



DHAMMAPALA

วัดธรรมपालะ



2012

DHAMMAPALA, AM WALDRAND, CH-3718 KANDERSTEG, SWITZERLAND

วัดยินดีต้อนรับพุทธศาสนิกชน และผู้สนใจ เพื่อปฏิบัติศาสนากิจ หรือสนทนาธรรมตามอัธยาศัย ทางวัดมีที่พักสำหรับฆราวาส แต่ในวันที่มีการฝึกอบรมจะสำรองไว้สำหรับผู้ที่จองเพื่อมาปฏิบัติธรรม และยกเว้นเวลาเช้าพรรษา หน้าหนาวตั้งแต่ต้นเดือนมกราคม ถึง วันที่ 30 มีนาคม จะไม่รับแขก กรุณาติดต่อสอบถามกำหนดวันเวลาสอนหรือดูในปฏิทินกิจกรรม

ผู้ที่พักในวัดควรปฏิบัติตามระเบียบการเข้าพัก หรือระเบียบการเข้าฝึกอบรม คือถือศีล 8 และปฏิบัติตามตารางเวลาที่กำหนดไว้ นอกจากนี้ทางวัดกำหนดวันเข้าพักเฉพาะวันจันทร์และวันศุกร์ เป็นเวลาครึ่งละอย่างน้อย 3 วัน

ท่านใดสนใจจะบอกรับหนังสือข่าวสารของวัด มีสี่ภาษา คือ ไทย อังกฤษ เยอรมันและฝรั่งเศส กรุณาติดต่อขอรับหนังสือฟรี ที่วัด

โทรศัพท์ 033/675 21 00 แฟกซ์ 033/675 22 41



นอกจากเดือนมกราคมและกุมภาพันธ์ คุณชาวสวิสจะรับโทรศัพท์ระหว่างวันพุธ ถึงวันเสาร์ เวลา 9-11 น. นอกเหนือจากเวลานี้ กรุณาฝากข้อความ และ แจ้งเบอร์โทรศัพท์ของท่าน หรือเขียนจดหมายอากาศ: info@dhammadpala.ch เราจะตอบกลับโดยเร็วที่สุด ขอขอบคุณมา ณ ที่นี้

กิจประจำวัน	เวลา	กิจกรรม	เวลา	กิจกรรม
	05.30	ทำวัตรเช้า	08.00	ทำงาน
	06.30	ทำความสะอาด	11.00	อาหารเพล
	07.00	อาหารเช้า	17.00	เวลาน้ำชา
	08.15	ประชุมแบ่งงาน	19.30	ทำวัตรเย็น

ทุกวันเวลา 19.30 น. สวดมนต์และทำสมาธิ

เย็นวันเสาร์ หลังจากทำสมาธิแล้ว มีปฐกถาธรรม และสนทนาธรรม การมาปฏิบัติศาสนากิจที่วัด ไม่เสียค่าใช้จ่ายใด ๆ วัดดำรงอยู่และปฏิบัติศาสนากิจได้เพราะได้รับปัจจัยบริจาต ของผู้มีจิตศรัทธาทั้งหลาย ผู้ประสงค์จะบริจาคทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา สามารถส่งผ่านธนาคารดังนี้

ชื่อธนาคาร Spar + Leihkasse, 3714 Frutigen
เบอร์บัญชี Dhammadpala 16 2. 208.370.07; Bank Code 8784;
IBAN CH65 0878 4016 2208 3700 7



เสียงสะท้อนจากหุบเขา

---อาจารย์เขมมะสิริ---

ปรากฏการณ์ธรรมชาติดิบประหลาดช่วยให้นักวิทยาศาสตร์ได้รับพลังและความสดชื่นทั้งทางร่างกายและจิตใจ ดังเช่นความเย็นสงบของตาน้ำบนภูเขาอากาศมาชอบออกไปสูดอากาศยามเช้าในฤดูใบไม้ร่วงและสังเกตดูบรรยากาศที่ค่อยๆ เปลี่ยนไปสายลมเย็นในยามเช้านี้ทำให้จิตตื่นรู้อย่างรวดเร็วและอยู่กับปัจจุบัน พร้อมรับแสงอรุณของวันใหม่และได้สัมผัสกับความเงียบสงบระหว่างการเดินด้วยสติอย่างเต็มเปี่ยม ทำให้อาตมาได้รับความสุขสงบภายในก่อนที่จะเริ่มกิจวัตรประจำวัน

ความเงียบสงบนี้ไม่ได้หมายความว่าไม่มีเสียงใดๆเลย แต่ยังมีเสียงน้ำตกและเสียงรถไฟที่วิ่งผ่านไปมา แต่เสียงเหล่านี้ไม่ได้รบกวนความสงบในจิตใจของอาตมาเลย ความสงบนี้มีอยู่ในจิตและสามารถสัมผัสได้ตลอดเวลาตราบเท่าที่อาตมามีสติเข้าไปรับรู้ได้

อาตมาระลึกถึงเสียงบันจากหลายๆคนที่ว่า ในโลกนี้ไม่มีใครความสงบหลงเหลืออยู่แล้ว แต่คำถามก็คือว่า ความสงบนี้หายไปได้อย่างไร หรือ และมันหายไปไหนหรือว่าเป็นเพราะเราเองที่เข้าไม่ถึงความสงบนั้น หุบเขาที่นี้ถูกล้อมรอบด้วยภูเขาสูง กว่าที่ฟ้าจะสว่างก็ใช้เวลามาก ทำให้อาตมาคิดสงสัยว่าเมื่อใดจะสว่างสักที และแม้แต่วันนี้อากาศดี กว่าที่พระอาทิตย์จะขึ้นพ้นยอดเขาและฉายลำแสงแดดวันใหม่มาถึงวัดได้ก็สายมากแล้ว หมอกบางๆและไอน้ำที่ลอยขึ้นมาจากลำธารก็ค้างอยู่นานและกระจายตัวไปตามทุ่งนาและเนินเขาจนกระทั่งได้รับความอบอุ่นจากแสงอาทิตย์และสลายตัวไปอย่างช้าๆ



ขณะที่อาตมาเฝ้าสังเกตอย่างเจียบๆ นั้น ในจิตใจของอาตมาก็อยากจะให้ปรากฏการณ์เหล่านั้นผ่านไปอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะเวลาที่อาตมาต้องการความอบอุ่นให้กับร่างกาย แต่ว่าในธรรมชาตินั้นทุกสิ่งล้วนใช้เวลา ในขณะที่มนุษย์กลับมีความอดทนน้อยเหลือเกิน

ถ้าอาตมาสังเกตทุกอย่างตามความเป็นจริงและอยู่กับปัจจุบันโดยไม่ไปปรุงแต่งมันแล้วประสาทสัมผัสทั้ง ๖ ก็จะรับรู้ปรากฏการณ์ทุกอย่างตามธรรมชาติที่เขาปรากฏและเป็นอยู่

ความสามารถรับรู้ทุกอย่างได้ตามธรรมชาตินี้เป็นพื้นฐานที่สำคัญในการศึกษาและปฏิบัติธรรมอย่างยิ่ง ถ้าขาดการรับรู้นี้จะทำให้การปฏิบัติธรรมไม่ก้าวหน้าขึ้น ทั้งนี้เพราะประสบการณ์ชีวิตของคนเราโดยทั่วไปจะมีอิทธิพลมาจากความคาดหวัง ความวิตกกังวล การประเมินค่า และการยึดมั่นถือมั่น สิ่งเหล่านี้นอกจากจะเป็นอุปสรรคที่ทำให้เราไม่เห็นสัจธรรมของชีวิตแล้ว ยังทำให้เราเห็นสิ่งต่างๆ ไปตามความยึดมั่นของตน

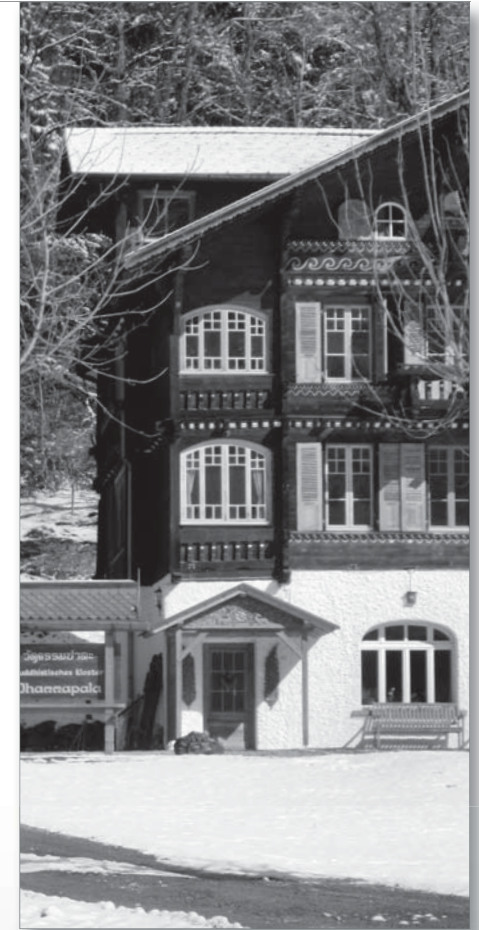
คนส่วนใหญ่จะเริ่มฝึกปฏิบัติสมาธิตามคำแนะนำโดยใช้ตัวกำหนด เช่น ลมหายใจ, ร่างกาย, จินตนาการ, หรือคำภาวนาเพื่อที่จะเข้าถึงสมาธิ อาจช่วยให้จิตเข้าถึงสมาธิได้ในระดับหนึ่ง แต่ยังไม่ทำให้เห็นธรรมอย่างชัดเจนและแท้จริง

ถ้าเราไปยึดมั่นอยู่กับตัวกำหนดสมาธิที่กล่าวมาข้างต้น ทั้งการดูความคิด, ความรู้สึก, อารมณ์, และประสาทสัมผัสทั้งหมดที่เกิดในระหว่างการทำสมาธิ (สติปัฏฐาน ๔) เราจะลืมนึกถึงความจริงที่ว่าทุกสรรพสิ่งล้วนเป็นไปตามเงื่อนไขและปัจจัย, มีขอบเขตจำกัด, และมีความไม่เที่ยงแท้แน่นอน จะเป็นไปได้ไหมที่เราจะมีสติรับรู้ปัจจุบัน พิจารณาสิ่งต่างๆ อย่างรอบคอบด้วยความผ่อนคลาย เหมือนกับปรากฏการณ์ทางธรรมชาติในหุบเขาที่เราเห็นการบังคับจิตใจให้จดจ่ออยู่กับวัตถุเพื่อเข้าสู่ความสงบ เป็นปัจจัยช่วยให้เกิดความตื่นรู้ความสงบเจียบ แล้วยังมีอะไรที่บกพร่องอยู่หรือเปล่า ถ้ามี มันคืออะไรและ

เราจะต้องพากเพียรมากน้อยเพียงไร อย่างไร เราควรจะถามตัวเองต่อไปไหมว่า เราเกิดมาเพื่ออะไร แทนที่จะคิดว่าเรารู้ทฤษฎีทั้งหลายหมดแล้ว หรือคาดหวังว่า การทำสมาธิแบบใดแบบหนึ่งอย่างแน่วแน่และสม่ำเสมอจะนำเราไปสู่ความสำเร็จได้ แต่โดยแท้จริงแล้ว เราจะยอมรับได้ไหมว่า เราไม่รู้อะไรอย่างถ่องแท้ และเปิดใจรับรู้สิ่งใหม่ๆ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง ความไม่แน่ใจอันเนื่องมาจากความไม่รู้ของรูปนามทั้งหลาย ไม่รู้ว่าจะนำเราไปทิศทางไหน เราจะสามารถทนรับสภาพนั้นได้หรือไม่ เมื่อมีใครว่ากล่าว เรารู้ไม่จริง

เราอาจไม่จำเป็นต้องหนีปฏิบัติอย่างทุกข์ทรมาน เพียงแค่สังเกตดูอย่างใจเย็นและปล่อยวางอยู่ในความสงบคมชัดกับปัจจุบัน โดยปราศจากการแสดงความเป็นเจ้าเข้าเจ้าของกับทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะ เป็นวัตถุสิ่งของ ความรู้สึก ความจำได้หมายรู้ ความคิดและการรับสัมผัสในสิ่งต่างๆ ที่ปรากฏโดยธรรมชาติของเขา และหายไปโดยธรรมชาติของเขาเช่นกัน อนุญาตให้ทุกอย่างเป็นไปตามธรรมชาติของเขา เพราะทุกสิ่งเป็นธรรมะ เป็นปรากฏการณ์ของธรรมชาติที่เปลี่ยนแปลงได้ไม่คงทนถาวรและไม่มีใครจะไปบังคับควบคุมและครอบครองได้

มีอะไรบ้างไหมที่ไม่เปลี่ยนแปลงหรือผ่านพ้นไป มีอะไรบ้างไหมที่เราจะไว้วางใจได้อย่างแท้จริง พระอาจารย์ชา(หลวงพ่อบุชา)มักจะหัวเราะและตวาดทุกครั้งที่มีคนตั้งคำถามนี้แก่ท่าน ไม่มีอะไรและก็ไม่เรียกไม่ได้ ก็แค่นั้นแหละ เลิก



ทั้งหมด หยุดที่จะเสาะหา หยุดที่จะไขว่คว้า จากความยึดมั่นถือมั่นทั้งหลาย แต่ขณะเดียวกันท่านก็พูดถึงการเรียกชื่อรวมต่างๆ เพื่อทำความเข้าใจตาม ประชาของทางโลกถ้าใครเพียรปฏิบัติจนกระทั่งไม่ยึดมั่นกับรูปนามต่างๆ และ เห็นแท้ตามความเป็นจริงของธรรมะว่า ทุกสิ่งทุกอย่างไม่คงทนถาวรแล้วค่อย มาพูดกันว่าจิตเข้าถึงพุทธะ คือนิพพานอันเป็นอมตะ ถ้าเราได้ศึกษาสภาวะ ธรรมทั้งหมดและได้มีประสบการณ์จริง คือเห็นธรรมชาติอันแท้จริง จิตจะ ปลั่งอวากับปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นกับเรา และแก้ไขปัญหานั้นได้เองโดยธรรม ชาติ



ข่าวสารจากวัดธรรมपालะ 2011 - 2012

---อาจารย์เขมมะสิริ---

ปี 2011 ที่ผ่านมา ไม่มีโครงการใหญ่เพื่อปรับปรุงห้องพักสงฆ์หรือห้อง พักแขก มีเพียงการซ่อมแซมสิ่งละอันพันละน้อยเท่านั้น เหตุผลอย่างหนึ่ง เพราะจำนวนพระสงฆ์ที่วัดมีน้อย ตั้งแต่เดือนเมษายนเป็นต้นมา มีพระสงฆ์ จำวัดเพียง 3 รูป และโครงการดังกล่าวยังไม่ริบเร่ ดังนั้นเรามีเพียงงาน ซ่อมแซมเล็กน้อยตามความจำเป็น และปฏิบัติกิจทุกอย่างในวัดตามกำลัง อย่างเพลิดเพลิน

ปลายเดือนมีนาคม สามเณรสุญญโต ลาสีก และพ่อชาวซีวัน ลาออก หลัง จากนั้นทางวัดในประเทศอังกฤษได้ส่งบุคคลากรมาช่วยหลายครั้ง ในเดือน เมษายน พ่อชาว Seth ชาวสวีเดนมาอยู่ที่วัด 3 เดือน ก่อนวันเข้าพรรษาใน กลางเดือนกรกฎาคม สามเณรโมเนโย ชาวออสเตรเลีย ได้มาจำพรรษาที่นี่ และ ก่อนออกพรรษา พ่อชาว Laszlo มาสมทบในคณะสงฆ์ และปลายปีพ่อชาว Olli จะมาเปลี่ยนเวร ท่านนั้นที่โยและอาดมา รู้สึกขอบคุณ ความสนับสนุน

และความช่วยเหลือที่ทางวัดสาขาในประเทศอังกฤษมอบให้แก่เราครั้งนี้

เดือนพฤษภาคม คณะสงฆ์เพิ่มจำนวน เพราะมีภิกษุณี 3 รูปจากแดนไกล มาเยี่ยมเยียน และอยู่ด้วยตลอดเดือน ได้แก่ภิกษุณีธรรมจารี จากประเทศ สิงคโปร์ ภิกษุณีเจียน หยุน จากไต้หวัน และภิกษุณีวิสุทธิ จากประเทศเชค-โก ภิกษุณีวิสุทธิ เป็นกัลยาณมิตรของวัดธรรมपालะมาตั้งแต่ยังเป็นฆราวาส และเมื่อบวชแล้วก็มาเยี่ยมเราหลายครั้ง ท่านจำพรรษาหน้าหนาวที่ประเทศ ศรีลังกา ที่วัดของพระอาจารย์ Pemasiri ส่วนพรรษาหน้าร้อนจะปฏิบัติ ศาสนกิจอยู่ที่ศูนย์พุทธศาสน์เล็กๆ ในประเทศเชคโก ส่วนภิกษุณีธรรมจารี สายมหายาน จำวัดที่ประเทศศรีลังกานาน 8 ปี และกำลังศึกษาภาษาบาลี และสันสกฤต ขณะเดียวกันก็ทำงานให้กับศูนย์ศากยธิดา (Sakyadhita) ที่ ศรีลังกา เป็นศูนย์การศึกษาและฝึกอาชีพสตรี สำหรับแม่ชีวัยรุ่น ปัจจุบันที่ ประเทศศรีลังกามีภิกษุณีประมาณ 1000 รูป เป็นวิวัฒนาการใหม่ ที่ค่อยๆ ขยายอย่างช้าๆ ในแคว้นของเถรวาท

ภิกษุณีเจียน หยุน มาจากประเทศไต้หวัน ท่านจบการศึกษาเป็นแพทยศาสตร บัณฑิต เคยทำงานเป็นแพทย์หญิงที่ประเทศพม่า 12 ปี และศึกษาธรรมะกับ พระอาจารย์พะเออะห์สยาดอ ที่ประเทศพม่า ปัจจุบันท่านพักอยู่ที่ไต้หวัน



ภิกษุ ภิกษุณี ในวันวิสาขะ

กลางเดือนพฤษภาคม มีพระภิกษุจากประเทศไทยจำนวนหนึ่งมาเยี่ยมเยียนเรา เราได้รับความเมตตาจากพระเถระ ลูกศิษย์หลวงปู่ชา พระอาจารย์เลี่ยม ฐิตธมฺโม เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง หลวงพ่อเนก ยสุทินโน เจ้าอาวาสวัดป่าไทรงาม อุบลราชธานี พระอาจารย์จันดี กนฺตสโร เจ้าอาวาสวัดป่าอัมพวัน ชลบุรี พระอาจารย์เกวลี ขาวเขอรมัน เจ้าอาวาสวัดปานานาชาติ พระอาจารย์โอโสโก ชาวสวิส พระอาจารย์จันที และพระอาจารย์โมเช่ ตลอดสัปดาห์ที่วัดจึงแน่นหนาไปด้วยภิกษุ ภิกษุณีจำนวนมาก จากสารระทิศ



หลวงพ่อเลี่ยม

ไฮไลท์ของการพบปะครั้งนี้ คือคณะสงฆ์และภิกษุณี แม่ชี ได้ไปชมโรงงานและดูการผลิตเนยแข็ง ที่ริมทะเลสาบปูน วันที่ 18 พฤษภาคม วันครบ 20 ปีของวัดธรรมปาละ คณะกัลยาณมิตรชาวไทยทั้งกลุ่มก็ต้องเดินทางไปประเทศอังกฤษ เพื่อเยี่ยมเยียนวัดสาขาต่อไป

ก่อนเข้าพรรษา เป็นช่วงเวลาที่คณะสงฆ์เดินทาง เดือนมิถุนายนปีนี้ แม่ชีชาวสวิส 2 รูป ได้แก่ ท่านอริยญาณ และแม่ชีเขมา กับทั้งพระอาจารย์อภิรักษ์ ขาวเขอรมัน พระอาจารย์ฐานิสสโร ชาวไทย ได้มาเยี่ยมที่วัด และในเดือนเดียวกันคณะชาวไทยกลุ่มใหญ่ นำโดยคุณโยมวันดี มาทอดผ้าป่าสามัคคี โชคดีมากที่อากาศเป็นใจ เราสามารถจัดพิธีกลางแจ้งที่ลานหน้าวัด เหมือนเช่นปีก่อนๆ

เดือนกรกฎาคม สามเณรโมเนโยและอาตมา มีโอกาสเข้าพบและกราบพระอาจารย์สุเมโธ ในวาระฉลองอายุครบ 77 ปี และโดยที่เราไม่ต้องบินไปหาท่านถึงที่ประเทศไทย เพราะท่านได้รับนิมนต์มาพักที่แถบเทือกเขาของรัฐ Wallis



กลุ่มศรัทธาอิตาลีที่ถวายกุฏิ

ชายแดนประเทศอิตาลี ในหมู่บ้าน Valle d'Aosta ผู้มีจิตศรัทธาสร้างกระท่อมหลังน้อยบนภูเขา คณะสงฆ์ได้ทำพิธีสวดและรับมอบ ในเช้าวันเกิดของหลวงปู่สุเมโธ ต่อนี้ไปพระสงฆ์ จะมีที่ที่สามารถมาปฏิบัติธรรม ปฏิบัติวิเวก ได้ตลอดปี ทั้งในหน้าหนาวและหน้าร้อน

ในเวลาเดียวกันนั้น ทางวัดจิตวิเวกตอนใต้ของอังกฤษ ก็จัดพิธีอุปสมบท ซึ่งก่อนนี้หลวงปู่สุเมโธ ท่านเป็นพระอุปัชฌาย์อยู่นานถึง 30 ปี แต่เวลานี้ผู้สืบทอดงานของท่าน คือพระอาจารย์อมโร เจ้าอาวาสวัดอมราวดี ซึ่งได้รับการแต่งตั้งอย่างเป็นทางการให้เป็นพระอุปัชฌาย์ เดือนกรกฎาคมที่ผ่านมา มีพระบวชใหม่ 5 รูป นอกจากท่านอาจารย์อมโรแล้ว ท่านอาจารย์ฉันทปาโล พระเถระผู้ใหญ่แห่งวัดสันตจิตตาราม ประเทศอิตาลี ก็ได้รับแต่งตั้งเป็นพระอุปัชฌาย์ เช่นเดียวกัน



คุณมากริตและคุณชบาปรินา

เดือนสิงหาคม เราต้องกล่าวลาเลขาธุการของเรา คุณมากริต แกร์ทซ์ ทำงานเข้มแข็งเต็มกำลังความสามารถให้กับวัดเป็นเวลานาน 9 ปี จึงต้องการเปลี่ยนวิถีชีวิตใหม่ วันที่ 24 สิงหาคม เป็นวันทำงานวันสุดท้าย เราทำพิธีลา ให้ศีลให้พร เพื่อให้คุณมากริตไปเริ่มต้นชีวิตใหม่กับคู่ชีวิต ที่เมือง Detroit สหรัฐอเมริกา สำหรับเลขาคณใหม่

คุณชบาปรินา มีลเลอร์ ได้มาเริ่มเรียนรู้และรับมอบงานแล้ว 2-3 สัปดาห์ก่อนที่คุณมากริตจะไป

แม้ว่าสองปีที่ผ่านมา อาตมาจะเป็นพระเถระผู้ใหญ่เพียงรูปเดียว อยู่จำวัดนี้ และมีพระสงฆ์จำวัดจำนวนน้อย แต่ทางวัดก็ยังไม่ได้เปลี่ยนแปลงกฎระเบียบ หรือการปฏิบัติศาสนกิจที่เคยมีอยู่ เรายังจัดฝึกอบรมเป็นประจำ และเช่นทุกปีเราจัดฝึกอบรมกรรมฐานภาคภาษาไทย ในเดือนมีนาคมสอนโดยท่านอาจารย์ธีระธรรมโม ส่วนช่วงกลางวันหยุดเทศกาลฟิงชเตน เป็นการฝึกอบรมภาคภาษาอังกฤษโดยท่านอาจารย์โคเวิดา และการฝึกอบรมในเดือนพฤศจิกายน โดยท่านอาจารย์เมตตา ส่วนอาตมามีกิจไปอบรมกรรมฐานของกลุ่มกรรมฐานที่เมือง เจนีวา โลซานน์ เบิร์น และซูริค เดือนละครั้งทุกแห่ง

เป็นปกติ นอกจากนี้ยังมีนักเรียนมัธยมจากเมืองใกล้เคียงให้ความสนใจใน พุทธศาสนาและการปฏิบัติสมาธิ ได้มาเยี่ยมวัด เช่นจากเมืองทูน มุนซิงเกน สเปียช และฟรุทติเกน



คุณคันทิมาและคุณชุตี

แม้จะมีภาระกิจมากมาย แต่คณะสงฆ์ยังมีเวลาปลีกวิเวก ทั้งที่ภายในวัด หรือออกไปนอกสถานที่ที่เป็นบางครั้ง เช่นในระหว่างเข้าพรรษาฤดูหนาว 3 เดือน เรายังมีสัปดาห์วิเวก ปีนี้ 4 ครั้ง ครั้งหนึ่งอาตมาได้รับนิมนต์ไปสีก๊อด

แลนด์ พร้อมด้วยอาจารย์ปัดโน ได้ไปอยู่ตั้ง 10 วัน ตามเส้นทางชายแดน ระหว่างสีก๊อดแลนด์และอังกฤษ ได้รับการอุปฐากจากคุณ Candima, Sukie และ Theo ซึ่งเป็นญาติธรรมกันมาตั้งแต่ครั้งที่อาตมาจำวัดอยู่ ณ วัดรัตนคีรี ทางเหนือของอังกฤษ ซึ่งก็นานมาแล้วกว่า 20 ปี กิจประจำปีอื่น ปีละ 2 แห่ง คือการประชุมคณะสงฆ์ที่วัดอมราวดีและที่วัดป่าจิตตวิเวก เป็นโอกาสได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความคิดเห็น สะสมความรู้ระหว่างคณะสงฆ์ ส่วนท่านนั้นที่โยก็ยังมีโอกาสได้ไปเรียนรู้และหาประสบการณ์ทำนองเดียวกันที่ประเทศเยอรมัน โดยได้รับนิมนต์จากวัดป่ามุตโตทัย ที่นั่นคณะสงฆ์ได้ร่วมกันสวด ปาตีโมกษ์

กำหนดงานสำคัญเดือนมกราคม ปีหน้า (2012) อาตมาจะเดินทางไป ประเทศไทย เพื่อร่วมงานประชุมสงฆ์ เจ้าอาวาสสาขาต่างประเทศ หัวข้อประชุมเกี่ยวกับการสืบสานพุทธศาสนา ว่าจะดำเนินต่อไปตามประเพณีที่สืบต่อกันมาหรือจะต้องปรับให้เข้ากับวิถีชีวิตอย่างตะวันตก



งานทอดกฐินสามัคคี เดือนตุลาคมที่ผ่านมา มีพระสงฆ์มาร่วมงานได้แก่ ท่านอาจารย์สุจิตโต ท่านเคยอยู่ที่ธรรมपालะระหว่างปี 2001-2007 ท่านปิยะ ธรรมโม ชาวเบอร์ลิน ท่านเคยไปจำพรรษาในเอเชีย และอเมริกาเหนือ หลาย ประเทศ ติดต่อกันหลายปี ได้สั่งสมประสบการณ์ทางธรรมไว้มากมาย ขณะนี้ ท่านก่อตั้งศูนย์พุทธศาสน์เล็กๆ ชื่อเพราะมาก วัดสัจจะ (ความจริง) นอกจาก ท่านอาจารย์ทั้งสอง ยังมีท่านธรรมสิริ ชาวเขมร จากซุริค แม่ชียศวดี ชาวมาเลย์ มาจากฝรั่งเศสเฟิร์ต และท่านฐานิสโร ชาวไทย ซึ่งขณะนี้จำพรรษาอยู่ที่ เมือง Sarnen ท่านฐานิสโรได้แสดงธรรมเทศนาให้แก่ญาติโยมที่มาทำบุญ งานทอดกฐินสามัคคี ครั้งนี้ โชคดีที่การจัดงานทอดกฐินสำเร็จสมบุญไปได้ ด้วยดี เพราะก่อนหน้านั้นมีเหตุการณ์ที่เกือบเป็นอุปสรรค อย่างแรกคือ น้ำท่วมใหญ่อีกครั้ง (ครั้งก่อนเมื่อ ปี 2005) ฝนตกหนักมาก ดินถล่ม บ้านเรือนหลายหลังจมน้ำ น้ำป่าจากแม่น้ำ Kander ไหลป่าท่วมถนน ถนนเสียหายมาก หมู่บ้านถูกตัดขาดจากโลกภายนอก รถผ่านเข้าออกไม่ได้หลายวัน แต่ก่อน งานทอดกฐิน 1 วัน สามารถเปิดใช้ถนนได้อีกครั้ง เราเลยไม่มีโอกาสได้นั่ง เฮลิคอปเตอร์ไปร่วมงาน



อีกเหตุการณ์หนึ่ง คือ โยมมารดาของอาตมาเสียชีวิต หลังจากที่ทำงานนอนป่วยมาเป็นเวลานาน สภาพร่างกายและจิตใจที่ค่อยๆอ่อนลงๆ และจากไปอย่างสงบ อาตมากลับรู้สึกโง่งงใจ ไม่ได้รู้สึกตระหนักในเหตุการณ์สูญเสียนี้ เพราะตลอดเวลา 4 ปีที่ผ่านมา ได้เรียนรู้ ได้เห็นความเกิดแก่ ได้เห็นความเปลี่ยนแปลงไปเป็นธรรมดาของร่างกายที่ค่อยๆอ่อนแรงลงช้าๆ และจากไปอย่างสงบ โยมแม่ไม่ได้แสดงอาการเจ็บปวดอย่างใด แต่ทุกครั้งไปเยี่ยมโยมแม่ ได้สังเกตเห็นว่าโยมแม่มีปฏิกิริยาโต้ตอบและรับสู้น้อยลงเป็นลำดับ จากบุคคลที่เราเคยคุ้นเคย เคยสัมผัส แต่ทุกอย่างเปลี่ยนแปลงไปแล้วเวลานี้คนผู้นี้คือใคร คำตอบอยู่ที่ไหน เมื่อพิจารณาต่อไปด้วยใจที่เปิดกว้าง จึงคิดว่า จะหาคำตอบไปเพื่ออะไร โยมแม่แสดงสัจธรรมให้เห็น เป็นเครื่องเตือนตนให้รำลึกถึง เกิด-แก่-เจ็บ-ตาย การเกิดและการตายใกล้กัน จนเกือบเป็นหนึ่งเดียว เมื่อรำลึกถึงการตายของโยมแม่ ภาพของโยมแม่ยิ่งใกล้ซิดกว่าเดิม แม่อยู่กับเราเอง ต่างจากระหว่างที่โยมแม่นอนป่วย นอนนิ่งไม่มีอาการรับรู้ใดๆ เวลานั้นเหมือนโยมแม่อยู่ห่างไกลตัวเราเหลือเกิน อาตมาได้จัดพิธีฝังอัฐิโยมแม่ที่สุสานในเมืองเบอร์ลิน 4 วันก่อนงานทอดกฐินสามัคคีของวัดธรรมปาละ



การทำอะไรด้วยจิตใจที่หยุด ที่ว่าง ก็เท่ากับการหยุดกิเลสความต้องการ ปลอ่ยให้เหลือแต่ซากเศษ (ร่างกาย) ที่ยังดำรงอยู่ ทำไป ส่วนที่เป็นตัวกูทำ ไม่มี ก็หมายถึง ไม่มีกิเลส ไม่มีความอยาก ตัวเจ้าของงานไม่มี ตัวเจ้าของชีวิตก็ไม่มี คิดดูแล้วกัน มันไม่มีอะไรที่เป็นความรู้สึกว่าชีวิตของฉันทหรือตัวฉันท มันคือหยุดอย่างยิ่ง หยุดเพื่อไม่ให้ความคิดไปปรุงแต่งจนทำให้ไม่อยู่นิ่ง และกลับไปเป็นจิตธรรมดาเดิมแท้ที่เป็นความว่าง... หยุดในภาษาธรรมะสูงสุด คือ หยุดมีตัวฉันทเสีย ดังนั้น ทุกคนจึงควรหัดทำงานทุกชนิด ด้วยจิตว่าง คือ หัดหยุด อย่าทำด้วยจิตใจหะเยอหะยาน ซึ่งเต็มไปด้วยความหม่นหมอง ส่วนมากเมื่ออยากได้เงินมันก็มาทำงาน ถ้าไม่ต้องการเงินก็อยากได้เกียรติ ถ้าไม่อยากอะไรเลย ก็คือ หยุด หัดทำงานเพื่องาน นี้เป็นศีลธรรมสากลที่ต้องปฏิบัติ และเป็นวิธีลัดสั้นที่สุด ตรงที่สุดในการเข้าถึงพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า อย่างงานเพื่องานได้เงิน ได้ของ หรือได้เกียรติ...

มีความลับอย่างยิ่งอยู่ข้อหนึ่ง ซึ่งก็ไม่ได้ลับอะไรแต่ไม่ค่อยได้มองกัน จนเราศึกษาหัวถึงเข้าธรรมะขั้นลึกๆ เราจึงมองเห็นว่าเหตุที่ทำความยุ่ง

ท่านพุทธทาสเคยกล่าวไว้ว่า...“มันน่าสงสัยเหมือนกันว่าคนในสมัย พุทธกาลที่ไปหาพระพุทธเจ้าและบรรลุธรรมคนนั้นฉลาดทุกคนหรือเปล่า? หรือว่ามีคนที่ไม่ฉลาดแต่พระพุทธเจ้าสามารถสอนได้ด้วยวิธีที่ต่างกัน คน ไม่รู้หนังสือเลยก็สอนอย่างหนึ่ง คนที่เคยเป็นอะไรมา ท่านก็รู้และสอน อีกอย่างหนึ่ง... และแม้แต่คำพูดคำเดียวสามารถทำให้คนบรรลุเป็นพระ อรหันต์ไปได้ก็มี อย่างเช่น คำพูดที่พระพุทธเจ้าตรัสกับองคุลิมาลาว่า “ฉันท หยุดแล้ว แต่เธอยังไม่หยุด” ซึ่งเรื่องนี้ก็มีบางคนที่บันทึกเรื่อง องคุลิมาลา อย่างโง่เขลาหรือเข้าใจอย่างผิดๆ ที่มาอธิบายว่า“หยุด”คือ หยุดฆ่าคน แต่ใน ความเป็นจริง“หยุด”ที่พระพุทธเจ้าตรัสกับองคุลิมาลาไม่ได้หมายถึง “หยุดฆ่า คน” แต่เป็นหยุดที่มีความหมายมากกว่านั้น นั่นคือ การหยุดเป็นตัวฉันท หยุด ความต้องการนั้นต้องการนี้ หยุดไปที่นั่นที่นี่ และเพราะไม่หวังอะไรจึงไม่ไป ที่ไหน ไม่มาที่ไหน และไม่หยุดอยู่ที่ไหน ดังนั้น หยุด คือ ตับ หาย หรือ วาง ไป มันหยุดอย่างนั้น ไม่ใช่เพราะแค่เพียงการหยุดฆ่าคนแล้วจะสามารถ ทำให้บรรลุเป็นพระอรหันต์ได้ และถ้าจะเปรียบเทียบเรื่ององคุลิมาลาในวิธี ของเซน การที่องคุลิมาลาฟังเรื่องหยุดแล้ว คิดถูก เข้าใจถูก ทำให้สามารถ บรรลุเป็นพระอรหันต์ได้อย่างกะทันหัน ซึ่งในเวลานั้นองคุลิมาลาไม่รู้ว่าเป็น พระพุทธเจ้า รู้แต่ว่าเป็นพระ เป็นนักบวช “เฮ้ยนักบวชหยุด” “ฉันทหยุด แล้ว เธอนั้นแหละยังไม่หยุด” คือ หยุดอะไร คือหยุดความต้องการ หยุด อยากรู้อะไร หยุดหมดเลย จึงรู้ว่าของดีพิเศษของมนุษย์มันอยู่ตรงที่ หยุด ไม่ต้องการอะไร คำว่า“หยุด”หมายความว่า ไม่ไปไหนมาไหน ที่ไปไหน มาไหนก็เพราะมันต้องการอะไร เมื่อไม่ต้องการอะไรแล้วมันจึงจะหยุด ไม่ว่าจะเดินอยู่ ริ่งอยู่ เพาะอยู่ก็ตาม... นี่เป็นสิ่งที่องคุลิมาลารู้และเข้าใจ จะโดย บังเอิญหรืออย่างไรก็ตาม การรู้ว่าหยุด คือ การดับทุกข์ มันจึงเปลี่ยนจิตใจ ที่เดียวทำให้บรรลุเป็นพระอรหันต์ไปเลย ทั้งที่เพิ่งจะไล่ฆ่าคนมา และกำลัง จะไปฆ่าแม่ของตนเองเป็นรายสุดท้ายเพื่อให้ครบ ๑๐๐ ราย (ตามคำสั่ง ของอาจารย์ผู้มีมิฉฉาภิภูฏ) นั่นก็หมายความว่า องคุลิมาลาเป็นพระอรหันต์ เพราะเข้าใจคำพูดเพียงคำเดียวว่า “หยุด” ซึ่งคำว่า“หยุด”คำเดียว สามารถ ครอบคลุมถึงพระไตรปิฎก พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ที่มีใจความ ทั้งหมดอยู่ในคำว่า“หยุด”คำเดียว...



ยากที่สุดก็คือ การได้กับการเสีย สอง เรื่องนี้ใช้ได้แม้กระทั่งกับสัตว์เดรัจฉาน คนก็ต้องมีความรู้สึกเรื่องได้เรื่องเสีย มาแต่เล็ก... ได้กินไม่ได้กิน เขาให้หรือ เขาไม่ให้ ความรู้สึกเหล่านี้เริ่มฟักตัว ตั้งแต่คลอดออกมา แม้แต่สุนัขมันก็รู้ ได้กินหรือไม่ได้กิน มีอยู่ ๒ อย่างแค่นี้แหละที่เป็นต้นตอของทั้งหมด ความรู้สึกอยากได้ไม่อยากเสียนั้นเป็นส่วน ลึกที่สุดและก็เป็นต้นเหตุของทั้งหมด เช่น ได้กับเสีย ได้กิน ไม่ได้กิน ได้อร่อย ไม่ได้อร่อย ส่วนเรื่องการอยากได้เงิน นั้น แม้ว่าเงินจะไม่มี ความหมายในตัว มันเอง แต่เป็นเหตุให้ได้สิ่งที่ต้องการ ได้กิน ได้อร่อย เงินจึงเป็นสิ่งที่คุณ ต้องการ ส่วนเรื่องบุญกับบาปนั้น บุญ คือ ส่วนที่จะทำให้เราดี คนก็ชอบบุญ และบาป ก็คือ ส่วนที่ทำให้เราเสีย จึง มีการติดบุญติดบาป และหากพิจารณา ให้สูงขึ้นมาอีก คือ เรื่องดีกับเรื่องชั่ว เรื่องดีเป็นเหตุให้ได้ คนก็ชอบดี ชั่วเป็น เหตุให้ไม่ได้ คนก็ไม่ชอบชั่ว ดังนั้น เรื่อง บุญ บาป ดี ชั่ว สุข ทุกข์ ทั้งหมด มาจากรากเดียวกัน คือ ได้กับเสีย ความสุขก็คือได้ตามที่ตนต้องการ ความ ทุกข์ก็คือไม่ได้ตามที่ตนต้องการ ถ้าหาก เรารู้ทันเรื่องได้เรื่องเสียแล้ว เรื่องอื่น ก็หลอกเราไม่ได้เลย ไม่ว่าจะเป็นเรื่อง บุญ บาป ดี ชั่ว สุข ทุกข์ ก็จะยกเลิกไป หมดเลย เพราะเป็นเรื่องหลอก หลอก

ชั้นสอง ชั้นสาม ชั้นสี่ไปอีก...

การศึกษาแต่ความหมายของคำว่าได้กับเสียอย่างเดี๋ยวนี้แหละ จะรู้
ธรรมชาติที่สุด และสอดคล้องกับวิถีของเซนเช่นกัน คือ คอยดูจิตของเราไม่
ให้เป็นทาสของความได้ ความเสีย อยู่เสมอ คอยระวังทุกวัน ทุกเวลา ทุก
นาที ทุกขณะ อย่าให้เรื่องได้เรื่องเสียครอบงำ เรื่องตัวกูของกู ซึ่งจะรวม
ถึงกิเลสประเภทภวตัณหาด้วย ไม่ใช่เฉพาะแต่กามตัณหา คือได้เป็น ได้ขย
ยกขย... บางคนไม่ต้องการเงิน แต่ต้องการลูกขย นั่นก็คือการได้เหมือนกัน
กัน และยังมีฤทธิ์มีเดชมากกว่าคนอยากได้เงินซะอีก มันก็ขึ้นอยู่กับคำว่าได้
กับเสีย เมื่อไรได้ก็ยรดีก็คือได้ เมื่อไรไม่ได้ก็ยรดี ไม่มีใครขยใจ ไม่มีใคร
สรรเสริญก็เป็นเรื่องเสีย มันก็หม่นหมองเป็นทุกข์ ดังนั้น ต้องระวัง!!.. ถ้า
เราไม่เป็นทาสของการได้และการเสีย เราก็จะไม่เป็นทาสของบุญบาปดีชั่ว
สุขทุกข์ ไม่เป็นทาสของอะไรทั้งหมด เป็นจิตเดิมแท้ จิตว่าง...เรียกว่าเป็น
จิตหลุดพ้น ไม่ถูกผูกมัด ไม่ถูกเผาผลาญ คือ มันอยู่เหนือได้เหนือเสีย ไม่มีใคร
มาทำให้รู้สึกว่าได้หรือเสีย เพราะว่ามันไม่ต้องการ เงินก็ไม่ต้องการ เกียรติก็
ไม่ต้องการ อะไรก็ไม่ต้องการ แม้แต่ชีวิตก็ไม่มีความหมาย คือไม่ต้องการ



จะอยู่ มันอยู่ของมันเอง ใครก็ทำอะไรไม่ได้... อย่างนี้มันอยู่เหนือดีเหนือชั่ว
เหนือบุญเหนือบาปเหนือสุขเหนือทุกข์เหนือกรรม ล้นกรรม หมดกรรม
ไม่มีอะไร เรื่องกรรมคือเรื่องเวียนว้าย ที่ยังมี ได้ เสีย ดี ชั่ว บุญ บาป สุข

ทุกข์...

แต่ถ้าหากเราไม่ทำงานอะไร เราก็จะไม่รู้ว่าเราเป็นทาสของกิเลสหรือไม่
เป็น เพราะฉะนั้นจึงต้องทำงาน และควรทำงานที่เป็นประโยชน์ และในขณะที่
ทำงานก็คอยเฝ้าระวังจิตใจ ตรวจสอบความรู้สึกไม่ให้เป็นทาสของการ
ได้การเสีย เช่นถ้าทำงานสำเร็จ แล้วมันดีใจ ก็รู้ว่าเรายังเป็นทาสของการ
ได้ การสำเร็จ และพอนำไม่ได้ ทำไม่สำเร็จ มันก็โกรธ อึดอัดขัดใจ... นี่ก็รู้ว่า
เรายังเป็นทาสของการได้และการเสียอยู่ ก็ยังต้องฝึกหัดต่อไป เราไม่ต้อง
เรียนพระไตรปิฎกก็ได้ มันเรื่องเดียวกันนี้ แต่ขอให้ศึกษาจิตใจเรื่องการเป็น
ทาสของการได้การเสีย ซึ่งจะครอบคลุมถึงเรื่องกิเลสตัณหา เรื่องอายตนะ
เรื่องรูป เรื่องนาม ทั้งหมดเลย เพราะทุกอย่างก็เพื่อได้กับเสีย กับเพื่อไม่ได้
ไม่เสีย อย่างที่หนึ่งคือ ได้ อย่างที่สองคือ เสีย และอย่างที่สามคือ เหนือ
ได้เหนือเสีย...

ถ้าจะเอาประโยชน์มากที่สุดจากการมาอยู่ที่สวนโมกข์ก็คือต้องรู้จักคำว่า
“โมกข์” ซึ่งก็คือ การออกไปจากการได้การเสีย “โมกข์” แปลว่า หลุดพ้น ออก
ไปได้จากการผูกมัดของการได้ การเสีย บุญ บาป สุข ทุกข์ หรือก็คือ หยุด
ว่าง เพื่อความถูกต้องเหมาะสมของการอยู่สวนโมกข์ ก็คือต้องศึกษาเรื่อง
ว่าง ด้วยการเฝ้าดูว่าเราทำงานด้วยจิตว่างหรือเปล่า ถ้าทำงานด้วยจิตวุ่น
เรื่องได้ เรื่องเสีย เรื่องผิด เรื่องถูก ก็ไม่ได้แล้ว

ธรรมชาติของพระพุทธเจ้า คือ ว่าง..ว่าง..ว่าง ท่านหมายถึงอย่างนี้...
ธรรมจักร คือ ความหมายของคำว่าธรรมะที่แท้จริง มันว่าง จึงว่างกิเลสได้
ถ้าไม่ว่าง ว่างอะไรไม่ได้... ธรรมะเป็นเรื่องว่าง เรื่องไม่เอา เรื่องไม่ได้ ไม่
เสีย มันจึงจะตัดกิเลสให้ขาดกระจายกระจายไปได้ เรียกว่าธรรมจักรแท้จริง
ถ้าสอนเอานั่นเอานี่ ทำดี ทำชั่ว นี่ไม่ใช่ธรรมจักร มันจะตัดอะไรได้ มันยิ่ง
เอามากขึ้นก็มี ดังนั้น การจะทำอะไรในวันหนึ่งๆ จึงต้องระวังจิตใจ อย่าให้
เป็นทาสของการได้ การเสีย การเป็นทาสของความได้เป็นโทษ ส่วนการ
เป็นทาสของความเสียก็เป็นโทษ คือ โกรธ พอนำไม่ได้ก็โกรธ... นี่เรียกว่าอยู่
ด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลง ต้องหัดขะใหม่ ทุกลมหายใจเข้าออก
ระวังอย่าให้เป็นทาสของการได้หรือการเสีย นี่เป็นอานาปานสติที่สั้นที่สุด
ย่อที่สุด... ทำอย่างนี้เรื่อยไป ไม่กี่เดือนไม่กี่ปีจะเห็นธรรมะ จะมีธรรมะและ

จะถึงธรรมะ เดี่ยวนี้มันยังต้องมีเรื่องได้เรื่องเสีย แต่อย่าให้มากนัก เป็นแต่ น้อยๆ และก็น้อยลงๆ สิ่งใดตัดทอนได้ก็ตัดไปก่อน ทำงานด้วยจิตว่าง ผลงานที่ได้ยกให้ความว่าง กินอาหารไปวันๆ หนึ่งนั้นกินเศษของความว่าง ทำ เพื่อความว่างก็กินอาหารของความว่าง ก็ใช้ได้แล้ว ไม่ต้องมีตัวเราอยู่

ธรรมะอย่างนี้ยากเกินไปที่จะไปสอนเป็นสาธารณะ สอนที่ไหนก็หาว่าเรา บ้าที่นั่น... ฟังไม่รู้เรื่องบ้าง ฟังรู้เรื่องบ้างก็ว่ามันเกินไปสำหรับคนเหล่านี้... เรื่องธรรมะขั้นแท้จริงจึงยังไม่ค่อยมีสอน สอนแต่เรื่องขั้นต้น เรื่องรากฐาน ผลสุดท้ายมันก็เป็นเรื่องได้ เรื่องเสีย กว้างออกไปๆ ไม่สิ้นสุด ไปมั่วสอน แต่ให้ทำบุญแล้วจะรวย แล้วจะสวย เกิดดี เกิดรวย เกิดสวย สอนแต่เพียงเท่านี้ มันก็ไม่มีที่สิ้นสุด เกิดเป็นเทวดา ก็เป็นทุกข์อย่างเทวดา ก็ยังไม่พ้น เรื่องได้เรื่องเสียเหมือนกัน เกิดเป็นสุนัข ก็ไปทุกข์อย่างสุนัข ไม่ว่าจะเกิดเป็นอะไรมันก็มีความทุกข์เหมือนกันหมดเพราะเรื่องได้เรื่องเสีย... ถ้าเราอยากก้าวหน้า ให้เป็นธรรมะก็ไหวพระพุทธเจ้าและต้องต่อสู้เรื่องนี้ ไม่เป็นทาส ขี้ข้าของเรื่องได้เรื่องเสีย... ถ้าเราเล่นงานที่ต้นตอของมัน คือ อากาธาที่ได้ที่ เสีย อย่าให้มีอำนาจขึ้นมา อย่าให้ความหมายขึ้นมา อย่าให้มีพิษสงขึ้นมา... เรื่องต่างๆ ก็หมดคราวเดียวกันเลย ดีชั่วบุญบาปสุขทุกข์หมดไปพร้อมกัน... ยังไม่ต้องพูดถึงศีล สมาธิ ปัญญา พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พระไตรปิฎกก็ได้ ให้ศึกษาเรื่องได้เรื่องเสียให้ได้ก่อน แล้วจะได้หมด แล้วจะเข้าใจเรื่องสุญญตา เรื่องจิตว่าง เรื่องหยุด เรื่องหลุดพ้น ว่ามีความหมายอย่างนี้...

คนต้องชนะสิ่งนี้มันจึงจะไม่เป็นทุกข์ในการทำงาน แม้ชนะสิ่งนี้ได้เด็ดขาดไปแล้ว จะทำให้เราทำงานดีกว่าก่อน พระพุทธเจ้า พระอรหันต์ก็ทำงานอย่างนี้ ไม่มีหยุด ธรรมะนี้ไม่ได้ทำให้คนขี้เกียจหรือหยุดทำการงาน แต่กลับทำให้คนทำการงานอย่างดี อย่างที่ไม่มีมีความทุกข์ด้วย ไม่เป็นอุปสรรคแก่การพัฒนา ไม่เช่นนั้นแล้วคนจะเป็นโรคเส้นประสาทกันมากขึ้น เพราะไม่ได้ตั้งใจ ก็จะฆ่าตัวตายกันมากขึ้น เพราะคิดหุนหันพลันแล่นมากขึ้น ทุกที เป็นทุกข์ทรมาน นอนไม่หลับมากขึ้นๆ กลายเป็นบ้ากันทั้งโลก เดี่ยวนี้เรื่องได้เรื่องเสียทำให้เกิดสงครามกันทั่วโลกไม่มีสิ้นสุด ไม่มีธรรมะ ไม่มีพระพุทธเจ้า ถือแต่เรื่องได้เรื่องเสีย มันก็เบียดเบียนฆ่าฟันกันอยู่เรื่อย ไม่ว่าจะ

กำลังรบกันอยู่ที่ไหน มันก็มีมูลมาจากเรื่องได้เรื่องเสียทั้งนั้น ส่วนที่อ้างว่า เพื่อความเป็นธรรมนั้น เป็นเรื่องโกหก เนื้อแท้ในใจคือเรื่องได้เรื่องเสียแก่ เศรษฐีและพวกของเขา... โลกเรากำลังปั่นป่วน ฉิบหายกันทุกวันๆ มากมาย เพราะเรื่องได้เรื่องเสียอย่างผิดๆ พระเจ้าก็ช่วยไม่ได้ โลกนี้ก็มีแต่ความเดือดร้อนมากขึ้น มันเจริญก้าวหน้าไปในทางให้เป็นขี้ข้าของการได้การเสียมากขึ้น ความเจริญก้าวหน้าสมัยนี้ทำให้คนเพิ่มความทุกข์มากขึ้นๆ ความรู้ของเขาไม่ใช่เพื่อหยุดความทุกข์ แต่เพื่อเพิ่มพูนความทุกข์ ที่สร้างอะไรขึ้นมา ก็เพื่อเป็นทาสของการได้การเสียทั้งนั้น ไม่ใช่ตามคำสั่งสอนของพระเจ้า ที่ให้อภัยกันและกัน ให้ไม่เอาอะไร อย่ามีอะไรเป็นของตัวเอง...

เรื่องก็จบจากคำว่า “หยุด” เพราะไม่เป็นทาสเรื่องได้เรื่องเสีย และก็ไม่มีวังไปวังมา... นี่คือธรรมะปาฏิโมกข์วันนี้ เป็นเรื่องชักซ้อมความเข้าใจเกี่ยวกับ คำว่า “หยุด” คำว่า “ว่าง” เราเรียกว่าธรรมะปาฏิโมกข์ เป็นการชักซ้อมความเข้าใจเรื่องธรรม และก็นำมาปฏิบัติให้มันจริงเข้า ควบคุมตัวเอง สังเกตตัวเอง สบไล่ตัวเอง ถ้าขี้เกียจเหลวไหลก็เป็นเรื่องได้ชนิดหนึ่งเหมือนกัน ได้ขี้เกียจ ได้พักผ่อน ได้นอน ก็ไม่ควรจะมี ถ้าทำไม่รู้จักรหยุดหย่อนจนเจ็บไข้จนตายก็ไม่ถูกต้องเช่นกัน สติปัญญาของร่างกายและจิตใจควรมีพอสำหรับบริหารร่างกายให้เป็นปกติอยู่ได้ ซึ่งก็คือไม่ให้เรื่องได้เรื่องเสียมาครอบงำเราอยู่นั่นเอง”...



ขอเชิญพุทธศาสนิกชนและผู้สนใจทุกท่าน
ร่วมทำบุญใน
พิธีเวียนเทียนวันวิสาขบูชา
วันอาทิตย์ที่ 20 พฤษภาคม 2012
พิธีทอดกฐินสามัคคี
วันอาทิตย์ที่ 18 พฤศจิกายน 2012
เริ่มพิธี เวลา 10.00 น.
ที่ Kipferhaus ใน Hinterkappeln (Kanton Bern)

ปฏิทินกิจกรรม 2012

อนุโมทนา

ทางวัดขออนุโมทนา ขอขอบคุณบุคคลต่างๆ ที่มีส่วนช่วยเหลือในการสร้างพระพุทธรูป ประดิษฐานที่วัดธรรมपालะ ทั้งผู้หล่อพระ ผู้ทำการขนส่ง รวมถึงผู้ช่วยจัดทำป้ายแกะสลักชื่อวัด ไม้แกะสลักตกแต่งหน้าวัด พร้อมการขนส่งจากประเทศไทย เช่นคุณเพชรสิง โสมนัส คุณจิรา อัสเลนส์กัต คุณจาร์รี่ เคลเลอร์ จากประเทศสวีเดน เซอร์แลนด คุณประสงค์ เจ้าของโรงหล่อธรรมปิติประติมากรรม สามพราน นครปฐม และคุณพงษ์ปฎิวัติ ตรีนเจริญ จากกรุงเทพฯ ฯ

ขอกล่าว สาธุ อนุโมทนา ไว้ในโอกาสนี้

* กรณีที่ไม่มีหมายเหตุใดๆ แสดงว่าการสอนเป็นภาษาเยอรมันทุกคอร์สเริ่มเปิดรับสมัครตั้งแต่เดือนมีนาคม

* รับสมัครแม่ครัว พอคครัว ในคอร์สอบรมทั้งหมด

- 24 – 28 พฤษภาคม ฝึกอบรมกรรมฐาน วันอีสเตอร์ สอนโดยท่านอาจารย์เขมะสิริ
- 15 – 19 สิงหาคม การฝึกอบรม หัวข้อ “เปิดใจกว้าง” สอนโดยท่านอาจารย์เขมะสิริ ที่ Buddha-Haus, Bayern, Deutschland โทรติดต่อได้ที่: 0049-8376-502
- 1 – 8 กันยายน การฝึกอบรม หัวข้อ “การเจริญสติเข้าวิเวกและสอบอารมณ์” สอนโดยท่านอาจารย์เขมะสิริหลังจากนั้นผู้เข้าอบรมสามารถอยู่ปฏิบัติด้วยตนเองอีกหนึ่งถึงสอง สัปดาห์
- 26 ธค – 01 มค 2013 ฝึกกรรมฐานระหว่างวันขึ้นปีใหม่ สอนโดยท่านอาจารย์เขมะสิริ



กรรมฐานวันสุดสัปดาห์



ท – ภาษาไทย ย – ภาษาเยอรมัน อ – อังกฤษ

- 31 มีนาคม- 1 เมษายน (ท) อาจารย์ธีระธรรมโม
- 27 – 29 เมษายน (ย) อาจารย์เขมะสิริ
- 22 – 24 มิถุนายน (อ) แมซซีโควิต้า
- 13 -15 กรกฎาคม (ย) อาจารย์เขมะสิริ
- 12 -14 ตุลาคม (ย) อาจารย์เขมะสิริ
- 23 – 25 พฤศจิกายน (ย) อาจารย์เขมะสิริ

ฝึกปฏิบัติสมาธิ กรรมฐาน การนั่งและการเดินจงกรมที่วัดระหว่างสุดสัปดาห์ เริ่มตั้งแต่ วันเสาร์เวลา 19.00 น. ถึง บ่ายวันอาทิตย์ เวลา16.00 น. ถ้าฝึก 3 วัน จะเริ่มตั้งแต่วันศุกร์ เวลา 19.30 น.ผู้มาปฏิบัติ ควรมาถึงก่อนเวลา 2 ชั่วโมง ควรอยู่ครบสองวันหรือสามวัน และพร้อมที่จะถือศีล 8 และเข้าเฝ้าตามระเบียบของวัด ควรนำของใช้ส่วนตัวไปด้วย เช่น ผ้าปูที่นอน ปลอกหมอน หรือถุงนอน แปรงสีฟัน ยาสีฟัน สบู่ และยาที่กินประจำ

สำหรับผู้ที่ต้องเดินทางมาจากที่ไกล ๆ อาจมาล่วงหน้า และพักที่วัดได้ตั้งแต่วันศุกร์ เนื่องจากมีผู้สนใจจำนวนมาก แต่มีที่พักจำกัด กรุณาติดต่อล่วงหน้า ทางโทรศัพท์ หมายเลข 033 675 21 00 (พุธ-เสาร์ เวลา 9.00 – 11.00 น.)

อนุโมทนา



ทางคณะสงฆ์วัดธรรมपालะ ขอขอบคุณ

คุณจาร์รี่ Keller, คุณภัทรากร เต็มรัตนกุล, คุณศิริราณี Quiblier ผู้แปล เรียบเรียงภาษาไทย Khun Ron Lumsden and Khun Tavarо ผู้จัดทำรูปเล่มหนังสือ พระอาจารย์เขมะสิริ, พระอาจารย์คังฤทธิ, พระอาจารย์ประทีป, ภิกษุณี วิสุทธิ, ครอบครัวคุณบุญจันทร์ Margrit Gertsch, ได้อนุเคราะห์ให้ภาพถ่าย ต่าง ๆ ไว้ ณ ที่นี้เป็นอย่างสูง

ศกอบรมระยะยาว 2012

วันที่ท่านอาจารย์ขณะสิริไปสอนที่กลุ่มกรรมฐานในเมืองต่าง ๆ กรุณาดูสถานที่ติดต่อ ในปกหลัง

สำหรับกรรมฐานวันสุดท้าย จัดที่วัด

มกราคม	5 – 30	ปิด เข้าพรรษาฤดูหนาว ถึงวันที่ 30 มีนาคม
มีนาคม	31/1 เมย.	กรรมฐานวันสุดท้าย ภาษาไทย สอนโดยท่านอาจารย์ธีระธรรมโม
เมษายน	25	กลุ่มกรรมฐาน เจนีวาหรือเบิร์น
	27 – 29	กรรมฐานสุดท้าย สอนโดยท่านอาจารย์ ขณะสิริ
พฤษภาคม	9	กลุ่มกรรมฐาน เจนีวาหรือเบิร์น
	20	พิธีวิสาขบูชา
	29 – 4	เข้าวิเวก ที่วัด *
มิถุนายน	14	กลุ่มกรรมฐาน บาเซล
	22 – 24	กรรมฐานสุดท้ายภาษาอังกฤษ สอนโดยแม่ชีโควิต้า
กรกฎาคม	9	กลุ่มกรรมฐาน ซูริค
	13 – 15	กรรมฐานสุดท้าย สอนโดยท่านอาจารย์ ขณะสิริ
สิงหาคม	2	วันอาสาฬหบูชา พระจันทร์เต็มดวง
	3	เริ่มเข้าพรรษา
กันยายน	9 – 23	เข้าวิเวก ที่วัด *
	26	กลุ่มกรรมฐาน เจนีวา
ตุลาคม	12 – 14	กรรมฐานสุดท้าย สอนโดยท่านอาจารย์ ขณะสิริ
	24	กลุ่มกรรมฐาน เบิร์น
	30	ออกพรรษา
พฤศจิกายน	18	พิธีทอดกฐินสามัคคี
	23 – 25	กรรมฐานสุดท้าย สอนโดยท่านอาจารย์ ขณะสิริ
	26	ธ.ค. – กลุ่มกรรมฐาน ซูริค
	27	พ.ย. – 3เข้าวิเวก ที่วัด *
ธันวาคม	19	กลุ่มกรรมฐาน เจนีวา
มกราคม – มีนาคม	2013	เข้าพรรษาฤดูหนาว 3 เดือน

* คณะสงฆ์ เข้าเฝ้า และทางวัดยินดีรับแขกจำนวนจำกัด วัดธรรมปาละ

ชื่อและที่อยู่ของกลุ่มกรรมฐาน

ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ (+41)

Avegno	Martin Züllig	091 796 27 24
Baden	Maria Sarah Bratschi	056 406 39 59
Basel	Cornelia Lossner & Rainer Künzi – www.kalyanamitta.ch	061 331 13 04
Beatenberg	Meditationszentrum – www.karuna.ch	033 841 21 31
Bern	Evelyne Wittwer Irene Bumbacher – www.zentrumfuerbuddhismus.ch	031 534 03 50 031 331 91 06
Biel	Pascale Bruckner	032 331 21 15
Genf	Wäow Rebillat Patricia Rollier	022 300 12 89 021 806 22 33
Lausanne	Laurence McKenzie	021 711 26 92
Luzern	Yvonne Bühlmann	041 497 01 31
Pontresina	Alain & Ursula Gayet	081 842 76 05
Weinfelden TG	Roger Stalder	071 620 13 46
Winterthur	Stéphanie Mosimann	052 238 12 31
Zürich	Maya Küchler Rolf Hafner – www.theravada.ch	044 391 68 72 079 358 90 77

ประเทศเยอรมัน (+49)

Freiburg	Sonja Welker Susanne Steinhusen	0761 456 22 47 0761 707 44 12
Hamburg	Axel Wasmann	040 399 069 97
Heidelberg	Robert Eckermann	06221 27 447
Hildesheim	Johannes Dombrowski	05121 8090 580; 0151 1703 2799
Karlsruhe	Hans-Peter Fettig	0721 9483 636; 0160 8351 187
Köln	Akiñcano M. Weber	0221 139 64 45
München	BGM Connie Deichstetter	089 129 67 43
Nürnberg	Wolfgang Kaiser	0911 660 42 42

ประเทศอิตาลี (+39)

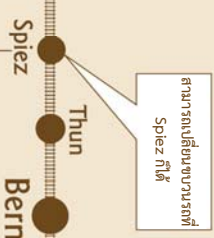
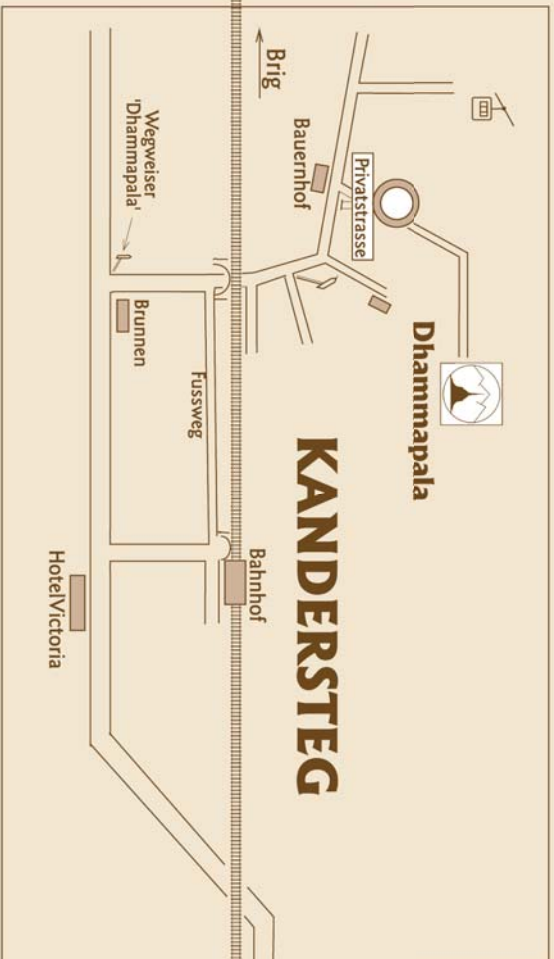
Vihara	Via Delle Prata 22, Localita "Le Brulla", Santacittarama I-02030 Frasso Sabino RT	
	Fax +39 (0)6233 238 629	Tel. +39 (0)765 87 21 86

ประเทศฝรั่งเศส (+33)

Aix-en-Provence	Le Refuge, 370 Ch. Fontaine de Fabrègues, F-13510 Eguilles	Tel. +33 (0)4 42 92 45 28
-----------------	---	---------------------------

ประเทศออสเตรีย (+43)

Wien	Christoph Köck, Gfronnergasse 3/1/39, A-1060 Wien	Tel. +43 (0)1 595 50 18
------	--	-------------------------



ตารางรถไฟ รถเร็ว ออกจากสถานี Bern เส้นทางไป Brig ประมาณนาทีที่ 39 ของทุกชั่วโมง
ใช้เวลาดั้นทางถึง Kandersteg ภายใน 1 ชั่วโมง แล้วเดินจากสถานีรถไฟ
Kandersteg ถึงวัดธรรมปาละ ประมาณ 15-20 นาที