



# ข่าวและข้อติดพิจารณา

สวัสดิ์ปีใหม่ 2550

เดอ: ฟอโรสท์ เฮอร์มิเทจ (วัดป่าสันติธรรม)

ขณะที่ลือกำลังหมุน ขอบกงล้อจะแตะพื้นอยู่ที่เพียงจุดเดียวเท่านั้น อาตมาลืมไปแล้วว่าคำพูดนี้มาจากที่ไหน แต่มันเป็นภาพที่เข้ามาในความคิดของอาตมาหลายครั้งหลายหน และอีกครั้งตอนที่เรากำลังอำลาปีเก่าที่ล่วงผ่านไป แล้วและเริ่มต้นปีใหม่กันอีก การนึกถึงคำพูดนี้จึงดูเหมือนว่าจะเหมาะสม เพราะเตือนใจให้เราระลึกว่า อดีตนั้นล่วงไปแล้วอนาคตก็ยังไม่มา ทั้งยังไม่แน่นอน สิ่งที่เราสัมผัสรับรู้ได้จริงๆ ก็คือ เวลานี้ – ที่นี้ เดียวนี้ เท่านั้น!

ไม่ว่าจะเหลียวมองไปทางไหนในเวลานี้ คุณจะเห็นผู้คนตรึงตรองถึงปีเก่าที่ผ่านไป แล้วและคิดถึงสิ่งต่างๆ ที่คาดว่าจะกำลังจะเกิดขึ้น และหวังที่จะได้รับแต่สิ่งดีๆ และมีชีวิตที่ดีขึ้นชั่ววันรัตน ในแง่ของความเป็นไปได้ในปี พ.ศ. 2550 สิ่งที่จะเกิดขึ้นย่อมมีทั้งดีทั้งร้าย ทั้งสุขและทุกข์เหมือนเช่นเคย และพอถึงปีหน้าในเวลาเดียวกันนี้ เราก็จะจดจำวันเวลาและประสบการณ์ตามเงื่อนไขที่กำหนดจิตใจที่ยังมีกิเลสของเราเหมือนเดิม การยึดติดอยู่กับอดีตเป็นสิ่งที่ไม่ใช่เวลา แต่ในเวลาเดียวกัน หากเราไม่สนใจอดีตเอาเสียเลย ก็ย่อมเป็นอันตราย เพราะสิ่งที่คนเราได้คิด พูด หรือทำไปแล้วนั้น ไม่ว่าจะดีหรือชั่วล้วนเป็นบทเรียนที่ควรให้ความสำคัญทั้งสิ้น มีทั้งตัวอย่างดีๆ และงดงามที่เป็นแรงบันดาลใจ และสิ่งผิดพลาดที่เราทำซ้ำแล้วซ้ำเล่ามากมาย มีผู้กล่าวไว้ว่า ประวัติศาสตร์เป็นสิ่งที่เหลวไหลไร้สาระ แต่นั่นไม่เป็นความจริง เพราะประวัติศาสตร์เป็นสารานุกรมเล่มมหึมาที่บรรจุข้อเท็จจริงและประสบการณ์ การกระทำ และผลของการกระทำต่างๆ ไว้เพียบ สมควรที่จะอ่อนน้อมถ่อมตนพิจารณาและเรียนรู้จากสิ่งเหล่านั้นอยู่เสมอ เพื่อจะได้ต่อยอดความดีงาม และเลิกทำสิ่งที่ผิดพลาดเก่าๆ กันเสียที

อาตมาไม่แน่ใจว่า ทุกวันนี้ผู้ที่จะมาเป็นผู้นำปกครองประเทศควรจะฝึกฝนตนเองให้มีคุณสมบัติที่เหมาะสมได้อย่างไร แต่ในพระสูตร Cakkavattisihananda พระพุทธองค์ได้ทรงเล่าถึงกษัตริย์ในราชวงศ์หนึ่งที่ได้ปกครองบ้านเมืองอย่างดีและยุติธรรมสืบต่อกันมา โดยกษัตริย์ที่จะขึ้นครองราชย์ทุกพระองค์จะน้อมใจรับฟังคำแนะนำที่ฉลาดหลักแหลมของกษัตริย์องค์ที่จะสละราชสมบัติ ให้เคารพนับถือและดำรงชีวิตด้วยธรรมะ แต่ในที่สุดมีกษัตริย์องค์หนึ่งที่ทรงคิดว่าพระองค์รอบรู้ทุกอย่าง และไม่ยอมรับฟังคำแนะนำของอดีตกษัตริย์นักปราชญ์ที่ครองราชย์มาก่อน ความหยวนเหิงจึงเกิดขึ้น! ในเวลาไม่ช้า ความยากจนข้นแค้นได้บังเกิดขึ้นทั่วพระราชอาณาจักร และเพราะความทุกข์ยากดังกล่าว การปล้นชิงลักทรัพย์จึงเกิดขึ้น ตั้งแต่นั้นมา ราชอาณาจักรเริ่มตกต่ำลงไปเรื่อยๆ ทั้งหมดนี้ก็เนื่องด้วยผู้มีอำนาจสูงสุดโง่เขลาและยะโสโอหัง ไม่ยอมรับฟังคำแนะนำที่ดีและไม่ยอมเรียนรู้จากอดีต เมื่อราชอาณาจักรนั้นอยู่ในสภาพตกต่ำถึงที่สุด ชาวบ้านทั่วไปได้พบว่าหากพวกเขาเลิกทำร้ายกัน ความสุขก็จะเกิดขึ้น นอกจากนี้ พวกเขายังได้กลับมาค้นพบวิธีการประพฤติปฏิบัติและค่านิยมที่มีคุณธรรม และเริ่มฝึกฝนตนเองในทางที่ดี เมื่อพวกเขาค่อยๆ เลิกทำตามโลภะและโทสะ และพยายามควบคุมกิเลสที่มีอยู่ เหตุการณ์ก็เริ่มดีขึ้น ประเทศชาติมีความสุขและความสามัคคีกลมเกลียวกลับคืนมา

ในวันส่งท้ายปีเก่าที่วัดป่าสันติธรรม วัดป่าที่เจียงบงบ เมื่อใกล้จะถึงเวลาเที่ยงคืน เราได้มารวมตัวกันที่ห้องพระตั้งแต่ 5 ทุ่ม อาตมาเริ่มอ่านพระธรรมเทศนาของหลวงพ่อบุญจากหนังสือฉบับแปล และเมื่อถึงเวลาอีกสิบห้านาทีที่จะเที่ยงคืน อาตมาได้บอกให้คนที่อยู่ ณ ที่นั้น เข้ามารับธูปจากอาตมาทีละคน แล้วให้จุดธูปและนำไปปักไว้ในกระถางธูประหว่างที่ทำเช่นนั้น อาตมาได้ขอให้เขาตั้งจิตอธิษฐาน เช่นว่า จะพยายามปล่อยวาง และทิ้งปีเก่าที่ผ่านไปเพื่อเริ่มต้นชีวิตใหม่ในปีใหม่ที่กำลังจะมาถึง และจะใช้ชีวิตอย่างฉลาดและดีที่สุดในท่าทีที่จะทำได้ อะไรทำนองนี้ แต่ให้เป็นคำอธิษฐานส่วนตัวของแต่ละคน เราใช้เวลาได้พอดี อีกหนึ่งนาทีที่จะเที่ยงคืน สุภาพสตรีคนสุดท้ายได้ปักธูปในกระถางแล้วก้มลงกราบพระ เราเริ่มสวดพระปริตร และเมื่อสวดมนตร์และให้พรเสร็จแล้ว สิ่งแรกที่กลุ่มผู้มาชุมนุมเล็กๆ ของเราได้ทำก็คือปวารณาตัวถือเอาพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งและรับศีลห้า จากนั้นเราดื่มน้ำชาด้วยกัน

เราโชคดีมากที่ได้มีโอกาสฉลองวันปีใหม่อ่างสงบสุข คนในที่อื่นๆ ไม่มีโชคแบบนี้ ไม่เพียงเพราะพายุฝนและลมแรงจัดเท่านั้น แต่น่าเศร้าใจที่มีระเบิด ความรุนแรง การฆ่าฟัน และความน่าสะพิงกลัวที่มาพร้อมกับสงครามเกิดขึ้นด้วยในวันนั้น และนั่นคือสิ่งที่ต้อนรับพวกเขาในวันขึ้นปีใหม่ ช่างเป็นสิ่งที่โง่เขลาและไม่น่าจะเกิดขึ้นเลย สิ่งเดียวที่เราจำเป็นต้องทำ คือ เรียนรู้จากประวัติศาสตร์ในอดีต และคำแนะนำที่ดีของผู้ที่รู้แจ้งเห็นจริง อย่าทำเพียงแค่อธิษฐานให้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ แต่ทำตัวเป็นผู้ชี้ทางด้วยการเรียนรู้และรับฟังตัวเอง และปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า

ศีล สมาธิ และปัญญา เป็นหนทางที่ชัดเจนอย่างยิ่ง คุณต้องไม่ลืมที่จะน้อมนำธรรมะเข้ามาสู่ใจตัวเอง มิใช่ปิดเป็นธรรมะเพื่อให้เข้ากับตัวเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องของศีล โดยเฉพาะศีลข้อห้าสำหรับภคกุลย์ อาตมาเคยได้ยินคนพูดถึงเรื่องความพอดีๆ แต่ไม่เคยมีใครแนะนำให้ล่วงศีลข้ออื่นๆ แบบพอดีๆ ไม่มีใครเคยพูดกับอาตมาว่าเราสามารถที่จะทำลายสิ่งมีชีวิตได้ หากเราฆ่าแต่เพียงพอดีๆ หรือขโมยของพอดีๆ ดังนั้น เพราะเหตุใด จึงต้องดื่มแต่พอดีๆ ด้วยเล่า ปัญหาที่มีอยู่ว่า เมื่อคุณดื่มสุราหรือเสพยา สมองของคุณจะเต็มไปด้วยสารเคมีที่เปลี่ยนบุคลิกและทำลายสติ

สัมปชัญญะของคุณ มันจะมีผลต่อคุณมากแค่ไหน ขึ้นอยู่กับตัวคุณและปริมาณที่คุณดื่มหรือเสพ แต่มันยังคงมีผลต่อคุณ อยู่ดี และถ้าหากคุณต้องการที่จะฝึกฝนตัวเอง ต้องการสร้างสรรค์ ลดละกิเลส และอยู่เหนือความทุกข์ของคุณอย่างจริงจัง คุณจะมาเสี่ยงกับการทำให้จิตใจของคุณเองสับสนต่อไปไม่ได้ นี่คือนิสัยที่คุณควรจะมี นอกไปจากความจริงที่ว่าสุรายาเมาก่อให้เกิดความเสียหายต่อวัตถุและสังคม เพียงมองไปรอบๆ คุณก็จะเห็น ดังนั้น หากคุณยังดื่มสุรา คุณก็ยังมีเวลาที่จะห่วงใยดูแลตัวเอง ดูแลคนอื่น ๆ และห่วงใยพุทธธรรม โดยตั้งจิตอธิษฐานเพิ่มเติมในวันขึ้นปีใหม่ที่จะเลิกดื่ม และจะถือศีลข้อห้าอย่างจริงจัง

อาตมาจะขอพูดถึงเหตุการณ์ในเดือนพฤศจิกายนหนึ่ง เมื่อเราจัดการประชุมใหญ่ประจำปีขององค์การพุทธธรรม (Buddha-Dhamma Fellowship หรือ BDF) ระยะเวลาที่มีประสิทธิภาพ การบริหารสถานที่เช่นวัดของเรา และการทำสิ่งต่างๆ ที่เป็นข้อห้ามสำหรับพระภิกษุสงฆ์ จำเป็นต้องมีองค์การสนับสนุน ที่วัดนี้มีองค์การพุทธธรรมซึ่งดำเนินการตามหลักพุทธศาสนาที่ดีเป็นผู้สนับสนุน คณะทรัสต์ขององค์การฯ ประกอบด้วยสมาชิกที่ถือศีลห้า และได้รับเลือกโดยสมาชิกทั้งหลาย ทุกๆ ปี จะมีการตรวจสอบและรับรองบัญชีโดยผู้ตรวจสอบบัญชีอิสระ และนำเสนอต่อที่ประชุมใหญ่ประจำปี เพื่อให้รับรองเป็นทางการ มีการจัดทำรายงานเรื่องต่างๆ ที่เกิดขึ้นตลอดทั้งปีเสนอต่อที่ประชุมใหญ่ และกล่าวยกย่องสิ่งต่างๆ ที่ดีงามที่ได้ทำไปแล้ว และที่ได้รับมา และขอบคุณทุกคนที่มีส่วนเกี่ยวข้อง อาตมาเห็นว่าหลายคนเห็นว่าการประชุมใหญ่ประจำปีเป็นเรื่องที่น่าเบื่อหน่ายและน่ารำคาญ แต่จริงๆ แล้ว มันอาจเป็นเรื่องที่สนุก และยังเป็นอย่างยิ่งด้วยการประชุมใหญ่เหล่านี้จะกำกับดูแลให้ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปอย่างราบรื่น และเหมาะสม และเปิดโอกาสให้ทุกคนได้รับทราบว่ามีอะไรเกิดขึ้นบ้างที่วัด และเข้ามามีส่วนร่วม

ในการประชุมคณะกรรมการทรัสต์ เราได้สนทนากันถึงงานต่างๆ ที่กำลังจะจัดขึ้น และสิ่งต่างๆ ที่จำเป็นต้องทำ เช่น การควบคุมดอกวิสทีเรียที่มีที่ท่าว่าจะเติบโตขึ้นคลุมอาคารวัดจนมืดทั้งหลัง และเราทราบว่าเรามีเงินอยู่เท่าไร และยังมีหนี้สินติดค้างที่จะต้องชำระสำหรับ วัสดุ คอทเทจ อีกเท่าไร เวลานี้เรามีหนี้ค้างชำระเหลืออยู่เพียง 145,000 ปอนด์ อาตมาขออนุโมทนาแก่ทุกท่านที่มีส่วนทำบุญช่วยเหลือมาโดยตลอด!

อาตมาเสียใจที่จะต้องกล่าวว่าเนื่องจากอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นในปีนี้อาตมาจึงไม่สามารถที่จะรายงานการเยี่ยมชมเยรมเยยนักโทษที่เรือนจำได้มากเท่ากับปีที่แล้ว ตลอดสัปดาห์แรกของเดือนธันวาคม อาตมาสามารถไปเยี่ยมคุกการ์ทรี อดนลีย์ และเวลลิงเบอระ และในวันเสาร์ เราจัดเวิร์คช็อปองค์การองคฺลีมาลขึ้นที่วัดสำหรับผู้สอนศาสนาพุทธในเรือนจำ ซึ่งใช้เวลานานแต่สนุกมาก สัปดาห์ต่อมา อาตมาสามารถเดินทางไปที่เรือนจำลองลาร์ตัน และโรยฮิลล์ และเข้าลอนดอนไปที่อาเบลล์เฮาส์ ที่ตั้งของสำนักงานของหน่วยงานสอนศาสนาในเรือนจำ (Prison Service Chaplaincy) หลังจากการประชุมที่อาเบลล์เฮาส์แล้ว อาตมาก็เดินโขยกเขยกอ้อมมูมถนกับคุณไผ่ไปรับประทานน้ำชาที่บลอร์ด เอฟเบอร์ ที่สภาขุนนาง (House of Lords) พอถึงตอนที่เราเดินผ่านห้องภาพ Royal Gallery และไปชมห้องฉลองพระองค์ของสมเด็จพระบรมราชินีนาถอังกฤษ และกำลังจะออกมา เฮมา ฮีรานี ก็เดินทางมารอเราอยู่ที่ทางเข้าขุนนาง (Peers Entrance) เพื่อจะได้นั่งรถกลับวอริคพร้อมกับเรา เพื่อไปสมทบกับกลุ่มสมาชิกสมาคมชาวพุทธมหาวิทยาลัยวอริคที่จะออกเดินทางไปเล็คคิสตริค วันจันทร์ต่อมาอาตมากลับไปที่อาเบลล์เฮาส์ เพื่อสนทนาเกี่ยวกับ Restorative Justice (กระบวนการยุติธรรมที่เปิดโอกาสให้ผู้กระทำความผิดได้สำนึกตัว เช่น กล่าวคำขอขมาต่อผู้ที่ตัวเองทำร้าย เป็นต้น) ในวันอังคาร อาตมาทราบข่าวว่าพระวชิรญาณ หัวหน้าสงฆ์ที่พุทธวิหารในลอนดอน ได้ถึงแก่มรณภาพเมื่อวันศุกร์ก่อน อาตมาจึงต้องเลื่อนการเดินทางไปเรือนจำบริดจ์มัวร์ ไปเป็นสัปดาห์ต่อไป และไปเข้าร่วมพิธีฌาปนกิจสรีระของพระวชิรญาณแทนในวันพฤหัสบดีที่ 21 ธันวาคม

พระวชิรญาณมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักกันมาก ท่านเดินทางมาที่ประเทศนี้เป็นครั้งแรกเมื่อสี่สิบปีก่อน และได้อาศัยอยู่ที่นี้ตั้งแต่บัดนั้น และได้กลับคืนไปอยู่ที่ศรีลังกาอยู่ช่วงหนึ่งเป็นเวลาสี่ปี ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2527 เป็นต้นมา ท่านได้ทำหน้าที่เป็นผู้นำพุทธวิหารที่ลอนดอน โชคไม่ดีที่ในช่วงสองสามปีหลัง ท่านไม่สบายมาก ต้องเข้าอยู่โรงพยาบาลหลายอาทิตย์ การทำพิธีฌาปนกิจสรีระของท่านในวันพฤหัสบดีจัดขึ้นสองตอน ตอนแรกที่วิหารระหว่างเวลา 12.30 – 13.30 น. และตอนต่อไปจัดที่สถานเผาศพเวสต์ลอนดอน ในสุสานเคนซัล ไรส์ ตั้งแต่ 14.30 – 15.30 น. อาตมาตั้งใจจะไปร่วมงานทั้งสองพิธี แต่ในตอนเช้าของวันพฤหัสบดีมีหมอกลงหนาจัดทั่วประเทศ และเมื่อเราเดินทางไปถึง ทางรถไฟปิดทางด่วน M40 ส่วนหนึ่ง เป็นการเดินทางที่ลำบากลำบาก เมื่อเราไปถึงชานเมืองลอนดอน เราจึงตรงไปที่สถานเผาศพเลย อย่างน้อยอาตมาก็ไปถึงก่อนเวลากับเขาบ้างหนึ่งครั้ง ที่โบสถ์ของสถานเผาศพมีผู้คนล้นหลาม และยังมีผู้กล่าวสุนทรพจน์มากมาย รวมทั้งอาตมาที่พูดบ้างไม่กี่คำ ว่าไปแล้ว อาตมาได้รู้จักท่านวชิรญาณ มานานประมาณสามสิบแปดปี ได้พบ

กันบ้าง ไม่พบกันบ้าง และท่านได้ให้การสนับสนุนและความเมตตาแก่อาตมา มาก ไนไม่ช้า พิธีปลงสรีระของท่านก็สิ้นสุดลง และถึงเวลาที่จะมีการทำพิธีเผาศพรายต่อไป หีบศพถูกใส่เข้าไปในเปลวเพลิง และเราพากันออกมายืนคุยกันครู่หนึ่งในหมอกที่หนาวเยือกเย็นท่ามกลางสุสานวิคตอเรียขนาดใหญ่ที่แออัดด้วยหลุมฝังศพ 65,000 หลุม เมื่อย้อนคิดถึงเหตุการณ์นี้ในเวลาต่อมา อาตมานึกขึ้นมาได้ถึงข้อความในเรื่องนังกีสาโคตมีใน Light of Asia ที่กล่าวว่า 'คนตายมีจำนวนมาก มีคนที่ใช้ชีวิตอยู่ไม่กี่คน!'

เนื่องจากอาตมาไม่สามารถเดินเหินได้ดีเป็นเวลาหลายสัปดาห์ จึงไม่มีอะไรทำนอกจากรอให้อาการดีขึ้น หากอาตมาอายุน้อยกว่านี้ และเป็นนักฟุตบอลชื่อดัง คงจะมีการทำอะไรบางอย่างที่ต่างไปจากนี้เพื่อให้อาตมาหายเร็วขึ้น แต่อาตมาไม่มีคุณสมบัติทั้งสองอย่าง แต่ไม่ต้องวิตกกังวล เพราะท่านมามาไปนำการนั่งสมาธิภาวนาทุกวันจันทร์และวันศุกร์ได้อย่างดีโดยไม่ต้องมีอาตมาเข้าร่วม อาตมาต้องเดินกะเผลกกะเผลกเข้ามานำการนั่งสมาธิหนึ่งหรือสองครั้ง ในช่วงที่ท่านมามาไปมีงานยุ่งอยู่กับการนำฝึกกัมมัฏฐานที่วัด คอทเทจ และอาตมาสังเกตว่าเมื่ออาตมาเป็นผู้นำนั่งสมาธิ มีคนเข้ามาร่วมเพียงคนสองคน แต่เมื่อถึงตอนที่ท่านมามาไปเป็นผู้นำ ลานรถของเรามีรถจอดแน่น! เห็นไหมล่ะว่า เราทุกคนต้องเรียนรู้ว่าโลกนี้จะอยู่ได้ต่อไปแม้จะไม่มีเรา – ไม่มีใครที่สำคัญจนขาดไม่ได้ ไม่เป็นไร ตอนนี้เรากำลังจะเดินทางไปเมืองไทยในวันที่ 13 มกราคม เพื่อเข้าร่วมพิธีรำลึกถึงพระอาจารย์ชา ที่วัดหนองป่าพงในวันที่ 16 มกราคม วันครบรอบปีของหลวงพ่อบุญมาที่มรณภาพเมื่อปี พ.ศ. 2535 หลังจากนั้น อาตมาไม่แน่ใจว่าเราจะทำอะไรต่อไป แต่เราไม่มีแผนจะกลับมาที่นี้จนกว่าจะถึงวันที่ 2 กุมภาพันธ์ พอถึงเวลานั้น อาตมาอาจจะแข็งแรงดีแล้ว และเราทั้งสองจะได้พร้อมที่จะแนะนำรายการใหม่และทำงานปรับปรุงที่เราวางแผนกันไว้

สวัสดิ์ปีใหม่แต่ทุกคน

## บันทึกรายการสำคัญ

### มาฆบูชา

วันเพ็ญปีนี้เป็นวันที่ 3 มีนาคม และเราจะจัดงานทำบุญในวันอาทิตย์ที่ 4 มีนาคม เวลา 10.00 น. เข้าเป็นต้นไป

### รายการเก็บตัวฝึกกัมมัฏฐานที่วัด คอทเทจ

ท่านมามาไปจะนำฝึกกัมมัฏฐานในช่วงวันหยุดสุดสัปดาห์ที่วัด คอทเทจ ในวันที่ 23 - 25 กุมภาพันธ์ วันที่ 30 มีนาคม - 1 เมษายน และวันที่ 4 - 6 พฤษภาคม รับจำนวนจำกัด สอบถามหรือสมัครทางอีเมลที่ [enquiries@woodcottage.org.uk](mailto:enquiries@woodcottage.org.uk) หรือโทรศัพท์ 01926 624564

### ANGULIMALA WORKSHOPS

เวิร์คช็อปครั้งต่อไปจะจัดขึ้นที่วัดป่าสันติธรรม เวลา 10 น. เข้า ในวันเสาร์ที่ 10 มีนาคม

และจะจัดขึ้นอีกในวันเสาร์ที่ 30 มิถุนายน พ.ศ. 2550

(สำหรับผู้สอนศาสนาพุทธนิกายเถรวาท หรือสมาชิกองค์การองคฺุฑลิมาลที่ได้รับเชิญให้เข้าร่วมเท่านั้น)

ฝึกสมาธิ ฟังธรรม และร่วมต๋มน้ำชา ณ วัดป่าสันติธรรม จันทร์ และศุกร์ เวลา 20.00 น.

---

จดหมายข่าวจาก เจ้าคุณภาวนาวิเทศ (หลวงพ่อบุญมา) เครื่องราชอิสริยาภรณ์อังกฤษ OBE แห่ง  
วัดป่าสันติธรรม และองคฺุฑลิมาล องค์การสอนศาสนาพุทธนิกายเถรวาทในเรือนจำ

The Forest Hermitage, Lower Fulbrook, nr Sherbourne, Warwickshire, CV35 8AS, United Kingdom.

ติดต่อท่านอาจารย์ เขมธัมโม และองคฺุฑลิมาล - โทรฯ สายตรง : 01926 624385 มือถือ : 07941 013319

อีเมล : [Lpkhem@foresthermitage.org.uk](mailto:Lpkhem@foresthermitage.org.uk)

เว็บไซต์ : [www.foresthermitage.org.uk](http://www.foresthermitage.org.uk)

THE BUDDHA-DHAMMA FELLOWSHIP ทะเบียนการกุศลเลขที่ 289913. ANGULIMALA ทะเบียนการกุศลเลขที่ 294939.