

พุทธคาถาบำบัด

ทำไมต้องสวด...มนต์

ในยุคของอินเทอร์เน็ต และมีสื่อที่ทำได้ทุกอย่าง (ยกเว้นทำกับข้าวกับซักผ้า) ชีวิตของมนุษย์มีความเร่งรีบมากขึ้น...รีบเรียน...รีบทำงาน...รีบไปหมด... เทคโนโลยีอาจช่วยให้เราทำอะไรๆ เร็วขึ้นได้ แต่สิ่งที่เหมือนเดิมสำหรับมนุษย์ทุกคน คือ ความทุกข์ หรือความเครียด ทั้งเครียดเรื่องเรียน เรื่องรัก เรื่องเงิน เรื่องเพื่อน เรื่องสุขภาพ ฯลฯ

แต่จะมีใครรู้บ้างว่า เรื่องทุกข์ เรื่องเครียดทั้งหลายมีทางแก้... คนที่อยากมีความสุขดี ต้องรับประทานอาหารที่ดี และออกกำลังกายควบคู่กันไป คนที่อยากทุกข์ หรือเครียดน้อยลง อยากรวย อยากสวย อยากสุขภาพดีขึ้น ก็มียา 2 ขนานที่รักษาได้...คือ สวดมนต์ กับ ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

พระธรรมสังฆราชจารย์ หรือหลวงพ่อจรัญ ฐิตธมโม แห่งวัดอัมพวัน ท่านกล่าวเสมอว่า สวดมนต์เป็นทายา วิปัสสนาเป็นยากิน เราต้องทั้งกินทั้งทายจึงจะหาย...นอกจากหายแล้วชีวิตจะดีขึ้นด้วย

หากเราทุกคนสามารถสร้างบุญ (ด้วยความจริงใจและด้วยจิตที่ศรัทธา) ได้ครบวงจร คือ

1. ทาน (การบริจาคสิ่งของต่างๆ วิทยาทาน ธรรมทาน อภัยทาน เป็นต้น)
2. รักษาศีล (ศีล 5 สำหรับคนทั่วไป)
3. ภาวนา (สวดมนต์ ปฏิบัติธรรม)

ชีวิตเราจะดีขึ้น มีความสุข (อย่างเห็นได้ชัด... ถ้าไม่เชื่อต้องลองพิสูจน์)

หลายๆ คนอ่านมาถึงตรงนี้ ก็คงจะคิดว่าเคยได้ยินมาเหมือนกันว่า สวดมนต์แล้วดี ไปปฏิบัติธรรมก็เหมือนกัน แต่ทำไมไม่ได้เพราะไม่มีเวลา ซึ่งเป็นเรื่องที่ตลกมาก ตลกตรงที่ว่าทุกคนก็มีหน้าที่ มีธุระต้องทำกันทั้งนั้น ไม่ว่าจะคุณเป็นนักเรียนที่กำลังสอบ เป็นหมอ เป็นนางพยาบาล เป็นนักธุรกิจ เป็นแม่บ้านต้องเลี้ยงลูก ฯลฯ ในเมื่อคุณมีเวลาทำสิ่งต่างๆ เหล่านั้นด้วยความขะมักเขม้นให้ได้ผลดีขึ้นมาได้ คุณย่อมพัฒนาได้ในด้วยความฉลาดได้เช่นกัน

คำว่าฉลาดเรียน ฉลาดทำงาน ฉลาดคิด ฉลาดใช้ชีวิตนั้น ไม่ได้หมายถึงไอคิว แต่หมายถึงความถึงกระบวนการวิคิด การวิเคราะห์เหตุปัจจัยเพื่อแก้ปัญหาประจำวันด้วยความเข้าใจชีวิต และหากมีคนบอกว่า คุณจะฉลาดขึ้นได้ด้วยการสวดมนต์ และปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ไม่ใช่การใช้เวลาให้หมดไปกับการไปเที่ยว ดูหนัง ซอปปิ้ง หรือพูดเม้าท์สนุกสนาน แล้วชีวิตของคุณจะดีขึ้น คือ จะเรียนดี จะรวย จะสวยหรือหล่อ จะรุ่ง จะมีเสน่ห์ และค้าขายดี คุณจะเชื่อไหม... เป็นไปได้หรือ? จริงหรือ... ขอตอบว่าต้องลองพิสูจน์ค่ะ ผู้เขียนลองแล้ว เพื่อนๆ หรือคนรอบข้าง

ก็ลองมาแล้วเหมือนกัน มากบ้างน้อยบ้าง เห็นผลประจักษ์กับตัวเองมาแล้ว โดยมีระยะเวลาของการแสดงผลต่างกัน แต่ถ้าตั้งใจและพยายามจะเห็นผลมีชีวิตดีขึ้นกันทุกคน

หนังสือ **พุทธคาถาบำบัด** เล่มนี้ ได้รวบรวมบทสวดมนต์เพื่อการบำบัดทุกข์ภัยและความเครียดไว้หลายคาถา โดยเฉพาะ**คาถาธารณปริตร** ที่ **คุณชिरิน วิเศษภักดี** ผู้เป็นหัวเรือใหญ่ในการจัดพิมพ์ กล่าวว่าได้รับประสบการณ์ชีวิตในทางที่ดีอย่างคาดไม่ถึงจากการสวดพระคาถาบทนี้

นอกจากนี้ ทำyle่มของหนังสือพุทธคาถาบำบัด ยังได้เสริมบทความตอบคำถามคาใจที่ว่าการไปปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแล้ว **จะได้อะไร?** เขียนเป็นภาษาง่ายๆ สำหรับผู้เริ่มต้นใหม่ อ่านแล้วรับรองไม่แง แถมด้วยรายละเอียดเกี่ยวกับสถานที่และศูนย์ปฏิบัติธรรมแนวไว้ทำyle่มด้วย

คณะผู้จัดทำหนังสือพุทธคาถาบำบัด ได้จัดพิมพ์เผยแพร่เป็นธรรมทานนำสู่สาธารณสถานและโรงพยาบาลไปแล้วนับหมื่นเล่ม แต่ยังไม่เพียงพอแก่ความต้องการของสังคมที่กำลังป่วย

เชิญช่วยกันรักษาเยียวยาสภาพจิตใจให้เพื่อนพี่น้องที่ ด้วยการร่วมกันจัดพิมพ์หนังสือ **พุทธคาถาบำบัด** ได้ในราคาต้นทุนเล่มละ 12 บาท ติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ผ่าน e-mail: shirrin@unicapital.co.th

“ชาติ ดีกว่าขอพร” “ขงเลือกทำแต่กรรมดี ๆ นะ”

เมื่อทำกรรมดี ไม่ให้พรก็คิดถึง
เมื่อทำชั่ว แล้วจะมาเสกสรรปั้นแต่งพรอย่างไรก็ไม่ได้
ทำชั่วเหมือนโยนหินลงน้ำ หินจะจมจมทันที
ไม่มีผู้วิเศษใด ๆ จะมาเสกเป่าขอพร อ้อนวอนขอร้อง
ให้หินลอยขึ้นมาได้
ทำกรรมชั่วต้องจมบ่นปี เสียดสีเกียรติคุณ ชื่อเสียง
เหมือนก้อนหินหนักจมลงไปอยู่กับโคลนใต้น้ำ
ทำดีเหมือนน้ำมันเบา เมื่อเทลงน้ำย่อมลอยเป็นประกาย
มันปลิวอยู่เหนือน้ำ...
ถึงจะมีศัตรูหมูร้ายจงใจเกลียดชังมุ่งร้ายอิจฉาริษยา
แข่งคำโห่จมน้ำไม่สามารจะเป็นไปได้กลับจะแพเป็นภัย
กับตัวเอง”

ธรรมโอวาทของท่านเจ้าคุณนรรัตนราชมานิต
(สมุห วิศุกโก ภิกขุ)
วัดเทพศิรินทราวาส



คาถาบำบัด