คำว่า “ไม่ได้” ไม่เคยมีอยู่ในหัวใจของหลวงพ่อเลย
ไม่ได้ไม่มี ไม่ได้ไม่ได้ ไม่ได้ก็ต้องทำให้มันได้
ไม่ได้วันนี้ พรุ่งนี้เอาใหม่ ลุยจนกว่ามันจะได้
ก็แค่นั้นเอง ธรรมดา ๆ นะ

พระเทพญาณมหามุนี
วันที่ ๑๒ กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๓

ยิ่งหยุดยิ่งนิ่ง
ยิ่งดิ่งไม่หยุด

meet us @ www.facebook.com/too.con.art.fanpage

ยิ่งหยุดยิ่งนิ่ง...ยิ่งดิ่งไม่หยุด

ยิ่งหยุดยิ่งนิ่ง
ยิ่งดิ่งไม่หยุด



ยิ่งหยุดยิ่งนิ่ง...ยิ่งดิ่งไม่หยุด
ISBN 978-616-305-256-8

ที่ปรึกษากิตติมศักดิ์
พระเทพญาณมหามุนี (หลวงพ่อธัมมชโย)

ที่ปรึกษา
พระครูสมุห์วิษณุ ปณฺณาทีโป
พระครูใบฎีกาอำนวยศักดิ์ มุนิสกโก
พระไชยยศ ยสวโส
รัตนาภรณ์ ชุณหรัศมิ์

บรรณาธิการ
พระมหาไพโรจน์ ปุณฺณภาโส
พระสหวัจน์ กวิทตฺโต

ออกแบบปก
พระศิริพงษ์ สิริวโส
พระชัยวัฒน์ ชยวฑฺฒโน

พิสูจน์อักษร
พระมหาธีระชัย ธีชชโย ป.ธ.๙

ประสานงาน
พระมหาอรรถพล กุลสิทฺโธ ป.ธ.๗
พระดำรงเกียรติ ถิรโสตฺถิโก

จัดรูปเล่ม
จักรพันธ์ สุเสงี่ยม

จัดทำโดย
Too-Con-Art

พิมพ์ที่
บริษัท รุ่งศิลป์การพิมพ์ (๑๙๗๗) จำกัด
พิมพ์ครั้งที่ ๑ วันธรรมชัย ๒๗ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๕

คำนำ

"ยิ่งหยุดยิ่งนิ่ง...ยิ่งดิ่งไม่หยุด" เป็นหนังสือที่ได้น้อมนำโอวาทของพระเดชพระคุณพระเทพญาณมหามุนี ที่ท่านเมตตาให้ไว้กับพระภิกษุชุดปฏิบัติธรรมกลุ่มหนึ่ง ซึ่งพระเดชพระคุณหลวงพ่อได้แนะนำเทคนิคการวางใจให้ถูกส่วน การฝึกฝนอบรมตนเอง รวมไปถึงการให้กำลังใจลูก ๆ ทุกคน เพื่อให้รักการปฏิบัติธรรม และเข้าใจว่า ธรรมะภายในสามารถเข้าถึงได้อย่างง่าย ๆ ซึ่งเป็นสุดยอดความปรารถนาที่ท่านต้องการให้ลูก ๆ ทุกคนได้เข้าถึงความสุขภายใน มีที่พึ่งที่แท้จริง และได้ไปศึกษาวิชชาธรรมกาย

คณะผู้จัดทำมีความตั้งใจเป็นอย่างยิ่งที่จะให้ผู้อ่านเกิดกำลังใจในการปฏิบัติธรรม สามารถวางใจหยุดนิ่ง ถูกส่วน ได้เข้าถึงพระธรรมกายภายใน อีกทั้งเนื้อหาธรรมะของหนังสือเล่มนี้ก็เข้าใจได้ง่าย ๆ และนำไปปฏิบัติได้อย่างง่าย ๆ ควบคู่กับภาพประกอบที่ทีมงานตั้งใจวาดด้วยสีน้ำอย่างประณีตและพิถีพิถันยิ่ง

อนึ่ง ในวาระพิเศษวันธรรมชัยปีนี้ คณะผู้จัดทำขอน้อมกราบถวายบุญอันเกิดจากผลการปฏิบัติธรรมที่ยิ่งหยุดยิ่งนิ่ง...ยิ่งดิ่งไม่หยุด บูชาธรรมแด่พระเดชพระคุณหลวงพ่อผู้เป็นผู้นำและต้นแบบในการรักการปฏิบัติธรรม ให้พระเดชพระคุณหลวงพ่อมีสุขภาพแข็งแรง อายุขัยยืนยาวตามที่ท่านปรารถนาไปจนถึงที่สุดแห่งธรรม

คณะผู้จัดทำ
๒๗ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๕

สารบัญ

วิชชาธรรมกายเป็นวิชชาของพระ	๕
ยิ่งหยุดยิ่งนิ่ง...ยิ่งดิ่งไม่หยุด	๗
หยุดกับนิ่งอย่างเดียวเท่านั้น	๙
หยุดนิ่ง ถูกส่วน	๑๑
ฝึกให้ได้ตามสูตร	๑๓
เข็มทิศลิขิตชีวิต	๑๕
จากนิ่งเน้น เป็นนิ่งแน่น	๑๗
ความสุขมาติดแต่ไม่ติดสุข	๑๙
ชีวิตคือการเข้ากลาง	๒๑
ต้องนิ่งจึงเร็วแรง	๒๓
นิ่งแน่นสมบูรณ์จึงจะได้ตามสูตร	๒๕
ทิ้งฝั่งฟุ้งซ่าน ไปฝั่งนิ่งแน่น	๒๗
จับหลักให้ได้...แค่นิ่งอย่างเดียว	๒๙
การนิ่งกับการเห็นจะไปคู่กัน	๓๑
เรียบง่าย ใส เย็น	๓๓
เห็นได้...ก็ต้องเป็นได้	๓๕
เห็นแจ้งและรู้แจ้ง	๓๗
ตรัสรู้ คือ รู้แจ้งที่เกิดจากการเห็นแจ้ง	๓๙
ภาพภายในมาพร้อมกับความสุข	๔๑
ใจถึงไหน...กายไปถึงนั่น	๔๓
ย้อนกลับมาย้ำ basic	๔๕
แค่ทำเฉย ๆ	๔๗
ติดกลางองค์พระได้สนิท	๔๙
เราคุมกลางได้	๕๑
เราเป็นท่าน ท่านเป็นเรา	๕๓
บริสุทธิ์ตลอดสาย	๕๕
ไหลริน แต่เร็วแรง	๕๗
สองจุดเดียวกัน	๕๙
นอกเรียบง่าย ในไม่ซับซ้อน	๖๑
ต้องง่าย ต้องสบาย ตามสูตร	๖๓
เหลาใจ ไม่คิดเค้น	๖๕
ไม่ประมาทและมุ่งมั่น	๖๗
หวงแหนความสุขไว้	๖๙
รัฐศาสตร์ภายใน	๗๑
มีกายภายในประดุจยาน	๗๓
หลุมสว่าง	๗๕
รายนามเจ้าภาพร่วมอนุโมทนาบุญ	๗๖



วิชชาธรรมกายเป็นวิชชาของพระ

(นั่งสมาธิ) หลับตา วางใจเบา ๆ สบาย ๆ ง่าย ๆ เข้าไปง่าย ๆ ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระ เข้าไปถึงจุดที่ละเอียดที่สุดของเรา ให้เข้ากลาง กลางของกลาง เข้าไปเรื่อย ๆ ทำซ้ำ ๆ เข้าไปในกลาง ตามจุดเล็กใส เข้าไปในที่ไกล ๆ จนสุดปลายทาง

ถ้าใจเราละเอียดขึ้น ก็จะเริ่มเห็นภาพภายในเคลื่อนไหว จะเคลื่อนไหวจะแทงตลอด สุข อุเบกขา ชัด ใส สว่าง เป็นพระธรรมกาย จะเห็นภาพภายในได้ชัด ถ้าได้อารมณ์อย่างนี้ครบ นี่คือ มิเตอร์วัด ให้ได้อารมณ์อย่างนี้แล้วจะสนุก เราเป็นพระ มีความปีติเป็นรางวัลตอบแทนจากความเพียร ซึ่งเราทุกคนทำได้ ปล่อยใจนิ่ง ๆ ดิ่งเข้ากลาง สบาย ๆ ไม่ได้นึกอะไร เข้ากลางองค์พระใส ๆ

เราต้องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระให้ได้ เพราะวิชชาธรรมกายเป็นวิชชาของพระ การจะเรียนวิชชานี้ ต้องเรียนด้วยพระธรรมกาย และต้องอาศัยหยุดกับนิ่งอย่างเดียว

“หยุดเป็นตัวสำเร็จ” ให้ลูกนิ่งในนิ่ง นิ่งแน่นจนเราเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระ เมื่อเป็นพระก็จะนิ่งแน่นเอง จะแยกออกจากกันไม่ได้ ให้ลูกฝึกตรงนี้ไปก่อน ฝึกจนกระทั่งเป็นพระให้ได้ ฝึกจนกว่าจะได้อารมณ์ของพระ เป็นพระธรรมกาย แค่ทำเฉย ๆ หลักมีอยู่แค่นั้น หยุดเป็นตัวสำเร็จ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านหยุดเฉย ๆ ใจท่านไม่กระเพื่อม แต่ของเรากระเพื่อม เพราะยังติดนู่นติดนี่อยู่ เมื่อแสวงหาความพอดีได้ก็จบ ตรงไหนพอดีได้ ตรงไหนพึงพอใจก็เอาตรงนั้น

เราต้องมีความตั้งใจมั่นที่จะศึกษาวิชชาธรรมกายให้ได้ เพราะมันเป็นเรื่องของเรา ให้คนอื่นทำแทนก็ไม่ได้ แล้วเราก็ไม่อยากให้เขาทำด้วย เราต้องขวนขวายกระตือรือร้น หลวงพ่อรอคอยวันที่พวกเราละเอียดเท่า ๆ กัน

ลูกต้องสังเกตดูตัวเอง เมื่อไรเรารักที่จะอยู่เงียบ ๆ ภายใน มีความคิดอยากไปรู้เห็นภายในแล้วขวนขวาย อย่างนี้เริ่มใช้ได้ ถ้ายังไม่มีความคิดนี้อย่างจริงจังหรือเป็นช่วง ๆ แปลว่า ยังห่าง แสดงว่ายังนิ่งแน่นไม่พอ อยู่ระหว่างตึงหรือหย่อน ต้องสังเกตดู

ลูกต้องนิ่งให้สนิท ตอนนี้ดีขึ้นเรื่อย ๆ แต่ต้องให้ดีมากกว่านี้อีกหลายเท่า หยุดนิ่ง นิ่งในนิ่ง อย่างสบาย ๆ ในกลางดวงธรรม กลางองค์พระ เห็นสิ่งใดให้เป็นสิ่งนั้น นิ่งในนิ่ง จนหลุดเข้าไปทั้งตัว ตอนนี้เราก็สามารถปล่อยหลุดเข้าไปทั้งตัวได้ เพียงแต่ว่าช่วงสั้นบ้าง ช่วงยาวบ้าง ให้เรานิ่งในนิ่ง นิ่งแน่น เข้าไปเรื่อย ๆ โดยมีความสุข ความบริสุทธิ์ เป็นมิเตอร์วัด ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระ ทำซ้ำ ๆ อย่าประมาท อย่าท้อ อย่าตั้งใจมาก นิ่งในนิ่ง อย่างสบาย ๆ แตะใจก็เข้าไปได้เองเลย ทั้งดวงธรรม ทั้งองค์พระ นอกรอบก็สามารถเข้าไปได้ แค่นิ่ง ๆ ก็เข้าไปได้เลย เหมือนไม่มีกายหยาบอยู่ เวลาทำกิจวัตรกิจกรรม ใจก็นิ่งเข้าไปข้างในเอง ถ้านิ่งก็เป็น นิ่งอย่างเดียว ต้องนิ่งแน่นอย่างเดียว

แล้วเราก็นิ่งในนิ่ง เข้ากลางองค์พระ ให้ไปติดกลางองค์พระ เข้าไปเรื่อย ๆ อย่างเร็วแรง ต้องนิ่งแน่นมาก ๆ กราบอาราธนาพระเดชพระคุณหลวงปู่ฯ* ท่านช่วยแก้ไขเราให้สะอาด ให้บริสุทธิ์ ฉุดเราเข้าไปสู่ภายใน ให้เราได้รู้แจ้ง เห็นแจ้งแทงตลอด ให้เราบริสุทธิ์ ละเอียด ๆ หลุดจากเรื่องหยาบทั้งหลาย ให้ลูกมุ่งมั่นฝึกเข้าไป เอาให้ละเอียดให้ได้

ทำสบาย ๆ อย่าไปตั้งใจมาก ปล่อยใจไปตรงกลางของกลาง นิ่งในนิ่ง นิ่งในนิ่ง องค์พระที่โตใหญ่ขึ้นไปเรื่อย ๆ จะชัด ใส สว่าง มีความสุข ความบริสุทธิ์ไปพร้อม ๆ กัน นิ่งในระดับที่ปลอดความคิด ฝึกทำไป ทำซ้ำ ๆ

* พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) พระผู้ปราบมาร



ยิ่งหยุดยิ่งนิ่ง...ยิ่งดิ่งไม่หยุด

(นั่งสมาธิ) หลับตา ผ่อนคลาย ปรับให้สบาย ๆ ทั้งกายและใจ ผ่อนคลายสบาย ๆ กายต้องสบาย ๆ ใจต้องสบาย ๆ มันต้องสบาย ๆ ใจถึงจะนิ่งนุ่ม นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ

“นิ่ง นุ่ม นิ่งแน่น นุ่มนวล” ๔ คำนี้เราต้องฝึกครอบครองให้ได้นะลูก นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ นิ่งแน่น นุ่มนวล ควรแก่การงาน นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ ผ่อนคลาย ฝึกซ้ำ ๆ ๆ นิ่งสนิทให้สมบูรณ์ ให้ใจปลอดจากความคิดในเรื่องราวต่าง ๆ ภายนอก

ปล่อยใจไปอย่างสบาย ๆ นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ ใจเย็น ๆ ให้ทำใจนิ่ง ๆ นุ่ม ๆ นิ่งแน่น นุ่มนวล ๔ คำนี้จะมาพร้อมกันเลย อภิญญายะ สัมโพธายะ นี่แหละ **“วิชชาธรรมกาย ยิ่งหยุดยิ่งนิ่ง...ยิ่งดิ่งไม่หยุด”**

ถ้านิ่งสมบูรณ์ จะเห็นภาพภายในได้ชัดเจน เห็นดวงธรรม เห็นองค์พระธรรมกาย เห็นภาพภายในได้ชัด ใส แจ่ม ภายในยิ่งดิ่ง ยิ่งเร็ว ยิ่งชัด ถ้ายังเห็นภาพภายในคุ่ม ๆ ค่ำ ๆ ยังไม่ใช่ ถ้ายังไม่เห็นภาพภายในชัดเจน ก็เพราะยังไม่ดิ่ง ไปยังไม่เร็ว ถ้าไปยิ่งเร็วก็จะยิ่งเห็นรายละเอียดได้ชัดเจน เพราะเรานิ่งแน่นได้อย่างสมบูรณ์

การเห็นภาพภายใน ใจมันต้องมีความสุขนะลูก เมื่อใจมีความสุขแสดงว่าเราวางใจได้ถูกส่วน จึงสามารถมองเห็นภาพภายในได้

ภาพภายในนั้นจะนุ่มนวล นุ่มนวลควรแก่การงาน ความสุข บริสุทธิ์เกิดขึ้น ความบริสุทธิ์เปรียบเหมือนท่อน้ำที่ไม่มีตะกอนตะกรัน น้ำในท่อจะไหลลื่น ถ้าเรารู้จักความบริสุทธิ์ตรงนี้ เราถึงจะเข้าใจ

ต้องทำอย่างสบาย ๆ ต้องนิ่ง ๆ ถ้ายาก ไม่ง่าย ไม่สบายก็ไม่ได้ ผิดสูตรก็ไม่ได้ ต้องง่าย ๆ ตลอดเส้นทางไปจนถึงที่สุดแห่งธรรม ตลอดเส้นทางต้องง่าย ๆ ง่ายเพิ่มขึ้น ถ้ายากก็ไม่ตรงตามหลักวิชชา เราผ่านความยากมาแล้ว ผ่านเส้นทางทุรกันดารมาแล้ว ตอนนี้มาถึงเส้นทางซูเปอร์ไฮเวย์แล้ว

หลวงพ่อมั่นใจว่าลูกทุกคนทำได้ ลูกทำได้มาระดับหนึ่งซึ่งทำได้ดีแล้ว ตอนนี้ลูกยังเป็นผู้ฝึกใหม่อยู่ มันไม่ช้าหรอกลูก และลูกก็ไม่ได้ไปนั่งแข่งกับใคร ค่อย ๆ ฝึกทำกันไปนะลูก



หยุดกับนิ่งอย่างเดียวเท่านั้น

(นั่งสมาธิ) หลับตาอย่างสบาย ๆ เอาให้ได้ เราทำมาถูกทางแล้วในระดับหนึ่ง มันต้องนิ่งแน่น อย่าไปตั้งใจมาก เริ่มต้นอย่างง่าย ๆ ใจเย็น ๆ นิ่งอย่างเดียว ให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระ

ถ้าไม่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระ ก็ยังศึกษาวิชชาธรรมกายไม่ได้ เพราะวิชชานี้เป็นวิชชาของพระ ไม่อย่างนั้นจะไปเรียนวิชชาธรรมกายของพระธรรมกายได้อย่างไร ต้อง **“เรียนวิชชาธรรมกาย โดยพระธรรมกาย”**

เราต้องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระ เพราะต้องอาศัยธรรมจักขุและญาณทัสสนะของพระธรรมกาย จึงจะศึกษาวิชชาธรรมกายได้ ทั้งหมดนี้ต้องหยุดกับนิ่งอย่างเดียว หยุดนิ่งผ่านศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ เราอยู่ในตำแหน่งแห่งการบรรลุธรรม คือ ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ พอถูกส่วนเห็นดวงธรรม เห็นองค์พระภายใน พอถูกส่วนปั๊บก็เริ่มเรียนเลย ศึกษาวิชชาธรรมกาย

ลูกยอม ๆ ให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระ เห็นองค์พระทุกองค์ที่ผุดผ่านขึ้นมา นิ่งให้แน่น ๆ ต้องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระ หลักการมีแค่ **“หยุดกับนิ่งอย่างเดียวเท่านั้น”** มีความสุข บริสุทธิ์ เห็นแจ้ง ชัดใสสว่าง เกิดความรู้แจ้ง ถ้าไม่แน่นก็ไม่เป็นอย่างนี้ เห็นแต่ไม่มีความสุข แปลว่า มันนิ่งแต่ยังไม่แน่น เหมือนเสียบหูฟังโทรศัพท์ เสียบหลวม ๆ แต่มันหลุด ได้ยินไม่ชัด แต่พอเสียบเข้าไป จึ๊ก! ก็ได้ยินชัด

ให้ลูกสังเกตดูว่านั่งแล้วมีอารมณ์เบื่อ หรืออึดอัดบ้างไหม หรือรู้สึกว่าเราอยู่ในที่แคบ ๆ มีขอบเขตจำกัด ถ้ามีความรู้สึกเบื่อ อึดอัด แสดงว่าใจหลุดออกมาแล้ว แต่ถ้าไม่มี มีแต่ความสุข อยากมุดเข้าไปข้างในเรื่อย ๆ แสดงว่าใจไม่ติดข้างนอก อย่างนี้คือเครื่องวัดหยาบ ๆ พระธรรมกายไม่มีความเบื่อแม้แต่นิดเดียว ให้มุ่งมั่นฝึกฝน ทำได้แล้วก็ฝึกให้สมบูรณ์ ก็จะคล่องและง่ายขึ้น

ลูกก็ละเอียดกันขึ้น เหลืออีกนิด มันเหมือนเส้นผมบังภูเขา หรือขนตาแทงเข้าไปลูกนัยน์ตา ถ้าลูกดูองค์พระแล้วไม่มีความสุข แสดงว่าติดตรงใช้ความคิดกับไปเค้นภาพ จะแก้คิดกับเค้นโดยที่ไม่รู้ตัวด้วยการทำให้สบายกว่านี้ นิ่ง นิ่งแน่น มองค์พระอย่างสบาย ๆ ทั้งหลับตาลืมตา นั่งนอนยืนเดินเห็นองค์พระตลอด

ถ้าลูกโดนดึงดูดเข้าไปสู่ภายในไปเรื่อย ๆ แสดงว่าเราเข้ากลางไปแล้ว ส่วนความสว่างภายในยังแค่สว่างยามสาย เพราะเรายังนิ่งไม่สนิท ยังนิ่งหลวม ๆ เราก็ทำซ้ำ ๆ จนกระทั่งอย่างน้อยสว่างเท่าพระอาทิตย์เที่ยงวัน และมากกว่า นิ่งแน่นเพิ่มขึ้น การรู้เห็นก็กว้างขึ้น ขอให้ประกอบความเพียรให้ดี ให้ถูกหลักวิชชา อย่าประมาท ให้นิ่งแน่นไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ ปรับให้ถูกส่วน ทำซ้ำ ๆ อย่างสบาย ๆ



หยุดนิ่ง ถูกส่วน

(นั่งสมาธิ) หลับตา ทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ จนกระทั่งนิ่งแน่น นุ่มนวล ก็จะง่าย คล่อง ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระ ใสทั้งดวง ใสทั้งองค์พระ ให้ใสทุกดวง พอละเอียดเดี๋ยวจะเป็นไปเองเลย เพราะความละเอียดเรามากพอที่จะเข้าไปสู่ภายใน เข้าไปเรื่อย ๆ ยิ่งเราดูภาพภายในอย่างสบาย ๆ เฉย ๆ สบาย ๆ จะไปเองเลย ไม่ไปไม่ได้ มันจะไปเองอย่างต่อเนื่อง ต่อเนื่องเข้าไปเรื่อย ๆ ชัดในชัด ใสสว่างเพิ่มขึ้น ความสุข ความบริสุทธิ์เพิ่มขึ้น ยิ่งสุขยิ่งบริสุทธิ์ ใจยิ่งเกลี้ยงเกลา ไม่ติดอะไรเลย คน สัตว์ สิ่งของ ปล่อยทุกอย่าง วางทุกสิ่ง มุ่งเข้าไปสู่ภายใน ทิ้งเข้าไปสู่ภายใน

พอนิ่งดีแล้วก็ผ่านองค์พระที่มีความละเอียด มีความชัด ความใส สะอาด บริสุทธิ์มาก เข้าไปภายในไปอย่างเร็วแรง ทุกดวงธรรม ทุกกายภายใน มีความใสสว่างบริสุทธิ์เพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ นิ่งแน่น นุ่มนวล เพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ เข้ากลางของกลางอย่างสบาย ๆ จะเห็นชัดใสแจ่มเลย ศูนย์กลางกายจะขยายใหญ่โตเพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ เข้ากลางได้เรื่อย ๆ ขยายความละเอียด ขยายความบริสุทธิ์ สบาย ๆ นิ่งในนิ่ง **ยิ่งหยุดยิ่งนิ่ง...ยิ่งดิ่งไม่หยุด**

จับจุดได้ก็พบจุดจบ ทำซ้ำแล้ว ซ้ำอีก ก็เป็นไปตามขั้นตอนนี้แหละ นิ่งแน่น นุ่มนวล อย่างง่าย ๆ เส้นทางนี้ต้องง่าย ๆ ทำได้คล่องกันดีขึ้น ให้คล่องมากขึ้น

ฝึกให้เป็นกิจวัตรวันต่อวัน ถ้าทั้งโลกทำแบบนี้จะเกิดสันติภาพโลก ตื่นเช้านั่งสมาธิ ฉันเช้า รับบุญ นั่งสมาธิ ฉันเพล รับบุญ นั่งสมาธิ ออกกำลังกาย และก็หลับจำวัดในอู่แห่งทะเลบุญ พอตื่นนอนก็ตื่นจากอู่มาเลย อู่แห่งทะเลบุญ ชีวิตจริง ๆ ก็มีแค่นี้ แต่ชาวโลกที่ประมาทในการดำเนินชีวิต ไปทำกะโหลกกะลาอะไรก็ไม่รู้ ถ้าเราละเอียดเราจะไปค้นกัน ว่าทำไมชีวิตถึงไม่เรียบง่าย ทำไมถึงซับซ้อน วุ่นวาย ชีวิตชาวโลกจริง ๆ ไม่เป็นแบบนี้ หลวงพ่อรอคอยความพร้อมของเราอยู่

ชีวิตต้นแบบของมนุษย์ที่ยังต้องมีอิริยาบถอยู่ ต้องใช้อิริยาบถ ยืน เดิน นอน นั่งอย่างไร และ ๔ อิริยาบถนี้มีมาตั้งแต่เมื่อไร เรื่องราวที่ชวนให้เราต้องศึกษาเรียนรู้ยังมีอีกมากเลย ถ้าไม่มีอิริยาบถ อาชีพก็หมดไปเลย แล้วอาชีพเริ่มมาตั้งแต่เมื่อไร ก่อนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะสอนอาชีพที่จำเป็น สัมมาอาชีวะมาเมื่อไร และก่อนหน้านี้มันเป็นอะไร อย่างนี้ไง จะรู้เรื่องราวเหล่านี้ได้ เราต้องมีอุปกรณ์

อุปกรณ์ คือ **“หยุดนิ่ง ถูกส่วน”** มันเป็นเรื่องเกี่ยวกับตัวของเรา ทำไมต้องเป็นอย่างนี้ ตกลงความเหมือนและความแตกต่างอันไหนมาก่อน ความแตกต่างมาก่อน หรือความเหมือนมาก่อน นี่เป็นสิ่งที่ต้องเรียนรู้ เหมือนอย่างไร ต่างอย่างไร

เราต้องศึกษาเรียนรู้ ทั้งหมดนี้ได้จากหยุดกับนิ่งอย่างเดียว โดยผ่านจุดเล็กเท่าปลายเข็ม ดิ่งเข้าไปอย่างเร็วแรง จะก้าวกระโดดไปเอง ไม่ไปไม่ได้ เพราะความละเอียดของเราถึงจุดที่ละเอียดเอง เหมือนพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเข้านิโรธสมาบัติ เพราะท่านไม่มีอะไรเหนี่ยวรั้งข้องเกี่ยวเลย ใจนิ่งแน่นเข้าไปเสวยวิมุตติสุขในนิโรธสมาบัติได้

ให้ลูกฝึกแบบนี้ ฝึกทำซ้ำ ๆ ให้คล่องให้ชำนาญ ทำแบบนี้ และพยายามฝึกให้ได้ทุกอิริยาบถ ทั้งนั่งนอนยืนเดิน ทำอย่างสบาย ๆ เราทำได้แค่ไหนเอาแค่นั้นไปก่อน พอชำนาญเจนจบตรงนั้น เดี๋ยวก็จะหลุดพ้นผ่านเข้าไปสู่ข้างใน จะเป็นอย่างนี้เอง และจะนิ่งแน่น ชัดมากขึ้นไปเรื่อย ๆ ทำซ้ำ ๆ นะลูกนะ



ฝึกให้ได้ตามสูตร

(นั่งสมาธิ) หลับตารวมใจนิ่ง ๆ นุ่ม ๆ สบาย ๆ นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ จะนิ่งได้ต้องทิ้งทุกอย่างที่ไม่เป็นแก่นสารของชีวิต ให้ผ่านองค์พระเข้าไปเรื่อย ๆ ตามสูตร ชัด ใส สว่าง ซ้อนตรงกลางองค์พระให้สนิท แล้วเราจึงจะเห็นองค์พระได้อย่างสบาย ๆ รักษาอารมณ์ให้ใส ๆ เกลี้ยง ๆ จดจ่ออยู่กับองค์พระให้ต่อเนื่องตลอดเวลา

การมีความสุข แปลว่า ใจมันนิ่งมาก ถ้านิ่ง เฉย ๆ ยังไม่สุข แสดงว่ายังนิ่งหลวม ๆ ฝึกเอาให้ได้ตามสูตร ให้ทำอย่างง่าย ๆ ฝึกทำซ้ำ ๆ ๆ ทำให้ได้ตามสูตร มีความสุข ความบริสุทธิ์ สบาย ๆ จะทำอะไร ดูอะไรต้องมีความสุข ถ้าทำได้ตามนี้ต่อไปก็ง่าย ฝึกให้นิ่ง ๆ ให้ใจเย็น ๆ อย่าไปตั้งใจมากนะลูก ทำสบาย ๆ ต้องสบาย ไม่สบายไม่ได้ ทำซ้ำ ๆ ๆ

ทำใจ innocent เหมือนเด็ก ๆ เหมือนเป็นหุ่นยนต์ที่ไม่มีสมอง ดูภาพภายในธรรมดา ๆ ถ้ามีความคิดแสดงว่ายังไม่นิ่ง จุดที่นิ่งมันไม่มีความคิด ถ้ามีความคิดแสดงว่ายังหยาบอยู่ ฝึกทำง่าย ๆ สบาย ๆ มีความสุข เข้ากลางไปเรื่อย ๆ ซ้ำ ๆ ๆ ให้นิ่งแน่นเพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ ถ้าลูกฝึกได้ตามสูตร ความละเอียดก็จะได้เพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ พื้นฐานจะต้องแน่น ทำซ้ำ ๆ ต้องสบาย ๆ การเห็นภาพภายในจะเกิดในช่วงที่ใจสบาย ๆ

นิ่งอย่างเดียวสำเร็จทุกอย่าง เราจะเข้าใจคำของพระเดชพระคุณหลวงปู่ฯ ที่ว่า **“หยุดเป็นตัวสำเร็จ”** ผิดจากนี้ไม่ได้ ทำแบบท่านก็ได้อย่างท่าน จะนิ่งได้ต้องทิ้งทุกอย่าง ทิ้งสิ่งที่ไม่เป็นสาระแก่นสาร ใจไม่เขยื้อน ฝึกทำตรงนี้ เพราะสภาวะใจของพระธรรมกายท่านนิ่ง เราก็ต้องนิ่งถึงจะซ้อนกับท่านได้สนิท

“นิ่ง...ถึงเห็น” เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระภายใน ต้องระดับเป็นพระธรรมกายถึงจะดูอะไรได้ ต้องใช้ตาของท่านดูถึงจะเห็นได้รอบตัว เราศึกษาอะไรก็ได้ด้วยความเป็นพระ ตอนนี้เราอยู่ในระดับเป็นสามเณร ยังยุก ๆ ยิก ๆ แต่ก็เป็นเทือกเถาเหล่ากอของพระธรรมกาย เราค่อย ๆ ฝึก แต่ก็จะเจริญขึ้นไปเรื่อย ๆ

เราก็ฝึกกันต่อไป ฝึกจนกระทั่งมีความรู้สึกว่าเราเป็นพระ พระเป็นเรา ให้มีความรู้สึกเป็นพระจนเนื่องมาถึงกายหยาบ ถ้าเราเป็นพระจะเหมือนมีแก้วสารพัดนึก จะทำอะไรก็ได้ จะดูอะไรก็ได้ เพราะ**วิชชาธรรมกายต้องเรียนด้วยพระธรรมกาย ผู้สอน คือ พระธรรมกายภายในตัวของเรา** เข้าไปมีแต่องค์พระธรรมกาย ให้ฝึกใจนิ่งที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ท่านจะถ่ายทอดให้หมดเลย แต่เราต้องเป็นพระธรรมกาย ผู้บริสุทธิ์ หยุด ณ ตรงจุดที่เป็นแก่นสารของชีวิต คือ ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ฝึกให้ชำนาญ ถ้านิ่งสนิทแล้วทุกอย่างก็จะได้ง่าย ตั้งใจฝึกกันไปนะลูก



เข็มทิศลิขิตชีวิต

(นั่งสมาธิ) หลับตา เอาให้นิ่งแน่น ให้มีความสุขเพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ ใจเกลี้ยง ๆ ใส ๆ นุ่มนวลเพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ ฝึกทำซ้ำ ๆ เบา ๆ สบาย ๆ ให้นิ่งกับสุข เดี๋ยวภาพภายในจะชัดเอง วิชชาธรรมกายต้องเห็นอย่างเดียว การเห็นภาพภายในจะไม่มีเบื่อเลย ลูกต้องฝึกให้ได้ตลอดเวลา สิ่งนี้สำคัญนะ

ความสว่างภายในจะเกิดขึ้นได้ ต้องทำลายเครื่องกั้น คือ นิวรณ์ ก่อนนะลูก ทำลายได้ก็ด้วยหยุดนิ่งอย่างเดียว ทำอย่างสบาย ๆ นิ่งในนิ่งไปเรื่อย ๆ ถ้ามีภาพแทรกเข้ามา โดยที่เราไม่ตั้งใจให้ภาพเหล่านั้นมา แสดงว่าความบริสุทธิ์ของจิตยังไม่บริบูรณ์ มันยังนิ่งได้ระดับหนึ่ง แต่ยังไม่นิ่งแน่น **นิ่งหลวม ๆ วิธีแก้ ก็คือ ดูเฉย ๆ** มีอะไรมาให้ดูก็ช่างมัน เหมือนเราเปิดทีวีอยู่ดี ๆ แล้วมีคลื่นมาแทรก ก็ใช้สูตร ๒ คือ **“ช่างมัน”** ถ้านิ่งแน่นจะไม่มีช่องว่าง คลื่นแทรกไม่ได้ วิธีแก้ที่ดีที่สุด คือ **“ทำเฉย ๆ”**

ให้ปรับอินทรีย์ ก็มี “ตึงกับหย่อน” “ตั้งใจมากกับไม่ตั้งใจ” มันก็มีแค่ ๒ อย่างนี้ ไม่ตั้งใจนั่ง เพราะไม่ได้มีความสุขจากสมาธิ หรือบางทีไม่สุขไม่ทุกข์ก็เบื่อเหมือนกัน หรือเห็น แต่ไม่มีความสุข ลูกอย่าไปฮึดฮัดหรือหงุดหงิดตัวเอง จะเอาระเบิดไประเบิดนิวรณ์ก็ไม่ได้ หรือจะไปกินก๋วยเตี๋ยวก็ไม่ได้ วิธีการ คือ **ต้องหยุด** ซึ่งตอนนี้มันเกือบจะมีความสุขอยู่แล้ว เหลืออีกนิดเดียว

ลูกอย่าท้อนะ เราทุ่มมาขนาดนี้แล้ว ให้ดีใจว่าเรามาอยู่ในจุดที่มีบุญมาก ได้โอกาสมาทำใจหยุดใจนิ่ง ให้โอกาสตัวเองมาศึกษาวิชชาธรรมกาย มนุษย์ในโลกมีตั้งมากมาย ยังไม่ได้โอกาสแบบนี้เลยนะลูก ให้ใช้วันเวลาที่ผ่านไปเพื่อทำใจหยุดใจนิ่ง เราทำลายเครื่องกั้นความเห็นได้ด้วย **“หยุด”** จะหยุดได้ก็ต้องทิ้งทุกอย่าง มันเป็นเรื่องเดิม ๆ วน ๆ บำเพ็ญตบะ **“ตัดใจนิ่ง”** ไม่ได้ไม่ยอม ไม่ได้ก็เอาให้ได้ ไม่ได้ต้องได้ ลูกอดทนฝึก อดทนสู้ ช่วงนี้เป็นช่วงที่ดีที่สุดในชีวิต ยังแข็งแรง สดชื่น ปลอดกังวล **“เข็มทิศลิขิตชีวิตของเรา คือ ขยันกับขี้เกียจ”** ก็มีอยู่ ๒ อย่างว่าเราจะขยันหรือขี้เกียจ

ให้ตอบประสบการณ์ภายในตามความเป็นจริง ตอบตรง ๆ ตามความเป็นจริง จะทำให้เราเข้าถึงธรรมะภายในได้อย่างง่าย ๆ ง่าย คือ เร็ว ไม่ต้องเสียเวลาหลวงพ่อไม่เคยอารมณ์เสีย มีแต่ให้โอกาส เพราะรู้ว่ายังฝึกอยู่ เดี๋ยวพอมันถูกส่วนลูกจะทำได้หมด แต่อย่าประมาท ฝึกทำทุกอิริยาบถทั้งนั่งนอนยืนเดิน นอกห้องในห้อง ทุกอิริยาบถ เราเข้ามาในนี้มารู้เป้าหมาย เราทิ้งทุกอย่างมาแล้ว ให้ทำให้ได้ ให้ฝึกซ้ำ ๆ ถ้าหนทางภายในเปิดมันจะง่าย ดิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ ให้นิ่งแน่นเข้าไปเรื่อย ๆ เห็นแจ้งเป็นอย่างนี้ รู้แจ้งเป็นอย่างนี้ รู้แจ้งเห็นจริงต้องนิ่งแน่นอย่างนี้ ลูกก็ดูไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ ทำแบบนี้นะลูกนะ


yuthavitcho 2554

จากนิ่งเน้น เป็นนิ่งแน่น

(นั่งสมาธิ) นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ ผ่อนคลาย นิ่งไปตรงกลางจะเข้ากลางไปเอง ซึ่งเราก็เข้ากลางกันได้อยู่แล้ว ผ่านดวง ผ่านกาย ก็ละเอียดแล้วระดับหนึ่งทีเดียว จะนิ่งแน่นได้ต้องปล่อยวางจริง ๆ จะเหยียบเรือสองแคมไม่ได้ จะข้ามไปอีกฝั่งต้องทิ้งอีกฝั่ง ลูกจะทำได้กันทั้งทีมเลย เพราะว่าลูกฝึกใจให้นิ่งได้ในระดับหนึ่งแล้ว แก้จากนิ่งเน้น...มาเป็นนิ่งแน่น แก้ตรงนี้ถึงจะทำได้ อีกนิดเดียวก็จะได้กันหมดแล้ว

นิ่ง ๆ จะหลุดจากกายหยาบไปเอง ปล่อยหลุดปล่อยพ้นก็มีหลายระดับ ทิ้งดิ่งผ่านองค์พระ ปล่อยเข้าไปเรื่อย ๆ ทำเฉย ๆ สบาย ๆ เดี๋ยวจะละเอียดเข้าไปเรื่อย ๆ ฝึกทำซ้ำ ๆ ใจนิ่งแน่น ปล่อยเข้าไปข้างในผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระ ไปถึงจุดที่ละเอียดสุด ถ้าตรงนี้ได้ก็ง่ายแล้ว **วัตถุประสงค์ คือ ทำให้นิ่งแน่น จะนิ่งแน่นต้องทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว**

ถ้าลูกนิ่งแน่นแล้วจะอยู่ที่เดิมไม่ได้ จะ ปึ๊บ! เข้าไปเลย ฝึก ณ จุดตรงนั้นเอาให้ได้ **อย่าไปกลัวจะเห็นธรรมะช้า เพราะไม่กลัวช้าจึงจะเห็นธรรมะได้ธรรมะเร็ว** ขอให้มีความเพียร ฝึกให้ถูกวิธี มันไม่ยาก ถ้ายากไม่ใช่ ต้องระดับที่นั่งแล้วมันไม่เมื่อย มันมีความสุข ต้องนั่งไปได้ถึงตรงนั้นนะลูก

ภาพภายในกับความสุขความสว่างมันจะมาพร้อม ๆ กัน ขาดอันใดอันหนึ่งไม่ได้ จะใส จะชัด จะสว่าง เห็นกว้างขวางยิ่ง ๆ ขึ้นไป ถ้าอารมณ์สบายลดลงใจมันจะคับแคบ ไม่มีความสุข

การดูภาพภายใน ให้ดูเหมือนไม่ได้ดู เดี๋ยวก็จะนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ ฝึกซ้ำ ๆ เส้นทางมีอยู่สายเดียว ถ้าไปไม่ถูกก็ให้มันรู้ไป เหลือแต่นิ่งอย่างเดียว เราจับหลักได้แล้วว่า **“หยุดเป็นตัวสำเร็จ”** ที่พระเดชพระคุณหลวงปู่ฯ ท่านสรุปเอาไว้ เรากำลังฝึกตรงนี้ เอาให้ได้ เราก็ฝึกให้กายเบาเท่ากับใจ ให้หลุดเข้าไปเลย ให้รู้แจ้งเห็นแจ้งแทงตลอด จะได้ง่าย ๆ สำคัญมากเลย ทำอย่างสบาย ๆ ดูภาพภายในไปเรื่อย ๆ ดูดวงธรรม ดูองค์พระ ทำได้ง่าย ๆ สังเกตได้ว่าปล่อยเข้าไปข้างในจะมีความชัดความใส ความสว่าง มาพร้อมกับความสะอาด ความบริสุทธิ์ที่เพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ

ทำเหมือนดูหนัง ดูไปจนจบเรื่อง ดูไปเรื่อย ๆ ดูเพลิน ๆ ดูไปเรื่อย ๆ โดยไม่ได้คิดอะไร เหมือนเราเข้าไปในโรงหนัง ดูไม่ได้คิดอะไร แต่ก็ซาบซึ้งไปเรื่อย ๆ ดูไปถึงจุดจบ ดูที่มี ให้ดูภายใน ดูให้สบาย ดูให้มันครบ ดูให้ชัดเจน ให้แจ่มแจ้ง ทุกดวงทุกกาย ทำซ้ำ ๆ เดี๋ยวการศึกษาเรียนรู้วิชชาธรรมกายก็จะง่าย ๆ เอาให้คล่อง ๆ เมื่อความละเอียดเรานิ่งแน่นมั่นคง จะเห็นและเข้าใจ เรากำลังฝึกตรงนี้อยู่ เหลือแต่หยุดนิ่งอย่างเดียว

ฝึกให้ได้ ถ้านิ่ง ๆ มันก็จะนิ่งแน่น นุ่มนวล มันหนีจากนี้ไม่ได้ ถ้านิ่งเน้นมันจะไปกดจิตไม่นิ่งแน่นนุ่มนวล นิ่งแน่นเข้าไปถึงจะซอฟท์ ๆ ละมุน จากของหยาบมาเป็นของละเอียด จากของแข็งเป็นแก๊ส กลั่นใจให้ละเอียด ฝึกตรงนี้ให้ได้นะลูก



ความสุขมาติดแต่ไม่ติดสุข

(นั่งสมาธิ) ปล่อยไปเลย ทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ให้ใสทั้งดวงธรรม ปล่อยไปเลย เข้าไปสู่ภายใน ดูเฉย ๆ อย่างสบาย ๆ ให้ใจเราใส ๆ เกลี้ยง ๆ ไม่มีสิ่งใดมาเหนี่ยวรั้ง ให้นิ่งในนิ่ง นิ่งในนิ่ง ปล่อยเข้าไปในกลางของกลางไปเรื่อย ๆ ไปอย่างนิ่งแน่น นุ่มนวล ทิ้งเข้าไปทั้งตัว ผ่านเข้าไปในกลางองค์พระ เข้าไปได้แล้วจะเร็วแรงเอง

ถ้าเรานิ่งความสุขจะมาติดเอง ความสุขจะมาหาเอง เราจะไปควานหาความสุขไม่ได้ ต้องนิ่งนะถึงจะสุข แล้วความสุขจะมาติดเอง แต่เราจะไม่ติดกับความสุข ความสุขจะไม่ติดเรา ถ้าเราไม่นิ่ง

นิ่งในนิ่ง ปล่อยเข้าไปในกลางของกลาง อย่างง่าย ๆ สบาย ๆ อย่าไปลุ้น เข้าแบบดัน ๆ ไม่ใช่ ถ้าติดกลางนิ่งแน่นจนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระ จะเข้าไปอย่างง่าย ๆ สบาย ๆ เร็วแรงเอง ปล่อยใจเข้าไปในกลางอย่างสบาย ๆ ก็จะเห็นภาพ อย่าไปลุ้น ให้นิ่งในนิ่ง อย่างสบาย ๆ ให้นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ ไม่ให้มีอะไรมากีดขวางได้เลย ให้ทะลุไปถึงจุดที่ไม่มีอะไรมากีดขวางได้

ทำใจนิ่ง ๆ อย่างสบาย ๆ นิ่งนุ่ม สบาย ใส ๆ มีความสุขตลอดทางสายกลางของเรา ต้องชัดเจน ใส สะอาด บริสุทธิ์ ทางสายกลางของเราต้องโล่ง กว้าง ใส สว่าง มีแต่ความสุข ความบริสุทธิ์ เราต้องครอบครองให้ได้ จนกระทั่งสามารถควบคุมกลางได้

ต้องนิ่งแน่นมาก ๆ ต้องนิ่งกว่านี้อีกเยอะ ตอนนี้ก็ทำกันมาได้ดีมากแล้ว แต่ยังต้องทำให้ดีกว่านี้อีกมาก ๆ ทำสบาย ๆ ใจนิ่ง ๆ ใจเย็น ๆ จะเห็นได้ ต้องไม่มีความคิดเลย ต้องเกลี้ยง ๆ ใจใส ๆ สะอาด บริสุทธิ์ ไม่ติดอะไรเลย

วางใจให้หยุดนิ่ง นุ่ม เบาสบาย ทำใจให้ใส ๆ เกลี้ยง ๆ ชัด ใส สว่าง มีความสุข ความบริสุทธิ์ ชัด ใส สว่าง เข้ากลางคล่องว่องไว ใจมีพลัง อย่าไปตั้งใจมาก นิ่ง ๆ สบาย ๆ รวมใจหยุดนิ่ง ๆ ในกลางของกลางองค์พระเข้าไปเรื่อย ๆ อย่างเบา ๆ สบาย ๆ ให้ใจใส ๆ เย็น ๆ นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ นิ่งให้สนิท ให้ซ้อนติดกลางองค์พระ ต้องนิ่งแน่นมาก ๆ จึงจะซ้อนติดกลางองค์พระท่านได้สนิท

ผ่านเข้าไปในกลางองค์พระ นิ่งแน่นจะเข้าไปอย่างเร็วแรง ไปทั้งตัว หากลูกยังนิ่งแน่นไม่พอ ยังเคลื่อนเข้าไปไม่ได้ ก็ให้เข้ากลางองค์พระของเราไปก่อน ทำใจให้ละเอียด ต้องชัด ใส สว่าง ทุกดวงธรรม ทุกกายภายใน และต้องมีความสุข ความบริสุทธิ์ เราหลุดเข้าไปทั้งตัวเลย เข้าไปเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับดวงธรรมกับองค์พระ จะทำได้ต้องเห็นดวงธรรม เห็นองค์พระก่อน ให้นิ่งแน่น นุ่มนวล มั่นคง

จะไปเห็นได้ต้องนิ่งแน่นมาก ๆ ละเอียดมาก ๆ จึงจะไปเห็นได้ ความละเอียดเท่านี้ยังไปไม่ได้ ต้องให้หายสงสัย อย่าไปกลัวว่าจะช้า หรือไม่ทันใจหลวงพ่อ หลวงพ่อไม่เคยคิดอย่างนั้น คิดแต่เพียงว่าอยากให้ลูกทุกคนได้หยุดให้สนิทจริง ๆ ละเอียด นิ่งแน่นจริง ๆ ให้หายสงสัย นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ จนใจนิ่งนุ่มนวล นิ่งกับนุ่มนวลจะมาคู่กัน จะนิ่งแน่นไปเรื่อย ๆ อย่าไปท้อ อย่าไปตั้งใจมาก ให้มีความเพียร หลวงพ่ออยากจะเข้ามานั่งกับลูกในนี้ แต่ภารกิจมันเยอะ ลูก ๆ มีบุญมาอยู่ตรงนี้ ได้โอกาสแล้วทำให้เต็มที่ อย่าไปท้อนะลูก



ชีวิตคือการเข้ากลาง

(นั่งสมาธิ) นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ ใจเกลี้ยง ๆ จิตบริสุทธิ์ไม่ติดอะไรเลย วางใจอย่างสบาย ๆ อย่าไปกังวล อย่าไปตั้งใจมาก เอาใจใส่ ขวนขวาย อย่าประมาทในการฝึกฝนตัวของเรา ฝึกไปเรื่อย ๆ นิ่งในนิ่ง ใจเกลี้ยง ๆ ความคิดจะเข้ามาไม่ได้ แทรกไม่ได้ นิ่งแน่น มีแต่กลางอย่างเดียว **ชีวิตคือการเข้ากลาง** ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระ นิ่งในนิ่งเข้าไปอย่างสบาย ๆ

ถ้าเรานิ่งแน่นผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระ กายเบาใจเบา นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ ไปถึงจุดที่ละเอียด ทำง่าย ๆ สบาย ๆ พอจับจุดตรงนี้ก็ประคองไปเรื่อย ๆ เป็นไปตามมิเตอร์วัดความสุข ความบริสุทธิ์ ดูนิ่ง ๆ ดูเฉย ๆ ถ้าดูเฉย ๆ ก็จะเข้าไปได้เรื่อย ๆ เห็นไปได้เรื่อย ๆ เห็นตามภาพที่เห็น เห็นกายภายใน และก็มองตามภาพที่เห็น เหมือนเราดูหนัง ตามดู ติดตามดูไปเรื่อย ๆ มีอะไรให้ดูก็ดูไป ทั้งในรอบนอกรอบ

พอใจนิ่ง ๆ ตรงกลางก็ไม่มีความฟุ้ง เพราะเราไม่ได้ไปสนใจเลย ใจติดอยู่กับดวงธรรมกับความสุข ถ้าฟุ้งใจจะติดเรื่องที่ไม่เป็นประโยชน์ พอใจหลุดจากสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ก็จะมาสู่สิ่งที่เป็นประโยชน์ พอใจติดสิ่งที่เป็นประโยชน์ ก็จะนิ่งแน่นเข้าไปเรื่อย ๆ ความฟุ้งก็ไม่มี เพราะรู้ว่าเป็นสิ่งที่ไม่มีประโยชน์ พอหลุดจากฟุ้งก็ติดสิ่งที่มีประโยชน์ ติดดวงธรรม ติดองค์พระภายใน ฝึกติดเข้าไปอีก นิ่งแน่นจนกระทั่งแน่นในแน่น แน่นในแน่น แน่นแล้วแน่นอีก ดูไปตรงจุดที่นิ่งแน่น ดูเฉย ๆ แล้วจะเดินทางไปถึงจุดหมายได้

ตอนนี้เรามาถึงขั้นตอนง่าย ๆ ง่ายยิ่งขึ้น แน่นในแน่น แน่นแล้วแน่นอีก ความชัด ความใส สว่างเพิ่มขึ้น จะเห็นได้กว้างขวาง มีความสุข ความสบาย ความบริสุทธิ์ ใจมีพลัง แน่น แน่นเข้าไปเรื่อย ๆ ใจจะแทงตลอดได้ต้องไม่ติดอะไรเลย นิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ โมเลกุลหนาแน่น ต้องแน่นในแน่น **จะแน่นในแน่นได้...ก็ต้องนิ่งในนิ่ง** นิ่งในนิ่งได้...ก็ต้องทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว

ชาวโลกเขาไปติดในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ลูกต้องไปติดสิ่งที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งยวด ตอนนี้หมดเวลาสำหรับความหยาบแล้วนะ ถึงเวลาต้องละเอียดกันแล้ว อย่าไปติดกะโหลกกะลาอะไร ยังแข็งแรงกันอยู่ต้องขวนขวายกัน พอใจหลุดจากเรื่องหยาบ ๆ เข้าไปสู่ภายใน จะเห็นดวงธรรม เห็นองค์พระ และก็หลุดออกเข้าไปเป็นชั้น ๆ จิตบริสุทธิ์ ใจใสสว่างหนักเข้าไปเรื่อย ๆ

พอนิ่งดีแล้วให้ผ่านเข้ากลางองค์พระที่ละเอียดไปอย่างสบาย ๆ มีความสุข ความบริสุทธิ์เพิ่มขึ้น ติดกลางเข้าไปเรื่อย ๆ แน่นในแน่น แน่นหนักเข้าไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ ให้ดูอย่างสบาย ๆ ให้บริสุทธิ์ ให้ใส นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ เข้าไปอย่างสบาย ๆ

หลวงพ่อไม่ชอบคิดอย่างอื่น ชอบเห็นองค์พระ ปล่อยใจเข้าไปในกลางองค์พระ หลวงพ่อว่าดีกว่าปล่อยใจเลื่อนลอย ไม่เกิดประโยชน์อะไร เอาใจมาติดข้างใน ถ้าหัวใจเราตรงกันก็ง่ายแล้ว จะได้พูดเหมือนกัน ทำเหมือนกัน

ลูกต้องขวนขวาย หลวงพ่อจัดสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสม หมู่คณะให้โอกาสมาแล้ว รับงานหยาบแทนเรา ลูกก็ต้องขวนขวาย สักวันหนึ่งพอถึงจุดหนึ่งที่ทุกอย่างเสร็จก็ต้องมารวมกัน เราจะได้เกื้อกูลกัน ให้สมกับที่เขาได้ให้โอกาสเราเข้ามาปฏิบัติธรรมอย่างเต็มที่ ถึงคราวผู้มาภายหลัง ที่จิตเขาเพิ่งพรากจากงานหยาบมาซึ่งเราผ่านตรงนั้นมาแล้ว เราจะได้เกื้อกูลซึ่งกันและกัน จะได้ยกกันไปเป็นทีมเลย ใจเกลี้ยงกันทั้งทีมเลย ไปกันเป็นทีม


2555

ต้องนิ่งจึงเร็วแรง

(นั่งสมาธิ) นิ่งในนิ่ง ให้นิ่งแน่นในระดับที่เราสามารถถ่ายทอดออกมาเป็นภาษาประสบการณ์ได้ นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระ ก็เหมือนเรานั่งรถผ่าน ดูทิวทัศน์ ผ่านเข้าไปเส้นทางสายกลางทางเอกสายเดียวในแนวดิ่งจนถึงที่สุดแห่งธรรม เราจะเห็นว่าจะไปลุ้น ไปเร่ง ไปเพ่ง ไปจ้องไม่ได้เลย

หยุดนิ่งในกลางองค์พระอย่างสบาย ๆ องค์ไหนก็ได้ที่ชัดที่สุด ใสที่สุด สบายที่สุด ง่ายที่สุดเข้าไปก่อนอย่างสบาย ๆ นิ่งในนิ่งเข้าไปในกลางองค์พระที่ชัดที่สุดดิ่งเข้าไปเลย อย่างสบาย ๆ ข้างในไม่เหมือนข้างนอก เขาขับรถต้องเร่งจึงจะเร็ว แต่เราต้องนิ่งจึงจะเร็วแรงเอง

นิ่งเข้าไปอย่างสบาย ๆ เข้ากลางองค์พระไปเรื่อย ๆ ต้องสบาย ๆ นะลูก จำไว้คำนี้ **“ต้องนิ่ง ต้องสบาย”** อย่าให้มีลุ้น อย่าลุ้นนะลูก ไม่ต้องกลัวไม่ทันคนอื่น เราได้แค่ไหนเอาแค่นั้นไปก่อน เดี๋ยวจะดี แค่นิ่ง ๆ สบาย ๆ เดี๋ยวก็ทันกัน มีให้เราดูแค่ไหนก็ดูไปอย่างสบาย ๆ **ต้องนิ่งจึงจะเร็วแรง**

ผ่านเข้ากลางองค์พระในองค์พระไปเรื่อย ๆ ให้นิ่งกว่านี้อีก จึงจะเร็วแรง ดูไปอย่างสบาย ๆ แล้วจะดีขึ้นไปเรื่อย ๆ เพราะเราเป็นผู้ฝึกอยู่ จำไว้นะลูก แค่นิ่ง ๆ เท่านั้น ต้องสบาย ๆ แล้วจะดีขึ้นเรื่อย ๆ คล่องขึ้นเรื่อย ๆ อะไรมันจะสู้ความเพียรของเราได้ ถ้าเราตั้งใจฝึกจริง ๆ เดี๋ยวก็คล่องเอง สมมุติเราไปต่อไม่ได้ เราก็ฝึกตรงที่ทำได้ไปก่อน อย่าไปฝืน อย่าไปกังวล ให้มีความสุข

ทำใจสบาย ๆ หยุดนิ่งในจุดที่เราสบาย มีความสุข ละเอียดตรงไหน เอาใจไปที่ตรงนั้น ดวงธรรม องค์พระ เข้ากลางดวงธรรม กลางองค์พระ ทุกอย่างราบรื่นเป็นไปด้วยดี ปล่อยเข้ากลางอย่างสบาย ๆ ให้มีความสุข ไม่ต้องกังวล นิ่งในนิ่งในกลางองค์พระ นิ่งในนิ่ง อย่างง่าย ๆ สบาย ๆ ทำซ้ำ ๆ กำลังจะดีขึ้นไปเรื่อย ๆ ถ้าองค์พระยังไม่ชัด ให้ทำองค์พระให้ชัดใสยิ่งกว่าลืมตาเห็นก่อน เอาตรงนี้ให้ได้ก่อน ไม่ช้าหรอก นิ่ง ๆ เข้าไว้ นิ่งอย่างสบาย ๆ นะลูก

เข้าไปในกลางจะมีกลางใหม่ไปเรื่อย ๆ ไม่ซ้ำที่ ไม่ซ้ำกลาง จะละเอียดเพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ

ที่ผ่านมาไม่ใช่เราไม่ก้าวหน้า เราก้าวหน้าเข้าไปเรื่อย ๆ เราชำนาญไปเรื่อย ๆ วิชชาธรรมกายเรียนด้วยความมั่นใจแล้วต้องหายสงสัย นโยบายของเราเอาทุกคนกลับไปได้หมดทั้งทีม ตอนนี้ทั้งองค์กรเขาทำงานหยาบแทนเรา เขาให้โอกาสเรามาทำละเอียดก่อน พอถึงเวลานั้นเขามาทำละเอียด ถึงวาระตอบแทนเขาบ้าง เขาหยาบมา เราละเอียดกว่าก็เป็นพี่เลี้ยงให้เขา เพราะทุกคนก็ทิ้งชีวิตมาเหมือนกัน

ลูกเป็นผู้มีบุญมาก ได้เสนาสนะที่เป็นสัปปายะ สะดวกสบายทุกอย่างเลย ลูกก็ต้องใช้วันเวลาอันมีค่าฝึกหยุดฝึกนิ่งให้ละเอียดขึ้นไปเรื่อย ๆ เราอยู่ในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อ ให้รักษาให้ดี อย่าให้หลุดเลยนะ อย่าประมาท ทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง และประคองความละเอียด

ให้ลูกคลายความผูกพันในคน สัตว์ สิ่งของ พอถูกส่วนจะเข้าไปสู่ภายใน ต้องมีความบริสุทธิ์ถึงจะเข้าไปได้ ไม่บริสุทธิ์ก็เพราะยังมีนิวรณ์ ๕ อยู่ ถ้ายังมีนิวรณ์ ๕ ก็เข้าไปไม่ได้ ถ้ามีบางตัวก็เข้าไปได้บ้างไม่ได้บ้าง ถ้าทิ้งทุกอย่างก็จะเข้าไปได้อย่างเร็วแรง ใจจะบริสุทธิ์เพิ่มขึ้น สุขเพิ่มขึ้น ให้ดูว่าเราบริสุทธิ์ระดับไหน ฝึกมาขนาดนี้แล้ว อย่าท้อนะลูก ทำให้ได้นะลูกนะ



นิ่งแน่นสมบูรณ์จึงจะได้ตามสูตร

(นั่งสมาธิ) นิ่งในนิ่ง นิ่งในนิ่ง ทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ผ่านดวงธรรม ผ่านกายภายในเข้าไปเลย ทำซ้ำ ๆ ๆ หลวงพ่อก็รอคอยวันที่ลูก ๆ มีความละเอียดไล่เลี่ยกัน จะเป็นวันที่เข้าสมรภูมิภายในกันจริง ๆ ลูกต้องตั้งใจฝึกฝน เราทำแทนกันไม่ได้ ต้องทำด้วยตัวของเราเอง

ลูกอยู่ในที่ที่สบาย สัปปายะ เหมาะสมในการที่จะศึกษาวิชชาธรรมกาย เพราะฉะนั้น ลูกต้องขวนขวายเอาใจใส่ จดจ่อ เพื่อที่จะเป็นนักรบแห่งกองทัพธรรม

ฝึกหนักอย่างถูกหลักวิชชา นิ่ง ๆ สบาย ๆ ยิ่งนิ่งเหมือนก้อนหินยิ่งสบายมาก ตั้งใจมากไม่ได้ ต้องสบาย ไม่ไปกด เค้น เน้น หรือดันให้เห็นภาพชัด เราต้องชนะให้ได้ ฟังเรามาก็ผ่านมาแล้ว เหลือตรงนี้ต้องชนะให้ได้ ต้องสบาย มีความสุข มันถึงจะได้ ให้เจริญอิทธิบาท ๔ โดยสมัครใจ แล้วการฝึกหนัก การสังเกต มันถึงจะตามมาเอง ระหว่างที่หลวงพ่อไม่มานั่งธรรมะด้วย ก็ให้ฝึกทั้งในรอบนอกรอบ พรรษานี้นะลูกต้องให้ละเอียด ๆ ฝึกซ้ำ ๆ ๆ ให้ได้ ฝึกควบคู่กันไป

ถ้าละเอียดจริง ๆ มันจะไม่เบื่อไม่ท้อ มันจะไม่คิดอยากไปไหนเลย ไม่อยากเด่นอยากดัง ไม่อยากไปทำอะไรแบบที่ชาวโลกเขาทำกัน ไม่สนใจในเรื่องอื่น ใจมุ่งแต่อยากจะอยู่ที่นี่ ไม่อยากไปไหนเลย อยากจะมุ่งสู่ภายในอย่างเดียว มุ่งที่จะทำให้ชัด ให้ใส ให้สว่าง ใจไม่ติดอะไรเลยเป็นปกติ ถ้าได้อารมณ์นี้แสดงว่าเราพร้อมแล้วที่จะศึกษาวิชชาธรรมกาย อารมณ์นี้จะมาพร้อมกับความสุข บริสุทธิ์ ชัด ใส สว่าง นิ่งแน่น นุ่มนวล ตรงนี้เป็นมิเตอร์วัด

ลูกต้องจดจ่อเรื่องนี้เป็นหลักเลย ให้ทำตลอดเวลา หยุดกับนิ่งให้ดี ๆ อย่าเข้ากลางแบบแหวก ๆ ดัน ๆ ยังไม่ใช่ ต้องนิ่ง นิ่งอย่างเดียว นิ่งอย่างมีความสุข ความบริสุทธิ์ ถ้าความสุขไม่มีก็ไม่ใช่

มันต้องได้ตามสูตรที่หลวงพ่อบอก คือ มีความสุข ความบริสุทธิ์ ชัด ใส สว่าง เข้ากลางคล่อง ต้องได้ให้ครบถ้วนแบบนี้ ลูกต้องฝึกตรงนี้ให้ได้ ทั้งหมดนี้ขึ้นอยู่กับหยุดกับนิ่ง เป็นเครื่องวัดว่าเราหยุดนิ่งแน่นได้สมบูรณ์ไหม

ทำให้นิ่ง ๆ ให้ใจละเอียดก่อน เข้าไปในกลางนิ่ง ๆ ปล่อยใจเข้ากลางไปในกลางองค์พระธรรมกาย กลางของกลางไปเลย อย่าไปลุ้น จะได้ปล่อยหลุดปล่อยพ้น ทิ้งดิ่งเข้าไปในกลางองค์พระ ให้นิ่ง อย่ากดดัน ไม่เกิดประโยชน์ นิ่ง ๆ จะเร็วแรงเอง ทำใจให้ถูกหลักวิชชา ให้นิ่งแน่น ถ้านิ่งแน่นจะได้หมด ชัด ใส สว่าง ความสุข ความบริสุทธิ์ จะเพิ่มมากขึ้น ภาพจะเกิดขึ้นเอง ให้หยุดนิ่งไปเรื่อย ๆ แล้วจะเป็นไปเอง ถ้านิ่งแน่นมากกว่านี้ จะไปถึงจุดที่เร็วแรงมากกว่านี้ เป็นจุดที่ทำวิชชาได้

ถ้าทำไม่ได้ให้กลับไปทำจุดที่เราทำได้ง่ายก่อน เหลาใจก่อน พอใส สว่างแล้วเข้าไปใหม่ ให้ทำให้ได้ตลอดเวลา ให้จดจ่อ ต้องละเอียดทุกอิริยาบถ อย่าส่งใจไปที่ไหน อย่าไปลุ้น อย่าไปกดดัน ทำใจหยุดให้นิ่งแน่น ให้ถูกหลักวิชชา จะชัด ใส สว่าง มีความสุข ความบริสุทธิ์ เพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ตั้งใจฝึกนะลูกนะ เดี๋ยวจะได้กันทุกคน



ทิ้งฝั่งฟุ้งซ่าน ไปฝั่งนิ่งแน่น

(นั่งสมาธิ) หลับตานิ่ง ๆ เบา ๆ สบาย ๆ ต้องใจเย็น ๆ อย่าใจร้อน ให้ใจมุ่งมั่น มีมโนปณิธานรักในการศึกษาวิชชาธรรมกาย ใจต้องนิ่งแน่น จะนิ่งแน่นได้ใจต้องไม่ติดอะไรเลย ต้องปล่อยวางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียวจริง ๆ

ถามตัวเราเองว่า **“อยากศึกษาวิชชาธรรมกายจริงไหม”** สำคัญนะลูก **“อยากจริงไหม”** เหมือนนั่งเรือข้ามฝั่งต้องทิ้งอีกฝั่งหนึ่ง เพื่อข้ามไปอีกฝั่ง **“ทิ้งฝั่งฟุ้งซ่าน ไปฝั่งนิ่งแน่น”** มันมีทางเลือกทางเดียว ทางเอกสายเดียว ถ้าจะเรียนวิชชาธรรมกาย ต้องเรียนอย่างนี้

หยุดนิ่งไปอย่างสบาย ๆ ผ่านดวง ผ่านองค์พระ นิ่งไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ คือ ถ้าใจนิ่งหยุดสนิท ลูกจะไม่อยากไปไหนเลย อยากจะอยู่แต่กับภาพภายใน อยู่กับดวง องค์พระ จะมีความสุขหล่อเลี้ยงใจเป็นเครื่องตอบแทนอยู่ตลอดเวลา ถ้ายังอยากไปไหน อยากไปโน่นไปนี่ แสดงว่าใจมันยังไม่นิ่ง ยังเข้าไม่ถึงความสุขจากสมาธิ ลูกต้องมุ่งมั่น ตั้งใจฝึกฝนไปนะลูก

ตอนนี้ทำมาได้ตั้งเยอะแล้ว เหลือฝึกฝน ถ้านิ่งได้จะทำอะไรก็ได้ เหลือแต่ทำให้นิ่งเพิ่มขึ้น ๆ ถ้านิ่งแน่นมันก็ได้ตามสูตร ไม่นิ่งก็ไม่ได้ ถ้านิ่งหยุดสนิทสมบูรณ์จึงจะศึกษาวิชชาธรรมกายได้ ถ้าไปลุ้นแล้วใจจะหลุดออกมาจากภายใน ความสุขมันจะลดลง เราไม่ได้ไปนั่งแข่งกับใคร เราทำเพื่อตัวของเราเอง ฝึกให้มีความสุข ความเบิกบาน ปีติใจทุกอนุวินาที เดี๋ยวจะไปถึงจุดนั้นได้อย่างสบาย เหลือแต่เพียงปรับใจให้ถูกส่วน เดี๋ยวลูกก็จะทำได้ ลูกลองปรับและสังเกตดู

ขอให้นิ่งตามสูตรจริง ๆ ใจจะมีความสุข แล้วใจจะไม่อยากไปไหน อยากอยู่กับภาพภายใน อยู่กับดวง อยู่กับองค์พระ ใจจะไม่ไปติดเรื่องราวต่าง ๆ ภายนอกเลย เมื่อใจมีความสุขก็อยากจะอยู่แต่ภายใน จะสุขได้ใจต้องอยู่ที่ตำแหน่งแห่งความสุข ไม่ได้อยู่ที่ตำแหน่งแห่งความทุกข์ เรื่องราวภายนอกมีแต่ความทุกข์ ลูกต้องฝึกทำตามสูตร ผิดจากนี้ไม่ได้ ฝึกให้นิ่งแน่น นุ่มนวล มีความสุข ความบริสุทธิ์ เราต้องฝึกให้แจ่มแจ้ง หายสงสัยได้ด้วยตัวของเราเอง จะทำได้ต้อง **“ทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ไม่ได้ไม่ได้ ไม่ได้ก็ฝึกเอาให้ได้ ไม่ได้ไม่มี ไม่มีไม่ได้ ไม่ได้ก็ต้องเอาให้ได้ ต้องได้ต้องดี และต้องดีกว่าดีที่สุด”**

ถ้าลูกนิ่งได้สนิทสมบูรณ์ อะไร ๆ ก็สามารถทำได้ เป็นเรื่องเล็ก ๆ ลูกฝึกไปเรื่อย ๆ มันสู้ความเพียรของเราไม่ได้หรอก ลูกต้องขวนขวายทำให้ถูกหลักวิชชา ถ้าได้ทำก็ทำได้ แล้วก็จะได้กันทั้งหมดเลย ฝึกนิ่ง ๆ เบา ๆ สบาย ๆ ฝึกไปเรื่อย ๆ เดี๋ยวก็จะดีขึ้นมาเอง ทำง่าย ๆ นะลูกนะ



จับหลักให้ได้...แค่นิ่งอย่างเดียว

(นั่งสมาธิ) เราก็ปล่อยไปเลยอย่างสบาย ๆ นิ่ง นุ่ม เบา สบาย ผ่อนคลาย เรามาถึงจุดที่นิ่งแล้ว ตอนนี้ภายในมันจะกลวง ปล่อยไปอย่างสบาย ๆ นิ่ง ๆ นิ่ง นุ่ม เบา สบาย ศูนย์กลางกายขยายออกไปกว้าง ๆ ต้องหยุดนิ่งอย่างมีความสุข อย่างสบาย ๆ ดูสบาย ๆ เหมือนดูต้นไม้ใบหญ้า จักขุ ญาณ ปัญญา วิชชา แสงสว่างก็จะเกิด ถ้าภาษาชาวบ้านก็หยุด นิ่ง เฉย สุข หยุดนิ่ง นิ่งในนิ่ง นิ่งในนิ่งให้สนิท นิ่งแน่นจึงจะเห็นชัดเจนทุกขั้นตอน มีความสุข ความบริสุทธิ์ ตามสูตร

รวมใจหยุดนิ่ง นิ่งในนิ่ง เข้าไปอย่างสบาย ๆ นิ่งในนิ่ง นิ่งในนิ่ง อย่างสบาย ๆ ถ้ามีความสุขจะนิ่งแน่น เราทำตัวเราให้มีเสน่ห์จนกระทั่งความสุขมาติดเรา ซึ่งจะทำได้ด้วยการนิ่งอย่างเดียว ผิดจากนี้ไม่ได้ ถ้าเรานิ่งแน่นจริง ความสุขจะมาติดเราเอง ถ้าเรายังไม่นิ่งแน่นจริง หรือเราพยายามที่จะนิ่งแน่นก็จะไม่มีความสุข จะติด ๆ หลุด ๆ คือ เราพยายามไปติดความสุข แต่ถ้าเราเล่นตัวหน่อย จะถูกส่วนและความสุขจะมาติดเราเอง แล้วจะมาอีกเยอะ ๆ ความสุขมา ดวงธรรมมา องค์พระมามาเยอะเลย

ถ้าจับหลักได้ก็จะง่าย แค่นิ่งอย่างเดียว ความสุขมา ความบริสุทธิ์มา องค์พระมา นิ่งอย่างสบาย ๆ หยุดนิ่งอย่างสบาย ๆ นิ่งในนิ่งเข้าไปในกลางอย่างสบาย ๆ นิ่งจึงจะเห็นชัด เพราะวิชชาธรรมกายเรียนด้วยภาพ ต้องนิ่งในนิ่งอย่างเดียว จึงจะเห็นและศึกษาวิชชาธรรมกายได้

ให้ลูกหยุดนิ่งไปถึงจุดที่ละเอียดที่สุดของเราเองอย่างสบาย ๆ ปล่อยหลุดปล่อยพ้นไปเลย ไม่ให้มีอะไรเหนี่ยวรั้งเลย ใจเราจะได้ละเอียด ให้ปล่อยหลุดปล่อยพ้นไปถึงผู้มีอานุภาพภายใน จนกระทั่งท่านผู้รู้ภายในท่านยอมรับและส่งต่อ ๆ กันไป ให้เราได้ไปรู้ไปเห็น และทำภารกิจสำคัญให้สำเร็จได้ ถ้าใจนิ่งแน่นก็จะนุ่มนวลละเอียดเข้าไปเรื่อย ๆ ให้ใจนุ่มนวลเบาสบายก็จะเข้าไปได้เองอย่างง่าย ๆ

ให้ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระเข้าไปอย่างสบาย ๆ ใครละเอียดแล้วจะไปต่อเลย ไม่ไปไม่ได้ ให้ติดกลางองค์พระไปอย่างสบาย ๆ ต้องหยุดให้นิ่งแน่น ต้องนิ่งให้หายสงสัยในทุก ๆ ประสบการณ์ภายใน ต้องเป็นจริง ๆ ในทุกดวงธรรม ในทุกกายภายใน ต้องนิ่งแน่นให้สมบูรณ์ ต้องให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระจริง ๆ ให้หายสงสัย นิ่งในนิ่ง นิ่งในนิ่ง เข้าไปเรื่อย ๆ จนใจนิ่งนุ่มนวล นิ่งกับนุ่มนวลจะมาคู่กัน จะนิ่งแน่นไปเรื่อย ๆ

การเรียนวิชชาธรรมกาย ต้องให้รู้แจ้ง เห็นแจ้ง แจ่มแจ้งทุกขั้นตอน ให้หายสงสัย ซึ่งต้องอาศัยใจที่หยุดนิ่งเข้าไปสู่ภายในอย่างเดียว ต้องทิ้งกายหยาบ ปล่อยหลุดปล่อยพ้นเข้าไปสู่ภายใน กลางของกลาง ความรู้และการเห็นจะได้กว้างไกลถูกต้อง แม่นยำ หากหยุดนิ่งไม่สนิท การเห็นก็ไม่ชัดเจน คำตอบออกมาก็เป็นเพียงการสันนิษฐานวิทยา ลูกยังสดชื่น ยังแข็งแรงกันอยู่นะ ต้องหยุดนิ่งให้สนิทให้สมบูรณ์ให้ได้ วันนี้ไม่ได้ไม่เป็นไร วันพรุ่งนี้เอาใหม่ เรานิ่ง ๆ เฉย ๆ เดี๋ยวก็ถูกดูดเข้าไปเอง จะเร็วแรงไปเอง

ลูกต้องหมั่นสอนตัวเองให้ได้ เพราะหลวงพ่อไม่มีเวลามาสอนบ่อย ๆ คนอื่นสอนก็ได้แค่ระดับหนึ่ง เราต้องสอนตัวเองให้ได้ อะไรจะดีไปกว่าที่เราจะสอนตัวเองได้ ลูกจะได้ช่วยเหลือตัวเองได้ เป็นอยู่ได้ด้วยตัวเอง อย่าไปกลัวว่าจะเข้าถึงธรรมะช้า หลวงพ่อไม่เคยคิดอย่างนั้น คิดแต่เพียงว่าอยากให้ลูกทุกคนได้หยุดให้สนิทจริง ๆ ละเอียด นิ่งแน่นจริง ๆ ให้หายสงสัยด้วยตัวของเราเองนะลูก แล้วลูกจะปลื้มปีติในตัวของเราเอง ตั้งใจฝึกนะลูกนะ



การนิ่งกับการเห็นจะไปคู่กัน

(นั่งสมาธิ) ให้เรานิ่งในนิ่ง ให้เห็นชัดทุกดวงธรรม ทุกองค์พระ ผ่านเข้าไปอย่างช้า ๆ ชัด ๆ ไม่ต้องรีบ นิ่งในนิ่งเข้าไป ให้มีความสุข ความบริสุทธิ์ ทุกขั้นตอนอย่างช้า ๆ ชัด ๆ ทุกดวงธรรม ทุกองค์พระ ให้ใส ๆ เอาให้ได้ตามสูตร ชัด ใส สว่าง มีความสุข ความบริสุทธิ์ ทุกขั้นตอนไปสู่จุดที่ดีที่สุดของเราที่เคยทำได้

นิ่ง ๆ เข้าไปเรื่อย ๆ องค์พระในองค์พระเข้าไปเรื่อย ๆ ฝึกให้เป็นไปเอง ฝึกตรงนี้ เดี๋ยวก็ดีขึ้นเอง เดี๋ยวก็ได้

ทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ทำกายหยาบของเราให้เหมือนเป็นทางผ่านขององค์พระอย่างสบาย ๆ นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ ใจเย็น ๆ สังเกตความสุข ความบริสุทธิ์จะเพิ่มขึ้น ทิ้งทุกอย่าง ไม่ให้มีอะไรเหนี่ยวรั้ง ซ้อนทุก ๆ องค์พระเข้าไปเรื่อย ๆ ที่ยังไม่ตั้งมั่นเพราะยังเข้าไม่ถึงความสุข ยังไม่ได้ความสุขจากสมาธิ ถ้าเข้าถึงความสุข มันจะอยากสุขยิ่ง ๆ ขึ้นไป ถ้ามีความสุขจริง ๆ จะไม่หลุด จะไม่มีลุ้น เร่ง เพ่ง จ้อง ที่ตั้งมั่นก็จะตั้งมั่นยิ่ง ๆ ขึ้นไป สำคัญคือ ต้องง่าย ต้องสบาย ไม่ง่าย ไม่สบาย ไม่ใช่

ลูกอย่าไปติดกะโหลกกะลาภายนอก มันสู้ภายในไม่ได้หรอก ภายในดีกว่าเยอะ ถ้าทิ้งทุกอย่างได้จริง จะหลุดจากกายหยาบ ลืมกายหยาบเข้าไปสู่กายภายใน ลูกต้องสังเกต ต้องไม่ติดอะไรเลย ก็จะทิ้งดิ่งเข้าสู่ทางสายกลางภายใน ยิ่งนิ่งแน่น ยิ่งเร็วแรง มีพลัง มีพลังอยู่ภายใน

ต้องให้ได้ตามสูตร ต้องมีความสุขด้วย บริสุทธิ์ ชัด ใส สว่าง รวมใจของเรา นิ่งในนิ่ง นิ่งในนิ่ง เข้าไปสู่ภายในอย่างสบาย ๆ ให้มีความสุข ความบริสุทธิ์ ชัด ใส สว่าง จะนิ่งแน่นได้อย่างสมบูรณ์ ต้องวางทุกสิ่ง ทิ้งทุกอย่าง นิ่งอย่างเดียว ต้องไม่ติดอะไรเลยจริง ๆ การนิ่งต้องนิ่งไปเรื่อย ๆ จะมีนิ่งกว่านิ่งเข้าไปอีก การเห็นจึงจะชัดเจน แจ่มแจ้ง การนิ่งกับการเห็นจะไปคู่กัน ความสุข ความบริสุทธิ์ ชัด ใส สว่าง จะเกิดขึ้นพร้อม ๆ กัน

เรียนวิชชาธรรมกายต้องเรียนด้วยพระธรรมกาย พระธรรมกายท่านมีปกตินิ่ง ท่านนิ่งอย่างไร เราก็ต้องนิ่งอย่างนั้น เราก็ฝึกหยุดฝึกนิ่งให้ตลอด ให้อายตนะตรงกับพระธรรมกาย พออายตนะตรงกันก็จะถูกดูดเข้าหาพระธรรมกาย เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับท่าน

ต้องเห็นภาพภายในเท่านั้น จะเห็นได้ต้องเกิดจากหยุด นิ่ง เฉย ๆ จนกระทั่งนิ่งแน่นอย่างสมบูรณ์ ความสุข นิ่ง เฉย รู้แจ้ง บริสุทธิ์ ชัด ใส สว่าง ต้องเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ให้ค่อย ๆ ฝึกไป ใครยังไม่ได้ก็เอาเท่าที่ได้ไปก่อน ฝึกตรงนี้ไปก่อน เดี๋ยวจะดีขึ้นเรื่อย ๆ

ปล่อยใจให้หลุดเข้าไปข้างใน แล้วจะเคลื่อนไปทั้งตัวอย่างเร็วแรง เป็นไปเอง ให้ช่วยกันทุกคน ทั้งหมดก็ขึ้นอยู่กับหยุดกับนิ่ง การหยุดใจจะทำให้สำเร็จหมดทั้งทางโลกและทางธรรม ถ้าไม่ติดอะไรเลย จะเข้าไปข้างในทั้งหมดทุกรูปนี่แหละ จะเป็นอย่างที่พูดมาทั้งหมดนี่แหละ ปรับทุกอย่างให้สบาย ๆ ต้องง่าย ต้องสบาย ไม่อย่างนั้นจะหยุดยาก ถ้าเผลอตั้งใจมาก ก็ให้ปรือตาขึ้นมานิดหนึ่ง พรรษานี้ต้องนิ่งแน่นให้ได้นะ อย่าเอาใจไปไว้ที่อื่นนะลูก



เรียบง่าย ใส เย็น

(นั่งสมาธิ) หลับตา ปรับให้สบาย ๆ นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ ต้องเรียบง่าย ชาวโลกเขาไม่เข้าใจกัน ใช้ชีวิตฟุ้งเฟ้อ ของเราต้องเรียบง่าย ใส ๆ เย็น ๆ แบบเด็ก ๆ ดูดวงใส ๆ องค์พระใส ๆ ต้องสบาย นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ ผ่อนคลาย ดูดวงใส ๆ องค์พระใส ๆ ให้ใจนุ่มนวล อย่างช้า ๆ ชัด ๆ ความรู้สึกขยาย แสงสว่างขยาย องค์พระขยาย ปล่อยเข้าไปในกลางอย่างสบาย ๆ ให้มันเป็นไปอย่างที่ประสบการณ์มันจะเป็น

ถ้าหยุดนิ่งได้สมบูรณ์จะมีความสุข สบาย ๑๐๐ % คือ สุข สบาย วิ้ดตัวหาย เข้าไปเห็นดวงธรรม สบายเพิ่มขึ้น เรานึกว่าสุขแล้ว แต่ยังมีดีกว่านั้นอีก เป็นความสุขอีกระดับที่มีแต่เรากับดวงธรรม องค์พระ หยุดนิ่งได้สมบูรณ์ไปเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับความบริสุทธิ์ภายใน การเห็นก็กว้างขวาง ไกล ลึก รอบ ถ้ายังเห็นไม่รอบแสดงว่ายังไม่บริบูรณ์ **ไม่ใช่เราไม่เห็น เรา “เห็น” แต่ยังไม่เห็นแบบบริบูรณ์**

จับอารมณ์สบายให้ได้ตลอดทั้งวัน เหลาใจดูองค์พระเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ ดูองค์พระในองค์พระ ให้เห็นให้ชัด ใส สว่าง ต้องเห็นชัดให้ได้ทุกองค์พระ ให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับดวงธรรม กับองค์พระ ทำนิ่ง ๆ อะไรก็ง่าย ๆ องค์พระในองค์พระ ให้เป็นทุก ๆ องค์พระเลย ต้องมีความสุข อยู่ที่การฝึกซ้ำ ๆ ๆ เดี๋ยวครอบครองได้ ลูกก็จับหลักให้ได้

ลูกต้องสังเกตตัวเอง ติดตรงไหนก็ต้องแก้จุดที่ติดนะลูกนะ ถ้าเห็นภาพภายในแล้วรู้สึกไม่สบาย แปลว่า ยังหยุดนิ่งได้ไม่สมบูรณ์ ต้องสบาย แม้เห็นแล้วก็ต้องดูสบาย ๆ เหลาใจอย่างสบาย ๆ ดูองค์พระไปเรื่อย ๆ ดูดวงใส ๆ ให้เป็นไปตามมิเตอร์ สบาย มีความสุข เวลามีความสุขเราก็รู้ว่ามีความสุข เป็นไปตามมิเตอร์ มั่นใจในประสบการณ์ภายในว่าทำได้ถูกต้อง เหลาใจให้ใจมันนุ่ม ช้า ๆ ชัด ๆ ให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระให้ได้นะ

ลูกก็ดูซ้ำ ๆ ให้แจ่มแจ้งหายสงสัย ต้องเห็นให้ชัด ทำสบาย ๆ ทำซ้ำ ๆ เอาที่เราถนัด ที่เราคุ้น เราเรียนธรรมะต้องให้มันแจ่มแจ้ง หายสงสัย อย่าไปกลัวช้า กลัวจะไม่เห็นธรรมะ อย่าไปคิดว่าจะช้า อย่าไปกังวล เรามีหน้าที่ฝึก ฝึกไปอย่างเดียว ฝึกให้มันได้ ฝึกหนักอย่างถูกหลักวิชชา ผู้ที่เห็นธรรมะได้ เขาก็เคยไม่ได้มาก่อน เขาก็ฝึกหนักอย่างถูกหลักวิชชามาก่อนเหมือนกัน ฝึกเอาให้มันได้ ฝึกให้หนักอย่างถูกหลักวิชชานะลูกนะ



เห็นได้...ก็ต้องเป็นได้

(นั่งสมาธิ) ปล่อยหลุดปล่อยพ้น ไม่ให้มีอะไรเหนี่ยวรั้งเลย เข้ากลางอย่างเบา ๆ สบาย ๆ ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระไปเรื่อย ๆ ใสทั้งดวงธรรม ใสทั้งองค์พระ ปล่อยให้เป็นไปอย่างง่าย ๆ สบาย ๆ

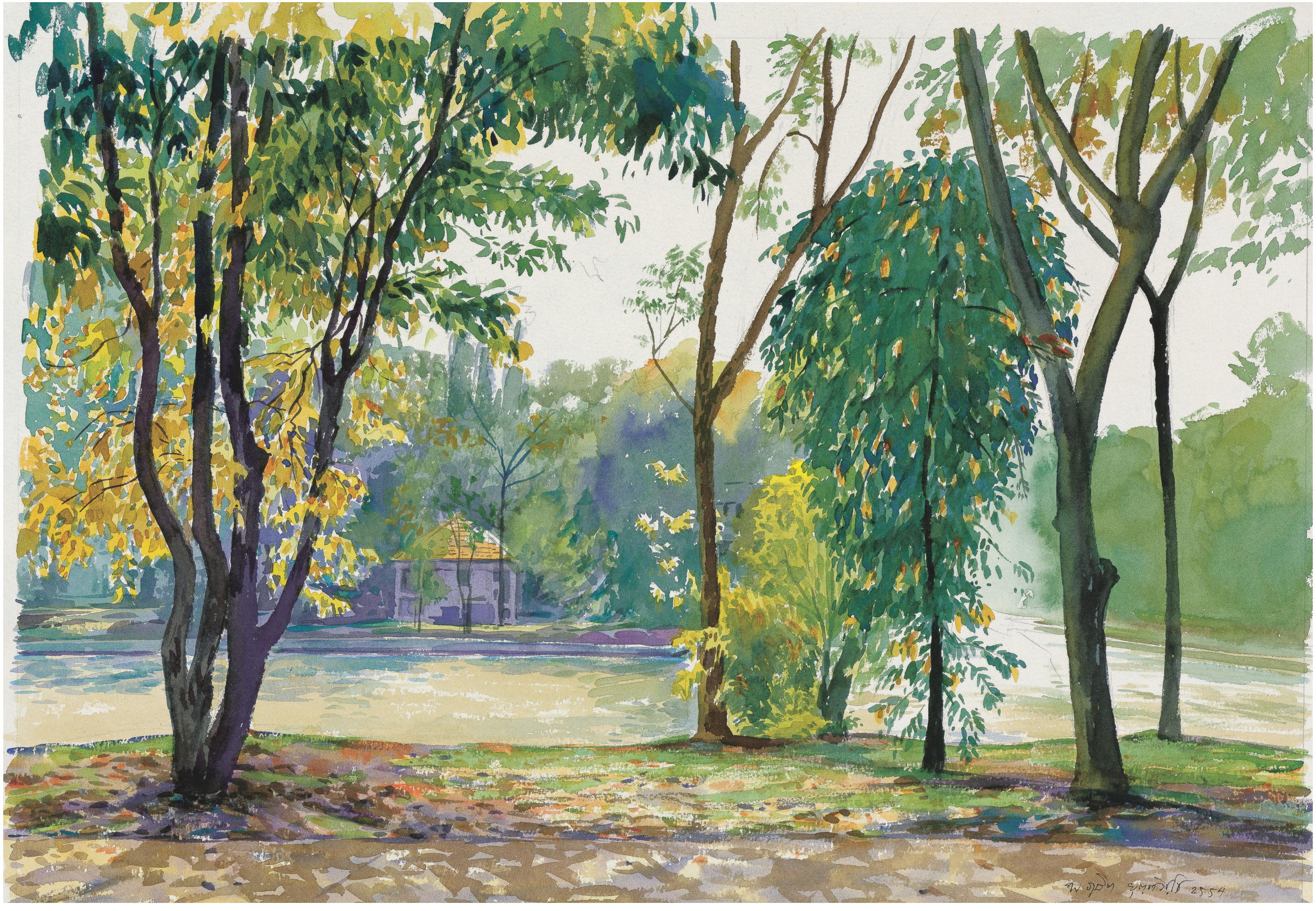
ปล่อยเข้าไปในเส้นทางสายกลางอย่างสบาย ๆ จะเป็นไปเองอย่างง่าย ๆ สบาย ๆ พอเราละเอียด ใจจะมีความสุข เห็นองค์พระชัด ใส สว่าง ต้องนิ่งแน่นมาก จิตต้องบริสุทธิ์มาก ไม่ติดอะไรเลย ต้องนิ่งแน่นมาก ๆ

หลุดเข้าไปสู่ภายในอย่างสบาย ๆ นุ่มนวล สัมผัสได้ถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระภายใน เข้ากลางองค์พระไปเรื่อย ๆ ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระ นิ่งแน่นให้มาก ๆ ทำใจให้มันเบา ๆ สบาย ๆ ถ้านิ่งแน่นจะเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระภายใน ใจจะมีความสุขมากขึ้นไปเรื่อย ๆ เมื่อมีความสุขแล้ว มันก็นิ่งแน่นได้ตลอดเวลา

ลูกเห็นองค์พระได้ ก็ต้องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระได้ เพราะเรานิ่งมาในระดับหนึ่งแล้ว ต้องเป็นไปตามมิเตอร์ มีความสุขความบริสุทธิ์เพิ่มขึ้น ต้องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับดวงธรรม องค์พระภายใน มันต้องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันทุกดวงธรรม ทุกกายภายใน ลูกต้องฝึกใจให้หยุด นิ่ง ฝึกซ้ำ ๆ ภาวิตา พหุลีกตา นิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ อย่าให้หลุด นิ่งในนิ่ง จะได้ชัดใสสว่าง

ทำเฉย ๆ ในทุกประสบการณ์ ฝึกให้ได้ตลอดเวลา ดูองค์พระให้เห็นชัด ๆ ทบไปทวนมา แตะใจตรงกลางนิ่ง ๆ จะถูกส่วนเข้าไปภายในอย่างง่าย ๆ มีตำแหน่งที่คุ้นเคยอยู่แล้ว แค่วางใจนิ่ง ๆ ก็เข้าไปได้ ให้เห็นชัดใสแจ่ม ทำใจเกลี้ยง ๆ นะลูกนะ ทำใจใส ๆ ไม่ติดอะไรเลย ฝึกหยุดฝึกนิ่ง ตอนนี้ก็ฝึกดีขึ้นมาเรื่อย ๆ ใจเริ่มตั้งมั่น เหลือแค่เราทำซ้ำ ๆ ๆ เหมือนกับตอกซ้ำ ๆ ๆ ให้มันมั่นคง ให้เริ่มในจุดที่ง่ายไปก่อน ทำอย่างสบาย ๆ นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ สบาย ๆ ปล่อยหลุดปล่อยพ้น ไม่ให้มีอะไรเหนี่ยวรั้ง เข้ากลางของกลาง ชัดใสสว่าง มีดวงธรรม มีองค์พระ ดูไปเรื่อย ๆ ใจก็จะนิ่งแน่นขึ้น

ถ้านิ่งสนิทภาพภายในจะแตกต่างจากเดิม จะเห็นชัด ลึก กว้าง สุข บริสุทธิ์มากขึ้นไปเรื่อย ๆ ถ้าใจอยากปล่อยเข้าไปสู่ภายใน ก็ปล่อยให้มันเป็นไปเองเลยนะ ไม่ต้องไปฝืน ช้า ๆ ชัด ๆ พอปล่อยเข้าไปสู่ภายในได้แล้วก็ทำซ้ำ ๆ เดี๋ยวชำนาญเข้ากลางไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ ใจเย็น ๆ นะลูก



เห็นแจ้งและรู้แจ้ง

(นั่งสมาธิ) หลับตา รวมใจหยุดนิ่ง นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ ในกลางของกลางอย่างสบาย ๆ หยุดในหยุด นิ่งในนิ่ง เบาสบาย เพราะตอนนี้เราหลับตาไม่มืดแล้ว เราเห็นดวงธรรม เห็นองค์พระได้ง่ายขึ้นแล้ว ก็ทำซ้ำ ๆ ๆ พอเราหยุดนิ่งได้ก็แว้บไปเลย ผ่านไปเลย ถ้าใครผ่านได้ก็ผ่านไปเลย พอผ่านไปเร็วก็ไปอย่างสบาย ๆ ทุกดวงธรรม ทุกองค์พระ ชัดใสสว่าง บริสุทธิ์ บริสุทธิ์ในบริสุทธิ์ ทำไปอย่างสบาย ๆ

มองจุดเล็กใสให้นิ่งแน่นมั่นคง พอนิ่งแน่นมั่นคง ก็ปล่อยเข้ากลางไปได้เรื่อย ๆ พอผ่านจุดเล็กใสเข้าไปจะมีองค์พระผุดขึ้นมาอย่างสบาย ๆ ท่านจะเติมความสุข ความบริสุทธิ์เพิ่มขึ้น มีความสุขเพิ่มขึ้น บริสุทธิ์เพิ่มขึ้น นิ่งแน่นเข้าไปได้เรื่อย ๆ ถ้ามีความละเอียดแล้วจะเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระ พอความละเอียดถึงจุดจะเป็นไปเอง ใจของเราเข้าไปสู่ภายใน ชีวิตภายใน แหล่งของความบริสุทธิ์ หลุดล่อนจากสิ่งที่เป็นเครื่องเหนี่ยวรั้งเอาไว้ หลุดเข้าไปข้างใน ยิ่งหลุดเข้าไปได้ก็ล่อนเข้าไปเรื่อย ๆ

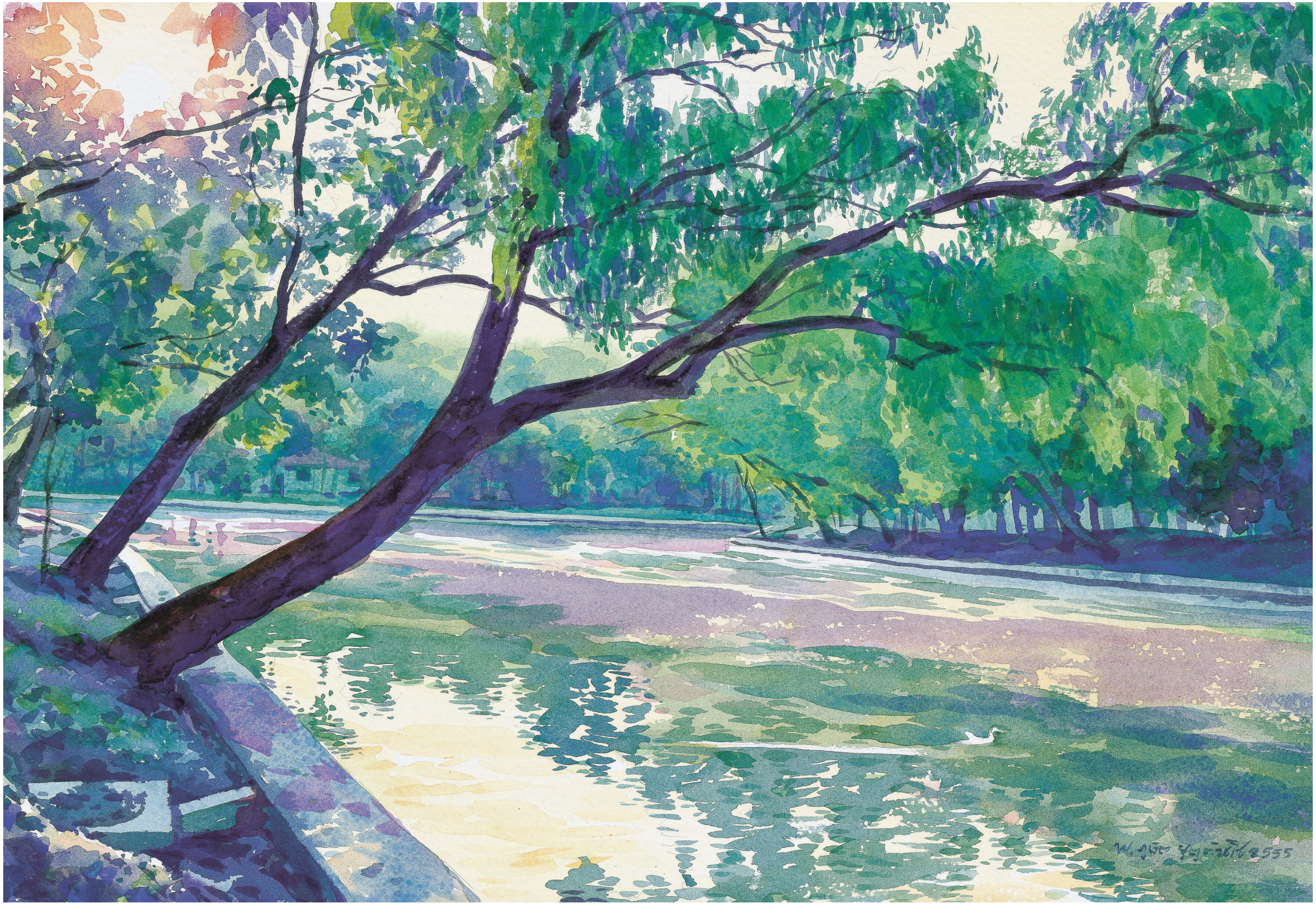
ทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ปล่อยหลุดปล่อยพ้น ใจจะรวมนิ่ง และก็ความชัด ความสว่างเข้ามาเอง ทำได้ง่าย ๆ มีความคล่องเป็นไปเอง นิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ จดจ่อองค์พระตลอดเวลา ฝึกซ้ำ ๆ ๆ ตรงนี้ให้มั่นคงขึ้นไปเรื่อย ๆ ฝึกไปเรื่อย ๆ ให้ใจเกลี้ยงสู่ความง่าย ทำทุกอิริยาบถ ทั้งนอกรอบในรอบ ทำแบบไม่มีรอบ ใจจะหลุดล่อนเป็นชั้น ๆ ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระ อย่าให้หลุดออกมาเลยนะ

วิชชาธรรมกายต้องเรียนด้วยภาพภายใน ถึงจะเรียกว่า “รู้แจ้งและเห็นแจ้ง” ดูตามภาพ ภาพจะเกิด จะเห็นได้ จะรู้แจ้งแทงตลอด ฝึกให้ใจเราบริสุทธิ์หลุดจากเครื่องกั้นจิต คือ นิวรณ์ ๕ ใจจะหยุดนิ่งได้ต้องทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง จะทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่งได้ ต้องเห็นภัยในวัฏสงสาร ใจจะไม่ติดอะไรเลย เกลี้ยง ๆ ยิ่งเห็นดีเห็นงาม ใจก็เข้าไปติดในเรื่องราวต่าง ๆ ภายนอก แต่ของเราแทนที่จะเห็นดีเห็นงามในวัฏสงสาร กลับมาเห็นโทษเห็นภัย เห็นคู่กัน ให้รอบด้าน ทั้งหมดนี้เห็นให้รอบ ตั้งแต่การเห็นในมโนภาพให้ชัดเจน ด้วยสติปัญญา พิจารณาไตร่ตรอง ถ้าฝึกให้หลุดพ้นเข้าไปกว่านี้จะเห็นแจ้ง เห็นเป็นภาพ เห็นดวงธรรม เห็นกายภายใน

ทั้งหมดนี้เกิดจากหยุดกับนิ่ง ฝึกหยุดฝึกนิ่ง ทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ถ้าตรงนี้ไม่ผ่าน ไปต่อก็ไม่ได้ ก็จะมั่ว ๆ ไป ซึ่งไม่ใช่การศึกษาวิชชาธรรมกาย ตรงนี้ลูกต้องคล่อง ๆ ก่อน ลูกต้องเอาใจใส่กัน

หยุดกับนิ่งอย่างเดียว ให้มันมั่นคงนิ่งแน่น ถ้านิ่งแน่นจะนุ่มนวล ติดกลางองค์พระธรรมกายภายใน ท่านจะฉุดเราเข้าไปข้างใน จะนิ่งแน่นมาก ๆ บริสุทธิ์มาก ๆ เพราะใจท่านนิ่งแน่นมาก ถ้านิ่งหลวม ๆ มันสวมไม่ติด เดี๋ยวติดเดี๋ยวหลุดออกมา และก็เข้าไปข้างในเรื่อย ๆ เราจะได้ทำงานที่แท้จริงของเรา ฝึกไปฝึกซ้ำ ๆ ๆ ฝึกไปเรื่อย ๆ เดี๋ยวก็ทำได้กันทุกคนเลย

ฝึกให้ละเอียด ต้องให้ได้ในจุดที่ง่าย ชอบ มีความสุข ชัดเจน แจ่มแจ้ง หายสงสัย เป็นขั้นตอนที่จะก้าวไปตรงนั้น ถึงตรงนั้นจะเข้าไปได้อย่างเร็วแรง เร็วเองไม่เร็วไม่ได้ จะเป็นไปเอง เพราะฉะนั้น ต้องเอาให้ได้ เราดีขึ้นมาเรื่อย ๆ ลูกยังแข็งแรงอยู่ ต้องสู้ จะได้ก็ต้องตามสูตร ให้ไปถึงจุดที่เรามีความสุขที่สุด ประทับใจที่สุด เพื่อให้ใจนิ่งจะได้เป็นฐาน สำคัญนะลูก ต้องทำให้ได้ และให้ได้ตามสูตรที่ให้ไว้ ทั้งชัด ใส สว่าง บริสุทธิ์ มีความสุข ต้องเห็นและเป็น ต้องเห็นดวงธรรม เห็นองค์พระ ต้องเห็นจนหายสงสัยด้วยตัวของเราเอง ดูเหมือนช้า แต่ไม่ช้าหรอก ช้าช่วงแรก ถ้าเห็นแล้วจะเร็ว ไม่เร็วก็ไม่ได้ จะเร็วไปเองเลย



ตรัสรู้ คือ รู้แจ้งที่เกิดจากการเห็นแจ้ง

(นั่งสมาธิ) ทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง หยุดกับนิ่งอย่างเดียว ลูกต้องขวนขวาย ฝึกให้หนักให้ถูกหลักวิชชา อย่าให้มีอะไรเหนี่ยวรั้ง ลูกต้องนิ่งเข้าไปสู่โลกภายใน โลกภายนอกไม่มีอะไร ทำ ๆ ไปให้ทุกอย่างมันลงตัว ต้องฝึกทั้งวันทั้งคืน เข้าไปสู่โลกภายในมีองค์พระมีดวงธรรม มีสิ่งที่เราต้องไปศึกษาเยอะแยะ จะเข้าสู่ภายในได้ต้องปลดปล่อยวางทุกสิ่ง นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ หยุดใจ นิ่งนุ่ม เบาสบาย ใจขยาย ผ่านจุดเล็ก ๆ ใส ๆ เข้าไปก็จะเห็นองค์พระ

เรายังต้องเดินทางอีกไกลในเส้นทางสายกลางนี้ นี่ก็ฝึกมาได้ดีในระดับหนึ่งแล้ว ลูกอยู่ในวัยที่ดีที่สุด วัยขนาดลูกนี่แหละเหมาะสมที่สุด เชื่อหลวงพ่อเถอะหลวงพ่ออายุขนาดนี้แล้ว ความแข็งแรง สังขารเรามีเวลาจำกัด ต้องรีบชิงช่วงเวลา ต้องขวนขวาย อย่าไปให้ความสำคัญกับเรื่องอื่น ให้ความสำคัญกับตรงนี้ให้มากที่สุด

ให้ผ่านกลางขององค์พระ อธิษฐานตอกย้ำ ให้รู้ญาณแม่นยำ รู้เห็นถูกต้องร่องรอย ตรงไปตามความเป็นจริงทุกประการ และอธิษฐานขอให้เราอย่าได้หลงลืมตัว คิดว่าตัวเองเก่ง มีทิฐิมานะ ที่จะทำให้เราทิ้งความตั้งใจเดิมที่ดี หลุดออกจากเส้นทางนี้ ให้อธิษฐานลงไปตรงกลาง

เรียนวิชชาธรรมกายต้องเห็นอย่างเดียว รู้แจ้งที่เกิดจากการเห็นแจ้ง ต้องเห็นอย่างเดียว ไม่เห็นไม่ได้ ไม่เห็นมันเรียนไม่ได้ ต้องเรียนด้วยภาพ ผุดรู้ก็ไม่เอา หรือรู้สึกว่า อย่างนั้นอย่างนี้ สันนิษฐานวิทยาก็ไม่เอา แม้จะถูกก็ไม่เอา ลูกอย่าไปยินดีแม้เดาถูกก็ตาม ต้องรู้แจ้งเห็นแจ้ง พอรู้แจ้งเห็นแจ้งมันก็จะแทงตลอด หายสงสัยด้วยตัวของเราเอง

ตรัสรู้ ก็คือ รู้แจ้งที่เกิดจากการเห็นแจ้ง รู้ได้เพราะเห็น เห็นได้เพราะสว่าง สว่างได้เพราะนิ่ง นิ่งได้เพราะทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง ต้องทิ้งทุกอย่าง ไม่อย่างนั้นมันยาก

ทำนิ่ง ๆ เฉย ๆ อย่างสบาย ๆ มีความสุข เข้ากลางจุดเล็กใส ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระ ฝึกซ้ำ ๆ นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ จุดเล็ก ๆ นิ่งในนิ่งอย่างสบาย ๆ ต้องหยุดอย่างสบาย ๆ นิ่ง นุ่ม ถึงจะเร็วแรง มีพลัง ปล่อยไปไกล ๆ เลย

ให้ใจจดจ่อกับศูนย์กลางกายอย่างเดียว เอาชีวิตเป็นเดิมพัน ให้ทำทั้งวันทั้งคืน จดจ่อให้ได้ตลอดเวลา ให้สะอาด บริสุทธิ์ ผ่านเข้าไปได้ต้องนิ่ง ๆ นุ่ม ๆ อย่างสบาย ๆ จะไปฝืนไปพยายามไม่ได้เลย ต้องสบาย ๆ ถ้าสบายจะดูอะไรก็ชัด ดูอะไรก็ได้ ดูสบาย ๆ ดูอย่างเพลิน ๆ ง่าย ๆ ดูอย่างมีความสุข นิ่งกับสุข เฉยกับสุข ต้องอยู่คู่กัน ตรงนี้สำคัญ ถ้ายังไม่มีความสุขก็แสดงว่าเฉยไม่จริง อย่ากด อย่าดัน อย่าไปเค้น ดูอย่างสบาย ๆ ถ้ามีความรู้สึกไปกด ไปเค้น ไม่ใช่แล้ว

อย่าไปสนใจเรื่องอื่น เรื่องไร้สาระ ทำกิจวัตรกิจกรรมให้เรียบร้อย ทำให้เสร็จจะได้มีเวลามุดเข้ากลาง ตอนนี้เราก็ละเอียดขึ้นมาเยอะแล้ว ถ้าไม่ประมาท จะได้ละเอียดกันในพรรษานี้

เราก็ดีขึ้นมาเรื่อย ๆ แล้ว อย่าไปท้อ และก็อย่าประมาท เราทิ้งทุกอย่างทางโลกมาแล้ว เพื่อการนี้ เรามาถึงจุดที่สำคัญที่สุดของชีวิตแล้ว ต้องเอาให้ได้ ตรงนี้สำคัญนะลูกนะ



ภาพภายในมาพร้อมกับความสุข

(นั่งสมาธิ) ให้หยุดในหยุด นิ่งในนิ่ง ให้นิ่งแน่น ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระเข้าไปเรื่อย ๆ ให้เป็นไปเองให้ได้ เราทำดีมาระดับหนึ่งแล้ว ปล่อยวางทุกสิ่งทิ้งทุกอย่าง นิ่งอย่างเดียว

ลูกต้องให้ความสำคัญกับมิเตอร์วัด เรื่องความสุข ความบริสุทธิ์ ให้ผ่านตรงนี้จริง ๆ แปะติดภาพภายในเอาไว้เลย ทั้งภาพภายในและก็ความสุขจะมาพร้อมกัน ความสุขเราไม่ได้ไปหามา มันมาเอง ให้รักษาเอาไว้ให้มั่นคง อย่าให้หลุดทั้งภาพและความสุข จะได้ไม่ต้องกลับมาเริ่มต้นให้มีความสุขใหม่ ลูกก็ประคองเอาไว้นอกรอบ พอมาในรอบก็ไปต่อได้เลย

ถ้าใจนิ่งแน่น ก็จะนุ่มนวล ละเอียดเข้าไปเรื่อย ๆ เมื่อเราไม่เอาใจออกไปข้างนอก ใจก็จะติดอยู่ภายในเพียงอย่างเดียว อย่าไปตั้งใจมาก ให้ใจนุ่มนวล เบาสบาย ก็จะเข้าไปได้เองอย่างง่าย ๆ ให้ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระ ถ้าละเอียดดีแล้วก็จะไปต่อเลย ไม่ไปไม่ได้ ให้ติดกลางองค์พระเข้าไป จะเร็วแรงมาก แล้วต้องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระภายใน ในทุกสิ่งที่เห็น ทุกประสบการณ์ ถ้าหยุดใจได้สนิท จะเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระ จะสนิทได้ต้องนิ่งแน่นมาก ๆ ถ้ายังไม่นิ่งแน่นจะเข้าไปแบบดัน ๆ

ลูกต้องฝึกให้ใจตั้งมั่น ต้องแจ่มแจ้ง ให้หายสงสัยในทุก ๆ ขั้นตอน จะแจ่มแจ้งต้องเกิดจากการเห็นแจ้ง ตั้งมั่น ช่วงที่หลวงพ่อไม่ได้มานั่งด้วย ลูกต้องเอาใจใส่ถ้ารักที่จะศึกษาวิชชาธรรมกายกันจริง ๆ ตอนนี้เรายังไม่รู้จักตัวเอง เราคือใครมาจากไหน มาทำไม ยังไม่รู้เลย ตัวเองก็ยังไม่รู้เลย และเราก็ยังไม่รู้จักกัน ถ้ารู้จักตัวเองแล้ว เราถึงจะรู้จักคนอื่นด้วย

ต้องหยุดให้นิ่งแน่น จะได้ไม่เคลือบแคลงในทุก ๆ ประสบการณ์ภายใน ต้องเอาให้หายสงสัย ต้องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันจริง ๆ ในทุกดวงธรรม ทุกกายภายใน ต้องนิ่งแน่นให้สมบูรณ์ จะเห็นหมดเลย เห็นกว้างไกล รู้เห็นหมด ซึ่งต้องละเอียดมาก ๆ นิ่งแน่นมาก ๆ บริสุทธิ์มาก ๆ ไม่ติดอะไรเลย ซึ่งถ้าติดกลางองค์พระ ท่านจะส่งเราเข้าไปรู้เห็นและความละเอียดของเราจะเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ เข้ากลางได้ไปเรื่อย ๆ องค์พระท่านจะส่งเราต่อ ๆ ไป เราจะได้เรียนรู้ไปเรื่อย ๆ ละเอียดไปเรื่อย ๆ

เมื่อใจมุ่งมั่นจดจ่ออยู่กับธรรมะ ลูกจะทำกิจวัตรกิจกรรมให้เสร็จโดยเร็ว เพื่อสงวนเวลาให้กับการนั่ง ลูกต้องให้ความสำคัญให้มาก ๆ ถ้าลูกตั้งใจจริง มันก็ได้ไม่ยากหรอกลูก ต้องเอาพื้นฐานให้แน่น ๆ ถ้าพื้นฐานยังไม่แน่นดี ยังไม่ได้หรอก ถ้าพื้นฐานแน่นมันก็ง่าย ไม่ยากหรอก นอกจากเราจะทำเล่น ๆ

แต่ถ้าเรารักที่จะเข้าสมรภูมิภายในกันจริง ๆ ก็ต้องทำจริง ๆ ต้องสอนตัวเองให้ได้ ควบคุมตัวเองให้ได้ นอกจากนั้นเรื่องกิจวัตร กิจกรรม บริหารขันธ์ก็ต้องเอาใจใส่ด้วย ลูกก็นิ่งกันได้ดีทุก ๆ รูป ก็เหลือแต่ตั้งใจมากเกินไป ต้องหมั่นสังเกตและค่อย ๆ แก้กันไป ลูก ๆ มีความตั้งใจกันดีอยู่แล้ว ทำให้ได้นะลูก

เราฝึกตอนนี้ ย่ำพื้นฐานให้นิ่งแน่นจริง ๆ ไม่มีความคิดปน มีแต่ความสุข ความบริสุทธิ์ นิ่งแน่น ชัด ใส สว่าง หายสงสัย เข้าไปได้ อย่างอื่นง่าย ทุก ๆ อย่างอยู่ตรงนั้น ฝึกซ้ำ ๆ ๆ จนกว่าจะหลุด ไม่มีความคิดเข้ามา ไปถึงจุดที่เห็นภาพ ลูกต้องสะอาด บริสุทธิ์ เกลี้ยงจริง ๆ ต้องถูกส่วน ตอนนี้ถูกมาในระดับหนึ่ง หลวงพ่อบอกให้รู้ตัว ลูกจะได้ไปปรับ เราสามารถปรับได้ เรายังแข็งแรงอยู่และรักที่จะศึกษาวิชชาธรรมกายกันอยู่ ตั้งใจฝึกกันให้ได้นะลูก



ใจถึงไหน...กายไปถึงนั่น

(นั่งสมาธิ) หลับตา นิ่ง ๆ ๆ ไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ รวมใจแว้บไปเลย ไปกลางองค์พระ อย่างสบาย ๆ ถ้าใครทำได้นะ เข้าไปในกลางของกลาง ฝึกตรงนี้ให้ชำนาญ ให้คล่อง ๆ ซ้ำ ๆ ๆ ให้ใจตั้งมั่นให้ได้ ให้สุข ให้ละเอียด ให้บริสุทธิ์ในกลางของกลาง

เริ่มจากเอาความสบายและความสุข พอได้ความสบายกับความสุข ดูไปเรื่อย ๆ ความชัดเท่าลืมตาเห็น ยิ่งดูยิ่งสุข สุขเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ เอาให้ฉิวเลย ทำซ้ำ ๆ ง่าย ๆ ยิ่งทำยิ่งง่าย เข้าไปโดยผ่านจุดเล็กใส สู่เส้นทางสายกลางอย่างง่าย ๆ ทำซ้ำ ๆ แตะใจตรงกลาง มีแต่ความสุข ความสว่าง กว้างขวางมากขึ้น นิ่งแน่นมากขึ้น ง่ายขึ้น ถ้าเป็นไปเองได้ ใจต้องนิ่งแน่นระดับหนึ่งถึงจะเป็นไปเอง

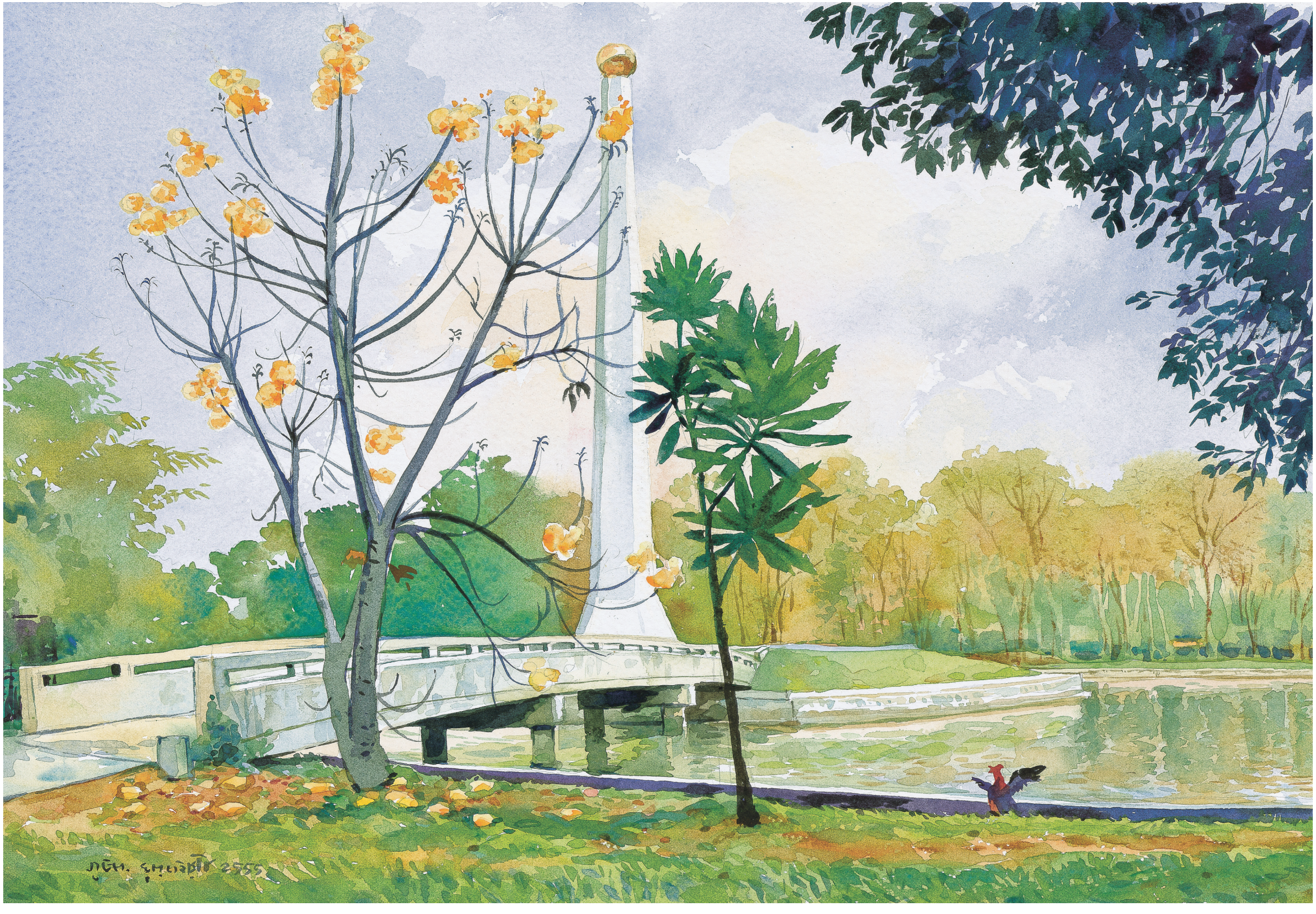
ปล่อยไปได้เรื่อย ๆ ไหลผ่านเร็วแรงเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ หลุดไปเป็นชั้น ๆ ๆ หลุดล่อนไปเอง เข้าไปในมิติที่หลุดไปเป็นชั้น ๆ มีองค์พระมากขึ้นไปเรื่อย ๆ มีความสุข ความบริสุทธิ์มากขึ้นไปเรื่อย ๆ มันต้องสว่างเท่าพระอาทิตย์ยามเที่ยง ฝึกทำให้ได้ตลอด ต้องทำให้ได้ตลอด นิ่งในจุดสตาร์ท และก็นิ่งต่อไป ยิ่งนิ่ง ยิ่งเร็วแรง ยิ่งชัด เข้าไปได้เร็วแรง จะสว่างยิ่งกว่าพระอาทิตย์เที่ยงวัน และก็ปล่อยเข้ากลางใจนิ่ง นิ่งเหมือนก้อนหิน จะนิ่งแน่นเข้าไปเรื่อย ๆ ความสุข ความบริสุทธิ์ก็เพิ่มขึ้นมาพร้อมกับความชัด ความใส ความสว่าง ทำให้คล่อง ๆ ให้ชำนาญ เอาให้ได้ไม่ยากหรอก ถ้าหากว่านั่งแล้วไม่สุขไม่ทุกข์ ก็นิ่งต่อไปเรื่อย ๆ จับหลักตรงนี้

เราลองสังเกตตัวเอง ตัวเรานิ่งแน่นแค่ไหน ถ้ายังมีฟุ้งแสดงว่ายังไม่นิ่งแน่น แต่เราผ่านฟุ้งหยาบมาแล้ว เหลือแต่ฟุ้งละเอียด เราก็ไม่ได้ไปสนใจ แค่วัดว่าเราทำความละเอียดมาได้ ๙๐ กว่าเปอร์เซ็นต์แล้ว ถ้าเรานิ่งแน่นจริงเรื่องเก่าจะเข้ามาไม่ได้ ข้อมูลจะถูกลบ ความจำเก่า ๆ จะถูกลบ ถ้าได้อย่างนี้นะจะสบาย เราจะได้เดินทางอย่างสบาย โดยปราศจากความคิดเก่า ๆ มีแต่ความรู้ใหม่ ๆ ร่องรอยเก่า ๆ ถูกลบเลือน มีแต่เรื่องราวใหม่ ๆ เรื่องราวเก่า ๆ ถูกลบ มันง่าย ๆ ไม่ยาก

ถ้าเราฝึกให้กายและใจเป็นหนึ่งเดียวกัน ใจอยู่กับเนื้อกับตัวจนสมบูรณ์แสดงว่าใจมีคุณภาพระดับหนึ่ง ใจถึงไหน...กายไปถึงนั่น แต่ทีนี้พวกเราใจไปทางกายไปทาง ใจไปโน่น แต่กายอยู่นี่ เราต้องฝึกให้ใจเป็นหนึ่งเดียวกันจริง ๆ ที่จริงทางเอกมีสายเดียว ถ้า ๒ ทางก็ไม่รู้จะไปทางไหน นี่หนึ่งเดียวทางเอกสายเดียว เส้นทางสายกลางภายใน

ที่ผ่านมาเรายังไม่นิ่งแน่น ได้เป็นช่วง ๆ สังเกตดูตัวเราสิ ถ้าใจอยู่กับตัวจะมีความสุข ถ้าไม่อยู่กับตัวก็จะมีความทุกข์ ฝึกเอาใจมาไว้กับตัว พอถูกส่วนก็จะไปอยู่ในตำแหน่งที่ถูกต้อง เป็นตำแหน่งที่พญามารกลัว ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ถ้าอยู่ในตำแหน่งนี้ก็ให้ติดเข้าไปเลย เข้าไปติดกับกายภายในอยู่ตรงนั้นแหละ ซึ่งอาศัยกายหยาบเป็นทางผ่าน จนกระทั่งเชื่อมกายให้ติดกับกายหยาบ กายหยาบเชื่อมแปะติดกับภายใน

ถ้าหลวงพ่อยังแข็งแรงอย่างนี้นะ ถาวรวัตถุพร้อมอย่างนี้นะ มีอะไรก็ไม่เอา เอาอะไรมาแลกก็ไม่ยอม ลูกมีบุญมากที่ได้มาอยู่ตรงนี้ ฝึกซ้ำ ๆ ฝึกไปในช่วงที่เรายังแข็งแรง ต้องลุยกันสะบั้นหั่นแหลกไปเลย ฝึกนิ่งเข้าไปอีก ให้นิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ ความสามารถที่ลูกจะหยุดนิ่ง เห็นดวงธรรม เห็นพระธรรมกายซึ่งมีอยู่ในตัวลูก ๆ ทั้งหมดทุกคนนี่แหละ แต่ยังเอาออกมาใช้ไม่ได้ ต้องนิ่งอย่างเดียว ไม่ต้องทำอะไรเลย ลูกก็ฝึกให้นิ่งแน่นเข้าไปอีก ไม่ยาก ง่าย ๆ ต้องนิ่งแน่น นิ่งสนิท ฝึกซ้ำ ๆ ๆ เดี๋ยวจะได้เอง



ย้อนกลับมาย้ำ basic

(นั่งสมาธิ) ค่อย ๆ ทำไปอย่างง่าย ๆ สบาย ๆ ต้องง่าย ๆ ไม่ง่ายก็ไม่ใช่ ยากก็ไม่ใช่ คุมกลางให้ได้ ให้คลายจากความตั้งใจมาก ความฟุ้ง ปรับเข้าสู่สภาวะที่พอดี มันไม่มีทางเลือกอื่น ต้องทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง ใจถึงจะเกลี้ยง ล่อนเข้าสู่ภายใน ไม่มีเครื่องเหนี่ยวรั้ง ทำสบาย ๆ นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ ให้นิ่งแน่น นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ

ย้อนกลับมาฝึกเริ่มต้นใหม่ ดูดวงใส ๆ องค์พระใส ๆ อย่างสบาย ๆ ย้อนกลับมาเพื่อที่จะก้าวต่อไปอย่างเร็วแรง เหมือนนักยิงธนูที่ต้องง้างลูกธนูมาข้างหลัง พอปล่อยลูกธนูก็พุ่งไปข้างหน้าอย่างเร็วแรง มีพลัง เรายอมถอยหลัง ๑ ก้าว เพื่อจะก้าวไปข้างหน้าแบบก้าวกระโดด ย้อนกลับมาย้ำ basic ให้แน่น ให้ถึงจุดที่เป็นไปเอง เรายอมเสียเวลาตรงนี้นิดหนึ่ง แต่ก็จะง่ายขึ้น นิ่งแน่นขึ้น เหมือนนักยิงธนูที่หลวงพ่ออุปมา ต้องง้างลูกธนูมาข้างหลัง พอปล่อย ลูกธนูก็พุ่งไปข้างหน้าอย่างเร็วแรงเอง

เหมือนที่หลวงพ่อเคยอุปมา เหมือนนักยูโดสายแดง ระดับ professor ยังย้อนกลับมาฝึกท่าเริ่มต้น ท่าพื้นฐานใหม่ ให้คม ให้สวยขึ้น เราก็เหมือนกัน ย้อนกลับมาฝึกตรงนี้ ถ้าตรงนี้ได้ต่อไปก็ง่าย

เริ่มตั้งแต่โปร่งโล่งเบาสบาย โดยมีมิเตอร์วัด คือ ความสุข ความบริสุทธิ์ที่เพิ่มขึ้น ใจเกลี้ยง ๆ นิ่งแน่น ตรงนี้สำคัญ เรายอมย้อนกลับมาทำใหม่ ไม่ช้าหรอกลูก ตรงนี้เป็นสูตรสำเร็จเลย ถ้าตรงนี้ได้ก็ได้หมด

ที่ผ่านมาเราก็หยุดได้ดีในระดับหนึ่ง เหลือแต่ตั้งใจมากไป หยุดได้แบบกด ๆ จึงมีความสุขแบบที่ไม่สุขไม่ทุกข์ แสดงว่าเรายังไม่นิ่ง ที่ไม่นิ่งเพราะมีความตั้งใจมากหรือฟุ้ง ทั้งที่เราไม่ได้ตั้งใจให้มี และก็ไม่ได้อยากให้มีด้วย ไปเจอเรื่องราวระหว่างวันหรือเรื่องราวในอดีตที่ผ่านมา เก็บสะสมมา พอมานั่งก็คลายตัวออกเป็นภาพ เป็นเรื่องราวที่เราไม่ได้ตั้งใจ ลูกต้องเอาชนะตรงนี้ให้ได้ ใจต้องนิ่งแน่น ต้องเกลี้ยง ๆ ไม่ช้าหรอกลูก ย้อนกลับมาฝึกตรงนี้อีกนิดหนึ่ง

ให้ทำอย่างมีความสุข เป็นปกติของมนุษย์ ถ้าทำอะไรไม่มีความสุขมันจะเบื่อ ต้องมีความสุข จะกิน ดื่ม พูด คุย จะดูอะไรก็ต้องมีความสุข แต่ของเราจะดูดวงก็ต้องมีความสุข ดูองค์พระก็ต้องมีความสุข มันต้องมีความสุขถึงจะมีอารมณ์ทำไปได้นาน ๆ ถ้าไม่มีความสุข นั่ง ๆ ไปก็จะเบื่อ ต้องมีความสุข ความบริสุทธิ์ ใจที่เกลี้ยง ๆ นิ่งแน่น มีความสุขถึงจะสว่าง พอสว่างก็จะเห็น เห็นก็รู้ แล้วก็พูดตามภาพ มันเป็นอย่างนี้ เป็นขั้นเป็นตอน ให้ฝึกจนกระทั่งเฉย ๆ เป็นไปเอง

แต่ถ้ายังมีฟุ้งโดยที่เราไม่ได้ตั้งใจ จะมีอารมณ์ไม่สุขไม่ทุกข์ เราก็นิ่งต่อไป

นิ่ง คือ ทำเฉย ๆ เฉยจนสุขนะ มีมิเตอร์วัด คือ ความสุข ความบริสุทธิ์ ความนิ่งแน่นเพิ่มขึ้น ง่ายเพิ่มขึ้น

ลูกทุก ๆ คนทำได้ ค่อย ๆ ทำไปอย่างง่าย ๆ ต้องง่าย ต้องทำอย่างง่าย ๆ ไม่ช้าหรอกลูก อย่าไปท้อ



แค่ทำเฉย ๆ

(นั่งสมาธิ) หลับตาเบา ๆ สบาย ๆ นิ่งในกลางทุกสิ่งที่เราเห็นจากภายใน นิ่งไปเรื่อย ๆ โดยไม่ต้องกังวลเรื่องอะไรเลย นิ่งในกลางของกลางอย่างเดียว เพราะความละเอียดเรามาถึงระดับหนึ่งแล้ว ปล่อยเข้าไปสู่ภายในอย่างไม่ยั้งเลย นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ

ลูกต้องฝึกให้ทุกรอบเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระตลอดเวลา ตั้งแต่เบื้องต้น ท่ามกลาง เบื้องปลาย เราต้องฝึกตรงนี้ ควบคุมและครอบครองให้ได้สักวันหนึ่งเมื่อเราได้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระภายใน ไม่มีอะไรขัดข้องขัดขวาง เราจะเห็นได้ด้วยตัวเองว่า เราเป็นผู้ที่มีบุญมาก หลวงพ่อรอคอยวันนั้นอยู่ เพราะบางทีเราไม่รู้ตัวว่าเราเป็นผู้ที่มีบุญ ได้เดินตามทางพระอริยเจ้าหรืออริยมรรคที่เรามีประสบการณ์ภายใน และพูดตามที่เราเห็นจากภาพภายใน ทำให้เราเข้าใจในเส้นทางอริยมรรค คำพูดมาจากภาษาประสบการณ์ภายใน เห็นเป็นภาพภายใน เห็นทางพระอริยเจ้า ทางพระอรหันต์ เห็นกายธรรมในกายธรรม เราต้องตั้งใจฝึกให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับองค์พระ ฝึกซ้ำ ๆ

“ง่ายตอนคิด ติดตอนทำ สำเร็จตอนพยายาม” ฝึกทำซ้ำ ๆ ไปเรื่อย ๆ ความสุขเป็นเครื่องวัดความนิ่ง ความสบายทำให้ใจตั้งมั่น ตั้งมั่นทำให้เกิดความสุข เครื่องกั้นความเห็นเราได้ทำลายหมดแล้ว เหลือแต่เราเชื่อมให้สนิทกับองค์พระเท่านั้นเองนะ ฝึกทำซ้ำ ๆ ไปอย่างสบาย ๆ

ลูกเป็นคนที่มีบุญมาก ตอนนี้เราเห็นองค์พระกันเป็นเรื่องปกติ เราคงนึกว่าเป็นเรื่องธรรมดา แต่ถ้าเราไปเทียบกับชาวโลกทั่วไป บางคนให้นึกองค์พระยังนึกไม่ออกเลย บางคนยังไม่รู้เรื่องเลย ถ้ามองดูโลกภายนอกจะเห็นได้ว่าเรื่องต่าง ๆ มันไม่เป็นสาระแก่นสารอะไรเลย ลูกต้องไม่เอาอะไรเลยจริง ๆ ต้องเบื่อสุดขีด เห็นทุกข์โทษภัยในวัฏสงสาร

เรารู้ลึก ๆ ว่าเรามีภารกิจภายในแต่ยังไม่เห็น รู้ในระดับความรู้สึกแต่ยังไม่เห็น ทราบแต่ยังไม่ซึ้ง เหมือนการเรียนมหาเปรียญ เห็นปลายทางป.ธ.๙ แต่ยังไปไม่ถึง ตอนนี้ความรู้มีระดับป.ธ.๓ หรือเหมือนเรียนมหาวิทยาลัย ตอนนี้ยังเป็นเฟรชชี่อยู่ ภารกิจข้างในก็เหมือนกัน เราเห็นเป้าหมายปลายทางแต่ยังไปไม่ถึง ขณะนี้เราไม่ต้องทำอะไร แค่ทำนิ่ง ๆ นิ่งในนิ่ง นิ่งอย่างเดียวนะ ถ้าหยุดนิ่งได้สนิทจะเห็นองค์พระได้รอบตัว ไม่รอบตัวแสดงว่ายังหยุดนิ่งไม่สนิท ให้ลูกรู้จักเครื่องวัดทั้งหมด ขอให้รู้ตรงนี้ ก็จะฝึกได้พัฒนาได้

คำว่า **“วันทั้งวันไม่ได้ทำอะไรเลย แค่ทำเฉย ๆ”** ถ้าใครในโลกพูดประโยคนี้ได้ สุดยอดไม่ธรรมดาเลย เพราะคนทั่วไปในโลกทั้งวันมีแต่เรื่องไม่สบายใจ แต่ถ้าคนทั้งโลกพูดประโยคนี้ได้ สุดยอด แสดงว่าบารมีแก่รอบแล้ว กิจที่ใครทำ...เลิกทำหมดอารมณ์ หมดอารมณ์ทำกิจทางโลก ดังนั้นเราก็ต้องฝึกหยุด ฝึกนิ่งอย่างสบาย ๆ ฝึกไปเรื่อย ๆ อย่างมีความสุข



ติดกลางองค์พระได้สนิท

(นั่งสมาธิ) ไม่ต้องไปตั้งใจมากนะลูกนะ นิ่ง ๆ สบาย ๆ อย่าตั้งใจมาก ทำสบาย ๆ หยุดนิ่งเข้าไป นิ่งในนิ่ง เข้าไปในกลางดวงธรรม กลางองค์พระให้ชัด ใส สว่าง มีความสุข ความบริสุทธิ์ ตามสูตร ให้เป็นไปภายในเอง เข้าไปเอง

ง่าย ๆ สบาย ๆ ชัดใสสว่าง มีความสุข เข้าไปช้า ๆ ชัด ๆ นิ่ง ๆ ทุกดวงธรรมทุกกายภายในอย่างสบาย ๆ ใครที่ทำยังไม่ได้ให้สังเกต ปรับปรุงมุ่งมั่น อะไรจะสู้ความเพียรได้ มุ่งมั่นฝึกฝนเอาให้ได้ อย่าไปลุ้น อย่าตั้งใจมาก เดี๋ยวมันก็จะแพ้เรา เดี๋ยวเราก็จะทำได้ เพราะเรายังแข็งแรง ยังมีเวลา

ถ้ายังเข้าไปภายในไม่ได้ก็ไม่เป็นไรนะ ให้นึกถึงบุญ ใจมีปีติ ชุ่มอยู่ในบุญ ก็จะเคลื่อนเข้าไปอย่างง่าย ๆ นึกถึงบุญให้ใจปีติ แบบนี้แหละถูกหลักวิชชา เดี๋ยวก็จะเป็นเอกัคคตา เพราะต้องเริ่มจากปีติ สุข ถึงจะเอกัคคตา เริ่มจากปีตินี้แหละ ถ้ายังมีฟุ้งก็ไม่เป็นไร ฝึกไป เดี๋ยวก็เอาชนะได้ ที่ฟุ้งเพราะยังไม่นิ่ง ถ้านิ่ง ฟุ้งจะไม่มีเลย ลูกต้องเอาชนะตรงนี้ให้ได้ ความฟุ้งเป็นเครื่องกั้นจิตไม่ให้ไปเชื่อมกับผู้รู้ภายใน หรือว่าเชื่อมได้มั่ง เชื่อมได้มาก แต่ไม่ได้หมด ติด ๆ หลุด ๆ

ฝึกแปะติดภาพภายใน ทำอย่างมีความสุข โดยมีมิเตอร์วัด สุข บริสุทธิ์ ชัด ใส สว่าง ฝึกให้หนักอย่างถูกหลักวิชชา ตามมิเตอร์วัด ตรงนี้สำคัญ มีความสุข มีความบริสุทธิ์เพิ่มขึ้นไป เสียเวลาตรงนี้นิด แต่ก็ไม่มากหรอก

ถ้าเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระจริง ๆ จะเข้าไปติดกลางองค์พระได้ ติดได้สนิท เพราะใจเกลี้ยง ๆ ไม่ติดอะไร ต้องเป็นหนึ่งเดียวกัน นิ่งแน่นอย่างเดียว จะเห็นทั้งหมดเลย เห็นกว้างไกล รู้เห็นหมด ซึ่งต้องละเอียดมาก ๆ นิ่งแน่นมาก ๆ บริสุทธิ์มาก ๆ ซึ่งถ้าติดกลางองค์พระ ท่านจะส่งเราเข้าไปรู้ไปเห็น และความละเอียดของเราจะเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ถ้านิ่งแน่นจริง ๆ จะเข้ากลางไปได้เรื่อย ๆ ท่านจะส่งเราต่อ ๆ ไป เราจะได้เรียนรู้ไปเรื่อย ๆ ละเอียดไปเรื่อย ๆ

พื้นฐานต้องนิ่งแน่น ต้องนิ่งแน่นมาก ๆ บริสุทธิ์มาก ๆ จะติดสนิทกลางองค์พระได้ ต้องนิ่งมาก ๆ บริสุทธิ์มาก ๆ ใจต้องเกลี้ยง ๆ ใส ๆ ไม่ติดอะไรเลย บริสุทธิ์ innocent การตอบประสบการณ์ภายในมันเลยจากจุดของความคิด จุดที่ความคิดไปไม่ถึง วิทยาศาสตร์ไม่อาจคาดเดา และเกินสันนิษฐานวิทยาจะไปถึง

เราฝึกตอนนี้ ย่ำให้นิ่งแน่นจริง ๆ ไม่มีความคิดปน มีความสุข ความบริสุทธิ์นิ่งแน่น ชัด ใส สว่าง หายสงสัย เข้าไปได้ อย่างอื่นง่าย ทุก ๆ อย่างอยู่ตรงนั้น เราต้องละเอียดมาก ๆ ไม่ติดอะไรเลย ฝึกซ้ำ ๆ ๆ จนกว่าจะหลุดจากความคิด ไม่มีความคิดเข้ามา ไปถึงจุดที่เห็น สันนิษฐานไม่มี เห็นภาพปรากฏ ทำอย่างนี้ได้ลูกต้องสะอาด บริสุทธิ์ เกลี้ยงจริง ๆ ต้องถูกส่วน ตอนนี้ถูกมาในระดับหนึ่ง

ตอนนี้หลวงพ่อไม่อยากทำอะไรแล้ว อยากมานั่งหลับตา ลูกต้องขวนขวายกันนะลูกนะ เอาจริงเอาจัง ทำอย่างมีความสุข เอาให้ได้ชัด ๆ ยิ่งขึ้นไปเรื่อย ๆ ถ้าลูกทำได้ สิ่งที่เร้นลับจะกลายเป็นสิ่งที่เปิดเผย หลวงพ่ออยากให้ถึงวันนั้น หลวงพ่อรอคอยวันเวลาที่ลูกใจตั้งมั่น จะทำได้ก็ต้องทิ้งทุกอย่างจริง ๆ

ถ้าใครละเอียดแล้ว ให้เข้าไปตรงกลางอย่างสบาย ๆ นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบาสบาย มันจะเข้าไปเองอย่างเร็วแรง ซ้อนให้ติดเข้าไปในกลางองค์พระให้สนิท นิ่งในนิ่ง นิ่งอย่างเดียว นิ่งแน่นในนิ่งแน่น อย่างมีความสุขนะลูก



เราคุมกลางได้

(นั่งสมาธิ) หลับตาลุยเลย ทำสบาย ๆ อย่าไปตั้งใจมาก ลูกอย่าไปกังวล ทำสบาย ๆ อย่างต่อเนื่อง ทำซ้ำ ๆ เอาให้คล่อง ๆ เดี๋ยวก็ดีกว่าเดิม สู้ความเพียรเราไม่ได้หรอกลูก เดี๋ยวก็ถูกหลักวิชชา ทำซ้ำ ๆ เพื่อความบริสุทธิ์ เพื่อตัวของเราเอง ทำอย่างสบาย ๆ เดี๋ยวก็ชัด เดี๋ยวก็ใส เดี๋ยวก็สว่าง ทำอย่างสบาย ๆ มีความสุข ความบริสุทธิ์

ความสุขไม่มีเพราะยังไม่นิ่งแน่น ก็ดูไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะดูเป็นและมีความสุข ที่ไม่มีความสุขเพราะไปตั้งใจมาก ไปเค้นภาพ มีความคิดปน หรืออยากให้ชัด หรืออะไรอีกสารพัด ถ้าฟุ้งก็ดูดวงใส ๆ องค์พระใส ๆ นิ่งไปได้อย่างต่อเนื่อง มีความพึงพอใจที่จะนั่งได้เรื่อย ๆ อย่างมีความสุข

ถ้าเราทำนิ่ง ๆ เฉย ๆ ไม่ได้ไปสนใจอะไร ไม่ไปต่อต้าน แปลว่า “เราคุมกลางได้” ที่เรายังมีความฟุ้งก็เพราะยังนิ่งไม่สนิท มีภาพแทรกไม่ว่าช่วงสั้นช่วงยาว ไม่ว่าจะตั้งใจหรือไม่ตั้งใจก็ตาม ก็ต้องนิ่งต่อไปจนกว่าจะเอาชนะตรงนี้ให้ได้ ต้องทำเฉย ๆ ถ้าใจนิ่งแน่นจะไม่มีฟุ้งเลย ที่ยังไม่มีความสุข มีอารมณ์ไม่สุขไม่ทุกข์ ก็เพราะยังฟุ้งอยู่ นิ่งไม่เต็มที่ ก็เหมือนกันอีกนั่นแหละ ต้องเฉย สุข สุขแบบนุ่ม ๆ ละมุนละไม และสุขยิ่ง ๆ ขึ้นไป ให้เริ่มต้น ณ จุดที่ง่าย จุดที่สบายก่อน แล้วกลับมาเริ่มใหม่ตามมิเตอร์วัด สุข บริสุทธิ์ นิ่งแน่น ใจเกลี้ยง ชัด ใส สว่าง

เราทุ่มชีวิตมาในองค์กรเพื่อการนี้ ให้ถือเป็นภารกิจหลัก ต้องทำให้หายสงสัย ถ้าเรายังเคลือบแคลงมันไปต่อไม่ได้ อาจจะตุ๊ย ๆ มั่ว ๆ ไป แต่อย่างนี้ไม่ใช่การศึกษาวิชชาธรรมกาย ต้องทำให้หายสงสัย รู้แจ้ง เห็นแจ้ง แทงตลอด ลูกย้อนกลับมาฝึกตรงนี้ใหม่ ไม่ช้าหรอก เดี๋ยวจะเร็วแรงขึ้นไปเอง

ลูกก็ทำถูกมาตลอด แต่มันยังไม่นิ่งแน่น เรายังนิ่งหลวม ๆ อยู่ เหลืออยู่แค่นี้เองแหละ หลวงพ่อก็รอคอยความนิ่งแน่นอยู่ รอวันที่ใจมั่นคงได้แล้ว ใจก็จะตั้งมั่นนิ่งแน่น พอได้อย่างนี้ก็ง่ายแล้ว

พอนอกรอบให้แปะติดดวงสว่างให้ได้ตลอดเวลา นอกรอบเหมือนไม่ได้ทำอะไร ปล่อยเข้ากลางดวงสว่าง มีความสุข ดูดวงสว่างนิ่ง ๆ ใจนุ่ม ๆ เข้ากลางไปเองมีดวงธรรม ดูไปเรื่อย ๆ มีความสุข ถ้านิ่งตรงกลางจะมีความสุขขึ้นมา แต่ถ้ามีภาพภายในแล้วรู้สึกเฉย ๆ ไม่มีความสุข เพราะเราไปติดตรงตั้งใจมาก ไม่ได้ดูอย่างสบาย ๆ ดูไปจนกว่าจะเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระ ดูไปเมื่อใจสบาย ถ้าไม่มีความสุขให้วางใจนิ่ง ๆ สบาย ๆ

ลูกต้องฝึกให้แจ่มแจ้ง จะตุ๊ย ๆ มั่ว ๆ มันใช้เรียนวิชชาธรรมกายไม่ได้ ต้องเป็นตามสูตร สุข บริสุทธิ์ นิ่งแน่น ชัด ใส สว่าง รู้แจ้ง เห็นแจ้ง ลูกทุกคนก็มีบารมีที่จะฝึกได้ อยู่ที่เอาใจใส่ ผังเดิมก็ดีอยู่แล้ว เหลือปัจจุบันต้องเอาใจใส่ ผังเดิมที่ทำไว้ดีแล้วจะได้มีโอกาสได้ช่องมาเชื่อมกับปัจจุบัน ต้องฝึกทั้งนอกรอบในรอบ ทำเหมือนไม่มีรอบ ฝึกหนักอย่างถูกหลักวิชชา ลูกต้องสอนตัวเองให้ได้ และที่สำคัญลูกกำลังอยู่ในวัยที่สดชื่น แข็งแรง สิ่งแวดล้อมสัปปายะขนาดนี้หาที่ไหนได้ยาก ลูกต้องเอาใจใส่ตรงนี้ ภารกิจกับกิจวัตรกิจกรรมต้องให้ลงตัว

ฝึกเอาให้ได้นะลูกนะ ไม่ยากหรอกลูก เราก็ผ่านมาแล้ว รู้ว่าอะไรยาก อะไรง่าย อะไรยากก็อย่าไปทำอีก เรารู้แล้ว อะไรที่ทำได้ง่าย ๆ เราก็ทำบ่อย ๆ ทำซ้ำ ๆ เดี๋ยวก็ได้ตลอดเวลา ฝึกให้คล่อง ๆ ก็แค่นี้เอง ฝึกซ้ำ ๆ อย่างต่อเนื่อง กลับมาย้ำ basic ทำอารมณ์ซอฟท์ ๆ ทั้งในรอบและนอกรอบ อย่างสบาย ๆ ใจเย็น ๆ



เราเป็นท่าน ท่านเป็นเรา

(นั่งสมาธิ) หลับตา นิ่งในนิ่งเข้าไป ให้หลุดเข้าไปเลย ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระ เข้าไปอย่างสบาย ๆ นิ่งเคลื่อนเข้ากลางไปเรื่อย ๆ สว่าง มีความสุข สบาย ๆ สว่างเพิ่มขึ้นอย่างสบาย ๆ ให้เห็นองค์พระ ชัดใสสว่าง ปล่อยเคลื่อนเข้ากลางไปเรื่อย ๆ

ถ้าลูกรักจะเรียนวิชชาธรรมกาย ต้องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับพระธรรมกาย ต้องพระธรรมกายอย่างเดียวเท่านั้น ถึงจะเรียนวิชชาธรรมกายได้ วิชชานี้สอนโดยพระธรรมกายภายใน ต้องจำนะ เราเป็นท่าน ท่านเป็นเรา หลักสูตรนี้เฉพาะพระธรรมกาย ต้องเป็นอย่างเดียว

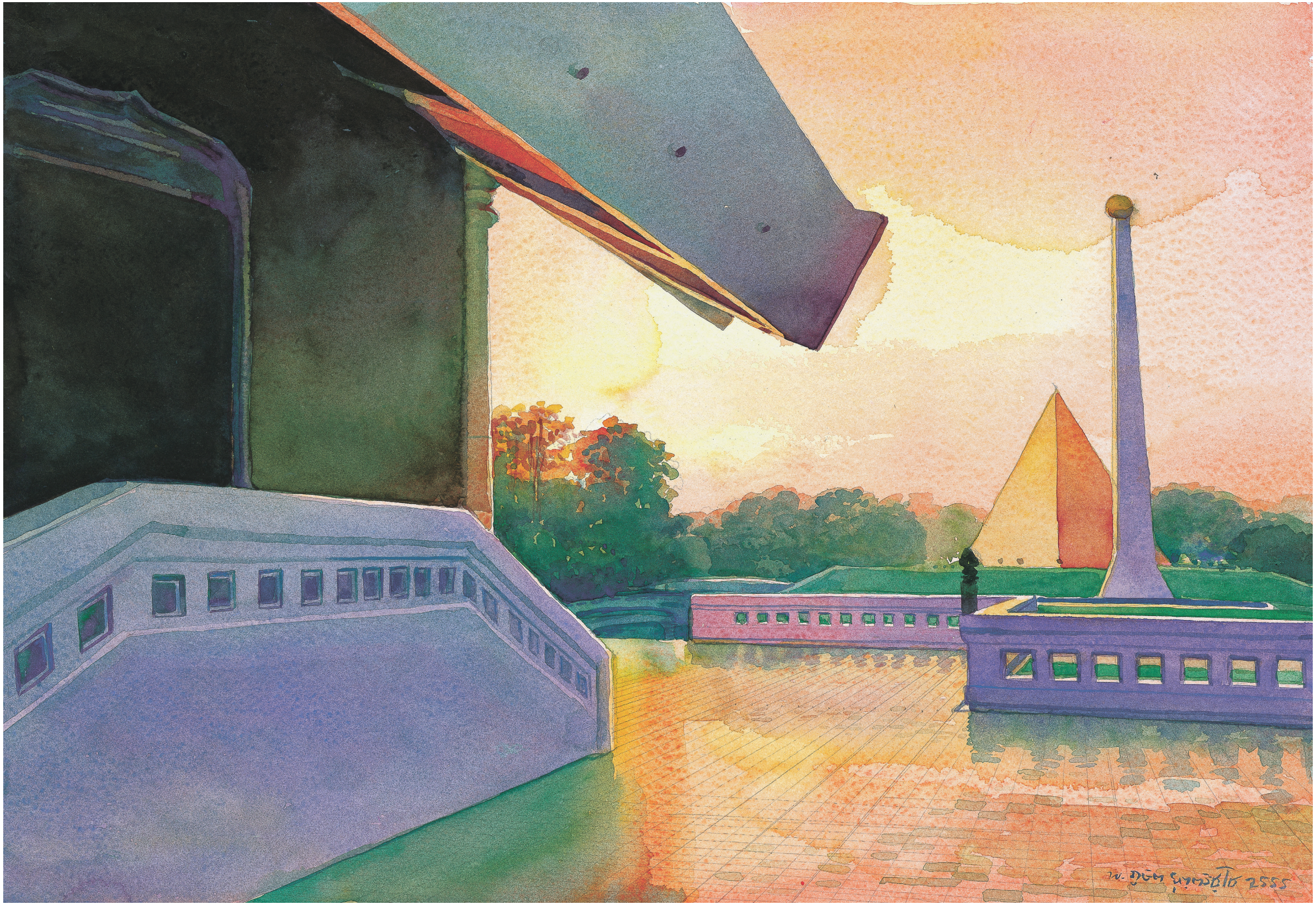
ฝึกทำซ้ำ ๆ เราก็ต้องฝึกให้ทำได้จริง ๆ เห็นจริงแจ่มแจ้งจริง ๆ ถ้าเราเป็นองค์พระแล้วจะง่าย เพราะเราเป็นพระธรรมกาย ใจเราจะอยู่แต่ภายใน ใจจะไม่ติดเรื่องหยาบ ๆ ภายนอกเลย ให้สังเกตมิเตอร์ พอถึงตรงนั้นมันต้องชัดใสสว่าง มีความสุข บริสุทธิ์ สบาย เห็นแจ้ง รู้แจ้ง

ฝึกทุกวัน หยุดนิ่ง จนบริสุทธิ์ในระดับที่พระธรรมกายท่านยอมรับ เป็นหนึ่งเดียวกับท่านผู้บริสุทธิ์ เข้ากลางจุดเล็กใส เข้ากลางองค์พระในองค์พระ ชัดเท่าลืมตาเห็น ฝึกซ้ำ ๆ อย่างง่าย ๆ สบาย ๆ มีความสุขทุกวัน ให้อารมณ์เกลี้ยง ๆ ประคองใจของเรา เรานั่งได้ดีกันมาอยู่แล้ว พอเราละเอียดเดี๋ยวจะ ปึ๊บ! ไปในกลางของกลางอย่างสบาย ๆ อย่าไปตั้งใจมาก นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ นิ่งเข้าไป ถ้าละเอียดก็จะเป็นไปเอง ไม่ใช่ไปดัน ถ้านิ่งสนิทจะหลุดเข้าไปทั้งตัว จะเร็วแรง เห็นชัด นิ่งแน่นจะใสสะอาด บริสุทธิ์ เกลี้ยง ๆ ต้องนิ่งอย่างเดียว เรานิ่งในนิ่ง ยังมีนิ่งกว่านี้ นิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ นิ่งไปเรื่อย ๆ

ให้นึกถึงจุดที่เราเคยนั่งได้ดีที่สุด ใจจะได้เกิดความปีติ ใจจะนิ่ง ๆ นุ่ม ๆ นุ่มนวล ให้เห็นชัดทั้งดวงธรรม ทั้งองค์พระ ใจใส ๆ ใจเย็น ๆ เดี๋ยวจะเข้ากลางคล่อง ว่องไว ใจมีพลัง ฝึกให้ชำนาญ ต้องฝึกให้แจ่มแจ้ง ให้หายสงสัย การศึกษาวิชชาธรรมกายจึงจะได้เริ่มต้น

สังเกตดู ถ้ารู้สึกเบื่อไม่ใช่นะลูก อารมณ์เบื่อไม่มีในพระธรรมกาย เส้นทางภายในไม่มีเบื่อ สิ่งที่ยากที่สุดคือ การอยู่ตามลำพัง เพราะมันเหงา แต่เส้นทางภายในมีสิ่งที่ทำให้ไม่เหงา ไม่เบื่อ เพราะมีแต่ความสุข

ลูกต้องหมั่นรักษาความละเอียด อย่างน้อยให้ได้เท่ากับที่เราเคยนั่งได้ดีมาก่อนได้แล้วก็อย่าประมาท อย่าให้หาย ให้ประคองทั้งวันทั้งคืน ต้องทิ้งทุกอย่างจริง ๆ ใจเกลี้ยงจริง ๆ เดี๋ยวจะละเอียดไปเอง



บริสุทธิ์ตลอดสาย

(นั่งสมาธิ) รวมใจของเราหยุดนิ่ง เข้าไปในกลางของกลางอย่างสบาย ๆ ต้องให้นิ่งแน่นเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับทุกกายภายใน ต้องนิ่งอย่างเดียว วางทุกสิ่งทิ้งทุกอย่างจึงจะนิ่งแน่นได้ จะรู้ชัด เห็นชัด แจ่มแจ้ง มีความสุข บริสุทธิ์ ชัด ใส สว่าง

ให้ปล่อยใจเข้าไปในกลางองค์พระ ต้องสบาย ๆ มีความสุข มีความบริสุทธิ์ตามสูตร

ถ้านิ่งแน่นสนิทจริงเราจะเป็นไปเอง จะเข้าไปเป็นเอง ให้นิ่ง ๆ ทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง ถ้านิ่งแน่นจะเข้าไปเป็น จะรู้แจ้งเห็นจริง

เริ่มต้น ณ จุดที่ง่ายก่อน เข้ากลางองค์พระ เอาใจจดจ่อตลอดเวลา นอกรอบแปะติดองค์พระได้ตลอด พอมาในรอบนั่งสบาย ๆ ปล่อยเข้าไปภายในได้อย่างง่าย ๆ สบาย ๆ ดูเพลิน ๆ และปล่อยเคลื่อนเข้าไปกลางดวง กลางกาย ให้ชัดใสสว่างขึ้นมาเอง

นิ่ง ๆ ตรงจุดเล็กใส รอให้องค์พระท่านขึ้นมาเอง ตอนนี้แค่นิ่ง ๆ เฉย ๆ เป็นไปเอง ดูนิ่ง ๆ เฉย ๆ ไม่ต้องทำอะไรเลย

ถ้ามีความสุขจริง ๆ ใจจะไม่หลุดไปไหนเลย นอกจากประมาท หรือตั้งใจจะให้หลุด ลูกต้องรักษาให้ได้ตลอด

นิ่งในนิ่ง นิ่งในนิ่ง เข้าไปในกลาง ให้หลอมรวมไปกับบรรยากาศ เราต้องหวงแหนเอาไว้ให้ดี เส้นทางนี้เป็นเส้นทางของเรา รักษาเอาไว้ให้บริสุทธิ์ อย่าให้มีอะไรมาแทรก สิ่งที่ไม่ดี เป็นมลทินของใจต้องอย่าให้มี

ลูกต้องบริสุทธิ์ในเส้นทางสายกลางนี้ คุมกลางให้ได้ ให้ใจใส ๆ สะอาดบริสุทธิ์ หลุดล่อนเข้าไป อย่าให้มีอะไรเหนี่ยวรั้ง

พอมีความสุข ความบริสุทธิ์ เราจะผ่านเข้ากลางไปถึงกายองค์พระพระธรรมกายท่านจะต้อนรับแต่คนที่บริสุทธิ์ ท่านคอยที่จะส่งกายของเราเข้าไปข้างใน จะเติมบุญเติมบารมี กลั่นเราให้ใสสะอาด ให้บริสุทธิ์ ฉุดเข้าไปภายในแต่เราต้องบริสุทธิ์ กายบริสุทธิ์ ใจบริสุทธิ์ เราต้องฝึกให้บริสุทธิ์จากการหยุดนิ่งนี่แหละ

เราต้องฝึกให้มีความละเอียดและความชำนาญ ซึ่งการดูข้างในไม่ยาก นิ่งอย่างเดียว นิ่งแน่นเดี๋ยวก็ชัด แล้วก็ดูธรรมดา ทำใจเป็นกลาง ๆ การเห็นอะไรจะได้เป็นความจริง อารมณ์นี้จะเกิดขึ้นได้ ใจต้องเป็นพระจริง ๆ เป็นอารมณ์ของพระเมื่อมองแบบกลาง ๆ จะเห็นอย่างถูกต้องตามความเป็นจริง บริสุทธิ์จริง ๆ เกลี้ยง ๆ อารมณ์เป็นสุขเกิด สุข บริสุทธิ์ ชัด ใส สว่าง มีอารมณ์อุเบกขา

ความสุขจะเกิดขึ้นเมื่อใจหยุดนิ่งสนิทสมบูรณ์ จะไม่มีอารมณ์อื่นมาผสม เพราะฉะนั้นต้องฝึกไป วันใดที่ลูกได้อารมณ์สุข เฉย วันนั้นลูกชิตังเม! จะไม่มีอะไรกำบังเราเลย

ถ้ารู้สึกว่าหยุดกด ๆ ก็ให้ปรือ ๆ ตาขึ้นมานิดหนึ่ง ถ้าหลับตาแน่นเกิน ภาพจะไม่ชัด ถ้าภาพภายในแคบ กระด้าง แสดงว่าเราตั้งใจมากไปนิดหนึ่ง ให้ลดความตั้งใจลงมาในระดับที่พอดี ถ้าหยุดสนิทถูกส่วนจะไม่เกี่ยวกับลูกนัยน์ตา จะหลุดจากลูกนัยน์ตาไปเลย

ให้เรานิ่ง ๆ ก็จะเข้าไปอย่างง่าย ๆ ถ้ารู้สึกว่าไม่สบาย ให้ปรือ ๆ ตาขึ้นมา ดูสบาย ๆ จะเห็นเป็นภาพ เป็นเรื่องราว เห็นอย่างมีความสุขนะลูกนะ ตั้งใจเอาให้ได้วันนี้เลยนะลูก


หอฉันคุณยายอาจารย์มหารัตนอุบาสิกา จันทร์ขนายน

ไหลริน แต่เร็วแรง

(นั่งสมาธิ) นิ่งในนิ่ง นิ่งในนิ่ง ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระ พอถูกส่วน ทำง่าย ๆ มีความสุข ก็จะเป็นไปเอง มันต้องเป็นไปเอง ภาพภายในมีอยู่แล้ว ต้องเป็นไปเอง มันต้องเคลื่อนเข้าไปเอง ต้องฝึกจนกว่าจะชนะ ถ้านิ่งแน่นจนมีความสุข สิ่งอื่นจะไม่แทรก **ทำจุดที่ง่ายพึงพอใจให้คล่อง มันต้อง smooth เหมือนน้ำไหลริน แต่เร็วแรง มีความสุข** ถ้ามีความเสี่ยง ไม่สบาย แสดงว่ามันยังกลัว ยังนิ่งแน่นไม่จริง

ลูกไม่ต้องกลัวช้า ทำใจสบาย ๆ ไม่ต้องกังวล ไม่ช้าหรอก ถ้าเรารู้ตัวเอง ยอมรับตัวเอง ทำให้สุข บริสุทธิ์ นิ่งแน่น ฝึกจนได้ตามสูตร ชัด ใส สว่าง คล่องแคล่ว ว่องไว ใจมีพลัง จะไม่ช้า ไม่ต้องกังวลว่าจะไม่ทัน นั่งมาตั้งนาน เพราะใจกังวล จิตจึงหยาบ ให้ทิ้งความรู้สึกนี้ไป ถ้ายังไม่ได้ก็เอาให้มันได้ อย่างถูกหลักวิชชา ให้มีความสุข ความบริสุทธิ์ ให้ใจนิ่งแน่น ภาพมีให้ดูอยู่แล้ว เป็นของละเอียด เราแค่ทำใจให้ละเอียดเท่า นิ่งในนิ่ง นิ่งแน่นเพิ่มขึ้นแค่นี้

ลูกอย่าไปกังวล ทำเฉย ๆ ถ้ายังทำไม่ได้ก็ให้ลืมตาดูหลวงปู่ฯ พอสบายใจก็ทำใหม่ ต้องเป็นนักสู้ เดี๋ยวก็ได้ เราไม่เคยไม่สมปรารถนา เราเคยได้เป็นช่วง ๆ ยังไม่ได้ตลอดเวลา หน้าที่ของเราคือฝึกให้ต่อเนื่อง จับให้มั่น คั้นให้อยู่ เรากำลังฝึกอยู่นะลูก ฝึกซ้ำ ๆ เราทำถูกแล้วเหลือแต่ทำให้มันคล่อง ๆ

เราในที่นี้มีบุญมาก แล้วเราก็มีบุญเพียงพอที่จะฝึกให้ถูกวิธี ให้คล่อง ให้ชำนาญ ทำบ่อย ๆ เรากำลังฝึกอยู่นะลูกนะ แล้วเราก็ทำได้มาระดับหนึ่งแล้ว อย่าไปขัดใจที่ยังไม่ต่อเนื่อง เราฝึกได้ อย่าไปกังวล แม้รอบนี้ยังไม่สมบูรณ์ รอบหน้าเอาใหม่ เอาให้ได้ หลวงพ่อให้เวลาเต็มที่ ทำสบาย ๆ ได้ไหม เราต้องดึงศักยภาพในตัวเราออกมาให้มากที่สุด

ทำใจง่าย ๆ สบาย ๆ อย่าไปตั้งใจมาก ถ้าทำง่าย ๆ สบาย ๆ เดี๋ยวใจจะขยายเอง เหมือนดอกไม้ที่บาน ซึ่งจะบานขยายเอง ใจใส สะอาด บริสุทธิ์ ถ้าเราละเอียดจะส่งผ่านเข้าไปข้างในได้

ให้ลูกดีใจที่มาในช่วงที่หลวงพ่อแข็งแรง หลวงพ่อมาตอนทุ่งนาฟ้าโล่ง หลวงพ่อก็ต้องมาสร้างวัด สร้างโบสถ์ สร้างจนเต็มพื้นที่ ลูกมาตอนที่เต็มพื้นที่แล้ว มาในช่วงสร้างวัดเสร็จแล้ว และมาในช่วงที่ลูกยังแข็งแรง ให้ลุยไป ยังมีอะไรน่าศึกษาอีกเยอะ มุ่งเข้าสู่ข้างในอย่างเดียว ลุยอย่างเดียวนะลูก

ใจต้องนิ่งแน่น มีความสุข ให้ไปเริ่มต้นที่ความสุขก่อน ข้างในลุ้น บีบ เค้นไม่ได้ ให้มีแต่ความสุข ตลอดเส้นทางสายกลางไปสู่นิพพาน เป็นเส้นทางแห่งความสุข ไม่สุขไม่ใช่ เส้นทางสู่ที่สุดแห่งธรรมไปไกลกว่า สุขยิ่งกว่าเส้นทางนี้อีก ต้องสุขเพิ่มขึ้นตลอดเส้นทาง ถ้าไม่สุขไม่ใช่ ยากไม่ใช่ สุขน้อยไม่ใช่ สุขเท่าเดิมก็ไม่ใช่

ให้ทำง่าย ๆ และมีความสุข กด ดัน ตั้งใจมาก ไม่มั่นใจ ต้องไม่มีเลย มันใช้ไม่ได้ มากไปก็ไม่ได้ น้อยไปก็ไม่ได้ ต้องพอดี ๆ ให้ลูกฝึกซ้ำ ๆ ๆ ต้องไม่ติดอะไรเลย เป็นตัววัดใจของเรา ลูกต้องฝึกให้ละเอียด ให้เคลื่อนเข้าไปเองอย่างเร็วแรง จะเคลื่อนเข้าไปได้ต้องไม่มีอะไรเป็นเครื่องเหนี่ยวรั้งใจ ฝึกซ้ำ ๆ ๆ เดี๋ยวจะดีขึ้นเรื่อย ๆ นะลูกนะ



สองจุดเดียวกัน

(นั่งสมาธิ) นิ่งในนิ่ง นิ่งในนิ่ง เข้าไป นิ่งในนิ่งเข้าไปเรื่อย ๆ ถ้าเรานิ่งแน่นจริง ๆ เดี๋ยวก็จะเห็นองค์พระ ชัด ใส สว่าง นิ่งในนิ่ง พอถูกส่วนจะเร็วแรง ถ้าเราละเอียดทัน ๆ กัน จะเร็วแรง ไปได้เร็วมาก แรงมาก ไกลมาก นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ ปล่อยไปอย่างสบาย ๆ ต้องเป็นไปเอง นิ่งแน่นมันจะหลุดเข้าไปภายในเลย มันจะหลุดจากหยาบเข้าไปเลย มีความสุข ความบริสุทธิ์เพิ่มขึ้น

ถ้าทำจนชำนาญ พอหลับตา มันก็จะไปต่อตรงจุดที่เราเคยทำได้ละเอียด แม้มีภารกิจหยาบก็ตาม พอหลับตาก็ไปถึงตรงนั้นได้เลย จุด start กับจุดทำงานเป็นจุดเดียวกัน กายหยาบเป็นเพียงทางผ่านให้เราเข้าไปสู่ภายใน จะเห็นได้ชัดแบบไม่ใช่แค่ความรู้สึกว่าเห็น แต่จะรู้แจ้งจากการเห็นแจ้ง จักขุ ญาณ ปัญญา วิชชา แสงสว่าง

ถ้าลูกได้ศึกษาวิชชาธรรมกาย ได้เข้าสู่สมรภูมิภายใน จะมีปีติและภาคภูมิใจมาหล่อเลี้ยงตลอด ว่าคนอย่างเราก็ทำได้ มีความภาคภูมิใจด้วยตัวของเราเอง ความพยายามหรือฝืนจะไม่มีเลย จะมีความสุขความบริสุทธิ์เพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ ภูมิใจในการเป็นนักรบแห่งกองทัพธรรม ให้ลูกตระหนักตรงนี้ให้ดี มุ่งมั่น ฝึกฝน ไม่ประมาท ตอนนี้ก็ฝึกได้ละเอียดดีในระดับหนึ่งแล้ว ให้ทำซ้ำ ๆ ให้ละเอียดกว่านี้อีกมาก ๆ

ปล่อยไปเลยอย่างสบาย ๆ ทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ให้หลับตาแล้วเข้าไปจุดที่ละเอียดล่าสุดที่เคยทำได้ ลูกต้องฝึกแบบไม่มีรอบ ให้ประคองความละเอียด พอเข้ามาในรอบก็ให้ต่อจุดที่ละเอียดล่าสุดไปได้เลย

ให้ทุกคนพัฒนาความละเอียดจนสามารถเห็นชัดเท่าลืมตาเห็น ฝึกให้ได้ตลอดเวลากันทุก ๆ คนเลย อย่าลืมนะ ถ้าใจนิ่งภาพภายในจะเคลื่อนเข้าไปอย่างสบาย ๆ แต่ถ้าเราไปเน้น ภาพภายในจะไม่เคลื่อนไหวและไม่มีความสุข

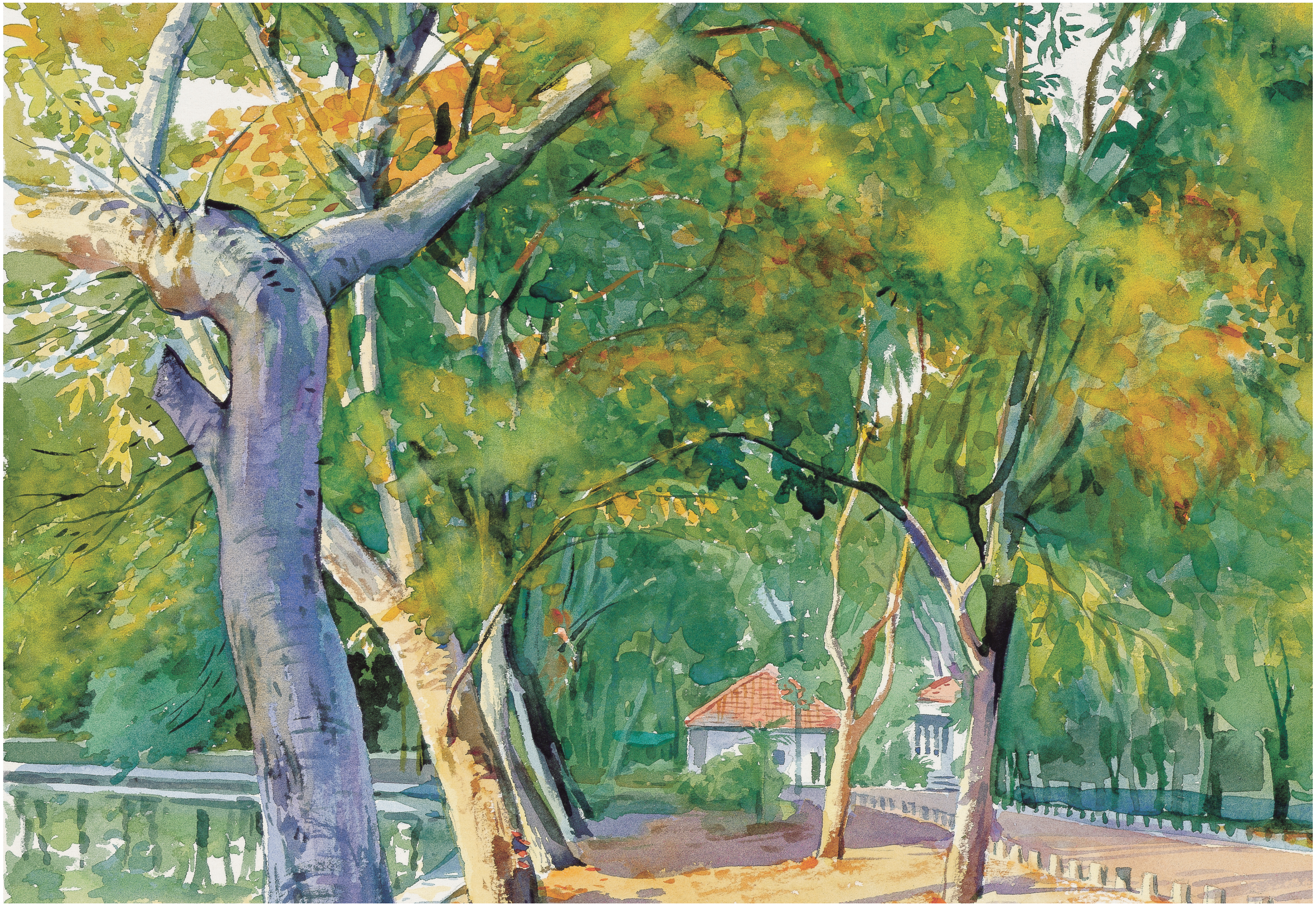
พระเดชพระคุณหลวงปู่ฯ ท่านกล้ายืนยัน ว่าเส้นทางมรรคผลนิพพานเป็นอย่างนี้ ผิดจากนี้ไม่ใช่ แสดงว่าต้องมีหนึ่งเดียว ผิดจากนี้ไม่ใช่ ท่านกล้ายืนยันขนาดนั้น แสดงว่าท่านต้องเห็นหนึ่งเดียว ไม่ใช่เห็นแบบอาจจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ หรือไม่ก็เห็นเขาบอกว่าจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ หรือตามตำราว่าอย่างนั้นอย่างนี้

อย่าให้มีอะไรเหนี่ยวรั้ง ง่าย ๆ สบาย ๆ นิ่งเข้าไปในกลางองค์พระที่ใสสว่างใหญ่โต ถ้าเราละเอียด นิ่งแน่น ให้ถึงจุดที่เราไม่ขาดแสงสว่างเลยทั้งกลางวันและกลางคืน ทั้งลืมตาหลับตา นั่งนอนยืนเดิน ไม่ขาดการเห็นภาพภายในเลย ไม่ขาดพระรัตนตรัยภายใน เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับพระรัตนตรัย เห็นพระธรรมกายต่อเนื่องไปเลยทั้งวันทั้งคืน ให้เราสวมหัวใจ **“นักสู้”** เหมือนคุณยายฯ* สมัยนั้นลูกต้องละเอียดทั้งวันทั้งคืน ต้องเป็นนักสู้อย่างถูกหลักวิชชา ต้องง่าย ๆ สบาย ๆ ละเอียดตลอดเวลา

เรื่องอัศจรรย์มีอยู่แล้วภายใน แต่ลูกต้องละเอียดเข้าไปให้ถึงจุดภายในนั้นให้ได้ ทำทั้งวันทั้งคืน ให้จดจ่อ เราทำได้อย่างสบาย ๆ ง่าย ๆ ความอัศจรรย์จึงจะเกิดขึ้น ต้องทำกันทั้งวันทั้งคืน

ให้ลูกทุกคนมีใจที่ตั้งมั่น มุ่งมั่น แน่วแน่ ไม่ประมาท พรรษานี้เราต้องเข้าสมรภูมิกันให้ได้ ฝึกให้หนักอย่างถูกหลักวิชชา ทิ้งชีวิตไปเลย อย่าไปสนใจเรื่องไร้สาระกะโหลกกะลา ทิ้งชีวิตเข้าไปสู่ภายใน ให้มีแต่ศูนย์กลางกาย ทิ้งชีวิตไปเลย ชีวิตคือการเข้ากลาง ตรงนี้สำคัญนะลูกนะ ต้องเป็นนักสู้ให้ได้เหมือนคุณยายฯ นะลูก

* คุณยายอาจารย์มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง ผู้ให้กำเนิดวัดพระธรรมกาย



นอกเรียบง่าย ในไม่ซับซ้อน

(นั่งสมาธิ) หลับตารวมใจ นิ่งเข้าไปในกลางของกลางอย่างสบาย ๆ สิ่งที่พญามารกลัว คือ มนุษย์ที่มีใจติดที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ เราห่างเหินศูนย์กลางกายมานาน ลูกนั่งนิ่ง ๆ อย่างเดียว เดี๋ยวจะได้เข้าไปข้างในได้ละเอียด ๆ

ในสมัยพระเดชพระคุณหลวงปู่ฯ ผู้ที่จะเข้าโรงงานทำวิชชาอย่างน้อยต้องได้อย่างคุณยายฯ คือ ไปช่วยพ่อในนรกได้ สมัยยุคนั้นสิ่งแวดล้อมข้างนอกเป็นสวน พระมีระเบียบวินัย เสนาสนะจะตามสะดวก จะอยู่ตรงไหนก็ได้ หาไม้มาก่อกุฏิรังนก หาไม้จากโกดังเก็บศพ ใจมุ่งเข้าไปข้างใน ใจไม่ติดอะไรเลย

ถ้ามาเทียบกับเรานะ เรามีสิ่งแวดล้อมที่ดี มีน้ำตก มีต้นไม้ที่ร่มรื่น อาหารในยุคของพระเดชพระคุณหลวงปู่ฯ ในช่วงสงคราม ฉันแต่ข้าวต้ม เต้าหู้ยี้ ไม่ใช่แค่เป็นสัปดาห์ หรือเป็นเดือน เป็นปี แต่เป็นหลาย ๆ ปี และก็ฉันมะละกอดอง เทียบกับของเราสบายกว่ายุคของพระเดชพระคุณหลวงปู่ฯ เยอะมาก

ลูกต้องพัฒนาตัวเราเองให้นิ่งแน่นเข้าไปเรื่อย ๆ ลูกต้องสอนตัวเอง ใช้วันเวลาให้คุ้มค่า ให้เกิดประโยชน์ ที่หลวงพ่อเอามาเล่าให้ฟังเพราะเราจะได้รู้ว่าสมัยก่อนเขาฝึกกันอย่างไร และตอนนี้สังขารของหลวงพ่อก็ไม่เหมือนเดิมแล้ว

วิชชาธรรมกายต้องเห็นแจ้งรู้แจ้ง ถ้าไม่เห็นก็ไม่รู้ ไม่รู้ก็ไม่หายสงสัย อย่าลืมนะ เพราะฉะนั้น ต้องเห็นอย่างเดียว ถ้าไม่เห็นดวงธรรม ไม่เห็นองค์พระจะศึกษาวิชชาธรรมกายไม่ได้ ฝึกให้เห็นให้ได้นะลูก

ตอนนี้เรายังไม่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระก็ไม่เป็นไร ฝึกสบาย ๆ ตั้งใจฝึกฝนใจให้หยุดนิ่งเหมือนปั้นหุ่นดิน เหมือนปั้นพระ ต้องทุบดินก่อนค่อยพอกดิน ตอนนี้ถือว่าดีขึ้นเยอะ กว่าจะตบแต่งให้เป็นก็ต้องเรียบง่ายไม่ซับซ้อน

ใจต้องไม่ซับซ้อน ใจต้องเรียบง่าย มีชีวิตเรียบง่าย ข้างนอกเรียบง่าย ข้างในก็เรียบง่าย ชีวิตพระจึงเป็นชีวิตที่เรียบง่าย เพื่อเข้าสู่ภายในที่เรียบง่ายเข้าไปอีก หลวงพ่อใช้คำว่า ง่าย ๆ สบาย ๆ ให้ดูธรรมดาเหมือนเด็ก ๆ ดูเรียบง่ายใจ innocent

นิ่ง ๆ สบาย ๆ ดูดวงสว่าง ๆ แบบรวม ๆ ให้ใจหลวม ๆ ใจเกลี้ยง ๆ ให้ใจเกลี้ยงจริง ๆ ปลอดจากความคิด มีแต่ดวงธรรม มีองค์พระ ดูเฉย ๆ ดูสบาย ๆ เพลิน ๆ ไปเรื่อย ๆ ไม่ต้องปรุงแต่ง มีอะไรให้ดูก็ดูไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ ถ้าไม่สบายก็จะชะงักหยุดอยู่ตรงนั้น ต้องปรับให้สบายถึงไปต่อได้ เหมือนขับรถเร็ว ๆ หยุดก็ชะงัก มันต้องสบาย ๆ เส้นทางผู้มีบุญมันต้องสบาย ๆ

ลูกนั่งให้ยาวตลอดทั้งรอบเลยนะลูก เราจะได้ใช้เวลาคุ้มค่า นั่งได้ครบรอบจะได้ไม่ขาดทุน ถ้าเราได้ครึ่งเสียครึ่งก็ขาดทุน นั่งสมาธิ ๑ ชั่วโมง เราได้ครึ่งชั่วโมงอย่างนี้ขาดทุน แต่ถ้า ๑ ชั่วโมง เรานั่งยาวได้ตลอดต่อเนื่อง ขนาดหมดรอบไปยังประคองธรรมะต่อไปอีก อย่างนี้ได้กำไรเพิ่มมากขึ้นไปเรื่อย ๆ ตั้งใจกันนะลูก



ต้องง่าย ต้องสบาย ตามสูตร

(นั่งสมาธิ) ปรับให้ง่าย ๆ ให้สบาย ๆ ใจเย็น ๆ เราทำได้ดี ได้ถูกต้องในระดับหนึ่งแล้ว ปรับให้สบาย ๆ ให้ไปจนถึงจุดที่ปลอดความคิด เดี๋ยวภาพภายในจะชัดขึ้นมาเอง จะไปเน้นหรือจะไปอะไรก็ไม่ได้

ปรับทำใจเย็น ๆ เบา ๆ ให้ใจผ่อนคลาย ให้ใจนุ่มนวลเบา ๆ ตั้งใจฝึกซ้ำ ๆ ช้า ๆ ชัด ๆ ให้ละเอียด ที่พูดมาหลวงพ่อก็มาย้ำสิ่งเดิม ๆ อย่าลืมนะลูกนะ ที่พูดนี่ เนื้อ ๆ ทั้งนั้น ฝึกซ้ำ ๆ ทำซ้ำ ๆ เพราะมันหนีจากนี้ไปไม่ได้ ที่คล่องแล้วก็อย่าประมาท การเห็นภาพภายในก็จะเห็นได้ชัด กว้างไกล แจ่มแจ้งขึ้น มันไม่มีอะไรใหม่ ต้องช้า ๆ ชัด ๆ มันจะได้ไปเป็นองค์พระได้ นิ่งสนิทได้มากขึ้นกว่าเดิม ถ้าเป็นองค์พระแล้วอะไรก็ง่าย

เพราะฉะนั้นลูกต้องฝึกให้เข้มจะได้เห็นดวงธรรม เห็นองค์พระกันทุกคน ใจต้องมุ่งมั่นนะลูก ฝึกให้คล่องเลย ให้ชำนาญ ให้เป็นจริง ๆ ให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกับองค์พระภายใน ถ้าเป็นได้เราจะหายสงสัย หายเคลือบแคลง ต้องเป็นจริง ๆ นะ ต้องแจ่มแจ้ง ต้องนิ่งนุ่ม เบาสบาย และมีความสุข ถ้าความสุขมันเพิ่มขึ้นไป ก็ให้ฝึกใจให้นุ่มนวลอย่างเดียว นุ่มนวล นิ่งแน่น นุ่มนวล สบาย ๆ แม้จะยังเห็นองค์พระไม่ชัดก็ไม่เป็นไร ลูกต้องสังเกตดูข้อแตกต่าง ที่เห็นไม่ชัดเป็นเพราะใจเรากังวล ไปเค้นภาพ ไม่มั่นใจ หรือว่าคิดนำ กังวลว่าที่เราเห็นใช่หรือไม่ใช่ แสดงว่าตรงนี้เรายังไม่นิ่ง แก้ได้โดยดูเฉย ๆ ดูองค์พระเฉย ๆ

ต้องง่าย ๆ ไม่ง่ายก็ไม่ได้ ต้องสบาย ๆ ไม่สบายก็ไม่ได้ ต้องผ่อนคลาย ไม่ผ่อนคลายก็ไม่ได้ ดูเฉย ๆ อย่าไปเค้น อย่าไปเน้น ผิดจากนี้ก็ไม่ได้ สูตรสำเร็จคือต้องง่าย ต้องสบาย นุ่ม ๆ เบา ๆ ไปเค้นไปเน้นก็ไม่ได้ ประคองมากไปก็ไม่ได้ ให้ดีไปกว่านี้ก็ไม่ได้ ไม่เหมือนทางโลกต้องเค้นต้องเน้น ส่วนทางธรรมให้ทำเฉย ๆ นิ่ง ๆ เฉย ๆ ต้องง่าย ต้องสบาย ตามสูตร ทำวันนี้ก็ได้วันนี้ ถ้าพอดีจะเป็นอย่างนี้ เป็นไปตามมิเตอร์ มีความสุขและความบริสุทธิ์ต้องมาพร้อมกัน

เราเริ่มต้นให้ถูกต้อง ถ้าถูกตามสูตรตรงนี้ไม่ช้าหรอกลูก ตรงนี้เอาให้มันได้ ให้สมบูรณ์ นิ่งต้องสุข เดี๋ยวดึงดูดไปสู่ภายในเอง ภายในดึงดูดเอาเข้าไปให้เห็นองค์พระ แปลว่า พระธรรมกายยอมเอาเราเข้าไปเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับท่านแล้ว ให้ทำเบา ๆ สบาย ๆ แตะอย่างแผ่วเบา ปล่อยให้นิ่งนุ่มมีความสุข ปล่อยไปให้สุด เพราะว่าดวงธรรม องค์พระมีอยู่แล้วภายใน ลูกทำได้สิ เดี๋ยวก็ได้กันทุกคนเลย



เหลาใจ ไม่คิดเค้น

(นั่งสมาธิ) ให้ปรับร่างกายให้ผ่อนคลาย สบาย ปรับทุกส่วนให้สบาย แตะ ๆ แตะนิด ๆ เหลาใจในจุดที่ชอบ อย่าใจร้อน ให้ใจเย็น ๆ เบา ๆ นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ ดูดวงใส ๆ องค์พระใส ๆ ในดวงมีองค์พระ ดูไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ

เราไม่มีทางเลือก ต้องเห็นธรรมะอย่างเดียวนะ จะได้มีที่พึ่งให้กับตัวของเราเอง หลวงพ่อจึงมาจับมิเตอร์เป็นหลัก มีความสุข ความบริสุทธิ์ ฝึกซ้ำ ๆ ตลอดเวลา ทำให้ถูกหลักวิชชา ไม่ช้าหรอกลูก ถ้าถูกหลักวิชชาจะเร็ว ถ้าถูกบ้างไม่ถูกบ้างจะช้า เราต้องขวนขวายเพื่อตัวเราเอง

สมัยพระเดชพระคุณหลวงปู่ฯ ท่านถามในโรงงานทำวิชชาว่า **“ทำวิชชาไปเพื่ออะไร”** ท่านถามหลายคน พอมาถึงคุณยายฯ **“ลูกจันทร์ทำวิชชาไปทำไมวะ”** คุณยายตอบว่า **“ลูกทำเพื่อช่วยตัวเอง”** เราเรียนธรรมะเพื่อตัวของเราเอง อย่างนี้เป็นหลักมันไม่มีทางเลือก นอกห้องในห้องต้องตรึกตลอด ทำจนกว่าเราจะชำนาญ มีความสุขทั้งในรอบนอกรอบ ในรอบทำให้มีความสุขตลอด มั่นใจในประสบการณ์ ให้ไปถึงจุดที่เราหายสงสัย เรามาถูกทางแล้ว เราทำได้ จริง ๆ เราทำได้ดีมากในระดับหนึ่งแล้ว ให้ทำซ้ำ ๆ ต้องง่าย ๆ สบาย ๆ เพื่อที่เราจะได้หยุดนิ่งอย่างสมบูรณ์ เห็นดวงธรรม เห็นองค์พระ ชัดใสสว่าง อย่างสมบูรณ์

พอเราจับอารมณ์ได้จริง ๆ ก็จะง่ายมากขึ้น ทำให้ได้ตามมิเตอร์ คือ สุข บริสุทธิ์ ชัด ใส สว่าง ง่าย กับเหลาใจ อันไหนสบายใจให้ทำตรงนั้นก่อน ซึ่งแต่ละคนก็ไม่เหมือนกัน ถ้าเกิดคิดกับเค้นก็หาที่เหลาใจ พอใจสบายก็เอาใหม่

ลูกอย่าไปท้อและก็อย่าประมาท ให้ขวนขวายตลอดเวลา นี่สำคัญ ทำได้จริง เราก็รู้ได้จริง จะเห็นแตกต่างจากได้ไม่จริง ถึงตรงนั้นจะง่าย อะไรก็ง่าย ลูกอย่าเอาใจไปไว้ที่ไหน เอาใจอยู่แต่ภายใน แหล่งที่ดีที่สุดตรงนี้ หลวงพ่อจัดให้สัปปายะทุกอย่าง ไม่มีสิ่งเร้าต่าง ๆ ภายนอก เหลือแต่ปรับให้ไม่เน้น ให้เป็นไปตามมิเตอร์นะ ให้ใจลูกจดจ่อ รักษาอารมณ์สบาย สังเกตว่าติดตรงไหนแล้วปรับปรุงแก้ไข จะดีขึ้นอย่างที่เราไม่รู้ตัว เราก็ทำความเพียร หาเวลาปลีกวิเวก เอาให้ได้จริง ๆ ก็ทำได้เดี๋ยวจะดี แต่ก็ต้องให้ได้ตามสูตร ทำให้ถูกหลักวิชชา มันก็ง่าย ๆ สบาย ๆ ผิดจากนี้ไม่ได้ จะไปเคร่งเครียดก็ไม่ได้ พอถูกต้องถูกส่วน อะไรก็ยั้งไม่อยู่

เราทำดีมาในระดับหนึ่งแล้ว ให้นิ่งอย่างเดียว เราเกิดมาเพื่อการนี้ เดี๋ยวเราก็ทำได้ ไม่ยากหรอก เพราะเราเคยผ่านความยากมาแล้ว บางทีเผลอโดยเจตนา บางทีโดยไม่เจตนา คือ เค้นกับคิดโดยไม่รู้ตัว เกิดความประมาท ซึ่งตอนนี้เราก็แก้ไขดีขึ้นมาตั้งเยอะแล้ว ฝึกทำเบา ๆ สบาย ๆ อย่าไปตั้งใจมาก ดูช้า ๆ ชัด ๆ ทำซ้ำ ๆ เอาให้ได้นะลูก



ไม่ประมาทและมุ่งมั่น

(นั่งสมาธิ) ให้เริ่มต้นจากจุดที่เราพึงพอใจ ใจใส ๆ เย็น ๆ นิ่งในนิ่ง นุ่มในนุ่ม อย่างเบา ๆ สบาย ๆ ใสทั้งดวงธรรม ทั้งองค์พระ ใสในใสไปเรื่อย ๆ นิ่งไปเรื่อย ๆ

ให้เรามี ๒ สิ่งในใจ คือ

๑. ไม่ประมาท

๒. มีความมุ่งมั่น

ให้มีโนปณิธานที่จะศึกษาวิชชาธรรมกาย จะไปปราบมารมีอยู่ในใจตลอดเวลา ถ้ามี ๒ สิ่งนี้ในใจ ความรักในการประคองใจให้ใสก็จะเกิดขึ้น จะเกิดฉันทะ วิริยะ อย่างอื่นก็ตามมา

เมื่อลูกไม่ประมาทและมีความมุ่งมั่นเกิดขึ้นในใจแล้ว การฝึกฝนและพัฒนาก็จะเกิดตามมา ความขวนขวาย ความตั้งใจ การฝึกฝนพัฒนาตัวของเรามันก็จะเกิดขึ้นเอง จะเอาใจใส่ตัวเอง ทำเพราะใจรัก มีฉันทะเกิดขึ้น เราอย่าประมาทว่าเราเคยทำละเอียดได้แล้ว จะทำเมื่อไรก็ได้ เพราะที่ผ่านมาเรายังทำไม่ได้ทุกรอบ

เมื่อลูกมีมโนปณิธานไปปราบมาร ลูกจะต้องไม่ประมาท ให้คลอเคลียนัวเนีย หมั่นประคองรักษาไว้ กว่าจะละเอียดมันยาก ต้องรักษาให้ดี ต้องทำอย่างคุณยายฯ ท่านรักษาความละเอียดตลอดเวลา ให้เราประคองใจให้ละเอียด ต้องรวมใจหยุดนิ่งไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ ล็อกจุดเล็กใส เข้ากลางองค์พระ รักษาองค์พระให้ได้ตลอดเวลา

ลูกต้องสังเกตดูนะ วันไหนที่เรานั่งได้ดี นั่งได้ละเอียดเราทำอย่างไร เราก็ทำแบบนั้น ตรงไหนที่เราเคยผ่านมา ดูว่าเราเคยทำอย่างไร แล้วก็ย้อนกลับไปตรงนั้นให้ได้ ให้ตั้งใจ หมั่นประคองใจ ให้กลับไปสู่จุดที่ดีที่สุดที่เคยทำได้ ก่อนจะได้เราก็ต้องประคองเหมือนเด็กอ่อน แล้วต่อไปเราจะทำได้ ต้องหมั่นสังเกตดูเอาเองนะลูก เรารู้เส้นทางแล้ว เดี๋ยวก็ได้ สังเกตว่าเราตั้งใจมากจนเกินไปหรือหย่อนเกินไป ที่หลวงพ่อถามก็เพื่อเราจะได้ปรับ เอาตรงนี้ให้ได้กันทุกคนนะลูก

“อย่าฝืนประสบการณ์ภายใน” พวกเราจำนะ ปล่อยให้มันเป็นไปเอง ลูกตั้งใจฝึกใจให้หยุดนิ่ง เห็นดวงธรรม เห็นองค์พระ ชัด ใส สว่าง ถ้าเรายังเห็นดวงธรรมเห็นองค์พระไม่ชัด ก็ยังศึกษาวิชชาธรรมกายไม่ได้นะลูก

ให้ใจใส ๆ เกลี้ยง ๆ ต้องบริสุทธิ์จริง ๆ บริสุทธิ์ผุดผ่องจนเรายอมรับว่าเราสะอาดบริสุทธิ์ ซึ่งต้องปรับทั้งหยาบและละเอียด หยาบ ๆ เราก็ต้องประคองความบริสุทธิ์ไว้ ให้เรานิ่งเข้าไปภายใน ให้ความบริสุทธิ์ภายในแผ่ขยายออกมาสู่ภายนอก เพราะใจเราไม่ติดอะไรเลย เข้าไปตามสภาวธรรมที่ละเอียดเพิ่มขึ้นไปเรื่อย ๆ ประคองให้ดีนะลูก



หวงแหนความสุขไว้

(นั่งสมาธิ) ทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว ผ่านดวงธรรม ผ่านกายภายในที่จะพาเราเข้าไปอย่างง่าย ๆ สบาย ๆ วางใจนิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ อย่าไปตั้งใจมาก ให้สังเกตความสุข ผ่านกลางองค์พระ อธิษฐานให้เราได้ศึกษาวิชชาธรรมกาย ให้รู้ญาณแม่นยำ ถูกต้องร่องรอย ตรงไปตามความเป็นจริงทุกประการอย่างสะดวกสบาย

ลูกต้องอยู่กับธรรมะภายในให้ได้ตลอดเวลา ตอนนี้นิ่งกันได้ดีขึ้น เหลือแต่ต้องทำให้ได้ตลอดเวลา ต้องขยับ ไม่ต้องขยักไว้ ต้องตลอดเวลากันให้ได้ เอาให้ชัด เห็นองค์พระชัดยิ่งกว่าชัด ให้ได้ตลอดเวลา

ถ้ามีความสุขจริง ๆ มันจะไม่หลุด เพราะเป็นสิ่งที่เราชอบไม่ใช่หรือ ต้องหวงแหนเอาไว้ ต้องอยู่กับความสุข หลวงพ่อไม่เข้าใจว่า ในเมื่อมีความสุขแล้วทำไมถึงปล่อยให้หลุดไปได้ เพราะคนทุกคนล้วนแล้วแต่ต้องการความสุข เพราะถ้าหลุดจากความสุขก็เจอความทุกข์ ต้องแปะติดความสุขเอาไว้ ถ้าสุขจะติดกี๊กเลย

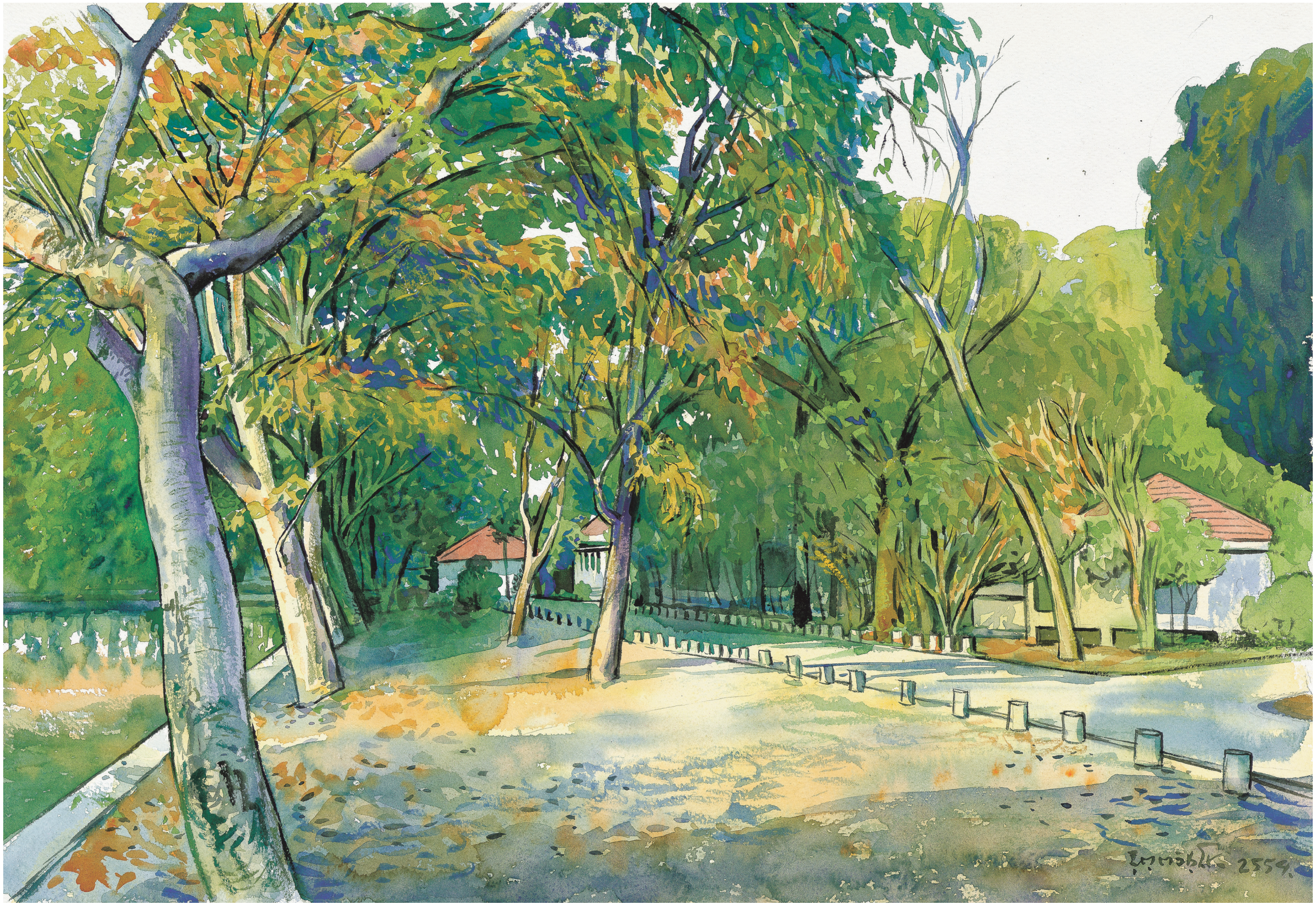
นั่งนิ่ง ๆ สบาย ๆ อย่าลุ้น อย่าตั้งใจมากจนเกินไป เราทำดีมาในระดับหนึ่งแล้ว ให้เราสังเกตว่ากว่าจะไปจุดที่ดีที่สุดของเราเป็นอย่างไร ให้เราปรารภเหตุที่ทำธรรมะของเราไปสู่จุดที่ดีที่สุด แล้วเอาจุดนี้เพื่อก้าวไปสู่จุดที่ดียิ่งไปกว่านี้อีก ให้ใจหยุดนิ่งแน่น นุ่มนวล ต้องอยู่ในจุดที่เรามีความสุข ความบริสุทธิ์ที่สุด

ถ้าเรารักที่จะศึกษาวิชชาธรรมกาย เราต้องมุ่งมั่น หมั่นฝึกฝน หมั่นสังเกตปรับปรุง วันนี้วันคล้ายวันเกิดคุณยายฯ ให้นึกถึงท่าน แล้วกราบอาราธนาขอบารมีธรรมของท่านให้เราเข้าไปถึงจุดที่ไปรู้เห็นวิชชาธรรมกายเช่นเดียวกับท่าน ให้เรารู้ถูกเห็นถูก อย่างถูกต้องร่องรอย ตรงไปตามความเป็นจริง อย่างง่าย ๆ สบาย ๆ วันนี้ทำความเพียร และอธิษฐานจิตขอบารมีคุณยายฯ เอาให้ได้ภายในวันนี้เลย

ถ้าลูกไม่ติดอะไรเลย จะหลุดจากกายหยาบเข้าไปข้างใน จะเคลื่อนเข้าไปทั้งตัวอย่างต่อเนื่อง อย่างเร็วแรงไปเองเลย หลุดจากกายหยาบเหมือนกายหยาบเป็นทางผ่านเข้าไปข้างใน จะทำได้ต้องไม่ติดอะไรเลยจริง ๆ ติดนิดเดียวก็ไม่ได้ ต้องปล่อยวางทุกสิ่ง ปล่อยหลุดปล่อยพ้นเข้าไปภายในอย่างสบาย ๆ

วางใจให้หยุดนิ่ง นุ่ม เบาสบาย ทำใจให้ใส ๆ เกลี้ยง ๆ ชัด ใส สว่าง มีความสุข ความบริสุทธิ์ ชัด ใส สว่าง เข้ากลางคล่องว่องไว ใจมีพลัง อย่าไปตั้งใจมากนิ่ง ๆ สบาย ๆ ให้ผ่านเข้าไปในกลางองค์พระ นิ่งในนิ่ง กลางของกลาง นิ่งแน่น จะเข้าไปอย่างเร็วแรง ไปทั้งตัว หากลูกยังนิ่งแน่นไม่พอ ยังเคลื่อนเข้าไปไม่ได้ ก็ให้เข้ากลางองค์พระของเราไปก่อน ทำใจให้ละเอียด ต้องชัด ใส สว่าง ทุกดวงทุกกาย และต้องมีความสุข ความบริสุทธิ์

ให้ฝึกอย่างนี้ ทำซ้ำ ๆ ให้นิ่งแน่น นุ่มนวล ควรแก่การงาน เดี๋ยวก็จะเป็นไปเอง เดี๋ยวก็ได้ทุกคน อย่าไปกังวล อย่าไปท้อ เราฝึกมาขนาดนี้แล้ว นี่ก็ละเอียดดีขึ้นเรื่อย ๆ ลูกต้องทำให้ได้ตลอดเวลา ต้องขวนขวาย ดูว่าเราเอาจริงกันแค่ไหน เดี๋ยววันเดี๋ยวคืนผ่านไป ต้องเป็นนักสู้ เอาให้ได้นะลูกนะ



รัฐศาสตร์ภายใน

(นั่งสมาธิ) ให้ลูกทุกคนทำใจนิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ ใจเย็น ๆ อย่าไปตั้งใจมาก ให้ทำใจสบาย ๆ วางใจให้นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ ทำซ้ำ ๆ ให้นิ่งแน่นเข้าไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ พอสบายก็จะนิ่งแน่นมากขึ้น เมื่อนิ่งแน่นแล้วก็จะมีความสุขเกิดขึ้นภายใน มีความสุขจึงจะถูกหลักวิชชา มีความสุขในระดับที่ไม่ต้องการอะไรเลย วางใจนิ่ง นุ่ม เบา สบาย อย่างมีความสุข ต้องมีความสุขจึงจะใช่ สุขเพราะนิ่ง มันต้องไปด้วยกันนะลูก ถ้ายังไม่มีความสุขแสดงว่าลูกยังนิ่งแน่นไม่พอ

การที่จะนิ่งได้เพราะเราทิ้งทุกอย่าง ปล่อยวางทุกสิ่ง ทิ้งสิ่งที่ไม่เป็นสาระกะโหลกกะลา ทิ้งสิ่งที่รกรุงรังใจของเรา ทิ้งเพื่อที่เราจะมาศึกษาวิชชาธรรมกาย แล้วก็มุ่งเข้าไปสู่ภายใน ใจจะละเอียดขึ้นไปเรื่อย ๆ การเห็นภาพภายในจึงจะเกิดขึ้น เห็นอย่างมีความสุข อะไรจะประเสริฐเท่ากับการเห็นอย่างมีความสุข ประเสริฐแจ่มแจ้ง เห็นในสิ่งที่เราไม่เคยคิดว่าจะเห็น เห็นภาพภายในอย่างมีความสุข สนุกสนาน เห็นไปด้วยกัน ณ ตำแหน่งเดียวกันที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗

ให้มองตามภาพภายในไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ ดูภาพภายในอย่างสบาย ๆ ลูกฝึกทำไป ฝึกซ้ำ ๆ เดี๋ยวจะละเอียดขึ้น จะละเอียดทันกันเองนะ หมั่นประคองรักษาใจของเราให้ละเอียด อย่าให้ใจของเราหลุดออกจากศูนย์กลางกายนะลูก เดี๋ยวประสบการณ์ภายในจะดีขึ้นมาเอง และจะดีขึ้นไปเรื่อย ๆ

สิ่งที่ทำให้เราหลุดจากกระแสแห่งธรรม ก็มีแค่ ๒ อย่าง คือ ตั้งใจมากจนเกินไป กับไม่ตั้งใจ ให้ผ่า ๒ อันออก แล้วก็มุ่งดิ่งเข้าไปสู่ภายใน ใจต้องไม่ติดอะไรเลย ติดแต่ศูนย์กลางกายอย่างเดียว ให้มีความสุข บริสุทธิ์ มีความเป็นตัวของตัวเอง มีอิสรภาพ เป็นนักปกครองตัวเอง ดูแลตัวเองได้ แต่เดิมใจของเราอยากไปโน่นไปนี่ อยากทำนั่นอยากทำนี่ แปลว่า เรายังดูแลตนเองไม่ได้ ยังไม่เป็นนักปกครองตนเอง

“รัฐศาสตร์ภายใน” ปกครองกายนคร ให้ผู้อยู่ใต้โอวาท คือ “ตัวเรา” มีความสุข ร้องสุขตลอดเวลา มีเศรษฐกิจพอดี กินอยู่ใช้แต่พอดี เรารู้แหล่งแห่งความสุข แสดงว่าเป็นนักปกครองตัวเอง แม้เป็นเชลยก็เป็นเชลยกิตติมศักดิ์ ถึงยังไม่พ้นจากการเป็นบ่าวเป็นทาส แต่ก็ยังมีทางออก ดูแลตัวเองได้ หาความสุขได้ และเข้าไปสู่ความสุขภายในได้ เรากำลังจะเป็นอย่างนี้นะลูก ให้ดิ่งเข้าไปสู่ภายในไปเรื่อย ๆ ไปตามเส้นทางสายกลาง เส้นทางแห่งความสุข ความบริสุทธิ์ ทำอย่างมีความสุข ฝึกใจให้หยุดนิ่งไปเรื่อย ๆ นะลูก อย่าไปท้อกันนะ แม้หลวงพ่อไม่ได้มานั่งอยู่ด้วย ก็ให้เหมือนมีหลวงพ่อมานั่งอยู่ด้วยนะลูกนะ



มีกายภายในประดุจยาน

(นั่งสมาธิ) หลับตาลุยเลย รวมใจแว้บไปเลย ผ่านอย่างสบาย ๆ พอเราปล่อยทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่งคล่องแล้ว หยุดนิ่งอย่างเดียวก็แว้บเข้าไปในกลางอย่างสบาย ๆ ฝึกตรงนี้จนกว่าใจจะตั้งมั่น เข้าไปในกลางของกลางเข้าไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ กลางของกลางไปเรื่อย ๆ ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระ ให้ใสทั้งดวงธรรม ใสทั้งองค์พระ ใสบริสุทธิ์ เข้าไปเรื่อย ๆ อย่างสบาย ๆ

ต้องทำกายภายในประดุจยาน ถ้าใจเราละเอียดเป็นหนึ่งเดียวกับองค์พระศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ มีกายประดุจยานแล้ว จะไปไหนก็ได้ นิ่งแน่นมากขึ้น ใจนิ่งแน่น สว่าง บริสุทธิ์เพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ทำอย่างนี้ซ้ำ ๆ ๆ จนกระทั่งใจพร้อม ถ้าพร้อมอะไรก็ง่าย ถ้าพร้อมตรงตามสูตร ตามมิเตอร์ มีความสุข มีความบริสุทธิ์ ฝึกไปเรื่อย ๆ มันต้องสุขนะ ไม่อย่างนั้นมันไปไม่ได้

เราต้องฝึกให้แจ่มแจ้ง ให้คล่อง ๆ สบาย ๆ ก็จะง่าย ต้องชัด ต้องใส ต้องสว่างอย่างสบาย ๆ ชัดในชัด ใสในใส สว่าง ๆ ง่าย ๆ ตลอดเส้นทางสายกลาง ฝึกหยุดฝึกนิ่ง ผ่านดวงธรรม ผ่านกายภายใน ผ่านความละเอียดเข้าไปอย่างสบาย ๆ ถ้าเห็นได้ตลอดอะไรก็ง่าย เห็นได้ตลอดเพราะใจเรานิ่ง ก็เหลือแต่ให้มันนิ่งแน่น มันต้องนิ่งแน่น พอหลุดพลั้วะ! ปล่อยลงไปเลย มีสิ่งที่น่าศึกษาเรียนรู้อีกเยอะแยะ มันต้องเห็น ไม่เห็นไม่ได้ มันต้องเห็นถึงจะไปเรียนรู้ได้

อะไรมันจะสู้ความนิ่งได้ ก่อนนิ่งจะมีความสบาย สบาย ๆ แต่มันยังไม่สุข ถ้านิ่งแล้วจะมีความสุข นิ่ง ๆ สบาย ๆ สุข บริสุทธิ์ ถ้าใจบริสุทธิ์ปราศจากมลทิน จิตมันก็หลุด และถ้าเราบริสุทธิ์จะมีความรู้สึกว่าใจจะเกลี้ยง ต้องให้ถึงระดับที่กายเป็นทางผ่านเหมือนท่อน้ำอย่างนี้ ซึ่งหลวงพ่อรอคอยวันนั้นอยู่

ตัวเราจะผ่านองค์พระ พอถึงจุดหนึ่งจะมีความชัด จะมาพร้อมความสุข เป็นความชัดที่ยิ่งกว่าลืมตาเห็น ต้องนิ่งในนิ่งเข้าไปอีก ผ่านดวงธรรม ผ่านกายภายในผ่านองค์พระ ใจจะได้มีความสุข ความบริสุทธิ์ที่เพิ่มมากขึ้น

ให้ลูกวางใจเบา ๆ สบาย ๆ ใจนิ่งแน่น นุ่มนวล ภาพก็จะค่อย ๆ ชัดขึ้นมาเอง ต้องฝึกตรงนี้ซ้ำ ๆ จนกว่าจะเห็นชัดยิ่งกว่าลืมตาเห็น แปลว่าเรานิ่งแน่นมาก ๆ นิ่ง ๆ ๆ ติดเข้าไปเลย กายกับใจเป็นหนึ่งเดียว แปลว่าเรานิ่งแน่นพอ นิ่งแน่นนุ่มนวล ติดเข้าไปเรื่อย ๆ ก็จะทำได้ ใจติดทุกดวงธรรม ทุกกายภายใน ติดก็จะมีความชัดใสสว่างเกิดขึ้น ถึงจะทำงานภายในได้

นิ่ง ๆ ๆ นิ่งแน่น นุ่มนวล ใจต้องไม่ติดอะไรเลย ติดแต่ดวงธรรม ติดแต่กายภายใน ใจจะไม่ไปไหนเลย ไม่ไปนอกเรื่อง ติดตรงกลาง ติดกาย นิ่งเป็นหนึ่งเดียวกันเลย ทุกวันนี้ใจเรามันไม่มีคุณภาพ เพราะไม่ได้อยู่กับกาย ไม่อยู่กับเนื้อกับตัว อยู่นอกตัว เพราะใจไปติดเรื่องหยาบ ๆ ไปติดหยาบ คือ ใจมันเสื่อมคุณภาพ เสื่อมคุณค่าไป

ลูกก็ทำนิ่ง ๆ ผ่านดวงธรรม ผ่านองค์พระได้อย่างง่าย ๆ เข้าไป ฝึกทำซ้ำ ๆ ๆ ตลอด ทำได้ง่ายขึ้น ลูกฝึกตรงนี้ซ้ำ ๆ ๆ เดี๋ยวจะละเอียดไปเรื่อย ๆ หยุดในหยุดเข้าไปเรื่อย ๆ เดี๋ยวฝึกตรงนี้ให้คล่อง ๆ ฝึกซ้ำ ๆ ๆ ตอกย้ำซ้ำเดิมไปเรื่อย ๆ จนกระทั่งไปถึงจุดที่เร็วแรงเอง ทั้งเร็วแรง ทั้งเร็วทั้งแรง ก้าวกระโดดไปเลย

พอผ่านกลางองค์พระ ก็แว้บเข้ากลางกายองค์พระเข้าไป ถ้าไม่ได้ก็ฝึกจนกว่าจะได้ ถ้าได้แล้วก็ทำให้มั่นคงนิ่งแน่น มากเข้ามากเข้า อย่าไปตั้งใจมาก ทำอย่างสบาย ๆ พอเราละเอียดจะเห็นเป็นเรื่องเป็นราว เป็นภาพเลย ฝึกทำซ้ำ ๆ ๆ อย่างสบาย ๆ ถ้ารักที่จะศึกษาวิชชาธรรมกายจริง ๆ ลูกต้องขวนขวาย ตั้งใจนั่งธรรมะนะลูก



หลุมสว่าง

(นั่งสมาธิ) หลับตา ปล่อยใจนิ่ง ๆ ว่าง ๆ ไปก่อน ตอนนี้ข้างในเราโล่งกลวง นิ่งในนิ่ง นิ่งในนิ่ง เข้าไปเรื่อย ๆ ฝึกซ้ำ ๆ ๆ ให้คล่องให้ชำนาญ ให้แน่นในแน่น แน่นในแน่น นิ่งแน่น ปล่อยไม่ใช่ดัน ปรับให้ใจสบาย ๆ จะเห็นดวงธรรม เห็นองค์พระในองค์พระ

สะสมความนิ่ง ทำนิ่ง ๆ เฉย ๆ จริง ๆ มันต้องนิ่ง เฉยกับสุข ต้องอยู่คู่กัน ให้ฝึกให้หนักอย่างถูกหลักวิชชา ถ้าได้เฉยกับสุขก็สบาย ปล่อยอย่างสบาย ๆ ทิ้งทุกอย่าง วางทุกสิ่ง นิ่งอย่างเดียว คลายความผูกพันในทุกสิ่ง คน สัตว์ สิ่งของ นิ่ง ๆ นุ่ม ๆ เบา ๆ สบาย ๆ

ถ้ายังเห็นเป็นภาพนิ่งก็ไม่เป็นไร ให้ทำเฉย ๆ อย่างสบาย ๆ หรือถ้าเห็นเป็นภาพแทรก ภาพแซง ให้ทิ้งไปเลยนะลูกนะ อย่าไปเสียดาย แล้วกลับมาเริ่มต้นใหม่ ณ จุดที่เราทำได้ง่าย ๆ ก่อน แล้วค่อยเข้าไปใหม่ ทำอย่างนี้ไปเรื่อย ๆ เดี๋ยวก็ได้

ในช่วงต้นให้เราทำใจให้สบาย จะได้เข้ากลางองค์พระได้ง่าย ๆ นิ่งง่าย ๆ แต่ยังไม่เข้าข่ายความสุขนะ แค่สบาย กำลังปรับอยู่ ยังไม่มีความสุข ใหม่ ๆ ก็ตรึกตรึกจนสุขเข้ามาติด ทุก ๆ อิริยาบถ ใจก็จะติดอยู่ตรงกลางเองอย่างเป็นธรรมชาติ พอสุขก็สุขเลย ทำใจนิ่งเฉย ๆ จะเห็นชัด ถ้าดูแบบเพ่งจะละเอียดขึ้นมาทีละนิด แต่ถ้าดูเฉย ๆ จะละเอียดขึ้นมาเยอะ ๆ อย่าเพ่ง ดูธรรมดา เอาแบบผู้เห็นภัยในวัฏฏะ เห็นโทษภัยไม่เอาอะไรเลย อย่างนั้นแหละ จะเห็นได้เร็วทีเดียว ต้องเห็นภัยในวัฏสงสารเหมือนท่านโชติกเศรษฐี แม้มีสมบัติจักรพรรดิตักไม่พร่อง แต่เห็นภัยในวัฏฏะ เห็นแล้วเบื่อ อย่างนี้จะไม่อยากมีภัย อยากปลอดภัย อยากหาหลุมหลบภัย ซึ่งก็ต้องหาหลุมให้เจอ เราเรียก “หลุมสว่าง” ไม่ใช่หลุมดำในอวกาศ ถ้าทำได้อย่างนี้ลูกก็จะเห็นรายละเอียด

สิ่งที่อยู่ในหลุมสว่าง จะเห็นชัดเจนอยู่กลางกาย ถ้ามีความสุขยังไงก็ต้องเห็น เพราะภาพที่เห็นจะมาพร้อมความสุข ถ้าไม่มีความสุขยังไงก็ไม่เห็น

ต้องสุข บริสุทธิ์ ชัด ใส สว่าง จักขุ ญาณ ปัญญา วิชชา แสงสว่าง มาพร้อม ๆ กัน ตรงนี้เป็นหลักวิชชา ความสงสัยจะค่อย ๆ หายไป เพราะรู้แจ้งเห็นแจ้ง รู้ญาณแม่นยำ ถูกต้องร่องรอย ตรงไปตามความเป็นจริงทุกประการ

ให้ฝึกซ้ำ ๆ ให้หายสงสัยด้วยตัวของเราเองถึงจะใช้ได้ อย่าปล่อยใจของเราให้หยาบ ไปติดเรื่องราวของคน สัตว์ สิ่งของ ให้หลุดจากหยาบไปหาละเอียด ถ้าใครที่ละเอียดแล้ว ก็ให้ละเอียดยิ่ง ๆ ขึ้นไป ให้ละเอียดทัน ๆ กัน ให้เราภูมิใจและดีใจ ลูกมาถึงจุดนี้ได้ไม่ธรรมดา ไม่ใช่ง่าย ๆ มีบุญมาก ถ้าปล่อยทุกอย่างจริง ๆ จะเห็นอานิสงส์ที่ทำให้เราสุขบริสุทธิ์ ตอนนี้ก็ฝึกมาได้ดีในระดับหนึ่ง เหลืออีกนิดเดียวจะถึงเป้าหมายแล้ว

ลูกยังอยู่ในวัยที่แข็งแรง ต้องรีบชิงช่วงเอาให้ได้ตอนนี้นะลูก ต้องขวนขวายรีบฝึกให้ได้ ต้องไม่ติดอะไรเลย ใจต้องเกลี้ยง ๆ ต้องนิ่งแน่น ไม่ติดอะไรเลย แค่ไม่ติดอะไรที่เราเห็นอยู่รอบตัว เอาแค่รอบตัวเรานี่แหละ เห็นแล้วไม่ติดอะไรเลย ถึงจะไปติดภายในได้ ถ้าติดตรงไหนก็ไปอยู่ตรงนั้นแหละ จะได้ธรรมะต้องไม่ติดอะไรเลย ทำตรงนี้ให้ได้ก่อน

ลูกต้องหมั่นขวนขวายประกอบความเพียร อย่าท้อนะ ให้หมั่นฝึกฝน เหลืออีกนิดเดียวจะถึงแล้ว เรามาขนาดนี้แล้ว อย่าไปท้อ

รายนามเจ้าภาพร่วมอนุโมทนาบุญ

มหาปูชนียาจารย์ทุกท่าน
น้อมบูชาธรรมโดย

วัดพระธรรมกายแคลิฟอร์เนีย

พระครูสมุห์วิษณุ ปณฺญาทีโป

พระครูใบฎีกาอำนวยศักดิ์ มุนิสกฺโก

พระสุรสิทธิ์ สุรสิทฺโธ

พระไชยยศ ยสวโส และบุคลากร รุ่น ๑๕ ฟ้าฉ่ำบุญ

พระโอภาส ปณฺญาโภ-คุณเพ็ญแข วงศ์ศิริ และญาติมิตร

พระมหาอภิชาติ ฌานวโร และครอบครัวลักษณ์ธนากุล

พระสถาพร ญาณวโร และครอบครัววัฒนาศิรินุกุล

พระภิกษุ รุ่นที่ ๒๖ Twenty Six พลิกโลก

พระภิกษุ ปี ๒๕๕๔

ครอบครัวชัยเจริญสุข

ครอบครัวศรีศุภอักษร

คุณนันทพงศ์-คุณณัชฐานันตร์ จันทนา

คุณปราณี-คุณอารีย์-นพ.สุทธิศักดิ์ เรืองปราชญ์

คุณพรรณรดาพัชร เตชวิเศษวงศ์ และครอบครัว

คุณลักษณา ช่วงเปีย

คุณวิชญา ไตรวิเชียร

คุณศิวญา สรณาพิพัฒน์ และหลาน ๆ

คุณสันติ-คุณพิมพ์ใจ ทิสยากร

คุณอัมรา นาเมืองรักษ์

ทพ.มงคล แซ่ฉั่ว

นายแพทย์ธรรณวัฐ วัฒนาเศรษฐ์ และครอบครัว

กลุ่มธาตุธรรมสำเร็จเกินควรเกินคาดลูกพระธัมฯ

กลุ่มปฏิบัติธรรมบ้านเรือนแก้ว

คุณอภิชาติ-คุณนงกรณ์ จิวัจฉรานุกูล

บริษัท รุ่งศิลป์การพิมพ์ (๑๙๗๗) จำกัด

เจ้าภาพกิตติมศักดิ์

วัดพุทธตูลุส ประเทศฝรั่งเศส

กลุ่มบุญศักดิ์สิทธิ์อจินไตย พระกิตติพงศ์ สิริชโย
และโยมแม่ชนิดาภา กิ่งโพยม

พระประพุทธ พุทฺธิพโล
และ พล.อ.อาทิตย์-คุณพรสรร กำลังเอก

พระภิกษุ รุ่นที่ ๑๙

คุณมงคล-คุณเพ็ญแข ศิวะนันต์วงษ์ และครอบครัว

คุณ ken K. Ngaosivath และครอบครัว

คุณสมรัฐ เจียรวัฒกะ และอภิชา แดงจำรูญ

คุณจักรกฤษณ์ ทะรารัมย์

คุณแม่สุวรรณา-ทวีชัย-ทัศนีย์-พุทธธิดา-
พุทธภูมิ วังศรีมงคล

คุณชายทรรศิกา-คุณรัชดา-ด.ช.ศิวิชฌากร-
ด.ช.ศิวิชฌาฆร-ด.ญ.บุษยมาศ อัครธนสิน

คุณโชคชัย วลิตวรางค์กูร

คุณวรศรัณย์ มุกดา

คุณชิดพงษ์ กวีวรวุฒิ

คุณผดุง-ธันยรัตน์ ลายอักษร

นพ.สุทธิศักดิ์ เรืองปราชญ์ (หมอเบ๋า เหมารวย)

พล.อ.ต.ตะนัย-จินตนา-ดร.ลีลาวดี-บดินทร์-
ภูวดล-ภูมินทร์-นรินทร-บวรธรรม วัชโรบล

Naina Puekdang

เจ้าภาพอุปถัมภ์

มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย
พระชานนท์ อานนฺโท และครอบครัวพินิตตานนท์

มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย
พระภิกษุ รุ่นที่ ๒๑ “สำเร็จทุกอย่าง”

มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย
พระมหาณัฐชัย วรงฺกุโล และคณะญาติมิตร

มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย
พระวัชรินทร์ ปณฺฑิโต

พระมหาวิทย์ อคฺคชโย และคุณสดใส ต้นบุตร

พระเจต อธิมุตฺโต-พระทนุ ชยารกฺโข และครอบครัว

พระภูษิต ยุตฺตวิชฺโช

พระธรณิศ จารุวโส และคณะญาติมิตร

พระพิจิตร ปภากโร

พระพี่เลี้ยง และสามเณรวัดบ้านขุน

กองบุญสถาน

กองประสานงานชมรมพุทธศาสตร์สากล

ครอบครัวศศิศาสตร์

คุณกมล-คุณเอื้อมเดือน-ฐิติมน-กรกมล-
ธนกฤต-ภัทรวดี พรชัยทิพย์รัตน์

คุณกาญจนา-พลวัฒน์-จุฑาภัทร นัยโกวิท

คุณคมสันต์ ชุนเจริญ

คุณจันทรา โกมลสุรเดช และนภา แซ่ตั้ง

คุณจิ่น แซ่อุ่ย และทองอ่อน ไม้สนธิ์

คุณชาคริต แพวัฒนเลิศ และครอบครัว

คุณซ้อน-นารี จึงเจริญนรสุข
และบรรณารัตน์ พลับสุขขี

คุณทวี วัฒยากร พร้อมครอบครัว

คุณทัยพัศร์ ตรีเวฬุริยากร

คุณบุปผาชาติ ศรีลาภ และครอบครัว

คุณประภาพันธ์ จิรกุลพรพัฒน์ และครอบครัว

คุณปรีชา-สายใจ-สุจิรา บัวสงค์

คุณพรพิมล พันธ์กัทลี-บังอร ธรรมวงศ์สิน และบุตรธิดา

คุณพ่อตี๋ แซ่ตัง, คุณแม่ทองหลาง-ประภาศ งามแสง

คุณแม่กุ่ยเอ็ง และลูกหลาน

คุณรัตนา-คุณไพโรจน์-คุณณิชารีย์-
คุณดวงบุญ ปรางรัตน์

คุณวีณา เล็ก คิม

คุณสุรเดช-ลักษณาวดี-พิมพ์นารา เกียรติธนากร

คุณสุรพล-ขวัญเนตร สุธีธร, กรพล-สาระ เขมะกนก

คุณอลิศา ธนวัชราภรณ์ และครอบครัว

คุณอำมาตย์-คุณแขนง ปะวะภูชะโก และครอบครัว

แผนกสามเณรเตรียมสถาบันธรรมชัย ปี 2555

พ.ต.ดร.ธนพงษ์ จันทร์ทอง

พ.ต.อ.หญิงสุพัตรา ชัยนะกุล และครอบครัว

ภาควิชาบาลีสันสกฤต สถาบันธรรมชัย

เจ้าภาพกองทุน

วัดพระธรรมกาย นครโอ๊คแลนด์ นิวซีแลนด์
วัดพระธรรมกายตูลูส ประเทศฝรั่งเศส
วัดพระธรรมกายนางาโน่
วัดพระธรรมกายสิงคโปร์
วัดพระธรรมกายฮ่องกง
วัดพุทธเคปทาวน์ ประเทศเซาท์แอฟริกา
วัดพุทธสตอกโฮล์ม สวีเดน
วัดภาวนาเถาหยวน ไต้หวัน
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระกิตติคุณ สิริคุโณ (รุ่น ๒๕)
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระฉัตรชัย มณิวโร
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระดำรงเกียรติ ถิรโสตฺถิโก และครอบครัวรินเที่ยง-ริค้า
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระทวีศักดิ์ ธมฺมสรโณ
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระธนกรณ์ สุภโรจโน
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระธรณ์ธันย์ อตฺตทนฺโต
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระพิทักษ์พงศ์ วัสปาโล และคณะ
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระภิกษุ รุ่นที่ ๑๖ “ปฐมสมโภช”
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระมหาธีระชัย ธีชชโย และครอบครัวอัศวชัยโสภณ
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระมหานภดล คมฺภีรธมฺโม
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระมหาวัชรินทร์ ปณฺณินฺโท
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระมหาอภิวัตร คุณวฑฺโฒ และครอบครัวโพธิทัพพะ
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระมหาอรรถพล กุลสิทฺโธ และคณะญาติมิตร
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระศุภกรณ์ สุภรตโน ครอบครัว และคณะ
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระสุรพงศ์ ธมฺมวโร
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย พระสุริยนต์ ญาณปิโย
มหาปูชนียาจารย์ บูชาธรรมโดย มหาวิทยาลัยธรรมกาย แคลิฟอร์เนีย
พระราชปัญญาสุธี (อุทัย ญาโณทโย)
พระเมธีธรรมาภรณ์ (สวอง ปณฺณาธโร)
พระครูใบฎีกาประดิษฐ์ อริณฺชโย
พระครูปลัดนายกวรวัฒน์
พระครูวิเทศปัญญาภรณ์
พระครูสมุห์ ณัฐ อภิเวชโช
พระครูสมุห์วิจักษ์ สุทธิวโร
พระครูสังฆรักษ์ปรเมษฐ์ ปรมสจฺโจ
พระครูสังฆรักษ์รังสฤษดิ์ อิทฺธิจินฺตโก
พระครูสังฆรักษ์วุฒิพงษ์ วุฑฺฒิโส พร้อมหมู่คณะ
พระครูสังฆรักษ์สมชาย สุคนฺโธ
พระสมุห์สิรวิชญ์ ปุญญสิริโก และเพื่อนพระธรรมทูตสายต่างประเทศ รุ่นที่ ๑๖
พระมหากมล ฐิตญาโณ (ป.ธ.๙)
พระมหากันต์กวี กนฺตชโย
พระมหากิตติ ฐิตปุญฺโญ, คุณทิพวรรณ สุขาทิพย์
พระมหาแก้วปัญญา ปญฺญาชโย, สมเดช-วาสนา, เกษฎา, จุรีรัตน์ หินกล้า
พระมหาคมสัน ธมฺมาสนฺโน
พระมหาจตุรงค์ จตฺตมโล และครอบครัวกัมพลพาณิชวงศ์
พระมหาจารึก อตฺถยุตฺโต และครอบครัวศรีวิรัญ
พระมหาจิระยุทธ จิรวโส และครอบครัวทองทิพย์
พระมหาฉลองชัย คณุตฺตโม
พระมหาเฉลิม ปญฺญาภรโณ (ป.ธ.๙)
พระมหาชัฏพงศ์ กตปุญโญ, คุณประยุกต์-มัทนา ฉายทองดี
พระมหาชัยฟ้า ธญฺญกุโล และกองทุนมหาทานบารมี ๑ เดือน ๑๑
พระมหาชาติชาย ตกฺกสโรโณ
พระมหาณัฐพงศ์ มณิสุโข
พระมหาณัฐวุฒิ มโนชโย
พระมหาติด คุณรมฺโม
พระมหาทศพร กิตฺติวโร
พระมหาทศพร ปุญฺญงฺกุโล และครอบครัวบุญยรางกูร
พระมหาธงชาติ โอภาโส
พระมหาธีรพล คุเณสโน และพระทอง กตฑีโป
พระมหาธีระ ภทฺทชโย
พระมหานพดล เขมชโย และครอบครัวคำเขียว
พระมหานพดล เตชชโย
พระมหานักรบ ขนฺติมโน และครอบครัวใจภักดี
พระมหานัฐพล ปณฺญาชโย
พระมหาประดิษฐ์ สิรีภาโส
พระมหาประเสริฐกิจ สุเมโธ และกลุ่มบุญอัศจรรย์อนันตกาล
พระมหาพรหมพินิจ โกวิทธมฺโม และคณะญาติมิตร
พระมหาไพโรจน์ ปญฺญภาโส
พระมหาภูริวัฒน์ ฌานวิชฺโช
พระมหามนตรี จริตมนฺโต
พระมหารัตนะ ฐิตรตโน
พระมหาวันชนะ ญานภทฺโท
พระมหาวันชัย กตนาโถ และคณะญาติมิตร
พระมหาวันชัย ภาสุรชโย
พระมหาวิชชา อธิวิชฺโช
พระมหาวิรุฬ ธมฺมารกโข และครอบครัว
พระมหาวีรวัฒน์ วีรวฑฺโฒ (ป.ธ.๙)
พระมหาวีรวัฒน์ วีรวฑฺโฒ และพ่อน้อย-แม่ดอกไม้ เกษดี
พระมหาวีระชัย ปญฺญาภิภู
พระมหาวุฒิชัย วุฑฺฒิชโย
พระมหาศรายุทธ ฐิตคุโณ และญาติมิตร
พระมหาศิริ สิริสาโร
พระมหาศุภชัย ฐิตชโย
พระมหาสนาม รัสิชโย
พระมหาสมชัย รตนญาโณ
พระมหาสมบุญ สมฺมาชโย และครอบครัว
พระมหาสมศรี ยติสุโร
พระมหาสรพงษ์ สมฺวโส และครอบครัววงษาเกษ
พระมหาสันติราษฎร์ ฌาณสนฺติ
พระมหาสาธิต สมาจาโร
พระมหาสุทธิชัย สุทฺธิชโย
พระมหาสุเทพ สุเทโว
พระมหาสุรัตน์ อคคฺครตโน และครอบครัวเหลืองธาดา
พระมหาสุริยัณห์ อมโร
พระมหาสุริยัน อาภากโร และญาติมิตร
พระมหาโสพล สุพโล
พระมหาหล้า วิชิตชโย
พระมหาอภิชาติ ฌานสุโภ
พระมหาอภิรักษ์ ยโสธโร
พระมหาอริยะ อริยชโย-ประจักษ์-เฉิดฉาย กิรรัตน์
พระมหาอัฐวิทย์ วิชฺชาชโย
พระมหาอัศนัย วิสุสุตชโย และครอบครัวคำจีน
พระมหาอาคม สนฺติชโย ป.ธ.๙, คุณชม-ประพันธ์ เครือพิมาย, คุณธาวดี พริ้งรักษา
พระมหาอาคม สนฺติชโย, คุณธาวดี พริ้งรักษา
พระมหาอารีย์ พลาธิโก
พระมหาอำพน ฐิตปญฺโญ
พระมหาอุเทน สิริภทฺโท
พระกมล สุหชฺโช และญาติมิตร
พระกฤษณ์ กาญจนชโย
พระกล้าณรงค์ ญาณวีโร และครอบครัวโตนดแก้ว
พระกวิน สีลเตโช, พระเชษฐพล คุณชโว
พระกวี กิตฺติปญฺโญ
พระกวีศักดิ์ กิตฺติรกฺโข และครอบครัวเจริญจุฑารักษ์
พระกานต์ ฐานธมฺโม
พระการุณ การุญฺญโก และญาติมิตร
พระกาล ลทฺธคุโณ
พระกำธร ติทฺธโร
พระกิตตะวัน ปญฺญาชโย และครอบครัวลิ้มธนานุรักษ์
พระกิตติฤทธิ์ อิทฺธิญาโณ
พระกิตติศักดิ์ กิตฺติธโร และครอบครัววงศ์ศิริธร
พระกิตติศักดิ์ สกฺกวโร และทีมงาน V-star ภาคอีสาน
พระกิติพงษ์ กิตฺติปิโย และญาติมิตร
พระเกษตร ญาณวิชฺโช, พระทรงสกล กนฺตวิชฺโช
พระเกียรติขจร ญาณกิตฺติโก
พระเกียรติศักดิ์ กิตติสกฺโก
พระคณิต สุทฺธิกโร
พระจักรพงศ์ จกฺกวโส และครอบครัวมาลัยศรี
พระจักรพันธ์ อินฺทจกฺโก
พระจารุวัฒน์ จารุวฑฺโฒ และครอบครัวสิทธิไกรพงษ์
พระจำลอง โสภโณ, ยุภาภรณ์ อัปกาญจน์, นภาภรณ์ บัวใหญ่
พระจิตตกร ถิรธมฺโม
พระจิระศักดิ์ จรณสมฺปนฺโน
พระจุมพล ปุญฺญพโล
พระเจษฎา มหิทฺธิโก
พระเจียง เต๋อเหอ ปภากโร และญาติมิตร
พระเฉลิมพล สนฺติมโน และญาติมิตร
พระชนินทร์ ญาณธีโร, สุทธินันท์-นริศ-ชลธร-เกรียงเจริญศิริ
พระชวลิต โฆสชโว และครอบครัวโภควากร
พระชัชวาล ทิตฺตมงฺคโล และครอบครัวอุดมโชคมงคล
พระชัยวัฒน์ คุณวฑฺฒโน และครอบครัวประภาส-วิไลลักษณ์ คูวัธนไพศาล
พระชัยวัฒน์ ชยวฑฺฒโน และครอบครัวนากสกุลรัตน์
พระชัยสิทธิ์ อริยวโส
พระชาญกิจ สิริกิจโจ และครอบครัวคงเจริญพร
พระชาญชัย ปิยธมฺโม โยมแม่ และครอบครัว
พระชาญณรงค์ กตทีโป
พระชาญณรงค์ วาณิชฐปัญโญ
พระชาญยุทธ เอกสิทโธ พร้อมครอบครัว
พระชิตชัย อาสโภ และครอบครัวนิ่มเจริญสุข
พระฐพงศ์สรรค์ สุทธิปุญโญ
พระฐานุศักดิ์ สีลธโร, คุณธันยนันท์ ศรสันติ, คุณบัญญัติ-สุธาทิพย์ สินอนันต์ตระกูล
พระทีฆายุ ถาวรจิตฺโต และญาติมิตร
พระณภภู ผาสุโก และครอบครัว
พระณรงค์ กิตฺติปาโล และครอบครัววิธิมาพงศ์
พระณรงค์ชัย ฐานชโย, พระนพดล คุณโชโต, พระอดุล คุณวโร
พระณัฐวุฒิ วุฑฺฒินนฺโท และญาติมิตร
พระตรีเทพ ชินกุโล และกลุ่มธรรมปรีดา
พระติณณภพ คุณานนฺโท และครอบครัวอัศวรังติคุณ
พระถนอมศักดิ์ ธมฺมปาโล
พระถวัลย์ จตฺตมโร
พระถวัลย์ศักดิ์ ยติสกฺโก
พระทรงพล ขนฺติธมฺโม
พระทรงวุฒิ ชยวุฑฺโฒ
พระทรงสกล กนฺตวิชฺโช
พระทวีรัตน์ ชยวฑฺฒโน
พระทวีศักดิ์ ฐานารโห และวัฒนาพร ปริยเมฆินทร์
พระทองดี ขนฺติสุโภ
พระทานกะ สุทฺธาโส
พระทิวรรศ์ อภิปญฺโญ, สุธนา สวนยิ้ม
พระธงชัย กิตฺติญาโณ
พระธนเนตร์ ธนเนตฺโต
พระธนพล กิตฺติวิโร และครอบครัววิสุทธาพงศ์ชัย
พระธนานันท์ รตนนนฺโท
พระธนิตศักดิ์ สกกธมฺโม และครอบครัวประโลมรัมย์
พระธรรมสาร จิตฺตภโร
พระธวัฒชัย ธชุตฺตโม และครอบครัวเที่ยงปัต- สีหบุตร-อุปฐาก
พระธีรพล พลธโร
พระธีรภัทร์ ญาณภทฺโท
พระธีรยุทธ์ คุณธีโร (วรรณกูล) ชิตชนก-ดุลยภาคย์ และครอบครัววรรณกูล
พระธีระยุทธ จนฺทวโส และญาติมิตร

พระธีรากานต์ สมปณฺโญ
พระนคร คุตฺตสีโล
พระนครินทร์ อินฺทจกฺโก และครอบครัวจักร์เพ็ชร
พระนพดล รตนวโส, ยุภาภรณ์ อัปกาญจน์, นภาภรณ์ บัวใหญ่
พระนราธิป พลากโร
พระนราศักดิ์ ยติสกฺโก
พระนราเศรษฐ์ เชฏฺฐธมฺโม
พระนิพนธ์ สิริภทฺโท และครอบครัว
พระนิรันดร์ สุวีโร
พระบรรยงค์ สิริปณฺโญ
พระบุรินทร์ ฐิตกุสโล, โยมพ่อสุพร ฉันทกิจโชคไชย และครอบครัว
พระบูลย์สุข-แผ่นดิน และครอบครัว
พระปกป้อง คุตฺตวโส และครอบครัว
พระประคอง ภทฺทวีโร และครอบครัวรวยแล
พระประจวบ ปุณฺญกโร
พระประทีป ปทีโป และคณะญาติมิตร
พระประพนน์ พนฺธวิชฺโช อาสาสมัครกองรักษาบรรยากาศ
พระประพัฒน์ ฐิตปสาโธ และครอบครัววิทยา
พระประพันธ์ ฐิตสุโข
พระประพันธ์ศักดิ์ สิริพนฺโธ
พระประสิทธิ์ อนงฺคโณ และครอบครัวลวชัยโยธิน
พระประเสริฐชัย เสฏฺฐธมฺโม
พระปรัชญา ปณฺญาธิโก
และกลุ่มเชื่อมสายบุญกับมหาปูชนียาจารย์
พระปวิทัย วชิรวิชฺโช
พระปานชนก สุทนฺโต
พระปิยวัฏ ปิยวโร
พระปุณยวีร์ ขนฺติวีโร
พระผจญ เถรธมฺโม
พระผิวพรรณ เขมิโย (เทียมเมือง)
พระพงศ์พิชญ์ ภูริปณฺโญ
พระพงษ์ศิริ ปริปุนฺโน
พระพงษ์สันต์ กุลเชฏฺโฐ
และคุณสมควร-ชมะนาด-กิตติพล อมรกุล
พระพงษ์สิทธิ์ ปสุตธมฺโม
พระพนมชัย อตฺตชโย
พระพยัคฆ์ ปุณฺณาโภ
พระพรเทพ ญาณคุโณ
พระพลเทพ ฌานพโล
พระพลศักดิ์ ฐานสกโก และคณะญาติมิตร
พระพันธุ์เอก ฐานสกโก และครอบครัวพัฒนพนิชธำรงค์
พระพิทักษ์ชัย สิทฺธิวโร และครอบครัวประทุมสิทธิ์
พระพิพัชร์ ฐานิสฺสโร
พระพิสุทธิ์ ฐานสุทโธ
พระพีรพัฒน์ ฐิตวฑฺฒโน
พระพุทธวัจน์ หฏฐมโน
พระไพฑูรย์ มหาลาโภ และครอบครัวสวัสดี
พระไพฑูรย์ สุขิโต และครอบครัว
พระไพภูมิ วิชฺชุปณโญ และทีมงานวัดสุวรรณวนาราม
พระภคนันท์ เขมานนฺโท
พระภรถ ฌานชโย

พระภัทรพล ขนฺติโก และครอบครัวนำมะ
พระภาค รวิวณฺโณ และครอบครัวดวงสร้อยทอง
พระภาณุวัฒน์ รณญชโย และคณะญาติมิตร
พระมงคล ภทฺทมงฺคโล
พระเมธา วิทูโร และครอบครัวอรัณยะกานนท์
พระเมธาวี ปณฺญาวโร และครอบครัวนิธิกาญจน์
พระยงศิลป์ วรสิปฺโป
พระยอ สุทฺธจิตฺโต และครอบครัวจิตรอ่อนน้อม
พระยายุย-นางพระยาแพงดี-กินดาลาสิด-มะยงสิด พิลาวัน
พระรัศมี รัสิธมฺโม
พระเรืองยศ ปุณฺญนาโค, พ่อชุมพล-แม่ถาวร
และครอบครัวบุญกลอม
พระเรืองศักดิ์ เตชวโร และกลุ่มแก้วพุทธจักร
พระฤทธิเดช สิทฺธิเตโช และครอบครัวทองดีสุข
พระลักษ์ดี ธมฺโมทีโต
พระวชร อคฺควฑฺฒโน และครอบครัวเกรียงเจริญศิริ
พระวรยศ ยสวโร
พระวรวิทย์ ถิรปญฺโญ และผู้นำบุญลูกพระธัมฯ จังหวัดเพชรบุรี
พระวรากร ชุติยุตฺโต
พระวรานันท์ ฌานภทฺโท และครอบครัว
พระวสันต์ สิริสุโภ
พระวัชรินทร์ นรินฺโท และครอบครัว
พระวัฒนชานนท์ วริทฺธิโก และครอบครัว
พระวิชัย จิตฺตรกฺขิโต และครอบครัวกิติวรศาสน์
พระวิชัย ปุณฺณธมฺโม
พระวิชัย วิชโย และญาติมิตร
พระวิชิต กิจฺจชโย และญาติมิตร
พระวิเชียร วชิรญาโณ และกลุ่มปทุมบุญแก้ว
พระวิดดาลิน สมตฺโถ
พระวินชัย ฐิตวโส และครอบครัวแววสว่างวงศ์
พระวิษณุ อคฺคทีโป
พระวีรวิทย์ อุตฺตมวีโร และญาติมิตร
พระวุฒิพงษ์ วุฑฺฒิวังโส
พระศักดิ์ชัย อภิปปสนฺโน และครอบครัวฝอยหิรัญ
พระศักดิ์ชาย คุณยุตฺโต
พระศิริชัย ทานวโร และครอบครัวจุลเจือญาติ
พระศิริพงษ์ สิริวโส
พระสกล นนฺทรตโน, คุณมานิตย์-ชิ้วลิ้ง
และครอบครัววรรัตน์ญานนท์
พระสถาพร ฌานวิชโช
พระสนิทวงศ์ วุฑฺฒิวโส และครอบครัวเจริญรัตตะวงศ์
พระสมเกียรติ ปุณฺญเตโช
พระสมบูรณ์ จิตฺตทนฺโต
พระสมภาร สุทธิปภาโส
พระสมยศ ปุณฺณยโส
พระสมศักดิ์ จนฺทสีโล
พระสมศักดิ์ ยสคุโณ
พระสมศักดิ์ สุทฺธชโย
พระสรรชย นาคชโย และคณะเพิ่มพูนบุญบารมี
พระสันติ ถิรสนฺโต
พระสิริ คุณากโร
พระสุขเกษม สุขเขโม

พระสุขสันต์ สุขสนฺโต พร้อมครอบครัวฟ้าลี
พระสุธีร์ สุทธพนฺโธ และสมาชิกกองบริหารงาน อสม.
สำนักศรัทธาภิบาล
พระสุนทร วรญาโณ และครอบครัวปัญญาธนัญชัย
พระสุเนตร ฉฬภิญโญ พร้อมคณะกัลยาณมิตร
พระสุบงกช นิสมฺมกาโร และครอบครัวพันธ์คำภา
พระสุพจน์ จตฺตมโล
พระสุพัฒน์ นิพนฺโธ
พระสุภัสร์ ปภสฺสโร
พระสุรชัย ชวนปญฺโญ และครอบครัวก้องกำจรไพร
พระสุรเชษฐ์ อคฺคปุญฺโญ
พระสุรพงศ์ ธมฺมวโส
พระสุรัตน์ อคฺครตโน
พระสุรัติ ญาณรโต และญาติมิตร
พระเสนีย์ คุตฺตสีโล และครอบครัวพวงมาลัย
พระโสรัจน์ รตนวโส และครอบครัว
พระหิรัญ ฐิตวัฑฺฒโน และครอบครัว หมู่ญาติ บริวาร ผู้มีคุณ
พระใหม่ อาภาธโร
พระอนวัช ภูริวโร และคณะญาติมิตร
พระอนันต์ ตโมนุโท
พระอนันท์ อุคฺคพโล และครอบครัวชิณวงศ์
พระอรรถกร ภทฺทธมฺโม และครอบครัวเจียรสกุลธรรม
พระอรรถพล ธมฺมโสภโณ และครอบครัวงามนิรัตน์
พระอรัญยุทธ์ ฐิตคุโณ และครอบครัวดำรงวุฒิการณ์,
น.ส.คณิตตกาญจน์
พระอวิรุทธ์ อภิญโญ พร้อมครอบครัว และคณะญาติมิตร
พระอัคคะสิทธิ (AMONGALLERY.COM)
พระอานนท์ ฐิตสมตฺโถ
พระอารยะ พลาธิโก และครอบครัว
พระอาศรม อิทธิญาโณ
พระอำนาจ วีรธมฺโม และพระภิกษุ รุ่นที่ ๒๒
พระอิศเรศ กิตฺติสฺสโร และกองทุนสนับสนุนชมรมพุทธศาสตร์
ทั่วประเทศ
พระอิศเรศ มุนิสนฺโต
พระอิศเรศ อิสฺสโร และกลุ่มลูกพระธัมฯ มองโกเลีย
พระอุดม ยติสฺสโร
พระอุทัย อุทโย
พระเอกชัย กนฺตปญฺโญ
พระเอกราช เตชโสภโณ และครอบครัว
พระเอกศักดิ์ สุทธิสกโก และครอบครัวเพิ่มหรรษา
พระภิกษุ รุ่นที่ ๗ ปี ๒๕๓๔
พระภิกษุ รุ่นที่ ๒๐ ตามติดมหาปูชนียาจารย์
พระภิกษุ รุ่นที่ ๒๑ สำเร็จทุกอย่าง (ลพี.ปู+ใหญ่)
พระภิกษุ รุ่นที่ ๒๓
พระภิกษุ รุ่นที่ ๒๔ we are one
พระภิกษุ รุ่นที่ ๒๕ คว้าธงชัย
พระอาจารย์ และผู้ประสานงานภาคตะวันออก
พระอาจารย์-เจ้าหน้าที่ และผู้นำบุญภาคนครหลวง ๘
พระอาจารย์-พระพี่เลี้ยง-
สามเณรเตรียมสถาบันธรรมชัย รุ่นที่ ๑๐
พระอาจารย์-พี่เลี้ยงโครงการปฏิบัติธรรมพิเศษ
และโครงการปฏิบัติธรรมผู้นำบุญ

คณะสงฆ์-อุบาสก-อุบาสิกา-กัลยาณมิตร
วัดพระธรรมกายโตเกียว
สามเณรณัฐสิทธิ์ ศรีจันทร์
สามเณรธนธรณ์ จงรัตน์ และครอบครัว
สามเณรยศพล สาตร์เพ็ชร์ และโยมพ่อ-โยมแม่-โยมน้อง
สามเณรสิรวิชญ์ แสนจันทร์
ศูนย์กัลยาณมิตร แก้วระนอง
ศูนย์ปฏิบัติธรรมกัวลาลัมเปอร์
ศูนย์ปฏิบัติธรรมดูไบ
ศูนย์ปฏิบัติธรรมบาห์เรน
ศูนย์ปฏิบัติธรรมปีนัง
กลุ่มแก้วสุดแห่งธรรม
กลุ่มโคราชใจใส
กลุ่มตามตะวัน สุพรรณบุรี
กลุ่มบุญบรรเจิด-คุณนฤมล กัมพลพาณิชวงศ์
กลุ่มปกติมโน
กลุ่มรวยทะลุฟ้า
กลุ่มสำเร็จด้วยใจ สมฤทัยด้วยบุญ
กลุ่มแสงเทียน
กองพัฒนา IT เพื่องานเผยแผ่ (RGT)
กองอาสาสมัครโภชนาการ
แก้วภูธรภาคเหนือ
คณะผู้บริหารและเจ้าหน้าที่ บริษัทชิงเทค จำกัด
ครอบครัวเกษราพงศ์
ครอบครัวแก่นสาร
ครอบครัวคชศิลา
ครอบครัวจีระปัญญา
ครอบครัวเจริญพร
ครอบครัวเจียมจันทร์ และจันทร์แก้ว
ครอบครัวชิวหรัตน์-ครอบครัวศรีไทย
ครอบครัวโชติธรรม
ครอบครัวเตชะทวีวัฒน์ และเท็กซัสสุกี้
ครอบครัวโตโฉมงาม และครอบครัวรัชวัตร
ครอบครัวธรรมมงคล
ครอบครัวธรรมวิจิตเดช
ครอบครัวบัวมณี
ครอบครัวเบญญาวัชรพิศุทธ์, ศุภพิพัฒน์, บุญธรรม, อัญญโชติ
ครอบครัวแพน้อย
ครอบครัวภูวเศรษฐ
ครอบครัวมิ่งขวัญ-ชำนาญรบ
ครอบครัวรัตนาปนะโชติ
ครอบครัวลิ้มสกุล และร้านพิซซ่าเอ็กซ์เพรส (เมืองแก้วมณี)
ครอบครัวลีพัฒนะพันธ์
ครอบครัวเลิศกุทานนท์
ครอบครัววิเตียรณี
ครอบครัวศรีภิญโญ
ครอบครัวสมาธิทรัพย์ดี
ครอบครัวสายสมร
ครอบครัวสุวรรณวรางกูล
ครอบครัวแสงฐิตาพันธ์ และคณะลูกพระธัมฯ ภาคใต้
ครอบครัวแสงศศิธรชัย และครอบครัวธรรมสุนทร
ครอบครัวอัศดาสุข

ครอบครัวอิชิดะ
ครอบครัวอุ่ยประพัฒน์
คุณกชนัท-วรปรียา-อรรยา อุทัยเสวก
คุณกชพร-ชาญินี โกมลวิทยคุณ
คุณกนกนาถ ชุยนอก-ญานิศา สุขเสริฐ
คุณกนกพร ธนากุลรังษี
คุณกนกรัตน์ กสินพันธุ์ และหมู่ญาติ
คุณกนกวรรณ-คุณเพทาย-คุณส้ม พรพจมาน และครอบครัว
คุณกนิษฐา โสภารักษ์
คุณกมลทิพย์-มาลี ตั้งวราวุธ
คุณกรกช-ชมัยพร-ภาวิณี-ณัฏฐ์ณิชศา-สมปอง หอฉัน
คุณกรกมล แสงโตโพธิ์
คุณกรองทอง เนตยกุล
คุณกรุงศรี-ภาคินี ยูวะนิยม
คุณกรุ่น-สำรวย-จอมขวัญ เครือหอม
คุณกฤษฎิ์ วงศ์พิมพาสกุล
คุณกฤษณา-รวิวรรณ-ชรีรัช-สรพงศ์
คุณก้องภพ สราญลักษณ์
คุณกอบกุล แววนิลานนท์ และครอบครัว
คุณกัญญ์รกรณ์ ศรีผ่องสกุล
คุณกัณหา อรรณพเพ็ชร
คุณกันยา สุดสงวน
คุณกัมพล-ทญ.เสริมสุข-ด.ช.จุยเจีย ไทยสงวนวรกุล
คุณกัลยา สัมพันธารักษ์
คุณกัลยา สุขสำราญ
คุณกัลยาทิพย์ เพ็งพานิช และครอบครัว
คุณกาญจนา ศรีแจ่มจันทร์, ศุภมาส ทรัพย์อุดม
คุณกาญจนา นิตย์โชติ และครอบครัว
คุณกาญจนา ศรีสวัสดิ์ และครอบครัว
คุณกำธร กำธรกิตติกุล
คุณกิ่งกมล อาคากิชิ
คุณกิ่งแก้ว ศรีนคร
คุณกิ่งแก้ว-สุพนธ์-ประภัสสร-ปราณี มณีสุต
คุณกิตติ์ดนัย จันทรกานต์โกศล
คุณกิติ ริ้วไพบูลย์
คุณกิมล้วน แซ่อึ่ง
คุณกิรณา ศรีอรัญ
คุณกุลนิษฐ์ ศรีม่วง และกลุ่มเพื่อน
คุณกุลมาส แพงพันธ์
คุณกุลศักดิ์-อุมาพร จิยางกูร และครอบครัว
คุณเกตุกัลยา แก้วคานที
และพนักงานบริษัททองหล่อคาร์เซลจำกัด
คุณเกริกวิทย์-ทิพวิมล แสงนิล และครอบครัว
คุณเกรียงศักดิ์-ศิริพร-นิรมล เตียงพิทยากร และครอบครัว
คุณเกลื่อน-นวม-สมหมาย เสนะรัตน์ และพี่ ๆ
คุณเกษม-วาสนา-นวพร-ภัทราวรรณ แสงมณี และครอบครัว
คุณเกียรติชัย-เพ็ญจันทร์-ชวิน ล้อจักรชัย
คุณแก้ว ปิ่นทองพันธุ์
คุณโกศล บวรมงคลศักดิ์
คุณโกศล-วิไล มะลิวงษ์ และครอบครัว
คุณโกษม-ธนภร แจ่มจันทร์ชนก และครอบครัว
คุณเขตรวีณ์ พหลโยธิน

คุณเขียน-สุภาภรณ์ สุรมานนท์ และครอบครัว
คุณคนึงนุช ตราลักษมี
คุณคมขำ ท้วมนาค
คุณครูกัลยา สุธีธร
คุณคลิ้ง-ชิตวดี-โสภา ทองแก้ว
คุณคำเสาร์-บำเพ็ญ นาเมืองรักษ์ และครอบครัว
คุณคุณัญภา ทวีกุล และครอบครัว
คุณเงิน คลีน
คุณจรรยา หน่อแก้ว
คุณจรรยา-ด.ญ.บุญแก้ว, แม่จรี โยชิโอะ คุวาบาร่า
พร้อมครอบครัว
คุณจรัสพร วิภากรวิทย์
คุณจอห์น อี้ เฉียง-ภัทราวรีย์-ด.ช.พัฒนวิชญ์ เชง
คุณจะเด็ด-หนูจีน-จักรวาล สุวรรณธรรมา
คุณจักรกฤษณ์-ปาปาอู สถิรเสถียร และครอบครัว
คุณจักรพงษ์ ลิ่มพงศ์พันธุ์
คุณจักรพันธ์ อรรถพรมงคล
คุณจักรรินทร์-สุธน-ศิริพร-จิตรลา-จิตรานุช ชินสุวรรณ
คุณจันทนา เทพลิบ และครอบครัว
คุณจันทร์เพ็ญ เกื้อสกุล
คุณจันทร์เพ็ญ ชาวงษ์
คุณจันทราทิพย์ มานะไชยรักษ์ และครอบครัว
คุณจันทิรา รัมพณีนิล และครอบครัว Ovide-Etienne
คุณจามจุรี นาคบุตร, ครอบครัวโล้วิชากรติกุล
คุณจามรี-จิรพงศ์-จิรัฐิฏิ-จิรพัส นนทธรรม
คุณจารึก-คุณสุรมน-คุณณริตา ลีชัยสิทธิ์
คุณจารุวรรณ ศรีภิญโญ
คุณจำเนียร รามสูต
คุณจำปี-ธนะ ตั้งวราวุธ
คุณจำปี-ประสิทธิ์ นวมสุคนธ์ และครอบครัว
คุณจำลอง-สริตา และครอบครัวจูงทรัพย์
คุณจิตติมา-วรจิต มานะไชยรักษ์
คุณจิตรวดี มณีธรกุล
คุณจินดารัตน์ TAKAAKI SASAGAWA &
TOKYO BUSINESS FORUM
คุณจินตนา วิวัฒน์วานิช
คุณจินตนา อำไพรัตนพล พร้อมครอบครัว
คุณจิรสถิต ชิตประสงค์
คุณจิรานุวัฒน์ ทรวดทรง
คุณจิราภรณ์ ตันคุณากร
คุณจีรภัทร-รัดเกล้า ชาวปลายนา
คุณจุฑารัตน์ เริงหทัยธรรม
คุณจุไรรัตน์ หุยากรณ์
คุณจู แซ่เตีย
คุณจูย่งง้วน แซ่จู และคุณซุ้น แซ่เตียว
คุณเจริญศรี-สมคิด แก้วแดง
คุณเจริญ-อารยา-อัญชลี-ชาติรส ชูรัตน์
คุณฉวีวรรณ สินธุระหัส
คุณฉัตรชัย สาธิตาภรณ์ ศิริพันธ์
คุณฉัตรสุภางค์ สวัสดิมงคล, คุณนัยนา โตเต็ม
คุณชนะไชย-ลัดดาวัลย์ สัจจะกานต์
คุณชม-แย้ม-มาณพ แจ้งคำขำ

คุณชไมพร กิจสุทธิพงศ์
คุณชวลิต สถิรวาณิช และครอบครัว
คุณชวัลพร ธานินทร์ธราธาร และครอบครัวพูนทองพันธ์
คุณชัชวาล-ปิ่นมณี พันธ์กัทลี และครอบครัวและบุตรธิดา
คุณชัชวาลย์-สุนันทา-ชรีรัช ทศรัตน์
คุณชัย-วิลาวัลย์ นิมากร
คุณชัยเสน พานิชสุริยานนท์
คุณชาติชัย-คุณรัตนา คฤหวาณิช
คุณชำนาญ-อารยา-อนนท์ ปิ่นทองน้อย
คุณชินพัฒน์ ศรีโกมุท และครอบครัว
คุณชื่นจิตร อาณัติ
คุณชุติมณฑน์ จิวาลักษณ์
คุณชุติมา บุญศิริวัฒนกุล
คุณชูจิตร สมบัติพานิช, ชัชชัย-กรรณิกา พุ่มมาลา
และครอบครัว
คุณช่อนกลิ่น กระจายศรี
คุณซังเกียว-เยาวเรศ กิจทรัพย์ทวี และคณะญาติมิตร
คุณญาณี โชควัฒนกุล
คุณฐกลพัศ-สรัลพร เจนจิวัฒนกุล และครอบครัว
คุณฐิติรัตน์ ตั้งสัมพันธ์-สุชดา สุวรรณฉลวย
คุณฐิติรัตน์-เศรษฐศิริ-กิตติสัณห์-ประภาวัลย์ ตำหรับสังข์เพชร
คุณฐิติวัจน์ พรพนาฤทธิชัย และครอบครัว
คุณณรงค์-วรรณา-วรงค์ อุดมผล
คุณณรรธร-อรทัย-จันทนา-วรรณภา เมฆวิลัย
คุณณรังษีย์-คุณบุษบา-คุณรัชมัง พัฒนพันธุ์
คุณณหทัย กมลคุปติภักดี-ดลภัคร อ่วมสิน
คุณณัฏฐ์พรนนท์ แจ้งประจักษ์, มนชนก บัวเพ็ญ,
อัชฌา จันทรัตน์
คุณณัฐกานต์ ชัยณรงค์ฤทธิ์
คุณณัฐฐิกัณจ์ สุริยนต์
คุณณัฐนันท์ วิธัญญโคตร
คุณณัฐพงษ์ อัครชวัลวัฒน์ และครอบครัว
คุณณัฐพร ทองอร่าม
คุณณัฐพล โยธินพนาเวศ และครอบครัว
คุณณัฐพัชร มณีโรจน์
คุณณัฐวดี กุลสุสิริไพบูลย์
คุณณิชาภา พลอยพีระ และครอบครัว
คุณดรณัลย์ น้อยใจบุญ
คุณดรัลพร-กมลนัทธ์ จิตวัฒนากร
คุณดวงใจ เหรียญไพโรจน์
คุณดวงพร ศิริสินสุข และครอบครัว
คุณดวงฤทัย-สุธิดา-ยมาพร-ชุติพร-ศศิธร
และสโมสรต้อนรับระดับโลก
คุณดิฐพงศ์ เรืองฤทธิเดช และครอบครัว
คุณดุษณี-ประสม คงนคร
คุณแดนธีระ ตั้งพิสุทธิพงษา
คุณแดนเนียล-มาริน-เอฟเวอลิน เวชเตอร์
คุณตังเอง แซ่โหล่
คุณตาล รายคำ และครอบครัว
คุณถนอมจิตร เสียงเลิศ-นิตยาภรณ์ ธนภูษิตวณิชย์
คุณถนอมรัตน์ หัสชัย
คุณถนอมศรี ใจวงศ์ และครอบครัว

คุณถาวร สายสิงห์ทอง
คุณทรงกลด ธนโชติศิริวิบูลย์
คุณทรงกลด-จิตราภา ธนโชติศิริวิบูลย์
คุณทวี-สำลี สุขเกษม
คุณทองคำ-เคอิจิ, ด.ญ.อาโกะ, ด.ญ.ริโกะ นากาโอะกะ
พร้อมครอบครัว
คุณทองจร-ราศี-สุจิตรา ทับทิมอ่อน
คุณทองใส พารา
คุณทองหล่อ-น.ท.สุวรรณ อัมรินทร์รัตน์ และครอบครัว
คุณทัศนา เจริญสุทธิโยธิน
คุณทัศนา ใยปางแก้ว และครอบครัว
คุณทัศนีย์ ธรรมา
คุณทิพวรรณ นาคสินธุ์
คุณเทพสินี-เทพชัยวัฒน์ และครอบครัวสกุลอาศัย
คุณเทอม-สิริรัตน์-กนิษฐา-จิราวรรณ มาดไทย
คุณเทิดชาติ ศรีนพรัตน์
คุณธงชัย ศุภอนันต์
คุณธงชัย-คุณนันทพร แต่งเจริญพาณิชย์ และครอบครัว
คุณธงชัย-พิศมัย-เกษตร-เกศรินทร์ มาศตันติพร
คุณธงชัย-ลักษมี-วรพจน์ สุวรรณอักษร
คุณธนกร จันทรกานต์โกศล
คุณธนพันธ์ ราชแขวง, ณัฐชา-ณัฐนนท์-ธนกฤต ดวงสุวรรณ
คุณธนรัตน์ พฤกษาเมธานันท์
คุณธนวัฒน์ สุวรรณปาล
คุณธนัญชยา เสริมบุญยสุข
คุณธนาภา วรรณทอง
คุณธนินท์ธร ทรวดทรง
คุณธรรศ-วกุลรัตน์ วันพฤหัส
คุณธวัช ศิริสุวัฒน์ และครอบครัว
คุณธัญชนก วิไลเจริญตระกูล และครอบครัว
คุณธัญญสินธุ์-วัฒนีย์ พลอินทร์
คุณธัญดา มหารัตนวงศ์
คุณธัญรดี ศรีม่วง-ภัณทิลา ปานบุญลือ
คุณธันวา เกียรติปรีชา และครอบครัวเกียรติปรีชา
คุณธาดา สมพร
คุณธิดารัตน์-พวงผกา-คุณานนท์-ประกาศิต ศิริสุทธิวรนันท์
คุณธิดารัตน์-ภาณุพงศ์-สุพรรษา เนื่องจากฉิม
คุณธีร์ดนัย ประมาณพล
คุณนงนุช ตั้งโชคสิริกุล
คุณนงนุช แต้พานิช และครอบครัว
คุณนงพงา เอี่ยมศรี และครอบครัว
คุณนงลักษณ์-สุเทพ เกตุเวย์สุริยา
คุณนที ตั้งพิสุทธิพงษา
คุณนนทิรัฐ มณีธรกุล
คุณนพดล-ขัตติยา โชควัฒนชัย
คุณนภาเสฏฐ พรหมบัณฑูร
คุณนราภัทร วงศ์ดาว และครอบครัว
คุณนฤมล แก้วทอง และครอบครัว
คุณนฤมล จรัญวาศน์
คุณนฤมล จุลนิพิฐวงษ์ และครอบครัว
คุณนฤมล ธำรงทัญลักษณ์
คุณนวลศรี วงศ์สินสังวร

คุณนวลอนงค์ แต่งเจริญสุข
คุณนอ โสประดิษฐ, นงพงา เอี่ยมศรี
คุณนัฐพร พันธุ์วิทยากุล, อนิวัณ อุทานนท์
คุณนัทธมณ วอนญฤทธิ์
คุณนันต์ทวัฒน์ โสภารักษ์
คุณนันทพัช เมืองมา
คุณนันทวัฒน์-ธัญญารัตน์-กานต์ระพี-
ธัญทิพย์-ธิติวัฒน์ นิธิสันถวะคุปต์
คุณนันทา บุญมีวิริยะ และครอบครัวแก้ว
คุณนันทิยา-ด.ช.ภูวสิทธิ์-ด.ช.ธนภูมิ ผลิตวานนท์
คุณนาตยา-อังคณา ไทยทรง
คุณนาถตยา ทรวดทรง
คุณนาวี-อรวรรณ-เอกพันธ์ ศุกร์จันทร์ไมตรี
คุณนำชัย รุ่งรัตนพัฒนา, ศิริพร เจตน์มงคลรัตน์
คุณนิตย์-เชน จงอธิมาตร
คุณนิตยา จรุงจิตต์
คุณนิธิวดี-ณัฏฐสิริ ตันติพจน์
คุณนิพนธ์-ดุลยรัตน์ เอี่ยมวิริยาวัฒน์ และครอบครัว
คุณนิภาพร กุลสุข และครอบครัว
คุณนิภาวรรณ สุวิมลธีระบุตร
คุณนิมิตร-วิไล-วนิดา อุ่นจิตติกุล
คุณนิวัฒน์ วิวัฒน์ศานติ
คุณนุชรินทร์ ศรีคำ และชมรมครอบครัวอบอุ่น
คุณนุพงษ์-ด.ญ.ภัทราภรณ์ ภูแง่ผา, ด.ช.สรธรรม คำลาย
คุณเนื่อง มหาดไทย
คุณบรรจบ-ลัดดา-สันติ-สุขสันต์ เตชาพิสุทธิ์
คุณบรรพต-นิพพิทา เรืองรักษ์ลิขิต
คุณบักคิ้ง-ลิ้มสี แซ่โต๋ว และครอบครัว
คุณบังอร ฟองงาม
คุณบัวพันธ์-แสง โสตแก้วม, ธนัย-อัมพร-ธีราพร
ครอบครัวบุญเนาว์
คุณบุญช่วย-คุณลมุล ศรีพยงค์
คุณบุญชู-อุศนารถ-ด.ช.บุญเขต วจนพานิช
คุณบุญทา เลิศถาวรธรรม
คุณบุญศรี-พ.อ.ประพิณ-พาณี นาคทอง และครอบครัว
คุณบุญศรี-สุพิศ รัตนอุบล และครอบครัว
คุณบุญส้นต์ พหลโยธิน
คุณบุปผา สวัสดี และครอบครัว
คุณบุษกร บูลย์ประมุข
คุณบุษบา ยอดยิ่ง
คุณบุษราคัม-นรา สาริกบุตร
คุณบูรณ์เลิศ-สมศรี อำนาจเกษม และครอบครัว
คุณเบญจวรรณ-เบญจพร-ธรรมนูญ-
ธรรมรัตน์ รัตนโสภณ และครอบครัว
คุณเบญจวรรณ-ประทีป สว่าง และอุบาสิกาดรุณี สามคำ
คุณแบม-ด.ช.ชัยธวัช ปลื้มบุญ
คุณประกายรัตน์-สุวิทย์-ติกจินา และครอบครัว
คุณประคอง นิลศิลป์
คุณประชา-คุณกนกพร-นพ.วิศักดิ์ ศรีไทย
คุณประทักษ์-เล็ก พิกุลกานตาเลิศ และบุตรธิดา
คุณประทีป-ปิยนุช ชุนอนันท์ และครอบครัว
คุณประทุม เล็กมณี
คุณประนอม คูประเสริฐ
คุณประพันธ์-ชม เครือพิมาย และคุณยายถ้วน
คุณประภาพร-ประภัสสร-ประกายดาว มธุรสพาที
คุณประมูล-อร่าม อนุชปรีดา
คุณประวิทย์-ลัดดา-ปรีชา-ปรีดา-ปรีดี-ปนัดดา ปุญญวานิช
คุณประสิทธิ์ พงษ์ไพบูลย์-นงลักษณ์-
ทิพย์รดา พงษ์ธนรักษ์ และคณะญาติมิตร
คุณประเสริฐ-สมพร พันธ์กัทลี และครอบครัว
คุณปราณี นวลศรี และครอบครัว
คุณปราโมทย์ ลักขณาภิชนชัช และครอบครัว
คุณปราโมทย์-พรจันทร์-ปรีดา-กชรัตน์-อริสา ผดุงกุล
คุณปริญญา-คุณวีณา เพิ่มพานิช
คุณปรีชา พอใจ ศิรภัส ปพิชญา ชัยธนสกุล
คุณปรีชา-คุณธนิตรา-คุณนิธินันท์ คฤหวาณิช
คุณปลิว-รัชนี-ทวีพล-ทวีวุฒิ สุริยะมงคล
คุณปวันรัตน์ จันทรกานต์โกศล
คุณปัญจพล-บุญภัทร จุรีเกษ
คุณปัทมา ธรรมปะละ
คุณปาณทิพย์ เปลี่ยนโมฬี
คุณปิยบุตร ภัทรมัย
คุณไปรยดา-โคอิจิ-คิหมิเอะ เอโนะโมโตะ
คุณผกากรอง อภิสิทธิ์ไพศาล
คุณผกาทิพย์ ไรแอน
คุณผกามาศ อาจารีย์
คุณผ่องนภา สายฉลาด
คุณผ่องศรี-สิริประภา-น้ำทิพย์-สุริยา อัจฉรานิวัฒน์
คุณผุสดี ปัญญา และครอบครัว
คุณพงศธร กุลวานิช และแมนสรวง กองพันธ์
คุณพงษา-ไชจู-วาสนา เริงหทัยธรรม
คุณพงศ์วรินทร์ พรธนภัทร
คุณพชรพล-อรณา สุขสำราญ
คุณพนมภร เริงหทัยธรรม
คุณพรทิพย์ โชคชัยเจริญสิน
คุณพรทิพย์-ดร.อภิชา-คุณอินทิรา แดงจำรูญ และครอบครัว
คุณพรทิพย์-พรรณทิพย์ พิริยะโยธิน และครอบครัว
คุณพรธิรัตน์ เขียวไสว
คุณพรนภา ทรวดทรง
คุณพรนภา สิริพงศ์เลิศ, พัฒนา วนะชิวนาวิน
คุณพรพรรณ เบญจาพิทูรวงศ์-เมวกร อินทจาร
คุณพรพิมล สุเมธาวัฒนะ
คุณพรพิมล แสงสุริยงค์, คุณนารีรัตน์ ศิริกิจ
คุณพรพิสิฐ-ชนิดา อึงรัตนากร และครอบครัว
คุณพรเพ็ญ-นิตยา โตศิริพัฒนา
คุณพรรณพิมล พันธมิตร และกองผลิตสื่อต่างประเทศ
คุณพราววรรณ เรืองฤทธิเดช
คุณพฤกษา ไพรรุ่งเรือง
คุณพลพร พารา
คุณพวงชมพู แก้วหอม และครอบครัว
คุณพวงเพ็ญ ทิสยากร
คุณพ่อกลุ่ม-แม่ถนัด-วรรษิดา กาจธัญกรณ์
คุณพ่อเฉลียว-คุณแม่จรูญ-สุวรรณี ฉิมบุญอยู่
คุณพ่อชลอ-คุณแม่สุวรีย์-ชนิกา-สุพัตรา และครอบครัวจรจำรัส
คุณพ่อชารี-แม่ผม-อรุณ-นิภา ผ่อนผัน
คุณพ่อณรงค์-แม่นวลจิต-เอก-กฤษฎา เอมอรุณกิจ
คุณพ่อประพันธ์-แม่ทองสุข เจริญพร
คุณพ่อประสพ-คุณแม่สำลี-นงนุช คำทอง
คุณพ่อเปลี่ยน-แม่ทองเติม นุ่มเนียน
คุณพ่อเม่งไช้ แซ่ตั้ง-รัตนา กิจสุทธิพงษ์
คุณพ่อเมา-แม่ฮ่งเกียว แซ่โง้ว
คุณพ่อเมี้ยน-แม่แฉล้ม สินเจริญ
คุณพ่อวาณิช-แม่สุวรรณ วานิชสัมพันธ์ พร้อมบุตรธิดา
คุณพ่อวิจิตร-แม่มิ่ม ถนอมบุญเจริญ
คุณพ่อศศิธร โชคประสิทธิ์
คุณพ่อสวิก-แม่สละ แก้วทัต และครอบครัว
คุณพ่อสำนวน แสงศรีเพ็ญ และครอบครัว
คุณพ่อเสถียร-คุณแม่กานดา สุนทรวิทยา และลูก ๆ
คุณพ่อหิน แซ่จิว และคุณแม่กิมตัน แซ่กู่
คุณพ่อเหลี่ยงพง แซ่ห่าน-คุณสุภาพ จิรสนธิการณ์
และครอบครัวโพธิ์วัฒนะเสถียร
คุณพ่ออำนวย-แม่ขาว ดอนทอง และครอบครัว
คุณพ่อฮก-แม่ตี่ ศิรินิยมผล
คุณพัชนา-พันจ่าอากาศเอก นพรัตน์ สุขรุ่งเรือง
คุณพัชนี บุญธรรมจิต
คุณพัชรี วชิระนันทกุล และครอบครัว
คุณพัฒน์นรี-พณสร สรรพพันภัย และพ่อแม่ญาติพี่น้องทุกท่าน
คุณพัทยา แซ่มชื่น
คุณพันนิดา สิทธานุกูล
คุณพันพจน์-กรรณิการ์ เศวตาภรณ์
คุณพันอาลัน แซ่ผ่าน-อ้าวอาเซง แซ่อ้าว
คุณพาณี นาคทอง
คุณพิเชษฐ, รุจิรา, ทิพวรรณ์, ฐิติรัตน์-
บุณยนุช สุจริยานุรักษ์ และผู้มีจิตศรัทธา
คุณพิบูล ศิวพรรัตน์ และครอบครัว
คุณพิมพกา กาญจนนพวงศ์ และครอบครัว
คุณพิมพ์ชนก ลวเปาลยะ
คุณพิมพ์ธิดา จันทร์แจ่ม & วารุตม์ กล่ำเสือ
คุณพิมพ์วลัญช์ แก้วเนตร
คุณพิมลพรรณ เหลืองวงศ์วาน และครอบครัว
คุณพิศ-ฐานิตา แสงบุญยิ่ง
คุณพิศมัย แสงหิรัญ
คุณพิศวง-ทองอินทร์-สุทิน-สุทาทิพย์ จันทร์เพ็ญ และครอบครัว
คุณพิศาล-คุณอภิญญา-คุณพิมพ์พิศา วิสูตรธนาวิทย์
และครอบครัว
คุณพิศาล-สิริอร จิระวัฒนศักดา
คุณพิศุทธิ์-เสลาลักษณ์ จุรีเกษ
คุณพิษณุ มานัด และครอบครัว
คุณพิสมัย พุ่มประเสริฐ
คุณพีรพงศ์ วิจิตรวงศ์วาน-คุณอภิจิตรา อภิภาณุรัฐ
คุณพีระเมศร์ อริยกุศลสุทธิ
คุณพูน-ศรี อึ้งตระกูล, เปรมใจ ลิ้มสุวัฒน์,
อุบลพงศ์ ธเนศสถิตย์กุล
คุณเพ็ญศรี พิทยาไพบูลย์
คุณแพงมา เทพคูมอล์
คุณไพโรจน์ ขยันทำ
คุณไพศาล พรอนันต์ตระกูล
คุณภราดา-อรกัญญา-เขมินี เณรบำรุง
คุณภัทร อินลาภ
คุณภัทรธีรพงศ์ ไก่แก้ว
คุณภัทรพร รัตนนันทวาที
คุณภัทรวลี นิ่มนวล
คุณภัษมา ชิวหวรรณ
คุณภาณุภณ-ปิยจิต-ปือบ-โอลีฟ ชิวปรีชา, บุตร
คุณภารณี กิจไพศาลศักดิ์
คุณภาวิกา ฉายสกุลวงศ์
คุณภาศร โคลงพิมาย
คุณภาสวร บุญมาก
คุณภูมิ พฤกษาเมธานันท์
คุณมงคล-นงนุช-จริยา-จาตุรนต์ นามราษฎร์
คุณมณฑนา พรศาสวัต
คุณมณีพรรณ สุนทรมนทกานต์
คุณมณีรัตน์ นพรัตน์ และครอบครัว
คุณมณีรัตน์ คงคาล้ำเลิศ
คุณมนตรี คงสถิตย์ และอมรา ปาลกะวงศ์
คุณมนรดา แก้วบุตตะ และครอบครัว
คุณมนัส-ประไพ จิตวัฒนากร
คุณมยุรินทร์ อัศววงศ์เกษม, ปทาวิน-พรชนก อิงโพธิ์ชัย
คุณม่วย แซ่โง้ว, ชื่นหทัย แซ่จิว, ครอบครัวเหล่าณัฐวุฒิกุล
คุณมหิทธิพล-มหรรฆพันธุ์ พันธุ์ทอง
คุณมะลิวัลย์-วชิระ-ชุลีพร ช่วงรังษี
คุณมัณฑนา เชิดวิศวพันธุ์
คุณมันธิยา อรัณยะปาล
คุณมาณพ-วรารัตน์-มหัทธนา-มหัทธน เค้ามาก
คุณมาณี เปี่ยมกุลวนิช
คุณมานิตย์ เจตน์จรุงวงศ์ และครอบครัว
คุณมาริศา ตาโพธิ์ และครอบครัว
คุณมาลัย กำภู ณ อยุธยา
คุณมาลี มณีวัฒนา
คุณมุทิตา ปัญจมนัส และครอบครัว
คุณเมธาพร ศุภอนันต์
คุณเมธิน-มยุรี ร่มโพธิ์ และครอบครัว
คุณแม่กองมี ภิญโญสุข
คุณแม่เง็กเฮียง แซ่ลิ้ม-ชูยศ ฐิตาริยกุล
คุณแม่ฉลวย เทียมเมือง และครอบครัว
คุณแม่ชุ้ยน้อย แซ่ก๊วย, จิราพร แซ่จุง และตระกูลจุง
คุณแม่แชะกี่-ทพ.ไพโรจน์-ดร.จารุณี ตันติเวชวุฒิกุล
และครอบครัว
คุณแม่นุกูล แสงศรีเพ็ญ และครอบครัว
คุณแม่นุ้ยู-พ่อมนต์ศักดิ์ พันธุ์วิริยรัตน์
(หัวหน้าชั้น&นร.อนุบาลฝันในฝันวิทยาทั่วโลก)
คุณแม่ฝุ่น กลิ่นบานชื่น
คุณแม่พิศวง กระบวนรัตน์-พ่อชวน แซ่ผู่-อรสา สุกสว่าง
คุณแม่สุจินดา ศรีชูทรัพย์
คุณแม่หวยเกียว แซ่คู
คุณแม่อุบลวรรณ-คุณแม่ปิยะนุช-ด.ญ.กานต์ธิดา อุ่นพินิจ
คุณแม่เฮียง แซ่ตั้ง-สุเกียรติ-นุชกูล สรวยจิรวัฒน์
คุณยงยุทธ-กฤติรัชต์-จินต์ปาตี หวังสวาสดิ์

คุณยินดี-ธีรียา-ฐิติยา สมุทรสกุลเจริญ
คุณยุพิน โชควัฒนกุล
คุณเยาวภา สุขคตะ
คุณเยาวรีย์ ฉัตรธนทรัพย์
คุณรชา ลิ่มศิลา และรวีวรรณ ปัญญาบุญ
คุณรวิสรา บัณฑิต และครอบครัว
คุณระริศรา ศรียางนอก และสุรเสน สมิตเมฆ
คุณรัชนา จิตจารุ
คุณรัตใจ กลางสาทร
คุณรัตติยากร-พ่อนาย-แม่สังวาลย์ สุขจิตต์
คุณรัตนา ฉันนิวัต พร้อมครอบครัว
คุณรัศมี พรสี่
คุณรัศมี ศรีจันทร์
คุณราชันย์-นพวรรณ-ณิชาภา ธนโชติศิริวิบูลย์
คุณราณี ไกรกิติการ และครอบครัว
คุณราณี-พนิตา-ฐีรวัฒนา บุนนาค
คุณรินทร์ลภัส มงคลไชยวรโชติ และครอบครัว
คุณรุ่งนรัตจรัสรวี สังข์นาครัตนะ, มัฆวาน จันทร์ช้าย
คุณรุ่งฤดี ฮิลล์
คุณเรวัต-มณฑกานต์-ปัณณทัต บุญทอง
คุณละอองทอง อัมรินทร์รัตน์
คุณละเอียด สอนสุภาพ
คุณลักษ์ขณา เอมอรุณกิจ, ชินวัตร ทิพย์จรรยาวัตร์ และครอบครัว
คุณลัดดา โชคเหมาะ
คุณลือพงษ์ ลีลพนัง
คุณลุ้ย พรอโนทัย
คุณเล็ก ลุนไธสง, คำมา อินทราวงศ์
คุณเลขกร หาญพนานนท์
คุณวงศธร บวรมงคลศักดิ์ และครอบครัว
คุณวนิดา-กิตติมา ฤาฤทธิ และคณะญาติมิตร
คุณวรการ-ภูริภัทร ตั้งสืบกุล, ณภัทร โลกาศิริ
คุณวรดา ตั้งสืบกุล
คุณวรมณฑ์ นาถนิติธาดา
คุณวรรณทนา อุดมศิลป์จินดา
คุณวรรณภา สังฆรัตน์, วนิดา ตั้งรพีพากร
คุณวรรณภา-จุฑาทิพย์-นภาพร วรสายัณห์
คุณวรรณวิมล-ด.ช.ขวัลวิทย์ อาคมศิลป์
คุณวรวุฒิ-แสงนวล-กายแก้ว-แก้วกานต์ ศรีรัตน์ชัชวาลย์
คุณวรัญญาภรณ์ ทองไทยธนานันต์
คุณวราพร ชัยวนนท์
คุณวราภรณ์ บูลย์ประมุข
คุณวราภรณ์ พรอนันต์ตระกูล
คุณวราภรณ์-ปาริชาติ เมทานัย
คุณวัชรพงษ์ โสมอินทร์
คุณวัฒนชัย-ศิโรรัตน์ วงศ์ประไพ และครอบครัว
คุณวัฒนา-คุณลักขณา-คุณพัสกร-คุณโชติกา-ภูมิสิทธิ์
คุณวัฒนา-ลักขณา-พัสกร-โชติกา-ภูมิสิทธิ์
คุณวันดี ปัญญาแสงพานิชย์
คุณวันเพ็ญ-ไชย พันธุ์ทอง
คุณวันวิสา คณาค้ำชู
คุณวัลลดา ไชยกิจ
คุณวัลลภ นิลถนอม
คุณวารี-กุลชา สรัสชยะนันทน์
คุณวาสนา กลิ่นศรีสุข, คุณศุภวรรณ อาริวรรณา
คุณวาสนา ทองใจศรี
คุณวาสนา ฤทัยรุ้ง และครอบครัว หมู่ญาติ
คุณวาสนา-สมเดช หินกล้า และครอบครัว
คุณวิจิตรา กันตังกุล
คุณวิชัย-พลสุข เต็มเศรษฐเจริญ
คุณวิชัย-วิภา เลิศกุลทานนท์ และครอบครัว
คุณวิเชียร-รัตนา-เบญจา ต้นกิม
คุณวินัย-สุวรีย์ ฉิมวัย และครอบครัว
คุณวิรพงษ์-จันทิมา-จันทพิมพ์-ดุจจันท์ สวนศิลป์พงศ์
คุณวิรุฬห์ ทรัพย์ถาวรกุล
คุณวิลัยกูล โพธิ์ไชยา
คุณวิไล Posten, Richard Kaiser
คุณวิไล จิรพจชพร-พศวัต-ชยุตม์ ธีระพงษ์รามกุล
คุณวิไล-โคจิ จินโดะ พร้อมครอบครัว
คุณวิวัฒน์-กัลยา-ทิพย์วรรณ-อภิสิทธิ์-อภิญญา-กฤษณ์ อัคราวานิช
คุณวิสิทธิ์ เบญจปิยะพร
คุณวิสุทธิ์ คำระกาย และครอบครัว
คุณวีระศักดิ์ ชัยสถาวรวงศ์
คุณวีระ-อัญชลี-ปรีดาภรณ์ วิริยะวรเวช
คุณเวียงแก้ว-สุจินดา บริหาร และครอบครัว
คุณไวท์ ตุ๊ก จอย จูน ธรรมปริพัตรา
คุณศตพล ลูกอินทร์
คุณศราวุฒิ-พัชรินทร์-ศิริพัฒน์ ยิ้มละม้าย
คุณศรินยา สุขเกษม
คุณศรีเพ็ญพร เสาร์แก้ว และครอบครัว
คุณศรีฟ้า สุทธิประเสริฐ-อัยลดา คำพิลา
คุณศรีศุภร จาตุรงควนิชย์ และครอบครัว
คุณศศิชา ศิริพันธ์, MR.Matin Burla
คุณศศิธร สาสูงเนิน
คุณศศิประภา พึ่งพินเจริญกุล พร้อมครอบครัว
คุณศศิมาวรรณ์ เวชศิลป์ และครอบครัว
คุณศิขัณฑ์-หริชา โหสกุล
คุณศิราณี-พ่อเจตน์-แม่บุญนอบ-แสงระวี-สุภาพ จันทร์แจ่มใส, Tammy Samson Christine Nguyen
คุณศิริชัย-กัลยา ศิวะนันต์วงษ์
คุณศิริพร ทรวดทรง
คุณศิริเพ็ญ ชุ้นพานิช และครอบครัว
คุณศิริมาส พัฒนะศรี และครอบครัว
คุณศิวญา สรณาพิพัฒน์ และหลาน ๆ
คุณศิวาพร ประจิตร
คุณศุภชัย คำนา
คุณศุภวรรณ พลาดิสัย
คุณศุภวิชญ์กร รัตนวงศ์รังษี
คุณศุภสิณี รัตตะคุ
คุณโศรดา-ธัญพร-ณัฐพร-ผจงจิต-ขวัญฤทธิ์ วัฒนะธนากร
คุณสกาวรัตน์ ไชยศร และครอบครัว
คุณสงัด-ละออง-พิมพ์หทัย ไตลังคะ
คุณสถิตย์ พันธุวัฒน์ และครอบครัว
คุณสมคิด แสนนรินทร์ และหลาน ๆ
คุณสมใจ-ธีรพงษ์ แสงวณิช และครอบครัว
คุณสมชัย-กนิฐา-นรธิป-ปวันรัตน์ ธนสารศิลป์
คุณสมชัย-ผกามาศ-ศิวรักษ์ ธเนศบวร
คุณสมชาย พึ่งพัฒน์-สุมนา ศรีทองทิม
คุณสมชาย-นาวี มานะไชยรักษ์
คุณสมทรง จุ่มแปง
คุณสมทรง-ละม่อม-ชฎาภรณ์ พรมโณภาส
คุณสมบัติ-สุพาพร พลังโชติศิริ
คุณสมบูรณ์ นิพัทธ์โชติ
คุณสมบูรณ์ ว่องวิสุทธิเกษม และครอบครัว
คุณสมประสงค์ พันธุ์แดง และครอบครัว
คุณสมพงษ์-สุรัสวดี ลิ่มสุวัฒนาพงษ์ และครอบครัว
คุณสมพณ-ดวงชีวัน-พีท ตั้งทวีกูล
คุณสมพร-วรนุช พรหมมหาชัย
คุณสมพิศ มอริส
คุณสมโภชน์-เยาวลักษณ์-สุชัญญา ศรีสว่างอรุณรุ่ง
คุณสมร แก้วใส
คุณสมรวย ศิริลิขิตชัย
คุณสมศรี เยาวสังข์-ณัชชา เปลี่ยนโมฬี
คุณสมศรี-นิโลบล ศิริสมบัติ
คุณสมศักดิ์ ขัตตุพงศ์วณิช
คุณสมหมาย-ชุติภา วินิจรัตนวานิช พร้อมครอบครัว
คุณสมัคร-ส้มป่อย คงเทศ และครอบครัว
คุณสรายุฒ์-พรทิพย์ ปุณญนิจนิรันดร์ และครอบครัว
คุณสวัสดิ์ ชัยณรงค์ฤทธิ์
คุณสวัสดิ์ เพ็ชรรัตน์
คุณสอาด บุญเพิ่ม และครอบครัว
คุณสังวาลย์-สุกัญญา ภูแง่ผา, คุณสมพร ฉายสกุลวงศ์
คุณสังเวียน-ชัยศรี-พิกุล สวัสดี
คุณสัญญา-บุษบา ศรลัมพ์
คุณสันธิกา ปิยสิรานนท์
คุณสามชัย เย็นสนาน-สุภรัตน์ สุขพรหม และครอบครัว
คุณสายชล สายทอง
คุณสายทอง เพ็งชะตา
คุณสายพิณ หงษ์ศิรินิรชร และครอบครัว
คุณสาลี่ เห็นความดี
คุณสำลี-ปิยวัฒน์ รัตนรักษา
คุณสำอาง อินทริด และครอบครัว
คุณสิทธิพร เรืองฤทธิเดช
คุณสิทธิพร สุขผล
คุณสิทธิศักดิ์ เทพเทพา
คุณสิรัตน์ คงเนียม และครอบครัว
คุณสิริกร กิ้มสุโข
คุณสิวลี หล่อวิมงคล
คุณสุกัญญา ชลอำนวย และโรงเรียน BFS
คุณสุกัญญา แต้มทอง, คุณสิริกร กิ้มสุโข
คุณสุกัญญา ยุซิ
คุณสุกัญญา รานไพร-ด.ช.AKITO, AKIRA YAMAGUCHI
คุณสุกัญญา แสวงทรัพย์ และครอบครัว
คุณสุข-สมศรี-อภิญญา โรจนวรกุล
คุณสุขุมาลย์-ฉัตร์-สมจิตร สุดสังข์
คุณสุคนธกาญจน์ คุณาสินกิจจา
คุณสุคนธา แก้วแดง และครอบครัว
คุณสุจินต์ ไชยยศบริบูรณ์ และครอบครัว
คุณสุชาดา เรณูรส-รศ.ดร.พิภพ-อุบล อุดร
คุณสุชาติ จันทรกานต์โกศล
คุณสุชาติ ตั้งเลิศผลานนท์
คุณสุชาติ-ธรวัชร มณีรัชไพศาล
คุณสุทธสร เดชหอมชื่น
คุณสุทนต์ ปัญญาแสงพานิชย์
คุณสุทิศา แก้วบำรุง และครอบครัว
คุณสุเทพ-เกษร ยืนยง และครอบครัว
คุณสุธน-รจิต-ปลื้ม พงษ์พิศาล
คุณสุธางศ์รัตน์-น.นร.จิณณวัตร เติมเศรษฐิเจริญ
คุณสุธาสินี-สุวิชาดา-สุจิตตา-เด่นดวง ธรรมรักขกุล
คุณสุธิดา โชติโก
คุณสุนทรี แสงห้าว และครอบครัว
คุณสุนทรี-ธิราพร กองแก้ว, อสม.แผนกสวัสดิการเจ้าหน้าที่
คุณสุนันทา จันทรกานต์โกศล
คุณสุนิดา กิจรัตนกาญจน์
คุณสุนิสา สาธุประดิษฐ์
คุณสุนิสา-ดีดี-รอนนี่ คชศิลา
คุณสุนีย์ ตั้งสืบกุล
คุณสุนีย์-วรดา-วรเกตุ ตั้งสืบกุล
คุณสุภัสสร เฉกแสงทอง และครอบครัว
คุณสุภาพ ลาภานันท์ พร้อมครอบครัวและลูกหลาน
คุณสุภาพรรณ สง่าศรี และครอบครัว
คุณสุภาพ-สิริกร-อนัญญา บูรณะ
คุณสุมาลี สอนลี และครอบครัว
คุณสุมาลี-พิณทิพย์ เมธานัย
คุณสุมาลี-มาริสา ตั้งสัจจานุรักษ์ และครอบครัว
คุณสุรเจษฐ ตรีศรี และครอบครัว
คุณสุรชัย อรรถกสิกิจ
คุณสุรชัย-นุวดี-นันท์นภัส-ชัยบูรณ์ พลาดิสัย
คุณสุรชัย-สุนิสา-มณฑิรา-พิสิทธิ์ ธีระวรกุล
คุณสุรนนท์ อุ่ยประพัฒน์
คุณสุริยนต์-ด.ช.นภัส แพเทียนทอง, คุณกิ่งกาญน์ เอี่ยมแสง
คุณสุรีย์ หรุ่นเกษม
คุณสุรีรัตน์ แซ่ตั้ง, รังสรรค์-รังสิมันต์-รังสิมา แซ่ชิ้ม
คุณสุวดี ปัญญาแสงพานิชย์
คุณสุวรรณ-พิมพ์อนงค์-พิมพ์ทอง-พิมพ์มาดา อมรเธียร
คุณสุวรรณา-เฮ้งลิ้ม-สุพัตรา ครอบครัวตันตินิรามัย-ฐิติวราภรณ์
คุณสุวรรณี-ทหารแก้ว เจริญศรี
คุณสุวรี-ธีรวัฒน์ โชคสว่างเนตร
คุณเสวียน-คุณจำลอง องอาจ และญาติมิตร
คุณแสนสุข-นอง-สมัย ศรีสุวรรณ
คุณโสภณ-โสรยา ว่องเจริญ
คุณโสภา-กรวรรณ-นันท์นภัส มาโนชญ์สกุล
คุณโสภิต คูสุวรรณ
คุณไส้กิม แสงอินทร์ และครอบครัว
คุณหยงช่ง-นวลจันทร์-อุฏฐมาวดี-อารียา และครอบครัวจรัสวิโรจน์
คุณหัทยา-ทรง-หยกหยิบ ตันฑ์มานะธรรม

คุณหิรัณญธร ยิ่งทวีรัตนกุล
คุณอชิรญา ไตรศรพิฒน์กุล
คุณอณัศยา อำนาจเกษม
คุณอติชัย-นภาพร บวรมงคลศักดิ์ และครอบครัว
คุณอตินุช อัศวาวิบูล, ประนอม จำปาทอง
คุณอธิคมธ์ นิลธคุร-มะลิวัลย์ วงศ์วิวัฒน์ชัย
คุณอธิพร พรหมพิทักษ์
คุณอนันต์-นพพล-นชฤทธิ์ คูถิระตระการ, วิมล ศิริศักดิ์
คุณอนิวรรต รัตนสงวนวงศ์
คุณอนุชิต พิชผล
คุณอภิษฐา สร้อยคีรี และครอบครัว
คุณอมรรัตน์ ดาวประสงค์ และครอบครัว
คุณอรจิตต์ แซ่เอี้ยว
คุณอรณิช-อภิชนา เตชะรัตนประเสริฐ
คุณอรณี เลิศเกรียงไกรยิ่ง
คุณอรดี ตัณไชยศรีนคร พร้อมครอบครัว
คุณอรทิพา Källberg
คุณอรพินทร์ ลิ้มธนานุรักษ์
คุณอรรณพ สุรวิทยาพร
คุณอรรถกร ช่วยเชียร และครอบครัว
คุณอรวรรณ นันทวรรณ และครอบครัวนันทวรรณ
คุณอรายา ผุดผาด
คุณอริสรา กลิ่นเกษร และครอบครัว
คุณอรุณ หมายช้อนกลาง Arvidsson
คุณอรุณรัตน์ ณ สงขลา, คุณจักรวาล สุวรรณธรรมา
คุณอรุณวรรณ ตั้งพิสุทธิพงษา
คุณอรุณี สุเจตนันท์
คุณอรุณี-ชัชชฎา-วรวิทย์-ถวัลย์ ตั้งลิตานนท์
คุณอลงกรณ์ แจทอง และอนงค์นาฏ เวทยโยธิน
คุณอะเอียด นาคสินธุ์
คุณอัญญา บุนนาค
คุณอัมพร-ทิพาจาร-หฤท ชาเทพ
คุณอัมพร-ยาสึฮิโร่-นัสซีมิ-อากิโกะ อิมาอิ
คุณอาทิตย์ วงศ์บุญเรือง และญาติมิตร
คุณอานนท์ บำรุงศรี
คุณอาภรณ์ ขำกลับ และครอบครัว-ญาติมิตร
คุณอาภรณ์ วงค์เวียง และครอบครัว
คุณอารมย์-วันเพ็ญ ยอดเพ็ชร
คุณอารยา เอี่ยมอุดมกาล และครอบครัว
คุณอารีลักษณ์ เตชะโสภณมณี
คุณอุกฤษฏ์-บุษกร ศิริสุทธิวรนันท์
คุณอุดม พรอโนทัย
คุณอุดม พิชผล
คุณอุดม-จินตนา-วิชัย-บารมี-เชิญบุญ สุวรรณสินพันธุ์
คุณอุดม-นิภา-นฤมล กาญจนะ, ธิติศักดิ์ สื่อกลาง
คุณอุดร-สำออย-สัญชัย-สายชล สายทอง
คุณอุทุมพร-อำไพ ภักดิ์อนันต์ และครอบครัว
คุณอุบล เปรมเจริญ และคุณชุลีพ ยุ่นสมาน
คุณอุบล วงศ์ประไพ และครอบครัว
คุณอุบล อุดร
คุณอุบลทิพย์ สุพรรณานนท์ และครอบครัว
คุณอุ้มฤดี มินไธสง
คุณอุไร-ทากุจิ-ด.ญ.มิกะ อิชิดะ พร้อมครอบครัว
คุณอุไร-เพียงเพ็ญ เพาะบุญ
คุณอุไรวรรณ โคตะระ และครอบครัว
คุณเอกภพ มุลตรีบุตร
คุณเอี้ยวซื้อ แซ่เฮ้ง-ผิน สาระภักดี
คุณฮกเลี้ยง แซ่โค้ว, สะอาด บริสุทธิ์ และครอบครัว
คุณฮวด-สมใจ สิริพัฒนเศรษฐ์ และครอบครัว
โครงการอบรมมัชฌิมธรรมทายาทหญิง รุ่นที่ ๑๙
โครงการอาสาพันธุ์ตะวัน ชมรมพุทธศาสตร์สากล
เจ้าหน้าที่ชมรมธรรมบรรณาการ
ชมรมพี่บัณฑิต กองติดต่อสอบถาม
ชมรมพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน
ชมรมพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี
ชมรมพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ
ชมรมพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี
ชมรมพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร
ชมรมพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพาในพระสังฆราชูปถัมภ์
ชมรมพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยรังสิต
ชมรมพุทธศาสตร์ และประเพณี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ชมรมพุทธศาสตร์สวนดุสิต หัวหิน
และครอบครัวพิทยาดา เงินพันธ์
ชมรมสมาธิและศีลธรรม มหาวิทยาลัยขอนแก่น
ด.ช.ชินกร อาจกำชัย
ด.ช.ธนัญชัย ธนโชคขจรเดช และครอบครัว
ด.ช.ธารณ์ บุญมาก
ด.ญ.คมคาย-ด.ช.กรองเกียรติ แก้วรอด
ดร.ธันย์ธนัช อิศราวิวัฒน์ และครอบครัว
ดร.อาทร-เหมือนฝัน-อัยย์ณัชชา นันทิยกุล
ดร.ชาติชาย ไวยสุระสิงห์
ดร.ดวงกมล ทองคณารักษ์ และครอบครัว
ดร.ธนกฤต วรธนัชชากุล
ดร.นาตยา บุญมาก
ดร.พรชณิตว์ แก้วเนตร
ดร.พลอยพิชชชา แก่นแก้ว
ดร.วรัชยา ฉายเรือง และครอบครัว
ดร.ศรัณย์ เลิศรักษ์มงคล และครอบครัว
ดร.ศิรปภัสร์ กีรติวัฒนทัศน์ และครอบครัว
ดร.สมบูรณ์ ธนฤทธิพร และครอบครัว
ดร.เสนิส-ดร.อักษรอนงค์ บุศยพงศ์ชัย
ทพญ.วรัญญา คีรีเรืองชัย
ทพ.สุวัฒน์-ทพญ.วิไล-นภัสสร-สารธัช-สารสิทธิ์ สุริยาแสงเพ็ชร
น.สพ.อนุวัฒน์-สุภัทรา-นิรันธน์-อนัญญา ศีตมโนชญ์
น.อ.หญิง พันทิพย์ ลวเปาลยะ
นพ.ฉัตรชัย ศรีบัณฑิต
นพ.นพรัตน์-พญ.เสาวณีย์ พิบุลสันติ
นพ.บุณย์ธนิสร์-สรีระเพ็ญ-พบพร โอทกานนท์
นพ.พรเจริญ-พรทิพย์ เจียมบุตศรี
นพ.ภาณุเมศ-พญ.สุนีย์-ด.ช.กล้าตะวัน-ด.ญ.จินดามณี ศรีสว่าง
นพ.ศักดา หันชะนา
นพ.สุนันท์-สมบัติ วงษ์เกษมศิริ
นพ.สนั่น-ศศิธ นิมมานเสรี และครอบครัว
นาวาอากาศโท นายแพทย์ฉัตรชัย คูวัธนไพศาล
บจก.ไบร์ท แอนด์ ไบร์ทเทอร์
บริษัท เจคเชียร์ เทคโนโลยี จำกัด
บริษัท สามดีกำลังสอง จำกัด
บุคลากร รุ่นที่ ๒๑
บุคลากร รุ่นที่ ๒๒ Twenty Two Unity
ผศ.นิยม อรพินท์ วิบูลย์เมธ และบุตรหลาน
ผศ.สุชีพ-ผ.ศ.สุภาศิริ พหูชนม์
ผศ.ดร.วจนา สุริยธรรม
ผศ.สุพรรัตน์ วงษ์ศรี
ผู้นำบุญ-ผู้ประสานงานเขตบางซื่อ
ผู้ประสานงาน และผู้นำบุญฉะเชิงเทรา-บุญบันเทิง
แผนกเพชรกล้าธรรม กองติดต่อสอบถาม
แผนกเพชรอัศจรรย์
แผนกสุทธาโภชน์ และ อสม.กองรักษาบรรยากาศ
พญ.ตะวัน อิ่มวิเศษ
พญ.ลำพู โกศัลวิทย์
พญ.วราธิป โอทกานนท์
พญ.อุดมลักษณ์ มงคล
พ.ต.ท.เกียรติศักดิ์ มิตรปราสาท
พ.ต.อ.ประภัส-อรสา ประยูรหงษ์
พล.ท.กำจร-น.ท.หญิง อุไรวรรณ ชาญยุทธการ และครอบครัว
พล.อ.อ.วีระวุธ ลาวเปาลยะ
พันโทชาญ-นงลักษณ์ กิตติกูล
ภญ.พัญภมร บุญแข็งเก่ง
ร.ต.บุญส่ง-สุพร พันธุ์โกศล, ทพญ.บงกช สุวรรณปัทม
ร.ต.สมาน-อรพินท์-พิศตะวัน นิลกาญจน์
ร.ท.คณิศร-ณัฏฐ์ธิดา-อุสรี-รุ้งทิพย์ จันทรสถิตย์
รศ.กาญจนา-อ.วิฑูรย์ ตันสุวรรณรัตน์
รศ.ดร.จิรันดร-ฉันทนา-ด.ช.วริทธิ์ ยูวะนิยม
ร.อ.สะอาด-ประสพสุข พงษ์สูงเนิน
ร้านกิจเจริญโฆษณา
ร้านวัฒนาออโตเทค
ศรัทธาวาส รุ่นที่ ๑
ศิษย์เก่า-ศิษย์ปัจจุบัน ชมรมพุทธศาสตร์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน
สำนักงานกัลยาณมิตร จังหวัดปราจีนบุรี
สำนักงานกัลยาณมิตร จังหวัดเลย
สำนักงานประสานงานชมรมพุทธศาสตร์
อาจารย์มณี มณีวรรณ
อาสาสมัครแผนกบรรยากาศแก้ว
อาสาสมัครแผนกบุญรักษา & SU MED CLUB
อาสาสมัครวิทวัส ยงถาวร และครอบครัว
“Store Art” ฝ่ายสื่อกองประสานงานชมรมพุทธฯ ทั่วประเทศ
ARISA LIM AND FAMILY
Atiwist Pannapadipong & Family
Bounlieng-Chanthanom Phongprija
CHANAPA-JULIAS FAMILY HART
Chayanon Sontipanya
chayuda-Alan Chapman
Cheiwchan Sukiam, Lind sey Toathat
Dhammakaya-Inner Peace Group
DMC TEAM, ครอบครัวนารักษ์
DOLNAPA KUEHL
Dr.SUPICHAYA & Dr.SARINRATANA PANPRASERT
Haim H.Widjaja, ฮาลิม-สุญาณี-สรวิชญ์ มานะไชยรักษ์
Jan-Jason-Willie Sukiam
Keo Woods
Koh buk sing - กิตติยา ภัทรเขมรัชต์
MICHAEL G.KUEHL
Michelle Karlsen
Mirella kampus
Natchanok-Eric-Worased Ingram
Niran-Supamas Tantawiwat
Ooy&Julius Hart &Thanomkiat family
Othal Morris
Patra-Sittichai, Winn Mekpongsatorn
PHRAONAPHUI-NANOPHRAYAGNA PHENGDY-KINDALAS-IT MAGNONSIT BILAVARN
Pimpa-Ben Broatch
Pratchaya-Richmond Parakhen
QUINN M. KUEHL
RONJANAPINYO PHRANOPPORN AND FAMIRY
Saifon Chairungruang & Sukhdeep Singh
Saijai Nilsen
Simona Källberg
Sudkate Ornprasert
SUNEE, SACHIKO, MAHO KUROKAWA
Supee C. Wilson
THE MIDDLE WAY
Tipawan-Bee-Nat-Timmy Intakanok
Vong Say Veng, Kim,Alex
Wanakaew Chanleung
YANISA CHEENEY
Youth for Next Step

กราบอนุโมทนาบุญทุกท่าน
ผู้ที่มีส่วนสำคัญยิ่ง ทำให้หนังสือ
ยิ่งหยุดยิ่งนิ่ง...ยิ่งดิ่งไม่หยุด
เสร็จบริบูรณ์

พุทธบุตรชุดปฏิบัติธรรมกลุ่มธรรมชัยโยธิน

พระมหาประเสริฐกิจ สุเมโธ
พระชัยยง อตฺถชโย
พระมหาศรายุทธ ฐิตคุโณ
พระภคนันท์ เขมานนฺโท
พระธนพล กิตฺติวีโร
พระพงศ์พิชญ์ ภูริปญฺโญ
พระวีรวิทย์ อุตฺตมวีโร
พระณัฐวุฒิ อธิวุฑฺโฒ
คุณภัทร อินลาภ
คุณชุลีภรณ์ ชาญณรงค์
คุณอุบล อุดร
กองพุทธศิลป์

พระโอภาส ปญฺญาโภ
พระมหาณัฐชัย วรงฺกุโล
พระนรินทร์ สุปภาโส
พระมงคล ภทฺทมงฺคโล
พระภาค รวิวณฺโณ
พระมหาอภิวัตร คุณวฑฺโฒ
พระพนมชัย อตฺตชโย
พระจิรเวท จิรวิชฺโช
คุณภภัทร์สรณ์ ลักษณ์ธนากุล
ทพญ.ศิริรัตน์ งามแสง
กองรับบริจาค
ทีมงานกองการ์ตูน

เจ้าหน้าที่กองทุนธรรมบรรณาการ เสา M6 สภาธรรมกายสากล
เจ้าหน้าที่จุดบริการดอกบัว บูชามหาธรรมกายเจดีย์
ทีมงาน www.dmc.tv
ทีมงาน www.kalyanamitra.org
ทีมงาน www.facebook.com/too.con.art.fanpage