



ชมรมพาทัวร์ใจกลับบ้าน

โดย อาจารย์สุกวรรณ พิพัฒพรรณวงศ์ กรีน

วันที่ 1 ณ วันที่ 2 ประจำปี 2551

ประชาสัมพันธ์ข่าวสารกิจกรรมต่างๆ ของชมรม

สนทนาประสบการณ์ กับ อาจารย์สุกวรรณ



★ $A = X + Y + Z$ สูตรการสร้างสันติภาพของโลก

A = สันติภาพของโลก (มนุษย์ต้องอยู่ด้วยกันอย่างสงบสุข)

X = ความสงบสุขของเรากับทุกคนเนื่องจากได้ทำหัวใจกลับมา

Y = ความสงบสุขของเรากับทุกคนเนื่องจากได้ทำหัวใจกลับมา

Z = ความเข้าใจของเรากับทุกคนเนื่องจากได้ทำหัวใจกลับมา

บก.พบผู้อ่าน

สวัสดีค่ะ ท่านผู้อ่านที่รัก

ช่วงนี้เป็นอย่างไรบ้างคะ อากาศค่อนข้างแปรปรวนนะค่ะ ภัยธรรมชาติก็เกิดขึ้นทั่วทุกหัวระแหง แต่ดิฉันหวังว่าทุกท่านที่พาตัวใจกลับบ้านสม่ำเสมอจะมีความสุขน้อยลงนะค่ะ การที่เราอยู่กับปัจจุบันได้นั้นคือความสุขที่สุดแล้ว ข่าวสารที่ดิฉันส่งถึงทุกท่านคงจะให้ประโยชน์ความรู้ในการปฏิบัติธรรมไม่มากนักน้อยนะค่ะ

จากการที่ดิฉันอ่านเมลล์ที่ผู้เข้าอบรมเขียนถามอจ.ศุภวรรณ ทำให้ดิฉันปลื้มใจมากขึ้นเรื่อยๆ ว่าการที่ อจ.ศุภวรรณ เพียรพยายามที่จะพาผู้คนออกจากคุกชีวิตนั้นเริ่มเห็นผลบ้างแล้ว เพราะมีผู้ปฏิบัติพาตัวใจกลับบ้านมากขึ้น และมีผู้ที่มีกำลังใจจากการที่มี “ผู้รู้” ชี้แนะให้ปฏิบัติได้ถูกต้อง ซึ่งก็ถือว่าเป็นบุญของพวกเรานะค่ะ

วารสารฉบับที่ 2 ที่ท่านกำลังอ่านอยู่นี้ ก็จะมีข้อมูลความรู้ที่น่าสนใจ ที่ผู้สนใจปฏิบัติธรรมควรจะรู้ไว้เพื่อความเจริญก้าวหน้าในธรรมมากขึ้น ขอให้ทุกท่านมีความสุขกับการอ่านและมีความสุขเจริญในธรรมยิ่งๆ ขึ้นนะค่ะ

ด้วยความปรารถนาดี
จ๊ีบแจจ

contents

บก.พบผู้อ่าน 2

ประชาสัมพันธ์

ข่าวสาร กิจกรรมต่างๆ

ของชมรมฯ 3

สนทนาประสาธรรม กับ

อาจารย์ศุภวรรณ 4-5

แนะนำหนังสือใหม่ และ

โครงการจัดตั้งสถาบัน

พาตัวใจกลับบ้าน

6-7



ประชาสัมพันธ์ข่าวสารกิจกรรมต่างๆ ของชมรม

1. ขณะนี้ทางชมรมฯ กำลังเปิดรับการจองการอบรม “พาตัวใจกลับบ้าน” สำหรับรุ่นที่ 1 และรุ่นที่ 2 แล้ว ซึ่งมีผู้ทะยอยจองกันเข้ามามากแล้ว รัับๆ สมัครเข้ามานะคะ
2. คนไทยในต่างประเทศก็สนใจอบรมธรรมนะคะ อจ.สุกวรรณ ได้รับเชิญไปให้การอบรม เรื่อง “พาตัวใจกลับบ้าน” ตามกำหนดเวลาดังนี้ค่ะ

วันที่ 7-9 สิงหาคม	ที่เมือง Markdorf เขต Bodensee ประเทศเยอรมัน
วันที่ 11-12 สิงหาคม	ที่เมืองเวียร์ซบอร์ก
วันที่ 13-15 สิงหาคม	ที่เมืองบอนน์
วันที่ 16 สิงหาคม	ที่เมืองพาเดอร์บอน

3. เมื่อวันที่ 24-26 พฤษภาคม ที่ผ่านมา อจ.สุกวรรณ ได้รับเชิญไปให้การอบรมธรรม เรื่อง “พาตัวใจกลับบ้าน” ที่รัฐโอราคอน ประเทศสหรัฐอเมริกา
4. สมัครเป็นสมาชิกของชมรมฯ ได้โดยส่งชื่อและที่อยู่มาที่
อีเมล : innocentperception@gmail.com
5. ขอเชิญท่านที่สนใจติดตามข่าวสารการอบรมธรรม หนังสือเล่มใหม่ ซีดีเสียง วีซีดี บทความ และจดหมาย โดย อจ.สุกวรรณ ได้ที่เว็บไซต์ ดังต่อไปนี้ค่ะ

www.supawangreen.in.th

www.hereandnowholiday.com

www.squidoo.com/supawangreen

www.squidoo.com/hereandnow

<http://supawangreen.wordpress.com>

อีเมล : supawanpg@gmail.com

innocentperception@gmail.com

สนทนาประสาธรรม กับ อาจารย์สุกวรรณ

A = X+Y+Z สูตรการสร้างสันติภาพของโลก

ไม่นานมานี้ ดิฉันได้รับเชิญไปอบรมธรรมให้กับชาวอเมริกันที่เมืองพอร์ตแลนด์ รัฐโอเรกอน จึงถือโอกาสไปเยี่ยมครอบครัวอเมริกันที่ดิฉันได้อยู่ด้วยในเมืองพอร์ตแลนด์ รัฐเท็กซัสสมัยที่เป็นนักเรียนเอเอฟเอส เมื่อราว 36 ปีก่อน ในขณะที่ดิฉันกับสามีกำลังรอขึ้นเครื่องบินที่สนามบินดัลลัส มลรัฐเท็กซัส เพื่อไปยังเมืองพอร์ตแลนด์นั้น ดิฉันก็เดินดูร้านรวงต่างๆ ในสนามบิน ผ่านร้านหนังสือ ก็เห็นหนังสือที่มีหน้าปกของอัลเบิร์ต ไอน์สไตน์วางเต็มไปหมด จึงไปเปิดดูเล่นๆ ในฐานะที่ได้อ้างอิงถึงความรู้ของท่านไว้มากพอควรในเวลาเพียงไม่กี่นาทีนั้น ได้อ่านพบข้อคิดของไอน์สไตน์ในเรื่องการดำรงชีวิต เขาบอกว่า

Life just like riding a bicycle, to keep it balance, you must keep on going.

ชีวิตก็เหมือนการขี่จักรยาน ถ้าจะให้นั่งนิ่งๆ ก็จะต้องเดินหน้าไปเรื่อยๆ

เนื่องจากดิฉันเป็นคนที่ชอบใช้ข้อมูลใหม่ ๆ ในการสอน ดิฉันอ่านแล้ว เห็นว่าข้อคิดของไอน์สไตน์นี้น่าจะนำมาใช้ในงานอบรมที่เมืองพอร์ตแลนด์ จึงโน้มน้าวจิตใจถึง (ใช้เจอรีชาว โส) คำคมของนักฟิสิกส์ชื่อเสียงก้องโลกท่านนี้ว่ามีความลึกซึ้งและใกล้เคียงความจริงของชีวิตอย่างไรหรือไม่ เพราะชาวโลกโดยเฉพาะปัญญาชนมักให้ความสนใจฟังคำพูดของคนมีชื่อเสียงเสมอ

เมื่อมีเวลามานั่งทบทวนคำพูดของนักวิทยาศาสตร์ผู้ได้รับรางวัลโนเบลท่านนี้ ดิฉันก็เห็นว่า คำคมของท่านนั้น ยังคงเป็นความรู้ที่เกิดขึ้นในคุกชีวิต ยังไม่ได้ให้ภูมิปัญญาในเรื่องการออกจากคุกชีวิตแก่มนุษยชาติแต่อย่างใด จะเอาความสมดุลของชีวิตไปเปรียบเทียบกับ การขี่จักรยานโดยให้ทำอะไรทำไปเรื่อย ๆ โดยไม่รู้จุดหมายปลายทางของชีวิตนั้น มันก็ไม่ใช่ เพราะชีวิตของคนเรานั้น มีบางช่วงที่อยากขี่เกยจบบ้าง เหนื่อยหน่ายบ้าง เมื่อถึงจุดหนึ่ง โดยเฉพาะในยามแก่เฒ่า ก็

ไม่อยากจะทำอะไรมากมายอีกแล้ว อยากใช้ชีวิตที่เรียบง่าย อยู่เฉย ๆ โดยไม่ต้องชวนชวชวยมากกว่า

ที่สำคัญคือ ความสมดุลของชีวิตที่ไอน์สไตน์พูดถึงนั้นมีความหมายอย่างไรแน่นอน เพราะหากไม่มีจุดสมดุลที่แท้จริงอันคือสัจธรรมสูงสุดหรือนิพพานแล้ว ความสมดุลที่แม้คนมีชื่อเสียงพูดถึงก็ยังเป็นเรื่องลอย ๆ ที่สมมุติและเทียบเคียงเอา ต้องถกเถียงกันนาน แม้กระนั้นก็ยังหาข้อยุติไม่ได้ จนกว่าจะได้ไม่บรรทัดที่ไม่กดดันคือสภาวะสัจธรรมอันสูงสุดมาเป็นมาตรฐานในการวัด จึงจะหาข้อยุติได้

เมื่อเปรียบเทียบกับคำคมของพระพุทธเจ้าที่พูดสั้น ๆ ว่า

“ไม่สู้ขี่ได้นิ่งกว่าตามลม”

คำคมของพระพุทธเจ้าเด็ดขาดมากกว่า แม้เพียงประโยคสั้น ๆ แต่ก็บรรจุเป้าหมายปลายทางของชีวิตไว้อย่างสมบูรณ์ครบถ้วน นั่นคือ ความสุขสงบของจิตใจซึ่งมีมาตรฐานชัดเจนอยู่ที่สภาวะนิพพานหรือผัสสะบริสุทธิ์นั่นเอง และท่านก็ยังพูดต่อว่า

“สัทโฏฐินันตี อธิ ทาลาญเอกาทะระวันนัตถัง ทามสัทสนัน”

เพียง 2 ประโยคสั้น ๆ นี้ ก็ได้ครอบคลุมเรื่องเป้าหมายอันสูงสุดของชีวิตและการปฏิบัติเพื่อให้ถึงเป้าหมายนั้นแล้ว

เพื่อให้คนทั่วไปแม้คนต่างศาสนาเข้าใจเรื่องสากลนี้ได้ ดิฉันจึงเสี่ยงมาใช้วลี “พาตัวใจกลับบ้าน” แทนสติปัญญานี้

ในท่ามกลางคำคมมากมายของอัลเบิร์ต ไอน์สไตน์นั้น เขายังได้ให้สูตรการประสบความสำเร็จไวด้ว้นั้นคือ $A=X+Y+Z$

โดยอธิบายว่า หาก A คือ ความสำเร็จ X คือ การทำงาน Y คือ การรู้จักเล่น และ Z คือ การรู้จักปิดปากให้เงียบไว้

ไอน์สไตน์อาจจะเก่งในเรื่องสูตรทางฟิสิกส์ แต่สูตรในเรื่องชีวิตแล้ว สมการแห่งการสร้าง ความ

สำเร็จก็ยังไม่ช่วยให้คนพบความสุขและประสบความสำเร็จอย่างแท้จริง

ซึ่งวกกลับมาเรื่องเดิมว่า หากไม่มีไม้บรรทัดเรื่องลัทธิธรรมอันสูงสุดที่สามารถใช้เป็นมาตรฐานในการวัดสิ่งต่าง ๆ แล้ว เราจะไม่มั่นใจว่า ความสำเร็จที่แท้จริงคืออะไร ซึ่งความหมายแห่งความสำเร็จของไอน์สไตน์คงไม่พ้นเรื่องของโลก ๆ ซึ่งล้วนเป็นเรื่องเทียบเคียงไปตามสิ่งสมมุติ สำหรับกรรมกรที่หาเช้ากินค่ำนั้น เมื่อถูกล็อตเตอรี่เลขท้าย 3 ตัว สามารถมีเงินส่วนเกินซื้ออาหารที่ดีหนอยและเสื้อผ้าใหม่ให้ลูกเมียใส่ ก็เรียกว่าเป็นการประสบความสำเร็จของเขาแล้ว ซึ่งมีความแตกต่างจากความสำเร็จของปัญญาชนที่ทำงานบริษัทใหญ่โตอย่างลิบลับ ฉะนั้น สูตรแห่งความสำเร็จของไอน์สไตน์ก็ต้องตกเถียงกันอีกนานเช่นกัน

อย่างไรก็ตาม เมื่อได้นำนามสูตรแห่งความสำเร็จของไอน์สไตน์มาปรับเปลี่ยนโดยใช้ร่วมกับคำคมของพระพุทธเจ้าที่พูดไว้เบื้องต้นแล้ว เราจะได้สูตรแห่งการสร้างสันติภาพให้แก่ชาวโลกที่ชัดเจน นั่นคือ ให้

$$\begin{aligned}
 A &= \text{สันติภาพของโลก} \\
 &(\text{มนุษยชาติอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข}) \\
 X &= \text{ความสงบสุขของนักทุกคน} \\
 &\text{เนื่องจากได้ทำตัวใจกล้มกัน} \\
 Y &= \text{ความสงบสุขของชาวทุกคน} \\
 &\text{เนื่องจากได้ทำตัวใจกล้มกัน} \\
 Z &= \text{ความมีดีใจของนักทุกคน} \\
 &\text{เนื่องจากได้ทำตัวใจกล้มกัน}
 \end{aligned}$$

ฉะนั้น สูตรแห่งการสร้างสันติภาพของโลกคือ $A=X+Y+Z$ ซึ่งจะเห็นได้ชัดเจนว่าเป็นสมการง่าย ๆ ที่แม้เด็กนักเรียนชั้นประถมก็ยังสามารถเข้าใจตามได้ สันติภาพของโลกมนุษยจะต้องเกิดจากความสงบสุขในจิตใจของหญิงและชายในโลกแต่ละคนอันเนื่องจากการพาตัวใจกลับบ้าน จนสามารถควบคุมและไล่ความคิดที่น่าความโลก โกรธ เกลียด อิจฉาออกจากใจของตนเองได้ เมื่อชาวโลกมีความโลก โกรธ เกลียด อิจฉา น้อยลง สังคมมนุษย์ก็จะอยู่ร่วมกันอย่างสงบ

สุขมากขึ้น และเมื่อนำมารวมกันแล้ว ก็จะเป็นความสงบสุขของมนุษยชาติโดยส่วนรวมอันคือ สันติภาพของโลก หรือ World Peace นั่นเอง

ดิฉันจึงใคร่ฝากสูตรแห่งการสร้างสันติภาพที่ง่าย ๆ นี้ให้แก่ชาวไทยทุกท่าน หากคุณต้องการมีส่วนร่วมในการสร้างสันติภาพให้แก่ชาวโลกแล้วไซ้ สิ่งแรกที่คุณจะต้องทำคือ การเร่งรีบฝึกฝนเรื่องพาตัวใจกลับบ้าน และช่วยกันส่งเสริมให้คนใกล้ชิดผู้เป็นที่รักของคุณมีส่วนในการฝึกฝนด้วย การทำเพียงเท่านี้ ก็เท่ากับคุณได้ช่วยสร้างปัจจัยให้เกิดสันติภาพแก่สังคมไทยซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของสังคมโลก

หากคุณอยู่ในฐานะที่สามารถทำได้มากกว่านี้ ก็ขอให้ช่วยเหลือดิฉันในการจัดตั้งสถาบันพาตัวใจกลับบ้าน เพื่อสถาบันนี้จะได้เป็นแหล่งเผยแพร่ความรู้เรื่องพาตัวใจกลับบ้านให้แก่ชาวโลกได้ เพราะนี่เป็นงานใหญ่มากที่ต้องได้รับการช่วยเหลือร่วมมือจากหลายฝ่าย โดยที่ดิฉันได้วางเป้าหมายที่จะให้องค์กรสหประชาชาติยอมรับการมีอยู่ของอายตนะที่ 6 (The 6th sense) ของมนุษย์ เมื่อมีการยอมรับจากองค์กรโลกเช่นนี้แล้ว เรื่องพาตัวใจกลับบ้านก็จะเป็นที่ยอมรับในระบบการศึกษาของโลก หากเราสามารถทำให้ประชากรครึ่งโลกพาตัวใจกลับบ้านได้แล้ว ดิฉันเชื่อมั่นว่า การเช่นฆ่าที่เกิดเป็นอาชญาในแต่ละวันตลอดจนสงครามใหญ่ ๆ จะค่อย ๆ น้อยลงเอง และมนุษย์ทั้งหลายจะสามารถอยู่ด้วยกันอย่างสุขสงบมากขึ้น

แม้เป้าหมายอันสูงส่งเช่นนี้จะไม่เกิดในช่วงชีวิตของคนที่เป็นผู้ใหญ่แล้วก็ตาม ดิฉันเห็นว่า นี่เป็นหน้าที่ของคนทุกคนที่รู้เรื่องการพาตัวใจกลับบ้านที่จะช่วยเหลือให้ลูก หลาน เหลน โหลน ของเราให้พบกับความสุขสงบและสันติภาพในอนาคต ไม่ว่าจะนานเพียงใดก็ตาม มันก็ยิ่งคุ้มค่าต่อการลงทุนในขณะนี้

ดิฉันจึงหวังเป็นอย่างยิ่งที่จะได้รับความสนับสนุนจากท่านผู้อ่านบทความนี้ และขออนุโมทนาส่วนหน้า มา ณ ที่นี้

ศุภวรรณ พัทธมพรณวงศ์ กรีน

18 มิถุนายน 2551

แนะนำหนังสือใหม่ ซีดี ดีวีดี อบรมธรรม

หนังสือในมือของอาจารย์/ภรรยา พัทธมพรพรวงค์ กรีน

หนังสือชุดพาตัวใจกลับบ้าน

ตอนที่ 1 : ผู้หญิงคนนี้เป็นใครหรือ

จัดจำหน่ายแล้วโดย สนพ.อมรินทร์

ส่วนเล่มอื่นๆ กำลังดำเนินการจัดทำอยู่

โครงการจัดตั้งสถาบันพาตัวใจกลับบ้าน

เนื่องจากข่าวสารเรื่องการพาตัวใจกลับบ้านกำลังขยายออกไปในสังคมไทย ถึงแม้จะยังเป็นคนกลุ่มน้อยก็ตาม ดิฉันเชื่อว่าในอนาคตจะมีคนที่สนใจต้องการเรียนรู้เรื่อง “การพาตัวใจกลับบ้าน” หรือ “ปฏิบัติการไล่หนูกออกจากบ้าน” มากขึ้น แต่ดิฉันไม่สามารถสอนทุกคนแบบตัวต่อตัวได้ ดิฉันจึงเห็นว่า หากสามารถจัดตั้ง “สถาบันพาตัวใจกลับบ้าน” ได้แล้วละก็ สถาบันนี้จะสามารถทำหน้าที่นี้แทนดิฉันได้ในอนาคต

โดยที่ดิฉันตั้งเป้าหมายไว้ว่า ผู้ที่ต้องการเรียนรู้ภาคปฏิบัติของการพาตัวใจกลับบ้านจะสามารถจับหลักการพื้นฐานได้ภายในเวลาเพียงสองถึงสามชั่วโมง เมื่อผู้ใฝ่รู้เดินออกจากสถาบันนี้แล้ว อย่างน้อยที่สุด เขาจะสามารถรู้จัก “ตัวใจ” อันเป็น “ตัวจริง” ของตนเอง และรู้ว่าจะใช้ “ตาใจ” อันเปรียบเสมือน “การขยับยานพาหนะแห่งธรรม” ได้อย่างไร รวมทั้งรู้วิธีการที่จะพาตัวใจกลับบ้านที่ 1 และ 2 เป็นอย่างน้อยที่สุด นี่คือเป้าหมายที่สถาบันพาตัวใจกลับบ้านจะสามารถหยิบยื่นให้แก่ผู้สนใจและปรารถนาเดินทางออกจากคุกชีวิต เพื่ออิสรภาพที่แท้จริง หรือถึงนิพพาน

เพื่อให้ผู้แสวงหาได้รับประโยชน์อย่างสูงสุดในช่วงระยะเวลาที่สั้นที่สุดนั้น สถาบันพาตัวใจกลับบ้านจะต้องใช้สื่อต่าง ๆ เพื่อแจกจ่ายความรู้ที่สำคัญเหล่านี้ ฉะนั้น ส่วนประกอบของสถาบันพาตัวใจกลับบ้านจะมี

1. สื่อหนังสือ
2. สื่อเสียง
3. สื่อภาพ
4. สื่อละครสั้น 5



5. สื่อภาพการ์ตูน อาจเป็นห้องแกลลอรีที่จะใช้ภาพสะท้อนให้เห็นการเดินทางของชีวิต
 อย่างเป็นระบบ ตั้งแต่ต้นจนจบกระบวนการ

6. สื่อการออกกำลังกายโต้เถียงกัน เป็นต้น

ดิฉันหวังเป็นอย่างยิ่งว่า “สถาบันพาหัวใจกลับบ้าน” นี้ จะสามารถช่วยฆราวาสที่ยัง
 ต้องรับผิดชอบต่อครอบครัวของตนเอง และไม่มีเวลาปลีกตัวไปปฏิบัติธรรมในที่ไกล ๆ เป็น
 เวลาหลายวัน ก็ยังสามารถเรียนรู้การปฏิบัติสติปัฏฐานสี่ได้ อันเป็นหน้าที่สำคัญที่สุดที่ทุกคน
 ล้วนมีต่อตนเองเพื่อกอบกู้อิสรภาพของชีวิตกลับคืนมา

ดิฉันยังเชื่อมั่นอีกว่า สถาบันนี้จะสามารถหยิบยื่นวิธีการอันเป็นรูปธรรม ที่จะช่วยแก้
 ปัญหาสังคมที่ต้นตออย่างแท้จริง นั่นคือ การแก้ปัญหาที่จิตใจของมนุษย์ซึ่งยังเป็นเรื่องที่ขาด
 อยู่มาก ในระบบการศึกษาของชาติและของโลก

อย่างไรก็ตาม นี่เป็นเพียงวิสัยทัศน์ (Vision) ของดิฉันในขณะนี้ ขั้นตอนต่อไปคือ การ
 พยายามทำให้ความคิดอันเป็นนามธรรมเหล่านี้สำเร็จเป็นรูปธรรมอย่างแท้จริง ซึ่งในภาค
 ปฏิบัติจำเป็นต้องรวบรวมพลังสมองจากหลายฝ่ายที่จะช่วยดิฉันจัดองค์กรนี้ให้สำเร็จลุล่วง
 ดิฉันจึงใคร่ฝากเรื่องนี้ไว้ให้แก่ลูกศิษย์ของอาจารย์ศุภวรรณทุกท่าน เพื่อการรับผิดชอบร่วมกัน
 หากท่านสนใจที่จะช่วยดิฉันกวาดต้อนเพื่อนมนุษย์ออกจากสังสารวัฏแล้วไซ้ ท่านสามารถ
 เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของการจัดตั้ง “สถาบันพาหัวใจกลับบ้าน” ไม่ว่าจะเป็นการช่วยเหลือใน
 ด้านทุนทรัพย์หรือการให้ความรู้ในเรื่องการจัดองค์กรซึ่งดิฉันยังขาดอยู่

จึงขอกราบขอบพระคุณและอนุโมทนาบุญล่วงหน้ามา ณ ที่นี้



ศุภวรรณ พิพัฒพรณวงศ์ กรีน

29 กุมภาพันธ์ 2551

หากท่านต้องการบริจาคเพื่อก่อตั้งสถาบันพาหัวใจกลับบ้าน สามารถโอนเงินได้ที่
 ศุภวรรณ กรีน ธนาคารกรุงเทพ สาขาซิลลิคเฮาส์ เลขที่บัญชี 860-0-04481-5



“ ตนใจเง็ง ต้องเห้นจากกรรมชั่วเลือกทำแต่กรรมดีได้ ”
ลักษณะของตนใจเง็งดี้อ

1. ไม่นั่น
2. ไม่ว้องทุกข์
3. ไม่อวดรู้ความลับของใคร
4. ไม่มอดความลับของตนเองใคร
5. ไม่สนใจว่าใครจะเห็นตนเป็นอย่างไร
6. ไม่กลัวความทุกข์จาก
7. รู้จักเอาความทุกข์จากมาเป็นประโยชน์สร้างตนความก้าวหน้าในชีวิต

จากธรรมะของท่านเจ้าคุณนรฯ (เจ้าคุณนรรัตนราชมานิต)



ชมรมพาวังใจกลับบ้าน

240 ซอยอินทามระ 45 ถนนสุทธิสาร
แขวงดินแดง เขตดินแดง กทม. 10400
โทรศัพท์ 089-019-5656, 086-610-0001
โทรสาร 0-2631-8206
www.supawangreen.in.th

