



๔๐๕๓๓๖๓๖๔



# อานุกาพพลังจิต

ดร.สนอง วรอุไร  
ดร.อาจอง ชุมสาย ณ อยุธยา  
ดร.บรรจบ บรรณรุจิ



[www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com)



ภาพจากงานเสวนา ๑๖ มีนาคม ๒๕๕๖



ชมรมกัลยาณธรรม  
หนังสือลำดับที่ ๒๗

อานูกาพหลังจิต : ดร.สนอง วรอุไร  
ดร.อาจง ชุมสาย ณ อยุธยา  
ดร.บรรจบ บรรณรุจิ

จากงานแสดงธรรมปฏิบัติธรรมเป็นธรรมทาน  
ถวายเป็นพระราชกุศลแด่องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว  
จัดโดย มทร.กรุงเทพ ร่วมกับ ชมรมกัลยาณธรรม  
๑๖ มีนาคม ๒๕๕๑  
จัดพิมพ์แจกเป็นธรรมทานโดย

ชมรมกัลยาณธรรม  
๑๐๐ ถ.ประโคนชัย ต.ปากน้ำ  
อ.เมือง จ.สมุทรปราการ ๑๐๒๗๐

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : ๕๐๐๐ เล่ม  
มีนาคม ๒๕๕๑

จัดรูปเล่ม : นุชจรินทร์ ตั้งอาวีชนากการ  
แยกสี : canna graphic ๐๘๖-๓๑๔๖๖๕๑

จัดพิมพ์ที่ : บริษัท ชุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด  
โทร ๐๒-๘๘๕๗๘๗๐-๓  
www.kanlayanatam.com

## เสวนาธรรม

เรื่อง อานูกาพหลังจิต

ณ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ บพิตรพิบูลย์ มหาเมฆ

วันที่ ๑๖ มีนาคม ๒๕๕๑

ระหว่าง

ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร

กับ

ท่านอาจารย์ ดร.อาจง ชุมสาย ณ อยุธยา

ดำเนินการเสวนาโดย

ท่านอาจารย์ ดร.บรรจบ บรรณรุจิ

พิธีกร : คุณสุกฤษฎิ์ กิตพิทักษ์กุล

## คำนำ

บรรยากาศอันอบอุ่นเปี่ยมล้นด้วยรอยยิ้มในวาลมิตรผู้สนใจ  
ใฝ่ธรรม จากงานแสดงธรรม-ปฏิบัติธรรม ในวันอาทิตย์ที่ ๑๖  
มีนาคม ๒๕๕๑ ยังคงชัดเจนอยู่ในความทรงจำ

สาระธรรมความรู้อันเป็นประโยชน์เป็นแบบอย่างในการ  
ดำเนินชีวิต จากการได้ฟังเสวนาธรรมเรื่อง อานุภาพพลังจิต จาก  
สามปราชญ์ทางธรรม อันประกอบด้วย ดร.สนอง วรอุไร  
ดร.อาจง ชุมสาย ณ อยุธยา และ ดร.บรรจบ บรรณรุจิ ที่ได้ขึ้น  
เวทีพร้อมกันในวันนั้น ถือว่าเป็นความรู้ที่มีค่าที่ควรแผ่ขยายออกไป  
ในวงกว้าง

นอกจากจัดทำวีดิทัศน์แล้ว คณะผู้ศรัทธาในทีมงานชมรม  
กัลยาณธรรม ยังได้ช่วยกันถอดความ เรียบเรียงเป็นหนังสืออันทรง  
คุณค่าเล่มนี้ หวังว่าจะเกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องตรงตาม  
ธรรม เป็นธรรมานุสติแก่ท่านผู้อ่านและขออนุโมทนาในความร่วม  
แรงร่วมใจของคณะผู้จัดทำทุกท่านไว้ ณ ที่นี้เป็นอย่างสูง

ชมรมกัลยาณธรรม



บรรยากาศในงานเสวนาธรรม

- **พิธีกร :** ลำดับต่อไปนี้เราได้รับเกียรติจากบุคคล ๓ ท่าน ซึ่งกระผมถือได้ว่ามีอะไรหลายๆอย่างคล้ายคลึงกัน ทั้งในทางโลกและทางธรรม ทั้ง ๓ ท่านในทางโลกนี้ จบการศึกษาระดับปริญญาเอก เป็นดอกเตอร์ทั้ง ๓ ท่านเลย และผมเชื่อแน่ว่า นอกจากเป็นดอกเตอร์ในทางโลกแล้ว ยังเป็นดอกเตอร์ในทางธรรมด้วย ซึ่งในช่วงนี้กระผมใคร่ขอแนะนำ ให้ท่านได้รู้จักกับผู้ที่จะมาร่วมเสวนาธรรม ในเรื่องของ อานุกาพพลังจิต

ท่านแรกครับ ขอเสียงปรบมือต้อนรับ ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ผู้ร่วมเสวนาธรรมท่านที่สอง ขอเสียงปรบมือต้อนรับ ท่านอาจารย์ ดร.อาจง ชุมสาย ณ อยุธยา ส่วนท่านที่สาม ซึ่งจะมาทำหน้าที่เป็นผู้ดำเนินรายการหรือพิธีกร ในช่วงเสวนาธรรม ขอเชิญ ท่านอาจารย์ ดร.บรรจบ บรรณรุจิ ครับ

- **ดร.บรรจบ :** นมัสการพระคุณเจ้าที่เคารพ สวัสดิ์ท่านผู้มีเกียรติทุกท่าน เรื่องอานุกาพของพลังจิตนั้นเป็นอย่างไร ผมคงไม่ต้องให้คำจำกัดความ แต่ใคร่ขอเรียนว่า อานุกาพพลังจิตมีความหมายกว้างมาก ส่วนจะกว้างอย่างไร ผมจะไม่ขอพูดในตอนนี้ ขอให้เป็นหน้าที่ของวิทยากรทั้ง ๒ ท่าน โดยในช่วงแรกนี้ผมขอเรียนเชิญอาจารย์สนอง แสดงความคิดเห็นก่อน ขอเรียนเชิญครับ

- **ดร.สนอง :** นมัสการพระคุณเจ้า สวัสดิ์ท่านญาติธรรมผู้เจริญทุกท่าน จริงๆคำจำกัดความของอานุกาพพลังจิตนี้ ไม่จำเป็นต้องอธิบาย เพราะว่าสิ่งต่างๆนี้ท่านสามารถสัมผัสได้ด้วยตัวท่านเอง ในสิ่งที่เรามีจิตทุกคนเป็นพลังงาน ถ้าเราพัฒนาบริหารจัดการ แล้วนำมาใช้ในทางที่ถูก อานิสงส์ก็จะเกิดขึ้น อย่างที่ท่านได้มาสัมผัสในงานนี้ด้วยตัวท่านเองแล้วว่า เมื่อใดก็ตาม ถ้าเราพัฒนาจิตไปในแนวทางที่ถูก แล้วเอามาใช้ให้เกิดประโยชน์ เราก็จะเห็นอานุกาพของมัน ซึ่งการนำพลังจิตมาใช้ในทางที่ถูกนี้ ต้องถามตัวเองว่ามันถูกของใคร เพราะสิ่งต่างๆในทางโลก ถ้าเราเอามาใช้ในทางโลกมันก็ถูกในทางโลก ยกตัวอย่างของท่านวิทยากร ท่านอาจารย์อาจง ที่ทางชมรมฯเชิญมา เราได้เห็นสุดยอดของบุคคลผู้พัฒนาพลังงานจิตแล้วนำมาใช้ประโยชน์ในทางโลก เป็นวิทยากรที่พวกเราทั้งหลายนี้โชคดีมาก ฝรั่งทั่วโลกที่เรียนมาทางสุตมยปัญญาและจินตามยปัญญา ไม่สามารถที่จะเปรียบได้กับผู้ที่เข้าถึงภาวนามยปัญญาในทางพระพุทธศาสนา ซึ่งวันนี้ ท่านอาจารย์อาจง ท่านจะได้มาแสดงให้พวกเราได้ดู ได้รู้ ได้เห็น ได้เข้าใจ ไม่มีหอรอกครับ ทั้งสุตมยปัญญาและจินตามยปัญญา ก็รู้ภาวนามยปัญญาในทางธรรมไม่ได้ และเช่นเดียวกัน ผมในฐานะที่เป็นนักวิทยาศาสตร์ พัฒนาปัญญาาระดับสุตมยปัญญาและจินตามยปัญญาขึ้นมาจนสูงสุดในทางโลก แล้วตอนนี้เปลี่ยนมาพัฒนาภาวนามยปัญญาในทางธรรม

จนเข้าถึงธรรมะของพระพุทธะ และได้นำเอาปัญญาภาวนามาแสดง มาบอกกล่าวให้พวกเราได้ยินได้ฟัง จนเป็นผลที่ท่านสามารถจะสัมผัสได้ การแสดงปัญญาในทางธรรมให้พวกเราได้เข้าถึง ได้รู้ ได้เห็น ได้เข้าใจ แล้วนำมาใช้กับชีวิตตนเองได้ อานุภาพในทางธรรมจึงเกิดขึ้นอย่างที่ท่านได้สัมผัสด้วยตัวท่านเอง ก่อนที่จะออกมาจนถึงระดับนี้ได้ ผมต้องเอาธรรมะมาพัฒนาจิตวิญญาณตัวเอง พัฒนาชีวิตตัวเอง จนให้ท่านสามารถสัมผัสได้เป็นตัวอย่าง แล้วความศรัทธาก็จะเกิดขึ้น อย่างที่ท่านเห็น การแสดงธรรม การบรรยายธรรม ในสิ่งที่ถูกต้องชอบธรรมนี้ มันเกิดขึ้นได้ด้วยปัญญาชั้นสูงซึ่งมีอยู่ในพุทธศาสนาเท่านั้น แล้วท่านอย่าคิดว่าผมสามารถจะทำได้ผู้เดียว ไม่หรอกครับ ใครผู้ใดที่ยังมีร่างกายนี้เป็นเครื่องมือให้จิตได้ใช้งาน ถ้าไปพัฒนาในวิถีทางที่ถูกต้องตามแนวของพระพุทธะ ทุกท่านก็สามารถจะเข้าถึงได้ ไม่จำเป็นว่าจะต้องเป็นวิทยากรที่นั่งอยู่บนเวที วิทยากรที่นั่งอยู่บนเวทีนี้เพียงมาเป็นตัวอย่างให้พวกเราได้รู้ ได้เห็น ได้เข้าใจว่า เมื่อใดที่เราพัฒนาพลังงานจิตไปในวิถีทางที่ถูกต้องแล้ว ก็สามารถที่จะเอามาชี้นำทางให้กับชีวิตของตนเองได้ อานุภาพหรือความมหัศจรรย์ก็เกิดขึ้นได้กับผู้นั้น ไม่จำเป็นว่าต้องเป็นวิทยากรที่นั่งอยู่บนเวที ทุกท่านที่ฟังแล้วเอาไปทำตาม แล้วพัฒนาให้ได้ มันก็เหมือนกัน จะมีอานุภาพเหมือนกัน เพราะจิตนั้นมีสภาวะเป็นพลังงานที่เหมือนกัน เพียงแต่รอการพัฒนา

ให้ถูกทางเท่านั้นเอง

การพัฒนาพลังงานตัวนี้ เพื่อให้เกิดอานุภาพเอามาใช้ประโยชน์ให้เกิดกับชีวิตได้ วิธีการในทางพุทธศาสนาได้สอนได้บอกแล้ว มีอยู่ตั้งแต่ครั้งพุทธกาลเป็นต้นมา หลังจากที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้และเผยแผ่สังฆธรรม วิธีการพัฒนาจิตตั้งแต่ครั้งพุทธกาลที่พระพุทธเจ้ามีชีวิต จนบัดนี้ยังไม่สูญหายไปไหน ยังอยู่สมบูรณ์บริบูรณ์ ใครผู้ใดสามารถชี้แนวทางที่พระพุทธะได้บอกชี้มาได้ เอามาใช้กับตัวเอง พัฒนาจิตของตัวเองให้อยู่ในวิสัยที่มีพลัง แล้วเรานำพลังนั้นมาใช้ในทางที่ถูกต้องตามแนวที่พระพุทธะบอกไว้ ทุกท่านก็มีพลัง ทุกท่านก็สามารถที่จะแสดงอานุภาพของพลังจิตตัวเองให้เกิดขึ้นได้ ไม่จำเป็นต้องเป็นวิทยากร เพราะฉะนั้นอยากจะบอกพวกเราว่า ผมได้ทำให้ท่านดูเป็นตัวอย่างและท่านสามารถสัมผัสได้ด้วยตา โดยไม่ต้องมาถาม พลังจิตของแต่ละคนมีอยู่ เพียงแต่รอการพัฒนา ใครผู้ใดที่เข้าถึงการพัฒนาจนเกิดประโยชน์ขึ้นกับชีวิตตนเองได้แล้ว สามารถไปทำให้ชีวิตคนอื่นดำเนินไปในแนวทางที่ถูกต้อง นี่คืออานุภาพพลังงานจิต

พลังงานจิตที่พระพุทธะท่านชี้ไว้มีอยู่ ๕ ตัวด้วยกัน คือ พลังศรัทธา ที่ท่านมาวันนี้มาด้วยความศรัทธา เห็นไหมครับ

นั่นคืออำนาจของพลังงานจิตที่เราพัฒนาแล้วมันจะเกิดพลัง  
ศรัทธาเกิดขึ้น สองคือ พลังความเพียร อย่างในสมัยที่ผมเป็น  
นักวิทยาศาสตร์แล้วไม่เชื่อธรรมะไม่เชื่อว่าพระพุทธเจ้า  
จะหลุดถูก ไม่เชื่อว่าตายแล้วจะต้องไปเกิดใหม่ ไม่เชื่อว่าเทวดา  
มีจริง ผมไปบวชเป็นพระ เมื่อเจริญสติได้โดยใช้ความเพียรเป็น  
องค์ประกอบ เมื่อเจริญสติได้ สมาธิคือจิตตั้งมั่นจะเกิดขึ้น  
ถ้าเราทำได้ถูกทางจิตตั้งมั่นได้เองถูกทางคือทำอย่างไร คือเจริญ  
พลังสติให้เกิดมีมากขึ้น ขนาดผมเรียนจบปริญญาเอกทางด้าน  
วิทยาศาสตร์ อาจารย์ของผมคือท่านเจ้าคุณโชดก ที่คณะ ๕  
วัดมหาธาตุฯ ท่านพระจันทร์ บอกว่าพลังสติของผมนั้นมีนิดเดียว  
ฟังแล้วท่านต้องไปคิด ขนาดผมจบถึงปริญญาเอก ท่านบอก  
ผมว่ามีสติเพียงนิดเดียว ที่แรกผมก็ฟังหูไว้หู เดี่ยวนี้กาล  
เวลาผ่านไปสามสิบกว่าปี ผมยอมรับโดยคุณวิว่าคำพูดของ  
ครูบาอาจารย์นั้นใช่เลย คนปกติมันถ้ามีกำลังของสติมาก จะไม่  
ทำชั่ว เดี่ยวนี้สามสิบกว่าปีผ่านไป ได้วิเคราะห์คำพูดของครูบา  
อาจารย์ ก็เห็นว่าใช่เลย เพราะฉะนั้นพลังศรัทธา พลังวิริยะ  
(ความเพียร) เพื่อที่จะฝึกจิตให้มีสติ ไปพัฒนาจิตวิญญาณ  
ตัวเองให้เกิดอานุภาพ ด้วยพลังความเพียร ผมได้ทำให้ดูเป็นตัวอย่าง  
แล้วว่า ในรอบหนึ่งวันมี ๒๔ ชั่วโมง ผมเจริญความเพียร  
๒๐ ชั่วโมงต่อวัน พักผ่อนประมาณ ๔ ชั่วโมง พัฒนาจิตให้มีสติ  
ต่อเนื่อง ๓๐ วันไม่มีติดเลย นั่นคือพลังความเพียร เพียรที่

จะฝึกจิตให้มีสติ ภายใน ๗ วัน ผมเข้าถึงสมาธิสูงสุดคือจิตตั้ง  
มั่นสูงสุด กำลังสติกล้าแข็งจนจิตตั้งมั่นอยู่ในระดับฌาน เพียง  
๗ วันก็สามารถเข้าถึงได้ แต่ ๗ วันของผมนี้ วันละ ๒๐ ชั่วโมง  
คูณ ๓๐ วัน คนอื่นเขาไม่ทำก็เรื่องของเขา แต่ผมอยากจะพิสูจน์  
สังขารธรรมจึงต้องทำจิตให้มีอานุภาพให้มีพลัง

โดยเฉพาะพลังศรัทธามีเต็มร้อยเพราะอาจารย์ของผม  
สุดยอด ขนาดนั่งเฉยๆท่านรู้หมด คิดอะไรท่านรู้หมด แม้กระทั่ง  
ผมคิดจะหนีท่าน ท่านก็รู้อีก อึดอัดที่สุดเลยครับ คนปกติทั่วไป  
ที่ไม่ได้พัฒนาจิตวิญญาณ ใครเขานั่งคิดอะไรไม่รู้ แต่อาจารย์  
ของผมรู้หมด ทุกท่านที่นั่งอยู่ในห้องนี้ก็สามารถจะรู้ได้ ขอ  
เพียงเจริญพลังสติจนถึงขั้นจิตตั้งมั่นสูงสุดจนเป็นฌาน  
ออกจากฌานเมื่อใด เจโตปริยญาณเป็นความรู้สูงสุดขั้นโลกก็ยะ  
เกิดขึ้นกับทุกคนที่เข้าถึง พระพุทธเจ้าตรัสไว้ตั้งสองพันกว่าปีแล้ว  
ยังเป็นจริงจนทุกวันนี้ เมื่อสมาธิถึงขั้น ผมต้องลดกำลังสมาธิตาม  
ครูบาอาจารย์บอก ลดลงมาจนถึงขั้นที่จวนแน่แน่ เพราะถ้าจิต  
แน่แน่เมื่อไหร่มันเข้าฌาน ต้องถอนออกมาอยู่ในระดับจวนแน่  
แน่ที่เรียกว่า อุปจารสมาธิ แล้วนำกำลังของสมาธิไปพัฒนาเป็น  
วิปัสสนา คือปัญญาเห็นแจ้งให้เกิดมีขึ้น เป็นกำลังของจิตตัว  
สุดท้าย คือปัญญาเห็นแจ้ง ภายใน ๓๐ วัน ตีโรราบเลยครับ สิ่ง  
ที่ไม่เชื่อทั้งหลายที่เกริ่นมาแต่แรก ไม่เชื่อว่าตายแล้วจะต้องไป

เกิดใหม่ ไม่เชื่อว่าเทวดามีจริง มาหมดเลยครับ ไม่เชื่อว่านั่งอยู่  
เฉยๆ แล้วไปรู้ความคิดของคนอื่นได้ ไม่เชื่อครับ ภายใน ๓๐ วัน  
ศิโรราบมาหมดเลยครับ แล้วในวันสุดท้ายที่ไปลาสิกขาจากการ  
เป็นพระไปเป็นเพศฆราวาส ด้วยเหตุจำเป็นต้องไปสอนหนังสือ  
ในมหาวิทยาลัย ผมไปลาสิกขาของท่านเจ้าคุณโชดก ซึ่งเป็นทั้ง  
อุปัชฌาย์และครูผู้ให้กรรมฐาน ท่านพูดว่า “สิ่งที่ได้ไปนั้นเป็น  
ของดีของวิเศษให้เก็บไว้กับตัวตลอดชีวิต” แล้วได้อะไรครับ  
ก็ได้ พลังทั้ง ๕ ตัว คือ พลังศรัทธา พลังวิริยะ พลังสติ พลังสมาธิ  
และพลังปัญญา เป็นของดีของวิเศษให้เก็บไว้กับตัวตลอดชีวิต  
รับปากกับท่านว่า ผมจะเก็บไว้ และผมก็มีสัจจะรักษาไว้มาจนถึง  
บัดนี้เป็นเวลานานสามสิบกว่าปีแล้ว จึงมาแสดงให้ท่านดู ให้เห็น  
อานุภาพของพลังจิตว่ามีจริง อย่างที่ท่านสัมผัสได้ทุกวันนี้



● **ดร.บรรจบ** : กราบขอบพระคุณท่านอาจารย์สนองนะครับ ที่ได้  
อธิบายคำว่าพลังจิตชัดเจน ออกมาเป็นภาคปฏิบัติ ท่านทั้งหลาย  
ก็定会พอใจความได้ว่าอานุภาพของพลังจิตที่วามันหมายถึง  
สภาวะจิตที่เข้มแข็ง พลังก็คือความเข้มแข็ง พลังจิตก็คือจิตที่มี  
พลัง มีความเข้มแข็ง เข้มแข็งด้วยอะไรครับ เข้มแข็งด้วยพลัง  
ศรัทธา พลังวิริยะ พลังสติ พลังสมาธิ และพลังปัญญา สิ่งเหล่านี้  
ท่านอาจารย์สนองท่านไม่ได้คิดขึ้นมาเอง ไม่ได้บัญญัติขึ้นมาเอง  
แต่พระพุทธเจ้าตรัสไว้เมื่อประมาณสองพันกว่าปีมาแล้ว แล้ว  
อาจารย์สนองเป็นผู้หนึ่งที่พิสุจน์คำสอนของพระพุทธเจ้า แล้ว  
ท่านก็ยอมรับว่าสิ่งที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้เป็นความจริงทุก  
ประการ โดยเริ่มต้นจากการสร้างพลังสติให้เข้มแข็งแล้วพลัง  
สมาธิก็เกิดตาม แล้วพลังต่างๆ พลังศรัทธา พลังวิริยะ พลัง  
ปัญญา ก็เข้ามาเกื้อกูลเกื้อหนุนพลังเหล่านี้ ท่านอาจารย์สนอง  
สรุปดีนะครับว่าทุกท่านทำได้ อาจารย์สนองทำได้ ทุกท่านในที่  
นี้ก็ทำได้ ตอนนี้อีกท่านหนึ่งที่ใช้พลังจิตสร้างความยิ่งใหญ่ให้  
แก่โลก คือท่านอาจารย์ ดร.อาจง ชุมสาย ณ อยุธยา ขอเรียน  
เชิญท่านอาจารย์ครับ

▶ **ดร.อาจง** : กราบนมัสการพระคุณเจ้า ท่านที่เคารพทุกท่าน  
ครับ มนุษย์เรามีความสามารถมากมาย จริงๆแล้วไม่มีอะไรเลย  
ที่มนุษย์เราทำไม่ได้ถ้าเมื่อเราคิดได้ สิ่งที่เราทำไม่ได้ก็คือสิ่งที่เรา



คิดไม่ได้เลย อย่างเช่นเมื่อสองร้อยปีที่แล้วมนุษย์เราเริ่มคิดว่าเราจะไปเดินบนดวงจันทร์ เขียนเป็นนวนิยาย ว่ามนุษย์ไปเดินบนดวงจันทร์ ทุกคนก็หัวเราะว่าเป็นไปได้อย่างไร แต่เสร็จแล้วในที่สุดมนุษย์ก็ไปเดินบนดวงจันทร์จริงๆ ถ้าเมื่อเราคิดได้ เราก็ทำได้ อย่างหลายท่านก็คิดว่าเราเหาะในอากาศได้ใหม่โดยไม่ต้องมีเครื่องบิน ไม่ต้องไปใช้พลังงานอย่างอื่นนอกจากตัวของเราเอง เราคิดได้ใช้ใหม่ครับ เราก็เคยฝันด้วยว่าเราเคยเหาะได้ในอากาศ เมื่อเราคิดได้ เราก็ทำได้ครับ เพียงแต่ว่ามันเหมาะสมหรือไม่เท่านั้นเอง ผมเคยเจอคณะฯหนึ่งที่เชียงใหม่เขาฝึกพลังจิตของเขา ปรากฏว่าทั้งกลุ่มเลยครับตัวเบาลอยขึ้นไปในอากาศ แต่เสร็จแล้วมีสุภาพสตรีท่านหนึ่งท่านอายุมากแล้ว ท่านเกิดเสีสมาธิในขณะที่ท่านลอยอยู่ ก็ตกลงมาเลยครับ หลังเดาะเจ็บปวดทรมานมาก ไปหาหมอ หมอสั่งเลยบอกว่าต่อไปนี้ห้ามเหาะในอากาศ นี่แหละครับ เราต้องคิดกันว่าเราจะใช้พลังจิตของเราไปในแง่ไหนเพื่ออะไร คนเรานี่ถ้าเมื่อเข้าถึงพุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ที่อยู่ในตัวเรา เราจะรู้หมด เราจะเข้าใจหมด เราจะรู้ว่าเราจะต้องทำอะไรเพื่ออะไร เราจะรู้ว่าอะไรเหมาะสม อะไรดี คือถ้าเมื่อว่าเราทำอะไรเพื่อตัวเราเองอย่างนี้ละก็ จะสร้างปัญหาให้กับตัวเรา เพราะว่าเราคิดถึงแต่ตัวเราเอง แต่ถ้าเราทำทุกอย่างเพื่อประโยชน์สุขของคนอื่น อย่างนี้ความเห็นแก่ตัวก็จะมี ไม่มี แล้วมันก็จะเกิดประโยชน์ ดังนั้นเราก็ต้องคิดอยู่เสมอว่า

เมื่อเราทำอะไรอย่าได้คิดถึงตัวเองครับ

ผมโชคดีว่าตั้งแต่อายุ ๑๕ ปี ผมเริ่มคิดด้วยตัวของผมเอง โดยไม่มีใครมาสอน ผมพูดอยู่เสมอถ้าเมื่อมีสวรรค์ผมไม่ไป ผมจะขอคนรักและผมภาวนาอยู่เรื่อยครับว่าขอให้คนรักเพราะอะไร เพราะสวรรค์มีคนคืออยู่เยอะ เราช่วยอะไรเขาไม่ได้ แต่ในนรกมีคนที่มีความทุกข์ เขาอยู่ด้วยความยากลำบาก เขามีปัญหาเยอะ เราสามารถไปช่วยเขาได้ ก็จะคิดอย่างนี้ครับตั้งแต่อายุ ๑๕ ปี และเราทุกคนควรจะคิดกันอย่างนี้ คิดอย่างเดียวว่าเราจะช่วยเหลือผู้อื่นได้อย่างไร เพราะฉะนั้นเมตตาเป็นเรื่องสำคัญที่สุด เราต้องมีเมตตา ความเมตตาเป็นพลังจิตที่ยิ่งใหญ่มาก ทำให้เราสามารถทำทุกอย่างได้ เราจะประสบความสำเร็จในทุกเรื่องได้ แต่เราต้องเชื่อมั่น ถ้าเมื่อเราคิดอย่างหนึ่งเราพูดอีกอย่างหนึ่ง ทำอีกอย่างหนึ่ง มันจะไม่มีพลังอะไรเลย ครับ ต้องให้สามอย่างนี้ประสานกัน เราคิดอย่างไรต้องพูดอย่างนั้น ต้องทำอย่างนั้น และเราจะมีพลังที่มหาศาล สมมติว่าเราจะแผ่เมตตา แน่แน่นอนครับว่าเราต้องมีเมตตาจริงๆ ใจของเราก็ต้องเต็มไปด้วยความเมตตา การกระทำของเราก็ต้องแสดงออกมาซึ่งความเมตตาอันนั้น คำพูดของเราก็เช่นเดียวกัน ต้องสอดคล้องกัน



ผมเคยทดลองที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ให้นิสิตเขาแผ่เมตตาให้กับต้นไม้ เนื่องจากว่าคนในยุคนี้ไม่ค่อยเชื่ออะไรง่ายๆ ผมก็เลยบอกถ้าจันเรามาทดลองกัน ก็เลยแผ่เมตตาให้กับต้นดาวกระจาย เราแบ่งออกเป็นสองแปลง แปลงหนึ่งเราไม่แผ่เมตตาให้ อีกแปลงหนึ่งแผ่เมตตาให้ เพื่อจะได้ดูความแตกต่าง เราเพาะจากเมล็ดจนกระทั่งมันโตสองนิ้ว สองแปลงนี้เราให้น้ำ ปุ๋ย อากาศ อุณหภูมิ และทุกสิ่งทุกอย่างเท่าเทียมกันหมด แตกต่างกันอยู่ที่ความเมตตา ปรากฏว่าต้นดาวกระจายที่ได้รับความเมตตาโตวันโตคืน โตเร็วกว่าเยอะอย่างเห็นได้ชัด แล้วในเมื่อมันเป็นการทดลองทางด้านวิทยาศาสตร์ เราก็ต้องมีการวัดผลออกมาเป็นตัวเลข ตอนที่เราวัดผลนั้นต้นดาวกระจายที่ได้รับความเมตตา มีดอกทุกต้น ในขณะที่อีกกลุ่มหนึ่งยังไม่มีดอกเลย

และเมื่อเราวัดความสูงโดยเฉลี่ย กลุ่มที่ได้รับความเมตตา มีความสูงเมื่อเทียบกับกลุ่มควบคุมที่เราใช้ในการเปรียบเทียบ สูงกว่า ๕๙.๖ เปอร์เซ็นต์ เพราะฉะนั้นมันเห็นได้ชัดครับ ว่าการแผ่เมตตานั้นมีพลังงานจริงๆ สามารถที่จะช่วยให้สิ่งมีชีวิตเจริญเติบโตงอกงามได้ดีกว่า ผมก็ได้ห้ามพวกนิสิตว่าทดลองได้แค่การแผ่เมตตา กับไม่แผ่เมตตา อย่าได้ทดลองกับการแข่ง แต่ นิสิตของเรา ก็แปลกครับ เมื่อเราห้ามว่าอย่าได้ทำอะไร เขาก็อยากจะดูว่าทำไม่ถึงห้าม เขาก็เลยไปทดลองครับ

นิสิตคนหนึ่ง วันเสาร์วันหนึ่งครับ เขาก็ได้ไปนั่งอยู่หน้าต้นไม้ต้นหนึ่ง และก็แข่งมันอยู่อย่างนั้นแหละครับ ๓ ชั่วโมงเต็มๆ ใช้ความโกรธ ความแค้น ความเกลียดชัง ส่งพลังจิตที่ไม่ดีให้กับต้นไม้ต้นนั้น ปรากฏว่าใน ๓ ชั่วโมง มันก็เหี่ยวแห้งแล้วมันก็ตายไปต่อหน้าต่อตาเขา แต่เสร็จแล้วเขาก็ป่วยหนักเลยครับ หลังจากนั้น เขาเจ็บปวดทรมาน อาเจียน ไม่สบาย เป็นไข้สูง ตัวเขาเองเกือบจะตายด้วย เขามาสารภาพให้ผมฟัง หลังจากที่ผมสืบดูว่าใครมาแข่งต้นไม้ต้นนี้ เป็นนิสิตจากคณะวิทยาศาสตร์ครับ เขามาสารภาพแล้วเขาบอกว่าเขาเกือบตายจริงๆ นี่แหละครับเมื่อเราแผ่เมตตา พลังจิตที่ดีก็ผ่านร่างกายของเราออกไปเท่ากับว่าเราได้แผ่เมตตาให้กับตัวเราเอง เมื่อเราแผ่เมตตาจะสังเกตว่าเรามีความสุขมาก จิตใจสงบมาก ทางวิทยาศาสตร์ก็

พิสูจน์กันได้ เพราะว่าถ้าเมื่อเราตรวจดูเลือดจะมีสารเอ็นโดรฟิน (Endorphin) เพิ่มขึ้นในเลือด สารเอ็นโดรฟินนั้นทำให้เกิดความสงบสุข เมื่อเราแผ่เมตตาเขาเคยวัดกันดูทดลองกันดู ปรากฏว่าสารเอ็นโดรฟินเพิ่มขึ้นเยอะในเลือดของเรา เพราะฉะนั้นเมื่อเราแผ่เมตตา พลังดีๆผ่านตัวของเราออกไป เราก็ได้แผ่เมตตาให้กับตัวเราเองด้วย แต่เมื่อเราแข่งคนอื่นพลังจิตที่ไม่ดีก็ผ่านร่างกายของเราออกไป เท่ากับว่าเราก็ได้แข่งตัวเราเองด้วยกรรมถึงขั้นที่เลยนะครั้บ สำหรับการแผ่เมตตาหรือการแข่ง

เพราะฉะนั้นพลังจิตก็มีทั้งดีและไม่ดี เราอย่าได้โกรธใครแม้แต่นิด เพราะเมื่อเราโกรธคนอื่น พลังที่ไม่ดีก็ออกไปจากร่างกายของเรา เท่ากับว่าเราได้โกรธตัวเราเอง เราก็หงุดหงิด ไม่สบาย หงุดหงิดบ้าง ปวดศีรษะบ้าง เกิดปัญหาหลายอย่างกับตัวเราเองเมื่อเราโกรธคนอื่น เมื่อเราหงุดหงิดก็เหมือนกัน เมื่อเราแข่งคนอื่น คิดไม่ดีกับคนอื่นตลอดเวลา เรากำลังทำกับตัวเราเองครั้บ เพราะฉะนั้นในชีวิตนี้เลิกเสียเถอะ การโกรธคนอื่น การโมโหคนอื่น การคิดไม่ดีเกี่ยวกับคนอื่น จงคิดแต่สิ่งที่ดีตลอดเวลา แผ่เมตตาให้กับทุกคน เราเดินผ่านใครแผ่เมตตาให้เขา ไม่ต้องไปบอกอะไรเขา ไม่ต้องไปคุยอะไรกับเขา เงียบๆของเรา แผ่เมตตาไปเรื่อยๆ ไม่ว่าเราจะทำอะไรอยู่ที่ไหน แผ่เมตตาให้กับทุกสิ่งทุกอย่างที่อยู่รอบตัวเราตลอดเวลา แล้วเรา

ก็สร้างพลังจิตที่ดี คนที่อยู่ใกล้ๆเราเขาจะรู้สึกเลยว่าเขาสงบมากขึ้น เขาจะรู้สึกสบายใจเมื่อมีเราอยู่ใกล้ๆเขา นี่คือพลังจิตที่มันเกิดขึ้นตลอดเวลาและเราสามารถที่จะใช้ได้ตลอดเวลา แต่ไม่ว่าอย่างไรก็ตาม ขอให้เราทุกคนจำไว้เสมอว่า เราต้องช่วยเหลือคนอื่นตลอดเวลา อย่าคิดถึงตัวเองอย่าได้แผ่เมตตาเพื่อที่ตัวเราเองจะได้ดีขึ้น อย่าได้แผ่เมตตาเพื่อเราจะได้สบายขึ้น เราจะได้มีความสุขมากขึ้น พยายามลืมตัวเรา ตัวกูของกู ต้องไม่มีแม้แต่นิด เราต้องคิดถึงผู้อื่นเสมอและมันจะออกมาเป็นพลังที่ดีเสมอไป และไม่ว่าเราจะทำอะไรเราก็จะประสบความสำเร็จในชีวิตของเรา ก็ขอกล่าวแค่นี้ก่อนครั้บ

- **ดร.บรรจบ :** ที่อาจารย์อาของได้พูดถึง สรุปได้ว่าพลังจิตที่ท่านพูดถึงนี้มี ๒ พลัง ก็คือ พลังจิตที่ดี ที่แผ่ออกไปแล้วเป็นประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและคนอื่น และพลังจิตที่ไม่ดี ที่แผ่ออกไปแล้วก็ไปทำความเดือดร้อนให้แก่อื่น แล้วก็ไม่ใช้คนอื่นเท่านั้น แต่กับตนเองด้วย ผมมีประเด็นจิตใจนิดเดียว ที่จิตใจในที่นี้ก็คือ คิดว่าทั้งสองท่านน่าจะช่วยทำความเข้าใจต่อไปว่า ที่อาจารย์ท่านบอกว่าในการทำอะไรมันให้เราลืมตัวเอง ในการแผ่เมตตานั้นอย่าได้แผ่เมตตาให้ตัวเอง แต่ที่นี้มีปัญหาอยู่ว่า ถ้าเราแผ่เมตตาให้ตัวเองเพื่อให้ตัวเองมีความสุข เพื่อที่จะได้ไปทำประโยชน์แก่คนอื่น อันนี้จะผิดหรือเปล่าครั้บ ตรงนี้ผมก็ฝากไว้

เป็นประเด็นก่อน ขอเรียนเชิญอาจารย์สนองครับ

- **ดร.สนอง :** ที่จุดประเด็นความเมตตาขึ้นมา มันน่าคิดนะครับ ในครั้งที่ผมไม่เชื่อคำสอนของพระพุทธเจ้า ผมได้ไปฝึกโดยบวชเป็นพระแล้วไปฝึกกรรมฐานนาน ๓๐ วันเต็มที่ คิดว่ามันเป็นโชคดีของผมก็ได้ หลังจากนั้นผมมีโอกาสไปกราบหลวงปู่ฤๅษีลิงดำที่จังหวัดอุทัยธานี มีญาติธรรมได้พาไป ผมไปค้างแรมอยู่ ๗ คืนด้วยกันที่วัดท่าซุง ในระหว่างนั้นผมได้ถามปัญหากับหลวงปู่ฤๅษีลิงดำว่า ในขณะที่ผมบวชเป็นพระ ถ้าออกป่าองค์เดียวไปเจอเสือโคร่ง เสือมันจะกินผมไหม ท่านบอกว่ากิน ผมนึกในใจแต่ไม่ได้พูดออกไปว่าทำไมท่านตอบอย่างนี้ ซึ่งไม่ได้สนใจ จนกระทั่งวันรุ่งขึ้นในเวลาใกล้เคียงกันนี้ ท่านได้วกกลับมาถึงปัญหาที่ผมถาม ท่านพูดว่า เมื่อวานนี้ที่ถามว่าเมื่อเจอเสือโคร่งแล้วแม่เมตตาให้ เสือมันจะกินไหม ท่านตอบว่า ถ้าคุณมีเมตตาแล้วแม่เมตตาให้ เสือจะไม่กิน แต่ถ้าเมื่อใดคุณยังไม่มีเมตตาแล้วแม่ให้จะเป็นโมฆะ คือเสือไม่ได้รับเมตตาเสือกก็กิน ท่านตอบผมอย่างนี้ครับ หลังจากนั้นผมได้กลับไปวัดมหาธาตุฯ แล้วในที่สุดก็ลาสิกขามาเป็นฆราวาสเพราะจำเป็นจะต้องไปสอนนักศึกษาในมหาวิทยาลัย ผมได้ไปศึกษาว่าเมตตานี้คืออะไร เกิดขึ้นได้อย่างไร พยายามเอาคำที่หลวงปู่ฤๅษีลิงดำท่านบอก เอามาทำให้เกิดมีขึ้นกับตัวเอง จึงทราบว่ามีเมตตา คือ

ความรักความปรารถนาที่จะให้คนอื่นได้รับประโยชน์และมีความสุข เมตตาเกิดขึ้นด้วยการให้อภัยเป็นทาน ใครเขาทำให้เราเดือดเนื้อร้อนใจ ใครเขาแกล้งเราก็กให้อภัย ช่างมันเถอะๆ ให้อภัยกัน ผมพยายามฝึกให้อภัยมายาวนาน จนในที่สุด มันก็มีเครื่องมือมาให้ทดสอบ

ท่านผู้ฟังลองถามตัวท่านเองว่า ถ้าเรามีเมตตาจริงต้องไม่โกรธ ไม่เบียดเบียน ไม่หุดหิด เขาถึงจะเรียกว่ามีเมตตา ใครผู้ใดทำได้แบบนี้ แสดงว่า ในจิตวิญญาณนั้นมีเมตตาสั่งสมอยู่ เมื่อใดไปเจอของจริงมาทดสอบ อานิสงส์ของการมีเมตตา คือ ไฟ ยาพิษ อาวุธ สัตว์มีพิษทั้งหลายไม่กล้ากราย จะผ่านได้หมด ผมมานึกถึงในครั้งอดีตที่มีพระสูงศักดิ์อยู่กลุ่มหนึ่ง ท่านไปสูงศักดิ์อยู่ในป่า ไปเจอช้างยืนขวางทางเดิน หนึ่งในนั้นคือหลวงปู่ขาวนาลโย ท่านบอกว่า พี่ชาย พวกเรากลัว ขอทางให้เราหน่อย เมื่อช้างได้ฟังมนุษย์พูดมันเองจากทางเข้าไปในกอไผ่ นั่นเป็นเครื่องหมายแสดงว่าช้างรับรู้ และแสดงให้เห็นว่าจะไม่ทำอันตราย พระสูงศักดิ์จึงเดินผ่านช้างตัวนั้นไปได้ ในปัจจุบันที่หนังสือพิมพ์ลงข่าวมีพระประเภทเดียวกันนี้ออกสูงศักดิ์อยู่ในป่า ถูกช้างเตะตาย แสดงว่าพระสูงศักดิ์นั้นไม่มีเมตตา ซึ่งตรงกับคำพูดของหลวงปู่ฤๅษีลิงดำที่บอกว่าถ้าคนมีเมตตาเสือกจะไม่กิน หลังจากนั้นผมได้ฝึกเมตต้ามายาวนาน จนในที่สุดมีเครื่อง

ทดสอบง่ายๆ คือถามใจตัวเอง ดูใจตัวเองว่า เราโกรธไหม หงุดหงิดไหม เบื่อหน่ายไหม ถ้าไม่มีอารมณ์อย่างนี้อยู่ในใจ ก็แสดงว่าเรามีเมตตาผลทดสอบได้เกิดขึ้นจริง คือสัตว์เดรัจฉาน มนุษย์ เทวดา จะเข้าใจ นั่นแหละครับเครื่องทดสอบความมีเมตตาของเรา เมื่อสองวันที่ผ่านมา ผมเดินอยู่ในบริเวณบ้าน ซึ่งมีต้นไม้อยู่มาก และมีนกอพยพมาอยู่ นกเกาะอยู่ใกล้แต่ มือเอื้อม นกยังไม่กลัวผมเลย ผมเห็นเข้าจึงพูดกับนกว่า “เป็นสุขเป็นสุขนะ” แผ่เมตตาให้เขาไป นี่แหละครับ เครื่องทดสอบอย่างง่าย แล้วที่ทดสอบยากๆ ที่ต้องพิสูจน์ความจริงว่า เมตตา มันมีจริง ใช้ได้จริงอย่างที่หลวงพ่อกฤษีสิงคำท่านพูดไว้ หรือไม่

ครั้งหนึ่งเคยมีสุนัขกัดคนมาแล้ว ๔ คน วันนั้นมีคนมาจากกรุงเทพฯ มาหาผม อยากจะให้พาไปคุยกับเจ้าอาวาสวัดแห่งหนึ่ง อยู่ที่จอมทอง ไปถามอุบาสิกที่นุ่งขาวแต่ไม่ได้โกน ผมอยู่ที่วัดนั้น ได้ถามถึงเจ้าอาวาสว่าอยู่ไหม ผมจะพาคนมาจากกรุงเทพฯ กลุ่มนี้ไปสนทนาธรรมกับท่าน อุบาสิกตอบว่าอยู่ แต่ให้ระวางสุนัขที่หน้ากุฏิท่าน มันกัดคนมาแล้ว ๔ คน พอได้ยินได้ฟังอย่างนี้ผมเลย ไม่ได้คิดว่าสุนัขจะกัดผม แต่กลัวว่าสุนัขจะกัดคนะที่มาจากกรุงเทพฯ ที่ผมพาไป อุบาสิกบอกว่าให้ถือไม้ไปด้วย จึงบอกให้คนนั้นถือไม้ไปด้วย ผมรีบเดิน

นำหน้าและได้สะพายย่ามเดินไปก่อน เพราะกลัวสุนัขจะกัดคนที่มาจากกรุงเทพฯ เมื่อไปถึงหน้ากุฏิและกำลังอ่านป้าย “ระวางสุนัขดู” สุนัขตัวนั้นซาร์จเข้ามาจะกัดผม ใจไม่ได้หวั่นไหว ไม่ได้หงุดหงิด ไม่ได้กระเพื่อมเลย แล้วไม่คิดว่าสุนัขจะกัดผมด้วย ผมหยุดยืนแล้วได้ยกมือ และพูดว่า “จงเป็นสุข เป็นสุข ไม่มีเวรต่อกันนะ” สุนัขมันหยุดครับ มันเดินหันหลังกลับไปยืนอยู่บนเนินหน้ากุฏิเจ้าอาวาส นั่นเป็นครั้งแรก นั่นคืออานิสงส์ของการแผ่เมตตา ถ้ามีจริงแล้วมันช่วยเราได้จริงอย่างที่หลวงพ่อกฤษีสิงคำท่านพูดไว้ เช่นเดียวกันเวลาเกิดอะไรๆ ขึ้นมา หรือไปที่ไหนๆ ก็แผ่เมตตาว่า “จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด” เพราะเรามีเมตตา เราจึงให้ผู้อื่นสัตว์อื่นได้

- **ดร.บรรจบ :** ก่อนที่จะไปถึงอาจารย์อาของผมขอเรียนว่า ทั้ง ๒ ท่านพูดแล้วสะกิดใจผม ขอถามท่านหน่อยว่าบารมี ๑๐ ในทางพระพุทธศาสนามีอะไรบ้าง ท่านใดว่าได้ ก็ลองว่าสิครับได้ไหม คือ ๑.ทานบารมี ๒.ศีลบารมี ๓.เนกขัมมบารมี ๔.ปัญญาบารมี ๕.วิริยบารมี ๖.ขันติบารมี ๗.สัจจบารมี ๘.อธิษฐานบารมี ๙.เมตตาบารมี ๑๐.อุเบกขาบารมี ท่านคิดว่าใน ๑๐ ข้อนี้ ข้อไหนสำคัญที่สุด คำตอบในทรรศนะของผมก็คือ เมตตาบารมี เพราะเมตตาคือความรัก ความปรารถนาดี จึงแสดงออกมา

เป็นทาน คือการให้ เพราะมีเมตตาจึงแสดงออกมาเป็นศีล คือการสำรวมระวัง ในการรักษาชีวิตไม่เบียดเบียนเขา เพราะเมตตาจึงแสดงออกมาเป็นเนกขัมมะคือออกจากกาม ไม่ไปแย่งของรักกับใคร เพราะเมตตาจึงแสดงออกมาเป็นอิทธิฐานคือความแน่นแฟ้นคง เพราะเมตตาจึงแสดงออกมาเป็นสังขะคือความจริงใจ อย่างที่ท่านอาจารย์พูดว่า ปากกับใจต้องตรงกัน ถ้าคิดอย่างไร พูดอย่างไร ต้องทำอย่างนั้น เพราะเมตตาจึงแสดงมาเป็นอุเบกขาคือความปล่อยวาง หมายความว่าเมื่อทำอะไรให้ใครแล้ว ต้องไม่คิดถึงเพื่อตัวเอง มุ่งประโยชน์สุขให้แก่คนอื่น ความโกรธแค้นจะได้ไม่มี ถึงตรงนี้ผมก็กลับมาที่อาจารย์อาจงและผมตั้งประเด็นเรียนถามอาจารย์เมื่อสักครู่ ที่อาจารย์บอกว่าเมื่อทำอะไรไม่ต้องคิดแผ่เมตตาให้ตัวเอง แต่ถ้าเป็นการแผ่ให้ตัวเองมีความสุข เพื่อจะได้ไปทำประโยชน์แก่คนอื่น อันนี้ผิดไหมครับ ขอความกรุณาจากท่านอาจารย์ครับ



- ▶ ดร.อาจง : ทุกสิ่งทุกอย่างมันอยู่ที่เจตนาของเราครับ เจตนาอันสำคัญมาก เราทำอะไรก็แล้วแต่ ถ้าเจตนาของเราทำเพื่อส่วนรวมเพื่อคนอื่น ก็จะถือว่าไม่ผิด อย่างเช่น เราดูแลร่างกายของเราให้มีสุขภาพดี แข็งแรง ก็เพื่อที่จะได้ช่วยเหลือผู้อื่น เพราะเรารู้ดีว่าถ้าเกิดเราป่วย เราไม่สบาย สุขภาพไม่ดี เราก็ไม่สามารถที่จะช่วยเหลือผู้อื่นได้เต็มที่ เพราะฉะนั้นในเบื้องต้น เราต้องดูแลตัวเราเองเพื่อที่จะได้ไปช่วยเหลือผู้อื่น สำคัญตรงนั้นเพื่อที่จะได้ไปช่วยเหลือผู้อื่นครับ เพราะฉะนั้นถ้าเกิดเราทำอะไรก็แล้วแต่ เพื่อจะไปช่วยเหลือคนอื่น ๆ ถึงแม้ขั้นตอนในตอนแรกๆ ก็คือทำให้ตัวเอง แต่ในที่สุดก็เพื่อผู้อื่นนั้น ก็จะถือว่าเรามีเจตนาที่ถูกต้อง แต่อย่างไรก็ตามเถอะครับ มันเกือบจะไม่จำเป็นเลยที่จะต้องมาคิดถึงตัวเราเอง การแผ่เมตตามันไม่ต้องแผ่ให้ตัวเองก็ได้ เพราะผมบอกแล้วว่า เมื่อเราแผ่เมตตาให้คนอื่น เราแผ่ให้ตัวเองอยู่แล้ว มันเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ เราแผ่เมตตาให้คนอื่น เราหวังที่จะให้คนอื่นมีความสุข แต่ปรากฏว่าเราเองก็มีความสุข มันได้กับตัวเราเองโดยอัตโนมัติ แต่นั่นไม่ใช่สิ่งที่เราปรารถนาจริงๆ เราปรารถนาที่จะให้คนอื่นเขามีความสุข แต่ผลพลอยได้ก็คือตัวเรากลับมีความสุข มีความสุขมาก เมื่อเราทำสิ่งเหล่านั้นที่โรงเรียนที่ผมเป็นผู้บริหารอยู่ โรงเรียนสัตยาไส ที่จังหวัดลพบุรี เราก็มีสัตว์ที่มีอันตรายมากมายเยอะแยะ มีงูจงอาง มีงูสารพัดอย่างที่มีพิษ เรามีแมลงป่องตัวขนาดใหญ่ที่เป็นอันตรายต่อเด็ก

ของเรา แต่ผมสอนเด็กของเราให้แผ่เมตตาอย่างเดียว อย่าไป  
วิตกกังวลอะไร เราต้องมีเมตตา เมื่อเรามีเมตตาก็ปรากฏว่า  
เด็กของเราไม่เคยโดนสัตว์ร้ายในโรงเรียนทำร้ายอะไรเลย แล้ว  
สัตว์จริงๆ มันก็ไม่ได้ร้ายอะไรหรอกครับ ถ้าเราเมตตาต่อเขา  
เขาก็เฉยๆ อย่างเช่นวันก่อนผมกำลังเดินอยู่ ก็มีฝูงงาช้าง เลื้อย  
ข้ามทางที่ผมกำลังเดินอยู่ผมก็แผ่เมตตาให้ แล้วมันก็เลื้อยผ่าน  
ไปเฉยๆ ไม่มีอะไรเกิดขึ้น ต่างคนต่างอยู่ ต่างคนต่างมี  
เมตตาต่อกัน เราไม่ต้องไปคิดร้ายอะไรต่อกัน

ในชีวิตของผมเอง ผมก็ฝึกตั้งแต่อายุ ๑๕ ปี เป็นช่วง  
ที่ชีวิตของผมเกิดการเปลี่ยนแปลง ก่อนหน้านั้นเป็นเด็กเกเร  
ผมไม่ได้ต้องการที่จะเป็นนักมวย แต่ผมก็ได้เป็นนักมวยโดย  
อัตโนมัติ เพราะว่าโดนเพื่อนแกล้งเยอะ ผมไปอยู่ต่างประเทศ  
ครับ ในประเทศฝรั่งเศสก็โดนเด็กฝรั่งเศสแกล้งเรา ผมก็เลย  
ต่อยเขาแล้วก็ชนะเขาด้วย เพราะว่าใช้มวยไทยสู้กับเด็กฝรั่ง  
เด็กฝรั่งใช้มวยไทยไม่เป็น เพราะฉะนั้นเตะเขาประเดี๋ยวเดียว  
เขาก็ยอมแพ้อแล้ว แล้วผมก็เป็นอย่างนี้ เป็นเด็กเกเรไปเรื่อยๆ  
เรียนหนังสือก็ไม่เก่ง แต่พออายุ ๑๕ ปี ชีวิตเปลี่ยนแปลงอย่าง  
กะทันหัน ผมหันมาฝึกสมาธิ ไม่มีใครมาสอนเพราะอยู่ในต่าง  
ประเทศ แต่เมื่อฝึกสมาธิ จิตใจก็สงบ พอจิตใจสงบก็เลิกต่อยคน  
อื่น มันก็แค่นั้น เพราะว่าเราไม่โกรธเขาแล้ว พอคนตำเราว่าเรา

มันคืออะไร เราต้องมาพิจารณาในแง่ของวิทยาศาสตร์ เขาคำ  
เรามันก็มีเสียงเข้ามาในหูของเรา เสียงคืออะไร เสียงคือการสั่น  
สะเทือนของอากาศ พอผมรู้แค่นั้นผมก็หัวเราะ เมื่อใครมาตำผม  
ผมก็คิดว่ามันเป็นแค่การสั่นสะเทือนของอากาศเท่านั้น มันไม่มี  
อะไรที่จะทำให้เราเจ็บปวดทรมานได้เลย เพราะฉะนั้น เราไป  
โกรธเขาทำไม ก็เลยเลิกโกรธครับ ใครมาตำ ผมแผ่เมตตาให้  
แล้วผมขอบคุณเขาด้วยซ้ำไป แต่ในใจนะครับ เพราะอะไร เพราะ  
ว่าเขาทำคุณประโยชน์ให้กับเรา ถ้ามีคนมาตำเราถือว่าโชคดีมาก  
เรามีโอกาสที่จะฝึกจิตใจของเรา เรามีโอกาสที่จะเอาชนะตัวเอง  
เมื่อเขามาตำเรา เราไม่โกรธนี่คือการเอาชนะตัวเอง เรามีโอกาส  
ที่จะฝึกจิตใจของตัวเอง เพราะฉะนั้นเขาเป็นครูของเรา ทุกสิ่งทุก  
อย่างที่เกิดขึ้นกับเรา ถือว่าเป็นครูของเรา เราได้เรียนรู้ เรามี  
โอกาสที่ได้ฝึกปฏิบัติจากของจริง เรามีโอกาสที่จะแผ่เมตตาได้  
จริงๆกับคนที่เขาโกรธเรา แล้วเราไม่โกรธ แต่เราก็สงสารเขา  
ตรงที่ว่าเขามีความทุกข์ทรมาน เพราะเขาคำเราโกรธเรา แสดง  
ว่าเขามีความทุกข์ เพราะฉะนั้นเราจะไปเสริมความทุกข์ให้กับ  
เขาคือได้ยังไง โดยการไปตำเขาหรือไปตีเขา ผมเลยใช้แผ่เมตตา  
อย่างเดียวครับ เพราะว่าเราต้องมีเมตตาต่อกับคนที่เขามีความ  
ทุกข์ แล้วจริงๆ เขาเป็นครูที่ช่วยสอนเรา

เพราะฉะนั้นมีประโยชน์มาก แล้วพอเราฝึกอย่างนี้ตั้งแต่

อายุ ๑๕ ปี ชีวิตก็เปลี่ยนแปลงหลังจากนั้นไม่ว่าจะทำอะไร เมื่อเราใช้เมตตาตลอดเวลา ชีวิตนั้นก็แปลกมาก กลายเป็นชีวิตที่ประสบความสำเร็จในทุกด้าน เมื่อเราทำสิ่งที่ดี ความดีมันก็ตอบสนองมาให้กับเราเสมอ เมื่อเราเสียสละเรากลับเป็นผู้ได้ ไม่ใช่ เพราะที่เราเสียสละเพื่อเราจะได้ เราไม่ได้คิดอย่างนั้น เราเสียสละอยากจะให้คนอื่น ช่วยเหลือคนอื่น แต่เรากลับได้ตลอดเวลา ทุกวันนี้ผมสร้างโรงเรียนขึ้นมาไม่เคยคิดถึงตัวเองเลยแม้แต่ น้อย เราทำเพื่อให้เด็กเจริญเติบโตขึ้นมาเป็นคนดี เราไม่เก็บค่าเล่าเรียน เพราะว่าเราต้องการสอนบทเรียนให้กับเด็กว่า เราต้องรู้จักเสียสละ ต้องรู้จักให้ เด็กจะต้องมีเมตตา เพราะ ฉะนั้นถ้าเราเก็บเงินจากเขา เราก็ไม่ได้เสียสละอะไร เพราะ ฉะนั้นไม่เก็บเงินดีกว่า เมื่อไม่เก็บเงิน เด็กก็รู้ตัว เขาก็เข้าใจ แล้วเขาก็เริ่มมีเมตตา ทุกวันนี้ไม่มีสัตว์ตัวไหนที่จะมาทำร้ายเด็ก ของเรา เพราะว่าเด็กของเรามีเมตตาตลอดเวลาและธรรมะจัดสรรจริงๆ เราแค่คิดทำอะไรสักอย่างหนึ่ง ไม่มีเงินไม่มีอะไรเลย อยู่ดีเงินก็หมุนเวียนเข้ามาครับ อยู่ๆก็มีคนบริจาค อยู่ๆก็มีคน มาช่วยเหลือเรา เพราะฉะนั้นเราไม่ต้องไปหวังอะไร ไม่ต้อง คิดอะไรเพื่อตัวเราเอง เราคิดเพื่อส่วนรวมธรรมะจัดสรรเสมอ “ยิ่งให้เรายิ่งได้” ไม่ใช่เพราะว่าเราอยากจะได้เราถึงให้ แต่ยิ่ง ให้เรายิ่งได้ เมื่อเราช่วยเหลือผู้อื่น เราก็ได้รับการช่วยเหลือ เมื่อเราคิดดี ธรรมะจัดสรรทุกสิ่งทุกอย่างก็เข้ามา ขอให้เชื่อใน

เรื่องเหล่านี้เถอะครับว่าเราทำดีไม่เสียอะไร มีแต่ความดีจะเกิดขึ้น และความดีนั้นก็ตอบสนองมาสู่ตัวเราด้วย ถึงแม้เราไม่ได้หวังอะไรตอบแทนทั้งสิ้น ก็อยากจะฝากไว้เพียงแค่นี้ครับ



- ดร.บรรจบ : ท่านผู้มีเกียรติครับ ขอให้ท่านปรบมือก่อน (เสียงปรบมือ) ท่านเห็นอานุภาพพลังจิตของท่านอาจารย์อาจง แล้วนะครับ ตอนเป็นเด็กนั้น ท่านมีอานุภาพพลังจิตในทางที่ผิด ใจไหมครับ เป็นนักมวยโดยธรรมชาติ ไปต่อยกับเด็กฝรั่ง แล้วก็มีความภาคภูมิใจในชัยชนะในตอนแรก แล้วจู่ๆก็มีพลังอะไรที่ทำให้เด็กหนุ่มคนหนึ่งที่เคยตะต่อยคู่ต่อสู้ชนะ กลับเปลี่ยนความคิดได้ แล้วหันมาใช้สันติวิธี ตรงนี้หมายความว่า ถ้าว่าตามหลักของ



พระพุทธศาสนา กลับไปที่พลัง ๕ ประการที่ท่านอาจารย์สอนพูดไว้เมื่อตอนแรก ก็คือ พลังศรัทธา พลังวิริยะ พลังสติ พลังสมาธิ และพลังปัญญา ท่านอาจารย์อาจงได้เกิดพลังสติขึ้นมาก่อน ด้วยการมีสติรู้ตัวว่าเรากำลังทำอะไร พลังปัญญาก็เกิดตามมาคือความเข้าใจในเหตุในผล พอพลังสมาธิเกิด ความนิ่งความแน่วแน่ของจิตมันเกิด คุณธรรมอย่างอื่นก็เกิดตามมา แล้วโดยพื้นฐานท่านเป็นคนมีเมตตา เพราะฉะนั้นตัวเมตตาก็หลั่งไหลออกมา ก็ปรากฏว่าเมตตาของท่านก็ออกมาเรื่อยๆ จนกระทั่งวันเวลาผ่านไป ท่านได้ผ่านประสบการณ์ชีวิตมามาก เคยไปเป็นนักการเมือง นักธุรกิจ แล้วในที่สุดก็ผันไปเป็นนักทำเพื่อสังคมด้วยการตั้งโรงเรียนสัตยาไส ที่อำเภอชัยบาดาล จังหวัดลพบุรี เปิดโอกาสให้เด็กเรียนฟรี เด็กจะรับผิดชอบเพียงแค่เครื่องนุ่งห่มและข้าว ๑ กระสอบ แต่ความเป็นอยู่ในโรงเรียน อาจารย์ดูแลเรียบร้อยหมด แล้วในที่สุดท่านก็บอกว่า กฎแห่งกรรมยุติธรรม อันนี้ผมพูดเอง ซึ่งก็ถอดมาจากคำพูดของท่านว่า “กฎแห่งกรรมยุติธรรม สังคมยุติธรรม” เมื่อรู้ว่าท่านทำให้สังคมก็ให้กลับมา ผมเชื่อท่านร้อยเปอร์เซ็นต์ครับ ว่าคนอย่างท่านถ้าจะทำอะไร ไม่กลัวเป็นหนี้ เพราะท่านไม่ได้ทำเพื่อตนเอง แล้วสังคมก็จะมาช่วยปลดหนี้ให้ท่าน เพราะมองเห็นประโยชน์จากท่าน นี่คือเรื่องที่เราทราบ เราเห็นชัด จากผลงานของท่านที่ได้ทำ ท่านพูดดีครับ ว่ายิ่งให้ยิ่งได้ ผมมักจะได้ยินคำนี้บ่อยๆ

จากคนที่ทำงานเพื่อสังคม แล้ววันนี้อาจารย์สนองก็ยืนยันในเรื่องนี้อีกนะครับว่า ยิ่งให้ยิ่งได้ จากสมาชิกชมรมกัลยาณธรรมเพียงไม่กี่คนในตอนแรก ในตอนนี้เท่าไรแล้วครับ เป็นหมื่น มีที่ไหน ที่จะฟังธรรมะต้องมาของที่กันก่อน ไม่มีครับ เมื่อวานนี้มีคนโทรศัพท์มาหาผม จะขอมาที่นี้ด้วย ผมบอกว่าต้องของก่อน ผมได้ทราบว่าอย่างนั้นถ้าไม่ของเข้าไปไม่ได้เพราะที่มันเต็มหมด เขาจึงบอกว่าจะโทรของ ผมก็ไม่ทราบว่าเขาโทรของหรือเปล่า ท่านอาจารย์สนองครับ พอดีเรื่องที่เราพูดกันในวันนี้ก็กลับมาที่เรื่องของอานุกาพพลังจิต ที่ผมโยงเรื่องของอาจารย์อาจงว่า ท่านเกิดพลังสติขึ้นมาก่อนตอนที่อยู่ต่างประเทศ แล้วจากนั้นก็เกิดพลังปัญญาแล้วไปฝึกสมาธิ เมื่อท่านได้สมาธิ แล้วพลังทั้งหลายที่เป็นคุณธรรมก็เกิดตามมา และความเข้มแข็งนี้ก็ทำให้ท่านแสดงพลังคุณธรรมออกไปได้ผล ท่านอาจารย์สนองมีตัวอย่างพวกนี้ชัดเจนไหมครับ

- **ดร.สนอง** ก่อนที่จะไปถึงขั้นนั้นผมอยากจะเสริมท่านอาจารย์ทั้งสอง เมื่อที่ท่านผู้ฟังยังไม่เข้าใจหรือก้อย่างที่ท่านอาจารย์อาจงท่านบอกว่า เสียงคำที่มันเข้ากระทบ ถ้าเราเข้าถึงขั้นความจริงสูงสุด มันเป็นเพียงการสะท้อนของมวลอากาศเท่านั้นเอง ซึ่งอันนี้ผมไม่ได้ศึกษาอย่างท่านอาจารย์อาจง

แต่ผมไปประพฤติปฏิบัติธรรมจนกระทั่งได้ยินเสียงคนคุยกัน แต่จับไม่ได้ว่าเป็นเสียงมนุษย์ นี่คือปรมาตมสังขะ เมื่อใดที่กำลังสติของเรากล้าแข็งมันจะเป็นอย่างนั้น ด้วยเหตุนี้หนังสือ “ตามรอยพ่อ” ที่เขียนไว้ในบทสุดท้าย พูดถึงเสียงที่เข้ามากระทบโสตประสาท มันเพียงแต่ได้ยินแต่จับไม่ได้ว่าเป็นเสียงมนุษย์หรือเสียงอะไร แล้วมันก็ตกไป นี่คือความเป็นจริงแท้ของเสียง ท่านไปพิสูจน์สิครับ นี่คือเรื่องจริง ด้วยเหตุนี้ หนังสือเล่มนั้นมีคนขอส่งเข้าประกวด ผมไม่อนุญาตเพราะคนที่จะเป็นกรรมการแล้วมาตัดสินว่า สิ่งที่เราพูดไป มันเป็นความจริงแท้หรือไม่ เขาเข้าไม่ถึง เขาก็จะวิจารณ์ ว่าพูดไม่ถูกต้อง แต่วันนี้ผมตั้งใจที่ได้ยินท่านอาจารย์อาของพูดตรงนี้ครับ นี่คือของแท้ของจริงที่อยากจะเสริม

อีกเรื่องหนึ่งของท่านอาจารย์บรรจบ ท่านบอกว่าเมตตา นี่สำคัญที่สุด ตอนนี้ต้องถามว่าสำคัญที่สุดระดับไหน ถ้าเป็นระดับโลกียะ ไร้เลย เพราะในการที่ท่านจะฝึกกรรมฐานให้เข้าถึงปัญญาเห็นแจ้งนี้ ถ้าท่านไม่มีเมตตา ไปไม่รอด เข้าไม่ถึง ด้วยเหตุนี้ พระในสายพม่า เขาต้องเจริญเมตตาก่อนแล้วเอาเมตตาเป็นพื้นฐานที่จะก้าวไปสู่ปัญญาขั้นสูงสุด นั่นคือระดับโลกียะ แต่ถ้าเป็นระดับโลกุตตระ ถ้าเข้าถึงปัญญาสูงสุดไม่ได้ นิพพานไม่เป็นครับ เพราะฉะนั้น ที่บอกว่าสำคัญนี้สำคัญระดับ

ไหน อย่างที่ท่านอาจารย์บรรจบพูดเมื่อกี้ มันระดับโลกียะครับ ยังต้องเวียนตายเวียนเกิดในวัฏสงสาร แต่พอถึงระดับโลกุตตระ แล้วต้องเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้ง เมื่อเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้งแล้ว ต้องกำจัดกิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ให้หมดถึงจะนิพพานได้ ถามว่าผมรู้ได้อย่างไร ทั้งๆที่ผมยังเข้าไม่ถึง ครรลองแห่งธรรมเป็นเช่นนั้นครับ สังโยชน์ทั้ง ๑๐ ตัว ผมพิสูจน์มาแล้ว ตัวที่หนึ่ง สอง สาม มีจริงครับ ถ้าเรากำจัดได้หมดเป็นอริยบุคคลได้จริงครับ แต่ผมก็หยุดตัวเองไว้ เหมือนกับที่พระโพธิสัตว์ ท่านมีปัญญาเห็นแจ้งขั้นโลกียะ ท่านจะพัฒนาจิตวิญญาณของท่านไม่ให้เกินสังขารูปกษญาณ ถ้าเกินเข้าไปแล้วเดี๋ยวข้ามโคตรญาณ ความเป็นโพธิสัตว์เสียหายครับ ต่างๆเหล่านี้มันดองแท้สำหรับผม แล้วอย่างที่เราบอกว่าบาปมันหนักบุญมันเบา แต่ใครผู้ใดที่พัฒนาจิตจนละบาปได้แล้วก็เห็นบุญ เมื่อใดที่รู้สึกว่าคุณมันหนักมันแหละครับ แสดงว่าใกล้จะสิ้นสุดแล้วครับ ทั้งบุญทั้งบาปหากยึดเอาไว้ติดเข้านิพพานไม่เป็น ด้วยเหตุนี้ผมจึงบอกว่าในขั้นปรมาตมมันสูงสุด ผมพยายามที่จะอธิบายให้พวกเราได้เข้าใจว่ามันเป็นอย่างนี้ จากคนที่ไม่เชื่อเรื่องนี้มาก่อนพอไปพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งมีขึ้นด้วยตนเอง จะเห็นพวกนี้ดองแท้หมดเลย เช่นเดียวกันคำว่าสติสัมปชัญญะเหมือนกัน สติคือระลึกได้ สัมปชัญญะคือรู้ตัวว่าไม่ดีแล้วไม่ทำ สติสัมปชัญญะระดับไหนครับ ถ้าระดับนักวิทยาศาสตร์สุดมยปัญญาและ

จินตามยปัญญา ก็เป็นสติสัมปชัญญะระดับพื้นฐาน จะถามว่า สำหรับผู้ที่ผ่านปัญญาระดับนี้ไปแล้ว ถามว่าใช่ไหม เขาบอกว่า ไม่ใช่หรอก เพราะว่าพวกที่เป็นจิตสัมผัสไม่ใช่ประสาทสัมผัส สติสัมปชัญญะของเขาเป็นอีกระดับหนึ่ง เขาบอกว่าการดื่มเหล้า ทำให้ขาดสติ เข้าฌานไม่ได้ เป็นพรหมไม่ได้ แต่พอมาถึงสติสัมปชัญญะระดับโลกุตตระ เพื่อที่จะพ้นไปจากความทุกข์ทั้งหมด ไม่ใช่ระดับ สติสัมปชัญญะตัวนั้นต้องเป็นจิตสัมผัสชั้นโลกุตตระ เพราะฉะนั้นที่ผมถามว่าถูกนี้ถูกของใคร อันนี้เราต้องวิเคราะห์ คนที่ไม่รู้จริงบอกว่า สติสัมปชัญญะคือระลึกได้ และรู้ตัว หูด ง่าย ๆ ก็ถูก ไม่ใช่ไม่ถูกหมด แต่มันถูกระดับไหนนั่นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง เพราะฉะนั้นใครที่เข้าถึงปัญญาสูงสุดระดับโลกุตตระ จึงเป็นเรื่องที่จะเอียงดลิ่งซึ่งมากครับ

- **ดร.บรรจบ** เราได้สติ ๒ ระดับนะครับ ระดับของอาจารย์อาจง ก็คือระดับที่พัฒนาชีวิตเริ่มรู้สึกตัวเปลี่ยนจากการทำไม่ดีมาเป็นทำดี แล้วก็พัฒนาความดีต่อเนื่อง ที่นี้สติปัญญาระดับอาจารย์สนองจะไปนิพพานลูกเดียว ผมต้องตั้งไว้ อาจารย์อย่าเพิ่งไปนะครับ เพราะว่ายังต้องอยู่ช่วยสังคมอีกเยอะ อาจารย์อาจงบอกว่าถ้าขอได้จะขอไปเกิดในนรก เพื่อไปโปรดสัตว์นรก

- ▶ **ดร.อาจง** ในที่นี้นรกของผมก็คือคนที่เขามีความทุกข์ครับ ไม่ใช่ว่าจะต้องเป็นนรกจริงๆ แต่คนที่มีความทุกข์ เขากำลังตกนรกทั้งเป็น เพราะฉะนั้นการที่ผมอธิษฐานตั้งแต่สมัยโน้น ก็หมายความว่าเราต้องไปช่วยเหลือคนที่เขามีความทุกข์ให้มากที่สุด นี่ก็คือสิ่งที่ผมอธิษฐานไว้ แต่ถ้าเกิดจริงๆ นรกมีคนที่มีความทุกข์เยอะๆ ผมก็จะไปครับ ก็ตั้งใจว่าจะไปอยู่ดี แล้วก็ไปช่วยแผ่เมตตาให้กับทุกๆ คนครับ
- **ดร.สนอง** ท่านฟังให้ดีนะครับ คนที่มีความทุกข์ไม่ใช่สัตว์นรกนะครับ เพราะสัตว์ที่ไปเสวยขุศลวิบากในนรกไม่มีเวลาที่จะมารับสิ่งดีงามจากผู้ใดได้ครับ เพราะตลอดชีวิตจะมีแต่ทุกข์ล้วนด้วยการถูกทรมาน
- **ดร.บรรจบ** แล้วอย่างนี้ควรไปไหมครับ
- **ดร.สนอง** นรกจริงๆ อย่าไปนะครับ แต่นรกอย่างอาจารย์อาจงพูดถึงนี้ ควรจะไป อย่างเช่นที่ผมเข้าไปในคุกบางขวาง เมื่อเดือนที่แล้ว เพื่อไปโปรดคนที่เขามีความทุกข์นั้นแหละครับ



- **ดร.บรรจบ** เรามาฟังพลังจิตของทั้ง ๒ ท่านนะครับ ว่าทั้ง ๒ ท่านมีพลังจิต แล้วในที่สุดพลังจิตก็เกือหนุนไปให้เกิดคุณธรรมต่างๆมากมาย แล้วก็ทำประโยชน์ให้แก่สังคม ผมขอเรียนอย่างนี้ครับ ในการฝึกของแต่ละท่านผมเชื่อว่ามีอุปสรรคชัดเจน เพื่อที่จะไม่ให้พลังจิตทั้งหลายเกิดขึ้นแน่นอน พลังศรัทธา พลังวิริยะ พลังสติ พลังสมาธิ และพลังปัญญา หรือแม้กระทั่งพลังเมตตา อย่างท่านอาจารย์อาจง ผมขอเรียนถามท่านอาจารย์อาจงก่อนนะครับว่า ในการทำงานของท่านอาจารย์ มันมีอุปสรรคเหล่านี้ไหม ที่จะมาบั่นทอนพลัง แล้วอาจารย์แก้ปัญหาอย่างไรครับ ที่จะไม่ให้จิตเสียพลังของจิตไป

- ▶ **ดร.อาจง** ในการทำงานของผม ผมเชื่อว่าในเมื่อตั้งใจจะทำอะไรแล้ว เราประสบความสำเร็จได้ทุกครั้ง แต่ไม่ได้หมายความว่ามันไม่ได้มีอุปสรรค แต่ผมถือว่าอุปสรรคเป็นเรื่องดี เพราะอะไร เพราะถ้าคนเราไม่มีอุปสรรค การเรียนรู้ย่อมไม่เกิดขึ้น ถ้าเกิดมีกำแพงขึ้นมาทางของเรา เราต้องเรียนรู้วิธีการข้ามกำแพงนั้น แล้วเราก็สามารถที่จะเดินทางต่อไปได้อย่างสะดวกสบาย แล้วเราเจอกำแพงอีก มันก็กลายเป็นเรื่องเล็กแล้ว เพราะเราเรียนรู้วิธีการข้ามอุปสรรคนั้นแล้ว เพราะฉะนั้นอุปสรรคเป็นเรื่องที่มาสอนเรามาช่วยเหลือเรา ให้เรานั้นยิ่งแข็งแรง แข็งแกร่ง มีความสามารถในการที่จะข้ามอุปสรรคต่อไปได้ เพราะฉะนั้นผมไม่เคยมองอุปสรรคว่ามันเป็นอุปสรรค แต่มันเป็นบทเรียนในชีวิตของผมมาโดยตลอด แล้วผมก็ถือโอกาสนั้นที่จะได้เรียนรู้ได้เจริญก้าวหน้าต่อไปเสมอครับ เพราะฉะนั้นอุปสรรคผมถือว่าไม่ใช่อุปสรรคจริงๆ มันเป็นแค่บทเรียนสำหรับชีวิตเราครับ
- **ดร.บรรจบ** ครับ ขอบคุณครับ เชิญท่านอาจารย์สนองครับ
- **ดร.สนอง** ผมดีใจมากที่ได้ยินท่านอาจารย์อาจงพูดวันนี้ คราวนี้ที่ผมมากรุงเทพฯ ผมได้ยินผู้ที่มีปฏิปทานำชีวิตไปในแนวทางของพระโพธิสัตว์ เจออุปสรรคและปัญหาอย่างมาก ด้วย

ทฤษฎีของความเป็นมนุษย์ปุถุชน ซึ่งคิดอยากจะไปช่วยให้พระโพธิสัตว์พ้นจากอุปสรรคและปัญหา ผมบอกว่าย่าเข้าไปยุ่ง เพราะว่าอุปสรรคและปัญหาต่างๆ เป็นบททดสอบในการสร้างบารมีของพระโพธิสัตว์ ผู้ที่ดำเนินชีวิตในสายของพระโพธิสัตว์ต้องเจออุปสรรคและปัญหาทุกคน หนักยิ่งกว่าพวกเราที่เป็นสายพุทธสาวก ผมยกตัวอย่างเช่น มีพระโพธิสัตว์ที่ผมรู้จักมาตั้งแต่เมื่อสิบกว่าปีหรือเกือบยี่สิบปีที่ผ่านมา ตอนที่ท่านยังเป็นเณรเดี๋ยวนี้บวชเป็นพระแล้ว มีคนศรัทธามากเพราะว่ามีบิรवारเยอะ ไปสร้างวัดไว้ใหญ่โตมากในประเทศเพื่อนบ้าน ในที่สุดถูกทหารบุกยึดวัดจึงต้องออกมาอยู่เมืองไทย แล้วคนที่มีบารมีมากอย่างนี้อยู่วัดร่วมกับใครไม่ได้หรอกครับ ต้องไปอยู่ในป่าในถ้ำ แต่ไปไหนมาไหนมีบิรวารอุปฐากมาก

และเช่นเดียวกันผมอยู่ที่จังหวัดเชียงใหม่และจำเป็นที่จะต้องเป็นอาจารย์พิเศษสอนอยู่ในมหาจุฬาร ทุกครั้งผมจะต้องไปเจอเจตีย์บรรจุมหาครูบาเจ้าศรีวิชัย นั่นคือพระโพธิสัตว์ในชีวิตของท่านประสบกับอุปสรรคปัญหามาก ในที่สุดท่านก็สามารถผ่านพ้นได้ เช่นเดียวกันผมได้ไปรู้จักและเสวนากับพระโพธิสัตว์อีกหลายท่าน ก็โดนแบบนี้เหมือนกันหมด เพราะฉะนั้นการที่พวกเราที่เป็นฆราวาสมีจิตเมตตากรุณาคิดจะไปช่วยแก้ปัญหาให้กับพระโพธิสัตว์ ผมขอเสนอแนะว่าย่าเข้าไปยุ่งกับ

เรื่องของท่าน เพราะว่าพระโพธิสัตว์แต่ละองค์ที่เขาบอกว่ามีองค์ก็คือ มีเทวดาคุ้มรักษา เขามีพลังมากกว่ามนุษย์โดยทั่วไป เขาจัดการกับปัญหาด้วยตัวของเขาเองได้ และเขาก็ไม่ยินดีที่จะให้เราไปช่วยด้วย เพราะเขาจะสร้างบารมีด้วยตัวของเขาเอง ยกตัวอย่างพระสงฆ์องค์หนึ่งถูกพระด้วยกันตีหัว ท่านเป็นเจ้าอาวาสจึงสั่งลูกวัดห้ามไม่ให้ได้ตอบหรือไปทำร้ายศัตรู เพราะท่านต้องการจะสร้างบารมี เพราะฉะนั้น คนที่จะทำงานได้ยิ่งใหญ่ นำชีวิตไปสู่ความเป็นพระพุทธะในอนาคตข้างหน้า จะต้องมียุติธรรมและปัญหาแบบนี้ เช่นเดียวกัน ผู้ที่ดำเนินปฏิบัติในการทำนองอย่างนี้ จะเป็นโพธิสัตว์หรือไม่เป็นโพธิสัตว์ก็ตาม ต้องการจะสร้างบารมีให้ยิ่งใหญ่ เขามีปัญหาทั้งหมดนั้นแหละครับ

ท่านลองไปจัดงานใหญ่ๆอย่างนี้สิครับ ถ้าบารมีไม่ถึงจัดไม่ได้หรอก ผมจึงบอกว่า การสร้างบารมีเป็นสิ่งที่ทำได้ยาก และเช่นเดียวกันการที่ผมจะเข้ามาถึงจุดนี้ได้ ต้องสร้างบารมีมายาวนาน ๓๐ ปี ๔๐ ปี ๕๐ ปี มาแล้ว เรื่องง่ายๆ ไม่เคยมีให้ผมทำ มีแต่เรื่องยากๆ ตอนแรกๆที่บารมียังมีไม่มากพอ ต้องพบกับอุปสรรคปัญหาแทบเอาชีวิตไม่รอด แต่เมื่อมีบารมีมากแล้วให้ดูอย่างท่านอาจารย์อาจง มันไม่ใช่ปัญหา แต่มันเป็นบททดสอบดูว่าเราสามารถผ่านได้หรือไม่ ถ้าผ่านได้บารมีจะเกิดด้วยเหตุนี้ทุกคนที่ดำเนินชีวิตไปในแนวทางของตัวเอง อุปสรรค

ปัญหาต่างๆเหล่านั้นไม่ใช่สิ่งเลวร้าย แต่เป็นครูสอนใจให้เราข้ามพ้นให้ได้เท่านั้นเอง เพราะฉะนั้น ใครเจออุปสรรคปัญหาอะไร อย่าได้ท้อแท้ท้อถอย แล้วก็อย่าไปเสียกำลังใจ

- **ดร.บรรจบ** ขอบคุณครับท่านอาจารย์ ท่านผู้มีเกียรติครับ วันนี้เราพูดกันในเรื่องอุปสรรคของพลังจิต และมีเรื่องที่เกี่ยวข้องของหลายเรื่อง ขอความกรุณาอย่าคิดว่าเราพูดนอกเรื่องนะครับ ทุกเรื่องอยู่ในเรื่องที่เราพูดกันทั้งหมด ผมจะเชื่อมโยงให้ดูว่าเราพูดถึงพลังจิต แล้วในที่สุดพลังจิตนั้นได้กลายเป็นพลังบารมีที่นำไปสู่ความสำเร็จ ท่านอาจารย์อาจพูดอย่างไม่หวั่นไหวเลยว่า ชีวิตท่านแม้จะมีอุปสรรคในงานที่ท่านทำ แต่ท่านไม่เคยมองว่าเป็นอุปสรรคที่จะทำให้ท้อแท้ แต่กลับคิดว่าเป็นบทเรียนที่จะนำไปสู่การแก้ไขปัญหา ท่านทำได้โดยการสะสมพลังจิต และพลังจิตนั้นได้กลายเป็นพลังบารมี อาจารย์อาจองจึงสามารถจะนั่งได้ นั่นหมายความว่าเมื่อเกิดปัญหาขึ้น คุณธรรมที่ท่านสั่งสมมา ความดีที่ท่านสั่งสมมา จะกลายเป็นบารมีที่จะดึงดูดคนอื่นเข้ามาช่วยแก้ไข จากเรื่องที่ยากก็จะกลายเป็นเรื่องที่ยาง่าย เช่นเดียวกับท่านอาจารย์สนองพูดเมื่อครู่นี้ ท่านเริ่มงานของชมรมกัลยาณธรรมนี้มาด้วยความยากลำบาก ผมเชื่อว่ามันยากเพราะคนไทยไม่ยอมรับใครง่ายๆ แต่แล้วในที่สุดกลุ่มกัลยาณธรรมของท่านก็เพิ่มสะสมมากขึ้น มีคนช่วยงานมากขึ้น ท่าน

ก็ผ่านพ้นวิกฤตินั้นมา จนกระทั่งเดี๋ยวนี้ พลังจิตของท่าน พลังคุณธรรมที่ท่านสะสมมา ก็กลายมาเป็นพลังบารมีให้คนหลายฝ่ายเข้ามาช่วยเหลือท่าน

กลับมาถึงประเด็นอีกเรื่องหนึ่งที่ผมอยากสอบถามทั้ง ๒ ท่าน แทนท่านผู้มีเกียรติหลายท่านอาจจะสงสัยคือเราไม่ได้คิดจะทำงานใหญ่เหมือนทั้ง ๒ ท่าน เหมือนท่านอาจารย์อาจองหรือท่านอาจารย์สนอง เราเป็นคนหนึ่งที่มีครอบครัวอยากดูแลครอบครัวให้ดี จะทำอย่างไร ทำอย่างไร เพราะเรื่องในครอบครัวก็มีจิตบาปเต็มไปหมด พอจะสงบบ้าง ก็มีข้างบ้านเลี้ยงสุนัข ปล่อยสุนัขมาปัสสาวะหน้าบ้านเรา ครั้งแรกเราก็คุยกับเขาดีๆว่าอย่าให้ปล่อยมา ถ้าปล่อยมาจะเบื้อยา เขาก็ไม่เชื่อ ก็ปล่อยออกมาอีก เราก็เบื้อยาจริงๆ ในที่สุดสุนัขก็ตาย เราก็ต้องไปขึ้นโรงพักทะเลาะกัน เรียกค่าเสียหายกัน อีกฝ่ายก็ไม่ให้ เราจะจัดการกับปัญหาพวกนี้ยังไง เพราะผมเชื่อว่าปัญหาในชีวิตประจำวันที่เกี่ยวข้องกับครอบครัว มันเป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรมที่จะทำเพื่อสังคมต่อไป ฉะนั้นจึงอยากให้คุณอาจารย์ทั้ง ๒ ท่านแนะนำว่าจะแก้ไขปัญหาชีวิตส่วนคนที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวอย่างไร ขอเรียนเชิญท่านอาจารย์อาจองครับ

► ดร.อาจง ในชีวิตของผมก็เจออะไรต่ออะไรมาเยอะ จริงๆ แล้วตอนที่ผมยังเป็นเด็กอยู่ ผมก็ไม่ค่อยอยากมีครอบครัวไม่ อยากแต่งงาน ผมขอคุณพ่อคุณแม่ ขอจะบวชอย่างเดียว แล้วก็บวชตลอดชีวิต แต่คุณพ่อคุณแม่เป็นห่วง อยากให้ลูก ใช้ชีวิตและประสบความสำเร็จในทางโลก ท่านก็เลยไม่อนุญาต ผมก็มาฝึกของผมเอง คุณพ่อคุณแม่ไม่อนุญาต เราก็ไม่ต้องบวช และก็ตั้งใจฝึกปฏิบัติในชีวิตของตัวเอง และแน่นอนครับว่ามัน ต้องเจออุปสรรคอะไรต่ออะไรเยอะ แต่ทุกครั้งที่เราอุปสรรคผม ก็มองในแง่ดีเสมอ ว่าเราต้องใช้อุปสรรคเหล่านี้เป็นบทเรียนที่สำคัญสำหรับชีวิต และเราก็ข้ามผ่านมันไป ด้วยความกล้าหาญ ด้วยความเมตตา คิดถึงส่วนรวมอยู่เสมอ แต่ในที่สุดผมอาศัย อาจารย์ที่อยู่ในตัวผมเอง เพราะว่าผมโตขึ้นมาในต่างประเทศ ไม่มีอาจารย์ไปหาใครก็ไม่ได้ ไม่มีใครจะมาแนะนำ ผมก็เลยพึ่ง ตัวเองอยู่ตลอดเวลา ตัวเองต้องเป็นที่พึ่งของตัวเอง พุทธะที่อยู่ใน ตัวเรา คือพระอาจารย์ของผมเอง

วันหนึ่งผมนั่งสมาธิตอนนั้นอายุ ๒๐ ปี เรียนอยู่ในมหาวิทยาลัย ผมนั่งสมาธิลึกๆเข้าไป ผมก็รู้ตัวว่าชีวิตนี้ไม่ใช่ชีวิต ของนักบวช เป็นชีวิตที่ต้องช่วยเหลือผู้อื่น ทำงานในสังคมทำหน้าที่ของเราในหลายด้าน และรู้ตัวว่าเมื่อเราเป็นอย่างนี้เรา ต้องมีชีวิตของการเป็นครอบครัวด้วย ผมรู้สึกตั้งแต่ ๒๐ ปี

แต่ตอนแรกก็พยายามจะสู้อยู่จะบวชให้ได้ คุณพ่อคุณแม่ยังไม่ยอม บอกให้เรียนจบก่อน พอจบแล้วเราไปรับทุนเขามา ก็ต้องมาใช้ทุน ก็เลยมาเป็นอาจารย์อยู่ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ก่อนที่จะใช้ทุนเสร็จผมก็ขอลาราชการไปบวช ตอนนั้นคุณพ่อคุณแม่ก็ยอม แต่กว่าจะยอมก็ให้ผมแต่งงานก่อน ผมก็แต่งงาน แล้วก็ลาราชการไปบวชได้แค่ ๓๐ วัน แต่ใน ๓๐ วันนั้น ผมก็ปฏิบัติธรรมอย่างเต็มที่ เหมือนกับอาจารย์สนอง ผมใช้เวลา อย่างที่เรียกว่าเกือบ ๒๐ ชม. ต่อวัน ใน ๓๐ วันนั้นฝึกปฏิบัติ อย่างเต็มที่เลย ตอนนั้นมันมหัศจรรย์จริงๆ เราต้องการรู้อะไร นิ่งสมาธิสงบนิ่ง เสร็จแล้วคำตอบมันก็แวบเข้ามา แล้วเราก็รู้ เพราะว่าพุทธะอยู่ในตัวเรา ผู้รู้ ผู้ตื่น อยู่ในตัวเรา ผมเลย อาศัยพุทธะเป็นพระอาจารย์ของตัวเองมาโดยตลอด ก็เลยมี ชีวิตครอบครัว หลังจาก ๓๐ วัน ผมก็ลาสิกขาออกมา แล้วก็ มีชีวิตครอบครัวมีลูก ๓ คน ก็ได้ดำเนินการไปด้วยดี ลูกเต้า ก็ได้เจริญเติบโตเป็นคนดีของสังคม เรียนจบกันทุกคน ก็ถือว่า ประสบความสำเร็จในด้านนี้แล้ว แล้วก็ภรรยาของผมก็เป็นครู อยู่ในโรงเรียนสัตยาไสด้วยกัน ช่วยสอนเด็กๆด้วยกัน เพราะ ฉะนั้นเราก็ได้ทำงานร่วมกัน เราก็โชคดีว่าภรรยาผมก็เดินตาม ไปเรื่อยๆ และก็ไม่มีปัญหาอะไรทั้งสิ้น เพราะถือว่าเป็นการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพราะฉะนั้นที่ถามเกี่ยวกับเรื่องครอบครัว ก็ถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต การมีครอบครัวนั้นก็ทำให้เรา

สามารถเข้าใจสังคมดีขึ้น ช่วยให้เราช่วยเหลือผู้อื่นได้ดีขึ้น เพราะถ้าว่ามันเป็นส่วนหนึ่งในบทเรียนของชีวิตที่ทุกคนส่วนใหญ่ก็มีครอบครัวยกกัน ก็จะช่วยให้เรามีประสบการณ์ ที่จะไปสอนคนอื่น ช่วยเหลือคนอื่นได้ นี่ก็คือเรื่องของครอบครัวครับ

- **ดร.บรรจบ** อาจารย์พูดว่าภรรยาเดินตามอาจารย์ใช้หรือไม่ครับ แต่มีบางครั้งเดินแซงไหมครับ ถ้าเดินแซง อาจารย์จะมีวิธีจัดการกับปัญหานี้อย่างไรครับ ถ้าเกิดเดินแซงขึ้นมา
- ▶ **ดร.อาจง** ใช้ครับ ก็มีบ้างครับที่ภรรยาจะเดินแซงไปบ้าง เพราะภรรยาผมก็ปฏิบัติธรรม บางทีเขาก็มีความรู้อะไรต่ออะไร เข้าใจอะไรต่ออะไรดีกว่าผมบ้าง เมื่อเป็นอย่างนั้นผมก็ยอมรับครับ ไม่ใช่เราจะมาตีอวดแข่งของเรา อะไรที่ดีกว่า อะไรที่มีเหตุผล อะไรมีประโยชน์ เราก็ต้องยอมรับซึ่งกันและกันครับ
- **ดร.บรรจบ** ก็น่าฟังครับ นี่เป็นตัวอย่างของการแก้ปัญหา ส่วนอาจารย์สนองเอง อาจารย์จะตอบเรื่องนี้ไหมครับ
- **ดร.สนอง** จริงๆ แล้วจะอยู่ที่ใดก็ตาม เวลาจะสอนคน ผมจะทำให้ดูเป็นตัวอย่าง ถ้าเมื่อใดเขายังไม่เอ่ยปากให้สอน ผมจะไม่

พูด แต่จะทำให้ดู อย่างที่ผมทำให้กับมวลชนดู ว่าเมื่อธรรมะเข้าไปถึงใจได้เมื่อใดแล้ว สิ่งที่แสดงออกมาด้วยการคิด การพูด หรือการกระทำ ต้องเป็นธรรมเสมอ พอดีวันนี้ Web Master ของผมก็มาด้วยไม่รู้ว่ามีตรงไหน ท่านวิศวกรใหญ่ ท่านมาขออนุญาตเปิด Website ให้ผม ผมมีแต่ให้นโยบายว่าใน Website นี้ ห้ามขาย ห้ามโฆษณา ห้ามเรียไร ห้ามตำคนอื่น แต่คนอื่นมีสิทธิ์จะตำว่าเราได้ เพราะถ้าเมื่อใดเรามีธรรมะอยู่ในใจแล้ว สิ่งที้ออกจากตัวต้องเป็นเรื่องดีๆ ทั้งนั้น นี่แหละครับผมจึงอยากจะเรียนท่านผู้ฟังว่า สิ่งต่างๆ ที้ออกจากตัวของเรา ด้วยการคิด การพูด และการกระทำ หากออกไปแล้วไม่ดี ผลที่จะเกิดขึ้นตามมาก็คือ ความเหินห่าง ความเป็นศัตรูจะเกิดขึ้น แต่ถ้าเมื่อใดเรามีธรรมะสถิตอยู่ในใจได้แล้ว ความใกล้ชิด ความเป็นมิตรของบุคคลจะเข้ามาหา





เพราะฉะนั้น ท่านผู้ฟังลองถามตัวท่านเอง เราที่นั่งอยู่บนเวที ได้ทำเป็นตัวอย่างให้ท่านได้ดูแล้ว ว่าธรรมะเป็นของดีจริง สามารถนำชีวิตไปสู่ความรุ่งเรืองไพบูรณ์ได้จริง เราก็มาแสดงให้ท่านดูว่ามันเป็นอย่างนั้นจริงๆ เห็นไหมครับว่า อาจารย์อาจอง และผมต่างก็เป็นนักวิทยาศาสตร์ แต่ทำไมจึงผ่านสุคตมยปัญญา และจินตามยปัญญา เข้าไปถึงภาวนามยปัญญา ซึ่งเป็นปัญญาสูงสุดที่มนุษย์สามารถจะเข้าถึงได้ ทำไมท่านผู้ฟังหยุดอยู่แค่สุคตมยปัญญาและจินตามยปัญญา ไม่เข้าไปถึงปัญญาสูงสุด ใครผู้ใดสามารถจะเข้าถึงปัญญาสูงสุดได้แล้ว วิถีชีวิตจะเปลี่ยนไปเป็นดีหมด ผมจึงอยากจะเน้นจุดนี้ เพราะท่านอาจารย์อาจอง ก็ทำให้ดูเป็นตัวอย่างแล้ว ผมก็ทำให้ดูเป็นตัวอย่างแล้ว สิ่งที่ผ่านมาเป็นเวลานาน เกือบ ๒ ชั่วโมง ท่านได้เห็นแล้วว่าความคิดออกไป Positive เป็นบวกทั้งนั้นครับ ไม่มีติดลบ นี่คือธรรมะเมื่ออยู่ในใจได้แล้วมันบวกตลอด ผมจึงเสนอให้ท่านผู้ฟังเอากลับไปคิด หลังจากกลับจากนี้ไปให้ถามตัวเองว่า ปากเรายังพูดติดลบไหม ความคิดยังติดลบไหม พฤติกรรมของเรายังติดลบไหม หรือการกระทำของเรายังติดลบไหม ถ้ายังติดลบ มันยังไม่ใช้ธรรมะ เพราะฉะนั้นธรรมะเมื่อเข้าไปอยู่ในใจของใครได้แล้วดีทุกคน ไม่ใช่ดีเฉพาะแค่ชีวิตนี้ ชีวิตถัดไปยังดีด้วย ตราบใดที่ใจยังเป็นทาสของกิเลส หนีไม่พ้นจะต้องเวียนตายเวียนเกิดอยู่ในวัฏสงสาร ถ้าโชคดีหน่อยก็ไปเกิดในภพภูมิที่เป็น

สุดดี นับตั้งแต่มนุษย์ขึ้นไปจนถึงพรหม ถ้าโชคร้ายไม่ดีก็ไปเกิดในอบายภูมิ เป็นเปรตจมน้ำลงไปจนถึงสัตว์นรก เพราะฉะนั้นชีวิตนี้อยู่ในกำมือของท่าน จะบริหารจัดการให้ชีวิตเป็นอย่างไร มันอยู่ที่ตัวท่าน เราได้ทำให้ดูเป็นตัวอย่างแล้ว

ผมมาเกิดเป็นมนุษย์ครั้งนี้ เพื่อมาบอกพวกเราว่า อย่าลงไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในอบายภูมิ ให้ทำจิตให้เป็นอิสระจากความโลภ โกรธ และหลง ถ้าไม่อย่างได้ท่านจะไม่เสีย ปล่อยรถยนต์ให้เข้าได้ค่าเช่าเป็นพันเป็นหมื่น อยากได้ใช้ไหมครับ ลงทุนนิดเดียวแต่อยากได้มาก ก็เลยเสียใช้ไหม คนโลกได้ทำเป็นตัวอย่างให้เราดู เห็นชัดแล้วว่ามันเป็นเช่นนั้น ถ้าเราไม่อย่างได้อะไรจากใครเราจะไม่เสียอะไรออกไป จำตรงนี้และขอให้มันสติไว้ “ไม่อย่างได้อะไรจากใคร จะไม่เสียอะไรออกไป” และสิ่งที่เรามีปรนเปรอชีวิตอยู่ในทุกวันนี้ ชีวิตแท้ๆต้องการเท่าไร ต้องการเพียงแค่นิดเดียวที่ทำให้ชีวิตอยู่รอดและมีความสุข แล้วสิ่งที่เราตะเกียกตะกายแสวงหากันจนมากเกินพอดีนั้น เป็นเพราะความโลภใช้ไหม ในที่สุดท่านต้องไปเกิดใหม่ สิ่งที่เป็นมนุษย์สมบัติเอาไปไม่ได้สักอย่าง แต่สิ่งที่เราสองคนได้ทำให้ดู มันแหละเป็นสิ่งที่เอาไปได้ ที่ฝังอยู่ในใจนั้นแหละเอาไปได้ จึงมาแสดงให้ท่านดูว่าเราได้ฝังสิ่งดีงาม คือฝังบุญไว้ แล้วบุญจะพาหลงไปได้ไหมในอบายภูมิ ขอให้ท่านคิดดูครับ

โชคดีมากๆ วันนี้ที่พวกเราได้มาอยู่ที่แห่งนี้ ได้ยิน ได้ฟัง ผู้รู้ผู้มีประสบการณ์มาบอกมากล่าวมาแล้วเรื่องจริงให้ฟัง เพื่อเป็นตัวอย่างให้เอาไปคิด เอาไปพิจารณา ชีวิตของท่านทั้งหลาย ผมไม่มีสิทธิ์เข้าไปก้าวล่วง ทุกคนที่อยู่บนเวทีนี้ก็ไม่มีสิทธิ์ชี้แนะให้ใครต้องเป็นอะไร ท่านต้องทำให้ให้เกิดมีขึ้นกับตัวเอง เพราะชีวิตเป็นของท่าน ต้องบริหารจัดการด้วยตัวท่านเอง ว่าท่านจะนำพาชีวิตลงสู่อบายภูมิหรือเข้าสู่สุคติภูมิ มันอยู่ที่ตัวท่านต้องทำเอง จึงอยากจะบอกฝากไว้

- **ดร.บรรจบ** เราได้ฟังทั้ง ๒ ท่าน ได้แสดงแนวคิดมา ผมอยากจะเรียนนะครับว่า ธรรมะที่ทั้งสองท่านให้ในวันนี้เป็นธรรมะที่ปฏิบัติได้ในชีวิตประจำวัน ทั้ง ๒ ท่านก็ปฏิบัติมาแล้ว เริ่มจากความ เป็นอาจารย์ธรรมดา เป็น ดร.สนอง อาจารย์เล็กๆอยู่ที่มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ อาจารย์อาจง ก็เป็นอาจารย์เล็กๆอยู่ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย แต่ว่า ณ บัดนี้จากจุดเริ่มต้นที่เล็ก แต่เป็นการเริ่มต้นจากความคิดที่ถูกดอง ความคิดเหล่านี้สะสมขึ้นมาจนกลายเป็นพลังให้ท่านได้มาทำงานที่เป็นประโยชน์แก่สังคม ผมเชื่อว่าด้วยความเป็นมนุษยปุณฺณของท่าน ย่อมมี ปัญหาอุปสรรคมารบกวนเหมือนทุกท่านที่นั่งอยู่ในที่นี้ เหมือนกับผมที่นั่งอยู่ในที่นี้ แต่ท่านก็สามารถจัดการแก้ไขปัญหาของท่านได้ จนกระทั่งโดดเด่นขึ้นมา กลายเป็นผู้ที่ให้ที่พึ่งแก่

สังคมทั้ง ๒ ท่าน นี่เป็นเรื่องสำคัญมาก คิดว่าเพราะอะไรครับ นี่คือพลังอำนาจของพลังจิต ที่ผสมไปด้วยพลังของศรัทธา ที่เชื่อมั่นในความดี เชื่อมั่นในคุณของพระรัตนตรัย เชื่อมั่นว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว พลังของวิริยะคือความเพียร ความเพียรในที่นี้หมายถึงความกล้า กล้าที่จะละสิ่งไม่ดีออกไปจากใจ และกล้าที่จะสะสมความคิดที่ดีให้เกิดขึ้น แล้วพลังสติในที่นี้หมายถึงพลังที่จะสร้างความรู้ตัว อยู่กับขณะปัจจุบันไม่ปล่อยจิตออกไปให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอยไปกับอนาคต

อาจารย์อาจงมีสติ ผมทราบมาว่านาซ่าต้องการตัวท่านมาก อยากให้ท่านไปอยู่สหรัฐอเมริกา เงินเดือนที่นั่นกับที่นี้ต่างกันราวฟ้ากับดิน ถ้าอาจารย์อาจงไปตอนนั้น เราอาจจะยังไม่เสียดาย แต่ตอนนี้เมื่อมารู้ผลงานของท่าน ได้มารู้ความจริงของท่าน เราต้องเสียดายท่านแน่ และต้องขอบคุณที่ท่านตัดสินใจไม่ไปอยู่ที่นาซ่า แต่กลับมาอยู่ที่เมืองไทย มาสร้างประโยชน์ให้กับสังคมไทย นี่คือพลังของวิริยะ พลังสติของท่านที่ทำให้ท่านไม่เลื่อนลอยไปกับเกียรติยศที่นาซ่าให้ พลังสมาธิคือความแน่วแน่มั่นคง การที่จิตนิ่งแน่วแน่มั่นคง ตั้งมั่นไม่หวั่นไหว และขออภัยถ้าจะพูดกันตรงๆ สำหรับอาจารย์สนองแล้ว ถ้าจะทำท่านให้เสียคนแล้วจะง่ายมากนะครับ เพราะท่าน ลากสักการะเยอะ คนเคารพนับถือเยอะ ถ้าอาจารย์สนองท่าน

ไม่มีง ป่านนี้ผมว่าอาจารย์สนองท่านเสียคนไปแล้ว

- **ดร.สนอง** คนอื่นเขามองเห็นว่าเป็นสิ่งดีงาม แต่ผมมองเห็นว่า นั่นเป็นเครื่องพันนาการจิตของเรา ไม่ให้พ้นไปจากความชั่วร้าย ตรงนี้อยากจะเสนอ ผมมองตรงนี้จะดูปุไปรุ่ง ผมจึงทำตัวเป็นอิสระ แต่ตัวจะเป็นอิสระได้ จิตต้องเป็นอิสระได้ก่อน อิสระจากความโลภ โกรธ หลง ให้ได้ก่อน แล้วอิสระจากสังโยชน์ทั้ง ๑๐ นี้ต้องพยายาม เพราะฉะนั้นสิ่งต่างๆ เหล่า นั้น ผมมองแล้วเหมือนขยะ ทั้งโลกธรรม วัตถุ กิเลส ตัณหา อุปาทาน เหล่านี้เป็นขยะในจิตสำนึกของผม อาจารย์ไม่ต้องห่วง ผมมีสติรู้ตัวอยู่เสมอว่า ตนเองยังต้องอยู่กับขยะแต่มีจิตไม่ปนเปื้อนด้วยขยะเหล่านั้น



- **ดร.บรรจบ** ผมก็เกือบเสียคนเหมือนกันคิดว่าเป็นผู้ยิ่งใหญ่ ตอนที่เขาปฏิวัติกันใหม่ๆ วันที่ ๑๙ กันยายน ๒๕๕๐ พออีก ๒ วัน ผมจะไปทำรายการ จัดรายการวิทยุที่สถานีวิทยุ อสมท. ตอน ๖ ถึง ๗ โมงเช้า วันเสาร์ คลื่นเอฟเอ็ม ๙๖.๕ พอลงแท็กซี่ ก็มีทหารถือปืนมายืนประกบทันที มีปืนคุมอยู่ข้างหลังผม แล้วถามว่า “ไปไหนครับ”

“ผมจะไปทำรายการวิทยุ”

“เดี๋ยวผมจะไปส่ง” เขาบอกทำให้ผมภูมิใจ

ทหารก็ถือปืนตามผมไป ผมก็เสียวสันหลังวาบ ถ้าปืนลั่นใส่ผมตาย ครอบครัวจะทำยังไง ใครจะช่วยให้หนี้สร้างบ้าน ทหารคนนี้เป็นพลทหาร เป็นทหารผู้น้อย เขาถูกสั่งมาให้มาทำหน้าที่ ตอนนั้น อสมท. กำลังมีปัญหาเกี่ยวกับทางคณะปฏิวัติ กลัวว่าผมจะเป็นนอมินีกับนายกทักษิณ เขาก็ตามประกบผมขึ้นไปส่งถึงหน้าตึก จัดรายการเสร็จแล้วลงมา ก็ดีกรออยู่อีกแล้วถามว่า

“จะไปไหนต่อไหมครับ”

“ผมจะกลับบ้าน”

ผมมาเรียกแท็กซี่ แกก็ยังจุดสำหรับถือปืนมาส่ง ผมคิดในใจยังงี้ก็เอาปืนไปห่างๆหน่อย ถึงจะเคยเป็นทหารเก่า ก็เสียวอยู่เหมือนกัน ตอนนี่ไม่ภูมิใจแล้วมีแต่กลัว...กลัวปืนลั่นใส่

เอาเป็นว่ากลับมาที่พลังอีกข้อหนึ่งคือ พลังปัญญา ก็คือ เข้าใจอะไรตามความเป็นจริง ตามเหตุตามผล แยกแยะออกว่าอะไรคืออะไร ทั้ง ๒ ท่านนี้มีพลังปัญญาชัดเจน ท่านรู้ว่าชีวิตควรทำอะไรที่เป็นประโยชน์แก่สังคม เอาละหมดเวลาแล้ว ผมขอคืนรายการนี้ให้กับพิธีกรบนเวทีครับ



■ **พิธีกร** ขอเสียงปรบมือให้กับท่านดอกเตอร์ทั้ง ๓ นะครับ ๒๕ นาที ต่อจากนี้จะเป็นการตอบคำถามจากทุกท่านที่เขียนมา คงตอบไม่ได้หมด แต่คำถามที่ยังไม่ได้ตอบ อาจารย์สนอง จะนำไปรวบรวมตอบ และนำไปลงไว้ใน Website ของชมรม กัลยาณธรรม [www.kanlayanatam.com](http://www.kanlayanatam.com) นะครับ คำถามแรกขอถามอาจารย์สนอง เกี่ยวกับเรื่องการเจริญสมาธิ เป็น ๒ คำถาม แต่ออกไปในแนวเดียวกัน ยังไงอาจารย์ตอบ พร้อมกันเลยก็ได้ครับ

๑. เจริญสมาธิมีหลักง่ายๆ ที่สามารถปฏิบัติได้จริงหรือไม่ ได้พยายามมาหลายครั้ง แต่ยังไม่สามารถปฏิบัติได้

๒. ในภาวะปัจจุบันยากมากสำหรับคน เพื่อที่จะให้ฝึกจิตให้เกิดสมาธิได้จนทำให้เกิดองค์ฌาน จะมีวิธีสร้างพลังสมาธิได้อย่างไร เคยทราบมาว่าคนที่เข้าฌาน ต้องไปอยู่ในป่า แล้วเราคนเมือง จะทำให้เกิดองค์ฌานได้อย่างไร

● **ดร.สนอง** ตามที่บอกว่า คนที่เข้าฌานได้ต้องอยู่ในป่า แต่ปรากฏว่าที่พูดมาตั้งแต่ต้นจนถึงบัดนี้ จิตไม่หวั่นไหวเลย เป็นอุเบกขาเป็นหนึ่งในองค์ฌาน ไม่เห็นจำเป็นต้องไปอยู่ในป่า

ใครจะดำ่ว่าใครจะสรรเสริญ ก็ดับเพราะรู้ทั้งหมด จึงปล่อยวางเป็นอุเบกขา ไม่เห็นจำเป็นต้องไปอยู่ในป่า เพราะฉะนั้น ตรงนี้ ต้องเข้าใจว่าถ้าเรายังเป็นคนที่สติยังไม่กล้าแข็ง ปัญญา ยังไม่กล้าแกร่ง จำเป็นต้องไปอยู่ในป่าที่เป็นที่เหมาะสม ที่เขาสมมติเรียกว่า สัปปายะ อยู่ที่บ้านไม่สัปปายะ เพราะว่า มีตู้เย็น อยู่ใกล้ มีครัวอยู่ใกล้ มีคนที่พูดเจ๊าะแจ๊ะทำเสียงรบกวนอยู่ใกล้ จึงไม่สัปปายะ ถ้าฝึกใหม่ๆ จะให้สติกล้าแกร่ง สมาธิกล้าแข็ง จำเป็นต้องเข้าอยู่ในที่สัปปายะ คือไปอยู่ในป่า มีหลายคนบอกว่า ไปฝึกที่สำนักปฏิบัติธรรมแล้วดีกว่าฝึกที่บ้าน ก็ถูกของเขา แต่คนที่เข้าถึงได้แล้ว และรักษาผละ ๕ ได้อยู่แล้ว ไม่จำเป็นอยู่ที่ไหนก็มีสติได้ พอมีสติแล้ว สมาธิเกิดขึ้นเป็นอัตโนมัติ เพราะฉะนั้นการที่จะบอกให้ไปฝึกสมาธิไม่จำเป็น แต่จะบอกว่า ที่เราพูดมายาวนานเรื่องเมตตา นี่ มีความจำเป็น ถ้าใครผู้ใดเจริญเมตตาได้ก่อนแล้วไปฝึกจิตให้มีสติ มันง่ายครับ และ เช่นเดียวกันที่ท่านเจ้าคุณโชดกพูดกับผมในวันแรกที่ไปฝึกกรรมฐานว่า トラบใดถ้าศีล ๕ ยังคุมใจไม่ได้ ฝึกอย่างไรจิตจะยังไม่นิ่ง เพราะศีลเป็นพื้นฐานของสมาธิ สมาธิเป็นพื้นฐานของปัญญาเห็นแจ้ง เพราะฉะนั้น เมตตาและศีล เอาไว้ในใจให้ได้ก่อน

#### ■ พิธีกร หลักการปฏิบัติสมาธิง่ายๆ ครับ

● **ดร.สนอง** หลักการปฏิบัติสมาธิง่ายๆ เอาอย่างครูบาตวงดี แนะนำ ท่านมีอายุร้อยกว่าปี ขณะนี้ยังมีชีวิตอยู่ ท่านบอกกับ หลิงซุราที่เป็นมะเร็งใกล้ตาย ทุกครั้งที่นึกได้ ทุกครั้งที่ว่างจากงาน ในเดือนที่หนึ่ง “ลมเข้าภาวนาว่า พุท ลมออกภาวนาว่า โธ” พอเดือนที่สอง “ลมเข้าภาวนาว่า ฮัม ลมออกภาวนาว่า โม” เดือนที่สาม “ลมเข้าภาวนาว่า สัง ลมออกภาวนาว่า ไช” พอเดือนที่สี่วกกลับมา พุท-โธ ใหม่ หมอบอกว่า ๕ เดือนตายเพราะเป็นมะเร็งขั้นสุดท้าย คุณยายท่านนี้ภาวนา “พุทโธ” “ฮัม-โม” “สัง-ไช” อย่างนี้อยู่ได้นาน ๕ ปีครับ ง่ายๆแค่นี้เอง ทุกครั้งที่นึกได้ ทุกครั้งที่ว่างจากงานภายนอก คืองานที่ทำกับสังคม มาทำงานส่วนตัวคือภาวนา “พุท-โธ” “ฮัม-โม” “สัง-ไช” ง่ายๆ แค่นี้

■ **พิธีกร** คำถามต่อไป ถามท่านอาจารย์อาของ ขอเรียนถามว่าแนวทางในการแผ่เมตตาของท่านอาจารย์อาของ ให้กับสิ่งต่างๆ มีแนวทางอย่างไรบ้าง แบบคร่าวๆ แล้วอะไรที่ทำให้ชีวิตของอาจารย์เกิดการเปลี่ยนแปลงในช่วงชีวิต ๑๕ ปี เริ่มแผ่เมตตา และก็จุดเปลี่ยนแปลงตอนอายุ ๑๕ ปี และสุดท้ายขอให้อาจารย์อาของช่วยพูดเรื่องภาวะโลกร้อนในฐานะที่อาจารย์เป็นนักวิทยาศาสตร์ (เกี่ยวกับการแผ่เมตตาไหมครับ)

▶ **ดร.อาจง** ในการแผ่เมตตา ประการที่ ๑ จิตใจของเราต้องสงบก่อน เพราะถ้าเราคิดฟุ้งซ่านเราก็ไม่สามารถที่จะแผ่เมตตาได้ ประการที่ ๒ เมื่อจิตใจเราสงบแล้วเรามีความรักความปรารถนาดีต่อทุกคน ต่อสัตว์ทั้งหลาย เราถึงจะมีความพร้อมที่จะแผ่เมตตา เพราะฉะนั้นเราต้องทำจิตใจของเราให้สงบ มีความปรารถนาดี มีความรักต่อทุกคน เสร็จแล้วเราก็เริ่มแผ่เมตตาได้ แต่ในใจของเราคิดถึงต่อผู้อื่น คิดดีต่อสัตว์ทั้งหลาย โดยอัตโนมัติมันก็มีพลังจิตออกไปจากตัวของเรา แล้วก็จะไปถึงสิ่งที่เราคิดถึง เราอาจจะแผ่เมตตาให้กับคนใดคนหนึ่ง อย่างเช่นคุณพ่อคุณแม่ พลังเมตตาก็จะไปถึง คุณพ่อคุณแม่ก็จะรู้สึกสงบมากขึ้น เราจะแผ่เมตตาให้คนที่เขาเจ็บป่วย เขาก็จะรู้สึกสบายขึ้น เพราะฉะนั้นในใจของเราแค่คิดถึงคนๆ นั้น ด้วยความปรารถนาดีด้วยความรัก และในใจของเราก็อาจจะอธิษฐานด้วย เอ่ยชื่อเขาเลย จะมีแต่ความสุขความเจริญ แค่นี้ล่ะครับ มันก็มีพลังจิตออกไปถึงคนๆ นั้นแล้ว แผ่เมตตาไม่ยากอะไร ขอให้จิตใจของเราสงบ และมีความรักความเมตตาอยู่ในจิตใจของเรา

■ **พิธีกร** เกิดอะไรขึ้นตอนอายุ ๑๕ ครับ

▶ **ดร.อาจง** เรื่องยาวนิดหนึ่ง แต่จะเล่าสั้นๆ นะครับ ตอนกลางดึกขณะผมอยู่โรงเรียนกินนอนในประเทศอังกฤษ รู้สึกตัวตื่นขึ้นมาเห็นแสงสว่างจ้าทั่วไปหมด และก็ได้ยินเสียงพูดกับผมเป็นภาษาอังกฤษ เพราะตอนนั้นผมลืมภาษาไทยแล้ว โดขึ้นมาในต่างประเทศ เสียงนั้นเรียกชื่อ ๓ ครั้ง แล้วก็ตั้งคำถามว่า “ทำไมถึงทำอย่างนี้” ผมก็นึกว่าเป็นผี ก็เฉยๆ ผมก็บอกว่าช่างมัน อย่าไปสนใจ แล้วก็นอนหลับต่อ แต่แล้วมันก็เกิดแบบนี้ ๓ คืนติดต่อกัน พอคืนที่ ๓ ก็เลยต้องคิดว่าเกิดอะไรขึ้น ทำไมต้องเกิดกับเรา ๓ ครั้ง ๓ คืน คิดไปคิดมาก็รู้สึกตัว ที่ถามว่า “ทำไมถึงทำอย่างนี้” ก็เพราะเราเป็นเด็กเกเร ชอบชกต่อย อาละวาดอยู่ตลอดเวลา ก็เลยตัดสินใจที่จะเปลี่ยนตัวของตัวเอง นับจากวันนั้นเป็นต้นมา เพราะฉะนั้นถือว่าเป็นความมหัศจรรย์ที่เกิดขึ้นในชีวิตของผม ที่ทำให้ต้องเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ก็เกิดขึ้นอย่างนี้แหละครับ

■ **พิธีกร** ต้องขอบคุณอาจารย์ทั้ง ๓ เป็นอย่างสูง ช่วงต่อจากนี้ ขอมอบเวทีให้ ท่านอาจารย์บรรจบครับ

● **ดร.บรรจบ** ขอเชิญท่านอาจารย์สนอง นำนั่งสมาธิและแผ่เมตตาด้วยครับ ขอเรียนเชิญครับ

● **ดร.สนอง** ผมเคยนำปฏิบัติมาแล้ว อยากจะเรียนเชิญท่านอาจารย์อาของ ว่าแนวทางที่ฝึกนักเรียนที่โรงเรียนสัตยาไสทำอย่างไร พวกเราจะได้เรียนรู้และทำตามด้วย ขอความเมตตาอาจารย์นำนั่งสมาธิและก็แผ่เมตตาครับ

▶ **ดร.อาจง** ขอให้ทุกท่านนั่งหลังตรง แล้วก็หายใจลึกๆช้าๆ และเพื่อไม่ให้สิ่งแวดล้อมรบกวน เราก็หลับตาด้วย ตั้งสติอยู่ที่ลมหายใจ หายใจเข้ารู้ว่าอากาศกำลังเข้า หายใจออกรู้ว่าอากาศกำลังออก และต่อไปนี้ขอให้ทุกท่านติดตามที่ผมจะนำ ขอให้ทุกท่านนึกว่ามีแสงสว่างอยู่ข้างหน้าเรา นำแสงสว่างนั้นเข้ามาตรงบริเวณหน้าผาก เข้ามาในศีรษะของเรา ให้ศีรษะของเราเต็มไปด้วยแสงสว่าง แสงสว่างอยู่ที่ไหนความมืดก็อยู่ไม่ได้ เราจะคิดแต่สิ่งที่ดี ความคิดของเราเต็มไปด้วยความรักความเมตตา นำแสงสว่างลงมาที่หัวใจของเรา แล้วคิดว่าตรงหัวใจมีดอกบัว เมื่อเจอแสงสว่าง ดอกบัวก็บานออกมาสวยงาม จิตใจเราก็เบิกบาน จิตใจของเราเต็มไปด้วยความบริสุทธิ์ เต็มไปด้วยความรัก ความเมตตา

นำแสงสว่างลงมาที่แขน ที่มือของเรา มือทั้ง ๒ ข้าง เต็มไปด้วยแสงสว่าง เราทำแต่ความดี เรารับใช้ช่วยเหลือผู้อื่น

อยู่เสมอ เราปฏิบัติหน้าที่ของเราด้วยความรัก ด้วยความเมตตา

นำแสงสว่างลงมาที่ขาของเรา ที่เท้าของเรา เท้าทั้ง ๒ ข้าง เต็มไปด้วยแสงสว่าง เราเดินก้าวหน้าไปในทางที่ดี เดินไปในสถานที่ที่ดี เดินไปหาคนดีๆ นำแสงสว่างกลับขึ้นมาใหม่ ผ่านร่างกายของเราขึ้นมาเรื่อยๆ จนถึงปากของเรา ให้ปากและลิ้นของเราเต็มไปด้วยแสงสว่าง เราพูดแต่ความจริง เราพูดแต่สิ่งที่ดี ที่มีประโยชน์ ทุกคำพูดของเราเต็มไปด้วยความรัก ความเมตตา นำแสงสว่างมาที่หูของเรา หูทั้ง ๒ ข้าง เต็มไปด้วยแสงสว่าง เราฟังแต่สิ่งที่ดี ได้ยินแต่ความดี เราฟังทุกคนด้วยความรักด้วยความเมตตา นำแสงสว่างมาที่ตาของเรา ตาทั้ง ๒ ข้าง เต็มไปด้วยแสงสว่าง เรามองแต่สิ่งที่ดี เห็นแต่ความดีในทุกๆคน และในทุกสิ่งทุกอย่าง เรามองทุกคนด้วยความรักด้วยความเมตตา นำแสงสว่างขึ้นไปจนถึงบริเวณศีรษะของเรา ให้ศีรษะของเราเต็มไปด้วยแสงสว่าง ในตอนนี้ กระจายแสงสว่างออกไปจากตัวของเรา ให้แสงสว่างนั้นปกคลุมทุกท่านที่อยู่ในห้องนี้ เราเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันด้วยแสงสว่างอันเดียวกัน

กระจายแสงสว่างออกไปอีก นำแสงสว่างนั้นไปมอบให้กับคุณแม่ คุณพ่อ ผู้ที่ได้ให้กำเนิดกับเรา เลี้ยงดูแลพวงเรา

ขอให้คุณแม่ คุณพ่อ จะมีแต่ความสุข นำแสงสว่างไปมอบให้กับ  
คุณครู อาจารย์ของเรา ผู้ที่ได้ให้วิชาความรู้กับเรา ขอให้คุณครู  
อาจารย์ จะมีแต่ความสุข ในตอนนี้ นำแสงสว่างไปมอบให้กับ  
องค์พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวของเรา และกระจายแสงสว่าง  
ออกไปอีก ถึงญาติพี่น้อง เพื่อนฝูง เพื่อนร่วมโลกของเราทุกคน  
รวมทั้งสัตว์ทั้งหลาย และทุกสิ่งทุกอย่างที่มีชีวิต

ให้โลกของเราเต็มไปด้วยแสงสว่าง ให้โลกของเราเต็มไปด้วย  
ไปด้วยความรัก ความเมตตา ให้โลกของเราเต็มไปด้วยความ  
สงบสุข และกระจายแสงสว่างออกไปให้ทั่วจักรวาล ให้ทุกหน  
ทุกแห่งเต็มไปด้วยแสงสว่าง เราอยู่ในแสงสว่าง แสงสว่างอยู่ใน  
ตัวเรา เราคือแสงสว่าง

ในตอนนี้ให้นำแสงสว่างมาบรรจุไว้ที่หัวใจของเรา  
ไม่ว่าเราจะทำอะไร อยู่ที่ไหน เรามีแสงสว่างนำทางเรา ช่วยเหลือ  
เรา ปกป้องเราตลอดไป ค่อยๆลิ้มทานะครับ

- **พิธีกร** ขอดำเนินรายการต่อเลยนะครับ ก็ต้องขอขอบ  
คุณท่านอาจารย์ ดร.อาของ ชุมสาย ณ อยุธยา ท่านอาจารย์  
ดร.สนอง วรอุไร และ ท่านอาจารย์ ดร.บรรจบ บรรณรุจิ  
เป็นอย่างสูงนะครับ





### รายนามผู้ร่วมศรัทธาพิมพ์หนังสืออานุกาพพลังจิต

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
1	คุณกาญจนาพร กรสวัสดิ์-คุณอรทัย แซ่เตี้ย	17,840
2	คุณจิตราภูล สุขดี-คุณกอบสุข แก่นสุวรรณ-คุณกอบกุล พุทธอาวี อุทิศให้คุณโกสม สุขดี	15,000
3	คุณสัมฤทธิ์ มีวงศ์อุโยษ	9,000
4	คุณวิเชียร เปี่ยมสมบูรณ์	5,500
5	คุณมนัส คงใจภักดี	5,500
6	คุณนภาพร กาญจนะวสิต	5,000
7	คุณจรรย์ศิริ	4,439
8	คุณพูนพิพันธ์ เตชะราชกุล	4,320
9	คุณสร้อยสุวรรณ ยิ่งแจ่มศิริ	3,500
10	คุณฉันทณี รักธรรมยิ่ง	3,400
11	คุณสุจินดา จิตวสินกุล	3,000
12	คุณธัญลักษณ์ วงศาโรจน์	3,000
13	คุณนภาพร กาญจนะวสิต	2,570
14	คุณวิหยา สิทธิกรวณิช	2,500
15	คุณปัทมา เทศคนตรี	2,300
16	คุณอรนุช สิมเทียมเจริญ	2,000
17	คุณพูนพิพันธ์ เตชะราชกุล	1,760
18	คุณปานจิต	1,660
19	คุณเพ็ญภา-คุณภาควุฒิ กิจพาณิชย์	1,500
20	คุณพิพัฒน์ ศิริธนาวัฒน์	1,500
21	คุณอรภัสรา ใจอารีย์	1,500
22	คุณระพีพรรณ สุวิกะปกรณ์กุล	1,410

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
23	คุณสมคิด นภสิทธิจินดา	1,340
24	คุณสุวิจจา วังสุวรรณ	1,280
25	รศ.ดร.สุนันท์ นิรมิตน์	1,120
26	คุณแม่เชียม แซ่เหิน	1,000
27	คุณระพีพรรณ ศิลจิตสง	1,000
28	คุณนัชชา-คุณเรวัต-คุณธนัท- คุณชาญชัย-คุณณัฐดา-คุณธัญดา สุวรรณกิตติ	1,000
29	คุณเรวัต-คุณวัลยา แสงนิล	1,000
30	คุณโชคชัย-คุณวิลาวัลย์ อิงคชัยกุลรักษ์	1,000
31	คุณภณภรต รัตัญญ	1,000
32	คุณนราพร ทิพยมนตรี	910
33	คุณชาลิกา หลิมประเสริฐศิริ	840
34	คุณราศรี โลจิตสกุล	820
35	คุณประไพ	800
36	ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	700
37	คุณกนิศนันท์ กุศลพงษ์พาณิชย์	670
38	คุณสุวิศิษฎ์ โชติพุทธกุล	660
39	คุณยุพดี มาลีพันธ์	650
40	คุณจิรภา ก่อสิน	620
41	คุณส่องเพ็ญ สุริยะเพ็ญ	620
42	คุณณภามาศ ต้นประเสริฐ	600
43	คุณจิรภา ศาสสาร	560
44	คุณอรุณวดี ทิมกระจ่าง	550
45	คุณนิรมาน ชื่อสกุล	500
46	คุณคำกิ่ง ภัคมี	500

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
47	คุณพิเศษฐ์ เพชรหงษ์	500
48	คุณกอบกุล ชูเอกวงศ์	500
49	คุณพรทิพย์ ทะละกัญ	480
50	คุณสุวิมล เลิศอุดมขนา	440
51	คุณกัญเกียรติ กระแสโท-คุณสรัน สีน่อง	400
52	คุณทองเชื้อ อังควิเศษฐพันธ์	400
53	คุณลัดดาวรรณ เขียมตปปียะ	390
54	คุณทิพย์นิยนา แซ่แท้	380
55	คุณเสรีภาพ ขาวีพา	380
56	คุณวรินทร์อร มีชัยประสิทธิ์กุล	370
57	จ.อ.กาย โพธิ์งาม	350
58	ค.ต.ฐิติวัชร เกษศรีรัตน์	320
59	คุณเปรมฤดี วัฒนาวงศ์	310
60	คุณวรัญญา กิจวานิช	300
61	คุณประภาพรรณ เหมือนเพชร	300
62	คุณอรอุมา ลองจ้านงค์	300
63	คุณยุพา พงศบุตร	300
64	คุณไพศาล เจริญชัยพิทักษ์	300
65	คุณอนภรณ์ นันทะชาติ	290
66	คุณตะวัน จันทราสการวงศ์	280
67	คุณอนัสสร	270
68	คุณพรทิพย์ ทะละกัญ	270
69	คุณรมิตา วราวีรกุล	240
70	คุณบุญมี ศรีบุญเรือง	230
71	คุณปภาวี บุลกุล	220
72	คุณเปรมฤดี วัฒนพงศ์	210

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
73	คุณภัททรินทร์ ตั้งวงศ์สว่าง	200
74	คุณปิยพร	200
75	คุณวิสิฐ มุณีพันธ์นิมิตต์	200
76	คุณจิราภา ปรียกุล	200
77	คุณประมาณ	200
78	คุณเลิศมณีฉัตร เจริญศิลาวาทย	180
79	คุณรวีวรรณ คำมีผล	180
80	คุณทิพา วัชรฉัตร	160
81	คุณจินตาวัดน์	160
82	คุณอนุชา หาไชย	160
83	คุณบุญศรี วุฒเลิศจรรยา	150
84	คุณประวัติ	150
85	คุณสถิตย์ ตอนหม้อ	140
86	คุณไฉต	130
87	ค.ต.ปยุต-คุณอภิญาขวัญ- คุณทรงพล ประดับสุข	130
88	คุณชาวลด ดงเจริญกิจกุล	130
89	คุณภัทรอรณ (หนู)	130
90	คุณภัททิยา ชิ่งเจริญกิจไพศาล	130
91	คุณสุนันท์ ประทักษ์วณิชย์	120
92	ค.ต.ฐิติวัชร เกษศรีรัตน์	110
93	คุณผ่องเพ็ญ	110
94	คุณจันทิ ปัดภัย	110
95	คุณอาภรณ์ ชิมกลาง	100
96	คุณสุมาลี เวียงสวัสดิ์	100
97	คุณจันทร์ เข็มสีดา	100
98	คุณมาลัย แซ่หอม	100

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๑	คุณสมหมาย สันทาลุนัย	100
100	คุณมงคล พุ่มเปรม	100
101	ค.ญ.ปณิตดา เขียมสกุล	100
102	คุณลำพอง วงศ์วิจิตร	100
103	คุณกาญจนา ฉิมเขียม	100
104	คุณอำไพ กลิ่นกำจรกุล	100
105	คุณวาสนีย์ สีตะพงศ์	100
10๖	คุณสุวิภา แกนสท้าน	100
107	คุณอุดมพร หล่อกิตติยะกุล	100
108	คุณวิภา จรรยาภรณ์พงษ์	100
109	คุณปาริชาติ โมกขมรรคตาล	100
110	ครอบครัวคุณธนาธาร โกศลสุวิวัฒน์	100
111	คุณวรรุณี ลากศฤง์ทธิและครอบครัว	100
112	คุณประวิทย์-คุณนาคยา นวาระสุจิตร์	100
113	คุณวรรณฤดี-ค.ช. สรวิชญ์ นวาระสุจิตร์	100
114	คุณสมสมร ตันตศิริวิทย์	100
115	คุณสุลีลา สีมาชัยบวร	100
11๖	คุณพูลลาภ ประจัญบาน	100
117	คุณแม่จูนสี แซ่ฮิม	100
118	คุณสอาด พนารังสรรค์	100
119	คุณอมรรัตน์ พนารังสรรค์	100
120	คุณเกศริน พนารังสรรค์	100
121	คุณสรายุทธ พนารังสรรค์	100
122	คุณอรอนงค์ ชีวะประภาพันธ์	100
123	คุณวัลภา อร่ามวิทย์	100
124	คุณช้อยได้ แซ่ลิ้ม	100

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
125	คุณรักชนก นุสราสุภานันท์	100
12๖	คุณฉัษฐวาลย์ สุวรรณประทีป	100
127	คุณณรงค์ เมืองมั่งคั่ง	100
128	คุณเสวก สมลาย	100
129	คุณศศวน วัฒนศิริเสวีกุล	100
130	คุณจารุพัฒน์ ธีวัฒน์มงคล	90
131	คุณไชยพงษ์ เปี่ยมพงษ์สานต์	80
132	คุณอรณี ลือธีระศุกกุล	80
133	คุณศุภเลิศ กิจจจรไพบูลย์	60
134	คุณสมจิตต์ เกียรติธนะบำรุง	50
135	คุณเพลินพิศ นวาระสุจิตร์	50
13๖	คุณณิยะดา ช่างตระกูล	50
13๗	คุณพรรณี เชิดว่าไพ	50
137	คุณสุพิศรา วิตรุตพงษ์	50
138	คุณนารีรัตน์ หวังไพระวงศ์	50
139	คุณกัญพิมล เลิศจิระประเสริฐ	50
140	คุณเลอพงศ์ นวาระสุจิตร์	50
141	คุณอัญชลี นวาระสุจิตร์	50
142	คุณจารุพัฒน์ ธีวัฒน์มงคล	50
143	คุณธิดารัตน์ กุมภาวาปี	50
144	คุณศิริภพ นิมนงค์	40
145	คุณจารุพัฒน์ ธีวัฒน์มงคล	40
14๖	คุณจารุพัฒน์ ธีวัฒน์มงคล	20
147	ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	20
148	คุณธรากร เจยเสนานนท์	20
149	คุณประนอม อัคริบูลย์พันธ์	20
150	คุณสุนันทา จิตติการโกศล	20

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
151	คุณวิตนา งามพงศ์พรรณ	20
152	คุณแก้วตา เปี่ยมศักดิ์ศิริกุล	20
153	คุณนฤมล อัครสกุลเกียรติ	20
154	คุณอุษณีย์ กิจเจริญคำ	20
155	คุณเกวสี ตันติกรพรรณ	20
156	คุณมาลีวรรณ-คุณลัดดาวัลย์ สกุลศึกษาดี	20
157	คุณบุญเลี้ยง-คุณกรรณิการ์	20
158	คุณแม่สมพร ชามิ	10
159	คุณสายรุ้ง	10
160	คุณสุปกานต์ วิมุตตานันท์	10
162	คุณกรรณิการ์ สุวรรณศิริพร	10
	รวม	113,769

ชมรมกัลยาณธรรมขอกราบอนุโมทนา ในกุศลเจตนา  
ของทุกท่าน ผู้ร่วมสร้างธรรมทานอันบริสุทธิ์เพื่อให้เกิดประโยชน์  
สุขในสังคัม และเผยแพร่พระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระ  
สัมมาสัมพุทธเจ้าให้เป็นที่พึ่งของมวลชนและสรรพสัตว์สืบไป  
ตราบกาลนาน

การให้ธรรมะเป็นทาน เช่น การให้กัปปอง



## ประวัติ ท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรุโธ

ดร.สนอง วรุโธ ภูมิลำเนาของท่านอยู่ที่ ตำบล  
คลองหลวงแห่ง อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา มีพี่น้องทั้งหมด  
๘ คน ท่านเป็นบุตรคนที่ ๖ บิดามารดาของท่านมีอาชีพทำสวน  
ทำไร่ นอกจากนี้บิดายังเป็นกำนันของตำบลคลองหลวงแห่ง  
และเป็นมัคทายกของวัดในละแวกบ้านด้วย ในวัยเด็ก ท่านมี  
หน้าที่ใส่บาตรตอนเช้าทุกวันและนำอาหารที่มารดาจัด  
เตรียมไปถวายพระในวันสำคัญและวันพระตามประสาชีวิต  
ในชนบทยุคนั้น

ท่านได้รับการศึกษาเบื้องต้นจากโรงเรียนสุวรรณศิลา  
ใกล้บ้าน เมื่อสงครามโลกครั้งที่ ๒ สงบลง ท่านและพี่น้อง  
ได้ย้ายเข้ามาเรียนในกรุงเทพฯ อยู่บ้านที่บิดามารดาซื้อไว้ให้พี่  
น้องทุกคนอยู่ร่วมกัน ย่านประตูน้ำ โดยบิดามารดาได้ย้ายมา  
ด้วย ท่านศึกษาในโรงเรียนวัฒนาวิทยาลัยจนจบชั้นมัธยม  
ศึกษาปีที่ ๘ ชีวิตท่านต้องรับผิดชอบงานส่วนตัว เช่น ซักรีด  
ผ้าเอง และแบ่งหน้าที่กันรับผิดชอบงานในบ้านร่วมกับพี่น้อง

ท่านเป็นอยู่อย่างมัธยัสถ์ อดออม และมีระเบียบ เมื่อถึงช่วงปิดเทอมก็พากันกลับไปเยี่ยมบิดามารดาเพื่อช่วยงานด้านเกษตรกรรม เช่น เลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ เลี้ยงหมู เป็นต้นี่ตลอดมา

ดร.สนอง วรอุไร สนใจฝึกสมาธิครั้งแรกในขณะที่เรียนชั้นมัธยมศึกษา โดยสนทนากันระหว่างพี่ๆ น้องๆ แล้วนำมาฝึกหัดปฏิบัติเองเมื่อมีโอกาส จนถึงระดับอุดมศึกษา ท่านเลือกศึกษาในมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จบปริญญาตรีสาขาโรคพืช เมื่อ พ.ศ. ๒๕๐๕ แล้วไปทำงานเป็นนักวิชาการเกษตร เผยแพร่ความรู้ด้านการปลูกข้าวปลูกเห็ดแก่ประชาชนในภาคอีสานอยู่ประมาณ ๒ ปี ในระหว่างนี้ ท่านแต่งงานมีครอบครัวและได้โอนย้ายจากกรมวิชาการข้าวกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ มาเป็นอาจารย์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ สังกัดคณะวิทยาศาสตร์ เป็นอาจารย์รุ่นบุกเบิกมหาวิทยาลัยและบุกเบิกบัณฑิตวิทยาลัยด้วย จากนั้นปีพ.ศ. ๒๕๑๔ ท่านก็ได้เรียนจบปริญญาโท เกษตรศาสตรมหาบัณฑิต จากมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ สาขาเชื้อรา ปีเดียวกันนั่นเอง ท่านได้รับทุนโคลัมโบไปศึกษาปริญญาเอก สาขาไวรัสวิทยา มหาวิทยาลัยลอนดอน ประเทศอังกฤษ นาน ๔ ปี ในระหว่างการศึกษา ท่านมิได้เดินทางกลับมาเมืองไทยเลย เพราะเรียนหนักมาก ท่านใช้เวลาว่างพักทำจิตใจนิ่งๆ ทุกวัน ซึ่งมีผลให้ท่านจดจำได้เร็ว เรียนเข้าใจง่าย และจบ ๔

ปีตามกำหนด

เมื่อกลับเมืองไทยในเดือนมีนาคม พ.ศ.๒๕๑๘ และมีเวลาว่างช่วงก่อนเปิดเทอมไปสอนนักศึกษา ท่านตัดสินใจอุปสมบทเพื่อพิธีกรรมสังฆกรรมขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ณ วัดปริณายก แล้วมาฝึกวิปัสสนากรรมฐานกับพระเทพสิทธิมนี (โชค ปธ.๙) ที่คณะ๕ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎ์ ทำพระจันทร์ในชั่วระยะเวลา ๓๐ วัน ที่ท่านปฏิบัติตามคำสอนของครูบาอาจารย์อย่างมอบกายถวายชีวิตเป็นพุทธบูชา ท่านได้รับประสบการณ์ทางจิตและความก้าวหน้าในญาณอภิปัญญาต่างๆ มากมาย โดยหลังจากปฏิบัติได้เพียง ๑๐ วัน ท่านสามารถแยกกายกับจิตได้ และได้รับนิมนต์ไปแสดงธรรมเป็นครั้งแรกในชีวิต ณ ลานอโศก วัดมหาธาตุนั่นเอง

เมื่อลาสิกขาบทแล้ว วิถีชีวิตของท่านเปลี่ยนแปลงไปมาก ด้วยความคิด ด้วยคำพูด และการกระทำซึ่งถูกหล่อหลอมจากภาวนามยปัญญา ที่ได้รับจากการพัฒนาจิตวิญญาณในครั้งนั้น ท่านได้รับเชิญเป็นองค์บรรยายด้านหลักธรรม คุณธรรม จริยธรรม ตามหน่วยงานต่างๆ องค์กรต่างๆ มากมาย และหลังจากเกษียณอายุราชการที่มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ท่านยังเป็นอาจารย์พิเศษถวายความรู้แก่พระนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬา-

ลงกรรมราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนาด้วย

ปัจจุบันท่านเป็นครูบาอาจารย์สั่งสอนธรรม โดยได้นำประสบการณ์ตรงของท่านเองมาเป็นแบบอย่าง สร้างจุดเปลี่ยนแปลงที่ดีให้กับชีวิตของคนจำนวนมาก มีกลุ่มคณะศิษย์ก่อตั้งเป็นชมรมกัลยาณธรรมช่วยกันเผยแผ่ผลงานของท่านโดยทำเป็นหนังสือหลายเล่ม เช่น ทำชีวิตให้ได้ดีและมีสุข, ยิ่งกว่าสุขเมื่อจิตเป็นอิสระ, ทางสายเอก, ตามรอยพ่อ, การใช้ชีวิตที่คุ้มค่า, มาดสไตส์ด้วยใจเกินร้อย, อริยมรรค นอกจากนี้ยังมีดลัฒเพชีดี และ MP3 อีกเป็นจำนวนมาก

ผลงานเรื่อง “ทางสายเอก” ได้รับการแปลเป็นภาษาอังกฤษโดยอาจารย์ทวีศักดิ์ คุรุจิตธรรม เพื่อให้ชาวต่างชาติได้มีโอกาสศึกษาถึงประสบการณ์การปฏิบัติธรรมและการพัฒนาจิตวิญญาณของท่านเพื่อเสริมสร้างความศรัทธาในวิชาวิปัสสนากรรมฐาน สูดยอศวิชาเอกของโลก



ประวัติ ท่านอาจารย์ดร.อาจอง ชุมสาย ณ อยุธยา

วิศวกร...นักสร้างคน

ผู้บริหารโรงเรียนสัตยาไส อำเภอชัยบาดาล

จังหวัดลพบุรี

โดย ผู้จัดการรายสัปดาห์ ๒๑ กรกฎาคม ๒๕๔๘

วิศวกรคือคนสำคัญที่สร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ เพื่อให้ชีวิตมนุษย์เป็นอยู่ได้อย่างสุขสบายขึ้น แต่สำหรับ “ดร.อาจอง ชุมสาย ณ อยุธยา” ไม่ได้เป็นแค่วิศวกรธรรมดาๆ การเผยแผ่ทัศนคติที่ดีในการดำเนินชีวิต และการอยู่ร่วมกันในสังคม เป็นไปอย่างแตกฉานอย่างผู้รู้ลึก ภารกิจสร้างความรู้คู่คุณธรรม ณ วันนี้ ยังมีเรื่องราวมากมายให้เรียนรู้

ในที่สุดพวกเรา ก็มีโอกาสนัมภาษณ์ “ดร.อาจอง ชุมสาย ณ อยุธยา” ในวันอาทิตย์วันหนึ่ง ที่กรุงเทพฯ เพราะปกติท่านมักจะอยู่ที่ลพบุรี เพื่อสอนและดูแลเด็กๆ ที่โรงเรียนสัตยาไส และมีภารกิจมากมายอยู่เป็นประจำ

“ดร.อาจอง ชุมสาย ณ อยุธยา” บุคคลที่มีชื่อเสียงโด่งดัง

ระดับโลกจากการเป็นผู้คิดค้นระบบควบคุมการลงจอดบนดาวอังคารของยานอวกาศไวกิง ๒ ลำ เมื่อปี ค.ศ.๑๙๗๖ (พ.ศ.๒๕๑๙) ครั้งแรกในประวัติศาสตร์ของมนุษย์

เป็นวิศวกรนักเทคโนโลยี เป็นอาจารย์ประจำคณะวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นผู้บริหารระดับสูงหลายบริษัท เป็นนักการเมืองน้ำดี และเป็นนักการศึกษาที่ได้รับการเชิญไปบรรยายมาแล้วทั่วโลก

จุดเปลี่ยนอย่างกระทันหันของเด็กชายธรรมดาๆ คนหนึ่งเกิดขึ้นเมื่ออายุ ๑๕ ปี ขณะที่เรียนอยู่ที่โรงเรียนประจำ Haileybery & Imperial Service College ประเทศอังกฤษ เมื่อเริ่มศึกษาพุทธศาสนา ธรรมะ และเรียนรู้การฝึกสมาธิ เพราะไปอ่านบทความการฝึกสมาธิที่น่าประทับใจมาก ทำให้ยุตินิสัยที่เคยชอบชกต่อยกับเด็กฝรั่ง และเปลี่ยนจากเด็กที่เคยเรียนแย่งกลายเป็นเด็กเรียนดีอย่างรวดเร็ว

ดร.อาจงเล่าต่อว่า จนกระทั่ง ช่วงก่อนเข้ามหาวิทยาลัย เริ่มรู้ตัวแล้วว่า จริงๆชีวิตนี้อยากจะเป็นนักบวช อยู่ในวัดในถ้ำ ฝึกสมาธิปฏิบัติ เพื่อให้หลุดพ้น ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดของชีวิต แต่มีหลายอย่างที่ทำให้ไม่บวช คุณพ่อคุณแม่ไม่ให้เพราะรู้ว่า

ถ้าบวชแล้วจะไม่สึกและการนั่งสมาธิทำให้รู้ว่าชีวิตนี้ไม่ใช่ชีวิตของนักบวช ต้องอยู่รับใช้สังคม ซึ่งเมื่อฝึกสมาธิแล้วก็เรียนได้ที่ ๑ทุกวิชา เลยตัดสินใจว่า

“ชีวิตนี้เราจะช่วยคนอื่นให้มีความสุขแต่เราต้องหากินด้วย เพราะต้องมีเงินทอง เราหากินทางโลกก็ใช้วิชาวิทยาศาสตร์ก็แล้วกัน แต่เราจะไม่หากินจากธรรมะ”

“เราแค่หารายได้จากวิทยาศาสตร์ แต่เราจะทำงานเพื่อสังคม”

“ที่สำคัญ ถ้าเราจะสอนเรื่องที่เกี่ยวข้องกับจิตใจของมนุษย์ให้คนอื่น ถ้าเราเป็นนักวิทยาศาสตร์ คนจะนับถือ จะยอมรับมากกว่า อาจารย์หลายท่านแนะนำว่า เรามีปริญญาเอกพูดที่ไหนคนก็อยากรู้ เชื้อถือ ทำงานกับส่วนรวมได้ดีขึ้น”

ดร.อาจงเล่าเกี่ยวกับเรื่องเรียนว่า เป็นคนที่เรียนอะไรแล้วเต็มที่ทำจริงจัง สมัยเรียนสาขาวิศวกรรมศาสตร์ที่มหาวิทยาลัยเคมบริดจ์ ประเทศอังกฤษ จบหลักสูตรปริญญาตรีภายใน ๒ ปี โดยได้เกียรตินิยม แต่ต้องอยู่ให้ครบ ๓ ปี แล้วได้ปริญญาโทพร้อมกันอีกใบ ซึ่งในช่วง ๑ ปีที่ว่างเพราะเรียนจบแล้วนั้น เป็นนายกสมาคมพุทธศาสตร์ ใช้เวลาไปกับการ

ช่วยเหลือคนอื่นและฝึกสมาธิ สำหรับการเลือกเรียนสาขา ไมโครเวฟตอนปริญญาเอก เพราะเห็นว่าท้าทาย เป็นของใหม่ คนยังไม่ค่อยรู้ ไม่ค่อยกล้าเรียนเพราะมันยาก ไม่ต้องไปแย่งงานกับคนอื่น และเป็นเรื่องของอนาคตจริงๆซึ่งจะกลายเป็นเรื่องสำคัญสำหรับการสื่อสารโทรคมนาคมที่จะใช้ทั่วโลก ตอนที่เรียนนั้นยังไม่มีดาวเทียม ยานอวกาศ การสื่อสารโทรคมนาคมยังไม่ก้าวหน้าเท่าไร แต่ช่วง ๒ ปีแรก แทนที่จะใช้เวลาทำวิจัย ดร.อาของกลับใช้เวลาทำงานสังคมตามที่ตั้งใจ เพราะอยากช่วยให้คนอื่นมีความสุข ส่วนใหญ่ไปบรรยายให้เยาวชนที่สนใจมากมายเกี่ยวกับเรื่องลิ้นปี่ ธรรมชาติ แนวทางชีวิต หลายเวทีหลายรอบหลายสมาคม และตามคำเชิญของสถานทูตไทย

“ที่สำคัญ เราต้องรู้จักตัวเอง เพราะมนุษย์เราไม่ค่อยรู้ว่าเรามีความสามารถอะไร ทั้งที่เรามีความสามารถก็ไม่ขยับเขยื้อน ไม่มีขีดจำกัด”



จนกระทั่ง เมื่ออยากจบแล้ว จึงใช้เวลานั่งสมาธิตามลำพัง และก็เกิดเห็นภาพเครื่องมือที่จะใช้ขยายคลื่นไมโครเวฟเพื่อใช้ทางด้านการสื่อสารโทรคมนาคม ซึ่งเป็นของใหม่ไม่มีใครเคยคิด เลยเขียนวิทยานิพนธ์ออกมา โดยไปวิเคราะห์ ทดลองสร้าง แล้ววัดผล ดิดันทฤษฎี โดยใช้เวลา ๑ ปีเศษ จบปริญญาเอก สาขา Science and Technology ที่ Imperial College Of Science and Technology , London University

ซึ่งต่อมา ก็ได้ใช้ความรู้ทางด้านไมโครเวฟ บวกกับการทำสมาธิทำให้ได้ระบบควบคุมการลงจอดของยานไวคิงขึ้นมา

ดร.อาของยืนยันว่า ในอนาคต สมาธิจะเป็นพื้นฐานสำหรับทุกคน เพราะเมื่อฝึกแล้วเกิดความสงบ ก็จะลดและเลิกทะเลาะกัน มีวิธีแก้ปัญหาที่ดี คนจะสนใจฝึกมากขึ้นเพราะเป็นเรื่องจำเป็น ตอนนี้ทหารอเมริกันจะขับเครื่องบินเร็วกว่าเสียงหลายๆเท่า ก็ต้องมีสมาธิ แต่ไม่จำเป็นต้องเป็นแบบพุทธ เพราะในหลายศาสนาก็มีการฝึกให้จิตใจสงบ

เพราะฉะนั้น จึงมักจะแนะนำว่า ที่สำคัญ เราต้องรู้จักตัวเอง เพราะมนุษย์เราไม่ค่อยรู้ว่าเรามีความสามารถอะไร



ทั้งที่เรามีความสามารถที่ไม่มีขอบเขต ไม่มีขีดจำกัดและฝึกฝน  
แนะนำเด็กของเราด้วย ทุกอย่างจึงต้องเริ่มจากตัวเรา การ  
ศึกษาต้องช่วยให้เด็กรู้จักตัวเอง การฝึกสมาธิจะช่วยให้รู้จักตัว  
เอง เพราะเป็นการเข้าไปสู่ใจของตัวเอง ช่วยให้ความจำดีขึ้น  
การเรียนการศึกษาคือขึ้น โดยต้องเดินไปทั้งสองทางไปด้วยกัน  
คือ “ทางโลกกับทางธรรม” ใช้ความรู้คู่คุณธรรมควบคู่กันไป  
การมุ่งไปเอาแต่ความรู้อย่างเดียว แต่ขาดคุณธรรม มันอันตราย  
เพราะจะทำให้เห็นแก่ตัว ทำอะไรเพื่อตัวเอง ต้องรวย มีงานดี  
ประสบความสำเร็จ แต่สิ่งที่คนเราปรารถนาจริงคือความสุข  
การมีคุณธรรมสูงจะนำไปสู่ความสุข พอใจ ไม่โลภ ความเห็น  
แก่ตัว การถือตนหายไป และจะกลายเป็นผู้ที่มีประโยชน์ต่อโลก

สำหรับนักสร้างคนที่ไม่มีวันหยุด ซึ่งมองเห็นเส้นทาง  
กับเป้าหมายอย่างแจ่มชัดอย่างดร.อาจง เข้าใจอย่างทะลุปรุ  
โปร่งด้วยหัวใจว่า เมื่อเราทำอะไรต่ออะไรแล้ว มันจะเกิดประโยชน์  
จริงก็ต่อเมื่อสามารถอธิบายและสอนคนอื่นได้

เมื่อเราค้นพบอะไรก็แล้วแต่ เรื่องใหม่ๆ เราต้องอธิบาย  
ให้คนอื่นฟัง เขาจะได้เข้าใจกับเราด้วย แต่ถ้าเราจะอธิบายด้วย  
สมาธิ ถ้าเราไม่มีพื้นฐานทางวิชาการด้านนั้น ถึงแม้เรารู้แต่เรา  
อธิบายให้คนอื่นฟังไม่ได้



ประวัติ ท่านอาจารย์พศ. ส.ก. ดร.บรรจบ บรรณรุจิ

การศึกษา สำเร็จปริญญา ๔ ประโยค ขณะเป็นสามเณร  
จากสำนักวัดแก้วฟ้า จังหวัดราชบุรี ได้รับพระมหากรุณาธิคุณ  
โปรดเกล้าฯ เป็น นาคหลวง อุปสมบทในพระบรมราชานุเคราะห์  
ที่ วัดพระแก้ว

สำเร็จปริญญาพุทธศาสตรบัณฑิต สาขาครุศาสตร์ จาก  
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วัดมหาธาตุ ท่าพระจันทร์

สำเร็จปริญญาโท สาขาภาษาบาลีและสันสกฤต จาก คณะ  
อักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สำเร็จปริญญาเอก สาขาพระพุทธศาสนาจาก มหาวิทยาลัย  
มคอ ประเทศอินเดีย

งาน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ภาควิชาภาษาตะวันออก สาขาวิชา  
บาลีสันสกฤต คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผลงานวิชาการ เขียนหนังสือและตำราด้านพระพุทธศาสนาหลายเล่ม อาทิ ปฏิธสมุปบาท, อสีติมหาสาวก, ภิกษุณี : พุทธสาวิกาครึ่งพุทธกาล , พุทธประวัติ : ประสติ-ตริสวั , และไวยากรณ์บาลี ๑-๒

### บริการวิชาการ

กรรมการวิชาการในคณะต่าง ๆ

- กรรมการจัดทำพจนานุกรมศัพท์พระไตรปิฎกราชบัณฑิตยสถาน
- กรรมการจัดทำสารานุกรมศัพท์ศาสนาสาขาราชบัณฑิตยสถาน
- กรรมการจัดทำพจนานุกรมศัพท์วรรณคดีไทยราชบัณฑิตยสถาน
- กรรมการจัดทำรายละเอียดสาระการเรียนรู้พระพุทธศาสนา  
กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ
- กรรมการที่ปรึกษา คณะอนุกรรมการศาสนา ศิลปะ และวัฒนธรรมวุฒิสภา

