

สวัสดี

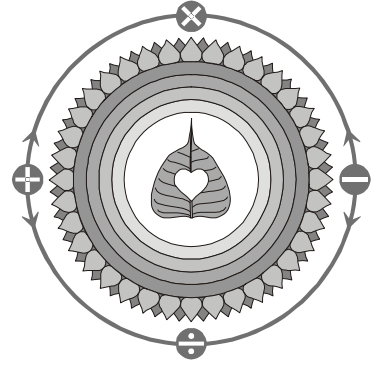
อจ.ประเสริฐ อุณหัตถ์นางกูร

ปลื้มใจ

ดีใจ ที่เราได้ดี มรรคผล
เกิดเป็นคน ไม่เสียเที่ยวที่เกิด
สร้างบารมี ได้ธรรม ยิ่งใหญ่
เห็นแจ้ง เข้าใจ เส้นทางมรรคผล
เราทำได้ เป็นแล้ว บุญของเรา
สุขใจ ปลื้มใจ สิ่งที่เราได้
ขอบคุณ ในองค์ธรรม พระผู้มี
ชี้ให้เห็น ให้เข้าใจ ทางมรรค
ปฏิบัติ ทางตรง มุ่งมรรคผล
คิดถึงผล ได้เป็นแล้ว ปลื้มใจ

ถวายตัว

ร่างกาย ชีวิต มอบให้ท่านแล้ว
เหลือไว้เพียงดวงจิต และหน้าที่
เจ็บป่วยขัดข้อง มีท่านดูแล
ยกให้แล้ว เราหมดยึดผูกพัน
ร่างกาย ชีวิต ไม่ใช่ของฉัน
อาศัยกายท่าน สร้างบารมี
หน้าที่สืบต่อ พระศาสนา
หนทางยากลำบาก มิได้หวั่น
สร้างจิตให้ถึง ซึ่งอริยะ
ชัยชนะถึงฝั่ง เราไม่เกิด



ต้องมากดี

ลดละที่ปาก ผลได้ปากเสีย
ละวางที่ใจ ผลได้ใจผ่อง
ความดี ทำให้มาก เป็นทุนไว้
มุ่งดี ต้องมีแรง กำลังใจ
แรงน้อย เหมือนหมดแรงไปดียาก
น้ำน้อย ไฟไม่ดับ ยังมีภัย
ข้าวน้อย ไม่แก้หิว ท้องยังแสบ
บุญน้อย ไม่พอใช้ ยังลำบาก
บุญมาก ได้ไปดี พบทางสุข
พรหมวิหาร ต้องมาก มรรคผลเกิด

อนาคามี

กำลังใจแกร่งกล้า ไม่กลัวมาร
ทุกรูปแบบ ทุกเหตุ ที่มารมา
เข้าใจ รู้แจ้ง เส้นทางแห่งมาร
วางใจเฉยนิ่ง ไม่หลงบ่วงมาร
ชนะใจตัวเอง เบิกบานใจ
ด้วยรู้แจ้งแห่งธรรม ธรรมชาติ
กำลังใจ นำพา ไปสู่มรรค
ขาดกำลัง ขาดใจ เส้นทางมืด
เสริมกำลัง ให้กล้าแกร่ง เต็ดขาด
เด็ดขาดจริง ได้เป็นอรหันต์

โสดาบัน

ศรัทธา ความเข้าใจ การยอมรับ
เป็นสมบัติ ของพระโสดาบัน
ปลื้มปิติ ได้พบ หนทางสุข
ได้รู้เห็น เส้นทาง ความพันทุกข์
ใจน้อมรับ ปลื้มใจ แนวทางเดิน
ได้พบแสงสว่าง ชีวิตเรา
เข้าใจ แน่วแน่ ไม่เดินหลงทาง
ยอมรับความจริง สิ่งที่ปรากฏ
ธรรมดา ธรรมดาที่กำหนด
ไม่ดิ้อรี้น ปล่อยวาง วางใจได้

๑๐

อย่ามองต่ำ

มองเห็นบารมี ที่เขาสร้าง
ยอมรับ สุขใจ บารมีเขา
ไม่ยอมรับ เกิดคิดชั่ว อิจฉา
กว่าเขาจะได้ ต้องผ่านยากเข็ญ
เหมือนเราบำเพ็ญ สร้างบารมี
ยากพอกัน กว่าที่จะสำเร็จ
ต่างคนต่างทำ เพื่อสร้างมรรคผล
เต็มใจอยากช่วย สิ่งที่ขัดข้อง
ดีใจด้วย เห็นผลความสำเร็จ
ผลเราหรือผลเขา เราดีใจ

๓

ชนะมาร

ใจสู้ไม่กลัว รับได้ไม่ถอย
มาแบบไหน ทุกสภาพ ไม่กลัว
รับได้ทุกรูปแบบ ภัยมารมา
เหนื่อยลำบาก ไม่ถอยแม้ก้าวเดียว
ใจมั่นยอมรับ วางได้ มารถอย
แม้ใจฝ่อ ถอดใจ เป็นแพ้มาร
อ่อนไหว ใจสั้น กลัว ไม่อยากเจอ
หนีหน้า หลบ หดหู่ สู้ไม่เป็น
ใจอ่อนแอ พ่ายแพ้ ต่อหมู่มาร
มารชนะ เราแพ้ เสียตายเกิด

๒

ถูกทาง

สุข สักแต่ว่าสุข ทำใจเฉย
ทุกข์ สักแต่ว่าทุกข์ ใจเฉยเฉย
หยุดดีนรณ ขวนขวายทิ้งกังวล
สิ่งดีเราพอ พอแล้วตัดค้นหา
สิ่งร้ายเรายอมรับ ไตรลักษณ์นำ
ร้ายมาทำให้นิ่ง เย็นแล้วดับ
เหตุร้ายกลายเป็นดี เพราะรู้ธรรม
สิ่งดีพาให้หลง โง่หลงทาง
วังวนในชีวิต เพราะมองผิด
ทุกข์เป็นธรรมดา สุขเป็นกิเลส

๕

รู้แจ้ง

ความรู้แจ้งแห่งธรรม ปัญญาเลิศ
ช่างคิดแยกแยะ วิจัยหาเหตุ
ตั้งข้อสังเกต วิเคราะห์เหตุธรรม
เห็นสองด้าน ธรรมสองธรรม ดีเสีย
ผูกติด ยึดหลงไหล ในตัณหา
จิตสุขทุกข์ ผสมปนกันมัว
ความจริงสิ่งที่เห็น คือไตรลักษณ์
แยกสุขแยกทุกข์ ให้ออกพ้นตัว
ใจตั้งตรงกลาง ปัญญาเกิดรู้
รู้แจ้ง ปฏิสัมภิทาญาณ

๔

ทรงอารมณ์

เฉยเฉย คมมันไป ใจสบาย
ใสใส ใจแกร่ง สงบเบิกบาน
กำลังใจ หนักแน่น แรงแม้นคง
ไม่หลง ไปในทาง แห่งตัณหา
เห็นเกิดขึ้น เป็นมา แล้วดับไป
เป็นธรรมชาติความจริง แห่งธรรมชาติ
กรรมดีแค่ไหน ยังต้องเป็นไป
เหมือนกันทุกคน ไม่เว้นผู้ใด
ทำใจ ให้ใจวาง ได้เบิกบาน
ใจสำเร็จผล ต้องทรงแบบนี้

๕

สรรเสริญ

คำชมเป็นของหวาน ชวนหลงไหล
หวานหู สุขใจ ในคำยกย่อง
ยกยอให้หลงไหล ติดบ่วงมาร
เป็นกิเลสเงียบ อันน่าฟังกลัว
ติดง่ายถอนยาก ล้างออกลำบาก
เตรียมใจหนักแน่น ตั้งรับมารมา
บ่วงมารแอบซ่อนมา ในคำชม
อย่าหลงกล บ่วงมารจักคล้องคอ
ลากจูง เราไป ขาดเสรีภาพ
เหมือนลากจูงควาย เดินตามตุตมาร

๖

นินทา

ทุกคน ต้องโดนตำหนินินทา
ทำดียังโดนติ ทำใจไว้
เป็นสมบัติ ของคน บนโลกนี้
ห้ามไม่ได้ ไม่หยุดคนนินทา
ติมา ยิ้มรับได้ ไม่เป็นไร
ธรรมดาคณ ต้องติอยู่แล้ว
วางใจให้นิ่ง อย่าสั่นหวั่นไหว
มันคงไว้ เชิญดีตามสบาย
เราไต่ยิน สักแต่เราได้ยิน
หนักแน่น แกร่ง ไม่ทุกข์ใจสบาย

๗