

DhammaTIME



วันแม่แห่งชาติ 2557

- * ประวัติความเป็นมาและความสำคัญของวันแม่แห่งชาติ (หน้า 7)
- * ดอกไม้สัญลักษณ์ประจำวันแม่ (หน้า 10)

www.dmc.tv

Tel.02-831-1774

เกาะติด
สถานการณ์
ข่าวบุญ

หนังสืออยู่ในบุญ
online
mp3 นานั่งสมาธิ



dmc-tv



ชมสด LIVE

อ่านธรรมะ
กฎแห่งกรรม

ฝันในฝันตัดช่วง
ทบทวนทุกวัน

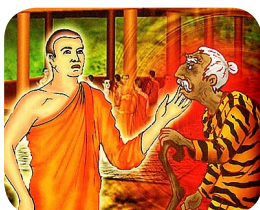
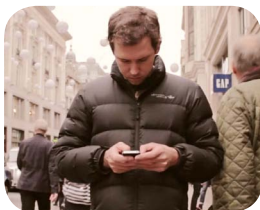
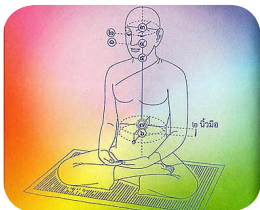
ธรรมะเยาวชน
การ์ตูน

www.dmc.tv

ชมถ่ายทอดสดทุกวัน ชมรายการย้อนหลัง
สมาธิ นรท สวรรค์ กฎแห่งกรรม ศูนย์รวมสื่อธรรมะมากมาย
ให้คุณอยู่ในบุญตลอดเวลา

Dhamma TIME TOP OF WEEK

สารบัญ



- 4 ข่าวบุญต่างประเทศ
“วัดพระธรรมกายซิลิคอนวัลเลย์
จัดพิธีบรรพชาเยาวชนธรรมทายาท”
- 6 ข่าวบุญในประเทศ
“มหาเถรสมาคมมีมติแต่งตั้งพระสังฆาธิการ”
- 7 วันแม่แห่งชาติ 2557
“ประวัติความเป็นมาและความสำคัญของวันแม่แห่งชาติ”
- 10 วันแม่แห่งชาติ
“ดอกมะลิ ดอกไม้สัญลักษณ์ประจำวันแม่”
- 12 ดิจิตอล ดีท็อกซ์ Digital Detox
- 14 หลวงพ่อตอบปัญหา
“ทำอะไรๆ จึงจะฝึกตนให้เป็นคนมีเหตุผล
สร้างงาน สร้างเงิน สร้างคนเป็น”
- 18 หลวงพ่อตอบปัญหา
“เวลาคือทรัพย์ที่ทุกชีวิตมี
เราจะใช้ทรัพย์คือเวลาอย่างไรให้เกิดประโยชน์สูงสุด”
- 23 ธรรมะเพื่อประชาชน
“รู้จักกายที่แท้จริงของตนเอง”
- 26 ธรรมะเพื่อประชาชน
“มารผู้ขัดขวางความดี”
- 29 คำศัพท์ภาษาอังกฤษน่ารู้
“การติดต่อทำธุรกรรมทางการเงินที่ธนาคาร”
- 34 คำศัพท์ภาษาอังกฤษน่ารู้
“อริยสัจ 4 หรือ The Four noble Truths”

วัดพระธรรมกายซีลิกอนวัลเลย์ ...จัดพิธีบรรพชายุวธรรมทายาท

ข่าว DMC NEWS ประจำวันที่ 8 สิงหาคม พ.ศ. 2557

วัดพระธรรมกายซีลิกอนวัลเลย์ประเทศสหรัฐอเมริกา ได้จัดพิธีบรรพชายุวธรรมทายาทครั้งแรก

โดยภายในงานนาคยุวธรรมทายาทผู้ปกครอง ญาติมิตร และสาธุชนได้เดินเวียนประทักษิณ รอบองค์พระประธาน เพื่อให้ นาคยุวธรรมทายาทได้สํารวมกาย วาจา ใจ ก่อนที่จะประกอบพิธีวันทาพระประธาน โดยมีกัลยาณมิตรด็อกเตอร์สิทธิ ชัยสุโรจน์ เป็นผู้ถือพานขอศีล ส่วนกัลยาณมิตรอรวิฑู ศิริรักษ์ เป็นผู้ถือพานดอกไม้ธูปเทียน

จากนั้นเป็นพิธีขอขมาและรับผ้าไตรจากผู้ปกครอง และประกอบพิธีบรรพชา โดยได้รับความเมตตาจากพระครูณี นนฺทภทฺโท เป็นพระอุปัชฌาย์ จากนั้นสาธุชนได้ร่วมกันถวายจตุปัจจัยไทยธรรมแด่สามเณร และในโอกาสนี้สามเณรได้กล่าวสํไมทเนี่ยกถา ก่อนที่จะถ่ายภาพประวัติศาสตร่วมกันเพื่อตรึงระลึกถึงบุญที่ได้ทำร่วมกันในครั้งนี้



วัดพระธรรมกายซีลิกอนวัลเลย์
จัดพิธีบรรพชายุวธรรมทายาท



วัดพระธรรมกายชิลิคอนวัลเลย์จัดพิธีบรรพชาญวธรรมทายาท



มหาเถรสมาคมมีมติแต่งตั้งพระสังฆาธิการ

ข่าว DMC NEWS ประจำวันที่ 31 กรกฎาคม พ.ศ. 2557

มหาเถรสมาคมมีมติเห็นชอบแต่งตั้งพระสังฆาธิการเป็นที่ปรึกษาเจ้าคณะอำเภอและเจ้าคณะตำบล พร้อมทั้งแต่งตั้งผู้รักษาการแทนเจ้าอาวาสพระอารามหลวง

เมื่อวันที่ 30 กรกฎาคม ที่ผ่านมา สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า มหาวชิราลงกรณ ผู้ปฏิบัติหน้าที่สมเด็จพระสังฆราช เจ้าคณะใหญ่หนเหนือ แม่กองบาลีสนามหลวง เจ้าอาวาสวัดปากน้ำภาษีเจริญ เป็นประธานในการประชุมมหาเถรสมาคม ณ อาคารสมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า ในการนี้ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ เจ้าคณะใหญ่หนกลาง เจ้าอาวาสวัดพิชยญาติการาม ได้เสนอขอแต่งตั้งพระสังฆาธิการเป็นที่ปรึกษาและรายงานการแต่งตั้งผู้รักษาการแทนเจ้าอาวาสพระอารามหลวง ดังนี้ ด้วยเจ้าคณะภาค 2 และ ภาค 13 รายงานว่า มีพระสังฆาธิการในเขตการปกครองฯ ได้ปฏิบัติหน้าที่มาด้วยความเรียบร้อย จนมีอายุ 80 ปีบริบูรณ์สมควรได้รับการแต่งตั้งเป็นที่ปรึกษาเจ้าคณะ ได้แก่

1. พระครูสุกิตติยาภิวัฒน์ อายุ 80 พรรษา 38 นักธรรมเอก เจ้าคณะอำเภอโพธิ์ทอง และ เจ้าอาวาสวัดท่าโขลงกิตติยาราม ตำบลบ่อแร่ อำเภอโพธิ์ทอง จังหวัดอ่างทอง สมควรได้รับแต่งตั้งเป็นที่

ปรึกษาเจ้าคณะอำเภอโพธิ์ทอง

2. พระครูพิทักษ์วิริยาภรณ์ อายุ 80 พรรษา นักธรรมเอก เจ้าคณะตำบลกร่ำ-ซากโดน เจ้าอาวาสเขากระโดน ตำบลซากโดน อำเภอแก่ง จังหวัดระยอง สมควรได้รับแต่งตั้งเป็นที่ปรึกษาเจ้าคณะตำบลกร่ำ-ซากโดน

นอกจากนี้ตามที่ พระธรรมปัญญาบดี อดีตเจ้าอาวาสวัดพระเชตุพนวิมลมังคลารามราชวรมหาวิหาร ได้ถึงแก่มรณภาพจึงเป็นเหตุให้ผู้ดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสฯ วังลง เจ้าคณะกรุงเทพมหานคร ได้อาศัยอำนาจตามความในข้อ 4 วรรคสอง แห่งกฎหมายมหาเถรสมาคม ฉบับที่ 19 พ.ศ.2536 ว่าด้วยการแต่งตั้งผู้รักษาการแทนเจ้าอาวาส จึงได้เสนอแต่งตั้งให้ พระราชวรวิภากร อายุ 75 พรรษา 54 วิทฺยฐานะเปรียญธรรม 9 ประโยค ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม ราชวรมหาวิหาร และรองเจ้าคณะภาค 15 เป็นผู้รักษาการแทน เจ้าอาวาสวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม ราชวรมหาวิหาร ซึ่งในที่ประชุมมหาเถรสมาคม มีมติเห็นชอบตามที่เสนอมา

ประวัติความเป็นมาและความสำคัญของวันแม่แห่งชาติ

วันอังคารที่ 12 สิงหาคม พ.ศ. 2557



ความหมายของคำว่า "แม่"

คำว่า "แม่" พจนานุกรมฉบับบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 ได้ให้ความหมายของคำว่า "แม่" ไว้ดังนี้

แม่ หมายถึง หญิงในฐานะที่เป็นผู้ให้กำเนิด แก่ลูก, คำที่ลูกเรียกหญิงผู้ให้กำเนิดตน

ในทางพระพุทธศาสนา ได้ให้ความหมายของ คำว่า "แม่" ซึ่งหมายถึง หญิงที่มีครอบครัวไว้หลาย นัย เช่น

1. แม่ บางทีเรียกว่า มารดา มารดร หมายถึง เป็นใหญ่ เช่น แม่ทัพ แม่น้ำ แม่กอง เป็นต้น อัน แสดงถึงความยิ่งใหญ่ภายในกิจการนั้นๆ ในที่นี้มา

ใช้กับผู้ให้กำเนิดแก่ลูก และหาตัวแทนไม่ได้

- หญิงในฐานะผู้ให้กำเนิดแก่ลูก และหาตัวแทนไม่ได้

- คำที่ลูกเรียกหญิงผู้ให้กำเนิดตน

- คนที่เป็นหัวหน้า หรือเป็นนาย โดยไม่จำกัด ว่าเป็นชายหรือหญิง เช่น แม่ทัพ แม่กอง ฯลฯ

รวมความแล้ว "แม่" คือ ผู้รับผิดชอบต่อหน้าที่ ของตน โดยการรับผิดชอบนั้นมีขอบเขตภายใน บ้านเรือน

2. ชนนี้ หมายถึง ผู้ให้กำเนิดลูก, เป็นที่บังเกิด แก่ตัวของลูก

3. ภรรยา หรือภริยา หมายถึง

- เมีย หรือ หญิงผู้เป็นคู่ครองของชาย

- ผู้เลี้ยง หรือผู้ดูแลสมาชิกของครอบครัว

นักภาษาศาสตร์ได้ตั้งข้อสังเกตไว้ว่า คำว่า "แม่" ของทุกๆ ภาษา มาจากการออกเสียงของเด็ก โดยคำขึ้นต้นด้วยพยัญชนะริมฝีปากคู่ ได้แก่ ม , พ , บ หรืออาจกล่าวได้ว่า เป็นพยัญชนะชุดแรกที่ เด็กสามารถทำเสียงได้ โดยการใช้ริมฝีปากบนและล่าง ดังเช่น

ภาษาไทย แม่

ภาษาจีน มีะ หรือ มา

ภาษาฝรั่งเศส la mere (ลา แมร์)

ภาษาอังกฤษ mom , mam

ภาษาโซ่ แม่เปะ

ภาษาไทยใต้คง เม เป็นต้น



รักใดเล่ารักแม่เท่าแม่รัก

เป็นประจักษ์รักมันมีวันไหน

รักใดเล่าเท่าแม่หวังดังดวงใจ

ก็คำว่า รัก นี่ใจให้แม่เอย

พระคุณแม่อิ่งใหญ่หาใดเทียบมิอาจเปรียบแม้ภูผาซาลาสินธุ์
นานนมที่กลั่นให้ลูกได้ดื่มกินลูกถวิลถึงคุณคำว่าอนันต์

ความเป็นมาของวันแม่แห่งชาติ

ชาวอเมริกันเป็นผู้กำหนดให้มีวันแม่อย่างเป็นทางการ และผู้ที่พยายามเรียกร้องให้มีวันแม่ในอเมริกา คือ แอนนา เอ็ม. จาร์วิส คุณครูแห่งรัฐฟิลาเดลเฟีย แต่กว่าเธอจะประสบความสำเร็จก็ครบ 2 ปีพอดีในปี พ.ศ.2457 โดยประธานาธิบดีวูดโรว์ วิลสัน ได้มีคำสั่งให้ถือวันอาทิตย์ที่ 2 ของเดือนพฤษภาคมเป็นวันแม่แห่งชาติ และดอกไม้สำหรับวันแม่ของชาวอเมริกันก็คือดอกคาร์เนชั่น ซึ่งจะแบ่งออกเป็น 2 แบบ คือถ้าแม่มยังมีชีวิตอยู่ให้ประดับตกแต่งบ้าน หรือประดับด้วยดอกคาร์เนชั่นสีชมพู แต่ถ้าแม่ถึงแก่กรรมไปแล้วให้ประดับด้วยดอกคาร์เนชั่นสีขาว

ความเป็นมาของวันแม่แห่งชาติในประเทศไทย

วันแม่แห่งชาติ งานวันแม่จัดขึ้นครั้งแรกเมื่อวันที่ 10 มีนาคม พ.ศ. 2486 ณ สวนอัมพร โดยกระทรวงสาธารณสุข แต่ช่วงนั้นเกิดสงครามโลกครั้งที่ 2 งานวันแม่ในปีต่อมาจึงต้องงดไป เมื่อวิกฤติสงครามสงบลง หลายหน่วยงานได้พยายามให้มีงานวันแม่ขึ้นมาอีก แต่ก็ไม่ประสบผลสำเร็จเท่าที่ควร และมีการเปลี่ยนกำหนดวันแม่ไปหลายครั้ง ต่อมาวันแม่ที่รัฐบาลรับรอง คือวันที่ 15 เมษายน โดยเริ่มจัดตั้งแต่ปี พ.ศ. 2493 แต่ก็ต้องหยุดลงอีกในหลายปีต่อมา เนื่องจากกระทรวงวัฒนธรรมถูกยุบไป ส่งผลให้สภาวัฒนธรรมแห่งชาติซึ่งรับหน้าที่จัดงานวันแม่ขาดผู้สนับสนุน

ต่อมาสมาคมครูคาทอลิกแห่งประเทศไทย ได้จัดงานวันแม่ขึ้นอีกครั้ง ในวันที่ 4 ตุลาคม พ.ศ. 2515 แต่จัดได้เพียงปีเดียวเท่านั้น จนกระทั่งในปี พ.ศ. 2519 คณะกรรมการอำนวยการสภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ จึงได้กำหนดวันแม่ขึ้นใหม่ให้เป็นวันที่แน่นอน โดยถือเอาวันเสด็จพระราชสมภพของสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ วันที่ 12 สิงหาคมเป็นวันแม่แห่งชาติ และกำหนดให้ดอกไม้สัญลักษณ์ของวันแม่ คือ ดอกมะลิ นับตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา

ทำไมจึงใช้ดอกมะลิเป็นดอกไม้ประจำวันแม่

การใช้ดอกมะลิ เป็นสัญลักษณ์วันแม่ ก็เพราะดอกมะลิเป็นดอกไม้ที่มีสีขาวบริสุทธิ์ มีกลิ่นหอมที่หอมไปไกลและหอมได้นาน ผลิดอกได้ทั้งปี อีกทั้งยังนำไปปรุงเป็นเครื่องยาหอมใช้บำรุงหัวใจได้ด้วย ซึ่งคุณสมบัติเหล่านี้เปรียบได้กับความรักอันบริสุทธิ์ลึกซึ้งที่ไม่มีที่ต่อลูก เป็นความรักที่เปี่ยมไปด้วยความเมตตากรุณาที่ไม่มีที่สิ้นสุด และไม่มีพิษมีภัย มีแต่ความชุ่มชื่นใจดังความหอมของดอกมะลิ

ดอกมะลิดอกไม้ประจำวันแม่

ชื่อ : มะลิ มะลิลำ มะลิหลวง มะลิซ้อน

ชื่อวิทยาศาสตร์ และชื่อพฤกษศาสตร์ :

Jusminum adenophyllum.

วงศ์ : OLEACEAE

ลักษณะทั่วไป : เป็นพรรณไม้พุ่มยืนต้นขนาดกลาง แตกกิ่งก้านสาขาออกรอบๆ ลำต้นสูงประมาณ 5 ฟุต ใบเป็นใบเดี่ยวแตกออกเป็นคู่ ไปตามก้านต้นลักษณะใบป้อมมน ปลายใบแหลม โคนใบสอบ ขอบใบเรียบไม่มีจัก ผิวใบเรียบสีเขียวเข้มเป็นมัน ใบยาว 2-3 นิ้ว มีดอกเป็นดอกเดี่ยว ออกเป็นช่อตามปลายยอดหรือปลายกิ่งประมาณ



ดอกมะลิเป็นสัญลักษณ์ของวันแม่

3-5 ดอก แล้วแต่ชนิดพันธุ์ ดอกมีสีขาวกลิ่นหอม มีทั้งดอกกลีบและดอกซ้อน ออกดอกตลอดปี

การขยายพันธุ์ : เป็นไม้ที่ชอบแสงแดดจัดหรือกลางแจ้ง ต้องการน้ำปานกลาง ปลูกในดินร่วนซุย ขยายพันธุ์โดยการปักชำ หรือตอนกิ่ง

สรรพคุณทางยา : มะลินอกจากจะมีกลิ่นหอมไว้ดมแล้ว มะลิดอกแห้งใช้ปรุงเครื่องยาหอมใช้บำรุงหัวใจได้เป็นอย่างดี

มะลิหอมอ่อนวางข้างข้างเตียง

กรุ่นกลิ่น "รัก" บริสุทธิ์ผุดผ่องใส

แทนทุกคำทุกข์ภัยร้อยจากใจ

เป็นมาลัย "กราบแม่" พร้อมน้อมบูชา

ดอกเอ๋ยดอกมะลิ

ถึงยามผลิกลิ่นพราวสกาวัน

สดสะอาดปราศสวาทระคน

เหมือนกมลใสสดหมดระคาย

กลิ่นมะลิหอมกระไรไม่รู้สว้าง

เปรียบได้ความรักแท้ไม่แปรหาย

อันรักแท้แลหัวใจได้บรรยาย

ขอเชิญทวย ณ ที่ไหนจากใครเคย

*คำประพันธ์บทดอกสร้อยชื่อ แม่เจ้า ของท่านผู้หญิงสมโรจน์ สวัสดิ์กุล ณ อยุธยา

ดอกมะลิ ดอกไม้สัญลักษณ์ประจำวันแม่

ดอกมะลิ ดอกไม้สัญลักษณ์ประจำวันแม่

ดอกไม้ดอกเล็กๆ สีขาวบริสุทธิ์ที่มีกลิ่นหอมชวนดมอย่าง "ดอกมะลิ" ถูกนำมาใช้เป็นดอกไม้สัญลักษณ์ "วันแม่" เพราะดอกมะลิเปรียบเสมือนความรักอันบริสุทธิ์ของแม่ที่มีให้ลูกน้อยไม่มีวันเสื่อมคลาย เหมือนกับความหอมของดอกมะลิที่หอมนาน และออกดอกตลอดทั้งปี นอกจากนี้ คนไทยยังนิยมนำดอกมะลิมาร้อยมาลัยบูชาพระ ดังนั้นดอกมะลิ จึงเปรียบเสมือนการบูชาแม่ผู้มีพระคุณของลูกๆ ทุกคน

อย่างไรก็ตาม ดอกมะลิ ไม่ได้มีดีแค่ความหอม หรือนำไปร้อยมาลัย แต่ยังเป็นดอกไม้ที่มีประโยชน์อีกมากมาย รวมทั้งแฝงไว้ด้วยสรรพคุณทางยาในการช่วยบำบัดและรักษาอาการเจ็บป่วยได้อย่างดีเยี่ยมโดยที่เราคาดไม่ถึง

ประเทศไทยเริ่มจัดงานวันแม่ครั้งแรกเมื่อวันที่ 10 มีนาคม พ.ศ.2486 ณ สวนอัมพร โดยมีกระทรวงสาธารณสุขเป็นผู้จัดงาน ต่อมา มีการเปลี่ยนกำหนดงานวันแม่หลายครั้ง จนกระทั่งในปี พ.ศ.2519 คณะกรรมการอำนวยการสภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์เห็นว่าควรกำหนดวันแม่ให้แน่นอนโดยให้ถือว่า วันเสด็จพระราชสมภพของสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ วันที่ 12 สิงหาคม เป็นวันแม่แห่งชาติ และ กำหนดให้ดอกมะลิเป็นดอกไม้สัญลักษณ์ของวันแม่ตั้งแต่นั้นมาจนถึงปัจจุบัน

ด้วยเหตุผลที่ให้ดอกมะลิ เป็นดอกไม้สัญลักษณ์ของวันแม่ ก็เนื่องจาก คนไทยถือเป็นดอกไม้มงคล นิยมเอาดอกมะลิมาร้อยเป็นมาลัยเพื่อบูชาพระ และดอกมะลิเป็นดอกไม้ที่มีสีขาว

บริสุทธิ์ ส่งกลิ่นหอมไปไกลและหอมได้นาน อีกทั้งยังออกดอกได้ตลอดทั้งปี เปรียบได้กับความรักอันบริสุทธิ์ของแม่ที่มีต่อลูกไม่มีวันเสื่อมคลายมะลินอกจากนี้ มะลิดอกแห้งก็ยังสามารถใช้ปรุงเครื่องยาหอมใช้บำรุงหัวใจได้เป็นอย่างดี

ดังนั้นใกล้จะถึงวันแม่ “ดอกมะลิ” จะยิ่งมีความหมายมากขึ้น เพราะเป็นดอกไม้ที่หลายๆ คนจะนำไปไหว้แม่ หรือเป็นสัญลักษณ์ประจำวันแม่นั่นเอง

มะลิ (ชื่อวิทยาศาสตร์: Jasminum; อังกฤษ: Jasmine; อินโดนีเซีย: Melati) เป็นพรรณไม้ยืนต้น พบได้ในแถบเอเชียใต้ และเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ลักษณะเป็นไม้พุ่มขนาดเล็ก จนถึงขนาดกลาง บางชนิดมีลำต้นแบบเถาเลื้อย ลำต้นมีความสูงประมาณ 1-3 เมตร ผิวเปลือกลำต้นสีขาวมีสะเก็ดรอยแตกเล็กน้อย ลำต้นเล็กกลมแตกกิ่งก้านสาขาไปรอบๆ ลำต้น ใบเป็นใบเดี่ยว แตกใบเรียงกันเป็นคู่ๆ ตามก้านและกิ่งลักษณะของใบมนป้อม โคนใบสอบเรียว ปลายใบแหลม ขอบใบเรียบเป็นมันสีเขียวเข้ม ใบกว้างประมาณ 2-3 เซนติเมตร และยาวประมาณ 3-5 เซนติเมตร ออกดอกเป็นช่อ ออกตามส่วยอดหรือง่ามใบ ดอกมีขนาดเล็กสีขาว และมีกลิ่นหอม ดอกมีกลีบดอกประมาณ 6-8 กลีบ เรียงกันเป็นวงกลมหรือซ้อนกันเป็นชั้นแล้วแต่ชนิดพันธุ์ ขนาดดอกบานเต็มที่เมื่อเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 2-3 เซนติเมตร ผลเป็นรูปกลมรีเล็กเมื่อสุกจะมีสีดำภายในมีเมล็ดอยู่ 1 เมล็ด นอกจากนี้ ลักษณะของลำต้นและดอกแตกต่างกันไปตามชนิดพันธุ์





พันธุ์มะลิ

มะลิลา หรือ มะลิซ้อน เป็นไม้รอเลื้อย กิ่งอ่อนและกิ่งแก่กิ่งอ่อนมีขน ใบเป็นใบเดี่ยวออกเป็นคู่ตรงกันข้ามกัน ใบเป็นรูปไข่ขอบเรียบ ดอกออกเป็นช่อ มี 3 ดอก ดอกกลางบานก่อน กลีบดอกชั้นเดียว ปลายกลีบมน ดอกสีขาว มะลิชนิดนี้ จะใช้ในการเด็ดดอกขาย

มะลูลี ลักษณะต้น ใบ อื่น ๆ คล้ายมะลิลา แต่ใบใหญ่กว่าดอกออกเป็นช่อ มี 3 ดอก และดอกกลางบานก่อน เช่นกัน แต่มีดอกซ้อน 3-4 ชั้น ปลายกลีบมน

มะลิถอด ลักษณะโดยทั่ว ๆ ไป ทั้งต้น ใบ การจัดเรียงของใบ รูปแบบของใบคล้ายมะลิลาซ้อน แต่ใบเป็นคลื่น ดอกเป็นช่อมี 3 ดอก ดอกซ้อนมากขึ้นกว่า คือ 3-6 ชั้น ดอกสีขาว มีกลิ่นหอมมาก ขนาดดอก 2.5-3.5 ซม.

มะลิซ้อน (Grand Duke of Tuscany) ลักษณะทั่ว ๆ ไป คล้ายมะลิถอด และมะลิลาซ้อน แต่ใบมีลักษณะแคบกว่า ดอกออกเป็นช่อมี 3 ดอก เช่นกัน กลีบดอกซ้อน แต่ซ้อนกว่า 5 ชั้น แต่ละชั้นมีกลีบดอก 10 กลีบ ขึ้นไป ขนาดดอก 3-4 ซม. ดอกสีขาว กลิ่นหอมมาก

มะลิพิกุล หรือมะลิขัตร ลักษณะต่าง ๆ คล้ายกับ 4 ชนิดแรก ใบคล้ายมะลิซ้อนและมีคลื่นเล็กน้อย ดอกเป็นช่อ 3 ดอก ดอกซ้อนเป็นชั้น ๆ เห็นได้ชัด (คล้ายขัตร) และดอกมีขนาดเล็กพอ ๆ กับดอกพิกุล ขนาดดอก 1-1.4 ซม. ดอกสีขาว กลิ่นหอม

มะลิทะเล

มะลิพวง (Angelwing jasmine)

มะลิเลื้อย

มะลิวัลย์ (Angel-hair jasmine)

มะลิขัตร (Arabian jasmine)

พุทราชาติ (Star jasmine)

มะลิเฉลิมวันรินทร์ (Jasminum bhumibolanum Chalmersii)

ผมมีเพื่อน 422 คน แต่ผมยังรู้สึกเดียว-
ดาย ผมคุยกับพวกเขาทุกวัน แต่.....ไม่มีใคร
สักคนที่รู้จักผมจริงๆ

ปัญหาก็คือผมไม่อาจสบตาพวกเขาขณะ
สนทนา ได้แต่มองหน้าจอบนหน้าจอ ผมจึงถอยออกมา
เปิดตาอีกครั้ง ผมมองไปรอบๆ และตระหนักได้
ว่า สิ่งที่เราเรียกว่า "โซเชียล" นั่นคือ การเปิดหน้า
จอคอมขึ้น แต่ปิดประตูห้องของเราลง

เทคโนโลยีเหล่านี้ ล้วนเป็นเพียงภาพมายา
ของชุมชน มิตรภาพและความรู้สึกร่วม แต่หากคุณ
ถอยห่างจากเครื่องมือสร้างความหลงนี้ได้ คุณจะ
ตื่นและเห็นโลกอันอลหม่าน โลกที่เราตกเป็นทาส
ของสิ่งที่เราสร้างขึ้น โลกที่ข้อมูลของเราถูกขาย
โดยเหล่าคนโลภ โลกที่สนใจแต่ตนเอง ภาพลักษณ์
และโปรโมทตัวตน โลกที่เราแชร์สิ่งสวยงาม แต่
กลับไร้อารมณ์

เราดูมีความสุขกับสิ่งที่เราแชร์ แต่จะเป็น
อย่างนั้นหรือไม่ หากไม่มีใครอยู่ด้วยเลย จงอยู่กับ
เพื่อนของคุณ และเขาจะอยู่เช่นกัน แต่จะไม่มีใคร
เลย หากการอยู่นั้นเป็นเพียงอักษร

เราตกแต่งเสริมเติม เพื่อถ้อยคำเียนยอ เรา
สร้างทำเป็นไม่เห็น ความโดดเดี่ยวในสังคม เรา
ร้อยเรียงคำพูด เพื่อให้เราดูเจิดจรัสขึ้น โดยแทบ
ไม่รู้ด้วยซ้ำ ว่ามีใครฟังอยู่ไหม การอยู่คนเดียว
ไม่ใช่ปัญหา ขอให้ผมได้อธิบาย การอ่านหนังสือ
วาดรูป หรือออกกำลังกาย นั่นคือการแสดงออก
อย่างสร้างสรรค์ ไม่ใช่โดดเดี่ยวเดียวดาย คุณกำลัง
ตื่นรู้ ใฝ่ใจ และใช้เวลากับสิ่งดีๆ

ดังนั้น เมื่ออยู่ในที่สาธารณะและรู้สึกโดด-

เดี่ยว เก็บมือของคุณไว้
ให้พ้นจากมือถือซะ คุณไม่จำเป็นต้อง
ต้องจ้องหน้าจอมองหารายชื่อ
ลองหันไปคุยกับคนอื่น ๆ เรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกัน

ผมไม่ชอบความเงิบในขบวนรถไฟที่
พลุกพล่าน ไม่มีใครกล้าพอจะเริ่มคุยเพราะกลัวถูก
มองว่าประหลาดเราเริ่มกลายเป็นคนไร้สังคม เมื่อ
ไม่ยินดีจะเชื่อมโยงกับผู้คน หรือแม้แต่สบสายตาผู้
อื่น เราถูกรายล้อมด้วยเด็กๆ ที่เกิดมาเห็นเราใช้
ชีวิตเหมือนหุ่นยนต์จนเข้าใจว่านี่คือเรื่องธรรมดา
คุณจะเป็นสุดยอดคุณพ่อได้อย่างไร หากไม่รู้จัก
เล่นสนุกกับลูกโดยไม่ต้องพึ่ง iPad ตอนผมยังเป็น
เด็ก ผมแทบอยู่ไม่ติดบ้าน ผมมักไปข้างนอกกับ
เพื่อน ชี้อกรยานไปทั่ว เราเล่นจนจนรองเท้าขาด
หกล้มเข้าถลอกเป็นประจำ เราสร้างฐานลับของเรา
กัน สูงขึ้นไปบนต้นไม้ แต่ตอนนี้สวนสาธารณะกลับ
เงิบเหงา ไร้ซึ่งเด็กๆ วิ่งเล่นและชิงช้าไม่ไหวติง
ไม่มีใครเล่นกระโดดข้ามช่อง ไม่เข้าโบสถ์ ห้างไกล
ศาสนา เราคือคนรุ่นโง่เง่า ใช้สมาร์ทโฟนแต่กลับโง่
เขาลาลง

เงยหน้าขึ้นจากมือถือและปิดหน้าจอซะ ชีวิต
เรามีจำกัด วันเวลาของเรามีไม่มาก อย่าเสียเวลา
จมจ่อไปกับโลกอินเทอร์เน็ต เพราะเมื่อถึงคราว
จากลา คุณอาจต้องพบกับความเสียใจ

ผมเองก็ผิดเช่นกันที่เป็นส่วนหนึ่งของสิ่งเหล่านี้
โลกดิจิทัลที่ได้ยินเสียงแต่ไม่เห็นตัวจริง ที่ซึ่งเรา
พิมพ์แทนที่จะพูด ที่ซึ่งเราใช้เวลาร่วมกัน แต่
ปราศจากการสบตา อย่าให้ชีวิตของคุณไหลไป
ตามกระแสนี้ จงมอบความรัก อย่าได้แค่กดไลค์
ยุติความอยากโอ้อวดตัวตน ไปสู่โลกกว้าง ทั้ง
สิ่งล่อลวงไว้ข้างหลัง





เงยหน้าจากมือถือและปิดหน้าจอซะ หยุดดูวิดีโอนี้
และใช้ชีวิตจริงๆ เสียที

ทันโลก ทันธรรม ตอน ดิจิตอลดีทอกซ์

จากรายการทันโลก ทันธรรม ออกอากาศ
ทางช่อง DMC

ดิจิตอลดีท็อกซ์ เกิดขึ้นเนื่องจากว่าปัญหาของการใช้แท็บเล็ต สมาร์ทโฟน ที่มีรังสีสีน้ำเงินที่ออกมาจากสมาร์ทโฟนกับแท็บเล็ตนี้ จากการศึกษพบว่ามันไปกระทบกระเทือนการสร้างเมลาโทนิน (Melatonin) ที่บริเวณของสมองสองของเรา จะผลิตเมลาโทนินเพื่อให้ร่างกายเราได้ซ่อมแซมตัวเอง ช่วยเสริมสร้างให้ภูมิคุ้มกันดีขึ้น

เพราะฉะนั้นถ้าเราใช้พวกนี้วันละหลายชั่วโมง ก็จะส่งผลกระทบต่อการสร้างเมลาโทนินในตอนกลางคืน ทำให้เราหลับไม่สนิท ตื่นขึ้นมาก็ไม่

สดชื่น ภูมิคุ้มกันต่ำลง เป็นมะเร็งง่ายขึ้น เพราะฉะนั้นก็เลยมีเทรนด์ใหม่ เรียกว่าดิจิตอลดีทอกซ์ ซึ่งคือกลุ่มคนที่พยายามจะงดการเชื่อมต่อกับสังคมดิจิตอล

ดิจิตอลดีท็อกซ์ เป็นศัพท์ใหม่ที่คิดขึ้นอย่างรวดเร็ว พจนานุกรมของอ็อกฟอร์ดก็ได้บรรจุคำว่าดิจิตอลดีท็อกซ์ลงในหนังสือพจนานุกรมเวอร์ชันใหม่เรียบร้อยแล้ว

ความหมายของ ดิจิตอลดีท็อกซ์ คือ การที่เราเองหยุดใช้เครื่องมือดิจิตอลทั้งหลาย หยุดจากการใช้สิ่งเหล่านี้ชั่วคราว แล้วกลับมาให้ความสำคัญกับผู้คนรอบๆ ข้างของเรา อยู่ในโลกแห่งความเป็นจริง

อาการจมหายอยู่กับโลกดิจิตอล มันเกิดขึ้นมาได้ 7 - 8 ปีนี้เอง ตั้งแต่สมัยใช้อินเตอร์เน็ตผ่านคอมพิวเตอร์ตั้งโต๊ะหรือใช้โน้ตบุค แต่อาการติด



ดิจิตอลมันเกิดขึ้นมาเต็มที่เมื่อมีสมาร์ทโฟนและแท็บเล็ตเกิดขึ้น เพราะของเหล่านี้ใช้ติดตัวตลอดเวลา จนเกิดเป็นโรคขาดดิจิตอลไม่ได้ จนต้องมีคลินิกดิจิตอลขึ้นมา เด็กอายุน้อยสุดที่ต้องมารักษาโรคติดดิจิตอล อายุต่ำสุด คือ 4 ขวบ คือถ้าคุณแม่หยิบเอาแท็บเล็ตออกไปจากมือ เด็กเกิดอาการอาเจียนเลย เพราะรู้สึกว่ามันไม่ได้ ขาดไม่ได้ ที่จะไม่มีความรู้สึกติดอยู่กับตัว นี่เป็นปัญหาที่เกิดขึ้น

หยุดใช้สิ่งเหล่านี้ชั่วคราว ถ้าเรารู้จักตัดใจ เราจะพบว่า จริงๆ แล้วเราสามารถทำได้ไม่ยากเกินไป หวนกลับมาให้ความสำคัญกับผู้คนจริงๆ รอบๆ ตัวเราเกิด ตัดใจให้ได้เกิดแล้วเราจะพบว่าชีวิตเราเองมีอิสระเสรีกว่าช่วงที่ผ่านมาอีกเยอะ สัมผัสกับความสงบใจ แล้วหาเวลามานั่งสมาธิให้เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ กันเถิด

ผู้ใหญ่เองก็เป็นโรคติดดิจิตอลกันเยอะ เช่น การที่เราเองกำลังประชุม กำลังคิดเรื่องงาน กำลังทำกิจใดๆ ในระหว่างทำงานอยู่ แล้วมีสัญญาณโทรศัพท์เข้ามาแล้วเราเปิดดู เท่ากับมีเรื่องแทรกที่ทำให้เราเสียสมาธิ ช่วงโหม่งหนึ่งตั้งหลายครั้ง วันหนึ่งตั้งหลายสิบครั้ง ต้องบอกว่า สมาธิ ประสิทธิภาพในการทำงานของเราเองลดลงไปมากๆ และสะสมเป็นความเครียด แล้วส่งผล ออกมาเป็นอาการป่วย

เพราะฉะนั้น จึงมีคำว่า ดิจิตอลดีที่ออกซ์ คือการ

อย่าลืม!...
ติดตามข่าวสาร
งานบุญต่างๆ ได้จาก
www.dmc.tv
นะค่ะ





ทำอย่างไรจึงจะฝึกตน ให้เป็นคนมีเหตุผล สร้างงาน สร้างเงิน สร้างคนเป็น?

หลวงพ่อดาบญญา

พระราชภาวนาจารย์ (หลวงพ่อทัตตชีโว)

คนมีเหตุผล คือผู้ที่สามารถตัดสินใจด้วยตนเองได้ เนื่องจากมีความเห็นถูกต้องตามมาตรฐานของผู้รู้จริง คือพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณด้วยพระองค์เองความเห็นถูกต้องภาษาพระเรียกว่า สัมมาทสิฐิ หมายถึง ความเห็นถูกต้องหรือความเข้าใจถูกต้องในเรื่องของกรรม

หลักเหตุและผลที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอน คือ ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ซึ่งเป็นไปตามกฎแห่งกรรม ที่มีผลบังคับต่อทุกสรรพชีวิตในโลก ไม่ว่าใครจะรู้หรือไม่รู้กฎนี้ก็ตามพระพุทธร่องค์ทรงค้นพบกฎนี้ที่มีอยู่ก่อนแล้ว เมื่อรู้แล้วก็นำมาเปิดเผยให้ชาวโลกทราบความจริงเรื่องนี้ เพราะทรงมีมหากรุณาจะช่วยชาวโลก แม้ว่ายังต้องอยู่ภายใต้กฎแห่งกรรมก็ตามแต่ทรงต้องการให้รู้เท่าทันจะได้

เลือกดำเนินชีวิตแต่ในส่วนที่เป็นกรรมดี เวลาที่กฎแห่งกรรมส่งผล ก็จะได้ส่งผลในทางที่ดี ที่เป็นประโยชน์แก่ชีวิต

พระพุทธร่องค์ทรงสอนให้ชาวโลกเป็นผู้มองการณ์ไกล เพราะชีวิตยังต้องดำเนินต่อไปอีกยาวนาน จากชาตินี้ภพนี้สู่ชาติหน้าภพหน้า สู่ชาติต่อไป จนกว่าจะกระทำที่สุดแห่งทุกข์ได้สำเร็จ

ดังนั้น ทุกจังหวะของชีวิต จะตัดสินใจทำอะไร ไม่ทำอะไร จะดำเนินชีวิตไปสู่จุดไหน จำเป็นต้องคิดและชั่งน้ำหนักให้ดีถึงผลดีผลเสียของการกระทำ

ในคราวใดที่ได้รับผลร้ายของการกระทำที่ทำผิดพลาดไว้ในอดีต จะต้องไม่มัวแต่หาคนผิดเพราะเรานั้นเองคือผู้รับผิดชอบการกระทำของเรา สิ่งที่เราควรจะทำคือยอมรับและแก้ไข คือทำใหม่ให้ดีกว่าเดิม อย่าให้ผิดพลาดอีก เราจึงจะเป็นผู้ที่ลืมิชิต

ชีวิตที่ดีให้แก่ตนเองได้

สิ่งสำคัญของผู้ที่เข้าใจกฎแห่งกรรมได้ดีจริงๆ คือ คนๆ นั้นจะต้องได้ทำความดีมาจนคุ้นในระดับหนึ่งเพราะถ้าไม่เคยทำความดีมาก่อน หรือไม่เคยเห็นผลแห่งความดีที่ทำมาก่อนเลยเขาจะไม่เข้าใจอย่างแท้จริงว่า ทำดีได้ดีเป็นอย่างไร ทำชั่วได้ชั่วเป็นอย่างไร ผลสุดท้ายเขาก็เลยแยกแยะไม่ได้ว่าอะไรคือ ถูก-ผิด ดี-ชั่ว บุญ-บาป ควรทำไม่ควรทำตามความเป็นจริง

สำหรับการฝึกฝนเรื่องนี้ต้องเริ่มตั้งแต่ยังเป็นเด็ก โดยเริ่มจากผู้ใหญ่ในครอบครัว ได้แก่ คุณพ่อคุณแม่ คุณปู่คุณย่า คุณตาคุณยาย คุณลุงคุณป้า หรือคุณน้าคุณอา ควรจะทำตัวเป็นแบบอย่างและนำให้ลูกหลานทำความดีจนคุ้น เพราะตัวอย่างที่ดีย่อมมีค่ากว่าคำสอนที่ดีแต่ไม่ทำเป็นตัวอย่างให้เด็กดู

แม้กระทั่งในโรงเรียน ถ้าผู้อำนวยการสถานศึกษาลงม่านาถณะครู นักเรียน ลูกจ้าง ภารโรง ให้ทำความดีร่วมกัน เป็นแบบอย่างให้เห็นจนคุ้นตาคุ้นใจ ก็จะเป็นการปลูกฝังให้ทุกคนได้คุ้นเคยกับการทำความดีและเห็นผลแห่งการทำความดีเช่นกัน

เพราะการทำงานทุกอย่างที่ร่วมมือกันทำด้วยความรับผิดชอบร่วมกัน จะก่อให้เกิดความสามัคคี ความมีวินัย ความอดทน และความเคารพ แล้วคุณธรรมความดีต่าง ๆ จะเกิดตามมาเป็นขบวนเริ่มต้นที่ฝึกความรับผิดชอบ ทำงานอะไรขอให้รับผิดชอบงานนั้น เพียงเท่านั้นคุณธรรมความดีต่าง ๆ จะหลั่งไหลสู่ใจคนทำมากมาย

สิ่งสำคัญที่ทุกคนจะต้องฝึก คือ

1. ฝึกเป็นคนรู้จักให้ เพื่อเป็นพื้นฐานการสร้างงาน สร้างเงิน สร้างคนความดีเบื้องต้นที่ควรปลูกฝังและทำให้คุ้นเคยเริ่มจาก 'ทาน' คือ 'การให้' เริ่มเรียนรู้การ 'ให้' โดยฝึกเอาศักยภาพที่ตนมีออกมาใช้ได้ เอาเรี่ยวแรงมาทำทานเอาสติปัญญาความรู้มาทำทาน เอาออกมาช่วยกันทำงานของส่วนรวม รวมทั้งเอาทรัพย์ออกมาทำทานด้วย

เมื่อฝึกใช้ศักยภาพที่มีไปถึงจุดหนึ่ง เขาจะมองเห็นเองว่า ยิ่งให้ออกไป ก็ยิ่งได้รับ ยิ่งให้ก็ยิ่งรวย คือรวยทั้งเรี่ยวแรงพลังกำลัง รวยเพื่อนฝูง รวยน้ำใจ รวยความคิดสร้างสรรค์

คนที่เติบโตขึ้นมาจากการฝึกเช่นนี้ ไม่ต้องห่วงว่า ในอนาคตเขาจะสร้างงาน สร้างเงินสร้างคนไม่ได้

การสร้างงาน สร้างกิจกรรม เพื่อฝึกเรื่องการทาน เรื่องของการสงเคราะห์เพื่อนร่วมโลกยามที่ประสบทุกข์ยาก แต่ละบ้านแต่ละโรงเรียนก็ควรมีช่องทางที่จะฝึกลูกหลานเยาวชนให้คุ้นเคยกับการทำความดีเช่นนี้กันได้ แต่ยังมีความดีเบื้องต้นอีกประการที่ขาดไม่ได้ นั่นคือ การเคารพบูชาหรือการยกย่องคนดี



2. ฝึกความเคารพ เพื่อเป็นพื้นฐานการจับดี และความคิดสร้างสรรค์ เรื่องความเคารพนี้เป็นเรื่องลึกซึ้ง หากผู้ใหญ่ไม่ได้สอนลูกหลานให้เข้าใจ ซาบซึ้งว่า เราให้ความเคารพทำไม เด็กจะเข้าใจแต่เพียงผิวเผินว่าเป็นเพียงการแสดงกิริยาอาการภายนอกตามมารยาท

ถ้าเด็กเข้าใจแค่นี้ เด็กจะไม่ได้อะไรที่เป็นคุณประโยชน์แก่ตัวของเราเลย ผู้ใหญ่ต้องสอนให้เข้าใจลึกถึงที่มาของความเคารพว่าเรากราบเราไหว้ทำไม

เรื่องของการเคารพ เรื่องของการบูชา เป็นเรื่องของการ 'ค้นหา' ความดีของคนอื่น เมื่อรู้ว่าเขาดีอย่างนั้นอย่างนี้แล้ว ก็ 'ยอม' เขาคนนั้นได้ ไม่ต่อต้าน แล้วยัง 'รับ' คือ รับว่าดี อย่างนั้นอย่างนี้จริง และ 'นับ' คือ นับจำนวนความดีของเขาว่ามีกี่ข้อที่ค้นเจอ แล้วสุดท้าย 'ถือ' คือ นำไปประพฤติปฏิบัติ ตาม ทำความดีตามเขาไป เพื่อว่าสักวันหนึ่งตนก็จะเป็นคนที่มีคุณความดีในตัวเช่นเขาคนนั้นบ้าง

ดังนั้น เรื่องของการไหว้ การเคารพพระรัตนตรัย พ่อแม่ ครูอาจารย์ เป็นเรื่องจำเป็นที่ต้องรับสอนรับทำให้เป็น เพราะเป็นทางไหลมาแห่งคุณความดีในตัว

หากไม่ทำเช่นนั้นแล้ว อาจเกิดผลตรงข้าม เพราะคนเรานั้นมีทางเลือกอยู่ 2 ทาง คือหากไม่ยอมรับคนอื่นก็ดูถูกเขาถ้าไม่จับจองในคุณความดีของเราก็ต้องจับผิด ซึ่งคนเราทั่วไปก็ยังมีข้อบกพร่องกันอยู่ทั้งนั้น การกระทำก็มีทั้งทำถูกและทำผิด ถ้าคนเราจับจองจับผิดกันแล้วจะแก้ไขนิสัยให้มาจับจองความดีแทนนั้นยากการเริ่มต้นที่ง่ายและถูกต้อง คือ สอนให้เริ่มจับจองแต่คุณความดีของผู้อื่น เพื่อจะรับเอาความดีนั้นมาปฏิบัติเป็นทางแห่งความดีความเจริญของตน

3. ฝึกมองผลกระทบในอนาคต เป็นพื้นฐานของความมีวิสัยทัศน์เมื่อใครก็ตามมีโอกาสทำความดีจนคุ้นเคยเช่นนี้ จะเข้าใจเรื่องของกรรมว่า 'ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว' อย่างลึกซึ้ง จะเป็นคนมองการณ์ได้ไกลว่า ประกอบเหตุอย่างไรจะส่งผลอย่างไรต่อไปอีกกรรมที่ทำในชาตินี้ ไม่ได้แค่ส่งผลในชาตินี้ แต่ยังส่งผลไปถึงชาติหน้า ละโลกไปแล้วยังส่งว่าจะไปนรกหรือสวรรค์ พอได้กลับมาเกิดเป็นมนุษย์ก็ยังตามมาเป็นที่พึงให้เราอีก ตามมาเป็นพวกพ้องได้อีก เป็นโปรแกรมชีวิตให้อีก

หากเรามองเห็นภาพรวมของชีวิตเช่นนี้ เราจะมองเห็นว่า บนเส้นทางชีวิตอันยาวไกลนี้ทุกสิ่งที่เราทำให้แก่ตนเองในแต่ละวัน ตั้งแต่ตื่นเช้าจรดเข้านอน เราควรประกอบเหตุเช่นไรเพื่อผลในอนาคตอย่างไร

ดังนั้น ทุกอย่างในอนาคตจึงเป็นไปได้ตามศักยภาพของเรา เราต้องลิขิตเอง เลือกเองและลงมือทำเอง แล้วในที่สุดความเป็นคนมีเหตุมีผลไม่เป็นคนเชื่อง่าย ไม่ถือนองคลั่งตื่นข่าวสร้างงานเป็นสร้างเงินเป็น สร้างคนเป็น ก็จะเกิดขึ้น ด้วยเหตุที่เราได้ทำความดีมาจนคุ้น และได้ศึกษากฎแห่งกรรมจนเข้าใจนั่นเอง



เวลาคือทรัพย์ที่ทุกชีวิตมี
เราจะใช้ทรัพย์คือเวลาอย่างไรให้เกิดประโยชน์สูงสุด?

เวลา

คือ

ทรัพย์



เวลา คือ ทรัพย์ที่ทุกชีวิตมี
เราจะใช้ทรัพย์คือเวลาอย่างไร
ให้เกิดประโยชน์สูงสุด?

หลวงพ่อดอปปัญญา

เรื่อง : พระราชภาวนาจารย์
(หลวงพ่อดอปปัญญา)

พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ตรัสรู้โดยชอบ
ด้วยพระองค์เอง ทรงค้นพบว่า

1) ชีวิตนี้เป็นทุกข์ การเกิดเป็นเหตุให้เกิดทุกข์
เมื่อมีการเกิด ทุกข์นี้เป็นอันพึงหวังได้

2) ชีวิตของมนุษย์ดำเนินไปภายใต้กฎแห่ง
กรรม หากมนุษย์เข้าใจ รู้เท่าทันเรื่องราวของกฎ
แห่งกรรม ก็จะสามารถดำเนินชีวิตในโลกให้มีทุกข์
น้อย และมีโอกาสพ้นทุกข์ได้

เรื่องสำคัญในชีวิตที่จะต้องทำให้สม่ำเสมอ
เพื่อทำให้ชีวิตเราสามารถเป็นที่พึ่งแก่ตนเองได้

สามารถนำพาชีวิตของตนให้ได้รับประโยชน์สูงสุด
จากการเกิดมาได้ นั่นคือ การศึกษาธรรมะของ
พระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยจะต้องศึกษาให้เข้าใจ
จนแจ่มชัด แล้วสามารถปฏิบัติตามธรรมะนั้นได้
ชีวิตถึงจะเป็นสุข สามารถพึ่งตัวเองได้

เมื่อเราจะศึกษาธรรมะ เราก็ต้องแบ่งเวลา
เพื่อศึกษาให้เข้าใจในภาคทฤษฎีและแบ่งเวลานั่ง
สมาธิปฏิบัติธรรมควบคู่กันไป มิฉะนั้นการศึกษา
และปฏิบัติธรรมก็จะไม่ก้าวหน้า

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงให้เห็นว่า
ความก้าวหน้าในการศึกษาและประพฤติธรรมนั้น
ผู้ศึกษาจะจัดลำดับความสำคัญไว้ 4 เวลา หรือ 4
กาล ได้แก่ กาลที่ 1 กาลแห่งการฟังธรรม กาลที่ 2
กาลแห่งการสนทนาธรรม กาลที่ 3 กาลแห่งการ
แสดงธรรม กาลที่ 4 กาลแห่งการปฏิบัติตามธรรม
ดังจะอธิบายโดยย่อ ดังนี้

กาลที่ 1 กาลแห่งการฟังธรรม

หมายถึง กาลหรือเวลาที่จะถือเป็นโอกาสได้พบพระเพื่อฟังธรรม ซึ่งมีหลากหลายจังหวะดังตัวอย่างต่อไปนี้

- ตั้งแต่ในสมัยพุทธกาลมาแล้ว พระสงฆ์ท่านเทศน์ทุกวันพระ ฉะนั้นวันพระจึงเป็นวันที่พุทธศาสนิกชนควรหาโอกาสไปฟังธรรม

- ปัจจุบันนี้โรงเรียนอนุบาลฝันในฝันวิทยา ออกอากาศทางสถานีวิทยุโทรทัศน์ดาวเทียม DMC หลวงพ่อ หลวงพี่ ที่มีความรู้ คั้นคว้ามาย่างดี ก็มาเทศน์ใน DMC ทุกวัน ญาติโยมที่มาฟังในโรงเรียน บ้าง หรือฟังอยู่หน้าจอ DMC บ้าง จัดว่าเป็นการฟังธรรมตามกาล

- เมื่อใดมีการเทศน์ การบรรยายธรรม โดยท่านผู้มีความรู้ ท่านที่เป็นนักปราชญ์ บัณฑิตหลวง พ่อ หลวงปู่ หรือพระอาจารย์ที่ทรงภูมิรู้ ภูมิธรรม ก็ถือเป็นโอกาสดีที่จะได้ฟังธรรมตามกาล

- เวลาว่าง เวลาสบายใจ เช่น วันหนึ่งงานการเสร็จเรียบร้อยแล้ว ไม่มีเรื่องหนักอกค้างใจรีบไปวัด ไปกราบหลวงพ่อดังใดก็ได้ ยิ่งคุ้นกับท่านยิ่งดี นิมนต์หลวงพ่อดังใดให้ฟังสักกัณฑ์หรือจะอบรมอะไรให้ก็กราบนิมนต์ท่านเถิด เพราะไม่รู้ว่าเมื่อไรจะสบายใจได้อย่างนี้อีก

- เวลาทุกข์ชอกทุกข์ใจขึ้นมา อย่าไปไหนนะ รีบไปหาหลวงพ่อดังใดที่ใกล้ที่สุดเลย นี่ก็ฟังธรรมตามกาล กาลที่ทุกข์หนัก ถ้าเลือกไปที่อื่นแทนอาจจะพลาด อาจจะตัดสินใจทำอะไรผิด ๆ จะยิ่งทุกข์หนักเข้าไปอีก

การฟังธรรมตามกาลนี้ ขอให้ฟังด้วยความเคารพ พยายามน้อมใจตาม ตรองตาม ถ้าตรอง

ตามไม่ทัน ต้องรีบบันทึกเอาไว้ จะได้หาโอกาสไปซักถามให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปในภายหลัง ดังนั้น เวลาฟังธรรมก็ควรจะเตรียมอุปกรณ์ให้ดี มีกระดาษปากกา ดินสอ ไว้ด้วย แม้การแต่งกายก็ให้เรียบร้อยตามขนบธรรมเนียมประเพณี เช่น การแต่งกายด้วยชุดขาวหรืออย่างน้อยก็เสื้อขาวซึ่งจะเสริมบรรยากาศของการฟังธรรม

กาลที่ ๒ กาลแห่งการสนทนาธรรม

สำหรับผู้ที่ตั้งใจปรารถนาดีที่จะเจาะลึกธรรมะที่ได้ฟังมาตามกาลนั้นให้แตกฉานขึ้น จะได้ นำเข้าไปสู่ภาคปฏิบัติ แต่อาศัยคำฟังสติปัญญา และประสบการณ์ของเราคนเดียว บางทีความเข้าใจจะยังไม่ค่อยชัดเจน จำเป็นต้องมาสนทนากันก่อน มาทำความเข้าใจดูว่าที่เราเข้าใจนั้น ตรงกับที่คนอื่นเขาเข้าใจไหม

บางทีก็เห็นตรงกันบ้าง ไม่ตรงกันบ้าง บางทีก็ลึกตื้นไม่เท่ากันบ้าง หลังจากการสนทนาธรรมกันแล้ว เราก็จะได้แง่มุมอีกหลาย ๆ แง่มุม ที่เราไม่เคยคิดไปถึง การสนทนาธรรมตามกาลจะทำให้เราได้วิธีที่จะนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน นี่คือคุณค่าของการสนทนาธรรม

บูรพาจารย์เตือนเอาไว้ว่า ก่อนสนทนาธรรมตามกาล ขอให้ตั้งใจสมาธิก่อน ถ้านั่งลงหน้าเป็นวันได้ยิ่งดี ต้องนั่งสมาธิทำให้ดี เพราะอย่างไรเมื่อสนทนากันก็ต้องเจอที่เห็นไม่ตรงกัน เมื่อเห็นไม่ตรงกัน ถ้าใครพูดแสดงความคิดเห็นที่ไม่ตรงกันออกมาก็รู้สึกเหมือนถูกขัดคอ เมื่อคิดว่าถูกขัดคอแล้วอาจจะโกรธกันได้

ทุกคนในโลกไม่ชอบให้ใครขัดคอ เพราะฉะนั้นเวลาจะแย้งข้อความอะไร มีสำนวนหนึ่งที่น่าใช้แบบชาววัดด้วยกัน “ที่คุณว่าก็ดีนะ แต่ยังมี



อีกแง่มุมทำนองนี้พอเป็นไปได้ไหม” ถ้อยวาจา
อย่างนี้ไม่หักไม่โค่นใครให้เสียหน้า เสียความมั่นใจ
ถ้าพูดจากันอย่างนี้ วงสนทนาธรรมก็จะดำเนินต่อ
ไปได้

ในเวลาเดียวกันใครที่ถูกเขาเสนอแนะมา
อย่างนี้ ก็ต้องรู้ตัว นึกทบทวนทันทีเหมือนกันว่า ที่
เรามาที่นี่มันคงจะมีอะไรซ่อนอยู่ ต้องทบทวนให้
ดี ถ้าต่างฝ่ายต่างทบทวน ต่างฟังซึ่งกันและกันการ
สนทนาธรรมตามกาลนั้นจะเกิดบุญใหญ่จริง ๆ

กาลที่ 3 กาลแห่งการแสดงธรรม

เมื่อสนทนาธรรมกันแล้ว เราจะได้ความรู้ข้อ
ปลีกย่อยในเชิงปฏิบัติเพิ่มมากขึ้น เมื่อมีโอกาสจะ
ถ่ายทอดให้ใครต่อขอให้รีบทำเถิด เพราะว่าเราจะ
เกิดความซาบซึ่งธรรมได้ขนาดนั้นไม่ใช่ของง่าย
และการนำความรู้นั้นไปแสดงให้คนอื่นรับทราบ
ด้วย ก็เป็นการทบทวนของเราอย่างลึกซึ้งอีกที

ถ่ายทอดให้คนข้าง ๆ ตัว อาจจะเป็นลูก หลานน้อง
หรือใครก็ได้ที่อยู่ใกล้ตัว การแสดงธรรมของเราถ้า
เป็นไปในลักษณะของการเล่าให้ฟัง จะดูเหมาะสม
น่าฟัง

ในการแสดงธรรมตามกาลนี้ มีสิ่งที่ควร
ระมัดระวัง คือ ต้องแสดงธรรมโดยยึดหลัก “หลังอิง
ต้นโพธิ์” หมายความว่า ทุกอย่างที่เราแสดงต้องมีหลัก
ฐานยืนยันจากพระไตรปิฎกว่าเป็นธรรมที่พระ-
สัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสเอาไว้ พระอรหันต์ท่านนั้น
ท่านนี้แสดงเอาไว้ อริยบุคคลที่เป็นฆราวาสชื่อนั้น
ชื่อนี้พูดเอาไว้ อย่างนี้เรียกว่าหลังอิงต้นโพธิ์ เมื่อ
สนทนาธรรมหรือแสดงธรรมกับใครก็ตาม จงแสดง
ถึงความอัศจรรย์ของธรรม จงแสดงถึงพระคุณอัน
ยิ่งใหญ่ในธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า อย่า
แสดงว่าข้าพเจ้านี้เป็นบุคคลอัศจรรย์ที่แสดงธรรม
ได้ลึกซึ้ง เพราะแม้ตอนนี้เราเข้าใจธรรมลึกซึ้งใน
ระดับหนึ่งแล้ว แต่อย่าลืมว่าเราไม่ได้คิดค้นขึ้นมา
เอง เรากำลังนำธรรมของพระบรมศาสดามาแสดง
เมื่อรับรู้แล้วว่าธรรมเหล่านี้มีความอัศจรรย์อย่างไร
ก็ควรที่จะไปกราบไหว้สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธ-

การแสดงธรรมที่ง่ายสำหรับเราก็คือ การ

เจ้าพระบรมครูของเรา

สำหรับหลวงพ่อกเอง ทุกครั้งที่มีโอกาสขึ้นแสดงธรรม จะพยายามให้ได้ประโยชน์ทั้งตัวเองและผู้ฟัง โดยจะพยายามเจาะลึกธรรมเข้าสู่ภาคปฏิบัติให้ได้ คุณยายสอนวิธีแสดงธรรมหรือวิธีเทศน์ให้หลวงพ่อกว่า เรื่องที่จะเทศน์ให้นำเรื่องที่ตัวเองฝึกตัวได้แล้ว นิสัยไม่ดีที่แก้ได้ หรือที่แก้ได้บ้างแล้วก็เอาส่วนที่ได้บ้างไปเทศน์ อย่างนี้จะไม่มีการผิดพลาดเพราะเราได้ปฏิบัติมาแล้ว เมื่อเราเคยใช้ได้ผลแล้วในระดับหนึ่ง ก็ควรที่จะแบ่งปันกันไปใครเอาไปใช้แล้วได้ผล เราก็ได้บุญเพิ่มอีกส่วนวิธีการเทศน์ เราก็เลือกเอาวิธีการสอนของครูบาอาจารย์ที่เราเคยประทับใจการสอนของท่าน เช่น วิธีอธิบายบางอย่างของท่านนี้ดี บางอย่างท่านโน้นดี ค่อย ๆ หยิบมาทีละอย่างสองอย่างสักระยะหนึ่งเราก็จะหลอมมาเป็นบุคลิกของเราเอง ครูบาอาจารย์เหล่านั้นก็จะได้บุญกับเราด้วยที่นำวิธีการสอนของท่านมาแสดงธรรม มาถ่ายทอดธรรม

กาลที่ 4 กาลแห่งการปฏิบัติตามธรรม

ความรู้ธรรมทั้งหมดจากการฟังธรรม สนทนา

ธรรม และแสดงธรรม จะบังเกิดผลได้ต้องนำไปปฏิบัติคำว่า “ปฏิบัติธรรม” นั้น มีความหมายที่กว้าง ฟังธรรมเรื่องไหนแล้วในเรื่องนั้น ๆ มีข้อที่จะต้องปฏิบัติอย่างไรก็นำไปปฏิบัติ เช่น ฟังธรรมเรื่องทาน พอฟังจบแล้วก็ไปทำทาน ฟังธรรมเรื่องศีล ฟังเสร็จแล้ว เข้าใจแล้ว ก็ทบทวนศีล แล้วก็ตั้งใจรักษาศีลให้ดี ฟังธรรมเรื่องภาวนาฟังแล้วก็ไปเจริญสมาธิภาวนา

เมื่อภาวนามากเข้า ๆ ธรรมทุกอย่างไม่ว่าจะเป็นทานหรือศีล ทั้งหมดนั้นจะเนื่องเข้าหากันเป็นเนื้อเดียว คือธรรมทุกข้อจะนำเข้าสู่การภาวนา ซึ่งเป็นต้นทางแห่งการเข้าถึงธรรมภายในต้นทางแห่งการพ้นทุกข์ พบสุขแท้จริง

เวลาทั้งหมดที่ใช้ไปเพื่อกาลทั้ง 4 นี้ เป็นเวลาเพื่อชีวิต เพื่อปิดนรก เปิดสวรรค์ สร้างเสถียรใหญ่ไปนิพพาน เมื่อเราได้ใช้เวลาที่มีในชีวิตนี้ไปกับเรื่องสำคัญ เรื่องที่เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ตัวของเราทั้งในปัจจุบันชาติ ชาติหน้า ชาติต่อ ๆ ไป จนถึงที่สุดแห่งธรรมได้ นั่นคือเราได้ใช้ทรัพย์ที่มีอยู่อย่างคุ้มค่าที่สุด ตามเยี่ยงอย่างที่มีบุญ ผู้เป็นบัณฑิตนักปราชญ์ในกาลก่อนได้ประพฤติปฏิบัติมา

รายการยอดฮิต!

ทันโลกทันธรรม



*** รายการทันโลกทันธรรม**
แหล่งข้อมูลความรู้ สาระทั้งทางโลก
และทางธรรม..เรามีคำตอบให้คุณ

*** รายการข้อคิดรอบตัว**

รายการธรรมะข้อคิดรอบตัว ทุกแง่มุมล้วนเสริมสร้าง
ความรู้ เพิ่มความเข้าใจ คลายข้อสงสัยด้วยหลักธรรม
ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

รู้จักกายที่แท้จริงของตัวเอง

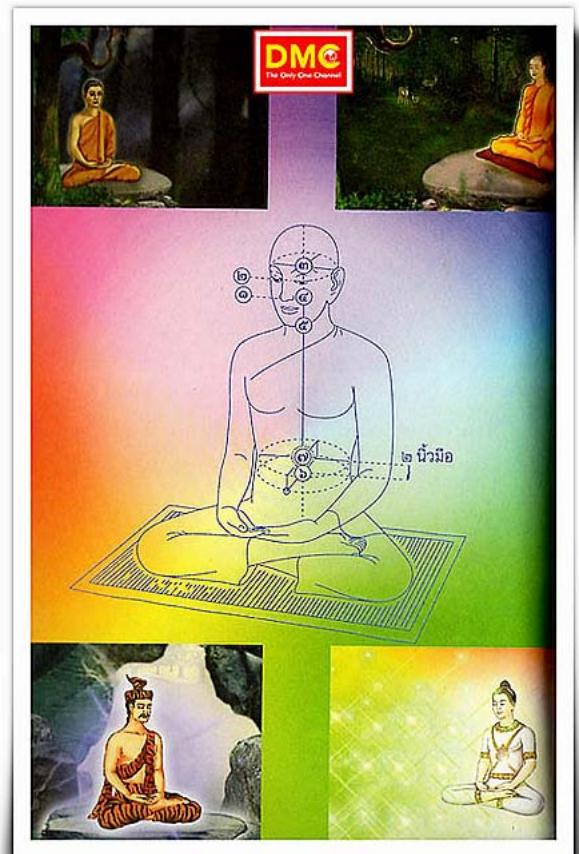
สิ่งที่เป็นความปรารถนาของทุกๆ คนในการดำรงชีวิต คืออยากพบเจอแต่สิ่งที่ดีๆ มีลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ความทะยานอยากทำให้มนุษย์ต้องดิ้นรนขวบวาย เสาะแสวงหาในสิ่งที่ตัวเองคิดว่า จะเพิ่มเติมส่วนที่บกพร่องของชีวิตให้เต็มเปี่ยมบริบูรณ์ จึงแสวงหากันรำไป ทั้งๆ ที่ตนเองก็ยังไม่ทราบหนทางแห่งความสุขที่แท้จริงว่าอยู่ที่ตรงไหน จะเข้าถึงได้อย่างไร เมื่อไม่ทราบทำให้ชีวิตต้องวนเวียนอยู่กับเรื่องการทำมาหากิน แสวงหากามคุณ เกียรติยศชื่อเสียงเงินทอง พระบรมศาสดาท่านทรงค้นพบว่า วิธีการที่จะทำให้เข้าถึงความสุขที่แท้จริงได้นั้น จะต้องเริ่มต้นจากใจที่หยุดนิ่ง เพราะสุขอื่นนอกจากใจหยุดนิ่งไม่มี ใจที่สงบหยุดนิ่งจะเป็นต้นทางแห่งความสุขและความสำเร็จที่แท้จริง

* พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ใน ทีฆนิกาย มหาวรรค ว่า

“ปฏิโสตาคามิ นิปฺปณฺํ คมฺภีรํ พุทฺธสํ อณฺุ
ราครตฺตา น ทกฺขณฺติ ตโมกฺขณฺเณ อาวุตฺตา

สัตว์อันระคะย้อมแล้ว ถูกกองอวิชชาหุ้มห่อแล้ว จักไม่เห็นธรรมอันละเอียด ลึกซึ้ง ยากที่จะเห็น ละเอียดยิ่ง อันจะยังสัตว์ให้ถึงธรรมที่ทวนกระแส คือ นิพพาน”

สรรพสัตว์ทั้งหลายในโลกนี้ เมื่อยังไม่หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ ก็ต้องเวียนว่ายตายเกิดครั้งแล้วครั้งเล่า เพราะอวิชชาคือความไม่รู้ห่อหุ้มเอาไว้ ไม่รู้จักทุกข์ เห็นการเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นเรื่องปกติธรรมดา ไม่ได้นำมาพิจารณาให้ถ่องแท้จริงๆ จังๆ ว่าทำอะไรถึงจะไม่ต้องเกิดอีก และก็รู้ว่าต้นเหตุแห่งทุกข์อยู่ที่ตรงไหน ทำอย่างไรถึงจะดับทุกข์เหล่านั้นได้ และหนทางที่จะนำไปสู่การดับ



ทุกข์เป็นอย่างไรก็ไม่เคยรู้จัก ความไม่รู้นั่นเองเป็นภัยใหญ่หลวงของชีวิต เพราะจะทำให้หลงไปยึดติดในคน สัตว์ สิ่งของ สังขารว่างกาย ทั้งที่เป็นของตัวเองและของคนอื่น แล้วเผลอไปทำบาปอกุศล จนเป็นเหตุให้พลัดตกไปในอบายภูมิ ทำให้เวียนวนกันอยู่อย่างนี้เรื่อยไป

เนื่องจากเราไม่เคยศึกษาเรื่องของตัวของเราเอง ว่ากายที่สมบุรณ์ที่สุดที่ควรยึดถือเอาไว้ เป็นอย่างไร อยู่ที่ตรงไหน จะเข้าถึงได้อย่างไร เหล่านี้เราไม่ทราบกัน เพราะว่าวันหนึ่งคืนหนึ่งใจของเราวนเวียนอยู่กับที่สิ่งภายนอก ถูกระคะความกำหนัดยินดี ครอบงำให้สนใจเรื่องของคนอื่น สนใจดูการกระทำของคนอื่น สนใจในสิ่งที่นอกตัวของเราออกไป

เพราะฉะนั้น กายที่อยู่ภายในตัวของเรากำลังจะไม่รู้จัก ไม่รู้จักหนทางที่จะพัฒนาใจให้ละเอียด ให้

ประณีต ให้สูงขึ้น เพราะเราสนใจในเรื่องนอกตัว เพราะฉะนั้นเราควรมาศึกษาเรื่องของกายภายใน ตัวของเรา ถ้าเรารู้จักเรื่องในตัวของเราแล้ว เราจะได้สำรวจมรรควังจิตไม่ให้ท่องเที่ยวไปในที่ไกล ถ้าสำรวจมรรควังได้ เราจะพ้นจากบ่วงของพญามาร

เมื่อต้องการศึกษาเรื่องภายในของตัวเอง จะต้องรู้จักว่าภายในตัวของเรามีกายต่างๆ ซ้อนกันอยู่เป็นชั้นๆ ไปตามลำดับของความละเอียด ความบริสุทธิ์ของใจ ใจของคนตามปกติมันซัดส่ายไปมาวนอยู่ในบ่วงของมาร วนอยู่ในความยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส อะไรต่างๆ เหล่านี้ ที่วนไปวนมาเพราะว่ามารเขาเข้าไปบังคับเอาไว้ ดึงใจของเราให้หลุดออกมาจากศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ จากธรรมะ จากความดี แล้วก็เอาไปแช่หมักดองไว้ในกามาสวะ ภวาสวะ ภิกขุสวะ อวิชชาสวะ ในกาม โภภ ในความเห็นผิดอะไรต่างๆ เหล่านี้ทั้งหมด

เขาคอบงาเอาไว้ด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลง ความกำหนัดยินดี ความทะยานอยาก นี่เขาเอาเราไปแช่อยู่อย่างนั้น จนเรารู้สึกคุ้นเคยชินใจเราจะวนเวียนอยู่ในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์ วนอยู่อย่างนี้แหละ ในที่สุดเราก็จะสูญเสียคุณงามความดีที่มีอยู่ในใจของเราไป ความชั่วจะเข้ามาแทนที่ ความคิด คำพูด และการกระทำ ก็เป็นของอกุศลธรรมไปหมด นี่เขาถึงได้เรียกว่าคน คือวนอยู่ในบ่วงของมาร

ถ้าหากเราฝึกใจของเราให้หยุดให้นิ่ง พอใจหยุดถูกส่วนก็จะพ้นจากภาวะของความเป็นคน จิตจะหลุดพ้นเข้าถึงความเป็นมนุษย์ เป็นผู้ที่มิใช่สูง คือเข้าไปถึงกายมนุษย์ละเอียดที่อยู่ภายในตัวของเรา มีใจสูงกว่าเดิม ใจสูงเพราะว่ามีศีล ๕ ประจักษ์ จะมีปัญญากว้างขวาง รู้จักเหตุ รู้จักผล รู้จักคุณโทษ ประโยชน์และไม่ใช้ประโยชน์ รู้จักประโยชน์ ๓ อย่าง จะรู้จักการทำชีวิตให้มีประโยชน์ในปัจจุบัน รู้จักประโยชน์ในอนาคต ตลอดจน

กระทั่งจะรู้จักประโยชน์อย่างยิ่งคือ พระนิพพาน จะรู้จักเมื่อเข้าถึงความเป็นมนุษย์ที่มีอยู่ในกายของเรา

เรารู้จักกายมนุษย์ละเอียดหรือกายผ้นกันดี เวลานอนหลับก็เห็นตัวของเราเองปรากฏอยู่ในความฝัน หน้าตาเหมือนตัวของเรานี้แหละ นั่นแหละกายมนุษย์ละเอียด ถ้าเราเข้าถึงได้ในขณะที่ตื่นอยู่ ใจเราจะสูงขึ้นเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับกายมนุษย์ละเอียด มนุษยธรรมก็จะเกิดขึ้น มีศีล ๕ ครอบถวนบริบูรณ์ ถ้าเข้าถึงกายที่ละเอียดกว่านั้นลงไปอีก ที่อยู่ภายในกายของกายมนุษย์ละเอียด คือเข้าถึงกายทิพย์ จิตของเราจะยิ่งสูงขึ้น บริสุทธิ์ขึ้น

พอเข้าถึงกายทิพย์ เทวธรรมปรากฏขึ้นมาในใจของเรา เป็นผู้มิหิรี มีโศตตปปะ มีความละเอียดเกรงกลัวต่อบาป จะไม่ทำบาปทั้งที่ลับและที่แจ้ง พระพุทธเจ้าท่านเรียกว่า มนุสสเทโว เข้าถึงความ เป็นเทวดาตั้งแต่ยังเป็นมนุษย์ คือเข้าไปถึงกายทิพย์นั่นเอง ไม่อยากจะทำบาปแล้ว เพราะเกรงกลัวบาปจะส่งผลให้มีความทุกข์ทรมาน เหมือนยาพิษแม้เพียงเล็กน้อย มันก็เป็นอันตรายต่อชีวิตของเราได้

เมื่อไรเราเข้าถึงได้ เราจะรู้จักว่ากายทิพย์ หน้าตาเป็นอย่างไรเอง คนที่ใจมิหิรีโศตตปปะ สวยาม กายทิพย์จะสวละเอียดประณีตทีเดียว นอกจากนี้นี้ภายในกายทิพย์ยังมีกายที่ละเอียด ประณีตเข้าไปอีก อยู่ภายในกายทิพย์ที่อยู่ในตัวของเรา ถ้าหยุดนิ่งได้สนิทมากขึ้น จะเข้าถึงกายรูปพรหม เป็นกายที่เต็มเปี่ยมไปด้วยพรหมวิหารธรรม จิตใจสมบูรณ์ไปด้วยสมาบัติ เข้าถึงรูปฌาน ๔ เต็มเปี่ยมไปด้วยเมตตา กรุณา มุติตา อุเบกขา มีความเต็มเปี่ยมบริบูรณ์ยิ่งขึ้น

กายรูปพรหมนี้ เมื่อเข้าถึงแล้วจะมีภพอันวิเศษมารองรับ คือภพของพรหมโลก เพราะว่าเต็ม

เปี่ยมไปด้วยพรหมวิหารธรรม หมอวดหมู่แห่งธรรม
สี่ประการเต็มเปี่ยมหมด กายพรหมอันนี้แหละ คือ
กายของผู้มีความบริสุทธิ์ มีความผ่องใสที่อยู่
ภายในตัวของเรา ใครเข้าถึงเมื่อไร ก็เป็นพรหมได้
ในชีวิตปัจจุบัน เข้าถึงพรหมกายเป็นพรหมกาย ตัว
เราก็เป็นพรหมได้ตั้งแต่เป็นมนุษย์ ถ้าใจเกาะอยู่ใน
กายรูปพรหมนี้ตลอด ติดแน่น ไม่หวั่นไหว เมื่อละ
โลกแล้ว อายตนะของพรหมโลกก็ดูกายพรหม
ของเราเข้าไปสวดยสุขอยู่ที่นี่ มีสุขด้วยฌาน
สมาบัติ สวดยสุขเป็นกัปป เป็นองสขัยกันเลยทีเดียว

ในกลางกายของรูปพรหมยังมีอีกกายหนึ่ง ที่
ละเอียดกว่า ประณีตกว่า เรียกว่ากายอรูปรพรหม
เป็นกายที่สมบูรณ์ไปด้วย สมาบัติ ๘ รูปฌาน ๔
กับอรูปรฌาน ๔ สมบูรณ์หมด สมาบัติ ๘ เป็นทิฐฐิ
ธรรมสุขวิหารี ธรรมเป็นเครื่องอยู่เป็นสุขของผู้ที่เข้า
ถึง ปราศจากนิวรณ์ วิตก วิจาร์ ปิตี สุข เอกัคคตา มี
ความละเอียดอ่อน จนไม่ทราบว่าจะเอามาเปรียบ
กับอะไรในโลก จึงใช้คำว่าเนวสัญญานาสัญญาย
ตนะ มีความละเอียดอ่อนของดวงจิตที่ยิ่งใหญ่
ไพศาล ใจของอรูปรพรหมกับจักรวาลเหมือนจะ
กลมกลืนกันเป็นอันหนึ่งอันเดียว ละโลกไปแล้วก็
ไปสู่อรูปรภพ เป็นภพที่สวดยความสุขได้ดีที่สุดในภพ
ทั้ง ๓ นี้ ความสุขอะไรในภพทั้ง ๓ นี้ จะเกินไปกว่า
ความสุขของอรูปรภพนั้นไม่มี

แต่กายต่างๆ เหล่านี้ แม้จะมีความสุขความ
ละเอียดประณีตเพียงไร ก็ยังไม่พ้นจากไตรลักษณ์
เพราะยังถูกรอบงำด้วยความโลภ ความโกรธ
ความหลง แม้ความสุขจะขยายกว้างแค่ไหนก็ตาม
ก็ยังไม่เที่ยง ซึ่งถ้าเทียบกับความสุขที่เข้าถึง
ธรรมกายโคตรภูซึ่งเป็นกายที่หลุดพ้นจากภพสาม
แล้ว ความสุขของอรูปรภพเปรียบเหมือนกับที่แคบ
เหมือนอยู่ห้องแคบๆ ส่วนความสุขที่เข้าถึง
ธรรมกายโคตรภู ความสุขกว้างขวางกว่า เหมือน
ออกมานอกห้อง พ้นจากที่แคบไปสู่ที่กว้างขวาง

ธรรมกายโคตรภูนี้อยู่ในกลางกายของกายอรูปร-
พรหม

ลักษณะเป็นพระพุทธรูปภูมิกร เกตุดอกบัว
ตูม ใสเป็นแก้ว ที่ได้ชื่อว่าโคตรภู เพราะว่าใจหยุด
ใจนิ่งจนกระทั่งหลุดพ้นจากภพสามไปได้ แต่ว่ายัง
ไม่เป็นพระอริยเจ้า ในกลางของกายธรรมโคตรภู
จะเข้าถึงพระอริยบุคคลผู้มีชีวิตอันประเสริฐ ตั้งแต่
เข้าถึงกายธรรมพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระ-
อนาคามี จนถึงกายธรรมพระอรหันต์ สังโยชน์ต่างๆ
ก็หมดสิ้นไป

จิตก็กว้างขวางใหญ่โต มีความสุขมากทีเดียว
ไม่ติดอะไรทั้งสิ้นในภพทั้งสาม ติดแต่อายตณ
นิพพานเท่านั้น เป็นพระอริยเจ้าหรือพระอรหันต์ ผู้
ห่างไกลแล้วจากกิเลสอาสวะทั้งหลาย กายต่างๆ
เหล่านี้มีอยู่ในตัวของพวกเราทุกๆ คน นี่ให้รู้จัก
กันเอาไว้ เกิดกันมาภพหนึ่งชาติหนึ่ง ก็เพื่อจะมา
ฝึกฝนอบรมใจของเราให้เข้าถึงอย่างนี้ ความรู้ใน
ทางพระพุทธศาสนาสอนให้เราได้เข้าถึงกันอย่างนี้
ก็เหลือแต่พวกเราว่าจะทำอย่างไร จึงจะเข้าถึงกาย
ที่อยู่ภายในต่างๆ เหล่านี้ได้ เพราะถ้าหากเข้าถึง
กายธรรมเมื่อไร การที่จะไปรู้ไปเห็นเรื่องราวความ
ลึกลับของชีวิตทั้งหมด จนกระทั่งไปถึงอายตณ-
นิพพานได้ ก็อยู่ในวิสัยที่พวกเราทุกคนจะไปรู้ไป
เห็นได้ เพราะฉะนั้น เมื่อเรารู้เราเข้าใจอย่างนี้แล้ว
ก็ให้มันฝึกฝนใจให้หยุดนิ่งเป็นประจำ จนกว่าจะ
เข้าถึงพระธรรมกายภายในกันทุกๆ คน

พระธรรมเทศนาโดย: พระเทพญาณมหารุณ
นามเดิม พระราชภาวนาวิสุทธิ (ไชยบุญย์ ธมฺมชโย)

* มก. เล่ม ๖ หน้า ๓๐

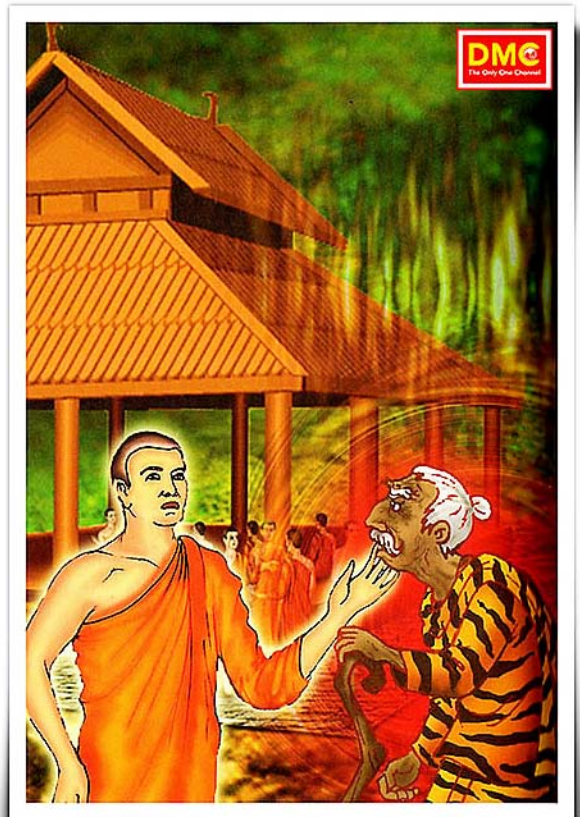
บารุชิตขวงควมด

การฝึกฝนใจให้สะอาดบริสุทธิ์ หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ พ้นจากการเป็นปาวเป็นทาสของพญามาร เป็นกรณีศึกษาที่สำคัญของการเกิดมาเป็นมนุษย์ ถ้าไม่รู้จักหมั่นฝึกใจให้หยุดนิ่ง เราจะต้องถูกกิเลสครอบงำอยู่ร่ำไป มารได้ช่องในการทำชั่วให้เกิดความโลภ ความโกรธ ความหลง มัวไปยึดติดอยู่ในรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ธรรมารมณ์ที่มากกระทบใจ แล้วละเลยการแสวงหาแก่นสารที่แท้จริงของชีวิต ชีวิตจึงต้องเวียนวนอยู่ในห้วงแห่งทะเลทุกข์ โอกาสที่จะได้สัมผัสรสแห่งธรรมซึ่งเป็นวิมุตติรส จึงลดน้อยถอยลงไปทุกที เพราะฉะนั้นการให้โอกาสอันสำคัญกับตัวเอง ในการทำสมาธิเจริญภาวนา เพื่อกลั่นกาย วาจา ใจของเราให้บริสุทธิ์ จึงเป็นทางลัดที่สุดที่จะทำให้เราหลุดพ้นจากการบังคับบัญชาของพญามาร

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ใน อายตนะสูตร

รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์ทั้งสิ้น นี่เป็นโลกาภิสนอันแรงกล้า โลกหมกมุ่นอยู่ในอารมณ์เหล่านี้ ส่วนสาวกของพระพุทธเจ้า มีสติก้าวล่วงโลกาภิสนนั้น และก้าวล่วงบ่วงมารแล้วรุ่งเรืองอยู่ดุจพระอาทิตย์ ฉะนั้น"

ผู้ที่ได้ชื่อว่าเป็นสาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จะต้องก้าวล่วงพ้นจากบ่วงมาร ไม่ไปติดอยู่ในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส หลงใหลติดพันในภาพจิตรกรรม ท่านกล่าวไว้ว่า เบญจกามคุณ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสหรือธรรมารมณ์ที่มากกระทบใจต่างๆ เหล่านี้ ไม่ว่าจะเป็นอย่างมนุษย์หรือของทิพย์ก็ตาม เป็นบ่วงล่อของพญามารทั้งนั้น ถ้าเรามัวไปยึดมั่นถือมั่น นั้นแหละเข้าทางของเขาแล้ว ที่มนุษย์เรายังมีกิเลสอาสวะอยู่ก็เพราะถูกเขาบังคับ



บัญชาเอาไว้ เอาโลกาภิสนซึ่งเป็นเหยื่อล่อมาทำให้เราหมกมุ่นหลงใหล เอากิเลสเข้ามาใส่ ทำให้ไม่เป็นตัวของตัวเอง เขาบังคับให้เกิด ให้แก่ ให้เจ็บ ให้ตาย ทุกข์ทรมานอยู่ตลอดเวลา เมื่อเรายังไปไม่ถึงที่สุดแห่งทุกข์ จึงยังต้องเวียนวนวายเป็นอยู่ร่ำไป การจะหลุดจากตรงนี้ได้ ใจต้องหยุด แล้วก็หยุดในหยุดกันเข้าไปเรื่อย ๆ ทำได้อย่างนี้มารกล้วนๆ แม้จะมาขัดขวางการสร้างบารมีของเรา แต่ถ้าใจเราหยุดนิ่งเสียแล้ว สิ่งต่างๆ ภายนอกก็ไม่มีผลต่อจิตใจของเรา

* สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้าเสด็จเข้าไปบิณฑบาตในหมู่บ้านของพราหมณ์ ซึ่งเป็นผู้มีศรัทธาเลื่อมใสในพระพุทธเจ้ามาก แต่ว่าวันนั้นพราหมณ์ถูกมารเข้าสิงใจไม่ให้ตักบาตรพระองค์ และไม่มีชาวบ้านคนไหนเลยตักบาตรพระพุทธองค์ เมื่อไม่ได้อาหารพระองค์จึงถือบาตรเปล่าเสด็จกลับวัด

ในระหว่างทาง มารผู้มีบาปเข้าไปหาพระผู้มีพระภาคเจ้า แล้วกล่าวกับพระพุทธองค์ว่า "สมณะ ท่านได้บิณฑบาตบ้างไหม" พระผู้มีพระภาคตรัสว่า "เนมะรผู้ใจบาป ท่านได้กระทำให้เราไม่ได้บิณฑบาตมิใช่หรือ" มารจึงกราบทูลว่า "ถ้าอย่างนั้น ขอพระผู้มีพระภาคเจ้าจงเสด็จเข้าไปเพื่อบิณฑบาตครั้งที่สองอีกเถิด พระเจ้าข้า ข้าพระองค์จักกระทำให้พระผู้มีพระภาคเจ้าได้รับบิณฑบาต"

พระบรมศาสดาตรัสว่า "ดูกรมารผู้ใจบาป ท่านมาขัดขวางตถาคต ได้ประสบสิ่งที่มีโทษบุญแล้ว ท่านเข้าใจว่า บาปย่อมไม่ให้ผลแก่ตัวเองจะนั้นหรือ ดูก่อนมาร แม้เรตถาคตไม่ได้รับบาตร แต่ตถาคตเป็นผู้ไม่มีความกังวล ย่อมดำรงอยู่ได้อย่างมีความสุข ตถาคตจักเป็นผู้มีปิติเป็นภักษา ดุจอาภัสสรพราหมณ์"

มารเมื่อไม่สามารถขัดขวางพระผู้มีพระภาคเจ้าได้ ก็รู้สึกเสียใจ จึงได้อันตรธานหายไปต่อหน้าพระพักตร์ แต่ถึงกระนั้น มารผู้ใจบาปก็ไม่ยอมแพ้ คอยหาโอกาสมารบกวนพระพุทธองค์อยู่เรื่อยไป เมื่อคิดว่าหากมารบกวนพระบรมศาสดาไม่ได้ ก็มารบกวนสาวกของพระองค์แทนก็แล้วกัน มีอยู่คืนหนึ่ง มารผู้ใจบาปได้เข้าไปหาหมู่ภิกษุสงฆ์ แล้วได้ร้องเสียงดังน่ากลัว ทำฟ้าแลบฟ้าร้องเหมือนภูเขาคจะถล่ม แผ่นดินจะทรุดพังทลายลงมา

ภิกษุรูปหนึ่ง ตกอกตกใจเพราะไม่เคยได้ยินเสียงดังอย่างนี้มาก่อน จึงถามเพื่อนสหธรรมิกว่า แผ่นดินนี้เห็นท่าจะถล่มทลายลงมาแล้ว เพราะเสียงฟ้าร้องฟ้าลั่นไม่ยอมหยุดเสียที พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสบอกว่า "ดูก่อนภิกษุ แผ่นดินนี้ไม่ถล่มลงมาหรอก แต่เสียงดังลั่นประหนึ่งแผ่นดินจะทรุดนี้ เป็นฝีมือของมารผู้ใจบาปทำเพื่อหวังจะให้พวกเธอตกใจกลัว ไม่ให้มีสมาธิในการบำเพ็ญสมณธรรม"

ต่อมา มารผู้ใจบาปได้เนรมิตรร่างเป็นพราหมณ์แก่ ห่มหนังเสือ หายใจเสียงดังครี๊ดคราดๆ เดินถือไม้เท้าเข้าไปหาหมู่ภิกษุสงฆ์ ผู้กำลังปรารภความเพียร เมื่อไปถึงก็ได้กล่าวกับภิกษุเหล่านั้นว่า "ท่านบรรพชิตทั้งหลาย พวกท่านแต่ละรูปล้วนเป็นคนหนุ่มกระชุ่มกระชวย มีผมดำ ประกอบด้วยความหนุ่มแน่น ยังอยู่ในปฐมวัยไม่ควรเบื่อหน่ายในกามารมณ์ทั้งหลาย ขอท่านจงบริโภคกามอันเป็นของมนุษย์เถิด อย่ายินดีในสิ่งที่มองไม่เห็นได้ด้วยตา หนีจากสุขอันสมบูรณ์ไปแสวงหาสุขอันไม่จริงยังยืนเลย"

พวกภิกษุก็ตอบว่า "ดูก่อนพราหมณ์ พวกเราเชื่อว่าไม่ได้ความสุขที่ถาวรแล้ววิ่งไปหาความสุขชั่วคราว แต่พวกเราละทิ้งความสุขชั่วคราวเพื่อมุ่งไปสู่ความสุขอันเป็นอมตะ ซึ่งสามารถเห็นได้ในปัจจุบันต่างหากเล่า ดูก่อนพราหมณ์ เพราะว่ากามทั้งหลายเป็นของชั่วคราว มีทุกข์มาก มีความคับแค้นมาก โทษในกามทั้งหลายมีมาก ธรรมนี้มีผลที่จะเห็นได้ด้วยตัวเอง ไม่จำกัดด้วยกาล เป็นของควรเรียกกันมาดู ควรน้อมเข้ามาไว้ในตน เป็นของอันวิญญูชนทั้งหลายพึงรู้ได้เฉพาะตน" มารเมื่อเห็นว่าพวกภิกษุไม่ยอมเชื่อฟังตัวเอง จึงได้อันตรธานหายไป

เราจะเห็นว่า มารซึ่งเป็นผู้ขัดขวางความดีนั้นมีตัวมีตนอยู่จริงๆ ไม่ใช่เป็นเพียงแค่นามธรรมอย่างที่คุณธรรมดาสามัญคิดกันเท่านั้น ว่าเป็นกิเลสที่เป็นความโลภ ความโกรธ ความหลงจับต้องไม่ได้ แต่ธรรมฝ่ายดำหรืออกุศลธรรม ซึ่งเป็นปฏิปักษ์กับธรรมฝ่ายขาวนั้น ที่จริงมีตัวมีตน เราจะรู้ได้ต้องเข้าถึงวิชาธรรมกาย จะเห็นเขาและการกระทำของเขาที่คอยขัดขวางการทำความดีของเรา ไม่ให้เราหลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ เขาจะส่งกิเลสอาสวะเข้ามาในจิตใจ โดยเฉพาะผู้ที่เอาใจออกห่างจากศูนย์กลางกาย ก็จะเปิดช่องให้กิเลสเข้ามาแทรกได้ง่าย แล้วมารก็องหา

โอกาสตลอดเวลา เขาทำงานกันไม่ได้หยุดเลย
อย่างในสมัยพุทธกาล เมื่อเห็นวาระบวชน
พระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ได้ ก็ไปบวชนพระภิกษุ
แทน เมื่อทำไม่สำเร็จก็เข้าไปขัดขวางทางฝ่าย
ภิกษุณีบ้าง

* มีอยู่วันหนึ่ง ภิกษุณีชื่อจาลา นุ่งห่มสบงจีวร
แล้วถือบาตรเพื่อเข้าไปบิณฑบาตในกรุงสาวัตถี
เมื่อได้รับอาหารมาฉันแล้ว ท่านก็เข้าไปปาอันธวัณ
เพื่อนั่งสมาธิใต้โคนไม้ ในขณะนั้น มารผู้มีใจบาป ก็
คิดว่าจะทำให้จาลาภิกษุณีบังเกิดความกลัวจน
พองสยองเกล้า จะได้เลิกทำทำสมาธิ จึงเข้าไปหา
จาลาภิกษุณีถึงที่นั่งพัก แล้วได้กล่าวว่า “ดูก่อน
ภิกษุณี ท่านไม่ชอบใจอะไรหนอ”

จาลาภิกษุณีก็ตอบว่า “ท่านผู้มีอายุ เราไม่
ชอบความเกิดเลย” มารถามต่อว่า “ทำไมถึงไม่
ชอบความเกิด ผู้เกิดมาแล้วย่อมบริโภคนกาม ใคร
หนอให้ท่านยึดถืออย่างนี้ อย่าเลยภิกษุณี ท่านจง
ชอบความเกิดเถิด จะได้แสวงหาความสุขเรื่อยไป”

จาลาภิกษุณีก็กล่าวว่า “ผู้เกิดมาก็ต้องตาย ผู้
ที่เกิดมามีพ่อแม่พบเห็นทุกข์ คือ การจوعจำ การฆ่า
การพลัดพรากจากบุคคลผู้เป็นที่รัก หรืออยู่กับผู้ไม่
เป็นที่รัก เพราะฉะนั้น เราจึงไม่ชอบความเกิด” มาร
ผู้มีใจบาปก็กล่าวว่า “ท่านจงตั้งใจไว้ในพวกเทพชั้น
ดาวดึงส์ ชั้นยามา ชั้นดุสิต ชั้นนิมมานรดี และชั้น
ปรนิมมิตวสวัตตีเถิด ท่านจักได้เสวยความสุข
ความยินดียิ่งๆ ขึ้นไป” ภิกษุณีตอบว่า “พวกเทวดา
เหล่านั้น ก็ยังผูกพันอยู่ด้วยเครื่องผูกคือกาม จำ
ต้องกลับมาสู่อำนาจของมารอีก โลกทั้งหมด
เร่าร้อน โลกทั้งหมดคุกรุ่นด้วยควัน โลกทั้งหมดลุก
โพล้งด้วยไฟ โลกทั้งหมดสิ้นสະเทือน แต่ใจของเรา
ยินดีแน่วแนในพระนิพพาน” เมื่อมารได้ฟังคำพูด
ของภิกษุณีอย่างนั้น ก็เสียใจ เพราะรู้ว่าภิกษุณีรูป
นี้รู้จักเราเสียแล้ว จึงได้อันตรธานหายไป

เราจะเห็นว่า มารคอยแต่จะชักชวนคนที่ทำดี
ให้ทำในสิ่งที่ไม่ดี และมักจะรวบรวมผู้ที่มีมรรคผล
นิพพานเป็นแก่นสาร เพราะสุกธรรมซึ่งเป็นธรรม
ฝ่ายขาวนั้น เป้าหมายสูงสุดก็คือ ให้ได้บรรลุ
มรรคผลนิพพานอันเป็นเอกนิพพานสุข เพราะ
ฉะนั้น ฝ่ายอกุศลธรรมซึ่งเป็นธรรมฝ่ายดำ เขาจะ
คอยขัดขวางการสร้างบารมีของเราตลอดเวลา ไม่
ให้ไปถึงจุดหมายคือที่สุดของตัวเอง และต่างก็มุ่ง
ไปให้สุดสายธาดุสยธรรมของตัวเอง รบกันอยู่
อย่างนี้ ยังไม่มีใครแพ้ใครชนะ เพราะฉะนั้น พวก
เราเองก็อย่าได้ประมาทกัน ตราบใดที่เรายังไม่
หมดกิเลสเป็นพระอรหันต์ ชีวิตเรายังไม่เป็นอิสระ
และก็ยังไม่ปลอดภัย ยังต้องถูกเขาบังคับบัญชาอยู่
เรื่อยไป ดังนั้น ให้หมั่นฝึกฝนใจของเราให้หยุดนิ่ง
เอาใจกลับมาตั้งไว้ที่ศูนย์กลางกายฐานที่เจ็ด ซึ่ง
เป็นทางไปสู่อายตณนิพพาน แล้วเราจะ
สมปรารถนา ได้เข้าถึงพระธรรมกายกันทุกคน

พระธรรมเทศนาโดย: พระเทพญาณมหามุนี
นามเดิม พระราชภาวนาวิสุทธิ (ไชยบูลย์ ธมฺมชโย)
* มก. เล่ม ๒๕ หน้า ๔๕

welcome to I like English

รายการที่จะทำให้คุณชอบภาษาอังกฤษมากขึ้น

โดย นันทน์ภัส ภวานาภรณ์ (ชิน)
& Aj.Sebastian Copija



การติดต่อทำธุรกรรมทางการเงิน ที่ธนาคาร (At the Bank)

เมื่อคุณต้องไปต่างประเทศ และติดต่อทำ
ธุรกรรมทางการเงินที่ธนาคาร (At the Bank = การ
ติดต่อทำธุรกรรมทางการเงินที่ธนาคาร) เมื่อเราไป
ถึงธนาคารแล้วจะพูดว่าอย่างไร

I will cover opening a bank account,
taking money out or withdrawal, making a
deposit, closing a bank account and some
specific words.

ถ้าไปธนาคารเรามีความจำเป็นที่จะต้องรู้ว่า
จะพูดอย่างไรในหลายๆอย่าง ดังนั้นเราจะมาพูด
กันเรื่อง การเปิดบัญชี, การถอนเงิน, การฝากเงิน,
การปิดบัญชี เป็นต้น



คำศัพท์ภาษาอังกฤษ คำว่า

- deposit แปลว่า ฝากเงิน
- Withdrawal แปลว่า ถอนเงิน
- Account แปลว่า บัญชีเงินฝาก

ประโยคภาษาอังกฤษสำหรับ การเปิดบัญชีธนาคาร

Let's start with opening an account, the
first thing you need to say is "I would like to
open a bank account."

There are many different types of
accounts A savings account is the most useful.

มาเริ่มกันที่การเปิดบัญชีกันก่อน สิ่งแรก
เราจะต้องพูดว่า "I would like to open a bank
account แปลว่า ฉันต้องการเปิดบัญชี" ซึ่งการฝาก
บัญชีประเภทออมทรัพย์นิยมใช้มากที่สุด

คำศัพท์ภาษาอังกฤษว่า " Savings Account
แปลว่า บัญชีออมทรัพย์ "



ประโยคภาษาอังกฤษสำหรับการเลือกประเภทบัญชีธนาคาร

You will hear the question "What type of account would you like to open?", you can say, "I'd like to open a savings account."

Opening an account is very easy.

คุณจะได้ยินคำถามว่า "What type of account would you like to open?" แปลว่า บัญชีประเภทไหนที่คุณต้องการ แล้วคุณก็ตอบกลับไปว่า "I'd like to open a savings account." แปลว่า ฉันจะใช้บัญชีประเภทออมทรัพย์

ประโยคภาษาอังกฤษสำหรับการถอนเงิน

When you want to take money out of your account in other words: make withdrawal, You either use the ATM machine or fill out the withdrawal form.

Both cases don't require saying a single word.

เมื่อคุณอยากถอนเงิน เราแค่ไปถอนจากเครื่อง ATM หรือจะไปกรอกแบบฟอร์มถอนเงินก็ได้

But if you need help from the officer you can say, "I would like to make a withdrawal."

They will tell you to fill out a form or they will simply ask, "How much would you like?" Most likely, they will ask you for your account number, then they will take money out for you.

ประโยคภาษาอังกฤษสำหรับบอกว่า ฉันอยากถอนเงิน

แต่ถ้าคุณต้องการให้เจ้าหน้าที่ช่วยเหลือคุณพูดว่า "I would like to make a withdrawal." แปลว่า ฉันอยากถอนเงิน

เจ้าหน้าที่จะให้คุณกรอกฟอร์มถอนเงินและถามว่า "How much would you like?" แปลว่า คุณอยากถอนเงินเท่าไร แล้วเขาก็จะถามเลขบัญชีของคุณ และก็จะถอนเงินมาให้คุณ

ประโยคภาษาอังกฤษสำหรับบอกว่า ฉันอยากฝากเงิน

Making a deposit is also very easy. You can use the deposit machine or fill out a form and give it along with the money.

you can say the following while handing them the form and money. "I would like to make a deposit."

การฝากเงินก็เช่นเดียวกัน คุณสามารถฝากได้กับเครื่องฝากเงินอัตโนมัติ หรือกรอกแบบฟอร์มส่งพร้อมกับเงินของคุณ ถ้าคุณอยากถามอะไรก็สามารถพูดได้ในขณะที่ยื่นแบบฟอร์มกับเงินให้กับเจ้าหน้าที่ได้ว่า "I would like to make a deposit." แปลว่า ฉันอยากฝากเงิน

ประโยคภาษาอังกฤษสำหรับปิดบัญชีธนาคาร

If you want to close an account, it is much more difficult. Banks do not like people closing accounts so you have to be persistent. Here are some sentences you can use.

"I would like to close my account."

ถ้าคุณต้องการปิดบัญชีจะยากนิดหนึ่ง เพราะธนาคารไม่ชอบให้เราปิดบัญชี ดังนั้นคุณต้องยืนกรานว่าคุณจะปิดจริงๆ ตัวอย่างประโยคที่คุณจะใช้ก็คือ "I would like to close my account." แปลว่า ฉันอยากปิดบัญชี

They may ask you, "Why do you want to close your bank account?" or "Were you unsatisfied with something?" The simple answer is, "I just don't use this account so I want to close it."

เจ้าหน้าที่อาจถามคุณว่า "Why do you want to close your bank account?" แปลว่า ทำไมคุณต้องการปิดบัญชี หรือ "Were you unsatisfied



with something?" แปลว่า คุณไม่พอใจในบางสิ่งหรือไม่ เราไม่ต้องตอบอะไรมากแค่ตอบไปว่า "I just don't use this account so I want to close it." แปลว่า ฉันแค่ไม่ได้ใช้บัญชีนี้แล้ว ฉันจึงอยากปิดบัญชี

ประโยคภาษาอังกฤษสำหรับบอกว่า "เราอยากทำอะไร.."

An easy sentence we can use for saying what we want is "I would like to....." or in short "I'd like to....."

ประโยคง่ายๆ ที่จะบอกว่าเราอยากทำอะไรคือ "I would like to....." หรือ มีรูปประโยคย่อ "I'd like to....." แปลว่า ฉันอยากจะทำ.....+ สิ่งที่ต้องการ ตัวอย่างเช่น "I would like to make a withdrawal" หรือ "I would like to make a deposit."

ลองดูตัวอย่างประโยคที่อาจจะต้องใช้ที่ธนาคารเพิ่ม

Here is a short list of a variety of sentences that you might need at the bank.

How much is the interest rate on your savings account. แปลว่า ดอกเบี้ยสำหรับบัญชีออมทรัพย์ มีอัตราเท่าไร คำศัพท์ภาษาอังกฤษว่า Interest แปลว่า ดอกเบี้ย

I'd like to transfer some money, please. แปลว่า ฉันอยากจะโอนเงิน คำศัพท์ภาษาอังกฤษว่า Transfer แปลว่า โอน

Do you have online service with each account? แปลว่า คุณมีบริการออนไลน์ในแต่ละบัญชีไหม

How much do you charge if I use a different bank's ATM? แปลว่า คุณคิดค่าธรรมเนียมเท่าไร ถ้าฉันใช้เครื่อง ATM ต่างธนาคาร คำศัพท์ภาษาอังกฤษว่า Charge แปลว่า คิดค่าธรรมเนียม

Finally, we can explain specific words used at the bank, for example; เราสามารถอธิบายคำศัพท์ภาษาอังกฤษเพิ่มเติมที่ใช้ติดต่อกับธนาคารได้ว่า

- คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Savings account คือ บัญชีที่เราสามารถเก็บเงินได้ในระยะยาว และมีดอกเบี้ยให้ผู้ฝาก
- คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Exchange คือ

การแลกเปลี่ยนในที่นี้คือการแลกเปลี่ยนเงินตราในแต่ละสกุลเงิน

- คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Exchange rate คือ อัตราแลกเปลี่ยนเงินตราระหว่างประเทศ

- คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Bank balance คือ จำนวนของเงินที่มีอยู่ในบัญชี

- คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Bank statement คือ เอกสารที่บันทึกประวัติการฝากเข้าหรือถอนออกของเงินในบัญชี

- คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Cash คือ เงินที่อยู่ในรูปของธนบัตร และเหรียญ หรือเงินสดนั่นเอง

- คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Notes or Bank note แปลว่า ธนบัตร และ Coin แปลว่า เหรียญ

- คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Check (US) or Cheque (UK) คือ เป็นรูปแบบของการใช้เอกสารแทนเงิน เพื่อใช้ชำระเงินจากธนาคารเจ้าของบัญชี

- คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Credit card คือ บัตรพลาสติกที่ใช้ชำระเงินได้โดยจะมีการเก็บเงินดังกล่าวในภายหลัง

- คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Debit card คือ บัตรพลาสติกที่เงินในบัญชีจะถูกตัดทันทีที่มีการใช้ชำระเงิน

Today we've learned a lot of vocabulary about "At the Bank" as well as other useful words. For example;





คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Deposit = ฝากเงิน
 คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Withdrawal = ถอนเงิน
 คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Account
 = บัญชีเงินฝาก
 คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Savings Account
 = บัญชีออมทรัพย์
 คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Interest = ดอกเบี้ย
 คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Transfer = โอน
 คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Branch = สาขา
 คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Exchange
 = การแลกเปลี่ยน
 คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Bank note = ธนบัตร
 คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Coin = เหรียญ



**มอบกำลังใจ...ส่งความรัก
 และความห่วงใย ผ่านทาง e-card**

กับ www.dmc.tv มีให้คุณเลือกหลายแบบหลากสไตล์ อีการ์ด
 ธรรมะ อีการ์ดคำคม อีการ์ดอวยพรวันเกิด อีการ์ดให้กำลังใจ
 อีการ์ดวันสำคัญและอื่นๆ อีกมากมาย

welcome to I like English
รายการที่จะทำให้คุณชอบภาษาอังกฤษมากขึ้น

โดย นันทน์ภัส ภวานาภรณ์ (ชิน)
& Aj.Sebastian Copija



เรื่องอริยสัจ 4 หรือ The Four noble Truths (เป็นความจริงอันประเสริฐ 4 ประการ)

หากเราจะอธิบายเรื่องนี้ให้ชาวต่างชาติได้ฟัง
จะมีคำศัพท์ที่น่าสนใจอะไรบ้าง ติดตามพร้อมๆ
กันกับวิทยากรรับเชิญ Aj. Puul Adams

I should explain about the overview the 4
Noble Truths. For example;

The Four Noble Truths contain the essence of
the Buddha's teachings.

It was these four principles that the
Buddha came to understanding during his
meditation under the bodhi tree on the day of
enlightenment.

เราควรที่จะอธิบายภาพรวมของ อริยสัจ 4
ยกตัวอย่างเช่น อริยสัจ 4 เป็นคำสอนที่สำคัญ
4 ประการ ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้เข้าใจใน
ระหว่างที่ท่านนั่งสมาธิใต้ต้นพระศรีมหาโพธิ์ในคืน
วันที่ตรัสรู้

คำศัพท์ภาษาอังกฤษ คำว่า
Nobel แปลว่า ประเสริฐ, สูงส่ง
Truth แปลว่า ความจริง

ประโยชน์การอธิบาย "อริยสัจ 4"
ในภาษาอังกฤษ
Then you can explain in detail.

First, the truth of suffering or "Dukkha" in Pali.
จากนั้นก็สามารรถอธิบายรายละเอียดได้ อริยสัจ
ข้อแรก คือ ความทุกข์ทรมาน หรือในภาษาบาลีว่า
ทุกข์

คำศัพท์ภาษาอังกฤษ คำว่า
Suffer แปลว่า ความทุกข์

Because human nature is not perfect,
during our lifetime we can inevitably have
to endure physical suffering such as pain,
sickness, injury, tiredness, old age, and
eventually death.

we have to endure psychological suffering
like sadness, fear, frustration, disappointment,
and depression.

All these things are natural kinds of
suffering everyone has to face in like.

เพราะว่าธรรมชาติของมนุษย์นั้นยังไม่
สมบูรณ์แบบ ในช่วงชีวิตเราต้องอดทนกับความ



Suffer - ความทุกข์

ทุกข์ทั้งทางร่างกาย เช่น ความเจ็บปวด, ป่วยไข้, บาดเจ็บ, เหน็ดเหนื่อย, ความแก่ และความตาย
ความทุกข์ทางจิตใจ เช่น ความเศร้า, ความกลัว, ความลังเล, ความผิดหวัง และความตกต่ำ ทั้งหมดนี้เป็นความทุกข์ที่ทุกๆ คนต้องประสบในชีวิต

คำศัพท์ภาษาอังกฤษ คำว่า

Physical แปลว่า ทางร่างกาย

Psychological แปลว่า ทางจิตใจ

Endure แปลว่า ความอดทน

Depression แปลว่า ความตกต่ำ

Second, the truth of the origin of suffering or "Samudaya" in Pali.

อริยสัจข้อที่ 2 คือ เหตุแห่งการเกิดทุกข์ หรือ สมุทัย

The origin of suffering is attachment.

Because of attachment, humans struggle in many ways trying to hold everything around them. And this is the reason why humans suffer by desire, passion, ardour, pursuit of wealth and prestige, striving for fame and popularity.

เหตุแห่งทุกข์ที่แท้จริงก็คือ ความยึดมั่นถือมั่น เพราะความยึดมั่นนี้เองมนุษย์จึงต้องดิ้นรนใน

ทุกวิถีทางเพื่อที่จะรักษาทุกสิ่งรอบตัวของพวกเขาเอาไว้ และนี่ก็เป็นเหตุผลว่าทำไมมนุษย์จึงประสบทุกข์จากความปรารถนา, ความลุ่มหลง, ความรักใคร่, ความอยากที่จะมั่งมีสูงส่ง

คำศัพท์ภาษาอังกฤษ คำว่า

Attachment แปลว่า ความยึดติด

Struggle แปลว่า ความดิ้นรน

Third, the truth of the cessation of suffering or "Nirodha" in Pali.

อริยสัจข้อที่ 3 คือ ความดับทุกข์ หรือ นิโรธ ในภาษาบาลี

The third noble truth expresses the idea that suffering can be ended by attaining dispassion, suffering can be overcome through human activity simply by removing the cause of suffering.

Attaining and perfecting unattachment is a process of many levels that ultimately results in the state of Nirvana.

อริยสัจข้อที่ 3 นี้แสดงถึงแนวทางที่ความทุกข์สามารถสิ้นสุดด้วยการเข้าถึงการไม่ปรารถนา

ความทุกข์สามารถขจัดได้ด้วยการกระทำง่ายๆ
ของมนุษย์โดยการขจัดสาเหตุแห่งทุกข์ให้หมดไป
เข้าถึงความไม่ยึดมั่นถือมั่นอย่างสมบูรณ์แบบ
เป็นกระบวนการที่มีหลายลำดับขั้นซึ่งผลสูงสุดนั้น
ก็คือการบรรลุนิพพานนั่นเอง

คำศัพท์ภาษาอังกฤษ คำว่า

Passion แปลว่า ความปรารถนา ลุ่มหลง

Ultimate แปลว่า ถึงที่สุด

Forth, the truth of the path to cessation of
suffering or "Magga" in Pali.

อริยสัจข้อที่ 4 คือ ทางแห่งการพ้นทุกข์
หรือมรรค

There is a path to the end of suffering and
a gradual path of self-improvement, which is
the Eightfold Path.

It is the middle way between the two
extremes of excessive self-indulgence
hedonism and excessive self-mortification or
ascetioism, and it leads to the end of the cycle
of rebirth.

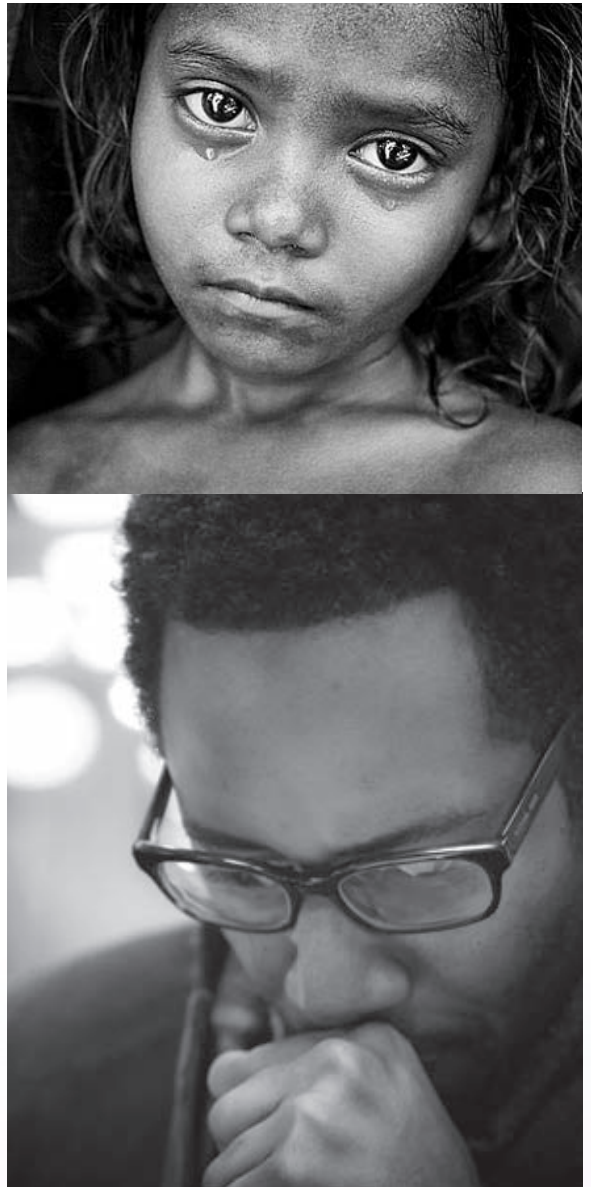
มรรค เป็นทางแห่งการพ้นทุกข์ และเป็นทาง
ที่มนุษย์จะค่อยๆพัฒนาตนเองไปได้ ซึ่งเรียกว่า
อริยมรรค 8 ทางนี้เป็นทางสายกลางไม่สุดโต่งไป
ทางใดทางหนึ่งคือ การเสวยสุขจากกามคุณมาก
เกินไป หรือลัทธิสุขนิยม การทรมานตนเองมาก
เกินไป อริยมรรค จึงทำให้หยุดวงจรแห่งการเวียน
ว่ายตายเกิดได้

คำศัพท์ภาษาอังกฤษ คำว่า

Eightfold Path แปลว่า อริยมรรค 8

Hedonism แปลว่า ลัทธิสุขนิยม

Asceticism แปลว่า การบำเพ็ญทุกรกิริยา



The Buddha is often compared to a physician.

In the first two Noble Truths he diagnosed
the problem (suffering) and identified it's
cause.

The third Noble Truth is the realization
that there is a cure.

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าบ่อยครั้งได้รับการ
เปรียบว่าเป็นผู้แพทย์ ข้อแรกเป็นการวินิจฉัยปัญหา



และสาเหตุของปัญหานั้น และอริยสัจข้อที่ 3 คือ
การรักษาโรคและทำให้เป็นจริง

คำศัพท์ภาษาอังกฤษ คำว่า

Diagnose แปลว่า วินิจฉัย

Realization แปลว่า ทำให้เป็นจริง

**คำศัพท์ภาษาอังกฤษ เกี่ยวกับอริยสัจ ๔ ทุกข์
สมุทัย นิโรธ มรรค**

The fourth Noble Truth, in which the Buddha set out the Eightfold Path, is the prescription, the way to achieve a release from suffering.

อริยสัจข้อ 4 เป็นสิ่งที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ให้
หลักเอาไว้คือ อริยมรรค 8 เป็นหนทางแห่งการพ้น
ทุกข์อย่างแท้จริง

คำศัพท์ภาษาอังกฤษ คำว่า

Prescription แปลว่า การบัญญัติ กำหนด

คำศัพท์ภาษาอังกฤษน่ารู้เกี่ยวกับอริยสัจ 4

Today we got a lot of vocabulary about
"The fourth Noble Truth" For example;

คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Nobel

= ประเสริฐ, สูงส่ง

คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Truth = ความจริง

คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Physical

= ทางร่างกาย

คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Psychological

= ทางจิตใจ

คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Attachment

= ความยึดติด

คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Passion

= ความปรารถนา, ลุ่มหลง

คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Ultimate = ถึงที่สุด

คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Eightfold Path

= อริยมรรค ๘

คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Hedonism

= ลัทธิสุขนิยม



คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Asceticism

= การบำเพ็ญทุกรกิริยา

คำศัพท์ภาษาอังกฤษคำว่า Prescription

= การบัญญัติ หรือ กำหนด

บทสรุป ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค



And we have learnt many sentences to explain the 4 Noble Truths, such as;

First, the truth of suffering or "Dukkha".

This is the suffering during our lifetime, enduring physical suffering and enduring psychological suffering.

แปลว่า อริยสัจข้อแรก ทุกข์ เป็นความทุกข์ของชีวิตมนุษย์ทั้งทางกาย และทางใจ

Second, the truth of the origin of suffering or "Samudaya". The origin of suffering is attachment.

แปลว่า อริยสัจข้อที่ 2 คือ สมุทัย ซึ่งสาเหตุแห่งการเกิดทุกข์คือ ความยึดมั่นถือมั่น

Third, the truth of the cessation of suffering or "Nirodha", which is suffering that can be ended by attaining dispassion.

แปลว่า อริยสัจข้อที่ 3 คือ นิโรธ เป็นความดับทุกข์ ซึ่งทุกข์สามารถดับด้วยการเข้าถึงความไม่ยึดมั่นถือมั่น

Forth, the truth of the path to cessation of suffering or "Magga"

There is a path to the end of suffering which is Eightfold Path.

แปลว่า อริยสัจข้อที่ 4 คือ มรรค เป็นทางแห่งการพ้นทุกข์ ที่เรียกว่า อริยมรรค 8

คำอธิษฐานจิต ร่วมบุญบวชสามเณรล้านรูป

ด้วยบุญกุศล ที่ข้าพเจ้าตั้งใจ ร่วมบุญบวชสามเณรล้านรูป
เพื่อสืบทอดอายุ พระพุทธศาสนา และวิชาธรรมกาย เพราะบุญนั้น
ขอให้ข้าพเจ้า เป็นผู้มีความสะอาด บริสุทธิ์ หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ
เอาชนะอุปสรรคทั้งปวง ให้มีสุขภาพแข็งแรง อายุยืนยาว
ได้สร้างบารมีไปนานๆ ให้เข้าถึงฐานะอันประเสริฐ ที่เลิศทั้งมนุษย์สมบัติ
ทิพย์สมบัติ และนิพพานสมบัติ มีดวงปัญญาสว่างไสว เป็นบัณฑิตนักปราชญ์
ฉลาดในศาสตร์ทั้งปวง ให้รู้แจ้งเห็นแจ้ง แท้จริงตลอดทั้งทางโลกและทางธรรม
บาปกรรมอย่าได้มากล้ำกราย ให้สามารถจัดมารร้าย ทั้งวิบัติบาปศักดิ์สิทธิ์
วิบากกรรมวิบากมาร ให้ลายหายสูญ บุญศักดิ์สิทธิ์เกื้อกูล ให้ชีวิตบริบูรณ์ตลอดไป
ให้บรรลुวิชาธรรมกาย สามารถระลึกชาติได้ ตั้งแต่ยังเยาว์วัย ให้ได้บรรพชาอุปสมบท
แตกฉานทั้งปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ เทศนา และวิชาธรรมกาย ได้บวชสร้างบารมี
ตราบชีวิตหมดสิ้นอายุขัย ครั้นละโลกไป ให้ได้ไปดุสิตบุรี วงบุญพิเศษ เขตพระบรมโพธิสัตว์
ผู้มุ่งไปสู่ที่สุดแห่งธรรม เมื่อยังต้องเวียนว่ายตายเกิด ถือกำเนิดมาเป็นมนุษย์
ให้ได้เพศบริสุทธิ์ บังเกิดในตระกูลสัมมาทิฐิ ในครอบครัวธรรมกาย
ให้ถึงพร้อมด้วย ที่สุดแห่งรูปสมบัติ ทรัพย์สมบัติ คุณสมบัติ ที่สุดแห่งลาภ ยศ
สรรเสริญ สุข และมรรคผลนิพพาน มีสมบัติมหาศาล สมบัติจักรพรรดิตกไม้พรวง
บังเกิดขึ้น ไปทุกภพทุกชาติ ธรรมอันใด ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า
และพระเดชพระคุณหลวงปู่ พระมงคลเทพมุนี สด จันทโร พระผู้ปราบมาร
และคุณยายอาจารย์ มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง ท่านได้บรรลु
ของจบบรรลุธรรมนั้น ได้สำเร็จวิชา3 วิชา8 อภิญญา6 ปฏิสัมภิทาญาณ4
วิโมกข์8 และจรรณะ15 อย่างสะดวกสบาย มีธรรมะสว่างไสว
ได้สร้างบารมี ร่วมกับมหาปูชนียาจารย์ ไปทุกภพทุกชาติ ตราบกระทั่งถึงที่สุดแห่งธรรม
ขอความปรารถนา ของข้าพเจ้าทั้งปวงนี้ จงเป็นผลสำเร็จ จงเป็นผลสำเร็จ
จงเป็นผลสำเร็จ ด้วยอานุภาพแห่งพระธรรมกาย
ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทุกๆ พระองค์
จงทุกประการเทอญ นิพพานะ ปัจจะโย โหตุฯ

www.dmc.tv

ทำทุกอย่างให้ดีที่สุด

ถึงแม้เราจะมีบาร์มี ไม่เท่ากับผู้อื่น
แต่ถ้าเรามีความเพียร ทำอย่างสม่ำเสมอแล้วแหละก็
ที่สุด... เราย่อมถึงเส้นชัยได้ ! อย่าท้อแท้ล่ะ !
เราต้องเดินทางอีกไกล เส้นทางนี้สำหรับคนที่ใจถึง
ต้องใจถึงจริงๆ ! เราเกิดมาแล้ว...

เป็นอย่างนี้ก็ต้องทนเอา
พยายามทำทุกอย่างให้ดีที่สุดในอนาคตข้างหน้า
จะได้สิ่งที่ดีๆ เราทำก็ตาย ไม่ทำก็ตาย
ฉะนั้นเราทำดีกว่า ทำสุดความสามารถของเรา

(คำสอนคุณยาย)

DhammaTIME

ติดต่อสอบถามโทร.02-831-1774

www.dmc.tv ให้คุณอยู่ในบุญตลอดเวลา