบการศึกษาได้เดินทางไปหาประสบการณ์ชีวิตจากหลายประเทศ จนกระทั่งปี ๒๕๑๖ ได้เดินทางมาประเทศไทย และเกิดความสนใจในการทำสมาธิภาวนา จึงได้ไปฝึกปฏิบัติที่วัดเม็งมาง จังหวัดเชียงใหม่ หลังจากนั้นจึงตัดสินใจเข้าสู่เพศบรรพชิต โดยอุปสมบท ที่วัดเพลง วิปัสสนา กรุงเทพมหานคร ในปี ๒๕๑๗

ต่อมาท่านได้ยินกิตติศัพท์ของหลวงพ่ocha สุภัทโท แห่งวัดหนองป่าพง จังหวัดอุบลราชธานี ท่านจึงเดินทางไปฝากตัวเป็นศิษย์ของหลวงพ่o โดยได้พำนักที่วัดหนองป่าพง และวัดสาขาอื่น ๆ ตามโอกาสอันสมควร จนกระทั่งปี ๒๕๒๕



ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติหน้าที่ในฐานะเจ้าอาวาสวัดป่า  
นานาชาติ

ในขณะที่ปฏิบัติภารกิจ ณ วัดป่านานาชาติ ท่านยังได้  
ช่วยจัดตั้งวัดสาขา ได้แก่ วัดป่าภูจอมก้อม บ้านทุ่งนาเมือง  
ตำบลนาโพธิ์กลาง อำเภอโขงเจียม จังหวัดอุบลราชธานี  
ในปี ๒๕๓๒ และสำนักสงฆ์เต่าดำ ในเขตเหมืองเต่าดำ  
ตำบลวังกะแซะ อำเภอไพรโศก จังหวัดกาญจนบุรี ในปี  
๒๕๓๕

ปัจจุบันท่านดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดป่าอภัยคีรี  
ซานฟรานซิสโก สหรัฐอเมริกา ตั้งแต่ปี ๒๕๓๙ เป็นต้นมา  
ทุกครั้งที่ท่านเดินทางมาประเทศไทยท่านจะใช้เวลาส่วนหนึ่ง  
ในการอบรมสั่งสอนญาติโยมในการปฏิบัติธรรมในวาระ  
ต่าง ๆ อย่างสม่ำเสมอตลอดมา

# มูลนิธิปัญญาประทีป

## ความเป็นมา

มูลนิธิปัญญาประทีป จัดตั้งโดยคณะผู้บริหารโรงเรียนทอสี ด้วยความร่วมมือจากคณะครู ผู้ปกครองและญาติโยมซึ่งเป็นลูกศิษย์ พระอาจารย์ชยสาโร กระทรวงมหาดไทยอนุญาตให้จดทะเบียนเป็นนิติบุคคลอย่างเป็นทางการ เลขที่ทะเบียน กท. ๑๔๐๕ ตั้งแต่วันที่ ๑ เมษายน ๒๕๕๑

## วัตถุประสงค์

- ๑) สนับสนุนการพัฒนาสถาบันการศึกษาวิถีพุทธที่มีระบบไตรสิกขาของพระพุทธศาสนาเป็นหลัก
- ๒) เผยแผ่หลักธรรมคำสอนผ่านการจัดการฝึกอบรมและปฏิบัติธรรม และการเผยแผ่สื่อธรรมะรูปแบบต่าง ๆ โดยแจกเป็นธรรมทาน
- ๓) เพิ่มพูนความเข้าใจในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ และสิ่งแวดล้อม สนับสนุนการพัฒนาที่ยั่งยืนและส่งเสริมการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
- ๔) ร่วมมือกับองค์กรการกุศลอื่น ๆ เพื่อดำเนินกิจการที่เป็นสาธารณประโยชน์





## คณะที่ปรึกษา

พระอาจารย์ชยสาโรเป็นองค์ประธานที่ปรึกษา โดยมีคณะที่ปรึกษาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในสาขาต่าง ๆ อาทิ ด้านนิเวศวิทยา พลังงานทดแทน สิ่งแวดล้อม เกษตรอินทรีย์ เทคโนโลยีสารสนเทศ วิทยาศาสตร์สุขภาพ การเงิน กฎหมาย การสื่อสาร การละคร ดนตรี วัฒนธรรม ศิลปกรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น

## คณะกรรมการบริหาร

มูลนิธิฯ ได้รับเกียรติจากรองศาสตราจารย์นายแพทย์ปรีดา ทัศนประดิษฐ์ เป็นประธานคณะกรรมการบริหาร และมีคุณบุบผา สวัสดิ์ รัชชตาตะนันท์ ผู้อำนวยการโรงเรียนทอสีเป็น เลขาธิการฯ

## การดำเนินการ

- มูลนิธิฯ เป็นผู้จัดตั้งโรงเรียนมัธยมปัญญาประทีปในรูปแบบโรงเรียนบ่มเพาะชีวิตเพื่อดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ด้านการศึกษา วิถีพุทธ ให้บรรลุวัตถุประสงค์ของมูลนิธิฯ ข้างต้น โรงเรียนนี้ตั้งอยู่ที่บ้านหนองน้อย อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา
- มูลนิธิฯ ร่วมมือกับโรงเรียนทอสีในการผลิตและเผยแพร่สื่อธรรมะ แจกเป็นธรรมทาน โดยในส่วนของโรงเรียนทอสีฯได้ดำเนินการต่อเนื่องตั้งแต่ ปี พ.ศ. ๒๕๔๕





