



คำแนะนำในการปฏิบัติจากท่านพักชก รินโปเชที่ 3 – โชying ลุนดรูป

เรียนกัลยาณมิตรทั้งใกล้และไกล

ข้าพเจ้าหวังว่า เมื่อท่านได้อ่านสาสน์ฉบับนี้ ท่านก็คงสุขกายสบายใจเหมือนเช่นเคย
สำหรับวันที่ระลึกปรมาจารย์ปัทมสมภพวันนี้ ข้าพเจ้าอยากจะแบ่งปันบทกวีที่แต่งโดยพักชก รินโปเชที่ 3
หรือโชying ลุนดรูป

ผู้เป็นชาติที่แล้วของข้าพเจ้า ซึ่งเป็นผู้ครองบัลลังก์ริโวเซ ณ แคว้นคาม บทกวีนี้ประกอบด้วยหลักสำคัญ
10 ประการเกี่ยวกับวิถีธรรมอันประเสริฐ ตั้งแต่ยานพื้นฐานไปจนถึงวัชรตันตรยาน
โดยวันนี้ข้าพเจ้าจะแบ่งปันให้ท่าน 5 ประการ

- (1) ไม่ว่าท่านจะพบกับความโชคดีเพียงใดในโลกนี้
นั่นคล้ายการเปล็ดเพลินกับขามข้าวอันอาบด้วยยาพิษ
หลอมรวมตัวเองอย่างบริสุทธิ์ใจเข้ากับธรรมะศักดิ์สิทธิ์
อันเป็นบ่อเกิดของความสุขที่แน่นอน เพราะนั่นเป็นวิถีทางที่ประเสริฐ
- (2) อิศรภาพและความสมบูรณ์พร้อม (ของร่างมนุษย์) ยากจะพบเจอ ชีวิตนี้ตั้งปราสาทบนท้องฟ้า
เป็นอนิจจังทั้งหมด และผลกรรมนั้นแน่นอนว่าจะสูงกอม
การสละละวางและละทิ้งสิ่งที่ไม่จำเป็นทั้งหมด
จักหันเหความคิดของท่านออกจากสังสารวัฏ เพราะนั่นคือหนทางอันประเสริฐ

(3) ปกป้องรัตนตรัยด้วยชีวิตของท่าน และด้วยโพธิจิตอันมั่นคง
มุ่งมั่นในการชำระล้างมลทินทั้งสองให้บริสุทธิ์ และสั่งสมสองประการ
ไม่มีการเติบโตงอกงามใดหากไร้การปฏิบัติรากฐาน การปฏิบัติหลักจะไม่มีผลอันใด
ดังนั้นจึงชำระการเป็นอยู่ของท่านให้บริสุทธิ์

(4) ด้วยความทุ่มเทอุทิศตนอย่างเต็มที่ต่อวัชรวัชระ ที่มาสำคัญแห่งการหลุดพ้น
และต่อมหาสมุทรแห่งมฤคคुरुและครูบาอาจารย์ในสายการปฏิบัติ
มุ่งมั่นฝึกปฏิบัติหนทางอันประเสริฐและลึกซึ้งของคุณ
โดยสวดขอพรและรับมนตราภิเษกทั้งสิ้น เพราะนั่นเป็นวิถีทางที่ประเสริฐ

(5) ยึดมั่น แหล่งที่มาของสิทธิสูงสุดและสามัญ
เทพพุทธะที่ว่างทว่าปรากฏ กระแสเสียงอันสุดจะพรรณนาของมนตรา
ความคิดที่หลุดพ้นจากตัวมันเอง และคลังวงล้อแห่งปัญญา
เพียรถวายมณฑลสามครั้ง เพราะนั่นคือหนทางอันประเสริฐ

โปรดจดจำไว้ว่า ไม่ว่าจะการปฏิบัติของท่านจะซับซ้อนเพียงใด กุญแจสำคัญในการบรรลุผลสำเร็จคือ
การคำนึงถึงประเด็นสำคัญของการฝึกปฏิบัติอยู่เสมอ ดังนั้น ให้คิดถึงประเด็นเหล่านี้อย่างจริงจัง

ด้วยความรักความเมตตา และสวดอธิษฐานให้
สัพพะมังคะลัง (ขอมงคลทั้งปวงจงบังเกิดมี)



จิบกน พักชก รินโปเช