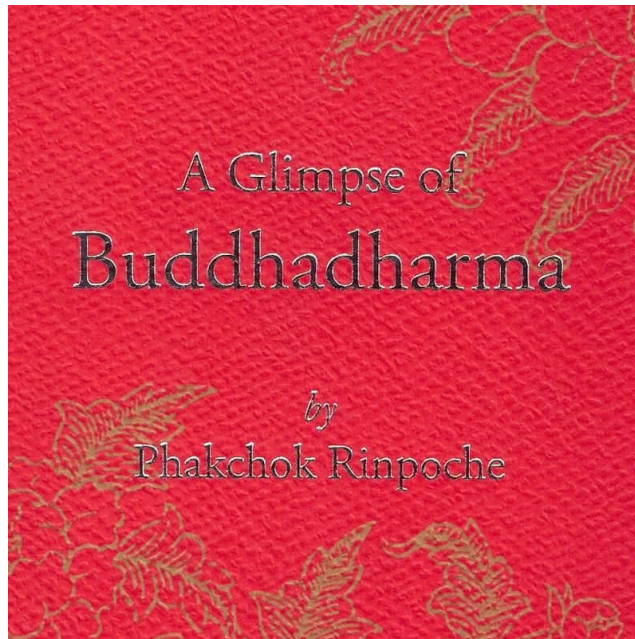




พัฒนาความเชื่อมั่นในการปฏิบัติพระพุทธศาสนา



เมื่อเราพัฒนาความเชื่อมั่นในการปฏิบัติพระพุทธศาสนา เราจะก้าวหน้าเร็วและได้ผลดียิ่งขึ้นเมื่อเราปฏิบัติไปเรื่อยๆ การมีความเชื่อมั่นในพระธรรมต้องใช้เวลาและต้องเต็มใจที่จะประยุกต์ใช้คำสอนท่านพักชก รินโปเช บอกเราว่าเราควรปฏิบัติให้จริงแท้ได้อย่างไร โดยเล่าถึงประสบการณ์ส่วนตัวของท่าน

เราอาจอ่านหนังสือธรรมะมากมาย แต่ท่านรินโปเช เตือนเราว่า “การศึกษาพระธรรมไม่ใช่แค่ศึกษาตามตัวหนังสือเท่านั้น”

ความเชื่อมั่นสามระดับ

1. ฟังคำสอน และแน่ใจว่าได้เข้าใจประเด็นนั้นแล้ว
2. นำคำสอนเหล่านั้นไปใช้กับชีวิตประจำวัน ถ้าเราไม่นำไปประยุกต์ใช้ เราจะไม่มีประสบการณ์
3. ประสบการณ์ในการปฏิบัติสมาธิจะช่วยไขข้อสงสัยและความสับสนได้

คำถามสำหรับพิจารณา

ในเวลาห้าปีมานี้เราได้เปลี่ยนแปลงอะไรให้ดีขึ้นบ้าง เราต้องหมั่นทบทวนดูความก้าวหน้าของเราอยู่เสมอ ด้วยความซื่อตรง ว่าเมื่อปฏิบัติไปแล้ว กิเลสของเราลดลงบ้างไหม จิตใจของเราเกิดการเปลี่ยนแปลงไหม เมื่อเราตรวจดูประสบการณ์ของเราแล้ว เราจะเห็นคำตอบ

ความเชื่อมั่น คือรู้ว่าจะก้าวไปข้างหน้าอย่างไร

เราเริ่มด้วยการรับคำสอน แล้วเรานำคำสอนนั้นไปปฏิบัติสักระยะหนึ่ง โดยปฏิบัติให้ถูกต้อง หมายความว่าเราเข้าใจคำสอนนั้นดีโดยที่ไม่ได้ดีความเองคิดเองเพิ่มเข้าไป หรือไม่ได้ลืมประเด็นใดไป อย่าคิดเอาเองว่าเราสามารถปรับเองได้ แต่ให้เราปฏิบัติตามที่ได้รับสอนมา

ความไม่เที่ยง เป็นแรงผลักดันที่ยิ่งใหญ่

ชีวิตเราขณะนี้ในช่วงเวลาตรงกลางที่อยู่ระหว่างการเกิดกับความตาย ไข่มุขใหม่ เรามีโอกาสมากมายที่จะรีบปฏิบัติตั้งแต่ตอนนี้ แต่เราก็มองเข้าไปด้วยความตายเป็นสิ่งแน่แท้ เพราะฉะนั้น เราจึงต้องรีบปฏิบัติตั้งแต่ขณะนี้

หากคุณสนใจคำสอนของท่านพักชก รินโปเช เราขอแนะนำคอร์สออนไลน์ ภาษาไทยที่ไม่กำหนดราคา (บริจาคตามกำลัง) ที่มีในสื่อของสถาบันซัมเย คือคอร์ส [Training the Mind](#) (การฝึกจิต) และ [The Noble Wisdom at the Time of Death Sutra](#) (พระสูตรปัญญาญาณว่าด้วยการล่วงพ้นภพ) ทั้งสอง คอร์สนี้เหมาะสำหรับทุกคน ทั้งยังเป็นพื้นฐานในการศึกษาวิธีปฏิบัติสมาธิ ด้วย

หากคุณสนใจจะอ่านบทความภาษาไทยอื่นๆ ที่มีในสื่อของสถาบันซัมเย กรุณาคลิก [ที่นี่](#) (ลิงค์สำหรับภาษาไทยจะอยู่ตรงด้านล่างของหน้าในทุก บทความ ใต้หัวข้อ “Translations”)