

ชีวิต ศรัทธา 'อ.กฤษดาวรรณ'

เพื่อศาสนาพุทธทิเบต

Next
Gen

ด

ากแรงศรัทธาที่มีต่อศาสนาพุทธในทิเบต
กลายเป็นแรงบันดาลใจให้ "จศ.ดร.กฤษดา
วรรณ หงส์ลดารมภ์" ผู้ทิศตัวในการศึกษา

วัฒนธรรม ศาสนาและภาษาทิเบต

อย่างลึกซึ้ง

หลังจากมีประสบการณ์



ที่ได้เดินทางไปปฏิบัติธรรม และสถานที่ในทิเบตตลอด
เวลา 17 ปีที่ผ่านมา ได้สนทนาและปฏิบัติธรรมกับพระ
อาจารย์หลายท่าน พบปะผู้จาริกแสวงบุญชาวทิเบต
มากมาย ทำให้ อ.กฤษดาวรรณเลื่อมใสศาสนาพุทธใน
ทิเบตเป็นอย่างมาก

ศาสนาพุทธในทิเบต เป็นพุทธนิกายมหายาน เน้น

เน้นการประสานระหว่างปัญญากับกรุณา มาใช้ใน ในเขตวัฒนธรรมทิเบตในประเทศจีน
โลกสมัยใหม่

การปฏิบัติตนของ อ.กฤษดาวรรณในครั้งนั้น สันติภาพในโลกบนพื้นฐานของความเมตตากรุณา และ
ถูกถ่ายทอดผ่านสื่อ ทำให้หลายคนต่างประจักษ์ใน การอนุรักษ์มรดกทางวัฒนธรรมที่ดีที่สุดในเอเชีย
ความเลื่อมใสและศรัทธา ที่มีต่อพุทธศาสนาทิเบตอย่าง และทำกิจกรรมทั้งในประเทศและต่างประเทศ
แท้จริง ในปี พ.ศ. 2549 มูลนิธิพันดารา ได้รับมอบที่ดินที่

การบำเพ็ญปัญญาและความรักความกรุณา และการ
ดำรงชีวิตอยู่เพื่อประโยชน์ของสัตว์โลก ซึ่งจุด
เด่นของศาสนาพุทธในทิเบต เน้นการประสาน
การปฏิบัติธรรมกับการดำรงชีวิต มีคำสอน
ชัดเจนเกี่ยวกับการเตรียมตัวตายและชีวิตหลัง
ตาย และมีการสอนเรื่องการฝึกจิตอย่างเป็น
ลำดับตั้งแต่ขั้นพื้นฐานจนถึงขั้นสูง โดยที่ผู้ปฏิบัติ
ธรรมจะอยู่จำศีลปลีกวิเวกเป็นเวลา 3 ปี 3 เดือน
3 วันหรือมากกว่านั้น

ส่วนศาสนาพุทธในประเทศไทย เป็นพุทธนิกาย
เถรวาทหรือหินยาน เน้นการปฏิบัติธรรม
ฝึกฝนตนจนเข้าถึงความเป็นพระอรหันต์ ไม่
ต้องเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏ

“ทั้งสองนิกายนี้มีความเหมือนกันตรงที่มี
แนวคิดพื้นฐานเดียวกัน เพียงแต่วิธีการแตกต่างกัน
หรือ เปรียบเหมือนประตูที่เข้าไปสู่ภายในอาคาร อาจมี
หลายบาน แต่ทั้งหมดก็นำไปสู่ภายในเหมือนกัน”

อ.กฤษดาวรรณเป็นผู้หญิงไทยคนแรกที่ร่วม
สืบลานวัฒนธรรมโบราณของชาวทิเบตด้วยการ
กราบแบบอัญญาภคประดิษฐ์ คือ การเดิน 3 ก้าว
แล้วก้มกราบพื้นดินตลอดระยะทางกว่า 80 กิโลเมตร
ทำให้เข้าใจถึงแก่นของความเป็นพุทธทิเบตและเห็น
ความสำคัญของการนำแก่นของความเป็นพุทธ ที่

อ.กฤษดาวรรณ ยังได้ก่อตั้ง มูลนิธิพันดารา เมื่อ
ปี 2548 เป็นองค์กรไม่แสวงหากำไรที่ทำงานศึกษาวิจัย
และเผยแพร่เกี่ยวกับพระพุทธศาสนาทิเบตที่มีมาลัย ส่ง
เสริมศิลปภูมิปัญญา สถาปัตยกรรม การปฏิบัติธรรม
และการดูแลสิ่งแวดล้อม เป็นศูนย์กลางในการช่วยเหลือ
ผู้ขาดแคลน ดำเนินโครงการการกุศลในประเทศไทยและ





หมู่ 5 ต.หนองพลับ อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์ เพื่อให้
เป็นศูนย์ปฏิบัติธรรมของมูลนิธิ หรือ ศูนย์ทิววัน ควบคู่
ไปกับการฟื้นฟู อนุรักษ์สภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ
และการทำงานกับชุมชนท้องถิ่น

เรื่องราวการเดินทางเข้าสู่พระพุทธศาสนาที่เบบ
และการปฏิบัติธรรมตลอด 17 ปีของ อ.กฤษดาภรณ์
ได้ถูกถ่ายทอดผ่านหนังสือ “ชีวิต และ ศรัทธา” ซึ่ง
เธอมุ่งหวังว่าหนังสือเล่มนี้จะเป็นส่วนหนึ่งของการสร้าง
แรงศรัทธา และแรงบันดาลใจให้ทุกท่านร่วมกันแสดง
ความรับผิดชอบสังคมด้วยความรักและความกรุณา ช่วย
เหลือผู้อื่นให้หลุดพ้นจากความทุกข์ ตามหลักคำสอนของ
พระพุทธศาสนา

สำหรับผู้สนใจสามารถติดต่อรับหนังสือ
“ชีวิตและศรัทธา” ฟรีโดยไม่เสียค่าใช้จ่ายที่ มูลนิธิ
พันดารา โทรศัพท์ 0-2528-5308/0-2511-4545.

นางพว พานิษชาติ
napapornp@dailynews.co.th