

คตฺพิพจน์



อนุดรจรยชงหน้





คตฺพิพจันท์



อนุตราจารย์ซิงไห่

A scenic landscape featuring a range of mountains under a bright, sunlit sky with scattered clouds. The sun is positioned high in the sky, creating a lens flare effect. The mountains are layered, with some peaks appearing more prominent than others. The overall atmosphere is bright and serene.

คำนำ

๖๖ สงแห่งสังฆธรรมสาดส่องหัวใจมนุษย์ชั่วนิรันดร์ พาเราหลุดพ้นจาก
อวิชชา หนังสือ คติพจน์ รวบรวมปัญญาของอนุตราจารย์ชิงไห่จากการ
ตอบคำถามด้านจิตวิญญาณให้กับเหล่าสานุศิษย์ ผู้แสวงหาสังฆธรรม
และสาธารณชนทั่วไป ถ้อยคำแห่งปัญญาสูงสุดเกี่ยวกับการปฏิบัติ
ธรรม ชีวิต และปรัชญา สัมผัสตัวตนเดิมแท้ของเรา และนำพาการรู้แจ้ง
และปิติสุขมาสู่เรา หนังสือเล่มนี้มีอบน้ำอมฤตให้แก่จิตวิญญาณ เดิน
ทางไปพร้อมกับเราบนเส้นทางแห่งชีวิตและให้กำลังใจเราให้สู้ต่อไปใน
สถานการณ์ที่ยากลำบากในทุกฤดูกาลแห่งการปฏิบัติธรรมของเรา



ในฐานะผู้สร้างสรรค์งานออกแบบทางศิลปะและครุทางจิตวิญญาณ ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่รักในการแสดงออกถึงความงดงามภายในทั้งหมด นั่นคือเหตุที่ท่านเรียกประเทศเวียดนามว่า “เอาหลัก” และเรียกประเทศไต้หวันว่า “ฟอร์โมซา” เอาหลักเป็นชื่อโบราณของเวียดนาม หมายถึง “ความสุข” และชื่อฟอร์โมซา ซึ่งแปลว่า “งดงาม” จะสะท้อนถึงความงดงามของเกาะและของผู้คนที่นั่นได้อย่างสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ท่านอาจารย์รู้สึกว่าการใช้ชื่อเหล่านี้ นำพาซึ่งการยกระดับทางจิตวิญญาณและความโชคดียามสู่ดินแดนแห่งนั้น และผู้อยู่อาศัยที่นั่น

เมื่อกล่าวถึงพระเจ้าหรือพระจิตสูงสุด ท่านอาจารย์แนะนำให้เราใช้ศัพท์ดั้งเดิมที่ไม่ระบุเพศเพื่อหลีกเลี่ยงการโต้แย้งว่าพระเจ้าเป็นหญิงหรือชาย ตัวอย่างเช่น เมื่อพระเจ้าปรารถนาสิ่งใด พระองค์จะสร้างสิ่งต่าง ๆ ให้เกิดขึ้นตามพระประสงค์ของพระองค์ที่เหมาะสมกับพระองค์เอง

ชีวประวัติของอนุตราจารย์ชิงไห่

๑ อนุตราจารย์ชิงไห่ถือกำเนิดในภาคกลางของเอาหลัก (เวียดนาม) เมื่ออายุได้ 18 ปี ท่านอาจารย์ชิงไห่ได้เดินทางไปศึกษาต่อที่ประเทศอังกฤษ และต่อมาได้ย้ายไปที่ประเทศฝรั่งเศสและเยอรมัน ซึ่งที่นั่นท่านได้ทำงานกับองค์กรกาชาดและได้แต่งงานกับนายแพทย์ชาวเยอรมัน หลังจากชีวิตแต่งงานที่มีความสุข 2 ปี ด้วยการอวยพรของสามีของท่าน ท่านได้สละชีวิตคู่ไปแสวงหาการรู้แจ้งเพื่อบรรลุอุดมการณ์ที่ท่านมีมาตั้งแต่วัยเยาว์ นี่เป็นการเริ่มต้นจาริกแสวงบุญที่ยากลำบากในประเทศต่าง ๆ หลายประเทศ และสิ้นสุดลงเมื่อท่านได้พบกับมหาอาจารย์ผู้รู้แจ้งอย่างสมบูรณ์ที่ยังมีชีวิตอยู่บนเทือกเขาหิมาลัย ท่านอาจารย์ชิงไห่ได้รับการถ่ายทอดแสงและเสียงสวรรค์ภายใน ซึ่งต่อมามีท่านได้ตั้งชื่อว่าธรรมวิถีกวนอิม หลังจากการบำเพ็ญอย่างขยันหมั่นเพียร ท่านก็ได้บรรลุการรู้แจ้งอย่างสมบูรณ์

๒ เพื่อตอบสนองความปรารถนาของผู้แสวงหาสัจธรรมที่มีความจริงใจ ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ได้มอบการทำสมาธิวิถีกวนอิมให้แก่ผู้คนทุกชนชาติ ศาสนา และทุกวัฒนธรรม สารแห่งรักและสันติภาพของท่าน นำพาการหลุดพ้นทางจิตวิญญาณและความหวังมาสู่ผู้คนทั่วโลก และเตือนใจทุกคนให้มั่นคงในความจริง ความดี และความงามในชีวิต

หลังจากเรารู้แจ้ง ทุกสิ่งทุกอย่างจะดีไปหมด
ขณะที่ไม่มีอะไรดีจริง
เมื่อเรายังโง่เขลา
ดังนั้นความโง่เขลาคือบาปมหันต์
ขณะที่การรู้แจ้งคือบุญอนันต์

~ อนุตราจารย์ชิงไห่

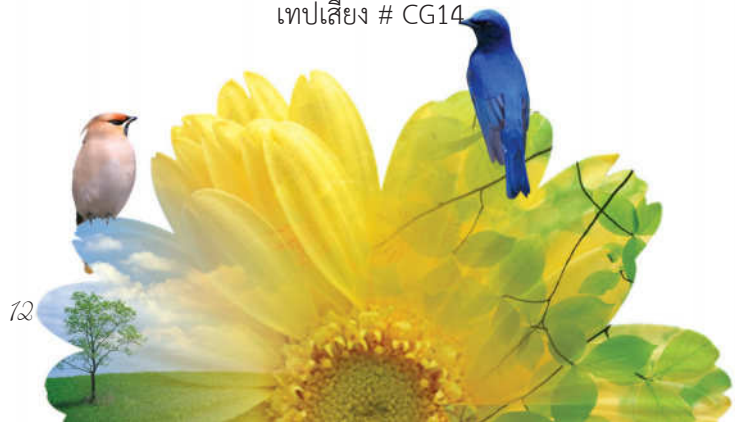


“อาจารย์” หมายถึง ปัญญาอันยิ่งใหญ่ของเราเอง
ปัญญาอันอ่อนน้อมอันนืดของเรา
คุณสมบัติของแสงสุดประมาณ
และชีวิตนิรันดร์ภายในเรา
เมื่อเราระลึกถึงถึงมันได้
เราจะไม่กลัวสิ่งใดอีก

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 11 มีนาคม พ.ศ. 2532 (1989) (ต้นฉบับภาษาจีน)


เราควรรำเพ็ญให้บรรลู่ถึงภาวะไร้อัตตา
ไร้รูปลักษณ์ชื่อเสียง ไร้มโนคติ
ไร้ความคิดดีชั่ว
— ดุจดั่งเด็กน้อย

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู พอร์โมซา 1 กรกฎาคม พ.ศ. 2532 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG14




เมื่อใครตำหนิเรา พุดถึงเราในทางไม่ดี
เราควรคิดว่า
พระโพธิสัตว์กำลังตำหนิเรา
พระเจ้ากำลังทดสอบเรา
เช่นนั้นก็จะไม่มีปัญหาใด

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู พอร์โมซา 28 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2532 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 50



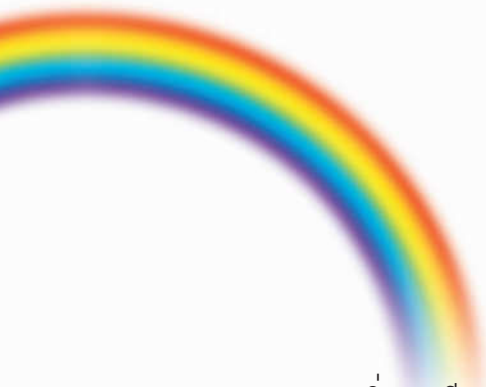
พระเจ้า พระพุทธเจ้า หมายถึงความเมตตา
หมายถึงพลังแห่งความรัก
หลังจากเราได้รับ “คลื่น” นี้
จากการเชื่อมต่อกับ
“สายใย” แห่งรักและเมตตาแล้ว
เราจะมีเมตตามากยิ่งขึ้น
เปี่ยมด้วยรักมากยิ่งขึ้น และเราจะ
อดกลั้นต่อสรรพสัตว์ทั้งปวงได้ดีขึ้น
เพราะเราเข้าใจมากขึ้นแล้วว่า สิ่งสร้างทั้งปวง
ในความเป็นจริง ล้วนมีแก่นแท้เดียวกัน

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 21 พฤษภาคม พ.ศ. 2532 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG14



อาจารย์ภายในที่อยู่ภายในตัวเรา
จะไม่เคยทอดทิ้งเราไป
เราควรไว้ใจในตัวท่าน
ท่านผู้เป็นอาจารย์ของตัวเอง
เป็นตัวตนที่แท้จริง เป็นธรรมชาติเดิมแท้ของเรา

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 3 กันยายน พ.ศ. 2532 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG17



ยิ่งเราเรียบง่ายมากเท่าไร
 เราจะได้รู้ลึกถึงความรัก
 จากพระเจ้าหรือจากพระพุทธเจ้ามากขึ้นเท่านั้น
 เหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น
 เป็นเพราะคนที่เรียบง่ายนั้นถ่อมตน
 ไม่เย่อหยิ่ง
 และพระเจ้ารักคนที่ถ่อมตน

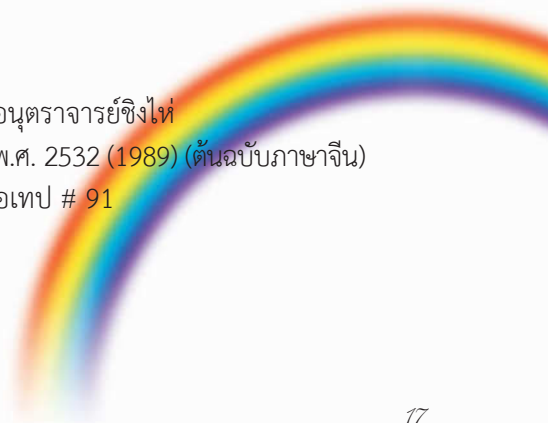


เมื่อเราร้องขออย่างแท้จริง
 มีความกล้าหาญอย่างแท้จริง
 โหยหาอย่างแท้จริง
 และสวดอธิษฐานอย่างจริงจัง
 พระพุทธเจ้าและพระโพธิสัตว์
 ทั่วทั้งทุกทิศ จะช่วยเหลือ

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
 มิงตง ฟอริโมซา 2 ธันวาคม พ.ศ. 2531 (1988) (ต้นฉบับภาษาจีน)
 วีดีโอเทป # 22



กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
 ซีหู่ ฟอริโมซา 29 กรกฎาคม พ.ศ. 2532 (1989) (ต้นฉบับภาษาจีน)
 วีดีโอเทป # 91





เราใช้ชีวิตด้วยแนวคิด
เราตายด้วยความคิด
ด้วยแนวคิดเกี่ยวกับการใช้ชีวิตและความตาย
ดังนั้นแนวคิดของเราจะต้องถูกต้อง
จะได้ไม่นำพาตัวเราและผู้อื่นไปในทางที่ผิด

~ อนุตราจารย์ชิงไห่

ปัญญาที่อยู่ 2-3 ประเภท
ผู้มีปัญญาสูงสุด
จะไม่พูดมาก
พวกเขาพูดก็ต่อเมื่อมีคนถามเท่านั้น

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 28 กันยายน พ.ศ. 2533 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 132

สิ่งสำคัญที่สุดของ
ผู้ปฏิบัติธรรม
คือความปรารถนาสังฆธรรมอย่างแท้จริง
เขาจะต้องอยากเรียนรู้จริงๆ



กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 28 กันยายน พ.ศ. 2533 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 131

เป็นพระพรที่ยิ่งใหญ่ที่สุด
ที่ได้เรียนรู้และเดินตาม
คำสอนทุกอย่างของ
อาจารย์ผู้รู้แจ้งแท้จริง
เมื่อคุณกำลังทำเช่นนั้น
คุณก็กำลังเคารพบูชา
นักบุญทั้งหลายทั่วจักรวาล

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
ไทเป ฟอรัมซา 31 สิงหาคม พ.ศ. 2529 (ต้นฉบับภาษาจีน)



ผู้ที่บำเพ็ญเพื่อบรรลุนิพพาน
ยิ่งนึกถึงผู้อื่นมากเท่าไร ก็ยิ่งดี
เมื่อเราดูแลใส่ใจผู้อื่นมากขึ้น
ใจของเราจะยิ่งเปิดกว้าง
และชีวิตของเราจะยิ่งมีความสุข

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
ซีหู ฟอรัมซา 14 มกราคม พ.ศ. 2533 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG30



คิดให้เหมือนพุทธะ
ประพฤติตนให้เหมือนพุทธะ
พูดให้เหมือนพุทธะ
แล้วคุณก็จะเป็นพุทธะ

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอโรมซา 4 พฤศจิกายน พ.ศ. 2533 (1990) (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 138





ก่อนที่จะวิจารณ์ใคร
เราจะต้องรู้เหตุและผล
ให้ชัดเจนแทงตลอด
แต่เมื่อเราเห็นแจ้งแล้ว
เราจะไม่กล่าววิจารณ์ใคร
เพราะเราเข้าใจแล้วว่า
ทุกสิ่งเป็นเพียง
เรื่องของเหตุและผล
เป็นเพียงเรื่องของกรรมเท่านั้น


กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอร์โมซา 15 ตุลาคม พ.ศ. 2533 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทพเสียง # CG31

ทุกคนเป็นคนดี
เพียงแต่สถานการณ์เท่านั้น
ที่ทำให้เกิดความแตกต่าง

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู พอร์โมซา 9 ธันวาคม พ.ศ. 2533 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 140

ตัวเราจะต้องจริงจัง
ขยัน และมุ่งมั่น
เราไม่ควรลืม
พลังพุทธะภายในตัวเรา
เราควรสวดขอให้พลังนี้ช่วยเราเสมอ
เราเรียกพลังนี้ว่า
พระพุทเจ้าหรือพระเจ้า
ซึ่งก็คือตัวตนที่แท้จริงของเรานั้นเอง

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู พอร์โมซา 9 ธันวาคม พ.ศ. 2533 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 140



ถ้าเราไม่รักตัวเอง
เราก็ไม่สามารถรักคนอื่น

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ไทเป ฟอรัมชา 20 เมษายน พ.ศ. 2534 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 161

คุณจะไม่อดภัยก็ต่อเมื่อได้รับการคุ้มครองจาก
พลังสูงสุดเท่านั้น ไม่มีทางอื่นอีก

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอรัมชา 14 กรกฎาคม พ.ศ. 2534 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 182

เราตำหนิคนอื่นได้
ถ้าเรามีความรัก คนจะสัมผัสได้ว่า
เราไม่ได้ทำด้วยเจตนาร้าย
แต่ทำเพื่อดูแลพวกเขา
พวกเขาก็จะไม่โกรธเรา

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 21 กันยายน พ.ศ. 2534 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วิดีโอเทป # 193

เราอยู่ในโลกนี้
แต่ไม่ควรยึดติด
เราจำเป็นต้องรู้ว่า
ทุกสิ่งในโลกนี้ยุ่งยากวุ่นวาย
และเราจะต้องวางใจของเรา
ไว้ที่คำสอนสูงสุด
เหมือนตั้งดอกไม้ในโคลนตม
ที่ไม่เคยแปดเปื้อนสิ่งใด

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 21 กันยายน พ.ศ. 2534 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วิดีโอเทป # 193



ถ้าคุณประสบปัญหา
แต่พยายามนั่งสมาธิให้มากขึ้น
ปัญหาก็จะหมดไป

~ อนุตราจารย์ชิงไห่

สิ่งที่น่าเกลียดก็มีเสน่ห์ได้
และบางครั้งก็เป็นบทเรียน
ในสายตาของผู้รู้แจ้ง
ทุกสิ่งมีความงามในตัวเอง

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ผิงตง ฟอริโมซา 21 เมษายน พ.ศ. 2534 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG33

ทุกคนคือพุทธะ
เป็นไปได้ว่า พวกเขายังไม่ประจักษ์แจ้ง
แต่เราก็ควรเคารพเขา
และปฏิบัติต่อเขาเสมือนปฏิบัติกับตัวเราเอง
จงเข้มงวดและอดทนอดกลั้น
จงมีความรักโดยไม่ยึดติด

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ผิงตง ฟอริโมซา 21 เมษายน พ.ศ. 2534 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG33

รักแท้คือการตกเดือนใครบางคน
เมื่อใดก็ตามที่เขาทำผิด
และพยายามอธิบายให้เขากระจ่างแจ้ง
รักแท้ไม่ใช่การปกป้องเขา
โดยไม่คำนึงว่า
เขากำลังทำดีหรือชั่ว

~ อนุตราจารย์ชิงไห่

การทำสมาธิไม่ใช่แค่นั่งอยู่ตรงนั้น
คุณจะต้องจดจ่อ
ด้วยจิตใจที่บริสุทธิ์และมีเมตตา
มิฉะนั้นคุณก็แค่ปล่อยให้เวลาให้เสียเปล่า

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอรัมชา 25 สิงหาคม พ.ศ. 2534 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 188

เราสามารถปฏิบัติธรรมได้ดี
แต่เราก็จำเป็นต้องมีทักษะ
ในการจัดการเรื่องต่าง ๆ
ในโลกนี้ด้วย

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 25 สิงหาคม พ.ศ. 2534 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 188

ยิ่งเราสะสมไว้เพื่อตนเองมากเท่าไร
เราจะมีสูญเสียมากเท่านั้น
แต่ถ้าเรายิ่งให้
เราก็จะยิ่งได้

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 8 กันยายน พ.ศ. 2534 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG38



ไม่มีใครนอกจากตัวเราเอง
ที่ต้องปฏิบัติธรรมเพื่อตัวเอง
จงจุดตะเกียงและ
เดินไปบนเส้นทาง


กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู พอร์โมซา 1 สิงหาคม พ.ศ. 2534 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG35

เราควรแบ่งปันบุญกุศลที่ได้จาก
การบำเพ็ญของเราให้แก่โลก
เราไม่ได้บำเพ็ญเพียงเพื่อ
ตัวเราเองเท่านั้น

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 18 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2533 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 113

ไม่ใช่ว่าพุทธะไม่ปรารถนา
จะช่วยสรรพสัตว์ให้หลุดพ้น
แต่เพราะสรรพสัตว์ไม่ปรารถนา
จะหลุดพ้นเอง

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ประเทศไทย 6 มีนาคม พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 224

A painting of a large, leafy tree in a field. The tree has a thick, gnarled trunk and a dense canopy of green leaves. The ground is covered in grass and fallen leaves. The overall style is soft and impressionistic.

เราสามารถบรรลุผลสำเร็จได้มากขึ้น
เมื่อเวลาเราเหลือน้อยลง

เมื่อเราอยาการู้สึกสบายใจในการปฏิบัติธรรม
เราก็ควรให้คนอื่นรู้สึกสบายใจด้วย

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 19 เมษายน พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 242

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 12 มกราคม พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 204

วิธีที่ดีที่สุดในการเปลี่ยนแปลงตัวเราเองก็คือ
การติดต่อกับ
พลังพระเจ้าภายในเรา
แล้วปล่อยให้พลังพระเจ้าเปลี่ยนแปลงเรา

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
มาเลเซีย 25 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป # 218

ถ้าคุณไม่มีปัญหา
ก็อย่ามองหาปัญหา
ถ้าคุณมีปัญหา
ก็จงพยายามแก้ไขมันให้ถึงที่สุด

~ อนุตราจารย์ซิงไห่



ถ้าเราต้องการเปลี่ยนอนาคตของเรา
เราจะต้องเปลี่ยนปัจจุบัน
ตั้งนั้น
ปัจจุบันสำคัญที่สุด
จงลืมอดีตเสีย!

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู พอร์โมซา 1 มกราคม พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 203



ยอมเจ็บปวดเสียเองดีกว่า แต่อย่าทำร้ายผู้อื่น!

~ อนุตราจารย์ชิงไห่

การสำนึกผิดที่แท้จริง
ไม่ใช่แค่รู้ความผิดพลาดของตนเอง
ไม่ใช่แค่พูดว่า
เราจะไม่ทำผิดซ้ำอีก
แต่คือการแก้ไขสิ่งที่เราทำ
ทำให้ดี
และทำให้ดีขึ้น


กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 9 พฤษภาคม พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG47

สวรรค์หรือนรก
ล้วนแต่สร้างจากตัวเรา

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ไทเป ฟอรัมซา 24 กันยายน พ.ศ. 2529 (ต้นฉบับภาษาจีน)

การช่วยเหลือผู้อื่นให้หลุดพ้น
และช่วยให้ผู้อื่น
รู้จัก “วิถีที่แท้จริง”
คือการช่วยเหลือที่สูงที่สุด
ที่เราสามารถให้ได้
มันยังนำมาซึ่ง
บุญกุศลสูงสุดด้วย

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ไถหนัน ฟอรัมซา 4 ธันวาคม พ.ศ. 2530 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CE14



เราไม่ได้ทำงาน
แค่เพราะต้องการหาเงิน
แต่เราทำงานเพื่อทำหน้าที่ของเราให้เสร็จสมบูรณ์

ถ้าเราติดอยู่กับความสำเร็จในอดีต
เราจะไม่สามารถก้าวหน้าได้เลยในอนาคต


กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู พอร์โมซา 25 สิงหาคม พ.ศ. 2534 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 188

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ไถหนาน พอร์โมซา 13 พฤษภาคม ค.ศ. 1988 (เดิมเป็นภาษาจีน)
เทปเสียง # CG1



แม้การหาเงินดูแลตัวเองได้เพียงพอ
นั่นดีพอแล้ว
เราก็ควรเก็บรักษาเวลา
สำหรับการฝึกสมาธิด้วย

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ไถหนาน ฟอริโมซา 13 พฤษภาคม พ.ศ. 2531 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG1




ไม่ใช่ที่เราไม่มี
ทุกข์หรือสุข
เพียงแต่เราไม่สนใจมัน
ดังนั้นเราจึงเบาสบาย

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ศูนย์ฮั่วเหลียน ฟอริโมซา 4 พฤศจิกายน พ.ศ. 2531 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG4

ไม่สำคัญว่าคุณทำอะไร
ตราบใดที่ใจของคุณเบาสบาย
คุณก็รู้ได้ว่าคุณทำ
ในสิ่งที่ถูกต้องแล้ว
ไม่อย่างนั้น
คุณก็ไม่ควรทำมัน

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ศูนย์ฮั่วเหลียน ฟอริโมซา 4 พฤศจิกายน พ.ศ. 2531 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG4




เมื่อจิตของเรานิ่ง
เมื่อเรามองหาตัวตนที่แท้จริงของเรา
คำตอบสำหรับปัญหาทั้งหมดของเรา
ก็จะเปิดเผยออกมา

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอรัมซา 23 มิถุนายน พ.ศ. 2534 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 178

ความรู้สึกเบาสบายที่สุดจะเกิดขึ้น
เมื่อเราปล่อยวางทุกสิ่ง

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอรัมซา 7 กรกฎาคม พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 266

A misty, green landscape with a path and trees. The scene is soft and atmospheric, with a path leading through a lush green area. Large trees with dense foliage frame the path, and a small wooden bench is visible on the right side of the path. The overall mood is serene and peaceful.

เราจะบรรลุเป้าหมายใดก็ตาม
ที่เราตั้งไว้ในใจ

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
ซีหู ฟอรัมซา 9 กรกฎาคม พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 267

เป็นการดีที่เราทำสิ่งใดด้วยความตั้งใจ
และรู้ว่าทำไมเราจึงทำมัน
เราทำมันเพื่อฝึกฝนตนเองและรับใช้ผู้อื่น
เราทำมันด้วยความรักและเพื่อตอบแทนโลกนี้ด้วย

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
ซีหู ฟอรัมซา 25 เมษายน พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 243



ดังนั้น ถ้าเราตั้งใจสร้างกุศล
และรักษาศีล
ความสะอาดก็เป็นกุศลอย่างหนึ่ง
การทำให้ผู้อื่นรู้สึกสบายใจ
ก็เป็นกุศลอย่างหนึ่ง

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู พอร์โมซา 3 เมษายน พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 236

มันไม่สำคัญว่า
คุณเป็นพระหรือไม่
สิ่งสำคัญคือว่า
จิตของเราเป็นอิสระ
และปัญญาของเราเปิดออก
เพื่อเราจะสามารถช่วยโลกได้

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
ซีหู ฟอร์โมซา 19 เมษายน พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG49

จิตใจ ร่างกาย คำพูด และความคิดของเรา
เบิกบานและเปิดกว้าง
เพราะเราเสียสละเพื่อผู้อื่น และ
เพราะเราบำเพ็ญเพื่อการหลุดพ้นของตนเอง
นี่แหละคือจิตของความเป็นพระอย่างแท้จริง


กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
ซีหู ฟอร์โมซา 19 เมษายน พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG49

เราจะต้องค้นหาความรักความเมตตาภายใน
ตัวเราเสียก่อน เราจึงจะสามารถรักผู้อื่นได้อย่างแท้จริง

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
เกาสง ฟอริโมซา 10 มกราคม พ.ศ. 2533 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 109

ถ้าเราละโมภอยากได้สมบัติของผู้อื่น
นั่นก็เหมือนกับ
การเอากรรมที่ติดขวางของพวกเขา

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 12 เมษายน พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 241



อาจารย์ คือ มหาปัญญา ความรัก
และพลัง ซึ่งไม่มีสิ่งใดมาขวางกั้นได้
แม้ช่องว่าง
และระยะทาง
ก็ไม่อาจแยกท่าน
ไปจากคุณได้

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 3 เมษายน พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 236

เราจะต้องเข้มงวดและ
จริงจังกับตนเองให้มากเสียก่อน
คนอื่นจึงจะจริงจังกับเราได้


กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 3 เมษายน พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 236



อ่ายกยอปอบั้น ซึ่งเป็นเหมือนให้ยาพิษแก่กัน
จะทำให้ระดับชั้นของคนอื่นต่ำลง
นี่คือการสร้างกรรมกิดขวาง

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 3 เมษายน พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 236






การรำลึกถึงอาจารย์
หมายถึงการคิดถึงคำสอนของท่าน
และทุกอย่าง
ที่ท่านกล่าวและสอนเรา

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 10 ตุลาคม พ.ศ. 2533 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป #136

เมื่อเรากระทำดี
ผลลัพธ์จะดีอย่างแน่นอน

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 2 กันยายน พ.ศ. 2533 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG29



เพราะคุณรู้สึกว่าคุณโดดเด่น
นั่นคือเหตุที่คุณกลัว (กลัวว่าจะเสียหน้า)
นี่คือรูปแบบของความเย่อหยิ่ง (ความทะนงตน) อันแยบยลอย่างหนึ่ง

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 15 ตุลาคม พ.ศ. 2533 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG31

ร่างกายของเราต้องการอาหารเพื่อให้สุขภาพดี
วิญญาณของเราต้องการความรักเพื่อให้เติบโต

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 15 ตุลาคม พ.ศ. 2533 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG31

เราไม่ควรอยากได้หรือปรารถนา
สิ่งใดในโลกนี้
ถ้าเราเป็นเช่นนั้น เราก็จะยึดติดกับมัน
ใจของเรา
ไม่ควรจะยึดติดกับสิ่งใด

กล่าวโดยอนุดรอาจารย์ชิงไห่
ซีหู พอร์โมซา 15 ตุลาคม พ.ศ. 2533 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG31

สิ่งใดที่ทำให้คุณกลัวที่สุด
คุณควรจะพยายามผ่านมันไปให้ได้
และเอาชนะมันให้ได้

กล่าวโดยอนุดรอาจารย์ชิงไห่
ซีหู พอร์โมซา 15 ตุลาคม พ.ศ. 2533 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG31



การซื้อสัตย์ต่อตนเอง
หมายถึงการซื้อสัตย์ต่อทุกคน

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ภูเขายางหมิง ฟอรัมซา 30 ตุลาคม พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 285



จงปลอบประโลมตนเอง
แล้วทุกคนจะได้รับการปลอบประโลม
ถ้าคุณรู้สึกสบายใจ
ทุกคนก็จะรู้สึกสบายใจ

กล่าวโดยคุณตราจารย์ชิงไห่
ภูเขาหยางหมิง ฟอริโมซา 30 ตุลาคม พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 285

เราควรพยายามทำ
สิ่งที่คนอื่นขอให้เราทำอย่างดีที่สุด
แต่ถ้าไม่มีใครขอให้เราทำอะไร
ก็จงไปกินหรือไมก็ไปนอน!

กล่าวโดยคุณตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 28 กันยายน พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 275

เต่า (สัจธรรม) ไม่อาจวิเคราะห์
ด้วยเขวหน้ปัญญา
เต่าคือ ความเข้าใจภายใน
และการตระหนักรู้ภายใน

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ปูซาน เกาหลี 23 มีนาคม พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 234

ถ้าใครปฏิบัติดีต่อเรา
นั่นเป็นเพราะว่าเราดี

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ผิงตง พอร์โมซา 23 ธันวาคม พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 293



คุณจะไม่มีทางผิดพลาด
ถ้าคุณฟังเสียงสะท้อน
จากตัวตนเดิมแท้ภายในตนเอง

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ผิงตง ฟอริโมซา 23 ธันวาคม พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 293

เมื่อภายในใจคุณสับสนวุ่นวาย
คุณก็จะสร้างความสับสนวุ่นวายภายนอกด้วย!

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 29 กรกฎาคม พ.ศ. 2532 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG15

เรามุ่งปฏิบัติธรรมเพื่อตนเอง
ไม่ใช่เพื่อได้รับความเคารพนับถือจากผู้อื่น


กล่าวโดยอนุดรจารย์ชิงไห่
ผิงตง ฟอริโมซา 25 ธันวาคม พ.ศ. 2535 (1992) (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG53

เราไม่ควรทำสิ่งต่าง ๆ
ด้วยแรงจูงใจในทางตกต่ำ
สิ่งนี้ปรับใช้ได้กับทุกงาน
การอุทิศตนอย่างไร้เงื่อนไขคือสิ่งที่ดีที่สุด

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
ผิงตง ฟอริโมซา 3 มกราคม พ.ศ. 2536 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG54

เราควรรอบคอบอยู่เสมอ!
เวลาทำอะไรก็ตาม
เราจะต้องพึ่งพาตนเอง มีเหตุผล
และรู้ผิดชอบชั่วดี

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
ฮ่องกง 31 ธันวาคม พ.ศ. 2535 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 304




เราควรพยายามให้ทุกงานที่เราทำ
สมบูรณ์แบบ
จะได้ไม่มีเหตุผลใด
ให้ใครมาพร่ำบ่นหรือกังวลใจ

~ อนุตราจารย์ชิงไห่

เราควรเป็นตัวแทนของ
ความจริง ปัญญา และความงาม
จากทั้งภายในและภายนอก

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
เจนีวา สวิตเซอร์แลนด์ 21 เมษายน พ.ศ. 2536 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป # 357




ถ้าเรารู้แจ้ง
ทุกสิ่งจะกลายเป็นง่ายตาย
เราจะคิดเร็ว ทำเร็ว
เราจะตอบกลับ
ได้อย่างถูกต้อง ถูกเวลา
และนั่นคือกุญแจสู่ความสำเร็จ

ความซื่อสัตย์จริงใจต่อผู้อื่น
คือเครื่องป้องกันศักดิ์ศรีและมโนธรรม
ที่ดีที่สุดของเรา

กล่าวโดยอนุดรอาจารย์ชิงไห่
บรีสเบน ออสเตรเลีย 21 มีนาคม พ.ศ. 2536 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป # 337

กล่าวโดยอนุดรอาจารย์ชิงไห่
สิงคโปร์ 9 มีนาคม พ.ศ. 2536 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป # 328



อันที่จริง คำว่าไซดะตานัน ไม่มีหรอก
มีแต่เรื่องของการปฏิบัติธรรมไม่มากพอ

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ฮ่องกง 3 ตุลาคม พ.ศ. 2536 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 381

ไม่มีอะไรดีไปกว่า
ความรักและการถ่อมตน
ในการสร้างความเข้าใจกันกับผู้อื่น

~ อนุตราจารย์ชิงไห่

เราไม่ควรจะลืมพระเจ้า
แล้วเราจะมีทุกสิ่ง
ถ้าเราต้องการสิ่งใด
เราจะต้องรู้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างเป็นของพระเจ้า
เมื่อพระองค์ประทานสิ่งใดให้เรา
เราไม่ควรจะคิดว่า สิ่งนั้นเป็นของเรา

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอรัมซา 27 พฤษภาคม พ.ศ. 2533 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG22

แค่ปล่อยวางตัวตนเล็ก ๆ ของคุณ
แล้วคุณจะยิ่งใหญ่

วิธีที่ดีที่สุดในการกำจัดศัตรู
คือ ทำให้เขารู้สึกซาบซึ้งใจ
แล้วคุณจะชนะเขา
ชนะเขาด้วยความรัก

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
กรุงเทพฯ ประเทศไทย 1 มกราคม พ.ศ. 2537 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป # 400

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
กรุงเทพฯ ประเทศไทย 1 มกราคม พ.ศ. 2537 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป # 400

เราจะเปี่ยมด้วยรัก
แต่จะไม่ภูมิใจว่าเรามีรัก
เราจะสร้างกุศล
แต่จะไม่เรียกร้องชื่อเสียงใดๆ

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
สิงคโปร์ 9 มีนาคม พ.ศ. 2536 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป # 328

เราควรมีจิตใจบริสุทธิ์
และเปิดกว้างเหมือนเด็ก
และเพียงเท่านั้น เราก็จะก้าวหน้า
ในการปฏิบัติธรรมได้อย่างรวดเร็ว

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหนู ฟอริเมซา 29 ตุลาคม พ.ศ. 2531 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG4



ถ้าเรายังไม่มีความเห็นใจ
ในความทุกข์ของผู้อื่น
หรือไม่สามารถเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น
เช่นนั้น เราก็ยังห่างไกลจากสังขารม (เต๋า)

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอโรมซา 6 พฤศจิกายน พ.ศ. 2531 (1988) (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CG5



ในจักรวาลนี้
ความยืดหยุ่นมีชัยเหนือความแข็งกระด้างเสมอ
ยิ่งอ่อนโยน
ไร้รูปแบบและยืดหยุ่น
พลังก็ยิ่งจะมหาศาล

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 11 สิงหาคม พ.ศ. 2534 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 187

การอดทนต่อความอับยศอดสูหมายถึงอะไรหรือ
หมายถึง การเข้าใจกระจ่างว่า
สิ่งใดที่เกิดขึ้นกับเรา ล้วนเป็นวิบากกรรมของเรา
ไม่ใช่ความผิดของผู้อื่น

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
ไทเป ฟอริโมซา 26 กันยายน พ.ศ. 2530 (1987) (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CE14

ความยุติธรรมเป็นสิ่งดี แต่ความรักเป็นสิ่งประเสริฐสุด

ไม่ได้อยู่ที่ว่า เรามีอะไรบ้างในชีวิตนี้
แต่สำคัญที่ เราพอใจกับชีวิตของเราเพียงใด

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
เกาสง ฟอร์โมซา 10 พฤษภาคม พ.ศ. 2531 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CE6B

กล่าวโดยท่านอนุตราจารย์ซิงไห่
เดนเวอร์ โคลราโด ยูเอสเอ 10 เมษายน พ.ศ. 2536 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป #350



เราคิดว่าบทเรียนเป็นการลงโทษ
เราจึงไม่มีความสุขเลย

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ไทเป ฟอรัม 25 ตุลาคม พ.ศ. 2530 (ต้นฉบับภาษาจีน)
เทปเสียง # CE13



รู้ใหม่

การอยู่อย่างเรียบง่ายหมายถึง การอยู่ในที่ที่คุณอยู่
จึงมีความสุขกับสิ่งที่คุณมี
นี่คือสิ่งที่ฉันเรียกว่า การอยู่อย่างเรียบง่าย

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่

เดนเวอร์ โคโลราโด สหรัฐอเมริกา 10 เมษายน พ.ศ. 2536 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป #350

ถ้ามวลมนุษย์รู้แจ้งแล้ว
วันสิ้นโลก ก็จะไม่มีอย่างแน่นอน

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่

เดนเวอร์ โคโลราโด สหรัฐอเมริกา 10 เมษายน พ.ศ. 2536 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป # 350

คุณจะต้องเรียนรู้
ที่จะมีความคิดริเริ่มของตนเองเช่นกัน
ที่จะตัดสินใจว่าสิ่งใดดี ณ ขณะนั้น
คุณจะต้องเด็ดขาด
และใช้ปัญญา
ที่เปิดออกแล้วของคุณ

พยายามอ่อนโยน ถ่อมตน และรู้จักยอม
แล้วคุณจะได้เห็นพระเจ้าง่ายขึ้น

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
ไทเป ฟอรัมซา 23 พฤษภาคม พ.ศ. 2537 (1994) (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
เทปเสียง # CR14

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
มาเลเซีย 27 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2535 (1992) (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป # 220



ยิ่งเราทำงาน (อุทิศตน) มากเท่าไร
เราก็จะยิ่งรู้แจ้งมากเท่านั้น

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ผิงตง ฟอริโมซา 25 มกราคม พ.ศ. 2536 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 313

การนึกถึงประโยชน์
ที่ผู้อื่นจะได้รับ
ทำให้เราลืมความกลัวของตัวเอง
นี่คือวิธีที่ดีที่สุดในการเสริมสร้างความกล้าหาญ

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
ไถหนาน ฟอริโมซา 3 มีนาคม พ.ศ. 2532 (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 53

ทุกครั้งที่เราหยิบยื่นความรักความเมตตา
ความอดกลั้น และความเข้าใจให้ผู้อื่น
ณ ตอนนั้น เราได้สร้างสวรรค์แล้ว

กล่าวโดยท่านอนุตราจารย์ซิงไห่
ซีแอตเทิล สหรัฐอเมริกา 7 เมษายน พ.ศ. 2536 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป # 348

สิ่งสำคัญที่สุดในโลกนี้
โดยไม่คำนึงถึงภารกิจของเรา
ก็คือ การรักซึ่งกันและกัน

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
กรุงเทพ ประเทศไทย 11 กันยายน พ.ศ. 2537 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป # 445


การสูญเสียมากที่สุด ก็คือ
เราไม่รู้ว่า เรามีปัญญา
เราไม่รู้ว่า เรามีพลังพระเจ้า
เราลืมไปว่า เราคือบุตรของพระเจ้า

กล่าวโดยอนุตราจารย์ซิงไห่
ออริกอน สหรัฐอเมริกา 4 ธันวาคม พ.ศ. 2536 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป # 399



เมื่อเราปลดปล่อยตนเองจาก
แนวคิดของการยึดมั่นถือมั่น
ความคิดเชิงลบ และกิเลสพันผูก
เราก็จะหลุดพ้นในชาตินี้

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ฮ่องกง 1 ตุลาคม พ.ศ. 2536 (1993) (ต้นฉบับภาษาจีน)
วีดีโอเทป # 381



ศัตรูที่ยิ่งใหญ่ที่สุดที่เรามี ก็คือ
อึดตาของเรา และความภาคภูมิใจในตัวเอง

กล่าวโดยอนุดรจารย์ซิงไห่
ลอสแอนเจลิส สหรัฐอเมริกา 4 เมษายน พ.ศ. 2536 (ต้นฉบับภาษาไทยหลัก)

เราสามารถสร้างนักบุญจากตัวเรา
อีกนัยหนึ่ง เราสามารถสร้างคนบาปจากตัวเรา

กล่าวโดยอนุดรจารย์ซิงไห่
สิงคโปร์ 26 กันยายน พ.ศ. 2537 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป # 448

เราควรใช้ชีวิตอย่างเรียบง่าย
ไม่ใช่ชีวิตที่ยากจนอนาถา

วิธีการเดียวที่ให้ความมั่นคงปลอดภัยได้ ก็คือ
การได้รับพลังคุ้มครองและปัญญาภายในเพิ่มขึ้น
จากการทำสมาธิ

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
นิวยอร์ก สหรัฐอเมริกา 20 มิถุนายน พ.ศ. 2537 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป # 436

กล่าวโดยอนุตราจารย์ชิงไห่
ซีหู ฟอริโมซา 10 มิถุนายน พ.ศ. 2538 (ต้นฉบับภาษาอังกฤษ)
วีดีโอเทป # 479



แนะนำสิ่งพิมพ์ของเรา

กฤษฎีกาความรู้แจ้งในทันที

ชุดหนังสือรวบรวมการบรรยายธรรมของอนุดรอาจารย์ชิงไห่ มีภาษาเอาหลัก (1-15), จีน (1-10), อังกฤษ (1-5), ฝรั่งเศส (1-2), 핀แลนด์ (1), เยอรมัน (1-2), ฮังการี (1), อินโดนีเซีย (1-5), ญี่ปุ่น (1-4), เกาหลี (1-11), มองโกเลีย (1-6), โปรตุเกส (1-2), โปแลนด์ (1-2), สเปน (1-3), สวีเดน (1), ไทย (1-6), ทิเบต (1)

กฤษฎีกาความรู้แจ้งในทันที – คำถาม คำตอบ

ชุดหนังสือรวบรวมคำถามและคำตอบจากการบรรยายธรรมของอนุดรอาจารย์ชิงไห่ มีภาษาเอาหลัก (1-4), บัลแกเรีย, จีน (1-3), เช็ก, อังกฤษ (1-2), ฝรั่งเศส, เยอรมัน, ฮังการี, อินโดนีเซีย (1-3), ญี่ปุ่น, เกาหลี (1-4), โปรตุเกส, โปแลนด์ และรัสเซีย

กฤษฎีกาความรู้แจ้งในทันที – ฉบับพิเศษ/ฉนวน 7

รวมการบรรยายธรรมของอาจารย์ในฉนวน 7 ปี 1992 ในซานตี้เหมิน ฟอรัมมีชา มีภาษาอังกฤษ และเอาหลัก

กฤษฎีกาความรู้แจ้งในทันที – ฉบับพิเศษ/ธรรมะสังยุตทั่วโลกปี 1993

หนังสือชุด 6 เล่มรวบรวมการบรรยายธรรมของอนุดรอาจารย์ชิงไห่ระหว่างการเดินทาง ธรรมะสังยุตทั่วโลกปี 1993 มีภาษาอังกฤษและจีน

จดหมายระหว่างอาจารย์กับผู้บำเพ็ญทางจิตวิญญาณ

มีภาษาเอาหลัก (1-2), จีน (1-3), อังกฤษ (1), สเปน (1)

กฤษฎีกาความรู้แจ้งในทันที – ประสบการณ์ที่น่าอัศจรรย์ของฉันทันกับอาจารย์

มีภาษาเอาหลัก (1-2), จีน (1-2)

อาจารย์เล่านิทาน

มีภาษาเอาหลัก จีน อังกฤษ ญี่ปุ่น เกาหลี สเปน และไทย

เกี่ยวกับพระเจ้าและมนุษย์ – ความเข้าใจอย่างลึกซึ้งจากเรื่องราวในพระคัมภีร์ไบเบิล

มีภาษาอังกฤษ และจีน

พระเจ้าดูแลทุกสิ่ง – นิทานประทีองปัญญาประกอบภาพจากอนุดรอาจารย์ชิงไห่

ภาษาเอาหลัก จีน อังกฤษ ฝรั่งเศส ญี่ปุ่น เกาหลี และไทย

นิทานข้ามขั้นเพื่อการศึกษาของอนุดรอาจารย์ชิงไห่ – รัศมีของคุณแน่นเกินไป!

มีภาษาจีน และอังกฤษ

เติมสีสันให้ชีวิตของเรา

หนังสือรวบรวมถ้อยคำและคำสอนทางจิตวิญญาณจากอาจารย์
มีภาษาจีน อังกฤษ และเอาหลัก

เคล็ดลับการบำเพ็ญทางจิตวิญญาณอย่างง่ายตาย

มีภาษาจีน อังกฤษ และไทย

การติดต่อพระเจ้าโดยตรง – หนทางสู่สันติสุข

หนังสือรวบรวมการบรรยายธรรมของอนุตราจารย์ชิงไห่
ระหว่างการเดินทางธรรมะสัญจรในยุโรปปี 1999
มีภาษาอังกฤษ และจีน

ฉันมาเพื่อพาเธอกลับบ้าน

มีภาษาอาหรับ เอาหลัก บัลแกเรีย เช็ก จีน อังกฤษ ฝรั่งเศส เยอรมัน กรีก ฮังการี
อินโดนีเซีย อิตาลี เกาหลี โปแลนด์ สเปน ตุรกี โรมาเนีย และรัสเซีย

ตระหนักถึงสุขภาพ – กลับสู่วิถีชีวิตแห่งธรรมและธรรมชาติ

รวบรวมถ้อยคำที่คัดมาจากการบรรยายธรรมหลายครั้งของอนุตราจารย์ชิงไห่
มีภาษาอังกฤษ และจีน

คติพจน์ (1)

อัณมณีแห่งปัญญานิรันดรจากอาจารย์
มีภาษาอังกฤษ จีน สเปน โปรตุเกส ฝรั่งเศส/เยอรมัน เกาหลี และไทย

คติพจน์ (2)

อัณมณีแห่งปัญญานิรันดรจากอาจารย์
มีภาษาอังกฤษ จีน และไทย

รักแท้

มีภาษาอังกฤษ และจีน

จากวิกฤตสู่สันติสุข

ภาษาเอาหลัก อังกฤษ จีน เกาหลี ฝรั่งเศส ฮังการี อินโดนีเซีย สเปน สวีเดน ไทย เบลู
ดัตช์ นอร์เวย์ มลายู โปแลนด์ โปรตุเกส รัสเซีย และโรมาเนีย
<http://www.crisis2peace.org/>

ครัวสุพรหม – อาหารมังสวิรัตินานาชาติ

หนังสือรวบรวมอาหารอันโอชะจากทุกส่วนของโลก แนะนำอาหารโดยเพื่อนบำเพ็ญ
มีภาษาอังกฤษ/จีน เอาหลัก และญี่ปุ่น

ครัวสุพรหม – คัดสรรรสชาติแบบทานที่บ้าน

ตำรับอาหารรวม 2 ภาษา : อังกฤษ/จีน

โลกหนึ่งเดียว... แห่งสันติภาพผ่านทางดนตรี

หนังสือรวบรวมการสัมภาษณ์และบทเพลงจากคอนเสิร์ตการกุศลปี 1998 ที่หอประชุม
ไซร์น ณ ลอสแอนเจลิส แคลิฟอร์เนีย

เล่มรวม 3 ภาษา : อังกฤษ/เอาหลัก/จีน

ชุดผลงานศิลปะของอนุตราจารย์ชิงไห่ – ภาพวาด

ผ่านทางภาพวาดของศิลปิน ตัวตนภายในของศิลปินผู้นั้นจะถูกเผยออกมา คุณจะ
ประทับใจอย่างยิ่งกับความรักอันแรงกล้า ความบริสุทธิ์เหมือนเด็ก และความรักตั้ง
มารดาของผู้ที่หลุดพ้นแล้ว
มีภาษาอังกฤษ และจีน

เครื่องแต่งกายแห่งสวรรค์ เอส.เอ็ม (6)

มีเล่มรวม 2 ภาษา : อังกฤษ/จีน

สุนัขในชีวิตฉัน (1-2)

ชุดหนังสือ 2 เล่ม 500 หน้า เป็นชุดเรื่องราวชีวิตจริงที่ยอดเยี่ยมของสุนัข ซึ่งจัดทำโดย
ท่านอาจารย์เกี่ยวกับเพื่อนสุนัขของท่าน
มีเล่มรวม 2 ภาษา : เอาหลัก จีน อังกฤษ ญี่ปุ่น เกาหลี สเปน โปแลนด์ และเยอรมัน

นกในชีวิตฉัน

ในหนังสือเรื่องราวประกอบภาพอันงดงามเล่มนี้ ท่านอาจารย์ชิงไห่แสดงให้เห็นความ
ลับสู่การเปิดโลกภายในของสัตว์
มีภาษาเอาหลัก จีน อังกฤษ ฝรั่งเศส เยอรมัน เกาหลี มอโกเลีย รัสเซีย และอินโดนีเซีย

สัตว์ป่าที่สูงส่ง

เขียน ถ่ายภาพ และรวบรวมด้วยตนเองโดยอนุตราจารย์ชิงไห่ อัณมณีอันมีค่าเล่มนี้เปิด
ประตูสู่โลกแห่งความสวยงามที่มีเอกลักษณ์ ความรักที่ถ่ายทอดออกมานั้นไม่เหมือน
ใคร – เต็มไปด้วยความสง่างามและความนุ่มนวล ทั้งยังล้าลึกและถาวรตั้งอมตะ
มีภาษาเอาหลัก จีน อังกฤษ ฝรั่งเศส และเยอรมัน

ความคิดเกี่ยวกับชีวิตและจิตสำนึก

หนังสือที่เขียนโดย ดร.จาเนซ : มีภาษาจีน

รวมบทกวี ของอนุตราจารย์ซิงไห่

บทกวีหูซื่อ

มีภาษาเอาหลั้ก จีน และอังกฤษ

น้ำตาแห่งความเจ็บ

มีภาษาเยอรมัน/ฝรั่งเศส อังกฤษ/จีน อังกฤษ เอาหลั้ก สเปน โปรตุเกส เกาหลี และฟิลิปปินส์

ความฝันของผีเสื้อ

มีภาษาเอาหลั้ก จีน และอังกฤษ

อดีตกาล

มีภาษาเอาหลั้ก และอังกฤษ

ก้อนหินและทองคำ

มีภาษาเอาหลั้ก จีน และอังกฤษ

ความทรงจำที่หายไป

มีภาษาเอาหลั้ก จีน และอังกฤษ

ร่องรอยจากอดีตชาติ

มีภาษาเอาหลั้ก จีน และอังกฤษ

ร่องรอยจากอดีตชาติ 1, 2, 3 (ซีดี วิตีโอ เทปเสียง) ภาษาเอาหลั้ก

หนทางสู่ตำนานรัก 1, 2, 3 (ซีดี วิตีโอ เทปเสียง) ภาษาเอาหลั้ก

เหนือดินแดนแห่งกาลเวลา (ซีดี ดีวีดี) ภาษาเอาหลั้ก

สัมผัสของกลิ่นหอม (ซีดี) ภาษาเอาหลั้ก

วันนั้นและวันนี้ (ซีดี) ภาษาเอาหลั้ก

ความฝันยามค่ำคืน (ซีดี ดีวีดี) ภาษาเอาหลั้ก

อะไรเนี่ย! (ซีดี) ภาษาเอาหลั้ก

โปรดรักษาไว้ตลอดกาล (ซีดี) ภาษาเอาหลั้ก

เพลงและงานประพันธ์ของอนุตราจารย์ซิงไห่

(ซีดี ดีวีดี) ภาษาอังกฤษ เอาหลั้ก จีน

บทเพลงแห่งรัก

อนุตราจารย์ซิงไห่ร้องเพลงอมตะภาษาอังกฤษและเอาหลั้ก (ดีวีดี) ภาษาอังกฤษ เอาหลั้ก

บทกวีอันแพรวพราว (ซีดี ดีวีดี)

การขับร้องและอ่านบทกวีโดยอนุตราจารย์ซิงไห่ที่เขียนโดยนักกวีที่มีชื่อเสียงชาวเอาหลั้ก

ดอกบัวทองคำ (ซีดี ดีวีดี) ภาษาเอาหลั้ก

ความรักโบราณกาล (ซีดี ดีวีดี) ภาษาเอาหลั้ก

สื่อวิดีโอและซีดี

เอ็มพี 3 ซีดี และดีวีดี เกี่ยวกับการบรรยายธรรม ดนตรี และคอนเสิร์ตของท่าน อนุตราจารย์ซิงไห่ มีในภาษาอาหรับ อาร์เมเนีย เอาหลั้ก บัลแกเรีย กัมพูชา กวางตุ้ง จีน ไครเอเชีย เช็ก เดนมาร์ก ดัตช์ อังกฤษ ฟินแลนด์ ฝรั่งเศส เยอรมัน กรีก ฮีบรู ฮังการี อินโดนีเซีย อิตาลี ญี่ปุ่น เกาหลี มลายู จีน มองโกเลีย เนปาล นอร์เวย์ เปอร์เซีย โปแลนด์ โปรตุเกส รัสเซีย สิงหล สโลเวเนีย สเปน สวีเดน ไทย ตุรกี และซูลู แคตตาล็อกจะส่งให้ตามคำขอ ยินดีสำหรับการสอบถามโดยตรงทั้งหมด

กรุณาเยี่ยมชมเว็บไซต์ร้านหนังสือของเราเพื่อดูว่านโหลดแคตตาล็อกและบทสรุปเนื้อหา ของสื่อสิ่งพิมพ์ล่าสุดของอาจารย์ที่

<http://www.smchbooks.com/> (ภาษาอังกฤษและจีน)

เพื่อสั่งสิ่งพิมพ์ของอาจารย์ กรุณาเยี่ยมชมที่

<http://www.theCelestialShop.com> เพื่อซื้อทางออนไลน์

หรือติดต่อ

บริษัท สมาคมอนุตราจารย์ซิงไห่นานาชาติพับลิชชิ่ง จำกัด ไทเป ฟอรัมโซซา

โทร : (886) 2-23759688 / แฟกซ์ : (886) 2-23757689

อีเมล : smchbooks@Godsdirectcontact.org

ดาวน์โหลดหนังสือตัวอย่างฟรี :

กุญแจสู่การรู้แจ้งในทันที (80 ภาษา)

<http://sb.Godsdirectcontact.net>

<http://www.direkter-kontakt-mit-gott.org/booklet>

<http://www.godsdirectcontact.com/sb/index.html>

วิธีติดต่อเรา

สมาคมอนุตราจารย์ซิงไห่นานาชาติ

ตู้ ปณ. 9 ซี่หู มณฑลเหอเป่ย์ลี่ ฟอริโมซา (36899) สาธารณรัฐจีน
P.O. Box 9, Hsihu Miaoli Hsien, Formosa (36899), R.O.C.
ตู้ ปณ. 730247 ซานโฮเซ แคลิฟอร์เนีย 95173-0247 สหรัฐอเมริกา
P.O. Box 730247, San Jose, CA 95173-0247, U.S.A.

โทรทัศน์สุพริมาสเตอร์

อีเมลล์ : peace@SupremeMasterTV.com
โทร : 1-626-444-4385 / แฟกซ์ : 1-626-444-4386
<http://www.suprememastertv.com/>

บริษัทสมาคมอนุตราจารย์ซิงไห่นานาชาติพับลิชซิ่ง จำกัด ไทเป ฟอริโมซา

อีเมลล์ : smchbooks@Godsdirectcontact.org
โทร : 886-2-8787-3935 / แฟกซ์ : 886-2-8787-0873

แผนกหนังสือ

อีเมลล์ : divine@Godsdirectcontact.org
(ยินดีต้อนรับท่านมาร่วมกับเราเพื่อแปลหนังสือของท่านอาจารย์เป็นภาษาอื่น)

ร้านค้าออนไลน์

ร้านค้าแห่งสวรรค์ (Celestial Shop) : <http://www.theCelestialShop.com> (ภาษาอังกฤษ)
อีเดนรูลส์ (Eden Rules) : <http://www.EdenRules.com> (ภาษาจีน)

กลุ่มข่าว

อีเมลล์ : lovenews@Godsdirectcontact.org

โต๊ะข้อมูลทางจิตวิญญาณ

อีเมลล์ : lovewish@Godsdirectcontact.org
แฟกซ์ : 886-946-730-699

บริษัทเอส.เอ็ม. เซเลสเชียล จำกัด

smclothes123@gmail.com, vegan999@hotmail.com
<http://www.smcelestial.com>
<http://www.sm-celestial.com>
โทร : 886-3-4601391 / แฟกซ์ : 886-3-4602857

เว็บไซต์กวนอิม

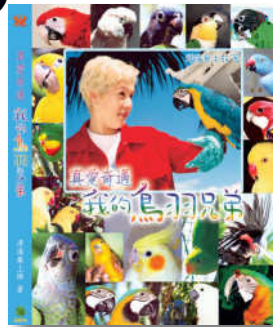
การติดต่อพระเจ้าโดยตรง – อินเทอร์เน็ตทั่วโลกของสมาคมอนุตราจารย์ซิงไห่นานาชาติ
<http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/links/links.htm>

เว็บไซต์นี้มีรายชื่อของลิงค์ต่าง ๆ เพื่อเข้าสู่เว็บไซต์กวนอิมในภาษาต่าง ๆ หลากหลาย
ภาษาและเข้าชมรายการทีวี *การเดินทางสู่อาณาจักรอันสุนทรีย์* ได้ 24 ชั่วโมง ท่านยัง
สามารถดาวน์โหลด *หนังสือตัวอย่างกุญแจสู่การรู้แจ้งในทันที* ซึ่งมีหลายภาษา หรือ
ดาวน์โหลด หรือลงชื่อรับ *ธรรมสารอนุตราจารย์ซิงไห่* ซึ่งมีในรูปแบบหนังสืออิเล็กทรอนิกส์
หรือรูปแบบสำหรับพิมพ์ หรือพลิกอ่านเนื้อหาได้ง่าย ๆ ทางออนไลน์

นกใน ชีวิตฉัน



เขียนโดยอนุตราจารย์ชิงไห่



หนังสือประกอบภาพ นกในชีวิตของฉัน ที่งดงามเล่มนี้ ทั้งทั้งเล่ม อนุตราจารย์ชิงไห่ได้เชิญชวนเราเข้าสู่โลกภายในของสัตว์ นั่นคือเมื่อเรารักพวกเขาอย่างไรเงื่อนไข พวกเขาจะตอบแทนด้วยการเปิดหัวใจของพวกเขาให้เราอย่างไม่จำกัด

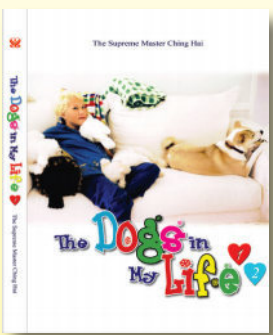
มันเป็นหนังสือที่ยอดเยี่ยมจริง ๆ พร้อมด้วยความรักและความกลมเกลียวในทุก ๆ หน้า ท่านอนุตราจารย์ชิงไห่ช่วยให้เราได้เข้าใจว่าสัตว์ทั้งหลายมีวิญญาณที่สูงส่งและงดงามมาก ช่างเป็นหนังสือที่น่าทึ่ง! สัตว์ทั้งหลายเป็นเพื่อนที่แสนดีของมนุษย์หวังว่าทุกคนจะมาอ่านหนังสือที่แสนมหัศจรรย์เล่มนี้

มีจำหน่ายทางออนไลน์ที่เว็บไซต์แอมะซอน (AMAZON.COM) : <http://www.amazon.com/dp/9866895149/>



ให้เขาจัดส่งถึงประตูบ้านของคุณได้เลย และเริ่มต้นมีประสบการณ์กับความรักที่หลังไหลมาจากหนังสือหน้าต่าง ๆ

สุนัขใน ชีวิตฉัน



“ฉันหวังให้ผู้อ่านได้สนุกกับการแอบดูวิถีอันงดงามที่สุนัขดำเนินชีวิตอยู่กับเราบนโลก และโดยผ่านพวกเขา จะทำให้เราเข้าใจสัตว์อื่นมากขึ้น”

~ อนุตราจารย์ชิงไห่

♥ มีจำหน่ายทางออนไลน์ที่เว็บไซต์แอมะซอน (AMAZON.COM) :

สุนัขในชีวิตฉัน (1) <http://www.amazon.com/dp/9866895076/>
 สุนัขในชีวิตฉัน (2) <http://www.amazon.com/dp/9866895084/>

สัตว์ป่าที่สูงส่ง

โดยอนุตราจารย์ชิงไห่



ด้วยเสียงเป็นจังหวะ ดึงดูดเราสู่ความสงบภายใน ถ้อยคำของสัตว์ป่าผู้สูงส่งไหลผ่านแต่ละหน้าหนังสืออย่างสง่างาม เสริมด้วยภาพถ่ายที่สดใสของสิ่งสร้างของพระเจ้าในธรรมชาติ

เขียน ถ่ายภาพ และรวบรวมด้วยตนเองโดยอนุตราจารย์ชิงไห่ อัญมณีอันมีค่าเล่มนี้เปิดประตูสู่โลกแห่งความสวยงามที่มีเอกลักษณ์ ความรักที่ถ่ายทอดออกมานั้นไม่เหมือนใคร – เต็มไปด้วยความสง่างามและความนุ่มนวล ทั้งยังล้ำลึกและถาวรตั้งอมตะ

มีจำหน่ายทางออนไลน์ที่เว็บไซต์แอมะซอน (AMAZON.COM) : <http://www.amazon.com/Noble-Wilds-Supreme-Master-Ching/dp/9868415233/>

บันทึกช่วงเวลาแห่งรัก...
มอบแด่เพื่อนร่วมโลกทั้งหลาย



สัตว์ป่าที่สูงส่ง
DVD 800 (ภาษาอังกฤษ พร้อมคำบรรยายให้เลือก 21 ภาษา)

สุนัขและนกในชีวิตฉัน
DVD 780 (ภาษาอังกฤษ พร้อมคำบรรยายให้เลือก 28 ภาษา)

คติพจน์

ผู้แต่ง

อนุตราจารย์ซิงไห่

บันทึกภาพและเสียง

ทีมวิดีโอ-ฟอร์โมซา (ใต้หวัน) + กลุ่มนานาชาติ

ถอดเสียง

กลุ่มถอดเสียงทั่วโลก

แปล

กลุ่มแปลทั่วโลก

พิสูจน์อักษร

กลุ่มข่าว/แผนกหนังสือ

ออกแบบและจัดหน้า

อันโซยัง (An So Young)/ คิมจองอิน (Kim Jung Eun)/ บี (Bie)/ แผนกหนังสือ

ผู้จัดพิมพ์

บริษัท สมาคมนานาชาติอนุตราจารย์ซิงไห่พับลิชชิง จำกัด

Rm. 16, 8F, เลขที่ 72, Sec. 1, ถ.จงเซี่ยวตะวันตก

อ.จงเจิง นครไทเป 100, ฟอร์โมซา (สาธารณรัฐจีน)

Rm. 16, 8F., No.72, Sec. 1, Zhongxiao W. Rd., ZhongzhengDist.,
Taipei City 100, Formosa (R.O.C.)

โทร : 886-2-23759688/ แฟกซ์ : 886-2-23757689

<http://www.smchbooks.com>

อีเมลล์ : smchbooks@Godsdirectcontact.org

อนุตราจารย์ซิงไห่ © 1995~2008

พิมพ์ครั้งแรก

ตุลาคม พ.ศ. 2538 (1995)

พิมพ์ครั้งที่ 2

ธันวาคม พ.ศ. 2541 (1998)

พิมพ์ครั้งที่ 3

สิงหาคม พ.ศ. 2551 (2008)

พิมพ์ในฟอร์โมซา สาธารณรัฐจีน

ISBN

978-986-6895-36-4

สงวนลิขสิทธิ์

ทุกครั้งที่เราหยิบยื่นความรักความเมตตา
ความอดทน และความเข้าใจให้ผู้อื่น
ณ ตอนนั้น เราได้สร้างสวรรค์แล้ว

~ อนุตราจารย์ชิงไห่ ~

