



**SAMYE**

## คำแนะนำในการปฏิบัติจากท่านพักชก รินโปเชที่ 3 – โชยিং ลุนดรูบ

เรียนกัลยาณมิตรทั้งใกล้และไกล

ข้าพเจ้าหวังว่า เมื่อท่านได้อ่านสาสน์ฉบับนี้ ท่านก็คงสุขกายสบายใจเหมือนเช่นเคย สำหรับวันที่ระลึกปรมาจารย์ปัทมสมภพวันนี้ ข้าพเจ้าอยากจะแบ่งปันบทกวีที่แต่งโดยพักชก รินโปเชที่ 3 หรือโชยিং ลุนดรูบ **ผู้เป็นชาติที่แล้วของข้าพเจ้า** ซึ่งเป็นผู้ครองบัลลังก์ริโวเซ ณ แคว้นคาม บทกวีนี้ประกอบด้วยหลักสำคัญ 10 ประการเกี่ยวกับวิถีธรรมอันประเสริฐ ตั้งแต่ยานพื้นฐานไปจนถึงวัชรตันตรยาน โดยวันนี้ข้าพเจ้าจะแบ่งปันให้ท่าน 5 ประการ

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

(3) ปกป้องรัตนตรัยด้วยชีวิตของท่าน และด้วยโพธิจิตอันมั่นคง  
มุ่งมั่นในการชำระล้างมลทินทั้งสองให้บริสุทธิ์ และสั่งสมสองประการ  
ไม่มีการเติบโตงอกงามใดหากไร้การปฏิบัติรากฐาน การปฏิบัติหลักจะไม่มีผลอันใด  
ดังนั้นจึงชำระการเป็นอยู่ของท่านให้บริสุทธิ์

(4) ด้วยความทุ่มเทอุทิศตนอย่างเต็มที่ต่อวัชรระ ที่มาสำคัญแห่งการหลุดพ้น  
และต่อมหาสมุทรแห่งมฤคคुरुและครูบาอาจารย์ในสายการปฏิบัติ  
มุ่งมั่นฝึกปฏิบัติหนทางอันประเสริฐและลึกซึ้งของคุณ  
โดยสวดขอพรและรับมนตราภิเษกทั้งสิ้น เพราะนั่นเป็นวิถีทางที่ประเสริฐ

(5) ยึดมั่น แหล่งที่มาของสิทธิสูงสุดและสามัญ  
เทพพุทธะที่ว่างกว่าปรากฏ กระแสเสียงอันสุดจะพรรณนาของมนตรา  
ความคิดปรุงแต่งที่เกิดขึ้นแล้วสลายไปเองตามธรรมชาติ และคลังวงล้อแห่งปัญญา  
เพียรถวายมันดาละสาม เพราะนั่นคือหนทางอันประเสริฐ

โปรดจดจำไว้ว่า ไม่ว่าจะการปฏิบัติของท่านจะซับซ้อนเพียงใด กุญแจสำคัญในการบรรลุผลสำเร็จคือ  
การคำนึงถึงหลักสำคัญของการฝึกปฏิบัติอยู่เสมอ ดังนั้น ให้คิดถึงหลักสองสามประการเหล่านี้อย่างจริงจัง

ด้วยความรักความเมตตา และสวดอธิษฐานให้  
สัพพะมังคะลัง (ขอมงคลทั้งปวงจงบังเกิดมี)

จิบกน พักชก รินโปเซ