



บันทึกธรรมชาติ

เครือข่ายพหุวิชา



บันทึกธรรมชาติ

พระไพศาล วิสาโล

ISBN : ๙๗๘-๖๑๖-๗๗๕๕-๒๔-๘

ราคา ๖๕ บาท

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : กรกฎาคม ๒๕๕๔

จำนวนพิมพ์ ๓,๐๐๐ เล่ม

จัดทำโดย : เครือข่ายพุทธิกา ๔๕/๔ ซ.อรุณอมรินทร์ ๓๔ ถ.อรุณอมรินทร์

แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐

โทรศัพท์ ๐๒-๘๘๖-๐๘๖๓, ๐๒-๘๘๒-๔๓๘๗, ๐๒-๘๘๒-๔๔๕๒,

๐๔๘-๔๐๖-๓๔๘๘, ๐๘๖-๓๐๐-๕๕๕๘ โทรสาร ๐๒-๘๘๒-๕๐๔๓

เว็บไซต์ www.budnet.org

E-mail : b_netmail@yahoo.com, budnet2500@gmail.com

ID line : 0989063488

ภาพประกอบ : มะลิ ณ อุษา

จัดรูปเล่ม : นามนต์-นยะโม

พิมพ์ที่ : ห้างหุ้นส่วนสามลดา

จัดจำหน่ายโดย : บริษัทเคล็ดไทย จำกัด โทรศัพท์ ๐๒-๒๒๕-๔๕๓๖-๔

สนใจพิมพ์เผยแพร่ ติดต่อได้ที่ เครือข่ายพุทธิกา

รายละเอียดการโอนเงิน ธนาคารกรุงศรีอยุธยา สาขาอรุณอมรินทร์

เลขที่ ๑๕๗-๑-๑๗๐๗๔-๓ ชื่อบัญชี เครือข่ายชาวพุทธเพื่อพระพุทธศาสนาและสังคมไทย

หรือ ธนาคาร/ตัวแลกเงิน ส่งจ่ายในนาม นางสาวมณี ศรีเพ็ญจันทร์ ปณ.ศิริราช ๑๐๗๐๒



คำปรารภ

ธรรมชาติมิใช่เป็นแค่ทรัพยากรสำหรับการดำรงชีวิต หรือสิ่งสวยงามน่าตื่นตาตื่นใจเท่านั้น หากยังสามารถน้อมใจให้สงบเย็น และเป็นสื่อพาเราให้เข้าถึงธรรมอันลุ่มลึก การได้อยู่ใกล้ชิดกับธรรมชาติเป็นประสบการณ์อันล้ำค่าที่มีความหมายต่อจิตใจ ผู้ที่ปรารถนาความสุขและความเจริญงอกงามในจิตใจจึงมักอาศัยธรรมชาติเป็นวิหารธรรมอยู่เนืองนิตย์

ธรรมชาตินั้นอยู่รอบตัวเราเสมอ แม้อยู่ในเมือง ก็สามารถสัมผัสรับรู้ธรรมชาติได้แทบทุกขณะ จะว่าไปแล้ว ธรรมชาติยังอยู่ในตัวเราด้วย ลมหายใจ หัวใจ และอวัยวะอื่นๆ ก็ล้วนเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ และเชื่อมโยงเรากับธรรมชาติภายนอก เพียงแค่พินิจความเป็นไปของธรรมชาติ

ทั้งในตัวเราและรอบตัวเรา ก็将与กับความจริงที่ลึกล้ำและ
สัมผัสกับความสุขที่ลึกซึ้งได้

ข้อเขียนในหนังสือเล่มเล็กนี้มีที่มาจากการบิน
ใคร่ครวญในยามที่อยู่ใกล้ชิดกับธรรมชาติ แต่คงไม่มีการ
ถ่ายทอดเป็นความเรียง หากไม่ได้รับการนิมนต์จากคุณอโนทัย
เจียรสวางค์ ซึ่งได้ดำเนินการจัดพิมพ์ครั้งแรกเมื่อปี ๒๕๕๔
ในการพิมพ์ครั้งนี้เครือข่ายพุทธิกาได้จัดทำภาพประกอบ
ใหม่โดยคุณมะลิ ณ อุษา

หวังว่าหนังสือเล่มนี้จะมีส่วนช่วยน้อมใจเราให้ถือเอา
ธรรมชาติเป็นครูที่ยิ่งใหญ่ของเรา

พระไพศาล วิสาโล

๑ มิถุนายน ๒๕๕๙

จันทร์เสี้ยว



ความงามแห่งธรรมชาติ



จิตใจรับความรู้สึก



รักฉันใหม่



ภูมิต้านทานความทุกข์



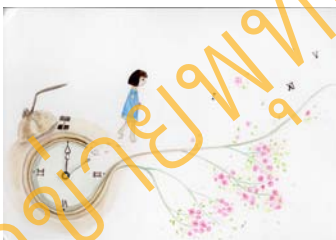
จาริกมฤต

เจดีย์ทิวทัศน์



พระพุทธรูปในก้อนหิน

จิตประภัสสร



ดินนาฬิกา



ต้นไม้สื่อนธรรม



จุลจักรวาล



วันเพ็ญ

พระจันทร์วันเพ็ญส่องสว่างกระจ่างฟ้า สาดแสงลูบไล้
แผ่นดินไปไกลสุดสายตา แม้ดึกเพียงใด ความมืดของ
ราตรีกาลก็มีอาจลบเลื่อนความสว่างของพระจันทร์ได้เลย

ความสว่างนั้นปรากฏ ณ ที่ใด ย่อมขับไล่ความมืดให้
เลือนหายไป ส่วนความมืดนั้นกลับไม่สามารถผลักไสความ
สว่างไปได้แม้แต่น้อย ตรงกันข้าม ยิ่งมืดมนเท่าไร ก็ยิ่งขับ
ความสว่างให้โดดเด่นกระจ่างไสยิ่งขึ้น

บุคคลที่เข้าถึงธรรม จิตใจย่อมสว่างกระจ่างดัง
พระจันทร์วันเพ็ญที่ลอยเด่นอยู่กลางฟ้า แม้รอบตัวจะ
เต็มไปด้วยความมืดมน ผู้คนถูกครอบงำด้วยกิเลส ตำนาน
ติฉิน มุ่งร้ายหมายแก่ง แต่ก็มีอาจทำให้ทุกข์ระทมหรือ
หม่นหมองได้

บุคคลที่มีจิตใจแจ่มกระจ่างด้วยปัญญา ย่อมสามารถ
ขับความหลงออกไปจากใจของผู้คนรอบข้าง ปลุกสติให้
กลับคืนมา

ปุถุชนนั้นจะสุขหรือทุกข์ ย่อมขึ้นอยู่กับปัจจัยภายนอก
หรือผู้คนแวดล้อม แดดร้อน ก็ทุกข์ ลมเย็นต้องตัวจึงสุข
ยินดีเมื่อได้รับคำสรรเสริญ ชื่นเคืองเมื่อถูกตำหนิ แต่ผู้ที่
เข้าถึงธรรม ย่อมเบิกบานสดชื่นอยู่เสมอ แม้แวดล้อมด้วย
ปัญหา ความขัดแย้งและแรงเสียดทาน ยิ่งคนพาลมารุมล้อม
คุณงามความดีของผู้ใฝ่ธรรมยิ่งปรากฏโดดเด่นเพียงนั้น

๑ มกราคม ๒๕๕๓



ภูมิทัศน์ทางความทุกข์

ทั้งๆ ที่ห่างกันแค่ ๕๐๐ เมตร ภูหลงกับภูจิกกลับแตกต่างกันราวกับอยู่คนละเทือกเขา เขาภูแรกนั้นปกคลุมด้วยป่าดิบแล้ง เขียวขจีตลอดปี มีต้นไม้สูงใหญ่ลำต้นตรงมากมาย ส่วนเขาภูหลังเป็นป่าเบญจพรรณ เต็มไปด้วยต้นไม้แคระแกร็น ลำต้นหักงอ เปลือกเป็นตะปุ่มตะป่ำ พอถึงหน้าแล้งก็ทิ้งใบแทบทั้งป่า

ภูหลงเป็นเสมียนราชินีของเทือกเขาภูแลนคาถือว่าได้ เพราะนอกจากเป็นต้นน้ำแล้ว ยังเต็มไปด้วยไม้สวยงาม มีราคา เช่น ยาง ตะเคียน มะค่า ไม่นับสมุนไพรอีกมากมาย แต่ในช่วงสิบกว่าปีที่ผ่านมา ภูหลงต้องประสบอันตราย ที่ร้ายแรงกว่าการลักลอบตัดไม้ นั่นคือไฟป่า ไฟดังกล่าว เกิดจากคนที่จุดไล่หมูป่าและจากคนที่จุดไฟเผาตอไม้ตาม ไร่ริมป่า เจอปีแล้วปีเล่าป่าก็หดหายกลายเป็นทุ่งหญ้า ซึ่ง พร้อมจะกลายเป็นเชื้อไฟอย่างดีในปีต่อไป

ป่าภูหลงจึงไหม้ลงทุกปี ตรงข้ามกับป่าภูจิกซึ่งเปลี่ยนแปลงน้อยมาก ทั้งๆ ที่เจอไฟคุกคามทุกปี เคล็ดลับของ ป่าภูจิกนั้นอยู่ตรงที่ต้นไม้ส่วนใหญ่มีเปลือกหนา จึงทนไฟ ได้ดีกว่า เปลือกหนาเหล่านี้ไม่ได้เกิดขึ้นโดยบังเอิญ แต่เป็น

เพราะได้เจอไฟป่ามาช้านาน จึงพัฒนาเปลือกให้ทนไฟได้ ขณะที่ป่าภูหลงนั้นไม่เคยเจอไฟป่ามาเลย เนื่องจากเป็นป่าดิบ ความชื้นสูง ไฟติดยาก ดังนั้นจึงมีเปลือกบาง ไม่สามารถต้านทานไฟได้ ครั้นถูกไฟลามเลีย เปลือกก็ติดไฟง่าย และลามไหม้ทั้งต้นจนล้มครืนลงมา ทำให้ยืนตายคาต้น

ไฟป่าปีแล้วปีเล่าทำให้ป่าภูจิกมีภูมิต้านทานไฟ ตรงข้ามกับป่าภูหลงซึ่งไม่มีภูมิต้านทานไฟเลย เมื่อสถานการณ์แปรเปลี่ยน มีไฟเข้ามาซ้ำซากจึงเสื่อมลงเป็นลำดับ ถึงตอนนี้จำต้องพึ่งคนช่วยดับไฟแล้ว ถ้าไม่มีคนคอยควบคุมไฟ ไม่เกิน ๒๐ ปี ภูหลงก็คงกลายเป็นเขาหัวโล้นไม่ต่างจากเขาภูอื่นๆ ที่อยู่บริเวณเดียวกัน

ภูทั้งสองลูกเจอปัญหาอย่างเดียวกัน แต่ผลลัพธ์ต่างกัน เพราะมีภูมิต้านทานต่างกัน ฉะนั้นได้ก็ฉนั้นนั้น คนเราเจอปัญหาอย่างเดียวกัน บางคนเป็นทุกข์ แต่บางคนหาเป็นทุกข์ไม่ ทั้งนี้ก็เพราะมีภูมิต้านทานความทุกข์ต่างกัน

ภูมิต้านทานไฟจะเกิดขึ้นได้ก็ต้องเจอไฟบ่อยๆ ในทำนองเดียวกันภูมิต้านทานความทุกข์จะเกิดขึ้นก็ต่อเมื่อเจอความทุกข์เป็นอาจิณ คนทุกวันนี้มีชีวิตอย่างสะดวกสบาย พยายามหลีกเลี่ยงหนีความทุกข์ตลอดเวลา ยิ่งเด็กๆ ด้วยแล้ว ถูกพ่อแม่เลี้ยงดูอย่างตามใจ ชนินดยุงไม่ให้โต ไรไม่ให้ตอม จึงไม่รู้จักความผิดหวังและความยากลำบาก จึงมีภูมิต้านทานความทุกข์น้อยมาก (เช่นเดียวกับภูมิต้านทานโรคก็มีน้อย เพราะพ่อแม่อนามัยจัด ลูกจึงไม่ค่อยเจอเชื้อโรคตั้งแต่แรก)

ความทุกข์นั้นมิได้มีโทษอย่างเดียว แต่ยังเป็นคุณ
 อย่างน้อยก็ช่วยให้เรามีความพร้อมที่จะรับมือกับความทุกข์
 ที่ยิ่งใหญ่กว่าได้ ความทุกข์ไม่เพียงฝึกใจเราให้เข้มแข็ง
 อดทน ไม่หวั่นไหวต่ออุปสรรคหรือความผิดหวัง ทำให้มี
 ความระแวดระวัง ไม่ประมาทพลั้งเพลอ หากยังสอนให้เรา
 เห็นความจริงของชีวิตว่า ไม่มีอะไรเที่ยงแท้ ความพลัดพราก
 สูญเสียเป็นเรื่องธรรมดา มีสรรเสริญ ก็ต้องมีนินทา ยิ่ง
 สอนเท่าไรเราก็ยิ่งเกิดปัญญา รู้เท่าทันความจริงของชีวิต
 ปล่องวางได้ง่ายขึ้น หรือเห็นความไม่สมหวังเป็นเรื่องธรรมดา

๒ มกราคม ๒๕๕๓



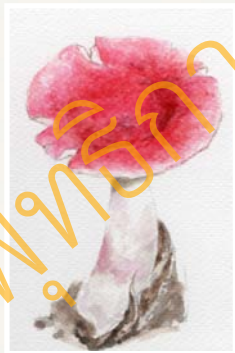


เครือข่ายพหุวิชา

เดินทวนกระแส

เมื่อเดินย้อนทางน้ำ ยิ่งใกล้ต้นน้ำ ก็ยิ่งเหนื่อย เพราะทางจะชันขึ้นเรื่อยๆ ด้วยลำธารทุกสายล้วนไหลจากที่สูงทั้งสิ้น แต่รางวัลที่ได้จากการออกแรงมากขึ้น ก็คือได้รับความชุ่มเย็นจากธารน้ำใส เห็นปลาแหวกว่ายอย่างเบิกบานใจ ขณะเดียวกันบรรยากาศก็จะร่มรื่นกว่าเดิม เต็มไปด้วยแมกไม้เขียวขจี มีดอกไม้แสนน่ารัก ยิ่งไต่สูงขึ้นไป อากาศก็ยิ่งบริสุทธิ์ โปร่งโล่ง หายใจได้เต็มปอด เห็นทัศนียภาพอันงดงามได้อย่างกว้างไกล

การทวนกิเลสก็เช่นกัน แม้
ต้องใช้ความเพียรมาก แต่ยิ่งทำ
จิตใจก็ยิ่งแจ่มใส โปร่งโล่ง เบา
สบาย ไม่ถูกรัดรีงเพราะความ
อยาก หรือหม่นหมองข้องขัด
เพราะไม่สมหวัง รวมทั้งไม่ต้อง
แบกอัตตาอันใหญ่โตให้วุ่นวายใจ
ชีวิตจึงสงบเย็น เห็นความงดงาม
ได้รอบตัว เข้าถึงความสุขได้ง่าย
รวมทั้งเห็นโลกในมุมมองที่กว้าง-
ไกลขึ้น เพราะไม่ติดตันคับแคบ
อยู่กับประโยชน์ส่วนตัว



น้อยคนที่ปรารถนาจะไปให้ถึงต้นน้ำใน
เขาสูงป่าลึก เพราะติดขัดกับความสะดวกสบาย
ในเมืองใหญ่ ฉันใดก็ฉันนั้น มิใช่ก็คนที่ยินดีกับ
การทวนกระแสกิเลส แม้ว่าจุดหมายปลายทาง
คือต้นธารแห่งความสุขที่รินไหลหล่อเลี้ยงจิตใจ
ไม่รู้จัก เพราะสุขจากวัตถุยังมีเสน่ห์เสมอสำหรับ
คนส่วนใหญ่

๓ มกราคม ๒๕๕๓





จาริกบุญ

ทุกวัฒนธรรมก็ว่าได้ย่อมมีประเพณีจาริกบุญ โดยสถานที่ศักดิ์สิทธิ์มักอยู่บนยอดเขา ว่าเฉพาะประเทศที่นับถือพุทธศาสนา จุดหมายของบุญจาริกย่อมเกี่ยวข้องกับพระพุทธเจ้า ในเมืองไทยมีพระธาตุดอยสุเทพ พม่ามีเจดีย์จีไถโย ศรีลังกามีศรีปาทะ ทิเบตมีเขาไกรลาส ภูฐานมีวิหารตักซัง ทุกแห่งล้วนอยู่บนเขาสูงชันที่ตั้งโดดเด่นเป็นสง่า แต่ไปได้ยากอย่างยิ่งโดยเฉพาะสมัยที่ยังไม่มีรถยนต์หรือถนนเข้าถึง

การจาริกบุญสมัยก่อนจึงต้องใช้ความเพียรพยายามอย่างยิ่ง และเนื่องจากต้องเดินด้วยเท้า แต่ละคนจึงไม่สามารถขนสมบัติไปได้มาก นำไปได้เฉพาะสิ่งที่จำเป็น จึงนอกจากจะได้บ่มเพาะวิริยะแล้ว ยังฝึกให้รู้จักใช้ชีวิตอย่างเรียบง่าย ซึ่งตอกย้ำหนุนเสริมด้วยการบำเพ็ญข้อวัตรที่เป็นไปในทางเกษมมะ คือการละวางความสุขทางวัตถุ

แต่ใช่ว่าการจาริกบุญเช่นนี้จะเป็นการทำตนให้ลำบาก เพราะแม้จะเหนื่อยยาก แต่ก็ใช่ว่าเป็นโอกาสให้ได้สัมผัสกับความสุขทางใจ เพราะวัตรปฏิบัติระหว่างจาริกบุญก็ดี การบำเพ็ญภาวนาและสธายามนตร์ระหว่างเดินก็ดี ล้วนช่วยกล่อมเกลาใจให้สงบเย็นเป็นสมาธิ จิตแจ่มใส ไม่ต่างจากลำธารตามเส้นทางจาริกที่ใสเย็นเป็นลำดับเมื่อใกล้จุดหมายปลายทาง



เมื่อลูถึงสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ ครั้ทธาปสาทะจะบันดาลใจ
ให้เกิดปิติ อิ่มเอิบ ยิ่งได้มาถึงยอดเขาที่สูงเทียมเมฆ ได้เห็น
ทัศนียภาพอันกว้างไกลสุดขอบฟ้า จิตใจยิ่งรู้สึกปลอดโปร่ง
โล่งเบา รวากับห้วงนภาภาคอันแว้งว้างที่อยู่เบื้องหน้า ไม่เพียง
กายเท่านั้นที่ไต่ขึ้นมาอยู่บนที่สูง แต่ใจก็ถูกยกขึ้นมาให้อยู่
สูงด้วยเช่นกัน ใช่หรือไม่ว่านี่คือรางวัลแห่งความเพียรที่ต้อง
ฝ่าความยากลำบาก

บนยอดเขาเราสามารถมองเห็นโลกในมุมสูง สิ่ง
ที่เห็นอยู่เบื้องล่างน่าจะเตือนให้เราตระหนักว่ามนุษย์เรานั้น
ช่างเล็กกะจิดริด เมื่อมองลงไปจะพบว่าไม่มีความแตกต่าง
ระหว่างคนรวยกับคนจน คนขาวกับคนดำ เศรษฐีกับยาจก
นายกา หรือชาวบ้าน ไทยหรือฝรั่ง พุทธหรือมุสลิม ฯลฯ
สมมุติบนพื้นโลกไม่มีความหมายเลยเมื่อมองลงมาจาก
ยอดเขา เพราะทุกคนเหมือนกันหมด ฉันใดก็ฉันนั้น ผู้ที่มี
ใจสูง มีปัญญาเข้าถึงจักรวาล ย่อมอยู่เหนือสมมติ ไม่เห็น
ผู้คนแตกต่างกันเลย ทุกคนมีค่าเสมอทั้งหมด

สถานที่ศักดิ์สิทธิ์บนภูสูงนั้น จะว่าไปก็คือรูปธรรมแห่ง
อุดมคติสูงสุดของมนุษย์ สำหรับชาวพุทธ นี่คือนิพพาน
แห่งพระนิพพานที่เราควรไปให้ถึง เจดีย์ที่ตั้งอยู่สูงเทียมฟ้า

คือตัวแทนแห่งโลกุตตรธรรมหรือธรรมอันอยู่เหนือโลก เป็นอิสระจากโลกธรรมทั้งหลายที่ร้อยรัดมนุษย์ให้หลงติด อยู่ในความทุกข์ ตราบใดที่เรายังหลงใหลในโลกธรรม พอใจ อยู่กับโลกียธรรม หมกมุ่นกับชีวิตอย่างโลกีย์ๆ หรือติดสมมติ ก็ยากจะเป็นอิสระจากความทุกข์ได้

ธรรมเนียมการจาริกบุญสู่เขาสูงที่ทุกคนควรบำเพ็ญสักครั้งหนึ่งในชีวิต มิใช่อะไรอื่นหากคือการกระตุ้นเตือน ให้เราพากเพียรเพื่อลูถึงโลกุตตรธรรม หรืออย่างน้อยก็ได้ สัมผัสกับเนกขัมมสุขหรือความสุขที่ปลอดโปร่งจากกาม แม้สักครั้งหนึ่งในชีวิตก็ยังดี



๕ มกราคม ๒๕๕๓

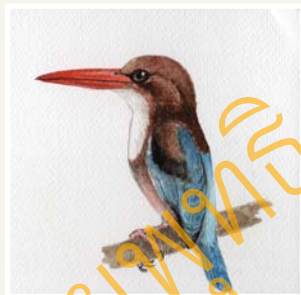


พระพุทธรูปในก้อนหิน

หินผาแข็งกระด้าง เนื้อหยาบ ไร้รูปทรง ย่อมสลักเสลาให้เป็นพระพุทธรูปอันงดงาม พระพักตร์อัมเอบ มีรอยยิ้มน้อยๆ เส้นสายอ่อนช้อยได้ ใครที่แลเห็นย่อมชื่นชมความสามารถของประติมากร และอดพิศวงไม่ได้ว่าทำเช่นนั้นได้อย่างไร แต่หากถามประติมากรชั้นครู เขาอาจตอบว่าแท้จริงเขาได้เห็นพระพุทธรูปอันงดงามสถิตอยู่ในหินผานั้นตั้งแต่แรกแล้ว เขาเพียงแค่สลักเอาส่วนเกินออกมาเท่านั้น

เคยมีคนถามไมเคิล แอนเจโล ว่า เขาสลัก
ประติมากรรมอันงดงามที่ตรึงใจผู้คน เช่น “ดาวิด”
และ “เปียต” ได้อย่างไร คำตอบของเขาก็คือ เขา
เพียงแต่นึกเห็นประติมากรรมเหล่านั้นปรากฏอยู่
ในแท่งหิน สิ่งที่เขาทำก็คือสลักเอาส่วนเกินออกมา
เพื่อเปิดเผยสิ่งที่มีอยู่แล้วข้างใน

หินทุกก้อน แม้จะด้อยค่า ก็สามารถสลัก
เป็นพระพุทธรูปได้ทั้งนั้น เป็นแต่ขนาดหรือ
รูปลักษณะเท่านั้นที่ต่างกัน นี่คือศักยภาพของหิน
ทั้งหมด ทิศาปินผู้สามารถยอมประจักษ์แก่ใจได้



ในทำนองเดียวกัน จิตของทุกคน ไม่ว่าหยาบหรือ
ละเอียด ย่อมมีพุทธภาวะอยู่แล้วทั้งนั้น แต่พุทธภาวะนั้น
จะปรากฏแสดงอย่างสมบูรณ์เป็นที่ประจักษ์หรือไม่ อยู่ที่เรา
จะสามารถเอา “ส่วนเกิน” ออกไปจากใจหรือไม่

ส่วนเกินนั้นมิใช่อะไรอื่นหากได้แก่กิเลส คือโลภะ โทสะ และโมหะ ซึ่งทำให้เกิดความยึดติดถือมั่นในตัวตน นำไปสู่การไขว่คว้าสิ่งอื่นๆ มาพอกพูนยิ่งขึ้น มิใช่แค่ทรัพย์สินสมบัติ ชื่อเสียงเกียรติยศ และอำนาจเท่านั้น หากยังรวมถึง อารมณ์หมักหมมนานาชนิด เช่น ความเศร้าหมอง ความท้อแท้ ความเชื่องซึม ฯลฯ ซึ่งแม้ไม่พึงประสงค์ แต่กลับจับตัวเกาะหนาในจิตใจ กลายเป็นความทุกข์

ส่วนเกินในจิตใจนั้น จะสลัดออกไปได้ ต้องเริ่มต้นจากการรู้จักสละสิ่งที่เป็นรูปธรรม ได้แก่ทรัพย์สิน ที่ละเล็กละน้อย ด้วยการให้ทาน แล้วขยายสู่การสละสิ่งที่เป็นนามธรรม เช่น ความหวงแหน ความเห็นแก่ตัว ความโกรธ ด้วยอภัยทานและด้วยการรักษาศีล หรือการเอื้อเฟื้อเกื้อกูล

ผู้อื่น ที่สำคัญที่สุดก็คือการสละ (ความยึดติดถือมั่น) ตัวตน “ตัวกู” นั่นคือส่วนเกินที่บดบังเคลือบคลุมพุทธภาวะ ต่อเมื่อ “ตัวกู” สลายหายไป พุทธภาวะจึงจะปรากฏและเปล่งประกาย ให้ประจักษ์

ไม่ว่าหินชนิดใด สูงค่าอย่างหยก หรือไร้ค่าอย่าง หินปูน หรือแม้แต่ไม้ ล้วนสลักเสลาให้เป็นพระพุทธรูปที่งดงามได้ฉันใด มนุษย์ทุกคน ไม่ว่ารวยหรือจน ฉลาดหรือ ทุบ ซายหรือหญิง ปกติหรือพิการ ก็สามารถบรรลุพุทธภาวะ หรือเข้าถึงความรู้แจ้งจนสิ้นทุกข์ได้ฉันนั้น



๙ มกราคม ๒๕๕๓



เครือข่ายพหุวิชา

ความงามแห่งอรุณ

ท้องฟ้ายามอรุณรุ่งคือความงดงามที่ชื่นชมได้ไม่รู้เบื่อ
แต่จะงามประทับใจยิ่งขึ้นหากได้ตื่นขึ้นมาก่อนฟ้าสว่าง เมื่อ
ท้องฟ้าเริ่มแปรเปลี่ยน จากมืดมิดแล้วค่อยๆ เรือเรื่อ
ด้วยแสงเงินแสงทอง จิตใจของผู้ชมก็จะค่อยๆ แจ่มใสและ
เบิกบาน จนรู้ตื่นเต็มทีเมื่อท้องฟ้าสว่างไสวไปทุกทิศ

แสงเงินแสงทองงามที่สุดเมื่อประชันกับความมืดมิด ความงามของธรรมชาติเบื้องหน้าจะจับใจเมื่อความมืดมน ค่อยๆ ละลายหายไป กลายเป็นความสว่างเรือง ใครที่ไม่ได้ เห็นความมืดมิดของท้องฟ้ามาก่อน ไหนจะเลยประจักษ์ถึง ความงามของอรุณรุ่งได้อย่างเต็มที่

รุ่งอรุณงดงามจับใจยิ่งสำหรับผู้ที่ถูกปกคลุมด้วยความ มืดมาก่อน ในยามทดท้อสิ้นหวังกับชีวิต จนไม่อยากอยู่ ต่อไปในโลกนี้ เพียงแค่เห็นแสงอรุณจับขอบฟ้า ไล่ความ มืดมิดไปที่ละน้อยๆ จิตก็สว่างไสว และหลุดพ้นจากความ มืดมน เกิดความหวังและกำลังใจที่จะสู้ทุกข์ต่อไป ใช่หรือไม่ ว่าเมื่อถึงที่สุดแห่งรัตติกาล อรุณรุ่งก็ปรากฏ เมื่อมืดมิด อย่างที่สุด ความแจ่มกระจ่างก็บังเกิด

ผู้ที่ตกอยู่ในความมืดมิดย่อมซึ่งใจในคุณค่าของแสงสว่าง แม้เพียงประพิมประพาย จันใดก็จันนั้น น้ำใจแม้เพียงเล็กน้อย กลับเป็นสิ่งยิ่งใหญ่สำหรับผู้ที่ยังจมอยู่ในความทุกข์ ที่อาจตราตรึงใจเขาอย่างมิรู้ลืม ปราศจากความทุกข์ ไยจะเห็นคุณค่าของความเอื้อเฟื้อและความอímเอิบใจ หากสุขสบายไปทั้งชาติไหนเลยจะซาบซึ่งใจกับความดีที่ผู้อื่นกระทำแก่ตน บางครั้งความทุกข์ก็ทำให้เราเห็นน้ำใจทั้งดงามของเพื่อนมนุษย์ได้ชัดเจน เช่นเดียวกับผู้ที่อยู่ในความมืดเท่านั้นที่จะประจักษ์ถึงความงามยามอรุณรุ่งอย่างยากจะพรรณนา



๑๒ มกราคม ๒๕๕๓

เครือข่ายพุทธิกา



จิตประภัสสร

ดวงอาทิตย์นั้นสุกสว่างตลอดเวลา แต่สาเหตุที่อากาศมืดครึ้ม มิใช่เพราะอาทิตย์อับแสง หากเป็นเพราะมีเมฆมาบดบัง แต่ก็แค่ชั่วคราวเท่านั้น เมื่อเมฆเลื่อนหาย ความสว่างกระจ่างตากก็ปรากฏ ในทำนองเดียวกัน ไม่มีสุริยุปราคาครั้งใดยืนยาวเลย แม้ความมืดดูเหมือนจะกลืนกินอาทิตย์ทั้งดวง แต่แท้จริงดวงอาทิตย์ยังส่องสว่างดังเดิม เป็นแต่สายตาของเราต่างหากที่ถูกดวงจันทร์บดบัง

จิตของเราก็เช่นกัน สุกสว่างประภัสสรอยู่ตลอด แต่ที่ดูเหมือนเศร้าหมองนั้นเป็นเพราะมีกิเลสมาดบัง เมื่อกิเลสจรรยาไป ความแจ่มกระจ่างก็กลับมา กิเลสนั้นหาได้อยู่ประจำจิต หรือเป็นส่วนหนึ่งของจิตไม่ แม้มันจะเกิดกับจิตก็ตาม เจกเช่นเปลวไฟที่เกิดกับเนื้อไม้ แต่หาได้แฝงอยู่ในเนื้อไม้ไม่

เมฆเลื่อนหายเพราะแรงลมฉันใด กิเลสเลื่อนหายก็เพราะความตื่นรู้ เมื่อมีสติเกิดขึ้น ความหลงลืมก็หายไปพร้อมกับ “ตัวกู” ที่ถูกปรุ้งเพราะความหลง กิเลสจึงไม่มีที่ตั้งไม่สามารถบดบังหรือเคลือบคลุมจิตได้อีกต่อไป

เมื่อจิตหมองมัว ไม่ต้องทำอะไรกับจิต เพราะจิตสว่างไสวใสเย็นอยู่แล้ว กับกิเลสก็เช่นกัน ไม่ต้องทำอะไร

กับมัน แค่มีสติรู้ตัว ก็เลสก็หายไป เช่นเดียวกับความมืด
ที่ปลาสนาการไปทันทีที่ต้องแสงสว่าง

ยามชีวิตตกอับ จิตใจ เต็มไปด้วยความทุกข์ รวากับ
ดาวอับแสง ฟังระลึกไว้เสมอว่าความมืดมัวนั้นเป็นของ
ชั่วคราว ไม่นานชีวิตและจิตใจก็จะกลับเป็นปกติ เมื่อใด
ก็ตามที่รู้สึกท้อท้อเพราะความดีของเราไม่เป็นที่รับรู้ของผู้คน
ขอให้มั่นใจว่าแม้บางคนจะมองไม่เห็น แต่ยังมีอีกมากมาย
ที่เห็นประกายแห่งความดีของเรา เจกเช่นผู้คนส่วนน้อย
เท่านั้นที่ถูกดวงจันทร์บดบังจนมองไม่เห็นดวงอาทิตย์ยามเกิด
สุริยุปราคา แต่ในสายตาของผู้คนก่อนโลก ดวงอาทิตย์ยัง
เจิดจ้าไม่แปรเปลี่ยน



๑๖ มกราคม ๒๕๕๓



ต้นไม้สอนธรรม

ต้นไม้ไม่เคยดูหน้าและบึ้งจากดินมาเลี้ยงตัวอย่างเดียว หากยังคายน้ำและทิ้งกิ่งใบให้เป็นปุ๋ยกลับคืนผืนดิน อีกทั้งยังให้อาหารและที่พักพิงแก่สรรพชีวิต แผ่คาบปให้นกสร้างรัง เพื่อตอบแทนที่ช่วยหวานเมล็ดพันธุ์ไปทั่วป่า

มนุษย์เราก็เช่นกัน ไม่ควรเป็นผู้รับฝ่ายเดียว ควรรู้จักตอบแทนผู้มีพระคุณ และทำตนให้เป็นประโยชน์แก่โลกด้วย

ต้นไม้สูงใหญ่ได้ มิใช่เพราะมีวแต่แทงยอดขึ้นฟ้าเท่านั้น หากยังหยั่งรากลึกลงไปในดินด้วย ยิ่งสูงเท่าไร ก็ยิ่งมีรากลึกเท่านั้น จึงสามารถตั้งมั่นอยู่ได้ แม้ลมกล้าพายุฝนกระหน่ำก็ไม่หักโค่น

ผู้ที่มีฐานะสูงเด่น สามารถฝ่าฟันอุปสรรค ยืนหยัดมั่นคงได้ มิใช่เพราะมีวแต่สร้างผลงานให้ผู้คนประจักษ์ หากยังเพราะมีฐานใจที่ยังลึก จึงไม่หวั่นไหวกับความผันผวนปรวนแปรของโลกธรรม ยิ่งสามารถหยั่งลงไปถึงต้นธารแห่งความสุขภายใน จิตใจย่อมเข้มแข็งเบิกบานอยู่เสมอ แม้จะจนทรัพย์ ไร้เกียรติยศ ไม่มีผู้คนสรรเสริญ เช่นเดียวกับไม้ใหญ่ที่เขียวขจีตลอดปี แม้ในฤดูแล้งที่แห้งผากและร้อนผ่าวก็ตาม

พินิจให้ดี ต้นไม้ยังรู้จักเปลี่ยนแสงแดดให้กลายเป็น
ร่มเงา เปลี่ยนขยะมูลฝอยหรืออาจมีในดินให้กลายเป็น
ดอกไม้งามและผลไม้หอมหวาน

มนุษย์เราก็เช่นกัน ควรรู้จักเปลี่ยนปัญหาให้กลายเป็น
ปัญญา เปลี่ยนความล้มเหลวให้กลายเป็นบทเรียน เปลี่ยน
เคราะห์ให้กลายเป็นโชค และเปลี่ยนทุกข์ให้กลายเป็นสุข

หากถือเอาต้นไม้เป็นครู ชีวิตย่อมสงบเย็น เป็นสุข
และมีคุณค่าอย่างยิ่ง

๒๔ มกราคม ๒๕๕๓





เม็ดใจรับความสุข

แม่เดินอยู่ในสวนอันรื่นรมย์ นั่งเล่นอยู่ริมธารใสกลางป่าใหญ่ หรือยืนอยู่บนชะง่อนผายามอาทิตย์ขึ้น แต่ถ้าใจหมกมุ่นครุ่นคิดถึงงานการหรือคนรักที่บ้าน ก็ยากจะได้ยินเสียงนกร้อง จักจั่นเรไรกรีดปีก หรือรับรู้ถึงลมเย็นที่มาสัมผัสกายได้ บางครั้งก็ยังไม่เห็นแม้กระทั่งดอกหญ้างามๆ ที่เบ่งบานข้างทาง หรือกลัวว่าไม้ป่าที่ทอดสีล้นอยู่เบื้องหน้า

ความงามจะปรากฏแก่เราได้ก็ต่อเมื่อเปิดใจรับรู้สิ่งที่อยู่เบื้องหน้า ไม่หลงจมอยู่ในโลกแห่งความคิด ที่จริงไม่จำเป็นต้องพาตัวมาอยู่ในธรรมชาติอันบริสุทธิ์สักก็ได้ แม้อยู่ในเมืองใหญ่ ก็มีสิ่งสวยงามจรรโลงใจมาเปี่ยมเยื่อนอยู่เสมอ เป็นแต่ใจเราไม่เปิดเอง จึงรู้สึกแห้งผากและขุ่นมัวอยู่เสมอ ไข้หรือไม่ว่าริมทางมีดอกไม้งาม มีตะไคร่น้ำเขียวสดใสริมตึก มีรอยยิ้มของเด็กเล็ก และน้ำใจที่ผู้คนมีให้แก่กัน เมื่อใดก็ตามที่วางความคิดลง ไม่หมกมุ่นกับอดีตหรืออนาคต ก็จะได้เห็นสิ่งเหล่านี้ได้ไม่ยาก

ความสุขมิได้อยู่ไกลจนต้องไขว่คว้าแสวงหา หากอยู่รอบตัวเราเอง เป็นแต่เรามองไม่เห็น จะว่าไปแล้วความสุขอยู่กับตัวเราด้วยซ้ำ โดยมาในรูปลักษณะต่างๆ เช่น การมี

สุขภาพดี ไม่เจ็บป่วย มีร่างกายปกติ ไม่พิการ กินอิ่ม นอนอุ่น ฯลฯ แต่เป็นเพราะใจเรามัวจดจ่ออยู่กับสิ่งอื่นที่ ไกลตัว หาไม่ก็อาลัยกับสิ่งที่สูญเสียไป จึงไม่ตระหนักถึง ความสุขที่มีอยู่ ต่อเมื่อสูญเสียสิ่งเหล่านั้นไป เช่น ล้มเจ็บ ก็จะตระหนักว่าการมีสุขภาพดีนั้นเป็นสุขอย่างยิ่ง หลายคน เมื่อเป็นอัมพฤกษ์หรือพิการ จึงรู้ซึ่งถึงความสุขยามร่างกาย ยังปกติ

เมื่อคุณรู้สึกเป็นทุกข์ นั่นมิใช่เป็นเพราะความสุขทั้ง คุณไป หากเป็นเพราะคุณมองไม่เห็นความสุขที่มีอยู่ต่างหาก



๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓

เครือข่ายพหุวิชา



I ในมุกุทนะ

สายน้ำที่ไหลผ่านเราไม่เคยเป็นน้ำสายเดิม เทียนที่
ลุกไหม้ก็มีไขเทียนเล่มเดิม ทุกสิ่งที่ปรากฏแก่ตาและใจ
ของเรานั้น ไม่เคยเป็นของซ้ำเดิม หากเป็นสิ่งที่แปร-
เปลี่ยนอยู่เสมอ เช่นเดียวกับเข็มนาฬิกาที่ดูเหมือนนิ่งแต่
แท้จริงเคลื่อนตัวตลอดเวลา

ร่างกายของเราก็เช่นเดียวกัน มีการเกิดและดับตลอดเวลา วันหนึ่งๆ มีเซลล์ทั่วร่างกายตายไม่ต่ำกว่า ๕๐,๐๐๐ ล้านเซลล์ อวัยวะทุกส่วนมีการสร้างใหม่ทดแทนของเก่าตลอดเวลา ไม่ใช่แค่ผิวหนังและเส้นผมเท่านั้น แต่รวมถึงกระดูก ปอด ตับ ไต หัวใจ ประมาณว่าภายใน ๗ ปีร่างกายทั้งร่างก็แทบเป็นร่างใหม่ที่ไม่ใช่ของเก่าหลงเหลือ (อาจจะยกเว้นก็สมองเท่านั้นเอง)



ยิ่งจิตด้วยแล้วเกิดดับตลอดเวลา ถีบพองๆ กับการ
กะพริบของไฟนีออนหรือจอโทรทัศน์จนดูเหมือนสว่างจ้า
อยู่เสมอ แม้จะคิดเรื่องเดิม หรือโกรธนานเป็นวัน แต่สิ่งที่
ปรากฏแก่ใจนั้นล้วนเป็นของใหม่เสมอ อารมณ์โกรธเมื่อกี้
ก็มีใช้อย่างเดียวกับขณะนี้ เช่นเดียวกับเปลวเทียนเมื่อวินาที
ที่แล้วทำให้เปลวเดียวกับตอนนี้ไม่

ไม่มีอะไรซ้ำเดิม ทุกอย่างล้วนเป็นของใหม่เสมอ หาก
เปิดใจรับรู้ปัจจุบัน ก็จะได้พบเห็นสิ่งใหม่ตลอดเวลา ไม่ว่า
รูปธรรมหรือนามธรรม ความซ้ำซากจำเจมีอยู่แต่ในความคิด
ของเราเท่านั้น แต่หาได้มีอยู่ในความเป็นจริงไม่

เมื่อเปิดใจมองสายน้ำ หากไม่หลงติดกับภาพเดิมๆ ที่
สร้างขึ้นในใจ หรือปล่อยยให้ความคิดบดบัง ก็จะได้เห็นน้ำ
สายใหม่ ซึ่งให้ความรู้สึกสดใหม่แก่เรา รวมทั้งได้พบเห็น



สิ่งใหม่จากสายน้ำอยู่เสมอ เมื่อสวดมนต์ด้วยใจที่มีสติอยู่กับบทสวดทุกถ้อยคำ ไม่สาธยายตามความเคยชิน หรือสวดแต่ปาก ก็จะพบว่าบทสวดนั้นใหม่เสมอ และให้แง่คิดอยู่เป็นนิจ แม้จะสวดมาแล้วนับร้อยนับพันครั้ง

หมั่นดูกายที่เคลื่อนไหว ใจที่คิดนึก แม้จะหายใจเข้าออกนับครั้งไม่ถ้วน เดินกลับไปกลับมาบนทางเส้นเดิม เป็นแรมปี แต่ทุกลมหายใจและทุกก้าวเดินสามารถพลิกเปลี่ยนจิตให้เห็นโลกและชีวิตในมุมใหม่อย่างไม่เคยนึกคิดมาก่อน เพราะทุกลมหายใจและทุกก้าวนั้นไม่เคยซ้ำเดิม แต่เป็นสิ่งใหม่เสมอ



๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓



โครงการฟรุ้งฟริ้ง





รักคนในมั่วหัวใจก็สดใส

เมื่อมีสิ่งใดมากระทบ จนเกิดความหงุดหงิด ชุ่นเคือง
เศร้าหมอง ท้อแท้ หากไม่รู้เท่าทัน ใจก็จะไปยึดฉวยมัน
แล้วปรุ่งต่อ เก็บเอามาคิดแล้วแต่งเติม แม้คิดแล้วทุกข์
ก็ยังอยากคิด ไม่ยอมปล่อยไม่ยอมวาง เว้นแต่มีเรื่องใหม่
เข้ามากระทบ ก็จะหันไปปรุ่งเรื่องนั้นแทน แต่เมื่อใด
ก็อดหวนคิดเรื่องเดิมไม่ได้ แม้เหตุการณ์ผ่านไปหลายวัน
ก็ตาม เปรียบไปก็ไม่ต่างจากการเอาอาหารที่บูดเน่าแล้ว
กลับมากินใหม่

ทุกวันนี้เราเสพอารมณ์เก่าๆ แทบทั้งวัน อารมณ์บูด
เน่าเหล่านี้ยิ่งเสพก็ยิ่งเป็นโทษกับใจของเรา ทำให้เป็นทุกข์
และไม่สามารรถเปิดใจรับรู้สิ่งดีๆ ที่พบเห็นอยู่รอบตัวได้
ไม่ดีกว่าหรือหากปลดปล่อยสิ่งเหล่านี้ไปจากใจ เพื่อรับ
อารมณ์ที่สดใหม่ ที่จริงธรรมชาติได้มอบสติเพื่อให้ใจรู้ทัน
เมื่อเสพอารมณ์บูดเน่าหรือหมกมุ่นกับเรื่องราวที่ผ่านมาไปแล้ว
ทันทีที่รู้ทันใจก็ปล่อยสิ่งเหล่านี้ออกไป ช่วยให้ใจโปร่งเบา
และพร้อมรับรู้สิ่งที่อยู่เฉพาะหน้า โดยไม่มีความคิดหรือ
อารมณ์เก่าๆ บดบังขวางกั้น ขณะเดียวกันเมื่อรับรู้แล้วก็
พร้อมจะวาง ไม่ยึดติดหรือปล่อยให้ค้างคาใจจนกลายเป็น
ของบูดเน่าในที่สุด

ต้นไม้เขียวขจีอยู่เสมอก็เพราะทิ้งใบที่แห้งตาย ไม่เก็บ
เอาไว้ให้เป็นภาระ ร่างกายมีพลังงานมากก็เพราะระบายสิ่ง
หมักหมมออกไปจากอวัยวะทุกส่วน ใจจะสดใสก็เพราะรู้จัก
ปลดปล่อยอารมณ์ที่หมักหมมบดเน่า ใจที่ว่างและเปิดกว้าง
ต่อทุกสิ่งที่เป็นปัจจุบันเท่านั้นที่จะทำให้ชีวิตสดใหม่อย่าง
แท้จริง

จะโกรธเกลียดใครก็ตาม อย่าปล่อยให้ความโกรธ
เกลียดอยู่ข้ามคืน ตื่นเช้าขึ้นมาให้เปิดใจพร้อมรับวันใหม่
ด้วยใจที่สดใส พร้อมจะก้าวไปข้างหน้าด้วยการทำวันนี้ให้
ดีที่สุด โดยไม่ผูกมัดติดพันนาการ



๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓



เครือข่ายพหุวิชา

สุลึจักรวาล

เมื่อเหล่าน้ามองท้องฟ้ายามดึกคืน ดวงดาวพราวพร่าง
ฟ้าสามารถสะกดใจเราให้สงบได้ ในยามนั้นแหละที่เราจะ
ระลึกได้ถึงตำแหน่งแห่งหนที่แท้จริงของเราในจักรวาล

ไม่ว่าจะยิ่งใหญ่มาจากไหน คุณจะรู้สึกถึงความกะจิริด
ของตัวเองเมื่ออยู่ต่อหน้าดวงดาวนับล้านและทางช้างเผือกที่
พาดผ่านฟ้า ดวงดาวเหล่านี้มีขนาดมโหฬารเกินจินตนาการ

บ้างก็เป็นดาราจักรที่กว้างหลายปีแสง
แต่แล้วกลับกลายเป็นแค่จุดเล็กๆ
ระยิบระยับเบื้องหน้าเรา



ใช่หรือไม่ว่าแท้จริงเราไม่ต่างจากธุลีของจักรวาล การ
ปรากฏตัวของเราบนพื้นโลกนั้นแม้จะเป็นเหตุการณ์อัน
ยิ่งใหญ่ของใครบางคน แต่ก็ไม่ต่างจากการเกิดขึ้นของ
ฝุ่นผงเม็ดหนึ่งในจักรวาล พันปีนั้นนานเกินกว่าที่ทุกคน
ไฝฝินจะอยู่ในโลกนี้ แต่นั่นเทียบไม่ได้เลยกับอายุหลายพัน
ล้านปีของดวงดาวแต่ละดวงบนท้องฟ้า มิใช่ต้องเฝ้าถึงอายุ
ของจักรวาล

เมื่อดาวดวงหนึ่งแตกดับ อาจเกิดแรงสั่นสะเทือนไป
ยังดวงดาวใกล้เคียง แต่แทบไม่มีความหมายเลยสำหรับ
จักรวาลที่มีดาวแสนล้านดวงเคลื่อนกล่นเต็มฟ้า เมื่อดารา
จักรที่ไกลหลายร้อยปีแสงระเบิดกัมปนาท เราเคยรับรู้ถึง
แรงสั่นสะเทือนหรือไม่ อย่างมากที่สุดก็เป็นแค่แรงกระเพื่อม
เล็กๆ ที่เครื่องมืออันละเอียดอ่อนเท่านั้นสามารถดักจับได้
แล้วเหตุใดเราจึงคิดว่าการตายของเราเป็นปรากฏการณ์
อันยิ่งใหญ่ที่โลกจะไม่มีวันลืม

เป็นเพราะเราคิดว่าตัวเรานั้นเป็นคนสำคัญ จึงเห็น
ความปรารถนาของตัวเองเป็นเรื่องใหญ่ที่สุด ยิ่งคิดว่าตัวเอง
ใหญ่คับฟ้า ก็ยิ่งเป็นทุกข์อย่างยิ่งเมื่อไม่สมหวัง อดไม่ได้ที่
จะกราดเกรี้ยวต่อโลกทั้งโลก และเมื่อถึงวันที่จะลาโลก

เราอดสงสัยไม่ได้ว่าโลกจะขับเคลื่อนอย่างไรเมื่อไม่มีเรา แต่ความจริงก็คือการตายของเรานั้นไม่ได้ต่างอะไรเลยกับการหายวับของฝุ่นธุลีในอวกาศ โลกก็ยังหมุนอยู่ต่อไป และในที่สุดก็จะลืมเรา

ตราบไคที่ยังคิดถึงแต่ตัวเอง ก็ย่อมสำคัญผิดคิดว่าฉันคือคนที่ยิ่งใหญ่ที่สุด เป็นประหนึ่งศูนย์กลางของโลก ที่ทุกคนต้องหมุนรอบ แต่เมื่อเปิดตาเบิ่งมองท้องฟ้ายามดึก แสงระยิบระยับของดวงดาวเต็มฟ้าสามารถสาदส่องใจเราให้สว่างไสวและโปร่งเบา ความทุกข์จะลดลงและรู้สึกเจียมเนื้อเจียมตัวมากขึ้น



๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓

เครือข่ายพหุวิชา



เครือข่ายพุทธิกา เพื่อพระพุทธศาสนาและสังคม

การจะรักษาพระศาสนาให้ยั่งยืนนั้นมีโชหน้ำที่ของคนใดคนหนึ่งหรือบุคคลใดเพียงกลุ่มเดียวทั้งมีใช้เป็นความรับผิดชอบที่จำกัดอยู่กับพระสงฆ์หรือรัฐบาลเท่านั้น หากเป็นหน้าที่ของชาวพุทธทุกคนและเป็นการรับผิดชอบต่อพระพุทธองค์ทรงมอบหมายแก่พุทธบริษัททั้งหลาย

ดังนั้นเมื่อถึงคราวที่พระพุทธศาสนาประสบภาวะวิกฤต จึงควรที่ชาวพุทธทุกคนจะร่วมมือกันอย่างเต็มกำลังความสามารถเพื่อฟื้นฟูพระพุทธศาสนาให้เจริญงอกงามและกลับมามีความหมายต่อสังคมไทยรวมทั้งยังประโยชน์แก่สังคมโลก

ด้วยเหตุนี้ “เครือข่ายพุทธิกา” จึงเกิดขึ้น เพื่อเป็นจุดเริ่มต้นของการมีองค์กรประสานงานในภาคประชาชนสำหรับการเคลื่อนไหวผลักดันให้มีการฟื้นฟูพระพุทธศาสนาอย่างจริงจังและต่อเนื่อง

เครือข่ายพุทธิกา ประกอบด้วยองค์กรสมาชิก ๙ องค์กร ได้แก่ มูลนิธิโกมลคีมทอง มูลนิธิเด็ก มูลนิธิพุทธธรรม มูลนิธิสุขภาพไทย มูลนิธิสานแสงอรุณ มูลนิธิสายใยแผ่นดิน เสมสิกขาลัย มูลนิธิเมตตาธรรมรักษ์ และกลุ่มเสขิยธรรม



บทเรียนจากผู้จากไป

นพ. เต็มศักดิ์ พึ่งรักมี และ
อโนทัย เจียรสตาवरค์ บรรณาธิการ
ราคา ๑๐๐ บาท



เป็นไทย เป็นพุทธ และเป็นสุข
พระไพศาล วิสาโล เรียบเรียง
ราคา ๗๕ บาท



เผชิญความตายอย่างสงบ เล่ม ๑
พระไพศาล วิสาโล
และคณะ เรียบเรียง
ราคา ๑๒๐ บาท



เผชิญความตายอย่างสงบ เล่ม ๒
พระไพศาล วิสาโล
และคณะ เรียบเรียง
ราคา ๙๙ บาท



เหนือความตาย
พระไพศาล วิสาโล เรียบเรียง
ราคา ๑๒๐ บาท



สุขสุดท้ายที่ปลายทาง
กรรณจรียา สุขรุ่ง เรียบเรียง
ราคา ๑๙๐ บาท



ระลึกถึงความตายสบายนัก
พระไพศาล วิสาโล เรียบเรียง
ราคา ๔๐ บาท



ชีวิตและความตายในสังคมสมัยใหม่
พระไพศาล วิสาโล
และคณะ เรียบเรียง
ราคา ๕๕ บาท



ความตายในทัศนะของพุทธศาสนิกชน
พระคณาภิเษก เมธีวรวิทย์ และคณะ
ราคา ๗๐ บาท



เพื่อรอยยิ้มเมื่อสิ้นลม
เล่ม ๑ - ๒
สว่าง ลือชาพัฒนพร เขียน
ราคาชุดละ ๓๐๐ บาท





น้ำใสใจเย็น

พระไพศาล วิสาโล เรียบเรียง

ราคา ๗๙ บาท



ธรรมะสำหรับเด็ก

พระไพศาล วิสาโล เรียบเรียง

ราคา ๑๐๐ บาท



เลือกทางนี้ดีกว่า :

๑๒ วิธีเยี่ยวยากายใจ

เทียนสี/นภขมื่นเหลืออ่อน เรียบเรียง

ราคา ๕๙ บาท



สานรัก สร้างสุข

พระไพศาล วิสาโล เรียบเรียง

ราคา ๓๙ บาท



ไปไม้ไหวใจนิ่งสงบ

พระไพศาล วิสาโล เรียบเรียง

ราคา ๑๒๐ บาท



รักษาใจให้ไกลทุกข์

พระไพศาล วิสาโล เรียบเรียง

ราคา ๒๐ บาท

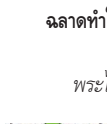


จลลดาทำบุญ รวมเรื่องน่ารู้คู่มือทำบุญ

พระชาโย วรธมโม และ

พระไพศาล วิสาโล เรียบเรียง

ราคา ๖๐ บาท



จลลดาทำใจ

หนักแค่ไหนก็ไม่ทุกข์
สุขเพียงใดก็ไม่เพลิน

พระไพศาล วิสาโล เรียบเรียง

ราคา ๙๙ บาท



จิตใสใจสุข

พระไพศาล วิสาโล เรียบเรียง

ราคา ๘๕ บาท



เติมชีวาให้ชีวิต

พระไพศาล วิสาโล เรียบเรียง

ราคา ๘๐ บาท



จิตเบิกบาน งานสัมฤทธิ์

พระไพศาล วิสาโล เรียบเรียง

ราคา ๕๙ บาท



ปทานุกรมความตาย

จัดทำโดย พุทธิกา

ราคา ๖๐ บาท





สมบัติการจัดพิมพ์ เล่มละ ๑๔ บาท (จัดส่งฟรี)

- | | | |
|-----------------------------|---|-----------------------|
| - ๓๐ วิธีทำบุญ | - สอนลูกทำบุญ | - ฉลาดทำใจ |
| - เติมเต็มชีวิตด้วยจิตอาสา | - สุขส่วนกระแส | - ความสุขที่ปลายจมูก |
| - ใส่บาตรให้ได้บุญ | - ธรรมชาติในใจ ธรรมชาติในใจ | - ความสุขที่แท้ |
| - พรวันใหม่ ชีวิตใหม่ | - อยู่ทุกที่ก็มีความสุข | - เจอทุกข์ ใจไม่ทุกข์ |
| - สังฆทานการเจือจานสังคัม | - ชีวิตเปี่ยมมิตร...จิตเปี่ยมสุข | - ปากีหริยสันใจ |
| - แพ้ก็ไม่ทุกข์ ลงก็เป็นสุข | - สองพระ สองตน ก้าวพันวิกฤติร่วมกัน | - ชนะได้ด้วยไมตรี |
| - ชุมทรัพย์จากก้อนอิ | - การช่วยเหลือผู้วาระยะสุดท้ายด้วยวิธีแบบพุทธ | |



ดีวีดี สู่ความสงบที่ปลายทาง ราคาแผ่นละ ๕๐ บาท



ซีดี ระลึกถึงความตายสบายนัก
ราคา ๒๐ บาท



ซีดี MP3 เผชิญความตายอย่างสงบ
(๑ ชุด มี ๖ แผ่น) ราคาแผ่นละ ๒๐ บาท

สนใจเผยแพร่หนังสือเพื่อแจกจ่ายวัด หอสมุด โรงเรียน เด็กและเยาวชน
หรือใช้ในเทศกาลงานพิธีต่างๆ งานสาธารณกุศลอื่นๆ สอบถามรายละเอียดได้ที่เครือข่ายพุทธิกา