

ธรรมเปิดโลก

Dhamma UNVEIL THE WORLD

ธรรมเปิดโลก

Dhamma

UNVEIL THE WORLD

Translated by
Achaya Tantharatana
Vathunyoo Waisoosuek

Dhamma

Unveil the World

Translated by Achaya Tantharatana, Vathunyoo Waisoosuek

ธรรมเปิดโลก

แปลโดย อัชญา ตันธารัตนา, วัญญู ไวสุซึก

First printed in June 2016

'Essence of Dhamma' translated by Supapohn Kanwerayotin

Project Manager Achaya Tantharatana

Assistant Project Manager Bhikkhu James Mahayano

Senior Editor Suchitra Onkom Ph.D.

Senior Adviser Phrakru Sudhidhammathon Ph.D., Paisal Nanudorn Ph.D.,
Nun Pataralak Amparat

English Editor Bhikkhu James Mahayano, Jennifer Hogan, Du Wayne Engelhart

Pali Editor Suchitra Onkom Ph.D., Nun Mariryn Pongpudpunth

Proofreader English Supapohn Kanwerayotin, Jennifer Hogan

Proofreader Thai Phramaha Srisuporn Attathipo, Achaya Tantharatana,
Korntong Kromsuriyasak

Other Supporters Mayurin Pongpudpunth

Front Cover A photograph of wall painting in Dhamma Park, Wat Baan Rai,
Nakhon Ratchasima, Thailand

Pictorial Illustration Free publication photos

Printed by Saksriaksorn Press, Udonthani, Thailand. Tel. +66-42-341-202.

Email: saksri99udon@gmail.com. Facebook: www.facebook.com/saksriaksorn

All commercial rights reserved. Any reproduction, in whole or part, in any form,
for sale or profit is prohibited.

Wat Naluang (Apinyadhesittatham)

Khamduang Subdistrict, Banphue District, Udon Thani, Thailand 41160

☎ +6688-569-2049.

✉ watnaluangMCN@gmail.com

🌐 <https://th-th.facebook.com/watnaluang>

ธรรมเปิดโลก

Dhamma

Unveil the World

Translated by

Achaya Tantharatana

Vathunyoo Waisoosuek



วัดนาหลวง
(อภิญาเทสิทธิ์ธรรม)

สารธรรม

ขอหนังสือมาถามคุณเจ้าคุณของพี่ปรารถนาดีต่อเพื่อ
 มานมัยทั่วโลก แล้วให้ได้รับสิ่งดีๆ ที่ทำให้คลายทุกข์ลดความ
 ขุ่นให้สิ้นลงจากจิต และให้มีฤทธิ์ผลฤทธิ์อันยิ่งใหญ่
 ล่องลอยเกิดผลในความสำเร็จทุกด้านของโลกแห่งจักรวาล
 วิชาใหม่มาทางนี้เกิดจากเมธีสิทธิ์ได้สั่งสอนผ่านมาด้วยวิชา
 'พรวิเศษ' 'จิต' 'มัญญา' 'ญาณ' 'อภิญญา' 'อิมิตติ' 'โพธิญาณ' 'อภิญญา'
 มาด้วยขยดเกิดภายในภายใน หัวใจกายใจมาทำแล้วได้มาเรียนได้มา
 รับวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษ
 กักตุนความ ขัดขวางภัยแก่งแย่งความในวิชาอันใหม่มาด้วย
 วิชาใหม่มา มีวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษ
 เกิดขึ้นมาอันยิ่งใหญ่ของจิต วิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษ
 ตลอดเวลา ลงนาม // ต่อมา ต. วิชาวิชา วิ่งตลอดกาลกาลกาลกาล
 ขอหนังสือมาถาม // ต่อมา สิทธิธรรมวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษ
 ธรรมวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษวิเศษ



WAT NALUANG
(Apinyadhesittatham)

ESSENCE OF DHAMMA



Appreciation to devotees with good intention to share with fellow human beings the knowledge that can be used to expel the enemy – delusion, from the mind. May this endeavor result in enabling humanity to overcome their suffering, so that happiness prevails across the universe. May you be awakened by pure insight, equipped with mindfulness, wisdom, insight, transcendental wisdom and liberation. May human beings be free from rounds of rebirth in Apāya, through the training of body and mind towards the direction of the cool land, enjoying the benefit out of one's own making. May the Path and Fruition be attained by those who persevere, and may they be free from suffering through the awakening of Nānapāramī. Please apply the essence of Dhamma to steer your life away from physical and mental intoxicants. May Dhamma prosper in all beings, purify the mind, leading to the eternal happiness.

Appreciation to everyone who has faith, wisdom, and mindfulness.

พระราชาคณะเจ้าคณะรอง

Phraraj Siddhajahn

(Luang Pu Thongbai Papassaro)

Wat Naluang (Apinyadhesittatham)

May 16, 2016

คำนำ



หนังสือเล่มนี้ถูกจัดพิมพ์ขึ้นเพื่อนำไปเผยแพร่ในงานฉลองครบรอบ ๔๐ ปี แห่งการก่อตั้งสมัชชาสงฆ์ไทยในสหรัฐอเมริกา ณ วัดนวมินทรราชูทิศ เมืองเคมบริดจ์ นครบอสตัน รัฐแมสซาชูเซตส์ ระหว่างวันที่ ๒๔ - ๒๖ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๕๙ โดยเนื้อหาในเล่มทั้งหมดถูกแปลมาจาก พระธรรมเทศนาของหลวงปู่ทองใบ ปภัสสโร (พระราชสิทธิอาจารย์ วิ.) เนื่องในงานสามัคคีธรรมของพระธรรมทูตและพระวิปัสสนาจารย์นานาชาติทั้งฝ่ายเถรวาท มหายาน และวัชรยานที่เดินทางมาจากประเทศต่างๆ ทั่วทุกมุมโลก มาประชุมร่วมกัน ณ วัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม) ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี เมื่อวันที่ ๑๘ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๙ การมาประชุมกันในครั้งนี้เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้วิธีการในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเพื่อนำไปพัฒนาแนวทางการสอนวิปัสสนากรรมฐานและการเผยแพร่แก่พุทธศาสนิกชนและบุคคลทั่วไปทั้งในและต่างประเทศ

เนื้อหาของหนังสือเล่มนี้ถูกแบ่งออกเป็นสองส่วนคือ พระธรรมเทศนาในภาคเช้าและภาคค่ำ ซึ่งรวมถึงช่วงของคำถามจากพระวิปัสสนาจารย์ต่างชาติและคำตอบที่พระเดชพระคุณหลวงปู่ทองใบ ปภัสสโร ได้เมตตาแสดงรายละเอียดให้อย่างถี่ถ้วนสมบูรณ์พร้อม อันเป็นเหตุ

ให้งานแปลในครั้งนี้จักเป็นประโยชน์ต่อทั้งชาวไทยและชาวโลกเป็นอย่างมาก การศึกษาและสนทนาธรรมนี้เปรียบเสมือนการไขกุญแจเปิดประตูธรรมนำชีวิตและจิตวิญญาณของชาวโลกให้เกิดความหยั่งรู้อันเป็นสัมมาทิฏฐิในคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และดำเนินรอยตามพระศาสดาตรงไปสู่หนทางแห่งมรรค จึงนับได้ว่าเป็นการยังประโยชน์อันสูงสุดให้เกิดขึ้นแก่ผู้อ่านทุกท่านไม่เลือกชนชั้นวรรณะเชื้อชาติหรือภาษา ดังที่หลวงปู่ได้กล่าวเกริ่นพระธรรมเทศนาในครั้งนี้ว่าเป็น “ธรรมะเปิดโลก” ซึ่งเป็นโลกที่หมายถึงกายกับใจ ไม่ใช่โลกที่เป็นวัตถุสิ่งของในจักรวาลน้อยใหญ่ ดังนั้นธรรมพจน์นี้จึงเป็นธรรมเปิดโลกกายกับโลกใจของแต่ละบุคคลนั่นเอง ไม่ใช่สิ่งอื่น และไม่ว่าจะผ่านกาลไปนานเท่าใดธรรมที่กล่าวถึงนี้ก็จะเป็นธรรมามภิสสมัยใหม่เสมอ เรียกว่าเป็นธรรมแห่งกาลิโก จึงขอเชิญชวนท่านทั้งหลายมาเรียนรู้ศึกษาปฏิบัติกันจนเกิดมรรค ผล นิพพาน เป็นปรีโยสานโดยทั่วกัน

คณะผู้จัดทำ

FOREWORD



This book has been printed for introducing to international Buddhists at the 40th Anniversary Celebration of the Council of Thai Bhikkhus in U.S.A. at Wat Navamin-tarachutis, Cambridge - Boston, Massachusetts during June 24-26, 2016. The content of the book contains translation of sermons given by Venerable Luang Pu Thongbai Papassaro (Phraraj Siddhajahn) on February 18, 2016. His sermons were directed to a group of international monks and laity, who are masters and missionaries from the three schools - Theravada, Mahayana, and Vajrayana. They came from many countries all over the world and joined together at Wat Naluang (Apinyadhesittatham) in Banphue, Udon Thani, Thailand to share their knowledge, to develop teaching techniques, and to find common ground between the three schools - to harmonize Dhamma.

The sermons are divided into two parts: day and night sessions which include questions regarding meditation development from the attendees and valuable answers from Venerable Luang Pu Thongbai Papassaro. All have been translated into English to further benefit both international readers and Buddhists around the world. These Dhamma

talks are just as a key that can open the door to the true Dhamma, which will lead all living beings in the world to insight into the Buddha's teachings. That insight, which is the Right Understanding, can lead us to follow the Buddha in walking the Noble Path. Therefore, the ultimate benefit will be reached by anyone who has a chance to read. Venerable Luang Pu Thongbai Papassaro defines these specific sermons as 'the Dhamma that unveils the world.' The world in this matter refers to body and mind, not material things that appear in either a micro or macro universe. Therefore, this is the blessed Dhamma that will actually unveil the world with each person's body and mind. The same Dhamma that we have mentioned is always admirable and timeless, which we call 'Akāliko'. We would like to invite all to read, study and train yourself until you can reach the Noble Path, the fruition, and eventually Nibbāna.

Management Team

บันทึกจากคณะผู้จัดทำ



การแปลพระธรรมเทศนาในครั้งนี้ คณะผู้จัดทำได้ตกลงร่วมกันว่าจะพยายามคงไว้ซึ่งธรรมเนียมอันบริสุทธิ์ที่กลั่นกรองออกมาเป็นถ้อยคำจากพระเดชพระคุณหลวงปู่ทองใบ ปภัสสโร เอาไว้ให้ได้มากที่สุด ซึ่งถือว่าเป็นงานที่ยากยิ่งเนื่องจากเป็นพระธรรมเทศนาที่ลึกซึ้ง คัมภีร์ภาพเหมือนทะเลลาดลึกลงไปในท้องมหาสมุทร อันประกอบไปด้วยญาณและปัญญา ทำให้ผู้ฟังต้องใช้สติและปัญญาขบคิดและตีความให้แตกฉานตาม นอกจากนี้ยังมีเรื่องของความแตกต่างในโครงสร้างของประโยคและคำศัพท์ที่เลือกใช้ระหว่างภาษาไทยกับภาษาอังกฤษอีกด้วย ดังนั้นจึงเป็นการยากที่จะเลือกสรรถ้อยคำหรือข้อความในภาษาอื่นให้ตรงกับความหมายเดิมแท้ของคำศัพท์บางคำที่พระเดชพระคุณท่านได้กล่าวไว้จริง และเนื่องจากความแตกฉานในอรรถและพยัญชนะของท่าน จึงทำให้การแสดงพระธรรมเทศนานี้มีเอกลักษณ์อันเฉพาะ เช่น การพูดเน้นด้วยการใช้ประโยคเดิมแต่น้ำเสียงที่แตกต่างไปหลายๆ ครั้ง ซึ่งธรรมดาของภาษาอังกฤษไม่เป็นเช่นนั้น ดังนั้นคณะผู้จัดทำจึงตัดสินใจตัดประโยคที่ซ้ำบางประโยคซึ่งมีความหมายเดียวกันออก เพื่อให้ท่านผู้อ่านที่ใช้ภาษาอังกฤษเป็นหลักได้เข้าใจง่ายขึ้นและไม่เกิดความสงสัย

นอกจากนี้ ยังมีคำบางคำหรือบางประโยคที่กล่าวแสดงนัย
อันลึกซึ้งยากที่จะเข้าใจได้โดยง่าย อย่างไรก็ตามก็ดี คณะผู้จัดทำได้รับความเมตตาจากพระเดชพระคุณท่านอธิบายนขยายความเพิ่มเติมให้อย่าง
ละเอียด และได้แสดงการขยายความนั้นๆ ไว้ในบางส่วนของเชิงอรรถ
ส่วนการขยายความอื่นๆ นอกเหนือจากที่ได้กล่าวมานี้ มักจะเป็นคำใน
ภาษาบาลีต่างๆ ไปที่ถูกลำมาขยายความเพิ่มเติม ซึ่งข้อความที่นำมา
ขยายความนั้นๆ ได้สืบค้นมาจากหนังสืออ้างอิงทั้งสิ้น

ดังนั้น หากมีข้อผิดพลาดประการใดในการแปลพระธรรมเทศนา
ในครั้งนี้ ทางคณะผู้จัดทำจึงกราบขออภัยไว้ ณ ที่นี้ ด้วยไม่มีเจตนาที่จะ
บิดเบือนพระธรรมคำสอนแต่อย่างใด แต่ได้พยายามทำอย่างสุด
ความสามารถและสติปัญญาที่จะคงไว้ให้ได้อย่างครบถ้วนซึ่งสาระสำคัญ
ในพระธรรมเทศนาอันบริสุทธิ์ และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าท่านผู้อ่านทุกท่าน
จะได้รับประโยชน์อันสูงสุดจากการแปลในครั้งนี้

EDITORIAL NOTE



For the translation of this book, the management team agreed to stay as authentic as possible to the words uttered by Venerable Luang Pu Thongbai Papassaro (Phraraj Siddhajahn). This was a difficult task due to the fact that the Dhamma he expressed is very profound and in a very wide range which comes along with deeper insights and more detailed thinking behind it. There is the unique style and vocabulary Venerable Luang Pu Thongbai Papassaro has as well as obvious differences between the structure of Thai and English languages. For these reasons, we had to work very hard to stay as close as we could to what he actually said, and tried to make the document legible and understandable for English readers. Therefore, we have decided to eliminate some redundancies in meaning that characterize his original oral speech. Moreover, it may look like there are some mistakes in the translation as we have not always followed correct sentence and structure rules in order to capture the essence of what he was saying and the way of which he said it.

Since some specific wordings or sentences of what Venerable Luang Pu Thongbai said have profound meaning, we have got further explanation directly from him and put

these in the footnotes to help readers to have more clarity and understanding. For the readers who are not familiar with Pāli, we also put some extended explanation, from the reference books, in the footnotes.

Please accept our sincere apologies if there is any fault in the translation of this book. We truly hope that we have captured, with our best efforts, the essence and purity of Dhamma from the sermons and that the readers will find this book to be of great benefit.

สารบัญ



ภาคเช้า

ปฐมเทศนา ❖ ๑๘

ปัญหาถาม-ตอบ ข้อที่ ๑ ❖ ๕๐

ปัญหาถาม-ตอบ ข้อที่ ๒ ❖ ๖๐

ภาคค่ำ

ปัญหาถาม-ตอบ ข้อที่ ๓ ❖ ๑๐๐

ปัญหาถาม-ตอบ ข้อที่ ๔ ❖ ๑๒๒

ปัญหาถาม-ตอบ ข้อที่ ๕ ❖ ๑๔๐

ปัจฉิมเทศนา ❖ ๑๖๐

ประวัติย่อ หลวงปู่ทองใบ ปภัสสโร (พระราชสิทธิอาจารย์ วิ.) ❖ ๑๗๒

การตรภาพแห่งธรรม ❖ ๑๘๐

CONTENTS



Day Session

- Opening Sermon ❖ 19
- Question and Answer # 1 ❖ 51
- Question and Answer # 2 ❖ 61

Night Session

- Question and Answer # 3 ❖ 101
- Question and Answer # 4 ❖ 123
- Question and Answer # 5 ❖ 141
- Farewell Sermon ❖ 161

References ❖ 171

- Biography of Luang Pu Thongbai Papassaro
(Phraraj Siddhajahn) ❖ 176
- Dhamma's Family ❖ 183

ภา ค เ ช้ า

DAY SESSION



ปฐมเทศนา



Opening Sermon

ภาคเช้า

ปฐมเทศนา



น้อมถวายแต่สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าผู้เป็นพระอรหันต์
สัพพัญญู ด้วยความเคารพอย่างสุดจิต ขอความสุขความเจริญจงเกิด
มีแต่ท่านทุกชีวิตทั้งบรรพชิตและฆราวาสโดยถ้วนหน้ากันทุกๆ คน

สาระของศาสนายิ่งกว่าสาระของชีวิต ศาสนาเป็นของบริสุทธิ์
ไม่มีกิเลส ส่วนชีวิตเกิดมาจากกิเลส ศาสนาเกิดขึ้นมานอกกิเลส
ความจริง ความแจ้ง กับความถูกต้องเป็นศาสนา ไม่ใช่ของใคร ความจริง
ความแจ้ง ความแจ้งเป็นศาสนา ไม่มีมายา สาระของศาสนาจึงมีกับทุกอณู
ของชีวิตเกิดมา ชีวิตเย็น ชีวิตร้อน ชีวิตมืด ชีวิตสว่าง ชีวิตเย็นเป็นศาสนา
ชีวิตร้อนเป็นของโลกาไม่ใช่ศาสนา แม้แต่ความหลับความตื่นไม่ใช่ศาสนา
ศาสนาไม่มีหลับไม่มีตื่น ศาสนาเป็น “ธรรมะ” ไม่ใช่เป็นราคะ โทสะ
โมหะ เพราะฉะนั้นสาระของศาสนาจึงมีอยู่ ๕ อย่าง ที่ไม่ได้อยู่ในขั้น ๕
หนึ่งความปลอดภัย คือ สองความตั้งมั่น สมาธิ สามความฉลาด ปัญญา
สี่ความปล่อยวาง วิมุตติ ห้าความจริงแจ้ง คือญาณ เมื่อสัตว์ตัวไหนที่เกิด
มาพบ ได้ลี้มเลี้ยวรอดสภาวะที่กล่าวมา นั้นแหละ เขาได้บริโภคศาสนาแล้ว
ศาสนาจะไม่มีราคากับคน ไม่มีประโยชน์กับสัตว์ สิ่งไหนมีราคาสິงนั้นมิ

DAY SESSION

Opening Sermon



I would like to pay homage, with all my heart, to the Buddha, who is the omniscient Arahant (Arahanta sabbaññū). I wish all the happiness and prosperity for everyone, both monks and householders alike.

The essence of religion is much more important than the essence of life. Religion belongs to purity. It has no defilements. While life originates from defilements, religion emerges from outside of defilements. Truth, clarity, and infallibility are religion and not owned by anyone. It is illusion-free. Therefore, the essence of religion has been embedded into every molecule of living being that has been born. There is a life of calmness, a life of restlessness, a life of darkness, a life of brightness. A life of calmness belongs to religion. A life of restlessness belongs to the world, not to religion. Neither awakening nor sleeping is religion. Religion has no awakening or sleeping. Religion is 'Dhamma.' It is not lust (rāga), anger (dosa), or delusion (moha). Therefore,

ราคะ สิ่งไหนมีประโยชน์สิ่งนั้นมีอุปาทาน ศาสนาไม่มีสาระ ไม่มีอุปาทาน เพราะฉะนั้นจึงทำความแจ้งให้มืออยู่ในชั้น ๕ กายกับใจ แล้วเอาสิ่งดีดีมาอบรมกายใจ อบรมจิตมอบให้สมาธิ อบรมกายมอบให้ปัญญา เมื่อต้องการให้จิตหลุดพ้นกายหลุดพ้นต้องเอาสมาธิมาอบรมจิต ย้ำอีก เอาปัญญามาอบรมกาย ย้ำอีก จนเกิดกายเป็นวิชาที่โลกสรรเสริญ จิตเป็นวิมุตติที่พระพุทธเจ้าสรรเสริญ เมื่อจิตหลุดพ้นกายหลุดพ้นเป็นผลของวิชาทั้งวิมุตติ วิมุตติที่อยู่จิต ปัญญาอยู่กาย จึงเรียกว่า “จิตวิมุตติ” กับ “ปัญญาวิมุตติ” เจโตวิมุตติกับปัญญาวิมุตติ เมื่อเกิดหลุดพ้นแล้ว จึงถือว่าประโยชน์สูงสุดในการเกิดขึ้นมาใช้ชีวิตอันมี ดิน น้ำ ลม ไฟ รับ จำ คิด รู้ ประโยชน์ที่สูงสุดที่กล่าวมาไม่ใช่ของใคร เป็นของทุกชีพทุกชาติชั้น ทุกวรรณะ ทุกภาษา ไม่เกี่ยวข้องกับคนสัตว์สังขาร คือนิโรธ กับนิพพาน เป็นประโยชน์ ใครไปแตะใครไปต้องใครบริโภคแล้วเป็นประโยชน์ ประโยชน์ครั้งเดียวและครั้งสุดท้ายไม่มีประโยชน์อีก

นิโรธนั้นแปลว่าดับเชื้อ นิพพานแปลว่าเย็น เชื้อโรคเชื้อราไม่ใช่ศาสนา ศาสนาไม่มีมลทินอย่างนี้ เรียกว่าเป็นวิมล (วิ-มะ-ละ) ไม่มีมลทินชีวิตไหนก็ตามถ้าถูกนิโรธชำระแล้ว นิพพานล้างแล้วชีวิตนั้นแหละเรียกว่า บรมชีวิต เป็นมหาบุรุษเป็นมหาสตรีก็ได้ ประโยชน์ที่กล่าวมาสองประการมันจะไม่เสื่อมจากเราเพราะเรามีของรักษาประโยชน์ ไม่ใช่เอาไปรับใช้ของมีนเมา ไม่ใช่ สิ่งที่รักษาประโยชน์ไว้ดียิ่ง เอาญาณมารักษา

the essence of religion is comprised of five Dhammas that do not exist within ‘pañcakkhandha’ (the five aggregates). First is *Safety*, which is ‘sila’ (precept). Second is *Concentration*, which is ‘samādhi.’ Third is *Wisdom*, which is ‘paññā.’ Fourth is *Letting go*, which is ‘vimutti’ (liberation). Fifth is *Truth*, which is ‘ñāṇa’ (insight). Any living beings who have experienced what I have been saying have already had a taste of religion. Religion will be neither worthy for humans nor be useful for creatures because whatever we consider worthy is embedded with ‘rāga’ (lust) and whatever is useful is embedded with ‘upādāna’ (attachment). Religion is essenceless and not embedded with attachment.

So please be clear about ‘pañcakkhandha’ (the five aggregates) - body and mind. Then, grab the good in order to train your body and mind. Training one’s mind needs ‘samādhi’ (concentration). Training one’s body needs ‘paññā’ (wisdom). While seeking liberation for the body and mind, you will need ‘samādhi’ (concentration) to train your mind as well as ‘paññā’ (wisdom) to train your body. Do it until not only the body becomes ‘vijjā’ (transcendental wisdom), which is what the world blesses, but also until the mind becomes ‘vimutti’ (liberation), which is what the Buddha

นิโรธให้เย็นตลอดเหมือนกับเขาเอาของไปแช่ไว้ในตู้เย็น ส่วนนิพพาน จะไม่เสื่อมจากจิตเรา ต้องใช้สติมารักษา

เพราะฉะนั้น การเกิดมาอย่าเอาชีวิตมาหลอกศาสนา อย่าเอา ศาสนาไปล้อเลียนชีวิต มันเป็นกรรมหนัก เป็นอภิฐาน ฐานที่ไม่ควร ทำเลย ชีวิตของเราเกิดขึ้นมากจากอสุขจิตเดียว มันไม่ใช่ศาสนา ศาสนา เกิดขึ้นมาจากผู้ตรัสรู้เรียกว่า พุทธะ ศาสนาเกิดขึ้นมาจากมุนีผู้ลอยบาป ศาสนาเกิดขึ้นมาจากศาสดาผู้สั่งสอน ศาสนาเกิดขึ้นมาจากตถาคต ทุกอณูที่อยู่นี้เป็นของตถาคตหมด ไม่มีที่ไหนไม่มีตถาคต เพราะฉะนั้น อะไรจะพิเศษกว่านี้ไม่มี พุทธะเกิดขึ้นมาด้วยอำนาจของความตื่นรู้ มุนีเกิดขึ้นมาด้วยความลอยบาป ไม่มีบาป ศาสดาจึงเป็นผู้สั่งสอน สั่งคือ ห้าม สอนให้ทำ ตถาคตแปลว่าลมหายใจเข้าออกของสัตว์ นี่คือตถาคต ตถาคตจะไม่มีตัวไม่มีตน พระองค์ทรงตรัสครั้งสุดท้ายก่อนจะปรินิพพาน ว่า (กุ)ตถาคตจะปรากฏอยู่ทุกอณูของโลก ไม่ว่าเวลาไหน ไม่มีเวลา ตถาคตจะอยู่อย่างนี้

blesses. The mind and body are released as a result of transcendental wisdom and liberation. *‘Vimutti’ (liberation) accompanies ‘citta’ (mind); ‘pañña’ (wisdom) guards the body; therefore, they are called ‘cetovimutti’ (the deliverance of mind) and ‘paññāvimutti’ (the liberation through wisdom).* Once the liberation occurs, then the ultimate benefit of being born as a human has been reached whereas previously there had been only earth, water, wind, fire, sensation, perception, formations, and consciousness. The ultimate benefit is not specifically owned by anybody, but it belongs to all beings, all nations, all classes, all languages. *‘Nirodha’ (the extinction of suffering) and ‘nibbāna’ (the extinction of defilements and suffering) are unrelated to how humans, living creatures, or formations function. Any one who consumes or touches ‘nirodha’ and ‘nibbāna’ will gain the ultimate benefit, which will be the first and final benefit. They will not benefit again.*

‘Nirodha’ means extinction of origin. ‘Nibbāna’ means coolness. Diseases and fungus are not religion. Religion is pure from any blemish (vimala). Any life that has been washed by ‘nirodha’ and ‘nibbāna’ will be called a supreme life and a great man or woman. The two benefits I have mentioned will not disappear from us if we do well to



maintain them rather than being a servant to something intoxicating. It is the best to have ‘ñāṇa’ (insight) sustain ‘nirodha’ (the extinction of suffering) in the coolness at all times, just like freezing things in a freezer. In the same way, ‘nibbāna’ (the extinction of defilements and suffering) will not disappear from our mind as long as we have ‘sati’ (mindfulness).

Since you were born into this life, please do not use your life to deceive religion or use religion to mimic life. Any of these will create misery from bad deeds (kamma), which one should not do ever. Life was born from only one sperm. It is not religion. However, the religion was originated from the Enlightened One, called ‘Buddha.’ The religion was born from a sage, who is free of sin. The religion was born from a master who taught. The religion has arisen from ‘Tathāgata’¹ and every molecule contains ‘Tathāgata.’ There is no place you cannot find ‘Tathāgata.’ Therefore, there is nothing more superb than this. The ‘Buddha’ was born from the power of awakening. The sage was born from being free of sin. The master was a person who preached. His commands tell us what not to do whereas his teaching urges us what to do.

¹ In this context, ‘Tathāgata’ means Dhamma, which is pure nature and fundamental phenomenon of beings. Nature is all that exists. However, this is Dhamma language.

เพราะฉะนั้น ชีวิตเราเกิดขึ้นมาเราจึงควรนึกถึงสิ่งที่ดีกว่าชีวิต
อย่าเอาชีวิตมาล้อเลียนศาสนาเพราะศาสนาไม่ใช่เป็นของล้อเลียน
ศาสนาเป็นของเปลี่ยนชีวิต ออกจากชีวิตที่ระยำอันเป็นอบาย ออกจาก
ชีวิตที่ต่ำต้อยอันเป็นอบายภูมิ ถ้าผู้เข้าถึงศาสนาแล้วจะเปลี่ยนออก
จะไม่มีมายาพวกนี้ อาทิตยนี้เปลี่ยนระบบความมืดให้สว่าง แต่ดวงจิตมา
เปลี่ยนระบบความมืดคืออวิชชาให้เป็นวิชาที่กล่าวแล้ว เพราะฉะนั้น
ถ้าเรามีความเคารพมีความยำเกรงหนักในพระศาสนา หนักในคำสอน
ศาสดา เคารพกล้าในพระสงฆ์ ท่านต้องให้เกียรติศาสนา เพราะศาสนา
นี้ดีกว่าชีวิตทุกชีวิต กามภพ รูปภพ อรูปภพ ที่เขาจบเจนนชีวิตไปจมกัน
อยู่ เขาไม่รู้คุณค่าศาสนาเพราะอำนาจแห่งความมืด โลกทำไมจึงมอง
ไม่เห็นใบหญ้า เพราะมันมืด มนุษย์ทำไมจึงไม่มองเห็นศาสนา เพราะ
มันมืด ฟ้าเปิดด้วยอำนาจของดวงอาทิตย์จะมองเห็นยอดหญ้า เมื่อ
ศาสนาอันเป็นวิมุตติปัญญามันเกิดขึ้นมาจะมองเห็นศาสนายิ่งใหญ่กว่า
กิเลส อย่างข้าพเจ้า ยังไม่มีภาษาไหนที่เรียบแหลม ฉับพลัน ล้างอาสวะ
จากสันดานได้ ไม่มี นอกจากศาสนา ทุกชาติชั้น ทุกวรรณะ ทุกศาสนา
จงให้เกียรติศาสนา อย่าไปบูชาแต่กิเลสตัณหาเลย

ลาม ยศ สุข สรรเสริญ ศาสดาว่านี่คือกองอุจจาระ ไม่ใช่ศาสนา
ลามทำให้เกิดพยาบาท ยศทำให้เกิดวิหิงสา สรรเสริญทำให้เราเกิดริษยา
สุดท้าย สุขทั้งมวลตัวก่อทุกข์ สุขในยศมันทำให้ก่อทุกข์ โลกจึงมา

‘Tathāgata’ means the breathing in and out of living creatures. This is ‘Tathāgata.’ ‘Tathāgata’ has no ‘self.’ What the Buddha said just before he passed away was “‘Tathāgata’ appears in every molecule of the world all the time. ‘Tathāgata’ exists like this and this is timeless.”

Now that we have been born, we should think of something that is better than a normal life. Do not use life to mimic religion because religion is not something that you should mimic. But religion has changed life and taken it off the bloody, evil path. Whoever get deep into religion will transform themselves to be free from this deception. The sun systematically turns darkness to brightness whereas the mind systematically turns the darkness of ‘avijjā’ (ignorance) to the brightness of ‘vijjā’ (transcendental wisdom), as I mentioned earlier. So if we have a high reverent attitude to both the religion and the Buddha’s teaching and treat ‘sangha’ (the order of monks) with exceptional respect, then we must honor the religion. It is because religion is better than any life. Those who end their lives while in ‘Kāmāvacarabhūmi’ (the sense sphere), ‘Rūpāvacarabhūmi’ (the form sphere), and ‘Arūpāvacarabhūmi’ (the formless sphere) are completely mystified. They have not known the



value of religion because of the power of the darkness. The world cannot see some leaves because of darkness. Humans cannot see religion also because of their darkness. The sky is bright because of sunshine, so one can see leaves. Any one who has seen religion emerges from ‘vimutti’ (liberation) and ‘paññā’ (wisdom) can then see how religion is more powerful than ‘kilesa’ (defilements), just as I can. There is no other language more piercing than religion, which can purify the mind from ‘āsava’ (mental intoxication). So all nations, all classes, all religions should honor religion. Do not worship defilements and craving ever.

Fame, wealth, happiness, and praise are a sack of excrement. They are not religion. Wealth causes ‘byāpāda’ (malevolence). Fame causes ‘vihimsā’ (persecution or violence). Praise causes jealousy. Lastly, all happiness causes ‘dukkha’ (suffering). The whole world is attached to these as if it were a life-giving umbilical cord responsible for all one’s successes. The Buddha proclaimed when he was about to become enlightened that the world was filled with excrement, but he walked easily and none of it had stuck to his feet. The ‘nimitta’ (mental image) the Buddha had before he gained the enlightenment was of a crowd coming to present a

ติดเกาะอยู่ที่นี้ ถือว่าพวกนี้เป็นสะดือแห่งความสำเร็จ พระพุทธเจ้า พระองค์ทรงประกาศเมื่อจะตรัสรู้ ว่า กงอุจจาระเต็มโลก แต่พระองค์เหยียบไปไม่ติดเท้า ก็หมายความว่า นิमितของพระองค์ก่อนตรัสรู้เนี่ย เขาจะมานูชาศาสดาด้วยดอกไม้ธูปเทียนยิ่งกว่าภูเขา แต่พระพุทธเจ้าไม่เคยติดเท้า เพราะฉะนั้นศาสนาจึงเป็นสิ่งเกลี้ยงเกลาสามารถทำให้จิตเรา กายเรา หมดซี่งั่เข้าซี่งั่ หมดออกจากอุจจาระปัสสาวะ ตถาคตจึงกล่าวในวาระสุดท้ายว่า ความเกลี้ยงเกลาของจิต ไม่มีอะไรนอกจากฤทธิ์รู้อันเป็นศาสนา จึงเรียกว่า “ตรัสรู้” ถ้าเราเกิดมาได้ยินแล้ว อย่าปล่อยให้กระดูกกอนี้เป็นเสี้ยนหนามจิตเลย ไรฟันที่ยิ้มเขาเรียกว่ากระดูก ถ้าคนไหนไปติดไรฟันยิ้ม แสดงว่าเธอหลงกระดูก เจ้าชากศพลื่อนที่ ก่อกวนสัตว์ให้จมอยู่ ศัตรูหมายเลขหนึ่งคือกระดูก จงดับกระดูกให้สนิท ถ้าไม่อย่างนั้นราคะมันไม่สิ้น อสุภสัญญา ๑๐ กายคตาสติ ดับให้สนิท จิตจึงสงบ

เพราะฉะนั้นวันนี้ ข้าพเจ้าจึงขอแสดงยุทธศาสตร์ของการเอา ศาสนามารักษาจิต หนึ่งกายกับใจ ใญ่คุณต้องให้ปัญญารักษาอย่าให้ ตัณหามาคุมครอง จิตคุณต้องให้สมาธิรักษาอย่าให้นิรวณมาคุมครอง รักษา เมื่อท่านเอาจิตไว้กับสมาธิแล้ว เอากายไว้กับปัญญาแล้ว ใญ่คุณ จะเกิดวิชาแสนฉลาดเหมือนนกที่ได้กินอาหารแล้วมันเกิดขน สองคุณ เอาวิมุติมาฝึกสมาธิให้มันหลุดพ้นออกจากนิรวณ จิตมันจะดับร้อน

tremendous offering of flowers, incense, and candles to him, but he felt no affection for it. Hence, religion is purity. It can rid our body and mind of the excrement and dust. Therefore, the Buddha said that, in the end, the purified mind is nothing more than gaining insight into religion. This is why it is called the ‘Enlightenment.’ As we have obtained birth and have heard about this, please do not let your body’s bones be an enemy to your mind. Straight teeth are a part of the body’s bones. Attaching to your straight teeth means you are infatuated with your bones. They are like moving corpses disturbing living beings to get stuck in infatuation. The number one enemy is ‘bone.’ You must completely overcome ‘bone’ otherwise lust will never end. ‘*Asubha-saññā 10*’² (the contemplation of the ten kinds of foulness) and ‘*kāyagatā-sati*’ (mindfulness of the body) will thoroughly extinguish ‘bone.’ The mind will then be peaceful.

Today, I would like to show you a strategy of how to use religion to maintain your mind:

² ‘*Asubha-saññā 10*’ is the contemplation of foulness of the body. This refers to ten kinds of corpses at different stages of decay: (1) *uddhumātaka* is a bloated or swollen-up corpse, (2) *vinīlaka* is a bluish discolored or livid corpse, (3) *vipubbaka* is a festering corpse, (4) *vicchiddaka* is a split, cut-up or disjointed corpse, (5) *vikkhāyitaka* is a gnawed corpse, (6) *vikkhittaka* is a scattered or mangled corpse, (7) *hatavikkhittaka* is a hacked and scattered corpse, (8) *lohitaka* is a blood-stained or bleeding corpse, (9) *puluvaka* is a worm-infested corpse, (10) *atthika* is a skeleton.

วิมุตติพาจิตหลุดพ้นด้วยอำนาจของสมาธิ ไม่มีนิวรณ์ พอจิตมันได้หลุดพ้นแล้ว ปัญญาหลุดพ้นด้วยวิชาแล้ว ตรงนี้แหละ พระศาสดาจึงกล้าประกาศพระองค์ว่า ตะมะถังปะกาเสนโต สัตถะ อะหะ (กุ)ตถาคคจจะ ประกาศ ในหมื่นโลกธาตุให้เขาได้ตื่นขึ้นมา มหาศาสดาโลกจึงเกิดขึ้นมาได้ชี้ทางสว่างให้ ดังที่เขากล่าวเกริ่นกัน มหาศาสดาผู้ให้แสงสว่างกับโลกให้ตื่นรู้ ถ้าไม่ตื่นมันไม่รู้ มันหลับต่อไป ให้ตื่นรู้ เพราะฉะนั้นในคู่ที่สามที่สี่ว่า นิโรธมันเป็นความจริง ความจ้ง ความแจ้ง ของการดับทุกข์ ดับตัณหาสนิท ทำจิตสงบเพราะนิโรธ นิโรธดับแล้วต้องเย็น เย็นแล้วเลยเป็นอำนาจของนิพพาน เพราะฉะนั้นนิพพานจึงไม่ใช่ของบ้าน วัด โรงเรียน นิพพานเป็นของศาสนาก็ไม่ใช่ นิพพานเป็นของธรรมชาติ อยู่เช่นนี้แหละ ไม่เป็นอันอื่น ตถาคตาธรรมจึงเป็นนิพพาน สุดท้าย เรามีไวพจน์จะรักษาผลประโยชน์ เดียวนี้พวกเรารักษาผลประโยชน์กัน แต่วัตถุ แต่ไม่รักษาผลประโยชน์ที่เหนือวัตถุ นิพพานเป็นประโยชน์ที่เหนือวัตถุ เหนือกายเหนือใจ เหนือคนสัตว์สังขาร ถ้าเรามีญาณรักษา นิโรธ มีสติรักษานิพพาน นี้แหละคือประโยชน์ยิ่งใหญ่ ไม่หลงตาย ไม่ตายเกิด ไม่มมงายอีกเลย เกิดทุกครั้งเป็นทุกข์ทุกระาว ตายทุกครั้งเป็นทุกข์ทุกที่ บุรุษสตรีก็ต้องเป็นเช่นนี้

1) **‘Kāya’ and ‘citta’ (Body and Mind)**. The body needs to be guarded with ‘paññā’ (wisdom). Do not let ‘tanhā’ (craving) overwhelm you. The mind needs to be maintained by concentration. Do not let ‘nivarana’ (hindrances) influence you. Once you discipline your mind with concentration and your body with wisdom, your body will then grow ‘Vijjā,’ which is transcendental wisdom, just as a bird feeds and then grows feathers;

2) **‘Vimutti’ (Liberation)**. You must train your mind with concentration to be free of any hindrances. The mind will calm down. Liberation will free the mind from hindrances with the power of concentration. When the mind is liberated, ‘paññā’ (wisdom) is also liberated by ‘vijjā’ (transcendental wisdom). The master (the Buddha) bravely proclaimed, ‘tamathāmpakāsento satta aha,’ that he would awaken all beings in the ten thousand fold universe. Then, the great master had arisen and began guiding all beings in the path of enlightenment. He enlightened the world in awakening. So if you are not awake, you will never know; instead, you will continue to be asleep. Thus, awakening is a must;



3) **‘Nirodha.’** It is a clearly held fact that ‘nirodha’ is the extinction of suffering. ‘Tanhā’ (craving) can be totally extinct and the mind can be absolutely peaceful because of ‘nirodha.’ Once the extinction of suffering happens, the mind will be cool. Coolness is the power of ‘nibbāna.’ Therefore, ‘nibbāna’ does not belong to any house, monastery, school, or religion. Instead, ‘nibbāna’ belongs to nature as it is. This has never been changed. So, ‘tathāgatadham’³ is ‘nibbāna’;

4) **‘Nibbāna.’** Nowadays we protect only material interests. We have never thought to protect an interest beyond the material. ‘Nibbāna’ is the interest beyond any materials, bodies, minds, living beings, and any formations. If you have ‘ñāṇa’ (insight) maintain ‘nirodha’ (the extinction of suffering) and have ‘sati’ (mindfulness) maintain ‘nibbāna,’ you will not die under delusion. Instead, you will be able to end death and rebirth. This is truly a great benefit. Every time you are born and die, you repeat your suffering. It does not matter if you are a man or woman.

³ ‘Tathāgatadham’ is the unconditionedness of Dhamma. It is the Dhamma that exists as it is and has never been changed; neither does it depend upon anything else nor can it be anything else. Dukkha (suffering), Samudaya (the cause of suffering), Nirodha (the cessation of suffering), and Magga (the path leading to the extinction of suffering), all exist as they are. They cannot be anything else. Whoever learns them will know the same truths because they are the truths of nature.

เพราะฉะนั้นวันนี้จึงฝากไว้ว่า เมื่อท่านทั้งหลายมารู้จักสาระของชีวิต คือศาสนา รู้จักใช้ปัญญาไม่รับใช้ตัณหาแล้ว ท่านจะพ้นทุกข์เดี๋ยวนี้ ท่านจะหมดทุกข์เดี๋ยวนี้ ท่านไม่รู้ทุกข์อีกแล้ว สิ่งที่ดีที่สุดในโลกนี้ นอกจากจิตพ้นออกจากตัณหา ไม่มี อริยวงศ์ อริยสงฆ์ อริยสาวก อริยบุคคล ที่ข้าพเจ้ากำลังกล่าวสรรเสริญอยู่นี้เป็นของบริสุทธิ์ ไม่แปดเปื้อนด้วยภาษา ไม่แปดเปื้อนด้วยภพชาติ ไม่แปดเปื้อนด้วยภพชาติ เพราะเป็นสภาวะปกติเช่นนี้ ผู้เข้าไปถึงจุดนี้แล้วถือว่าชาติจบภพสิ้น เอตัง สันตัง เอตัง ปะนิตัง ไม่ต้องกลับมาขอทานความรู้ความฉลาดกับโลกอีกแล้ว พอทันที เบื้องหลังผ่าน เบื้องหน้าจบ ปัจจุบันครบ สงบ กล่าวเกริ่นอัญเชิญมา นี่แหละศาสนา เรียกว่าวิปัสสนา ไม่ใช่ทั้งสมณะ วิปัสสนาเป็น ตัวผล เหตุคือสมณะ

สรุปให้ฟังอีกครั้งที่สาม เพื่อทำความเข้าใจเรื่องศาสนา ถ้าไม่เช่นนั้นเราจะเอาชีวิตเข้ามาทับถมกับศาสนาแบบสกปรก เอาความรู้ โสโครกมาทับถม มรรค ผล นิพพาน

ขั้น ๕ คือกายใจ ผ่องใสตลอด กายไม่มีอนุสัย ใจไม่มีนิวรณ์ สบาย สบายเพราะอะไร เพราะใจเขามีสมาธิ กายเขามีปัญญา เขาสบายไม่เคยได้ยินข่าวว่าพระพุทธเจ้าทั้งหลายพระอรหันต์ทั้งหลายสกปรก ไม่มี ไม่มีอะไรมาเป็นเครื่องชำระนอกจากสมาธิกับปัญญา พอมีสมาธิกับปัญญาชำระแล้ว ธรรมชาติของบริสุทธิ์มันจะมีเครื่องช่วย วิชชาจรณะ

Since you have come today, I want to entrust you with a mission. As of now, you know that the essence of life is religion. If you use your insight, not your craving, you will be free of suffering immediately. You will end all suffering right now. You will not suffer anymore. No other thing, not even the clearest crystal in the world, can match the clarity of the mind that is liberated from ‘tanhā’ (craving). ‘*Ariyavamsa*’ (the Noble Lineage), ‘*Ariyasangha*’ (the Noble Ones), ‘*Ariyasāvaka*’ (the Noble Disciple), ‘*Ariyapuggala*’ (the Noble Individuals) all are pure so they cannot be tainted with any languages, any proverbs, or any other things since purity is their normal condition. Whoever can enter into this point has already extinguished any kind of ‘jāti’ (birth) and ‘bhava’ (existence). ‘*Etam santam etam panitam.*’ They will not come back and beg for any other knowledge from the world ever again. That is enough for them. The past was surpassed. The future has ended. The present is complete and calm. All this I have said falls under the religion, called ‘*vipassanā*.’⁴ It does not mean you can abandon ‘*Samatha*.’⁵ ‘*Vipassanā*’ is the result. ‘*Samatha*’ is the cause.

⁴ Refers to ‘*vipassanā-bhāvana*,’ which is insight development that enables ones to discern things clearly.

⁵ Refers to ‘*samatha-bhāvana*,’ which is tranquility or concentration development.

สัมปันโน จะมาช่วยปัญญา อนันตสมาธิจะมาช่วยจิตอันเป็นสมาธิที่ทำให้
 วิมุตติเกิดขึ้น เมื่อสมาธิมีวิมุตติแล้ว สมาธิอันเป็นอนันตสมาธิมีพลัง
 ยิ่งกว่าพระอาทิตย์ล้านดวง อวิชาแสนมืด ตัณหาแสนหนัก จะถูกถีบ
 กระเด็นออกไปเหมือนแรงระเบิดที่เขาลองกับนิวเคลียร์ เขาทำกันยัง
 จีบจ้อย ถ้ามาพูดถึงแรงสมาธิเนี่ยมันยิ่งใหญ่มักรึเปล่า ดับอดีตอนาคตได้
 สบาย จึงทำให้จิตหลุดพ้น

จิตหลุดพ้นเป็นยังไง? พวกเราไม่หลุดพ้น มันไม่รู้ จิตหลุดพ้นนี้
 คือ รู้ตน หายตัว ไม่มีตนมาค้า ไม่มีตัวมาครอบ เมื่อผู้หลุดพ้นจากตนแล้ว
 เรียกว่าตรัสรู้ คือรู้ตัวตัวเอง ตรัสรู้คือรู้ตัวตัวเอง สูไม่ต้องมาเป็นทาสรับใช้
 ตัณหา ไม่ต้องมาเป็นข้าอวิชา จะออกมาเป็นเสียงเพลงอันไพเราะ
 ที่เคาะกระดานอยู่ในจิต คำว่ากระดาน หมายความว่า สิ่งที่ตั้งกดานอยู่
 เป็นอสาระพ่นออกมา จึงปรากฏเกสรทิ้งดงามที่สุดอันเป็นนิโรธไพล่พ้น
 ขึ้นมา เราสังเกตยามดอกบัวบานไม่เหมือนดอกบัวตูม ดอกบัวบาน
 ประสานกับจิตมันจะเห็นฤทธิ์คำว่า ตัวที่บ้านเบอะอยู่นั้น นิ่ง แน่น นั้น
 เป็นตัวสมาธิ เกสรนั้นเขาเรียกว่า วิมุตติ เพราะฉะนั้นเมื่อชาวพุทธของเรา
 เราทุกทวีปทุกดินทุกหญ้าเนี่ยเข้าไปถึง แล้วจะไม่พูดกันเลย เหมือนลิ้น
 ไปแตะเกลือว่าเค็ม ไม่ต้องพูดกัน มหาสมุทรกว้างสุดสายตามีสเดียว
 คือเค็ม เป็นเช่นนั้น อมตะธรรมันอยู่ตรงจิตหลุดพ้น

In order for you to understand religion, I will give a third and final explanation. Otherwise, you will risk your life by weighing down the religion. Also, by using impure knowledge, you will weigh down ‘nibbāna.’

The five aggregates are body and mind. They have always been pure. When the body is free of ‘anusaya’ (latent dispositions) and the mind is free of ‘nivarana’ (hindrances), it is so comfortable. Why? Because the mind has maintained ‘samādhi’ (concentration) and the body has maintained ‘paññā’ (wisdom). They are comfortable. We have never heard that any Buddhas or any Arahants are dirty. No, never. There is nothing that can clean them up except concentration and wisdom. Once one is clean with concentration and wisdom, it is the nature of purity that brings some help. ‘Vijjā caraṇa sampanno’⁶ will come along to help ‘paññā’ (wisdom). ‘Anattāsamādhi’ (concentration of non-self and voidness) will come along to help the mind with full concentration that initiates the liberation. Once concentration reaches ‘vimutti’ (liberation), the power of ‘anattā-samādhi’ (concentration of non-self and voidness) will be more powerful than that of a million suns. ‘Avijjā’ (ignorance) that has such deep darkness

⁶‘Vijjā Caraṇa Sampanno’ means the completion of transcendental wisdom and good conduct.



and ‘tanhā’ (craving) that is so heavy are ripped away as though a nuclear bomb had exploded. What a human does is insignificant compared to the power of concentration. It can put out the past and the future easily. This is the cause for the mind to be liberated.

How can the mind be liberated? You have never been liberated, so you do not know. The liberated mind is the knowledge of ‘self’ and the absence of ‘self.’ There is no ‘self’ to hang onto or no ‘self’ to dominate the mind. The one who is liberated from ‘self’ is called the ‘Enlightened One,’ which means the one who enlightens one’s ‘self.’ And that one will serve ‘tanhā’ (craving) no more and will no longer be a slave to ‘avijjā’ (ignorance). There will be a nice song that knocks ‘āsava’ (the accumulated intoxications) out of one’s mind. Once the liberation occurs, the most beautiful pollen, which is ‘nirodha’ (the extinction of suffering) will spring out. We must notice the lotus bloom is different from the lotus bud. The lotus bloom harmonizes the mind. The blooming of the lotus, which is firm and motionless, is ‘samādhi’ (concentration). The pollen, which liberates, is called ‘vimutti.’ Therefore, the Buddhists from any places, any lands, any continents who have entered this state will not chat. Just as

สุดท้าย เมื่อนิโรธกับปัญญาคุ้มครองจิตกับกายแล้ว ท่านไม่ต้องพูดหรือก จะบัญญัติเป็นอะไรก็ได้ เป็นพระอริยเจ้าก็ได้ เป็นพระชีนาสพก็ได้ เป็นพระอรหันต์ก็ได้ ไม่มีรสชาติอันใดเลยที่จะเข้ามาทำให้พวกนี้กลับหลังกลับมาอีก ไม่มี พระศาสดาจึงกล่าวว่านี่แหละคือ อริยะมัคโคเสยโย สัมมาทิฏฐิจนถึงสัมมาสมาธิอันเป็นเหตุเกิดแล้ว นอกจากนั้นเป็นผล มีญาณทัสสนะกับวิมุตติเป็นผล ข้าพเจ้าจึงกล่าวสรุปท้ายว่า “อนุตตระ สัมมา สัมโพธิ ญาณัง”

เดี่ยวสุดท้ายจะได้มอบของขวัญให้ เพราะฉะนั้นวันนี้จึงขอกว่าเกริ่นว่า เมื่อท่านได้รับพระพรเบื้องต้นซึ่งเป็นปฐมของชีวิตกับสาระศาสนา จากนั้นไป อยากจะเรียนเชิญเจริญพรทุกชีวิตว่า อย่าเอาชีวิตอย่างๆ เจ้าของมากลบเกลื่อนศาสนาเลย อย่าเอาความรู้อันแสนฉลาดที่จำมาจากตำราฟังมา อย่ามาเกี่ยวข้องกับศาสนาเลย ถ้าว่พวกท่านเป็นบทรียนบาทรู้ก็พอ อย่ามาอูตรีเลย เพราะธรรมชาติศาสนาไม่ได้เกิดขึ้นมายิ่งใหญ่ ไม่ได้มีสถานี่ สถาบันอะไรเลย เกิดขึ้นมาจากการรู้บริสุทธิ์เหมือนน้ำค้างเหมือนน้ำฝนที่หล่นมาจากฟ้า บริสุทธิ์ จึงกล่าวว่า พุทธ พุทธ พุทธ แปลว่าสิ่งที่บริสุทธิ์มันผุดขึ้นมา เป็นสิ่งที่พระพุทเจ้าทรงประทานพรว่า เลิกเกิด เลิกตาย เพราะอำนาจศาสนา อย่างอื่นไม่เกี่ยวเลย ผลประโยชน์ที่การมาพบศาสนานี้ไม่ใช่เพียงแค่สุขเพียงแค่ว่าเจริญ ไม่ใช่ คือมันตัด มันตัด ขาดิจบภพสิ้นลงเพราะศาสนาเกิดขึ้น ไม่ใช่เพราะ

with salt, when we taste it, it is salty and we do not have to tell each other. The wide ocean has only one taste, which is salty. It is just like that. The taste of eternity is here - the liberation of mind.

Lastly, when ‘nirodha’ (the extinction of suffering) and ‘paññā’ (wisdom) have been maintained in the mind and body, you do not need to further discuss this. We can call them ‘Ariyapuggala’ (the Noble One), ‘Arahanta’ (the Perfected One), or ‘Khīnāsava’ (the Canker-free One). There is no other taste that can make them return. The Buddha said this is **the Noble Path (Ariyamagga) - ‘ariya maggoseyyo.’** The causes, which are Right View (Sammāditthi) through Right Concentration (Sammāsamādhi), have occurred. Other than these are the results - Right Insight (Sammāñāna) and Right Deliverance (Sammāvimutti). As my conclusion, I want to say ‘Anuttara Sammā Sambodhi Ñāṇaṃ’⁷

Next, I will give you a present. Today, as you begin to receive a life full of blessings and know the essence of religion, from now on, I want to persuade you not to use your withering life turning away from religion. Do not ever make

⁷ ‘Anuttara Sammā Sambodhi Ñāṇaṃ’ is the unsurpassed Right Insight that led to the Enlightenment of the Buddha, which is the series of the Dhamma which only the Buddha had specifically comprehended before others and which made him to become a Buddha. In this matter, the Dhamma is the Four Noble Truths: suffering, causes of suffering, extinction of suffering, and the path leading to the complete extinction of suffering.

อย่างอื่นเลย ข้าพเจ้าอยากจะพูดตั้งๆ ให้โลกนี้มันได้ยินว่า เธอมางมาย อะไรระดูกกองนี้ เกิดมาจากอสุจิหยดเดียว มาทะเลาะกันอะไร มาแข่งกันอะไร เอาอะไรกับมัน มันให้อะไรกับเธอ นอกจากหัวเราะร้องให้เท่านั้นนะ อยากจะพูดแบบนี้ ขนาบแล้วขนาบอีก ให้มันรู้ ไม่เกินร้อยปีก็ตายเป็นผีเฝ้าโลกไป

เพราะฉะนั้น วันนี้จึงปิดท้ายว่า ถ้าชาวพุทธทุกชีวิตหรือสัตว์โลกที่เกิดมา รู้คุณค่าของศาสนาตั้งที่กล่าวมานี้ ทำให้มันจริง ทำให้มันแจ่มชัดเจนในขั้นที่ ๕ แล้วเนี่ย มันจะปิดฉากทุกซ์เลย ทุกซ์มีมาจากความเกิด ทุกซ์มีมาจากความตายมันจะจบกันไปเลย นัตถิ ซาติ ปุณฺณปุณฺณัง จะจบลง มันจบความเกิด มันก็ต้องจบความตาย มันจบเกิดตาย ก็หมดทุกซ์เท่านั้น นี่คือการเอาศาสนาที่เป็นสาระมาคุ้มครองรักษาชีวิต ชีวิตก็จะได้ที่พึ่งอันอุดมสมบูรณ์คือศาสนา ศาสนาเลยเป็นของมีคุณค่ากว่าชีวิต วันนี้จึงขอกล่าวจบไว้เพียงแค่นี้ก่อน ขอความสุขสวัสดิ์จึงมีแต่คณะพวกเราทั้งหลายโดยถ้วนหน้ากันทุกตนทุกท่าน เทอญ

religion tainted with your memorized knowledge from textbooks or from something you have heard. Let's count that as your past lesson. Do not let it go further. The nature of religion does not exist to become great. It has not been involved with any Institute. On the contrary, religion comes from the purity of knowledge just as rain drops from the sky. The rain is so pure. That is why we utter 'Buddha, Buddha, Buddha, Buddha,' which means the purity has emerged. The Buddha gave a blessing to the power of the religion as it is able to discontinue birth and rebirth. Nothing else can do this. The benefits of experiencing the religion are neither happiness nor prosperity, but the extinction of 'jāti' (birth) and the end of 'bhava' (existence). This is because of the religion, not because of something else. I want to deliver this message to the world out loud that you should never be blinded by having faith in the body's bones. You were born from just one drop of sperm. Why do you quarrel with one another? What are you competing for? What do you want from it? All it gives you is just laughing and crying. I want to say it like this, so you know. All will not live much beyond a hundred years old and will then become ghosts guarding the world.



Today, I want to give a final word that if all Buddhists or all living beings know the value of religion, as I have described, and are serious about making clear the nature of 'pañcakkhandha' (the five aggregates), they will end suffering. The suffering originated from birth and the suffering originated from death - all these will end. 'Natthi Jāti Punappunam.'⁸ If the birth ends, the death will end as well. That's it! That is how the suffering ends. This is the profit from using the essence of religion to maintain and safeguard our lives. Our lives will have a marvelous refuge which is religion. So we have to give religion a greater value than our own lives. Now I will end my talk. I wish that the greatest of happiness will be with you all.

⁸ 'Natthi Jāti Punappunam' means 'Birth is perpetually absent.'

ภา ค เ ช้ า

DAY SESSION



ปัญหาถามตอบ ข้อที่ ๑



Question & Answer # 1

ภาคเช้า

ปัญหาถามตอบ ข้อที่ ๑



คำถาม :

สิ่งที่เห็นได้ยากที่สุดก็คือ ตัวตนและความยึดมั่นถือมั่น ในตัวตน ซึ่งทุกคนก็มีวิธีของตนเอง และต้องหาหนทางของตนเอง ที่จะทำลายตัวตน เกล้ากระผมจึงขอกราบพระเดชพระคุณท่าน ที่เคารพยิ่ง ขอได้โปรดแบ่งปันประสบการณ์ในการทำลายตัวตนของท่านด้วยขอรับ และขอน้อมกราบขอบพระคุณด้วยความเคารพ ครับผมกระผม

คำตอบ :

ตัวตนไม่ได้มี ชั้น ๕ ไม่ได้มี ถ้าไม่มีอุปาทาน ตัวตนไม่มี ชั้น ๕ ไม่มี ถ้าไม่มีอุปาทาน อุปาทานมีที่ไหนต้องมีวิชาที่นั่น วิชาที่มีที่ไหน ต้องมีอุปาทานที่นั่น อุปาทาน วิชา ตัณหามีมา ตัณหาวิชาอุปาทาน เลยเป็นขบวนการให้เกิดตน ให้เกิดชั้น ๕ เมื่อต้องการจะทำลาย ชั้น ๕ เธอต้องอย่าไปทำลายชั้น ๕ ต้องทำลายที่อุปาทาน ต้องทำลายที่วิชา ต้องทำลายที่ตัณหา ชั้น ๕ หาย ตัวตนสิ้นเลย ภาษาบาลี

DAY SESSION

Question & Answer # 1



Question:

The most difficult thing to see is that there is an ‘I’ and how we attach to the ‘I.’ It seems all have their own method and have to walk on their own path to destroy the ‘I.’ I humbly ask the most venerable to share the wisdom from his experience in destroying the ‘I.’

Answer:

There will be neither ‘self’ nor ‘pañcakkhandha’ (the five aggregates) if there is no ‘upādāna’ (attachment). There is neither ‘self’ nor the five aggregates if there are not any attachments. Wherever attachment is, ‘avijjā’ (ignorance) is there; wherever ignorance is, attachment is there as well. If you have attachment and ignorance, ‘tanhā’ (craving) will come along. *The process of craving, ignorance, and attachment causes the occurrence of ‘self’ and the five aggregates. If you want to destroy the five aggregates, do not destroy the five aggregates themselves, but instead destroy*

ก็เรียกว่า อุปาทานณะ อาสะเวหิ วิมุตติง สุตติ เมื่อเราเป็นผู้ทำลาย อุปาทานแล้ว ล้างอวิชชาแล้ว ชำระตัณหาแล้ว ไม่มีที่ใดที่ไม่เรียกว่า สิ้นอาสวะ คนสิ้นอาสวะจะเอาตัวตนมาจากไหน พระพุทธเจ้าไม่มีตัวตน พระอรหันต์ไม่มีตัวตน ตายไม่เป็นเกิดไม่เป็น เพราะฉะนั้นเมื่อเราต้องการ จะเข้าไปถึงศาสนาที่แท้ต้องมาแก้คำว่า ทำลายอุปาทานเป็นตัวยึดถือให้ เป็น อุปาทานะชยะ อุปาทานณะ คือทำลายอุปาทานตัวยึดถือ ๓ ตัว ๑) อัตตวาหุปาทาน คือยึดตัวตนหนึ่ง ๒) ปรามาสในการลูบๆ คลำๆ หนึ่ง ๓) ทิฏฐุปาทาน ส่วนข้อที่ ๔) นี้ ละทิ้งหลังคือ กามุปาทาน เพราะฉะนั้น ผู้ประสงค์จะละตัวตนออกไป หนึ่งเธอต้องทำลายอัตตวาหุปาทานตัวต้น อย่าให้มันเข้าไปเกี่ยวข้อง อัตตวาตัวตนมาจากไหน มาจากอุปาทาน ยึดถือ อย่งไปยึดว่าตาเรา กายเรา หูเรา คำว่าเรานี้เกิดขึ้นมาข้อเดียว เท่านั้น จะมีอุปาทานทั่วโลกเลย หนักอึ้งเลย เพราะฉะนั้นถ้าทำลาย อุปาทานได้ตัวหนึ่งประมาณ ๑๐ เพอร์เซ็นต์ หรือ ๕๐ เพอร์เซ็นต์ ตัวที่ สองปรามาส ลูบๆ คลำๆ ดินน้ำลมไฟ คนเขาเรา นี้มันก็จิตไปอีกประมาณ ๓๐ เพอร์เซ็นต์ ผลสุดท้าย ทิฏฐิคือความเห็นผิดก็จะถูกตัดกระแสบอก ไป พอตัดกระแสบอกไปครบวงจรถึงร้อยเปอร์เซ็นต์แล้ว ตัวที่จะมาก่อ ภพก่อภูมิเขาเรียกว่า กามุปาทาน หมดเชื้อเลย เหมือนกับเราถอนบัว หน้าแล้งด้วยมือจะหมดไป เพราะฉะนั้นผู้ประสงค์จะทะลุฟ้าทะลุดินใน ตัวตนนี้ เธอต้องตัดอุปาทาน ทำลายอุปาทานให้สิ้น ภาษาบาลีจึงกล่าว

the attachments, destroy the ignorance, and destroy the craving.

The five aggregates will disappear and the attachment to ‘self’ will entirely come to an end. In Pāli we say ‘Upādānena Āsavehi Vimuttiñ Sūti,’ which means once we are able to destroy attachments, clean ignorance, and eliminate craving, there will be no more place for ‘āsava’ (mental intoxication). How will the one who extinguishes mental intoxication find one’s own ‘self’? Both Buddhas and Arahants have no ‘self’. They do not know how to either die or how to be reborn. Therefore, if we want to enter the core of religion, we must concentrate on destroying ‘upādāna’ (attachments) and transforming it to ‘upādānakhaya upādānena.’ There are attachments we should destroy: 1) ‘attavādupādāna’ - attachment to ‘self,’ 2) ‘sīlabbatupādāna’ - attachment to mere rules and rituals,⁹ 3) ‘diṭṭhupādāna’ - attachment to views and opinions, and 4) ‘kāmuṇupādāna’ - attachment to sensual desire, which will be the last one to be abandoned. Therefore, whoever wants to abandon ‘self’ they must, firstly, destroy the preliminary of ‘attavādupādāna’ (attachment to ‘self’). We must not associate with it. Where does it come from? It comes from our attachments. We must not attach to what

⁹ This refers to attachment to meaningless traditional practices that have been thoughtlessly handed down, practices which people choose to regard as sacred and not to be changed under any circumstances.

ว่า อุปาทานะชยะ จงทำความยึดเหนี่ยวยึดมั่นให้มันห่างไปจาก
กระแสนจิต เธอจะสิ้นไปจากคำว่า อัตตา ทันที

we call ours - our eyes, our body, our ears, etc. With this one word 'our,' we can attach to things all around the world. It is totally heavy. If you can destroy 10 to 50% of the first attachment then the second attachment, which is the attachment to mere rules and rituals, earth, water, wind, fire, humans, the 'you' and the 'I,' will fade out about 30% by itself. Finally, 'diṭṭhi' which are wrong views and opinions will be cut off from the flow. Once this cycle of attachments has been eliminated one hundred percent, then 'kāmupādāna' (attachment to sensual desire), which creates 'bhava' (existence), will be extinct. Just as we uproot the unseasonal lotus by hand, it will be entirely finished. Therefore, whoever wishes to overcome 'self' must completely destroy attachments. In Pāli we call it 'upādānagaya,' which means you must dry out all attachments until they are completely extinguished from the flow of mind. Then, 'self' (attā) will instantly be absent from you.





ภา ค เ ช้ า

DAY SESSION



ปัญหาถามตอบ ข้อที่ ๒



Question & Answer # 2

ภาคเช้า

ปัญหาถามตอบ ข้อที่ ๒



คำถาม :

ดิฉันขออน้อมกราบถวายความเคารพแด่คุณพระศรีรัตนตรัย และขออน้อมถวายกราบสักการะพระเดชพระคุณหลวงพ่อด้วย ความเคารพอย่างสูงยิ่ง และขอขอบพระคุณกันเฒ่าพลด้วยเจ้าค่ะ ดิฉันเป็นครูสอนด้านพระพุทธศาสนาเรื่องวิปัสสนากับชาวตะวันตก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสหรัฐอเมริกา และนอกจากนี้ ก็ได้ทำหน้าที่ในการอบรมสั่งสอนเรื่องการปฏิบัติให้กับนักศึกษาต่างชาติที่ไปศึกษาอยู่ที่พุทธคยา ขณะนี้เป็นโอกาสอันดีที่ดิฉันจะได้ถามคำถามพระเดชพระคุณ ซึ่งเป็นคำถามที่สำคัญยิ่งสำหรับดิฉัน คือการปฏิบัติของดิฉัน อยู่ในสภาวะอะไรเจ้าคะ ในเบื้องต้นเมื่อดิฉันได้นั่งเจริญสมาธิภาวนา ประมาณสัก ๓๐ นาที หรืออย่างมากก็ประมาณสักชั่วโมง ทั้งกายและจิตก็เกิดความสงบ หลังจากนั้น ก็เกิดความรู้สึกเหมือนสภาวะที่เกิดขึ้นทั้งทางกายและทางจิตมันหยุดนิ่ง เหมือนทุกอย่างทุกอย่างมันหยุดลง เกิดความรู้สึกว่าร่างกายมันเบา ร่างกายมันไม่มีอะไรแม้กระทั่ง เวทนา ความรู้สึก หรือแม้แต่การรับรู้ทางประสาทสัมผัส และดิฉันก็

DAY SESSION

Question & Answer # 2



Question :

First of all, I would like to pay respect to the Buddha, Dhamma, and all the Saṅgha, especially the most Venerable, our Luang Por, meditation master. I would also like to say thank you so much to our Ajhan Venerable Ampol Bhante. Actually, I am teaching Buddhist meditation in the West, especially the United States. Also I am now teaching the entry level university students, who study abroad in Bodh-Gaya. I have one question. Actually it is a big question for me also because I am teaching ‘vipassanā.’ What state I am now? This is a big question for me. Now is a great opportunity to ask. When I take the meditation after half an hour or over half an hour it is okay; in terms of my mental and physical phenomena, everything is very quiet. Then one moment my physical and mental phenomena all just stopped. Also my body was very light at that time. There were no kinds of pain, sensation, or feeling. And then

หยุดอยู่แค่นั้นที่ตรงนั้น ดิฉันขอกล่าวด้วยความสัตย์จริงว่าเกือบจะ ๒๐ ปีมาแล้ว ที่ดิฉันหยุดอยู่ตรงนั้น ดิฉันต้องทำอะไรเพื่อที่จะปฏิบัติต่อไปได้ยิ่งๆ ขึ้นไปอีกเจ้าคะ ขอกราบขอบพระคุณพระเดชพระคุณ ท่านด้วยความเคารพอย่างสูงยิ่งเจ้าคะ

คำตอบ :

สมาธิ มีอยู่ ๓ ชั้น สมาธิขั้นต้น สายบิกระม บิกระมสมาธิ เมื่อเราบิกระมไป มันจะเกิดนิมิตต่างๆ ภาพต่างๆ ขึ้นมาในกระแส อารมณ์ เรียกว่าบิกระมนิมิต จะบิกระมอะไรก็ตาม พุทโธ ยุบพอง สัมมาอรหัง อะไรก็แล้วแต่ สมาธิมันจะเกิดขึ้นมาระหว่างนี้เป็นสิ่งที่ น่าประหลาด ฟังให้ดีๆ เป็นสิ่งที่น่าประหลาด เราบิกระม พุทโธ พุทโธ ยุบพอง ยุบพอง ไปนี่ ว่าเล่นๆ หรือกำหนดลมหายใจ เข้ายาวออกยาว เข้าสั้นออกสั้น เล่นๆ ไปเนี่ย แต่สมาธิซึ่งเป็นตัวธรรมชาติเบื้องต้นขึ้นมา มันจะเกิดขึ้นมา สังเกตได้

บิกระมสมาธิมันเกิดขึ้นมาตัดกระแสของโลกของธรรมแบบไหน อย่างหนึ่งบิกระมสมาธิมันจะมีข้อเปรียบเทียบว่า หายใจธรรมดาของ สัตว์นี้มีชีวิตอยู่ แต่หายใจของโพธิสัตว์ไม่ใช่มีชีวิตอยู่ แต่หายใจเข้า หายใจออกเนี่ย บิกระมเฉยๆ นี้ เข้ายาวออกยาว สมาธิที่มันเกิดขึ้นมา จากลมหายใจเข้ายาวออกยาวมันจะเป็นเครื่องใส เหมือนกับหญิงเขาขึ้น

I stopped there. I am truly talking about this. It was over twenty years ago I stopped. How do I have to go on? Thank you so much, great Venerable.

Answer :

There are three levels of concentration. The beginning level is '*parikamma-samādhī*' (*repetitive concentration*). While we are meditating, some mental images may pop up as a mind-object (*ārammana*) in the mind. This is what we call '*parikamma-nimitta*.' You can recite anything like 'Buddho-Buddho,' 'Rising-Falling,' 'Sammā Arahaṃ,' etc. The concentration will spontaneously happen. Please listen carefully. It is amazing when the elementary concentration, which can be observed, spontaneously happens while we are contemplating a recitation such as 'Buddho-Buddho,' 'Rising-Falling.' Simply do it as if you are playing or just enjoying contemplation on breathing in and out, long and short.

How does this '*parikamma-samādhī*' (repetitive concentration) cut the flow of both the inclination towards the world and the inclination towards the Dhamma? One example in the matter of repetitive concentration can be to

ฝ่าย เห็นมัย เหมือนกับนายช่างที่เขากลึง มันจะเป็นเส้นสายเข้าสายออก มันจะดูได้ชัดเจนเลย เพียงแค่เราบริการมันๆ เนี่ย มันจะเกิดขึ้นมาเลย พอเห็นเช่นนี้แล้ว เราก็บริการ แยะเข้า แยะเข้า แยะเข้าไป เกิดอุปการ-
 สมานิต สมานิตที่ตัดกระแสบอกจากเห็นเยื่อใยต่างๆ สีเหลืองๆ อ่อนๆ หายไป มันจะเกิดสมานิตตัวหนึ่งขึ้นมา ภาพพจน์ขึ้นมาว่า หนึ่งจะเห็น พระพุทธรูป เห็นสถูปเจดีย์ เห็นพระศรีมหาโพธิ์นี้ เกิดขึ้นมาเลย เห็นพระพุทธรูป สถูปเจดีย์ ไม้ศรีมหาโพธิ์ขึ้นมา อันนี้เรียกว่า อุปการ-
 สมานิต เมื่อเราเห็นอย่างนี้จิตของเราเกิดศรัทธามั่น เกิดความเพียรกล้า เกิดปัญญา เกิดสมานิตขึ้นมาแทรกซ้อนอย่างหนาแน่นเหมือนกับฝนตกลง มาอย่างแรง ระหว่างนี้จิตของเราเนี่ย ชุ่มฉ่ำไปด้วยอุปการสมานิต จะนุ่ม หนัก เหมือนกับที่เราเอาสารส้มไปกวนน้ำขุ่นๆ มันจะนอนนิ่งไปเลย สกปรกมันจะไปอยู่ข้างล่าง น้ำใสจะขึ้นมา พออัปนาสมานิตนี้ มันนอน นิ่งลงไปนี่คือกามฉันทะอันเป็นนิเวศน์มันนอนลงไปก้นตุ่ม พอไปอยู่ ก้นตุ่ม น้ำใสๆ ใสจนสามารถมองเห็นสกปรกที่อยู่ข้างล่างเขาเรียกว่าฝุ่น ตะกอน เห็นชัดเจนเลยอะไรเป็นอะไร ระหว่างนี้ มันเป็น อัปนา อัปนา ตัวนี้แหละจะทำให้เราเกิดสมานิต เรียกว่า ยะถาภูตสมานิตเนี่ย ยะถาภูต-
 สมานิต สมานิตที่เป็นภูตอันยิ่งใหญ่ที่อยู่ทุกอณูเนี่ย มันจะเกิดขึ้นมา ใส จิตของเราเคยเกลียดโกรธฉุนเฉียว หายไปเลย ไม่มี เหลือตั้งแต่

compare normal breathing of living creatures, which is meant for living, with that of the Bodhisatta's¹⁰ breathing, which is not meant for that. While we are mediating on breathing in and out, the long in and out breath that arise from concentration will become crystal clear just like a weaver working thread on a loom.¹¹ We can clearly observe a threadlike breath coming in and out. Even in the beginning of meditation, this will happen. At this point, push yourself to add more and more concentration. 'Upacāra-samādhi' (approaching concentration) will emerge and remove a white or a light yellow line that may appear at this state. This results in a kind of 'samādhi' (concentration) which you will see an image of a Buddha statue, a pagoda, or the Bodhi Tree. Seeing these things is part of the concentration state called '*upacāra-samādhi*' (*approaching concentration*). It will inspire strong faith, more effort, arising of wisdom and a higher level of concentration. This is just like the heavy rains. At the same time, our mind will be refreshed with a gentle feeling. It is like how we clean dirty water by using alum.

¹⁰ Bodhisatta refers to one, who motivated by great compassion, has generated bodhi-citta, which is a spontaneous wish to attain Buddhahood for the benefit of all sentient beings.

¹¹ The comparison is between how we can observe whether breathing in and out is short or long with how the lady, the weaver, keeps her eyes on the thread while working on a loom.



When the sediment settles down to the bottom, the water will appear clear. Approaching concentration can settle down sensual desire ('kāmachanda') which is a hindrance. Once sensual desire is settled down, just as the sediment drops down to the bottom of the jar, the water will then be clear. You can now easily see things and are able to realize what's what. In the meantime, '*appanā-samādhi*' (*full concentration*) will arise. This will lead to a very powerful concentration called 'yathābhūta-samādhi,' which is 'mahābhūta' (the great entity or primary elements). It is the concentration that appears within the atoms of all things. Then, the mind will be very bright. The attachments the mind used to have to any hatred or anger will disappear. Only brightness will be left. In Pāli we call these 'samāhitho' and 'visuddho.' This mind, which is firmly established and purified, has become 'appanā,' meaning *a one-pointed mind* - '*ekaggatā-citta.*' It is as firm as a pole buried deep in the earth. At the same time, this state of mind will attain four things: 1) '*sukha*' (happiness), 2) '*ñāṇadassana*' (a vision of truth), 3) '*sati-sampajañña*' (mindfulness with clear comprehension), and 4) '*anāsāva*' (being free from mental intoxication), which is considered as purity. '*Appanā-samādhi*'

ความใสอยู่นั้น ภาษาบาลีเรียกว่า สมาหิโต วิสุทโธ มันเกิดตั้งมัน เกิดบริสุทธิ์ขึ้นมาเป็นอัปนา อัปนานี้แปลว่าไง แปลว่าจิตดวงเดียว เป็นเอกัคคตาจิต มันดวงเดียว มันตั้งอยู่ กวัดแกว่ง ไม่มี เหมือนกับหลักกับตอ เหมือนกับที่เราฝังเสาซีเมนต์ลงไปข้างล่างก็ ๔ ศอก ข้างบนขึ้นมา ๔ ศอก มันจะแน่นแบบนั้น ระหว่างนี้สภาพจิตมันจะเกิดขึ้นมารับ ๔ อย่าง ๑) สุข ๒) ญาณทัสสนะ ๓) สติสัมปชัญญะ ๔) มันจะเกิดอนาสวะ คือจะบริสุทธิ์ ไม่สกปรกเลย อัปนาสมาธินี้มันขั้นที่สุดท้าย

เพราะฉะนั้นเมื่อเราเดินดับเข้าไปนี้ มันเบาสบาย อันนี้มันเป็นขั้นแรก เขาว่าปริกรรมสมาธิมันเกิดขึ้นมา ประการที่สอง อุปะการสมาธิ มันจะเกิดขึ้นมา ระหว่างนี้มันจะเห็นของเป็นสักขีพยาน เห็นว่าพระพุทธรูปนี้เป็นตัวแทนไม้ศรีมหาโพธิ์เป็นตัวแทน พระพุทธรูปสลูปะเจดีย์ เจดีย์เกิดขึ้นมา สามประการเป็นตัวแทนพุทธรุ เราจะเกิดศรัทธาปีกเลย ศรัทธาขึ้นมา ความเพียรขึ้นมา ปัญญาขึ้นมา อย่างไม่มีคำว่าบอกบอกกันไม่ได้ เหมือนกับน้ำผุดขึ้นมาจากดินเลย พอเกิดขึ้นมาอย่างนี้จิตของเรามันจะปลื้ม ระว่างมันจะเกิดปีติปราโมทย์ น้ำอาบตา ขนพองสยองเกล้าระหว่างนี้แหละ แต่พอมันขึ้นมาหนักเข้าๆ หนักเข้าๆ อุปะการะมันหนักเข้าๆ เนี่ย สักขีพยานเราเห็นละ ยิ่งพระพุทธรูปยิ่งใหญ่ๆ ใหญ่ๆ ขึ้นไป ตั้งแต่องค์เล็กๆ เท้าโป่งมีอมันจะขึ้นมาใหญ่ขึ้นมาเป็นเก้าเมตรยี่สิบเมตรจนจรดฟ้าเลย พระพุทธรูปก็ใหญ่ท่วมโลกเลย

(full concentration) is the final level of concentration.

Therefore, while we are progressing through the levels of concentration, there will be a feeling of lightness and being comfortable. This is just the beginning. The elementary level of concentration, ‘parikamma-samādhī’ (repetitive concentration) has happened. Second, ‘upacāra-samādhī’ (approaching concentration) will occur. We will gain sight of things as evidence. The Buddha statue, the Bodhi Tree, and the pagoda are all representations of ‘Buddha.’ These will spontaneously cause strong faith (saddhā) and effort, as well as wisdom to arise. We cannot tell why this happens. It is as if water springing from the ground. Once this happens, our mind will be full of joy and delight, called ‘pīti’ and ‘pāmojja.’ Be careful, tears will spring from our eyes. The whole body will tremble. The more intense that ‘upacāra-samādhī’ (approaching concentration) is, the bigger the images will be. For instance, a thumb-sized Buddha statue will keep expanding to touch the sky until it overwhelms the world. A pagoda will do the same. Then, we will realize that the Buddha’s Dhamma is the pagoda of the world as a refuge for all living creatures. There are three types of beautiful pagodas - crystal, gold, and diamond. At



the end, you will see a trace image of the Buddha's origin, which is the Bodhi Tree.¹² The Bodhi Tree was not originally known by the name of Bodhi. There was somebody who named it. Who was the first person to call this name? It was a child from Uruvela District who noticed that 'Buddha' was born from that tree. From then on, the tree was known as the 'Bodhi Tree' because of the power of 'Buddha.' Seeing the mental images of these three things happens in the approaching concentration state. Whoever sees this, do not be lured. Many fools were meditating and got stuck here. They did not pass through and reach 'appanā-samādhi' (full concentration). Because of that, none of these types of happiness would happen: the happiness from being free of lust (rāga), the happiness from having a vision of truth (ñāṇadassana), the happiness from having mindfulness with clear comprehension (sati-sampajañña), and the happiness from being free of any mental intoxication (anāsāva). Only fake concentration will happen in its place. These meditators are only pretending to have the great concentration. Some also make up that they perform miracles. So in today's world,

¹² The name 'Bodhi Tree' originated from a child from Uruvela District when he first met the Buddha who had just gained the Enlightenment under a pipal tree, which is now known as the Bodhi tree.

นี่เห็นพระพุทธรูปสลูบเจดีย์ พระพุทธรูปสลูบเจดีย์นี้มันจะเกิดขึ้นมาอีก จะเห็นร่องรอยว่า โอ้ว พระธรรมของศาสดามันเป็นเจดีย์ของโลก เป็นเจดีย์ของคน เป็นเจดีย์ของสัตว์ได้ฟัง เป็นเจดีย์อันสวย มันมี ๓ เจดีย์ ๑ แก้ว เกิดขึ้นมาเจดีย์แก้ว เกิดขึ้นมาเจดีย์ที่ ๒ เป็นเจดีย์ทอง เจดีย์ที่ ๓ เป็นเจดีย์เพชรเนี่ย เกิดขึ้นมา สุดท้ายที่นี้จะเห็นรอย รอยเกิดพุทธรูปคือ ต้นโพธิ์นี้ ต้นโพธิ์ไม่ได้เกิดขึ้นมาเลย ต้นโพธิ์นี้จะต้องถูกผู้พูดก่อน คนไหนเป็นคนพูดคนแรก เด็กน้อยที่เป็นชาวอุรુเวหาเสนานิคม เอ๊ะ พุทธรูปนี้เกิดขึ้นมาจากต้นโพธิ์ จากวันนั้นต้นโพธิ์เลยกลายเป็นต้นโพธิ์มา เพราะอำนาจของพุทธรูป เพราะฉะนั้นสามประการเป็นอุچارสมาธิ ผู้ใด เข้าไปเสพ อย่าไปหลง คนโง่ปฏิบัติทำสมาธินี้ไปติดอยู่นั้นร้อยทั้งร้อยเลย ไม่ผ่านเข้าไปถึงอัปนา พอไม่ถึงอัปนาแล้ว มันก็สุขอันไม่มีอาสวะ สุขอันเป็นญาณทัสสนะ สุขอันมีสติสัมปชัญญะ สุขเป็นอนาสวะ เลยไม่เกิดเลย มีตั้งแต่สมาธิหลอกลวงกัน สมาธิมาแสดงปาฏิหาริย์ แสดงที่มา อวดอ้าง เลยกลายเป็นสมาธิขอทานไปเลย ยุคปัจจุบันเนี่ย ไม่มีคำว่า สมาธิที่จะพาออกจากอาสวะ ออกจากเป็นสุขไม่มีราคะ ไม่มีเลย

this meditation has become a way to beg for something. Meditating like this cannot bring you out of mental intoxication nor eliminate the happiness derived from lust.

Lastly, I want to say you need to quit the elementary and the middle states of concentration. Do not enjoy them. They are illusions. You should seek the final level of meditation that can bring you:

1) **The happiness without lust;**

2) **‘Ñāṇadassana’ (a vision of truth)**, which discerns impermanence (aniccam), suffering (dukkham), and non-self (Anattā);

3) **‘Sati-sampajañña’ (mindfulness with a clear comprehension)**, which brings up the real knowledge of the truth that ‘nāma-rūpa’ (mind-matter) arises and is extinguished. That is all they can do for the world. The world breaks down and dies; the world breaks down and dies. The mind (nāma) arises and is extinguished; the mind (nāma) arises and is extinguished. This is what you can see;

4) **Dilution of mental intoxication.** Once you have seen what I just mentioned in the third, ‘āsava’ (mental intoxication) that always lies under your heart will be

เพราะฉะนั้นข้าพเจ้าจึงอยากจะแนบท้ายว่า สมาธิเบื้องต้น สมาธิท่ามกลาง เลิก! อย่าไปเสพ มันเป็นของมายา ควรจะมาเอาสมาธิข้อสุดท้ายว่า ๑ สุขอันไม่มีราคา ๒ ญาณทัสสนะอันเห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ๓ สติสัมปชัญญะอันเห็นความเป็นจริงของความเกิดดับ มีแค่นี้โลกเนี่ย มีเกิดดับ โลกแตกตาย โลกแตกตาย โลกแตกตาย นามก็เกิดดับ เกิดดับ ไปนี้ มันเห็น พอเห็นในข้อที่ ๓ แล้ว ข้อที่ ๔ อาสวะที่จะมานอนนิ่งในสันดานของเราอันแสนหยาบ จืดไปเลย กามอาสวะ ภาวะสวะ ทิฏฐาสวะจืดไปเลย แดกกระเจิงไปเลย เหมือนกับเราทุบไข่ใส่หินเลย เลยกเกิดเป็นอนาสวะ สมาธิมีพลังสามารถทำลายล้างอาสวะได้ตรงนี้ แต่ว่าเราอย่าไปเสพมัน เพราะว่าสมาธินี้มันมีข้อเสียอยู่ว่า ทำให้เราติดสุข ติดฉลาด ติดดี มันเป็นอาหารโอฆารสที่ทำให้จิตติดได้มากที่สุด แม้จะเข้าไปสู่คำว่าอตัลปฐิสัมภิตาแล้วก็ตาม ธรรมปฐิสัมภิตา แล้วก็ตาม ถ้าภิกษุเหล่าใดไม่รู้จักความเป็นจริงของอาสวะจริงๆ อันเป็นอวิชาสวะแล้ว ติดกันอยู่เลย เพราะฉะนั้นพรหมเขาจึงมาจมอยู่ในรูปฌาน อรูปฌาน รูปสมาธิ อรูปสมาธินี้ อายุตั้งแต่แปดหมื่นสี่พันปีก็จมอยู่นั้นนะ เพราะมันไปติดสุขนะ

ในสมาธิข้อสุดท้ายจึงอยากจะเน้นให้ชาวพุทธเราตื่นรู้ขึ้นมาใหม่ ว่า สมาธิสามประเภทนี้มันเป็นอาหารใจที่ดีที่สุดเลย ไม่มีใครหอกไม่ชอบความสุขของสมาธิ มันเบา พุดภาษาง่ายๆ เนอะ รู้ เห็น เห็น ว่า

diluted. ‘Kāmāsava’ (mental intoxication of sense-desire), ‘bhavāsava’ (mental intoxication of existence), and ‘diṭṭhāsava’ (mental intoxication of views and opinions) will be defeated. It is just like you crack an egg on a stone. The mind eventually becomes ‘anāsava’ (free of mental intoxication). This is how ‘samādhi’ (concentration) has the power to destroy ‘āsava’ (mental intoxication). Somehow, do not enjoy it because there are some disadvantages to this kind of concentration. It makes us addicted to happiness, knowledge, and excellence. It can become another delicious food that the mind attaches to even though it brings you to the attainment of ‘attha-paṭisambhidā’ (analytic insight of consequence) and ‘Dhamma-paṭisambhidā’ (analytic insight of origin). If any monks (bhikkhus) do not know the real mental intoxication, which is the mental intoxication of ignorance (avijjāsava), they will be stuck here like those beings (Brahmas) in both the form and formless spheres. Consequently, Brahmas are all stuck in the absorptions of the fine-material sphere (rūpa-jhānas) and the absorptions of immaterial sphere (arūpa-jhānas) as well as stuck in concentration of fine-material existence (rūpa-samādhi) and concentration of immaterial existence (arūpa-samādhi). For the eighty four

วางสบายเนี่ย กิริยาของมันนี่ ดับเย็น ว่างเปล่า นิ่งสงบ จบผ่องใส สุข
อิสระเนี่ย มันจะอยู่อย่างนั้น พวกพรหมเขาจมอยู่ แต่ถ้าใครเข้าไปเสพ
เธอจะต้องเป็นพรหมชั้นใดชั้นหนึ่งแค่นั้น จะไม่ล้างอาสวะได้เลยเมื่อเรา
มารู้กันอย่างนี้แล้ว จงพยายามเปลี่ยนทิศทางใหม่ว่า สมาธิทั้งปวงเป็น
พื้นฐานมาเจริญวิปัสสนา วิปัสสนาโดยเฉพาะเท่านั้นที่จะมาล้างอาสวะ
ทางพระพุทธเจ้าทรงยกย่อง ไม่ใช่ให้ไปติดอยู่ อาหารดาบสก็ดี อุทก
ดาบสก็ดี ก็เพราะไปเสพสมาธิอยู่นี้เนี่ย จนเฒ่าตายก็ไปเกิดแค่รูปพรหม
อรูปรพพรหม พระศาสดาเห็นแล้วจึงโยนตุ้มเข้าป่าเลย พระองค์ออกหนีไป
ไปนั่งพิจารณาอยู่อรุเวฬุเสนาณิกม ไปเห็น โอ้ว มันเป็นยาขม ไม่ใช่
มันเป็นยาหวาน ไม่ใช่ มันเป็นวิมานหลอกใจ เป็นของล่อหลอกจิตทำให้
ไปติดอยู่ เมื่อพระพุทธเจ้าไปเห็นอย่างนี้ พระองค์เลยเพิกถอน เพิกถอน
ออก ทุกๆ ภาษา ทุกขณะที่ถูกล่อลวงจากสมาธิ พระองค์เพิกถอนออก
ไปไหน ไปเห็นว่าสมาธิทั้งปวงนี้เป็นเจ้ามายา ทำให้สัตว์ติดอยู่ พระองค์
ท่านกำหนดเข้าไปสู่วิปัสสนา ไปพิจารณาชั้น ๕ นามะรูปังอนิจจัง
นามะรูปังทุกขัง นามะรูปังอนัตตา เกิดจิตหลุดพ้นขึ้นมา สังขอมลงไป
ทั้งหมดว่าจิตหลุดพ้นเพราะอำนาจของวิปัสสนา วิปัสสนาที่กล้าเพราะ
อำนาจของสมาธิ เพราะฉะนั้นสมาธิจึงเป็นตัวหนุนให้ตรัสรู้ง่าย เราอย่า
ไปพักอยู่ที่นั่นเลย รีบเร่งออกไป เหมือนกับแผ่นดินที่มันไม่กระเพื่อมเรา
ก็เดินได้เร็ววิ่งได้เร็ว ถ้าเราต้องการจะข้ามเหวรักเหวชังออกไป ออย่าไป

thousand years of their entire life, they are stuck there because of the addiction to this type of happiness in the final level of concentration.

For Buddhists to be awake, I want to emphasize that all three levels of concentrations are the best food for the mind. No one does not like the happiness that comes from ‘samādhī’ (concentration). It is so...light! You can simply say ‘knowing, calmness, seeing, emptiness, letting go,...so comfortable.’ Their manner will be being extinguished, calm, empty, motionless, peaceful, bright, and happy with freedom. It will be like Brahmās are stuck. If you enjoy that, you will be one of them. That’s it! You will not be able to clean your mental intoxication ever. Since we know this, we must change our direction to comprehend that all kinds of concentration are considered as a basis of ‘vipassanā-bhāvanā’ (insight development). Only this specific insight development can clean ‘āsava’ (mental intoxication). The Buddha praised this. We should not become attached to it (jhāna). The examples of making this mistake were Ālāra Kālāma and Uddaka Rāmaputta.¹³ They died in old age and were eventually reborn

¹³ Ālāra Kālāma and Uddaka Rāmaputta are the two hermit teachers of yogic meditation whom the prince Siddhārtha went to see and learn ‘jhāna’ from at the beginning of his journey to a way of Enlightenment.

ติดอำนาจของสมาธิเลย เพราะจะทำให้เราเสียเปรียบเสียเวลาอยู่ เกิดแล้วเกิดอีก ตายแล้วตายอีกก็ไม่มีคำว่าจบ พอรู้กันอย่างนี้รีบเร่งเอาสมาธิมาเป็นสะพาน เพื่อเอาวิปัสสนาเดินออกไป วิปัสสนาเป็นธรรมชาติที่ล้างวิภูฏสงสารในพุทธศาสนา ส่วนสมณะนั้นเป็นสะพาน ให้มันอยู่นี้แหละ ก็อย่าไปทิ้งมัน

ในฐานะที่กล่าวคำมาทั้งหมดเนี่ย เบาก็ตาม สบายก็ดี ว่างก็ดี ต้องให้รู้จักคำว่าสมาธิอันเป็นสัจธรรมเนี่ยมันมีอยู่ วิโมกข์อันเป็นสัจธรรมก็มีอยู่ นิพพานอันเป็นสัจธรรมก็มีอยู่ แต่ต้องศึกษา ถ้ามันสมาธิอันเป็นของว่าง ถ้ารู้จักคำว่า สัจธรรมสมาธิ เราต้องมุ่งไปสู่อนัตตตธรรมข้อเดียวเท่านั้น แม้สมาธิที่มีอยู่ก็ตามมันเป็นอนัตตตา มันเป็นอนิมิตตตา ไม่มีเครื่องหมายหรือ มันเป็นอัปนิหิตะ มันเป็นเพียงแค่มันไม่มีที่ตั้ง เราตัดกระแสไปอย่างนี้จะทำให้จิตหลุดออกจากความยึดมั่นถือมั่นสุขทุกข์เลย เข้าไปสู่คำว่า ว่าง เปล่า ไม่อยากอะไร ว่าง เปล่า ไม่อยากอะไร ไม่อยากมีอยากเป็น อยากไปอยากมา คือมันไม่มีเลย ว่าง เปล่า ไม่อยากอะไร พอมันไปถึงขั้นนี้ กระแสจิตมันจะมีข้อหนึ่งซึ่งมาเตือนว่า สุขเพราะรู้ สุขเพราะเห็น เย็นเพราะสัมผัส ตัด! นี่แหละตัวการที่ทำให้เกิดอวิชชาอาสวะ ถ้าเราตัดได้เร็วเท่าไร เราก็ข้ามออกจากอวิชชาอาสวะ เข้าไปสู่วิชชาจรณะทันที

as ‘rūpa’ and ‘arūpa’ Brahmas because they enjoyed being in such concentration. As the prince realized this, he stopped and escaped into the forest in Uruvela District and began to contemplate. What he could see was that this type of mental concentration is a paradise that lures one’s mind into a trap. Then, he was able to pull back and realized that all the concentrations were so enjoyable that living creatures became stuck. So he started contemplating the five aggregates (pañcakhandha) as ‘nāma-rūpa’ (mind-matter) are impermanent (aniccā), suffering (dukkhā), and non-self (anattā) until his mind became free of them. So, the culmination leading to liberation is the power of ‘vipassanā’ (insight development). Strong ‘vipassanā’ can be attained from the power of ‘samādhi’ (concentration). Therefore, concentration supports Enlightenment with ease. We should not stop there. Please rush out of it, just like you would run or walk quickly on unshakable ground. If we want to cross over from love or hatred, you must not become addicted to the power of concentration. This will waste your time and put you at a disadvantage. Each time you were born and died, it has never ended. Once you know this, rush in,



using concentration as a bridge and ‘vipassanā’ (insight development) as the walking across the bridge. In Buddhism, the nature of ‘vipassanā’ can wash out ‘vaṭṭa-samsāra’ (the cycle of rebirth) whereas ‘samatha’ (tranquility) is just a bridge. Let it be as it is. Do not discard it.

As I have been saying, when you feel light, comfortable, or empty you must know that this concentration of voidness, called ‘suññata-samādhi,’ is existing. Liberation through voidness, called ‘suññata-vimokkha,’ is also existing. ‘Suññata-nibbāna’ is also existing. You must discover what each one is. If we comprehend the word ‘suññata-samādhi’ (concentration of voidness), we are now in a position to target ‘anattatā Dhamma’ (state of non-self). It should be the only main focus. Even the concentration you are in is ‘anattatā’ (non-self). It is also ‘animitta’ (signless). It is also ‘appanihita’ (without location). If we can cut the flow like this, the mind will be liberated from attachment to either happiness or suffering and find itself in emptiness, voidness, and desirelessness. There is no desire to be or not to be. There is neither desire to come nor desire to go. It is void without any desire. Simultaneously, it serves as a reminder that the happiness comes because of knowing and seeing (perception).

เพราะฉะนั้นชาวพุทธของเราปฏิบัติไป เมื่อกระแสมันยังไม่ตัด แล้วก็ยังไม่ตัดกระแส ไม่ทวนกระแส ไม่ข้ามกระแส ไม่หลุดกระแส แพ้มันทั้งหมดแหละ เพราะข้าพเจ้าเป็นผู้ชำนาญเรื่องนี้นะ ไม่ต้องพูดเลย เพราะว่า การตัดกระแสจากความสุขอันเกิดจากสมาธิมันตัดยาก มันเป็นของที่มีฤทธิ์เอร์ดีร่อยกับจิต เพราะฉะนั้นพรหมทั้งหลายไปอยู่ในรูปพรหม อรูปพรหม ล้วนแต่เป็นขี้ข้าของสมาธิทั้งหมดเลย พระพุทธเจ้าจึงไปถามอาจารย์ อาหารดาบสเนี่ย พอเรียนจบแล้วถามอีก ตอบไม่ได้ ลา ไปถึงอุททกดาบสก็ไปถามข้อที่แปดเนวส์ัญญานาสิญญายตนะ ก็ตอบไม่ได้ ที่นี้ก็ลา หนีเลยนะ มีแต่จะมอบสำนักให้ ท่านก็ไม่เอา เพราะอันนี้แหละ

เพราะฉะนั้นเมื่อเราทั้งหลายปฏิบัติมาที่ถามมาเมื่อก็เห็นว่า ต้องการจะรับทราบที่ว่ามันเบาเป็นยังไง นี่มันเป็นเบื้องต้น เป็นผลของเบื้องต้น เป็นสมาธิสมบัติเบื้องต้น ขนาดท่ามกลางก็มีอยู่ แต่ว่ายังมีน้อย พระพุทธรูปเป็นตัวแทน สกฺขเจติยฺ ไม้ศรีมหาโพธิ์เป็นตัวแทนก็มีอยู่ จนพากันติดเอามาว่า พอได้สมาธิแล้ว ได้พระโสดาขั้นนี้ พระสกิทาขั้นนี้ พระอนาคาขั้นนี้ พระอรหันต์ขั้นนี้ เลยมาโฆษณากันใหญ่เลยนะ ทั้งโลกเลย เพราะเสพติดอยู่ที่รูป เป็นรูปสมาธิเนี่ย ผลสุดท้ายได้เกิด ทะเลาะกันเลย เพราะว่าในรูปมันเป็นรูปปราคะ เป็นอรูปปราคะ เธอจะไปเสพติดอะไรรออยู่นี้แหละ ทะเลาะกันทันที นี้ลูกพี่ลูกน้องทะเลาะกันเลย

Calmness comes because of feeling. Cut it out! Those are the drivers of ‘avijjāsava’ (mental intoxication of ignorance). The quicker we eliminate it, the faster we get into ‘vijjā-caraṇa’ (transcendental wisdom and good conduct). Therefore, Buddhists who are practicing but cannot overcome, go against, cross, or fall out of the flow will be defeated. I am an expert in this area. I don’t need to go into further detail. To overcome the flow of happiness that arises from concentration is hard. It is very tasty to the mind. So both form and formless Brahmas are all slaves to concentration. That is why the Buddha¹⁴ asked Ālāra Kālāma, but he could not answer. So the Buddha left and moved on to Uddaka Rāmaputta. The Buddha asked him about the eighth jhāna - nevasaññānāsaññāyatana (sphere of neither perception nor non-perception). But he couldn’t answer either. Uddaka Rāmaputta even tried to give his house of recluses to the Buddha, but he refused and left.

So, what you have just asked about how you felt light while you were meditating is only in the beginning state of concentration. It is a result of elementary concentration or elementary ‘samāpatti’ (meditative attainment). Only a few

¹⁴ This refers to the Buddha who was the Prince Siddhārtha at that time.

เห็นมัย ข้าพเจ้าดูแล้ว โอ้ น่าสังเวช มีด พร้า ดาบ ด้ามมีอยู่ไม่จับ แต่ไปจับคมมัน เขาเรียกว่าไปติดอารมณ์ ไปจับคมมีดเนี่ย อารมณ์มันเป็นของคม มันเป็นของกล้า มันตัดกระแสดิจได้ง่าย ถ้าเข้าไปจับจิต ทุกรายเลยตายทุกคน ไม่ยกเว้น เพราะฉะนั้นเมื่อเรามาทราบกันอย่างนี้ แล้วเนี่ย พอได้รับอารมณ์ รีบเอาอารมณ์มาเป็นสะพาน เร่งออกไปเลย อย่างมาติดอยู่ที่นี้ ถ้าใครติดอยู่ ก็ชาตินี้ทั้งชาติ ภพทั้งภพ ก็จมอยู่ที่นี้แหละ พระศาสดาจึงว่า จมปลักอยู่ จมปลักอยู่ ไม่สามารถจะถอนตนขึ้นได้

เพราะฉะนั้น วันนี้จึงสรุปให้ฟังสั้นๆ ว่าสมาธินี้เป็นองค์กรให้เกิด วิปัสสนา ในพุทธพจน์กล่าวว่า การเจริญสมณะ มุ่งสมาธิ การเจริญ วิปัสสนานี้เรามุ่งปัญญา แต่การเจริญสมาธิเรามุ่งดับนิวรณ์ แต่การเจริญ วิปัสสนาเรามุ่งดับอวิชชา เพราะสมาธิมันจะได้แค่ ‘วิขัมภนพหาน’ กับ ‘ตทังคพหาน’ แต่วิปัสสนามันจะจะได้ ‘วิขัมภนพหาน’ กับ ‘สมุจเฉทพหาน’ จึงเลื่อนขึ้นไปให้เอาวิปัสสนา

สุดท้าย ถ้าจิตของเราไปเสวยกำไรอยู่ในสมาธิ มันจะได้เป็น อภิญญา ๕ หลงสำคัญว่ารู้ หลงสำคัญว่าดี ติด! พอติดถึงนานเข้า นานเข้า นานเข้า การติดนานๆ เข้า เลยกลายเป็นอัสวะอุปาทาน หมดเลย เดียวนี้พวกเราสอนศาสนากันแค่นี้ มันเลยเป็นศาสนาไข่น่า ศาสนาหอยเนา ไม่ใช่เป็นศาสนาบริสุทธิ์ เหมือนกับคำว่า พุทโธ หรือ พุทธเจ้า มุนินาถเจ้า มหาศาสดาเจ้า และเป็นตถาคตเจ้า ไม่มีเลย

have reached the middle state of concentration. Because seeing a mental image like a figure of the Buddha, a pagoda, or the Bodhi Tree gives off only a small inkling of this state, some have thought that they had entered into the state of concentration and attained the fruition, just like one of the noble individuals. Then they start a lot of advertising. The whole world has just been attaching to and is stuck on ‘rūpa-samādhi’ (concentration of fine-material existence) and ‘arūpa-samādhi’ (concentration of immaterial existence). These people finally turn on one another. Since an image is ‘rūparāga’ (greed for fine-material existence) and ‘arūparāga’ (greed for immaterial existence), why are you addicted to them? You can see them all fighting with each other, even the masters and their followers. I feel so much pity for them. A knife or a sword has a handle, but you hold it on the sharp edge. Holding on the sharp edge is called *getting stuck on ‘ārammaṇa’ (mind objects)*. ‘Ārammaṇa’ is sharp and strong. It easily overwhelms the mind. If anyone is impressed by mind objects, they all fail. So now you know that if you see a mental image (mind object), you must hurry to make good use of it as a bridge to a better place. Do not get stuck here. If anyone do, they will be bogged down for their whole life.

มีแต่สมาธิฉัน สมาธิเธอ เลยเอาคนมาเป็นศาสนา ศาสนาที่แท้ไม่พูดกัน
 เลย วันนี่จึงใคร่อยากจะประกาศศาสนาโดยเฉพาะว่า ศาสนาจริงๆ มัน
 ไม่ใช่คนสัตว์สังขาร ศาสนาไม่ใช่ใคร มันไม่เกิดไม่ตาย เขาอยู่อย่างนี้ ตถ
 ตา ตถาคตา วิตถตา อตัมมยตานิ ตาที่เขาอยู่นี้ ใครจะมาฆ่าใครจะมา
 เกิด มันไม่ได้ ถ้าเรารู้ภาษากันอย่างนี้แล้ว อยากจะให้คณะพวกเราที่
 กำลังสนใจเผยแผ่ศาสนานี้ ต้องทำให้มันชัดเจนแจ่มแจ้งผ่องใสว่า เราจะ
 พูดอะไรถ้าเรามีฐานะแล้วนี้ เราช่วยศาสนาแล้วช่วยศาสดาเต็มที
 แล้วนี้ อย่าให้เอาตนไปวกลบคุณหารเลย ศาสดาจึงบูชาพระธรรมนะ
 ‘สัทธัมโม ครุกาตัพโพ’ พระองค์ไม่ได้เอาตัวตนขึ้นมาประกาศ ไม่ใช่
 พระองค์ประกาศสัทธรรมอันเป็นของว่างต่างหาก

ที่นี้ถ้าหากพวกเรามาคุยกันตอนนี้แล้ว ตอนเย็นเดียวจะค่อยมา
 เพิ่มเติมให้อีก ตอนนี่ปิดรายการว่า เมื่อท่านได้รับทราบคำว่าสมาธิ
 แล้วเนี่ย มีอยู่ ๓ ชั้น อย่างหยาบๆ ดี ไม่ใช่ละเอียดดี อย่างโดยละเอียด
 มันมี ๑๐ ชั้น ตามข้าพเจ้าได้เสวยกำไรมา นี่พูดเพียงแค่ว่า ๓ ชั้น

This is what the master (the Buddha) calls ‘getting stuck in the mud.’ They cannot pull themselves out from it.

In conclusion, ‘samādhi’ (concentration) is the foundation of ‘vipassanā’ (insight development). In the Buddha’s teaching, ‘samatha-bhāvanā’ (tranquility development) is for growing ‘samādhi’ (concentration). ‘Vipassanā-bhāvanā’ (insight development) is for growing ‘paññā’ (wisdom). The purpose of growing concentration is to remove ‘nīvaraṇa’ (the five hindrances) whereas the purpose of insight development is to extinguish ‘avijjā’ (ignorance). Even though ‘samādhi’ (concentration) can handle ‘vikkhambhana-pahāna’ (abandonment by suppression) and ‘tadanga-pahāna’ (abandonment by substitution of opposites), ‘vipassanā’ (insight) can handle both ‘vikkhambhana-pahāna’ (abandonment by suppression) and ‘samuccheda-pahāna’ (abandonment by extirpation). That is why I want you to move on to ‘vipassanā.’

Lastly, if our mind enjoys being in concentration, we who finally acquire ‘abhiññā 5’ (the five kinds of super power) will be fooled with attachment to our self-esteem, which are knowledge and the excellence. If our mind attaches to these things for too long, they will become ‘āsava-upādāna’

ขั้นต้นนี้ถ้าท่านเสวยกำไรเข้าไป เมื่อเวลาบริการบริการเข้าไป
จิตของเราจะเบา บางที่ข้าพเจ้าเอาหัวขึ้นไปชน นุ่น ข้างบน ลงมา บางที่
ก็ไปซ้าย บางที่ก็ไปขวา บางที่ไปนั่งในน้ำ บางที่ไปนั่งในไฟ ข้าพเจ้าทำ
มาทุกอย่างแหละ ทำมันไปทั่วโลกแล้ว พอทำไปแล้วเนี่ย มันเสพ พอเสพ
มันเลยติด ถ้าไม่เสพ ไม่ติด พอติดแล้วมันขอบอวดที่นี้ มันเอาอวดอ้าง
มันไม่มีคำว่า ยอมหยุดเย็น อวดอาจ หยุดไม่มี เราจึงขอร้องพวกเรา
ผู้ดำเนินเข้าไปว่า ศีกษาสมาธิให้ได้ดี จนถึงสุญญตาสมาธิ มันจะรื้ออึดตา
ออกได้ สุญญตาสมาธิ มันจะรื้ออึดตาออกได้ ถ้าไม่งั้นพวกเราจะเดินช้า
ข้อที่สอง ถ้าเราศีกษาสมาธิเข้าไปเนี่ย มันจะมีเหยื่อล่ออยู่ คือรูปภาพ
ต่างๆ สีแสงต่างๆ มันมาหลอกสัตว์ให้ติดอยู่ ข้อสุดท้าย สัตว์ที่ไปติดอยู่
ในอรุปฆานหรืออรุปฆานเนี่ย นี่แหละ! เป็นสมาธิที่ว่ารูปสมาธิ อรุปสมาธิ
ที่เราไปติดอยู่

(attachment to mental intoxication). Nowadays, the religion is taught in this manner. So the religion has become a rotten egg. It has lost the quality of purity as ‘Buddho,’ ‘Buddha,’ ‘the sage,’ ‘the great master,’ ‘Tathāgata.’ No more. There is only ‘my’ concentration, ‘your’ concentration. Now we are taking a human to be religion. The true religion has been forgotten. Today, I want to proclaim that, in fact, religion is outside of humans, living creatures, and formations. Religion is neither somebody nor born or reborn. It is self-sustaining. ‘Tathatā,’ ‘Tathāgata,’ ‘Vitathatā,’ ‘Atammayatā’¹⁵ remains immutable and cannot be killed, nor be born. Now you know this, I would like all of you who are interested in spreading the religion to be clear, discerning, and pure in your speaking if you would like to help the religion. Please do not add, minus, multiply, or divide yourself into the religion. The master (the Buddha) had respected Dhamma - ‘Saddhammo garutabbo.’ He never proclaimed himself, but he proclaimed the true Dhamma (Saddhamma), which is void.

Now, I would like to finish this up as we now roughly know the three steps of concentration. I repeat roughly, not completely, because there are actually ten steps of concentration

¹⁵ ‘Atammayatā’ means ‘enough,’ enough of concoction, enough of manipulation, and enough of attachment (from A Handbook for the practice of Ānāpānasati Bhāvanā by Buddhadasa Bhikkhu).



if you categorize it in detail. I have done it that way and benefited greatly, but I am telling you in only three steps.

In the first step, as you are gaining the benefits of repetitive concentration, your mind will be very light. I myself sometimes flew up to the top, came back down, went to the left and right, sat in water, sat in fire. I did everything and went around the world. Once you have done this, you enjoy it. Once you have enjoyed it, you get addicted to it. But if you do not enjoy it, you will not get an addiction. Now when you are addicted to it, you will like showing off. There will be no surrender, stopping, or cooling down. I would like to ask all of you who are progressing in your practice to be careful as you are proceeding and learning concentration. You should learn and practice until you reach 'suññata- samādhi' (concentration of voidness), which can eradicate 'attā' (self). Otherwise, you will proceed slowly. In the second step, while we are proceeding towards concentration, there will be a decoy in the form of mental images, lights, and colors luring you into a trap. In the last step, those who are stuck in 'rūpa-jhāna' (the four absorptions of the form sphere) or 'arūpa-jhāna' (the four absorptions of

เพราะฉะนั้นจากนี้ไป พอเราทราบแล้ว พอได้สมาธิ นิ่ง แน่น เหลือแต่รูปว่างๆ ก็รีบเร่งออกไป จนไปเจอคำว่า อรูป พอไปถึงอรูปแล้ว ก็ไม่เชื่อมั่นว่า อากาศไม่มีตัวตนก็จริง ไฟไม่มีตัวตนก็จริง น้ำไม่มีตัวตนก็จริง ดินไม่มีตัวตนก็จริง อย่าไปอิงมันอยู่เลย อายตนะมีอยู่ก็ตาม แต่มันไม่มีดินน้ำลมไฟตามจริงหรอก ไม่มีอากาศ ไม่มีวิญญูณ ไม่มีอาภิญญา ไม่มีเนวสัญญานาหารอก ถ้าคุณไม่ไปยึดมัน ต้องทำความรู้สึกแบบนี้ จนมันพังทลายลงไป ถ้าผู้ใดทำในอรูปจนออกไปได้แล้วท่านจะไปเห็นของหนึ่งซึ่งเป็นขาวใส เรียกว่าวิสุทธิจิต มันจะเหนือออกจากรูปราคะ อรูปราคะ ภาวะราคะไปแล้วเนี่ย มันเหนือเนี่ย มันจะใส เหมือนกับว่า เรามองขึ้นไปในกสิปเมฆมืดๆ มีดาวดวงหนึ่งซึ่งเล็กๆ อยู่กลางก้อนเมฆ เรามองขึ้นไป จะติดตาติดใจอยู่ตรงนั้นแหละ ไม่มีอะไรไปขวางขัด แสงมันจะมาเสียบใจ ใจก็จะไปติดแสงนั้น นี่คือสมาธิขั้นสุดท้าย ถ้าผู้ใดเข้าไปเห็นอย่างนี้แล้ว ถือว่าสมาธิเป็นขั้นเด็ดขาด จะทำอาสวะของเธอให้หมดไป จะล้างอาถรรพ์ของอาสวะออกไปเลย เพราะฉะนั้นพวกเรา ยังไม่เข้าไปสัมผัส รีบเร่ง อย่ามาโต้ๆ เตะๆ รอวันประกันพรุ่งอยู่เลย ยิ่งงายๆ กระดุกกอนี้มันก็คุ้มค่าแล้ว ก็รีบทำซะ อย่าไปอวดว่าฉันยังแก่ ฉันยังไม่ ไม่ต้องไปพูด ศาสนาไม่ได้พูดเรื่องแก่ เรื่องเจ็บ เรื่องตาย ไม่มีพูด เพราะมันเป็นของจริงของธรรมดา เรามาพูดกันเรื่องเหนือศาสนาดีกว่า อย่าเอาศาสนามาล้อเลียนกัน ให้มันเหนือ ที่กล่าวมาทั้งหมดจึงอยากจะ

the formless sphere) are actually stuck in ‘rūpa-samādhi’ (the concentration of fine-material existence) and ‘arūpa-samādhi’ (the concentration of immaterial existence).

So from now on, whenever you reach firm and motionless concentration, there will be only corporeality (rūpa), which is void, left. Please hurry in making progress until you find immaterial states (arūpa). Once you are there, do not believe in any of them. Wind has no ‘self’. Fire has no ‘self’. Water has no ‘self’. Earth has no ‘self’. Do not depend on them. ‘Āyatana’ (sense-perception) actually exists, but there is no real earth, water, wind, or fire. There is no ‘ākāśā’ (space), there is no ‘viññā’ (consciousness), there is no ‘ākiñ’ (nothingness), there is no ‘nevasaññānāsaññā’ (neither perception nor non-perception) if you do not attach to them. You must be conscious of these until the attachment collapses. Whoever passes through ‘arūpa-jhāna’ (the four absorptions of the formless sphere) will see a crystal clear mind called ‘visuddhi-citta’ (mind state of purity). This state goes beyond ‘rūparāga’¹⁶ and ‘arūparāga’.¹⁷ It is as clear as a tiny star shining out from the middle of a dark cloud. This

¹⁶ ‘Rūparāga’ is the satisfaction in the calmness that arises from the absorption of things with form or the fine material sphere (rūpa-jhāna).

¹⁷ ‘Arūparāga’ is the satisfaction in the calmness that arises from the absorption of formless things or the immaterial sphere (Arūpa-jhāna).

กระตุ้นชาวพุทธให้รู้จักกันว่า ทุกชาติชั้น ทุกวรรณะ ทุกภาษา ทุกศาสนา ให้รู้เรื่องกัน มันไม่มีใครจะมาขวางศาสนาไว้ได้ ศาสนาไหนก็ตาม มันเป็น คำสอนของผู้รู้ ถ้าเรามาเข้าใจอย่างนี้ ศาสนาเหนือชีวิต ศาสนาเหนือจิตเหนือใจ เราก็จะหมดยุ่ ๓ อย่าง คือ หมดโลภะ หมดโทสะ หมดโมหะ แค่นั้นเอง ไปทำอะไรกัน พอมันหมดแค่นี้ ก็อำนาจของการเจริญพรเจริญธรรมที่เรามาสัมนากัน โอ้ มันเป็นของที่มีคุณค่าประเสริฐที่สุด

เพราะฉะนั้นจึงสรุปให้ฟังว่า การเจริญสมาธิเบื้องต้น ดีแล้ว แต่อย่าไปติดดี เจริญสมาธิข้อที่สอง ก็ดีแล้ว แต่อย่าไปติดดี เจริญข้อสุดท้าย สมาธิที่สุด ก็อย่าไปติดดีอีก เพราะดีนี้ มันมีดีกรีให้คนติดอยากจะกระชิบอย่างนี้ เมื่อเราเพิกถอนความดี เราก็ไม่เป็นขี้ข้าของกุศลอกุศลเลย แม้เป็นกุศลก็อย่าไปติด แม้เป็นอกุศลก็อย่าไปติด ถ้าทำจิตแบบนี้แสดงว่าเธอเข้าถึงศาสนาตามพุทธะกล่าว ตามมุนีกล่าว ตามศาสดากล่าว ตามตถาคตกล่าวทันที เอ้าวันนี้ขอจบตอนรับแค่นี้ก่อน

sight will be impressed vividly upon the mind. There are no obstacles. When this light hits the mind, the mind will adhere to the light. This is the final step of concentration. Anyone who has seen this is gaining the absolute concentration that is able to completely wash out and break the spell of one's 'āsava' (mental intoxication). If you have never reached this step, you should push yourself. Do not take it easy. Then it will be worth having your bones. Hurry up! Do not say you are too old to do it. Religion does not talk about old age, sickness, or death because those things are mundane. We should talk about what is beyond religion. Do not mimic religion. We should be beyond that. I would like to urge all Buddhists to know that all nations, all classes, all languages, all religions cannot stop any one religion. Teaching is from the Enlightened One. If we truly understand that religion goes beyond a life and also beyond a body and mind, we will be able to extinguish three things: greed (lobha), anger (dosa), and delusion (moha). That's all! Then the power of everyone coming for today's Dhamma meeting will have been splendidly worthwhile.

In a nutshell, developing basic meditation is excellent but do not attach to the excellence. Even developing the



second steps of meditation is also excellent but do not attach to the excellence. Developing the final step of meditation is the best but do not attach to the excellence. Because I really want to whisper to you that excellence has varying degrees for people to attach to it. Once we pull excellence out by its root, we will not be a slave to either good deeds (merits or virtues) or bad deeds (sins) anymore. Do not attach to either one of them. If you can develop your mind like this, you have immediately entered into the religion according to what ‘Buddha’ has been saying, according to what the ‘sage’ has been saying, according to what the ‘master’ has been saying, according to what ‘Tathāgata’¹⁸ has been saying. I would like to finish here for today.

¹⁸ This refers to the Buddha himself.

ภา ค คั ภา

NIGHT SESSION



ปัญหาถามตอบ ข้อที่ ๓



Question & Answer # 3

ภาคคำ

ปัญหาถามตอบ ข้อที่ ๓



คำถาม :

จะสอนให้เข้าสมาธิลึกๆ ได้อย่างไร

คำตอบ :

การสอนสมาธิให้ลึกลงไปเหมือนกับลงมหาสมุทร ลึกลงไปเหมือนกับลงมหาสมุทร หรือเหมือนกับขึ้นบนปราสาทเป็นชั้นๆ ขึ้นไปต้องทราบหน้าที่ของสมาธิก่อน สมาธิ ถ้าไม่รู้จักหน้าที่ของสมาธิแล้วมันเป็นโทษ เหมือนจับงูทางหาง สมาธิมันเป็นโทษ เรียกว่าสมาธิโทษอย่างเราปฏิบัติกันนี้ทุกวันนี้ มันเจ็บแสบทั้งผู้สอนเจ็บแสบทั้งผู้รับ เพราะเราให้สมาธิไม่ถูกต้อง เอาแต่พระสูตรมาไข เอาแต่พระวินัยมากล่าว เนื้อแท้ของสมาธิไม่เป็นเช่นนั้น สมาธิไม่มีคำว่าแก้เขิน ไม่มีเราต้องรู้จักลักษณะของสมาธิดังนี้ เราจะลึกได้

สมาธิ มีหน้าที่ทำจิตให้ตรง สมาธิ มีหน้าที่ทำจิตให้ตรง อุชุกิจิตตั้งสติปัญญา อุชุกิจิตตั้ง สติปัญญา เมื่อเรามีสติปัญญาแล้วเนี่ย สมาธิเขาจะควบคุมเอง ตัวตรงคือสมาธิ เพราะฉะนั้น เราต้องการที่จะสอนสมาธิ

NIGHT SESSION

Question & Answer # 3

Question :

How can I teach people deep meditation?

Answer:

In order to teach deep meditation, deep as if you were to dive into the ocean and keep going deeper down towards the bottom of the ocean or as if you are going up a castle step by step, you must first know the duty of ‘samādhi’ (concentration). ‘Samādhi’ can be harmful if you don’t really know how it functions. It will feel like you grabbed a snake by its tail. Such concentration will do harm and is called ‘harmful concentration.’ It is similar to the way we practice these days. It is painful and hurts both the teachers and the followers because we apply it incorrectly. Now what we are doing is only trying to interpret the Sutta and referring to what is in the Vinaya scripture. The true essence of meditation is not like that. Concentration is not awkward.

ลึกซึ่งเนี่ย เราต้องนึกถึงสมาธิเป็นตัวควบคุมก่อน หนึ่งความเพียร สองสติ สามสมาธิ เขามีหน้าที่ควบคุมจิต ก็ไม่ใช่ดี มีหน้าที่ส่องตะเกียง ให้จิต ส่องตะเกียงให้จิต คือแรงไฟมันเผาเทียน แรงความเพียรมันเผา อาสวะนี้ แรงธรรมะมันเผาความเก้อเขิน ทีนี้พอรู้หน้าที่ว่าสมาธิเขามีหน้าที่ควบคุมให้จิตมันปกติ เหมือนกับเรามีแก้ว เราเทน้ำลงไป แก้วจะเป็นที่ควบคุมน้ำไม่ให้แตกกระจาย จิตของเราถ้ามันทรงสมาธิอยู่แล้วเนี่ย สมาธิที่ทรงอยู่เนี่ยต้องปราศจากคำว่า วิตก วิจาร ถ้าวิตกพาชาน วิจารพาฟุ้งอยู่แล้วเนี่ย สมาธิของเธอมีนิดหน่อย ถึงเธอจะเรียนสูงอะไร ปฏิบัติแล้วก็ตาม ถ้าจิตมันฟุ้งชานเหมือนกับเราเทน้ำกระจาย ไม่มีที่เก็บ ทีนี้เวลาเราจะสอนสมาธิเราสั่งสมาธิก็ได้ผล พอเรารู้กันอย่างนี้ จึงทำจิตของตนให้เป็นหนึ่งเดียว เรียกว่า ‘เอกัคคตาจิต’ อย่าให้จิตมันส่ายไปตามอารมณ์ที่ชอบหรือไม่ชอบอันเป็นวิตกชานวิจารฟุ้ง ทำจิตให้หนึ่งเดียว เป็นเอกัคคตาจิต พอจิตของเรานิ่ง เราก็อู้ จิตของเราเป็นสมาธิก็รู้ จิตไม่เป็นสมาธิก็ต้อรู้สิ เพราะเราเป็นผู้ควบคุม จิตเป็นสมาธิก็รู้ จิตไม่เป็นสมาธิก็รู้ พอเรารู้ว่าจิตเป็นสมาธิคือมันตั้ง มันตั้งๆ มันตรงๆ มันตั้งพอมันตั้งตรงแล้วเนี่ย เมื่อเราจะส่งออกไปสอนออกไปยามใด สมาธินี้มันจะมาช่วยตรงที่กระแสดิจต สมมติว่าเราน้อมไปจะสอนอะไรนี้ ถ้าสมาธิมันมั่นคงเนี่ย ภาษาบาลีก็เรียกว่า มันไม่หวั่นไหว อเนญชปะติ คือไม่หวั่นไหว อเนญชปะติ ไม่หวั่นไหว เมื่อจิตของเราไม่หวั่นไหว ทีนี้เราจะสอนอะไร

We must know its characteristics so we can be profound in it.

A function of concentration is to make the mind straight. It straightens up the mind. ‘Ujucittam satipañña.’ Whenever we gain mindfulness (sati) and wisdom (pañña), concentration will automatically take over and straighten up the body. So if we want to be profound in teaching ‘samādhī’ (concentration), we must think of it as a controller. Effort, mindfulness, and concentration have no duty to control the mind, but they have the duty to be the lamp that lights the mind up. The power of a flame burns a candle. The power of effort burns ‘āsava’ (mental intoxication). The power of Dhamma burns awkwardness. So now we know that concentration will direct the mind to a normal state just as a glass holds water. The glass will not let the water we are pouring scatter around. In the same way, if we hold concentration in the mind, the mind will be without any thoughts or worries. Having thoughts and worries means you have very little concentration. No matter how much you have learned or what you have practiced before, if you still have idle thoughts floating through your mind, it is as if you have got no container to hold the water. When you pour the water, it will surely scatter around. This will happen in the

ลงไป จะเอาลักษณะไหน จะเอากว้างไกลขนาดไหน ได้

คำว่าลึกเนี่ยคืออะไร กว้างไกลคืออะไร สมาธิมันมีอยู่สองระบบ แบบลึกเหมือนกับลงมหาสมุทร นี่คือสอนสมาธิอะไร เรียกว่าสอนสมาธิ เพื่อให้เกิดปัญญา ลึก แต่สอนสมาธิแบบกว้างไกลนี้ แบบมีปาฏิหาริย์ เพราะฉะนั้นการจะสอนสมาธิให้ลึกซึ่งลงไปนี่ จงทำจิตของเราให้ปราศจากวิตกชานวิจาร์ฟุ้งก่อน ถ้ามันมีฟุ้งไปถึงนั่นถึงนี่ ยังไงๆ ก็ไม่สำเร็จ ถึงสอนก็ตื่นเขิน ไม่ลึกซึ่ง แต่ถ้าจิตใดมีองค์ฌานอันประกอบไว้ดีแล้ว ไม่มีวิตกวิจาร์เนี่ย รับประกันว่าสมาธิของเธอจะหนักแน่น หนักหน่วง หนักแน่นจนเรียกว่า สมาหิโต สมาหิโต สมาหิโต เป็นสมาธิหนักแน่น พอสมาธิหนักแน่นแล้วจะสอนเรื่องลึกซึ่งลงไปคืออะไร ให้สมาธิมันเกิดอะไร สมาธิที่ลึกซึ่ง เขาเรียกว่าสมาธิต้องชูดคั่นต่อสู้อกับนิรวณ สมาธิลึกซึ่งคือสมาธิที่ต่อสู้อกับนิรวณ พอเรามีจิตเป็นสมาหิโต ยิ่งใหญ่แล้ว เป็นภูตะแล้ว สมาหิโต ปชานาติ รู้อยู่เห็นอยู่แล้ว เราจะแทงเข้าไปตัวแรกที่จะไปกำจัดนิรวณ คือตัวกามฉันทะนี่ มันเป็นตัวรังแกสัตว์ ตัวปล้นตัวจี๋ ตัวทำลายสมาธิ แต่พอเรามีสมาธิกล้า ไม่มีวิตกชานวิจาร์ฟุ้งแล้ว สมาธิของเราจะเป็นหนึ่งเดียว แหลมกว่าเข็ม เค็มกว่าเกลือ แหลมกว่าเข็ม เค็มกว่าเกลือ เมื่อเราน้อมทุกครั้งสมาธิของเรา แหลม คม อารมณ์ ทั้งปวงที่เป็นสิ่งพอใจ ไม่พอใจก็ตาม เมื่อสมาธิมันเกิดขึ้นมาเต็มเม็ดเต็มหน่วยแล้ว อเนญชะปะติ คือไม่หวั่นไหวแล้ว ยังไงๆ ก็ตาม ภูตะๆ

same way. We will not succeed in teaching if we cannot get concentration or keep it under control while we are teaching ‘samādhi’ (concentration). Now that we know about this, we should first make our mind to be a one-pointed mind, which we call ‘ekaggatā-citta.’ Do not let the mind swing around with feelings such as like or dislike. These are wandering thoughts or confused ideas. Make the mind become one-pointed (ekaggatā-citta). When the mind remains still, we must be aware of it. When the mind is concentrated, we must know it. When the mind is not concentrated, we must realize it because we are the controller. When we realize that the mind has concentration, the mind is actually set firmly and straight. It is straight and firm. Once the mind straightens up, when we want to give an order or to teach, the concentration will come and help the mind flow. Assuming we set our mind to teach something, when the concentration is firm, the mind will be unshakable. In Pāli we say ‘aṇenajapati,’ which means ‘unshakable.’ Then, we will be able to teach profoundly and in a very wide range.

When we say ‘profoundly’ and ‘wide range,’ what do we mean? Regarding concentration, there are two systems of teaching. Teaching concentration profoundly or deeply as if

เนี่ย ภูตอันแข็งแรงแรงจะทำงานได้ดีที่สุด กามฉันทะความพอใจ วิตกที่พาพุ่งไปพาซ่ากันไปนี้จะถูกสกัด เหมือนกับว่าสมาธินี้เขามีปาฏิหาริย์พลังกล้า สามารถทำลายวิตกที่มาก่อกวนใจออกไป ตัดกระแสออกไป

เพราะฉะนั้น จึงกล่าวสรุปให้ฟังว่า จะสอนสมาธิให้ลึกซึ่ง ต้องกำจัดอยู่สองอย่างซึ่งเป็นปฏิปักษ์ยิ่งใหญ่ คือวิตก วิตกให้ออกไปก่อน พอวิตกมันถอนออกไปแล้วเนี่ย ตัวกามฉันทะ คือตัวพอใจนี้ มันก็ค่อยอ่อนตัวลงไป เหมือนกับที่เราจับงูมาแกว่งรอบหัวประมาณ ๑๑ ครั้ง แรงงูจะอ่อนท้งไปมันก็ไม่ฉกฉนใด ถ้าเรามากำหนดอสุภสัญญาได้กับกายคตาสติดีแล้วเนี่ย กามฉันทะกับวิตกมันอ่อนตัวลง อ่อนตัวลง พอมันอ่อนตัวลง อ่อนตัวลงแล้วเนี่ย สมาธิมันจะพุ่งขึ้นมาเหมือนกับน้ำผุดขึ้นมาจากผืนแผ่นดินเลย พุ่งขึ้นมาอย่างเต็มแรง เราก็สามารถที่จะตัดเอาได้ตามสบาย

สมาธิที่พุ่งขึ้นมาเรียกว่าอะไร วิสุทธิ วิสุทธิจิต จิตที่บริสุทธิ์ มันจะพุ่งขึ้นมา พอมันพุ่งขึ้นมาแล้ว มันจะอ่านออกบอกได้เลย อันนี้จิตมีสมาธิ อันนี้ไม่มีสมาธิ มันจะบอกเลย พอเราต้องการว่าจิตมีสมาธิ เราก็เอาจิตที่มีสมาธิอันนิ่งแน่น แนบแน่นเนี่ย อันเป็นสมาธิโต คือมันตรงอยู่นี้ ยิ่งเข้าไปเลย น้อมจิตเข้าไป น้อมจิตเข้าไป ให้ชำนาญเป็นวสี น้อมจิตเข้าไป พอ น้อมจิตเข้าไปแล้ว จิตของเราจะดิ่งลงไปเลย เหมือนกับเราเอาลูกตุ้มมาชั่งอะไร มันจะดิ่ง นิ่งแน่นเลย ระหว่างนี้แหละ

diving deep down into the ocean is the teaching to develop ‘paññā’ (wisdom). This is called profound teaching. While teaching in a wide range is the teaching to acquire a power to make a miracle happen. Therefore to teach a profound concentration, we need to make our mind be free of ‘vitakka’ (initial thought) and ‘vicāra’ (sustained thought). If the mind still wanders around, there is no way to be successful in teaching. Even though you may be able to teach, your teachings will be superficial, not profound. On the other hand, whoever has perfectly gained the ‘jhāna,’ which has no ‘vitaka’ and ‘vicāra’; that person will be guaranteed to have a firm and steady concentration, which is called ‘samāhito.’ It is a concentration that is firmly established. Once the mind is set firmly in concentration, teaching profoundly is then possible. Teaching concentration profoundly is teaching what? What are we meant to gain from deep concentration? Deep concentration is a kind of concentration that can fight with ‘nivarana’ (hindrances). Once the mind has a great quality of concentration, ‘samāhito,’ it is able to know and see things promptly (pajānāti). We will then target to eliminate the first hindrance, which is ‘kāmachanda’ (sensual desire), because it is a robber who steals concentration

เราจะสอนสมาธิก็ตาม ไม่สอนสมาธิก็ตาม พออ่อนไปเนี่ย เกิดฉันท
และปัญญา มาสนับสนุนทันที ฉันทคือตัวเพ่งนี้มันจะมาสนับสนุน ปัญญา
ตัวฉลาดจะมาสนับสนุน ผลสุดท้าย สมาธิเลยตกกลุ่มสมัชชา คือความ
พร้อม เป็นสัมมาสมาธิ คือความพร้อม องค์การทั้ง ๗ ประการ จะมาช่วย
สมาธิหมดเลย เพราะฉะนั้น สมาธิจึงมีบริวารบริวาร ๗ อย่าง สมาธิเป็น
ตัวหัวหอก พอสมาธิเกิดขึ้นมาแล้ว ก็มีสติ มีความเพียร มีอาชีพถูกต้อง
มีการพูดถูกต้อง ทำถูกต้อง เห็นถูกต้อง คิดถูกต้องหมดเลย มาเป็นบริวาร
หมด เพราะฉะนั้น เมื่อเรากำจัดวิตกได้แล้ว กำจัดกามฉันทะด้วยคำว่า
อสุภะ ๑๐ กับกายคตาสติ ๑ แน่วแน่นอยู่ที่กายแล้ว วิสุทธิจิตจะมาเป็นผู้
ทำงานให้ งานที่สมาธิทำครั้งนี้เป็นงานเปิดโลกเลย เพราะฉะนั้นพวก
ที่เคยบำเพ็ญมาแล้ว อย่างพวกฤาษีชีไพร เขาจึงเปิดโลก เขาจึงไปชม
พระอาทิตย์พระจันทร์อะไรต่ออะไร เขาไปของเขา เมื่อเขาไปของเขาได้
ไปเห็นรสชาติก็เลยทำสมาธิไปติดอยู่ เลยไปค้างคาอยู่เป็นอาสวะ

from all living beings. It hurts us by destroying concentration. However, when we have strong concentration and are free of any thoughts (‘vitakka’ and ‘vicāra’), the concentration will become one-pointed. It will be sharper than a needle and saltier than salt. Every time we induce our mind into concentration, it will be pointed and sharp. When the mind has full strength in concentration, it will not tremble at any emotion or feeling of like or dislike (we called this ‘aṇenajapati’). ‘Bhūta’¹⁹ will work the best at this point. Sensual desire (kāmachanda) and thoughts (vitakka) will be intercepted as if there was a powerful miracle that would stop them from disturbing the mind. Here we can cut the flow of disturbances from the mind.

To conclude, teaching meditation profoundly you must get rid of two mighty enemies: ‘vitakka’ and ‘kāmachanda.’ You must first withdraw ‘vitakka’ (initial thought). Once you can do it, ‘kāmachanda’ which is a satisfaction will be weakened as if we could catch a snake and swing it around above our head eleven times. The snake would not bite because it would have lost its strength. In comparison, if we are able to do ‘asubhasaññā’ (contemplation of foulness) and ‘kayagatāsati’ (mindfulness on the body) very well, sensual

¹⁹ This refers to primary elements.



desire (*kamāchanda*) and initial thoughts (*vitakka*) will be weakened. Instead, ‘*samādhi*’ (concentration) will arise as if it were water spouting up strongly from the ground. Thus, we can easily ladle it out and take advantage of it.

What should we call this kind of concentration? It is called ‘*visuddhi-citta*’ or the pure mind. Once the mind is purified, you can see and read your mind clearly. You can tell whether your mind has been gaining concentration or has not been gaining such concentration. At this point, whenever we want our ‘*samādhi*’ to deeply develop, we must kick our mind in by using this firm and steady concentration (*samāhito*) to lead the way in. Keep practicing like this until you are an expert at it. By inducing the mind again and again, the mind will then dive down as if we were using a pendulum scale to weigh something. It would steadily drop down and stay still. In the meantime, ‘*jhāna*’ (absorption) and ‘*paññā*’ (wisdom) will arise as the supporters. It doesn’t matter whether you are teaching or not. If you lead your mind into concentration like this, ‘*jhāna*,’ which is the scrutinizer and ‘*paññā*,’ which is the cleverness, will always come to support. As a result, ‘*samādhi*’ (concentration) will be ready as it has become ‘*sammāsamādhi*’ (Right

เพราะฉะนั้นการจะสอนสมาธิให้ตั้ง ขอท่านจงจดจำไว้ว่า จงกำจัดวิตกพาชานวิจาร์พาฟุ้งให้ตี ให้มันชำนาญ ถ้ามันฟุ้งชาน อย่าอย่าไปทำงานเลย ยิ่งไงๆ ก็ไม่สำเร็จ เหมือนกับเราเย็บผ้าเอาเข็มครั้งละห้าดวงหกดวง เย็บพร้อมกันไม่ได้ ต้องหนึ่งเดียว เอกัคคตาคจิต คือจิตหนึ่งเดียว ถ้าเราทำแบบนี้ได้เสมอ สม่่าเสมอ ต้องฝึก ฝึกก่อน ไม่ใช่ไปทำ ต้องฝึกก่อน จนชำนาญ เป็นวสี เมื่อเราเพ่ง ฝึกชำนาญแล้วเราน้อมไปทุกครั้ง โกลโกล่ลิกซึ่ง ไม่เกี่ยว ลิกครั้งเดียวทะลุเลยแผ่นดินสองแสนสี่หมื่นโยชน์ไม่เกี่ยว ในจักรวาลนี้ ลิกครั้งเดียวเท่านั้นแหละ กระแสจิตครั้งเดียวมันจะไปทั่วเลย เพราะว่าทุกสิ่งทุกอย่างมันหนึ่งเดียว หนึ่งเดียวเนี่ย มันไม่มีสอง เพราะฉะนั้นพระศาสดาของพวกเรา พระองค์ท่านจึงเข้าสู่สมาบัติทุกครั้งจะทำให้โลกธาตุสะเทือนเลยเนี่ย ในโลกธาตุเป็นหนึ่งในเดียวกันเลย พระอาทิตย์ พระจันทร์ก็ตาม ดวงดาวก็ตาม อะไรก็ตาม

จึงสรุปให้ฟังว่า ท่านต้องการอยากจะสอนสมาธิลิกซึ่งอยู่เหนือนิรวณห์ ท่านต้องทำวิตกวิจาร์กำจัดออกไปให้เกิดจิตเดียวคือ เอกัคคตาคจิต และมาส้ารอก “กาม” อันอยู่กับกายเรียกว่า กายคตาสติ กับอสุภสังญญาให้แน่น จนสามารถทำลายมลทินพวกนี้ออกไปจากใจ ใจผ่องใสหมดจดระหว่างจิตใจหมดจดนี้ พระพุทธเจ้าทรงประทานพรว่า นี้แหละ ปะชานาติ ยะถาภูตะ ปะชานาติ สมาธิง ภิกขเว ภาเวละ สะมัยโต ยะถาภูตัง ปะชานาติ ปะชานาติ พอจิตมันเป็นภูตที่ยิ่งใหญ่ มันก็ตั้งทำตั้งหลักเลย

Concentration). The readiness of concentration harmonizes another seven organizations in an assembly. That means concentration has seven minions. Concentration is the arrow head. Once Right Concentration has been cultivated, there will be Right Mindfulness, Right Effort, Right Livelihood, Right Speech, Right Action, Right View, and Right Intention following as its minions. As soon as we eliminate initial thoughts (*vitakka*) and sensual desire (*kāmachanda*) with ‘*asubha-saññā 10*’ and ‘*kāyagatāsati 1*’ and remain firmly on the body, the purified mind (*visuddhi-citta*) will then start working for us. What ‘*samādhi*’ (concentration) does for us is the kind of work that reveals the world. This is similar to those yogic hermits who have revealed the world with their ‘*samādhi*.’ They go see the sun, the moon and other things. Because they have tasted what they could see, they then become stuck on concentration as it is an ‘*āsava*’ (mental intoxication).

Therefore, in order to teach the dive-in concentration, please keep in mind that you must eliminate both initial thought (*vitakka*) that makes your mind wander around and sustained thought (*vicāra*) that floats in your mind. Practice until you have expertise in this. If your mind still wanders



around, whatever you are working on will not be successful. Similarly, while we are sewing, we cannot use five or six needles at a time: only one can be used. ‘Ekaggatā-citta’ is a one-pointed mind. You must practice repeatedly and consistently. You must pass the training before you can do the job. Once you can do it anytime you want, you will be able to lead your mind through. It is not a matter of how deep or how far the concentration is. Only one really deep concentration will pierce through everything. It is also not about how far the concentration can go. In the universe, only a one-pointed mind will flow everywhere because all things appear as one. There is only the one, no second. Thus, whenever our prophet had gained ‘samāpatti’ (attainment), it affected the solar system. The solar system appeared as one, even the sun, the moon, the stars and everything else.

I would like to conclude that if you want to teach the profound concentration that stays beyond ‘nivarana’ (hindrances), you must eliminate ‘vitakka’ (initial thought) and ‘vicāra’ (sustained thought) and cultivate the ‘ekaggatā-citta’ (one-pointed mind) which has a capability to uproot the clinging to sensual desire that originates from the body. You have to skillfully practice ‘kāyagātāsati’

ยังไงๆ ก็ตาม จิตมันจะไม่หวั่นไหว เมื่อมันกำจัดวิตกชานวิจาร์ฟุ้งแล้ว มันจะเป็นหนึ่งเดียว เพราะฉะนั้นท่านจะต้องการสอนอะไรก็ตาม แม้ตัวท่านก็ตาม อย่างข้าพเจ้าที่พูดอยู่นี้ มันไม่หวั่นไหว มันมีคติไม่หวั่นไหว วิตกวิจาร์มันสงบลงไป มันไม่หวั่นไหว มันไม่มีกิเลสมาก่อกวน เพราะฉะนั้นท่านจะฟุ้งไปเพื่อชำระอกนิวรรณ์ข้อต้นเป็นตัวจัญไรได้

อันนี้วิธีเอาสมาธิลึกๆ มาสอน เราต้องกำจัดคำว่า วิตกตัวชาน ให้มันกำจัดอาสวะ อาสวะข้อต้นเขาเรียกว่า กามอาสวะ เล็กน้อย ประมาณ ๑๐ เปอร์เซ็นต์ ท่านจะเห็นบทบาทดังที่กล่าวมานี้ทันที จิตของท่านจะผ่องใส เมื่อจิตผ่องใสแล้ว สุขก็ไม่ใช่ ปิติก็ไม่ใช่ ธรรมชาติของจิตผ่องใสเขาเรียกว่าสมาธิ เหมือนน้ำค้างอยู่บนยอดหญ้า ระหว่างนี้ ถ้าพวกเราสัมผัสแล้ว เราจะยิ่งเข้าไป แผ่นดินนี้ทะเล อย่างพระอานนท์ สำเร็จแล้วเข้าสู่สมบัติ อันเป็นทะเลดินลงไปโผล่ขึ้นที่อาสนะเลยนะ อันนี้คือธรรมชาติของจิต เพราะฉะนั้นที่กล่าวมาโดยหยาบๆ ให้เราได้ฟัง หยาบๆ เนี่ย ถ้าหากเราไปฝึกดังที่กล่าวมา จะต้องสำเร็จแน่นอน และจะต้องสอน จะลึกขนาดไหน กว้างขนาดไหน ได้

(mindfulness on the body) and ‘asubha-saññā’ (contemplation of foulness) until you are able to destroy the impurity of the mind. The mind will then be pure. The purified mind is what the Buddha blessed. ‘Pajānāti Yathābhūta Pajānāti Samādhim Bhikkave Bhavetha Samāhito Yathābhūtaṃ Pajānāti Pajānāti.’ Once the mind becomes great ‘bhūta’ (element), it will stand firm. After eliminating ‘vitakka’ and ‘vicāra,’ the mind will become one-pointed and unshakable. Therefore, whatever you want to teach, even yourself, can be taught just as I, the speaker, do, who has an unshakable spirit. ‘Vitakka’ and ‘vicāra’ have been surrendered. There is no defilement disturbing this mind. It is firm and stable. Therefore, you can aim to wash out the preliminary ‘nivarana’ (hindrance), which is truly evil.

This is how we can use deep concentration for teaching. We must eliminate ‘vitakka’ (initial thought) that wanders around until the mind can get rid of about 10% of the preliminary mental intoxication which is mental intoxication of sensual desire (kāmāsava). You will then see the reaction that I have just mentioned. Your mind will be pure. Once it is pure, you will not be either happy or feel delighted. The nature of a purified mind is actually called ‘samāधि’



(concentration), which is the same as the dew on the tip of grass. In the meantime, anyone who has ever touched this point will fire through a hole into the earth just as Ānanda Bhikkhu, who had attained Enlightenment and dived through the ground and suddenly appeared on the platform.²⁰ This is the nature of the mind. In brief, in terms of what I have told you and what you have listened to, if you practice accordingly, you will certainly be successful and then be able to teach profoundly and in a wide range as you wish.

²⁰ This refers to a story of Ānanda Bhikkhu on the day he gained Enlightenment. There were 499 arahants waiting for Ānanta Bhikkhu coming to the first rehearsal for the Tripitaka Scriptures. He was the only one who had not attained Enlightenment yet. Later on that day, as soon as he had gained Enlightenment, he then showed the 'āpinyā' (super power) by diving through the ground from his place and suddenly appearing on the platform among the Sangha who were waiting for him.

ภา ค คั ภา

NIGHT SESSION



ปัญหาถามตอบ ข้อที่ ๔



Question & Answer # 4

ภาคคำ

ปัญหาถามตอบ ข้อที่ ๔



คำถาม :

จะใช้สมาธิเยียวยาสังคมได้อย่างไร?

คำตอบ :

สังคมคือสังขาร สังคมคือสังขาร สังคะมะ สังฆะ สังคะตะ สังขาระ
 เนี่ย เราอย่าไปนึกว่าสังคมคืออะไร สังคมคือ 'ใจเรา' โลกทั้งโลกคือ
 'ใจเรา' สังคมทั้งสังคมคือ 'จิตเรา' เราจะสอนโลก พระพุทธเจ้าองค์เดียว
 พระอาทิตย์ดวงเดียว ทำไมจะสอนสังคมไม่ได้ เจ้าชายสิทธัตถะ ไปนั่งในถ้ำ
 พระองค์วิจยว่า ทำไมโลกมันจึงขัดแย้งกัน ๑) มีพยาบาล ๒) มีวิหิงสา
 ๓) มีริชชา ๔) มีปฏิฆะ ทำไมมันถึงเกลียด ถึงโกรธ ถึงกลุ่ม ทำไมสังคม
 มันร้อนร่า มันมีแต่อคติ ลงไปนั่ง จึงเห็นว่า นี่ไฟนอก นี่ไฟใน ไฟนอก
 มันมีถ่าน แต่ไฟในไม่มีถ่าน แต่มันมีถ่าน ไฟนอกมันลุกแดงฉาน แต่ไฟใน
 ไม่ลุกแดงฉาน มันปกติ แต่มันเผาานาน เผานาน เพราะฉะนั้นสังคมนี้อะไร
 มันจึงสอนยาก เพราะมันไม่รู้ใจ จิตมีราคะก็ไม่รู้ จิตหายราคะก็ไม่เห็น
 จิตมีโทสะก็ไม่รู้ จิตหายโทสะก็ไม่เห็น จิตมีโมหะก็ไม่รู้ จิตหายโมหะก็

NIGHT SESSION

Question & Answer # 4

**Question :**

How can we cure a society with meditation?

Answer:

A society is 'sankhāra.' A society is 'sankhāra,' 'saṅgama,' 'saṅgha' (monk community), 'saṅgata,' 'sankhāra.'²¹ We must not think what a society is. A society is actually 'our mind.' The whole world is 'our mind.' The whole society is 'our mind.' We want to teach the world. There is only one Buddha. There is only one sun. Why can't the Buddha teach a society? While the prince, Siddhārtha, was sitting in a cave, he contemplated on why there were conflicts in the world. It is because of 1) ill will (byābāda), 2) exploitation (vihimsā), 3) jealousy (issā), and 4) resentment or irritation (paṭigha). Why are there hatred, anger, and anxiety? Why has society been impatient and prejudiced? What the prince could see

²¹ 'Sankhāra,' 'saṅgama,' 'saṅgha,' 'saṅgata' all refer to the same meaning of compounded things or conditioned phenomena.

ไม่รู้ ไอ้คำว่าไม่รู้จิตนี้ตัวปิด สอนยังงั้นมันก็ถอน เหมือนกับเหน้ำใส่ไหคว่ำ เพราะไหคว่ำมันไม่เข้า

ถ้าเขารู้จิตของเขาเนี่ย จิตของเราปกติมันมีอยู่ ๓ โภจก ภาจก ภาจก ที่หนึ่ง สว่าง โภจกที่สอง เน้มน้สะอาด โภจกที่สาม สงบ สัจคม เน้มน้แสวงหาความสงบยิ่งใหญ่ แต่ว่ามันไม่รู้ใจ หลงจิตมันเป็นภัย หลงใจมันเป็นโทษ หลงโมโหมันมีแต่ความโกรธเนี่ย ที่แท้สังคัมทั้งหมด มันคือหัวใจน้อยๆ ไม่ใช่อันอื่นเลย หากเราสามารถที่จะมารู้จิตเจ้าของ ก่อนว่า จิตเป็นสมาธิเป็นเพราะอะไร จิตไม่มีสมาธิเป็นเพราะอะไร มารู้ อย่างนี้ก่อน พอเรารู้ละ โอ้..จิตที่มีสมาธิมันเป็นจิตที่นุ่ม แน่น สบาย ที่สุด นัตถิ สันติ ประระมัง สุขัง คือจิตมันมีสมาธิมันจะสงบ มันเป็นส่วนสันติภาพของสังคัมเป็นสันติสุขของตนเนี่ย ถ้าเรารู้จิตเนี่ย เพราะฉะนั้นพระศาสดาพระองค์ท่านเมื่อสำเร็จจิตแล้ว พระองค์จึงกล่าวเหย้าฟ้าทำดินว่า ไอ้ความร้อนที่ทำให้จิตกระสับกระส่ายทั้งหมดนั่นคือ โทสะ ในโทสะนี้ไม่มีคำว่าคุณ มีแต่โทษ แต่ในเมตตา ไม่มีโทษ มีแต่คุณ พระองค์เลยมาเปรียบเทียบกัน ก็ยกจิตออกจากโทสะที่ร้อนร่าไปไว้กับตัวเมตตา ตัวเมตตาเหมือนมารดาเลี้ยงบุตร ส่วนตัวโทสะมันเหมือนกับเอาไฟเผาบ้าน เพราะฉะนั้นเมื่อเรารู้จักว่า จิตของเราเนี่ยมันต้องการยิ่งใหญ่คือความสงบ เมื่อเราศึกษาอย่างนี้แล้ว เราจะมาพิจารณา เอ้อ..จิตของเราก็เหมือนกัน เรามาทำจิตของเราให้เป็นหนึ่งเดียว ทำจิตของเราให้หนึ่ง

was only the fire from inside and from outside. The fire from inside has no kindling but it contains some hot coals. The outside fire sparks up into flames whereas the inside fire doesn't. The hot coals seems to be normal because they have been burning inside endlessly. Therefore, teaching a society is hard because the mind has ignorance. When the mind has lust (*rāga*), the mind never knows it. When lust disappears, the mind remains ignorant of it. When the mind has anger (*dosa*), the mind never knows it. When anger disappears, the mind never sees it. When the mind has delusion (*moha*), the mind never knows it. When delusion disappears, the mind does not even see it. Not knowing of the mind is the cover up. Whatever you teach will draw back just as you are pouring some water into an upside down jar. The water will never get in.

If we know the mind, we will see there are three states of mind in general. The first state is bright. The second state is clean. The third state is peaceful. Society is looking for great peace. Somehow, society doesn't know the mind. The delusion of the mind is dangerous. The delusion of one's mind is harmful. Being angry is a delusion. Actually, the whole society is a little heart, nothing else. We should first

สงบแล้ว สังคมเคঁามาหาเอง เคঁาสงบเอง จิตดวงนี้สงบแล้ว ต่อไปดวง
 ต่อไปก็สงบ สงบ ข้าพเจ้ากล่าวเสมอว่า ถ้าจิตดวงนี้ สงบเย็นแล้วเนี่ย
 ใกล้เคียงๆ กันจะสงบเย็น ต่อไปก็สังคม ก็เย็นไปทั้งโลกเลย พอเราเย็นแล้ว
 สังคมน้อยๆ ก็เย็นไป สว่างแล้วก็สว่างไปอีก

เพราะฉะนั้นการสอนสังคมด้วยสมาธิ ข้าพเจ้าจะบอก
 ยุทธศาสตร์ให้ มหาบุรุษต้องทนต่ออุปารมณทั้งที่ขบใจหรือไม่ขบใจ
 สัถารมณทั้งที่ขบใจหรือไม่ขบใจ คันธารมณทั้งที่ขบใจหรือไม่ขบใจ
 รรสารมณทั้งที่ขบใจหรือไม่ขบใจ และกัผัสสารมณทั้งที่ขบใจหรือไม่
 ขบใจ ฐมมารมณขบใจหรือไม่ขบใจ คุณต้องทนก่อน ทนให้มันได้
 ก่อน ถ้าทนได้ พวกนี้แล้ว นี้สามารถที่จะอ่านออกบอกได้ใช้เป็นเย็นนิ่ง
 สอนตนได้ผลดีแล้ว ค่อยเอาผลประโยชน์ไปส่งเสริมผู้อื่น เหมือนกับเรา
 ปลูกต้นไม้ ค่อยเอาไปขายให้ผู้อื่น ถ้าเรายังไม่เป็นดอกเป็นผล จะไปขาย
 ยังไง ได้ผลอะไร ถ้าตนไม่สอนตน เราจะไปสอนคนยังงั พระศาสดา
 พระองค์เป็นผู้อบรมดีแล้ว ภาษาท่านว่า ทันโต เสฏฐโฐ มนุสเสสุ เป็นผู้
 ฝึกดีแล้ว เป็นผู้ตรัสรู้แล้ว เป็นผู้บรรลุแล้ว เป็นผู้สำเร็จแล้ว จึงมาสอน
 สังคม เพราะฉะนั้นต้องการจะเอาสมาธิไปสอน เราต้องเป็นตัวอย่าง
 เย็นก่อน ถ้าน้ำร้อนเอาไปรด ใครก็ร้อน ถ้าน้ำเย็นเอาไปรด ใครก็เย็น
 ถ้าจิตของเราเย็นแล้ว รดต้นไม้มันก็เขียว รดคนก็สบาย ถ้าจิตร้อนๆ ไป
 รดต้นไม้เผาต้นไม้ มันก็แห้ง เผาคนก็ร้อนเนี่ย ต้องการจะสอนสังคม

know our own mind - why it is concentrated or why it is not concentrated. After that we will understand that the concentrated mind is so smooth and firm, as well as very comfortable. 'Natthi Santi Param Sukham.' The mind that has concentration will be peaceful. If one knows one's mind, peace in society and also the happiness of oneself will occur. Therefore, when the master had conquered his mind, he proclaimed that the heat that makes our minds restless is 'dosa' (anger). It has no goodness, only disadvantages. In contrast, 'mettā' (loving-kindness) has no drawback, only benefits. As he made the comparison, he removed the heat of anger from his mind and replaced it with 'mettā' (loving-kindness). 'Mettā' is like a mother who feeds her baby whereas 'dosa' is like a fire that burns your own house. Therefore, when we know that the universal mind is looking for great peace, we must contemplate that our own mind is doing the same thing. Then, we should make our mind become one-pointed, calm, and peaceful. Once we can do that, the society will spontaneously come to us and become peaceful too. I always say that if this mind is peaceful, other minds surrounding it will become peaceful too. And that affects the society to be calm and the world as well. Once our mind is cool and bright, the society will be cool and bright too.

เธอต้องสอนเธอให้มันสงบก่อนสิ ปิยะเต ขายะโต โสโก รู้ว่าตนเป็นที่รัก ต้องสอนตนให้อยู่ในความรัก อย่าให้มาเกลียด ถ้าเรามาฝึกกันแบบนี้แล้ว จะสอนสังคมง่ายที่สุดเลย แต่ถ้าเจ้าของร้านเรามีตมนอนธกาล อดไปสอนเค้า เลิกเลย มันเหมือนกับสาดถ่านไฟให้เขา เป็นพระก็ตาม เป็นฆราวาสก็ตาม ทีนี้ถ้าเราต้องการสอนสังคมให้มันเย็นเนี่ย เราต้องทำเป็นต้นแบบเลย น้ำเย็นปลาดตาย ถ้าน้ำร้อนปลาเป็น ถ้าน้ำเย็นปลาดตาย ถ้าน้ำใจเราเย็น ใครก็มาชื่นชม นอนกล่อมตายเลย ยอมเสียสละ แต่ถ้า น้ำร้อน มีแต่เขาหนี เพราะฉะนั้นต้องการสอนสังคม เธอต้องฝึกจิตของเธอให้อุดมด้วยสมาธิสามตัว ๑) เธอต้องมีความเพียรทะล่อมจิตเสมอ ๒) อย่าให้จิตฟุ้งซ่านออกหนีจากคำว่าฌาน ๓) มีสติกำกับ มันเกิดสมาธิขึ้นแล้ว ค่อยหุ่มเข้าไป ตัวสมาธิที่อยู่ในสัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิเนี่ย มันเป็นบริวารที่แข็งแกร่ง ถ้าเราฝึกเข้าไปสมบุรณ์แล้ว องค์กรของมรรคนี้จะทำให้จิตของเราเป็นหนึ่งเดียว ไม่มีช่องว่างเลย จะหาฉันทาคติ โทสาคติ โมหาคติ พยาบาทคติ ไม่มีเลย แน่นตึ๊กเลย อย่างข้าพเจ้า

Therefore, to teach a society with meditation, I will tell you a strategy. The great man has to put up with ‘rūpārammaṇa’ (visible object) that he likes or dislikes, with ‘saddhārammaṇa’ (audible object) that he likes or dislikes, with ‘gandhārammaṇa’ (odorous object) that he likes or dislikes, with ‘rasarammaṇa’ (sapid object) that he likes or dislikes, with ‘phassārammaṇa’ (tangible object) that he likes or dislikes, and with ‘dhammārammaṇa’ (mind object) that he likes or dislikes. You must tolerate them all. If you can do it, you will be able to comprehend and tell the mind. You will know what to do and how to keep calm, be cool, and remain still. Once you can teach yourself effectively, you can use the benefits to support other people, just as if you grow a fruit tree and sell its fruit to someone else. If it has not yet produced its fruits, how can you sell it? What is the fruition? If you do not teach yourself first, how can you teach anyone else? The master taught himself very well; we say in Pāli ‘danto seṭṭho manussesu,’ as the well trained one, the enlightened one, the accomplished one, and the successful one. He then taught the society.

So if we want to teach meditation, we must treat ourselves as a good example or a role model of coolness. If you pour hot water on somebody, he or she will feel hot.



If you pour cold water on somebody, he or she will feel cold. If the mind is cool when we water plants, they will grow green; if we water people, they will feel well and happy. On the contrary, if the mind is hot when you water the plants, they will be dried up; if you water people, they will be burnt. If you would like to teach a society, you must teach yourself to be at peace first. ‘Piyate jayato soko’ means knowing oneself as the most beloved one. Then, teach yourself in loving-kindness. Do not live in hatred. If we are trained like this, teaching a society is very easy. Conversely, if we are impatient and agitated, as well as ignorant, it is like you are throwing some hot ashes onto others. It does not matter if you are monks or householders. So if we want to teach a society to be calm, we must be a role model. The fish is alive in hot water, but it will be dead in cold water. If you have a cool mind with generosity in your spirit, people will come around you. They will sacrifice and die for you. In contrast, if you have heat in the mind, they will run away.

Therefore, in order to teach a society, you need to train your mind with concentration:

- 1) You must make an attempt to discipline your mind as always;

ไม่เคยนึกเกลียดโกรธใครเพราะอะไร เพราะจิตมันรอบ จิตมันรอบเรียกว่า ‘อนัตตสมาธิ’ สมาธิที่แน่น อนัตตสมาธิ สมาธิที่แน่นไม่มีงอนแง่นคลอนแคลน

เพราะฉะนั้น เราจะสอนสังคัม ส่วนใหญ่แล้วเราไม่ค่อยฝึกคนให้ได้ ประมาณสัก ๖๐ เปอร์เซ็นต์ แล้วก็ไปสอนให้เค้า หมดแรงเลย เหมือนนักมวยไม่เคยซ้อมเนี่ย จิตไหนก็ตามใจไหนก็ตาม ถ้าเป็นสมาธิแล้วไปสอนสังคัม จะเย็นเหมือนกันเลย จงทำสมาธิ หนึ่ง เธอต้องมีความพากเพียรสอนจิตเจ้าของ รมัตถะระวัง สร้างสรรค์ รักษา ดีดีก่อน ประมาณ ๒๕ เปอร์เซ็นต์ ต่อมา สอง เธอก็สอนจิตของตนให้ฉลาดในการฝึกมา เรียกว่าสตินี้แหละ สัมมาสติ ให้ประมาณอีก ๒๕ เปอร์เซ็นต์เป็น ๕๐ แล้วอีก ๒๕ เปอร์เซ็นต์เนี่ย มาทะล่อมองค์ฌาน วิตก วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตา ให้แน่นขึ้นมา ฝึกให้ชำนาญในอารมณ์ แต่พยายามระวังอารมณ์ ๖ จะมาผลาญ ระวังอารมณ์ ๖ ดังที่กล่าวเนี่ย มหาบุรุษผู้ทรงเกียรติไม่สามารถจะเป็นทาสของรูปารมณ์ชอบใจไม่ชอบใจจนถึงอัมมารมณ์ ระวังตรงนี้ไว้ เพราะว่าพวกนี้มัน เผลอแสบเดี๋ยวมันพังไปเป็นปีเลย กว่าจะกลับขึ้นมาได้

ดังนั้นถ้าหากว่าเราต้องการจะไปสอนสังคัม ฝึกคนให้ตรง ลูกศรที่ฝึกดีแล้วยิงออกไปจากแหล่งตรงจุดหมาย จิตที่ฝึกดีแล้ว ประเสริฐดีแล้วไปสอนสังคัมง่าย นี่จึงกล่าวได้ในขั้นสุดท้ายว่าถ้าอยาก

2) Neither let your mind wander around nor be away from ‘jhāna’;

3) Always be mindful.

Once the concentration arises, you then step forward. The concentration that is a part of ‘Sammāvāyāma’ (Right Effort), ‘Sammāsati’ (Right Mindfulness), and ‘Sammāsamādhi’ (Right Concentration) is one of the strong requisites. If we perfectly practice it, the constitution of ‘magga’ (the Noble Path) will make our mind become as one. There will be no gaps in between. ‘Chandāgati’ (prejudice caused by desire), ‘Dosāgati’ (prejudice caused by hatred), and ‘Mohāgati’ (prejudice caused by delusion) all will vanish. The mind will be totally firm just like mine. I never have hate for anyone nor get angry. It is because the mind has perfect knowing, which we call ‘anatta-samādhi.’ Because ‘Anatta-samādhi’ is a firm concentration, the mind will not totter in it.

Most of us who want to teach a society have not trained ourselves. When we start teaching, about 60% of us will lose our power to teach, just like a fighter who has never trained. Any mind has concentration and goes teaching a society, that society will cool down. Therefore, you should meditate.

จะทำสังคมให้อยู่ในสมาธิ เราต้องมีสมาธิในตน แล้วเอาสมาธิไปแจกใคร
ก็ได้ เพราะสมาธินี้เป็นธรรมชาติให้ความสุขกับสัตว์

1. You need to make an effort in training your mind carefully and creatively, as well as maintaining your mind in goodness. This is about 25%.

2. You have to be wise to train your mind in mindfulness, which is ‘Sammāsati.’ This should cover another 25%.

3. For another 25%, you have to securely establish the compositions of ‘jhāna’ (absorption), which are comprised of ‘vitakka,’ ‘vicāra,’ ‘pīti,’ ‘sukha,’ and ‘ekaggatā.’ You have to practise until you are an expert in these mind objects. However, be very careful in the six types of ‘ārammaṇa,’²² as I mentioned before. The great man who is honored could not be a slave to ‘rūpārammaṇa’ (visible object), which he likes or dislikes, all the way through ‘dhammārammaṇa’ (mind object). You must be careful because if you are careless even slightly, it will destroy you and it may be many years before you can recover.

²² ‘Ārammaṇa 6’ are the six types of the objects that the mind can perceive: 1) ‘rūpārammaṇa,’ which is a visible object; 2) ‘saddhārammaṇa,’ which is an audible object; 3) ‘gandhārammaṇa,’ which is an odorous object; 4) ‘rasarammaṇa,’ which is a sapid object; 5) ‘phassārammaṇa,’ which is a tangible object; 6) ‘dhammārammaṇa,’ which is a mind object.



© สำนักสงฆ์ (วัด) อานันทมุนี 1388

Therefore, if we want to teach a society, we must first straighten ourselves up. A well-trained man can shoot an arrow from a bow right into a target whereas a well-trained mind can teach a society with ease. If you want a society to meditate or be in ‘samādhi’ (concentration), you yourself have to have ‘samādhi’ first. Then, you can give ‘samādhi’ out to anyone because ‘samādhi’ naturally gives happiness to all living beings.

ภา ค คั ภา

NIGHT SESSION



ปัญหาถามตอบ ข้อที่ ๕



Question & Answer # 5

ภาคคำ

ปัญหาถามตอบ ข้อที่ ๕



คำถาม :

เมื่อนั่งสมาธิ มันมีเวทนาตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย เจ็บตรงโน้น ปวดตรงนี้อะไรต่างๆ จิตมันก็ไม่ตั้ง ทำอย่างไร ความเจ็บปวดในเวทนาตัวนี้ มันจะหายไป กราบขอพรมากราบ

คำตอบ :

ง่ายกว่าแกะขี้หนู ทำไมจึงว่าง่ายยิ่งกว่าแกะขี้หนู ยามเรานั่งเข้าไปเนี่ย เรานั่ง คำว่านั่ง ไม่ใช่นอน ไม่ใช่ยืน เรานั่ง นั่ง ด้วยสติ ด้วยสัมปชัญญะ รู้ ระลึกรู้ รู้พร้อม รู้ทั่ว ระลึกรู้ รู้พร้อม รู้ทั่ว รู้หมด เรารู้ ความรู้ที่ไม่มีที่หยุดไม่มีที่ยั้งทั่วกาย เป็นสัมปชัญญะ รู้ตัวทั่วพร้อม นี่เป็นสัมปชัญญะ แต่รู้ในขณะที่มันเกิดขึ้นนี้เป็นสติ เพราะฉะนั้นเมื่อเรานั่งทำสมาธิไปเนี่ย ทำไมมันจึงเจ็บมันจึงปวด เรื่องเจ็บปวดมันมีเมื่อสมาธิไม่เกิด สมาธิเกิดแล้วเนี่ย ข้าพเจ้าเคยนั่ง ๕ วัน ๕ คืน

หายใจเข้าไป หายใจออกมาเนี่ย เรามีพรสวรรค์อยู่ ๓ ท่าน ท่านที่ ๑ ท่านให้ความรู้แบบทันเหตุการณ์ คือสติทุกขณะ ไม่มีว่าง ท่านที่ ๒

NIGHT SESSION

Question & Answer # 5

**Question :**

When I practice sitting meditation, I feel pain in certain areas of my body, which makes it difficult to sit in meditation for a long period of time. So what can I do or how can I overcome the pain?

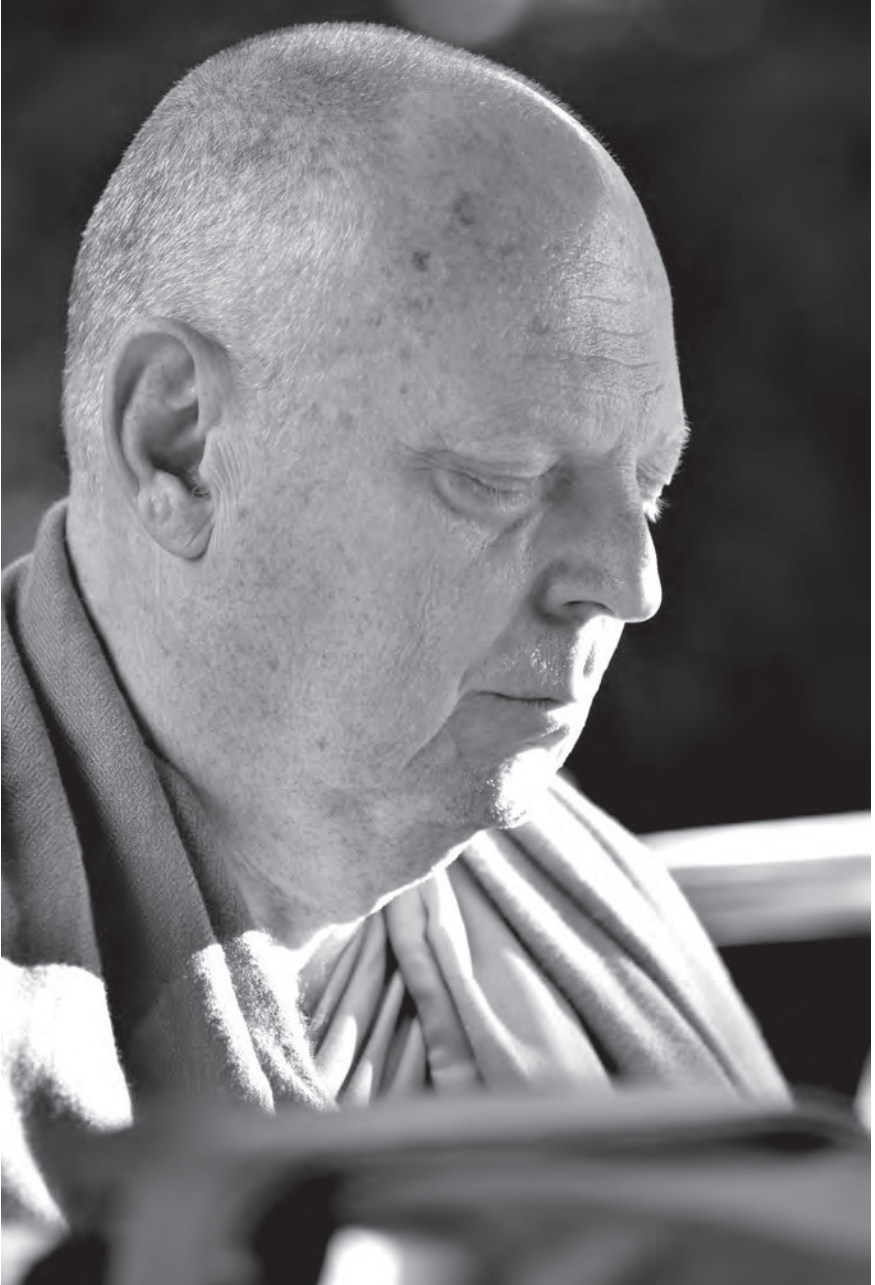
Answer:

It is easier than taking earwax out. Why do I say that it is easier than taking earwax out? While we are sitting, we shall sit. The word 'sitting' does not mean sleeping or thinking. We should sit with 'sati' (mindfulness) and 'sampajañña' (clear comprehension). We should comprehend, be aware, be conscious, be ready, be awake, and know everything that is happening. Knowing the entire body has never ended; this is 'sampajañña'. Knowing the entire body and being aware of it at all times are 'sampajañña' whereas the knowing of the mind in the moment is 'sati.' The reason why we hurt or feel

ได้จากความฉลาดในความรู้ นั่น ท่านที่ ๓ แปลว่าหยั่งรู้ในความรู้ นั่นอีก เขาจะตะล่อมอยู่กับลม สติอยู่ที่ปลายจมูก หายใจเข้ามา หัวใจเป็นปัญญา สะดือเค้าจะเป็นตัวญาณคอยรับ เวลาเข้าเขาก็บอก เวลาออกเขาก็รู้ เมื่อเขารู้ ยามออกมันเบา ยามเข้ามันว่าง หายใจ ยามออกเบา ยามเข้ามันว่าง ทำไมมันจึงเบา มันจึงว่าง เพราะเขาไม่มีอะไร เขามีแต่สติเป็นผู้กำกับประตูเข้า พอมาถึงกลาง กลางเวทีก กลางหัวใจนี้ มันมีความฉลาด พอมาความฉลาดจะมาถึงสะดือ ลมมาถึงสะดือนี้ ตรงนี้ มันจะมีผู้เฉียบแหลมเป็นสัพพัญญู รู้ขนาด สามรู้ สามเห็น สามรู้สามเห็นเลยเกิดเป็น สามเย็นที่นี้ ยอม หยุด เย็น เมื่อคนยอม หยุด เย็น ไม่เป็นเขาเป็นเรา หายใจเข้าออกเฉยๆ หายใจเข้าเฉยๆ หายใจออกเฉยๆ เลยทำให้ความคุ่นเคยนี้ชำนาญ ใ้อความชำนาญในลมเนี่ย จะนับก็ได้จะอะไรก็ได้ พอเราชำนาญในจิตลึกลับ หนักเข้า หนักเข้า หนักเข้าเนี่ย อาการที่เจ็บปวด ทั้งปวงนี้ มันเป็นไปเพราะเราไม่รู้เฉยๆ แต่ถ้าเรารู้ มีสติ นิ่ง ภาษาบาลี เขาเรียกว่า สมาหิตโต สมาหิตโตเนี่ย นิ่งเข้าไป ขณะที่นิ่งเนี่ย ทำไมมันจึงหายเจ็บปวดเพราะธรรมชาติของเวทนาเนี่ย มันมีอยู่ ๓ อย่าง พอใจเป็นสุขไม่พอใจเป็นทุกข์ ว่างๆ เฉยๆ เข้าเรียกว่าอุเบกขา ถ้าเรารู้อาการนี้ อาการที่พอใจ โอ๊ย ทำไมมันเจ็บ เอ๊ะ ทำไมไม่เจ็บ ทำไมมันเฉย ถ้าหากว่าเรามาติดเป็นเวทนาแล้ว สมาธิของท่านหายเลย

pain while we are sitting and meditating is because our mind cannot concentrate - no 'samādhi.' If the mind has gained 'samādhi' (concentration), you will be able to sit for a long time just as I did - I sat for five consecutive days and nights.

While we are breathing in and breathing out, we cultivate three talents. The first talent is prompt awareness of all happenings, which is mindfulness in each moment with no gaps at all. The second talent is the wisdom that has been gained from that awareness. The third talent is the insight or discernment of that awareness. These talents will maneuver the breathing. Mindfulness is at the tip of the nose. Breathing in, the heart has become 'paññā' (wisdom). The navel has also become 'ñāna' (insight); waiting for the breath when it is coming in and when it is going out, insight will tell and know. Once the mind is aware, it realizes that breathing out is light and breathing in is void. Breathing out is light and breathing in is void. Why are they like that? Because there is nothing except mindfulness guarding the entrance. Once the breath reaches the middle part of the body or the heart, just as standing on the middle of the stage, there will be wisdom that follows the breath to the navel. At this point, there will be a wise omniscience (sabbaññū) occurring to



know a threefold knowledge: **three types of knowing,**²³ **three types of seeing,**²⁴ **three types of coolness.**²⁵ Because of these three types of knowing and three types of seeing, the three types of coolness arise. Now the mind surrenders, stops, and stays cool. Once the person surrenders, stops, and stays cool without the attachment of being ‘you’ or ‘I,’ the breathing will become only normal breathing, just in and out. Being familiar with breathing becomes a mastery of skill. When we are skilful in breathing, we will be able to use any techniques, such as counting, reciting, or etc. Once we try harder and harder to gain a thorough mastery over the deep consciousness of mind, we will realize that feeling some pain or being in all kinds of pain happens because we lose control of consciousness. Knowing with mindfulness and remaining still is what we

²³ Three types of knowing means ‘*nāṇa 3*’ or the three types of knowledge, which are 1) *sacca-nāṇa*: knowledge of the Four Noble Truths; 2) *kicca-nāṇa*: knowledge of the functions with regards to each of the Four Noble Truths; and 3) *kata-nāṇa*: knowledge of the result with regards to each of Four Noble Truths.

²⁴ Three types of seeing means: 1) seeing that you are aware of the Four Noble Truths, 2) seeing and being aware that you are contemplating the functions of the Four Noble Truths, and 3) seeing and being aware that you have already contemplated.

²⁵ Three types of coolness means: 1) coolness of the ‘*magga*,’ which is the coolness that results from knowing and seeing the Four Noble Truths which liberates the mind from wrong view and transforms it to Right View (*Sammādhitti*); 2) coolness of the fruition, which is the result from knowing and seeing the functions concerning the Four Noble Truths; and 3) coolness of ‘*nibbāna*,’ which is the coolness that results from knowing and seeing the completion of the functions concerning the Four Noble Truths. All ‘*āsava*’ have been completely extinguished.

เพราะฉะนั้นเมื่อเวลาเข้าสู่สมาธิ เราต้องมีเพื่อน ๓ ท่าน คือ ๑) ความเพียร ๒) สติ ๓) สมาธิ เอามา เอามาประกอบกับคำว่า สติตัวที่ประจำอยู่แล้วกับปัญญาตัวญาณประจำอยู่แล้ว เอามาบวก พอมาบวก เรามาลบ มาลบเวทนา เวทนาพอใจเป็นสุข ไม่พอใจเป็นทุกข์ เฉยๆ เป็นโมหะนี่เอามาลบออก เพราะฉะนั้นเวทนาที่มันถูกลบออกด้วยแรงของความเพียร แรงของสติ แรงของสมาธิแล้วเนี่ย ความเจ็บปวด ความรู้สึกต่างๆ ถ้ามันนิ่ง เข้าไปประมาณ ๕๐ เปอร์เซ็นต์ ไม่มีอะไรมาก่อกวนเลย จิตของเราเมื่อมันเสวยกำไรอยู่ในสุญญตาสมาธิ ปีกเข้าไปเนี่ย พอไม่เจ็บไม่ปวด มันอยู่ในความว่าง มันมีตั้งแต่ความว่าง รู้ แต่ว่ามันว่าง รู้ แต่ว่ามันว่าง พอมันรู้ มันว่าง มันว่างแล้ว สมาธิตัวนี้ยังไม่ลึกซึ้ง แต่สามารถระงับเวทนาได้เพราะเป็นอุปจาระ เพราะฉะนั้นถ้าท่านเจ็บปวด ท่านให้กำหนดรู้ก็ได้ แต่ว่ากำหนดละเอียด รู้ แล้วค่อยละเอียด ค่อยรู้ก็ได้ เพราะเวทนาไม่มีตัวตน สุขทุกข์ไม่มีตัวตน แม้แต่ตัวเราแค่มันไม่มี

call ‘samāhito’ in Pāli. While you remain still, the pain vanishes away. Why is it like that? It is because the nature of ‘vedanā’ (feeling) has three forms: 1) **satisfaction**, which is happiness; 2) **dissatisfaction**, which is suffering; and 3) **neither satisfaction nor dissatisfaction** or foolishness, which is ‘upekkhā’ (equanimity). If we acknowledge these forms of feeling but still wonder why there is pain, no pain, or indifference, then we are attached to ‘vedanā’ (feeling), which will make you lose concentration.

Therefore, while we are meditating, we need three friends. First is effort. Second is mindfulness. Third is concentration. We must join these three friends up with ‘sati’ (mindfulness) and ‘paññā’ (wisdom) that normally stationed in the mind. We then can use all of them to wipe out ‘vedanā’ (feeling): **satisfaction**, which is happiness; **dissatisfaction**, which is unhappiness; and **neither satisfaction nor dissatisfaction**, which is ‘moha’ (delusion). Therefore, ‘vedanā’ that is the feeling of pain or even other feelings will be erased by the strength of effort, mindfulness, and concentration. If you can remain in about 50% stillness, then there is nothing disturbing your mind at all. When our mind has been gaining the benefits of ‘suññatā-samadhī,’ it is free

เพราะฉะนั้น สุนฺญตาสมาธิคือ ความว่างออกจากเขาจากเรา จากกายจากใจ สมาธิ พอเราว่างออกจากกายจากใจแล้วเนี่ยไม่มี มันเป็นสุนฺญตาสมาธิ คือความว่าง ไม่มี ระหว่างจิตที่กล่าวเช่นนี้ ระหว่าง ใจที่รู้เช่นนี้ ตรงนี้เขาจะทำงานเอง สติปัญญญาญาณ เขาทำงาน เข้า ออก ออกเบา เข้าว่าง ออกเบา เข้าว่าง ไม่สร้างทุกข์ให้กับเรา เวทนาทั้งปวง ที่เกิดอยู่ หายไปเลย เหมือนกับเรากินยาพาราเซตามอล หายป่วย รู้ทัน ละทัน ดับทัน สวรรค์เลยหาย ธาตุเป็นสวรรค์ชั้นนี้เป็นมารจบไปเลย เหลือตั้งแต่ความเย็น ที่เริ่มมาจากไหนก็ได้ จากสุดจากสูงสุดก็ได้ มันจะ มาลง บางทีมันจะเย็นลงมาจากกระหม่อมมาถึงใจ บางทีมันเย็นขึ้นมา จากเท้ามาถึงจิต พอมาถึงตรงกลางมันหมุนอยู่ประมาณซีกฟักหนึ่ง คล้ายๆ กับมันหมุน แต่มันไม่หมุนหรอก แต่ถ้าดูดีมีมันไม่หมุน แต่พอมาถึงแล้ว มันเหมือนกับว่า เราเดินไปถึงเจดีย์เราเดินอ้อมประมาณสามรอบ พอสามรอบก็มาหยุด จิตเหมือนกันนี้ สติ ปัญญา ญาณ มันเป็นรอบ รอบของสติรอบหนึ่ง รอบปัญญารอบหนึ่ง รอบญาณรอบหนึ่ง พอมาถึง จิตที่มันถูกเวทนาการบงกชที่ปวดเจ็บดังที่กล่าวมานี้ เราเพียงกำหนดรู้ว่า รู้ เห็น เย็น นิ่ง หายเลย เพราะารู้ เห็น เย็น นิ่ง ตึก เวทนาทั้งปวงหาย เจียบ เหลือตั้งแต่อย่างหนึ่งคือ ปราโมทย์ ปีติ ปัสสัทธิ สุข สมาธิจะ ครองเลย ปราโมทย์ ปีติ ปัสสัทธิ สุข ด้วยอำนาจของสมาธิมันคุ้มครอง เพราะฉะนั้นเจ็บปวดนี้ไม่เกี่ยวเราตั้งจิตว่าจะอยู่ที่ชั่วโมงก็ได้ อย่าง

of pain and void. There is only consciousness, but it is void. It is conscious and letting go. Even if the mind is conscious, void, and letting go, this kind of concentration has not become profound yet. However, it can stop ‘vedanā’ because it is ‘upacāra-samādhi’ (approaching concentration). Thus if you feel pain, you can either contemplate and acknowledge it or contemplate and abandon it from your mind. You can acknowledge the pain first and then abandon it. Or you can abandon the pain first and then acknowledge it. Either way is fine. ‘Vedanā’ has no ‘self.’ Neither happiness nor suffering has ‘self.’ Even we have no ‘self.’

Therefore, ‘suññatā-samādhi’ is the voidness of ‘we,’ ‘they,’ ‘the body,’ and ‘the mind.’ Once we are void from the body and from the mind, even ‘samādhi’ is non-self. It becomes ‘suññatā-samādhi,’ which is voidness or emptiness. At the moment the mind knows this, the mind will work automatically. ‘Sati,’ ‘paññā,’ and ‘ñāṇa’ are working on breathing in and out. Breathing out is light. Breathing in is void. Breathing out is light. Breathing in is void. There is nothing making us suffer. All ‘vedanā’ has gone, as if we had taken a paracetamol pill, and we recovered from the sickness. So if we know things promptly, abandon them in real time, extinguish them



immediately; the heavenly elements or the evil aggregates will disappear and end. There will be only coolness from somewhere. It comes from the highest. Sometimes, the coolness comes from the top of the head flowing to the heart. Sometimes, it is cool from under the feet flowing up to the mind. Once it gets to the core of the body, it spins for quite some time. It seems like it is spinning, but actually it is not. If you observe correctly, you will see it does not spin. Once you reach this point, it is like you have reached a pagoda. You walk around it three times, and then stop. The same thing happens to the mind; each ‘sati,’ ‘paññā,’ and ‘ñāṇa’ has its own round. There is a round of ‘sati’ (mindfulness). There is a round of ‘paññā’ (wisdom). There is a round of ‘ñāṇa’ (insight). Once they reach the mind that is disturbed by ‘vedanā,’ the pain that we are talking about will disappear. If we just contemplate knowing, seeing, staying cool and being in stillness, the pain will then be gone. Because of knowing, discerning, coolness, and stillness, all ‘vedanā’ will die down. What we have left, which is joy (pāmojja), elation (pīti), tranquility (passaddhi), happiness (sukha), and concentration (samādhi), will overwhelm the mind. Joy, elation, tranquility, and happiness are established because

เป็นวันเป็นคืนก็ได้ ไม่เกี่ยวกันเลยนี่คือความชำนาญในการฝึกสมาธิที่หายเจ็บปวด ข้าพเจ้านั่งอยู่ ๕ วัน ๕ คืน น้ำไม่ตอง ข้าวไม่สน แม่ชีรักเราก็ไปตำมดแดงมา มาตั้งมาไว้ข้างหน้าให้ข้าพเจ้าออกมา แม่ชีดีเกินไป นอกจากนั้นเดินด้วยสมาธิสามวันสามคืน สบาย ไม่มีอะไร สมาธิมันมีแรงกล้าถึงขนาดนั้น ภาซีซีไพรเขาถึงสามารถนั่งลมห่มฟ้า นั่งสบายได้น้ำค้ำน้ำหมอก สบาย เข้าสู่เตโชธาตุ หายหนาวหายร้อน เข้าสู่อาโปธาตุ สบายเลย ข้าพเจ้าเคยชำนาญ

เพราะฉะนั้นเมื่อเราพูดถึงสมาธิในศาสนาอะมันเหนือทุกสิ่งทุกอย่าง มันไม่ใช่สมาธิรับจ้างเหมือนทุกวันนี้ สมาธิรับจ้าง สมาธิขอทานนี่ โอ้ย มันเป็นเปรต สมาธิของศาสนาอะมันไม่เป็นเช่นนั้น เย็นว่าง เบา สบาย หายโลกนี้โลกหน้าหมดเลย ท่านอ้อย จิตใจก็ไม่เต้น นิ่งสงบเลย เพราะฉะนั้นอำนาจของความนิ่งเลยเป็นเหตุให้หญิงชายติดพอเข้าไปสู่สมาบัติฌานที่ ๑ แล้วก็สลายไปเลย บางท่านไปยืน จิตดับปั๊บไปเกิดเป็นพรหมเลย แต่ขอให้รู้ทัน ยามจิตสงบก็รู้ จิตวุ่นวายก็เห็นเดะ เวลาฟุ้งซ่านก็เห็น เวลาขุ่นมัวก็ต้องรู้เดะ ไม่ใช่ว่าปล่อยจิตให้มลาย ไม่ใช่เพราะฉะนั้นท่านต้องการอยากจะทำให้เวทนามันดับลงไป ดูจิตของท่านว่ามันเย็นมัย มันนิ่งมัย มันแนบแน่นมัย เวทนาไม่มีตัวตน สุขทุกข์ไม่มีตัวตน รู้ก็ไม่มีตัวตน แต่ท่านต้องเข้าใจคำว่าสุญญตาสมาธินี้ คือความว่างจากอตตา อันนี้เรา อันนี้ของเรา อันนี้เป็นเรา ไม่มี สุญญตาสมาธิ คือ

the power of concentration has taken over, disregarding the pain. We can set the mind to stay as long as we want just as I did. I have partaken of this joy for a few minutes, for hours, for days and nights, disregarding anything else. This is called the expertise in practicing concentration that can slip the pain away. I was sitting for five days and five nights. No water needed. No food neither. The nun, who had mercy on me, pricked the ant's nest and left them in front of me. She just wanted me to quit. She was too kind. Furthermore, in the past I walked comfortably in 'samādhi' (concentration) for three days and three nights. Nothing interrupted me. The power of concentration is very strong like that. There are hermits who get naked and are able to sit in the frost and mist comfortably. They escape the cold by getting into the fire element (tejodhātu) and also get away from the heat by getting into the liquid element (āpodhātu). I used to be an expert on these.

Therefore, when we are talking about 'samādhi' in religion, it is beyond everything. It is not the kind of 'samādhi' that you get paid for or allow you to beg for things. That is a hungry ghost. The concentration of our prophet (the Buddha) is not like that; instead it is calm, void, light, and comfortable.

ความว่างจากอัตตา แต่มันเป็นอนัตตา อนัตตตาน่ะแปลว่า ที่ไหนก็ได้ มันจะสงบหมด ไม่มีที่ไหนร่วนวาย นอกจากใจของเรา โลกเขาไม่ร่วนหรอก แต่ถ้าจิตของเราสงบแล้ว โลกนี้สงบไปตามเลย อย่างพวกท่านมาหา ข้าพเจ้า ทำไมจึงร่มเย็น เอ้า เพราะข้าพเจ้าพาสงบไงเล่า

ความสงบต้องการชนะจริงๆ มันมีอยู่ ๓ โภชาก รู้ เห็น เย็นนิ่ง อย่างวิ้งตามมันอารมณ์ต่างๆ สุขก็ตาม ทุกข์ก็ตาม หรือไม่สุขไม่ทุกข์ ก็ตาม อย่างวิ้ง หยุด เมื่อเราหยุดได้ เราเย็นแล้วเนี่ย สบาย ถ้าหยุดจะอยู่ แคไหนก็ได้

This present world or the next world has vanished away. Even the mind and the heart stop beating and remains still and calm. However, the power of stillness makes both men and women become stuck on it. Once they enter ‘samāpatti’ (meditative attainment), such as the first ‘jhāna’ (absorption), they partake of joy. Some passed away in this state and were suddenly born as Brahmas. Therefore, you must promptly know and discern your state of mind. When the mind is peaceful, you discern it. When the mind is confused or anxious, you see it. When the mind is wandering around, you see it. When the mind is unclear, you discern it. Do not let the mind blindly follow delusions. Therefore, if you wish to extinguish ‘vedanā’ (feeling), watch your mind and determine whether it remains calm, still, or firm. ‘Vedanā’ has no ‘self.’ Both happiness and suffering have no ‘self.’ Knowing also has no ‘self.’ However, you need to discern the word ‘suññatā-samādhi,’ which is the voidness of ‘self’ or personal entity (attā). There is nothing such as ‘we,’ ‘our,’ or ‘us.’ ‘Suññatā’ is the voidness of ‘attā,’ which is called ‘anattatā’ (egolessness). Wherever ‘anattatā’ is, calm and peace will be there as well. No place is chaotic except in your heart because the world is not really chaotic. If your mind is peaceful, the



world will be in peace accordingly. It is just as when all of you come to see me. Why do you feel secure and peaceful? It is because I lead you to the peace.

If you really want to win, there are only three things: knowing, seeing, and being cool and still. Do not follow such feelings like happiness, suffering, or indifference. Do not run, but rather stop. Once you can stop and be calm, you will be comfortable. Then, you can stay in concentration as long as you want.

ภ า ค คั ่า

NIGHT SESSION



ปัจฉิมเทศนา



Farewell Sermon

ภาคคำ

ปัจฉิมเทศนา



สิ่งที่เหนือชีวิต สิ่งทีเหนือชีวิตคือศาสนา สิ่งทีเหนือชีวิตคือศาสนา ไม่มีอะไรยิ่งกว่า ศาสดานิพพานไปแล้ว ๓ ล้าน ๕ แสน ๘ หมื่น ๔ พัน ๑ ร้อย ๙๒ พระองค์ ยกให้ศาสนา พระอรหันต์ทีนิพพานไปแล้วมากกว่าเม็ดหินเม็ดทรายในท้องมหาสมุทร ยกให้ศาสนา การเปลี่ยนทิศทางของชีวิตไปสู่บรมสุข ก็คือศาสนา ศาสนามีเอกราชซึ่งไม่เบียดเบียนใครๆ เป็นเอกราช ไม่ใช่คมหอกคมดาบ ไม่ใช่เสียง ไม่ใช่ศาสนาเป็นธรรมชาติชนิดหนึ่ง ซึ่งไม่มีใครไปเปลี่ยนทิศทางได้ เหมือนอาทิตย์ออกแล้วตก พระพุทธเจ้าพระองค์ได้ส่องจิตด้วยไฟ แต่พระองค์ส่องใจด้วยญาณ จึงสามารถทำให้เห็นว่าโลกบาลทีโลกอาศัยอยู่นี้ มนชาตศาสนา จึงเป็นเหตุให้โลกใต้ฟ้า เหนือดินเนี่ย ปลิ้นปล้อนทุกข์ทรมาน

ในโลกนี้มันมีอยู่ ๑) ชีวิต ๒) ทรัพย์ ๓) ความรัก ๔) การพูดจา ๕) การตี๋มกิน ในโลกเขามี แต่ในโลกเขามีอยู่ เขาไม่มีศาสนา ชีวิตของเขาทีเป็นชีวิตตัวนๆ ไม่มีรสชาติอันใด แห่งผาก สอง เขามีทรัพย์สมบัติ ทรัพย์สมบัติทีถูกไฟเผา ไม่เป็นรชาติแห่งความถาวร ความรักของเขาที

NIGHT SESSION

Farewell Sermon



There is something that stays above life. This something that stays above life is called religion. Nothing is better than this. Three million, five hundred eighty four thousand, one hundred and ninety-two of the Buddhas have reached ‘nibbāna’ because of religion. More than the grains of sand in the ocean, the Arahants have also reached ‘nibbāna’ because of religion. Changing the direction of life by heading to supreme happiness is also because of religion. Religion has a liberty which does not encroach on anyone in any way at all. The liberty is neither the sharp edge of the sword or the spear nor the sound. No! Religion has the kind of nature whose direction nobody can change. It is just as the sun rises in the east and sets in the west. The Buddha has enlightened the mind with light and has examined the heart with ‘ñāṇa’ (insight). So he could see the world that all living beings live in had been missing religion. That is the reason why cheating has been everywhere in the world, both under the sky and above the ground.

เป็นความรักขอกทานที่เจ็บแสบ การพูดจาของเขาก็เป็นหอกดาบที่คมแทง
 สุดท้ายเขาอยู่กินก็มีแต่มีดกับเมา เพราะเขาไม่มีศาสนา แต่พอศาสนา
 ของมุนีเรียกว่า พุทธมุนี ได้อุบัติเกิดขึ้นมา โลกทั้งหลายนี้ถูกสะกดด้วย
 อำนาจของฝนห่าใหญ่ ดาดาศมาในท้องฟ้า ครีမ် ตกหล่นลงมาร้อน
 แสนร้อน แสบแสนแสบ ทำให้ชุ่มฉ่ำร่มเย็น พระธรรมของพุทธมุนีก็ยิ่ง
 ใหญ่กว่าฝนนั้นไปหลายๆ ล้านเท่า จึงทำให้คนผู้มีศรัทธาเกิดลูกขึ้นมา
 รับพระพรธรรม เลยกลายเป็นยอดสุข ยอดสุขทำให้ชีวิตของเขาใหม่
 ต้นไม้ใบหญ้าถูกฝนแล้วคืนพันธ์ขึ้นขึ้นมาฉนั้นใด จิตของสัตว์ที่ถูกราคะ
 โทสะ โมหะ มาเผา พอถูกดับด้วยธรรมรสทบบัญญัติแล้วจะกลับ
 คืนชีพมา

เพราะฉะนั้น โลกนี้มีชีวิตอยู่ มีทรัพย์อยู่ มีความรักอยู่ มีการ
 พูดจាកันอยู่ มีการตี๋มกินก็ตาม แต่เขาไม่มีศาสนา ในศาสนามีอะไร?
 มีอยู่ ๕ อย่าง หนึ่งชีวิต นี้ต้องมีเมตตา สองทรัพย์ เขาก็ต้องมีสัมมาอาชีพ
 สามความรักของเขาก็ต้องมีการสังวร สี่การพูดจาปราศรัยต้องมีสัจจะ
 อันเป็นตัวศาสนา สุดท้าย เมื่อตี๋มกินอะไรก็ตาม เขาต้องมีสติ สิ่งทำ
 ประการนี้เป็นศาสนาเหนือทุกชีวิต เมตตาอยู่กับที่ไหน ที่นั้นจะมีชีวิต ถ้า
 เมตตาไม่มี ที่นั้นจะเป็นนรก สองสัมมาอาชีพมีที่ไหน ที่นั้นเป็นที่มั่นคง
 เป็นธนาคารฝากให้คนได้เกิดชาตินี้ชาติหน้า มีแต่ดีทั้งหมด ไม่มีร้าย
 สามถ้ามีการแต่งงานกันอยู่มีครอบครัว คุณต้องสังวรระวัง คุณอย่าปล่อย

The world has remained with these five things: 1) life, 2) possessions, 3) love, 4) speech, and 5) drinking and eating. This is what the world has but it does not have religion. Therefore, people's lives are maimed, contain no relish, and are dried up. They have possessed things but the possessions, which are not permanent, finally have been burnt. Their love has been the kind of love that was begged for with feelings of burning pain. Their speech has expressed itself like a piercing spear. Lastly, they have become intoxicated with drinking and eating as if they were in the darkness. These things happened because there was no religion. The whole world was suppressed by the power of a thunderstorm. The rain has fallen so much that has made people feel torrid heat and stinging pain. Now that the religion of the sage called 'Buddha' has occurred, the whole world has been drenched in the Buddha's Dhamma, which is a million times more powerful than that of the rain. People who have faith in the Dhamma's taste became very happy. This superb happiness has turned into a new life for them. Trees and leaves can revive in rain just as a living being's mind can rebound after the Dhamma has extinguished the scorching effects of passion (rāga), anger (dosa), and delusion (moha).

ให้จิตมันเพื่อเจ้อ อย่าให้จิตไปรับใช้ความมันเมา ภาษาเขาเรียกว่า อย่าเป็นทาสแห่งความหิวกระหาย ข้อสี่การพูดจามีอยู่แต่คุณต้องมีสัจจะ ที่แท้ สัจจะที่เราควรให้พูดมีอยู่สองคู่สี่คำ จริง ตรงแท้ ถูกต้อง ดิงาม นี้ควรพูดโลกจะเย็น สุดท้าย การบริโศคทุกสิ่งทั้งทางกายทางใจ ถ้าคุณ ไม่มีสติกำกับแล้ว คุณก็กินอย่างสัตว์อยู่อย่างสัตว์ หาความสุขความเจริญ ไม่ได้ โลกนี้เลยกลายเป็นโลกแห่งความวินาศ แต่ถ้าคุณมีศาสนาจะกลายเป็นโลกวินัส งาม จะกลายเป็นโลกนิพพาน จะกลายเป็นโลกนิโรธ ดาดาศ ไปด้วยน้ำนมมารดาที่เย็นฉ่ำ คือสติ เพราะฉะนั้นถ้าศาสนาไปอยู่ที่ไหน มันจะทำให้ชีวิตของเขา ทรัพย์ของเขา ความรักของเขา การพูดจา ของเขา สติของเขา เต็มไปด้วยความสะอาด สงัด สง่า สมบูรณ์พูนผล เขาจะอยู่วันเดียวก็ดีกว่า

ข้าพเจ้าจึงกล่าวปิดท้ายรายการว่า “ยิ่งงามก็ยิ่งโง่ ยิ่งสังัด ก็ยิ่งงาม ยิ่งสงบก็ยิ่งสง่า” โปรตจำไว้ นี่คือศาสนา ข้าพเจ้าจะได้นำไฉพจน์ อันสูงสุดที่พระพุทธเจ้าได้ทรงประทานพร ตื่น ตื่น ตื่นรู้ ถ้าคุณไม่ตื่น คุณไม่รู้ ข้อสองคุณต้องกล้าลอยบาป คุณอย่าไปยึดติดบาปเลย ข้อสาม คุณต้องเชื่อฟังคำสั่งสอนของผู้รู้ อย่าไปเชื่อคำสั่งสอนของคนพาล สุดท้าย การตรัสรู้ของตถาคตไม่จำกัด ทุกชาติชั้น ทุกวรรณะ ทุกภาษา เมื่อพระองค์ตรัสรู้ ท่านไม่เลือกที่ ให้หมด เหมือนกับว่าลม เหมือนกับว่าไฟ เหมือนกับว่าน้ำ เหมือนกับว่าดิน ไม่เลือกที่ ใครเอามาใช้บริโศค

So this world has life, possessions, love, speech, drinking and eating, but it does not have religion. How does religion enter in? There are five things:

1. Life ought to have loving-kindness (*mettā*).
2. Possessions ought to be obtained from the right occupation or the right livelihood (*sammāājīva*).
3. Love ought to be restrained (*saṃvara*).
4. Speech ought to be truthful (*sacca*), which is religion itself.
5. Drinking and eating ought to be done with ‘sati’ (mindfulness).

These five things are religion, which is beyond any life. First, wherever loving-kindness is, life is there. If any place has no loving-kindness, that place will be a hell. Second, wherever right livelihood is, that place is as secure as a bank where we can deposit people to be born in this life and the next. There are only pros, no cons. Third, if there is a marriage and a family, you must be careful. Do not lose control of your mind. Do not be a servant to intoxication; in other words, ‘Do not be a slave to craving.’ Fourth, you should be honest and your speech must be composed of truthfulness. The two pairs or four types of truth we should speak are: factual, truthful, precise, and graceful. The world

ก็ได้ เพราะฉะนั้น คำสอนตลาคตที่ตรัสรู้จึงไม่มีร่องรอยอะไรที่เป็น
เหตุร้าย เหมือนกับมนุษย์ที่จอมปลอมทำอยู่ ขอปิดท้ายรายการให้

will then be peaceful. Lastly, if you are not mindful about whatever you are consuming for both the body and the mind, you are just like an animal - you eat like an animal, and you live like an animal. You will not find any happiness or prosperity in this world. Instead, the world will be one of catastrophe. On the other hand, if you have religion, the world will be beautiful and charming. It will become the world of 'nibbāna' and the world of 'nirodha,' where are full of the mother's cold fresh milk - known as 'sati' (mindfulness). Therefore, if people have religion in any place, the religion will make their lives, their possessions, their love, their speech, and their mindfulness full of cleanliness, wealth, peace, and prosperity. Even if they have only one day left to live, it will still be better.

I would like to conclude by saying that the more beauty people have, the more foolish they are. The more silence they have, the more beautiful they are. The more peaceful they are, the more respect they have. Please always remember that this is religion. Now, this is what the Buddha blessed. Wake up! Wake up! Wake up and be aware! If you are not awake, you will never know. Second, you must be brave enough to be free from sin. Do not attach to sin. Third, you have to believe in the teachings of the enlightened one.



Do not believe in that of bullies. Lastly, the Enlightenment of the Buddha has no limit. After he gained the Enlightenment, he gave the knowledge to all nations, all classes, all languages. He never discriminated just as wind, fire, water, or earth never selects a person. Whoever wants it can consume it right away. Therefore, the teaching of the Buddha will never leave any trace of bad incidence unlike that of pseudo teachings. Allow me now to end the meeting.

REFERENCE



- 1) Dictionary of Buddhism - Phra Brahmagunabhorn (P.A. Payutto).
- 2) A Handbook for the Practice of Ānāpānasati Bhāvanā by Buddhadasa Bhikkhu.
- 3) Handbook for Mankind by Buddhadasa Bhikkhu.
- 4) Why Were We Born? Essays on Life and Enlightenment by Buddhadasa Bhikkhu.
- 5) Nibbāna by Buddhadasa Bhikkhu.

ประวัติย่อ หลวงปู่ทองใบ ปภัสสโร (พระราชสิทธิอาจารย์ วิ.)



หลวงปู่ทองใบ ปภัสสโร (พระราชสิทธิอาจารย์ วิ.) เกิดเมื่อวันที่ ๖ ตุลาคม พ.ศ. ๒๔๗๙ และใช้ชีวิตในยามเยาว์วัยที่บ้านนามน อันเป็นบ้านเกิดใน อ.กมลาไสย จ.กาฬสินธุ์ ตั้งแต่อายุ ๔ ขวบ เคยขอร้องมารดาว่าอยากไปอยู่วัด แต่ก็ไม่ประสบความสำเร็จจนอายุ ๗ ขวบ เป็นเวลาที่ต้องเข้าเรียนหนังสือ จึงได้รับอนุญาตจากมารดาให้ไปอยู่วัดจนสำเร็จการศึกษาภาคบังคับ และถึงแม้จะต้องออกมาช่วยบิดาและมารดาทำงานหลังจากเรียนจบแล้ว ท่านก็ยังใช้ชีวิตอยู่ในวัด จนในที่สุดเมื่ออายุครบ ๒๐ ปีบริบูรณ์ ได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุที่วัดนามนในบ้านเกิดของท่าน เมื่อปี พ.ศ. ๒๔๙๙

ด้วยความที่ท่านเป็นคนมุ่งมั่นใฝ่รู้ในทางธรรม ท่านได้ใช้เวลาในช่วงแรกของชีวิตการเป็นพระภิกษุศึกษาเล่าเรียนพระปริยัติธรรมจนสำเร็จเป็นทั้งนักธรรมตรี โทและเอกในเวลาไม่นาน และตั้งแต่นั้นปี พ.ศ. ๒๕๐๘ เป็นต้นมา ท่านได้เริ่มออกแสวงธรรมโดยไปขอศึกษาอบรมกับพระอริยสงฆ์ผู้เป็นที่เคารพนับถือกันเป็นอย่างมากในสมัยนั้นหลายท่าน คือ หลวงปู่แหวน สุจิณฺโณ, หลวงปู่เทศก์ เทสรังสี, หลวงปู่ชาวนาลโย, หลวงปู่เพชร ปทีโป, หลวงปู่ชา สุภัทโท, หลวงปู่ฝั้น อาจาโร,

หลวงปู่สด วัดปากน้ำ, หลวงปู่ดุลย์ อตุโล, หลวงปู่หล้า เขมปัตโต, หลวงพ่อพุทธทาส อินทปัญโญ, หลวงพ่อปัญญา นันทภิกขุ, สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสโภ) จนกระทั่งปี พ.ศ. ๒๕๑๖ ท่านจึงเริ่มปลีกตัวออกไปปฏิบัติกรรมฐานอยู่ในถ้ำและออกธุดงค์ไปทั่วประเทศไทย และประเทศใกล้เคียงคือ ลาว เขมร พม่า และมาเลเซีย

ในปี พ.ศ. ๒๕๒๐ ท่านได้สมათานบำเพ็ญภาวนาอย่างออกอุษณฺ์ เป็นเวลาร่วม ๑๒ ปี อยู่ในอิริยาบถสามคือ ยืน เดิน นั่ง งดอิริยาบถนอน ซึ่งเป็นการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเดี่ยวอยู่ในห้องสลับกับการออกธุดงค์ นอกจากนี้ท่านยังได้ตั้งสัจจะบารมีมาตั้งแต่นั้นว่าจะอยู่ในอิริยาบถสาม ให้ได้จนครบ ๓๐ ปี และท่านได้ถือปฏิบัติมาตลอดจนกระทั่งถึงปี พ.ศ. ๒๕๔๓ รวมเป็นเวลา ๒๓ ปี ท่านเริ่มอาพาธด้วยโรคกระดูกสันหลังทับเส้นประสาทและต้องเข้ารับการรักษาด้วยการผ่าตัด จึงมีความจำเป็นต้องพักในอิริยาบถนอนในบางเวลาตามคำสั่งของแพทย์ ตั้งแต่บัดนั้นเป็นต้นมา

ในช่วงเวลาหลังจากที่บำเพ็ญภาวนาในห้องครบ ๑๒ ปีแล้ว ท่านเริ่มออกเผยแผ่พุทธธรรมตั้งแต่ว่าปี พ.ศ. ๒๕๓๓ โดยนำพระภิกษุสามเณรที่เป็นศิษยานุศิษย์ภายในวัดออกเผยแผ่ปีละ ๕ เดือน เป็นระยะเวลารวม ๑๐ ปี และเริ่มมาจำพรรษาในป่าบนเขาซึ่งอยู่ในเขตบ้านนาหลวง ต.คำด้วง อ.บ้านผือ จ.อุดรธานี ตั้งแต่ว่าปี พ.ศ. ๒๕๒๙

เป็นต้นมา ซึ่งสถานที่แห่งนี้ได้ถูกพัฒนามาเป็นวัดนาหลวง (อภิฏญญา-เทศิตธรรม) ในปัจจุบัน

ทุกวันนี้ หลวงปู่ทองใบ ปภัสสโร ยังคงมุ่งมั่นเผยแผ่พระธรรม คำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอย่างสม่ำเสมอ โดยเฉพาะ การแสดงธรรมให้กับศิษยานุศิษย์ภายในวัดทุกวันอุโบสถ และทุกวันเสาร์ ที่สองของเดือนให้กับพุทธศาสนิกชนและบุคคลทั่วไปที่สนใจในธรรม นอกจากนี้ยังเมตตาให้มีโครงการเปิดอบรมสำหรับพระวิปัสสนาจารย์ พระภิกษุทั่วไปและฆราวาส ในช่วงระหว่างเดือนมกราคมถึงเดือน พฤษภาคมของทุกปี ซึ่งการอบรมดังกล่าวได้เปิดสอนตามสูตรหลัก ของพระมหาวิทยาลัทยแห่งชีวิตเพื่อนิพพาน อุดม วิเศษ มงคล (พชน.) ที่หลวงปู่ทองใบ ปภัสสโร ได้ก่อตั้งขึ้นเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๔ โดยมุ่งเน้น ปรณิธานที่จะให้มวลมนุษย์ทั้งหลายได้มีโอกาสดำเนินรอยตามพระศาสดา คือ นิพพานสส สจฉิกิริยายะ อันเป็นการกระทำที่แจ้งซึ่งพระนิพพาน และสืบสานฉันทกิจให้พระมหาวิทยาลัทยได้เป็นต้นแบบอันเป็นแดนศีล ถินธรรม นาวิมุตติ สูงสุดอมตะ เป็นที่อยู่ของอริยะ มีจุดมุ่งหมายเพื่อ พัฒนาสัตว์ให้เป็นคน พัฒนาคนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ยิ่งขึ้นไปตาม ลำดับ จนบรรลุความเป็นปราชญ์อริยะในที่สุด

หลวงปู่ทองใบ ปภัสสรโรร ได้รับพระราชทานแต่งตั้งสมณศักดิ์ ดังนี้

- เป็นพระครูประภัสสรสุทธิคุณ ในปี พ.ศ. ๒๕๑๕
- เป็นพระภวณาวิสุทธาจารย์ ในปี พ.ศ. ๒๕๔๖
- เป็นพระราชสิทธิาจารย์ วิ. ในปี พ.ศ. ๒๕๕๒

BIOGRAPHY
Luang Pu Thongbai Papassaro
(Phraraj Siddhajahn)

❖

Venerable Luang Pu Thongbai Papassaro (Phraraj Siddhajahn) was born on October 6, 1936. He spent his childhood in his hometown - Namon village in Kamalasai district, Kalasin. When he was four years old, he asked his mother to let him stay in the monastery. However, he had never been successful until his age of seven. He was finally allowed to enter into a monastic life and went to school at the same time. Once he finished his education, even though he had to help his parent working, he still lived his life in the monastery. In 1956, at the traditional age of twenty, he finally took ordination as a Bhikkhu at Wat Namon in his hometown.

He diligently spent the very first years of his Bhikkhu life studying some basic Dhamma, discipline and scriptures and graduated in a short period of time as a Dharma scholar in elementary, intermediate, and advanced level. From 1965, he spent many years studying under highly respected noble monks: Venerable Waen Sujjinno, Venerable Thate Desarangsri, Venerable Chah Subhaddo, Venerable Fun

Arjaro, Venerable Sod at Wat Paknam Bhasi Charoen, Venerable Dun Atulo, Venerable Lar Khemabuddho, Venerable Buddhādāsa Indapanno, Venerable Panya Nanda Bhikkhu, and Somdej Phrabuddhajahn Arj Arsabho. In 1973, he started wandering for a number of years in the style of ascetic monk, and practicing in many forests and caves both in Thailand and in other foreign countries - Lao, Cambodia, Burma, and Malaysia.

In 1977, he had made a strong aspiration in practicing intensive meditation and Vipassana for twelve years in three postures: sitting, standing, and walking, not lying down. Simultaneously, he had switched between practicing in solitude in a room and doing the ascetic practices. Since he originally made the strong aspiration in practicing, he also committed that he would observe the dhutanga practice of not lying down to sleep for thirty years; however, he had only been able to complete it for twenty three years. In 2000, he sustained a spinal injury from the practice and was hospitalized for a surgery. Since then, his doctors have advised him against continuing this austere practice.

In 1990, after twelve years of intensive and austere practice, he started leading a group of monks, novices, and laity, who had been following him, and began spreading

Dhamma knowledge from his experiences to other Buddhists. He had done this for five months annually for a total period of ten years. In the meantime, he started spending the rains retreat (Vassa) on top of the mountain in the forest near the village called Naluang in Khamduang subdistrict, Banphue district, Udon Thani, which has been developed to be Wat Naluang (Apinyadhesittatham) as of today.

In these recent years, he continues to disseminate the true teachings of the Buddha by giving a weekly sermon on every Buddhist holy day to the monks and the followers who are in the monastery and on every second Saturday of each month to all Buddhists and laity, who are interested in Dhamma. Moreover, each year, he has been teaching in many meditation programs where both monks and laity can attend at the University of Life and Nibbāna, which he founded in 2011 at Wat Naluang (Apinyadhesittatham). His aspiration is to help all living beings to follow the Buddha's teaching, which will lead them to the path that can eliminate all of their suffering. He continues to strengthen the function of the University as a role model of the moral land, the Home of Dhamma, the birthplace of liberation, realization of the eternal Dhamma, and land of the Noble ones. The purpose of the meditation program is to develop a living being to be

a man and develop a man to be a perfect human with morality and good conduct until he or she is able to gain enlightenment as one of the Noble ones.

He was appointed in Sangha's ranking as follows:

- Phrakru Papassorn Suddhikhun in 1972.
- Phra Bhavana Visuddhajahn in 2003.
- Phraraj Siddhajahn in 2009.

ภราดรภาพแห่งธรรม

ชาววัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม) ขออนุโมทนากับ พระภิกษุสงฆ์และฆราวาสทุกท่านที่มาร่วมในงานสามัคคีธรรม ณ วัดนาหลวง เมื่อวันที่ ๑๘ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๙ การมาพบกัน ในครั้งนี้เปรียบเสมือนการมารวมกันของพี่น้องร่วมสายโลหิตกัน ทางธรรม เรียกได้ว่าเป็นภราดรภาพแห่งธรรมที่ไม่เลือกชนชั้น วรรณะ เชื้อชาติ หรือภาษา ถึงแม้ว่าจะมาจากสถานต่างๆ ต่างกัน มีความรู้ และประสบการณ์ที่ต่างกัน แต่ทุกท่านก็มีจุดมุ่งหมายเดียวกันคือ เพื่อเรียนรู้ศึกษาแลกเปลี่ยนและทำความเข้าใจในพระธรรมคำสอนของ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอันลึกซึ้ง เปรียบเสมือนกระจกแปดด้าน ที่หันเข้าหากัน ถึงจะมีความแตกต่างในภาพที่กระจกฉายในแต่ละมุมแต่ ก็ส่องความกระจ่างชัดให้กันและกัน นั้นหมายถึงความกระจ่างที่เรา สามารถมองเห็นได้ในทุกแง่มุม การศึกษาพระธรรมอาจมีความหลากหลายแต่พระธรรมคำสั่งสอนที่พระพุทธองค์ได้แสดงไว้นั้นเป็นหนึ่งเดียว คือเพื่อนำไปสู่หนทางแห่งความดับทุกข์ในที่สุด ดังนั้นการสนทนาและ ฟังธรรมด้วยสติและปัญญาจนเข้าถึงความแจ่มแจ้งในครั้งนี้ ได้ยัง ประโยชน์สูงสุดให้แก่ผู้เข้าร่วมทุกท่านและจักยังประโยชน์ให้แก่อนุชน ชาวโลกรุ่นหลังสืบไป

นอกจากนี้ ทางวัดขออนุโมทนาเป็นอย่างยิ่งกับคณะผู้จัด ผู้ประสานงาน ผู้แปล และผู้มีส่วนร่วมในงาน รวมทั้งสถาบันที่ให้การ สนับสนุนทั้งภายในและต่างประเทศ มีรายนามดังต่อไปนี้

1. พระครูปริยัติภาวนานิเทศก์ (วิ) โสป่าโก โปธิ (ส.นามโท)
2. ดร. พระครูสิริอรรถวิเทศ เลขาธิการสมัชชาสงฆ์ไทยใน สหรัฐอเมริกา ประธานกรรมการอำนวยการวัดไทย กรุงวอชิงตัน, ดี.ซี.
3. ดร. พระมหาบาง เขมานนโท เจ้าคณะอำเภอหนองหาน เจ้าอาวาสวัดสันติวนาราม
4. ดร. พระครูสุธีธรรมธร (อำพล สุธีโร) รองเจ้าคณะ อำเภอหนองหาน เจ้าอาวาสวัดศรีทรงธรรม
5. พระครูภาวนาธรรมาภินันท์ เจ้าอาวาสวัดนาหลวง (อภิัญญาเทสิตธรรม)
6. พระครูปัญญาสุตาภรณ์ รองเจ้าอาวาสวัดนาหลวง (อภิัญญาเทสิตธรรม)
7. คุณพ่ออารีย์ ศรีบุรธรรม เบอร์แกน และ ดร.ไพศาล แน่นอุดร
8. สมัชชาสงฆ์ไทยในสหรัฐอเมริกา

9. พุทธสมาคมนานาชาติแห่งสหรัฐอเมริกา (IBAA)
10. สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ
11. กรมการศาสนา กระทรวงวัฒนธรรม
12. มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
13. วัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม)
14. วัดสันติวนาราม

DHAMMA'S FAMILY



We would like to pay our deepest appreciation for all monks and laity who joined together at Wat Naluang on February 18, 2016. We are like a group of brothers and sisters of the same parent - Dhamma. This is 'Dhamma's Family,' where everyone is welcome because there are no differences in classes, nations, or languages among us, even though we are from different places, having different knowledge and experiences. However, all of us were here for the same purpose to study and make clear the understanding of the Buddha's Dhamma, which is truly profound. This can be compared to an eightfold mirror that each fold is facing one another. Even though each of them is facing a different angle, together, they give a complete picture. There may be various ways to study and practice Dhamma but there is only one Dhamma, which will lead us to the same place - the path to the extinction of suffering. Therefore, everyone's willingness and participation in the Dhamma talk have ensured that true teachings of the Buddha will permeate through all who came and all cultures in the world for future generations to come.

In addition, we would like to deliver special appreciation to the program director, coordinators, translators and regional and international organizations whose successful collaborations brought harmony among us all.

1. Phrakru Pariyatbhavananithes (Sobin)
2. Phrakru SiriattHAVIDES Ph.D.(Pramaha Thanat Inthisan), Secretary-General of the Council of the Thai Bhikkhus in U.S.A.
3. Phramaha Bang Khemanando Ph.D., Head Monk of Wat Santiwanaram in Nonghan District, Udonthani
4. Phrakru Sudhidhammathon Ph.D.(Pramaha Ampol Sudhiro), Head Monk of Wat Srisongtham in Nonghan District, Udonthani
5. Phrakru Bhavanathammapinan, Head Monk of Wat Naluang (Apinyadhesittatham)
6. Phrakru Panyasuttapohn, Assistant Head monk of Wat Naluang (Apinyadhesittatham)
7. Mr. Arry Sriburatham Berrigan and Paisal Nanudorn Ph.D.
8. The Council of Thai Bhikkhus in U.S.A.

9. International Buddhist Association of America
(IBAA)
10. National Office of Buddhism
11. Department of Religious Affair
12. Ministry of Culture
13. Mahachulalongkornrajavidyalaya University
14. Wat Santiwanaram



Vipassana Meditation
Calm and clear insight

International Seminar on

Methodology Development to teach Vipassana Meditation for Global Peace
Wat Santivanaram, Ban Chiang, Nonghan, Udonthani, Thailand

15-20 February, 2016

การสัมมนาและปฏิบัติการฐานนานาชาติ

เรื่อง พัฒนาการสอนวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อสันติภาพโลก
วัดสันติวนาราม ต.บ้านเชียง อ.หนองหาน จ.อุดรธานี ประเทศไทย
๑๕-๒๐ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๙



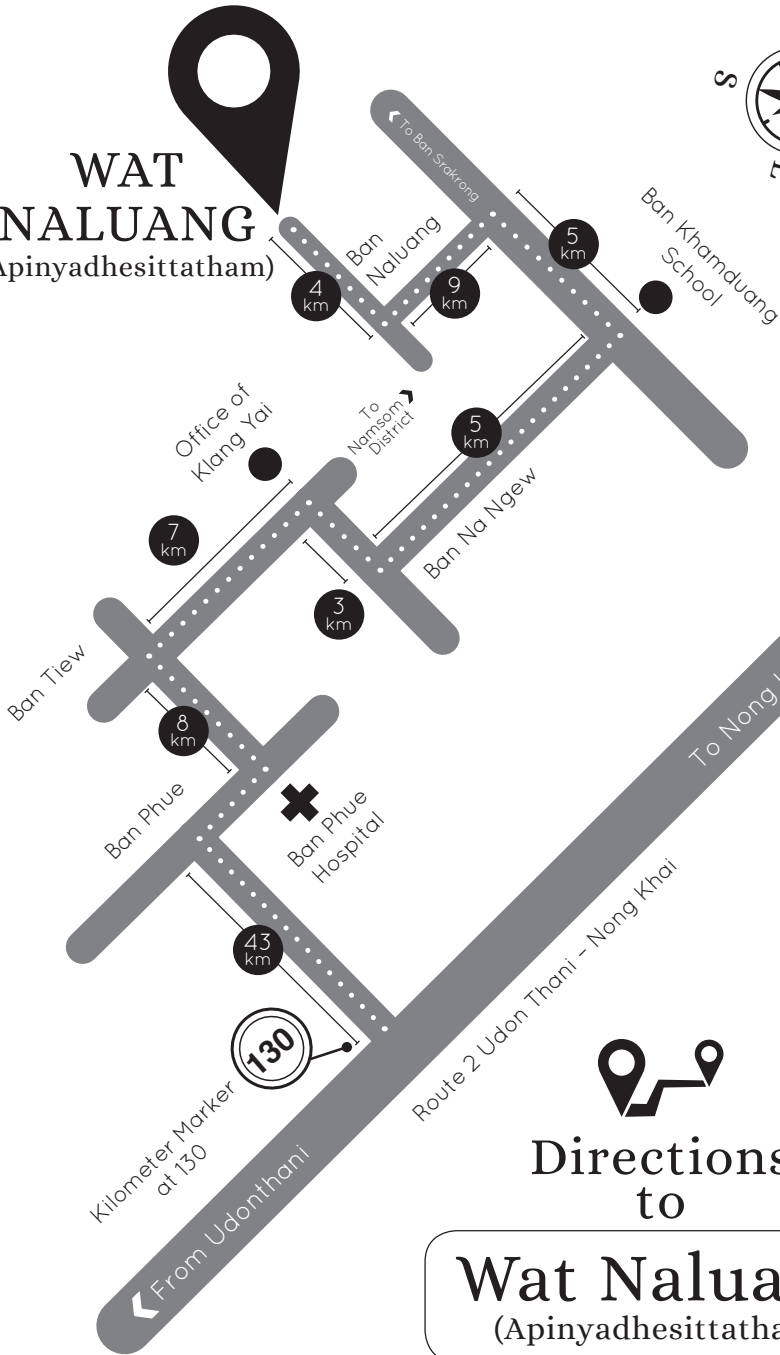
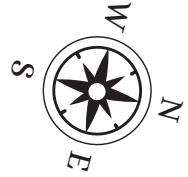


Travel to Wat Naluang (Apinyadhesittatham)

No	Name and surname	Remark
1	Phrakru Siriathavithes, Ph.D	USA
2	Phramaha Bang Kamananto	Thailand
3	Phrakru Southithammathone	Thailand
4	Phrakru Sudhikhambhirayana MCU Khonken	Thailand
5	Venerable U Javana	Mynmar
6	Master Alleny Hou (Zen yu)	Japan
7	Phra Sheel Ratna Gautan	India
8	Phra Bhikkhu Bodhipala	India
9	Phra Vanna Tingmalakhkam	
10	Phra sitthichai Ekpruesa-amphai	
11	Rev. Avissawelle Dhammanandathero	Srilanka
12	Phra Siphandone Souvannaseng	Lao
13	Phra Bouchou	Lao
14	Phra Salawout	Lao
15	PhraTang Ying-hao	Taiwan
16	Phra Sone Chitavan	
17	Phra Achan Sobin S.Namto	USA
18	Phramaha Suphon Saiisampanno	USA
19	Phrakrusridhammanusit	USA
20	พระครูอุดมปฐมรักษ์ จต.บ้านเชียง	Thailand
21	พระครูสิริปฐมรักษ์ จต.หนองเม็ก	Thailand
22	พระครูธำรงสุตาภรณ์ หนองวัวซอ	Thailand
23	Phra Michael Choonngern	USA

No	Name and surname	Remark
	Laity	
1	Dr. Moli Ni	Mynmar
2	Nguyen Vu Thi Van	Vietnam
3	Arry Berrigan	USA
4	Ms. Ratana Chotikawechkul	USA
5	Ms. Sirilak Bhanichavit	USA
6	น.ส อรนุช อุกฤษฏ์กุล	USA
7	Neo Say Kiat	USA
8	Vu Trong Hiep	Malaysia
9	Jennifer Hogan	USA
10	Maria Delmar	Sweden

WAT NALUANG (Apinyadhesittatham)




Directions
to

Wat Naluang
(Apinyadhesittatham)




WAT NALUANG (Apinyadhesittatham)

Khamduang Subdistrict, Banphue District,
UdonThani, Thailand 41160

 +6688-569-2049.

 watnaluangMCN@gmal.com

 <https://th-th.facebook.com/watnaluang>