



ชมแลกเปลี่ยนจัดงาน “ภาวกรภาพชาบซึ่งใจ” ญาติธรรมไปร่วมงานเพียบ

หนึ่งน้อยทยอยเต็ม ◉ เต็มด้วยแก่น แน่นเป็นหนึ่งใน

ข่าวโต

ฉบับที่ ๓๐๗(๓๒๕) ปักษ์หลัง กรกฎาคม ๒๕๕๐

นศ.บธ.ร่วมรับมือ ชุมชนพอเพียง น.อุบลฯ ก็มา ชาวภูเกิดบลิ้นไส้บาตร

โครงการสามัคคีสัมพันธ์ภาวกรภาพชาบซึ่งใจ จัดขึ้นที่ ศูนย์การศึกษาและ
เรียนรู้เลขวัญ ๕๘/๓ หมู่ ๓ บ้านพอแดง ต.ท้ายเหมือง (อ่านต่อหน้า ๖)



■ ธรรมยาตรา จ.ภูเก็ต

■ ญาติธรรมกำลังฟังธรรมจากพ่อท่านอย่างตั้งใจ ใน
งานภาวกรภาพ ณ สังฆสถานทักษิณอศอก



ธรรม: เพื่อท่าน

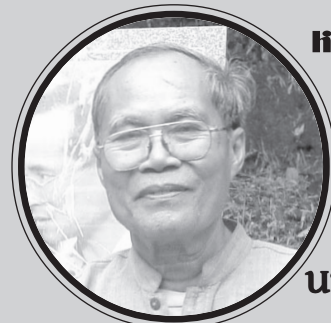
ติดตามคำคมของพ่อท่าน
(อ่านต่อหน้า ๔)

ค่ายคุณธรรมนำชีวิตแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง เยาวชนจาก ๑๐ รร.ร่วมเพิ่มคุณธรรมที่สันติฯ



ผ่านไปหมาดๆ กับค่ายอบรม
เชิงปฏิบัติการ “คุณธรรมนำชีวิต
ตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง”
วันที่ ๑๕-๒๒ กรกฎาคม ๒๕๕๐
ณ พุทธสถานสันติอศอก
(อ่านต่อหน้า ๕)

ชายงาม รอยยิ้ม



หนึ่งในผู้รับใช้กลุ่ม
ธรรมชาตอศอก
มารู้จักกับเขา
นายสมพงษ์ ด้วงทวิ
(อ่านต่อหน้า ๔)

ข่าวโศก

รายปักษ์

อย่ามาเฟื่องโทษฉัน

ใครที่กลัวถูกเฟื่องโทษ และชอบเฟื่องโทษผู้อื่น ยังมีใช้หลักปฏิบัติธรรมตัวจริงของชาวโศก

นักปฏิบัติธรรมตัวจริง จะไม่กลัวการถูกเฟื่องโทษ เพราะเป็นผู้มีความพร้อมในการตรวจสอบตัวเอง และให้ผู้อ่านตรวจสอบ

ผู้ที่มีสัมมาทิฐิ จะค้นหาความไม่ดีในตัวเอง เพื่อแก้ไข

และยินดีที่มีผู้อื่นมาช่วยค้นหาความไม่ดี (เฟื่องโทษ) ในตน เพื่อจะได้รู้ตัวได้ไวขึ้น แล้วจะได้สลัดความไม่ดีในตนออกไปให้เร็วที่สุด

ดังนั้นนักปฏิบัติธรรมตัวจริง เสียจริงจะไม่มีคำว่า "คุณอย่ามาเฟื่องโทษฉันนะ"

เข้าพรรษาปีนี้มาฝึกฝนเป็นนักปฏิบัติธรรมตัวจริง เสียจริงกันเสียทีเถอะ ●



ขำรุ่งสมอง เป็นสิ่งที่มนุษย์ทั่วไปปรารถนา มีการค้นคว้าแสวงหากันมาช้านาน เนื่องจากสมองของมนุษย์มีความพิเศษสุด ที่ทำให้คนเราแตกต่างจากสัตว์อื่น มนุษย์มีความแตกต่างจากสัตว์อื่นตรงที่ มีความเฉลียวฉลาด เรียนรู้และแก้ปัญหาต่างๆได้ ก็เพราะมีสมองที่วิจิตรพิสดารกว่าสัตว์มากมาย ถ้าขาดคุณสมบัตินี้แล้วไซ้ ก็คงไม่ต่างกับสัตว์ทั่วไป

และปัจจุบันก็พบว่า มนุษย์มีภาวะสมองเสื่อมก่อนวัยกันมากมาย และเป็นปัญหาเรื่องการดูแลรักษามาก ต่อไปนี้ไม่ต้องกังวลกันมากแล้วเรื่องการหายาเพื่อมาบำรุงสมอง หรือยาป้องกันโรคอัลไซเมอร์ เพราะเราสามารถผลิตยาเหล่านี้ขึ้นได้ด้วยตัวของเราเองแล้ว (น่าตื่นเต้นและดีใจไม่น้อยเลยนะ)

ได้มีกรวิจัยให้เห็นกันอย่างชัดเจนแล้วว่า การออกกำลังกายเป็นยาบำรุงสมอง แต่ก่อนเราอาจจะรู้แต่เพียงว่าการออกกำลังกายทำให้ระบบหลอดเลือดและหัวใจของเราดีขึ้น ทำให้กล้ามเนื้อกระชับขึ้น แต่เรายังมีความรู้ที่น้อยว่า การออกกำลังกายทำให้สมองของเราดีขึ้นได้อย่างไร? ทำให้เราฉลาดขึ้น ความคิดความจำดีขึ้น แกรมยังสมองเสื่อมน้อยลง ก็ไม่เห็นต้องไปหาซื้อยาบำรุงสมองที่ไหนมารับประทานให้ยากเลยละ

เพียงแต่คุณขยับเขยื้อนร่างกาย คือการออกกำลังกายให้เหมาะให้ควร คุณก็สามารถสร้างยาบำรุงสมองได้เองแล้ว

มีการศึกษาทดลองที่น่าสนใจเกี่ยวกับเรื่องนี้คือ แต่ก่อนนานมาวงการแพทย์เห็นว่าเซลล์ประสาทเมื่อเสียหายไปแล้วไม่สามารถงอกเพิ่มขึ้นมาได้ แต่เมื่อไม่นานมานี้มีนักวิจัยพบว่าเมื่อเราออกกำลังกายแบบแอโรบิกเป็นเวลา 3 เดือน จะช่วยกระตุ้นให้เซลล์ประสาทงอกใหม่ได้ และสามารถกระตุ้นให้เซลล์ประสาทเก่าๆออกกิ่งก้านสาขา เชื่อมต่อโยงใยกันมากขึ้น และยังมีผลงานที่แสดงว่า การออกกำลังกายสามารถหยุดยั้งการเริ่มต้นของโรคอัลไซเมอร์ และสมองเสื่อมอย่างอื่นได้ ผลการวิจัยบ่งชี้ว่า ไม่ว่าคุณจะมีอายุมากเท่าใด การมีร่างกายที่ฟิตและออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ทำให้การทำงานของสมองดีขึ้น และไม่เฉื่อยชาลงไป

ไม่เชื่อคุณก็สังเกตดูพ่อท่านสิ กระฉับกระเฉงทั้งสมองและร่างกาย และท่านก็ออกกำลังกายสม่ำเสมอให้เป็นแบบอย่างแล้ว คุณจะไม่ทำตามหรือ? เดียวไม่ใช่ลูกพ่อนะคะ ยังมีเรื่องน่าสนใจเกี่ยวกับเรื่องนี้ต่อ คอยติดตามฉบับหน้าจะคะ... ๕๐ กิ่งธรรมา

ใช้หลักธรรมมาอิงกลกรรม สะท้อนผลออกมาเป็นรูปธรรม



ในสวนวังสีเมฆ จะมีส่วนของแปลงผัก แปลงพืช และแปลง

นาต่างๆ ซึ่งตามจุดจะมีป้ายที่ตั้งชื่อแปลงไว้ตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ซึ่งบางแปลงเป็นการนำมาแปลผลเป็นลักษณะทางกายภาพของแปลงได้อย่างเป็นศิลปะ แฝงปรัชญาไว้อย่างลึกซึ้งเป็นการเรียนรู้หลักธรรมจากแปลงกลกรรม และการทำกลกรรมเพื่อให้เกิดหลักธรรมประจำใจซึ่งแปลงต่างๆของสวนวังสีเมฆแบ่งเป็นสวนดังต่อไปนี้

นาโลกาภิวัตน์ และนาโลกุตระ เป็นนาที่เปรียบเทียบถึงวิถีชีวิตปัจจุบันที่เป็นยุคข้อมูลข่าวสาร รวดเร็ว ทำอะไรต้องได้ไว แต่กลกรรมต้องใจเย็น เอาของเย็นให้พืช ไม่ใช่สารเคมี ต้องไม่เร่งพืช ผู้ทำกลกรรมต้องอยู่เหนือความรวดเร็ว ความเป็นโลกาภิวัตน์หรือวัตถุนิยม ที่เร่งผลิตเพื่อเอาเงินมาสนองกิเลสตัวเอง

แปลงเบญจศีล เบญจศีล คือ ศีล ๕ ข้อ ที่ควรยึดปฏิบัติเพื่อทำให้คนทำกลกรรมเกิดคุณธรรมในใจ ถือหลักพอเพียงในการใช้ชีวิต สามารถทำกลกรรมต่อไปได้อย่างยั่งยืน เพราะคนทำมีศีลประจำใจ

แปลงอิทธิบาท ๔ การกระทำใดๆ ต้องมี ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา เป็นหลักของการทำกลกรรมโดยความเพียรชอบ เมื่อมีจิตสภาพที่ดีในการทำกลกรรมก็จะเกิดผลทางกายภาพออกมา โดยแปลงจะมีแปลงฉันทะ แปลงวิริยะ แปลงจิตตะ แปลงวิมังสา รวม ๔ แปลง

แปลงปัญญา ๓ ปัญญาในการทำการเกษตรประกอบด้วย

ปัญญาที่เกิดจากการคิด ทำ ถาม เมื่อได้ทำแล้วถอดความรู้ ทบทวนความรู้ออกมาเป็นแนวทางวิธี

แปลงโพธิกิจ โพธิกิจ คือ กิจของผู้บริสุทธิ กิจของโพธิสัตว์ ไม่ต้องการปลูกพืชที่ใส่สารเคมีเพื่อไปทำร้ายใคร แต่ให้เขากินเพื่อหายเจ็บหายป่วย

แปลงไตรสิกขา การกระทำกลกรรมใดๆ ก็ต้องมีกฎเกณฑ์ ต้องมี ศีล สมาธิ ปัญญา แปลงไตรสิกขา จะมีแปลงที่เป็นกรังวงกลม แปลงด้านล่างที่เป็นส่วนเส้นผ่าศูนย์กลางจะเป็นศีล แปลงโค้งจะเป็นสมาธิ ตามด้วยปัญญาที่ทำเป็นรัศมีด้วยแปลงผักอีกหลายแปลง

เทคนิคการเตรียมดินแบบขั้น

การเตรียมดินลักษณะนี้จะใช้เพื่อนำดินไปปลูกในแปลง โดยสร้างสภาวะที่เหมาะสมกับการเจริญเติบโตของพืช วิธีการจะเริ่มจากการนำดินมาตั้งเป็นฐานนูนขึ้นมาจากพื้นดินก่อนเป็นขั้นแรก ขั้นต่อมาเป็นมูลสัตว์ จากนั้นทับด้วยฟางและดินหมักต่ออีก ๓-๔ ชั้น ซึ่งดินหมักจะทำมาจากดิน รำ น้ำ ปัสสาวะ และกากน้ำตาล และน้ำ คลุกเคล้าให้มีความชื้น ๖๐-๗๐ % นำไปบรรจุถุง ๑ ใน ๓ ส่วนของถุง ใช้เชือกมัดปากถุงอย่างหลวมๆ นำไปวางในที่ร่มหรือในป่า รอให้ดินหมักเย็นตัวลง และเกิดรากสีขาวขึ้นจึงนำไปใช้ทำขั้นดินได้

เทคนิคการปลูกข้าวหอมนิล

ข้าวหอมนิลเป็นข้าวไวแสงที่มีอายุการเก็บเกี่ยว ๕๐ วัน ลักษณะเมล็ดข้าวเป็นสีดำ มีสรรพคุณในทางยา นิยมนำมารับประทานและปั่นเมล็ดข้าวเป็นน้ำข้าวยาสูบ วิธีการปลูกยกแปลงขึ้นมาเพื่อเป็นคูคันนา เริ่มจากหว่านถั่วให้ทั่วแปลงก่อนเมื่อถั่วโตแล้วจนถึงขั้นออกดอกให้ฟันถั่วทิ้งปล่อยให้แห้งแล้วก็สับต้นถั่วให้จมน้ำ ทำการหมักให้เกิดการย่อยสลาย เมื่อมีการย่อยสลายแล้วทำการปลูกข้าวต่อด้วยการปักดำกล้าลงไป เทคนิคในการทำให้ข้าวหอมนิลแตกกอสามารถทำได้โดยเปิดน้ำเข้านาระดับฝ่ามือจากฝักดิน จากนั้นปล่อยให้แห้งจนถึงระดับฝักดิน จากนั้นก็ปล่อยให้แห้งพร้อมกับใส่ปุ๋ย สลับ



กันไปตลอดจะช่วยให้เข้าแตกกอ แต่ถ้าเลี้ยงน้ำนำไปข้าวจะแตกกอไม่ดี สลับกันไปมาจนข้าวออกรวง หลังจากนั้นก็เปิดน้ำแช่ตลอด เพราะข้าวต้องการน้ำมากในช่วงตั้งท้องและออกรวง และเมื่อข้าวเริ่มสุกจึงให้น้ำให้แห้งสนิท รอวันเกี่ยว.

เรียบเรียงจาก บทสัมภาษณ์ เกษตรกรกลุ่มกลกรรมไร่สารพิษ เครือแห่งสีเมฆ (กลุ่มกลกรรมไร่สารพิษสีมาอโศก, กลุ่มกลกรรมไร่สารพิษวังน้ำเขียว, กลุ่มกลกรรมไร่สารพิษเมฆาอโศก) ณ สวนวังสีเมฆ ชุมชนเศรษฐกิจพอเพียง งานเกษตรแห่งชาติ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี ในหนังสือ กลกรรมธรรมชาติ ฉบับที่ ๑/๒๕๕๐



กองนโยบายเทคโนโลยีเพื่อการเกษตรฯ สำนักปลัดกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ กระทรวงเกษตรฯ นิมนต์ให้สมณะเสียงศีล ชาตวโร เข้าร่วมประชุมกับกลุ่มปราชญ์ชาวบ้าน เพื่อนำเสนอผลงานการดำเนินงานที่ผ่านมาและแผนการดำเนินงานของศูนย์ปราชญ์ชาวบ้าน ปี ๒๕๕๑ และฟังการแถลงข่าวเรื่องการร่วมดำเนินงานระหว่างกระทรวงเกษตรและสหกรณ์กับศูนย์ปราชญ์ชาวบ้านด้านเศรษฐกิจพอเพียง ปี ๒๕๕๐-๒๕๕๑

ในการประชุมครั้งนี้ รมช.เกษตรและสหกรณ์ ดร.รุ่งเรือง อิศรางกูร ณ อยุธยา ได้แถลงนโยบายของรัฐบาลที่จะสนับสนุนเครือข่ายปราชญ์ชาวบ้าน ให้เป็นศูนย์กลางพัฒนาเกษตรอินทรีย์ตามวิถีชีวิตเศรษฐกิจพอเพียง โดยมีนักข่าวทั้งทีวีและนสพ.หลายช่องหลายฉบับมาทำข่าว

สมณะเสียงศีล ชาตวโร ได้มีโอกาสกล่าวในที่ประชุมครั้งนั้นโดยสรุปคือ “เมืองไทยเป็นเมืองที่อุดมสมบูรณ์ที่สุดในโลก ไม่มีภัยธรรมชาติมากเหมือนหลายๆ ประเทศ จึงไม่น่ามีคนยากจน แต่ทุกวันนี้เกษตรกรกลับยากจนเป็นหนี้สินทั่วประเทศ เหตุก็เพราะอบายมุขและความฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือย วิธีแก้ปัญหาคือความยากจนของเกษตรกรต้องอบรมจิตใจให้มีคุณธรรม ต้องเน้นคุณธรรม เน้นวิถีเลือกอบายมุขให้ได้ก่อนเรื่องอื่น ชีวิตของเกษตรกรก็จะดีขึ้น”

พอจบการประชุม นักข่าวจากเดอะเนชั่นได้มาขอสัมภาษณ์สมณะเสียงศีล ชาตวโร อีกเกือบครึ่งชั่วโมง.



แจ้งข่าว **โรงบุญมั่งสวัสดิ์ ๕ ธันวาคมหาราช**

ญาติธรรมชาวอโศก หรือท่านผู้มีจิตศรัทธา ต้องการจัดโรงบุญฯ สำหรับ ปีนี้ขอเชิญชวนให้เริ่มการจัดโรงบุญฯ ได้นับแต่บัดนี้

กลุ่มใดหรือท่านใด ที่ได้จัดโรงบุญแล้ว กรุณารายงานการจัด โดยส่งรายละเอียดซึ่งมีหัวข้อดังนี้ ชื่อโรงบุญ, กลุ่ม, สถานที่จัด, บรรยากาศ, ความประทับใจ, สิ่งที่ได้เจอแก้ไข, อื่นๆ พร้อมรูปถ่ายหรือไฟล์ภาพดิจิทัล พร้อมลงทำงชื่อผู้รายงาน - ที่อยู่ แล้วส่งไปที่ พุทธธรรมาสน์อโศก แผนกธรรมโศก ๖๕/๑ ซอยงามวิมลธรรม ๔๔ ถนนงามวิมลธรรม แขวงคลองกุ่ม เขตบึงกุ่ม กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๕๐ (ท่านที่อยู่ไกลขอรับแบบฟอร์มได้ที่แผนกธรรมโศก)

เพื่อจะได้ทั้งของลงหนังสือสารอโศก เพราะที่ผ่านมา ไม่สามารถนับจำนวนโรงบุญที่แท้จริงได้ ปีนี้คาดหวังว่าโรงบุญฯ น่าจะไม่น้อยกว่า ๘๐๐ แห่ง เพื่อเฉลิมฉลองในวาระที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงมีพระชนมพรรษา ๘๐ พรรษา

ขออนุโมทนาแก่ผู้ช่วยมนุญทุกท่านมา ณ ที่นี้

มุมมอง “พวกอาตมาบวชเป็นพระแล้ว ไม่ใช่เงิน-ทอง ขอบอกคืนให้นำไปเป็นประโยชน์กับคนที่จำเป็นติดขอบุญแทน”

ยั้งหน้าได้ใจธรรม

เข็วจ้งใจง! จักเก็ชชอานน้าจักผัวตั้งนี้... นางอยากไต่บุญใหม่ละ

แน่อนอ ออยากไต่สิ ทำบั้งใจละ บอตามไต่เลย

งันไปชวงทันนของที่ ทักชอชชี่ชวงแรงงานไต่บุญมาก

เอ้อ... เต็งวก่อน... ท้องนี้... เต็งวขอเวรสาไป อาชน้ำ ชกผัว-หอน

อะไรของเงา... ออยากไต่บุญ แต่ รอเต็งว...

แล้วจ้งเกิด นางเข็วทีระ อามน้ำ จักผัวอีกตัวง!!

ธรรมะพอท่าน



คำคม...

ธรรมะพอท่านฉบับนี้ ขอนำเสนอคำเทศน์ของพ่อท่านบาง คำที่ผู้เขียนประทับใจ ถือว่าเป็นคำคมของพ่อท่าน



จิตวิญญูทุกภัก์เจริญดี้อ
ทวธาตักจริง

กุศลโลกกุศลระ ดี้อ
การลดโลก ลดโกรธ
ลดหลง (๓๐ ธ.ค. '๕๗)

อธิฐานก็พ้อมรรคธรรมอย่างเดี๋ยวก

การอ่านของหนักภูมิบัติ
มิใช่อ่านตักหนังสือ แต่
อ่านตามสภาวะออก

เราหมักการเม้นพี่น้องกัน
ดักขคุณธรรมเมื่องตำ
ต้องมีศีล ๕ ละอมาขม ๖
กินมังฯ (๓๐ ธ.ค. '๕๗)



คุณสุฯ นันแนละ คุณทฤฯ
คุณพั่งกัใจมัจ



ในแต่ละวัน เรามีอะไร ขัดเกลา
กาขกรรม จักกรรม มโนกรรม
ของเรานรือไม่?



ตนไม่รู้ความ
สำคัญในตความสำคัญ
ตนนั้นไม่สำคัญ



ตนพ่าตักตางเิงจั้ง
กว่านมา (๑ ม.ค. '๕๐)

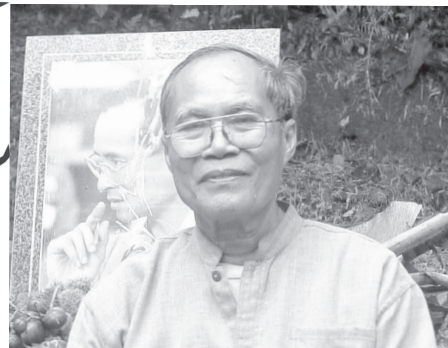
ศาสนาพุทธมีนิกายศาสนาจารย์
ทางจิตวิญญู



โลกย์จะไม่มี การมอดตัว นมอดตน เม้นอนนาค (๒๖ ธ.ค. '๕๗)

เด็กวัด

ชายงาม รอยบักซ์



ชื่อ นายสมพงษ์ ดั่งทวี
เกิด ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๗๘
อายุ ๗๒ ปี
น้ำหนัก ๖๗ กก.
สูง ๑๖๕ ซม.
สถานภาพ สมรส มีธิดา ๔ คน
การศึกษา ปริญญาตรี
ภูมิลำเนา จ.ลพบุรี

ชีวิตวัยเด็ก

เป็นลูกชาวนา ตอนนั้นฐานะครอบครัวยากจนมาก และลูกก็เป็นลูกคนเดียวของพ่อแม่ แม่ก็ไม่อยากให้ทำนาเพราะชาวนามันยากลำบาก จึงพยายามส่งเรียนหนังสือในกรุงเทพฯ แล้วพักในวัดกับพระ (เป็นเด็กวัด) บ้าง บ้านญาติๆ บ้างจนเรียนจบชั้นปริญญาตรีการศึกษาบัณฑิต วิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒน์พระนคร สาขาฟิสิกส์เมทพอจบ ม.๘ ก็สอนหนังสือมาตลอดเลย แต่ไม่ใช่ว่ารับราชการนะครับ เพราะคิดมาตลอดเลย ว่าข้าราชการเขาเปรียบประชาชน จึงเป็นครูให้กับโรงเรียนเอกชน แต่พออายุมากขึ้น คิดได้ว่า ทำงานกับเอกชนหลักประกันชีวิตไม่ค่อยได้ดีจึงหาทำงานกับรัฐวิสาหกิจคือโรงงานยาสูบ ซึ่งเปิดโรงเรียนสอนบุตรหลานของพนักงานโรงงานยาสูบ จึงสมัครเป็นครูสอนที่นั่น ซึ่งก็เป็นครูสอนตั้งแต่ชั้นอนุบาลจนถึงชั้นม.๖ และก็สอนทุกวิชาสารพัดจะสอนได้ทั้งด้านช่าง ด้านกีฬา ด้านวิชาการต่างๆ โดยไม่ได้อยู่ในตำแหน่งบริหารของโรงเรียนเลยสักทีเดียว รวมโรง

เรียนที่สอนผ่านมา ๕ โรงเรียน ซึ่งก็เป็นของเอกชนทั้งหมด และก็ได้มองเห็นว่า โรงเรียนเอกชนก็เอาเปรียบประชาชนเหมือนกัน เป็นอันว่า ถ้าโรงเรียนไหนเอาเปรียบมากๆ ก็จะลาออกไปสอนโรงเรียนอื่น ตอนเป็นครูครั้งแรกนั้นได้รับเงินเดือน ๕๐๐ บาท และตอนเกษียณนั้น เงินเดือน ๔๐,๐๐๐ บาท

ได้เห็นความแตกต่างกันของเอกชนกับรัฐบาล คือ เมื่อเราต้องการเงินเดือนเพิ่มขึ้นเราก็ขอย้ายโรงเรียนสอนแล้วเรียกร้องเงินเดือนตามที่ต้องการและเขาก็ให้ตามนั้นเพราะเขาเห็นว่าเราเป็นคนทำงานมีประสบการณ์และความสามารถ อย่างตอนที่มาทำที่รัฐวิสาหกิจนั้นก็ได้รับเงินเดือนสูงจึงทำอยู่นาน ๓๐ ปี ซึ่งสวัสดิการต่างๆ ก็ดีด้วย แต่การเป็นข้าราชการ(เพื่อนๆ เป็นข้าราชการ) ก็ได้รับสวัสดิการต่างๆ มากมาย และยังมีเงินบำนาญตอนเกษียณด้วย รัฐวิสาหกิจนั้นลุงรับบำนาญ

การที่เป็นครูได้นานนั้นก็เพราะการได้สัมผัสกับเยาวชนที่หมุนเวียนเปลี่ยนกันมาที่เราได้ช่วยทราบ หรือเรียนรู้จนตลอดเวลาและอีกประเด็นคือ ตอนแรกๆ ที่เป็นครูนั้นไม่ได้รักอาชีพนี้เลย แต่พอได้มีประสบการณ์ชีวิตมากขึ้น รู้สึกรักความเป็นครูมากเลย และผมเองก็เป็นครูรุ่นเก่า ซึ่งเมื่อสอนก็รักลูกศิษย์เหมือนเป็นลูกหลานของตัวเองจริงๆ จะว่ากล่าวตักเตือนสั่งสอนสารพัดทั้งเรื่อง

ศีลธรรม ความประพฤติ ทั้งวิชาการ คือสอนความเป็นคนให้กับเขาซะ สอนจนหมดเลยให้พวกเขาได้เป็นคนที่ดี เป็นคนที่สังคมต้องการอย่างนั้นแหละ ซึ่งก็มีบ้างเล็กน้อยที่ถูกศิษย์มีความประพฤติตัวไม่ดีก็มีซึ่งก็พยายามตามแก้ปัญหาให้ โดยเฉพาะตอนนั้นลุงอยู่ในฝ่ายปกครองด้วยแล้ว ต้องอาศัยการเป็นผู้ให้จริงๆ มีเด็กจำนวนมากที่ปรับเปลี่ยนตัวเองเป็นคนดีได้ แต่ก็มีเป็นบางคนที่เสียคนไปเลย ซึ่งนั่นเราก็ยอมรับว่า เราไม่สามารถช่วยเขาได้ ก็มีนักเรียนที่ยังคงไปมาหาสู่จนถึงปัจจุบันนี้ที่เมื่อก่อนเขาเป็นเด็กเกราะใครๆ ไม่เอาแล้ว ซึ่งตอนนั้นทั้งคู่คิดว่าดีเขาอย่างหนักเลย ถึงตอนที่เขาโตเป็นผู้ใหญ่เขาก็เป็นคนดี เขาก็สำนึกบุญคุณไม่รู้จักเดียวที่เขาเป็นคนดีได้ก็เพราะครู แต่ก็แปลกนะที่เด็กนักเรียนที่ดี ประพฤติเรียบร้อยกับไม่เคยมาหาครูเลยสักคน

รู้จักอโศก

ในปี ๒๕๒๓ คือได้รับหนังสือของชาวอโศก จึงติดตามฟังธรรมและติดตามปฏิบัติเข้าร่วมกลุ่มกับญาติธรรมโดยเฉพาะกลุ่มปรากฏอโศก แต่ไม่เคยเข้าไปอยู่ในวัดเป็นคนส่วนกลางเลย ได้แต่ปฏิบัติอยู่ที่บ้าน แต่ถ้าหากมีกิจกรรมกลุ่มเมื่อไรก็จะไม่เคยขาดการไปร่วมนอกจากจำเป็นที่สุด

ชีวิตเรียบง่ายมากเลยเพราะว่า เป็นเด็กวัดมาตลอดจึงได้ปฏิบัติศีล ปฏิบัติธรรมมาตั้งแต่เด็ก อบรมมาต่างๆ ก็น้อยมาก เมื่อมาทางอโศกตอนที่พวกเขาเด็กๆ ก็ยังเด็กก็ทำตามทั้งครอบครัว ครอบครัวมีความสุขดีมาก แต่พอพวกเขาโตแล้วพวกเขาที่มีวิถีชีวิตของเขาเอง

เป็นผู้รับใช้กลุ่มธรรมชาตอโศก

แต่เดิมนั้นมีสวนที่อยู่ไกลจากส่วนกลางธรรมชาตอโศกอยู่ ๒ กม. มีสวนของตัวเองและมีช่วงหนึ่ง(๓ ปีที่แล้ว)ได้บวชเพื่อ

สมทบกับพระสงฆ์ให้ครอบครัวสงฆ์ทำสังฆกรรมได้(ถ้าไม่ครบเขาจะยุบสำนักสงฆ์ ชาวบ้านจึงขอร้องเพื่อให้สำนักสงฆ์คงอยู่เพราะสำนักสงฆ์แห่งนั้นก็ช่วยรักษาป่าไว้ด้วย) ขณะที่บวชอยู่นั้นก็ได้เดินมาที่วัดหรือที่ส่วนกลางธรรมชาตอโศกนี้ก็ได้เห็นภาพวัดของเราเองไม่มีพระหรือคนเลย จึงคิดว่าเราจะต้องมาอยู่และสร้างวัดของเราให้เกิดขึ้นให้ได้ จึงได้รวมกลุ่มพูดคุยกันและตั้งจิตตั้งใจกันขึ้นมาที่จะสร้างธรรมชาตอโศกให้กลับฟื้นมีชีวิต มีความเจริญเติบโตขึ้นมาให้ได้ จึงได้สร้างบ้านหลังใหญ่เพื่อทุกคนที่มาที่นั่นจะได้มีที่พักพิงตามสมควร

เป้าหมายสำหรับกลุ่มธรรมชาตอโศก

อยากจะสร้างให้เข้มแข็งขึ้น ได้เป็นชุมชนที่พึ่งตนเองได้ สืบเจตนารมณ์อุดมการณ์ของพ่อท่าน ตามคำสอนของพระพุทธเจ้า และอยากเชิญชวนทุกท่านถ้ามีโอกาสผ่านมาทางนี้ก็ขอเชิญแวะเยี่ยมเยียนหรือพักผ่อนได้ด้วยคามยินดีอย่างยิ่งครับ

ฝาก

พื้นฐานของชีวิตที่จะมีความสุขหรือเกิดสันติสุขในชีวิตได้ต้องมีธรรมะ ถ้าไม่มีธรรมะแล้วชีวิตเราจะล้มเหลวหมดทุกสิ่งทุกอย่างเลยแม้ว่าจะมีทรัพย์สิน สมบัติ โภคทรัพย์มากมายล้นเหลือขนาดไหน ถ้าไม่มีธรรมะแล้วก็ไม่มีความหมายอะไรเลย ฉะนั้นแล้วธรรมะจึงคือขงสูงสุดของชีวิต.

๙ ๙๖๕ พัน พ้า



☆ **ค่ายคุณธรรม** ▼(ต่อจากหน้า ๑)

การเข้าค่ายอบรมนี้ต่างกับทุกครั้งตรงที่ระยะเวลาสั้นกว่าเพียงแค่สามวันสี่คืนเท่านั้น วัตถุประสงค์เพื่อสร้างเยาวชนให้มีคุณธรรมระดับศีล ๕ ได้เป็นเบื้องต้น รับประทานอาหารมังสวิวัติเพื่อสุขภาพ พัฒนาเยาวชนให้มีวิถีชีวิตที่เรียบง่าย เว้นขาดจากอบายมุขทุกประเภท และนำแบบอย่างการดำเนินชีวิตที่มีคุณธรรมมาพัฒนาตนเองตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงได้

พี่เลี้ยงที่รับงานอบรมน้องๆ นี้พลิก โฝจากชั้น ม. ๕ มาเป็นนักเรียนสัมมาสิกขาชั้น ม.๓ และ ม.๖ แทน เนื่องจากติดภารกิจขนถ่ายไปขายที่หน้าสถานีโทรทัศน์เอสทีวี แม้กระทั่งไม่รู้ตัวมาก่อน แต่พี่เลี้ยงก็ทำหน้าที่ได้เป็นอย่างดี บรรยากาศในงานอบรมวันแรกนั้นค่อนข้างเงียบเพราะกิจกรรมเข้าจังหวะนั้นขาดคนตีกลอง แต่ช่วงเย็นและวันต่อๆ มา มีสีสันสนุกสนานมากขึ้น นักเรียนที่มารับการอบรมมีทั้งสิ้น ๔๖ คน จาก ๘ โรงเรียน มีโรงเรียนสังฆะประชานุสรณ์, รร.พิชัยพัฒนา, รร.ศุภวรรณ, รร.อิสลามวิทยาลัย, วัดสระบัว, รร.ราชประชาสมาสัย, รร.มัธยมประชานิเวศน์ และรร.วัดราชสิทธิวราราม มีตั้งแต่ระดับชั้น ป.๕-ป.๖ และม.๑,ม.๓,ม.๕ สำหรับครูอาจารย์เองก็ไปอบรมที่พุทธสถานปฐมอโศก เหลือไม่ก็คนที่ร่วมเข้าค่ายกับเด็กนักเรียน

สัมมาสิกขาขอความร่วมมือจากผู้รับใช้ประจำกลุ่มจากประชาานิเวศน์ช่วยกันดูแลน้องอีก ๗ รร. ซึ่งทุกคนให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

ตัวแทนสถานักเรียนชายทั้ง ๖ คน จากโรงเรียนมัธยมประชานิเวศน์ช่วยกันดูแลน้องอีก ๗ รร.ซึ่งทุกคนให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

ตัวแทนสถานักเรียนชายทั้ง ๖ คน จาก รร.มัธยมประชานิเวศน์ให้สัมภาษณ์เปิดใจว่า “ครั้งแรกที่มาไม่รู้ลึกลับใจมาก คิดว่ามาฝึกงานแน่นอน เพราะเราโตสุดในบรรดาเด็กที่มาเข้าค่ายทั้งหมด น้องก็ยังเล็กๆ กัน กังวลว่าจะเกิดช่องว่างระหว่างวัย แต่พอเรียนรู้ได้เข้าค่ายใช้ชีวิตวันแรกๆ ร่วมกันก็ไม่ใช่อะไรที่คิด น้องๆ ทั้งหมดน่ารักมาก ค่ายนี้รู้สึกดีเหมือนได้ลองเลี้ยงลูก ดูแลตลอด ยิ่งเป็นผู้รับใช้ประจำกลุ่มก็ทำทุกอย่างตั้งแต่กางมุ้ง ตีๆ น้องๆ ก็ปลุกให้พาไปเข้าห้องน้ำเพราะกลัวผี”

“บรรยากาศไม่น่าเบื่อ ทุกอย่างก็โอเคนะ ดีแล้วทุกอย่างที่เราได้ทำเป็นสิ่งที่เรียนรู้ เป็นประสบการณ์ ไม่ทุกข์ยากลำบากอย่างที่เรานึกไว้ตอนแรก”

สำหรับน้องตัวเล็กจากหลายโรงเรียนต่างพูดเป็น



เสียงเดียวกันว่า “ที่นี่สนุกประทับใจที่พี่เลี้ยงให้ความเป็นกันเองดี อาหารแรกๆ ก็กินไม่ค่อยได้ ต่อมากลับอร่อยดี ไม่อยากจากไปเลย”

น้องบางคนก็ถามว่า อยู่ต่อได้ไหม วันที่ได้ลงมือทำอาหารเองถูกอกถูกใจน้องๆ มาก เพราะได้ชิมอาหารจากฝีมือตนเอง ด้านการแสดงภาคค่ำไม่ได้รอบกองไฟแต่ได้หลอดไฟแทน ทีมพิธีกรและพี่เลี้ยงเรียกเสียงฮาจากน้องๆ

ด้วยการแสดงมิวสิกวิดีโอประกอบเพลงโรงหนังก่าและเพลงรักริมฝั่งโขง ความรู้สึกของพี่เลี้ยงประทับใจน้องๆ ทุกคน น่ารักกันดี ไม่ดื้อหรือแงอย่างทีคิด ว่านอนสอนง่าย เชื่อฟัง เป็นที่น่าแปลกใจว่าทั้งน้องๆ และพี่ๆ ทุกคนเข้ากันได้เป็นอย่างดี แม้ว่าจะต่างคนต่างที่มาที่คนละโรงเรียน น้องที่มาอบรมรู้สึกว่าเป็นเพื่อน เหมือนเพื่อน มัธยมประชานิเวศน์เองไม่ถือตัวเป็นกันเองกับน้องๆ ดี พี่สัมมาสิกขาที่เต็มที

วันจบค่ายที่มีพิธีอำลา น้องๆ ร้องให้กันเป็นแถว บางคนเห็นเฉยๆ ก็ตอมน้ำตาแตกทั้งหญิงและชาย บรรยากาศสออบวลด้วยความซาบซึ้งหลายคนน้ำตาคลอเบ้า แม้งานจะจบแล้วแต่มิตรภาพไม่มีวันจบ หลายคนกลับบ้านพร้อมกับนำความทรงจำที่น่าประทับใจและสิ่งดีๆ ไปใช้ให้เกิดประโยชน์. 🙏



✦ ภาวะภาพ

▼ (ต่อจากหน้า ๑)

อ.ท้ายเหมือง จ.พังงา โดยพรรคเพื่อฟ้าดิน ลำดับสาขาที่ ๑๒ จ.ตรัง ระหว่างวันที่ ๑๓-๑๕ กรกฎาคม ๒๕๕๐

✦ มีกำหนดการจัดงานดังต่อไปนี้

การเตรียมงานเพื่อต้อนรับและจัดงานนี้โดย ชาวชเลขวัญ, นักเรียนสัมมาสิกขาสลือโศก(สส.ศ), นักเรียนสัมมาสิกขา ภูผาฟ้าน้ำ(สส.ภ.) ซึ่งมีกิจกรรมดังนี้ การเตรียมสถานที่ เตรียมที่พัก ทางเดินที่ การจัดโต๊ะ-เก้าอี้สำหรับโรงบุญ และ ช่วยกันเตรียมผลไม้ไว้ต้อนรับญาติธรรมกันเต็มที่ ตกตอนค่ำ มีกิจกรรมพบสนทนา การเตรียมสถานที่ใช้เวลาราวๆ ๒ วัน

วันที่ ๑๓ ก.ค. พ่อท่านและปัจฉาสมณะทั้งสอง เดินทางเพื่อร่วมงานครั้งนี้ จากกรุงเทพฯ โดยเครื่องบินไปลงที่สนามบิน จ.ภูเก็ต ประมาณเที่ยงวัน กลุ่มญาติธรรมเตรียมขบวนรถไป รับพ่อท่านและปัจฉาสมณะที่สนามบินภูเก็ตซึ่งมีญาติธรรมไป รอต้อนรับกว่า ๑๐๐ คน สมณะ ๑๒ รูป พระอาคันตุกะ ๑ รูป การไปต้อนรับพ่อท่านคราวนี้ได้ประสานงานกับทางสนามบิน เพื่อขออนุญาตเข้าไปต้อนรับภายในได้เป็นกรณีพิเศษ และได้รับความสะดวกจากทางสนามบินเป็นอย่างดี ซึ่งก็เป็นที่สนใจใคร่รู้ของผู้คนภายในบริเวณสนามบินภูเก็ตไม่ใช่น้อย ขากลับ พ่อท่านและบางส่วนของขบวนต้อนรับได้แวะพักผ่อนที่ อุทยานแห่งชาติสิรินาถหรือหาดในยาง แล้วขบวนรถทั้งหมดก็เดินทางสู่ชเลขวัญ

เวลาเย็น ๑๘.๐๐-๒๐.๓๐ น. รายการเอื้อไออุ่น โดย พ่อท่าน เป็นรายการที่พูดคุยอย่างเป็นกันเองระหว่างพ่อๆ ลูกๆ ซึ่งเป็นการตั้งปัญหาประเด็นต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นสถานการณ์ ปัจจุบันของชาวโศก, ของบ้านเมือง และแน่นอนที่สุด ปัญหาเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมต่างๆ ทั้งในแง่ส่วนตัวและ ส่วนรวมของหมู่กลุ่มก็ได้ถูกหยิบยกขึ้นมาเป็นประเด็นคำถาม ให้พ่อท่านได้ช่วยไขความ เป็นบรรยากาศแห่งความเข้าใจทั้ง ตนเองและสังคม หลายคนได้ตระหนักถึงงานของพระ โภริสัตว์ที่ท่านเมตตาเอาภาระต่อหมู่มวลโศก สังคม ประเทศชาติและรวมถึงมวลมนุษยชาติในโลกด้วย และหลายคนได้ตระหนักปึกมั่นว่าตนเองต้องเร่งรัดพัฒนาตัวเองต่อไป



สำหรับการ เป็นคนที่มิทั้ง ประโยชน์ตน และประโยชน์ ท่านให้มาก ยิ่งๆ ขึ้น เป็น บรรยากาศ แห่งความ เป็นกันเอง ความอบอุ่น ความมุ่งมั่น และแน่วแน่ ในนโยบาย และอุดมการณ์



การทำงานของพระโภริสัตว์เจ้า

จบลงด้วยการลงคะแนนว่าในวันรุ่งขึ้นงดกิจกรรมทำวัตรเช้า ซึ่งตามตารางเดิมจัดให้มีในเวลา ๐๓.๓๐-๐๕.๓๐ น.เพื่อให้ สมาชิกซึ่งต่างก็เดินทางไกลมาจากต่างจังหวัดหลากหลายภาค ได้พักผ่อนอย่างเพียงพอ

ในภาคเช้า ๐๖.๓๐-๐๘.๓๐ น. พ่อท่านได้นำทีมสมณะ, พระอาคันตุกะ, ลิกขมาตุ กว่า ๒๐ รูป ออกเดินบิณฑบาต ภายในตัวอำเภอท้ายเหมือง การบิณฑบาตครั้งนี้ได้มีญาติธรรม ทั้งชายหญิงได้เดินธรรมยาตราตามหลังการบิณฑบาตด้วยกว่า ๓๐ คน ในระหว่างนั้นมีฝนตกลงมาอย่างฉับพลัน ประมาณ ๑๕ นาที พ่อท่านยังคงเดินนำขบวนบิณฑบาตไปท่ามกลางสาย ฝนอย่างสงบนิ่ง ทำให้ทั้งขบวนต่างก็เปียกปอนไปตามๆ กัน แต่ภาพแห่งความนำเคารพเลื่อมใสและอัศจรรย์ใจอย่างยิ่ง ยวดของผู้ที่ได้พบเห็น ซึ่งเป็นภาพแห่งความสามัคคีพร้อม เปรียง มีระเบียบอย่างเป็นธรรมชาติ สงบเย็นและฝึกความ อดทนพากเพียร การบิณฑบาตครั้งนี้สร้างความปลาบปลื้มใจ ให้กับผู้คนในละแวกนั้นเป็นอย่างยิ่ง มีจำนวนผู้ใส่บาตรถึง ๕๕ เจ้า ซึ่งมีจำนวนไม่น้อยของผู้ที่ใส่บาตรเตรียมเงิน บ้างก็ เตรียมธนบัตรใบละ ๕๐๐ , ๑๐๐, ๕๐, ๒๐ เพื่อใส่บาตรสม ณะ แต่เมื่อใส่ลงไปในบาตรแล้วท่านสมณะก็ได้บอกคืน โดย อธิบายให้ญาติโยมได้เข้าใจวิธีการทำบุญตักบาตรที่ถูกต้องว่า นักบวชในศาสนาพุทธที่แท้จริงจะไม่รับเงิน-ทอง หรืออาหาร ที่ไม่พร้อมสำหรับฉันได้เลย(หมายถึงต้องเป็นอาหารที่พร้อม จันทานนั้น) ญาติโยมเองก็ได้เข้าใจการใส่บาตรที่บริสุทธิ์ถูกต้อง ยังศรัทธาและภูมิใจบุญกุศลสืบไป

ในเวลา ๐๘.๐๐-๑๑.๐๐ น. พ่อท่านได้แสดงธรรมในหัวข้อ "เศรษฐศาสตร์เชิงพุทธ" หลังจากนั้นร่วมรับประทานอาหารซึ่ง ทางเจ้าภาพได้จัดให้มีตลาดอาหารหรือโรงบุญ มีอาหาร มากมายหลายชนิดให้เลือกทานสารพัด ที่มีมากจนล้นเหลือ ชนิดที่ต้องขนใส่รถบรรทุกกลับไปต่างจังหวัดอันเป็นที่อยู่หรือ ชุมชนของผู้มาร่วมงานด้วยเห็นจะเป็นผลไม้ ที่มีเป็นกอง ภูเขาอย่างมากมาย ที่เดียว เช่น ทุเรียน เงาะ ลองกอง มังคุด ฯลฯ ญาติธรรมผู้มาร่วมงานเกือบทุกคนที่เดียวให้ความเห็นว่า การ จัดโรงบุญของงานนี้เป็นที่ประทับใจมากที่สุดงานหนึ่งเพราะว่า เปิดโรงบุญบริการตั้งแต่ ๖ โมงเช้า ซึ่งหลายท่านชมว่า ถูก กับสรีระและความต้องการของร่างกายที่ได้รับอาหารกายก่อน รับอาหารใจ(ฟังธรรม)

นอกจากการเตรียมโรงบุญแล้วทางเจ้าภาพได้เตรียมการ ต้อนรับอีกญาติธรรมหรือผู้มาร่วมงานอีกหลากหลายกิจกรรมเช่น การประชุมใหญ่ของพรรคเพื่อฟ้าดิน, การเที่ยวชมและเก็บ



ผลไม้จากสวนของญาติธรรม (โกดูลย์) ซึ่งได้ยกผลผลิตจาก สวนกว่า ๖๐ ไร่ ทั้งหมดให้กับ กลุ่มชเลขวัญเพื่อบริหารจัดการ ตามแต่เห็นสมควร , กิจกรรม ต้อนรับน้องของชมรมนัก ศึกษาผู้ปฏิบัติธรรม ซึ่งก็มี กิจกรรมช้อนอยู่ในงานนี้อย่าง ประสานกลมกลืน , มีกลุ่ม ญาติธรรมอีกจำนวนไม่น้อยที่ ไม่ได้ไปชมและชิมผลไม้ที่สวน(โกดูลย์ ที่อ.กะปง จ.พังงา) ในภาคบ่ายหลังจากประชุมใหญ่ก็นำไปเที่ยวหาดทะเลที่อยู่ ไม้ไกลหรือไม้ก็ไปที่น้ำตกเขาลำปีซึ่งก็อยู่ไม่ไกลจากบริเวณ ชเลขวัญ เป็นที่ลูกใจ ประทับใจหลายคนไปอีกเนิ่นนาน และยังมียุทธศาสตร์ที่มีกิจกรรมสำคัญ คือกลุ่ม ม.อุบลฯ เกือบ ๒๐ ชีวิตที่ร่วมกันประชุมย่อยพบปะพูดคุยและพบพ่อท่าน เป็นกรณีพิเศษ กว่า ๒ ชั่วโมง

ภาคค่ำ พ่อท่านขึ้นธรรมมาสน์ตอบปัญหาสารพันที่ซักถาม กว่า ๒ ชั่วโมงอีกเช่นเคย หลังจากนั้นนัดหมายเวลาพร้อม เปรียงเพื่อเคลื่อนขบวนไปที่จ.ภูเก็ตในวันรุ่งเช้า แล้วแยกย้าย กันพักผ่อน

๐๕.๐๐ น.ของวันที่ ๑๕ ก.ค. เตรียมขบวนรถอันมี ตั้งแต่รถ ๖ ล้อ รถตู้ รถกระบะ รถเก๋ง กว่า ๒๐ คัน ญาติธรรม กว่า ๑๐๐ คน เคลื่อนขบวนไปที่ตัวเมืองภูเก็ต เนื่องจาก คุณนายสมศรี และกลุ่มเจ้าภาพได้มีมติพ่อท่าน สมณะและ ลิกขมาตุร่วมบิณฑบาต ๒๕ รูป และญาติธรรมเดินธรรมยาตรา ตามกว่า ๑๐ คน เป็นแถวที่ยาวมาก โดยตั้งต้นที่ตลาด เกษตรแล้วเดินรอบเมืองไปเรื่อยจบลงที่โรงเรียนเทศบาลลูก ปัญญา รวมระยะเวลาที่ใช้ในการเดินบิณฑบาตกว่า ๑ ชั่วโมง ความยาวกว่า ๓-๕ กม. ในระหว่างที่กำลังเดินบิณฑบาต



ได้เดินทางกลับไปช่วยเก็บบุญที่ชุมชนเลขวัลย์

*** ความรู้สึกของผู้ไปร่วมงาน**

☞ สมณะพอแล้ว สมาชิกโต ที่ปรึกษาคณะกรรมการจัดงาน “รับปรึกษาการจัดงานนี้ทุกๆ เรื่อง โดยเฉพาะในประเด็น ความพร้อมเพียง ไม่ค้านแย้งกัน ซึ่งเป็นเอกลักษณ์ มีพลังแล้วพวกเขาถึงกัน และก่อนจะถึงวันงานจริง ก็จะมีการอบรมเรื่องสุขภาพก่อนงาน ๕ วัน ซึ่งก็ประสบผลสำเร็จพอสมควร ซึ่งเป้าหมายของงานนี้คือ ให้พี่น้องเราได้มาประชุมกัน ได้มากินอิ่มเต็มที่ มาอยู่แบบอิสระ ไม่ใช่เครียด และได้มาชื่นชมสถานที่ อันเป็นสมบัติส่วนรวมร่วมกัน ถ้าถามว่าอยากให้เลขวัลย์เป็นอย่างไรบ้าง ตอบตามอุดมการณ์ว่า อยากให้เป็นสถานที่ที่คนหมดกิเลส ปฏิบัติเคร่ง บรรลุธรรมไปตามขั้นตอน และไม่ยากให้ที่นี้เจริญในทางวัตถุไปก่อนจิตวิญญาณ ซึ่งต้องคอยห้ามกันอยู่เรื่อยที่อยากจะสร้างตึกเป็นร้านค้าเพื่อหารายได้เข้ามา ซึ่งอาตมาก็ว่า ไม่ต้อง ให้งั้นๆ ไว้เนี้แหละดี ให้ทุกอย่างเติบโตไปตามขั้นตอน ตามสมควร คือ ให้มีคนมาก่อน แล้วคนก็

นั้นมีตำรวจ ๓ นายคอยบริการเรื่องจราจรตลอดเวลา มีผู้คนใส่บาตรมากมาย กว่า ๑๓๐ เจ้าในจำนวนนี้ก็มีอีกไม่น้อยที่ได้นำอาหารเนื้อสัตว์และเงินมาใส่บาตรซึ่งท่านสมณะก็ได้บอกคืนและอธิบายการทำบุญตัดบาตรที่ถูกต้องให้เข้าใจการบิณฑบาตครั้งนี้เป็นที่ประทับใจและซาบซึ้งใจทั้งฝ่ายสมณะ, คณะญาติธรรมที่เดินธรรมยาตราตามและญาติโยมผู้ใส่บาตร รวมถึง ผู้คน ที่ได้ พบ เห็น ด้วย



เนื่องจากเป็นบรรยากาศที่ทุกฝ่ายร่วมกันเพื่อยังพิธีกรรมนี้ได้มีผลต่อวิญญูณอย่างแท้จริง อันเป็นพลังวิญญูณที่บริสุทธิ์ที่เกิดขึ้นตามธรรม

หลังจากนั้นขบวนทั้งหมดได้เคลื่อนไปที่อุทยานแห่งชาติสิรินาถหรือหาดในยาง เพื่อร่วมฟังพ่อท่านแสดงธรรมก่อนฉันและร่วมรับประทานอาหาร ญาติธรรมชาวภูเก็ตให้การต้อนรับเป็นอย่างดีโดยการทำอาหารมาถวายหลากหลายอย่างและมาร่วมฟังการแสดงธรรมของพ่อท่านด้วยกว่าร้อยคน การต้อนรับของเจ้าหน้าที่ในอุทยานฯ เองก็เต็มไปด้วยน้ำใจอันอ่อนน้อมซึ่งเป็นสถานที่หรืออาคารที่เพิ่งจะสร้างเสร็จใหม่ๆ ยังไม่มีการเปิดใช้งานใดๆ เลย พ่อท่านได้พูดขึ้นตอนหนึ่งว่า “สถานที่ที่เป็นอาคารที่ยังไม่มีการใช้งานใดๆ มาก่อนเลยเท่ากับเราได้มาเป็นผู้เปิดใช้สถานที่นี้ ขอขอบคุณมาก”

รับประทานอาหารเรียบร้อยแล้วก็ช่วยกันเก็บบุญญาติธรรมที่มาจากจังหวัดไกลๆ ก็ทยอยเดินทางกลับ ส่วนพ่อท่านและคณะบางส่วนก็เดินออกกำลังกายย่อยอาหารที่บริเวณริมหาดเวลา ๑๓.๓๐ น.พ่อท่านและปัจฉาสมณะก็เดินทางกลับกรุงเทพฯโดยเครื่องบินที่สนามบินภูเก็ต มีญาติธรรมตามไปส่งที่สนามบินจำนวนหนึ่ง มีนักเรียนและญาติธรรมกลุ่มหนึ่ง

จะทำงานหรือสร้างสรรไปเอง ไม่ใช่เป้าหมายที่ว่า ให้มีวัดดูแล้วหากมาบริหารวัดดู แต่คนก็มองและมุ่งไปที่วัดดูเพราะว่าจิตวิญญูณติดวัดดูมาหลายชาติ”

☞ นายวาสนา สาวีโรจน์ (โกเต) อ.ท้ายเหมือง จ.พังงา “ในฐานะของเจ้าภาพจัดงานคนหนึ่ง รู้สึกว่า สบายใจมากที่ญาติธรรม สมณะ ลิกขมาตุ และพ่อท่านได้มา คือ ผมสังเกตที่พ่อท่านได้พูดคุย หรือแสดงธรรมด้วยอาการเบาและสบายใจมาก คือท่านพูดจากส่วนลึกของหัวใจ นั่นคือ เมื่อพ่อท่านสบายใจจึงพูดได้ลึกยิ่งขึ้นผมก็พลอยได้รับบุญส่วนนี้ด้วยผมทั้งภาคภูมิใจ สบายใจ สุขใจมากที่ตัวเองได้เป็นส่วนหนึ่งแห่งความสบายใจของพ่อท่าน การที่ได้มอบพื้นที่ของตัวเองให้กับส่วนกลางหรือหมู่กลุ่มที่ทำประโยชน์แก่สังคมนี้ ผมรู้สึกเป็นบุญของผมเองมากก็ถ้าเผื่อว่าผมตายไปแล้วพื้นที่ที่เคยเป็นของผมก็ได้ถูกทำประโยชน์ต่อสังคมมากและผมเองก็เชื่อในเรื่องชาตินี้ชาติหน้า หรือเชื่อเรื่องของกรรม ถ้าผมได้เสียสละมากเท่าใด ผมก็มีความสุขมากเท่านั้น”

☞ โกตุลย์ เจ้าภาพคนหนึ่ง “รู้สึกได้ว่า ได้มีกำลังใจทุกๆ หยดมีความอบอุ่นและมีพลังมากยิ่งขึ้น เกิดความหนักแน่นมั่นใจยิ่งขึ้น ในการที่จะทำที่นี้ให้แข็งแรงมั่นคงต่อไป เพราะมันคือ สมบัติของพระอาริยะท่าน ขอขอบคุณทุกๆ ท่านมากๆ และขอโทษสำหรับการต้อนรับที่อาจจะบกพร่อง”

☞ นางดาราศิริรัตน์ อ.คลองท่อม จ.กระบี่ “เคยเข้าฝึกอบรมสังฆกรรมชีวิต ที่ทักษิณโศก จ.ตรัง และตั้งใจมางานนี้อย่างมาก และรู้สึกภูมิใจมากสุดๆ เลยที่ได้เข้ามาอยู่ในวงการนี้ ก็อายุตั้ง ๔๕ ปีแล้ว เพิ่งจะเคยเจอสังฆกรรมอย่างนี้ครั้งแรกในชีวิต รู้สึกว่าเป็นประสบการณ์ที่ดีที่สุดของชีวิตเลย ก่อนหน้านี้สุขภาพไม่ค่อยจะดีนัก พอมาได้กินมังสวิรัตแล้วดีขึ้นมากเลย ภาคภูมิใจและมีความสุขมาก ชื่นชมมากก็คือการต้อนรับที่อบอุ่น กันเองและเท่าเทียมกัน”

นายชดเจน(เขียว) สมาชิกชุมชนเบิกชุมชนเลขวัลย์ อายุ ๖๖ ปี “เมื่อมาจัดงานที่นี้รู้สึกดีมาก รู้สึกว่า ความเหน็ดเหนื่อยที่มีตลอดนั้นปลิดทิ้งไปเลย โอ..สบายใจ เห็นพี่น้องเรามากันเยอะ มันเวิร์กมันดีที่พี่น้องเรามากัน ดีใจ และต่อไปก็ลุ้น....ลุ้นเป็นสังฆสถาน ...เนี่ยพอเป็นสังฆสถานแล้วผมก็นอนตาหลับแล้ว เพราะเป็นความหวังของทุกคนโดยเฉพาะผู้ที่ได้ยกที่ให้ ก็ตกลงสัญญาใจกันว่า มาพยายามลุ้นให้เป็นสังฆสถาน ก็พอแล้วไม่ฝืนฝืนเป็นพุทธสถานหรอก แต่เป็นสังฆสถานก็พอแล้ว”.





ในหลวง TODAY

ห่วงใยไทยพูดไทยเพี้ยน



พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงห่วงใยคนไทยใช้ภาษาไทยเพี้ยน

พล.อ.เปรม ติณสูลานนท์ ประธานองคมนตรีและรัฐบุรุษ กล่าวเปิดงานวันภาษาไทยแห่งชาติที่ทำเนียบรัฐบาล ว่า พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงห่วงใยว่า ภาษาไทยกำลังเปลี่ยนแปลงไปอย่างไม่น่าพึงประสงค์

ทั้งนี้ เคยมีพระราชกระแสรับสั่งว่า การเปลี่ยนแปลงของวรรณยุกต์สูงขึ้นเรื่อยๆ เสียงโทกลายเป็นเสียงตรี เสียงตรีเป็นเสียงจัตวา ทำให้ฟังแล้วแปลก

“พระองค์ทรงรับสั่งภาษาไทยได้ถูกต้องและชัดเจนมาโดยตลอด และทรงสนพระราชหฤทัยที่จะทำนุบำรุงภาษาไทยให้ดำรงอยู่คู่กับประเทศไทย เราเป็นคนไทยที่รักชาติ รักแผ่นดิน เราก็กต้องดำเนินตามรอยพระยุคลบาท ระลึกอยู่เสมอว่าภาษาไทยเป็นสมบัติของชาติที่มีค่าที่ยิ่งใหญ่ที่จะต้องรักถนอมและหวงแหน” พล.อ.เปรม กล่าว

ขณะที่นายวราภรณ์ สามโกเศศ รมช. ศึกษาธิการ กล่าวว่า การใช้คำแสลง เช่น “แอ๊บแอมั๊ว” “ซิด ซิด” หรือ ร้องเพลงเหมือนคนปวดไต ไม่ใช่วิกฤตภาษาไทย แต่ที่น่ากังวลคือ การพูดภาษาไทยไม่ชัด ไม่มีคำควบกล้ำ อีกทั้งพ่อแม่ปล่อยลูกใช้ภาษาไทยไปตามยถากรรม

ไม่สอนให้พูดให้ถูกต้อง ทำให้เด็กอ่อนภาษา ด้าน พล.อ.สุรยุทธ์ จุลานนท์ นายกรัฐมนตรี กล่าวว่า ขณะนี้เพิ่งทราบความหมายของคำว่า “แอ๊บแอมั๊ว” คำแสลงที่วัยรุ่นสมัยนี้ประดิษฐ์ขึ้นแล้วว่ามาจากคำว่า “abnormal” บวกกับคำว่า “ม็องแอมั๊ว”.

(นสพ.โพสต์ทูเดย์ ๒๗ ก.ค.๒๕๕๐)

ภาพ...วิญญานสัมพันธ์



การเรียงนั่งเรียงใหม่ของผู้ซึ่งนั่งอีกสิ่งหนึ่งซึ่งอยู่ในความสนใจและได้ผันมานานนั้นก่นมาแล้ว คือ การดำงรูป และสามารถนำรูปที่ดำงนั้นมาใช้ประโยชน์ได้มากกว่าที่จะเก็บไว้ดูเองคนเดียว... และแล้วในกลางเดือนนี้เองที่ได้โอกาสเรียงนั่งและฝึกดำงรูป...

ภาพในวันเสาร์ที่ ๑๔ กรกฎาคม ๒๕๕๐ เป็นภาพที่พ่อท่านและสมณะสิกขมาตุ พร้อมด้วยวงญาติธรรมจำนวนหนึ่ง เดินบิณฑบาตท่ามกลางสายฝน เป็นภาพที่ประทับใจมาก ตัวเองไม่ได้ตากฝนแต่อย่างใด เพียงแต่ต้องเก็บภาพอยู่ไม่กี่วินาที

...จิตใจของท่านเหล่านั้นถูกฝึกฝนมาอย่างดีเยี่ยม ความสงบและเมตตา เปี่ยมล้นที่จะโปรดสัตว์โลกให้ได้มองเห็นสัจธรรมแห่งการเกิดมา...คุณจึงกลัวสิ่งใดอยู่...ฝนตก...ก็แค่เปียก...ไม่นานก็แห้งสนิท... เป็นจริงเหลือเกิน เพราะไม่นานนัก ไม่ว่าจะชีวิตของสมณะหรือเสื่อผ้าของญาติธรรมที่เดินตามแล้วเปียกฝนต่างก็แห้งสนิท...เหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้น...



แต่... การฝึกฝนของผู้คนเหล่านั้นได้เรียงนั่ง ได้ฝึกฝน และได้บอกสอนแก่ผู้พบเห็นแล้ว...ได้เรียงนั่งที่จะเป็นผู้ให้ ผู้เสียสละ: ผู้ประกาศทานในความไม่กลัวและตั้งปณิธานความธรรมดา...ได้ฝึกฝนที่จะตัดความคิด

ของทาน แต่ทำตามผู้นำอย่างไม่มีเงื่อนไขอย่างลึกซึ้งลงถึงใจส่วนลึกของจิตและได้เห็นความสงบสุข สันติ สบาย สามีคดี ฯลฯ ที่เกิดจากการเป็นผู้ตาม...

ภาพในวันอาทิตย์ที่ ๑๕ กรกฎาคม ๒๕๕๐ จังคกงเป็นภาพที่พ่อท่าน สมณะสิกขมาตุ พร้อมด้วยวงญาติธรรมจำนวนมาก เดินบิณฑบาตที่ตลาดและแทบจะรอบตัวเมืองภูเก็ต เป็นภาพแห่งวิญญานสัมพันธ์อย่างแท้จริง เป็นภาพแห่งการนั่งลงวางรากลึกของพุทธศาสนา ภาพที่กลางผู้คนเตรียมมารับบิณฑบาต ภาพแห่งการบอกเตือนในความศรัทธาแต่เข้าใจไม่ถูกตรงจึงได้



นำเงินมาใส่บาตรนั้น ภาพแห่งความเข้าใจในวัตรปฏิบัติของพระสงฆ์ในพระพุทธศาสนาที่ตรงแท้ และภาพแห่งความชวนวางนสิ่งของที่ถูกต้องมาทำบุญ ถักบาตรเมื่อได้รับคำอธิบาช...ภาพแห่งความร่วมมือไม่ร่วมมือของเจ้าหน้าที่บ้านเมืองที่อำนาจความสะอากต่างๆ ในการที่จะให้วันแห่งการเสด็จ: วันแห่งการได้ทำบุญ ได้เกิดขึ้น เป็นภาพจริงแห่งความทรงจำในความอ่อนน้อมของผู้คนเมื่อได้เป็นผู้ให้...

วันนั้นผู้ซึ่งนอนุโทนาจิตกับทุกคนกว่าร้องชีวิตที่ได้ทำบุญถักบาตร อย่างใจบริสุทธิ์ และ: ธีอธีอธีนชวนชวน

เข้าช่วงเหลือแม่โล้กแม่โอง เช่น ช่วงถือขันข้าว ถาดขนมหรือแม่เกาะกลองนม เพื่อให้ผู้ใส่บาตรจะได้ใส่บาตรอย่างสะดวกขึ้นเพราะไม่ได้ตั้งใจ (กลางคนที่ไม่ได้ตั้งใจใส่บาตรเลย แต่พอได้พบเห็นแถวสมณะ:อันน่าเลื่อมใสศรัทธาจึงได้รับรู้ทันทีจะทำบุญถักบาตรในครั้งนั้น...)

แม้ในวันนี้การได้ซึ่งจนถึงภาพเหล่านั้น กระแสธารแห่งปีติในขณะอนุโมทนาจิตที่จงคองไหลรินไม่ขาดสาย ...สาธุ...สาธุ...สาธุ...



☆ ดาวดวงนั้น



ข่าวโศกรายปีกษ์ฉบับเช้าพรรษา ท่านสมณะเดินดิน ดิกขวิโร มีข้อคิดที่เป็นประโยชน์เพื่อใช้พัฒนาตนสำหรับญาติธรรมดังนี้

😊 เข้าพรรษาปีนี้สิ่งที่เราควรจะได้สำนึกกันคืออะไรคะ?

ทำอย่างไรจึงจะทำให้พรรษานี้เป็นพรรษาแห่งการเจริญกุศลธรรม ในยุคกาลที่ใกล้ลึกลับอยู่รอมร่อเช่นนี้ ภาวะการณ์ของโลก ของสังคม มีเหตุปัจจัยผันผวนแปรปรวนแบบวิฤตติไปทุกด้าน ในที่ ๆ เดียวกัน มีทั้งแล้งทั้งร้อนและน้ำท่วมอย่างหนักไปพร้อม ๆ กัน เมื่อสิ่งรอบตัวรอบด้านมีความแปรปรวนไม่เที่ยง เป็นธรรมดาเยี่ยงนี้ แม้ตัวเรา สังขารเราก็มีความไม่เที่ยง เป็นธรรมดาเช่นกัน จึงไม่ควรไปตั้งหน้าตั้งตาเอาความไม่เที่ยงไปแสวงหาความไม่เที่ยงมาทับถมให้ทุกข์ทรมานเพิ่มขึ้นอีกคงมีแต่คำสอนของพระพุทธเจ้าอันเป็นโลกุตระเท่านั้น ที่เราควรจะได้ทุ่มโถมและทุ่มเทเหมือนดังบุคคลมีศีระะอันถูกไฟไหม้ซึ่งพ่อท่านทั้งสอง ทั้งทำให้ดูเป็นตัวอย่างชนิดที่ไม่เกรงใจต่อวัยต่อสังขารแต่อย่างใด หากเราไม่มีการตั้งตนอยู่บนความลำบาก อกุศลธรรมย่อมเจริญยิ่ง ก็จะเป็นการเข้าพรรษาเพื่อเจริญกุศลธรรมเท่านั้นเอง ซึ่งก็น่าเสียดายที่ได้มาพบพระโพธิสัตว์พบกัลยาณมิตรที่พร้อมพร้อมอย่างนี้ แต่เรากลับพลาดในการเก็บเกี่ยวซึ่งกุศลธรรมทั้งหลาย และจะนำสมเพชยิ่งไปกว่านั้น หากเราทำตัวเองไม่ต่างไปจากสุนัขที่แอบกินพื้นเชือกที่ทำจากหนังสัตว์ ซึ่งคนทำก็ก้มหน้าก้มตาทำไป โดยไม่รู้ว่ามีหมาแอบกินอยู่ข้างล่าง ซึ่งเรื่องเล่าจากพุทธท่านายนี้ น่าจะเป็นข้อเตือนใจให้เราไม่อกตัญญูไม่ประมาทกันในเรื่องของกามก็ดี หรือโทษภัยอันมีประมาณน้อยก็ดี

เพราะถ้าพลาดไปชั่ว ๑ ที่ ย่อมทำให้ความดี ๑๐๐ หนปนปีได้ เราจึงต้องสำนึกกันอย่างสำคัญว่า “จักต้องไม่ปล่อยให้ความชั่วลดย่นวล” เพื่อพ่อท่านจะได้ไม่เหน็ดเหนื่อยฟรี...

😊 ปัจจัยอะไรที่ทำให้เราไม่สามารถเจริญกุศลธรรมได้คะ?

๑.ไม่มีการตั้งตนอยู่บนความลำบาก จึงไม่เห็นทุกข์ ไม่คิดออกจากทุกข์ วันคืนจึงผ่านไป ๆ อย่างอกุศลธรรมเจริญยิ่ง ถ้ามาบวชก็มีแต่จะนับวันถอยหลังเท่านั้นเอง

๒.ขาดการเพ่งมอตน จึงไม่สามารถค้นหาความผิดในตนได้ ยิ่งบางคน “ฉันทคิดไม่ได้ - ฉันทคิดไม่เป็น” ซึ่งดูได้จากหากถูกขี้ขุมทรัพย์ จะไวมากในการรีบปฏิเสธรับแก้ตัว ก็คงต้องหาเพลง “เจ็บนี้อีกนาน” ไปร้อง!! การค้นหาความผิดในตนได้ และมีการล้างการเผากิเลสหรือความผิดนั้น ๆ นั่นคือการเจริญญาณ และสมาธิ ให้เกิดขึ้น

๓.เอาตัวเองเป็นใหญ่ เป็นดังพระเจ้า หรือเทพเจ้านิกายใดนิกายหนึ่ง แม้จะฟังมิตรดี สหายดีว่าสำคัญ เป็นร้อย ๆ เทียว แต่ชีวิตจริงๆ ไม่ฟังใคร ไม่ปรึกษาใคร ชอบเปิดดวงคิด “ป็น” เดี่ยว เพราะจะได้ทำตามใจ บำเรอใจตนเอง จึงออกนอกมรรค ๘ เพราะเอาแต่ “ข้อยมกๆ” เป็นหลัก สุดท้ายทั้งขี้ก่องโคไว้ให้หมูล้างหมูเช็ดกันต่อไป

😊 ท่านจะฝากอะไรถึงญาติธรรมคะ?

ขอฝากเรื่องสำคัญ ที่พ่อท่านเน้นกับพวกเราที่ม.อุบล ดังนี้คือ “...อาตมาก็เห็นว่าพวกเราได้ดิบได้ดีมาถึงวันนี้ ได้มาในเรื่องของ “ขบวนการกลุ่ม” ได้ลดอดีต เราจะต้องไม่ยึดมั่นถือมั่นในความคิดเห็นของเราเป็นใหญ่ และก็โอกาสปราศรัยกันไป พยายามมีเหตุผลมีหลักฐานก็พูดกันให้สมบูรณ์ เสร็จแล้วก็ไหวตถ์ถ้ามันถึงขั้นไหวตถ์ ถ้าไม่ถึงขั้นไหวตถ์เราก็รีบร้อยไม่ต้องไปถึงไหวตถ์เหว็ด มันจบได้ก็จบ ถ้ายังไม่จบให้ตัดสินสุดท้ายที่ไหวตถ์ ไหวตถ์จนได้คะแนนเสียงข้างมาก ก็เป็นอันใช้ได้

และหัดละตัวตนเมื่อมดีมือออกมาแล้วทุกคนก็ต้องวาง แม้จะนึกว่าของเราดีอย่างไรก็แล้วแต่ มันไม่ใช่เรื่องที่จะยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นเราเป็นของเราอยู่ ไม่ได้เรื่องอะไร เป็นการปฏิบัติธรรมที่ดีที่สุด แล้วพวกเราเนียทำ ที่อื่นเขาก็อย่างนั้น เฝินๆ ไม่ทำจริงทำจังเหมือนพวกเรา ขนาดพวกเราทำจริงทำจังยังได้ขนาดนี้คิดดูสิขนาดเรากันจริงๆ จังๆ อาตมาก็สอนแล้วสอนเล่า ย้ำแล้วย้ำเล่ามันยังได้ขนาดนี้เลย เพราะฉะนั้นข้างนอกเขาไม่ได้มาเรียนรู้เอาจริงเอจ้ง มันก็ไม่ได้อะไรมากมายหรอก มันมีแต่มารยาทสังคมและก็มีแต่เล่ห์เหลี่ยมถึงได้เดือดร้อนวุ่นวายกันในสังคมเราพิสูจน์กันดูขบวนการกลุ่มนี้

😊 มันยึดแล้ว ปล่อยวางไม่ได้ทำอย่างไรคะ ?

ก็ต้องกระหน่ำตัวตนเองนะสิและเรารู้แล้ว...ภาษา ธรรมะหรือว่าเนื้อหาธรรมะว่าเราจะยึดเอาไปทำไม การยึดคืออะไร การยึดก็คือการไม่ยอม ไม่ปล่อย ไม่วาง มันไม่ยินดี มันไม่เต็มใจอะไรนี้แหละ ก็ดูใจของเราเองทำไม??? ก็ต้องพิจารณาแล้วก็กระหน่ำกำจัดความเห็นความยึดของเราให้จริงๆ ถล่มทำลายมันยังงี้ก็ว่ากันไป แล้วก็หาเหตุผล เรื่องถล่มทำลายมันก็คือวิธีการด้านหนึ่ง ซึ่งก็เหมือนกับกดข่มเจโตเหมือนกัน แต่จะให้ดีก็ต้องหาเหตุผล ถามตัวเราว่าไปยึดมั่นถือมั่นทำไม อะไรเป็นเราเป็นเขาอะไรนักหนา ถ้าไม่ได้แบบนี้มันจะเป็นจะตายยังงี้ต่างๆ นานา ทุกอย่างเที่ยงแท้ที่ไหนมันก็เข้าหาไตรลักษณ์นี้แหละสุดท้ายที่นี้เรายึดอย่างนี้มันเป็นทุกข์ใหม่ทุกข์คืออะไร นี่จะรู้หรือสิ ทุกข์คืออริยสังข์คือทุกข์ที่มันยึดมั่นถือใจมันไม่โล่ง มันไม่โปร่ง มันไม่วาง มันไม่เบาสุดท้ายก็คือมันหงุดหงิดหรือรำคาญหรืออะไรอยู่ก็แล้วแต่ นั่นแหละคือสิ่งที่เป็นทุกข์ทุกข์เพราะจิตเรายังจิตเรายังมีตัวมีตน จิตเรายังไม่สูญยังไม่อนัตตายังไม่ปลดไม่ปลงไม่วางไม่ปล่อย ต้องพิจารณาให้เห็นว่าความปล่อยคืออะไร ความวางคืออะไร ความหมดตัวตนคืออะไร อาการคือมันหมดมันสูญมันเป็นอย่างนี้ ต้องศึกษาให้รู้ ถ้าไม่ศึกษาให้รู้ก็ไม่มีโลกุตระหรอก ไม่มี

โลกุตระ ไม่ได้ประโยชน์ ไม่ได้ผล เพราะมันคนที่ยังทำไม่ได้แล้วก็ไม่เคยทำว่าผลมันเป็นอย่างไรแล้วก็ไม่มีความที่จะทำได้ง่าย ๆ อย่างในโลกเขาไม่ได้ศึกษาไม่ง่าย แต่ถ้าใครที่เคยทำได้ดีมีผล แต่อันใดที่เรายังยึดอยู่มันยังไม่ได้ก็ต้องทำให้มันจนกระทั่งได้มีผล มีบุญญาหรืออนัตตาตัวนั้นให้ได้แล้วมันก็จะหมดทุกข์หมดลำบากและก็เป็นการศึกษาปฏิบัติธรรมเป็นผลที่แท้ราคาแพงยิ่งกว่าเพชรกว่าทองคำเราทำได้มันเป็นคุณค่าของอรรถภาพในชีวิตเพราะว่าชีวิตก็คือการปฏิบัติพวกนี้เป็นสิ่งที่เป็นทรัพย์อันเลิศเป็นทรัพย์อันประเสริฐที่สุด ต่อให้มาทำงานสมรรถนะดี หาเงินหาทองได้ หลากยศสรรเสริญได้อะไรมากมายก็แค่อยู่ในโลกเท่านั้นแหละ มันไม่ได้เป็นสมบัติอะไรของตัวของคุณ อันนี้ก็เข้าใจไม่ยากอะไรนะ มันไม่ใช่ของเราอะไรหรอก ลาภ ยศ สรรเสริญ มีมากมีมายกอบกองขนาดไหนก็ต้องตายจาก แยกกันไป มันไม่ใช่สมบัติ สมบัติแท้มันคือ จิตวิญญูณนั้นแหละ และมันจะยึดอะไรไปแล้วมันก็ไป มันมีกรรมและมันก็มีโลกุตระและกิเลสทั้งหลายแหละ มันมีติดไปกับตัวเรามากเท่าไรมันก็ยอมเล่นงานเราตลอดเมื่อนั้นๆ มันลดลงได้ มันก็ลดลงไปๆ โลกุตระนั้นมันดีตรงที่ว่ามันได้แล้วได้เลย ถ้าได้ถึงจิตจริง เข้าขั้นนิยตะไปเรื่อย ๆ มันลดแล้วมันก็ได้ ถ้าได้แล้วได้โดยมันไม่วอกวาม มันจริง นิยตะ เข้ากระแสไสตบั้นแล้วมีนิยตะ มีไสตบั้นนะก็คือเข้ากระแส จิตมันเข้าไปในทิศทางของโลกุตระแล้ว อวินิปาตธรรมไม่ตกต่ำ แต่ถ้ามันยังตกต่ำได้ นี่ก็เป็นตัววัดว่า อันนี้มันได้เข้ากระแสจริง ไม่ใช่ตัวจริงไม่ใช่ตัวที่จะเดินหน้าได้ อันนี้เป็นคำตอบของความที่ยังไม่ใช่ไสตบั้น ถ้ามันไม่ตกต่ำเป็นธรรมดาแล้วมันไม่ตกจริงๆ จนเลยขีดไปถึงนิยตะคือเที่ยงแท้แล้วมันไม่มีถอยแล้ว มันเด็ดขาดแล้ว นั่นจึงจะเข้าสู่ขีดการเป็น มรรคผลที่แท้จริง สัมโพธิปรายนะก็หมายความว่าที่สุดแล้วไปสู่อรหันต์เป็นที่สุดแล้วได้ เมื่อเข้ากระแสไสตบั้น มีโอกาสถึงอรหันต์แต่ว่าอยู่ที่ความเพียร

เราจะต้องเข้าใจในความสำคัญของการประชุม อ่านต่อหน้า ๑๐

*** โลกร้อน** ▼ (ต่อจากหน้า ๑๒)

จากปัจจุบัน 360 ppm เป็น 720 ppm จะส่งผลให้อุณหภูมิร้อนมากขึ้น และทำให้ไทยมี "วันร้อน" อุณหภูมิเฉลี่ยสูงกว่า ๓๓ องศาเซลเซียส เพิ่มขึ้น ๓๐-๖๐ วัน/ปี โดยจังหวัดที่ได้รับผลกระทบสูงสุด คือ จ.อุทัยธานี จะกลายเป็นจังหวัดที่มีจำนวนวันร้อนเพิ่มสูงที่สุดมากกว่า ๖๐ วัน

เหตุที่เป็นเช่นนั้น เนื่องจาก จ.อุทัยธานี เป็นพื้นที่ในหุบ และ อยู่ในปากกรวยของเส้นความร้อน ขณะที่ จ.ขอนแก่น จ.สกลนคร และ จ.ชัยนาท มีจำนวนวันร้อนคงที่ ขณะที่ "วันเย็น" ซึ่งเป็นวันที่อุณหภูมิเฉลี่ยต่ำกว่า ๑๕ องศาเซลเซียส มีจำนวนลดลงและบางพื้นที่แทบไม่มีวันเย็นเลย ซึ่งจังหวัดที่อยู่บริเวณชายฝั่งทะเลตะวันตกจะมีจำนวนวันเย็นมากที่สุด

ภาวะโลกร้อนยังส่งผลกระทบต่อแม่น้ำเจ้าพระยา ทำให้ฤดูน้ำหลากเปลี่ยนแปลงไป โดยในเดือนพฤษภาคม-ธันวาคมจะมีปริมาณน้ำมากกว่าที่ผ่านมาร้อยละ ๔๐ และจากประมาณน้ำฝน น้ำเหนือ และน้ำทะเลหนุน จะทำให้กรุงเทพฯและปริมณฑลเกิดน้ำท่วมง่ายและถี่ขึ้น

อย่างไรก็ตาม นี่เป็นเพียงการคาดการณ์จากแบบจำลองเดี่ยว ซึ่งอาจมีความผิดพลาดเกิดขึ้นได้ แต่การเปลี่ยนแปลงย่อมต้องเกิดขึ้นอย่างแน่นอน ในช่วง ๒๐-๓๐ ปี ข้างหน้า หากไทยยังไม่มีการอะไรออกมาแก้ปัญหา เหตุการณ์ต่างๆ จะค่อยๆ ทวีความรุนแรงขึ้นแบบซึ่มลึกสุดท้ายแล้วจะกระหน่ำถาโถมเข้ามาพร้อมกันในครั้งเดียวแบบสึนามิ ส่วนโรคระบาดต่างๆ และปริมาณน้ำฝนนั้นยังไม่ได้ข้อสรุปที่ชัดเจนนัก

ข้อมูลที่ได้จากการคาดการณ์จากแบบจำลอง มีข้อดีตรงที่ช่วยให้เราเข้าใจสภาพภูมิอากาศที่เปลี่ยนแปลงไป เพื่อจะได้ตั้งรับและหาแนวทางป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นได้ทัน แต่ที่ผ่านมานั้น คนจำนวนไม่น้อยยังคิดว่า "โลกร้อน" เป็นเรื่องไกลตัว การแก้ปัญหาส่วนใหญ่จึงเป็นการแก้ที่ปลายเหตุ ซึ่งไม่ใช่การแก้ที่ตรงจุด ยิ่งขณะนี้ไทยมีการใช้ทรัพยากรอย่างเต็มกำลัง หากวิกฤตต่างๆ



*** น้ำอืดลม** ▼ (ต่อจากหน้า ๑๒)

นอกจากนี้ยังมีจังหวัดต่างๆ มากกว่า ๒๐ จังหวัดเริ่มโครงการนี้

การศึกษาของมูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติ พบว่า ปัจจุบันมีโรงเรียนประถมศึกษาประมาณ ๓๐% ยังขาดน้ำอืดลมในโรงเรียน แม้การขายน้ำอืดลมจะเป็นส่วนหนึ่งในการได้รับเงินสนับสนุน แต่ครุส่วนใหญ่ เห็นว่าโรงเรียนทางบประมาณจากแหล่งอื่นได้อีกหลายทาง สอดคล้องกับการศึกษาในสหรัฐฯ ที่พิสูจน์ว่าการเลิกขายน้ำอืดลมในโรงเรียนลดลง และเมื่อมีแต่อาหารสุขภาพจำหน่าย เด็กจะรับประทานอาหารสุขภาพได้มากขึ้น เพื่อเป็นการคุ้มครองสุขภาพของนักเรียน เราจึงควรสนับสนุนนโยบายที่จะให้โรงเรียนปลอดน้ำอืดลมและส่งเสริมให้เด็กดื่มน้ำเปล่าที่สะอาดเพื่อสุขภาพที่ดีของเด็กไทย.

(นสพ. มติชน วันที่ ๑๗ กรกฎาคม ๒๕๕๐)



เกิดขึ้น เช่น ภัยแล้ง ประเทศไทยจะยิ่งวิกฤต เพราะไม่มีน้ำใช้ เนื่องจากปริมาณน้ำมีน้อยลง มาตรการรับมือกับปัญหาการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศของไทยจึงไม่ควรเป็นการแก้ปัญหาที่ปลายเหตุ แต่ไทยควรศึกษาสภาพความสมบูรณ์ของป่าไม้และความหลากหลายทางชีวภาพ จัดตั้ง "ธนาคารพืช" เพื่อนำไปปลูกให้เหมาะสมกับสภาพภูมิอากาศที่เปลี่ยนแปลงไป รวมทั้งต้องบริหารจัดการแหล่งน้ำ ดูแลสุขภาพของประชาชนให้ทั่วถึง ฝักระวังและจัดการกับเชื้อโรคที่เป็นพาหะของโรคที่เกิดจากโลกร้อน จะช่วยให้การรับมือกับภาวะโลกร้อนเกิดประสิทธิภาพยิ่งขึ้น.

จากนิตยสาร ไซย์แมก ๖ มิ.ย. '๕๐



*** สก๊อปพิเศษ** ▼ (ต่อจากหน้า ๙)

ขบวนการกลุ่มจะต้องใช้การประชุมกันเป็นหลัก ซึ่งความเจริญในปัจจุบันอย่างผู้บริหารบ้านเมืองเขาใช้สภา ก็เอาแต่ประชุมนี้แหละเป็นงานหลักของสภานี้ พอประชุมแล้วก็ไปดำเนินการกัน แบ่งแจกกันไปดำเนินการ การบริหารก็ไม่ได้ไปทำเองเท่าไรก็แบ่งแจกกันลงไปทำการ มีโครงการอะไร มีมติแล้วเขาก็ให้เจ้าหน้าที่ไปจัดการลงสู่ประชาชนไปเรื่อยๆ ซึ่งเป็นงานใหญ่เป็นงานระดับสูงของสังคมมนุษยชาติ

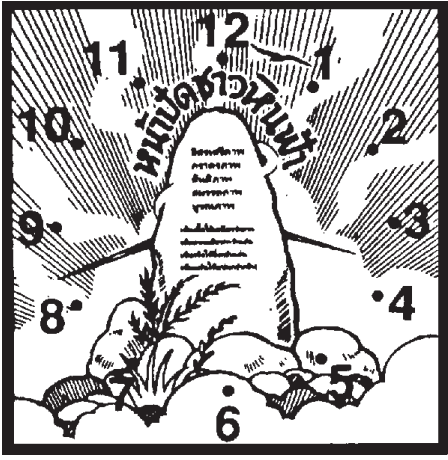
การประชุมนี้ไม่ใช่เรื่องเล่นไม่ใช่เรื่องเล็กๆ คนสมัยนี้เขาเข้าใจและเขาก็ใช้กันแล้วทั่วโลก ไม่ใช่แต่ประเทศไทยมีสภามีการประชุม แม้แต่ที่ต่างๆ จะบริษัทใหญ่ๆ ที่ไหนๆ ก็แล้วแต่ สำนักงาน งานนั้นงานนี่ที่เป็นงานในระดับปัญญาชน เขาใช้การประชุม ใช้ขบวนการกลุ่มทั้งนั้น เพราะมันถ้าใครไม่เห็นความสำคัญเป็นใจอันดับแรกของความเป็นคนในสังคม นี่เองสังคมสมัยนี้ด้วย

ความสำคัญในการประชุมนี้ พระพุทธเจ้าตรัสไว้สอนไว้ตั้งแต่สองพันห้าร้อยกว่าปี ซึ่งแต่ก่อนยังไม่มีความสำคัญขนาดนี้ คนยังไม่เห็นความสำคัญอย่างทุกวันนี้หรือการประชุมอย่างที่ว่านี้ไม่มี มีแต่เผด็จการ สมัยโบราณ สมัยสองพันห้าร้อยกว่าปีก็มีแต่เผด็จการ มีแต่หัวหน้าใหญ่นำๆๆ ซี้สั่งๆๆ มีแต่ลักษณะนั้นเป็นใหญ่ แต่พระพุทธเจ้านั้นท่านบรรลุแล้ว ท่านเห็นความสำคัญแล้ว ท่านถึงตรัสไว้ที่อาตมาพูดนี้เป็นอธิปไตยธรรม ท่านพร้อมพร้อมกันประชุมพร้อมกันเลิก สภาสังคมท่านก็ใช้การประชุมเป็นการบริหาร โดยกำหนดให้สงฆ์ ตั้งแต่ ๔ รูปขึ้นไปประชุมเพื่อบริหารจัดการเรื่องราวต่าง ๆ เป็นวิธีการของท่านซึ่งวิเศษสุด คนในโลกทำได้ยาก ทำอย่างท่านไม่ได้ง่ายๆ เป็นเรื่องที่สุดยอด แล้วก็มีเป็นกฎระเบียบให้ใช้ ๔ รูปบ้าง ๕ รูปบ้าง ๑๐ รูปบ้าง หรือต้อง ๒๐ รูปขึ้นไปบ้าง ตามความสำคัญ ที่จะเป็นแต่ละเรื่องแต่ละราวที่เห็นความ



สำคัญท่านก็บัญญัติไว้หมดแล้ว

และหมั่นกันประชุมก็ไม่ใช่เฉพาะชำระความ เช่นว่าประชุมบวชไม่ได้ประชุมหาเรื่องหาความตัดสินอะไร แต่ประชุมบวชก็เป็นการประชุมสร้างสรรค์อะไรอันหนึ่งอย่างนี้เป็นต้น มีมากมายในเรื่องของกิจสงฆ์ หรือสังฆกรรมอะไรต่างๆ และท่านก็ทำในแวดวงของท่านเอง ท่านเป็นประชาธิปไตยตั้งแต่สมัยนั้น ส่วนโลกเขาเป็นโลกสมบูรณาญาสิทธิ โลกเขาเป็นโลกสังคมทาส ไม่มีความสามารถที่จะทำให้สังคมนั้นมาเป็นสังคมอย่างในสมัยนี้ได้ เพราะฉะนั้นก็ขออย่าให้พวกเราเข้าใจว่า เรื่องของการหมั่นประชุมนี้เป็นสาระของมนุษยชาติที่สำคัญ ยุคนี้จึงเป็นยุคที่ทันสมัยเป็นยุคที่สุดยอดแล้ว เพราะยุคที่มีปัญญาเจริญและก็มีของสังคมเจริญมาสู่ความเสื่อมต้องใช้ศัพท์คำนี้มันเจริญมาสู่ความเสื่อมที่สุดแล้ว เพราะมันเจริญที่สุดแล้วในทางคิด เจริญที่สุดแล้วในทางปัญญา ทางคิด แต่มันเสื่อมในระบบของกิเลส มันก็เลยทำความเสื่อมมาสู่ระบบของสังคมอย่างมหาศาล เพราะฉะนั้นพวกเราในฐานะที่เป็นลูกของพระพุทธเจ้าอย่าไปตำหรืออย่าไปหลุดในเรื่องของเชิงปัญญาอย่างที่กล่าวนี้เป็นอันขาด ต้องทำความเข้าใจให้ดี เราเป็นคนยุคนี้ อาตมามั่นใจในสิ่งที่อาตมาเสนอนี้ให้พวกเราได้ทราบด้วยว่า สิ่งเหล่านี้ไม่ได้เป็นการล้ำสมัย ความรู้ที่อาตมาพูดนี้ไม่ได้ล้ำสมัยไม่ว่าในด้านบริหาร ไม่ว่าในด้านเศรษฐศาสตร์ รัฐศาสตร์ ด้านสังคมศาสตร์ใด ๆ ไม่ได้ล้ำสมัย ในเมื่อมันเกิดอันนี้ขึ้นมาแล้ว อาตมาพยายามจะชวนพวกเราขึ้นไปให้เห็นจริงเห็นจัง และมันก็เกิดขึ้นมาได้ขนาดนี้ ปัจจุบันนี้เกินกว่าที่อาตมาคาด .



เจริญธรรม อ้นภักดี พบกับ น.ศ.พ.ช่า๑๑โศก ฉบับที่ ๓๐๗(๓๒๙) ปีภักษ์แวกั กรกฎาคม ๒๕๕๐

เกร็ดเล็กน้อยธรรมยาตรา... พ่อท่านสมณะ โพธิ์รักษ์ , สมณะ , ลิกขมาตุ, และญาติธรรม เดินธรรมยาตราตามหลังแถว นักบวช ออกบิณฑบาตในตัว อ.พ่ายเหมือง ในเช้าของวันที่ ๑๔ ก.ค. ๒๕๕๐ เกิดมีฝนตกกะทันหัน ทั้งขบวนจึงเปียกหมดเพราะพ่อท่านยังคงนำแถวเดินท่ามกลางสายฝน แม่เอื้อธรรม ญาติธรรมจากสี่มาโศก “เดินธรรมยาตราตามหลัง สุดแสนประทับใจ ได้ความอดทน ได้ความสามัคคี ได้ปีติยินดี และได้เห็นว่าเป็นการตรวจเช็คสุขภาพว่า ยังดีอยู่มากแม้จะอายุยาวแล้วก็ตาม”...สาธุ ... คุณฟองฟ้า ญาติธรรมสันตือโศก “ประทับใจได้เดินตามสมณะบิณฑบาตซึ่งได้ความสงบมาก แม้จะโดนฝนตกก็เดินตามกันอย่างสงบหนึ่งเป็นการสะกดคน จนกระทั่งแดดส่องสว่าง จนเสื้อผ้าแห้งคาตัว จะจำอารมณ์และความรู้สึกไปตราบนาน”...สาธุ... คุณตรงเตือน ญาติธรรมราชาเนือโศก “ประทับใจน้องตากล้องคนหนึ่ง นอกจากจะกระตือรือร้นเก็บภาพต่างๆ แล้วยังมีน้ำใจเอากะระจิ๋ววิญญานคนเล็กๆ น้อยๆ เช่นช่วยยก ช่วยถือถาด ช่วยคุณยายและกล่องนม ให้คนใส่บาตรได้สะดวกขึ้น สังเกตเห็นว่า การสนทนาตอบข้อซักถามของคนผู้สนใจ ก็เป็นกิริยาที่ดี ส่วนตัวเองก็ได้สำนึกอย่างลึกซึ้งในอนันที่จะกินจะใช้สิ่งของต่างๆ ของวัดเพราะสิ่งเหล่านั้นได้มาจากความนอบน้อมถวายของผู้ศรัทธา เกิดจุดประกายแห่งความตั้งใจที่จะสำรวจสำรวจให้มากที่สุด อุปโลก บริโภค” สาธุ...แม่ดาวเพ็ญ ญาติธรรมราชาเนือโศก... “ได้สงบเป็นพิเศษจากการได้เดินธรรมยาตรา เพราะไม่ผิดหวังหรืออกหักกับการเดินตามรอยพระโพธิสัตว์ ไม่อดอยาก ไม่หิวโหย ไม่ไร้ซึ่งมิตร (ซึ่งเต็มทั้งสองข้างทาง) มีคนหนึ่งเขาเล่าว่า เขาสบายใจมากที่สุดที่ได้ใส่บาตร เราก็เข้าใจต่อไปว่า เพราะเขาได้ใส่บาตรพระโพธิสัตว์ เราเองก็ภูมิใจที่ได้เป็นลูกพระโพธิสัตว์ และได้ทบทวนตนเองอย่างลึกซึ้ง” สาธุ...จืดๆๆ ๕

พันธมิตรเชื่อมสัมพันธ์... คุณเกษมสุข ลิ้มปานานท์ แกนนำพันธมิตร หาดใหญ่ จ.สงขลา พบเจอชาวโศกจากงานโปรเทสต์ที่สนามหลวงและข้างทำเนียบรัฐบาล เกิดความสนใจ หาหนังสือกรณีพิพาทมาอ่านเกิดความเข้าใจ ประทับใจ แอบปฏิบัติตามหลายอย่างเช่น กินมังสวิรัต มั่นใจในความเป็นคนมีอุดมการณ์ยิ่งขึ้น เพราะได้เห็นกลุ่มคนที่เสียสละจริงๆ มีอยู่ โดยเฉพาะในส่วน

ของการมีน้ำใจช่วยเหลือกัน และพึ่งตนเองอย่างเศรษฐกิจพอเพียง “ผมได้เข้ามาคบกับชาวโศกแล้วผมมั่นใจว่า ผมปลอดภัยสบายใจว่า ผมมีมิตรแท้แล้ว ตั้งใจที่จะเป็นคนมีอุดมการณ์เสียสละต่อไปและต่อๆ ไป” จืดๆๆ

จืดๆๆ...เพียงแต่ยังไม่เปิดตัว... จืดๆๆ ๕

ยอดลลิตสูงสุด...สมณะโพธิ์รักษ์ โพธิ์รักษ์ บอกข่าวกับจืดๆๆว่า “ตั้งแต่บวชเป็นสมณะ และได้บิณฑบาตมาถือว่า การบิณฑบาตที่ตัวเมืองภูเก็ตครั้งนี้รู้สึกประกอบทุกอย่างมีวิญญานเป็นองค์ร่วมหรือไฮไลท์ที่สุดเลย มีคนใส่บาตรมาถึงท่าน ๖๑ ราย เป็นสถิติสูงสุดที่บิณฑบาตทางภาคใต้ แต่ที่ใส่กับพ่อท่านซึ่งเป็นหัวหน้าแถวก็เป็นร้อยกว่าราย ถือว่าเป็นการทำลายสถิติของการรับบาตรที่ไม่ใช่งานเทศกาลของชาวโศกเรา” สำหรับข้อความเด็ดๆ ที่ท่านฝากจืดๆๆบอกต่อด้วยคือ ถ้ามีคนถามว่าพ่อท่านเป็นใคร? ให้ตอบว่าเป็นพระโพธิ์สัตว์...จริงด้วยอะ...จืดๆๆ ๕

ไอ-คลาสสิกเพิ่มขึ้น...คุณร้อยขวัญพุทธ มุ่งมาจน สมัยเรียนปริญญาโท นั่งรถเก๋งป้ายแดงไปเรียน เธอบอกว่า ก็ยังไม่ไอ-คลาสสิกเท่าไรนัก แต่พอเข้าเรียนปริญญาเอกที่มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี ไอ-คลาสสิกกว่านั้น เพราะที่จักรยานญี่ปุ่นแถมมือสองอีกต่างหาก และที่สำคัญเธอบอกจืดๆๆว่า มีความสุขความสบายใจมากกว่าเยอะเลย...จืดๆๆ ๕

ฝากเลี้ยง...พ่อท่านและสมณะปัจฉิมฯ ต้องนั่งเครื่องจากกรุงเทพฯ ไปลงที่สนามบินภูเก็ต ในขณะที่เอ็กซ์เรย์กระเป๋า ก็มีสัญญาณดังขึ้น เมื่อเจ้าหน้าที่ขอตรวจจึงได้พบเม็ดพับอันเล็กๆ แล้วเจ้าหน้าที่ก็ส่งคืนให้พ่อท่านและบอกว่า “มันยังเล็กอยู่ขอฝากเลี้ยงให้โตก่อนนะครั้น” จืดๆๆ

ดีใจ?!!...เพื่อน คุณกษัตย์(ตุ๊กตา) จันทแจ่ม ไม่ได้เจอเพื่อนคนนี้นับมาตั้ง ๒ ปี (ตั้งแต่มาปฏิบัติธรรม) พอเพื่อนมาเจอเข้าปรากฏว่าร้องไห้โฮเลย จืดๆๆ

เสียใจหรือดีใจที่คุณตุ๊กตามาปฏิบัติธรรม แต่จืดๆๆคิดว่าคงจะดีใจมากกว่า เพราะต่อมา เห็นเพื่อนคนนั้นได้ติดตามมาฟังธรรมด้วย อนุโมทนาสาธุ...จืดๆๆ ๕

รอนาน เอ๊ะ!!ใครมา...ภาพของญาติธรรมที่รอต้อนรับพ่อท่านที่สนามบิน จ.ภูเก็ต เป็นระเบียบเรียบร้อยดีมากจนคนดูต้องคอยลุ้นว่าจะมารอรับใคร อย่างไร ที่แท้ก็...พระโพธิ์สัตว์นั่นเอง...สาธุ...จืดๆๆ ๕

อะไร คืออุปสรรค...มีนักศึกษาธรรมฯ ชายคนหนึ่ง ตั้งใจที่จะมาร่วมงานรับน้องใหม่ แต่พอพบว่า เป็นรถ ๖ ล้อ(ค่อนข้างเก่ามาก) ตัดสินใจไม่ไปร่วมด้วย แต่เพื่อนๆ ที่ได้ไปร่วมงานบอกเป็นเสียงเดียวกันว่า “การมางานนี้คุ้มจริงๆ รู้สึกเสียค่ายแทนคนที่ไม่ได้มาด้วยจริงๆ”...จืดๆๆ ๕

เข้าใจ...เด็กนักเรียนสัมมาสิกขาสื่อโศก และบางคนของภูผาฟ้า น้ำ ขณะที่กำลังเล่นน้ำกันอย่างสนุกสนานเต็มที่อยู่ นั้น ก็มีฝรั่งชายหญิง ๒ คนที่แต่งกายชุดว่ายน้ำ(บุฟิซ) เด็กๆ ทั้งหมดก็รู้สึกเสียความสนุกไปเพราะรู้สึกละอายกับภาพที่เห็น เด็กๆ บอกเล่าให้ฟังและย้ำว่า “อย่าคิดว่าพวกเราจะตาโตะที่จะ

คุณแต่งกายไม่ใช่นั่นนะครั้น” ก็อย่างว่าละอะ ต่างคนก็ต่างวัฒนธรรม เราเป็นคนไทย รู้จักรักวัฒนธรรมไทยเป็นเรื่องที่น่านุโมทนา สาธุอย่างยิ่ง ในขณะที่ก็ต้องฝึกวางใจและเข้าใจในวัฒนธรรมอื่นเขาด้วยนะอะ...จืดๆๆ ๕

คุณพระช่วย!!!...นักศึกษาธรรมฯ ในที่รับน้องใหม่ ในระหว่างกำลังเล่นน้ำตกเขาลำปี เกิดเหตุการณ์น้องผู้หญิงคนหนึ่งขณะกำลังว่ายน้ำอยู่ แล้วจมลงไปนาน ซึ่งท่านสมณะประจำกลุ่มได้เห็นความผิดปกติ จึงให้เพื่อนลงไปช่วยชีวิตทันที แต่ถ้าช็อกเกินขีดเอาชีวิตไม่รอดแน่...อย่างนั้นน่าจะเรียกว่า คุณพระช่วย (ไว้)จริงๆ...สาธุ...จืดๆๆ ๕

ดีเตรียมสอบ...วันที่ ๒๖ ก.ค. ๒๕๕๐ สมณะเพาะพุทธ จันทเสฏฐ์หรือท่านจันท์ และคณะเจ้าหน้าที่วิทยุชุมชนรวมทั้งเจ้าหน้าที่ F.E.T.V. จำนวน ๒๓ คน เข้ารับการตรวจพิเศษเพื่อการสอบเป็นผู้ประกาศ การเข้ารับการตรวจครั้งนี้ ดร.สุทธิ ชัตติยะ ผู้อำนวยการสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย เพื่อการศึกษา กรมประชาสัมพันธ์ ได้ให้เกียรติกล่าวต้อนรับและแนะนำวิธีเตรียมตัวสอบผู้ประกาศ โดยมอบหมายให้ นางรัชณี ก่อไผ่แก้ว เจ้าหน้าที่ เป็นผู้ดำเนินการ บรรยายภาพของการตรวจนั้นเป็นหลักการและวิชาการ แต่เต็มไปด้วยความเป็นกันเองและสนุกสนาน ทางสถานีได้อำนวยความสะดวกอย่างเต็มที่เพื่อการตรวจที่ประสบผล ส่วนคณะญาติธรรมก็ได้ร่วมต้อนรับและประทับใจการตรวจครั้งนี้เป็นอย่างมาก ทุกคนได้รับกำลังใจอย่างเต็มที่ในความหวังที่จะสอบเป็นผู้ประกาศให้ผ่านท่านจันท์ ได้รับเชิญร่วมอัดเทปจัดรายการ “พบกับแขกวีไอพี” ของทางสถานีและท่านได้เข้าร่วมฟังการตรวจและได้บอกเล่าประสบการณ์ในการสอบและให้คำแนะนำพร้อมกำลังใจว่า “บัตรผู้ประกาศนั้นใครก็ได้ก็เป็นถ้าภูมิใจและสำคัญมากกว่าบัตรประชาชนเพราะว่า ได้มายากกว่ามาก ต้องอาศัยความสามารถและใจรักจริงๆ จึงจะได้มา” คุณรัชณี ก็กล่าวให้กำลังใจและความหวังกับคณะญาติธรรมว่า “ได้เห็นความตั้งใจและประสบการณ์ของคณะนี้ คิดว่าคงสอบได้ไม่ยากนักถ้าหากทุกคนฝึกฝนให้ถูกต้องอีกสักหน่อย และคืนนี้พร้อมทุกเมื่อที่จะให้การแนะนำขอเพียงแต่คิดต่อมา” ในการตรวจนั้นทุกคนได้รับบทเพื่อฝึกซ้อมแล้วก็อ่านให้อาจารย์ฟังพร้อมกับได้รับคำแนะนำเป็นรายบุคคล ซึ่งส่วนใหญ่ได้รับคำแนะนำเหมือนกันคือ คำ ร.เรือ ล.ลิง คำควมกล้า ไม่ชัดเจนหรือบางคนที่เสียงวรรณยุกต์เพี้ยน บางคนที่มาจากรากพื้นไหน อาจารย์ฟังเสียงแล้วก็รู้ได้เลย ซึ่งก็เป็นการแนะนำที่เป็นกันเอง และเป็นจุดที่ต้องแก้ไขปรับปรุงให้ดีขึ้นจริงๆ จืดๆๆ ขอเอาใจช่วยให้สอบได้ใบประกาศกันทุกๆ คนนะอะ...จืดๆๆ ๕

เวียนธรรมอาสาพหุบาท...เป็นครั้งแรกที่จืดๆๆได้มีโอกาสร่วมบรรยายที่เวียนธรรมที่ดำเนินรายการโดย ส.กอบชัย ธรรมมาวุธ รู้สึกว่า อบอุ่น เป็นกันเอง รื่นโรจน์ สนุกสนานแต่ก็ลึกซึ้งในรสพระธรรมกันดีทุกคน พิเศษสุดของรายการคือ หลวงพ่อคุณ (ส.ธ.นอมคุณ คุณกิตติโณ) ซึ่งป่วยหนักด้วยโรคไตวาย(ต้องทียวเข้าออกโรงพยาบาลเพื่อล้างไตทุกสัปดาห์)

ได้มาร่วมรายการและแสดงธรรมอย่างลึกซึ้งจากประสบการณ์ตรง จืดๆๆเห็นญาติโยมทุกคนซาบซึ้งประทับใจมาก...จืดๆๆ

แอบสอบถามญาติโยมหลายคนที่อยู่บ้านในการตั้งคณะที่จะบำเพ็ญอะไรกันบ้างก็ขอนำมาฝากดังนี้ เช่น จะทำบุญตัดกบตรให้ได้ทุกวันบ้าง ทุกวันเสาร์-อาทิตย์บ้าง, จะงดเล่นไฟ, จะกินเนื้อสัตว์ให้น้อยลง, จะงดเว้นบ่นสามีและลูก, ฯลฯ...จืดๆๆ

ศิษย์เก่า...เพื่อน้อง...รุ่นพี่ศิษย์เก่าสันตือโศกทั้งชายหญิงกว่า ๑๕ คน ที่พักอาศัยอยู่ละแวกใกล้วัด ซึ่งมีสมณะเป็นที่ปรึกษา จะหมุนเวียนกันมาช่วยดูแลน้องๆ สัมมาสิกขาฯ โดยในเบื้องต้น จะมีกิจกรรมการพูดคุยก่อนนอน และนอนเป็นเพื่อน และเน้นที่การประเมินผลโดยการเขียนรายงานประจำวัน (เหมือนพยาบาลเฝ้าไข้คนป่วย) หลังจากนั้นสรุปผลรวมทุก ๒ สัปดาห์ และศิษย์เก่าทั้งหมดจะสรุปรวมกันทุกเดือน...จืดๆๆ

อุนใจร่วมกับน้องๆ ด้วย ที่พี่ๆ ร่วมแรงร่วมใจกันเอากะระจิ๋วๆ สาธุ...เก็บขยะหมุน F.E.T.V. ... ศิษย์เก่าสันตือโศกคนหนึ่งเปิดเผยกับจืดๆๆว่า ทุกครั้งที่แวะเยี่ยม ตั้งใจจะเก็บขยะจำพวกขยะได้เพื่อนำมาหมุน F.E.T.V. อีกแรงหนึ่ง อนุโมทนาสาธุ...จืดๆๆ ๕

หยอดกระปุก...ศิษย์เก่าท่านหนึ่ง อุดสำห้โทรปรึกษามายังเพื่อนด้วยกันว่า “ได้หยอดกระปุกเพื่อสนับสนุน F.E.T.V. แต่เจอปัญหาว่ามีแต่เหรียญเท่านั้นเลย ตั้ง ๓ กระปุก ไม่รู้จะนำมาให้ F.E.T.V. ได้อย่างไรจึงจะไม่หนักเพื่อนที่รับปรึกษาก็นึกไม่ออกว่าต้องทำอย่างไรมีการแจ้งให้ทราบมาทางที่ประชุม พ่อท่านจึงแนะนำว่า “ก็นำไปแลกเป็นธนบัตรหรือฝากเข้าทางบัญชีธนาคารได้เลย...ทำแค่นี้แหละเรื่องง่าย”...จืดๆๆ

ทำบุญเข้าพรรษา... ญาติธรรมท่านหนึ่งตั้งใจทำบุญวันเข้าพรรษาโดยการหาร้านขนม ร.หน้าสันตือโศก แจกตลอดวัน งานนี้ คุณธรรุ่ง คำโศกเชือก(แม่หน้อย) ผู้รับใช้(พรช.) เผยว่า “ที่ผ่านมาก็มีการหาร้านเพื่อแจกหลายราย ซึ่งการแจกนั้นมีหลายแบบ เช่น แจกทั้งร้าน หรือจะแจกบางแผนก หรือเฉพาะอาหารบางชนิดก็ได้ สำหรับราคานั้นก็สอบถามที่ พรช.ได้เลย แต่ถ้าหากว่าลูกค้าจะใส่ถุงกับไปทานที่บ้านก็คิดราคาบุญนิยมตามปกติ” ...จืดๆๆ

จืดๆๆอนุโมทนาอย่างยิงกับทั้งผู้หาร้าน, ผู้มารับแจก และอาสาสมัครช่วยร้าน เป็นเพราะทุกคนทุกฝ่ายทำหน้าที่ของตนบริสุทธ์ บริบูรณ์ บุญกุศลอันบริบูรณ์จึงเกิดขึ้นแล้ว สาธุ...จืดๆๆ ๕

❖ คติธรรมประจำฉบับ

อ่าน - ทวน - ทำ แล้วจะพบ “ความแท้” ที่มนุษย์ผู้ใดได้แล้ว จะไม่มีวัน “ทิ้ง” (๑๑ ส.ค. ๒๕๑)

วันร้อนเพิ่ม วันเย็นลด ลมเปลี่ยนทิศ



ผลกระทบจากโลกร้อน



โลกร้อนคงเป็นประเด็นที่คนทั่วโลกให้ความสนใจและตระหนักถึงผลกระทบที่ตามมาหลายฝ่ายโดยเฉพาะ ไอพีซีซี(The Intergovernmental Panel on Climate Change : IPCC) ได้วิเคราะห์ผลกระทบอันใหญ่หลวงที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาอีก ๒๐-๓๐ ปีข้างหน้าเอาไว้ว่าอย่างหน้าสะพรึงกลัวทั้งภัยแล้ง ความอดอยาก วาตภัย และมหันตภัยต่าง ๆ ที่จะทวีความรุนแรงขึ้นกว่าในอดีตที่ผ่านมา ทำให้ผู้คนทั่วโลกตระหนักว่า ถึงเวลาแล้วที่เราต้องร่วมมือร่วมใจกันแก้ปัญหาโลกร้อนเสียตั้งแต่บัดนี้... และเดี๋ยวนี้

สำหรับปัญหาผลกระทบจากภาวะโลกร้อนที่ประเทศไทยกำลังประสบอยู่ได้เกิดขึ้นแล้วในหลายด้านและอนาคตอันใกล้คาดว่าจะทวีความรุนแรงขึ้นเช่นกัน ซึ่ง **ดร.อานนท์ สนิทวงศ์ ณ อยุธยา** ผู้อำนวยการศูนย์เครือข่ายงานวิเคราะห์ วิจัย และฝึกอบรมการเปลี่ยนแปลงของโลกแห่งภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ กล่าวถึงผลกระทบที่ไทยได้รับจาก

การเปลี่ยนแปลงสภาพอากาศอันเป็นผลจากภาวะโลกร้อน โดยเฉพาะ **“การเปลี่ยนแปลงของระบบลม”** ซึ่งได้จากการศึกษาแบบจำลองร่วมกันระหว่างมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี และมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยหากดูจากสภาพภูมิประเทศของไทยและประเทศในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้พบว่าอยู่ในเขตรมรสุม ฝนที่ตกลงมา

เกิดจากการยกตัวของอากาศอุณหภูมิต่ำที่สูงจะส่งผลให้มวลอากาศขึ้นจากทะเลเพิ่มขึ้น และถูกพัดเข้าชายฝั่ง แต่ก๊าซเรือนกระจกที่มีมากก็ทำให้ความร้อนถูกกักเก็บไว้มากด้วย ส่งผลให้ความชื้นจากทะเลถูกลมพัดพาเข้าสู่บริเวณชายฝั่งมากขึ้น บริเวณดังกล่าวจึงเกิดฝนตกหนักมาก

เมื่อถึงช่วงฤดูร้อน ลมตะวันตกเฉียง

ใต้จะมากขึ้น ส่งผลให้ระดับน้ำบริเวณชายฝั่งอันดามันสูงขึ้น ส่วนในฤดูหนาวลมตะวันตกเฉียงเหนือจะอ่อนกำลังลง เนื่องจากอุณหภูมิบนแผ่นดินสูงขึ้น ทำให้ภูมิอากาศของประเทศไทยไม่หนาวอย่างที่เคยเป็นมา และน้ำจากทะเลจีนใต้จะเข้าสู่อ่าวไทยน้อยลง ทำให้ระดับความสูงของน้ำบริเวณชายฝั่งอ่าวไทยไม่สูงเท่าฝั่งอันดามัน

สิ่งเหล่านี้คือภาพความเปลี่ยนแปลงของระบบลมที่มีผลต่อสภาพภูมิอากาศ ซึ่งเห็นได้เด่นชัด ผลจากแบบจำลองคาดการณ์การเปลี่ยนแปลงสภาพอากาศในประเทศไทยของ ดร.อานนท์ ซึ่งให้เห็นว่า หากยังไม่ดำเนินการใดๆ และยังคงปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์สู่บรรยากาศ (อ่านต่อหน้า ๐๓)



หนึ่งน้อยทยอยเต็ม ☀️ เต็มด้วยแก่น แน่นเป็นหนึ่งใน

ข่าวโศก

ฉบับที่ ๓๐๗(๓๒๕) ปีกษ์หีถึง กรกฎาคม ๒๕๕๐

ถึงเวลาขับเคลื่อน...นโยบายโรงเรียนปลอดน้ำอัดลม

ส่งเสริมให้ดื่มน้ำเปล่าสะอาด เพื่อสุขภาพที่ดีของเด็กไทย



องค์การอนามัยโลกตระหนักถึงปัญหาที่เกิดขึ้นในหลายประเทศรวมทั้งไทย โดยระบุว่า **“โรคอ้วนกำลังเป็นโรคระบาด”** และเสนอทางแก้แล้วว่า ควรผลักดันให้เกิดนโยบายระดับชาติ ปรับปรุงการบริโภคและออกกำลังกาย ให้อยู่ในแผนส่งเสริมสุขภาพและควบคุมโรค

และกล่าวถึงกิจกรรมในโรงเรียนว่า จะต้องสนับสนุนอาหารสุขภาพและออกกำลังกาย เพราะโรงเรียนมีอิทธิพลต่อ

ชีวิตส่วนใหญ่ของเด็กวัยเรียน จึงมีหน้าที่ต้องปกป้องสุขภาพเด็กอาหารของโรงเรียนควรเป็นอาหารสุขภาพที่ควบคุมน้ำตาลเกลือและไขมัน ซึ่งปัจจุบันเด็กไทยบริโภคน้ำตาลสูงกว่าปริมาณที่แนะนำมาก การศึกษาของเครือข่ายเด็กไทยไม่กินหวานในปี ๒๕๔๗ พบว่าเด็กอายุ ๓-๕ ปี ๖% บริโภคน้ำตาลมากกว่า ๘ ช้อนชาต่อวัน

การสำรวจพบว่า อาหารที่ทำให้เด็กได้รับน้ำตาลมาจากเครื่องดื่มคือน้ำอัดลมและน้ำหวาน ตามด้วยขนมและอาหารว่าง การสำรวจการบริโภคของนักเรียนทั่วประเทศจำนวน ๘,๔๐๐ คน ในปี ๒๕๕๐ พบว่านักเรียนที่เรียนในโรงเรียนขายน้ำอัดลม ดื่มน้ำอัดลมมากกว่านักเรียนโรงเรียนปลอดน้ำอัดลมมากถึง ๑.๓ เท่า และนักเรียนมัธยมดื่มน้ำอัดลมมากกว่านักเรียนประถม ๔ เท่า

ข้อมูลโภชนาการ กรมอนามัย ระบุว่า ส่วนประกอบหลักของน้ำอัดลม คือ น้ำตาล สารให้รสหวาน คือ น้ำตาลทราย น้ำเชื่อม ข้าวโพด สำหรับน้ำอัดลมชนิดธรรมดาและที่

มีสารปรุงแต่งที่เรียกว่าหัวน้ำเชื่อมเป็นส่วนผสมสารที่หักกลืน สี กรดบางชนิดที่ใช้ในอาหาร เช่น กรดมะนาว ส่วนตัวทำให้น้ำอัดลมเป็นน้ำอัดลมจริงดังชื่อ คือ ก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ โดยมาอัดในน้ำหวานที่ผสมไว้ ท้ายที่สุดก็มีวัตถุกันเสีย

น้ำอัดลมมีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบหลัก ร่างกายจะนำไปใช้เป็นพลังงาน แต่ไม่มีสารอาหารอื่น ที่มีประโยชน์ เรียกว่าเป็นพลังงานว่างเปล่า น้ำอัดลมมีน้ำตาลสูงมากถึง ๘-๑๒ ช้อนชา เป็นสาเหตุสำคัญทำให้เด็กอ้วน

การศึกษาในอังกฤษพบว่าเด็กที่ลดการดื่มน้ำอัดลมจากวันละ ๒ แก้วเหลือ ๑ แก้ว จะลดน้ำหนักได้มากกว่ากลุ่มที่ไม่ลดการดื่มภายใน ๑๒ เดือน น้ำอัดลมบางชนิดยังมีกรดฟอสฟอริก ทำให้มีค่า พีเอช ต่ำถึงประมาณ ๒.๕ ส่งผลให้ความหนาแน่นของมวลกระดูกลดลง อาจมีผลให้กระดูกหักง่ายและเป็นสาเหตุให้ท้องอืดได้

นักวิจัยของมหาวิทยาลัยเบอร์มิงแฮม ในอังกฤษ ศึกษาพบว่า การดื่มน้ำอัดลมวัน

ละครั้งอาจทำให้เด็กอายุ ๑๒ ปี มีโอกาสฟันกร่อนได้ถึง ๕๕ เปอร์เซ็นต์ มีผลทำให้เด็กดื่มนมน้อยลง ขาดแคลเซียม ในน้ำอัดลมมีคาเฟอีนมีฤทธิ์เพิ่มความดันโลหิต

บทเรียนจากประเทศต่างๆ เช่น สหรัฐฯ สิงคโปร์ พบวิธีแก้ปัญหาที่ได้ผล คือ การมีมาตรการในโรงเรียน ซึ่งขณะนี้ไทยตื่นตัวมากขึ้นจากโรงเรียนในสังกัด กทม. นาย**พุฒิพงษ์ ปุณณกันต์** รองผู้ว่าราชการ กทม.ได้กล่าวไว้ว่า กรุงเทพมหานคร โดยสำนักอนามัย ร่วมกับเครือข่ายเด็กไทยไม่กินหวาน จัดโครงการโรงเรียนอ่อนหวานขึ้นเพื่อสร้างจิตสำนึกของครู ผู้ปกครอง นักเรียน ให้เลือกบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย เข้าใจโทษของการบริโภคหวานเกินจำเป็น

โดย กทม.เริ่มการห้ามขายน้ำอัดลมในโรงเรียนในสังกัด ๔๓๕ แห่ง มาแล้ว ๓ ปี เพราะเห็นความสำคัญของสุขภาพนักเรียน ซึ่งงานวิจัยยืนยันชัดว่า การทำให้โรงเรียนปลอดน้ำอัดลม จะทำให้เด็กๆ ลดความเสี่ยงต่อสุขภาพลงได้ (อ่านต่อหน้า ๑๐)