

ทิศ ๖ กับความสำเร็จ

ที่จะเกิดขึ้นกับตนและคนรอบข้าง

ธรรมสำหรับคนทำงาน
แจกฟรี เป็นธรรมทาน

อภากาลโก
อุ่ทอง - ๓๙

Metadata : ข้อมูลหนังสือ

Book title : ทิศ ๖ กับความสำเร็จ

Subtitle : ที่จะเกิดขึ้นกับตนและคนรอบข้าง

Author : เขียน / รวบรวม / เรียบเรียง

ธรรมากาลิโก ขยาภินันโท ภิกขุ

พระชัยอนันต์ ขยาภินันโท

Description : หนังสือธรรมะ แจกเป็นธรรมทาน

Language : Thai / ไทย

Category : Religion / Buddhism

Age : General audience

Size : Pocket Book A6

ปรับแต่ง/ตรวจทาน/จัดรูปเล่ม

- ดารณี เอไอ - เพื่อการแจกฟรี เป็นธรรมทาน

Contact : ติดต่อ - อุ๋ทอง - ๓๙

อาศรมปู่ทอง วิหารหลวงปู่เทพโลกอุดร

หุบเขาทรัพย์พุทอง ต.ดอนคา อ.อุ๋ทอง

จ.สุพรรณบุรี ๗๒๑๖๐

โทร./ไลน์/Promptpay : 099-505-2244

Line@ id : @phrachai

Email : chaianunt@gmail.com

เฟสบุ๊ค : facebook.com/jayabhinunto

คำนำ

เจริญพร ญาติโยม ท่านผู้ประพடுத்தธรรม

ความสำเร็จที่แท้ มิได้อยู่ที่ การจะได้อะไรเพิ่มขึ้น หากแต่อยู่ที่ใจเรา ลด ละ วาง อะไรลงได้บ้าง แล้ว เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง ถ้ามันเบาบางลงได้บ้างแล้ว นั่นแล คือ ความเจริญที่พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญ

ธรรมเรื่อง “ทศ ๖” ที่จะได้อ่านต่อไปนี้ มิใช่เรื่องของคนอื่นไกล แต่คือเรื่องของใจเรา ที่สัมพันธ์อยู่กับผู้คนรอบตัว ในทุกลมหายใจ ผู้ใดนำธรรมนี้ไปพิจารณาด้วยสติ ด้วยปัญญา ผู้นั้นจะพบว่า

ชีวิตทั้งชีวิตนั่นเอง คือ สนามของการปฏิบัติธรรม

หนังสือเล่มนี้ แสดงธรรมในลักษณะการเตือนใจเบาๆ ไม่เร่งไม่รีบ ไม่บังคับ เพื่อให้ทุกๆท่าน ได้ค่อยๆฟัง ค่อยๆอ่าน แล้วหันกลับมา ดูใจตนเอง หากธรรมข้อนี้ ช่วยให้ใจของท่านสงบลงได้บ้าง นั้นย่อมเป็นอานิสงส์แห่งธรรมทานแล้ว

สารบัญ

คำนำ	๓
บทที่ ๑ ความหมายของ “ทศ”	๕
บทที่ ๒ ทศเบื้องต้น : บิดา มารดา	๖
บทที่ ๓ ทศเบื้องต้น : ครู อาจารย์	๗
บทที่ ๔ ทศเบื้องหลัง : บุตร ภรรยา สามี	๘
บทที่ ๕ ทศเบื้องซ้าย : มิตรสหาย	๙
บทที่ ๖ ทศเบื้องล่าง : ลูกจ้าง ผู้ร่วมงาน	๑๒
บทที่ ๗ ทศเบื้องต้น : สมณะ ผู้ทรงธรรม	๑๔
บทที่ ๘ ทศ ๖ กับการภาวนาในชีวิต.....	๑๕
บทที่ ๙ ความสำเร็จที่แท้จริง	๑๖
บทที่ ๑๐ บทภาวนาและคำตรวใจ	๑๗
บทที่ ๑๑ มรรคในชีวิตประจำวัน	๑๘
ปัจฉิมบท	๒๐

บทที่ ๑ ความหมายของ “ทิศ” ในทางธรรม

ท่านทั้งหลาย...

คำว่า “ทิศ” ในพระพุทธศาสนา มิได้หมายถึงทิศเหนือ ใต้ ออก ตก เท่านั้น หากแต่เป็นการหมายถึง ทิศทางแห่งการวางใจของเราในความสัมพันธ์เมื่อใจถูกวางผิด ทุกข์ก็เกิด เมื่อวางใจได้ถูกที่ ทุกข์ก็จะค่อย ๆ ดับ

ทิศ ๖ จึงมิใช่เพียง การเป็นหลักสังคม แต่เป็นแผนที่ ของการประพฤติปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน ตั้งแต่ การให้ทาน สมาทานศีล สมาธิ ไปจนถึงปัญญา ผู้ประพฤติธรรม ไม่จำเป็นต้องหนีโลก เพียงแต่รู้จักวางใจให้ถูก เรื่องในโลกทั้งหลาย ก็ไม่อาจครอบงำจิตใจของท่านได้

เมื่อวางใจถูก ในทิศทั้งหก ชีวิตทั้งชีวิต ย่อมจะเป็นทางสายกลาง ทุกความสัมพันธ์ที่ผ่านเข้ามา จึงกลายเป็นบทเรียนแห่งการเจริญสติและปัญญา

บทที่ ๒ ทิศเบื้องหน้า : บิดา มารดา

บิดา มารดา คือทิศเบื้องหน้า เป็นปูพพอาจารย์ผู้ให้ชั้นเป็นฐานแห่งการสั่งสมกรรม การเกิดขึ้นของรูปชั้นและนามชั้นในชาตินี้ อาศัยเหตุปัจจัย คือ บิดา มารดา ซึ่งผู้ประพฤติธรรม เมื่อระลึกถึงทิศตรงนี้ ย่อมเห็นความจริงของชั้น ว่าไม่ใช่ของเรา แต่เป็นที่อาศัยอยู่ด้วยเพียงชั่วคราว

การตอบแทนบิดามารดา จึงมิใช่การดูแลแต่เพียงภายนอก หากแต่คือ การประพฤติดี ประพฤติชอบ เพื่อตัดกระแส “อกุศล” ในสายสัมพันธ์เหล่านั้น

- ชั้น ๕ : เห็นรูป—นาม ที่อาศัย เหตุปัจจัย มีไข้ตัวตน
- ปฏิจจสมุปบาท : ชาติ เป็นปัจจัยให้เกิดทุกข์ หากรู้เท่าทัน ย่อมคลาย อวิชชา
- เมื่อคิดถึงบิดามารดา จิตจะเกิดโทสะ โลภะ หรือ กตัญญู ?
- เราเห็นท่านเป็น “บุคคล” หรือเห็นเป็นเพียง “ชั้นตามเหตุปัจจัย” ?

บทที่ ๓ ทิศเบื้องขวา

: ครู อาจารย์

ครู อาจารย์ คือ กัลยาณมิตร ผู้ชี้ทางให้เกิดสัมมาทิฐิ ผู้ประพาศธรรม จึงควรฟังธรรม โดยไม่ยึดติดในตัวบุคคล แต่ให้ยึดถือ ในหลักการของพระสังฆธรรม เหตุผล และความจริงที่ปรากฏ

- อายตนะ : หู รับเสียงธรรม ใจ เป็นผู้รู้ หากมีสติ ปัญญา ย่อมเกิด
- ปฏิจจสมุปบาท : ผัสสะ ที่ประกอบด้วย สติ ย่อมนำไปสู่ เวทนาที่ไม่ก่อภพ
- ฟังธรรมแล้ว ใจสงบ หรืออยากโต้แย้ง ?
- เราฟังด้วยศรัทธา ประกอบปัญญา หรือ ฟังด้วยอัตตา ?

ฟังธรรมแล้ว หากใจอ่อน วางความเห็นเดิมได้ นั่นคือสัมมาทิฐิกำลังเกิด หากทำใจแข็ง คอยโต้แย้ง แสดงว่า อัตตา ได้แทรกอยู่ในผัสสะของตนแล้ว ผู้มีปัญญา จึงมีปกติใช้ธรรมสองใจตน ไม่ใช่ยกธรรมที่มี ไปส่องดูผู้อื่น จับผิดผู้อื่น

บทที่ ๔ ทิศเบื้องหลัง

: บุตร ภรรยา สามี

ผู้ใต้การดูแล

ทิศเบื้องหลัง คือ ผู้ที่อาศัยกรรมร่วมกันกับเรา ในปัจจุบัน ความผูกพันในทิศนี้ เป็นสนามทดสอบอัตตาอย่างละเอียด ผู้ประพบัติธรรม ต้องใช้เมตตาควบคุมปัญญา มิฉะนั้นจะกลายเป็นความยึดมั่นถือมั่น ที่จะเป็นการนำทุกข์มาให้

- ขั้น ๕ : ความรัก ความห่วง เป็นเวทนา และสัญญา ไม่ใช่ตัวตน
- ปฏิจจสมุปบาท : ตัณหาต่อบุคคล นำไปสู่สภาพทางใจ ขาดวิมุตติในอนาคต
- การดูแลในเรื่องนี้ เกิดจากเมตตา หรือความคาดหวัง ?
- ใจเราหนัก หรือเบา ขณะทำหน้าที่ ?

ผู้ประพบัติธรรม พึงดูแลด้วยความไม่ประมาท ไม่ปล่อยใจ ให้ไหลไปตามความรัก หรือความขัง ย่อมเป็นฐานแห่งการสลัดอุปาทานอย่างลึกซึ้ง

บทที่ ๕ ทิศเบื้องซ้าย

: มิตรสหาย

มิตรสหาย คือ อารมณ์แวดล้อมทางใจ ผู้ประพฤติธรรม พึงพิจารณาว่า มิตรใดเกื้อหนุน “บุญกุศล” มิตรใดหนุนนำ “อกุศล”

- อายตนะ : การคบหา คือการเปิดใจรับอารมณ์
- ปฏิจจสมุปบาท : สังขารที่ดี ย่อมนำจิตไปสู่ทางดี
- เมื่ออยู่กับมิตร ใจเพิ่มสติหรือเพิ่มกิเลส ?
- เราคบด้วยธรรม หรือคบด้วยอารมณ์ ?

ท่านทั้งหลาย... การคบมิตรในทางธรรม มิได้พิจารณาแต่ในเพียงพฤติกรรมภายนอก

แต่ต้องย้อนดูลึกลงไปถึง การปรุงแต่งภายในด้วย

ทุกถ้อยคำ การหัวเราะ การเห็นพ้อง ล้วนเป็นอารมณ์ที่สังขารชั้นหยาบเข้าไปทำหน้าที่โดยไม่รู้ตัว

เมื่อสังขาร ปรุงแต่ง ด้วยความอยากให้เป็นดังใจ
วิญญาณย่อมรับรู้อารมณ์ อย่างมือคด

การคบหานั้น จึงกลายเป็นเหตุ ให้จิตเคลื่อนไหว
แสวงหา และสร้างภาพทางใจซ้ำแล้วซ้ำเล่า

นี่เอง ที่เรียกว่า “สังขารปัจจุยา วิญญาณัง” ที่เกิด
ขึ้นในชีวิตประจำวัน โดยไม่ต้องรอภพชาติหน้า

ผู้ประพาศธรรม ฟังเห็นว่า

มิตรเป็นเพียงอารมณ์หนึ่ง ที่จิตเข้าไปรับรู้ ไม่ใช่
ที่พึ่ง ไม่ใช่ตัวตน

เมื่อจิต เห็นการเกิด-ดับ ของสังขารในความ
สัมพันธ์ ได้ชัดแจ้งแล้ว จิตจะเริ่มคบมิตรด้วย
ความว่าง ไม่คาดหวัง และไม่หลงพัวพัน

การคบเช่นนี้ มิใช่ความเห็นห่าง แต่เป็นความ
สัมพันธ์ ที่ตั้งอยู่บนอุเบกขา เมตตา กรุณา และ
ปัญญา

ซึ่งจะไม่สร้างภพใหม่ และไม่สืบต่อทุกข์ในวัฏฏะ

กรอบการพิจารณาสภาวะธรรม ในทิตินี้

๑) ขณะกำลังสนทนา หรืออยู่ร่วมกับมิตร สังฆาร
ใดกำลังปรุงอยู่โดยไม่รู้ตัว ?

– อยากให้ยอมรับ อยากให้เหมือนกัน หรือ
อยากให้เป็นไปตามใจ ?

๒) วิญญาณที่กำลังรับรู้อารมณ์นั้น

– รู้แล้วปล่อย หรือรู้แล้วไหลตามอารมณ์
อย่างแนบแน่น ?

๓) ความสัมพันธ์นี้

– ทำให้จิตคลายจากอุปาทาน หรือกำลัง
สังสมภพภูมิทางใจอย่างแนบเนียน ?

ในส่วนดังกล่าวข้างต้น นั้น สามารถ

- ใช้เป็น บทอ่านภาวนาก่อนนั่งสมาธิ
- หรือเป็น จะใช้ให้เป็น หัวข้อพิจารณา
แผ่เมตตา หลังออกจากสมาธิ ก็ได้

บทที่ ๖ ทิศเบื้องล่าง

: ลูกจ้าง ผู้ร่วมงาน

ทิศเบื้องล่าง คือ สนามของอึดตาดัวตนบุคคลเรา เขา และอำนาจ ซึ่งผู้ประพถติธรรม ต้องวางใจให้เป็นกลาง และใช้ธรรมให้เป็นเกณฑ์ มิใช่อคติ

- เจตสิก : อคติ ๔ เป็นเหตุให้ธรรมเสื่อม
- ปฏิจจสมุปบาท : อริชชาในอำนาจ นำไปสู่การเกิดทุกข์ทั้งสิ้น
- เราใช้อำนาจ ด้วยสติ หรือกิเลส ?
- ใจเรากลือตัว หรือวางใจเป็นกลาง ?

สติที่รู้เท่าทันบทบาท ทำให้อำนาจไม่กลายเป็นเชื้อแห่งอกุศล เมื่อเห็นตำแหน่ง เป็นเพียงสมมติสังขารอึดตาย่อมคลายตัว การทำงานจึงเป็นการภาวนา เพื่อละความถือตนในรูปแบบต่าง ๆ

ผู้ประพถติธรรมยอมใช้อำนาจเพื่อเกื้อกูลกัน มิใช่เพื่อยืนยันความยึดมั่น ถือมั่น ในความเป็นอึดตาดัวตน บุคคล เรา เขา

ผู้มีสติ ย่อมเห็นการสังการ เป็นเพียงสังขารที่เกิดแล้วดับ

เมื่อไม่หลงในบทบาท นาย-บ่าว จิตย่อมไม่สร้างความแบ่งแยก

ความยุติธรรมในหน้าที่ จึงเป็นการเจริญอุเบกขาในชีวิตจริง หากใช้อำนาจด้วยเมตตา ย่อมไม่ทิ้งร่องรอยแห่งเวรกรรม

ผู้ประพฤดิธรรม ย่อมเห็นทุกตำแหน่ง เป็นครูสอนใจ และทุกความขัดแย้ง เป็นโอกาสตรวจสอบ อดทนอย่างตรงไปตรงมา

เมื่อจิตตั้งมั่นเป็นกลาง สังขารแห่งการบังคับ ย่อมสงบลง อำนาจที่ประกอบด้วยธรรม ย่อมไม่ก่อภพแห่งความกลัว

ผู้ไต่บังคับบัญชา ไม่ใช่วัตถุแห่งการควบคุม แต่คือเพื่อนร่วมกรรม การเคารพศักดิ์ศรีกัน คือ การรักษาศีลในระดับจิต

ที่ตรงนี้เอง งานและธรรมจึงไม่แยกจากกัน

บทที่ ๗ ทิศเบื้องบน

: สมณพราหมณ์ ผู้ทรงธรรม

ทิศเบื้องบน คือ ผู้เตือนใจให้พ้นโลกธรรม ผู้ประพฤติธรรม ควรฟังธรรม เพื่อคลายการยึดติดมิใช่เพิ่มความหลงเชื่อ แบบงมงาย

- ชั้น ๕ : ธรรมทั้งหลาย ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น แม้มันจะเป็นธรรมก็ตาม
- ปฏิจจสมุปบาท : ดับเหตุ ย่อมดับผล
- ฟังธรรมแล้ว ใจคลาย หรือยึดเพิ่ม ?
- เราน้อมธรรมมาดูใจตน หรือดูผู้อื่น ?

ผู้มีปัญญา ย่อมเคารพธรรม มากกว่าการยึดมั่นถือมั่น ในรูปบุคคล

เมื่อฟังธรรมแล้ว รู้จักปล่อยวาง จิตย่อมไม่สร้างภพใหม่ในศรัทธา ซึ่งศรัทธา ที่ประกอบด้วยปัญญา ย่อมไม่กลายเป็นความหลง

ทิศเบื้องบน จึงเป็นที่พึ่งทางใจ มิใช่ที่ยึดติดไว้ในทางอึดตา

บทที่ ๘ ทิศ ๖ กับ การภาวนาในชีวิตประจำวัน

ผู้ประพาสธรรม มิได้แยกการภาวนาออกจากชีวิต การวางตนถูกต้องในทิศ ๖ คือ การเจริญสติปัฏฐาน ในรูปของความสัมพันธ์ ทุกการกระทบ จึงเป็นอารมณ์ของ กรรมฐาน และทุกความสัมพันธ์ กลายเป็นสนาม ของกฎแห่งไตรลักษณ์

เมื่อใดที่ใจขัดข้อง ให้ย้อนดูว่า เราพลาดไป ใน ทิศใด และแก้ที่ใจตนก่อนเสมอ

ผู้รู้ เจริญวิปัสสนาให้ดีแล้ว ย่อมเห็นความเกิด-ดับ ของจิตในทุกความสัมพันธ์ เมื่อผัสสะเกิด หากมีสติ ความสัมพันธ์ย่อมกลายเป็นธรรมารมณ์ ทิศทั้ง ๖ จึงเป็นห้องเรียนของปัญญา มิใช่เครื่อง ผูกมัดชีวิต

ผู้รู้เท่าทันจิตใจของตน ย่อมใช้โลกธรรม ให้เป็น ทาง ค้อมรรคา เครื่องนำให้ผ่านไป ไม่ใช่การ ปล່อยให้ หรือยึดมั่นถือมั่น เอามาเป็นเครื่องถ่วง

บทที่ ๙ ความสำเร็จที่แท้จริง ของผู้ประพฤติธรรม

ความสำเร็จในทางธรรม มิได้วัดด้วยโลกธรรม แต่
วัดกันได้ ด้วยการพิจารณา ที่ความเสื่อมคลาย
ของกิเลส กล่าวคือ

- ใจสงบขึ้น
- โลก โกรธ หลง เบาบาง
- อยู่กับใครก็ไม่เป็นภัย

เมื่อทศทั้ง ๖ สมดุล ชีวิตจะไม่บีบคั้นตนเอง และ
ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ความสำเร็จเช่นนี้ มิจำต้อง
อวดอ้าง แต่สัมผัสได้ด้วยความเบาของใจ

ผู้ประพฤติธรรม ย่อมอยู่กับโลก โดยไม่ถูกโลก
กลืนกิน แม้เผชิญสุขหรือทุกข์ ใจก็ไม่เอนเอียง
ไปตามโลกธรรม เพราะรู้เท่าทันขั้นฐ์ที่เกิด—ดับ
อยู่เฉพาะหน้า นี่แลคือผลของมรรควิธี มรรควิธี ที่
จะค่อย ๆ งามงามในชีวิตประจำวัน

บทที่ ๑๐ บทอธิษฐานจิตก่อน การเจริญสมาธิภาวนา และคำสำรวจ ตรวจใจ

บทภาวนา

“ขอให้ข้าพเจ้าวางตนถูกต้องในทิศทั้ง ๖
ไม่เบียดเบียนตน ไม่เบียดเบียนผู้อื่น
ขอให้ธรรมคุ้มครองใจ
ให้ก้าวไปสู่การพ้นไปจากทุกข์ ให้ถึงที่สุด
แห่งทุกข์ทั้งสิ้น โดยลำดับเทอญ”

คำตรวจ สำรวจใจ

- วันนี้เราทำหน้าที่ในทิศใดได้ดีแล้วบ้าง ?
- ทิศใด ที่ยังบกพร่อง ?
- ใจเราเบาขึ้น หรือหนักขึ้น ?
- รู้แล้วหรือไม่ ว่าจะแก้อย่างไร ?

บทที่ ๑๑ มรรควิถี มรรควิธี ในชีวิตประจำวัน

ท่านทั้งหลาย...

มรรคมงคล ๘ มิได้อยู่เฉพาะในห้องเรียน มิได้อยู่เฉพาะเวลานั่งหลับตา หากแต่ได้แทรก อยู่ในความสัมพันธ์ ที่เรามีต่อผู้คนรอบตัวทุกวัน

- การวางตนถูกต้อง ต่อบิดามารดา คือ สัมมาทิฐิ และสัมมากัมมันตะ
- การเคารพ ครูอาจารย์ คือ สัมมาสังกัปปะ และสัมมาวาจา
- การดูแลครอบครัว และผู้ใต้การดูแล คือ สัมมาอาชีวะ และสัมมากัมมันตะ
- การคบมิตรดี คือ สัมมาสังกัปปะ
- การทำงานด้วยธรรม คือ สัมมาวายามะ
- การพึงธรรมและขัดเกลادن คือ สัมมาสติ และ สัมมาสมาธิ

เมื่อท่านทั้งหลาย ได้ดำเนินชีวิตเช่นนี้ มรรคย่อม
เกิดขึ้นเองในชีวิตประจำวัน ไม่ต้องแยกธรรมออก
จากโลก และไม่ต้องหนีโลก เพื่อเข้าหาธรรม

ทิศ ๖ จึงไม่ใช่เพียง หลักการอยู่ร่วมกันในสังคม
แต่คือมรรควิธี ที่ดำเนินไปได้จริง เห็นผลจริง
และตรวจสอบได้ที่ใจของตัวเอง

เมื่อเราน้อมทิศทั้ง ๖ เข้ามาดูที่จิต จะเห็นมรรค
เกิดขึ้นเป็นขณะ ๆ ท่าน ศีล สมาธิ ปัญญา มิได้
แยกส่วน แต่เกี่ยวพันกันในทุกความสัมพันธ์

การครองเรือน การทำงาน และการอยู่ร่วมกัน จึง
ไม่ขัดกับการปฏิบัติธรรม หากรู้จักใช้เหตุการณ์ใน
ชีวิตเป็นอารมณ์ภาวนา

ทุกการกระทบ คือโอกาสของการเจริญสติ ทุก
ความขัดข้อง คือครูสอนปัญญา ผู้เดินตามมรรค
เช่นนี้ ไม่ต้องรอเวลาที่เป็นพิเศษ ไม่ต้องแสวง
หาสถานที่ที่พิเศษ เพราะทุกๆขณะจิต ของชีวิต
ประจำวันนั่นเอง คือ มรรควิธี ทางสายกลาง ที่
พระพุทธองค์ทรงชี้ไว้

ปัจฉิมบท

ท่านทั้งหลาย...

หากเมื่อท่าน ได้อ่านมาถึงตรงนี้ ขอให้ท่าน อย่า
เพ่งเชื้ธรรมทั้งหมดที่ได้อ่าน แต่ขอให้ทดลอง
นำไปดู ใจของตนเองในชีวิตจริง เมื่อใดที่ใจเบา
ขึ้น เมื่อนั้น เราจะรู้ด้วยตนเองว่า ธรรมนี้เป็นของ
จริง และทางนี้เป็นทางที่ควรเดินต่อไป

ทิศ ๖ เป็นธรรมที่ตรวจสอบได้ในปัจจุบัน ผู้ใดนำ
มาพิจารณาด้วยขันธ์ อายตนะ และเหตุปัจจัย ผู้
นั้นย่อมเห็นธรรมในชีวิตประจำวัน ความสำเร็จจึง
ไม่แยกจากการปฏิบัติ และการปฏิบัติไม่แยกจาก
ชีวิต

ธรรมทั้งหมดในเล่มนี้ มิได้เขียนขึ้นมา เพื่อสอน
ใคร หากเป็นเครื่องเตือนใจ ตัวผู้เขียนเอง ในทุก
ลมหายใจ หากถ้อยคำใด เกื้อกูลใจผู้อ่านได้บ้าง
แม้เพียงเล็กน้อย ขออานิสงส์นั้น จงเป็นพลวัตร
ปัจจัย แห่งการพ้นไปจากทุกข์ทั้งสิ้น โดยทั่วกัน
ด้วยเทอญ

อภาลีโก

อุ๋ทอง - ๓๙'

“พระชัย”

ในห้องกรรมฐานพิเศษ อาศรมปู่ทอง

วิหารหลวงปู่เทพโลกอุดร

หุบเขาทรัพย์พุทอง ต.ดอนคา

อ.อุ๋ทอง จ.สุพรรณบุรี ๗๒๑๖๐

๑๘ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๖๘



Line@ id : @phrachai